



الضعف والإدمان

الجرعة التي يتعاطاها مع مرور الوقت.

عندما يقرر الإنسان أن يقوم بتصرف ما، أو أن يتخذ لنفسه نمطاً سلوكياً معيناً، يكون داخله ميزان شديد الحساسية والتعقيد، يضع بشكل تلقائي الدوافع للفعل في كفة والموانع في الكفة الأخرى، فإذا تغلبت الدوافع على الموانع قام بالفعل، وإذا حدث العكس امتنع عن القيام به، ما هو إذن هذا الدافع للإدمان وما هي تلك السطوة الرهيبة التي يملكها على بنى البشر؟ إن معظم تلك المواد تعطى للإنسان نوعاً من المزاج يتعدى خبراته السابقة، تجعله يعيش في شعور ما يختلف من حيث النوعية وشدة التأثير عن كل تلك الخبرات التي عاشها من قبل، إحساس لا يمكن أن يصل إليه إلا من خلال تلك المادة فقط، ولنوضح الأمر أكثر، لنفرض أن أقصى لحظات السعادة التي يعيشها الإنسان العادي، عند تحقيقه لأمل ما أو نجاحه أو معاشيته لحدث سعيد، تؤدي إلى ارتفاع في المزاج لديه بدرجة تصل إلى ٧٠٪، مثلاً، تلك المادة قادرة على أن تعطيه نوعاً آخر من المزاج يصل إلى ٨٠٪ - ٩٠٪، وفي العادة لا يصل المدمن إلى تلك الدرجة من الجرعة الأولى، إنما هو تأثير تراكمي على مدى أيام أو أسابيع حتى يصل إلى أقصى تأثير، بمجرد وصول الإنسان إلى هذا النوع من المزاج، الذي يصعب وصفه أو تخيله، إلا لمن جربه،

لآخر (craving)، وغالباً ما تكون المعادة يومياً أو عدة مرات في اليوم الواحد تبعاً لنوع المادة ومدى تأثير المريض بها، وهو متعارف عليه أنه اعتماد نفسي على تلك المادة (psychological dependence)، ثانيهما أنه عندما يمتنع المريض عن استخدام تلك المادة لسبب أو لآخر تظهر عليه أعراض مختلفة تتراوح من عسر في المزاج إلى توتر وعصبية، إلى الام حادة في مناطق متفرقة من الجسم، إلى شعور بالوهن والضعف الشديد، اضطرابات أخرى في أجهزة الجسم المختلفة، وتسمى بأعراض الانسحاب (withdrawal symptoms)، وهي دليل الاعتماد الجسدي على تلك المادة (physical dependence)، وهي تعني أن الجسد صار في حاجة دائمة وملحة إلى تلك المادة، وهذا يعني أنه لكي يحافظ الإنسان على توازنه الجسدي، لكي يكون إنساناً عادياً، لكي تعمل أجهزته بشكل طبيعي كأي إنسان آخر، يجب عليه أن يستمر في تعاطي تلك المادة في مواعيد ثابتة ومحددة، وبذلك يصبح خوفه من معادة تلك الأعراض له دافعاً إضافياً بجانب العامل الأول تؤكد استمراره في تعاطي تلك المادة وتعميق اعتماده عليها، والعامل الثالث هو أنه مع مرور الوقت تفقد الجرعة المعتادة تأثيرها ويصبح المريض في حاجة إلى زيادة الجرعة لتعطي نفس التأثير الأول (tolerance)، وهذا الذي يدفع المدمن إلى تضخيم

هكذا حاول الجميع أن يجد التفسير لأسباب هذا المرض اللعين، ومن ثم يسعون للبحث عن حلول أو علاج ناجح له، ولكن للأسف دائماً ما تأتي النتائج مجبلة للجميع، وأغلب الأبحاث تؤكد أن نسبة الشفاء الكامل منه محدودة، وهذا بسبب الانتكاس المتكرر بعد كل محاولة للعلاج، حتى أصبح أكثر الخبراء تفاؤلاً على قناعة أن أساليب العلاج المتوفرة حالياً محدودة القدرة إلى حد كبير، وأكثرهم واقعية يرى أن بذل الجهد في الوقاية منه أفضل كثيراً من محاولة علاجه.

