الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جـــامـعـــة 8 ماي 1945 قالمـــة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم الاجتماع

يـنـظـــم:

الملتقى الوطني الأول حول: تأثير صحة الأم والطفل على وفيات الأطفال في الجزائر

2025/04/24

محور المداخلة: دراسة المحددات الاجتماعية لصحة أألم و الطفل ، بالجزائر،

عنوان المداخلة: "سوسيولوجيا الجسد وصحة الأم: الحمية الغذائية وتمثلات الجسد الأنثوي – رؤية نقدية."

الإسم واللقب: مراد بوفولة

الجامعة: 8ماي 1945 قالمة

المخبر:

البريد الالكتروني

mouradboufoula@gmail.com:

الإسم واللقب:

الجامعة:

المخبر:

البريد الالكتروني:

ملخص: بخط (Simplified Arabic14) وما بين السطور (1.15)

تهدف هذه المداخلة إلى تقديم قراءة نقدية لصحة الأم من منظور سوسيولوجيا الجسد، من خلال التركيز على تمثلات الجسد الأنثوي والحمية الغذائية بوصفهما بُنيتين اجتماعيتين تؤثران في الممارسات الصحية للمرأة، خصوصًا خلال فترات الحمل والولادة وما بعدهما.

ننطلق من فرضية مفادها أن الجسد الأنثوي ليس كيانًا بيولوجيًا فحسب، بل هو أيضًا بناء اجتماعي ورمزي تُشكّله الخطابات الثقافية والإعلامية والأنساق القيمية السائدة، ما يجعل الحمية الغذائية، في هذا السياق، ليست مجرد اختيار فردي بل تعبيرًا عن تمثل اجتماعي للجسد "المثالي" أو "الصحي."

تسعى الورقة إلى مناقشة كيف تُنتج هذه التمثلات أنماطًا من الضبط الاجتماعي للجسد الأنثوي قد تؤثر سلبًا على صحة الأم، من خلال فرض معايير جمالية أو سلوكية لا تنسجم بالضرورة مع الحاجات البيولوجية أو النفسية للمرأة.

تعتمد هذه المقاربة على أدبيات سوسيولوجيا الجسد (بورديو، فوكو، شيلدز...)، لتسليط الضوء على البعد الرمزي والسياسي للجسد الأنثوي، ولفهم كيف تُعاد صياغة العلاقة بين المرأة وجسدها ضمن منظومات القيم والمعايير الاجتماعية، بما في ذلك تأثير هذه المنظومات على الخيارات الغذائية والصحية المرتبطة بالأمومة.

الكلمات المفتاحية:.

سوسيولوجيا الجسد – صحة الأم – الحمية الغذائية – الجسد الأنثوي – التمثلات الاجتماعية – الخطاب الثقافي – الضبط الاجتماعي.

Abstract:

This paper aims to offer a critical reading of maternal health from the perspective of the sociology of the body, focusing on the social representations of the female body and dietary practices as social constructs that influence women's health behaviors, especially during pregnancy, childbirth, and postpartum periods.

The main assumption is that the female body is not merely a biological entity but also a symbolic and social construction shaped by cultural discourses, media narratives, and dominant value systems. In this context, dietary choices are not solely personal decisions but reflect internalized social ideals of the "ideal" or "healthy" body.

This study discusses how these representations produce forms of social control over the female body, which may negatively impact maternal health by imposing aesthetic or behavioral standards that do not necessarily align with women’s biological or psychological needs.

The paper draws on theoretical contributions from the sociology of the body (Bourdieu, Foucault, Shields…) to highlight the symbolic and political dimensions of the female body, and to explore how women's relationship with their bodies is reshaped within broader systems of values and norms, particularly in relation to food and health during motherhood.

Keywords: at least 04keywords: Sociology of the body – Maternal health – Dietary practices – Female body – Social representations – Cultural discourse – Social control.

أولا: الإشكالية:

تُعدّ صحة الأم أحد المؤشرات الأساسية في تقييم جودة الحياة، وقياس مدى تحقق التنمية البشرية والاجتماعية داخل المجتمعات. ومع أن المنظورات الطبية والإكلينيكية قد وفّرت أدوات مهمة لفهم العوامل البيولوجية والنفسية التي تؤثر في صحة المرأة أثناء الحمل والولادة، إلا أن هذه المقاربات تبقى قاصرة عن الإحاطة بالتعقيد الاجتماعي والثقافي الذي يطبع التجربة الجسدية النسائية، لاسيما في المجتمعات ذات البنية الرمزية المكثفة.

في هذا السياق، تبرز الحاجة إلى مقاربات بديلة تتجاوز الجسد بوصفه "كائنًا بيولوجيًا"، وتعيد النظر فيه كـ"جسد اجتماعي" تُعاد صياغته باستمرار من خلال التمثلات الثقافية والمعايير الجمالية والدينية والاجتماعية. ويُعدّ هذا المنظور جوهر سوسيولوجيا الجسد، التي تفترض أن الجسد ليس معطًى طبيعياً فحسب، بل هو بناء اجتماعي مشحون بالرموز والدلالات، يُنتج داخله الفرد كائنًا معرفيًا، ومواطنًا أخلاقيًا، و"أمًّا" أيضًا.

