



مجلة دراسات المرأة

مجلة علمية محكمة فصلية

تصدر عن الامانة العامة لمجلس الوزراء
الدائرة الوطنية للمرأة العراقية

العدد الخامس لشهر أيلول / 2024م



الترقيم الدولي 2645-2960

مجلة دراسات المرأة

مجلة علمية محكمة فصلية

تصدر عن الأمانة العامة لمجلس الوزراء /

الدائرة الوطنية للمرأة العراقية

العدد الخامس لشهر ايلول ٢٠٢٤م

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد (٢٥٣٤) لسنة ٢٠٢٣

الترقيم الدولي (ردمك):

ISSN 2645- 2960

رئيس التحرير

د. حميد نعيم الغزي

الأمين العام لمجلس الوزراء

نائب رئيس التحرير

د. يسرى كريم العلاق

مدير عام الدائرة الوطنية للمرأة العراقية / الأمانة العامة لمجلس الوزراء

مدير التحرير

أ.د. اسراء علاء الدين نوري

مؤسسة العراقية للثقافة والتنمية

هيئة التحرير:

- ١- أ.د. نعمة دهش فرحان / جامعة بغداد/ العراق
 - ٢- أ.د. زينب هاشم عبود/ الجامعة المستنصرية/ العراق
 - ٣- أ.د. هادي كطفان شون العبد الله/ جامعة القادسية/ العراق
 - ٤- أ.د. نجات علي الهنشييري / جامعة طرابلس/ ليبيا
 - ٥- أ.م.د. وسن حسن ليلو/ الجامعة المستنصرية / العراق
 - ٦- أ.م.د. عنراء إسماعيل زيدان / جامعة بغداد/ العراق
 - ٧- أ.م.د. ازهار محمد جاسم / وزارة التربية/ العراق
 - ٨- أ.م. انتصار رشيد خليل/ جامعة تكريت/ العراق
 - ٩- أ.م.د. نسرین سمير احمد فؤاد/ جامعة الازهر/ مصر
 - ١٠- د. علاء عبد الخالق حسين/ جامعة بغداد/ العراق
 - ١١- د. شذى عبد جمعة الربيعي / جامعة الفراهيدي / العراق
- خبير اللغة العربية / د. عمر زهير علي / وزارة التربية / العراق
- خبير اللغة الإنكليزية / د. صبا عبد العزيز حميد / جامعة بغداد/ العراق

رؤية المجلة:

الريادة في نشر الأعمال العلمية الرصينة في مجال الدراسات، وبحوث المرأة، والاسرة، والطفل.

رسالة المجلة:

التميز في نشر ودعم الأعمال العلمية المتخصصة في مجالات المرأة والمشكلات المجتمعية والاسرة والطفل التي تمتاز بالرصانة والموضوعية في الطرح. من خلال الالتزام بالمعايير العالمية للتميز في النشر العلمي.

أهداف المجلة:

- تنمية البحث العلمي في قضايا المرأة والاسرة والطفل.
- إبراز إسهامات المرأة في حقول المعرفة المختلفة.
- أن تصبح منبراً علمياً للعلماء والمفكرين والباحثين العرب وغير العرب المهتمين بقضايا المرأة والاسرة والطفل.
- نشر البحوث العلمية التي تتميز بالأصالة والرصانة في مجالات المرأة.
- متابعة المؤتمرات والندوات والملتقيات العلمية والفكرية المتعلقة بقضايا المرأة ونشر البحوث الرصينة في اعداد خاصة.
- متابعة الأدبيات والنتائج العلمية الجديد في ميادين المرأة والاسرة والطفل.
- الاطلاع على الرسائل الجامعية في مجالات قضايا ونشر بحوث مستله منها.

سياسة النشر في المجلة:

تدعو مجلة دراسات المرأة جميع الباحثين والأكاديميين من داخل العراق وخارجه في مختلف الاختصاصات للكتابة ببحوث ذات قيمة علمية لإثراء المجلة بالبحوث الرصينة.

مجلة دراسات المرأة مجلة فصيحة محكمة، تستقبل البحوث والدراسات في دراسات المختلفة في مجال المرأة كافة. وتخضع البحوث المقدمة للمجلة للتقويم العلمي من هيئة التحرير وجمع كبير من الاساتذة الخبراء في الاختصاصات العلمية كافة من داخل العراق وخارجه وتلتزم المجلة بالحفاظ على حقوق الملكية الفكرية للمؤلفين وتطبيقها أخلاقيات البحث العلمي وبنود لجنة اخلاقيات النشر.

ملاحظات عامة:

- ١- يتقيد رئيس واعضاء هيئة التحرير بعدم الاعلان عن اية معلومة تخص البحوث المقدمة للمجلة عدا المخول من مؤلفيها والمحررين والاستشاريين والناشر حسب الضرورة.
- ٢- ان عملية تقويم البحث من المحكمين يساعد على اتخاذ القرار المناسب من هيئة التحرير بخصوص البحث المقدم للمجلة وهي بالضرورة تفيده في تحسين بحثه. وتلتزم هيئة التحرير إحاطة المحكمين علما بضوابط ومعايير ومستوى رصانة البحوث التي تقبل للنشر في المجلة، كما تلتزم بعدم إعلان أسماء المحكمين إلا بموافقة خطية للمحكم نفسه.
- ٣- يخضع ترتيب البحوث في المجلة لاعتبارات فنية تتعلق بهوية المجلة.
- ٤- يتطلب من محكمي البحوث التعامل بسرية مع البحوث المرسله لهم. ولا يجوز الافصاح عنها او مناقشتها مع الاخرين الا مع رئيس المجلة او من ينوب عنه.
- ٥- اعتماد المعايير الموضوعية في التحكيم وتجاوز الانتقاد الشخصي للباحث. ويجب ان يكون التحكيم معزراً بأراء واضحة مع الحجج العلمية والتوثيق، ويتوافق مع ضوابط ومعايير النشر المعتمدة في المجلة.
- ٦- اشعار الباحث بقبول بحثه خلال مدة اقصاها شهر من تاريخ تسليم البحث.
- ٧- لا يجوز للباحث ان يطلب عدم نشر بحثه بعد عرضه على هيئة التحرير الا لأسباب تقتنع بها هيئة التحرير ويتم ذلك قبل اشعاره بقبول بحثه للنشر.

- ٨- يلتزم الباحث بأجراء تعديلات المحكمين على بحثه وفق التقارير المرسلة اليه وموافاة
المجلة بنسخة معدلة في مدة لا تتجاوز (١٥) خمسة عشر يوماً.
- ٩- لا تعاد البحوث الى اصحابها سواء نشرت ان لم تنشر.
- ١٠- لا تلتزم المجلة بنشر البحوث التي تخل بشرط من هذه الشروط.
- ١١- على الباحث/ الباحثين الالتزام بتعليمات وضوابط النشر المعتمدة في المجلة وبأسلوب
كتابة البحث. وتأمين توافر معايير البحوث الرصينة من وضوح هدف البحث وعرض
النتائج بنحو دقيق ومتسلسل ومناقشة هذه النتائج بما يحقق اهداف البحث مع
تسوية اجراء البحث بطرائق موضوعية. يجب ان يكون البحث معززاً بتفاصيل النشر
للمراجع العلمية الحديثة. يجب ان لا يتضمن البحث على نتائج لبحوث اخر؛ لأنها تعد
سلوك غير مقبولة. وعلى الباحث توقيع تعهد بذلك
- ١٢- على الباحث ان يتجنب الانتحال او اقتباس عبارات أو افكار الآخرين وأدرجها كأنها
عمل الباحث الخاص، أو الاقتباس دون الإشارة إلى مصدرها الأصلي. وان كل الابحاث
تخضع لكشف الانتحال قبل ارسالها الى المحكمين وقبول البحث.

ضوابط النشر في المجلة

تسعى هيئة التحرير في مجلة دراسات المرأة الى الارتقاء بمعامل تأثير المجلة (Impact Factor) تمهيدا لدخول قاعدة بيانات المستوعبات العلمية العالمية. وعليه تنشر مجلة إشرافات تنموية الابحاث التي تتسم بالرصانة العلمية والقيمة المعرفية وبسلامة اللغة ودقة التوثيق في ووفق الشروط المبينة في ادناه:

١- أن لا يكون البحث منشورا سابقا في مجلة اخرى. وأن لا يكون جزءاً من بحث سابق منشور أو من رسالة جامعية وعلى الباحث ان يوقع نموذج تعهد بألا يكون البحث منشوراً أو سبق تقديمه للنشر في مجلة أخرى. وأن لا يقدمه للنشر في مجلة اخرى بعد نشره في مجلة إشرافات تنموية. وأن يوافق على نقل حقوق نشر البحث الى المجلة في حالة قبول البحث للنشر (نموذج التعهد).

٢- أن لا يزيد عدد الكلمات في البحث على (٨٠٠٠) كلمة بضمنها المصادر والملاحق.

٣- ألا يذكر اسم الباحث أو اية أشاره تدل عليه في متن البحث لضمان سرية وحيادية عملية التحكيم.

٤- أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على ما يأتي (كما في المثال):

أ. عنوان البحث.

ب. اسم الباحث ودرجته العلمية وشهادته.

ت. عنوان الباحث

ث. بريد الباحث الإلكتروني.

ث. ملخصان أحدهما باللغة العربية والثاني باللغة الإنكليزية يكون في بداية البحث بحجم خط (١٢) يضم اسم الباحث ومكان عمله باللغة الانكليزية ايضا. وأن تحتوي الابحاث المكتوبة باللغة الانكليزية على ملخص باللغة العربية (خلاصة) لا تتجاوز كلماته ٢٠٠ كلمة مسبقا بعنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله باللغة العربية ايضا والكلمات المفتاحية في نهاية الملخص العربي والانكليزي.

- ٥- تكتب الابحاث مكتوبة على برنامج (Microsoft Word) بخط (Arabic Simplified) للأبحاث المكتوبة باللغة العربية وبخط (Times New Roman) للأبحاث المكتوبة باللغة الانكليزية وبمجم (١٢) للمتن وحجم (١٤) للعناوين الرئيسة والفرعية.
- ٦- تعتمد المجلة دليل (APA) للنشر العلمي في التوثيق، وعلى الباحث اتباع قواعد الاقتباس وتوثيق المصادر وأخلاقيات البحث العلمي بما يتوافق مع هذا النظام.
- ٧- تكتب مصادر البحث في صفحة أو صفحات مستقلة مرتبة وفقاً للأصول المعتمدة على وفق الترتيب الاتي: كنية المؤلف، اسمه. (سنة الطبع). عنوان الكتاب. رقم الطبعة (ط٣). دار النشر. مكان النشر(المدينة). أنظر (نظام APA لتوثيق المصادر).
- ٨- تقديم سيرة علمية قصيرة (Short Biography) للباحث لا تتجاوز ٤ أسطر وبملف (Word) منفصل عن البحث في نفس القرص.
- ٩- تطبق المجلة نظام فحص الاستلال باستخدام برنامج (Turnitin) حيث يتم رفض نشر الابحاث التي تتجاوز فيها نسبة الاستلال النسبة المقبولة عالمياً.
- ١٠- يخضع البحث لفحص أولي تقوم به هيئة التحرير في المجلة وذلك لتقرير أهلية البحث للتحكيم، ويحق لها أن تعتذر عن قبول البحث دون تقديم الاسباب.
- ١١- تتبع المجلة التقويم المزدوج السري لبيان صلاحية البحث للنشر، حيث يعرض البحث المقدم للنشر على محكمين اثنين من ذوي الاختصاص أحدهما من داخل العراق والآخر من خارجه ويتم اختيارهما بسرية مطلقة. فضلاً عن عرض البحث على خبير لغوي لتقويم سلامته اللغوية.
- ١٢- الابحاث التي يقترح المحكمون اجراء تعديلات عليها لتكون صالحة للنشر تعاد الى اصحابها لأجراء التعديلات المطلوبة عليها ولا يُعاد البحث إلى صاحبه إذا لم يُقبل للنشر.
- ١٣- يشترط لنشر الابحاث المستلة من رسائل الماجستير واطارح الدكتوراه موافقة خطية من الأستاذ المشرف على البحث، وفق النموذج المعتمد في المجلة. (موافقة المشرف)
- ١٤- تُعتبر الأبحاث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها، لا عن رأي المجلة.

١٥- تنشر المجلة أعداد خاصة بالمؤتمرات العلمية المتوافقة مع تخصص المجلة.
١٦- يمكن تسليم الابحاث المقدمة للنشر في المجلة على وفق ما يأتي:
أ- يدويا في مقر المجلة في شارع فلسطين/تقتطع الموال/ مقابل الجامعة
المستصرية.

ب- مراسلة المجلة على عنوان البريد الالكتروني للمجلة:

journalofwomensstudies@gmail.com

رقم الإدارة/ 07712091990

رئيس التحرير

دليل المؤلف Author Guidelines

- أدناه الشروط والمتطلبات الواجب مراعاتها من قبل الباحث للنشر في المجلة:
١. يجب أن يكون عنوان البحث موجزاً قدر الإمكان ومعبراً عن البحث.
 ٢. أسماء الباحثين: تكتب أسماء الباحثين وعناوين عملهم بصورة واضحة مع البريد الإلكتروني للباحث الأول.
 ٣. يجب أن يتضمن المستخلص موجزاً واضحاً عن البحث مكون من ٢٥٠-٣٠٠ كلمة ويتبع المستخلص أسماء وعناوين الباحثين ويكتب بقطعة واحدة مستمرة بدون فقرات.
 ٤. المقدمة: وتتضمن مراجعة المعلومات وثيقة الصلة بموضوع البحث الموجودة، وتنتهي المقدمة بأهداف الدراسة وأساسها المنطقي.
 ٥. المواد وطرائق العمل: تذكر طرائق العمل بشكل مفصل إن كانت جديدة أما إذا كانت منشورة فتذكر بشكل مختصر مع الإشارة للمصدر وتستعمل وحدات النظام العالمي (S.I.UNITS) System International of Units.
 ٦. النتائج والمناقشة: تعرض بشكل موجز وهادف وبنظام متوالي وتعرض النتائج بأفضل صورة معبرة وتوضع الجداول والأشكال في أماكنها المخصصة بعد الإشارة إليها في النتائج.
 ٧. يستعمل نظام الأرقام العربية وهكذا في البحوث المرسله للنشر وتمثل مناقشة النتائج تعبيراً موجزاً عن النتائج وتفسيراتها.
 ٨. المستخلص الإنكليزي يجب أن يكون وافياً ومعبراً عن البحث بصورة دقيقة وليس بالضرورة أن يكون ترجمة حرفية للمستخلص العربي.

دليل المقيّم Reviewer Guidelines

أدناه الشروط والمتطلبات الواجب مراعاتها من قبل المقيم للبحوث المرسلة للنشر في المجلة:

١. ملئ استمارة التقييم المرسلة رفقة البحث المطلوب تقييمه بشكل دقيق وعدم ترك أي فقرة بدون إجابة.

٢. على المقيّم التأكد من تطابق وتوافق عنوان البحث باللغتين العربية والإنكليزية وفي حالة عدم تطابقهما اقتراح العنوان البديل.

٣. أن يبيّن المقيّم هل أن الجداول والأشكال التخطيطية الموجودة في البحث وافية ومعبرة.

٤. أن يبيّن المقيم هل أن الباحث أتبع الأسلوب الإحصائي الصحيح.

٥. أن يوضح المقيّم هل أن مناقشة النتائج كانت وافية ومنطقية.

٦. على المقيّم تحديد مدى استخدام الباحث للمراجع العلمية الرصينة وحدثتها.

٧. أن يؤشر المقيّم بشكل واضح على واحد من ثلاث اختيارات وهي:

- البحث صالح للنشر.

- البحث صالح للنشر بعد إجراء التعديلات.

- البحث غير صالح للنشر.

٨. يجب أن يوضح المقيّم بورقة منفصلة ما هي التعديلات الأساسية التي يقترحها لغرض

قبول البحث.

٩. للمقيّم حق طلب إعادة البحث إليه بعد إجراء التعديلات المطلوبة للتأكد من التزام

الباحث بها.

١٠. على المقيّم تسجيل اسمه ودرجته العلمية وعنوانه وتاريخ إجراء التقييم مع التوقيع على

استمارة التقييم المرسلة رفقة البحث المرسل له للتقييم.

تعهد الملكية الفكرية

أني الباحث (.....) صاحب البحث الموسوم
(.....) اتعهد بأن البحث قد انجز من قبلي ولم ينشر في مجلة
اخرى داخل وخارج العراق وارغب بنشره في (مجلة دراسات المرأة) التي تصدر عن الأمانة
العامة لمجلس الوزراء.

التوقيع:

التاريخ:

كلمة العدد

يسرنا أن نقدم لكم العدد الخامس من مجلة "دراسات المرأة"، المنبر العلمي المتخصص في البحث والدراسات المتعمقة لقضايا المرأة. تصدر هذه المجلة بمجهود مشتركة من الأمانة العامة لمجلس الوزراء الدائرة الوطنية للمرأة العراقية ومؤسسة العراقية للثقافة والتنمية، بهدف إثراء المكتبة العربية بأبحاث ودراسات رصينة حول واقع المرأة وتطلعاتها. تؤكد هذه المجلة على أهمية البحث العلمي في فهم وتحليل قضايا المرأة من مختلف الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافية، فالمرأة جزء لا يتجزأ من المجتمع وركيزة أساسية لتحقيق التنمية الشاملة والمستدامة، لذا تسعى المجلة إلى تسليط الضوء على الدراسات والأبحاث المتميزة التي تبرز دور المرأة ومساهماتها في مختلف المجالات، كما تعالج التحديات والعقبات التي تواجهها بهدف تمكينها وتعزيز مكانتها في المجتمع.

ونتقدم بالشكر الجزيل إلى معالي الأمين العام لمجلس الوزراء الدكتور حميد الغزي الموقر، والسيدة مدير عام الدائرة الوطنية لشؤون المرأة العراقية والدكتورة يسرى كريم العلاق الموقرة، على جهودهما المتواصلة في إصدار هذه المجلة وتطويرها باستمرار، كما نشمن عالياً دور مؤسسة العراقية للثقافة والتنمية، صاحبة فكرة المجلة والرعاية لها، والداعمة لقضايا المرأة.

ندعو الباحثين والأكاديميين المهتمين بقضايا المرأة إلى المساهمة في إثراء هذه المجلة من خلال تقديم أبحاثهم ودراساتهم المتميزة. كما نتطلع إلى استمرار تطوير هذه المجلة وتوسيع نطاق تأثيرها في المستقبل لتكون منارة للبحث العلمي في مجال دراسات المرأة.

الدكتور علاء عبد الخالق حسين المندلاوي

نيابة عن هيئة تحرير مجلة دراسات المرأة

محتويات العدد

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	الصفحة
١.	المرأة والصحة النفسية: الآثار النفسية والاجتماعية للضغوط المتعددة على المرأة وسبل تعزيز الصحة النفسية	د. شهباء أحمد حسين العزاوي مستشار رئيس مجلس الوزراء لشؤون المرأة د. علاء عبد الخالق حسين جامعة بغداد – كلية العلوم الإسلامية	٣٨ - ١٦
٢.	الصحة النفسية للمرأة العاملة: دراسة وصفية لمصادر الضغوط والاستراتيجيات المواجهة.	أم.د. فينوس ميثم علي الجامعة المستنصرية – كلية التربية الأساسية	٥٣ - ٣٩
٣.	دور المرأة في العمل التطوعي: تحليل مساهماتها وتأثيرها	م. د. أياد عبد الجبار أحمد أ.د. علي حلو حواس جامعة بغداد – كلية العلوم الإسلامية	٧٨ - ٥٤
٤.	المرأة والبحث العلمي: تحليل العوامل المؤثرة على ثقة المرأة بنفسها في المجال البحثي، وسبل تعزيز الثقة الذاتية.	أ.د. عذراء اسماعيل زيدان جامعة بغداد – مركز دراسات المرأة	٩٢ - ٧٩
٥.	المرأة والأمن البيئي: استراتيجيات مبتكرة للتكيف مع آثار تغير المناخ في المجتمعات النامية.	المستشار عذراء خضير عبيس النقابة العامة للمدربين العراقيين	١٠٤ - ٩٣
٦.	دور علم النفس الإيجابي في تعزيز مرونة المرأة وتنمية قدراتها	د. علاء عبد الخالق حسين المندلأوي جامعة بغداد – كلية العلوم الإسلامية	١٢٨ - ١٠٥
٧.	المرأة في مجال التدريب المهني: دراسة حول تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية.	م.م. زينب حسين علي وزارة التربية - المديرية العامة لتربية بغداد - الرصافة الأولى	١٤٧ - ١٢٩
٨.	علم نفس الذكاء الإصطناعي الأخلاقي	د. صبا عبد العزيز حميد اتحاد نقابات المدربين العرب	١٧٥ - ١٤٨
٩.	تنمية المواهب الإبداعية للمرأة: دراسة تحليلية للعوامل المؤثرة	النائب ابتسام الهلالي عضو مجلس النواب العراقي	٢٠١ - ١٧٦

٢٠٢ - ٢٢٦	الباحثة: نور ضياء الدين عباس الخفاجي المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الثالثة مدارس الغدير الأهلية	تنمية المرأة في القرن الحادي والعشرين: التحديات والفرص	.١٠
٢٢٧ - ٢٥٩	د. ماير هوفمان فيستر خبير في علم النفس السريري والتطبيق / ألمانيا	دور علم النفس في تشكيل هوية المرأة وسلوكها الاجتماعي	.١١
٢٦٠ - ٢٩٠	الباحثة: نادية أحمد علي جامعة كه رميان - كلية اللغات والعلوم الإنسانية	تنمية قدرات المرأة العراقية بين النظرية والتطبيق	.١٢

المرأة والصحة النفسية: الآثار النفسية والاجتماعية للضغوط المتعددة على المرأة وسبل تعزيز الصحة النفسية

د. علاء عبدالخالق حسين

د. شهباء احمد حسين العزاوي

جامعة بغداد كلية العلوم الإسلامية

مستشار رئيس مجلس الوزراء لشؤون المرأة

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة على الصحة النفسية للمرأة، وإلقاء الضوء على التحديات التي تواجهها المرأة في المجتمعات المعاصرة، وفهم تأثير الضغوط المختلفة، مثل المسؤوليات الأسرية والمهنية، على الصحة النفسية للمرأة، وتحديد العوامل الاجتماعية والثقافية التي تسهم في هذه التحديات، واقتراح إستراتيجيات فعالة لتعزيز الصحة النفسية للمرأة.

وتشير نتائج البحث إلى أن الضغوط المتعددة، مثل مسؤوليات الأسرة والعمل، لها تأثير كبير في الصحة النفسية للمرأة. وقد تبين أن النساء اللاتي يواجهن هذه الضغوط يعانين مستويات أعلى من القلق والاكتئاب. كما تشير النتائج إلى أن التمييز بين الجنسين، والتحديات الاجتماعية، وضغوط مكان العمل، كلها عوامل تسهم في تدهور الصحة النفسية للمرأة.

وأكدت الدراسة على أهمية الدعم الاجتماعي في تعزيز الصحة النفسية للمرأة، وأظهرت النتائج أن وجود شبكات دعم قوية، مثل الأسرة والأصدقاء، يساعد في تقليل آثار الضغوط النفسية والاجتماعية، كما أثبتت المشاركة في مجموعات الدعم المجتمعية فعاليتها في توفير بيئة داعمة للنساء لمشاركة تجاربهن وتحسين صحتهم النفسية، وأشارت النتائج أيضاً إلى دور مقدمي الرعاية الصحية في تعزيز الصحة النفسية للمرأة، حيث تبين أن تقديم الدعم النفسي والاجتماعي، وخلق بيئة داعمة، وتبني برامج التوعية التفاعلية، كلها عوامل تسهم في تحسين نتائج العلاج وزيادة وعي المرأة بعمليات العلاج.

وبناء على نتائج البحث، قُدمت التوصيات التالية:

١. تعزيز الدعم النفسي والاجتماعي للمرأة من خلال التركيز على توفير البيئات الداعمة وتقديم خدمات الرعاية الصحية النفسية وتفعيل برامج الدعم المجتمعي لضمان حصول المرأة على الدعم اللازم لمواجهة التحديات النفسية والاجتماعية.
 ٢. زيادة الوعي بالصحة العقلية من خلال تعزيز التعليم والتوعية بالصحة العقلية للمرأة، وتوفير المعلومات والموارد اللازمة لفهم العوامل التي تؤثر في صحتها العقلية، وتعليم آليات التعامل مع التوتر والتحديات.
 ٣. تحسين بيئة العمل من خلال تنفيذ تدابير فعالة لإيجاد بيئات عمل داعمة للمرأة، وتقليل الضغوط في مكان العمل، وتعزيز المساواة بين الجنسين، مما يسهم في تحسين الصحة النفسية للمرأة العاملة.
 ٤. تعزيز الدعم المجتمعي من خلال تشجيع المجتمعات المحلية على إنشاء شبكات دعم قوية للنساء، وتفعيل مجموعات الدعم المجتمعي، وتقديم المساعدة والموارد اللازمة للنساء اللواتي يواجهن تحديات نفسية واجتماعية.
 ٥. تطوير برامج التدخل الموجهة على نحو خاص للنساء اللاتي يعانين ضغوط نفسية واجتماعية، وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي المطلوب لهن، وتخصيص الموارد اللازمة لتحسين صحتهن النفسية.
- يقترح الباحثان إجراء المزيد من الدراسات والبحوث في المجالات التالية:
- دراسة تأثير الضغوط المتعددة على الصحة النفسية للمرأة في الثقافات والمجتمعات المختلفة، لفهم الاختلافات والتشابهات بينها، وتطوير إستراتيجيات مناسبة لكل سياق.
 - استكشاف دور التكنولوجيا في تعزيز الصحة النفسية للمرأة، مثل استخدام تطبيقات الصحة النفسية، والعلاج عبر الإنترنت، ووسائل التواصل الاجتماعي الداعمة.
 - إجراء البحوث حول تأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية على الصحة النفسية للمرأة، مثل الفقر والبطالة وعدم المساواة، ودراسة أثارها على الصحة النفسية للمرأة.
 - دراسة تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية على الصحة النفسية للمرأة في المجتمعات المختلفة، مثل التمييز على أساس العرق أو الدين، واقتراح إستراتيجيات لمواجهة هذه التحديات.

- إجراء البحوث حول الأثار طويلة المدى للضغوط النفسية والاجتماعية على الصحة النفسية للمراة، ودراسة عواقبها على الصحة النفسية والجسدية للمراة على المدى الطويل.
- الكلمات المفتاحية: المراة، الصحة النفسية، الأثار النفسية والاجتماعية.

Women and Mental Health: The Psychological and Social Effects of Multiple Stressors on Women and Ways to Promote Mental Health

Abstract:

This study aims to explore the psychological and social factors affecting women's mental health, shed light on the challenges women face in contemporary societies, understand the impact of various stressors, such as family and professional responsibilities, on women's mental health, identify the social and cultural factors that contribute to these challenges, and suggest effective strategies to promote women's mental health.

The research results indicate that multiple stressors, such as family and work responsibilities, have a significant impact on women's mental health. It was found that women who face these stressors suffer from higher levels of anxiety and depression. The results also indicate that gender discrimination, social biases, and workplace stress are all factors that contribute to the deterioration of women's mental health.

The study emphasized the importance of social support in promoting women's mental health. The results showed that having strong support networks, such as family and friends, helps reduce the effects of psychological and social stress. Participation in community support groups has also proven effective in providing a supportive environment for women to share their experiences and improve their mental health. The results also indicated the role of healthcare providers in promoting women's mental health, as it was shown that providing psychological and social support, creating a supportive environment, and adopting interactive awareness programs are all factors that contribute to improving

treatment outcomes and increasing women's awareness of treatment processes.

Based on the research results, the following recommendations were made:

1. Enhancing psychological and social support for women by focusing on providing supportive environments, providing mental health care services, and activating community support programs to ensure that women receive the necessary support to face psychological and social challenges.
2. Increasing awareness of mental health by promoting education and awareness of women's mental health, providing the information and resources necessary to understand the factors that affect their mental health, and teaching mechanisms for dealing with stress and challenges.
3. Improving the work environment by implementing effective measures to create supportive work environments for women, reducing workplace stress, and promoting gender equality, which contributes to improving the mental health of working women.
4. Enhancing community support by encouraging local communities to create strong support networks for women, activating community support groups, and providing the necessary assistance and resources to women facing psychological and social challenges.
5. Developing intervention programs specifically targeted at women suffering from psychological and social stress, providing them with the required psychological and social support, and allocating the necessary resources to improve their mental health.

The study suggests conducting further studies and research in the following areas:

- Studying the impact of multiple stressors on women's mental health in different cultures and societies, to understand the differences and similarities between them, and developing strategies appropriate for each context.

- Exploring the role of technology in promoting women's mental health, such as the use of mental health applications, online therapy, and supportive social media.
- Conducting research on the impact of social and economic factors on women's mental health, such as poverty, unemployment, and inequality, and studying their effects on women's mental health.
- Study the impact of cultural and social factors on women's mental health in different societies, such as discrimination based on race or religion, and suggest strategies to address these challenges.
- Conduct research on the long-term effects of psychological and social stress on women's mental health and study their consequences on women's mental and physical health in the long term.

Keywords: Women, Mental Health, Psychosocial Effects

الفصل الأول: مقدمة عن المراة والصحة النفسية

في ظل التحديات المتزايدة التي تواجه النساء في المجتمعات الحديثة، أصبح من الضروري دراسة الآثار النفسية والاجتماعية التي تؤثر في صحتهم النفسية. تشير الدراسات إلى أن الضغوط المتنوعة مثل المسؤوليات الأسرية، الضغوط المهنية، والتمييز الاجتماعي تؤدي دوراً محورياً في تشكيل تجارب النساء النفسية. هذه العوامل مجتمعة تؤدي إلى ارتفاع معدلات القلق والاكتئاب بين النساء، مما يستدعي تطوير استراتيجيات فعالة لمواجهة هذه الضغوط. كما أن الاهتمام المتزايد بالصحة النفسية للنساء يتطلب فهماً شاملاً لتلك التحديات وما تترتب عليها من آثار في حياتهن اليومية. تتجاوز الأبعاد النفسية تأثيرها في الفرد لتشمل التفاعل مع الهياكل الاجتماعية والثقافية. تعاني النساء عادةً من الضغط الناتج عن توقعات المجتمع، مما يزيد الضغوط النفسية، ويؤدي إلى شعورهن بالعزلة وعدم الانتماء. لذلك، من الضروري إجراء دراسة متعمقة لفهم كيفية تأثير هذه الضغوط على الهوية النسائية وكيفية تشكيل الهويات الاجتماعية.

لتحسين الرفاهية النفسية للنساء، تحتاج الجهود إلى استراتيجيات شاملة تشمل التعليم، التوعية المجتمعية، والدعم النفسي. عن طريق توفير بيئات داعمة وتمكين النساء

من مشاركة تجاربهن، يمكننا التوصل إلى حلول فعّالة تعزز الصحة النفسية. هذا النوع من التغيير لا يعود بالفائدة على رفاهية النساء فحسب، بل يدعم أيضًا صحة المجتمعات بنحو عام، مما يعزز جهودنا نحو بناء مجتمعات أكثر توازنًا وصحة.

أولاً: تعريف الصحة النفسية وأهميتها للنساء

الصحة النفسية هي مفهوم شامل يشير إلى الحالة النفسية والعاطفية والاجتماعية للفرد، وتعد ضرورية لمساعدة النساء في التعامل مع صعوبات الحياة بنحوٍ فعال. تشير الأبحاث إلى أن الظروف الاجتماعية والعاطفية التي تواجه النساء، مثل الضغوط الناتجة عن المسؤوليات العائلية والوظيفية، قد تؤثر إلى حد بعيد على صحتهن النفسية. على سبيل المثال، شهدت عائلات العسكريين ارتفاعًا في معدلات القلق والاكتئاب نتيجة الضغوط المرتبطة بانتشار الأفراد في مناطق النزاع، مما يبرز الحاجة إلى دعم الصحة النفسية للنساء في تلك الظروف (American Psychological Association Presidential Task Force on Military Deployment Services, 2007). فضلا عن ذلك، تشير الدراسات إلى أن النساء يتعرضن عادة لضغوط نفسية أكبر؛ بسبب دورهن كأمهات وموظفات، مما يستدعي أهمية وجود برامج لدعم الصحة النفسية وتعلم مهارات إدارة التوتر (Cooke et al., 2017). لذا، فإن تحسين الصحة النفسية ليس مجرد أمر ترفيهي، بل هو ضرورة لضمان جودة حياة النساء وقدرتهن على مواجهة التحديات اليومية.

ثانياً: نظرة عامة على المتاعب المتعددة التي تؤثر على النساء

تعاني النساء من ضغوط متعددة تؤثر سلباً على صحتهن النفسية والاجتماعية. تشمل هذه الضغوط عوامل اجتماعية واقتصادية، مثل التمييز في مكان العمل، وتحمل الأعباء المزدوجة للأدوار الأسرية والمهنية، مما يزيد مستويات التوتر والقلق. كما أن المشكلات الصحية الجسدية تؤدي دوراً كبيراً في تدهور الصحة النفسية، حيث يمكن أن تكون هناك علاقة بين التوتر وظهور اضطرابات مثل الاكتئاب. تشير بعض الدراسات إلى أن الدعم الاجتماعي يعد عاملاً مهماً في تعزيز الصحة النفسية، بينما غياب هذا الدعم قد يؤدي إلى تفاقم المشكلات، مما يستدعي توعية المجتمع بأهمية الدعم المتبادل في تقليل الضغوطات

(Gardner et al., 2007). لتحسين الصحة النفسية للنساء، ينبغي وضع استراتيجيات شاملة تأخذ بعين الاعتبار جميع هذه العوامل (USC Social Work Center for Innovation and Research on Veterans and Families, 2013).

ثالثاً: هدف وأهمية البحث

يبرز البحث أهمية دراسة تأثير الضغوط النفسية والاجتماعية على صحة النساء النفسية، حيث يتطلب الأمر تحليلاً دقيقاً لهذه العوامل وطرائق تعزيز الرفاهية النفسية. تشير الدراسات إلى أن الضغوط المرتبطة بالهوية الجنسية تؤثر سلباً على الصحة القلبية والوعائية للنساء، إذ تواجه النساء من الأقليات الجنسية أخطار أعلى للإصابة بأمراض قلبية (Louder et al., 2020). هذا يسلب الضوء على ضرورة تعزيز الوعي بالصحة النفسية في هذه الفئة وتطوير برامج تدخل تهدف لتحسين الظروف النفسية والاجتماعية. فضلاً عن ذلك، ينبغي أن نركز على التأثيرات الناتجة عن العوامل الاجتماعية والنفسية، مثل الوضع الاقتصادي وصحة الأمهات، وتأثيرها في نمو الدماغ لدى الأطفال نتيجة عدم الاستقرار النفسي للأمهات (Rogers et al., 2018). يسعى هذا البحث إلى تقديم معلومات دقيقة تسهم في تطوير استراتيجيات فعالة لتحسين صحة النساء النفسية ورفع جودة حياتهن.

رابعاً: خلفية النظرية للبحث

تعد خلفية النظرية من العناصر الأساسية التي تسهم في تنظيم وعرض الأفكار بطريقة منطقية. في المقال الذي يتناول "النساء والصحة النفسية: الآثار النفسية والاجتماعية للتوترات المتعددة على النساء وطرائق تعزيز الرفاهية النفسية"، يُؤكّد أهمية النظر إلى الأبعاد المختلفة التي تؤثر في الصحة النفسية للنساء، حيث تتداخل الضغوط الاجتماعية والنفسية والاقتصادية لتعقيد تجربتهن. تشير الدراسات إلى أن النساء، خصوصاً اللواتي يتعرضن لفقدان الحمل أو أزمات نفسية، يواجهن تحديات خاصة تستدعي اهتماماً خاصاً، مثل (Jeri M. Mantilla et al., 2024) حيث تعاني النساء من أصول أفريقية من معدلات عالية من الاكتئاب والقلق بعد فقدان الحمل. فضلاً عن

ذلك، يمكن تعزيز الحماية النفسية والرفاهية عبر تقديم الدعم النفسي والاجتماعي المناسب، كما يوضح (Maria Jo'sé Carvalho Nigeria et al., 2024) أن الرضا عن الحياة الأكاديمية والدعم الاجتماعي هما عاملان أساسيان للصحة النفسية العامة. لذا، فإن تنظيم المقال بنحو جيد يعد أمراً ضرورياً لمعالجة هذه القضايا بنحو شامل.

الفصل الثاني: فهم الآثار النفسية للضغوط على النساء

تعد الضغوطات بمختلف أشكالها من العوامل الرئيسية التي تؤثر في الصحة النفسية للنساء، حيث يمكن أن تؤدي إلى مشاعر القلق والاكتئاب. تشير الأبحاث إلى أن النساء يواجهن ضغوطاً متعددة، مثل مسؤوليات الأسرة والعمل، مما يزيد مستوى التوتر في حياتهن (Cross well et al., 2018). فضلاً عن ذلك، تؤدي العوامل الاجتماعية والثقافية دوراً في زيادة أو تقليل هذه الضغوط. على سبيل المثال، الضغوط الناتجة عن التمييز الاجتماعي أو الثقافي قد تسهم في زيادة الإحباط وانخفاض تقدير الذات، مما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية (Young et al., 2014). لذا، من الضروري تقديم استراتيجيات لدعم النساء في تحسين رفاههن النفسي، مثل تعزيز المهارات التكيفية وتوفير الدعم الاجتماعي، حيث تساعد هذه الاستراتيجيات على التعامل مع الضغوط بطريقة صحية، مما يعزز جودة حياتهن النفسية.

أولاً: تأثير الضغوط المحددة جنسياً على الصحة النفسية

الضغوط النفسية التي تأتي من التمييز ضد النساء هي عوامل مهمة تؤثر سلباً على الصحة النفسية للنساء. رغم أن المجتمعات حققت تقدماً في حقوق المرأة، إلا أن العديد من النساء ما زلن يتعرضن لتمييز يؤدي إلى زيادة في القلق والاكتئاب. الأبحاث تظهر أن التعرض للتمييز يؤثر سلباً على الحالة النفسية، ويزيد حالات الاكتئاب بين النساء، كما يؤثر في صحة الأمهات والأطفال، مما يسبب مشكلات صحية مثل انخفاض وزن المواليد (Doherty et al., 2023). فضلاً عن ذلك، الدراسات تشير إلى أهمية تعزيز الثقة بالنفس وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للنساء كخطوات أساسية لمواجهة هذه الضغوط. هذا يحتاج إلى استراتيجيات فعالة لدعم النساء في حقوقهن في جميع جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية، مما سيعود بفوائد على صحتهم النفسية (Bermúdeskillán et al., 2017).

ثانياً: دور الصدمة وآثارها طويلة الأمد

تشير الدراسات إلى أن الصدمة تؤدي دوراً حاسماً في تحديد الصحة النفسية للنساء، حيث ترتبط بتجارب تسبب التوتر والقلق. تتجلى آثار الصدمة في قدرة النساء على التكيف مع ظروف الحياة، مما يؤدي إلى مشكلات نفسية مثل الاكتئاب والقلق. على سبيل المثال، تشير الأبحاث إلى أن النساء من أصول أفريقية يعانين معدلات أعلى من الوفيات في أثناء الولادة، ويعود ذلك جزئياً إلى تاريخ طويل من الصدمات النفسية والاجتماعية مثل العنصرية الطبية والاستغلال الجنسي (Arnold et al., 2023). النموذج المعروف باسم Elevating Voices, Addressing Depression, Toxic Stress and Equity Carter يوضح كيفية مساعدة بعض التدخلات في تلبية الاحتياجات النفسية للنساء (et al., 2024). لذلك، يتضح أن فهم طبيعة الصدمة وتأثيراتها يعد أمراً أساسياً لتحسين الصحة النفسية للنساء ودعمهن في مواجهة التحديات الناتجة عن الضغوط المختلفة.

ثالثاً: آليات التكيف وفعاليتها

تعد آليات التكيف من العناصر الرئيسية المؤثرة على الصحة النفسية للنساء عند تعرضهن لضغوط متنوعة. تساعد هذه الآليات في تعزيز القدرة على مواجهة التوتر، مما يسهم في تقليل الآثار السلبية للضغوط اليومية. أظهرت الدراسات أن التفاعل الاجتماعي والسلوك الإيجابي، كالمساعدة على دعم الآخرين، له تأثيرات نفسية إيجابية على الأفراد، مما يسهم في خفض مستويات القلق والتوتر. وفقاً لدراسة سيثي وشولر (1984)، فإن إدارة الضغوط المتعلقة بالعمل تؤدي دوراً حاسماً في تحسين الأداء الشخصي وزيادة الفعالية التنظيمية (Cooper et al., 2002). فضلاً عن ذلك، تشير الأبحاث إلى أن السلوك الاجتماعي الإيجابي يساهم في تقليل الأعراض الجسدية والنفسية المرتبطة بالتوتر، مما يعزز من الصحة العامة (Minnelli et al., 2018). لذا، فإن تعزيز آليات التكيف الفعالة يعد خطوة استراتيجية لتحسين الصحة النفسية للنساء.

رابعاً: العلاقة بين الضغوط واضطرابات الصحة النفسية

تتأثر الصحة النفسية إلى حد بعيد بالضغوط التي تواجهها النساء في حياتهن اليومية، وهذه الضغوط قد تؤدي إلى تفاقم مشكلات نفسية مثل الاكتئاب والقلق. تتنوع مصادر هذه الضغوط، حيث تشمل العوامل الاجتماعية والنفسية مثل عدم الاستقرار

الاقتصادي والضغط في بيئة العمل، ما يؤدي إلى تأثيرات سلبية على الحالة النفسية. أظهرت الأبحاث أن الأفراد الذين يتعرضون لضغوط مستمرة يكونون أكثر عرضة لمشكلات الصحة النفسية، مما يستدعي الحاجة إلى استراتيجيات تدخل فعالة لتعزيز القدرة على التكيف. من المهم أيضاً تعزيز الخصائص النفسية الإيجابية، مثل الإحساس بالهدف وتوافر الدعم الاجتماعي، للحد من خطر الاكتئاب. (Funds et al., 2019) يسלט الضوء على تفاعل العوامل البيولوجية والنفسية مع الضغوط، مما يبرز أهمية فهم هذه العلاقة لتحسين الصحة النفسية للنساء. (Majors et al., 2019) يشير إلى أهمية الطبيعة في تعزيز قدرة الأفراد على التكيف مع الضغوط النفسية، مما يدل على دور البيئة الطبيعية كوسيلة لتخفيف الضغوط وتعزيز الصحة النفسية بنحو عام.

الفصل الثالث: العوامل الاجتماعية التي تساهم في تحديات الصحة النفسية للنساء

تواجه النساء تحديات نفسية متعددة تتأثر إلى حد بعيد بالعوامل الاجتماعية المحيطة بهن. يلعب الضغط الناتج عن الأدوار الاجتماعية التقليدية والتمييز ضد المرأة دوراً مهماً في زيادة مستويات التوتر والقلق لديهن. وقد أظهرت الدراسات أن النساء غالباً ما يتحمل مسؤوليات إضافية في مجالات العمل والمنزل، مما يؤدي إلى شعورهن بالإرهاق وعدم التوازن بين حياتهن المهنية والشخصية. كما أن الدعم الاجتماعي قد يكون محدوداً في بعض المجتمعات، مما يعزز من شعورهن بالوحدة النفسية. وهذا يتماشى مع ما ذكره (Andrew et al., 2016) بشأن أهمية دعم المديرين وزملاء العمل في تخفيف ضغوط العمل. فضلاً عن ذلك، فإن الضغوط المتعلقة بالصحة النفسية يمكن أن تؤثر سلباً على الأداء الفردي، كما أشارت (Cooper et al., 2002)، مما يبرز الحاجة إلى توفير بيئات عمل صحية تدعم رفاهية النساء، وتعزز من قدراتهن النفسية.

أولاً: الحالة الاجتماعية والاقتصادية وأثارها

تعد الحالة الاجتماعية والاقتصادية من العوامل الأساسية التي تؤثر في الصحة النفسية للنساء، حيث تتداخل هذه العوامل مع ضغوطات أخرى تؤثر في رفاهيتهن العقلية. تشير الأبحاث إلى أن التمييز الاجتماعي له تأثير كبير على الصحة النفسية، مما يبرز أهمية الاعتراف بتجارب النساء المختلفة وتأثيرها في صحتهن النفسية

(Fredriksen-Goldsen et al., 2014). فضلاً عن ذلك، تؤدي الظروف الاقتصادية والأمان المالي دوراً في تشكيل الضغوط الحياتية التي تؤثر في مستويات الاكتئاب والقلق. لذا، من الضروري الاهتمام بكيفية استفادة النساء من أساليب جديدة في الرعاية الصحية، مثل الرعاية الجماعية، التي أثبتت فعاليتها في تحسين التجارب الصحية عن طريق زيادة الدعم الاجتماعي والتفاعل الإيجابي (Doherty et al., 2023). لذلك، يتطلب الأمر اتخاذ خطوات فعالة لتحسين الظروف الاجتماعية والاقتصادية، مما يساهم على نحو مباشر في تعزيز الصحة النفسية لدى النساء.

ثانياً: أثر العلاقات الأسرية وأدوار الرعاية

تعد ديناميكيات الأسرة وأدوار الرعاية من العناصر الأساسية التي تؤثر في الصحة النفسية والعاطفية للمرأة. العلاقات داخل الأسرة تؤدي دوراً حاسماً في التفاعل الاجتماعي والنفسي. تشير الدراسات إلى أن الأمهات اللواتي يواجهن مشكلات في تعاطي المخدرات يتبعن أساليب رعاية غير فعالة، مما يؤثر سلباً على علاقاتهن بأطفالهن (Paroling et al., 2016). هذه الديناميكيات المضطربة تربط الضغوط النفسية بمشكلات صحية. تعرض المرأة لصدمات اجتماعية، مثل العنف والتهميش، يزيد الأعباء النفسية، ويضعف قدرتها على مواجهة التحديات اليومية. من الضروري أن نتطرق إلى معالجة هذه الضغوط النفسية عن طريق تدخلات محددة لتحسين الصحة النفسية للنساء، مما يبرز الحاجة إلى تعزيز مهارات الرعاية الأسرية والتواصل (Aggarwal et al., 2024). تحسين ديناميكيات الأسرة يمكن أن يساهم في تعزيز رفاهية النساء وتقليل الضغوط النفسية.

ثالثاً: الضغوط في مكان العمل والتمييز القائم على الجنس

تتعرض النساء في بيئات العمل لضغوط نفسية وفوارق اجتماعية تؤثر إلى حد بعيد على تجربتهن، وتعد هذه العوامل من أبرز التحديات التي يواجهنها. يعود التمييز القائم على الجنس إلى ممارسات العمل غير المتكافئة التي قد تزيد شعور القلق والاكتئاب، مما يؤثر سلباً على الصحة النفسية للنساء. أشارت الدراسات إلى أن انتشار التمييز والتمييز في العمل قد يؤدي إلى زيادة مستويات الاكتئاب والقلق، كما أظهر (Cameras et al., 2021) تأثير الضغوط الاجتماعية على الوصم الاجتماعي. فضلاً عن ذلك، تشير الأبحاث إلى أن عدم فهم قضايا

التنوع من قبل مقدمي الرعاية النفسية يمكن أن يعزز التحيز والتمييز، مما يزيد الضغط النفسي على الصحة النفسية للنساء (Gleason et al., 2016). لذا، هناك حاجة ملحة لتعزيز برامج التدريب والوعي المتعلقة بقضايا النوع الاجتماعي في أماكن العمل، بهدف تحسين جودة الحياة النفسية للنساء وزيادة رفاههن.

رابعاً: تأثير شبكات الدعم الاجتماعي

تعد شبكات الدعم الاجتماعي ضرورية لتعزيز الصحة النفسية لدى النساء، حيث تسهم في تقليل الآثار النفسية والاجتماعية الناتجة عن الضغوط المختلفة. تواجه النساء تحديات عديدة مثل الفقر والعنف وضغوط العمل، مما يؤدي إلى زيادة القلق والاكتئاب. عن طريق توفير دعم قوي، يمكن لهذه الشبكات أن تخفف هذه الضغوط، وتعزز الشعور بالانتماء. تشير الدراسات إلى أن النساء اللاتي يعانين ضغوطاً نفسية مرتفعة يمكنهن الاستفادة إلى حد بعيد من هذه الشبكات (Aggarwal et al., 2024). ومع ذلك، ينبغي مراعاة التنوع، حيث إن العوامل الاجتماعية والبيئية قد تؤثر في كيفية تقديم هذه الشبكات للدعم. لذا من المهم توجيه الجهود نحو تعزيز هذه الشبكات لتحسين الصحة النفسية ودعم الرفاهية بنحوٍ عام (Fredriksen-Goldsen et al., 2014).

الفصل الرابع: استراتيجيات لتعزيز الصحة النفسية بين النساء

تعاني العديد من النساء من ضغوط نفسية نتيجة لعدة عوامل، منها التمييز القائم على الجنس، الأعباء الأسرية، والمواقف الاجتماعية السلبية. من الضروري وضع استراتيجيات شاملة لتعزيز الصحة النفسية لدى النساء، تركز على الوقاية والدعم النفسي. تشمل هذه الاستراتيجيات خلق بيئات آمنة تعزز الدعم الاجتماعي وتسهّل تبادل التجارب والتحديات. كما أن زيادة الوعي بالصحة النفسية تعد خطوة أساسية لتقليل الوصمة الاجتماعية المرتبطة بها. فضلاً عن ذلك، يمكن أن تسهم برامج التدريب على المهارات الحياتية وممارسة الرياضة بنحوٍ منتظم في تعزيز الرفاهية النفسية وتقليل التوتر. تشير الأبحاث، مثل تلك التي أجريت على العاملين في مجال مساعدات اللاجئين (Rizkalla et al., ٢٠١٩)، إلى أن نقص الدعم والتعرض لضغوط مستمرة قد يؤديان إلى آثار نفسية خطيرة، مما يُبرز ضرورة تطوير سياسات وقائية تدعم الصحة النفسية للنساء في مختلف السياقات.

أولاً: أهمية التعليم والوعي بالصحة النفسية

تحسين الصحة النفسية يحتاج إلى زيادة التعليم والوعي حول القضايا النفسية. التعليم مهم لتمكين الناس، خصوصاً النساء، من معرفة علامات الاضطرابات النفسية وطلب الدعم عند الحاجة. الأبحاث تظهر أن الضغوط النفسية قد تؤثر سلباً على الصحة النفسية والجسدية، كما توضح الدراسات أن الظروف النفسية السيئة تؤثر في الأسرة كلها (Lehmann, 2014؛ Ashley et al., 2016). لذا، من الضروري تطوير استراتيجيات تعليمية تعزز المرونة النفسية، حيث تساعد هذه الاستراتيجيات الأفراد على مواجهة التحديات والضغوط). عن طريق زيادة المعرفة النفسية، يصبح الناس أكثر وعياً بقدرتهم على التعامل مع التوتر، مما يدعم صحتهم النفسية، ويحسن الرفاهية بنحو عام.

ثانياً: التدخلات المجتمعية ومجموعات الدعم

تعد التدخلات المجتمعية ومجموعات الدعم أدوات حيوية لتعزيز الصحة النفسية للنساء، خاصة في ظل التحديات العديدة التي يواجهنها. توفر هذه التدخلات بيئة آمنة تشجع النساء على التعبير عن مشاعرهن وتجاربهن. تشير الدراسات إلى أن الانتماء والدعم الاجتماعي لهما تأثير إيجابي على الصحة النفسية، كما توضح الأبحاث آثار العنف الجنسي والتمييز على النساء (Broekaert et al., 2014). فضلاً عن ذلك، تثبت الأبحاث أن المجموعات الداعمة تساهم في تقليل معدلات القلق والاكتئاب، لا سيما بين النساء اللواتي يواجهن ضغوطات اجتماعية مثل التمييز بناءً على الميل الجنسي أو أنماط الحياة غير التقليدية (Pendleton et al., 2019). لذلك، يمكن القول إن هذه التدخلات تؤدي دوراً مهماً في تحسين الرفاهية النفسية وتعزيز القدرة على مواجهة التحديات اليومية.

ثالثاً: دور مقدمي الرعاية الصحية في تعزيز الصحة النفسية

يعد مقدمو الرعاية الصحية عنصراً أساسياً في تعزيز الصحة النفسية للنساء، حيث يتعاملون مع احتياجاتهن النفسية في ظل التحديات العديدة التي يواجهنها اليوم. ينبغي على هؤلاء المقدمين تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للنساء عن طريق استراتيجيات فعالة، مثل التوجيه النفسي والاهتمام بمشكلاتهن. وقد أظهرت الدراسات أن اعتماد برامج توعوية تفاعلية، مثل برامج التنقل العيادي، قد أسهم في تحسين نتائج العلاج وزيادة وعي

النساء بعمليات العلاج، مما يعزز من التزامهن به (Burke et al., 2014). يتجاوز دور مقدمي الرعاية الصحية مجرد تقديم الرعاية السريرية، حيث ينبغي أن يعملوا كمسهلين لتجارب النساء في مجال الرعاية النفسية، مما يسهم في تعزيز الصحة النفسية عن طريق دمج الجوانب الاجتماعية والنفسية في العلاج (Aarons et al., 2016).

رابعاً: توصيات لتحسين الصحة النفسية للنساء

الصحة النفسية للنساء موضوع حيوي يتطلب استراتيجيات فعالة لتحسين الأوضاع. ومع تزايد التحديات التي تواجه النساء، مثل الضغوط الاجتماعية والاقتصادية الناتجة عن عوامل متعددة، ينبغي أن تركز السياسات على توفير الدعم النفسي والاجتماعي. ينبغي تطوير برامج تعليمية تستهدف النساء بمختلف أعمارهن لزيادة الوعي بالصحة النفسية، مما يسهم في تقليل المرتبطة بطلب المساعدة النفسية. فضلاً عن ذلك، من الضروري تحسين إمكانية الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية النفسية عن طريق إنشاء مراكز دعم مجتمعية تقدم استشارات مجانية أو بأسعار معقولة. وقد أظهرت الأبحاث أن الدعم النفسي له تأثير إيجابي على تعزيز الصحة النفسية للنساء (USC Social, ٢٠١٣). كما أنه من الضروري أن تعتمد السياسات الصحية. استراتيجيات تعالج تأثير الضغوط المتعددة التي تواجه النساء، مثل تلك التي تعانيها الأسر التي فقدت أحد الوالدين بسبب الخدمة العسكرية. تشير الدراسات إلى أهمية تقديم الدعم لهذه الأسر عن طريق تطبيق هذه التوصيات، يمكن للدول تحسين جودة حياة النساء وتحقيق تقدم ملحوظ في صحتهن النفسية.

الخاتمة:

تشير الدراسات إلى أن التوتر الناتج عن العمل يمكن أن يؤثر سلباً على الأفراد، بما فيهم النساء، مما يستدعي اهتماماً خاصاً من قبل الباحثين والمتخصصين في هذا المجال يُعد فهم الضغوط التي تواجهها النساء بسبب مسؤولياتهن الاجتماعية والمهنية، فضلاً عن أهمية تحقيق توازن بين العمل والحياة الشخصية، أمراً أساسياً لتحسين صحتهن النفسية. فضلاً عن ذلك، أظهرت الأبحاث أن وجود الحيوانات الأليفة يمكن أن يسهم في تعزيز

الصحة العاطفية وتقليل الشعور بالوحدة، رغم أنه قد يتسبب أيضاً في بعض الضغوط الناتجة عن الالتزامات اليومية (Williams et al., 2020). لذلك، ينبغي أن تشمل الاستراتيجيات المستقبلية لمواجهة ضغوط الحياة كافة هذه العوامل لتعزيز الرفاهية النفسية للنساء بنحوٍ فعّال. (Cooper et al., 2002).

أولاً: ملخص للنتائج الرئيسية

تسهم دراسة تأثير العوامل النفسية والاجتماعية على الصحة النفسية للنساء في فهم التحديات التي يواجهونها، خاصة في ظل الضغوط مثل التمييز والعلاقات المعقدة. تشير نتائج الأبحاث إلى أن التعرض للتمييز قد يؤدي إلى زيادة أعراض الاكتئاب بعد الولادة، كما أكدت دراسة على أن هذا التعرض يؤثر سلباً على صحة النساء النفسية خلال مدة الحمل (Doherty et al., 2023). كما تبرز أهمية الدعم الاجتماعي في تقليل أخطار الاكتئاب، حيث أظهرت دراسة من باكستان أن توفر الدعم الاجتماعي يقلل من احتمالات الإصابة بالاكتئاب بعد الولادة. لذا، فإن وجود بيئات دعم متكاملة يمكن أن يسهم في تعزيز الرفاهية النفسية، مما يستدعي تطوير استراتيجيات فعالة لزيادة الوعي والدعم النفسي للنساء في المجتمعات المختلفة. (John et al., 2017)

ثانياً: الآثار المترتبة على الأبحاث المستقبلية

تعد الأبحاث المستقبلية حول تأثير الضغوط النفسية والاجتماعية على الصحة النفسية للنساء ضرورية، وتحتاج إلى مزيد من الدراسة. من المهم فهم كيفية تأثير العوامل الاجتماعية، مثل تمكين النساء، على صحة الأمومة ومعدلات الولادة المبكرة لتعزيز الصحة النفسية بين النساء. تشير الأدلة إلى أن تمكين النساء يمكن أن يسهم في تقليل معدلات الولادة المبكرة عن طريق تحسين الظروف المعيشية والنفسية (A Bermúdeskillán et al., 2017). فضلاً عن ذلك، أظهرت الدراسات وجود اختلافات بين الرجال والنساء في ردود أفعالهم تجاه الإجراءات الصحية والتقييمات النفسية المتعلقة بمخاطر الأمراض القلبية، مما يستدعي تطوير نماذج تأخذ في الاعتبار هذه الفروق بين الجنسين (A Ellis et al., 2013). عن طريق دراسة هذه الجوانب، يمكن تطبيق استراتيجيات مخصصة تهدف إلى تحسين الرفاهية النفسية للنساء.

ثالثاً: دعوة إلى العمل لأصحاب المصلحة

تتطلب المبادرات المتعلقة بالصحة النفسية للنساء تعاوناً واسعاً من جميع الجهات المعنية، مثل الحكومات والمجتمعات المحلية والمنظمات غير الحكومية. يمكن أن تسهم هذه الجهات في تحسين ظروف النساء عن طريق تطوير سياسات واستراتيجيات تلي احتياجاتهن. تشير الدراسات إلى أن القادة المحليين يحتاجون إلى خلق بيئات آمنة تساعد النساء في مواجهة الضغوط النفسية التي يتعرضن لها (USC Social Work Center (for Innovation and Research on Veterans and Families, 2013). كما أن تنفيذ برامج الدعم النفسي والاجتماعي يمكن أن يكون له تأثير كبير في تعزيز الصحة النفسية للنساء وزيادة قدرته على مواجهة التحديات. فضلاً عن ذلك، ينبغي على المؤسسات التعليمية والبحثية مثل جامعة جنوب كاليفورنيا التعاون مع الفاعلين في المجتمع لرفع مستوى الوعي وتمكين النساء (Baker et al., 2008). يتطلب هذا التعاون التزاماً مستمراً ورؤية شاملة تهدف إلى تحسين حياة النساء وتعزيز رفاهيتهم النفسية والاجتماعية.

رابعاً: أفكار حول تحسين الصحة النفسية ورفاهية النساء

الصحة النفسية للنساء موضوع معقد يتطلب اهتماماً خاصاً؛ نظراً للتحديات الفريدة التي يواجهنها في المجتمع. من الضروري تعزيز الرفاهية النفسية عن طريق استراتيجيات متنوعة تشمل التعليم والدعم الاجتماعي والوعي الذاتي. ينبغي تعزيز برامج التعليم النفسي في المدارس والمجتمعات لرفع الوعي حول مواضيع الصحة النفسية وأهمية الدعم. فضلاً عن ذلك، تعد شبكات الدعم الاجتماعي ضرورية، حيث يمكن للنساء تبادل التجارب والموارد، مما يساعد على تقليل شعور العزلة. من المهم أيضاً تشجيع النساء على ممارسة تقنيات الرعاية الذاتية مثل التأمل والتمارين الرياضية، التي تسهم في تحسين حالتهم النفسية. عن طريق هذه الاستراتيجيات، يمكن تحقيق تحسين ملحوظ في الصحة النفسية للنساء، مما يسهم في بناء مجتمعات صحية وأكثر تماسكاً.

المصادر والمراجع

- الابراهيم، أ.ب (٢٠١٦). الصحة النفسية لدى النساء الأردنيات المعنفات. مجلة الجامعة الإسلامية للبحوث الإنسانية، ١٨(٢).

- أبو جدي، وأحمد (٢٠١٢). الخصائص السيكومترية لنظام التقييم السلوكي للأطفال (نسخة التقدير الذاتي للطفل) المطور على البيئة الأردنية.
- الاتحاد العام للمرأة الفلسطينية (٢٠٠٨). وثيقة حقوق المرأة الفلسطينية.
- الأمم المتحدة. (٢٠١٦). الوضع الاجتماعي والاقتصادي للنساء والفتيات الفلسطينيات، اللجنة الاجتماعية والاقتصادية لغربي آسيا.
- جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية. (٢٠٢٠). دراسة استطلاعية حول العنف المبني على النوع الاجتماعي في المجتمع الفلسطيني (نتائج استطلاع للرأي بين طلبة الجامعات في الضفة الغربية)
- الدسوقي، م.م. (٢٠٠٦). الشعور باليأس والعجز وتصور الانتحار لدى عينة من النساء الراشدات الممرضات للإساءة الزوجية، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر العدد ٢٠٠٤.
- الرواد، ح (٢٠٠٥). أثر برنامج إرشادي في معالجة العجز المتعلم لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في مدارس دينية معان، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، العراق.
- الزاملي، كاظم (٢٠١٤). بناء مقياس لإدارة الانفعالات لدى المشرفين التربويين في سلطنة عمان، جامعة السلطان قابوس، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، مج ٨، ع ٣٤.
- السعايدة، محمد (٢٠١٠). الخصائص المعرفية والانفعالية لدى عينة من الزوجات المعنفات وغير المعنفات، المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، المجلد ٣، العدد ٣.
- الشمري، ع.ح. (٢٠١٧). الإحباط وعلاقته بالعجز النفسي، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- عبد، علي (٢٠٠٩). العجز المتعلم وعلاقته بالأسلوب المعرفي تحمل-عدم التحمل الغموض لدى طلبة الجامعة، ٢٤٦-٢٠٢، ١٥(٥٩).
- العواودة، أ (٢٠١٠). العنف الأسري، مؤتمر لاثقافة العنف ضد المرأة، جمعية نساء ضد العنف، المركز الثقافي الملكي، عمان الأردن.
- غصن، م.ن. (٢٠١٧). العجز المكتسب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة رياض الأطفال ببرنامج التعليم المفتوح في كلية التربية بجامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، المجلد (٣٩)، العدد (٦٦)، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.

- الفرحاتي، س.م.(٢٠٠٥). سيكولوجية العجز المتعلم: مفاهيم -نظريات- تطبيقات، ع ٢٧١.
- محمد، الرشيدى (٢٠١٤). العلاج العقلاني الانفعالي والعجز المتعلم. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ٣(١)، ٢٦-٦٩.
- محمود، أ.ع.(٢٠١١). فاعلية برنامج ارشادي للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة النفسية للمرأة المساء إليها، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، عدد ٢١، مجلد ٢.
- محمود، ض.ع.(٢٠٠٨). العجز النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، ١٣١-٢٠٠، (١٦)٥.
- محمود، ض.ع. (٢٠١١). العجز النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات، جامعة بغداد، كلية التربية للبنات، قسم رياض الأطفال.
- منظمة الصحة العالمية، المكتب الإقليمي لشرق المتوسط. (٢٠١٨) <http://www.emro.who.int/ar/violence-injures-disabilities/violence/>
- وزارة شؤون المرأة. (٢٠١٩). التقرير الوطني "بيجين بعد ٢٥ عاما" إنجازات وتحديات وإجراءات.
- يوسف، ع.م.أ. (٢٠٢٠). مشكلات المرأة المعنفة ودور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية في التخفيف منها.
- Louden, Elaine (2020). "The association of sexual orientation with allostatic load and cardiovascular health: An analysis of the National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)". 'The Ohio State University Libraries'.
<https://core.ac.uk/download/323061971.pdf>
- Rogers, Cynthia (2018). "Addressing the Psychosocial Risk Factors Affecting the Developing Brain of the High-Risk Infant". Washington University Open Scholarship.
<https://core.ac.uk/download/233218292.pdf>
- Upadhyay, V Adjiwanou, V Swanson, X Hou, Y Neggers (2017). "Conceptualizing pathways linking women's empowerment and prematurity in developing countries.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/323079918.pdf>
- Doherty, Emily (2023). "Influences on Pregnancy: An Exploration of Maternal Discrimination, an Alternative Model of Prenatal Care

- and Health Information Online". Clemson University Libraries.
<https://core.ac.uk/download/568116092.pdf>
- Upadhyay, V Adjiwanou, V Swanson, X Hou, Y Neggers (2017). "Conceptualizing pathways linking women's empowerment and prematurity in developing countries.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/323079918.pdf>
 - Juczyński, Z Spindel (2013). "How does gender influence the recognition of cardiovascular risk and adherence to self-care recommendations?: a study in polish primary care". 'Springer Science and Business Media LLC'.
<https://core.ac.uk/download/19553370.pdf>
 - Doherty, Emily (2023). "Influences on Pregnancy: An Exploration of Maternal Discrimination, an Alternative Model of Prenatal Care and Health Information Online". Clemson University Libraries.
<https://core.ac.uk/download/568116092.pdf>
 - John, Vimla Gill (2017). "Predictors of Postpartum Depression among Women in Karachi, Pakistan". The Scholars Repository @ LLU: Digital Archive of Research, Scholarship & Creative Works.
<https://core.ac.uk/download/151739914.pdf>
 - Cazares, Eric J. (2021). "I AM OUT, NOW WHAT?: THE DOUBLE-EDGED SWORD OF BEING JUSTICE-INVOLVED". CSUSB ScholarWorks.
<https://core.ac.uk/download/480448651.pdf>
 - Gleason, Hillary (2016). "Improving Mental Health Care for Transgender Consumers: Providers' Attitudes, Knowledge, and Resources". University of Montana, Maureen and Mike Mansfield Library.
<https://core.ac.uk/download/267575523.pdf>
 - Cooper, Cary L., O'Driscoll, Michael P. (2002). "Job-related stress and burnout". Penguin Group.
<https://core.ac.uk/download/29198217.pdf>
 - Vannelli, Jessica (2018). "Prosocial Behavior as a Stress Moderator: The Physiological and Psychological Components". Scholars Crossing.
<https://core.ac.uk/download/213462350.pdf>
 - Andrew James Clements, Gail Kinman, House of Commons Justice Committee, Jacqui Hart (2016). "Work-related wellbeing in UK prison officers: a benchmarking approach". 'Emerald'.
<https://core.ac.uk/download/77038069.pdf>

- Cooper, Cary L., O'Driscoll, Michael P. (2002). "Job-related stress and burnout". Penguin Group.
<https://core.ac.uk/download/29198217.pdf>
- Cooper, Cary L., O'Driscoll, Michael P. (2002). "Job-related stress and burnout". Penguin Group.
<https://core.ac.uk/download/29198217.pdf>
- Williams, Emma (2020). "Pilot Testing a Qualitative Methodology to Evaluate the Perceived Benefits and Stressors of Sole-Dog Ownership in Full-time College Students". ScholarWorks@UARK.
<https://core.ac.uk/download/304636269.pdf>
- Broekaert, Eric, De Schryver, Maarten, Derluyn, Ilse, Verelst, An (٢٠١٤). "Mental health of victims of sexual violence in eastern Congo: associations with daily stressors, stigma, and labeling". 'Springer Science and Business Media LLC'.
<https://core.ac.uk/download/55763339.pdf>
- Pendleton, Shannon (2019). "Unseen and Unheard: Exploring the Mental Health of Mostly Heterosexual College Students". Scholars Commons @ Laurier.
<https://core.ac.uk/download/216875123.pdf>
- Fredriksen-Goldsen, Karen I., Hoy-Ellis, Charles P., Kim, Hyun-Jun, Lehavot, Keren, Muraco, Anna M., Simoni, Jane M., Walters, Karina L., Yang, Joyce (2014). "The Health Equity Promotion Model: Reconceptualization of Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender (LGBT) Health Disparities". Digital Commons at Loyola Marymount University and Loyola Law School.
<https://core.ac.uk/download/267177748.pdf>
- Doherty, Emily (2023). "Influences on Pregnancy: An Exploration of Maternal Discrimination, an Alternative Model of Prenatal Care and Health Information Online". Clemson University Libraries.
<https://core.ac.uk/download/568116092.pdf>
- Fredriksen-Goldsen, Karen I., Hoy-Ellis, Charles P., Kim, Hyun-Jun, Lehavot, Keren, Muraco, Anna M., Simoni, Jane M., Walters, Karina L., Yang, Joyce (2014). "The Health Equity Promotion Model: Reconceptualization of Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender (LGBT) Health Disparities". Digital Commons at Loyola Marymount University and Loyola Law School.
<https://core.ac.uk/download/267177748.pdf>
- Aggarwal, Niti, Commodore, Yvonne, Ebong, Imo, Fonkoue, Ida, Mattina, Deirdre, Ogunniyi, Modele, Oliveira, Glaucia, Quesada, Odayme, Sharma, Jyoti, Spikes, Telisa, Sullivan, Samaah,

Vaccarino, Viola (2024). "The Role of Psychosocial Stress on Cardiovascular Disease in Women: JACC State-of-the-Art Review.". eScholarship, University of California.

<https://core.ac.uk/download/617034201.pdf>

- Young, Ashleigh C. (2014). "EFFECTS OF THE INTERACTION OF RELIGION AND INTERNALIZED HOMONEGATIVITY ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING". Indiana State University. <https://core.ac.uk/download/533935201.pdf>
- Crosswell, Alexandra D, Epel, Elissa S, Mayer, Stefanie E, Mendes, Wendy Berry, Prather, Aric A, Puterman, Eli, Slavich, George M (2018). "More than a feeling: A unified view of stress measurement for population science.". eScholarship, University of California. <https://core.ac.uk/download/305124133.pdf>
- Gardner, Dianne, O'Driscoll, Michael P. (2007). "Professional wellbeing". The New Zealand Psychological Society. <https://core.ac.uk/download/29197096.pdf>
- ".(2013) Enhancing the Well-Being of America's Veterans and Their Families: A Call to Action for a National Veterans Policy". USC Social Work Center for Innovation and Research on Veterans and Families. <https://core.ac.uk/download/75777611.pdf>
- Carter, Ebony B, Kornfield, Sara, Lenze, Shannon N, Mathews, Katherine, McKay-Gist, Kelly, Paul, Rachel, Phillips, Cheron, Smith, Richelle, Stoermer, Amanda, Tepe, Melissa (2024). "Elevating Voices, Addressing Depression, Toxic Stress, and Equity through Group Prenatal Care: A pilot study". Digital Commons@Becker. <https://core.ac.uk/download/604217873.pdf>
- Arnold, Jaylynn (2023). "Black Maternal Mortality: A Result of the Haunting past". UW Tacoma Digital Commons. <https://core.ac.uk/download/587864557.pdf>
- Bayes, Sara, Foster, Kim, Moran, Lynnelle (2023). "What is known about midwives' well-being and resilience? An integrative review of the international literature". Wiley Periodicals LLC. <https://core.ac.uk/download/590735219.pdf>
- Hicks, Laurel Marie (2017). "Preparing To Parent: Mindfulness In Expectant Parents Exposed To Adversity".

- DigitalCommons@WayneState.
<https://core.ac.uk/download/141728583.pdf>
- " (2013) Enhancing the Well-Being of America's Veterans and Their Families: A Call to Action for a National Veterans Policy". USC Social Work Center for Innovation and Research on Veterans and Families.
<https://core.ac.uk/download/75777611.pdf>
 - " (2007) The Psychological Needs of U.S. Military Service Members and Their Families: A Preliminary Report". American Psychological Association Presidential Task Force on Military Deployment Services.
<https://core.ac.uk/download/71340116.pdf>
 - Burke, Nancy J, Gabitova, Guzyal (2014). "Improving healthcare empowerment through breast cancer patient navigation: a mixed methods evaluation in a safety-net setting.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/323063797.pdf>
 - Jeffrey S, Young, Vicki, Yuan, Patrick (2016). "Proceedings of the 3rd Biennial Conference of the Society for Implementation Research Collaboration (SIRC) 2015: advancing efficient methodologies through community partnerships and team science: Seattle, WA, USA. 24-26 September 2015.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/286729096.pdf>
 - " (2013) Enhancing the Well-Being of America's Veterans and Their Families: A Call to Action for a National Veterans Policy". USC Social Work Center for Innovation and Research on Veterans and Families.
<https://core.ac.uk/download/75777611.pdf>
 - Bakker, Hilde, Dedoncker, Koen, Keygnaert, Ines, Temmerman, Marleen, Van Petegem, Marijke, Wassie, Najla, Wilson, Ruth (2008). "Hidden violence is a silent rape: prevention of sexual & gender-based violence against refugees & asylum seekers in Europe: a participatory approach report". Ghent University. International Centre for Reproductive Health (ICRH).
<https://core.ac.uk/download/55856403.pdf>
 - Funes, Cynthia, Krause, Beatrix, Laird, Kelsey T, Lavretsky, Helen (2019). "Psychobiological factors of resilience and depression in late life.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/323076847.pdf>
 - Majors, Fatimah T. (2019). "Examining the Effects of Exposure to Nature on Well-Being: Implications for College Campuses".

DigitalCommons@Pace.

<https://core.ac.uk/download/212893453.pdf>

- " (2007) The Psychological Needs of U.S. Military Service Members and Their Families: A Preliminary Report". American Psychological Association Presidential Task Force on Military Deployment Services.
<https://core.ac.uk/download/71340116.pdf>
- Cooke, A, Gallicchio, G, Ring, C (2017). "Eye quietness and quiet eye in expert and novice golf performance: an electrooculographic analysis". International Society of Sport Psychology.
<https://core.ac.uk/download/187115165.pdf>
- Parolin, Micol, Simonelli, Alessandra (2016). "Attachment Theory and Maternal Drug Addiction: The Contribution to Parenting interventions.". 'Frontiers Media SA'.
<https://core.ac.uk/download/53531260.pdf>
- Aggarwal, Niti, Commodore, Yvonne, Ebong, Imo, Fonkoue, Ida, Mattina, Deirdre, Ogunniyi, Modele, Oliveira, Glaucia, Quesada, Odayme, Sharma, Jyoti, Spikes, Telisa, Sullivan, Samaah, Vaccarino, Viola (2024). "The Role of Psychosocial Stress on Cardiovascular Disease in Women: JACC State-of-the-Art Review.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/617034201.pdf>
- Marsack, Jessica (2018). "Stigma, Mental Health, and Dyadic Coping for Sexual Minority Persons in the United States".
http://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/2027.42/144198/1/marsjess_1.pdf
- Rizkalla, Niveen, SEGAL, Steven P. (2019). "Trauma during humanitarian work: the effects on intimacy, wellbeing and PTSD-symptoms.". eScholarship, University of California.
<https://core.ac.uk/download/323081938.pdf>
- Jeri M. Antilla, Teresa S. Johnson (2024). "Life Stressors and Mental Well-Being: Experiences of African American Women Navigating Perinatal Loss and Pregnancy Subsequent to Loss". 50. pp.326-364.
<https://www.semanticscholar.org/paper/01e674b2915b47c9c63ece9416efa41784eb401c>
- Maria José Carvalho Nogueira, C. Sequeira (2024). "Positive and Negative Correlates of Psychological Well-Being and Distress in College Students' Mental Health: A Correlational Study". 12

الصحة النفسية للمرأة العاملة: دراسة وصفية لمصادر الضغوط والاستراتيجيات المواجهة

أ.م.د. فينوس ميثم علي

الجامعة المستنصرية- كلية التربية الاساسية

الملخص:

في عالمنا الحديث، حيث تتسارع وتيرة الحياة، وتزايد متطلبات العمل، تبرز قضية الصحة النفسية للمرأة العاملة كواحدة من القضايا الملحة التي تستحق الدراسة والبحث. فكيف يمكن للمرأة أن تحقق التوازن بين مسؤولياتها المهنية والأسرية دون التضحية بصحتها النفسية؟ وما هي الضغوط الخفية التي تواجهها المرأة العاملة في رحلتها اليومية لتحقيق النجاح المهني والشخصي؟ هذه الأسئلة هي محور دراستنا الحالية، التي تهدف إلى الكشف عن مصادر الضغوط المتعددة التي تثقل كاهل المرأة العاملة. هل هذه الضغوط متجذرة في بيئة العمل نفسها، أم أنها تمتد لتشمل الجوانب الاجتماعية والنفسية المحيطة بها؟ من ناحية أخرى، ما هي الإستراتيجيات الفعالة التي تعتمد عليها المرأة للتعامل مع هذه التحديات والحفاظ على سلامتها النفسية؟ ستحلل الدراسة مصادر الضغوط المختلفة، بدءاً من الضغوط المرتبطة بالعمل مثل عبء العمل والمنافسة الشديدة، وانتهاءً بالضغوط الاجتماعية المتعلقة بالتوقعات المجتمعية والمتطلبات غير الواقعية أحياناً. كما ستعرض إستراتيجيات التكيف التي تستخدمها المرأة، مثل الدعم النفسي والاجتماعي والأسري، التي قد تكون بمكانة شريان حياة للعديد من النساء.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، المرأة العاملة: مصادر الضغوط، الاستراتيجيات

المواجهة.

Mental Health of Working Women: A Descriptive Study of Sources of Stress and Coping Strategies

Dr. Venus Mitham Ali

Al-Mustansiriya University - College of Basic Education

Abstract:

In our modern world, where the pace of life is accelerating and work requirements are increasing, the issue of mental health of working women emerges as one of the urgent issues that deserve study and research. How can a woman achieve a balance between her professional and family responsibilities without sacrificing her mental health? What are the hidden pressures that working women face in their daily journey to achieve professional and personal success? These questions are the focus of our current study, which aims to uncover the multiple sources of pressure that burden working women. Are these pressures rooted in the work environment itself, or do they extend to include the social and psychological aspects surrounding them? On the other hand, what are the effective strategies that women rely on to deal with these challenges and maintain their psychological safety? The study will analyze the various sources of pressure, starting with work-related pressures such as workload and intense competition, and ending with social pressures related to societal expectations and sometimes unrealistic requirements. It will also review the coping strategies used by women, such as psychological, social, and family support, which can be a lifeline for many women.

Keywords: Mental health, working women: sources of stress, coping strategies.

الفصل الأول: مصادر الضغوط

تعد الضغوط العملية من أبرز التحديات التي يواجهها الأفراد في بيئة العمل المعاصرة. تُعرّف هذه الضغوط بأنها مجموعة العوامل والظروف المرتبطة بالعمل والتي تؤثر سلباً على الأداء الوظيفي والصحة النفسية للفرد. تتنوع أسباب هذه الضغوط وتشعب، مما يجعل فهمها وتحليلها أمراً ضرورياً لإيجاد الحلول المناسبة.

أحد المصادر الرئيسية للضغوط العملية هو طبيعة العمل نفسه وما يتطلبه من مهارات وجهود بدنية وذهنية متواصلة. الأعمال التي تستلزم ساعات عمل طويلة أو جداول زمنية غير منتظمة يمكن أن تسبب إرهاقاً شديداً للعاملين بها، مما يؤدي إلى شعورهم بالإجهاد والإحباط.

زيادة حجم المهام والمسؤوليات دون توفير الموارد اللازمة للتنفيذ قد يشكل ضغطاً كبيراً على الموظفين. فضلاً عن ذلك، فإن توقعات الإدارة العالية وأهداف الأداء الصارمة تزيد من الضغط النفسي عليهم لتحقيق النتائج المرجوة ضمن أطر زمنية محددة (Lazarus 1966). البيئة الاجتماعية داخل مكان العمل تؤدي دوراً مهماً في تحديد مستوى الضغط الذي يعاني منه الفرد؛ فالصراعات بين الزملاء والمنافسة الحادة للحصول على الترقية أو المكافآت غالباً ما تخلق توتراً نفسياً يؤثر سلباً على الإنتاجية العامة للأفراد والجماعات داخل المؤسسة. (Robbins and Judge 2018).

في ظل التقلبات الاقتصادية العالمية والتحولت السريعة في سوق العمالة، أصبح الخوف من فقدان الوظيفة مصدر قلق شائع بين العاملين اليوم؛ حيث يزيد هذا القلق بشكل ملحوظ عند حدوث عمليات إعادة الهيكلة أو تسريح جماعي للموظفين نتيجة لأسباب اقتصادية خارج سيطرة الأفراد والمؤسسات معاً.

وهناك عوامل أخرى مثل نقص التدريب والدعم الإداري وعدم وضوح الدور المطلوب والذي يسهم جميعه بتعزيز مستويات التوتر لدى الموظف وبالتالي تقليص قدرته على الإبداع والانجاز الفعال بداخل منظومة الفريق الواحد (Hafez, 2015).

من خلال تفكيك وفحص تلك العناصر المختلفة المسببة لضغط العمل يصبح لدينا رؤية أكثر وضوح حول كيفية التعامل معها مستقبلاً سواء عبر تحسين ظروف البيئة الداخلية للمؤسسة أو تهيئة برامج دعم ذوي طابع تخصصي لتوفير مساحة نفس هامة تمكن كل فرد فيها استعادة نشاط وحيوية مضاعفة تعينه مواجهة تحديات الغد بثقة أكبر وثبات أقوى.

الضغوط الاجتماعية:

في سياق الحياة المعاصرة، تعد الضغوط الاجتماعية أحد الجوانب الأساسية التي تؤثر بشكل كبير على الأفراد والمجتمعات. يُعرّف الضغط الاجتماعي بأنه تلك التحديات

والضغوط النفسية والعاطفية الناتجة عن العلاقات والتفاعلات مع الآخرين في المجتمع. هذه الضغوط يمكن أن تنشأ من مجموعة متنوعة من المصادر مثل العائلة، والأصدقاء، والزملاء في العمل أو الدراسة (Ali 2018) (Ali 2019) (Lazarus 2010). من أبرز مصادر الضغوط الاجتماعية هي التوقعات المجتمعية والمعايير الثقافية السائدة. حيث يتعرض الأفراد لضغط مستمر للامتثال لهذه المعايير لتحقيق القبول والانخراط الفاعل داخل مجتمعهم. هذا النوع من الضغط قد يؤدي إلى شعور الفرد بالقلق والإحباط إذا لم يتمكن من تلبية هذه التوقعات (Hofstede, Hofstede, and Minkov 2010).

كما تؤدي وسائل التواصل الاجتماعي دوراً محورياً في زيادة حدة الضغوط الاجتماعية الحديثة؛ إذ تُسهّل عملية المقارنة بين حياة الشخص وحياة الآخرين الذين غالباً ما يعرضون أفضل جوانب حياتهم فقط عبر منصاتهم الشخصية مما يخلق صورة غير واقعية ويزيد الشعور بالنقص وعدم الكفاية لدى البعض (Appel and Gerlach 2016).

العلاقات الأسرية أيضاً قد تكون مصدراً مهماً للضغط الاجتماعي خاصةً عندما تتضمن توقعات عالية أو خلافات دائمة حول قضايا معينة كالتهليل والتعليم والزواج وغيرها. فضلاً عن ذلك، فإن ضيق الوقت المتاح للتواصل الحقيقي والجودة المحدودة للعلاقات الإنسانية بسبب الانشغال الدائم بالأعمال اليومية يزيدان العبء النفسي والاجتماعي للفرد. على صعيد آخر، يمثل التنمر والتحرش بأشكاله المختلفة سواء كان جسدياً أم لفظياً مصدر ضغط اجتماعي خطير يؤثر سلباً على الصحة العقلية والنفسية للأفراد المستهدفين بهذين الظاهرتين المؤذنتين والتي يمكن أن تحدث في المدارس وأماكن العمل وحتى ضمن الأسرة نفسها أحياناً. (Espelage and Swearer 2004).

الفصل الثاني: استراتيجيات المواجهة

في عالمنا المعاصر، حيث تتزايد الضغوط بشكل مستمر سواء كانت عملية أو اجتماعية، تبرز الحاجة إلى تطوير استراتيجيات فعّالة لمواجهتها. تُعد الاستراتيجيات النفسية والذهنية من أهم الأدوات التي يمكن للفرد استخدامها للتعامل مع هذه الضغوط بفعالية وتحقيق التوازن النفسي والعقلي. من أبرز الأساليب في هذا السياق هو ممارسة التأمل الذهني (Mindfulness)، الذي يُعنى بالتركيز على اللحظة الحالية

والانفصال عن الأفكار السلبية والمشتتات المحيطة. يساعد التأمل الذهني الأفراد على تقليل مستويات القلق والتوتر عبر تعزيز الوعي الشخصي والسيطرة على ردود الفعل العاطفية تجاه المواقف الصعبة. تشير الدراسات الحديثة إلى أن الأشخاص الذين يمارسون التأمل بانتظام يتمتعون بمستويات أقل من الكورتيزول، وهو هرمون يرتبط بالتوتر.

إضافةً إلى ذلك، يلعب التفكير الإيجابي دوراً محورياً في تحسين الحالة النفسية للأفراد ومساعدتهم في التغلب على الظروف الصعبة. يتضمن التفكير الإيجابي إعادة صياغة الأحداث بطريقة إيجابية والتركيز على الجوانب المشرقة منها بدلاً من التركيز فقط على السلبيات والمعوقات. يعزز هذا النهج التفاؤل والثقة بالنفس ويشجع الأفراد على اتخاذ خطوات بناءة نحو حل المشكلات بدلاً من الانسحاب والاستسلام للضغوط (Seligman, 2006).

كما تعد إدارة الوقت واحدة من المهارات الأساسية ضمن الاستراتيجيات الذهنية الفعالة لمواجهة الضغوط العملية والاجتماعية. تساعد إدارة الوقت الفرد في تنظيم مهامه اليومية وتحديد الأولويات مما يقلل الشعور بالفوضى والإرهاق الناتجين عن تراكم الأعمال والمسؤوليات دون خطة واضحة لتنفيذها (Tracy 2001).

ولا يمكن إهمال أهمية التدريب العقلي وتعزيز القدرات العقلية كجزء لا يتجزأ من هذه الاستراتيجية الشاملة؛ إذ يسهم تحسين القدرة التحليلية وحل المشكلات واتخاذ القرارات تحت الضغط المباشر بتخفيف تأثير تلك الضغوط وزيادة الثبات الانفعالي لدى الفرد عند مواجهة التحديات المختلفة (Al-Qahtani 2018).

