

علم نفس الشواذ (علم نفس اللاسواء)

يعرف علم نفس الشواذ أو علم نفس اللاسواء بأنه مجال من مجالات علم النفس الذي يتناول أسباب وتطور الاضطرابات النفسية. وكما يعرف بأنه الدراسة العلمية للسلوك غير السوي في محاولة لوصف ،التنبؤ، تفسير وتغيير الأنماط السلوكية غير السوية.

وعلى الرغم من أن عدة تعاريف وضعت لوصف السلوك غير السوي او الاضطرابات النفسية الا ان الكثير منها لم يحظ بالقبول الكافي. . ولكن يبقى تعريف الرابطة الأمريكية للطب النفسي DSM5 هو الأكثر قبولاً وتداولاً أذ تعرف الاضطرابات النفسية بأنه نمط من الأفكار ، المشاعر أو السلوكيات التي تسبب ضيقاً شخصياً كبيراً، و/أو تدهور واضح في الوظائف اليومية، و/أو خطر الأذى البالغ، والتي تكون غير مقبولة أو معتادة في سياق العادات أو الثقافة التي يعيش فيها الفرد.

ومن الملاحظ أن التعريف استعمل كلمات مثل كبير وواضح وبليغ، مما يشير الى أن الاضطراب النفسي يطلق ويطبق فقط عندما تكون الأعراض لها تأثير كبير على الفرد، ولا يحتاج بالضرورة الى وجود هذه العناصر الثلاثة فاذا كان هناك اثنان او حتى واحد فهذا يكفي، ولكن بشدة وحدة كافية فإن الحالة جديرة بأن تشخص كاضطراب نفسي، ومدة استمرار الأعراض التشخيصية الشخصية أيضا مهمة، إذ يتم تعريف الاضطرابات النفسية بالاعتماد على مدة الأعراض بأنها سلوكيات غير تكيفية مستمرة، ولنتناول بشيء من التفصيل هذا التعريف:

- **الشدة أو الضيق Distress:** وهي شعور بالكرب والمعاناة النفسية، فكل منا قد يعاني ويشعر بالضيق من وقت من الأوقات، ولكن المريض النفسي عادة ما يخبر هذا الضيق بشكل لا يتناسب مع الموقف من حيث الشدة والمدة، فالبعض منهم يظهرون ضيقهم مثل البكاء امام الآخرين أو مشاركة قلقهم او يعبرون عن غضبهم، والبعض

الآخر من المضطربين يكتبون معاناتهم، فيتركون عائلاتهم واصدقائهم غير واعين لمعاناتهم الانفعالية، ومن الضروري ملاحظة ان الضيق الشديد بحد ذاته لا يعني بالضرورة وجود اضطراب نفسي، والعكس صحيح أيضاً، فغياب المعاناة ليس بالضرورة أن يؤثر غياب الاضطراب النفسي، فقد يعاني المحيطين أو المجتمع من أعراض هذا الاضطراب.

● **تدهور الوظائف اليومية أو الاختلال الوظيفي:** ويشير الى تعطل في الوظائف المعرفية والانفعالية والسلوكية، إذ تتداخل الأعراض المرضية مع الوظائف اليومية بشكل بارز مما يؤدي الى ضعف الأداء في المدرسة وفي العمل وفي العلاقات الاجتماعية، ووجود عارض مرضي مهما كان نوعه ليس بالضرورة ان يشخص كاضطراب نفسي، فالهلاوس ورغم أهميتها في التشخيص إلا ان وجودها بحد ذاته دون ان تسبب تدهور في الوظائف اليومية لا يؤثر وجود مرض نفسي أو عقلي، ودرجة التدهور في الوظائف تعتمد على نوع الاضطراب وحدة أعراضه، فمثلا الاضطرابات الذهانية – وهو مصطلح يعبر عن الاضطرابات العقلية الشديدة التي يعد الفرد فيها منفصل عن الواقع لإحتوائها على أعراض مثل الهلاوس واضطرابات التفكير – تؤثر حتى على الوظائف اليومية الطبيعية والبسيطة للفرد.

● **خطر الأذى:** بعض الأفراد يخاطرون ويجازفون أكثر من غيرهم وعادة ما تكون هذه السلوكيات خارج نطاق الطبيعي، ومحك الخطورة يشير الى أعراض اضطراب نفسي الذي يؤدي الى تعرض الحياة أو الممتلكات للخطر اما عن طريق الخطأ (تهور، رعونة، لامسؤولية) أو عن قصد (عدائية، عنف).

