



دور الارشاد النفسي في الحرب النفسية

ا.م.د. محمد ماجد حمزة الخزاعي

الجامعة المستنصرية – كلية التربية

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

m.hamza@uomustansiriyah.edu.iq

مقدمة :

تعرف الحرب النفسية على انها الاستخدام المخطط من قبل دولة او مجموعة من الدول للدعاية وغيرها من الاجراءات للدعاية التي تستهدف جماعات محايدة او معادية او صديقة للتأثير في ارائها وعواطفها واتجاهاتها وسلوكها بطريقة تساعد على تحقيق سياسة واهداف تلك الدولة او الدول المستخدمة فيها ، وهي احد الوسائل المهمة في زعزعة استقرار المجتمع النفسي في العصر الحديث ، والذي يعد جانب من الجوانب المهمة في حالة الحروب لمن استطاع ان يستغلها لصالحه ، ولمنع حدوث اي اضطراب او مشكلة لاستقرار المجتمع النفسي لا بد من وجود وسائل مهمة تسعى الى ارشاد وتوجيه افراد المجتمع لصد الحرب النفسية والتي ستمثل بالارشاد النفسي من اجل تنظيم المجتمع والتدريب على صدها .

كلمات مفتاحية : الارشاد النفسية ، الحرب النفسية

The role of psychological counseling in psychological warfare

Assistant Professor Dr. Mohammed Majid Hamza Al-Khuzai

Al-Mustansiriya University - College of Education

Department of Psychological Counseling and Educational Guidance

m.hamza@uomustansiriyah.edu.iq

Introduction:

Psychological warfare is defined as the planned use by a state or group of states of propaganda and other propaganda measures targeting neutral, hostile or friendly groups to influence their opinions, emotions, attitudes and behavior in a way that helps achieve the policy and goals of that state or states in which it is used. It is one of the important means of destabilizing the psychological community in the modern era, which is an important aspect in the case of wars for those who were able to exploit it to their advantage. To prevent any disturbance or problem for the stability of the psychological community, there must be important means that seek to guide and direct the members of society to repel psychological warfare, which will be represented by psychological counseling in order to organize society and train to repel it.

Keywords: Psychological counseling, psychological warfare

مشكلة البحث :

تعد الحرب النفسية مشكلة واضطرب يؤدي الى زعزعة ثقة المجتمع وامنه ، مما قد يتسبب بمشاكلات داخل افراد المجتمع والتي قد تؤدي الى تضخيم حجم المشكلة الى صورة قد لا يسيطر عليها ، ولذلك هي مشكلة يجب ان لا يتغافل عنها لضمان امن المجتمع ، لذلك يعتبر الارشاد النفسي احد الطرق التي يتم من خلالها حل هذه المشكلة وتثبيت دعائم امن المجتمع وزرع الثقة تجاه هذه الحرب والتي لها عدة وسائل تستطيع من خلالها زعزعة امن المجتمع واستقراره مثل الاشاعات على سبيل المثال ،

اهمية البحث :

يعتبر دور الارشاد النفسي في الحرب النفسية مهم للغاية في مواجهة هذه الحرب وتعزيز الثقة والصلاية تجاهها ، فالارشاد النفسي يعمل على تحصين العقول ضد الدعاية المضللة ، فضلا عن تعزيز



التفكير النقدي لمواجهة التلاعب الاعلامي ، كما يساعد الارشاد النفسي على فهم اساليب الحرب النفسية من خلال تعزيز الوعي النفسي ، ايضا يساعد على تدريب الافراد على كيفية التعامل وادارة التوتر والتحكم في الانفعالات وعدم التأثر من خلال تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على التفكير لتقوي المناعة النفسية كما يساهم في تعليم افراد المجتمع استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية الناتجة عن الحرب النفسية .

تحديد المصطلحات :

الارشاد النفسي : العلم الذي يهتم بإيصال الفرد إلى حالة التوافق الشخصي والاجتماعي والصحة النفسية

الحرب النفسية : أي فعل يمارس وفق أساليب نفسية لاستثارة رد فعل نفسي مخطّط في الآخرين». تُستعمل فيها أساليب عديدة، وتُستهدف التأثير فيما للأهداف من نُظم قيّمية أو عقائدية أو مشاعر أو دوافع أو منطق أو سلوكيات.

