

ماذا تفعل الموسيقى في الإنسان؟

Quels sont les effets de la musique sur l'homme?

د. ماري هنري منسى (*) Dr Marie L.H. Manassa

تاريخ القبول: 2024-12-7

تاريخ الإرسال: 2024-11-26

Turnit in: 21%

ملخص

ليس من اليسير أن نتصوّر ما كانت عليه، في حضارات العصور القديمة، حال الموسيقى. ولكن من المسلّم به أنه منذ القدم، أدرك الفلاسفة والمفكّرون والمرّبون في العالم، القدرة التّأثيريّة للموسيقى في الكائنات الحيّة والإنسان، واكتشفوا ميزات التّربويّة وإمكانيّاتها، وأصبحت، في المناهج التّربويّة الحديثة، مادّة أساسيّة إلى جانب اللغات والإنسانيّات والفيزياء والرياضيّات وغيرها من العلوم والآداب والفنون، ونوّهوا بأهمّيّتها وأثرها البالغ في حياة الإنسان. وغنيّ عن البيان أنّها تؤدّي دورًا مهمًّا وتفاعليًّا في حياة الأفراد في المجتمع، كما أنّها تساهم في تحسين أداء العديد من مناطق الدّماغ المرتبطة بعملية التّعلّم والتّعليم والتّواصل والاتّصال وتكوين شخصيّة الطفل، كما أشارت إليه نظريّة المعرفة للباحث السويسريّ في علم النّفس والمعرفة جان بياجيه (Jean Piaget). وكذلك الحال في ما يتعلّق بفعاليتها العلاجيّة الخاصّة بالأطفال أو الأفراد الذين يعانون من بعض الاضطرابات العصبيّة الشّديدة كالخوف والسّلك العدواني والاكْتئاب وغيرها من الأعراض النفسيّة.

الكلمات المفاتيح: السّلك التّكيفي، الصّحة النّفسية، العلاج بالموسيقى، علم الاجتماع، علم النّفس السّلكي، المرونة النّفسية، الموسيقى.

Abstract

Il n'est pas facile de concevoir comment fut la musique dans les civilisations Antiques.

Mais il est reconnu que, depuis les vieux temps, les philosophes, les penseurs et les éducateurs du monde entier ont reconnu le pouvoir de l'influence de

* Elle enseigne au Lycée Public de Bterram, depuis 2014 à l'Institut Technique de Amioun, à l'AUT en 2019. Depuis 2023 à l'Université Libanaise, Faculté des Arts, Première Branche et à la faculté des sciences Économiques et de gestion, troisième branche. Représentante de la municipalité de Kousba-Koura auprès de l'Institut français - Tripoli. Membre à la Croix-Rouge internationale et membre fondateur du Centre Culturel - Koura. Elle a participé de même à de nombreuses conférences, et entrevues à la radio et à la télévision. De plus elle est l'auteur de nombreuses recherches et publications. Email: Marieline.manassa@hotmail.com

تدرّس في ثانويّة بطرام الرّسميّة، ومنذ 2014 في المعهد التّقنيّ أميون، وفي (AUT) 2019، ومنذ 2023 في الجامعة اللبنانيّة، كليّة الآداب، الفرع الأوّل، وفي كليّة إدارة الأعمال، الفرع الثّالث. ممثّلة لبلديّة كوسبا-الكورة في المعهد الفرنسيّ - طرابلس. عضو في جمعيّة الضّليب الأحمر الدّوليّة، وعضو مؤسس في المركز الثّقافي-الكورة. شاركت في العديد من المؤتمرات والمحاضرات والمقابلات الإذاعيّة والتلفازيّة، ولها الكثير من الأبحاث المنشورة.

la musique sur les êtres vivants et les êtres humains. Ils ont décelé ses qualités et ses potentialités d'apprentissage dans les programmes d'enseignement modernes, elle est devenue une matière essentielle, au même titre que les langues, les sciences humaines, les sciences physiques et mathématiques, ainsi que l'art.

Ils ont souligné son importance et son grand impact sur la vie humaine. Il va sans dire qu'elle joue un rôle important et interactif dans la vie des individus au sein de la société et contribue de même à améliorer leur qualité de vie. De même, elle contribue à améliorer les performances de nombreuses zones du cerveau associées au processus

d'apprentissage, d'éducation, de communication et d'interaction, ainsi qu'au développement de la personnalité de l'enfant, comme l'indique la théorie cognitive du chercheur psychologue et épistémologue suisse Jean Piaget.

C'est également le cas en ce qui concerne son efficacité thérapeutique pour les enfants ou les personnes qui souffrent de certains troubles neurologiques sévères tels que la peur, l'agressivité, la dépression et d'autres symptômes psychologiques.

Mots-clés: Comportement adaptatif, santé mentale, musicothérapie, sociologie, psychologie comportementale, résilience psychologique, musique.

المقدمة

ثمرة الحزن وزهرة الفرح. يا رائحة متصاعدة من طاقة زهور المشاعر المضمومة... يا موحدة الأفكار مع نطف الكلام ومؤلفة المشاعر من مؤثرات الجمال... (جبران، ص 94).

ونلاحظ أيضًا أنّ بعض الفلاسفة لا ينظرون إلى الأمور من منظور مغاير. ومن هؤلاء أفلاطون⁽²⁾ الذي يرى «أنّ الموسيقى أرفع الفنون وأرقاها لأنّها تؤثر تأثيرًا مباشرًا في النفس الباطنة، ووسيلة لتحقيق التّطهير الروحيّ وتحرير النفس من ارتباطها بالجسم، بما يعكس إيجابًا على أعضاء الجسم وأجهزته» (إبراهيم، دغيدى، الشراقوي، 2021، ص 959).

