

مدخل لعلم السلوك



مدققة

د. دارين رمضان 1

محتوى مجاني غير مخصص للبيع التجاري

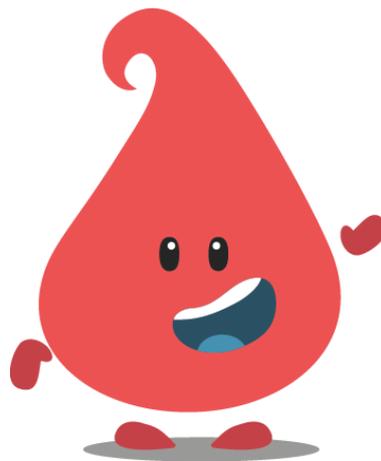
علم النفس السلوكي | Psychology

السلام عليكم

بسم الله نبدأ معكم زملائنا أطباء المستقبل رحلتنا الممتعة مع مادة علم النفس السلوكي، نتمنى أن نكون عند حسن ظنكم وأن نوفق في إيصال المعلومة بالشكل الأمثل والأكثر دقة.

الفهرس

رقم الصفحة	الفقرة
2	مدخل في علم النفس
3	مكونات السلوك
4	عوامل السلوك
4	علم النفس
5	أقسام علم النفس
8	أهداف علم النفس
9	شروط أبحاث السلوك
9	مكونات علم النفس
11	مكونات الفريق الطبي العلاجي



مدخل في علم النفس

- 👉 **السلوك:** هو الفعل الذي يقوم به الكائن الحي والذي يمكن ملاحظته وتقييمه كالحركة والمشى واحمرار الوجه والتفاعلات الاجتماعية ونتائج السلوكية.
- 👉 **علم السلوك:** يمكن أن يكون علم سلوك النبات، او الحيوان، او الإنسان.
- 👉 **إذاً:** لجميع الكائنات الحية سلوك خاص فيها.

تعريف سلوك الإنسان:

- ❖ **لغويًا:** تصرف الإنسان، وسيره واتجاهه (حسن السلوك-سيء السلوك).
- ❖ **نفسياً:** كل الأفعال والنشاطات التي تصدر عن الفرد سواء كانت ظاهرة أم غير ظاهرة.
- ❖ **(السلوك (الظاهر):** سلوك يمكن ملاحظته وقياسه كالنشاطات الفيزيولوجية والحركية.
- ❖ **(السلوك غير (الظاهر):** نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ (كالتفكير-التذكر-الوسواس القهري).
- ❖ السلوك غير ثابت: اي أنه يتغير بفعل عوامل متعددة.
- ❖ السلوك لا يحدث في الفراغ: وإنما في بيئة معينة (اجتماعية - خارجية-داخلية).
- ❖ يحدث السلوك بصورة إرادية وعندها يكون بشكل مقصود وواعي (مشي-كلام-حركة).
- ❖ كما أنه قد يحدث بصورة لا إرادية كما في الأحلام أو زلات اللسان.
- ❖ السلوك يمكن تعلمه ويتأثر بالبيئة وعواملها والمحيط الذي يعيش فيه الفرد.
- ❖ الكثير من السلوكيات تكون سلوك تكيف وله غاية (أي ليس سلوك عفوي أو عبثي).

وجدت ملاحظة كانت محط خلاف فيما إذا كان السلوك موروث أم مكتسب.

- ❖ يولد الإنسان وعقله صفحة بيضاء، تنطبع عليها السلوكيات التي يتعلمها خلال مسيرة حياته وتفاعله مع البيئة وهذا الرأي يأخذ به علماء البيئة الذين يرون أن سلوك الإنسان مكتسب من البيئة أمثال **(لوك - واطسن وغيرهم)**.
- ❖ يولد الإنسان ولديه سلوكيات مزروعة فيه جينياً، (استعدادات وراثية) لتعلم السلوكيات المختلفة، وهذا الرأي يأخذ به علماء الوراثة أمثال **(ماندل-ديكارت وغيرهم)**.
- ❖ **الأطباء النفسيين** يعتقدون أن 70-80% من السلوكيات مورثة.

❖ وهنا يختلف علم النفس والطب النفسي اختلاف جذري في دراسته للسلوك، حيث يركز علم النفس والسلوك على دراسة الظواهر الخارجية لمعرفة سبب السلوك، (دون الوصول إلى نتيجة حتمية) أهي الوراثة؟ أم البيئة؟.

مثلاً: عند دراسة ظاهرة الانتحار:

الطب النفسي: يرى أن نقص في النواقل العصبية في الدماغ يؤدي إلى الانتحار. (وطبعاً هذا الخلل يعود إلى خلل في المورثات).

علم النفس: يرى أن الشخص ينتحر نتيجة لبعض المشاكل والهموم التي يواجهها، هذه المشاكل تكون خارج أو فوق قدرة الشخص على التحمل. (طبعاً وهذا الرأي يعكس دور العوامل البيئية).

مكونات السلوك

يتكون السلوك من:

7. (المثير أو المنبه):

أي عامل خارجي أو داخلي يثير نشاط الكائن الحي أو يجعله يتكيف مع الوضع الجديد، والمنبهات نوعان:

مجموع المثيرات يسمى
موقف «موقف»

- **إما خارجية:** فيزيائية (حرارة-صوت)، اجتماعية، عاطفية.
- **أو داخلية:** فيزيولوجية (الشعور بالبرد-مشاعر أو أحاسيس نفسية).

والموقف: مجموعة منبهات تصدر من البيئة الاجتماعية.

• **مثال:** المدرس الذي يقوم بتفهم تلميذ مسألة حسابية يشكل موقف، فالموقف هو مجموعة المنبهات التي تجعل الفرد يستجيب لها برمته.

2. (الاستجابة):

↳ النشاط الخارجي الناجم عن المنبه وقد يكون ظاهر يمكن ملاحظته أو لا، ومن أنواع الاستجابات:

حركية: كتحريك الذراع للتحية، انقباض حدقة العين، الهروب من الخوف.

فيزيولوجية: تسرع دقات القلب، ضيق تنفس.

معرفية: تفكير-تذكر.

انفعالية: الغضب من سماع كلمة معينة.



عوامل السلوك

يتحدد السلوك الإنساني بفعل عدة عوامل هي:

عوامل وراثية: مورثات-جينات، تنتقل من الآباء إلى الأبناء بالوراثة، كصفة الذكاء.

عوامل فيزيولوجية: غدية.

النظام الإدراكي الحسي: يتضمن الحواس الخمسة.

البيئة الثقافية والاجتماعية المحيطة بنا: مدى قبول أو رفض هذه البيئة للسلوك.

خبراتنا الحياتية الماضية من الطفولة حتى الآن: تشمل معرفتنا السلوك ونتائجه.

الخصائص الشخصية: مثل الذكاء-الشخصية (وتشمل الاستعدادات والميول والقدرات) -الصحة النفسية.

وعليه يمكن القول: لا يوجد سبب وحيد يفسر السلوك إنما أسباب متعددة متعاونة تفسر هذا السلوك أو ذاك، يتم ربطها بالدماغ لتعطي الاستجابة المناسبة أو غير المناسبة.

علم النفس

- هو الدراسة العلمية للسلوك الإنساني والعمليات النفسية العقلية الواعية وغير الواعية (الحالة الفيزيائية)، الفعلية، البيئية) ولتوافقه مع البيئة.
- علم النفس يشبه السلوك، لكن السلوك يدرس التصرفات فقط، بينما علم النفس يدرس التأثير ويتم فيه الدمج بين العمليات العقلية الداخلية والسلوك الخارجي. **مثلاً** التذكر وعلاقته بالقدرة على الحفظ.

علم النفس تاريخياً:

- كل دراسات علماء النفس كانت على القروء وغيرها من الحيوانات، لذلك النتائج المستخلصة في دراستهم لا تنطبق بنسبة عالية على الإنسان **قديمًا**: كان يدعى علم دراسة الروح، **ثم دُعي** علم دراسة العقل البشري.
- علم النفس علم غير فيزيولوجي حتى الآن، تجاربه ليست مادية بصورة كاملة ولذلك هو علم قابل للتغيير من وقت لآخر.
- يعود الاهتمام بمسائل النفس والطبيعة البشرية إلى عهد الفلسفة اليونانية وكان للفلاسفة اليونان وجهة نظر انتهت إلى أن في الإنسان جانباً غير الذي تلمحه العين أو تدركه الحواس الأخرى.
- هذا الجانب **غير الملموس**، مسؤول عن بعض الظواهر كالأحلام، الشهوات، التردد في اتخاذ القرارات.
- أطلقوا على هذا الجانب المسؤول عن الخبرة والسلوك اسم **النفس أو الروح**، من بين هؤلاء الفلاسفة أفلاطون، أرسطو، وغيرهم.

أرسطو	أفلاطون
كان أقرب إلى الوجدانية في تصويره النفس وظيفة للجسد، غير مستقلة عنه وجعل من الأفكار نتاج لتأثير المحيط في العضوية.	وحد بين النفس والأفكار (المثل) التي اعتبرها جوهرًا غير مادي مستقلا عن الجسد، وجد قبله ويبقى بعده، ومسكنه الدماغ.

- في القرن السابع عشر بدأ البحث السيكولوجي على يد **ديكارت** الذي اعتبر أن الجسد آلة تتحرك وتتصرف وفق طرائق يمكن التنبؤ بها إذا عرفت مدخلاتها، وما يمكن التنبؤ به خاضع للبحث.
- وفي نفس القرن أفتتح أول مختبر من أجل الدراسة العلمية لعلم النفس، الذي أسسه **وليم فوندت wandt** وهو الأب المؤسس لعلم النفس الحديث.

أقسام علم النفس

يوجد أقسام كثيرة تتفرع عن علم النفس منها:

1. علم النفس العام (General psychology):

يهتم بـ:

- دراسة المبادئ العامة لسلوك الإنسان الراشد السوي (أي يستخلص الأسس العامة للسلوك الإنساني، ولا يركز على حالة أو حالات خاصة) **مثلاً**: دراسة الدوافع - الانفعالات الذكاء-إلخ.
- يدرس الظواهر الخارجية عند الأفراد الطبيعيين مثل: (نسبة الذكاء في مدرسة ما-دراسة التكيف، علاقة أي ناحية من جسم الإنسان مع ردة فعله) **مثلاً**: التغيرات الفيزيولوجية لأعضاء الجسم أثناء الخوف والقلق، أو زيادة دقات القلب وزيادة الأدرينالين، زيادة النبض، احمرار الوجه
- يدرس أساليب البحث العلمي ووسائل جمع المعلومات في علم النفس وكذلك مدارس علم النفس التي حاولت تفسير السلوك.

2. علم النفس الفيزيولوجي:

- مأخوذ من الطب.
- يدرس الحواس الخمسة، وتأثيرها في السلوك الحي.
- دراسة الدماغ والمناطق المتخصصة بالعمليات النفسية المختلفة.
- دراسة تأثير الهرمونات على السلوك والحالة النفسية. **مثلاً**: تأثير اضطراب الغدة الدرقية بالانخفاض أو الزيادة على الشخصية ككل من خلال الصحة (السمنة المفرطة) تؤثر على نفسية الشخص. **وأيضاً**: زيادة أو نقصان

الهرمون الذكري أو الأنتوي يؤدي إلى زيادة الشعور بالجسم وهذا ينعكس على نفسية الفرد ويؤدي إلى حالات من الغضب والقلق واضطراب المزاج.

3. علم النفس السريري (Clinical Psychology):

- 🎯 الأقراب للطب النفسي.
- 🎯 تقييم وعلاج الأفراد ذوي المشكلات النفسية (الفصام)، إجراء البحوث الخاصة للسلوك العادي وغير العادي، التشخيص والعلاج. مثل (عيوب النطق، التخلف الدراسي، بعض حالات القلق).

4. الإرشاد (النفسي) (Counseling Psychology):

- 🔍 إرشاد الأفراد ذوي مشكلات التوافق والتكيف المعتدلة وليس الاضطرابات أو الامراض النفسية.
- 🔍 يُشجع على الانجاز في مواقع التعليم والعمل. (اختيار مهنة أو دراسة ما)
- 🔍 جمع البيانات، تقديم المشورة.

5. علم النفس الاجتماعي وعلم نفس المجتمع:

- 🔥 يهتم بذوي المشكلات النفسية داخل الجماعة وتوجيه أسلوب العمل داخل الجماعة، كما يُنشئ ويطور برامج لتحسين الصحة النفسية لأفرادها.
- 🔥 يدرس العلاقة بين الفرد والجماعة، مثل (التنشئة الاجتماعية-سيكولوجيا الجماهير-تماسك الجماعة-الأدوار الجماعية-الدعاية-الرأي العام.....).
- 🔥 يدرس الانحرافات والأمراض الاجتماعية، مثل (جنوح الأحداث-الإجرام).
- 🔥 يهتم بالمجال الاجتماعي الذي يتم فيه السلوك.
- 🔥 المجتمع وحضارته والفروق بين الجماعات الاجتماعية، المشكلات الاجتماعية. مثل (الجريمة-الانحراف الأخلاقي-السلوك المجتمعي).

6. علم نفس النمو (Development Psychology):

- 👶 يدرس نمو وتكون الطفل إلى مرحلة المراهقة.
- 👶 يطلق عليه علم النفس التكويني، علم النفس الارتقائي.
- 👶 يدرس مرحل النمو التي يمر بها الإنسان وخصائصها لمعرفة الشروط البيئية اللازمة التي تؤدي لأحسن نمو ممكن لاكتساب أحسن الطرق للتكيف الاجتماعي، والتغيرات في السلوك التي ترتبط مع التقدم في العمر.

7. علم النفس التجريبي، وشبه التجريبي *Experimental*:

هو العلم الذي يعتمد على التجربة وله تطبيق عملي.

يدرس عوامل نفسية/ اجتماعية على الأفراد (غالباً طبيعيين) لعد أشهر أو سنوات. **مثال**: عرض أفلام عنف على الأطفال "محل الدراسة"، ثم يُدرس تأثير الأفلام العنيفة على تطور السلوك العدواني.

تصميم وإجراء بحوث في مجال معين مثل التعليم أو الدافعية-اللغة-الأسس النفسية للسلوك. مثل: فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى عينة من الأشخاص.

هو علم غير مرضي، بمعنى لا يتعرض الأشخاص محل الدراسة لجرائم أو تأثير الأشعة عليهم.

8. علم النفس التربوي:

يُعنى بدراسة الخصائص الرئيسية لمراحل النمو، ليستطيع المربون وضع المناهج وتطويرها وتصحيح وتقديم المواد والإجراءات الخاصة بالبرامج التربوية.

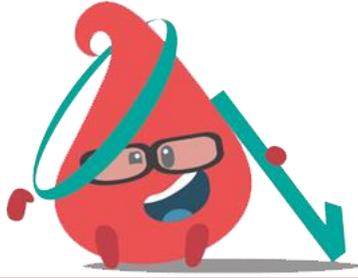
تقديم المشورة وإجراء البحوث وتدريب المعلمين وعلاج الصغار ذوي المشكلات.

يعنى بدراسة المبادئ والشروط الأساسية للتعليم والاتجاهات السليمة.

يُرَاعِي الفروق الفردية بين الطلاب في القدرات والميول.

يهتم بحل المشكلات التعليمية.

يعنى بإجراء التجارب لمعرفة أحسن المناهج التعليمية.



9. علم نفس الشخصية:

دراسة كيف ولماذا يختلف الناس بعضهم عن بعض وكيفية قياس تلك الفروقات.

10. علم القياس النفسي (الكمي):

إنشاء وتقييم الاختبارات النفسية، يصمم أبحاث السلوك وقياسها.

هو أساس كل الأبحاث العالمية التي تم تطويرها.

أي بحث قبل أن يتم نشره، يُعرض على أحد مختصي علم القياس النفسي، (هو الذي سيحدد منهجية البحث صحيحة أم لا).

11. علم النفس المقارن:

يُقارن سلوك الإنسان بسلوك الحيوان، سلوك الطفل بسلوك الراشد، سلوك الشاذ بسلوك السوي... إلخ.

12. علم نفس الشواذ:

يطلق عليه اسم علم نفس الموهومين-علم النفس المرضي.
يبحث في نشأة الأمراض النفسية والعقلية (الجنون)-ضعف العقل-الإجرام.

13. علم النفس (الصناعي وعلم النفس التجاري):

جمع البحوث، تقديم المشورة، تطوير البرامج لزيادة الكفاءة، الشعور بالرضا والروح المعنوية للعمل.
وهناك أيضا علم النفس الجنائي، القضائي، العسكري.

14. علم نفس الحيوان:

← يهتم بدراسة الأسس السيكولوجية من أجل التوصل لنتائج تفيد في تفسير سلوك الإنسان.

أهداف علم النفس

1. فهم وتفسير السلوك الإنساني:

أي دراسة سلوك الإنسان لإدراك العلاقات والقوانين والمبادئ العامة التي تشكل السلوك وفهمها وتفسيرها تفسيراً سليماً ومعرفة الأسباب التي أدت لحدوثها، وذلك من خلال:

✓ فهم الدوافع الحقيقية التي تحرك سلوكنا وسلوك الآخرين من حولنا، مثلاً إذ سُئلت عن سبب وجودك بالجامعة فإن الجواب المتوقع هو أنك تريد أن تتعلم، أو لأنك تحتاج إلى الشهادة الجامعية من أجل الحصول على عمل، أو لأن الجامعة هي المكان المناسب لتكوين الصداقات والصلات التي ترغب فيها، أو لأنها رغبة والديك (والأقرب إلى الصحة هي أنك تتابع دراستك الجامعية من أجل مركب من هذه الحاجات)، ومن يفهم دوافعك يفهم سبب تصرفك.

✓ فهم نواحي القوة والضعف في شخصياتنا وما لدينا من استعدادات وإمكانات خاصة.

✓ معرفة أسباب ما يبدو في سلوكنا أو سلوك زملائنا أو الأطفال من انحراف، مثلاً: سلوك العنف، الأهل هم المسؤولين عنه، فقد يكون القائم على الضرب والتسلط والإهمال وغيره.

2. التنبؤ بما سيكون عليه السلوك في المستقبل:

بعد عملية الفهم والتفسير الشامل للسلوك يمكننا تطبيق ما توصلنا إليه في التنبؤ بحدوث الظاهرة النفسية وهذا بدوره يساعد على دقة توقعنا حول ما سيكون عليه السلوك في المستقبل.

فإذا عرفنا أن التربية القاسية في عهد الطفولة تمهد الطريق للإصابة بمرض نفسي في مستقبل حياته، استطعنا أن نتنبأ بالمصير النفسي لطفل نشأ على هذه التربية، (وإنه يجب أن نبتعد عن مثل هذه التربية في تنشئة الأطفال) **وهنا يكمن الهدف الثالث لعلم النفس وهو:**

3. ضبط السلوك والتحكم فيه وتوجيهه:

إن غاية علم النفس من خلال فهمه وتفسيره للسلوك ومحاولة التنبؤ به هو ضبط السلوك والتحكم فيه وتوجيهه الوجهة السليمة وصولاً بالإنسان إلى أقصى قدر ممكن من التوافق النفسي والصحة النفسية **فإذا** عرفنا استعداد طالب لدراسة معينة وعدم استعداده لأخرى أو استعداد فرد لمهنة معينة وعدم استعداده لأخرى يتسنى لنا أن نجنبه الفشل من إقامه في مهنة أو دراسة معينة ليس مؤهلاً لها.

شروط إجراء أبحاث السلوك

1. **قابلية للقياس:** أي سلوك غير قابل للقياس لا يمكن دراسته.
2. **لها صفة التكرار:** أي بحث علمي يجب أن يكون قابل للتكرار في المستقبل مع اتباع نفس المنهجية في تطبيقها.
3. **إمكانية الضبط والمراقبة:** ألا يكون عشوائياً أو غير واضح.

مكونات علم النفس

يرى فرويد أن النفس الانسانية (الشخصية) تتكون من ثلاث مكونات:

مبدأها
اللذة

1. (هو id):

تتضمن كل مكونات علم النفس التي نولد مزودين بها بما في ذلك الغرائز.

لا شعورية، تمثل الجانب الفوضوي والمظلم من الشخصية

هدفها الوحيد: الحصول على اللذة عن طريق تفريغ الطاقة الغريزية، وتجنب الألم الذي ينجم عن

زيادة التوتر (تعمل وفق مبدأ اللذة).

والهو تعتبر غير منطقية ولا اخلاقية، وليس لها إدراك بالواقع.

وسيلتها الوحيدة تكوين صورة ذهنية للموضوعات التي تحقق الإشباع، وهو ما يطلق عليه (إشباع الرغبات).

مثال: الاحلام عند النوم. الطفل الجائع يحلم بالطعام.



2. ال أنا ego:

مبدأها
الواقع

- ✓ المكون الثاني من مكونات الشخصية (النفس).
- ✓ يبدأ بالتكون ما بين 6-8 شهور تقريبا.
- ✓ عقلانية، ومنطقية، تفكر تفكير منطقي موضوعي معقول متماشي مع
- ✓ ماهو متعارف عليه اجتماعيا.
- ✓ تقوم بخطط واقعية من تصميمها لإشباع حاجات الهو.
- ✓ فعلى الرغم من رغبة الأنا في الحصول على اللذة إلا انها تؤجل الإشباع لكي تحافظ على مبدأ الواقعية.

وتؤجل إنهاء التوتر لحين إيجاد حل مناسب الذي يجعل من الممكن تجنب الألم.

✓ مثال:

- ✗ التهام طعام شهوي قد يكون مسموم.
- ✗ تجنب العقاب من الوالدين بسبب أكل شيء ممنوع.
- ✗ او زيادة اللذة كرفض تناول طعام غير شهوي انتظارا لطعام شهوي.

مبدأها
السعي نحو
الكمال

3. الأنا الاعلى superego:

- يبدأ تكونها ما بين السنة الثالثة والخامسة من عمر الطفل.
- يتطور الأنا الأعلى كنتيجة للتعليم الوالدي والاجتماعي.
- يمثل القيم الاجتماعية التي يتم تذويها ودمجها بالشخصية.

• يتكون الأنا الأعلى من جزأين هما:

1 **الضمير:** الذي يمثل الممنوعات، وهي تلك الأفعال التي كنا نعاقب عليها في الماضي.

2 **الذات المثالية:** التي تمثل المرغوبات، وهي القيم الاجتماعية التي نتعلمها في طفولتنا.

• مثال:

- ✓ الشخص الذي يرفض أن يسرق او يخدع او يقتل أحد، حتى لو كان لا يراه أحد.
- ✓ وكذلك الشخص الذي يعمل بجد دون أن يراقبه أحد للوصول الى أعلى درجات النجاح.



Follow your dreams they
know the way

ملاحظة:

- يرى فرويد أن الهو والأنا الأعلى في حالة صراع دائمين، هذا الصراع يسبب للفرد الشعور بالذنب والقلق والاضراب
- لذا يسعى الأنا الى بذل الجهد المتواصل لتحقيق حالة التوازن، وتخفيف حدة الصراع بين النزعات الفطرية والمحرمات الاجتماعية، ومن الطرق الفعالة التي تستخدمها الأنا (وسائل الدفاع) التي سنتحدث عنها في المحاضرة القادمة.

مكونات الفريق الطبي العلاجي

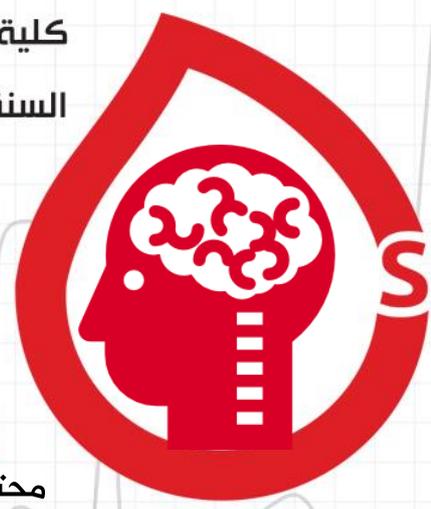


يتألف الفريق الطبي العلاجي من أربع مكونات:

1. **الطبيب النفسي:** خريج كلية الطب، اختصاص طب نفسي، قادر على وصف الأدوية.
2. **المعالج النفسي:** خريج كلية تربية، قسم علم نفس، اختصاص علاج نفسي وسلوكي، غير قادر على وصف الأدوية.
3. **المرشد الاجتماعي:** خريج علم اجتماع، يهتم بالنواحي الاجتماعية والمادية للمرض.
4. **المررض النفسي:** لا يوجد له في سوريا دور منفصل.

وهيك منكون وصلنا لنهاية محاضرتنا الأولى ^_^





مصطلحات عامة 1

د. دارين الرمضان

محتوى مجاني غير مخصص للبيع التجاري

علم النفس السلوكي | psychology

19/10/2021



مدققة

RB Medicine

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نتابع معكم في المحاضرة الثانية من مادة علم النفس السلوكي، والتي تتناول بعض التوجيهات فيما يخص تعامل الطبيب مع مريضه، ودلالات بعض التصرفات غير الواعية التي يقوم بها الإنسان، انتهاءً بما يفعله الشخص عند فقد الحداد.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	علاقة الطبيب بالمريض
3	لغة الجسد
6	الفقد والحداد
7	الحداد والأسى



تذكر دائماً:

من سلك طريقاً يلتمس فيه علماً
سهل الله له طريقاً به إلى الجنة...

علاقة الطبيب بالمريض

- المريض **ليس مجرد حالة** بل هو شخص له اسم وعمر وجنس ويعيش في مكان معين، وله ذكريات وتراث وآمال وأسرة متعلقة به معنوياً ومادياً أحياناً.
- يتوقع المريض من الطبيب **أن يحدد حالته** هل هي مرض أم لا، وأن **يتلقى العلاج** في حال كانت حالته مرضاً.
- لا يجب أن يكون التعامل مع المريض **سلطوياً، بل تعاونياً أو تشاركياً**.
- إذا ترافق الفحص السريري **بتنهيدات أو تكشيرات** من قبل الطبيب فهذا يخيف المريض، لذا لا بد من مراعاة ذلك من قبل الطبيب.
- من أهم مهارات تواصل الطبيب مع مريضه هي الإصغاء بانتباه وذلك لأن المريض يشعر بالاهتمام، إضافة لأن القصة المرضية هي **العنصر الرئيسي** في التشخيص.

ولكن هذا لا يعني أن نشرح للمريض تفاصيل حالته *_ *_

بعض المرضى يكونون ما يسمى **بالنقل** تجاه طبيبهم، أي تتشكل لديهم **مشاعر لا واعية** تجاه الطبيب تكون مبنية على أساس **علاقات وذكريات الماضي** وهذا النقل نوعان:

7. نقل إيجابي:

- يبالغون** في تقدير إمكانيات طبيبهم.
- يصفون صفة **المثالية** عليه.
- أو **يقعون في حبه** حتى.



2. نقل سلبي:

يقابلون تعليمات طبيهم **بالرفض** والغضب والسخرية.

وقد يحصل الطبيب أيضا على ما يسمى **النقل (المعكس counter Transference)**: أي يتشكل لديه مشاعر لا واعية تجاه المريض مبنية على أساس الذكريات، فقد يشعر الطبيب **بالفخر** عندما ينظر إليه كشخص مهذب أو قد يشعر **بالعجز** أو الذنب ان لم يستطع مساعدة مريضه أو إذا توفي.

لغة الجسد

نسميها **تجاوزاً** باللغة، ولكن المقصود في الحقيقة من مصطلح **لغة (الجسد)**: نوع من أنواع التواصل غير اللفظي، يعبر الإنسان من خلاله عن **أفكاره** ومشاعره من خلال **سلوكيات جسدية** مثل: تعابير وجهه، الإيماء، حركة العيون، واستخدام الفضاء المحيط به.

تعطي لغة الجسد % 57 من المعلومات المتبادلة، والناس يميلون إجمالاً لتصديق لغة الجسد أكثر من اللفظ عندما يوجد تعارض بينهما.



يؤثر ما ترسله من رسائل عبر لغة الجسد **في نظرة الناس إليك** ومدى حبهم لك.

قد يرسل البعض رسائل مشوشة **دون أن يعرف**، مما يجعل التواصل والثقة معه غير ممكنين.

وبالطبع، لغة الجسد هي ظواهر **غير واعية** وغير إرادية بمعنى أن الناس يقومون بها من دون تفكير، ولكن دراسة هذه الظواهر من قبل المختصين جعلتنا ننتبه إليها.

نستعرض الآن بعض السلوكيات المندرجة تحت مسمى لغة الجسد ودلالات كل منها:

7. تعابير الوجه:

وهي مجموعة من حركات العيون والحواجب والشفاه والأنف والوجنتين تساعد في التعبير عن **مزاج** الشخص، فمن الملاحظ قدرة أي واحد منا على تقدير الحالة النفسية لمن أمامه من خلال وجهه فقط **ولو لم يتكلم**.

2. وضعيات الجسد:

- ✦ **الغاضب:** يأخذ وضعية **السيطرة أو التنمر** مع ميل الاقتراب من الشخص المقابل.
- ✦ **الخائف:** يشعر **بالضعف والخضوع** وبالتالي يميل للتجنب والابتعاد.
- ✦ **الجاهز للإصغاء:** يجلس على كرسي **وظهره مستند** ويقوم كل فترة بالانحناء للأمام مع **إشارة برأسه** خلال النقاش.
- ✦ **الراغب بإنهاء الحوار:** يجلس بوضعية **تصالب وتشبيك** يديه وساقيه.
- ✦ **القلق:** يجلس في كرسي وهو **منحن للأمام دائماً** ويهز بساقيه باستمرار.
- ✦ **الراغب بالإصغاء:** يقف **ويده على الخاصرتين** أثناء النقاش.

تعطي هذه الوضعيات فكرة واضحة عن مشاعر الإنسان، وسوف نذكر دلالاتها منفصلة عن تعابير الوجه.

تجب ملاحظة أن بعض الوضعيات قد تكون مختلفة التفسير في ثقافات معينة عن ثقافات أخرى:

- فالجلوس مع وضع ساق متصلبة على الأخرى يعتبر عادياً تماماً في بلدان، ويعتبر قلة احترام وفوقية في أخرى.
- وكذلك وضع اليدين على الخاصرتين عادي في بلدان، وقلة تهذيب في أخرى.

3. الإشارات، الحركات، الإيماءات *gestures*:

وقد تأتي نفس الكلمة بمعنى **بادرة أو لفظة كريمة طيبة.**

- ✓ **تصليب الذراعين** يدل على عدم الشعور بالأمان أو الثقة القصوى في الشخص المقابل.
- ✓ **الأيدي الممدودة للأمام** خلال السلام على أحدهم تدل على موقف مرحب وعلى ثقة بالنفس، بينما **الأيدي المنقبضة** التي تمتد نصف المسافة فقط تدل على عدم ترحيب وعدم رغبة بالاختلاط.
- ✓ **الأيدي المتحركة باستمرار** أو الراجفة أو المهتزة تدل على قلق وتوتر أو غضب.

✓ **قضم الأظافر** يعتبر آلية دماغية هي **النكوص** ويدل على انشغال البال بشيء غير النقاش الحالي.



✓ **طقطقة الأصابع** أثناء الحديث غير مقبولة اجتماعياً وينظر إلى صاحبها

على أنه غير مهتم بالموجودين وكلامهم ولو لم يكن يقصد ذلك.

✓ **الأيدي المنقبضة بإحكام** تدل على الغضب والرغبة بالقتال، والأيدي التي

يتم **فركها باستمرار** تدل على خوف أو قلق.

الشعور بالفخر مثلاً يجعل الشخص **يتمدد في كرسيه** مع إرجاع الرأس للخلف قليلاً مع ابتسامة خفيفة، بينما شعور الخجل يجعل الشخص يحاول **تخبئة وجهه** سواء بخفضه للأسفل أو تغطيته باليدين.

4. نظرات العيون:

- يعني تجنب التواصل البصري أحياناً أن الشخص **يكذب** أو أنه غير واثق من نفسه أو أن لديه خجلاً اجتماعياً، وبالمقابل، إذا كان نفس الموضوع في مجتمع شرقي بين ذكر وأنثى فقد يكون **مقبولاً** وحتى مطلوباً اجتماعياً.
- يدل النظر الطويل المباشر في عيني الشخص المقابل على **التحدي** أو الغضب أو العدوانية، وهو غير مفضل في كافة المجتمعات إلا إذا كان بين عاشقين فيمكن عندها التغاضي عن هذا التفسير.

5. اللمس:

✓ يعطي **التربيت على الكتف** مرافقاً لكلمة إطراء معنى أقوى من الكلام لوحده كما هو معروف، كذلك فمن الواضح أن المصافحة بين شخصين تعطي ثقة وحميمية للقاء أكثر من مجرد السلام بإيماء الرأس.

كما يخضع اللمس دائماً لتقاليد المجتمع:

فمثلاً: إذا كان مقبولاً أن يمشي الرجل مع خطيبته ممسكاً يدها أو واضعاً يده حول خصرها في بعض المجتمعات فإنه منبوذ ومرفوض تماماً في مجتمعات أخرى. وكذلك، فالمصافحة باليدين تكفي غالباً في المجتمعات الغربية بينما لا تكفي لوحدها في المجتمعات اللاتينية أو الشرقية التي تفضل تبادل القبل مع المصافحة.

الفناء المحيط

لكل شخص الحق في فضاء خاص به لا يلمسه فيه أحد سواء خلال نومه أو دراسته أو حتى جلوسه، ولكن لا يتوفر هذا الفضاء الشخصي أحياناً في البيئات المكتظة أو العائلات كثيرة العدد أو في وسائل النقل المزدحمة.

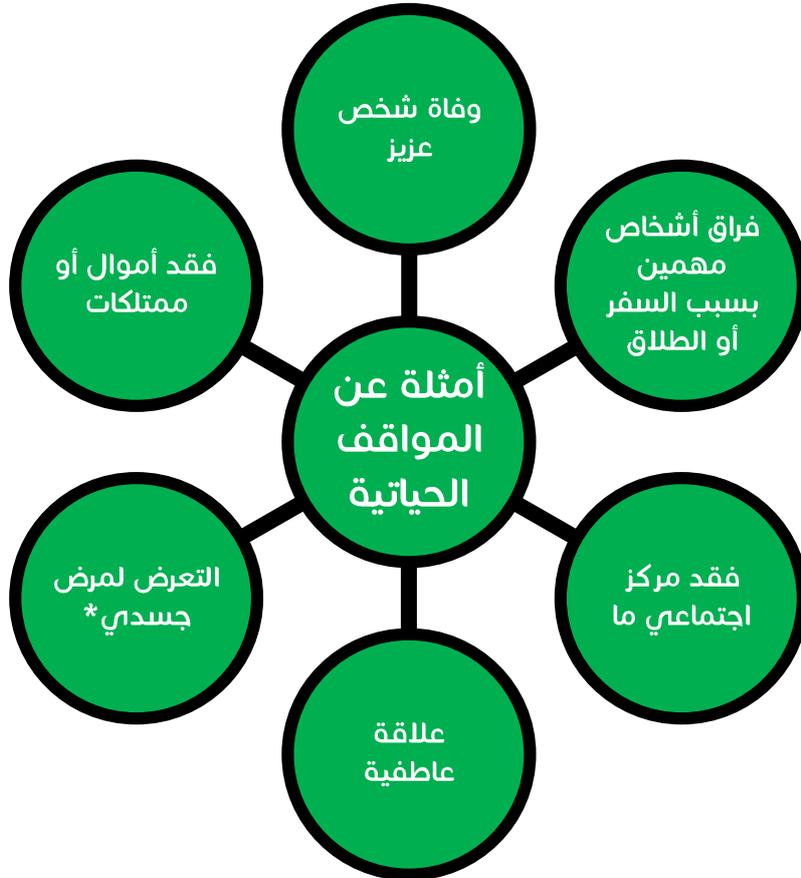
نبرة الصوت

صفة مشتركة بين لغة الجسد والكلام.

- ✓ فالكلمة ذاتها تعطي عدة معان حسب نبرة الصوت، إذا كانت تميل للاستهزاء أو الغضب أو مع ابتسامة أو مع تكشيرة.
- ✓ لقد تمت دراسة لغة الجسد بشكل كبير في الآونة الأخيرة وتم تأليف العديد من الكتب عن هذا الموضوع وكيفية استخدامها في التحقيقات الجنائية وفي لعب القمار ومع المرضى الصم والبكم وغيرها كثير...

الفقد والحداد

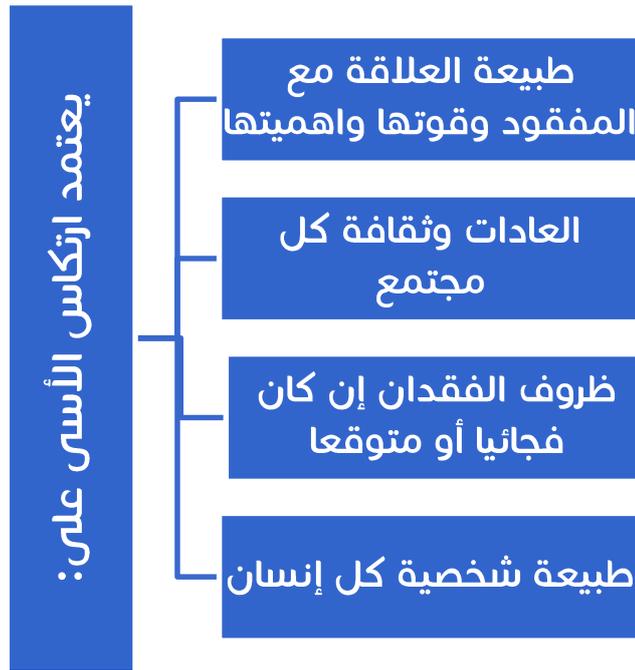
الفقد: ¹كلمة عامة تشمل العديد من المواقف الحياتية



¹ كبتتر أحد الأطراف أو حتى اضطراب عمل عضو ما (كاحتشاء العضلة القلبية أو الحوادث الوعائية الدماغية)، حيث يشعر المريض بأن قوته الجسدية السابقة قد زالت وأنه لن يعود كما كان سابقاً.

الحداد أو الأسى Grief

- ❖ هو استجابة الشخص للفقد، وهذه الاستجابة **ظاهرة طبيعية** كارتكاس للفقد ولها وظيفة هامة في تخليص الشخص من ارتباطه بالشيء أو الشخص المفقود حتى يستطيع أن يستمر بحياته وينشئ علاقات جديدة.
- ❖ وبقدر ما هو مؤلم وصعب بقدر ما هو ضروري.
- ❖ ارتكاس الأسى أو الحداد يختلف كثيراً بين الناس.



- ❖ تتشابه إجمالاً مراحل الحداد بين كل الناس وإن كانت تطول أو تقصر حسب الاعتبارات التي ذكرت سابقاً، ويمكن تحديدها بالمراحل الأربع التي ستذكر في الفقرة التالية.

مراحل الحداد

7. إنكار الخبر وعدم الرغبة بتصديقه:

- هي وسيلة دفاع تستخدمها **الأنا** لتخفيف القلق والهروب من مواجهة الموقف، فقد يستمر البعض بممارسة حياته السابقة وكأنه لم يسمع الخبر، والبعض قد يصاب بالذهول، والبعض قد يصرخ ويتنحب.
- ✓ **قد تستمر هذه المرحلة دقائق أو أياماً حتى شهوراً.**

2. الغضب أو الهياج:

المرحلة التي تلي الإنكار تتمثل في الغضب والهياج الظاهر أو المستتر، وأحياناً لوم الكادر الطبي أو الظروف أو الحظ أو حتى الذات الإلهية.

✓ قد تطول هذه المرحلة أيضاً أو تقصر.

3. الاكتئاب:

يدخل الإنسان بعد ذلك في انخفاض مزاج وميل للاكتئاب واضطراب نوم وطعام ورغبة بالعزلة، وأحياناً تساؤلات عن جدوى الحياة والمغزى منها، مع عدم الرغبة بالذهاب للعمل أو رؤية الناس.