وعلى سبيل المثال قد يكون الشخص المصاب باضطراب نفسي في خطر عندما :

- يؤدي الاكتئاب واليأس الى محاولة الانتحار.

- تتداخل الهلوس السمعية مع احتياطات السلامة، مثل ملاحظة الطريق قبل العبور، أو قد تأمره الهلوس السمعية بالقفز من مكان مرتفع.
- صورة الجسم والاضطرابات النفسية الاخرى تؤدي بالشخص الى رفض تناول الطعام، وعدم أخذ كفايته من الطعام من أجل الحفاظ على وزن صحي مثالي، مما يؤدي بدوره الى سوء التغذية ومشاكل طبية لاحقة.
- وبعض الاضطرابات النفسية قد تقود الفرد المصاب الى وضع حياة الأفراد الآخرين في خطر، ومثال على ذلك:
- الهلوس السمعية الأمرة التي تأمر المريض بإيذاء شخص آخر.
- المحاولات الانتحارية التي من الممكن أن تضع حياة آخرين في خطر، مثل محاولة الانتحار في حادث مروري.
- أو هام الشك أو العظمة الشديدة مثلاً أب يقتل ابنائه لحمايتهم من شر عظيم.

● **السياق او الثقافة:** كما اشرنا سابقاً، فإن ما يُعد مستوى عالي من الكرب(الضيق) distress، او الضعف في الأداء أو خطر الضرر يعتمد على السياق والثقافة الذي يظهر فيه. فالسلوك الذي يبدو غير مناسب في سياق معين قد يكون منطقياً من وجهة نظر أخرى. فكون الشخص مختلف لايعني انه مضطرب نفسياً. فلا يمكن ان نقول أن هذا الشخص غير طبيعي لمجرد كونه طليعياً (يقدم افكارا جديدة وغير عادية او تجريبية) أو غريب الأطوار أو تصرف على أساس معتقدات اجتماعية أو جنسية أو سياسية أو دينية غير اعتيادية. يمكن أن تؤدي تأثيرات السياق الى غموض(تعتيم) الخط الفاصل بين الاختلاف والاضطراب. الثقافة أيضاً، يمكن أن تلعب دوراً حاسماً(أساسياً) في كيفية تشخيص الامراض العقلية. بالنسبة لعلماء النفس، الثقافة: هي القواعد والقيم المشتركة في مجتمع؛ هذه القواعد والقيم يتم نقلها بشكلٍ صريح وضمني الى أعضاء المجتمع عن طريق الاقتداء او النموذج أو باستخدام اسلوب المكافأة والعقاب. المجتمعات

والبلدان المختلفة لها ثقافتها الخاصة، ولكل منها رؤيتها الخاصة لما يشكل الصحة العقلية والامراض العقلية وحتى ما يشكل الكرب. على سبيل المثال، في بعض الثقافات يتم نقل (أو التعبير عن) الكرب بواسطة شكوى من التعب أو الإعياء بدلاً من الحزن أو المزاج المكتئب. بعض مجاميع الاعراض التي يتم التعرف عليها كاضطرابات في أجزاء أخرى من العالم ليست مألوفة لمعظم الغربيين.

ويبقى الفصل بين السلوك السوي والسلوك الشاذ ليس بالأمر اليسير ، وذلك لاختلاف وجهات النظر الى السواء والشذوذ ، الا أن هناك بعض المعايير المستعملة لتحديد السلوك السوي والشاذ وهي:

أولاً :المعيار الاحصائي:

يستند هذا الاسلوب الى الصفات المختلفة سواء كانت جسمية او نفسية أو عقلية فهي تميل في توزيعها الى الاعتدال ، بحيث نجد أن أغلب الناس يملكون من هذه الصفات شيئاً متقارباً ، وقليل منهم من يتطرفون في زيادة السمة أو نقصانها ، ولو حاولنا ان نقيس السمات عند الناس بمقاييس موضوعية ونوزع الدرجات التي يحصلون عليها في صورة رسم بياني ، سوف نجد ان هذا الرسم يأخذ بصورة عامة شكل المنحنى الطبيعي. لكن الاسلوب الاحصائي في تحديد الشخص السوي وغير السوي يواجه مشكلات عديدة تجعله صالحاً في تحديد السواء لبعض جوانب الشخصية وغير صالح لتحديد جوانب أخرى سواء تلك التي تتعلق بالقدرات أو السمات النفسية ، ورغم موضوعية هذا المقياس الا انه لا يشير الى السلوك الايجابي المرغوب فيه والسلوك غير المرغوب فيه.