تعدّ الموسيقى من أرقى الفنون وأشدّها تأثيرًا منذ القدم، في الإنسان وفي تطوّر المجتمعات. علمًا أنّ هدفها كان، منذ البداية، أن تُثير المشاعر الجماعيّة، وكذلك أن تكون حافزًا للعمل أو للحرب أو للجنس. وكانت، في الأحوال جميعها، أداة تستخدم لتحويل الكائنات البشريّة من حالةٍ إلى أخرى (فيشر، ص 280، 281). ولا جدال في أنّها عمومًا «سحرٌ يجذب الأسماع ويستميل القلوب» (حطّاب، 2017، ص 125). أفلم يكتب جبران خليل جبران⁽¹⁾: «يا ابنة النفس والمحبة. يا إناء مرارة الغرام وحلاوته. يا أخيلة القلب البشري. يا

صحيحًا أهميّة الموسيقى بما تحمله من مفاهيم وقيم إيجابية أدت إلى تطوّر الإنسان وبناء شخصيته وتكوينها، كما أنّها ساهمت في إثارة قدرته على الابتكار، فضلًا عن كونها العنصر الثقافيّ المثق مع بيئته ومجتمعه. وتوسّلًا إلى الإحاطة بهذا الموضوع، سنقوم بتحليلٍ موسيقولوجيٍّ ذي طابع سوسيلوجي انطلاقًا من طبيعة العلاقة بين المعطى الاجتماعيّ والفنيّ أو الموسيقى. أولم يُوّكّد نيتشه أنّ «لغة الموسيقى تستمدّ قوانينها الداخليّة من ثقافة منطقتها وعصرها» (نيتشه، 2009، ص 70)؟ وتجدر الإشارة إلى أنّ هذه الفكرة كان قد تطرّق إليها مارتن جاي (Martin Jay) (4) حين شدّد على ضرورة «أن يصبح للنقد الثقافيّ ملامح اجتماعيّة» (Jay, 1973, p. 178). وعن هذه الفكرة عبّر ماكس فيبر (Max Weber) (5) حينما قال: «إنّ الفهم الجيّد للموسيقى والتحليل السوسيلوجيّ لها ينطلقان من استحضار المعطى الاجتماعيّ» (فيبر، 1921، ص 200). واليوم إذ يشهد علم السوسيو موسيقولوجيّ تطوّرًا مرموقًا بفضل أبحاث تيودور أدورنو (Theodore Adorno) (6)، سواء في «الفلسفة الجديدة للموسيقى» (1958)، أو في «مدخل إلى علم الاجتماع الموسيقيّ» (1962)، إذ ينصبّ اهتمام متعاطم على الموسيقى وأشكال تلقّيها بوصفها حقلًا للتحقيق ومادة

صحيح أنّ الموسيقى تنطلق عند البعض - من دافع ديونيزوسيّ (نيتشه، 2010)، أي أنّها تُعدّ مجرد وسيلة للترفيه والمتعة، غير أنّها ومن المؤكّد، كما يلاحظ الكثير من الاختصاصيين، تُحدث تغييرات إيجابية في متغيّرات الصّحة النفسيّة والاضطرابات السلوكيّة لدى الإنسان. يقول الفيلسوف نيتشه (Nietzsche) (3) جازمًا: «إنّ لفنّ الموسيقى وظائف عدّة بيولوجيّة وسيكولوجيّة؛ من أهمّ هذه الوظائف التّعبير العقليّ والانفعاليّ من خلال التّعبير عن الانفعالات والتّنفيس عنها. أضف إلى ذلك التّعبير عن الأفكار ومحاولة تجسيدها على أرضيّة الواقع» (غنية، 2018، ص 154)؛ فلماذا تحرّكنا الموسيقى بهذا العمق؟ وما الذي يجعلها مميّزة في الثقافة والتربية والتعبير الإنسانيّ؟ وكيف تؤثر فينا؟ ما علاقة الموسيقى بالمجتمع؟ يُقال إنّ الموسيقى تبهج المستمعين وتلهمهم وتُساهم في تغيير حالتهم الذهنيّة والجسديّة والعاطفيّة؛ فهل يجوز أن نعدّها وسيلة علاجية فعّالة في خفض مستويات الاكتئاب والقلق إلى جانب العلاجات النفسيّة المتخصّصة؟

نجد لزامًا علينا أن نخصّ الموسيقى بدراسةٍ علميّة تُقدّم إلى القارئ بعض المعالم الفكرية للجواب على هذه التّساؤلات، وتتيح له أن يفهم فهمًا

العلاج بالموسيقى (La musicothérapie) كعلاج سلوكي معرفي، وأثره الإيجابي في الصحة النفسية للإنسان.

1- الموسيقى من المنظور الاجتماعي:

إنّ دراسة المشروع السوسولوجي في الظاهرة الموسيقية مفيدة لبحثنا من زاويتين؛ فهي ستتيح لنا، من زاوية أولى، أن نُضيف على الاتجاه الفكري الاستيمولوجي بعض عناصر جديدة في محاولتنا استنباط العلاقة بين الموسيقى كفنّ وكممارسة اجتماعية بأبعادها الجمالية والثقافية، وبين المجتمع كبنية متشابكة من العادات والأفكار والميولات تضمّ جماعات تربطهم علاقات اجتماعية متباينة. ومن زاوية ثانية، هي ستحدّد لنا نوع العلاقة الاجتماعية وطبيعتها التي سوف تحدث بينهم «وبين الوظائف التي يشغلونها في المجتمع» (Adorno, 1972, p. 5). ويزوّدنا الباحث في علم الاجتماع الموسيقي حسن البكاري⁽⁷⁾ هنا بتفسير كبير الفائدة: «هي علاقة محورها التفاعل الذي يحدث بين الأفراد عبر تقاسم فضاء ونوع الموسيقى التي قد توحدهم على مستوى القيم والمواقف والأذواق» (البكاري، 2024، ص 81). نحن نستطيع إذاً هنا أن نتحدّث عن التفاعلات التي تصدر عن الأفراد

دراسية. وبهذا يرسم لنا الطريق إلى محاولة فهم تفاصيلها داخل حقل السوسولوجيا. «فكل نشاطات الإنسان لها معنى، أي لها هدف، وفي علوم الإنسان، ينبغي فهم المعنى والهدف» (إبراهيم، 2001، ص 71).

