293

إصدارات الدكتور عادل صادق

حصريا لدار الصحوة

# من أنت؟

# من أنا؟

# من هو؟

Ahmed Madyan

عبد الرحمن

who are you .. who am i .. who is he ..

http://www.maktbtna2211.com/

الدكتور

عادل صادق

أستاذ الطب النفسي

# من أنت؟
# من أنا؟
# من هو؟

## الدكتور عادل صادق في سطور

- ولد الدكتور عادل صادق في التاسع من أكتوبر عام ١٩٤٣ بمحافظة القاهرة، وكان والده يعمل ضابطاً بالجيش المصري.

- كان ترتيبه الأول وتبعه ستة من الأشقاء ، توفيت إحداهم في طفولتها تاركة ذكري أليمة في الأسرة.

- التحق بمدرسة المنيرة وأظهر التزاماً وحباً لدراسته ووداعة وعطاء تجاه قرنائه، مما أثار إعجاب وتقدير المحيطين به في هذه السن المبكرة.. ثم التحق بكلية الطب بناء علي رغبه والده - حيث كان يرغب في دراسة الأدب والفن والموسيقي - ولكنه بالرغم من ذلك أظهر تفوقاً واضحا، فقد كان يؤمن أن علي الإنسان أن يقوم بواجباته ومسئولياته علي أكمل وجه.
وأثناء الدراسة، أهلته شخصيته الكاريزمية والقيادية لأن يكون رئيساً لإتحاد الطلبة.

- تزوج عام ١٩٧٠ من زميلته في الدراسة بعد قصة حب طويلة، وأثمر هذا الزواج عن نجله الدكتور هشام ثم كريمته لينا.. وكان لأبنائه نعم القدوة والمثل الصالح، ولم يشغله نجاحه وعمله عن الاهتمام بأدق تفاصيل حياتهم وتوجيههم.

- سافر إلي إنجلترا عام ١٩٧٣ للدراسة، واستمر في تحقيق إنجازات علمية متواصلة حتى علم بمرض والده - الذي أقعده - فقرر العودة إلي مصر واعتبرها مشيئة الله في أن يبدأ مشواره في بلاده.

*Mon.*
*12/11/2012*
*Riyadh*

Design By Abdul Rahman Magdy

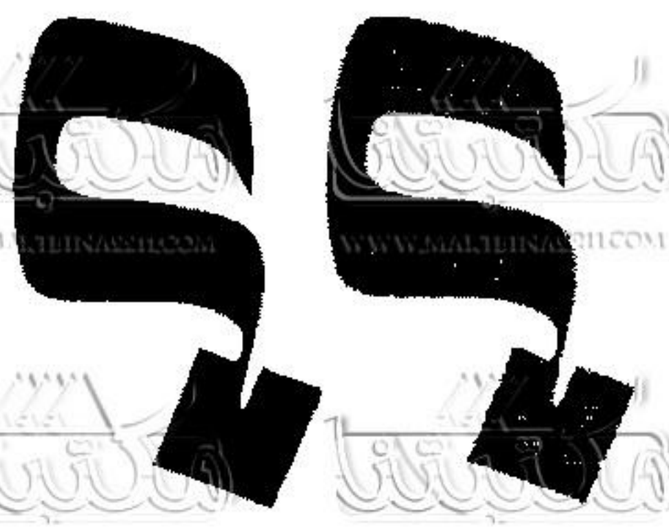
الصحوة
ALSAHOH
دار الصحوة للنشر والتوزيع
48 شارع مجلس الأمة - القاهرة
تليفون وفاكس 594 43 279 202+
بريد إليكتروني
Daralsahoh@gmail.com

# مولير

# مدرسة الأزواج

كتابنا القادم

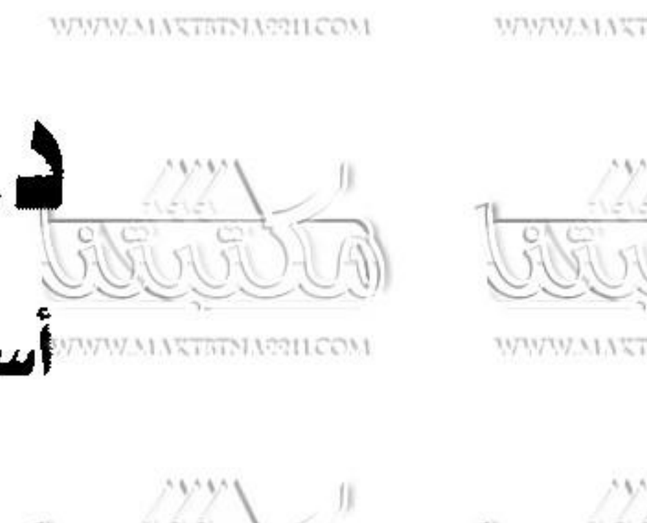
دار الحرف العربي



# من أنت
# من أنا
# من هو


د. عادل صادق

أستاذ الطب النفسى

## مقدمة
## مواقف صعبة.. في حياتك

حاولت جهدى أن يكون كتابى هذا واضحًا بسيطًا له معنى وهدف ونابعًا من خبرتى ونظريتى وفلسفتى وإيمانى، معبرًا عن قضيتى التى أدافع عنها، وحرصت أن يصل لكل إنسان، البسيط والمثقف، وأن يستفيد به مرضاى وأهل مرضاى وتلاميذى. . وهذه هى خبرتى الحادية عشرة فى وضع كتاب. .

وقضيتى الأساسية فى الحياة والمرتبطة ارتباطًا وثيقًا بتخصصى فى الطب النفسى لها عدة أوجه :

- أن العلم يجب أن يتاح للجميع. . وأن يتم تبسيطه إلى أقصى درجة حتى يتقبله كل عقل وتتأثر به كل نفس.

- أن المواطن البسيط يجب أن تكون لديه ثقافة طبية. .

- أن يعرف الناس المزيد عن الطب النفسى. .

- أن تتغير نظرة الناس للمرض النفسى وللمريض النفسى. . ألا نخجل حين نمرض أو حين يمرض أحد أعزائنا بهذا المرض. . الشىء الوحيد الذى يجب أن يخجل منه الإنسان هو أن يخطئ عن عمد. . وليس من المعقول أن نخجل من المرض. .

- أن يتفهم أهل المريض طبيعة مرضه ليساعدوا على علاجه. .

أكثر ما يتعس المريض النفسى ألا يقدر معاناته أحد . . نحن نتعاطف مع من تورَّمت عيناه أو كُسرت ساقه، ولكن قليل منا من يتعاطف مع المكتئب، أو القَلِق، لأن المرض النفسى لا تراه العين ولا تدرك آثاره، المريض وحَده هو الذى يتلوَّى من الداخل، أما مريض المغص الكلوى فيتلوَّى من الخارج . .

- أن يعرف بقية الأطباء فى الفروع الأخرى كل شىء عن المرض النفسى فالنفس والجسد شىء واحد . . ومن يمرض نفسياً يتألم جسدياً، ومن يمرض جسدياً يتألم نفسياً . .