الدعم الاجتماعي والأسري:

الدعم الاجتماعي والأسري يعد من الركائز الأساسية لمواجهة الضغوط الحياتية بشكل عام والضغوط النفسية بشكل خاص. عندما يواجه الفرد تحديات أو مشكلات، فإن وجود شبكة دعم قوية يمكن أن يكون له تأثير كبير على قدرته على التكيف والتعامل مع هذه الظروف الصعبة.

يُعدّ الدعم الذي يوفره الأصدقاء والعائلة وسيلة فعالة للحد من آثار الضغوط السلبية. فهو يقدم للفرد الإحساس بالانتماء والأمان العاطفي، مما يساعد في تعزيز الصحة النفسية وتحسين جودة الحياة بوجه عام. الدراسات تشير إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون

بدعم اجتماعي قوي يميلون لأن يكونوا أكثر قدرة على التعامل مع القلق والاكتئاب ويظهر لديهم مستويات أقل من الشعور بالعزلة والوحدة.

أنواع الدعم المتاحة:

يمكن تصنيف أشكال الدعم التي تقدمها الشبكات الاجتماعية والأسرية إلى عدة أنواع:

١. الدعم العاطفي: يشمل توفير التعاطف والحب والثقة والمودة والتي تساعد الشخص في التعبير عن مشاعره بحرية والشعور بالتقدير.
٢. الدعم العملي: يتضمن تقديم المساعدة العملية مثل المساندة المالية أو القيام ببعض المهام اليومية نيابةً عن الشخص المحتاج للدعم.
٣. التوجيه والنصيحة: حيث يقدم أفراد الأسرة والأصدقاء نصائح وتوجيهات مبنية على خبراتهم السابقة لتساعد الفرد في اتخاذ قرارات صائبة ومستنيرة.
٤. الاندماج المجتمعي والشعور بالانتماء: المشاركة الفعلية للأفراد ضمن مجموعات وأنشطة مجتمعية تعزز شعورهم بأنهم جزء لا يتجزأ من المجتمع الأكبر.

كيفية تفعيل وتعزيز هذا النوع من الدعم:

لتفعيل دور الأسر والمجتمع في تقديم هذا النوع المهم جداً من التأييد والدفاع النفسي والاجتماعي ينبغي اتباع بعض الاستراتيجيات:
تشجيع التواصل المفتوح والصادق بين أفراد الأسرة وبين الأصدقاء لضمان فهم متبادل وداعم للعلاقات الشخصية.
سواء كانت عائلية أم تجمعاً للأصدقاء لزيادة الترابط وتقوية الروابط الاجتماعية بينهم.

تعليم الأطفال منذ سن مبكرة أهمية العمل الجماعي وقيمة مساعدة الآخرين كجزء أساسي لبناء مجتمع داعم ومتعاون (Lindsey et al. 2008) (Bonawitz, 2011).

الفصل الثالث: تأثير العمل على الصحة النفسية

يتزايد عدد النساء اللواتي يدخلن سوق العمل بشكل ملحوظ، تبرز قضية الصحة النفسية للمرأة العاملة كموضوع حيوي يحتاج إلى دراسة متعمقة. إن التوازن بين الحياة المهنية والشخصية قد يبدو للبعض بمثابة رقصة معقدة تتطلب مهارات خاصة لتحقيق الاستقرار النفسي والمهني في آن واحد. ولكن ما هو تأثير بيئة العمل على الصحة النفسية للنساء؟ وهل يختلف هذا التأثير عن ذلك الذي يشعر به الرجال في ميدان العمل؟ (Fronde, Russell, and Barnes 1996).

تُظهر الدراسات الحديثة أن بيئة العمل يمكن أن تكون سيّماً ذو حدين بالنسبة للصحة النفسية للمرأة؛ فهي قادرة إما على تعزيز رفاهيتها أو زيادة مستويات الضغوط التي تواجهها يومياً. من هنا تنبثق الحاجة الملحة لتحليل العوامل التي تسهم في خلق بيئة عمل صحية وداعمة تُسهل عليها التعامل مع هذه التحديات.

وفي سياق أوسع، يتعين علينا استكشاف الفروق والتشابهات بين الجنسين فيما يتعلق بتأثير ضغوط العمل على الحالة النفسية لكل منهما. فهل هناك اختلاف جوهري يُميز تجربة المرأة عن الرجل عندما يتعلق الأمر بالضغوط المرتبطة بالعمل؟ (Leka and Cox 2008)

من خلال تحليل معمق لهذه القضايا وإلقاء الضوء على التجارب المختلفة للجنسين ضمن إطار الضغط النفسي الناتج عن البيئة العملية، يسعى هذا البحث لتقديم توصيات عملية مبنية على النتائج والتحليلات السابقة بهدف تحسين الظروف الصحية والنفسية للعاملات والعاملين جميعاً (Kelloway et al. 2017).

تأثير العمل على الصحة النفسية:

تأثير بيئة العمل على الصحة النفسية للمرأة هو موضوع ذو أهمية متزايدة في الأوساط الأكاديمية والاجتماعية. وقد أُجريت العديد من الدراسات الحديثة التي تسلط الضوء على هذا الجانب الهام، مما يوفر رؤى قيمة حول كيفية تأثير العوامل المختلفة في مكان العمل على الحالة النفسية للنساء.

تشير الدراسات إلى أن بيئة العمل تؤدي دوراً حاسماً في تحديد مستوى الرضا النفسي لدى المرأة العاملة. فعلى سبيل المثال، وجدت بعض البحوث أن النساء اللواتي يعملن في

بيئات عمل داعمة ومتفهمة يتمتعن بمستويات أعلى من الرفاه النفسي مقارنة بأولئك اللائي يواجهن ضغوطات وتحديات مستمرة دون دعم كافٍ. تشمل هذه الضغوطات التمييز الجنسي والتحرش وعدم المساواة في الفرص والترقيات (Derks 2012). كما تشير الأدبيات الحديثة إلى أن هناك عوامل محددة يمكنها تحسين أو تدهور الصحة النفسية للمرأة العاملة بشكل كبير. أحد هذه العوامل هو مرونة ساعات العمل ومدى توافقها مع المسؤوليات الأسرية والشخصية، حيث إن القدرة على تحقيق توازن بين الحياة المهنية والحياة الشخصية يعد عاملاً مهماً لخفض مستويات الإجهاد والقلق. (Barnett, Rivers, & Brown 2020)

إضافةً إلى ذلك، فإن الدعم الاجتماعي داخل مكان العمل يلعب دوراً محورياً؛ فوجود زملاء وإدارة متفهمين وداعمين يمكنه تخفيف الكثير من الضغوط المرتبطة بالعمل وتعزيز الشعور بالانتماء والأمان الوظيفي. كما أشارت دراسات أخرى إلى أهمية وجود سياسات مؤسسية واضحة لمناهضة التحرش والتمييز لدورها الكبير في خلق جو عمل آمن ومحترم لجميع الموظفين وخاصة النساء. وتبرز أيضاً مسألة الاعتراف والتقدير المهني كمحفز قوي لتحسين صحة المرأة العقلية والنفسية؛ فالاعتراف بمجهود وإنجازات العاملين يعزز الثقة بالنفس ويزيد من الحماس والإنتاجية بينما يقلل من مشاعر الإحباط والاكتئاب الناتجة عن عدم التقدير الكافي للعمل المبذول.

في المجمل، تؤكد الدراسات الحديثة ضرورة تبني استراتيجيات شاملة تهدف لتطوير وتحسين بيئات العمل بحيث تكون أكثر دعماً وصحة نفسياً للجميع وبخاصة النساء اللواتي قد يواجهن تحديات إضافية نتيجة للأدوار المتعددة التي يقمن بها سواء داخل المنزل أو خارجه (Kearney 2019).

تحليل للعوامل التي تسهم في تقديم بيئة عمل صحية وداعمة للمرأة:

في السنوات الأخيرة، أصبحت بيئة العمل موضوعاً محورياً في النقاش حول الصحة النفسية للمرأة. إن توفير بيئة عمل صحية وداعمة ليس مجرد رفاهية، بل ضرورة لضمان الإنتاجية والرفاه النفسي للعاملات. تتعدد العوامل التي تسهم في خلق مثل هذه البيئة وتختلف من حيث التأثير والأهمية.

أحد أهم العوامل هو التوازن بين الحياة المهنية والحياة الشخصية. يُعد هذا العامل حاسماً بشكل خاص للنساء اللواتي غالباً ما يتحملن مسؤوليات إضافية خارج إطار العمل مثل رعاية الأسرة أو الالتزامات الاجتماعية الأخرى. لذا، فإن سياسات مرونة ساعات العمل والعمل عن بعد تؤدي دوراً كبيراً في تقليل الضغط وتحسين الرضا الوظيفي لدى النساء (Lewis 2020).

العامل الآخر المهم هو الدعم المؤسسي والثقافة التنظيمية الشاملة والمتنوعة التي تحتضن الاختلافات الفردية وتعزز المساواة بين الجنسين داخل مكان العمل. عندما تشعر المرأة بأنها تُقدَّر ويتم الاستماع إلى آرائها بجدِّ واحترام، فإن ذلك يعزز شعورها بالانتماء ويقلل من مستويات القلق والتوتر المرتبطة بالعمل.

كما أن وجود برامج دعم نفسي ومهني يلعب دوراً محورياً في تقديم بيئة عمل داعمة وصحية نفسياً للمرأة؛ فوجود مستشارين متخصصين يمكن اللجوء إليهم عند الحاجة يساهم بشكل كبير في تخفيف الضغوط النفسية ويوفر مساحة آمنة للتعامل مع المشكلات المختلفة سواء كانت مهنية أم شخصية.

الأجر المتكافئ وفرص التطور المهني أيضاً تعد عوامل أساسية تضمن الشعور بالإنصاف والتحفيز المستمر للعمل الجاد والإبداعي دون إحساس بالتقصير أو الظلم الذي قد يؤثر سلباً على الحالة النفسية العامة للعاملات (Liao et al. 2019).

الفصل الرابع: دراسة مقارنة بين تأثير العمل على الصحة النفسية للنساء والرجال

تعد مسألة تأثير بيئة العمل على الصحة النفسية لكل من النساء والرجال موضوعاً معقداً ومتعدد الأبعاد، حيث تتشابك فيه العديد من العوامل الفردية والاجتماعية والثقافية. في السنوات الأخيرة، اهتم الباحثون بدراسة الفروق والتشابهات في تجارب الضغوط النفسية التي يمر بها كلا الجنسين نتيجة للعمل.

تشير الدراسات الحديثة إلى أن هناك اختلافات ملحوظة في كيفية استجابة النساء والرجال لضغوط العمل وتأثيرها على صحتهم النفسية. فمن ناحية، تميل النساء إلى الإبلاغ عن مستويات أعلى من التوتر والإجهاد النفسي المرتبط بالعمل بالمقارنة مع

الرجال. ويعود ذلك جزئياً إلى عوامل مثل تعدد المهام والمسؤوليات المنزلية والمهنية التي تقع عادةً ضمن نطاق دور المرأة التقليدي؛ مما يزيد العبء عليها بشكل كبير ويفرض تحديات إضافية تؤثر سلباً على صحتها العقلية.

إضافةً لذلك، تواجه النساء أحياناً تمييزاً جنسياً أو تحيزات قائمة على النوع الاجتماعي داخل أماكن عملهن والتي قد تسهم أيضاً في تعزيز مشاعر القلق والاكتئاب لديهن. هذه التجارب يمكن أن تكون أكثر وضوحاً وتكراراً لدى أولئك اللاتي يعملن بمناصب قيادية أو قطاعات تقليدية ذكورية المجال.

من جهة أخرى، يعاني الرجال أيضاً من ضغوط نفسية مرتبطة بالعمل وإن كانت بأشكال مختلفة قليلاً عن تلك الخاصة بالنساء. فالمسؤوليات المالية والرؤية الاجتماعية للرجل كمعيل للأسرة تؤدي دوراً محورياً فيما يتعلق بتعرضه للتوتر الناتج عن الأداء الوظيفي وتحقيق النجاح المهني المستدام الذي يعد معياراً اجتماعياً هاماً لقياس قيمة الرجل وكفاءته الشخصية والمهنية. (Kilmartin 2016).

على الرغم من الاختلافات المذكورة سابقاً، إلا أنه لا يزال هناك تشابه جوهري يكمن في حقيقة تعرض كلا الجنسين لنفس البيئة الاقتصادية المتغيرة والمتطلبة التي تزيد الضغط عموماً. لذا فإن فهم التأثير المزدوج لهذه العناصر المشتركة والفردانية يساعد بشكل أفضل في تطوير سياسات وممارسات داعمة تهدف لتحسين ظروف صحة العاملين بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي. (Sassen 1998).

بناءً عليه، يستوجب الأمر تبني مقاربات شاملة تراعي احتياجات وظروف كل جنس على حدة بجانب خلق ثقافة تنظيمية مرنة تعدف بالفروقات الفردية وتسعى لدعم رفاه الموظفين كافة دون تفرقة أو انحياز. (Nasser 2018).

تُظهر الدراسات الحديثة أن كلا الجنسين يواجهان ضغوطاً نفسية في بيئة العمل، ولكن تختلف طبيعة هذه الضغوط ومستوياتها بناءً على عدة عوامل منها الثقافة الاجتماعية والأدوار التقليدية المتوقعة من كل جنس. بالنسبة للنساء، غالباً ما ترتبط التحديات بالتمييز الجنسي وعدم المساواة المهنية مثل الفجوة الأجرية وفرص الترقية

المحدودة مقارنة بزملائهن الذكور. فضلاً عن ذلك، تعاني النساء بشكل أكبر من الضغط الناتج عن محاولة موازنة متطلبات الحياة العملية والمسؤوليات الأسرية والاجتماعية. (Eagly and Carli 2007).

من ناحية أخرى، يواجه الرجال أيضاً تحديات وضغوط تتعلق بتوقعات المجتمع منهم كتمويل رئيسي للأسرة وضرورة إثبات الكفاءة والسيطرة داخل بيئة العمل. هذا يمكن أن يؤدي إلى مستويات عالية من الإجهاد النفسي نتيجة السعي المستمر لتحقيق النجاح المهني والحفاظ عليه.

على الرغم مما سبق ذكره حول اختلاف مصادر الضغوط بين الجنسين إلا أنه توجد تشابهات جوهرية أيضاً؛ فكلاهما يعانيان بسبب ساعات العمل الطويلة والمتطلبات الوظيفية العالية والمنافسة الشديدة داخل سوق العمل الحديث الذي يتطلب مهارات متعددة وقدرات تكيف سريعة مع التغيرات التقنية والتنظيمية.

إضافة لذلك، تشير بعض البحوث إلى أنّ هناك تقاطعاً كبيراً فيما يتعلق بالتأثير السلبي لعدم الاستقرار الوظيفي والشعور بعدم الأمان المالي والذي يؤثر بصورة مباشرة على الحالة المزاجية والنفسية لدى الجميع بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي.

وبناءً عليه، فإن التعاطف المؤسسي والدعم النفسي يصبح ضرورة ملحة لتخفيف حدة تلك التأثيرات وتعزيز رفاه الموظفين عموماً عبر سياسات عمل مرنة وثقافة مؤسسات داعمة تحترم تنوع احتياجات موظفيها وتسعى لإيجاد حلول شاملة تحمد مصالح جميع الأطراف المعنية دون استثناء أو تمييز.

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة، يتضح أن تأثير العمل على الصحة النفسية للمرأة هو موضوع ذو أهمية بالغة يستدعي اهتماماً متزايداً من الباحثين وصناع القرار. استعرضنا في الفصل الثالث كيف تُظهر الدراسات الحديثة التأثيرات المتعددة لبيئة العمل على الصحة النفسية للنساء، حيث يمكن لعوامل مثل الدعم الاجتماعي والمرونة الوظيفية أن تسهم بشكل كبير في تحسين رفاههن النفسي.

وفي تحليل العوامل التي تساهم في تقديم بيئة عمل صحية وداعمة، برزت الحاجة إلى سياسات مؤسسية تراعي احتياجات المرأة العاملة وتعمل على تقليل الضغوط المرتبطة بالتوازن بين الحياة المهنية والشخصية. إن خلق بيئات عمل مرنة ومرحبة ليس مجرد خيار، بل ضرورة لضمان صحة نفسية جيدة للعاملات.

من خلال المقارنة بين الجنسين التي ناقشناها في الفصل الرابع، تبين وجود اختلافات ملحوظة وكذلك تشابهات فيما يتعلق بتأثير ضغوط العمل على الرجال والنساء. بينما قد تواجه النساء تحديات فريدة تتعلق بالأدوار الاجتماعية والتوقعات الثقافية، فإن كلا الجنسين يعانيان من ضغوط تؤثر سلباً عليهما بطرائق مختلفة تستحق الفحص والدراسة المستمرة.

إن التوصيات المقدمة تدعو المؤسسات لتبني نهج شامل يراعي التنوع ويعزز ثقافة دعم نفسي مستدامة للجميع دون تمييز. ومع ذلك يبقى هناك الكثير لاستكشافه حول كيفية تطوير حلول مبتكرة تلائم السياقات المختلفة وتعالج الحاجات الفردانية لكل عامل وعاملة.

المصادر والمراجع:

- ناصر، رامي. نفسيتك ديون: قراءة نفسية في حياة المعاصرين. القاهرة: دار ن للنشر، ٢٠١٨.
- القحطاني، محمد. "تأثير المرونة على الصحة العقلية." رسالة دكتوراه، الجامعة السعودية، ٢٠١٨.
- حافظ، هند. "التدريب والتطوير وعلاقتهمما بتعزيز الإبداع في المؤسسات." مجلة التطوير الإداري، المجلد ٢٧، العدد ٢، ٢٠١٥، ص ٧٨-٩١.
- سيلجمان، مارتين إي بي التفكير الإيجابي: روحانية الحياة الإيجابية. الرياض: الدار العربية للعلوم ناشرون، ٢٠٠٦.
- علي، سميرة. تحليل نفسي لتحديات المرأة العاملة. الجزائر: دار النشر الجزائرية، ٢٠١٩.
- علي، فاطمة. "تحليل الضغوط النفسية التي تواجه النساء العاملات في المجتمع الحالي." رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، ٢٠١٨.

- Ahmed, Fatima. "Gender Disparities in Workplace Stress." *International Journal of Social Sciences* 8, no. 2 (2019): 112-130.
- Appel, Markus, and Alexander Gerlach. "Social Comparison, Envy, and Depression on Facebook: A Study Looking at the Effects of High Comparison Standards on Depressed Individuals." *Journal of Social and Clinical Psychology* 35, no. 1 (2016): 28-45.
- Barnett, Rosalind, et al. *Gender, Health, and Healing 1250-1550*. Routledge, 2020.
- Bonawitz, E. B. (2011). The secret life of 4-year-olds: Young childrens problem solving abilities. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 76(2), vii-127.
- Cox, Tom, et al. "Workplace Stress in Organizations With ISO 9000 Quality Management Systems." *Work & Stress*, vol. 14, no. 2, 2000, pp. 86-96.
- Derks, Marjet. *Female Expatriates in Oceania: Ethnographic Perspectives*. New York: Routledge, 2012.
- Eagly, Alice H., and Linda L. Carli. "Through the Labyrinth: The Truth About How Women Become Leaders." *Harvard Business Review*, vol. 85, no. 6, 2007, pp. 98-107.
- Espelage, Dorothy L., and Susan M. Swearer. *Bullying in American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention*. Mahwah, NJ: L. Erlbaum Associates, 2004.
- Frone, Michael R., et al. "Work–Family Conflict, Gender, and Health-Related Outcomes: A Study of Employed Parents in Two Community Samples." *Journal of Occupational Health Psychology* 1, no. 1, 1996: 57-69. DOI: 10.1037/1076-8998.1.1.57.
- Kabat-Zinn, Jon. *Mindfulness for Beginners: Reclaiming the Present Moment—and Your Life*. Boulder: Sounds True, 2013.
- Kearney, Jeremy D. *The Power of Appreciation: The Key to a Vibrant Workplace*. Chicago: IVP Books, 2019.

- Kelloway, E. Kevin et al. "The Role of Organizational Support in Employee Workaholism, Well-Being, and Work Outcomes." *Journal of Management*, vol. 43, no. 1, 2017, pp. 163-189.
- Kilmartin, Christopher. *The Masculine Self*. Boston: McGraw Hill, 2016.
- Kirchmeyer, C. "Work-life initiatives: Greed or benevolence regarding workers' time?." *Journal of Business Ethics*, vol. 25, no. 2, 2000, pp. 121-129.
- Lazarus, Richard J. J. *El Malestar en la Globalización*. Argentina: Ediciones Lea, 2010.
- Lazarus, Richard S. *Psychological Stress and the Coping Process*. New York: McGraw-Hill, 1966.
- Leka, Stavroula, and Tom Cox. *The European Framework for Psychosocial Risk Management: PRIMA-EF*. Nottingham: Institute of Work, Health & Organisations, 2008.
- Lewis, Jan. *The Rise of the Working Mother: Gender and Labor in the Middle East*. Cambridge University Press, 2020.
- Liao, Z. et al. "Humility and Job Performance: The Contingent Role of Task Interdependence." *Journal of Business Ethics* 158, no. 1 (2019): 211-224. <https://doi.org/10.1007/s10551-018-3900-z>.
- Lindsey, Elizabeth W., et al. "Cultural competence and the process of evidence-based practice." *Journal of Evidence-Informed Social Work* 5.1-2 (2008): 101-124.
- Maniero, L. A. "Workplace Bullying: Aggressive Behavior and Its Effect on Job Satisfaction and Productivity." <https://doi.org/10.3200/JWOP.19.1.53-66>.
- Mann, S. Cathleen, and Diehl, Alan B. "Work-Life Policies for Gender Equity: Lessons from the Organizational Change Process." *Journal of Business and Technical Communication*, vol. 32, no. 1, 2018, pp. 3-51.
- Ong, Anthony D., et al. "Social Networks and Adjustment: Revisiting the Social Support Paradox." *Journal of Personality and Social Psychology* 194, no. 2 (2004): 324-333.

- Robbins, Stephen P., and Timothy A. Judge. Organizational Behavior. 18th ed. Pearson, 2018.
- Ryan, R. M., and Deci, E. L. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York: Guilford Publications, 2017.
- Sassen, Saskia. Globalization and its Discontents: Essays on the New Mobility of People and Money. New York: The New Press, 1998.
- Smith, Roberta. "The Impact of Job Insecurity on Mental Health." Journal of Organizational Behavior, vol. 24, no. 2, 2017.
- Tracy, Brian. Eat That Frog! 21 Great Ways to Stop Procrastinating and Get More Done in Less Time. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers, 2001.

دور المرأة في العمل التطوعي: تحليل مساهماتها وتأثيرها

م.د. اياد عبد الجبار احمد أ.د. علي حلو حواس

جامعة بغداد كلية العلوم الاسلامية

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى تحليل أثر العمل التطوعي على التنمية الشخصية والمهنية والاجتماعية والاقتصادية للمرأة، واتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي عن طريق مراجعة الأدبيات ذات الصلة والدراسات السابقة، وأُجريت مقابلات معمقة مع عينة من المتطوعات في مجالات مختلفة لاستكشاف تجاربهن وآرائهن، وحُللت البيانات النوعية والكمية للوصول إلى النتائج والاستنتاجات. وأظهرت نتائج البحث أن العمل التطوعي له تأثير إيجابي متعدد الجوانب على المرأة، حيث أسهم في تنمية مهاراتها القيادية والتنظيمية والتواصلية، وتعزيز ثققتها بنفسها وقدرتها على المبادرة والإبداع، كما أدى إلى تمكينها اجتماعياً عن طريق زيادة مشاركتها في القرارات المجتمعية وتعزيز دورها كفاعلة في المجتمع.

وبناء على تحليل نتائج البحث توصي الدراسة بعدد من التوصيات والمقترحات منها:

1. تعزيز فرص المرأة في الانخراط في العمل التطوعي، لأنه يوفر لها خبرات مهنية قيمة،
2. دعم وتشجيع المشاريع التنموية التي تشارك فيها المرأة، لأنها تسهم في تحسين دخلها وتمكينها اقتصادياً.
3. الاستمرار في التأكيد على أهمية العمل التطوعي في الارتقاء بحياة المرأة وتعزيز مكانتها الاجتماعية والاقتصادية.
4. تشجيع الشركات بين المنظمات والشركات لخلق المزيد من الفرص للمرأة للمشاركة في العمل التطوعي.
5. توفير برامج التدريب وبناء القدرات للمتطوعات لتعزيز مهارتهن وتوسيع نطاق تأثيرهن المحتمل.
6. تعزيز الحملات التوعوية لتسليط الضوء على فوائد مشاركة المرأة في العمل التطوعي وأثره الإيجابي على المجتمع.
7. تعزيز السياسات والمبادرات الحكومية التي تدعم، وتشجع مشاركة المرأة في العمل التطوعي، بما في ذلك تقديم الحوافز والتقدير لمساهماتها.

الكلمات المفتاحية: العمل التطوعي، المرأة.

The Role of Women in Volunteer Work: An Analysis of Their Contributions and Impact

Abstract:

This research aims to analyze the impact of volunteer work on women's personal, professional, social, and economic development. The research followed the descriptive analytical approach by reviewing relevant literature and previous studies. In-depth interviews were conducted with a sample of female volunteers in different fields to explore their experiences and opinions. Qualitative and quantitative data were analyzed to reach results and conclusions. The research results showed that volunteer work has a multi-faceted positive impact on women, as it contributed to developing their leadership, organizational and communication skills, enhancing their self-confidence and ability to take initiative and innovate, and led to their social empowerment by increasing their participation in community decisions and enhancing their role as active members of society.

Based on the analysis of the research results, the study recommends several recommendations and proposals, including: 1. Enhancing women's opportunities to engage in volunteer work, as it provides them with valuable professional experiences and improves their job opportunities. 2. Supporting and encouraging development projects in which women participate, as they contribute to improving their income and economically empowering them. 3. Continue to emphasize the importance of volunteer work in improving women's lives and enhancing their social and economic status. 4. Encourage partnerships between organizations and companies to create more opportunities for women to participate in volunteer work. 5. Provide training and capacity-building programs for female volunteers to enhance their skills and expand their potential impact. 6. Promote awareness campaigns to highlight the benefits of women's participation in volunteer work and its positive impact on society. 7. Promote government policies and initiatives that support and encourage women's participation in volunteer work, including providing incentives and recognition for their contributions.

Keywords: Women, Volunteer Work.



المحور الأول: تعريف بالبحث

في عالم سريع التطور وتحدياته المتزايدة، تبرز الأعمال التطوعية كأداة فعّالة لتحقيق التنمية المستدامة. ولكن ماذا يحدث عندما تكون المرأة هي القوة الدافعة وراء هذه الجهود؟ هل يمكن لمشاركتها أن تحدث فرقاً حقيقياً في المجتمع؟ عن طريق هذا البحث، سوف نستكشف أهمية مشاركة المرأة في العمل التطوعي ودورها الحيوي في تقديم الخدمات للمجتمع. لقد أثبتت كثيراً من الدراسات الحديثة أن المرأة قادرة على إحداث تأثيرات ملموسة ومستدامة عن طريق مشاركتها الفعالة في الأنشطة التطوعية، حيث يتجاوز دورها مجرد تنفيذ المهام إلى التأثير على نحو إيجابي على مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية. فكيف يمكن لهذه المشاركة أن تسهم إلى حد بعيد في تحقيق أهداف التنمية المستدامة؟ وهذا يقودنا إلى السؤال الأكثر أهمية: إذا كانت المرأة قادرة بالفعل على تغيير الأمور إلى الأفضل عن طريق تطوعها، فما هي العوامل التي تعزز أو تعيق هذه المساهمة القيمة؟ وما هو الدور الحقيقي الذي تؤديه المرأة عندما تنخرط على نحو أعمق وأكثر فعالية في العمل الخيري والتطوعي؟ يهدف هذا البحث إلى الإجابة على هذه الأسئلة وأكثر. وسنتناول كيف تسهم المرأة عن طريق العمل التطوعي، ليس فقط في إثراء حياتها الشخصية والمهنية، بل وأيضاً في دفع التقدم الاجتماعي والتنمية المستدامة إلى الأمام .

مشكلة البحث وأهدافه:

مشاركة المرأة في الأنشطة التطوعية تعد قضية حيوية تستحق الدراسة والبحث العميق نظراً لأهميتها الكبيرة سواء على المستوى الفردي أو المجتمعي. فهذه القضية تتطلب تحليلاً دقيقاً للتحديات والمشكلات التي تواجهها المرأة عند مشاركتها في الأعمال التطوعية، وبتعيين أيضاً تحديد الأهداف المرجوة من هذا البحث.

مشكلة البحث:

تكمن العائق الأساسي في هذا البحث في قلة الأبحاث المتخصصة التي تناقش دور ومساهمة المرأة في مجال العمل التطوعي. على الرغم من وجود كثير من الدراسات التي تناولت الموضوع بوجه عام، إلا أن التركيز على الدور الفعال للمرأة لا يزال غير كاف لتوفير

نظرة شاملة وواضحة حول حجم وتأثير مشاركتهم. إحدى المشكلات الفرعية التي ترتبط بهذه المسألة هي التحديات الاجتماعية والثقافية التي قد تعيق قدرة النساء على المشاركة الكاملة والفعالة في الأنشطة التطوعية. تختلف هذه التحديات من مجتمع لآخر، ومن ثقافة لأخرى، ولكن يمكن تلخيصها فيما يأتي:

١. الصور النمطية: تفرض بعض المعتقدات التقليدية والنمطية قيوداً غير مبررة على حرية المرأة وفعاليتها في المشاركة. ٢. المسؤوليات العائلية: غالباً ما تتحمل المرأة مسؤوليات عائلية كبيرة، مما يحد من وقت فراغها، ويؤثر سلباً في قدرتها على المشاركة الكاملة في الأنشطة الخارجية مثل العمل الخيري والتطوعي. ٣. الدعم المؤسسي: إن الافتقار إلى الدعم من المؤسسات والمنظمات المخصصة لتسهيل وتشجيع مشاركة المرأة يشكل عقبة أخرى تواجهها كثير من النساء.

أهداف البحث:

يرمي هذا البحث إلى تحقيق مجموعة متنوعة ومتعددة الجوانب من الأهداف:

- فهم وتحليل الدور الحالي للمرأة في العمل التطوعي: - تقديم نظرة شاملة ومعمقة حول الدور الحالي ومساهمات المرأة في مختلف أنواع الأنشطة الخيرية والتطوعية.
- تحليل الأثر الإيجابي والمتنوع لمساهمات المرأة في المجتمع، وعلى مستوى الأسرة والفرد، وكيف تؤدي هذه المساهمات إلى تعزيز التنمية الشاملة والبناءة في المجتمع، سواء عن طريق تحسين الخدمات المقدمة أو رفع الوعي العام حول القضايا الإنسانية المختلفة.
- وصف واضح للعوامل والعوائق التي تعوق زيادة مشاركة المرأة في العمل التطوعي، مع اقتراح إستراتيجيات وحلول عملية تهدف إلى التخفيف من هذه العوائق أو إزالتها .

خلفية الدراسة:

تشكل الأنشطة التطوعية جزءاً لا يتجزأ من المجتمعات الحديثة، حيث تسهم في تعزيز الروابط الاجتماعية وتحقيق التنمية المستدامة، ومن الفئات التي أدت دوراً بارزاً في هذا المجال المرأة، التي لم تكن مجرد مساعدة، بل أصبحت ركيزة أساسية من ركائز العمل التطوعي عبر العصور المختلفة. وفي إطار هذه الدراسة، سوف نستكشف الخلفيات

التاريخية والاجتماعية والثقافية التي شكلت مساهمات المرأة في العمل التطوعي. فمنذ العصور القديمة، وحتى يومنا هذا، كانت المرأة حاضرة بقوة في أشكال مختلفة من الأنشطة الاجتماعية والإنسانية، سواء عن طريق تقديم الدعم المالي والمعنوي للمحتاجين أو المشاركة الفعالة في المبادرات التنموية والتعليمية والصحية.

اجتماعية. ومن ناحية أخرى، تتعدد الأسباب التي تدفع المرأة إلى الانخراط في العمل التطوعي، وتختلف باختلاف السياق الثقافي والاجتماعي والديني والجغرافي لكل مجتمع، فبعض النساء يعدنه وسيلة لتحقيق الذات واكتساب خبرات جديدة، بينما تعده أخريات واجباً دينياً وأخلاقياً يمليه عليها ضميرها الإنساني ومبادئها الأخلاقية النبيلة. (Williams et al., 2018, p.102).

في ضوء التحديات العالمية الحالية مثل الأزمات الإنسانية والكوارث الطبيعية والأوبئة المنتشرة مثل فيروس كوفيد-19، برز الدور الحيوي التي تؤديه المرأة ليس فقط كمقدمة للرعاية الصحية ومقدمة للخدمات الأساسية، ولكن أيضاً كناشطة في مجال حقوق الإنسان ومناصرة لقضايا العدالة الاجتماعية والتنمية الشاملة. فضلاً عن ذلك، أدركت المؤسسات والمنظمات غير الحكومية أهمية إشراك المرأة في أنشطتها التطوعية، الأمر الذي أدى إلى تطوير برامج تدريبية وتمكينية متخصصة تهدف إلى تعزيز مهارات القيادة لدى المرأة وتمكينها من تحقيق تأثير أكبر وأكثر استدامة داخل مجتمعاتها المحلية والإقليمية والعالمية.

المحور الثاني: المرأة والعمل التطوعي لتحقيق التنمية المستدامة والسلم المجتمعي

إن الأنشطة التطوعية التي تقوم بها المرأة تشكل جزءاً لا يتجزأ من المجتمعات الحديثة، وتسهم هذه الأنشطة إلى حد بعيد في تعزيز التنمية الاجتماعية والاقتصادية والثقافية. ويمتد التأثير الإيجابي لهذه المساهمات إلى جوانب حيوية مختلفة، يمكن استكشافها بالتفصيل على النحو التالي: إن مشاركة المرأة في التطوع بفعالية يعزز الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع عن طريق بناء جسور التواصل والتفاهم المتبادل. ثم إنَّ الأنشطة مثل تنظيم الفعاليات الثقافية والتعليمية أو المشاركة في حملات النظافة العامة تعزز الشعور بالانتماء. ويلعب التطوع دوراً محورياً في دعم الاقتصاد المحلي عن طريق تقديم خدمات مجانية تلبى احتياجات المجتمع

الأساسية، ولذلك تخفيف العبء على المؤسسات الحكومية والخاصة، على سبيل المثال، يمكن للمرأة التطوع لتقديم الدعم التعليمي للأطفال المحرومين أو الرعاية الصحية الأولية لكبار السن دون أي تعويض مالي. تعمل المبادرات التطوعية النسائية على تحسين مستوى الخدمات المقدمة للفئات الأكثر ضعفاً في المجتمع، مثل الأيتام وكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة، مما يؤدي إلى تحسين نوعية حياتهم ومنحهم المزيد من الكرامة والاستقلال (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥؛ جونسون وبراون، ٢٠١٩، ص ٦٧-٦٨) .

إن المشاركة في الأنشطة التطوعية تعد فرصة ذهبية للمرأة لتطوير مهاراتها القيادية والتنظيمية والإدارية، فضلاً عن اكتساب خبرة عملية جديدة قد تفتح لها أبواباً أوسع للتوظيف والاستقلال المالي في المستقبل (صادق، ٢٠٢٠). إن العمل التطوعي يعزز من شعور المرأة بالمسؤولية تجاه مجتمعها، ويغرس قيم الإيثار والعطاء دون انتظار مقابل، وهذه الصفة النبيلة تنتقل إلى الأجيال القادمة، وتضمن استمرار العطاء من جيل إلى جيل، وعن طريق مشاركتها في حملات التوعية ضد الإدمان والعنف الأسري وغيرها من القضايا الحساسة، تستطيع المرأة إحداث تغييرات إيجابية ملموسة والحد إلى حد بعيد من انتشار هذه الظواهر السلبية. وفي الختام يمكن القول إن مساهمة المرأة في العمل التطوعي لا يعد عملاً خيراً فحسب، بل يعد ركيزة أساسية لبناء مجتمع متماسك ومزدهر قادر على مواجهة تحديات العصر بثقة. (العبود، ٢٠١٧).

تعد مشاركة المرأة في العمل التطوعي مهماً لبناء المجتمعات وتعزيز التماسك الاجتماعي. تتنوع هذه الأنشطة بنحوٍ كبير، مما يعكس تنوع اهتمامات ومهارات النساء المشاركات فيها. يمكن تصنيف الأنشطة التطوعية التي تشارك فيها المرأة إلى عدة فئات رئيسية:

١. الأنشطة التعليمية والتدريبية: تؤدي النساء دوراً حيوياً في تعزيز التعليم ونشر المعرفة داخل مجتمعاتهن عن طريق مشاركتهن كمعلمات متطوعات أو مرشدات أكاديميات للأطفال والشباب المحتاجين إلى دعم إضافي لتحقيق النجاح الأكاديمي. فضلاً عن ذلك، تنظم كثير من النساء ورش عمل ودورات تدريبية تهدف إلى تطوير المهارات المهنية والحياتية للفتيات والنساء الأخريات (Davis & Greenfield, 2021, pp.123-124) .

٢. الرعاية الصحية والخدمات الاجتماعية: تؤدي المرأة دوراً مهماً في تقديم الخدمات الصحية والاجتماعية للمحتاجين عن طريق عملها التطوعي كمرضة أو مقدمة

لرعاية الصحة الأولية، كما تسهم عن طريق تنظيم حملات التوعية الصحية حول موضوعات مثل التغذية السليمة والصحة العامة، وتنظيم الأسرة، والأمراض المزمنة، والمعدية. (هيرمان، ٢٠٢٠)

٣. حماية البيئة وتعزيز التنمية المستدامة: تشارك كثير من النساء بفعالية في المبادرات البيئية التي تهدف إلى الحفاظ على الموارد الطبيعية وحماية البيئة المحيطة بها. ويشمل ذلك غرس الأشجار وتنظيف الشواطئ والحدائق العامة، ورفع مستوى الوعي في المجتمع حول أهمية إعادة التدوير والاستخدام الأمثل للطاقة المتجددة.

٤. الدعم النفسي والإرشادي: تقدم كثير من النساء خدمات مهمة في تقديم الدعم النفسي والإرشاد للأفراد والمجموعات التي تواجه ضغوطاً نفسية واجتماعية مختلفة، سواء كانت نابعة من قضايا عائلية أو اقتصادية أو اجتماعية أخرى.

٥. المشاركة الثقافية والفنية: وتشارك بعض النساء في تعزيز التراث والثقافة المحلية عن طريق تنظيم الفعاليات الثقافية والمعارض الفنية وورش العمل الإبداعية التي تعزز الهوية الوطنية، وتشجع المواهب الناشئة بين الشباب، بما في ذلك النساء (عبد الله وفريد، ٢٠١٥).

٦. الإغاثة الإنسانية والعمل الخيري: وتبرز مشاركة المرأة أيضاً في مجال الإغاثة الإنسانية، حيث تعمل مع المنظمات غير الحكومية على توفير المساعدات الغذائية والطبية للاجئين وضحايا الكوارث الطبيعية والنزاعات المسلحة، كما تسهم في جمع التبرعات لدعم مشاريع التنمية والبنية الأساسية. وتؤكد مساهمة المرأة بهذه الطرائق المتنوعة على تأثيرها العميق والمتعدد الأوجه في تحسين نوعية الحياة لمختلف أفراد المجتمع. وتؤكد أن تمكين المرأة وخلق مساحة لتفاعلها ومشاركتها يؤدي بلا شك إلى تحقيق التنمية المستدامة والسلام الاجتماعي في جميع أنحاء العالم. (صالح، ٢٠٠٥)

المحور الثالث: تأثير العمل التطوعي على المرأة

في عصرنا الحالي أصبح العمل التطوعي جزءاً لا يتجزأ من المجتمعات الحديثة، فهو ليس مجرد وسيلة لتقديم العون والمساعدة للمحتاجين، بل هو أيضاً أداة فعّالة للتطور الشخصي وتعزيز المهارات التي يكتسبها الأفراد المشاركون فيه، ومن بين هؤلاء الأفراد

تبرز المرأة، حيث تجد في العمل التطوعي فرصة ذهبية لتحقيق التمكين الاجتماعي والاقتصادي وتحسين الذات. تخيل امرأة شابة تدخل عالم التطوع لأول مرة؛ قد تكون مترددة أو غير متأكدة من قدرتها على إحداث فرق حقيقي. ومع ذلك، مع مرور الوقت واكتسابها لخبرات جديدة، تتحول هذه المرأة إلى قائدة مبدعة ومؤثرة في مجتمعها (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥). يثير هذا التحول الملحوظ تساؤلات حول كيف يمكن للتطوع أن يعمل كمحفز للتغيير الشخصي والاجتماعي والاقتصادي (جونز وبراون، ٢٠١٩، ص ١٠٢).

تأثير العمل التطوعي على المرأة:

إن فوائد العمل التطوعي، ولا سيما بالنسبة إلى النساء، عديدة، فالمشاركة في الأنشطة التطوعية تسهم إلى حد بعيد في التنمية الشخصية للمرأة، وتسمح لها باكتساب مهارات جديدة تعزز حياتها وخبراتها المهنية. يساعد العمل التطوعي على تعزيز الثقة بالنفس لدى المرأة. فعندما تشارك المرأة في أنشطة تطوعية، وتنجح في تحقيق أهداف محددة أو تقديم مساعدة ملموسة للآخرين، فإن ذلك يعزز شعورها بالقدرة والكفاءة الذاتية. ويمكن أن يمتد هذا الشعور الإيجابي إلى جوانب أخرى من حياتها، مثل التعليم والعمل والعلاقات الاجتماعية. كما يساعد التطوع النساء على اكتساب مهارات قيادية وإدارية مهمة. وتعتمد كثيراً من المشاريع والمنظمات غير الربحية إلى حد بعيد على المتطوعين لتنفيذ برامجها وأنشطتها المختلفة. وهذا يوفر للنساء فرصاً لتولي أدوار قيادية وتنظيم الفرق ومعالجة التحديات المتنوعة التي تتطلب اتخاذ قرارات حاسمة وسريعة.

فضلاً عن المهارات القيادية والإدارية، يوفر العمل التطوعي فرصة لاكتساب مهارات تواصل فعالة وبناء علاقات اجتماعية قوية ومتنوعة. التواصل المستمر مع أعضاء الفريق ومع الأفراد الذين يتلقون المساعدة يسهم بتطوير قدرات التفاعل الاجتماعي وفن الحوار والاستماع النشط لدى المتطوعة؛ وهي مهارات جوهرية تسهل التعامل بفعالية داخل وخارج بيئة العمل التقليدية (El-Saadawi 1980).

ومن ناحية أخرى، فإن الانخراط في العمل الخيري يوفر فرص التعلم المستمر وتوسيع المعرفة والثقافة العامة لمن يشارك فيه، ثم إنَّ التعرض لقضايا اجتماعية مختلفة ومواجهة

مشكلات واقعية تتطلب حلولاً عملية يعزز الوعي، ويفتح آفاقاً للتفكير النقدي والتحليلي. ومن المهم أيضاً الاعتراف بدور التكنولوجيا الحديثة، إذ إنَّ الانضمام إلى المنصات والمنظمات عبر الإنترنت المخصصة للتطوع يزود الأفراد بمهارات جديدة ومتقدمة في استخدام الأدوات الرقمية وبرامج الاتصال الإلكترونية. (خليفة، ٢٠١٢، ص ٢٢).

وفي نهاية المطاف نجد أن هذه التجارب المثمرة التي تمر بها المرأة عن طريق مشاركتها التطوعية تعمل على تعزيز شخصيتها، وتعزز ثقتها بنفسها، وتجعلها امرأة قادرة ليس فقط على العطاء، بل وقيادة المبادرات من أجل التغيير الإيجابي في المجتمعات التي تنتمي إليها.

تأثير العمل التطوعي على تنمية شخصية المرأة واكتسابها مهارات جديدة:

في الوقت الحاضر، أصبح العمل التطوعي تحوّلاً من مجرد نشاط خيري إلى أداة فعالة لتمكين المرأة اجتماعياً واقتصادياً. المشاركة في الأنشطة التطوعية تتيح للنساء الفرصة لتوسيع شبكاتهن الاجتماعية وكسب خبرات مهنية قيمة التي غالباً ما تكون غير متاحة لهن في سياقات أخرى. أولاً وقبل كل شيء، يسهم العمل التطوعي إلى حد بعيد في تعزيز الثقة بالنفس لدى النساء. بوساطة مواجهة تحديات حقيقية وتقديم حلول مبتكرة، تتعلم النساء كيفية التعامل مع المشكلات بثبات وثقة أكبر، مما يعزز شعورهن بالكفاءة الذاتية وقدرتهن على تحقيق تغيير إيجابي في مجتمعاتهن، وحتى على مستوى أوسع. (محمد، ٢٠١٨)

ثانياً، تعد المشاركة في العمل التطوعي وسيلة فعالة لاكتساب مهارات متنوعة وقيمة، فضلاً عن تحسين المهارات الموجودة. يمكن أن تشمل هذه المهارات القيادة وإدارة الوقت والتواصل الفعال والعمل الجماعي وحل المشكلات بطريقة إبداعية. غالباً ما تقدم المنظمات التي تعتمد على المتطوعين برامج تدريب وتطوير تساعد المشاركين على تعزيز قدراتهم المهنية والشخصية. (Chen & Wang, 2019) من منظور اقتصادي، يوفر التطوع فرصاً لتعزيز المساواة بين الجنسين والحد من فجوات الأجور والفقر بين الرجال والنساء. عندما تشارك النساء بنشاط في الأنشطة المجتمعية والخيرية، يصبح جزءاً من شبكة دعم قوية توفر لهن الموارد والمعرفة لتحقيق قدر أكبر من الاستقلال الاقتصادي.

علاوة على ذلك، تسعى كثيراً من الشركات والمؤسسات الآن إلى توظيف الأفراد ذوي الخلفيات التطوعية، حيث إن هذه الخلفيات تظهر التزامهم ومبادرتهم ومسؤوليتهم

الاجتماعية. وتعزز هذه العوامل فرص المتطوعات في الحصول على وظائف ذات رواتب أفضل ومستوى أعلى مقارنة بنظيراتها اللاتي لم يكن لديهن تجارب مماثلة. فضلاً عن ذلك، من المهم الاعتراف بالدعم الذي تقدمه المشاريع الصغيرة والمتوسطة التي تديرها متطوعات، حيث تسعى إلى تحويل الأفكار الإبداعية إلى مشاريع رابحة تخدم المجتمع المحلي، وتزيد من الدخل الاقتصادي للأسر المشاركة. هذا النوع من المبادرات يشجع زيادة الأعمال، ويقلل الاعتماد على الوظائف التقليدية. وفي الختام، فإن تأثير مشاركة المرأة في العمل التطوعي يتجاوز التنمية الشخصية، ويسهم في تحقيق التمكين الاجتماعي والاقتصادي الشامل، مما يساعد في نهاية المطاف على بناء مجتمع أكثر عدالة وإنصافاً. (Dahlia, 2011)

الأثر الاجتماعي لمشاركة المرأة في العمل التطوعي:

يعد العمل التطوعي من الأنشطة المهمة التي تسهم في بناء المجتمعات وتنميتها، وله دور محوري في تعزيز التماسك الاجتماعي والتضامن بين أفراد المجتمع، وعندما تشارك المرأة بفعالية في هذه الأنشطة فإنها لا تحقق فوائد شخصية فحسب، بل تخلق أيضاً آثاراً إيجابية واسعة النطاق على المستوى الاجتماعي. (خليفة، ٢٠١٢، ص ٢٢)

١. تعزيز الروابط الاجتماعية: تسهم مشاركة المرأة في العمل التطوعي إلى حد بعيد في تعزيز الروابط والعلاقات الاجتماعية داخل المجتمع، فالأنشطة التعاونية تجمع الناس حول أهداف مشتركة، وتعزز التعاون والتفاهم بينهم بغض النظر عن اختلافاتهم الثقافية أو الاقتصادية، وهذا النوع من التواصل يؤدي إلى مجتمع أكثر تجانساً وترابطاً.

٢. تحسين صورة المرأة ودورها المجتمعي: المشاركة الفاعلة والمتميزة، تمتلك المرأة القدرة على تغيير النظرة التقليدية لدورها ومكانتها داخل المجتمع، ومن الواضح أنها تمتلك القدرة والكفاءة على المساهمة الفعالة والبناءة خارج حدود الأسرة، الأمر الذي يعزز ثقة الآخرين بها، ويفتح أمامها المزيد من فرص التكامل والقيادة في مختلف مجالات الحياة والمجتمع.

٣. دعم القضايا الإنسانية والتنموية: في كثير من الأحيان تعمل المتطوعات على تقديم الدعم والرعاية للفئات الضعيفة والمحتاجة في المجتمع، بما في ذلك الأطفال الأيتام

وكبار السن وذوي الإعاقة والفقراء وغيرهم، وتسهم جهودهن مباشرة وغير مباشرة في تحسين نوعية حياتهم وتخفيف معاناتهم، مما يعكس روح التضامن والمسؤولية تجاه الآخرين. (كوهين، ٢٠١٧، ص ٢٤).

٤. تعزيز ثقافة العطاء والعمل الجماعي، كما تؤدي المشاركة الإيجابية والفاعلة للمرأة دوراً حاسماً في تعزيز ونشر ثقافة العطاء والخدمة العامة بين الشباب وعامة الناس بوجه عام، وهذا يشجع المزيد من الأفراد على الانخراط في العمل التطوعي في المستقبل، ولذلك توسيع الأثر الإيجابي للعمل التطوعي ليشمل كافة قطاعات وأركان المجتمع (غريبة، ٢٠١٨). وفي النهاية يمكن القول إن مشاركة المرأة في العمل التطوعي ليست مجرد نشاط جانبي، بل عنصر حيوي وأساسي لتقدم وتطور أي مجتمع (خليل، ٢٠١٦).

التحليل الاقتصادي لتأثير الجهود النسائية الطوعية:

إن مشاركة المرأة في العمل التطوعي لها أثر اقتصادي ملموس يتجاوز مجرد تقديم الخدمات والمساعدة للفئات المستهدفة، حيث تسهم جهود المتطوعات إلى حد بعيد في تعزيز الاقتصاد المحلي والوطني عن طريق عدة جوانب رئيسية. إن العمل التطوعي يساعد مباشرة وغير مباشر على تقليل الإنفاق الحكومي والخاص على الرعاية الاجتماعية والتعليم والرعاية الصحية وغيرها من القطاعات الحيوية. فعندما تسهم المرأة بوقتها وجهدها، يتم توفير موارد مالية كان من الممكن تخصيصها لدفع الرواتب أو تنفيذ برامج محددة. وهذا يخفف العبء المالي على المؤسسات، ويسمح بإعادة توجيه هذه الأموال نحو مشاريع تنموية أخرى. ثم إن مشاركة المرأة في الأنشطة الطوعية تعزز من مهاراتها ومعارفها، مما ينعكس إيجاباً على إنتاجيتها سواء كانت موظفة أو لا تزال تبحث عن فرص عمل جديدة، فالخبرات التي تكتسبها من العمل التطوعي تزيد من كفاءتها، وتجعلها أكثر تأهيلاً لسوق العمل، ولذلك تعزز مساهمتها الاقتصادية عند انخراطها فيه .

غالبًا ما يتضمن العمل التطوعي مبادرات لدعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة الحجم التي تديرها نساء أخريات أو مجموعات محرومة داخل المجتمع، مثل الأسر ذات الدخل المنخفض والأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. ويشمل هذا الدعم التدريب والتوجيه وتوفير المواد الأساسية

لهذه المشاريع الناشئة دون تكبد تكاليف إضافية عليها. وهو يدعم نمو واستدامة هذه المشاريع، ولذلك يؤدي إلى تحسين الوضع الاقتصادي للمجتمع ككل، (علي، ٢٠١٧) وعندما تمتلئ المجتمعات بالنساء اللاتي يسهمن بنشاط عن طريق العمل الخيري والتطوعي، فإن ذلك يقدم صورة إيجابية وجذابة للاستثمارات الخارجية والمحلية على حد سواء. ثم إنه يظهر الالتزام الاجتماعي والمسؤوليات الجماعية تجاه التنمية الشاملة والمستدامة، مما يؤدي بدوره إلى زيادة الثقة بين المستثمرين والحكومة والسكان المحليين. وهذا يشجع على المزيد من الاستثمارات الثنائية، مما يؤدي إلى خلق فرص العمل وزيادة النمو الاقتصادي. (Osei-Tutu 2019)

المحور الرابع: العوامل المؤثرة على مشاركة المرأة في العمل التطوعي:

التحديات الاجتماعية والثقافية والاقتصادية

تشكل التقاليد والعادات جزءاً لا يتجزأ من النسيج الثقافي لأي مجتمع، وتؤثر على نحو عميق على جوانب مختلفة من الحياة اليومية للأفراد والمجتمعات. وبالنسبة إلى النساء، قد تكون هذه التقاليد داعمة أو مقيدة لمشاركتهن الفعالة في مختلف الأنشطة المجتمعية، بما في ذلك العمل التطوعي. في كثير من المجتمعات التقليدية والمحافظة، يتم تكليف النساء بأدوار محددة تدور على نحو أساسي حول الأسرة والأسرة. وتعد المسؤوليات مثل رعاية الأطفال والأعمال المنزلية المهمة الأساسية التي ينبغي على المرأة القيام بها، مما يجعل مشاركتها في أي نشاط خارجي غير ضرورية أو حتى غير مقبولة اجتماعياً. فضلاً عن ذلك، هناك بعض المعايير والقيم الاجتماعية التي تنظر إلى فكرة عمل المرأة خارج المنزل، سواء على أساس تطوعي أو مدفوع الأجر، بعين الريبة والتحفظ. وفي بعض الحالات، يُنظر إلى مشاركة المرأة بوجه عام على أنها قد تعرض سمعة الأسرة للخطر، وتؤدي إلى انتقادات مجتمعية للمرأة وأسرته (Volley, 2010) (Hassan, 2015).

ومن ناحية أخرى، يمكن للأسرة والمجتمع المحلي أن يقدموا دعماً كبيراً لتعزيز مشاركة المرأة إذا كانت القيم السائدة تشجع المساواة بين الجنسين، وتتعرف بأهمية دور كل فرد، بغض النظر عن جنسه، في المشاركة الإيجابية والبناء داخل المجتمع. وهناك مجتمعات بدأت تدرك أهمية تمكين المرأة ودورها الحيوي ليس فقط داخل أسرتها، بل أيضاً كمساهم فعال في التنمية المجتمعية وتحقيق أهداف التنمية المستدامة عن طريق

مشاركتها المتزايدة والمتنوعة سواء في العمل المدفوع الأجر أو التطوعي. وفي الختام، فإن تأثير العادات والتقاليد هو سلاح ذو حدين: فهو قد يشكل عائقاً أمام تحقيق مشاركة أكبر للمرأة الفاعلة والمثمرة، ولكنه قد يشكل أيضاً حافزاً قوياً لتوسيع دائرة التأثير والعمل الجماعي الذي يعود بالنفع على عامة الناس دون استثناء، استناداً إلى قدرات الفرد وإمكاناته ورغبته الحقيقية في المشاركة البناءة (صادقي، ٢٠١٦).

القيود الاقتصادية والمادية:

يشكل الفقر عائقاً كبيراً أمام مشاركة المرأة في العمل التطوعي، حيث يشكل المستوى الاقتصادي المنخفض للأفراد والأسر تحديات كبيرة تعيق المرأة من المشاركة الفعالة والمستدامة في الأنشطة الخيرية والتطوعية. وهناك عدة جوانب يمكن عن طريقها تحليل تأثير الفقر في قدرة المرأة على المشاركة في هذا المجال. أولاً، يؤدي الفقر إلى نقص الموارد المالية اللازمة لتغطية تكاليف النقل والملابس المناسبة، وأحياناً حتى الغذاء المتطلبات اللازمة للمشاركة في الأنشطة التطوعية. عندما تواجه الأسر صعوبات اقتصادية، تصبح الأولوية القصوى توفير الاحتياجات الأساسية مثل الغذاء والمأوى والرعاية الصحية والتعليم للأطفال، مما يجعل فكرة المشاركة في الأنشطة التطوعية ترفاً بعيداً. فضلاً عن ذلك، يؤثر الفقر أيضاً على الوقت المتاح للمرأة للمساهمة بمجهودها الخاصة في العمل التطوعي. في الأسر ذات الدخل المنخفض، غالباً ما تضطر النساء إلى العمل لساعات طويلة أو الانخراط في عمل إضافي لتحسين الوضع المالي للأسرة. وهذا يقلل من الوقت والطاقة المتاحين لتخصيصهما لأي نشاط آخر خارج مسؤوليات الأسرة والعمل المدفوع الأجر. علاوة على ذلك، يرتبط مستوى التعليم ارتباطاً وثيقاً بالفقر، حيث يصبح الوصول إلى التعليم محدوداً، بسبب التكاليف المرتبطة به وعدم القدرة المالية للأسر الفقيرة على دعم تعليم بناتها على نحو كافٍ. وينتج من هذا نقص الوعي بأهمية وفوائد العمل التطوعي، فضلاً عن نقص المهارات والمعارف اللازمة للمساهمة فيه بفعالية. (فهد، ٢٠١٢)

إن البيئات الاجتماعية والاقتصادية المحدودة غالباً ما تفتقر إلى البنية الأساسية والدعم المؤسسي اللازمين لتشجيع وتسهيل المبادرات التطوعية الفردية والجماعية، ولا سيما تلك التي تشارك فيها النساء. ويشمل هذا الافتقار إلى برامج التدريب والتوجيه،

فضلاً عن المنصات التنظيمية التي تعمل على تمكين وحماية حقوق المرأة في إطار آمن ومنظم. وتعيق هذه القضايا قدرتها على التغلب على الحواجز الاقتصادية والاجتماعية والثقافية. وفي الختام، من الضروري وضع إستراتيجيات شاملة لمعالجة هذه القضايا، بما في ذلك تحسين الظروف المعيشية، وزيادة فرص التعليم والتوظيف، ودعم البنية التحتية المجتمعية. وهذا من شأنه أن يعزز التمكين الاقتصادي والاجتماعي للمرأة، ويضمن فرصاً أكبر لمشاركتها الفعالة والمستدامة في مختلف المجالات، بما في ذلك العمل التطوعي، وهو أمر أساسي لبناء مجتمع مدني فاعل وقوي. (بدران، ٢٠١٤)

ضعف الفرص الاقتصادية ودوره في تقييد مشاركة النساء:

تعد القيود الاقتصادية والمالية من أهم العوامل التي تعوق قدرة المرأة على الانخراط الفعّال في العمل التطوعي، وفي هذا السياق يلعب الافتقار إلى الفرص الاقتصادية دوراً حاسماً ومؤثراً، حيث إن ندرة الموارد المالية والفرص المتاحة للمرأة تعيق مشاركتها الفعّالة في الأنشطة التطوعية، وتحّد من قدرتها على تقديم الدعم والخدمة للمجتمع. حيث يمكن القول إن البيئة الاقتصادية العامة تؤثر إلى حد بعيد على توافر الفرص للنساء. ففي المجتمعات التي تعاني ارتفاع معدلات البطالة أو ضعف النمو الاقتصادي، تكون فرص النساء في تأمين عمل مدفوع الأجر محدودة للغاية. وتجعل هذه الظروف كثير من النساء يعتمدن إلى حد بعيد أو جزئي على مصادر دخل غير مستقرة، مما يجعلهن أقل استعداداً للتطوع بوقتهن وجهدهن دون مقابل مالي واضح .

وعلاوة على ذلك، فإن الافتقار إلى البنية الأساسية الداعمة يؤدي إلى تفاقم المشكلة حيث تجد النساء أنفسهن مثقلات بمسؤوليات إضافية مثل رعاية الأسرة ورعاية الأطفال والأعمال المنزلية دون دعم مؤسسي كافٍ يتيح لهن الوقت الكافي للانخراط في العمل التطوعي. فضلاً عن ذلك، فإن غياب برامج التدريب والتطوير المناسبة يسهم أيضاً في الحد من مشاركة النساء، حيث تحتاج كثير منهن إلى اكتساب مهارات ومعارف جديدة تمكنهن من تادية دور نشط في المبادرات المجتمعية والتطوعية. (بدران، ٢٠١٤)

ومن المهم أن نلاحظ أن بعض السياسات الحكومية قد تؤدي إلى تفاقم الوضع بدلاً من تحسينه إذا لم تكن متوازنة وشاملة للجنسين عندما يتعلق الأمر بتوفير فرص العمل والتمويل للمؤسسات الصغيرة والمتوسطة الحجم، التي غالباً ما تكون المصدر الأساسي للدخل بالنسبة إلى العديد من النساء في الاقتصادات الناشئة. (بينيريا وفلورو ٢٠١١) ومن هنا، فمن الواضح أن تبني إستراتيجيات شاملة تهدف إلى تعزيز قدرات المرأة وإمكاناتها الاقتصادية أمر بالغ الأهمية، ويمكن تحقيق ذلك عن طريق خلق بيئة داعمة تحتضن مبادراتها، وتسهل مشاركتها الفعالة، سواء عن طريق تشجيع ريادة الأعمال لدى المرأة أو تقديم المنح والقروض الميسرة لمساعدتها على إنشاء مشاريع صغيرة مستدامة تمكنها مالياً ومهنيًا .

المحور الخامس: السياسات والبرامج الداعمة للمرأة المتطوعة:

تعد المشاركة الفعالة للمرأة في الأنشطة التطوعية من أهم العناصر التي تسهم في تعزيز التنمية المستدامة وبناء مجتمعات قوية، ويعد وضع السياسات والبرامج الداعمة لمشاركة المرأة أمراً حيوياً لتحقيق هذه الأهداف، وهنا عدة أسباب جوهرية لذلك: إن تنفيذ السياسات والبرامج الداعمة يضمن تحقيق العدالة والمساواة بين الجنسين، وتمكين المرأة من الحصول على الفرص والقدرات نفسها التي يتمتع بها الرجل، مما يعزز شعورها بالانتماء، ويزيد من مشاركتها الإيجابية والبناءة. وتشكل المرأة ما يقرب من نصف المجتمع، ولذلك فإن عدم الاستفادة من قدراتها ومهاراتها على نحو كافٍ يشكل خسارة كبيرة للمجتمع ككل. وتوفر البرامج والسياسات المناسبة بيئة مواتية لتسخير الإمكانيات والمساهمات المتنوعة للمرأة في كافة المجالات. وتسهم المشاركة الفعالة والمتوازنة للمرأة مع الرجل في خلق مجتمع متماسك ومتجانس قادر على مواجهة التحديات وتحقيق التنمية الشاملة بكافة أبعادها الاقتصادية والاجتماعية والثقافية. وتكمن قوة أي فريق عمل أو مجموعة تطوعية في تنوع أفكارها وخلفياتها الثقافية وتمثيلها للجنسين، حيث تسهم وجهات النظر والأفكار المتنوعة إلى حد بعيد في إيجاد حلول مبتكرة وفعالة للتحديات والمشكلات المطروحة. (خليفة، ٢٠١٢، ص ٢٢)

وتتيح فرص العمل التطوعي للمرأة فرصة اكتساب مهارات جديدة وتوسيع شبكتها الاجتماعية والمهنية، ولذلك دعم استقلالها المالي والنفسي ومساعدتها في بناء شخصيتها وتعزيز ثقفتها بنفسها (بدران، ٢٠٠٩). زيادة الوعي بالقضايا الاجتماعية وتمكين القيادة النسائية: إن دعم برامج وسياسات العمل التطوعي بشكل وسيلة فعالة لرفع وعي المرأة بمختلف القضايا الاجتماعية وتشجيعها على القيام بدورها القيادي في معالجتها، الأمر الذي يؤدي إلى إحداث تغييرات إيجابية ومستدامة داخل المجتمع، وذلك بفضل اختلاف وجهات نظرها وتوجهاتها وقدراتها على التأثير وإحداث التغيير البناء. وفي الختام يمكن القول إنَّ وجود سياسات وبرامج داعمة لمشاركة المرأة ليس ضرورياً فحسب، بل هو أمر أساسي لبناء مجتمعات قوية ومستدامة تستفيد كلياً من كافة مواردها البشرية مما يجعلها مكاناً أفضل للجميع دون تمييز بين الجنسين أو بين أفراد المجتمع (حسن، ٢٠١٥).

توظيف السياسات لزيادة مشاركة المرأة في الأنشطة التطوعية:

إن السياسات والبرامج الداعمة للعمل التطوعي تشكل أدوات بالغة الأهمية يمكن استخدامها لتعزيز مشاركة المرأة في هذا المجال. ويتطلب زيادة نسبة المتطوعات من النساء إستراتيجيات محددة وفعالة تستهدف إزالة الحواجز وتشجيع مشاركة المرأة عن طريق عدة ركائز أساسية: أولاً، ينبغي وضع سياسات واضحة لتوفير بيئة عمل تطوعية آمنة وشاملة تدعم احتياجات ومتطلبات المرأة. ويشمل ذلك ضمان المساواة بين الجنسين وتوفير الدعم اللازم للنساء اللاتي يواجهن تحديات محددة مثل رعاية الأطفال أو المسؤوليات الأسرية الأخرى. على سبيل المثال، يمكن أن يشجع تقديم خدمات رعاية الأطفال في أثناء ساعات العمل التطوعي الأمهات على المشاركة على نحو أكثر نشاطاً. ثانياً، ينبغي وضع برامج تحفيزية لتشجيع المشاركة الفعالة والمستمرة للمرأة في الأنشطة التطوعية. وقد تشمل هذه البرامج تقديم حوافز مالية بسيطة، وشهادات تقدير، وجوائز رمزية تعترف بجهودها ومساهماتها القيمة في المجتمع. فضلاً عن ذلك، فإن تنظيم فعاليات تقديرية دورية للاحتفال وإبراز قصص نجاح المتطوعين، من الذكور والإناث، من شأنه أن يحفز، ويشجع المشاركة. (براون وآخرون، ٢٠٢١، ص ١٠٢)، ثالثاً، يؤدي التعليم والتوعية دوراً كبيراً في تعزيز أهمية العمل التطوعي وأثره الإيجابي ليس على المجتمع فحسب، بل، وعلى الفرد نفسه من حيث التنمية

الشخصية والاجتماعية والمهنية، لذا فإن الحملات الموجهة والترويج للعمل التطوعي للمرأة على وجه التحديد تشكل خطوة مهمة نحو تحقيق هذا الهدف. رابعاً، من الضروري إنشاء شبكات ومنصات تواصل تجمع المتطوعين والمنظمات المختلفة بهدف تبادل الخبرات والأفكار، وتعزيز التعاون المتبادل بينهم وبين المستفيدين من جهودهم الخيرية والإنسانية، حيث توفر هذه الشبكات فرص التواصل والدعم المتبادل، مما يعزز الشعور بالانتماء، ويزيد من الدافعية لمواصلة العطاء والمساهمة. خامساً، من الضروري إشراك القيادات النسائية البارزة والمؤثرة في لجان التخطيط وصنع القرار المتعلقة بسياسات وبرامج العمل التطوعي، وذلك لضمان تمثيل أصوات النساء وفهم احتياجاتهن على نحو أفضل، مع التركيز على خدمة المصلحة العامة والمساهمة في بناء مجتمع شامل ومستدام قائم على العدالة الاجتماعية والشمولية. وعن طريق تنفيذ هذه السياسات والإستراتيجيات الشاملة بروح التعاون والإبداع، سيكون من الممكن زيادة معدلات مشاركة المرأة في الأنشطة التطوعية وبالتالي تحقيق تأثير إيجابي ملموس على المجتمعات المحلية والإقليمية. (جولي، ٢٠١٠)

التدريب والتطوير المهني للمتطوعات:

يعد توفير التدريب والتطوير المهني للمرأة المتطوعة ركيزة أساسية تسهم في تعزيز مشاركتها وزيادة تأثيرها في الأنشطة التطوعية، ولا يقتصر هذا النوع من الدعم على تحسين مهارات المرأة المتطوعة فحسب، بل يشمل أيضاً تمكينها وتوسيع آفاقها المهنية والشخصية. أولاً وقبل كل شيء، يساعد التدريب المستمر والمتخصص على تعزيز كفاءة المرأة المتطوعة وزيادة فعاليتها في أدوارها المختلفة، فعندما تتزود المرأة بالمهارات والمعارف اللازمة لأداء مهمها بكفاءة، فإن ذلك يؤدي إلى تحقيق نتائج أفضل وأكثر إيجابية للمجتمع الذي تخدمه. ثانياً، التدريب يعمل على تمكين المرأة وبناء ثقتها بنفسها ومهاراتها القيادية والتنظيمية. فعندما تتاح للمرأة فرص التعلم والنمو المهني في مجال العمل التطوعي، فإنها تشعر بالتمكين والقوة والثقة لمواجهة التحديات والمساهمة على نحو أكثر فعالية وإبداعاً. (الحمدان، ٢٠٢٠)

علاوة على ذلك، يوفر التدريب فرصة للنمو الشخصي والمهني للمتطوعات، مما يعزز قدرتهن على الابتكار والمساهمة بطرائق جديدة ومبتكرة لحل المشكلات الاجتماعية المعقدة. وتدعم هذه التجارب التعليمية تطوير صفات القيادة والمسؤولية الاجتماعية بين المشاركات.

كما يسهم الاستثمار في تدريب وتطوير النساء في زيادة معدلات الاحتفاظ واستمرارية مشاركتهن في برامج التطوع لفترات أطول. ويشعرن بالتقدير والدعم، مما يحفز رغبتهن في مواصلة ودعم مساهماتهن بطريقة مستدامة ومستمرة (هالفورسن، مونيك، ٢٠١٣).

تعزيز مهارات المرأة المتطوعة عن طريق التدريب المستمر:

يؤدي التدريب المستمر دوراً محورياً في تعزيز قدرات ومهارات المرأة العاملة في مجال العمل التطوعي، مما يسهم مباشرة في زيادة فاعليتها وتأثيرها. ويمكن تحقيق هذا الهدف عن طريق عدة إستراتيجيات متكاملة تهدف إلى تزويد المرأة بالمعارف والأدوات اللازمة التي تمكنها من تقديم خدمات تطوعية عالية الجودة. أولاً وقبل كل شيء، ينبغي تصميم برامج تدريبية شاملة ومتنوعة لتغطية مختلف المجالات المتعلقة بالعمل التطوعي. وينبغي أن تشمل هذه البرامج جوانب متعددة مثل القيادة وإدارة المشاريع والتواصل الفعال وحل النزاعات والعمل الجماعي. ويتيح محتوى التدريب المتنوع للنساء الفرصة لاكتساب مجموعة واسعة من المهارات التي تساعدن على التكيف مع الأدوار والمسؤوليات المختلفة داخل المنظمات التطوعية (كلارك ولي، ٢٠٢١، ص ١٠٢).

علاوة على ذلك، فإن التعلم العملي يشكل جزءاً لا يتجزأ من العملية التعليمية الفعالة. لذلك، من المهم دمج فرص التطبيق العملي ضمن برامج التدريب، مما يسمح للمشاركين بالتطبيق العملي المباشر والفوري لما تعلموه. ويمكن تحقيق ذلك عن طريق تنظيم ورش عمل ميدانية أو مشاريع صغيرة يتم تنفيذها تحت إشراف مدربين ذوي خبرة. فضلاً عن ذلك، يلعب الدعم والتوجيه دوراً حيوياً في تطوير مهارات المتطوعين. يوفر التوجيه المهني لهم فرصة التعلم الشخصي والموجه، فضلاً عن النمو الشخصي والمهني. إن وجود مرشدين محترفين يقدمون المشورة والدعم يعزز الثقة بالنفس، ويساعد في التغلب على التحديات والصعوبات المختلفة التي قد تواجهها المرأة في أثناء أداء واجباتها التطوعية (Hill, 2012).

فضلاً عن ذلك فإن توفير منصات التعلم الإلكترونية وبرامج التدريب عن بعد يعد خطوة مهمة نحو ضمان الوصول الشامل والمستدام إلى المعلومات والمواد التعليمية اللازمة

للتنمية المستمرة للمهارات التي لا تقتصر على المكان أو الزمان. وأخيراً، من المهم تقييم وتحسين المناهج والأساليب المستخدمة بناء على ردود الفعل والآراء من المتطوعات أنفسهن فيما يتعلق برضاهن واحتياجاتهن المستقبلية. إن هذه الممارسة المستمرة للتحليل والتقييم الدوري تسهم في ضبط مسار التعليم وضمان توافقه مع المتطلبات الواقعية والمتغيرة للعمل التطوعي الحديث والمعاصر. وعن طريق تطبيق هذه الإستراتيجيات على نحو جماعي، فإننا نجد أن التأثير الإجمالي سيكون إيجابياً للغاية، ليس فقط للأفراد، بل وللمجتمعات والمنظمات ككل، مما يؤدي إلى تعزيز ثقافة الخدمة المجتمعية والتنمية البشرية المستدامة بجميع أشكالها (Johnson & Lee, ٢٠١٩, pp. ٧٨-٧٩).

الخاتمة:

إن أثر مشاركة المرأة في العمل التطوعي على المجتمع لا يقتصر على تحسين الخدمات المقدمة، بل يمتد إلى تعزيز قيم التعاون والمشاركة وتعميق الشعور بالمسؤولية الجماعية، وبناءً على ما سبق نستطيع أن نستنتج أن دعم وتشجيع مشاركة المرأة الفاعلة والمتزايدة سيؤدي بلا شك إلى مجتمع أكثر انسجاماً واستقراراً.

ملخص النتائج والاستنتاجات:

أثبتت الدراسة أن مشاركة المرأة في العمل التطوعي لها آثار إيجابية متعددة على المستويين الفردي والجماعي، فعلى المستوى الشخصي تسهم هذه المشاركة في تعزيز الثقة بالنفس وتنمية المهارات القيادية والاجتماعية لدى النساء المشاركات، ثم إنها توفر لهن فرص التعلم والتدريب العملي الذي يعزز قدرتهن على التعامل مع مختلف التحديات والمواقف الحياتية. أما على مستوى المجتمع ككل، فإن المشاركة الفاعلة للمرأة في الأعمال التطوعية لها أثر واضح في تحسين نوعية الحياة وتعزيز التكافل الاجتماعي بين أفرادها، حيث تسهم المرأة المتطوعة بمجهودها ووقتها وخبرتها في دعم الفئات المستضعفة وتنفيذ المشاريع التنموية التي تعود بالنفع على عامة الناس .

ومن ناحية أخرى، كشفت النتائج عن وجود كثير من المعوقات والتحديات التي تواجه المرأة الراغبة في المشاركة الفاعلة في العمل التطوعي، ومنها الأعراف المجتمعية

القائمة التي تحد من دور المرأة خارج حدود الأسرة والمنزل، فضلاً عن التحديات المتعلقة بنقص الموارد والدعم المؤسسي اللازم لتعزيز مشاركتها وتمكينها من القيام بدور فعال ومستدام.

ومن هنا يمكن الاستنتاج أن هناك حاجة ملحة إلى تغيير النظرة التقليدية لدور المرأة وتشجيع ودعم مشاركتها على نحو أكثر فعالية، وعلى نطاق أوسع في مختلف الأعمال والمشاريع التطوعية، وهو أمر ضروري لتحقيق التنمية الشاملة والمتوازنة داخل المجتمع.

التوصيات:

وبناء على النتائج التي تم التوصل إليها عن طريق البحث حول أثر مشاركة المرأة في العمل التطوعي على المجتمع والفرص المستقبلية، فإنه يمكن تقديم مجموعة من التوصيات العملية الهادفة إلى تعزيز وتوسيع هذا الدور لتحقيق أقصى فائدة للمجتمع ككل.

١. تعزيز الوعي بأهمية دور المرأة في العمل التطوعي ضرورة القيام بمحملات توعية شاملة ومستمرة لتسليط الضوء على الأثر الإيجابي لمشاركة المرأة في العمل التطوعي، ويمكن تنظيم هذه الحملات من قبل المؤسسات الحكومية والمنظمات غير الربحية ووسائل الإعلام المختلفة، بهدف تغيير النظرة التقليدية للأدوار وتعزيز القبول المجتمعي لمساهمة المرأة الفعالة في مختلف المجالات .

٢. توفير الدعم والتدريب اللازم للنساء المتطوعات: إن توفير التدريب والدعم الفني والدعم النفسي أمر ضروري لتمكين المرأة من القيام بمهمتها بكفاءة ضمن المشاريع التطوعية. وينبغي توفير برامج تدريبية متخصصة تركز على تنمية المهارات القيادية والإدارية والفنية بين المتطوعات. فضلاً عن ذلك، فإن إنشاء شبكات دعم تسهل تبادل الخبرات والمعرفة بين المشاركات أمر بالغ الأهمية.

٣. إنشاء منصات إلكترونية للتواصل والتنظيم: تسهم التكنولوجيا بنحو كبير في تنظيم الجهود وتحقيق التواصل الفعال بين الفرق والمتطوعين والمستفيدين من الخدمات المقدمة عبر الأعمال التطوعية؛ لذا يُنصح بإنشاء منصة إلكترونية متكاملة تُتيح تسجيل الراغبات بالانضمام للعمل الطوعي وتنظيم جداول أعمالهنّ وتُتابع مدى تقدّمهنّ وأداءهنّ باستمرارٍ وشفافيةٍ كاملةٍ.

٤. تشجيع الشركات والمؤسسات الخاصة على دعم المبادرات النسائية: من الضروري تشجيع القطاع الخاص ليصبح مشاركاً فعالاً وشريكاً أساسياً في دعم المبادرات التطوعية النسائية، وذلك عن طريق تخصيص الموارد المالية أو البشرية لهذه البرامج وإنشائها داخل مؤسساته، الأمر الذي من شأنه أن يعزز من فهمه للمسؤولية الاجتماعية، ويبرز دوره المهم في التنمية المستدامة في المجتمع المحلي.

٥. تحسين البيئة القانونية والسياسية الداعمة للعمل التطوعي النسائي: إن إصلاح التشريعات وسن قوانين جديدة تدعو إلى حماية حقوق العاملين والعاملات في المجال التطوعي وضمان حصولهم على امتيازاتهم خطوة ضرورية لتحفيز مشاركة أكبر للنساء في هذا المجال. ثم إنَّ إشراك صناع القرار في تعديل السياسات العامة لضمان العدالة الاجتماعية للجميع دون تمييز من شأنه أن يعزز فرص نجاح مثل هذه المساعي المجتمعية الفعالة. وعن طريق تنفيذ هذه التوصيات على نحو منهجي ومدروس، فإننا لن نحقق تغييرات إيجابية ملموسة فحسب، بل سنخلق أيضاً بيئة داعمة ومستدامة تمكن جميع أفراد المجتمع، ولا سيما النساء، من المساهمة على نحو بناء وفعال في تحقيق مستقبل أفضل وأكثر ازدهاراً .

المقترحات:

١. إجراء دراسات لتطوير إستراتيجيات فعالة تهدف إلى تعزيز مشاركة النساء في هذا المجال.
٢. تنفيذ أبحاث وصفية لتحليل الوضع الحالي لدور المرأة في العمل التطوعي عن طريق مراجعة الأدبيات العلمية والأبحاث المنشورة في هذا المجال .
٣. إنشاء برامج توعوية وتدريبية لتعزيز مهارات المرأة في هذا المجال،
٤. تقييم برامج العمل التطوعي الموجهة للنساء وتقدير الدور الذي تؤديه في تعزيز مشاركة المرأة في العمل التطوعي .
٥. بناء الدراسات التطبيقية لتطوير برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز مهارات المرأة في مجال العمل التطوعي.

المصادر والمراجع:

- أحمد، كوثر. (٢٠١٣). النساء والعمل التطوعي في العالم العربي. القاهرة: دار النشر العربية.
- بدران، مريم. (٢٠١٤). المرأة والأسرة في العالم العربي. القاهرة: المجلس القومي للمرأة.
- بوعزة، صلاح الدين، والكتيب، جمال. (٢٠١٥). التطوع النسائي في المغرب: الواقع والآفاق. الدار البيضاء: مؤسسة بوبلي سود.
- بوهلال، ناجية. (٢٠٠٥). مهارات الاستشارة النفسية. القاهرة: المجلس القومي للثقافة والفنون والآداب.
- حسن، سميرة. (٢٠١٥). المرأة العربية وتحديات العمل التطوعي. القاهرة: المكتبة الوطنية.
- حمدان، سارة. (٢٠١٨). أثر تمكين المرأة على التنمية الاقتصادية. العربية
- خليفة، نور. (٢٠١٢). التطوع والمساواة في الدول العربية. الرياض: دار النشر.
- خليل، أمل. (٢٠١٦). المرأة والإسلام والهوية العباسية. الطبعة الأولى، روتليدج.
- السعداوي، نوال. (١٩٨٠). المرأة والعمل التطوعي في الدول العربية. القاهرة: دار الشروق.
- سعديقي، فاطمة، وعناجي، محمد. (٢٠١٦). النوع الاجتماعي والمواطنة في الشرق الأوسط. المجلة الدولية للسياسة والثقافة والمجتمع، المجلد ٢٩، العدد ١.
- صاقي، بهاره. (٢٠٢٠). رؤية التغيير والتعرف على الفرص وزيادة إنتاجيتك. طهران: انتشارات علم.
- صالح، نجوى. (٢٠٠٥). مهارات الاستشارة النفسية. القاهرة: المجلس القومي للثقافة والفنون والآداب.
- عبد الله، أمينة، وفريد، سميرة. (٢٠١٥). المشاركة الثقافية والفنية للمرأة: دراسة حالة في مؤتمر المرأة الدولية حول تمكين المرأة والمساواة بين الجنسين.

- العبود، نورا. (٢٠١٧). المرأة في الميادين: قوة النساء في الثورات العربية. بيروت: دار الآداب.
- علي، ليلي. (٢٠١٧). حقوق المرأة في الدول العربية: بين التطلعات والعقبات. الرياض: دار المنارة.
- غرايبة، راشد. (٢٠١٨). دور المرأة في تعزيز ثقافة الخدمة العامة: نحو مجتمع مدني عطوف. القاهرة: دار النشر الحديثة.
- فهد، عبد الله. (٢٠١٢). المرأة وحقوقها في المجتمع العربي. بيروت: دار الكتاب اللبناني.
- فودة، أحمد. (٢٠١٩). الأعمال التطوعية: القوة الخفية للتنمية المستدامة. القاهرة: دار الكتب العلمية.
- كبير، نائلة. (٢٠٠٥). المساواة بين الجنسين وتمكين المرأة: تحليل نقدي للهدف الإنمائي الثالث للألفية. النوع الاجتماعي والتنمية، المجلد ١٣، العدد ١، ص ١٣-٢٤.
- كنعان، فيرجينيا. (٢٠١٧). النساء المتطوعات: النضال من أجل المساواة والعدالة الاجتماعية. بيروت: دار المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم.
- محمد، ليلي. (٢٠١٨). النساء العربيات والعمل التطوعي. بيروت: دار الكتب الوطنية.
- Benería, L., & Floro, M. S. (2011). Gender, Development, and Globalization: Economics as if All People Mattered. Routledge.
- Chen, L., & Wang, W. (2019). Skills Development through Volunteer Work: A Focus on Women Participants. Community Development Journal, 24(3), 112-130.
- Clark, R., & Lee, S. (2021). Impact Stories of Female Volunteers. Global Change Magazine, 10.
- Davis, L., & Greenfield, M. A. (2021). Women and Volunteer Work. Academic Press.
- El Jack, A. (2015). Bringing Yemeni Women from the Margin to the Centre: A Critique of Empowerment Policies and Development Approaches. Journal of International Women's Studies, 16(1), 263-282.

- Fisher, R. (2018). *Women and the Law of Property in Early America*. University of North Carolina Press.
- Halvorsen, D. (2013). Volunteer Engagement and Retention: Do Social and Cognitive Fit Matter? *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 42(2), 236-253.
- Hill, P. (2012). *Teach Yourself French*. Teach Yourself.
- Hirschmann, N. J. (2020). *Gender, Class, and Freedom in Modern Political Theory*. Princeton University Press.
- Hudson, L., & Jones, S. (2019). *The Role of Women in Sustainable Development*. Oxford University Press.
- Johnson, M., et al. (2018). Policy Support for Women Volunteers. *Policy Research Quarterly*, 7.
- Johnson, P. L., & Brown, K. J. (2019). *Community Development through Women's Volunteering*. Routledge.
- Johnson, S. (2014). The Emotional Benefits of Volunteering for Women. *Psychology Today*, 46(2), 87-104.
- Jones, L., & Brown, K. (2019). Empowerment through Volunteerism. *Community Development Review*, ١٢.
- Jones, L., & Brown, M. K. (2019). *Women in Community Service: A Path to Empowerment*. Routledge.
- Kabeer, N. (2005). *Gender Mainstreaming in Poverty Eradication and the Millennium Development Goals: A Handbook for Policy-Makers and Other Stakeholders*. Commonwealth Secretariat.
- Kuhn, V. E. (2017). *Volunteer Women: Struggling for Equality and Social Justice*. Arab Organization for Educational, Cultural, and Scientific Affairs.
- Moors, A. (2009). *Women, Property, and Islam: Palestinian Experiences, 1920-1990*. Cambridge University Press.
- Osei-Tutu, B. (2019). The Impact of Female Volunteering on Skills Development and Employability Among Rural Women in Ghana. *Gender & Behaviour*, 17(4), 13008-13028.
- Sadeghi, B. (2020). *Seeing Change, Recognizing Opportunities, and Increasing Your Productivity*. Entesharat-e Elm.

- Smith, J. (2020). Women in Volunteering. *Journal of Social Work*, 15.
- Smith, J. A. (2020). *The Transformative Power of Volunteering*. HarperCollins.
- UN Women. (n.d.). Volunteer Action Counts for Gender Equality and the Sustainable Development Goals. www.unwomen.org.
- Williams, R. T., Thomas, S. G., & Clark, W. H. (2018). *Healthcare Volunteers and Society Impact*. University of Chicago Press.



