دعوة لتأصيل علم النفس الإيجابي من منظور قيمي إسلامي

http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAbuHalawaCallPosPsyIslVal.pdf

د. محمـــد السعيـــد أبو حـــلاوة
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية، جامعة دمنهور
abou_halawa2003@yahoo.com

يفيد أحمد محمد عبد الخالق (2004،ص ص: 183-184) 1في صدر دراسته عن الصيغة العربية لمقياس الأمل لسنايدر " من الممكن القول بأننا نعيش اليوم في عصر علم النفس الإيجابي، فقد ركز علم النفس كثيرًا ــ خلال تاريخه القصير ــ على الجوانب السلبية لدى الإنسان مثل القلق، والخوف والاكتئاب والعدوان والانحراف والمرض، قبل أن يركز على السعادة والرضا والأمل والتفاؤل والثقة والتوافق ونظائرها من الفضائل الإنسانية الراقية من مثل: الإيثار والشجاعة والأمانة والواجب والمسئولية والبهجة والمثابرة وغيرها،..... تقع بحوث الأمل [والتفاؤل] في قلب علم النفس الإيجابي ".

وعلم النفس الإيجابي أحد أهم الفروع الجديدة لعلم النفس، ويمكن القول بأن ولادته الفعلية تمت بصورة عامة سنة 1998 كنتيجة مباشرة لأعمال مارتن سليجمان وزملائه على وجه الخصوص التي ابتدأت بدراسة ظاهرة ما يعرف بالعجز المتعلم وتجاوزتها إلى التعامل البحثي النشط مع قضايا تعلم الكفاءة والتفاؤل، لتتالى بعد ذلك الجهود العلمية لبلورة علم النفس الإيجابي في شكله الحالي الذي وإن كان يدعى البعض تمام تبلوره وبالتالي التوجه العلمي إلى ترجمة دلالاته ومضامينه التطبيقية إلى برامج تدخل وقائي وتنموي تتعامل مع مناطق التميز والقوة لدى البشر تنمية وتعزيزًا، إلا أننا نظن أن أمام علم النفس الإيجابي مسار طويل وطويل جدًا في الواقع ليتلخص أولاً من الصياغات والرؤى الفلسفية الجدلية عقيمة الفائدة وللتخلص مما يصح تسميته تمشيًا مع مصطلحات آلان كار الأوهام والخدع السلبية التي تمتلئ بها صفحات الكتب التي يحمل عنوانها زورًا وبهتانًا مسمى علم النفس الإيجابي.

وتأتي الدعوة لتأصيل علم نفس إيجابي عربي الوجه قيمي الإطار حتى لا يستغله نفر من المتاجرين بالعلم المروجون للوهم ويكفينا للتدليل على ذلك ما فعله دانيال جولمان

علم النفس الإيجابي أحد أهم الفروع الجديدة لعلم النفس، ويمكن القول بأن ولادته الفعلية تمت بصورة عامة سنة 1998 كنتيجة مباشرة لأعمال مارتن سليجمان وزملائه على وجه الخصوص التي ابتدأت بدراسة ظاهرة ما يعرف بالعجز المتعلم وتجاوزتها إلى التعامل البحثي النشط مع قضايا تعلم الكفاءة والتفاؤل

أمام علم النفس الإيجابي مسار طويل وطويل جدًا في الواقع ليتلخص أولاً من الصياغات والرؤى الفلسفية الجدلية عقيمة الفائدة وللتخلص مما يصح تسميته تمشيًا مع مصطلحات آلان كار الأوهام والخدع السلبية

1 أحمد محمد عبد الخالق (2004). الصيغة العربية لمقياس سنايدر للأمل. دراسات نفسية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني، أبريل، 2004، تصدرها رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم). (ص، ص: 183-192).

