

سلسلة إصدارات مكتبية محكمة

العدد الرابع و الأربعون

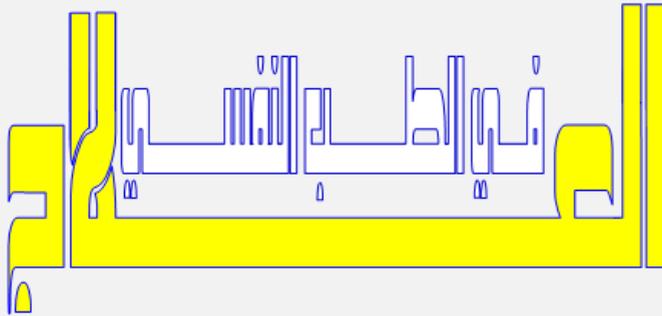
نحو مدرسة عربية مساهمة في تطوير علوم النفس



عدد 44 - 2016



إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية



محمد أويج المصالي

الفهرس

6	طرق العلاج في الطب النفسي
10	1 - التفسير البيولوجي للاضطرابات النفسية
11	2 - تفسير التحليل النفسي للاضطرابات النفسية
11	3 - التفسير المعرفي للاضطرابات النفسية
12	4 - التفسير السلوكي للاضطرابات النفسية
13	5 - التفسير الاجتماعي للاضطرابات النفسية
15	العلاجات البيولوجية في الطب النفسي
15	مقدمة
16	المطابقة Compliance
16	أولاً - الأدوية المضادة للذهان Antipsychotic drugs
17	1 - الفينوثيازينات Phenthiazines
18	2 - البوتيروفينونات Butyrophenones
19	3 - الثيوكزانثينات Thioxanthenes
19	4 - البنزاميدات المعوضة Substituted benzamides
19	5 - ثنائي فينيل بوتيل البيريديينات Diphenylbutylpiperidines
24	ثانياً - الأدوية المضادة للاكتئاب
26	تصنيف الأدوية المضادة للاكتئاب

34	ثالثاً - الأدوية المثبتة للمزاج Mood stabilizers
34	1 - الليثيوم Lithium
35	2 - مضادات الاختلاج Anticonvulsants
36	رابعاً - البنزوديازيبينات Benzodiazepines
37	خامساً الجراحة النفسية وطرق التعديل العصبي
42	المعالجة بالتخليج الكهربائي (ECT) Electroconvulsive therapy
45	المعالجة النفسية Psychotherapy
45	مقدمة
46	مفاهيم أساسية
49	طرق المعالجة النفسية
50	1 - المعالجة النفسية بالتحليل النفسي Psychoanalytic psychotherapy
56	2 - المعالجة السلوكية
67	3 - المعالجة المعرفية Cognitive therapy
70	4 - المعالجة السلوكية المعرفية Cognitive-behavioural therapy
74	طرق العلاج النفسي الجماعي
74	علاج الجماعة Group therapy
77	المعالجة العائلية Family therapy
81	المشورة النفسية Counselling
81	مقدمة
82	الممارسات الأساسية
85	التدخلات
88	مشورة الأزمات Crisis counselling

89	انتقار المريض
90	مشورة الحداد
93	الحداد المرضي
95	الاكتئاب التالي للحداد
96	إعادة التأهيل النفسي
96	الاضطراب النفسي والاعاقه
99	فريق إعادة التأهيل
101	أدوات إعادة التأهيل
102	تطبيق برامج إعادة التأهيل
102	إعادة التأهيل في المشفى
102	المجتمعات العلاجية
103	إعادة التأهيل خارج المشفى
107	العلاج الطبي النفسي في المجتمعات العربية
110	العلاج الطبي النفسي في المجتمعات العربية
111	الأدوية ذات التأثير النفسي
111	تكلفة وتوافر الأدوية النفسية
113	المعالجات النفسية
113	المعالجات التحليلية النفسية
114	المعالجة النفسية السلوكية
115	المعالجة المعرفية السلوكية
116	المعالجة العائلية
116	تطوير العلاج الطبي النفسي في المجتمعات العربية

