سيمنار علم النفس

د. محمد السيد عبد الفتاح
أستاذ الصحة النفسية

"الهروب الكبير من الواقع"

عندما يهرب كثيرٌ من أفراد المجتمع إلى الخيال أو يخلقوا واقعا من رؤيتهم بالضرورة يخالف ما هو موجود بالفعل، فإذا بحثنا وراءهم سنجد نوعا من الانفصام الاجتماعى عن العالم، فعندما يُحرم الانسان من إشباع رغباته فى واقعه ،أقصد مجتمعه مثل العديد من المجتمعات التى يراها و يسمع عنها و يرى أن مطالبته هذا قد يترتب عليها أضراراً نفسيه و مادية قد يتخذ ثمة أمورا منها السير فى طريق المطالبة بتحقيق رغبته مهما كلفه ذلك من تهديد واقعه، أو أن يتخيّل واقعا نقيض الواقع الذى يعيش فيه فتراه يبدى سعادة قائمة على عناء نفسى من كبت رغباته، هذه السعادة دفع ثمنها صراعاً مريراً نتج عنها أن زيّف عالمه ليرى ما لا يراه غيره فى أى مجتمع ،ويتعرض للضغوط التى تقع على كاهله، أو من خوفه وقلقه على ذاته وإحساسه بالعجز قد يتعين ويتوحد بمن حرمه من تحقيق رغباته ،فعندما تسمعه يتكلم أو تراه يسلك مسلكاً يخالف الاستجابة الطبيعية فى هذه المواقف تراه كأنه آخر، هو آخر ينظر لنفسه بأنها ليست ذات قيمة إلا إذا ذابت و تماهت فى آخر أقوى منها، أو قد يكف عن العديد من العمليات العقلية التى تميّز الإنسان العاقل عن ما سواه ،وهذا يفسر ما قد نراه من كثير من الناس فى مجتمعهم عندما يتعاملون مع كارثة ألمت بهم مثلما يتعامل معها من انفصم عن واقعه وأصبح يشبه المرضى العقليين، أو قد يحاول ملياً الهروب إلى واقع آخر أى مجتمع آخر يعيش فيه ليس كإنسان بل إنسان يستطيع فيه أن يلبى حاجاته ويشبع رغباته

"عاد لينتقم"

لماذا ينتقم أحد الأفراد من شخص آذاه فى الماضى ،بينما نجد شخصا آخر لا يفعل هذا، هل ذلك لأن الشخص الذى عاد وانتقم أشجع ممن لم يفعل، يبدو لنا أن الانتقام لا يرتبط بالشجاعة بقدر ما يرتبط بالخوف مع عودة إيذاء الشخص المُراد الانتقام منه فى المستقبل، أى أن الصراع الداخلى الذى استدمجه الشخص الذى وقع الإيذاء عليه فى الماضى نتج عنه قلق كبير من هذه الخبرة لم يستطع تحمله نفسياً فتخارج وقام بتفعيله فى سلوك الانتقام، وعندما أتكلم عن الانتقام لا أعنى العقاب أو القصاص ولكن أعنى المبالغة فى العقوبة لدى البشر والتخطيط لها ،أى أنه عقاب بشدة يصحبه عمليات انفعالية، كما أن الانتقام لا يأتى فجأة بل يلزمه ظروف مهيئة لفعله، و لكن لماذا يؤذى إنسان شخصا آخر آذاه فى الماضى بالرغم من أنه تجرّع مرار الإيذاء؟ هو يؤذى من آذاه ليس فقط لحل الصراع الذى تحدثت عنه فيما سبق لكن أيضاً لكى يطهّر نفسه من الآثار الناتجة عن الإيذاء فى الماضى برؤية هذا الشخص الذى طُغى عليه فى الماضى و هو يتألم مثلما تألم، و لكن إذا لم تسمح الظروف بالانتقام فماذا يفعل من وقع عليه الإيذاء؟ إن هذا الفرد لديه خيارات منها كبت موضوع الصراع ومن ثم نسيانه، أو إذا لم يع بتأثير هذه الخبرة الماضية عليه ،أى خبرة الإيذاء توجه لا شعورياً إلى من هو أضعف منه وانتقم منه، و لكن كيف هذا؟ نسمى ذلك فى التحليل النفسى بالتوحد بالمعتدى فهو توحد بمن اعتدى عليه خوفاً من أن يرى ذاته منفصله عمن اعتدى عليه و يُوقع عليه الاعتداء تارة أخرى، أو أن يكون لديه القدرة على استخدام ذكائه بأن يقنع نفسه بأن من اعتدى عليه سوف يُعاقب نفسه حتماً وذلك طبقاً لقواعد اللاشعور الإنسانى فيترك من آذاه أن ينتقم هو من نفسه وأن يصعد إلى الهاوية.