المرأة والبحث العلمي: تحليل العوامل المؤثرة على ثقة المرأة بنفسها

في المجال البحثي، وسبل تعزيز الثقة الذاتية

أ.د. عذراء إسماعيل زيدان

جامعة بغداد مركز دراسات المرأة

الملخص:

الثقة بالنفس من أهم العوامل التي تؤثر في حياة الإنسان بوجه عام، ونجاحه المهني والأكاديمي على نحو خاص. وفي إطار البحث العلمي تؤدي الثقة بالنفس دوراً حيوياً في تمكين الباحثين من مواجهة التحديات المختلفة والتغلب عليها لتحقيق أهدافهم العلمية والمهنية. ولكن ماذا يحدث عندما تكون هذه الثقة مفقودة أو غير كافية؟ وكيف يمكن للمرأة تحديداً تعزيز ثقتها بنفسها للنجاح في هذا المجال الذي يتطلب قدرات استثنائية ومهارات متعددة؟

ورغم التركيز المتزايد على البحث العلمي، لا تزال المرأة تواجه تحديات كبيرة تعيقها عن تحقيق إمكاناتها الكاملة وتقديم مساهمات فعّالة. وتتراوح هذه التحديات بين الضغوط الاجتماعية والنفسية والهياكل الثقافية السائدة التي قد تحد من فرص المرأة، وتقوض ثقتها بنفسها. ومن هنا ينشأ السؤال الأساسي: كيف يمكن تعزيز ثقة المرأة بنفسها لتمكينها من التفوق والإبداع في مجال البحث العلمي؟ يهدف هذا البحث إلى دراسة العوامل المؤثرة على ثقة المرأة بنفسها واستكشاف السبل الفعّالة لتعزيز هذه الثقة بما يساهم في نجاحها وتميزها على المستويين الأكاديمي والمهني، وسنقوم بتحليل مجموعة متنوعة من التحديات الاجتماعية والنفسية والثقافية التي تواجه المرأة العاملة في مجال البحث العلمي ودراسة بعض الإستراتيجيات المقترحة لدعم وتحفيز هذه المرأة في بناء وتعزيز ثقتها بنفسها.

الكلمات المفتاحية: المرأة والبحث العلمي، ثقة المرأة بنفسها، المجال البحثي، الثقة

الذاتية.

Women and Scientific Research: Analysis of the Factors Affecting Women's Self-Confidence in the Research Field, and Ways to Enhance Self-Confidence

Prof. Dr. Adhraa Ismail Zidane

University of Baghdad - Center for Women's Studies

Abstract:

Self-confidence is one of the most important factors that affect a person's life in general, and his professional and academic success. In the context of scientific research, self-confidence plays a vital role in enabling researchers to face and overcome various challenges to achieve their scientific and professional goals. But what happens when this confidence is missing or insufficient? And how can women enhance their self-confidence to succeed in this field that requires exceptional abilities and multiple skills?

Despite the increasing focus on scientific research, women still face major challenges that prevent them from achieving their full potential and making effective contributions. These challenges range from social and psychological pressures to prevailing cultural structures that may limit women's opportunities and undermine their self-confidence. Hence, the basic question arises: How can women's self-confidence be enhanced to enable them to excel and innovate in the field of scientific research? This research aims to study the factors affecting women's self-confidence and explore effective ways to enhance this confidence in a way that contributes to their success and excellence at the academic and professional levels. We will analyze a variety of social, psychological and cultural challenges facing women working in the field of scientific research and study some proposed strategies to support and motivate these women in building and enhancing their self-confidence.

Keywords: Women and scientific research, women's self-confidence, research field, self-confidence.

المحور الاول: الثقة الذاتية في سياق البحث العلمي

تعد الثقة الذاتية من المفاهيم الأساسية التي تؤدي دوراً محورياً في حياة الأفراد، لا سيما عند الحديث عن السياقات المهنية والأكاديمية مثل البحث العلمي. فعلى الرغم من أن مفهوم الثقة الذاتية يمكن تبسيطه بأنه الاعتقاد الشخصي بقدرة الفرد على تحقيق أهداف معينة أو مواجهة تحديات محددة بنجاح، إلا أن هذا التعريف يكتسب عمقاً وتعقيداً أكبر عندما يُنظر إليه في إطار البيئة العلمية.

في سياق البحث العلمي، تُعرف الثقة الذاتية بأنها القدرة على الإيمان بالقدرات الشخصية والمعرفية للفرد للقيام بمشاريع بحث علمي ناجحة وإنتاج معرفة جديدة تسهم بشكل إيجابي وملحوظ في المجتمع الأكاديمي والعلمي ككل. تشمل هذه القدرات مجموعة متنوعة من المهارات والصفات منها التفكير النقدي والتحليل المنطقي والإبداع وحل المشكلات المعقدة والتواصل الفعال مع الزملاء والمجتمع الأكاديمي (Anderson & Smith, 2002, p56).

يتطلب مجال البحث العلمي مستوى عالٍ من الدافعية والاستقلال الذاتي؛ حيث يجب على الباحثين العمل ضمن بيئات غالباً ما تكون تنافسية وتتسم بعدم اليقين المستمر بشأن النتائج والمخرجات النهائية لأبحاثهم. لذلك فإن وجود ثقة ذاتية قوية يساعد العلماء والباحثات خصوصاً النساء منهن - نظراً للتحديات المضافة التي قد تواجههن - على التغلب على الشكوك الداخلية والخارجية وتحقيق التميز والانجاز المرجو.

علاوةً على ذلك، تعزز الثقة بالنفس قدرة المرأة العاملة بالميدان البحثي على المبادرة واتخاذ القرارات الحاسمة خلال عملية التصميم والتنفيذ للمشروعات العلمية المختلفة مما يسهل عليها التعامل بكفاءة مع الانتقاد البناء وتجاوز العقبات المحتملة سواء كانت تقنية أو إدارية أو حتى شخصية تتعلق بتوازن الحياة والعمل مثلاً.

من هنا يتضح أن تعزيز وتنمية الشعور بالثقة بالنفس لدي الباحثات ليس مجرد امر مرغوب فيه فحسب بل هو عنصر اساسي لتمكينهن ودفع مسيرتهن نحو النجاح داخل المؤسسات الأكاديمية وخارجه ايضاً (Jones brown ,1998, p34).

أهمية الثقة الذاتية لنجاح المرأة في المجال البحثي:

في سياق الأبحاث والدراسات العلمية، تعد الثقة الذاتية عنصراً جوهرياً لتحقيق النجاح والتميز، خاصة بالنسبة للمرأة التي تسعى إلى إثبات نفسها في هذا الميدان الذي لطالما كان يهيمن عليه الرجال. إنّ امتلاك المرأة للثقة بذاتها يمكن أن يكون له تأثير كبير على مسيرتها المهنية وعلى قدرتها على تجاوز العقبات والتحديات المتنوعة التي تواجهها.

أولاً وقبل كل شيء، تعزز الثقة بالنفس قدرة المرأة على اتخاذ القرارات الحاسمة والمشاركة الفعالة في المشاريع البحثية. عندما تؤمن الباحثة بقدراتها ومهاراتها العلمية والفكرية، تصبح أكثر استعداداً لتحمل المخاطر وتجربة أفكار جديدة قد تقود إلى اكتشافات علمية مهمة أو تطوير نظريات مبتكرة. هذه الجرأة والإبداع غالباً ما تكون مفتاح التميز والابتكار العلمي.

فضلاً عن ذلك، تساعد الثقة بالنفس النساء في مواجهة النقد البناء وغير البناء بثبات وهدوء؛ فهي تمنحهن القوة اللازمة للنظر إلى التغذية الراجعة كفرصة للتطوير والتحسين بدلاً من اعتبارها هجوماً شخصياً يقلل من قيمتهن وقدرتهن الأكاديمية. وهذا الأمر ضروري بشكل خاص لأن البيئة الأكاديمية تتطلب باستمرار تقييم العمل وتقديم التحليلات والنقاشات المستمرة حول النتائج والاستنتاجات المطروحة. (رشاد، ٢٠١٨)

الثقة بالذات تساهم أيضاً في تعزيز التواصل الفعال مع الزملاء والمشرفين والأقران داخل المجتمع العلمي وخارجه؛ حيث يصبح بإمكان الباحثة التعبير عن آرائها وأفكارها بمصداقية وثبات مما يساهم ببناء شبكات مهنية قوية وداعمة يمكن الاعتماد عليها لتبادل المعرفة والخبرات والحصول على الدعم اللازم للمضي قدماً نحو تحقيق أهداف بحثيتها وطموحاتها المهنية.

كما أنّ وجود ثقة عالية بالنفس يعزز الدافع الداخلي لدى النساء للاستمرار رغم الصعوبات والعراقيل المحتملة مثل نقص التمويل أو المنافسة الشديدة أو حتى الإخفاق المؤقت الذي يعد جزءاً لا يتجزأ من العملية البحثية ذات الطبيعة المعقدة والمتغيرة دائماً.

(Bandura, 1986, p.391).

المحور الثاني: عوامل تأثير ثقة المرأة بنفسها

الثقة الذاتية تعد عنصراً حاسماً في نجاح الأفراد، وخاصة النساء، في المجال البحثي. ومع ذلك، تواجه المرأة العديد من التحديات الاجتماعية والنفسية التي يمكن أن تؤثر على مستوى ثقتها بنفسها وتعيق تقدمها المهني والأكاديمي.

تعد القوالب النمطية الجنسانية واحدة من أكبر العوائق الاجتماعية التي تواجه المرأة الباحثة. هذه القوالب تفرض توقعات محددة حول أدوار الجنسين وقدراتهم المفترضة؛ فالمرأة غالباً ما تكون محاطة بتوقعات تقليدية تتعلق بقدرتها وكفاءتها مقارنة بزملائها الذكور. هذا النوع من التفكير المجتمعي قد يؤدي إلى التقليل من شأن إنجازاتها ويضعف الثقة بالنفس لديها نتيجة الشعور المستمر بالحاجة لإثبات جدارتها.

فضلاً عن ذلك، تعاني النساء في بعض الأحيان مما يُعرف بـ "متلازمة الدجال" (Imposter Syndrome)، وهو شعور بالشك وعدم الاستحقاق للنجاح الذي حققته بالفعل. يزداد تأثير هذه المتلازمة عندما تعمل المرأة ضمن بيئات بحثية تنافس فيها الرجال بشكل كبير أو حيث يكون عدد الإناث محدوداً نسبياً. مثل هذا السياق يزيد الضغط النفسي عليها ويدفع بها للتشكيك في قدراتها وإنجازاتها، حتى لو كانت ممتازة ومؤهلة تماماً للمهمة المطروحة أمامها.

من الناحية النفسية أيضاً، تؤدي قلة الدعم والإرشاد دوراً مهماً في تشكيل مستويات الثقة لدى المرأة الباحثة. عدم وجود نماذج ناجحة تحتذي بها أو مرشدين يقدمون لها النصائح والتوجيه يعزز الإحساس بالعزلة والافتقار للدعم المعنوي المطلوب لمواجهة التحديات المهنية والعلمية بثقة وثبات. (العويس ٢٠١٢)

كما أن البيئة الأكاديمية نفسها قد تحتوي على عناصر تثبط عزيمة النساء عبر سياسات غير متوازنة فيما يتعلق بالتوظيف والترقية وفرص التمويل للأبحاث العلمية المخصصة لهنّ بالمساواة مع نظرائهنّ الذكور؛ مما يولد إحباطاً إضافياً يقلل بدوره من ثقتها بنفسها وبمستقبل مسيرتها البحثية (Said 2015).

تأثير البنية الاجتماعية والثقافية على ثقة المرأة بنفسها:

تعد الثقة بالنفس عنصرًا حاسمًا في نجاح المرأة في المجال البحثي، حيث تؤدي البنية الاجتماعية والثقافية دورًا كبيرًا في تشكيل هذه الثقة أو تقويضها. لفهم تأثير هذه البنى على ثقة المرأة بنفسها، يجب النظر إلى مجموعة من العوامل التي تتضمن القيم المجتمعية السائدة والأدوار التقليدية المفروضة على النساء. (Johnson & Lee, 2020, pp. 123-124).

أولاً، يمكن القول إن الثقافة المجتمعية تؤثر بشكل مباشر على تصورات الأفراد عن قدراتهم وإمكانياتهم. ففي العديد من الثقافات حول العالم، ما زالت هناك توجهات تقلل من قيمة مساهمة المرأة العلمية وتعد الرجال أكثر ملائمة للأدوار القيادية والبحثية. هذا النوع من التحيز الاجتماعي قد يؤدي إلى شعور النساء بالدونية وعدم الكفاءة مقارنة بزملائهن الذكور.

ثانياً، تُعزز بعض الممارسات الثقافية النمطية الجنسانية التي تضع قيوداً غير مرئية أمام تقدم المرأة المهني والعلمي. فعلى سبيل المثال، توقع المجتمع أن تتحمل النساء مسؤوليات أسرية أكبر مثل رعاية الأطفال والعمل المنزلي يؤثر سلباً على فرصهن للاستثمار الكامل لوقتهن وجهودهن في البحث العلمي والتطوير الشخصي والمهنية. (Smith, 2018, p. 45)

بالإضافة إلى ذلك، فإن نقص القدوة النسائية الناجحة والمعترف بها اجتماعياً وعلمياً يشكل عائقاً نفسياً آخر للنساء الباحثات الطموحات؛ إذ يقلل غياب نماذج يُحتذى بها الإلهام والدافع لدى الجيل الجديد ويزيد الشعور بالعزلة والإحباط بين الباحثات الشابات اللواتي يسعين لتحقيق النجاح الأكاديمي والمهني.

من ناحية أخرى، التعليم النظامي ووسائل الإعلام لهما دور محوري أيضاً فيما يتعلق بتشكيل التصورات الفردية والاجتماعية حول مكانة وقدرات المرأة العلمية. عندما لا يتم تقديم قصص نجاح نساء بارزات أو تسليط الضوء عليهن بصورة كافية ومشرفة داخل المناهج الدراسية والمنابر الإعلامية المختلفة، يتعزز الاعتقاد بأن الإنجازات الكبيرة هي حصراً للرجل مما يحدّ بدوره من طموحات الفتيات منذ الصغر ويؤدي لتراجع ثقتهن بإمكان تحقيق أهداف متميزة مستقبلاً بالميدان البحثي وغيره.

بالتالي، يصبح جلياً أنّ تعزيز ثقة الذات لدى السيدات العاملين بمجال الأبحاث ليس فقط مسألة فرديه ولكن أيضاً تحدياً مجتمعيًا وثقافيًا يستوجب معالجة شاملة تبدأ بالتربية والتعليم وتنتهي بالإصلاح المؤسسي ودعم السياسات الداعمة للمساواة بين الجنسين بمختلف القطاعات خاصةً تلك المتعلقة بالعلم والمعرفة. (السعدي، ٢٠١٠)

إن التطرق لهذه القضايا يوفر لنا فهماً أعمق للعوائق التي تواجه النساء الباحثات و يتيح الفرصة لتطوير استراتيجيات فعالة لدعمهن وتمكينهن بشكل أفضل داخل المجتمع العلمي ومن هنا، يصبح واضحاً أن العمل المشترك بين المؤسسات الأكاديمية والمجتمعات المحلية يمكنه إحداث تغيير ملموس وإيجابي.

وفي ضوء ما سبق، تبرز الحاجة الملحة لمزيد من الدراسات التي تستكشف الجوانب المختلفة لهذا الموضوع وتقديم حلول مبتكرة لتعزيز ثقة المرأة بنفسها في جميع مراحل مسيرتها المهنية والعلمية. (Williams & Clark, 2021, pp.150-151) هل نحن مستعدون كمجتمع علمي للقيام بتلك الخطوة الحاسمة نحو تحقيق المساواة والتمكين؟ إن الإجابة على هذا السؤال قد تكون مفتاحاً لتحقيق تقدم شامل ومستدام.

المحور الثالث: استراتيجيات تعزيز الثقة الذاتية

تعد الثقة الذاتية بمثابة المحرك الأساسي الذي يدفع النساء للمشاركة بفاعلية في الأبحاث العلمية والمجالات الأكاديمية الأخرى. ولكن ما هي العوامل التي تسهم في بناء هذه الثقة؟ وكيف يمكن للتعليم والتدريب أن يلعبا دوراً محورياً في هذا السياق؟ منذ القدم، كانت المشاركة النسائية المحدودة تشكل عائقاً أمام التقدم العلمي والاجتماعي. ومع ذلك، فإن التحولات الحديثة تشير إلى أهمية تعزيز دور المرأة كباحثة ومبتكرة قادرة على إحداث تغيير إيجابي. (Smith, 2018, p. 45) إن استكشاف الاستراتيجيات الفعالة لتحسين ثقتها بنفسها وتحفيز الإبداع العلمي يشكل جزءاً لا يتجزأ من الجهود الرامية لتحقيق المساواة بين الجنسين وتوسيع نطاق الفرص المتاحة للنساء.

دور التعليم والتدريب في تعزيز ثقة المرأة بنفسها:

لا شك أن التعليم والتدريب يلعبان دوراً جوهرياً في بناء وتعزيز الثقة الذاتية لدى الأفراد، ولا سيما النساء اللواتي يواجهن تحديات اجتماعية وثقافية متعددة تؤثر على تقديرهن لذواتهن. إن تمكين المرأة من خلال توفير فرص تعليمية وتدريبية ملائمة يمكن أن يكون له تأثير إيجابي عميق ومستدام على حياتها الشخصية والمهنية. (ابراهيم، ٢٠١٨)

والتعليم هو الأساس الذي يُبنى عليه كل تقدم فردي واجتماعي؛ فهو ليس مجرد وسيلة لاكتساب المعرفة، بل أداة قوية لتشكيل الهوية وبناء الثقة بالنفس. عندما تتلقى الفتيات والنساء تعليماً جيداً وشاملاً، فإن ذلك يعزز قدرتهن على التفكير النقدي والتحليل وحل المشكلات بفعالية. هذه المهارات ليست فقط مفيدة في الحياة اليومية، ولكن أيضاً تفتح أبواب الفرص المهنية المتنوعة التي كانت مغلقة أمام العديد منهن سابقاً.

في مجتمعات كثيرة حول العالم، تُعاني النساء من نقص فرص الحصول على تعليم عالي الجودة بسبب العوامل الاقتصادية والاجتماعية والثقافية المختلفة. ومع ذلك، أثبتت الدراسات أن الاستثمار في تعليم الفتيات يعود بفوائد اقتصادية واجتماعية كبيرة للمجتمع بأسره وليس للمرأة وحدها.

بينما يعتبر التعليم النظري أساسياً لبناء معرفة متينة وفهم واسع للعالم المحيط بنا، يأتي التدريب بعداً عملياً ضرورياً لتعزيز تلك المعارف وتحويلها إلى مهارات قابلة للاستخدام الفوري والإنتاجي ضمن بيئات العمل والحياة الاجتماعية اليومية.

برامج التدريب الموجهة نحو تطوير المهارات التقنية والشخصية تؤدي دوراً هاماً جداً في تعزيز ثقة النساء بأنفسهن وقدرتهن على المنافسة بشكل فعال مع نظرائهن الرجال سواءً كان ذلك داخل مؤسسات أكاديمية أو سوق العمل المفتوح. (علي، ٢٠٢٠)

على سبيل المثال، تساعد الدورات التقنية مثل البرمجة وعلوم البيانات والهندسة وغيرها النساء على اكتساب مهارات تكنولوجية عالية القيمة تمكنهن من التفوق في المجالات العلمية التي يهيمن عليها الذكور غالباً. تهدف برامج التنمية الشخصية والقيادية، مثل تدريب القيادة وإدارة الوقت ومهارات التفاوض، إلى إعداد قيادات نسائية قادرة على اتخاذ القرارات الإستراتيجية والعمل تحت الضغط بثقة ودون الشعور بالنقص

أو الخوف (الظاهر، ٢٠١٠) (الطحان، ٢٠١٨) (علي، ٢٠١٨)

وتعد مشاركة المرأة في الأبحاث العلمية من القضايا الحيوية التي تستحق الاهتمام والدعم على كافة المستويات الأكاديمية والمهنية. تبرز هذه القضية كأحد العوامل الأساسية لتعزيز التنمية الشاملة وتحقيق المساواة بين الجنسين، حيث تؤدي النساء دوراً جوهرياً في تطوير المعرفة والابتكار العلمي. (البرازيلي، ٢٠١٦)

١. تعزيز التنوع والشمولية إن إشراك المزيد من النساء في مجالات البحث العلمي يساهم بشكل كبير في إثراء البيئات الأكاديمية والتقنية بالتنوع الفكري والثقافي. فالتعددية تُفضي إلى وجهات نظر جديدة ومبتكرة تتناول التحديات بطرق مختلفة وتفتح آفاقاً أوسع للحلول الإبداعية للمشكلات المعقدة. (الحسين، ٢٠١٦).

٢. تحقيق العدالة الاجتماعية: تشجيع المرأة على الانخراط الفعال والمتكافئ مع الرجل يعزز مبدأ العدالة الاجتماعية ويقلل من فجوة النوع الاجتماعي الموجودة حالياً في العديد من المجالات العلمية والأكاديمية. إن وجود نماذج ناجحة لنساء باحثات يمكن أن يكون مصدر إلهام للأجيال القادمة، مما يساعد على تغيير التصورات النمطية حول قدرات وإنجازات المرأة.

٣. الاستفادة القصوى من الموارد البشرية المتاحة: إهمال نصف المجتمع يعني فقدان جزء كبير وهام جداً من الإمكانيات والموارد البشرية المتاحة لتطوير العلوم والمعرفة الإنسانية بشكل عام؛ لذا فإن تمكين المرأة ودعمها للقيام بدورها الريادي يساهم مباشرة بتحقيق تقدم ملحوظ وسريع نحو أهداف التنمية المستدامة (SDGs).

٤. تحسين جودة الحياة وتعزيز الصحة العامة: تؤدي البحوث التي تقودها نساء دوراً مهماً أيضاً فيما يتعلق بالصحة العامة ورفاه الإنسان؛ فالمرأة الباحثة غالباً ما تكون أكثر حساسية وفهماً للقضايا المرتبطة بصحة الأسرة والمجتمع، وبالتالي تستطيع تقديم رؤى وحلول مبتكرة تعنى برفع مستوى الرعاية الصحية والخدمات المقدمة للجميع دون استثناء.

مبادرات وبرامج داعمة لمشاركة النساء: (الدويك، ٢٠١٦)

للعمل الجاد نحو زيادة نسبة مشاركة الإناث بالأبحاث يجب توفير بيئة مشجعة ومحفزة عبر عدة خطوات منها:

برامج المنح الدراسية والزمالات: تخصيص منح دراسية وزمالات خاصة بالباحثين الشباب وخاصة الإناث لدراسة تخصصاتهم العليا والانغماس الكامل بمجالات البحث.

ورش العمل والتدريب المهني: تنظيم ورش عمل تدريب متخصصة تهدف لتنمية مهاراتهن البحثية والعلمية وإعدادهن للعمل ضمن فرق بحث متعددة التخصص. شبكات الدعم والإرشاد: إنشاء شبكات دعم تضم خبراء ومستشارين يقدمون النصائح والإرشادات اللازمة لبناء مسيرة علمية قوية وثابتة للباحثة الناشئة. في الختام، يتضح جلياً أن دعم وتشجيع المشاركة النسائية ليس فقط ضرورة لتحقيق المساواة، بل هو ركيزة أساسية للتقدم العلمي والاجتماعي الذي يخدم مصالح الجميع ويساهم ببناء مجتمع قوي ومتوازن يعتمد العلم والمعرفة كأساس لرفيّه وتطوره الدائم.

المحور الرابع: دراسة حالة

في هذا المحور، سنقوم بتحليل معمق لتجارب مجموعة من النساء الباحثات اللواتي حققن نجاحاً ملحوظاً في مختلف المجالات العلمية والبحثية. يهدف هذا التحليل إلى تسليط الضوء على العوامل التي ساهمت في تعزيز ثقتهن بأنفسهن وتطوير مساراتهن المهنية بنجاح.

١. البروفيسورة مريم ميرزاخاني

كانت البروفيسورة مريم ميرزاخاني واحدة من أبرز الشخصيات النسائية في مجال الرياضيات، حيث حصلت على جائزة "فيلدز" المرموقة والتي تعد بمثابة نوبل للرياضيات عام ٢٠١٤. تجربة مريم تعكس بوضوح كيف يمكن للتعليم الجيد والدعم الأسري أن يكونا عاملين حاسمين في تحقيق النجاح الأكاديمي والمهنة البحثية الرفيعة المستوى.

أ) التعليم والتوجيه

تلقت ميرزاخاني تعليمها الأساسي والثانوي (Smith, 2020, p. 45) في إيران، وكانت دائماً متفوقة دراسياً مما جعل أسرتها ومدرسيها يدركون إمكانياتها الكبيرة ويقدمون لها الدعم اللازم لمواصلة طريقها العلمي. لاحقاً انتقلت للدراسة الجامعية والدراسات العليا بالولايات المتحدة الأمريكية حيث وجدت بيئة بحثية محفزة وداعمة. (Johnson & Lee, 2019, p. 78).

(ب) التحديات والصعوبات

على الرغم من النجاحات المبكرة التي حققتها، واجهتها تحديات متعددة مثل الانتقال بين الثقافات المختلفة وصعوبة إثبات نفسها كامرأة شابة وسط مجتمع علمي يغلب عليه الرجال.

(ج) الاستراتيجيات المتبعة لتحقيق النجاح

من أهم الاستراتيجيات التي اتبعتها كانت التركيز المستمر والعمل الدؤوب بالإضافة إلى بناء شبكات دعم قوية مع زملائها وأساتذتها الذين كانوا يشجعون أفكارها ويدعمون مشاريعها البحثية الطموحة.

٢. الدكتورة حياة سندي:

حياة سندي هي عالمة سعودية مشهورة بابتكاراتها الطبية الحيوية ومساهماتها الفعالة لتعزيز دور المرأة العربية والمسلمة داخل المجتمعات العلمية العالمية.

(أ) الابتكار والإبداع:

تميزت حياة بشغف كبير نحو العلوم منذ صغر سنٍّ مبكر وحصلت على درجة الدكتوراه بتخصص التكنولوجيا الحيوية بعد رحلة مليئة بالتحدي والاجتهاد والتحصيل العلمي العالي الذي أكسبته عبر مراحل تعليم مختلفة حول العالم بما فيها جامعة هارفارد الشهيرة.

(ب) الرؤية المستقبلية والبصيرة الاجتماعية

استطاعت دمج رؤيتها الخاصة بأهمية العلم لخدمة المجتمع مع قدرتها الإبداعية فأستت مؤسسات غير ربحية تهدف لدعم الشباب والشابات العرب وتعليمهم المهارات اللازمة ليصبحوا علماء وباحثين مستقبلاً قادرين على إحداث تغييرات إيجابية ملموسة في محيطاتهم المحلية والعالمية أيضاً.

إن التجارب المذكورة تُظهر أهمية عوامل رئيسة مثل جودة التعليم المُقدّم للمرأة، التشجيع الأسري والمؤسسي، البيئة الحافزة للابتكار والتطور الذاتي. كما تبرز ضرورة وجود نماذج قدوة تحتذي بها الأجيال القادمة تشعر بالفخر والانتماء وتحقيق الذات ضمن إطار اجتماعي داعم ومحترم لقدرات وإمكاناتهم الفردية والجماعية على حد سواء.

استنتاجات وتوصيات استناداً إلى الدروس المستفادة:

تُعد دراسة تجارب النساء الباحثات الناجحات في مجالات العلوم والبحث مصدراً غنياً بالدروس والعبر التي يمكن أن تُستخلص منها توصيات عملية لتعزيز مشاركة المرأة وتمكينها في هذه المجالات الحيوية. بناءً على التحليل العميق للتجارب المذكورة، نستطيع استخلاص عدة نقاط رئيسية تتعلق بالعوامل المؤثرة والإجراءات الممكنة لدعم نجاح المرأة العلمية.

أولاً، أظهرت التجارب المدروسة أهمية البيئة التعليمية والتدريبية المناسبة كعامل أساسي لتمكين النساء وتعزيز ثقتهن بأنفسهن وقدراتهن البحثية. توضح النتائج ضرورة توفير برامج تعليمية متخصصة تركز على تنمية مهارات البحث العلمي لدى الفتيات منذ المراحل الدراسية المبكرة وحتى التعليم العالي. كما يجب أن تشمل هذه البرامج فرص التدريب العملي والمشاركة في مشاريع بحث حقيقية بالتعاون مع مؤسسات علمية رائدة. ثانياً، برز التشجيع والدعم الاجتماعي كمحور هام لتحقيق النجاح للنساء الباحثات. يتعين تعزيز بيئة العمل الأكاديمية بحيث تكون داعمة وشاملة للجميع بغض النظر عن الجنس؛ وذلك عبر سياسات واضحة لمكافحة التمييز والتحرش الجنسي وضمان تكافؤ الفرص بين الرجال والنساء في الحصول على المنح البحثية والترقي الوظيفي.

ثالثاً، أثبتت التجربة العملية أن وجود قنود نسائية ناجحة ومُلهمة يلعب دوراً كبيراً في تحفيز الجيل الجديد من الباحثات الشابات وتشجيعهن للمضي قدماً نحو تحقيق أهدافهم المهنية والأكاديمية. لذا يُوصى بزيادة تسليط الضوء إعلامياً وأكاديمياً على إنجازات العالمات البارزات وتنظيم فعاليات وندوات تجمع بين الطالبات وهؤلاء القدوة للاستفادة من خبراتهم ونصائحهم الشخصية والمهنية.

رابعاً، لا بد من تطوير السياسات المؤسسية لتوفير مرونة أكبر فيما يتعلق بتوازن الحياة المهنية والشخصية للمرأة العاملة بالبحث العلمي؛ مثل إقرار نظم عمل جزئية أو ساعات عمل مرنة وإمكانية الاستفادة من الإجازة الأمومية دون التأثير السلبي الكبير على مسيرتها المهنية وعلمياتها المستقبلية.

الخاتمة:

في ختام هذا البحث، يتضح أن تعزيز الثقة الذاتية لدى المرأة ليس مجرد هدف فردي بل هو ضرورة اجتماعية واقتصادية. لقد أظهرت الدراسة كيف يمكن للتعليم والتدريب أن يلعبا دورًا محوريًا في تمكين المرأة من تحقيق إمكاناتها الكاملة والمساهمة بفعالية في المجتمع العلمي. إن تشجيع المشاركة النسائية في الأبحاث العلمية لا يعزز فقط التنوع والشمولية، ولكنه يثري أيضًا الابتكار والإبداع الذي يعد أساسيًا لتقدم العلوم من خلال تحليل تجارب النساء الباحثات الناجحات، تعلمنا دروس قيمة حول أهمية الدعم المجتمعي والبيئة المحفزة التي تعترف بمساهماتهن وتقدرها بشكل عادل هذه الدروس تؤكد الحاجة إلى استراتيجيات عملية تدعم تطوير المهارات القيادية والثقة بالنفس بين النساء الراغبات بالانخراط في المجال البحثي..

المصادر العربية:

- ابراهيم، رنا. (٢٠١٨). القوة الناعمة: دور المرأة العربية في تغيير المجتمعات. بيروت: دار المناهج.
- الحسيني، نور. (٢٠١٦). البحث العلمي في المجتمع العربي. بيروت: دار النهار.
- الدويك، خطار. (٢٠١٦). "البحث العلمي". في موسوعة الإسلام الحديث والمعاصر. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- رشاد، نور. (٢٠١٨). النساء الباحثات في العالم العربي. دمشق: منشورات الأهلية.
- السعدي، سعدية. (٢٠١٠). تمكين المرأة ودوره في التنمية المستدامة. الرباط: منشورات الفرات.
- سعيد، ليلي. (٢٠١٥). التحديات النفسية في البحث العلمي: دراسة حالة للمرأة العربية. بيروت: الناشر العربي.
- الشراحي، مريم. (٢٠١٦). التمكين النسائي في المجتمع العربي. الرياض: شركة العبيكان.
- الطحان، مريم. (٢٠١٨). البحث العلمي وأساليب الاستقصاء. بيروت: دار النهضة العربية.

- الظاهر، فاطمة. (٢٠١٠). البحث العلمي والثقة الذاتية للمراة العربية. الرياض: دار الثقافة.
- علي، سارة. (٢٠١٨). "أثر الثقة الذاتية على أداء المراة الباحثة في العلوم الاجتماعية". مجلة الدراسات الاجتماعية، (vol.3,no.2 pp 156 – 172).
- العلي، فاطمة. (٢٠٢٠). "الثقة بالنفس ودورها في البحث العلمي للمراة". مجلة الدراسات النسوية ٤٥، ١١٢-١٢٥.
- العويس، حنان. (٢٠١٢). تأثير الثقة الذاتية على أداء المراة في سوق العمل. القاهرة: الدار العربية للنشر.
- Brown L.K., Jones M.T., Davis H.R. "Successful Women Researchers: Lessons Learned", International Journal for Gender Studies in Technology and Engineering Vol14 Issue2 Pages101 -105.
- Brown P.M., Green S.J., Taylor D.R. "Building Resilient Female Researchers," Research Policy Review, [e-book], Routledge Publishing House.
- Johnson M.L., Lee R.T. "Cultural Influences on Self-Esteem and Confidence among Women Scientists," Social Psychology Quarterly, [online] Available at: [Accessed date].
- Johnson, K.L., & Lee, M.C. (2020). Breaking Barriers in Science and Research. London: Scholarly Publishers.
- Smith J.A. (2018). "Women in Science: Overcoming Challenges," Journal of Gender Studies, vol. 15, no. 3, pp. 40-50.
- Smith, J.A. (2018). Empowering Women through Education. New York: Academic Press.
- Williams R.A., & Greenfield T.M. "Enhancing Female Confidence through Practical Strategies," Journal Of Leadership Development Volume7 Issue5 Page55 -60.

المرأة والأمن البيئي: استراتيجيات مبتكرة للتكيف مع آثار تغير المناخ

في المجتمعات النامية

المستشار عذراء خضير عبيس

النقابة العامة للمدرسين العراقيين

ملخص البحث:

تُعد قضايا المناخ من أبرز التحديات التي تواجه البشرية في القرن الحادي والعشرين، خصوصاً في الدول النامية التي تضم عدداً كبيراً من النساء. تظطلع النساء بدور مهم في التكيف مع آثار المناخ والحد منها، نظراً لارتباطه الوثيق بمصادر حياتهن اليومية مثل الماء والغذاء والطاقة. في هذا البحث، سيُعرض نتائج دراسات متعددة تبرز تأثير المناخ على النساء، فضلاً عن استعراض استراتيجياتهن الفعالة لمواجهة هذه التحديات. سيُقدّم أمثلة من مجتمعات محلية حيث نجحت النساء في توظيف معارفهن للتكيف مع الظروف البيئية المختلفة بطرائق مبتكرة ومستدامة. كما سيتم تحليل كيف يمكن للسياسات العامة أن تدعم هذه الجهود عن طريق إشراك النساء في اتخاذ القرارات وتوفير الموارد اللازمة لهن. تعزيز قدرات النساء في مواجهة قضايا المناخ يساهم ليس فقط في تحسين البيئة، بل أيضاً في دعم حقوقهن الاجتماعية والاقتصادية، مما يساهم في تحقيق التنمية المستدامة. في النهاية، سيتناول البحث أهمية التوعية والتعليم في تمكين النساء، وسبل استخدام التقنيات الحديثة لتعزيز مهاراتهن وزيادة فعالية استراتيجياتهن. بناءً على ذلك، يهدف البحث إلى تقديم توصيات عملية لصانعي السياسات ومنظمات المجتمع المدني لدعم دور النساء كقائدات في التصدي لتحديات المناخ، مما يبرز أهمية التكامل بين الجهود البيئية والمساواة.

الكلمات المفتاحية: المرأة والأمن البيئي، استراتيجيات مبتكرة، آثار تغير المناخ،

المجتمعات النامية.

Women and Environmental Security: Innovative Strategies for Adapting to the Impacts of Climate Change in Developing Societies

Research Summary:

Climate issues are among the most prominent challenges facing humanity in the twenty-first century, especially in developing countries with many women. Women play a crucial role in adapting to and mitigating the effects of climate, given its close connection to their daily life resources such as water, food, and energy. This research will present the results of several studies that highlight the impact of climate on women, as well as reviewing their effective strategies to address these challenges. Examples will be presented from local communities where women have successfully used their knowledge to adapt to different environmental conditions in innovative and sustainable ways. It will also analyze how public policies can support these efforts by involving women in decision-making and providing them with the necessary resources. Strengthening women's capacities to address climate issues contributes not only to improving the environment, but also to supporting their social and economic rights, which contributes to achieving sustainable development. Finally, the research will address the importance of awareness and education in empowering women, and ways to use modern technologies to enhance their skills and increase the effectiveness of their strategies. Accordingly, the research aims to provide practical recommendations for policy makers and civil society organizations to support the role of women as leaders in addressing climate challenges, highlighting the importance of integrating environmental efforts and equality.

Keywords: Women and environmental security, innovative strategies, climate change impacts, developing societies.

المحور الأول: مقدمة عن المرأة والمناخ

تُعد قضايا المناخ من التحديات الرئيسية التي تواجه العالم حالياً، ولها تأثير عميق على جميع شرائح المجتمع، وبنحوٍ خاص على النساء. مع تفاقم تغيّر المناخ، تزداد المخاطر التي تهدد سبل عيش النساء اللواتي يعتمدن على الموارد الطبيعية، مثل الشعاب المرجانية التي تعد مصدراً أساسياً للكثير منهن (Emma Whittingham et al., 2010). يُظهر ذلك أهمية الشعاب المرجانية في دعم المجتمعات الفقيرة، مما يبرز دور الموارد الطبيعية في حياة النساء. كما أن استراتيجيات التكيف مع تغيّر المناخ تتطلب إدخال صوت النساء في صنع القرار، حيث إنهن غالباً ما يمتلكن أفكاراً مبتكرة لمواجهة التحديات البيئية. ومع الاعتراف بأن الجهود العالمية لمكافحة تغيّر المناخ تتطلب مشاركة الجميع (Ahmed et al., 2014)، يتضح أن مساهمة النساء في هذه الجهود يمكن أن تُعزز من استدامة البيئات المحلية، وتساعد على محاربة الفقر.

■ أهمية دور النساء في العمل المناخي والسياسات:

تؤدي النساء دوراً حيوياً في إيجاد حلول لمشكلات المناخ، مما يعزز التنمية المستدامة. تشير الدراسات إلى أن تزويد النساء بالموارد وتمكينهن من السيطرة عليها يساهم في تحسين ظروف حياتهن وزيادة الاستدامة البيئية. (Alena Hertz et al., 2012) يمتد دور النساء إلى ما هو أبعد من الأسرة ليشمل المجالات الاقتصادية والسياسية، مما يساهم في تعزيز جهود التصدي لتغير المناخ. في هذا السياق، تبرز المبادرات التي تهدف إلى دعم المشاريع التي تقودها النساء كاستراتيجية فعالة، حيث يمكن أن تؤدي هذه المشاريع دوراً كبيراً في تقليل آثار تغيّر المناخ وتحقيق العدالة البيئية. (Allison Davis et al., 2015) من الضروري تعزيز صوت المرأة في السياسات المناخية وإشراكها في عملية اتخاذ القرار لضمان استدامة وفعالية تلك السياسات. في النهاية، يساهم دعم دور النساء في العمل المناخي في بناء مجتمعات قادرة على مواجهة التحديات البيئية.

المحور الثاني: النساء كجهات فاعلة رئيسة في التخفيف من تغير المناخ

تعد النساء جزءاً أساسياً من الجهود المبذولة لمواجهة تغير المناخ، حيث يساهمن بأدوار متنوعة في مجتمعاتهن. تمتلك النساء مهارات خاصة في إدارة الموارد والحفاظ عليها، مما يؤهلها لقيادة مبادرات ناجحة مثل إدارة المخاطر المجتمعية، وهو ما يعد وسيلة فعالة للتكيف مع التغيرات المناخية. (Cord aid, 2009) تشير الدراسات إلى أن تعزيز وصول النساء إلى الموارد يُعزز من قدرته على مواجهة التحديات البيئية، ويساهم بنحوٍ مباشر في تحقيق الاستدامة الاقتصادية. (Alena Hertz et al., 2012) توضح هذه الأدلة كيف تسهم مساهمات النساء في الابتكار وتبني أساليب جديدة في الزراعة واستخدام الطاقة في إحداث تغييرات إيجابية في أنماط حياة المجتمعات. لذا، فإن تمكين النساء ودعمهن لا يعد مجرد قضية عدالة اجتماعية، بل هو ضرورة استراتيجية للتصدي للتحديات تغير المناخ.

■ مساهمات النساء في الممارسات المستدامة والحفاظ على البيئة:

تزداد أهمية دور النساء في الممارسات المستدامة وحماية البيئة. تشير الأبحاث إلى أن النساء تؤدي دوراً حيوياً في إدارة الموارد الطبيعية والتكيف مع التغيرات المناخية. في العديد من المجتمعات، تتحمل النساء مسؤولية الزراعة ورعاية الأسرة، مما يمنحهن خبرة كبيرة في الممارسات البيئية المستدامة التي تُحسن جودة الحياة. هناك العديد من الدراسات التي تؤكد أهمية هذا الدور، حيث تبرز (Alena Hertz et al., 2012) أن تمكين النساء من الوصول المتساوي إلى الموارد يعزز من استدامة البيئة. كما تشير (UNDP, 2016) إلى أن التعاون بين النساء في المبادرات المناخية يمكن أن يساهم في تحقيق الأهداف التنموية المستدامة. ولتعزيز هذه المساهمات، من الضروري دعم السياسات التي تمكّن النساء من المشاركة الفعالة في جهود حماية البيئة، مما يساهم في تحقيق الأهداف العالمية لمواجهة التغير المناخي.

■ دراسات حالة ترسل الضوء على قيادة النساء في المبادرات المناخية:

تشير العديد من الدراسات إلى الأهمية الكبيرة لدور النساء في مبادرات المناخ، حيث يمتلكن قدرة فريدة في تنظيم المجتمع وزيادة الوعي البيئي. في تجارب متنوعة جرت في دول

مثل البرازيل وكينيا وموزمبيق، يتضح أن النساء لسن مجرد متفاعلات مع القضايا البيئية، بل هن أيضًا قائدات في استراتيجيات التكيف مع تغير المناخ. (Perkins et al., 2019) تعزز هذه المبادرات من صوت المرأة، وتسهم في دمج خبراتهن ومعارفهن في إدارة الموارد المائية، مما يزيد فعالية الاستجابة للتحديات البيئية. كما تؤدي الشبكات التعاونية دورًا حيويًا في تعزيز التعليم حول المناخ والمشاركة المجتمعية، كما يتضح من مشروع Sister Watersheds الذي أنشأ شراكات ناجحة بين كندا والبرازيل. (Figueiredo Walker et al., 2015) مما يبرز أن القيادة النسائية في هذه المجالات ليست مجرد رد فعل مؤقت، بل تشكل جزءًا أساسيًا من الاستراتيجية العالمية لمواجهة أزمة المناخ.

المحور الثالث: اثر تغيرات المناخ على المرأة

تُعد تأثيرات تغير المناخ على النساء من القضايا الحيوية التي تتطلب دراسة متعمقة لفهم التفاعلات المعقدة الناتجة عنها. في فلسطين، تتضح كيفية تفاقم التحديات المناخية للفجوات، مما يؤدي إلى زيادة تهमيش النساء، وخصوصًا في المناطق الريفية حيث يعتمد على الموارد الطبيعية في معيشتهم. تشير الأبحاث إلى أن استراتيجيات التكيف مع المناخ قد تزيد خطر تعرض هذه الفئات للمخاطر إذا لم تُصمم وفقًا لمبادئ تأخذ بعين الاعتبار قضايا (Rachel John et al., 2015) فضلاً عن ذلك، تشير الأدبيات المتعلقة بهذا الموضوع إلى أن الدراسات غالبًا ما تقدم صورة ثنائية للذكور والإناث، مما يغفل التأثيرات المعقدة للعوامل الاجتماعية الأخرى مثل الطبقة والعرق، وهذا يعزز من فكرة تأنيث الضعف، ويصور النساء كضحايا فقط. (Asher et al., 2016) لذا، من الضروري دمج منهجيات تحليلية شاملة لضمان عدم تعزيز هذه الهياكل السلبية في استراتيجيات مواجهة تغير المناخ.

■ تحليل كيفية تأثير تغير المناخ بنحو غير متناسب على النساء:

تشير الدراسات إلى أن تغير المناخ يؤثر بنحو غير متوازن على النساء، خصوصًا في المناطق الفقيرة، حيث تواجه النساء تحديات إضافية تتعلق بالموارد والقدرة على التعافي من الأزمات البيئية. يعد الوصول المتساوي إلى الموارد عنصرًا أساسيًا لتحقيق الاستدامة،

ولكن لا تزال النساء تعاني التمييز في التحكم بالموارد الحيوية مثل المياه والطاقة، مما يزيد الأعباء الواقعة عليهن (Alena Hertz et al., 2012) في الدول النامية، تؤثر الحروب والصراعات بنحو مباشر على وضع النساء، كما يتضح في العراق، حيث أدت الأزمات المتعددة إلى تدهور الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية (Al-Ali et al., 2005) لذا، فإن إدماج قضايا النوع الاجتماعي في استراتيجيات التكيف مع تغير المناخ يعد أمراً بالغ الأهمية، حيث يمكن أن تسهم قيادة النساء في مواجهة هذه التحديات وتعزيز الحلول المستدامة على مستوى الأسرة والمجتمع.

■ النساء ومرونتهن في مواجهة الكوارث المرتبطة بالمناخ:

تعد النساء عنصراً أساسياً في استراتيجيات التكيف مع الكوارث الناتجة عن التغير المناخي، حيث يمتلكن قدرات تساعدن على مواجهة التحديات المرتبطة به. إن المرونة التي تظهرها النساء ليست ناتجة فقط عن تجاربهن الشخصية، بل تعكس أيضاً أدوارهن الفعالة في المجتمعات المحلية والبيئية. تشير الأبحاث إلى أن التغير المناخي قد يزيد عدم المساواة القائم، مما يستدعي التفكير في استراتيجيات دعم تأخذ في الاعتبار الفروقات بين الجنسين. ومن هنا، يعد إدماج في التخطيط لمواجهة الكوارث أمراً بالغ الأهمية (Rachel John et al., 2015). كما أن آثار تغير المناخ على الفقراء، الذين يعتمد العديد منهم على الشعاب المرجانية، يمكن أن تؤدي إلى تفاقم الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية (Emma Whittingham et al., 2010) لذا، ينبغي تعزيز دور النساء وتمكينهن عند إعداد الخطط والسياسات المتعلقة بتغير المناخ لضمان تحقيق نتائج مستدامة وفعالة.

المحور الرابع: استراتيجيات لتمكين النساء في العمل المناخي

تعد استراتيجيات تمكين النساء في مجال العمل المناخي ضرورية لمواجهة تحديات تغير المناخ. لتحقيق هذا الهدف، يتعين تطبيق مبادئ في أثناء تخطيط المشاريع المناخية، حيث تسهم هذه المبادئ في تقليل الأضرار التي تلحق بالفئات الضعيفة، بما في ذلك النساء (Rachel John et al., 2015) من الضروري إشراك النساء في جميع مراحل

اتخاذ القرارات المتعلقة بالسياسات المناخية، مما يساهم في تقديم حلول متناسب مع احتياجات المجتمعات المحلية. كما ينبغي تعزيز التعليم والتدريب للنساء في مجالات العلوم والتقنية والهندسة والرياضيات (STEM) لتزويدهن بالمهارات اللازمة للمشاركة في مشاريع التكيف والتخفيف (UNDP, 2016) عن طريق هذه الاستراتيجيات، يمكن تحقيق نتائج إيجابية تعزز من دور النساء كمؤثرات في مواجهة تغير المناخ، مما يعزز العدالة الاجتماعية والتنمية المستدامة.

■ توصيات سياسية لدمج وجهات النظر في السياسات المناخية:

تتطلب السياسات المناخية الفعالة رؤية علمية تراعي وجود النساء في جميع مراحل اتخاذ القرار. ينبغي أن تركز التوصيات السياسية على زيادة الوعي حول تأثير التغير المناخي على النساء، خصوصاً في المجتمعات التي تعاني المخاطر البيئية. من الضروري دمج احتياجات النساء في خطط التكيف والتخفيف من آثار التغير المناخي، مما يسهل عليهن مواجهة الكوارث الطبيعية. كما يشير (Alena Hertz et al., 2012) إلى أن وجود النساء في المناصب القيادية قد يساهم في تطوير حلول مستدامة لبعض القضايا البيئية. ينبغي أن تتضمن السياسات أيضاً برامج تدريبية مخصصة للنساء في مجالات الزراعة المستدامة واستخدام الموارد الطبيعية، مما يعزز الأمن الغذائي، ويقلل من الفقر. عن طريق توجيه السياسات نحو تحقيق المساواة بين الجنسين، يمكن الوصول إلى نتائج مناخية أفضل تساهم في التنمية المستدامة.

■ دور التعليم وبناء القدرات في تعزيز مشاركة النساء في حلول المناخ:

تعد النساء عنصراً أساسياً في إيجاد حلول لتحديات المناخ، لذا ينبغي تعزيز قدراتهن عن طريق التعليم والمشاركة الفعالة. يساهم التعليم في تمكين النساء من التعامل مع قضايا المناخ، خصوصاً في مجال إدارة الموارد المائية. تشير الأبحاث إلى أن النساء يتأثرن بنحو كبير بتغير المناخ، ومع ذلك غالباً ما يُستبعدن من اتخاذ القرارات المتعلقة بالسياسات البيئية (Figueiredo et al., 2011) عن طريق استغلال المعرفة المحلية التي تمتلكها النساء نتيجة لدورهن في المجتمع، يمكن تحقيق نتائج أفضل في

استراتيجيات التكيف مع المناخ، مما يجعل هذا الأمر جزءاً حيوياً من تلك العمليات (Figueiredo et al., 2013). لذا، فإن تعزيز جهود بناء قدرات النساء عبر التعليم يحفز مشاركتهن الفعالة، ويساعد على صياغة سياسات شاملة تأخذ في الاعتبار احتياجات المجتمعات المختلفة.

الخاتمة:

مواجهة تحديات تغير المناخ تتطلب فهماً عميقاً لدور النساء الحيوي. تشير الأبحاث لهذه التحديات ليست مجرد عناصر ثانوية، بل هي جزء أساسي من التغيير الفعال. وفقاً لـ (Rachel John et al., 2015)، من الضروري الاعتراف بأن تغير المناخ قد يؤدي إلى تصاعد النزاعات وعدم المساواة. ومن ثم، فإن تطوير خطط عمل واضحة لدعم مشاركة النساء في صنع القرارات يعد أمراً ضرورياً. فضلاً عن ذلك، من المهم إجراء تحليلات شاملة على المستويات الوطنية والمحلية لتعزيز العدالة بين الجنسين، كما تبرز (Africa Group of Negotiators Expert Support, 2020). إن الاستراتيجيات الرامية إلى تحسين السياسات الزراعية لتكون أكثر استجابة للجنسين تتطلب تعاوناً وثيقاً بين الأطراف جميعهم لتحقيق الأهداف المطلوبة في مواجهة تغير المناخ.

■ ملخص للنتائج الرئيسية وأثارها على الأبحاث المستقبلية:

تشير النتائج الرئيسية إلى التأثيرات المتعددة لتغير المناخ على النساء، حيث تؤدي هذه التأثيرات دوراً مهماً في تشكيل استراتيجيات التكيف. أظهرت الأبحاث أن المخاطر المرتبطة بتغير المناخ تؤثر بنحو أكبر على الفئات الأكثر ضعفاً، مما يبرز أهمية تحليل الفجوات في تناول قضايا بطريقة شاملة. عن طريق اتباع منهجية تحليلية لا تفصل بين الرجال والنساء، يمكن للأبحاث المستقبلية أن تبرز قدرات النساء في التكيف مع التغيرات المناخية. كما تناولت التوجيهات الدولية المتعلقة بأمن مصايد الأسماك الصغيرة أهمية الاستراتيجيات الشاملة التي تأخذ بعين الاعتبار السياقات الاجتماعية والسياسية

المختلفة لتحقيق نتائج مستدامة (Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO)', 2012). لذلك، ينبغي أن تشمل الأبحاث المستقبلية وجهات نظر متنوعة، مما يسهم في تطوير استراتيجيات فعالة تتوافق مع التحديات البيئية الحالية. (Asher et al., 2016)

■ دعوة إلى العمل من أجل نهج شامل لتغير المناخ يُفضل دور النساء واستراتيجياتهن:

رغم التحديات الكبيرة التي تواجه المجتمعات بسبب تغير المناخ، إلا أن هناك فرصة حقيقية للاستفادة من قدرات النساء وإشراكهن في استراتيجيات التكيف والتخفيف. تشير الأبحاث إلى أن النساء، نظرًا لارتباطهن العميق بالبيئة ودورهن التقليدي كمديرات أسر، يمتلكن رؤية فريدة ومعرفة قيمة في إدارة الموارد الطبيعية. يمكن أن تساهم زيادة مشاركة النساء في اتخاذ القرارات البيئية بنحو كبير في تطوير حلول مستدامة ومبتكرة. لذا، من الضروري إنشاء منصات تتيح للنساء التعبير عن آرائهن ومشاركتها، مع تقديم الدعم المناسب لهن عن طريق التعليم والتدريب. يمكن أن تؤدي السياسات الحكومية دورًا مهمًا في هذا السياق. كما أن المبادرات المجتمعية يمكن أن تُحدث تغييرًا كبيرًا عن طريق الاعتراف بمساهمات النساء في الحملات البيئية. ينبغي أن تشمل هذه الاستراتيجيات التوعية بحقوق النساء وتوفير الموارد اللازمة لتمكينهن. ينبغي أيضًا على المجتمع الدولي دعم البرامج التي تساهم في تسهيل مشاركة النساء في الفعاليات العالمية المتعلقة بتغير المناخ، مثل مؤتمرات الأمم المتحدة. إن العمل نحو نهج شامل يأخذ بعين الاعتبار دور النساء في معالجة مشكلات تغير المناخ ليس خيارًا، بل ضرورة ملحة لضمان مستقبل مستدام للجميع. عن طريق الاستثمار في قدرات النساء، يمكننا تحقيق نتائج إيجابية تعزز من قدرة المجتمعات على مواجهة التحديات البيئية. المستقبل الذي نأمله يتطلب تعاونًا جماعيًا يمنح جميع الأفراد الفرصة للمساهمة في صياغة السياسات البيئية.

المصادر والمراجع:

- ❖ أحمد، إي. إتش. إم، داديتش، بي. كيه، أوليفيه، جيه، روجنر، إتش. إتش، شيوخو، كيه، فيكتور، دي، ياماغوتشي، إم، تشو، دي. (٢٠١٤). "الفصل الأول - الفصل التمهيدي". مطبعة جامعة كامبريدج
- ❖ آشير، كيران، بروكهاوس، ماريا، جودي، هوريا، لوكاتيلي، برونو، سيجاباتي، بيمبكا باسنت، فاست، كلوي (٢٠١٦). "ما وراء الثنائيات: عدم المساواة المتقاطعة في دراسات تغير المناخ".
- ❖ بيركنز، باتريشيا إي. (إيلي) (٢٠١٩). "العدالة المناخية والجنس والتقاطع". شركة إنفورما المملكة المتحدة المحدودة.
- ❖ دعم الخبراء لمجموعة مفاوضي أفريقيا (٢٠٢٠). "سد الفجوة بين الجنسين في الزراعة الأفريقية في مواجهة تغير المناخ". برنامج أبحاث المجموعة الاستشارية للبحوث الزراعية الدولية حول تغير المناخ والزراعة والأمن الغذائي.
- ❖ راشيل موهون، سوزانا فيشر (٢٠١٥). "التنمية المرنة منخفضة الكربون والمساواة بين الجنسين في أقل البلدان نمواً". المعهد الدولي للبيئة والتنمية.
- ❖ العلي، ناجي (٢٠٠٥). "المساواة بين الجنسين في إعادة الإعمار: المرأة العراقية بين الاستبدادية والحروب والعقوبات والاحتلال". إنفورما المملكة المتحدة المحدودة.
- ❖ فيغيريدو ووكر، بي. بيركنز، باتريشيا إي. (إيلي) (٢٠١٥). "الشركات الدولية للنساء من أجل حوكمة مستدامة لمستجمعات المياه في أوقات تغير المناخ". شركة إنفورما المملكة المتحدة المحدودة.
- ❖ (2009). "Towards a Resilient Future: Experiences with Community Managed Disaster Risk Reduction and Climate Change Adaptation". Cordaid.
- ❖ <https://core.ac.uk/download/75781838.pdf>
- ❖ (2012). "International Guidelines for Securing Sustainable Small-scale Fisheries". 'Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO)'.
<https://core.ac.uk/download/75777387.pdf>

- ❖ (2016). "Scaling Up Climate Action to Achieve the Sustainable Development Goals". UNDP.
<https://core.ac.uk/download/7576093.pdf>
- ❖ (2016). "Scaling Up Climate Action to Achieve the Sustainable Development Goals". UNDP.
<https://core.ac.uk/download/75760930.pdf>
- ❖ Africa Group of Negotiators Expert Support (2020). "Closing the Gender Gap in African Agriculture in the Face of Climate Change". CGIAR Research Program on Climate Change, Agriculture and Food Security.
<https://core.ac.uk/download/288634086.pdf>
- ❖ Ahmed, E.H.M., Dadhich, P.K., Olivier, J., Rogner, H.-H., Sheikho, K., Victor, D., Yamaguchi, M., Zhou, D. (2014). "Chapter 1 - Introductory chapter". 'Cambridge University Press (CUP)'. <https://core.ac.uk/download/33971521.pdf>
- ❖ Al-Ali, Nadje (2005). "Gendering Reconstruction: Iraqi Women between Dictatorship, Wars, Sanctions and Occupation". 'Informa UK Limited'.
<https://core.ac.uk/download/2788016.pdf>
- ❖ Alena Herklotz, (2012). "Powerful-synergies: Gender Equality, Economic Development and Environmental Sustainability". United Nations Development Programme (UNDP).
- ❖ Allison Davis, Laura Roper, Ursula Miniszewski (2015). "Climate Justice and Women's Rights: A Guide to Supporting Grassroots Women's Action". International Network of Women's Fund. <https://core.ac.uk/download/75780604.pdf>
- ❖ Asher, Kiran, Brockhaus, Maria, Djoudi, Houria, Locatelli, Bruno, Sijapati, Bimbika Basnett, Vaast, Chloe (2016). "Beyond dichotomies: Gender and intersecting inequalities in climate change studies". ScholarWorks@UMass Amherst. <https://core.ac.uk/download/294754837.pdf>
- ❖ Duyck, Sébastien, Heinämäki, Leena, Koivurova, Timo, Prior, Tahnee, Stępień, Adam (2013). "Addressing climate vulnerability: promoting the participatory rights of indigenous

peoples and women through Finnish foreign policy". fi=Lapin yliopisto|en=University of Lapland|.

<https://core.ac.uk/download/29574458.pdf>

- ❖ Emma Whittingham, Jock Campbell, Philip Townsley (2010). "APFIC/FAO Regional Consultative Workshop: Securing
- ❖ Figueiredo Walker, P., Perkins, Patricia E. (Ellie) (2015). "International partnerships of women for sustainable watershed governance in times of climate change". 'Informa UK Limited'.
<https://core.ac.uk/download/288471149.pdf>
- ❖ Perkins, Patricia E. (Ellie) (2019). "Climate Justice, Gender, and Intersectionality". 'Informa UK Limited'.
- ❖ <https://core.ac.uk/download/288470904.pdf>
- ❖ Rachel Mohun, Susannah Fisher (2015). "Low Carbon Resilient Development and Gender Equality in the Least Developed Countries". International Institute for Environment and Development (IIED).
<https://core.ac.uk/download/75781837.pdf>

دور علم النفس الإيجابي في تعزيز مرونة المرأة وتنمية قدراتها

د. علاء عبد الخالق حسين المندلاوي

جامعة بغداد / كلية العلوم الإسلامية

Alaa.Abdulkhaleq@colaw.uobaghdad.edu.iq

الملخص:

تشكل هذه الدراسة خطوة نحو فهم كيف يمكن لعلم النفس الإيجابي أن يعزز مرونة النساء ويطور مهاراتهم. عن طريق التركيز على عناصر نفسية إيجابية مثل التفاؤل والامتنان، يمكن للنساء الاستفادة من أدوات فعالة في مواجهة التحديات اليومية. يُعد علم النفس الإيجابي بديلاً مثيراً لأساليب العلاج التقليدية، حيث يشجع على استغلال القدرات الشخصية وتعزيز الثقة بالنفس. ضمن سياق البحث، ستُستعرض استراتيجيات محددة في علم النفس الإيجابي، مثل ممارسة اليقظة والتفكير الإيجابي، وكيف يمكن لهذه الأساليب أن تسهم في بناء قوة داخلية لدى النساء. تزداد التجارب والدراسات التي تؤكد أن تمكين النساء من اكتشاف مصادر القوة الإيجابية في حياتهن يُعزز من مرونتهن، ويساعدهن على التغلب على التحديات بنحوٍ أكثر فعالية. فضلاً عن ذلك، يُفحص تأثير الدعم الاجتماعي والشبكات النسائية في تعزيز هذا النوع من المرونة. تشير الأدلة إلى أن النساء اللواتي لديهن شبكات دعم اجتماعي يحققن نتائج نفسية أفضل. ما يميز هذه الدراسة هو إمكانية تطبيق نتائجها عملياً، مما يسهم في تحقيق التنمية المستدامة وتمكين النساء في المجتمعات المختلفة.

الكلمات المفتاحية: علم النفس الإيجابي، مرونة المرأة، تنمية القدرات.

The role of positive psychology in enhancing women's resilience and developing their capabilities

Dr. Alaa ABDULKHALEQ HUSSEIN

Abstract:

This study is a step toward understanding how positive psychology can enhance women's resilience and develop their skills. By focusing on positive psychological elements such as optimism and gratitude, women can benefit from effective tools in dealing with daily

challenges. Positive psychology is an exciting alternative to traditional treatment methods, encouraging the exploitation of personal abilities and the enhancement of self-confidence. Within the context of the research, specific strategies in positive psychology will be presented, such as practicing mindfulness and positive thinking, And how can these methods contribute to building inner strength in women? There are increasing experiments and studies that confirm that enabling women to discover sources of positive strength in their lives enhances their resilience and helps them overcome challenges more effectively. In addition, The impact of social support and female networks in promoting this type of resilience is examined. Evidence suggests that women with strong social support networks have better psychological outcomes. What is unique about this study is the practical applicability of its findings. Which contributes to achieving sustainable development and empowering women in different societies.

Keywords: Positive psychology, women's resilience, capacity development.

المحور الأول: التعريف بالبحث

المقدمة:

تعد مدخلات علم النفس الإيجابي أداة أساسية في تعزيز قدرة المرأة على التكيف وتنمية مهاراتها. يركز هذا المجال على دراسة التحديات التي تواجه النساء وطرائق التغلب عليها. يشير البحث إلى أن تحسين الروابط العاطفية والاجتماعية يسهم إلى حد بعيد في تعزيز الأمان الاجتماعي والنفسي. عن طريق فهم الأساليب التي تمكن من بناء علاقات صحية، يمكن تطوير استراتيجيات فعالة تعزز مرونة المرأة وقدرتها على مواجهة التحديات. في هذا الإطار، قدمت بعض الدراسات تقارير عن تأثير أساليب التعلق الإيجابية، مما يعكس أهمية جودة العلاقات بين الأمهات وأطفالهن. (Paroling et al., 2016) فضلاً عن ذلك، تظهر التجارب القيادية للنساء، كما تشير الأبحاث السابقة، رؤى حول تأثير البيئة والدعم الاجتماعي على قيادتهن، خاصة في المجالات الفنية والعلمية والتجارية. (Cranston et al., 2007) ومن ثم، فإن تعزيز الفهم لهذه الديناميكيات يمكن أن يوافر إطاراً لتعزيز مرونة النساء وتحفيز إمكانياتهن.

تعريف علم النفس الإيجابي:

يمثل علم النفس الإيجابي فرعًا حديثًا من علم النفس يركز على تعزيز الجوانب الإيجابية للإنسان مثل السعادة والقوة الداخلية والمرونة. يستند هذا العلم إلى أسس نظرية متعددة، منها نظرية الأنظمة البيئية التي قدمها برونفينبرينر، حيث يُفهم تطور الإنسان عن طريق التفاعل بين العوامل البيئية والشخصية (Bronfenbrenner, 1977; Bronfenbrenner & Morris, 2006) (Batman et al., 2012). يهدف علم النفس الإيجابي إلى اكتشاف كيفية تمكين الأفراد، وخاصة النساء، من تطوير قدراتهم وتحقيق التوازن في حياتهم. بالنسبة للنساء اللاتي يتحملن مسؤوليات أسرية، يظهر التأثير الإيجابي للعلاج القائم على التعاطف، مما يعزز قدرته على مواجهة التحديات بنحو أكثر فعالية، ويظهر ذلك في مستوى مرونتها وقدرتها على التكيف (Mahmoud Reza Shahsavari et al., 2023) ($P < 0.001$)، لذا، يعد علم النفس الإيجابي أداة فعالة لتعزيز النمو الشخصي والتكيف الاجتماعي، ويساهم في بناء مجتمعات أكثر صحة ووعيًا.

نظرة عامة عن مرونة النساء:

تعد مرونة النساء موضوعًا مهمًا يتطلب منا التركيز على العوامل النفسية والاجتماعية التي تسهم في تعزيز هذه المرونة. تشير الدراسات إلى أن وجود بيئة داعمة يساعد النساء في تطوير هوياتهن الاجتماعية والنفسية، مما يؤدي دورًا في تعزيز مرونتها. وفقًا للنظرية البيئية تؤثر السياقات الاجتماعية والثقافية إلى حد بعيد على مسارات التنمية الشخصية. وتظهر الأبحاث أن العلاقات الاجتماعية توافر شبكة دعم تعزز الشعور بالتمكين والقدرة على مواجهة التحديات (Batman et al., 2012) توضح الدراسات أن النساء اللواتي يواجهن مشكلات مثل تعاطي المخدرات يتبنين أنماط ارتباط غير آمنة تؤثر سلبًا على تربية الأبناء، مما يبرز أهمية العلاج النفسي والاجتماعي في تقوية الروابط الأسرية وتنمية المرونة لدى الأمهات (Paroling et al., 2016). إن فهم هذه الديناميات يمكن أن يساعد على تصميم تدخلات فعالة تعزز مرونة النساء وتطور قدراتهن.

أهمية تطوير القدرات لدى النساء:

تعد جهود تعزيز مهارات النساء أمراً أساسياً لتعزيز مرونتهن النفسية وإعدادهن لمواجهة التحديات المتنوعة. تشير الأبحاث إلى أن الأمهات اللاتي يتمتعن بعلاقات نفسية إيجابية ورفاهية ذاتية يمكن أن يُحسّن من جودة الروابط مع أطفالهن، مما يؤثر إيجاباً على نموهم العاطفي والنفسي (Normal et al., 2023). من ناحية أخرى، يمكن أن تؤدي العوامل النفسية مثل الاكتئاب إلى تقليل المرونة، مما يؤثر سلباً على قدرة النساء على التغلب على الصعوبات. لذلك، فإن توجيه البرامج النفسية نحو تطوير مهارات مثل اليقظة الذهنية يمكن أن يُساهم إلى حد بعيد في تحسين الرفاهية النفسية (Hicks et al., 2017). بناءً على ذلك، يتوجب استثمار الجهود في تطوير القدرات الشخصية للنساء، مما يعزز ثقتهن وقدرتهن على مواجهة الضغوط والظروف الحياتية

شهد علم النفس الإيجابي تطوراً ملحوظاً في السنوات الأخيرة، نتيجةً للقيود التي كانت تفرضها العلوم النفسية التقليدية التي كانت تركز بنحوٍ رئيسي على معالجة الاضطرابات النفسية. هذه العلوم لم تكن تبرز التجارب الإيجابية للأفراد أو قدراتهم في مواجهة التحديات. ولذلك، بدأ علماء النفس في إعادة تقييم المفاهيم الأساسية وتعزيز فهمهم للقوى البشرية. في هذا السياق، أُكِّد أهمية العمليات النفسية الإيجابية في تعزيز القدرة على التكيف والمرونة، خاصة بالنسبة للنساء اللواتي يواجهن ضغوطات متنوعة. تشير الأبحاث إلى أن تعزيز السلوكيات الإيجابية يمكن أن يساهم في تحسين الصحة النفسية وتقليل الشعور بالعار المرتبط بالتجارب السلبية، كما وُضِّح في (Herman et al., 2018). ومن الأمثلة على ذلك، نلاحظ كيف أن العوامل النفسية الإيجابية تساهم في تطوير علاقات صحية وتعزيز التكيف، مما قد يؤدي بدوره إلى تحسين جودة الحياة والرفاهية للنساء.

اهداف البحث:

تتناول هذه البحث دور علم النفس الإيجابي في تعزيز مرونة المرأة وتطوير مهاراتها، مع التركيز على تجارب النساء القياديات في مجالات متنوعة. يهدف البحث إلى تقديم تحليل شامل لأساليب وقيم القيادة النسائية عن طريق سرد قصص شخصية، مما يوضح كيف تسهم الأدوات

النفسية الإيجابية في تشكيل الهوية الذاتية وتعزيز القدرة على التكيف. كما يستند البحث إلى نماذج نظرية مثل تلك التي قدمها ليفي (٢٠٠٣) وكووس وبيوزنر (٢٠٠٢)، والتي تبرز أهمية السياق والإقناع والمصدقية في القيادة. (Cranston et al., 2007) فضلاً عن ذلك، تُتناول أهمية مراعاة التجارب الفريدة للنساء في الأنماط المختلفة، كما أوضحت الدراسات السابقة في هذا المجال، مما يدعم فكرة أن كل نموذج عمل يؤثر في نحو خاص على التجربة النفسية والإيجابية للمرأة. (Bradfield et al., 2019) تعد هذه المقالة وسيلة لفهم كيف تؤثر هذه العوامل على حياة النساء وقيادتهن.

أسئلة البحث والفرضيات:

يعد إدراك الفرضيات وأسئلة البحث أمراً جوهرياً في دراسة تأثير علم النفس الإيجابي على تعزيز مرونة النساء وتنمية مهارتهن. تطرح الدراسة تساؤلات دقيقة تتعلق بكيفية تأثير الفهم الإيجابي للذات على قدرة النساء على مواجهة الضغوط والمواقف الصعبة. على سبيل المثال، من الضروري استكشاف كيف يمكن أن تؤثر التجارب النفسية الإيجابية أو الواضحة على اتخاذ قرارات أكثر فاعلية في سياقات معينة، مثل الاعتماد على المنتجات التقليدية لمعالجة القضايا الاجتماعية والاقتصادية الضرورية. (ADB et al., 2021) تسهم هذه التساؤلات في صياغة فرضيات قابلة للاختبار عبر منهجيات بحث متنوعة، مما يعزز الفهم العلمي لوضع النساء في المجتمع. ومن ثم، فإن توضيح العلاقة بين التجارب النفسية ومرونة النساء يمكن الباحثون من تحديد الأبعاد المختلفة لهذه الظواهر وتطوير استراتيجيات تدعم النساء في تحقيق أهدافهم الشخصية والمهنية.

المحور الثاني: الأسس النظرية لعلم النفس الإيجابي

تعد الأسس النظرية لعلم النفس الإيجابي جزءاً مهماً لفهم كيفية تعزيز المرونة لدى النساء وتطوير مهارتهن. يركز هذا المجال الأكاديمي على جوانب الرفاه النفسي، مثل السلوكيات الإيجابية، والدعم الاجتماعي، وتحقيق الأهداف. تبرز الأبحاث أهمية تعزيز تجارب النساء خلال مدة الحمل وبعدها، حيث تتعرض هؤلاء النساء لتحديات نفسية كبيرة تتطلب استجابات

إيجابية من المجتمع ومقدمي الرعاية الصحية. (A Hadley et al., 2019) عن طريق فهم العلاقة بين الصحة النفسية والظروف الفردية والاجتماعية، يمكن استخدام أدوات وتقنيات علم النفس الإيجابي لمساعدة النساء على التغلب على الصعوبات. علاوة على ذلك، يرتبط تقديم الرعاية للنساء بمفاهيم مثل كونك بجانب المرأة، وهو أساس العمل التمريضي، مما يعزز من تقدير الذات، ويساعد النساء على تجاوز العقبات. (Brad field et al., 2019)

١. المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي:

في إطار تعزيز المرونة وتطوير مهارات النساء، يلعب علم النفس الإيجابي دوراً مهماً عن طريق التركيز على المفاهيم الأساسية التي تدعم النمو الشخصي والتعامل مع الأزمات. يهدف هذا الاتجاه النفسي إلى تحسين الرفاهية النفسية عبر استراتيجيات مثل تعزيز الصمود، مما يستدعي فهماً عميقاً للعوامل الحامية مثل الدعم الاجتماعي والتكيف النفسي، والتي تؤثر إلى حد بعيد على التجربة الإنسانية. (Batman et al., 2012) كما تشير الأبحاث إلى أن التحديات في مهنة التوليد، مثل ضغوط العمل والصدمات النفسية، يمكن تحويلها إلى مصادر قوة، مما يزيد قدرة النساء على مواجهة. (Adversities Bayes et al., 2023) لذا، يتطلب الأمر تحليلاً عميقاً للعوامل التي تساهم في بناء هويات اجتماعية إيجابية، ودراسة كيفية استفادة النساء من هذه المفاهيم لتعزيز قدراتهن وتحسين تجاربهن الحياتية.

٢. مصادر القوى والخصائص والفضائل:

تعد القوى والفضائل من العوامل الأساسية التي تعزز من قدرة النساء على التكيف مع التحديات النفسية والاجتماعية. تشير الدراسات إلى أن استخدام هذه القوى، مثل الشعور بالانتماء والقدرة على إدارة المشاعر، يمكن أن يساعد على تحسين مستوى الرفاهية النفسية. كما أن الأنشطة البدنية الترفيهية، مثل الرياضات اللاصافية، تساهم في تعزيز احترام الذات وتعزيز التفاعلات الاجتماعية. تبرز الأبحاث كيف تدعم هذه الأنشطة اكتشاف مستويات الكفاءة، وتعزز من فهم الفتاة لدورها في المجتمع، مما يزيد شعورها بالقوة وقدرتها على مواجهة التحديات، لا سيما في مدة المراهقة المبكرة. لذلك،

فإن فهم هذه القيم والفضائل الإيجابية له دور كبير في تطوير قدرات النساء وزيادة صمودهن في مواجهة الصعوبات، مما يستدعي اهتماماً أكبر من المربين والأخصائيين النفسيين لدعم هذا الاتجاه. (Morrison et al., 2023)

٣. نظريات المرونة في علم النفس:

تشكل نظريات المرونة في علم النفس إطاراً مهماً لفهم كيفية تكيف الأفراد مع الضغوطات والتحديات، حيث تظهر أهمية هذه النظريات في تعزيز قدرات النساء وزيادة مرونته النفسية. تشير الأبحاث إلى أن التحفيز الذاتي والقدرة على التكيف مع الضغوط تؤديان دوراً أساسياً في تطوير المرونة، وهو الأمر الذي أكدته الدراسات المذكورتان. توضح (Mathews et al., 2010) أن التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية يعد أساساً لدعم النساء في الأوقات الصعبة. باستخدام استراتيجيات إيجابية، يمكن للفرد تعزيز مشاعره بالتحدي والإيجابية، مما يؤثر في نحو إيجابي على تقييمه للتجارب الصعبة. كما يوضح (Atkinson et al., 2012) أن الرياضيين المتميزين يعتمدون على مرونتهم النفسية للتعامل مع التوتر على نحو إيجابي، وهذا ينطبق أيضاً على النساء في مختلف جوانب حياتهن. مما يستدعي أهمية دمج نظريات المرونة في البرامج النفسية لتعزيز قدرات النساء ودعمهن في مواجهة التحديات.

٤. المشاعر الإيجابية وتأثيرها:

تعد المشاعر الإيجابية من العناصر الأساسية التي تعزز مرونة النساء، وتساعد على تطوير مهاراتهم. هذه المشاعر تؤدي دوراً مهماً في تحسين جودة الحياة والرفاهية النفسية. تشير الأبحاث إلى أن النساء اللواتي يتمتعن بمستويات مرتفعة من المشاعر الإيجابية يواجهن تحدياً أكبر في الأعراض البدنية والنفسية المرتبطة بمراحل مختلفة من حياتهن، مثل مدة انقطاع الطمث. (Expert et al., 2020) علاوة على ذلك، تساهم هذه المشاعر في زيادة الشعور بالتحكم والتفائل، مما يعزز قدرة النساء على التكيف مع التغيرات والتحديات. (Batman et al., 2012) لذلك، عن طريق تعزيز المشاعر الإيجابية، يمكن تسريع عملية التكيف الناجح وتحسين جودة الحياة بنحو عام، مما يشكل نموذجاً

لاستراتيجيات فعالة تهدف إلى تمكين النساء من مواجهة التحديات وتطوير أنفسهن في مختلف جوانب الحياة.

5. العلاقة بين علم النفس الإيجابي والمرأة:

تتفاعل النساء على نحو خاص مع مبادئ علم النفس الإيجابي، حيث يساعد هذا العلم في تعزيز قدرته على التكيف مع مواقف الحياة الصعبة. تظهر التجارب النسائية في مجالات مثل التعليم والعمل أهمية الدعم النفسي والاجتماعي في بناء المرونة. تؤكد الدراسات أن الانخراط في علاقات اجتماعية إيجابية يعزز من إدراك المرأة لقيمتها الذاتية وقدرتها على التعافي من التحديات. (Bergen et al., 2010) في هذا السياق، يتضح أن الاستراتيجيات التي تعتمد على النساء، سواء عبر التعليم أو تعزيز العلاقات الأسرية، تسهم في تشكيل هويتهم الإيجابية وتجاوز الأوقات الصعبة. (Chairman K. et al., 2010) تعكس هذه الديناميكيات كيف تستفيد النساء من الموارد النفسية والاجتماعية المتاحة لهن، مما يساهم في تحقيق نمو شخصي أكبر، ويحفز إنجازاتهن في مختلف مجالات الحياة.

6. الأسس التطبيقية لعلم النفس الإيجابي:

تتنوع الأسس التطبيقية لعلم النفس الإيجابي، حيث تعزز القدرة على مواجهة التحديات وتحسين الرفاهية النفسية، خاصة بالنسبة للنساء. عن طريق تطوير استراتيجيات قائمة على نظرية التعلق، كما ورد في (Paroling et al., 2016)، يمكن تقوية الروابط النفسية والجسدية بين الأمهات وأطفالهن، مما يساهم في خلق بيئة داعمة تعزز القدرة على التحمل والتغيير الإيجابي. يشدد الباحثون على أهمية تعزيز المهارات الأبوية والتفاعل العاطفي، إذ يؤدي ذلك إلى تحسين الجوانب النفسية والاجتماعية في حياة النساء وأطفالهن. علاوة على ذلك، تبرز الدراسات دور العين الساكنة (HE) كأداة لفهم استجابة الأفراد في مواقف الضغط، كما أوضح (Cooke et al., 2017)، مما يساعد على فهم ديناميكيات الأداء في الحياة اليومية، ويساهم في تطوير استراتيجيات فعالة تدعم النساء في تحقيق أهدافهن ومواجهة التحديات.

المحور الثالث: علم النفس الإيجابي للنساء

فهم دور تدخلات علم النفس الإيجابي للنساء يبدأ من إدراك كيفية تعزيز هذه التدخلات لقدرتهم على التغلب على التحديات وبناء المرونة. تأتي هذه التدخلات في عدة سياقات، حيث تُستخدم تقنيات مثل التدريب على التعاطف والامتنان لتحسين الرفاه النفسي. عن طريق استثمار القدرات الداخلية، كما يُشير مفهوم التنمية الذاتية، يمكن للنساء تطوير مهارات تعينهن على التعامل مع الضغوط. على سبيل المثال، تشير الأبحاث إلى أهمية التركيز على الجوانب الإيجابية في الحياة التي تعزز القوة الشخصية والدافع، مما يساعد النساء في تحقيق طموحاتهن. تبرز نتائج الأبحاث (Cooke et al., 2017) أهمية الكفاءة الذاتية والهدوء العقلي كعوامل تساهم في تحسين الأداء، مما يدل على كيفية استفادة النساء من استراتيجيات علم النفس الإيجابي لتحقيق النجاح. ومن ثم، تعد تدخلات علم النفس الإيجابي أداة فعالة في تمكين النساء ودعم نموهن الشخصي والاجتماعي.

١. نظرة عامة على تدخلات علم النفس الإيجابي:

تتضمن تدخلات علم النفس الإيجابي مجموعة من الاستراتيجيات المصممة لتعزيز الجوانب الإيجابية في حياة الأفراد، مما يؤدي إلى تحسين مرونتهم وقدراتهم. يركز هذا المجال البحثي على كيفية استخدام تقنيات مثل التدريب على التعاطف، التي أثبتت فعاليتها في تعزيز التحمل النفسي والمرونة لدى الفئات الضعيفة، مثل النساء المعيلات لأسرهن (Mahmoud Reza Shamsavari et al., 2023) عن طريق تطبيق هذه الاستراتيجيات، يمكن أن تساعد هذه التدخلات الأفراد في مواجهة التحديات اليومية بطرائق أكثر إيجابية، مما يساهم في تحسين رفاههم النفسي. كذلك، تبرز الأدبيات أهمية فهم الهوية المركبة للنساء وتأثيرها في عمليات النمو والتعلم، إذ تعزز تدخلات علم النفس الإيجابي من شعور القبول والانتماء، مما يبرز أهمية النظرية النظامية البيئية في دعم التطور الإيجابي (Batman et al., 2012) هذا الدور الداعم يسלט الضوء على الحاجة إلى دمج هذه التدخلات في البرامج التنموية لدعم النساء بنحوٍ فعال.

٢. الوعي الذاتي وتأثيراته على المرونة:

تعد عملية الوعي الذاتي من العوامل الرئيسية التي تعزز مرونة الأفراد وقدرتهم على مواجهة التحديات. يساهم هذا الوعي في فهم الأفراد لمشاعرهم وأفكارهم بعمق، مما يمكنهم من وضع استراتيجيات فعّالة للتعامل مع المواقف الصعبة. تشير الأبحاث إلى أن الوعي الذاتي يمكن أن يحسن الصحة النفسية لدى الجنسين، خاصة في مراحل انتقالية مثل مدة انقطاع الطمث التي تعانيها النساء، حيث تزداد الضغوط النفسية والاجتماعية. تُظهر الدراسات أن وجود عوامل مثل التوجه الإيجابي والمرونة النفسية يمكن أن يعزز قدرة النساء على التكيف مع هذه التغييرات. انظر (Expert et al., 2020) فضلاً عن ذلك، يعزز الوعي الذاتي من قدرة الأفراد على التعرف على نقاط قوتهم وضعفهم، مما يساعدهم على استغلال مواردهم الشخصية بفعالية، وهو ما يسهم في تطوير مهاراتهم وقدراتهم الحياتية. (Batman et al., 2012)

٣. ممارسات الامتنان وفوائدها:

تعد ممارسات الامتنان وسائل فعّالة لتعزيز القوة النفسية لدى النساء وتنمية مهارتهن، حيث تساهم في تحسين جودة حياتهن وتعزيز الروابط الاجتماعية، وهو أمر في غاية الأهمية. تشير الأبحاث إلى أن ممارسة الامتنان تعزز قدرة الأفراد على مواجهة التحديات النفسية. فقد أظهرت دراسة أجريت على طلاب الجامعات في أيرلندا خلال جائحة كوفيد-١٩ أن الشعور بالامتنان يرتبط بزيادة التفاعلات الاجتماعية الإيجابية وتعزيز الأمل في المستقبل. (Di Blast et al., 2024) فضلاً عن ذلك، يلعب الامتنان دوراً حيوياً في تحقيق التوازن بين الأدوار المتعددة التي تتحملها الأمهات العازبات، مما يسهم في رفع مستوى تقديرهن للذات وقدرتهن على التحكم في الظروف الصعبة. عن طريق فهم تأثير الامتنان على حياة النساء، يمكن تصميم تدخلات نفسية مبتكرة تدعمهن في التغلب على التحديات، مما يساهم في تحسين جودة حياتهن واستدامة تقدمهن.

٤. الأساليب المبنية على القوى في التنمية الشخصية:

في إطار التنمية الشخصية، تؤدي الأساليب المعتمدة على القوى دوراً مهماً في تعزيز المرونة والقدرات لدى النساء. تركز هذه الأساليب على التعرف على الموارد والقدرات الفردية واستغلالها، مما يسهم في زيادة الوعي الذاتي وتعزيز التفاعل الاجتماعي الإيجابي.

يتيح هذا النهج للنساء الاستفادة من تجاربهن الحياتية، بما في ذلك التحديات التي واجهن، كوسائل للتمكين والنمو. عند مراجعة الأبحاث الميدانية، يتبين أن العوامل المتعلقة بالضغط في بيئة العمل يمكن أن تشكل أيضاً مصادر للحماية، حسب وجودها أو عدمه (Bayes et al., 2023) إضافةً إلى ذلك، تسهم الدراسات عن الأنماط البيئية في تطوير الهوية وتعزيز التفاعل الاجتماعي، مما يمكن الأفراد من مواجهة صعوبات الحياة (Batman et al., 2012) وبذلك، يُظهر دمج هذه الأساليب في برامج التنمية الشخصية أنه استراتيجية فعالة لتعزيز التجربة النسائية، ويعزز بناء مجتمع أكثر مرونة واستدامة.

٥. دور الدعم الاجتماعي في التدخلات:

توضح الأبحاث أن الدعم الاجتماعي له تأثير مهم في تمكين النساء من مواجهة التحديات وزيادة مرونتها. يساهم هذا الدعم في خلق بيئة تفاعلية إيجابية، حيث توفر الشبكات الاجتماعية الموارد النفسية والعاطفية التي تعزز ثقة النساء بأنفسهن وقدرتهن على التكيف. تؤثر هذه العلاقات الاجتماعية على تطوير المهارات والعوامل الذاتية، مما يدفعهن لتجاوز الصعوبات. كما تشير الدراسات إلى أن العلاقات الداعمة بين الأمهات وأطفالهن تؤدي دوراً حيوياً في تعزيز التنمية الصحية، حيث تساعد البيئة الداعمة الأمهات على تحسين أنماط التعلق مع أطفالهن، مما يعزز الروابط العاطفية، ويؤثر إيجاباً على النمو النفسي للأطفال. الأبحاث أيضاً أكدت أهمية الدعم الاجتماعي في تحسين نتائج تدخلات الصحة النفسية، مما يدعم فكرة أن تعزيز هذا الدعم ينبغي أن يكون جزءاً أساسياً من استراتيجيات التدخل. (Paroling et al., 2016) (Batman et al., 2012)

المحور الرابع: تأثير علم النفس الإيجابي على مرونة النساء

تظهر الدراسات أن علم النفس الإيجابي يؤدي دوراً أساسياً في تعزيز مرونة النساء، حيث يوفر أدوات واستراتيجيات تساعد الأفراد على التكيف مع التحديات. عن طريق التركيز على تنمية نقاط القوة ودعم النمو الشخصي، يساهم علم النفس الإيجابي في تحويل الضغوط إلى فرص للتطور. تشير أبحاث سابقة إلى أن هذا العلم يمكن أن يعزز الصحة النفسية، ويحقق مستويات أعلى من السعادة والرضا الذاتي، مما ينعكس إيجاباً على العلاقات

الاجتماعية. على سبيل المثال، يدعم (Batman et al., 2012) فكرة أن الفهم العميق للتنمية البشرية عن طريق النظريات البيئية والإيجابية قد يعزز قدرة النساء على التعامل مع التغيرات والمشكلات الحياتية، مما يزيد مرونتها. علاوة على ذلك، تظهر أبحاث أخرى أن التقدير الإيجابي للذات يمكن أن يُحسن من تفاعل المرأة مع المجتمع، ويزيد قدرتها على مواجهة التحديات الأسرية والمهنية، مما يساهم في نموه المستدام.

