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

في سايكولوجيا ما بعد الدكتاتور

أبناء اوديب وعقدتهم المقلوبة

قيس ياسين

يقول الفيلسوف المعاصر (إميل سيوران): ((حين يشبع الطغاة شراستهم، يتحولون –ربما –الى رجال طيبين. وكان يمكن أن تعود الأمور الى نصابها لولا غيرة العبيد، ورغبتهم في اشباع شراستهم هم أيضاً. إن طموح الخروف الى أن يتقمص دور الذئب هو باعث أغلب الأحداث. كلّ من ليس له ناب يحلم به، ويريد أن يفترس هو أيضاً)).

أمدني هذا المقطع بإضاءة كنتُ أبحث عنها وأنا اتساءل كل يوم ولحظة تمر عليّ في هذه البلاد. حقاً غريب ما حدث ويحدث لنا، وفي مرات كثيرة حاولت أن أجد تفسيرات اجتماعية ونفسية وتأريخية وما فوق طبيعية (ما ورائية) لما يجري لنا. فتراني اقفز من نظريات في العنف، الى أشرس نظريات في العدوان، الى نظريات في العنف، الى أشرس المعارك والأعمال الوحشية التي حفظتها لنا كتب التاريخ والمدوّنات. وأبسط على مائدي كل المفردات المدببة والمدججة بالسلاح التي دونت المجازر الجماعية والفردية، وأظل أبحث عن الكلمات التي غفت في القواميس بعد أن تشربت وشربت من الدم الانساني حد الثمالة عبر التاريخ.

عليّ أن أجد شافتي في وصف هذه البانوراما من العنف والقتل المريع المروع الذي نتعرض له يومياً كشعب، وكأنه نوع من الابادة الجماعية تمارسها آلة جهنمية تمشي حثيثاً في ربوعنا، تدمر ذات اليمين وذات الشمال، هذه الآلة الجهنمية المتعددة المصادر والمذاهب والأصول والمتوحدة في الأهداف والغايات.

ولكن صدقوني، أيها المفسرون والمحللون النفسانيون وعلماء الاجتماع والعلوم الحافة الأخرى، إن كل النظريات تخونني، ربما لقصور ذاتي وملل استشعره وأنا أتوغل في النظريات الحية منها والمتحجرة. وأسأل نفسي: ألا ينبغي علينا أن نصوغ نظريات نفسية واجتماعية من قلب ما يحدث لنا ومن لبّ ما نمر به؟ أم اننا أدمنّا النظريات المستوردة والمقاييس التي نعيد تفصيلها بعد القص والبتر لكي تناسب قامة مجتمعنا، ونظهر بها بعد كل هذا التحول كمن يلبس ثياب المهرج في مأتم؟!

حيرتي هذه هي التي دفعتني انا ايضاً الى أن أجد شافتي في ما قاله (سيوران) بعد أن سكتنا نحن وعلماؤنا ومبدعونا وخفتت الأصوات بعد أن لامست أثير الحرية أول وهلة، ولكن صوت الانفجارات والرصاص الأعمى أسكتنا جميعاً خوفاً من القتل المباشر في مسلسل التصفيات الدموية وغياب الحماية وسلطة القانون.

وأسأل نفسي، ترى هل حقاً هي غيرة العبيد، ومن تركهم الدكتاتور وراءه ناقصي الأبوة، هؤلاء العبيد الذين لم يشبعوا شراستهم في زمنه رغم أن الدكتاتور فتح لهم الأبواب جميعاً، وشرعن وشرع لهم كل الممارسات والاباحات، ولكن على ما يبدو لم يحققوا حلمهم الكامل في الافتراس والشبع منه حد التخمة. لهذا تقاطروا علينا من الداخل والخارج، ليكملوا ما بدأوه منذ زمن دكتاتورهم، ما تربوا عليه في مناخه الكابوسي الذي استمر أربعة عقود من حكمه.