● ما هي إذن أسباب سطوة هذا المرض؟ وما أسباب صعوبة مواجهته؟

في سياق الإجابة على هذا السؤال، لن ننتعمق في التفاصيل الطبية للإدمان، فهذا ليس موضوعنا الأساسي، ولكننا سنتناوله من منظور نفسي في إطار المفهوم العام، وهو تحليل الضعف الإنساني في قضية الإدمان، وكيف يؤدي هذا الضعف بالمدمن إلى الانزلاق دون غيره في تلك المشكلة، وكيف يؤدي به إلى العجز الدائم في مواجهة تلك المادة التي اعتاد عليها، وإلى الانتكاس المتكرر بعد محاولات العلاج.

يرتبط الإدمان بثلاثة معانٍ أساسية، ولا تصبح المادة مصدر خطر إدمانياً إلا إذا توفرت فيها تلك العناصر الثلاثة، أولها الرغبة الملحة الشديدة في التعاطي التي تعاود الفرد من أن

الإدمان هو أشرس أعداء البشر في العصر الحديث، يتسلل إلى نفوس الشباب في خبث ودهاء، يسلبهم إراداتهم، يذيب طاقتهم، يقلص قدراتهم، يمحو شخصياتهم، ويحيلهم إلى كائنات سلبية مترهلة عاجزة، عبيد المادة يفقدون في مواجهتها الإرادة ولا يبقى لهم حتى الأمل في الخلاص منها، يصبحون كائنات شديدة خافت، وحاضر باهت، ومستقبل غامض صامت أليم.

نشط علماء النفس في محاولة لتفسير أسباب الإدمان ودوافعه، فالبعض يفسره من الناحية البيولوجية على أنه ناتج عن خلل في كيميائية الجسم، أو نقص في بعض المواد الكيميائية أو الموصلات العصبية مما يدفع الإنسان إلى الاعتماد على تلك المادة من مصدر خارجي لتعويض ذلك النقص الداخلي، والمتأثر بالمدرسة السلوكية يرى أنه نمط من السلوك ناتج عن ترسبات لمواقف عايشها في الماضي، وردود أفعال ناتجة عن تأثره بخبرات سابقة أو حاضرة تشجع فيه سلوكه الحالي، كذلك يرى رواد المدرسة التحليلية الفرويدية أنه يمثل نكوصاً إلى المرحلة الفمية، ناتجاً عن عدم إشباع رغباته وقت كان طفلاً في مراحل حياته الأولى.



د طارق درويش

استشاري الطب النفسي

من السمات الأساسية تميزه عن غيره من الناس، قد تبدو للوهلة الأولى ليس لها علاقة مباشرة بالموضوع، ولكنها في الواقع هي الأصل والأساس، وهي تمثل جذور المشكلة وأسباب ضعف الإنسان وعجزه في مواجهة الإدمان، تلك السمات الأولية هي سمة التنظيم والتخطيط، الموضوعية، الثقة بالنفس، الإرادة، الاندفاع، وعتبة الإحباط، هذا بالإضافة لبعض السمات الأخرى الأقل تأثيراً.

التنظيم والتخطيط

إذا سألت مجموعة من الأشخاص، كيف ترون أنفسكم بعد مضي خمس سنوات من الآن، ستأتيك إجابات مختلفة، الذي يرى أنه سيصبح متميزاً في مركز ما، والذي يتوقع النجاح لمشروع سيبداً فيه قريباً، وآخر يسعى للزواج وإنجاب عدد من الأطفال، كل سيخبرك بما يسعى إليه وما يأمل فيه ويريد أن يكونه، ولكنك إذا توجهت بهذا السؤال لعدد من المدمنين لجاءتك من معظمهم إجابات مبهمه، تفقد للرؤية والإصرار والوضوح، أو قد تأتيك من بعضهم إجابة صريحة، هي أنهم لم يفكروا في هذا الأمر من قبل.

وتأتي الإجابة بهذا الشكل لافتقاد هؤلاء الأشخاص سمة التنظيم والتخطيط، وهي تعبر عن قدرة الإنسان على ترتيب أفكاره، وتحديد الأولويات في حياته، وتنسيق أهدافه الواحد تلو الآخر، ورسم الطريق المؤدى لتحقيق تلك الأهداف بوضوح ودقة، على هذا، فهي التي تؤكد قدرة الإنسان على رسم المستقبل والسعى لتحقيق طموحه وأهدافه، وفقد تلك السمة أو إذا كانت متواجدة لديه بدرجات

استمر في استخدامه لفترة طويلة، تأتي ردود أفعال هؤلاء المرضى بشكل مختلف ولكن ذا مغزى بعيد، فأحدهم يراجع الطبيب بعد فترة ليخبره أنه لم يستخدم أياً من تلك الحبوب مفضلاً أن يحتفل بعض المعاناة عن أن يستخدم عقاراً قد يكون له قدر ولو ضئيل من تأثيره السلبي عليه، بينما يأتي آخر ليخبر الطبيب أنه تحسن على تلك الحبوب، ولكنه أوقفها بعد فترة وجيزة من تلقاء نفسه، لأنه بدأ يشعر أنها ذات تأثير جذاب عليه ويخشى الاعتماد عليها، هناك ثالث يعاود الطبيب بعد فترة ليخبره أنه تحسن على العلاج ويريد تكراره، وحين يخبره الطبيب أنه تحسن بدرجة كافية ويجب عليه أن يتوقف عن استخدامه حتى لا يعتاد عليه، يخبره المريض أنه يعلم كل هذا ولكنه مصمم على تكراره، وإذا رفض الطبيب، يلجأ إلى طبيب آخر وآخر حتى يحصل عليه... وهكذا نرى أن هناك من يرفض الاقتراب من البئر حتى لا يكون هناك أدنى احتمال لأن يقع فيها، وهناك آخر كاد أن يهوى في تلك البئر ولكنه على درجة من الوعي والتماسك بحيث يسعى لأن ينتشل نفسه في الوقت المناسب، وهناك الثالث الذي يشعر بنفسه يهوى بدرجة درجة، وهو مستسلم تماماً دون إبداء أدنى استعداد للمقاومة بل ربما هناك من يدفع نفسه لأن يهوى في تلك البئر لتستقر في أعماقه في تصميم غريب.

● إذا بحثنا في أسباب هذا الاختلاف في ردود الأفعال، سوف تمكن من تحديد ملامح شخصية المدمن، فهناك مجموعة

● وهنا يأتي دور الحكم، أو الإنسان ذاته الذي سيرجع أحد كفتي الميزان، وقد يعجب البعض ممن يرجحون كفة الإدمان، فالحلل بين الحرام وبين، لا ليس فيهما، فكيف لإنسان أن يكون بهذا القدر من الضعف والعجز، ليستسلم للحظات من الرغبة، ويضع في مقابلها الدنيا وما فيها. ● والإجابة ببساطة أن هذا الأمر يتوقف على طبيعة هذا الإنسان ودرجة الضعف فيه، وكلمة الضعف في هذا السياق كلمة شمولية تحتاج إلى الكثير من التحليل والتعمق، فهل هذا الضعف هو مجرد ضعف في الإرادة... وهل يكفي أن نقول لهذا المريض كما يقول له والداه أنت ضعيف الإرادة ويجب أن تكون أكثر قوة وتشدد إرادتك لكي تتوقف عن التعاطي. بالطبع الأمر ليس بتلك البساطة، ولو الأمر كذلك لما كان للإدمان هذا القدر من السطوة والتأثير، إنما الأمر يتعلق بالشخص ذاته، بخلاياه، بالضعف المتغلغل في ثناياه، الذي هو تعبير عن مجموعة من السمات، التي تنعكس على نمط سلوكه ونظيرته للأشياء، وعلى تقديره للأمور في مجالات حياته المختلفة وليس فقط فيما يتعلق بمشكلة الإدمان، وتلك السمات هي التي تؤدي إلى سقوط هؤلاء المرضى في تلك الهوة وغرقهم فيها واستسلامهم الكامل لها.

وهذا ما يلاحظه الطبيب النفسي حين يصف أحد أنواع المهدئات لمريض يشكو من أرق أو قلق، يخبره أنه يجب عليه استخدامه لفترة محدودة حيث إن هناك احتمالاً للاعتماد عليه إذا

يصبح هذا الإنسان كمن أصيب بعاهة مستديمة، فهذا الشعور ينطبع في الذاكرة، يرسخ في أعماقها، ويبدأ في الإلحاح عليه من أن لأخر، ليسبب هذا الشعور الطاغى بالرغبة في التعاطي، والإنسان العادي الذي يبحث عن السعادة ببذل مجهوداً لأيام وأيام قد تمتد لشهور وسنوات، ليحقق نجاحاً في مجال ما كي يحصل في النهاية على قسط من تلك السعادة، إنما هذا المدمن الأمر لا يكلفه أكثر من دقائق معدودة وبعض المال، ليحصل على ذلك الإحساس، بل وأكثر منه تأثيراً هذا هو الدافع، لكن في الكفة الأخرى هناك الموانع، فتلك اللحظات الزائفة الزائلة لا تقارن بالسعادة التي بنيت على نجاح جاء بعد جهد وعناء، سعادة لها الدوام لأنها خطوات ثابتة تساهم في صنع طريق المستقبل، بعكس الأخرى التي سريعا ما يستفيق منها على حقيقة بائسة وواقع أليم، لتتجدد بداخله الرغبة في التعاطي من جديد، ليبدأ في الدوران في دائرة مغلقة، وتحول حياته إلى سلسلة متصلة من تعاطي للمادة، فيصبح مغيباً، ليفيق على واقع بائس، فيهرب منه بتلك المادة مرة أخرى، لتمضي أيامه إما مغيباً تحت تأثير المادة أو باحثاً عن الجرعة التالية، وتصبح هي محور حياته، ويتضاءل في مقابلها كل انتماءاته في ماضيه وحاضره، وإحساسه بمجالات حياته الأخرى، كفرد عليه مسؤوليات تجاه نفسه وأسرته وعمله ومستقبله، مما يؤدي إلى تدهور حمته في كل تلك المجالات وتحلل في شخصيته وتغييب شبه كامل لإمكاناته، وتدمير لقدرته وطاقاته كإنسان.





ضئيلة، سفتقد لوضوح الهدف، وتخفت رؤيته للطريق الذى يؤدى إلى ذلك الهدف، مما يزيد من صعوبة الوصول إليه، فيزداد عمق إحباطه وتكاسله وتجاهله لآمال وأحلام الغد، وبذلك تتعدم النظرة المستقبلية لديه، ويفقد الحاضر قيمته كخطوة على طريق المستقبل، فالذى يعمل ويجتهد اليوم بهدف لأن ينجح غداً، ليجد عملاً لائقاً بعد غد، ليصبح إنساناً ذا قيمة فى المستقبل، فإذا كان لا يرى بوضوح العلاقة بين تلك النقاط وبعضها، فلن يدرك قيمة الجهد والعمل منذ البداية، وإذا كانت الأهداف خافتة غير واضحة، يحدث نوع من الانفصال بين الحاضر والمستقبل، ولا يحمل اليوم قيمة أكثر من أنه اليوم، ومهما حدث فى هذا اليوم لا يرى له تأثيراً على الغد، وكان كل يوم وحدة مستقلة بذاتها، لا امتداد لها ولا تواصل بينهما، وما دام الأمر كذلك فما الذى يدفع الإنسان لتحمل مشاق الجد والجهد والعمل، ولماذا لا يستمتع بكل لحظة فى هذا اليوم، هكذا يصبح فاقد النظرة المستقبلية عبد لمنعة لحظية، ويصبح انسياقه وراء المتعة على حساب الفائدة هو النمط العام لسلوكه، ويتضاءل الدافع بداخله لمقاومة رغباته، ويصير صيدا سهلاً تفتك به أنياب الإدمان.

الموضوعية

كثير من الناس يرون الأشياء بقلوبهم وليس بعيونهم، وكثير من الناس يقيمون الأمور بانفعالاتهم ومشاعرهم وليس بفكرهم وعقلهم، هؤلاء الذين يفقدون للموضوعية، **فالموضوعية هي أن تجرد نفسك من احتياجاته حين تسعى لتقييم أمر ما، ألا تلوى الواقع وتزييه ليتلاءم مع رغباتك، ألا تقيم أمراً ما وأنت أسير انفعالاتك**، فيصطبغ بتقييمك له بما تحمله من مشاعر تجاهه، فتري الأحمر أخضر، والأخضر أزرق، والأزرق لا لون له، أن تتحلل من رغباتك وأهوائك حين تريد الوصول إلى حقائق الأمور، لذلك الذى يتميز بتلك السمة يستطيع الوصول للحقائق بقناعة أكيدة لا لبس فيها، ويكون لديه وضوح فى الرؤية وثبات فى الموقف، ورسوخ فى المعتقدات بجذور عميقة، بعكس الذى يفقد لتلك السمة، يكون أسير انفعالاته، حبيس رغباته، دائماً يضع احتياجاته

دون التأثير بما حوله من متغيرات، ودون الاستجابة لضعف نفسه، أو الاستسلام لرغباته التى قد تحول بينه وبين تحقيق أهدافه، ودائماً ما تتهم الإرادة بمفردها بأنها المسئولة عن تبعات الإدمان، ودائماً ما يوجه الأهل اللوم إلى أبنائهم لافتقارهم إياها، وهم على حق فيما يظنون، فالإرادة عامل أساسى فى مواجهة أى شكل من أشكال الضعف الإنسانى، ولكن كما أوضحن المشكلة ليست فى الإرادة فقط، إنما فى السمات الأخرى المصاحبة للإدمان، ولأن تلك السمات إنما هى طباع متأصلة فينا، فليس من المتوقع تغييرها لمجرد أن يقول أب لابنه «خلّى عندك إرادة» أو نصائح أخرى مشابهة، فهى تتحول فى أذنه من كثرة تكرارها وضعف تأثيرها إلى نغمة مملّة خالية من المعنى والمضمون، ولكن للأسف هذا كل ما فى وسع الآباء أن يفعلوه، ليظل دائماً هذا هورد فعل الأبناء، وتظل المشكلة قائمة كما هى.

الاندفاع

وهو سرعة رد فعل، والانخراط فى سلوك ما قبل التقييم السليم للمواقف المختلفة من كافة جوانبها، أو اتخاذ قرارات متسريعة، مما لا يسمح لهم بتقدير العواقب وهو ما يؤدى بهم إلى ارتكاب الكثير من الأخطاء، حيث لا يوفرن لأنفسهم الوقت الكافى لحساب أبعاد تلك القرارات أو إدراك تبعات سلوكهم.

عتبة الإحباط

وهى تمثل القدرة على التحمل، ومن يعانى من تدنٍ فى عتبة الإحباط، تتضاءل على مواجهة مصاعب الحياة، ويصبح سهل

حجمها، وإحساسه بعدم قدرته على تخطيها يدفعه إلى اليأس سريعاً والتراجع من أن لآخر أمام صعوبات الحياة، ولكن من يحتفظ بعقيدة أكيدة بالقدرة على تحقيق ما يريد تتضاءل أمامه المصاعب مهما عظمت، ويظل يحاول المرة تلو الأخرى تخطيها لإيمانه المطلق بأنه لابد أن ينجح فى النهاية، وهذا هو التصميم والثبات على المبدأ الذى يفقدته الكثير ممن يعانون من الإدمان.

● فالمرضى الذى يتم علاجه يخرج للحياة حاملاً بداخله نغمة على تلك المادة التى دمّرت حياته ورغبة فى الامتناع عن تعاطيها، فإذا كان فاقداً للثقة بنفسه تكون بداخله شكوك شبه مؤكدة أنه لن يقوى على المقاومة، وأنه سيعجز عن الاستمرار فى تحجيم تلك الرغبة الملحة والعودة إلى ما اعتاد عليه، حتى وإن لم يصارح بعضهم نفسه بتلك المشاعر، ولكنها تكون متغلغلة فى أعماقهم، تذيب حماسهم، وتقدهم العزيمة والإصرار وتفتح الطريق أمام الروح الانهزامية لتتمكن منهم، لتتلاشى روح المقاومة بداخلهم، ويفتر بداخلهم الأمل والرغبة فى الاستمرار. وكأن لسان حالهم يقول، ما دمنا لن نقوى على المواصله وسنعود إليها فى النهاية، فلماذا إذن المقاومة والمعاناة من البداية، وهذه هى البوابة الواسعة التى يعود منها المدمن إلى طريق الإدمان مرة أخرى.

