صفحة تصدر بالتعاون مع الجمعية النفسية العراقية
iraqipa@hotmail.com

المشهد النفسي

في الذكرى الأولى

أ.د.قاسم حسين صالح
رئيس الجمعية النفسية العراقية

هي المرة الأولى في تاريخ الجمعيات العلمية في العراق، والمرة الأولى في تاريخ الصحافة العراقية، أن تصدر جمعية علمية صفحة أسبوعية تستمر لمدة سنة وتقرر مواصلة المشوار، في جريدة يومية معتبرة منحها القراء عنوان (جريدة النخبة المثقفة).

كانت الفكرة قد ولدت في أربيل عندما التقيت الزميلين الفاضلين زهير الجزائري و عبد الزهرة زكي، في مؤتمر (الحوار العربي الكردي)، واقترحت عليهما أن تقوم جمعيتنا –الوليدة حينئذ –بإصدار صفحة أسبوعية في جريدة (المدى). رحبا بالفكرة، وفي عودتي إلى بغداد عرضت الموضوع على الهيأة الإدارية للجمعية لإقراره والمشاركة في تحرير الصفحة.

كان هناك موقفان: الأول بارك الفكرة، والثاني رأى أن لا جدوى في هذا النشاط، لأن الناس مشغولون بهمومهم، وعازفون أصلاً عن القراءة، وان كان بينهم من يقرأ، فليس سوى الأمور السياسية و(فضائح) النظام السابق. وهي تبريرات أكثر منها قناعات.

كان الكثير من الأكاديميين لا يحبون الكتابة في الصحافة، لأسباب بعضها موضوعية تتعلق بكثرة الجرائد ورداءة ما كان يكتب بعد الفوضى التي عمت كل شيء، ثم الخوف على النفس بعد أن صار ذبح الإنسان كما ذبح الشاة، وبعضها الآخر ذاتية في مقدمتها أن كثيرين منهم لا يجيد فن الكتابة الصحفية، بالرغم من أن بينهم من يجيد فن كتابة البحث العلمي.

تفحصت جماعتي فوجدت ضالتي في شاب كان مهندساً، قاده عشقه لعلم النفس أن يأخذ الماجستير فيه بامتياز، وكان هذا العقل المتقد الذي يساوي في نشاطه خلية نحل هو:(فارس كمال عمر نظمي).

قلت له: لنحررها أنا وأنت.

وبدأنا المشوار، وتوجهنا إلى عقول شابة تحب الثقافة في حملة الماجستير والبكالوريوس بعلم النفس. فشرع عدد منهم بالنزول إلى الميدان، موظفين خبرتهم الممتازة بالبحث العلمي في التقاط ظواهر سلوكية اجتماعية جديرة بالدراسة، وأخص منهم السادة: علي كاظم الشمري، ولؤي خزعل العمشاني، وعادل صادق جبوري ونادية صفر البياتي. وراح القسم الآخر يرفد الصفحة بموضوعات نفسية حرصنا على أن تكون جديدة ومقروءة، وأخص منهم السادة: د.بثينة منصور الحلو، ود.فاضل شاكر الساعدي، وسلام هاشم حافظ، وعلي تركي نافل، وقيس ياسين، وسلمان عبد الواحد كيوش، وشوقي يوسف بهنام، وانعام هادي حسن، وعبد الكريم سليم علي.

وكبرت الصفحة..وكبر معها عدد قرائها وكتابها أيضاً.حتى إننا أصبحنا نتسلم موضوعات تأتينا من أمريكا والسويد واليمن. وأظن أن أحد أسباب مقروئيتها هي إنها كانت تلاحق الأحداث الساخنة في العراق..تحللها بجرأة وصدقية وتقدم رؤاها العلمية بأسلوب مشوق ورصين.حتى أن (الشبكة العربية للعلوم النفسية) كانت تنشر جميع موضوعات الصفحة على موقعها في الإنترنت. وكان عدد من القنوات الفضائية تستشهد بنتائج الاستطلاعات الميدانية التي نجريها والموضوعات النبهة التي نتناولها ومنها قناة الحرة التي قدمت في نشرتها الأخبارية موضوعنا الموسوم ((كردي ما اعرف عربي نازانم)) في تقرير، ونعتب عليها أنها لم تنشر حتى اسم جريدة (المدى) من باب الأمانة الأدبية في الأقل.

