

## عنوان المداخلة : الإرشاد النفسي الديني في الأزمات والكوارث

### فيضانات غرداية كنموذج

د. موسى بن إبراهيم حريزي أ. صبرينة غربي

الملخص :

انطلق هذا البحث من تقديم صورة عامة لطبيعة الإنسان في هذا الكون و البيئة التي يعيش فيها، و صورته بأنه مخلوق ضعيف إن لم يكن مؤمنا صادق الإيمان إزاء الكوارث الطبيعية العديدة، و حدد لهذا البحث موضوع الفيضانات والسيول التي تترك أثرا عنيفا في نفوس المتأزمين، كما حدّد لهذا الموضوع أهداف وإشكاليات عديدة، مع تعريف عام للإرشاد والتوجيه النفسي، والإرشاد النفسي الديني منه بالخصوص، كما تعرض البحث إلى تحليل موقف الصدمات النفسية لكثير من الأزمات النفسية وأثرها في المتأزم و المريض تبعا لدرجة قوة الصّدّ عنده.

كما تعرض البحث إلى أسس ومرتكزات الإرشاد النفسي الديني، و تتمثل في: الثقة في الله وعدالته الخفية عنا، وقوة وإرادة وذلك بالإيمان الصادق الراسخ بقضائه و قدره وقراءة القرآن و التضرع بالصبر وقوة التحمل في الصدمات، والاستعداد في كل حين لتغير الأحوال، و التوكل على الله، و اعتماد الدعاء و الشكوى لله، لا غيره، كوسيلة للتنفيس وإنعاش الأمل، وكل ذلك كان مدعما بالآيات و الأحاديث النبوية، ثم حددنا مستلزمات لتطبيق تلك المرتكزات في الواقع، كما تعرض البحث إلى عرض برنامج للإرشاد النفسي الديني لضحايا فيضانات غرداية كنموذج أولي، وقد تبين من خلال إعداد هذا البحث أن البرامج المعمول بها في الأزمات هي غير مؤسسة على منهج جزائري ديني، و البعض منها يعتمد الإرشاد بدون نظرية محددة، و النادر منها يعتمد على نظريات غربية التي لا تتلاءم مع الواقع الجزائري المتدين، وقد ذيلنا البحث ببعض المقترحات التي نرجو أن نرى أثرها في الميدان التطبيقي، و انتهينا بذكر المراجع المعتمدة في الدراسة.

- مقدمة:

إن المتأمل في حياة الإنسان الحضارية سيجده قد مر عبر العصور بألوان شتى من الأزمات و التجارب و الصدمات القاسية والمعاناة الشاقة، كما يجده يحاول أن يتصارع معها ويقاومها و يسعى للتغلب عليها رغم إحساسه بالضعف و عدم القدرة على المقاومة، كما يلاحظ المتأمل خلال ذلك الصراع تغييرات عنيفة في جوانب شخصيته، وفي جوانب من حياته وواقعه ومجتمعه، وقد يحدث له تغيير في معتقداته، وأحاسيسه واتجاهاته النفسية، إذ أن تلك المعتقدات و الحسابات و الآمال السابقة لم تعد كافية لمواجهة تلك الصدمات أو الأزمات النفسية ولم تعد قدرة الإنسان تتوافق أو تساير ذلك الوضع المتأزم الراهن. وقد تصل تلك الصدمة إلى حد الانهيار العصبي، أو الخلل العقلي: ومن أمثال تلك الصدمات أو الأزمات المفاجئة بالخصوص نشوب حروب في المنطقة، أو صراعات بين القبائل أو الشعوب لأسباب قد تكون سياسية أو اقتصادية، أو حدوث كوارث طبيعية كالزلازل، أو انفجار الباركين، أو فيضانات السيول الجارفة، أو نشوب حريق مهول يأتي على الأخضر و اليابس أو حادث سيارة أو انتشار وباء مميت يأتي على الأقارب و الأعزة، أو فقدان شخص له مكانته الاجتماعية أو فضيحة اجتماعية، وخاصة إذا كانت من تدبير عدو فتاك، أو فشل في الزواج، أو اكتشاف خديعة في الوسط

الأسري، وما شابه ذلك، فأمثال هذه الصدمات في الحياة اليومية للشخص قد تحدث تغييرا جذريا في النفس و التصور و التفكير، وفي النظرة إلى الواقع و الطبيعة و المجتمع، مما يجعل الفرد يعيش في أزمة خانقة، وهو في حاجة إلى الخروج منها، أو الهروب منها بصفة عشوائية غير مخطط لها. فيشعر المصدوم بالفشل الذريع تجاه تلك الأزمة.

### تحديد المشكلة:

ومن هنا تبرز الحاجة إلى اللجوء إلى مرشد نفسي أو مرشد ديني حيث أنه ثبت أن هناك علاقة وطيدة بين اعتماد القران الكريم والصحة النفسية، للأخذ بيد المتأزم و المصدوم إلى بر الأمان و السلام و الرجوع به إلى الحالة الطبيعية قبل الصدمة أو أحسن من ذلك، إن الصدمة أو المصيبة تعد بمثابة اختبار و امتحان نفسي للفرد، كما قال الله تعالى، << ... ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم و الصابرين ونبلو أخباركم >> الآية 31 سورة محمد. وقال تعالى، << لنبلونكم بشيء من الخوف و الجوع و نقص من الأموال و الأنفس و الثمرات و بشر الصابرين >> الآية 155 سورة البقرة، وقد روى عن الرسول (ص) أنه قال << ما يصيب المسلم من نصب أو وصب، ولا هم ولا حزن، ولا أذى ولا غم، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها خطاياها >> رياض الصالحين ص 22. هذا من جهة و من جهة نفسية أخرى، فإن الإنسان بطبيعته و فطرته خلق مزودا بدافع المحافظة على الذات، و بدافع المحافظة على الجنس، و بدافع الخوف و الهروب مما يهدد حياته، و يلجأ إلى مواطن الحصانة و القوة للتغلب على ما يهدده، كما نجده في الموقف المتأزم و المصيبة مصابا بالجزع و الهلع و الخوف.

كما قال الله تعالى << إن الإنسان خلق هلوعا إذا مسه الشر جزوعا وإذا مسه الخير منوعا إلا المصلحين الذين هم على صلاتهم دائمون >> الآية 21، 20، 19، 22، 23 سورة المعارج.

