

اثر الاعتقاد بالله على الشفاء النفسي

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAliPsycho-ImpactBeliefGodPsyHealing.pdf>

آشلي تايلور

عالمة نفس اكلينيكي
مديرة مركز باسادينا للصحة النفسية

ترجمة: علي عبد الرحيم صالح

مدير مركز الارشاد النفسي في جامعة القادسية - العراق

ali_psycho5@yahoo.com



عندما تكتب على محركات البحث في الانترنت حول (الدين والروحانية والصحة)، ستجد قائمة كبيرة تحتوي على المئات من المواقع الالكترونية، ومقاطع الفيديو، التي تشير الى أثر المعالجات الروحية والدينية، التي تقوم بها الكنائس والمؤسسات الدينية الاخرى، على الشفاء وتعزيز الصحة النفسية؛ وبالرغم من ان العلاقة بين الايمان الديني (مثل الاعتقاد بالله) والشفاء من المرض قد تكون غامضة نوعا ما، إلا ان البحوث النفسية تؤكد ان العلاقة بين الشفاء والاعتقاد الديني ايجابية، لهذا فأن من المهم معرفة كيف يمكن للاعتقاد بالله أن يؤثر في استجابة الفرد للعلاج النفسي؟ وكيف يمكن ان يعمل هذا الاعتقاد كألية نفسية في الشفاء من المرض النفسي؟

بالرغم من ان العلاقة بين الايمان الديني (مثل الاعتقاد بالله) والشفاء من المرض قد تكون غامضة نوعا ما، إلا ان البحوث النفسية تؤكد ان العلاقة بين الشفاء والاعتقاد الديني ايجابية

ولتحقق من ذلك اجري روزمارين وزملاؤه (Rosmarin et.al,2013) دراسة في مستشفى ماكلين في مدينة بلumont على (159) رجلا وامرأة خضعوا للعلاج المعرفي السلوكي (بواقع 10 جلسات تتضمن العلاج الجماعي ليوم واحد، وتقديم مشورات فردية، واخذ علاجات دوائية في بعض الاحيان)، وكان حوالي 60% من المشاركين يعالجون من الاكتئاب، في حين يعالج القسم المتبقي من اضطراب ثنائي القطب bipolar disorder، والقلق anxiety أو غيرها من التشخيصات. وقد طلب الباحثون من المشاركين تقييم درجة روحانيتهم spirituality من خلال الاجابة على سؤال واحد:

من المهم معرفة كيف يمكن للاعتقاد بالله أن يؤثر في استجابة الفرد للعلاج النفسي؟ وكيف يمكن ان يعمل هذا الاعتقاد كألية نفسية في الشفاء من المرض النفسي؟

" إلى أي مدى تؤمن بالله " "To what extent do you believe in God?"

وكشفت نتائج البحث المنشورة في مجلة الاضطرابات الوجدانية The Journal of Affective Disorders، أن حوالي 80% من المشاركين ذكروا ان لديهم بعض الاعتقاد في قدرة الله على الشفاء، كما اعتقد مشاركين اخرين بالقدرة على التحسن حتى من دون تدخل قدرة الله، إذ ذكر 56 مشاركا انهم يعتقدون بقدرة الله على الشفاء، وتوقع 27 مشاركا بدرجة مرتفعة جدا على العلاج من دون تدخل ارادة الله، وكان تسعة منهم لديه توقعات منخفضة على الشفاء. وعلى النقيض من ذلك قال 30 مريضا ان ليس لديه اعتقاد بالله او اية قوة عظيمة على

وجدت الدراسة أن أولئك الذين قيموا معتقداتهم الروحية بوصفها مضممة لهم، كانوا أقل شعورا بالاعتناج بعد العلاج

الشفاء، وكان لدى اثنان منهم توقعاً مرتفعاً بالشفاء.

ووجدت الدراسة أن أولئك الذين قيموا معتقداتهم الروحية بوصفها مهمة لهم، كانوا أقل شعوراً بالاكئاب بعد العلاج، في حين شعروا الأفراد الذين كان لديهم اعتقاد قليل أو ليس لديهم اعتقاد بقوة الله بدرجة مرتفعة من الاكئاب، كذلك ظهر ان الافراد الذين يعتقدون بقوة الله على الشفاء كانوا أقل عرضة للقيام بسلوكيات إيذاء الذات self-harming behaviors من غيرهم، لذا توصلت الدراسة إلى أن الافراد الذين لديهم مستوى مرتفع من الاعتقاد بالله يظهرون تحسناً كبيراً عند العلاج. وتتمثل احد الأسباب المحتملة لذلك، بأن "المرضى الذين لديهم إيماناً كبيراً بقوة الله يكون لديهم إيماناً كبيراً أيضاً بالشفاء، إذ يكون المشاركون أكثر احتمالاً للاعتقاد بأن العلاج سوف يساعدهم، ويرونان الإيمان بالله عامل حقيقي وصادق، ويؤدي إلى المساهمة في العلاج من المرض النفسي.