"الفعل المرضى"

قد نجد داخل مجتمعاتنا أناسا يسلكون أفعالاً نراها صادرة عن أفراد مرضى نفسياً، و لكن قد تجد أن هؤلاء الاشخاص ينجحون داخل المجتمع ويزيد غيهم ومرضهم، ولكن ماذا نعنى أولاً بالفعل المرضى ، الفعل المرضى هو أى فعل يخالف قيم وأخلاقيات وقوانين المجتمع، وهذا الترتيب له دلاله لأنه إذا وافق الفعل المرضى قيم وأخلاقيات كثير من أفراد المجتمع فلا فائدة من أن يصبح هذا الفعل مرضيا لأن هناك فرقا بين الفعل المرضى وإدراك الفعل المرضى ،فإذا تم إدراك الفعل على أنه مرضى نأتى ونقول إن هذا الفعل يخالف القانون وهذا ايضاً يتطلب الوعى بالقانون، وإذا نظرنا فى بعض المجتمعات وجدنا أفرادا يسلكون سلوكياً مرضيا. وفى نفس الوقت يتوافقون مع مجتمعاتهم توافقاً قد يكون توافقا مرضياً أكثر من الفعل المرضى ذاته ،ولا أعنى بذلك توافق الفرد صاحب الفعل المرضى فحسب بل توافق المجتمع المضطرب مع أصحاب الفعل المرضى وقد يتبادر لنا سؤال هنا: هل الفرد عندما يعى أن سلوكه مرضى فإن حتمية تغيّر سلوكه للسواء أكثر جاهزية، بالفعل إذا كان هذا الفرد لا يحقق مكاسب على المستوى النفسى من فعله المرضى كما أن بنيته النفسية والتى تتفاعل مع مجتمع يحيط به قد تدفع لذلك التغيّر وقد تعزز هذا الفعل وقد يكون التعزيز بالرضا عن الفعل المرضى ،ولكن كيف يرضى أفراد فى المجتمع عن أفراد ذوى أفعال مرضيه قد تعود عليهم بالأذى؟ إن ذلك يحدث عندما تفسد نفوس أعداد كبيرة من الأفراد داخل المجتمع فيرى الفعل المرضى وكأنه أصبح هو الفعل السوى ،لماذا لم يره أنه سلوك وفعل مرضى أولاً رغبة من هؤلاء الأفراد أن يسلكوا نفس السلوك و لكن لا يستطيعون ،وقد يرجع ذلك إلى التنشئة الاجتماعية التى تربى الضمير فى أبنائها ثم يصبح هذا الضمير الذى تم استدماجه من خلال التربية لاشعورياً عاجزاً عن مواجهة الواقع و لكن لا يستطيع أن يُخضع الفرد الذى يرضى عن الفعل المرضى هذا الضمير اللاشعورى لهواه ورغباته ولكن يتماهى ويحب شخصا استطاع ذلك أى أخضع ضميره لهواه ورغباته ،والفعل المرضى له معنى عند من يسلكه و له معنى عند من يرضى عنه، وهنا يبزغ دور الافراد ذوى القيم الرفيعة والاخلاقيات العظيمة فى التوعية بأخطار الأفعال المرضية على الفرد وعلى المجتمع، وإذا لم يفعلوا ذلك كانوا هم من أول من يتم إيذاؤه من أصحاب الأفعال المرضية ولا غرو إذ قلت أيضاً ومن يرضى عن هذه الأفعال لأن الاشخاص أصحاب الخلق والقيم الرفيعة مهددون لهم على المستوى النفسى لذا قد نجدهم يكرهون ويسقطون السيىء الذى بداخلهم على أناس محترمين لم ترض عن أفعالهم المرضية.