نعترف مبدئيا و من خلال ملاحظتنا المستمرة في الحياة المعيشية، على أن المشكلة في أكثر من البلدان المستعمرة حسيا و معنويا و المستقلة حديثا ومنها الجزائر، إن اغلب الثقافات المعاصرة و بالخصوص في مجال العلوم، و العلوم السلوكية و الإنسانية كنت مستوردة من الدول المتقدمة العلمانية، و طغت نظرياتها على الساحة النفسية و الثقافية فأسرت عقول المسيرين؛ وكثير من العلماء، و حصرتهم في دائرة المعارف و الحضارة الغربية، وجعلتهم لا يؤمنون علميا إلا بها، و انحسرت بتالي الثقافة الروحية و الدينية في أذهانهم و نفوسهم و سيطرت عليهم المحسوسات المادية، ولم يبق في ساحة العلاجات العضوية و النفسية و الإرشادية إلا العقاقير الكيميائية، و أساليب الإرشاد و العلاج النفسي بالنظريات الوضعية، و أصبحت الإرشادات و العلاجات الإيمانية الروحية غريبة – أو الخرافية – و كأنها ليس لها تأثيرا في نفوس أصحابها، كما قال الله تعالى << وما لهم به من علم إن يتبعون إلا الظن لا يغنى عن الحق شيء فاعرض عن من اتولى عما ذكرنا ولم يرد إلا الحياة ذلك مبلغهم من العلم إن ربك هو اعلم بمن ضل عن سبيله وهو أعلم بمن اهتدى النجم >>. آية 28، 29، 30 سورة النجم.

و إن موضوعنا هنا في الإرشاد النفسي لا يخرج عن نطاق هذه الإشكالية المقتضية، وعليه فإننا نشرع في توضيح خطة البحث المستهل بها هذه الدراسة حيث أن الموضوع هو: الإرشاد النفسي و علاقته بالدين و تطبيقه في الواقع المعيشي وخصوصا في الأزمات والكوارث.

### الهدف من هذه الدراسة:

يبدو أن النظريات الغربية الخاصة بالإرشاد النفسي رغم كثرتها و تنوعها غير كافية و غير مقنعة في جدواها وفائدتها في بيئاتها ، فكيف بها و هي خارجة عن تلك البيئة التي تتمثل فيها المادة و طغيان الفردية و الحاجات الخاصة الخالية من الروح و المحتويات الغيبية ، كما وأن جذورها في مجتمعات إسلامية إذا ما طبقت فيها تتصادم و المفاهيم الإسلامية البعيدة الغورفي الاعتقاد و التمسك بعمق المفاهيم الدينية، ومن هنا فإننا نحدد هدف الدراسة كما يلي:

- 1-المساهمة في توسيع العقيدة الإسلامية، وإعلاء شأن جدوى الغيبيات في المجال الإرشاد .
- 2- بيان أن لروح القرآن و الأحاديث النبوية أثر في النفوس المتأزمين و المصابين في عملية الإرشاد
- 3- إرساء تقاليد إسلامية في برامج الإرشاد النفسي، و التوجيه.
- 4- ربط الإرشاد النفسي، بنفسية المسلم و بيئته المعاشة.
- 5- محاولة قلب النظريات المادية الغربية و الشرقية الفرويدية بالخصوص إلى طفرات فكرية خالية، أو خرافية مصابة بالهلوسة النفسية نفسها.
- 6- الوصول بالإنسان المصاب أو المتأزم إلى أعلى درجة من الصحة النفسية و السعادة الدنيوية و الأخروية و العيش بروح إسلامية بقيته رخصة الجذور.

### إشكاليات الدراسة:

على الرغم من الموضوع المحدد للبحث، وأن المشكلة و أهدافها واضحة إلا إن هناك إشكالات واقعيته غامضة تعترض هذه المشكلة تحتاج إبراز و ضبط دقيق قبل الخوض في التنقيب على الحقائق القائمة في الواقع، لكي لا نتكبد عن طريق البحث فنصل إلى أهداف الدراسة ، ونستطيع أن نحدد بعض الإشكالات في هذا المجال التي تساعدنا على دقة البحث في المشكلة، وهي كالتالي:

- 1- ما نوعية الإرشاد النفسي القائم في بيئتنا الجزائرية
- 2- هل في استطاعة الإرشاد النفسي الديني أن يكون بديلا عن النظريات الغربية القائمة ؟
- 3- ما دور القرآن و السنة في التأثير النفسي الايجابي للمريض النفسي بالأزمات و الصدمات ؟
- 4- هل برنامج لإرشاد النفسي الديني كاف لتحقيق الصحة النفسية للمتأزم و المريض؟
- 5- هل لدينا إطارات ذات كفاءة و مدربة لتحقيق البرامج للإرشاد النفسي الديني و أهدافها؟
- 6- هل القائمون بدور الإرشاد النفسي حاليا مؤهلون علميا، ويتمتعون بروح دينية وبيئية ، نؤهلهم للإرشاد النفسي الديني البديل؟

- إن هذه الدراسة لا تستطيع أن تجيب على هذه التساؤلات بصورة علمية مطبقة في الميدان ،ولكن تستطيع أن تقربنا إلى فهم الواقع و ما هو جار به العمل حاليا في الجزائر.

### تعريف التوجيه و الإرشاد النفسي

إن هذا العنصر لا يحتاج إلى تعداد و ذكر التعاريف كلها، بل نكتفي بما هو ملائم لفحوى أهداف هذه الدراسة التي تحاول أن تمزج الإرشاد النفسي بالتوجهات و المعتقدات الإسلامية، و من هنا فإننا نستعرض تعريفين أو ثلاثة في صميم الموضوع.

**I- تعريف حامد عبد السلام زهران(1998):** >> التوجيه و الإرشاد النفسي عملية بناءة تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته، و يدرس شخصية، و يعرف خبراته، و يحدد مشكلاته، و ينمي إمكانياته، و يحل مشكلاته في ضوء معرفته و رغبته و تعليم تربيته لكي يصل إلى تحديد و تحقيق أهدافه، و تحقيق الصحة النفسية و التوافق شخصيا و تربويا ومهنيا، وزواجيا و أسريا>> ( التوجيه و الإرشاد النفسي،ص12، 13 ).

**II- تعريف شاكر عطية قنديل (1980):** >> إرشاد نفسي « Counseling » : هو العلاقة المهنية، و الصلة الإنسانية المتبادلة التي يتم خالها التفاعل بين طرفين: المرشد النفسي المتخصص الذي يسعى إلى سعادة صاحب المشكلة في موقف الإرشاد، الهدف من تلك العلاقة المهنية هو المساعدة على فهم المشكلة، و كشف مواطن القوة في شخصية المتأزم، ليحرك فيه الدوافع لحل مشكلته بطريقة لها فنياتها و أصولها، كما تهدف العملية الإرشادية إلى تبصير المتأزم بمشكلته،و تشجيعه على إتخاذ القرار المناسب للتغيير و الحل.>> ( بمعجم علم النفس والتحليل النفسي ص41).

**III- تعريف الإرشاد الديني:** >> هو محاولة تكوين حالة نفسية روحية و معنوية عالية في قلب المتأزم بعد الأزمات، تتماشى و المعتقدات الدينية، وهذه العملية الإرشادية تقوم على إنعاش المبادئ و الأسس الدينية و الروحية و الأخلاقية في ذهن المصاب، وقد تدمج مع هذه العملية إرشادات دنيوية معاصرة و وضعها البشر إن لم تتعارض مع مبادئ الدين الأصيل الظاهري و الغيبي .كما في قوله تعالى: « الذين آمنوا و تطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب » الآية 28 سورة الرعد ، وقال : « ما أصاب من مصيبة في الأرض و لا في السماء إلا في كتاب من قبل أن نبرأها إن ذلك على الله يسير،لكي لا تأسوا على ما فاتكم ولا تفرحوا بما آتاكم و الله لا يحب كل مختال فخور » الآية22، 23 سورة الحديد.