طرق العلاج في الطب النفسي

تستخدم في الطب النفسي علاجات بيولوجية مثل الأدوية والتخليج الكهربائي، وعلاجات نفسية، وطرق لإعادة التأهيل، وإجراءات اجتماعية، وينتقى لكل مريض من هذه العلاجات ما يناسب حالته المرضية ضمن مقاربة بيولوجية-نفسية-اجتماعية Bio-Psycho-Social approach مبنية على اقتناع متفق عليه بأن الاضطرابات النفسية هي بشكل عام نتيجة تداخل تأثير عوامل بيولوجية ونفسية واجتماعية، ويمكن توضيح أهمية هذا التداخل من دراسة الكرب والقوب، مثلاً.

الكرب والقوب

لمصطلح "كرب Stress" استخدام واسع في مجال فهم العلاقة بين الخصائص البيولوجية والنفسية للشخص ومحيطه الفيزيائي والاجتماعي من جهة، وبين صحته الجسدية والنفسية من جهة أخرى، أما "القوب coping" فهو مقدرة الشخص على التحمل وعلى التأقلم مع متطلبات ظروف مستجدة.

ينجم الكرب إما عن عوامل تتعلق بالشخص نفسه مثل السلوك غير المسؤول، والعادات الصحية السيئة، والتوقعات غير المنطقية، والسعي للكمال، أو عن عوامل خارجية مثل الوضع الاقتصادي، والأحداث غير المتوقعة، وعوامل بيئية فيزيائية (مثل مستوى الضجيج، والحرارة، والإضاءة، وانعدام الخصوصية الشخصية)، وعوامل اجتماعية تتعلق بطبيعة وبيئة العمل وبالجو العائلي وتشتمل على كل ما يصنف عادة تحت عنوان "حوادث الحياة life-events" التي تم تحديدها من

يبينت دراسات حديثة
أن الأشخاص الذين
يحصلون على علامات
عالية على سلم حوادث
الحياة معرضون أكثر
من تييرهم للإصابة
بأعراض مزاجية

على المدى الطويل
فقد يؤدي الكرب
إلى الإصابة
باضطرابات جسدية
ونفسية خطيرة

متابعة مئات الأشخاص لسنوات طويلة ودراسة العلاقة بين إصابتهم بالأمراض وبين ما طرأ من تغيرات ايجابية أو سلبية على علاقاتهم العائلية وحالتهم المالية وظروف عملهم وسكنهم، وقد أعطي كل من تلك الحوادث وزناً يتناسب مع شدته فكانت وفاة الزوج (أو الزوجة) أكثرها تسبباً للكرب فاعتبرت شدتها 100، وشملت القائمة ما مجموعه 41 نمطا من التغيرات التي قد يتعرض لها الإنسان (الجدول 1).

العلامة	الحادثة الحياتية
100	وفاة الزوج
73	الطلاق
65	الانفصال عن الزوج
63	السجن
63	وفاة قريب مقرب
53	الإصابة شخصياً بمرض أو أذية
50	الزواج
47	التسريح من العمل
45	التصالح مع الزوج
45	التقاعد
44	تغير صحة أحد أفراد الأسرة
40	الحمل
39	الصعوبات الجنسية
39	إضافة فرد جديد إلى العائلة
39	تغيير في العمل
38	تغير الوضع المالي
35	تغير في عدد الشجارات العائلية
31	قرض يزيد عن 100 ألف ليرة
30	إنهاء دفع أقساط قرض
29	تبدل المسؤوليات في العمل
29	مشكلة مع القانون
28	تحقيق انجاز شخصي مميز
	العلامة الكلية

الجدول 1: مقياس كرب حوادث الحياة Life Event Stress Scale

بيئته الدراسات

اشترائه الأشخاص

المتأهين أكثر من

غيرهم للتأثر بالكرب

بعدة صفات يطلق على

مجموعها اسم "الشخصية

نمطاً Type A

Personality

القوي (أو المقدره

على مقاومة الكرب)

هو مجموع الجسود

السلوكية والمعرفية

التي يبذلها الشخص

للتوفيق بين متطلباته

الشخصية وبين متطلباته

البيئية، ويمكن للعلاج

النفسي تحسين جدوى

هذه الجسود وزيادة

المقدرة على القوي

خلال الـ12 شهراً الماضية، إلى ماذا تعرضت من بين حوادث الحياة الكبرى الواردة في الجدول؟. ضع إشارة بجانب كل حادثة وقعت خلال العام الماضي، ثم اجمع العلامات لتحصل على نتيجتك الكلية.

