سيكولوجية التعاطف: المفهوم والأصول والمتعلقات

تأليف: **فيصل يونس (رحمه الله)***

أستاذ علم النفس – كلية الآداب – جامعة القاهرة

ترجمـة

أحمد موسى(*) **فادية علوان**(*)

ملخص الدراسة:

يؤدي المجتمع المدني دورًا إيجابيًّا في تشجيع التدخلات القائمة على التعاطف في مناطق الصراعات والكوارث. ويمكننا أنْ نزعم الآن بوجود شبكة عالمية من المنظمات غير الحكومية، التي يدور عملها حول ممارسة أو تطبيق التعاطف العالمي. ويمثل التعاطف أحد المفاهيم المتعددة الجوانب ذات التطبيقات الواسعة في كثير من مجالات الحياة الحديثة. وفي الأعوام الأخيرة، طرأت زيادة كبيرة في الاهتمام بهذا المفهوم، ودراسته. وبالبحث في الإنتاج البحثي الذي يغطي الفترة من يناير ١٩٨٠ وحتى يوليو ٢٠٠٨، المتاح عبر قواعد البيانات الإلكترونية التالية Academic Search Complete، و Business Source Complete، و EconLit، و EconLi، بالإضافةِ إلى قواعد البيانات التي تتيح المصادر الأكاديمية الصحية، من قبيل: Nursing/Academic Edition، و Humanities International Index، و MasterFILE Premier، و MLA Directory of Periodicals، و Psycarticles، و PsycINFO، انتهت نتائج البحث إلى عدد

---

* المقالة تمثل ترجمة لمقالة محررة بالموسوعة الدولية للمجتمع المدني، من تأليف أ.د. فيصل يونس (رحمة الله) أستاذ علم النفس بكلية الآداب جامعة القاهرة، وترجمة: د. أحمد موسى، و أ.د. فادية علوان. وبيانات المقال الأصلي كالتالي:

Yunis, Feisal (2009). Compassion. In: H. Anheier, S. Toepler&، R. List (Eds). International Encyclopedia of Civil Society. (545- 50). Springer

(*) أستاذ علم النفس المساعد، كلية الآداب، جامعة سوهاج. **للمراسلة:** د. أحمد موسى: ahmadmousa1981@yahoo.com.

(*) أستاذ علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة. **للمراسلة: أ.د. فادية علوان:** fadiaelwan@hotmail.com

(١٧١٩٨) مقالًا وورقة بحثية، تغطي مدىً واسع للغاية من المجالات التي تنطوي على مفهوم التعاطف، من قبيل: الدين، والشِفاء، والتعاطف مع الذات، ووَهَن التعاطف، والتعاطف لدى الأشخاص الذي يمتهنون مجالات الرعاية الصحية، وسياسات التعاطف، واقتصاديات التعاطف.

الكلمات المفتاحية:

التعاطف؛ التعاطف مع الذات؛ وَهَن التعاطف؛ المشاركة الوجدانية؛ النفاذ إلى الآخر

Compassion

Ahmed M. Mousa (*) **Fadia Elwan**(**)

Abstract:

Civil society is playing a positive role in promoting compassionate interference in areas of conflicts and disasters. It can be said now that there is a global network of nongovernmental organizations (NGOs) that makes its business the practice of global compassion. Compassion is one of those versatile concepts that have very wide applications in many areas of modern life. In recent years, there has been quite an upsurge of interest in advocacy and study of compassion. In a literature search spanning the period from January 1980 to July 2008, the following data bases were searched: Academic Search Complete, Business Source Complete, EconLit, EconLit with Full Text, Health Source: Nursing/Academic Edition, Humanities International Index, MasterFILE Premier, MLA Directory of Periodicals, PsycARTICLES, PsycEXTRA, and PsycINFO. A total of 17,198 entries were found covering very wide constellations of issues involving compassion, such as religion, healing, selfcompassion, compassion fatigue, compassion among members of the caring professions, the politics of compassion, and the economics of compassion.

KEY WORDS: compassion, empathy, sympathy, compassion fatigue, self-compassion.

(*) Assistant Professor of Psychology, Faculty of Arts, Sohag University.
(**) Professor of Psychology, Faculty of Arts, Cairo University.

مقدمة

يمثل التعاطف(١) أحد المفاهيم المتعددة الجوانب ذات التطبيقات الواسعة في كثيرٍ من مجالات الحياة الحديثة. وفي الأعوام الأخيرة، طرأت زيادة كبيرة في الاهتمام بهذا المفهوم، ودراسته. وبالبحث في الإنتاج البحثي الذي يغطي الفترة من يناير ١٩٨٠ وحتى يوليو ٢٠٠٨، المتاح عبر قواعد البيانات الإلكترونية التالية: Academic Search Complete، و Business Source Complete، و EconLit، و EconLi، بالإضافة إلى قواعد البيانات التي تتيح المصادر الأكاديمية الصحية، من قبيل: Nursing/Academic Edition، و Humanities International Index، و MasterFILE Premier، و MLA Directory of Periodicals، و Psycarticles، و PsycINFO، انتهت نتائج البحث إلى عدد (١٧١٩٨) مقالًا وورقة بحثية، تغطي مدىً واسع للغاية من المجالات التي تنطوي على مفهوم التعاطف، من قبيل: الدين(٢)، والشِفاء(٣)، والتعاطف مع الذات(٤)، ووَهَن التعاطف(٥)، والتعاطف لدى الأشخاص الذي يمتهنون مجالات الرعاية الصحية(٦)، وسياسات التعاطف(٧)، واقتصاديات التعاطف(٨).

كان للعولمة تأثيرٌ هائل على حدود التعاطف وممارسته. ففي ظل نظام العولمة الجديد الذي انتشرت فيه الكوارث وأشكال البؤس البشري على نطاقٍ واسع، والذي استطاعت فيه وسائل الإعلام تتبع الأحداث التي تجري في العالم أولًا بأول. لم يعد هناك عذر لعدم تقديم المساعدة والتعاطف الناتج عن الجهل

(1) Compassion
(2) religion
(3) healing
(4) selfcompassion
(5) compassion fatigue
(6) caring professions
(7) politics of compassion
(8) economics of compassion

ببؤس المحتاجين. ويؤدي المجتمع المدني[١] دورًا إيجابيًّا في تشجيع التدخلات القائمة على التعاطف[٢] في مناطق الصراعات والكوارث. ويمكننا أن نزعم الآن بوجود شبكة عالمية من المنظمات غير الحكومية[٣]، التي يدور عملها حول ممارسة أو تطبيق التعاطف العالمي[٤]. منها على سبيل المثال وليس الحصر، نجد: منظمة أطباء بلا حدود[٥]، وصندوق إنقاذ الطفولة[٦]، ومنظمة أوكسفام[٧]، ومنظمة العفو الدولية[٨]، وما شابه. وتنظر جميع هذه المنظمات إلى التعاطف بوصفِه هدفها الأسمى والرئيس، وتركز الجهود على الجوانب الأكثر عَملية للتعاطف؛ أي تقديم المرء للمساعدة والدعم لمن هم في أمسّ الحاجة إليها، بغض النظر عن مكانهم الجغرافي.

التعريف:

ورد في الإصدار المُختصر من قاموس أكسفورد[٩] تعريفًا للتعاطف مفاده أنه: "**شعور الفرد بمعاناة الآخرين، ومشاركتهم الوجدانية** [١٠] **لهذه المعاناة**". ولا تختلف النظرة النفسية الحديثة للتعاطف كثيرًا عن هذا المعنى. وقد وصف "ڤاندينبوس" VandenBos التعاطف في "قاموس علم النفس"* APA Dictionary of Psychology الصادر عن الجمعية الأمريكية لعلم النفس"

(1) Civil society
(2) compassionate interference
(3) nongovernmental organizations
(4) global compassion
(5) Doctors Without Borders أو Me´decins sans Frontie`res
(6) Save the Children fund
(7) Oxfam
(8) Amnesty International
(9) The compact edition of the Oxford Dictionary
(10) sympathy

* لم يطرأ تغييرٌ يُذكَر على التعريفات الواردة للمفاهيم الثلاثة (الإيثار والنفاذ إلى الآخر والمشاركة الوجدانية) في الطبعة الثانية من ذلك القاموس، التي صدرت في عام 2015 **[المترجمان]**.