والحال أنّه لا يفوتنا أن نلاحظ أنّ الموسيقى تؤثر، بطريقة مباشرة، في السلوك الإنساني. وهذا التأثير لا يستبين إلاّ على ضوء معطيات علم النفس السلوكي (le modèle psychodéveloppemental) الذي تناول بعناية تأثير الممارسات الموسيقية في الإنسان وما ينتج عنها من عمليات سلوكية ودينامية إيجابية.

على كلّ، وعلى ضوء هذا الاعتبار، نجد أنّ الموسيقى تؤثر إيجاباً في متغيرات الصحة النفسية عند الإنسان، ما يُبذّر فعالية العلاج بها للتصدّي في غالب الأحيان للأعراض النفسية المهمة.

وقسمنا البحث ثلاثة أقسام، علاوة على خاتمة عامة تلخص تقسيماته وأفكاره الرئيسية. شرحنا في القسم الأول ثنائية الموسيقى والمجتمع انطلاقاً من المقاربة التي تتناول الظاهرة الموسيقية بصفاتها ممارسة ثقافية واجتماعية. وعليه، ركّزنا في القسم الثاني على دور الموسيقى كعامل وقائي يُسهّل على الإنسان مواجهة الضغوط الاجتماعية والحياتية. وعلى ضوء هذا الاعتبار، أظهرنا في القسم الثالث فاعلية

التي ساهمت في إنتاجها. ويشير أدورنو إلى نموذجين متناقضين في تحليل الأعمال الموسيقية وطرق صناعتها وإنتاجها في المجتمعات الرأسمالية من جهة، ومن جهة أخرى الفرق بين الحداثة (التي تكس مبدأ الهيمنة البورجوازية في توجيه الفعل الموسيقي، والأصالة في الموسيقى «في سياق تحوّل الأعمال الموسيقية من الطابع الكلاسيكي الضخم إلى إنتاجات خفيفة وسريعة» (Adorno, 1962, p. 58)، فيؤكّد أنّ هذه الاختلافات في الظاهرة الموسيقية تؤدّي- على كلّ حال- «مهمّة تحقيق التماسك الاجتماعي» (البكاري، 2024، ص 90) بفعل أنّ الموسيقى، سواء أكانت عالمة أو «خفيفة»، تنبع حكمًا من عمق الواقع الاجتماعي وتتمتّع «بصفات فنيّة بارزة» (البكاري، 2024، ص 89) وبمستوى عال من الجمالية والإبداع، فضلًا عن أنّها «وسيلة لنبذ التفرقة ودعوة إلى التسامح والوحدة» (فيبر، 1921، ص 85).

في ما يخصّ الموسيقى الشعبية، يؤكّد أدورنو على طابعها الترفيهي، لا سيّما أنّها تستقطب جماهير شعبية واسعة، وتؤثّر في الجانب العاطفي والحالة النفسية للمتلقّي بعيدًا من فهم مضمون العمل الموسيقي. ولعلّ «جمالها اللحنيّة القصيرة والمتكرّرة، إضافة إلى محتواها السهل الفهم، القصير البنية، يستأثر باهتمام جمهور عريض من

أو «السلوكات الموسيقية» (البكاري، 2024، ص 81) جراء تعرّض أحاسيسهم وأسماعهم للإيقاعات ولألانغام الموسيقية. ويفسر أدورنو كيفية تفاعل الأفراد مع الإيقاعات والألحان: «قد تختلف مستويات التفاعل من شخص إلى آخر لكنّها تؤدّي في نهاية المطاف إلى نتيجتين: الأولى يكون فيها التفاعل سطحيًا وشكليًا يسعى من خلاله الجمهور إلى الوصول إلى درجة معيّنة من المتعة والنشاط، أمّا النتيجة الثانية فيكون فيها الاستماع عميقًا يحاول فيه المتلقّي فهم تفاصيل العمل الموسيقي وإبداء موقفه تجاهه إمّا بالإعجاب أو بالرفض، وهو موقف يتّخذ بعددًا نقديًا» (Adorno, 1972, p. 5).

غير أنّ ما تجدر الإشارة إليه هنا هو التراثية الاجتماعية في جمهور الموسيقى. ثمّ أنّ أدورنو يتوصّل، في دراسته للإنتاجات الموسيقية، إلى استنتاج مؤداه أنّ الموسيقى تُقسم نوعين: «موسيقى عالمة جادة وأخرى شعبية جماهيرية» (البكاري، 2024، ص 90). هذا التقسيم المتشدّد ينطلق من مبدأ تمييزي بين «الثقافة العالية والثقافة الشعبية» (البكاري، 2024، ص 90)، وبدءًا به تتوضّح معالم التراتبية الاجتماعية في جمهور الموسيقى، ثمّ العوامل الاجتماعية والسياسية والثقافية

فُتَعَرَّضَ أعين الناشئة وآذانها إلى كلِّ ما هو جميل، لكي تنغمس في الألفة والصداقة والهرمونية، برفقة جمال القول والفكر، منذ الطفولة المبكرة“ (Plato, 2000, p. 401). وهذا يسمح لنا بأن نتبين مدى أهميّة التربية في الموسيقى والشعر، بما لهما من تأثير في نحت شخصيّة سويّة لشبابنا تستطيع التأقلم في المجتمع بطريقة بناءة فاعلة. وترتيبًا على ذلك يقول إنَّ التربية الشعريّة والموسيقية لا غنى عنها، «لأنَّ الإيقاع والشكل (الهرموني) يتغلغلان في عمق النفس أكثر من أيِّ شيءٍ آخر، ولهما الأثر الأكثر قوّة عليها، بما أنّهما يجلبان بهاءً معهما» (إبراهيم، دغبدي، الشرقاوي، 2021، ص 959).