4. القبول:

تأتي في النهاية المرحلة الأخيرة عندما يقبل الشخص ما حدث ويعود لممارسة حياته السابقة، مع ملاحظة أن فترة القبول هذه قد يمضي وقت طويل أو قصير لحدوثها حسب طبيعة كل شخص.

- ☞ من الضروري السماح للشخص المفجوع * _* بالقيام بعمل الحداد بمعنى أن يمر بالمراحل السابقة ويعيشها.
- ☞ وفي حال وجود وفاة يجب تشجيع العائلة على رؤية الميت حتى يتقبلوا وفاته بشكل أسرع وأسهل (يصبح عند الشخص قناعة أن هذا الشخص توفي ومارح يرجع يعيش).
- ☞ على الطبيب كذلك تقبل غضب الأهل، ومواساتهم، وإعلامهم أنهم لم يقصروا تجاه الميت لتخفيف مشاعر الذنب لديهم.

■ توجد أربع حالات تتطلب المساعدة النفسية إذا ظهرت عند الشخص الذي في حالة اكتئاب، وهي (ليس في الحداد أو الأسى الطبيعي):



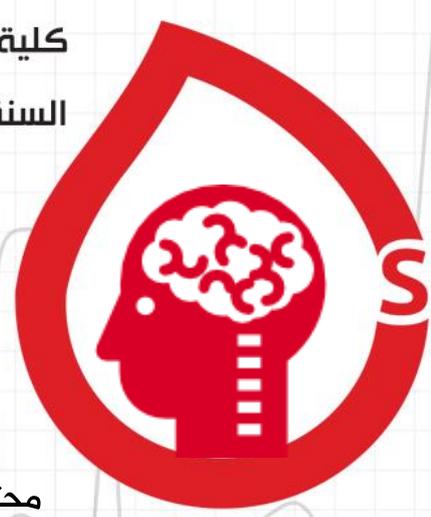
☞ إذا ترافقت فترة الحداد على الميت بأفكار أو محاولات انتحارية.

☞ حدوث مشاعر شديدة بالذنب معتقداً أنه لم يقم بما يجب لمنع الوفاة.

☞ رفض الطعام والشراب لفترة طويلة.

☞ العزلة طويلة عن المحيط ورفض الذهاب للعمل أو متابعة الدراسة

.....انتهت المحاضرة.....



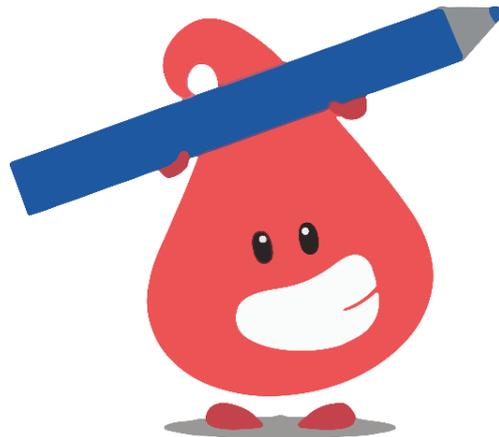
السلام عليكم جميعاً

نتناول معكم في هذه المحاضرة الحديث عن علم النفس والطب النفسي وعلاقتهما منتقلين إلى الحديث عن الذكاء وماهي مقاييسه وختاماً سنتحدث عن دورة حياة الإنسان من لحظة ولادته وحتى وصوله لعمر الشيخوخة.

نتمنى لكم دراسة ممتعة ... فلنبداً 😊

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	علاقة علم النفس والطب النفسي بالمجتمع
3	علاقة علم النفس والطب النفسي بالدين
4	الذكاء
6	دورة الحياة



أولاً: علاقة علم النفس والطب النفسي بالمجتمع

- ✿ ماتزال نظرة المجتمع للشخص المصاب باضطراب نفسي تتسم بالرحمة، وخاصة إذا عرف الأهل والأقارب أن هذا الشخص يراجع طبيباً نفسياً أو معالجاً نفسياً.
- ✿ العديد من الناس يحجم عن الزواج من عائلة فيها مريض نفسي "خاصة إذا كان المريض أنثى لأنها من تحمل الجنين فيخافون انتقال المرض إليه".
- ✿ وبالرغم من تغير هذه النظرة في السنوات الأخيرة إلا أنها ما تزال موجودة وبقوة.
- ✿ هناك بعض العائلات التي تضع مريضها النفسي في مشفى للأمراض العقلية لسنوات عديدة ولا تسأل عنه، وقد تقول للناس أنه مات أو سافر.
- ✿ من الملاحظ أن الكثير من الناس يغفلون أو يتغافلون بشكل مقصود عن المرض النفسي، ويعززون الأعراض التي يرونها على أحد أفراد الأسرة لأسباب أخرى كالرغبة بلفت الاهتمام أو التمارض أو المرور بظرف صعب وسوف يخرج منه بسرعة ... الخ
- ✿ البعض يفسر الخلل النفسي الحاصل عند المريض بأنه مسّ من الشيطان أو سحر (عمل) وبالتالي الحل عند الشيخ الذي سوف يشفيه أو يخفف معاناته بطريقة ما "والملاحظ أن الشيخ يشكل الملاذ الأول قبل اللجوء للطبيب النفسي عند الكثيرين".
- ✿ نشاهد أحيانا في بعض الاضطرابات النفسية عند الأطفال مثل تناذر فرط النشاط، ونقص الانتباه، التوحد، التخلف العقلي، واضطرابات السلوك، ويحكم أن هذه الأمراض تترافق بحركة زائدة وإيذاء ممتلكات أو أشخاص.

ملاحظة: بعض الأهل يلجؤون للعنف الجسدي في التعامل مع أطفالهم دون أن يعرفوا أن هؤلاء مرضى وأن أفعالهم التي يقومون بها خارجة عن سيطرتهم.



هل تعلم:

أن الصداع أعلى الرأس يعني أنك تحتاج
للماء وتناول طعام صحي
ومن الأمام "عند الجبهة" تحتاج للنوم!
ومن الخلف فتحتاج للراحة!

ثانياً: علاقة علم النفس والطب النفسي بالدين

☑ من المعتقدات الشائعة جداً أن المرض النفسي سببه **قلة الإيمان**، وأن الإنسان المؤمن لا يصاب بالمرض النفسي، وبالتالي يتم تحميل المريض مسؤولية فوق طاقته بالطلب منه أن "يعود الى علاقته القوية بالله مما سوف يسهم بشفائه".

☑ بالرغم من أن جزء من النظرة السابقة صحيح إلا أن باقي الصورة لا تكتمل إلا بتوضيح الأمور التالية:

◆ ثبت علمياً أن الاضطراب النفسي له أساس **بيولوجي عضوي** يسبب حصوله. وهو الخلل الحادث في بعض النواقل العصبية الدماغية، **والخلل التشريحي** في بعض البنى الدماغية، وبالتالي "موضوع قلة الإيمان أو كثرته لم يعد له علاقة واضحة وصريحة".

◆ عددٌ كبيرٌ من المصابين باضطراب نفسي جربوا بالأساس دون أو بطلب منهم ذلك أن يلجؤوا إلى الصلاة وقراءة الكتاب المقدس وغيرها من الوسائل لكي يتغلبوا على تلك المشاعر والأفكار التي تحدث لهم ولم يجدوا الشفاء أو التحسن.

◆ من الخطورة أن نقول لمريض اكتئاب مثلاً أن سبب حالته هو **قلة إيمانه**، لأننا بذلك نزيد لديه مشاعر **الذنب** التي هي موجودة أساساً، مما قد يدفعه لزيادة اليأس والتشاؤم في حياته وبالتالي **اللجوء للانتحار**.

◆ كذلك هنالك خطأ قاتل يقع فيه بعض الأسر وهو اعتقادهم أن هذا المريض لن يقدم على الانتحار لأنه **حرام**، وبالتالي فهم يهملون مراقبة هذا المريض واتباع إرشادات الطبيب بهذا الخصوص، ليتفاجؤوا فيما بعد بقيامه بالانتحار.

للاطلاع:



ثالثاً: الذكاء

❁ اختلف تعريف الذكاء حسب المدارس النفسية والخبراء، لكن تم وضع **تعريف عام للذكاء:**

وهو القدرة العقلية العامة التي تمكن الشخص من التعلّم، واكتساب الخبرات والمهارات، وحل المشكلات، والتخطيط، والتفكير المنطقي، وإدراك العلاقة بين الأمور والمحاكمة الجيدة.

❁ الأهم في تحديد الذكاء هو الوراثة، ثم تأتي البيئة المحيطة في المقام الثاني.

❁ عندما نذكر البيئة المحيطة بالطفل فإننا نقصد وجود أو عدم وجود الإمكانيات أمامه للتواصل مع الآخرين، واللعب، والرسم، والتعلم، والإبداع، وتكوين الشخصية المتوازنة، والتشجيع والتحفيز، أو بالعكس الاستهزاء، ووضع العراقيل، وإهماله.

❁ الطفل الذكي بالفطرة إذا عاش في ظروف عائلية غير مواتية، كأن يكون معزول عن أقرانه، أو غير قادر على متابعة دراسته لسبب ما، أو مهملاً، أو ضحية للعنف النفسي والجسدي والحرمان العاطفي، أو أمه متوفية بعمر مبكر قد لا يستطيع تنمية هذا الذكاء والاستفادة منه.

❁ ويعرّف الذكاء أيضاً بأنه: مجموعة من القدرات والمهارات الذهنية المختلفة والمتواجدة بنسب متفاوتة عند الناس، والنقص في أحدهما لا ينفي صفة الذكاء مادامت المهارات الأخرى جيدة.

تذكر أن:

نسبة الذكاء لدى الإنسان:
80% من الأم
20% من الأب

ماهي أهم هذه القدرات؟

❁ **القدرة على الإدراك:** أي القدرة على فهم ما يجري حوله وتحليله والاستنتاج والاستدلال من الوقائع الموجودة وإدراك العلاقة بين الأشياء المختلفة وبالتالي القدرة على معالجة المستجدات والتصرف تجاهها.

❁ **القدرة على التعلم:** أي القدرة على الاستفادة من الخبرات والتجارب السابقة والتعلّم من الأخطاء لاستنتاج الدروس.

❁ **الإبداع:** بمعنى ربط القدرات التعليمية بالتفكير والتخيل،

❁ للقيام بعمل جديد أو الوصول الى أفكار جديدة.

❁ **المهارات اللغوية:** أي القدرة على التعبير عن نفسه

❁ وعمّا يريد بالكلام واستخدام الألفاظ والجمال للتواصل مع الآخرين.

❁ **المهارات الحسابية:** أي فهم العلاقة بين الأرقام

❁ وإجراء العمليات الحسابية.



- المهارات البصرية: أي تمييز الأشكال بأبعادها الثلاثة.
- المهارات السمعية: أي سماع الأصوات وتمييزها.
- المهارات الحركية: أي القدرة على ضبط حركاته لأداء وظيفة معينة بدقة.
- مهارات التواصل: أي كيفية تعامل الإنسان مع المحيط وهي من القدرات الذكائية الهامة.

كيف يتم تقييم الذكاء؟

- عادة ما يتم تقييم الذكاء بواسطة مقاييس تستكشف القدرات والمهارات سابقة الذكر متفق عليها بين معظم الاختصاصيين النفسيين، وتناسب كل مرحلة عمرية، بحيث لو أجري نفس التقييم من قبل عدة أشخاص فالنتيجة سوف تكون متقاربة جداً بالنسبة لحاصل الذكاء.
- هذه الاختبارات تحتاج أن يكون الطفل سليماً من الناحية الجسدية بمعنى أن تكون قدرته السمعية والبصرية جيدة، وخال من الإعاقات الحركية.
- أهم اختبارات الذكاء هو ما وضعه الطبيب الفرنسيان بينيه وسيمون عام 1905 م بناءً على طلب وزارة التربية آنذاك وبالتالي توجيه الأطفال غير القادرين على اتباع تعليم مدرسي عادي بسبب ذكائهم المنخفض إلى المراكز الأكثر تخصصاً، ووقتها نشأ مصطلح العمر العقلي.

العمر العقلي لطفل: هو العمر الذي يجب أن ينجح فيه باختبار ما، ينجح فيه معظم من هم في هذا العمر، ومن ثم مقارنته بالعمر الزمني أو الحقيقي.

مثال: قد يتبين أنه بعد إجراء اختبار لطفل عمره 8 سنوات أن عمره العقلي يعادل ثلاث أو أربع سنوات.

- بعد ذلك جاء **شترن** واقترح إعطاء رقماً محدداً للذكاء وأوجد **معامل الذكاء** وهو ال IQ الذي هو اختصار Intelligence Quotient.

$$\text{معامل الذكاء IQ} = 100 \times \frac{\text{العمر العقلي}}{\text{العمر الحقيقي أو الزمني}}$$

- مع ملاحظة أن ال IQ يطبق على الأطفال فقط.
- إذا أردنا تقييم الذكاء **عند البالغ** فهناك مقاييس أخرى منها **مقياس ويكسلر** للبالغين.

تصنيف الأطفال حسب مستوى ذكائهم

< 70	متخلفون عقلياً
90-70	بطيئوا الفهم
110-90	الأسوياء (وهم الأغلبية)
130-110	الأذكيا (وهم قلة)

رابعاً: دورة الحياة

7. من الولادة إلى بدء المشي:

♥ تلعب العوامل الوراثية دوراً أساسياً في تحديد الحالة الجسدية والنفسية للجنين ومن ثم الوليد، ومن المعروف أن عدداً من الأمراض الجسدية والنفسية وراثية السبب وهي لا تعد ولا تحصى (السكر، التلاسيما، الضغط، بعض أمراض القلب ...)

♥ إن الظروف المحيطة بالحمل والولادة لها تأثير كبير مثلاً: (الخداج - نقص الوزن عند الولادة - نقص التغذية عند الحامل - الولادة المتعسرة - الإرجاج - نقص الأكسجة عند الوليد - آلام على طرفي العمر " إما كبيرة السن على الحمل وإما صغيرة السن ".

الإرجاج (الانسمام الحلمي): هو سوء حالة الحامل من ارتفاع الضغط.

منعكس الإطباق	منعكس البؤبؤ	منعكس مورو	منعكس بانبسكي	منعكس المص
<ul style="list-style-type: none"> • إطباق و مسك أي شيء يوضع في راحة يده. 	<ul style="list-style-type: none"> • إغلاق الأجنان كاستجابة لمعرض ضوئي. 	<ul style="list-style-type: none"> • عطف الأطراف كاستجابة لمعرض مفاجئ. 	<ul style="list-style-type: none"> • فرط بسط أصابع القدم وابتعادها عن بعضها عند تخريش أخمص القدم. 	<ul style="list-style-type: none"> • مص أي شيء يوضع في فمه ، وهذا يساعده على الرضاعة.



مميزات التطور الحركي في هذه الفترة العمرية:

- ✿ رفع الرأس والصدر من وضعية الاستلقاء البطني في عمر شهر إلى شهرين.
 - ✿ مناغاة، مكاغاة، مقاطع صوتية، في عمر الشهرين وهي دليل هام على الكلام المبكر.
 - ✿ الضحك أو الابتسام وخاصة عند رؤية أمه في عمر الشهرين إلى ثلاثة أشهر، وتسمى أحياناً "الابتسام الاجتماعية".
 - ✿ الجلوس بمساعدة الدعم في عمر أربعة أشهر.
 - ✿ الارتكاس بحركات وأصوات وخاصة عند سماع صوت أمه، وملاحظتها بصرياً عند وجودها في الغرفة في عمر خمس أشهر " وهو ما يدل على تحسن قدرته البصرية وتركيزه البصري".
 - ✿ الجلوس لوحده وبدء الزحف على بطنه حوالي الشهر الثامن.
 - ✿ الخوف من الغرباء حوالي الشهر الثامن: وهو انزعاج الطفل عندما يقابل وجهاً غير وجه أمه.
 - ✿ الاكتئاب والانسحاب وتباطؤ التطور الحركي إذا أبعاد الطفل عن أمه بين الشهر السادس والثاني عشر.
- النقطتان الأخيرتان تدلان على تطور التواصل الحميم و المميز تجاه الأم أو حتى المريية.**

يتعرقل التطور الحركي السوي في الحالات التالية:

1. في الأطفال الذين يتربون في المراكز الاجتماعية، حيث تعددية المربين.
2. في حال كانت الأم مكتئبة بشدة وعاجزة عن إنشاء هذا التواصل، ففي هذه الحالة يظهر على الطفل اختلالات لاحقة في قدرته على استيعاب العواطف والعلاقات الحميمية الدافئة المتبادلة.

ملاحظة: في الشهر 8 و حتى 12 تتطور مفرداته ويقول " بابا ، ماما "

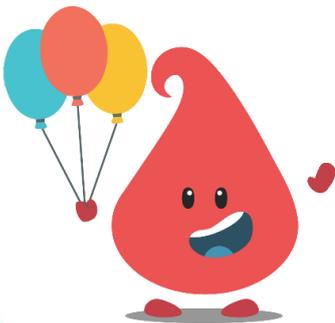
وفي هذه المرحلة يبدأ الطفل بالابتعاد عن أمه والتنقل في أنحاء المنزل مع الانتباه إلى إمكانية تعرضه للأذى، بسبب اصطدامه بالأشياء الموجودة.

2. بين الشهر الثامن عشر والثلاث سنوات:

يتلخص التطور الحركي بهذا العمر بما يلي:

اللعب:

- ♥ الاختباء والبحث، صعود ونزول الدرج.
- ♥ اللعب بالدمى حيث يطعمها ويلبسها مثلما يفعل معه والده.
- ♥ يبني بيوت مع أطفال آخرين.
- ♥ يتظاهر بأنه يخلق ذقنه أو يطبخ أو يستحم في تقليد واضح للأم والأب.



محاولة إدراك الذات والاستقلال:



- ♥ مرحلة السلبية والمعارضة.
- ♥ كلمة " لا " تصبح مفضلة لديه.
- ♥ يحاول مقاومة السلطة الأبوية.
- ♥ رفض للأكل ورغبة بأن يلبس لوحده، ورفض للنوم في ساعة محددة.
- ♥ زيادة مفرداته اللغوية وتطول جملة.

3. بين الثلاث سنوات إلى الست سنوات من العمر:



- ♥ تحديد هويته الجنسية " صبي أو بنت ".
- ♥ يمسك القلم بيده ويحاول رسم خطوط على الورق.
- ♥ تزداد مفرداته بصورة أكبر ويتمكن من استخدام الضمائر.
- ♥ اللعب والرسم.
- ♥ بدء تشكل الأنا العليا.
- ♥ الدخول والخروج من المرحلة الأوديبية.

4. بين الست سنوات والبلوغ:

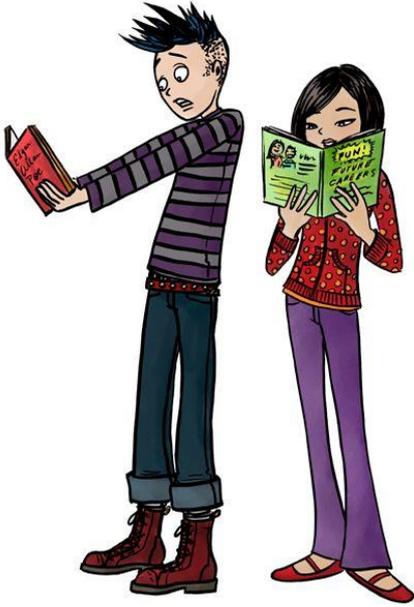
التطور الحركي الاجتماعي النفسي الذي يحدث خلال هذه الفترة العمرية يتلخص بالتالي:

- ✧ ازدياد سريع في تطور اللغة والكلام.
- ✧ بدء الهوايات وتنميتها.
- ✧ التوجه في لعبه، وعلاقاته الاجتماعية نحو الأب ونحو الأطفال من نفس الجنس " يفضل أن يلعب الصبي مع الصبي والبنت مع البنت ".
- ✧ استمرار تشكل الأنا العليا.
- ✧ الانخراط في ألعاب جماعية بدل اللعب الفردي.
- ✧ الاهتمام بالدراسة والتحصيل.

بالنسبة لفكرة الموت في هذه المرحلة العمرية:

- الأطفال من هم دون الخمس سنوات يعتبرون الموت مشابهاً للابتعاد أو الهجر المؤقت.
- الأطفال الأكبر من خمس سنوات يدركون أن الموت يعني عدم العودة إلى الحياة، وبسبب تفكيرهم المتمركز حول الذات، فإنهم يميلون إلى الشعور بالذنب والاعتقاد بأنهم مسؤولين عن مرض أو موت الآخرين، وكأنه عقاب لهم لأنهم أولاد سيئين.

5. المراهقة:

من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان خلال حياته بما تتضمنه من تغيرات جسدية ونفسية عميقة:

- ✍ تبدأ المراهقة بالبلوغ بما يرافقه من تغيرات هرمونية وفيزيولوجية حيث تبدأ الصفات الرئيسية والثانوية بالتطور.
- ✍ ينمو التفكير التجريدي بشكل واضح "أي قدرة الفرد على استنباط المعاني الكامنة وراء جملة أو أقوال مأثورة".
- ✍ يشعر المراهق بفرديته وبرغبة ملحة بالاستقلال عن الأهل، وينعكس ذلك بالخلافات المستمرة مع أبويه أو إخوته الأكبر منه.
- ✍ تطور القدرة على إنشاء علاقات حب خارج نطاق الأسرة.
- ✍ تعدد العلاقات العاطفية وربما الجنسية، الإدمان، الفشل الدراسي، وهي جميعها أمور يمكن أن يمر فيها المراهق في هذه المرحلة العمرية.
- ✍ على عكس الأمور السلبية التي ذكرت سابقاً، فمن الممكن للمراهقة أن تكون: بداية قراءة الكتب، تثقيف النفس، ممارسة الهوايات، ظهور القدرات الإبداعية (الرياضة)، تكوين علاقات شخصية متوازنة ودائمة.

6. (الكهولة (بين 20 - 40 سنة):

- ✍ اكتساب مهارات ومعارف جديدة في الحياة.
- ✍ إنهاء التحصيل الأكاديمي.
- ✍ ازدياد العلاقات الاجتماعية والشخصية.
- ✍ الزواج وتكوين الأسرة خاصة.
- ✍ اختيار العمل أو المهنة التي سوف تجعله مستقل مادياً عن أهله.

7. (الكهولة (متأخرة (بين 40 - 60 سنة):

- ✍ بدء مظاهر المرض والتقدم بالعمر.
- ✍ بدء سن اليأس الذي يشير إلى انتهاء الحياة الجنسية المنتجة عند الأنثى (هذه التجربة قد تمر بشكل سهل وسلس لدى بعض النساء، وبشكل توتر واكتئاب لدى البعض الآخر).
- ✍ **ظهور أزمات منتصف العمر:** حيث تحدث تساؤلات عما حققه خلال حياته، وهل كان فعلاً يريد تلك المهنة التي مارسها طوال السنوات السابقة. أو هل كان فعلاً يريد مثل هذا الزواج أو حتى هل مثل هؤلاء الأولاد.
- ✍ ازدياد الخبرة الحياتية والحكمة.

8. الشيخوخة (فوق عمر (الستين سنة):

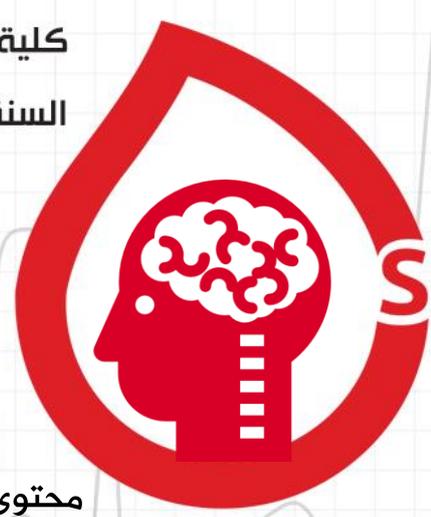
- ✧ تناقص الملكات والقدرات الذهنية، كتعلم خبرات جديدة والذاكرة والذكاء، وكذلك القوة والصحة الجسدية، وتزايد الإصابة بالأمراض الحادة والمزمنة.
- ✧ تنقص مرونة الأنسجة والجلد فتظهر التجاعيد وتنقص الكتلة العظمية.
- ✧ تنقص القدرات السمعية والبصرية.
- ✧ الأبناء عندما يكبرون ويبدأون بالاعتماد على أنفسهم ومغادرة بيت العائلة بقصد السفر أو الزواج أو الدراسة، يؤدي أحياناً لشعور الشخص بتناذر العش الفارغ (البيت الذي كان يمتلئ ضجيجاً أصبح الآن فارغاً)، وخاصة تزامن ذلك مع فقدته لعمله بسبب التقاعد مما يؤدي لمشاعر من عدم الأهمية وفقدان السيطرة.
- ✧ التقاعد هو مرحلة معقدة في دورة الحياة، يشعر معها الشخص بأنه لم يعد له فائدة.
- ✧ وترافق التقاعد مع تراجع الدخل المادي يزيد القلق حول الرعاية الطبية للأمراض التي يصاب بها، التقاعد عند الرجل أسوأ منه عند الأنثى لاعتبارات عديدة.
- ✧ تطفئ فكرة الموت على هذه الفئة العمرية، البعض يتقبلها بكل هدوء دون توتر والبعض يفكر بها باستمرار. معظم المسنين الذكور يكونون متزوجين، لكن معظم المسنات أرامل بسبب وفاة الذكر قبل الأنثى.
- ✧ يزداد الاكتئاب في هذه المرحلة لعدة أسباب ذكرت سابقاً: (كثرة الأمراض - تدهور الحالة الجسدية - البيت الفارغ - التقاعد إلخ).

وهنا نصل إلى نهاية محاضرتنا

لا تنسونا من دعواتكم

وأنت تدرس تذكر أنك تبني نفسك وتتعلم لتصل لحلمك، لست في مقارنة ولا مسابقة وليس لك علاقة بما حققه غيرك، لا يهكم متى وصلت المهم أنك فعلتها وحققت هدفك، افخر بكل خطوة مهما كانت صغيرة بنظرك، أعظم الإنجازات تأتي من تراكم أصغر النجاحات بمسيرتك. 🌱





2/11/2021



مدققة

04 د. دارين الرمضان

محتوى مجاني غير مخصص للبيع التجاري

علم النفس السلوكي | Psychology

RB Medicine

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نتابع معكم بالمحاضرة الرابعة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى أن نوفق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	نشأة المدرسة السلوكية {واطسن}
4	نظرية الإشراف الكلاسيكي {بافلوف}
7	نظرية الإشراف الإجرائي {سكنر}
10	تعليم السلوك الجديد
12	تعديل السلوك
13	Overview

لا داعي للتشاؤم...

أليس اليوم هو الغد الذي قلقنا من أجله
الأمس!!!!



المدرسة السلوكية أو النظرية السلوكية "Behaviorism Theory"

نشأة المدرسة السلوكية "واطسن"

- يطلق على هذه المدرسة اسم "**المثير والاستجابة**"، وتعرف بـ "نظرية التعلم".
- الاهتمام الرئيسي لها هو **السلوك**، كيف يتعلم وكيف يتغير.
- يرى أصحاب هذه النظرية، وفي مقدمتهم مؤسسها **واطسن وزملاؤه سكنر، بافلوف**:

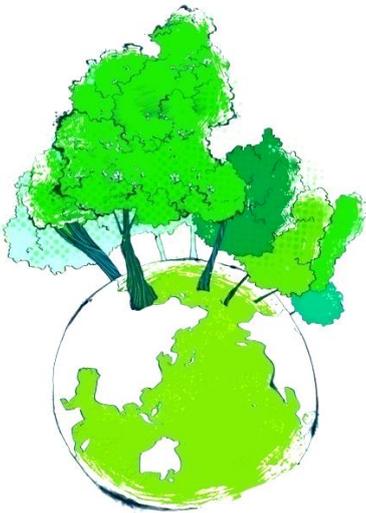
أن السلوك الإنساني: عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة.

- موضوعها الرئيسي السلوك، وهي تهدف إلى التنبؤ وتحديد الكيفية التي يستجيب بها الفرد للمثيرات.
- ويعود الفضل إلى واطسن في جعل نتائج أبحاث بافلوف جزءاً من جسم المعرفة السلوكية (دراسة السلوك والعقل والوظائف العقلية دراسة علمية أكاديمية).
- وهو **أول عالم نفس** طبق مبادئ التعلم (الاستعداد، الممارسة، التأثير) في مجال مشكلات التطور لدى الأطفال.

تنطوي أفكار واطسن على قضيتين أساسيتين هما:

1. (البيئة):

✓ حيث كان من أشد دعاة ضرورة اقتصار الدراسة السلوكية على السلوك الظاهر، بالإضافة إلى تركيزه على دور البيئة في التأثير في السلوك، الذي يظهر في مقولته الشهيرة: "أعطوني مجموعة من الأطفال الأصحاء، جيدي التكوين، وبيئة محددة لتوفير التطور لهم، وإنني لأضمن أن تأخذ أي واحد منهم عشوائياً وأدريه على أن يكون طبيب، محامي، فنان، تاجر، لص، رئيس... إلخ، بحسب ميولهم أو رغباتهم أو قدراتهم".



2. الانفعالات:

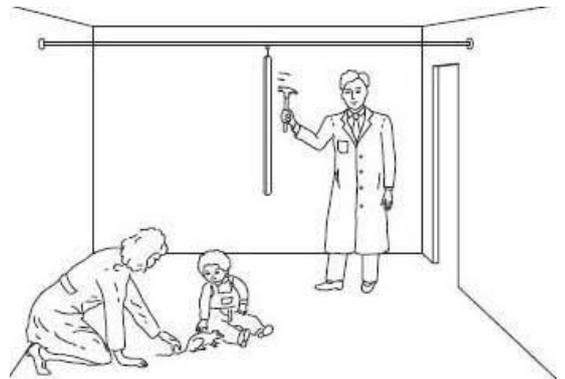
- ✓ صرح واطسن بوجود ثلاثة انفعالات (الخوف، الغضب، الحب) عند الإنسان، وقد فسرها استناداً إلى نظرية الإشراف الكلاسيكي.
- **الخوف من الأفعى:** تعلمه الطفل نتيجة لسماعه صرخة تحذير من الراشدين، عندما رآه أو حاول الاقتراب منه، فأصبح الثعبان مثيراً شرطياً.
- **الغضب:** من الأوامر مثلاً، قد يغضب الأطفال بسبب ارتباط الغضب بالأوامر، بتقييد حركة الطفل، مثل الجلوس على كرسي الحمام، خلع الملابس، وبالتالي تصبح هذه الأوامر مثيراً شرطياً لاستجابة الغضب، لأن هذه الأوامر ارتبطت بإمساكنا للطفل بقوة.
- **الحب:** عندما يشاهد الطفل وجه الأم، لأن وجهها قد اقترن مراراً وتكراراً مع الترتيب والهددة والتدليل، فأصبح وجه الأم نتيجة لهذا الاقتران مثيراً شرطياً قادراً على إثارة مشاعر الحب لدى الأطفال.

■ هنا توصل واطسن إلى أنه يجب على عالم النفس أن يصب اهتمامه على دراسة السلوك فحسب.

طفل عمره 11 شهر يخاف من الصوت المرتفع. نقوم بقرن الصوت مع فأر أبيض.
النتيجة: يصبح لطفل يخاف من الفأر.

تجربة:

لطالما كانت النية الطيبة
أساس كل شيء لا
تخافوا رياح الأيام
فثباتكم في صدوركم.

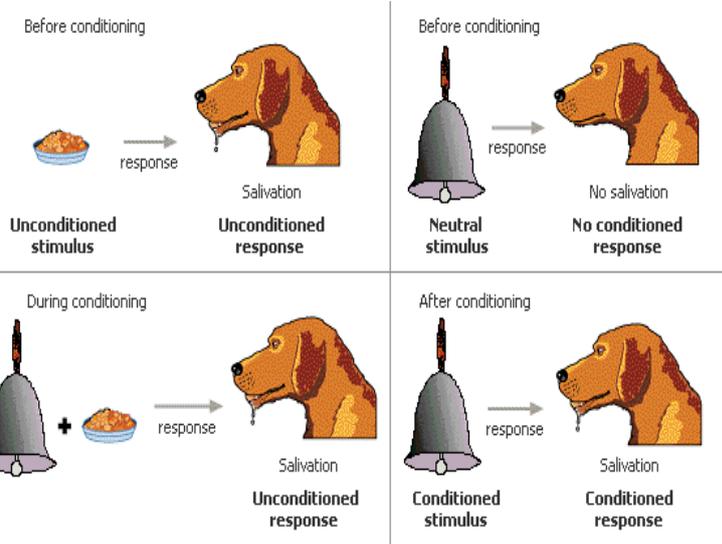


نظرية الإشراف الكلاسيكي: بافلوف - روسي

مفهوم الإشراف الكلاسيكي

عملية اقتران بين مثير محايد ومثير غير شرطي (طبيعي)، عدداً من المرات بحيث يتمكن المثير المحايد من انتزاع الاستجابة الطبيعية التي ينتزعاها المثير الطبيعي.

نافذة: لاحظ عالم النفس الروسي الشهير (بافلوف) في تجربته الشهيرة أن حيوانات مختبراته قد بدأ لعبها يسيل بمجرد سماعها أصوات أدوات الطعام الذي يقدم لها فقط.



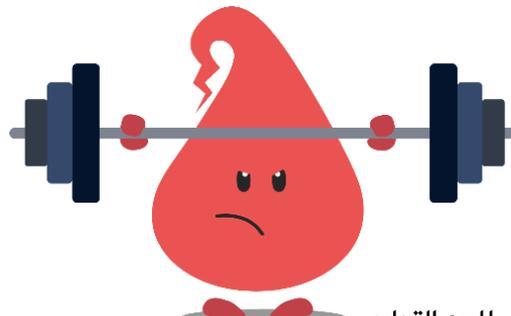
حيث وضع كلباً في غرفة مظلمة وربطه بشكل محكم، بعد ذلك قام بتوجيه ضوء عليه، ثم وضع مسحوق اللحم في فمه مثيراً بذلك سيلان اللعاب لديه، وتكررت العملية عدة مرات بحيث يترافق أو يتزامن في كل مرة تقديم الضوء مع الطعام، بعد ذلك لاحظ بافلوف أن الضوء الذي ليس له علاقة أو صلة باستجابة سيلان اللعاب، قد تمكن من إثارة استجابة سيلان اللعاب عندما تم تقديمه لوحده، وتم عندئذ إشراف الكلب ليستجيب للضوء.

فمن وجهة نظر علماء الفسيولوجيا، فإن سيلان اللعاب لدى الحيوانات عند سماع أصوات أدوات الطعام هي حالة غير طبيعية وهذه الظاهرة تستدعي البحث والتفسير.

إن سيلان اللعاب هو منعكس يحدث عند وجود مثير محدد وتحصل الإثارة بعملية كيميائية سببها ملامسة الطعام للفم، أما كلب بافلوف كان لعبه يسيل قبل مشاهدة أو ملامسة الطعام لفمه.

والاستجابات هي منعكسات تحدث بشكل لاإرادي كاستجابة سيلان اللعاب للطعام في الفم. **بالمثل:** تشنج الركبة استجابة للنقر الحاد الذي يحدث تحت الركبة ← وهذا يسمى بالإشراف الكلاسيكي.

حدد بافلوف شكلاً بسيطاً للتعليم أسماء الإشراف الكلاسيكي.



عناصر الإشراف الكلاسيكي:

1. المثير غير الشرطي (الطبيعي) *Unconditioned stimulus*:

- هو المثير الذي يطلق الاستجابة الانعكاسية أو غير الشرطية وبمعنى آخر فهو مثير يطلق الاستجابة دون حاجة إلى تعلم سابق.

2. الاستجابة غير الشرطية (الطبيعية) *Unconditioned response*:

- هي الاستجابة الانعكاسية لمثير محدد بعينه، وبمعنى آخر فهي الاستجابة التي تنتزع آلياً من قبل المثير غير الشرطي.

3. المثير الشرطي *Conditioned stimulus*:

- هو المثير البيئي الجديد المستخدم لإطلاق الاستجابة الانعكاسية أو الشرطية، أي أنه مثير كان في السابق مثيراً محايداً إلا أنه نتيجة اقترانه بالمثير غير الشرطي (الطبيعي) عدة مرات، تمكن من انتزاع الاستجابة الشرطية.

4. الاستجابة الشرطية *Conditional Response*:

- وهي منعكس متعلم، استجابة لمثير جديد، فهي استجابة متعلمة للمثير الشرطي تنتج بعد اقتران المثير الشرطي بالمثير غير الشرطي.

- الشكل التالي يوضح عملية الإشراف البافلوفي (تجربة بافلوف):

قبل الإشراف:

مثير غير شرطي (طبيعي) (مسحوق اللحم) → استجابة غير شرطية (طبيعية) (سيلان اللعاب)

مثير محايد (ضوء) → عدم سيلان اللعاب

أثناء الإشراف:

المثير المحايد (ضوء) + المثير غير الشرطي (مسحوق اللحم) → استجابة غير شرطية (سيلان اللعاب)

بعد الإشراف:

مثير شرطي (ضوء) → استجابة شرطية (سيلان اللعاب)

تحدث بافلوف عن عدة مفاهيم لنظريته، سأوردتها ولو بشكل مختصر، وهي:

1. الانطفاء *Extinction*:

- يقصد به توقف ظهور الاستجابة الشرطية عند توقف تقديم المثير غير الشرطي، فعندما يتم تقديم المثير الشرطي (الضوء)، دون أن يتبع ذلك تقديم مسحوق اللحم فإن استجابة سيلان اللعاب تتناقص تدريجياً حتى تتلاشى، أي يتم إطفائها.

2. العودة التلقائية *Spontaneous Recovery*:

- الاستجابة الشرطية التي تم إطفائها، قد لا تفقد تماماً بل إنها تكف فقط، فعندما تتبع عملية الانطفاء فترة من الراحة، فإن المثير الشرطي يعاود نشاطه في إثارة الاستجابة الشرطية لفترة قصيرة. وهذا ما يطلق عليه بافلوف "العودة التلقائية".

3. تعميم المثير *Stimulus Generalization*:

- يقصد به ظهور الاستجابة الشرطية لمثيرات تشبه المثير الشرطي الأصلي، فإذا كان المثير الشرطي في تجربة بافلوف "الضوء الأحمر"، فإن سيلان اللعاب عند الكلب قد يظهر عندما يكون لون الضوء برتقالي. وكذلك الحال بالنسبة للطفل الذي يخاف من طيبب الأسنان قد تظهر هذه الاستجابة عند ذهابه إلى طيبب عام، وعند مشاهدة كل شخص يلبس مريول أبيض.

4. تمييز المثير *Stimulus Discrimination*:

- يقصد به ظهور الاستجابة الشرطية لمثير شرطي محدد وليس للمثيرات التي تشبهه، كأن يتعلم الكلب أن يستجيب لصوت جرس له شدة محددة وليس لكل أصوات الأجراس المشابهة له في الشدة، ويحدث ذلك عندما يقوم المجرّب عن قصد باستخدام أصوات أجراس أخرى مختلفة الشدة عن المثير الشرطي الأصلي دون أن يتبعها بالمثير غير الشرطي (مسحوق اللحم).

5. الإشراف من الدرجة الأعلى *Higher order conditioning*:

- إمكانية مثيرات جديدة أخرى أن تنتزع الاستجابة الشرطية بعد اقترانها بمثير غير شرطي سابق. صوت جرس (منبه جديد) + الضوء (المنبه الشرطي السابق) ⇨ الاستجابة (سيلان اللعاب)

زملاء ركزولي على كلمة {بالمختصر}.....