American Psychological Association) (2007)، بأنه: "**شعورٌ قوي بالمشاركة الوجدانية مع مشاعرِ شخصٍ آخر تتصل بالأسى أو الضيق، وعادةً ما تنطوي على رغبة في مساعدة هذا الشخص أو العمل على راحته**" (p. 203). وبهذا المعنى، فإنَّ التعاطف يعبر عن عملية تفاعلية اجتماعية، تنطوي على تقاسم أو مشاركة الألم والبؤس على مستوى وجداني، بدافع من مشاعر قوية مستمدة في الأصل من مفهوم القدرة على النفاذ إلى الآخر(١). كما تنطوي على معتقدات معرفية تدور حول خطورة معاناة إخوانِهم من البشر، وعدم تحقيق المعاناة لأصحابها أي عائد*. وقد حدد "بورتر" Porter (2006)

(1) empathy

* ثمة شواهد تدعم الافتراض الذي يفيد بأن عَلاقة المرء بالآخرين من حوله ذات تأثيرٌ حاسم في تحقيق صحتِه الجسمية والنفسية. ومن هذه الشواهد، أن الارتباط بين ضعف التكامل الاجتماعي والوفاة المبكرة تفوق الارتباط بين الوفاة والتدخين واضطراب الشره في الطعام. وتسعى محاولات علماء النفس لتحديد المسارات السببية بين التفاعلات الاجتماعية والمرض والموت في دراسة الدعم الاجتماعي، استنادًا إلى أن العلاقة بالآخرين تحسن الشعور بحُسن الحال (الرَّفَاهة) (Wellbeing) من خلال الأفعال التي تُحسن الصحة من جانب الطرف الآخر من العَلاقة. ومما يثير الدهشة كذلك العَلاقة التي تربط بين الصحة النفسية والسعادة والعَلاقات الإنسانية (Relationships)، بل إن أكثر الثقافات تأكيدًا على قيم الفردية، من قبيل المجتمع الأمريكي، تسلم بتلك العَلاقة وأهميتها في السعادة الحقيقية. ويمكن للقارئ مراجعة الكتاب التالي: ليزا ج. أسبينوول، وأورسولا م. ستودينجر (٢٠٠٦). **سيكولوجية القوى الإنسانية–تساؤلات أساسية وتوجهات مستقبلية لعلم النفس الإيجابي**. ترجمة: صفاء الأعسر، ونادية شريف، وعزيزة السيد، وعلاء الدين كفافي، ومراجعة: صفاء الأعسر. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ٥٨ وما بعدها. كما أن العلاقات الاجتماعية تعد من أهم مصادر التخفف من العناء وتحقيق الصحة، وهي تحمي من تأثير المشقة (Stress). ولعل أعلى صور هذه العلاقات فائدة نجدها في: الزواج والعلاقات الوثيقة الأخرى، التي تتصف بدرجة عالية من الدعم. ويمكن للقارئ مراجعة الكتاب التالي: مايكل أرجايل (١٩٩٧). **سيكولوجية السعادة**. ترجمة: فيصل يونس، ومراجعة: شوقي جلال. القاهرة: دار غريب. صفحة ٢٧ وما بعدها **[المترجمان]**.

الخاصية المميزة للتعاطف في أنها: "**انجذاب المرء لموقف يعاني فيه غيره من الأشخاص أو الجماعات، وبدرجة شديدة من: الألم، أو الكرب، أو التنكيل، أو البؤس، أو الأسى، أو الكدر، أو القنوط، أو البلاء، أو العوز، أو الشدائد، أو العذاب، أو المِحن، أو الضنى، أو المعاناة**" (p. 100).

ينتمي مفهوم التعاطف إلى مجموعة من المفاهيم، ترتبط جميعها بفئة السلوك غير الأناني[1]، لا سيما: الغيرية أو الإيثار[2] والنفاذ إلى الآخر[3] والمشاركة الوجدانية[4]. ويعرّف "قاموس علم النفس الصادر عن الجمعية الأمريكية لعلم النفس" **الإيثار** بأنه: "**اهتمام غير أناني على ما يبدو بالآخرين أو أنه ذلك السلوك الذي يجلب به المرء منفعة لغيره مقابل تحمله بعض التكلفة**" (p. 40). ولا يتطلب الإيثار – بالضرورة – مشاركة المرء لمعاناة غيره أو وجود حالة مهددة لمن حوله، من مثل: التعرض لمرض أو كارثة. وقد ورد في القاموس نفسه، تعريفًا **للنفاذ إلى الآخر** مفاده أنه: "**فَهم الشخص لآخر غيره، من خلال إطار هذا الآخر المرجعي[5] لا الإطار المرجعي الخاص بالشخص، وذلك حتى يتسنى له أن يخبر مشاعر هذا الآخر وإدراكاته وأفكاره**" (p. 327). ينطوي النفاذ إلى الآخر على مشاركة المشاعر، مثله في ذلك مثل التعاطف، غير أنَّه لا يقتصر على مشاركة المشاعر السلبية كما هي الحال في التعاطف*. أي إنَّ النفاذ إلى الآخر لا يعني – في حد ذاتهِ – وجود أي رغبة

(1) unselfish behavior
(2) altruism
(3) empathy
(4) sympathy
(5) frame of reference

* اعتمد المترجمان تعبير "النفاذ للآخر" في ترجمة المصطلح الإنجليزي (empathy)، تمييزًا له عن المشاركة الوجدانية أو المواجدة الذي يقابل المصطلح الإنجليزي (sympathy). ولا يخفى على القارئ الكريم وجود خلطٍ شديد في استعمال المقابل العربي لكِلا المفهومين، جنبًا إلى جنب الخلط الذي يحدث في استعمال أحدهما أو كلاهما مع

مفهوم التعاطف (compassion) ومفهوم الشفقة (pity) ومفهوم الرحمة (mercy) وغيرها من المصطلحات ذات الصِلة. كما يود المترجمان تأكيد أنَّ النفاذ للآخر إنما يفيد: تلك القدرة الخاصة بتفهم المرء لمشاعر الآخر وفقًا للإطار المرجعي لهذا الآخر وليس الإطار المرجعي للفرد، وذلك حتى يتسنى له أن يخبر مشاعر هذا الآخر وإدراكاته وأفكاره، مع وجود درجة كافية من مستوى الوعي بالمسافة الاجتماعية التي تفصله عن هذا الآخر، والتي تسمح له بعدم الاندماج أو التوحد الوجداني معه بشكلٍ كلي. وهكذا، نجد في السياق النفسي الإكلينيكي أن الفَهم القائم على النفاذ للآخر (empathetic understanding) يفيد قدرة المرء (المُعالج النفسي) على فَهم الحالة الوجدانية للآخر (العميل) من موضعه أو من زاويته. ومن هنا، يتعين تأكيد أنَّ مفهوم النفاذ للآخر يتضمن مكونات ثلاثة، هي: الجانب المعرفي لفَهم مشاعر الآخر والجانب الوجداني للإحساس= =بمشاعر الآخر والوعي بعدم الاندماج مع هذا الآخر، وهو ما يتجلى في أفضل صِورهِ في نفاذ المعالج النفسي لوجدان العميل من دون تعاطف أو مشاركة وجدانية منه، وذلك للتمثيل لا الحصر. والحقيقة فإن ثمة خلط كبير بين الباحثين في تعريفهم لمفهوم النفاذ للآخر. وبمراجعة الدراسات والبحوث لُوحِظ وجود ما يصل إلى (٤٣) تعريفًا لمفهوم النفاذ للآخر. وقد انطلق كثيرٌ من النماذج النظرية التي انبثق منها تعريف مفهوم النفاذ للآخر من أساسٍ بيولوجي، يبدأ من عملية الإدراك وصولًا إلى السلوك المترتب على هذا الإدراك. وفي المقابل، فإن ثمة منحى نظري يؤكد الجانب الوجداني ويقلل من الجانب المعرفي في النفاذ للآخر، بينما يؤكد المنحى الآخر الجانب المعرفي ويقلل من الجانب الوجداني. وقد وجد كلا المنحيين تأييدًا إمبريقيًا من الدراسات البيولوجية والعصبية. ومن الجدير بالذكر أنَّ بعض الباحثين – وفقًا لهذين المنحيين– يشددون على فارق جوهري في مفهوم النفاذ للآخر بين الرئيسات (Primates) والبشر؛ حيث يقتصر لدى الرئيسات على انتقال الإحساس بالألم أو الحزن عند مشاهدة بعضها بعضًا عبر الخلايا العصبية المرآوية (mirror neurons) دون ارتقاء الأمر للمكون المعرفي، مقابل تضمن مفهوم النفاذ للآخر بين البشر لعمليات معرفية عليًا، من قبيل الاستدلال ونظرية العقل وغيرها، بما يجعل البشر في حالة تفرد عن غيرهم من الكائنات الحية في المعالجة المعرفية–الوجدانية لمشاعر الآخر والنفاذ إليها. ولمزيدٍ من التفصيل يرجى مراجعة المقال التالي: Stocksa, E.& Lishner, D. (2009). Empathy. In: S. Lopez (Ed.). *The Encyclopedia of Positive Psychology*. (320- 326). NY: Wiley Blackwell **[المترجمان]**.