من هذا التعريف نستخلص أن الإرشاد النفسي الديني يرى أن الإنسان له استعداد نفسي للفهم و الإذعان و تقبل المصيبة عن طيب خاطر، بالإيمان بالقضاء و القدر، ولكن بدون استسلام يائس، ونرى هذا في قوله تعالى : « إن الله لا يظلم الناس شيئا و لكن الناس أنفسهم يظلمون » الآية 44،سورة يونس.

وهذا ما يؤكد عدنان الشريف (2007): " إذا ركز المؤمن بعين البصيرة على مصيبة حلت به، أو بغيره و تفهمها على ضوء المعايير القرآنية لهوية المصيبة اطمأنت نفسه إلى مصيره حاضرا و مستقبلا، و أبعد عنها الفلق و الخوف، و الثورة ضد الذات، و الغير و القدر، فقد الإنسان بيد الله، فليتوكل عليه توكلا صادقا، وسيتذوق حلاوة الاطمئنان و السعادة" .

( من علم النفس القرآني، ص132).

## تحليل موقف الصدمة النفسية:

إن نزول المصيبة، أو حدوث الكارثة، قد لا يكون لها مقدمات أو إنذارات سابقة، وإنما تنزل هكذا فجأة كالصاعقة. لتشكل تجاه المصاب موقفاً جديداً و شديداً، يحدث ألماً و حسرة و حيرة تعجز أفكاره و تجاربه السابقة عن مواجهة هذا الموقف بحكمة، و اتخاذ قرار صائب في التصرف، وإن هذه الحيرة قد توصله إلى فقدان العقل، أو الذاكرة، أو الانهيار العصبي التام، فتتفاقم المشكلة، لتحديث أزمة على أزمة، ومن هنا يتطلب من المعالج أو المرشد أو الموجه التدخل سريعاً لمساعدة المتأزم لإنقاذه من براثن الخوف و الهلع و الفرع التي تأسره، و عليه فإن موقف الصدمة نحله بالشكل التالي:



- إن هذا الشكل يبين بوضوح الفرق بين أنواع الشخصيات، الرابطة الجأش المتمسك بالتعليم الدينية الإسلامية ، أو الفاشلة في المواجهة ،وكيفية مواجهة هذا الموقف بالإرشاد والعلاج.

### دور قوة الصّد في الأزمات و الصدمات النفسية.

إن مواجهة المواقف الصعبة و المؤلمة تختلف باختلاف نوعية الشخصية الذي حلت به المصيبة، فالذي تربي تربية تتلاءم ومواقف الحياة المختلفة، فإن المصيبة لا تؤثر فيه ويستطيع التغلب على الأزمة و يعالجها بنفسه مع اعتبار مكوناته الشخصية.

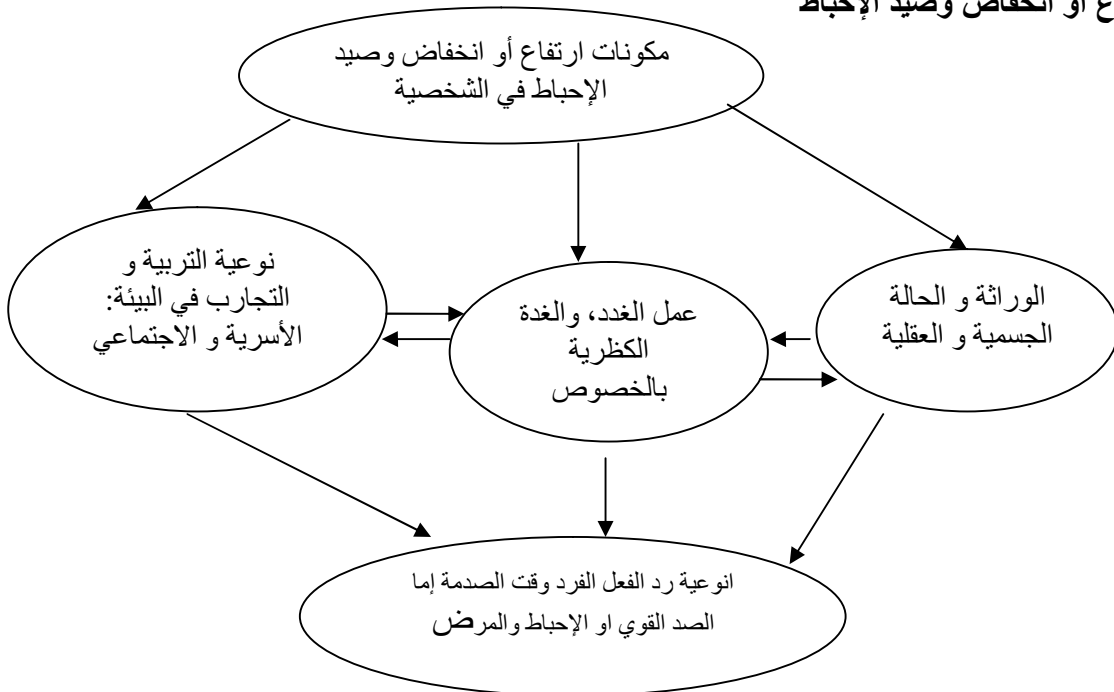
و هناك شخصيات أخرى تختلف عن السابقة، حيث أن تكوينها النفسي و الغدي، و التربوي، و الاجتماعي كان هشاً، أو كانت حياته سائرة على وتيرة سهلة، لم يتدرب على تنوع مواقف الحياة و الواقع،فتكون قوة الصّد لديه ضعيفة ،ويكون وصيد الإحباط منخفضاً ولا يستطيع المقاومة.

ونعني بقوة الصّد هو ارتفاع وصيد الإحباط عند الشخص المصاب ( رباطة الجأش وقوة التحمل).

ويحدد معناه أحمد عزة رابح (1968) أي معني ارتفاع وصيد الإحباط بقوله: > يقصد به قدرة الفرد على الصمود للشدائد و الأزمات دون إسراف في العدوان و التهور، أو النكوص، أو استنار أنعطف،أو ارتداد للذات < (أصول علم النفس /ص:513).

إن قوة الصّد عند الإنسان هي بمثابة الحصن أو الترس يرد كل الضربات و السهام الموجهة للفرد، وسيكون الإنسان في حماية ووقاية تامة منها و عليه فإن درجات ارتفاع وصيد الإحباط تختلف من شخص إلى شخص حسب مكوناته الجسمية و العقلية بالوراثة، وقوة عمل الغدة الكظرية بالخصوص، ونوعية التربية في البيئة الأسرية و الاجتماعية.