- أن يدرك تلاميذى أن مهنة الطب النفسى هى مهنة صعبة . . تحتاج لاستعداد خاص وعشق كبير وجهد عظيم . . هى كالفن وهو كالفنان . . ليست عملاً روتينياً وهو ليس موظفًا . . والفن إبداع وعطاء . . والنفس البشرية، لغز محيِّر وسر الأسرار . . ومن يتصدى لهذه المهنة عليه أن يشارك فى حمل هموم البشر وأن يشقى بها وأن يشقى أكثر حين لا يستطيع تخفيف آلامهم . . هذه المهنة لها بريق خاص . . والسيكوباتى يستطيع أن يلمع وأن يبهر أعين تلاميذه وأن يضللهم ويفسد ذممهم فيصبحوا مصدر ألم للمريض فوق آلام مرضه . . ولذا فقد أنهيت هذا الكتاب بفصل أعتبره أهم ما كتبت فى حياتى . . إنه عن ميثاق الشرف للطبيب النفسى . . وخلاصته أننا لسنا بحاجة إلى ميثاق شرف مكتوب . . فأى ميثاق شرف مكتوب هو ميثاق سطحى ويتيح للسيكوباتى أن يلبس رداء الفضيلة والحق . . ولكن المهم أن نبنى

الشـرف داخل قلب وعـقل الطبـيب الشـاب . . أن يـملى عليـه ضميره الميثاق الذى يتعامل من خلاله مع مرضاه وأن تكون روح الميثاق مستمدة من تعاليم السماء . . . تعاليم الخالق والتى تنظم علاقة الإنسان بأخيه الإنسان . . أى إنسان مع أى إنسان وليس فقط الطبيب مع المريض . .

- أما بداية الكتاب فعن الخيانة . . الخيانة حين تصبح مرضًا فى عقل إنسـان . . إنها الغيرة المرضية التى تتحول إلى شك ثم يتحول الشك إلى يقين بأن شريك الحياة خائن وهو ليس بخائن وإنما هو برىء وطاهر وسليم . . ويا له من موقف صعب يقفه هذا الإنسان البـرىء حـين يتـهم فى أعـز وأهم شىء لدى الإنسـان الحـر . . شرفه . . وكم من جرائم قتل ارتكبت والقاتل والقتيل ضحايا . . القـاتل ضحـية مرض جعل فكرة خـاطئـة تسيطر عليه فـأراد أن ينتقم . . والقتيل ضحية مريض لم يدرك أحد أنه مريض فيبادر بعلاجه، لأنه كان يبدو عاقلاً متزنًا يمارس حياته بشكل طبيعى، بل إن بعض الناس صدَّقوه حين باح لهم بأن زوجته تخونه . . وفـات هؤلاء الناس -لأنهم لا يعـرفـونه- أن المرض العـقلى قـد يكون مجرد فكرة خاطئة فى عقل إنسان يبدو فى غاية الاتزان . .

ولكنها فكرة قاتلة تنتهى بسببها حياة إنسان برىء . .

ماذا تفعل هذه الزوجة البريئة؟ ماذا يفعل أهلها؟ كيف نعالج هذا المريض الذى لا يعتـقد أنه مريض والويل لمن يواجـهه ويقـول له أنت مريض؟

- ثم ينتقل الكتاب إلى مشكلة أكثر تعقيدًا وأشد إيلامًا لصاحبها أو صاحبتها إنها مشكلة أو مرض التحول الجنسى . . مرض غريب يبدأ بحيرة شديدة، وأعتقد أنها أقسى وأقصى حيرة يمكن أن تواجه إنسانًا فى حياته . . فهو رجل جسدًا وامرأة نفسًا . . هو رجل بأعضائه وامرأة بمشاعره وأفكاره وإدراكه الداخلى لذاته . . أى رجل من الخارج وامرأة من الداخل . . أىُّ انقسام وأىُّ تَفَتُّت وأىُّ ضياع!! هو يرفض أن يكون رجلاً رغم أن الفحوصات التشريحية والفسيولوجية والكروموزومية تؤكد أنه رجل . . ولكنه يصدق إحساسه . . يصدق إدراكه الداخلى لذاته . . ولذا فهو يصر أن يتحول إلى امرأة . . وينزل الخبر نزول الصاعقة على رءوس أهله أجمعين . .

ويبدأ صراع مرير بين المريض وأهله . . وبين المريض والمجتمع . . وتبدأ رحلة المعاناة عند طبيب جراحة التجميل وتنتهى عند الطبيب النفسى . . إما أن أتحول جراحيّاً إلى امرأة، وإما أن أموت . . كيف نساعد هذا البائس؟ ماذا يفعل أهله؟ ما موقف الجراح؟ وكيف يتخذ الطبيب النفسى القرار؟

- وفصل آخر قد يثير ضيقًا شديدًا ولا أقول كلمة أخرى فى بعض النفوس . . إنه عن العلاقة المحرمة التى قد تنشأ بين الأب وابنته أو أى صورة من صور العلاقة بين المحارم . . وفى يوم من الأيام فكرت أن أكتب كتابًا بأكمله عن هذا الموضوع وذلك بعد أن تبينت من خلال عملى أن هذا الموضوع ليس نادرًا كما قرأت فى

كتب الطب النفسى . . وترددت بعض الوقت حتى لا أصدم مشاعر الناس . . ولكن من وقت لآخر تلح علىَّ فكرة أن أكتب للناس عن هذا الموضوع حتى يمكن أن تُكْتَشَفَ الحالات مبكرًا، وحتى يمكن إنقاذ الضحايا كالابنة التى تتعرض لصدمة حادة تعصف بمشاعرها تجاه الأب وتجاه كل رجل وتتسبب فى كثير من المعاناة النفسية لا يعلم مداها إلا الله . . . وثمة امرأة أخرى تكابد معاناة طاحنة حين تعلم بالأمر وهى (الأم) إنها أتعس حالاً من المرأة التى تكتشف أن لزوجها علاقة بامرأة أخرى . .

كيف نعالج الأب . . ؟ كيف نستدعيه للعلاج . . ؟ لماذا لم تصارحنا الابنة وتستمر العلاقة بينهما لسنين حتى تكتشف الأم مصادفة تلك الكارثة . . ؟ هل تحتاج الابنة للعلاج النفسى . . ؟ ماذا تفعل الأم المنكوبة . ؟ كيف تكون العلاقة بين الثلاثة فى المستقبل . ؟

- وأخصص فصلاً عن الخوف . . وكلنا نخاف . . ولكن بعضنا يخاف بشدة . . يخاف إلى حد الرعب . . الخوف يفسد طعم حياته . . خوف يرج قلبه ويذل أحاسيسه ويشتت أفكاره ويعوق حياته . . بعضنا يخاف أشياء تافهة لا معنى لها . . بعضنا يخاف المرض إلى حد أنه يمرض فعلاً بعقله وجسده . . بعضنا يخاف الموت إلى حد أنه يموت وهو حى . . وأبغض أنواع الخوف هو الخوف من الناس وذلك هو الخوف المذل وهو أسوأ من الخوف من العفاريت، فالعفاريت لا نراها ولسنا مضطرين للتعامل معها . .