في العمل أو التدخل بغرض مد يد العون. أما في حالة المشاركة الوجدانية، فالأمر يختلف عما سبق. ولعل أحد معانيها المذكورة في القاموس يفيد أنها: "**قدرة المرء على مشاركة مخاوف أو مشاعر غيره، والاستجابة لها**" (p. 916). إضافة إلى ذلك، فقد ورد في القاموس ذاته معنىً آخر للمشاركة الوجدانية، مفاده إنه: "**شعور المرء بالقلق أو الشفقة نتيجة وعيه بمعاناة شخص آخر أو حزنه**" (p. 916). وبهذا المعنى، فإن مفهوم المشاركة الوجدانية يكاد يكون مرادفًا لما هو مقصودٌ بالتعاطف، وهو ما يفسر سبب استخدام اللفظتين (التعاطف والمشاركة الوجدانية) بالتبادل على نحوٍ شائع. ويبدو أنه في حين لا يتطلب التعاطف التواصل المباشر بين الشخص وغيره وجهًا لوجه[1]، فإن المشاركة الوجدانية تتطلب بالضرورة ذلك النوع المباشر من التواصل. ومن ثَمَّ، فإن التعاطف يبدو أكثر عمومية، ويؤكد ذلك استخدام هذا المفهوم في السياقين السياسي والاقتصادي.

يقصر بعض الكُتَّاب من أمثال "هوجير" (Hoijer, not dated) مفهوم التعاطف للدِلالة على التعاطف مع معاناة الآخرين في المجال العام، مدَّعين أن المفاهيم الثلاثة الأخرى [الإيثار والنفاذ إلى الآخر والمشاركة الوجدانية] لا تتضمن الأبعاد العامة والسياسية ذاتها، مثلما ينطوي عليها مفهوم التعاطف.

القضايا الرئيسة:

♦ الدين

لعل العلاقة بين الدين والتعاطف ليست بالعَلاقة البسيطة. فمن ناحية،

(1) face-toface communication

تُقدر كل الديانات قيمة التعاطف بدرجة شديدة الخصوصية؛ حتى أن البوذية[١] تضع التعاطف بوصفِه القيمة الأسمى أو الخير المطلق*. ومن ناحية أخرى، فإن البيانات الواقعية (الإمبريقية) التي ربطت بين التعاطف والدين بياناتٌ تتسم بالنُدرة. من بين هذه الدراسات النادرة التي عنيت ببحث هذه المسألة، نجد تلك الدراسة التي أجراها "بروكس" (Brooks, 2004). وقد اعتمد فيها على البيانات المستمدة من المسح الاجتماعي العام بالولايات المتحدة[٢]، وانتهى منها إلى أن الأشخاص المتدينين[٣] أكثر نزوعًا من العلمانيين[٤] لحيازة مشاعر التعاطف*.

---

(1) Buddhism

* مِن المشكلات التي تقابل علماء النفس، الباحثين عن تأصيل المتغيرات النفسية الإيجابية في الديانة البوذية تحديدًا، الاستخدام التاريخي المتنوع لتعاليم البوذية بلغاتٍ متباينة، ويعكس هذا التباين اللغوي تباينًا في المفاهيم المطروحة كذلك، ومن ناحية أخرى نجد خلطًا في سياق تعاليم هذه الديانة بين مفاهيم عدة، من قبيل: التعاطف والتسامح والشفقة، وهو ما يتبدى عند الرجوع لقاموس اللغة السينهالية (لغة البوذيين في سيرلانكا) الذي أعده "مالاسيكرا" Malasekcra للتمثيل لا الحصر. وللتفصيل في هذه النقطة يمكن الرجوع إلى المرجع التالي: ميشيل إ. ماكلو وكينيث آ. بارجمنت وكارل إ. ثورسين (٢٠١٥). **التسامح – النظرية والبحث والممارسة**. ترجمة: عبير محمد أنور. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ٦٨ وما بعدها **[المترجمان]**.

(2) US General Social Survey
(3) religious people
(4) secularists

* تبين أنَّ الأمريكيين المتدينين أقل عُرضة للتورط في تعاطي المخدرات وارتكاب الجرائم والانزلاق إلى الطلاق، بل والانتحار كذلك. كما أنَّهم أفضل من حيث مؤشرات الصحة الجسمية، وكانت أعمارهم أطول أيضًا. ولعَل العلاقة بين الأمل في المستقبل والإيمان الديني تمثل حجر الزاوية في تفسير دور الدين في مواجهة اليأس بفعالية، وزيادة الشعور بالسعادة. وللتفصيل يمكن الرجوع إلى المرجع التالي: مارتن سليجمان (٢٠٠٥). **السعادة الحقيقية – استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك من إمكاناتٍ لحياةٍ أكثر إنجازًا**. ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء الدين كفافي، وعزيزة السيد،=

وقد ظلت هذه الحقيقة سارية، بغض النظر عن: العمر والعِرق والتعليم والجنس والحالة الاجتماعية ومستوى الدخل.

بتأمل التعاليم الدينية، يمكن للمرء أن يقف على حقيقة أن الديانات كافة تشدد على التعاطف بوصفهِ قيمة مركزية توجه سلوك المؤمنين. وفي الآونة الأخيرة، تصاعد تشديد الديانة البوذية على محورية مفهوم التعاطف؛ لتكون بذلك الديانة الأكثر ارتباطًا به. وكما عمل الدالاي لاما (Dalai Lama, 1997)، على وصف التعاطف الأصيل أو الحقيقي[1]، بأنه يقوم على رغبة المرء في مشاركة غيره أن يكون سعيدًا، وأن يقضي على معاناتهم. ومن خلال إقرار المرء بهذه المساواة الأساسية والقواسم المشتركة، نجده يرتقي بشعور الألفة والتقارب، وبناءً على ذلك، سوف نجده يوّلد المحبة والتعاطف الحقيقي. ولعل

=وفيصل يونس، وفادية علوان، وسهير غباشي. القاهرة: دار العين للنشر. صفحة ٨٣ وما بعدها. كذلك الحال، فقد بيّنت بعض الدراسات أن المتدينين أكثر سعادة (في المتوسط) عن غيرهم من غير المتدينين (الملحدين من ناحية أو الروحانيين ممن لا يعتنقون ديانة منظمة مع إيمانهم بقوة عظمى مدبرة للكون من ناحية أخرى)، وفي مقابل ذلك بيّنت دراسات أخرى انخفاض مستوى السعادة بين المتدينين في بعض الدول (أو بعض الديانات)؛ فالديانات لا تتساوى في كونها مصدرًا لسعادة أصحابها بالدرجة ذاتها. ومن ثم يعكف علماء النفس الإيجابي على فَهم العناصر التي يقوم عليها التدين، والتي تتنبأ بحسن الحال أو الرَّفَاهة؛ من قبيل: الإيثار، والتصرف بطريقة أخلاقية، وما يوفره من نسقٍ من المعتقدات، يعطي صاحبه معنى ومغزى للحياة، ورغبة أصيلة في مساعدة الآخرين، بجانب ما يوفره له من قيمٍ واتجاهاتٍ إيجابية، من مثل: الرأفة والمحبة والامتنان والأمان والعمل. وللتفصيل في هذه النقطة يمكن الرجوع إلى المرجع التالي: إد داينر وروبرت بيزواس – داينر (٢٠١١). **السعادة – كشف أسرار الثروة النفسية.** ترجمة: مها بكير، ومراجعة: معتز سيد عبد الله. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ١٥٥ وما بعدها **[المترجمان]**.