2- الموسيقى ومفهوم المرونة النفسيّة

إنَّ دراسة الأسس السوسيوولوجيّة للموسيقى تعترضها بعض المصاعب، لا سيّما أنّ المجتمع يتميّز بكثرة التحوّلات والتغيّرات والتعقيدات التي تُشكّل ضغوطًا على الأفراد، وخصوصًا على المراهقين، إذ إنّ المراهقة هي مرحلة نموّ تتطلّب مهارات تكيفيّة عالية (Philips and Power, 2011, pp. 825 - 832). «مدى قدرة الفرد على تحمّل مسؤولياته الشخصية، والمهارات الاستقلاليّة الأخرى، [...] إضافةً إلى قدرة الفرد على تحمّل

مختلف القارات» (البكاري، 2024، ص 90). وعلى كلِّ، يبقى صحيحًا أنّ الموسيقى الشعبيّة الجماهيريّة، كما جاء في نصّ هوارد بيكر (Howard Becker)⁽⁹⁾، «نابعة من عمق الواقع الاجتماعي والثقافي، وأنها موسيقى ذات مواضيع اجتماعيّة وتتميّز بمستوى عالٍ من الإبداع والجماليّة في الإداء» (Becker, 1982, p. 252).

وبموجب النتائج التي خلص إليها أدورنو من دراسته الكثيرة التّدقيق والغنيّة التوثيق، تبين لنا أنّ الموسيقى تأخذ طابعًا اجتماعيًا عبر التفاعل معها «بالشكل الذي يحسّ فيه الإنسان بتأثيرها على الجانب الروحي والجسديّ والاجتماعيّ» (البكاري، 2024، ص. 85)، ولذلك ينبغي دراسة العلاقات المتبادلة بين المجتمع والموسيقى بنوع من العمق والشمول. وبهذا يرسم لعلماء الاجتماع الطريق إلى معالجة تأثيرها في سلوكات الناشئة من الناحية التربويّة وفي طرق تدبير نمط حياتهم وعلاقاتهم داخل المجتمعات التي يشغلونها.

وهنا لا بدّ من الإشارة إلى أهميّة الثريّة الموسيقية في بناء شخصيّة الفرد الذي يشكّل عنصرًا أساسيًا وفاعلًا في المجتمع، الأمر الذي دعا إليه الفلاسفة والدّارسون قبل نشوء علم النفس بقرون. فأفلاطون مثلاً، دعا إلى ضرورة تعليم الموسيقى والشعر «لجعل الناشئة تنمو في بيئة صحيّة،

Kaufman and) (positif des jeunes المراحل العمرية المتقدمة» (صباح، رشيد، 2019، ص 86).
ومن المهم أن نلاحظ أن الاضطرابات السلوكية التي يعاني منها الأفراد على سبيل المثال، العدوانية ونقص الانتباه والانسحاب الاجتماعي والقلق والاكتئاب، تختلف بحسب قدرتهم على الانسجام والتفاعل والتكيف مع متغيرات الحياة. ثم أنها يمكن أن تتفاقم مع مرور الوقت وأن يكون لها تداعيات في العديد من مجالات حياتهم (Cicchetti, 2016). ولعلّ هذا الوضع يستلزم تعزيز المهارات والإبداع والتجديد في السلوك وفي الفكر، والقدرة على استعادة التوازن بشكل إيجابي، ومواصلة الحياة بفاعلية وتماسك للشخصية» هذا ما يُسمى بتعزيز السلوك الإيجابي (Tolan, 2016, pp. 214 - 236).
في سياق كهذا، تُعدّ الممارسات الموسيقية (Pratiques musicales) (Kaufman and Scripp, 2019, pp. 72 - 94) يلاحظ الكثير من الاختصاصيين، مثالية بفعل ارتباطها بالعديد من الفوائد، بما في ذلك التحفيز والالتزام، والتماسك الاجتماعي، والثقة بالنفس. إنّ في ذلك تأكيداً للتأثير المعرفي والسلوكي والاجتماعي المهم الذي تؤديه في النمو الإيجابي للإنسان (Le développement

مسؤولياته الاجتماعية المتوقعة منه في المراحل العمرية المتقدمة» (صباح، رشيد، 2019، ص 86).

على كلّ حال، إلا أن نلاحظ حقيقة واحدة هي أن الجميع يتفق على طبيعتها المرحبة والجامعة والموحدة (Rickard, Bambrick and Gill, 2012, pp. 57- 78). ولعلّ هذه الامتيازات وحدها هي التي أتاحت للأفراد القدرة على التكيف الفعّال بصورة إيجابية مع الضغوط النفسية، ومكّنتهم من أداء وظائفهم بشكل جيّد.

برز ضمن هذا الإطار مفهوم المرونة النفسية (La psychologie de la résilience)، وهي نتاج التفاعل بين عوامل الخطر وعوامل الحماية» (Tessier et Schmidt, 2007, 559- 578). وهي ما يُسمى بالتكيف الإيجابي الذي سلط سيشتي (Cicchetti)⁽⁹⁾ أضواءً باهرة عليه. فهو يرثي أن الموسيقى في سلوك الفرد، فضلاً عن أنها وسيلة فعّالة لتخطي الأزمات والمواقف الضاغطة، «هي عملية ديناميّة تتضمّن تكيفاً إيجابياً مع المواقف التي تُعيق تحقيق الأهداف» (Cicchetti, 2016, pp. 543 - 562). وفي الإطار نفسه كتبت آن ماستن (Ann Masten)⁽¹⁰⁾: «في ظلّ أسوأ الظروف هناك عوامل وقائية تحمي استجابة الفرد للضغوط، ينتج عنها ما يُسمى التكيف الإيجابي أو المرونة النفسية، ويتضمّن ذلك قدرة الفرد

تحقيق التوافق المرن مع أحداث الحياة الضاغطة“ (الزغبى، 2016)، وآثارها الفعالة في توظيف المصادر الاجتماعية والنفسية والثقافية للتوافق الإيجابي مع الضغوط المختلفة، مع المحافظة على الأثران النفسي ومواصل الحياة بهدوء وفاعلية. وتملك الموسيقى قدرة علاجية للكثير من الأمراض الناتجة عن حالات نفسية.