ثانياً : المعيار الحضاري:

إن التحديد الحضاري يقوم على السمة التي يتقبلها أكبر عدد من الناس ، ومعنى ذلك إن السوي هو المتوافق مع المجتمع أي من أستطاع أن يجاري قيم المجتمع وقوانينه ومعاييرهم

وأهدافه ، وكان يقصد أيضا ما اتفقت عليه الجماعة وقبلته . ولكن الاعتراض الأساسي على هذا المعيار هو أن السلوك الذي يبدو غير سوي في ثقافة معينة قد يكون مقبولا في غيرها من الثقافات ، وأن أشكالا معينة من السلوك غير السوي الذي يحدث في بعض المجتمعات قد لا يكون لها وجود في مجتمعات أخرى ، وأن السلوك الذي يعد سويا تماما في جماعة قد يعد مرضيا للغاية في جماعة أخرى . وهناك نقد آخر هو مدى صحة أن يطبع الفرد الاتجاهات والقيم والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع . إذ إن السلوك السوي يأتي من انخفاض التنافر بينهم وبين ما هو سائد بحيث لا يحدث الاغتراب أو النبذ الاجتماعي ، ولكن كما هو معروف انه ليس كل ما هو سائد في المجتمع مقبول أو صحيح من وجهة نظر حضارية ، كما إن التغيرات التي تحدث في المجتمعات في كثير من الأحيان تأتي من أناس يرفضون بعض ما هو سائد ويثرون عليه وقد ينبذهم المجتمع مدة طويلة وقد يحاربهم .

ثالثا: معيار السلوك المؤلف:

يستند هذا المعيار على ما يعرفه الأفراد من أنماط السلوك المعقول والذي يمكن التنبؤ به في الظروف المختلفة ، وما خرج عن ذلك فهو سلوك شاذ كالشخص الذي يغسل يديه بالماء والصابون لعدة مرات ثم ما إن يبتعد قليلا حتى يعود مرة أخرى ليعيد ذلك من جديد ، إن هذا السلوك بالتأكيد يثير اهتمامنا ونعده غير معقول . إن هذه الخاصية بمعقولية السلوك رغم انطباقها على الكثير من أنماط السلوك إلا إنها قد تكون ثغرة تجعلنا غير مطمئنين الى استعمال هذا المعيار في الحكم على السلوك الشاذ كما في حالة البارانونيا حين يعتمد المصابون بها الى عمليات استنتاج كثيرة التفاصيل . كما إن هناك مشكلة أخرى في هذا المعيار ، هو عدم التوافق بين الحياة النفسية الداخلية ومظاهر السلوك الخارجي للفرد وكأنه على نقیض ما هو متوقع من العمليات النفسية القائمة في داخله ، سواء جاء هذا التناقض أو الاختلاف بإرادة الفرد أو تمت بعمليات نفسية معقدة لا سلطة لإرادته عليها ، ومثال ذلك التكوين العكسي أو (الضدي) وهي حيلة دفاعية يلجأ اليها الفرد في أحيان كثيرة . كما أن هذا المعيار يكون صحيحا في تحديد

السلوك غير المعقول عندما تكون أنماط هذا السلوك واضحة ويمكن الاستدلال عليها بسهولة ودالة على ما يعانيه صاحب السلوك الشاذ داخليا كما في حالة أنماط السلوك الدالة على الهستيريا والكآبة أو الادمان أو الاضطرابات المضادة للمجتمع أو السلوكيات الجنسية الشاذة ، ولكنه لا يصلح لكثير من الاضطرابات التي يكون فيها السلوك شاذاً أو غير واضح أو يسلك فيها المريض سلوكا مغايرا عما في داخله.