الإرادة

هى قدرة الإنسان على توجيه دفة حياته فى الاتجاه الذى يريده، والسير فى الدرب الذى رسمه

بينه وبين الواقع الذى يعيشه، فيراه من خلال تلك الاحتياجات وكل تلك الأمور تفتقد للثبات، فالمشاعر تتبدل بين لحظة وأخرى والاحتياجات تتغير، والأهواء تتسم بالتذبذب وعدم الاستقرار، ومعها تتذبذب القناعات، وتتغير القرارات، وتتبدل المعتقدات من أن لآخر، ويفتقد الإنسان للثوابت والجذور، وتهتز الحقائق فى نظره، وتهتز معها مواقفه، اليوم معك وغداً عليك وبعد غد معك ثانية...ومن لا يقف على أرض ثابتة من الفهم والوعى، من الاقتناع الراسخ والاعتقاد الأكيد، يصبح كريمة تأنهت يسهل أن تتلاعب بها النسمات أو تعصف بها الرياح، صيد سهل للفرائز، وفريسة ضالة يفتك بها ضعفه الإنسانى أمام متع الحياة.

كثير من الناس يفقد لتلك النظرة الموضوعية، وخاصة فى مجتمعاتنا العربية، وهم ليسوا بالطبع يعانون جميعاً من مشاكل الإدمان، ولكن الذى يميز هؤلاء عن أولئك هو درجة تلك السمة من حيث شدتها، وتواجد السمات الأخرى التى تحدثنا عنها سابقاً، التى تتفاعل مع بعضها البعض لتعمق ضعف المدمن فى مواجهة المادة التى اعتاد عليها.

الثقة بالنفس

هى قناعة الإنسان بإمكاناته وثقته فى قدرته على تحقيق ما يريد، وهى التى تحدد درجة تصميم الإنسان على الوصول إلى هدف ما، فالمتشكك فى قدراته تكون خطواته مهزوزة، ضعيفة، غير ثابتة، تبدو له العوائق التى تعترض مسيرته أكبر من

مركز التدريب ATC وتنمية المهارات

بمستشفى

د. جمال ماضى أبو العزائم

دورات تدريبية

١ - مدرسة الإدمان

٢ - الأخصائى النفسى الأكلينيكي

٣ - فن التعامل مع الأطفال

٤ - فن التعامل مع المراهقين

٥ - فن العلاقات الزوجية الناجحة

٦ - السمعة والعلاج النفسى

٧ - كيف تحدد مستقبلك وتختار كليتك

٨ - كيف تقلع عن التدخين

٩ - أخصائى علم النفس العصبى

للحجز والاستعلام :

01111660232

الانكسار أمام أقل الضغوط، والإنسان المحبط يكون فاقدا للطاقة التى تشحن إرادته، ويتجلى ذلك بوضوح حين يخرج المريض إلى الحياة بعد العلاج، الذى منهم صادق النية وتملؤه الرغبة فى ألا يعود إلى التعاطى، يستنفر فى سبيل ذلك كل ما يملك من إرادة، ويستجمع كل قواه ليطرد الرغبة الملحة التى تعاوده من أن لأخر، ويكون أشبه بمن يمد يده حاملاً ثقلًا من الحديد ويجب أن يظل دائماً مستجعماً لقواه حتى لا يقع الثقل من يده، وكلما كانت الحياة هادئة والأمور مستقرة لن يجد صعوبة كبيرة فى الحفاظ على يديه ممدودتين، لكن الاستقرار ليس من سمات الحياة، فهى مليئة بالتقلبات والتغيرات، فيها الأحداث السعيدة وفيها أيضاً المواقف الصعبة والضغط العصبي، والذى يعانى من تدنٍ فى عتبة الإحباط، لا يملك القدرة على التحمل، ولا يستطيع مواجهة تلك الصعوبات، ويصاب سريعاً بالإحباط، وتتضاءل بداخله الطاقة النفسية التى كانت تستنفر إرادته، فتخور قواه، ويعجز عن الاستمرار فى المقاومة، لتتهوى ذراعه، ويسقط الحمل من يده، ويعود إلى ما كان يأمل ويأبى ألا يعود إليه.

● وهكذا نرى أن الضعف فى مواجهة الإدمان، ليس كياناً واحداً، إنما مزيج من عدة عوامل، تمثل سمات متصلة فى نفس كل مدمن، تتفاعل مع بعضها البعض وتؤدى فى النهاية إلى هذا الشكل من السلوك، من ضعف النظرة المستقبلية لديه نتيجة لافتقاده القدرة على التخطيط والتنظيم إلى افتقاره إلى الثوابت والجدور فى قناعاته ومعتقداته لافتقاره إلى الموضوعية، إلى عجزه عن الإصرار والتصميم لانعدام ثقته بنفسه، إلى ضعف إرادته وسطوة رغباته عليه، إلى انخراطه فى سلوك غير محسوب لاندفاعه، وعدم قدرته على التحمل لتدنى عتبة الإحباط لديه، وليس بالضرورة أن يعانى كل مدمن من كل تلك السمات مجتمعة، لكن بعضاً منها يكون كافياً فى كثير من الأحيان.

● لذلك فعلاج الإدمان ليس مجرد تقنية للجسد من آثار المادة التى يتعاطاها المدمن، فهذا الأمر لا يحتاج لأكثر من عدة أيام لا تتعدى أصابع اليدين ليبراً منه تماماً، إنما العلاج الحقيقى هو

الذى يهدف إلى تنقية العقل من سطوة تلك المادة عليه، من زعزعة رسوخها فى الذاكرة، من سيطرتها على فكر المريض ووجدانه، والأهم من ذلك كله، خنوعه واستسلامه لها بسبب تلك السمات التى تحدثنا عنها سابقاً.... فالإدمان أشبه بامرأة جميلة لكنها ذات سمعة سيئة، منحته تلك المرأة متعة لا حدود لها، ولكنها أذته، أهانتها، وأضاعت مستقبله، شوّهت علاقته بكل من يحبهم، أصابته بشرخ غائر فى إنسانيته، بتدهور مستمر فى شعوره بأدميته، وتدمير لحياته كلها.. لذلك فهو تتنازعها تجاهها مشاعر متناقضة، بين تعلق يائس ورفض عميق، بين نقمة وغيرة وكراهية، وبين افتتان وعجز واستسلام.. لذلك حين يتعافى المدمن بعد العلاج، من كان منهم صادق النية فى ألا يعود لإدمانه، تكون بداخله رغبة ورهبة، رغبة فى ألا يقترب منها أو يراها أو يعود إليها، ورهبة من مواجهتها، من أن تأتى عينها، من أن يأسره بريقها، من أن يستسلم لها بدون قيد أو شرط، خاصة أن كل شيء حوله يذكرها بها، فقد كانت جزءاً أساسياً فى حياته اليومية، كما أنها رخيصة لا تتوانى أن تعرض نفسها عليه من خلال صديق قديم، أو حاقد على شفائه، وحين يراها، يعاوده الحنين إليها، يأسره جمالها، ويستشعر صعوبة بالغة فى مقاومتها، ولكنه يقاوم، بكل ما أوتى من قوة يقاوم، مرة تلو المرة، إلى أن تأتية لحظة يفقد فيها السيطرة، ويقع فى شركها مرة أخرى.

هذا هو الإدمان بسطوته وبأسه، وهذا هو الإنسان بعجزه وبأسه، لذلك قبل أن يواجه المدمن المادة التى يتعاطاها، عليه أولاً أن يواجه نفسه، أن يتحدى الضعف المتأصل بداخله، وأن يحدد نقاط ضعفه، وهى إلى الاستسلام لها، فليعيها جيداً، ومن ثم يحاول تحجيمها أو تطويعها إلى أقصى حدودها الممكنة، كما يجب عليه أن يدرك المعنى الحقيقى للإدمان ومعرفة مصادر قوة المادة التى يتعاطاها ليدرك كيفية التعامل معها والتغلب عليها، ويجب أن يتم كل هذا من خلال أسلوب علاجي متكامل يعمل بالإضافة إلى هذا على إيجاد الدافع وشحن الإرادة وتعميق الرغبة فى التغيير.