حقاً إن بنية سايكولوجيا ما بعد الدكتاتور تتصل جدلياً بغيرة العبيد، عبيده، والتي يجب أن نقف عليها يوماً وندرسها درساً تحليلياً معمقاً، ليس انطلاقاً من (عقدة اوديب) التي اخترعها (فرويد) في اظهار رغبة الأبناء في قتل الآباء؛ بل هذه المرة نأخذ العقدة بشكل مقلوب، في رغبة الأبناء بالتصدي لكل من يحاول قتل الأب (الدكتاتور) من قريب أوبعيد، بعد أن أصبح الأبناء (أي العبيد) أبناءً بررة بالأب، بالحفاظ على حياته وميراثه ومكاسبه. يجب علينا أن نحاول قلب بعض المعادلات السايكولوجية وقراءتها قراءة شاقولية وأفقية وبين السطور وبين وبين، علنا نجد شافتنا وطريقنا لما حدث ويحدث لنا، ولا ندع بداهة القوانين ويقينياتها الصامتة وحججها الرصينة وأرقامها الكمية ومصفوفاتها الراسخة، مهيمنة على رؤانا التفسيرية.

حقاً، يجب علينا أن نتعلم لماذا تحول هؤلاء الأبناء (العبيد) بغيرتهم، ليكملوا مشهد الأب الدموي والمروع، وشوطه وأهدافه الى النهاية. أليست هذه عقد جديدة بالدراسة السايكولوجية؟ أليست هذه عقدة اوديبية مقلوبة؟!

ورقة مقدمة لندوة بجامعة القادسية

إساءة معاملة الأطفال.. أنواعها وآثارها النفسية

الأستاذ المساعد
سلام هاشم حافظ

تاريخ الاهتمام بالأطفال والطفولة

بدأ الاهتمام بالطفل كعمل مؤسساتي دولي في مطلع العشرينيات من القرن الماضي بظهور قوانين لحماية الطفل، إذ صدر أول (إعلان لحقوق الطفل) في العام ١٩٢٣، وتبلور عنه (إعلان جنيف) في العام ١٩٢٤ ثم اعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة في العام ١٩٥٩ (الإعلان العالمي لحقوق الطفل)، وتلا ذلك إعلان العام ١٩٧٩ سنة دولية للطفل. وفي العام ١٩٨٩ صدرت (اتفاقية حقوق الطفل) التي تعهدت بحماية وتعزيز حقوق الطفل ودعم نموه ونمائه ومناهضة جميع أشكال ومستويات العنف الذي قد يوجه ضده. وقد تضمنت المادة ١٩ من الاتفاقية حماية الطفل من جميع أشكال العنف والإيذاء البدني والعقلي والاستغلال الجنسي وغيره، ووجوب اتخاذ الدولة الإجراءات الكفيلة بمنع ذلك بما فيها تدخل القضاء.

إن مثل هذه التطورات في مواثيق حقوق الأطفال تعكس السمات الآتية:

الأولى: تنامي الاهتمام بالطفل والطفولة وضرورة إن يحيا حياة سليمة خالية من جميع أشكال الخبرات السلبية التي تعوق نموه وصحته.

الثانية: اتساع حجم الظروف الصعبة التي يعاني منها الأطفال على مستوى العالم بشكل خاص، وعلى مستوى الدول النامية في ظل التفاوت الاقتصادي والطبقي وهيمنة التخلف والأمية والحروب والكوارث.

الثالثة: حجم التأثيرات النفسية والاجتماعية والصحية والاقتصادية الناجمة عن إساءة معاملة الأطفال.

لقد كان من معالم الاهتمام المتزايد في موضوع الطفولة ان خصصت الرابطة الأمريكية لعلم النفس APA في مؤتمرها السنوي الذي عقد في آب ٢٠٠١ في سان فرانسيسكو (٣٠) جلسة عن ظاهرة سوء معاملة الأطفال، تراوحت ما بين: جلسات بحوث. وحلقات نقاشية. وورش عمل. وتدريب التعليم المستمر للاختصاصيين والعاملين في هذا المجال.

