



**AASRC-ARF JOINT INTERNATIONAL ACADEMIC CONGRESS ON
POLITICS, ENGINEERING, SOCIOLOGY, INFORMATION, HEALTH &
MEDICAL, EDUCATION AND COMMUNICATION**

25-26 October, 2017

Istanbul Aydin University, Istanbul

المؤتمر الالكاديمي الدولي الثامن عشر - في رحاب جامعة اسطنبول ايدن | 25-26 اكتوبر 2017 اسطنبول - تركيا

**Balance Rhythm and Its Relation with the Psychological
Stability
Through Hussein Rites and Ceremonies in Iraq**

Dr.Thuraya Ali Hussein
Baghdad University
College of Arts / Psychology

Abstract: What threatens the individual's psychological stability of Worrisome, emotions and repressed feelings resulted from stress and pressure, attributed to the war, killing, displacement and bombings on daily basis, have reached everyone and might lead to distress, depression and psychological break. Therefore, the individual requires venting and discharging these emotions and feelings and one of the means of discharging negative repressed emotions is the balance rhythm, which is based on the concept of the expressive fluid consecutive periodicity for a group of individuals resulting to helping in eliminating feelings of isolation and negative feelings, boosting the integration with the others and reaching a status of psychological balance.

After being said, the study aims at discovering whether the Hussein rites and ceremonies, which are yearly held in the memory of the martyring of Imam Hussein (peace be upon him), His companions and Children in (61 Migration) in Iraq, is a form of balance rhythm, through which individuals have preserved their psychological stability throughout the ages and crisis?

In an attempt to answer this question, the researcher has adopted Al-Khazrajy scale (2006) which measures the psychological stability and was applied on a sample of 200 male individuals, who participate in Hussein convey and ceremonies, before the ceremonies and after them. Results show statistical evidences on psychological stability after the end of the rites and ceremonies.



Therefore, the researcher recommends to show full consideration and raise awareness in terms of these rites and practices in order to get rid of the retroactivity perception that rejects them and to give them the humanitarian and psychological perspective that goes hand in hand with their role.

إيقاع التوازن وعلاقته بالاستقرار النفسي من خلال المراسيم والشعائر الحسينية في العراق

م. د. ثريا علي حسين
جامعة بغداد/ كلية الآداب
قسم علم النفس

الملخص:

إن ما يهدد الاستقرار النفسي للفرد من قلق وانفعالات ومشاعر مكبوتة والتي تنجم عن تعرضه إلى ضغوط وشدائيد عديدة جراء ما يتعرض له يومياً من حربٍ وقتل على الهوية وتجهيزات طالت الجميع قد تصل بالفرد إلى حد الاضطراب وحتى الاكتئاب والانهيار النفسي لذلك فهي بحاجة إلى تنفيس وتفريغ لهذه المشاعر والانفعالات وإحدى الطرائق في تفريغ الانفعالات السلبية والمكبوتة هي إيقاع التوازن والتي تستند إلى مفهوم التكرار الدوري المتعاقب الانسيابي الحركي المعبر بجموعة من الأفراد مما يساعد في القضاء على الشعور بالعزلة والاندماج مع الآخرين والتخلص من المشاعر السلبية والوصول إلى الاستقرار النفسي مرة أخرى.



Available online at <http://proceedings.sriweb.org>

ومن هذا المنطلق هدفت الدراسة إلى معرفة هل أن المراسم والشعائر الحسينية (والتي هي طقوس ومراسم تقام كل عام في ذكرى استشهاد الإمام الحسين وأصحابه وأولاده في عام 61 للهجرة في العراق)، هي شكل من أشكال الإيقاع المتوازن والذي من خلاله حافظ الأفراد في ممارستهم لها على استقرارهم النفسي عبر العصور والأزمات؟.

ومن أجل الإجابة على هذا التساؤل تبنت الباحثة مقياس الخزرجي (2006) الذي يقيس الاستقرار النفسي وتم تطبيقه على عينة بلغت (200) فرد من الذكور المشاركين في المراسم والمواكب الحسينية قبل بدء المراسم وطبق المقياس عليهم مرة أخرى بعد انتهاء المراسم، وقد أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية للاستقرار النفسي بعد انتهاء المراسم والشعائر والتي لم تكن ذات دلالة قبل هذه المراسم والشعائر .

وعلى هذا أوصت الباحثة بالاهتمام بهذه الشعائر والمارسات والتوعية لها للتخلص من النظرةرجعية والرافضة لها، وإعطائهما المنظور النفسي والإنساني الذي يتلائم ودورها .



الفصل الأول

مشكلة البحث وال الحاجة إليه :

بات جلياً الآن أن كل بلدان العالم وشعوبهم ليسوا بآمن من القتل والدمار والتفجير وكل أشكال الإرهاب الأخرى وهي أن كانت بين حين وحين في هذه البلدان إلا أنها حياة وروتين بلدنا (العراق). ومراجعة وتصفح لتاريخ العراق لوجد أنه لم يخلو يوماً من حرباً أو ظلماً أو احتلالاً وقتلًا على الهوية أو الدين وأآخرها التفجيرات اليومية التي طالت الصغير والكبير والقوى والضعف حتى صارت ضمن الحياة اليومية للفرد، ولا يخفى أن هذه الأهوال تترك آثاراً نفسية شديدة على الفرد خاصة والمجتمع عامة تبدأ من الحزن والكرب والقلق وصولاً إلى حد الاكتئاب والانهيار وما يزيدها شدة، أنها تمس الجميع حتى ذوو الاختصاص بالصحة الجسمية والنفسية من أطباء ومعالجين ومرشدين نفسيين فلا يبقى أحد من المجتمع إلا ويعاني من هذه الضغوط الانفعالية الشديدة والحوادث الصادمة والتي تحدد بشكل كبير الاستقرار النفسي للفرد.

ويعتبر الاستقرار النفسي من مؤشرات ازدهار الحضارات وتقدم البشرية ورقيتها وهو مقياس تقدم الأمم والشعوب وبعد من الموضوعات المهمة في سعادة الفرد واطمئنانه، فقد أثار موضوع الاستقرار النفسي للإنسان وسعادته تفكير الباحثين والعلماء من القدم فكان وما زال اطمئنان الفرد وسعادته الغاية الأساسية للبشرية (عبد الله، 2009، ص 69). وأن عدم تحقق الاستقرار النفسي للفرد يؤدي إلى فقدان التوازن في الحياة والتفاعل معها بشكل إيجابي مما يؤدي إلى أمراض واضطرابات نفسية وحتى جسمية وسيطرة الأفكار السلبية وتحتفل أسباب ذلك من فرد إلى آخر بحسب الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية والسياسية السائدة في محيط الفرد والمؤثرة عليه بشكل مباشر أو غير مباشر، إلا أن السبب الرئيسي لعدم حصول الاستقرار النفسي عدم توافر الأمن أيًّا كان مصدره وقد أشارت الدراسات إلى أن الأزمات والكوارث التي يتعرض لها المجتمع تعد من العوامل الرئيسية في إضعاف الاستقرار النفسي لدى الأفراد، وبالتالي تفضي إلى ضغوط نفسية كبيرة قد تفقد الفرد سيطرته على انفعالاته وهو الأمر الذي يلحفه إلى أساليب دفاعية من قبيل المواجهة أو الهروب أو الثبات وكما بينت الدراسات التي أجريت على ضحايا الكوارث الطبيعية ارتفاع معدل الإصابة بالاضطرابات النفسية (حسن، 1999، ص 36).



وفي هذا الشأن كشفت دراسة أجريت في العين ارتفاع معدل ظهور أعراض الاضطرابات النفسية ورداة نوعية الحياة لأولئك الذين يبقون على قيد الحياة بعد حدوث الزلازل كما بينت أيضاً الدراسة أن المساندة المقدمة بعد حصول الكوارث لها تأثير في تحسين الحالة النفسية للأفراد ومن ثم تحسين مستوى استقرارهم النفسي (الجميلي، 2004، ص 23). إن ما يهدد الاستقرار النفسي للفرد من قلق وانفعالات ومشاعر مكبوتة داخل النفس الإنسانية والناتجة عن تعرضه إلى ضغوط وشدائد عديدة في حياته لها حد من الشدة بحيث إذا عبرت هذه الانفعالات المكبوتة هذا الحد فأكملت الحاجة إلى تنفيس لهذه الانفعالات وإلا تعرض الفرد إلى اضطرابات نفسية وسلوكية متعددة وشديدة وأحياناً تحدد كيانه وسعادته ووجوده، أن الفرد هنا يصبح بحاجة ماسة إلى طريقة علاجية مهمة تدعى بالتنفيس أو التفريغ الانفعالي حيث يقوم من خلالها بمساعدة الفرد على إخراج هذه الانفعالات والمشاعر الحادة من داخل صدره وتوضيح هذه العملية يساعد الفرد كثيراً ويخفف عن كاهله الكثير من الآلام والشدائد النفسية (المنصور، 2012، ص 1).

