

نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي  
دراسة تأصيلية ناقدة في ضوء المنهج الإسلامي

إعداد

الدكتور/ غالي بن دهران اللقماني

أستاذ أصول التربية الإسلامية المشارك بقسم التربية بالجامعة الإسلامية بالمدينة

المنورة- المملكة العربية السعودية

المجلة التربوية . العدد الثالث والستون . يوليو ٢٠١٩م

Print:(ISSN 1687-2649) Online:(ISSN 2536-9091)

## المستخلص :

هدف البحث إلى نقد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي، واستخدم الباحث المنهجين: الاستنباطي، والتحليلي، وأسفر البحث عن النتائج التالية: اتفاق نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي مع نظرة المنهج الإسلامي في: حرية الفرد في استخدام طريقة التفكير التي يريدونها سواء أكانت عقلانية أو غير عقلانية، وعدم عصمة الإنسان من الوقوع في الأخطاء، وعدم استخدام أسلوب اللوم للنفس أو للآخرين.

كما كشف البحث عن اختلاف نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي عن نظرة المنهج الإسلامي إلى الإنسان وقد تبين شمولية نظرة المنهج الإسلامي وواقعيته، كما أوضح البحث سبق المنهج الإسلامي في أسلوب تحديد الأفكار غير العقلانية والتحري عنها ومن ثم مهاجمتها كمدخل لعلاج الاضطراب، وبين البحث كذلك تفوق المنهج الإسلامي في طريقة تعامله مع الأفكار غير العقلانية حيث سلك منهجين: بنائي يتمثل في بناء أفكار عقلانية عن الحياة وما يواجه الفرد فيها من صعوبات، وعلاجي يتمثل في معالجة الاضطرابات بعد وقوعها من خلال تنفيذ الأفكار غير العقلانية ومهاجمتها.

## الكلمات المفتاحية :

نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي، المنهج الإسلامي، التأصيل الإسلامي، الأفكار غير العقلانية.

Abstract:

The objective of the research is to critique the theory of rational rationalism In view of the Islamic approach. The researcher used the two methods: deductive and analytical. The results of the research were: The rational rational counseling agreement with the Islamic approach in the freedom of the individual to use the method of thinking that he wants, whether rational or Irrational, non-human infallibility from making mistakes, and not using blame for oneself or others.

The study also revealed the difference between the rational and emotional view of the Islamic approach to the human being and the comprehensiveness of the Islamic approach and its reality. The study also explained the Islamic method in the method of identifying irrational ideas and investigating them and then attacking them as an input to treat the disorder. In the way he deals with irrational ideas, where he took two approaches: constructive is to build rational ideas about life and the individual's difficulties, and the treatment is to deal with the turmoil after the occurrence through the refutation of irrational ideas and attack.

key words:

Rational rational counseling theory, Islamic methodology, Islamic fundamentalism, irrational ideas.

## المقدمة :

يعدّ الإنسان محور الدراسات النفسية باختلاف جوانبها، وعلى مرّ التاريخ توجّهت الجهود إلى البحث في النفس الإنسانية ومحاولة فهم طبيعتها، وكيفية اضطرابها، والعوامل المؤدية إلى صحتها وكيفية علاج ما يعترها من اضطرابات.

وفي سبيل ذلك ظهرت التفسيرات المختلفة للطبيعة الإنسانية وفهم السلوك الإنساني فنشأت نظريات الإرشاد النفسي وهي تمثّل وجهات نظر لمؤسسيها حول الطبيعة الإنسانية وكيفية حدوث الاضطراب والأسلوب الأمثل للتدخل الإرشادي.

وغني عن القول أنّ هذه النظريات تتأثر بتوجهات أصحابها وفلسفاتهم في الحياة، فكان منهم من ينظر إلى الإنسان بأنه شرير في أصله ومدفوع بغرائزه، وينحو آخرون على العكس من ذلك فيثبتون للإنسان الخيرة الكاملة، في حين يقف البعض الآخر في المنتصف بين الفريقين فيرون الإنسان صفحة بيضاء لا خير فيها ولا شر.

وكذا الحال في كيفية حدوث الاضطرابات فمنهم من يرجع ذلك إلى أحداث الطفولة، وآخرون يجعلون الاضطراب متعلماً واستجابة لمثيرات مختلفة في الحياة، وفريق آخر يحمّلون الأفكار غير العقلانية مسؤولية حدوث الاضطراب وأنّ الشخص هو من يسهم في اضطرابه بسبب طريقة تفكيره غير العقلانية.

ومع انتشار الإرشاد النفسي في العالم العربي والإسلامي أخذت هذه النظريات تتوسّع شيئاً فشيئاً وتلقّاها المختصون بالقبول، وأصبح الإرشاد النفسي يمارس في ضوئها، في حين رفضها البعض بحجة أنّها غريبة المنشأ وبالتالي فهي لا تتفق مع النظرة الإسلامية للإنسان، وصاحب ذلك الدعوات المختلفة من العلماء المسلمين لتأصيل علم النفس والإرشاد النفسي وقضاياهما المختلفة تأصيلاً إسلامياً ونقد هذه النظريات في ضوء المنهج الإسلامي.

ولعل من أبرز النظريات وأكثرها استخداماً اليوم في العالم العربي والإسلامي نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي لألبرت إليس، والتي ترى أنّ أفكار الشخص هي المسؤولة عن اضطرابه وأنّ كيفية النظر إلى الأحداث هي من تسم السلوك بالاضطراب من عدمه.

ولعل السبب الذي ساعد في انتشار هذه النظرية يعود إلى سهولة ممارستها ووضوح إجراءاتها، إضافة إلى كونها أعطت للإنسان اعتباره فلم تصفه بالشر والعدوانية.

ومن هنا فإنّ الباحث رغب في عرض هذه النظرية على ميزان النقد في ضوء المنهج الإسلامي، ويأمل من ذلك أن يسهم في حركة التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية، وأن يقدم للمرشد المسلم نقداً علمياً لهذه النظرية تساعده على فهمها في ضوء المنهج الإسلامي.

### مشكلة البحث وتساؤلاته:

تتعدد نظريات الإرشاد النفسي وتباين فيما بينها، وأصبحت تُقدّم في مراكز الإرشاد والعلاج النفسي، ويسعى الباحثون إلى اختبار فاعلية البرامج الإرشادية المستندة على تلك النظريات مما يؤكد توسّع هذه النظريات وانتشارها، ونظراً لخصوصية المنهج الإسلامي في تعاطيه مع المستجدات، ومرونته في ذات الوقت، وقبول ما يوافق المصادر الإسلامية، ورفض ما يخالفها ولأنّ المفترض أن يبنى القبول أو الرفض على أساس علمي مستند على مصادر التربية الإسلامية فإنّ الباحث اختار أن يتناول نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي بالنقد في ضوء المنهج الإسلامي، ويمكن أن تصاغ إشكالية البحث الحالي في التساؤل الرئيس التالي:

ما النقد الموجه إلى نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي؟.

ويتفرع عنه الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما هي نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي؟ وكيف تنظر إلى الإنسان؟ وكيف يحدث الاضطراب النفسي في ضوءها؟ وما أساليب الإرشاد في ضوءها؟ وما إيجابيات هذه النظرية وسلبياتها؟.

٢- ما النقد الموجه إلى نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في نظرتها إلى الإنسان في ضوء المنهج الإسلامي؟.

٣- ما النقد الموجه إلى نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في كيفية حدوث الاضطراب النفسي في ضوء المنهج الإسلامي؟.

٤- ما النقد الموجه إلى نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في أساليب الإرشاد في ضوء المنهج الإسلامي؟.

أهداف البحث:

بالنظر إلى مشكلة البحث وتساؤلاته فإنّ البحث يهدف إلى:

نقد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي في الجزئيات التالية: النظرة إلى الإنسان، كيفية حدوث الاضطراب، التعامل مع الأفكار غير العقلانية، أساليب الإرشاد.

### أهمية البحث:

إنّ تناول نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي يكتسب أهميته من خلال النقاط التالية:

أولاً: أهمية نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ذاتها وكونها من أكثر النظريات انتشاراً في أوساط المرشدين والمعالجين النفسيين؛ ولذا فإنّ من الأهمية بمكان تقديم النقد لها في ضوء المنهج الإسلامي.

ثانياً: يكتسب البحث أهميته كذلك من أهمية التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية؛ حيث ما يزال هذا الميدان بحاجة ماسة إلى الدراسات العلمية، وهذه الدراسة وثيقة الصلة بالتأصيل الإسلامي حيث تبحث في نقد إحدى نظريات الإرشاد النفسي وتؤصل لها.

ثالثاً: يستقي البحث أهميته كذلك من كونه يسعى إلى أن يقدم للمختصين نقداً علمياً في ضوء المنهج الإسلامي لإحدى أهم نظريات الإرشاد النفسي؛ مما يساعدهم على القيام بأعمالهم وانطلاقهم من منطلق إسلامي.

رابعاً: تنطوي أهمية البحث كذلك على إبراز السبق التربوي للمنهج الإسلامي، والتأكيد على مرونته وشمولية نظره إلى الإنسان.

### مصطلحات البحث:

النظرية هي: فكرة عقلية منظمّة تشير إلى مبدأ أو مجموعة من المبادئ التي تحاول تفسير ظاهرة معينة بالثبات والاستمرارية".<sup>(١)</sup>

والنظرية في مجال الإرشاد النفسي : "خلاصة جهد الباحثين في مجال الإرشاد والعلاج النفسي، والتي تمكّن المرشد من تفسير الظواهر النفسية من حيث النظرة إلى طبيعة الإنسان: تفسير السلوك، تفسير الاضطرابات النفسية لدى الفرد"<sup>(٢)</sup>

(١) الحارثي، صبحي. (٢٠١٦). نظريات التوجيه والإرشاد النفسي وتطبيقاتها في الإرشاد المدرسي. الدمام:

مكتبة المتنبي، ص (١١).

(٢) المرجع السابق نفس الصفحة.

ويعرفها بلان بأنها: "مجموعة الفرضيات أو المفاهيم المنظمة في نسق فكري يكشف العلاقة فيما بينها؛ لتكوّن بناءً فكرياً منتظماً في صورة أحكام عامة أو قوانين تمكّننا من تفسير الظواهر أو التنبؤ"<sup>(١)</sup>

ويعرفها زهران: "إطار عام يضم مجموعة متناسقة متكاملة من الحقائق والقوانين التي تفسر الظواهر النفسية"<sup>(٢)</sup>

ويُقصد بنظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي: هي النظرية التي أسسها ألبرت إيليس وهي نظرية من نظريات الإرشاد النفسي تستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة العملاء في التغلب على ما لديهم من أفكار ومعتقدات خاطئة وغير عقلانية، والتي يصاحبها اضطراب في سلوك وشخصية الفرد، واستبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر عقلانية ومنطقية تساعده على التوافق مع المجتمع.<sup>(٣)</sup>

المنهج الإسلامي: يُقصد به في هذا البحث: المنهج المبني على ما ورد في مصادر التربية الإسلامية من الكتاب والسنة وكتابات العلماء المسلمين، في كيفية النظرة إلى الإنسان، وكيفية حدوث الاضطراب، والتعامل مع الأفكار غير العقلانية، وأساليب الإرشاد.

### حدود البحث:

يتحدّد البحث موضوعياً في نقد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي لإيليس دون غيرها من نظريات الإرشاد ممثلة في الجزئيات التالية: النظرة إلى الإنسان، كيفية حدوث الاضطراب، وأساليب الإرشاد في ضوء نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي.

### الدراسات السابقة:

بعد الرجوع إلى قواعد المعلومات، وفهارس الجامعات، لم يعثر الباحث على أي دراسة تناولت نقد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي، وأكثر الدراسات تركّزت حول فاعلية البرامج الإرشادية المستندة إلى هذه النظرية، وفي المقابل عثر الباحث على مجموعة دراسات تناولت نظرية (إيليس) بالعرض فقط دون نقد، في حين توجد دراسات

(١) بلان، كمال. (٢٠١٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الأردن: دار الإعصار العلمي، ص (٢١).

(٢) زهران، حامد، (٢٠٠٥). التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، ص (٩١).

(٣) Albert Ellis: The theory of rational guidance, **Albert Ellis Institute (AEI)**.