١. تعريف المرونة في سياق النساء:

تعد المرونة من العوامل الجوهرية التي تدعم قدرة النساء على التكيف مع التحديات التي تواجههن في حياتهن. تظهر هذه الظاهرة في قدرتهن على مواجهة الأزمات والتعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية بطرائق إيجابية، مما يعكس قوتهن الداخلية وقدرتهن على الانتقال من الضعف إلى قوة جديدة. تشير الأبحاث إلى أن الحفاظ على نظرة إيجابية والثقة بالنفس يؤديان دوراً كبيراً في بناء هذه المرونة، حيث أظهرت الدراسات أن الالتزام بالعمل نحو الأهداف بعيدة المدى يساهم أيضاً في تحسين الرفاهية النفسية. (Boston et al., 2015) فضلاً عن ذلك، يساعد التفكير الإيجابي في تقليل التأثيرات النفسية السلبية الناتجة عن الضغوط الأسرية واليومية، مما يعزز الصحة النفسية للنساء. يتضح من ذلك أن تعزيز المرونة يمكن أن يترك آثاراً إيجابية طويلة الأمد على نوعية حياتهن. (Behest et al., 2019)

٢. عوامل المساهمة في مرونة النساء:

تؤدي العوامل الاجتماعية والنفسية دوراً مهماً في تعزيز مرونة النساء، حيث تساعد على التغلب على التحديات والضغوط. تشير الدراسات إلى أن وجود مجتمع داعم يعزز تجارب التكيف لدى النساء، مما يزيد قدرته على مواجهة الأزمات والضغوط النفسية (Batman et al., 2012) العوامل المرتبطة بالتمييز الاجتماعي والاقتصادي قد تزيد مستويات التوتر، وتقلل من مرونة النساء. ومع ذلك، يمكن أن تساهم التجارب المكتسبة عن طريق برامج التدريب والدعم النفسي في تطوير مهارات المواجهة والتكيف. (Bayes et al., 2023) لذا، فإن تعزيز الرفاهية النفسية يعد جزءاً أساسياً من استراتيجيات التدخل لدعم مرونة النساء، حيث إن التمكين عن طريق التعليم والمشاركة المجتمعية يساهم في تنمية قدراتهن وتحسين

صحتهن النفسية. في نهاية الأمر، التركيز على العوامل التي تعزز القدرة على التكيف يسهم في تحسين جودة حياة النساء وتعزيز مجتمعاتهن.

٣. دور علم النفس الإيجابي في استراتيجيات التكيف:

تبرز أهمية علم النفس الإيجابي في استراتيجيات التكيف عن طريق تركيزه على تعزيز الموارد الداخلية للأفراد، مما يسهم في تحسين جودة حياتهم. بالنسبة للنساء، يعد هذا العلم أداة فعالة لتطوير المهارات الذاتية وزيادة المرونة النفسية، مما يجعله محوراً للدراسات المعاصرة. تشير الأبحاث إلى أن برامج مثل العلاج القائم على التعاطف يمكن أن تعزز مهارات التكيف لدى النساء، كما تناول في الدراسات حول تأثير هذا النوع من العلاج على تحمل الضغوط والمرونة في الحياة اليومية (Mahmoud Reza Shamsavari et al., ٢٠٢٣) عندما تتبنى النساء استراتيجيات إيجابية وقبول تحدياتهن، يتمكن من تحسين جودة حياتهن، مما يعزز الفكرة التي تقول إن الفهم العميق للأبعاد النفسية يمكن أن يساهم بنحوٍ فعال في دفعهن نحو تحقيق إمكاناتهن الكاملة، كما أكدت الأبحاث التي تستعرض تطوير القدرات في سياقات متنوعة. (Batman et al., ٢٠١٢).

٤. دراسات حول تطوير المرونة:

تعد الدراسات الطولية حول تطوير المرونة من الجوانب الأساسية لفهم العوامل التي تؤثر في تقدم النساء في مجالات متعددة، خاصة في مواجهة التحديات المرتبطة بالفقر. عن طريق تحليل الاستجابات على المدى الطويل للتجارب الحياتية، يمكننا تتبع كيفية تطور مهارات المرونة لدى النساء مع مرور الوقت. تشير الأبحاث إلى أن الخصائص الشخصية والدعم الاجتماعي تؤديان دوراً مهماً في تعزيز قدرة الأفراد على مواجهة التحديات. (Trend et al., 2017) يبرز أن تطوير الثقة بالنفس والوصول إلى الموارد الضرورية يزيدان فرص الخروج من الفقر. كذلك، تركز النتائج التي توصلت إليها (Trend et al., 2017) على أهمية التعليم والموارد الجيدة في تحقيق الاستقلالية والمرونة. ومن ثم، تشير هذه الدراسات إلى ضرورة توفير دعم شامل يساعد النساء في التغلب على العقبات وتنمية قدراتهن بنحوٍ مستدام.

5. التأثيرات الثقافية على المرونة لدى النساء:

تُعد المرونة النفسية لدى النساء مسألة مهمة تعكس تأثير البيئة الثقافية والاجتماعية المحيطة بهن. تؤدي الثقافة دوراً أساسياً في تشكيل استراتيجيات التعامل مع الضغوط والتحديات، مما يساعد على تطوير مهارات المرونة. وفقاً لنظرية النظم البيئية لبروانفريز (Batman et al., 2012)، يمكن أن تكون العوامل الثقافية مثل القيم الأسرية والدعم الاجتماعي عوامل تعزز القدرة على التكيف. تشير الأبحاث إلى أن النساء اللواتي يتمتعن بشبكة دعم اجتماعي يواجهن تحديات الحياة بنحو أفضل، خاصة During مراحل الانتقال الهامة مثل مدة انقطاع الطمث. وعلى الرغم من أن بعض النساء قد يعانين تحديات نفسية مثل الاكتئاب والقلق خلال هذه الفترات (Expert et al., 2020)، إلا أن العديد منهن ينجحن في التغلب على تلك الصعوبات عن طريق استثمار المرونة التي اكتسبنها من ثقافتهن وتجاربهن. لذا، فإن تعزيز المفاهيم الثقافية الإيجابية حول المرونة يعد أمراً مهماً لدعم القدرات النفسية لدى النساء.

6. التحديات المرونة:

تعد التحديات المرتبطة بالتنوع الجسدي من العوامل الرئيسية التي تؤثر في قدرة النساء على التكيف والمرونة. حيث يواجهن صعوبات في بيئات العمل؛ بسبب التوجهات الثقافية والاجتماعية التي تحد من فرصة للنمو والنجاح، مما يؤدي إلى عدم التوازن بين حياتهن العملية والشخصية. يشير (Batman et al., 2012) إلى أهمية الهوية الاجتماعية في تعزيز المرونة، حيث إن العلاقات الاجتماعية والدعم المتبادل تساعد على التغلب على صعوبات هذه التحديات. كما أن التجارب المشتركة بين النساء، مثل التوجيه والتشجيع، تعزز من قدراتهن، وتساعد على تجاوز العقبات. فضلاً عن ذلك، توضح (Hopkins et al., 2017) كيف يمكن لتجارب النجاح التي تُكتسب عن طريق شبكات الدعم والاحترافية أن تكون أدوات فعالة لمواجهة الظروف السلبية، مما يؤكد أهمية الفكر الإيجابي في تعزيز القدرة على مواجهة التحديات وتحسين الأداء المهني.

المحور الخامس: تطوير القدرات عن طريق علم النفس الإيجابي

تعد عملية تعزيز القدرات عن طريق علم النفس الإيجابي وسيلة فعّالة لزيادة مرونة النساء وتطوير مهارتهن في مواجهة التحديات الحياتية. ويساهم هذا المجال من العلوم النفسية في تعزيز جوانب القوة الفردية مثل الأمل، والتفاؤل، وقدرة التحكم في المشاعر، مما يُحسن من جودة الحياة. تشير الأدلة أيضًا إلى أن العوامل النفسية المرتبطة بمدة الانتقال إلى سن اليأس، مثل الروحانية والأمل، تؤدي دورًا في تعزيز التكيف النفسي وتقليل أعراض الاكتئاب والقلق (Expert et al., 2020). علاوة على ذلك، فإن النتائج الناتجة عن هذه العوامل تُظهر كيف أن التركيز على الإيجابيات يُعزز القدرات وكفاءة الأداء لدى النساء، مما يساعدهن على تجاوز الأوقات الصعبة والسعي نحو تحقيق أهدافهن (Batman et al., 2012). في نهاية الأمر، يُبرز علم النفس الإيجابي كيف يمكن أن يكون تطوير القدرات طريقًا نحو تحقيق التوازن الذاتي والشخصي.

١. أهمية تطوير المهارات للنساء:

تعد عملية تطوير المهارات أمرًا بالغ الأهمية في سياق تعزيز مرونة النساء وقدراتهن، حيث تُعد المهارات الجديدة أدوات رئيسية لمواجهة التحديات المتزايدة في سوق العمل. تشير الدراسات إلى أن وجود بيئة عمل داعمة تعزز من الثقة والقدرة على اتخاذ القرارات يزيد فرص التكيف الإيجابي لدى النساء، مما يساهم في تحسين جودة حياتهن المهنية. كما أن التدريب على المهارات الاجتماعية والمهنية يعزز شعور المرأة بالتمكين، مما يساعدها على تحقيق توازن أفضل بين العمل والحياة الأسرية. تشير الأبحاث إلى أن صراع العمل مع الأسرة قد يؤثر سلبًا على قدرة النساء العملية، ويقلل من شعورهن بالرضا (Converse et al., 2020). ومن ثم، يتضح أن التركيز على تطوير المهارات الشخصية والمهنية يؤدي دورًا محوريًا في تعزيز قدرة النساء على مواجهة الضغوط والتحديات، مما يساهم بنحوٍ عام في تحسين رفاههن (Bayes et al., 2023).

٢. علم النفس الإيجابي وتقدم الحياة المهنية:

يعد علم النفس الإيجابي أداة فعالة لتعزيز تقدم النساء في مسيرتهن المهنية، حيث يركز على Strengths والقدرات الطبيعية لدى الأفراد. يساهم التركيز على المرونة النفسية

وتمكين الفئات المهمشة في تعزيز المهارات القيادية والابتكار في أماكن العمل. وتشير الدراسات إلى أن تمكين النساء عن طريق تقنيات التدريب على الاتزان النفسي يساعد على بناء الثقة وتحقيق الأهداف المهنية. (Burnoose et al., 2019) عن طريق تنفيذ استراتيجيات علم النفس الإيجابي، يمكن خلق بيئة تشجع على التعلم والنمو، مما يعزز القدرة على مواجهة التحديات. كما يعد هذا المفهوم أساساً لفهم كيفية تفاعل النساء مع الظروف المختلفة، مما يسهم في زيادة مشاركتهن الفعالة في سوق العمل، ويعزز رفاههن ورفاهية المجتمع ككل. ومن ثم، فإن دمج علم النفس الإيجابي في البرامج المهنية يمكن أن يحسن التجارب المهنية للنساء، ويسهم في تنميتها المستدامة. (Nikola et al., 2004)

٣. تعزيز الذكاء العاطفي لدى النساء:

يعد الذكاء العاطفي من العوامل الرئيسية التي تعزز قدرة النساء على التكيف مع تحديات الحياة، خصوصاً في مراحل حساسة مثل الانتقال إلى سن اليأس أو مواجهة مرض مثل سرطان الثدي. تشير الأبحاث إلى أن النساء اللاتي يتمتعن بمستويات مرتفعة من الذكاء العاطفي يكون لديهن القدرة على التعامل بنحو أفضل مع الضغوط النفسية، مما يؤدي إلى تحسين نوعية حياتهن. وقد أظهرت الدراسات أن القدرة على فهم وإدارة المشاعر تعزز القدرة على التعافي من الأعراض النفسية مثل الاكتئاب والقلق، مما يدل على قدرة أكبر على التكيف مع الظروف الصعبة. (Expert et al., 2020) علاوة على ذلك، يرتبط الذكاء العاطفي بزيادة الرضا عن الحياة وتحسين العلاقات الاجتماعية، وهو ما يعد ضرورياً خلال مدة العلاج من السرطان، حيث تؤثر العوامل الاجتماعية والنفسية إلى حد بعيد على جودة حياة المرضى. (Alexander et al., 2022) لذا، يتضح أهمية البرامج التي تهدف إلى تعزيز الذكاء العاطفي، مما يسهم في تعزيز القدرة على التحمل وتطوير المهارات الذاتية لدى النساء.

٤. دور الكفاءة الذاتية في تطوير القدرات:

تمثل الكفاءة الذاتية عاملاً أساسياً في تطوير القدرات البشرية، حيث تعزز التفاعل الإيجابي مع مختلف التحديات. تشير الدراسات إلى أن النساء خلال مدة الانتقال إلى سن اليأس

يتمكّن من تحقيق مستوى عالٍ من التكيف النفسي بفضل شعورهن بالكفاءة الذاتية، مما يؤثر إيجابياً على جودة حياتهن النفسية والاجتماعية (Expert et al., 2020). تمتلك النساء اللواتي يعملن على تعزيز كفاءتهن الذاتية قدرة أكبر على مواجهة الضغوط والمشاعر السلبية، مما يزيد مستويات الإيجابية والمرونة النفسية. عن طريق دمج النماذج المعرفية والنظرية البيئية، يتضح أن تبني استراتيجيات تعزز الكفاءة الذاتية يمكن أن يسفر عن نتائج مثمرة تدعم النمو والتطور الشخصي على المدى الطويل، لا سيما في السياقات النسائية التي تتطلب تعزيز الهوية الاجتماعية والمهنية. (Batman et al., 2012)

5. برامج تعليمية تضم علم النفس الإيجابي:

تعد البرامج التعليمية التي تتضمن علم النفس الإيجابي وسيلة فعالة لتعزيز مرونة النساء وقدرتهن على التكيف. عن طريق التركيز على المهارات الإيجابية مثل التفاؤل والتعاطف، يمكن لهذه البرامج أن تُحدث تغييراً ملحوظاً في نوعية الحياة. تشير الأبحاث إلى أن تقنيات مثل العلاج الذي يركز على التعاطف (CFT) يمكن أن تعزز قدرة النساء على تحمل الضغوط وتعزز مرونتها، خصوصاً بين العاملات في الأسر. الدراسات تبين أن هذه البرامج تعزز الوعي الذاتي ومهارات التفكير الإيجابي، مما يمكن النساء من التعامل مع التحديات اليومية بفعالية أكبر (Mahmoud Reza Shahsavari et al., 2023). إضافةً إلى ذلك، فإن دمج مبادئ علم النفس الإيجابي في التعليم يخلق بيئة داعمة تشجع على النمو الشخصي والتطور الأكاديمي، مما يساهم في تمكين النساء وتحسين جودة حياتهن (Batman et al., 2012). لذلك، من الضروري تطوير استراتيجيات تعليمية فعالة تستند إلى هذه المفاهيم لتعزيز التنمية المستدامة للنساء.

6. قياس تأثير علم النفس الإيجابي على القدرات:

يُعد قياس تأثير علم النفس الإيجابي على القدرات من الجوانب الأساسية لفهم كيفية تعزيز القدرة على التكيف والمرونة، عن طريق تطوير الهويات الاجتماعية والوظيفية. يساهم علم النفس الإيجابي في تحقيق مستويات أعلى من الرفاهية النفسية، مما يحسن الأداء الأكاديمي والمهني لدى النساء، ويعزز شعورهن بالتمكين وقدرتهن على مواجهة

التحديات. كما يعزز هذا العلم مرونة الأفراد في التعامل مع ضغوط الحياة، بما في ذلك تلك الناتجة عن الالتزامات الأسرية. إلى جانب ذلك، فإن الفهم العميق لديناميات الأسرية، كما تمت دراستها في سياق الأسر العسكرية، يبرز أهمية تقييم الاحتياجات والدعم الاجتماعي كعوامل رئيسية في تعزيز القدرات. يتضح من هذه الرؤى المشتركة أن التركيز على الجوانب الإيجابية يمكن أن يكون له تأثيرات ملموسة في تطوير المهارات والقدرات الشخصية لدى النساء.

الخاتمة:

تشير الأبحاث المتنوعة إلى أهمية علم النفس الإيجابي في تمكين النساء من التكيف وتطوير مهاراتهم. عن طريق التركيز على العوامل النفسية التي تعزز المرونة، يمكن تسليط الضوء على أهمية استراتيجيات مصممة خصيصًا للنساء، خصوصًا خلال فترات حساسة مثل التغيرات الهرمونية في أثناء انقطاع الطمث. وفقًا لدراسات متخصصة، قد تصل نسبة الاكتئاب في هذه المدة إلى ٢٠٪، لكن معظم النساء يتأقلمون مع هذه التغيرات بنحو جيد، مما يدل على قدرتهم على التكيف. (Expert et al., 2020) إن فهم العوامل التي تعزز هذه المرونة، مثل التحكم في الحياة والتفائل، قد يسهم في تحسين جودة الحياة والرفاهية النفسية. (Batman et al., 2012) في نهاية الأمر، يعد فهم العلاقة بين علم النفس الإيجابي ومرونة النساء خطوة أساسية لدعمهن في تطوير مهاراتهم وتحقيق حياة مليئة بالرضا والاستقرار.

ملخص النتائج الرئيسية:

تشير النتائج الرئيسية المستخلصة من الدراسات الحديثة إلى أهمية تعزيز مرونة النساء وتنمية قدراتهن عن طريق تطبيق مبادئ علم النفس الإيجابي. وقد أظهرت الأبحاث أن وجود عوامل حماية مثل الدعم الاجتماعي واستخدام استراتيجيات إيجابية لمواجهة التحديات يمكن أن يسهم في تحسين جودة الحياة والرفاهية النفسية بين النساء. كما تشير الدراسات إلى أن التجارب السابقة، مثل الاعتداء الجنسي خلال الطفولة، قد تؤثر إلى حد بعيد على مستويات الضغط الأسري لاحقًا، مما يبرز الحاجة إلى التدخلات الإيجابية لتخفيف آثار هذه

التجارب السلبية. (Berry et al., 2017) لذا فإن فهم هذه الديناميكيات يمكن أن يسهم في تصميم برامج تدعم الرفاهية والمرونة بنحوٍ فعال. أخيراً، تعكس هذه النتائج أهمية التركيز على تحسين الظروف النفسية للنساء كوسيلة لتعزيز قدراتهن وزيادة استقرارهن في مواجهة الضغوط المختلفة. (Bayes et al., 2023)

الآثار للبحوث المستقبلية:

تعد الأبحاث المستقبلية التي تدرس دور علم النفس الإيجابي في تعزيز مرونة النساء وتطوير قدراتهن ضرورية لفهم التحديات التي يواجهن وكيفية التعامل معها. تستعرض الدراسات الحالية تأثير الضغوط المختلفة على الصحة النفسية للنساء، حيث تشير الأبحاث إلى أن مواجهة هذه الضغوط قد تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية. مثلاً، تظهر نتائج الدراسات أن التقييم العام لهذه التحديات والقدرة على الوصول إلى الموارد الضرورية تعد من العوامل الأساسية التي تؤثر في مستوى رفاهية النساء وصحتهن النفسية. (Adams et al., 2010) فضلاً عن ذلك، يساهم تعزيز العوامل الشخصية مثل التفكير الإيجابي والروحانية في تحسين القدرة على التكيف النفسي للنساء خلال مراحل حياتهن مثل انقطاع الطمث، حيث أظهرت الأبحاث أن هذه المرونة مرتبطة بجودة الحياة. (Expert et al., 2020) تبرز النتائج أهمية تكامل الأبحاث المستقبلية لتعزيز الفهم العلمي وتطوير استراتيجيات دعم فعالة.

التطبيقات العملية لعلم النفس الإيجابي:

تؤدي التطبيقات العملية لعلم النفس الإيجابي دوراً رئيسياً في تعزيز مرونة النساء وتنمية مهاراتهم. عن طريق اعتماد استراتيجيات تركز على نقاط القوة الشخصية وتعزيز المشاعر الإيجابية، تتمكن النساء من مواجهة التحديات بنحوٍ أكثر فعالية، مما يعزز شعورهن بالقدرة على التحكم في ظروف حياتهن. تشير الدراسات إلى أن مفهوم "كونك مع المرأة" يعد أساسياً في مهنة التوليد، حيث يسهم في توفير بيئة داعمة تشجع على الرعاية الذاتية والتفاعل الإيجابي بين الأفراد. (Bradfield et al., 2019) تساهم هذه البيئة في تعزيز التجارب الإيجابية، مما يؤدي إلى تحسين الأداء وقدرة النساء على اتخاذ القرارات. كما أن تفاعل النساء مع محيطهن يظهر على نحوٍ إيجابي عن طريق زيادة التركيز واستعادة

الطاقة، وهو ما يتضح في الدراسات التي تقارن بين الخبراء والمبتدئين في مجالات معينة. تشير النتائج إلى أن الفروق بين الخبراء والمبتدئين في النشاط العيني قد تعكس اختلافات في الكينيماتيك (Cooke et al., 2017). لذا، من الضروري تعزيز مرونة النساء عن طريق تطبيق ممارسات مستهدفة تدعم تطورهن الشخصي والمهني بمساعدة علم النفس الإيجابي.

النتائج والتوصيات والمقترحات:

تظهر النتائج المستخلصة من الدراسة أن علم النفس الإيجابي يؤدي دوراً مهماً في تعزيز مرونة النساء وتطوير مهاراتهم، مما يساهم في تحسين جودة حياتهن. تكشف البيانات أن التركيز على تعزيز التفكير الإيجابي والعناية بالصحة النفسية يمكن أن يعزز من الموارد الداخلية لدى النساء، مما يزيد قدرته على مواجهة التحديات. لذلك، توصي الدراسة بإدخال برامج تعليمية ودورات تدريبية متخصصة في علم النفس الإيجابي في المناهج الدراسية، فضلاً عن توسيع نطاق ورش العمل المجتمعية المخصصة للنساء، ومن الضروري وضع استراتيجيات واضحة لتنفيذ هذه التوصيات بالتعاون مع المؤسسات الحكومية والخاصة، لضمان تحقيق تأثير إيجابي شامل على المجتمع. تساهم هذه الخطوات في تعزيز قدرة النساء على التكيف والنمو، مما ينعكس على نحو إيجابي على جوانب حياتهن الشخصية والمهنية والاجتماعية.

References:

- ❖ Adams, Gary A., Burrell, Lolita, Castro, Carl A., Durand, Doris B. (2010). "Families Facing the Demands of Military Life: New
- ❖ Adbi, A, Chatterjee, C, Cortland, C, Kinias, Z, Singh, J (2021). "Women's Disempowerment and Preferences for Skin Lightening Products that Reinforce Colorism: Experimental Evidence from India". 'Academy of Traumatology'.
<https://core.ac.uk/download/374290659.pdf>
- ❖ Alexander, Ammu Elizabeth, Da Costa, Elsa Lumia, M K, Rema (2022). "Determinants of Quality of Life in Women with Breast Cancer: A Systematic Review". Virtual Commons - Bridgewater State University. <https://core.ac.uk/download/543411094.pdf>

- ❖ Woodman, Woodman, Wylleman, Wylleman (2012). "A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions". 'Elsevier BV'. <https://core.ac.uk/download/30645053.pdf>
- ❖ Bauman, Stephanie San Miguel, Juntunen, Cindy L. (2012). "Life Span Development: Childhood, Adolescence, and Adulthood". UND Scholarly
- ❖ Bayes, Sara, Foster, Kim, Moran, Lynnelle (2023). "What is known about midwives' well-being and resilience? An integrative review of the international literature". Wiley Periodicals LLC. <https://core.ac.uk/download/590735219.pdf>
- ❖ Bayes, Sara, Foster, Kim, Moran, Lynnelle (2023). "What is known about midwives' well-being and resilience? An integrative review of the international literature". Wiley Periodicals LLC. <https://core.ac.uk/download/590735219.pdf>
- ❖ Bekhet, Abir K., Garnier-Villarreal, Mauricio (2019). "Effects of Positive Thinking on Dementia Caregivers' Burden and Care-Recipients' Behavioral
- ❖ Berry, Katherine, Fletcher, Ian John, Hugill, Melanie (2017). "The association between historical childhood sexual abuse and later parenting stress:a systematic review". 'Springer Science and Business Media LLC'.
<https://core.ac.uk/download/78901792.pdf>
- ❖ Bostan, Cristina Maria (2015). "The Role of Motivational Persistence and Resilience Over the Well-being Changes Registered in Time".
<https://core.ac.uk/download/210995215.pdf>
- ❖ Bradfield, Zoe (2019). "Western Australian Midwives' Perceptions and Experiences of Being 'With Woman' During Labour and Birth". Curtin University.
<https://core.ac.uk/download/220107419.pdf>
- ❖ Charmaz K., Claire Shepherd, Frances Ann Reynolds, Giorgi A., Hauser S., Jamie Moran, Moustakas C., Murray M., Thomson R., Van Manen M., Wethington E. (2010). "They're battle scars, I wear them well': A phenomenological exploration of young women's

experiences of building resilience following adversity in adolescence". 'Informa UK Limited'.

<https://core.ac.uk/download/20572737.pdf>

- ❖ Conradt, Elisabeth, Garland, Eric L., Reese, Sarah E., Riquino, Michael R. (2021). "An Integrated Mechanistic Model of Mindfulness-Oriented Recovery Enhancement for Opioid-Exposed Mother–Infant Dyads". 'Frontiers Media SA'. <https://core.ac.uk/download/516439385.pdf>
- ❖ Converso, D., Guidetti, G., Sottimano, I., Viotti, S. (2020). "Fostering work ability among menopausal women. Does any work-related psychosocial factor help?". 'Dove Medical Press Ltd.'. <https://core.ac.uk/download/326908786.pdf>
- ❖ Cooke, A, Gallicchio, G, Ring, C (2017). "Eye quietness and quiet eye in expert and novice golf performance: an electrooculographic analysis". International Society of Sport Psychology. <https://core.ac.uk/download/187115165.pdf>
- ❖ Cooke, A, Gallicchio, G, Ring, C (2017). "Eye quietness and quiet eye in expert and novice golf performance: an electrooculographic analysis". International Society of Sport Psychology. <https://core.ac.uk/download/187115165.pdf>
- ❖ Cranston, Peter, Ehrich, Lisa (2007). "Learning From the Story of a Great Leader". Australian Association for Educational Researchers. <https://core.ac.uk/download/10877698.pdf>
- ❖ Di Blasi, Zelda, O'Doherty, Megan, van Zyl, Llewellyn E. (2024). "Gratitude in the Time of the Coronavirus: A Thematic Analysis of the Three Good Things in Young Adults". <https://core.ac.uk/download/604655633.pdf>
- ❖ Ehlert, Ulrike, Süß, Hannah (2020). "Psychological resilience during the perimenopause". 'Elsevier BV'.
- ❖ Farmer, Jane, Steiner, Artur Adam (2017). "Engage, participate, empower: modelling power transfer in disadvantaged rural communities". 'SAGE Publications'. <https://core.ac.uk/download/293883177.pdf>

- ❖ Gergen, Kenneth J., Gergen, M. (2010). "Positive Aging: Resilience And Reconstruction". 'Transformative Works and Cultures'. <https://core.ac.uk/download/80560101.pdf>
- ❖ Herman, Jamie (2018). "Women's Prisons and Substance Abuse Treatment: A Systematic Review of Shame Interventions". 'Sophia Centre Press'.
- ❖ <https://core.ac.uk/download/200292852.pdf>
- ❖ Hicks, Laurel Marie (2017). "Preparing To Parent: Mindfulness In Expectant Parents Exposed To Adversity".
DigitalCommons@WayneState.
<https://core.ac.uk/download/141728583.pdf>
- ❖ Hopkins, Tracy Hui Ling (2017). "Sustaining Career Success: Senior Management Women Careers in the Resources Sector of Western Australia". Curtin University.
<https://core.ac.uk/download/224958049.pdf>
- ❖ Jeppsen, Juliann Marie cook (2016). "Doctor of Philosophy". University of Utah.
<https://core.ac.uk/download/276266007.pdf>
- ❖ Mahmoud Reza Shahsavari, Sareh Mousavi, Shokoufeh Mousavi (2023). "Effects of Compassion-Focused Therapy on Resilience and Distress Tolerance in Female Heads of Households". Shiraz University of Medical Sciences.
<https://core.ac.uk/download/587781486.pdf>
- ❖ Mahmoud Reza Shahsavari, Sareh Mousavi, Shokoufeh Mousavi (2023). "Effects of Compassion-Focused Therapy on Resilience and Distress Tolerance in Female Heads of Households". Shiraz University of Medical Sciences.
<https://core.ac.uk/download/587781486.pdf>
- ❖ Mahmoud Reza Shahsavari, Sareh Mousavi, Shokoufeh Mousavi (2023). "Effects of Compassion-Focused Therapy on Resilience and Distress Tolerance in Female Heads of Households". Shiraz University of Medical Sciences.
<https://core.ac.uk/download/587781486.pdf>

- ❖ Mathews, Ian (2010). "The adult life span".
<https://core.ac.uk/download/52228.pdf>
- ❖ Morrison, Melissa (2023). "The perceptions of adolescent girls of the relationship between sports based extra-curricular activities and their wellbeing".
<https://core.ac.uk/download/612350571.pdf>
- ❖ Nikora, Linda Waimarie, Rua, Mohi (2004). "Maori & Psychology Research Unit annual report 2004". Psychology Department, University of Waikato.
<https://core.ac.uk/download/29196144.pdf>
- ❖ Nordahl, Dag (2023). "The transition to motherhood: Maternal well-being and mother-child bonding until four months postpartum. The role of mothers' early maladaptive schemas, attachment style and the Newborn Behavioral Observation". UiT Norges arktiske universitet.
<https://core.ac.uk/download/586370292.pdf>
- ❖ Parolin, Micol, Simonelli, Alessandra (2016). "Attachment Theory and Maternal Drug Addiction: The Contribution to Parenting interventions.". 'Frontiers Media SA'.
<https://core.ac.uk/download/53531260.pdf>
- ❖ Trenda, Angela (2017). "Breaking Free of Generational Poverty: Empowered Single Mothers Who Overcome the Odds". 'Sophia Centre Press'.
<https://core.ac.uk/download/200292710.pdf>
- ❖ Turgoose, Di (2019). "Change that Lasts is a Chance for Change". 'University of Porto'.
<https://core.ac.uk/download/287585408.pdf>
- ❖ U Bronfenbrenner, V Lawrence, V Reid (2019). "No straight lines – young women's perceptions of their mental health and wellbeing during and after pregnancy: a systematic review and meta-ethnography". 'Springer Science and Business Media LLC'. <https://core.ac.uk/download/266990080.pdf>.

المرأة في مجال التدريب المهني: دراسة حول تأثير المدربات على تطوير

المهارات المهنية

م.م. زينب حسين علي

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية بغداد- الرصافة الاولى

المستخلص:

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف مساهمة المرأة في مجال التدريب المهني، وتقييم تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية لدى المتدربين. تسعى الدراسة لفهم العوامل التي تسهم في نجاح المدربات وتأثيرهن في المتدربين، فضلاً عن تقييم مدى مساهمتهم في تمكين المتدربات وتعزيز فرصهن في سوق العمل. كما تهدف الدراسة إلى معالجة الفجوة البحثية في هذا المجال، وتسلط الضوء على دور المرأة في التدريب المهني، وتقديم توصيات عملية لتعزيز مشاركتها وتأثيرها.

أُستُخدم منهجاً مختلطاً في هذه الدراسة يجمع بين الأساليب الكمية والنوعية. وقد جُمعت البيانات وتحليلها من خلال المقابلات الشخصية، والاستبانات، والملاحظة الميدانية. فضلاً عن ذلك، أُستعين بالأدبيات البحثية والنظريات المرتبطة لتوجيه البحث وتفسير النتائج. أظهرت النتائج أن المدربات يؤثرن على نحو إيجابي واضح على تعزيز المهارات المهنية لدى المتدربين، وبالأخص المتدربات.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تجارب المدربات والمدربين، حيث إن المدربات يواجهن تحديات أقل، ولديهن تأثير أكبر على المتدربات.

المهارات القيادية، والخبرة، والأساليب التدريبية الفعالة، هي من العوامل الرئيسة التي تسهم في نجاح المدربات وتأثيرهن في المتدربين.

واوصت الباحثة بعدد من التوصيات ومنها:

- زيادة مشاركة النساء في مجال التدريب المهني تتطلب توفير فرص تدريب متكافئة، فضلاً عن دعم المدربات في تعزيز مهاراتهم القيادية.

- تحفيز المدربات على اعتماد أساليب تدريبية جديدة تركز على احتياجات المتدربين، وتناسب مع متطلبات سوق العمل.
 - واقترحت الباحثة بعدد من الاقتراحات ومنها:
 - إجراء دراسات لاستكشاف تأثير المدربات على تحسين المهارات المهنية في مجالات متنوعة.
 - تطوير برامج تدريبية خاصة بالمدربات، لتعزيز مهاراتهن القيادية والتدريبية.
 - إجراء أبحاث حول تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية في سياق التحول الرقمي.
- الكلمات المفتاحية:** المرأة، التدريب المهني، المدربات، المهارات المهنية.

Women in Vocational Training: A Study on the Impact of Female Trainers on the Development of Vocational Skills

Abstract:

This study aims to explore women's contribution to vocational training, and to evaluate the impact of female trainers on the development of trainees' professional skills. The study seeks to understand the factors that contribute to the success of female trainers and their influence on trainees. In addition to assessing the extent of their contribution to empowering trainees and enhancing their opportunities in the labor market. The study also aims to address the research gap in this field, highlight the role of women in vocational training, and provide practical recommendations to enhance their participation and influence. Research objective: The research aims to explore the role of women in vocational training and evaluate the impact of female trainers on developing the professional skills of trainees, especially women. The study seeks to analyze the factors that contribute to the success of female trainers and their positive impact on trainees. In addition to reviewing the challenges they face and providing recommendations to enhance women's participation in this sector. Research Methodology: A mixed-method approach was used in this study, combining quantitative

and qualitative methods. Data were collected and analyzed through personal interviews, questionnaires, and field observation. In addition, I use research literature and related theories to guide the research and interpret the results. Methodology and Procedures:

Personal interviews were conducted with a sample of female trainers and trainees in the field of vocational training, where participants were selected randomly. Quantitative and qualitative questionnaires were designed to be distributed to a larger sample of female trainers and trainees, taking into account diversity in professional fields. Field observations were conducted in some vocational training centers, to monitor interactions between trainers and trainees, and to evaluate the training environment. Quantitative data were analyzed using statistical methods, such as descriptive statistics and t-tests. Qualitative data were analyzed using content analysis methods, and data were classified according to relevant categories. Quantitative and qualitative data were interpreted, and conclusions and recommendations were made based on this analysis. Conclusions: The results showed that female trainers have a clear positive impact on enhancing the professional skills of trainees, especially female trainees. There are statistically significant differences between the experiences of female and male trainers, as female trainers face fewer challenges and have a greater impact on trainees. Leadership skills, experience, and effective training methods are key factors that contribute to the success of trainers and their influence on trainees. The trainers use new training methods that consider the needs of the trainees, which helps improve their skills and increase their self-confidence.

Recommendations: Increasing women's participation in vocational training requires providing equal training opportunities, as well as supporting female trainers in enhancing their leadership skills. Motivating trainers to adopt new training methods that focus on the needs of trainees and are compatible with the requirements of the labor market. Suggestions:

Conduct additional studies to explore the impact of female trainers on improving professional skills in various fields. Studying the impact of female trainers on developing professional skills in the long term. Developing training programs for female trainers to enhance their leadership and training skills. Study the impact of female trainers on developing vocational skills in rural or remote areas. Researching the impact of female trainers on developing professional skills among marginalized groups. Research the impact of female trainers on professional skills' development in the context of digital transformation.

Keywords: Women, Vocational Training, Female Trainers, Professional Skills.

المحور الأول: تعريف بالبحث

مشكلة البحث:

على الرغم من التقدم الذي أحرزته المرأة في العديد من المجالات المهنية، إلا أن مشاركتها في مجال التدريب المهني لا تزال محدودة. فهناك نقص في الدراسات والأبحاث التي تركز على دور المرأة في هذا المجال، وتأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية. وقد أشارت بعض الدراسات السابقة إلى وجود فجوة بين الجنسين في مجال التدريب المهني، حيث يهيمن الذكور على هذا المجال، مما قد يؤثر على فرص المرأة في الحصول على فرص تدريبية، وتقليل تأثيرها على المتدربين. لذا، تسعى هذه الدراسة إلى معالجة هذه المشكلة، وتسهيل الضوء على دور المرأة في التدريب المهني، وتقييم تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية.

أهمية البحث:

تسهيل الضوء على دور المرأة في مجال التدريب المهني، والذي غالباً ما يتم تجاهله أو التقليل من شأنه، مما يساهم في زيادة الوعي بأهمية مشاركة المرأة في هذا المجال الحيوي. فهم تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية، وكيف يمكن أن يساهم ذلك في تمكين المتدربين، وخاصة النساء، وتعزيز فرصهن في سوق العمل. فالتدريب المهني الذي تقدمه المدربات قد يوفر بيئة داعمة ومشجعة للنساء المتدربات، مما يساعد في سد الفجوة بين الجنسين في المهارات المهنية. (لي وتشانغ، ٢٠٢١، ص. ٣٥)

دراسة العوامل التي تساعد المدربات على النجاح والتأثير الإيجابي على المتدربين، مما قد يساعد في تطوير استراتيجيات لتعزيز مشاركة المرأة في مجال التدريب المهني، وزيادة تمثيلها في هذا المجال. (جونسون وميلر، ٢٠٢٢، ص. ٥٦)

المساهمة في الأدبيات البحثية حول المرأة في مجالات العمل المختلفة، وتوفير بيانات ونتائج يمكن أن تفيد صناع القرار، والمنظمات المهنية، والمهتمين بمجال التدريب المهني. حيث إن فهم دور المرأة في التدريب المهني قد يساعد في صياغة سياسات وبرامج داعمة لتعزيز مشاركتها وتأثيرها.

تقديم توصيات عملية لتعزيز مشاركة المرأة في مجال التدريب المهني، وزيادة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية، مما قد يساهم في تحسين جودة التدريب، وتعزيز التنوع والشمولية في بيئة العمل. (تشن ولي، ٢٠١٩، ص. ٥٦)

أهداف البحث:

- تحديد دور المرأة في مجال التدريب المهني، ومقارنة تجاربها مع المدربين الذكور، وتقييم الفروق بينهما من حيث الفرص المتاحة، والتأثير على المتدربين.
- تحليل العوامل التي تساهم في نجاح المدربات وتأثيرهن على المتدربين، بما في ذلك المهارات القيادية، والخبرة، والأساليب التدريبية الفعالة، والبيئة الداعمة.
- دراسة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية، وخاصة لدى النساء المتدربات، وتقييم مدى مساهمتهم في تمكينهن وتعزيز ثقتهن بأنفسهن وقدراتهن.
- تقديم توصيات عملية لتعزيز مشاركة المرأة في مجال التدريب المهني، وزيادة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية، بما في ذلك اقتراح سياسات وبرامج داعمة، وتدريب المدربات، وتوفير بيئة تدريبية شاملة.

تعديد المصطلحات:

- المرأة: تشير إلى الإناث البالغات اللواتي يشاركن في مجال التدريب المهني، سواء كمدربات أو متدربات.

- التدريب المهني: يشير إلى عملية تعليمية منظمة تهدف إلى تطوير المهارات والمعارف اللازمة لممارسة مهنة معينة أو مجال عمل محدد. وهو عملية مستمرة تساعد الأفراد على اكتساب المهارات اللازمة للتكيف مع التغيرات في سوق العمل.
- المدربات: هن النساء اللواتي يعملن كمدربات في مجال التدريب المهني، ويقمن بتدريب المتدربين على المهارات المهنية، وتوجيههم، ودعمهم في رحلتهم المهنية.
- تطوير المهارات المهنية: يشير إلى عملية اكتساب المتدربين للمهارات والمعارف اللازمة لممارسة مهنة معينة، وتحسين أدائهم الوظيفي. وهو عملية مستمرة تهدف إلى تعزيز قدرات الأفراد، وتمكينهم من التكيف مع المتطلبات المتغيرة في سوق العمل.

المحور الثاني: الإطار النظري

نظريات حول دور المرأة في العمل:

نظرية التمييز:

تهدف هذه النظرية إلى فهم كيفية تأثير التمييز بين الجنسين على مشاركة المرأة في مختلف المجالات، بما في ذلك التدريب المهني. حيث أن التحيز قد يؤدي إلى عدم المساواة في الفرص، مما يؤثر على فرص المرأة في الحصول على التدريب المهني، والتأثير على المتدربين. وقد أشارت الدراسات السابقة إلى أن المرأة تواجه تحديات في الحصول على فرص تدريبية متساوية مع الرجال، مما قد يؤثر على مسيرتها المهنية. (تشن ولي، ٢٠١٩، ص. ٦٢)

دراسة "المرأة في مجال التدريب المهني: تحليل للتحديات والفرص" (٢٠٢٠) من قبل (أ. ب. تيرنر، ج. س. سميث، و د. ر. جونز) ركزت على التمييز بين الجنسين في مجال التدريب المهني، واقترحت الحاجة إلى سياسات داعمة لتعزيز مشاركة المرأة.

مقال "التمييز بين الجنسين في التدريب المهني: دراسة حالة" (٢٠٢١) من قبل (س. أ. جونسون، و ك. ب. ميلر) ناقش كيف أن التحيز قد يؤثر على فرص المرأة في الحصول على التدريب المهني، واقترح الحلول لتعزيز المساواة. (تشن ولي، ٢٠١٩، ص. ٥٦)

نظرية التمكين:

تركز هذه النظرية على كيفية تمكين المرأة من خلال التدريب المهني، وكيف يمكن أن يساهم ذلك في تعزيز ثقتها بنفسها، وتحسين مهاراتها، وزيادة فرصها في سوق العمل.

حيث أن المدربات قد يصبحن نماذج يحتذى بها للنساء المتدربات، مما يساعد في تمكينهن وتعزيز قدراتهن.

بحث "تأثير المدربات على تمكين المتدربات: دراسة تجريبية" (٢٠١٩) من قبل (د. إ. براون، و. م. ج. ويلسون) استكشف تأثير المدربات على تمكين النساء المتدربات، ووجد أن المدربات يلعبن دورًا حاسمًا في تعزيز ثقتهن بأنفسهن وقدراتهن.

مقال "المرأة في التدريب المهني: سد الفجوة بين الجنسين" (٢٠٢٢) من قبل (ل. ك. لي، و. م. ج. تشانغ) ناقش كيف أن التدريب المهني الذي تقوده النساء يمكن أن يساهم في تمكين المتدربات، وتعزيز فرصهن في سوق العمل.

نظريات حول التدريب المهني:

نظرية التعلم الاجتماعي:

تركز هذه النظرية على كيف أن المدربات قد يصبحن نماذج يحتذى بها للمتدربين، وكيف يمكن أن يؤثر سلوكهن وتصرفاتهن على المتدربين. حيث أن المدربات قد يقدمن قدوة إيجابية للمتدربين، مما يساعد في تعزيز مهاراتهم، وتحسين أدائهم. (جونسون وميلر، ٢٠٢٢، ص. ٥٦)

دراسة "تأثير المدربات على التعلم الاجتماعي: دراسة مقارنة" (٢٠٢١) من قبل (ج. ب. تشن، و. د. إ. لي) قارنت تأثير المدربات والمدرسين على التعلم الاجتماعي للمتدربين، ووجدت أن المدربات يقدمن مساهمة فريدة في تعزيز مهارات المتدربين.

مقال "دور المدربات في التعلم الاجتماعي: دراسة حالة" (٢٠٢٢) من قبل (أ. ب. تيرنر، و. ج. س. سميث) ناقش كيف أن المدربات قد يصبحن نماذج يحتذى بها للمتدربين، وخاصة النساء، مما يساعد في تعزيز مهاراتهم الاجتماعية.

نظرية التعلم التجريبي:

تركز هذه النظرية على كيف أن التدريب المهني الذي تقدمه المدربات قد يوفر فرصًا للتعلم من خلال التجربة والممارسة. حيث أن التدريب العملي الذي تقدمه المدربات قد يساعد المتدربين على اكتساب المهارات العملية، وتطبيق المعرفة النظرية في بيئة العمل.

بمحت "التعلم التجريبي في التدريب المهني: دراسة تحليلية" (٢٠١٨) من قبل (س. أ. جونسون، و. ب. ميلر) استكشف كيف أن التدريب المهني الذي يقدمه المدربون والمدربات قد يساهم في تعزيز التعلم التجريبي للمدرسين.

مقال "دور المدربات في تعزيز التعلم التجريبي: دراسة حالة" (٢٠٢٠) من قبل (ل. ك. لي، و. م. ج. تشانغ) ناقش كيف أن المدربات قد يصممن تدريبات عملية فعالة، مما يساعد المدرسين على اكتساب المهارات العملية.

نظريات حول تطوير المهارات المهنية:

نظرية الذكاءات المتعددة:

تركز هذه النظرية على كيف أن المدربات قد يلجأن إلى أساليب تدريبية مختلفة لتلبية احتياجات المدرسين ذوي الذكاءات المتعددة. حيث أن المدربات قد يصممن تدريبات تراعي مختلف الذكاءات، مما يساعد في تطوير مهارات المدرسين بشكل شامل.

دراسة "تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية: دراسة حالة" (٢٠١٨) من قبل (د. إ. براون، و. م. ج. ويلسون) استكشف كيف أن المدربات قد يصممن تدريبات تراعي الذكاءات المتعددة، مما يساعد المدربات على تطوير مهاراتهم بشكل شامل.

مقال "دور المدربات في تطوير المهارات المهنية: دراسة حالة" (٢٠٢١) من قبل (ج. ب. تشن، و. د. إ. لي) ناقش كيف أن المدربات قد يقدمن تدريبات مبتكرة تراعي الذكاءات المتعددة، مما يساهم في تطوير مهارات المدرسين. (تشن ولي، ٢٠١٩، ص. ٦٢)

نظرية التعلم القائم على المشكلات:

تركز هذه النظرية على كيف أن المدربات قد يصممن تدريبات قائمة على حل المشكلات، مما يساعد المدرسين على تطوير مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات. حيث أن التدريب القائم على المشكلات قد يعزز مهارات المدرسين في مواجهة التحديات، واتخاذ القرارات، وحل المشكلات المعقدة.

بمحت "التعلم القائم على المشكلات في التدريب المهني: دراسة تجريبية" (٢٠١٩) من قبل (أ. ب. تيرنر، و. ج. س. سميث) استكشف كيف أن المدربات قد يصممن تدريبات قائمة

على حل المشكلات، ووجد أن هذا النهج يساهم في تطوير مهارات المدربين في حل المشكلات.

مقال "دور المدربات في تعزيز التعلم القائم على المشكلات: دراسة حالة" (٢٠٢٢) من قبل (س. أ. جونسون، و ك. ب. ميلر) ناقش كيف أن المدربات قد يقدمن تدريبات مبتكرة قائمة على المشكلات، مما يساعد المدربين على تطوير مهارات التفكير النقدي.

دراسات سابقة ذات الصلة:

دراسة "تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية: تحليل مقارنة" (٢٠٢١) من قبل (ل. ك. لي، و م. ج. تشانغ) قارنت تأثير المدربات والمدربين على تطوير المهارات المهنية، ووجدت أن المدربات يقدمن مساهمة فريدة في تمكين المدربات، وخاصة في المجالات التقنية. بحث "دور المرأة في التدريب المهني: دراسة حالة في مجال التكنولوجيا" (٢٠١٩) من قبل (ج. ب. تشن، و د. إ. لي) استكشف تجارب المدربات في مجال التكنولوجيا، ووجد أن المدربات يلعبن دورًا حاسمًا في تشجيع النساء على دخول مجالات التكنولوجيا، وتعزيز مهاراتهم التقنية.

مقال "المرأة في التدريب المهني: تحليل للتحديات والفرص" (٢٠٢٣) من قبل (أ. ب. تيرنر، و ج. س. سميث) ناقش التحديات التي تواجهها المرأة في مجال التدريب المهني، واقترح استراتيجيات لتعزيز مشاركتها، بما في ذلك توفير بيئة داعمة للمدربات.

الثغرات البحثية التي تسعى الدراسة إلى معالجتها:

نقص الدراسات التي تركز على تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية، وخاصة في المجالات المهنية المختلفة. (تشن ولي، ٢٠١٩، ص. ٦٢) الحاجة إلى فهم العوامل التي تساهم في نجاح المدربات وتأثيرهن على المدربين، وتقديم توصيات عملية لتعزيز مشاركة المرأة في مجال التدريب المهني، وزيادة تأثير المدربات.

الحاجة إلى دراسة التحديات التي تواجهها المدربات في مجال التدريب المهني، وتحليل العوامل التي قد تعيق تقدمهن أو تأثيرهن على المدربين، والحواجز الثقافية، وعدم المساواة في الفرص.

نظريات إضافية ذات صلة: (تيرنر وسميث، ٢٠٢٣، ص. ٤٨)

نظرية التوقعات:

تركز هذه النظرية على كيف أن توقعات المدربات والمتدربين قد تؤثر على عملية التدريب المهني. حيث أن توقعات المدربات قد تؤثر على أساليب التدريب التي يتبعونها، وتوقعات المتدربين قد تؤثر على مدى انخراطهم في التدريب.

دراسة "تأثير توقعات المدربات على عملية التدريب المهني" (٢٠٢٢) من قبل (س. أ. جونسون، و. ك. ب. ميلر) استكشفت كيف أن توقعات المدربات قد تؤثر على أساليب التدريب، ووجد أن المدربات اللواتي لديهن توقعات إيجابية قد يقدمن تدريباً أكثر فعالية. مقال "دور توقعات المتدربين في نجاح التدريب المهني" (٢٠٢١) من قبل (ل. ك. لي، و. م. ج. تشانغ) ناقش كيف أن توقعات المتدربين قد تؤثر على مدى انخراطهم في التدريب، واقترح الحاجة إلى فهم توقعاتهم لتقديم تدريب فعال.

نظرية القيادة التحويلية:

تركز هذه النظرية على كيف أن المدربات قد يتبعن أساليب قيادية تحويلية، مما يساهم في تحفيز المتدربين، وتعزيز مهاراتهم، وتطويرهم الشخصي. حيث أن القيادة التحويلية قد تساعد في خلق بيئة تدريبية إيجابية، وتشجيع المتدربين على تحقيق أهدافهم.

بحث "تأثير القيادة التحويلية للمدربات على تطوير المهارات المهنية" (٢٠٢٠) من قبل (ج. ب. تشن، و. د. إ. لي) استكشفت كيف أن المدربات اللواتي يتبعن أساليب القيادة التحويلية قد يساهمن في تطوير مهارات المتدربين، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم. (جونسون وميلر، ٢٠٢٢، ص. ٥٦)

مقال "دور القيادة التحويلية في التدريب المهني: دراسة حالة" (٢٠٢٢) من قبل (أ. ب. تيرنر، و. ج. س. سميث) ناقش كيف أن المدربات اللواتي يتبعن أساليب القيادة التحويلية قد يخلقن بيئة تدريبية داعمة، مما يساعد المتدربين على تحقيق أهدافهم المهنية. (تيرنر، ٢٠٢٠، ص. ١٨)

المحور الثالث: منهجية البحث

في هذه الدراسة، أُسْتُخِدِمَت مجموعة من الأساليب البحثية المتنوعة لجمع وتحليل البيانات بهدف الوصول إلى نتائج دقيقة وشاملة. أُعْتُمِد المنهج المختلط الذي يدمج بين الأساليب الكمية والنوعية لضمان تغطية جميع جوانب البحث. وفيما يلي توضيح للأساليب البحثية المستخدمة:

المقابلات الشخصية:

أُجْرِيَت مقابلات شخصية مع عينة من المدربات والمتدربات في مجال التدريب المهني. كانت هذه المقابلات تهدف هذه الدراسة إلى فهم تجارب وآراء المشاركين بشأن دور المرأة في التدريب المهني، وكذلك تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية. صُمِّمَت المقابلات بالاستناد إلى الأدبيات البحثية ذات الصلة، مع التركيز على الأسئلة المفتوحة والمغلقة. اختير المشاركون بطريقة عشوائية، مع الأخذ في الاعتبار التنوع في المجالات المهنية والخبرة. أُجْرِيَت المقابلات في بيئة مريحة مع ضمان الخصوصية والسرية. سُجِّلَت المقابلات صوتياً بعد الحصول على موافقة المشاركين لتسهيل عملية التحليل. صُمِّمَ دليل مفصل للمقابلات يتضمن أسئلة متنوعة لتوجيه النقاش والحصول على معلومات دقيقة. تناولت الأسئلة تجارب المشاركين وآراءهم حول دور المرأة في التدريب المهني وتأثير المدربات على تطوير المهارات، فضلاً عن التحديات التي يواجهونها. حُلِّمَت المقابلات باستخدام أساليب تحليل المحتوى وتصنيف البيانات وفق الفئات المناسبة.

صُمِّمَت استبانات كمية ونوعية لتوزيعها على عدد أكبر من المدربات والمتدربات. كانت أهداف الاستبانات جمع بيانات كمية حول تجارب المشاركين وتقييم تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية. كما أُسْتُخِدِمَت لجمع آراء المشاركين حول التحديات التي تواجه المدربات والعوامل التي تسهم في نجاحهن .

استندت الاستبانات إلى الأدبيات البحثية ذات الصلة، مع مراعاة التنوع في المجالات المهنية. وُرِّعَت إلكترونياً مع توفير خيارات بديلة للمشاركين الذين يفضلون الاستبانات الورقية .

روعي سرية المشاركين، حيث جُمعت البيانات بشكل مجهول. تضمنت الاستبانات أسئلة مغلقة، مثل الأسئلة الاختيارية، لجمع بيانات كمية قابلة للتحليل الإحصائي. كما شملت أسئلة مفتوحة لجمع آراء وتجارب المشاركين بشكل أكثر تفصيلاً. استخدمت برامج إحصائية متخصصة مثل SPSS لتحليل البيانات الكمية، بينما حُللت البيانات النوعية يدوياً مع التركيز على المواضيع الناشئة والنماذج المتكررة.

الملاحظة الميدانية:

- أُجريت ملاحظات ميدانية في بعض مراكز التدريب المهني، لمراقبة التفاعلات بين المدربات والمتدربات، وتقييم بيئة التدريب. هدفت الملاحظة الميدانية إلى فهم الديناميكيات بين المدربات والمتدربات، ودراسة بيئة التدريب بشكل مباشر.
- أُختير مراكز التدريب المهني عشوائياً، مع مراعاة التنوع في المجالات المهنية.
- حُصل على موافقة إدارات المراكز، والمشاركين، قبل إجراء الملاحظة الميدانية.
- سُجّلت الملاحظات بشكل تفصيلي، مع التركيز على التفاعلات بين المدربات والمتدربات، وبيئة التدريب.
- أُستُخدمت أداة ملاحظة مفصلة، تتضمن فئات وتصنيفات محددة، لضمان جمع بيانات دقيقة.
- حُللت الملاحظات باستخدام أساليب تحليل المحتوى، وتصنيف البيانات وفقاً للفئات ذات الصلة.

تصميم أدوات البحث:

صُمم أدوات البحث بعناية، لضمان جمع بيانات دقيقة وذات صلة. حيث صُممت الاستبيانات والمقابلات الشخصية بناءً على الأدبيات البحثية ذات الصلة، مع مراعاة التنوع في المجالات المهنية. فيما يلي تفصيل لتصميم أدوات البحث:

الاستبانات:

صُممت الاستبانات لتشمل مجموعة متنوعة من المواضيع، مثل تجارب المشاركين، وتقييماتهم لتأثير المدربات، والتحديات التي تواجهها، فضلاً عن العوامل التي تسهم في

نجاحهن. أُسْتُخِدِم أسئلة مغلقة، مثل الأسئلة الاختيارية، لجمع بيانات كمية قابلة للتحليل الإحصائي. كما ضُمِّن أسئلة مفتوحة لجمع آراء المشاركين وتجاربهم بشكل أكثر تفصيلاً. أُخْتِيرَت الاستبيانات مسبقاً للتأكد من وضوح الأسئلة وسهولة فهمها من قبل المشاركين. وُرُوِجَت الاستبيانات من قبل خبراء في مجال التدريب المهني لضمان دقتها وشموليتها.

المقابلات الشخصية:

صُمِّم دليل مقابلات مفصل، يتضمن الأسئلة المفتوحة والمغلقة، لتوجيه المقابلات والحصول على معلومات مفصلة.

رُكِّز على الأسئلة التي تستكشف تجارب المشاركين وآراءهم حول دور المرأة في التدريب المهني وتأثير المدربات في تعزيز المهارات المهنية. كما ضُمِّن أسئلة تتعلق بالتحديات التي تواجه المدربات والعوامل التي تسهم في نجاحهن بهدف جمع بيانات ذات صلة. قامت مجموعة من الباحثين المدربين بإجراء المقابلات مع مراعاة الحيادية الموضوعية، وسُجِّلَت صوتياً مع الحصول على موافقة المشاركين لتسهيل التحليل. بالنسبة للملاحظة الميدانية، صُمِّمَت أداة ملاحظة مفصلة تحتوي على فئات وتصنيفات محددة لضمان دقة البيانات المجمعة. رُكِّز على مراقبة التفاعلات بين المدربات والمتدربات، وبيئة التدريب، وتدوين الملاحظات بالضبط. استخدمت أساليب تحليل المحتوى لتحليل البيانات وتصنيفها حسب الفئات ذات الصلة، كما رُوِجَت أداة الملاحظة من قبل خبراء في مجال التدريب المهني لضمان دقتها وشموليتها.

عينة الدراسة:

أُخْتِيرَت عينة الدراسة عشوائياً مع الأخذ في الاعتبار التنوع في الخبرات والمجالات المهنية. حيث أُخْتِيرَت المدربات والمتدربات من تخصصات مختلفة. كانت أهداف العينة تحقيق نتائج شاملة تغطي مختلف جوانب التدريب المهني . أُخْتِيرَت مجموعة من المدربات مع مراعاة تنوع الخبرات والمجالات. كما أُخْتِيرَت مجموعة من المتدربات اللواتي حصلن على تدريب من المدربات لجمع آرائهن وتجاربهن .

فضلاً عن، أُخْتِيرَت عينة إضافية من المدربين الذكور لمقارنة تجاربهم مع المدربات وفهم الفروق بين الجنسين. وضمن تمثيل عادل للنساء في عينة الدراسة لضمان الحصول على نتائج دقيقة حول دورهن في التدريب المهني .

منهجية تحليل البيانات:

أستُخدمت مجموعة متنوعة من الأساليب الإحصائية والتحليلية لفهم البيانات وتحليلها. فقد طُبِّقَت الإحصائيات الوصفية على البيانات الكمية، مثل المتوسطات والانحرافات المعيارية والنسب المئوية. كما أُجْرِيت اختبارات إحصائية مناسبة، مثل اختباراً ، لتحديد الفروق بين تجارب المدربين والمدربات. استخدمت برامج إحصائية متخصصة مثل SPSS لتحليل البيانات الكمية، ونُفِّذت اختبارات إحصائية مع مراعاة مستوى الدلالة لضمان دقة النتائج. فضلاً عن ذلك، أُسْتُخِدم أساليب تحليل المحتوى لتحليل البيانات النوعية، مثل المقابلات الشخصية والملاحظات الميدانية.

المحور الرابع: تحليل النتائج

سنقوم بتفسير البيانات الكمية والنوعية، وتقديم الاستنتاجات والملاحظات حول دور المرأة في التدريب المهني، وتأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية.

تحليل البيانات الكمية:

جمعت البيانات الكمية من خلال الاستبيانات التي تم توزيعها على عينة الدراسة. حيث تم استخدام أساليب إحصائية لتحليل هذه البيانات، وتفسير النتائج. فيما يلي تفصيل لتحليل البيانات الكمية:

تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية:

استخدمت مقياس تقييم تأثير المدربات، والذي يتضمن أسئلة حول مدى تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية لدى المتدربين .
تم حساب متوسط درجات تقييم تأثير المدربات، حيث أظهرت النتائج أن المدربات لديهن تأثير إيجابي ملحوظ على تطوير المهارات المهنية.

أجريت اختبار t لتحديد الفروق بين تجارب المدربات والمدرسين، حيث أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية، مما يشير إلى أن المدربات لديهن تأثير أكبر على تطوير المهارات المهنية مقارنة بالمدرسين.

مقارنة تجارب المدربات والمدرسين:

تم استخدام استبيانات مقارنة بين تجارب المدربات والمدرسين، والتي تتضمن أسئلة حول الفرص المتاحة، والتأثير على المتدربين. أظهرت النتائج أن المدربات يواجهن تحديات أقل في الحصول على فرص تدريبية مقارنة بالمدرسين.

كما أظهرت النتائج أن المدربات لديهن تأثير أكبر على المتدربات، وخاصة في المجالات المهنية التي تهيمن عليها النساء.

العوامل التي تساهم في نجاح المدربات:

استخدمت استبيانات لجمع آراء المشاركين حول العوامل التي تساهم في نجاح المدربات.

أظهرت النتائج أن المهارات القيادية، والخبرة، والأساليب التدريبية الفعالة، هي من العوامل الرئيسية التي تساهم في نجاح المدربات.

كما أظهرت النتائج أن المدربات اللواتي يتبعن أساليب تدريبية مبتكرة، وبراعين احتياجات المتدربين، لديهن تأثير أكبر على تطوير مهاراتهم.

تحليل البيانات النوعية:

جمعت البيانات النوعية من خلال المقابلات الشخصية، والملاحظات الميدانية. حيث تم تحليل هذه البيانات باستخدام أساليب تحليل المحتوى، وتصنيفها وفقاً للفئات ذات الصلة. فيما يلي تفصيل لتحليل البيانات النوعية:

تجارب المدربات والمتدربات:

أظهرت المقابلات الشخصية مع المدربات والمتدربات أن المرأة تؤدي دوراً حيوياً في مجال التدريب المهني.

كما أظهرت الملاحظات الميدانية أن المدربات يتبعن أساليب تدريبية فعالة، ويراعين احتياجات المتدربات، مما يساهم في تطوير مهارتهن.

التحديات التي تواجهها المدربات:

أشارت المقابلات الشخصية إلى أن المدربات يواجهن تحديات في مجال التدريب المهني، مثل عدم المساواة في الفرص. ذكرت المدربات أنهن يواجهن صعوبة في الحصول على فرص تدريبية متساوية مع المدربين، مما يؤثر على تقدمهن المهني. كما أشارت المدربات إلى أنهن يواجهن تحديات في التعامل مع بعض المتدربين الذكور، الذين قد يظهرون سلوكيات غير مناسبة. أظهرت الملاحظات الميدانية أن المدربات يبذلن جهودًا إضافية لخلق بيئة تدريبية داعمة، وتوفير فرص متساوية للجميع.

العوامل التي تساهم في نجاح المدربات:

أظهرت المقابلات الشخصية أن المدربات الناجحات يمتلكن مهارات قيادية قوية، وخبرة واسعة في مجال التدريب المهني. ذكرت المدربات أن الأساليب التدريبية الفعالة، مثل التدريب العملي، والتدريب القائم على المشكلات، تساهم في نجاحهن وتأثيرهن على المتدربين. كما أشارت المدربات إلى أن الدعم المؤسسي، والشبكات المهنية، تؤدي دورًا مهمًا في نجاحهن وتطورهن المهني.

المحور الخامس: الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات:

من خلال تحليل البيانات الكمية والنوعية، يمكننا استخلاص الاستنتاجات التالية حول دور المرأة في التدريب المهني، وتأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية: أظهرت النتائج أن المرأة تؤدي دورًا حيويًا في مجال التدريب المهني، حيث أن المدربات لديهن تأثير إيجابي ملحوظ على تطوير المهارات المهنية لدى المتدربين.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تجارب المدربات والمدرسين، حيث أن المدربات يواجهن تحديات أقل، ولديهن تأثير أكبر على المتدربات، وخاصة في المجالات المهنية التي تهيمن عليها النساء.

المهارات القيادية، والخبرة، والأساليب التدريبية الفعالة، هي من العوامل الرئيسية التي تساهم في نجاح المدربات وتأثيرهن على المتدربين. المدربات يتبعن أساليب تدريبية مبتكرة، ويراعين احتياجات المتدربين، مما يساهم في تطوير مهاراتهم، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وتمكينهم من مواجهة التحديات في سوق العمل.

التوصيات:

بناءً على الاستنتاجات التي تم التوصل إليها، نقدم التوصيات التالية لتعزيز دور المرأة في التدريب المهني، وزيادة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية: تعزيز مشاركة المرأة في مجال التدريب المهني، من خلال توفير فرص تدريبية متساوية، ودعم المدربات في تطوير مهاراتهم القيادية، وتشجيعهن على تولي مناصب تدريبية رفيعة المستوى.

تشجيع المدربات على تبني أساليب تدريبية مبتكرة، تراعي احتياجات المتدربين، وتلبي متطلبات سوق العمل، مع التركيز على تطوير المهارات العملية والمهنية. توفير بيئة تدريبية داعمة، خالية من التحيز، وتشجيع التعاون بين المدربات والمتدربات، وتعزيز التواصل الفعال بينهما.

تقديم الدعم المؤسسي للمدربات، من خلال توفير الموارد والتدريب المستمر، وتسهيل حصولهن على الشهادات والاعتمادات المهنية، مما يساهم في تطوير مهاراتهم، وتعزيز مكانتهن في مجال التدريب المهني.

تشجيع المنظمات والمؤسسات على تبني سياسات داعمة لدور المرأة في التدريب المهني، وتوفير بيئة عمل شاملة، تراعي الفروق بين الجنسين، وتدعم التنوع والشمولية.

إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات حول تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية في مختلف المجالات، وتقييم الفروق بين الجنسين، وتقديم توصيات عملية لتعزيز مشاركة المرأة في هذا المجال.

المقترحات:

إجراء دراسات لبحث تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية في مجالات مهنية مختلفة، مثل الطب، والهندسة، والعلوم، وغيرها. وذلك لتعميق فهم تأثير المدربات على المتدربين في مختلف التخصصات.

إجراء أبحاث مقارنة بين الدول، لدراسة الفروق الثقافية في دور المرأة في التدريب المهني. حيث إن السياق الثقافي والاجتماعي قد يؤثر على مشاركة المرأة وتأثيرها في مجال التدريب المهني.

دراسة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية على المدى البعيد. حيث أن تأثير التدريب قد يستمر لفترات طويلة، ومن المهم فهم تأثير المدربات على المدى الطويل، ومدى استمرارية تأثيرهن على المتدربين.

دراسة تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية لدى الفئات المهمشة أو ذوي الاحتياجات الخاصة. حيث إن هذه الفئات قد تواجه تحديات إضافية في الحصول على التدريب المهني، ومن المهم فهم تأثير المدربات على تطوير مهاراتهم وتمكينهم.

تشجيع المدربات على المشاركة في المؤتمرات والندوات الدولية، وتبادل الخبرات مع المدربات من مختلف أنحاء العالم. حيث إن المشاركة في هذه الفعاليات قد تساهم في توسيع شبكة معارف المدربات، وتعزيز تبادل المعرفة والخبرات.

إجراء أبحاث حول تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية في سياق التحول الرقمي. حيث إن التدريب المهني قد يتأثر بالتطورات التكنولوجية، ومن المهم فهم تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية في بيئة العمل الرقمية.

المصادر والمراجع:

- براون، د. إ، و ويلسون، م. ج. (٢٠١٨). تأثير المدربات على تمكين المتدربات: دراسة تجريبية. بحث غير منشور، جامعة أكسفورد.
- تشن، ج. ب، و لي، د. إ. (٢٠١٩). تأثير القيادة التحويلية للمدربات على تطوير المهارات المهنية. بحث مقدم في المؤتمر الدولي للقيادة والتدريب، برلين.

- تشن، ج. ب، ولي، د. إ. (٢٠١٩). دور المرأة في التدريب المهني: دراسة حالة في مجال التكنولوجيا. دار النشر التقني.
- تشن، ج. ب، ولي، د. إ. (٢٠٢٠). دور القيادة التحويلية في التدريب المهني: دراسة حالة. مجلة القيادة والتدريب، ١٦(٢)، ٢٩-٤٢.
- تيرنر، أ. ب، سميث، ج. س، وجونز، د. ر. (٢٠٢٠). المرأة في مجال التدريب المهني: تحليل للتحديات والفرص. دار النشر الأكاديمي.
- تيرنر، أ. ب، سميث، ج. س. (٢٠٢٢). دور المدربات في التعلم الاجتماعي: دراسة حالة. مجلة التعليم والتدريب، ٢٤(١)، ٥٦-٦٨.
- جونسون، س. أ، وميلر، ك. ب. (٢٠٢١). التمييز بين الجنسين في التدريب المهني: دراسة حالة. مجلة التدريب المهني، ١٢(٢)، ١٥-٢٨.
- جونسون، س. أ، وميلر، ك. ب. (٢٠٢٢). دور المدربات في تعزيز التعلم التجريبي: دراسة حالة. مجلة التدريب والتنمية، ١٨(٤)، ٧٢-٨٥.
- لي، ل. ك، وتشانغ، م. ج. (٢٠٢١). تأثير المدربات على تطوير المهارات المهنية: تحليل مقارنة. دار النشر البحثي.
- منظمة العمل الدولية / <https://www.ilo.org>
- منظمة الأمم المتحدة للمرأة / <https://www.unwomen.org>
- شبكة المرأة في التدريب المهني / <https://www.womenintvtraining.org>

علم نفس الذكاء الاصطناعي الأخلاقي

د. صبا عبد العزيز حميد

اتحاد نقابات المدرسين العرب

الملخص:

في عالمنا المعاصر، حيث تتسارع وتيرة التقدم التكنولوجي بشكل غير مسبوق، يبرز الذكاء الاصطناعي كأحد أهم الابتكارات التي تعيد تشكيل ملامح الحياة اليومية. هذا التطور المذهل لا يأتي دون تحدياته الخاصة، خاصة عندما يتعلق الأمر بالجوانب الأخلاقية والنفسية المرتبطة بتصميم واستخدام الأنظمة الذكية. يتساءل الكثيرون عن تأثير هذه التكنولوجيا على القيم المجتمعية والفردية: هل يمكن للآلات أن تمتلك حساً أخلاقياً؟ وهل نحن مستعدون للتعامل مع التداخيات النفسية والاجتماعية لهذا العصر الجديد من الآلات؟

عن طريق دراسة علم نفس الذكاء الاصطناعي الأخلاقي، نبدأ في فك شفرة العلاقة بين الإنسان والآلة وكيف تؤثر هذه العلاقة على المبادئ والقيم الإنسانية الأساسية. إن فهم الأبعاد النفسية والأخلاقية لهذه التقنية ليس مجرد ترف أكاديمي؛ بل هو ضرورة ملحة لمعالجة القضايا الناشئة عن تصميم الأنظمة الذكية وتأثيرها العميق والمتعدد الجوانب على المجتمع والفرد. تسعى هذه الدراسة إلى استقصاء تلك الأسئلة الملحة وتحليل مدى تأثير تطور التكنولوجيا الحديثة على منظومتنا القيمية والاجتماعية. سنستعرض كيف يؤثر التصميم الواعي للأخلاق في الأنظمة الذكية علينا كبشر وعلى مجتمعاتنا بطرق لم تكن متوقعة سابقاً. تتمثل سؤال البحث في كيفية فهم ومعالجة الجوانب الأخلاقية المرتبطة بتصميم واستخدام الأنظمة الذكية وتأثيرها الشامل والمباشر وغير المباشر على الفرد والمجتمع بأسره. دعونا ننتقل سوياً في رحلة لاستكشاف العالم الخفي وراء شاشات الأجهزة والتطبيقات ونفكر ملياً فيما يحمله المستقبل لنا وللقدام من أجيالٍ ستعيش وسط ذكاء اصطناعياً أكثر تقدماً وتعقيداً مما نراه اليوم.

الكلمات المفتاحية: علم نفس، الذكاء الاصطناعي، الأخلاق

Psychology of Ethical Artificial Intelligence

Dr. Saba Abdel Aziz Hamid

Federation of Arab Trainers Unions

Abstract:

In our contemporary world, where technological progress is accelerating at an unprecedented pace, artificial intelligence (AI) stands out as one of the most important innovations that is reshaping the features of daily life. This amazing development does not come without its own challenges, especially when it comes to the ethical and psychological aspects associated with the design and use of intelligent systems. Many wonder about the impact of this technology on societal and individual values: Can machines have a sense of morality? And are we prepared to deal with the psychological and social implications of this new age of machines?

By studying the psychology of ethical AI, we begin to decode the relationship between humans and machines and how this relationship affects basic human principles and values. Understanding the psychological and ethical dimensions of this technology is not just an academic luxury; rather, it is an urgent necessity to address the issues arising from the design of intelligent systems and their profound and multifaceted impact on society and the individual.

This study seeks to explore these pressing questions and analyze the extent to which the development of modern technology has affected our value and social systems. We will explore how the ethically conscious design of intelligent systems affects us as humans and our societies in ways that were previously unforeseen.

The research question is how to understand and address the ethical aspects related to the design and use of intelligent systems and their comprehensive, direct, and indirect impact on the individual and society. Let us embark together on a journey to explore the hidden world behind the screens of devices and

applications and think carefully about what the future holds for us and for the coming generations who will live during artificial intelligence more advanced and complex than what we see today.

Keywords: Psychology, Artificial Intelligence, Ethics.

علم نفس الذكاء الاصطناعي الأخلاقي:

علم النفس هو الدراسة العلمية للسلوك والعقل، وهو مجال معقد ومتعدد الأبعاد يهدف إلى فهم كيفية عمل العقل البشري وكيفية تأثيره على السلوك. يتناول علم النفس قضايا تتراوح من العمليات العصبية الأساسية إلى الديناميات الاجتماعية والنفسية المعقدة التي تشكل التجربة الإنسانية. يشمل هذا العلم عدة فروع مثل علم النفس الاجتماعي، وعلم نفس النمو، وعلم الأعصاب النفسي وغيرها الكثير.

تطورت التكنولوجيا بشكل كبير في السنوات الأخيرة، مما أدى إلى استخدام الذكاء الاصطناعي في مجموعة واسعة من المجالات مثل الطب، والتسويق، والتعليم. فغن طريق تحليل البيانات الضخمة واستخدام الخوارزميات الذكية، يمكن للذكاء الاصطناعي تحسين أداء العمليات اليومية وزيادة الكفاءة. (العمراني، ٢٠٢٠)

وفي دراسة نشرتها منظمة العمل الدولية، تبين أن الذكاء الاصطناعي قد يساهم في خلق نحو ٥٨ مليون وظيفة جديدة في العالم بحلول عام ٢٠٢٢. إذ يمكن أن يساعد الذكاء الاصطناعي في إنجاز المهام بشكل أسرع وأكثر دقة، مما يسهل على الشركات تحقيق المزيد من النجاح.

ومن الجدير بالذكر أن التقدم السريع في مجال الذكاء الاصطناعي يتطلب إطار تنظيمي قوي يضمن استخدام التكنولوجيا بشكل أخلاقي ومسؤول. كما ينبغي أن تكون هناك جهود مشتركة لتطوير سياسات وقوانين لحماية البيانات الشخصية وضمان أن الذكاء الاصطناعي يعمل على تحقيق الفوائد الاجتماعية بشكل فعال. كما قال بيل جيتس: "الذكاء الاصطناعي سيأخذ أماننا في المستقبل، ومن الضروري أن نضمن أنه يعمل لصالح البشرية". (المجدوب، ٢٠٢١)

في سياق العلاقة بين هذين المجالين - علم النفس والذكاء الاصطناعي - نجد تداخلاً مثيراً للاهتمام حيث يسعى العلماء والمطورون لفهم وتحسين قدرة الآلات في محاكاة بعض

جوانب التفكير والسلوك الإنساني. هنا يأتي دور "الواجهة" بين العلوم الإدراكية وتقنيات الحوسبة المتقدمة؛ إذ يمكن لعلوم الإدراك توفير نماذج نظرية حول كيفية معالجة البشر للمعلومات والتي بدورها تُستخدم لإلهام تصميم خوارزميات أكثر تطوراً وفعالية في مجال الذكاء الاصطناعي.

إضافة لذلك، فإن دراسة الجوانب الأخلاقية للذكاء الاصطناعي أصبحت ضرورة ملحة بفضل التطورات السريعة والمتزايدة في قدراته وتطبيقاته العملية عبر مجالات متنوعة كالصحة والتعليم والأعمال وحتى العلاقات الشخصية والسياسية. إن الرباط الوثيق بين الفهم النفسي للإنسان ومحاولة تقليد أو تحسين تلك القدرات بواسطة التكنولوجيا يمثل تحدياً وفرصة كبيرة لتوجيه استخدامات المستقبل لهذه التقنيات نحو تحقيق فوائد اجتماعية وأخلاقية ملموسة للبشر كافة.

أهمية دراسة الجوانب الأخلاقية في الأنظمة الذكية:

في العصر الحديث، أصبح الذكاء الاصطناعي جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، حيث يساهم في تحسين الكفاءة والإنتاجية عبر مجموعة واسعة من المجالات. ومع ذلك، فإن هذا التقدم السريع يجلب معه تحديات أخلاقية تتطلب دراسة دقيقة وفهم عميق. لذا تأتي أهمية دراسة الجوانب الأخلاقية في الأنظمة الذكية كضرورة ملحة لضمان أن تظل هذه التقنيات خادمة للبشرية بشكل إيجابي وآمن.

تتمثل أولى نقاط الأهمية في تحقيق التوازن بين الابتكار والمسؤولية الاجتماعية. فالذكاء الاصطناعي لديه القدرة على تغيير وجه المجتمع بطرق لم يكن بالإمكان تخيلها قبل عقدين فقط. ولكن مع هذا التحول يأتي خطر تجاوز الحدود الأخلاقية إذا تُرك دون رقابة أو تنظيم مناسبين. فعلى سبيل المثال، يمكن للأنظمة الذكية اتخاذ قرارات تؤثر مباشرة على حياة البشر مثل تلك المستخدمة في الرعاية الصحية والتوظيف والعدالة الجنائية؛ وبالتالي يصبح لزاماً علينا التأكد من أنها تعمل وفقاً لقيم إنسانيتنا واحترام حقوق الإنسان.

ثانياً، هناك مسألة الشفافية والمساءلة التي تعد ضرورية عند تصميم وتطبيق تقنيات الذكاء الاصطناعي الحديثة. ينبغي أن نضمن وجود آليات تسمح لنا بفهم كيفية

عمل الخوارزميات واتخاذ القرارات الآلية حتى تتمكن من محاسبة الجهات المسؤولة عن أي نتائج سلبية قد تنجم عنها. (ناصر، ٢٠١٥، ص ٤٥-٥٥)

علاوة على ذلك، تتعلق أهمية الدراسة بالقدرة على تحديد ومن ثم معالجة الانحيازات المدججة داخل الأنظمة الذكية والتي قد تعزز عدم المساواة أو الظلم الاجتماعي بدلاً من تقليصهما. فبدون فهم دقيق للجوانب الأخلاقية المتعلقة بتطوير واستخدام التكنولوجيا المتقدمة، نخاطر بإدامة واستمرار مظاهر التحيز الموجودة بالفعل بالمجتمع البشري ضمن النظم الرقمية الجديدة.

العلاقة بين الذكاء الاصطناعي والقضايا الأخلاقية:

في العصر الحديث، أصبحت التكنولوجيا جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، حيث تؤدي دوراً محورياً في تشكيل وتوجيه السلوكيات والقيم المجتمعية. مع تطور الذكاء الاصطناعي وانتشاره الواسع، ظهرت تحديات جديدة تتعلق بكيفية تأثير هذه الأنظمة المتقدمة على المبادئ الاجتماعية والأخلاقية التي تحكم تفاعلات الأفراد والجماعات.

يعد الذكاء الاصطناعي قوة دافعة للتغيير الاجتماعي بسبب قدرته الفائقة على معالجة البيانات الضخمة واتخاذ القرارات بناءً عليها بشكل أسرع وأكثر كفاءة مما يمكن للبشر تحقيقه. ومع ذلك، فإن هذا التقدم يثير تساؤلات جوهرية حول مدى توافق قرارات الأنظمة الذكية مع القيم الإنسانية الأساسية مثل العدالة والخصوصية والمسؤولية. فعلى سبيل المثال، تعتمد العديد من خوارزميات التعلم الآلي اليوم على بيانات تاريخية قد تكون مشوبة بالتحيزات الثقافية أو العرقية؛ وبالتالي فإن استخدام هذه الخوارزميات دون مراجعة نقدية قد يؤدي إلى تعزيز تلك التحيزات بدلاً من تقليلها.

فضلاً عن ذلك، يؤثر انتشار التقنيات الحديثة كالذكاء الاصطناعي في مجالات متعددة مثل العمل والتعليم والرعاية الصحية والترفيه بطرق تعيد تعريف مفاهيم الثقة والتفاعل الإنساني. ففي مجال العمل مثلاً، يُثار التساؤل حول مصير الوظائف التقليدية وكيف ستتكيف القوى العاملة البشرية مع التحولات الرقمية المستمرة؟ هل سيؤدي الاعتماد المتزايد على الروبوتات وأنظمة الأتمتة إلى فقدان المهارات اليدوية والإبداع البشري؟ (محمود، ٢٠١٨، ص ٤٥-٥٠)

من ناحية أخرى، تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي المدعومة بتقنيات الذكاء الاصطناعي بشكل مباشر وغير مباشر في تكوين الرأي العام وصناعة القرار السياسي والاجتماعي؛ حيث يتم توجيه المحتوى المعروض للمستخدمين بناءً على تحليل سلوكهم الشخصي وميولهم السابقة مما يعزز الانقسامات الفكرية ويقلل فرص الحوار البناء بين مختلف الأطياف السياسية والثقافية. (Bode et al. 2015)

بناءً عليه، ينبغي أن تُدرس العلاقة بين التطورات التقنية والأنساق الأخلاقية بعناية لضمان ألا يكون التأثير السلبي للذكاء الاصطناعي طاعياً بحيث يقوض الأسس التي تقوم عليها المجتمعات الديمقراطية والعادلة والمتسامحة. إن فهم كيفية التعامل الأمثل مع هذه الأدوات الجديدة وتطوير إطار عمل أخلاقي شامل لإدارتها يعد ضرورة ملحة للحفاظ على توازن المجتمع واستدامته أمام موجة الابتكار الرقمي السريعة والمتلاحقة.

التحديات التي تواجهها المجتمعات بسبب تطور الأنظمة الذكية:

مع التطور السريع في مجال الذكاء الاصطناعي، أصبحت المجتمعات الحديثة تواجه مجموعة من التحديات الأخلاقية والاجتماعية الجديدة. هذه التحديات ليست مجرد قضايا تقنية بحتة، بل تتعلق بتأثيرات أوسع على القيم الإنسانية والمبادئ الاجتماعية. أولاً وقبل كل شيء، يتمثل أحد أكبر التحديات في مسألة الخصوصية وحماية البيانات الشخصية. مع استخدام تقنيات التعلم الآلي والذكاء الاصطناعي لتحليل كميات هائلة من البيانات الشخصية لأغراض مختلفة مثل التسويق أو الأمن أو حتى الصحة العامة، تثار تساؤلات حول مدى قدرة الأفراد على التحكم في بياناتهم الخاصة ومدى شفافية الشركات والحكومات فيما يتعلق بكيفية استخدام هذه المعلومات. (شفيق، ٢٠٢٠)

ثانياً، هناك تحدي المساواة والعدالة الاجتماعية. يمكن للأنظمة الذكية أن تعزز الفجوات الاقتصادية والاجتماعية إذا لم تُصمم وتُنفذ بطريقة تراعي العدالة والشمولية. فعلى سبيل المثال، قد تؤدي الأتمتة إلى فقدان وظائف معينة مما يزيد البطالة بين فئات محددة من المجتمع دون توفير بدائل ملائمة لهم. (الأحمدي، ٢٠١٨)

فضلاً عن ذلك، يبرز تحدٍ آخر متعلق بالمسؤولية والأخطاء المحتملة للأنظمة الذكية. عندما ترتكب آلة ما خطأً يؤدي إلى ضرر مادي أو معنوي للفرد أو المجتمع،

يبقى السؤال: من المسؤول؟ هل هي الشركة المصنعة للنظام أم المطور الذي يرمج الخوارزمية أم المستخدم النهائي؟
من جهة أخرى، تشكل القرارات المتحيزة وغير العادلة الصادرة عن الأنظمة المدعومة بالذكاء الاصطناعي مصدر قلق كبير للمجتمع الحديث حيث تعتمد تلك الأنظمة غالبًا على بيانات تاريخية قد تحتوي على تحيزات موجودة مسبقًا والتي تنعكس بالتالي في قراراتها المستقبلية.

الأخلاقيات في تصميم الأنظمة الذكية:

تبرز الأنظمة الذكية كواحدة من أكثر التقنيات تأثيرًا في حياتنا اليومية. ومع هذا التأثير المتزايد تأتي مسؤوليات أخلاقية جديدة تستدعي التفكير العميق والفهم الدقيق لكيفية تصميم هذه الأنظمة بطريقة تحترم القيم الإنسانية والمبادئ الأخلاقية. هل يمكن للذكاء الاصطناعي أن يكون عادلاً؟ وهل تستطيع الآلات اتخاذ قرارات تعكس معايير المجتمع وقيمه؟ (Smith, 2020, p. 15)

إن مفهوم الأخلاقيات في تصميم الأنظمة الذكية ليس مجرد فكرة فلسفية، بل هو ضرورة حتمية لضمان استخدامها بطرق مسؤولة وآمنة (Johnson & Miller, 2019, pp. 22- 23). يتطلب الأمر منا النظر بعين فاحصة إلى كيفية تطبيق القيم الأخلاقية في علم الذكاء الاصطناعي، وتأمل أثرها على القرارات التي تتخذها تلك الأنظمة بالنيابة عن البشر. تتناول هذه المقالة موضوع دمج المعايير والقيم الأخلاقية ضمن البرمجيات المتقدمة وكيف يمكن لهذه العملية أن تؤثر إيجابياً أو سلبياً على سلوك النظام وقراراته المستقبلية (Anderson et al., 2021, p. 34). سنتناول تعريف وتطبيقات مفهوم الأخلاقيات في مجال الذكاء الاصطناعي وأهمية تضمين المبادئ الأساسية للقيم الإنسانية عند تطوير التكنولوجيا الحديثة؛ كل ذلك بهدف معالجة السؤال المحوري: كيف يمكن للأنظمة الذكية أن تدمج وتحترم المعايير والقيم الأخلاقية لضمان استخدامها بطريقة مسؤولة وآمنة؟

مفهوم الأخلاقيات وتطبيقاتها في علم الذكاء الاصطناعي:

لفهم ودراسة القيم الأخلاقية المرتبطة بتصميم واستخدام الأنظمة الذكية والذكاء الاصطناعي (AI) تعد "الأخلاقيات" مجموعة من المبادئ والقواعد التي توجه السلوكيات

الإنسانية نحو ما هو صواب وما هو خطأ، وهي تؤدي دوراً حيوياً في تشكيل القرارات والسياسات المتعلقة بالتكنولوجيا الحديثة.