والخجل مشكلة أخرى قد تدمر مستقبل إنسان ذكى وطموح ومحب للحياة والناس . . أهو مرض أم طبع؟ ! وهل من علاج للخجل؟

- ثم نتعرض فى فصل آخر لضغوط الحياة التى تسحق البعض منا . . فيرتفع ضغط الدم وتضيق شرايين القلب وتهدد بأزمة قلبية، أو يصاب المضغوط المهموم بالسكر أو يحدث ثقب فى معدته أو أمعائه . . إنها أحداث تمر بالإنسان قد تكون حادة وعنيفة فتهزمه بعنف، وقد تكون مزمنة أى مستمرة، وفى كل يوم تضغط وتضغط حتى ينهار صموده وتتآكل دفاعاته مثلما يتآكل الشاطئ أمام بحر لا يهدأ . . أو قد يحاصر الإنسان بمشاكل عدة فى آن واحد . . كل مشكلة فى حد ذاتها قد تكون بسيطة التأثير، ولكن فى مجموعها تحدث ضغطًا ينهار أمامه . .

والإنسان قد ينهار نفسيّاً أو جسديّاً والنتيجة واحدة . . مرض . . أى عجز . . أى توقف . .

وإنسان العصر مهزوم ومحاصر بالعديد من المشاكل . . يبدو كالتائه الذى لا يُعرف له عنوان، كغريق لا يرى له شاطئ . . ماذا نفعل لكى نخفف من هول الضغوط أو نعرف كيف نواجهها ونتعامل معها!! كيف ننجو بأنفسنا!! كيف نهدأ بعض الوقت ونسترخى ونتذوق الجانب الحلو فى الحياة وتنعم أعيننا بأشياء جميلة من حولنا . .

- وفصل الشخصية هو أطول الفصول ولكنه لا يروى ظمأ ولا يشفى غليلاً . . فكل شخصية تحتاج لكتاب مستقل . . وهو فصل مهم لكل الناس، ليتعرف الناس على الناس . . فمشكلة الناس هى الناس أو مشكلة الإنسان هى الإنسان . . ويبدو أننا نجهل بعضنا بعضًا . . والأسوأ أن نجهل أنفسنا . . ولذا نحتك ونصطدم . . نتشاجر ونتنازع، ونغضب ونعتدى ونحقد ونذهب للمحاكم ولا ننام الليل ونلجأ للمهدئات . . صراع الغابة وقوانينها التى لا تلائم الإنسان هى السبب فى معاناته وتعاسته . .

حاول أن تفهم بعض الناس الذين يحيرونك بسلوكهم الغريب . . إن لديهم سمات غريبة تدفعهم لسلوك يسبب حيرتك وضيقك . . بعضهم عدوانى وأنانى . . بعضهم انطوائى واعتمادى . . بعضهم قلق وموسوس ومتردد . . بعضهم سطحى ومظهرى يحب المبالغة والتهويل ويهوى الكذب . . وأنت مضطر للتعامل مع كل هؤلاء فمنهم جارك وزميلك فى العمل ورئيسك ومرؤوسك . . إذا فهمت شخصية كل واحد منهم فسوف تتعامل معهم أفضل . . وتتفادى أسوأ ما عندهم وتستخرج أحسن ما عندهم . .

ولقد أسهبت فى وصف الشخصية السيكوباتية وخاصة الشخصية السيكوباتية المبدعة . . لقد وصفتها بأنها ظل الشر على الأرض وممثل الشيطان . . من المهم أن تتعرف جيدًا على هذه الشخصية وأن تمتلك القدرة من خلال المعرفة والعلم على أن تكتشفها لتحمى نفسك منها ولتحمى الآخرين منها . .

- وفصل آخر غريب عن أشياء غريبة . . أشياء قد تكون نادرة الحدوث- الله أعلم- سلوك جنسى لا نتصور أن هناك بشراً يمارسونه . . قد لا يدركون هم أنفسهم أنهم يعانون مرضًا قابلاً للمساعدة . .

أردت بهذا الفصل أن أساعد بعض الذين يترددون فى العلاج ليأسهم من احتمالات الشفاء . . هم معذبون ويعذبون شركاءهم فى الحياة . . ويبدون غرباء عنا وغرباء عن أنفسهم . . .

أحدهم يتعلق بحذاء المرأة وينسى المرأة ذاتها . . والآخر لا ينتشى إلا إذا ارتدى ملابس النساء . . وثالث لا يستمتع إلا إذا أهانته المرأة وعذبته جسدياً . . ورابع لا يهنأ إلا إذا قام هو بتعذيب شريكته . .

هل هناك علاج لمثل هذه الحالات . . وتلك الفتاة التى استمر زوجها سبع سنوات دون أن يتم اتصال جنسى مع زوجها لأنها تخاف . . والخوف يؤدى إلى انقباض عضلات الحوض فيعوق الاتصال . . هذه الفتاة تعرضت لحادث اغتصاب وهى فى السابعة من عمرها . . واختزنت الآلام فى عقلها الباطن . . وتفجر الخوف والذعر مرة أخرى فى ليلة الدخلة . . كيف يتحملها زوجها؟ وهل لها علاج؟

إنها مواقف غريبة فى حياة بعض الناس . . مواقف صعبة . . مواقف لا يدرك قدر ما فيها من ألم ومعاناة إلا الذى يكابدها . .

وقد يعيش إنسان ويموت دون أن يشعر أحد كم عانى وكم تألم وكم تعذب!! . . قلوب منغلقة على أسرارها، وعقول مقفلة على غرائبها . .

وهذا هو هدف هذا الكتاب . . أن يفتح القلوب ويكشف العقول لتنجلى الغرائب والأسرار، فتتباعد الشفاه دهشةً واستغرابًا . . ثم تزول الدهشة وندير الرءوس بعلم وتعقل لنتعرف على إنسان تائه وغريب . . لعلنا نقدر أن ندله على الطريق . .

د. عادل صادق

**أستاذ الطب النفسى**

❁❁❁

# الفصل الأول

## العلاج النفسى
## Psychotherapy

هو العلاج بالكلمة . . والإنسان هو الكلمة . . لأن الكلمة هى التى تشكل الأفكار والمشاعر . . والإنسان هو أفكار ومشاعر والمرض النفسى والعقلى هما اضطراب فى الأفكار والمشاعر . . وبالكلمة يتشكل الحوار بين الطبيب والمريض . . حوار يهدف للتعرف على أفكار المريض ومشاعره . . يتكلم المريض ويتكلم ويتكلم . . يفرغ محتويات قلبه وعقله . . والطبيب يستمع ويستمع ويستمع . . ثم يسأل . . ثم يترك المريض يتكلم ويتكلم . . ثم يعلق . . يشرح . . يطمئن . . ويساند . . ينصح ويوجه . . والهدف . الهدف هو تعديل مسار الأفكار . . الهدف هو طمأنة الخاطر . . مساندة المشاعر . . توضيح الطريق . .

والعلاج النفسى فى البداية هو رحلة استكشاف فى عقل المريض سواء العقل الواعى أو الباطن للتعرف على صراعاته الدفينة . . للوصول إلى مصادر ومنابع أعراض المرض . . والكشف عن أسباب معاناته . . وإذا عُرف السبب بطل العجب . . أى إذا عرفنا سبب معاناة المريض وسبب أعراضه لا نقف حائرين متعجبين أمامها وإنما نوضح للمريض العلاقة بين أعراضه وصراعاته . .