3- المفهوم العلاجي للموسيقى: إن عددًا وافرًا من الدراسات أكد أهمية الموسيقى العلاجية القائمة على الأساليب المعرفية والسلوكية للحد من أعراض القلق والصدمات النفسية (Oras, Cancela, Ahmad, 2004, pp. 199 - 203; Cohen, Mannarino, Deblinger, 2010, pp. 295 - 311; Cohen, Mannarino, 1998, pp. 17 - 26)، الناتجة عن التعرض لحوادث الإساءة الجنسية ومشاهدة حوادث القتل والاعتداء والإرهاب، فيعجزون (أي الضحايا) عن التعبير عنها لفظيًا، ولذلك يُطلق عليهم اسم ضحايا الصدمة الصامتين“ (Hasannovic, 2011, pp. 122 - 131)، وعادةً ما تُقدّم لهم العلاج السلوكي المعرفي المركّز على العلاج بالموسيقى.

الحق أن هذا الاتجاه العلاجي لم يسترع، بشكل فعلي، على ما يبدو اهتمام الباحثين، إلا في منتصف القرن الماضي

على تحطّي المواقف الضاغطة والأزمات مستخدمًا كل ما يملك من السمات الإيجابية للشخصية» (Masten, 2009, pp. 227- 238). وقد نوه- على كلّ حال- اختصاصيون في علم النفس السلوكي، أنّ الموسيقى تُعدّ من العوامل الوقائية المهمة التي تحمي استجابة الإنسان للضغوط. وبفضلها يُصبح الإنسان قادرًا على الاحتفاظ بهدوئه وأثرانه النفسي، والتحكّم بانفعالاته أمام مختلف المحن والمصاعب التي تواجهه في الحياة. ويصبح قادرًا على تحويل هذه المصاعب إلى حافز يدفعه إلى العمل من أجل تحقيق أهدافه وطموحه وإشباع دوافعه، ما ينتج عنه تخلص الفرد من الآثار السلبية لهذه الأحداث، ورفع مستوى الإيجابية عنده، فيتخلص من الأحاسيس المحبطة ويشعر بمتعة الحياة وقيمتها.

هنا أيضًا يمكننا القول إنّ الموسيقى وما يتأتى عنها من فوائد ومهارات ناجمة عن التنظيم العاطفي والسلوكي، تُعدّ عاملاً وقائيًا تُعزّز خلق توازن بين الفرد وبيئته (Gatt, Burton, Williams and Schofield, 2015, pp. 1 - 13).

وعلى هذا النحو يكون قد توضّح لنا مفهوم المرونة النفسية، وهي ”قدرة الفرد على إدارة استجاباته الانفعالية والعقلية بطريقة إيجابية تُمكنه من التكيف الفعال مع محن الحياة وصعوباتها المختلفة بهدف

ما يمكن عدّها طاقة ديناميكيّة للتغيير“
Kennelly and Brien-Elliott, 2001, pp.)
143 - 137.

نشير كذلك إلى أنّ الفوائد العلاجيّة
العديدة لاستخدام الموسيقى تُثبت مفعولها
بوجه الإجمال، ”فاستعادة الشّعور بالأمن
والقدرة على التنبؤ بالأحداث القادمة،
تساعدان على التّعامل مع الآثار السلبية
للحوادث المرعبة أو الصادمة التي تعرّضوا
لها لأي تعرّض لها الضّحايا، والتّقليل من
مستويات الاكتئاب والإثارة الانفعاليّة
المرتبطة بتلك الأحداث“ (Paul and
Ramsey, 2000, pp. 111- 118). ناهيك عن
توظيف الموسيقى للحصول على ”نتائج
علاجيّة إيجابيّة مثل: تحسين مستويات
الاتّصال وضبط الذات والتّعامل مع
المشكلات الاجتماعيّة والتّفرغ الانفعالي
وغيرها“ (ضمرة، أبو عيطة، 2014، ص 103).
وبالمقابل، يمكن للخبرات الموسيقيّة أن
تتضمّن ”مجموعة من نشاطات العزف على
الألات الموسيقيّة المختلفة أو المتشابهة
بشكل حرّ أو منظم، وترديد أغان محدّدة أو
مرتجلة، والاستماع إلى الموسيقى، وتقديم
التغذية الراجعة اللفظية حول النشاطات
الموسيقيّة التي استُمع إليها ونُفّذت“
(Wigram, Nygaard and Bonde, 2002, p.103).
وبديهيّ أن يُطبّق العلاج بالموسيقى
”بشكل جماعي“ (Paul and Ramsey,

Kemper and Danhauer, 2005, pp. 282)
288 -، وهو يركّز على ”الاتّجاه التحليليّ
في العلاج النفسي من خلال إتاحة المجال
لإخراج المحتويات اللاشعوريّة بشكل
غير لفظيّ والسماح للمحتويات الانفعاليّة
بالتحرّر“ (ضمرة وأبو عيطة، 2014، ص
102). ومن المؤكّد أنّ توظيف الموسيقى
لأهداف علاجيّة قد حظي بدراسات غزيرة،
كانت على قدر كافٍ من الجديّة لاستنباط
بعض خطوط التطوّر في تطبيقاته. وهنا
نسلط الضوء على أسلوب المخيطة الموجهة
والموسيقى التي ”تركّز على الاستماع
للخبرات الموسيقيّة ومحاولة استدعاء
الصور والتخيّلات الداخليّة المرتبطة مع
تلك الخبرات“ (ضمرة وأبو عيطة، 2014، ص
102). ولا يجوز أن ننسى ”الاتّجاه الإنسانيّ
من خلال تشجيع المسترشدين في
مجموعات الإرشاد الجماعيّ على الإحساس
بمفهوم هنا والآن“ (Gold, Wigram and
Voracek, 2004, pp. 1054 - 1063). على أنّه
من المهمّ، في الأحوال جميعها، أن نوضح
منذ البداية مفهوم العلاج بالموسيقى كونه
”عمليّة علاجيّة متسلسلة ومنظمة، يحاول
المعالج خلالها مساعدة الفرد على تحسين
مستويات الصّحة النفسيّة لديه، باستخدام
الخبرات الموسيقيّة، واستغلال العلاقات
التي تنشأ بين الأفراد في المجموعة
العلاجيّة خلال أداء النشاط الموسيقيّ،

تطورًا فعليًا، إذ يركز على "إتاحة المجال لإخراج المحتويات اللاشعورية بشكل غير لفظي والسّماح للمحتويات الانفعالية بالتحرّر" (ضمرة وأبو عيطة، 2014، ص 102). أفلم يؤكد علم النفس السلوكي ضرورة "توظيف الموسيقى لتحقيق أهداف علاجية والتعامل مع الأعراض النفسية المرضية، فيمكن للأساليب العلاجية الموسيقية تسهيل التعبير عن الانفعالات السلبية لدى الفرد وإعادة بناء ثقته بنفسه وشعوره بالأمن؟" (Gold, Wigram and Voratek, 2007, pp. 340- 351).