ومن هذا المنظور، تُطرح الحمية الغذائية – باعتبارها فعلًا يوميًا يرتبط بالجسد، وبالتمثلات الجماعية عن الصحة والجمال – كأحد المحددات الاجتماعية المؤثرة على صحة الأم. فالحمية لا تُمارس دائمًا بدافع صحي فقط، بل كثيرًا ما تحكمها تمثلات ثقافية حول "الجسد المثالي"، أو "الجسد القابل للقبول الاجتماعي"، مما يضع المرأة الحامل أمام شبكة من الضغوط والإكراهات الرمزية التي قد تُؤثر سلبًا على صحتها الجسدية والنفسية معًا.

انطلاقًا من هذا، يمكننا طرح التساؤلات التالية:

السؤال الرئيسي: إلى أي مدى تسهم التمثلات الاجتماعية للجسد الأنثوي، والممارسات المرتبطة بالحمية الغذائية، في تشكيل المحددات الاجتماعية لصحة الأم

الأسئلة الفرعية:

- إلى أي مدى تُسهم الحمية الغذائية في تدهور صحة المرأةفعليًا، مقابل استخدامها كوسيلة لتحقيق معايير جمالية اجتماعية مفروضة؟
- ما هي العلاقة بين الخطابات الإعلامية/الإشهارية حول الجسد النحيف، وتزايد الهوس بالحمية في أوساط النساء، وخاصة الأمهات؟

أهداف الدراسة :

- تحليل دور سوسيولوجيا الجسد في فهم صحة الأم:

دراسة كيف يمكن لمفهوم "سوسيولوجيا الجسد" أن يُساهم في توسيع النظرة التقليدية للطب والممارسات الصحية في المجتمع، خاصة فيما يتعلق بصحة الأم.

- فحص تأثير التمثلات الاجتماعية على الحمية الغذائية للأم:

استكشاف العلاقة بين التمثلات الاجتماعية للجسد الأنثوي (مثل الجسد المثالي والجسد الأنثوي القوي) وكيفية تأثير هذه التمثلات على اختيارات الحمية الغذائية وصحة الأم.

- تسليط الضوء على المحددات الاجتماعية التي تؤثر في ممارسات التغذية لدى الأمهات:

تحديد العوامل الاجتماعية (مثل الطبقات الاجتماعية، التعليم، الثقافة المحلية) التي تُشكل ممارسات التغذية والتوجهات الصحية لدى النساء الحوامل.

- مقارنة النظريات السوسيولوجية حول الجسد في سياق صحة الأم:

مقارنة بين مفاهيم سوسيولوجيا الجسد عند أبرز المفكرين مثل بورديو وفوكو في تفسير كيف يُشكل المجتمع والنظام الرمزي رؤية الفرد عن الجسد الأمومي.

- تقديم قراءة نقدية للضغوط الاجتماعية المتعلقة بالحمية الغذائية أثناء الأمومة:

تقديم تحليل نقدي للضغوط المجتمعية التي تُمارس على النساء فيما يتعلق بالجسد المثالي وتوقعات المجتمع، وكيف تؤثر هذه الضغوط على اختيارات الحمية الغذائية وصحة الأم بشكل عام.

- استكشاف أبعاد الضبط الرمزي والهيمنة الثقافية في الممارسات الغذائية:

بحث كيفية تأثير الأيديولوجيات السائدة (مثل الجماليات والرغبات التجارية) في تبني النساء لممارسات غذائية قد لا تكون دائمًا في صالحهن الصحي.

المنهج المعتمد: الدراسة هي دراسة استطلاعية استكشافية ولهذا المنهج المناسب لها هو المنهج الوصفي أو الطريقة الوصفية التي تستخدم في:" رصد أو تقرير خصائص ظاهرة اجتماعية معيّنة، أو موقف اجتماعي تغلب عليه صفة التحديد، وتعتمد هذه الطريقة على جمع الحقائق، وتبويبها، وتحليلها، وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها" (نخبة من المتخصصين، 2009)

ثانيا: تحديد المفاهيم.

1سوسيولوجيا الجسد:

تُعدّ سوسيولوجيا الجسد مجالًا دراسيًا هامًا لفهم العلاقة بين الجسد والمجتمع. يركز هذا المجال على كيف يشكّل المجتمع الأفكار والممارسات حول الجسد، وكيف يتم التحكم به وتنظيمه.