(1) genuine compassion

الحكمة تكمل التعاطف، وتحدد شدته وعمقه*. إن التعاطف المطلق[١]، أو ما أطلق عليه الدالاي لاما: النوع الثالث، يمثل ذلك التعاطف غير المنصوص عليه، المصحوب ببصيرة[٢] حول الطبيعة المطلقة للواقع؛ حيث يمكن للمرء بموجبه أن يرى طبيعة المخلوقات، وإن لهذه الرؤية أن تعزز موقف المرء المتعاطف تجاه تلك المخلوقات. ويتضمن رؤية الدالاي لاما كذلك أن التعاطف يستند إلى التصالح[٣] واحترام حقوق الآخرين وآرائهم.

---

* يمثل الدالاي لاما (١٩٣٥–) القائد الديني الأعلى للبوذيين التبتيين، وحتى عام ١٩٥٩ كان الدالاي لاما يمثل القيادتين الروحية والدنيوية في إقليم التبت. ولعل المقصود بالحكمة هنا الحكمة العقلية وليست الحكمة الخُلُقية، وتعني الحكمة العقلية تلك الفضيلة التي تسمح لنا بعملية الاختيار وممارسة الاختيارات والسلوك على نحوٍ يسمح لنا بالشعور بالرضا حين نراجع سلوكنا أو نتوقع منطقيًا أن نشعر بالرضا جراء القيام به. وتسمح لنا هذه الفضيلة (مجموعة العادات والمهارات) باختيار أهدافنا التي نتوقع من اختيارها الشعور بالرضا عن ذواتنا ومواقفنا، والتي تمكننا–في الوقت نفسه – من وضع تصورٍ لحياة كريمة وأن نحيا وفق هذا المفهوم حياة خالية من الندم قدر المستطاع. ويمكن مراجعة مفهوم الحكمة من الزاويتين الفلسفية والنفسية من خلال الرجوع إلى المرجع التالي: ليزا بورتولوتي (٢٠١٣). **الفلسفة والسعادة**. ترجمة: أحمد الأنصاري، ومراجعة: حسن حنفي. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ٣٣٩ وما بعدها. ومن الجدير بالذكر أن الدالاي لاما يرى أن الانعزال عن الناس أحد أعظم مصادر تعاسة المرء. وأن استخدام المرء لصوت التعاطف مع الآخرين من شأنه زيادة مستوى السعادة لديه. وللتفصيل في هذه النقطة يمكن الرجوع إلى المرجع التالي: باميلا أ. هايس (٢٠١٩). **كيف تحيا في رفاه؟ خطوات أربع نحو حياة أكثر هناءة وعافية**. ترجمة: راقية جلال الدويك. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ١٠٥ وما بعدها **[المترجمان]**.

(1) ultimate compassion
(2) insight
(3) reconciliation

في الصلوات اليهودية، يُشار إلى الله باسمه: Ha-rachaman (أي الرحمان) كما يُشار فيها إلى الله بصفة: Av harachamim(أي الرحيم). ولعل جوهر اليهودية هو ذلك المبدأ المذكور في الجزء التاسع عشر من سفر اللاويين، والذي نصه: "لا تفعل بغيرك ما تكره أن يصيبك". إنه أساس الالتزام بالمسئولية الإنسانية والعدالة الاجتماعية. ويمتد مفهوم الصدقة[1] (أو الإحسان) في اليهودية، كما هي الحال في الإسلام، من الخيرية العامة لتشمل المسئولية الإنسانية الأكثر شمولًا. ومن ثَمَّ، يصير الإحسان التزامًا أكثر من كونِه اختيارًا. ووفقًا لأقوال الباحث اليهودي العظيم "موسى بن ميمون"* Moses Maimonides، فإن أعلى مستوى من الإحسان يتمثل في تقوية يد الفقراء بمساعدتهم على أن يصبحوا أشخاصًا مستقلين.

يمثل التعاطف القيمة الأساسية التي تؤكدها المسيحية، وقد شعر يسوع Jesus في حياته، على النحو الموصوف في العهد الجديد، بالتعاطف مع جميع الأشخاص الذين كانوا في أوضاعٍ خطرة. ولا يقتصر التعاطف في المسيحية على المشاعر فقط، بل يمتد إلى الأفعال: إلى بذل المال والإنقاذ. فقد أعاد

(1) tzedakah

* أَبُو عَمْرَان موسى بْن ميمون بْن عُبَيْد ٱللّٰه ٱلْقُرْطَبِيّ (١١٣٥– ١٢٠٤) المشهور في الغرب باسم ميمونيديس، واشتهر عند العرب بلقب الرئيس موسى. كان فيلسوفًا وطبيبًا يهوديًا، وصار من أكثر علماء التوراة اجتهادًا ونفوذًا في العصور الوسطى. وُلد في قرطبة ببلاد الأندلس في القرن الثاني عشر الميلادي، ومن هناك انتقلت عائلته سنة ١١٥٩ إلى مدينة فاس المغربية؛ حيث درس بجامعة القرويين، ثم انتقلت سنة ١١٦٥ إلى فلسطين، واستقرت آخر الأمر في مصر، وعاش فيها حتى وفاته. ويوجد معبد يحمل اسمه في العباسية بالقاهرة. وتتوفر ترجمة شيقة لحياته وأفكاره، بياناتها كالتالي: تمار رودافسكي (٢٠١٣). **موسى بن ميمون**. ترجمة: جمال الرفاعي (سلسلة عقول عظيمة). القاهرة: المركز القومي للترجمة بالاشتراك مع آفاق للنشر والتوزيع **[المترجمان]**.

يسوع البصر إلى العميان، وصنع الخبز للجياع، وأحيا الموتى.

في الإسلام، نجد أن التعاطف يذكر في مُستهل القرآن الكريم أو بداية صفحاتِه الأولى. وفي الواقع، فإنه كلما بدأ المرء في قراءة "البسملة" (basmalah) التمهيدية أو شرع في تلاوة أي سورة من سور القرآن الكريم، وجد اسم الله مقترنًا باسميه: "الرحمن الرحيم**". وعلى النحو الذي يشير إليه "عبد القيوم" (Abdul Gayoom, 2002)، فإن أسس الشريعة (sharia) (التشريع الإسلامي) تقوم على التعاطف والرأفة؛ فاللَّه لا يكلفُ نفسًا إلا وِسعها. وفي كل ما أمر به الله الناس، سواءً انطوى هذا الأمر على التزامٍ تجاهه جل وعلا أو تجاه الآخرين، نجد أنه راعى في ذلك ملاءمته لهم واحتياجاتهم وتحقيق صلاحهم. في المعاملات الاجتماعية، نجد أن حقوق الجيران والأقارب والوالدين والزوجة (أو الزوجات) تستند إلى التعاطف، بل وتمتد حتى إلى ما هو أبعد من حدود الإنسانية وصولًا إلى بقية مخلوقات الله. ومثل اليهودية، فإن واجب (أو فريضة) "الزكاة" (Zakat) في الإسلام يتجاوز مفهوم الصدقة؛ بل إنَّه إلزام للمرء بأن يكون عطوفًا بالمعنى الأوسع الأكثر إيجابية.

** تفيد عددُ من المراجع والكتابات التي تتحرى دلالات اسميَ الجلالة: الرحمن والرحيم بأنهما يفيدا التعاطف والرأفة والرقة والمرحمة. أما الجمع بين الرحمن والرحيم" ففيه معنى هو أحسن من المعنيين منفردين. وهو أن الرحمن دال على الصفة القائمة به سبحانه، والرحيم دال على تعلقها بالمرحوم، فكان الأول للوصف والثاني للفعل، فالأول دال على أن الرحمة صفته، والثاني دال على أنه يرحم خلقه برحمته. والرحيم على وزن "فعيل" بمعنى فاعل أي راحم، وبناء فعيل للمبالغة، والرحمة أي الرقة والتعطف. ويمكن في هذا الصدد الرجوع إلى الكتاب التالي: أمير علي الحداد (٢٠١٥). **إحصاء ما اقترن من الأسماء الحسنى في القرآن الكريم**. ط٢. الكويت، صفحة ١٧ وما بعدها **[المترجمان]**.