الخاتمة: لاحظنا، في ما تقدّم، كيف أنّ العوامل الاجتماعية والثقافية تُدير العلاقة بين الفعل الموسيقي والفاعل الاجتماعي وتبنيها. ولهذا تحديداً، وبالنظر إلى أنّ المجتمع لا يقبل انفصلاً عمّا يصدر عن الأفراد من سلوكات موسيقية، درسنا التفاعلات التي تحدث بينهم عبر تقاسم فضاء موسيقي، وفسرنا طبيعة العلاقة بين الموسيقى والمجتمع، وحددنا أبعادها الثقافية والاجتماعية وأهميتها في عملية التربية.

كما درسنا العلاقة بين الموسيقى وقدرة الأفراد على تحقيق ذاتهم على الرغم ممّا يكابدونه من ضغوط مختلفة. وغالبًا ما تترتب على الموسيقى نتائج إيجابية واسعة للغاية، إذ إنّها تشكّل عاملاً أساسياً في تعزيز مرونة الأفراد وتطويرها، فضلاً عن دورها

ما يضعه على "لائحة الأساليب العلاجية المرشحة للتعامل مع مشكلات الأفراد النفسية الناتجة عن التعرّض للصدّات والتهديد بما تحتويه من أساليب وأنشطة غير لفظية" (Gold, Wi-gram and Voracek, 2007, pp. 340- 351). ولعلّ خير دليل على فاعلية استخدام العلاج المعرفي السلوكي وأهميته هو استخدام الموسيقى لعلاج أعراض القلق لدى الأطفال والمراهقين الذين تعرّضوا لصدمة. وهذا ما لاحظته كثير من الاختصاصيين في عدد من الدراسات التي أُعدت فعاليتها في علاج مشكلات سوء السلوك لدى الطّلاب (Baker and Jones, 2006, pp. 249 - 260) وفي الحدّ من مستويات القلق لدى الأطفال في المواقف الطّبية (O'Callaghan, Sexton and Wheeler, 2007, pp. 159 - 162) توفير الدّعم النفسي للأطفال المساء إليهم جنسيًا (Amir, 2004, pp. 96 - 103). إضافة إلى استعادة الشّعور بالأمن والقدرة على التنبؤ بالأحداث القادمة، والقدرة على التّعامل مع الآثار السلبية للحوادث المرعبة أو الصادمة، وخفض مستويات الاكتئاب والإثارة الانفعالية المرتبطة بتلك الأحداث، وتحسين مهارات الاتّصال (Kennelly and Brien-Elliott, 2001, pp. 137- 143).

واليوم يشهد علم النفس السلوكي المعرفي المركّز على العلاج بالموسيقى

إنّ الاستنتاج الرئيس الذي يمكن الخلوص إليه من هذه الدّراسة هو المكانة الهامّة لفنّ الموسيقى بوصفها الأفق الواسع للإنسان، يلجأ إليه في مختلف اللحظات للتعبير عما يجول في نفسه من مشاعر وأفكار. ولعلنا بهذا المعنى نختتم بهذا القول لنييتشه: إنّ الموسيقى هي الوسيلة التي يستطيع بها الإنسان أن يعيد تقويم قيمه، وأن يحوّل العالم الأصمّ إلى مجال أروع وأفضل... لأنّها قبل كلّ شيء فنّ الانفعال، والفنّان، ولا سيّما الموسيقيّ، هو الذي يستطيع في مجاله الخاصّ أن يُطهّر المجتمع الفاسد» (ريان، 2010، ص 51).

فلندعِ الموسيقى تفعلُ فعلاً في نفوسنا وأجسادنا، علّه يبزغ فجرٌ جديدٌ مشرقٌ للإنسان وللعالم!

العلاجيّ لكثير من حالات الاضطرابات النفسيّة كالشّعور بالخوف والغضب والقلق وسرعة البكاء والانعزال الاجتماعيّ والسلوك العدوانيّ والعصبية الشديدة والاكنتاب، إضافة إلى انخفاض مستوى التحصيل العلميّ عند الطّلاب ومشكلات في التذكّر والانتباه، وبعض الاضطرابات الأخرى كالخمول والآلام الجسديّة كالصداع وآلام المعدة والإغماء وفقر الدّم واليرقان وغيرها...

أخيّرًا، إن بحثنا كهذا يقدّم إلى القارئ بعض المعالم الفكرية للجواب على التّساؤل: «ماذا تفعل الموسيقى في الإنسان؟» لكن لا يتّسع المجال هنا للتوسّع والتعمّق في بعض الصعوبات والإشكالات التي بدأ الباحثون اليوم بالتنبّه إلى أهميّتها، في ظلّ واقع معولم غير بوسائله التّقنيّة والرقميّة طبيعة الوظائف والإنتاجات الموسيقية.

الهوامش

1 - جبران خليل جبران (1883-1931): «ولد في بشريّ (لبنان)،

كاتب وشاعر مجدّد، من أركان النّهضة الأدبية في المهجر

5 - ماكس فيبر (1864-1920): «أحد أشهر علماء علم الاجتماع الألمان... يعدّ واحدًا من أكثر علماء الاجتماع الذين يأخذ عنهم المختصّون أفكارهم ونظرياتهم» (<https://ar.wikipedia.org/wiki>، المراجعة بتاريخ 29/ 8/ 2024).