إن هذه العملية هي من أهم أساليب عملية الإرشاد وتعني التفريغ عن المواد المشحونة انفعالياً حتى يتمكن من التعامل مع الآخرين ويسق طريقه في الحياة وتكون نتائجها أفضل عندما تكون ضمن مجموعات مثل (مجموعة من الأفراد شهدوا تحطم طائرة كانوا على متنها) فالأفراد الذين يمرون بأحداث صادمة حقيقة أو بخبرات مؤلمة شديدة يكونون أكثر عرضة للاضطرابات النفسية والأمراض عبر الزمن ما لم يتم إطلاق الشحنات الانفعالية السالبة والتنفيس عنها .

(Wessely, 2017, P. 1-4)

وهنا يبرز التساؤل الآتي: كيف استطاع أفراد المجتمع العراقي بكل طبقاته خاصة الطبقات البسيطة والفقيرة والتي كانت دائماً تقع تحت وطأة الحرب والقتل والتهجير كيف استطاعت أن تحافظ على توازنها واستقرارها النفسي وأن تمارس حيالها الاعتيادية بكل أشكالها وأن تبني حياة وتربي أجيالاً وتحاوز كل تلك الآلام والحنن والضغوط وحتى دون وجود عيادات ومتخصصين نفسيين، كيف تعلمت أن تخلص وتفرغ عن الشحنات والانفعالات المؤلمة والسلبية...؟ يمكن الجواب في إحدى الطرق العلاجية التي تستخدم في التنفيس والتفريغ الانفعالي ألا وهي إيقاع التوازن (Balance Rhythm) وتستخدم هذه الطريقة في الكثير من الاضطرابات النفسية مثل الكآبة والقلق وتعكر المزاج وحالات نفسية أخرى وتستند على مفهوم التكرار الدوري المتعاقب للرتم يصحبه أداء مجموعة من الحركات بصورة انسانية بهدف الوصول إلى الأداء الناجح وهو يعمل كنظام ديناميكي زمني للجهد المبذول في الحركة فضلاً عن أنه صفة مكتسبة من خلال التفاعل مع البيئة (ويكبيديا، 2017، ص 1).



ويختلف الأشخاص حسب سنهم وثقافتهم في ميلهم إلى درجات الإيقاع وأشكاله ومحاول كل منهم أن يخضع لإيقاع معين يلائم مزاجه وحيطه ويكون بشكل اختياري عند العوام إذ وجدت أغلب الدراسات أن البشر يقبلون على رقصات يختلف إيقاعها باختلاف الأشخاص وباختلاف المناطق الأقلية ودرجات الرقي والتقدم في الحضارة وكثيراً ما تكون هذه الاحتفالات ذات صبغة دينية كما أنها تكون معبرة عن الشعور بالفرح أو الحزن وفي كلتا الحالتين يكون الإيقاع مصحوباً بشحنة وجدانية وتحاول الطقوس الدينية أن تقضي على حالات الخوف وتساعد إيقاعات أفراح الزواج على تحمل وطأة السرور الشديد كما أن حفلات المأتم تقضي على انفعال الحزن بشكل تفريغ وتنفيذ طبيعي .

(الشافعي، 1947، ص 9)

ومن تلك الدراسات دراسة تاييه عام 1994م والتي تناولت الإيقاع كمتغير سلوكي في الشخصية الإنسانية وارتباطه ببعدي (الانبساط والانطواء)، وقد بينت الباحثة في دراستها أن الإيقاع يمثل المكون التغييري من السلوك الإنساني، وأن لكل إيقاعه الشخصي الذي يميزه عن الأفراد ولهذا يعد الإيقاع الشخصي سمة مميزة لشخصية الفرد كما أنها مميزة للسلوك أيضاً. كما أن لكل فعل إيقاعية خاصة الذي تميزه عن غيره من الأداءات الفرد السلوكية سواء الحركية والنفسية والعقلية. (تاييه، 1994، ص 2)

ومن ضمن هذه الاحتفالات وما يصاحبها من إيقاع وحركات متناسقة المراسم والشعائر الحسينية والتي تقام في أيام مختلفة إحياءً لذكرى سيد الشهداء الحسين بن علي 8 وخاصة في الأيام العشرة الأولى من شهر محرم من السنة المحرجة في التقويم الإسلامي، وهي تُعد في الواقع أحد ألوان الثقافات الشعبية واسعة الانتشار، ويتم إحياؤها في جو يكثُر فيه البكاء والإبكياء و المجالس الوعظ والخطابة واللطم على الصدور وغير ذلك (القمي، 2007، ص 2).

وفي الحقيقة ترجع الأشكال المختلفة للعزاء والمراسيم الخاصة به بشكل رئيس إلى العوامل الثقافية والتاريخية ولهذا السبب فإن العديد منها صار موضوع سجال من حيث الجواز أو الحرمة أو الكراهة ولكن المتفق عليه من الجميع أن أصل العزاء إظهار الغم والحزن والبكاء وحتى العويل على مصاب الإمام حسين عليه السلام دون تحديد طريقة خاصة له وهو في حد ذاته من الأمور المطلوبة في الشريعة عند مذهب المذهب الجعفري، ومن هنا فإن أشكال العزاء وطريقه المختلفة منشأها ذوق الناس وثقافتهم (أحمدى، 2017، ص 4).

ما تقدم تبرز تساؤلات والتي يحاول البحث الحالى الإجابة عنه وتوضيحها منها:

- 1 - هل أن مراسيم العزاء والشعائر الحسينية والتي عرفت عند مذهب الشيعة هي شكل من أشكال الإيقاع الحركي المتوازن والتي ساعدت على التفريغ والتنفيذ الانفعالي للأفراد عبر العصور والأهوال التي كانوا يتعرضون لها؟.



- 2 - هل أن هذه الشعائر والمراسيم ساعدت على الاستقرار النفسي وتحفييف الضغوط والآلام النفسية؟.
- 3 - هل أن هذه المراسيم والشعائر الحسينية لها من أهمية نفسية ومحافظة على الصحة النفسية كانت من ضمن الأسباب التي قمعت وحورت من أجلها؟

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي إلى :

- 1 - التعرف على المراسم والشعائر الحسينية كشكل من أشكال الإيقاع المتوازن.
- 2 - قياس الاستقرار النفسي قبل مراسم العزاء والشعائر الحسينية.
- 3 - قياس الاستقرار النفسي بعد مراسم العزاء والشعائر الحسينية .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بعينة من أعضاء وأصحاب المراكب الحسينية والمقيمين لها من الذكور في محافظة بغداد .

تحديد المصطلحات :

تم تحديد المصطلحات الآتية :

أولاً: إيقاع التوازن **Balance rhythm** :

إن أول من استخدم مفهوم ومصطلح الإيقاع (Rhythm) هم الأغريق القدماء تحت مصطلح (Rhythmos) الذي يعني الانسياب المقنن وقد أخذ هذا المفهوم من الحركات المنتظمة لأمواج البحر .

عرفه كل من :

- **أميل جاك (Emel Jack)** : " هو التوازن بين الشد والارتخاء بما يتناسب والواحد الحركي إذ يظهر الإيقاع الحركي والشخصي عندما يعمل كل من الجهاز العصبي بطريقة اقتصادية " (تاييه، 2001، ص 11).

- **جورج كرشون (George Gershwin)**: " هو نشاط متنوع يكون على شكل أصوات أو حركات متناسقة ومستمرة بين مجموعة من الأفراد لأنواع من الاستجابة، ويدخل في نواحي كثيرة في الحياة كالمشي والموسيقى والصلوة والشعر، والرياضة ويجدد حالة من الوازن " (Gershwin, 2017, P.1).



ثانياً: الاستقرار النفسي : **Psychological Stability**

عرفه كل من :

- بيتش (Beach) 1992: " هو العملية التي من خلالها يحاول الفرد الحفاظ على أمنه وراحة من خلال توافقه مع محيطه الاجتماعي " .