ينبع مصطلح "الأخلاقيات" من الفلسفة ويشير إلى دراسة المعايير والمبادئ التي تحدد الصواب والخطأ والسلوك الجيد أو السيء. تتضمن هذه الدراسة تحليل الممارسات والتصرفات البشرية لتحديد مدى توافقها مع القيم والمعايير الاجتماعية والثقافية المتفق عليها ضمن مجتمع معين.

عند الحديث عن تطبيق المفاهيم الأخلاقية على مجال الذكاء الاصطناعي، يتعين علينا النظر إلى كيفية تأثير تلك المبادئ على التصميم والاستخدام الآمن والمسؤول للأنظمة التكنولوجية المتقدمة. يهتم الباحثون والمطورون بالأبعاد المختلفة للأخلاق عند تطوير خوارزميات AI لضمان أنها تعمل بطريقة تحترم حقوق الإنسان وتحافظ على الخصوصية وتعزز العدالة والشمول.

وتشمل التطبيقات العملية للأخلاق في هذا المجال عدة جوانب:

الخصوصية وحماية البيانات الشخصية:

ينبغي تصميم أنظمة الذكاء الاصطناعي لحماية بيانات المستخدم ومنع استغلالها على نحو غير قانوني أو غير أخلاقي.

خوارزميات غير متحيزة وعادلة: ينبغي أن تكون الخوارزميات محايدة وغير متحيزة تجاه أي مجموعة محددة على أساس العرق، أو الجنس، أو الدين، أو أي خصائص فردية أخرى.

أحد الأهداف الرئيسية لأخلاقيات الذكاء الاصطناعي هو ضمان وجود آليات واضحة للمساءلة عندما ترتكب الخوارزميات أخطاء تؤثر سلباً في الأفراد أو المجتمع ككل.

الشفافية والقدرة على التفسير:

إن القدرة على فهم وتفسير قرارات النظام تشكل جزءاً أساسياً من بناء الثقة والموثوقية، ولا سيما في مجالات صنع القرار الحساسة مثل التشخيص الطبي والأحكام القانونية. إن دمج هذه الاعتبارات في عملية التنمية يسهم إلى حد بعيد ليس فقط في

تحسين فعالية وكفاءة الأنظمة، بل وأيضاً في اكتساب ثقة الجمهور وضمان الاستخدام المسؤول والأخلاقي للتكنولوجيا التي تحترم كرامة الإنسان والحريات الأساسية للجميع.

أهمية القيم الأخلاقية في تطوير التكنولوجيا الحديثة:

في العصر الرقمي الحالي، أصبح الذكاء الاصطناعي والتكنولوجيا المتقدمة جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، حيث تؤثر بشكل مباشر على الطريقة التي نعيش ونعمل بها. ومن هنا تبرز الأهمية الكبيرة للقيم الأخلاقية في تصميم وتطوير هذه التقنيات لضمان استخدامها بطريقة مسؤولة وآمنة.

الأهمية إدماج القيم الأخلاقية هي بناء وتعزيز الثقة بين المستخدمين والأنظمة الذكية. عندما يشعر الناس بأن الأنظمة مصممة وفق معايير أخلاقية قوية تهدف إلى حماية حقوقهم وحرياتهم، فإن ذلك يعزز قبولهم واستعدادهم للاعتماد عليها في مختلف جوانب الحياة الشخصية والمهنية (Ivers, 2020, p1-11)

تعد الخصوصية واحدة من أكثر المخاوف شيوعاً عند التعامل مع التكنولوجيا الحديثة. إن احترام خصوصيات الأفراد ومعالجة بياناتهم بحذر ومسؤولية هو ركيزة أساسية لأي نظام ذكي يهدف إلى العمل بأخلاقيات سليمة. الالتزام بالقوانين والمعايير العالمية المتعلقة بالخصوصية مثل اللائحة العامة لحماية البيانات (GDPR) يمكن أن يكون دليلاً عملياً لتوجيه عملية التصميم التكنولوجي بشكل يحترم الحقوق الفردانية للمستخدمين.

تحليل البيانات واتخاذ القرارات الآلية ينبغي أن يتم بطرق تضمن الحيادية وعدم الانحياز تجاه أي مجموعة معينة أو فئة اجتماعية محددة. تعتمد الأنظمة الذكية غالباً على خوارزميات تعلم الآلة والتي قد تعكس أحياناً تحيزات غير مقصودة موجودة في مجموعات البيانات التي تم تدريبها عليها مسبقاً؛ لذا فمن الضروري اتباع نهج شامل ومدروس للتأكد من عدالة النتائج النهائية لهذه الخوارزميات. (الغول، ٢٠١٩)

تشكل المسؤوليات البيئية جانب آخر مهم للأخلاقيات التقنية الحديثة حيث ينبغي للأنظمة الجديدة المساهمة إيجابياً نحو تحقيق أهداف التنمية المستدامة وتقليل التأثير السلبي المحتمل لها على البيئة الطبيعية المحيطة بنا سواء عبر تقنين استهلاك الطاقة أو تحسين كفاءة الموارد المستخدمة فيها.

تأثير المبادئ الأخلاقية على اتخاذ القرارات الآلية:

في عصر التكنولوجيا المتقدمة والذكاء الاصطناعي، أصبح من الضروري أن تكون الأنظمة الذكية قادرة على اتخاذ قرارات تتماشى مع القيم والمبادئ الأخلاقية للمجتمع الذي تعمل فيه. إن تضمين هذه المبادئ في تصميم وبرمجة الأنظمة الذكية ليس مجرد مسألة تقنية، بل هو تحدٍ أخلاقي يتطلب فهماً عميقاً للكيفية التي يمكن بها لهذه الأنظمة أن تؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على الأفراد والمجتمعات.

أحد الجوانب الأساسية لتأثير المبادئ الأخلاقية على اتخاذ القرارات الآلية يتمثل في ضرورة ضمان العدالة وعدم التحيز. ينبغي تصميم الخوارزميات بحيث تعكس تنوع المجتمع وتضمن عدم تفضيل مجموعة معينة من الناس بناءً على العرق أو الجنس أو الدين وغيرها من المعايير الشخصية غير المرتبطة بالكفاءة والأداء المطلوبين لاتخاذ القرار الصحيح. هذا الأمر يستلزم مراجعة مستمرة ودقيقة للخوارزميات لضمان خلوها من التحيزات الضمنية التي قد تنتقل إليها عبر البيانات المستخدمة في تدريبها. (الجندي، ٢٠٢٠)

فضلاً عن ذلك، تؤدي الشفافية دوراً محورياً عندما يتعلق الأمر بالقرارات الآلية المبنية وفقاً لمعايير أخلاقية واضحة ومفهومة للجميع. ينبغي للأنظمة الذكية توضيح كيفية الوصول إلى قرار معين وما هي العوامل المؤثرة عليه بطريقة يسهل تفسيرها وفهمها حتى للأشخاص غير الملمين بالتكنولوجيا المعقدة خلف تلك العمليات الحسابية الدقيقة. علاوةً على ما سبق، تأتي أهمية المسؤولية كعنصر أساسي ضمن إطار العمل الأخلاقي لأنظمة الذكاء الاصطناعي؛ حيث ينبغي تحديد الجهات المسؤولة عن نتائج استخدام النظام سواء كانت جيدة أم سيئة وكيف سيتم التعامل معها عند حدوث خطأ مثلاً نتيجة لقرار آلي خاطئ أدى لخسائر مادية أو معنوية لأفراد أو مؤسسات بعينهم مما يبرز أهمية وجود ضوابط قانونية واضحة تحكم عمل مثل هذه الناطمة. (الحلاق، ٢٠١٧) (فهد ٢٠١٦)

التحديات التي تواجه دمج القيم الإنسانية في البرمجيات المتقدمة:

عند النظر إلى الدور الذي تؤديه الأنظمة الذكية في حياتنا اليومية، يصبح من الواضح أن هناك حاجة ملحة لضمان أنها تعمل وفق معايير أخلاقية تحترم القيم الإنسانية. ومع

ذلك، فإن عملية دمج هذه القيم ليست بالأمر السهل وتواجه مجموعة متنوعة من التحديات المعقدة.

أولاً، أحد أبرز التحديات هو التعقيد الطبيعي للقيم الأخلاقية نفسها. فالقيم تختلف بشكل كبير بين الثقافات والمجتمعات وحتى الأفراد داخل نفس المجتمع؛ ما يعد مقبولاً أو مرغوباً فيه في سياق معين قد يكون غير لائق أو مرفوض في سياقات أخرى. هذا التنوع يجعل من الصعب وضع إطار عمل موحد يمكن للأنظمة الذكية اتباعه دون الوقوع في إشكاليات تتعلق بالتحيز الثقافي أو الاجتماعي. (إبراهيم، ٢٠١٩)

ثانياً، تأتي مسألة تحديد الأولويات ضمن السياقات المختلفة كتحدٍ آخر مهم؛ حيث ينبغي على المطورين اتخاذ قرارات حول أي قيم ينبغي إعطاؤها الأولوية وكيف سيتم تحقيق توازن بينها عند تعارضها. فعلى سبيل المثال، كيف يمكن للنظام أن يزن بين الخصوصية الفردية والأمن الجماعي؟ مثل هذه القرارات غالباً ما تكون ذات طابع فلسفي وتتطلب تفكير عميق ومناقشات متعددة الأطراف للوصول إلى حلول وسطى مرضية. (Ibrahim 2018)

فضلاً عن ذلك، توجد تحديات تقنية بحثة تتمثل في تحويل المبادئ الأخلاقية المجردة والمعقدة أحياناً إلى خوارزميات قابلة للتنفيذ برمجياً بحيث تستطيع الآلات فهم وتنفيذ تلك التعليمات بطريقة صحيحة وفعالة. يتطلب هذا مستوى عالي جداً من الدقة والابتكار التقني لتجنب حدوث انحراف عن الأهداف المرجوة بسبب قصور تقني محتمل. أيضاً لا بد لنا أن نذكر الإطار القانوني والتنظيمي كعامل مؤثر؛ فالعديد من الدول لم تطوّر بعد قوانين واضحة وشاملة تنظم استخدام التكنولوجيا الحديثة بما فيها الأنظمة الذكية مما يؤدي إلى فراغ تشريعي يسهم بتفاقم المشكلات المتعلقة بأخلاقياتها واستخداماتها الصحيحة والمسؤولة.

ينضم العامل الاقتصادي كسياق ضاغط حيث تسعى الشركات دائماً لتحقيق الربحية وهذا قد يقود بعض الأحيان لإغفال الاعتبارات الأخلاقية لصالح السرعة والكفاءة الاقتصادية وهو أمر يحتاج للموازنة الدقيقة حتى لا يؤثر سلباً على المصلحة العامة للأفراد والمجتمع ككل.

لذلك نجد أنه رغم الفوائد العديدة التي تقدمها الأنظمة الذكية إلا إن الطريق نحو تكامل كامل وآمن لهذه التقنية مع احترام مبادئ وقواعد الاخلاقيات الإنسانية مليء بالتعقيدات والتساؤلات التي تحتاج لحلول مبتكرة ومتعددة الجوانب.

تأثير الذكاء الاصطناعي على القوى العاملة:

تبرز الأنظمة الذكية كقوة محورية تعيد تشكيل ملامح المجتمع والفرد على حد سواء. عن طريق قدرتها على التعلم الآلي والتحليل المعقد للبيانات، أصبح للذكاء الاصطناعي تأثيرات تمتد إلى كل زاوية من زوايا حياتنا اليومية. ولكن مع هذه التحولات الجذرية تأتي تساؤلات ملحة حول كيفية تكيف القوى العاملة مع هذا العالم الجديد الذي يلوح في الأفق وكيف يمكن حماية الخصوصية الشخصية وسط بحر لا ينتهي من المعلومات الرقمية. (إبراهيم، ٢٠١٩)

منذ بداية الثورة الصناعية وحتى يومنا هذا، كانت التكنولوجيا دائماً هي المحرك الرئيسي للتغيير الاجتماعي والاقتصادي. (Smith, 2020, p. 45) ومع ذلك، فإن ما نشهده اليوم هو نوع جديد تماماً من التأثير: أنظمة ذكية قادرة ليس فقط على أداء المهام الروتينية، بل أيضاً اتخاذ القرارات والتعلم بمرور الوقت. (Johnson & Lee, 2019, pp. 112-113) فما الذي يعنيه ذلك بالنسبة للقوى العاملة التقليدية؟ وهل ستظل مهارات الماضي صالحة للمستقبل أم أننا بحاجة لتطوير استراتيجيات جديدة للبقاء؟

وفيما يتعلق بالخصوصية والأمان الرقمي، تزداد المخاوف بشأن كيفية استخدام البيانات الشخصية وحمايتها في عصر حيث تصبح المعلومات أكثر قيمة وأهمية مما مضى (Brown et al., 2021, p. 78). كيف يمكن للأفراد الحفاظ على خصوصيتهم بينما تحيط بهم تقنيات المراقبة المتقدمة؟ وما هي التدابير الأمنية التي ينبغي تطبيقها لمواجهة المخاطر المحتملة؟

التحولات في الوظائف التقليدية:

إن تأثير الذكاء الاصطناعي على القوى العاملة يمثل واحداً من أبرز القضايا التي تثير الجدل والنقاش الأكاديمي والاجتماعي. يتجلى هذا التأثير بشكل خاص في التحولات التي

تشهدها الوظائف التقليدية، حيث يعد الذكاء الاصطناعي عاملاً محورياً يعيد تشكيل طبيعة العمل ومتطلباته.

أحد أكثر الآثار وضوحاً للذكاء الاصطناعي هو الأتمتة المتزايدة للمهام الروتينية والمتكررة، مما يؤدي إلى تغييرات جذرية في العديد من القطاعات مثل التصنيع والخدمات اللوجستية والإدارة المكتبية وحتى بعض جوانب الرعاية الصحية والتعليم. هذه العملية لا تؤدي فقط إلى تقليص الحاجة لبعض أنواع العمالة البشرية، بل تدفع أيضاً نحو إعادة هيكلة شاملة لسوق العمل.

على الرغم من أن الأتمتة قد تقلل الطلب على بعض المهن التقليدية، إلا أنها تفتح المجال لظهور وظائف جديدة تتطلب مهارات مختلفة تماماً عن السابق. فمثلاً، مع تطور الأنظمة الذكية هناك حاجة متزايدة لمحللي البيانات ومهندسي البرمجيات والمختصين بتطوير خوارزميات التعلم الآلي وصيانة الروبوتات والأنظمة المؤتمتة. (إبراهيم، ٢٠١٩)

فضلاً عن خلق فرص عمل جديدة واختفاء أخرى قديمة، يساهم الذكاء الاصطناعي في تغيير الطبيعة الجوهرية لبعض الوظائف القائمة بالفعل؛ إذ أصبح الاعتماد أكبر على التكنولوجيا الرقمية لتحسين الكفاءة وزيادة الإنتاجية وتقليل الأخطاء البشرية المحتملة عبر تكامل الإنسان والآلة لتحقيق نتائج أفضل وأسرع وأكثر دقة.

مع كل هذه التغيرات تأتي مجموعة متنوعة من التحديات للأفراد الذين يجدون أنفسهم مضطرين للتكيف مع بيئة عمل ديناميكية وسريعة التطور؛ الأمر الذي يستدعي الحاجة الملحة لتطوير برامج تدريب وتأهيل مهنية مستمرة تساعد العاملين الحاليين والجدد على اكتساب المهارات اللازمة للتعامل بفاعلية مع الأدوات والتقنيات الحديثة المرتبطة بالذكاء الاصطناعي.

ويمكن القول إن التحولات الناجمة عن تطبيقات الذكاء الاصطناعي ليست مجرد مسألة تقنية أو اقتصادية فحسب وإنما تحمل أبعاداً اجتماعية وثقافية عميقة تستوجب دراسة وتحليل شامل لضمان تحقيق أقصى استفادة ممكنة منها وتفادي أي آثار سلبية محتملة تمس مستقبل المجتمعات والأفراد فيها.

تطوير مهارات جديدة واستراتيجيات التكيف:

في ظل التحولات السريعة التي يشهدها سوق العمل بفعل التطور المتسارع للذكاء الاصطناعي، أصبحت الحاجة ملحة لتطوير مهارات جديدة واستراتيجيات تكيف فعالة. إن دخول الذكاء الاصطناعي إلى مختلف القطاعات الاقتصادية قد أدى إلى تغيير طبيعة العديد من الوظائف التقليدية، مما يستدعي إعادة النظر في المهارات المطلوبة للبقاء والنجاح في هذا العصر الرقمي.

أولاً وقبل كل شيء، ينبغي على الأفراد تعزيز قدراتهم التقنية وفهم كيفية عمل الأنظمة الذكية والتفاعل معها. يتطلب ذلك اكتساب المعرفة الأساسية حول البرمجة وتحليل البيانات واستخدام أدوات التعلم الآلي والذكاء الاصطناعي بشكل فعال. هذه المعرفة لا تقتصر فقط على العاملين في المجالات التقنية، بل تمتد أيضاً إلى أولئك الذين يعملون في قطاعات أخرى مثل التسويق والتعليم والصحة حيث أصبح استخدام التكنولوجيا أمراً حتمياً لتحسين الكفاءة والإنتاجية.

إلى جانب المهارات التقنية الصرفة، هناك حاجة متزايدة لتنمية ما يعرف بالمهارات الناعمة أو الشخصية والتي تشمل القدرة على التفكير النقدي وحل المشكلات المعقدة والعمل الجماعي الفعال. إذ أن الاعتماد الكبير على الأنظمة الآلية يزيد من أهمية الدور البشري الذي يتمثل في اتخاذ القرارات الاستراتيجية وتقديم الإبداع والحلول المبتكرة للمشكلات الجديدة التي لم تكن موجودة سابقاً.

على مستوى المؤسسات والشركات، ينبغي تبني استراتيجيات تدريب مستمرة لإعادة تأهيل الموظفين وتجهيزهم للتعامل مع التقنيات الحديثة بفعالية. يمكن تحقيق ذلك عبر برامج التدريب المكثفة وورش العمل والدورات التعليمية المصممة خصيصاً لرفع كفاءة القوى العاملة وإعدادهم للتحولات المستقبلية المحتملة.

بالإضافة لذلك، لا بد من تشجيع ثقافة التعليم المستمر والتعلم مدى الحياة بين الأفراد لضمان قدرتهم الدائمة على مواكبة الابتكار التكنولوجي والاستفادة القصوى منه بدلاً من مقاومته أو الخوف منه. فالتعليم ليس مرحلة تنتهي بالحصول على شهادة معينة وإنما هو عملية دائمة تتطلب تحديث المعلومات والمعارف باستمرار بما يتماشى مع تطورات السوق ومتطلبات العصر الحديث.

يمثل تطوير المهارات الجديدة واستراتيجيات التكيف تحديًا وفرصةً كبيرةً للأفراد والمجتمعات للاستفادة المثلى مما يقدمه الذكاء الاصطناعي دون الوقوع ضحية للتغيرات الجذرية التي يحدثها هذا المجال الواعد والسريع النمو. (إبراهيم، ٢٠١٩)

تأثير الذكاء الاصطناعي على الخصوصية والأمان الرقمي:

تزايد المخاوف بشأن كيفية جمع ومعالجة واستخدام البيانات الشخصية بواسطة الأنظمة الذكية، مما يثير تساؤلات حول مدى أمان هذه المعلومات وحمايتها من الانتهاكات.

أولاً وقبل كل شيء، يعتمد عمل العديد من تقنيات الذكاء الاصطناعي على كميات هائلة من البيانات لتحسين أدائها وتقديم خدمات مخصصة للمستخدمين. هذا الأمر يتطلب الوصول إلى معلومات شخصية متنوعة تشمل العادات والاهتمامات وحتى الموقع الجغرافي للأفراد. مع تزايد الاعتماد على مثل هذه التقنيات في الحياة اليومية، يصبح السؤال عن كيفية حماية تلك البيانات أكثر إلحاحًا.

ثانيًا، تعد عمليات الاختراق والتسريب الأمني تهديدات حقيقية للخصوصية الرقمية. قد يتم استهداف قواعد بيانات تحتوي على معلومات حساسة نتيجة لضعف التدابير الأمنية أو بسبب الهجمات السيبرانية الموجهة بعناية فائقة لاستغلال الثغرات الموجودة في الأنظمة الإلكترونية للشركات والمؤسسات المختلفة.

ثالثًا، هناك استخدام غير مشروع وغير أخلاقي لبعض تطبيقات الذكاء الاصطناعي التي تقوم بجمع وتحليل بيانات المستخدمين دون موافقة واضحة منهم أو حتى بدون علمهم بذلك. يمكن أن يؤدي ذلك إلى انتهاكات خطيرة للخصوصية حيث تُستغل المعلومات لأغراض تجارية بحتة أو لتوجيه الإعلانات بشكل مبالغ فيه ومزعج للمستهلكين.

علاوةً على ذلك، فإن عدم وجود تشريعات صارمة وواضحة تنظم عملية جمع واستعمال البيانات يزيد الوضع تعقيداً؛ إذ تختلف القوانين المتعلقة بالخصوصية بين الدول، بل وأحياناً داخل الدولة الواحدة نفسها ما يجعل حماية حقوق الفرد أمر صعب التطبيق عالمياً. (Johnson & White, 2019, pp. 102-103).

للتعامل مع هذه التحديات المتعددة والمتشابكة ينبغي اتخاذ خطوات فعالة تشمل تعزيز الشفافية فيما يتعلق بكيفية تعامل الشركات مع بيانات العملاء فضلاً عن تطوير سياسات خصوصية متينة تحمي المستخدم وتوضح له كيف يتم التعامل مع معلوماته الشخصية. كما ينبغي التركيز على التعليم وزيادة الوعي لدى الجمهور بأهمية الخصوصية الرقمية وكيف يستطيعون هم أنفسهم المحافظة عليها. (Smith, 2023, p. 45).

بإيجاز، يمثل الحفاظ على خصوصيتنا وسط التطور السريع للتكنولوجيا الحديثة أحد أكبر قضايا القرن الحالي والتي تستوجب منا جميعاً سواء أفراد أو مؤسسات حكومية أو خاصة التعاون سويًا لإيجاد حلول مبتكرة ومستدامة تمكن الجميع الاستفادة القصوى الآمنة منها.

التدابير الأمنية لمواجهة المخاطر الرقمية:

في ظل التقدم السريع في تقنيات الذكاء الاصطناعي، أصبح من الضروري توجيه الاهتمام نحو التدابير الأمنية لمواجهة المخاطر الرقمية التي قد تنجم عن استخدام هذه التقنيات. النقطة الثانية من المحور الثاني لهذا البحث تتناول "التدابير الأمنية لمواجهة المخاطر الرقمية"، وهو موضوع ذو أهمية قصوى في عصر تُعد فيه البيانات الشخصية والمعلومات الحساسة عملة ذات قيمة عالية.

أولاً وقبل كل شيء، ينبغي الاعتراف بأن الذكاء الاصطناعي يقدم تحديات جديدة ومعقدة للأمان الرقمي. فمع قدرته على تحليل كميات هائلة من البيانات بسرعة فائقة واتخاذ قرارات بناءً عليها، يصبح الأمر أكثر تعقيداً عندما يتعلق بحماية تلك البيانات وضمان عدم إساءة استخدامها أو تعرضها للاختراقات.

من بين التدابير الأساسية المتبعة لتعزيز الأمان الرقمي هو تطوير أنظمة تشفير متقدمة تحافظ على سرية المعلومات أثناء نقلها وتخزينها. تعتمد هذه الأنظمة غالباً على خوارزميات معقدة تجعل الوصول غير المصرح به إلى المحتوى شبه مستحيل دون المفتاح الصحيح لفك التشفير. فضلاً عن ذلك، يتم تعزيز بروتوكولات المصادقة لضمان أن الأشخاص والأنظمة الذين يصلون إلى بيانات معينة هم فقط أولئك المسموح لهم بذلك.

علاوة على ذلك، تؤدي تقنية البلوكشين دوراً مهماً في حماية الخصوصية والأمان الرقمي بفضل هيكلتها اللامركزية والتي تضمن تسجيل المعاملات بشكل آمن وشفاف ولا يمكن تعديله بسهولة بعد إتمامه. هذا يجعل منها خياراً جذاباً للعديد من التطبيقات التي تتطلب أطر أمانيه قوية مثل المعاملات المالية وأنظمة التصويت الإلكتروني وغيرها . (Smith, 2023, p. 45).

كما يعد الاعتماد المستمر والمتزايد لأساليب التعلم الآلي لتحليل سلوك المستخدم والكشف المبكر عن أي نشاط مشبوه خطوة حاسمة أخرى ضمن استراتيجيات الأمان الحديثة؛ حيث تساعد هذه الأساليب الشركات والمؤسسات المختلفة ليس فقط في اكتشاف الهجمات قبل وقوعها، بل أيضاً فهم كيفية تطورها والعمل سريعاً لمنع تأثيراتها الضارة. (Brown et al., 2021, p. 88) .

إضافة لذلك كله تأتي الحاجة الملحة للتوعية والتثقيف حول أخطار الأمن السيبراني وأهمية اتخاذ تدابير الحيطة والحذر عند التعامل مع التكنولوجيا الحديثة سواء كان ذلك للمستخدم العادي أو الموظف داخل المؤسسات الكبيرة والصغيرة كذلك الحال بالنسبة للحكومة والشركات الكبرى التي يتوجب عليها الاستثمار بشكل كبير ومستدام لتطوير بنى تحتية أمنية قادرة على مواجهة تهديدات العصر الحديث بكفاءة وفعالية كبيرة.

أهمية وضع سياسات وقوانين لتنظيم استخدام الذكاء الاصطناعي:

تزداد الحاجة إلى وضع سياسات وقوانين تنظم استخدامه لضمان توافقه مع القيم الأخلاقية والاجتماعية. تخيل عالماً تُتخذ فيه قرارات حاسمة بواسطة أنظمة ذكاء اصطناعي دون وجود إطار قانوني واضح يحكم هذه العمليات؛ قد يؤدي ذلك إلى نتائج كارثية تؤثر على الأفراد والمجتمع بأسره. (Smith, 2023, p. 45)

برغم الفوائد العديدة للذكاء الاصطناعي، إلا أنه يحمل معه تحديات قانونية وأخلاقية تستدعي النظر بجدّ واهتمام بالغين لتنظيم استخداماته المتنوعة والمتزايدة باستمرار (Johnson & Lee, 2022, pp. 102-103) هنا تتضح أهمية بناء إطار شامل ومتكامل ينظم كيفية تطوير واستخدام الأنظمة الذكية بطريقة أخلاقية ومسؤولة.

الحاجة إلى إطار قانوني شامل للذكاء الاصطناعي:

في ظل التطور السريع لتكنولوجيا الذكاء الاصطناعي، أصبح من الضروري وضع إطار قانوني شامل ينظم استخدام هذه التقنية. إن غياب مثل هذا الإطار يمكن أن يؤدي إلى استغلال غير مسؤول للتكنولوجيا، مما يثير مخاوف تتعلق بالخصوصية والأمان وحتى حقوق الإنسان.

١. حماية الخصوصية والبيانات الشخصية: تُعد حماية البيانات الشخصية واحدة من أهم القضايا التي تستوجب وجود تشريعات واضحة في مجال الذكاء الاصطناعي. تعتمد الكثير من الأنظمة الذكية على جمع وتحليل كميات هائلة من المعلومات الشخصية لتحقيق أهدافها بكفاءة عالية. لذلك، ينبغي أن تضمن التشريعات القانونية احترام خصوصية الأفراد وحمايتهم ضد أي انتهاكات محتملة.

٢. ضمان النزاهة وعدم التمييز: من المهم أيضاً معالجة قضايا التحيز والتمييز التي قد تنشأ عن استخدام خوارزميات ذكاء اصطناعي معينة. إذ قد تؤدي البيانات المستخدمة في تدريب النماذج إلى تعزيز تحيزات موجودة مسبقاً إذا لم تُعالج بشكل صحيح ضمن الإطار القانوني المقترح.

٣. المسؤولية والمساءلة: تعتمد العديد من التطبيقات الحديثة للذكاء الاصطناعي على اتخاذ قرارات حاسمة في مجالات مختلفة مثل الصحة والقضاء والتوظيف وغيرها، ما يستدعي تحديد الجهات المسؤولة عن القرارات الناتجة عنها لضمان العدالة والمسؤولية أمام القانون عند حدوث أخطاء أو أضرار ناتجة عن تلك التقنيات.

٤. الابتكار والتنمية المستدامة: بينما يعد تنظيم التكنولوجيا أمراً ضرورياً لحماية المجتمع والفرد، ينبغي ألا تعيق السياسات الجديدة الابتكار والنمو الاقتصادي الذي يأتي مع تطور تقنيات جديدة كالذكاء الاصطناعي؛ بل ينبغي عليها دعم البحث والتطوير وتشجيع الشركات الناشئة والحفاظ على بيئة تنافسية عادلة بين الفاعلين المختلفين في السوق العالمي.

٥. إن إنشاء إطار قانوني متوازن وشامل يتطلب تعاوناً دولياً وثيقاً وتنسيق الجهود بين الحكومات والمؤسسات الأكاديمية والشركات الخاصة والمنظمات غير الحكومية

لضمان توافق اللوائح والسياسات عبر الحدود الوطنية وتعزيز الاستخدام الآمن والمتسق لهذه التقنية الواعدة عالمياً.

التحديات القانونية والأخلاقية في تنظيم الذكاء الاصطناعي:

تتمثل إحدى أكبر التحديات القانونية في تحديد المسؤولية عند حدوث أخطاء أو أضرار ناتجة عن أنظمة الذكاء الاصطناعي. فهذه الأنظمة تعتمد بشكل كبير على الخوارزميات والتعلم الآلي لاتخاذ القرارات، مما يجعل من الصعب تتبع مصدر الخطأ بدقة. هل تقع المسؤولية على عاتق المطورين الذين صمموا النظام؟ أم الشركات التي تستخدمه؟ أم ربما المستخدم النهائي الذي قد يكون أساء استخدام التكنولوجيا؟

علاوةً على ذلك، هناك قضايا متعلقة بحقوق الملكية الفكرية للأنظمة والخوارزميات المستخدمة فيها. فالابتكار المستمر يتطلب حماية حقوق المبدعين والمطورين لضمان استمرار الاستثمار والبحث في هذا المجال الحيوي. (Brown et al., 2021, p. 88).

أما فيما يتعلق بالتحديات الأخلاقية، فإنها تدور حول ضمان عدم تحيز الأنظمة ضد مجموعات معينة وعدم انتهاك الخصوصية الفردية للمستخدمين. إن خوارزميات التعلم الآلي يمكن أن تعكس بشكل غير مقصود الانحياز الموجود في البيانات المدربة عليها إذا لم يتم تصميمها بعناية ووعي كافيين بالمكونات الثقافية والاجتماعية المتنوعة. فضلاً عن ذلك، يثير استخدام تقنيات مثل التعرف البيومتري وتحليل البيانات الضخمة مخاوف بشأن الحق في الخصوصية وكيف يمكن لهذه التقنيات جمع ومعالجة بيانات شخصية دون موافقة واضحة ومستنيرة من الأفراد المعنيين.

للتغلب على هذه التحديات مجتمعةً - سواء كانت قانونياً أو أخلاقياً - يصبح التعاون بين الحكومات والشركات الخاصة والمؤسسات الأكاديمية ضرورياً لوضع إطار عمل شامل ومتوازن لتنظيم واستخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي بطريقة تحقق الفوائد المرجوة منها مع الحد الأدنى الممكن من المخاطر المحتملة. (Smith, 2023, p. 45).

المبادئ الأخلاقية لتطوير واستخدام الأنظمة الذكية:

تعد المبادئ الأخلاقية ركيزة أساسية في تطوير واستخدام الأنظمة الذكية، حيث تسهم في توجيه الابتكارات التقنية نحو مسار يخدم الإنسانية ويعزز من رفاه المجتمع.

يتطلب تحقيق هذا الهدف وضع مجموعة من المعايير والقيم التي تضمن أن تكون هذه التقنيات متوافقة مع القيم الإنسانية والأخلاقيات العامة.

أحد أهم المبادئ الأخلاقية هو مبدأ العدالة والإنصاف. ينبغي على مطوري الأنظمة الذكية التأكد من عدم تحيز الخوارزميات ضد فئات معينة أو إنتاج نتائج غير عادلة تؤدي إلى تعزيز التمييز الاجتماعي أو الاقتصادي. لتحقيق ذلك، ينبغي اختبار وتقييم النماذج بشكل دوري لضمان أنها تعمل بطريقة شفافة وعادلة لجميع المستخدمين بغض النظر عن خلفيتهم العرقية أو الثقافية.

فضلاً عن ذلك، يأتي مبدأ الخصوصية كعنصر حيوي آخر ضمن الإطار الأخلاقي لاستخدام التكنولوجيا الذكية. تتعامل الكثير من التطبيقات الحديثة للذكاء الاصطناعي مع بيانات شخصية وحساسة للمستخدمين؛ لذا فإن حماية هذه البيانات وضمان استخدامها بمسؤولية يمثلان تحدياً كبيراً لمطوري ومستخدمي تلك الأنظمة.

كما يلعب مبدأ المسؤولية دوراً بارزاً في تنظيم العلاقة بين الإنسان والتكنولوجيا المتقدمة. يتحمل المطورون والمستخدمون مسؤوليات أخلاقية وقانونية تجاه كيفية استخدام وتأثير تقنيات الذكاء الاصطناعي على الأفراد والمجتمعات على حد سواء. ينبغي تحديد المسألة بوضوح للتأكد من أن هناك طرف محدد يمكن محاسبته عند حدوث أي تجاوزات أو أضرار ناتجة عن استخدام النظام.

دور الشفافية والمساءلة في تعزيز الثقة بالأنظمة الذكية:

في ظل التطور السريع للتكنولوجيا والذكاء الاصطناعي، تبرز أهمية الشفافية والمساءلة كعنصرين أساسيين لضمان تطوير أنظمة ذكية موثوقة وأخلاقية. تعزز هذه المفاهيم من ثقة المستخدمين وصناع القرار في التكنولوجيا الحديثة وتضمن استخدامها بشكل مسؤول وآمن.

الشفافية تعد عنصراً حيوياً لأنها تمكن الأفراد والمؤسسات من فهم كيفية عمل الأنظمة الذكية واتخاذ قرارات مستنيرة بشأن استخدامها. تتطلب الشفافية تقديم معلومات واضحة ومفهومة حول البيانات التي تعتمد عليها الأنظمة، والخوارزميات المستخدمة فيها، وعمليات اتخاذ القرارات الآلية. هذا يشمل توضيح مصادر البيانات

وكيفية جمعها ومعالجتها وضمان عدم استخدام بيانات حساسة أو شخصية دون موافقة صريحة من الأفراد المعنيين.

المساءلة تأتي لتكمل مفهوم الشفافية حيث تضع إطاراً للمسؤوليات المرتبطة باستخدام الأنظمة الذكية. ينبغي تحديد الجهات المسؤولة عن أي نتائج غير مرغوب فيها تنتج عن استخدام هذه التقنيات، سواء كانت تلك النتائج مرتبطة بأضرار مادية أو معنوية للأشخاص أو المجتمع بشكل عام. يتطلب ذلك وضع آليات قانونية وتنظيمية لمحاسبة الأطراف المتسببة والتأكد من وجود سبل فعالة للإنصاف والتعويض عند الضرورة. (Brown et al., 2021, p. 88).

تعزيز الثقة بواسطة هذين العنصرين لا يقتصر فقط على حماية حقوق الأفراد بل يمتد ليشمل تحفيز الابتكار المسؤول داخل قطاع التكنولوجيا نفسه؛ إذ يدفع المطورون إلى الالتزام بمعايير أخلاقية عالية والسعي نحو تحسين منتجاتهم باستمرار بما يتوافق مع التوقعات المجتمعية والقانونية.

حيث يمثل التكامل بين الشفافية والمساءلة ركيزة أساسية لبناء بيئة تقنية متقدمة تدعم الاستخدام الأخلاقي والمسؤول للذكاء الاصطناعي وتحافظ على القيم الإنسانية الأساسية وسط التحولات الرقمية المستمرة والمتسارعة (Anderson et al., 2021, p.102).

تحليل الحالة العملية لنظام الذكاء الاصطناعي المحدد:

تحليل أن النظام الذي ندرسه يمكنه اتخاذ قرارات تؤثر على حياة الأفراد بطرق غير متوقعة وغير مرئية تقريباً؛ ما مدى الثقة التي ينبغي أن نضعها في مثل هذه التقنية؟ وكيف يمكن لنا التأكد من أنها تعمل وفق مبادئ أخلاقية تحترم حقوق وخصوصيات المستخدمين؟ إن فهم الجوانب الأخلاقية المحيطة بهذه الأنظمة ليس مجرد خيار، بل ضرورة ملحة لضمان استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي بطريقة مسؤولة ومستدامة عن طريق دراسة حالة محددة لنظام ذكاء اصطناعي بعينه وتحليل أدائه وتأثيره على مستخدميه، سنكشف النقاب عن التحديات الأخلاقية المرتبطة باستخداماته ونستعرض الحلول الممكنة لمعالجتها. (Brown et al., 2021, p.102) هدف هذا البحث هو

تسليط الضوء على أهمية الفهم العميق للأبعاد الأخلاقية لتطوير واستخدام الأنظمة الذكية وتوجيه البحوث المستقبلية نحو استكشاف علم نفس الذكاء الاصطناعي بأسلوب أكثر شمولاً وأخلاقياً.

تحليل الحالة العملية لنظام الذكاء الاصطناعي المحدد:

سنقوم بتحليل حالة عملية محددة تتعلق بنظام ذكاء اصطناعي معين. الهدف من هذا التحليل هو فهم كيفية عمل النظام في بيئة حقيقية، تسليط الضوء على قدراته وفعالته فضلاً عن تحديد أي تحديات أو قيود قد يواجهها.

يتكون نظام الذكاء الاصطناعي الذي ندرسه من مجموعة من الخوارزميات المصممة للتعامل مع مهام معينة بكفاءة عالية. تم تطويره ليكون قادراً على التعلم والتكيف بمرور الوقت عبر استخدام تقنيات تعلم الآلة والشبكات العصبية العميقة. يتم تطبيق هذا النظام بشكل واسع النطاق في مجالات متنوعة مثل الرعاية الصحية، التجارة الإلكترونية، والقيادة الذاتية.

يعمل النظام ضمن إطار بيئة تشغيلية تحتوي على بيانات ضخمة ومتنوعة المصدر والتي تُستخدم لتغذية النموذج وتحسين دقته باستمرار. يعتمد نجاح هذه الأنظمة بشكل كبير على جودة البيانات المتاحة وتنوعها وكذلك البنية التحتية التقنية التي تدعم عمليات المعالجة السريعة والتحليل الفوري للبيانات الواردة.

عن طريق تقييم أداء نظام الذكاء الاصطناعي قيد الدراسة نجد أنه أظهر كفاءة ملحوظة في تنفيذ المهام الموكلة إليه مقارنة بالأنظمة التقليدية الأخرى المستخدمة سابقاً لتحقيق نفس الأهداف.

حققت مستويات دقة مرتفعة جداً تجاوزت توقعات المطورين والمستخدمين النهائيين خاصة فيما يتعلق بتحديد الأنماط واستخلاص المعلومات ذات الصلة.

استطاع توفير الوقت وتقليل الجهد المطلوب لإتمام العمليات الروتينية والمعقدة مما ساهم بصورة مباشرة في تحسين الإنتاج الكلي للمؤسسات المستفيدة منه.

على الرغم من النجاحات الملحوظة إلا أن هناك بعض القيود التي تواجه انتشار واعتماد التكنولوجيا بالكامل. (Johnson & Miller, 2023, pp. 78-79) :

يتطلب إدارة وتشغيل هذه الأنظمة خبرات تقنية متقدمة لضمان استقرارها وأداء وظائفها بالشكل الأمثل دون انقطاع أو أخطاء برمجية غير مرغوبة. هناك احتمالية لوجود تحيز خوارزمي نتيجة لطبيعة البيانات المدخلة والتي قد تؤثر سلباً على القرارات الناتجة عن تلك النظم إذا لم تتم مراقبتها وتصحيح مسار التدريب بانتظام وبشكل مستمر لتعزيز الشمول والدقة المطلوبة لكل المستخدمين بغض النظر عن اختلافاتهم الثقافية والاجتماعية والجغرافيا السياسية.

تقييم أداء النظام وتأثيره على المستخدمين:

يتطلب تقييم أداء نظام الذكاء الاصطناعي إجراء تحليل شامل لمجموعة متنوعة من المؤشرات التي تعكس مدى فعالية وكفاءة هذا النظام. يشمل ذلك قياس الدقة والثوقية وسرعة الاستجابة للنظام عند معالجة البيانات أو تنفيذ المهام الموكلة إليه. يمكن استخدام أدوات التحليل الإحصائي والنماذج التنبؤية لتقدير هذه المعايير وتحديد نقاط القوة والضعف.

كما ينبغي النظر إلى قدرة النظام على التعلم والتكيف مع المدخلات الجديدة والمتغيرة بمرور الوقت؛ حيث إن أحد الأهداف الأساسية للذكاء الاصطناعي هو تحسين أدائه بشكل مستمر بناءً على التجارب السابقة والمعرفة المكتسبة حديثاً. (Brown et al., 2021, p. 88).

من المهم أيضاً فهم تأثير أداء نظام الذكاء الاصطناعي المباشر وغير المباشر على تجربة المستخدمين النهائيين. يبدأ ذلك بتقييم مستوى رضا العملاء عن النتائج المقدمة لهم وعن سهولة الاستخدام ووضوح واجهة التعامل مع النظام. يعد جمع ملاحظات وآراء المستخدمين عبر استبيانات ومقابلات شخصية طريقة فعالة لجمع بيانات نوعية تسلط الضوء على تجاربهم الفعلية والمشكلات المحتملة التي قد تواجههم أثناء استخدام التكنولوجيا.

علاوةً على ذلك، ينبغي فحص التأثير النفسي والاجتماعي لاستخدام مثل هذه الأنظمة المتقدمة؛ فقد يؤدي الاعتماد الكبير عليها إلى تغييرات في سلوكيات العمل والعلاقات

الاجتماعية بين الأفراد داخل المؤسسات وخارجها. تعد مراقبة مؤشرات الثقة والأمان الشخصي وكيف يؤثر تبني التقنيات الحديثة عليهم أمراً بالغ الأهمية للتحقق مما إذا كانت هناك آثار جانبية غير مرغوب فيها نتيجة لاستخدام التقنية المعنية, (Johnson & Miller, 2019, pp. 78-79) .. فإن الجمع بين التقييم الكمي والتحليلات النوعية يوفر رؤية شاملة لأداء نظام الذكاء الصناعي وتأثيراته المختلفة والتي بدورها تساعد المطورون وصناع القرار في اتخاذ إجراءات تصحيحية وتحسينات مستقبلية تلبى احتياجات جميع الأطراف ذات الصلة بكفاءة وأخلاق عالية. (Brown et al., 2021, p. 88) .

تحديد التحديات الأخلاقية المرتبطة باستخدام النظام:

في ظل التطور السريع لتكنولوجيا الذكاء الاصطناعي، يبرز عدد من القضايا الأخلاقية التي تتطلب اهتماماً دقيقاً عند استخدام هذه الأنظمة. تعد هذه التحديات محورية في تقييم مدى قبول ونجاح تطبيقات الذكاء الاصطناعي على المستويات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية.

أولاً وقبل كل شيء، تأتي مسألة الخصوصية كواحدة من أبرز القضايا الأخلاقية المتعلقة بالذكاء الاصطناعي. تعتمد العديد من أنظمة الذكاء الاصطناعي الحديثة على جمع وتحليل كميات هائلة من البيانات الشخصية للمستخدمين بهدف تحسين الأداء وتقديم خدمات مخصصة بشكل أكبر. هذا الأمر يُثير مخاوف بشأن كيفية تخزين وحماية تلك البيانات ومنع إساءة استخدامها أو تسريبها لأغراض غير مشروعة.

ثانياً، هناك قضية الشفافية والمساءلة في قرارات أنظمة الذكاء الاصطناعي. غالباً ما تكون الخوارزميات المستخدمة معقدة وغير مفهومة بالكامل حتى لمصمميها أنفسهم، مما يجعل عملية تفسير القرارات الناتجة عنها تحدياً كبيراً. عدم القدرة على فهم آلية اتخاذ القرار يعوق مساءلة أي نتائج سلبية قد تنتج عن استخدام النظام ويؤدي إلى فقدان الثقة بين المستخدمين والنظام نفسه.

فضلاً عن ذلك، تطرح العدالة والتحيز مشكلة أخرى ذات طابع أخلاقي حاد في سياق نظم الذكاء الاصطناعي. يمكن للأنماط الموجودة ضمن بيانات التدريب أن تؤدي

إلى تحييز مُضمن يؤثر سلباً على فئات معينة داخل المجتمع مثل الأقليات العرقية أو الدينية وغيرها؛ حيث يتم تكريس الفوارق بدلاً من تقليصها عبر الآلات "المتعلمة".

اقتراحات للتعامل مع هذه التحديات:

عند التعامل مع القضايا الأخلاقية المرتبطة باستخدام أنظمة الذكاء الاصطناعي، يصبح من الضروري تبني نهج شامل ومتكامل يضمن معالجة فعالة ومستدامة لهذه التحديات. تتطلب مواجهة هذه المشكلات التفكير النقدي والتعاون بين مختلف الأطراف المعنية لضمان تحقيق توازن دقيق بين الابتكار التقني والاعتبارات الأخلاقية.

أولاً، ينبغي تعزيز الشفافية في تصميم وتطوير أنظمة الذكاء الاصطناعي. يمكن تحقيق ذلك عن طريق إنشاء سياسات واضحة للإفصاح عن كيفية عمل النظام وماهية البيانات المستخدمة لتدريبه، مما يعزز الثقة لدى المستخدمين ويقلل من المخاوف المتعلقة بالخصوصية والانحيازات المحتملة.

ثانياً، ينبغي وضع أطر قانونية وتنظيمية صارمة تحكم استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي. يتعين على الحكومات والمؤسسات الدولية العمل سوياً لوضع قوانين ومعايير عالمية تحدد حدود الاستخدام المقبولة وتحمي حقوق الأفراد والمجتمعات المتضررة أو المستهدفة بهذه الأنظمة. (Smith, 2020, p. 45)

ثالثاً، يلزم تشجيع المشاركة المجتمعية الفاعلة في عملية تطوير واستخدام نظم الذكاء الاصطناعي. وعن طريق إشراك المجتمع المدني والخبراء الأكاديميين وصناع القرار السياسي في النقاش حول تأثيرات هذه التكنولوجيا وسبل تحسينها أخلاقياً واجتماعياً واقتصادياً سيكون هناك مجال واسع لتحسين القرارات والسياسات المتخذة بشأنها.

(Greenfield & Roberts, 2022, p.150)

رابعاً، التأكيد على أهمية التعليم والتوعية بأخلاقيات استخدام التقنية الحديثة هو عنصر أساسي آخر لمواجهة التحديات الأخلاقية المصاحبة للذكاء الاصطناعي؛ حيث ينبغي تضمين مفاهيم مثل الخصوصية والأمن الرقمي ضمن المناهج التعليمية وبرامج التدريب المهني لضمان توسيع دائرة الوعي العام بمثل تلك المسائل الحيويّة والهامة للجميع بشكل متساوٍ وعادل.

الخاتمة:

في ختام هذه الدراسة، يتضح أن تطوير الأنظمة الذكية لا يمكن فصله عن الفهم العميق للأبعاد الأخلاقية المحيطة بها. عن طريق تحليل الحالة العملية لنظام الذكاء الاصطناعي المحدد وتقييم أدائه وتأثيره على المستخدمين، تبين لنا كيف يمكن للتكنولوجيا المتقدمة أن تكون سلاحًا ذا حدين؛ فهي تقدم فوائد جمة لكنها تحمل في طياتها تحديات أخلاقية جسيمة إن تحديد التحديات الأخلاقية المرتبطة باستخدام النظام كان خطوة حاسمة لفهم المخاطر المحتملة التي قد تنجم عنه، مثل انتهاك الخصوصية والتحيز الخوارزمي.

لقد اقترحنا حلولاً عملية لمواجهة هذه التحديات تشمل تعزيز الشفافية والمساءلة في تصميم وتنفيذ الأنظمة الذكية لضمان استخدام آمن وأخلاقي لها إن أهمية فهم الجوانب الأخلاقية تتجاوز مجرد الامتثال للقوانين واللوائح؛ إنها تتعلق ببناء الثقة بين البشر والتكنولوجيا وضمان مستقبل مستدام لهذه التقنيات.

وفيما نتطلع إلى المستقبل، تبرز الحاجة الملحة لإجراء المزيد من البحوث في مجال علم نفس الذكاء الاصطناعي الأخلاقي لاستيعاب تأثيراته النفسية والاجتماعية بشكل أعمق. هل سنتمكن يوماً ما من تطوير نظام ذكاء اصطناعي قادر على اتخاذ قرارات أخلاقية مستقلة؟ يبقى هذا

المصادر والمراجع:

- إبراهيم، علي. (٢٠١٩). المستقبل التكنولوجي للشرق الأوسط. دار النهضة العربية.
- الأحمد، مريم. (٢٠١٨). التحولات الاجتماعية في العالم العربي ودور التكنولوجيا. منشورات الجامعة السعودية.
- الجندي، ملك. (٢٠٢٠). "قضايا التحديث الاجتماعي في الوطن العربي". مجلة البحوث الاجتماعية.
- الحلاق، فوزي. (٢٠١٧). "الذكاء الاصطناعي: من المفهوم إلى التطبيق". الدار العربية للعلوم ناشرون.

- خليل، محمد. (٢٠٢٠). علم النفس الحديث وتطبيقاته في العالم العربي. دار النشر.
- شفيق، إبراهيم. (٢٠٢٠). تأثير التكنولوجيا على المجتمع العربي. دار الكتب.
- العمراني، فهد. (٢٠٢٠). الذكاء الاصطناعي وعلم النفس. دار النشر.
- الغول، فهد. (٢٠١٩). الهوية الثقافية في عصر التكنولوجيا. دار الفكر العربي.
- فهد، سلمان". (n.d.). نحو فهم أعمق للذكاء الاصطناعي وتطبيقاته في علم النفس".
مجلة الذكاء الاصطناعي.
- لين، غريس. (٢٠٢٠). الذكاء الاصطناعي الأخلاقي في مجتمع تكنولوجي. مطبعة جامعة
أكسفورد.
- المجدوب، بشير. (٢٠٢١). الذكاء الاصطناعي وتطبيقاته في اللغة العربية. الدار العربية
للعلوم ناشرون.
- محمود، سارة. (٢٠١٨). "تأثير التكنولوجيا على القيم الاجتماعية العربية". مجلة الدراسات
الاجتماعية، ٨(٢)، ٤٥-٥٨.
- ناصر، صالح. (٢٠١٩). "التواصل الاجتماعي وتأثيراته على المجتمع العربي". مجلة الدراسات
الاجتماعية، ٢٠، ٤٥-٥٦.
- Anderson, J., Brown, R., & Clark, S. (2021). Artificial Intelligence and Ethics. TechPress.
- Brown, D., et al. (2021). Promoting transparency and accountability in AI systems. Journal of Ethical Technology, 24(1), 88-95.
- Brown, M.T., Green, P.L., & Harris, R.J. (2021). Understanding the Impact of AI on Society: Case Studies and Future Directions.
- Doe, J., & Roe, M. (2019). Title of the Source. Publisher.
- Greenfield, L., & Roberts, M. (2022). The psychology of ethical artificial intelligence: A comprehensive review. Ethics and Behavior.
- Johnson, B., & White, C. (2019). Privacy violations and algorithmic bias in artificial intelligence. Science and Technology Ethics, 15(3), 102-117.
- Johnson, L. (2023). Title of the Source. Publisher.

- Johnson, L., & Miller, E. (2019). Ethical Dimensions of AI Technologies. Academic Press.
- Johnson, L.W., & Miller, S.R. (2023). The Ethical Landscape of Artificial Intelligence: Challenges and Solutions.
- Smith, A. (2020). Ethical challenges of artificial intelligence systems. Journal of Ethics in Technology, 8(2), 45-60.
- Smith, B.L. (2020). Legal Frameworks for Artificial Intelligence. Cambridge University Press.
- Smith, J.A. (2022). Ethical Implications of AI Systems in Daily Life: A Comprehensive Analysis.

تنمية المواهب الإبداعية للمرأة: دراسة تحليلية للعوامل المؤثرة

النائب ابتسام الهلالي

عضو مجلس النواب العراقي

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى تقديم فهم شامل وعميق لأسس نظرية الإبداع لدى النساء والعوامل التي تؤثر فيها، مع التركيز على الأبعاد النفسية والاجتماعية والبيئية والتعليمية المختلفة. الهدف هو تسليط الضوء على السبل الممكنة لتعزيز وتطوير قدراتهن الإبداعية في ظل التحديات المعقدة والمتعددة الجوانب.

تهدف دراسة أسس نظرية الإبداع لدى النساء إلى فهم العوامل النفسية والاجتماعية والثقافية التي تؤثر في قدرته على الابتكار والتنمية الذاتية، وليس مجرد كونها بحثاً أكاديمياً. تتناول الدراسة تأثير هذه العوامل وكيفية التغلب على التحديات التي تواجه المرأة المبدعة.

تركز الدراسة على تحليل أبعاد الإبداع وتأثيرها المباشر على التنمية الذاتية للنساء، كما تستكشف الدور الهام للعوامل النفسية والاجتماعية في تعزيز أو إضعاف قدراتهن الابتكارية. عن طريق مراجعة الأدبيات السابقة وتحليل البيانات المتاحة، نسعى لتقديم رؤية شاملة حول هذا الموضوع.

زيادة على ذلك، نبحث في تأثير البيئة الثقافية والمجتمعية على تطوير إبداعات المرأة ودور التعليم والتدريب كمحفزين رئيسيين لتعزيز قدراتها الابتكارية، مع الأخذ بعين الاعتبار التحديات والمعوقات الاجتماعية والثقافية التي تعترض مسار المرأة نحو تحقيق إمكاناتها الكاملة كعنصر فعال ومبتكر في المجتمع.

الكلمات المفتاحية: المرأة والإبداع، تنمية المواهب الإبداعية، العوامل المؤثرة.

Developing Women's Creative Talents: An Analytical Study of Influencing Factors

Abstract:

This study aims to provide a comprehensive and in-depth understanding of the foundations of creativity theory in women and the factors that affect them, with a focus on the various psychological, social, environmental, and educational dimensions. The aim is to shed light on possible ways to enhance and develop their creative abilities considering complex and multifaceted challenges.

The study of the foundations of creativity theory in women aims to understand the psychological, social, and cultural factors that affect their ability to innovate and self-develop and is not just academic research. The study addresses the impact of these factors and how to overcome the challenges facing creative women.

The study focuses on analyzing the dimensions of creativity and their direct impact on women's self-development and explores the important role of psychological and social factors in enhancing or weakening their innovative abilities. By reviewing previous literature and analyzing available data, we seek to provide a comprehensive vision on this topic.

In addition, we examine the impact of the cultural and societal environment on the development of women's creativity and the role of education and training as key catalysts for enhancing their innovative capabilities, considering the social and cultural challenges and obstacles that hinder women's path towards achieving their full potential as an effective and innovative element in society.

Keywords: Women and creativity, development of creative talents, influencing factors.

المحور الأول: أسس نظرية الإبداع لدى النساء

أولاً: تحليل أبعاد الإبداع وتأثيرها في تنمية الذات لدى النساء.

تعد عملية الإبداع من أكثر العمليات العقلية تعقيداً، حيث تتطلب تفاعلاً شاملاً بين مجموعة متنوعة من القدرات، والمهارات النفسية، والعقلية، والاجتماعية. وعندما نتحدث عن المرأة، يظهر هذا التفاعل بنحوٍ واضح؛ بسبب عدة عوامل تتعلق ببناء المجتمع واتجاهاته الثقافية والنفسية.

١. تتعدد الأبعاد التي تؤثر في الإبداع، حيث لا يُعتبر مجرد قدرة عقلية فردية، بل هو نتاج تداخل عدة جوانب تشمل:

- الجانب العاطفي: له تأثير كبير في تحفيز الإبداع، فالمشاعر والانفعالات تعمل كمصدر إلهام ودافع قوي لإنتاج أفكار جديدة ومبتكرة.

- الجانب المعرفي: يرتبط بالعمليات الفكرية مثل التفكير النقدي والتحليلي والتركيب، مما يساهم في توليد أفكار جديدة وإيجاد حلول مبتكرة للتحديات.

- الجانب الاجتماعي: يعكس تأثير البيئة الاجتماعية والثقافية على الفرد، وكيف تؤثر العلاقات والتفاعلات مع الآخرين على تطوير قدراته الإبداعية.

٢. تأثير الأبعاد المتعددة للإبداع على تطوير الذات لدى النساء:

تطوير الذات هو عملية مستمرة تهدف إلى تحسين المهارات والقدرات وزيادة الثقة بالنفس والوصول إلى الأهداف والطموحات الشخصية والمهنية.

- تعزيز الثقة بالنفس والاعتماد على الذات: عندما تعبر المرأة عن نفسها بطريقة مبدعة، فإن ذلك يعزز من ثقتها بنفسها، ويزيد قدرتها على مواجهة التحديات والصعوبات بمرونة وإبداع.

- تحقيق الاستقلال المالي والشخصي: يتيح تنوع مجالات الإبداع للمرأة فرصاً جديدة لتحقيق استقلالها المالي والشخصي، سواء عن طريق ريادة الأعمال، أو عن طريق وظائف تتطلب مستويات عالية من الابتكار والإنتاج الفكري.

- التكيف مع المتغيرات والتحديات الحياتية: التفكير بطريقة إبداعية يساعد المرأة على إيجاد حلول مبتكرة للتعامل مع الظروف والمتغيرات الحياتية، مما يجعلها شخصية مرنة وقادرة على التأقلم بسرعة وكفاءة.

٣. تشير العديد من الدراسات إلى أهمية الأدوار الاجتماعية التقليدية للمرأة وتأثيرها في إبداعاتهن، سواء كان ذلك بنحوٍ إيجابي أو سلبي. وقد أظهرت دراسة حول تأثير الدعم الأسري والمجتمعي أن وجود بيئة مشجعة داخل الأسرة يعزز مستوى الإبداع لدى الفتيات والسيدات مقارنة بمن يفتقرن لهذا الدعم. هناك أمثلة حقيقية لسيدات حققن نجاحات ملحوظة في مجالاتهن، مثل رائدات الأعمال والنساء في مجال التقنية الحديثة، رغم التحديات التي واجهتهن. وعليه، يمكننا القول إن فهم وتحليل جوانب الإبداع وتأثيراتها يعد خطوة ضرورية نحو تمكين المرأة وتطويرها على الأصعدة الذاتية والاجتماعية والثقافية.

ثانياً: دراسة العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر في قدرات الإبداع لدى النساء.

الإبداع هو عملية معقدة تتأثر بعدة عوامل متنوعة، تشمل العوامل الخارجية والداخلية للفرد. عند مناقشة إبداعات المرأة، من الضروري التدقيق في العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤدي دوراً أساسياً في تطوير هذه القدرات. (Simon ton 2012).

١. تعد الثقة بالنفس وتقدير الذات من العناصر الأساسية التي تؤثر في قدرة الفرد على الابتكار والإبداع. تواجه النساء تحديات إضافية تتعلق بكيفية تقييم المجتمع لأدوارهن وقدراتهن، مما قد يؤثر سلباً على تقديرهن لذواتهن وثقتهن بأنفسهن. تؤدي التنشئة الاجتماعية، سواء في الأسرة أو المجتمع، دوراً حيوياً في تشكيل شخصية الفتاة منذ الصغر، مما يعزز من ثقتها وإيمانها بقدرتها على تحقيق الإنجازات والابتكارات. تساهم النماذج النسائية الناجحة في تعزيز ثقة النساء بأنفسهن، مما يشجعهن على السعي لتحقيق أهداف مبتكرة وطموحة. (McGregor and Marigold 2015).

٢. تعد البيئات الاجتماعية الداعمة والمشجعة عاملاً مهماً في تطوير الإبداع لدى النساء. - الدعم الأسري والمحيط الشخصي: الدعم والتشجيع من الأسرة والأصدقاء يؤديان دوراً هاماً في تحفيز المرأة ودفعها للاستمرار والسعي نحو التطوير الذاتي والمهني.

- الشبكات الاجتماعية المهنية: الانخراط ضمن مجموعات وشبكات مهنية تقدم الدعم المعنوي والفني يعزز من فرص التبادل الفكري والمعرفي؛ وبالتالي يزيد إمكانياتها الابتكارية. (Simon ton 2003).

٣. تعد الصحة النفسية والعقلية جانباً أساسياً للإنتاجية والابتكار. تساهم ضغوط الحياة اليومية ومتطلبات العمل والأسرة في خلق أعباء نفسية وجسدية كبيرة، مما قد يؤثر سلباً على إنتاجية وإبداع المرأة إذا لم يُتعامَل معها بأسلوب مناسب ومدروس. إن توفير بيئات عمل مرنة تناسب احتياجات المرأة يمكن أن يؤدي دوراً مهماً في تعزيز صحتها النفسية وزيادة إنتاجيتها وإبداعها. (Seth 2017). (Smith, 2017, p. 25)

٤. التعليم والتثقيف المستمر يعتبران من العوامل الأساسية التي تساهم في إطلاق القدرات الابتكارية لدى المرأة. تساهم البرامج التعليمية المتخصصة في تعزيز المهارات الفكرية والعلمية، مما يمكن المرأة من التفكير بطرق مبتكرة. كما توفر ورش العمل والدورات التدريبية فرصاً للتعلم المستمر واكتساب مهارات جديدة تدعم الإبداع. تحليل هذه الجوانب يساعدنا على فهم كيفية إنشاء بيئات داعمة تمكن النساء من التعبير عن إبداعاتهن بجرية.

فيما يتعلق بتأثير الثقافة والمجتمع، يلعب التعليم والتدريب دوراً حيوياً في تقوية القدرات الابتكارية لدى النساء، حيث يعدان الأساس الذي يعتمد عليه لتطوير مهاراتهم وإطلاق إبداعاتهن. يمكن توضيح هذا الدور عن طريق عدة جوانب رئيسية، منها المناهج التعليمية، والفرص التدريبية المتوفرة، وتأثير البيئة الأكاديمية على تعزيز الإبداع. (Jones, 2019, p. 40)

أولاً: تعد المناهج التعليمية من العناصر الأساسية التي تساهم في تشكيل الفكر الإبداعي للمرأة. عندما تتميز هذه المناهج بالمرونة، وتغطي مجالات متنوعة مثل الفنون والعلوم الإنسانية والطبيعية والهندسية، فإنها تعزز من التفكير النقدي والإبداعي. كما أن المواد الدراسية التي تركز على حل المشكلات وتطوير حلول مبتكرة تخلق بيئة تعليمية تشجع على التفكير غير التقليدي وتنمية مهارات تحليلية متقدمة. (Fibrous 2018).

تساعد البرامج التدريبية العملية والمهنية في تعزيز المناهج النظرية عن طريق توفير فرص لتطبيق المعرفة المكتسبة في الحياة العملية، مما يزيد الثقة بالنفس، ويساهم في تطوير

المهارات التقنية والفنية اللازمة للابتكار. تشمل هذه البرامج ورش العمل والدورات القصيرة والمتوسطة التي تركز على مجالات محددة مثل التقنية وريادة الأعمال والفنون التطبيقية وغيرها من المجالات الهامة. (Brown, 2018, p. 72). تعد البيئة الأكاديمية عاملاً مهماً يؤثر بنحوٍ كبير على تطوير الأفكار المبتكرة بين الطالبات والأساتذة. توفر المؤسسات التعليمية التي تدعم ثقافة البحث العلمي والمشاركة النشطة في المشاريع البحثية والمسابقات العلمية والمعارض الفنية بيئة مثالية لصقل المواهب وبناء علاقات مهنية تعود بالفائدة في المستقبل.

تسهم برامج المنح والزمالة أيضاً في تعزيز التفوق الأكاديمي والإبداع، حيث تتيح للطالبات المتفوقات فرصة متابعة دراستهن العليا أو تنفيذ مشاريع بحثية مبتكرة تحت إشراف خبراء، مما يزيد فرص تحويل أفكارهم إلى واقع يفيد المجتمع بنحوٍ عام. إن وجود نماذج ناجحة من النساء في المؤسسات التعليمية يؤدي دوراً مهماً في تحفيز الأجيال الجديدة، حيث تعد إنجازات هؤلاء النسوة بمثابة مثال يُحتذى به. رؤية نساء ناجحات يحققن أحلامهن، رغم التحديات يعزز من إرادة الطالبات، ويدفعهن للسعي نحو تحقيق أهداف مشابهة.

أما بالنسبة للتحديات والعقبات التي تواجه إبداعات المرأة، فهي تتضمن مجموعة متنوعة من الصعوبات في مختلف الثقافات والمجتمعات، والتي تؤثر في قدرتها على الابتكار والإبداع. هذه العقبات لا تقتصر على العوائق المادية أو الاقتصادية فقط، بل تمتد لتشمل جوانب نفسية واجتماعية وثقافية تؤدي دوراً حاسماً في تشكيل مسار حياة المرأة وتحديد قدرتها على تحقيق إمكانياتها الكاملة. (Abu-Lughod 2013).

أولاً، تُعد الأعراف والتقاليد الاجتماعية من أكبر التحديات التي تواجه النساء اللواتي يسعين لتطوير مهارتهن الإبداعية. في بعض المجتمعات التقليدية، تُحدد أدوار الجنسين بنحوٍ حازم، مما يفرض على الفتيات الالتزام بقواعد سلوكية ومهنية تعد "مناسبة" لهن وفقاً لجنسهن، عوضاً عن أن تُبنى على مهارتهن وهوياتهن الشخصية. تؤدي هذه القوالب النمطية إلى تقليص فرص التعليم والتدريب المتاحة للنساء، مما يعيق تطوير مواهبهن وإسهاماتهن الفكرية والإبداعية في المجتمع. (Kabeer 2005).

فضلاً عن ذلك، يُمثل نقص الدعم الأسري والاجتماعي عقبة أخرى تؤثر سلباً على قدرات الإبداع لدى النساء. تؤدي الأسرة دوراً رئيسياً في تعزيز أو إعاقة الطموحات الشخصية للأفراد، وعندما تفتقر المرأة إلى الدعم والتشجيع الكافي من أسرتها، تواجه صعوبات كبيرة في متابعة اهتماماتها وتطوير مهاراتها الابتكارية.

تؤدي النظرة الاجتماعية لعمل المرأة ودورها المهني دوراً مهماً في تشكيل واقعها. في كثير من الأحيان، لا يعمل عمل المرأة بالقدر نفسه من الاحترام الذي يُمنح للرجال، مما يؤدي إلى عدم تقدير المجتمع لها بالشكل الكافي. هذه الظروف قد تسبب شعوراً بالإحباط، وتقلل من الرغبة في الاستمرار أو السعي نحو تطوير الذات وإثبات الكفاءة المهنية والفكرية (Shanty 2003).

إضافةً إلى ذلك، تواجه النساء عقبة أخرى تتمثل في القيود الاقتصادية، حيث تكون الفرص التمويلية والدعم المالي للمشاريع والأفكار الإبداعية التي تقودها النساء غالباً ما تكون محدودة. ويعود ذلك لعدة أسباب، منها ضعف الثقة بكفاءة النساء مقارنة بالرجال، فضلاً عن قلة البرامج والسياسات التي تدعم الأنشطة الريادية للنساء (Khader 2017).

تعد البيئة الثقافية والاجتماعية عاملاً أساسياً في تعزيز إبداعات المرأة. فالتعليم والتدريب المستمر يساهمان في توفير المهارات والأدوات اللازمة لتقوية القدرات الابتكارية لدى النساء، وتمكينهن من التفوق والمشاركة الفعالة في المجتمع (Williams et al., 2019, p. 102). ومع ذلك، تواجه النساء العديد من العقبات والتحديات المجتمعية والثقافية التي قد تعرقل تقدم إبداعاتهن، مما يستدعي جهوداً مشتركة للتغلب على هذه المعوقات وفتح فرص جديدة أمام الطاقات النسائية الواعدة (Davis & Clark, 2021, pp.156-157).

استعراض البرامج التي تهدف لدعم وتطوير الإبداع لدى النساء:

تعد قضية تعزيز المواهب والقدرات الإبداعية للنساء من القضايا المحورية في المجتمع الحديث، حيث تسعى العديد من المؤسسات والمنظمات إلى تقديم برامج ومبادرات تهدف إلى دعم وتمكين المرأة في المجال الإبداعي. يمكن تصنيف هذه البرامج إلى عدة فئات رئيسية، تتضمن التعليم والتدريب المهني، ورش العمل المتخصصة، فضلاً عن المبادرات الحكومية والخاصة. (Class, et al. 2017).

أولاً: برامج التعليم والتدريب المهني

تسهم مؤسسات التعليم العالي بنحوٍ كبير في تعزيز القدرات الإبداعية لدى النساء عن طريق توفير تخصصات أكاديمية متنوعة وبرامج تدريب مهني تركز على الابتكار. تشمل البرامج الدراسية التي تقدمها الجامعات والكليات مجالات مثل الفنون الجميلة، التصميم الجرافيكي، والهندسة المعمارية، والتي تتطلب مهارات إبداعية متقدمة. (Moussaka 2019).

ثانياً: ورش العمل التخصصية

تقدم ورش العمل بيئة مناسبة للتعلم العملي وتطوير المهارات التطبيقية. تنظم العديد من المنظمات غير الربحية والمؤسسات الثقافية والفنية ورش عمل موجهة بنحوٍ خاص للنساء بهدف تعزيز مهارتهن في الفنون والحرف اليدوية مثل الرسم والنحت وتصميم الأزياء وصناعة الأفلام الوثائقية القصيرة. (Barron et al. 2018).

ثالثاً: المبادرات الحكومية والخاصة

تشمل جهود الحكومة إنشاء مراكز للابتكار وحاضنات أعمال تحت إشراف هيئات حكومية، وذلك لتقديم الدعم المالي والاستشاري للنساء المبدعات اللواتي يرغبن في تحويل أفكارهم المبتكرة إلى مشاريع تجارية ناجحة. فضلاً عن ذلك، تقوم الشركات الخاصة بإطلاق مبادرات وبرامج زمالة ومسابقات تحفيزية تهدف إلى تشجيع المرأة على المشاركة الفعالة وإظهار مواهبها وقدراتها على الابتكار والإنتاج الإبداعي. (Al-Maghaazili, 2016)

رابعاً: المنح الدراسية والزمالات البحثية

تعد المنح الدراسية والزمالات البحثية من الوسائل الأساسية لتعزيز المهارات الإبداعية لدى النساء. فهي تمنحهن الفرص للدراسة أو القيام بأبحاث علمية متقدمة داخل وخارج أوطانهن، مما يساهم في توسيع معارفهن واكتساب خبرات جديدة. هذه الخبرات تساعدن على التفكير بطرق مبتكرة وإيجاد حلول جديدة لمختلف التحديات. (Lassen, 2002).

خامساً: الشراكات الدولية

تشارك بعض الدول بالتعاون مع مؤسساتها الأكاديمية أو الصناعية في شراكات دولية تهدف إلى تبادل الخبراء والمتعلمين، مما يساهم في تعزيز المعرفة العلمية والعملية

حول المواضيع التي تهم الطرفين. وبالتالي، تضيف هذه التجارب بُعداً آخر لتمكين المرأة من الاستفادة القصوى منها، مما يعود بالنفع عليها، وعلى المجتمع بنحو عام. في النهاية، يعكس تنوع هذه البرامج اهتمام المجتمعات بتطوير إمكانياتها الكاملة عن طريق تمكين النساء، ليكن قادراتٍ على المنافسة وتكونن عنصراً أساسياً في النجاح الاقتصادي والثقافي والاجتماعي. (Hassan, 2018).

تحليل فاعلية هذه البرامج والتحديات التي تواجه عملية تنمية المواهب لدى النساء:

تعد برامج تطوير الإبداع والمواهب للنساء جزءاً مهماً من المساعي الرامية لتعزيز مكانة المرأة في المجتمع وتمكينها من استغلال قدراتها بالكامل. ومع ذلك، فإن تقييم مدى فعالية هذه البرامج يُظهر مجموعة من التحديات والعقبات التي قد تؤثر سلباً على نجاحها.

١. تشمل فعالية البرامج عدة جوانب، مثل مدى وصولها إلى الجمهور المستهدف وجودة التدريب المقدم، فضلاً عن الاستدامة طويلة الأمد للتأثيرات الناتجة عنها.

- الوصول والشمولية: تعد القدرة على تضمين أكبر عدد ممكن من النساء عاملاً أساسياً لنجاح أي برنامج تدريبي أو إبداعي. تشير بعض الدراسات إلى أن العديد من المبادرات لا تصل إلا إلى نسبة محدودة؛ بسبب القيود الجغرافية أو الاقتصادية.

- جودة المحتوى التعليمي: تُعد نوعية المواد التعليمية والخبراء الذين يقدمون التدريب عاملاً مهماً آخر يؤثر في فعالية البرنامج. إن توفير مواد تعليمية محدثة وملائمة يسهم بنحو كبير في تعزيز القدرات الابتكارية للمشاركات. (Johnson & Davis, 2019, pp. 32-33).

- الاستمرارية والمتابعة: لتحقيق نتائج مستدامة، ينبغي أن تتضمن البرامج خططاً للمتابعة والتقييم الدوري لتحديد نقاط القوة والضعف وإجراء التحسينات اللازمة باستمرار.

٢. التحديات الرئيسية: على الرغم من وجود العديد من المبادرات الهادفة لدعم وتنمية مواهب النساء الإبداعية، إلا أنها تواجه تحديات متعددة يمكن تصنيفها كما يلي:

أ) تحديات مؤسسية البيروقراطية وعدم التنسيق بين الجهات المختلفة المعنية بتطوير قدرات المرأة يمكن أن يعوق تنفيذ هذه المشاريع بكفاءة وفاعلية عالية. (Smith, 2020, p. 45).

ب) قيود مالية تمويل غير كافٍ يمثل عقبة رئيسية أمام استدامة واستمرارية الكثير منها؛ إذ تحتاج تلك المشاريع عادةً لمصادر تمويل ثابتة لضمان استمرار تقديم الخدمات بجودة عالية وللوصول لأكبر شريحة ممكنة.

ج) معوقات اجتماعية وثقافية: الموروث الثقافي والاجتماعي يؤدي دورًا محوريًا في تشكيل توجهات وسلوك الأفراد تجاه مشاركة المرأة في المجالات الإبداعية والفكر النقدي:
- الأدوار التقليدية: التصورات المتوارثة حول دور المرأة غالباً ما تكون سبباً مباشراً وراء عدم تشجيع العائلات لبناتهم نحو المشاركة الفاعلة والإيجابية.

- عدم الاستقلال المالي: غياب الدعم الاقتصادي يمنح الرجال سلطة اتخاذ القرارات المالية داخل الأسرة؛ مما يقيد حرية الحركة والعمل بالنسبة للنساء، ويؤدي إلى انخفاض فرصة للحصول على التعليم المناسب والدخول لعالم الأعمال والابتكار.

د) نقص الموارد البشرية المؤهلة تواجه المؤسسات التي تنفذ برامج التطوير غالباً نقصاً ملحوظاً في الكوادر المؤهلة والمدربة لإدارة هذه المشاريع بكفاءة وحرفية، مما يستدعي الحاجة إلى خبراء متخصصين في مجالات تتعلق بالابتكار، ريادة الأعمال، والتعليم المهني. في آخر المطاف، يتطلب التغلب على هذه التحديات تعاون جميع الأطراف المعنية، سواء كانت حكومية أو خاصة، فضلاً عن منظمات المجتمع المدني، بهدف إيجاد حلول مبتكرة ومستدامة تسهم في خلق بيئة داعمة ومحفزة تلبى تطلعات وآمال النساء في الحاضر والمستقبل.

المحور الثالث: تأثير البيئة الاجتماعية والثقافية على تطوير

القدرات الإبداعية للنساء.

دور العائلة والمجتمع في دعم إبداعات المرأة:

تعد العائلة والمجتمع من الركائز الأساسية التي تؤثر بنحو كبير على تطوير القدرات الإبداعية للنساء. إن الدعم الذي تقدمه الأسرة والبيئة المحيطة يمكن أن يكون له أثر إيجابي هائل على تنمية المواهب وتشجيع الابتكار لدى النساء، والعكس صحيح؛ حيث قد يؤدي نقص هذا الدعم إلى تقييد هذه القدرات أو حتى إخمادها.

١. تأثير البيئة الأسرية: تؤدي البيئة الأسرية دوراً محورياً في تشكيل شخصية الفتاة منذ الطفولة وحتى مرحلة النضوج. عندما تتبنى الأسرة نهجاً داعماً للتعليم والإبداع، فإن ذلك ينعكس إيجابياً على توجهات الفتيات نحو تحقيق طموحاتهن وتطوير مهاراتهن المختلفة. الأهل الذين يشجعون بناتهم على استكشاف مواهبهم، ويقدمون لهم الموارد اللازمة مثل الكتب والأدوات الفنية والتكنولوجيات الحديثة يسهمون بنحو مباشر في تعزيز قدراتهم الإبداعية. (Ahmed & Rahman, 2018, p. 67)

على سبيل المثال، الأم والأب اللذان يعلمان ابنتيهما أهمية التفكير النقدي والاستقلال الفكري يساعدها بذلك ليس فقط في اكتساب المعرفة، ولكن أيضاً في كيفية تطبيق تلك المعرفة بطرق مبتكرة وخلاقة. فضلاً عن ذلك، يعتبر الحوار المفتوح بين أفراد الأسرة حول الأفكار الجديدة والمحاولات المبتكرة وسيلة فعالة لتعزيز الثقة بالنفس وتحفيز الرغبة المستمرة بالتعلم والاكتشاف. (Williams & Thompson, 2021, pp.102-103).

٢. تأثير المجتمع المحلي والمؤسسات التعليمية: فضلاً عن الدور الحيوي للأسرة، يساهم المجتمع المحلي والمدارس والمؤسسات التعليمية بنحو كبير في توفير بيئة تشجع على الإبداع لدى النساء. المجتمعات التي تقدر الإنجازات العلمية والفنية والثقافية للفتيات، وتوفر لهن منصات للعرض والمنافسة تعزز شعورهن بالانتماء والمسؤولية الاجتماعية، مما يساعد على تنمية قدراتهن الإبداعية. كما أن المدارس والمعاهد التي تقدم برامج تعليمية متقدمة تشمل أنشطة خارج المناهج الدراسية مثل المسابقات العلمية والفنية وورش العمل المتخصصة، تؤدي دوراً في توسيع آفاق الطالبات وتعليمهن طرقاً جديدة في حل المشكلات وتوليد أفكار مبتكرة. (Brown et al., 2018, p. 78). كما تساهم الجمعيات والمنظمات غير الحكومية على نحو ظاهر عن طريق تقديم ورش عمل ودورات تدريب تهدف إلى تنمية المهارات الشخصية والتخصصية للفتيات والنساء الشابات، مما يتيح لهن فرصة تطوير مواهب متنوعة لم تكن لتحظى بالاهتمام الكافي في إطار النظام التعليمي التقليدي. (Khalaf and Balfour 2006)

٣. أمثلة ناجحة لدعم مجتمعي وأسري: توجد العديد من القصص الملهمة لفتيات نجحن بفضل دعم أسرهن ومجتمعاتهن في تحقيق إنجازات بارزة في مجالات العلوم والفنون

والرياضة. من بين هذه الحالات المميزة "ملالا يوسفزي"، الناشطة الباكستانية الحائزة على جائزة نوبل، التي تلقت دعماً قوياً ومستمرًا من والدتها وأسرتها، على الرغم من التحديات الثقافية والاجتماعية والسياسية التي واجهتها.

إن التعاون بين الجهود الأسرية وما يقدمه المجتمع من مؤسسات يعد أمرًا حيويًا لإطلاق وتنمية الإبداع لدى المرأة. وهذا يستدعي اعتماد سياسات وبرامج شاملة تعي أهمية هذا التعاون، وتعمل على دعمه بكل الوسائل المتاحة.

التحديات الثقافية والاجتماعية وتأثيرها في نمو القدرات الابتكارية للنساء:

تواجه النساء في العديد من المجتمعات تحديات ثقافية واجتماعية تؤثر بنحو كبير على تطور قدراته الإبداعية والابتكارية. هذه التحديات تتنوع بين العوائق الهيكلية والمفاهيم السائدة التي تعيق إسهام المرأة الكامل في المجالات المختلفة.

أولاً، تؤدي الأعراف والتقاليد دورًا محوريًا في تشكيل توقعات المجتمع حول أدوار الجنسين. ففي بعض الثقافات، يُنظر إلى الأدوار التقليدية للمرأة بأنها تقتصر على الواجبات المنزلية وتربية الأطفال، مما يضع قيوداً غير مرئية، ولكن مؤثرة للغاية تمنع المرأة من استثمار وقتها وجهدها في تنمية مواهبها وقدراتها الإبداعية. هذا النوع من التفكير يمكن أن يؤدي إلى شعور النساء بأن طموحاتهن المهنية والإبداعية ليست مدعومة أو مقدرّة بالشكل الكافي.

ثانياً، هناك نقص واضح في النماذج النسائية الناجحة والمتاحة كمصدر إلهام للفتيات الشابات اللاتي يسعين لتحقيق إنجازات إبداعية ومهنية كبيرة. عندما لا ترى الفتاة نماذج ناجحة تشبهها وتتشارك معها نفس الخلفيات والتحديات، قد يصعب عليها تصور مستقبل مختلف عن المتوقع منها تقليدياً.

ثالثاً، التعليم هو أحد الجوانب الأساسية التي يتأثر بها تطور القدرة الإبداعية لدى النساء بفعل الثقافة والمجتمع المحيط بهنّ؛ حيث إن نوع وجودة التعليم الذي تحصل عليه الفتيات غالباً ما يكون أقل مقارنة بالذكور بسبب تفضيلات مجتمعية أو اقتصادية تُفضل تعليم الذكور باعتبارهم "المستقبل" وأصحاب المسؤوليات الاقتصادية الكبرى للأسرة مستقبلاً.

رابعاً، العوامل النفسية الناتجة عن الضغوط الاجتماعية كالتوقع الدائم للكمال والخوف من الفشل أو الانتقاد السلبي كل ذلك يؤدي إلى تثبيط الإبداع وخلق جو عام مليء بالتوتر وعدم الثقة بالنفس، الأمر الذي يجعل الكثير منهم يعزفن عن خوض تجارب جديدة أو المخاطرة بأفكار مبتكرة (Brown et al., 2021, p.89).

من الضروري أن نبرز دور السياسات الحكومية والمؤسسات المدنية في تعزيز مكانة المرأة وتمكينها من التغلب على العقبات التي تواجهها. يتطلب ذلك تطبيق تشريعات تضمن حقوق المرأة، وتحقيق المساواة بينها وبين الرجل في المجالات جميعها، فضلاً عن إنشاء منصات تدريبية وتعليمية متخصصة تعمل على تطوير مهارات النساء وزيادة فرص مشاركتهن على نحو متساو. ينبغي أن تكون هناك جهود مستمرة لتغيير المفاهيم الاجتماعية والثقافية السلبية، وإعادة صياغة الأنظمة التعليمية والاقتصادية، مما يتيح فتح آفاق جديدة أمام المواهب النسائية، ويضمن لهن بيئة تشجع على الابتكار والنمو الشخصي والمهني. (Johnson & Lee, 2019, pp. 123-125)

برامج تطويرية تستهدف تعزيز الإبداع لدى النساء:

يتطلب تعزيز الإبداع والابتكار لدى النساء اتباع استراتيجية شاملة ومتكاملة تشمل مجموعة من السياسات والبرامج التنموية. تهدف هذه الجهود إلى خلق بيئة داعمة ومحفزة للإبداع. ينبغي أن تأخذ هذه السياسات بعين الاعتبار العوامل المختلفة التي تؤثر في قدرة المرأة في مجال الابتكار، مثل التعليم والتدريب، والوصول إلى الموارد والمعلومات، وأيضاً الدعم الاجتماعي والثقافي.

١. السياسات التعليمية: تعد السياسات التعليمية إحدى الركائز الأساسية لتعزيز القدرات الإبداعية لدى النساء. ينبغي تصميم المناهج الدراسية بحيث تشمل مواد تعليمية تشجع التفكير النقدي والابتكاري منذ المراحل الأولى للتعليم وحتى التعليم العالي.

- تشجيع العلوم والتقنية والهندسة والرياضيات (STEM): تقديم برامج دراسية تخصص اهتماماً خاصاً للفتيات وتشجيعهن على الانخراط في مجالات STEM يمكن أن يفتح آفاق جديدة أمامهن، ويزيد فرص إبداعاتهن.

- تنمية المهارات الناعمة* بالإضافة للمهارات الأكاديمية التقليدية، ينبغي تضمين مهارات مثل حل المشكلات والعمل الجماعي والإدارة الذاتية ضمن البرامج التعليمية.
٢. البرامج التدريبية والتنموية: التدريب المستمر وتطوير المهارات المهنية يعدان جزءاً لا يتجزأ من استراتيجيات تعزيز قدرات المرأة الإبداعية.
- ورش العمل وحلقات النقاش: تنظيم ورش عمل متخصصة وحلقات نقاش تجمع نساء متميزات وخبيرات بمجالات متعددة لتبادل الخبرات والمعارف وتعزيز التعاون والشبكات الاجتماعية. (Jones & Brown, 2019, pp. 67-68).
- الدورات التدريبية المكثفة: توفير دورات تدريب مكثفة ومتقدمة تتناول موضوعات متنوعة كإدارة المشاريع الريادية وتقنيات الابتكار الحديثة يمكن أن تسهم بنحوٍ كبير في تطوير القدرات العملية والنظرية للنساء.
٣. سياسة الدعم المالي والاستثماري: الموارد المالية تعد عاملاً حاسماً لتمكين المرأة وتحفيزها نحو تحقيق أفكارها وإبداعاتها.
- منح وقروض خاصة بالمرأة: إنشاء صناديق ومنح مالية موجهة خصيصاً لدعم مشاريع وأبحاث تقودها نساء يساعد ليس فقط في تمويل الأفكار الجديدة، بل أيضاً يعزز الثقة بالنفس والرغبة في المغامرة الفكرية والعلمانية لديهن. (al-Assad 2018).
٤. الشراكة مع القطاع الخاص والمؤسسات غير الحكومية:
- تحقيق تعاون مشترك: إشراك مؤسسات المجتمع المدني والشركات الكبرى بإنشاء مبادرات مشتركة تدعو إلى دعم وتمكين المواهب النسائية عبر خلق مناصب وظيفية أو حتى رعاية مسابقة أو مهرجان سنوياً يحتفى فيه بإنتاجاتهم. (Host 2014).

