

## المحتويات

11	.....	مقدمة
		الفصل الأول: هدر الإنسان، محدداته وتجلياته:
21	.....	ما قبل الديمقراطية الاعتراف بالإنسان
21	.....	تمهيد: تنمية الإنسان
23	.....	أولاً - ما قبل الديمقراطية: الاعتراف بإنسانية الإنسان
27	.....	ثانياً - الهدر الإنساني: تعريف وتحديد
30	.....	ثالثاً - ألوان الهدر ومستوياته
38	.....	رابعاً - الهدر الإنساني، «مرض كيانى»
42	.....	مراجع الفصل
43	.....	الفصل الثاني: العصبيات والهدر
43	.....	تمهيد
45	.....	أولاً - تحديد وتعريف
47	.....	1 - بنية العصبية الداخلية
51	.....	2 - علاقة العصبية مع الخارج
53	.....	ثانياً - العصبيات والهدر الداخلي
53	.....	1 - القبول المشروط والهدر
55	.....	2 - ثقافة الولاء بدلاً من ثقافة الإنجاز

- 3 - التبعية وأخلاق الطاعة ..... 57
- 4 - العلاقة الطفلية وغرس الطفلية ..... 59
- ثالثاً - العصبيات والهدر الخارجي ..... 62
- 1 - العصبيات وهدر الوطن ..... 62
- 2 - هدر المؤسسات والطاقات المنتجة ..... 64
- 3 - فيروس العنف وحروب الهوية ..... 68
- مراجع الفصل ..... 71
- الفصل الثالث: الاستبداد، الطغيان وهدر الإنسان ..... 73
- تمهيد ..... 73
- أولاً - الاستبداد والطغيان: تعريف وتحديد ..... 75
- 1 - الاستبداد ..... 75
- 2 - الطغيان ..... 77
- ثانياً - سيكولوجية الاستبداد والطغيان ..... 80
- ثالثاً - آليات السيطرة والتحكم ..... 87
- 1 - الترويض وتكنولوجيا السلوك ..... 88
- 1.1 - الاقتران الشرطي بين السلطة والتهديد ..... 89
- 2.1 - مبدأ التنفير واستجابة التجنب ..... 91
- 3.1 - التنفير الخارج عن السيطرة وغير المتوقع ..... 93
- 2 - التعلم الاجتماعي ..... 94
- 3 - الترغيب وآليات التعزيز: التحكم الناعم ..... 95
- رابعاً - التفخيم والتجميل والحضور الكلي ..... 101
- خامساً - السحب من الرصيد الديني والموروث الثقافي ..... 105
- 1 - الموروث الثقافي ..... 106
- 2 - أخلاق الطاعة ولبوسها الديني ..... 111
- سادساً - من الهدر الخارجي إلى الهدر الذاتي: اكتمال حلقة الهدر ..... 117
- مراجع الفصل ..... 124

127	الفصل الرابع: الاعتقال، التعذيب وهدر الكيان
127	تمهيد
130	أولاً - التعذيب الجسدي العنيف
131	1 - الضرب والعنف على الجسد
137	2 - التعذيب من خلال الإجهاد
140	3 - التعذيب من خلال التحكم بحاجات الجسد
145	4 - التحقير المعنوي والجسدي
147	ثانياً - التعذيب النفسي
152	ثالثاً - سيكولوجية الجلاد
156	رابعاً - الصدمات التالية للتعذيب
162	مراجع الفصل
163	الفصل الخامس: هدر الفكر
163	تمهيد
165	أولاً - هدر الفكر
169	ثانياً - ألوان هدر الفكر
180	ثالثاً - بعض نتائج هدر الفكر
183	رابعاً - مغامرة سلطان العقل العلمي في الغرب الصناعي
186	1 - الثورة الأولى: سلطان العقل محل سلطان الغيب
190	2 - الثورة الثانية: إحكام منطق العقل
192	3 - الثورة الثالثة: انطلاق العقل اللامحدود
200	مراجع الفصل
201	الفصل السادس: الشباب المهدور: هدر الوعي والطاقات والانتماء
201	تمهيد
203	أولاً - واقع الشباب

- 211 ..... ثانياً - هدر الطاقات والكفاءات
- 211 ..... 1 - هدر طاقات الشباب في بلاد الهدر
- 215 ..... 2 - العولمة وهدر كفاءات الشباب
- 220 ..... ثالثاً - التهميش وهدر المشاركة والدور
- 224 ..... رابعاً - رضاعة التسلية وهدر الوعي
- 226 ..... 1 - تعريف الوعي، وتحديده
- 230 ..... 2 - هدر الوعي وتسطيحه
- 233 ..... 3 - الدين الكروي وحلم القفز فوق حاجز البؤس
- 236 ..... 4 - صناعة النجومية السريعة وإغراءات مجد الأضواء
- 240 ..... مراجع الفصل
- 241 ..... الفصل السابع: الهدر الوجودي في الحياة اليومية
- 241 ..... تمهيد
- 244 ..... أولاً - ما دون خط الفقر هو ما دون خط البشر؟
- 249 ..... ثانياً - الغربية في الوطن وخارجه: هدر الدور والمكانة
- 257 ..... ثالثاً - الرغبة المهذورة
- 263 ..... رابعاً - العلاقات الزوجية والهدر المتبادل
- 271 ..... خامساً - الهدر الذاتي ومحركاته اللاواعية
- 276 ..... مراجع الفصل
- 277 ..... الفصل الثامن: الديناميات النفسية للإنسان المهذور ودفاعاته
- 277 ..... تمهيد
- 279 ..... أولاً - الشهادات
- 284 ..... ثانياً - الديناميات النفسية لحالة الهدر الإنساني
- 286 ..... 1 - الهدر وفخ الاكتئاب الوجودي
- 290 ..... 2 - الهدر والغضب والعنف
- 295 ..... 3 - الهدر والانشطار الذاتي (الازدواجية)

299	..... ثالثاً - الآليات الدفاعية ضد الهدر
312	..... مراجع الفصل
313	..... الفصل التاسع : علم النفس الإيجابي وبناء الاقتدار في مجابهة الهدر
313	..... تمهيد
314	..... أولاً - عالم القوة ومتطلبات الاقتدار
319	..... ثانياً - كشف التواطؤ الذاتي مع الهدر ومجابهته
327	..... ثالثاً - علم النفس الإيجابي وتعزيز الاقتدار وحسن الحال
329	..... 1 - التفكير الإيجابي
339	..... 2 - الانفعالات والعواطف الإيجابية وحسن الحال
343	..... 3 - الالتزام بقضية كبرى وامتلاء الوجود
348	..... مراجع الفصل
348	..... المراجع العربية
348	..... المراجع الأجنبية