

## عنوان مقاله:

ماهیت، علل و راه کارهای پیشگیری و مهار خشم از دیدگاه اندیشمند مسلمان ابوزید بلخی

## محل انتشار:

دوفصلنامه علوم تربیتی از دیدگاه اسلام، دوره 3، شماره 4 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

زهرة موسى زاده - استادیار گروه علوم تربیتی و معارف اسلامی دانشگاه امام صادق (ع)

فاطمه ملایم - استادیار گروه زبان عربی دانشگاه امام صادق (ع)

## خلاصه مقاله:

ابوزید بلخی حکیم، ادیب، فیلسوف، متکلم و اندیشمند مسلمان ایرانی است که در سده های سوم و چهارم هجری میزیست و برای اولین بار در کتاب مصالح الابدان و الانفس به بررسی موضوع بهداشت و سلامت روان در راستای بهداشت و سلامت جسم و تاثیرات متقابل آنها بر یکدیگر پرداخته است. بلخی، در بیان اندیشه های خود در زمینه سلامت روان، متأثر از آموزه های قرآنی و تعالیم دینی، سنت های حاکم بر نظام خلقت و هستی را به حکمت الهی و تدبیر امور عالم توسط خداوند نسبت داده است. وی به عنوان اولین روانشناس اسلامی، با استفاده از شیوه طب کلنگر و مکمل در به کارگیری رویکردهای روان درمانی، شناخت درمانی، روان شناسی فیزیولوژیک و تشخیص بیماریهای روان- تنبیهی گام بود. هدف از تدوین این مقاله با استفاده از روش اسنادی، شناسایی مفهوم، ماهیت، عوامل موثر و راه کارهای پیشگیری و مهار خشم از دیدگاه ابوزید بلخی است. نتایج تحقیق بیانگر آن است که ماهیت خشم از منظر این اندیشمند مسلمان شامل عارضه ای نفسانی است که از اندوه و غم نشات گرفته است و با نگرانی و دلهره خاتمه می یابد. ابوزید بلخی، منشا بیماریهای عصبی و اختلالات روانی را در چهار نوعناهنجاری هیجانی، شامل ترس و اضطراب، خشم و پرخاشگری، غمگینی (حزن) یا افسردگی، و وسواس طبقه بندی کرده و همچنین عوامل برانگیزاننده و شیوه های پیشگیری و مهار خشم را به دو دسته بیرونی و درونی تقسیم نموده است و در این خصوص راه کارهای موثری را در قالب شیوه های کنترل شناختی، عاطفی و رفتاری ارائه کرده است.

## کلمات کلیدی:

ابوزید بلخی، سلامت روان، خشم، ماهیت، پیشگیری، کنترل، راه کارها

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/703869>