- بيير بورديو: يؤكد بورديو أن هدف علم الاجتماع هو الكشف عن المعاني المتضمنة في الفعل الاجتماعي، ويرى أن ثمة مكونين في هذا الفعل: الفاعل، والبناء، وثمة تفاعلا وترابطا وثيقا بين المكوّنين، ويقول بورديو إن العالم الاجتماعي يتشّكل من مجموعة من البنى الموضوعية، كالثقافة واللغة...إلخ، هذه البنى تتشكل من خلال عدد من الفاعلين، وعندما تتشكل هذه البنى فإنها تؤثر في الأفعال التي يقوم بها الفاعلون، بعبارة أخرى ، هناك مستويان في العالم الاجتماعي:

أ- المستوى الموضوعي الذي يتكوّن من البنى المادية والنظم الاجتماعية المختلفة وكل أشكال رأس المال: الاقتصادي، والثقافي والاجتماعي....إلخ.

ب–المستوى الذاتي التي يتضمن الأشكال الجسدية والعقلية التي تعمل كمنظومة رمزية تشمل على الأنشطة العملية، وطرق التفكير، والمشاعر والأحكام الاجتماعية والفردية (حسني، 2011)

يناقش بورديو الجسد بوصفه أداة ثقافية وطبقية، حيث يظهر أن الجسد ليس مجرد

كائن بيولوجي، بل يحمل معايير وقيم اجتماعية تحدد عبرها الطبقات الاجتماعية، الذي يعرّف الجسد كعنصر من عناصر الثقافة الاجتماعية.

حيث لا يعترف بورديو بأي من الممارسات التي تمارس في الميدان أنها تشكل الجسد سوى الممارسة الاجتماعية منها: "بمعنى المتغيّرة التي تجد مرجعيتها في فضاء المواقع، في الحد الذي تجعل من التجربة الجسديّة بؤرة نظريته حول الممارسة، فالأجساد التي تجد نفسها هكذا مُمَوْضعة اجتماعيا(وفي نفس الوقت فيزيقيّا)، والجسد الخاص مدمج في فضاء الممارسات عبر تدخل البناء الاجتماعي التي يخلق الانفصال بإعادة ربط الجسد إلى موقع مادي ورمزي معيّن في العلم" (شوفيري، 2013)،

_ميشال فوكو: يناقش فوكو علاقة السلطة بالجسد ويستعمل مصطلح البيو سلطة الذي يصف كيفية الهيمنة والسيطرة التي تمارسها المؤسسات على الأجساد. وهذا ينطبق بشكل خاص على الجسد الأنثوي الذي يُراقب ويُعاد تشكيله وفقًا للمعايير الاجتماعية والصحية.

يذهب فوكو إلى قناعة مفادها أنه تم توظيف الجسد في لعبة السلطة أي " كموضوع وهدف للسلطة (فوكو، 1990) وعندها تساءل كيف يرتبط الجسد البيولوجي بالسياسة كتقنية لتنظيم الواقع الإنساني؟ بناءً عليه حاول فوكو إيجاد تصور وقراءة جديدة لمفهوم الجسد، وهو تصور يستند على تنزيل الجسد تنزيلاً مباشراً في المجال السياسي.

بين فوكو في كتابه " المراقبة والمعاقبة – ولادة السجن 1975 " إلى أي مدى يتم توظيف الجسد في لعبة السلطة، حيث بحث في الأسباب التي جعلت من الجسد ممنوعاً، ومجبراً على أن يكون صامتاً، وذلك من خلال رفع القناع عن مختلف الممارسات التي تفرضها لسلطة على الجسد واستعباده سياسياً.

تمحور التصور الذي قدمه فوكو حول الكشف عن آليات تطويع السلطة للجسد سواء كانت عملية التطويع هذه مادية أو رمزية تجاه الجسد، ويعبر فوكو عن هذا الوضع بقوله " :بيد إن الجسد يتنزل أيضاً تنزيلاً مباشراً في مجال سياسي، وعلاقات السلطة تمارس عليه هيمنة مباشرة، إنها تستثمره وتقومه وتنكل

به وترغمه على ضروب من الأعمال وتكرهه على الشعائر بضروب من الإشارات ". (....) " إن الانضباط يصنع هكذا أجساد خاضعة ومتمرسة، أجساداً " طيعة ". فالانضباط يزيد من في قوى الجسد (بالمعنى الاقتصادي للمنفعة) ويقلص من هذه القوى بالذات (بالمعنى السياسي للطاعة (فوكو، 1990)،مثل هذه الممارسات التي يخضع لها الجسد تعبر بشكل صريح عن الاستثمار السياسي للجسد واستخدامه الاقتصادي بوصفه قوة إنتاج.