أخرى تناولت التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي عموماً، أو بعض جوانبه؛ ولذا فإنّ الباحث يقسّم الدراسات السابقة إلى قسمين :

### القسم الأول: دراسات تناولت نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي:

فقد قامت بلعسلة (٢٠١٤) <sup>(١)</sup> بدراسة، (لم تذكر هدفها)، توصلت إلى نتيجة مفادها : تُعتبر نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي، التي وضعها: (البرت اليس ) أحد أهم الأساليب الإرشادية المعرفية السلوكية، والتي انطلقت من أنّ ما يعانيه الفرد من مشكلات واضطرابات نفسية ماهي إلا نتيجة سوء تفسيره وتأويله للأمر، وذلك بناءً على الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات غير المنطقية والهدامة التي يتبناها، وأن الإنسان قادر على التخلص من مشكلاته الانفعالية واضطراباته السلوكية ومنه استخلص (إليس) فروض وأسس واستراتيجيات الإرشاد العقلاني الانفعالي الذي أثبتت عدة دراسات ميدانية فعاليته ونجاعته ضمن العملية الإرشادية.

وهدفت دراسة ضيف (٢٠١٥) <sup>(٢)</sup> إلى الوقوف على مسلمات ومفاهيم نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي، والتطرق إلى مفهوم الشخصية منو جهة نظر (إليس) إلى جانب تعريف الأفكار العقلانية واللاعقلانية وسمات كل منهما ومصادر اكتسابها إضافة إلى ذكر الأفكار اللاعقلانية كما أوردتها (إليس) وبيان أهم أساليب العلاج العقلاني الانفعالي، وتوصلت إلى أنّ العلاج العقلاني الانفعالي هو أسلوب فريد من العلاج النفسي مخصص ليتمكن العميل من ملاحظة وفهم الأفكار اللاعقلانية في حياته، ومن ثم مهاجمتها، وبالتالي فإنّ العميل يسعى لاكتساب نظرة واقعية للحياة مما يؤدي إلى تطبيق التفكير العقلاني على الأمور التي تستجد في المستقبل وليس فقط تلك التي تحدث في الحاضر.

---

(١) بلعسلة، فتحية. (٢٠١٤). الإرشاد العقلاني الانفعالي ل إليس : مبادئه ، أسسه وتطبيقاته في العملية الارشادية، *مجلة الباحث*، الجزائر، المدرسة العليا لأساتذة بوزريعة، ع(٩)، ص ص (٣٧-٥٤).

(٢) ضيف، حليلة. (٢٠١٥). الأفكار العقلانية واللاعقلانية حسب نظرية إليس (ELLIS)، *مجلة جيل العلوم للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، مركز جيل البحث العلمي، الجزائر، ع(١٠)، ص ص (١٧٣-١٨٥).



وهدفت دراسة السادات (٢٠١٧)<sup>(١)</sup> إلى توضيح العلاج العقلاني الانفعالي ، ومدى فعاليته في العملية الارشادية، حيث يستعرض فيها الدارس نظرية الاضطراب التي تنتمي في إطارها العام إلى الاتجاه المعرفي الذي يقوم على فرضية أن المشكلات النفسية تنشأ عندما يسئ الفرد تفسير المتغير (B) وهو الذي يعني المعتقد، الأحداث والمنبهات من تصرفات الآخرين وهي المتغير (A)، الذي يعني المثير أو الحادث المنشط فتترتب على سوء التأويل نتائج سيئة وهي المتغير (C) الذي يعني العاقبة أو النتيجة.

وتوصلت الدراسة إلى نتيجة مؤداها : أنّ النتائج الإيجابية للعلاج المعرفي السلوكي لا تعني القضاء على الأعراض بشكل تام، بل يحتفظ بعض المسترشدين ببعض الأعراض على الرغم من التحسن الذي يطرأ عليهم، ويُحتمل أن يكون هذا خاصاً بأولئك الذي يعانون من اضطراب حاد بسبب الخبرات المؤلمة التي تعرضوا لها والتي تفوق طاقتهم، إلا أنّ الارشاد النفسي يساهم قدر المستطاع في التقليل من آثارها ويسمح للمسترشدين أن يصححوا أفكارهم اللاعقلانية بأفكار عقلانية بعد تغيير معتقداتهم.

### القسم الثاني: الدراسات التي تناولت التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي عموماً:

لقد كانت جلّ الجهود العلمية في هذا الباب التي وقف عليها الباحث هي من نصيب الدكتور محمد محروس الشناوي، حيث قام بالعديد من الدراسات، وقدّم العديد من أوراق العمل لمؤتمرات وندوات في هذا الجانب، فقد هدفت دراسة الشناوي (١٩٨٧)<sup>(٢)</sup> إلى عرض كتاب رياضة النفس وتهذيب الأخلاق ومعالجة أمراض القلب، الذي يقع ضمن مصنف إحياء علوم الدين للغزالي، والذي يتضح منه سبق الغزالي إلى إعداد أنموذج متكامل لتعديل السلوك يشتمل على إبراز المنطق الخاص بالعلاج ثم عرض لكيفية التعرف على سوء الخلق وكيفية تهذيب الأخلاق ثم كيفية معرفة نتائج العلاج كما تناولت الدراسة بعد ذلك بالمقارنة، ذلك الأنموذج مع أنموذج العلاج السلوكي الحديث، مما يتضح معه تفوق الأنموذج الذي تحدّث عن الغزالي وهو مما يؤكد ضرورة استمرار البحث لاكتشاف الطاقات العلمية التي يزخر بها التراث الإسلامي وبصفة خاصة في مجال العلوم الإنسانية.

---

(١) السادات، بوزيد . (٢٠١٧). الارشاد العقلاني - الانفعالي ودوره في تغيير الافكار اللاعقلانية بالأفكار العقلانية، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، الجزائر، ع(١١) ص ص ١٨٨-٢٠٨.

(٢) الشناوي، محمد. (١٩٨٧). أنموذج تهذيب الأخلاق عند الغزالي ومقارنته بأنموذج العلاج السلوكي الحديث، رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ع (٢٢)، ص ص (١٣٣-١٥٢)

وقدّم الشناوي (١٩٨٩)<sup>(١)</sup> ورقة عمل هدفت إلى إعداد تصوّر مبسط لعمل المرشد المسلم على ضوء من المنهج الإسلامي، وتوصل إلى أنّ المنهج الإسلامي يحتوي ما يجيب عن تساؤلات المرشد، والمعالج النفسي المسلم حول الجوانب المتصلة بطبيعة الإنسان، ونمو الشخصية، وانحرافات الشخصية، و العلاج النفسي، وأهداف الإرشاد، ودور المرشد.

وقام الشناوي (١٩٩١)<sup>(٢)</sup> بإعداد ورقة عمل هدفت إلى عرض لأهداف العمل في مساعدة الأفراد على مواجهة مشكلاتهم النفسية من واقع ما تحدده نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية، وتحليل هذه الأهداف وتقويمها في ضوء المنهج الإسلامي، مع عرض للبدائل الإسلامية التي يمكن الانطلاق منها كأهداف مناسبة لمساعدة الأفراد في حل مشكلاتهم، سواء في مجالات الإرشاد، أو العلاج النفسي، أو الخدمة الاجتماعية، أو الطب النفسي، وخُصّصت الدراسة إلى أنّه حتى في حالة وجود تشابه في المسميات مع ما يمكن أن يسعى إليه المرشد والمعالج أن يحققه في ضوء المنهج الإسلامي إلا أنّها تبعد من حيث المنطلقات التي انطلقت منها والأسس التي قامت عليها والأساليب التي توصل إليها، كما أثبتت الدراسة بُعد أهداف النظريات الغربية عن المنهج الإسلامي، والقوة التي يتميز بها الإسلام في جانب أهداف الإرشاد.

وهدف دراسة التكروني(٢٠١٢)<sup>(٣)</sup> إلى التعرف على إسهامات المرشد الطلابي في تنمية شخصية تلميذ المرحلة الابتدائية من منظور التربية الإسلامية، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أبرزها أن المنهج الإسلامي يعدّ منهجاً متكاملًا لبناء وتنمية الشخصية، كما كشفت الدراسة أنّ هناك أساليب عديدة يسهم بها المرشد الطلابي في تنمية شخصية التلميذ ومنها أسلوب القدوة الصالحة والموعظة الحسنة والحوار والإقناع وضرب الأمثال.

---

(١) الشناوي، محمد. (١٩٨٩). الإرشاد والعلاج النفسي من منظور إسلامي، ندوة نحو علم نفس إسلامي، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، القاهرة. ضمن كتاب بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، ص (٢٥٠-٢٠١)

(٢) الشناوي، محمد. (١٩٩١). الأهداف العامة لمساعدة الأفراد على مواجهة مشكلاتهم النفسية كما تعرضها نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية دراسة تقويمية في ضوء المنهج الإسلامي، ندوة التأصيل الإسلامي للخدمة الاجتماعية، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، القاهرة، ١١-١٣ أغسطس ١٩٩١.

(٣) التكروني، نسيم عبد الهادي. (٢٠١٢). إسهام المرشد الطلابي في تنمية شخصية تلميذ المرحلة الابتدائية من منظور التربية الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

## التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال العرض السابق يظهر بوضوح تشابه البحث الحالي مع الدراسات السابقة في تناول نظرية الإرشاد العقلائي الانفعالي، وتناول نظرة الإسلام لبعض قضايا الإرشاد النفسي، كما يظهر اختلاف هذا البحث عن الدراسات السابقة حيث إنّ أياً منها لم تتطرق إلى نقد نظرية الإرشاد العقلائي الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي، وهو ما يسعى إليه البحث الحالي.

## منهج البحث :

استناداً إلى هدف البحث الحالي فإنّ الباحث استخدم المنهجين التاليين :

المنهج الاستنباطي ويعرفه فودة، وصالح بأنه: "المنهج الذي يقوم على دراسة النصوص بهدف استخراج مبادئ تربوية مدعمة بالأدلة الواضحة".<sup>(١)</sup>

المنهج التحليلي ويعرفه قلعجي بأنه: "المنهج الذي يُعنى بتحليل ما استقرأه الباحث من النصوص والأفكار".<sup>(٢)</sup>

ويستخدم هذان المنهجان لدراسة ما يتحصل عليه الباحث من نصوص حول نقد جزئيات نظرية الإرشاد العقلائي الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي من خلال الجمع والوصف والتحليل لها.

---

(١) فودة، حلمي، وصالح، عبد الرحمن. (١٩٨٨). المرشد في كتابة البحوث التربوية. بيروت: دار العلم للملايين، ص(٤٣).

(٢) قلعجي، محمد رواس. (١٩٩٦). طرق البحث في الدراسات الإسلامية. بيروت: دار النفائس، ص (١٩).

المبحث الأول : عرض نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي:<sup>(١)</sup>

ترجمة (ألبرت إليس) مؤسس نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي:

قامت هذه النظرية على يد مؤسسها ألبرت إليس المولود في عام (١٩١٣) في مدينة بتسبرغ في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، وشأن (إليس) في ذلك هو شأن أكثر علماء النفس ممن أسسوا نظرياتهم في العلاج والإرشاد النفسي، فقد تأثر (إليس) بالأزمات التي مرّ بها في حياته، بداية من إهمال أبيه وأمه، واضطراره إلى تحمل المسؤولية وتربية إخوته في سنّ مبكرة، كما عانى أيضاً من عدة أمراض منها مرض الكلى، والتهاب اللوزتين، أُدخِل إلى المستشفى تسع مرات وهو طفل بسبب أمراض الكلى، ثم أصيب بالبول السكري في عمر تسعة عشر عاماً، وبالسكري وهو في الأربعين من عمره، هذا بالإضافة إلى خجله الزائد في التحدّث أمام الآخرين بفترة المراهقة، ولكنه استطاع التخلص من هذه المشكلات فيما بعد.<sup>(٢)</sup> لقد عُرف عن (إليس) مقاومته لمرضه بشراسة ولم يخضع لمرضه رافضاً أن يكون صريعاً لهذا المرض؛ فحصل على درجة الماجستير في علم النفس الإكلينيكي من جامعة كولومبيا ١٩٤٣ وعلى الدكتوراه عام (١٩٤٧)، وعاش حياة حيوية ملؤها النشاط والقوة حتى وفاته في عمر ثلاثة وتسعين سنة.<sup>(٣)</sup>

وفي أثناء بحثه عن حل لمشكلاته اتجه إلى مدرسة التحليل النفسي لسيجموند فرويد عندما قرر أن يعمل بالتحليل النفسي،<sup>(٤)</sup> حيث آمن بأنّ المدرسة التحليلية هي الأعمق قياساً بمدارس علاجية أخرى، ولكنه شعر بالحيرة والإحباط من التقدّم البطيء من هذا النوع من العلاج، ولاحظ أنّ عملاءه يشعرون بالتحسّن بسرعة عندما يعيرون طريقة تفكيرهم عن أنفسهم وعن مشكلاتهم، ومن هنا تبلورت نظريته في الإرشاد والعلاج النفسي.<sup>(٥)</sup>

---

(١) يؤكّد الباحث هنا على أنّه سيعرض في هذا المبحث نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي كما وردت في أدبيات نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دون التطرق إلى نقدها الذي سيرجّؤه إلى المبحث الثاني.