### مؤثرات ارتفاع أو انخفاض وصيد الإحباط



عليه فإن الضعيف في هذه المكونات يعجز كثيرا عن مواجهة الأزمات و الصدمات وقد يصل به الحال إلى الانهيار العصبي، أو النفسي، أو العقلي، وبالعكس فكلما كان الوصيد قويا وعاليا يكون الدفاع و الصّدّ ضدها قويا و المعنويات الروحية مرتفعة وبالتالي فإن الشخص يتمتع بالصحة النفسية و التوازن النفسي و الاجتماعي، و هم الذين يذكرون الله دائما، كما قال الله تعالى:

<< الذين آمنوا وتطمئن قلوبكم لذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب>>. الآية 28 ، سورة الرعد

أسس، أو مرتكزات الإرشاد النفسي الديني:

إن القلة قليلة من الناس من يتقبل البلية، و الصدمة النفسية، ويعتبرها نتائج مقدرات و إرادات إلهية وسنة الله في خلقه سواء تلك الصدمة كانت قوية أو أخف، سنة الله في خلقه كحادث موت عزيز على المصاب أو مرض خطير مميت، أو مرض مزمن أو غير ذلك وكانت الصدمة أخفض من ذلك كالوعكة الصحية، أو الخدش أو السقوط... وغير ذلك، بل الكثير من المصابون نجدهم يحاولون مرارا و تكرارا في ثنانيا أفكارهم و تخيلاتهم تبريرات لوقوع الصدمة، و يفتشون عن أسباب وقوعها، و يحللون نتائجها انطلاقا من بداية منطقية وعلمية، وهي أن لكل حادثه سبب، ولكن من غير طائل، وغالبا ما يفشلون في ربط العلاقة بين ما يتخيلون و الواقع البلائى، كما يعجزون عن تفسيرها الموضوعي ، فإن لم يفهم كل ذلك من منطلق صحيح فإنه قد ينزلق إلى مهاوى الكفر و الإلحاد من غير أن يدري. ما لم يتمسك بالمرتكزات الإيمانية الإسلامية الصحية، و الركيزة العامة هي الاعتراف و اليقين بالله، و أنه وراء كل شيء على الإطلاق لقوله تعالى: << وأسروا قولكم أو أجهروا به إنه عليم بذات الصدور، ألا يعلم من خلق وهو الطيف الخبير>> الآية 13، 14، سورة الملك .

كما يعتقد بيقين راسخ بقوله تعالى: << الذي خلقني فهو يهدين، و الذي هو يطعمني و يسقيني، و إذ مرضت فهو يشفين، و الذي يميّتي ثم يحيين>> الآيات 78، 79، 80، 81 سورة الشعراء.

وبناء على هذا الإيمان الراسخ و اليقين المطمئن فإن المرشد النفسي يستطيع أن يبيّن إرشاده على المرتكزات التالية:

1- الثقة في الله و عدالته و ما خلق; وأنه حي قيوم لا تأخذه سنة ولا نوم عن أي شيء كان << وما يغرب عن ربك مثقال ذرة في الأرض و لا في السماء>> الآية 61 سورة يونس. وقوله تعالى: << إن الله لا يظلم مثقال ذرة و إن تك حسنة يضاعفها، ويؤت من لدنه أجرا عظيما>> الآية 40 سورة النساء. ( يغرب : يغيب) وثقته في الله تعلقو بكثير عن ثقته في الطبيب الجراح الماهر.

2- الاستسلام للإرادة و القوة الإلهية وتقبل حدوث البلايا و الصدمات و المكروهات لمن يشاء الله << و عسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم و عسى أن تحبوا شيئا وهو شر لكم و الله يعلم و أنتم لا تعلمون>> الآية 216 سورة البقرة، تلك البلية يصيب بها من يشاء بقدرته كقنبلة ذكية تصيب ولا تخطئ .

كما يقول الله تعالى : << سبحانه إذا قضى أمرا فإنما يقول له كون فيكون>>. الآية 35 سورة مريم.

3- الإيمان الراسخ بالقضاء والقدر من الله خيره وشره عن يقين قلبي، وتطبيق عملي في الواقع كما في الحديث النبوي الشريف عن جابر بن زيد، قال بلغنا عن رسول الله (ص): >> وكل شيء بقضاء وقدر حتى العجز والكيس <<، وقال الربيع: بلغني عن عبادة بن الصامت قال رسول الله (ص): >> إنك لن تجد ولن تؤمن و تبلغ حقيقة الإيمان حتى تؤمن بالقدر خيره و شره أنه من الله ، قال قلت لرسول الله: كيف لي أعلم خير القدر وشره، قال: تعلم أن ما أخطأك لم يكن ليصيبك وما أصابك لم يكن ليخطئك، فإن مت على غير ذلك دخلت النار << ( الجامع الصحيح، ص:25) إن المصاب و المتأزم إذا كان اعتقاد في هذا المستوى ، فإنه لا يحتاج إلى إرشاد أو توجيه ، ولا يصاب بأي اضطراب؟، أو خلل في التوازن النفسي، بل هو الذي يرشد المرشد الدنيوي أو العلماني.

قال تعالى: >> بديع السماوات و الأرض إذا قضى أمرا فإنما يقول له كن فيكون << الآية 117 سورة البقرة. وقد ورد في الأثر أن الله تعالى أوحى إلي موسى فقال: >> يا موسى كن لي كما أريد أكن لك كما تريد << ( اللجائي /قطب العارفين /ص:90).

وإن من أسباب سعادة الإنسان وصحته النفسية أن يقتنع نفسه، و نفتح نحن الهلوعين فقد خلق الإنسان هلوعا بما قسمه الله عليهم، من أمال وأولاد، وأراضى، أو مهن. و قد روى عن رسول الله (ص) أنه قال : >> من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله تعالى، ومن شقاوة ابن آدم تركه استخارة الله تعالى، ومن شقاوة ابن آدم سخطه بما قضى الله تعالى << أخرجه الترمذي/ الحديث النبوي و علم النفس، ص195.

وقال محمد عثمان نجاتي(1993): >> وكان الرسول (ص) يوصي أصحابه بعدم النظر ( أو التفكير ) إلى منهم أفضل منهم، لأن ذلك قد يؤدي إلى السخط: وعدم الرضا أو عدم القناعة بالقضاء و القدر. وكان يوصيهم بالنظر إلى من هم أقل منهم ] المال أو الخلق، فذلك أدعى إلى الشعور بنعم الله عليهم؟، وأدعى إلى حمدهم لله و شكره على ما فظلمهم به على كثير من الناس، وعن أبي هريرة عن الرسول (ص) قال: >> ... وأرض بما قسم الله لك تكن أغنى الناس ... << الحديث، المرجع السابق، ص 294.

إن القناعة و الرضى بالقضاء و القدر من أهم عوامل راحة البال الإنسان و سعادته و إطمئنان نفسه، فإن ذلك يكسر طغيان التنافس، أما التطلع إلى من هو أكبر منه ثراء وأوفر في الرزق، مما يدفعه للكسب من أبواب الحرام ، يؤدي به ذلك إلى الشقاء و التعاسة، وقد ورد في الأثر ما معناه >> أخاف عليكم بسيط الدنيا و طول الأمل <<.