واستطاعت الصفحة أن تصل إلى أقسام علم النفس في الجامعات العراقية، بل أن بعضها صار يعلقها – كل يوم سبت – في لوحة الإعلانات. ومنها قسم التربية وعلم النفس بجامعة صلاح الدين.

شكراً لكل من يتابع قراءة صفحتنا.

شكراً لكل الذين اسهموا بالكتابة فيها.

وجزيل شكرنا المصحوب بخالص امتناننا إلى رئيس وهيئة تحرير (المدى) الذين منحونا في جريدتهم المميزة، فرحة إشاعة الثقافة النفسية بين الناس.

بمناسبة مرور عام على صدورها

مثقفون وجامعيون من بغداد واربيل يتناولون صفحة (الإنسان والمجتمع) بالتقييم والنقد

جريدة (المدى) تميزت عن الصحف العراقية الأخرى بتصديها لسيكولوجية الفرد العراقي عبر صفحة أسبوعية متخصصة

فارس نظمي

كنا نرتجي ونتساءل دائماً: متى ستُردَمُ الهوة الفكرية والنفسية الراسخة في تقاليد صحافتنا العراقية ،بين تحرير الجريدة اليومية وعمل المؤسسات العلمية والأكاديمية ؟! وكنا ننبه إلى أن صحافة قائمة على موضوعية المعلومة وعلمية التحليل وواقعية الرؤى ، لا يمكن لها أن تنشأ وتتوطد تقاليدها دون تنسيق بين مهنة الصحافة ومرجعية العلم. فمثلما لا يستطيع الصحفي الملتزم بأصول مهنته أن يتقمص دور الباحث العلمي ذي التخصص المنهجي في ميدانه ، لا يستطيع الباحث العلمي أيضاً أن يتقمص دور الصحفي بمهاراته التعبيرية وحسه الاستقصائي. فتكامل الدورين وتفاعلهما ضمن استقلالية كل منهما ، يمكن أن يتكفل بتبسيط الثقافة العلمية لتصبح شعبية التداول وبمتناول قارئ الجريدة اليومية بصرف النظر عن مستواه التعليمي أو الثقافي ، كما يحصّن في الوقت نفسه الصحافة ضد الانجراف نحو السطحية والتعصب وغياب المضامين الإنسانية.

*الدعوة لتطوير الصفحة النفسية إلى (مجلة) تتعاون مؤسسة (المدى) مع الجمعية النفسية العراقية على إصدارها

واتساقاً مع هذه الرؤية، تبنت مؤسسة (المدى) منذ نحو عام، وتحديداً في ٢٠٠٤/٥/٨ تقليداً إعلامياً وثقافياً رائداً على مستوى الصحافة العراقية، بإصدارها هذه الصفحة الأسبوعية المتخصصة بسيكولوجية المجتمع،من خلال تضييفها الكريم للجمعية النفسية العراقية والتعاون معها في تحريرها. وقد حددنا حينذاك منهجنا وأهدافنا في المقالة التي افتتحنا بها العدد الأول قبل عام،بالقول: ((نود أن نبشر بثقافة نفسية تتحلل في موشور قرائنا إلى ثقافة للعقل وثقافة للحرية وثقافة للأمل. نود أن نجعل من بعض هموم هذا الوطن لغة قابلة للفهم والشفاء)). ولكي نجري تقويماً ميدانياً لنوعية ما تحقق من أداء هذه الصفحة خلال عام، ولمدى صدقية الرابطة بين الأهداف النظرية التي حركت مشروعنا هذا وبين مخرجاتنا الثقافية الفعلية، حاورنا نخبة مثقفة من القراء الدائمين لصفحتنا، متقصين ملاحظاتهم وآراءهم ومقترحاتهم حول عدد من القضايا التي تستهدف تطوير عملنا وتلافي سلبياته. وفيما يأتي مستخلص بوجهات النظر هذه:

مقترحات تطويرية

د.جمال العتابي: أكاد أقول أن جريدة (المدى) تميزت عن الصحف العراقية الأخرى في تخصيصها صفحة كاملة تتصدى لموضوعة خطيرة ومهمة، هي الوضع السيكولوجي للفرد العراقي، وتتبع الظروف التاريخية والاجتماعية والاقتصادية المحيطة به. وقد استرعى انتباهي في هذه الصفحة (التي أضعها في المقدمة بين صفحات الجريدة) ما نُشر فيها من تحليلات للشخصية العراقية وللظواهر الاجتماعية الخطيرة كالسلب والنهب (الفرهود) وجذور الإرهاب. وأعتقد أن أمام الصفحة مهمات كبيرة وجدية في برنامجها القادم، تتطلب منها الإسهام بمقدار فاعل في معالجة المشكلات الناجمة عن الوضع المعقد الذي يمر به مجتمعنا العراقي. ولذلك أقترح على محرر الصفحة أن يأخذ بنظر الاعتبار في خططه المستقبلية، البحث في ما يأتي:

١- تحليل جذور الاستبداد والدكتاتورية في أعماق النفس البشرية، وماهية العوامل التي تساعد على ظهور الدكتاتور ورضوخ الجموع له.

٢- التركيز على أسس بناء الشخصية العراقية بدراسة سماتها التاريخية الأساسية، وطراز مزاجيتها، وصولاً لتحديد عوامل نمو هذه الشخصية وتكوينها. وهذا يتطلب العودة إلى العوامل الجغرافية وثقافة المجتمع وتأثير الأسرة. فالانفعالية مثلاً، كما أرى، سمة بارزة في الشخصية العراقية، تستحق الدراسة والتعمق على المستويين النظري والميداني، بسبب تداعياتها المباشرة في تعطيل الفكر، وإضعاف القدرة على التعلم وحل المشكلات، وشيوع الجريمة والعدوان، والانخراط في السلوكيات الصبيانية أو البدائية.

٣-التصدي بالتحليل للأزمات (النفسثقافية) التي عاناها المبدع العراقي نتيجة الإقصاء والتهميش طوال أكثر من ثلاثة عقود، وتتبع أسبابها وآثارها وطرائق معالجتها. ويمكن اعتماد الحيل الدفاعية (كالكبت والانسحاب والإسقاط والعزل والتقمص..) بوصفها محاور مهمة للتحليل، تتدخل في الثقافة والسياسة والعلاقات الاجتماعية.

٤-المتابعة الميدانية لظواهر الإدمان والتشرد والتسول، وفي مرحلة الطفولة تحديداً، وتعميق البحث في جذورها الاجتماعية والاقتصادية.

٥-أقترح أن تنظم الصفحة حلقة دراسية حول أسباب (ظاهرة التسرب من المدرسة) وتداعياتها، وأن توجه فيها الدعوة لمختصين في وزارات التربية والتعليم العالي والثقافة وحقوق الإنسان ومنظمات المجتمع المدني، لبحث كيفية إعادة الهيبة للمدرسة والمعلم. ومن المفيد أن يصدر كتاب خاص بهذه الحلقة، ويتحول إلى تقليد ثابت للجريدة يتكرر بشكل دوري مع المحاور التي تدرس في هذه الحلقات الدراسية.

وختاماً، أرجو أن تتضافر كل جهودنا الثقافية العلمية لتأسيس تقاليد ثابتة للسلوك الحضاري في المواقف الفردية والجمعية، بوصفه الهدف المرتجى لدى الإنسان المتمدن. فازدهار المؤسسات الديمقراطية لا يتم قط دون سلوك حضاري وعلاقات تدعم هذا السلوك، فهو موقف وأسلوب عمل يوازن بين مطالب متضاربة ومصالح متضاربة.