6 - تيمودور أدورنو (1903-1969): يعدّ أحد فلاسفة علم الاجتماع

ونقّاده المهتمين في حقبة ما بعد الحرب العالميّة الثانية في ألمانيا. «يمتدّ أثره على كتابات مدرسة فرانكفورت حيث كان ينتمي، وذلك لسمة التداخل بين الموضوعات التي كانت مدار أبحاثه... كان فيلسوفًا سوسيولوجيًا أصيلًا، وعضوًا رائدًا من أوائل رواد جيل النظرية النقديّة». فضلًا عن ذلك، هو مؤلف موسيقيّ وعازف على آلة البيانو (<https://hekmah.org>، المراجعة بتاريخ 29/ 8/ 2024).

7 - حسن البكاري: أستاذ التربية الموسيقية وباحث في

1 - جبران خليل جبران (1883-1931): «ولد في بشريّ (لبنان)،

كاتب وشاعر مجدّد، من أركان النّهضة الأدبية في المهجر ومن مؤسسي الزايطه القلمية في نيويورك. برع في فنّ التصوير له المؤلّفات العربيّة والإنكليزيّة» (لويس معلوف، المنجد: الأعلام، ص 131).

2 - أفلاطون (430-347 ق م): «من مشاهير فلاسفة اليونان.

تلميذ سقراط ومعلّم أرسطاطاليس...» (م.ن، ص 28).

3 - نييتشه (1844-1900): «فيلسوف ألمانيّ أخذ بمذهب التّطوّر وقال إنّ الحياة في تنازع البقاء وبقاء الأصلح دون غيره. قال إنّ «الإنسان الأعلى هو الهدف الذي يجب الوصول إليه وإنّ الحقّ للقوّة إلى تعاليمه يرجع كارل ماركس في وضع مبادئ الشيوعية المانيّة» (لويس معلوف، المنجد: الأعلام، ص 544).

4 - مارتن جاي: ولد العام 1944 في نيويورك كاتب ومؤرّخ ومؤلف وفيلسوف. حائز دكتوراه في الفلسفة. عضو في

- 9 - سيشتي: دانتي سيشتي هو عالم نفس تنموي وعالم في علم الأمراض النفسية التنموية. متخصص في الفئات المعرضة للخطر والمحرومة، بما في ذلك الأطفال الذين تعرضوا لسوء المعاملة وأبناء الآباء المصابين بالاكتئاب <https://icd.umn.edu>، المراجعة بتاريخ 18/29/2024.
- 10 - آن ماستن: عالمة نفس الأطفال، فازت بجائزة جامعة لوزيفيل في علم النفس لعام 2024 لإظهارها أن المرونة يمكن أن تأتي من عمليات التكيف العادية ولكن القوية في داخلنا ومن علاقاتنا الداعمة بالآخرين (by UL of News-), <https://www.almayadeen.net>، المراجعة بتاريخ 18/29/2024.
- 8 - هوارد بيكر (1928-2023): عالم اجتماع أميركي وأستاذ جامعي. كان أيضًا موسيقيًا. ترك تراثًا سوسولوجيًا غنيًا وكانت من أبرز مساهماته تلك المتعلقة بسوسولوجيا الانحراف. <https://www.almayadeen.net>، المراجعة بتاريخ 18/29/2024.

المصادر والمراجع

أولاً - المراجع العربية

- 1- ابراهيم، ع. (2001). *علم الاجتماع (السوسولوجيا)*، المركز الثقافي العربي. ص 71.
- 2- ابراهيم، م، دغيدى، ح، الشرفاوى، ر. (2021). «تأثيرات الموسيقى في الإنسان». *مجلة علوم وفنون الموسيقى*. كلية التربية الموسيقية. المجلد 44. ص 959.
- 3- البكاري، ح. (2024). «عقلانية ماكس فيبر وجدلية أدورنو في الموسيقى من المنظور السوسولوجي». *مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع* العدد 105. مايو 2024. ص 81.
- 4- جبران، ج. خ. *المجموعة الكاملة العربية: الموسيقى*. بيروت. لبنان. دار الجيل.
- 5- خطاب، ط. (2017). «أثر الموسيقى والغناء في نشأة الموشحات الأندلسية». *مجلة حوليات التراث*. جامعة مستغانم. العدد 17. ص 123-135.
- 6- ريان، آ. (2010). *فلسفة الموسيقى وعلاقتها بالفنون الجميلة*. الهيئة العامة لقصور الثقافة. القاهرة.
- 7- الزغبى، أ. (2016). «المرونة النفسية كمتغير وسيط بين أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق». *مجلة جامعة دمشق*. المجلد 32. العدد 2.
- 8- صباح، ع، رشيد، ع. (2019). «برنامج إرشادي لتعليم إخوة المعاقين عقليًا تحسين السلوك التكيفي لأخوتهم المعاقين عقليًا ذوي متلازمة داون». *العلوم النفسية*. العدد 21. ص 86.
- 9- ضمرة، ج، أبو عيطة، س. (2014). «أثر العلاج المعرفي السلوكي المركز على الصدمة والعلاج بالموسيقى في خفض أعراض قلق ما بعد الصدمة لدى عينة من أطفال الحروب». *دراسات العلوم التربوية*. المجلد 41. العدد 1. ص 214.
- 10- غنية، ب. (2018). «الموسيقى والتجربة الفنية عند فريدريك نيتشه». *مجلة التدوين*. العدد 11. جامعة وهران 2 محمد بن أحمد. ص 154.
- 11- فيبر، م. (2013). *الأسس العقلانية والسوسولوجية للموسيقى*. ترجمة حسن صقر. مراجعة فضل الله العميري. ط 1. بيروت: المنظمة العربية للترجمة.
- 12- فيشر، أ. *ضرورة الفن*. ترجمة أسعد حليم. الإمارات: منشورات مركز الشارقة للإبداع الفكري.
- 13- معلوف، ل. (1966). *المنجد في اللغة والأدب والعلوم* ط 19. لبنان: المطبعة الكاثوليكية.
- 14- نيتشه، ف. (2009). *إنسان مفرط في إنسانيته*. ترجمة محمد ناجي. أفريقيا الشرق المغرب.
- 15- (2009). *ديوان نيتشه*. ترجمة محمد صالح. ط 2. بيروت: منشورات الجمل.
- 16- (2010). *غسق الأوتان*. ترجمة علي مصباح. ط 1. بيروت: منشورات الجمل.