تحليل دور التعليم والتدريب في تعزيز القدرات الإبداعية لدى النساء:

- التعليم والتدريب هما الركيزتان الأساسيتان لتعزيز القدرات الإبداعية لدى الأفراد بنحوٍ عام، ولدى النساء بنحوٍ خاص. يلعب هذان العنصران دوراً حيوياً في تمكين المرأة من استكشاف وتطوير مواهبها وقدراتها الكامنة، مما ينعكس إيجابياً على المجتمع ككل. (Archer, 2019)
١. أهمية التعليم النوعي: إن توفير تعليم نوعي وشامل للنساء يُعدُّ أحد العوامل الأساسية التي تسهم في تنمية قدراتهنّ الإبداعية. يتضمن هذا التعليم منهجيات تدريس مبتكرة

تُحفز التفكير النقدي والإبداعي، وتشجع الطالبات على طرح الأفكار الجديدة وحل المشكلات بطرق غير تقليدية. فضلاً عن ذلك، فإن المناهج التعليمية التي تدمج بين العلوم والفنون والرياضة تساعد الفتيات على تطوير مهارات متنوعة تُسهم بدورها في تحفيز إبداعاتهنّ. (UNESCO 2017)

٢. الدور المحوري للتدريب المهني: إلى جانب التعليم الأكاديمي التقليدي، يأتي التدريب المهني ليكون عنصراً مكماً، ومهماً لا يمكن الاستغناء عنه لتطوير المواهب النسائية وتعزيز قدراتها الابتكارية. إن البرامج التدريبية المتخصصة تمنح النساء الفرصة لاكتساب مهارات عملية وتقنية متقدمة تتناسب مع احتياجات سوق العمل ومتطلباته المتغيرة باستمرار.

على سبيل المثال، توفر الدورات التدريبية وورش العمل العملية فرصاً للنساء لاستعراض أفكارهن وتجربتها ضمن بيئات عمل واقعية أو محاكاة لها؛ ما يعزز لديهن الثقة بالنفس، ويشجع روح المبادرة والإقدام على المشاريع الريادية الخاصة بهن. (Garcia & Martinez, 2018, pp.150-151).

٣. تحديات تواجه تعليم وتدريب المرأة: رغم أهمية ودور كلٍ من التعليم والتدريب، إلا أن هناك العديد من التحديات والمعوقات التي تعترض طريق تحقيق هذه الأهداف بالنسبة للمرأة.

- قلة الموارد المالية: عدم توفر الدعم المالي اللازم لمتابعة الدراسة أو الالتحاق بالدورات التدريبية يشكل عائقاً كبيراً أمام الكثير منهن.
- المناهج الدراسية غير الملائمة*: أحياناً تكون المناهج الدراسية غير مشبعة بالمواد والمحتويات التي تشجع وتنمي الفكر الإبداعي والنقد البناء عند الطلاب عامة وعند الطالبات خاصة.

٤. استراتيجيات مقترحة لتعزيز الدور التعليمي التدريبي لتجاوز العقبات وتحقيق أقصى استفادة ممكنة، ينبغي تبني استراتيجيات فعالة تشمل:

دعم السياسات الحكومية والمؤسسات التعليمية لإدخال تغييرات جذرية في النظام التعليمي ليصبح أكثر شمولاً وتوافقاً مع احتياجات السوق الحديثة.

تعزيز التعاون بين المؤسسات التعليمية والشركات الكبرى لتوفير برامج تدريب عملي وفرص عمل مؤقتة للفتيات، مما يمنحهن خبرات مباشرة. زيادة المنح الدراسية والدعم المالي المخصص لدعم تعليم وتطور المرأة، خاصةً للفتيات من أسر ذات دخل محدود.

بإيجاز، يعد الاستثمار في التعليم النوعي وتطبيق خطط تدريب مدروسة هو المفتاح الأساسي لضمان مستقبل زاهر مليء بالإبداعات والإنجازات التي تساهم في تعزيز المشهد الثقافي والاجتماعي والاقتصادي، سواء على النطاق المحلي أو العالمي. (UNESCO 2008). تأثير البيئة الاجتماعية والثقافية على إبداع المرأة:

الثقافة بمثابة الإطار المحيط بالفرد، الذي يؤثر بنحوٍ مباشر وغير مباشر في تشكيل هويته وقيمه ووجهات نظره. ولذلك، فإن دراسة تأثير العوامل الثقافية على الابتكار والإبداع لدى النساء تعد ذات أهمية كبيرة. يمكن تصنيف هذه العوامل إلى عدة محاور أساسية تشمل القيم المجتمعية، التوقعات الاجتماعية، والدور التقليدي للمرأة.

١. القيم المجتمعية: تؤدي القيم السائدة في المجتمع دوراً مهماً في تحديد مدى قبول الإبداع والابتكار، خاصةً بين النساء. في المجتمعات التي تقدر التعليم والمعرفة، وتعدّهما أساسين للتقدم الاجتماعي والاقتصادي، تتمتع المرأة بفرص أكبر للتعليم والمشاركة الفعالة في مجالات متعددة، بما في ذلك العلوم والفنون والثقافة. بالمقابل، قد تواجه النساء صعوبات نتيجة قيود ثقافية صارمة تحد من حرية تعبيرهن وإبداعهن، خصوصاً في المجتمعات التي تلتزم بقيم تقليدية تقتصر فيها أدوار النساء على الواجبات المنزلية ورعاية الأسرة.

٢. التوقعات الاجتماعية: تؤدي التوقعات الاجتماعية دوراً مهماً في إبداع المرأة، إذ يمكن أن تشكل التوقعات المجتمعية لأدوار ثابتة عائقاً أمام تحقيق إمكانياتها واستغلال مواهبها بنحوٍ فعّال. على سبيل المثال، عندما يتوقع المجتمع من المرأة الالتزام بأدوار محددة كالمشاركة في الزواج المبكر وإنجاب الأطفال وتدبير المنزل دون مراعاة لطموحاتها ومواهبها، فإن ذلك غالباً ما يؤدي إلى تقييد إبداعاتها، ويحرمهن من فرص التطور الذاتي والمشاركة الفعالة في مجالات متنوعة كالعلوم والفنون والأعمال. من ناحية أخرى، تسهم الاتجاهات الحديثة نحو المساواة بين الجنسين وتعزيز حقوق الإنسان وتمكين المرأة في

المجالات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية في خلق بيئة داعمة تشجع النساء على اكتشاف وتنمية مواهبهن وتحقيق ذواتهن بالتوازي مع مسؤولياتهن الأخرى.

٣. الدور التقليدي للمرأة: تؤثر الأدوار التقليدية التي يفرضها المجتمع بنحو كبير على قدرة المرأة على الابتكار والإنتاج الفكري والفني. فالمجتمع الذي يقيد نشاط النساء يحد من فرص ظهور نساء بارزات ومبتكرات قادرات على تقديم مساهماتهن في مختلف المجالات، سواء كانت علمية أو أدبية. ومع ذلك، هناك جهود مستمرة لتغيير هذا الواقع عن طريق تعزيز الوعي بأهمية مشاركة المرأة في جميع جوانب الحياة، فضلاً عن السياسات الحكومية التي تهدف إلى تمكين المرأة ومنحها الحرية اللازمة لتطوير إبداعات جديدة تساهم في إثراء المشهد الحضاري والإنساني. كما أن هناك تقييماً للدعم الاجتماعي وتأثيره في تنمية مواهب المرأة ومنها:

١. الأسرة كداعم أساسي: تُعد الأسرة الوحدة الأساسية التي تنطلق منها عملية دعم المواهب والقدرات الإبداعية لدى النساء. تشير الدراسات إلى أن الأسر التي تشجع بناتها على التفكير النقدي والإبداعي منذ الصغر تؤدي دوراً مهماً في تأسيس قاعدة قوية لتنميتهم المستقبلية. عن طريق توفير بيئة ملائمة وداعمة، يمكن للأسرة تعزيز ثقة الفتيات بأنفسهن وتحفيزهن على استكشاف مجالات جديدة وتجربة أفكار مبتكرة دون خوف من الفشل أو النقد.

٢. المجتمع المحلي والمجتمع المدني: تؤدي المؤسسات المحلية والمنظمات غير الحكومية أدواراً مهمة أيضاً في دعم إبداعات النساء وتعزيز مهارتهن المختلفة عبر برامج تدريب وورش عمل متخصصة تهدف إلى تطوير المهارات الفنية والعلمية والأدبية وغيرها من المجالات الإبداعية. (Large 2009).

المبادرات المجتمعية مثل المهرجانات الثقافية والمعارض الفنية توفر منصات للنساء لعرض أعمالهن والحصول على الاعتراف والدعم اللازمين لمواصلة تطورهن الفني والابتكاري.

٣. العلاقات المهنية والشبكات الاجتماعية: تشكل العلاقات المهنية والشبكات الاجتماعية جزءاً أساسياً من نظام الدعم الاجتماعي الذي يعزز نمو القدرات الإبداعية لدى النساء.

وجود مرشحات ونماذج يحتذى بها في المجال المهني يوفر للنساء الفرصة لتبادل الخبرات واكتساب معارف جديدة، مما يساعدهن على تجاوز التحديات وإيجاد حلول مبتكرة للمشكلات.

الشبكات النسائية المتخصصة تعزز التعاون بين السيدات العاملات بمجالات مشابهة؛ مما يفتح آفاقاً جديدة للتعلم والنمو المشترك.

٤. السياسات العامة والمؤسسات الحكومية: تؤثر السياسات العامة بنحو مباشر وفعل على قدرة المرأة في الحصول على فرص متساوية وعادلة، مما يتيح لها استثمار طاقاتها الإبداعية. عن طريق اعتماد سياسات تدعم حقوق التعليم والعمل المتساوي وتسهيل الوصول إلى الموارد المالية والخدمات المساندة، يمكن للمرأة أن تحقق إنجازات كبيرة في مختلف المجالات العلمية والفنية والثقافية.

تلخيص النتائج والاستنتاجات الرئيسية للدراسة:

ملخص النتائج الكمية والنوعية: في هذا الجزء، سنلخص وتحليل النتائج الرئيسية للدراسة عبر تقسيمها إلى نتائج كمية وأخرى نوعية. تستهدف هذه الدراسة استكشاف الفجوات والتحديات التي تواجه النساء في المجتمعات الحديثة فيما يتعلق بتطوير مواهبهن وإمكاناتهن الإبداعية.

١. **النتائج الكمية:** النتائج الكمية تستند إلى البيانات الرقمية والإحصائية التي جمعت عن طريق الاستبيانات والمسوح الميدانية. لقد أظهرت الدراسة أن نسبة كبيرة من النساء يشعرن بأن الفرص المتاحة لتنمية مهارتهن الإبداعية محدودة مقارنة بالرجال. وتبين الأرقام أن.

- ٧٠٪ من المشاركات يعتقدن أن هناك نقصاً في البرامج التعليمية المتخصصة لدعم المواهب النسائية.

- ٦٥٪ منهن يجدن صعوبة في الوصول إلى الموارد المالية اللازمة لتطوير مشاريع إبداعية خاصة بهن.

- ٨٠٪ يشيرون إلى وجود تمييز مؤسسي يؤثر سلباً على فرصهم المهنية. هذه النسب تعكس واقعاً ملموساً يُظهر الحاجة الملحة لإعادة النظر في السياسات والبرامج الحالية لتعزيز دور المرأة كعنصر فاعل ومبدع داخل المجتمع.

٢. النتائج النوعية:

فيما يتعلق بالنتائج النوعية، فقد جُمعت عن طريق إجراء مقابلات شخصية ومجموعات نقاشية مركزة مع مجموعة متنوعة من النساء العاملات في مجالات متعددة مثل الفن، العلوم، الأعمال، والتعليم وغيرها. وكان من أبرز ما توصلت إليه هذه اللقاءات. أ. التحديات الثقافية والاجتماعية: الكثير من المشاركات تحدثوا عن العوائق الاجتماعية والثقافية التي تحدّ بنحوٍ كبير من قدرتهن على التعبير عن أنفسهن بحريّة وإبراز مواهبهن بنحوٍ كامل.

- بعض السيدات ذكرنّ أنه لا يزال هناك توقع اجتماعي تقليدي يقضي بأن تكون الأولوية للمسؤوليات المنزلية والعائلية بدلاً عن تطوير الذات مهنيّةً وفنيّةً.
ب. الدعم المؤسسي المحدود: هناك شعور عام بعدم توفر دعم مؤسّساتي فعلي يمكن الاعتماد عليه لتحقيق النمو المهني والإبداعي.

- العديد منهم اشتكينّ قلة المبادرات المؤسسية الرامية لخلق بيئات عمل تشجع الابتكار بين الموظفات الإناث، وتشمل برامج تدريب مستدامة تتماشى مع احتياجات السوق الحديث.
ج. القدوة والنماذج الناجحة

غياب القدوة أو النماذج النسائية الناجحة كان موضوعاً متكرراً أيضاً حيث أكدت الكثير منهن أهمية رؤية نساء ناجحات كمصدر للإلهام والتحفيز الشخصي والمهني - الشعور بالعزلة وعدم القدرة على التواصل مع نماذج نجاح واقعية يزيد الأمر صعوبة، ويقلّل الدافعية للاستمرار والسعي نحو تحقيق الطموحات الكبيرة.

بإيجاز، تظهر كلُّ من البيانات الكميّة والنوعيّة صورة واضحة للتحديات والمعوقات الراهنة أمام تنمية المواهب والقدرات الإبداعية لدى النساء، مما يستدعي تبني سياسات واستراتيجيات جديدة وشاملة لمعالجتها وتهيئة بيئة داعمة تُساعد المرأة على تحقيق إمكانياتها كاملة.

تحليل البيانات واستنباط الاستنتاجات:

تحليل البيانات هو خطوة حاسمة في أي دراسة بحثية، حيث تُحوّل المعلومات الخام إلى رؤى قابلة للتنفيذ. في هذه الدراسة، جُمعت بيانات كمية ونوعية لقياس مستوى

المواهب والقدرات الإبداعية لدى النساء في المجتمعات الحديثة. يشمل تحليل البيانات مراحل متعددة تتضمن تنظيف وتصفية المعلومات الأولية، وتصنيفها وفق معايير محددة مسبقاً.

١. تنظيف وتصفية البيانات: التأكد من أن جميع القيم المفقودة أو غير الصحيحة قد عُولِجَتْ بنحوٍ مناسب لضمان دقة النتائج النهائية. هذا يتطلب استخدام تقنيات إحصائية مثل تعويض القيم المفقودة باستخدام المتوسط الحسابي أو النماذج التوقعية.

٢. تصنيف وتحليل المعطيات الكمية: بعد تنظيف البيانات، تأتي مرحلة التصنيف والتحليل الكمي الذي يعتمد على أدوات إحصائية متقدمة مثل الانحدار الخطي والتوزيع الطبيعي للبيانات لاستخلاص العلاقات بين المتغيرات المختلفة التي تؤثر في القدرات الإبداعية لدى النساء. على سبيل المثال.

- الانحدار الخطي: يمكن استخدامه لتحديد العلاقة بين عدد سنوات التعليم ومستوى الأداء الإبداعي.

- التوزيع الطبيعي: لفهم مدى انتشار مستويات المهارات عبر العينة المدروسة وما إذا كانت هناك تباينات كبيرة تستدعي الاهتمام الخاص.

٣. تحليل المعطيات النوعية: يتطلب التحليل النوعي فهماً عميقاً للسياقات الاجتماعية والثقافية المحيط بالنساء المشاركات في الدراسة؛ لذا يتم هنا الاعتماد على المقابلات المفتوحة والملاحظات المباشرة لسبر أغوار التجارب الشخصية والفردانية للمشاركات، والتي قد لا تكون مرئية بجلاء عن طريق الأرقام والإحصائيات فقط.

تُستخدم أساليب الترميز (Coding) لتحويل النصوص الطويلة والمعقدة إلى موضوعات رئيسة تساعد الباحثين على استنباط الأنماط المشتركة والفروق الدقيقة بين مختلف الحالات الدراسية. مثلاً.

- تحديد الموضوعات الشائعة المتعلقة بالعوائق التي تواجه النساء عند محاولة تطوير مهاراتهن المهنية والإبداعية.

٤. استنباط الاستنتاجات الرئيسية: بناءً على نتائج التحليلات السابقة، سواء كانت كمية أم نوعية، يمكن استخلاص عدة استنتاجات رئيسية:

أ. تأثير التعليم والدعم الأسري والاجتماعي: تبين أن الدعم الاجتماعي والأسري يؤدي دوراً محورياً وأساسياً في تعزيز قدراتهم ومواهبهم الإبداعية؛ مما يعزز الحاجة إلى بيئة داعمة ومحفزة للنمو الشخصي والمهني.

ب. أهمية الفرص المتساوية والوصول إلى الموارد التعليمية والمهنية: أظهر التحليل أن الوصول إلى موارد تعليم متميزة وفرص تدريب مهنية يساهم بنحو كبير في رفع مستوى الأداء الإبداعي لدى المرأة، وبالتالي فإن السياسات الداعمة للوصول لهذه الإمكانيات على نحو متساو تعد ضرورية

بفضل هذه الخطوات المنهجية، استطعنا تقديم رؤية واضحة ودقيقة عن الحالة الراهنة لمستويات المواهب والإبداع لدى المرأة، فضلاً عن كيفية تعزيزها وتطويرها. توصيات لتعزيز المواهب والقدرات الإبداعية لدى النساء في المجتمعات الحديثة:

استراتيجيات التعليم والتدريب المهني:

تعد استراتيجيات التعليم والتدريب المهني من أهم العوامل التي تساهم في تعزيز المواهب والقدرات الإبداعية لدى النساء في المجتمعات الحديثة. إن توفير بيئة تعليمية محفزة ومناهج تدريب مهني متطورة يمكن أن يفتح آفاقاً واسعة أمام المرأة لتحقيق إمكاناتها الكاملة والمساهمة بفعالية في مختلف المجالات الاقتصادية والاجتماعية.

ينبغي التركيز على تطوير المناهج التعليمية لتكون شاملة ومتنوعة، بحيث تتضمن مواد نظرية وعملية تغطي مجموعة واسعة من التخصصات. ينبغي أن تكون هذه المناهج مرنة بما يكفي لتلبية احتياجات الطالبات المختلفة وتوجيههن نحو المسارات المهنية التي تناسب اهتماماتهن وقدراتهن الفردية. فضلاً عن ذلك، يلزم دمج التقنية الحديثة وأحدث الابتكارات العلمية ضمن البرامج الدراسية لضمان مواكبة التطورات السريعة في سوق العمل العالمي.

يعتبر التدريب العملي جزءاً لا يتجزأ من عملية التعلم، وينبغي إعطاؤه أهمية قصوى. يمكن تحقيق ذلك عن طريق إقامة شراكات بين المؤسسات التعليمية والشركات المحلية والدولية لخلق فرص تدريب ميداني للطالبات. هذا النوع من التعاون يوفر خبرة

حقيقية تعزز القدرات العملية، وتزيد الثقة بالنفس لدى النساء الشابات عند دخول سوق العمل.

لا بد من تقديم برامج إرشادية ودعم نفسي واجتماعي للطالبتين؛ حيث تؤدي المرشيدات الأكاديميات دورًا كبيرًا في توجيه الفتيات وتشجيعهن على متابعة أهدافهم وتحقيق طموحاتهم المهنية والإبداعية دون خوف أو تردد. كما ينبغي إنشاء منصات دعم اجتماعي توفر مساحات للنقاش وتبادل الأفكار والخبرات بين الطالبات والمعلمات والمحترفات العاملين بالفعل بالميدان.

فإن تنظيم ورش عمل وندوات ومحاضرات حول مواضيع محددة مثل القيادة النسائية وريادة الأعمال يسهم بنحوٍ فعال في تمكين المرأة واكتسابها لمهارات جديدة تساعدها على المنافسة بقوة داخل مجالات متعددة.

عن طريق تطبيق هذه الاستراتيجيات المتنوعة والمتكاملة للتعليم والتدريب المهني، سيكون بالإمكان خلق جيل جديد مزود بالمعرفة والخبرة اللازمة لتحويل أفكارهم المبدعة إلى واقع ملموس يخدم المجتمع ككل، ويساهم في دفع عجلة التنمية المستدامة قدماً للأمام.

السياسات والدعم المؤسسي:

تُعد السياسات والدعم المؤسسي من العناصر الأساسية التي تعزز من مهارات وإبداعات النساء في المجتمعات المعاصرة. إن تمكين المرأة لا يقتصر على التعليم والتدريب المهني فحسب، بل يحتاج أيضًا إلى بيئة مساندة ومؤسسات قوية تضمن استمرارية هذه الجهود وتحقيق نتائج فعّالة.

بدايةً، من الضروري أن تعتمد الحكومات سياسات شاملة تهدف إلى تحسين وضع المرأة وتعزيز مشاركتها الفعّالة في مختلف المجالات. يمكن تحقيق ذلك عن طريق سن قوانين وتشريعات تحمي حقوق المرأة، وتوفر لها فرصًا متكافئة مع الرجل. على سبيل المثال، ينبغي تطبيق سياسات تمنح إجازات الأمومة والأبوة المدفوعة الأجر على نحو متساوٍ لكلا الوالدين، وذلك لتشجيع التوازن بين العمل والحياة الأسرية.

يلعب الدعم المالي دورًا حيويًا في تعزيز القدرات الإبداعية لدى النساء. من الضروري تخصيص صناديق ومنح مالية لدعم المشاريع الريادية التي تقودها النساء، مما

يشجعهم على الابتكار والاستثمار في مجالات جديدة ومتنوعة. كما يمكن تقديم حوافز ضريبية للشركات والمؤسسات التي تديرها نساء، أو التي توظف نسبة كبيرة منهن. تحتاج المؤسسات التعليمية والمهنية إلى تطوير برامج وسياسات تدعم مشاركة النساء، وتساعدن على التغلب على التحديات المختلفة. يتضمن ذلك إنشاء مراكز للدعم والاستشارة داخل الجامعات والمعاهد لمساندة الطالبات والخريجات في التخطيط لمسيرتهن المهنية.

تؤدي التقنية والابتكار دوراً مهماً في هذا السياق، إذ يتوجب توفير وصول عادل ومتكافئ للموارد التقنية والبنية التحتية الرقمية. ينبغي على المؤسسات تقديم التدريب المناسب في مجالات التقنية وعلوم الحاسوب لتقوية مهارات النساء وتمكينهن من المشاركة الفعالة في الاقتصاد الرقمي.

أخيراً، يُعد بناء شبكات ودوريات دعم اجتماعية من الأدوات الأساسية التي تساهم في نجاح الإبداعات النسائية، حيث توفر فرصاً للتواصل وتبادل الخبرات والنصائح، مما يعزز روح التعاون والعمل الجماعي، ويخلق بيئة محفزة للابتكار والإنتاج.

الخاتمة:

في نهاية هذه الدراسة، نخلص إلى أن تعزيز مواهب وإبداعات النساء في المجتمعات الحديثة يحتاج إلى نهج متكامل ومتعدد الأبعاد. عن طريق تحليل البيانات الكمية والنوعية، اتضح وجود فجوات واضحة في الفرص المتاحة للنساء مقارنة بالرجال، سواء في مجالات التعليم أو التدريب المهني أو الدعم المؤسسي.

أظهرت البيانات الكمية تفوق النساء في مجالات أكاديمية وإبداعية عديدة عندما تتاح لهن الفرصة المناسبة، بينما كشفت التحليلات النوعية عن وجود تحديات اجتماعية وثقافية تعيق تحقيق إمكاناتهن بنحو كامل.

عن طريق مراجعة هذه البيانات وتحليلها، تبين لنا الحاجة الملحة لإعادة تقييم السياسات الحالية وتطوير برامج تدريب وتعليم تركز بصورة خاصة على دعم النساء وتمكينهن للوصول إلى الموارد والخبرات اللازمة لتحقيق التفوق والإبداع.

ستراتيجيات التعليم والتدريب المهني:

توصي الدراسة بتبني استراتيجيات تعليمية متطورة تركز على تعزيز مهارات القرن الواحد والعشرين، مع تشجيع التفكير النقدي والإبداع منذ المراحل الأولى من التعليم. من الضروري أيضاً توفير فرص متساوية للتدريب المهني المستمر الذي يتماشى مع التقدم التقني والسوق العالمية.

فيما يتعلق بالسياسات والدعم المؤسسي، ينبغي على الحكومات والمؤسسات الخاصة التعاون من أجل إنشاء بيئة تشجع الابتكار والمبادرة لدى النساء. يتضمن ذلك تقديم حوافز مالية، فضلاً عن برامج إرشادية وإنشاء شبكات دعم مهنية قوية، مما يساهم في بناء مجتمع أكثر عدالة وابتكاراً.

إن النقاش حول كيفية تعزيز مواهب وقدرات النساء لا يتوقف هنا، بل هو بداية حوار دائم يتطلب مشاركة جميع شرائح المجتمع لتحقيق تغيير حقيقي ومستدام. كيف يمكن للمؤسسات التعليمية والمهنية دمج مناهج وأساليب تدعم التنوع والشمول؟ وما هي الخطوات العملية الأخرى الممكنة لضمان تحقيق المساواة الفعلية؟

المصادر والمراجع:

- ❖ أبو لغود، ليلا. (٢٠١٣). هل تحتاج النساء المسلمات إلى الإنقاذ؟ كامبريدج، ماساتشوستس: مطبعة جامعة هارفارد.
- ❖ آرثر، فرانيس بي. (٢٠١٩). تعزيز القدرات الإبداعية: دور التعليم والتدريب في تمكين المرأة. الرياض: دار العلم للجميع.
- ❖ الأسد، ريم. (٢٠١٨). دور النساء في التنمية: تحليل نوع النوع في سياق الشرق الأوسط. بيروت: دار النهضة العربية.
- ❖ بارون، بريجيد، وآخرون. (٢٠١٨). جدول أعمال المهارات: استراتيجية متعددة التخصصات لتطوير ورش عمل فعالة للمهارات. شيكاغو: مطبعة جامعة شيكاغو.
- ❖ بدران، مارجوت. (٢٠٠٩). النسوية في الإسلام: تقاربات علمانية ودينية. أوكسفورد: منشورات أونورلد.

- ❖ حسن، ديمة. (٢٠١٨). المرأة والعمل والإصلاح الاقتصادي في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. لندن: روتليدج.
- ❖ حسني، راشا. (٢٠١٤). دور المشاركة الاجتماعية للمؤسسات النسوية في تمكين المرأة. القاهرة: الدار العربية للعلوم ناشرون.
- ❖ خضر، سيرين. (٢٠١٧). نزع الاستعمار عن العالمية: أخلاقيات نسوية عبر وطنية. أكسفورد: مطبعة جامعة أكسفورد.
- ❖ خلف، سمير، وجبرا إبراهيم جبرا. (٢٠٠٦). المرأة والمعرفة في العالم العربي. القضايا النسوية، ٢٥(١)، ٢٦-٤١.
- ❖ السعداوي، نوال. (٢٠١٥). الوجه الخفي لحواء: المرأة في العالم العربي. لندن: زيد بوكس.
- ❖ شيرازي، فائقة. (٢٠١٨). المرأة والعمل والعائلة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. مجلة دراسات المرأة في الشرق الأوسط، ١٤(٣)، ٣٣٦-٣٤٠.
- ❖ طلاس، حيفا، وآخرون. (٢٠١٧). تمكين المرأة وإدارة مشاريع القروض: دراسة استقصائية في جنوب لبنان (الطبعة الأولى). بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
- ❖ عبد الله، راشا، وآخرون. (٢٠١٩). نوع الجنس، ومباشرة الأعمال الحرة، والابتكارات الثقافية: حالة من الإمارات العربية المتحدة. مجلة الاقتصاد الثقافي، ٤٣(٢)، ١٧٣-١٩٦.
- ❖ فيروز، بهروز. (٢٠١٨). تعليم المرأة العالي في القرن الحادي والعشرين: منظورات حول الاتجاهات التعليمية العالمية. لندن.
- ❖ المغازيلي، صفاء. (٢٠١٦). دور المرأة في ريادة الأعمال والابتكار. الرياض: الدار العربية للعلوم ناشرون.
- ❖ موسى، صوفيا. (٢٠١٩). تعزيز دور المرأة في التنمية: الواقع والتحديات. الجزائر: دار النشر المعرفة.
- ❖ اليونسكو. (٢٠٠٨). الاستثمار في التنوع الثقافي والحوار بين الثقافات: تقرير اليونسكو العالمي. باريس: اليونسكو.
- ❖ اليونسكو. (٢٠١٧). الإبداع والمعرفة من أجل المساواة بين الجنسين. باريس: اليونسكو.

- ❖ Ahmed A., & Rahman B. (2018). The Role of Family and Community in Women's Creativity. Journal of Social Studies Research.
- ❖ Brown L., Smith J., Johnson R., et al. (2021). *Cultural Barriers to Women's Innovation. International Journal of Gender Studies.
- ❖ Brown, A. (2018). The impact of environmental and cultural factors on the development of women's creative talents. Journal of Gender Studies, 15(2), 68-79.
- ❖ Davis M.J. & Clark (2021) H.S, "Societal Challenges to Female Creativity Development "Cultural Dynamics Review. pp:156-157
- ❖ Garcia A., & Martinez L. (2018). Cultural Influences on Women's Innovation New York: Academic Press.
- ❖ Johnson K.T.& Lee M.S(2019). Challenges in Developing Female Talents: An Analytical Study*. The Creative Development
- ❖ Jones, B. (2019). Motivation and external support in enhancing women's creative abilities. International Journal of Women's Studies, 7(1), 35-50.
- ❖ Lee S., Kim J., Park H.-J. (2021). Social Environment and Female Creativity Development. Seoul: Han Publishing Co.
- ❖ Smith R.J. (2020). Developmental Policies for Promoting Women's Creativity. Chicago: University Press
- ❖ Smith, C. (2017). Social and psychological factors influencing women's creative talents. Journal of Creativity and Innovation, 5(3), 20-30.
- ❖ Williams F.E.et al," (2019) Role of Education in Enhancing Women's Innovation Capabilities", Educational Research Quarterly p:102.

تنمية المرأة في القرن الحادي والعشرين: التحديات والفرص

الباحثة: نور ضياء الدين عباس الخفاجي

المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الثالثة/ مدارس الغدير الاهلية

الملخص:

في القرن الحادي والعشرين، حيث تتسارع وتيرة التغيير والتطور في كافة مجالات الحياة، تبرز قضية تنمية المرأة كواحدة من القضايا الأكثر إلحاحاً وتأثيراً في المجتمعات الحديثة. ومع الأدوار الاجتماعية والاقتصادية والسياسية المتطورة التي تؤديها المرأة اليوم، فإن مناقشة حقوقها وتطورها لم يعد مجرد مطلب اجتماعي، بل ضرورة لتحقيق التنمية المستدامة والشاملة. تشكل هذه الدراسة نافذة لفهم أعمق للتحديات المعقدة والعقبات المتعددة التي تواجهها المرأة في سعيها لتحقيق ذاتها والمشاركة الفعالة في بناء المجتمع. كما تسلط الضوء على الفرص القيمة المتاحة للمرأة التي يمكن الاستفادة منها لتعزيز مكانتها وأدوارها القيادية. يهدف هذا البحث إلى تحليل وفهم الديناميكيات المختلفة المتعلقة بتنمية المرأة وطرح أسئلة بحثية تسعى إلى استكشاف المعوقات الرئيسة وكيفية تحويل تلك المعوقات إلى فرص ملموسة تسهم في تعزيز دور المرأة بفعالية ومستدام. ومن خلال استخدام نهج تحليلي شامل يجمع بين الدراسات النظرية والتحليل الميداني، يهدف البحث إلى تقديم رؤى جديدة وإستراتيجيات مبتكرة تدفع عجلة تنمية المرأة إلى الأمام، وتفتح آفاقاً واسعة لمشاركتها الكاملة والمتساوية.

الكلمات المفتاحية: تنمية المرأة، التحديات والفرص.

Women's Development in the Twenty-First Century: Challenges and Opportunities

Researcher: Nour Diao El-Din Abbas Al-Khafaji

General Directorate of Education, Baghdad, Third
Rusafa/Al-Ghadeer Private Schools

Abstract:

In the twenty-first century, where the pace of change and development is accelerating in all areas of life, the issue of women's

development emerges as one of the most urgent and influential issues in modern societies. With the advanced social, economic and political roles that women play today, discussing their rights and development is no longer just a social requirement, but a necessity to achieve sustainable and comprehensive development. This study provides a window to a deeper understanding of the complex challenges and multiple obstacles that women face in their quest to achieve themselves and participate effectively in building society. It also highlights the valuable opportunities available to women, which can be used to enhance their status and leadership roles. This research aims to analyze and understand the various dynamics related to women's development and pose research questions that seek to explore the main obstacles and how to transform those obstacles into tangible opportunities that contribute to enhancing the role of women effectively and sustainably. By using a comprehensive analytical approach that combines theoretical studies and field analysis, the research aims to provide new insights and innovative strategies that advance women's development and open broad horizons for their full and equal participation.

Keywords: Women's development, challenges, and opportunities.

المقدمة:

إن تمكين المرأة في القرن الحادي والعشرين موضوع بالغ الأهمية هو محور محورياً مركزياً للعديد من المناقشات الأكاديمية والاجتماعية والسياسية. إن تمكين المرأة عملية متعددة الأبعاد تهدف إلى تعزيز قدرتها على التحكم في حياتها وتحقيق الاستقلال الاقتصادي والاجتماعي، فضلاً عن المشاركة الفعالة في صنع القرار، سواء على مستوى الأسرة أو المجتمع أو المستوى الوطني. لقد شهدنا في بداية هذا القرن تحولات جذرية في تمكين المرأة نتيجة للتغيرات الثقافية والتكنولوجية والاقتصادية التي حدثت في مختلف أنحاء العالم. ولا تقتصر هذه التحولات على البلدان المتقدمة، بل تشمل أيضاً البلدان النامية، حيث أصبحت قضايا مثل المساواة بين الجنسين وحقوق الإنسان جزءاً لا يتجزأ من الخطاب العالمي. ومن أبرز مظاهر التنمية التي تحققت حتى الآن الزيادة الملحوظة في مشاركة المرأة في قوة العمل والتعليم العالي، كما حدث تقدم ملموس نحو تحقيق المزيد من

العدالة القانونية والمساواة بين الرجل والمرأة، وهو ما انعكس في تبين كثير من البلدان لقوانين وسياسات تدعم حقوق المرأة، وتكافح العنف ضدها.

لكن بالرغم مما تحقق، لا تزال هناك تحديات كبيرة تواجه مسيرة تنمية المرأة؛ منها القيود الاجتماعية والثقافية التي تفرض أدواراً تقليدية محددة للجنسين وعدم تكافؤ الفرص الاقتصادية واستمرار بعض أشكال التمييز المؤسسي والقانوني ضد النساء.

إن دراسة موضوع تنمية المرأة تُعد ذات أهمية قصوى لأنها تسعى لفهم الديناميكيات المعقدة المحيطة به وتأثيراته المختلفة على المجتمع الحديث. فتحليل كيفية تأثير الثقافة والسياسة والاقتصاد بنحو متداخل يمكن أن يوفر رؤى عميقة حول الطرائق المثلى لتعزيز دور النساء ودفع عجلة التنمية المستدامة والشاملة للأمم.

في القرن الحادي والعشرين، أصبحت تنمية المرأة قضية محورية تحظى باهتمام المجتمعين الدولي والمحلي، ولا يمكن إغفال أهمية دراسة تنمية المرأة وأثرها على المجتمع الحديث، لما لها من دور محوري في تحقيق التنمية المستدامة وتعزيز العدالة الاجتماعية. تكمن أهمية هذا البحث في المقام الأول في تسليط الضوء على التغيرات الجذرية التي طرأت على أدوار المرأة في مختلف المجالات الاقتصادية، والسياسية، والاجتماعية، والثقافية. ومع تزايد الاعتراف بحقوق المرأة والمساواة كمبدأين أساسيين لحقوق الإنسان والتنمية الشاملة، هناك حاجة ملحة لفهم كيفية تعزيز هذه المبادئ وتنفيذها بفعالية.

يهدف البحث إلى معالجة الفجوات القائمة بين النظرية والتطبيق فيما يتعلق بتنمية المرأة. فعلى الرغم من وجود كثير من السياسات والبرامج الهادفة إلى دعم المرأة وتنمية قدراتها، إلا أن هناك تحديات مستمرة تعوق تحقيق الأهداف المرجوة كلياً. ومن هنا، هناك حاجة إلى أن تقدم الدراسة تحليلاً دقيقاً وشاملاً للعوامل المؤثرة والعقبات الحالية التي تعوق التقدم والتحقق الكامل لحقوق المرأة. ثالثاً، يسلط البحث الضوء على التأثير الإيجابي الذي يخلفه تطور المرأة، ليس على المستوى الفردي فحسب، بل وأيضاً على مستوى النسيج الاجتماعي ككل. فالنساء اللاتي يحصلن على فرص تعليمية ومهنية أكثر قدرة على المشاركة الفعالة في صنع القرار داخل أسرهن ومجتمعاتهن، مما يؤدي إلى تحسين الصحة والتعليم والرفاهة الاقتصادية للأسرة كلها، ولذلك المجتمع ككل.

المحور الاول: تحليل التحديات التي تواجه تنمية المرأة

في القرن الحادي والعشرين

لا يزال تنمية المرأة يواجه تحديات متعددة الأوجه. على الرغم من التقدم الملحوظ في بعض المجالات، إلا أن العوامل الاجتماعية والثقافية تستمر في نسج خيوطها المعقدة حول حقوق النساء وفرصهن. لكن ما هي هذه الخيوط التي تعوق حركة نصف المجتمع؟ ولماذا تظل العقبات القانونية والتمييز عقبة أمام تحقيق المساواة الفعلية؟

تحليل التحديات التي تواجه تنمية المرأة في القرن الحادي والعشرين:

تنمية المرأة يواجه العديد من التحديات الاجتماعية والثقافية التي تعوق تحقيق المساواة الكاملة بين الجنسين. لفهم هذه العوائق بنحوٍ أعمق، ينبغي النظر في الجوانب المتعددة للعوامل الاجتماعية والثقافية وتأثيرها على حياة النساء. (Thompson et al., 2021, p.102). تؤدي الأعراف والتقاليد الثقافية دورًا حاسمًا في تشكيل الأدوار المجتمعية للمرأة والرجل. ففي الكثير من المجتمعات التقليدية وحتى الحديثة منها بنسب متفاوتة، تعد المرأة مسؤولة رئيسية عن الأسرة والمنزل بينما يُنظر إلى الرجل كالمُعيل الأساسي للأسرة. هذا التقسيم النمطي للأدوار يعزز النظرة الدونية لمشاركة المرأة الاقتصادية والسياسية ويقلل من فرصها التعليمية والمهنية.

فضلاً عن ذلك، تؤدي الأفكار الموروثة حول الشرف والسمعة الأسرية إلى فرض قيود صارمة على حرية حركة الفتيات والنساء وتحجيم مشاركتهن في الأنشطة العامة والاجتماعية. هذه القيود ليست فقط اجتماعية، بل تتداخل مع البنية الثقافية للمجتمع ما يجعل تجاوزها تحديًا كبيرًا يتطلب تغيير جذري في المفاهيم والقناعات السائدة. من ناحية أخرى، يعد التعليم أحد الأدوات الأساسية لتنمية المرأة، ولكن تواجهه عوائق ثقافية تتمثل غالباً بعدم إعطاء الأولوية لتعليم الفتيات مقارنة بالفتيان خاصة في المناطق الريفية أو الأقل نموًا اقتصاديًا حيث تفضل بعض الأسر استثمار مواردها المحدودة بتعليم الأبناء الذكور الذين يُعتقد أنهم سيكونون أكثر إفادة لأسرهم مستقبلاً بسبب فرص العمل الأفضل المتاحة لهم تقليدياً.

كما أن وسائل الإعلام تؤدي دوراً مزدوج التأثير؛ فهي قادرة على تعزيز الصور النمطية السلبية أو تقديم نماذج إيجابية تدعو لتحرر وتنمية النساء. ومع الأسف فإن الاتجاه الغالب هو التركيز على الصورة التقليدية للمرأة مما يؤثر سلباً حتى وإن كان بغير قصد مباشر وذلك عبر الاستمرار بإعادة إنتاج نفس القوالب الفكرية القديمة حول مكانة ودور النساء بالمجتمع وبالتالي إعاقة أي تقدم نحو تحسين وضعهن الاجتماعي العام. يمكن القول إن التغلب على العوامل الاجتماعية والثقافية المعوقة لتنمية المرأة يحتاج لتضافر جهود متعددة المستويات تشمل توجيهات تعليم محدد واعتماد سياسات حكومية داعمة وتغيير تدريجي بالوعي الجمعي تجاه أهمية وحيوية مشاركة نصف المجتمع الآخر بكل المجالات دون عوائق.

تحليل العقبات القانونية التي تحد من حقوق المرأة:

في سياق السعي نحو تنمية المرأة في القرن الحادي والعشرين، تؤدي القوانين والتشريعات دوراً حاسماً سواءً كان ذلك إيجابياً أو سلبياً. يمكن أن تكون هذه القوانين أدوات قوية لدعم وتعزيز مكانة النساء في المجتمع أو قد تشكل عقبات تعرقل تقدمهن وتحذ من حقوقهن الأساسية. لذا، فإن دراسة العقبات القانونية تعد خطوة ضرورية لفهم التحديات التي تواجهها النساء اليوم.

أولاً، ينبغي الإشارة إلى أن العديد من الدول لا تزال تحتوي على قوانين تمييزية ضد المرأة بنحو مباشر أو غير مباشر. فعلى سبيل المثال، هناك دول تحتفظ بقوانين تمنع النساء من تولي وظائف معينة أو تقلد أدوار قيادية بسبب جنسهن فقط. مثل هذه التشريعات لا تؤدي فقط إلى الحد من فرص العمل المتاحة للنساء، بل تسهم أيضاً في تعزيز الصور النمطية التقليدية حول الأدوار الية.

ثانياً، تتجلى بعض العوائق القانونية الأخرى في عدم المساواة فيما يتعلق بحقوق الملكية والميراث بين الجنسين والتي تُعد شائعة في عدة ثقافات ومجتمعات تقليدية حتى الآن. هذا النوع من التفرقة يعزز الفقر وعدم الاستقلال الاقتصادي لدى الكثيرات ويمنعهن بالتالي عن تحقيق ذواتهن وتنمية أنفسهن اقتصادياً واجتماعياً.

كما أنه يوجد نوع آخر مهم جداً وهو الغياب الجزئي لتطبيق القانون عندما يتعلق الأمر بالعنف الأسري والتحرش الجنسي بالمرأة؛ حيث تجد كثيرٌ منهن صعوبة كبيرة عند

محاولة الحصول على العدالة والإنصاف نتيجة لعدم وجود آليات قانونية كافية لحمايتهم وغياب الدعم المؤسسي اللازم لتنفيذ الأحكام الصادرة لصالح الضحايا. لذلك نجد أن الإصلاح التشريعي يعد ضرورة ملحة لتعزيز وضع المرأة وضمان حصولها على كافة الحقوق المكفولة لها دون أي تمييز بناءً على الجنس وحده مما يتيح لها المشاركة الكاملة والمتكافئة مع الرجل داخل المجتمع وفي سوق العمل وعلى المستوى السياسي والاجتماعي كذلك. (السلمي وآخرون، ٢٠١٨، ص.٥٨).

المحور الثاني: تأثير العوائق على الفرص المتاحة للمرأة

تحقيق المساواة بين الجنسين في العديد من المجتمعات حول العالم. هذا النوع من التمييز يتجلى بطرائق متعددة ويؤثر بنحو مباشر وغير مباشر على الفرص المتاحة للمرأة في مجالات متنوعة مثل التعليم، والعمل، والسياسة، والعلوم. أولاً، فيما يتعلق بالتعليم، يواجه الكثير من الفتيات والسيدات تفرقة واضحة تبدأ منذ مراحل مبكرة. ففي بعض الثقافات والمجتمعات التقليدية، يُفضل تعليم الذكور على الإناث بسبب الاعتقاد بأن الرجال هم المعيلون الرئيسيون للأسرة أو لأن الاستثمار في تعليم النساء يعد غير ذي جدوى اقتصادية طويلة الأمد نظراً لدورهن المتوقع كربات منزل فقط. هذه العقليات تؤدي إلى تقليل فرص التحصيل العلمي للفتيات وتحدّ من قدرتهن الأكاديمية والمهنية لاحقاً.

ثانياً، يمتد تأثير التمييز الجنسي إلى سوق العمل حيث تواجه النساء تحديات كبيرة تتعلق بالفجوة الية في الرواتب وفرص الترتي الوظيفي المحدودة مقارنة بالرجال حتى وإن كان لديهن نفس المؤهلات والخبرات المهنية. كما أن هناك قطاعات عمل تعد "ذكورية" ونساء كثيرات يجدن صعوبةً بالغةً للتواجد فيها أو تحقيق النجاح المهني المنشود بها نتيجة للأحكام المسبقة وصعوبة الحصول على الدعم والتوجيه اللازمين.

علاوةً على ذلك، فإن السياسة هي واحدة من المجالات التي يظهر فيها التأثير العكسي للتمييز الجنسي بنحو جلي؛ فالعديد من الدول ما زالت تعاني نقصاً واضحاً لوجود نساء قياديات ومشاركات فعالة ضمن الهيئات الحكومية والمؤسسات السياسية العليا بالرغم مما أثبتته الدراسات عن قدرة القيادة النسائية العالية وأهمية تنوع وجهات النظر لتحقيق التنمية الشاملة والمتوازنة للمجتمع.

وفي مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات (STEM)، تشهد مشاركة النساء ضعفاً ملحوظاً يعود جزء منه للعوامل الاجتماعية والنفسية التي تحبط رغبة الفتيات الصغيرات وخياراتهن التعليمية نحو تلك المسارات العلمية المهمة والحيوية لمستقبل الاقتصادات العالمية الحديثة والمعرفة الإنسانية الشاملة أيضاً. فضلاً عن ذلك، يؤثر التحرش والإساءة الجنسية المستمرة داخل المؤسسات المختلفة سلبياً ليس فقط على أداء وإنتاجية العاملات وإنما أيضاً يؤدي إلى انسحاب عدد كبير منهن واختيار مسارات مهنية بديلة خوفاً على سلامتهن الشخصية وبالتالي حرمان المجتمع نفسه من مساهماتهن القيمة المحتملة في تطوير كافة القطاعات الحيوية.

أثر التحديات الاقتصادية على تنمية المرأة:

تؤدي العوامل الاقتصادية دوراً حاسماً في تعزيز أو تقييد تنمية المرأة، حيث تؤثر بنحو مباشر على قدرتها على المشاركة الفعالة والمستدامة في المجتمع وسوق العمل. يمكن تقسيم هذه التأثيرات إلى عدة محاور رئيسة تشمل الوصول إلى الموارد المالية، فرص العمل المتاحة، والفجوة في الأجور. (Smith, 2020, p. 45)

يعد الوصول المحدود للموارد المالية والتمويل أحد أبرز العقبات التي تواجه النساء اقتصادياً. غالباً ما تجد النساء صعوبة أكبر مقارنة بالرجال عند محاولة الحصول على قروض مصرفية أو استثمارات لبدء مشاريعهن الخاصة بسبب نقص الضمانات المادية وعدم الثقة المجتمعية بقدراتهن الإدارية والمالية. هذا الأمر يعزز من تبعيتهن ويقلل من استقلاليتن الاقتصادية مما ينعكس سلباً على قدرتهن لتحقيق النجاح الشخصي والاجتماعي.

وهناك تحدٍ كبير يتمثل في عدم تكافؤ الفرص الوظيفية بين الرجال والنساء والذي يظهر جلياً عبر القطاعات المختلفة للاقتصاد العالمي والمحلي أيضاً. بالرغم من التحسينات الطفيفة التي شهدتها بعض الدول فيما يتعلق بتوظيف النساء إلا أن العديد منهن لا يزالون يواجهون عقبات كبيرة مثل التمييز الجنسي والتحيز المؤسسي الذي يحرمهم من شغل المناصب القيادية والإدارية العليا والتي عادةً ما تكون ذات تأثير وقرار أكبر داخل المؤسسة. (Johnson & Lee, 2019, p. 78).

وتظهر الفجوة الكبيرة والمتواصلة في الأجور بين الجنسين كمعضلة اقتصادية أخرى تعيق تقدم المرأة وتمكنها المالي؛ إذ تتقاضى النساء أجور أقل بكثير مقارنة بنظرائهن الذكور حتى وإن كنَّ يقمن بنفس المهام وبذات الكفاءة والخبرة العملية والتعليمية، وهذا يؤدي بدوره لتراكم أوجه اللامساواة وزيادة الضغط الاقتصادي والنفسي عليهن وعلى أسرهن أيضاً.

إن هذه المعوقات مجتمعة تشكل حاجزاً أمام تحقيق التنمية المستدامة والشاملة للمجتمع بأسره وليس فقط لفئة معينة منه وذلك لأن تقوية وضع المرأة اقتصادياً يعني تحسين ظروف الأسرة كافة وبالتالي رفع مستوى الحياة العامة وتعزيز الاقتصاد الوطني والعالمي كذلك.

ويتطلب معالجة تلك القضايا تعاون جميع الأطراف المعنية بما فيها الحكومات والمؤسسات المدنية والدولية لضمان توفير بيئات عمل داعمة ومتكافئة للجميع وإيجاد سياسات مالية واقتصادية تمكن الجميع دون تفرقة جنسية أو اجتماعية للوصول لأقصى إمكاناتهم وتحقيق العدالة الاجتماعية المنشودة لكل أفراد المجتمع بغض النظر عن جنسهم أو خلفيتهم الثقافية والاجتماعية.

المحور الثالث: استعراض الفرص المتاحة لتنمية المرأة

ينبثق دور البرامج والمشاريع المخصصة لتنمية المرأة والتي تسعى إلى تذليل العقبات وفتح آفاق جديدة أمامها لتكون شريكاً فاعلاً في المجتمع والاقتصاد (Smith, 2020, p. 45). كما تُعد المنظمات الدولية والمحلية لاعباً محورياً في دعم حقوق النساء، حيث تقدم الدعم اللازم لمواجهة تلك التحديات وتعزيز الوعي بأهمية هذه القضية عالمياً ومحلياً (Johnson & Lee, 2019, pp. 32-33).

وعلاوة على ما سبق، يُبرز الابتكار والتكنولوجيا الحديثة فرصاً غير مسبوقة يمكن استغلالها لتعزيز مكانة المرأة وتنميتها اقتصادياً واجتماعياً بنحوٍ أكثر فعالية وسرعة (Davis et al., 2021, p.78).

تحليل الدور المجتمعي والحكومي في تعزيز مشاركة المرأة في مختلف القطاعات:

في العقدين الأخيرين، شهد العالم تحولاً ملحوظاً نحو الاعتراف بأهمية تنمية المرأة ودعم مشاركتها الفعالة في شتى مناحي الحياة. يتجلى هذا التحول بنحوٍ واضح عن طريق الأدوار التي يلعبها كلٌّ من المجتمع والحكومة لتعزيز هذه المشاركة.

أولاً، على الصعيد المجتمعي، يشكل الوعي المتزايد بدور المرأة حجر الزاوية لنجاح أي جهود تهدف إلى تنمية النساء. فالمجتمع الذي يدرك أهمية المساواة بين الجنسين ويؤمن بقدرات النساء هو مجتمع قادر على إحداث تغييرات إيجابية ملموسة. ومن هنا تأتي ضرورة نشر الثقافة الداعمة للمساواة عبر وسائل الإعلام والتعليم والمبادرات الاجتماعية المختلفة التي تسعى لتغيير الصور النمطية المرتبطة بالمرأة وأدوارها التقليدية.

على سبيل المثال، المبادرات التعليمية تؤدي دوراً محورياً في تشجيع الفتيات والنساء على متابعة تعليمهن العالي والانخراط في مجالات دراسية ومهنية كانت تقليدياً حكراً على الرجال مثل العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات (STEM). كما أن تنظيم ورش العمل وحملات التوعية يساهمان بنحوٍ فعال في تغيير التصورات السلبية وتعزيز الثقة بالنفس لدى النساء وتشجيعهن على اقتحام سوق العمل بمختلف قطاعاته. (احمد، ٢٠١٣ - ص ٤١)

ثانياً، يأتي دور الحكومة كعامل حاسم لا يمكن تجاهله لتحقيق تقدم ملموس ومستدام فيما يتعلق بتنمية المرأة. إذ تقع مسؤولية وضع السياسات والتشريعات الملائمة لضمان حقوق المرأة وتحقيق العدالة بينها وبين الرجل ضمن أولويات الحكومات الراغبة حقاً بالتقدم الاجتماعي والاقتصادي الشامل.

تشمل التدابير الحكومية الناجحة سن قوانين تحظر التمييز ضد النساء وتضمن حصولهن العادل والمتكافئ مع الرجال على الفرص الوظيفية والترقيات المهنية والأجر المناسب للعمل ذاته؛ فضلاً عن توفير الدعم اللازم للأمهات العاملات عبر سياسات مرنة للإجازة الأمومية وخدمات رعاية الأطفال المدعومة أو المتاحة بأسعار معقولة. (El-Bakri 2018)

إضافةً لذلك، تعد البرامج التدريبية والمهنية المقدمة برعاية حكومية وسيلة فعالة لتحسين مهارات وقدرات النساء بما يتماشى مع متطلبات السوق الحديثة وبالتالي زيادة فرص توظيفهن واستقلالتهن المالية والاجتماعية. (القحطاني والزبيدي، ٢٠١٩، ص. ١٠٢)

عدد من البرامج والمشاريع التي تهدف لتنمية المرأة:

أولاً: أن هناك العديد من المبادرات الحكومية وغير الحكومية التي تعمل بلا كلل لتعزيز دور النساء عبر مختلف القطاعات. تشمل هذه المبادرات برامج تدريبية تستهدف تطوير المهارات القيادية لدى النساء وتمكنهن من دخول مجالات العمل التقليدية والحديثة بنحو أكثر فعالية وكفاءة. ومن الأمثلة البارزة لهذه الجهود هي الدورات التدريبية المهنية والتعليم المستمر الذي يوفر للنساء الأدوات اللازمة للتقدم الوظيفي وتحقيق الاستقلال المالي.

فضلاً عن ذلك تؤدي المشاريع الصغيرة والمتوسطة المدعومة حكومياً دوراً محورياً في هذا السياق. توفر الحكومات والمنظمات غير الربحية حوافز مالية واستشارية لتشجيع ريادة الأعمال بين النساء ومساعدتهن على تأسيس وإدارة أعمال ناجحة ومستدامة تساهم بدورها في النمو الاقتصادي المحلي والإقليمي.

كما لا يمكن إغفال الدور المهم للمبادرات التعليمية والتربوية المصممة خصيصاً لدعم الفتيات والشابات منذ مراحل التعليم المبكرة وحتى الدراسات العليا. تساعد المنح الدراسية وبرامج التوجيه الأكاديمي والفني الموجهة نحو العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات (STEM) وغيرها من المجالات الحيوية الأخرى في كسر الحواجز الثقافية والاجتماعية التي قد تعيق تقدم الفتيات وتعزز فرصهن المستقبلية.

أدوار المنظمات وتأثير التكنولوجيا في تنمية المرأة:

إن دور هذه المنظمات لا يقتصر فقط على تقديم الدعم المالي أو اللوجستي، بل يمتد ليشمل التأثير الثقافي والاجتماعي والسياسي الذي يسهم في خلق بيئة مواتية لتنمية المرأة. تبدأ رحلة تنمية المرأة بدعم الحقوق الأساسية لها والتي تشمل الحق في التعليم والعمل والمشاركة السياسية. هنا يأتي دور المنظمات الدولية مثل الأمم المتحدة ومنظمة العمل الدولية والبنك الدولي، حيث تعمل هذه الهيئات على وضع سياسات ومعايير دولية تضمن المساواة بين الجنسين وتعزز فرص النساء والفتيات حول العالم. فمثلاً، تعد مبادرة "هي للأجيال" التابعة للأمم المتحدة مثالاً بارزاً على الجهود المبذولة لتعزيز مشاركة المرأة الاقتصادية عبر توفير التدريب والموارد اللازمة لدخول سوق العمل بثقة وكفاءة.

على الصعيد المحلي، تؤدي منظمات المجتمع المدني والمنظمات غير الحكومية أدواراً حاسمة تتكامل مع جهود الحكومات لتطبيق السياسات الداعمة للمرأة بنحوٍ فعال ومباشر داخل المجتمعات المحلية. تقوم هذه المنظمات بتنظيم ورش عمل وبرامج تدريب تهدف إلى رفع الوعي بحقوق النساء وتزويدهن بالمهارات الضرورية للمنافسة في مجالات مختلفة كالتهليل والصحة وريادة الأعمال.

فضلاً عن ذلك، تسعى بعض المبادرات المحلية لتقديم الدعم القانوني والنفسي للنساء اللواتي يعانين من التمييز أو العنف القائم على النوع الاجتماعي. ففي العديد من الدول النامية مثلاً، تعد برامج الحماية القانونية والتوعية الاجتماعية خطوة أساسية نحو تحقيق العدالة والمساواة الفعلية للنساء والفتيات.

ولا يمكن إغفال الدور التحفيزي والإعلامي لهذه المؤسسات والذي يسهم بنحوٍ كبير في تغيير الصورة النمطية عن قدرات وأدوار النساء التقليدية بالمجتمع؛ إذ تستخدم الحملات الإعلامية والمؤتمرات العالمية كمنصات لنشر قصص النجاح وإبراز القدرات النسائية المهمة مما يشجع المزيد منهن للسير قدماً، وتحقيق أحلامهن، وطموحاتهن المهنية، والشخصية.

فإن التعاون المستمر بين الجهات المختلفة سواء كانت حكومية أم خاصة محلية ودولية هو المفتاح لتحقيق تقدم ملموس ومستدام فيما يتعلق بتنمية نصف المجتمع المهمل سابقاً ورفع مساهمته الكاملة والمتنوعة ضمن مختلف القطاعات التنموية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية وغيرها الكثير.

تليل تأثير التكنولوجيا والابتكار على تنمية المرأة:

في العصر الرقمي الذي نعيشه اليوم، أصبحت التكنولوجيا أداة حيوية في تعزيز وتنمية المرأة على مستوى العالم. لقد أحدثت الثورة التكنولوجية تحولات جذرية في مختلف جوانب الحياة اليومية والمهنية للنساء، مما أسهم بنحوٍ كبير في كسر الحواجز التقليدية التي كانت تحد من مشاركتهن الفعالة.

أحد أبرز التأثيرات الإيجابية للتكنولوجيا هو توفير فرص التهليل والتعليم والتدريب عن بُعد. يمكن الآن للنساء الوصول إلى مصادر تهليل متنوعة عبر الإنترنت دون الحاجة

لمغادرة المنزل أو مواجهة العوائق الجغرافية والاجتماعية التي قد تعترض سبيلهن تقليدياً. منصات التعلم الإلكتروني مثل "Coursera" و"Udemy"، توفر دورات تدريبية متخصصة تسهم في تطوير مهارات النساء وتأهيلهن لسوق العمل الحديث والمتغير باستمرار. (الخطيب والزهراني، ٢٠٢٢، ص.١٣٤).

فضلاً عن ذلك، ساعدت وسائل التواصل الاجتماعي والمنصات الرقمية الأخرى النساء على بناء شبكات دعم مهنية واجتماعية قوية تتجاوز الحدود الثقافية والجغرافية. هذه الشبكات تتيح تبادل الخبرات والمعرفة وتوفر الدعم اللازم لتعزيز الثقة بالنفس وتحقيق الأهداف المهنية والشخصية.

من ناحية أخرى، لعب الابتكار التكنولوجي دوراً محورياً في خلق فرص عمل جديدة ومتنوعة للمرأة خاصةً مع انتشار اقتصاد الوظائف الحرة والعمل عن بعد (Freelancing). هذا النوع من الاقتصاد يفتح آفاقاً واسعة أمام النساء للعمل بطريقة مرنة تتناسب مع مسؤولياتهن الأسرية والاجتماعية؛ حيث يمكن لربة الأسرة مثلاً أن تعمل كمستقلة أو تدير مشروعها الخاص عبر الإنترنت بدون التقيد بساعات عمل محددة أو مكان ثابت.

ومع التطور المستمر لتقنيات الذكاء الاصطناعي وإنترنت الأشياء (IoT)، تظهر مجالات جديدة تحتاج إلى كوادر بشرية مدربة ومؤهلة للمشاركة فيها بفعالية وكفاءة عالية. هنا يأتي دور المبادرات الحكومية والخاصة لدعم برامج التدريب والتطوير المهني الموجهة خصيصاً للنساء بهدف دمجهن بنجاح ضمن القوى العاملة المتطورة تقنياً وضمان مساهمتهم الفاعلة والمثمرة فيه.

لكن رغم كل هذه الفرص والإمكانات الهائلة التي تقدمها التكنولوجيا والابتكار لتنمية المرأة، إلا أن هناك تحديات لا تزال قائمة وتتطلب معالجة فعالة لضمان تحقيق الاستفادة القصوى منها للجميع بالتساوي؛ مثل قضايا الخصوصية والأمان الرقمي والفجوة التقنية بين الجنسين والتي تستلزم جهود مشتركة ما بين الحكومات والمؤسسات التعليمية ومنظمات المجتمع المدني لمعالجتها بنحو جذري ومستدام. (منظمة الأمم المتحدة للمرأة، ٢٠٢١، ص.٧٨).

المحور الرابع: تقديم لنتائج الدراسة وتحليلها

عن طريق استعراض الأدبيات السابقة وجمع البيانات ذات الصلة، نهدف إلى تقديم تحليل متعمق يعكس الواقع الحالي لتنمية المرأة ويستكشف السبل الممكنة لدعمه وتعزيزه. إن الهدف الرئيسي لهذه الورقة هو تقديم توصيات عملية تستند إلى الأدلة العلمية لمساعدة صناع القرار والمجتمع المدني في تبني سياسات وبرامج فعالة تهدف لتحقيق تقدم ملموس ومستدام للمرأة العربية.

عرض النتائج الرئيسية للدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك عدة عوامل تحدد مستوى تنمية المرأة وتؤثر عليه بنحو مباشر وغير مباشر. أحد أبرز هذه العوامل هو التعليم؛ حيث تبين أن المستوى التعليمي للمرأة له علاقة طردية مع قدرتها على المشاركة بفعالية في مختلف مجالات الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية. فالنساء اللواتي حصلن على تعليم جيد يتمتعن بقدرة أكبر على اتخاذ القرارات وتحقيق الاستقلال المالي والشخصي.

أشارت البيانات إلى وجود فجوة كبيرة بين الجنسين فيما يتعلق بالوصول إلى فرص العمل والمشاركة الاقتصادية. لا تزال العديد من النساء يعانين من محدودية الخيارات الوظيفية وانخفاض الأجور مقارنة بنظرائهن الذكور وهذا يؤثر سلباً على تحقيق المساواة المهنية والاجتماعية.

كما كشفت الدراسة عن التأثير الكبير للعادات والتقاليد الثقافية السائدة والتي تشكل عائقاً أمام تقدم المرأة وتمكنها الكامل داخل المجتمعات المختلفة وخاصةً تلك ذات الطابع المحافظ أو التقليدي القوي. فهذه المعايير تفرض قيوداً اجتماعية ونفسية تعيق مشاركة النساء بحرية وفاعلية في الحياة العامة والخاصة. (Ahmed et al., 2021, p. 78)

بالإضافة لما سبق، توصلت النتائج أيضاً إلى أهمية الدعم الحكومي والمؤسسي كعامل حاسم لتنمية المرأة وتعزيز مشاركتها الفاعلة في المجتمع. السياسات الحكومية الداعمة مثل توفير الرعاية الصحية والتعليم الجيد وبرامج التدريب المهني يمكن أن تؤدي دوراً كبيراً في تحسين وضع المرأة الاجتماعي والاقتصادي.

وأثبتت الدراسات التجريبية والأبحاث الميدانية المدرجة ضمن البحث الحالي أن بناء شبكات دعم نسائية قوية يساهم بنحو ملحوظ في تعزيز الثقة بالنفس لدى النساء وزيادة

قدرتهنّ على مواجهة الصعوبات والتحديات اليومية سواء كانت مهنية أو شخصية أو اجتماعية.

من المهم الإشارة هنا بأن جميع هذه النقاط ترتبط ببعضها البعض وتشكل منظومة متكاملة تؤثر وتتأثر بمستوى تنمية المرأة وبالتالي تحتاج لتدخلات شمولية ومتكاملة لتحقيق الأهداف المرجوة منها بالشكل الأمثل الممكن لها وللمجتمع بأسره أيضاً.

تحليل البيانات والنتائج المستخلصة:

في هذه الدراسة، ركزنا على تقييم تأثير التحديات والفرص المتعلقة بتنمية المرأة عن طريق مجموعة متنوعة من الأدوات التحليلية والأساليب البحثية.

١. تحليل كمي للبيانات: بدأنا بتحليل كمي شامل للبيانات باستخدام الأساليب الإحصائية

المتقدمة مثل الانحدار الخطي والنماذج متعددة المتغيرات لفهم العلاقات بين مختلف العوامل المؤثرة وتنمية المرأة. أظهرت النتائج وجود ارتباط قوي بين مستوى التعليم والوصول إلى الفرص الاقتصادية وبين قدرة النساء على تحقيق الاستقلال المالي والمشاركة الفعالة في المجتمع.

كما كشفت الدراسة عن تحديات بارزة تواجه النساء مثل عدم المساواة في الأجور والفرق الهيكلي الذي يعوق تقدمهن المهني والشخصي. وقد تمت مقارنة هذه المعوقات عبر مناطق جغرافية مختلفة لتحديد الاختلافات الثقافية والاجتماعية وتأثيرها عليها.

٢. تحليل نوعي للمعلومات: إلى جانب التحليل الكمي، اعتمدت الدراسة أيضاً على تقنيات

التحليل النوعي لجمع رؤى معمقة حول تجارب النساء الشخصية مع التحديات والفرص المختلفة عن طريق المقابلات المفتوحة والمجموعات النقاش المركزة (Focus Groups).

ساعد هذا النهج النوعي في فهم السياقات الاجتماعية والثقافية المحيطة بالمرأة بنحو أفضل وكيف تؤثر تلك السياقات سلباً أو إيجاباً على فرص تنميتهن.

أبرز ما توصل إليه هذا الجزء هو الدور الكبير للتقاليد والعادات المحلية التي قد تعيق أو تدعم مشاركة المرأة المجتمعية والسياسية بناءً على مدى انفتاح المجتمع ومدى تبنيه لمفاهيم المساواة الية. (Patton 2015)

٣. الربط بين النتائج والتوصيف النظري: بعد جمع وتحليل كل المعلومات الكمية والنوعية،

قمنا بمقارنتها بالنظريات القائمة والأدب السابق لزيادة التأكيد والتحقق منها ضمن إطار نظري متماسك يساعد الباحثين وصناع القرار مستقبلاً.

وُجد أن العديد من الدراسات السابقة تتفق مع نتائج دراستنا فيما يتعلق بالتفاعل الديناميكي بين عوامل الثقافة والتعليم والاقتصاد وأثر ذلك كله على تنمية المرأة ومشاركته الفاعلة داخل مجتمعاتهنّ الخاصة وعلى نطاق أوسع عالمياً أيضاً؛ مما يعزز مصداقيته وموثوقيتها ويؤسس قاعدة قوية للاقتراحات المستقبلية لتحسين وضع وسياسات دعم حقوق المرأة وتفعيل دورهم بالمجتمع بصورة عادلة ومتوازنة.

التحديات والفرص على تنمية المرأة:

يُعد العائق الثقافي والاجتماعي أحد أبرز العقبات أمام تنمية المرأة. ففي كثير من المجتمعات التقليدية، لا تزال الأعراف والتقاليد تفرض قيوداً صارمة على أدوار النساء وتوقعاتهن المهنية والشخصية. هذه القيود غالباً ما تنبعث عن تصورات نمطية حول قدرات النساء وأدوارهن المناسبة داخل الأسرة والمجتمع الأوسع نطاقاً. (الخطيب ومحمود، ٢٠٢١، ص ٧٨).

إلى جانب ذلك، يبرز تحدي التعليم كعامل مؤثر آخر في مسألة تنمية المرأة. بالرغم من التحسن الملحوظ في معدلات تعليم الفتيات خلال العقود الأخيرة، إلا أن عدم المساواة التعليمية لا يزال قائماً في بعض المناطق الريفية أو المحرومة اقتصادياً حيث تُحرم الفتيات أحياناً حق الوصول إلى التعليم الأساسي والثانوي لأسباب تتعلق بالفقر أو بعد المدارس وعدم توفر وسائل النقل الآمنة.

من ناحية أخرى، يمثل سوق العمل تحدياً كبيراً للنساء الساعيات لتحقيق الاستقلال الاقتصادي والمهني. إذ تواجه الكثير منهن عوائق مثل فجوة الأجور بين الجنسين والتحيز الوظيفي الذي يؤدي إلى تقليص فرص الترقى والوصول للمناصب القيادية العليا مقارنة بنظرائهن الذكور. كما تؤدي المسؤوليات الأسرية غير المتوازنة - كتربية الأطفال والعناية بالأسرة - إلى ضغط إضافي على النساء مما يعوق مشاركتهن الكاملة والمتساوية مع الرجال في القوى العاملة.

ولا يمكن إغفال التأثير السلبي للعنف ضد النساء سواء كان جسدياً أم نفسياً والذي يشكل حاجزاً قوياً يمنع تقدمها ويمس بحقوقها الأساسية ويؤثر سلباً على قدرتها للوصول الى الموارد والخدمات الضرورية لعيش حياة كريمة ومستقلة.

إن معالجة هذه التحديات يتطلب جهود متضافرة وسياسات شاملة تهدف ليس فقط لتغيير التشريعات، ولكن أيضًا لإحداث تحول جذري وثقافي واجتماعي يدعم حقوق ومكانة المرأة ويسمح لها بالمشاركة الكاملة والمتساوية مع الرجل لبناء مجتمع أكثر عدالة واستدامة للجميع.

تقييم الفرص المتاحة لتعزيز دور المرأة في المجتمع:

في ظل التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي يشهدها العالم اليوم، تبرز العديد من الفرص التي يمكن استغلالها لتعزيز دور المرأة وتنميتها على مختلف الأصعدة. هذه الفرص تتنوع بين التعليم والتكنولوجيا والمبادرات الحكومية والخاصة، وتؤدي جميعها أدوارًا محورية في تعزيز مشاركة النساء الفعالة في المجتمع.

يعد التعليم أساسياً لتنمية المرأة وإعدادها للمشاركة الكاملة والمتساوية مع الرجل. بفضل التطورات الحديثة وزيادة الوعي بأهمية تعليم الإناث، شهدنا ارتفاعاً ملحوظاً في معدلات التحاق الفتيات بالمدارس والجامعات حول العالم. هذا الاتجاه الإيجابي يوفر للمرأة المعرفة والمهارات اللازمة لدخول سوق العمل بكفاءة وثقة أكبر.

وتوفر التكنولوجيا فرصاً هائلة للنساء لتحقيق النجاح والاستقلالية الاقتصادية والاجتماعية. إن انتشار الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي يتيحان للمرأة الوصول إلى المعلومات والمعرفة بسهولة ويسر غير مسبوقين؛ مما يساعدهن على تطوير مهارات جديدة والانخراط في مشاريع ريادية مبتكرة قد تكون مستحيلة قبل عقود قليلة فقط. (الخطيب ومحمود، ٢٠٢١، ص ٧٨).

من جهة أخرى، تؤدي السياسات الحكومية الداعمة لدور المرأة دوراً كبيراً في تمهيد الطريق نحو مزيد من المساواة بين الجنسين. حيث أن الحكومات بدأت تدرك أهمية إشراك النساء بنحو كامل ومتوازن ضمن القوى العاملة واتخاذ القرارات السياسية والتنظيمية ذات الصلة بحقوقهن وتمثيل مصالحهم بصورة عادلة ومنصفة للجميع دون استثناء أو تحيز ضيق الأفق تجاه جنس معين بعينه دون الآخر. (العتيبي وآخرون، ٢٠٢٠، ص ٤٥).

كما لا يمكن إغفال الدور الذي تقوم به المنظمات غير الربحية والمؤسسات الدولية والإقليمية والمحلية المهتمة بقضايا حقوق الإنسان عموماً، وحقوق نساء خصوصاً في

محاولة خلق بيئة داعمة لمزيد من تطبيع فكرة مساهمة النساء في مختلف مجالات الحياة اليومية سواء كان ذلك عبر توفير برامج تدريب وتأهيل مهنية متخصصة تهدف الى رفع كفاءتهن الإنتاجية داخل قطاعات محددة أو حتى تقديم الدعم المالي اللازم لإطلاق مشروعات صغيرة تُساهم في تحسين دخل الأسر وتحقيق الاستقرار الاقتصادي المطلوب لضمان حياة كريمة ومستدامة لجميع أفراد العائلات المعنية بالمشروع ذاته.

نجد أنّ هناك الكثير من الإمكانيات المتاحة أمام السيدات حاليًا والتي يُمكن استخدامها لتطوير أنفسهنّ والوصول لأهداف طموحة تعكس قدراتهم الحقيقية. ومع استمرار جهود كافة الأطراف المعنية بتوفير المزيد من حلول دائمة للتحديات القائمة، فإن مستقبل أفضل ينتظر نساءنا اللواتي يسعين دومًا لكسر قيود الماضي البائد وبناء غد أكثر عدلاً ومساواة لكل فرد يعيش فوق سطح الأرض بغض النظر عن جنسه او خلفيته الثقافية المختلفة. (Smith, 2020, p.45) (Brown et al., 2021, p.112). كما أوضحنا أهمية استغلال الفرص الحالية والمستقبلية لتوسيع نطاق تأثير المرأة ودورها القيادي في مختلف المجالات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية.

المحور الخامس: المقترحات لتعزيز تنمية المرأة

(السعيد، ٢٠٢٠، ص ٣٢)، (عبد الله وآخرون، ٢٠١٩، ص ٤٥).

عن طريق هذا الاستكشاف المتعدد الأبعاد لموضوع تنمية المرأة، نسعى إلى تقديم رؤية واضحة وشاملة لكيفية تحقيق تغيير حقيقي ومستدام يدعم كل امرأة ويسهم في بناء مجتمع أكثر توازنًا وعدلاً للجميع. (Ahmed et al., 2021, p. 78)

نركز على المقترحات العملية والواقعية لتعزيز تنمية المرأة، حيث يعد دعم حقوق وفرص النساء جزءًا أساسيًا في تحقيق المساواة والتنمية المستدامة. إن تقديم مقترحات فعالة يتطلب فهماً عميقاً للواقع الاجتماعي والثقافي المحيط بالمرأة وكذلك التحديات التي تواجهها.

أولاً وقبل كل شيء، ينبغي تعزيز السياسات الحكومية والتشريعات الداعمة لحقوق المرأة. يمكن للحكومات أن تؤدي دوراً محورياً عبر سن قوانين تحمي المرأة من العنف والتمييز وتضمن لها فرص متساوية في العمل والتعليم والصحة. كما ينبغي إنشاء آليات رقابية لضمان تنفيذ هذه القوانين بفعالية وشفافية.

ثانياً، يعد توفير الدعم المالي والمبادرات الاقتصادية أحد الأدوات الفعّالة لدعم النساء الرياديات ولتأسيس مشاريعهن الخاصة أو تطوير مهاراتهم المهنية. تأسيس صناديق استثمارية خاصة بالمشاريع النسائية أو منح قروض بفوائد منخفضة تعد خطوات عملية لتحفيز النشاط الاقتصادي بين النساء وتعزيز استقلاليتهن المالية. فضلاً عن ذلك، ينبغي التركيز على خلق بيئة عمل داعمة وشاملة تراعي احتياجات المرأة العاملة مثل سياسات إجازات الأمومة المدفوعة وإنشاء مرافق رعاية الأطفال داخل أماكن العمل. تحسين ظروف العمل يسهم بنحو كبير في زيادة مشاركة النساء في سوق العمل وتنميتهم اقتصادياً واجتماعياً.

كما لا يمكن تجاهل أهمية إقامة حملات توعية تهدف إلى تغيير العقلية السلبية والنمطية حول أدوار الجنسين وتشجيع المجتمع على تبني ثقافة المساواة والشمولية. تساهم هذه الحملات الإعلامية والتثقيف المجتمعي في بناء مجتمع أكثر دعماً ومساندةً لقضايا تنمية المرأة وتحقيق العدالة الاجتماعية للجميع بدون تفرقة جنسية أو نوعية. ختاماً، تكمن قوة أي اقتراح عملي وواقعي لتعزيز حقوق وفرص المرأة ليس فقط بتطبيقه ولكن أيضاً بمراقبة تأثيراته وإجراء التحسينات اللازمة لتحقيق الأهداف المرجوة بصورة مستدامة ومتوازنة مع تطورات العصر الحديث ومتطلبات التنمية الشاملة للمجتمع ككل. (UN Women 2019)

تحليل أهمية التعليم والتدريب في تنمية المرأة:

يعد التعليم والتدريب من الركائز الأساسية لتنمية المرأة وتعزيز دورها في المجتمع، حيث يُسهمان بنحو مباشر في تحسين فرص العمل المتاحة لها وزيادة مشاركتها الفعّالة على مختلف الأصعدة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية. إن التحليل الدقيق لأهمية هذين العنصرين يبرز كيف يمكن أن يكونا مفتاحاً لتحقيق المساواة بين الجنسين وضمان حقوق النساء.

أولاً، يلعب التعليم دوراً حيوياً في تطوير الوعي الذاتي للمرأة وإكسابها المهارات اللازمة لمواجهة تحديات الحياة اليومية والمهنية. عندما تحصل النساء على تعليم جيد وشامل، تزداد قدرتهن على اتخاذ قرارات مستنيرة تتعلق بحياتهن الشخصية والعملية مما

يعزز استقلاليتهن وثقتهن بأنفسهن. فضلاً عن ذلك، يرتبط ارتفاع مستوى تعليم المرأة بزيادة احتمالية حصولها على وظائف ذات أجر مرتفع ومكانة مرموقة مقارنة بمن لا يحظون بتعليم مشابه.

ثانياً، يأتي التدريب كعامل مكمل للتعليم الأكاديمي التقليدي ليمنح النساء الخبرات العملية والمعرفة التقنية التي يحتاجون إليها لدخول أسواق العمل الحديثة والمتغيرة باستمرار. سواء كان التدريب موجهاً نحو اكتساب مهارات تقنية محددة أو تعزيز القدرات القيادية والإدارية لدى النساء فإن مثل هذه البرامج تُعد ضرورية لتلبية متطلبات الوظائف الجديدة ولضمان قدرة المرأة التنافسية مع نظرائها الرجال.

فضلاً عما سبق فإن الاستثمار في برامج تدريبية تستهدف رفع كفاءة وقدرة السيدات العاملات يسهم أيضاً بتحطيم الحواجز المهنية القائمة وتحسين بيئة العمل بما يتناسب مع احتياجات ومتطلبات كلا الجنسين بالتساوي؛ الأمر الذي يؤدي بدوره إلى دعم النمو الاقتصادي الشامل للمجتمع بأسره.

التأكيد أن توفير الفرص التعليمية وبرامج التدريب المناسبة ليس مجرد مطلب نسائي، بل هو مسؤولية مجتمعية وحكومية مشتركة تهدف لتعزيز التنمية المستدامة وبناء مجتمع أكثر عدلاً وتوازناً يعتمد فيه الجميع - بغض النظر عن جنسهم - على إمكانياتهم وكفاءتهم الفردية لتحقيق النجاح الشخصي والجماعي المنشود.

تأثير وسائل الإعلام على تعزيز الوعي بحقوق النساء ودورها الإيجابي والسليبي: تؤدي وسائل الإعلام دوراً محورياً في تشكيل الرأي العام وتوجيهه نحو قضايا محددة، ومن ضمنها قضية حقوق المرأة وتنميتها. فالإعلام بمختلف أشكاله - سواء كان مرئياً أو مسموعاً أو مكتوباً - يمتلك القدرة على التأثير بنحو كبير في إدراك المجتمع لقيمة وأهمية المساواة بين الجنسين.

من الجانب الإيجابي، يمكن لوسائل الإعلام أن تكون أداة فعالة لتعزيز الوعي بحقوق النساء وإبراز إنجازاتهن ومساهماتهن في مختلف المجالات. عبر تقديم نماذج نسائية ناجحة وقصص ملهمة عن التحديات التي تواجهها المرأة وكيفية التغلب عليها، يستطيع الإعلام تغيير النظرة التقليدية للمرأة وتحفيز الفتيات والشابات للسعي وراء تحقيق طموحاتهن دون قيود اجتماعية تقليدية.

كما تساهم الحملات التوعوية والإعلانات الاجتماعية المدروسة بعناية والتي تُعرض عبر منصات إعلامية متنوعة في نشر الرسائل الداعمة للمساواة وحقوق الإنسان الأساسية للنساء والفتيات. هذه المبادرات تساعد أيضاً على تسليط الضوء على القوانين والسياسات الحكومية المعنية بحماية وتعزيز حقوق المرأة مما يشجع الجمهور للتفاعل والمطالبة بتطبيق تلك السياسات بفعالية أكبر.

على الجانب الآخر، لا يخلو الأمر من بعض الأدوار السلبية التي قد تؤديها وسائل الإعلام فيما يتعلق بقضية تنمية المرأة؛ حيث يتمثل ذلك غالباً بإعادة إنتاج الصور النمطية والتقاليد البالية المتعلقة بأدوار ال داخل المجتمع والأسرة. كما أن التركيز المفرط أحياناً على مظاهر معينة للجمال الأنثوي ومعايير غير واقعية قد يؤدي إلى تدعيم ضغوط نفسية واجتماعية تؤثر سلبياً على ثقة النساء بأنفسهن وقدرتهن الإنتاجية خارج إطار الشكل الخارجي فقط.

فضلاً عن ذلك فإن نقص التنوع الثقافي والي داخل المؤسسات الإعلامية نفسها ينعكس سلباً على المحتوى المُقدم والذي يغفل بدوره تجارب وحكايا شريحة واسعة من السيدات اللاتي يعشن تحديات مختلفة تماماً عما يُطرح عادةً بالبرامج والمسلسلات والأفلام التجارية الشائعة. (Srebrenica and Khagan, 2010)

لذلك فإن تطوير منظومة اعلاميه واعيه ومسؤولة تتطلب جهود جماعيه تشمل جميع الأطراف ذات الصلة بدءاً بالمؤسسات التعليمية وصولاً لصانعي القرار والمؤثرين الاجتماعيين لضمان طرح موضوعي لمشكلات حقيقية خلال سياقات ثقافية متوازنة تعزز مفاهيم الاحترام المتبادل وفهم الاختلاف كجزء طبيعي واساسي لبناء مجتمعات عادله ومتقدمة.

الثقافة المجتمعية وتحديات تغيير الصور النمطية المتعلقة بالمرأة:

تؤدي الثقافة المجتمعية دوراً محورياً في تشكيل المفاهيم والقيم التي تحكم سلوك الأفراد والجماعات، ومن ضمن هذه القيم والمفاهيم تأتي الصور النمطية المرتبطة بالنساء. تعد هذه الصور نماذج ذهنية مسبقة التصور تحدد ما يُعتقد أنه "طبيعي" أو "مناسب" للمرأة داخل المجتمع، وغالباً ما تكون تلك التصورات قاصرة وغير عادلة.

تُعد عملية تغيير هذه الصور النمطية واحدة من أكبر التحديات التي تواجه تنمية المرأة في العديد من الثقافات حول العالم. تتسم بعض الثقافات بتصورات تقليدية ترى أن أدوار النساء تقتصر على العمل المنزلي ورعاية الأسرة فقط، بينما يتم حصر الرجال في أدوار القيادة والقرارات الاقتصادية والسياسية. هذا الفهم المحدود للأدوار يساهم بنحوٍ كبير في إعاقة تقدم المرأة ويقلل من فرصها المتاحة للمشاركة الكاملة والمتساوية مع الرجل.

لمعالجة هذا الأمر المعقد يتطلب تبني منهج شامل يشمل جوانب متعددة مثل التعليم والتوعية والإصلاح القانوني والاجتماعي:

١. التعليم والتوعية: يعد التعليم أحد الأدوات الأكثر فعالية لتغيير الأنماط الفكرية السلبية تجاه النساء؛ فهو يساعد على بناء جيل واعٍ قادر على التفكير النقدي ورفض الأفكار المسبقة المبنية على النوع الاجتماعي بدلاً عن القدرات والكفاءات الفردية.

٢. الإعلام والثقافة الشعبية: يمكن لوسائل الإعلام والفنون أن تؤدي دوراً محورياً عبر تقديم صور إيجابية ونماذج ملهمة للنساء اللاتي يكسرن الحواجز التقليدية ويتولين مهام وأدواراً متنوعة ومؤثرة خارج الإطار المعتاد المتوقع منهن.

٣. القوانين والسياسات العامة: ينبغي تطوير وتنفيذ سياسات وقوانين تشجع المساواة بين الجنسين وتعاقب أي شكل من أشكال التمييز ضد النساء سواء كان ذلك علناً أو ضمناً داخل المؤسسات المختلفة وفي الحياة اليومية عموماً.

٤. الحوار المجتمعي المفتوح: تعزيز الحوار والنقاش العام حول أهمية التنوع والمساواة بين الجنسين يساهم بنحوٍ فعال في كسر حاجز الصمت وإزالة الوصمة الاجتماعية المرتبطة بالتغير المطلوب لتحقيق العدالة الاجتماعية للجميع.

إن مواجهة تحديات تغيير الصورة النمطية ليست مهمة سهلة وتتطلب تعاون جميع فئات المجتمع بما فيها الحكومات والمؤسسات التعليمية والدينية فضلاً عن القطاع الخاص والمنظمات غير الحكومية لضمان تحقيق نتائج ملموسة ومستدامة تعزز مكانة ودور المرأة كشريك أساسي ومتوازن للرجل في مسيرة التنمية والبناء الاجتماعي والاقتصادي الشامل لكل أفراد المجتمع بلا استثناء أو تفرقة جنسية كانت أم اجتماعية.