نظرية الإشراف الإجرائي - سكنر (أمريكي)

يرى سكنر أن معظم السلوكيات البشرية هي سلوكيات إرادية، وقد أطلق على التصرفات الإرادية وغير الانعكاسية مصطلح الإجراءات operants لتمييزه عن السلوكيات الانعكاسية. فالسلوك الإجرائي هو السلوك الذي يؤثر في البيئة فيحدث فيها تغيرات ويتأثر هذا السلوك بدوره بتلك التغيرات وخصوصاً تلك التي تأتي بعد السلوك، لذلك يرى أن السلوك محكوم بتوابعه.

نافذة

يؤكد سكنر أنه من أجل فهم أسباب ظهور سلوك و عدم ظهور سلوك آخر، يتوجب علينا النظر إلى السلوك من خلال علاقته بالحوادث البيئية المحيطة به، وهذا يعني النظر إلى سوابق السلوك Antecedents والتوابع Consequences وماهي الوظيفة التي يؤديها كل منهما.

توابع السلوك
(التعزيز)



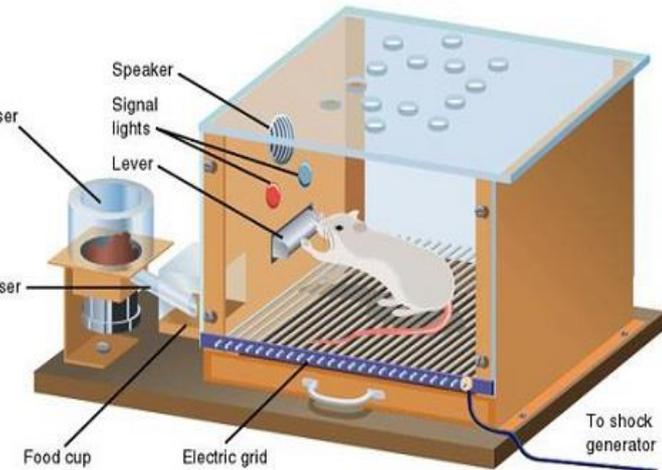
السلوك



سوابق
السلوك

● **تجارب سكنر:** صمم سكنر جهاز لدراسة الإشراف الإجرائي أطلق عليه فيما بعد اسم صندوق سكنر، وهو عبارة عن صندوق صغير له رافعة في أحد جوانبه يمكن لفئران التجارب التي استخدمها من الضغط على الرافعة، وحيث أنه لا يوجد متسع من المكان يمكنه التحرك فيه، فإن نشاط الفأر سيكون بمقربة من الرافعة.

● وانتظر سكنر حتى اقترب الفأر من الرافعة ولامسها، بعدها أنزل الطعام من الأعلى على طبق خاص أمامه، لذلك ازدادت استجابة ضغط الفأر على الرافعة بشكل مضطرب، فالفأر في هذه الحالة تعلم الضغط على الرافعة (وهي استجابة إرادية) نتيجة لما تبعه من مثيرات مرغوبة، أي أنه تعلم من خلال التعزيز.



مبادئ الإشراف الإجرائي

1. التعميم والتمييز *Generalization and Discrimination*:

✓ **التعميم:** يقصد به إصدار نفس الاستجابة للمواقف أو المثيرات المتشابهة.

مثال: قول الطفل كلمة ماما لكل امرأة تشبه والدته، وكذلك حال الطالب عندما يقع في حالة شك وحيرة عندما يعتقد أن كل اجابات الاختيار من متعدد في سؤال ما تبدو صحيحة.

✓ أما **التمييز:** الاستجابة للمثير الذي يعد بمثابة تلميح أو إشارة بأن الاستجابة سوف تعزز في وجوده، ولن تعزز في وجود مثيرات أخرى متشابهة.

مثال: قول الطفل عند مشاهدة أباه (بابا)، وعدم قولها عند مشاهدة رجال غرباء كما كان يفعل في السابق.

2. الانطفاء *Extinction*:

✓ يقصد به تناقص معدل حدوث الاستجابة المعززة سابقاً نتيجة لتوقف أو انقطاع التعزيز.

مثال: إقلاع الطفل عن ضرب أحد زملائه عندما تتوقف الأم عن الابتسام في وجهه عندما يقوم بمثل هذا السلوك.

يرى سكرن أن، السلوك الإجرائي كالسلوك الاستجابي معرض هو الآخر للانطفاء.



3. التعزيز *Reinforcement*:

يرى سكنر أنه يمكن ضبط السلوك الإنساني والتحكم فيه، ابتداءً من مرحلة الطفولة، باستخدام المثيرات المعززة.

مثلاً: يزداد معدل سلوك العص لدى الأطفال إذا كانوا يمضون شيئاً حلو المذاق مقارنة بالأشياء غير الحلوة، كذلك الأمر بالنسبة لسلوك الابتسام عند الطفل يمكن زيادة معدل تكرار السلوك في المواقف اللاحقة.

ولذلك يعرف **التعزيز** بأنه: العملية التي يعمل بها مثير ما أو حدث ما على تقوية أو زيادة احتمالية ظهور السلوك في مواقف لاحقة مشابهة للموقف الأصلي الذي حدث به السلوك. **أو** هو مثيرات بيئية تأتي بعد السلوك وتزيد من احتمالية تكراره.

يرى سكنر أن للتعزيز شكلين أساسيين هما:

■ التعزيز الإيجابي *Positive Reinforcement*:

ويقصد به مثيرات مرغوبة تقدم بعد الاستجابة وتزيد من احتمالات تكرار هذه الاستجابة في مواقف لاحقة مشابهة، **مثال:** مدح الأب لطفله عند إلقائه التحية على ضيوف العائلة فتزداد احتمالات تكراره لسلوك إلقاء التحية عند مشاهدة ضيوف آخرين في المنزل. وهنا يسمى مدح الأب بالمعززات الإيجابية.

■ التعزيز السلبي *Negative Reinforcement*:

يقصد به ازدياد احتمال تكرار السلوك عندما يتبعه إزاحة أو تخلص من مثيرات منفرة أو غير سارة. **مثال:** تكرار حل الطفل لواجباته المدرسية رغبة في التخلص من توبيخ المدرس.

- يمكننا أن نتخيل العديد من التفاعلات الاجتماعية على أساس التعزيز الإيجابي والتعزيز السلبي، وتبدو هذه التحاليل أحياناً مناسبة جداً في علاقة الأطفال بوالديهم.

وهنا وجب التنويه إلى ضرورة تقديم التعزيز فوراً بعد ظهور السلوك المرغوب به، ولهذا الأمر تضمينات تربوية حاسمة في تربية الطفل.

(فلو أظهرت الأم ابتسامتها لطفلها عندما أحضر لها كوباً من الماء بعدما طلبت منه ذلك، فإنه من المتوقع أن يكرر مثل هذا السلوك في اليوم التالي، ولكن لو انشغلت الأم في أمر آخر لبعض الوقت، لحظة إحضار ابنها لكوب الماء، فلن يتكرر سلوك الطفل، فالذي يقوى هو سلوك الطفل في الوقت الذي يقدم به التعزيز. فإذا كان الطفل يلعب بالكرة لحظة تعزيز الأم فإن سلوك اللعب بالكرة هو الذي يقوى وليس إحضار كوب الماء).

4. العقاب punishment:

يقصد به نتائج تقلل من احتمالات ظهور السلوك، ومن الأمثلة عليه: توقف الطفل عن العبث بالآلات الحادة عندما تؤدي إلى جرح أحد أصابعه، وكذلك توقف الطفل عن العبث بالأغراض المنزلية عندما لا تعيره الأم أثناء عبثه أي انتباه أو اهتمام.

ميز سكرن بين نوعين من العقاب:

▪ عقاب سلبي Negative punishment:

يقصد به توقف ظهور السلوك نتيجة لما تبعه من إزالة معززات، **مثال ذلك:** حرمان الأم لطفلها من مشاهدة التلفزيون، أو من مصروفه اليومي عندما يصدر عنه سلوكيات غير لائقة، فتقل احتمالات إظهاره لمثل هذه السلوكيات. مثال: الطالب الذي يغش في الامتحانات فيعاقبه المدرس بخصم 5 علامات من درجته النهائية، فتقل احتمال تكراره لسلوك الغش في الامتحانات اللاحقة.

▪ عقاب إيجابي Positive Punishment:

يقصد به توقف ظهور السلوك نتيجة لما تبعه من مثيرات غير مرغوب بها.

مثال: توقف الطفل عن استخدامه للألفاظ النابية نتيجة لتوبيخ الأب أو الأم لهذا السلوك.



تعلم السلوك الجديد Teaching New Behavior

-كيف يتم تعليم سلوك جديد كلياً لم يكن موجود في الذخيرة السلوكية للفرد؟

حدد علماء النفس السلوكيون ثلاثة طرق لتعليم هذه السلوكيات:

1. التشكيل shaping:

يقصد به تعزيز التقريبات المتتابة نحو السلوك النهائي، فمن خلال التشكيل يتم تعزيز فقط السلوكيات التي تقترب من السلوك النهائي الذي يهدف إلى تعليمه للفرد.

مثال: ما يصدر عن الأم من تعزيزات لطفلها الذي تريد تعليمه إلقاء التحية على الضيوف في المنزل، حيث تقوم الأم بالابتسام للطفل عندما يقف ويطل برأسه من باب الغرفة، ثم لوقوفه بجانب باب الغرفة، ثم بعد ذلك الابتسام عندما يقترب خطوة إلى الأمام، ثم لاقترابه من مقاعد الجلوس ... وهكذا، حتى تتمكن في النهاية من النجاح في تعليم طفلها إلقاء التحية على الضيوف.

لاحظوا أن عملية تعليم السلوك الجديد تتطلب تحديد الهدف السلوكي المرغوب فيه، ثم بعد ذلك تجزئته إلى سلسلة من الخطوات المتتابعة التي تقترب من بلوغ الهدف النهائي بحيث لا يتم تعزيز الخطوة اللاحقة إلا إذا تم إتقان الخطوة السابقة.

كما يمكن تطبيق إجراءات تشكيل السلوك في تعليم العديد من السلوكيات الإنسانية المعقدة.

مثلاً: افترض أن لديك طفل في الصف السادس كسول جداً، حيث لا يستطيع أن يقرأ في كتابه المدرسي لمدة خمس دقائق من دون توجيه انتباهه إلى أشياء أخرى، وترغب أنت أن تستمر هذه الفترة إلى 30 دقيقة، حتى تقدم له التعزيز، فبدلاً من ذلك عليك أن تحدد ما يستطيع طفلك عمله وهو القراءة لمدة 5 دقائق دون انقطاع، ثم تقوم بتعزيز قراءته لمدة 6 دقائق، ثم 7 دقائق، ثم 8 دقائق ... وهكذا إلى أن تصل إلى السلوك المطلوب (عدد دقائق القراءة).

2. التسلسل *chaining*:

يقصد به تعليم سلوكيات معقدة مكونة من سلسلة من السلوكيات المنفصلة البسيطة والمعروفة لدى المتعلم.

يتطلب التسلسل تجميع عدد من الاستجابات.

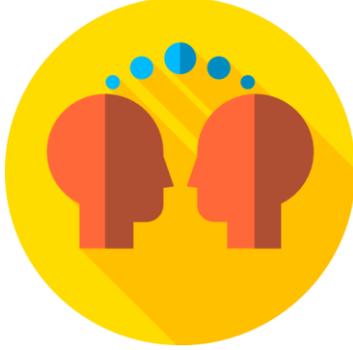
مثلاً: تعليم الأطفال الطريقة السليمة لتناول طعامه من لحظة جلوسه إلى المائدة، إلى لحظة غسل يديه وتنظيف أسنانه.

3. التعلم (التمييزي) والخبو (التلاشي) (التدريجي):

* وهذا يتطلب قدرة المتعلم على التمييز الدقيق بين المواقف والظروف التي تعزز الاستجابة في وجودها، وتلك التي لا تعزز أو تعاقب الاستجابة في وجودها.

* أي أن الفرد يجب أن يتعلم شيئاً إضافياً أكثر من مجرد السلوك، وهي الدلائل أو الامارات. يسميها علماء النفس السلوكيون بـ "المثيرات التمييزية".

مثال: طلب طفل من والده بعض النقود في حالة وجود ضيوف في البيت لأنه يعلم أن سلوكه سوف يتعزز في وجود الضيوف (مثير تمييزي)، وكذلك الحال بالنسبة للبائع الجوال الذي يعرض على شاب شراء بعض الأشياء عندما يرى خطيبته بجانبه.



مثال آخر: جرس المدرسة يعلن عن نهاية حصة أو بداية الحصة الصفية،

ولذلك فإن محاولة الخروج قبل هذا الجرس يشكل استجابة عرضة للعقاب،

في حين أن البقاء في المقعد يؤدي إلى التعزيز.

-**الخبو والتلاشي:** إخفاء المثيرات التمييزية التي تم استخدامها لتأسيس أولي للسلوك المرغوب، ويرى علماء النفس السلوكيون أن الخبو يقود إلى تعليم خالٍ من الأخطاء.

مثال: كتب تعليم كيفية كتابة الحرف حيث يقوم الطفل في البداية بالكتابة فوق الحروف والكلمات (مثيرات تمييزية) من أجل أن يتعلموا التمييز بينها، ثم يتم بعد ذلك سحب الحروف والكلمات شكل سليم وبدون مساعدة.

تعديل السلوك Behavior Modification:

يقصد تطبيق مبدأ الإشراف الإجرائي بهدف تغيير السلوك الإنساني، حيث يتم (إمكان تنظيم المعزز كما هو مقبول) ترتيب نتائج السلوك، لضمان تعزيز الأفعال الأكثر كفاءة، وعدم تعزيز تلك الأقل كفاءة.

يعتقد أنصار تعديل السلوك أن الكثير من المشاكل الانفعالية والسلوكية تحدث بفعل نتائج غير ملائمة للاستجابة.

فالطفل مثلاً: الذي يقوم بتكسير أدوات المطبخ من أطباق وكؤوس ربما قد يكون حصل على انتباه والدته الذي هو هدف يسعى إليه معظم الأطفال.

لفت الانتباه فالأم هنا تعزز سلوك طفلها دون أن تقصد، لذلك فإن الأم في مثل هذه الحالة يجب أن تتعلم تحويل انتباهها عن السلوك التخريبي وتنقله إلى السلوكيات البناءة، **مثلاً:** اللعب التعاوني مع الرفاق، أو التعاطف مع الأطفال الآخرين وإظهار الود تجاههم.

كذلك يستخدم تعديل السلوك لمساعدة الأفراد على تحسين قدرتهم على الضبط الذاتي self-control.

خطوات الضبط الذاتي

- ✿ تحديد السلوك المراد تغييره بعبارة محددة واضحة.
- ✿ الالتزام بعمل التغيير في السلوك.
- ✿ جمع المعلومات عن السلوك المراد تغييره وتحديد الظروف والمناسبات التي يظهر أو يزداد في وجودها.
- ✿ تصميم برنامج الضبط الذاتي.
- ✿ تقييم نتائج تطبيق برنامج الضبط الذاتي.

Overview

تحدثنا في محاضرتنا عن المدرسة السلوكية {النظرية السلوكية} وعن أصحابها واطسن وسكنر وبافلوف.

7. واطسن:



حيث تنطوي أفكار واطسن على:

- ✿ البيئة
- ✿ الانفعالات
- الخوف
- الغضب
- الحب

توصل واطسن إلى أنه يجب على عالم النفس أن يصب اهتمامه على دراسة السلوك فحسب.

2. سكنر {أمريكي}:

يؤكد سكنر انه من اجل فهم أسباب ظهور السلوك أو عدم ظهوره يجب النظر إلى سوابق السلوك وتوابعه والظيفة التي يؤديها كل منهما.



3. بافلوف {روسي}:

حدد بافلوف شكلاً بسيطاً للتعلم أسماه الإشارات الكلاسيكي.

عناصر الإشارات الكلاسيكي:

- ❁ منبه غير شرطي {طبيعي}.
- ❁ الاستجابة غير الشرطية {الطبيعية}.
- ❁ منبه شرطي.
- ❁ الاستجابة الشرطية.

مفاهيم نظرية بافلوف:



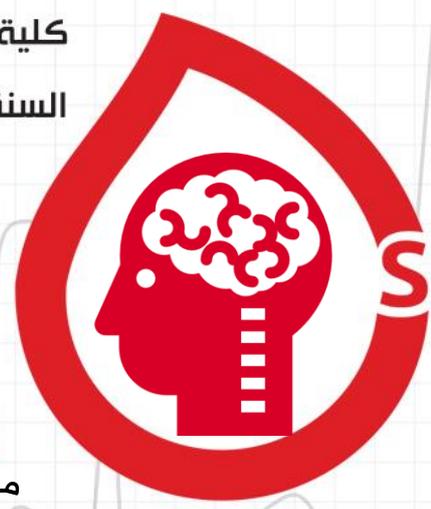
- ♥ الانطفاء.
- ♥ العودة التلقائية.
- ♥ تعميم المثير.
- ♥ تمييز المثير.
- ♥ الإشارات من الدرجة الأولى.

■ حدد العلماء ثلاث طرق لتعليم السلوك:

- ✓ التشكيل.
- ✓ التسلسل.
- ✓ التعليم التمييزي والخبو {التلاشي التدريجي}.

وإلى هنا تنتهي محاضرتنا.. لا تنسونا من صالح الدعوات.





السلام عليكم جميعاً

نتابع معكم بالمحاضرة الخامسة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى أن نوفق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	التفسير الإجرائي للانفعال وضبط الذات ونمو الشخصية عند سكنر
6	تطبيقات نظرية سكنر
7	الإجراءات العلاجية عند سكنر
10	الطرق القائمة على أساس الإشرط الكلاسيكي
12	العلاج بطريقة التفجير الضمني
12	النمذجة
13	إعادة البناء المعرفي



التفسير الإجرائي للانفعال وضبط الذات ونمو الشخصية عند سكنر

- ❖ يرى **سكنر** أن للعوامل **النفسية الداخلية** دور في تفسير السلوك الإنساني إلا أنه تفسير غير كافي.
- ❖ الذي يظهر في تأكيده على أن أي نظام لتحليل السلوك **يهمل هذه الحقائق** هو نظام **ناقص** حقاً، إلا أنه غير كافي لتفسير السلوك لأنه يعتمد على تفسير السلوك بناءً على عمليات **داخلية** لا يمكن مراقبتها أو ضبطها.

وهذا ما دفع سكنر إلى القفز على دور المتغيرات التي يمكن ضبطها بشكل مباشر (المتغيرات البيئية) وبالتالي ضبط السلوك.

وفيما يلي التفسير الإجرائي لبعض هذه المفاهيم

الانفعالات والمشاعر:

- ✳ يتفق سكنر مع علماء النفس الآخرين على **وجود سلوكيات ضمنية** كالانفعالات والمشاعر، إلا أنه **يرفض الوظيفة السببية** لها.
- ✳ يعتقد علماء النفس أن **الانفعالات والمشاعر سبباً** للسلوك.
- ✳ في حين يرى **سكنر** أن الانفعالات والمشاعر **ليست سبباً** في السلوك **وإنما نتيجة** من نتائجه.



مثال: قد ينزل أحدنا في الصباح ليدير محرك سيارته، وينصرف إلى عمله، فيفاجأ بأن أحد الإطارات فارغ من الهواء، وعند محاولة تبديله بالإطار الاحتياطي وجده أيضاً غير صالح، هنا قد يدفع الإطار بقدمه وهو غاضب، وإذا سألنا شخصاً ما لماذا فعل ذلك؟ سيقول لأنه شعر بالإحباط أو الغضب، ورغم أن البعض يكتفون بهذا التفسير إلا أن السلوكيين يحاولون الإجابة على السؤال السابق.

وعليه تكون الإجابة (الصحيحة): أنه **شعر بالإحباط** أو الغضب لأن **سلوكه** (إدارة محرك السيارة) **لم يعزز** (أي لم يستطع الذهاب إلى عمله، أي أنه أحبط وغضب، نتيجة لعدم تعزيز سلوكه).

ولذلك يعرف سكر **الانفعال** بأنه: تقوية أو إضعاف جزئي لواحد أو أكثر من الاستجابات، أو القابلية للتصرف أو السلوك بطريقة معينة، في ضوء بعض الأحداث الخارجية.

وعليه يفسر سكر الكثير من الانفعالات بنفس الطريقة، مثل:

✦ الشخص **الغاضب** من المحتمل أن يصبح أكثر عرضة لأن **يحمز وجهه** ويتصرف بعدوانية، وقد يرجع ذلك لحدث بسيط، كأن يجد صعوبة في فتح درج مكتبه.

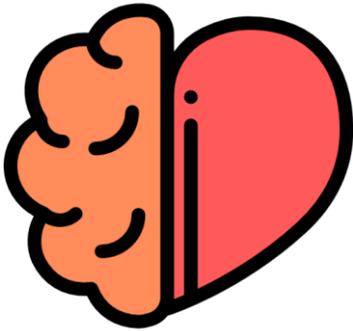
✦ الشخص **الخائف** من المحتمل بدرجة كبيرة أن يضطر **للهرب** بسبب مثير **عدائي** مثل شخص يحمل سكينه.

✦ الشخص **القلق** أكثر عرضة لأن يتصرف بطريقة **غير فعالة**، بسبب **مثيرات شرطية**، مثل تعبيرات الوجه غير المرغوبة من قبل أحد الوالدين (كالتكشير مثلاً)، والذي يكون قد اقترن سابقاً بتوبيخ أو عقاب بدني.

■ وعليه يمكن القول أن دراسة **سكر** للانفعالات دراسة سلوكية، أي تعتمد على **ملاحظة السلوك** بالدرجة الأولى.

ضبط الذات *Self-control*:

○ شرح سكر ضبط الذات بلغة **الإشراف والتعزيز** بدلاً من كونه شعوراً أو وعياً داخلياً.



مثال: الشخص الذي عانى في الماضي من الآثار البغيضة التي خلفها في المرء إسرافه في شرب الخمر أو العقاب على ذلك بالجلد مثلاً كما في الشريعة الإسلامية، ربما يرفض المشروبات الكحولية في الحفلات التالية، لأن منظر وطعم الشراب أصبحا مثيران شرطيان كريهان.

الأمر نفسه بالنسبة لمن لا يتعاطى المسكرات إطلاقاً أو لا يدخن السجائر أو غيرها. تم تشريطه بحيث ينظر إلى الكحول كشيء بغيض عن طريق النقد الاجتماعي أو اللوم من قبل الوالدين، أو من خلال عقاب شارب المسكر، وربما بمجرد الاستنكار فقط، وبذلك قد يحدث تعزيزاً لسلوك الضبط المرغوب في عدم تناوله لهذا المسكر، لأن هذا السلوك (عدم الشرب)، سيخفض من المثيرات الشرطية البغيضة، وفيما يبدو أن المجتمع مسؤول عن جزء كبير من مشكلات ضبط الذات.

■ وتتضمن عملية ضبط الذات أساليب من قبيل:

- ✦ استبعاد أية مثيرات خارجية، مثلما يحدث عندما يتجنب الشخص السمين الذي يعاني من زيادة الوزن أكل الحلوى، عن طريق رفضه الاحتفاظ بها في منزله.
- ✦ استخدام مثيرات إيجابية أو منفرة (بغیضة)، مثل وضع دفتر لتدوين المواعيد في مدخل المنزل، أو استخدام ساعة تنبيه.
- ✦ الحرمان: كأن تخطط للعشاء في مطعم فاخر وغالي، والتخلي عن وجبة الغذاء.
- ✦ الإشباع عن طريق التمرينات الرياضية، لخفض احتماليات السلوك الجنسي.
- ✦ معالجة الميول العدوانية: كالعَد من 1-10 في حالة الغضب مثلاً.

نمو الشخصية:

- ✦ لم يقدم سكنر مراحل محددة لنمو الإنسان كما فعل فرويد و إريكسون.
- ✦ إلا أنه يمكن الاستفادة من نظريته في تحقيق مستوى أفضل من النمو في الطفولة.
- ✦ فالدرس الأساسي في نظرية سكنر هو التحكم في المعززات البديلة بغرض التحكم في السلوك (بصورة خاصة في مجال رعاية الأطفال).
- ✦ يؤكد سكنر على دور الوالدين في قدرتهم على التحكم في المعززات البديلة أو المحتملة ومن ثم التحكم في سلوك أطفالهم.

ويمكن تلخيص استخدام نظرية التعزيز في مجال رعاية الطفل على النحو الآتي:

- 1- **حدد خصائص الشخصية** التي ترغب أن يتمتع بها طفلك في مرحلة الرشد، ولنفرض أنك ترغب أن يشب طفلك كشخص مبتكر أو مبدع.
- 2- **عرف هذا الهدف** في مصطلح سلوكي، وفي هذه الحالة سوف تسأل نفسك ما الذي يفعله الطفل حتى يكون كائن مبدع.
- 3- **عزز السلوك** الذي ينسجم مع هذا الهدف، وفي هذه الحالة ستكافئ الطفل على كل سلوك إبداعي يسلكه.
- 4- **حقق الانسجام والثبات** من خلال تنظيم النواحي الهامة في بيئة الطفل بحيث تكافئ السلوك الذي تعتبره هاما من وجهة نظرك.

على الرغم من أن هذه الخطة تبسط الموقف إلى درجة كبيرة، إلا أن أي شخص يحاول اتباعها سوف يواجه بالعقبات، ومن **هذه العقبات:**



وهذا فضلاً عما قد يعقد الموقف بصورة أكبر من خلال ما يتعلمه الأطفال من وسائل الإعلام، حيث يشاهد الطفل التلفاز، أو يقرأ الصحف والكتب، والألعاب التي يلعبونها، حيث يأتي التأثير الرئيسي من التلفزيون من عملية النمذجة، حيث يقلد الأطفال ما يتم تعزيزه من سلوكيات يشاهدونها من قبل أي شخص آخر

مثال

عندما يشاهد الطفل مسدس أو بندقية تطلق قذائفها في التلفزيون، وأن ذلك يتم تعزيزه مصحوباً بالقوة أو المال أو المعرفة، فإنه من المحتمل أن يقلد هذا السلوك. وهنا يتوجب على الوالدين عندما يرغبون بتعليم أطفالهم أو توجيههم نحو سلوكيات معينة، أن يأخذوا في اعتبارهم كل الخبرات الأساسية للطفل وهي مهمة لا يستهان

تطبيقات نظرية سكنر

الأمراض النفسية والعقلية

✿ **يرفض** سكنر أي تفسير **خيالي** للعصاب، ويرى أن وجود أسباب داخلية مجرد **خرافة**.
✿ وعليه يعرف **الاختلال النفسي أو العقلي** على أنه **سلوك غير ملائم** أو خطر يهدد الفرد أو الآخرين، الذي يرجع إلى التعزيز أو في أغلب الحالات إلى العقاب.

مثال: الشخص الذي يتم عقابه بقسوة على سلوك جنسي أثناء فترة الطفولة أو المراهقة، ربما ننمي لديه مخاوف مرضية تحول دون تحقيق التعزيز على مثل هذا السلوك في الرشد.

فالعقاب المتكرر والمتنوع يميل إلى إحداث العديد من السلوكيات، التي يتولد عنها مثيرات شرطية بغيضة أو منفرة.

✿ وغالبا ما يكون السلوك القسري أحد أشكال السلوك الخرافي أو الخوف اللاعقلاني من المجهول.
✿ هذا السلوك لا يجلب أي تعزيز في أي حال من الأحوال، ولكن تم تدعيمه بجداول تعزيز غير ملائمة.

مثال: إذا أعطيت الحمامة الجائعة مقدار قليل من الطعام كل 50 ثانية، فهي تعزز بصرف النظر عما تفعله في تلك اللحظة، حتى بعض السلوكيات تصبح مشروطة مثل تناوب الوقوف على أحد القدمين، أو حك الأرض، أو حك منقارها بالقضبان، وكلها سلوكيات لا تسهم في إسقاط الطعام كما في حالة النقر على القرص.

✿ مثل هذا **التعزيز غير المشروط** يكون **ضار** عموماً، مثلما يحدث عندما يمنح شخص ما مكافأة غير مشروطة، فإن ذلك سيخفض احتمالية التحاقه بعمل أو وظيفة تدر عليه عائد مادي.

العلاج النفسي

الأساس المنطقي والإجراءات العلاجية:

✓ ينصّب هدف سكنر العلاجي على تعديل السلوك أو العلاج السلوكي الذي يشير أو يعتمد على إزالة أو إحلال السلوكيات المضطربة لدى المسترشد بإمكانات تعزيز أكثر فعالية، يمكنها أن تخدم أو تبطل السلوكيات غير الملائمة أو تعزيز بدائل أكثر ملاءمة.





وعليه يكون السلوك هو الهدف المباشر للبحث و العلاج، لذلك لا ينبغي أن ينصب التغيير على الأسباب الداخلية للسلوك ولكن على السلوك ذاته، حيث أن السلوك يتغير بتغير الظروف التي كون منها وظيفته.

ويبدأ العلاج السلوكي ب:

❖ **مقابلة مبدئية** تمكن المعالج من **معرفة مشكلات** المسترشد وتساعد على **تحديد الإجراءات العلاجية** المحتمل استخدامها لحل هذه المشكلات.

❖ يعد **الدفع العاطفي والاهتمام** من الخصائص الهامة التي يجب توافرها في المعالج السلوكي لأنهما **يشجعان** المسترشد على **المضي في العلاج** ومناقشة القضايا المؤلمة والمحرجة.

❖ وتتحقق التغييرات السلوكية بصورة مبدئية من خلال طرق وأساليب **يختارها المعالج** ويفرضها، وربما يستخدم العديد منها بصورة فعالة مع مسترشد واحد.



وفيما يلي عرض لعدد من الإجراءات العلاجية بطريقتي:
الإشراف الإجرائي (سكنر)، والإشراف الكلاسيكي (بافلوف).

أولاً: الإجراءات العلاجية عند سكنر:

♥ **لم يكتب** سكنر بتوسع عن **التطبيقات العلاجية**، وربما يرجع ذلك في البداية لأنه يرى وجود **اختلافات** محدودة في المفاهيم بين العلاج النفسي والمجالات الأخرى لتعديل السلوك.

♥ وعليه يمكن القول أن سكنر انطلق من إجراءاته العلاجية من **منطلقات نظريته** نفسها.

على سبيل المثال:

إن **التعزيز الإيجابي والتشكيل** ربما يستخدم لمساعدة طفل أو راشد ذهاني على سرد جمل مترابطة، حيث يتم تعزيز الأصوات التي تقارب الكلمة الحقيقية في البداية، ثم تعزيز الكلمات البسيطة، ثم تعزيز الجملة البسيطة... وهكذا حتى تتم الجملة المتكاملة المرغوبة. طبعاً، في الوقت نفسه، عدم تعزيز الصمت أو الكلمات الشاذة أو غيرها.

ويلعب التعزيز الإيجابي المشروط دوراً هاماً في عدد من الإجراءات العلاجية،
التي استخدمها سكرن ومنها:

1. الاقتصاد الرمزي Lokeneconomy:

أحد الفنيات العلاجية الواسعة الاستخدام مع المرضى النفسيين المودعين بالمستشفيات، والأحداث الجانحين والمعوقين عقلياً، والأطفال العاديين في المدارس.

خطوات تنفيذ هذا الإجراء:

♥ **تحديد السلوك** المستهدف المراد **تعليمه** أو تغييره أو **إزالته**، وتعريفه بدقة.

ولتكن **مثلاً**: تعلم تهجئة كلمة بصورة صحيحة أو الاحتفاظ بملابسه أو بحجرته نظيفة، والحضور بزي نظيف ومنسق إلى صالة الطعام وقت العشاء.

♥ **توضيح القواعد** العامة للسلوك وخطوات تنفيذ البرنامج ويجب التحقق من فهم المسترشد لنظام **التعزيز الرمزي**.

♥ فاختيار المعززات الرمزية المستخدمة كالبطاقات والنجوم الورقية وهو ما يعرف **بيونات التعزيز** ويفضل أن تكون مقبولة الشكل **غير قابلة للتلف** بسهولة، كما يجب اقتران تقديمها **بالتعزيز الاجتماعي** (المدح- الابتسام).

♥ **اختيار المعززات الداعمة** التي تستبدل بها المعززات الرمزية كالطعام واللعب والنقود وغيرها.

♥ **التدريب** على السلوك المرغوب وتعزيز خطوات النجاح التي يحققها المسترشد، ويفضل أن يكون **التعزيز في البداية متواصل**، واستبدال كل مجموعة من البونات بالمعزز الداعم، ويفضل أن يتكرر ذلك **يوميًا** في البداية ثم يقل بعد ذلك.

♥ متابعة تنفيذ البرامج والتحول من **التعزيز المتواصل** إلى **التعزيز المتقطع** حتى يتم استبدال المعززات الرمزية والداعمة بالمعززات الاجتماعية ويتحسن السلوك.

2. انطفاء السلوكيات غير المرغوبة:

عن طريق **التعزيز التمايزي** للسلوكيات المرغوبة، فالحدث الجانح الذي يقاوم تعديل السلوك يمكن وضعه في حجرة خاوية من الألعاب إلى أن يمارس سلوكاً يتصف بالهدوء، يعزز فيما بعد بالسماح له بمغادرة الحجرة ومداومة الأنشطة الأخرى.

3. التعاقدات المشروطة Contingency contacting:

يستخدم التعاقد المشروط في علاج **التدخين والسمنة** وغيرها من المشكلات السلوكية.

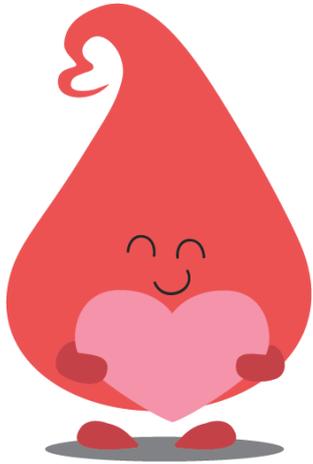
فالمشكلة الأساسية التي تواجه الإنسان أحياناً، هي أن سلوكه يمكن أن يتأثر بسهولة بمعزز بسيط ولكن له صفتي الذاتية والثبات معاً، في مقابل معزز أكبر وأهم ولكنه بعيد المنال وغير مضمون تماماً.



الأمر الذي يدفع الناس إلى سلوكيات تضمن لهم **المعزز البسيط** مثل التدخين (سيجارة) أو الشراهة (الأكل) **على حساب المعزز البعيد** وهو الاستمتاع بالصحة والعمر معاً.

فالكثير من الناس يدخنون السيجارة وهم يعرفون بأنهم يجب أن لا يفعلوا ذلك، كما يفرطون في تناول الأطعمة وهم يعلمون أن هذا الأمر سيجلب لهم الأمراض على المدى البعيد، وهكذا أهملت الصحة من أجل كمية قليلة من النيكوتين أو الاستمتاع بمذاق الطعام ولذته.

ولعلاج مثل هذه المشاكل يمكن أن تستخدم طريقة **التعاقد المشروط**.



والآن لنفترض أن لدينا شخص ما يريد أن يتخلص من التدخين أو الشراهة، ولكن لا يستطيع أن يفعل بنفسه.

ودعونا نفرض أن مبلغ (100 دولار) هو مبلغ مهم لهذا الشخص المدخن أو الشره.

وهنا يمكن أن نعقد اتفاقاً مع شخص آخر يعطيه ال (100 دولار) هذه، ونطلب من الشخص المدخن أن يذهب إلى الشخص الآخر، وذلك في كل أسبوع لم يدخن فيه ويسترد 10 دولار منها، وألا يذهب إذا دخن سيجارة واحدة خلال هذا الأسبوع.

علماً أنه ليس من الضروري أن يكون استرداد النقود بشكل أسبوعي يمكن أن يكون ذلك بشكل يومي، كما يمكن أن تستبدل النقود بأشياء أخرى، كالملابس وأشرطة الفيديو... الخ.

والأهم من ذلك: أن يكون الشخص **صادق** فيما يتم الاتفاق عليه.

وأهم ما في ذلك الأسلوب: بأنه من خلال عملية الاتفاق هذه تتم إعادة ترتيب المعززات الموجودة في البيئة مما يشجع حدوث السلوك المرغوب وإضعاف السلوك غير المرغوب.

ولكن ماذا يحدث عندما ينقض الاتفاق؟

ربما يكون من الضروري اللجوء إلى المعززات المشروطة الأخرى لتدعيم السلوك المرغوب، المهم أن يقترن عدم التدخين بعملية التعزيز، ومن المعززات الأخرى: توفير المال، الشعور بتحسن في الحالة الصحية، عدم المعاناة من الخوف والاستحسان الاجتماعي من قبل غير المدخنين... الخ.

ثانياً: الطرق القائمة على أساس الإشراف الكلاسيكي

وجدت عدة إجراءات علاجية استنبطت من أفكار بافلوف منها:

الكف المتبادل Reciprocal Inhibition

- تم تطويره من قبل ماري جونز وجوزيف وليه.

يعتمد هذا المدخل العلاجي على استخدام ميزات إيجابية لإظهار استجابات تكف أو تقمع القلق.



- ففي حالة الطفل ألبرت الصغير (وهي حالة فوبيا الحيوان الذي عالجه جونز) إذ كان من المعروف أنه مولع بمضغ اللبان وبعض أنواع الحلوى، وتم علاجه من خلال اتباع خطوات منظمة حيث يظهر الفأر على مسافة مناسبة، وفي الوقت نفسه، تقدم له قطعة من الحلوى.

وطالما أن الفأر بعيد، فإن القلق الذي يظهره يكون ضعيف جداً، نظراً لأنه يتم إشغاله عن طريق المثيرات الإيجابية الأكثر إثارة (الحلوى)، وعندئذ تكرر العملية بإحضار الفأر كي يكون أكثر قرباً، ويؤدي أكل الحلوى مرة ثانية إلى قمع القلق، وبتقليل المسافة من ألبرت والفأر تدريجاً، أصبح قادراً على تناول الحلوى بيد واحدة، ويربت على الفأر باليد الأخرى، وبناءً عليه ذهب قلقه وعولج من حالة الفوبيا التي كان يعاني منها.

التخلص المنظم من الحساسية Systematic desensitization

طوره جوزيف وليه في جنوب أفريقيا. على ملاحظة مؤداها أنه:

طالما أن القلق يزيد من توتر العضلات فإن استرخاء العضلات يحد من درجة القلق تبعاً لذلك.

ويختلف عن الكف المتبادل في أمرين:

- ✦ الأول: يتخيل المسترشد مصدر القلق (المثير المخيف) كلامتحان أو ركوب طائرة وليس بالضرورة أن يتعرض له فعلاً.
- ✦ الثاني: أنه يحاول قمع القلق عن طريق الاسترخاء وليس الأكل.

مثال: طالب الجامعة الذي يعاني درجة مرتفعة من قلق الاختبار، سيصبح غير قادر على اجتياز الامتحان بسبب قلقه هذا، ويمكن علاجه من قلقه هذا باستخدام العلاج المنظم من الحساسية وتتم هذه العملية في ثلاث خطوات هي:

- التدرب على الاسترخاء:** أي التدرب على الاسترخاء العميق للعضلات في خطوات يتم من خلالها شد وارتخاء العضلات المختلفة بالجسم في تتابع يحدده المعالج.
- إعداد مدرج القلق:** أي إعداد قائمة متدرجة بالمثيرات المخيفة على قدر كمية القلق التي تولدها هذه المثيرات.

فقد يحدد طالب الجامعة مثيرات القلق على النحو الآتي:

وهكذا قد تشمل القائمة عدد لا حصر له من المثيرات المولدة للقلق.

عندما يكون في الفصل ينتظر توزيع الاختبارات وأوراق الإجابة.

اللحظة التي تسبق فتح باب غرفة الامتحان.

الإجابة الفعلية عن أسئلة الامتحان.

الذهاب إلى الجامعة يوم الامتحان أعلى درجة.

ت- تخيل أقل مثيرات القلق أثناء الاسترخاء: أي المزوجة بين الخطوتين السابقتين.