وقد بينت دراسات عديدة أن الأشخاص الذين يحصلون على علامات عالية على سلم حوادث الحياة معرضون أكثر من غيرهم للإصابة بأعراض مزاجية (مثل نقص الاهتمام بالهوايات وبالمرح، والمزاجية، والتأمل، والاحباط، والغضب والاستياء، والغيرة غير المبررة، والنزق وصعوبة تحمل الآخرين، وفرط الحساسية وارتكاسات مبالغ بها للحوادث والظروف، والشعور بالانهيار، والقلق، وفرط الخوف من الفشل، ونقص الثقة بالنفس، والاكئاب، والخمول (أو فتور الشعور)، والرغبة بالبكاء)، وبأعراض معرفية (مثل صعوبة التذكر، وصعوبة اتخاذ قرارات، وصعوبة التركيز، وتششت الانتباه، واجترار الأفكار، وصعوبة استيعاب حديث الآخرين، وسوء المحاكمة، والتفكير بالهرب والنجاة، وصعوبة إيقاف التفكير، وفقدان الموضوعية)، وبأعراض سلوكية (مثل فرط أو نقص الأكل، وزيادة أو نقصان النوم، والعزلة عن الآخرين بمن فيهم المقربين، والتغيب عن العمل أو قضاء أوقات طويلة بالعمل، والافراط بالتدخين وبتناول المنبهات والكحول والأدوية، وزيادة أو نقص ممارسة الجنس، والانشغال بعبادات عصابية مثل قرط الأظافر وتبريم الشعر وذرع المكان جيئةً وذهاباً، وطحن الأسنان، والضحك أو البكاء بدون مبرر، والصلابة والتسلط على الآخرين، وحدة الطبع، وكثرة المجادلة، والعنف، والمخاطرة غير المحسوبة، والسياسة بعصبية)، وبأعراض جسدية (مثل الصداع، والاضطرابات الهضمية، وتوتر ووجع العضلات، واضطراب النوم، والتعب، وألم الصدر، وخوارج الانقباض وعدم انتظام القلب، وارتفاع ضغط الدم، وزيادة أو نقص الوزن، وتساقط الأشعار، وضيق النفس، وآفات جلدية، وألم المفصل الفكي الصدغي وأوجاع الأسنان،

يتضح من دراسة
الضرب والمقوب مدى
تداخل تأثير العوامل
البيولوجية والنفسية
والاجتماعية في حدوث
(وفي علاج)

الاضطرابات النفسية

يقول التفسير

البيولوجي للاضطرابات
النفسية بأن السلوك
والعمليات العقلية
المختلفة ما هي إلا
نتائج لأحداث عصبية
بيولوجية

يعتمد إدراكنا

للحوادث على كيفية

كشفت حواسنا

للتنبهات، وكيفية

إدراك دماغنا

للمعلومات الواردة من

الحواس

والتعرق، ونقص المناعة، واضطرابات تناسلية مثل تأخر الطمث). أما على المدى الطويل فقد يؤدي الكرب إلى الإصابة باضطرابات جسدية ونفسية خطيرة مثل أمراض القلب، والسرطان، وداء السكري، والبدانة، والاكتئاب، والقهم العصبي، وادمان العقاقير، والقرحة، ومتلازمة تهيج الكولون، وضعف الذاكرة، وسوء معاملة الأطفال والمسنين وسوء المعاملة الجنسية.