(Beach, 1992, P. 56)

- أريكسون (Erikson) 1993: " النجاح في عبور أزمات النمو المتلاحقة لدى الفرد باتجاه الإيجابية، والنجاح في تصحيح أخطاء المراحل السابقة " .

(الرحاوي، 2001، ص1)

- الجبوري 2002 : " إنه شعور الفرد بقيمة الشخصية واطمئنانه إلى وضعه وثقته بنفسه " .
(الجميلي، 2004، ص29)

أما التعريف الإجرائي: " هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته للأداة المعدة لقياس الاستقرار النفسي في البحث " .

ثالثاً: المراسم والشعائر الحسينية :
تعريف ويكيبيديا (Wikipedia):

" هي طقوس وشعائر دينية يغلب عليها الحزن يمارسها المسلمين الشيعة لاستذكار معركة كربلاء ومقتل إمامهم الحسين بن علي بن أبي طالب، وغالباً ما تنشط هذه الطقوس في شهري محرم وصفر حسب التقويم الهجري لل المسلمين، تتضمن مجالس الوعظ والخطابة وإلقاء المأثي والبكاء واللطم بشكل مجاميع كبيرة وموحدة ومتناسبة (ويكيبيديا ، 2017، ص1)."



الفصل الثاني

الإطار النظري

أولاً: إيقاع التوازن:

لقد اثبتت الدراسات ان الشخص المعرض للاضطراب في نشاطه النفسي والمهدد في تكامله الشخصي يسعى دائماً الى اخضاع إدراكه وحركاته لتأثير الإيقاع ولا يلتجأ الى اي إيقاع كان بل هو يختار نوعاً من الإيقاع تلائم حالته الانفعالية والمزاجية مثل على ذلك (ضرب الاصابع على المنضدة بشكل متتابع ومستمر او تحريك القدم بشكل سريع في حالة القلق او الرقص في حالة الفرح وغير ذلك)
ويؤدي إيقاع التوازن مهمتين اساسيتين :

الاول: اشتراك الاشخاص في حركات ظاهرة متحدة فيقضى على الشعور بالعزلة فيندمج الفرد مع الاخرين ويرتبط معهم فيشعر بالانتماء والراحة

الثانية: ان الإيقاع يترك أثراً في النفس البشرية لا انه يدخل الحالات الشعورية المتصلة في وحدات متشابهة يمكن ادراكتها والتعرف عليها فيمكن تصور الحالة الشعورية الجديدة من أول ظهورها فيندفع الفرد الى المستقبل وبعكه أنه يتخلص من ماضٍ مؤلم والابتعاد بسرعة عن الحاضر كما يمكنه ان يعيش في مستقبل قريب فيخيل إليه أنه يخلق حاضره بنفسه.

(الشافعي ، 1947 ، ص23)

النظرية العلمية والنفسية في تفسير (إيقاع التوازن) :

إن الإيقاع الحركي يخلق اندماجاً ظاهرياً بين الذهن والسمع والأعضاء المتحركة من الجسم وهو ناتج عن استجابة الجسم للإيقاع الموسيقي، وتحتختلف القدرة على الإيقاع باختلاف السن والجنس، إذ إن المرأة تتميز بإيقاع حركي أكثر من الرجل وخاصة في الحركات المرتبطة بالموسيقى.



أثر الإيقاع على الحركة والتوازن:

1 - الإيقاع المصاحب للحركة يمكن الجهاز التنفسى والقلب من العمل بطريقة افضل فأن مجرد الإحساس بإيقاع الحركة من خلال المشي مثلاً يعطي التنفس راحة تبعث على تنظيم ما يؤديه الفرد من حركات مما يسهل معه أداء الحركات الصعبة.

2 - أداء الحركة بشكل إيقاع متوازن له أثره الواضح المريح على الجهاز العصبي فهو وسيلة للتحرر من التوتر العصبي مما يزيد في مقدرة الفرد وإقباله على الأداء.

(Chana, 2012, P.28) حول التفسير العلمي لإيقاع التوازن الذي ارتكز على مفهوم مراكز الطاقة في الجسم تبعاً لطب (الأيوروفيدا) الهندي والذي يقول بوجود ثمانية مراكز كل منها تسمى (شاكراً) موزعة على طول الجسم تتولى تنسيق تدفق الطاقة بين الأعضاء، ويعتقد الدكتور هالبرن (Halbrin) وهو أحد الدارسين للطلب الغربي وطب الأيوروفيدا أن كل شاكراً لها ذبذبة معينة وهذه الذبذبات تختل بالمرض والضغط والعلاج بالإيقاع يعيد إليها حالتها الترددية الطبيعية.

(Chana, 2012, P.36)

وتوضح الدكتورة معتزة عبد الرحمن الأستاذة بكلية العلوم في جامعة القاهرة الأمر، بأن الخلية الحية في جسم الإنسان تحتوي على قرابة من 70 إلى 80% من الماء وهي تتأثر باستقبال الذبذبات الصوتية، والتي تحول بدورها ل WAVES كهرومغناطيسية تولد طاقة نظيفة تفجر الطاقات المكبوتة، هذا فضلاً عن انخفاض معدلات الإصابة بما يعرف بالجوع العصبي حيث أن الإيقاع يشعرنا أكثر بذاته، مما يسهم بدوره في الحفاظ على اتزان آلية الجسم الذي يحدد العلاقة بين المجموع والشبع (تاي، 1994، ص 27).

يدخل الإيقاع في كل العلوم خاصة في الهندسة والهندسة الوراثية بالتحديد فهو مرمز حتى في (DNA) الإنسان وفي الطبيعة وفي حياتنا وداخل أجسامنا فدقات القلب هي إيقاع متوازن إذا احتلت الدقات اختل الجسم كله، أما من الناحية النفسية فإن الإيقاع ابتعد عن التحليل النفسي لأنه يركب ولا يخلل وهو يشير إلى الترابط الضروري بين الجسم والنفس والآخرين لأنه يربط الفرد بالوسط ويجعله قادرًا على التكيف مع الخارج ومثال على ذلك هو إيقاع المشي فهناك إيقاع لكل فرد في طريقة المشي والتي تشكلت على أساس نفسي وفسيولوجي وحتى من خلال الحضارة والثقافة السائدة، ولذلك فإن المشي والتحرك مع الآخرين ثُعبَر عن العلاقة فيما بينهم من خلال المشي بتناقض وتناسق كل مع الآخر وحتى السرعة فيما بينهم إذ بين ذلك أن هناك تواافق وراحة بينهم وكذلك العكس فمن المعلوم أن خطوة الرجل أطول من خطوة



المرأة ولكن عندما يمشي زوجان متحابان تكون خطواتهما وإيقاع المشي موحد في حين إذا انشغل أحد الزوجين مثلاً بالهاتف النقال يحدث تخلخل في إيقاع المشي بين الزوجين وهكذا.

(Gershwin, 2017, P. 4)

إيقاع التوازن كأحد الطرائق في العلاج النفسي :

عند اللجوء إلى الجسم كوسيلة لعلاج الاضطرابات النفسية يفترض التكامل بين الجسم والنفس وبأن الناحية الواحدة من هذه الوحدة المتكاملة يؤثر وتنأثر بالناحية الأخرى، لذلك فمن المنطقي أن ننظر في إمكانية علاج الاضطرابات النفسية عن طريق الجسم والنظر في هذه الإمكانيات أدى إلى ظهور عدة طرق وأساليب علاجية للوصول إلى النفس عن طريق الجسم، منها ما يعتمد العلاج الدوائي كوسيلة لأحداث التغيير في الجسم ومنها ما يعتمد أساليب اطلاق الطاقات الكامنة في الجسم ومن هذه الأساليب الممارسات والطقوس الدينية والتصوفية وأمثالها (من المراسم والشعائر الحسينية والتي هي متغير البحث الحالي) والتي يخضع فيها الجسم إلى رياضات وتمارين كوسيلة للتحكم في الحياة النفسية للفرد وهدفها في ذلك أما تحرير الفرد من قيود حياته النفسية ومعاناتها وأما رفعه إلى مستوى أعلى من الوعي النفسي والوجودي (كمال ، 1983، ص 428).