- وبعد أن يتم تعلم التغلب على القلق في هذا المثير يتم الانتقال إلى المثير الذي يليه، وتتطلب هذه الخطوات حوالي 30 جلسة تقريباً.
- استخدام هذه الطريقة في علاج الكثير من أنواع الفوبيا، كقيادة السيارة، ركوب الطائرة، فوبيا الحيوانات.
- كما استخدمت مع اضطرابات مثل اضطرابات الكلام، وتعاطي الخمر، والغضب والتجوال الليلي، والأفكار، والوسواس القهري.

العلاج بطريقة التفجير الضمني

✦ يؤكد بعض السلوكيين أن القلق يتم إخماده على أفضل وجه عن طريق غمر المسترشد بجرعات مكثفه منه في جلسة آمنة.

■ الهدف منه هو منع المسترشد من تجنب مثيرات الخوف أو الفوبيا، وبالتالي: تعلم أنها لا تمثل خطر في الواقع، ومن ثم ينطفئ القلق الناتج ويسمى هذا العلاج أحياناً "بالعلاج الغمر" ابتكره توماس شامبغل.

ومن الأمثلة هذا العلاج:

سيده عمرها 24 سنة كانت تعاني من خوف شديد ونفور من المصاعد الكهربائية، استمر معها لمدة سبع سنوات حيث اصطحبها المرشد مرة واحدة ثم تركها بعد ذلك بمفردها، وبعد نصف ساعة تناقصت مخاوفها بشكل كبير.

■ يؤيد بعض علماء النفس هذا النوع من العلاج تأييداً شديداً، في حين يحذر البعض الآخر من أنه ربما يزيد قلق ومخاوف المسترشد بدلاً من انطفاء الاستجابة.

النمذجة

♥ فنية علاجية تقوم على محاكاة الواقع أو تمثيله من قبل الشخص نفسه أو أشخاص آخرين.

♥ الشخص الذي يعاني من قلق شديد أو يفتقر إلى القدرة على التصرف بطريقة مرغوبة في المواقف الاجتماعية، ربما يشاهد شخصاً أو أكثر يمارسون أو يشوهون طرق التصرف المرغوبة في المواقف الطبيعية أو من خلال أفلام مسجلة، ويعززون لمحاكاتهم لهؤلاء الأشخاص، وتعرف هذه التقنية العلاجية بالنمذجة الصريحة.

♥ وقد يشترك الملاحظ مع النموذج في أداء المهارة المراد تعلمها، وهو ما يعرف بالنمذجة بالمشاركة.



كما قد يستخدم التمثيل في مواقف النمذجة وهو ما يعرف بالنمذجة الضمنية.

ملاحظة

إعادة البناء المعرفي

✳ يهتم بعض السلوكيين بأسلوب إعادة البناء المعرفي للمسترشد، أو تعديل أفكاره وطريقة تفسيره للأحداث ضمن الطرق المختلفة للعلاج السلوكي، ومن رواد هذا المجال:

ألبرت إليس:

تعرف طريقته بالعلاج **العقلاني الانفعالي**، وهي تبني أساساً على افتراض أن السلوكيات والانفعالات المرضية تنبع من تشرب الفرد لأفكار لاعقلانية و خاطئة، فالعصابي ربما يستجيب للأحداث الخارجية بأفكار من قبيل: ((يجب أن أؤدي عملي على أكمل وجه، أو يجب أن أحصل على هذا العمل لا محالة، أو يجب أن أكون محبوب من الجميع، أو...الخ)) من المزعج ألا أكون كذلك، وسأكون شخصاً غير جدير بالاحترام إذا لم يحدث ذلك، في حين أن الشخص السوي يفكر بشكل مختلف إذا واجه نفس الأحداث فيقول مثلاً:

((لقد خاب رجائي لأنني لم أحصل على هذا العمل أو لم أنجح فيه لأنني اقترفت خطأ ما، ولكنها ليست بكارثة وسوف أؤدي أفضل في المرات القادمة))

فما يجلب القلق والاكتئاب هو كيف يفكر المسترشد وليس مجرد المثيرات الخارجية نفسها. ولذلك فإن الهدف من العلاج العقلاني الانفعالي هو مساعدة المسترشد في استبدال أفكاره ومعتقداته اللاعقلانية المرضية بأخرى عقلانية. وهي مهمة تتطلب جهداً مضمياً من المسترشد، ومواجهة أو هجوم لفظي قوي على الأفكار اللاعقلانية من قبل المعالج.

هذه كانت أكثر الطرق العلاجية الممكنة وفقاً لرواد المدرسة السلوكية وأنصارها.

طبعا وجهت لهذه النظرية العديد من الانتقادات، لن أرد إلى ذكرها، و لكنني سأتطرق إلى **أهم ما تميز به العلاج السلوكي عن الأشكال و الطرق العلاجية الأخرى**، و هي تكمن في الجوانب الآتية:

الهدف:

يهدف العلاج السلوكي إلى تغيير السلوكيات المضطربة أو الأعراض المرضية، فضلاً عن تغيير الحالة الداخلية غير الملحوظة (كما في العلاج السلوكي المعرفي).

دور المعالج:

المعالج هو الذي يختار التغييرات المرغوب إحداثها في السلوك، وهو الذي يمارس التحكم والرقابة الفعالة، ومن الضروري أن يكون هناك بعض التعاون من قبل المسترشد.

التأكيد على الحاضر:

يؤكد العلاج السلوكي على الطبيعة الراهنة لمشكلات المريض، وينجح كثيراً حتى لو كانت الأسباب الأصلية مجهولة تماماً.

تنوع الأساليب المستخدمة:

يتميز العلاج السلوكي بتنوع المشاكل التي يواجهها بالعلاج، فيستخدم التخص المنظم من الحساسية لعلاج الخوف من الامتحانات.

الفعالية:

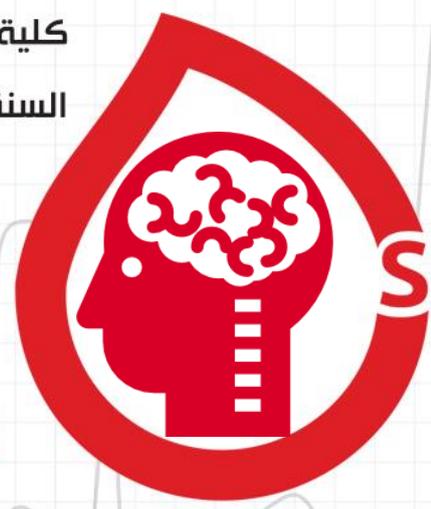
يستغرق العلاج السلوكي وقتاً أقل، وفعالية جيدة.

القابلية للتجريب والتحقق من نتائجه:

ربما يكون أهم ما يميز العلاج السلوكي أن فنياته يمكن إخضاعها للتجريب الذي يدعم تأثيراته الظاهرية، ويساعد المعالج على تعديل برنامجه حتى يحقق أفضل النتائج بدلا من الاقتصار على التأملات الظاهرية والأحكام الذاتية للمعالج.

وإلى هنا تنتهي محاضرتنا

لا تنسونا من صالح الدعاء ❤️



السلام عليكم جميعاً

نتابع معكم بالمحاضرة السادسة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى أن نوفق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	وسائل الدفاع الأولية
2	معنى وسائل الدفاع
3	أشكال وسائل الدفاع



وسائل الدفاع الأولية



تظهر عند الأشخاص أشكال متنوعة من السلوك حين تواجههم ظروف تنطوي على **الخطر** أو توقع الخطر.

الاختلاف بين هذه الأشكال لا يقوم على اختلاف في خبرات الأشخاص فحسب بل يقوم على **اختلاف في الظروف** نفسها، وفي المركبات المتنوعة التي ينطوي عليها لا شعور كل شخص، وفي القدرات والسمات الشخصية المتعددة والدوافع المختلفة عنده، **ورد الفعل** الذي يتخذه الأشخاص أمام ظروف من هذا النوع يمكن النظر إليه على أنه **موقف دفاعي**.

دفاع عن الذات أمام خطر حاصل أو متوقع، وهو كذلك دفاع عن نزاعات الذات وحاجاتها حين يقف في وجهها عائق يعمل على منع إشباعها.

الأمر الذي يؤدي بذلك إلى شعور الذات بوجود تهديد يجابها من ناحية عدم إشباع حاجة أو أكثر من حاجاتها.

أولاً: معنى وسائل الدفاع

❖ أشرنا سابقاً إلى أن الظروف التي تواجه الشخص بخطر واقع، أو خطر يتوقع حدوثه، كثيرة ومتنوعة، والخطر نفسه على أشكال فيما يبدو عليه أمامنا (بعضه بسيط مثل بعض أنواع التحدي، وبعضها شديد ومعقد يمس كيان الشخصية في الأعماق).

❖ ورد الفعل الذي يُدفع إليه الشخص أمام ظروف من هذا النوع **مختلف الأشكال** كذلك: (فقد يتخذ الفرد إجراءاته لتقوية نفسه من أجل مواجهة الخطر، وقد يستسلم حين لا تكفي وسائله، وقد يحاول تخفيف الضغط الناجم عن الشعور بالخطر، وقد يلجأ إلى وسائل دفاعية أخرى).

❖ من أجل ذلك نقول عن وسائل الدفاع أنها مختلفة، ولكن بينها عامل أساسي مشترك على الأقل وهو **غرضها الأساسي، إنه الدفاع عن الذات في وجه نوع ما من أنواع الخطر يتهدهدها.**

■ فوسائل الدفاع تشير إذاً إلى:

- مجموعة من أشكال السلوك التي يلجأ إليها الفرد في سعيه وراء حاجة وجد ما يعيقها، أو مواجهة خطر واقع، أو متوقع.
- إنها **ليست شاذة**، ولا هي خاصة باناس دون آخرين.
- إنها **عامة** في شكلها السوي، ولكنها توجد كذلك عند من هو مصاب باضطراب نفسي.
- قد يصيبها **التطرف** فتصبح شكلاً من الانحراف أو من الطريق إليه.
- كما أن قاعدتها في **اللاشعور قوية**، ولكنها ليست لا شعورية كلها.

ثانياً: أشكال وسائل الدفاع

- تحتل **وسائل الدفاع الأولية** مكانة **هامة** في حياة الإنسان اليومية.
- هي أكثر ما **يلجأ** إليه من سعيه وراء **التكيف** وإبعاد أخطار التهديد.
- إنها **موجودة** في حياة الإنسان **السوي** كما هي موجودة لدى من يوصف **بالشذوذ**.
- ليست اضطرابات عقلية** من حيث الأصل، ولا هي أعراض اضطرابات عقلية.
- إنما هي** طرق، بها يحاول الأفراد اتقاء أخطار الإحباط والصراع والمناسبات المؤلمة، وخفض التوتر الذي يمرون به.
- فالشخص الذي يسعى إلى أن يلبي أغراض دوافعه على الشكل الأفضل، ويجد في شروط محيطه ما يعوقه عن ذلك، **يتجه** متأثراً بقوة دوافعه إلى استعمال وسائل قد لا تكون كلها مقبولة أفضل القبول من مجتمعه، ولا تكون كلها تعبيراً عن صحة نفسية ممتازة، ولكنها تقدم خدمة مناسبة في إبعاده عن الأذى الذي يمكن أن يلحق به، وتمثل نوعاً من التحايل على الموقف، هذه هي وسائل الدفاع الأولية).
- تسمى هذه الأشكال أحياناً باسم **(وسائل الدفاع الأولى)** كما تسمى أحياناً أخرى باسم **(آليات الدفاع الأنا) أو (الحيل اللاشعورية)**.
- يأتيها **الاسم الأول** من حيث: مستوى التعقد من جهة، ومن حيث **تكونها الأولى** في مراحل **الطفولة** من جهة أخرى.
- يأتيها **الاسم الثاني** من حيث: أنها تقرب من العادة في **سرعة حدوثها** وسهولة اللجوء إليها، وأنها **وسيلة الذات** المباشرة في الدفاع عن نفسها.
- أما **الثالث** فيأتيها من حيث: **المظهر اللاشعوري** الذي يغلب على جانب منها حيث يحتل **اللاشعور** مكانة هامة من حيث العوامل العميقة التي تدفع إليها ومن حيث نشاط هذه العوامل.

وفيما يلي عرض لهذه الأشكال:

1. الكف Inhibition:

- ❖ **أول** آلية دفاعية بسيطة.
- ❖ هو في الواقع ظاهرة من ظواهر حياتنا **اليومية** فنحن لا ننتقل من فعالية لأخرى انتقالاً فجائياً إلا على أساس **الكف** **عن الأولى والسير في الثانية** " وهذا يعني إيقاف الفعالية المنظمة التي تقوم بها العضلات من أجل تنفيذ غرض ما، للبدء بفعالية منظمة أخرى.
- ❖ ولا يختلف **الكف الدفاعي** من حيث الأصل عن هذا الإيقاف للفعالية ولكن يختلف عنه من حيث **المظهر** **والشدة** (فالشخص الذي يمر بحالة ما بسبب من مؤثر عارض **يقف** فجأة عن الاستمرار بفعاليته التي كان يقوم بها وقد يلي ذلك نوع من الحركات المضطربة التي لا تخضع لتحكمه).
- ❖ يظهر **الكف الدفاعي** في حالة من **الخوف** أو **الغضب** أو **الألم**.
- ❖ كما أنه **لا يشترط** أن يكون الكف **عضلياً**، بل يمكن أن يكون **عقلياً**، (فالذي يصاب بإحباط مفاجيء يظهر متوقفاً فجأة عن الاستمرار في سير محاكمته، ومثل ذلك من يواجه خطراً بشكل مفاجيء).

2. الكظم Suppression:

- ❖ يعني الكظم (الضغط) المقصود لدافع يعتبر ظهوره مصدر خطر فيما يتصل بالفرد.
- ❖ فإذا تذكرنا أن **الدافع** يظهر عادةً على شكل **سلوك** ما كان **الكظم ضبط** ذلك الدافع والتحكم بمظهره ومنعه أن يتحقق على شكل سلوك خارجي، (هكذا يظهر موقف أحدنا حين يهجم عليه أحد بالكلام القاسي، ويشعر بالتحدي، ولكنه يمنع مظاهر الغضب المختلفة من الظهور في كلامه أو في ملامح وجهه).
- ❖ والكظم **سلوك دفاعي** ذو **مكانة خاصة** في حياتنا الاجتماعية، وكثيراً ما ننظر إليه على أنه رمز **((قوة الإرادة))** أو **((قوة الشخصية))**.
- ❖ إنه **وسيلتنا** إلى **الارتفاع والتسامي**، كما أنه يحتل مكانة خاصة من حيث تعبيره عن **ظاهرة أخلاقية**.
- ❖ يظهر الكظم **عملية شعورية** مبطنة بعوامل **لا شعورية**، إنه نتيجة توازن أو صراع بين عدد من الدوافع يكون بعضها **شعورياً** ويكون الآخر **لاشعورياً**.
- ❖ من الجوانب التي تتدخل في آلية الكظم (الخوف من المجتمع، تقديرنا لمكانة الآخر، حديث الآخرين عنا، الأخطار التي تلحق بنا من الرد بالمثل).



3. النكران Denial نكران للواقع Denial of reality:

- * تظهر **آلية الدفاع** أحياناً على شكل **نكران** للواقع الذي يسبب وجود التوتر لدى الشخص.
- * يظهر في أوضح أشكاله في **حياة الطفولة**. (فالطفل الذي لا يستطيع تحمل الألم الناجم عن فقد أمه أو غيابها يميل إلى انكسار ذلك الواقع والإعلان عن أنها لم تذهب بل موجودة في الغرفة الثانية). **ومثل ذلك حالة نجدها** بين طفلين يلعبان، ويؤدي اللعب بينهما إلى بعض الخلاف، ثم إلى خلاف حاد: إنهما يؤثران معاً نسيان الماضي على أساس من إنكار ما حدث والبدء من جديد في اللعب بصفاء، ويسور الوئام في اللعب بعد نكران كامل لما حدث من قبل.

■ يظهر النكران على شكلين:

1. شكل يستعمل **التخيلات** (طفل خجول يتخيل أنه يملك أسداً دربه أحسن تدريب: فالأسد لا يخاف منه ولكنه يتضايق من كل شخص آخر، وهكذا يتخيل أن يكون للأسد خطر عليه).
2. أما الشكل الثاني فيستعمل **الكلمات والأفعال** (يظهر في كلام الطفل عن أمه التي توفيت حين يقول إنها سوف تعود غداً).

- * تكثر هذه الآلية في **مرحلة الطفولة** وتقل مع ازدياد القدرة على تمييز الواقع وحدوده، **ويقل** استعماله في حياة **الراشد**.

- * يبدو في **الحالات العاطفية الشديدة** التي تجد الذات فيها انها تستطيع بالنكران الدفاع عن نفسها أمام خطر التهدم. (فقد تنكر الزوجة صحة ما تسمع أو ترى مما يتصل بتصرف زوجها، وقد يفعل الزوج ذلك، ويكون السلوك في الحالتين دفاعاً عن الذات من أجل استمرار الحياة الزوجية وتربية الأولاد).

4. الكبت Repression:

- ✦ يحتل الكبت **مقاماً خاصاً** في كتابات **سيفوند فرويد وأنا فرويد**، ويعود ذلك إلى المكانة التي يحتلها الكبت من نشاط **الاشعور** والمركبات التي تظهر فيه، والاضطرابات التي تظهر في السلوك.
- ✦ يتميز الكبت عن غيره من آليات الدفاع الأخرى في كونه **أكثر عمقاً** في تأثيره، **وأكثر دفاعاً نحو التطرف**. كما أن مكانته في حالت الاضطراب المختلفة تبدو **أوسع مدى وأكثر فعالية** من آليات الدفاع الأخرى.



■ والتساؤل يكون كيف يكون الكبت وكيف يغدو معقداً؟

- ❖ إننا نمر بحالات تبرز فيها لدينا دوافع لا يناسبنا أن تظهر أمام الآخرين، مثل الدوافع العدوانية أمام مجتمع يسعى لأن يكون السلام سائداً فيه، والدوافع الجنسية أمام مجتمع ينكر الحديث عنها.
- ❖ ونعتمد في حالات من هذا النوع إلى إبعاد الدافع عن ساحة الشعور، ودفنه بعيداً عن تلك الساحة، ونلج على ذلك. فإذا بدا للدافع أن يظهر تنكرنا له وتشددنا في كتمانها.
- ❖ **هذه العملية هي الكبت:** إنها وسيلة دفاع أو آلية تكيف.
- ❖ إنه يختلف عن النكران من حيث أننا **لا ننكر** وجود مؤثر يؤدي بنا إلى التوتر، بل نعمل على **إخفاء حالة** تظهر في الشعور لدينا.
- ❖ ولكنه **يشبه النكران** من حيث أننا نعمل فيه إلى **إبعاد ما يؤدي ذاتنا** أو يمكن أن يؤدي إلى إيذائها. نزوعنا إلى نسيان الحوادث التي يؤلمنا تذكرها، وحال نسيان المعلومات التي لا نرغب في أن تعاد دائماً).
- ❖ **ويختلف عن الكظم**، فالتهديد الذي يوجه للذات **أشد** في حالة **الكبت** منه في حالة الكظم، وارتباط **الدافع بالقوى الغريزية أقوى** في حالة **الكبت** وأكثر عمقاً، **والديمومة** بشأن ما نكتمه **أطول** في حالة **الكبت** مما هو في حالة الكظم.
- ❖ **الكبت** آلية **تحايل** وليس وسيلة بناء، إنه **لا يحل مشكلة** في واقع الأمر بل يعتمد إلى **حصرها في إطار**.
- ❖ يعيق الكبت، الشخص عن اكتساب خبرة جديدة في الميدان الذي أقلقه ودعاه إلى كبت تأثيره.

5. الإخفاء أو الإسقاط Projection:

✎ يظهر الإخفاء أو الإسقاط أكثر الأحيان في إلقاء اللوم على الآخرين فيما يتصل بأخطاء نرتكبها نحن، أو تقصير يبدو عندنا.

مثال: التلميذ يلقي اللوم على المعلم، أو على تركيب السؤال، في الدفاع عن نفسه أمام الفشل في الإمتحان.

مثال اخر: الشاب كثيراً ما يلقي اللوم على الآخر في بدء المشاحنات، وكثيراً ما نلقي اللوم على الحجاره في تعليل وقوعنا المفاجيء، ولا نلوم أنفسنا في قلة انتباهنا.

✎ يظهر الإخفاء في حالة أخرى، فكثيراً ما يعزو الإنسان إلى غيره صفات توجد عنده ولا يحبها، ويحاول جهده إخفاءها عن الناس.

مثال: البخيل يتهم غيره بالبخل والجبان يتهم غيره بالجبن، وفي كلا الحالتين يكون نزوع الفرد إلى تأكيد ذاته، وتقدير الآخرين له. عن طريق لوم الآخرين بالتقصير الحاصل لديه، أو حمل الآخرين صفاته غير الحميدة على الآخرين وإبعادها بذلك عن نفسه أمام المجتمع.

✍ **الإخفاء كثير الوقوع:** من حيث هو وسيلة دفاع، ومن حيث أننا نلقي اللوم على الآخرين، ومن هذه الناحية احتل مكانة خاصة في بعض روائز الشخصية المسماة الروائز الإضافية في الكشف عن بعض جوانب وصعوبات الشخصية المختلفة.

✍ للإخفاء جانبه الخطر، فقد يبلغ إلقاء اللوم على الآخرين درجة يصبح معها الشخص ملقياً اللوم وبصورة دائمة، على الحظ أو على الآخرين أو القوى الخفية، فيما يقع عليه من سوء ومن درجات هذا المستوى يمكن أن ينطلق معها هذيان الملاحقة والاضطهاد وتآمر الآخرين.

6. التبرير Rationalization:

✍ يظهر التبرير أو التسويغ أحياناً في (عقلنة) السلوك أو تفسيره بأسباب تبدو **معقولة ومقبولة**، بينما تكون الأسباب **الحقيقية انفعالية**.

✍ كما يظهر حين يلجأ الشخص لمثل هذه الوسيلة، أمام **فشل** في الحصول على أمر كان يتمنى الحصول عليه ويسعى إليه.

مثال: تسويغ أحدنا فعلاً غير لائق قام به عن طريق وصف نفسه بأنه (لم يكن هو نفسه، وبكامل قوته، حين ارتكب ذلك الفعل)

مثال آخر: تبرير أحدنا عدم دخول كلية الطيران بتأكيد أخطار الطائرة وقيادتها، بينما كان الدخول إلى تلك الكلية من أعظم آماله.

✍ يكون **التبرير** وسيلة **دعم الذات** في إنهاء الصراعات الداخلية المؤلمة.

مثال: تبرير الجندي معاناته في قتل فرد من الأعداء كان مسناً، أو أعزل السلاح، أو طفلاً صغيراً، إلا نوعاً من الدفاع عن الذات أمام تحدي الأنا الأعلى.

✍ يؤدي التبرير وظيفته **الدفاعية** من **جهتين:**

✍ **أولاً:** فهو يساعد الفرد على **عقلنة سلوكه** في حدود ما يعتقد به وما يعتقد به الآخرين (كما في حالة الجندي).

✍ **ثانياً:** يساعد على **تخفيف حدة الاحباط** فيما يتصل بالأهداف التي لا يستطيع الوصول إليها. (ومتل ما يقول المتل إلى ما بيطل العنب بيقول عنو حصرم).

7. التقمص Identification:

- ❖ يميل الأشخاص إلى التقمص في عدد من مناسبات حياتهم.
- ❖ يظهر على شكل نزوع الشخص على **ربط شخصه بأخر**، أو بفئة، أو بمجموعة صفات متوافرة في مؤسسة، وإلى التعريف عن نفسه **بالانتماء إلى الأخر** أو الفئة أو المؤسسة.
- مثال: يقول الشخص أنه طالب في جامعة (كذا)، أو موظف في مؤسسة (كذا)، أو ابن فلان (حيث يكون فلان من أصحاب المقام في آثاره الاجتماعية أو الفكرية)، أو أبو فلان (حيث يكون الابن بارزاً في مجتمعه).
- ❖ الميل الغالب في حالات من هذا النوع هو نزوع الفرد إلى **إبراز صفاته** من غير ان يتحدث عنها، حين تكون الصفات المعروفة عن الفئة التي يتقمص شخصيتها، ويعرف عن نفسه بها، من الصفات التي تحتل مكاناً (مقاماً) مرموقاً لدى الجماعة. (ومن هذه الجهة يظهر التقمص وسيلة دفاع يسعى بها الفرد إلى إثبات تقدير الجماعة له، وإلى إثبات تقديره لنفسه)
- ❖ إننا جميعاً نميل إلى التقمص أمام تمثيلية نشاهدها، إننا نتمثل دور البطل ونعيش معه، ويهبط نشاطنا كثيراً مع مرضه وموته. وهذا يعني أننا ننزع إلى المماثلة مع غيرنا حين تكون الصفات المتوافرة لديهم، والمعروفة عنهم، مما هو غير موجود لدينا، أو مما نرغب كثيراً في أن يكون لدينا. (إنه حال الابن الذي يريد ان يتقمص شخصية أبيه، وحال البنت التي تتقمص شخصيتها أمها التي تقدرها كثيراً).
- ❖ إنه **سلوك دفاعي** يحتل مكانة مهمة في إبراز نزوعنا إلى اظهار الكفاية واحتلال مقام اجتماعي خاص.
- ❖ وصوله إلى درجة **التطرف** تعكس بعض حالات الاضطراب في الشخصية. إذ كثيراً ما نرى التقمص في حالات **الذهان**، ومنه تقمص شخصية نبي، أو بطل أو عبقرى مات منذ أجيال.

8. التعويض Comensation:

- ✓ يعبر التعويض عن مجموعة ردود فعل يكون القصد منها **الظهور بصفة** ما بغية **تغطية صفة** أخرى، أو يكون القصد منها **مواجهة** ذلك **الشعور بالنقص** الذي يمكن أن ينتهي إليه شخص ما أمام ضعف أو قصور واقعي أو متخيل. (الصفة التي نريد **إظهارها** تكون **مقبولة** بينما تكون الصفة التي نريد **إخفاؤها غير مرغوب بها**).



من الأمثلة عن التعويض:

- ❖ سعي بعضهم على **التعويض بالشخصية الجذابة المرحة** عن ضعف عناصر الجمال الجسماني، وسعي البعض إلى أنواع من الملابس والأحذية تكون كافية في إخفاء بعض عيوب تكوين الجسم أو طوله. ومن الأمثلة البارزة ما يقوم به صاحب الإعاقة الجسدية أحياناً حين يسعى وراء القوة وأشكال الإنجاز في جهة يستطيعها ليعوض بذلك النقص الذي يعانیه في الجهة التي بها العاهة.
- ❖ يجب ملاحظة أن **السلوك التعويضي** قد يكون **غير مثمر** في بعض الأحيان مثال: حال الطفل الذي يريد لفت الانظار إليه بعد أن تخلى عنه رفاقه فأمعن بالاعتداء على غيره بالقول، إن التطرف في سلوك مثل هذا قد يؤدي إلى بعض أشكال السلوك اللااجتماعي.

9. النكوص Regression:

- ❖ إذا اصطدم الإنسان بعائق يعوق إشباع دافع لديه ويصعب التغلب عليه فإنه يمر بحالة من الخيبة أو الإحباط. في هذه الحالة فند يعود الشخص إلى أسلوب قديم كان قد اعتاد أن يحصل به على بعض الطمأنينة (هذا هو النكوص).

مثال: ابن الخامسة الذي شعر بمزاحمة أخيه الصغير من ناحية أمه به فراح يطلب تناول الحليب من الزجاجة كما كان يفعل في الماضي.

كثيراً ما يقال إن من **أساليب** النكوص **مبالغة المرء في التحدث عن الماضي** الذي عاش فيه أجداده، حين يفشل في حياته الحاضرة.

من أساليبه المعروفة أيضاً ما يلاحظ من سلوك عند بعض **المتقدمات في السن** حيث ينتزعن، بشكل بارز ومتطرف، إلى الظهور بمظهر الفتيات الصغيرات في اللباس والحركات ونغمة الصوت.....

10. الأخيلة والأوهام Fantasy:

- ❖ كثيراً ما نلجأ إلى الأخيلة والأوهام نركب فيها ما نريد أن نصل إليه مما يتيسر لنا ادراكه في الواقع، ونظهر فيه من الرغبات ما لم نستطع إظهاره أمام الآخرين.
- ❖ والأخيلة أشكال من التركيب تضم **مجموعة من الصور** ترتبط مع إشباع الحاجات، ويغلب أن يكون **المحرض** أو المثير فيه **نوع من الخيبة والفشل** في الحياة الواقعية.
- ❖ فليست كثرة الأحلام-اليقظة والنوم-المنطوية على صور الطعام والأغذية إلا نوعاً من تحقيق ما خاب الجائع في تحقيقه خلال ساعات يقظته وسعيه وراء الرزق.

❖ الغالب في الأخيلة أن تكون فيها **واحد من بطلين**.

❖ **البطل المظفر المتغلب** دائماً على غيره، البطل المتألم الذي يتحمل ظلم الآخرين.

مثال عن الحالة الأولى: أحلام الجندي تميل إلى جعله البطل الذي يتغلب على أعدائه، ويقتل المئات منهم، وينتهي إلى الظفر في أشد المعارك ضراوة وقسوة << وهكذا تكون أحلامه منطلق دوافعه العدوانية.

❖ أما الحالة الثانية: فيظهر **الشخص صبوراً ومثالاً للشرف** والنبل والفضيلة وموضِعاً للتقدير والإعجاب أمام التجني الذي يصيبه من أناس لا رحمة في قلوبهم ولا عدالة في ضميرهم.

❖ الأخيلة قد تكون **منتجة** وقد تكون **لا** تكون كذلك.

- **فالأولى** هي ما يستعمل في حل مشكلة، كحالة الجائع.

- **والثانية** فليست أكثر من مخرج لرغبات لا تجد لها إشباع في عالم الواقع وتواجه في أغلب الأحيان بالأعاقة.

❖ تقدم الأحلام خدمات: **فمن ناحية أولى:**

✓ إنها **المخرج الوحيد** الذي يعيد إلى الأمل قوته وإلى ارتباطه مع الحياة. مثال: تكون الأحلام هنا حالة تمثيلية سُدنا برؤيتها وخرجنا منها طروبين فرحين إلى مواجهة شروط الحياة بنوع جديد من النشاط والقوة.

✓ وقد تكون **الأحلام والهروب من الواقع** موقع خطر من ناحية ثانية: (إنه خطر أمام فرص التكيف المناسب، فسهولة اللجوء إليه تجعل الإنسحاب من الواقع إلى الأحلام أمر يسير وخاصة في حالات الإحباط، ويلى ذلك أن يصبح الإتصال مع الواقع تدريجياً غير مثمر ولا منتج.



حتى وإن كانت مجرد تخيلات...

فبعض التخيلات سعادة.

11. الإبدال أو التحويل Displacement:

❖ يقصد بالإبدال نقل **موضوع العاطفة**، من موضوعها الأول إلى **موضوع آخر**.

❖ الموضوع الأول قد يكون **شخص أو شيء** ما، وكذلك الثاني.

❖ التحويل يتم **كوسيلة دفاعية** ويعتمد عادةً على وجود صلة بين الموضوعين الأول والثاني.

مثال: صب الأب غضبه على الابن بينما تكون الأم هي المصدر الأول في الغضب، وكذلك تحويل النقد عن الزوجة إلى أمها، وكذلك إيذاء طفل أخته الصغيرة بينما يكون موضوع غضبه عرقلة الأب لمشاريعه.

❖ يلجأ الشخص إلى التحويل أمام **ضغط داخلي** ومقاومة خاصة من موضوع الضغط. إنه يندفع نحو **إطلاق التوتر**.

● يكون مصدر **التوتر خطر**، أو مقاومة أو لا يرغب في إزعاجه، في حين يكون المصدر **الأخر أقل خطر** أو إزعاج فيجعل منه موضوعاً لإطلاق التوتر.

من الأمثلة عليه: أن يضرب الفرد على الطاولة بشدة حين يصعب عليه ضرب الجهاز الذي استعصى عليه أمر اصلاحه.

وقد يميل إلى استغابة الآخرين والتحدث عنهم حين لا يستطيع مواجهتهم بعواطفه نحوهم. وقد يصب زعيم ما جام غضبه على فئة من المخالفين له حين لا يستطيع حل الأزمات التي تواجهه.

● يوفر التحويل فرصة مناسبة أحياناً لنشر التوتر من **غير إيقاع الأذى بمن نحب**، وهو من هذه الناحية يقي الفرد من الوقوع في الكثير من أشكال الصراع التي يمكن أن توجد لديه لو جابه الشخص الذي يحبه أو يقدره بسلوك يضايقه أو يؤذيه.

مثال: الابن الذي يرمي معطفه على الأرض بشدة محولاً إليه غضبه الناجم عن نقد أبيه، يوفر عليه الوقوع بصراع قد يحدث لديه لو جابه أباه بكلام قاسي

● قد يصبح **التحويل انحرافاً** حين يعتاد الشخص **عدم مواجهة الأمور** دائماً بما يجب.

12. الرد المعاكس Reaction formation:

✿ يعني نوع من **النزوع الرجعي** إلى إظهار أنماط سلوك تكون على نقيض من دوافع ونزاعات **مكبوتة** غير مقبولة اجتماعياً.

✿ يتميز بارتداد متعصب ومتطرف إلى أخلاق مقبولة اجتماعياً، وممدوحة تحل في حياة الفرد الظاهرة محل نزاعات نحو اللذة ينكرها رغم فونها لديه وينكرها مجتمعه.

✿ **من أمثلته:** شخص يهاجم أشكالاً من السلوك الإنساني المخالفة للأخلاق، بينما تكون دوافعه المكبوتة متفكدة في حقيقته مع ما هو لدى الناس << فقد يهاجم الكتب التي تبرز قضايا الجنس، بينما يكون ممن يكبت نزاعات جنسية من نوع ما تبرز تلك الكتب.

أو شخص يهاجم الرشوة أخلاق المرتشين، بينما هو يخفي في واقع حاله نزوعاً شديداً نحو الرشوة.

✿ يوفر **الرد المناسب** أحياناً فرصة مناسبة للتكيف الحسن، ولكنه يبقى أرض مناسبة للمبالغة << وهنا تكون المخاطرة.

<< حين يقوم الصراع الشديد بين الإرتداد المتعصب والدوافع الشديدة غير المقبولة اجتماعياً الأمر الذي يهيئ لتكوين اضطراب يضايق صاحبه في النهاية.

13. الإغلاء أو التسامي Suplimation:

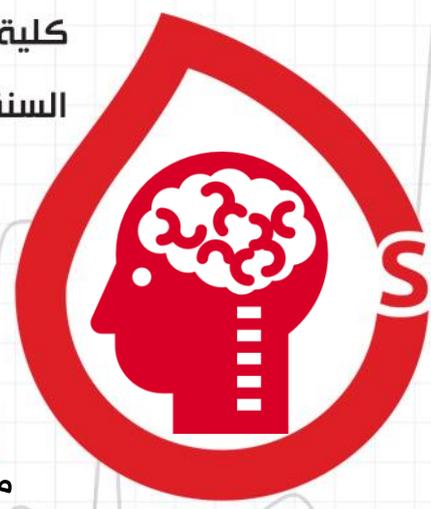
- ♥ يبدو أنه نوع **خاص من التحويل**، يغلب فيه أن يكون **مرتبطاً بالدافع إلى اللذة** وموضوعها.
- ♥ إنه تحويل في الموضوع الذي تندفع فيه اللذة من موضوع أول يغلب أن يكون **موضوع نقد** من المجتمع إلى موضوع **بمتمدحه المجتمع**.
- مثال: الشخص الذي يحمل دافعاً إلى التلذذ بتعذيب الآخرين، يحتمل أنه يكون تجاه التسامي لديه نحو التخصص بالجراحة والسعي لأن يكون جراحاً ناجحاً.
- ♥ ينطوي التسامي على **نوع من التنفيس** لتوتر يرافق النزوع إلى لذة ترتبط بشعور الألم أو تحمل لنقد الآخرين كما ينطوي على بديل هام هو لذة الرسم أو الرياضة أو الجراحة.
- ♥ ومما هو معروف أن **التسامي** قد احتل **مكانة خاصة** من حياة الإنسان في أشكال من **الإبداع** انتهى إليها في الأدب والموسيقى والفلسفة.

لا تصف شيئاً بأنه مستحيل،
الحياة ثرية بالمواقف التي
تجعلك تصل إلى قناعة بأنه
يمكن لأي شيء أن يحدث
وبأي وقت.



وإلى هنا تنتهي محاضرتنا

♥ لا تنسونا من صالح الدعاء



السلام عليكم جميعاً

نتابع معكم بالمحاضرة السابعة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى أن نوفق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	معنى الإحباط
3	تعريف الإحباط
4	تحليل الإحباط
6	أنواع الإحباط
8	آثار الإحباط



Frustration الإحباط

١- معنى الإحباط

٢- تعريف الإحباط

٣- تحليل الإحباط

٤- أنواع الإحباط

٥- آثار الإحباط



أولاً: معنى الإحباط

الدوافع لدى الإنسان كثيرة ومتنوعة، وهي تعمل وراء إشباع كل شكل من أشكال السلوك، فتندفع إليه وتحرضه وتوجهه.

وهي لا تختلف في النوع فحسب بل تختلف كذلك من حيث الشدة ومن حيث اتصالها بسلامة الذات وكيان الشخصية.

◀ يشعر الفرد بالمتعة والسرور حين يستطيع إشباع **دوافعه** ويصل إلى غرضه. **إلا أنه** يشعر بالضيق حين يوجد ما يعوق إشباع دوافعه.

■ خاصة إذا كان الدافع ملحاً، وكان العائق قوياً، الأمر الذي يؤدي إلى مشاعر من الخيبة والفشل حين يمنع العائق إشباع الدافع.

◀ إن هذا الموقف مشحون بإمكانات متعددة، للإحباط.

◀ هذا ويتعرض كل منا في حياتنا اليومية لعدد من حالات الإحباط.

◀ ويصدق هذا على **الراشدين** في أعمارهم المختلفة كما يصدق على **الأطفال والأحداث**.

والإحباط تعبير عن الحالة التي يمر بها الفرد حيث لا يتوفر له إشباع دافع يلح عليه ويشعره بالحاجة. فإذا أخذنا الموقف في كامل إطاره أسميناه **الموقف الإحباطي**.

- ✿ يبدأ الطفل حياته **مدفوعاً إلى السلوك** بعدد من الدوافع، ولكنه يحمل شيئاً من **العجز** مع تلك الدوافع، ويحتاج إلى **الجماعة**، ويرتبط إتصاله بالجماعة بعدد من القيود والشروط.
- ✿ **من هذه القيود:** قيود الزمان والمكان فيما يتعلق بطعامه، وملعبه، ونومه، وحاجات أخرى. ثم إن عجزه، يدعوه إلى الانتظار طويلاً حتى يحصل على المساعدة من الآخرين من حوله.
- ✿ يضاف إلى ذلك أنه قد يُدفع إلى حركات وأعمال لا يريدونها ولا يرغب فيها، وقد يُدفع إلى دراسة تعوق لعبه الذي أحبه، وقد يُدفع إلى مسايرة الأطفال الآخرين مسايرة كثيراً ما يخسر من أجلها.
- ✿ ومع كل هذا تأتي مجموعة من الأوامر والنواهي الكبيرة، والعيب والحرام، والواجب واللازم.....
- ✿ والكثير منها لا يتناسب في الحاضر مع رغباته.
- ✿ **فإذا أصبح سن المراهقة:** اشتدت سلطة الأوامر والنواهي وكثرت، واشتدت مقاومة المجتمع وتنوعت ظروفها، وكثرت من الطرف الآخر دوافعه ورغباته.
- ✿ **وهكذا نجد الطفل والمراهق** أمام الكثير من العوائق أو العديد من العوامل الإحباطية. كما أنه طرف في الكثير من المواقف الإحباطية.
- ✿ **هذه المواقف الإحباطية** تستمر مع الرشد، وكثير منها يصبح أكثر شدة، إن حدود الزمان والمكان، والظروف الاقتصادية، وشؤون العمل والمهنة، وشؤون الوطن، تؤلف كلها ميادين لمختلف المواقف الإحباطية التي تحيط بالراشد.