بذلك يعتقد فوكو أن خطاب السلطة يقيد الجسد ويعتقله، والبحث في الخطاب هو بحث في الجسد، لأن الجسد موطن ظهور نظام الخطاب وفعل السلطة في الجسد، فالسلطة تؤدي مهامها عبر ما ينطق به خطابها المؤسس لها، وتمتلك السلطة الجسد من خلال منطوق الخطاب، إن كان في الخطاب من لذة فإن الجسد يتفنن بها، وإن كان به إقصاء ونفي فإن الجسد يُعاقب ويُحاسب (القادر، 2019)، ويُعذب "فالتعذيب يلعب وظيفة سياسية إنه احتفال من أجل إعادة إقرار السيادة بعد جرحها لحظة. (فوكو، 1990) وذلك من خلال الدفع به نحو مؤسسات قهرية (المعزل، السجن، الجيش، المستشفى، المدرسة...)، خُوِّلت لها مهمة إقصاء الجسد المختلف، من أجل عزله عن باقي الأجساد السوية والسليمة والمندمجة في الحياة العامة، في ظل المسموح به والسائد

.وهكذا تسعى هذه المؤسسات إلى مراقبة الجسد وضبطه وتوجيهه بطريقة تجعل الأفراد يقبلون بشروط التحكم، كما تسعى إلى تحويل الجسد إلى طاقة إنتاج، وتعمل على إعدام كل إمكانياته ومؤهلاته التي من شأنها التشويش على هذه المهمة

2- التمثلات الاجتماعية:

يعرف بورديو التمثلات بأنها" أشبه بكونها منظومة بيانية تطمح إلى التجسيد الواقعي لما تريد أن تبنيه دفعة واحدة، وذلك بإعادة بنياته الموضوعية وبإعادة العلاقات بين هذه البنيات، إن بناء الواقع المتمثل يجسد القوة الاجتماعية التوقعية للتمثلات ، ومن الناحية الإجرائية فإن هذه العملية البنائية تتحقق بداية من خلال توقع وتفسير الواقع وذلك باستخدام الوسائل التي تجعل الواقع شيئا حقيقيا بشكل كامل، وبصفة أدق توقع المؤهلات التي يخفيها، وبشكل أكثر دقة الحظوظ التي يوفرها موضوعيا لمختلف التوقعات الذاتية" (العرباوي، 2023)

التمثلات الاجتماعية هي الصور الذهنية التي ينشئها المجتمع حول موضوع معين، وفي حالة الجسد الأنثوي، تتشكل من خلال تأثيرات ثقافية ودينية وسياسية تساهم في تحديد ما يُعتبر "جسدًا مثاليًا."

يتناول شيلدز كيف يُشَكّل المجتمع التمثلات الثقافية حول الجسد الأنثوي من خلال الإعلام، والأيديولوجيات السائدة، والنظرة إلى الجمال والصحة.، يتناول الجسد الأنثوي بوصفه موضوعًا اجتماعيًا ثقافيًا مشروطًا بتوقعات معايير الجمال.

.3الحمية الغذائية كأداة للضبط الاجتماعي:

تعتبر الحمية الغذائية جزءًا من السلوك الاجتماعي الذي يخضع لضغوط ثقافية تؤثر في الأفراد. في هذا الإطار، يمكن أن تُعتبر الحمية كأداة للتحكم الرمزي على الأجساد وفقًا للأيديولوجيات الثقافية السائدة.

.4الصحة الأمومية: بين الفعالية البيولوجية والتمثلات الثقافية:

صحة الأم تعتبر جزءًا من مناقشة سوسيولوجيا الجسد في فترة الحمل والولادة، حيث تطرح الأسئلة حول كيف تؤثر التمثلات الثقافية حول الجسد الأنثوي على صحة الأم.

- المفهوم الأساسي :صحة الأم لا تُعتبر حالة بيولوجية فقط، بل هي معادلة ثقافية واجتماعية تُتَحَكَّم في معاييرها.

ثالثا: الجسد في سوسيولوجيا الجسد: من الطبيعة إلى البناء الاجتماعي

تجاوزت سوسيولوجيا الجسد التمثلات التقليدية التي حصرت الجسد في أبعاده البيولوجية أو الطبية، معتبرة إياه نتاجًا اجتماعيًا ورمزًا ثقافيًا، يُعاد تشكيله باستمرار من خلال اللغة، السلطة، والمؤسسات. فالجسد يُمارَس عليه ضبط أخلاقي وقيمي، ويُراقَب داخل الفضاءات الاجتماعية، كما بيّن "فوكو"، ويُجَسّد الانتماءات الطبقية كما أشار"بورديو".

في هذا السياق، لا تُفهَم صحة الأم باعتبارها حالة فيزيولوجية فحسب، بل كبنية اجتماعية تتفاعل فيها الأنظمة الرمزية والمعايير الثقافية، وتُنتج تمثلات معينة للجسد الأنثوي تؤثر على قرارات النساء الحياتية، بما في ذلك خيارات الغذاء.

- الجسد الأنثوي هنا ليس موضوعًا بيولوجيًا، بل حاملًا لرموز اجتماعية وثقافية، يتعرض للمراقبة والمعايرة والتوجيه في ضوء خطاب الصحة والجمال..

- التمثلات الاجتماعية للجسد الأنثوي: بين الجمال والصحة

التمثلات الاجتماعية، كما عرّفها *موسكوفيتشي*، هي منظومات معرفية جماعية تشكل إدراك الأفراد للواقع الاجتماعي. وبالنسبة للجسد الأنثوي، فهي تُنتج تمثلات جماعية تحدد ما يُعتبَر "جسدًا صحيًا"، و"جسدًا مقبولًا" و"جسدًا أنثويًا مثاليًا"، وهي غالبًا تمثلات مشبعة بقيم الجمال النمطي والرشاقة والتوازن.

