الفصل الخامس

5

ختام الرحلة

سؤال من الطالب/ محسن علوي أبو الفضل (جامعة عين شمس):

من الذي أنشأ علم النفس؟ وأين ومتى؟

الإجابة على سؤال الطالب:

في حقيقة الأمر أن (الإغريق) والفلاسفة الإغريق أمثال أرسطو وأفلاطون.. هم بداية الخيط.. ولكن أفكارهم وأساليبهم لا ينظر إليها على إنها جزء من تراث هذا العلم.. والصواب أن نقر بأن حقيقة ونشأة هذا العلم كانت على يد العالم الألماني (فونت) والذي انشأ أول معمل لعلم النفس عام 1879 في جامعة ليبزج في ألمانيا.

سؤال آخر (أو طلب خاص) من الطالبة أميمه محمود صادق:

هل من الممكن معرفة كم وعدد وأسماء أمراض أو المسميات العلمية للأمراض النفسية؟ وما هي؟ !!

يا أميمه !! (حرام عليكي يا شيخة) انه سؤال إجابته طويلة جداً جداً.. رغم أهميته وأهمية الإجابة عليه... وعلى أي حال.. لا مانع من الإجابة.. ولكن باختصار.

إجابة سؤال الطالبة:

من السهل معرفة ذلك.. والأمراض النفسية والعقلية كثيرة جداً، وهى على سبيل المثال لا الحصر:

1- الخواف أو (الرهاب).. وهو الخوف المرضى.. وهو عصاب كالقلق أو هو استجابة قلق.

ومن فروعه أو أخواته أو سلسلته الكثير والكثير فلكل خوف اسمه تبعا للموضوع المرتبط به فمثلا:

- خواف الوحدة.
- خواف الهواء.
- خواف النطق.
- خواف الوظيفة.
- خواف القذارة
- خواف الأضواء.
- خواف الأغراب.
- خواف الأماكن المكشوفة.
- خواف البيوت.
- خواف المناظر الطبيعية
- خواف العدد 13.
- خواف المجهول.
- خواف الكلاب والقطط.
- خواف العفاريت (!!!!).
- خواف الأماكن المغلقة.
- خواف الألوان.
- خواف اللون الأحمر.
- خواف الروائح.
- خواف المقابر.

- خواف الجماع
- خواف الحشرات.
- خواف الفن حيا.
- خواف الحمامات والمراحيض.
- خواف المرايا.
- خواف الجماع.
- خواف المجهول.
- خواف الموت.
- خواف الشيخوخة.
- خواف جهنم.
- خواف الدم.
- خواف المرسه.
- خواف الماء.
- خواف الرجال.
- خواف ديني.
- خواف السلالم.
- خواف السرطان.
- خواف الشوارع.
- خواف النساء.
- خواف المشي.
- خواف شامل
- خواف العمل
- خواف النجاح

صدق أو لا تصدق.. كل ذلك في مرض واحد أو يخرج من اسم مرض نفسي واحد.. (الخواف – أو الرهاب –) وهو اسم أول من ذكره هو «ابقراط».

ومن الأسماء الأخرى لبعض الأمراض النفسية:

مرض الذهان Psychosis

وهو الجنون.. نعم.. الجنون.. والذهان اخطر وأصعب الأمراض النفسية بل اخطر الأمراض العقلية بشكل عام.. مرض عسير جداً جداً..

وهو مرض عضوي ووظيفي.. ونقول وظيفي لأنه نتيجة اضطراب وظيفي للجهاز العصبي المركزي.

ويخرج من هذا المرض مسميات كثيرة جداً.. وهى على سبيل المثال.. لا الحصر:

- ذهان تفاعلي.
- ذهان بعد ولادي.
- ذهان انتكاسي.
- ذهان التهريج.
- ذهان تصلب شرايين المخ.
- ذهان ارتباطي.
- ذهان الإنهاك.
- ذهان تعشق الحيوانات.
- ذهان خبيث.
- ذهان دوري.
- ذهان السجن.