وفي هذا الصدد أشار الكسندر لوين بأن الحالات المرضية النفسية بما في ذلك الصداع وألام الظهر تنجم عن نقص في الطاقة التي ترتبط على شكل توتر عضلي في بعض مناطق الجسم وهذا يكون العلاج الصحيح هو تفريغ عن هذه التوترات وذلك برد الطاقة الباليلوجية المربوطة فيها إلى مجرىها الطبيعي حيث تؤدي إلى انفاس عملية الميتابولزم (Metabolism) في الجسم وإلى تغييرات في وظيفة الجهاز العصبي الذاتي للفرد بالإثارات الحسية من داخل جسمه أو خارجه، فالتناسق والتناغم والتوازن في الإيقاع هي من صفات الطبيعة الباليلوجية للإنسان، وهي كذلك من صفات الطبيعة والكون، ولهذا فقد يكون في ممارسة الإنسان للإيقاع من خلق ومشاركة وحركة ما يمكنه من البقاء على حالة التناغم بين إيقاع نفسه وإيقاع الطبيعة والكون ولهذا آثر في النفس من إثارة الأحساس وإطلاق العاطفة الكامنة وبالتالي إرضاء النفس واراحتها (كمال، 1983، ص 453).

لقد أدرك الإنسان منذ القدم أهمية ذلك فكان أول أسلوب علاجي لجأ إليه الإنسان في رفع المعاناة عنه كما يتضح ذلك من الممارسات العلاجية البدائية الباقية حتى الآن في حياة أقوام في المكسيك وأفريقيا والمند الحمر والجزر البولانيزية والأسكيمو وغيرهم ولهذا السبب كان أفالاطون ينصح بإقامة الطقوس الدينية المصاحبة للطبلول والموسيقى لشفاء



الأمراض العاطفية أو أن سيرانوس الطبيب الروماني في القرن الأول بعد الميلاد قد نصح مرضى العقلين بالقراءة والمشاركة في تمثيليات درامية مستخدماً التراجيدية والكوميديا في مكافحة الكآبة وغيرها من الاضطرابات. (عباس، 2002، ص 118)

ثانياً : الاستقرار النفسي:

تعني النفس في كل اللغات معاني عدة ففي اللاتينية النفس (Anims) يعني أن بها الحياة الحيوانية التي قوامها التغذية، النمو والتناسل والحركة ويقسم أفالاطون النفس إلى ثلاث أنفس هي: النفس العاقلة ومكانها الرأس وفضيلتها الحكمة، والنفس العصبية ومكانها الصدر وفضيلتها الشجاعة، والنفس الشهوانية مكانها البطن وفضيلتها العفة (مرسي، 1988، ص 28).

وطبقاً لذلك يتحقق الاستقرار النفسي عند أفالاطون عن طريق التوازن بين قوى النفس الداخلية، إذ يتوقف استقرار النفس وامتنانها على نجاح النفس العاقلة في تحقيق التوازن بين مطالب الأنسنة الثلاثة، أما أرسطو فقد عد النفس والجسم مركب واحد فالنفس مشتقة من التنفس وتعد النفس جسماً لطيفاً به تكون حياة الجسم، فطالما أن الجسم يتتنفس فهو حي ووجد أن الاستقرار النفسي لا يتحقق إلا بالفضيلة، فالخير الأسمى هو السعادة. (عباس، 2002، ص 123)

النظريات التي فسرت الاستقرار النفسي:

أولاً : المنظور الإسلامي : Islamic Approach

وردت النفس في القرآن الكريم للدلالة على معانٍ متعددة منها: المعنى الإنساني، وتفسر بأنها ذات الإنسان، فيقول ﷺ (ولَا تكُلُّ نفسٌ إِلَّا وَسَعَهَا) (البقرة، آية 233)، كما وردت للدلالة على الذات الإلهية بقوله ﷺ : (وَاصْطَنِعْنَكُمْ لِنَفْسِي) (طه/41)، ويعرف الغزالي النفس بأنها الشيء الثابت في الإنسان وما يطرأ عليها ويزول فهو الإعراض، أما القشيري فيرى أن النفس موجود مستقل وهي لطيفة مودعة في هذا القلب ، والنفس من الإنسان ذاته، وتوصف بحسب أحوالها، فإذا سكنت ورضيت كانت النفس المطمئنة المقصودة بقوله تعالى: (يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمَطْمَئِنَةُ) (الفجر/27)، وإذا اعترضت ودفعت الشهوات كانت النفس اللوامة، لأنها تلوم صاحبها عن تقصيره، وقد أقسم الله بما إذ قال ﷺ : (وَلَا أَقْسُمُ بِالنَّفْسِ الْلَّوَامَةَ) (القيمة/2). (عبد الله، 2009، ص 87).

ومن الدراسات التي أشارت إلى أهمية المنظور الديني في الاستقرار النفسي دراسة سلفر (Silver, 1989) التي توصلت إلى أن الأفراد المؤمنين المخلصين لديانتهم يعيشون لأن يكونوا مطمئنين حتى بعد معاناة من المشكلات في فقدان العمل والطلاق والأمراض الشديدة (Smith, 1991, P. 72).



ورداسة (عبد الله، 2009) التي استهدفت تعرف القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى كبار السن وتبعاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث)، إذ أظهرت النتائج أن الفرق دال إحصائياً ويتمتع كبار السن باستقرار نفسي عالي بصورة عامة، ووجود سمة الاستقرار النفسي عند المسنات بنسبة أكبر من وجودها عند المسنين ووجود علاقة دالة ومحضة بين القيم الدينية والاستقرار النفسي.

(عبد الله، 2009، ص 89)



ثانياً: النظريات النفسية : Psychological Theories

1 - نظريات التحليل النفسي:

* سigmوند فرويد (1856-1939)

ت تكون الشخصي من وجهة نظر رائد مدرسة التحليل النفسي فرويد من ثلاثة نظم أو قوى رئيسة: وهي الم و (الأننا (Ego)، والأنا الأعلى (Super. Ego) وكل واحد من هذه الأنظمة يمثل حالة تختلف عن الناظمين الآخرين .

(Freud, 1963, P. 118)

وإذا كانت هذه النظم الثلاثة تعاني الصراع، وعدم الانسجام فيما بينها بسبب ضعف (الأننا) وعدم قدرته في الوصول إلى حلول تنهي الصراعات التي تنشأ بين هذه النظم ومطالب الواقع، فإن الفرد في هذه الحالة سيكون عرضة لعدم الاستقرار والتوازن النفسي وينتهي به الحال إلى الاضطراب النفسي.

(الشمرى، 2005، ص 339)

إذ يشعر الفرد بتهديد أمنه النفسي وتأني مصادر هذا التهديد من (الهو) والواقع، والأنا الأعلى، وما يحمله من متطلبات على الأننا أن يتحملها ويوافق فيها لذلك يصبح الأننا مركزاً للصراع فيشعر بالقلق والذنب (Bughman, 1972, P.71).

* كارل كوستاف يونك - Yung (1875-1961)

عد يونك الذات من المكونات الأساسية للشخصية لأنها تكون قادرة على إعطاء حالة من الاستقرار والثبات النسي للشخصية ، وظهور الشخصية المستقرة والمميزة عن الأفراد الآخرين من خلال التفاعل بين الذات واللاشعور الجماعي واللاشعور الفردي، إذ يتم التوفيق بينها من خلال عملية التسامي ، وتببدأ هذه العملية بعد سيطرة القوة الروحية على السلوك والتي يسعى الفرد لتحقيقها، و Mahmood الإنسان عند يونك هو كيان يحتوي الأضداد، ومتند جذوره إلى اللاشعور الجماعي والاستقرار لديه، هي القدرة على قبول هذا التناقض، وتحمل مسيرة الحدال المؤلف بينها لتحقيق التفرد (الرحاوي، 2001، ص 2).

ويقر يونج بوجود اتجاهين، أحدهما انطوائي Extraversion والآخر انساطي Introversion والاتجاهان معاً يوجدان في كل فرد إلا أن أحدهما يغلب على الآخر فيكون اتجاههاً شعورياً، وعندئذ يقابلها الاتجاه اللاشعورى،



والشخصية المستقرة هي التي يغلب عليها الاتجاه الانبساطي (المحفي، 2003، ص 101)، إذ يتحدد الاستقرار النفسي لدى يونك بما لدى الفرد من مرونة، يشكل بما اتجاهاته وسلوكيه لمواجهة مواقف جديدة حتى يكون هناك تكامل بين نشاط الكائن الحي وتوقعاته ومتطلباته مجتمعة (Burns, 1979, P. 180).