ومن نتائج الدراسات الأخرى ما كشف عنه بحث بوين وبيتز ودارس (Bowen , Baetz & D'Arcy, 2006) على 56 مريضاً مصاباً باضطراب الهلع panic disorder، إذ وجدوا أن هناك علاقة بين الالتزام الديني -الروحي وحدث الشفاء من المرض النفسي، فتذكر الطبيبة النفسية مارلين بيتز Marilyn Baetz من جامعة ساسكاتشوان إحدى المشاركات في البحث أن للدين والروحانية أثر على الصحة النفسية mental health، إذ أظهر الأفراد الذين ذكروا أن الدين مهم جداً بالنسبة لهم، استجابة كبيرة عند تلقي العلاج المعرفي السلوكي مقارنة بالأفراد الذين أعطوا للدين أهمية قليلة، وتشير بيتز Baetz أن اثر الدين يظهر كاستراتيجية للتقليل من التوتر والقلق والاجهاد المدرك لدى المصابين.

إن تقييم تأثير الممارسات الدينية على الصحة أمر صعب، ويرجع سبب ذلك إلى عدم مقدرة الباحثين على التصنيف العشوائي للناس المتدينين عن غير المتدينين، وعدم مقدرتهم أيضاً في طريقة تحديد المشاركين في اختبار الدواء من أجل اخذ دواء جديد أو مموه (زائف). لقد لاحظت معظم الدراسات هذه الصعوبات، كما لاحظت أن الناس الأكثر أو الأقل تديناً يختلفون فيما بينهم باستعمال الطرائق التي تهدف إلى الحصول على الراحة والعلاج وتحقيق الصحة النفسية، مما يسبب ذلك صعوبة في معرفة هل أن الإيمان الديني يسبب (في الحقيقة) التأثير على العلاج النفسي أو نتيجة عامل آخر؟

ولكن تبقى مغريات آثار الإيمان على نتائج العلاج النفسي هدفاً هاماً في البحوث التطبيقية. ولاسيما أن نسبة 89% من الشعب الأمريكي يؤمن في الله، وأن 56% منهم يؤمن بأهمية الدين في حياته اليومية بدرجة كبيرة، و22% يؤمنون بأهمية الدين بدرجة معتدلة، وذكر نسبة 55%

كذلك ظهر ان الافراد الذين يعتقدون بقوة الله على الشفاء كانوا أقل عرضة للقيام بسلوكيات إيذاء الذات self-harming behaviors من غيرهم

توصلت الدراسة إلى أن الافراد الذين لديهم مستوى مرتفع من الاعتقاد بالله يظهرون تحسناً كبيراً عند العلاج

أن "المرضى الذين لديهم إيماناً كبيراً بقوة الله يكون لديهم إيماناً كبيراً أيضاً بالشفاء، إذ يكون المشاركون أكثر احتمالاً للاعتقاد بأن العلاج سوف يساعدهم، ويرونان الإيمان بالله عامل حقيقي وصادق، ويؤدي إلى المساهمة في العلاج من المرض النفسي

أظهر الأفراد الذين ذكروا أن الدين مهم جداً بالنسبة لهم، استجابة كبيرة عند تلقي العلاج المعرفي السلوكي مقارنة بالأفراد الذين أعطوا للدين أهمية قليلة

انهم اعضاء مسجلين في الكنائس ، وان 36% يحضر الى الكنيسة في كل اسبوع، فضلا عن ذلك يؤمن 54% من الامريكان ان الدين قادر على حل مشكلاتهما لاسرية والمهنية والدراسية(استطلاع غالوب 2016)، كذلك اشارت دراسة اجراها كورلين وزملاؤه (Curlin et.al.2007) ان 65% من الاطباء النفسيين يعتقدون بالله مقارنة 77 % من الاطباء في المجالات الاخرى.

لذلك يتبين لنا الفائدة العظيمة التي تقدمها المعتقدات والممارسات الدينية في الصحة النفسية وفاعلية عمليات العلاج النفسي ، على سبيل المثال اشارت دراسة هومير وزملاؤه (Hummer 1999) الى وجود علاقة بين حضور الكنيسة وزيادة توقعات الحياة الايجابية ، كذلك وجدت دراسة بونلي وزملاؤه (Bonelli et.al,2012) ان انخفاض مخاطر الاكتئاب تظهر بزيادة مستوى الالتزام الديني لدى الافراد. ويذكر عالم النفس توري كريد Torrey Creed من جامعة بنسلفانيا "اعتقد ان الطريقة العلمية المناسبة لقياس الخبرة الروحية لدى الناس تأتي من دراسة الاساليب المعرفية cognitive styles ، إذ يوجد انماط من التفكير تساعد الناس بالحصول على علاج جيد ، ومن امثلة هذه الانماط من التفكير (انا اؤمن بفاعلية العلاج) و(اعتقد بقدرة الله).

