

الأساس هي الطب النفسي الافتراضات الأساسية: الفصل الخامس:

ملف اضطرابات الوعي (16)

تابع: اضطرابات الوعي والانتباه

تنويجات أخرى عن الانتباه

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD22615.pdf>

بروفيسور يحيى الرخاوي

mokattampsy2002@hotmail.com - rakhawy@rakhawy.org

نشرة "الإنسان والتطور" 2015/06/22
السنة الثامنة - العدد: 2845



مقدمة:

ما زلنا في منطقة من أصعب التحديات، فإذا كان الوعي بهذا الغموض والتعدد والتداخل والتكثيف في حالة السواء فكيف نتعرف على ما هو اضطراب للوعي ونحن لم نحدد تماما ما هو الوعي؟

ثم أننا قد بيّنا كيف أن الانتباه هو دوائر ومستويات، كما حاولنا في النشرتين السابقتين (الأحد/الأثنين) أن نستدرج انتباه المخ إلى التحصيل من وراء صاحبه، فإين بالله عليكم ينتهي دور الانتباه ليبدأ الحديث عن مستويات الوعي، وهي متداخلة ومتنافسة ومتبادلة هكذا؟

مع أنه يوجد احتمال تكرر سوف أتخلص منه غالبا في النسخة الورقية، فإنه يمكن إعادة تجميع تشكلات الانتباه دون تمييز محدد لعتبة الوصول إلى الحدة المرضية، حيث ينبغي أن نقيم ما هو مرض بما يترتب على أي من تلك التشكلات من إعاقة في الأداء أو في التواصل.

وفيما يلي بعض الدوائر والمستويات الهامة من الانتباه أساسا.

1- بؤرة الانتباه:

وفيها يكون الانتباه شديد التركيز لدرجة أن الأمر يبدو وكأنه لا يوجد أي انتباه لمؤثر آخر بعيدا عن هذا المؤثر الذي يجذب بؤرة الانتباه إليه، وعلى قدر ما يفيد هذا التحديد المستغرق في الإسهام في الإتيان أحيانا: يحتمل أن يتم التمادي فيه إلى الإعلاء من شأن هذا التحديد لدرجة اختزال العالم إلى هذه البؤرة دون غيرها، أي لدرجة إلغاء ما دونها، وفي هذا اغتراب محتمل، أو استغراق خلّاق حسب ما يتطور إليه هذا الاستغراق من نتائج.

2- الانتباه الهامشي

وهو الدرجة الأقل من بؤرة التركيز، ويتم بوعي نسبي أعلى من الانتباه إلى أرضية الموقف وأضعف من التركيز على بؤرة الانتباه، وذلك مثل الانتباه إلى تفاصيل أدوات الكتابة (أو إمكانات الحاسوب) جنباً إلى جنب مع محتوى ما يكتب، وهي درجة شعورية أيضاً، لكنها تقع في خلفية المركز وتشمل أيضاً الانتباه إلى درجة الإضاءة أو إلى مقطوعة موسيقية مألوفة أثناء الكتابة أو القراءة

بؤرة الانتباه:

وفيها يكون الانتباه شديد التركيز لدرجة أن الأمر يبدو وكأنه لا يوجد أي انتباه لمؤثر آخر بعيدا عن هذا المؤثر الذي يجذب بؤرة الانتباه إليه

الانتباه الهامشي

وهو الدرجة الأقل من بؤرة التركيز، ويتم بوعي نسبي أعلى من الانتباه إلى أرضية الموقف وأضعف من التركيز على بؤرة الانتباه.

عادة ما ينتقل الانتباه من

البؤرة إلى الهوامش أو الأرضية وبالعكس بطريقة ناعمة متداخلة غير ملحوظة دون أن يؤثر ذلك في الأحوال العادية على المصمة الأصلية للانتباه

وعادة ما ينتقل الانتباه من البؤرة إلى الهوامش أو الأرضية وبالعكس بطريقة ناعمة متداخلة غير ملحوظة دون أن يؤثر ذلك في الأحوال العادية على المهمة الأصلية للانتباه.

3- الانتباه تحت شعوري

هذه الدرجة بعيدة عن الوعي الظاهر، إلا أنها في المتناول، بحيث إذا أراد الشخص أن يركز ويستدعي ما هو منتبه إليه دون أن يدري (أي ليس في بؤرة شعوره) فإنه قد ينجح في ذلك ببذل بعض الجهد، فهي درجة لا شعورية، لكنها نوع من الانتباه الذي يظل في المتناول حسب مقتضى الحال وحسب قواعد التبادل بين درجات الانتباه، وتتميز هذه الدائرة أو هذا المستوى بأنها متماوجة الحضور أيضا ويحضر هذا المستوى في العلاج الجمعي بشكل خفي، وهو قد يقفز إلى البؤرة عند المواجهة أو التفاعل النشط ثم يتراجع، وهكذا.

4- كف بعض دوائر الانتباه تلقائيا

على الرغم من أن هذه العملية تبدو ضد عملية الانتباه، إلا أنها في واقع الحال تساعد في إزاحة الطاقة أكثر فأكثر نحو بؤرة الانتباه وما حولها، فإن تستبعد - تلقائيا ولا شعوريا- العوامل التي يمكن أن تجتذب طاقة الانتباه بعيدا عن البؤرة المقصودة منه في لحظة بذاتها، هو عملية مكملة للانتباه بشكل أو بآخر، وهذا المستوى يختلف عن المستوى السابق ليس فقط في قربه أو بعده من دائرة الشعور، وإنما في أن المادة المستبعدة من الانتباه لا تكون في المتناول إلا تحت ظروف خاصة وبمهارة معينة مثلما يحدث في التحليل النفسي والعلاج التفتيشي.