النظريات الارشادية المستخدمة في الحرب النفسية :

ان الحرب النفسية هي استخدام الاساليب النفسية في تحقيق الاهداف وهناك العديد من النظريات التي تستخدم في الحرب النفسية وتشمل النظريات النفسية مثل نظرية التحليل النفسي وهذه النظرية طورتها انا فرويد وتعتمد على فكرة ان السلوك البشري يؤثر في اللاوعي ونظرية التعلم الاجتماعي والتي طورتها البرت بانديورا وتعتمد على ان السلوك البشري يؤثر به التعلم الاجتماعي والنظرية الانسانية التي طورتها كار روجرز وتعتمد على فكرة السلوك البشري يؤثر به الانسانية اما بالنسبة للنظريات السياسية فنظرية الحرب النفسية هذه النظرية طورتها سون تازو وتعتمد على فكرة ان الحرب النفسية هي استخدام الاساليب النفسية لتحقيق الاهداف العسكرية او السياسية وايضا نظرية الدعاية وهذه النظرية طورتها ادوارد برنايز وتعتمد على فكرة ان الدعاية هي استخدام المعلومات لتحقيق الاهداف اما النظرية التي طورتها الولايات المتحدة الامريكية وهي نظرية الحرب الالكترونية وتعتمد على فكرة ان الحرب الالكترونية هي استخدام التكنولوجيا لتحقيق الاهداف وهناك ايضا النظريات الاجتماعية مثل نظرية التأثير الاجتماعي ونظرية المجموعة الاجتماعية ونظرية الهوية الاجتماعية ، اما بالنسبة للباحث فقد تبني نظرية التحليل النفسي وهي من اوسع النظريات المستخدمة في الحرب النفسية والتي طورتها انا فرويد ابنة سيجموند فرويد وكانت الفكرة الاساسية للنظرية ان السلوك البشري يؤثر في اللاوعي ومن اهم المكونات النفسية لنظرية التحليل النفسي (فرويد) اللاوعي وهو الجزء من العقل الذي لا نستطيع الوصول اليه بوعي ولكنه يؤثر على سلوكنا ومشاعرنا وايضا الوعي وهو الجزء من العقل الذي نستطيع الوصول اليه بوعي وهو مسؤول عن ادارة سلوكنا ومشاعرنا والذات وهو الجزء من العقل الذي يحتوي على قيمنا ومعتقداتنا وهي مسؤولة عن ادارة سلوكنا ومشاعرنا والذات هي الجزء من العقل الذي يحتوي على مشاعرنا ورغباتنا وهي مسؤولة عن ادارة سلوكنا ومشاعرنا وسنتطرق الى اهم المبادئ الاساسية لنظرية التحليل النفسي (فرويد) :

مبدئ اللاوعي : يعتمد على فكرة ان اللاوعي يؤثر على سلوكنا ومشاعرنا .
مبدئ التكيف : يعتمد على فكرة ان العقل يتعلم على التكيف مع المواقف المختلفة من خلال استخدام اليات الدفاع .

مبدئ التطور : يعتمد على فكرة ان العقل يتطور ويتغير خلال حياته .
كما سنذكر اهم اليات الدفاع في نظرية التحليل النفسي (فرويد) كالآتي :
الانكار : هو اليات الدفاع التي تستعمل لانكار وجود مشكلة او مشاعر غير سارة .
النسيان : هو اليات الدفاع التي تستخدم لنسيان الاحداث او المشاعر غير السارة .
التعويض : وهو اليات الدفاع التي تستخدم لتعويض النقص او العجز في جانب معين من الحياة .
التحول : هو اليات الدفاع التي تستخدم لتحويل المشاعر غير السارة الى مشاعر ايجابية .
واخيراً وليس اخراً سنذكر اهم التطبيقات العملية لنظرية التحليل النفسي (فرويد) :
العلاج النفسي : هو تطبيق نظرية التحليل النفسي في علاج المشاكل النفسية .
التعلم النفسي : هو تطبيق نظرية التحليل النفسي في تعليم الافراد عن النفس والتصرف .



التدريب النفسي : هو تطبيق نظرية التحليل النفسي في تدريب الافراد على مهارات النفس والتصرف .

المشكلات والاضطرابات عن الحرب النفسية :

- **التوتر والقلق**: الحرب النفسية تهدف إلى زعزعة استقرار الأفراد نفسياً، مما يؤدي إلى شعور دائم بالتوتر والقلق، وقد يتطور إلى اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب والقلق المزمن.
- **فقدان الثقة**: الحرب النفسية غالباً ما تستهدف نشر الشائعات والمعلومات المغلوطة، مما يؤدي إلى فقدان الثقة بين الأفراد أو في المؤسسات. هذا قد يؤثر على العلاقات الاجتماعية والروابط المجتمعية .
- **تشويش الهوية**: استهداف الأفراد أو الجماعات بهجمات نفسية يمكن أن يؤدي إلى أزمة في الهوية الشخصية أو الجماعية، حيث يصبح الشخص أو المجتمع غير قادر على تحديد من هو أو ما يعتقده.
- **الانعزال الاجتماعي**: بسبب الخوف المستمر من الأعداء المحتملين أو بسبب الإحساس بالتهديد، قد يشعر الأفراد بالحاجة إلى الانعزال عن المجتمع أو العائلة .
- **إضعاف الروح المعنوية**: الحرب النفسية قد تؤدي إلى تدهور الروح المعنوية للأفراد والجماعات، مما يساهم في تراجع القدرة على الصمود أو مقاومة الظروف الصعبة.