مثال: أب تمنعه شروطه المالية من تلبية نداء عقله وقلبه، ونداء ابنه، من أجل متابعة الدراسة، ليس إلا موقف بسيط من المواقف الإحباطية.

ثانياً: تعريف الإحباط

- ✿ عملية تتضمن **إدراك الفرد لعائق** يعوق إشباع حاجة له، أو **توقع** حدوث هذا العائق في المستقبل، مع تعرض العضوية من جراء ذلك لنوع من **أنواع التهديد**.



- ✿ قد يظهر الإحباط أحياناً على شكل **اقتناع ذاتي** عن إشباع الدافع.

✿ في هذه الحالة لا يكون الإحباط إلا إذا كان **الامتناع لسبب نفسي** يتصل في النهاية مع يسمى بتوقع العائق.

مثل: فقد يكون الامتناع حادثاً بسبب الخوف من النتيجة، وقد يكون بسبب الصراع وقد يكون تفادياً لأحكام الناس.

- ✿ وفي كل هذه الحالات يكون الامتناع حادثاً بسبب من **توقع** لوجود العائق، ويكون **الإحباط قائم**.

ثالثاً: تحليل الإحباط

يحدث الإحباط نتيجة **إدراك الفرد** ما ينطوي عليه الموقف المحيط به من شروط تقف في وجه إشباع الدافع الموجود لديه.

◀ هكذا يكون الأمر لدى طفل يرغب في الحصول على قطعة حلوى ويمنع من ذلك.

◀ وهكذا يكون الأمر في حالة شاب يشعر بحاجة ملحة لمتابعة الدراسة ولكن ظروفه البيتية تقف في وجهه، فنحن أمام حاجة، وأمام عائق موجود أو مقدر.

ولكن في تكون الإحباط حالات:

قد يكون العائق داخلياً وقد يكون خارجياً:

◀ في الحالة الأولى (العائق خارجي): احتمالان، **أحدهما** أن العائق أمر **فيزيائي** أو مادي، **مثال ذلك** وجود نهر لا يستطيع الشخص قطعه.

والثاني: أن العائق الخارجي **اجتماعي** يضم شخصاً أو أكثر، مثال ذلك: وضع الأب الذي لا يسمح لابنه باستخدام السيارة.

◀ أما إذا كان العائق داخلياً: أمكن أن يكون **دافعاً** يمنع غرض دافع، أو **فكرة** تقف في وجه الدافع الذي يلح على الشخص من أجل إشباعه، أو **قيمة أخلاقية** أو خبرة سابقة. إن حالات كهذه ممكن أن تنقل الشخص إلى حالة **صراع**.

من الممكن أن يكون العائق ظرفاً خاصاً بشخص، أو أن يكون عاماً بحيث يتسبب في وجود الإحباط لدى فئة أو جمع من الناس:

مثال: الطالب الذي يبحث عن كتاب يلزمه للامتحان ولا يجده، يمر بإحباط. إلا أن **المجاعة** التي تهدد بلداً ما يغلب أن تواجه كل أفرادها **بموقف إحباطي**.

◀ ويحدث أن يكون **الإحباط شاملاً** فئة من المجتمع، **مثال:** وضع فريق من الطلاب أعدوا انفسهم لنزهة خارج البلاد ثم أعاقتهم حالة الطقس المتقلبة أو حادثة مؤلمة أصابت أحد منهم.

إن العناصر التي تنطوي عليها المواقف الإيجابية مختلفة من حيث ما تخلفه لدى الأفراد من أثر:

✿ فقد يرى الشخص في موقف ما عنصر إيجاب **شديد القوة**، بينما يراه آخر **عديم القوة** أو ضعيف، وقد يرى شخص ثالث في العنصر المحيط عاملاً **يبعث على الرضا**.

مثال: إن من يستيق من نومه ولا يجد فنجان قهوة يرتشفه صباحاً، ويكون ممن ألفوا عادة تناول القهوة في ذلك الوقت، يشعر بضيق شديد أكثر الأحيان، ولكن هذا الموقف لا يضايق من لم يألف هذه العادة. كما أن فقدان لفافات التبغ يضايق المعتاد على التدخين، بينما يمكن أن يشعر من يكره التدخين بشيء من السرور والراحة.

أضف إلى ذلك أن إدراك الفرد للموقف الإيجابي يعتمد على ثقته بنفسه، وهنا تكون الخبرات السابقة قد احتلت مكانتها الخاصة:

◀ فالإنسان التي تكون ظروف حياته، وإمكاناته العامة، قد أتاحت له ارضاء دوافعه في مناسبات مختلفة ومكنته من التغلب على ما يصادفه من عقبات، يكون قد أحرز قدراً كبيراً من **الثقة بالنفس** ومال إلى نظرة **التفاؤل** فيما يتصل بالحياة ومواجهة ما فيها من صعوبات.

أما من تكون ظروفه وإمكاناته العامة قد خانت في الكثير من المواقف السابقة، وواجهته بأشكال الخيبة المتكررة، فإنه قد يكون نوعاً من الشعور **بضعف النفس**، ولا يكون هذا الشعور مُساعداً له الآن في الكثير من المواقف الإيجابية.

ثم إن إدراك الفرد للموقف الإيجابي يعتمد كذلك على ثقة الفرد بشروط البيئة التي تحيط به، ويدخل في ذلك شروطها الاقتصادية وظروفها الاجتماعية المختلفة ومستواها الحضاري العام:

◀ فالمحيط التي تشبع فيه **الحرية**، ويسود فيه النظام والقانون وتساوي الفرص، وتغمره قيم احترام الإنسان والكرامة والإنسانية، ويوفر للذين يعيشون فيه جواً من **الثقة** بمحيطهم يؤثر في إدراكهم للعراقيل التي يمكن أن توجد وتعوق إشباع دوافعهم.

يُضاف إلى ذلك أن إدراك الفرد للموقف الإيجابي يتأثر كذلك بمجموعة القيم التي يكون الأنا الأعلى قد احتواها واعتمدها:

◀ ذلك أن إشباع الدافع الذي تمنعه الإعاقة أو توقعها يُدرك من زاوية معينة مع قيم أخلاقية تنبع من صميم الأخلاق الإنسانية، ولكنه يُدرك من زاوية أخرى مع قيم انبثقت من مفاهيم الحق للقوة، ومفاهيم السيطرة والتسلط والاستغلال واستعباد الأضعف.



رابعاً: أنواع الإحباط

في دراسة مفصلة قام بها (روزنز فايز 1944 Rosenzweig)، لأشكال الإحباط، توصل لوجود ثلاث أشكال يمكن تصنيف الإحباط من خلالها، وذلك على الوجه التالي:

7. الإحباط (الأولي والإحباط (الثانوي):

♥ يكون الإحباط على نوعين من حيث وجود موضوع غرض الدافع أو عدم وجوده،

◀ **فإذا وجدت حاجة لدى الشخص**، وكان الموضوع اللازم لتلبية غرضها **غير موجود**، كان **الإحباط أولياً**،

مثال ذلك: العطش الحاصل عند إنسان في الصحراء والماء غير موجود.

◀ **أما إذا كان لدى الشخص حاجة**، وكان الموضوع اللازم لتلبية غرضها **موجود**، ولكن وجد عائق يمنع تلبية الحاجة وحصولها على غرضها، كان **الإحباط ثانوياً**.

مثال ذلك: حاجة الشخص إلى طعام وشعوره بالجوع من وجود الطعام قريباً منه ووجود من يمنعه من الوصول إليه.

◀ فالعائق في الحالة **الأولى عدم وجود** الموضوع غرض الدافع، أما في الحالة **الثانية فالعائق إضافي**.

2. الإحباط (السلبى والإحباط (الإيجابى):

♥ ذكرنا من قبل أن **الإحباط** حالة تنطوي على شعور **بالتهديد** ينجم عن وجود دافع له غرضه الذي يسعى إليه ووجود عائق يحول دون تلبية ذلك الغرض.

ولكن هذا التهديد قد يكون **بسيط** وقد يكون **شديد**، ومن هذه الجهة يكون الإحباط **سلبى** وقد يكون **إيجابى**.

♥ فإذا كانت الحاجة **موجودة**، ووجد ما يعوقها في الحصول على غرضها، **من غير** أن يرافق ذلك **تهديد** قوي سمي الإحباط **سلبياً**. **إنه سلبى لأنه لا يترك لدى الشخص أثر يذكر**.

مثال ذلك: عزوف طالب عن تناول كتاب بسبب وجود غبار عليه، وهو يحتاجه مؤقتاً لمطالعة عامة يرافقه عادةً إحباط ضعيف.

أما إذا كان العائق **تهديد** قوي فالإحباط عندئذٍ **إيجابي**، وهو يترك لدى الشخص المحبط **أثر** له قيمة.

مثال ذلك: امتناع رجل عن الخروج من البيت خوفاً من الإصابة برصاصة أعداء يتربصونه، فإحباط إيجابي حين تكون حاجته إلى الخروج قوية مُلحة.

3. الإحباط الداخلي والإحباط الخارجي:

- ♥ حين نأخذ بعين الاعتبار **المركز الذي يأتي منه العائق** يكون من الممكن التمييز بين **نوعين أساسيين** من الإحباط
- ♥ فقد يكون العائق صادر عن أمر **خارجي** عائد إلى الشروط المحيطة بالشخص، وقد يكون صادر عن **فكرة داخلية**.
- ♥ **في الحالة الأولى:** يكون الإحباط **خارجي**، (فبعد المسافة، ووضع حاجز يمنع الشخص من بلوغ هدفه، وتهديد المجتمع الشخص بعقوبة ما، وتهديد أهل الطفل بالعقوبات إن هو أقدم على فعل شيء يرغب فيه) هذه كلها عوائق خارجية تسبب إحباطاً، ونسميه بالإحباط الخارجي.
- ♥ **ويكون في الحالة الثانية:** إحباط **داخلي**، (حين يكون العائق آتٍ من مثل أعلى نؤمن به، أو صراع داخلي أو من خوف من الندم "بيع قطعة أرض لشراء سيارة")، فالعائق عندئذٍ داخلي، ونسمي الإحباط هنا داخلياً.
- ♥ **فإذا كان** الإحباط الخارجي كثير الحدوث في مجتمع تنوعت وسائل الحياة فيه وكثرت مغربياته، فإن الثاني كثير الحدوث كذلك مع شخصية تكثر دوافعها ويكون نمو القيم الاجتماعية لديها قوي.
- ♥ إن كثرة حدوث الأول، وتكرار حدوث الثاني، قد وجها الباحثين إلى فحص الأشكال التي يظهر عليها كل منهما، وقد قاد الفحص إلى فروع متعددة لكل منهما.
- ♥ **فالإحباط الخارجي:** قد يكون نتيجة **إعاقة** كما هو الأمر في حال وجود حاجز، وقد يكون نتيجة عوز مثل عدم توافر وسيلة الشراء كما هو الحال في حالة الفقر، وقد يكون نتيجة حرمان كما هو الأمر بالنسبة لمن يهوى السير على قدميه حين يُحرم منهما إثر حادثة وقعت له.
- ♥ **والإحباط الداخلي:** كذلك قد يكون نتيجة **عوز** كما هو الأمر في ضعف الحاسة منذ الصغر، وقد يكون نتيجة حرمان كما هو الأمر في الإصابة الطارئة على الحبال الصوتية لمن تدعوه المناسبة إلى الكلام.
- ♥ وفي كل الحالات نجد الآثار التي يتركها الإحباط في الشخص متنوعة الأشكال أكان الإحباط داخلياً أم خارجياً.



خامساً: آثار الإحباط

يختلف الأشخاص في موقفهم من الظرف الذي يواجههم بالإحباط لدى أول مرة أو محاولة، فبعضهم يقف ويستسلم ويقبل بسهولة، وآخرون يستمرون في المحاولات أملاً في التغلب على الصعوبة، يواجههم في ذلك دافع اشتدت قوته بتأثير فشل المحاولة الأولى، وغيرهم يتحول عن الظرف إلى آخر، أو يتحایل عليه، أو يواجهه بالقوة.

◀ وليست **حالات السلوك** هذه إلا بعض الأشكال لمحاولات التكيف التي يلجأ إليها الأفراد عادةً أمام موقف يواجههم بإعاقه.

◀ فإذا لم يتم للفرد التغلب على الصعوبة، وإذا بدأ ظهور الإحباط لديه، **فما الآثار التي يمكن لهذا الإحباط أن يخلقها؟**

1. الإحباط والدوافع:

- ذكرنا سابقاً أن الإحباط عملية إدراك الفرد لعائق يقف في وجه إشباع حاجة له وأنه يحدث أحياناً مع توقع الفرد حدوث مثل هذا العائق إن لم يكن العائق موجود بالفعل.
- وهذا معنى أن الدافع سابق في وجوده، وإن إعاقته وصوله إلى غرضه إعاقه تنطوي على تهديد للذات، وأنها تفسح المجال أمام ظهور سلوك الإحباط.
- إن الدافع الضعيف الذي ينتهي إلى الإحباط ينجم عنه عادةً إحباط ضعيف. ويشد الإحباط في هذه الحالة إذا دعمت الدافع الضعيف شروط إضافية.

مثال: إذا وجد عائق مثلاً يمنعنا من مواجهة رئيسنا في العمل لنعرض عليه صعوبات نمر فيها، وأدى ذلك إلى إحباط ضعيف، فإن من الممكن أن يدعم هذا الإحباط ويقويه وجود آخرين يواجهوننا بالتحدي والتعليق على الموقف.

- أما الدافع القوي الذي ينتهي إلى إحباط قوي، يصبح أحياناً ضعيفاً إذا خفضت شروط إضافية من شدة الأثر: أي استطاعة خلق شروط تضعف تدريجياً شدة الدافع.

• ويعني الحال الأول والحال الثاني، إن أثراً ما يمكن أن يلحق بالدافع لدى حدوث الإحباط. **فكيف يبدو هذا الأثر؟**

- تؤكد الدراسات التجريبية ما تكشفه الملاحظات اليومية من أن الإحباط يؤثر في قوة الدافع، وأن تأثيره يمكن

أن يأخذ **وجهتين:**

◀ تكون **الأولى دعم** الدافع وزيادة قوته، وتكون **الثانية إضعاف** شدته.

✳ فإذا كان الإحباط في **مطلع المحاولات** فإنه قد **يزيد في قوة الدافع** من أجل الوصول إلى ما نرغب فيه، **مثال:** ما نشاهده في محاولات الطفل الرامية إلى تناول صندوق الحلوى الموضوع بعيداً عن متناول يده حين يظهر له الصندوق بعيداً جداً، وهذا ما نجده عند شاب فشل أول مرة في تسلق قمة جبل عال، وطالب فشل أول الأمر في الامتحانات. (ومن هذه الحالات ينطلق الحديث عن أثر الإحباط في دعم الدافع إلى التعلم).

✳ ولكن الإحباط قد يأخذ اتجاهاً آخر **يضعف من قوة الدافع**، مثال: حال التلميذ الذي يمعن التخلي عن الإعداد الكافي بعد أن يكون قد فشل في امتحاناته من قبل، وقد يصل في ذلك حتى حالة اليأس حين لا يعود الدافع قادراً على إثارة سلوك جديد باتجاه محاولة إزالة العراقيل. **(ومن مثل هذه الحالات ينطلق النظر إلى الإحباط على أنه نوع من العقاب الذي يلي الفشل لدى المتعلم ويترك أثراً سلبياً).**

2. الإحباط والعدوان:

✳ ينتهي الإحباط في الكثير من الحالات إلى **العدوان**.
 ✳ يظهر المصاب بالإحباط شديد التوتر ميالاً إلى اقتناص أية فرصة تتاح له للخلاص من ضغط التوتر لديه. **مثال:** الطفل الذي اعتاد الرعاية من والديه يلجأ إلى أشكال متعددة من العدوان عليهما حين يمعنان في إهماله، والعامل الذي لم يستطع الحصول على الوظيفة الشاغرة في المعمل قد يثور مهدداً ومتوعداً، وقد ينتهي إلى إلحاق الأذى بأحد أفراد الأسرة حين لا تتاح له فرصة تنفيذ التهديد والوعيد في المعمل.

✳ يأخذ العدوان **شكلاً كلامياً** أحياناً يكون من نوع الشتائم أو الكلام القاسي، ويأخذ **شكل الضرب** أحياناً أخرى، وقد يظهر بشكل **عاطفي** في حالة من نوع **الحقد أو الكراهية**.
 ✳ وقد يكون العدوان **مباشراً**، وقد يكون **غير مباشر**. إنه يتجه نحو مصدر الإحباط في الحالة الأولى، أما في الثانية فيتحول إلى مصدر آخر.

مثال: قد ينتهي الطفل إلى الاعتداء بالضرب على من يمنعه من الذهاب خارج البيت مع أخيه، وقد يعمد إلى كسر الأواني في ثورة غضب شديدة.



3. الإحباط ووسائل الدفاع الأولية:

ذكرنا في حديثنا السابق عن **النكوص**، أن الفرد قد يترد بتأثير إحباط حاضر إلى سلوك قديم يعود إلى مرحلة نمو سابقة أملاً في أن يجد في السلوك القديم حلاً للصعوبة التي تواجهه الآن، كحالة طفل الخمس سنوات، وحالة السيدة التي فشلت في حياته الزوجية، فراحت تبكي وصدرها على رأس أمها كما كانت تفعل في السابق.

إن **السلوك النكوصي** الذي يلجأ إليه الفرد إثر الإحباط الذي أصابه سلوك طفولي، فإنه يخدم الشخص أحياناً في التغلب على **التوتر الداخلي** لديه.

إن **هذا الأثر** الذي يتركه الإحباط في الشخص حين يدفعه إلى وسيلة من وسائل الدفاع الأولية يمكن أن يلاحظ في عدد من هذه الوسائل. **كالتبرير، والنكران، الكبت والتقمص، والردود المعاكسة.** لهذا نستطيع القول إن الإحباط وراء الكثير من حالات لجوئنا إلى وسائل الدفاع الأولية، كما وجدناه وراء الكثير من حالات السلوك العدواني.

انتهى الحديث السابق عن الإحباط والدافع إلى بيان مكانة الإحباط من دعم الدافع في حالات، وإلى أثر الإحباط الشديد في إضعاف الدافع وفي استمرار الشخص في المحاولات. إن الحالة الثانية هي الموضوع الذي سنقف عنده في هذه الفقرة.

4. الإحباط والاستسلام:

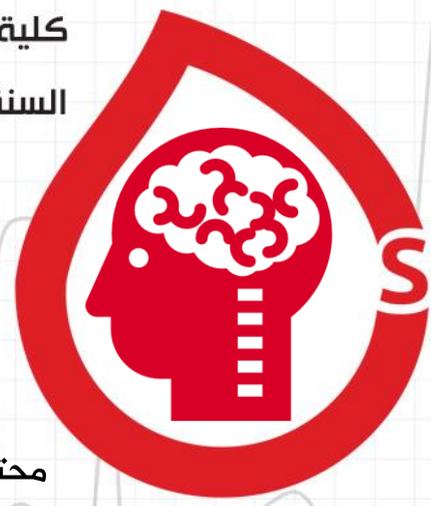
حين ينتهي الإحباط إلى إضعاف الدافع، فإنه قد ينتهي إلى **الاستسلام** حين تكون آثار الإحباط **شديدة.**

في حالة الاستسلام يشعر الشخص أن المحاولات للتغلب على الصعوبة (الصعوبات) أصبحت غير مجدية، وأنه مقضي عليه أن يتحمل الآثار: (آثار الفشل، آثار الحياة القاسية، آثار الظروف المؤذية). ومع القنوط الذي ينتهي إليه هذا الحال، يغدو الشخص أقرب إلى إنكار لزوم المحاولات من دون أن يجرب من جديد أو يقبل التفكير في ذلك.

ويبدو هذا الشخص وقد تمكنه موقف نمطي يغلب فيه الرفض والاكتئاب والانغلاق الذهني.

هذا الحال قد يكون **مقدمة لاضطراب نفسي** قد يشتد.

وإلى هنا تنتهي محاضرتنا لا تنسونا من صالح الدعاء ♥



السلام عليكم

أمواجٌ هائجةٌ تتلاطمُ داخلَ رُوحِكَ وتَمتدُّ لِتَجْرَّ مَعَهَا كُلُّ ما تَلْقَاهُ عَلى شِواطِي مَوانِئِكَ، ثُمَّ يَتَبَعُها جَزْرٌ يَبْتَلِعُ
أَنقاضَ نَفْسِكَ الَّتِي أَنهَكَتِ بِالمَعَارِكِ المَدفُونَةِ في أعماقِها والَّتِي لا يَعرِفُ عَنها أَحَدٌ سِوَاكَ.

فَما هُوَ هذا الشَّيءُ الَّذِي يَنهَشُ رُوحَكَ مِنَ الدَّاخلِ؟!

إنَّه الصِّراعُ، وَهُوَ المَوضُوعُ الجَوهَريُّ لِما حَاضَرَتنا اليَومَ الَّتِي سَنَتعرَّفُ فيها عَلى تَعرِيفِ الصِّراعِ ونَقُومُ بِتَحلِيلِهِ، ثُمَّ
سَنُبحِرُ في مَحيطاتِ أنواعِهِ، وبعَدها سَنَقُومُ بِرِحلةٍ اسْتِكشافيةٍ لِمَعرِفَةِ آثارِهِ، وسَتَرسُو سَفينَتنا أخيراً في جَزيرةِ
العَلاقةِ بَينَ الصِّراعِ وَالإِجْباطِ.

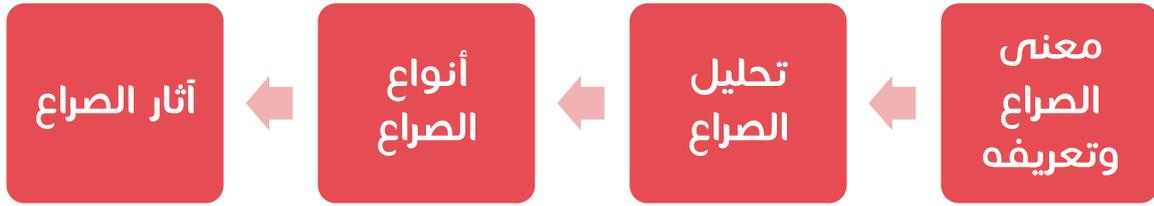
أَمَلينَ أن تَنعَمُوا دائِماً بِسَلامٍ دَاخلِي، راجينَ مِنَ اللّهِ تَعَالى أن يُبَعدَ أرواحَكُم عَن تِلْكَ العَواصِفِ الهائِجةِ.

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	معنى الصراع وتعريفه
3	تحليل الصراع
3	الصراع اللاشعوري
4	أنواع الصراع
7	آثار الصراع
8	الصراع والإجباط



الصراع



ونبدأ بـ:

أولاً: معنى الصراع وتعريفه

- إن حالات الصراع التي يمر بها الناس في حياتهم اليومية كثيرة ومختلفة.
 - ← فهذا طفل يناقش موقفه مناقشة داخلية وعنده بعض الحيرة بين تنفيذ طلب أبيه والبقاء في البيت ومتابعة دراسته، وميله إلى التمتع بجو الربيع الجميل والخروج إلى أحضان الطبيعة يلهو ويلعب.
 - ← وهذا شاب يصارع نفسه مختاراً بين تقرير الانتساب إلى كلية الطب أو الانتساب إلى كلية الصيدلة.
 - ← وهذا رجل قارب عمره الخامسة والعشرين من عمره وهو يصارع دوافعه، فبعضها يدفعه نحو تقرير الدخول في الحياة الزوجية وبعضها إلى الانتظار حتى إنهاء الدراسات العليا.
 - ← وهذه امرأة تلاقى من الضيق الغير قليل في حياتها الزوجية وهي في صراع داخلي بين قبول هذا النوع من الحياة من أجل أطفالها، أو التخلي عن الحياة الزوجية والظفر بشيء من الراحة الشخصية.
- هذه الأنواع المختلفة من الصراع في حياتنا اليومية تقود عدداً غير قليل منا إلى المتاعب والآلام.
- ولا تقف حالات الصراع عند هذا الحد، بل إنها تقود أحياناً إلى توتر واضطرابات شديدة، وقد تكون الطريق إلى بعض حالات الشذوذ.
- يتضمن **الصراع conflict** في الأصل وجود دافعين لا يمكن تلييتهما بنفس الوقت.

أمثلة:

- الرجل الذي يحب امرأة ويرغب في الزواج منها، ويخاف من أن يمنعه ذلك من متابعة القيام بواجباته نحو أمه وأخوته، يقف في الواقع بين دافعين لا يجد مخرجاً أنياً وسريعاً في تلييتهما معاً.
- الجندي الذي يُدفع إلى المعركة وهو يؤمن في الوقت ذاته بعدم جدوى الحرب أو بأن القتل جريمة يرتكبها الفرد.

- **في مثل هذه الحالات يمكن تعريف الصراع بأنه:** حالة يمر بها الفرد حين لا يستطيع ارضاء دافعين

معاً، ويكون كل منهما قائماً لديه.



- وإذا أخذنا الدافع من حيث السلوك الإجرائي الذي يدعو إليه، فإننا نستطيع **تعريف الصراع** بأنه الحالة التي يمر بها الشخص حين يواجه موقفاً معقداً، وقد تعلم من قبل أن يستجيب لكل من دوافعه بأشكال من السلوك ولكن هذه الأشكال لا يمكن أن تجتمع الآن معاً.
- مثلاً:** أنه لا يستطيع أن يستمر في قيادة السيارة وأن يستسلم للنوم في وقت واحد، مع العلم أنه يعرف من قبل كيف يقود سيارته، وماذا عليه أن يفعله لينام.

ثانياً: تحليل الصراع

- يحتل الصراع مكانة هامة بالنسبة لحالات الشذوذ لأنه قد يكون الطريق إليها.
- أكثر ما يحدث ذلك حين يكون بين دافعين متعادلين في القوة الشديدة ولكل منهما ما يرفده وحين تتوافر شروط محيطية مساعدة.
- وإذا نظرنا إلى الفرد وإلى آثار المجتمع في تكوينه،
 - فإننا نستطيع القول بأن الكثير من حالات الصراع تنشأ بسبب ما يضعه المجتمع من موانع وعراقيل في وجه الكثير من الدوافع القوية التي يحملها الأفراد معهم.
 - لننظر الآن إلى الصراع من ناحية الموقف الذي يكون فيه الشخص.
 - ↳ إن الشخص في حالة تفاعل مع شروط تحيط به، عندما يمر بموقف ما.
 - ↳ وإن كل عنصر ضمن الموقف يحتل مكانته، ويمكن أن يجذب الشخص إليه أو أن يدفعه عنه.
 - ↳ فنحن نرغب في شيء ونميل عن الآخر، فإذا فهمنا هذا التفاعل بين الفرد وما يحيط به من حيث إشارة الإيجاب **(الانجذاب إلى)** ومن حيث إشارة السلب **(الانجذاب عن)**، فإننا نستطيع القول بأن موقف الفرد مع محيطه تتحكم به مجموعة من القوى، بعضها (جاذب) إلى وبعضها (دافع عن).
 - ↳ ولكنها ليست متساوية في قوتها.
- ويكون الشخص في موقف صراع حين تتجاذبه هذه القوى، أكانت إلى شيء، أم كانت عنه. هذا مع العلم أن المحيط المذكور قد يكون المحيط الخارجي أو الداخلي.

الصراع اللاشعوري:

- ❖ إن الكثير من حالات الصراع التي نمر بها شعوري، ولكن بعضها يبقى في مستوى اللاشعور، كما أن بعضها الآخر يبدو شعورياً ولكنه ينطوي في الأعماق على عناصر لا شعورية هامة.
- مثال:** حالة الشاب بين ممارسة السباحة أو الاستمرار في الدراسة أو بين الذهاب في نزهة أو البقاء في البيت إلى جانب أبيه المريض.
- ❖ إن في مثل هاتين الحالتين صراع شعوري يحتمل أن يقود التحليل فيه إلى إيجاد عناصر لاشعورية.
- ❖ إلا إننا نتصرف أحياناً تصرف يبدو في الظاهر غريباً ولا نجد له تفسيراً واضحاً حين نفحصه.
- مثال:** ثورة أب ضد تصرف ابنه وهو الذي عود ابنه باستمرار على المسيرة والرعاية.



❖ فإذا حللنا هذا التصرف فمن الممكن، نجد صراعاً لم يكن الأب شاعراً به بين ما يريده الأب لنفسه من مكانة عند ابنه وبين ما يريده من تسلط الأب وتحكمه بسلوك الأبن. ومثل ذلك ما نجده أحياناً في بعض حالات الخلاف بين زوجين مما لا نستطيع تفسيره في البدء، **مثال**: نجد لدى تحليل حالة معينة من الخلاف بين زوجين أن الزوج يحمل في لا شعوره النزوع إلى **(زوجة أم)** ترعاه، ونجده في الوقت نفسه متأثراً بنزوعه إلى الاستقلال وتأكيد عناصر الرجولة ومكانة الزوج كما يقرها مجتمعه، ونجد أن الزوجة هي من النوع الذي يحمل معه لا شعورياً النزوع إلى **(الزوجة الأم)** الراعية، وهي تعيش بطمأنينة طالما ان سلوكها منسجم مع دوافعها. ولكن الزوج يمر في صراع تجاه ذلك السلوك. ويكون صراعه اللاشعوري العامل الرئيسي وراء تلك المظاهر من الخلاف في الحياة الزوجية مما لا يجد له في شعوره تفسيراً واضحاً.

ثالثاً: أنواع الصراع

الصراع على أساس الإقدام والإحجام:

✦ يظهر الدافع أحياناً على شكل قوة تدعونا إلى الحصول على أمر ما، ويظهر أحياناً أخرى داعياً لإتقاء شيء أو ظرف. ✦ فإذا وجد الصراع بين دافعين، وكان لكل منهما غرضه، أمكن رؤية عدد من أنواع الصراع من حيث اندفاعنا نحو الظروف أو عنها. ✦ أشار لوين *lewin* بوجود ثلاثة أنواع من الصراع حين ننظر إليه من هذه الناحية، ثم أضيف إليها نوع رابع فيما بعد، وهذه الأنواع هي:

1. صراع الإقدام-إقدام:

❖ يظهر صراع الإقدام والإقدام حين يتنازعنا دافعان يدعونا كل منهما إلى الحصول على الشئين معاً. ✦ إننا أمام رغبتين إيجابيتين من حيث الانجذاب نمثل لهما بإشارتي (+ +)، وكل منهما رغبة تتجه نحو أمر أو ظرف أو شيء نريد الحصول عليه، ولكن علينا أن نتنقى بين الأمرين أو الشئين لأننا لا نستطيع الحصول عليهما معاً هاهم.

مثال:

- نحن نصارع أنفسنا فيما يتعلق بشراء واحد من كتابين، نريد كلاً منهما ولا نستطيع شراء أكثر من واحد.
- والطفل في صراع بين شراء كتاب قصصي كثير الألوان وشراء لعبة مغرية، ولا يستطيع الحصول على الاثنين معاً.
- وقد يمر الشاب في هذا النوع من الصراع أمام انتقاء واحدة من سترتين، أو استعمال واحدة من ربطتي رقبة، أو واحد من قميصين.

❖ يبدو هذا النوع من الصراع سهل الحل ضعيف الآثار هاهم، إذا لا يلبث صاحبه حتى يجد الحل معتمداً على نوع من حساب المميزات لكل من الأمرين اللذين يرغب فيهما.

❖ ولا يبدو هذا الصراع خطراً إلا حين يصبح الخير في كل من الحالين عظيماً، ويكون الشعور بالخسارة في هذه الحالة شديداً حين نضطر إلى انتقاء واحد من الطرفين والتخلي عن الآخر.

2. صراع الإحجام والإحجام:

❖ يكون الشخص في صراع الإحجام والإحجام مسرحاً لنزاع بين دافعين كل منهما يدعوه لإلى تجنب حالة ما ولا يستطيع تجنب الاثنین معاً.
❖ نمثله بإشارتي (- -).

مثال:

- الطريق مظلّم مثلاً والطفل يخاف من السير في الظلام، ولكنه لا يرغب في أن يقول ذلك لرفاقه تجنباً لاتهامه بالجبن، وعليه أن يختار بين الطرفين.
- الجندي في المعركة لا يرغب في الهجوم خوفاً على حياته، ويخاف من الهروب لئلا يُتهم بالجبن، أو الخيانة، ويكون عليه أن يختار بين الحالتين.

❖ إن هذا النوع من الصراع، صراع بين أمرين أحلاهما مر، وهو شديد الوقع على الفرد أحياناً وبخاصة حين يكون التهديد الموجه للذات قوياً في كل من الطرفين.

❖ كما أن **مدته الزمنية أطول** ^{هـ} من المدة الزمنية لصراع الإقدام والإقدام.
❖ كثيراً ما نجده قائماً وراء العديد من أشكال أو حالات الجنوح والسلوك اللااجتماعي.
❖ قد يُحل عن طريق **هروب الفرد** ^{هـ} من حقل الصراع كله، ولكن الهروب نفسه قد يوقعه في شكل من أشكال الإحباط، أو يوجهه نحو الجنوح سعياً وراء التعويض.

3. صراع الإقدام والإحجام:

❖ ينطوي على نزوع إلى شيء ورغبة في تجنب آخر يأتي لاحقاً بذلك الشيء، أو يكون الشيء نفسه منطوياً عليه.
❖ الشخص هنا في موقف ينطوي على رغبتين في اتجاهين: اتجاه واحدة إيجابي والثانية سلبي.
❖ نمثله بإشارتي (- +).

مثال:

- إننا نرغب في مشاهدة مباراة كرة قدم ولكننا نخاف من أخطار رداءة الجو.
- ونرغب في دراسة الطب ولكننا نخاف من طول فترة الدراسة.
- والشباب يرغب في الزواج من فتاة معينة ولكنه يرغب أيضاً في تجنب مشكلات الأسرة التي تنتمي إليها.
- ونميل إلى إرسال ابنتنا في رحلة مدرسية بعيدة ولكننا نخاف عليها من أخطار الرحلة.

- ❖ يُعد هذا النوع من الصراع أخطر الأنواع من حيث ما يمكن أن يقود إليه من حالات الإحباط والقلق والاضطراب الحادة.
- ❖ فإذا كانت النتائج الموجبة للموقف والنتائج السالبة له على درجة واحدة تقريباً من الأهمية فيما يتعلق بالشخص، فإن الصراع قد يطول وتشتد أخطاره مع طول استمراره، وفي هذه الحالات كثيراً ما يأخذ الصراع الشكل الرابع حين تظهر دوافع جديدة.

4. صراع الإقدام والإحجام المزدوج:

- ❖ أضيف هذا النوع استناداً إلى ما ينطوي عليه من ظهور دوافع جديدة تدعم الإقدام نحو موضوع النزاع أو الإحجام عنه.
- ❖ إنه في الواقع نوع من **التطور يصيب النوع الثالث من الصراع** هاهنا، ونعني صراع الإقدام والإحجام.
- ❖ فالشاب الذي يرغب في الانتساب إلى كلية الطيران ويخاف أخطار الطائرة، ويكون بذلك في صراع من نوع الإقدام والإحجام، يجد في المرتب العالي الذي يتقاضاه المتخرج من تلك الكلية دافعاً جديداً يدعوه إلى الإقدام.
- ❖ **ولكن الدافع الجديد لا يقضي على جانب الإحجام بل يقوي ويدعم جانب الإقدام** هاهنا.
- ❖ كما قد يساعد الدافع الجديد على سرعة إيجاد المخرج، وقد تبقى المسألة صعبة حين يظهر دافع جديد إلى جانب الإحجام.
- ❖ إن النظر إلى أنواع الصراع من حيث الإقدام والإحجام سليم حين ننظر إلى ما نرغب فيه وما نرغب عنه من الأمور أو الأشياء، ولكنه لا يكفي حين ننظر إلى الفرد من حيث أنه يتفاعل باستمرار مع محيطه الخارجي وما فيه من مؤثرات، ولذلك يمكن النظر إلى الصراع من حيث التفاعل الذي يتم بين الفرد ومحيطه، ونجد أنفسنا هنا أمام هذه الفئات من الصراع:



5. الصراع بين دوافع مرتبطة مباشرة بمطالب خارجية:

- يحدث أحياناً أن تطلب الأم شيئاً تريده لابنها، وأن يطلب الأب شيئاً آخر يريده لابنه، والطلب الأول يثير دافع لدى الابن، وكذلك الثاني، ولا يكون الأمران في اتجاه واحد، ولا يمكن تحقيقهما معاً.
- هنا نجد صراعاً لدى الابن، فأى الأمرين يأخذ؟ وأي الأمرين يلبي؟ ومثل هذا يقال في عرضين لوظيفتين قُدمتا لشاب، ولكل منهما شروطها، ويكون عليه أن يختار بين طريقتين يوصلان في النهاية إلى حالة من الصراع.
- مثل هذه الحالة من الصراع يعود إلى ظروف أو مطالب خارجية أثارت الدوافع وأحدثت حالة من الصراع.



6. الصراع بين الحاجات الداخلية والمطالب الخارجية:

- بعض حالات الصراع التي تنشأ لدى الفرد تعود إلى حاجات أو دوافع داخلية مجتمعة مع حاجات أو دوافع داخلية مجتمعة مع حاجات أو دوافع تثيرها مباشرة مطالب خارجية محيطية،
- ويكثر أن يأخذ هذا الصراع شكل صراع بين مجموعتين من الدوافع.

مثال:

- حاجة الجندي إلى الماء الموجود خارج المكان الذي يحتمي فيه، وشعوره بوجود عدد ينتظر خروجه.
- وحاجة الطفل إلى قطعة حلوى يتناولها ووجود من يوقع عقاباً فيه إن هو فعل ذلك.
- وحاجة شخص لشيء ما وإدراكه أن فيه جوانب أو شروط لا توافق ما عنده من قواعد أو من يؤمن به من قيم.
- وحال شخص قُدم له عمل، وهو بحاجة ماسة إليه، وتلكأ واحترار حين عرف أن في العمل شيئاً يبعده عن أن يكون متناسباً مع مستواه الثقافي أو يؤذي تقديره لذاته.

رابعاً: آثار الصراع

- يكثر ظهور الصراع في حياتنا اليومية، فشرط الواقع لا تتفق دوماً مع رغبات الإنسان ومستوى طموحه.
- كما أن رغباته نفسها لا تكون دائماً في اتجاه واحد، ولا يمكن دائماً تنفيذها في وقت واحد.
- أضف إلى ذلك النزاعات الدفينة نحو الاستقلال ونحو التبعية، ونحو تحمل المسؤوليات، ونحو إلقاء التبعات على الآخرين، كثيراً ما تتعارض.
- ← إن كل شروط الحياة هذه توفر الفرص المناسبة لظهور الصراع.
- ← لذلك يكون الصراع أمراً مألوفاً، وكثير الحدوث وسوياً من حيث الأصل.
- فإذا كانت ثقة الإنسان بنفسه قوية، وصلته مع الواقع مثمرة، ومعرفته بحدود إمكانياته كافية فإنه يميل إلى حل صراعاته بطريقة سريعة تنطوي على التنازل والمسايرة أحياناً.
- أما إذا كانت هذه الجوانب ضعيفة لديه، فإن إمكانيات تطور الصراع تصبح كثيرة.
- ← والصراع يضايق حين يشتد، ويمهد الطريق إلى الانحراف حين يطول بقاءه وتكثر جهاته، ومن هنا تأتي أخطاره.
- ← تظهر آثار الصراع على شكل:

المظهر الحركي للصراع:

- يحمل كل صراع في داخله قوة حركية، إنه يدفع إلى المحاولات تكاد تكون مستمرة للخلاص منه أو تفاديه.
- إنه حالة مؤلمة توحى للفرد بشيء من عدم الانسجام الداخلي وشيء من التهدم لنظام الشخصية.
- إنه ينطوي على التردد، ويكمن أن يقود إلى الكثير منه.
- وهو يشعُرنا بنوع من العجز عن الوصول إلى استجابات مثمرة لتغيرات محيطية متنوعة، وكثيراً ما يدفع إلى اتخاذ إجراءات دفاعية غريبة.