وبذلك تتبدد مبدئياً حيرة المريض . . فلكل عرض معنى . . ولكل عرض سبب . . والسبب قد يرجع إلى طفولة المريض المبكرة والصدمات التى تلقاها وتركت حفراً وآثاراً فى نفسه . . الجروح القديمة عادت تؤلمه من جديد فى حاضره لأنه تعرض لضغوط وصراعات أيقظت الآلام الكامنة المندثرة . . أو أن هذا المريض يتعرض حالياً لصراعات تجذبه فى اتجاهات متعارضة وتمزقه بينها . . وتكون الأعراض النفسية هى وسيلته للهروب من صراعاته وتفادى تمزيقها له . .

المرضى النفسى يجمع بين القلق والخوف والكآبة . . الحيرة والتردد . . الإحساس بالوحدة والعزلة والنبذ . . عدم القدرة على مواجهة الناس . . الألم النفسى والعضوى . . الأفكار المشتتة والوساوس . . هذا المريض لا تساعده فقط العقاقير . . ولكنه يحتاج أيضًا إلى الكلمة . . الكلمة الطيبة . . والكلمة الطيبة لا تأتى إلا من حبيب صديق وعزيز . . ولكن الكلمة الطيبة نحتاجها أيضًا من الخبير . . وبذلك يتضاعف تأثيرها العلاجى . .

وهناك مدارس مختلفة ومتباينة للعلاج النفسى وأسلوب العلاج النفسى فى كل مدرسة يختلف تبعًا للنظرية التى تفسر أسباب المرض . . وكل أنواع العلاج النفسى مهما اختلفت فهى مفيدة طالما أنها تُمارس بصدق واقتناع . . والأمر يتوقف على شخصية المعالج النفسى . . وقوته ذكائه وعلمه وخبرته ومدى اقتناعه بأسلوب العلاج الذى يتبعه ومدى قدرته على التأثير على

المريض بصدق وإخلاص ومدى قدرته على بناء علاقة إيجابية مع المريض أساسها الثقة والاحترام والمودة . . وهى أمانة حملها شاق . . الأمر هنا لا يقتصر على مجرد وصف عقاقير لنتركها تؤدى فعلها . . فالعلاج النفسى ضرورة فى كل حالة، أى العلاج بالكلمة . .

**وهناك أنواع من العلاج النفسى:**

١ - العلاج بالتحليل النفسى Psycho Analysis أشهر أعمدة التحليل النفسى هو الطبيب (فرويد) . . والنمو الجنسى هو أساس هذه النظرية، فشخصية الإنسان تتحدد مراحل نموها حسب الصدمات والخبرات التى يمر بها الإنسان أثناء نموه الجنسى . ولذلك يركز التحليل النفسى على مراحل النمو النفسى الجنسى Psycho Sexual Development .

المرحلة الأولى هى (المرحلة الفمية) وفيها يستمد الطفل الرضيع اللذة من فمه، ثم (المرحلة الشرجية)، وهنا تتركز اللذة فى منطقة الشرج نتيجة لعملية الإخراج . . ثم (المرحلة القضيبية) واللذة هنا ترتبط بالأعضاء التناسلية . . ثم فترة الكمون . . وبعدها يميل لنفس الجنس، ثم يدخل إلى مرحلة (النضج) . . والإنسان يتعرض لخبرات صادمة عند أى من هذه المراحل وبذلك يحدث تثبيت عند مرحلة ما . . فيقال مثلاً تثبت عند المرحلة الفمية أو الشرجية وهكذا . . فإذا تعرض الإنسان يتعرض لخبرات صادمة عند أىّ من هذه المراحل وبذلك يحدث

له نكوص أى رجوع إلى الوراء للمرحلة التى حدث عندها التثبيت . . هذا هو مفهوم المرض النفسى عند مدرسة التحليل النفسى . . ولذلك فالعلاج بالتحليل يتطلب الكشف عن مرحلة التثبيت وذلك خلال التداعى الحر . . أى يتكلم المريض بلا قيود عن أى شىء وفى أى اتجاه . . ومن خلال هذا التداعى الحر يستطيع الطبيب أن يكتشف الصراعات التى يعانى منها المريض والتى ترتبط بمرحلة التثبيت . . ويستعين الطبيب بأحلام المريض والتى هى صور محرفة لهذه الصراعات . . فالأحلام رموز لأشياء مكبوتة فى العقل الباطن للمريض . . والعلاج هنا يهدف إلى الوصول إلى الأعماق . . الجذور . . من أجل تغيير جذرى فى الشخصية . . والأمر يتطلب خمس جلسات أسبوعياً، كل جلسة خمسون دقيقة لمدة ثلاث سنوات تقريبًا . . وهذا أمر مستحيل فى عصرنا الحالى . .

٢- النوع الثانى من العلاج النفسى هو العلاج النفسى الهادف أو التدعيمى Supportive Psychotherapy وهو يتعامل مع الواقع والحاضر والماضى القريب . . مع الصراعات المباشرة المرتبطة بحياة المريض الراهنة . . مع مشاكل المريض وضغوط الحياة التى يتعرض لها وترهقه وتحاصره وتضعفه . . والهدف هو حل هذه المشاكل . . تدعيم المريض وتوجيهه إلى الحل . . مساندته فى خطواته الأولى ليواجه صراعاته ويحلها . . الهدف هو شفاء الأعراض . . وهذا يتحقق من خلال جلسات عددها

١٢ . . كل جلسة ٣٠ دقيقة . . بمعدل جلستين كل أسبوع . . ٧٠٪ من الوقت المخصص للجلسات يتكلم المريض . . إنها عملية التفريغ النفسى . . وفى ٣٠٪ من الوقت يسأل الطبيب ويفسر ويحلل وينصح ويوجه ويساند . والطبيب يجب أن يكون حياديّاًوموضوعيّاً . . وأن يكون خبيراً . . فمصير حياة إنسان بين يديه . .

وقد نلجأ إلى حقنة التفريغ . . وفيها يفقد المريض بعض وعيه . . حالة بين اليقظة والنوم يستطيع فيها أن يتكلم مع المعالج دون مقاومة . . دون خجل . . وأيضًا نستطيع أن نصل إلى اللاشعور . . وبذلك نصل إلى أعماق أبعد . . إلى المشاعر المكبوتة . . إلى الصراعات التى اختفت من على السطح . . والمادة التى نحقنها اسمها أميتال صوديوم وهى نفس المادة التى يستعملها أطباء التخدير فى تخدير مرضاهم قبل الجراحة . . وأكثر ما تفيد فى حالات الهيستيريا حيث يكون الصراع بعيداً عن متناول يد الطبيب وبعيداً عن متناول العقل الواعى للمريض . . فالمريض ذاته يجهل حقيقة صراعاته لأنها تكون مكبوتة فى العقل الباطن . . فى هذا النوع من العلاج النفسى يشعر المريض براحة كبيرة وهو يتكلم ويتكلم . . وهو يعبر عن مخاوفه . . وهو يصف قلقه . . وهو يشكو حزنه . . وهو يكشف عن الأشياء التى يخجل منها . . عن آلام ضميره الذى يعذبه . . إنها رحلة انسيابية كحلم يتخلص فيها من أحماله

الثقيلة والطبيب يساعده على التخلص منها . . يوحى إليه بصدق . . يشرح له . . يفسر له . . يسانده . . يوجهه . . ينصحه . . وفى النهاية يجب أن يودعه . . ليستقل المريض . . ليعتمد على نفسه بعد الشفاء ليواجه الحياة بمفرده . . بقوة . . بإرادة . . بشخصية جديدة أو الأصح بأسلوب صحى جديد . . إنه يتعلم شيئًا جديدًا من تجربة العلاج النفسى . . إنه يتعلم المواجهة الصريحة لمشاكله وبذلك لا يدخل فى دائرة الصراع النفسى .