بمجال الذكاء الانفعالي منذ سنة 1995، وما نسمعه ونشاهده اليوم من برامج وعروض تليفزيونية تعتمد على دغدغة مشاعر البشر واللعب بعقولهم ووجدانهم بأداء بهلواني ينتظم تحت عناوين براقة لها جاذبية شديدة مثل كيف تصبح قائدًا فعالاً في خمس جلسات! كيف تدير ذاتك بفعالية مطلقة! استرخ وتنفس بعمق وانطلق معانقًا الحياة تفتح لك أبواب السعادة! على الرغم من أن أبواب السعادة غير موجودة أصلاً!! وأنا أتساءل أصلاً من تخاطب مثل هذه النوعية من البرامج؟ وما مدى تأثيرها إن كان لها تأثير أصلا؟! قد نعجب بها لدرجة البكاء والحلف بأوثق الأيمان على تغيير الحال وبعد هنيهة تعود ريمة لعاداتها القديمة. هكذا حالنا يقينًا مع الكثير من العناوين والكتابات مهندمة الشكل مبتذلة المضمون في مجال ما يسمى في الوقت الحالي بعلم النفس الإيجابي 2.

تأتي الدعوة لتأصيل علم نفس إيجابي عربي الوجه قيمي الإطار حتى لا يستغله نفر من المتاجرين بالعلم المروجون للوهم

ولا نعدم على أية حال الكثير من الإرهاصات الأولية في الكتابات العربية الجادة التي ولجت هكذا بتلقائية سلسة بدون افتعال صخب أو ضجة قلب ما يسميه المتخصصون مجال علم النفس الإيجابي قبل أن يولد هذا الفرع العلمي أصلاً. إذ يستطيع أي قارئ باحث منصف أن يتلمس إشارات صريحة في كتابات أديب علماء النفس وعالم النفس الأديب الأستاذ الدكتور سيد أحمد عثمان خاصة في المسئولية الاجتماعية، الشخصية المسلمة، .....، وتتويجها بفكرة الرجاء التي آمل أن يكتمل هيكلها العام، وفيما أدعي تحمل هذه الفكرة " الرجاء " دلالات ومضامين إنسانية أكثر عمقًا وأرحب فضاءً من فكرة الأمل والتفاؤل التي ؛لارتكازها على أسس دينية تخاطب العقل، وتحرك الوجدان، وتدفع إلى السلوك.

الكثير من الإرهاصات الأولية في الكتابات العربية الجادة التي ولجت هكذا بتلقائية سلسة بدون افتعال صخب أو ضجة قلب ما يسميه المتخصصون مجال علم النفس الإيجابي قبل أن يولد هذا الفرع العلمي أصلاً

تحمل هذه الفكرة " الرجاء " دلالات ومضامين إنسانية أكثر عمقًا وأرحب فضاءً من فكرة الأمل والتفاؤل التي ؛لارتكازها على أسس دينية تخاطب العقل، وتحرك الوجدان، وتدفع إلى السلوك

ثم ألح مبدعنا الأستاذ الدكتور طلعت منصور في ورقة نظرية بالغة الدلالة بعنوان " الشخصية السوية " نشرت بأحد أعداد مجلة عالم الفكر (1985) على ضرورة تحول علم النفس من التركيز على دراسة صيغ الخلل والقصور والاضطرابات إلى دراسة كافة الأبعاد ومكامن القوة الإيجابية لدى البشر ووصف بشكل عام مواصفات الشخصية السوية بما يجسد الكثير من القضايا التي تدرس في مجال علم النفس الإيجابي في الوقت الحالي.

وإذا عرجنا على مدرسة علم النفس بآداب القاهرة لوجدنا اهتمامًا مبكرًا بالإبداع والصحة النفسية، ارتقاء القيم، سيكولوجية الصداقة، الضحك والفكاهة والمرح، المثابرة، سيكولوجية الحل الإبداعي للمشكلات والكثير من الموضوعات التي تدخل في إطار اهتمام علم النفس الإيجابي بصورته الحالية.