جامعيون من بغداد

د.سعيد الأعظمي (أستاذ الشخصية في كلية التربية/ابن رشد): تتمتع هذه الصفحة المتميزة بالجدية وحسن اختيار الموضوعات التي أثرت وعي القارئ بمعلومات جديدة لا يعرفها، لاسيما استطلاعات الرأي التي عبّرت بدقة عما يجول في الشارع العراقي، إذ لا يزال عالقاً في ذاكرتي (استطلاع آراء المواطنين بعمليات ذبح المخطوفين) الذي جاء في وقته تماماً ليسهم في كشف الحقائق وفي توعية المواطنين بأهداف هذه العمليات. وقد استرعى اهتمامي كاتب هذا الاستطلاع السيد (عادل صادق جبوري)، الذي أتوقع له مستقبلاً ثقافياً جيداً. وأقترح أن يكون للصفحة نشاط ميداني يكمل جهدها النظري، من خلال زيارة المستشفيات النفسية ودور الأحداث وسجون النساء، للتصدي المباشر للمشكلات النفسية التي تزخر بها هذه الأماكن. كما أطلب من محرري الصفحة تجنب الموضوعات الأكاديمية المعقدة التي لا يفهمها القارئ العادي، لأن مثل هذه الموضوعات تبقى ضيقة الانتشار ومقتصرة على دائرة محدودة من الاختصاصيين.

أسيد عادل جبر (تدريسية في كلية طب الأسنان بجامعة بغداد): أقرأ صفحة (الإنسان والمجتمع) بانتظام،فأراها في صدارة صفحات جريدة (المدى)، إذ تتميز بالقدرة التحليلية والكفاءة اللغوية، فضلاً عن تصديها وتشخيصها لموضوعات حية وحساسة لها صدى على مستوى القارئ العادي والمثقف. وقد استرعى اهتمامي بشكل خاص (استطلاع آراء المواطنين في طوابير محطات البنزين) الذي نجح في كشف حقائق مهمة عن الجهات التي تقف خلف أزمة الوقود، فانعكس ذلك إيجاباً على مصداقية الصفحة وجريدة (المدى) عموماً.إلا أن بعض المقالات النظرية المنشورة في الصفحة، ترد فيها أحياناً مصطلحات نفسية مبهمة نوعاً ما، تتطلب التوضيح والشرح لكي تبقى الصفحة مقروءة من أكبر عدد من القراء.

موفق الخطيب (صحفي وطالب في كلية الإعلام بجامعة بغداد): أقرأ هذه الصفحة العلمية والتربوية أسبوعياً بالتفصيل، فأجد فيها الغنى الفكري والمتعة وتنوع الموضوعات والثروة المعلوماتية والتوظيف الناجح للمفاهيم النفسية بما يتلاءم مع أوضاعنا الراهنة. وقد استوقفتني مقالات الأستاذ (فارس كمال نظمي) الذي أراه أبرز كتّاب الصفحة، وخصوصاً في مقالته (الدماغ والعقل:جدلية متجددة)،إذ أجاد في تعريف القارئ بالفروق بينهما لأن الكثير من الناس لا يميزون بين الدماغ والعقل. ولي مقترح أن ترفق مقالات الصفحة بتعريف موجز يوضح السيرة العلمية والثقافية لكتّابها، لزيادة اطلاع القارئ على الخلفية الفكرية للنصوص المنشورة.

جامعيون من أربيل

د.يوسف حمه صالح(جامعة صلاح الدين): من دواعي سروري أن أرى جريدة (المدى) ذات المستوى الصحفي والفكري المرموق،تهتم بجانب مهم جداً من حياة الإنسان العراقي، وهو الجانب النفسي الذي أنتهك خلال عقود من الاستبداد والطغيان، عبر إشاعة شتى أصناف الخوف والهلع بسبب الحروب وحملات الإبادة، وهي ويلات ومشكلات عميقة سيظل الإنسان العراقي يعاني منها إلى أمد غير قصير. فجاءت صفحة (الإنسان والمجتمع) خطوة رائدة باتجاه تسليط الضوء على هذه المعاناة ومحاولة التعبير عنها والتخفيف منها عبر أقلام سيكولوجية عاش أصحابها ولا يزالون في خضم الأحداث. والصفحة مطالبة بمزيد من التعمق والجرأة للتصدي التحليلي للظواهر النفسية والاجتماعية الشاذة والغريبة التي أفرزتها الدكتاتورية، وتقديم المقترحات والتوصيات العلمية والعملية للمعنيين في المؤسسات الحكومية بهدف وضع أساليب المعالجة الناجعة لها. كما أقترح أن تتناول الصفحة بعض حالات الاضطرابات النفسية، وأن تقدم المشورة النفسية لها،من خلال عمود بعنوان (بريد القراء)، بغية إشاعة الثقافة النفسية بين المواطنين. وأود أن أسجل إعجابي بكتابات الدكتور(قاسم حسين صالح) الذي أجده أبرز كتّاب الصفحة، ومنها مقالته (ترويض المزاج) ضمن عموده الأسبوعي، لأن فيها دعوة إلى رؤية العلاقة بين مكونات النسيج العراقي بصورتها الطبيعية ووفق المستجدات الحالية.