وقد يتصور البعض أن العلاج النفسى مقصور على الأمراض النفسية . . ولكن المريض العقلى أيضًا يحتاج إلى الكلمة . . أى إلى العلاج النفسى . . يحتاج إلى الطمأنة . . إلى المساندة . . إلى التدعيم . . إلى النصيحة والتوجيه . . إنها الكلمة الطيبة التى لا يستطيع أن يستغنى عنها إنسان سليمًا كان أم مريضًا . .

مريض الفصام هناك أجزاء فى شخصيته سليمة . . وأجزاء فى تفكيره سليمة . . ووجدانه قد يكون سليمًا تمامًا وبذلك فهو يستفيد من العلاج النفسى . . ومريض الاكتئاب هو أكثر المرضى احتياجًا واستفادة من العلاج النفسى فروحه معذبة تتلوى من الألم وتحتاج إلى كلمة طيبة لتعمل كمضاد للألم، ونفسه اظلمت جنباتها تمامًا وتحتاج إلى كلمة طيبة لتعمل كمصباح ينير بالأمل، وأفكاره قد أهدرتها الهواجس

والضلالات وتحتاج إلى كلمة طيبة تعمل كمطمئن يخفف من روعها، وقلبه قد تشبَّع دمه بالحزن فمات ويحتاج للكلمة الطيبة لتعيد له الحياة عن طريق الحب والفرحة . .

العلاج النفسى هو الكلمة الطيبة . . لهذا يحتاجه كل إنسان .

٣- أما النوع الثالث من العلاج النفسى فهو يعتمد على (النظرية الشرطية) والتى ترى أن أعراض المرض النفسى ما هى إلا عادات خاطئة تعلمها المريض . . أى أن الأعراض المرضية هى أفعال منعكسة شرطية . . والعلاج هنا يهدف إلى إزالة هذه الأفعال المنعكسة المرضية وإحلال أفعال جديدة مكانها . .

المخاوف هى مثلاً أفعال منعكسة شرطية خاطئة أى مرضية . . المريض يخاف من الأماكن المزدحمة أو الضيقة . . أو المريض يخاف من حيوان أو حشرة معينة . . إذا تعرض المريض للمكان المزدحم أو الحشرة أو الحيوان فإنه يشعر بالقلق الشديد والخوف الذى قد يصل إلى حد الذعر ويصاحب ذلك الأعراض الفسيولوجية الحادة المصاحبة للقلق كالعرق ودقات القلب العنيفة والإرتعاش . . إلخ، ولذلك يتحاشى المريض ويهرب من التعرض لهذه المواقف مما قد يعوق حياته العملية . . العلاج السلوكى هنا يهدف إلى إطفاء هذا المنعكس الشرطى أى ارتباط القلق والخوف بالمكان أو الحشرة أو الحيوان . . ويحل محله ارتباط شرطى جديد هو إحساس المريض بالراحة والهدوء فى المكان المزدحم أو حين رؤية الحيوان أو الحشرة . . فمثلاً السيدة

التى تصاب برعب إذا مرت قطة بجانبها ماذا نفعل لها . . ؟ نرسم خطة تنفذ على عدة جلسات . . فى كل جلسة نعطيها حقنة أو أقراصًا مهدئة تساعدها على الاسترخاء التام وعدم الشعور بأى قلق . . فى الجلسة الأولى نستعرض معها بعض الصور للقطط . . فى الجلسة الثانية نشاهد تمثالاً لقطة . . فى الجلسة الثالثة نسمع شريط تسجيل لصوت قطة أو نشاهد فيلم فيديو لقطة . . فى الجلسة الرابعة نجلس فى حجرة وفى طرفها البعيد قطة صغيرة أو قطة وليدة ومعها طفل يداعبها . . وفى الجلسة الخامسة يكبر حجم القطة . . وفى الجلسة السادسة نجلس وبجوارنا قطة كبيرة يداعبها الطبيب ثم يسمح للمريضة بمداعبتها . . كل هذه الجلسات يجب أن تتم والمريضة هادئة تمامًا بفعل مهدئ . . وهذا يسمى التحصين البطىء Gradual Desensitization إنه تمامًا مثل التطعيم ضد الأمراض حين نعطى المريض جراثيم المرض ذاته بعد إضعافها أى بكميات ضئيلة فيكون الجسم مناعة ضدها فيستطيع بعد ذلك أن يتحمل أى كمية من الجراثيم . . فلا يُخْشى أن يصاب بالمرض . . وفى العلاج السلوكى نعرض المريض للمنبه أو المثير للقلق (القطة) ولكن بشكل تدريجى أى بجرعات بسيطة وضعيفة ونتصاعد بالمثير حتى نصل إلى أقصى درجة . . هذا التصاعد التدريجى تحت تأثير المهدئ يزيل قلق المريض نهائيّاً وبذلك ينطفئ المنعكس الشرطى المرضى . . وهذا النوع من العلاج السلوكى

يسمى بالكف المتبادل Reciprocal Inhibition وهناك شكل آخر من العلاج السلوكى يسمى بالعلاج الفيضى Flooding وفيه نعرض المريض للمؤثر المقلق بشكل مباشر ومكثف . . فندفعه إلى داخل حجرة بها مجموعة من القطط ونغلق دونه باب الحجرة أو نقذف به فى مكان مزدحم ونتركه أو مكان متسع ونتركه . . وينهار المريض ثم يفيق ثم ينهار ثم يفيق ثم ينهار ثم يفيق إلى أن يتماسك تمامًا ويزول نهائيّاً المنعكس الشرطى الخاطئ . . ونوع آخر من العلاج السلوكى يسمى الاسترخاء Relaxation Therapy.. أى العلاج بالاسترخاء . . والاسترخاء للعضلات المتوترة المتعلقة . . والاسترخاء للنفس المضطربة والاسترخاء للعقل المشتت . . فالقلق توتر . . توتر نفسى . . وتوتر عضلى . . والمريض يتعلم كيف يسترخى . . كيف يسيطر على عضلاته . . كيف يركز فيها ويطلب منها الاسترخاء . . عضلة عضلة . . من القدم إلى الرأس . . ويتعلم كيف يوقف أفكاره الحائرة المشتتة . . ويتعلم كيف يجلب الطمأنينة إلى نفسه . . إنه استرخاء عضلى واسترخاء عقلى . . والاسترخاء العضلى يقود إلى الاسترخاء العقلى . والاسترخاء العقلى يقود إلى الاسترخاء العضلى . .

يتعلم المريض كيف يكلم عضلاته . . كيف يكلم نفسه . . كيف يكلم أفكاره . .

يا عضلاتى استرخى

يا نفسى اهدئى

يا وساوس قفى واخرجى من رأسى

وكما أن العلاج بالعقاقير لا يغنى عن العلاج النفسى . . فإن العلاج النفسى لا يغنى عن العلاج بالعقاقير . .

العقاقير رسالة كيميائية للمخ . .

والكلمة رسالة حب للنفس . .