تأتي إسهامات أستاذنا الجليل أ د. عبد الستار إبراهيم في تناوله التفصيلي ومنذ فترة طويلة للظاهرة الإبداعية والإيجابية في الشخصية أو

وتأتي إسهامات أستاذنا الجليل أ د. عبد الستار إبراهيم في تناوله التفصيلي ومنذ

2 راجع إن شئت سلسلة كتابات دكتور إبراهيم الفقي بدءًا من البرمجة اللغوية العصبية وفن الاتصال اللامحدود، وغيرها.

فترة طويلة للظاهرة الإبداعية والإيجابية في الشخصية أو الشخصية الإيجابية، وإبداعاته بتبنيه مشروع تأصيل وتقنين مقياس التفكير الإيجابية والإيجابية في التفكير، ليمثل دعوة مباشرة في واقع الأمر لوصف وتحليل مظاهر الإيجابية في الشتخصية، واستنهاضًا لهمة الإبداع السيكولوجي في هذا المجال.

كما لا ينسي فضل ما يصح تسميته بمدرسة أستاذنا الكريم أ. د أحمد محمد عبد الخالق وتلاميذه في هذا المجال وسلسلة دراساتهم الممتعة عن التفاؤل والتشاؤم. ناهيك عن بعض الاجتهادات البحثية الفردية للبعض من شباب الباحثين في علم النفس مثل الفرحاتي السيد محمود في عملين هامين في المجال الأول: سيكولوجية العجز المتعلم: مفاهيم، نظريات، تطبيقات. والثاني: سيكولوجية تحصين الأطفال ضد العجز المتعلم " رؤية معرفية"؛ ومحمد الفنجري في أحد الأعمال العربية التي تحمل مباشرة عنوان علم النفس الإيجابي وسيكولوجية السعادة.

ويمكن الادعاء بأن التوفيق بين كل هذه الإرهاصات الأولية وتأسيها على أرضية العمق الحضاري للثقافة العربية في المجال خاصة أعمال بن حزم الظاهري " طوق الحمامة مثلاً " وغيره ثم عقلنتها بالتوجه الديني الذي يجعل الإيمان قرينة الرجاء والكفر قرينة القنوط واليأس والتمثيل لها بسيرة سيد الخلق المصطفي صلى الله عليه وسلم فكرًا وانفعالاً وسلوكًا أن نؤسس لعلم نفس إيجابي عربي الهندام والمضمون يحمل ملامح بنيوية نظرية أصيلة وله في الوقت نفسه فنيات وإجراءات تطبيقية تسقط على ظواهر أو قضايا خاصة بنا.

وتأسيسًا على ما تقدم أظن أن العمل الجاد في مسار التأصيل العربي والإسلامي لعلم النفس الإيجابي خطوة في الاتجاه الصحيح نحو هذه الغاية الحميدة التي تستأهل أن تستغرق الحياة العلمية لفريق عمل يؤمه أساتذة علماء النفس الأجلاء ذوي التوجه الإنساني بصفة خاصة في مصر والدول العربية وكثير ما هم .

ويسعدني أن أرفق لأساتذتي الأجلاء مقدمة سلسلة علم النفس الإيجابي في صيغته الغربية؛ عليها تستدعي فينا همة النهوض وبالبناء في هذا الاتجاه ارتكازًا على منظومتنا القيمية وخصوصية الحالة العربية المعاصرة من حيث قضاياها وأحداثها.