د.عمر ابراهيم عزيز(جامعة صلاح الدين): تتسم موضوعات هذه الصفحة بالجودة العالية، لا سيما التحقيقات الميدانية ذات المساس المباشر بموضوعات حية على الساحة العراقية. وأقترح على إدارة جريدة (المدى) زيادة عدد النسخ الموزعة في كردستان ومنها أربيل لأنها قليلة جداً في الوقت الحاضر. كما أدعو الصفحة النفسية إلى الاهتمام أكثر بنشر النشاطات النفسية الخاصة بالجامعات والمؤتمرات والندوات،، وبإجراء حوارات مع النفسانيين والتربويين الرواد.

د.كريم شريف (جامعة صلاح الدين): أهم ما في الصفحة هو توكيدها على المشكلات والظواهر الاجتماعية الراهنة وتحليلها. وقد نجحت في تعميق الثقافة النفسية لدى القراء. وأقترح أن تطرح الصفحة دورياً مشكلة نفسية اجتماعية ساخنة، وتطلب من القراء إبداء الرأي حولها. كما أقترح الاهتمام بتحليل شخصية الإنسان العراقي ومدى استعداده لتقبل المتغيرات الدراماتيكية حوله.

داراً مشير إبراهيم(جامعة صلاح الدين): تحتوي الصفحة على مادة علمية لا بأس بها من حيث الفائدة العامة، ولكن الدراسات والبحوث الأكاديمية الجديدة فيها قليلة جداً. كما إنها تخلو من موضوعات في علم النفس الوجودي والفيزيولوجي والباراسيكولوجي. وأقترح أن تهتم الصفحة بنشر أحدث نتائج البحوث النفسية الموجودة على الانترنيت، وأن تجري حوارات ولقاءات مع الاختصاصيين النفسانيين.

عز الدين أحمد(جامعة صلاح الدين): أراها صفحة متفردة في موضوعاتها الحيوية، سهلة في أسلوبها، عالية في دقتها العلمية، جريئة في عرضها للحقائق والتحليلات. وأرجو أن تزيد من اهتمامها بالتحقيقات والاستطلاعات الميدانية، وأن تولي لقضايا المرأة اهتماماً خاصاً، إذ لم تنشر فيها (على حد اطلاعي) موضوعات تخص المرأة العراقية.

والتقينا عدداً من طلبة الدراسات العليا في قسم التربية وعلم النفس بجامعة صلاح الدين، وهم:سعيد محمد نوري، وسلوى أحمد أمين، ومها حسن، وهاوزين محمود عزيز، وخاور صالح مصطفى، وفرمان علي محمود، الذين عبروا عن تقييماتهم ومقترحاتهم بالقول: أهم مزايا هذه الصفحة أنها تفسح المجال للجيل القديم والجديد للكتابة فيها. أما كاتبنا المفضل فهو الدكتور (قاسم حسين صالح) وخصوصاً مقالته (كردي ماعرف عربي نازانم) لأنها تمثل صورة صادقة لما يمر به الطلاب الكرد والعرب في الجامعات العراقية. كما نرجو زيادة الحيز المخصص لـ (الجمعية النفسية العراقية) إلى صفحات أكثر في جريدة (المدى)، أو تحويلها إلى مجلة نفسية متخصصة، وأن يشترك في تحريرها طلبة علم النفس، وأن يتم الاهتمام فيها أكثر بتوجيه الأفراد وإرشادهم حول كيفية التعامل مع المشاعر والأعراض النفسية السلبية الناجمة عن الصدمات النفسية المتلاحقة التي تعرض لها الشعب العراقي. كما نقترح نشر مقالات ودراسات تعنى بتحليل سيكولوجية الطائفية والعنصرية، وبتناول الآثار النفسية التي تركتها عمليات الأنفال على الشعب الكردي.