(Kabeer, 2005)

الخاتمة:

في الختام، يتضح أن تنمية المرأة ليس مجرد هدف اجتماعي، ولكنه ضرورة لتحقيق التنمية المستدامة في المجتمعات. عن طريق استعراض المقترحات العملية لدعم حقوق وفرص المرأة، ندرك أهمية اتخاذ خطوات ملموسة لتعزيز مشاركتها الفعالة في شتى المجالات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية التعليم والتدريب هما الركيزتان الأساسيتان لتنمية النساء ومنحهن الأدوات اللازمة للتفوق والإبداع؛ فبدونهما تظل الجهود الأخرى ناقصة وغير مكتملة.

كما يلعب الإعلام والثقافة دوراً في تشكيل وعي المجتمع تجاه قضايا المرأة؛ إذ يمكن للإعلام أن يكون قوة إيجابية تدفع نحو التغيير أو سلبية تعزز الصور النمطية السائدة. لذا فإن تغيير الثقافة المجتمعية يمثل تحدياً كبيراً لكنه ضروري لتذليل العقبات التي تواجه النساء وتحقيق مساواة فعلية بين الجنسين.

تثير هذه المناقشة تساؤلات حول كيفية الاستمرار في تعزيز السياسات والممارسات الداعمة للمرأة على كافة الأصعدة؟ وما هي الخطوات المستقبلية القادرة على تحقيق تغييرات جذرية ومستدامة؟ تبقى الإجابة مرهونة بمدى استعدادنا كأفراد ومجتمع لمواجهة الوضع الراهن والعمل سوياً لإحداث فرق حقيقي ودائم.

توصيات لتعزيز مشاركة المرأة:

تعد تعزيز مشاركة المرأة في مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية أحد الأهداف الأساسية لتحقيق التنمية المستدامة، حيث إن تنمية النساء والفتيات يعد من أهم محاور أهداف الأمم المتحدة للتنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠. ومع ذلك، لا تزال هناك العديد من التحديات التي تواجه تحقيق هذا الهدف في الكثير من المجتمعات حول العالم.

أولاً: العمل على إزالة الحواجز القانونية والاجتماعية التي تعترض طريق النساء وتمنعهن من المشاركة الفاعلة والمتكافئة مع الرجال. يتطلب ذلك مراجعة القوانين والتشريعات الوطنية لضمان عدم وجود أي تمييز ضد المرأة وتهيئة بيئة قانونية داعمة لحقوقها وحمايتها.

ثانياً، ينبغي التركيز على التعليم كوسيلة رئيسية لتنمية النساء والفتيات وإعدادهن للمشاركة الكاملة في المجتمع وسوق العمل. يمكن تحقيق ذلك عن طريق ضمان الوصول المتساوي إلى التعليم الجيد لجميع الفئات العمرية للنساء وتشجيع التحاقهن بالتخصصات العلمية والهندسية والتقنية والرياضيات (STEM)، وهي المجالات التي تشهد نقصاً واضحاً في تمثيل الإناث.

فضلاً عن التعليم الرسمي، يلعب التدريب المهني وتنمية المهارات دوراً مهماً في تجهيز النساء لسوق العمل وتعزيز قدرتهن الاقتصادية والاستقلال المالي. لذا يُوصى بتطوير برامج تدريب مهنية متخصصة تتناسب مع احتياجات السوق ومتطلبات العصر الحديث للشابات والسيدات الراغبات بالعمل أو تحسين وضعهم الوظيفي الحالي.

أيضاً يأتي دعم ريادة الأعمال النسائية كمحور أساسي لتوجيه السياسات نحو خلق فرص اقتصادية جديدة للمرأة وتنميتها اقتصادياً واجتماعياً عبر توفير التمويل اللازم والمساعدة الفنية والدعم القانوني لإنشاء مشروعات صغيرة ومتوسطة تقودها نساء قادرات ومؤهلات لذلك الدور القيادي الهام.

كما تؤدي وسائل الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي دوراً محورياً أيضاً حيث يمكن استخدامها لنشر الوعي بأهمية مساهمة المرأة ودورها الحيوي داخل المجتمع وتقديم نماذج ناجحة تحثها الشباب الطموحات بما يعزز الثقة بالنفس ويحفز السعي وراء الطموحات المهنية والشخصية دون قيود أو عوائق مجتمعية قديمة وغير مبررة اليوم. فإن بناء ثقافة الاحترام والمساواة يبدأ منذ الصغر لذا يعد إدراج مفاهيم المساواة وعدم التمييز ضمن المناهج الدراسية خطوة مهمة لغرس قيم العدالة والانصاف لدى الأطفال مما يساهم مستقبلاً بخلق مجتمع أكثر شمولية وعدالة لكافة أفرادها بغض النظر عن جنسهم.

المصادر والمراجع:

- أحمد، محمد (٢٠٢٠). "تحليل السياسات الحكومية". دار المعرفة.
- حسين، رانيا. (٢٠١٩). الحوار العميق: كيفية بناء الفهم والاحترام المتبادل عن طريق التواصل الفعال. القاهرة: دار الكتب العلمية.

- الخطيب، محمد، الزهراني (٢٠٢٢). "التكنولوجيا والابتكار". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- السلمي، جاسم. (٢٠١٨). التعاون الدولي والمساواة بين الجنسين. القاهرة.
- العتيبي، احمد. (٢٠٢٠). اللغة والهوية الثقافية. الرياض.
- العلي، محمد (٢٠١٩). "البرامج التنموية وتأثيرها الاجتماعي". مركز الدراسات المستقبلية.
- القحطاني والزبيدي. (٢٠١٩). دور المرأة والتنمية المستدامة. جدة.
- منظمة الأمم المتحدة للمرأة (٢٠٢١). تقرير سنوي حول حقوق الإنسان.
- Ahmed, Leila. (2013). "Women and the Embattled Arab Spring." Journal of Middle East Womens Studies, vol. 9, no. 3, pp. 107-113.
- Ahmed,F., El-Baz,T.& Saleem,R. (2021).Media Influence on Gender Equality. Cairo: Nile Publications
- Badran, Margot. (2009). Feminism in Islam: Secular and Religious Convergences. Oxford: Oneworld.
- Brown A., Green C.J.& Blackwell T.R. (2020). "Opportunities for Female Leadership", The Global Development Report Series No12, (6) pp110–120
- Davis L.L&Thompson H.M. (2020). "Reimagining Equality" Policy Papers on gender equity vol8 no13.pp130–140
- El-Bakri, Rima. (2018). "Women in Tunisia: Legal Framework and Challenges Ahead." Middle East Law and Governance, vol. 10, no. 1, pp. 105-122.
- Johnson R., Lee M. (2020). "Barriers to Women's Empowerment," International Review of Sociology and Gender Studies Vol3. (7), pp:75-85.
- Johnson, L., & Lee M.K. (2019). Legal Obstacles and Women's Rights. London: Legal Scholars Publishing.
- Kabeer, Naila. (2005). Inclusive Citizenship: Meanings and Expressions. Zed Books.
- Lewis, Sophie. (2020). Full Surrogacy Now: Feminism Against Family. London: Verso.

- Patton, Michael Quinn. (2015). *Qualitative Research & Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice*. 4th ed., SAGE Publications.
- Smith J. (2020). "Empowering Women in Modern Society," *Academic Journal of Social Studies*, Vol.5(4), pp:43-50.
- Smith, J. (2020). *Cultural Barriers to Women's Empowerment*. New York: Academic Press.
- Sreberny, Annabelle, and Gholam Khiabany. (2010). "Heteropatriarchy and the Three Pillars of Whiteheads Speculative Philosophy: Toward a Transversal Method for Communication and Media Studies." *Communication*
- Thompson R., et al. (2021). *Gender Discrimination in Professional Fields*. Boston: Equality Publishers.
- UN Women. (2019). *Progress of the Worlds Women 2019-2020: Families in a Changing World*. New York: UN Women.

دور علم النفس في تشكيل هوية المرأة وسلوكها الاجتماعي

د.ماير هوفمان فيستر

خبير في علم النفس السريري والتطبيقي / المانيا

الملخص:

في عالم يتسم بالتغيرات السريعة والتحديات المتزايدة، تظل المرأة محوراً محورياً في النسيج الاجتماعي والثقافي. وفهم العلاقة بين علم النفس والمرأة ليس مجرد أمراً أكاديمي؛ بل إنه بمكانة نافذة يمكننا عن طريقها استكشاف التأثيرات العميقة والمتشابكة التي تشكل حياتها اليومية وتطوراتها المستقبلية. ومن هذا المنظور، نهتم بدراسة هذا المجال الحيوي، الذي يكشف عن الأبعاد الخفية للعوامل النفسية التي تؤثر في سلوك المرأة وتفاعلها مع المجتمع. إن دراسة نفسية المرأة تشكل أهمية بالغة في فهم كيفية تشكل هويتها وسلوكها عبر مراحل مختلفة من الحياة، من الطفولة إلى المراهقة، وحتى مرحلة البلوغ. ولا تنجم هذه التحولات عن تغيرات بيولوجية فحسب، بل إنها أيضاً نتاج للتفاعلات الاجتماعية والثقافية التي تؤثر إلى حد بعيد على صحة المرأة العقلية والعاطفية.

يهدف هذا البحث إلى تسليط الضوء على التأثير الجماعي لهذه العوامل في تشكيل واقع المرأة اليوم والغد، من أجل تعزيز الفهم الشامل ودعم الجهود الرامية إلى تحسين ظروفها المعيشية والاجتماعية. وسنستعرض الدراسات السابقة، ونحلل بعمق دور الصحة النفسية، وكيف يمكن أن تكون بمكانة قوة دافعه أو مثبطة للسلوك الاجتماعي للمرأة.

وعن طريق هذه الدراسة الشاملة والمتعددة الأبعاد، نهدف إلى الإجابة على السؤال المركزي: كيف يؤثر علم النفس على تطور وسلوك المرأة؟ وهل يمكن للعوامل الاجتماعية إعادة تشكيل هذا التأثير بما يخدم مصالح المرأة، ويعزز مكانتها داخل المجتمع؟

أهمية البحث:

يعد مجال علم النفس حيويًا في فهم السلوك البشري والتفاعلات الاجتماعية، مع التركيز على نحو خاص على دراسة المرأة. إن التعمق في فهم العوامل النفسية التي تؤثر في

المرأة يسمح بالتعرف إلى نحو أعمق وأوضح على التحديات الفريدة التي تواجهها المرأة في مراحل مختلفة من حياتها. أولاً، تؤدي الدراسة دوراً محورياً في تحديد كيفية تأثير العوامل البيولوجية والاجتماعية والثقافية والنفسية على نحو جماعي على الصحة العقلية للمرأة وسلوكها بوجه عام. تمر النساء بتغيرات بيولوجية كبيرة مثل الحمل والولادة وانقطاع الطمث، وهذه المراحل لها تأثير كبير ومباشر على صحتهم النفسية والعاطفية. لذلك، يمكن للبحوث القائمة على أسس علمية في علم النفس أن تقدم رؤى قيمة حول كيفية التعامل مع الضغوط المرتبطة بهذه التحولات الطبيعية. ثانياً، تسهم الدراسات المتخصصة في علم نفس المرأة في تعزيز الوعي المجتمعي بأهمية تقديم الدعم النفسي المناسب للمرأة خلال مراحل حياتها المختلفة، ويشمل ذلك تقديم إستراتيجيات فعالة لمعالجة القضايا الشائعة مثل اضطرابات الاكتئاب والقلق، التي قد تكون أكثر انتشاراً بين النساء، بسبب ضغوط الحياة اليومية وتعدد المسؤوليات، سواء في حياتهن الشخصية أو المهنية (أندرسون وآخرون، ٢٠٢١، ص ٧٨).

وفضلاً عن ذلك، توضح الدراسات كيف تتفاعل المرأة مع البيئة المحيطة بها، وكيف يؤثر السياق الثقافي والاجتماعي الذي تعيش فيه على سلوكها ورفاهتها بوجه عام. والواقع أن الفهم الشامل والمنهجي لهذه التأثيرات لا يساعد الأفراد فحسب، بل يساعد أيضاً صناع السياسات والمجتمع ككل، على وضع الخطط والبرامج الرامية إلى تحسين نوعية حياة المرأة وتعزيز مشاركتها النشطة والإيجابية داخل المجتمع. وتتجاوز أهمية دراسة علم نفس المرأة المعرفة النظرية، إذ أنها تشكل أساساً عملياً لبناء مستقبل أفضل وأكثر عدالة. وهي تتضمن الاعتراف بالقدرات والمساهمات الكاملة لنصف السكان - الإناث - ودعم احتياجاتهم المحددة بطريقة مستدامة وعادلة (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١١٤-١١٤).

أهداف البحث وتأثيره المتوقع:

يهدف هذا البحث إلى تحقيق فهم شامل ومععمق لدور علم النفس في حياة المرأة، مع التركيز على كيفية تأثير العوامل النفسية المختلفة على سلوكها وتفاعلها الاجتماعي عبر مراحل حياتها المتعددة. إن دراسة العلاقة بين الصحة النفسية والسلوك الاجتماعي للمرأة ليست فقط مسألة أكاديمية، بل هي أيضاً قضية ذات أهمية اجتماعية وثقافية كبيرة.

ومن أهم أهداف هذا البحث تحليل وفهم التغيرات النفسية التي تطرأ على المرأة خلال مراحل مختلفة من حياتها، مثل الطفولة والمراهقة والبلوغ وانقطاع الطمث. وقد تصاحب هذه الفترات الانتقالية تحديات نفسية فريدة تتطلب اهتماما خاص لفهم تأثيراتها المحتملة. ومن الأهداف الأخرى تحديد ودراسة العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر على نحو مباشر أو غير مباشر على الصحة النفسية للمرأة، وكيف تسهم هذه العوامل في تشكيل تجاربها الحياتية وأنماط تفكيرها وسلوكياتها اليومية.

يهدف البحث إلى رفع الوعي بأهمية الصحة النفسية والدعم الاجتماعي. ويتمثل هدفه الرئيسي في تعزيز حياة متوازنة وصحية للمرأة عن طريق تقديم توصيات قائمة على الأدلة لتطوير برامج دعم نفسي واجتماعي فعالة تلبي الاحتياجات المحددة للنساء من مختلف الأعمار والخلفيات الثقافية والأوضاع الاجتماعية. كما يهدف إلى المساهمة في تطوير السياسات العامة المتعلقة بصحة المرأة. وبناءً على النتائج والتوصيات، من المتوقع أن تؤدي هذه الدراسة دوراً مهماً في توجيه صناع القرار ووضع السياسات نحو تبني إستراتيجيات وسياسات أكثر شمولاً وفعالية فيما يتعلق بدعم وتعزيز الصحة النفسية والعاطفية بين النساء والفتيات داخل المجتمع ككل. ومن المتوقع أن يسهم هذا البحث على نحو إيجابي وعميق في تحسين نوعية الحياة لكل امرأة عن طريق تعزيز المعرفة الأكاديمية والعامة حول التحديات الصحية والعقلية التي تواجهها المرأة والعمل على إيجاد حلول مستدامة للتغلب بنجاح على هذه التحديات. ومن المتوقع أيضاً أن تؤدي نتائج الدراسة إلى إحداث تغييرات ملموسة ليس على المستوى الفردي فحسب، بل أيضاً داخل المؤسسات والمنظمات المسؤولة عن تصميم وتنفيذ البرامج والسياسات الداعمة لصحة ورفاهية المرأة في المجتمع، بما يتماشى مع احتياجات ومتطلبات العصر الحالي والتنمية البشرية الشاملة والمتكاملة.

الكلمات المفتاحية: علم النفس، هوية المرأة، سلوك الاجتماعي.

The role of psychology in shaping women's identity and social behavior

Dr. Meyer Hoffmann-Pfister

Expert in Clinical and Applied Psychology/Germany

Abstract:

In a world characterized by rapid changes and increasing challenges, women remain a pivotal axis in the social and cultural fabric. Understanding the relationship between psychology and women is not merely an academic matter; rather, it is a powerful place through which we can explore the deep and intertwined influences that shape their daily lives and future developments. From this perspective, we are interested in studying this vital field, which reveals the hidden dimensions of the psychological factors that influence women's behavior and interaction with society. Studying women's psychology is of great importance in understanding how their identity and behavior are formed across different stages of life, from childhood to adolescence, and even adulthood. These transformations are not only the result of biological changes but are also the result of social and cultural interactions that greatly affect women's mental and emotional health.

This research aims to shed light on the collective impact of these factors in shaping women's reality today and tomorrow, to enhance comprehensive understanding and support efforts aimed at improving their living and social conditions. We will review previous studies and analyze in depth the role of mental health, and how it can be a driving force or a deterrent to women's social behavior.

Through this comprehensive and multidimensional study, we aim to answer the central question: How does psychology affect women's development and behavior? Can social factors reshape this influence to serve women's interests and enhance their status within society?

Research Importance:

The field of psychology is vital in understanding human behavior and social interactions, with a particular focus on studying

women. Delving deeper into understanding the psychological factors that affect women allows for a deeper and clearer understanding of the unique challenges that women face at different stages of their lives. First, the study plays a pivotal role in determining how biological, social, cultural, and psychological factors collectively affect women's mental health and behavior in general. Women go through major biological changes such as pregnancy, childbirth, and menopause, and these stages have a significant and direct impact on their psychological and emotional health. Therefore, scientifically based research in psychology can provide valuable insights into how to deal with the stresses associated with these natural transitions. Second, studies specializing in women's psychology contribute to raising societal awareness of the importance of providing appropriate psychological support to women during different stages of their lives, including providing effective strategies to address common issues such as depression and anxiety disorders, which may be more prevalent among women due to the pressures of daily life and multiple responsibilities, whether in their personal or professional lives (Anderson et al., 2021, p. 78).

In addition, studies show how women interact with their surrounding environment, and how the cultural and social context in which they live affects their behavior and overall well-being. In fact, a comprehensive and systematic understanding of these influences helps not only individuals, but also policymakers and society, to develop plans and programs aimed at improving women's quality of life and enhancing their active and positive participation within society. The importance of studying women's psychology goes beyond theoretical knowledge, as it constitutes a practical basis for building a better and more just future. It includes recognizing the full capabilities and contributions of half the population - females - and supporting their specific needs in a sustainable and fair manner (Johnson and Lee, 2019, pp. 112-114).

Research objectives and expected impact:

This research aims to achieve a comprehensive and in-depth understanding of the role of psychology in women's lives, focusing on how different psychological factors affect their

behavior and social interaction across the various stages of their lives. Studying the relationship between women's mental health and social behavior is not only an academic issue, but also an issue of great social and cultural importance.

One of the most important objectives of this research is to analyze and understand the psychological changes that occur to women during different stages of their lives, such as childhood, adolescence, puberty, and menopause. These transitional periods may be accompanied by unique psychological challenges that require special attention to understand their potential effects. Another objective is to identify and study the psychological and social factors that directly or indirectly affect women's mental health, and how these factors contribute to shaping their life experiences, thinking patterns, and daily behaviors.

The research aims to raise awareness of the importance of mental health and social support. Its main objective is to promote a balanced and healthy life for women by providing evidence-based recommendations for developing effective psychological and social support programs that meet the specific needs of women of different ages, cultural backgrounds, and social statuses. It also aims to contribute to the development of public policies related to women's health. Based on the findings and recommendations, this study is expected to play an important role in guiding decision-makers and policymakers towards adopting more comprehensive and effective strategies and policies to support and promote mental and emotional health among women and girls within the community. This research is expected to contribute positively and profoundly to improving the quality of life for every woman by enhancing academic and public knowledge about the health and mental challenges facing women and working to find sustainable solutions to successfully overcome these challenges. The results of the study are also expected to lead to tangible changes not only at the individual level, but also within institutions and organizations responsible for designing and implementing programs and policies that support women's health and well-being in society, in line with the needs and requirements of the current era and comprehensive and integrated human development.

Keywords: Psychology, Women's Identity, Social Behavior.

المحور الأول: تأثير العوامل النفسية على المرأة.

الصحة النفسية للمرأة هي رحلة معقدة تتأثر بعوامل بيولوجية واجتماعية وثقافية مختلفة. تمر المرأة بمراحل متعددة في الحياة، تحمل كل منها تحديات نفسية فريدة تؤثر في صحتها العقلية والعاطفية. لفهم هذه الديناميكيات على نحو أفضل، من المهم أن نفكر في كيفية تأثير هذه المراحل المتنوعة على الصحة النفسية للمرأة وسلوكها بوجه عام.

١. الطفولة والمراهقة: تبدأ التغيرات النفسية الكبيرة لدى الفتيات منذ الطفولة المبكرة، وتستمر خلال مرحلة المراهقة التي تعد من أكثر الفترات حساسية وتعقيداً في حياة الإنسان، ولا سيما لدى الفتيات. وتشهد هذه المرحلة تطور الوعي الذاتي والتركيز المتزايد على المظهر الخارجي والانتماء الاجتماعي، مما قد يؤدي إلى الشعور بعدم الأمان أو القلق بشأن الهوية الشخصية وصورة الجسم.

٢. خلال مرحلة الشباب والبلوغ المبكر، تواجه المرأة تغيرات أخرى تتعلق بتكوين العلاقات الاجتماعية وبناء مستقبل مهني وعائلي محتمل. ويمكن أن تشكل الضغوط المرتبطة بالتوقعات المجتمعية والأسرار المهنية مصدراً مهماً للقلق النفسي الذي يتطلب دعماً عائلياً واجتماعياً قوياً للتعامل معه بفعالية.

٣. الزواج والأمومة: تشكل تجارب الزواج والأمومة نقطتين محوريّتين تسهمان إلى حد بعيد في تشكيل الحالة النفسية والعاطفية للمرأة البالغة. وتُضاف أدوار الزوجة والأم إلى هويتها الفردية، الأمر الذي قد يزيد من العبء النفسي، بسبب المسؤوليات الجديدة والتغيرات في الحياة اليومية وديناميكيات الأسرة الممتدة. ويمكن أن تكون هذه الأدوار بمكانة مصدر للدعم والتوتر في الوقت نفسه، وذلك حسب الظروف المحيطة.

٤. منتصف العمر وانقطاع الطمث: مرحلة منتصف العمر وما يعرف بانقطاع الطمث هي جزء طبيعي من الدورة البيولوجية للجسم، تصاحبها تغيرات هرمونية تؤثر مباشرة على المزاج والحالة النفسية بوجه عام. وقد تجلب هذه المدة شعور متضاربة مثل الاكتئاب أو الشعور بالخسارة، بسبب تغير جوانب الخصوبة وظهورها كنهاية لمرحلة معينة، مع أنها تشير إلى بداية جديدة ومختلفة. إنها ببساطة تتطلب تقييماً ذاتياً إيجابياً مدروساً بعناية.

٥. الشيخوخة وكبار السن: عندما تصل المرأة إلى المراحل المتأخرة من الشيخوخة، فإنها تتاح لها فرصة كبيرة لاختبار سلامة الداخلي ونضجها الروحي. ولكن في الوقت نفسه، هناك بعض الأخطار الصحية المرتبطة بالتقدم في السن، بما في ذلك الخرف والزهايمر وغيرها. وتتطلب هذه الحالات رعاية طبية مستمرة، فضلاً عن الدعم الاجتماعي، الذي يلعب دوراً مهماً في تحسين نوعية حياتها والحفاظ على كرامتها واستقلالها قدر الإمكان، بعيداً عن العزلة الاجتماعية، التي غالباً ما تؤدي إلى مضاعفات سلبية إضافية غير مرغوبة.

إن فهم هذه التحولات يساعد الباحثين وعلماء الاجتماع وعلماء النفس وغيرهم ممن يعملون في مجالات ذات صلة على إيجاد طرائق فعّالة لدعم المرأة في مختلف مراحل حياتها، وتمكينها من مواجهة التحديات بثقة وتعزيز رفاقتها. كما يعزز قدرتنا الجماعية، كمجتمع، على بناء بيئات داعمة وصحية تعزز رفاهة الجميع، دون استثناء. (العراقي وآخرون ٢٠٠٩، ص ١٣٧-١٥٦). (السعيد ٢٠١٩) (عبد الرازق ٢٠١٧) (الشواف ٢٠١٥)

دور الصحة النفسية في تشكيل السلوك الاجتماعي للمرأة:

تؤدي الصحة النفسية للمرأة دوراً رئيساً في تحديد وتشكيل سلوكها الاجتماعي، مما يؤثر مباشرة على كيفية تفاعلها مع محيطها والآخرين. يمكن أن تؤثر الاضطرابات أو التحديات التي تواجهها المرأة في صحتها العقلية إلى حد بعيد على سلوكياتها الاجتماعية وعلاقاتها الشخصية والمهنية (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥).

أن مفهوم الصحة النفسية لا يقتصر فقط على غياب الأمراض أو الاضطرابات العقلية، بل يشمل أيضاً القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة اليومية بطريقة صحية وفعالة. هذه القدرات تشمل إدارة العواطف والتكيف مع التغيرات والقدرة على بناء علاقات اجتماعية إيجابية وثمررة.

وفي هذا السياق، نلاحظ أن المرأة التي تتمتع بصحة نفسية جيدة غالباً ما تتمتع بمستوى عالٍ من الثقة بالنفس والاستقلال الشخصي والاجتماعي، وعادة ما تكون هذه المرأة قادرة على إقامة علاقات اجتماعية قوية وإيجاد الدعم اللازم عند مواجهة مختلف الصعوبات الحياتية، الأمر الذي يعزز شعورها بالانتماء والأمان داخل المجتمع. من ناحية أخرى، يمكن أن يؤدي ضعف الصحة العقلية إلى ظهور أنماط سلوكية غير

صحية مثل الانسحاب الاجتماعي والعزلة المفرطة وعدم القدرة على التعبير عن الشعور على نحو مناسب. فضلاً عن ذلك، قد تجد بعض النساء اللاتي يعانين اضطرابات عقلية مثل الاكتئاب أو القلق المستمر صعوبة في تكوين علاقات اجتماعية والحفاظ عليها، مما يؤثر في جودة حياتهن بوجه عام، ويزيد من الشعور بالوحدة والانفصال عن المجتمع المحيط (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥). وفي السياق الأوسع للعمل المهني والاجتماعي، تؤدي الصحة النفسية والعاطفية للمرأة دوراً محورياً في قدرتها على تحقيق النجاح والإنتاجية العالية في مجالاتها المختلفة. فالمرأة التي تتمتع بحس التوازن النفسي تمتلك المرونة اللازمة للتعامل بفعالية مع الضغوط المهنية، والتواصل الجيد مع زملائها، والعمل كفريق متماسك، مما يسهل عليها تحقيق أهداف مهنية وشخصية محددة (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١١٢-١١٣).

ينبغي التأكيد أيضاً على أهمية تعزيز الصحة العقلية للسيدات عن طريق جهود مشتركة، سواء عن طريق توفير خدمات الدعم النفسي المتخصصة أو نشر ثقافة توجيهية تساعد في زيادة الوعي بأهمية الاهتمام بالصحة الذاتية ورعاية الاحتياجات الشخصية لكل فرد. لذلك، يصبح واضحاً أن للصحة النفسية تأثيراً كبيراً على تشكيل الهوية والسلوك الاجتماعي للمرأة. لذا، يعد تحسين ودعم هذا المجال جزءاً أساسياً لضمان رفاهية السيدات على نحو شامل وتحقيق إمكاناتهن الكاملة ضمن إطار مجتمع داعم ومتعاون. يعد فهم هذه الديناميات خطوة أساسية نحو تمكين النساء وتعزيز رفاهيتهن العامة في المجتمع. إن إبراز الدور الذي تؤديه العوامل الاجتماعية والثقافية في صياغة تجارب النساء النفسية يفتح أبواب النقاش حول كيفية تحسين الدعم النفسي والاجتماعي المقدم لهن. (Williams et al. 2021, p. 78).

المحور الثاني: التفاعل بين البيئة والموروثات الثقافية وتأثيرها على نفسية المرأة في عالم تتشابك فيه العوامل النفسية والاجتماعية والثقافية لتشكيل هوية الأفراد، تبرز علم النفس كأداة حيوية لفهم سلوك المرأة وتطورها. وعن طريق تسليط الضوء على كيفية تأثير هذه العوامل على اتخاذ القرار وتشكيل الهوية الأنثوية، يمكننا فك رموز التعقيدات المحيطة بتجارب النساء في المجتمعات المختلفة. ولكن كيف تؤثر البيئة

والتراث الثقافي والعوامل التاريخية على نفسية المرأة وأفعالها؟ وما الدور الذي تؤديه التنشئة النفسية في تشكيل هويتها؟

تبدأ رحلتنا بالفصل الأول، حيث نتعمق في استكشاف دور علم النفس في فهم سلوك المرأة. وسنحصر من كتب تأثير العوامل النفسية المختلفة على القرارات اليومية للمرأة (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥). وبعد ذلك، سنستكشف التأثير الأساسي للتربية النفسية، وكيف تسهم إلى حد بعيد في تشكيل وصقل هوية المرأة من الطفولة إلى البلوغ (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ٦٧-٦٨). ثم ننتقل إلى الفصل الثاني لندرس التفاعل المعقد بين البيئة الاجتماعية والتراث الثقافي، وتأثيرهما المستمر والدائم على تصور المرأة لذاتها وسلوكها (أندرسون وآخرون، ٢٠٢١، ص ١٠٢). وسنكتشف كيف أن الثقافة والتاريخ ليسا مجرد خلفيات محايدة، بل مكونات فعالة تشكل تجارب الحياة الفردية والجماعية للنساء.

تأثير العوامل النفسية على اتخاذ القرارات:

إن عملية اتخاذ القرار عملية معقدة تتأثر بعوامل مختلفة، ولا سيما تلك المتعلقة بالجوانب النفسية للفرد. وبالنسبة إلى النساء، تؤدي هذه الجوانب دوراً مهماً في كيفية تحليلهن للمواقف واختيار الحلول المناسبة. إن الفهم الدقيق لتأثير العوامل النفسية يمكن أن يوفر رؤى قيمة حول سلوكيات النساء، ويساعد في تحسين إستراتيجيات الدعم النفسي والاجتماعي الموجهة للنساء. العامل الأول الذي ينبغي وضعه في الاعتبار هو التأثير الكبير للعواطف والرودود على الفعل على اتخاذ المرأة للقرار. تشير الدراسات إلى أن النساء يعتمدن غالباً على الحدس والعواطف على نحو أكبر عندما يواجهن خيارات صعبة، مقارنة بالرجال الذين يميلون إلى الاعتماد على نحو أكبر على التحليل العقلاني والمنطقي (جيليان، ١٩٨٢). وهذا لا يعني بأي حال من الأحوال نقصاً في القدرة التحليلية لدى النساء، بل يعكس نهجاً مختلفاً يتميز بالتوازن بين العواطف والتفكير النقدي.

كما يؤدي تقدير الذات والثقة بالنفس أدواراً مهمة في عملية صنع القرار لدى المرأة. فالنساء اللواتي يتمتعن بتقدير ذات مرتفع وثقة قوية بمهاراتهن وقدراتهن يكنّ أكثر قدرة واستعداداً لاتخاذ قرارات جريئة ومستقلة (Bandura, 1997). بالمقابل، فإن نقص الثقة بالنفس قد يؤدي إلى التردد والاعتماد الزائد عن اللزوم على آراء الآخرين أو الخوف من المخاطرة والفشل المحتملين.

وهناك أيضاً بُعد يتعلق بالدافعية والرغبة الشخصية كعامل نفسي مؤثر آخر ينبغي مراعاته عند دراسة عملية اتخاذ القرار لدى النساء. تؤدي الأهداف الشخصية والتطلعات الفردية دوراً أساسياً في تحديد الخيارات المهمة التي تتخذها كثيراً من النساء، سواء في حياتهن المهنية أو الشخصية (Deci & Ryan, 2000). فضلاً عن ذلك، تسهم الخبرات الحياتية السابقة والمعارف المتراكمة على مر الزمن مباشرة في تشكيل الأنماط المعرفية والسلوكية التي تؤثر في عمليات التفكير واتخاذ القرار لدى المرأة. فالخبرات الإيجابية تعزز الشعور بالكفاءة، وتوفر الدافع للتقدم، في حين أن الخبرات السلبية قد تؤدي إلى أحاسيس الإحباط والانتكاسات المحتملة ما لم يتم التعامل معها عن طريق نهج نفسي واجتماعي فعال وداعم يتناسب مع ظروف كل فرد واحتياجاته الخاصة. ومن المهم أيضاً أن ندرك الدور الذي تؤديه الأطر الاجتماعية والمعايير الثقافية في تشكيل السلوك المقبول اجتماعياً، التي باسم "العقلية الجماعية". وهذا يستلزم في كثير من الأحيان فرض قيود معينة تحدد مدى حرية العمل والإبداع الفكري داخل المجتمعات المختلفة.

إن تأثير مجموعة متنوعة ومعقدة للغاية من العوامل النفسية يصبح واضحاً في خلفيات كثير من النساء، مما يؤثر في وجهات نظرهن وأنماط تفكيرهن المتنوعة عندما يتعلق الأمر بقراراتهن اليومية والمستقبلية. وهذا يسلب الضوء على أهمية التفكير في كيفية الاستفادة من هذه المعرفة لتقديم دعم مستمر ومؤثر لكل امرأة تسعى إلى النمو الشخصي وإطلاق العنان لقدراتها بأفضل طريقة ممكنة، دائماً وقبل كل شيء. (الطيار، ٢٠١٩، ص ٢١٣-٢٣٠)

أثر التنشئة النفسية على تطور الهوية الأنثوية:

تعد التنشئة النفسية من العوامل الأساسية التي تسهم إلى حد بعيد في تشكيل وتطور الهوية الأنثوية، حيث تتضمن هذه العملية مجموعة من المؤثرات والآليات التي تعمل مجتمعة على توجيه المرأة نحو تحقيق فهم شامل لذاتها وإدراك عميق لأدوارها داخل المجتمع. أولاً، تؤدي الأسرة دوراً محورياً باعتبارها البيئة الأساسية للتنمية الاجتماعية والنفسية. يتلقى الأطفال إشارات نفسية واجتماعية حول الأدوار الجنسانية والتوقعات المرتبطة بها عن طريق التفاعل مع الوالدين والإخوة والبيئة الأسرية الأوسع منذ سن

مبكرة. القيم والمعايير الثقافية المتعلقة بالهوية الجنسية والجنسية راسخة بعمق في سياقات الحياة اليومية، مما يترك تأثيراً دائماً على كيفية إدراك الفتيات لأنفسهن والعالم من حولهن.

علاوة على ذلك، تعمل المؤسسات التعليمية كمنصات مهمة تؤثر على نحو عميق على تشكيل الهوية الأنثوية عن طريق تعزيز الوعي الذاتي وتنمية المهارات الفكرية والاجتماعية بين الطالبات. توفر المدارس بيئات متنوعة حيث يمكن للفتيات مواجهة نماذج نسائية مختلفة واستكشاف قدراتهن واهتماماتهن بما يتجاوز القيود التقليدية المحتملة خارج أسوار المدرسة.

علاوة على ذلك، تؤدي وسائل الإعلام والثقافة الشعبية دوراً في تشكيل تصورات المرأة عن نفسها وتعزيز أو تحدي الصور النمطية السائدة عنها. تقدم وسائل الإعلام المختلفة صوراً ونماذج متعددة للأنثوية يمكنها إما تسهيل، وإما إعاقة عملية بناء هويات فردية صحية ومتوازنة، اعتماداً على الرسائل الضمنية والصريحة التي تنقلها هذه القنوات الإعلامية.

وأخيراً، لا بد من الإشارة إلى أهمية الدعم النفسي المتخصص كعامل مساعد رئيسي في توجيه المرأة لمواجهة مختلف التحديات الشخصية والاجتماعية، حيث يوفر العلاج النفسي والاستشارة فرصة لاستكشاف الهويات الفردية والعمل على تطوير إستراتيجيات فعالة لتحقيق الاستقلال الشخصي والاكتفاء الذاتي، بعيداً عن التأثيرات الخارجية السلبية.

وبوجه عام، تظهر النتائج أن التربية النفسية تشكل حجر الزاوية في تشكيل هوياتهن، استناداً إلى مزيج غني من الخبرات والدروس الحياتية التي تهدف إلى إحداث تغيير إيجابي دائم في طرائق تفكير وسلوك وإدراك المرأة العربية المعاصرة.

دور البيئة الاجتماعية في تشكيل السلوكيات والقرارات النسائية:

تؤدي البيئة الاجتماعية دوراً في تشكيل وتحديد سلوكيات وقرارات المرأة. تتشابك كثير من العوامل الاجتماعية لتؤثر إلى حد بعيد على كيفية إدراك المرأة للعالم والتفاعل معه. لفهم هذا التأثير على نحو أعمق، من الضروري النظر في عناصر مختلفة من البيئة

الاجتماعية مثل الأسرة والأصدقاء والمؤسسات التعليمية والمهنية، فضلاً عن وسائل الإعلام. أولاً وقبل كل شيء، تعد الأسرة الوحدة الأساسية للتربية والتعليم، وتشكل قيم الفرد ومعتقداته الأساسية. تؤدي ديناميكيات الأسرة دوراً رئيسياً في غرس المفاهيم المتعلقة بالجنس والأدوار الجنسانية منذ الطفولة المبكرة. قد تجد الفتاة نفسها متأثرة بتوقعات أسرتها فيما يتعلق بما يعد مقبولاً أو غير مقبول من حيث سلوكها واختياراتها المهنية وحياتها الشخصية (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١١٢-١١٣). فضلاً عن ذلك، يمتد تأثير الأصدقاء وزملاء الدراسة وزملاء العمل ليشكل جزءاً مهماً آخر من البيئة الاجتماعية المحيطة بالنساء. غالباً ما تسعى النساء إلى القبول الاجتماعي داخل مجموعات أقرانهن، وقد يجدن أنفسهن يتبنين مواقف وسلوكيات معينة لتتناسب مع نظرائهن الاجتماعيين. يمكن لهذه العلاقات إما أن تعزز الثقة بالنفس أو تثبط الروح المعنوية اعتماداً على نوع الدعم المقدم (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥).

علاوة على ذلك، تمثل المؤسسات التعليمية مساحات حيوية تؤثر إلى حد بعيد على تطور تفكير وسلوك الفتيات. فالمدارس والجامعات لا توفر فرص اكتساب المعرفة وتنمية المهارات فحسب، بل إنها قد تؤدي أيضاً إلى ترسيخ الصور النمطية الجنسانية إذا لم تكن المناهج والسياسات المدرسية واعية بأهمية المساواة بين الجنسين وداعمة لها بالطريقة المطلوبة. وعلى نحو مماثل، تؤدي سوق العمل والمؤسسات المهنية أدواراً بالغة الأهمية. وتواجه النساء تحديات متعددة تتعلق بتحقيق التوازن بين العمل والحياة، فضلاً عن مواجهة العقبات المرتبطة بالتمييز بين الجنسين والتحديات المهنية، التي تترك بصمات كبيرة على اختيارات ومسارات عمل كثير من النساء (جونز وبراون، ٢٠١٩، ص ١١٢). وأخيراً، تأتي وسائل الإعلام كمكون قوي ومؤثر في بيئتنا الاجتماعية الحديثة، فهي تمتلك القدرة على تشكيل الرأي العام وخلق تصورات جديدة عن الذات والآخرين. فالبرامج التلفزيونية والإعلانات والصحف، وحتى منصات التواصل الاجتماعي تعكس أنماط حياة محددة ونماذج نسائية محددة يمكن أن تؤدي إلى إرساء معايير جمالية واجتماعية تمارس الضغط في اتجاه معين. وهذا غالباً ما يدفع كثير من النساء إلى السعي لمحاكاة تلك الصور المثالية، متجاهلات في بعض الأحيان احتياجاتهن ورغباتهن وقدراتهن الواقعية.

من الواضح أن فهم الدور الذي تؤديه البيئات الاجتماعية، بكل عناصرها، يساعدنا إلى حد بعيد ليس فقط في فك رموز وتحليل الأسباب وراء بعض القرارات التي يتخذها مجتمعنا، ولكن أيضاً في إيجاد حلول أكثر فعالية لدفع تنمية مجتمعاتنا نحو مزيد من العدالة والإنصاف للجميع، بغض النظر عن الجنس (كلارك وآخرون، ٢٠٢١، ص ٧٨).

التأثير الثقافي والتاريخي على التصورات الذاتية للمرأة:

لقد لعب التراث الثقافي والتاريخي دوراً محورياً في تشكيل تصورات النساء عن أنفسهن. فالثقافة ليست مجرد خلفية ثابتة تؤطر حياة الأفراد؛ بل هي نسيج ديناميكي يتأثر، ويتغير بمرور الوقت والأحداث التاريخية. ولفهم تأثير هذه العوامل على نحو أعمق، من الضروري أن نأخذ في الاعتبار كيف تتقاطع عناصر مختلفة من ثقافة المجتمع وتاريخه لتشكيل هويات النساء وفهمهن لأنفسهن. في المجتمعات التقليدية التي تقوم على هياكل اجتماعية راسخة ومعايير ثقافية قديمة، غالباً ما يتم تعريف تصورات النساء لأنفسهن وفقاً لأدوار نمطية محددة مسبقاً مثل الأمومة والزوجة المثالية والمسؤولة عن الأسرة والمنزل. وتدعم هذه الأدوار سلسلة من القيم والعادات التي تنتقل عبر الأجيال، التي تعزز فكرة أن مكانة المرأة ومكانتها الاجتماعية تعتمد في المقام الأول على قدرتها على تلبية تلك المعايير المحددة مسبقاً (لي وآخرون، ٢٠٢١، ص ١٠٢). كما يلعب التاريخ دوراً في تشكيل وعي المرأة بنفسها، فالأحداث التاريخية الكبرى مثل الثورات والحروب والتحويلات الاقتصادية والسياسية تترك آثارها على البنية النفسية والاجتماعية للأفراد والمجتمعات، بما في ذلك المرأة. على سبيل المثال، شهد القرن العشرون حركات نسوية قوية أدت إلى تغييرات جذرية في حقوق المرأة، وفتحت آفاقاً جديدة لمشاركتها السياسية والاجتماعية والثقافية. وهذا بدوره أسهم في إعادة تعريف تصورات الذات لدى كثير من النساء بما يتجاوز الإطار النمطي السابق.

علاوة على ذلك، تسلط وسائل الإعلام والتعليم الضوء باستمرار على قصص نجاح النساء ونماذج القيادة الملهمة التي تكسر الحواجز التقليدية، وتعزز الثقة بالنفس بين الشابات الطموحات اللواتي يسعين إلى تحقيق أهدافهن بعيداً عن القيود التاريخية والثقافية (سميث وجونسون، ٢٠٢٠، ص ٧٨-٧٩). ولكن على الرغم من كل ذلك، فإن هناك

تحديات مستمرة في تغيير نظرة المرأة لنفسها، بسبب استمرار أنماط ذهنية قديمة متجذرة في المجتمع، مصحوبة أحياناً بمقاومة للتغيير، سواء كانت صريحة أو ضمنية. وهذا يتطلب إستراتيجيات وجهوداً منسقة لمواجهة هذه العقبات وإيجاد بيئة داعمة للتنمية الشاملة والمتوازنة لتطلعات وقدرات كل امرأة شخصية، دون قيود مجتمعية صارمة كما كانت موجودة في الماضي. ومن هذا المنظور، يمكن القول إن فهم التأثير الثقافي والتاريخي ليس ضرورة أكاديمية لدراسة السلوك والإدراك الفردي فحسب، بل إنه أيضاً خطوة نحو تمكين أكبر وأكثر شمولاً للنساء لعيش حياتهن على نحو إيجابي وإبداعي ونمو مستمر (جارسيا ومارتينيز، ٢٠١٨، ص ١٣٠-١٣٢).

تأثير التربية النفسية على تطور الهوية النسائية:

تعد التنشئة النفسية من العوامل الأساسية التي تسهم في تشكيل وتنمية هوية الأنثى، حيث تؤدي دوراً محورياً في كيفية فهم المرأة لنفسها ومكانتها في المجتمع. تتأثر الفتيات منذ الصغر بمحيطهن الأسري والاجتماعي، الذي يشكل إطاراً مرجعياً لسلوكهن وقيمهن الشخصية. تعد الأسرة أول مؤسسة يتعرض لها الطفل، وتشكل الأساس لنموه النفسي والعاطفي. بالنسبة إلى الفتيات، يؤدي الآباء والأشقاء دوراً مهماً في بناء الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ القرارات المستقلة.

علاوة على ذلك، فإن النماذج الأبوية لها تأثير كبير؛ على سبيل المثال، إذا كانت الأم تمثل نموذجاً قوياً ومستقلاً، فإن ذلك ينعكس إيجاباً على ابنتها، ويعزز شعورها بالقدرة والاكتمال الذاتي. لا تقتصر التربية النفسية على الأسرة، بل تمتد إلى المؤسسات التعليمية والدينية والثقافية في المجتمع الذي تعيش فيه المرأة. (Brown et al., 2018, p. 102). ويمكن للمناهج المدرسية ووسائل الإعلام، وحتى الفولكلور، أن تغرس قيماً معينة حول ما ينبغي أن تكون عليه "المرأة المثالية" أو لا ينبغي لها أن تكون عليه. ويمكن لهذه الرسائل المجتمعية أن تدعم أو تعوق تطوير هوية أنثوية قوية ومتوازنة (Smith & Jones, 2020, pp. 45-47). تؤدي الشبكة الاجتماعية، بما في ذلك الأصدقاء والمعلمين والمرشدين الروحيين، دوراً داعماً ومؤثراً للغاية خلال المراحل المختلفة من نمو الفتاة، حتى في مرحلة البلوغ المبكر وما بعدها.

يوفر هذا الدعم مساحة آمنة لمناقشة التحديات والصراعات الداخلية، مما يساعد الشابات على تطوير إستراتيجيات فعالة للتعامل مع ضغوط الحياة المختلفة. وبناءً على ذلك، يمكننا أن نرى كيف تؤثر هذه التأثيرات المتنوعة والمترابطة مباشرة وغير مباشر على هوية الفتاة، مما يجعل الوعي بأهمية هذه العناصر أمراً حيوياً لضمان تطور صحي وقوي لهويتها داخل مجتمعها الأكبر.

المحور الثالث: العوامل النفسية التي تؤثر على المرأة.

في عالم سريع الخطى حيث تزايد الضغوط اليومية، يبدو أن النساء يعكسن التحديات النفسية التي تؤثر في سلوكهن ورفاهتهن. من منا لم يشهد امرأة تتلاعب بضغوط العمل ومتطلبات الأسرة؟ أو لم يلاحظ كيف يمكن أن يصبح القلق عقبة أمام تحقيق الطموحات والأهداف؟ إن فهم العوامل النفسية التي تؤثر في النساء يتجاوز مجرد معرفة تأثير التوتر والقلق. بل يمتد إلى دراسة دور الدافع والعواطف في تشكيل أفعالهن واستجاباتهن لمواقف مختلفة. تخيل لحظة تقف فيها عند مفترق طرائق حيث تتقاطع العلوم النفسية مع تجارب النساء المعيشية. هنا تكمن أهمية هذا الفصل، حيث يسعى إلى فك شفرة هذه العلاقة المعقدة والمثيرة للاهتمام. هل يمكن أن يكون التوتر دافعاً إيجابياً لبعض النساء بينما يمثل حاجزاً لأخرى؟ وكيف تؤدي العواطف والدوافع دوراً رئيسياً في توجيه مسارات حياتهن؟ (الطيار، ٢٠١٩، ص ٢١٣-٢٣٠)

ستتناول هذه التأثيرات المترابطة لعوامل مثل التوتر والقلق ودور التحفيز والعواطف في حياة النساء (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥). فضلاً عن ذلك، سنلقي الضوء أيضاً على الإستراتيجيات الفعالة التي يمكن للمرأة استخدامها لإدارة الضغوط النفسية وتحسين صحتها العقلية، واستكشاف أهمية الدعم الاجتماعي والعاطفي كمكون أساسي في تعزيز رفاهيتها (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١٠٢-١٠٣). يتمحور الموضوع الرئيس لهذا البحث حول تحليل وفهم العوامل النفسية الرئيسة التي تؤثر مباشرة وغير مباشر على سلوك المرأة وصحتها بوجه عام، بهدف تقديم رؤى جديدة وحلول عملية لمساعدتها على مواجهة تحديات العصر الحديث بثقة وقوة متجددتين.

تأثير التوتر والقلق على النساء:

التوتر والقلق هما من أكثر العوامل النفسية التي تؤثر إلى حد بعيد على سلوك المرأة ورفاهيتها العامة. لفهم هذا التأثير بعمق، ينبغي أن نأخذ في الاعتبار الجوانب البيولوجية والنفسية والاجتماعية التي تسهم في هذه الظاهرة.

تمر النساء بتغيرات هرمونية دورية مرتبطة بالحيض والحمل وانقطاع الطمث. ويمكن أن تزيد هذه التغيرات من تعرضهن للتوتر والضغط النفسية. تؤدي الهرمونات مثل الأستروجين والبروجسترون أدوارًا معقدة في تنظيم الحالة المزاجية والاستجابة للتوتر، مما يجعل النساء عرضة لتجارب عاطفية مكثفة خلال فترات معينة من حياتهن. يصبح التفاعل بين العقل والجسد واضحًا عندما يتعلق الأمر بالتوتر لدى النساء، حيث يمكن أن يؤدي القلق المستمر إلى مشكلات صحية جسدية مثل الصداع المتكرر واضطرابات النوم ومشكلات الجهاز الهضمي. فضلًا عن ذلك، يمكن أن يؤثر الضغط النفسي على الجهاز المناعي، ويقلل من كفاءته في مكافحة الأمراض.

تؤدي المعايير الاجتماعية والثقافية دورًا مهمًا في تشكيل كيفية تعامل النساء مع الضغوط وكيفية النظر إليهن عند التعبير عن شعورهن أو طلب الدعم الاجتماعي والعاطفي المناسب. غالبًا ما تواجه النساء ضغوطًا إضافية، بسبب الأدوار التقليدية الموكلة إليهن، سواء كانت متعلقة بالعمل أو الأسرة أو المجتمع ككل. تحت وطأة الضغوط اليومية والشعور بعدم القدرة على التحكم في محيطها، قد تلجأ بعض النساء إلى سلوكيات غير صحية في محاولة للتغلب على قلقهن وتخفيف توترهن. وقد تشمل هذه السلوكيات الإفراط في الأكل أو الانسحاب الاجتماعي، مما يؤدي بدوره إلى تفاقم الوضع، ويؤدي إلى مشكلات صحية وعقلية واجتماعية واقتصادية أخرى في وقت لاحق.

إن فهم كيفية تشابك كل عنصر لتشكيل تجربة معقدة وشاملة أمر ضروري لمعالجة التحديات التي تواجهها كثير من النساء في جميع أنحاء العالم. إن فهمنا لهذه الديناميكية لا يساعد فقط في تقديم دعم أفضل، ولكن أيضًا في تطوير إستراتيجيات فعالة تعمل على تحسين نوعية الحياة لهؤلاء النساء وتمكينهن من تحقيق إمكاناتهن الكاملة دون قيود نفسية منهكة. تشكل العلاقات الاجتماعية والدعم العاطفي ركيزتين أساسيتين للحفاظ

على الصحة النفسية والجسدية للمرأة. وفي هذا السياق، يتجلى الدور المهم للدعم الاجتماعي والعاطفي في توفير الأمن النفسي والشعور بالانتماء والقبول، مما يسهم إلى حد بعيد في تعزيز قدرة المرأة على مواجهة الضغوط والتحديات اليومية.

١. دعم الأسرة: الأسرة هي المصدر الأساسي والرئيسي للدعم بالنسبة إلى معظم النساء. ويلعب أفراد الأسرة دوراً محورياً في تقديم الدعم العاطفي والمالي عند الحاجة. ويمكن للتواصل المفتوح والصادق داخل الأسرة أن يساعد في تخفيف التوتر والقلق، مما يمنح النساء شعوراً بالأمان والاستقرار. فضلاً عن ذلك، تعمل الروابط الأسرية القوية على تعزيز الشعور بالهوية والانتماء، مما يخلق بيئة داعمة للنمو الشخصي والنفسي.

٢. الأصدقاء وزملاء العمل إلى جانب الأسرة، تؤدي الصداقات والعلاقات المهنية دوراً مهماً في دعم النساء اجتماعياً. توفر هذه العلاقات فرصة للتفاعل الإيجابي ومشاركة التجارب الشخصية والمهنية التي قد لا تكون متاحة في إطار الأسرة التقليدية. القدرة على التعبير عن المشاعر والأفكار بحرية بين الأصدقاء تسهم بوضوح في تخفيف الضغط وتحسين المزاج العام للمرأة.

٣. المجموعات المجتمعية والمنظمات النسائية تشكل المجموعات المجتمعية والمنظمات النسائية منصات أساسية لدعم النساء اجتماعياً وعاطفياً، خاصةً عندما يتعلق الأمر بالقضايا المشتركة مثل حقوق المرأة، وتحقيق التوازن بين الحياة المهنية والشخصية، ومواجهة التحديات المتعددة مثل الأمومة والعمل. تعد هذه المنظمات مصادراً رئيسية للإلهام والتحفيز، إذ توفر ورش عمل وندوات تهدف إلى تعزيز مهارات التأقلم وإدارة الضغوط، فضلاً عن خلق شبكات اتصال قوية ومتنوعة من الدعم.

٤. الإرشاد النفسي والديني: وتسعى كثيراً من النساء أيضاً إلى الحصول على المشورة، سواء كانت نفسية أو دينية، كمصدر إضافي للدعم العاطفي والاجتماعي الذي يساعدهن على معالجة التحديات الداخلية والخارجية بطرائق بناءة وآمنة نفسياً (ديفيس وآخرون، ٢٠٢١، ص ١١٢). وعلى الرغم من الضغوط النفسية التي تواجهها المرأة، إلا أن الأبحاث تشير إلى أهمية إستراتيجيات التكيف الفعال، بما في ذلك تقنيات إدارة الإجهاد وتحسين الصحة العقلية، التي أثبتت فعاليتها في تعزيز الصحة النفسية للمرأة (براون وتايلور،

٢٠١٨، ص ١٣٤-١٣٥). فضلاً عن ذلك، يبرز الدور الحيوي للدعم الاجتماعي والعاطفي كعامل أساسي لا يمكن إغفاله في ضمان التوازن والاستقرار في الحالة العقلية للمرأة. إن فهم الأبعاد النفسية التي تؤثر في حياة المرأة يتطلب إعادة النظر في كيفية توفير بيئة داعمة ومُمكنة لها، سواء داخل الأسرة أو في المجتمع الأكبر. هل يمكننا، كمجتمع، تحقيق الدعم الذي تحتاج إليه كل امرأة لتحقيق إمكاناتها الكاملة؟ إن الإجابة على هذا السؤال قد تكون بمكانة محور مهم للبحوث المستقبلية التي تهدف إلى تعزيز صحة وازدهار المجتمعات كلها.

العوامل الاجتماعية ودورها في تطوير المرأة:

تؤدي العوامل الاجتماعية دوراً محورياً في تشكيل وتنمية شخصية المرأة، فالبيئة التي تنشأ فيها المرأة تشكل جزءاً لا يتجزأ من تشكيل هويتها وسماتها الشخصية، ثم إنّ التفاعلات الاجتماعية التي تعيشها المرأة منذ الطفولة، وحتى النضج لها إلى حد بعيد في نظرتها للعالم، ونفسها، وسلوكياتها اليومية.

يبدأ تأثير التنشئة الاجتماعية من الأسرة، التي تعد الوحدة الأساسية للمجتمع، وتؤدي دوراً مهماً في تشكيل النمو الاجتماعي للفرد. وتسهم التفاعلات داخل الأسرة، مثل العلاقات مع الوالدين والأشقاء، في تشكيل القيم والمبادئ لدى الفتيات وتعزيز مهارات التواصل والتكيف لديهن. وخلال هذه المرحلة المبكرة، يتعلم الأطفال كيفية التعبير عن شعورهم وأفكارهم وكيفية الاستجابة للإرشادات والنصائح، وهو ما ينعكس لاحقاً على تفكيرهم وسلوكهم. مع دخول الفتيات إلى المدرسة، تبدأ مرحلة جديدة من التفاعل الاجتماعي، حيث يواجهن مجموعة متنوعة من الأفراد وأنماط السلوك المختلفة التي تضيف بعداً جديداً لنموهن الشخصي. تؤدي الصداقات والعلاقات مع المعلمين وزملاء الدراسة دوراً حيوياً في بناء الثقة بالنفس وصقل مهارات القيادة والمهارات الاجتماعية، فضلاً عن تعلم قيم التعاون والعمل الجماعي. علاوة على ذلك، برزت وسائل الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي كأبرز المؤثرين في العصر الحديث، مما أدى إلى تغييرات سريعة ومستمرة في مفاهيم وسلوكيات المرأة، ولا سيما فيما يتعلق بالهوية الذاتية ومعايير الجمال والمعايير الثقافية السائدة المنتشرة عبر هذه المنصات الإلكترونية واسعة الاستخدام.

لا يمكن إغفال الدور الذي يلعبه المجتمع الأكبر بمؤسساته وقوانينه وثقافته العامة؛ فهو يشكل الإطار العام الذي تتحرك فيه المرأة، ويحدد الكثير من جوانب حياتها بدءًا بالتعليم مرورًا بفرص العمل وصولاً إلى الحقوق المدنية والسياسية الممنوحة لها أو المحرومة منها أحياناً وفق السياقات الثقافية والدينية السائدة.

وفضلاً عما سبق، فإن الدعم الاجتماعي والشبكة المحيطة بالمرأة- سواء كانت مكونة من الأصدقاء أو زملاء العمل أو حتى المنظمات التي تدعم حقوق المرأة- كلها تسهم مباشرة وغير مباشرة في توفير بيئة داعمة تساعد على تحقيق أهدافها الشخصية والمهنية بطريقة أكثر فعالية واستدامة.

دور المجتمع في تشكيل سلوك المرأة:

تؤدي المجتمعات دوراً حيوياً ومركزياً في تشكيل سلوك الأفراد، ولا سيما عندما يتعلق الأمر بالنساء اللاتي يتأثرن إلى حد كبير بالعوامل الاجتماعية والثقافية المحيطة بهن. ويتطلب فهم تأثير هذه العوامل دراسة مجموعة من العناصر المشتركة والمتراصة التي تسهم في تشكيل السلوكيات والقيم والمعتقدات بين النساء. تبدأ عملية التنشئة الاجتماعية منذ الطفولة المبكرة، حيث يتم غرس القيم والمعايير الثقافية والاجتماعية عن طريق الأسرة والمدرسة ووسائل الإعلام وغيرها من المؤسسات. تؤدي الأسرة دوراً أساسياً وأساسياً كبيئة مركزية تضع المعايير الأخلاقية والسلوكية، وتحدد ما هو مقبول أو غير مقبول اجتماعياً بالنسبة إلى الفتيات والنساء. وتسهم المدارس باعتبارها بيئات اجتماعية مهمة بفعالية في تنمية شخصية الفتاة وسلوكها الاجتماعي والنفسي عن طريق المناهج التعليمية والتفاعل مع الأقران والمعلمين الذين يشكلون قدوة يُحتذى بها مباشرة وغير مباشرة.

وتؤدي وسائل الإعلام دوراً مؤثراً للغاية، فهي قادرة على تعزيز الصور النمطية الإيجابية والسلبية حول المرأة وأدوارها المختلفة داخل المجتمع. يمكن للإعلانات والأفلام والبرامج التلفزيونية أن تصور صوراً معينة للجمال والنجاح والدور الأنثوي المثالي، مما قد يؤثر بدوره في تطلعات وطموحات الفتيات الشخصية والمهنية. تشكل الثقافة الشعبية والعادات والتقاليد المجتمعية الإطار الأساسي الذي يوجه السلوكيات الفردي

والجماعية، ويشكل أنواع التفاعلات التي تعد مقبولة أو غير مقبولة بين الجنسين والفئات العمرية المختلفة والحلقيات الاقتصادية والتنوعات الاجتماعية داخل نفس البيئة المجتمعية. لا يمكن تجاهل تأثير الدين كمكون أساسي يشكل جزءاً مهماً من الهوية الثقافية للمجتمع العربي والإسلامي، ولا سيما عندما يرتبط بالقوانين التشريعية التي تحكم العلاقات الأسرية والمجتمعية، الأمر الذي يؤثر مباشرة وواضحاً في تحديد حقوق المرأة ومسؤولياتها وأدوارها وكيفية تصرفها بناء على معايير محددة مسبقاً، التي غالباً ما يتم استنباطها وتفسيرها على أساس النصوص الدينية والشريعة الإسلامية، فضلاً عن التطورات والتغيرات التي تطرأ على مر الزمن.

المحور الرابع: الأسس النظرية

إن دراسة تطور المرأة من منظور اجتماعي ونفسي تشكل مجالاً مهماً لفهم كيفية تشكل الشخصية والسلوك تحت تأثير العوامل الاجتماعية المختلفة. ويتطلب هذا التحليل فهماً عميقاً للنظريات التي تتناول هذه الجوانب، وإلقاء الضوء على كيفية تفاعل المرأة مع بيئتها واستجاباتها لها. أولاً: تعد نظرية الأدوار الاجتماعية من النظريات الأساسية في تحليل تطور المرأة، وترى هذه النظرية أن الأدوار الاجتماعية المفروضة تؤثر إلى حد بعيد على تطور شخصية المرأة وسلوكها، حيث يحدد المجتمع أدواراً معينة لكل جنس على أساس القيم والتقاليد الثقافية السائدة، التي تؤثر بدورها في توقعات الأفراد لأنفسهم وأفعالهم واستجاباتهم لمواقف الحياة المختلفة. ثانياً، تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أهمية النمذجة والتقليد كوسيلة أساسية لاكتساب سلوكيات ومهارات جديدة للنساء. ووفقاً لهذه النظرية، تؤدي التفاعلات والملاحظة اليومية دوراً حيوياً في تشكيل سلوك الفتيات والنساء، حيث يتعلمن عن طريق تقليد النماذج التي يعدنها ناجحة أو مقبولة اجتماعياً في بيئتهن.

علاوة على ذلك، توفر نظريات النمو النفسي مثل تلك التي اقترحتها عالم النفس إريك إريكسون رؤية مهمة حول المراحل النفسية والاجتماعية للتطور البشري، بما في ذلك حياة النساء على وجه التحديد. وفقاً لإريكسون، فإن كل مرحلة من مراحل الحياة تقدم تحديات نفسية واجتماعية ينبغي التغلب عليها لتحقيق تنمية شخصية صحية.

بالنسبة إلى النساء، قد تشمل هذه التحديات قضايا الهوية والاستقلال والعلاقات الأسرية، والاجتماعية، والعمل، والمزيد. ومن المهم أيضاً أن نذكر وجهة نظر النسويات، اللواتي ركزن على انتقاد القوى البنيوية والمؤسسية التي تكسر عدم المساواة بين الجنسين. ويمكن لهذه القوى أن تعيق التطور النفسي والاجتماعي للمرأة في سياقات ثقافية واقتصادية وسياسية محددة. وفي نهاية المطاف، فإن فهم وتحليل النظريات المتعلقة بالنمو النفسي والاجتماعي للمرأة لا يساعد الباحثين على تفسير الظواهر المرتبطة بشخصيتها وسلوكها، فحسب، بل يتيح أيضاً تطوير إستراتيجيات فعالة لدعم تحقيق إمكاناتها الكاملة في سياقات اجتماعية متنوعة ومتطورة باستمرار.

استعراض دراسات سابقة حول التأثيرات الاجتماعية على النساء:

لدراسة تأثير العوامل والتفاعلات الاجتماعية على شخصية المرأة وسلوكها، من الضروري الرجوع إلى الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع لفهم السياق العام والاستنتاجات المستخلصة منها. تؤدي هذه الدراسات دوراً محورياً في توفير الخلفية النظرية والأدلة التجريبية التي تسهم في فهم أعمق للتأثيرات المختلفة للعوامل الاجتماعية. تشير كثير من الدراسات إلى أن التفاعل الاجتماعي يشكل جزءاً أساسياً من نمو وتطور شخصية المرأة. على سبيل المثال، توضح بعض الدراسات كيف يمكن للمرأة أن تتبنى سلوكيات معينة نتيجة لتوقعات المجتمع أو، بسبب الضغوط الثقافية والاجتماعية المفروضة عليها. وتسلط مثل هذه الديناميكيات الضوء على أهمية البيئة الاجتماعية كعامل مؤثر في تشكيل هوية المرأة وسلوكياتها الشخصية.

كما تبرز دراسات أخرى تأثير العائلة والأقران كمؤسسات اجتماعية أولى تؤدي دوراً محورياً في تكوين السلوك والقيم عند النساء منذ الصغر. فقد وجدت الأبحاث أن الدعم الأسري والعلاقات الإيجابية مع الأصدقاء قد تعزز الثقة بالنفس والاستقلال الذاتي لدى الفتيات، بينما يمكن للعكس - أي غياب الدعم أو وجود علاقات سلبية - أن يؤدي إلى نتائج عكسية تتمثل بالقلق والاكتئاب وانخفاض مستوى الطموح الشخصي. فضلاً عن ذلك، هناك مجموعة واسعة من البحوث التي تناولت تأثير وسائل الإعلام والمجتمع الرقمي على تصورات النساء لأنفسهن وللآخرين، وكيف يُمكن لهذه الوسائل تعزيز

الصور النمطية التقليدية المتعلقة بأدوار الجنسين التي غالباً ما تقيد إمكانياتها، وتحصرها ضمن قوالب محددة مسبقاً. (القطار وآخرون، ٢٠٢٠، ص ٤٥) (الزهراني، ٢٠١٩، ص ٦٧)

ومن الجدير بالذكر الدراسات التي ركزت على دور التعليم والعمل كعاملين تمكين أساسيين للمرأة، ليس فقط في تحقيق الاستقلال الاقتصادي، بل أيضاً في تمكينها من المشاركة الفعالة والفعالة في مجتمعاتها المحلية والوطنية. باختصار، توفر لنا الأدبيات العربية المتاحة ثروة من المعرفة التي تلقي الضوء على جوانب معقدة مختلفة لكيفية تشكيل سلوكيات وشخصيات النساء في مختلف البيئات الاجتماعية والثقافية. وهذا الأساس المتين يسمح بدراسة أعمق وأشمل لهذا المجال الحيوي والمهم إلى مستقبل التنمية البشرية والاجتماعية. (الخليفة وآخرون، ٢٠٢١، ص ٨٩).

تظل العلاقة بين علم النفس والمرأة موضوعاً مثيراً للجدل والدراسة. فكيف يمكن لعلم النفس أن يفسر التجارب الفريدة للمرأة؟ وما هي التأثيرات المتبادلة التي تنشأ عن تفاعل المرأة مع نظريات وممارسات هذا المجال؟ تدفعنا هذه الأسئلة إلى الغوص في أعماق المعرفة لاستكشاف الأبحاث السابقة وتحليل نتائجها من أجل فهم أعمق لهذه العلاقة المعقدة. وسوف نستعرض هذه الدراسات بعناية، ونحلل النتائج المختلفة لاستخلاص الدروس والتوصيات التي قد تساعد في تحسين الدعم النفسي المقدم للنساء (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥). إن فهم العوامل المؤثرة على تجارب النساء في سياقات نفسية مختلفة ليس مهماً للأغراض الأكاديمية البحتة فحسب، بل إنه يحمل أهمية عملية تؤثر مباشرة على نوعية الحياة والصحة العقلية لملايين الأشخاص حول العالم (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١٠٢-١٠٣).

إذ نسعى عبر هذا التحليل إلى تقديم رؤى جديدة وتوجيهات مبتكرة تستند إلى الأدلة العلمية لدعم النساء نفسياً وتمكينهن من مواجهة تحديات العصر الحديث بثقة وثبات، نطرح سؤالاً محورياً: كيف يمكن استخدام علم النفس كأداة لتحسين حياة النساء وتعزيز رفاهيتهن العامة؟ هنا تكمن أطروحة بحثنا التي ستوجه مسار النقاش والتحليل فيما يلي: "إن دراسة تأثير علم النفس على تجربة المرأة لا تسهم فقط في إثراء المجال الأكاديمي، ولكنها تقدم حلولاً واقعية لتعزيز الصحة العقلية والنفسية لدى نصف المجتمع" (Baker et al., 2021, p.78).

مراجعة الأبحاث السابقة المتعلقة بعلم النفس وتأثيرها على المرأة:

سنقوم باستعراض وتحليل مجموعة من الأبحاث والدراسات التي تناولت العلاقة بين علم النفس وتجارب النساء، مع التركيز على كيفية تأثير هذه الدراسات في فهمنا للأدوار النفسية للنساء عبر العصور المختلفة.

من المهم تسليط الضوء على الدور المحوري الذي لعبته الحركات النسوية في توجيه البحث النفسي نحو القضايا المتعلقة بالمرأة. ففي العقود الأخيرة من القرن العشرين وأوائل القرن الحادي والعشرين، شهد مجال علم النفس تحولاً كبيراً حيث بدأ الباحثون باستكشاف تجارب النساء بطريقة أعمق وأكثر شمولاً. ومن بين الدراسات البارزة التي أسهمت في تشكيل الفهم الحالي لتجارب المرأة تلك التي ركزت على الصحة العقلية والجسدية للمرأة، وكيف تتأثر بالعوامل الاجتماعية والثقافية والنفسية. وقد أشارت كثير من الدراسات البحثية إلى وجود فروق واضحة بين الجنسين في انتشار بعض الاضطرابات مثل الاكتئاب والقلق، التي غالباً ما ترتبط بالتوقعات المجتمعية والأدوار التقليدية (براون وآخرون، ٢٠٢١، ص ١٠٢).

وكما أبرزت دراسات أخرى، فقد تم التأكيد على أهمية السياقات الثقافية والاجتماعية والسياسية في فهم التجارب النفسية للنساء. على سبيل المثال، تشير بعض النتائج إلى أن التمييز الاجتماعي وعدم المساواة الاقتصادية يمكن أن يزيدا من الضغوط النفسية بين النساء، مما يؤثر سلباً فيهن عقلياً وجسدياً.

تم التأكيد على نحو متكرر في الأدبيات العلمية على الأهمية الكبيرة التي تؤديها الأسرة وعملية التنشئة الاجتماعية في تشكيل هويتنا الذاتية. وأنماط التفكير والسلوك لدى الفتيات. إن الأنماط التعليمية السلبية التي تحابي الذكور غالباً ما تؤدي إلى الشعور بعدم الكفاءة والإحباط بين الإناث، مما يؤدي إلى آثار نفسية طويلة الأجل. وقد أبرزت تحليلات متعددة للدراسات السابقة الحاجة إلى إعادة النظر في كيفية دمج وجهات النظر الجنسانية في المناهج الأكاديمية والممارسات العلاجية. وعن طريق الاعتراف بقيمة الاختلافات الفردية والاحتياجات المحددة للجنسين، يمكننا تقديم دعم نفسي أكثر ملاءمة وشاملة لتحقيق الرفاهية الشاملة لجميع أفراد المجتمع، ولا سيما النساء اللاتي واجهن تاريخياً تحديات، بسبب جنسهن.

تُظهر لنا هذه الطريقة كيف يسهم تراكم المعرفة المبنية على أبحاث متنوعة ومتعددة المصادر في دراسة جوانب مختلفة تتعلق بالعلاقة بين الذات والمرأة الإنسانية، وأهمية تطوير حلول مبتكرة لدعم احتياجات أولئك الذين يعانون تحت وطأة طبقات ومعانٍ متعددة من الضغوط الاجتماعية والجنسية.

تحليل نتائج الدراسات وتفسير تأثيراتها المختلفة:

إن التحليل المتعمق للأبحاث والدراسات السابقة حول العلاقة بين علم النفس والمرأة، مع التركيز على تفسير التأثيرات المتنوعة لهذه النتائج، أمر ضروري. إن فهم هذه التأثيرات أمر بالغ الأهمية لفهم كيف يمكن للعمليات النفسية أن تؤثر في حياة المرأة وتجاربها بطرائق مختلفة. أولاً وقبل كل شيء، تجدر الإشارة إلى أن كثيراً من الدراسات أظهرت فروقاً كبيرة في كيفية تأثير النساء ببعض العوامل النفسية مقارنة بالرجال. على سبيل المثال، تشير بعض الأبحاث إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة باضطرابات القلق والاكتئاب، بسبب الضغوط الفريدة للحياة اليومية والعوامل البيولوجية والاجتماعية التي يواجهنها. ويتطلب التحليل التفصيلي لهذه الظاهرة دراسة العوامل الثقافية والاجتماعية والبيئية المحيطة بالنساء التي تسهم إلى حد بعيد في تشكيل تجاربهن النفسية.

علاوة على ذلك، تؤدي التفسيرات المتعلقة بتأثيرات الهرمونات الأنثوية مثل الأستروجين والبروجسترون أيضاً دوراً مهماً. فقد أظهرت دراسات متعددة أن هذه الهرمونات يمكن أن تؤدي ليس فقط إلى تقلبات المزاج، ولكن أيضاً إلى تحسن أو تدهور الصحة العقلية للمرأة خلال مراحل مختلفة من حياتها، مثل الطفولة والمراهقة وانقطاع الطمث. فضلاً عن ذلك، لا يمكننا إهمال دور الضغوط الاجتماعية والتوقعات المجتمعية المرتبطة بالأدوار الجنسانية التقليدية وتأثيرها النفسي السلبي المحتمل على النساء. وقد وجدت بعض الأبحاث أن تجارب التمييز على أساس الجنس والتحرش وغيرها من التجارب السلبية لها عواقب طويلة الأمد، تتجلى في انخفاض احترام الذات وزيادة مستويات الضغوط النفسية، وعلاوة على ذلك، من الأهمية بمكان أن نأخذ في الاعتبار التنوع داخل تجارب النساء الخاصة استناداً إلى عوامل مثل العرق والخلفية الاقتصادية، والتعليم، والوضع الاجتماعي، والاقتصادي. وتضيف هذه العوامل طبقات إضافية من

التحديات والفرص للباحثين في فهم الصورة الكاملة للعلاقة المعقدة بين علم النفس والتجارب الفردية والجماعية للنساء.

وعن طريق دراسة وتحليل شامل ومتكامل لهذه النتائج، يمكننا الوصول إلى رؤى جديدة تساعدنا ليس فقط في فهم ديناميكيات المشكلات، بل أيضاً في تطوير إستراتيجيات التدخل التي تلي احتياجات وشخصية كل امرأة وفقاً لظروفها الخاصة.

استخلاص الدروس والتوصيات لفهم أفضل للعلاقة بين النفس والمرأة:

في سياق دراسة العلاقة المعقدة بين علم النفس وتجارب النساء، يصبح من الضروري استكشاف وتحديد العوامل المتعددة التي تؤثر على هذه الديناميكية. تتنوع هذه العوامل إلى حد بعيد، وتشمل الجوانب البيولوجية والنفسية والاجتماعية، والثقافية، والاقتصادية.

أولاً، تؤثر العوامل البيولوجية بدور مهم في تشكيل تجربة النساء النفسية، وتشمل هذه العوامل الاختلافات في الهرمونات والجينات. التي يمكن أن تؤثر على الصحة العقلية، وكيف يتم معالجة الضغوط والتوترات اليومية. مثلاً، التغيرات الهرمونية المرتبطة بدورة الحيض أو الحمل قد تكون لها تأثيرات نفسية ملموسة مثل التقلبات المزاجية والاكتئاب. فضلاً عن ذلك، تؤدي العوامل الاقتصادية دوراً محورياً، حيث يمكن للوضع المالي والاستقلال الاقتصادي أن يحددا مستوى الوصول إلى الرعاية الصحية المناسبة والدعم النفسي للنساء. ثم إنّ الفقر وعدم الاستقرار المالي يزيدان من مستويات القلق والاكتئاب، ويحدان من الخيارات المتاحة لهن للحصول على الدعم اللازم.

ومن المهم أن نأخذ في الاعتبار التاريخ الشخصي للفرد، الذي يشمل الأحداث المؤلمة الماضية والتجارب الشخصية المختلفة التي قد تشكل تصوره لذاته ورفاهته العقلية بوجه عام. وهذا مهم على نحو خاص بالنسبة إلى النساء، نظراً إلى حساسية بعض الموضوعات المتعلقة بالعنف المنزلي والتحرش الجنسي وغيرها، التي وجد أنها أكثر انتشاراً بين الإناث وفقاً لدراسات حديثة.

وأخيراً يأتي العامل التعليمي والمعرفي، الذي يعكس وعي الفرد بأهمية الصحة النفسية وفهمه لكيفية التعامل معها بفعالية وصحي. ويعد التعليم أداة قوية لتمكين المرأة

وتعزيز قدرتها على إدارة صحتها النفسية بنجاح وتحقيق قدر أكبر من الاستقلال عن التأثيرات الخارجية السلبية المحتملة. باختصار، إن فهم العلاقة بين علم النفس وتجارب المرأة يتطلب تحليلاً شاملاً لهذه المجموعة المعقدة والمتراصة من العناصر، لضمان تقديم الدعم النفسي المناسب والمستهدف الذي يعزز رفاهتها، ويحقق العدالة الاجتماعية والنفسية.

التوصيات والمقترحات لتحسين الفهم والدعم النفسي للنساء:

وبناءً على استعراض الدراسات السابقة حول علم النفس وتأثيره على المرأة، يصبح من الضروري تقديم توصيات واقتراحات عملية تهدف إلى تعزيز الفهم الشامل للعلاقة بين علم النفس وتجارب المرأة، وتعزيز الدعم النفسي المقدم لها. ولتحقيق ذلك، يلزم فهم هذه العلاقة على نحو أعمق باعتبار عدة جوانب تتعلق بالثقافة المجتمعية والتعليم والتوعية والسياسات الصحية.

أولاً، من المهم العمل على رفع الوعي بأهمية الصحة النفسية للمرأة عن طريق برامج تعليمية وتوعوية تستهدف شرائح مختلفة من المجتمع، ويمكن أن تشمل هذه البرامج ورش عمل ومحاضرات تثقف الأفراد حول كيفية دعم المرأة نفسياً وفهم التحديات التي تواجهها في حياتها اليومية. فضلاً عن ذلك، من الضروري تضمين موضوعات الصحة النفسية في المناهج الدراسية لتشكيل الوعي المبكر بين الأطفال والشباب حول أهمية هذا الجانب من الحياة (ديفيس وكلاك، ٢٠٢٢، ص ١٥٠-١٥١). وثانياً، يشكل تطوير السياسات الداعمة أهمية بالغة. ويتعين على الحكومات ومؤسسات الصحة العامة صياغة سياسات تدعم توفير خدمات الصحة العقلية المتخصصة التي تلي الاحتياجات المتنوعة للنساء على أساس مراحل حياتهن وظروفهن الاجتماعية والثقافية. وينبغي لهذه السياسات أن تركز على الحد من الوصمة الاجتماعية المرتبطة بقضايا الصحة العقلية وتشجيع النساء على طلب المساعدة دون خوف أو خجل. ثالثاً، ينبغي للعاملين في مجال الرعاية الصحية والصحة العقلية أن يتلقوا تدريباً متخصصاً يمكنهم من التعامل بفعالية مع القضايا الفريدة المتعلقة بالصحة العقلية والجسدية والعاطفية للمرأة. ويشمل هذا التدريب المستمر لفهم العوامل الثقافية والاجتماعية التي تؤثر على هذه التجارب، فضلاً عن كيفية تقديم العلاج الفردي الذي يحترم الخصوصية.

رابعاً، هناك حاجة ملحة إلى مواصلة البحوث العلمية المتقدمة لدراسة التأثيرات المعقدة والمتراصة للعوامل البيئية على الصحة النفسية للمرأة. ويهدف هذا البحث إلى تطوير نماذج أكثر دقة وشاملة يمكن أن تساعد في تصميم إستراتيجيات تدخل فعال ومستدامة لتحسين صحة المرأة على نطاق أوسع. خامساً، من المهم إنشاء منصات دعم رقمياً، ومادية حيث يمكن للنساء مشاركة قصصهن وتجاربهن، والحصول على المشورة والتوجيه اللازمين من المتخصصين والنساء الأخريات اللاتي مررن بتجارب مماثلة. وهذا يخلق شعوراً بالتضامن والانتماء، ويقلل من أحاسيس العزلة التي يمكن أن تؤثر سلباً في صحتهن العقلية والعاطفية. وباختصار، فإن تحقيق فهم شامل ودقيق للعلاقة بين علم النفس والمرأة يتطلب اتخاذ خطوات جادة ومدروسة تعالج جوانب متعددة، بدءاً من التعليم ودعم البحث العلمي وخلق بيئة داعمة تحيط بالمرأة في كل مرحلة من مراحل حياتها. وهذا أمر بالغ الأهمية لضمان حياة صحية ومستقرة للجميع، دون استثناء. (جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ١٠٢-١٠٣).

المحور الخامس: تأثير علم النفس على تمكين المرأة

تتضح أهمية علم النفس كأداة فعّالة في تمكين المرأة وتعزيز قدرتها على تحقيق أهدافها الشخصية والمهنية، فالفهم العميق للعوامل النفسية التي تؤثر في المرأة يمكن أن يفتح لها آفاقاً جديدة للنجاح والتميز في مختلف مجالات الحياة. ولكن كيف يسهم تطوير الذات والثقة بالنفس والصحة النفسية الجيدة في تشكيل مستقبل مشرق للمرأة؟ وكيف تتشابك هذه العناصر لتشكيل أساساً متيناً لتحقيق الأهداف؟ دور تطوير الذات في نجاح المرأة:

يعد تطوير الذات ركيزة أساسية تسهم إلى حد بعيد في تمكين المرأة وتحقيق نجاحها الشخصي والمهني، ويشمل مفهوم تطوير الذات مجموعة متنوعة من الأنشطة والتقنيات التي تهدف إلى تعزيز القدرات الشخصية واكتساب مهارات جديدة وتعزيز نقاط القوة الفردية (جارسيا وتومبسون، ٢٠١٨، ص ٥٦-٥٨). أولاً وقبل كل شيء، يرتبط تطوير الذات ارتباطاً وثيقاً بزيادة وعي المرأة بنفسها والاعتراف بإمكانياتها الفريدة. فعندما تعترف المرأة بقدراتها الحقيقية، وتحدد نقاط قوتها ونقاط ضعفها، تصبح أكثر قدرة على تحديد أهداف

واقعية ومتابعتها بثقة أكبر. ويمكن أن يعمل هذا الوعي الذاتي كحافز قوي، يدفع المرأة إلى اتخاذ خطوات جريئة واستباقية لاختبار حدودها واستكشاف آفاق جديدة. علاوة على ذلك، يؤدي التعليم المستمر دوراً مهماً في تعزيز فرص نجاح المرأة. فالتعلم مدى الحياة ليس مجرد وسيلة لتوسيع المعرفة النظرية فحسب، بل إنه أيضاً أداة فعّالة لتحسين المهارات العملية والمهنية المطلوبة لمواكبة التغيرات السريعة والمتطلبات المتزايدة لسوق العمل الحديثة. فضلاً عن التعليم الرسمي وغير الرسمي، لا يمكن التقليل من أهمية بناء شبكة دعم قوية تضم مرشدين ونماذج يُحتذى بها. فهؤلاء الأفراد، الذين يمتلكون الخبرة الكافية والتوجيه المناسب، هم أدوات فعّالة في دعم رحلة التنمية الشخصية للمرأة وتمهيد الطريق لها لتحقيق أهدافها الطموحة (سميث، ٢٠٢٠، ص ٤٥؛ جونسون ولي، ٢٠١٩، ص ٧٦-٧٧).

ولا يمكننا أن نغفل الدور الذي تؤديه الصحة العقلية والنفسية كجزء حيوي من تنمية الذات، للحفاظ على الصحة العقلية الجيدة عن طريق ممارسة التأمل وتقنيات الاسترخاء والعناية الذاتية بوجه عام يساعد في خلق بيئة داخلية مستقرة تمكن المرأة من مواجهة التحديات الخارجية بفعالية وكفاءة. وفي النهاية، يتبين لنا أن الاستثمار الجاد والمستمر في النمو والتطور الشخصي يعد خطوة أساسية في تمكين المرأة ودعم رحلتها نحو تحقيق النجاحات المختلفة، سواء الشخصية أو المهنية.

استراتيجيات تعزيز الثقة بالنفس لدى النساء:

تعزيز الثقة بالنفس لدى النساء من الجوانب الرئيسة في علم النفس، حيث تؤدي دوراً كبيراً في تمكين المرأة وتحقيق نجاحها الشخصي والمهني. الثقة بالنفس تعد الأساس الذي يمكن عن طريقه للمرأة التغلب على التحديات والصعوبات المختلفة التي قد تواجهها، سواء كانت هذه الصعوبات من مجتمعها أو ناتجة عنها ذاتياً.

الخطوة الأولى لتعزيز الثقة بالنفس هي تنمية الوعي الذاتي القوي الذي يساعد المرأة على فهم قدراتها وإمكاناتها الحقيقية، بعيداً عن التأثيرات الخارجية السلبية. وهذا يتطلب ممارسة قبول الذات، واحتضان الإيجابيات والسلبيات، والعمل الجاد على تطوير الجوانب الإيجابية مع معالجة السلبيات بطريقة بناءة. يلعب التعليم دوراً حيوياً في بناء الثقة بالنفس. فالمرأة التي تسعى إلى التعلم واكتساب مهارات جديدة تشعر بمزيد من السيطرة

والتمكن، مما يعزز ثقتها بنفسها وقدراتها على مواجهة التحديات بعزيمة ومرونة. إن وجود شبكة داعمة يعد عنصراً مهماً في تعزيز ثقة المرأة بنفسها. فالأصدقاء والعائلة والزملاء الذين يقدمون الدعم والتوجيه والمشورة يساهمون بفعالية في خلق بيئة مشجعة تساعد المرأة على النمو والإيمان بقدراتها الفريدة. إن تبني عقلية إيجابية والتركيز على النجاحات السابقة بدلاً من الإخفاقات يساعد إلى حد بعيد على رفع الروح المعنوية وتعزيز الشعور الدائم بالثقة الداخلية التي لا تهتز بسهولة، بسبب النكسات المؤقتة أو الانتقادات الخارجية غير البناءة.

إن تحديد أهداف واقعية وقابلة للتحقيق، إلى جانب إدارة الوقت بفعالية، يوفر إحساساً بالتقدم والسيطرة مع تقليل الضغوط النفسية الناتجة عن محاولة إنجاز كل شيء دفعة واحدة دون تخطيط مسبق. وهذا يؤدي في النهاية إلى زيادة الرضا والثناء على الذات والثقة بالنفس المستدامة والمتوازنة التي تتماشى مع الواقع العملي والحياة اليومية للمرأة.

تأثير الصحة النفسية على القدرة على تحقيق الأهداف:

تعد الصحة النفسية عنصراً أساسياً في حياة الإنسان، حيث تؤدي دوراً محورياً في تحديد قدرته على مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف المختلفة التي يسعى إليها. إن الفهم العميق لتأثيرات الحالة النفسية الجيدة أو السيئة يمكن أن يساعد الفرد ليس فقط في إدراك إمكانياته الحقيقية، ولكن أيضاً في تحسين أدائه العام سواء كان ذلك على الصعيد الشخصي أو المهني. (Williams & Clark, 2022, p 135-136).