4- التذرع بالصبر و التحمل، و الرضى بكل شئ في جميع الأحوال، إن هذه الأداة الإرشادية و الاستشفائية في المصائب و الأزمان من أعظم الوسائل الروحية لمواجهة النائبات، وقد ورد عن الرسول (ص) قال: >> عجبا لأمر المؤمن، إن أمره كله خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن، إن إصابته سراء شكر، فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرا له << أخرجه مسلم، ( الحديث النبوي و علم النفس، ص: 298).

إن مثل هذه الأحاديث هي خير مرشد نفسي لمواجهة شدائد و مصائب الدهر، و تقبلها بنفس راضية بقضاء الله تعالى: كما قال محمد عثمان نجاتي: >> وهي مؤمنة بأن في هذه البلايا التي حلت بهم، فيها خير كثير لهم، فهي ترفع خطاياهم، و تزيد من حسناتهم << (المرجع السابق، ص 298).



إن هذه الوسيلة الروحية "الصبر" التي مدحها الله في كتابه العزيز في أكثر من موضع وأكثر من معنى وقد بلغت 103 كلمات بتصرفات مختلفة، ومعظمها تتم عن نتائج مفيدة ووعود بلغفران والاجر العظيم والأجر العظيم، وكلام الله لا ينقضه كلام البشر، ونظريات الإلحاد. وقد قال الله تعالى <>لتبطلون في أموالكم وأنفسكم ولتسمعن من الذين أتوا الكتاب من قبلكم ومن الذين أشركوا أذى كثيرا و إن تصبروا وتتقوا فإن ذلك من عزم الأمور>> الآية 186 سورة، آل عمران .

وأولوا العزم من الرسل: الذين عزموا على أمر الله فيما عهد إليهم أي أولوا الجد والقطع في الأمر والثبات والصبر، والموفون بعهدهم.

إن صفة الصبر عند المصاب هي جامعة لصفة الإرشاد والصحة النفسية وهي أساس وركيزة ارتفاع وصيد الإحباط لسابق ذكره، بخلاف الهلوع، و الجذوع، والمذعور، والقلق الذي قد تؤدي هذه الحالات إلي المرض النفسي أو العقلي.

5- الاستعداد في كل حين لتغير الأحوال والأحداث: إن المتمتع بصفة الاستعداد يكون له ذرعا واقيا ضد الأزمات، وكما يقال <>دوام الحال من المحال>> وكما ذكر فخري الدباغ(1983): <>استعد للصدمات والشدائد القادمة [المنتظرة أو المتوقعة] وهيء الطفل لها، مثل: احتمال ولادة طفل جديد، أو قرب سفر الأم، أو الدخول للمستشفى لإجراء عملية . أو غير ذلك (أصول الطب النفسي، ص:377)، وما يدعم هذا الاستعداد قول سيدنا عمر بن الخطاب <> فإن الحضارة لا تدوم << وذلك يعتبر وقاية وتخفيفا من حدة الصدمات، كما في قوله تعالى: <> أفأمنتم أن يخسف بكم جانب البر أو يرسل عليكم حاصبا ثم لا تجدوا لكم وكيفا، أم أمنتكم ، يعيدكم فيه تارة أخرى فيرسل عليكم قاصفا من الريح فيغرقكم بما كفرتهم ثم لا تجدوا لكم علينا به تبيعا>>. الآية 68،69 سورة الإسراء .

6- التوكل على الله وتفويض الأمر إليه، وذلك بناء على قوله تعالى: <> الذين قال لهم الناس إن الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فرادهم إيماننا وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل فانقلبوا بنعمة من الله و فضل لم يمسسهم سوء وابتغوا رضوان الله والله ذو فضل عظيم << الآية 173-174 سورة آل عمران، وقال : <> ومن يتوكل على الله فهو حسبه إن الله بالغ أمره قد جعل الله لكل شيء قدرا>> ( الآية 3 سورة الطلاق).

إن التوكل على الله و استخارته مع اليقين و الإيمان القلبي والاستقامة في السلوك يبعث في الإنسان المصاب الراحة و الشعور بالإيمان، و الرضي و الانشراح لقضاء الله و قدره، و السعادة .

إن الإنسان المصاب إذا اعتمد على تفكيره الخاص و حساباته الخاصة، وعلى تخطيطاته المحسوبة، سيغيرها الله حسب إرادته، و مقدراته فيصبح المصاب يعيش في ضنك المعيشية و خيبة الأمل الواسع و يشعر بالنعاسة و الإحباطات المترامية، فكل الأمور بيد الله، فكما قال الشاعر: <> وتقدرون و تضحك الأقدار>> .

7- قراءة القرآن دواء و شفاء لقوله تعالى: <> ونزل من القرآن ما هو شفاء، ورحمة للمؤمنين>> الآية 28 سورة الإسراء و القرآن كله رحمة لجميع جوانب حيات الإنسان بدون استثناء صحيا وروحيا و سلوكيا>> وإذا قرء القرآن له فاستمعوا له، وأنصتوا لعلكم ترحمون>>(الآية 104 سورة الأعراف)

>> وإذا قرأت جعلنا بينك و بين الذين لا يؤمنون حجبا مستورا<< الآية 45 سورة الإسراء )، و الكلام في الموضوع عجيب وطويل.

8- الدعاء و الذكر ودورهما النفسي في التنفيس و انتعاش الأمل: يتضمن معنى الدعاء: الطلب و الرجاء مع بث الشكوى للشفاء أو رفع المصيبة و النكبة عن المصاب، أو رفع الإحساس من بالألم، أو طلب دفع البلاء>> اللهم أنا لا نسألك رد القضاء، و إنما نسألك اللطف فيه>>، أو دفع الظلم أو طلب استكمال النقص و الحاجة ... أو غير ذلك، وقد يرادف معنى الدعاء و الشكوى في علم النفس مصطلح التفريغ أو التنفيس أو الطرح" ويعبر عن معناه حسين عبد القادر (1980): وهو تفريغ وإطلاق عقال التوترات الناجمة عن الشخصيات الانفعالية و منوعاتها من ذكريات أو مركبات تسبب الألم، و التي غالبا ما تكون لا شعورية>> (معجم علم النفس ص149).

وهذه الظاهرة أي التنفيس تصدر من الكبار كما قد تصدر عن الصغار بالشكاية أو اللعب والرسم. إن وسيلة الشكوى و الدعاء، سواء من المريض أو المرشد – يساعد على أن يتخلص المرء مما يعاني من شعور بالذنب و الإثم وخاصة إن كان هناك من يشاركه مشاركة وجدانية، ويهتم به، يشرح له بعض ما يعني منه المتألم من غموض في مشكلته أو همه و نكبته، إذا أن تلك المشاركة، تشعره بأنه ليس لوحده الذي يعاني من شبه تلك المصيبة بل هناك مئات و آلاف من الناس مثله ، فتلك هي سنة الله في خلقه لحكمة يعلمها هو وحده، وأن الأقدار لا تحابي أحدا وقد تستدعي تلك المشاركة بالأدعية و الرقى إلى أن يتنفس بالبكاء، و الاستغفار، و الطمأنينة بأنه سيتعافى ويرجع أكثر صحة ونشاطا، ومن حكم الرسول البالغة، أنه يرشد الأصحاء و ينصح بزيارة المرضى ، ويأمرهم بالدعاء لهم عن ظهر الغيب، و التنفيس لهم في الأجل، وروى أن جبريل عليه السلام أتى النبي(ص): فقال : يا محمد، اشتكيت؟ فقال نعم، فرفاه، قائلا:>> باسم الله أرقيك، من كل شيء يؤذيك،ومن شر كل نفس أو عين حاسد الله يشفيك،باسم الله أرقيك>>. رواه المسلم ، (رياض الصالحين) ص :

283

إن مثل هذه الأدعية و الرقى، تدخل في النفس الطمأنينة وراحة البال، و ينشط في التمسك بالأمل في الشفاء، في المستقبل، وينتعش خياله، ويقوى رجاؤه، لأنه قد ألقى ثقل مرضه أو مصيبتته إلى من يتكفل بها بقوة، و قدرة ية و هوا الله، إن كان المتأزم قوي لإيمان بالله غير معتمد فقط على قدرة الأطباء و الأدوية التي لا تتفع إلا بإذن الله.