اسباب الحرب النفسية :

تُستعمل لانزعاج اعترافات أو تعزيز مواقف وسلوكات تناسب أغراض من يشنّها. إبطاء الجماعات والتي قد تكون محايدة أو معادية أو للحرب النفسية ، بتكتيكات تستهدف خطّ معنوياتهم. زعزعة أيمان العدو بمبادئه وأهدافه من خلال اثبات استحالة تحقيق هذه الاهداف وتصوير الاهداف والمبادئ على غير حقيقتها. اضعاف الجبهة الداخلية للعدو واحداث تغييرات داخلها من خلال اظهار عجز النظم الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والضغط الاقتصادي على حكومة العدو .

استراتيجيات الارشاد النفسى في الحرب النفسية :

في ظل الصراعات والنزاعات التي تشهدها مناطق مختلفة من العالم تتعرض الصحة النفسية للأفراد بتحديات كبيرة وصدمات مؤلمة تجعل من الحفاظ على السلم الداخلي امرأً بالغ الأهمية حيث يشكل الارشاد النفسي والصحة النفسية خلال الحرب محوراً حيوياً يساهم في تعزيز قدرة الافراد والمجتمعات على التكيف مع الضغوط الحياتية والازمات المتتالية ومع تزايد المخاوف والقلق بسبب الأوضاع غير المستقرة يصبح الاهتمام بالارشاد النفسي والصحة النفسية ضرورة ملحة لدعم الصمود النفسي والتكيف مع الظروف القاسية ، ان فهم تأثير الحرب على الصحة النفسية وتعلم اساليب مواجهتها يعد خطوة اساسية نحو تجاوز التحديات النفسية التي تفرضها الازمات لتخفيف اثارها على الفرد والمجتمع ، ومن اهم النصائح في الحفاظ على الافراد خلال الفرد هي الحفاظ على الروتين اليومي قدر الامكان وكذلك تنظيم الوقت بين الانشطة المختلفة يساعد في تقليل التوتر ويمنح الشخص شعوراً بالامان وسط الفوضى ومن الضروري ايضاً تخصيص وقت للاسترخاء والابتعاد عن الاخبار المزعجة او المحبطة حيث يساعد ذلك في تقليل من مستويات القلق والضغط النفسي فممارسة التأمل يمكن ان يساهم في تهدئة الاعصاب واخيراً ومن الضروري التواصل مع الاصدقاء والعائلة بانتظام حتى ولو كان ذلك عن بعد فالدعم الاجتماعي يعزز من قدرة الافراد على التكيف ويقلل من الشعور بالوحدة في اوقات الازمات .

اجراءات لتخفيف الحرب النفسية بشكل عام :

من اهم الاجراءات الارشادية لتخفيف الحرب النفسية بشكل عام :

المساعدة النفسية الفورية في التخفيف من اثار الحرب النفسية

التوعية واشراك المجتمع وتقديم الاسعاف النفسي الفوري

التدخل ما بعد الصدمة الجماعية الفورية ومتوسطة المدى

معالجة الحدث الصادم

اساليب معالجة الحرب النفسية :

الحفاظ على الحياة لانه يمكن للشخص ان يشكل خطراً على نفسه .



منع المزيد من التأذي ، وتقديم المساعدة تمنع الحرب النفسية من ان تصبح اكثر شدة .
تشجيع التعافي واستعادة الصحة النفسية .

الخاتمة :

تتضح اهمية الارشاد النفسي خلال الحروب النفسية باعتباره عاملاً حاسماً في الحفاظ على قدرة الافراد على التكيف من خلال فهم تأثيرات الحرب النفسية واتباع النصائح الوقائية والعلاجية ويمكن تقليل الاضرار النفسية كما ان الدعم الاجتماعي والرعاية النفسية هما السبيل الاقوى لمواجهة هذه التحديات .

المراجع

- الحرب النفسية . (بلا تاريخ). تم الاسترداد من ويكيبيديا :
https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D8%B1%D8%A8_%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%D8%A9
- سميم ، حميدة (2004). الحرب النفسية . بغداد : جامعة بغداد - كلية الاعلام .
- الخزاعي ، محمد ماجد (2021). الحرب النفسية ... مالها وماعليها والوقاية منها. بغداد : مركز النهريين للدراسات الاستراتيجية
- فرويد، س. (1923). Das Ich und das Es. Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse, 9(1), 1-26.
- باندورا، أ. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- روجرز، ك. (1951). Client-Centered Therapy. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- سون تزو. (1963). The Art of War. New York, NY: Oxford University Press.
- برنايز، إ. (1928). Propaganda. New York, NY: Liveright Publishing Corporation.