ثانياً - المصادر والمراجع الأجنبية

- 17-Adorno, T. (1962). *Introduction à la sociologie de la musique*. Chapitre : Modernité. Genève: Contrchamps.
- 18- (1972). *Réflexions en vue de la sociologie de la musique*. Musique en jeu. N° 7. Paris : Seuil. p. 5.
- 19-American Psychological Association (APA). (2002). *The road of resilience*. 750. first street. NE. Washington: DC. 27.
- 20-Amir, D. (2004). Giving trauma a voice: The role of improvisational music therapy in exposing, Dealing with and healing a traumatic experience of sexual abuse. *Music Therapy Perspectives*. 22 (2). pp. 96- 103.
- 21-Baker, F., Jones, C. (2006). The effect of music therapy services on classroom of arrived refugee students in Australia- pilots study. *The Journal of Emotional and Behavioral Difficulties*, 11, (4), pp. 249- 260.

- 22-Becker, H. (1982). *Les mondes de l'art*. trad. de l'anglais par Jeanne Bouniort. Paris: Flammarion.
- 23-Cicchetti, D. (2016). *Developmental psychopathology*. Theory and method. 3. Vol. 1. John Wiley and sons.
- 24-Cohen, J. A. and Mannarino, A. P. (1998). Interventions for sexually abused children: Initial treatment findings. *children maltreatment*. 3. pp. 17- 26.
- 25-Cohen, J. A., Mannarino, A. p. and Deblinger, E. (2010). *Trauma focused cognitive behavioral therapy for traumatized children*. In J. R. Weisz and A. E. Kazdin. (Eds). Evidence based psychotherapies for children and adolescents. New York: Guilford Press.
- 26-Gatt, J. M., Burton, K.L.O., Williams, L.M. and Schofield, P.R. (2015). Specific and common genes implicated across major mental disorders. A review of meta analysis studies. *Journal of Psychiatric Research*. 60. pp. 1-13.
- 27-Gold, C., Wigram, T. and Voracek, M. (2007). Effectiveness displaced children in schools. *Journal of Instructional Psychology*. 37 (4). pp. 340- 351.
- 28-2004)). Effects of Music Therapy for Children and adolescents with Psychopathology: a meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 45 (6). pp. 1054- 1063.
- 29-Hasanovic, M. (2011). Psychosocial assistance project decreases posttraumatic stress disorder and depression amongst primary and secondary school students in post-war Bosnia-Herzegovina. *Acta Medica Academica*. 40 (2). pp. 122- 131.
- 30-Hinson, H. (2024). *UL of News*. April 25.
- 31-Jay, M. (1973). *The Dialectical imagination, A History of the Frankfurt School*. (1923- 1950). London: Heinemann.
- 32-Kaufman, B. and Scripp, L. (2019). *Music Learning as Youth Development*. 1e ed. New York, NY: Routledge.
- 33-Kauffman, J. M. and Landrum, T. J. (2018). *Characteristics of emotional and behavioral disorders of children and youth*. 11e ed. New York, Ny: Pearson.
- 34-Kemper, K. and Danhauer, S. (2005). Music as Therapy. *Southern Medical Journal*. 98 (3). pp. 282- 288.
- 35-Kennelly, J. and Brien-Elliott, K. (2001). The role of Music Therapy in Pediatric Rehabilitation. *pediatric rehabilitation*. 4 (3). pp. 137- 143.
- 36-Mašten, A. (2009). <https://ma3loma-edu.com...> July 20.
- 38-O'Callaghan, C., Sexton, M. and Wheeler, G. (2007). Music Therapy as a non-pharmacological anxiolytic for pediatric radiotherapy patients. *Australasian Radiology*. 51. pp. 159- 162.
- 39-Oras, R., Cancela, De E. and Ahmad, A. (2004). Treatment of Traumatized refugee children, with eye movement desensitization and reprocessing in a psychodynamic context. *Nord J Psychiatry*. 58 (3). pp. 199- 203.
- 40-Paul, S. and Ramsey, D. (2000). Music Therapy in Physical medicine and rehabilitation. *Australian Occupational Therapy Journal*. 47, pp. 111- 118.
- 41-Philips, K. and Power, M. (2011). Emotion regulation. In R. J.R. Levesque (dir.). *Encyclopedia of adolescence*. New York : Springer. pp. 825- 832.
- 42-Plato (2000). *The Republic*. Ed. By G.R.F. Ferrari. trans. By Tom Griffith. Cambridge: Cambridge University Press.
- 43-Rickard, N. S., Bambrick, c. and Gill, A. (2012). Absence of widespread psychosocial and cognitive effects of school-based music instruction in 10- 13 year-old student. *International Journal of Music Education*. 30. pp. 57- 78.
- 44-Tessier, O. et Schmidt, S. (2007). Élèves à risque : origine, nature du concept et son utilisation en contexte scolaire. *Revue des sciences de l'éducation*, 33 (3). pp. 559- 578.
- 45-Tolan, P., Ross, K., Arkin, N., Godine, N. and Clark, E. (2016). Hip Hop, empowerment, and therapeutic beat-making: Potential solutions for summer learning loss, depression, and anxiety in youth. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*. 29 (6). pp. 744- 765.
- 46-Wigram, T., Nygaard, I. and Bonde, L. (2002). *A Comprehensive guide to Music Therapy: theory, clinical practice, research and Training*. London: Jessica Kingsly Publishers.

ثالثًا - المراجع الرقمية

47-[spth -ar.wikipedia.org/wiki](https://spth-ar.wikipedia.org/wiki)

48-<https://hekmah.org>

49 -<https://icd.umn.edu>

50-<https://ma3loma-edu.com...> July 20.

51-<https://www.almayadeen.net>