♦ الرعاية العطوفة[١]

في الآونة الأخيرة، تزايد الاهتمام بما يسمى "البيئة المُثلى للشفاء"[٢]. وتمثل "البيئة المُثلى للشفاء" نموذجًا إرشاديًا طبيًا جديدًا، يعزز فكرة أن الرعاية الطبية المُثلى، ينبغي لها أن توازن بين الحاجة إلى المبادئ العلمية الصارمة والعلاجات المستندة إلى الأدلة والعقلانية من ناحية، مع الحاجة إلى اللطف والمحبة والتعاطف من ناحية أخرى.

احتل التعاطف مكانًا مركزيًا في الرعاية التمريضية[٣]. وفي الواقع، فإن عديدًا من المهنيين ينظرون إلى التعاطف بوصفه "قلب التمريض"*، وأنه يأتي بمثابة أصولِه الثمينة[٤]. وبالنظر إلى الكيفية التي تتصور بها هيئة التمريض مفهوم التعاطف، وجد "هيوداتشك" (Hudacek, 2008) أنَّهم يقررون أن قيمة التعاطف تتجاوز فعالية المهارات والفنيات العملية في تخفيف المعاناة والألم، من خلال الاعتناء القائم على النفاذ إلى الآخر[٥]، وأن يكون الممرض أو الممرضة في حالة حضورٍ تام من الناحيتين الوجدانية والجسمية.

---

(1) Compassionate Care
(2) optimal healing environment
(3) nursing care

* يتصل البند الأول من مبادئ الأخلاقيات الطبية الصادرة عن الرابطة الطبية الأمريكية بالتعاطف؛ حيث ينص على أن الطبيب يكرس حياته، أو يهب نفسه، لتقديم خدمات طبية فعالة بتعاطف واحترام للكرامة الإنسانية. وما زال النقاش قائمًا حول ما إذا كانت كفاءة الطبيب أهم أم ما يبينه من تعاطف، وكأن الصفتين متضادتان، بما يعكس الفكرة الخاطئة لوجود تعارض ضمني بين المنطق والانفعال. ولمزيدٍ من المعلومات، راجع على سبيل المثال الفصل السابع والعشرون، وعنوانه: التراحم (من تأليف: إريك ج. كاسيل) من الكتاب المُحَرَر التالي: شين ج. لوبيز، وس. ر. سنايدر (٢٠١٨). **دليل علم النفس الإيجابي**. ج٢. ترجمة: صفاء الأعسر. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ٣٥٥ وما بعدها **[المترجمان]**.

(4) precious asset
(5) empathic concern

ومع ذلك، فإن بعض الباحثين، من أمثال "شانتز" (Schantz, 2007)، يرون أن دلالة هذا المفهوم، كما ينطبق على مهنة التمريض، أمرٌ لم يجرِ تعريفه أو تحديده، لا على نحوٍ قاطع ولا على نطاقٍ واسع، في سياق الممارسة اليومية لمهنة التمريض المعاصرة. وقد لاحظت "شانتز" أنَّ مفهوم التعاطف لدى هيئة التمريض يتغير مع مرور الوقت وبتباين السياقات، وعمدت إلى استعراض التغييرات التي طرأت على المفهوم من التعاطف وصولًا إلى النفاذ إلى الآخر والرعاية. وهو الأمر الذي يمكن تفسيره، في رأيها، في ضوء الاعتماد المتزايد على التكنولوجيا والتغيرات التي طرأت على التعليم في مجال التمريض، وما ترتب عليه من انخفاض قيمة التعاطف. بيد أن القوام الأساسي من الممرضين والممرضات والمهنيين في مجال التمريض ما زالوا يعتقدون أن التعاطف يعد بمثابة القيمة المطلقة في مهنة التمريض.

نشر "هيوداتشك" في عام ٢٠٠٨ نتائج دراسة استهدف منها تحديد أبعاد الرعاية وفقًا للممارسة المهنية للتمريض. وبلغ عدد المشاركات في هذه الدراسة (٢٠٠) ممرض وممرضة من مختلف البلدان. وطُلب منهنَّ وصف إحدى ممارسات الرعاية التي أحدثت فرقًا في حياته أو حياتها وفي حياة المريض الذي كان يجري الاعتناء به وقتها. وقد صمم "هيوداتشك" الدراسة لمساعدة الممرض أو الممرضة على التفكير في معنى الرعاية ودِلالتها. وعقب إخضاع القصص للتحليل، حدد "هيوداتشك" أبعادًا سبعة للرعاية التي تحدد الممارسة المهنية للتمريض، هي: الرعاية[١] والتعاطف[٢] والروحانية[٣] والتواصل المجتمعي[٤] وتوفير الراحة[٥] والتدخل في الأزمات[٦] والذهاب إلى مسافة إضافية[٧]. وقد أقرت جميع الممرضات المشاركات في هذه الدراسة بمفهوم

(1) caring
(2) compassion
(3) spirituality
(4) community outreach
(5) providing comfort
(6) crisis intervention
(7) going the extra distance)

الرعاية العطوفة، وذلك بغض النظر عن المكان الذي يعيشون فيه عبر العالم.

يُشَار إلى "كارل روجرز" Carl Rogers (١٩٦١) بوصفهِ المعالج الذي أسهم بدرجةٍ أكبر في نقل العلاج النفسي[١]، من كونِه مسعىً متمركزًا حول العميل، إلى رعاية الشخص بوصفه آدميًا*. وانطلاقًا من منظورٍ وجودي وإنساني، فقد شدد "روجرز" على النفاذ إلى الآخر[٢] والانسجام[٣] والتقبل الإيجابي غير المشروط[٤] بوصفها شروطًا ضرورية وكافية في حد ذاتها لتحقيق إنجازاتٍ علاجية نفسية ناجحة. بل إن التعاطف يصير جوهر العلاج ذاته، وذلك في بعض الأشكال الأكثر تقدمًا من العلاج النفسي، من مثل: علاج الأنساق الأسرية[٥]، (والتحليل التفاعلي[٦]). كما يصف "هونتنك"

(1) psychotherapy

* كارل روجرز (١٩٠٢– ١٩٨٧): عالم النفس والمعالج النفسي الأمريكي البارز، قام مع زميله عالم النفس الأمريكي البارز "أبراهام مازلو" Abraham Maslow (١٩٠٨– ١٩٧٠) بتأسيس التوجه الإنساني في علم النفس الإكلينيكي. وأسهم كذلك في تأسيس العلاج النفسي غير الموجّه الذي سماه العلاج المتمركز حول العميل، ليؤكد أن نظريته يمكن تطبيقها في كل التفاعلات بين الأشخاص، وليس على التفاعل بين المعالِج والعميل. وقد اعتقد "روجرز" أن الدافع الأساسي لأفعال البشر يتمثل في الرغبة في تحقيق الذات، وأن المشكلات النفسية تأتي من عدم الانسجام بين "الذات" و"الذات المثالية" و"الذات العملية". ويمكن تلافي عدم الانسجام هذا، عن طريق تربية تتسم على التقبل غير المشروط، والاستعداد لتقبل مشاعره. بل إنه ربط بين الإبداع الإنساني بوصفه الدافع إلى الشفاء، الذي نكتشفه بعمق في جلسات العلاج النفسي، وتحقيق المرء لذاته وإمكاناته وتعزيز وجوده الإنساني. راجع: شاكر عبد الحميد (٢٠٢٠). **الدخان واللهب – عن الإبداع والاضطراب النفسي**. القاهرة: دار العين للنشر، صفحة ١٩١ **[المترجمان]**.