كذلك يقول راندي مكابي Randi McCabe مدير مركز بحوث وعلاج القلق في مستشفى سانت جوزيف في أونتاريو: "إن اعتقاد الناس بأن شيئاً ما سيقوم بالعمل على شفاءهم يؤدي الى نجاح العلاج لدى نسبة كبيرة من الناس"، أي على غرار تأثير الدواء الوهمي على الافراد. ويذكر مكابي ان اعتقادك بأنكم ستتحسن ، سيؤثر حتما على مشاعرك ".وهذا يشبه ما يحدث في العلاج السلوكي المعرفي، عندما نحاول تغيير معتقدات الناس، وكيف يرون عالمهم، ومدركاتهم واخيرا يقدم لنا الدكتور روزمارين المزيد من التوضيح حول (لماذا الإيمان الديني يساعد على العلاج النفسي) ، فيقول "هناك قابلية للتعرض للخطر مرتبطة بجسم المريض ،وأعتقد أنه في حال ادراك الناس (خاصة المرضى النفسيين) بان حالتهم صعبة سيؤدي الى اصابتهم بالضعف والاستسلام للمرض، وسوف لا يحقق لهم اية نتيجة، في حين اذا اعتقد المرضى بأن شيء ما ميتافيزيقي (كقوة روحية) وسرمدي وثابت، فانه سيكون مصدرا مهما لعلاجهم، ولاسيما في اوقات الضيق الانفعالي ، وسيحقق لهم الشفاء بشكل تلقائي.

المصادر:

Bonelli, R., Dew, R. E., Koenig, H. G., Rosmarin, D.H., & SasanVasegh (2012). Religious and Spiritual Factors in Depression: Review and Integration of the Research, Depression Research and Treatment Volume 2012, p.1-8 pages.

Bowen R, Baetz M, D'Arcy C. (2006): Self-rated importance of religion predicts one-year outcome of patients with panic disorder. Depress

إن تقييم تأثير الممارسات الدينية على الصحة أمر صعب ، ويرجع سببه ذلك الى عدم مقدرة الباحثين على التصنيف العشوائي للناس المتدينين عن غير المتدينين

لكن تبقى مغرباً آثار الإيمان على نتائج العلاج النفسي هدفنا هاما في البحوث التطبيقية

يتبين لنا الفائدة العظيمة التي تقدمها المعتقدات والممارسات الدينية في الصحة النفسية وفعاليتها عمليات العلاج النفسي

ان انخفاض مخاطر الاكتئاب تظهر بزيادة مستوى الالتزام الديني لدى الافراد

يوجد انماط من التفكير تساعد الناس بالحصول على علاج جيد ، ومن امثلة هذه الانماط من التفكير (انا اؤمن بفاعلية العلاج) و(اعتقد بقدرة الله).

Anxiety. 2006;23(5):266-73.

Curlin FA, Odell SV, Lawrence RE, et al. The relationship between psychiatry and religion among US. physicians. Psychiatr Serv. 2007;58:1193-1198.

Hummer RA, Rogers RG, Nam CB, Ellison CG. (1999). Religious involvement and U.S. adult mortality. Demography. 1999 May;36(2):273-85.

McCabe ,Randi (1994) : Director of the Anxiety, Director of the Anxiety Treatment and Research Centre. University of Toronto Mississauga

Rosmarin,David H. et,al (2013) :A test of faith in God and treatment: The relationship of belief in God to psychiatric treatment outcomes.Volume 146, Issue 3, Pages 441-446.

إذا اعتقد المرضى بأن
شيء ما ميتافيزيقي (كقوة
روحية) وسرمدي وثابت، فإنه
سيكون مصدراً مهماً لعلاجهم،
ولاسيما في أوقات الضيق
الإنفعالي، وسيحقق لهم
الشفاء بشكل تلقائي

*** **

مؤسسة العلوم النفسية العربية الرسالة الإخبارية الأسبوعية " لشبكة العلوم النفسية العربية

دليل الرسالة الإخبارية الأسبوعية

<http://www.arabpsynet.com/Weekly/IndexNewsLetter.htm>

دليل الرسالة الإخبارية الأسبوعية

[/https://www.facebook.com/APN-Weekly-Newsletter-1840605966214898](https://www.facebook.com/APN-Weekly-Newsletter-1840605966214898)

مشاركتم التعريف بالشبكة دعم لمسار رقي العلوم النفسانية وخدماتها الصحية في اوطاننا

*** **

شبكة العلوم النفسية العربية نحو تعاون عربي رقي بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/>

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

اشتراكات الدعم في اصدارات الشبكة

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=36&controller=category&id_lang=3

خدمات الاعلان بالمتجر الإلكتروني

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=39&controller=category&id_lang=3

*** **



شبكة علوم النفس العربية
نحو لياقة نفسانية أفضل