مع أسمى آيات المنى وأرق تحياتي

الشخصية الإيجابية، وإبداعاته بتبنيه مشروع تأصيل وتقنين مقياس التفكير الإيجابية والإيجابية في التفكير، ليمثل دعوة مباشرة في واقع الأمر لوصف وتحليل مظاهر الإيجابية في الشتخصية، واستنهاضًا لهمة الإبداع السيكولوجي في هذا المجال

التوفيق بين كل هذه الإرهاصات الأولية وتأسيها على أرضية العمق الحضاري للثقافة العربية في المجال خاصة أعمال بن حزم الظاهري " طوق الحمامة مثلاً " وغيره ثم عقلنتها بالتوجه الديني الذي يجعل الإيمان قرينة الرجاء والكفر قرينة القنوط واليأس

أن نؤسس لعلم نفس إيجابي عربي الهندام والمضمون يحمل ملامح بنيوية نظرية أصيلة وله في الوقت نفسه فنيات وإجراءات تطبيقية تسقط على ظواهر أو قضايا خاصة بنا

أن العمل الجاد في مسار التأصيل العربي والإسلامي لعلم النفس الإيجابي خطوة في الاتجاه الصحيح نحو هذه الغاية الحميدة

التي تستأهل أن تستغرق الحياة العلمية لفريق عمل يؤمه أساتذة علماء النفس الأجلاء

علم النفس هدفه فهم السلوك وضبطه والتنبؤ به وعلم النفس قيمة تخليص الإنسان من كافة صيغ المعاناة والأداء النفسي المختل وظيفيًا. هكذا عرفناه، تعلمناه، اقتنعنا به، دافعنا عنه، ..... ثم اكتشفنا أنه حطم كل ما فينا

التحليل النفسي الكلاسيكي ستجد أن الأصل في الإنسان عدوان وجنس وزيف، الحضارة قهرٌ، والدين وهم وعُصاب

التحليل النفسي غير الكلاسيكي: الإنسان نقص، عقدة الإحساس بالدونية، التحرك ضد الناس، التحرك مع الناس، والتحرك بعيدًا عن الناس، عُصاب القدر، أزمات النمو النفسي

إذا توجهت إلى المدرسة السلوكية بكافة صيغها الكلاسيكية والإجرائية تجد تأصيل لعبودية الإنسان لظرفه، لسياقه، بل

علم النفس الإيجابي نبت جديد في صرح فروع علم النفس المتعارف عليها له وجهته وتوجهه الخاص الذي قد يبرر للبعض اعتباره ثورة على المستقر، على الثابت، على الراسخ في بنية علم النفس، موضوعًا، هدفًا، وقيمة. علم النفس موضوعًا يدرس السلوك وما يقف ورائه من عمليات دافعية، معرفية، فسيولوجية،....علم النفس هدفًه فهم السلوك وضبطه والتنبؤ به وعلم النفس قيمة تخليص الإنسان من كافة صيغ المعاناة والأداء النفسي المختل وظيفيًا. هكذا عرفناه، تعلمناه، اقتنعنا به، دافعنا عنه، ..... ثم اكتشفنا أنه حطم كل ما فينا، أظهر كل ما فينا من عورات، مسالب، نقائص، اكتشفنا معه صورة بشعة للإنسان فينا، عدوان وجنس، غيرة وحقد، عجز ويأس، اكتئاب وتشاؤم، سلبية وخنوع، عبودية واستسلام، زيف وخديعة، غاية تبرر الوسيلة، آلة رادة للفعل سلبية يمكن أن نفعل بها ما نشاء فقط سيطر على البيئة التي تتحرك فيها، .... لتقتنع بهذه الصورة راجع فقط الافتراضات ونقاط الانطلاق التي توجه رؤى ما يسمى المدارس الكبرى في علم النفس: التحليل النفسي الكلاسيكي ستجد أن الأصل في الإنسان عدوان وجنس وزيف، الحضارة قهرٌ، والدين وهم وعُصاب، التحليل النفسي غير الكلاسيكي: الإنسان نقص، عقدة الإحساس بالدونية، التحرك ضد الناس، التحرك مع الناس، والتحرك بعيدًا عن الناس، عُصاب القدر، أزمات النمو النفسي. فإذا توجهت إلى المدرسة السلوكية بكافة صيغها الكلاسيكية والإجرائية تجد تأصيل لعبودية الإنسان لظرفه، لسياقه، بل للآخر. وعرج معي على الموجة الثالثة في علم النفس، علم النفس الإنساني ستجد فقط فلسفة جميلة إيجابية جدًا بلغة تبهرك، تبكيك طربًا، لكن تتركك كمن نزل البحر وخرج عطشانًا. إذن محقون من قالوا أن علم النفس بصيغته التي تربينا عليها لا أمل زرع ولا قيمة حصد. في سياق هذا الفهم واتتني فرصة ذهبية جاءت كرمية من غير رام صادفت في الحقيقة بناء نفسيًا عقليًا متحفظًا على كل ما طالع وقرأ في مجال علم النفس على الرغم من روعة وقيمة الكثير مما فيه نتيجة تصفحي للقضايا الجديدة في علم النفس على شبكة المعلومات العالمية فوجدت عناوين كثيرة تحمل هكذا مباشرة عناوين من قبيل " علم النفس الإيجابي " " ثقافة