(2) empathy
(3) congruence
(4) unconditional positive regard
(5) Family Systems Therapy
(6) Transactional Analysis

(Hutnik, 2005) ذلك الأمر بقولهِ: "لعل العلاج النفسي يمثل تلك العناية العطوفة التي تستهدف تحقيق رفَاهة أو سعادة شخص آخر" (p. 399). ومع ازدياد أعداد المرضى ممن يعانون من مشكلاتٍ وجودية بدرجةٍ أو بأخرى، أو صعوبات تكيفية طويلة الأمد، فإننا نجد أن مناحي العلاج النفسي المستندة إلى الفنيات التقليدية غير فعالة بدرجةٍ كبيرة. إنَّ غاية ما يحتاجه المريض يتمثل في الفَهم القائم على التعاطف، ووجود شخصٌ داعم في حياته.

يركز ذلك الاتجاه المتنامي في العلاج النفسي على ربط البوذية والقيم البوذية(١)، وبالأخص التعاطف والتعقل*، بنظرية العلاج النفسي الحديث وما يتمخض عنها من أساليبٍ وفنيات. ويركز أحد الكتب التي قام "جيلبرت" Gilbert بتحريرها (٢٠٠٥) على إثراء أكثر أساليب العلاج النفسي شعبية في عالمنا الراهن: العلاج السلوكي المعرفي(٢)، بالتعاطف، كما تتجلى في التعاليم البوذية، وكذلك كما تبدو عبر النظريات النفسية للتعلق(٣) والسلوك الاجتماعي الإيجابي.

في حين أن الشاغل المركزي للدين يتمثل في التعاطف مع "جميع المخلوقات"، فإن العلاج النفسي يعتمد بشكلٍ رئيس على مساعدة الشخص على أن يكون عطوفًا تجاه ذاته. ويعتقد "جيلبرت" Gilbert (٢٠٠٥) أن مرضى الاكتئاب يتبنون عقاب الذات، ويفتقرون إلى تلك القدرات الخاصة بتهدئة

(1) Buddhist values

* يعد المصطلح الإنجليزي (Mindfulness) من المصطلحات المراوغة الوعرة في ترجمتها إلى العربية، فيترجمها البعض إلى التعقل، وبجانب ذلك يوجد مدى واسع من الترجمات الأخرى، أبرزها: التمعن، والتيقظ، واليقظة العقلية، والتأمل، والاستنارة، والوعي الآني، والانتباه المعتني. ويمكن للقارئ المهتم بهذه الفنية العلاجية الرجوع إلى الكتاب التالي: رونالد د. زيجل (٢٠١٩). **التعقل- ممارسات عملية لحل مشكلات الحياة اليومية**. ترجمة: شعبان جاب الله رضوان. القاهرة: المركز القومي للترجمة **[المترجمان]**.

(2) cognitive behavior therapy

(3) attachment

النفس. وحال تيسر تدريبهم على أن يكونوا أكثر لطفًا مع أنفسهم، فسوف يكون التعافي أكثر اكتمالًا.

♦ وَهَن التعاطف[1]

تأكدنا – على نحوٍ موثق علميًّا – من أن المهنيين العاملين في مجال رعاية ضحايا الصدمات النفسية، والأشخاص الذين يعانون من حالاتٍ صحية عقلية أو بدنية، أو غيرهم من ذوي الإعاقة الشديدة، أو أي ممن يمرون بظروفٍ حياتية خطرة، أكثر عُرضة من غيرهم لظهور عددٍ من الأعراض الانفعالية والجسدية، وهي الأعراض التي أطلق عليها "فيجلي" (Figley, 1995) مُجتمعة مُسمى "وَهَن التعاطف".

إن دراسة وَهَن التعاطف يمثل امتدادًا لنظيرهِ على ضحايا الصدمة. وعادة ما تؤدي الخبرات الصدمية[2] إلى ظهور أعراضٍ انفعالية وعقلية. وقد جرى تسميتها للمرة الأولى على أنها: اضطراب كرب ما بعد الصدمة[3] وذلك في متن الإصدار الثالث من الدليل التشخيصي والإحصائي (DSM-III) للجمعية الأمريكية للطب النفسي (١٩٨٠). ويلفت "فيجلي" الانتباه إلى حقيقة أن المعاناة من اضطراب كرب ما بعد الصدمة لا تقتصر على أولئك الذين مروا بخبرةٍ صدمية مباشرة، وإنما تمتد هذه المعاناة إلى الآخرين من حولهم ممن هم على اتصالٍ وثيقٍ بهم. وقد صنف هذه المعاناة التي يمر بها هؤلاء الأشخاص جراء ما يقومون به من مواجدة للخبرة الصدمية التي مر بها غيرهم، تحت مسمى: "اضطراب كرب الصدمة الثانوي[4]، الذي عرّفه بأنه تلك: "السلوكيات والانفعالات الناتجة بطبيعتها عن معرفة المرء للأحداث الصادمة التي مر بها غيره من الأشخاص المهمين لديه. أو أنَّها تلك المشقة الناتجة عن المساعدة أو الرغبة في مساعدة أحد الأشخاص الذين مروا بإحدى الصدمات أو الذين يعانون معاناة قاسية (p. 7). وقد سَك "فيجلي" مصطلح "وَهَن التعاطف" للإشارة إلى تلك الزُملة. وتتشابه أعراض وَهَن التعاطف مع أعراض اضطراب كرب ما

(1) Compassion Fatigue
(2) Traumatic experiences
(3) Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)
(4) Secondary Traumatic Stress Disorder (STSD)

بعد الصدمة، باستثناء أن المريض لم يَخْبُر أو يمر بذلك الحدث الصدمي. ويغطي وَهَن التعاطف: ذكريات الأحداث، والأحلام، وإعادة معايشة الخبرة، والتجنب، أو تخدير تذكر الأحداث، ومختلف علامات الاستثارة المستمرة، كما يتسبب في إحداث تغييراتٍ على مستوى علاقات المريض مع ذاته وأسرته وأصدقائه ومجتمعه.

♦ التعاطف مع الذات(١)

لعل ما قدمته "كريستين نِف" Kristen Neff (٢٠٠٣) فيما يتصل بالتعاطف مع الذات، إنما يمثل الطرح الأول في الإنتاج العلمي النفسي لهذا المفهوم، بوصفهِ بديلًا لتقدير الذات(٢) في تفسير الصحة النفسية. ومثله في ذلك مثل مفهوم التعاطف، نجد أن مفهوم "التعاطف مع الذات" ينطوي على "تأثر المرء وانفتاحه على معاناته الخاصة، بدلًا من تجنبه لها أو انفصاله عنها، ما يولد الرغبة في تخفيف المرء مما يعانيه وأن يساعد ذاته على الشفاء بما يقدمه لها من الطيبة أو التلطف(٣). كما ينطوي مفهوم "التعاطف مع الذات"* [كما وصفته "نِف"] على تقديم فَهمٍ غير مقترن

(1) Self-compassion
(2) self-esteem
(3) kindness

* يفيد التعاطف مع الذات أن يكون المرء متفهمًا ومقبلًا لذاته، وأن يُكوّن معانٍ ودِلالاتٍ لسلوكه وصورة ذاته أكثر من كونه قاسيًا في نقدها أو الحكم عليها. وتشير عدة بحوث إلى ارتباط التعاطف مع الذات براحة البال أو الرَّفَاهة. ولمزيدٍ من المعلومات، راجع على سبيل المثال الفصل الثامن والثلاثون، وعنوانه: عطف الذات (من تأليف: كريستن نِف) من الكتاب المُحَرَر التالي: مارك ر. ليري، وريك هـ. هويل (٢٠١٨). **المرجع في الفروق الفردية في السلوك الاجتماعي**. ترجمة: عبد اللطيف خليفة، وعبد المنعم شحاتة. مراجعة: شاكر عبد الحميد. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ١١٠٥ وما بعدها. وربما يوحي مصطلح التعاطف مع الذات للوهلة الأولى بأنه يساوي تدليل الذات، بيد أن الدراسات بيّنت العكس. وللتفصيل في هذه النقطة يمكن الرجوع إلى المرجع التالي: باميلا أ. هايس (٢٠١٩). **كيف تحيا في رَفَّاه؟ خطوات أربع نحو حياة أكثر هناءة وعافية**. ترجمة: راقية جلال الدويك. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ١٠٠ وما بعدها **[المترجمان]**.

بالأحكام[١] لآلامهِ ونواقصهِ وإخفاقاتهِ، بحيث يمكنه – في نهاية المطاف – أن يرى خبرته الشخصية جزءًا لا يتجزأ من الخبرة الإنسانية الأكبر" (p. 87). ووفقًا "لنِف"، فإن لمفهوم التعاطف مع الذات مكوناتٌ أساسية ثلاثة، هي: **(أ)** التلطف مع الذات[٢]، أي أن يكون المرء عطوفًا طيبًا مع نفسه ولا يوجه النقد إليها؛ و**(ب)** المشترك الإنساني[٣]، بأن يدرك الشخص خبرتهِ الخاصة بوصفها جزءًا من الخبرة الإنسانية الأوسع، ما يجعله أكثر تواصلًا وأقل عزلة؛ و**(ج)** التعقل[٤] ذلك الوعي المتوازن الذي يحققه المرء بأفكاره ومشاعره، وعدم الإفراط في التماهي بهما.

أشارت "نِف" Neff إلى عدم ارتباط التعاطف مع الذات بالأنانية، كما أنه لا يتطلب التمركز حول الذات؛ لأنه – بطبيعته – جزءًا من كون المرء عطوفًا مع الآخرين. إنَّه، وبطريقة أو بأخرى، يمثل "جزءًا من المنزلة الإنسانية، وأن كل الناس – بما فيهم المرء نفسه – أهلٌ للتعاطف" (p. 223).

وضعت "نِف" (Neff, 2003b) مقياسًا لتقييم التعاطف مع الذات. وقد نتج عن التحليل العاملي للمقياس أبعاد ستة لهذا المفهوم، هي: التلطف مع الذات[٥]، والحكم على الذات[٦]، والمشترك الإنساني[٧]، والعُزلة[٨]، والتعقل[٩] والإفراط في التماهي[١٠]. وقد وجدت علاقات متبادلة بين العوامل كافة، وجاءت جميع معاملات الارتباط بِدلالة جوهرية مرتفعة، وأسهم إجراء التحليل العاملي من الدرجة الثانية في وجود عامل عام قوي هو **التعاطف مع الذات.**

(1) nonjudgmental understanding
(2) self-kindness
(3) common humanity
(4) mindfulness
(5) (self-kindness
(6) self-judgment
(7) common humanity
(8) isolation
(9) mindfulness
(10) overidentification

وفي دراسة أخرى أجرتها "نِف" مع "رود"، و"كيركباتريك" (Neff, Rude,& Kirkpatrick, 2007) كشفت عن ارتباطاتٍ موجبة بين التعاطف مع الذات وعددٍ من المتغيرات الإيجابية للصحة النفسية، هي: السعادة[١]، والتفاؤل[٢]، والوجدان الإيجابي[٣]، والحكمة[٤]، والمبادرة الشخصية[٥]، والفضول[٦]، والاستكشاف[٧]، والمسايرة أو المقبولية[٨]، ويقظة الضمير[٩]. علاوة على ذلك، فقد ارتبطت التعاطف مع الذات سلبيًا مع كلٍ من: الوجدان السلبي[١٠] والعُصابية[١١].

وجهات نظرٍ عالمية

♦ سياسات التعاطف[١٢]

وفقًا "لسنايدر" (Sznaider, 1998)، فإن التعاطف العام[١٣] يتكون من بُعدين. يتعلق البعد الأول منهما بعمليات التحول الديمقراطي التي تأخذ فيها المساواة[١٤] مكانة مركزية. أمَّا البعد الآخر فيتعلق بمجتمع السوق؛ حيث يعمل تبادل السلع والخدمات على تعزيز التعامل الأخلاقي مع الأجانب، ولو من دون قصد. وقد صار التعاطف أكثر بروزًا في سياق السياسة عقب سقوط الاتحاد السوفيتي، وتقديم الرئيس

(1) happiness
(2) optimism
(3) positive affect
(4) wisdom
(5) personal initiative
(6) curiosity
(7) exploration
(8) agreeableness
(9) conscientiousness
(10) negative affect
(11) neuroticism
(12) Politics of Compassion
(13) public compassion
(14) equality

الأسبق "جورج بوش"* George Bush مفهوم "النظام العالمي الجديد"؛ حيث لم يعد العمل الدولي يسترشد بالاختلافات الإيديولوجية القائمة بين الرأسمالية والشيوعية. وقد أشار "هوجير" (Hoijer, 2003) إلى وجود رغبة سياسية متزايدة للتدخل في النزاعات السياسية، رغمًا عن السيادة الوطنية للدول، وعند وجود خطر محتمل يتصل بانتهاك حقوق الإنسان أو وقوع إيذاء بالسكان المدنيين. وقد تعرض "إجناتيف" (Ignatieff, 1998) بالوصف للنموذجين اللذين يميزان الموقف الحالي، وهما: القومية الجديدة[1] بما تحويه من المطالبات والنزاعات العِرقية، وعمومية الأخلاق[2] التي تستند إلى حقوق الإنسان. ولم يعد السياسيون يشجعون التدخل الدولي في خِطاب الأيديولوجيات السياسية أو مصالح السلطة، وإنّما في سياق خِطاب حقوق الإنسان والتعاطف العالمي. وبالطبع، فقد تكون ثمة مطامع إقليمية واقتصادية في جدول أعمالهم الخفي، غير أنه لا يجري ذكرها. فها هي الحرب تُشَنُ ضد "صدام حسين"** Saddam

* المقصود هنا الرئيس الأمريكي "جورج بوش الأب" (١٩٢٤– ٢٠١٨)، الذي تولى حكم الولايات المتحدة من عام ١٩٨٩ وإلى ١٩٩٣ يلقب "ببوش الأكبر" أو "جورج بوش الأب" لتمييزه عن ابنه الأكبر "جورج دبليو بوش" (١٩٤٦–)، الذي تولى هو الآخر حكم الولايات المتحدة من عام ٢٠٠١ وإلى ٢٠٠٩، في ظاهرة عجيبة بأن يحكم أب وابنه أكبر دولة في العالم، قد لا تتكرر ثانية، في المستقبل القريب على الأقل **[المترجمان]**.

(1) new nationalism
(2) moral universalism

** صدام حسين (١٩٣٧–٢٠٠٦) الرئيس العراقي الراحل. من أبرز الشخصيات التي مارست دورًا بارزًا في التاريخ العربي الحديث. تسبب في الغزو الأمريكي للعراق عقب غزوه للكويت ١٩٩٠. وقد نُفذ حكم الإعدام فيه فجر يوم السبت الموافق ٣٠ ديسمبر ٢٠٠٦ في بغداد الموافق العاشر من ذي الحجة الموافق لأول أيام عيد الأضحى. تعرض نظامه السياسي للاتهام بجرائم عدة، أبرزها: أعمال القتل الجماعي والتعذيب والاغتيالات **[المترجمان]**.

Hussein، و"سلوبودان ميلوسيفيتش"* Slobodan Milosevic، وغيرها من الجرائم التي ترتكب ضد السكان المدنيين واضطهاد الأقليات. وتدعم كل ذلك التغطية الإعلامية المكثفة للمعاناة البعيدة التي صارت جزءًا من تصورات المواطنين العاديين للصراعات والأزمات في العالم. ولعلنا نَلحظ تكاثر عدد المنظمات غير الحكومية التي تعمل فقط في مناطق النزاع وتداخل الحدود بدافع التعاطف. ويحقق نظام العمل التجاري(١) ممارسة "التعاطف المؤسسي"(٢) عبر ما يقدمه من رعاية إنسانية، بمنحه المال والموارد الأخرى في صورة مساعدات اجتماعية وإنسانية. وكما أشار "هوجير" (٢٠٠٣)، فإن هذا الأمر يمكن مناقشته بوصفهِ استغلالًا حقيرًا للمعاناة الإنسانية أو تعبيرًا عن تعاطفٍ حقيقي. وقد رفض "سميث" (Smith, 2004) دوافع المساعدات التي تقدمها الحكومة الأمريكية إلى الدول الإفريقية الفقيرة، تحت الشعارات العطوفة لحزب المحافظين، بوصفها سياسة تضمن إمدادات النفط من هذه القارة الغنية بالموارد.