*هذه الصفحة نجحت في الإسهام بتعميق الثقافة النفسية وإغناء موضوعة الشخصية العراقية

*الدراسات الميدانية الحية والثروة المعلوماتية والتنوع الفكري والدقة العلمية هي أبرز سمات هذه الصفحة

الجديد في علاج الاضطرابات النفسية

دارا مشير إبراهيم
جامعة صلاح الدين

جين يساعد في علاج الفصام

يقول العلماء الأستراليون أن اكتشاف جين جديد يمكن أن يعمل على تحسين معالجة المرضى المصابين بالفصام (الشيزوفرينيا) بشكل كبير، فلقد وجد الأطباء جيناً يجعل المرضى أكثر حساسية للآثار الجانبية للعلاج الدوائي.فالعديد من مرضى الفصام لا يرغبون بتناول الأدوية المضادة لاضطرابهم العقلي بسبب الآثار الجانبية المؤلمة، كالاكتئاب والمشكلات الجنسية.

ويقول البرفيسور (روس يونج) أن الطريقة التي تستخدم بها الأدوية إلى حد الآن اعتمدت على المحاولة والخطأ،ولكن بعد اكتشاف وظيفة هذا الجين الذي اتضح أن وجوده لدى المرضى يسبب مضاعفة نسبة هرمون معين لديهم عندما يتناولون أدويتهم، أصبح بإمكان الأطباء عمل اختبار للدم أو مسح لل(DNA) والتنبؤ حول مدى ملائمة أنواع معينة من الأدوية لحالة مرضية معينة، إذ يمكن في حالات معينة إعطاء جرعات أقل من الدواء أو إعطاء أدوية ذات آثار جانبية أقل. وتقول المجموعات المهتمة بالصحة العقلية أن هذا الاكتشاف هو خطوة كبيرة إلى الأمام، وأنها قد تساعد المرضى على الاستمرار بتناول أدويتهم وتحسين حياتهم.

أدوية ذكية لعلاج الاكتئاب والفصام

إن وظائف الدماغ السليم تعتمد على التوازن بين المرسلات الكيميائية التي تحفز نشاط الخلية الدماغية (النواقل العصبية المثيرة)، وتلك التي تكف النشاط (النواقل العصبية الكابحة). وعندما يتم اختلال هذا التوازن، فإن انسيابية المعلومات بين خلايا الدماغ في مناطق معينة تصبح مرتبكة،فتكون النتيجة ظهور حالات من الاضطراب في الإدراك والتفكير والسلوك، تتراوح من (التوحد) إلى (الفصام) و(الاكتئاب).

ويقول(تي تيان وانغ) عالم النفس العصبي، أن العلماء عاكفون على إعداد جيل جديد كامل من العلاجات الدوائية (الذكية) لهذه الاضطرابات، تعمل فقط على خلايا الدماغ في المناطق المعينة ذات الحاجة إلى الإصلاح،بمعنى أن هذا النوع الجديد من الدواء سيقوم بتصحيح وظائف الدماغ غير الطبيعية بطريقة محددة، ما يجعل المرضى لا يمرون بخبرة الآثار الجانبية التي توجد في العلاجات الدوائية والتي تؤثر في الدماغ بأكمله.

ومن بين أحدث هذه العلاجات، أعلنت شركة أمريكية ألمانية عن بدء تسويقها للدواء المسمى (duloxetine hydrochloride)لعلاج حالات الاكتئاب الشديدة. ويعتقد الباحثون أن هذا الدواء فعال في علاج الأعراض الانفعالية والجسمية للاكتئاب بسبب تأثيره المزدوج في نوعين من النواقل العصبية هما (السيروتونين والنورادرينالين) اللذان يساعدان على تنظيم الانفعالات وتحسس الألم. فاختلال التوازن في هذه النواقل،يرجح أن يكون السبب الرئيس وراء الشعور بالحزن والقلق والعجز والمزاج السيء والتعب والأوجاع الغامضة وآلام الكتف والعنق والظهر.