مفهوم الإهمال وسوء المعاملة

إن سوء معاملة الطفل يشمل ((أي فعل يحرم الطفل من أن يحقق امكاناته الجسدية والنفسية)).

وقد يتسع هذا المفهوم ليتضمن ظاهرات وحالات عديدة من سوء معاملة الأطفال، والأساليب الخاطئة في تنشئتهم، بل ويمتد ليشمل صدمات الطفولة أو الأطفال المصدومين نتيجة للخبرات المؤلمة أو الصدمية التي تعرضوا لها، وهي خبرات تعطل أو تعوق ارتقاءهم النفسي.

أنواع الإساءة في معاملة الأطفال

١-الإساءة الجسدية: هي أي إصابة للطفل لا تكون ناتجة عن حادث. وقد تتضمن الإصابة الحالات الآتية: الكدمات/ الخدوش/ آثار الضربات أو الكدمات بالجسم/ الخنق/ العض/ الدهس/ المسك بعنف/ شد الشعر/ القرص/ البصق/ كسور في العظام/ الحرق/ إصابة داخلية أو حتى إصابة مفضية للموت. والسؤال الذي نطرحه هنا هو ما مدى انتشار مثل هذه الأشكال من الإساءة الجسدية في مجتمعنا على مستوى الأسرة، المدرسة أو الشارع؟

٢-الإساءة الجنسية: هي حالة يعمد فيها شخص اكبر (غالباً هو محل ثقة الطفل) إلى استخدام الأخير لأجل إغراض جنسية، مثل الاغتصاب أو التحرش الجسدي والجنسي في المنزل أو الشارع أو المواصلات أو في موقع العمل. ولنلاحظ في هذا المجال سلوك بعض الراشدين مع صغار المتسولين والمتسولات ممن هم دون سن ١٨ عاماً؛ أو احتمالات تعرض صغار العمال في الورش الصناعية ومواقع العمل البعيدة بعض الشيء عن مركز المدينة للتحرش الجنسي.

٣-الإساءة الانفعالية: هي حالات مختلفة من صور الإيذاء النفسي الذي يظهر في الأشكال الاتية: الازدراء/ التخويف/ العزل/ إهمال ردود الأفعال العاطفية للطفل.

٤-الإساءة الصحية: تتمثل في تعريض الطفل لظروف مسببة للجوع والبنية الهزيلة وانعدام النظافة والملابس غير المناسبة، وهي ظروف تدلل على حرمان الطفل أو عدم قدرة من يرعاه على توفير الظروف الصحية المناسبة له. ولنتذكر ما خلفته سنوات الحصار البغيض من آثار نتج عنها وفاة مئات الآلاف من الأطفال العراقيين والاعتلال الصحي لآخرين.

٥-الإساءة التربوية: تتمثل بحرمان الطفل من التعليم أو الانقطاع عنه أو التسرب من المدرسة لأسباب أسرية. أو اقتصادية. أو سياسية، أو اجتماعية، مما يحرمه من اكتساب القيم والمعلومات والمهارات اللازمة لنموه العقلي والانفعالي واللغوي وتأهيله للأدوار الاجتماعية المستقبلية المطلوبة في عملية التوافق والتكيف مع متطلبات الحياة المتغيرة باستمرار.

٦-التمييز في المعاملة بين الأطفال على أساس النوع (تفضيل الذكور على الإناث) أو الإعاقة (تفضيل الأطفال الأسوياء على الأطفال المعاقين).

٧-الإساءة للطفل من خلال الاستخدام غير المناسب لوسائل الإعلام (تلفاز. شبكة معلومات عالمية ، ألعاب الكترونية) من خلال تعريضه المقصود أو غير المقصود لما تبثه بعض تلك الوسائل من مشاهد وخبرات تشوه الواقع وتزرع بذور العنف والانحراف والجريمة في نفوس الناشئة.