لا تصيب هذه الأعراض والاضطرابات كل من يتعرض لحوادث الحياة، بل تختلف الاستجابة الشخصية لنفس مسببات الكرب من فرد لآخر، وقد بينت الدراسات اشتراك الأشخاص المتأهين أكثر من غيرهم للتأثر بالكرب بعدة صفات يطلق على مجموعها اسم "الشخصية نمط آ Type A Personality". ويمتاز الأشخاص ذوو الشخصية نمط آ بتعدد نماذج سلوكهم (أي أنهم يقومون بأكثر من وظيفة أو عمل واحد بنفس الوقت)، وبالشعور بضيق الوقت، وبعُدوانية غير ضرورية وبأهداف غير واضحة. ورغم وجود علاقة قوية بين الشخصية نمط آ وبين الإصابة بنقص التروية القلبية وأمراض أخرى، فإنه من الممكن تعديل خصائص نمط الشخصية هذا، وبالتالي الوقاية من الإصابة بأمراض عديدة، باستخدام بعض طرق المعالجة النفسية، فالقوب (أو المقدره على مقاومة الكرب) هو مجموع الجهود السلوكية والمعرفية التي يبذلها الشخص للتوفيق بين متطلباته الشخصية وبين متطلبات البيئة، ويمكن للعلاج النفسي تحسين جدوى هذه الجهود وزيادة المقدره على القوب؛ وهناك طرق نفسية لزيادة كل من القوب الفاعل والقوب المنفعل. والقوب الفاعل active coping هو أن يحاول الشخص تخفيف شدة مسببات الكرب، مثلاً عن طريق تبديل البيئة الفيزيائية أو إعادة تحديد الأدوار فيها أو اكتساب المهارات الاجتماعية اللازمة لتحسين علاقاته الشخصية، أما القوب المنفعل passive coping فهو محاولة الشخص تخفيف التأثير الضار للكرب عليه عن طريق تعلم تمارين الاسترخاء مثلاً، وبالطبع فإن للمعالجة الدوائية أيضاً دور في تدبير أعراض الكرب النفسية والجسدية المذكورة آنفاً.

يتضح من دراسة الكرب والقوب مدى تداخل تأثير العوامل البيولوجية

الخلل المفترض في سبل الدوبامين في الفصام وفي سبل السيروتونين والنورأدرينالين في اضطرابات المزاج، ويمكن علاج هذه الاضطرابات النفسية عن طريق تصحيح الخلل المرافق لها باستخدام أدوية نوعية

معتبر التعليل النفسي أن لخل سلوك، بما فيه الاضطراب النفسي، سبب وأن السبب هو حاجة حافز لاشعوري يختلف عما نتفق من أسباب عقلانية وتوجهه تحايز أساسية (الجنس والعدوانية يشغل مبدئي) تتصارع بشغل دائم مع مجتمع يؤكده على ضبط تلك الغرائز

والنفسية والاجتماعية في حدوث (وفي علاج) الاضطرابات النفسية، مما يوجب على الطبيب وعلى غيره من المعالجين أخذ كل هذه العوامل بعين الاعتبار، وتجنب الانحياز لأحدها على حساب إهمال غيره عند وضع أي خطة علاجية لأي شخص يطلب المساعدة الطبية النفسية، حيث يجب أن تشمل أي خطة علاج على تداخلات بيولوجية وأخرى نفسية وغيرها اجتماعية.

تشتق التداخلات الطبية النفسية من تفسيرات متعددة لأسباب الاضطرابات النفسية أهمها التفسير البيولوجي والتفسير النفسي والتفسير الاجتماعي؛ وللتفسير النفسي مدارس متعددة أهمها التحليل النفسي psychoanalysis وعلم النفس المعرفي cognitive psychology والسلوكية behaviorism.