- ذهان التهاب الأعصاب المتعددة.
- ذهان الصدمة الحاد.
- ذهان هادف.
- ذهان استنمائي.
- ذهان اكتئابي.
- ذهان غريب.
- ذهان لا حركي.
- ذهان فصامي انفعالي.
- ذهان مشترك.
- ذهان صرعي.
- ذهان ما قبل الشيخوخة.
- ذهان المخالطة.
- ذهان الضعف العقلي.
- ذهان المربيات.
- ذهان وظيفي.
- ذهان عضوي.
- ذهان كحولي.
- ذهان انسمامي.
- ذهان ذاتي.
- ذهان حادث.
- ذهان الليل.
- ذهان الشجر.
- ذهان لا حركي.

- ذهان ارتباطي.
- ذهان متناوب.

ذكرت ما تحتفظ به الذاكرة عن هذا المرض.....

ومن مسميات الأمراض العقلية والنفسية الأخرى ما لا يستطيع الذهن أن يحصرها.

ولكن إن أردت أن أعرفك على أسماء الأمراض النفسية والعقلية بشكل مبسط ومصغر ومختصر وبلغة أطباء الأمراض النفسية فإليك هذه المسميات وهي أيضاً أسماء لأمراض نفسية وعقلية وعصبية سوف أتناولها قريبا بالكامل خلال كتاب ضخم على ثلاثة أجزاء ومن المتوقع صدوره في مارس 2009 واليك بعض ما أردت وباختصار:

- اضطرابات الدوافع.
- اضطرابات التنفس.
- اضطرابات تنكسية.
- اضطرابات جنسية.
- اضطرابات الحركة.
- برانويا.
- انفصام.
- السادية.
- سادية حيوانية.
- ذهان مرضي.
- داء المقوسات.
- خواف (رهاب).

- السيكوباتية.
- شيخوخة باكرة.
- ذاتية الطفولة الباكرة.
- ذهان التهاب الأعصاب المتعددة.
- ربو نفسي.
- ذهان الضعف العقلي.
- حب الشباب.
- حرمان عاطفي.
- تدهور نفسي.
- تهتهة.
- جنسية مثلية (الشذوذ الجنسي).
- جنون ضعف.
- تعشق الصغار.
- تسول مرضي.
- تشنج هستيري.
- اضطراب الإرادة.
- اضطرابات نفسية فسيولوجية.
- اكتئاب.
- انهيار عصبي.
- برود جنسي.
- اضطراب وجداني.
- اضطرابات الذاكرة.
- اضطرابات الفكر.

- اضطرابات الكلام.
- أفعال قهرية.
- جنون أخلاقي.
- تقليد هستيري.
- خرف.
- حالات توهان.
- زهري عصبي.
- روماتيزم نفسي المنشأ.
- ذهان حيوي المنشأ.
- انفصام الشخصية.
- تبول لا إرادي.
- جنون الشك.
- جنون ضار.
- اضطرابات تلف النخاعين.
- اضطرابات العادات.
- اضطرابات الكلام.
- إدمان.
- يأس.
- إحباط.
- اضطرابات انفعالية.
- تخنث.
- السحاق.

اكتفي بهذا القدر ونعود مرة ثانية إلى شرح لبعض الأمراض النفسية:

واليك مفاجأة لم ولن تصدقها ولكن صدقني أنها واقع وحقيقة مؤكدة هذه المفاجأة هي:

مرض الربو:

وقد يواجهني البعض بسؤال هام وهو: هل الربو مرض نفسي؟

الإجابة:

نعم.. والإصابة به ترجع إلى مثيرات للحساسية وصراعات نفسية تصيب المريض بأزمة تنفس حادة وهناك عوامل لذلك

ربما كان الغضب الشديد أو القلق الواضح أو الاكتئاب الظاهر وكل ذلك يؤثر على الجهاز العصبي الذي يدفع بدوره إلى زيادة الإفرازات في الجهاز التنفسي وانتفاخ أوعيته الدموية و انقباض شعبه الهوائية.