2 - النظريات النفسية الاجتماعية :

* Adler (1870-1937)

أشار أدلر إلى أهمية أن يكون الإنسان أسلوب الحياة من أجل إشباع حاجاته، وتحقيق استقراره كما يجب أن يتكون هذا الأسلوب من خلال قوة الذات الخلاقة ووحدتها في الشخصية التي تسعى دائماً إلى أن يكون لديها أسلوب متفرد في الحياة، فتكون لديه ذات تختلف عن ذات الآخرين، فالإنسان هو الذي يصنع لنفسه شخصية جديدة لم تكن موجودة من قبل، وذلك من خلال إشباع رغبة التفوق. (هول ولندي، 1971، ص 187).

ويرى أدلر أن الذات الخلاقة هي أكثر الذوات استقراراً لأنها صاحبة السيادة في بناء الشخصية والاستقرار النفسي بالنسبة لأدلر يعني النجاح في تحقيق هذه الأهداف بما يشتمل عليه من استمرارية الذات، واحترامها، والتقبل من الآخرين، ويتم كل هذا بالإقرار من المجتمع (الرخاوي، 2001، ص 1).

* Fromm (1900-1980)

يرى فروم أن الإنسان تحكمه العديد من الحاجات، مثل الحاجة إلى الانتماء الحاجة إلى التعالي بمعنى تجاوز الطبيعة الحيوانية للإنسان، وتحوله إلى كائنات إنسانية حلاقة، وال الحاجة إلى التجذر وال الحاجة إلى الموية الشخصية وال الحاجة إلى إطار مرجعي توجهي، ولذا فإن وصول الفرد إلى الاستقرار النفسي لابد أن يكون نابعاً من حاجاته الضرورية، وكيفية إشباع هذه الحاجات (هول ولندي، 1971، ص 17)، فال الحاجة إلى الانتماء تكمن في كل ظاهرة من ظواهر العلاقات الإنسانية الودية، وهي الشعور بالمقاسمة والاشتراك، لأن المشاركة الإيجابية والمحبة تسمح له بتجاوز وجوده الفردي، وهذه الحاجة ضرورية في الحفاظ على الاستقرار النفسي والاجتماعي للفرد . و بما أن الفرد كائن اجتماعي، فإن أغلب مشكلاته نابعة عن انفصاليه عن مجتمعه لأنها بحاجة إلى الانتماء، والشعور بالأمن في ظل الجماعة، فضلاً عن حاجته إلى الابداع والابتكار والاستقلال الذاتي، وأن عدم الاستقرار يأتي من عدم اشباع هذه الحاجات (الزبيدي والشمرى، 1999، ص 25).

ويحاول الفرد في حاجاته إلى التجاوز أن يكون مبدعاً، وهذا الابداع يقتضي بذل النشاط وتوفير العناية وأن يجب ما يبدع و بإشباع هذه الحاجة يحصل الفرد على الاستقرار النفسي وفي حاجة الفرد إلى التجذر يحاول أن يجد جذوراً جديدة له، ولا يشعر بالاستقرار إلا بعد أن يعثر عليها فالإنسان عند ولادته تنقطع صلاته بجذوره الطبيعية الأولى، فيشعر بالعجز



في موقعه الجديد ولا يستطيع أن يتحمل هذه العزلة، فيحاول إيجادها من خلال أواصر الدم أو الاستئناس بالآخرين، والعنابة بنفسه، وتحمل مسؤوليتها ومسؤولية غيره . (فروم، 1989، ص 34-35)

3 - نظرية السمات

* البورت (1897-1967)

عمل البورت على صياغة مصطلح جديد بدلًا من الذات هو مجال الجوهر **Proprium** وتحتوي مجال الجوهر على تلك المظاهر في الفرد التي يعدها ذات أهمية كبيرة، وتسهم في شعوره بالتماسك الداخلي، ومن خصائص الجوهر تكامل الحاجات الداخلية مع الواقع، وال الحاجة إلى تقدير الذات، والإحساس بالاستمرارية خلال مدة من الزمن، والتوحد مع الآخرين . (Allport, 1955, P. 46)

ويرتبط الاستقرار النفسي للفرد ب مدى ثبوته وتطور الجوهر (البروبريوم) من الرضاعة حتى الموت، وعبر بسبعة مراحل هي (الإحساس بالذات الجسمية والإحساس بالهوية الذاتية، والإحساس بالالتزام الذات، والإحساس باتساع الذات، وصورة الذات والإحساس بالذات على أنه عقلاني، والكافح المناسب) .

(Dicaprio, 1976, P. 106-109)

وهو إذ يشيع هذه الحاجات يكون مهيئاً للنمو النفسي السليم، إذ أن حصوله على الاستقرار النفسي والطمأنينة في مراحل حياته تعد من العوامل المهمة في بناء شخصيته ويتعلم الفرد خلال عملية ثبوته البروبريوم استعمال مختلف الوسائل الدفاعية التي تعمل على حماية استقراره النفسي من التهديدات التي قد يتعرض لها. ويفيد البورت الرأي القائل بأهمية استعمال وسائل الدفاع للأنا، إلا أنه يعتقد أن الإفراط باستعمال هذه الوسائل يعد مؤشراً على اضطراب الشخصية وعدم استقرارها ومن المعايير الدالة على الاستقرار النفسي لدى البورت ارتباط الفرد بعلاقات حميمة مع الآخرين، وقدرته على الاستبصار الذاتي، وإدراكه لمهاراته وامكاناته الواقعية، فضلاً عن تبنيه فلسفة واضحة للحياة.

(الشمرى، 2005، ص 57)

4 - النظريات الإنسانية :

* روجرز (1902-1987)

ت تكون الشخصية عند روجرز من ثلاثة مفاهيم (الكائن العضوي - وال المجال الظاهري - والذات) فالكائن العضوي يعني الفرد بكليته أفكاره وسلوكه ووجوده الجسمى، أما المجال الظاهري فيشير إلى كل ما يخبره الفرد، ويتفاعل معه ويتأثر به من المواقف، ويحول الفرد خبراته إلى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية، فإن تطابقت معها



فإنها تؤدي إلى الاستقرار وعدم التوتر، وأن تعارضت أدت إلى التوتر وعدم الاستقرار ، أما الذات فتعني الكل العفواني ثابت، والمنظم، والمُؤلف من مدركات الفرد وعلاقته بالآخرين وعدم الاستقرار ينبع من احتمال قيام حالة عدم اتساق بين الذات وخبرات الكائن العفواني، فلا يعود الفرد قادرًا على التعرف على أنه وحده، مما يؤدي إلى الضطراب الانفعالي . (الريبيدي والشمرى، 1999، ص26).

ويحدث الاستقرار النفسي عندما يصل الفرد إلى التنسيق والموازنة بين خبرات ذاته، ولكن يصل الفرد إلى الاستقرار عليه أن يقوم خبراته باستمرار حتى يحدد فيما إذا كانت هناك ضرورة لإجراء تعديل في بناء القيم وذلك للتفاعل مع الخبرات المستمرة . (هول ولندزي، 1971، ص613).

كما تكونت الذات عند روجرز من الذات الواقعية، وهي مجموعة القدرات والامكانات التي تحدد الصورة الحقيقة للفرد والذات الاجتماعية وهي مجموعة مدركات وتصورات مستقبلية يسعى الفرد للوصول إليها، فقد تكون غير واقعية ولا يمكن الوصول إليها، والذات المثالية، وهي المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون الذات المثالية، فإذا اتفقت الذات الواقعية للفرد مع ذاته الاجتماعية والمثالية، فإنه يشعر بالاستقرار مع نفسه ومع المحيط الذي يعيش فيه، أما إذا كان هناك تناقض، أو عدم تطابق بين الذوات الثلاث، فإن عدم الاستقرار هو الذي يسود في حياة الإنسان، واعتقد روجرز أن الذات غالباً ما تسعى للاستقرار والثبات وتنمو نتيجة للنضج والتعلم (محمود، 2001 ص127).