1 - التفسير البيولوجي للاضطرابات النفسية

يقول التفسير البيولوجي للاضطرابات النفسية بأن السلوك والفاعليات العقلية المختلفة ما هي إلا نتائج لأحداث عصبية بيولوجية؛ إذ يعتمد السلوك بمختلف مظاهره على تتاعم العديد من الحداثات ضمن الجسم، ويُنظّم هذا التتاعم من قبل الجملة العصبية بمساعدة جملة الغدد الصم. فتكامل وظائف الجملة العصبية وأعضاء الحواس والعضلات والغدد هو ما يمكننا من وعي البيئة ومن التأقلم معها؛ حيث يعتمد إدراكنا للحوادث على كيفية كشف حواسنا للتنبهات، وكيفية إدراك دماغنا للمعلومات الواردة من الحواس، أما الدافع خلف معظم أنماط سلوكنا فهو إشباع الحاجات مثل الجوع والعطش وتجنب التعب والألم. كذلك تعتمد مقدرتنا على استعمال اللغة وعلى التفكير وحل المشاكل على سلامة دماغنا؛ فأساس معظم حداثات التفكير هو في الحقيقة حداثات كهربائية وكيميائية تأخذ مجراها في العصبون الذي يشكل الوحدة الأساسية في بناء الجملة العصبية، وفي فهم وظائف العصبون توضيح لسر كيفية عمل الدماغ وآلية حدوث الاضطرابات النفسية ولكيفية علاجها ببعض التداخلات البيولوجية مثل الأدوية النفسية. وقد وردت في الفصول السابقة من هذا الكتاب أمثلة على خلل سبل عصبية محددة عند المصابين باضطرابات نفسية نوعية، مثل الخلل المفترض في سبل الدوبامين

العلاج النفسي التحليلي هو استكشافه مطول لحياة المريض العقلية اللاشعورية بهدف جعل الفرد واعياً لصراماته مثيرة للقلق ولآليات دفاعه النفسي ضد هذا القلق، مما يساعد على فهم بنية شخصية المريض ويفيد في تطويرها

يقول التفسير المعرفي بأن الاضطراب النفسي ينجم عن حداثات عقلية مثل الإدراك والتذكر والتخطيط واتخاذ القرارات وحل المشاكل واستعمال اللغة والتواصل مع الآخرين

في الفصام وفي سبل السيروتونين والنورأدرينالين في اضطرابات المزاج، ويمكن علاج هذه الاضطرابات النفسية عن طريق تصحيح الخلل المرافق لها باستخدام أدوية نوعية.

2 - تفسير التحليل النفسي للاضطرابات النفسية

يعتبر التحليل النفسي أن لكل سلوك، بما فيه الاضطراب النفسي، سبب وأن السبب هو عادة حافز لاشعوري يختلف عما نعتقد من أسباب عقلانية وتوجهه غرائز أساسية (الجنس والعدوانية يشكل مبدئي) تتصارع بشكل دائم مع مجتمع يؤكد على ضبط تلك الغرائز، ويؤدي ضبط الأهل والمجتمع للنزوات الغريزية الفطرية أثناء الطفولة إلى إزاحة تلك النزوات من الوعي إلى اللاشعور حيث يتراكم الكثير من المعتقدات والمخاوف والرغبات المكبوتة التي تؤثر في سلوك الشخص دون أن يكون واعياً لوجودها، وبذلك فإن السلوك (والاضطراب النفسي) هو نتيجة حدثيات لاشعورية يمكن الاستدلال على وجودها من زلات اللسان ومن الأحلام ومن النداعي الحر للأفكار أثناء جلسات التحليل النفسي. فالعلاج النفسي التحليلي هو استكشاف مطول لحياة المريض العقلية اللاشعورية بهدف جعل الفرد واعياً لصراعات مثيرة للقلق ولآليات دفاع نفسي ضد هذا القلق، مما يساعد على فهم بنية شخصية المريض ويفيد في تطويرها.

3 - التفسير المعرفي للاضطرابات النفسية

يقول التفسير المعرفي بأن الاضطراب النفسي ينجم عن حدثيات عقلية مثل الإدراك والتذكر والتخطيط واتخاذ القرارات وحل المشاكل واستعمال اللغة والتواصل مع الآخرين، وأنه يمكن التأثير على تلك الحدثيات لمعالجة الاضطرابات النفسية، لذلك يتركز الاهتمام في المعالجة النفسية المعرفية على تحسين مقدرة الشخص على معالجة المعلومات التي ترده من كل من بيئته الفيزيائية وبيئته الاجتماعية وأيضاً من بيئته الداخلية (مثل الذكريات والأحاسيس الجسدية)، وهي معلومات هامة يتضمن بعضها معلومات عن العالم الخارجي، ويقدم بعضها الآخر "تلقياً راجعاً" بخصوص سلوك الشخص نفسه، فيُعلمه

يتركز الاهتمام في
المعالجة النفسية
المعرفية على تحسين
مقدرة الشخص على
معالجة المعلومات التي
ترده من كل من بيئته
الفيزيائية وبيئته
الاجتماعية وأيضاً من
بيئته الداخلية (مثل
الذكريات والأحاسيس
الجسدية)