ولعل كل ما ذكرنا بالنسبة لعدم التركيز في نشرتي (نشرة: 2015/6/14)، (نشرة: 2015/6/15) كان نوعا من كف الانتباه (التركيز) لدرجة إعاقته برغم ظاهر الشكوى من "عدم التركيز" نتيجة لهذا الكف غالبا.

5- الانتباه النقضي (ظاهريا):

وهذا التعبير يفيد أن الانتباه إذ يقل في مستوى معين من الوعي يزيد في مستوى آخر فمثلا في التنويم (المغناطيسي) يتضاءل الانتباه العادي لحساب نوع من الانتباه الخاص الذي يغلب الظن أنه من مستوى آخر من مستويات الوعي، فإذا حدثت مثل هذه الحالة بطريقة تلقائية وضمن صورة مرضية فإنها غالبا ما تكون ذات علاقة بالإدراك المتجاوز للحواس أو تكون نوعا من اضطرابات الانشقاق (أنظر بعد).

6- الانتباه التأملی:

يمكن أن يعتبر الانتباه التأملی نوعا خاصا من التنويم الذاتي، وهو الذي يمارسه بعض المتصوفة أو في تدريبات اليوجا أو ما إلى ذلك، وفيه يتضاءل الانتباه العادي للعالم الخارجي لصالح الانتباه إلى العالم الداخلي للتأمل، وفي حالات أخرى يقال أنه يمتد إلى ما بعد الذات مما يسمى أحيانا التأمل في الكون وما بعده، ويسمى التأمل التجاوزی ([1]).

الانتباه تحت شعوري
هذه الدرجة بعيدة عن
الوعي الظاهر، إلا أنها في
المتناول، بحيث إذا أراد
الشخص أن يركز ويستدعي
ما هو منتبه إليه دون أن
يدري (أي ليس في بؤرة
شعوره) فإنه قد ينجح في
ذلك ببذل بعض الجهد

كف بعض دوائر الانتباه
تلقائيا
على الرغم من أن هذه
العملية تبدو ضد عملية
الانتباه، إلا أنها في واقع
الحال تساعد في إزاحة الطاقة
أكثر فأكثر نحو بؤرة الانتباه
وما حولها

الانتباه النقضي (ظاهريا):
وهذا التعبير يفيد أن
الانتباه إذ يقل في مستوى
معين من الوعي يزيد في
مستوى آخر فمثلا في التنويم
(المغناطيسي) يتضاءل الانتباه
العادي لحساب نوع من
الانتباه الخاص الذي يغلب
الظن أنه من مستوى آخر من
مستويات الوعي

7- التوه:

تتجه أغلب الآراء إلى اعتبار التوه (أو التوهان) من اضطرابات الوعي أكثر منه اضطرابات في الانتباه، وهو رأى له وجهته، لكننا نفضل أن نذكره هنا بإيجاز حتى نعود إلى مزيد من تنوعاته في اضطرابات الوعي.

عادة ما يشير التوهان إلى العجز عن التعرف على المكان والزمان والأشخاص، ويمكن أن يكون نتيجة تلقائية لحالة شديدة من قصور الانتباه الشامل (السلبى والإيجابى) لكنه يحدث أيضا فى حالات تعميم الوعي، والمخالفة، والانزواء، وقد الاهتمام (فى الاكتئاب)، ولكن الأغلب أن يكون التوهان نتيجة لاضطراب عضوى مصاحب بهذيان أو بدون هذيان.

وعلى أى حال فإن التوهان ليس مجرد العجز عن التعرف على الأشخاص والزمان والمكان، وإنما قد يبدو كذلك فى حالات أخرى مثل:

أ- عدم الاهتمام بالرد أصلا أو بمحاولة التعرف على المحيط كما فى حالات الاكتئاب، ويكون عادة فى هذه الحالة مصاحبا بالهمود.

ب- الانسحاب ورفض التواصل كما هو الحال فى المقاومة والمخالفة فى الفصام أساسا.

ج- قصور حالة الدراية الأساسى.

الانتباه التأملى:

يمكن أن يعتبر الانتباه التأملى نوعا خاصا من التنويم الذاتى، وهو الذى يمارسه بعض المتصوفة أو فى تدريبات اليوجا أو ما إلى ذلك

عادة ما يشير التوهان إلى العجز عن التعرف على المكان والزمان والأشخاص، ويمكن أن يكون نتيجة تلقائية لحالة شديدة من قصور الانتباه الشامل (السلبى والإيجابى)

*** **

الإنسان والتطور

الإصدار التاسع - خريفه وشتاء 2014 / 2015

ملفم الوجدان و اضطرابات العواطف
أ.د. يحيى الرجاوى



تنزيل كامل الإصدار

http://www.arabpsynet.com/pass_download.asp?file=1002

المفهرس

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/eBT9/eB9YRCont&Chap1-2.pdf>

دليل الإصداراته السابقة

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRak.htm>