٨-الإساءة للقيم الدينية والاجتماعية والوطنية التي تؤكد على حب الآخر واحترامه واحترام التنوع الاجتماعي والطائفي والقومي وإشاعة روح التسامح والتضامن الاجتماعيين وحب الوطن وتغليبه على الانتماءات الفرعية.

اساءة معاملة الطفل العراقي

إذا ابتعدنا بعض الشيء عن الطرح الأكاديمي العلمي، واقتربنا من عالم السياسة والتاريخ المعاصر للعراق، يمكن تشخيص العناصر الآتية بوصفها عوامل أساسية في تعريض الطفل العراقي لأكثر أشكال إساءة المعاملة بشاعة:

- المقابر الجماعية: التي سببت حرمان عشرات الآلاف من الأطفال من احد أو كلا الوالدين، فضلاً عن إعدام أطفال ويافعين، بما لايمكن تبريره بأي سبب كان سوى سادية النظام ووحشية السلطة الصدامية.
- الحرب العراقية- الإيرانية: وما نجم عنها من سوق الكثير من العسكريين الآباء إلى محرقة الحرب، وما نتج عنها من تيتم الكثير من الأطفال أو حرمانهم الزمني الطويل بسبب اسر الأب أو تعطيل دوره الأسري لأعاقته.
- الحصار الاقتصادي: بسبب سياسات النظام السابق والغطرسة الأمريكية التي صار ضحيتها الشعب العراقي في غالبيته خاصة الأطفال منهم، إذ حرموا من الكثير من مستلزمات الحياة الطبيعية: الصحية والغذائية التربوية والنفسية.
- الإرهاب المستشري في الجسد العراقي في مرحلة ما بعد التغيير السياسي في نيسان ٢٠٠٣ الذي راح ضحيته الكثير سواء على المستوى المادي أو المستوى الاجتماعي: (القتل، والإعاقة، والتهجير، والاختطاف، والحرمان من مواصلة الدراسة، وقطع العلاقة بالأقران والأصدقاء...)

الآثار النفسية والسلوكية لإساءة معاملة الأطفال

تشير الدراسات المقارنة بين الأطفال الذين تعرضوا لاصناف إساءة المعاملة، وبين أقرانهم ممن لم يمروا بتلك الخبرات، إلى إن إفراد الفئة الأولى يكونوا أكثر عرضة لظهور الحالات آلاتية:

- مصاعب في التحصيل الدراسي، والخوف من المبادرة، وتدني الإنجاز مخافة الفشل والتأنيب.
- مصاعب في ضبط الذات، وفي بناء الشخصية، وفي تكوين العلاقات الاجتماعية.
- مستوى أعلى من المشكلات السلوكية في المنزل والمدرسة ومع الأقران وفي المجتمع ككل.
- تكون شخصيته مرتعا للاضطرابات الانفعالية، والشعور بالإحباط والعدوانية خاصة اتجاه من هم اضعف أو اصغر منه، والذي قد يتكرس ليصبح أسلوباً حياتياً في الكبر مع الأبناء والزوجة والآخرين.
- هيمنة حالة الصراع النفسي، وصعوبة اتخاذ القرارات.
- مستويات عالية من الغضب والخوف والذل والعجز عن التعبير أو الإفصاح عن المشاعر.
- ضغوط ما بعد الصدمة . ptsd

*أنماط سلوكية شاذة أو غريبة في الأكل والشرب والنوم والسلوك الاجتماعي إلى حد الانحراف في تعاطي الكحول والمخدرات.

ذاكرة المرأة في منتصف العمر

د.مناك القاضي
أديبة وطبيبة نفسية من مصر

يتعرض جسم المرأة في مرحلة منتصف العمر إلى بعض التغيرات الفزيولوجية نتيجة لانخفاض هرمونات الأنوثة، والتي تصاحبها عادة بعض المشكلات المسببة للقلق، مثل الإحساس بضعف القدرة على التركيز وضعف الذاكرة.