إذا كان المريض مؤمنا حقا بما ورد في النقاط السابقة، فإن الدعاء و الأمل في الشفاء سيكون له مفعول السحر بالقدرة الإلهية، وخاصة إذا أكثر من الصلاة، و قراءة القرآن، وفعل الخيرات.

وقد روى ابن عباس أن الرسول (ص) قال:>> تصدقوا فإن الصدقة تقي مصارع السوء، وتدفع ميته السوء>> (الجامع الصحيح، ص:88) وقال الله تعالى ">> الذين آمنوا تطمئن قلوبهم بذكر الله إلا بذكر الله تطمئن القلوب ، الذين آمنوا و عملوا الصالحات طوبى لهم و حسن مثاب << الآية 28،29 سورة الرعد .

تطبيق هذه المرتكزات في الإرشاد النفسي الديني.

إن تحديد مرتكزات الإرشاد النفسي الديني ليس الغاية منه هو بيان نصوصها القرآنية و السنية لفهمها وتأملها ووعياها نظريا بقدر ما كان الهدف الأساسي من ذلك هو بيان إمكانية تطبيقها من طرف المرشد النفسي المتدين، ومن طرف المريض أو المتأزم نفسيا، مع بيان قدرة تلك المرتكزات و الأسس الروحية على المساعدة في العلاج النفسي المجدي السريع، كغيرها من النظريات الإرشادية الوضعية، لما تتمتع بها من طاقات روحية هائلة على الدفع للطمأنينة و الراحة النفسية للمتأزم، وخاصة للذين يعيشون في بيئة مؤمنة بالله، و كتبه و اليوم الآخر. وعليه فإن تطبيق تلك المرتكزات الدينية للإرشاد تستلزم ما يلي:

1- يجب على المرشد النفسي أن يؤمن بيقين راسخ بجذوى تلك المرتكزات الصادرة عن الدين، و يؤمن بجذوى روح القرآن و الحديث الشريف في الإرشاد النفسي.

2- كما يجب على المتأزم أن يؤمن مخلصا بذلك، و يتقبل كل ذلك و يقبته بفاعليتها و جدواها.

3- يجب على المرشد و المتأزم معا أن يؤمنا بصدق بأثر الروحيات في النفس و الجسد أكثر من الأدوية الكيميائية أحيانا.

4- يجب أن يخضع المرشد النفسي بالدين بالإيمان لتدريبات دقيقة على الإرشاد و العلاج بهذه الطريقة كتدريب المتخصص في التحليل النفسي الوضعي.

5- يجب أن يؤمن المتأزم بأنه ليس في مقدور الإرشاد النفسي الديني أن يعالج كل الأعراض النفسية بالكامل، إن استطاع التخفيف منها، إذ لبعض الحالات أدوية خاصة، أو طرق أخرى خاصة بها.

6- أن المتأزم الذي يسخر أو يقلل من قيمة الإرشاد النفسي الديني غالبا ما يكون إرشاده بهذه الطريقة مستعصيا، إذ إنه ليس رثاء، ولا تعزية، ولا عطا خالصا.

7- يذكر عدنان الشريف(2007): >> أن أكثر حالات العصاب كعصاب القلق، و الخوف، و الشيخوخة، و الوسواس، أو داء السلوك الجبري، و القلق النفسي بمظاهره النفسية و العضوية هي من إستجابات العلاج النفسي الإيماني << (من علم النفس القرآن، ص 138) .

8- يمكن للإرشاد النفسي الديني أن يساهم بفعالية كبيرة في الأزمات و الصدمات النفسية، و الانهيار العصبي، الناتجة عن الزلازل، و الفيضانات و الحرائق، و حوادث الطرقات، و الإصابة ببعض الأمراض المزمنة، و الماكثين في الملاجئ و المستشفيات و دور العجزة ... و ما شابه ذلك.

9- يصلح الإرشاد النفسي الديني للضالين عن الهدية الربانية أو الانحراف الديني، و المدخنين و المدمنين، و المشردين، و المنحرفين عقليا أو جسديا، أو ذوي الصراعات، أو العاجزين عن الاختيار الزواجي أو المهني، أو العاجزين عن اتخاذ القرارات، و أصحاب الغيرة و الحقد و الزواج، و

المشاكل الزوجية و الأسرية، أو ذوي الهوى و إبتاع، الشهوات، و الذين يؤنبهم ضميرهم ..... و غير ذلك.

10. الملحدون لا تنفع معهم أو فيهم هذه الطريقة، وهم يعالجون بالكيميائيات أكثر، وصدق الله العظيم

حين قال: >> و ننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين إلا خسارا << الآية

82 سورة الإسراء) وقال وقوله الحق >> >> يأبها الناس قد جاءكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور و هدى ورحمة للمؤمنين << الآية 57 سورة يونس.

## البرنامج الإرشادي النفسي الديني في مواجهة الكوارث والأزمات في فيضانات غرداية كنموذج

البرنامج الإرشادي المطبق :اعتمد البرنامج المطبق على المرتكزات الدينية والروحية الإسلامية باعتبار أن تقوية الوازع الديني سبيلا لإرساء الصحة النفسية، وقد تم الاعتماد على أسلوب الإرشاد الجماعي وهو أحد الطرق الإرشادية التي تتم فيها العملية الإرشادية في موقف جماعي يضم الفئات المتضررة لمناقشة انشغالاتهم وهمومهم ،وتبادل الخبرات ومساعدتهم على تعديل أفكارهم وتطوير قدرتهم على التعامل مع الصدمة بطرق وأسس واقعية ومرتكزات إسلامية.

### أهداف البرنامج :

- تقديم الدعم النفسي والمعلوماتي ومساندة الفئات المتضررة جراء فيضانات غرداية
- مساعدة المصابين على تخطي الصدمة
- تطمين المتضررين وخلق جو من الراحة والسكينة النفسية.
- أن يستطيع المصدوم تحديد أساليب التعامل مع الصدمة النفسية و تحديد الأساليب الإيجابية والسلبية.
- مساعدة المتضررين على استيعاب وتحديد الأساليب الإيجابية في التعامل مع الصدمة
- تمكين المتضررين من التعبير عن مشاعرهم و همومهم.
- تمكين المتضررين من طلب الدعم من الآخرين.
- تمكين المتضررين من بعض أساليب الراحة الفسيولوجية والذهنية والروحية.
- تمكين المتضررين من تقييم الموقف بطريقة إيجابية .