ثالثاً: المراسم والشعائر الحسينية :

هي مجموعة أعمال لإحياء ذكرى شهادة الإمام الحسين عليه السلام من إقامة مجالس وإنشاد الشعر والمراثي، يقول التاريخ بعد أن أقبل الإمام السجاد ابن الإمام الحسين إلى كربلاء بعد واقعة الطف عام 61 للهجرة لدفن الشهداء رأى جم من الناس مجتمعين على أجسادهم، فبكوا وأقاموا عليهم مائماً قبل دفنهما، وبذلك تشكلت أول نواة لاطلاق الشعائر الحسينية، ثم قام التوابون الذين بدأوا بأول حركة ثورية ضد الحكم الأموي بعد ثورة الحسين عليه السلام بإقامة مجالس العزاء والبكاء وكان شعارهم بالثارات الحسينية .

وقد حرص أئمة أهل البيت : بشكل مستمر على إقامة الشعائر ، وكان للإمام الصادق دور بارز في هذا المجال، بسبب ظروف الانفتاح السياسي التي رافقت الدولة الأموية، وظهور الدولة العباسية ثم استمرت هذه المراسم بأساليب متعددة وتعتبر فترة الحكومات الشيعية مثل الدولة الحمدانية والبوهيمية والصفوية فترة شاخصة بالنسبة لتطور إحياء الشعائر



الحسينية ومع مرور الزمن تغيرت نوعية إقامة العزاء في كل مكان، حسب ما يراه الناس طریقاً ووسيلة لإحياء الشعائر .
(أکبر نجاد، 2011، ص127).

تتميز هذه المراسم والشعائر الحسينية بالبعد البارز فيها وهو بعد الثقافي والتاريخي، فلم تتحدث الدراسات المعتبرة حول تعين شكل خاص لإقامة العزاء، إلا أن الإشارة الكبرى هو فضيلة البكاء والتباكي والحزن وقراءة المراثي على مصيبة سيد الشهداء وإلى ما يوحيه ذلك من الأجر والثواب في الآخرة ولذلك فقد افتق فقهاء الشيعة بفضيلة واستحباب العزاء ولم يعنوا له شكلاً خاصاً، وقد أشار بعض الفقهاء على بعض المظاهر الإيجابية والتي تتلخص فيما يأتي:

- 1- إقامة العزاء هي العنصر العاطفي في ارتباط الناس بالإمام الحسين وأهدافه .
- 2- ينبع عن إقامة العزاء تجمع ديني ثوري لا يوجب تثبيت إيمان الناس بل يؤدي كذلك إلى الرفع من مستوى و بذلك يبقى الدين مصوناً.
- 3- لإقامة العزاء الحسيني أساس تنظيمي بسيط لكنها تشمل على نطاق ديني واسع له أثر كبير في إحداث ثورة دينية وشعبية ضد الظلم والطغيان.
- 4- من شأن إقامة العزاء أن يؤدي إلى انتقال ثقافة الشهادة من جيل، إلى آخر أو سيكون بامكانها التوفير على مثل هذه الوظيفة إذا ما ك انت مصحوبة بالتعرف على الأهداف الكامنة من وراء ثورة الإمام الحسين وتضحيته .

(أحمدی، 2017، ص6)

دراسات سابقة :

دراسات تناولت إيقاع التوازن :

* دراسة تایه 2001

بيت الدراسة إيقاع التوازن الشخصي وبعض متعلقاته النفسية والموقفية لدى فئات متباعدة حضرياً ومهنياً من خلال مجموعة من المبهات التي تحدد سلوك الفرد في لحظة ما وهو في وضع اجتماعي يفرض على الإنسان، وقد تم اختيار عينة من الذكور بلغت (200) فرد تراوحت أعمارهم من (30 إلى 45 سنة) ومنهم (100) من العمال و(100) من الفلاحين في محافظة المنيا في مصر، وقد صممت الباحثة بطارية اختبار لقياس الإيقاع الشخصي، وقد أظهرت النتائج وجود عامل للإيقاع الشخصي لدى كل أفراد العينة الكلية وهو أكثر ثباتاً واتساقاً لدى العمال عنه لدى الفلاحين وفسرت الدراسة ذلك باختلاف العامل الثقافي والحضري لدى أفراد العينة . (تایه، 2001، ص5).



*** دراسة خطاب 2009 :**

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير الإيقاع النفسي والحيوي على بعض المهارات النفسية والأداء المهاري بكرة السلة وقد بلغت عينة الدراسة (16) لاعباً وباستخدام برنامج الإيقاع الحيوي على الحاسوب الإلكتروني أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المهارات النفسية والاختبارات المهارية في قمة الإيقاع الحيوي والنفسي وأن اللاعبين لا يملكون القدرة على الوصول إلى مستوى الأداء المثالي بسبب الحالة النفسية التي تنتج من هبوط الإيقاع الحيوي والنفسي .
(خطاب ، 2009، ص259)

*** دراسة يوسف 2016 :**

هدفت الدراسة إلى محاولة الكشف عن تأثير الإيقاع الشخصي والنفسي بمختلف دوراته على الانجاز الرياضي وذلك من خلال تحليل الإيقاعات البدنية والنفسيّة والعقليّة لعدائي (100) العاملين ومعرفة علاقتها بتواريخ أرقامهم القياسية، وقد اعتمد الباحث على سجلات الاتحاد الدولي لألعاب القوى (IAAF) لعينة بلغت (95) عداء من جنس الذكور المسجلين للأرقام القياسية وقد توصلت الدراسة إلى أن الإيقاع النفسي يؤثر سواء حركي أو نفسي على أداء اللاعبين كما أنه يختلف في تأثيره على اللاعبين من رياضة لأخرى .
(يوسف، 2016، ص407)

دراسات تناولت الاستقرار النفسي :

*** دراسة الجميلي 2004 :**

استهدفت الدراسة الكشف عن مستوى الاستقرار النفسي لدى عينة من المعلمين والمدرسين، وأساتذة الجامعة، والأطباء، والموظفين، والشعراء، والصحفيين، والفنانين، وطلبة الجامعة، وطلبة الإعدادية، وشريحة الفلاحين، والعمال، كما استهدفت الدراسة الكشف عن إسهام المتغيرات (الشريحة الاجتماعية، الجنس، الحالة الاجتماعية، التحصيل الدراسي، العمر) في الاستقرار النفسي، لقد أجريت الدراسة على عينة تطبيق بلغ عددها (560) مستجيبةً، واستعملت مقياس الاستقرار النفسي الذي قام ببنائه الباحث وقد توصلت الدراسة إلى نتائج مفادها أن 50,71 % من أفراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي عال و 49,29 % من أفراد العينة يتمتعون باستقرار واطئ وأن الإناث أقل استقراراً نفسيًا من الذكور (الجميلي، 2004، ص15-4).

*** دراسة الخزرجي 2006 :**



استهدفت الدراسة إلى التعرف على القيم الدينية والاستقرار النفسي ومعرفة الذات والعلاقة بين هذه المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق أهداف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء ثلاثة مقاييس لمتغيرات البحث الثلاثة (القيم الدينية، والاستقرار النفسي، ومعرفة الذات)، وقد طُبّقت على عينة بلغت (812) طالباً وطالبة، اختبروا بالطريقة الطبقية العشوائية، وتم توزيعهم وفق متغيري الجنس، والتخصص، وقد توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: يتمتع طلبة الجامعة بمستوى عالٍ من القيم الدينية والاستقرار النفسي ومعرفة الذات وإلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الاستقرار النفسي (الخزرجي، 2006: ح-ط).

* دراسة 2009 Rosen :

هدفت الدراسة التعرف على تأثير طبيعة الرعاية والعناية الوالدية على الشعور بالاستقرار النفسي وشملت عينة الدراسة (62) طفلاً تم مشاهدة آبائهم وأمهاتهم وبشكل منفرد لتقديم سلوك رعايتهم واهتمامهم وبينت نتائج الدراسة أن اهتمام الوالدين ورعايتهم للطفل يزيد من شعوره بالاستقرار النفسي .

(Rosen, 2009, P. 13)



الفصل الثالث

إجراءات البحث

لتحقيق أهداف البحث فقد اتبعت الباحثة الاجراءات الآتية :

أولاً : مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من الموакب و مجالس العزاء التي تنصب في الطرق والحسينيات في محافظة بغداد والمحافظات الوسطى والجنوبية بشكل كبير خاصة مع بداية شهر محرم أول الأشهر المحرية وتستمر إلى نهاية شهر صفر ثاني الأشهر المحرية، من كل عام حيث يقوم أصحاب وأعضاء المواكب والمجالس بإلقاء الملاهي والمحاضرات وقراءة المقتل والبكاء وتوزيع الطعام والشراب المجاني ونصب المواكب التي تقوم باللطم وعمل المشاهد التمثيلية التي تعيد أحداث واقعة الطف، ورغم أنما تتركز في محافظات الوسط والجنوب إلا أنه يشارك فيها الكثير من المذاهب والطوائف الأخرى .