والعلم الحديث لم يعد ينظر إلى هذه الحقبة من عمر المرأة على أنها مرحلة من اليأس، بل يفضل أن يطلق عليها مرحلة استعادة التوازن.

أما بالنسبة لضعف الذاكرة التي من الممكن أن يكون مصاحباً لها، فله أسبابه ولا يشترط أبدا أن يكون بداية مرض (الزهايمر)، إذ أن الزهايمر يتطور إلى ما هو أكثر من مجرد نسيان الاسم أو أماكن ويزداد سوءا مع الوقت. أما ضعف الذاكرة المصاحب للتقدم في العمر فيصاحبه نوع من الانحدار البسيط في الذاكرة، ويلاحظ فيه أن الذاكرة المرتبطة بأحداث كبرى ومعلومات عن العالم تظل كما هي حتى سن السبعين، أما المرتبطة بالأسماء خاصة التي لا تستعمل كثيرا فتبدأ بالضعف بعد سن الخامسة والثلاثين.

وتتأثر ذاكرة المرأة إلى حد كبير بالقلق والاكتئاب والانطواء على النفس، وأيضاً عندما تنقطع عن متابعة الأحداث من حولها، إذ إنها الذخيرة التي تنشط الذاكرة. كذلك تتأثر ذاكرتها بالنظام الغذائي الذي تتبعه خاصة إذا كان يفتقد الكميات المطلوبة من الحديد والبروتينات والفيتامين مثل فيتامين (ب١٢). والماء مهم أيضاً لعمل الذاكرة، لأن نقصه يؤدي إلى تشوشها. أما التدخين فهو يحرم المخ من الأوكسجين الكافي مما يكون له أثره في الذاكرة. وكذلك هناك بعض الادوية التي تؤثر ايضاً في الذاكرة بصور سلبية، مثل المهدئات، والحبوب المنومة، والعقاقير المضادة للقلق، وبعض الحالات الصحية مثل نقص إفراز الغدة الدرقية وبعض الأورام في المخ.

أما العامل الأخير المؤثر في الذاكرة فهو هرمون (الاستروجين) الذي يعمل على تنشيط النواقل العصبية ويدعم نمو الزوائد والوصلات العصبية.

ولمواجهة ضعف الذاكرة في منتصف العمر عليك باتباع الاتي:

- ممارسة الرياضة، مثل المشي ربع ساعة يومياً يساعد على تدفق الدم في المخ.
- تدوين المواعيد المهمة في أجندة للرجوع إليها وقت الحاجة.
- ضرورة أخذ قسط وافر من الراحة والنوم لتقوية الذاكرة في اليوم التالي.
- ممارسة بعض التمرينات الذهنية واكتساب مهارات جديدة أو تنمية مهارات التعامل مع الكومبيوتر.
- تناول الفيتامينات المضادة للأكسدة مثل أ.و.ج.هـ .

مشاكل نفسية أخرى في منتصف العمر

الاضطرابات المزاجية:

من الشائع أن تصاب المرأة في مرحلة منتصف العمر ببعض الاضطرابات المزاجية نتيجة لنقص هرموني (الاستروجين) و (البروجستيرون)، وبالتالي يؤدي ذلك إلى نقص الكيميائيات المخية التي تتحكم في المزاج. ولعلاج مثل هذه الحالات، عليك باتباع التالي:

- ممارسة الرياضة.
- ممارسة الاسترخاء والتأمل.
- تناولي فيتامين (ب) ومكملات الكالسيوم.