تخضع المرأة من خلال هذه التمثلات إلى ضغوط تحكم سلوكها الغذائي والبدني، ما يؤدي أحيانًا إلى ممارسات غير صحية، خاصة أثناء الحمل، حيث يُفترض أن تكون الحمية متوازنة لتأمين صحة الأم والجنين، إلا أن بعض النساء يقعن في فخ الخوف من "تشويه" الجسد، ما يجعل خيار الحمية محكومًا بهاجس الصورة وليس بالصحة.

تعمل التمثلات الاجتماعية على تحويل الحمية الغذائية من فعل صحي إلى سلوك اجتماعي مشروط بمعايير الجمال والقبول، وقد تتحوّل إلى آلية للضبط الذاتي الأنثوي.

رابعا: الحمية الغذائية: بين الخطاب الطبي والضبط الثقافي

الحمية ليست مجرد استجابة لحاجة بيولوجية أو توصية طبية، بل سلوك اجتماعي محكوم بتمثلات الفرد والمجتمع عن الصحة والجسد. فالمرأة الحامل، مثلًا، لا تأكل فقط لتغذية الجنين، بل قد تتبع نظامًا غذائيًا معينًا لتتماهى مع صورة الأم المثالية أو الجسد "غير المتضخم"، تحت تأثير وسائل الإعلام أو الخطاب المجتمعي.

في المجتمعات ذات المرجعيات التقليدية، قد تُقابل الحمية الغذائية للنساء الحوامل بتمثلات دينية أو ثقافية تؤثر على نوعية الغذاء المسموح والممنوع، بينما في المجتمعات الحديثة، قد تهيمن تمثلات الصحة الرأسمالية المرتبطة بالرشاقة والنحافة كمعيار لـ"العافية."

الحمية، في هذا الإطار، ليست فعلًا فرديًا واعيًا، بل هي ممارسة اجتماعية تقع عند تقاطع السلطة الطبية، والمعايير الثقافية، والتمثلات الجندرية للجسد الأنثوي.

من منظور سوسيولوجيا الجسد، تُفهم صحة الأم كنتاج للتفاعلات بين الضغوط الرمزية والجسدية، لا كحالة بيولوجية فقط. فبينما تحتاج المرأة الحامل لتغذية متنوعة ومتوازنة، قد تدفعها التمثلات الاجتماعية إلى تقليل الأكل خوفًا من "السمنة"، أو قد تخضع لنصائح شعبية تتنافى مع العلم الطبي.

هذا التوتر بين الجسد الطبيعي (الحيوي/الوظيفي) والجسد المثالي (المرغوب اجتماعيًا) ينتج عنه مفارقة سوسيولوجية: حيث أن الحمية التي يُفترض أن تحمي صحة الأم، قد تُصبح عاملًا مهددًا لها إذا خضعت لضغوط ثقافية وليس لمعايير صحية عقلانية.

الجسد الأمومي يتعرض لإعادة تشكيل مزدوج: بيولوجيًا عبر التغيرات الجسدية، واجتماعيًا عبر التمثلات التي تسعى لتقنينه وضبطه وفق المعايير الثقافية السائدة.

1- الخطابات الطبية والإعلامية وتأثيرها على وعي النساء بأجسادهن

تؤدي الخطابات الطبية والإعلامية دورًا مركزيًا في بناء وعي النساء بأجسادهن، لا بوصفها مصادر محايدة للمعلومة، بل كآليات فاعلة في إنتاج التمثلات والتوجيهات التي تحدد ما يجب أن يكون عليه "الجسد الأنثوي المقبول" في مراحل مختلفة، وخاصة في فترة الحمل والولادة.

أ. الخطاب الطبي: من التوجيه الصحي إلى السلطة الرمزية

رغم أهمية الطب في تحسين صحة الأم وتخفيض نسب الوفيات، إلا أن الخطاب الطبي – كما حلله ميشيل فوكو – لا يُقدّم نفسه فقط كمعرفة، بل أيضًا كسلطة، تُعيد تشكيل الجسد عبر سلسلة من النصائح، القواعد، والتحذيرات. هذا الخطاب يُقنّن ما يجب أكله وما يجب تفاديه، ويصوغ علاقة المرأة الحامل بجسدها كعلاقة مراقبة ذاتية دقيقة.

المرأة لا "تتغذى"، بل "تطيع التوصيات الصحية"، مما يضعها في موقع خضوع مزدوج: للطب كمؤسسة، ولتمثلات الجسد المثالي كإكراه ثقافي.

ب. الخطاب الإعلامي: ترويج لصورة "الأم الرشيقة"

في المقابل، يُمارس الإعلام – وخاصة الإعلانات وبرامج الصحة النسوية – تأثيرًا غير مباشر ولكنه عميق. إذ يُروّج لنموذج الأم الجميلة، الرشيقة، السعيدة، التي لا تتأثر بتغيرات الحمل، مما يخلق لدى النساء تطلعات غير واقعية، وشعورًا بالقلق تجاه أجسادهن خلال هذه المرحلة الحساسة.