### الفنيات المستعملة:

**مجموعات المحادثة:** تشكل مجموعات المحادثة مصدر دعم هام وفعال من خلال توفير بيئة يستطيع فيها المتضرر التعبير عن مشاعره وتحديد مطالبه ، وإيجاد حلول لمشاكله من خلال تحقيق الاتصال الاجتماعي والاستفادة من خبرات الآخرين.

**المناقشة والمحاضرة والحوار :** وهو أسلوب تتم خلاله تقديم معلومات مبسطة في شكل محاضرة تحتوي على مجموعة من الآيات والأحاديث الدينية والنصائح التي يتم شرحها ،وكيفية الاستفادة في التعامل مع الصدمة و النقاش حول ذلك.

**التعزيز الإيجابي :** وهو رد فعل يؤدي إلى زيادة في حدوث سلوك معين وتكرار حدوثه،إنه يهدف إلى الإبقاء على السلوك الإيجابي أو تقويته وزيادته.

**الأسئلة :** وهو أسلوب مستعمل بهدف دمج أعضاء المجموعة في الحوار وحثهم على التفكير والمشاركة.

**الفئة المستهدفة :** مجموعة من الإناث تعرضوا إلى صدمات وأصيبوا بهذه الأعراض .

### أعراض الصدمة:

- القلق و الخوف والترقب من معاودة الفيضانات لدي الكبار.
- اضطرابات النوم لدي الكبار مثل الكوابيس الخاصة بعودة الفيضانات والأرق
- اضطرابات الأكل وكذا الاضطرابات السيكوسوماتية التي لا حظناها علي المتضررين .

- خلل في السلوك اليومي وعدم القدرة علي ممارسة الأنشطة اليومية مثل الأطفال الكبار عدم الذهاب للعمل في فترة الصدمة المعاشة .

- أعراض فسيولوجية: فقدان الشهية، اضطرابات الكلام خاصة عند النساء.

- هجمة الرعب المتمثلة في الشعور بالتهديد ،و التنقل من مكان لآخر، و الجري بطريقة عشوائية .

### جلسات البرنامج :

#### الجلسة الأولى: تمهيد وتعارف

##### الأهداف :

- إجراء تعارف بين المرشد والجماعة وبين أعضاء الجماعة ،وذلك لتوفير جو من الألفة والمودة يشجع على التعبير الحر.

- توضيح أهمية البرنامج في التخفيف من حدة الأزمة وفي تعلم أساليب مواجهتها،

- توضيح أهمية الاعتماد على القرآن والسنة لتخطي الأزمة مما ينعكس إيجابا على الحياة اليومية وعلى الصحة النفسية والجسدية.

- الاستعداد من المرشد للاستماع، بتروى وبدون تسرع في الحكم أو التهويل

- طمأننة المتأزم على أن الأمور طبيعية و فيها أمل للحل

ومرافقة كل ذلك بالدعاء ، و التوكل على الله.

- التذكير ممن هو أشد من ذلك ومصاب أكثر فشفي بقدرة الله و التوكل عليه

- تدعيم ذلك بالآيات و الأحاديث النبوية و الواقع.

- يرفق المرشد في ذهنه المرتكزات المذكورة مع توضيحها بالأمثلة

#### الجلسة الثانية : الصدمة وآثارها السلبية ومغزاها الديني

##### الأهداف:

- توضيح معنى الصدمة وأنها قضاء وقدر من عند الله وله حكمته في ذلك وأنه علينا التسليم مطلقا بهذا القدر .

- التعرف على أعراض الصدمة لدى كل متضرر.

- التعرف على الآثار التي تخلفها الصدمة فيما بعد وضرورة استدراكها والتجند للصدمة اللاحقة.

- التعرف على الأفكار السلبية المرتبطة بالصدمة و مناقشتها وتصحيحها ،كضرورة عودة الكارثة وأنها عقاب من الله فقط بل فيها حكم لا يعلمها إلا الله.

- تعزيز الجلسة بآيات قرآنية وأحاديث ،وأقوال مأثورة من الواقع.

#### الجلسة الثالثة :التعامل الإيجابي مع الصدمة

##### الأهداف:

- التعرف على أساليب التعامل مع الصدمة لدى المصدومين.

- التمييز بين الأساليب السلبية والإيجابية في التعامل مع الصدمة، ومن بين الأساليب السلبية الهروب أو الانعزال ومن بين الأساليب الإيجابية الصلاة والدعاء والصبر.
- توضيح أهمية الأساليب الإيجابية في التعامل مع الصدمة.
- المناقشة حول الأساليب السوية في التعامل مع الصدمة وتعزيزها بذكر الأجر الذي يتلقاه المسلم إذا صبر على مصيبتة وشكر ربه
- الاستشهاد بأمثلة عن الصبر مستقاة من القرآن والسنة.
- **الجلسة الرابعة: الاسترخاء عن طريق الدعاء والصلاة**
- **الأهداف**

- تعريف المتضررين بفوائد الصلاة الجسدية والنفسية والدينية وجدواها كوسيلة لتخفيف الصدمة وعلاج الشد العضلي والتوتر
- تذكير المتضررين ببعض الآيات والأدعية المفيدة وقت الصدمة
- **الجلسة الخامسة: طلب الدعم من الله والآخرين**
- **الأهداف:**

- تبصير المتضررين بضرورة طلب الدعم من الله وسؤاله والشكوى له وهي أنجع طريقة للتنفيس على النفس .
- توضيح العلاقة بين طلب الدعم والتخفيف من الصدمة.
- التعرف على أنواع الدعم .
- تمكين المتضررين من طلب الدعم من الآخرين وتقديم المساعدة إن أمكن .

#### **الجلسة السادسة: التعبير عن المشاعر والنظر إلى الموقف بإيجابية**

**الأهداف:**

- توضيح أهمية تقبل المصيبة ومواجهتها، واعتبارها حدث إيجابي ومالها من فوائد على المستوى الدنيوي والآخروي.
- مناقشة من لهم أموات بالعائلة وتذكيرهم بوجود حياة أخرى وأنه ليس الفراق الأبدي وأن يدعو لهم بالرحمة.
- توضيح أهمية التحدث والتنفيس وإخراج المكبوتات وماله من فوائد ومزايا.
- توضيح العلاقة بين التعبير بطريقة إيجابية و الصدمة .
- تشجيع المجموعة على التعبير بصراحة عن المشاعر.
- تعزيز الجلسة بآيات تحتوي على بعض نماذج إيجابية في التعبير عن المصائب والنكبات
- قراءة بعض الأدعية.