(٢) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق. ص(٢٣٣)

(٣) جيراد، كوري. (٢٠١٣). النظرية والتطبيق في الإرشاد النفسي، ترجمة سامي الحفش، (ط٢)، الأردن: دار

الفكر، ص(٣٥١).

(٤) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٣٣)

(٥) جيراد، كوري، (٢٠١٣). مرجع سابق. ص(٣٥١)

كما يُعدّ (إليس) من أكثر الناشطين في حركة الإرشاد والعلاج النفسي وله أكثر من ٥٠٠ مقال ومجموعة من الأشرطة، والأفلام المسجلة، وحوالي ٤٧ كتاباً، كما عمل مستشاراً للتحليل في عدة مجالات علمية، وأسس معاهد متعددة لتدريب الباحثين وإجراء البحوث في مجال الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وأستراليا وغيرها، كما حصل على مجموعة من الجوائز في مجال الدراسات النفسية.<sup>(١)</sup>

### فلسفة النظرية:

تشير الأدبيات إلى أنّ الفكرة الأساسية لهذه النظرية قديمة جداً فقد تنبّه الفلاسفة اليونانيون منذ القدم إلى أنّ الطريقة التي تُدرك بها الأشياء وليس الأشياء نفسها هي التي تسم سلوكنا وتصفه بالاضطراب أو السواء.<sup>(٢)</sup>

### تعريف الإرشاد العقلاني الانفعالي:

هو نظرية من نظريات الإرشاد النفسي تستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة العملاء في التغلّب على ما لديهم من أفكار ومعتقدات خاطئة وغير عقلانية، والتي يصاحبها اضطراب في سلوك وشخصية الفرد، واستبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر عقلانية ومنطقية تساعده على التوافق مع المجتمع.<sup>(٣)</sup>

ويعدّ العلاج السلوكي العاطفي العقلاني (REBT) اختصاراً لـ Rational Emotive Behavior Therapy هو أول نسخة من المقاربات السلوكية المعرفية، ولا زالت إلى اليوم هي المقاربة المعرفية الرئيسية، وتشارك مع بقية المقاربات الأخرى في تكوينها الاتجاه المعرفي السلوكي بالإضافة إلى تأكيدها على التفكير، إصدار الأحكام، اتخاذ قرارات التحليل والممارسة العملية.<sup>(٤)</sup>

كما تعدّ هذه النظرية طريقة متكاملة للعلاج والتعلم وهي تستند إلى أرضية نظرية معرفية ادراكية، انفعالية، سلوكية، وهي تؤيد العلاج النفسي الإنساني والتعليمي، وأنّ أحد الأسس

(١) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٣٤).

(٢) المرجع السابق، ص (٢٣٣).

(٣) الحارثي، صبحي. (٢٠١٦). مرجع سابق، ص(١٦٢)

(٤) حيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص(٣٥٤)

هو أنّ مشاكل الإنسان تنتج من طريقة تفكيره ومعالجته لهذه الأحداث الخارجية ابتداءً من الفرضية القائلة أنّ عواطف وانفعالات الناس ناتجة عن عقائدهم وما يؤمنون به وعن تقييمهم للأموار وتعريفهم لها، وفلسفتهم في تفسيرها وليس من الأحداث نفسها.<sup>(١)</sup>

فالنظرية العقلية الانفعالية تركز على الجانب السلوكي والعقلي، وتقوم فلسفتها على أنّ التفكير والانفعال والسلوك تتداخل فيما بينها في علاقات السبب والنتيجة المتبادلة، وتفترض هذه النظرية أنّ التفكير يقرر السلوك، أي أنّ المشكلات التي يمر بها الأفراد تعزى إلى الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف، وترى هذه النظرية أنه ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار والانفعالات السلبية، وذلك بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقيًا وعقلانيًا.<sup>(٢)</sup>

وفي الجملة فقد جاء (إليس) ليكشف أنّ عدم التقدّم في إحراز نتائج طبية عائد إلى حقيقة أنّ المرضى كانوا يعيدون تأسيس أنفسهم على المبادئ اللاعقلانية التي اخترعوها وتعلموها في طفولتهم.<sup>(٣)</sup>

### الأفكار غير العقلانية:

يُقصد بالأفكار اللاعقلانية هي الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية والمطلقة التي تقف عائقاً أمام تحقيق الفرد لأهدافه، وتقوده إلى الاضطراب النفسي وقد حدد (إليس) أحد عشر فكرة غير عقلانية وجدها من أكثر الأفكار سيطرة على بعض الناس، وتؤدي بهم إلى الاضطراب النفسي وهذه الأفكار هي<sup>(٤)</sup>:

**الفكرة الأولى:** طلب الاستحسان: من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومقبولاً لبيئته ومن قبل كل المحيطين به.

(١) الزبود، نادر. (٢٠٠٨). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، عمان: دار الفكر، ص (٢٤٨).

(٢) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (٢٣٤).

(٣) الزبود، نادر. (٢٠٠٨). مرجع سابق، ص (٢٤٧).

(٤) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (٢٣٤-٢٤٠)، ضيف، حليلة، (٢٠١٥). مرجع سابق، ص ص

وهذه فكرة غير عقلانية؛ إذ يستحيل أن يكون الشخص محبوباً من جميع المحيطين به، فقطعاً سيوجد من لا يتقبله، ولا يعني ذلك فشله في علاقاته الاجتماعية، كما أنّ ذلك قد يكون مدعاة إلى المبالغة في طلب رضا الآخرين مما يسبب للفرد المتاعب المختلفة.

**الفكرة الثانية: ابتغاء الكمال الشخصي:** ينبغي أن يكون الشخص على درجة عالية من الكفاية والمنافسة والانجاز حتى يمكن اعتباره جديراً بكل شيء.

إن هذه الفكرة صعبة التحقيق، وإذا أصر الفرد على تحقيقها فقد يؤدي به ذلك إلى الاضطرابات النفسية والجسمية، وإلى الشعور بالنقص والعجز وإلى فقد الثقة بالنفس وإلى الحرمان من الاستمتاع بالحياة الشخصية. ويؤدي ذلك بالتالي إلى الشعور الدائم بالخوف من الفشل، أما الشخص العاقل فيجتهد بفعل الأفضل لذاته لكي يستمتع بالنشاط كغاية في ذاته وليس من أجل نتيجة.<sup>(١)</sup>

**الفكرة الثالثة: اللوم القاسي للذات وللآخرين:** بعض الناس يتصفون بالشر، والجبن ولذلك فهم يستحقون اللوم والتوبيخ والعقاب.

وهذه فكرة غير عقلانية؛ إذ أنّ الفرد ليس مسؤولاً عن معاقبة الآخرين فيما يصدر منهم من أفعال، والمفترض من الفرد أن يتوقع حصول الأذى من الآخرين؛ ولذا فقد دعا المنهج الإسلامي إلى تحمّل الأذى من الآخرين وكفّه عنهم.

**الفكرة الرابعة: توقع المصائب والكوارث:** من النكبات القوية أن تسير الأمور على غير ما يريد الفرد لها.

وهذه فكرة غير عقلانية؛ إذ أنّ الأمور لن تجري دائماً وفق ما يريد لها الفرد، والمصائب والكوارث في علم الغيب و لا ينبغي أن يشغل الإنسان بتوقع حصولها، وهنا تأتي قيمة التوكل على الله كإحدى القيم الإسلامية التي تساعد الفرد على تجاوز هذه الفكرة غير العقلانية.

**الفكرة الخامسة: التهور (اللامبالاة الانفعالية):** تنتج التعاسة من ظروف خارجية لا نملك القدرة على التحكم فيها

---

(١) بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق. ص(٢٣٣)

وهذه الفكرة (من وجهة نظر إليس) غير منطقية، فالأشياء الخارجية قد لا تكون مدمرة بذاتها، ولكن تأثر الفرد بها واتجاهاته نحوها وردود أفعاله تجاهها هو الذي يجعلها تبدو كذلك.

والمفترض أن يدرك الفرد أنّ التعاسة تأتي غالباً من داخله، وقد تأتي المضايقة من الخارج، إلا أنه يعترف أنه من الممكن تغيير ردود أفعاله نحوها بإعادة النظر فيها وتحديدتها عن طريق تغيير تصوراتها وتعبيراته الداخلية نحوها.<sup>(١)</sup>

**الفكرة السادسة: القلق الزائد: الأشياء الخطرة والمخيفة تعتبر سبباً للانشغال الدائم للفكر، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائماً وأن يستعد لمواجهتها.**

وهذه فكرة غير عقلانية؛ إذ أنه من المنطقي الانشغال البسيط بالأشياء الخطرة، لكن من غير المنطقي الانشغال الدائم بها؛ لأنّها قد تحدث وقد لا تحدث، كما أنّ التفكير الدائم بها لن يمنع من وقوعها.

**الفكرة السابعة: تجنّب المشكلات: الأسهل تجنب الصعوبات والمسؤوليات الشخصية عن أن تواجهها.**

وهذه غير فكرة غير عقلانية، إذ أنّ حل الصعوبات يكون بمواجهتها وليس بتجنّبها، كما أنّ تجنّب الصعوبات والمسؤوليات يعوّد الشخص على الاتكالية وعدم تحمل المسؤولية.

**الفكرة الثامنة: الاعتمادية: يجب أن يعتمد الإنسان على الآخرين، وأن يكون دائماً إلى جانبه شخص أقوى منه، يعتمد عليه.**

من المنطقي أن يحتاج الإنسان إلى من يعينه في أمور حياته، ولكن ليس من العقلانية أنّ يعتقد الإنسان أنّ حياته ستكون في خطر إذا لم يجد من يعتمد عليه، ومنها هنا رسّخ المنهج الإسلامي في نفوس أفراد الاعتماد على الخالق سبحانه والتوكل عليه وتفويض الأمر إليه.

**الفكرة التاسعة: الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي: إن الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر والمؤثرات الماضية لا يمكن استبعادها.**

---

(١) بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق. ص(٢٣٧)



وهذه فكرة غير عقلانية؛ إذ لا يمكن أن يكون الشخص حبيس الماضي ويفسد عليه حاضره، فالماضي لن يعود، والمفترض أن يستفيد الشخص من الأحداث الماضية في تجاوز المشكلات الحالية والمستقبلية، والشخص العاقل يدرك أنّ الماضي جزء هام في حياتنا، ولكنه يدرك أيضاً أنّ الحاضر يمكن تغييره عن طريق تحليل نتائج الماضي وإثارة التساؤلات حول بعض الأفكار المؤلمة المكتسبة التي تضطره إلى التصرف بطريقة مختلفة في الوقت الحالي.<sup>(١)</sup>

**الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الآخرين:** ينبغي على الفرد أن يحزن لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات.

وإن كان الباحث لا يوافق على عدم عقلانية هذه الفكرة مطلقاً؛ إذ أنّ المسلم يجب لأخيه ما يجب لنفسه، ويهتم لأمر الآخرين ويحزن لحزنهم، غير أنّه قد تكمن عدم عقلانية هذه الفكرة في حال أصبح الشخص يهتم بالآخرين أكثر من نفسه إلى درجة إهمال مشكلاته الشخصية.

**الفكرة الحادية عشرة: ابتغاء الحلول الكاملة:** هناك دائماً حل صحيح أو كامل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصل إليه، وإلا فإنّ النتائج سوف تكون مؤلمة. وهذه فكرة غير عقلانية؛ لأنّه لا يوجد حل ناجع لجميع المشكلات بشكل دائم، فقد تعترض الشخص مشكلة ويجد لها حلاً كاملاً، وقد تعترضه مشكلة أخرى فيجد لها حلاً جزئياً، وبالتالي فإنه من غير المعقول البحث عن الحلول الكاملة دائماً ولا يعني عدم وجودها أنّ النتائج ستكون مؤلمة.