❁❁❁

# الفصل الثانى

## الخيانة المرضية

تقف هذه الزوجة حائرة عاجزة لا تدرى ماذا تفعل . . إنه أصعب وأخطر موقف مرَّ بها فى حياتها . . موقف يعتصر قلبها بالألم والأسى ويملأ روحها باليأس والسواد . . إلى من تتوجه؟! وإلى من تشكو؟ وكيف تجد حلاً لهذه المشكلة الغريبة المؤسفة؟!

هذه الزوجة الشريفة يتهمها زوجها بالخيانة . . وهى شريفة حقّاً . . هى زوجة مخلصة لزوجها لا تعرف رجلاً غيره، وحتى فكرة الخيانة لا تراود ذهنها على الإطلاق وسلوكها لا يشير إلى أى اعوجاج . . خلقها قويم وشخصيتها متماسكة متوازنة وفضلاً عن ذلك هى تحب زوجها . .

اتهامات زوجها لها بالخيانة ليس لها أى أساس . . ماذا تفعل هذه الزوجة التعيسة؟

هل تشكوه إلى الأهل والأصدقاء؟

هل سيصدقها الناس أم سيصدقونه؟

إنه يبدو عاقلاً متزنًا ولا يشك أحد إطلاقًا فى أنه إنسان غير طبيعى فكيف إذن تشكوه!!

ولهذا فإن هذه الزوجة التعيسة تصمت فى البداية وتطوى قلبها على حزنها وتحاول أن تعالج الأمر بطريقتها الخاصة فتشكو همها

إلى الله وتلتزم بتعليمات زوجها الجائرة محاولة أن تبعد الظنون القاتلة عن رأسه المريضة .

وهى فى البداية لا تدرى أن زوجها مريض ولا أحد يتصور أنه مريض . . إن الرجل يتهم زوجته بالخيانة وهذا أمر جائز ويحدث فى كل يوم وهناك العديد من الزوجات الخائنات . .

إذن لماذا نقول عن هذه الزوجة إنها شريفة وأن زوجها هو المريض وأن اتهامه لها بالخيانة هو المرض ذاته . . وهذا الرجل يبدو طبيعياً فى كل شىء ولهذا يكون من الصعب اكتشاف مرضه ، ولذا فإن موقف زوجته الشريفة المظلومة يكون صعبًا ودقيقًا للغاية . .

وهذا الفصل من ذلك الكتاب نحاول فيه أن نساعد هذه الزوجة ونقول لها كيف تتصرف . . ونساعد كذلك المحيطين بالزوجين من أصدقاء وأقرباء للإسراع بعلاج الزوج وحماية الزوجة ، فهذه الزوجة تحتاج فعلاً للحماية لأنها معرضة للقتل فى أى لحظة . .

وأستطيع أن أؤكد أن نسبة عالية من الأزواج الذين يقتلون زوجاتهم بسبب خيانتهن هم أزواج مرضى وزوجاتهم شريفات ومظلومات . . ففى كل يوم تطالعنا الصحف بقصة شقيق قتل شقيقته أو أب قتل ابنته أو زوجة قتل زوجته . . والدافع للقتل فى هذه الحالات يكون بسبب سوء سلوك المرأة المقتولة . . ثم تؤكد الفحوصات والتحريات أن المرأة المقتولة . . ثم تؤكد الفحوصات والتحريات أن المرأة المقتولة حسنة السمعة ولا يوجد أى غبار على

سلوكها . . كذلك لا يستطيع أحد أن يقول إن الرجل القاتل مريض ولذا يحاكم ويعاقب وبذلك يصبح لدينا ضحيتان : القاتل والقتيلة . .

إذن الأمر ينطوى على خطورة . . ويحتاج إلى وقفه واحدة واعية من الجميع : الطبيب والأهل والأصدقاء والزوجة .

والسؤال الذى يحتاج إلى إجابة ملحة وتفصيلية هو : كيف نكتشف أن هذا الرجل مريض؟

الأمر يحتاج إلى أن نتتبع الأعراض منذ بدايتها . . تقول لنا الزوجة إن زوجها من البداية أى منذ أن عرفته يتسم بالشك وسوء الظن، والحساسية الزائدة وسرعة الغضب وسهولة الاستثارة وتجسيم الأمور والتفكير الملتوى غير المستقيم وتحميل الكلمات والمواقف أشياء بعيدة عن الحقيقة، وإنه دائم الشكوى ودائم الشعور بأنه لم يأخذ حقه وأنه يستحق أكثر أو أنه مضطهد، ويفسر ذلك بأنهم يحقدون عليه ويغارون منه ويخشون ذكاءه وتفوقه . . ولذا كان دائم الاحتكاك بالآخرين . .

تقول لنا الزوجة هذه هى سمات وخصائص شخصية زوجى . . وتحملته ومضت الحياة بطريقة لا توحى بالطمأنينة والاستقرار رغم مجىء الأطفال وتوغل العمر . .

وكأنه كان بركانًا يغلى من تحت الأرض وفجأة انفجر بحدة حارقًا طائشًا ومهلكًا لكل شىء . . فجأة اتهمنى مباشرة بالخيانة . .

اتهمنى مع شقيقه . . ثم اتهمنى مع زميله فى العمل . . ثم اتهمنى مع جارنا . . ثم مع بائع الجرائد . . ثم مع زميلى فى العمل . . لم يتطرق إلى ذهنى حتى هذه اللحظة أنه مجنون، ولذا وبحسن نية وبنية مخلصة كنت أحاول أن أدافع عن نفسى وأحاول أن أثبت له سلامة موقفى وخطأ ظنه . .

ففى اللحظة التى قال لى فيها إننى أخونه مع كل هؤلاء الناس وفى وقت واحد تأكد لى أنه مريض . .

زوج آخر قد يلجأ للعنف فيضرب زوجته بقسوة لكى تعترف بخيانتها، ويظل يراقبها لكى يفاجئها متلبسة بالخيانة . .

هذا الزوج يكون منذ البداية واثقًا ومتأكدا من خيانة زوجته . . ليس شكّاً وإنما يقينًا . . والأدلة التى يقدمها تكون واهية وغير معقولة وغير منطقية ولكن بالنسبة له تكون هذه الأدلة قاطعة وذات قيمة كبيرة مؤكدة على الخيانة . .

وأدلته الواهية هى دليل على مرضه . . وأرجو ممن يقابلون مريضًا كهذا أن يسمعوا له . . أن يتركوه يتكلم ويتكلم لأنهم بعد فترة وجيزة سيكتشفون ضحالة وضعف وعدم معقولية أفكاره . . سيكتشفون أنه إنسان قد انفصل عن الواقع . . وأرجو ونحن نستمع إلى هذا المريض ألا نقاطعه وألا نعارضه وألا ندين أفكاره بأنها خاطئة، أو بأن زوجته مظلومة أو بأنه يحتاج إلى مساعدة طبيب . . لأننا إذا اعترضنا فى البداية على ما يقول فإنه إما سيبتعد عنا، وإما

قد يتهمنا بأننا نتآمر ضده بالاتفاق مع زوجته أو قد يكون من الذكاء فيظهر اقتناعا كاذبًا بصحة اعتراضنا وخطأ أفكاره وبذلك تضيع علينا فرصة علاجه . .

مرة أخرى : كيف نكتشف أنه مريض؟

الإجابة : نكتشف أنه مريض من خلال الأدلة المضحكة الواهية غير المعقولة التى أكدت له خيانة زوجته . .