يعتبر التفسير
السلوكي أن
الاضطرابات النفسية
هي نتيجة التعلم الذي
لا يشترط أن يكون
شعورياً أو إرادياً،
وأن العلاج ممكن من
طريق التأثير على ما
تعلمه الشخص من
تجاربه الحياتية

مثلاً عن وضعة جسده نسبةً إلى أشخاص مهمين حوله ويمكنه من الحكم على أدائه في المناسبات الاجتماعية، ويستفاد من ذلك في تحديد وعلاج الاضطراب المعرفي المسبب لكثير من الأعراض والعلامات الانفعالية والسلوكية للاضطرابات النفسية، لاسيما في حالات القلق والاكتئاب.

4 - التفسير السلوكي للاضطرابات النفسية

يعتبر التفسير السلوكي أن الاضطرابات النفسية هي نتيجة التعلم الذي لا يشترط أن يكون شعورياً أو إرادياً، وأن العلاج ممكن عن طريق التأثير على ما تعلمه الشخص من تجاربه الحياتية. ويقصد بالتعلم في هذا السياق أي تبدل ثابت نسبياً في السلوك (بما فيه السلوك الاجتماعي، واللغة وبقية مهارات التواصل، والشعور والتعبير الانفعالي، والمعتقدات والمواقف) يحدث كنتيجة لما يحدث في بيئة المتعلم الاجتماعية والفيزيائية عن طريق التكييف التقليدي أو التكييف الفاعل أو التعلم بالمراقبة.

يفسر التكييف التقليدي (أو المنعكسات الشرطية) classical conditioning، الذي وصفه Pavlov، السلوك الآلي غير الإرادي مثل الاستجابات العاطفية والاستجابات الانعكاسية للمنبهات الفيزيائية الواردة من البيئة المحيطة بالكائن الحي، كما في تجربة كلب بافلوف الشهيرة، حيث يصبح سيلان اللعاب استجابة مُكَيَّفَة conditioned response لصوت الجرس ضمن منعكس مُكَيَّف (أو منعكس شرطي) conditioned reflex. وللتكييف التقليدي تطبيقات سريرية أهمها تفسير كيفية الإصابة باضطراب القلق، إضافةً إلى استخدامه في تطوير بعض طرق المعالجة السلوكية للقلق. أما التكييف الفاعل operant conditioning (أو التعلم الآلاتي instrumental learning)، الذي وصفه Skinner، فيركز على أنماط السلوك الواقعة تحت سيطرة الشخص والتي يقوم الشخص بتفعيلها (ومنه كلمة الفاعل) للتأثير على بيئته، ويتبدل تواتر حدوث سلوك معين زيادةً أو نقصاناً بناءً على عواقب ذلك السلوك؛ فإذا أدى سلوك ما إلى نتيجة وخيمة (عقاب punishment) فإن احتمال تكرره في المستقبل ينقص،

إذا أدى سلوك ما إلى نتيجة وخيمة (عقاب punishment) فإن احتمال تكرره في المستقبل ينقص، أما إذا تلت سلوكاً ما نتيجة مرغوبة (مكافأة reward) فإن احتمال تكرار ذلك السلوك في المستقبل يزداد

أن نتابع السلوك تعزز احتمال تكرره؛ وقد يكون ذلك التعزيز إيجابياً أو سلبياً، فالوصول على مكافأة هو تعزيز إيجابي positive reinforcement وتجنب نتيجة مؤذية هو تعزيز سلبي negative reinforcement

أما إذا تلت سلوكاً ما نتيجةً مرغوبة (مكافأة reward) فإن احتمال تكرار ذلك السلوك في المستقبل يزداد، ويقال في هذا المجال أن نتائج السلوك تعزز احتمال تكرره؛ وقد يكون ذلك التعزيز إيجابياً أو سلبياً، فالحصول على مكافأة هو تعزيز إيجابي positive reinforcement وتجنب نتيجة مؤذية هو تعزيز سلبي negative reinforcement؛ ففي حالة الأمان على الهيرويين مثلاً، يتمثل التعزيز الإيجابي بالحصول على المتعة والنشوة عقب التعاطي، بينما يصبح هدف التعاطي في مراحل لاحقة من الأمان هو تجنب أعراض السحب المزعجة، أي أن التعزيز يصبح سلبياً. تساعد مبادئ التكيف الفاعل أحياناً في توضيح سبب حدوث القلق عند بعض المرضى، ولها تطبيقات عملية في تدريب المهارات بما فيها المهارات الاجتماعية، وفي غيرها من أشكال المعالجة السلوكية.