وللأسف الشديد أن هذا المرض قد يستمر طول العمر..

والعلاج النفسي للربو فردي وجماعي وأساس العلاج تبصير المريض للمعنى الدينامي لأعراضه وبث الأمل فيه وإقناعه أن هذا المرض أو هذه الأعراض لن تصبح مقدورة عليه ولا مفر منها..

اغرب ما قرأت عن هذا المرض رأي يقول: أن البعض يعتقد أن الربو عرضي لميول عدوانية مكبوتة (!!!!) ومن ثم يتوجب على المحلل النفسي أن يعالج في المريض جوعه العاطفي ومخاوفه من نبذ الناس له وقلقه الذي يدفعه إلى التوجه بالرغبة في إيذاء الناس وأن يساعده على التنفيس عن غضبه حتى لا يؤذيه ذلك كالكبت فتنمو لديه أعراض الأزمة !!!!!!!!!!!!!!

ويجب أن يكون العلاج جماعي لأن العلاج الجماعي هو الأمثل لمريض الربو لأن المريض سيجد من الجماعة العطف والاهتمام الذين ينشدهما وسيشبع ذلك فيه جوعه العاطفي ويقضي على مخاوفه من تخلي الناس عنه نبذهم له.

ومن أغرب ما عرفت من طرق لعلاج مريض الربو هو ما قيل عن العلاج من خلال التنويم.. حيث يرى البعض أن التنويم يفيد كعلاج مساعد ووسيلة لإعادة بناء ثقة المريض في نفسه وخفض قلقه..... !!

وفي واقع الأمر والمنطق والصواب أن الأوفق للمريض في حالة الربو الحاد الالتحاق بمستشفى، كما أن العلاج السلوكي من انجح وسائل علاج الربو نفسيا.

هيا بنا نتحدث عن توهم المرض..

توهم المرض هو:

وسواس المرض ولكي تتأكد من انك قد أصبت والعياذ بالله بهذا المرض يأتي هذا التأكيد بعد أن تجد نفسك في حالة انشغال شديد بالصحة وفي حالة شكوى مستمرة من أوجاع مبالغ فيها رغم أنها لا علاقة بينها وبين مرض حقيقي بالجسم

وتوهم المرض قد يصاب به السوي.. وقد يدعيه أيضاً غير أن توهم المرض بمعنى أن يشكو المرء من أوجاع لا تصدر عن أمراض عضوية حقيقية هو وسواس يصاب به كبار السن في معظم الأحوال والعصبيون والاكتئابيين ولأنه يصيب صاحبه بالاكتئاب أو ربما كان الاكتئاب من أسبابه يطلق عليه بعض العلماء مرض الملانخوليا.

والآن حان موعد شرح معنى احد الأمراض التي تشغل عقل فكر كثير من الناس وخاصة هواة الإطلاع على كتب ومراجع علم النفس.... ألا وهو:

السادية sadism:

السادية بشكل عام هي جنون القسوة.. هي التهيج أو الإشباع الجنسي عن طريق القسوة على الشريك في الفعل الجنسي وإيلامه بالتعدي عليه بالضرب أو بالسب.. وأحيانا تكون اعتداءات بالغة الأذى ببدن الشريك في الفعل الجنسي.

والسادية الجنسية جزء من سلوك عام يتسم بالقسوة ويأتيه المرء كلما كانت له معاملات بالآخرين وهو يشعر معهم بالإحباط ويسعى بالسلوك العدواني التدميري أن تكون له مشاعر تعويضية بالقوة والأهمية وان يثأر لنفسه من العالم الذي يسئ له.

