Journal of Educational and Psychological Sciences
Volume (6), Issue (36): 30 Aug 2022
P: 146 - 157
ISSN: 2522-3399
مجلة العلوم التربوية والنفسية
المجلد (6)، العدد (36): 30 أغسطس 2022م
ص: 146 - 157

The Heart and Brain in Counseling

Ali Salim Rashid Alghafri
Sohar University || Sultanate of Oman

Abstract: A psychological condition shocked by a sudden reality in her life, which is the discovery of a chronic disease, cried and fell asleep and lack of sleep anxiety and fear as a result, this situation was worried about the new experience; that made me deal with it by employing the characteristic of the experience of the heart and brain, and for a period of a year, this anxious condition began to accept the new pathological situation and then reduced fear and tension and became healthier more appropriate than the history of dealing with case.

One of the roles of counseling is to provide the individual with academic advisement and psychological counseling and guidance and what that related to counseling in various psychological aspects and in classroom and extra-curricular courses to give the guided individual the knowledge, skill and emotional aspects of his / her condition. Since the counselor and counselee dominate between them in the counseling and guidance sessions the atmosphere of emotional sentiments and address the mind through the exchange of ideas according to the situation in the guidance process, the heart and the brain has a role in the process of the guidance and progress in the case of the counselee/advisee; Thus, the counselor's knowledge for the important characteristics of the heart and brain that associated with the counseling and guidance process; helps him to improve the status of the counselee/advisee by employing these characteristics in himself and in the counselee/advisee during his counseling /guidance sessions according to the nature of his needs..

Keywords: Heart, Brain, Cognitive Neuroscience, Thinking, Emotion, Experience, Learning, Behavior, Process/Sessions of Counseling & Guidance.

القلب والدماغ في الإرشاد النفسي

علي بن سالم بن راشد الغافري
جامعة صحار || سلطنة عُمان

المستخلص: حالة نفسية انصدمت بواقع مفاجئ في حياتها، وهو اكتشاف مرض مزمن لديها، بكت وأصابها أرق وقلة نوم من القلق والخوف نتيجة ذلك، كانت هذه الحالة قلقة من خبرة جديد؛ مما جعلني أتعامل معها بتوظيف خاصية الخبرة للقلب والدماغ، وبعدة فترة زمنية دامت سنة، بدأت تلك الحالة القلقة تتقبل الموقف المرضي الجديد وقل عندها ذلك الخوف والتوتر وأصبحت حالتها صحية أكثر مناسبة من تاريخ التعامل مع الحالة.

إن من أحد أدوار الإرشاد هو تزويد الفرد بالإرشاد والتوجيه الأكاديمي والنفسي وما يتصل بهما من تقديم المشورة في مختلف الجوانب النفسية والمقررات الدراسية الصفية واللاصفية لإكساب الفرد المسترشد المعرفة والمهارة والجوانب الوجدانية الخاصة بحالته. وبما أن المرشد والمسترشد يسود بينهما في الجلسات الإرشادية والتوجيهية جو من المشاعر الوجدانية ومخاطبة العقل من خلال تبادل الأفكار وفق الموقف في العملية الإرشادية، فإن للقلب والدماغ دورا في سير العملية الإرشادية وحدوث التقدم في حالة المسترشد؛ وبالتالي فإن معرفة المرشد للخصائص المهمة للقلب والدماغ المرتبطة بالعملية الإرشادية يساعده على تحسين حالة المسترشد من خلال توظيف تلك الخصائص في ذاته وفي المسترشد أثناء جلساته الإرشادية وفق طبيعة احتياجاته.

الكلمات المفتاحية: القلب، الدماغ، علم الأعصاب المعرفي، التفكير، الوجدان، الخبرة، التعلم، السلوك، عملية الإرشاد والتوجيه، الجلسات الإرشادية.

المقدمة.

يعتبر استقصاء عمليات الدماغ والقلب في العملية الإرشادية هو منظور حديث في مجال علم النفس اليوم. إذ يساعد علم القلب والعلوم العصبية المعرفية في فهم آليات التفكير والعواطف والسلوك بواسطة استقصاء آليات عمل القلب ووظائف بنية الدماغ والجهاز العصبي بواسطة التقنيات المختلفة، مثل تقنية تخطيط القلب وماسحة التصوير العصبي؛ فاهتم علماء العلوم العصبية المعرفية والقلب وعلماء النفس في توظيف نتائج البحوث في تفكير الفرد وعواطفه وسلوكه من أجل تحسين حالته النفسية. لذلك يسعى العديد من علماء العلوم العصبية المعرفية والقلب وعلماء النفس بتطبيق نتائج بحوث القلب والدماغ والجهاز العصبي في مجال علم النفس.

وبما أن الإرشاد الأكاديمي والتوجيه النفسي يهدف إلى تزويد المسترشد بالأدوات التي تساعده على الوصول إلى الهدف المنشود، فإن فهم المسترشد عقليا وعاطفيا يدعم مراحل الإرشاد والتوجيه النفسي أثناء العملية الإرشادية؛ مما يجعل الاهتمام بالمعلومات والمعرفة الخاصة بالقلب والدماغ يعمل على نجاح الجلسات الإرشادية من خلال تطبيق نتائج البحوث والدراسات في مجال القلب والدماغ أثناء تنفيذها.

مشكلة الدراسة:

يعتبر سلوك قلة الالتزام بالجلسات الإرشادية والاستفادة منها من أهم المشكلات التي تواجه المرشدين النفسيين وأكثرها شيوعاً لدى الإرشاد والتوجيه، ويمكن أن يزيد هذا السلوك عند عدم معالجته، مما يؤثر سلباً على العملية الإرشادية بين المرشد والمسترشد وقلة استفادة المسترشد من الجلسات الإرشادية. ومن المتوقع أن يسهم البحث السابر في المعرفة العلمية لنتائج أبحاث القلب والدماغ في زيادة تأثير هذا النوع من الجلسات على سلوك المسترشد وحالته، وتحسين الحالة النفسية لديه. وبالتالي لابد من مراعاة مبادئ القلب والدماغ في العملية الإرشادية، ولدى المرشدين معرفة كافية وخبرة بتلك المبادئ وكيفية الاستفادة منها أثناء التعامل مع المسترشدين والاهتمام بهم، وإلا فتحقيق أهداف الجلسات الإرشادية والمتعلقة بعلمي الدماغ والقلب قد لا يكتمل. كما يذكر الغافري (Alghafri, 2018) أن دراسة استجابة الفرد، مثل التفكير والعاطفة والسلوك، في الدماغ البشري له أهمية ويقلل الفجوة بين علم النفس والعلوم العصبية المعرفية، لأن تفسير الجانب النظري في علم النفس لا يكتمل إلا بالجانب العلمي البحت كالعلوم الطبية والعصبية. ومن هذا المنطلق، استقصى الباحث مختلف المصادر المتخصصة، فوجد ندرة في المصادر التي تتطرق إلى تطبيق علوم القلب والدماغ في مجال الإرشاد والتوجيه النفسي؛ لذلك تنفرد الورقة الحالية بعرض معارف ومعلومات في مجال علم القلب وعلم الدماغ وربطهما في الجوانب ذات الصلة في الإرشاد والعملية الإرشادية والتفاعل بينها وأثر ذلك في حالة المسترشد. لذلك، جاءت هذه الورقة لتفسر بعض جوانب العملية الإرشادية من المنظور العلمي للقلب والدماغ.

أهداف الدراسة:

تبحث هذه الدراسة الإرشاد والتوجيه من منظور القلب والدماغ؛ لذلك فأهدافها كالآتي:

1. توضيح خصائص القلب والدماغ وما يرتبط بها من معرفة ومهارات في الإرشاد والتوجيه.
2. ربط خصائص القلب والدماغ بدور المرشد واحتياجات المسترشد في عملية الإرشاد والتوجيه.
3. التعرف على إجراءات العملية الإرشادية في خصائص القلب والدماغ.
4. ذكر بعض التطبيقات في ممارسات الحياة اليومية في البيئة الجامعية والمجتمعية.

أهمية الدراسة:

إن المعرفة السائدة حول القلب تذكر بأنه يستجيب للإشارات العصبية التي يرسلها الدماغ، لكن الأبحاث تشير إلى أن القلب يرسل كذلك إشارات إلى الدماغ وبشكل أكثر منه. لذلك معرفة آلية التواصل بين القلب والدماغ وتأثير كل منهما على الآخر بشكل مستمر، وأن هذا التواصل من النوع الديناميكي ثنائي الاتجاه وفي حالة مستمرة، لها أهمية في فهم ما يحدث بينهما من عمليات ووظائف. وبالتالي فإن حدوث خلل في الترابط بين القلب والدماغ يؤدي إلى تأثر صحة الدماغ والقلب والأوعية الدموية والعصبية. من هنا تظهر أهمية الحاجة إلى جهود بحثية لفهم التفاعل بين القلب والدماغ في علم النفس والتربية، ففهم هذا التفاعل في مجل الإرشاد النفسي يساعد على صحة التشخيص والإرشاد والتوجيه الأفضل للمسترشدين والمرشدين على حد سواء وما يرتبط به من جلسات وعمليات إرشادية مصاحبة لتحقيق الصحة النفسية والجسدية. حيث يؤكد الخليلي ومحاميد (2018) أن دور الأساسي للمرشد التربوي في المؤسسة التعليمية هو المحافظة على الصحة النفسية للطلبة وإزالة المؤثرات الخارجية السلبية، وتكوين جو ملائم للتعلم والتعليم والقدرة على المشاركة في الفعاليات والأنشطة المنهجية واللامنهجية.

مصطلحات الدراسة:

- **القلب**: عضو يضخ الدم المحتوى على الأكسجين عبر الأوعية الدموية إلى جميع أجزاء الجسم ويعود بالدم الذي يحتوي على ثاني أكسيد الكربون إلى القلب بواسطة الدورة الدموية (Taber, & Venes, 2009).
- **الدماغ**: عضو يعمل كمركز للجهاز العصبي في جميع الفقاريات ومعظم الحيوانات اللافقارية. وهو الأكثر تعقيدًا في جسم الفقاريات (Saladin, 2011)، أيضاً وُجد أن الدماغ يؤثر على استجابة الجهاز المناعي للمرض والاستجابة الجزئية للعلاج (Carey, 2018).
- **الإرشاد**: هو علاقة نفسية بين المرشد والمسترشد يتلقى فيها الفرد مساعدة مباشرة من المرشد أو يجد فرصة للتخلص من المشاعر السلبية عن طريق استبداله بالنمو الإيجابي في شخصية الفرد (الغافري، 2019).
- **العملية الإرشادية**: مجموعة من الخطوات من أجل تحقيق أهداف الجلسات الإرشادية من خلال التطبيق العلمي وفق مراحل متتابعة لمبادئ وأسس ونظريات الإرشاد النفسي بواسطة استخدام وسائل وتقنيات بحسب الحالة الإرشادية (الغافري 2019).

2- منهجية الدراسة.

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الاستقرائي، الذي يعتمد على الاستنتاج بوصف الموضوع بدقة، ويكون فيه الانتقال من الجزء إلى الكل، حيث يبدأ الباحث بدراسة الجزئيات ثم يعمِّم النتائج على الكل من خلال اتباع خطوات البحث العلمي (Gay & Airasian, 2012). وبالتالي هذه الورقة تتناول تفسير نتائج بحوث ودراسات القلب والدماغ في العملية الإرشادية وفهم استجابات المسترشد والنتائج التي ترتبط بهما، حيث أسلوب العرض المستخدم هو سرد النقاط التي توضح منظور القلب والدماغ في الإرشاد النفسي.

المبحث الأول- خصائص التعلم في القلب والدماغ

1- خاصية: الصلة القوية بين العاطفة والتفكير تنتج الخبرة

لاحظ العلماء بعد زرع قلب طبيعي أو صناعي تحدث ظاهرة تغير الحالة النفسية للمريض، بسببها تنتقل سلوكيات ومشاعر المتبرع إلى المتبرع له بعد العملية أو يصبح بدون عواطف في حالة زرع القلب الصناعي (Pearsall, Schwartz & Russek, 1999)، وذلك نتيجة أن العواطف والتفكير متلازمان (Evan, 2001; Caine et al., 2005; Pert, 1999) وبينها صلة قوية (Pert, 1999)، فكل منهما يؤثر على الآخر وفقا للموقف الذي يمر به الفرد لتكوين نوع الخبرة. إن الخبرة تؤثر على عملية الدماغ (Hale & Fiorello, 2004; McGeehan, 2001) من خلال ترميز معلومات معينة للحصول على خبرة محددة سابقة أو جديدة (Carey, 2018)، كما أن الخبرات السابقة تنشط باستمرار في شبكة الدماغ وإن فقدت (Reynolds, Castillo & Horton, Jr. 2008) بسبب أن الخلايا العصبية قادرة على إصلاح خلايا الدماغ التالفة بشكل مستمر وإقامة وصلات جديدة خلال حياة الإنسان (Kandel, Schwartz & Jessell, 2000; Carey, 2018)، فهناك علاقة وثيقة بين القلب والدماغ (Pearsall, 1998).

ويدل عليه حديث عطاءِ بْن أَبي رَبَاحٍ قالَ: قالَ لِي ابْنُ عبَّاسٍ رضي اللَّهُ عنهُمَا ألا أريكَ امْرَأَةً مِن أَهْلِ الجَنَّة؟ فَقُلت: بلَى، قَالَ: هذِهِ المْرَأَةُ السوْداءُ أَتَتِ النبيَّ صَلّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم فقالَتْ: إِنّي أُصْرَعُ، وإِنّي أَتكَشَّفُ، فَادْعُ اللَّه تعالى لِي قَالَ: "إِن شئْتِ صَبَرْتِ ولكِ الْجنَّةُ، وإِنْ شِئْتِ دعَوْتُ اللَّه تَعالَى أَنْ يُعافِيَكِ" فقَالتْ: أَصْبرُ، فَقالت: إِنّي أَتَكشَّفُ، فَادْعُ اللَّه أَنْ لا أَتكشَّفَ، فَدَعَا لَهَا. متَّفقٌ عليْهِ. فحب الصحابية رضي الله عنها لله ورسوله في القلب وخبرتها السابقة لمعلومات الجنة في الدماغ قادتها إلى قبول حالتها الصحية.

دور المرشد في تفعيل خاصية "الصلة القوية بين العاطفة والتفكير تنتج الخبرة"

وفي هذه الحالة فإن العلمية الإرشادية بين المرشد والمسترشد تركز على تكوين خبرة جديدة من خلال موقف عاطفي يؤثر في مشاعر الفرد يتخلله مشاعر عاطفية من قبل المرشد في جلسته الإرشادية تجعل المسترشد يسلك سلوكا إيجابيا جديدا أو مألوفا في الماضي سواء حدث لديه أو مع الآخرين، حيث تلك الصلة القوية بين الدماغ والقلب تسهل على المرشد مساعد المسترشد على تكوين ذلك الموقف من خلال زرع العاطفة المرتبطة به مع تجنب المواقف الماضية ذات الاتجاه المضاد في التأثير؛ مما يساعد على الصحة النفسية وتقوية جهاز المناعة لدية وتكيفه في الحالة الجديدة.

فعلى سبيل المثال، حالة نفسية كانت تعاني من اكتشاف مرض مزمن لديها، في مراحلها الأولى تبكي مع أرق وقلة نوم من القلق والخوف حول وضعها الجديد، من خلال ضرب الأمثلة لها على حالات مشابهة قريبة من الحالة وتكيف تلك الحالات للمرض المزمن ووجود مواقف سعيدة ذات صلة بهم، بدأت تلك الحالة القلقة تتقبل الموقف المرضي الجديد مع تزامنها مع مظاهر الجو العاطفي من قبل المسترشد، وبعد جلسات عدة دامت سنة قل ذلك الخوف والتوتر وأصبحت حالتها صحية أكثر مناسبة من تاريخ معرفة المرض.

احتياجات المسترشد أثناء تنفيذ خاصية "الصلة القوية بين العاطفة والتفكير تنتج الخبرة"

- مساعدته على تكوين خبرة إيجابية جديدة.
- تكوين بيئة وجو عاطفي يؤثر في مشاعر الفرد.
- غرس لدى المسترشد سلوكا إيجابيا جديدا أو مألوفا في الماضي سواء حدث لديه أو مع الآخرين.
- تجنب المواقف الماضية ذات الاتجاه المضاد في التأثير.

المبحث الثاني- خاصية الخلايا العصبية في القلب والدماغ يتبادلان التفكير والعاطفة

إن كل خلية عصبية في القلب تقوم بتنظيم معدل ضربات القلب وفقاً للموقف والحالة النفسية والعاطفية للإنسان، كما تقوم بتخزين المعلومات التي ترسل من وإلى الدماغ؛ مما تؤثر في تفكير الفرد نتيجة معالجة المعلومات في الخلايا العصبية للقلب (McCraty, 2015)، كما تدعم أفكار الفرد وعواطفه (Blakemore & Frith, 2005)؛ وسبب ذلك هو وجود الاتصالات بين الخلايا العصبية المختلفة وما يحدث من تفاعلات بين العمليات الحسية والحركية (Dehaene et al., 1999; Hebb, 1945). كذلك طريقة تفكير الفرد وعواطفه تؤثر على بعضهما البعض بصفة متبادلة من خلال المعالجة العكسية؛ فالتفكير يغير عاطفة الفرد، والعاطفة تغير تفكيره (Elder & Elder, 1998; Tosey & Mathison, 2003)، فالقلب والعقل مرتبطان ارتباطا وثيقا لحدوث العاطفة والتفكير.

قال الرسول صلى الله عليه وسلم: "إنما العلم بالتعلم، وإنما الحلم بالتحلم". متفق عليه، فعندما تكون الإرادة في القلب لاكتساب الحلم وضبط النفس عن سرعة الغضب، يبدأ الفرد في خطوات التعلم الذي ينتج في الدماغ، وبالاستمرار يجد الفرد نفسه اكتسب صفة الحلم.

دور المرشد في تفعيل خاصية "الخلايا العصبية في القلب والدماغ يتبادلان التفكير والعاطفة"

ويمكن للمرشد أن يستفيد من هذا الجانب من معلومات التبادل المشترك بين القلب والدماغ بتعليم المسترشد كيفية فهم وإدراك حالته من خلال تشجيعه على معالجة معلومات حالته عن طريق تحليله لموقف ما أو عدة مواقف مرتبطة بتلك الحالة مع مزج تفكيره بعاطفته أثناء معالجة تلك المعلومات.

فمثلاً، حالة الرهاب من الاختبار في فترة الاختبارات النهائية، إذ تكرر سقوط هذه الحالة وإغمائها في الدقائق الأولى من الجلوس للاختبار، والذي جعل والديها يذهبون للعلاجات الشعبية حتى اصبح اعتقاد لدى الحالة بضرورة حضور الجلسة الأسبوعية لذلك النوع من العلاج، وفي يوم ما نصحتها إحدى صديقتها لزيارة مركز الإرشاد بالجامعة لدراسة الحالة والتأكد من صحة الاعتقاد، وبعد الجلسات الإرشادية الأولى بيني وبين تلك الحالة التي تخللتها تشخيص وتحليل والتركيز على فهم وإدراك السبب الحقيقي لحالة الرهاب من الجلوس للاختبار المدعومة بالأدلة والبراهين المنطقية بدأت الحالة في تغيير التفكير مع الشعور بأهمية الالتزام في الجلسات الإرشادية والابتعاد عن جلسات العلاج الشعبي حتى لدرجة بدأت تقنع والديها بالتقليل من عدد مرات الجلسات الشعبية صاحبها بهجة وسرور لقدرتها على تخطي الأسباب الرئيسة للرهاب وتعميق تفكيرها حول تحقق طموحاتها بحصولها على نتائج مرضية في اختباراتها، وبعدها أنهت الحالة الجلسات الشعبية وتخلصت من الرهاب وجلست للاختبارات بدون إغماء كما زاد معدلها التراكمي بتوفيق من الله تعالى، فنتيجة التبادل الإيجابي المشترك بين العاطفة والتفكير للقلب والدماغ استطاعت الحالة التغلب على موقفها نحو الجلوس للاختبار.

احتياجات المسترشد أثناء تنفيذ خاصية "الخلايا العصبية في القلب والدماغ يتبادلان التفكير والعاطفة"

- مساعدته على فهم وإدراك حالته مدعومة بالأدلة والبراهين المنطقية.
- تكوين فهم وإدراك السبب الحقيقي لحالته من جوانبها المختلفة.
- إقناع المسترشد بالأدلة والبراهين المنطقية بتغيير التفكير.
- الابتعاد عن التركيز على المعرفة التي تقود على التفكير السلبي وزيادته.

المبحث الثالث- خاصية الذاكرة في القلب والدماغ لهما تأثير على التعلم

بما أن العلاقة وثيقة بين القلب والدماغ، وذلك من خلال الخلايا العصبية في القلب التي تقوم بتخزين المعلومات ومعالجتها وإرسالها للدماغ؛ لذلك فإن القلب له ذاكرة، بجانب أن له إحساس وعاطفة، ودور في تنظيم مناعة الجسم (Pearsall, 1998). كما يتم إنتاج الذاكرة عند تكرار ترميز المعلومات من خلال حدوث عملية الاتصالات بين ألياف خلايا الدماغ (Dolcos & Cabeza, 2002; Leff et al., 2002)، فإن الذاكرة في الدماغ لها تأثير إيجابي على التفكير العميق لوجود اتصال بين أفكار الفرد وعواطفه وعلاقة متبادلة بينها (Tosey & Mathison, 2003)؛ وبالتالي، فإن استمرارية الاتصال بين الخلايا العصبية وتشفير المعلومات خلال عمر الإنسان (Carey, 2018)، يعمل على زيادة قوة الذاكرة (Hale & Fiorello, 2004).

وعنِ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّه عنهما أَنَّ رسولَ اللَّه صَلّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم قال: "إِنَّمَا مَثَلُ صاحِبِ الْقُرْآنِ كَمَثَلِ الإِبِلِ المُعقَّلَةِ، إِنْ عَاهَد عَلَيْها أَمْسَكَهَا، وإِنْ أَطْلَقَهَا، ذَهَبَتْ" متفقٌ عليه، فتلاوة الفرد للقرآن الكريم بقلب حاضر وخاشع ومراجعة حفظه باستمرار يعمل على نمو الذاكرة المتعلقة بالتلاوة والحفظ في الدماغ والقلب مما يؤدي إلى زيادة الذاكرة الخاصة به وتقويتها.

دور المرشد في تفعيل خاصية "الذاكرة في القلب والدماغ لهما تأثير على التعلم"

يستطيع المرشد تطبيق العلاقة المشتركة بين القلب والعقل في جانب الذاكرة ومعالجة المعلومات لكل منهما عن طريق تحفيز الذاكرة وتعزيزها في الجانب المستهدف، ومراعاة المرشد أثناء جلساته الإرشادية تكوين في ذات المسترشد جو عاطفي ذو مشاعر إيجابية تعزز ذاكرته.

حضرت الحالة محاضرة في قاعة تدريبية بعنوان قوي ذاكرتك، بعدها مباشرة جاءت لحضور جلسة إرشادية في آلية تقوية الذاكرة في مصطلحات اللغة الإنجليزية في السنة التأسيسية. بدأتُ أذكر لها الاستراتيجيات الناجعة في تقوية الذاكرة وخصائصها وتعزيز ذلك بضرب أمثلة لبعض الحالات التي حققت تقدما ونجاحا في تغيير مستوى الذاكرة لديها، تأججت العواطف لديها لتطبيق الاستراتيجية المناسبة لها، وبتوفيق من الله تعالى، بعد فترة زمنية قرابة الشهر والنصف لاحظت الفرق في الأداء والتحصيل الدراسي، الذي جعلها تواصل تدريبها على الاستراتيجية المختارة وازدادت ثقتها بنفسها في جانب تذكر ما قامت باستذكاره من معلومات، كما ازدادت قدرة ذاكرتها على ذلك، وجاءت بحالات أخرى مشابهة لتقديم لها الجلسات الإرشادية في تقوية الذاكرة.

احتياجات المسترشد أثناء تنفيذ خاصية "الذاكرة في القلب والدماغ لهما تأثير على التعلم"

- مساعدته على تخزين المعلومات ومعالجتها في القلب وإرسالها للدماغ.
- تحفيزه على تكرار ترميز المعلومات واسترداد المعلومات السابقة.
- تحفيز الذاكرة وتعزيزها في الجانب المستهدف في العملية الإرشادية.
- تكوين في ذات المسترشد جو عاطفي ذو مشاعر إيجابية تعزز ذاكرته.

المبحث الرابع- خاصية ترددات كهرومغناطيسية القلب تؤثر على نشاط دماغ الفرد الآخر

يرسل القلب مع كل نبضة معلومات إلى جميع أجزاء الجسم وذلك عبر الدم الذي يضخ من القلب إلى أنحاء الجسم المختلفة، بل يرسل ذبذبات تعمل على التواصل مع قلوب الآخرين؛ لأن القلب يوجد به مجال كهربائي به ترددات كهرومغناطيسية يؤثر تأثيرا كبيرا على الآخرين، فنظام نشاط دقات قلب فرد ما، تنعكس على نشاط دماغ الفرد الآخر فيتأثر عاطفيا إما سلبا أو إيجابا (McCraty, 2015; McCraty, 2003; Pearsall, 1998). ومن مسؤوليات الفص الجبهي هي معالجة السلوك الاجتماعي (Andreasen, 2005) بواسطة ترميز المعلومات الاجتماعية والمعرفية الخاص بالسلوك الاجتماعي (Carey, 2018) وللتأثير على الأداء في عملية التعلم والتفكير (Porges, 2001; Rowe et al., 2007). كما أن الفص الجداري يعمل على إنتاج المعلومات المعرفية بواسطة دمج المعلومات الحسية لأجهزة الجسم المختلفة (Fogassi et al., 2005). كما أن الجسم يتفاعل مع البيئة المحيطة (Myers, 2004). لذلك، لابد من جعل السلوك الهدف المطلوب من الفرد ممارسة اجتماعية في الحياة اليومية؛ فيؤثر القلب ليس فقط على دماغ الفرد ذاته بل على الآخرين بواسطة ترددات قلبه الكهرومغناطيسية التي يبثها مجاله الكهربائي.

قال الله تعالى: "وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۚ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ" سورة فصلت، الآية 34. فالرد الجميل بإحسان بقلب لا يشوبه الغضب ويغلب عليه العفو يؤثر على من المسيء قلبا وعقلاً ويجعله يخضع للمحسن ويطيعه كأنه ولي حميم.

دور المرشد في تفعيل خاصية "الترددات الكهرومغناطيسية لقلب الفرد ونشاط دماغ الفرد الآخر"

يطبق المرشد خاصية الترددات الكهرومغناطيسية في القلب وأثرها على الآخرين في المحيط الاجتماعي في حالات مستوى العلاقة الاجتماعية بين الأفراد بتعزيز النقاط الإيجابية في الأفراد والابتعاد عن النقاط السلبية فيهم من خلال استحثاث العاطفة الموجبة نحو الآخرين.

جاءتني حالات عدة تصف العلاقة بينها وبين الأقران في السكن الداخلي أو في أورقة المؤسسة التعليمية، من تنافر بسبب اختلاف وجهات النظر والتصورات السالبة المصحوبة بالشحناء والانفعالات المضادة، ففي المرحلة الأولى من الجلسات الإرشادية تم التركيز على المعاملة الحسنة وحب الآخرين وإن كانت ردة الفعل عكسية مع ضرب أمثلة من سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم وقصص واقعية في المقابلة بالحسنى، وقد أظهرت هذه الحالة صعوبة تطبيق ذلك في الفترة الأولى من هذه المرحلة، وبعد المحاولات لممارسة أسلوب المقابلة بالحسنى بدأت الحالة تتغير اتجاهات نحو تلك الفئة المتنافرة؛ مما تكونت مشاعر حب الآخرين لديها، ففي هذه الخطوة قمت باستحثاث هذه المشاعر بدعمها بمواقف مختلفة تعمل على تنمية صفة المقابلة بالحسنى، ثم كانت الفرصة لتطبيق المرحلة الثانية وهي كيفية التعامل مع الفئة المتنافرة وفق المواقف الصادرة منها مع إظهار مشاعر الحب والخير لها، وبعد حين بدأت الفئة المتنافرة تستجيب نسبة بسيطة ومع استمرار التعامل من الحالة أصبحت العلاقة عادية بينهم.

احتياجات المسترشد أثناء تنفيذ خاصية "الترددات الكهرومغناطيسية لقلب الفرد ونشاط دماغ الفرد الآخر"

- إثارة قلبه لإرسال معلومات إلى جميع أجزاء الجسم.
- تحفيزه على بث ترددات كهرومغناطيسية لمجاله الكهربائي في قلبه تمكنه من التواصل مع قلوب الآخرين
- تحفيز دماغه على إنتاج معلومات اجتماعية ومعرفية ليتفاعل جسمه مع بيئته المحيطة إيجابيا وتصبح ممارسة اجتماعية في حياته اليومية.
- تعزيز النقاط الإيجابية في الآخرين وابعاده عن النقاط السلبية فيهم من خلال استحثاث العاطفة الموجبة نحوهم.

المبحث الخامس- خاصية ترددات قلب الفرد الكهرومغناطيسية أكثر من الدماغ

قد تساعد ترددات القلب الكهرومغناطيسية الفرد على عملية الفهم والإدراك من خلال التأثير على الدماغ وعمله، فترددات القلب الكهرومغناطيسية أكثر من الدماغ (McCraty, 2015; Pearsall, 1998)، فهناك علاقة موجبة قوية بين أداء القلب ومعدل نبضاته ومستوى الفهم والإدراك لدى الفرد (McCraty, 2003). لذلك فإن تكوين العواطف يؤثر على تفكير الفرد، فالعواطف الإيجابية لدى الفرد أثناء الموقف، يساعد على تعزيز الخبرات الإيجابية (Cloninger, 2004) إن تقنية النمط الحفيف، التي أساسها الهمس في استدعاء الأفكار الإيجابية، تعتبر تقنية مناسبة للأفراد ليتمكنوا من نسيان خبرتهم السيئة باستخدام الإدراك الإيجابي بدلاً من السلبي (Beaver, 1989)، وخاصة مع وجود النشاط الكهرومغناطيسي بين القلب والدماغ وترددات القلب لها؛ مما يشجع المرشد لترك حرية للمسترشد في استدعاء الأفكار الإيجابية بالاسترخاء الذي يساعده على تخطي حالته؛ لأن لهذا الاسترخاء دور في صحة القلب والدماغ. لذلك يؤكد الصديق (2020) أن الاسترخاء الذي يقوم به الفرد مثل التنفس العميق واسترخاء العضلات أثناء القلق والمواقف الضاغطة تساعد على خفض التوتر وإعادة الانتعاش لديه.

قال رَجُلٌ من خُزاعةَ: سَمِعتُ رسولَ اللهِ صلَّى اللهُ عليه وسلَّم يَقولُ: "يا بلالُ، أَقِمِ الصَّلاةَ، أَرِحْنا بها" رواه أبو داود. حيث أن الفرد إذا دخل في الصلاة كانت له راحة لقلبه من تعب الدنيا ومشاغلها لمناجاته لربه بخشوع قلب وتدبر بين القلب والدماغ.

دور المرشد في تفعيل خاصية "ترددات قلب الفرد الكهرومغناطيسية أكثر من الدماغ"

لذلك على المرشد اتباع الإيجابية في التعامل مع المسترشد عن طريق فهم الذات وفهم سلوك الآخرين من جهة أن الناس لديهم النية الحسنة في سلوكيتهم مع الذات والآخرين (Bandler & Grinder, 1979)، مما يؤكد أن تكون في العملية الإرشاد ممارسة للخبرات ذات المشاعر الإيجابية من الطرفين (المرشد والمسترشد) التي تساعد على تحقيق الهدف.

حالة متفوقة في دراستها في السنة الثانية من الدراسة، أتى بها مشرفو الأمن، كان لديها خوف من تصوير الكاميرات في مبنى المؤسسة وتشعر بالمراقبة المستمرة لدرجة أصبحت لا تطيق مشرفو الأمن لكونهم المسؤولون عنها بل وتعامل بعضهم بفضاضة. منذ الجلسة ألإرشادية الأولى كان التركيز على استشعار النقاط الإيجابية لوظائف الكاميرات بدءً من الحالة نفسها من خلال طرح الأسئلة والتأكيد عليها من جهتي وفي نفس الوقت استحثاث المشاعر السلبية من عواقب عدم وجودها، وتدريجيا بدأت الحالة في تقبل فكرة أهمية الكاميرات وتكوين المشاعر الإيجابية حولها، وبعد فترة زمنية زالت مخاوف الحالة، حتى أصبحت تقدم محاضرات للطلاب في السنة الثالثة والرابعة من تخصصها مع طلب التصوير بالفيديو أيضا.

احتياجات المسترشد أثناء تنفيذ خاصية "ترددات قلب الفرد الكهرومغناطيسية أكثر من الدماغ"

- مساعدته على التركيز على استشعار النقاط الإيجابية لما يتعلق بحالته.
- الحرص على وجود جو في البيئة الإرشادية تسودها المشاعر الإيجابية والود والاحترام.
- ممارسة الخبرات ذات المشاعر الإيجابية من الطرفين (المرشد والمسترشد).
- تجنب ما يعكر المحبة والود في القلوب والاتجاهات السلبية نحو المسترشد.

إجراءات العملية الإرشادية في خصائص القلب والدماغ

1. جمع معلومات عن الحالة.
2. تحديد السلوك المضطرب في الحالة.
3. تحديد المسبب لاضطراب السلوك.
4. اختيار خاصية القلب والدماغ المرتبطة بالسلوك المضطرب.
5. تحديد احتياجات المسترشد المرتبطة بخاصية القلب والدماغ التي يمكن تطبيقها عليه.
6. إعداد جدول الجلسات الإرشادية.
7. تنفيذ خطة الجلسات الإرشادية.
8. متابعة الحالة بعد انتهاء الجلسات الإرشادية.

الخاتمة.

الخلاصة:

إن كيفية تعامل الدماغ والقلب مع المعلومات والمهارات والمشاعر أثناء الموقف والحالة الحدث، وكذلك توظيف نتائج دراسة عمليات الدماغ ووظائف كل بنية مع اكتشاف الجانب المعرفي والوجداني في القلب هو منهج معاصر في مجالات الإرشاد والتوجيه والتربية وعلم النفس. فعلم الأعصاب المعرفي وأسرار القلب يساعد المرشدين والمربين وعلماء النفس في فهم السلوك، والتعلم، والتفكير الناتجة عن الموقف والظروف المحيطة في البيئة. لذلك تحاول هذه الورقة تضمين بعض نتائج أبحاث علم الأعصاب المعرفي في الدماغ والقلب لتوظيفها في عملية الإرشاد والتوجيه.

أهم استنتاجات الدراسة.

ومن خلال العرض السابق في العلاقة بين التعلم والقلب والدماغ، يمكن ذكر النقاط الآتية:

- إن نشاط القلب وعمليات أجزاء الدماغ أثناء الجلسة الإرشادية لهما علاقة ودور في تحسن حالة المسترشد ونجاح المرشد.
- القلب هو الخطوة الأولى لتحقيق هدف الجلسات الإرشادية وقبول التوجيه والإرشاد، بسبب تولد لدى المسترشد إحساس بالرغبة بالقبول أو الرفض الذي يؤدي إلى إرسال إشارات من الدماغ إلى أعضاء الجسم.
- القلب له قدرة على التأثير على الآخرين والمهمة في استجابة المسترشد لمحتوى الجلسات الإرشادية.
- أنه في حالة تقبل القلب للموقف له دور كبير في قيام الدماغ بتوجيه أعضاء الجسم والإدراك والفهم.
- الاتفاق على أهمية ودور القلب والدماغ في التفكير وتكوين السلوك والعواطف ويؤثر في المواقف التفاعلية بين الأفراد.
- يمكن للمرشد توظيف أبحاث القلب والدماغ في العملية الإرشادية وتحقيق أهداف الجلسات الإرشادية.

توصيات الدراسة ومقترحاتها.

بناءً على ما تم التوصل إليه من نتائج، يوصي الباحث ويقترح الآتي:

1. تشجيع الباحثين في التربية وعلم النفس لاستقصاء الإرشاد والتوجيه من منظور القلب والدماغ.
2. دراسة علاقة بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بعملية الإرشاد والجلسات الإرشادية من منظور القلب والدماغ.
3. اقتراح استراتيجيات وتقنيات إرشادية مبنية على نتائج أبحاث القلب والدماغ في الجانب النفسي.

4. توفير بيئة إرشادية مبنية على نتائج بحوث ودراسات القلب والدماغ.
5. إجراء دراسة مقارنة بين تأثير كل من الدماغ البشري والقلب البشري على سير الجلسات الإرشادية ومدى استجابة المسترشد لها.

قائمة المراجع

أولاً- المراجع بالعربية:

- الخليلي، فاخر؛ ومحاميد، محمد (2018). فاعلية برنامج تدريبي في تحسين اتجاهات معلمي المرحلة الأساسية نحو الارشاد التربوي. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، 3(2)، 215-234.
- الصديق، لعبادي. (2020). تأثير وحدات تدريبية مقترحة بطرق الاسترخاء العضلي في التقليل من قلق المنافسة للاعبي كرة القدم [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة محمد بوضياف المسيلة.
- الغافري، علي بن سالم بن راشد. (2019، أكتوبر، 20). احتياجات المسترشد بين القلب والدماغ. ورقة مقدمة في الملتقى الثاني لأخصائيي الإرشاد والتوجيه، واقع الإرشاد والتوجيه في مؤسسات التعليم العالي، جامعة السلطان قابوس، مسقط، سلطنة عمان.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Andreasen, N. C. (2005). The creating brain: The neuroscience of genius. New York, Washington D.C: Dana Press.
- Bandler, R., & Grinder, J. (1979). Frogs into Princes: Neuro Linguistic Programming. Moab, Utah: Real People Press.
- Beaver, R. (1989). Neuro-linguistic programme as practised by an educational psychologist. Association of Educational Psychologists Journal, 5(2), 87-90.
- Blakemore, S.J., & Frith, U. (2005). The learning brain: Lessons for education. Oxford: Blackwell Publishing.
- Caine, R. N., Caine, G., McClintic, C., & Klimek, K. (2005). Twelve brain/mind learning principles in action: The fieldbook for making connections, teaching, and the human brain. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Carey, J. (2018). Brain facts: A primer on the brain and nervous system. Society for Neuroscience, Washington, DC, ED340602, 481-517.
- Cloninger, C. R. (2004). Feeling good the science of well-being. New York, NY: Oxford University Press, Inc.

- Dehaene, S., Spelke, E., Pinel, P., Stanescu, R., & Tsivkin, S. (1999). Sources of mathematical thinking: Behavioural and brain-imaging evidence. Science, 284, 970-977.
- Dolcos, F., & Cabeza R. (2002). Event-related potentials of emotional memory: Encoding pleasant, unpleasant, and neutral pictures. Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience, 2(3), 252-263.
- Elder, H. K., & Elder, B. J. (1998). Accessing creativity in value engineering studies through NLP. Save International Conference Proceedings, 24, 83-91.
- Evan, D. (2001). Emotion: A very short introduction. New York, NY: Oxford university press.
- Fogassi, L., Ferrari, P. F., Gesierich, B., Rozzi, S., Chersi, F., & Rizzolatti, G. (2005). Parietal lobe: From action organization to intention understanding. Science, 308, 662-666.
- Gay, L. R., & Airasian (2012). Educational Research Competencies for Analysis and Applications (10th ed.). Upper Saddle River, NJ Merrill/Prentice Hall.
- Hale, J. B., & Fiorello, C. A. (2004). School neuropsychology: A practitioner's handbook. New York: The Guilford Press.
- Hebb, D.O. (1945). The Organization of behaviour. Wiley: New York.
- Kandel, E.R.; Schwartz, J.H., & Jessell, T.M. (2000). Principles of neural science, (4th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Leff, P., Matus, M., Hernández, A., Medécigo, M., Torner, C., & Antón, B. (2002). Understanding the neurobiological mechanisms of learning and memory: Memory systems of the brain, long term potentiation, and synaptic plasticity, (Part III A). Salud Mental, 25(3), 64-77.
- McCraty, R. (2003). The Scientific Role of the Heart in Learning and Performance. Boulder Creek, CA: HeartMath Research Center, Institute of HeartMath, Publication No. 02-030.
- McCraty, R. (2015). Science of the Heart: Exploring the Role of the Heart in Human Performance (Vol. 2). USA: HeartMath Institute.
- McGeehan, J. (2001). Brain-compatible learning. Green Teacher, 64, 7-12.
- Myers, D. G. (2004). Psychology, (7th ed.). New York, NY: Worth Publishers.
- Pearsall, P. (1998). The Heart's Code: Tapping the Wisdom and Power of Our Heart Energy. New York: Broadway Books.
- Pearsall, P.; Schwartz GE.R.; & Russek, LG. S. (1999). Changes in Heart Transplant Recipients that Parallel the Personalities of Their Donors. Integrative Medicine, 2(Nos. 2/3), 65–72.

- Pert, C. (1999). Molecules of emotion: The science behind mind-body medicine. New York: Simon and Schuster.
- Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrates of a social nervous system. International Journal of Psychophysiology, 42, 123-146.
- Reynolds, C. R., Castillo, C. L., & Horton, Jr. A. M. (2008). Neuropsychology and intelligence: An overview. In Horton, Jr., A. M., & Wedding, D., The neuropsychology handbook 3rd ed. (pp. 69-86). New York, NY: Springer Publishing Company, LLC.
- Rowe, D. L., Cooper, N. J., Liddell, B. J., Clark, C. R., Gordon, E., & Williams, L. M. (2007). Brain Structure and Function Correlates of General and Social Cognition. Journal of Integrative Neuroscience, 6(1), 35-74.
- Saladin, K. (2011). Human anatomy (3rd ed.). McGraw-Hill. p. 416. ISBN 978-0-07-122207-5.
- Taber, C. W., & Venes, D. (2009). Taber's cyclopedic medical dictionary. F. A. Davis Co. pp. 1018–1023. ISBN 978-0-8036-1559-5.
- Tosey, P. & Mathison, J. (2003). Neuro-linguistic programming and learning theory: a response. The Curriculum Journal, 14(3), 371-388.