ثانياً : عينة البحث :

شملت العينة عدد من المشاركين الفعليين في هذه المواكب و مجالس العزاء وبلغت عدد أفراد عينة البحث (200) فرد من الذكور من مختلف الأعمار والطبقات.

ثالثاً : أداة البحث :

لغرض تحقيق المدف من البحث الحالي تطلبت أداة لقياس الاستقرار النفسي قبل المشاركة في المراسيم والشعائر الحسينية وبعد المشاركة فيها، وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة تم اعتماد الأداة التي أعدتها الخزرجي (2006) لقياس الاستقرار النفسي لطلبة جامعة بغداد، وذلك ملائمتها لكافة الأعمار والطبقات (الخزرجي، 2006، ص184).

وصف المقياس :

تبنت الباحثة مقياس الخزرجي لقياس الاستقرار النفسي والمؤلف من (29) فقرة محددة بخمس بدائل هي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ أبداً)، كما أعطيت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) للفقرات الإيجابية وأعطيت الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) للفقرات السلبية.

تعليمات المقياس :



تم إعداد تعليمات بسيطة وواضحة وطلب من المفحوصين ذكر الاسم وشكل المراسم والشعائر التي يمارسونها ومكانتها.

صدق المقياس :

قامت الباحثة بعرض الأداة على مجموعة من المختصين في علم النفس للحكم على صلاحيتها فيما وضعت لأجله وكانت النتيجة :

- 1 - الاتفاق على محتوى الفقرات ومضمونها في أنها تقيس الاستقرار النفسي.
- 2 - تم الإبقاء على جميع الفقرات وكان عددها (29) فقرة وكانت نسبة الاتفاق 100%.

ثبات المقياس :

تم التتحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار والتي تعد من الأساليب المهمة لحساب الثبات إذ تعطي معلومات عن استقرار النتائج بوجود فاصل زمني بين التطبيقين، وحساب ثبات المقياس قامت الباحثة بتطبيقه على (30) فرد من مجتمع البحث قبل بدء المراسم والشعائر الحسينية أي قبل شهر محرم وإعادة تطبيقه عليهم بعد أسبوعين والتي كانت أيضاً قبل شهر محرم وقبل بدء المراسم والشعائر الحسينية وباستخدام معامل الارتباط وجدر مقداره (0,87) وهو معامل ثبات عالي وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق النهائي ، ملحق (1).

رابعاً: التطبيق النهائي:

لغرض تحقيق هدف البحث قامت الباحثة بتطبيق أداة البحث (مقياس الاستقرار النفسي) على عينة بلغ عددها (200) فرد من الذكور المقيمين للمراسم والمشاركين في الموكب قبل بدايتها أي قبل الأول من محرم الحرام، وتم الرجوع للعينة والتطبيق عليها مرة أخرى بعد انتهاء مراسم العزاء والموكب أي بعد 20 صفر .

خامساً: الوسائل الإحصائية :

لغرض تحليل البيانات التي تم التوصل إليها ومعالجتها إحصائياً استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية :

- 1 - الاختبار الثنائي لعينة واحدة T. Test for one Sample
- 2 - معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient



الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها على وفق أهداف البحث والإطار النظري .

1- الهدف الأول : التعرف على المراسم والشعائر الحسينية كشكل من أشكال الإيقاع المتوازن .

وقد تم تحقيق هذا الهدف من خلال النظريات والدراسات السابقة التي تناولها البحث الحالي .

2- الهدف الثاني: قياس الاستقرار النفسي قبل مراسيم العزاء والشعائر الحسينية.

أوضحت نتائج البحث أن الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث بلغ (79,5) وبانحراف معياري (3,41) وعند مقارنة الوسط الحسابي لأفراد العينة بالوسط الفرضي للمقياس البالغ (87) وباستخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (0,73) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير إلى أن العينة لا تتمتع بالاستقرار النفسي ، وجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لعينة البحث قبل

المراسم والشعائر الحسينية

مستوى الدلالة	القيمة التائية الجدولية	القيمة التائية المحسوبة	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	درجة الحرية	العدد
غير دال إحصائياً	1,96	0,73	87	3,41	79,5	199	200

3- الهدف الثالث: قياس الاستقرار النفسي بعد مراسيم العزاء والشعائر الحسينية .

أظهرت نتائج البحث أن الوسط الحسابي لأفراد العينة بلغ (113,8) وبانحراف معياري (9,45) وعند مقارنة الوسط الحسابي لأفراد العينة بالوسط الفرضي للمقياس البالغ (87) وباستخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (14,59) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير إلى وجود الاستقرار النفسي لدى أفراد العينة ، وجدول (2) يوضح ذلك .



جدول (2)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لعينة البحث بعد المراسيم والشعائر الحسينية

مستوى الدلالة	القيمة التائية الجدولية	القيمة التائية المحسوبة	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	درجة الحرية	العدد
دال إحصائياً	1,96	14,59	87	9,455	113,8	199	200

تبين النتائج إلى أن مراسيم العزاء والشعائر والمواكب التي تقام في ذكرى عاشوراء والتي قُتُل فيها الإمام الحسين السَّلَّيْلَةُ وأولاده وأصحابه لم تكن رمزاً دينياً وعقيدة فحسب وإنما لها بعد نفسي وانفعالي طوال عقود وستين، إذ شكلت شكل من أشكال إيقاع التوازن الذي عمل على تفريح الشحنات الانفعالية والحزن وتعمل على التقارب وإعادة التواصل الاجتماعي وخلق جو ألفة وانتماء بين الأفراد وهي مثل كل المراسيم والواجبات الدينية كصلة الجماعة والحج والعمرة والتي هي أيضاً واجب ديني مفروض على المسلم، وهذا ما أكدته نظرية روجر في أن الاستقرار النفسي يتبع تطابق الذات مع المجال الظاهري للفرد.

ومثل هذه المراسيم والطقوس نجدها في البلدان الغربية الأخرى وكذلك الأديان الأخرى مثل أعياد المسيح والقداس للصلوة في يوم الأحد في الدين المسيحي وهي أن كانت في بعضها طقوس أفراح واحتفالات فهي في المجتمع العراقي لها خصوصية في الحزن وذكر المصائب لما مَرَّ على هذا البلد من ويلات حرب وقتل وتفجير واحتلال على مر العصور ولوقتنا الحالي، وهو ما بينته الدراسات السابقة مثل دراسة تايه ودراسة يوسف من أن الإيقاع يحسن الأداء والمهارات خاصة بين الأفراد في المجتمع الواحد.

التوصيات :

استكمالاً لمتطلبات البحث وضعـت الباحثة عدد من التوصيات :

- ضرورة اهتمام الوزارات والمؤسسات بهذه المناسبة الدينية وتنظيمها بشكل بارز ومدروس .
- توسيع الثقافة العامة حول هذه المراسيم والتوعية لها بشكل يحررها من النظرة الرجعية .



– الاستفادة من هذه المناسبات الدينية سواء مراسم عاشوراء أو غيرها في توعية الأفراد والوصول بهم إلى الصحة النفسية والاجتماعية.

المقترحات :

تقترح الباحثة ما يأتي :

- 1 – إجراء دراسة لبيان العلاقة بين إيقاع التوزان ومتغيرات أخرى مثل (الذكاء، التفاعل الاجتماعي، التأزر الحركي وغيرها).
- 2 – إجراء دراسة للمراسم والشعائر الحسينية مع متغيرات نفسية واجتماعية أخرى مثل (الحالة الاقتصادية والثقافية والصحة النفسية، والسعادة والاكتئاب وغيرها).



المصادر :

المصادر العربية:

- أحمدي، د. الشيخ محمد أمين (2017): "الشعائر الحسينية بين الشرعية والعقلانية"، نصوص معاصرة، مركز البحوث المعاصرة، بيروت.
- أكبر نجاد، محمد تقى (1432هـ-2011م): "فقه العزاء الحسيني: دراسة استدلالية"، مترجم: محمد عبد الرزاق، مجلة الاجتهد والتجدد ، العدد 17 ، طهران.