هذا الخطاب الإعلامي يعزز تمثلات نمطية ترتبط بجسد "الأم المثالية"، ويدفع العديد من النساء إلى تبني أنظمة غذائية صارمة خلال الحمل، إرضاءً لصورة اجتماعية، لا لحاجة صحية.

ج. تفاعل النساء مع الخطابات: وعي انتقائي أم خضوع ثقافي؟

لا تتفاعل النساء جميعًا بنفس الطريقة مع هذه الخطابات؛ فهناك تفاوت بين الفئات الاجتماعية في مدى التلقي والنقد أو القبول. غير أن الخيط الجامع بينها هو أن الخطابات الطبية والإعلامية تسهم في تحويل جسد المرأة إلى "موضوع للرؤية الاجتماعية"، وتدفعها نحو نوع من المراقبة الذاتية الدائمة، خاصة فيما يتعلق بالوزن، الشكل، ونمط الغذاء.

هكذا يصبح جسد المرأة الحامل "مشروعًا اجتماعيًا" أكثر منه "كائنًا بيولوجيًا"، محكومًا بخطابات علمية وإشهارية، توجّه سلوكها الغذائي وتهندس تمثلاتها لذاتها.

التحليل العميق للعلاقة بين الحمية الغذائية وتمثلات الجسد الأنثوي

الحمية الغذائية، بما تحمل من دلالات اجتماعية وثقافية، تعدّ أكثر من مجرد خيار غذائي فردي. في المجتمعات المعاصرة، يُنظر إلى الجسد الأنثوي من خلال معايير جمالية صارمة تروجها «الوسائل الإعلامية» و «الخطابات الطبية». وقد تبين من نتائج دراسة ميدانية سابقة على عينة من 190 طالبًا أن «51٪ من المشاركين يعانون من مرض فقر الدم»، وكشفت الدراسة أن «أغلب هؤلاء الطلبة من الإناث» وهن يتبعن «حميات غذائية استجابة للضغط الاجتماعي المرتبط بالجمال المثالي».

الحمية الغذائية كمحدد اجتماعي:

من خلال هذه النتيجة، يمكن ملاحظة أن «الحمية الغذائية تُستخدم كأداة للامتثال لمعايير اجتماعية» أكثر منها استجابة لحاجة صحية. في الواقع، يعكس هذا التصرف «إعادة إنتاج للقيم الاجتماعية السائدة حول الجمال الأنثوي»، حيث يتم النظر إلى "الجسد النحيف" على أنه الجسد المثالي. وهذا ينعكس بشكل خاص على النساء اللواتي يُطلب منهن التكيف مع هذه المعايير الجمالية الصارمة، ما يدفعهن إلى اتخاذ خيارات غذائية قد لا تكون بالضرورة مفيدة لصحتهن.

2-الضغوط الاجتماعية وتأثيرها على التمظهر الجسدي:

إن الضغوط الاجتماعية الناجمة عن «الإعلام» و «ثقافة المستهلك» تساهم في تشكيل تمثلات النساء عن أجسادهن. «التمثلات الاجتماعية للجسد الأنثوي» تشكل عوائق أمام فهم النساء لأجسادهن بشكل صحي وطبيعي. فعندما يتعرض الجسم الأنثوي لمثل هذه الضغوط الاجتماعية، يصبح أكثر عرضة لتحويل هذه المعايير إلى ممارسات حياتية تؤثر سلبًا على الصحة العامة.

مثال ذلك، كما أظهرت الدراسة، تتبع العديد من النساء حميات غذائية قاسية دون النظر في "التوازن الغذائي" أو "الاحتياجات الصحية" التي تتطلبها أجسامهن. هذه الحميات غالبًا ما تكون قاصرة في تلبية احتياجات الجسم الأساسية، ما يؤدي إلى «نقص الفيتامينات والمعادن» الضرورية، مثل «الحديد»، الذي يعدّ عنصرًا أساسيًا لمنع الإصابة بفقر الدم. إن هذه الحميات غير المتوازنة قد تؤدي إلى اضطرابات صحية كبيرة، بما في ذلك فقر الدم، الذي له تأثيرات مباشرة على «صحة الأم»، خصوصًا في فترات الحمل والولادة.

- العلاقة بين التمثلات الجسدية وصحة الأم:

يُلاحظ في هذا السياق أن النساء اللواتي يعانين من «تمثلات اجتماعية مشوهة» حول أجسادهن يتأثرن بشكل كبير بممارسات غذائية خاطئة قد تعرضهن لأمراض مثل «فقر الدم». بما أن «الحمية الغذائية» لا تُختار دائمًا بناءً على اعتبارات صحية، فإن ذلك يؤدي إلى تعميق الفجوة بين «الحاجة الغذائية الفعلية» و «الممارسات المتبعة». خاصة إذا أخذنا في الاعتبار أن «الحمية الغذائية الصحية» تعتبر من العوامل المهمة في دعم «صحة الأم» وصحة الجنين خلال فترة الحمل.