ثمة مدى محدود من الدراسات التي عنيت بفحص علاقة التعاطف بالمواقف السياسية. ومن بين هذه المجموعة المحدودة من الدراسات، بيّنت دراسة أجراها "بروكس" (Brooks, 2004) أنَّ الأشخاص المحافظين [ذوي

* سلوبودان ميلوسيفيتش (١٩٤١– ٢٠٠٦) الرئيس الصربي الراحل؛ وقد صل إلى السلطة رئيسًا لصربيا، بعد أن طالب أنصاره بضرورة إصلاح دستور يوغوسلافيا لعام ١٩٧٤، بسبب تهميش صربيا وعجزها السياسي عن ردع الانفصاليين الألبان في إقليم كوسوفو. وفي خضم قصف الناتو ليوغوسلافيا في عام ١٩٩٩، جرى اتهامه بجرائم حرب، من بينها الإبادة الجماعية والجرائم ضد الإنسانية فيما يتعلق بالحروب في البوسنة وكرواتيا وكوسوفو **[المترجمان]**.

(1) Business
(2) corporate compassion

التوجه السياسي المحافظ] ينزعون لتبني اتجاهاتٍ أكثر تعاطفًا[1] مِن الأشخاص الليبراليين [ذوي التوجه السياسي الليبرالي]. وللتمثيل لا الحصر، نجدهم أكثر عرضة بنحو ٣% مقارنة بالليبراليين ليقولوا إن لديهم ما يقدموه من بذل المال أو المشاعر، بغرض الاعتناء بغيرهم من الأشخاص أقل حظًا. وتتفاعل الممارسة الدينية مع الاتجاهات السياسية. وعند التعبير عن التعاطف، نجد أن الأشخاص العلمانيين ذوي التوجه السياسي الليبرالي يبينون تعاطفًا أقل مقارنة بالأشخاص المتدينين ذوي التوجه السياسي المحافظ. أما الأمر الأكثر إثارة ولفتًا للنظر، فهو ما كشفت عنه الدراسة في أن الأشخاص المتدينين ذوي التوجه السياسي الليبرالي يزيد التعاطف لديهم تجاه الأشخاص الأقل حظًا منهم، بنحو ٢٤ نقطةً على مقياس التعاطف*، مقارنة بالأشخاص العلمانيين ذوي التوجه السياسي المحافظ.

♦ توجهات مستقبلية:

ثمة مجالات أخرى مِن التعاطف التي لم يشتمل عليها هذا العرض

---

(1) compassionate attitudes

* عني عديدٌ من علماء النفس (وبخاصة ممن ينتمون إلى حركة علم النفس الإيجابي) بتعريف أفضل ما في الإنسان: قواه الإنسانية Human strengths [بما فيها التعاطف]. ودرسوا الخصائص النظرية (الدينية والفلسفية وغيرها) لمقاييسها جنبًا إلى جنب مع الخصائص القياسية (السيكومترية). والحقيقة أن كثيرٌ من مقاييس القوى ذات أساس نظري، ومن ثم يمكن أن تدخل تحت لواء النماذج التفسيرية، كذلك التي نصف العمليات الوقائية التي تحد من المرض، والنماذج التي تيسر النمو الصحي. ويمكن للقارئ في هذا السياق مراجعة الكتاب المُحَرَر التالي: شين ج. لوبيز، وس. ر. سنايدر (٢٠١٣). **القياس في علم النفس الإيجابي – نماذج ومقاييس**. ترجمة: صفاء الأعسر، وميرفت شوقي، ونادية شريف، وعزة خليل، وعزيزة السيد، وهبة سري، وأسامة أبو سريع، ومنى الصوّاف، ومراجعة: صفاء الأعسر. القاهرة: المركز القومي للترجمة. صفحة ٣٠ وما بعدها **[المترجمان]**.

الموجز، والتي من المتوقع أن تحوز أهمية شديدة في المستقبل. لعل أبرز هذه المجالات تمثيلًا لا حصرًا: اقتصاديات التعاطف، والتعاطف في سياق المنظمات، والتعاطف مع الحيوان، والتعليم من أجل التعاطف.

يبدو مما سبق عرضه، أننا إزاء مفهومٍ شديد التعقيد، متعدد الجوانب، متعدد الأوجه. ومن أجل تطوير نظرية متماسكة للتعاطف، فإننا نجد أن البحث في متعلقاتها النفسية والاجتماعية أمرٌ ضروري لا مندوحة عنه. وتظل ثمة حاجة إلى العمل على خصائص الشخصية[١] التي تفضي إلى التعاطف، بجانب العلاقات القائمة بين التعاطف وبقية أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي[٢] الأخرى، والتطبيع الاجتماعي للتعاطف. وسوف يحتاج هذا العمل إلى بذلِ مزيدٍ من الجهد في تصميم المقاييس اللازمة لطَرق مختلف أشكال السلوك التي توصف بالتعاطف. ولمَّا كان من البديهي أن نشوء السلوك العطوف إنما يكمن في دوائر المخ[٣] وخبرات التعلم المبكر[٤]، فإن كل هذه نقاط تحتاج بدورها إلى بحثٍ وتقصي.

من المتوقع، في سياق الحياة الحقيقية، أن تستمر العولمة[٥] في جعل التعاطف تبريرًا شرعيًا للتدخل العابر للحدود. ولمَّا كانت عملية التعاطف العالمي تستحوذ على السياسة الدولية، فإننا بحاجة إلى بِناء قيمة التعاطف استنادًا إلى القيم العالمية والعلمانية والإنسانية، جنبًا إلى جنب مع الخبرات الدينية النوعية.

(1) personality characteristics
(2) prosocial behaviors
(3) brain circuitry
(4) early learning experiences
(5) globalization

قائمة المراجع:

Abdul Gayoom, M. (2002**). *Islam: A religion of justice, tolerance and compassion***. Paper Presented to the Conference, ‘‘This is Islam.’’ The Academy of Islamic Research of the Al-Azhar University, Cairo, Egypt.

Brooks, A. C. (2004). ***Compassion, religion, and politics***, from http://findarticles.com/p/articles/mi_m0377/is_157/ai_n6237450/print?tag=artBody;col1 (visited: July 14, 2008).

Dalai Lama (1997). ***Healing anger: The power of patience from a Buddhist perspective***. Ithaca, NY: Snow Lion Publications.

Figley, C. R. (Ed.) (1995). ***Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized.*** New York: Brunner/Mazel.

Gilbert, P. (2005). ***Compassion: Conceptualizations, research and use in psychotherapy***. Hove, East Sussex: Routledge.

Ho¨ijer, B. (2003). The discourse of global compassion and the media. ***Nordicom Review***, **24**(2), 19–29, Also from http://www.nordicom.gu.se/ common/publ_pdf/32_019-030.pdf (visited July 12. 2008)

Hudacek, S. S. (2008). Dimensions of caring: A qualitative analysis of nurses’ stories**. *Journal of Nursing Education***, **47**, 124–129.

Hutnik, N. (2005). Toward holistic, compassionate, professional care: Using a cultural lense to examine the practice of contemporary psychotherapy in the west. ***Contemporary Family Therapy***, **27**, 383–402.

Ignatieff, M. (1998). ***The warrior’s honor. Ethnic war and the modern conscience***. New York: Henry Holt (cited by Hoijer, not dated).

Neff, K. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. ***Self& Identity***, **2**, 85–101.

Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure Self-compassion. ***Self& Identity***, **2**, 223–250.

Neff, K. D., Rude, S. S.,& Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. ***Journal of Research in Personality***, **41**, 908–916.

Porter, E. (2006). Can politics practice compassion? ***Hypatia***, **21**, 97–123.

Rogers, C. R. (1961). ***On becoming a person***. Boston, MA: HoughtonMifflin.

Ruiz, P. O.,& Mi'nguez, R. N. (2001). Global inequality and the need for compassion: issues in moral and political education. ***Journal of Moral Education***, **30**, 155–172.

Schantz, M. L. (2007). Compassion: A concept analysis. ***Nursing Forum***, **42**, 48–55.

Smith, C. (2004). Old wine in new barrels. ***Index of Censorship***, **1**, 60–65.

Sznaider, N. (1998). The sociology of compassion: A study in the sociology of morals. ***Cultural Values***, **2**, 117–139.

VandenBos, G. R. (2007). ***APA dictionary of psychology***. Washington, DC: American Psychological Association.