مثال: كانت الزوجة (م) تحب لزوجها (س) أن يعاشر أصدقاءه من الرجال وأن يقوم بواجباته الإجتماعية من حيث الانتماء إلى نوادي الرجال الرياضية وما هو في نوعها.

- ← ولكن هذا الدافع تصادم مع محبتها لنفسها ورغبتها في بقاء زوجها إلى جانبها بعد انتهاء ساعات العمل، وهكذا بدأت تظهر عليها أعراض الصراع حين يأتي موعد زواجه للقاء أصدقاءه، وكانت هذه الأعراض تدفع بزوجها للبقاء في البيت.
- ← من هذه الأعراض، أن تدعو أصدقاء الأسرة لزيارتها مع زوجها، وكثيراً ما كانت تحدد موعد الزيارات في الموعد المخصص لزيارة الزوج لأصدقائه، دون انتباه منها إلى وجود التعارض في المواعيد، مما يضطر الزوج للبقاء في المنزل.
- إن هذه القوة التي يحملها الصراع في داخله تظهر واضحة في سعي الفرد نحو إيجاد المخرج. وكثيراً ما يقبل بالحل على حساب خسارة جهة من الجهات التي يرغب فيها، وكثيراً ما ينسحب من الموقف كله.
- ويحدث أحياناً أن يسعى إلى نوع من التسوية بين الدافعين حين يكون ذلك ممكناً.

الصراع والإحباط

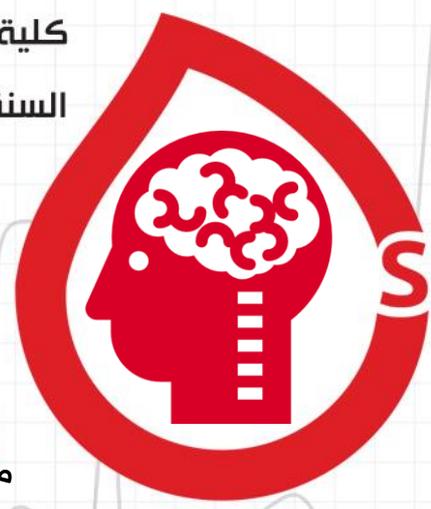
- يمكن حل الصراع مباشرة بأخذ دافع دون آخر.
- ويحدث ذلك حين نواجه موقف الصراع بالحل من غير انسحاب أو عدوان.
- ← فإذا أخذ الفرد جانب واحد من الدافعين جاء الإحباط من عدم إرضاء الدافع الآخر.
- فإذا كان الخير المتروك من الدافع الذي أهملناه كثير، أمكن فيه للإحباط أن يكون شديداً.
- ← وقد نميل بتأثير الإحباط إلى الإضفاء فنلقي اللوم على الآخرين، أو نلقي المسؤولية على الظروف المحيطة بنا.
- إن حالة الإحباط هذه قد تشتد مع ضعف الثقة بالنفس وتدخل العوامل الأخرى المتصلة بتقدير الشخص لإمكاناته.
- ← فإذا حدث ذلك وتكرر، أصبحت التربة خصبة للتردد في مواجهة مواقف حياتية مقبلة تنطوي على مواقف صراع متنوعة.
- والشخص الذي يعاني من حالات الصراع يميل إلى تعميم خبرته، فيصبح ميالاً إلى العناد وصعوبة إيجاد الحل في حالات الصراع، أو يصبح الميل قوياً لديه نحو الانسحاب أمام حالات الصراع.

وهنا تنتهي محاضرتنا * _ *

لا تنسونا من صالح دعائكم 🍀



كلية الطب البشري
السنة الثانية



السلوك السوي والسلوك الشاذ

د. دارين الرمضان
محتوى مجاني غير مخصص للبيع التجاري

8/12/2021



مدققة

RB Medicine

علم النفس السلوكي | Psychology

السلام عليكم

نتابع معكم بالمحاضرة التاسعة من مقرر علم النفس السلوكي راجين من
الله التوفيق في العمل

الفهرس

الصفحة	الفقرة
2	معنى السلوك وكيفية تكونه
3	السلوك السوي
5	معنى الشذوذ والسلوك الشاذ
7	المعايير (الاتجاهات) في تحديد الشذوذ



والآن نبدأ

- يبدو لنا سلوك الآخرين مقبولاً أحياناً ويبدو غير مقبول أحياناً أخرى.
 - ✓ **في الحالة الأولى:** نظهر الارتياح، أو نطلق حكم استحسان، أو نمر بالسلوك من غير أن نطلق أي حكم خاص باعتباره السلوك العادي، الذي تقتضيه المناسبة.
 - ✓ **أما في الحالة الثانية:** فأكثر ما يحدث هو أن نقف في موقف المستغرب، أو المستهجن، أو الناقد، ونطلق أحكاماً عن ذلك السلوك (غير العادي) تتفاوت في درجة ما تنطوي عليه من استغراب أو استهجان أو نقد. فهو غير عادي أحياناً، وفي حالات أخرى غريب، مستهجن، خطر، شاذ.... إلخ.
- {إن غرضنا الأساسي في هذه المحاضرة هو الحديث عن ذلك النوع من السلوك الذي يكون شاذاً، ولكن تحقيق هذا الغرض يتطلب من أولاً الحديث عن السلوك السوي باعتبار أن الشاذ إنما يكون في الأصل شذوذاً عن خط سير السوي. ونحن لا نطلق في هذا الحديث عن الشذوذ من ناحية الأخلاق، بل يهمننا الشذوذ من حيث هو ظاهرة نفسية}.

معنى السلوك السوي

معنى السلوك:

- يُعرّف عادةً **علم النفس** بأنه علم دراسة السلوك أو الدراسة العلمية للسلوك.
- فالتعلم شكل من أشكال السلوك، وكذلك الإدراك، والتخيل، والانفعالات في أشكالها والتي تجري داخل العضوية (الغير ظاهرة).

فإذا سأل سائل قائلاً: هل تقف حدود السلوك عند ما هو ظاهر من أفعال الإنسان وأقواله؟

- قلنا إن كلمة السلوك **شاملة:** أي أنها تشمل كل استجابات العضوية أكانت في حالة التهيج والتوتر أم كانت في حالة تكوين المعارف وتركيبها، أكانت ظاهرة للعيان أم لم تكن كذلك.

كيف يتكون السلوك

لنقف في حديثنا عن حدود الإنسان وسلوكه ولنسأل:

كيف يتم تكون السلوك وكيف يأخذ مجراه؟

- ✓ إننا نذكر أولاً أن الإنسان عضوية حية مزودة بالقدرة على الحركة والانفعال، ومزودة كذلك بوسائل تلزم في معرفة ما حولها.

مثال: إذا أخذنا طفل في شهره الثاني، فإننا نجده يحرك أطرافه، يبكي ساعة الجوع، ويندفع نحو الثدي من أجل الطعام حين يقترّب منه الثدي، ويستعمل أذنيه وعينيه في التعرف على المحيط حوله، ويستعمل يديه وأصابعه في الكثير من الحركات.

✓ إن قدرات الإنسان ودوافعه تنمو مع الأيام وتعمل في ذلك عوامل من بينها قدرة العضوية على التطور والنمو، وما عندها من دوافع أولية، ومن بينها المؤثرات الطبيعية والاجتماعية المحيطة بالطفل.

✓ فإذا أخذناه في عمر الخامسة مثلاً فإن في **جملة ما نراه لديه ما يلي:**

◆ إن جسمه قد نما نمواً ظاهراً، وهو يمشي وحده، ويركض، ويلعب أشكالاً من اللعب، ويمارس أشكالاً متعددة من الحركات، إنه يغضب ويثور أحياناً، ويتلذذ ويفرح أحياناً أخرى، إنه يحمل قدراً من الذكاء يظهر في أفعاله وأقواله، إنه يؤخذ بالموسيقى ويهتم بالرسم، إلخ.

◆ وهنا نقول: إن قدراته قد نمت، وإن خبرات واسعة قد تكونت لديه.

◆ فإذا مر طفلنا هذا في لحظة من لحظات يومه على مناسبة فيها يناديه أبوه ويطلب منه أن يحمل إليه الكتاب الموضوع على الطاولة في غرفة الجلوس، رأيناه يستجيب لأبيه ويحمل الكتاب له (إلا إذا أحاط به مانع).

◆ إننا أمام سلوك يصدر عن الطفل وفيه يمر الطفل بموقف، والموقف نفسه ينطوي على عدة قوى.

◆ إن خبرة الطفل السابقة وفيها معارفه، وفهمه للغة، ومعرفة صوت الأب، تكون كلها مجموعة من القوى داخل الموقف.

■ وطلب الأب من حيث هو مثير قوة أو مجموعة قوى. ومثل ذلك يقال في مشاغل الطفل ساعة سماع طلب أبيه، ووضع الكتاب ووجوده في غرفة ثانية، وكل الشروط الطبيعية المحيطة به - إنها كلها مجموعة من القوى داخل الموقف.

◆ هذه القوى تتفاعل مع بعضها بسرعة لتنتج إجراء ما مثل اندفاع الطفل إلى الغرفة وإحضار الكتاب لأبيه.

◆ قد يتلأأ الطفل في تلبية النداء؛ ونستطيع أن نفسر فعله هذا، على أساس أن قوة إنشغاله بما يلعب قد تغلبت على قوة المثير - أي نداء الأب -.

أو أنه في وضع انفعالي دفعه إلى ذلك الإجراء، أو أنه لم يدرك النداء الإدراك الكافي..... إلخ.

✓ **فالسلك إذاً يتكون من تفاعل مجموعة كبيرة من القوى**، بعضها داخلي، وبعضها خارجي، وذلك



حين يحيط الموقف بمؤثرات خارجية.

✓ فإذا ظهر لنا على شكل إجراء بسيط، فإنه في واقعه ليس كذلك، إنه معقد، كثير الجوانب، وهو ينطوي على الكثير من تفاعل القوى داخل الموقف.

السلوك السوي:

- يظهر السلوك السوي في حياتنا اليومية على شكل السلوك العادي أو المألوف أو المعتدل الغالب على الناس.
- فإذا رغبتنا في التحديد قلنا عن السلوك السوي: **أنه السلوك الذي يواجه الموقف بما يقتضيه في**



حدود ما يغلب على الناس.

- فإذا كان الموقف يدعو إلى الحزن واجهناه بالحزن، وحين يظهر أحدنا الضحك بدل الحزن في مثل هذا الموقف نستغرب ذلك ونستهجنه، فإذا تكرر ذلك زدنا في الاستغراب واعتبرنا العمل (عيب) و (شذوذ).
- هذا هو الاتجاه السائد في تحديد السلوك السوي.
- إلا أن هذا التحديد للسلوك السوي لا يزال مع ذلك قريب من السطح في بحث المشكلة.
- وذلك أن مواجهة الموقف أمر متصل بالشخص وخبرته من جهة أولى، وبشروط الموقف المحيطة من جهة ثانية، من بين هذه الشروط صفة ما يغلب على الناس، ثم إن الموقف متصل كذلك بالطريقة أو الوسائل المستعملة من جهة ثالثة.
- وبناءً عليه يجب في تحديد السلوك السوي أن نأخذ كل هذه الجهات بعين الاعتبار.

مثال:

الطفل الذي لا يزال في عمر الخامسة لا يستطيع أن يواجه موقف الحزن بما يقتضيه لأن فهمه للحزن لم يصل بعد إلى فهم الراشد.
وابن المدينة الشرقية لا يستطيع دائماً أن يواجه المواقف الاجتماعية في المدينة الغربية بسلوك يماثل ما يغلب على الناس هناك.

لنأخذ الانجذاب الجنسي مثلاً نوضح فيه تعقد المشكلة.

- إنه يظهر ضعيفاً في مرحلة من العمر وقوياً في أخرى. ويظهر قوياً عند بعضهم، ومعتدلاً أو قوياً عند الآخرين.
- فإذا ظهر قوياً لدى طفل في الثامنة من عمره بدا للملاحظ شاذاً لا من حيث وجود الدافع، ولكن من حيث درجته في عمر معين، وضمن خبرة معينة.
- كذلك يظهر الانجذاب الجنسي عند الراشد نحو الجنس الآخر ويبدو للملاحظ مألوف من هذه الناحية، ولكن النظر إلى الانجذاب الجنسي يتبدل حين يبدو متجهاً نحو نفس الجنس، كذلك يتبدل حين يبدو سائراً في طريق التلذذ بتعذيب المحبوب وتحل هنا كلمة الشذوذ محل كلمة الاستواء في الحكم على هذا النوع من الانجذاب.
- إن النظر إلى السلوك على أنه غير سوي يواجه الكثير من الصعوبات والاختلاف بين الباحثين، وما ذلك إلا لكثرة تداخل العناصر داخل السلوك ولقرب بعض درجات الاستواء من بعض درجات الشذوذ. ثم إن تمييزه يقتضي البحث عن معيار في نهاية الأمر، كما يقتضي الاعتراف بوجود سلم للاستواء ينطوي على عدة درجات.
- أما المعيار المناسب فيجب أن نأخذ بعين الاعتبار جوانب المواقف الثلاثة التي ذكرناها، وهنا قد نلجأ المنحى الإيجابي أو نعتمد السلبي.
- ✍ أما **السلبي** فيكون بتحديد معيار للشذوذ -مقابل الاستواء- والنظر إلى السلوك السوي بعد ذلك على أنه السلوك الذي لا يكون شاذاً
- ✍ أما **المنحى الإيجابي**: فيكون بالنظر إلى قواعد إيجابية (يقتضي الأمر الرجوع إليها) وهنا يمكن الرجوع إلى معيار الصحة النفسية. ونقول عندئذ:



- أن السلوك السوي: هو ما ينطوي على قيام الوظائف النفسية بعملها بشكل متناسق ضمن وحدة الشخصية.
- أو نقول أن السلوك السوي هو ذلك السلوك المعبر عن تكيف مناسب يكون فيه تفاعل الفرد مع محيطه، وتفاعل الفرد مع نفسه مثمر.

وهنا نطرح السؤال التالي: هل يكفي هذا القول في تحديد أين يبدأ الشذوذ؟

- ✓ **طبعاً لا يكفي**، الأمر يتطلب الرجوع إلى البحث عن سلم نؤكد فيه وجود عدد من الدرجات لأن هناك درجات متعددة لجودة قيام الوظائف النفسية بعملها أو لمستوى التكيف عند الفرد.
- ✓ إن تكيف الفرد مع الجماعة قد يكون من مستوى عالٍ، وقد يكون من مستوى متدني، وقد يكون من مستوى متوسط، ويبقى السلوك سوياً في كل الحالات.
- ✓ ثم إن الاضطراب في التكيف ليس من درجة واحدة، بل هو كذلك على درجات من حيث الشدة والآثار والأعراض.
- ✓ ولهذا لا بد إذن من طرح المشكلة هنا لنرى كيف يكون التمييز بين ما هو في درجات الاستواء وما هو في درجات الشذوذ.

معنى الشذوذ والسلوك الشاذ

معنى الشذوذ:

لدينا الحالة التالية:

- ✿ م.ج شاب في مقتبل العمر، تجاوز المرحلة الإعدادية، ولكنه لا يزال في المرحلة الثانوية، جاء يوماً إلى المختص بالعلاج النفسي برفقة أبيه يطلب العون في فحص حالته وعلاجه.
- ✿ إنه لا يشكو من ضعف في قوته الجسدية، فهو من هذه الناحية مزود بجسم رياضي قوي وصحة ممتازة.
- ✿ ولا يشكو ضعفاً في مادة دراسية معينة، ولا يذكر أنه سمع أية إشارة من مدرسيه في السابق تدل على ضعف دراسته، ولكنه يشكو منذ سنتين من تشتت سريع في انتباهه، كما يشعر بالخوف من الناس، إنه قد يلجأ إلى البيت لكي يبتعد عن الناس، فإذا خرج وحده، قدر أن كل من في الشارع ينظر إليه ويراقبه، وشعر بالخوف، ثم بالميل إلى الإغماء، ولا ينجيه من حالته إلا رجوعه سريعاً إلى البيت.
- ✿ وإذا خرج مع أبيه، كان حاله أقل صعوبة في البدء، ولكن لا يلبث أن يسير في الشارع حيث يكثر تجمع الناس حتى يعتريه الخوف، يبقى لاصقاً بأبيه وهو الشاب القوي، ثم ينتحل كتلة من الأعذار ليرجع بسرعة إلى البيت.
- ✿ (إن حالة من هذا النوع ليست مألوفة بالنسبة لشباب في العشرين من العمر)، وهي حالة دفعت به إلى البقاء في المنزل أياماً طويلة. قال أبوه عنه أنه مريض، وعبر المعالج سراً عما يلاقيه وأسرته من ضيق بسبب وضع ابنهم.

وقال الابن عن نفسه أنه شاذ بالنسبة لمن يعرفه من الشباب، ومع ذلك فهو لا يشكو من انزعاج إلا من هذه الناحية وما يتصل بها.

تبدو هذه الحالة شاذة للملاحظ العادي، وهي حالة اضطراب تستدعي العناية بالنسبة للمختص. ولكننا نسأل عما يجعلها شاذة.

✓ إن الخوف من الناس حادثة تتكرر في مناسبات متعددة، في حياة الأطفال والراشدين، وليست حالة الامتحانات الشخصية وإلقاء الخطب أمام الجموع إلا أمثلة عن ذلك. هل تكون كل حالات الخوف من الناس شذوذاً، أم أن الكلمة تنطبق على بعضها فحسب؟

✓ إننا نلاحظ قضم الأظافر عند بعض الأطفال في المرحلة المتأخرة من طفولتهم، ولا نلاحظ هذه الحالة عندهم جميعاً؛ فهل نحن أمام سلوك شاذ عن تلك الفئة؟

✓ ثم إننا كثيراً ما نمتع عن الإمساك بشيء ما بعداً عن قذارته، أو عما فيه من جراثيم، ونحن نقدر هذا الموضوع الذي نمر فيه على أنه لازم ولكننا مع ذلك نستخدم عدداً كبيراً من المفردات الدالة على الشذوذ في وصف إنسان نراه يسعى وراء الماء والصابون لغسل يديه كلما لمس شيئاً، أو صافح يداً، رغم أن تفسيره الشخصي عن الأمر هو خوفه من الجراثيم، فلماذا يكون سلوكنا سويًا وسلوكه شاذًا.

📌 الواقع أننا حين نسأل عن الشذوذ نجد أنفسنا أمام عدد كبير من الإجابات:

- فالشذوذ هو تارةً ما يخالف الاستواء، والاستواء ليس واضحاً تماماً.
- وهو تارةً أخرى الاضطراب النفسي الشديد.
- وهو السلوك الذي يعبر عن درجة غير مألوفة من ضعف التناسق داخل الشخصية.
- وهو أحياناً السلوك غير المألوف أو السلوك المتطرف....إلخ.

سعى وايت (White 1956): إلى تعريف علم الشذوذ النفسي: بأنه دراسة ردود الفعل الشخصية المضطربة تجاه الحياة ومناسباتها.

وقد فسر معنى كلمة المضطربة بقوله: أنه يعني الأشخاص الذين تضطرب حياتهم بحيث يجدون أنفسهم قلقين، مرتبكين، غير سعداء، معطلين في مجتمعهم....إلخ.

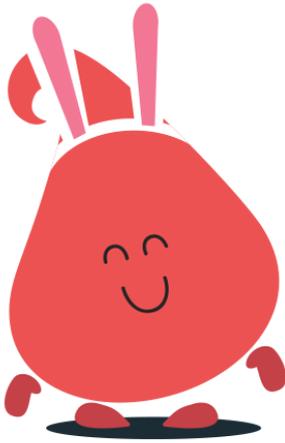
📌 إن هذا التعريف لعلم السلوك الشاذ، ومعها التعاريف المختلفة، إنما تدل على وجود أساس أو معايير نعتمدها في تسمية حالة نفسية ما حالة شاذة. فما هو الأساس الذي نعتمده في تحديد ذلك السلوك؟

معيار السلوك الشاذ (معيار الشذوذ):

- لقد ذكرنا في مطلع محاضرتنا أن السلوك يشتمل التصرف الذي نقوم به ضمن ظروف محيطية، كما يشمل حالتنا النفسية الداخلية، والطريقة التي نعتمدها في تنفيذ تصرفنا.

- فهل تكون الحالة شاذة بناءً على شذوذ في واحد من هذه الجوانب أو فيها جميعاً؟ وفي كل من الحالتين نسأل ما هو معيارنا في الحكم على السلوك على أنه شاذ؟
- إن هناك عدد من الإجابات عن هذا السؤال، وهي تتصل بالموقف الذي ينتهجه المجيب من الصحة النفسية والحالات السوية، سنعرض فيما يلي عدداً من الإجابات المختلفة لعدد من العاملين في موضوع الشذوذ النفسي والتي توضح المعيار أو الاتجاه الذي انتهجه كل منهم في تحديد الشذوذ.

المعايير (الاتجاهات) في تحديد الشذوذ



اتجاه ذاتي

اتجاه طبيعي

اتجاه اجتماعي

اتجاه إحصائي

اتجاه نفسي موضوعي

أولاً: الاتجاه (المعيار) الذاتي في تحديد الشذوذ:

- يعرض هذا الاتجاه **موس (Moss) وهانت (Hunt) هام** في كتابهما عن **أسس علم الشذوذ النفسي**، حين يذهبان في تحليل البناء الشخصي لكل منا إلى الآراء التي نعلنها عن هو الشاذ ومن هو السوي.
- فنحن كما يقولان، ننظر إلى الناس ونلاحظ تصرفاتهم، وكثيراً ما نقول عنها أنها (سوية) حين تنسجم مع أفكارنا وآرائنا الذاتية.
- كما نقول عنها أنها (غير سوية) حين تختلف عن هذه الآراء والأفكار.
- وهكذا فإننا نحكم ذاتنا وكيانها الشخصي الفردي حين نتحدث عما هو سوي أو غير سوي، ونحكمها معتمدين على كل ما قبلته وألفته في خبرتها السابقة.
- وعليه فإن السوي في نظرنا هو ما يتلائم مع ما نرغب فيه، أو ما هو مرغوب فيه من وجهة نظرنا الشخصية، بينما يكون الشاذ نقيضه.
- لاحظوا أن هذا الاتجاه أو التحديد الذي يذهب إليه كل من موس وهانت، كما يذهب إليه عدد غير قليل من الناس في حياتهم اليومية؛ لا يترك مجالاً للكشف عن معيار عام وغير شخصي يميز به بين ما هو سوي وما هو شاذ.

- وهذا يعني إغلاق الباب عملياً أمام كل بحث علمي، حين تكون غايته الوصول إلى التعميم والقوانين.
- وعليه فلا بدّ من البحث عن معيار آخر لتحديد أين يبدأ السلوك الشاذ.

ثانياً: الاتجاه الطبيعي في تحديد الشذوذ:

- ❖ يرى العاملون في هذا الاتجاه أن في الطبيعة كمالاً من حيث الأصل، وأن الانحراف عن النظام فيها، وعن أشكال السلوك الظاهرة في الطبيعة الأصلية، إنما يعبر هو نفسه عن الشذوذ.
- ❖ فلدى كل إنسان أنواع من الدوافع او الغرائز قد زود بها، وارتبطت بقضائها أنماط من السلوك الأساسية لديه، وقد نظمت شؤون البيئة في الأصل لتوفر الظروف المناسبة لتلبية الدوافع وفق خط الطبيعة.

مثال: إذا وقفنا عند دافع الجنس.

- قلنا أن له مرحلة خاصة من العمر لظهور نشاطه، وإن هناك أشكال من السلوك لتربيته وفق النظام الطبيعي، والدافع هذا ومعه أشكال السلوك المتصلة به، منظمة من أجل أغراض عميقة للطبيعة لا تقف عند اللذة الآنية، بل تمتد إلى الحياة.
- ومثل هذا الشيء يقال في السعي وراء الطعام والشراب والجنى والنشاط والحركة.
- ❖ وعليه يكون الاستواء بهذا المعنى هو إذن في العمل وفق ما تقتضيه الطبيعة. أما الشذوذ: فيكون بفعل ما يكون ضد الطبيعة، يقوم به الإنسان بمحض إرادته، وبكلمة عامة فإن:

(الشذوذ هنا: هو العمل المناقض للطبيعة، أو انحراف بالغ في سلوك ما عن طبيعته



(الأصلية)

- ❖ طيب إذ أخذنا، عقل الإنسان الساعي إلى التحكم بشروط الطبيعة، يدعوه إلى إجراءات تكون مخالفة للطبيعة في الظاهر وأساسية لبقائه في الأعماق (مثل إجراءات منع الحمل)، فهل نسميها شذوذاً، وهي التي يقال عنها إنها تحميه في حاضره من الشرور، وتوفر له بقاء أفضل في مستقبله، أم نسميها استواء على الرغم من مخالفتها ما يقال عن ((أغراض للطبيعة))؟

ثالثاً: الاتجاه الاجتماعي في تحديد الشذوذ:

- يمثل هذا الاتجاه، المعنيون بالأمور الاجتماعية والمنادون بضرورة إعطاء المكانة الأولى للأسس الاجتماعية في بحث الطبيعة الإنسانية.
- فالمجتمع كما يرونه، يضم مجموعة من العادات، والتقاليد، والآراء، والأفكار، التي تسود سلوك الأفراد الذين يتألف منهم. (فإذا خرج الأفراد على هذه المعايير التي تسود مجتمعهم اعتبر سلوكهم شاذاً).
- وهكذا يكون التوافق بين سلوك الأفراد وقيم المجتمع استواء، ويكون عدم التوافق شذوذاً.
- يأخذ هذا الاتجاه أدلته من دراسة المجتمعات المتعددة وبخاصة الابتدائية، والاختلافات التي توجد بينها في تقدير السلوك الشاذ والسلوك المقبول، وهي أدلة كثيرة ومتنوعة.

مثلاً:

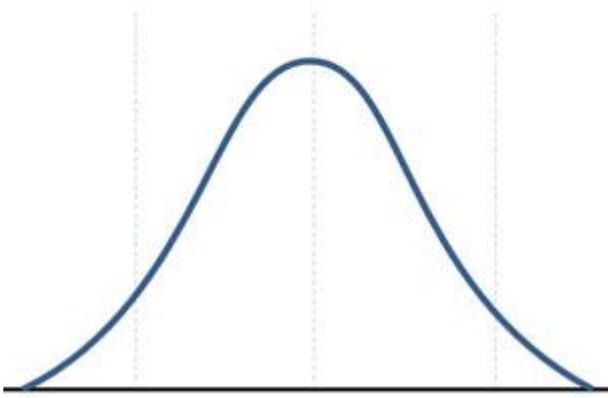
- نجد بعض المجتمعات، تنتظر من أفرادها ألا يظهروا الكثير من الطموح، وأن يكظموا انفعالاتهم، وأن يميلوا إلى اللين والتعاون.
- بينما نجد في مجتمعات أخرى تفضيل لأن يكونوا أفرادها أكثر سعي وراء جمع الثروة، والطمع، وعلى القساوة والقتل.
- أن هذه الأدلة، تؤكد أثر الجماعة في سلوك الفرد، وتبين نوع حكم الجماعة على سلوك الفرد حين يخالفها، واتهامه بالشذوذ في مثل هذه الحالات.
- لكنها في الوقت ذاته تشير إلى أن ما هو (حرام) في مكان ما قد يكون (حلال) في آخر، وأن العيب في السلوك لدى جماعة، يمكن أن يكون (المستحسن) في السلوك لدى أخرى.
- وأن الشذوذ ليس دائماً في عمل واحد معين عند كل هذه الجماعات، ولكنه قد يكون في عمل عند جماعة وفي خلافه عند أخرى.
- يصدق هذا القول على الجماعة الواحدة في تطورها التاريخي. فالآراء التي يحملها الناس الآن عن (الارتباط الزوجي) كانت في يوم من الأيام شذوذاً.
- وسلوك عدد كبير منا اليوم في مجتمعنا العربي، في ملبسه أو في التعامل بين الرجل والمرأة، كان قبل ربع قرن من الزمن شذوذاً لا تقبل به الجماعة، وكثيراً ما كانت تعاقب صاحبه بقساوة.
- وهذا يعني أن المعيار الاجتماعي قائم في البلد الواحد، **ولكنه ليس ثابتاً من جهة^{هـ}**، وليس عاماً في المجتمعات المختلفة.
- وبناءً على ذلك نجد أن المعيار الاجتماعي رغم أهميته غير كافٍ وحده كأساس في تحديد الشذوذ. (وإن من اللازم البحث عن معيار داخل الأسس النفسية التي يقوم عليها الاضطراب الظاهر في حالات الشذوذ).

رابعاً: الاتجاه الإحصائي في تحديد الشذوذ:

- تذهب فكرة التوزع الطبيعي إلى القول أن الطبيعة تميل بصورة عامة إلى الاعتدال والتوسط فيما تنطوي عليه من الحوادث، ومظاهرها الكمية، وإن أكثر الحالات تقع عادةً حول المتوسط، بينما لا يقع في حقل التطرف إلا القليل منها.
- مثال: إذا أخذنا فترة حياة الإنسان في بلد ما، وحسبنا متوسط الأعمار، وكان مثلاً خمسين سنة، فإننا نجد أن الأكثرية تعيش لتصل هذا المتوسط، بينما يقل نسبة من يموت صغيراً، ومن يعمر طويلاً
- إن هذه الفكرة تعالج إحصائياً **بمنحنى غوس Gauss** وتعطي فيها مكانة كمية لنسب التوسط ونسب التطرف.



Gaussian Curve



- وينظر إلى التطرف عادةً على أنه الاستواء والاعتدال، وإلى التطرف في شدة الانحراف عن المتوسط على أنه الشذوذ.
- إن الظاهر في التحديد الإحصائي للشذوذ أنه يبقى صحيحاً في الاستعمال ما دمنا نأخذ الأرقام المجردة.
- فإذا اتجهنا إلى الذكاء **مثلاً أو التكيف الاجتماعي**، أو إلى أي من الظواهر النفسية الأخرى، فإن الاهتمام يبدو لنا عندئذ منصّباً على الضعيف؛ فلا نسمي العبقرى شاذاً عادةً، بل تلحق هذه الكلمة بالضعيف عقلياً، ولا نسمي الممتاز في تكيفه الاجتماعي شاذاً، بل نسمي من يقع في طرف الضعف الشديد من هذه الناحية.

- أما إذا أخذنا ظاهرة نفسية أخرى مثل الحساسية الانفعالية فإننا نجد الأمر مختلف إذ نرى فيها إمكان استعمال الشذوذ لحالتي الضعف والشدة.

فإذا جئنا الآن إلى تفصيل الاتجاه الإحصائي في تحديد الشذوذ (الجنسي) قلنا ما يلي: إن سعي الإنسان وراء ملذاتهم مهما كانت العواقب قلائل نسبياً والمنكرون لما يجلب لهم اللذة قلائل نسبياً.

- فإذا أخذنا من يسعى إلى اللذة عن طريق تعذيب المحبوب رأينا نسبة وجوده قليلة وواقعة ضمن حدود التطرف التي ذكرناها. ومن هذه الناحية يكون هذا النوع من السلوك شاذاً. ومثل هذا يقال عن الإجرام، والوسواس، والعتة، والصرع،... إلخ.
- إننا نسميها حالات نفسية ناجمة عن فاعلية داخلية خاصة تعمل فيها عدة عوامل وتحقق أغراض خاصة.
- إننا نسميها شاذة من حيث النسبة المئوية لتكرارها أو حدوثها.
- ولكنها نادرة الوقوع، وندرة وقوعها تحسب إحصائياً وتكون هي الأساس فيحكمنا عليها بأنها حالات شاذة.
- إننا نلاحظ في هذا التحديد الإحصائي اتجاهاً علمياً سليماً مناسباً، ولكننا نسأل مع ذلك عما إذا كان كافياً.
- فهل نسمي السلوك شاذاً لأنه نادر الوقوع، أم هو في الواقع نادر الوقوع لأنه شاذ.
- هل يكون الشذوذ الجنسي في مرحلة الرشد شاذاً لأنه قل أن يحدث في مجتمعاتنا الإنسانية المتطورة، أم أنه يحدث لأنه شاذ وظيفياً؟
- إن في هذا السؤال صعوبة تواجه التحديد الإحصائي للشذوذ، حيث نرى أن مقدار البعد اللازم عن المتوسط لنصل إلى درجة نادرة الحدوث - أي إلى الشذوذ - ليس دائماً واضحاً في مركبات نفسية تواجه بصعوبات وعراقيل كثيرة أثناء تطبيق وسائل القياس والحكم.
- كذلك نجد أن المتوسط الذي يسهل حسابه إحصائياً يغدو صعب المنال حين ننتقل إلى تحديده على أساس أنه سلوك في بيئة اجتماعية ما.

خامساً: الاتجاه النفسي الموضوعي في تحديد الشذوذ:

- إن السؤال الذي طرحناه في القسم الأخير من شرح الاتجاه الإحصائي في تحديد الشذوذ هو نقطة الإنطلاق لدى الاتجاه النفسي الموضوعي في التمييز بين السلوك السوي والسلوك الشاذ.
- إن السلوك في كل أشكاله عملية فعالة نشطة تحركها الدوافع الكامنة ورائها من أجل غرض أو مجموعة من الأغراض.
- ومن هذه الناحية يكون كل سلوك ذا مظهر وظيفي.
- فإذا قبلنا ان السلوك السوي هو الأصل، باعتباره الغالب، وقبلنا نقطة انطلاق التحديد الإحصائي هنا، فإننا نعتبر الشذوذ انحراف، ولكن بعض الانحراف مقبول لأن منطقة التوسط واسعة،
- ويجب إذاً أن ننظر إلى الشذوذ على أنه الانحراف الشديد. فإذا رجعنا إلى الوظيفة في العملية المعقدة التي ينطوي عليها السلوك، قلنا أن الشذوذ إنما يكمن في الاضطراب الشديد الذي تظهر آثاره في السلوك ووظيفته.
- إن كل حالة نفسية عملية نشطة تؤدي وظيفة وتظهر في عدد من المظاهر يمكن للملاحظ ان يحيط بها، فلا يكفي في هذه المظاهر أن تكون نادرة الوقوع وعجيبة لنسبي الحالة شاذة أو شذوذاً، ولا تكفي أن تكون مختلفة عن المألوف لنسبيها شذوذاً، بل إنها توصف بالشذوذ حين يقودنا التحليل العلمي لها إلى التأكد من وجود الاضطراب الوظيفي الشديد فيها. إن هذا المنطلق في تحديد الشذوذ هو الأساس الذي نعتمده.

- إن تحليل الحالة النفسية أمر ممكن، وفيه اتجاهان غالبان ينتهيان إلى نتائج متماثلة من حيث تحديد ما هو شاذ.
- 1- ينطلق **الاتجاه الأول** من تحليل الحالة النفسية في وظائفها، ونوع النشاط، والأعراض، والآثار التي تخلفها في سلوك الفرد من حيث أنه محصلة لعمل مجموعة من الوظائف.
- 2- أما **الاتجاه الثاني** فيكون من خلال الدراسة العلمية الحديثة في فهم الطبيعة والإنسان معاً فينطلق من نظرية النظم في تكوين السلوك.

■ هنا ينظر إلى الشخصية على أنها منظومة معقدة تنطوي على عدد من النظم الفاعلة النشطة والمتداخلة، والاضطراب الذي يحدث في السلوك ليس إلا أذى لحق بعنصر قابل للتغير ضمن نظام من الأنظمة وأثر في عمل ذلك النظام، ونتج عن ذلك تغير في عمل ذلك النظام أدى بدوره إلى التأثير على أنظمة أخرى).

- من هذه الناحية أو الزاوية يكون النظر إلى الشذوذ على أنه تغير حدث ضمن النظام ما باتجاه ما هو مضطرب أدى إلى تغير في أكثر من نظام آخر ضمن منظومة الشخصية.
- وفي كلا الحالتين يكون الاعتماد في تحديد الشذوذ على الدراسة المباشرة لمجموعة من الظواهر والأعراض ولحركية السلوك في نشاطه وتنوع فعاليته، ما تم الحصول عليه من دراسات سابقة، هذا الفحص والموازنة يسمحان في النهاية بتكوين حكم عن الحالة التي نحن بصدد فحصها وعمّا إذا كانت من نوع من أنواع الشذوذ أو من درجة من درجات ما هو سوي.

- نلاحظ عدد غير قليل من الناس يمرون بفترات تضايقهم فيها فكرة ملحة تظهر وكأنها وسواس يسيطر عليهم، ولكن الفكرة تزول خلال أيام من دون أن تخلف وراءها أثراً يذكر في سير الحياة النفسية لهؤلاء الناس.
- أما حين يتسلط الوسواس، ويوجه الفعالية النفسية ويؤذيها في جانب أو أكثر من العمليات الداخلية وفي الأساليب التي تستعملها في السلوك اليومي، وحين يستمر بقاء ذلك الوسواس فترة طويلة من الزمن، ويتكرر ظهوره، فالاضطراب يكون عندئذ من شدة كافية تسمح بالحكم على الحالة بأنها حالة شاذة.
- وإن الأساس الإحصائي في عملية التحليل، ومعه مقارنة المظاهر موضوع البحث مع المظاهر النفسية المعروفة من قبل أنها مظاهر سوية، أساس قوي نعتمده في سعينا وراء الكشف عن الشذوذ وهو أساس عظيم في تحديد شدة الاضطراب من حيث فهمنا لمقدار تكراره. ومثل ذلك يقال في اختلاف السلوك عما ألفته الجماعة.
- ولكن تحديد الحادث الشاذ، والبحث عن آثاره الوظيفية من حيث هو عملية، ومن حيث وسائله، ومن حيث اعتباره للشروط المحيطة. إن هذه بأجمعها تبقى العمل الأول في تحديد الشذوذ.



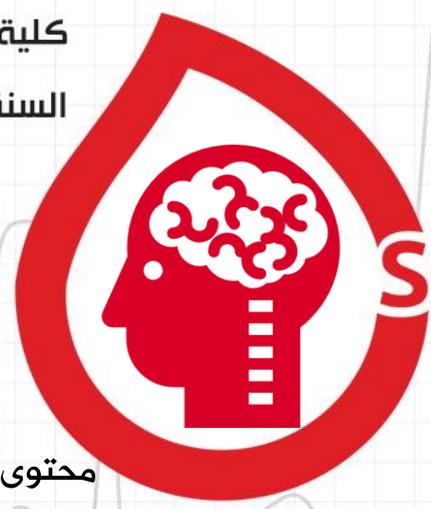
على خطانا تزهر القلوب وتمسح
الأحزان

على وعودِ بيننا تقهر الأزمان

سيرى يا فتاتي

لا تبالي فستشفى الجراح

وظلام الليل لن يطوووول



السلوك الاجتماعي

د. دارين الرمضان
محتوى مجاني غير محصن للبيع التجاري

علم نفس سلوكي | Psychology

السلام عليكم

نتابع معكم بالمحاضرة العاشرة من مقرر علم النفس السلوكي راجينه تعالى
أن بإيرادها بالشكل الأمثل.

فهرس المحتويات

الصفحة	الفقرة
2	مقدمة
2	أولاً: معنى السلوك الاجتماعي وتحليله
4	الإجرام
6	الانحراف الجنسي
8	البغاء
9	إدمان المسكر
10	إدمان المخدرات
	ثانياً: أشكال من السلوك الاجتماعي



مقدمة

- نسمع كل صباح من قراءة الصحف والمجلات ومشاهدة الأخبار على التلفاز أخباراً مختلفة من أشكال الإعتداء يرتكبه الأفراد، ويكون موجهاً ضد الآخرين، في سلامتهم، أو ممتلكاتهم، أو حرّياتهم الشخصية.
- وتبدو الأخبار للبعض شديدة الغرابة، -في بعض الحالات - لدرجة يصعب معها على أحدنا أن يصدقها (ويقول بينه وبين نفسه هل من المعقول أن بين الناس من يظهر عنده مثل ذلك التصرف).
- من أشكال هذا الاعتداء، ماهو نوع من الإجرام، ومنها ماينطوي على انحراف جنسي، ومنها ما فيها إدمان.
- لكن يبقى القاسم المشترك بين هذه الحالات أنها تنطوي على تصرف يخالف مخالفة شديدة ما قبلته الجماعة من قيم السلوك وقواعده ويعكس في الوقت نفسه اضطراباً في الحياة النفسية داخل الفرد صاحب التصرف.
- إن لهذه الحالات أثراً خطيراً على حياة الفرد وحياة الجماعة، كونها تكوّن لديه تربة صالحة لمزيد من التطرف والانحراف في المستقبل، ومن جهة أخرى مضرّة بالجماعة في جوانب الأمن والاستقرار والنظام.
- ونظراً لخطورة هذا السلوك فإننا نهدف إلى عرض غير مفصل لهذه الحالات التي يُطلق عليها اسم السلوك الاجتماعي، ونبدأ الآن بتحليل هذا السلوك وتحديد معناه.

أولاً: معنى السلوك الاجتماعي وتحليله

معنى السلوك الاجتماعي Antisocial Behavior:

- يشير إلى أشكال من التصرف الذي يمكن أن يقوم به الفرد أو مجموعة من الأفراد، ويكون موجهاً ضد الجماعة من حيث هي مجتمع من الأفراد، ومن حيث هي نظام اجتماعي، ومن حيث هي مجموعة من القواعد والقيم الأخلاقية.
- وهو سلوك عدواني يمكن أن يكون موجهاً إلى الأفراد أو ممتلكاتهم أو مؤسساتهم التي تخصهم، أو قيم وقواعد الجماعة وأخلاقها.
- وهو ينطوي على اضطراب داخلي في الحياة النفسية للشخص، فالشخص الذي يدمن المسكرات ليس عدواً للمجتمع فحسب، وإنما عدو لنفسه أيضاً، ذلك أنه يعكس في تصرفه هذا اضطراباً نفسياً يؤذيه في شخصه أو صلاته مع الآخرين وإنتاجه، ومن هنا جاءت تسميته بالسلوك الاجتماعي.
- من أشكاله: الانحراف الجنسي، الإجرام، البغاء، السلب والذّهب التي تصبح لشخص ما كمصادر أساسية للدخل.

وعليه يمكن تعريف السلوك الاجتماعي:

- أنه اضطراب في السلوك يأخذ شكل هجوم يتكرّر على الجماعة في أمنها، أو قيمها وقواعدها الاجتماعية والأخلاقية ويدلّ بشكل رمزي على صراعات سابقة ونزوع
- -طبعاً يكون السلوك الاجتماعي على درجات متفاوتة من حيث التعقيد وشدة الأذى، موجود عند الأطفال والأحداث من جهة، وعند الرّاشدين من جهة أخرى.

تحليل السلوك الاجتماعي:

يقودنا فحص الأشكال المختلفة للسلوك الاجتماعي إلى الكشف عن الصفات المشتركة التالية:

1. يظهر السلوك الاجتماعي عند الفرد أو مجموعة من الأفراد، على شكل **سلوك مناقض لما قبلته الجماعة** وأقرته على أنه التصرف المقبول أو الحسن، سواءً كان هذا السلوك موجهاً على الآخرين أو ممتلكاتهم، أو على قيم وأخلاق الجماعة، ولما كان الفرد عضواً في الجماعة فإن اعتدائه على نفسه يعدّ اعتداءً على الجماعة.
2. الأصل فيما يسمّى (السلوك الاجتماعي) **تكرار السلوك غير المقبول والاستمرار فيه**، فعدوان طفل على آخر أمر مؤذي وغير مقبول، لكن المجتمع يسامح فيه، حيث يكون الفعل قد حدث مرّة واحدة فقط. على أن مبدأ التكرار ليس ثابتاً دائماً حين يكون الحديث عن الرّاشد. بل يحتمل أن **يحلّ محلّ التكرار لدى الرّاشد شدة الأذى** الذي ينطوي عليه الفعل وذلك لأنّ النضج العقلي يمنع الرّاشد من الفعل المؤذي، حيث يكون قادراً على السيطرة على نوازه العداونية، ويعتبر عمله انحرافاً من هذه الجهة.
3. يكشف السلوك الاجتماعي عن **ضعف لدى الشخص في ضبط نوازه وتوجيهها وفق ما هو مثمر ومناسب**، أكان السلوك متكرراً عنده أو لم يكن كذلك.
 - كـ مثال: الانحراف الجنسي الذي يتكرّر لدى منحرف ما، يعكس غلبة دافع الجنس على حسن التصرف فيه، ونرى ضعف النواهي وضعف العقل في التحكم في شؤون ذلك الدافع وضبطها.
 - كـ مثال آخر: الإجرام الشديد الواقع ضدّ حياة شخص آخر انتقاماً منه، أو تخلصاً من منافسته إنما يعكس ضعفاً في التحكم بشكل واضح.
4. **ضعف الحس الاجتماعي والشعور الشخصي بالواجبات الاجتماعية** ومكانه الآخرين ومصالحهم.
 - مع ملاحظة: أن المصاب بالسلوك الاجتماعي يشعر بهذا الضعف لديه ويستمرّ مع ذلك في سلوكه، ويبدو كما لو أنه يحلّ الانتقام من المجتمع محلّ مصلحة المجتمع، كما أنه لا يستفيد من النهي والعقاب.
5. **ضعف واضح في الوجدان الأخلاقي وفي الاستجابة للنواحي الأخلاقية** وكثيراً ما يبدو لنا أن المجرم، في أفعاله وفي أقواله، وكأنه قد تبرأ نهائياً من كل قواعد الأخلاق وتأنيب الضمير.
6. يشاهد في حالات السلوك الاجتماعي ظاهرة أخرى ألا وهي: **ظاهرة الانحراف في الحساسية الانفعالية**، فالمصاب ليس مضطرباً انفعالياً فحسب، وليس غير مستقرّ فقط، وإنما يبدو لنا قد تحجّرت عواطفه ويسعى إلى الانتقام بدلاً من التسامح، وإلى الكره بدلاً من المحبة، ويبدو بعيداً كلّ البعد عمّا ينتظر من الإنسان المتوسط، في محبة الأسرة، وعطف على الأولاد ونزوع إلى رعاية الآخرين.



ملاحظات:



- يمكن اعتبار انخفاض مستوى الذكاء صفة تميز السلوك اللا اجتماعي وكل ما يمكن اعتباره هو احتمال كون ضعف الذكاء عاملاً وراء السلوك اللا اجتماعي.
- السلوك اللا اجتماعي ليس وراثياً بأي معنى من المعاني، بل يتكون تدريجياً، ويكتسب وتعمل فيه عدة عوامل.

ثانياً: أشكال من السلوك اللا اجتماعي

الإجرام

- الأصل في اصطلاح " الجريمة " الدلالة القانونية، وهنا يكون الإجرام في كل فعل، (أو الامتناع عن فعل يجرمه القانون ويعاقب عليه).
- أما بحث الصحة النفسية في الإجرام لا يقف عادةً عند مثل هذه الحدود (حدود القانون) وذلك أن الإجرام قد يقع خطأ، وقد يكون عارضاً، ولا يعبر في أي من الحالتين عن (نفسية المجرم).
- فما يعكس نفسية المجرم، الإجرام الذي ينطوي على الجماعة في أمنها، أو استقرارها وقيمها، وما يتكرر، وما ينطوي في الوقت نفسه على اضطراب نفسي.
- كما أن ارتكاب الجرم، والتكرار، والاضطراب النفسي في مثل هذه النظرة إلى الصحة النفسية، ليست أموراً متباعدة، وإنما هي أمور متفاعلة ومتكاملة.

وهنا يكون الحديث عن **المجرم على أنه منحرف، أو غير سوي**، أو مضطرب نفسياً، وأن سلوكه يقع في صنف الاضطرابات النفسية، التي تسمى بالسلوك اللا اجتماعي.

أشكال الإجرام:

- تظهر الجريمة في عدد كبير من الأشكال، يقف القانون عندها وقفات كبيرة، هذه الأنواع من الجرائم ليست ما نسعى في الحديث عنه.
- والاجرام قد يكون عرضاً في حالة الخطأ، أو الرد على هجوم، أو في ثورة انفعالية، ويأتي ذلك الندم عادةً، والاعتراف بالخطأ، والاستعداد للتفكير فيه. وليس في هذه الحالات انحراف بالمعنى النفسي العميق، ولكنها قد تكون ظاهرة لانحراف من نوع آخر.
- الانحراف الذي يعكس سلوك لا اجتماعي ظاهر في جريمة تدبر وتنظم دون أن يكون وراءها أي ندم، وفي اعتياد السلوك الإجرامي اعتياداً يسمح باستعمال الاصطلاح العام وهو اصطلاح " المجرم المحترف ".
- هذا هو النوع الذي نعني به هنا.

- والإجرام المتأصل يمكن أن يكون عند ذهاني، أو عصابي عند شخص يعاني من الضعف العقلي، وهنا يكون الميل الغالب في مثل هذه الحالات متجهاً إلى عدم الأخذ بمسؤولية الفاعل مسؤولية كاملة عمّا فعل، وإنما نحو ما يعانيه من مشاكل مرضية.

⚡ بالمقابل: يمكن أن يظهر الإجرام المتأصل عند شخص ليس من الفئات التي ذكرت.

- هنا يكون الحديث عن **مجرم مسؤول يعتدى على الغير**، ذلك أنّ هذا النوع من الإجرام يقع على الأشخاص في حياتهم وممتلكاتهم وقد يرافق بحالات اغتصاب كما سنرى في حالات جرائم الجنس.

تحليل الإجرام:

⚡ يمكن القول أنّ المجرم الذي نتحدث عنه إنسان غلب عليه النزوع الإجرامي أو اعتاد الإجرام وقبله وتأصل فيه، وقد غلب عليه في تصرفاته عدّة صفات، منها:

1. لديه عجز واضح في التكيف الاجتماعي وقبول قيم الجماعة والامتثال لمعاييرها.
2. يحمل نوعاً من الخروج على المجتمع، ليس لديه هدف معيّن.
3. كثير التورط فيما يعاكس الجماعة، بعيداً عن يأبه بالعقاب الذي يأتيه من التهديد أو أشكال الصّدّ الأخرى.
4. سطحيّ العاطفة، لا يتأثر بما يوقعه من أذى وأسى في الآخرين ولا يبدي أي شكل من أشكال الندم.
5. لديه نزوع إلى الكذب حتى أنّ الحدود عنده بين الصدق والكذب كثيراً ما تضيع.

⚡ ربّما كانت هذه أهمّ ما يتصف به المجرم الذي نتحدث عنه، أو المعنى بدراستنا ولكن إلّا ما يمكن ردّه هذا النوع من الإجرام وما هي الأسباب التي يقع وراءها.

⚡ **يحمل بعض المجرمين ذكاء من مستوى مرتفع**، والبعض الآخر ذكاء من مستوى متوسط أو منخفض، لكن نسبة ارتفاع الذكاء بين عينة من المجرمين أقل مما هي بين عينة سوية، ولا يعني هذا أن يكون المجرم مجرماً بسبب انخفاض الذكاء، بل يعني أنّ ثمة ترابط بين الطرفين من درجة ذات علاقة، وأنّ الذكاء يحتمل أن يكون بين العوامل التي تدفعه إلى الإجرام.

⚡ وتبقى الصورة الغالبة أن يكون المجرم قد نشأ في بيئة يحيط بها الإجرام من قريب أو من بعيد، وأن يكون قد وقع تحت تأثير راشدين علّموه "أسرار الصنعة".

⚡ فإذا رجعنا إلى طفولته نجد أنّه في حياته بعض مظاهر الطّفّل المنبوذ، ويبدو الآن معبراً في سلوكه الانتقامي عن إباطات قديمة، وعن ردّ فعل يتجه نحو المجتمع يماثل ما لقيه من المجتمع القديم حوله.

⚡ وفي انتقامه الحالي من الجماعة يبدو أنّه لا يتخصّص بنوع واحد من الجرائم، ولا يقف عند نوع واحد من الناس، ولا عند مناسبة من نوع معيّن.

⚡ فهو سلوك قسري يصعب عليه أن يقاومه.

⚡ والمجرم هنا لا يتعلّم الكثير من الخبرة، وأنّ التواقص في نظام إجرامه تستمرّ عند فترة طويلة ومن هنا يغلب عليه الفشل في النهاية.

الانحراف الجنسي

- يحمل الإنسان عدداً كبيراً من الدوافع والحاجات، منها دوافع أساسية (أولية) لاستمرار حياته، ومنها ما هو ثانوي يتم تعلّمها من البيئة المحيطة.
- وفي كل الحالات تعرف أنها حالات فيزيولوجية أو نفسية تكمن في الفرد وتدفعه إلى السلوك في اتجاه معين .
- ودافع الجنس أحد تلك الدوافع الأولية إلا أنه يختلف عنها اختلافاً كبيراً من حيث تعقيده، و جذوره، و مراحل ظهوره، و مكانته في حياة الفرد، و حياة النوع، و أشكال السلوك التي يمكن أن تلبي غرضه .
- و على الرغم من المكانة التي شغلها هذا الدافع في دراسة التحليل النفسي لـ فرويد إلا أن فرويد لم يجب عن هذا السؤال " ما هو النزوع الجنسي؟ " .
- و على الرغم من الصعوبات الكثيرة التي ينطوي عليها تعريفه إلا أنه يمكن الأخذ بواحد من التعريفين التاليين :

التعريف الأول:

- إن النزوع الجنسي شكل من أشكال السلوك تلبي دافعاً يبدو له غرضاً طبيعياً، و معنى هذا أننا أمام دافع طبيعي و عام لدى الإنسان و الحيوان كذلك، و أن له سلوكاً طبيعياً يخدم في تلبية غرضه و يعتبر طرفاً فيه، و أن ذلك الغرض غرض للطبيعة يبدو في مفهوم استمرار حياة النوع.

التعريف الثاني:

- يقف عند الإجراءات السلوكية في غلبة حدوثها فنقول عن السلوك الجنسي، أنه سلوك يبدأ بمداعبات من أشكال مختلفة، و ينتهي إلى الجماع بين العضوين التناسليين لكل من الذكر و الأنثى، و في هذا التعريف مرحلتين أساسيتين في السلوك الجنسي.

المرحلة الأولى:

- مرحلة المداعبات بكل ما تنطوي عليه من عناصر.
- المرحلة الأولى: مرحلة المداعبات بكل ما تنطوي عليه من عناصر الإثارة للدافع، أما المرحلة الثانية فهي مرحلة الجماع والتي تشكل الأصل في هذا السلوك.

وبناءً عليه يكون كل سلوك آخر ينطوي على عناصر الإثارة ولا يتحقق على شكل الجماع الذي ذكرناه يُعد استثناءً.

هذا الاستثناء إن تكرر كثيراً، و غدا الأصل في الإثارة، و غدا النزوع إليه غالباً على النزوع إلى الجماع في إشباع دافع الجنس، فإن الحالة تصبح عندئذ حالة انحراف.



تحليل الانحراف الجنسي:

- ✘ مما سبق يتضح لنا أننا أمام إنسان ألف تلبية دافع الجنس بطريق آخر غير الطريق الطبيعي.
- ✘ فما الذي يدعو إلى مثل ذلك عند ذلك الإنسان؟
- ✘ قد يُسرّ الإنسان من النظر الجنس الآخر، وقد يُثار الكثيرون جنسياً عن طريق رؤية الجنس الآخر في حالة العري أو ما هو قريب منها.
- ✘ **ولكن** ما الذي يجعل فرد ما يكون كل همّه أن ينظر إلى الجنس الآخر عارياً وأن يحصل على الإثارة الجنسية واللذة الجنسية بمثل هذا الطريق؟
- ✘ **يقول فرويد أن دافع الجنس موجود في الطفولة ومنذ الولادة** وأن الكبير لا يلاحظ ذلك عادة، وأن نشأة الانحراف الجنسي إنما تأخذ أصولها في مرحلة ما من مراحل الطفولة هذه، وخاصة المرحلة الثالثة منها، هذه المراحل **هي**: الفموية، الشرجية، القضيبية، الكمون، البلوغ الجنسي.
- ✘ فالحساسية الجنسية موجودة عند الطفل ومنتشرة في عدد من مواضع جسمه، وليس الانحراف الجنسي الذي يبدأ عند بعضهم بعد بدء المرحلة الأخيرة إلا نوعاً من التثبيت لدى الفرد عند مرحلة معينة من مراحل الماضي بما فيها من مميزات.
- ✘ هذا التفسير الفرويدي لا يؤخذ به في مدرسة "التعلم الحديثة"
- ✘ فالإنسان – كما تقول هذه المدرسة – يتعلم أشكال التصرف المختلفة خلال حياته، ويعتمد ما يتعلم حين يحقق له أغراض دوافعه وحين يُكرر ذلك. ومن هذا السلوك المتعلم يمكن أن يكون سويّاً ويمكن أن يكون غير سوي، وليس الانحراف الجنسي إذاً إلا نوعاً من السلوك غير السوي الذي تعلمه الفرد خلال حياته وتعزز لديه لعوامل متعددة أهمها تلبية غرض الدافع.

من أشكال هذا السلوك (الانحراف الجنسي):

1. اللذة بالملاوصة (تدقيق) واللذة بالعرض:

- تشير الأولى (الملاوصة) إلى الانحراف الذي يوجد عند شخص يحصل على لذته الجنسية عن طريق النظر من ثقب الباب إلى الآخرين وهم في حالة العري أو وهم يمارسون العمل الجنسي.
- في حين يشير الثاني إلى الانحراف عند الشخص الذي يحصل على الإثارة الجنسية عن طريق عرض جسده وعضوه التناسلي بشكل خاص حيث يكون هذا الطريق المألوف في تلبية النزوع الجنسي.
- طبعاً نسبة تواجد هذان النوعان من الانحراف عند الرجال أكثر مما هو عند الإناث.

2. السادية والمازوشية:

- تشير **(لسادية)** إلى ذلك الانحراف الجنسي الذي يأخذ شكل الحصول على الإثارة واللذة الجنسية عن طريق إيقاع الألم بشخص آخر.



- أما **المازوشية** تقع في الطرف الثاني، وتشير إلى الانحراف الذي يأخذ شكل الحصول على الإثارة واللذة الجنسية عن طريق التألم، أي الألم الذي يوقعه بالمنحرف شخص آخر ويبقى المنحرف متقبلاً للألم خلال العملية كلها.

3. الجنسية المثلية:

- الأصل في النزوع الجنسي أن يكون متجهاً نحو الجنس الآخر.
- لكن يحدث في حالات أن يكون متجهاً نحو الجنس من نفس النوع. الذكر ← للذكر، الأنثى ← للأنثى، فهي موجودة عند الجنسين على حد سواء لكن نسبة تواجدها بين الذكور أعلى مما هي عليه بين الإناث.
- فإذا كانت بين **ذكر وذكر** أطلق عليها اسم **اللوواط**.
- أما إذا كانت بين **أنثى وأنثى** أطلق عليها اسم **السحاق**.

4. التلذذ بالصغار:

- هنا يكون الأطفال موضوعاً لممارسة الجنس من قِبَل الراشدين الذين غالباً ما يكونون - أي الراشدين - ضعيفين في ممارسة الجنس مع من هم في مستوى أعمارهم، وهذا ما يدفعه إلى استغلال جهل الأطفال وضعفهم.

5. التلذذ بالكبار:

- الشخص هنا لا يجد متعة في ممارسة الجنس إلا مع الكبار من الجنس الآخر.

6. جرائم الجنس: لدينا أربعة أشكال من الانحراف هنا

- **الأول:** الاغتصاب: حيث المتعة لا توجد إلا بالاغتصاب بالإكراه.
- **الثاني:** مجاعة القتيلة: قتل الأنثى من أجل التلذذ بجثتها.
- **الرابع:** لذة السرقة، بقصد التلذذ وليس بقصد أو بدافع الاستفادة من الشيء المسروق.
- **الثالث:** لذة رؤية الحرائق.

البغاء

- ✍ الحديث فيه يتجه مباشرة إلى **المرأة** التي تقدم جسدها فرصة لينال الرجل لذته الجنسية مقابل ثمن يدفعه من غير أن يكون مقصدها الحصول على ما يحصل عليه هو.
- ✍ والبغي أو المومس لا تبحث عن لذة الجنس ولا تسعى وراء الحب والعطف والحنان بل تسعى وراء **الثمن**.
- ✍ تحليل البغاء: يُلاحظ على المومس في أول حياتها:
 - ميل إلى الاستهتار والضعف الأخلاقي.
 - بروز جنسي، وضعف في النضج الاجتماعي والنضج الانفعالي.
 - لديها تخلف واضح في النمو الجنسي والعاطفة.
 - كثرة القسوة والتصلب في نزوعها ضد المجتمع حولها.
 - يكشف سلوكها عن نزوع نكوصي يعود إلى صراعات الطفولة ونقص عنصر الحنان في تلك المرحلة بشكل خاص.



- تتمثل الصراعات بحقدتها العميق على الرجل، ونزوعها إلى الانتقام منه، في أشكال أبسطها منحه اللذة مقابل ثمن وحجب الحب عنه والشعور بالتملك.
- كما أن قبولها الحنان من امرأة مسنة يشجعها على الرذيلة، وقبولها رعاية الذكر أحياناً مع كل أشكال قسوته هما الدليل على حاجتها إلى عاطفة افتقدتها منذ زمن بعيد.
- تبدأ البغي حياتها المنحرفة بتأثير من عدد من العوامل يعود بعضها إلى تكوينها الشخصي ويعود بعضها الآخر إلى آثار الأسرة والصديقات وظروف الحياة الاجتماعية والاقتصادية والنزوح من الريف إلى المدينة أو من مدينة إلى أخرى.
- ويمكن القول إن عامل التكوين الشخصي هو الأقوى بين العوامل المختلفة، ويأتي معه من حيث الشدة تشجيع الأسرة والصديقات ومناسبات الحياة، وتأتي الحاجة المادية أخيراً في أكثر الحالات.

إدمان المسكر

- عُرِفَت الخمرة في المجتمعات القديمة والحديثة على حد سواء.
- وتختلف مواقف الناس من الخمرة، فمنهم من يرى فيها الضرر ويُحرّم شربها، والبعض يرى فيها بعض الفائدة، والبعض الآخر يُكثر الشرب ويكرر ذلك لدرجة يصبح فيها فاقد السيطرة على نفسه، غير صاح، يسعى إليها بصورة دائمة ويتضايق في حال مُنع عن شربها.
- هؤلاء هم الذين يوصفون بالغولية أو الكحولية أو إدمان المسكر.
- وعليه يمكن القول إنها نوع من السلوك القسري يسيطر على الفرد ويبدو على شكل نزوع شديد إلى شرب المسكر.
- هذا السلوك ينطوي على ضعف في ضبط النزوع إلى شرب المسكر، وانخفاض في أهلية الفرد العقلية والانفعالية والجسدية وانخفاض في شعوره بالمسؤولية تجاه الأسرة والعمل والعلاقات الاجتماعية.

تحليل المسكر:

- مؤذ لصحة الفرد الجسدية والنفسية وكذلك علاقته مع الجماعة وكفائته الإنتاجية.
- يحدث أن يعتدي المدمن على نفسه أو على الآخرين.
- للغولي مشكلات نفسية بعضها جنسية، وبعضها مرتبط، أو متصل بالتوتر والقلق والخوف من المستقبل، يسعى لحلها عن طريق المسكر.
- لديه شخصية ضعيفة النضج، نشأت معتمدة على الآخرين، تأثرت بالنشوة التي يؤدي إليها تناول بعض الخمرة في تخفيف التوتر والقلق، لدرجة يصبح هذا السلوك أساسياً في حل المشكلات، أي في السعي وراء التكيف.
- تظهر عند الرجال بصورة أكبر مما تظهر عند الإناث، ما بين 35-45 من العمر.

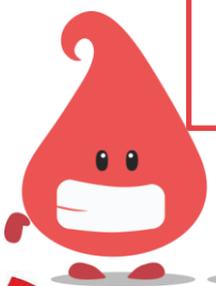
تظهر آثار الخمرة على:

1. الجهاز العصبي: وذلك في ظاهرتين أساسيتين:

❖ ظاهرة التخدير: ومعها الشعور بانخفاض التوتر والقلق.

❖ ظاهرة النشوة: ومعها شعور بالارتفاع في المكانة والأهمية والطلاقة في الكلام والفعل.

زت



2. ضعف الانتباه المركز وضعف شديد في السمع والبصر.
3. ضعف في التطابق أو التناسق الحركي، وضعف في القدرة على العمل والإنتاج.
4. يظهر عند البعض هلوسات، إضافة إلى بعض مظاهر الذهان الذي يتجلى في انحراف في التفكير وانحراف في العمل، الذي قد يدفعه إلى الانتحار.



- تتكون الغولية تدريجياً عند الفرد، والأساس في تكوينها كسبي.

← هذا التكون يمر بأربع مراحل:

- ← **الأولى:** شرب عرضي.
- ← **الثانية:** ميل إلى الكثرة والعناية بالمسكر ووجوده في الحفلات ولكنه منتهى إلى نفسه وإلى المخاطر.
- ← **الثالثة:** بدء فقدان السيطرة على النوازع نحو المسكر والإكثار منه.
- ← **الرابعة والأخيرة:** تمكّن الإدمان حيث يفقد الأصدقاء والعمل، ويصبح شرب المسكر همه الوحيد.

إدمان المخدرات

الإدمان وأنواع المخدرات

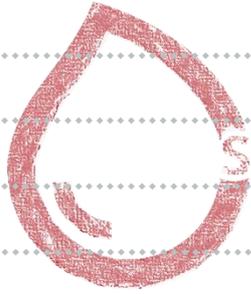
- تواجه بعض المجتمعات الغربية المعاصرة موجة عنيفة من انتشار تعاطي المخدرات بين الناشئة، على الرغم من جهود الحكومات في ملاحقتها.
- والأصل في المخدر: أنه مادة تحدث خدرًا في الحواس عند من يتناولها ويلحق به بعض النشوة والراحة، يعقبه نزوع إلى الذهول والنعاس.
- وهو سلوك قسري يدفع صاحبه إلى تناول المخدر على الرغم من أذاه ويدفع به أحياناً إلى أشكال من التصرف غير المقبول من أجل الحصول على المخدر.
- كما يبدو في هذا السلوك أنه طريق اعتاده المدمن لحل مشكلات شخصية، أنه طريق غير مقبول، مؤذٍ لصاحبه وللجماعة، كثيراً ما دفع بالأنثى نحو البغاء وبالذكر نحو الإجرام.
- ومن هذه الجهات كلها يعتبر اضطراباً وانحرافاً نفسياً يقع في ضعف السلوك الاجتماعي.
- من أنواع المخدرات: الأفيون والكوكائين والحشيش، ويعتبر الأفيون من أكثر الأنواع انتشاراً وأعظمها خطراً.
- يستعمل الأفيون لأغراض طبية أحياناً، ويكثر استعماله واستعمال مشتقاته كمخدر لدى المدمن.

تحليل إدمان المخدر:

- ينظر إلى المخدر على أنه يجعل الإنسان طبيعياً وواثقاً من نفسه، وهذا يعني أن النزوع إليه يكون قد بدأ بدوافع داخلية فقط، أو بهذه الدوافع ومعها تشجيع المناسبات وآثارها، إضافة إلى رغبته في التخلص من التوتر والقلق، وأشكال الاضطراب التي يمر بها في المأكل والمشرب.
- يحمل البعض منهم ضعفاً في مواجهة شؤون الحياة من دون مساعدة.
- لديه قلق واضح، ويكون المخدر فعلاً معه في بادئ الأمر، ثم يهوي به تدريجياً ويصبح غير قادر على التخلص منه.

- يُلاحظ ارتباط قوي بين الشخص والمخدر، وذلك بسبب ما يعود إليه من أحلام يقظة جذابة، وشعور بالعظمة والقوة، وتمركز شديد حول الذات وطلباتها.
- هذه السعادة الخلابنة نعزز عند القلق أو المتخاذل سلوكه في تعاطي المخدر والانتهاؤ من ذلك إلى الإدمان.
- يولّد الإدمان إدماناً جسدياً، ويصبح الفطام المفاجئ للمدمن خطراً.
- تبدو على المدمن عرض الانسحاب حيث يشعر بالحاجة الماسة إلى الأفيون. الذي يظهر في سائل من الأنف والعينين، وارتجاف في الجفون، حركات عضلية اهتزازية وغير إرادية، تعرق، ارتفاع في درجة الحرارة وضغط الدم، ضعف في مقدار الماء في الجسم، نزوع إلى التقيؤ.
- حين يكون العرض شديداً يحتمل أن يكون خطراً على حياة المدمن، ومن هنا يكون علاج المدمن على الأفيون ومشتقاته عملية صعبة وتدرجية. وعليه فإن العمل الوقائي يكون أكثر فعالية وأثراً.

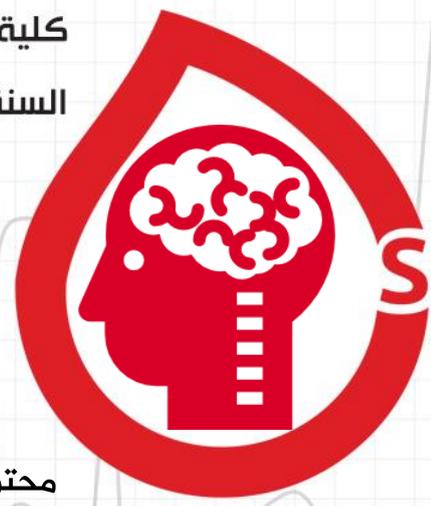
دون ملاحظاتك



RBCs



♥ لا تنسونا من صالح الدعاء ♥



السلام عليكم و رحمة الله و بركاته

نتابع معكم بالمحاضرة الأخيرة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى
أن نوفق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الصفحة	الفقرة	
2	تعريف الذهان	الذهان
2	أصناف الذهان	
3	الأعراض العامة للذهان	
6	تعريف الفصام	الفصام
6	تحليل الفصام	
7	أشكال الفصام	
9	تعريف العصاب	العصاب
9	العوامل المؤثرة	
10	أشكال العصاب	
10	تعريف الهستيريا	الهستيريا
11	تحليل الهستيريا	
12	أعراض الهستيريا	
15	العوامل المؤثرة	
16	تعريف الوسوس	الوسوس
17	تحليل الوسوس	
18	أشكال الاضطرابات النفسية	



أبدأ محاضرتك بابتسامة... لا
شيء يستحق العبوس
...إنها المحاضرة الأخيرة..

الذهان وأعراضه العامة



معنى الذهان و تعريفه

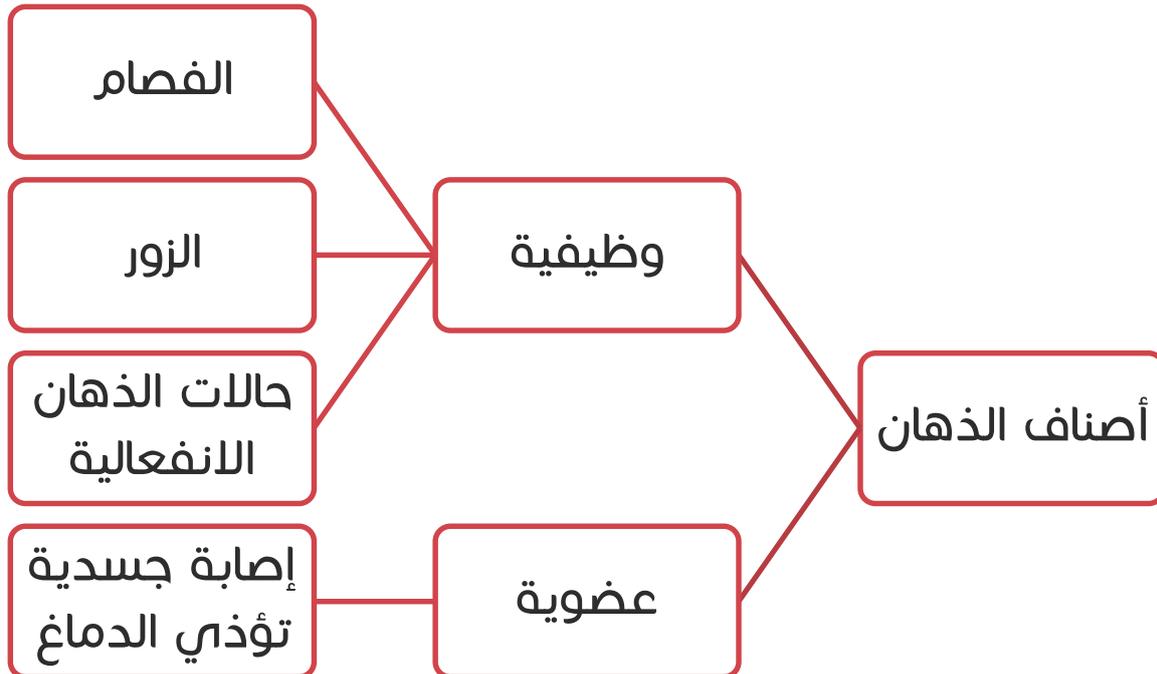
- يشمل **الذهان psychosis** عدداً من أشكال الاضطرابات النفسية الشديدة التي تصيب الشخص فتؤذي صحته النفسية، وتجعله غير قادر على ضبط سلوكه، والتحكم في تصرفاته، و التكيف المناسب مع شروط المجتمع حوله.
- تظهر هذه الحالات في مجموعة من الأعراض تدل على اضطراب عقلي وانفعالي عميقين.
- يغلب استعمال **كلمة (الجنون)** في اللغة اليومية للدلالة على هذه الحالات، أما لغة الاصطلاحات العلمية فقد اعتمدت كلمات **الذهان والنفاس**، وحالات الذهان، والذهانات أو النفاسات.

تعريف الذهان

اضطراب نفسي شديد يصيب الشخصية فيجعل اتصالها مع الواقع معطوبا، ويجعل التفكير مختلطا، ويبدو المصاب و كأنه يعيش في عالم خاص به.

أنصاف الذهان

توضع الذهانات عامة في صنفين أساسيين، هما:





1. الذهانات العضوية:

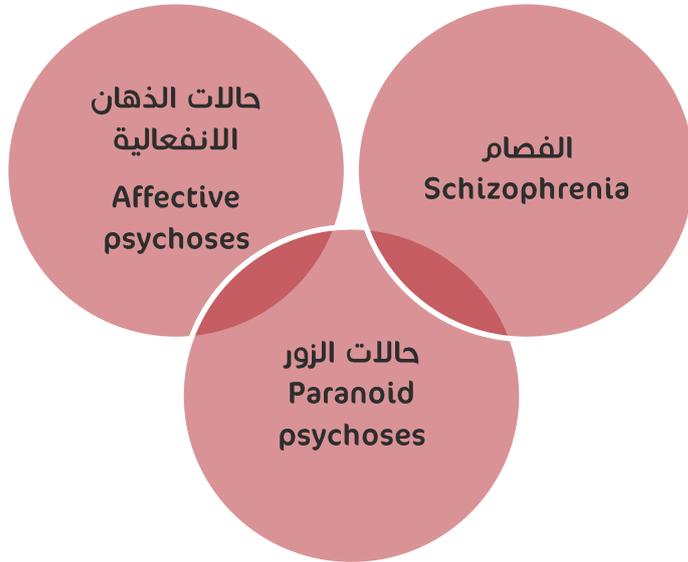
تضم حالات من الذهان المرتبط بتصلب الأوعية الدموية الدماغية، وذهانات الصدمات، والغولية، وحالات الصرع وغيرها.

ويعود منشأ هذا النوع من الذهان إلى إصابة جسدية تؤذي الدماغ في وظيفته، يكون نتيجته بداية ظهور الاضطراب العقلي.

مثال: الذهان المرتبط بحالات **الشيخوخة:** يبدأ ببعض التصلب في الأوعية الدموية في الدماغ، وحيث يبدأ المصاب بمواجهة بعض الصعوبات في التذكر ويعاني من بعض الشدة في الحساسية، وإلى بعض مشاعر الإحباط والخجل من تكرار النسيان والضعف في الترابط الفكري وغيرها، يكون الذهان عنده هنا عضوي، انطلق من ضعف دماغي.

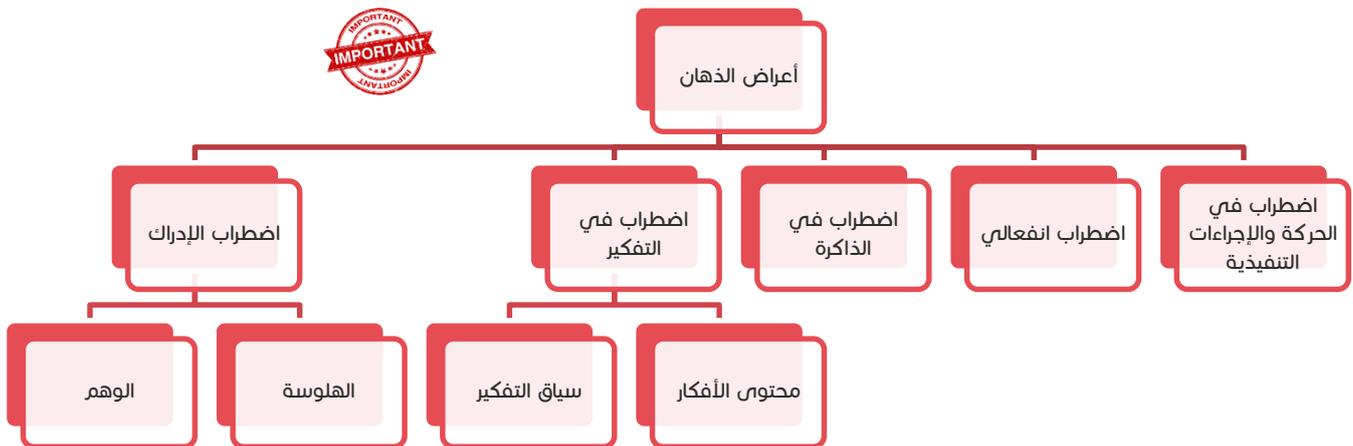
2. الذهانات الوظيفية:

وهذه تضم ثلاث فئات أساسية هي:



والأصل في هذه الحالات أن المنشأ فيها **نفسي**، لذلك يبحث المعالج عنه أولاً، ومن ثم ينطلق في العلاج.

الأعراض العامة في الذهان



يمكن وضع الأعراض العامة في الذهان في عدد من الفئات، وذلك على الوجه التالي:

■ الاضطرابات في الإدراك:

يعتبر الإدراك العملية التي يؤلف فيها بين ما تقدمه الحواس، وما يحتفظ به من ذكريات من الخبرات السابقة، تأليفاً ينتهي إلى فهم ما هو موجود أمام الحواس في العالم المادي الواقعي.

وفي الذهان يأخذ الاضطراب شكلاً أو أكثر من:

1. الوهم Illusion:

فالوهم ليس مجرد خطأ في الإدراك، بل هو إدراك خاطئ و منحرف.