إن وجود «تمثلات اجتماعية ضاغطة»، تدفع النساء إلى الاعتقاد بأن الجسد المثالي هو الجسد النحيف، يترافق مع شعور بالحرج أو القلق في حال عدم الوصول إلى هذه المعايير. هذا يُسهم في تشويه الوعي الذاتي لدى النساء حول صحتهم الغذائية، وبالتالي تُصبح الحمية الغذائية مسارًا نحو تعزيز «مفاهيم الجمال الزائفة» على حساب صحة الجسم.

- خضوع النساء للخطاب الاجتماعي الثقافي:

بناءً على ما سبق، يبدو أن النساء يتبعن الحميات الغذائية ليس فقط بسبب اعتبارات صحية، ولكن أيضًا بسبب «الخضوع لمجموعة من المعايير الاجتماعية» التي تفرض على المرأة نمطًا محددًا للجمال، وهو ما يُعزز من التأثيرات السلبية لهذه الضغوط على صحة المرأة في سياق الحمل والأمومة. هذه الضغوط

تسهم في «التمييز الجسدي» و «الضغط النفسي»، وهو ما يزيد من احتمال تعرض المرأة لمشكلات صحية مثل فقر الدم، الذي يتفاقم أكثر بسبب الخيارات الغذائية غير الصحية.

الحمية الغذائية وفقر الدم: قراءة في ضوء مسؤولية المجتمع والأمن الاجتماعي

إن النتيجة التي كشفت أن 51%من الطالبات المصابات بفقر الدم يتبعن حميات غذائية استجابة لضغوط اجتماعية تتعلق بمعايير الجمال، لا يمكن فهمها فقط كحالة فردية، بل هي نتاج لبنية اجتماعية وثقافية تشكل أنماط التفكير والممارسة في المجتمع.

إن هذه المعايير لا تُنتجها النساء منفردات، بل تنبثق من خطابات إعلامية، تعليمية، واستهلاكية تسوّق صورة نمطية للجسد الأنثوي، وتجعل "النحافة" رمزًا للجمال، و"التحكم في الغذاء" معيارًا للنجاح الاجتماعي. في هذا السياق، يصبح الجسد الأنثوي ساحة للصراع الرمزي بين الفرد والمجتمع، وبين الحرية والامتثال، وبين الهوية والصورة.

من هنا، يتحمل المجتمع مسؤولية جماعية عن تكريس هذه التمثلات، ما يجعلنا أمام إخلال بمبدأ الأمن الاجتماعي، ليس فقط في معناه المادي (أي الصحة الجسدية)، بل في معناه الرمزي أيضًا، حيث يتعرض الفرد للضغط والإقصاء إذا لم يستجب لهذه المعايير.

الأمن الاجتماعي كأرضية للسلام الجسدي والنفسي

إن الأمن الاجتماعي في هذا السياق لا يُفهم فقط بوصفه حماية من الجريمة أو الفقر، بل بوصفه حالة من التوازن والطمأنينة النفسية والاجتماعية التي تمكّن الفرد، خاصة المرأة، من العيش بجسدها دون خضوع لمقاييس قهرية تُفرَض من الخارج.

فالمرأة التي تعيش ضغوطًا نفسية بسبب جسدها، وتعرض صحتها للخطر بسبب حمية قسرية، هي امرأة تعاني من خلل في شبكة الأمان الرمزي والثقافي والاجتماعي، حتى وإن توفرت لها الرعاية الصحية بمفهومها التقليدي.

قراءة فكرية في ضوء المفهوم الحضاري لمالك بن نبي

تُظهر نتائج الدراسة الميدانية التي استهدفت 190 طالبًا وطالبة، أن نسبة 51%من المصابين بفقر الدم هنّ من الفتيات اللواتي يتبعن حمية غذائية استجابة لضغوط اجتماعية مرتبطة بمعايير الجمال .هذه

المعطيات تضعنا أمام إشكال جوهري يتعلق بفشل المجتمع في أداء وظيفته الحضارية كما صاغها مالك بن نبي حيث الحضارة عنده هي:

"مجموعة الشروط التي تكوّن في مجتمع ما، من ناحية إرادة تقديم الضمانات، إرادة تكفل جميع حاجات الفرد المنتمي إلى هذا المجتمع؛ ومن ناحية ثانية توفر الإمكانات الماديّة لاحتضانه ورعايته طيلة حياته. (نبي، 2014)"

وبهذا المفهوم، تصبح الرعاية مسؤولية حضارية شاملة، تشمل الجوانب النفسية، والصحية، والرمزية، لا مجرد البعد الطبي أو البيولوجي. لكن الواقع الذي تعكسه نتائج الدراسة يكشف أن المجتمع يُخفق في:

- ضمان الحماية الرمزية للنساء من ضغوط الصور النمطية عن الجمال.
- توفير معرفة صحية سليمة حول التغذية والجسد.
- بناء ثقافة جماعية تعترف بتعددية الأجساد وتحترم الفروق الفردية.