وقد ينمو السلوك السادي من خبرات سابقة ارتبطت فيها الإثارة الجنسية بالألم.. وقد تقوم هذه الارتباطات في ظل ظروف متنوعة فقد يحدث خلال عملية التطور الجنسي أن تكون لكثير من الأطفال أفكار خاطئة عن حقيقة العلاقة بين الرجل والمرأة أو بين الذكر والأنثى عموما يغذيها ما يشاهدونه في الطبيعة بين الحيوانات والطيور والقصص والحوادث التي يقرأونها والأفلام التي يشاهدونها في التليفزيون والحافلة بالتعديات على النساء وما يرونه يوميا من مشاهد التعذيب والقسوة ينزلها بعض الأفراد بالحيوانات أو الناس وما يثيره ذلك من انفعالات قوية واستثارات جنسية غير مقصودة.

وقد يلجأ السادي إلى أفعال معينة تكون بمثابة الطقوس يأتيها لا إراديا ويراعيها حرفيا كلما أتى إحدى النساء وقد تفقد هذه الطقوس فاعليتها بالتقادم فيقلع السادي عنها أو يلجأ مضطرا إلى ما هو اشد فاعلية منها ليحصل على الإشباع الجنسي الذي يحتاجه.

يقول بعض العلماء أن السادية قد يرتبط سلوكها بالإصابة بالفصام أو كجزء من استجابات هوسية نتيجة انحراف العمليات الرمزية وضعف الروابط السلوكية.

هناك أيضا:

السادية الحيوانية Zoo sadism:

ينزلها السادي بالحيوانات أو يوقع الأذى بها فيمنحه ذلك لذة.. وفي حقيقة الأمر أنه أمر شديد الغرابة.

سؤال هام جداً..

لماذا سمي هذا المرض بهذا الاسم؟

الإجابة..

سمي هذا المرض بهذا الاسم نسبة إلى الروائي الفرنسي الفونس فرانسوا دي ساد Alfonse Francois Sade والذي كتب اعترافات في مذكرات ذكر فيها كل صنوف العذاب الذي كان ينزله بضحاياه من النساء من أجل أن يرضى جنسيا !!

مما لا شك فيه أن القارئ العزيز يهمه أن نتحدث عن الإدمان والإدمان يعتبر مرض نفسي.

الإدمان.. خاصة إدمان المخدرات يعتبر في حد ذاته ليس مرضا فقط.. بل هو كارثة تهدد المجتمع.

وهنا اطرح سؤال:

هل كل منا على علم بمعنى كلمة إدمان.. خاصة إدمان المخدرات وهو الأكثر شيوعا بين الشباب؟

علماء النفس يصفون معنى المخدرات بأنها من (الخدر) وهو الفتور والاسترخاء.. وهي عقاقير طبيعية أو مستحضرات لها هذا التأثير ومن شأن تعاطيها أن يدمنها المتعاطي أي يعتمد عليها فسيولوجيا ونفسيا ويطلبها بإلحاح.

ومدمن المخدرات يتعاطاها عندما يجد أنها تضفي على المدمنين من معارفه إحساسا بالراحة.. ولأنه يعاني من اضطرابات قوية وخطيرة في الشخصية فإنه يلجأ إلى المخدرات طلبا لتخفيف التوتر وخفض القلق وسعيا وراء هذه النشوة أو الحالة الحلمية التي يكون عليها المتعاطي ويتكون لديه الاعتماد النفسي الذي يسلمه إلى اعتماد بدني ويعتاد الجسم مفعول المخدر فيزيد الجرعة لكي يحصل على نفس النتائج الأولى التي حصل عليها لأول مرة عندما تعاطي المخدر.. فإذا لم يحصل على الجرعة المعتادة خلال 12 ساعة من وقت آخر جرعه بدأت تظهر عليه أعراض الامتناع.

والجهاز العصبي المركزي يفرز عند المدمن طاقه تقابل مفعول المخدر وتبطله فإذا امتنع عن التعاطي فإن الطاقة لا تجد المنصرف لها فتسبب الاضطراب في الجهاز العصبي المركزي وهو الذي نشهد آثاره في أعراض الامتناع وهي:

1- اتساع الحدقتين.
2- الغثيان والقيء.
3- الرعشة.
4- الرشح الأنفي.
5- النبض السريع.
6- حكة الجلد.
7- ارتفاع ضغط الدم.
8- الإسهال.
9- الهذاءات.
10- الهلوسة.
11- القلق والتوتر.
12- الأرق الدائم.