التمكين النفسي " " التربية السيكولوجية " " علم النفس الإيجابي، علم السعادة ومكامن القوة لدى البشر " .....

من هنا بدأت مشروع قراءة مكثفة في هذا المجال تركيزًا على كافة الموضوعات التي تمس بصورة مباشرة أفضل ما في الإنسان من سجايا وفضائل، فكانت هذه السلسلة التي آمل بها ومعها على الأقل رمى حجر في بحيرة علم النفس كما نتعاطاه في بيئتنا العربية علنا نتلمس كل ما هو حق، خير، وجمال.

وضبط إيقاع اختيار موضوعات هذه السلسلة عدة محكات منها:-

1. أن يكون الموضوع مكونًا أصيلاً في بنية علم النفس الإيجابي.
2. أن يكون الموضوع من تأليف من هم جديرون بحق بأن يسقط عليهم رواد حركة علم النفس الإيجابي.
3. التسلسل المنطقي للموضوعات بحيث يبنى كل موضوع على ما سبقه ويمهد لما يليه.
4. أن يفتح كل موضوع قضايا بحثية ذات علاقة مباشرة بمجال علم النفس الإيجابي.

وبناء عليه كان الموضوع الأول لهذه السلسلة بعنوان " علم النفس الإيجابي، الوقاية الإيجابية، والعلاج النفسي الإيجابي " للمؤسس الأول لحركة علم النفس الإيجابي مارتين سليجمان أستاذ علم النفس بجامعة بنسلفانيا ورائد دراسات وبحوث العجز المتعلم، الكفاءة المتعلمة، والتفاؤل المتعلم. وقد تناول فيه بإيجاز شديد وكافٍ في نفس الوقت فكرة علم النفس الإيجابي وهدفه ودلالاته في سياق المقارنة الضمنية الموجزة بينه وبين علم النفس التقليدي السائد.

هذا وبالله التوفيق ومنه جل شأنه العون والسداد

محمد السعيد أبو حلاوة.

للآخر

أن علم النفس بصيغته التي تربينا عليها لا أمل زرع ولا قيمة حصد

وجدت عناوين كثيرة تحمل هكذا مباشرة عناوين من قبيل " علم النفس الإيجابي " " ثقافة التمكين النفسي " " التربية السيكولوجية " " علم النفس الإيجابي، علم السعادة ومكامن القوة لدى البشر

من هنا بدأت مشروع قراءة مكثفة في هذا المجال تركيزًا على كافة الموضوعات التي تمس بصورة مباشرة أفضل ما في الإنسان من سجايا وفضائل، فكانت هذه السلسلة التي آمل بها ومعها على الأقل رمى حجر في بحيرة علم النفس كما نتعاطاه في بيئتنا العربية علنا نتلمس كل ما هو حق، خير، وجمال

Arabpsynet

Arabic Edition

http://www.arabpsynet.com/defaultAr.ASP

English Edition

http://www.arabpsynet.com/defaultEng.ASP

French Edition

http://www.arabpsynet.com/defaultFr.ASP