**وهذه نماذج لهذه الأدلة، حيث يقول الزوج التعيس المريض:**

- بعض الأحيان ترفض معاشرتى وهذا دليل قاطع أن لها علاقة جنسية بإنسان آخر . .
- أراها تتنهد حين سماع أغنية بعينها وهذا دليل على حبها الجنسى لرجل معين . .
- أصبحت تتزين بطريقة زائدة هذه الأيام وهذا دليل على دخول رجل جديد لحياتها . .
- تجرى متلهفة صوب التليفون كلما رن وهذا معناه أنها تتوقع مكالمة منه . .
- يرن التليفون فإذا أمسكت أنا بالسماعة لا يرد أحد من الطرف الآخر . .
- كلما عدت إلى البيت أشم رائحة معينة لا تصدر إلا عن رجل بعد اتصاله بالمرأة وهذا دليل أنه كان معها أثناء غيابى . .

- أترك فراش السرير على حال معين بعد أن تقوم بترتيبه، فإذا عدت من الخارج أراه على حال آخر وكأن شخصين كانا معًا على الفراش . .

- أصبحت تمشى بطريقة معينة تلفت الأنظار إليها . .

- أصبحت تتطلع من النافذة كثيرًا وأراه فى النافذة المقابلة . . لا شك أنهما يتبادلان حوارًا بالإشارات .

- أجدها مختلفة معى فى الفراش وتسلك بطريقة من المؤكد أنها تعلمتها منه . .

- الأطفال لا يشبهوننى وهذا أكبر دليل على أن الخيانة بدأت منذ بداية الزواج وهم يشبهون رئيسها فى العمل . .

- زملائى فى العمل يسخرون منى بطريقة مستترة ويتحدثون عن أشياء خاصة جدآ فى حياتى وهذا معناه أن لها علاقة جنسية بهم جميعًا . .

- هناك كلمات معينة كان يرددها شقيقى حين كان يزورنا والآن فهمت معنى هذه الكلمات التى تشير إلى علاقتها الآثمة به . .

- نظرات الناس فى الشارع تحمل معنى معينًا . . إنهم يسخرون من رجولتى المخدوعة . .

- الأمر أصبح مفضوحًا فى كل مكان وعلى كل لسان حتى أن الصحف تشير إليه بطريقة خفية . .

- وهناك العديد من مثل هذه الاتهامات والأدلة السخيفة الضحلة الركيكة التى يضحك منها أى طفل ويقول من يسمعها إنها «تخاريف» أما بلغة الطب النفسى فيطلق عليها هذاءات أو ضلالات . . إنها ضلالات الغيرة المرضية أو ضلالات الخيانة . .

الغريب فى الأمر أن الزوج يستمر فى الحياة مع زوجته التى يعتقد أنها تخونه . . بل يتمادى ويبالغ فى معاشرتها جنسيّاً . . ويثور إذا اعتذرت لتعبها أو لضيقها وألمها من اتهاماته . . وتكون الطامة الكبرى إذا عجز هو عن الممارسة وبذلك يجد مبررًا لخيانتها . .

- الخطورة تبدأ حين يحاول الزوج أن يجبر زوجته على الاعتراف وخاصة إذا لجأ إلى العنف . . وقد يهددها بالقتل . . وقد يفعل فعلاً . .

**ماذا تفعل الزوجة حينئذ؟**

يجب أولاً أن تختار شخصًا متزنًا من عائلتها وتقص عليه الأمر تفصيلاً . . الخطوة الثانية أن يتجها إلى شخص متزن من عائلته ويقصًّا عليه الأمر تفصيلاً . . المؤسف أن عائلته قد تتخلى عن مسئوليتها ولا تتدخل فى الأمر . . أو قد تصدق ضلالاته وخاصة إذا كان بينها وبين الزوجة حزازات . .

ولهذا يجب أن تكون الزوجة حذرة فى اختيار الأشخاص الذين تحكى لهم الأمر . . بعد ذلك يجب على الجميع أن يتجهوا للطبيب النفسى -بدون المريض طبعًا- وأن يقصوا عليه الأمر تفصيلاً . .

والطبيب سوف يسأل عن أشياء كثيرة عن المريض لكى يصل إلى التشخيص السليم . . وليس صعبًا أن يحكم على حالة المريض حتى دون أن يفحصه . . سيحاول الطبيب أن يعرف إذا كان الزوج يعانى من مرض الفصام وهو مرض عقلى من أعراضه ضلالات الخيانة، أم أن المريض يعانى فقط من هذه الضلالات دون أن يكون لديه أى اضطراب آخر . . فضلالات الخيانة قد تكون عرضًا قائمًا بذاته ولذا يبدو المريض سليمًا في كل شيء آخر . . وقد تكون ضلالات الخيانة عرضًا لمرض عقلى . . ولذا تكون هذه الضلالات موجودة بجانب أعراض عقلية أخرى كالهلاوس السمعية مثلاً، كأن يقول المريض إنه يسمع أصواتًا تحدثه فى أذنه وتتهم زوجته بالخيانة أو قد يتصور أن أجهزة الإعلام تتحدث عن خيانة زوجته أو أنه يعتقد أنه مراقب أو أن عشاق زوجته يحاولون الخلاص منه . . فى هذه الحالة يكون اتهامه لزوجته جزءًا من مرض له عدة أعراض وليس عرضًا واحدًا . .

وضلالات الخيانة قد تظهر مع حالات الإدمان الكحولى . . وأحيانًا تظهر فى سن متأخرة مع تصلب الشرايين وبدايات عته الشيخوخة وهنا يتهم الرجل الذى وصل إلى السبعين من عمره زوجته التى ناهزت نفس العمر تقريبًا بأن لها علاقة بشاب فى العشرين من عمره . .

- إذا رأى الطبيب أن هناك خطورة على حياة الزوجة فإنه سوف ينصحها بأن تترك البيت فورًا وعليها أن تلتزم بتعليماته حرفيّاً . .

- ثم تأتى بعد ذلك مشكلة علاج الزوج المريض . .

والمريض سيرفض العلاج لأنه غير مقتنع أنه مريض . . أى هو غير مستبصر بمرضه . . ولهذا فإن محاولات إقناعه تبوء بالفشل . . وقد يظل الرجل لسنوات مؤمنًا بخيانة زوجته المستمرة له ورغم ذلك فهو يمارس كل أوجه حياته بشكل طبيعى . . وتعتاد الزوجة على سخافاته واتهاماته من وقت لآخر . . فإذا كان الزوج المريض ليس خطرًا فلا تترك الزوجة بيتها وإنما عليها الاستمرار معه لكى تساعدنا فى علاجه . .

- فى البداية نحاول أن نحضره إلى الطبيب لأى سبب آخر لكى نعالج الصداع الذى يعانى منه أو ضغطه المرتفع . . أو قد يقبل الزوج المريض زيارة الطبيب لكى يكون حكمًا بينه وبين زوجته فإما يثبت أنه مريض أو يثبت أن الزوجة خائنة فعلاً . .

قد يرفض المريض بشدة الحضور للعيادة . . وقد يرضى بسهولة . .

وقد يحتاج إلى بعض الإقناع والتحايل . . قد تقنعه زوجته . . أو أحد من الأقرباء وخاصة إذا كان شخصًا كبيرًا له تأثير ونفوذ أو صديق عزيز . .