13- العصبية المفرطة.
14- الميل للعزلة.
15- الميل للحزن أحيانا.

ويستعيد الجهاز العصبي المركزي توازنه تدريجيا خلال مدة تتراوح ما بين 10 أيام إلى ثلاثة أسابيع.. وتختفي الأعراض.

بعد أن عرف القارئ معنى المخدرات ومدمن المخدرات.. سؤالي الآن هو: لماذا ارتفعت نسبة إدمان المخدرات في الوطن العربي؟ ما الأسباب؟ ما هي الدوافع؟

الإجابة قد نتفق عليها سويا وقد لا نتفق.. إما عن إجابتي ووجهه نظري الشخصية.. إن الأسباب تنحصر في الآتي:

1- سوء التربية.
2- المشاكل الأسرية.
3- الصحبة السيئة.
4- البيئة بوجه عام.
5- تراكمات وعوامل نفسية.
6- الرفاهية.
7- فقدان العطف والحنان.
8- أحيانا يكون هناك عامل.
9- وراثي (إدمان الأب أو الأم).
10- أسباب اقتصادية.
11- أسباب اجتماعية.
12- أسباب نفسية.

13- قلة المراقبة على الأبناء.
14- تدني مستوى التعليم في المدارس والجامعات.
15- عدم احتواء مشاكل الشباب.
16- الفراغ.
17- عدم التوعية والتوجيه والإرشاد.
18- تدني مستوى الثقافة الاجتماعية العامة.
19- غياب الإعلام الإرشادي.
20- عدم الردع الكافي لتجار المخدرات.
21- الإحباط واليأس والقنوط.

عودة مرة أخرى للحديث عن الأمراض النفسية..

باختصار شديد يا عزيزي ومن وجهة نظري.. إن معظم الذين تعرضوا لأزمات نفسية يرجع السبب لإصابة معظمهم بتلك الأزمات إلى عوامل تركن إلى إحساسهم بالفشل.. والإحساس بالفشل يؤدي إلى أزمات نفسية حادة.. وارى انه وجب علينا النصيحة أو طرح عدة نقاط ونصائح لهؤلاء.

وعوامل الفشل هي:

1- عدم الثقة في الذات
2- ضعف الإيمان
3- الخوف من المستقبل بلا مبرر أو سبب واضح
4- أصدقاء السوء
5- الابتعاد عن التعاليم الدينية والقيم والمبادئ والأخلاقيات
6- (التقليد الأعمى) في كل شيء - خاصة (تقليد) الغرب

7- الاعتماد على الغير في كل شيء

8- التمسك بمعتقدات رجعية كلها جهل وتخلف وتأخر

9- قلة المعرفة والإطلاع والثقافة العامة

10- إيمان البعض منا بنظرية المؤامرة وان الكل ضدنا وان الكل يكرهنا ويريد لنا الفشل والتأخر وان العالم كله يريد إغراقنا في بحر الظلمات والجهل والتخلف والراجعية.. بينما الحقيقة إننا نحن أنفسنا سبب كل ما نحن فيه من فشل وتأخر وجهل وبالتالي زادت الضغوط وزادت الأمراض النفسية

11- ومن عوامل الفشل أيضاً: تمسكنا بالماضي وأحداث الماضي والبكاء على اللبن المسكوب وعدم رغبتنا في التقدم والنجاح

12- تفشي ظاهرة كراهيتنا لبعض وعدم التعاون والترابط وانتشار الحقد والحسد وعدم الرضا بما قدمته السماء لكل منا

13- الإحساس بالإحباط واليأس وعدم الثقة في الآخرين.. كل ذلك من عوامل وأسباب الفشل

14- عدم الرغبة في التطوير وتنمية قدراتنا

15- عدم الاعتراف بمشاكلنا النفسية وتجنب العلاج