يتضمن التكيف بشكليه التقليدي والفاعل تماساً فيزيائياً مباشراً مع المتعلم، ولكن قد يحدث التعلم أيضاً عن بعد عن طريق مراقبة المتعلم لحدث ما ولعواقبه، ويعرف ذلك باسم التعلم بالمراقبة observational learning وله أهمية خاصة في اكتساب السلوك الاجتماعي؛ إذ يكتسب العديد من المهارات الاجتماعية عن طريق مراقبة شخص آخر يقوم بها دون الممارسة الفعلية لتلك المهارات أثناء فترة المراقبة، كذلك قد تؤدي مراقبة شخص تظهر عليه انفعالات عاطفية شديدة إلى استجابة انفعالية عند المراقب مما قد يؤدي إلى الإصابة بالقلق، وبالعكس فمراقبة شخص هادئ وواثق من نفسه قد يخفف القلق عند من يراقب ذلك الشخص، ويستخدم مثل هذا النوع من التقليد (الاقتران) modelling سريراً لمعالجة الاضطرابات الرهابية وللتدريب على المهارات الاجتماعية.

5 - التفسير الاجتماعي للاضطرابات النفسية

يعتمد التفسير الاجتماعي للاضطرابات النفسية على العديد من النظريات الهادفة إلى تحديد تأثير المجتمع على التفكير والعواطف ومظاهر السلوك الأخرى، ومن أكثر هذه النظريات أهمية بالنسبة للطب النفسي نظرية التعلم الاجتماعي ونظرية المهارات الاجتماعية. تفسر نظرية التعلم الاجتماعي social

قد يحدث التعلم أيضاً عن بعد عن طريق مراقبة المتعلم لحدث ما ولعواقبه، ويعرف ذلك باسم التعلم بالمراقبة observational learning وله أهمية خاصة في اكتساب السلوك الاجتماعي

تؤدي مراقبة شخص تظهر عليه انفعالات عاطفية شديدة إلى استجابة انفعالية عند المراقب مما قد يؤدي إلى الإصابة بالقلق، وبالعكس فمراقبة شخص هادئ وواثق من نفسه قد يخفف القلق عند من يراقب ذلك الشخص

learning theory تطور السلوك السوي والشاذ في ضوء مبادئ التعلم (أو التكيف) التقليدي والفاعل، وفي ضوء التعلم بالمراقبة والافتداء، وأيضاً عبر العديد من الحدیثات المعرفية. وتعتبر نظرية المهارات الاجتماعية social skills أن التفاعل الاجتماعي هو أداء متقن - مثله مثل لعب التنس - يهدف الفرد من خلاله إلى التوصل إلى أهداف معينة، فيصحح سلوكه بشكل مستمر حسب ما يرد من تقييم راجع ممن يتفاعل معهم اجتماعياً، ويأتي الكثير من هذا التقييم الراجع بشكل تواصل غير لفظي، مثل بعض مظاهر الصوت (كالتشديد على بعض الكلمات، ارتفاع الصوت، رجفان الصوت)، وتعابير الوجه، وهزّ الرأس، ووضعية الجسم، وما إذا كان الشخص المقابل مسترخياً أم متوتراً، ومدى قربه وما إذا كان ملامساً أم لا، وما يقوم به من تأشير بيديه لتوصيل رسالة ما، وتعبير مظاهر التواصل غير اللفظي هذه عن العواطف والمواقف، وتخدم في تأكيد التواصل اللفظي وقد تعويض عن الكلام عندما يكون الأخير غير ممكن أو غير مناسب، بل كثيراً ما تكون أدق وأقوى من التواصل اللفظي بالكلام. وبما أن الحصول على معظم هذا التقييم الراجع يتم عن طريق حاسة البصر فإن نظرية المهارات الاجتماعية تشدد على دور النظر (أو الحملة gaze) في ممارسة المهارات الاجتماعية، كما تشدد على دور التعزيز الاجتماعي حيث يؤثر شخص ما على سلوك شخص آخر عن طريق مكافأة سلوكه انتقائياً باستخدام تعابير الوجه، والانتباه، وعلامات الاستحسان. سريرياً، تعتبر هذه النظرية أن سبب بعض الاضطرابات السلوكية (مثل الانسحاب الاجتماعي والعدوانية) هو عوز المهارات الاجتماعية اللازمة والتي يمكن تعليمها وتعلمها، وقد نتج عن هذا الاعتبار تصميم "طرق تدريب المهارات الاجتماعية" للمساعدة في تحسين المقدرة على التواصل الاجتماعي مع الآخرين عن طريق التدريب على ممارسة محادثة مناسبة وعلى تفسير الإشارات غير اللفظية وعلى استخدام هذه الإشارات لتعزيز السلوك المرغوب عند الآخرين.