وقد قسّم (إليس) تلك الأفكار اللاعقلانية إلى ثلاث مجموعات، وقد سُمّيت تلك المجموعات بالاحتميات الثلاث، وقد أشار (إليس) في كتاباته إلى أن الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية التي يعبر عنها العميل ويعتنقها، تندرج تحت ثلاث احتميات أساسية هي<sup>(٢)</sup>:

١- المطالب المتعلقة بالذات: هذه المطالب تظهر في عبارات مثل:

أ-إنني شخص غير كفاء، وليس لي أي أهمية.

ب-إنني يجب أن أعمل بطريقة جيدة، وأنال استحسان الآخرين المهمين من حولي.

(١) بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق. ص(٢٣٩)

(٢) الحارثي، صبحي. (٢٠١٦) مرجع سابق، ص(١٦٦).

٣- المطالب المتعلقة بالآخرين: وتظهر من خلال عبارات مثل:

أ- يجب أن يكون الآخرون من حولي ظرفاء، وتحت كل الظروف وطوال الوقت.

ب- يجب عليك أن تعاملني برفق وبعدل في كل الأحوال.

٣ - المطالب المتعلقة بالعالم وظروف الحياة:

وتنعكس من خلال العبارات التالية، وهي غالبًا ما تأخذ شكل الاعتقادات التالية:

أ- إن ظروف الحياة أقلّ من تلك الحياة التي يجب أن أعيش فيها تمامًا.

ب- إنني لا أستطيع تحمّل ظروف الحياة.

### أهداف النظرية:

في ضوء هذه النظرية يتعلم المسترشدون المهارات التي تزودهم بالأدوات لتحديد رفض معتقداتهم اللاعقلانية التي اكتسبوها، وحافظوا عليها من خلال التلقين الذاتي، فهم يتعلمون كيف يستبدلون الوسائل العقيمة في التفكير بأخرى فعالة وعقلانية، كنتيجة لذلك فهم يغيرون ردود أفعالهم الانفعالية للمواقف، كما تسمح العملية العلاجية للمسترشدين أن يطبقوا مبادئ العلاج العقلاني الانفعالي، ليس فقط للمشكلة الحالية ولكن أيضاً للكثير من مشاكل الحياة، أو مشاكل المستقبل التي يمكن أن يواجهوها.<sup>(١)</sup>

يشير (بلان ٢٠١٥) إلى أن الغرض الرئيسي في الإرشاد العقلاني الانفعالي هو التركيز على تعديل التفكير اللاعقلاني واستبداله بالتفكير العقلاني، مما يساعد في إزالة أو خفض النتائج السلوكية والانفعالية غير الصحيحة، ويحدد مجموعة أهداف لهذه النظرية:<sup>(٢)</sup>

١. خفض الاضطرابات النفسية والانفعالية إلى أقصى حد ممكن.

٢. تزويد المسترشد بطريقة تمكّنه من تحطّي أية اضطرابات نفسية مستقبلية من خلال إكسابه فلسفة أكثر عقلانية.

٣. استخدام العمليات العقلية وأساليب تعليم التفكير المنطقي خلال عملية الإرشاد.

٤. تعمل جاهدة من أجل أن تثبت للمسترشد أنه غير منطقي، وتوضح له العلاقة بين أفكاره غير المنطقية وبين ما يشعر به من تعاسة واضطراب.

(١) مقدادي يوسف. (٢٠١٥). الإرشاد النفسي نظرياته وطرقه، الرياض: قرطبة للنشر والتوزيع، ص (١١١)

(٢) بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٤٢-٢٤٣)

٥. تساعد المسترشد على أن يغيّر تفكيره ويتخلص من الأفكار غير المنطقية وتجعله يعمم وينتقل من مجرد التعامل مع مجموعة الأفكار غير المنطقية إلى الأفكار الأعم والأشمل.
٦. تُعدّ المسترشد لمواجهة أي أفكار أو معتقدات أخرى غير منطقية في المستقبل وتجنّبه بذلك الوقوع مرة ثانية في الاضطراب.

### النظرة إلى الإنسان من وجهة نظر النظرية:

تؤمن النظرية العقلانية الانفعالية أنّ الإنسان يولد ولديه إمكانية للتفكير العقلاني أو غير العقلاني، وأن لدى الناس استعداداً موروثاً من أجل المحافظة الذاتية، السعادة، التفكير، الكلام الحب، الاتصال، المشاركة مع الآخرين، النمو وتحقيق الذات لدى الناس، وأيضاً النزعة للدمار الذاتي، تجنّب التفكير، التفكير الخرافي، عدم التحمّل، الكمالية، لوم الذات وتجنّب تحقيق إمكانية النمو.<sup>(١)</sup>

فالعلاج العقلاني الانفعالي يؤمن ببديهة أن الإنسان غير معصوم عن الخطأ، وأن الناس ك مخلوقات سوف تستمر في عمل الأخطاء وبنفس الوقت يتعلمون كيف يعيشون بسلام مع انفسهم.<sup>(٢)</sup>

كما أنّه من الأفكار الأساسية عند (إليس) عن الإنسان أنّ هناك تشابكاً بين العاطفة والعقل، أو التفكير والمشاعر، حيث يميل البشر إلى أن يفكروا ويتعاطفوا ويتصرفوا في وقت واحد، ويقوم العلاج العقلاني الانفعالي على بعض التصورات والافتراضات هي:<sup>(٣)</sup>

- الإنسان عقلائي ولاعقلاني في آن واحد، وهو عندما يفكر ويتصرف بشكل عقلائي فإنه يكون فعالاً وسعيداً ونشطاً .

- يميل بعض الأفراد إلى استخدام بعض (الأساليب الدفاعية ضد أفكارهم وسلوكهم؛ وذلك حفاظاً على ذواتهم، بمعنى أنهم يميلون إلى عدم الاعتراف لأنفسهم او للآخرين بأن سلوكهم وتفكيرهم خاطئ وأكثر سلبية.

(١) مقدادي يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (١١٣)

(٢) مقدادي يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق ، ص (١١٤)

(٣) الحارثي، صبحي. (٢٠١٦). مرجع سابق ، ص(١٦٦)

- التفكير غير العقلاني مُتعلّم منذ سن مبكرة لدى الطفل من الأسرة، وثقافة المجتمع الذي يعيش فيه.

- التفكير والانفعال يمثلان وجهين لشيء واحد، فلا يمكن النظر إلى أحدهما بمعزل عن الآخر.

### كيف يحدث الاضطراب في ضوء نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي:

ترى هذه النظرية أنّ الكائن الإنساني لديه استعداد فطري لاكتساب الأفكار اللاعقلانية أو اكتساب الأفكار العقلانية، وأنه عن طريق الظروف الاجتماعية والحديث الخاص للذات (الحوار الداخلي) يعمل على زيادة الأفكار غير المنطقية وتطويرها، ومن ثم حدوث الاضطراب النفسي ولكن لدى الإنسان قدرة فائقة على التفكير بشكل عقلاي وتفادي حدوث الاضطرابات النفسية. (١)

إن الافتراض الأساسي في هذا الاتجاه (المعرفي السلوكي) هو أن الناس يسهمون بمشكلاتهم النفسية وبأعراض مرضية محددة، من خلال الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف الحياتية حيث تركز النظرية المعرفية السلوكية إلى حد كبير على الافتراض القائل بأن إعادة تنظيم الشخص سوف يقود بالنتيجة إلى إعادة تنظيم سلوكياته. (٢)

### معادلة إليس للاضطراب والعلاج: (٣)

قام (إليس) بوضع معادلة تشرح كيفية حدوث الاضطراب سماها (A B C) وأضاف لها (E F D) للدلالة على العلاج وشرحها كالتالي :

A (Activating event) الحدث البسيط.

B (Belief) المعتقد.

C (Emotional and Behavioral Consequences) النتائج السلوكية والانفعالية.

D (Disputing Intervention) المداخلة : تحديد الأفكار غير المنطقية ودحض

الأفكار أو تنفيذها.

(١) بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٤٦)

(٢) مقداي يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (١١٣)

(٣) جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص (٣٥٨)

E (Effect) الأثر ويعني تغيير معرّفي في نظام المعتقدات.

F (Feeling) الشعور الجديد.

وفكرة هذا المعادلة أنّ المشاكل النفسية تنتج عن طريق تفكير الناس بالأشياء، وهذا يعني أن نظام تفكير الشخص B هو الذي يؤدي إلى الانفعال C مثل الغضب والكآبة، وليس الحدث نفسه (A) <sup>(١)</sup> فإذا عاش الفرد تجربة الاكتئاب بعد الطلاق مثلاً، فقد لا يكون الطلاق هو بالذات الذي سبب الاكتئاب، وإنما معتقدات الشخص بأنه فاشل وأنه مرفوض هو السبب، ويعتقد إليس أنّ الأفكار حول كون الفرد مرفوضاً أو فاشلاً و هي (B) هي السبب الرئيسي في حدوث الاكتئاب ( وهو C ) وليس الحدث الحقيقي للطلاق (وهو A) <sup>(٢)</sup>

إنّ طريقة التفكير (B) هذه تتكون من نظامين اعتقاديّين:

الأول: يتكون من العقائد (الأفكار) العقلانية ومثال ذلك قول أحدهم (إنّه من سوء الحظ أن أطرّد من العمل لأنه سيكون من الصعب البحث عن وظيفة جديدة).

أما النظام الثاني: من الاعتقاد (التفكير) الذي يقود الى اضطرابات عاطفية فهو يتكوّن من العقائد اللاعقلانية ومثال عليه (كان يجب أن لا اطرّد ، إنه شيء رهيب وظالم، ستكون مصيبة إذا لم أجد عملاً فوراً). إنّ هذه المجموعة من الافكار اللاعقلانية وتوابعها والتي تشكل قاعدة الاضطرابات النفسية والعاطفية. <sup>(٣)</sup>

ويصر (إليس) على أنّ اللوم هو السبب الجوهري لمعظم الاضطرابات الانفعالية، ولذلك حتى تستطيع التخلص من الأمراض العصائية أو الاضطرابات في الشخصية فمن الأفضل التوقف عن لوم أنفسنا والآخرين، وبدلاً من ذلك فمن المهم أن نتعلم تقبّل أنفسنا بالرغم من عثراتنا، وأن نتذكر أننا بشر غير كاملي الصفات. <sup>(٤)</sup>

(١) الزبود، نادر. (٢٠٠٨). مرجع سابق، ص (٢٥٢)، وبلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق،

ص(٢٤٦)

(٢) جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص(٣٥٨)

(٣) الزبود، نادر. (٢٠٠٨). مرجع سابق، ص (٢٥٢)

(٤) جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص (٣٥٨)

## أساليب الإرشاد في ضوء نظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي:

تركز هذه النظرية على عملية تنفيذ المعتقدات (D) خلال جلسات الإرشاد في الحياة اليومية أيضاً، وتلقائياً يصل العملاء إلى (E) وهي النتيجة الفلسفية التي تتضمن جانباً عملياً، فيتشكل لدينا نظام من المعتقدات جديد فعّال ويتألف من استبدال الأفكار غير الصحيحة بأفكار صحيحة بدلاً منها، وإذا نجحنا في ذلك يظهر عندنا (F) وهي مادة جديدة من المشاعر وبدلاً أن نشعر بالقلق والاكتئاب بشكل خطير نشعر بالأسف والإحباط بشكل طبيعي وصحي طبقاً للموقف.<sup>(١)</sup>

وتتلخص عملية الإرشاد النفسي عند (إليس) لمعالجة اللامعقول بالمعقول ولأن البشر لهم إمكانيات أن يكونوا عقلانيين، فإن لديهم القدرة على تجنب أو الغاء معظم الاضطرابات الانفعالية من أن يفكروا بعقلانية وهذا ما يحدث في عملية الإرشاد.<sup>(٢)</sup> ويمرّ العلاج حسب رأي (إليس) بثلاث خطوات<sup>(٣)</sup>:

- ١ - الاكتشاف: تعليم المسترشد كيف يكتشف معتقداته اللاعقلانية، وخصوصاً الأحكام المطلقة المفزعة، والتي تؤدي إلى تدني مفهوم الذات.
  - ٢ - المناقشة: مناقشة المسترشد للخلل الوظيفي في معتقداته من خلال تعليمه الأسس المنطقية، طرح الأسئلة والمناقشة المستمرة لأعماله التي هي نتيجة معتقداته.
  - ٣ - التمييز: تعليم المسترشد التمييز بين المعتقدات العقلانية والمعتقدات اللاعقلانية.
- إضافة إلى ذلك فإنّ نظرية (إليس) تؤمن أنّ اللغة غير الدقيقة هي من أسباب تشوه العمليات الفكرية، فيتعلم العملاء أن استعمال مفردات الوجوب (يجب أن) يجب تجنبها واستبدالها بعبارات تدل على التفضيلات فبدل: (سوف يكون أمراً فظيماً إذا...) يتعلم العملاء أن يستبدلوا العبارة بـ (سوف يكون الأمر غير مريح إذا...) إنّ العملاء الذين يستخدمون أنماطاً لغوية تعكس العجز وجلد الذات بإمكانهم توظيف جمل وعبارات جديدة

(١) جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص (٣٦١)

(٢) بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (٢٤٤)

(٣) مقدادي يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (١١٨/١١٩)، جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص

تساعدهم على التفكير وأداء سلوكيات مختلفة، والنتيجة، يبدأون أيضاً بالشعور بشكل مختلف.<sup>(١)</sup>

ويضع (إليس) مخططاً لما يقوم به المرشدون في العلاج العقلي العاطفي:<sup>(٢)</sup>

١- تشجيع المسترشد على اكتشاف بعض الأفكار اللاعقلانية التي تثير السلوك المضطرب.

٢- توضيح الطبيعة اللا منطقية في تفكير المسترشد.

٣- استخدام المرح والفكاهة لمقاومة تفكير المسترشد اللاعقلاني.

٤- استخدام التحليل المنطقي لتقليل المعتقدات اللاعقلانية عند المسترشد.

٥- إطلاع المسترشد على الأثر السلبي لهذه المعتقدات، واطلاعه على كيفية الفصل بينها وبين المشاعر والسلوكيات المستقبلية المزعجة

٦- شرح كيفية أن هذه الأفكار سوف تعاد بعقلانية أكثر إذا استطاع أن يجربها على أسس ثابتة.

٧- تزويد المسترشد بالأسلوب العلمي في التفكير، مما يمكنه من إدراك الأفكار اللاعقلانية

وتقليلها سواء بالحاضر أو المستقبل، تلك الأفكار التي قد تؤدي للانتحار أو التفكير به.

٨- استخدام الأساليب الانفعالية والسلوكية في مساعدة المسترشد على تقليل مشاعر القلق لديه، وذلك من خلال تغيير مشاعره.

---

(١) جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص (٣٦٥)

(٢) مقدادي يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص (١٢٣)

## الانتقادات الموجهة إلى النظرية :

أولاً: إيجابيات النظرية :<sup>(١)</sup>

حظيت نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي بقبول كبير في أوساط المعنيين بالإرشاد والعلاج النفسي؛ وذلك نظراً لما تتمتع به من مزايا كثيرة من أبرزها:

١- إنَّ نظرية العلاج العقلاني الانفعالي ذات فلسفة واضحة، وهي منطقية، ومتكيفة مع الظروف والواقع، فهي تجعل الإنسان شيئاً مهماً، وبإمكانه أن يصنع سعادته، ويحقق ذاته، وأن ما يقوله لنفسه عن نفسه هو المحدد لنتائجها الانفعالية، وليست الأحداث نفسها هي المؤثرة فيه.

٢- يكتسب المسترشد في نهاية عملية الإرشاد فلسفة عقلانية للحياة.

٣- أسهمت في توضيح التفاعل بين الأفكار والمشاعر والتصرفات و أن أي تغيير في أحدها يؤثر ويغير النمطين الآخرين.

٤- تنوع الطرق الإرشادية التي يستخدمها الإرشاد العقلاني الانفعالي، وبالتالي اتساع دائرة الأشخاص الذين قد يؤثر بهم هذا النوع من الإرشاد وذلك عن طريق معرفة نوع الشخصية التي ينتمون إليها، والتعامل معهم وعلاجهم بالأسلوب المناسب.

٥- يستطيع المسترشد من خلال الإرشاد العقلاني الانفعالي أن يكتسب طرقاً وأفكاراً جديدة يستطيع من خلالها مواجهة الأفكار اللامنطقية والخطئة التي كان يؤمن بها وبالتالي تجنب الوقوع بها مرة أخرى المستقبل.

٦- من خلال الأفكار اللاعقلانية التي طرحها إليس يتمكن الشخص من التعرف على أكثر الأفكار التي تمر في ذهن الفرد أو يفكر بها دون أن يعلم بأنها غير منطقية وبالتالي وقّف هذه الأفكار قبل أن تتطور وتصبح واقعية.

---

(١)جيراد، كوري. (٢٠١٣). مرجع سابق، ص(٣٥٦) ، الحارثي، صبحي. (٢٠١٦) مرجع سابق، ص(١٧٨)،

بلان، كمال. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٥٠)، الزبود، نادر. (٢٠٠٨). مرجع سابق، ص (٢٦٩).



٧- تأكيدها على الوسائل العلاجية المتكاملة التي تتضمن الادراك (المعرفة) والسلوك والعواطف.

٨- تأكيدها على أن الحوادث الماضية ليست هي التي تسبب للشخص الانفعالات بل نظرة الإنسان إلى تلك الحوادث وأفكاره عنها هي التي تسبب له المتاعب.

٩- تأكيدها على الوظائف البيئية العملية والسلوكية.

١٠- يعتبر أسلوباً مثاليًا لتغيير المعتقدات غير العقلانية وغير المنطقية، وإبدالها بأخرى عقلانية ومنطقية

١١- يحصن العميل ضد الأفكار غير العقلانية التي قد يتعرض لها مستقبلاً.

### ثانياً: سلبيات النظرية:<sup>(١)</sup>

مع ما تميزت به هذه النظرية من إيجابيات إلا أنها في المقابل وُجِّهت لها عدة انتقادات من أبرزها:

١- أنّ الفكرة الأساسية التي قامت عليها النظرية وهي الأفكار اللاعقلانية غير واضحة فلا يوجد ضابط واضح للحكم على الأفكار كونها عقلانية أو غير عقلانية، ويؤكد الشناوي على ذلك بقوله: "وإذا كان محور الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي هو التعرف على الأفكار غير المنطقية لإحلال أفكار منطقية محلها فإنّ لنا أن نتساءل عما هو المعيار الذي يبيّن عليه المرشد أو المعالج حكمه على منطقية أو عدم منطقية أفكار المسترشد، هل هو معيار موضوعي متفق عليه؟ أم هو معيار غير موضوعي؟ إنه بلا شك معيار شخصي، خاصة إذا عرفنا أن (إيليس) قد استبعد جانب الدين من فكره حول الشخصية أو العلاج، وهذا من وجهة نظرنا يضعف موقف نظرية العلاج العقلاني الانفعالي حيث يجعلها أسلوباً أكثر ارتباطاً بنسق تفكير المرشد الذي يحاول بدوره أن يفرضه على المسترشد ويقنعه به. أما إذا كان المعيار الذي نحكم به على التفكير بعدم الملائمة معياراً

---

(١) الشناوي، محمد محروس. (د.ت). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب: مصر، ص(١٢١)، الحارثي، صبحي، (٢٠١٦). مرجع سابق، ص(١٧٨)، ، بلان، كمال يوسف. (٢٠١٥). مرجع سابق، ص(٢٥١)، الزبيد، نادر. (٢٠٠٨). مرجع سابق، ص (٢٧٠).

- موضوعياً (مثلاً معيار الدين، فإن الأمر لن يختلف في التطبيق بين معالج ومعالج أو بين مرشد ومرشد"<sup>(١)</sup>)
- ٢- الإرشاد العقلاني الانفعالي مُباشِر بدرجة كبيرة يُخضع الفرد للإرشاد دون مراعاة لمعتقداته ومفاهيمه.
- ٣- قد يتطوّر بعض المعالجين وبيالغون، فيصبح عملهم أشبه بعملية غسيل الدماغ.
- ٤- العلاقة الإرشادية هي علاقة مدرس وطالب، وبالتالي فهو لم يؤكد على تكوين علاقة حسنة مع المسترشدين انطلاقاً من أنّ مشكلتهم تكمن في اعتقادهم أنه ينبغي أن يلقوا الحب من الآخرين، في الوقت الذي لا يحتاجون إليه فعلاً.
- ٥- تُعلّم هذه الطريقة المسترشدين أن يعتمدوا على المرشد، أي أن (إليس) لا يعطي المسترشد دوراً كبيراً في عملية الإرشاد.
- ٦- الهجوم المباشر على اتجاهات المسترشد يعتبر تهديداً له وهذا الأمر يزيد من مقاومة المسترشد ويجعل التغيير صعباً إن لم يكن مستحيلًا.
- ٧- عدم جدوى هذه الطريقة مع حالات الأطفال أو مع حالات التخلف العقلي والحالات شديدة الاضطراب لاعتمادها على الاستبصار والتفسير.
- ٨- وجود الكثير المقاومة من قبل المسترشد لأن الإنسان بطبيعته يناضل ويكافح من أجل الحفاظ على أفكاره والمواقف التي يؤمن بها ولا يسمح بذلك في جو من المواجهة المباشرة.
- ٩- اعتبر (إليس) أن العواطف والانفعالات ثانوية، وأعطى الأولوية للعقل في حين أن الإنسان خليط من المشاعر والعواطف والحكمة والعقل، وهناك مواقف مختلفة في الحياة تحتاج تارة إلى استخدام المشاعر، وتارة أخرى إلى استخدام العقل، لذلك لا يجوز تفضيل أحدهما على الآخر.
- ١٠- لأنها تريد حل المشكلة عن طريق مجابهة العميل ومصارحته التامة فإنها بذلك قد تُسبّب له الأذى النفسي أكثر من أن تعالجه.

(١) الشناوي، محمد محروس، (د.ت) مرجع سابق، ص(١٢١)

المبحث الثاني: نقد النظرية في ضوء المنهج الإسلامي :

أولاً : نقد نظرة الإرشاد العقلاني الانفعالي إلى الإنسان:

بخلاف بقية النظريات فإن هذه النظرية لم تتطرق إلى مدى خيرية الإنسان من عدمها، فليس الإنسان شريراً كما في نظرية التحليل النفسي لفرويد، وليس خيراً كاملاً الخيرية كما في نظرية روجرز، وليس خالياً من الخير والشر كما في النظرية السلوكية.

ولعل مردّد ذلك أنّ (إليس) ركّز نظريته على الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقة ذلك بالسلوك والاضطراب، على اعتبار أنّ الاضطراب مردّه إلى التفكير غير العقلاني، وأنّ طريقة تفكير الإنسان هي المسؤولة عن شعور الإنسان بالسعادة أو الاضطراب.

ومن هذا المنطلق فإنّ هذه النظرية تنظر إلى الإنسان على أنّه يتصف بصفتين أساسيتين: الأولى: الفرد لديه استعداد فطري للتفكير بطريقة عقلانية والتفكير بطريقة غير عقلانية، ونتيجة لذلك فهو لديه الاستعداد للمحافظة على ذاته، والشعور بالسعادة، والحب، والتواصل مع الآخرين، وفي المقابل لديه استعداد فطري لعكس ذلك.

الثانية: الإنسان غير معصوم من ارتكاب الأخطاء، ونتيجة لذلك فإنّ لوم الفرد لنفسه على أخطائه ولوم الآخرين له عامل رئيس في حدوث الاضطراب النفسي. وعند التأمل في الصفة الأولى: (الاستعداد الفطري للتفكير بطريقة عقلانية وغير عقلانية) وإخضاعها للنقد في ضوء المنهج الإسلامي، يُلاحظ أمران :

الأمر الأول: أنّها أقرّت بحرية الإنسان في اختيار طريقة التفكير التي يريد وحرية السلوك:

إنّ هذه الحرية في التفكير التي منحها (إليس) للإنسان موجودة في المنهج الإسلامي، فالإسلام يمنح الشخص الحرية في تعاطيه مع الأمور اليومية، إلا أنّها حرية منضبطة بضوابط الشرع وليست على إطلاقها وقد أعطى الله عز وجل الإنسان إرادة ومشئئة يستطيع عن طريقها إدراك الخير من الشر، قال تعالى: ﴿أَأَجْرٌ بِالْأَعْمَالِ﴾ [البقرة: ١٠] أي طريق الخير والشر، ويقول

تعالى : ﴿أَأَجْرٌ بِالْأَعْمَالِ﴾ [البقرة: ٢ - ٣]

قال الرازي - رحمه الله - قوله تعالى: "إنا هديناه السبيل أخبر الله تعالى أنه بعد أن رُكِّبَهُ وأعطاه الحواس الظاهرة والباطنة بيّن له سبيل الهدى والضلال، والآية دالة على أن إعطاء الحواس كالمقدّم على إعطاء العقل، والأمر كذلك؛ لأن الإنسان خُلِقَ في مبدأ الفطرة خالياً عن معرفة الأشياء، إلا أنه أعطاه آلات تعينه على تحصيل تلك المعارف، وهي الحواس الظاهرة والباطنة، ... ومن قال: المراد من كونه سمياً بصيراً هو العقل، قال: أنه لما بيّن في الآية الأولى أنه أعطاه العقل بيّن في هذه الآية، أنه إنما أعطاه العقل ليبيّن له السبيل ويظهر له أن الذي يجب فعله ما هو والذي لا يجوز ما هو"<sup>(١)</sup>

### الأمر الثاني: أنها اختزلت الإنسان في الجانب العقلي وجانب التفكير تحديداً:

"وقد تكون هذه المدرسة قد ارتقت بالإنسان في سُلّم النظرة إليه عما سبقها من نظريات؛ إذ قدّرت للعقل أهميته، ولكن مرة أخرى أين المشاعر؟ ومرة أخرى العقل من أين وإلى أين وماذا يحكمه أو يهيمن عليه؟ وهل كل حياة الإنسان عمليات عقلية"<sup>(٢)</sup>

وهذه النظرة إلى الإنسان مع ما فيها من صواب إلا أنها لا تتوافق مع التصور الإسلامي للفرد، فاختزال الإنسان في جانب واحد وهو جانب التفكير فقط يعدّ قصوراً واضحاً في تصوّر كينونة الإنسان الذي يتكوّن من جسد وعقل وروح حسب رؤية المنهج الإسلامي. إنّ نظرة التربية الإسلامية إلى الإنسان تتميّز بشموليتها وتكاملها وواقعيتها، و المقصود بوصف التربية الإسلامية بأنها شاملة متكاملة، أي عنايتها بالجانب الروحي، والعقلي، والوجداني، و الأخلاقي، الاجتماعي، والجسدي في تكوين الشخصية الإنسانية، وفق معيار الاعتدال، و الاتزان، فلا إفراط في جانب دون غيره، ولا تفريط في جانب لحساب آخر، وهي بذلك تركز على تنشئة الإنسان الصالح بدون قيود الزمان، أو المكان، و هي بهذا

(١) الرازي، محمد. (٢٠٠٠). مفاتيح الغيب أو التفسير الكبير، (ط٣)، بيروت: دار إحياء التراث العربي،

(٧٤١/٣٠)

(٢) الشناوي، محمد. (٢٠٠١). بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب،

القاهرة. ص(١٣٨).

الهدف الخلاق فاقت التربية الحديثة التي تنشأ تكوين المواطن الصالح حسب معايير البيئة التي يعيش فيها، أو العصر الذي يحيا فيه.<sup>(١)</sup>

والآيات القرآنية والأحاديث النبوية في معنى التوازن كثيرة جداً وفيها الدلالة على أهمية الاعتدال في تنمية الروح والبدن وكونه من التكليف، لما في العدول عنه من تغيير الهدف الذي خلّق الخلق له فكانت سنة الهادي البشير صلى الله عليه وسلم تدعو إلى ذلك التوازن؛ لأنّ من خلاله تتحقق القوة الحسية والمعنوية ولا بد لأحدهما من الآخر... و المراد من هداية السبيل خلق الدلائل، وخلق العقل الهادي وبعثة الأنبياء وإنزال الكتب، كأنه تعالى قال: خلقتك للابتلاء ثم أعطيتك كل ما تحتاج إليه ليهلك من هلك عن بينة وليس معناه خلقنا الهداية، ألا ترى أنه ذكر السبيل، فقال: هديناه السبيل أي أريناه ذلك.<sup>(٢)</sup>

فالمنهج الإسلامي يرى في الإنسان الجانب الروحي وهو المكوّن الأهم للإنسان ومما يتميز به المنهج الإسلامي عن غيره من المناهج، وهذا الجانب تتم نميته عن طريق ربط الفرد بخالقه وسدّ الفراغ الروحي الذي يعاينه الأفراد في حياتهم، يقول ابن تيمية - رحمه الله - : " فإذا تدبّر الإنسان حال نفسه، وحال جميع الناس، وجدهم لا ينفكون عن هذين الأمرين: لا بد للنفس من شيء تطمئن إليه وتنتهي إليه محبتها وهو إلهها، ولا بد لها من شيء تثق به وتعتمد عليه في نيل مطلوبها وهو مستعانها"<sup>(٣)</sup>

ويقول السّقاريني - رحمه الله - مؤكداً هذه القضية: " وقد جاءت الرسل وأنزلت الكتب بتقرير ما استودع سبحانه في الفطر والعقول من ذلك وتكميله وتفصيله وزيادته حسناً إلى حسن، فاتفقت شريعته وفطرته وتطابقا وتوافقا، فعبده عباده وأحبوه ومجّدوه بداعي الشرع، وداعي الفطرة والعقل، فاجتمعت لهم الدواعي ودعتهم إلى وليّهم وإلههم وفاطرهم، فأقبلوا

---

(١) الزنتاني، عبد الحميد. (١٩٩٣). أسس التربية الإسلامية في الأحاديث النبوية، (ط٢) ليبيا: الدار العربية للكتاب، ص (١١).

(٢) عبد الحميد، علي. (١٩٩٤). التصفية والتربية وأثرهما في استئناف حياة الأمة، (ط٢)، الأردن: دار التوحيد، ص (٢٠).

(٣) ابن تيمية، أحمد. (١٩٩٦). مجموع فتاوى شيخ الإسلام، المملكة العربية السعودية: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف. (٣٥/١).

إليه بقلوب سليمة لم يعارض خبره عندهم شبهة توجب ريباً وشكاً، ولا أمره شهوة توجب رغبتها عنه وإيثارها سواه. (١)

ويرى المنهج الإسلامي كذلك في الإنسان الجانب الجسدي، ويتعامل معه بواقعية فالجسد ليس ملكاً للإنسان يفعل فيه ما يشاء، فلا يحق له تحميل الجسد ما لا يطيق حتى لو كان لغرض العبادة، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: دخل النبي صلى الله عليه وسلم فإذا حبل ممدود بين السارين، فقال: " ما هذا الحبل؟ " قالوا: هذا حبل لزئب، فإذا فترت، تعلق، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: " لا، حلوه، ليصل أحدكم نشاطه، فإذا فتر فليقعد" (٢)

قال ابن حجر - رحمه الله -: " وفيه الحث على الاقتصاد في العبادة والتعمق فيها والأمر بالإقبال عليها بنشاط" (٣)

والمنهج الإسلامي يرى في الإنسان الجانب العقلي، فيدعو إلى المحافظة عليه سواءً من الأخطار المادية مثل المسكرات والمخدرات، أو من الأخطار الفكرية فيدعو دوماً إلى إعماله عن طريق التفكير والتفكير المستمر.

كما أنّ المنهج الإسلامي يتعامل مع الانفعالات التي تعترى الإنسان تعاملًا واقعيًا انطلاقاً من بشرية الإنسان وأنه عُرضة للانفعالات السلبية ولا لوم عليه في ذلك بشرط مدافعتها وأن لا ينساق خلفها، فحين يقع البغض في نفس المؤمن - ولا بد - فإنّ المسلم مأمور في هذه الحالة أن يسارع إلى إزالته من صدره؛ حتى لا يتغلغل في نفسه فيفسدها عليه، ويقوّض أركان المحبة الإيمانية التي تسود المجتمع المسلم، يقول النبي صلى الله عليه وسلم: " لا يحل

---

(١) السفاريني، أحمد. (١٩٨٩). لوامع الأنوار البهية وسواطع الأسرار الأثرية، (ط٣)، سوريا: المكتب الإسلامي، (١/٣٥٤)

(٢) أخرجه البخاري في كتاب التهجد، باب ما جاء في النهي عن التشديد في العبادة، حديث رقم (١١٥٠) وأخرجه مسلم في كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب فضيلة العمل الدائم، حديث رقم (٢١٩).

(٣) ابن حجر، أحمد بن علي. (١٩٨٨). فتح الباري بشرح صحيح البخاري. (ط٢). القاهرة: دار الريان (٣/٤٥)

لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث ليال ، يلتقيان فيعرض هذا ، و يعرض هذا، و خيرهما الذي يبدأ بالسلام" (١)

وإذا كان البغض انفعال لا بد أن يعتري الإنسان، فإن المسلم يجعل بغضه في أمر سام، فالمؤمن الصادق لا مكان للكره والحقد في قلبه بسبب أعراض الدنيا الفانية، وإنما يكره الله ويغض الله، فهو يكره أن يعتدي أحد على حق من حقوق الله ويكره أن يرى أحداً يظلم الناس أو يفسد في الأرض أو يسفك الدماء بغير حق. (٢)

يقرر شيخ الإسلام ابن تيمية - رحمه الله - مبدأ تسامي المسلم بانفعالاته بقوله: "و المقصود أنّ الحسد مرض من أمراض النفس ، وهو مرض غالب فلا يكاد يخلص منه إلا القليل من الناس ، ولذا يقال: ما خلا جسد من حسد ، و لكن اللئيم يبيده و الكريم يخفيه" (٣)

### ثانياً: نقد نظرة الإرشاد العقلاني الانفعالي في كيفية حدوث الاضطراب:

تقدّم رأي (إليس) أنّ الاضطراب النفسي يحدث نتيجة لوجود أفكار غير عقلانية لدى الفرد، وأنّ اللوم سبب رئيس كذلك لحدوث الاضطراب النفسي، وسيتناول الباحث هاتين المسألتين بالنقد في ضوء المنهج الإسلامي:

#### ١ - التفكير العقلاني وغير العقلاني في ضوء المنهج الإسلامي:

لقد كرّر (إليس) كثيراً وصف الأفكار بالعقلانية، أو غير العقلانية، والمراد بها الفكرة المنطقية المقبولة، والفكرة غير العقلانية هي الفكرة غير المنطقية أو غير الواقعية، وليس المقصود العقل في مقابل الجنون أو الذهان، وليس المقصود كذلك بالعقلانية المذهب الفكري الذي يعتمد العقل في إثبات الأشياء حتى لو عارضت الوحيين.

---

(١) أخرجه مسلم ، في كتاب البر و الصلة و الآداب ، باب تحريم الهجر فوق ثلاث بلا عذر شرعي ، حديث رقم (٢٥٦٠)

(٢) الزهراني، مسفر.(٢٠٠١). التوجيه و الارشاد النفسي في القرآن الكريم و السنة النبوية، الرياض: ص (١٤٤).

(٣) ابن تيمية، أحمد. (١٩٩٦). مرجع سابق، (١٠/١٢٥).

والمطالع لما دونه العلماء المسلمين حول العقل والفكر لا يجد لفظه (التفكير العقلاني وغير العقلاني) صريحة في كتاباتهم، إلا أنه توجد بعض الإشارات إلى ذلك تحت مصطلحات أخرى مثل (العقل المكتسب) و (الفكر)، فالماوردي - رحمه الله - يُقسّم العقل إلى قسمين: غريزي ومكتسب، فالغريزي هو العقل الحقيقي، وهو الذي يتعلق به التكليف، وأما المكتسب فهو نتيجة العقل الغريزي وهو "ثقابة المعرفة وصحة السياسة ورصانة الفكر وليس لها حد؛ لأنه ينمي إن استعمل وينقص إن أهمل"<sup>(١)</sup>

ويشير الماوردي - رحمه الله - إلى كيفية تنمية هذا النوع من العقل ويجدّ طريقين لذلك:  
الأول: كثرة الاستعمال وكثرة التجارب ومعايشة الأمور.

الثاني: "قد يكون بفرط الذكاء وحسن الفطنة وذلك جودة الحدس في زمان غير مهمل للحدس"<sup>(٢)</sup>.

وكلا الطريقتين يتعلق بالتفكير العقلاني، فكثرة استعمال العقل في التفكير العقلاني يؤدي إلى زيادته، وهذا ما يقوم به المرشد في ضوء هذه النظرية، حيث يقوم بتعليم العميل كيفية التفكير بطريقة عقلانية من خلال الواجبات المنزلية، ولا شك أنّ كثرة الممارسة لهذا النمط من التفكير يساعد العميل على تجاوز الصعاب وبالتالي التفكير بطريقة عقلانية في المواقف الجديدة.

وأما مصطلح الفكر فيعرفه الجرجاني بأنه: ترتيب أمور معلومة للتأدي إلى مجهول"<sup>(٣)</sup> فلاستدلال بأمور معلومة حتى تصل إلى نتيجة تكشف لك المجهول هو شكل من أشكال التفكير العقلاني.

وأوضح من هذا في الإشارة إلى التفكير العقلاني تعريف السّفاريني - رحمه الله - للتفكر بأنه: "إحضار معرفتين في القلب يستثمر منهما معرفة ثالثة، ومثال ذلك: رجل أحضر في قلبه العاجلة، وعيشها، ونعيمها، وما تقتزن به من الآفات، وانقطاعه، وزواله، ثم أحضر في قلبه الآخرة، ونعيمها ولذتها ودوامه، وفضله على نعيم الدنيا، وحزم بهذين العمليين، أثمر

(١) الماوردي، علي. (٢٠١٩). أدب الدين والدنيا، دار المنهاج: ص(٤٢).

(٢) المرجع السابق نفس الصفحة.

(٣) الجرجاني، علي. (١٩٨٥) التعريفات، بيروت: مكتبة لبنان. ص١٧٦.









ذهبوا إليه بمجرد تقليد الآباء والأسلاف، وإنما ذكر تعالى هذه المعاني في معرض الذم والتهجين، وذلك يدل على أن القول بالتقليد باطل<sup>(١)</sup>

كل هذا يجعل من المنهج الإسلامي منهجاً قائماً على تكريس التفكير العقلاني لدى أفرادهم، فالفرد المسلم قد تعود على هذا النمط من التفكير في بناء القناعات، وهذا ينسحب على التفكير في أمور الحياة اليومية.

## ٢- اللوم وعلاقته بالاضطراب النفسي:

تقدم أنّ (إليس) يرى أنّ الإنسان غير معصوم من الوقوع في الخطأ، وأنّ أكثر ما يسبب الاضطراب هو لوم الإنسان لنفسه أو لوم الآخرين له بسبب وقوع في الأخطاء، فالإنسان لا يتقبل وقوعه في الخطأ، وكذا الآخرون لا يتقبلون وقوع الخطأ منه وبالتالي يجد نفسه مطالباً بالكمال دائماً وهذه نظرة غير عقلانية تؤدي إلى الاضطراب النفسي.

والباحث يرى أنّ هذه النظرة لا تتعارض مع نظرة الإسلام إلى الإنسان؛ فمن المعلوم أنّ الإنسان عرضة للوقوع في الأخطاء ومن هنا تأتي واقعية المنهج الإسلامي في التعامل مع هذه الفكرة غير العقلانية فمن المنطقي أن يقع الإنسان في الخطأ وذلك دليل على إنسانيته وليس دليلاً على فشله.

وقطعاً فلم يقصد (إليس) العصمة من الوقوع في الذنوب لأنّ هذا موجود في الإسلام فقط، ولكن المقصود أن الإنسان تقع منه هفوات ويرتكب أخطاء فمن الناس من يبالغ في لوم نفسه، ولوم الآخرين على هذه الأخطاء، ويظل حبيسها مما يؤثر على اتزانه النفسي.

والمطالع لسيرته صلى الله عليه وسلم، وكيفية تعامله مع أخطاء أصحابه يدرك تماماً عمق المنهج الإسلامي ومراعاته لخصائص الأفراد الانفعالية ومحافظته على الاتزان النفسي للأفراد المسلمين؛ فلم يكن اللوم والتقريع من منهجه صلى الله عليه وسلم في عتابه لأصحابه، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: "عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: لم يكن النبي

(١) الرازي، محمد، مرجع سابق (٢٧/٦٢٨)

صلى الله عليه وسلم سبباً، ولا فحاشاً، ولا لعناً، كان يقول لأحدنا عند المعتبة: ما له ترب جبينه" (١)

ويصوّر أنس - رضي الله عنه - الصورة التي كان يتعامل بها النبي صلى الله عليه وسلم مع الآخرين فيقول عن نفسه: "خدمت رسول الله صلى الله عليه وسلم تسع سنين، فما أعلمه قال لي قط: لم فعلت كذا وكذا؟ ولا عاب علي شيئاً قط" (٢)

إنّ هذا التصرف منه صلى الله عليه وسلم لم يكن عارضاً في مواقف بسيطة بل كان منهجاً له صلى الله عليه وسلم لاحظه أنس لمدة تسع سنين، يقول ابن حجر - رحمه الله - عند شرح هذا الحديث: "ويستفاد من هذا ترك العتاب على ما فات، لأن هناك مندوحة عنه باستئاف الأمر إذا احتيج إليه، وفائدة تنزيه اللسان عن الزجر والذم واستئلاف خاطر الخادم بترك معاتبته" (٣)

وفي أمودج آخر يتجلى حُسن تعامله صلى الله عليه وسلم مع أخطاء أصحابه، ويُعبده عن لومهم، ومدى مساعدته لهم على البناء النفسي من جديد وتجاوز الاضطراب النفسي، ففي قصة حاطب بن أبي بلتعة (٤) يقول علي بن أبي طالب: بعثني رسول الله صلى الله عليه وسلم أنا والزيبر، والمقداد بن الأسود، قال: "انطلقوا حتى تأتوا روضة خاخ، فإن بها ظعينة، ومعها كتاب فخذوه منها"، فانطلقنا تعادى بنا خيلنا حتى انتهينا إلى الروضة، فإذا نحن بالظعينة، فقلنا أخرجي الكتاب، فقالت: ما معي من كتاب، فقلنا: لتخرجن الكتاب أو لنلقين الثياب، فأخرجته من عقاصها، فأتينا به رسول الله صلى الله عليه وسلم، فإذا فيه من حاطب بن أبي بلتعة إلى أناس من المشركين من أهل مكة يخبرهم ببعض أمر رسول الله صلى الله عليه وسلم، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "يا حاطب ما هذا؟"، قال: يا رسول

(١) أخرجه البخاري في كتاب الأدب، باب لم يكن النبي صلى الله عليه وسلم فاحشاً ولا متفحشاً، حديث رقم (٦٠٣١)

(٢) أخرجه البخاري في كتاب الأدب، باب حُسن الخلق والسخاء وما يكره من البخل، حديث رقم (٦٠٣٨).

(٣) ابن حجر، أحمد. (١٩٨٨). مرجع سابق. (٤٧٥/١٠)

(٤) أخرجه البخاري في كتاب الجهاد والسير، باب الجاسوس، حديث رقم (٣٠٠٧) ومسلم في كتاب فضائل

الصحابة، باب من فضائل حاطب بن أبي بلتعة وأهل بدر رضي الله عنهم، حديث رقم (٢٤٩٤)

الله، لا تعجل علي إني كنت امرأ ملصقاً في قريش، ولم أكن من أنفسها، وكان من معك من المهاجرين لهم قرابات بمكة يحمون بها أهليهم وأموالهم، فأحبيت إذ فاتني ذلك من النسب فيهم، أن أتخذ عندهم يداً يحمون بها قرابتي، وما فعلت كفوفاً ولا ارتداداً، ولا رضاً بالكفر بعد الإسلام، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لقد صدقكم"، قال عمر: يا رسول الله دعني أضرب عنق هذا المنافق، قال: "إنه قد شهد بدراً، وما يدريك لعل الله أن يكون قد أطلع على أهل بدر فقال: اعملوا ما شئتم فقد غفرت لكم"

فتأمل في تصرف النبي صلى الله عليه وسلم مع حاطباً - رضي الله عنه - بدلاً من لومه ناقشه في فعله، واستقصى عن الفكرة غير العقلانية التي دفعته إلى هذا التصرف، إنّ الفكرة غير العقلانية التي دفعت حاطباً إلى هذا الفعل هي اعتقاده أنه في حال تقديم خدمة جليلة لقريش فإنّ ذلك سيوفر لأسرته الأمن والأمان، وغاب عن ذهنه الفكرة العقلانية وهي حفظ سر المسلمين، وطاعة الله وطاعة رسوله صلى الله عليه وسلم، وأنّ الله هو الحافظ لأسرته.

لقد راعى النبي صلى الله عليه وسلم الطبيعة البشرية لحاطب - رضي الله عنه - وسارع إلى تذكيره بالنواحي الإيجابية في حياته، وأبرزها كونه شهد بدراً فانطلق النبي صلى الله عليه وسلم ملتمساً له العذر وفتحاً له الباب على مصراعية للعودة إلى التوازن النفسي الذي قد يختل عنده بسبب هذه الفعلة.

وهكذا يجب أن يعمل المرشد في ضوء المنهج الإسلامي فيقوم بإعادة التوازن النفسي للمسترشد والعمل على توافقه مع ذاته، وتصحيح نظرتة عن نفسه.

كما أنّ في هذا تعليم لأتمته أنّ الأخطاء التي تقع فيها مهما بلغت فلا يعني أن تشوه صورتنا عن أنفسنا، وتدفعنا إلى الاضطراب النفسي، وتُوجد لدينا أفكاراً غير عقلانية عن الحياة.

إنها واقعية المنهج الإسلامي وتعامله مع الأخطاء ومساعدة الأفراد على تجاوزها وهذا ما تنادي به نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي، وهو ما يرسخه المرشد لدى العملاء في ضوء هذه النظرية.

وعندما رأى النبي صلى الله عليه وسلم تقصيراً من ابن عمر - رضي الله عنه - في النوافل وأراد أن يلفت نظره إلى ذلك لم يقوم بلومه على التقصير بلفظ صريح، وإنما ذكر النواحي

الإيجابية التي عنده وأثنى عليه فقال: "نعم الرجل عبد الله لو كان يقوم الليل"<sup>(١)</sup> لقد أوصل له وجه القصور الذي عنده دون لومه لما قد يسببه ذلك من ألم نفسي.

إنّ هذا المبدأ في النظرة إلى الإنسان من شأنه أن يسهم بشكل فاعل في تنمية شخصية الفرد ووقايته من الاضطراب ففشل الشخص في جانب من جوانب الحياة لا يعني فشله الدائم ولا يجب أن يسبب له القلق والاضطراب لأن باب إصلاح الأخطاء مفتوح والإنسان بطبيعته الوقوع في الأخطاء وبهذا يتحقق الاطمئنان النفسي للفرد فلا يصح تحميله أو تحميل نفسه ما لا يطيق من اللوم والتقريع.

ولا يلام الإنسان على خطأه فهذه طبيعة البشر لكن الحل الأمثل هو العمل على تزكية النفس وتجاوز هذه الأخطاء، وعدم الحكم على الإنسان بأنه فاشل أو شرير لمجرد خطأ وقع فيه وهذه واقعية المنهج الإسلامي.

**ثالثاً: نقد أساليب الإرشاد لنظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في ضوء المنهج الإسلامي:**

يعتمد المرشد في ضوء هذه النظرية على أسلوب رئيس هو تحديد الأفكار غير العقلانية ثم مهاجمتها، وتفنيدها ثم بناء أفكار عقلانية مكانها، وهنا يتفوق المنهج الإسلامي في كونه يعتمد على المنهج البنائي الذي يقوم على بناء الأفراد نفسياً وتصحيح أفكارهم تجاه الحياة ابتداءً وجعلها أفكاراً عقلانية تساعدهم في مواجهة المصاعب وتجاوزها، إضافة إلى المنهج العلاجي في علاج ما قد يحصل من اضطراب لدى الفرد بسبب الأفكار غير العقلانية.

قال ابن تيمية رحمه الله: "وليس تعليم الأنبياء عليهم الصلاة والسلام مقصوداً على مجرد الخبر كما يظنه كثير، بل هم بينوا من البراهين العقلية التي بها تُعلم العلوم الإلهية ما لا يوجد عند هؤلاء ألبتة، فتعليمهم صلوات الله وسلامه عليهم جامع للأدلة العقلية والسمعية جميعاً بخلاف الذين خالفوهم فإنّ تعليمهم غير مفيد للأدلة العقلية والسمعية مع ما في نفوسهم من الكبر الذي ما هم بالغيه"<sup>(٢)</sup>

(١) أخرجه البخاري في كتاب التهجد، باب فضل قيام الليل، حديث رقم (١١٢٢) ومسلم في كتاب الفضائل،

باب من فضائل عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، حديث رقم (٢٤٧٩)

(٢) ابن تيمية، أحمد. (١٩٩٦). مجموع الفتاوى، مرجع سابق. (٢٢٧/٩)

فلقد اهتم الإسلام بتصحيح المفاهيم والتصورات عن الحياة وأحداثها لدى الفرد المسلم، وبناء أفكار عقلانية تنبثق من طبيعة الإنسان وعلاقته بربه، ويرى الباحث أنّ التربية الإسلامية اتخذت في ذلك منهجين :

**أولاً: المنهج البنائي :** وفيه يتم بناء الأفكار العقلانية نحو الحياة ونحو الصعوبات التي تعترض الفرد المسلم، ومن أشكال ذلك ما يلي:

### ١ - بناء أفكار إيجابية نحو المصاعب والابتلاءات:

ففي الحديث (عجباً لأمر المؤمن، إن أمره كله خير، وليس ذاك لأحد إلا للمؤمن، إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء، صبر فكان خيراً له)<sup>(١)</sup> فهذا تصحيح لمفهوم المصاعب التي تعترض المسلم في هذه الحياة، فكل ما يصيبه هو ضمن هذه الخيرية.

### ٢ - بناء أفكار إيجابية نحو حقيقة الحياة الدنيا:

فعندما بكى عمر بن الخطاب - رضي الله عنه - لما رأى حال النبي صلى الله عليه وسلم وتشفه فسأله النبي صلى الله عليه وسلم: فقال: "ما يبكيك؟ فقال: يا رسول الله إن كسرى وقيصر فيما هما فيه، وأنت رسول الله، فقال: أما ترضى أن تكون لهم الدنيا ولنا الآخرة"<sup>(٢)</sup> لقد كان انفعال عمر بن الخطاب رضي الله عنه طبيعياً لما رأى من شدة الوضع الذي فيه النبي صلى الله عليه وسلم، غير أنّه صلى الله عليه وسلم صحّح له النظرة وأنّ الآخرة خير وأبقى، والمسلم إنما يعمل من أجل الآخرة وليس من أجل الدنيا. إنّ هذا الموقف ينطوي على بناء أفكار إيجابية جديدة عن الحياة، وتصحيح لما قد يحمله الفرد من أفكار غير عقلانية تجاه الحياة عموماً، وهنا يتجلى المنهج البنائي الذي تتميز به التربية الإسلامية، إنّ غرس هذه المفاهيم في نفوس الأفراد وفي عقولهم وتربيتهم عليها كفيل أن يوجد لديهم الاستقرار النفسي حيال ما يمر بهم من مواقف في هذه الحياة، وهو بمثابة التحصين الذاتي لهم.

(١) أخرجه مسلم في كتاب الزهد، باب أحاديث متفرقة، حديث رقم (٢٩٩٩)

(٢) أخرجه البخاري في كتاب تفسير القرآن، باب تبغّي مرضاة أزواجك، حديث رقم (٤٩١٣)، ومسلم في

كتاب الطلاق، باب في الإيلاء واعتزال النساء وتخييرهنّ، حديث رقم (٣١)



وفي موقف آخر يقوم صلى الله عليه وسلم بتصحيح النظرة عن الحياة الدنيا ، فعن عبد الله بن مسعود، قال: نام رسول الله صلى الله عليه وسلم على حصير فقام وقد أثر في جنبه، فقلنا: يا رسول الله لو اتخذنا لك وطاءً، فقال: "ما لي وللدنيا، ما أنا في الدنيا إلا كراكب استظل تحت شجرة ثم راح وتركها"<sup>(١)</sup>

### ٣- بناء أفكار إيجابية نحو التعلق بالله عز وجل :

وعن ابن عباس، قال: كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً، فقال: "يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف".<sup>(٢)</sup>

وهنا تصحيح آخر أنّ كل ما يصيب الإنسان هو مما كتبه الله عليه وبالتالي فلا ينزعج المسلم مما يعترض طريقه في هذه الدنيا.

### ثانياً: المنهج العلاجي:

وهذا على مستوى الأشخاص فقد علّم النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه كيف يتحرون عن الأفكار غير العقلانية التي تسبب لهم الاضطراب، وكيفية تنفيذها، ثم القيام ببناء أفكار عقلانية جديدة، ففي الحديث أنّ رجلاً أتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله، ولد لي غلام أسود! فقال: ما لك من إبل؟ قال: نعم، قال: ما لوئها؟ قال: حُمُر، قال: هل فيها من أوزق<sup>(٣)</sup>؟ قال: نعم، قال: فأنيّ ذلك؟ قال: نزع عرق، قال: فلعل ابنك نزع عرق<sup>(٤)</sup>

(١) أخرجه الترمذي في كتاب أبواب الزهد عن رسول الله ﷺ، (٤ / ٥٨٨)، برقم: (٢٣٧٧)، وصححه الألباني في صحيح الجامع الصغير وزيادته (٢ / ٩٨٩)، برقم(٥٦٦٨)

(٢) أخرجه الترمذي في كتاب أبواب صفة القيامة والورع، باب، حديث رقم (٢٥١٦) وصححه الألباني.

(٣) الأورق هو الأسمر، والورقة السمرة، يقال جمل أورق، وناقرة ورقاء. النهاية في غريب الحديث و الأثر لابن الأثير (٤ / ١٤٧٨).

(٤) أخرجه البخاري في كتاب الطلاق، باب إذا عرّض بنفي الولد، حديث رقم (٥٣٠٥).





الخاتمة :

أولاً: النتائج:

- تختلف نظرية العلاج العقلاني الانفعالي عن نظرة المنهج الإسلامي إلى الإنسان وقد تبين شمولية نظرة المنهج الإسلامي وواقعيته.
- تتفق نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي مع المنهج الإسلامي في إقرار حرية الفرد في استخدام طريقة التفكير التي يريد سواء كانت عقلانية أو غير عقلانية.
- تتفق نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي مع المنهج الإسلامي في تقرير عدم عصمة الإنسان من الوقوع في الأخطاء.
- تتفق نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي مع المنهج الإسلامي في عدم استخدام اللوم سواء من قبل الإنسان لنفسه أو من قبل الآخرين له. وأن ذلك من أسباب الألم النفسي.
- لقد أوضح البحث سبق المنهج الإسلامي في أسلوب تحديد الأفكار غير العقلانية والتحري عنها ومن ثم مهاجمتها كمدخل لعلاج الاضطراب.
- يتفوق المنهج الإسلامي في طريقة تعاطيه مع الأفكار غير العقلانية حيث سلك منهجين: بنائي يتمثل في تكوين صورة صحيحة عن الحياة وما يواجهه الفرد فيها من صعوبات، وعلاجي يتمثل في معالجة الاضطرابات بعد وقوعها من خلال تنفيذ الأفكار غير العقلانية ومهاجمتها.

التوصيات :

- في ضوء نتائج الدراسة فإنّ الباحث يوصي بما يلي :
- ضرورة العمل على تنمية مهارات التفكير العقلاني لدى الطلاب في مراحل مبكرة من التعليم من خلال مناهج التعليم والأنشطة اللاصفية.
- تضمين برامج الدراسات العليا في الإرشاد النفسي مقررًا بعنوان (قراءة نقدية لنظريات الإرشاد النفسي في ضوء المنهج الإسلامي)

- تقديم دورات علمية لكافة شرائح المجتمع فيما يتعلق بالأفكار غير العقلانية من حيث اكتشافها وتفنيدها.

### المقترحات :

يقترح الباحث إجراء الدراسات التالية:

- ١- مدى إلمام المرشدين الطلابيين في المدارس الثانوية بمفاهيم الإرشاد العقلائي الانفعالي.
- ٢- الإرشاد العقلائي الانفعالي من خلال دعوة الأنبياء لأقوامهم.
- ٣- الإرشاد العقلائي الانفعالي لدى العلماء المسلمين.
- ٤- منهج التربية الإسلامية في التعامل مع الأفكار غير العقلانية.

## المراجع :

- جيراد ، كوري . (٢٠١٣). النظرية والتطبيق في الإرشاد النفسي، ترجمة سامي الخفش، (ط٢)، الأردن: دار الفكر بلان، كمال. (٢٠١٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الأردن: دار الإعصار العلمي.
- ابن تيمية، أحمد. (١٩٩٦). مجموع فتاوى شيخ الإسلام، المملكة العربية السعودية: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.
- ابن تيمية، أحمد. (٢٠٠٧). كتاب النبوات، تحقيق عبد العزيز الطويان، (ط٢) المملكة العربية السعودية: الجامعة الإسلامية.
- ابن حجر، أحمد بن علي. (١٩٨٨). فتح الباري بشرح صحيح البخاري. (ط٢). القاهرة: دار الريان.
- ابن عطية، عبد الحق . (٢٠٠٢). المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز، تحقيق عبد السلام عبد الشافي، بيروت: دار الكتب العلمية.
- أبو السعود، محمد. (د.ت). إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم، بيروت: دار إحياء التراث العربي.
- بلعسلة، فتحية. (٢٠١٤). الإرشاد العقلاني الانفعالي لـ أليس : مبادئه ، أسسه وتطبيقاته في العملية الإرشادية، مجلة الباحث، المدرسة العليا لأساتذة بوزريعة، ع(٩)، ص ص (٣٧-٥٤)
- التكروني، نسيم عبد الهادي. (٢٠١٢). إسهام المرشد الطلابي في تنمية شخصية تلميذ المرحلة الابتدائية من منظور التربية الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- الثعلبي، أحمد. (٢٠٠٢). الكشف والبيان عن تفسير القرآن، بيروت: دار إحياء التراث العربي.
- الجرجاني، علي . (١٩٨٥) التعريفات، بيروت: مكتبة لبنان.
- الحارثي، صبحي. (٢٠١٦). نظريات التوجيه والإرشاد النفسي وتطبيقاتها في الإرشاد المدرسي. الدمام: مكتبة المتنبي.
- الرازي، محمد. (٢٠٠٠). مفاتيح الغيب أو التفسير الكبير، (ط٣)، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

الزنتاني، عبد الحميد. (١٩٩٣). أسس التربية الإسلامية في الأحاديث النبوية، (ط٢) ليبيا: الدار العربية للكتاب، ص (١١).

الزهراني، مسفر. (٢٠٠١). التوجيه و الإرشاد النفسي في القرآن الكريم و السنة النبوية، الرياض.

الزيود، نادر. (٢٠٠٨). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، عمّان: دار الفكر.

السادات، بوزيد . (٢٠١٧). الإرشاد العقلاني - الانفعالي ودوره في تغيير الافكار اللاعقلانية بالأفكار العقلانية، *مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسيّة*، الجزائر، ع(١١) ص ص ١٨٨-٢٠٨.

السفاري، أحمد. (١٩٨٩). *لوامع الأنوار البهية وسواطع الأسرار الأثرية*، (ط٣)، سوريا: المكتب الإسلامي

الشناوي، محمد محروس. (د.ت). *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*، دار غريب: مصر.

الشناوي، محمد. (١٩٨٧). *أتمودج تهذيب الأخلاق عند الغزالي ومقارنته بأتمودج العلاج السلوكي الحديث، رسالة الخليج العربي*، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ع (٢٢)، ص ص (١٣٣-١٥٢) الشناوي، محمد. (١٩٨٩). *الإرشاد والعلاج النفسي من منظور إسلامي، ندوة نحو علم نفس إسلامي*، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، القاهرة. ضمن كتاب بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، ص (٢٠١-٢٥٠)

الشناوي، محمد. (١٩٩١). الأهداف العامة لمساعدة الأفراد على مواجهة مشكلاتهم النفسية كما تعرضها نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية دراسة تقويمية في ضوء المنهج الإسلامي، *ندوة التأصيل الإسلامي للخدمة الاجتماعية*، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، القاهرة، ١١-١٣ أغسطس ١٩٩١. الشناوي، محمد. (١٩٩٣). *التصوير الإسلامي لنماذج السلوك البشري : دراسة نفسية إسلامية، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية*، ع(٨)، ص ص (٣٥١-٤١٠).

الشناوي، محمد. (٢٠٠١). *بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي*، دار غريب، القاهرة.

الشوكاني، محمد. (١٩٩٤) *فتح القدير*، دمشق: دار ابن كثير.

ضيف، حليلة. (٢٠١٥). الأفكار العقلانية واللاعقلانية حسب نظرية إليس (ELLIS)، *مجلة جيل العلوم للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، مركز جيل البحث العلمي، الجزائر، ع(١٠).

عبد الحميد، علي. (١٩٩٤). *التصنيف والتربية وأثرهما في استئناف حياة الأمة*، (ط٢)، الأردن: دار التوحيد.

فودة، حلمي، وصالح، عبد الرحمن. (١٩٨٨). المرشد في كتابة البحوث التربوية. بيروت: دار العلم للملايين.

قلعجي، محمد رواس. (١٩٩٦). طرق البحث في الدراسات الإسلامية. بيروت: دار النفائس.

الماوردي، علي. (٢٠١٩). أدب الدين والدنيا، دار المناهج.

مقدادي يوسف. (٢٠١٥). الإرشاد النفسي نظرياته وطرقه، الرياض: قرطبة للنشر والتوزيع.

Albert Ellis: **The theory of rational guidance**, Albert Ellis Institute (AEI)  
<https://store.albertellis.org/products/60-years-of-aei-fundraiser-event>