الحمية التي تتبعها الفتيات هنا ليست خيارًا صحيًا واعيًا، بل خضوعًا لتمثلات اجتماعية مشوهة حول الجمال، يتم إنتاجها وتكريسها من خلال الخطابات الإعلامية والإعلانية والمدرسية وحتى الطبية أحيانًا . وبهذا، فإن غياب المناعة الثقافية تجاه هذه الخطابات يعكس خللًا في الشروط الحضارية التي تضمن للفرد النمو في بيئة توفر له الأمن الجسدي والنفسي معًا.

بين الأمن الاجتماعي والحضارة: جسد المرأة كمرآة لاختلال الرعاية

الجسد الأنثوي هنا يُعبّر عن اختلال حضاري، لأنه:

- يُستنزف صحّيًا من أجل الاستجابة لمعايير غير إنسانية.
- يُعرّض نفسه للخطر بسبب ثقافة تروّج للمظهر أكثر من الصحة.
- يُحمّل وحده تبعات خيارات جماعية مشروطة بثقافة الصورة.

هذا يجعل من قضية فقر الدم والحمية مسألة حضارية وليست فقط صحية، حيث أن المجتمع لا يوفّر "الضمانات" ولا "الإمكانات" الرمزية والمادية لحماية أفراده، لا سيما النساء، من الأثر السلبي للتمثلات الاجتماعية السائدة.

خلاصة:

انطلاقًا من تعريف مالك بن نبي، لا يمكن أن تُعتبر المجتمعات التي تفشل في حماية الفرد من العنف الرمزي وتغفل عن توفير شروط الرعاية الشاملة، مجتمعات متحضرة.
فالحضارة الحقة ليست في العمران ولا في التكنولوجيا، بل في قدرة المجتمع على احتضان الإنسان، ومنحه شروط الحياة الكريمة، ماديًا ومعنويًا، منذ ولادته حتى شيخوخته.

وعليها انتهت الدراسة إلى ضرورة الأخذ بعين الاعتبار التوصيات الآتية:

- **الدعوة إلى تعزيز البحث السوسيولوجي في قضايا الجسد الأنثوي**، لا سيما في السياق العربي، لفهم التمثلات الاجتماعية والثقافية المرتبطة به، وعلاقتها بالهوية والصحة والمكانة المجتمعية.

- **ضرورة مقاربة موضوع الحمية الغذائية من منظور نقدي شامل**، يراعي السياق الاجتماعي والثقافي للنساء، ويفكك العلاقة المعقدة بين الحمية، الجسد، ومعايير الجمال المفروضة.

- **التركيز على التوعية الصحية الموجهة للنساء، وخاصة الأمهات**، بما يضمن فهماً سليماً للحمية الغذائية المتوازنة، وأثرها على الصحة الجسدية والنفسية، بعيدًا عن الخطابات التجارية والإعلامية المغلوطة.

- **تفكيك الصور النمطية للجسد الأنثوي في وسائل الإعلام**، والعمل على إنتاج محتوى إعلامي بديل يعزز احترام التنوع الجسدي ويكرّس ثقافة القبول بالجسد الطبيعي.

- **إدماج البعد السوسيولوجي في السياسات العمومية المتعلقة بصحة الأم**، وذلك عبر مراعاة التمثلات الاجتماعية والثقافية عند صياغة البرامج الصحية والغذائية.

- **دعم مبادرات التثقيف الغذائي والتوعوي** في المدارس، ومراكز الصحة الجوارية، والجمعيات، مع التركيز على الفئات الهشة والمناطق المعزولة.

- **الدعوة إلى إرساء شبكة بحثية عربية** تُعنى بدراسة الجسد في علاقته بالصحة والتمثلات الثقافية والاجتماعية، مع فتح آفاق للتعاون الأكاديمي وتبادل الخبرات.

قائمة المصادر والمراجع:

إبراهيم عبد العظيم حسني. (2011). الجسد والطبقة ورأس المال الثقافي : قراءة في سوسيولوجيا بيير بورديو. *مجلة إضافات*، 55-77.

ستيفان شوفالييه وكريستيان شوفيري. (2013). *معجم بورديو*. (الزهرة ابراهيم، المترجمون) سيدي أمحمد الجزائر: دار الجزائر.

العرباوي ,ع .ا .(2023) .التمثلات الاجتماعية وقيمتها في الحقل المعرفي .*مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، *11*(2), 56/75 ,

فوكو ,م .(1990) .*المراقبة والمعاقبة-ولادة السجن* .-بيروت :مركز الانماء القومي.

القادر ,ي .ع .(2019) .الجسد كسلطة عند ميشال فوكو، .*مجلة الكلمة*.17 ,

نبي ,م .ب .(2014) .*في الحضارة وفي الايديولوجيا*) .م .ب .باي (.Trad ,المحمدية –الجزائر :-عالم الأفكار.

نخبة من المتخصصين. (2009). *مبادئ علم الاجتماع*. القاهرة: الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات.