

## الموسيقى بين العلاجات النفسية المختصرة الكوتشينج الموسيقي

أسماء محسن الماجد

الإمارات العربية المتحدة

إيميل: [majed.asma.music@hotmail.fr](mailto:majed.asma.music@hotmail.fr)



This work is licensed under a  
Creative Commons Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License.

استقبل في: ٢٤/٧/٢٠٢٠

تمت المراجعة في: ٢٦/٧/٢٠٢٠

قُبِلَ للنشر في: ٣١/٧/٢٠٢٠

نُشِرَ إلكترونياً في: ١٥/٩/٢٠٢٠

### \* المقدمة

يعمل " الكوتشينج الموسيقي " على تطوير القدرات التواصلية للفرد ان كانت لفظية أو غير لفظية ويساهم في تنمية الذات البشرية فيستمد من العلاجات المختصرة كيفية التدخل والمرافقة ويستمد من العلاج بالموسيقى منهجته ويتطرق هذا المنهج على غرار العلاج بالموسيقى إلى العمل على اختيار مجال التدخل بالتوافق الثنائي للكوتش والمتقبل كما يتداخل مع عديد الاختصاصات النفسية منها علم النفس المعرفي والسلوكي فتساعد الموسيقى على الاستقرار النفسي والاسترخاء وتجاوز حدود المكان وهو ما نحتاجه خاصة خلال هذه الفترة من الحجر الصحي.

### \* مشكلة الدراسة

يؤثر "الكوتشينج الموسيقي" بجزء كبير في الجانب النفسي والتواصلية للفرد فهل يعني هذا المنهج فقط ارتباطه بالكوتشينج من الناحية التدريبية أو بتوسطه جميع العلاجات المختصرة؟ وهل يرتبط فقط بالباثولوجيات أو أنه طريق للتنمية البشرية ولتحسين طرق التواصل اللفظي والغير لفظي ان كان العمل فردي أو جماعي؟ وما الفرق بين "الكوتشينج الموسيقي" والعلاج بالموسيقى؟ تعدد الموسيقى وسيلة لتجاوز الاضطرابات النفسية والجسدية وعلاجا بديلا وكما عرفت ايديت لوكور فهي «استعمال الصوت والموسيقى بشتى أنواعها قصد تجاوز

الكوتش) فيوظف لذلك استراتيجيات معينة تتوافق مع مراحل المرافقة وما تتطلبه من آليات عمل خاصة بكل مرحلة وبكل متقبل باعتبار خصوصية الفرد فإن وظف الصوت يسمى "كوتشنج صوتي"<sup>3</sup> وإن وظف الآلة الموسيقية فهو "كوتشنج آلي"<sup>4</sup> وإن وظف الإيقاع فهو "كوتشنج إيقاعي"<sup>5</sup> وإن اعتمد على الاستماع فهو "كوتشنج ذاتي"<sup>6</sup> وربما نعرض في مقالات تالية أكثر تفاصيل حول هذه المفاهيم وكيفية توظيفها حسب الحالة وحسب البروتوكول العلاجي المعتمد.

الاضطرابات» (Lecourt, 2007, p.9) ولا يقتصر استعمال الموسيقى لغايات نفسية على المرضى فقط وإنما هو طريق للبحث في دواخل النفس وأسلوبا حياتيا للتنمية الذاتية لذا بغض النظر عما إن كان السماع مريضا أو سليما فتغيير استعمال كلمة المتقبل بدلا عن المريض تبدو واجبة لا محالة ومن هذا المنطلق نتناول نظرية "الكوتشنج الموسيقي" ونساءل عن:-

١- ما هو الكوتشنج الموسيقي؟

٢- ما مكانته في العلاجات النفسية المختصرة؟

٣- ما مدى تأثير الموسيقى على تطوير القدرات النفسية والتواصلية خاصة في فترة الحجر الصحي؟

٤- ما أهمية الاستماع للموسيقى؟

### \* الكوتشنج الموسيقي

#### ١- مفهومه

يجمع "الكوتشنج الموسيقي"<sup>1</sup> بين مصطلحين وهما " الكوتشنج " والموسيقى بغرض تطوير القدرات النفسية والتواصلية للفرد. ولا نعي بالكوتشنج فقط مقارنته للتدريب في مجال التنمية البشرية ولكن مقارنته بجميع العلاجات النفسية المختصرة<sup>2</sup>. تتوسط الموسيقى جملة هذه المناهج النفسية التدريجية والعلاجية المختصرة وترتبط بهم ارتباطا وثيقا بإدماج وتفعيل كل مكوناتها لتحقيق الأهداف المرجوة والمزمع العمل عليها منذ أول المقابلات الثنائية بين المتقبل والوسيط الموسيقي (المدرب أو

يتحدد زمن المرافقة بالتوازي مع الأهداف المرسومة والمتفق عليها بين الكوتش والطرف المقابل ويرتبط " الكوتشنج الموسيقي" بالتدريب أولا من حيث تطوير قدرات المتقبل التعبيرية في الأداء الآلي أو الصوتي ثم مدّه بأكثر ثقة في النفس كنتيجة لتلك الممارسة الفنية المتكررة وليس المطلوب من المتقبل أن يصبح عازفا بارعا أو أن يتعلّم العزف بطريقة أكاديمية بقدر أن يكسّر حاجز الزهبة ويقرب المسافة بينه وبين الممارسة الموسيقية دون إصدار أحكام قيمية أو جمالية على الذات فكيف أمس آلة موسيقية وأنا لست عازفا؟ كيف أغني أمام زملائي وكيف سيروني؟ لذا من المهمّ بناء الثقة في العلاقة بين الطرفين وعدم إصدار أحكام ذوقية أو جمالية بل الدخول في علاقة تشاركية مبدؤها الخطاب الفني وغايتها الأولى التعبير والتحفيز والجرأة في الفعل الموسيقي فيتمحور دور الكوتش الموسيقي أساسا حول الاستماع والدعم ومدّه بالتغذية الراجعة في نهاية كلّ جلسة

<sup>3</sup> Vocal coaching

<sup>4</sup> Instrumental coaching

<sup>5</sup> Rhythmic coaching

<sup>6</sup> Self-coaching

<sup>1</sup>Musical coaching

<sup>2</sup>Brief psychotherapy

ليُساعدَه على الانتقال من «أين هو الآن إلى حيث يريد أن يكون» (أبو نصر والنجار، ٢٠١٩، ص.٢٨).

١- النفسية

٢- التعليمية

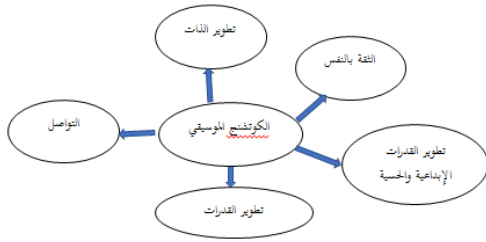
لا يعني الكوتشنج التدريب الأكاديمي فحسب ولكن أساسا التدريب "النفس-موسيقى" الذي يهدف إلى تطوير الذات وتعزيز الثقة بالنفس وتحفيز القدرات الحسية والحركية والذهنية والإبداعية وتطوير طرق التواصل اللفظي والغير لفظي باعتماد

٣- التواصلية

٤- التنموية

يتوافق "الكوتشنج الموسيقي" مع:-

الموسيقى كما يبينه الرسم التالي:-



#### الرسم ١ : الكوتشنج الموسيقي وتطوير الذات

يتمثل دور الموسيقى، في الأثناء، في المرافقة والإحاطة النفسية بالفرد إن كانت بالصوت أو الآلة أو معتمدة على الاستماع أو جميعها معا. ويتم تفعيل هذا التدريب وفق منظومة تواصلية اتصالية تأخذ بعين الاعتبار الاختلافات البشرية ووفق جملة من التمشيات السيكوبيداغوجية لذا أشرنا منذ البداية إلى ضرورة استعمال كلمة متقبل بدلا من مريض ولضرورة تحلي الموسيقى الوسيط أو المدرب بمعارف سيكولوجية للموسيقى ليست مجرد مادة خارج الذات البشرية ولكنها جوهر الفكر الإنساني.

#### ٢- لمن يتوجه الكوتشنج

يتوجه "الكوتشنج الموسيقي" لكل من يسعى إلى تطوير احتياجاته:-

١- «العلاج المختصر» (الدخيل، ٢٠١٣، ص.٣٥)، من الناحية الإجرائية، بحيث يساعد كل منهما على تجاوز الاضطرابات النفسية ومن ناحية تحديد الأهداف وضبطها ضمن مدة زمنية معينة.

٢- التّعليم من النّاحية السيكوبيداغوجية فيساعد الفرد على «الفهم...التنبؤ...الضبط والتحكم» (الفلفلي، ٢٠٢٠، ص.٤٧-٤٨) في النفس وهو ما يحتاجه مثلا المتبارون في البرامج والمنوعات فيجيب عن الأسئلة التالية كيف أعي بقدراتي؟ كيف اكتسب مهارات جديدة تناسب مع إمكانياتي الذهنية والجسدية؟ وكيف أوظف فعليًا تلك المهارات في الحياة اليومية؟ كيف أتحكم في نفسي؟

٣- علوم الاتصال من حيث العمل على تنمية طرق التواصل اللفظي عبر "الكوتشنج الصوتي" والغير لفظي لذا فإنه يهتم كل من يسعى إلى التواصل مع نفسه قصد تنمية موارده الذاتية ومع الآخرين بل كلّ من يسعى إلى التأثير في الآخرين فيشمل بذلك كل الشخصيات القيادية والمحاضرين والسياسيين والصحافيين والمذيعين والأطباء والقضاة والمعلمين والكوادر والمديرين وكل

الذين ينتمون إليه» (الفقي، ٢٠١٧، ص.١٥). ومن المهم أيضا العمل على ديناميكية الجماعة القائمة في نفس الوقت على التماسك والتجانس وعلى الاختلاف وقبول الآخرين.

انطلاقاً من رؤية ابراهيم للكوتشنج يصنّف " الكوتشنج الموسيقي " إلى ثلاث أنواع «كوتشنج وقائي» و «كوتشنج علاجي» و «كوتشنج تطويري» (إبراهيم، ٢٠١٨، ص.٢٥) أما الأول فهو استباقي يزيد من استعدادات الفرد النفسية لمواجهة المشكل ويزوّده بآليات تفكير ووسائل دفاعية نفسية جديدة تأهباً لمواجهة العقبات النفسية أو الصعوبات الاجتماعية ضمن حصص متفرقة وأما الثاني يحدث بالتزامن مع وقوع المشكل ويتشابه مع العلاج بالموسيقى في عديد النقاط لذا يتوجب على الوسيط الموسيقي المرافقة بحيث يحافظ على تواتر الحصص بصفة متواصلة وأما الثالث فهو تحسيني يزيد من قدرات الفرد ومهاراته لتحقيق أهدافه للتصالح مع النفس والبناء الإيجابي المستقبلي.

### \* "الكوتشنج الموسيقي" والعلاج بالموسيقى

#### ١- تقاطع المفاهيم

إن "الكوتشنج الموسيقي" يتوافق مع العلاج بالموسيقى من الناحية المنهجية بحيث يعتمد هو الآخر على منحيين المنهج التّقبلي<sup>٧</sup> (Frohne-Hagemann, 2007) ، والمنهج التّفاعلي<sup>٨</sup> (Wigram & wosh, 2007, p.163) يخص الأول الاستماع وطرق الاسترخاء بينما يخص الثاني الفعل الموسيقي. وإن سُمّي بالمنهج التّقبلي فهذا لا يعني السلبية في ردّ

<sup>7</sup> Receptive music therapy

<sup>8</sup> Active music therapy

المنصّبين في المراكز الوظيفية الاتصالية وغيرهم ممن يروا حاجة لاتباع هذا المنهج.

### ٣- أنواعه

يمكن أن يكون "الكوتشنج الموسيقي" فردي أو جماعي حسب ما تقتضيه الحالة وما يتفق عليه الكوتش مع المتقبّل ولعلّ من أبرز الممارسات الجماعية الحديثة الشبيهة بهذه النظريّة نوادي الغناء خاصة للسيدات حيث يجدر الأخذ بعين الاعتبار المبادئ التالية الداعية إلى احترام:-

١- خصوصية الأفراد وسط المجموعة ولذلك لا بد من ابرام اتفاق ينص على قبول أو رفض جملة من المبادئ أبسطها التصوير الفوتوغرافي.

٢- الأشخاص لبعضهم والتواصل في المجموعة لذلك لا بد من التذكير بشكل أو بآخر في قواعد المجموعة.

٣- الذّوق العام.

٤- الأذواق الفردية بحيث تحصل المتعة لكلّ مشارك ولكلّ فرد من المجموعة.

٥- طريقة ادماج الأفراد الجدد في المجموعة.

٦- الغايات التي تسعى إليها المجموعة والأفراد وعدم استغلالهم تجارياً.

٧- قواعد علم نفس الجماعة.

إن احترام مبادئ الانتماء يقيم نوعاً من «الثقة»

داخل للمجموعة ضرورية هي للوعي الجماعي ولدعم «الكيان

محسوس إلى ما هو مدرك وفيه من اللّغة البلاغة وخاصة «البلاغة المقامية» (فوجة، ٢٠١٤، ص.٦٠) أي معاني التّعلمات الموسيقية وان هذا إلا دليلا على القدرة التعبيرية للصوت حتى بتخلّيه عن اللّغة كركيزة للخطاب وبعتماد الموسيقى الآلية فهل من أصوات خفية تلغو وتؤثر في الفهم والإدراك والتّواصل؟ وكيف لنا أن نربطها مع الموجات التّحت صوتية والفوق صوتية؟ وإن كانت هذه الموجات علاجا لعدد الأمراض الخطيرة حديثا فكيف لنا أن نتغاضى عن حقيقة وجودها وعن حقيقة وجود قوى كامنة فيما وراء الصوت وعن حقيقة وجود حياة صوتية مغايرة لما يمكن أن ندركه؟ كل هذه الاشكاليات توجي بضرورة البحث في هذا الاتجاه وقد نتطرق إليها قادمًا في معالجات أخرى بالتفصيل.

أثبتت عديد التجارب فعالية الموسيقى في تنمية التّواصل بين الصّم وفي هذا الصدد نشرت الجمعية الفرنسية للعلاج بالموسيقى دراسة (Baheux, 2019) مفادها دور الموسيقى في تقويم النطق وفي الرعاية التأهيلية عند الاطفال الذين قاموا بزرع قوقعة في الأذن.

يقول المثل الإيطالي أن العين يمكن أن تحل محل الأذن وفي ذلك جزء من الحقيقة فالصوت ليس فقط تلك الترددات الهوائية المنتشرة في فضاء ما ولكنه أيضا الإحساس به فلا يقتصر إدراك الصوت على الأذن ولكن تتظافر أحيانا الحواس لإدراكه فمثلا عند العزف على الآلات الإيقاعية تلمح العين قوة النقر ويساعد اللمس على تحيّل جرس الآلة أي ان للصوت صورة حسية موازية للمسموع لذلك تعتبر تمارين الإيقاع الجسدي وتحويل الصوت إلى حركة من أجمع التمارين لضعيفي السمع. إن

فعل المتقبّل بقدر ما يصوّر مقارنة بالحدث الموسيقي أي يصف أثر الموسيقى على المتقبّل حيث أن العلاقة بينهما أشبه ما تكون بالعمودية. تفرض الموسيقى حينئذ سلطتها على السّامع فيخضع لها فالسمع، على غرار بقية الحواس، حاسة لا يمكن حجبها أو تعطيلها إلا لوجود باثولوجيات متعلّقة بالأذن أو بتعطيل وظائف الدّماغ.

يتخطّى الصّوت الجسد بطريقة لا إرادية بمعنى يمكن أن أغمض عيناى كي لا أرى ولكن لا يمكن أن أسدّ أذناى كي لا أسمع ولنا أن نتصوّر إذن مفعول الصّوت وقدرته على اختراق الجسد عبر ذبذباته وهو ما تعنى به "الفايبرو آكوستيك ثيرابي"<sup>9</sup> (Wigram & Grocke, 2007 , p.219).

لا يقتصر إدراك الصّوت عبر الأذن ولكن يتدخل كامل الجسد ليستوعبه فمثلا الأصوات الغليظة يتمّ استيعابها عبر اهتزازات أسفل الظّهر وقد يحيلنا هذا الإدراك الجسدي للمثيرات السّمعية إلى «ذاكرة الجسد» (مستغامي، ٢٠١٣) بمعنى أنه يمكن اعتباره ككيان ووجود واع للتّفكير والإحساس والتخزين والدليل على ذلك السيكوسوماتيك التي تعني «تكامل الكائن الحي» (عويضة، ١٩٩٦، ص. ١٢٨) من الناحية التّفسية والجسدية والتي تشير الى تأثر الجسد بالمثيرات الخارجية.

تشير مثل هذه الملحوظات إلى أهمية البحث في المفهوم الكوني للصوت بحيث يتخطى استيعابنا للأصوات قدرتنا الفيزيولوجية على السّمع فنقول صوت العقل وصوت القلب وصوت الصّمير ويعلو الصّوت من حيث المعنى على ما هو

<sup>9</sup> VA: Vibroacoustic therapy

يهتم العلاج النفسي بماضي المريض وخاصة علم النفس التحليلي فيعتبر فرويد أن المستيريا، مثلا، «تبدأ إثر عوامل نفسية مؤلمة شديدة في ماضي المريض» (عكاشة، ٢٠١٩، ص.٢٣١). بينما يهتم الكوتشنج بحاضر العميل ويتوسط "الكوتشنج الموسيقي" هاته المناهج بربطه بين الأحداث الموسيقية بطريقة «الزمانية...الدياكرونية» (مرتاد، ٢٠٠٧، ص.٩٩) تأخذ بعين الاعتبار الماضي والحاضر والمستقبل.

يختلف "الكوتشنج الموسيقي" عن العلاج بالموسيقى من الناحية الزمانية أولا حيث اهتمامه بالمسيرة السمعية للمستقبل ثم من حيث مدة المرافقة التي تعتبر أقصر من المدة المعتمدة في العلاج بالموسيقى بحيث تنتهي المرافقة بنهاية الهدف المرجو تحقيقه.

كما يختلف "الكوتشنج الموسيقي" عن العلاج بالموسيقى من حيث أنماط المرافقة فيمكن اعتباره كطريقة من طرق العلاج النفسي المختصر<sup>11</sup> ويستند لذلك على تحديد جملة من الأهداف والعمل عليها واحدة بواحدة وتوظيف حل تقنيات الأداء الموسيقي لذلك الغرض ولنا إذن أن نفترض قيام جملة من المفاهيم المشتقة منه علما تكون محاور بحث قادمة إن شاء الله مثل: "البرمجة اللغوية العصبية الموسيقية" أو "التنويم المغناطيسي الموسيقي" أو "العلاج الموسيقي المتمركز حول الحل".

يحدّد الكوتش، على إثر المنهج الذي اختاره، هدفا للاشتغال عليه ويضع لذلك خطة مع المتقبل وليكن التوتر ما دمننا في فترة حرجة من تاريخ البشرية تسودها الأمراض ويتبعها

الصوت لا يقتصر على أن يكون تلك الترددات الهوائية المنتقلة عبر الأذن بل هو طاقة وحركة واستيعاب جسدي وذهني لهما.

يخص المنهج التفاعلي، في المقابل، الإنتاج والآداء الموسيقي أي توظيف كل التقنيات والآلات الموسيقية والصوت قصد التعبير عن الذات والتواصل ويصف هذا المنهج فعل المتقبل على الموسيقى كفعل إراديّ خلافا للمنهج التقبلي الذي يعتمد على الاستماع ويطرح طرقا مختلفة للاسترخاء وأهمها التنفس والتصوّر. وللتذكير فإن حصص المرافقة فردية أو جماعية أو كلاهما بطريقة تبادلية يحدّد زمنها المدرّب الموسيقي وفق الهدف المزمع تحقيقه منذ الحصص الأولى.

## ٢- تباين المفاهيم

إن اختيار النمط الموسيقي المحبّد مسألة ذوقية شخصية ان كانت الموسيقي شرقية أو غربية كلاسيكية أو شعبية أو هدهدة فهذا يتوقف على الشخص وعلى تاريخه السمعي لذا يقتضي الأمر أولا أن يحدّد المدرّب نوعية الموسيقى الأقرب للمتقبل في تشخيصه الأولى خلال التقييم النفسي الموسيقي أو ما يسمّى في العلاج بالموسيقى "التشخيص البسيكوموسيقي"<sup>10</sup> (Kirkland, 2013, p.138), وتختلف هذه المرحلة عن العلاج بالموسيقى من الناحية الزمنية بحيث لا ينتهي التشخيص كليًا خلال الحصص الأولى ولكن يمكن أن يمتدّ طوال حصص المرافقة وإن كانت الحصص جماعية فلا بد من دراسة الذوق العام للمجموعة سلفا.

<sup>10</sup> The bilan psycho-musical

<sup>11</sup>Brief psychotherapy/ thérapies brèves

توجس من المستقبل فكيف يمكن تجاوز هذا الضغط النفسي بمجرد الاستماع للموسيقى؟

### \* تأثير الاستماع للموسيقى

#### ١- التنفس والاسترخاء

تعمل الموسيقى كمحمل للإيقاع التنفسي فتساعد على تنظيمه بطريقة طبيعية وتلقائية إما توافقا مع الإيقاع أو الحركة اللحنية وبلا شك نسبة لطول الحلقة التنفسية للمتقبل حتى أن بعض الإيقاعات المترتبة وفق سرعات معينة تتطابق تماما مع الحلقة التنفسية لبعض الناس مما يجعلهم يشعرون بالاسترخاء بسرعة وبالتالي من المهم اختيار الموسيقى التي تتناسب مع سرعة الحلقة التنفسية لكل شخص بحيث يعيش المتقبل نوعا من الإسقاط السمعي تندمج فيه التركيبة الموسيقية مع التركيبة النفسية فيحصل الاسترخاء.

### \* تأثير إدراك الخطاب والنعمية الموسيقية على الاستقرار

#### النفسي

عندما يحصل التناغم النفس-موسيقى يدرك المتقبل مختلف مكونات الخطاب الموسيقي بصفة لا واعية وإن لم يتمكن من التعبير اللفظي الدقيق عنه فيتعايش ويتألف مع النغمات خاصة إذا توافقت مع ذوقه ومع ثقافته السمعية إلى درجة أن يتوقع الحدث الموسيقي الموالي فلا يتمالك نفسه من أن يدندن مع اللحن ومنه يستبق بنوع من التوقعات اللحنية. تخلف هذه التوقعات، ما إن تحدث، نوعا من الإشباع ينجر عنه الاستقرار والسكينة والسيطرة على النفس نتيجة لإحساس المتقبل بالتفوذ

إلى مجمل انفعالاته وإن لم تتوافق تلك النغمات مع انتظاراته الموسيقية ولكن حافظت على الجانب الجمالي يتكون حدث صوتي جديد يجذب انتباهه ويجعله في حالة من الترقب المتواصل إلى أن يحدث مرة ثانية ذلك الإشباع اما بالرجوع إلى درجة ارتكاز المقام أو إلى حركات لحنية<sup>12</sup> ثانية تحقق نفس المغزى وبين هاذين الظاهرتين تنشأ متعة الاستماع ويخلق ذلك الرابطة العاطفي مع الموسيقى.

### \* الموسيقى وعلم النفس المعرفي السلوكي

يعتمد "الكوتشنج الموسيقي" على جملة من المقاربات السيكولوجية منها التحليلية والسلوكية والسميولوجية قصد التحكم في الضغط النفسي وبناء موارد نفسية جديدة تكون مصدر للطاقة الإيجابية ولتنمية التفكير وما أوجنا إلى ذلك خاصة في فترة الحجر الصحي؟

### \* الاستماع والتأملات الذهنية لبناء الموارد النفسية

تنبني الموارد النفسية على الربط بين التأملات الصوتية والتأملات الذهنية و يرى بياجيه أن التمثيل هو « نزعة الفرد الى ان يحول المواضيع المدركة الجديدة الى مخططات في بنائه العقلي اي يضع احداث او مشيرات جديدة في مخططات موجودة فعلا» (جمه، ٢٠١٩، ص.٣٥) وهو ما يحدث حقا عند الاستماع الواعي للموسيقى فبمجرد أن تستمع لأغنية وتتخيلها فقد لمست جزءا من نفسك وأقمت نوعا من المحاكاة للذكريات وللتجارب الخاصة وتخلق بالتالي جملة من التصورات المتعلقة بربط الحدث الصوتي بالحدث اللغوي وهو ما يؤسس نوع من التواصل مع

<sup>12</sup> Paradigme mélodique

٣- الشّكل الأوّل والثاني من الجملة الأولى: متتاليات متماثلة.

٤- الشّكل الثّالث والرابع والخامس من الجملة الثانية: متتاليات متلاحقة ذات اتجاه تنازلي.

٥- تمثّل المتتاليات المتماثلة إعادة للجملة وفي ذلك تأكيد على المعنى وتثبيت وإلحاق لكلمة «نسم» و «الهواء» وبالتالي تثبيت لمعنى الرقة في الهواء فتحيل الصورة الشعرية الى صورة شاعرية ترتبط بالهوى والحب أمّا المتتاليات المتلاحقة فهي نفس الحركة اللّحنية ولكن مبنية على درجات متتالية.

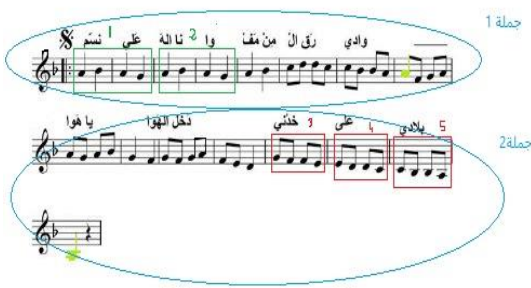
٦- تنتهي الجملة الأولى بدرجة الارتكاز مع كلمة الوادي وبالتالي ينتهي المعنى الموسيقي بطريقة توافقية مع المعنى اللغوي وهو ما يعمق ادراكنا للصورة الشعرية وتركيزها في المخيلة من ثم تساهم الموسيقى في بناء إطار مكاني مختلف عن الحقيقة.

تساهم المتتاليات في خلق نوع من الرّبط العاطفي مع الجملة بحيث يستقرّ السّمع فيوحي اللّحن بالهدوء والتّرابط إلى أن يصل إلى درجة الانتهاء. تمثل هذه الدرجة الاستقرار التّهائي الدّال في الجملة الأولى والثانية لفظيا على المكان ومن ثم تساهم الموسيقى في تكوين فضاء افتراضي داخل الفضاء الحقيقي وهو ما يزود السامع بقدرة على تحطّي الحدود المكانية خاصة فترة الحجر الصحي فيتحرر باختيار القطع الموسيقية المناسبة، التي لا بد أن تروق له بدرجة أولى، من القيود المادية وينطلق خارج المكان إلى حيث تأخذه الصورة الشعريّة. تؤكّد الحركة اللّحنيّة على هذا الأساس ارتباط الجانب الرّوحي بالمعنى الموسيقي وعلى أهميّة الاستمتاع أثناء الاستماع وفسح المجال للخيال لاستلهام كل

الدّات ولنا أن نتخيّل مثلا جملة التّمثلات المتأثّية من أغنية نسّم علينا الهوى لفيروز يقول مطلعها:-

«نسم علينا الهواء من مفرق الوادي يا هوى دخل الهوى خذني على بلادي» (فيروز، ١٩٦٧)

يتبادر إلى ذهن المستمع مجموعة صور متعلّقة بالطبيعة أولا ثمّ بالوطن. قد تتراءى صورتين للهواء في ذهن السامع تتعلّق الأولى برقته وهدوئه ونسماته الرّطبة الممتزجة برائحة الماء أمّا الثّانية وجراء ارتباطها بكلمة الأحذ فقد توحى بالقوّة وكذلك الانتماء...ولكن التّركيبية الموسيقيّة تحسم المعنى لصالح الصورة الأوّل كما يبرزه الرسم التالي:-



الرسم ٢: الكتابة الموسيقية للمقطع الأوّل من أغنية نسّم علينا الهوى لفيروز

\* قراءة تحليلية: الموسيقى لتخطّي حدود المكان

- ١- يتألّف هذا المقطع الموسيقي من جملتين تحتوي الجملة الأولى على متتاليات متماثلة أمّا الجملة الثانية على متتاليات متلاحقة.
- ٢- تتربّبتّ الجملتين في شكل سؤال وجواب بحيث لا يكتمل معنى الجملة الأولى إلا بإتمام الثانية وقد تحيلنا هذه التّركيبية إلى معنى الانتماء الذي أشرنا إليه.



التصورات النَّاجمة عن النَّص الموسيقي وفي ذلك تبصّر ورجوع إلى الذات وتأمّل فيها.

### \* الاستماع البناء للتزود بالطاقة

يرى إبراهيم الفقيه في كتابه حول صناعة التركيز والخراط الذهنية أن الخوف يضعف الذاكرة وأن في حالة تحوله إلى قلق فان الشخص يفكر بعقله الباطني الذي من بين وظائفه:-

١- المحافظة على البقاء

٢- الطاقة

٣- الاحاسيس والمشاعر

٤- هروب ومجوم ودفاع» (الفقيه، ٢٠١٧، ص. ١٩٠-٢٠)

في حين يساهم هذا النوع من الاستماع الواعي في تطوير الخريطة الذهنية الموسيقية للسامع ومدّه بمزيد من الطاقة والموجات الإيجابية والأحاسيس الجميلة فيحبّد الاستماع الصباحي لأغاني باعثة للأمل من حيث المعنى اللغوي ومترتبة وفق نغمات مبتهجة في المخيال السمعي العربي مثل نغمة العجم أو البيات وعلى إيقاعات قصيرة حيوية وقد تميزت فيروز بمثل هذه التآليف الموسيقية فنجدها تغني في مقام العجم «يسعد صباحك يا حلو» أو «شاييف البحر شو كبير» كما نذكر أغنية فريد الأطرش في مقام البيات «الحياة حلوة» وتتميز هذه الأغاني بالبساطة والتكرار والترابط اللحني ووحدة المقام وهو ما يجعلها سهلة الهضم من الناحية السمعية ومفهومة إلى جانب كونها مفعمة بالصور الشعرية الجميلة التي تحاكي الطبيعة والجمال والحب لتكون مصدرا للسعادة.

ختاما تتبوؤ الموسيقي مكانة هامة في العلاجات النفسية طويلة المدى والعلاجات النفسية المختصرة ولا يرتبط مفهوم العلاج بالمرض بل بالمرافقة وبالقدرة على تطوير الذات البشرية فيتوجه "الكوتشنج الموسيقي" لعديد الميادين عبر توظيف الموسيقى والصوت لغايات نفسية وتعليمية وتواصلية لذا فهو يتوجه لأغلبية شرائح المجتمع. يمكن أن يكون "الكوتشنج الموسيقي" فردي أو جماعي حسب ما يقتضيه بروتوكول المرافقة المتفق عليه من المتقبل ومن الكوتش.