والذي يمكن وصفه بأنه إدراك خاطئ و منحرف لشيء ما موجود في عالم الواقع، وتلعب في وجود هذا الإدراك عند الفرد دوافع خاصة. مثال ذلك: شجرة يراها الذهاني شخصاً يرغب في الانقضاض عليه.

2. الهلوسة Hallucination:

- تعد الهلوسة **إدراك منحرف** لشيء ما دون أن يكون ذلك الشيء في العالم الواقعي.
- ومعنى هذا أن الذهاني يزور الواقع، ويتحدث عن وجود شخص أمامه أو عن سماعه صوتاً دون أن يكون في العالم الواقعي شيء من ذلك.
- كما أنه يعكس شيئاً في حياته الداخلية يراه في العالم الواقعي، **طبيعاً** مع فقدان القدرة على التمييز بين عالم أخيلته والعالم الواقعي.
- بعض الهلوس **بصري، وبعضه سمعي، وأخرى لمسية أو ذوقية.**
- **مثال:** قد يقول الذهاني أن شيئاً ما يلامس جسده، أو أنه يتذوق شيئاً يضايقه، أو يشم رائحة كريهة تزعجه، ليس في الواقع أي شيء من هذا النوع.

■ الاضطرابات في التفكير:

تبدو هذه الاضطرابات في الأشكال التالية:

1. الاضطراب في سياق التفكير:

- وهذا يعكس اضطراباً في **سير الأفكار** التي تدور حول موضوع ما، أو عدد من الموضوعات المترابطة، ويبدو في عدد من الأشكال:

قد ينتقل الذهاني من فكرة إلى أخرى قبل استكمال عناصر الفكرة الأولى.

قد يدور حول فكرة أو كلمات مرات متعددة.

قد يقف قبل الانتهاء من فكرته.

قد يحدث عنده انغلاق مفاجئ في سياق الفكرة.

قد يلجأ إلى الكثير من الإسهاب، و ذكر ما هو غير لازم لينتهي إلى فكرة ما.



2. الاضطراب في محتوى الأفكار:

• أي وجود الاضطراب في الموضوعات والأجزاء التي تتناولها الأفكار.

• فقد يبدو الذهاني متأثراً بحالة انفعالية، وأفكار تدور حول نقطة واحدة تأخذ شكل وسواس أو فكرة ثابتة.

• يأخذ الهذيان شكل هذيان **تحقير الذات ولومها** والنزوع إلى عقابها.

• كما يأخذ شكل **توهم المرض** في جزء أو عدد من أجزاء الجسم، أو شكل **خوف مرضي** من جرثوم أو سرطان أو ما شابه ذلك.

■ الاضطرابات في الذاكرة:

• هنا تظهر الذاكرة **شديدة القدرة** على التذكر في التفاصيل والحوادث، و تمر عندئذ بما يسمى **حدة الذاكرة** **Hypermnnesia**.

• كما يحتمل أن تظهر وقد **فقدت جزءاً من الذكريات** أو القدرة على التعرف على ما تتذكر Amnesia.

• يحدث أن يصاب الذهاني **يفقد ذكريات معينة** وقعت في حقبة من الزمن أو بعد حادث معين.

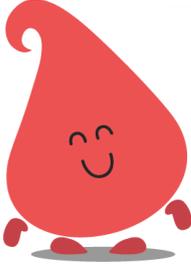
■ الاضطرابات الانفعالية:

• قد يمر الذهاني في **حالة نشوة وشعور عظيم بالسعادة** دون أن يكون في الموقف المحيط ما يدعو إلى ذلك.

• قد يمر بحالة من **الاكتئاب والهمود** تشتد أحياناً فيبدو وكأن مصائب الدنيا قد أطبقت عليه.

• يبدو الذهاني في بعض الحالات **تحت تأثير الألم الشديد** الناجم عن شعور بالذنب ويظهر ذلك في تصرفاته.

• كما أنه قد يشتد به الأمر، فيبدو **غير شاعر بشخصه** أو يبدو سعيداً لأنه **قد مات**.



■ الاضطرابات في الحركات والإجراءات التنفيذية:
تتجلى في:

- أشكال من **النشاط الحركي الزائد**، حركات كثيرة ليس لها لزوم.
- في حين ترى في حالات أخرى **أشكال من السكون** ونقص الفعالية لدرجة يغدو فيها المصاب غير قادر على القيام بأية حركة.
- وفي كل الحالات تبدو تصرفات الذهاني **غريبة وشاذة** مما تنطوي عليه من عدم وضوح في الهدف، ومن أذى محتمل ينال الآخرين أو ينال الذهاني نفسه.

الفصام

معنى الفصام وتعريفه

❁ يقع الفصام في **الصف الأول بين حالات الذهان** من حيث **انتشاره** وآثاره **وشدة خطره**.

❁ أكثر المصابين بالفصام من عمر يقع **دون الخامسة والثلاثين**.

❁ عرف في الماضي باسم العته أو الجنون المبكر، ومن ثم أطلق عليه اسم الفصام، وذلك لإمكانية الشفاء من هذا الاضطراب من وجهة نظر الأطباء.

■ يتميز الفصام بتهدم يصيب الشخصية، و يغدو المصاب منسحباً من عالم الواقع إلى عالمه الخاص، ويصبح تفكيره متمركزاً حول الذات.

تعريف الفصام: مجموعة من ردود الفعل الذهانية التي تتميز باضطراب أساسي

في العلاقات مع الواقع وتكون المفاهيم، واضطرابات انفعالية وسلوكية وعقلية من درجات.



تحليل الفصام

يقع الفصام نتيجة لعملية طويلة تتفاعل فيها العوامل النفسية والاجتماعية و الفيزيولوجية مع الأنا الذي تطور تطوراً جعله ضعيفاً في تعلم وظائفه والقيام بها.



■ هذا ويلاحظ على الفصامي:

❁ **عجز** في إنجاز **تكيف اجتماعي** مناسب، ونزوعه إلى الانسحاب من العلاقات الاجتماعية.



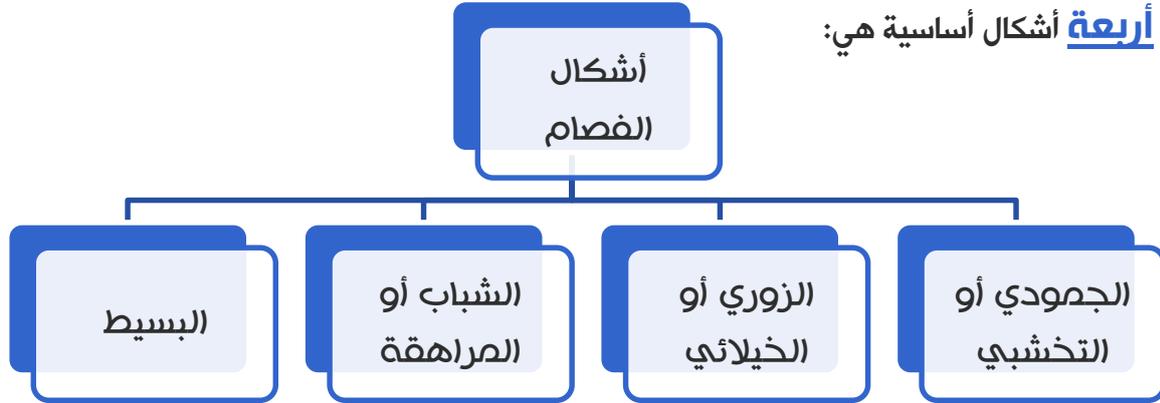
➤ **انشغاله التدريجي بأخيلته** يقوده إلى عدم القدرة على التمييز بين عالم أخيلته الخاص وعالم الواقع.

➤ ضعف في **ضبط الدوافع و العواطف** بصورة تدريجية.

➤ **عجز شديد في ضبط الدوافع الأساسية** مثل التحكم في التبول، والنزوع إلى أشكال من السلوك الجنسي المنحرف.

أشكال الفصام

يضم الفصام **أربعة** أشكال أساسية هي:



7. الفصام البسيط:

- سمي بالبسيط بسبب **غياب الهذيان والهلوسة**، والأفعال النمطية التكلفة.
- يتميز **بالفقر في العلاقات** الإنسانية، وضعف العناية والاهتمام بالأمر الخارجية.
- **فتور المشاعر**، والظهور بمظهر اللامبالاه الواضحة.
- يميل المصاب إلى **عمل لا يتطلب التحدي**، ولا ينطوي على الكثير من الصلات الإنسانية.
- يتحمل المصاب هنا **الألم، والجوع، والأوساخ، والتحقير الاجتماعي**، ويكون ذلك مرافقاً بضعف في الردود الانفعالية، والنزوع العدوانى.

2. فصام الشباب أو فصام المراهقة:

- يتكون تدريجياً، كنتيجة **لتطور فصام بسيط**، شديد الأثر، بارز الأعراض.
- يتميز **بمشاعر سطحية و غير متناسبة** مع الموضوع، وقهقهة غير منتظرة.
- **سلوكه سخيف**، هلوسات من أنواع متعددة، سلوك نكوصى أو انسحابى.



مثال: سئل واحد من هؤلاء المصابين، لماذا تقهقهوا؟ فقال أن الأصوات هي التي تجعله يفعل ذلك، و سئل عما إذا كانت تضايقه؟ أجاب بالنفي و قال أنها معه منذ مدة، و هي ترافقه و تضحكه بسبب ما تذكره.

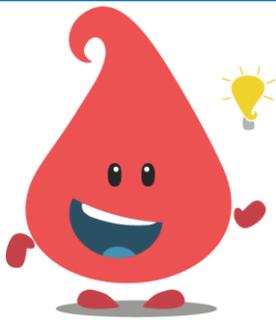
و حين سئل عما تذكره له قال أنها تتهمه بأنه يقوم بأشكال من السلوك الجنسي المثلي.

- وسئل مصاب أمام جمع طلاب من طلاب كلية الطب عن اسمه، فقال أن عمره مائتا سنة، وحين أعطي قطعة من نقود، ذهب بها إلى آلة و حصل على زجاجة كولا و شربها دفعة واحدة، و كل ذلك و هو يقهقه.

3. الفصام (الزوري أو الخيالي):

- يتميز بالغرق في التفكير الذاتي غير الواقعي الذي يتألف محتواه غالباً من هذيانات تنطوي على مشاعر العظمة مع مشاعر الاضطهاد، أو مشاعر الاضطهاد وحدها. لذلك يسمى أحياناً **بفصام الاضطهاد**.
- يبدو المصاب في مطلع الاضطراب غير مختلف كثيراً عن إنسان هو عضو في جماعة متطرفة.
- يظن أن لديه معلومات تفسر حوادث كثيرة، وحين يسعى وراء **إعطاء الدليل** يبدو **الدليل غير مترابط**.
- يغضب في وجه أي إنسان يسأله أسئلة محرجة، يبدو منعزلاً.
- يفسر الأمور من خلال مشاعر الاضطهاد لديه، أو من خلال عظمته ومكانته الهامة.

4. الفصام (الجمودي أو التخشبي):



- يبدو المصاب هنا متخشبا في أوضاع جسدية معينة وغريبة، ويبقى كذلك عدداً من الساعات.
- فقد ينطوي على نفسه جسدياً لساعات، وقد يضجع وذراعه تحته لساعات.
- قد يأخذ وضعية الطائر، أو يقف على رجل واحدة.

هناك أيضاً أشكال أخرى فرعية مثل:

الفصام الطفولي، الفصام الحاد غير المتميز، الفصام المزمن غير المتميز، الفصام الانفعالي.

حالات العصاب

مقدمة

تضم قائمة الاضطرابات النفسية عددا من الحالات التي تظهر على شكل **اضطراب انفعالي شديد** يؤدي الشخص ويجعل تصرفه غير مقبول في عدد من المناسبات **ولكنه لا يعطل (لا تتوقف) عنده قدرات التفكير ولا يقطع الصلة بينه وبين المحيط حوله توضع هذه الحالات في صنف العصاب.**

معنى العصاب وتعريفه

- ♥ تشمل حالات العصاب فئة معينة من الاضطرابات النفسية تبدو عند بعض الأشخاص وتتميز بأعراض أساسية.
- ♥ تنوع هذه الأعراض وتداخلها أحيانا ساعدا معا على إيجاد عدد من الصعوبات في الوصول إلى تمييز قاطع بين بعضها
- ♥ في كل الحالات نقف عند العصاب عند اضطراب نفسي يفوق شدته شدة الغضب الإنساني المألوف وشدة الخوف الإنساني المقبول.



يمكن تعريف العصاب:

- ♥ اضطراب في السلوك يظهر لدى الشخص فيؤذيه ويجرح صحته النفسية وكفايته الإنتاجية وفائدته في المحيط الذي يعيش فيه من غير أن يجعله عاجزا عن الإنتاج أو عدوا للمجتمع ومن غير أن يجعل الصلة المثمرة بينه وبين المحيط حوله معطوبة.
- ♥ وعليه يكون الأصل في العصاب عدم انقطاع الصلة المثمرة بين المصاب والواقع حوله وعدم وجود تعطل أساسي في التفكير وعدم وجود عجز عن القيام بعمل اليوم.



العوامل المؤثرة في العصاب

- ❖ العصاب أسلوب تكيفي منحرف التجأ إليه الشخص أمام ضغط يأتي من ظروف متنوعة وجد فيه بعض الفائدة وتكرر لديه

❖ الغالب في العصاب:

👤 يتوضع فوق أرضية من شخصية قلقة بعض الشيء **والعوامل** هنا كثيرة :

الحرمان من الحب
والطمأنينة الأسرية أو
الرعاية المفرطة تؤدي
ثقتة بنفسه واعتماده
على جهده.

خبرات الطفولة المؤلمة
التي مر بها.

نوع التربية التي أحاطت
به.

😊. الغالب في العصاب:

✓ أن يقوم على أساس من صراعات لم يجد الفرد لها حلا وعلى أساس ما ينطوي عليه من قلق.

✓ يتجلى الصراع هنا بين الأنا وقيم الأنا الأعلى وهذا الصراع يمكن أن ينطوي على بعض مشاعر الإثم.

😞. كما أن العصاب:

✓ سلوك تكون تدريجيا عن طريق التعلم وذلك نتيجة للمكانة التي يجنيها الفرد من مثل ذلك السلوك في تعزيز عملية التعلم هذه

😞. لا بد ان نذكر في النهاية:

✓ **مكانة الحادث الطارئ:** هو اعادة تجربة نفسية قاسية يمر بها المصاب وتكون لديه نقطة البدء في ظهور العصاب، وهو موضوع اهتمام خاص من المعالج في التشخيص والعلاج.

ثالثا: أشكال العصاب

♥ ترجع اشكال العصاب الى عدة اشكال يمكن ذكرها بـ :

الخوف العصابي	القلق العصابي	الهستيريا	الأفعال القهرية
عصاب الحرب	الوهن العصابي	الإكتئاب العصابي	الوساوس المتسلطة

الهستيريا

أولا: معناها وتعريفها

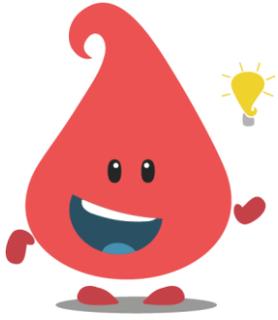
♥ تعرف بأنها اضطراب غير ارادي في الوظائف الحركية او الحسية او الذاكرة يعبر عن صراعات عصابية ويرتبط بحاجات لا شعورية عند المصاب بها.

♥ **يكشف تحليل هذا الاضطراب عن:**

1. أثر العوامل اللاشعورية في الجسد وتمثل بعض الصور النفسية في مظاهره وحركاته.

2. عن التكوين الخاص في بناء اللاشعور والتخيل عند الشخص.





تعني الهستيريا في ذهن الشخص العادي ثورة جامحة من الغضب او الخوف او القلق وكما تعني الثورة الانفعالية الشديدة المترافقة بالكثير من الاضطرابات الفيزيولوجية الشديدة

الهستيريا

ثانياً: تحليل الهستيريا

تتميز بوجود اضطراب فيزيولوجي او حركي او حسي او اضطراب في الذاكرة لا يكون اساسه فيزيولوجي ولكنه يظهر شبيهاً كل الشبه بالعتل او الاضطراب الفيزيولوجي الناجم عن اساس فيزيولوجي مصدره الجهاز العصبي او غيره.

مثال:

اصابة انسان بشلل في الطرف السفلي مثلاً بسبب اذى يلحق بجانب من الخلايا الدماغية فان من الممكن ان تظهر الهستيريا على هيئة شلل يشبه الاول ولكن الدماغ سليم والاصابة في الطرف السفلي ظاهرة فقط.

تتميز بوجود صراع يحدث قلقاً حين لا يصل الى مرحلة الحل ويكبت او يدفع بعيداً عن ساحة الشعور
يظهر الفرد هنا مدافعا عن نفسه باظهار عطل او عجز حركي او خلل او تفكك في الذاكرة **احياناً هذا العجز يشبه عجزاً يمكن ان ينشأ عن حالة مرضية جسدية.**
والشيء الذي يحصل هو ان اللاشعور يعمل في اظهار العجز لتفادي مواجهة القلق الناجم عن الصراع

مثال:

طالب طب يرى دم غزير لأول مرة يغمى عليه لم يصب باي ضرر فيزيولوجي انه انفعال امام رؤية الدم ولا يستطيع الهروب من غرفة العمليات لذا نراه يهرب باتجاه الاعماء.

كذلك تكون الهستيريا نوعاً من الهروب الشريف يستهدف الدفاع عن الذات امام اخطار القلق.
قد يستطيع شخص ما ادعاء المرض للهروب من المسؤولية ولكنه لا يستطيع الاستمرار فيه طويلاً والحالة هنا **ليست**

هستيرية.



عندما ترى شيئاً جميلاً في شخص أخبره، قد يستغرق منك الأمر لحظة، ولكن بالنسبة له يمكن أن يستمر مدى الحياة. لا تتردد أخبره الآن..

الاضطراب الهستيرى

- ♥ يخدم في تخليص صاحبه من اخطار صراع داخلي يمكن ان يطول وفي هذه الحالة يظهر المريض بريئاً من القلق راضياً بحالته التي هو عليها غير مبال بها.
- ♥ **يرغب** المريض المصاب في جانب من جسمه بالخلاص من المرض ويهمه ذلك ولكن **الظاهرة الغالبة** في الهستيريا أن المصاب لا يهمه ان يتخلص من مرضه وكثيراً ما يقف عن السعي وراء العلاج.
- ♥ انه يخلص من قلقه بالاصابة التي يوقعه فيها لاشعوره
- ♥ اتصاله العام مع الواقع لا يصيبه عطل هام أما العطل الحاصل لديه فيجنبه ما يريد لا شعوره تجنبه.

ثالثاً: أعراض الهستيريا

- ♥ تأخذ أشكالاً مختلفة تشبه في جملتها اضطراباً يمكن أن ينجم عن إصابة يتعرض لها الجهاز العصبي المركزي.
- ♥ يمكن جعل هذه الأعراض في ثلاث فئات:

ردود الفعل التحويلية:

الغلبة فيها للاعراض الفيزيولوجية.

ردود الفعل التخلقية:

الغلبة فيها للاعراض النفسية.

ردود الفعل التشنجية:

الغلبة فيها لشدة التوتر النفسي والفيزيولوجي معا.

1. ردود الفعل التحويلية:

- ✘ اضطرابات ظاهرة تشبه الناجمة عن إصابة عضوية ولكن الفحص يثبت أن العوامل العضوية غير موجودة وان الاضطرابات الفيزيولوجية الظاهرة آتية في الأصل من عوامل نفسية.

مثال:

■ الشلل الذي يصيب اليد يمكن أن ينجم مثلاً عن إصابة في الجهاز العصبي المركزي أما في الهستيريا الفحص الطبي يثبت أن الجهاز العصبي سليم وان الشلل ات من عامل نفسي.



إذا أردت الحصول على شيء
لم تحصل عليه من قبل،
فعليك أن تفعل شيئاً مختلفاً
لم تفعله من قبل.....

الاعراض

⬇ حركة تتمثل بـ:

من الإضرابات المعروفة تشنج يد الكاتب عندما لا تلاقي كتاباته قبولا ويكون التشنج هنا وسيلة لا شعورية للامتناع عن الكتابة.

حركات عضلية كثيرة ومتنوعة وغير إرادية تظهر على شكل سعال أو تقيؤ.

تشنج عضلي يعوق التبول.

شلل في الأجزاء الواقعة تحت الضبط الحركي مثل: القدمين، اليدين....

فقدان القدرة على استعمال الحبال الصوتية.

اضطرابات في الحلق تعوق عمليات البلع.

⬇ حسية:

- تشمل عددا من المراكز الحسية وتجعل الإدراك المعتمد على تلك المراكز مضطربا أو غير ممكن.
- قد يشكو المريض من فقد الحس في يديه أو رجليه أو طرف آخر من جسده دون أن يمس ذلك الاضطراب المراكز الحسية في بقية أطراف الجسد.

مثال:

شك سيدة في مقتبل العمر من فقد الحس في فخذا الأيمن من الورك حتى الركبة وأثبت الفحص الطبي عدم وجود أي عطل عضوي يمكن أن يسبب هذا العرض وبالعودة إلى عوامل نفسية وحوادث الماضي تبين أن والد هذه السيدة قبل سنوات كان مريضا وكان يمر بحالة خطيرة وقد وقعت الشابة بحب الطبيب الشاب الذي كان يعاود أباهما وقد صدف أن لامس فخذا الطبيب من دون قصد وهما إلى جانب سرير المريض وشعرت أنثذ بإثارة جنسية وشعرت بعدها بالآلم أمام هذا الشعور الجنسي إلى جانب سرير والدها الذي كان يعاني الموت كبتت هذا الشعور بالآثم ثم كان أن ظهر عقابا لذاتها بهذا الشكل الذي غدا فيه الفخذ فيه عاجزا أن يرتكب مرة أخرى مثل هذا الإثم.

- وقد تأخذ الأعراض الحسية اتجاها آخر بدلا من فقد الحس في مكان ما فتظهر زيادة بالغة في الحساسية أو حكة شديدة أو قد يشعر المصاب بأنه يسمع أصوات غريبة وشديدة.

الحشوية:

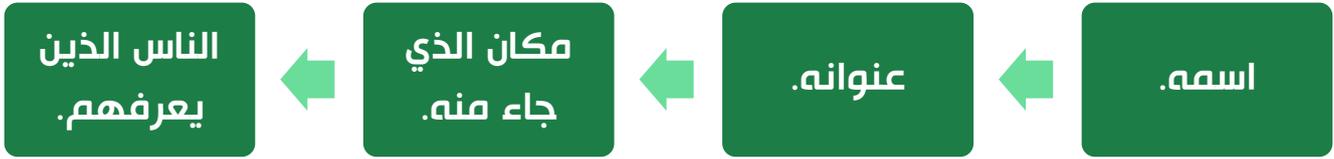
✘ تحدث في المعدة بشكل خاص من **غير أن يكون لها سبب فيزيولوجي مباشر** ومنها القيء الهستيري وبعض أشكال الحازوقة (الفهاق) وضعف الشهية للطعام رغم وجود الحاجة للطعام.

2. ردود الفعل التخلفية:

تشمل عدة جوانب:

فقدان الذاكرة:

✓ **كامل:** نسيان كل ما يتصل بماضي الشخص المصاب حيث ينسى:



✓ **جزئي:** نسيان جزء معين من ذكرياته كنسيان ما يحدث له أثناء نوبة الهستيريا بعد أن يصحو ويعود إلى حالته الطبيعية.

اضطراب في الإدراك والمعرفة:

✓ يشعر المصاب بأنه غريب في شارع أو حي قد مر به في الواقع عدة مرات أو أن يكون في منطقة يراها أول مرة ولكنه يشعر فجأة أنه رأى تلك المنطقة من قبل في تفصيلاتها المختلفة (هذه الحالة تظهر عند الأشخاص الأسوياء ولكنها عند مصاب الهستيريا أكثر شدة).

التجوال أو التشرذم:

✓ تأخذ شكل الهروب من مكان إقامته المعهود إلى مكان آخر.
 ✓ فإذا ما انتبه فيه إلى نفسه تساءل أين هو وكيف وصل إلى ذلك المكان هذا الهروب يعكس شكلاً من أشكال الهروب من القلق الذي كان ينطوي عليه ذلك المكان كما أن شروده يمكن أن يمتد لساعات قلال أو لسنوات.

السير أثناء النوم:

✓ تعكس حالة يستعرض فيها النائم ظروف صعوبات التي لا يريد أن يتذكرها في حالة اليقظة.

ازدواج الشخصية:

✓ للشخص الواحد شخصيتان يتوالى وجودهما فيه وكل شخصية تعكس نظام كامل من الوظائف والخصائص المختلفة.

3. ردود الفعل التشنجية:

يحدث أن يمر المصاب بنوبات من التشنج والإغماء تستمر بضع دقائق تشبه ما يحدث في الصرع مع اختلاف واضح في المظهر والتعقيد والشدة.

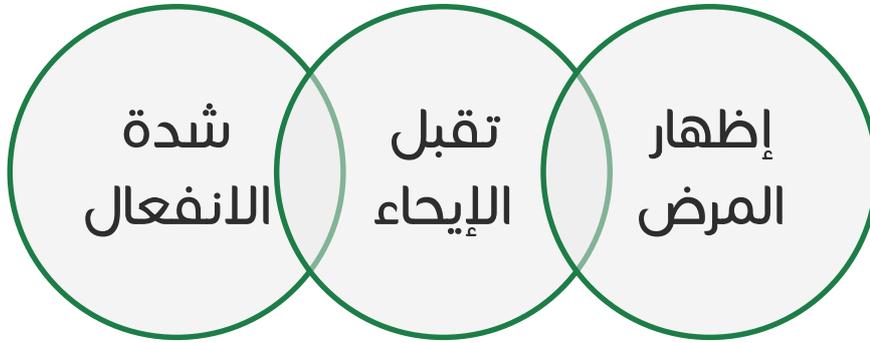
يغلب أن تظهر النوبات على نحو غير منتظم وتشنجات وأوضاع جسدية غريبة.

كثيرا ما تختلط في النوبة الثورة الكلامية مع الصراخ والضحك والبكاء والعيول.

لا يفقد المصاب شعوره تماما بل يبقى واعيا لما يحيط به حتى أنه ينتقي موضوع الوقوع إذا هم به حتى لا يؤذي نفسه.

رابعا: العوامل في الهستيريا

العامل الرئيسي هو **الانهك العصبي** الذي يعكس ضعفا في البناء لدى الشخص **ضعف في القشرة الدماغية**: الذي يتميز بثلاث صفات:



وهنا يذهب الطبيب الفرنسي بابنسكي إلى أن حجر الزاوية في الهستيريا هي تقبل الإيحاء وأنها العامل الأساسي العميق في تعرض الفرد لحالات الهستيريا.

مثال

حالة الأمريكية ماري رينولدز وصفت سنة 1817:

الشخصية الاولى: خجولة حزينة متدنية

الشخصية الثانية: فرحة دعوبة اجتماعية وحررة من أشكال قلق الشخصية الأولى

الوساوس المتسلطة والأفعال القهرية:

أولاً: معناها وتعريفها:

الوساوس المتسلطة:

- أفكار ودوافع شعورية تتسلط على الفرد وتلح عليه ذلك على الرغم من شعوره بسخافتها وبعرقلتها لسير تفكيره.
- ففي حال رغب بالتخلص منها واجهته بمقاومة وفي حال أراد الانشغال عنها عاودت الظهور واللاحاح.
- تختلف عن الخوف لأنها لا تكون مشحونة شعورياً بالقلق في حال وجودها.
- لكن من الممكن أن تكون العامل المباشر في تولد الخوف العصابي عند الشخص.
- كما تختلف عن الهذيان من حيث أن الشخص الواقع تحت تسلطها يشعر بها.
- (الوساوس المتسلطة): تضعف قدرة الفرد على العمل المثمر بسبب فقد الوقت الذي يضيعه وهو تحت تأثيرها وقد تنحرف كثيراً فأيد في درجة ضعف قدرته هذه ولكنها لا تؤدي لجعله عاجزاً عن العمل.

الأفعال القهرية/القسرية:

أفعال وحركات تتسلط على الفرد وتلح عليه من أجل القيام بها ولا يستطيع مقاومتها رغم شعوره بسخافتها وبعرقلتها لسير حركاته وأفعاله اللازمة له.

كلا الحالتين يواجهها الفرد بالمقاومة وقد تؤدي به إلى نوبة قلق (☹️).

■ إذا أخذنا الحالتين بالمقارنة نجد أن:

كلاهما متشابه من حيث التسلط على الفرد وشعوره بها.

الاختلاف الاساسي بينها:

☼ الغالب في الوسواس المتسلطة أنها ضمنية أو داخلية.

☼ الغالب في الأفعال القهرية أنها إجرائية ظاهرية.

☼ من بعض خبرات الطفولة التي مررنا بها مثل تكرار نعم او نداء خاص أو كلمة تهديد خاصة أو الخ.

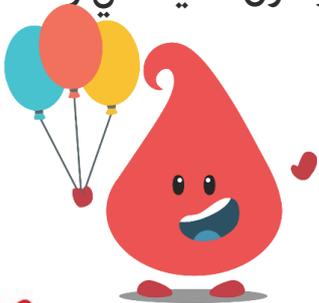
☼ وكم من مرة ألحّت أو لزمنا حركة مد اليد لتلامس أعمدة الهاتف أو سور الحديقة أو السير على طرف محدد

من طريق يوصل للمدرسة وغيرها من الأفكار والأفعال التي تعد عادية.

☼ ولكن بعض الناس يتميز بوجود أفكار أو حركات ملحة تكون متطرفة في الحاحها وتكون شديدة في وقعها

ويصعب التغلب عليها رغم الجهود في ذلك.

☼ هذه الحالات هي التي نسميها عصاب الوسواس المتسلطة والأفعال القهرية.



ثانياً: تحليل الوسواس المتسلطة والأفعال القهرية:

- ✓ يقول رجل في وصف سلوكه الناجم عن وسواس متسلط انه يخاف دائماً من أن يقع حادث مؤلم لزوجته وأولاده وهو غائب عن البيت وهو لذلك يكرر الحديث الهاتفي 📞 مع البيت عدة مرات في الصباح ليتأكد من سلامتهم.
- ✓ في حين يقول رجل آخر أنه يشهر دائماً وهو في عمله أن خطراً ما قد أصاب ولديه مع العلم أنه يوصلهما 🚗 إلى المدرسة وأنهما لا يخرجان منها إلا معه وهو لذلك يقطع عمله عدة مرات في الصباح ليتصل إلى بالمدرسة هاتفياً 📞 من أجل الاطمئنان بشأن سلامة الولدين.

وفي محاولة لتحليل آلية هذا أو هذه السلوكيات يمكن السير وفق الطريق الذي سلكناه من أجل الهستيريا والخوف العصابي.

- ✓ نحن أمام سلوك ينجم عن عمل العناصر المكبوتة من طرف وعن أثر التعلم الذي ينجزه التكرار من طرف آخر.
- ✓ وفي الواقع: نحن أمام حالة مكبوتة يشكل ظهورها في الشعور خطراً على الذات ← اتخذ الفرد وسيلته الدفاعية في حركات قهرية شعورية وأفكار متسلطة ينغمس فيها (رغم شعوره بسخافتها) هروباً من مواجهة الدوافع المكبوتة العاملة في اللاشعور ومن انطلقها.
- ✓ وعليه تكون الوسواس والأفعال قد أخذت شكل العادة القوية ثم أنها ردود فعل تنكيرية لدوافع لا شعورية قوية قبلت بها الذات في سلوكها الدفاعي.
- ✓ هذا وتظهر الأفعال القهرية على شكل دقة في التنظيم ونعني تنظيم الأشياء الموجودة في الغرفة مثلاً بكل ما يكون فيها من كتب وورق وما يلحق بذلك.

مثال:

- * ما يحدث للمراهق في فترة البلوغ التي تسبب حالة فوضى داخلية لكننا نجده أحياناً ينظم كل امور حياته الخارجية بدقة.
- * أن في التنظيم الخارجي تعويضاً عن عدم وجود التنظيم الداخلي انه تنظيم يرتاح الحدث إليه ويطمئنه إلى وجود نظام في حياته.
- * هذا بالإضافة يمكن أن نأخذ الوسواس والأفعال القهرية على أنها تعبير عن شعور بالإثم مكبوت أو عن دوافع عدوانية شديدة مكبوتة تستمر في تهديد الفرد بخرق إطار اللاشعور لتظهر في واقع الشعور إذا هو حاول عرقلة وجود تلك الوسواس والأفعال القهرية.

لا تبتك يا صغيري... لا أنظر نحو
السمااء من قلبك الحريري لا لا
تقطع الرجاء... إن الأمل جهد
عمل والجهد لا يضع ... الامل
جهد عمل...



المظاهر الغالبة في عصاب الوسواس والأفعال القهرية

من المظاهر الغالبة في سماتهم الشخصية أن يكون:



- شعور غالب بعدم الطمأنينة.
- شعور بعدم الكفاية في علاقته مع الآخرين.
- كثير من العناية بالتفاصيل.
- عدم القبول بالانحراف عن مخطط معروف أو مقبول.
- لديه حركات واضحة باتجاه النظام أو النظافة.
- يعاني الشك وضعف القدرة على (اتخاذ القرارات والتأرجح والتردد).
- يأخذ الانحراف أحياناً شكل المثالية العالية التي تبدو واضحة لدى الشخص المصاب في عطف متطرف على الآخرين وشعور وجداني عميق باتجاه أفعالهم وخطيئاتهم.

من أشكال الاضطرابات النفسية:

الوهن العصبي:

● يعكس شعور بالإرهاك يكاد يكون مستمراً من غير أن يوجد سبب موضوعي لتسويفه.

● يفسر بوجود صراعات داخلية.

● يلاحظ فيه:

بحب قلكن أنو
وصولكن لهي الصفحة
إنجاز موفقين جميعاً
ولا تنسو الدعوات.

3. اضطراب في النوم.

4. والشعور بأوجاع جسدية مختلفة.

5. شدة الحساسية.

6. ضعف في استمرار التركيز والانتباه.

7. تكرار التأفف والتبرم.

عصاب الاكتئاب:

✍ حالة تقع بين اكتئاب سوي ومألوف واكتئاب ذهاني لهذا فإن البحث فيه معقد.

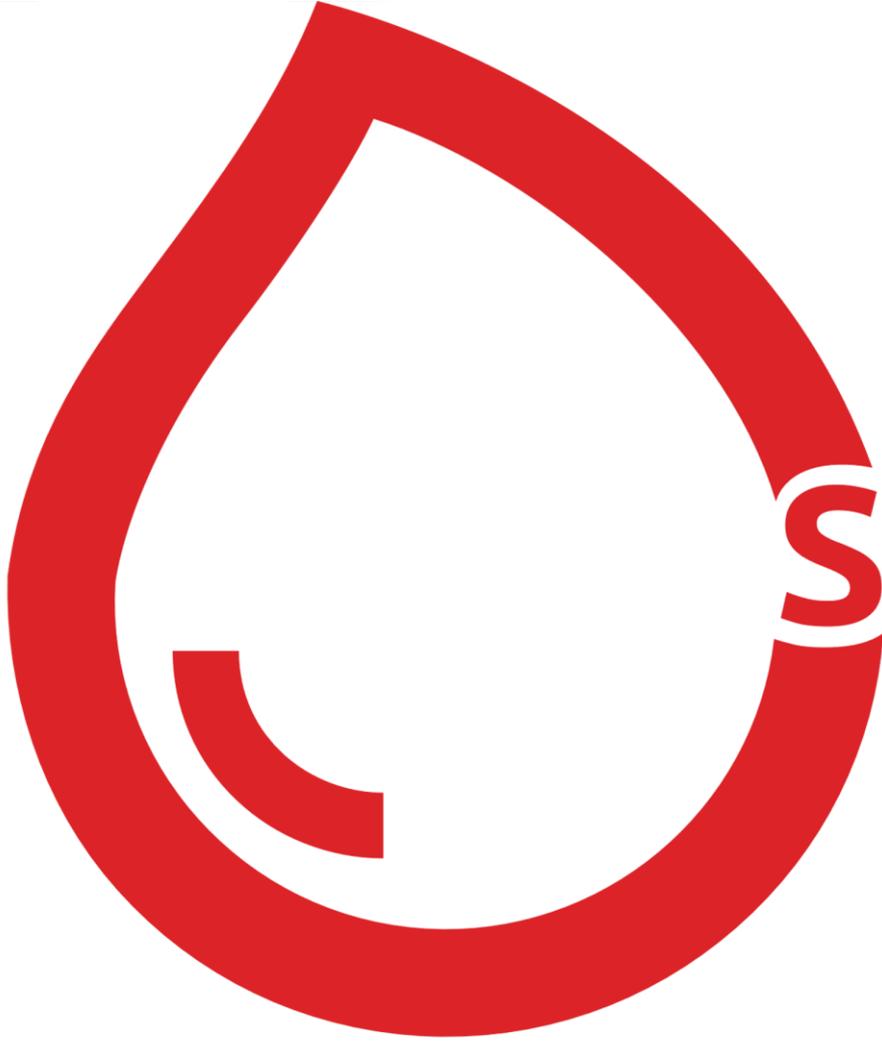
✍ ولكن بين أعراضه الخاصة ما يكفي لدعم القول بوجوده على شكل عصاب يختلف عن القلق العصبي والخوف العصبي من جهة وعن ذهاني الاكتئاب من جهة أخرى.

✍ إنه انقباض شديد ينطوي على الكثير من مشاعر الحزن واليأس وانخفاض المعنويات وتقدير الذات ولكنه لا ينطوي على تعطل الفكر أو انقطاع عن العالم الخارجي أو عن العمل.

مَنْ الَّذِي قَالَ أَنَّ مَهْمَةَ الطَّبِيبِ تَكْمُنُ فِي عِلَاجِ الْجَسَدِ؟!
 اعْلَمْ صَدِيقِي أَنَّ الْمَهْمَةَ الْأَسْمَى لِلطَّبِيبِ هِيَ فِي عِلَاجِ الرُّوحِ وَالغَوْصِ فِي أَعْمَاقِ
 النَّفْسِ الْإِنْسَانِيَّةِ وَفَهْمِ الْأَلْغَازِ الْكَامِنَةِ فِي مَتَاهَاتِهَا.
 وَبِهَذَا نَأْمَلُ أَنْ كُرِّيَاتِ عِلْمِ النَّفْسِ السَّلُوكِيِّ قَدْ كَانَتْ خَيْرَ فَرِيقٍ كَشَافَةٍ سَاعِدَكُمُ فِي
 رِحْلَةِ التَّخْيِيمِ وَالْمُغَامَرَةِ فِي غَابَاتِ عِلْمِ النَّفْسِ وَأُرشِدَكُمُ عَلَى بَعْضِ الاضطراباتِ
 النَّفْسِيَّةِ الَّتِي تَعْصَفُ بَيْنَ أَدْعَالِهَا.
 عَلَى أَمَلٍ أَنْ نَلْقَاكُمْ فِي جَزِيرَةٍ أُخْرَى مِنْ جُزُرِ مَوَادِ كُلِّيَّةِ الطَّبِّ الْعَائِمَةِ فِي بَحْرِ
 حَيَاتِكُمُ الدَّرَاسِيَّةِ.
 وَإِلَى ذَلِكَ الْحِينِ يَتَمَنَّى لَكُمْ فَرِيقُ كَوَكَبِ زُمُرْدَةٍ حَيَاةً هَانِئَةً مُطْمَئِنَّةً مِلْؤُهَا التَّوْفِيقُ
 وَالسَّعَادَةُ وَالرِّضَا.
 وَتَذَكَّرُوا دَائِمًا أَنَّ الْحَيَاةَ سَتُهَدِينَا أَضْوَاءً فِي آخِرِ النَّفْقِ، وَمَا دَامَ الْأَمَلُ طَرِيقًا فَسَنَحْيَاهُ.



#Psychology_team



RBCs