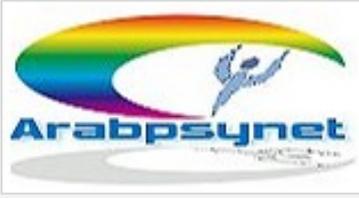


## العودة إلى التقاليد والقيم خلال زمن كورونا



fakhrany@gmail.com

أ.د. خالد الفخراي - أستاذ علم الإرشاد والارشاد النفسي

جامعة طنطا - مصر



**"شبكة العلوم النفسية العربية"**

Jamel Turkey

"الكورونا فوبيا"

للإنسانين دور كبير في هذه المرحلة الحساسة التي لم يشهد لها الإنسان مثيلاً في تاريخه، في خفض مستوى الخوف المرضي من الإصابة بعدوى الكورونا فايروس ادعوا النفسانيين العرب على عجل إلى المساهمة الفعالة في المساعدة بالتصدي لهذا الزهاج المستفحل اية أعمال ودراسات في الموضوع مرحب بها في "شبكة العلوم النفسية العربية"

- د. جمال التركي -  
رئيس مؤسسة العلوم النفسية العربية

**زمن وباء جائحة "الكورونا فايروس"**

**المنصة التفاعلية للدعم النفسي**

الصحة النفسية والفنية والاعتبارات النفسية



أن ما نحن فيه الآن من خوف وذعر، وعدم الأمان ليس جديداً على الجنس البشري ولكننا مررنا به على مر العصور والأزمان، منذ خلق الله آدم وحواء إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها، فكم عاشت البشرية من أهوال ومصاعب أكثر بكثير مما نمر به هذه الأيام، ولكن الجنس البشري كان يقوم بإرساء قواعد وأسس للتغلب على هذه المصاعب، ولكن على الرغم من النجاحات التي حققتها هذه الأسس والتقاليد الاجتماعية إلا أننا في بعض الأحيان نتجاهلها ولا نأخذ بها، وقد نمضي قدماً نحو المجهول، بدون تفكير في العواقب، وفي ما قد يحدث لنا.

حيث كتب سولود Sollod بعض الملاحظات عن ما كان يحدث في المجتمع الفيكتوري: "كان ينظر كبار السن كالآباء للطفل على أنه محترم خلال علاقاته معهم. أما في العالم العلماني [الحديث]، حلت العوامل الاقتصادية والمهنية والشخصية مكان العلاقات التقليدية، واتجهت تلك العلاقات نحو الشخصيات ذات النفوذ بالنسبة للفرد، وأصبحت العلاقات التقليدية غير ملائمة بالنسبة له. (سولود. <sup>1</sup> Sollod)

2-51: 1982" ومن هنا نشأ العلاج النفسي

العلاج النفسي كرد على " فراغ الذات " "empty self"

رأى فيليب كوشمان (1990, 1992, 2Cushman) (Philip ) 4 1993 أحد أكثر الكتاب تأثيراً بتاريخ العلاج النفسي. الذي تركز منهجه على دراسة العوامل الاجتماعية خلال القرنين التاسع عشر

أن ما نحن فيه الآن من خوف وذعر، وعدم الأمان ليس جديداً على الجنس البشري ولكننا مررنا به على مر العصور والأزمان، منذ خلق الله آدم وحواء إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها

على الرغم من النجاحات التي حققتها هذه الأسس والتقاليد الاجتماعية إلا أننا في بعض الأحيان نتجاهلها ولا نأخذ بها، وقد نمضي قدماً نحو المجهول، بدون تفكير في العواقب، وفي ما قد يحدث لنا.

والعشرين، في الولايات المتحدة الأمريكية، إلى ظهور وتوسع نطاق العلاج النفسي. فالولايات المتحدة الأمريكية كانت أمة ناشئة تعرض أفرادها خلال القرن التاسع عشر لتغير وتحول اجتماعي كبير، وكانت المحاولات المبكرة للعلاج النفسي، كالمسمارية mesmerism أو الحركة الانسانية revivalist movement، عبارة عن محاولات للوصول للمعنى والاستقرار في وقت من عدم الاستقرار الاجتماعي بشكل كبير. فخلال ذلك الوقت، كان النظام الرأسمالي، أكثر هيمنة في أمريكا عنه في الدول الأوروبية، مما جعل الأفراد يتجهون للبحث عن مصادر معينة لإثبات أنفسهم في هذا النظام الاقتصادي الجديد. فكان عليهم تعلم كيفية بيع ليس فقط السلع والخدمات، ولكن عليهم أيضًا تعلم كيفية تسويق أنفسهم. وظهرت كتب ومنشورات تناولت تحسين الذات Self-improvement وانتشرت بشكل واسع خلال تلك الفترة، وأصبح العلاج النفسي مصدرًا لتوفير طرق أكثر فعالية للوصول للشخصية السوية.