تفسر نظرية التعلم الاجتماعي social learning theory تطور السلوك السوي والشاذ في ضوء مبادئ التعلم (أو التكيف) التقليدي والفاعل، وفي ضوء التعلم بالمراقبة والافتداء، وأيضاً عبر العديد من الحدیثات المعرفية

تعتبر نظرية المهارات الاجتماعية social skills أن التفاعل الاجتماعي هو أداء متقن - مثله مثل لعب التنس - يهدف الفرد من خلاله إلى التوصل إلى أهداف معينة، فيصحح سلوكه بشكل مستمر حسب ما يرد من تقييم راجع ممن يتفاعل معهم اجتماعياً

الكتاب العربي لعلوم وطب النفس: العدد 44



إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2016

أ.د. محمد أديب الحسائي

الاختصاص: الطب النفسي

الشمسادة، تخرج من كلية الطب البشري في جامعة دمشق عام 1979 وحصل على شهادة دكتوراه فلسفه من جامعة لندن عام 1990 وعلى شهادة زمالة الكلية الملكية البريطانية للأطباء النفسيين عام 1992. انتخب في العام 2015 لزمالة الكلية الملكية الأسترالية النيوزيلندية للأطباء النفسيين.



- طبيب نفسي اضطرته الظروف لمغادرة سوريا في منتصف العام 2014.
- هو حالياً استشاري الطب النفسي في مقاطعة ويكاتو، وأستاذ محاضر في جامعة أوكلاند في نيوزيلندا.
- عمل سابقاً في كل من دمشق ولندن وأوكسفورد وبالتييمور.
- تولى سابقاً رئاسة المجلس العلمي لاختصاص الطب النفسي في سوريا، ورئاسة شركة المصنّين العرب للوقاية من سوء معاملة وإهمال الأطفال، ورئاسة المركز الطبي النفسي ومركز التطوير المصنّي المستمر.
- درس في كلية الطب وهي كلية التربية وهي المعهد العالي للدراسات والبحوث السكانية وهي مدرسة التخصصات الطبية في دمشق وأشرف على العديد من رسائل الدكتوراه والماجستير.
- حصل على عدة جوائز علمية عالمية وعلى زمالة هيوبرت صفري في جامعة جونز هوبكنز في الولايات المتحدة الأمريكية، وظهر اسمه في كتاب "أناس متميزون في القرن العشرين" الصادر في كامبريدج عام 1999.
- رئيس رابطة الطب المسند بالبراهين www.A4EBM.ORG.
- مؤلف ومحرر في تحالف كوكبان العالمي، ويشارك بتحرير عدة مجلات علمية عالمية، وقد شارك بتنظيم عشرات المؤتمرات العلمية المحلية والعربية والعالمية، وقدم بحثه في كثير من الدول في الوطن العربي وأوروبا وأمريكا وأستراليا وشرق آسيا.
- له عشرات الأوراق العلمية المنشورة في مجلات ممتّمة، والعديد من المقالات والفصول والكتيبات باللغتين العربية والإنكليزية.

إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2016