رابعا : معيار مدى تلقي العلاج النفسي:

يعد الفرد شاذاً اذا تلقى علاجاً على يد طبيب نفسي ، إن هذا المعيار رغم صدقه في بعض الأحيان إلا إنه أيضا يعاني من مشكلات تجعله غير دقيق في تحديد من هو الشاذ أو من الاعتراضات التي تواجه هذا المعيار ، إن ما يواجه الفرد في الحضارة الحالية قد لا تجعل مراجعة الطبيب النفسي دليلاً على الاصابة بمرض نفسي ، وإنما هي من باب الاطمئنان أو الكشف الدوري ، هذا إضافة الى إن الكثير من الذين يراجعون الطبيب النفسي هم ليسوا شاذين وإنما يعانون من مشكلات بسيطة ، وهناك مشكلة أخرى تجعل هذا المعيار محدوداً إذ إن الكثير من الذين يعانون من اضطرابات سلوكية يمكن وصفهم من الشاذين لا يراجعون الطبيب أو الاختصاصي النفسي .

لذلك لا يمكن عد هذا الجانب أو ذاك يكفي للحكم على السلوك السوي والشاذ ، لكن بالرغم من ذلك يرى بعض المختصين إن المعيار الذي نحكم به على السواء ينبغي أن يتصف بالشمول والتكامل .

ومع ذلك هناك بعض السمات أو الخصائص التي يجب أن تتمتع بها الشخصية السوية:

1-الفاعلية : الشخص السوي يصدر عنه سلوك أدائي فعال وموجه نحو حل المشكلات والضغط عن طريق المواجهة ، ويتصف بقدر مناسب من المبادأة و لا تمثل ردود أفعاله تهرباً من الصراعات والمشكلات التي تواجهه .

2-الكفاية : الشخص السوي يستعمل طاقاته من غير تبديد لجهوده وهو من الواقعية بدرجة تمكنه من أن تبين المحاولات غير الفعالة والعقبات التي لا يمكن تخطيها ، و الأهداف التي لا يمكن بلوغها وهو في هذه الأحوال يتقبل الإحباط وضياع الأهداف ويعيد توجيه طاقاته و لا يبدد منها الا القليل.

3-الملائمة: الشخص السوي تكون أفكاره وتصرفاته ملائمة ، فمدركاته تعكس الواقع وأحكامه هي استنتاجات مستخلصة من معلومات مناسبة ، غير إن الشخص غير السوي يسيئ تفسير البيئة ويستخلص النتائج من دون مواجهة الحقائق.

4-المرونة :الشخص السوي قادر على التكيف والتعديل وهو حين يواجه الصراع والاحباط يلتمس الوسائل لحل المشكلات بدلا من أن يجهد على وسائله القديمة ثم أن الرغبة في التعلم وفي التغير وفي تجريب الجديد تعد عناصر من المرونة كذلك.

5- القدرة على الإفادة من الخبرة : إن الشخص غير السوي يتميز بعجزه الظاهر عن الافادة من الخبرات، إذ يدع نفسه ينغمس المرة بعد الاخرى في الموقف الذي يستثير عنده القلق وتورث الفشل ، إذ إن هذا الشخص يتميز بسوء الادراك وسوء تقدير الذات ...الخ.

6-الفعالية الاجتماعية: إن الشخص السوي يشارك في عملية التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ويتصل بالآخرين من غير اتكالية مفرطة عليهم أو نفور منهم، وهو من التحرر بدرجة كافية بحيث لا يكون عبدا لما يقوله الآخرون أو يفعلونه ، مع ذلك فأن له من الحساسية والمشاركة الوجدانية ما تجعله يستجيب لمطالبهم و حاجاتهم وهو يتقبل الآخرين بوصفهم ذوات مستقلة .

7-الاطمئنان الى الذات : الشخص السوي يتصف بتقديره لذاته وإدراكه لقيمتها وبالطمأنينة أو الأمن ويكون كذلك مرتكزا على تقدير واقعي لنواحي ضعفه فضلا عن جوانب القوة عنده وعلى منزلته كما هي المنزلة التي يستطيع بلوغها ، وعلى ما هو متوقع وعلى تصميمه وعزمه ، أي إن هذا الشخص يعلم حقيقة نفسه و يتقبلها . أما غير السوي فإنه يشعر بالمرارة كثيرا

ويرى نفسه عاجزا عن السيطرة على القوى التي تجعله على ما هو عليه أو يرى التغير أمرا مفروضا عليه من الآخرين .