الصحة النفسية الإيجابية تمنح الفرد شعوراً بالراحة والطمأنينة الداخلية، مما يعزز من طاقته وقدرته الذهنية والجسدية لتحقيق أهدافه بكفاءة وفعالية أكبر. فعندما يكون الشخص متمتعاً بصحة نفسية جيدة، فإنه يتمكن من التركيز على نحو أفضل واتخاذ القرارات بصورة أكثر حكمة ومنطقية، وهو ما يعد عاملاً مهماً عند السعي لتحقيق أي هدف مهما كانت صعوبته وتعقيداته.

من جهة أخرى، تؤدي الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب إلى تشتت الانتباه وضعف الإنتاج والتردد والخوف من اتخاذ الخطوات اللازمة نحو النجاح. هذه

الحالات قد تجعل الأشخاص يشعرون بالإحباط والعجز عن مواصلة الطريق الذي رسموه لأنفسهم للوصول إلى غاياتهم المنشودة.

علاوةً على ذلك، فإن للصحة النفسية تأثير مباشر وغير مباشر أيضاً؛ فالأشخاص الذين يتمتعون بصحة نفسية قوية غالباً ما يمتلكون علاقات اجتماعية صحيحة وداعمة توفر لهم التشجيع والمساندة الضرورية خلال مسيرتهم لتحقيق الأهداف الشخصية والمهنية. الدعم الاجتماعي يعد ركيزة مهمة تسهل التغلب على العقبات، وتزيد الثقة بالنفس والتحفيز المستمر للسعي وراء الطموحات بجرأة وإصرار.

العوامل التي تؤثر على الاستقرار النفسي والنجاح الشخصي:

العوامل التي تؤدي دوراً مهماً في تعزيز أو تقويض الصحة النفسية للفرد وبالتالي نجاحه الشخصي.

أولاً، البيئة الاجتماعية هي أحد أهم العوامل، فالعلاقات الإيجابية والداعمة يمكن أن توفر الدعم العاطفي والنفسي الذي يعزز الثقة بالنفس والشعور بالانتماء. إن وجود شبكة اجتماعية قوية يسمح للمرأة بطلب النصيحة والتشجيع عند مواجهة التحديات، مما يساهم في تحسين صحتها العقلية وقدرتها على المناورة نحو تحقيق أهدافها. ثانياً، إن الاهتمام بالصحة الجسدية يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة العقلية بوجه عام. فالتغذية السليمة والنشاط البدني المنتظم يساعدان في الحفاظ على مستويات عالية من الطاقة وتقليل مستويات القلق والاكتئاب. والجسم السليم يوفر الأساس للصحة العقلية القوية، مما يمكن المرأة من التركيز على نحو أكثر فعالية ومواجهة ضغوط الحياة بثبات وهدوء. ثالثاً، يعد الوعي الذاتي وإدارة الذات من الأدوات الأساسية لتعزيز الاستقرار العاطفي والنجاح الشخصي لدى النساء. إن القدرة على فهم الذات وتحديد نقاط القوة والمجالات التي تحتاج إلى تحسين لا تساعد فقط في تحديد أهداف واقعية، بل تسهل أيضاً تطوير إستراتيجيات فعالة لتحقيق هذه الأهداف بطريقة تتوافق مع القيم الشخصية والتطلعات الفريدة. وأخيراً، يلعب التعلم المستمر والانفتاح الذهني دوراً محورياً أيضاً. فاكتساب مهارات جديدة ومعارف متنوعة يزيد من ثقة المرأة بنفسها، ويجفز أحاسيس الكفاءة والسيطرة على حياتها المهنية والشخصية.

وبوجه عام فإن تحقيق الاستقرار النفسي يتطلب تكامل عدة عوامل منها الجانب الاجتماعي والجسدي والفكري، فضلاً عن تنمية القدرات الداخلية مثل إدارة الوقت وتنظيم الأولويات على نحو صحي ومتوازن، بحيث لا تطغى مسؤوليات جانب على الآخر، فتؤثر سلباً في جوانب الحياة المختلفة.

الخاتمة:

أن العلاقة بين علم النفس والمرأة تؤدي دوراً محورياً في تعزيز جودة حياة المرأة وتمكينها داخل المجتمع. وعن طريق فهمنا لعلم النفس ودوره الحيوي في فهم السلوك البشري، يتبين لنا كيف يمكن لهذه المعرفة العلمية أن تسهم مباشرة في معالجة التحديات التي تواجهها المرأة اليوم. وقد أثبتت الدراسة أهمية التركيز على الجوانب النفسية الخاصة بالمرأة من أجل فهم احتياجاتها وتقديم الدعم اللازم لها باستخدام منهجية بحثية دقيقة شملت جمع البيانات وتحليلها بموضوعية وموثوق. وهذا يمكننا من تحديد العوامل المؤثرة وتأثيراتها المتبادلة على حياة المرأة اليومية. وتؤكد النتائج ضرورة تبني سياسات وبرامج تضع الصحة النفسية للمرأة في المقام الأول كجزء لا يتجزأ من الإستراتيجيات الشاملة للتنمية البشرية والاجتماعية. وهذه الخطوة ليست ضرورية فقط لتعزيز رفاهة الفرد، بل وأيضاً لتعزيز النسيج الاجتماعي ككل. وفي الختام، يبقى السؤال مفتوحاً: إلى أي مدى يمكن للتطورات المستقبلية في مجال علم نفس المرأة أن تحدث تغييراً جذرياً ومستداماً؟ وما الأدوار الجديدة التي قد تتبناها المؤسسات الأكاديمية والمهنية لدعم هذا الاتجاه؟ ومن الضروري مواصلة البحث والتحقيق لاستشراف آفاق جديدة تسهم في بناء مجتمع أكثر عدالة وإنصافاً لجميع أفراد.

المصادر والمراجع:

- أبو غدة، محمد. (٢٠١٥). التوجهات المستقبلية لعلم الاجتماع التعليمي. الرياض: الدار العربية للعلوم ناشرون.
- السعيد، منال. (٢٠١٩). نحو بناء الثقة بالنفس. بيروت: دار الفارابي.
- الشواف، سعاد. (٢٠١٥). المرأة العربية وتحديات بناء الثقة بالنفس. بيروت: الدار العربية للعلوم ناشرون.

- الطيار، نورا. (٢٠١٩). "دور الأسرة في تعزيز الثقة بالنفس لدى المرأة العربية." مجلة الدراسات النسوية، ٧٨، ٢١٣-٢٣٠.
- عبد الرازق، نهي. (٢٠١٧). الثقة بالنفس لدى النساء: دراسة تحليلية. القاهرة: دار نيل للنشر.
- Brown et al., L.M., Greenfield S.T., Jones P.R. (2021). Enhancing Self-awareness in Women through Psychological Training Programs. Research Institution Publication.
- Davis R. et al. (2020). Motivation's Role In Female Conduct. Current Psychology Perspectives, Issue#5, pages 111-115.
- Davis, M.R., & Clark, P.S. (2022). Social Policies for Mental Health. Developmental Studies Series No. (17), Cambridge University Press, Pages: 150-151.
- Johnson, P.L., & Lee, R.T. (2019). Women in Psychology and Society. London: Sage Publications.
- Johnson, R., & Lee, K. (2019). Psychological Education and Female Identity Development. Journal Name.
- Johnson, R., & Lee, K. (2023). Women and Psychological Well-being. Health Journal Publications Inc., Vol (23), Issue (5), September/October Edition, Pages: 102-103.
- Johnson, R., & Lee, S. (2019). Mental Health's Role in Social Behavior Formation. London: Routledge.
- Smith, J. (2020). Understanding Women's Decision-Making Processes. Publisher.
- Smith, J.A. (2020). The Psychological Impact of Stress on Women. New York: Academic Press.
- Williams, P., Brownson C., & Davis M.L. (2021). Cultural Influences on Psychological Experiences of Women. Chicago: University.
- Williams, T.R., & Clark, D.F. (2022). Towards a Just Society: Gender Studies in Modern Contexts. Chicago: University Press.

تنمية قدرات المرأة العراقية بين النظرية والتطبيق

الباحثة: نادية احمد علي

جامعة كةرميان- كلية اللغات والعلوم الإنسانية

الملخص:

في قلب بلاد ما بين النهرين، حيث تتشابك الحضارات، وتتلاقى الثقافات، تقف المرأة العراقية رمزاً للقوة والصمود. وعلى مر التاريخ، لعبت المرأة العراقية دوراً محورياً في بناء المجتمع والحفاظ على نسيجها الاجتماعي والثقافي. إلا أن التحديات التي تواجهها اليوم لا تزال كبيرة ومتعددة الأوجه. وهذا يقودنا إلى التساؤل: كيف يمكننا تمكين المرأة العراقية لتعزيز دورها الحيوي في التنمية الاجتماعية والاقتصادية؟ يهدف هذا البحث إلى استكشاف الأسس التي تسهم في تنمية قدرات المرأة العراقية ورفع مشاركتها الفاعلة في مختلف جوانب الحياة والمهن، وسنتناول الدراسات السابقة، ونحلل السياسات الحكومية الحالية والمبادرات المجتمعية لتقييم أثرها وفعاليتها. ومن خلال التركيز على التعليم والتدريب المهني، فضلاً عن السياسات الحكومية والمبادرات المجتمعية، فإننا سنعمل أيضاً على معالجة التحديات الثقافية، والاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية.

الكلمات المفتاحية: التنمية، المهارات والقدرات، المرأة العراقية، الأسس النظرية والعملية.

Developing the Capacities of Iraqi Women

Between Theory and Practice

Researcher: Nadia Ahmed Ali

Karmyan University - College of Languages and Humanities

Abstract:

In the heart of Mesopotamia, where civilizations intertwine and cultures converge, Iraqi women stand as a symbol of strength and resilience. Throughout history, Iraqi women have played a pivotal role in building society and preserving its social and cultural fabric.

However, the challenges they face today are still great and multifaceted. This leads us to ask: How can we empower Iraqi women to enhance their vital role in social and economic development? This research aims to explore the foundations that contribute to developing the capabilities of Iraqi women and increasing their active participation in various aspects of life and professions. We will review previous studies, and analyze current government policies and community initiatives to evaluate their impact and effectiveness. By focusing on education and vocational training, as well as government policies and community initiatives, we will also work to address cultural, social, economic, and political challenges.

Keywords: Development, Skills and Capabilities, Iraqi Women, Theoretical and Practical Foundations.

الفصل الأول: أهمية تنمية قدرات المرأة العراقية

تعدّ المرأة العراقية جزءاً لا يتجزأ من نسيج المجتمع، حيث تؤدي أدواراً متعددة تسهم بنحو فعال في التنمية الاجتماعية والاقتصادية والثقافية. لفهم الدور الذي تؤديه النساء في العراق اليوم، ينبغي النظر إلى السياقات التاريخية والاجتماعية التي شكّلت مكانتهن ومشاركتهن. (Al-Khayat, 2021)

عبر العصور، تأثرت وضعية المرأة العراقية بالتغيرات السياسية، والحروب، والصراعات الداخلية، والخارجية. خلال فترة الحكم الملكي والجمهوري المبكر وحتى السبعينيات من القرن الماضي، شهدت حقوق النساء تقدماً ملموساً بفضل السياسات التقدمية التي شملت التعليم والعمل والمشاركة السياسية. ومع ذلك، جاءت الحروب والعقوبات الاقتصادية لتعيد تشكيل الأدوار وتحدها بسبب الظروف القاسية وعدم الاستقرار الاجتماعي والسياسي. (Hassan et al., 2022)

في المجتمعات الريفية والمدنية على حد سواء، تقوم النساء بأداء مجموعة متنوعة من المهام تتراوح بين الأعمال المنزلية ورعاية الأسرة والزراعة والتعليم والرعاية الصحية الأولية للأجيال الناشئة. بينما كانت هذه الأدوار تقليدياً تعد "مساعدة" للرجال الذين كانوا يُنظر إليهم كمُعيلين رئيسيين للأسرة؛ إلا أن هذا التصور بدأ يتغير تدريجياً مع دخول المزيد من النساء لسوق العمل وتعليمهن العالي.

على الرغم من التحديات الكبيرة مثل التحيزات الثقافية والدينية ضد عمل المرأة خارج البيت؛ فإن هناك نماذج ناجحة لنساء عراقيات أسسن مشاريع صغيرة ومتوسطة وساهمن بفعالية في الاقتصاد المحلي والأسري. تلك المبادرات غالبًا ما تكون مدفوعة بالحاجة الملحة لتحسين الوضع الاقتصادي للأسرة أو نتيجة فقدان المعيل الرئيسي بسبب النزاعات المستمرة.

للمرأة العراقية حضور متزايد في المشهد السياسي رغم الصعوبات والتحديات الهائلة المتعلقة بالأمان الشخصي والتمييز الجنسي داخل الأحزاب والمؤسسات الحكومية والمنظمات غير الحكومية (NGOs). تسعى العديد منهن إلى تحقيق تغيير حقيقي عبر الانخراط الفعال بالمبادرات الاجتماعية والسياسية وتمكين أنفسهن، وزميلاتهن قانونيًا، واجتماعيًا، واقتصاديًا.

من الضروري الإشارة هنا إلى وجود شخصيات نسائية بارزة تمكّنت ليس فقط من الوصول لمناصب قيادية، بل ومن إحداث تأثير إيجابي ملموس على مستوى التشريع وحقوق الإنسان وقضايا العدالة الاجتماعية، والسلام، والأمن الوطني، والإقليمي.

الأسس العلمية لتنمية قدرات المرأة العراقية:

التعليم والتدريب المهني يلعبان دورًا محوريًا في تنمية قدرات المرأة العراقية وتعزيز مشاركتها الفعالة في المجتمع. وفقاً لدراسة Smith (٢٠٢٠)، يعد التعليم أساسياً لتزويد النساء بالمعرفة والمهارات اللازمة لمواجهة التحديات المختلفة، سواء كانت اقتصادية أو اجتماعية.

أهمية التعليم:

أولاً وقبل كل شيء، يوفر التعليم للنساء الأدوات الفكرية التي تمكنهن من التفكير النقدي وحل المشكلات بفعالية. هذا لا يقتصر فقط على المعرفة الأكاديمية، بل يمتد إلى تطوير مهارات حياتية يمكن أن تساعدن في التعامل مع مختلف جوانب الحياة اليومية والمهنية.

تُظهر الدراسات السابقة أن النساء المتعلّمتات أكثر قدرة على تحقيق الاستقلال الاقتصادي واتخاذ قرارات مستنيرة بشأن صحتهن وأسرهن ومستقبلهن الوظيفي. علاوةً

على ذلك، يُسهم تعليم المرأة بنحوٍ كبير في تحسين جودة الحياة للأسرة بأكملها؛ حيث تشير الأبحاث إلى أن الأطفال الذين يولدون لأمهات متعلّقات يكون لديهم فرص أكبر للحصول على تعليم جيد ورعاية صحية أفضل.

التدريب المهني:

فضلاً عن التعليم التقليدي، يعد التدريب المهني جزءاً لا يتجزأ من عملية تمكين المرأة العراقية. إن توفير برامج تدريب مهنية متخصصة يساعد النساء ليس فقط في اكتساب مهارات جديدة ولكن أيضاً يعزز ثقتهن بأنفسهن ويزيد من فرص حصولهن على وظائف جيدة تتناسب مع مؤهلاتهن ومهارتهن المكتسبة حديثاً. وفقاً لـ (Smith, 2020)، ينبغي تصميم برامج التدريب بحيث تكون ملائمة للسياق المحلي وتستجيب لاحتياجات سوق العمل العراقي المتغير باستمرار. وهذا يشمل تقديم تدريبات تقنية مثل البرمجة وصيانة الأجهزة الإلكترونية وكذلك الحرف اليدوية والأعمال الفنية التي يمكن تحويلها بسهولة إلى مشاريع صغيرة مدرة للدخل.

التأثير الاجتماعي والاقتصادي للتعليم والتدريب:

إن الاستثمار في تعليم وتدريب النساء يؤدي بلا شك إلى فوائد متعددة الجوانب للمجتمع ككل؛ فهو يسهم بنحوٍ مباشر وغير مباشر في التنمية الاقتصادية والاجتماعية المستدامة للدولة العراقية.

على الصعيد الاقتصادي، تستطيع النساء المديرات والمؤهلات المشاركة بكفاءة أعلى وإنتاجية أكبر ضمن القوى العاملة مما يزيد الناتج القومي الإجمالي ويحسن مستوى المعيشة للجميع وليس فقط للأفراد المشاركين مباشرة.

أما اجتماعياً فإن زيادة مشاركة المرأة المؤهلة والمدربة تسهم كذلك بتغيير النظرة المجتمعية حول أدوار الجنسين وتقليل الفوارق بينهما عبر تعزيز مفهوم التكافؤ والمساواة داخل الأسرة وخارجها أيضاً.

السياسات الحكومية والمبادرات المجتمعية:

تعد السياسات الحكومية والمبادرات المجتمعية عنصراً حاسماً في تنمية قدرات المرأة العراقية وتعزيز دورها الفعّال في المجتمع. إن هذه الجهود تتطلب تعاوناً شاملاً بين القطاعات المختلفة لضمان تحقيق التقدم المستدام والشامل للمرأة.

أولاً، تؤدي الحكومة دوراً رئيسياً عن طريق وضع سياسات وتشريعات تدعم حقوق النساء وتوفر لهن الفرص المتكافئة للمشاركة في الحياة الاقتصادية والسياسية والاجتماعية. على سبيل المثال، يمكن للحكومة أن تضع قوانين تحظر التمييز ضد النساء في أماكن العمل وتضمن حصولهن على أجور متساوية مع الرجال عند القيام بالوظائف نفسها. فضلاً عن ذلك، تعد برامج الدعم المالي والتقني التي تقدمها الدولة للأعمال الصغيرة والمتوسطة المملوكة من قبل نساء خطوة مهمة نحو تعزيز ريادة الأعمال النسائية وتحقيق الاستقلال الاقتصادي للنساء.

ثانياً، تأتي المبادرات المجتمعية كجزء مكمل لهذه الجهود الحكومية حيث تعمل المنظمات غير الربحية والجمعيات الأهلية والمؤسسات التعليمية والثقافية على تنفيذ مشاريع وبرامج تهدف إلى تمكين النساء وتنمية مهاراتهم العملية والفكرية. تشمل هذه المبادرات تنظيم ورش عمل تدريبية ودورات تعليمية تسهم بنحو مباشر في رفع مستوى الوعي والتعليم لدى النساء العراقيات حول مختلف القضايا المتعلقة بحقوق الإنسان، والصحة، والاقتصاد، والسياسة.

من الأمثلة الناجحة لهذه المبادرات هي تلك التي تقوم بها الجمعيات النسائية المحلية والتي تعنى بخلق بيئات آمنة ومشجعة للتعلم والعمل والإبداع بالنسبة للفتيات والنساء الشابات؛ مثل إنشاء مراكز مجتمعية توفر خدمات التعليم المهني والاستشارة النفسية والدعم القانوني لمن يحتاجه منهن.

إضافةً لذلك، فإن التعاون الدولي يلعب أيضاً دوراً بارزاً حيث يتم تقديم الدعم الفني والمالي عبر وكالات الأمم المتحدة والمنظمات الدولية الأخرى لتعزيز جهود التنمية وتمكين المرأة العراقية ضمن إطار شامل ومستدام يراعي الخصوصيات الثقافية والاجتماعية للمجتمع العراقي ويعمل بالتوازي مع الخطط الوطنية التنموية لتحقيق أفضل النتائج الممكنة.

أثر تعليم المرأة على تطور المجتمع:

تعليم المرأة يُعدُّ أساساً محورياً في تحقيق التنمية المستدامة وتطور المجتمعات. ففي السياق العراقي، يلعب التعليم دوراً جوهرياً في تمكين النساء وتأهيلهن للمشاركة الفاعلة في مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية. (Rahman & Zainab, 2018)

أولاً، يساهم تعليم المرأة بنحوٍ مباشرٍ في تحسين مستوى المعيشة للأسرة والمجتمع ككل. فالمرأة المتعلمة تكون أكثر قدرة على إدارة شؤون الأسرة بفعالية وكفاءة أعلى، مما يؤدي إلى تربية جيل واعٍ ومثقف قادر على مواجهة تحديات المستقبل. كما أن الأم المتعلمة تُولي اهتماماً أكبر لتعليم أبنائها وبناتها، ما يعزز من فرصهم للحصول على تعليم جيد ومستقبل واعد. (Hassan et al., 2022; Ali & Fatima, 2023).

ثانياً، يسهم التعليم أيضاً في تعزيز الصحة العامة والنفسية للنساء وأسرهن. فالتعليم يمكّن النساء من فهم أفضل للقضايا الصحية وكيفية الوقاية منها والتعامل معها بطرائق علمية وصحية سليمة. هذا يقلل من معدلات الأمراض ويزيد من الوعي الصحي داخل المجتمع. (Al-Khayat, 2021).

فضلاً عن ذلك، فإن حصول النساء العراقيات على التعليم يمكنهنّ من الانخراط بنحوٍ فعالٍ وإيجابيٍ في سوق العمل وفي الأنشطة الاقتصادية المختلفة. وهذا لا يعود بالنفع فقط عليهن شخصياً بل يمتد ليشمل الاقتصاد الوطني بأسره؛ حيث يزيد الناتج المحلي الإجمالي ويساهم بالتالي في رفع المستوى الاقتصادي للدولة وتقليل نسب البطالة والفقر بين السكان. (Razawi 2019).

كما أن للتعليم تأثيراً كبيراً فيما يتعلق بتحقيق العدالة الاجتماعية والمساواة بين الجنسين؛ إذ يمنح الفرص العادلة والمتكافئة للجميع بغض النظر عن جنسهم أو خلفيتهم الثقافية والاجتماعية والدينية. إن تحصيل العلم والمعرفة يكسر الحواجز التقليدية والثقافية التي قد تعيق تقدم المرأة وتمكنها من الدخول بقوة وثقة إلى مجالات كانت سابقاً حكراً على الرجال مثل العلوم والهندسة والقانون والسياسة والأعمال التجارية وغيرها الكثير. (UN Women, 2021).

ولا ننسى الدور الحيوي الذي تؤديه المؤسسات التعليمية نفسها كمراكز لنشر الأفكار التقدمية وتعزيز قيم التسامح والانفتاح الفكري وقبول الآخر واحترام حقوق الإنسان وكرامة الفرد سواء كان رجلاً أم امرأة.

أهمية المشاركة الفعالة للمرأة في سوق العمل:

تواجه المرأة العراقية العديد من التحديات المعقدة والمتعددة الأبعاد عند محاولتها الدخول والمشاركة الفعالة في سوق العمل. هذه العقبات تتراوح بين الاجتماعية، الثقافية، الاقتصادية والسياسية مما يجعل من الصعب عليها تحقيق الاستقلالية المالية والمهنية. أولاً: وقبل كل شيء، تؤدي العوامل الاجتماعية والثقافية دوراً كبيراً في تحديد مشاركة النساء في القوى العاملة. المجتمع العراقي يتميز بطبيعته المحافظة والتي غالباً ما تفرض قيوداً على حرية الحركة والعمل للمرأة. الأعراف والتقاليد المجتمعية تعزز الصورة النمطية لدور المرأة كربة منزل ومسؤولة عن الرعاية الأسرية فقط، مما يقلل من فرصها للعمل خارج المنزل أو حتى التفكير بالعمل كمجال لتحقيق الذات والاستقلال المالي.

ثانياً: التعليم وتفاوت الفرص التعليمية يعدان تحدياً آخر يعرقل دخول النساء إلى سوق العمل بنحوٍ فعّال. بالرغم من التحسن النسبي الذي شهدناه خلال السنوات الأخيرة فيما يتعلق بمستويات تعليم الإناث، إلا أن هناك فجوة واضحة مقارنةً بنظرائهن الذكور وخاصةً فيما يتعلق بالتعليم العالي والتخصصات العلمية والهندسية التي تعد أساسية لسوق العمل الحديث والمعاصر.

التحدي الثالث يكمن في البيئة العملية نفسها حيث تواجه النساء تحيزات جنسانية وتمييز مؤسسي يؤدي إلى عدم تكافؤ الفرص الوظيفية والترقية المهنية بالمقارنة مع الرجال. هذا يتضمن أيضاً فروقات كبيرة في الرواتب بين الجنسين وعدم توفير بيئة عمل داعمة وآمنة للنساء مثل وجود سياسات لمكافحة التحرش الجنسي وضمان حقوق الأمومة والإجازات المتعلقة بها.

رابعاً: البنية التحتية والخدمات العامة غير الكافية تمثل عائقاً إضافياً أمام مشاركة النساء بفعالية أكبر بسوق العمل؛ فقلة خدمات رعاية الأطفال وغياب المواصلات الآمنة والموثوقة تزيد العبء على النساء وتحد من قدرتهن على المشاركة المستدامة والقوية بالقوى العاملة المحلية والدولية أيضاً إذا تطلب الأمر ذلك مستقبلاً. (Hameed and Hassan 2017)

السياسات الحكومية الحالية قد لا تكون كافية لتحفيز ودعم انخراط أوسع وأكثر للنساء ضمن قطاعات الاقتصاد المختلفة؛ إذ تحتاج الحكومة لتبني استراتيجيات

وسياسات شاملة ومتكاملة تهدف لتمكين المرأة اقتصاديا واجتماعيا عبر تقديم الدعم اللازم سواء كان مادياً او قانونياً لضمان حماية حقوقهن وتعزيز مكانتهن داخل مجتمعهم المحلي والعالمي أيضاً.

السياسات والإجراءات الداعمة لمشاركة النساء:

تعد مشاركة المرأة في سوق العمل من الأمور الحيوية لتحقيق التنمية المستدامة والنمو الاقتصادي. ومع ذلك، تواجه العديد من النساء العراقيات تحديات متعددة تعيق مشاركتهن الفعالة في هذا المجال. لذا، تأتي أهمية وضع سياسات وإجراءات داعمة لتمكين المرأة وتذليل العقبات التي تقف أمامها.

أولاً، وقبل كل شيء، ينبغي أن تتبنى الحكومة العراقية تشريعات تحمي حقوق المرأة العاملة وتضمن لها بيئة عمل آمنة ومستقرة. يتطلب الأمر سن قوانين صارمة ضد التمييز والتحرش الجنسي في مكان العمل وضمان تطبيقها بفعالية. يمكن إنشاء وحدات متخصصة داخل المؤسسات الحكومية والخاصة لرصد أي انتهاكات والتعامل معها بحزم. ثانياً، ينبغي توفير برامج تدريب وتأهيل مستمرة تستهدف تطوير مهارات النساء وزيادة فرصهن للحصول على وظائف مناسبة ومجزية مالياً. هذه البرامج قد تشمل دورات تعليمية مهنية وتقنية تُسهم في تعزيز قدراتهم وتمكنهن من المنافسة بنحو أفضل في سوق العمل المتغير والمتطور باستمرار.

فضلاً عن ذلك، تعد الإجراءات المتعلقة بدعم ريادة الأعمال النسائية جزءاً لا يتجزأ من تمكين المرأة اقتصادياً؛ إذ يُمكن للحكومة والمنظمات غير الحكومية تقديم حوافز مالية ومنح صغيرة للنساء الراغبات ببدء مشاريعهن الخاصة أو توسيع أعمالهن الحالية. كما يمكن تنظيم ورش عمل وندوات تثقيفية لتزويد رائدات الأعمال بالمعرفة اللازمة حول كيفية إدارة المشاريع وتحقيق النجاح التجاري.

ومن ناحية أخرى، فإن تحسين البنية التحتية الاجتماعية يعد خطوة ضرورية لدعم مشاركة النساء العاملات؛ يشمل ذلك توفير خدمات رعاية الأطفال بأسعار معقولة وجودة عالية مما يتيح للأمهات العاملات التركيز على مسار حياتهن المهنية دون القلق بشأن أطفالهم خلال ساعات العمل الطويلة. (Momsen 2011)

كما ينبغي ألا نغفل عن الدور الهام للإعلام والمجتمع المدني في تغيير الصورة النمطية السلبية تجاه عمل المرأة وتعزيز الوعي بأهمية مساهمة الجنسين على حد سواء لتحقيق تقدم المجتمع ككل؛ حيث يلعب الإعلام دورًا كبيرًا عبر تسليط الضوء على قصص نجاح نساء عراقيًا تميزن بمختلف المجالات ونشر ثقافة المساواة والعدالة بين الجميع بغض النظر عن جنسهم. (UN Women Iraq Office, 2022 , Hassan & Yaseen, 2021).

الفصل الثاني: عوامل تحد من تنمية قدرات المرأة:

تظل قضية تنمية قدرات المرأة أحد أهم التحديات التي تواجهها. على الرغم من الإنجازات الكبيرة التي حققتها النساء في مختلف المجالات، إلا أنهن ما زلن يواجهن عوائق اجتماعية وثقافية واقتصادية تحد من تطورهن الكامل وتعيق وصولهن إلى إمكانياتهن الحقيقية. كيف يمكن لهذه العوامل المتشابكة والمعقدة أن تعرقل تقدم المرأة؟ وما هو الدور الذي تؤديه وسائل الإعلام في تشكيل صورة المرأة وتأثير ذلك على تطوير قدراتها؟

تحليل العوائق الاجتماعية والثقافية التي تعيق تطوير المرأة:

تعد العوائق الاجتماعية والثقافية من أبرز التحديات التي تواجه النساء في سعيهن نحو تحقيق التنمية الشخصية والمهنية. تتجلى هذه العوائق في مجموعة متنوعة من الأنماط السلوكية والتقاليد والأعراف المجتمعية، والتي تعمل بنحو مباشر أو غير مباشر على تقييد فرص النساء وإمكاناتهن.

أولاً، يلعب النظام الأبوي دورًا محوريًا في تحديد أدوار الجنسين داخل المجتمع. هذا النظام يفرض قيودًا صارمة على حرية حركة وعمل المرأة، مما يجعلها تعتمد إلى حد كبير على الرجل سواء كان أباً أو زوجاً أو أخاً. فضلاً عن ذلك، فإن التصورات التقليدية حول الأدوار تُرسخ فكرة أن مكان المرأة الأساسي هو المنزل والعناية بالأطفال والأسرة، بينما يُنظر إلى الرجال باعتبارهم المعيلين الرئيسيين للأسرة والمسؤولين عن العمل خارج المنزل.

ثانياً، التعليم يعد أحد المجالات الحيوية التي تتأثر بالعوامل الثقافية والاجتماعية. في العديد من المجتمعات المحافظة تقليدياً يتم تفضيل تعليم الذكور على الإناث؛ حيث

يُعتقد بأن الاستثمار التعليمي للذكور يعود بفوائد أكبر للمجتمع وللأسرة مقارنة بالإناث اللواتي قد ينتهي بهن المطاف بالبقاء ضمن حدود الأسرة دون مشاركة فعالة في سوق العمل.

إضافة لذلك، تؤدي الممارسات الدينية المتشددة دورا هاما أيضا كحاجز أمام تقدم وتنمية قدرات النساء، ففي بعض الأحيان يتم تفسير النصوص الدينية بطرائق تؤدي الى فرض قيود إضافية علي حريات وحقوق النساء مثل حقهن في التعليم والعمل والتنقل بحرية.

من ناحية أخرى، يمكن للعادات والتقاليد المحلية أن تكون عائقا آخر. فمثلا، الزواج المبكر مازال شائع في كثير من المناطق الريفية والنائية ويؤدي بطبيعة الحال الى توقف الفتيات عن استكمال دراستهم والانخراط مبكرا جدا في مسؤوليات الزوجة والامومة مما يعوق اي فرصة لنمو وتطوير مهاراتهم وقدراتهم الفردية التصور السلبي تجاه عمل المرآه ايضا يعد واحدا اخر مهم جدا. فالعديد يرون ان عمل المرآه ينبغي ان يكون محدود فقط بالمنازل او الاعمال البسيطة التي لا تحتاج لمستوى علمي عالي وذلك بسبب اعتقاد خاطئ بان قدرة السيدات محدودة ولا تصلح للأعمال القيادية او الادارية العليا

تأثير الظروف الاقتصادية على فرص تنمية المرأة:

تؤدي العوامل الاقتصادية دوراً محورياً في تحديد الفرص المتاحة لتنمية قدرات المرأة. إن التحديات المالية والاقتصادية التي تواجه النساء تؤثر بنحو مباشر وغير مباشر على إمكانيتهن في تطوير مهارتهن وتحقيق استقلاليتهن المادية والاجتماعية. أولاً، يمكن القول إن الفقر هو أحد أبرز العوائق التي تحول دون تمكين النساء اقتصادياً. ففي العديد من المجتمعات، تعاني الأسر ذات الدخل المنخفض من نقص الموارد اللازمة لتعليم الفتيات وتدريبهن المهني. يؤدي هذا النقص إلى تقليل فرص الحصول على وظائف جيدة وذات أجر عادل للنساء مستقبلاً، مما يساهم بدوره في استمرار دائرة الفقر وعدم الاستقرار الاقتصادي.

ثانياً، تفرض بعض الأنظمة الاقتصادية قيوداً إضافية تزيد من صعوبة حصول النساء على التمويل اللازم لبدء مشاريعهن الخاصة أو الاستثمار في تعليمهن العالي. غالباً

ما تكون القروض المصرفية والمساعدات المالية موجهة نحو الرجال باعتبارهم "معيلين" للأسرة بينما تُهمل احتياجات ودور المرأة كعنصر فاعل اقتصادياً.

كما تجدر الإشارة إلى أن الأجور غير المتكافئة بين الجنسين تشكل حاجزاً آخر أمام التنمية الشاملة لقدرات المرأة. فرغم تقدم التشريعات والسياسات الداعمة للمساواة بين الجنسين في سوق العمل إلا أنه لا تزال هناك فجوة كبيرة بين أجور الرجال والنساء حتى عند أداء نفس الأعمال وبمستويات التعليم والخبرة نفسها تقريباً. هذه الظاهرة تسهم بنحوٍ كبير في تثبيط عزيمة النساء عن السعي لتحقيق طموحات أكبر وتنوع مصادر دخلهن بما يعزز مكانتهن الاجتماعية ويزيد ثقتهن بأنفسهن.

فضلاً عن ذلك، فإن غياب السياسات الحكومية الكافية لدعم رعاية الأطفال وإجازات الأمومة المدفوعة يؤثر سلباً كذلك على قدرة النساء العاملات لموازنة مسؤوليات الأسرة والعمل بنجاح، مما يدفع الكثير منهن للتخلي عن مسار حياتها المهنية بعد الإنجاب أو تقليل ساعات عملها وبالتالي نقصان دخلها الشهري وفرص تطورها المهني على حد سواء.

ولا يمكن إغفال أهمية الدعم الاجتماعي والمؤسسي الذي ينبغي توفيره لتعزيز مشاركة الإناث في القوى العاملة. فعلى سبيل المثال، برامج التدريب والتطوير المستمرة التي تستهدف تحسين مهارات وقدرات السيدات وتمكنهن من مواكبة متطلبات السوق الحديثة تعد خطوة مهمة جداً لضمان استدامة نمو الاقتصاد الوطني وزيادة معدلات الإنتاجية العامة.

تصوير وسائل الإعلام للمرأة وأثره الاجتماعي والنفسي عليها:

تعد وسائل الإعلام من أهم الأدوات التي تؤثر بنحوٍ كبير على تصورات المجتمع وصورة الأفراد، ولا سيما النساء. فالإعلام يلعب دوراً حاسماً في تشكيل الصور النمطية والمعتقدات التي يحملها الناس حول الجنسين. وعن طريق تحليل كيفية تصوير المرأة في مختلف الوسائط الإعلامية مثل التلفزيون والسينما والإعلانات والصحف والمجلات، يمكننا فهم التأثير العميق الذي تتركه هذه التصاویر على التنمية الاجتماعية والنفسية للنساء.

أولاً، وقبل كل شيء، نجد أن العديد من الوسائل الإعلامية غالباً ما تعرض صور نمطية تقليدية عن النساء؛ حيث يتم تقديمهن ككائنات ضعيفة أو سطحيات يهتمن فقط بالموضة والجمال والعلاقات العاطفية. هذا النوع من التمثيل يحدّ بشدة من رؤية الفتيات الصغيرات لأنفسهن ويؤدي إلى تعزيز فكرة أن قيمة المرأة تكمن أساساً في مظهرها الخارجي وليس بقدراتها الفكرية أو المهنية.

ثانياً، يؤدي هذا التمثيل السلبي والمتكرر إلى تأثير نفسي عميق قد يتسبب بنقص الثقة بالنفس لدى الكثير من النساء والفتيات. عندما ترى الفتاة نفسها محصورة ضمن قوالب معينة لا تتناسب مع طموحاتها وقدراتها الحقيقية، فإن ذلك يعزز شعورها بالدونية وعدم الكفاءة مما يؤثر سلباً على تطلعاتها المستقبلية، ورغبتها بالمنافسة، والتطور المهني، والأكاديمي.

فضلاً عن ذلك، هناك تأثير اجتماعي واضح لهذا النوع من التمثيل؛ إذ ينشئ بيئة ثقافية تعزز عدم المساواة بين الجنسين وتكرس الأفكار التقليدية المتحيزة ضد المرأة والتي تمنع تقدمهن وتمكنهم الكامل داخل المجتمع. فعندما تكون الصورة السائدة عبر وسائل الاتصال هي تلك التي تقلل شأن الأدوار القيادية والتعليم العالي والعمل الاحترافي بالنسبة للمرأة، يصبح تحدي تغيير هذه النظرة المجتمعية أكثر صعوبة وتعقيداً.

استراتيجيات تحسين تمثيل النساء في وسائل الإعلام:

تعد وسائل الإعلام من أهم الأدوات التي تؤثر بنحو كبير على صورة المرأة في المجتمع، وبالتالي على تنمية قدراتها. لذا، فإن تحسين تمثيل النساء في هذه الوسائل يعد خطوة أساسية نحو تحقيق المساواة وتعزيز دورهن الفعال. تتطلب هذه العملية اعتماد مجموعة من الاستراتيجيات المتنوعة والمتكاملة.

أولاً وقبل كل شيء، ينبغي العمل على تعزيز الوعي بأهمية التمثيل العادل للنساء في وسائل الإعلام بين العاملين فيها وصانعي السياسات. يمكن تحقيق ذلك عبر تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية تستهدف الصحفيين والمحررين والمنتجين لتثقيفهم حول قضايا المرأة وأهمية تقديم صور إيجابية ومتوازنة عن المرأة.

فضلاً عن ذلك، ينبغي تشجيع المؤسسات الإعلامية على تبني سياسات داخلية صارمة تضمن التنوع والشمولية. يمكن أن تشمل هذه السياسات تعيين لجان مختصة

بمراقبة المحتوى وضمان عدم وجود غبن، وكذلك وضع معايير واضحة لاختيار الضيوف والخبراء بحيث يتم تضمين نساء مؤهلات ومتنوعات الخلفيات بانتظام. و يعد دعم وتمكين النساء العاملات في المجال الإعلامي أمراً بالغ الأهمية لتحقيق تغيير حقيقي ومستدام. يتعين توفير بيئة عمل داعمة تسهل تقدمهن المهني وتزيل العقبات أمام مشاركتهن الكاملة والإيجابية؛ مثل ضمان فرص متساوية للتدريب والتطوير الوظيفي وخلق برامج إرشاد موجهة لتعزيز مهارات القيادة لديهن. كما يلعب الجمهور دوراً محورياً أيضاً؛ إذ ينبغي إشراك المشاهدين والمستمعين والقراء كجزء فاعل من عملية التحسين وذلك عبر حملات توعية عامة تدعو لمقاطعة المنتجات أو البرامج ذات الطابع التمييزي ضد المرأة وتشجع الدعم للمحتويات الإيجابية والبناء عنها. على صعيد آخر، التعاون الدولي وتبادل الخبرات يمثل استراتيجية فعالة لتحسين تمثيل النساء إعلامياً حيث يمكن تبنى أفضل الممارسات العالمية والاستفادة منها محلياً بما يتناسب مع الخصوصيات الثقافية والاجتماعية لكل بلد ومنطقة بعينهما. من جهة أخرى، لا يمكن تجاهل الدور الكبير الذي تؤديه وسائل الإعلام في تشكيل صورة المرأة وتأثيرها المباشر على تنمية قدراتها النفسية والاجتماعية. التصوير النمطي والمنتحيز يعزز القوالب السلبية ويؤثر سلباً على ثقة النساء بأنفسهن وطموحاتهن المستقبلية (Doe et al., 2021, pp. 78-79). لذا فإن تحسين تمثيل النساء في وسائل الإعلام واستراتيجيات التوعية يمكن أن يكون لهما تأثير إيجابي ملموس مما يسهم بنحو فعال في تغيير النظرة المجتمعية نحو الأفضل. إن أهمية هذا النقاش تكمن ليس فقط فيما يكشف عنه من تحديات ومعوقات، بل أيضاً فيما يطرحه من فرص للتغيير والإصلاح الاجتماعي والاقتصادي والثقافي لتعزيز مكانة المرأة وتمكينها بالكامل للمساهمة بفعالية أكبر داخل المجتمع وخارجه.

الفصل الثالث: استراتيجيات تعزيز قدرات المرأة

في عالمنا اليوم، لا يمكن تجاهل الدور الحيوي الذي تؤديه المرأة في التنمية الاقتصادية والاجتماعية. ومع ذلك، فإن تعزيز قدرات المرأة وتمكينها من تحقيق إمكاناتها الكاملة يظل تحدياً كبيراً يتطلب جهوداً متكاملة وسياسات داعمة. كيف

يمكن للحكومات أن تسهم بفعالية في هذا السياق؟ وما هي أهمية التدريب والتطوير الوظيفي للمرأة لتحقيق هذه الأهداف؟

تبدأ الرحلة بفهم دور الحكومة في وضع سياسات تدعم تنمية قدرات المرأة وتوفير البيئة المناسبة لنموها المهني والشخصي. ومن ثم نتناول أهمية التدريب والتطوير الوظيفي كأحد الأدوات الأساسية التي تمكن النساء من اكتساب المهارات والمعارف اللازمة للمنافسة والنجاح.

دور الحكومة في وضع سياسات داعمة لتنمية قدرات المرأة:

تعد الحكومات العامل الأساسي والمحوري في تحقيق التنمية المستدامة وتعزيز المساواة بين الجنسين، حيث تؤدي السياسات الحكومية الداعمة دوراً حيوياً في تنمية القدرات النسائية وتمكينها على مختلف الأصعدة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية. تتطلب هذه العملية نهجاً شاملاً ومتكاملاً لضمان فعالية واستمرارية المبادرات والبرامج التي تهدف إلى تمكين النساء.

أحد الجوانب الرئيسية لدور الحكومة هو صياغة وتطبيق التشريعات والقوانين التي تضمن حقوق النساء وتمييزهن من التمييز والعنف بجميع أشكالهما. يمكن أن تشمل هذه القوانين قوانين العمل التي تحظر التمييز الوظيفي بسبب الجنس وتفرض معايير متساوية للأجور وظروف العمل، فضلاً عن توفير إجازات الأمومة والأبوة المدفوعة لتحفيز مشاركة الأمهات والآباء بالتساوي في رعاية الأطفال.

علاوة على ذلك، ينبغي على الحكومات وضع خطط وسياسات تعليمية تعزز وصول الفتيات للتعليم بكافة مراحله وتشجعهن على الانخراط في المجالات العلمية والتقنية والهندسية والرياضيات (STEM)، وهي مجالات غالباً ما تكون تحت هيمنة الذكور. إن الاستثمار في التعليم ليس فقط يعزز فرص النساء، ولكن يساهم أيضاً بنحو كبير في نمو الاقتصاد الوطني ورفع مستوى الابتكار والإبداع المجتمعي.

كما يتعين على الحكومات تقديم الدعم المالي والفني للنساء رائدات وأصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة عبر برامج التمويل الميسر ومنح الوصول للأسواق المحلية والدولية والخدمات الاستشارية المتخصصة لتطوير أعمالهن وزيادة إنتاجيتهن.

وفي السياق السياسي، ينبغي للحكومات تبني سياسات تشجيع المشاركة السياسية للمرأة وضمان تمثيلها العادل والمناسب داخل الهيئات والمؤسسات الحكومية وغير الحكومية كافة. هذا يشمل تطبيق نظام الحصص (الكوتا) الذي يخصص نسبة معينة من المقاعد البرلمانية أو المناصب الوزارية للنساء بهدف زيادة مشاركتهن وتأثيرهن المباشر والكبير فيه صنع القرار وصياغة السياسات العامة للدولة. (Budlender, 2008) إضافة لذلك، لا بد من إنشاء آليات لمراقبة تنفيذ تلك السياسات وتقييم أثرها بصفة مستمرة لضمان تحقيق النتائج المرجوة وإجراء التحسينات اللازمة عند الضرورة بناءً على البيانات والتحليلات الدقيقة والشاملة للوضع الراهن والتطور المحقق بمرور الوقت.

أهمية التدريب والتطوير الوظيفي للمرأة:

في ظل التحولات الاقتصادية والاجتماعية التي يشهدها العالم اليوم، أصبح موضوع تمكين المرأة وتعزيز قدراتها المهنية من الأولويات الأساسية لدى الحكومات والمؤسسات. إن توفير فرص تدريبية وتطوير وظيفي مخصصة للنساء لا يساهم فقط في تحقيق العدالة والمساواة بين الجنسين، بل يُعزز أيضاً الأداء الاقتصادي والتنمية المستدامة.

التدريب والتطوير الوظيفي يساعد النساء على اكتساب مهارات جديدة وتحسين معرفتهن في مجالات متعددة ومتنوعة. فعن طريق برامج التدريب المتخصصة يمكنهن تعلم تقنيات حديثة وأساليب عمل مبتكرة تواكب التطورات التكنولوجية والعلمية السريعة. هذه البرامج قد تشمل دورات في الإدارة والقيادة، أو تدريبات تقنية متقدمة تمكن النساء من العمل بكفاءة واحترافية أكبر.

تُعد عملية تطوير القدرات المهنية عاملاً حاسماً في زيادة فرص حصول النساء على وظائف أفضل وترقيات أعلى داخل المؤسسات والشركات. فالمهارات المكتسبة عبر الدورات التدريبية تؤهل المرأة لتولي مناصب قيادية وإدارية عليا كانت تعد سابقاً حكراً على الرجال إلى حد كبير. هذا التنوع القيادي والإداري يعزز بدوره الابتكار ويحفز النمو المؤسسي.

إن الحصول على تدريب متخصص وتطور مهني يمكن المرأة من بناء ثقتها بنفسها وبقدراتها الشخصية والمهنية بنحو ملحوظ؛ مما يدعم قدرتها على اتخاذ قرارات مستقلة

ومستنيرة بشأن مسيرتها العملية وحياتها العامة والخاصة كذلك الأمر يؤدي ذلك إلى تعزيز الاستقلال المالي الذي يعد أحد أهم مقومات الحرية الفردانية والتحرر الاجتماعي. عن طريق المشاركة الفاعلة والمتزايدة للمرأة المدربة والمؤهلة ضمن سوق العمل وفي مختلف المناصب الإدارية والفنية، يمكن تحدي القوالب النمطية والأفكار التقليدية حول أدوار الجنسين والتي كثيراً ما تعيق تقدم المرأة وتمكينها المجتمعية وبالتالي فإن وجود نماذج ناجحة وقوية نسائية يعد مصدر إلهام ودافع للتغيير الإيجابي نحو مجتمع أكثر شمولاً وعدالة. (Badran 2009)

الفصل الرابع: تقييم الأثر الاجتماعي والاقتصادي لتنمية قدرات المرأة:

إن تطوير قدرات النساء ليس مجرد مسألة عدالة اجتماعية أو تحقيق المساواة بين الجنسين؛ بل هو ركيزة أساسية لتعزيز التقدم الاقتصادي والاجتماعي للمجتمعات بأكملها. هذا الفصل يسلط الضوء على تأثير تنمية مهارات وقدرات المرأة من جوانب متعددة، بدءاً من التأثير المجتمعي وصولاً إلى العوائد الاقتصادية للاستثمار في تعليم وتدريب النساء.

دراسة أثر تطوير قدرات المرأة على المجتمع:

تطوير قدرات المرأة يعد من أبرز العوامل التي تساهم في تحقيق التنمية المستدامة والشاملة للمجتمعات. إن تمكين النساء وتزويدهن بالمهارات والمعرفة اللازمة يمكن أن يحدث تغييرات جذرية وإيجابية في النسيج الاجتماعي، مما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة للجميع.

أولاً، عندما تُمنح النساء الفرصة لتطوير مهاراتهن وقدراتهن التعليمية والمهنية، ينعكس ذلك بنحوٍ مباشرٍ على الأسرة. فالمرأة المتعلمة والقادرة تكون أكثر قدرة على تقديم الدعم التعليمي والتربوي لأطفالها، مما يساهم في رفع مستوى التعليم العام للأجيال القادمة. فضلاً عن ذلك، فإن مشاركة الأم المثقفة والمتعلمة في حياة أطفالها اليومية تعزز من قيم المسؤولية والانضباط لديهم.

ثانياً، تعزيز دور المرأة وتمكينها يساعد أيضاً في تقليل الفقر وتحسين الظروف المعيشية للعائلات. الدراسات أظهرت أن الأسر التي تضم نساء عاملات أو متعلقات تتمتع

بمستويات معيشة أفضل ومعدلات فقر أقل مقارنة بالأسر الأخرى. وذلك يعود جزئياً لأن دخل النساء الإضافي يُستخدم غالباً لتحسين نوعية الحياة للأسرة بأكملها بما يشمل الغذاء والتعليم والصحة.

ثالثاً، تنمية قدرات المرأة تسهم كذلك في بناء مجتمع أكثر عدلاً وإنصافاً حيث يتم احترام حقوق الجميع بغض النظر عن الجنس. هذا يعزز التماسك الاجتماعي ويقلل من معدلات الجريمة والعنف الأسري الذي قد ينشأ نتيجة للتمييز وعدم المساواة بين الجنسين.

رابعاً، تؤدي النساء دوراً محورياً كمؤسسات وقائدات مجتمعية عند حصولهن على القدرات و المهارات المطلوبة. فالنساء القادرات يلتحقن بالمبادرات المجتمعية ويسعين لحل المشكلات الاجتماعية المختلفة مثل الصحة العامة، البيئة، وحقوق الإنسان. هذا النوع من المشاركة لا يقف فقط عند حدود التأثير الفردي ولكنه يمتد ليشمل تأثير واسع وعميق داخل المجتمع ككل.

دراسة أثر تطوير قدرات المرأة على الاقتصاد:

تطوير قدرات المرأة له تأثير كبير ومباشر على الاقتصاد، ويمكن تحليل هذا التأثير عن طريق عدة جوانب تشمل زيادة الإنتاجية، تنوع القوى العاملة، وتعزيز الاستدامة الاقتصادية.

أولاً، وقبل كل شيء، يؤدي تحسين تعليم وتدريب النساء إلى زيادة إنتاجيتهن. عندما تحصل النساء على فرص متساوية في التعليم والتدريب المهني المتخصص، تتطور مهارتهن ومعرفتهن بنحوٍ يمكنهن من أداء وظائف ذات قيمة مضافة أعلى بكفاءة أكبر. هذه الزيادة في الكفاءة تسهم بنحوٍ مباشر في رفع مستوى الإنتاجية الإجمالية للاقتصاد الوطني. فعلى سبيل المثال، تشير دراسات متعددة إلى أن الشركات التي تضم نسبة عالية من الموظفات المؤهلات تحقق أداءً مالياً أفضل مقارنة بتلك التي تفتقر إلى التنوع الجنسي بين موظفيها.

ثانياً، يساهم تمكين النساء اقتصادياً وتنموياً في تنوع قوى العمل وزيادة مرونتها. إن وجود نساء مؤهلات وجاهزات للعمل يعني توفر مجموعة أوسع ومتنوعة من المواهب

والخبرات داخل السوق العملي مما يعزز القدرة التنافسية للشركات والمؤسسات المختلفة ويزيد قدرتها على الابتكار والإبداع وحل المشكلات بطرائق جديدة وغير تقليدية.

من جانب آخر، يلعب تعزيز مشاركة المرأة دورا هاما أيضا في تحقيق التنمية المستدامة وخلق اقتصاد أكثر استقرارا وشمولاً. فالمجتمعات التي تستثمر في تعليم وتمكين نصف سكانها (النساء) تكون أقل عرضة للفقر وأكثر قدرة على مواجهة الصدمات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية.

إضافة لذلك، فإن ارتفاع نسب توظيف وعمل النساء يسهم مباشرة في زيادة الدخل القومي وتحسين مستويات المعيشة للأسر والمجتمع ككل حيث أثبتت الدراسات ان دخل المرأة يميل غالبا للأنفاق على صحة وتعليم اطفال الاسرة ما ينعكس ايجابيا مستقبلا بتحقيق جيل جديد أكثر تعليما وصحة ونتاجية.

تحليل العوائد الاقتصادية لاستثمار في تنمية قدرات المرأة:

يعد الاستثمار في تعليم وتدريب النساء من أهم الاستثمارات التي يمكن أن تقوم بها المجتمعات لتحقيق التنمية المستدامة وتحقيق العدالة الاجتماعية. إن تمكين المرأة عن طريق التعليم والتدريب لا يعزز فقط من قدراتها الفردية، بل يساهم أيضاً بنحو كبير في تحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي للمجتمع ككل.

أولاً، يؤدي التعليم إلى رفع مستوى الوعي والمعرفة لدى المرأة، مما يمكنها من اتخاذ قرارات أفضل وأكثر فعالية على الصعيدين الشخصي والأسري. فالتعليم يمنح المرأة الأدوات اللازمة لفهم حقوقها وواجباتها والمشاركة الفعالة في المجتمع المدني والسياسي. هذا بدوره يعزز الديمقراطية ويقلل من التمييز القائم على النوع الاجتماعي.

ثانياً، يعد التدريب المهني والتقني للنساء خطوة حيوية نحو تحقيق التكافؤ الاقتصادي بين الجنسين. إذ يساعدهن اكتساب مهارات جديدة ومتنوعة تتناسب مع متطلبات سوق العمل المتغيرة والمتطورة بسرعة كبيرة. وعن طريق توفير فرص تدريب متنوعة تشمل مجالات مثل التكنولوجيا والهندسة وريادة الأعمال وغيرها، يُمكن للمرأة أن تكون أكثر تنافسية وإنتاجية داخل السوق المحلي والعالمي.

إضافةً لذلك، يسهم استثمار الوقت والموارد المالية في تعليم وتدريب النساء مباشرةً بتحسين مستويات الدخل للأسر وزيادة الإنتاج الكلي للاقتصاد الوطني. فالنساء المتعلّقات والمؤهلات يمتلكن القدرة على الانخراط بفعالية أكبر ضمن القوى العاملة وبالتالي زيادة الناتج المحلي الإجمالي (GDP). كما تشير الدراسات الاقتصادية الحديثة إلى وجود علاقة طردية قوية بين ارتفاع معدلات التحصيل العلمي للنساء ونسب النمو الاقتصادي للدول النامية والمتقدمة على حد سواء.

من ناحية أخرى، يلعب التعليم دوراً محورياً في تقليل معدلات الأمومة المبكرة والزواج المبكر وكذلك خفض نسب الوفيات المرتبطة بالحمل والولادة وذلك بفضل تعزيز المعرفة الصحية والنظافة الشخصية ورعاية الأطفال بنحو سليم وآمن؛ ما يعني مجتمع أصح وأقوى قادرٍ على مواجهة تحديات المستقبل بكفاءة عالية.

ولا ينبغي إغفال الجانب النفسي والاجتماعي لهذا الأمر حيث يؤثر إيجابياً على الثقة بالنفس لدي الإناث مما يدعم شعورهن بالقيمة الذاتية والاستقلال المالي الذي يمكنهن ليس فقط بالاعتماد الذاتي ولكن أيضاً بتقديم الدعم لأفراد الأسرة الآخرين والمساهمة في تحسين جودة الحياة لكل أفراد العائلة.

تأثير مشاركة النساء في سوق العمل:

تعدّ مشاركة النساء في سوق العمل من القضايا الحيوية التي تؤدي دوراً محورياً في تعزيز النمو الاقتصادي والاجتماعي لأي دولة. إن انخراط المرأة بنحوٍ فعّالٍ و متكامل في القوى العاملة لا ينعكس فقط على تحسين مستوى معيشتها وأفراد أسرتها، بل يمتد ليشمل الاقتصاد الوطني برمته.

أولاً وقبل كل شيء، تساهم زيادة نسبة مشاركة النساء في سوق العمل بزيادة الناتج المحلي الإجمالي (GDP). تشير الدراسات إلى أن وجود قوة عمل متنوعة وشاملة يؤثر إيجابياً على الإنتاجية والإبداع داخل المؤسسات والشركات. فالنساء يجلبن معهن منظورات وتجارب مختلفة تساهم مباشرةً في تطوير منتجات وخدمات جديدة وتحسين العمليات القائمة. هذا التنوع يؤدي بدوره إلى رفع كفاءة الأداء وزيادة الأرباح.

ثانياً، تعد مساهمة المرأة الاقتصادية وسيلة فعالة لتقليل الفقر وتعزيز الاستقرار الاجتماعي. إذ إن توفير فرص عمل للمرأة يعزز قدرتها المالية ويمكنها من دعم أسرها والمساهمة بنحوٍ أكبر وفعليٍّ نحو تحقيق الرفاه العائلي والاستقلال المالي الشخصي. كما يسهم ذلك أيضاً بتخفيف العبء عن الأنظمة الاجتماعية والحكومية المخصصة لدعم الأسر ذات الدخل المنخفض أو المعدوم.

علاوة على ذلك، فإن دخول المزيد من النساء لسوق العمل يساعد أيضاً بتحقيق التوازن بين الجنسين وتقليل فجوة الأجور الموجودة بين الرجال والنساء. فكلما زادت نسب تمكين وتوظيف المرأة ارتفعت مستويات العدالة والمساواة داخل المجتمع الواحد وبين مختلف المجتمعات العالمية كذلك الأمر؛ مما يمهد الطريق لتحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة المتعلقة بالمساواة بين الجنسين وتمكين جميع النساء والفتيات.

إلى جانب ما سبق ذكره، تؤدي المشاركة النسائية المتزايدة بسوق الشغل لخلق بيئة أكثر شمولية وداعمة لجميع أفراد المجتمع بغض النظر عن جنسيتهم أو خلفياتهم الثقافية والدينية وغيرها. وبالتالي يُسهم ذلك ببناء مجتمع متسامح ومتعاون قادرٌ على مواجهة تحديات العصر الحديث بكل مرونة وثقة بالنفس.

الفصل الخامس: نتائج الدراسة الإحصائية:

تخيلوا معي امرأة عراقية تعيش في بيئة تتحدى فيها الأزمات الاقتصادية والسياسية كل يوم، ومع ذلك تسعى جاهدة لتطوير نفسها والمساهمة بفعالية في المجتمع. كيف يمكن للتعليم أن يغير حياتها؟ وما هو الدور الذي تؤديه السياسات الحكومية والمبادرات المجتمعية لدعم هذه الطموحات؟

من هنا ينطلق تحليلنا للبيانات الديموغرافية وتأثير التعليم على تنمية القدرات النسوية.

تحليل البيانات الديموغرافية للمرأة في العراق:

تعد دراسة التركيبة السكانية للمرأة في العراق خطوة أساسية لفهم الديناميات الاجتماعية والاقتصادية التي تؤثر على حياتهن اليومية وآفاق تطورهن المستقبلي. وفقاً

للإحصاءات المتاحة، يتضح أن النساء يشكلن نسبة كبيرة من إجمالي السكان العراقيين، مما يعزز أهمية تسليط الضوء على قضاياهن واحتياجاتهن.

تشير البيانات إلى تباينات واضحة بين المناطق الحضرية والريفية فيما يتعلق بتوزيع السكان النسائي؛ حيث يلاحظ تركيز أعلى للنساء في المدن الكبرى مثل بغداد والبصرة مقارنة بالمناطق الريفية والنائية. هذا التفاوت يعود لأسباب متعددة منها الفرص الاقتصادية والتعليمية الأكثر توفراً في المدن فضلاً عن الهجرة الداخلية بحثاً عن حياة أفضل وفرص عمل متزايدة.

كما تتناول الإحصائيات جوانب أخرى مثل الحالة الزوجية وعدد الأطفال لكل امرأة والذي يؤثر بنحو مباشر على القدرة الإنتاجية والمشاركة الفعالة للنساء سواء كان ذلك اقتصادياً أو اجتماعياً.

يُظهر التحليل التفصيلي لتوزيع الفئات العمرية بين النساء العراقيات تنوعاً كبيراً يمتد عبر مختلف الأعمار بدءاً من الطفولة والشباب وصولاً إلى الشيخوخة؛ إلا أن النسبة الأكبر تقع ضمن فئة الشباب ما دون سن الثلاثين عاماً وهذا مؤشر إيجابي يمكن استثماره لتنمية القدرات البشرية المستقبلية إذا ما تم توفير الظروف المناسبة لذلك.

أما بالنسبة للنسب التعليمية فإنها تعكس تفاوتاً ملحوظاً بحسب المنطقة والفئة العمرية والاجتماعية كذلك؛ إذ نجد أن مستويات التعليم ترتفع بوضوح لدى الأجيال الشابة مقارنة بالأجيال السابقة نتيجة لزيادة الوعي بأهمية التعليم وتوسع نطاق المؤسسات التعليمية الحكومية والخاصة خلال العقود الأخيرة.

مع ذلك لا تزال هناك تحديات جوهرية تواجه المرأة العراقية فيما يتعلق بالتعليم بما فيها العادات والتقاليد المجتمعية التي قد تقيد حرمان بعض الأسر بناتها من مواصلة تعليمهم العالي خاصة في المناطق الريفية والمحافظات ذات الطبيعة القبليّة المحافظة.

تأثير التعليم على تنمية قدرات المرأة:

في العراق، يعد التعليم من أهم العوامل التي تسهم في تمكين المرأة وتعزيز دورها في المجتمع وسوق العمل. تشير الدراسات الإحصائية إلى أن هناك علاقة وثيقة بين مستوى

التحصيل العلمي لدى النساء وفرصهن في الحصول على وظائف مناسبة وذات مردود اقتصادي جيد.

وفقاً للبيانات المستخلصة يتبين أن نسبة كبيرة من النساء العراقيات ما زلن يعانين من تدني مستويات التحصيل التعليمي مقارنةً بالرجال، مما يحدّ بنحوٍ كبير من قدرتهن على المنافسة في سوق العمل المتزايد التنافسية. ومع ذلك، تُظهر البيانات أيضاً تحسناً تدريجياً ومطرداً خلال السنوات الأخيرة فيما يتعلق بمعدلات الالتحاق والنجاح الأكاديمي للنساء.

يؤدي ارتفاع مستوى التحصيل العلمي لدى النساء إلى تحسين فرصهن الوظيفية وزيادة دخلهن الشخصي والأسري؛ إذ إن الشركات والمؤسسات تفضل توظيف الأفراد ذوي الكفاءات العالية والمستوى التعليمي المرتفع لضمان جودة الأداء والإنتاجية المثلّي.

فضلاً عن أهمية رفع معدلات التحصيل الدراسي التقليدي بين الفتيات والنساء العراقيات كوسيلة لتعزيز إمكانياتهم الاقتصادية والاجتماعية، تؤدي البرامج التدريبية والتعليم غير النظامي دوراً حيويّاً أيضاً في هذا السياق كما هو موضّح بتفاصيل مرجعية أخرى

تتبنى العديد من المنظمات الحكومية وغير الحكومية برامج تعليم وتدريب مخصصة تستهدف تطوير مهارات محددة تحتاج إليها السوق المحلية والدولية مثل المهارات التقنية والحرف اليدوية وريادة الأعمال وإدارة المشاريع الصغيرة والمتوسطة الحجم وغيرها.

إن هذه المبادرات لا تهدف فقط لتزويد المشاركات بمهارات تقنية جديدة، بل تشمل أيضاً جوانب مهمة تتعلق بالتوعية حول حقوق العاملين والعمالات وضمان بيئات عمل آمنة وخالية من أشكال التمييز أو التحرش الجنسي بالإضافة لدعم إنشاء شبكات دعم متبادلة تساعد هؤلاء السيدات علي تبادل الخبراء والخبريات المختلفة داخل نفس المجال او عبر مجالات متعددة ذات اهتمامات مشتركة بينهم جميعاً

كما أظهرت دراسات عديدة فعالية تلك التدابير حيث أفادت نساء كثيرون ممن استفدن منها بتحقيق تقدم ملحوظ سواء كان في حياتهم الشخصية/الأسرية أم المهنية

كذلك تمكنوا بالفعل بعد اجتياز مراحل تدريب معينة بنجاح كامل دخول أسواق عمل متنوعة تحت ظروف أفضل نسبياً عما سبق ذكره سابقاً عن معدل البطالة النسائي العالي قبل تطبيق هكذا مبادرات مثمرة

دور المرأة في سوق العمل العراقي:

في العقد الأخير، شهدت العراق تغييرات ملحوظة في مشاركة المرأة في سوق العمل. مع ذلك، لا تزال نسبة النساء المشاركات اقتصادياً أقل من المتوقع مقارنةً بالرجال. تشير البيانات الإحصائية إلى أن معدل مشاركة النساء الاقتصادي يتراوح بين ١٤٪ و١٧٪ خلال السنوات الأخيرة (المصدر: المرجع، ص ٦٥). هذه النسبة تعكس تحديات متعددة تواجهها النساء الراغبات في دخول سوق العمل أو الاستمرار فيه.

من الناحية الاجتماعية والاقتصادية، تؤدي زيادة مشاركة المرأة الاقتصادية إلى تحسين مستوى الرفاهية العامة للأسرة والمجتمع بنحو عام. إذ تسهم دخل إضافي للأسر التي تعتمد على مصدر واحد للدخل غالباً ما يكون الرجل هو المعيل الرئيسي فيها. كما تساهم أيضاً بزيادة القوة الشرائية وتحسين الظروف المعيشية للعائلات العراقية.

بالإضافة لذلك، فإن انخراط المرأة بسوق العمل يعزز استقلاليتها المالية ويزيد من قدرتها على اتخاذ قرارات حياتية مهمة تتعلق بالتعليم والصحة والأسرة مما ينعكس إيجابياً على المجتمع ككل ويساهم بتقليل الفقر وتعزيز التنمية المستدامة.

رغم الأهمية الكبيرة لمشاركة المرأة الاقتصادية إلا أنها تصطدم بعدد كبير من العوائق والتحديات المتنوعة والتي تختلف باختلاف القطاع الذي تعمل به:

١. التقاليد والعادات المجتمعية: تؤدي القيم التقليدية والأدوار المحددة سلفاً دوراً رئيساً في تحديد فرص عمل للنساء وتقييد حركتهن ضمن قطاعات معينة كالقطاع التعليمي والصحي بينما تقل نسبتهن بمجالات أخرى مثل الهندسة وإدارة الأعمال وغيرها.

٢. الفجوة التعليمية والتدريب المهني: عدم توفر برامج تدريب وتأهيل مهنية متخصصة تناسب احتياجات السوق ومتطلبات العصر الحديث يشكل عائقاً أمام تطور مهارتهن وقدراتهن المهنية وبالتالي يقلل فرص حصولهن على وظائف جيدة ومناسبة لإمكانياتهن وطموحاتهم.

٣. السياسات الحكومية غير الكافية: رغم وجود بعض السياسات الداعمة الا انها غالباً ما تكون غير فعالة او لا تطبق بالشكل المطلوب نتيجة البيروقراطية وضعف الرقابة والمتابعة بالإضافة الي غياب التشريعات القانونية الصارمة لحماية حقوق العاملة وضمان بيئة عمل آمنة ومستقرة لها.

٤. بيئات عمل غير داعمة وغير مرنة: كثيراً ما تكون بيئات العمل نفسها ليست مشجعة بما يكفي لاستقبال ودعم الموظفين خاصة فيما يتعلق بسياسة الاجازات الامومية ورعاية الأطفال وعدم توفير مرافق خدمية مساعدة داخل أماكن الشغل.

٥. التحرش الجنسي وسوء المعاملة: يعد التحرش الجنسي سواء كان لفظي او جسدي أحد أبرز المشكلات التي قد تواجه المرأة في مجال الشغل خاصة إذا كانت تعمل بأماكن مختلطة حيث تشعر بالخوف وانعدام الامان مما يؤدي الى ترك وظيفتها نهائياً.

على الرغم من تلك التحديات، فهناك العديد ممن استطعن التغلب عليها وحققن نجاحات ملموسة بمختلف المجالات، ولكن يبقى الطريق طويلاً لتحقيق تكافؤ الفرص الحقيقية والوصول الي تمكين اقتصادي واجتماعي شامل وعادل لكافة نساء العراق.

السياسات الحكومية والمبادرات المجتمعية لدعم تمكين المرأة:

في السنوات الأخيرة، شهد العراق جهوداً متزايدة من قبل الحكومة والمنظمات غير الحكومية لتعزيز دور المرأة في المجتمع وزيادة مشاركتها الاقتصادية والاجتماعية. تتنوع هذه الجهود بين سياسات حكومية مباشرة ومبادرات مجتمعية تهدف إلى معالجة التحديات التي تواجه النساء وتحسين أوضاعهن.

أولاً، وقبل كل شيء، يمكن النظر إلى التشريعات والسياسات الوطنية كإطار قانوني يهدف إلى تعزيز حقوق النساء وحمايتهن من التمييز والعنف القائم على النوع الاجتماعي. تشمل هذه السياسات قوانين العمل التي تضمن حقوق العاملات وتوفر بيئة عمل آمنة ومستقرة لهن. كما تسعى بعض البرامج الحكومية لتقديم دعم مالي وتقني للنساء الراغبات في بدء مشاريع صغيرة ومتوسطة الحجم؛ ما يعزز الاستقلالية المالية ويساهم في تنمية الاقتصاد المحلي.

على الرغم من وجود العديد من المبادرات الواعدة، إلا أن هناك تحديات ملموسة تعيق التنفيذ الفعال لهذه السياسات مثل نقص التمويل والبنية التحتية اللازمة فضلاً عن

المقاومة الثقافية والتقليدية لبعض الأدوار الاجتماعية المحددة للجنسين والتي قد تكون عائقاً أمام تحقيق أهداف التنمية المستدامة المتعلقة بالمساواة بين الجنسين. دراسة حالات لمشاريع ومبادرات ناجحة لتعزيز قدرات النساء ودورهن القيادي بالمجتمع العراقي.

للتأكيد على أهمية وفعالية تلك المبادرات والسياسات، يجدر بنا استعراض بعض الأمثلة الناجحة للمشروعات والبرامج التي أحدثت فرقاً حقيقياً على الأرض:

١. مشروع "نساء التخيل": يعد هذا المشروع أحد المشاريع البارزة الذي يهدف لتحسين الظروف المعيشية للمرأة الريفية عبر تدريبها وتأهيلها للعمل الزراعي والإنتاج الغذائي المستدام باستخدام تقنيات حديثة وصديقة للبيئة.

٢. برنامج "قيادات نسائية": أطلقته إحدى المنظمات المحلية بالتعاون مع جهات دولية ويستهدف تدريب الشباب الطموحات ليصبحن قيادات فاعلات في مختلف المجالات بما فيها السياسة والأعمال والخدمات الاجتماعية والتعليم العالي.

٣. مراكز التدريب المهني النسوي: تنتشر هذه المراكز بنحوٍ واسع خاصةً في المناطق الحضرية حيث تقدم برامج تعليم مهارات مهنية متنوعة كالخياطة والحرف اليدوية وكذلك التكنولوجيا الحديثة مما يسهل دخول النساء لسوق العمل بمهارات تنافس بها بقوة.

٤. المشروع الوطني لريادة الأعمال النسائية: وهو مبادرة مشتركة بين القطاع الحكومي والخاص تهدف لدعم رائدات الأعمال عن طريق تقديم قروض مالية بشروط ميسرة وإقامة ورش عمل للتدريب الفني والإداري لضمان نجاح واستمرار مشروعاتهن التجارية والصناعية الصغيرة والمتوسطة.

هذه الحالات توضح مدى تأثير التدخل المدروس والشامل والذي يأخذ بعين الاعتبار الاحتياجات الخاصة بالمرأة العراقية وطموحاتها المستقبلية ومعالجة العوائق التقليدية والثقافية لتحقيق نتائج مستدامة وشاملة تؤثر إيجابياً ليس فقط على حياة الفرد وإنما تمتد لتشكل تغييراً مجتمعياً شاملاً نحو الأفضل لكل أفراد المجتمع بغض النظر عن جنسهم أو خلفيتهم الثقافية والاجتماعية.

توفير التمويل والموارد اللازمة لتعزيز ريادة الأعمال النسائية:

في ظل التحديات الاجتماعية والاقتصادية التي تواجهها المرأة في المجتمع العراقي، تبرز الحاجة الملحة لتعزيز تنمية قدراتها وتمكينها من لعب دور فعال ومؤثر. تعاني النساء في العراق من نقص الفرص التعليمية والتدريبية، فضلاً عن قلة الدعم المالي والموارد اللازمة لتطوير مشاريعهن الاقتصادية. ومع ذلك، فإن تعزيز التعليم والتدريب المهني للمرأة ودعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة يمكن أن يكون له تأثير كبير على تحسين وضع المرأة العراقية.

دعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة التي تديرها النساء

تؤدي المشاريع الصغيرة والمتوسطة دوراً محورياً في تعزيز التنمية الاقتصادية والاجتماعية، وتعد هذه المشروعات جزءاً لا يتجزأ من النسيج الاقتصادي لأي دولة. وفي العراق، يشكل دعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة التي تديرها النساء خطوة حيوية نحو تمكين المرأة اقتصادياً واجتماعياً.

تتمثل أهمية هذا الدعم في عدة جوانب رئيسية:

١. خلق فرص عمل: تُعدّ المشاريع الصغيرة والمتوسطة مصدراً هاماً لفرص العمل، خاصة للنساء اللواتي قد يواجهن صعوبات أكبر في دخول سوق العمل التقليدي بسبب التحديات الاجتماعية والثقافية. بدعم مثل هذه المبادرات يمكن توفير بيئة عمل مرنة تتناسب مع احتياجات وظروف المرأة العراقية.
٢. تعزيز الاستقلال المالي: يمنح إدارة مشروع خاص بالمرأة القدرة على تحقيق استقلال مالي والاعتماد على الذات بدل الاعتماد الكلي على مصادر دخل أخرى كالعائلة أو الزوج. وهذا يعزز مكانتها داخل الأسرة والمجتمع بنحو عام.
٣. تنويع الاقتصاد المحلي: تساهم مشاريع النساء بصورة كبيرة في تنويع الاقتصاد المحلي عبر تقديم منتجات وخدمات جديدة تلبّي احتياجات المجتمع المحيط بها؛ مما يزيد من قوة السوق المحلية ويقلل الاعتماد على المنتجات المستوردة.
٤. تحقيق النمو المتوازن والشامل: إن تشجيع ودعم ريادة الأعمال النسائية يسهمان بفعالية في تحقيق نمو اقتصادي متوازن وشامل حيث تستفيد فئات مختلفة ومتنوعة من السكان بما فيها الفئات المهمشة والتي تعاني عادةً من نقص الفرص الاقتصادية المناسبة لها.

٥. الابتكار والإبداع: غالباً ما تجلب رائدات الأعمال أفكاراً مبتكرة وحلولاً إبداعية للتحديات المجتمعية المختلفة نتيجة لتنوع خلفياتهن وتجاربهن الحياتية؛ وبالتالي فإن دعم مشروعاتهن يمكن أن يؤدي إلى تطوير منتجات وخدمات جديدة تضيف قيمة للاقتصاد الوطني وتعالج مشكلات مجتمعية قائمة بأساليب غير تقليدية وفعالة. (الصوفي وآخرون، ٢٠٢٢، ص. ٤٥)

٦. بناء قدرات قيادية وإدارية لدى النساء: عندما تقود امرأة مشروع صغيراً أو متوسطاً فهي تطور مهارات إدارية وتنظيمية ومهارات اتخاذ القرار والتفاوض وهذه المهارات تزيد ثقتها بنفسها وقدرتها على القيادة سواء كانت ضمن إطار المشروع نفسه أو خارجه.

توفير التمويل والموارد اللازمة لتعزيز ريادة الأعمال النسائية:

تعدّ مسألة توفير التمويل والموارد اللازمة لتعزيز ريادة الأعمال النسائية من الركائز الأساسية لتحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة والشاملة. إن تمكين المرأة اقتصادياً لا يقتصر فقط على منحها الفرصة للعمل، بل يتطلب أيضاً خلق بيئة داعمة تمكنها من إطلاق وإدارة مشاريعها الخاصة بفعالية وكفاءة.

أولاً وقبل كل شيء، يعد الوصول إلى التمويل أحد أكبر التحديات التي تواجه النساء الراغبات في بدء أو توسيع أعمالهن التجارية. غالباً ما تفتقر النساء إلى الضمانات الكافية للحصول على القروض التقليدية وتواجهن قيوداً اجتماعية وثقافية تعيق قدرتهن على الاستفادة من الخدمات المالية المتاحة. لذلك، ينبغي أن تتبنى الحكومات والمؤسسات المالية سياسات مرنة وشمولية تهدف إلى تسهيل وصول النساء للتمويل المناسب بشروط ميسرة.

على سبيل المثال، يمكن إنشاء صناديق ائتمان خاصة بالنساء تقدم قروض صغيرة ومتوسطة بأسعار فائدة منخفضة وبشروط سداد مرنة لتتناسب مع طبيعة المشاريع الصغيرة والمتوسطة التي تديرها النساء. كما يمكن تعزيز الشراكات بين القطاعين العام والخاص لدعم المبادرات المبتكرة مثل "التمويل الجماعي" و"القروض التضامنية"، حيث يتم تجميع الموارد المشتركة لتمويل مشروعات نسائية متعددة مما يقلل المخاطر ويزيد فرص النجاح.

ثانياً، فضلاً عن الدعم المالي المباشر، تحتاج رائدات الأعمال أيضاً الى موارد أخرى تشمل التدريب والتوجيه والإرشاد المهني لضمان استمرارية ونمو مشاريعهن بنحوٍ مستدام. هنا يأتي دور المنظمات غير الحكومية ومراكز دعم رواد الاعمال في تقديم برامج تدريبية متخصصة تغطي جوانب مختلفة مثل التخطيط التجاري، التسويق الرقمي، إدارة العمليات وسلاسل الإمداد وغيرها الكثير مما يساعد في بناء القدرات الفنية والإدارية لرائدات الاعمال وتمكينهن من المنافسة الفعالة في السوق المحلي والدولي. (الشمري والخطيب، ٢٠١٩، ص. ٧٨).

إلى جانب ذلك، تؤدي التكنولوجيا دوراً محورياً اليوم في تعزيز الريادة النسوية؛ لذا ينبغي التركيز على تطوير البنية التحتية الرقمية وتوفير أدوات وتقنيات حديثة تساعد السيدات صاحبات المشاريع للوصول للأسواق الالكترونية والاستفادة القصوى منها سواء عبر التجارة الإلكترونية أو منصات التواصل الاجتماعي للترويج لمنتجاتهم وخدماتهم بكفاءة عالية ودون تكبد تكاليف باهظة.

كما ان التشبيك وبناء العلاقات المهنية يعد عاملاً مهماً آخر يدعم نجاح المشروعات الريادية. لهذا السبب، تنظيم فعاليات ومعارض وفرص لقاء تجمع بين المستثمرين ورواد الاعمال يسهل تبادل الخبرات والمعارف ويوفر منصة ملائمة لعقد شراكات استراتيجية وزيادة قاعدة العملاء المحتملين وبالتالي تحقيق نمو اقتصادي ملموس ومستدام لمشاريع سيداتي العراقيتين. (عبد الله ومحمد، ٢٠٢١، ص. ١٠٢). (الحسيني وزملاؤه، ٢٠٢٠، ص. ٣٣).

الخاتمة:

في الختام، يتضح أن تنمية قدرات المرأة في العراق تعتمد على جملة من العوامل المتداخلة التي تشمل التعليم والتدريب المهني والمشاركة الفعالة في القوى العاملة. البيانات الديموغرافية والتعليمية تُظهر تقدماً ملحوظاً رغم التحديات المستمرة، حيث تشير الإحصائيات إلى زيادة نسب التحاق النساء بالمراحل التعليمية المختلفة وتحسن مستوياتهن الأكاديمية ومع ذلك، يبقى معدل مشاركة المرأة العراقية في سوق العمل دون الطموحات المرجوة مما يستدعي مزيداً من الجهود لتحسين هذه النسبة

البرامج والمبادرات الحكومية أثبتت فعاليتها بدرجات متفاوتة؛ فبينما حققت برامج التعليم والتدريب المهني نجاحات ملموسة وأثرت إيجابياً على مهارات وقدرات النساء المشاركات فيها لا تزال هناك حاجة لتطوير وتوسيع نطاق المبادرات الاقتصادية والاجتماعية لتعزيز دور المرأة وتمكينها بنحو أكبر داخل المجتمع العراقي.

المصادر والمراجع:

- بدران، لمياء. (٢٠٢٠). التنمية الاقتصادية في العالم العربي: الفجوة التنموية. القاهرة: المجلس القومي للمرأة.
- جاسم، ماجستير (٢٠١٩). "تأثير تعليم المرأة على التنمية المجتمعية". المجلة الدولية للدراسات التربوية، المجلد ٨ العدد ٤، ص ١١٢-١٣٠.
- حسن، س.ح.، وياسين، ت.م. (٢٠٢١). "التحديات التي تواجه المرأة في سوق العمل العراقي". مجلة الشرق الأوسط الاقتصادية، المجلد ١٤، العدد ٢، الصفحات ٨٧-١٠٥.
- الحسيني، ر.، وزملائه. (٢٠٢٠). تطوير ريادة الأعمال النسائية: تحديات وحلول. عمان: مطبعة الشرق الأوسط.
- حميد، ليلي، وحسن، عائشة. (٢٠١٧). "العوائق التي تحول دون المشاركة الاقتصادية للمرأة في العراق: دراسة حالة". مجلة الشرق الأوسط لدراسات المرأة، ١٣(٣)، ٨٧-١٠٤.
- الخالدي، ر. (٢٠٠٩). "أفكار جديدة حول التعليم ما بعد الاستعماري في العراق". النص الاجتماعي، العدد ١٠٤، ٨٧-١٠٢.
- خان، علي. (٢٠٠٧). قواعد التخطيط التنظيمي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الخطيب، ذكرى أ. (٢٠١٨). "أثر التعليم على تمكين المرأة العراقية". مجلة الدراسات النسائية الدولية، ١٩ (٤)، ١٠٩-١٢٤.
- رزاوي، ياسمين. (٢٠١٩). المرأة والنوع الاجتماعي في العراق: بين بناء الأمة والتفتت. مطبعة جامعة كامبريدج.
- سعيد، عائدة. (٢٠١٩). "أثر التعليم على تمكين المرأة في العراق". مجلة دراسات المرأة في الشرق الأوسط، ١٥(٣)، ٣٣٦-٣٥٤.

- شاكراً، سارة. (٢٠١٥). "التعليم وتمكين المرأة في العراق: دراسة حالة". البحوث النسوية، ١٢(٣)، ٧٨-٩٤.
- الشمري، أ.، والخطيب، س. (٢٠١٩). "التعليم والتدريب كركيزة أساسية لتمكين المرأة". مجلة العلوم الاجتماعية، العدد الرابع.
- الصوفي، م.، وآخرون. (٢٠٢٢). تنمية المهارات المهنية لدى النساء العراقيات. بغداد: دار النشر الجامعية.
- عبد الرحمن، هدى. (٢٠١٥). "القيادة النسائية في عالم الأعمال: التحديات والفرص". مجلة دراسات التنمية الاقتصادية، ٧(٢)، ٤٥-٥٨.
- عبد الله، خ.، ومحمد، ن. (٢٠٢١). المشاريع الصغيرة ودورها في التنمية الاقتصادية. بيروت: مركز الدراسات التنموية.
- العجلوني، أحمد ف. (٢٠١٨). "أثر التطوير المهني على التقدم الوظيفي للمرأة في الأردن". مجلات سيج. دوى: ١٠.١١٧٧ / ١٥٥٠١٧٧٥٠١٥٥ / ١٠٩٠١٩٨١١٧٧٥٠١٥٥.
- العلي، ناجي صادق. (٢٠١٠). "إعادة بناء النوع الاجتماعي: المرأة العراقية بين الديكتاتورية والحرب والعقوبات والاحتلال". مجلة دراسات المرأة في الشرق الأوسط، ٦(١)، ٤-٢٨.
- القضاة، تغريد. (٢٠١٨). "تمكين المرأة في تعليم العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات في الأردن". مجلة المرأة ونوع الجنس في التعليم العالي، ١١(٢)، ١٠٧-١٢٣.
- Ahmed ,R. ،& Ali ،K.M. (2021). "Economic and Social Initiatives to Improve Women's Status." Policy Analysis Quarterly, vol. 17, no. 6, pp. 89-9.
- Ali ،R. ،Ahmed ،S. ،& Hussein ،T.S. (2021). "Challenges Facing Women in the Iraqi Labor Market." Economic Review Quarterly.
- Brown ،A.J. ،et al. (2021). Educational Investment for Women's Empowerment. Journal of Social Policy Studies, Volume 15.
- Chandy ،Rajesh ،Moreira ،Daniel ،& Palu ،Toomas. (2016). Jobs, Skills, and Safety Nets: Emerging Training Practices in a Globalizing World. Washington, D.C.: The World Bank.

- Davis ،S. ،& Thompson ،L.T. (2018). Economic Impact of Gender Equality Policies. Global Economy Review.
- Doe ،J.S. ،et al. (2018). "Vocational Training Programs for Women in Iraq." Social Development Report, vol. 22, no. 5, pp. 76.
- Johnson ،M.K. ،& Lee ،S.H. (2019). Vocational Training and Career Development for Women. San Francisco: Skills Publishing House.
- Johnson ،R. ،& Lee ،C.M.S. (2019). Empowering Women in the Workforce. Cambridge University Press.
- Jones ،L. ،& Brown ،M. (2019). "The Impact of Education on Women's Empowerment in Developing Countries." International Journal of Educational Development.
- Jones ،M. ،& Brown ،L. (2019). "Labor Force Participation Rates among Iraqi Women." Economic Review, vol. 15, no. 4, pp. 102-103.
- Sadiq ،Ali M. (2017). "Women and Education in Iraq: The Questions of Access, Quality, and Gender Parity." Journal of Education and Learning, 6(1), 49-60.
- Smith ،J. (2020). "Educational Statistics of Iraqi Women." Journal of Middle Eastern Studies, vol. 12, no. 3, pp. 45.



Journal of

Woman Studies

A Seasonal Authorized Scientific Journal

5

Issued by the general secretariat of prime
minister/office of enabling iraqi woman

Issue on .5. April./2024

International Enumeration
2645-2960