- تايه، إنصاف نعيم (1994): "الإيقاع الشخصي وبناء الشخصية عند العصبية والأسواء"، رسالة ماجستير، جامعة المنيا

<http://www.eulc.edu.eg>

- تايه، إنصاف نعيم (2001): "الإيقاع الشخصي وبعض متعلقاته النفسية والمؤلفية لدى فئات متباعدة حضرياً ومهنياً"، أطروحة دكتوراه، جامعة المنيا.

- الجميلي، كريم حسين حمد صالح (2004): "الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات"، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، بغداد.

- حسن ، محمود شمال (1999): "خصوصيات السلوك البشري أثناء وقوع الكارثة وما بعدها" ، مجلة الموقف الثقافي ، السنة 4 ، العدد 24.

- الحنفي، عبد المنعم (2003): "الموسوعة النفسية، علم النفس والطب النفسي في حياتنا اليومية" ، ط 2 ، مكتبة مدبولي، القاهرة.

- الخزرجي، سناء صاحب محمد (2006): "القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة" ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.

- خطاب، عبد الوهود أحمد (2009): "تأثير الإيقاع النفسي الحيوي على بعض المهارات النفسية والأداء المهاري بكراة السلة" ، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد 2 ، العدد 4 ، تكريت .

- الرخاوي ، يحيى (2001): "المدارس النفسية- العلاقة بالمفاهيم الأساسية". شبكة العلوم النفسية والتربوية .<http://www.Arabsysnet.comindx>



<http://www.Arabsysnet.comindx> –

- الريبيدي، كامل علوان والشمرى. جاسم فياض (1999): "علم النفس التوافق"، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
- الشافعى. أبو مدين (1947): "التركيب النفسي والإيقاع الشخصي"، مجلة علم النفس، المجلد 2، العدد 3.
- الشمرى، جاسم فياض (2005): "الإنسان وعلم النفس في ضوء القرآن الكريم"، دمشق .
- عباس، علاء صاحب عسکر (2002): "نحو رؤية للقيم في ضوء القرآن الكريم والسنّة النبوية الشريفة"، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة بغداد .
- عبد الله، عبد عبد (2009): "القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- فروم. أرييك (1989): "الإنسان بين المظهر والجلوهر"، ترجمة سعد زهران، المجلس الوطني للثقافة والفنون، سلسلة عالم المعرفة (114)، الكويت.
- القمي. عباس ، بسند متصل في كتاب (نفس المموم)، الأربعون حديثاً، ترجمة نفس المموم: 12-27، بحار الأنوار

<http://www.Arabsysnet.comindx> – تحليل الشعائر الحسينية/

- كمال . د. علي (1983): "النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها"، ط2، دار واسط، بغداد.
- محمود. عصام نجيب (2001): "ديناميات السلوك الإنساني واستراتيجيات ضبطه وتعديلها" ، دار البركة للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.
- مرسى، محروس سيد (1988): "التربية والطبيعة البشرية" ، دار المعارف، القاهرة.
- المنصور، فهد (2012) : التوازن النفسي في التنفيذ الانفعالي، عيادتك النفسية <http://m.facebook.com>.

- هول. كلفن ولندي. جاردنر (1971): "نظريات الشخصية" ، ترجمة أحمد فرج- محمد بحاتي، ط 2 ، دار المشاريع للنشر، القاهرة.

- ويكيبيديا. الموسوعة الحرة (2017): "علاج الإيقاع الشخصي المتناسق" .
– ويكيبيديا (2017):"الموسوعة الحرة" ، شعائر حسينية .



<https://wikipedia.org>

- يوسف، ناصر (2016): "تأثير دورات الإيقاع الحيوي البدنية والنفسية والعقلية على الأداء الرياضي" ، جامعة قاصدي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد (17)، الجزائر.

المصادر الأجنبية :

- Allport, G. (1955): "Becoming Consideration for a Psychology personality, New Hanen yale University.
- Beach H. R. (1992): "A Behavioral Approach to the Management stress", Proctical, New York.
- Bughman, E. Earl (1972): "Personality": The Psychological Study of Individual", Prentic- Hall, Inc. Englewood Cliffs, N. Jersy.
- Burns. R. (1979): "The Self- concept theory", Measurement Development & Behavior. Longman Inc, New York.
- Chana, B. N. Chiu-Shui, (2012): "Rhythm Repetition phenomenology Design cognition Design thinking", Department of Architecture Iowa state University.
- Dicaprio, N. S (1976): "The Good" Life models for a healthy personality", New Jersy. Prinice Hall.
- Freud. S. (1963): "Greaten neurotic Mechanism is Jealousy", Collected Papers Vol. (2) 4.
- Gershwin. George. et. Al (2017): "I've Got Rhythm". <http://File://F:the Rhythm of walking. htm>
- Rosen. Sheldon et. al (2009): "Gender Differences in Gastrointestinal, Psychological, and Somatic Symptoms in Irritable Bowel Syndrome", <https://link.springer.com>.



Available online at <http://proceedings.sriweb.org>

- Smith. Henry. (1996): "Social Identity", University of California, Los Angeles.
- Vessely. S (2017): "Psychological debriefing is a waste of time", The British Journal of Psychiatry. <http://bjp.rcpsych.org>



ملحق (1)

مقياس الاستقرار النفسي بصورته النهائية

لِرَبِّ الْعَالَمِ الْجَنِينَ

تحية طيبة وبعد ..

بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى قراءة كل فقرة ثم الإجابة عنها بكل دقة، وذلك باختيار بدائل واحد من البديل الخمسة والذي ينطبق عليه، وذلك بوضع علامة (✓) أمام الفقرة التي تعبّر عن حالتك ، مع العلم أنه ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة، وأفضل جواب هو ما تشعر بأنه يعبر عن موقفك فعلاً وهي لغرض البحث العلمي فقط .

مع الشكر والتقدير

الاسم :

شكل المراسيم الحسينية التي تشارك بها :

مكان المراسيم الحسينية التي تشارك فيها :



الفرص	ت	تنطبق على					لا تطبق على أبداً
		نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً		
أشعر بالأمان عندما أخرج من البيت.	1						
أشعر بالراحة ل النوع العلاقة التي تربطني بأصدقائي.	2						
اعتقد أنني قادر على تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين.	3						
أعبر عمما بداخللي بسهولة .	4						
أشعر بالراحة عندما استيقظ من النوم.	5						
أشعر بالرضا لما وصلت إليه من مستوى علمي.	6						
اتقبل نقد أفراد أسرتي وأصدقائي دون أن أشعر بالانزعاج .	7						
أفضل البساطة في المظهر والملابس .	8						
أعمل لفترة طويلة دون أن أشعر بالتعب.	9						
أخاف الموت رغم علمي بأنه حقا علينا.	10						
أحب أن أشارك الآخرين مسراهم وأحزانهم.	11						
أفضل الالتزام بالظاهر الاجتماعية .	12						
أشعر أن صحيحة جيدة.	13						
أشعر أن مهني في المستقبل ستساعدني على تكوين أسرة .	14						
أشعر أنني قادر على حل مشكلاتي اليومية بجدوى.	15						
أشعر بالسعادة عندما أكون بين أفراد أسرتي.	16						
اتعامل مع الناس ببساطة ودون تكلف.	17						
أنام نوما عميقاً خالٍ من الكوابيس الليلية .	18						
أشعر بالتفاؤل عندما أفكّر في المستقبل .	19						
من الأفضل أن أكون شخصاً يأخذ أكثر مما يعطي.	20						
اتمسك برأيي التي اعتقاد بصحتها .	21						
أفضل عدم التأثر في تقديم العون للآخرين .	22						



Available online at <http://proceedings.sriweb.org>

					أشعر بالضيق عندما أكون تحت النظر.	23
					مساعدة أهلي في البيت وإنجاز واجباتي مما يشعراني بالضيق.	24
					أشعر بالرغبة في الانسحاب عندما أكون مع الآخرين.	25
					أشعر بالضيق والانزعاج عندما يتحدث الآخرون بسرعة ودون توقف.	26
					أشعر أن حياتي لا تناسب وطموحاتي.	27
					أطلب رأي الآخرين ومشورتهم عندما تواجهني مشكلة.	28
					أشعر بالقلق من احتمال إصابتي بمرض ما.	29



Global Proceedings Repository
American Research Foundation

ISSN 2476-017X

Available online at <http://proceedings.sriweb.org>

شبكة المؤتمرات العربية

<http://arab.kmshare.net/>