وهذا يوضح مدى الحراك الاجتماعي في أمريكا، فالمكونات الاجتماعية التقليدية، كالأسر والتواصل الاجتماعي، قد تآكلت وفقد الأفراد احساسهم بأهدافهم وانتمايتهم لهذه المكونات. ورأى كوشمان أن الخبرة التي شعر بها العديد من الأميركيين خلال تلك الفترة كانت خبرة "الذات الفارغة" حيث يقول: "لقد تشكل لدينا ذات تعاني من غياب كبير من التواصل والتقاليد والقيم والمعاني المشتركة. إنها خبرة الاغتراب الاجتماعي. . . لعدم وجود قناعة وقيمة شخصية، وتجسد الغياب والجوع الانفعالي المزمن. وبعد الحرب العالمية الثانية اتجهت الذات نحو الاستحواذ والاستهلاك كوسيلة لاشعورية للتعويض. "إنه الفراغ". (Cushman 1990: 600)5"

وكانت استجابة المجتمع للذات الفارغة، وفقًا لكوشمان، تمثلت في تقديم العلاج النفسي. لخفض "الجوع الانفعالي غير الواضح"، فالمواطن الذي يعيش في ظل اقتصاد رأسمالي متقدم كان لديه خياران إما تحديد موعد لمقابلة المعالج، أو شراء سيارة جديدة. ولقد تمت مناقشة العلاقة بين ظهور العلاج النفسي في الولايات المتحدة الأمريكية خلال القرن العشرين مع تطور المجتمع الاستهلاكي من قبل عدد من الكتاب المؤرخين، مثل كابلان (1998) Caplan 6 وبيفيزير (1997) Pfizer 7. ودار الموضوع الرئيسي حول تحول أساليب العلاج النفسي بعيداً عن الظروف الاجتماعية وتوجيهه نحو المشكلات الشخصية للأفراد، واستخدام حلول تستند على جوانب ذاتية محددة لدى الفرد (كوشمان Cushman, 1995) 8. وهذه النزعة الفردية قد ظهرت نتيجة لتآكل التواصل بين الأفراد وظهور رأس المال الذي مكّنهم من الاستجابة لمطالب الرأسمالية الاقتصادية. ودعا هؤلاء الكتاب إلى النظر للإرشاد والعلاج النفسي على أنه ليس فقط شكل من أشكال العلوم النفسية أو الطبية التطبيقية، ولكنه أيضاً مظهر من مظاهر القوى الاجتماعية والثقافية المؤثرة في كل جوانب الحياة. على سبيل المثال، أشار Pfister (1997) إلى أن بعض الفرق الموسيقى الشعبية التي انتشرت خلال سبعينيات وثمانينيات القرن الماضي (زمن التوسع الهائل والشعبية الكبيرة للعلاج النفسي) قد تعزز العلاج النفسي الفردي المتمركز حول الذات. ورأى:

" . . . في أوائل ومنصف سبعينيات القرن الماضي، كان جيمس تايلور يحظى بمعرفة الخرافات. . . . والجمل المغرية لفناني ما بعد الرومانسية الذين يساء فهمهم، من خلال قدرتهم على منح هشاشة نفسية بالسحر، أو بقيمة فكرية . . . . وأصبحت الأغاني جذابة لأنها تركز على بعض الخصائص الفردية. . . . وتتفق مع الحياة "الداخلية" المضطربة . . . ومع التقدم الأيديولوجي للشباب البيض من الطبقة الوسطى والطبقة العليا وشباب الطبقات الأخرى التي الطامحة للانتقال لهذه الطبقات. قدم لهم الأغاني الشعبية والفلكلور الشعبي والموسيقى التصويرية كعلاجات مجتمعية ساعدت على "بيع" الرومانسية الفردية