الأرق:

من الممكن أن تعاني المرأة من الأرق في هذه المرحلة نتيجة لنقص هرمون (الاستروجين). وقد يكون الأرق نتيجة العرق الليلي الذي تسببه الهبات الساخنة ومن الممكن أن يؤدي الأرق بالمرأة إلى القلق والاكتئاب والنسيان. ولعلاج الأرق:

- تجنبي التمرينات العنيفة والإفراط في الطعام ومشاهدة التلفزيون قبل النوم.
- تجنبي الكولا والشوكولاته والشاي والقهوة وخاصة قبل النوم.
- من الممكن أن يساعدك كوب لبن ساخن عند النوم حيث أن الكالسيوم مهدئ للجهاز العصبي.

الصداع:

من الممكن أن تصاب به المرأة في مرحلة انقطاع الطمث نتيجة لتذبذب مستوى (الأستروجين)، خاصة لو كان من أعراض الدورة الشهرية قبل دخولها في هذه المرحلة. ولعلاج الصداع، تجنبي التعرض للانفعال والتوتر، ومن الممكن اللجوء إلى المسكنات التي يصفها الطبيب. وأخيراً فإن تقبلك هذه المرحلة العمرية خير مساعد لك لتجاوز الأعراض المصاحبة لها.

اصدارات نفسية

الأوهام المرضية أو الضلالات في الأمراض النفسية والعنف

يتناول الكتاب مجموعة من الأمراض النفسية، كمرض البارانويا وغيره من الاضطرابات الذهانية، وكيف اكتشفها الأقدمون وخصائصها وأبعادها، وكيفية قياس هذه الأبعاد وعلاقتها ببعضها. ويركز على الأوهام المرضية والعنف بأنواعه، وما يرتبط بهذا من موضوعات ، مثل : النظريات المفسرة للعدوان أو العنف، والأوهام الاضطهادية، ونظرية الإحباط.

المؤلف: عز الدين جميل عطية
الناشر: عالم الكتب ٢٠٠٣
عدد الصفحات: ٢١٦

مشكلة الخوف عند الأطفال

يستعرض الكتاب مشكلة الخوف التي يتعرض لها أغلب الأطفال، فيتناول تعريف الخوف عند الأطفال، والخوف الطبيعي والمرضي والعوامل المسؤولة عن مخاوف الأطفال، كما يعرض بعض النظريات التي تفسر هذه الظاهرة، والأعراض المصاحبة للمشكلة، وتعليمات للآباء لمساعدة أطفالهم على تخطي مخاوفهم وإزالتها، مع عرض لطرق الوقاية من الخوف وعلاجه لدى الطفل.

المؤلف: سناء محمد سليمان
الناشر: عالم الكتب ٢٠٠٥
عدد الصفحات: ١٥٨

شخصياتنا المعاصرة بين الواقع والدراما التليفزيونية

يوضح الكتاب مفهوم الشخصية ومحددات تكوينها، ومراحل نموها والعوامل المؤثرة في تطورها. ثم يقدم لنا بعض النماذج التي قدمتها الدراما التليفزيونية المصرية من شخصيات في محاولة لتوضيح صورة تلك الشخصيات وضرورة وجود ملامح واضحة مميزة لها، وضرورة أن تسهم الدراما في تشكيل سمات الشخصيات القادرة الفاعلة المتجاوبة مع أفراد مجتمعها، والمساهمة في تنميته وتطويره.

المؤلف: ماجدة مراد
الناشر: عالم الكتب ٢٠٠٤
عدد الصفحات: ١٧٥

تعليم التفكير : رؤية تطبيقية في تنمية العقول المفكرة

ينفرد الكتاب بتقديم رؤية متكاملة لتعليم التفكير لطلابنا في المدارس والجامعات، ويركز على جانب الممارسة الفعلية لتعليم التفكير في الصفوف الدراسية. والكتاب موجه إلى جميع المهتمين بتعليم التفكير، كالمعلمين في الخدمة، والموجهين والقائمين على برامج تدريب المعلمين على تعليم التفكير.

المؤلف: حسن حسين زيتون
الناشر: عالم الكتب ٢٠٠٣
عدد الصفحات: ٣٠٥