يتقاطع "الكوتشنج الموسيقي" مع العلاج بالموسيقى من الناحية المنهجية ولكنه مختلف جوهريا حيث يتدخل الكوتش في رسم الأهداف وفي تحديد مدة المرافقة التي تتناسب مع الهدف المرسوم والمتفق عليه مع المتقبل والذي لا شك أنه قابل للتحيين ولكن على المدى القصير فيوظف لذلك كل الأساليب الموسيقية من تقنيات استماع وآداء. وفي هذه المرحلة من الحجر الصحي نقترح الاستماع للموسيقى بطريقة طبيعية مع مرافقة تمارين التنفس ثم إعادة الاستماع بطريقة واعية بحيث يحاول المتقبل ببساطة أن يفهم الخطاب الموسيقي وأن يستمتع به وفي ذلك مزايا عدة منها النفوذ للذات وفك الحصار المادي لتتخطى النفس حدود المكان فتنتقل بأكثر حرية وكذلك التزود بالطاقة الإيجابية باختيار قطع موسيقية تحمل معاني جميلة أو بالاستماع إلى موسيقى آلية يطلق فيها عنان الأفكار لتستلهم من الصور اللحنية بحيث تتناسب مع الخراط الذهنية الموسيقية الحاصلة من الثقافة السمعية لكل منا وهو تمرين بسيط يمكن القيام به كنوع من "الكوتشنج الموسيقي الذاتي". وانطلاقا من هذا البحث

قوجه، محمد. (٢٠١٤). مقارنة بلاغية في قراءة الخطاب الموسيقي.

مجلة البحث الموسيقي. المجلد الثالث عشر المجمع العربي

للموسيقى. جامعة الدول العربية.

محمد أبو نصر، مدحت والنجار، أحمد عبد العزيز. (٢٠١٩).

الكوتشينج التدريب بالمعايشة. القاهرة: المجموعة العربية للنشر

والتدريب.

مرتاد، عبد الملك. (٢٠٠٧). الألباز الشعبية الجزائرية: دراسة في

ألباز الغرب الجزائري. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

مستغامي، أحلام. (٢٠١٣). ذاكرة الجسد. لبنان: نوفل.

#### ثانياً- المراجع باللغات الأجنبية

Fanny BAHEUX, « Musicothérapie auprès

d'un enfant sourd implanté : la co-

construction d'un cadre thérapeutique

favorable à l'émergence de la parole »,

paru dans Revue Française de

Musicothérapie, Volume XXXVIII,

Articles, Musicothérapie auprès d'un

enfant sourd implanté : la co-

construction d'un cadre thérapeutique

favorable à l'émergence de la

parole, mis en ligne le 19 décembre

2019, URL :

ندعو جميع الباحثين في العلوم الموسيقية والعلوم الانسانية للمضي

قدما في الكشف عن مكانة الموسيقى في العلوم النفسانية الحديثة.

#### \* قائمة المراجع

##### أولاً- المراجع العربية

إبراهيم، السيد. (٢٠١٨). الدليل الإرشادي لممارس الكوتشينج.

القاهرة، مصر: دار نشر يسطرون.

الدخيل عبد الله، عبد العزيز. معجم مصطلحات الخدمة الاجتماعية

Dictionaray of Social Works: إنجليزي -

Terminology English - Arabic عربي

الأردن: دار المناهج للنشر والتوزيع.

الفقي، إبراهيم. (٢٠١٧). الذاكرة والتذكر: صناعة التركيز والخرائط

الذهنية. الامارات: سما للنشر والتوزيع.

الفقي، إبراهيم. (٢٠١٧). العمل الجماعي. الامارات: سما للنشر

والتوزيع.

الفلفلي، هناء. (٢٠١٢). علم النفس التربوي. الأردن: دار كنوز

المعرفة للنشر والتوزيع.

حمه، الهام احمد. (٢٠١٩). أنموذج مقترح لتدريس الكيمياء وفق

نظريات التعلم المعرفي. الطبعة الأولى. الأردن: ابن النفيس.

عكاشة، أحمد. (٢٠١٩). الطب النفسي المعاصر. الطبعة ١٧.

مصر: انجلو.

عويضة، كامل محمد. (١٩٩٦). الصحة في منظور علم النفس.

لبنان: دار الكتب.

<http://revel.unice.fr/rmusicotherapie/index.html?id=4149>

Frohne-Hagemann, I. (2007). Receptive Music Therapy: Theory and Practice. Germany: Reichert.

Kirkland, k. (2013). International Dictionary of Music Therapy. New York: Routledge.

LECOURT, E. (2010). Les XX<sup>ème</sup> journées scientifiques de la musicothérapie et les premières rencontres méditerranéennes de musicothérapie. Texte préliminaire réunis par Edith LECOURT et Mohammed Zinelabidine .Tunis: la Maghrébine

Wigram, T & Grocke, D. (2007). Receptive Methods in Music

Therapy: Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students. London: Jessica Kingsley Publishers.

Wigram, T & Wosch, T. (2007). Microanalysis in Music Therapy Methods, Techniques and Applications for Clinicians, Researchers, Educators and students. London: Jessica Kingsley Publishers.

ثالثاً- المراجع الصوتية

فيروز. (١٩٦٧). تم الاسترجاع من

الرابط:

<https://www.youtube.com/watch?v=pbVn6>

HSKCtg