في العالم العلماني  
[الجديد]. حلت العوامل  
الاقتصادية والمهنية  
والشخصية مكان العلاقات  
التقليدية، واتجهت تلك  
العلاقات نحو الشخصيات  
ذات النفوذ بالنسبة للفرد،  
وأصبحت العلاقات التقليدية  
تخبر ملائمة بالنسبة له

كان النظام الرأسمالي، أكثر  
هيمنة في أمريكا عنه في  
الدول الأوروبية، مما جعل  
الأفراد يتجهون للبحث عن  
مصادر معينة لإثبات أنفسهم  
في هذا النظام الاقتصادي  
الجديد

كان عليهم تعلم كيفية بيع  
ليس فقط السلع والخدمات،  
ولكن عليهم أيضًا تعلم كيفية  
تسويق أنفسهم

كوشمان أن الخبرة التي شعر  
بها العديد من الأميركيين  
خلال تلك الفترة كانت خبرة  
"الذات الفارغة" حيث يقول:  
"لقد تشكل لدينا ذات تعاني  
من غياب كبير من التواصل  
والتقاليد والقيم والمعاني  
المشترك

إنها خبرة الانتزاع  
الاجتماعي... لعدم وجود  
قناعة وقيمه شخصية، وتجسد  
الغياب والجوهر الانفعالي  
المزمن

وكانت استجابة المجتمع  
للذات الفارغة، وفقاً  
لكوشمان، تمثلت في تقديم  
العلاج النفسي. لنفوس "الجوهر  
الانفعالي غير الواضح"

ودعا هؤلاء الكتاب إلى  
النظر للإرشاد والعلاج النفسي  
على أنه ليس فقط شكلاً من  
أشكال العلوم النفسية أو  
الطبية التطبيقية، ولكنه أيضاً  
مظهر من مظاهر القوى  
الاجتماعية والثقافية المؤثرة  
في كل جوانب الحياة

وهذا ما حدث من خلال انتشار الأشكال الموسيقية الشعبية البديلة في هذا العصر، كغطاء ثقيل  
وكعمل شري، للدعوة للعمل، ورفض الوعي الذاتي للاستبطان الفردي. نحو قيمه وعاداته وتقاليد  
الاجتماعية والروحية، وأصبح يفكر في نفسه من خلال المثل القائل " أنا ومن بعدي الطوفان" مما أدي  
إلى غياب الوعي الجمعي والتقليد الأعمى والانسياق نحو المجهول دون الاستعانة بالخبرات السابقة  
المتراكمة عبر الأجيال والعصور.

\*\*\* \*\*

<sup>1</sup> **Sollod, R.N.** (1982) *Non-scientific sources of psychotherapeutic approaches*. In P.W. Sharkey (ed.) *Philosophy, Religion and Psychotherapy: Essays in the Philosophical Foundations of Psychotherapy*. Washington, DC: University Press of America.

<sup>2</sup> **Cushman, P.** (1990) *Why the self is empty: toward a historically situated psychology*, *American Psychologist*, 45, 599–611.

<sup>3</sup> **Cushman, P.** (1992) *Psychotherapy to 1992: a historically situated interpretation*. In D.K. Freedheim (ed.) *History of Psychotherapy: A Century of Change*. Washington, DC: American Psychological Association.

<sup>4</sup> **Cushman, P.** (1995) *Constructing the Self, Constructing America: A Cultural History of Psychotherapy*. Reading, MA: Addison-Wesley.

<sup>5</sup> **Cushman, P.** (1990) *Why the self is empty: toward a historically-situated psychology*, *American Psychologist*, 45, 599–611.

<sup>6</sup> **Caplan, E.** (1998) *Mind Games: American Culture and the Birth of Psychotherapy*. Berkeley, CA: University of California Press

<sup>7</sup> **Pfister, J.** (1997) *On conceptualizing the cultural history of emotional and psychological life in America*. In J. Pfister and N. Schnog (eds) *Inventing the Psychological: Toward a Cultural History of Emotional Life in America*. New Haven, CT: Yale University Press

<sup>8</sup> **Cushman, P.** (1995) *Constructing the Self, Constructing America: A Cultural History of Psychotherapy*. Reading, MA: Addison-Wesley.

إرتباط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocFakhranyReturnToTraditions.pdf>

\*\*\* \*\*

## شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقبياً بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/>

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2020 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار السادس)

الشبكة تطفئ شمعها التاسعة عشرة وتدخل عامها العشرين من التأسيس

19 عاماً من التحدي... 17 عاماً من التواصل "

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet.pdf>