## الجلسة السابعة: الاستشارة والاستشارة والتعاون استشارة كأسلوب لحل المشكلات وغلق البرنامج

### الأهداف:

- شرح وتوضيح ضرورة الاستشارة والاستشارة عند مواجهة مشكلة ما
- عرض بعض مشكلات المتضررين والنقاش حولها ومحاولة إيجاد حل مشترك لها.
- تشجيع المتضررين على التمسك بالتعاليم الدينية لتقوية النفس ومواجهة المشاكل في حال حدوثها
- تقديم بعض الأمثلة والأحاديث الدينية والأدعية
- غلق البرنامج بعد شكر الله، وأعضاء المجموعة، وحثهم على مواصلة استعمال هذه الأساليب في مواجهة الصدمات.
- **النتائج:** لقد تم تطبيق بعض اجزاء البرنامج وقد لاحظنا تحسنا كبيرا في نفسية المصابين، خصوصا وان الكارثة آتت في مناسبة سعيدة وهي عيد الفطر المبارك ، إن تقوية الوازع الديني وفكرة الإيمان بالقضاء والقدر هي أنجع الطرق وأجداها في طمأنة المسلم .

### المقترحات و التوجهات:

- بعد هذه الدراسة المقترحة، وما اطلعنا عليه من وضعيات ضعيفة أو منعدمة في الإرشاد النفسي في الواقع رأينا أن نقترح إرشادا نفسيا دينيا بديلا ليعالج الضعف الملاحظ وهي كما يلي:
- 1- توجيه الطلبة الجامعيين إلى دراسة هذا الموضوع في الميدان دراسة أكاديمية للتوسع فيه أكثر.
  - 2- إنشاء برامج للإرشاد النفسي الديني بمختلف فئات المتأزمين، والأزمات أو الصدمات النفسية وعلى جميع مستويات الأعمار.
  - 3- دراسة أثر كل برامج :- ديني – أو وضعي – للإرشاد، في نفسيات المتأزمين، واعتماد ما هو مناسب للبيئة بعد تقييمها علميا و منطقيا .
  - 4- إدماج الإرشاد النفسي الديني عند الأزمات في المؤسسات الدراسية، وإعداد نفسيات التلاميذ والطلاب لها بالتوعية و المحاضرات.
  - 5- تدعيم دروس التربية الدينية بالمرتكزات الاساسية المذكورة في هذا البحث .
  - 6- تدريب طلبة الجامعات على الأسلوب الإرشادي الديني في المؤسسات الرسمية المناسبة، وبالخصوص طلبة علم النفس الإكلينيكي و المدرسي.
  - 7- تدعيم مستويات التعليم، بما هو روحي وغيبي للاهتمام أكثر، والتقليل من البرود واللامبالاة بالدين الإسلامي و الشريعة السمحة، وتأثيرها الفعال في السلوك و العلاج.

### خلاصة الدراسة

انطلق هذا البحث من تقديم صورة عامة لطبيعة الإنسان في هذا الكون و البيئة التي يعيش فيها، و صورته بأنه مخلوق ضعيف إن لم يكن مؤمنا صادق الإيمان إزاء الكوارث الطبيعية العديدة، وحدد لهذا البحث موضوع الفيضانات والسيول التي تترك أثرا عنيفا في نفوس المتأزمين، كما حدّد لهذا الموضوع أهداف

وإشكاليات عديدة، مع تعريف عام للإرشاد والتوجيه النفسي، والإرشاد النفسي الديني منه بالخصوص، كما تعرض البحث إلى تحليل موقف الصدمات النفسية لكثير من الأزمات النفسية وأثرها في المتأزم و المريض تبعا لدرجة قوة الصّدّ عنده.

كما تعرض البحث إلى أسس ومرتكزات الإرشاد النفسي الديني، و تتمثل في: الثقة في الله وعدالته الخفية عنا، وقوة وإرادة وذلك بالإيمان الصادق الراسخ بقضائه و قدره وقراءة القرآن و التضرع بالصبر وقوة التحمل في الصدمات، والاستعداد في كل حين لتغيير الأحوال، و التوكل على الله، و اعتماد الدعاء و التضرع الشكوى لله، لا لغيره، كوسيلة للتنفيس وإنعاش الأمل، وكل ذلك كان مدعما بالآيات و الأحاديث النبوية، ثم حددنا مستلزمات لتطبيق تلك المرتكزات في الواقع، كما تعرض البحث إلى عرض برنامج للإرشاد النفسي الديني لضحايا فيضانات غرداية كنموذج أولي، وقد تبين من خلال إعداد هذا البحث أن البرامج المعمول بها في الأزمات هي غير مؤسسة على منهج جزائري ديني، و البعض منها يعتمد الإرشاد بدون نظرية محددة، و النادر منها يعتمد على نظريات غربية التي لا تتلاءم مع الواقع الجزائري المتدين، وقد ذيلنا البحث ببعض المقترحات التي نرجو أن نرى أثرها في الميدان التطبيقي، و انتهينا بذكر المراجع المعتمدة في الدراسة.

## مراجع البحث

- 1- القرآن الكريم.
- 2- محمد فؤاد عبد الباقي ( 1939)، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، ط<sup>1</sup> : سنة: 1996، دار الحديث، القاهرة.
- 3- أبو زكرياء يحيى بن شرق النوى ( 631 – 676م)، رياض الصالحين، ط<sup>1</sup>، مكتبة النهضة الجزائرية ، الجزائر.
- 4- الربيع بن حبيب الأزدي البصري ( ت 170م / 786م)، مسند الجامع الصحيح، ط<sup>1</sup> ، سنة: 1985، مكتبة الاستقامة، مسقط، عمان.
- 5- أبو القاسم عبد الرحمن بن يوسف اللجائي ( ذ 599هـ / 1902م)، قطب العارفين، ط، سنة: 2001، دار صادر ، بيروت .
- 6- أحمد عزت راجح (معاصر): أصول علم النفس، ط<sup>7</sup> ، سنة : 1968، دار الكتاب العربي للطباعة و النشر، القاهرة .
- 7- حامد عبد السلام زهران (معاصر)، التوجيه والإرشاد النفسي: ط<sup>3</sup>، سنة: 1998، عالم الكتب، القاهرة.
- 8- شاكر عطية قنديل ( معاصر): معجم علم النفس و التحليل النفسي، ط<sup>1</sup>، سنة: 1980، دار النهضة العربية ببيروت .
- 9- عدنان الشريف (معاصر)، علم النفس القرآني، ط<sup>6</sup>، سنة 2007 ، دار العلم للملايين، بيروت.



- 10- عطف محمد ياسين (معاصر)، علم النفس العيادي، ط<sup>1</sup>، سنة 1981، دار العلم للملايين، بيروت.
- 11- محمد عثمان تجاني (معاصر)، الحديث النبوي و علم النفس: ط<sup>3</sup>؛ منذ 1983، دار الشروق، بيروت، القاهرة.
- 12- فخري الدباغ (معاصر)، أصول الطب النفساني، ط<sup>3</sup>، سنة : 1983، دار الطليعة للطباعة و النشر، بيروت
- 13- مفتاح محمد عبد العزيز (معاصر) القرآن و علم النفس، ط<sup>1</sup>، سنة: 1997، جامعة قاري ونيس، بنغازى، ليبيا.