المهم ألا نلجأ إلى العنف والحدة معه . .

مهمة الطبيب بعد ذلك أن يكسب ثقته . . أن يسعى لكسب وده . . أن تنشأ بينهما صداقة . . من خلال ذلك قد يقنعه الطبيب

بأن يتناول العلاج لكى ينام أفضل أو لكى تهدأ أعصابه ويزيل ضيقه . . إذا قال له الطبيب إن هذا العلاج سيجعل الأفكار الخاطئة عن خيانة زوجتك تختفى فإن المريض سيرفض العلاج . . يجب على الطبيب أن يقنعه بأى سبب آخر لتناول العلاج . . ويجب تكليف أحد من أفراد الأسرة بمراقبة المريض أثناء تعاطى العلاج، فمعظم المرضى يظهرون اقتناعًا كاذبًا ولكنهم لا يتناولون العلاج . . ولذا يجب أن نتفق معه منذ البداية أن زوجته أو أمه أو شقيقته أو ابنه سيكون مسئولاً عن إعطائه العلاج . . والمسئولية هنا معناها أن الشخص الذى سنحدده سوف يقدم بيده الحبوب إلى المريض مع كوب الماء وينتظر حتى يبتلعها أمامه . .

والمشكلة تتفاقم حين يصدق الأهل ابنتهم ويعتقدون فعلاً فى خيانة زوج ابنتهم وهذا يؤجل كثيراً العلاج وتتدهور الحالة أكثر وأكثر . . وقد تصر على الطلاق ويساندها أهلها فى طلبها وقد يتم الطلاق فعلاً قبل زيارة الطبيب أو حتى بعد زيارته وعدم الاقتناع برأيه أى عدم الاقتناع -من جهة الأهل- بمرض الزوجة . .

أعرف بيوتًا كثيرة تهدمت بسبب حماقة الأهل الذين أتصور أنهم هم أيضًا مرضى أو أن المرض كامن فى عقولهم ويتبدى فى صورة سلوك غريب أو سلوك عدوانى أو سهولة تصديق ضلالات الزوجة . .

أعرف أمّاً صدقت ابنتها المريضة حين أكدت لها أن زوجها اتفق مع طبيب الأسنان الذى يعالجها وأنه حقنها بمادة غريبة تسبب

الجنون وبذلك سوف يصدق الناس الزوج ويؤمنون ببراءته ويتجاهلون اتهامات زوجته المجنونة . .

هذه الزوجة المريضة ذهبت إلى رؤساء زوجها فى العمل وشكت لهم خيانته لها مع سكرتيرته ومع سيدة أخرى من عائلة معروفة . . وذهبت إلى زوج هذه السيدة وأخبرته بعلاقتها بزوجها . . ولم يتصور أحد أنها تعانى مرضًا لأنها كانت تحكى عن أمر قابل للحدوث ويحدث فى كل يوم . . ولذلك تسببت فى مشاكل كثيرة لزوجها فى عمله وتسببت فى مشاكل أكثر وأمر للسيدتين البريئتين . . ثم بدأت تشكو من المراقبة التى أخضعوها لها ومن المضايقات التى يقصدون بها دفعها للجنون وأن زوجها وراء كل ذلك . .

ورغم كل هذه العلاقات المرضية الخطيرة فإن أهلها وخاصة أمها يصدقونها ويرفضون علاجها حتى لا يثبت زوجها فعلاً أنها مريضة . . أليست تلك مأساة؟!

مأساة بسبب الجهل . . مأساة بسبب موقف المجتمع الظالم من المريض النفسى . . ومأساة لأن المرض قد يكون غير ظاهر لدى بعض الناس، وبذلك يسلكون سلوكًا غريبًا ولكننا لا نستطيع علاجهم . . للأسف الطب النفسى لا يملك أجهزة يستطيع بها أن يكشف عن المرض الكامن أو أن يتنبأ بها باحتمال إصابة إنسان ما بالمرض فى المستقبل . . بل لا يملك أجهزة تثبت بشكل موضوعى إصابة هذه الزوجة أو هذا الزوج بضلالات الخيانة . .

فروع الطب الأخرى استطاعت أن تحقق انتصارات وصلت إلى حد الإعجاز فى الكشف عن المرض الخفى والكامن وأيضًا التنبؤ بالمرض . . أما فى الطب النفسى فلا أجهزة إلا عقل الطبيب وعلمه وخبرته وتقديره الشخصى وأمانته وإخلاصه وصبره وإصراره على تقديم المساعدة . .

ولكن الطب النفسى أحرز تقدمًا مذهلاً فى العلاج بالعقاقير . . فهناك عقاقير تشفى هذه الضلالات ، وبعد الشفاء يعجب المريض ويأسف ويندم كيف كان يتهم زوجته بالخيانة . . بل لدينا عقاقير تهاجم بشكل خاص الضلالات الأحادية أى غير المصحوبة بمرض عقلى آخر . .

والعلاج الكهربائى مفيد جداً فى بعض الحالات التى لا تستجيب للعقاقير . . وهو علاج لا يسبب أى أضرار أو أعراض جانبية والغريب فى الأمر أن بعض المرضى يواظبون على العلاج وعلى زيارة الطبيب برغم إيمانهم الراسخ بوقوع الخيانة ، وإيمانهم الراسخ أيضًا بأنهم ليسوا مرضى . . وهذا السلوك المتناقض غير مفهوم لدينا حتى الآن . . ولكن لحسن الحظ فعلاً أنهم يلتزمون بالعلاج . .

ولكن البعض الآخر يرفض تمامًا العلاج . . والبعض يرفض من الأساس الحضور لزيارة الطبيب .

والبعض يثور إلى حد العنف إذا اتهمه أحد بأنه مريض . . فإذا كان المريض خطراً ويهدد فعلاً بقتل زوجته فلا مفر من إدخاله المستشفى ضد إرادته وفى الحال . .

أما إذا كان لا يشكل خطورة فعلية فعلينا أن نلجأ إلى الحيلة لكى يصل العلاج إلى معدته . . فإذا فشلنا فلا مفر من المستشفى . .

وفى المستشفى لدينا الوسائل الفعالة لإعطائه العلاج بالكامل . . معظم الحالات تشفى أو تتحسن . . نسبة الشفاء والتحسن عالية . . ولكن الأمر يحتاج إلى جهد وصبر وزوجة عاقلة متزنة وأسرة متعاونة وطبيب له نفس طويل ويبذل كل الوسائل حسب احتياج المريض . . المهم هو التعاون الكامل بين الطبيب والزوجة وأسرة الزوجة وأسرة الزوج . .

أحيانًا أسرة الزوجة تسىء إلى الموقف فتجبر الزوجة على ترك بيت الزوجية وعلى طلب الطلاق . .

- أنصح الزوجة بعدم الحدة وبعدم الرد عليه بعنف . .
- أنصحها ببذل كل جهدها فى البداية لتهدئته وأن تتحاشى أى سلوك يثير ريبته . .
- أنصح الزوجة بعدم ترك البيت إلا بإذن الطبيب . .
- أنصح الزوجة بعدم طلب الطلاق إلا بعد أن تعطى لزوجها فرصة العلاج لمدة كافية وإلا بعد أن تتأكد أن الحالة لن تتحسن . .

وأن يكون مرجعها الوحيد هو الطبيب . . والطبيب لا يتحيز لأى طرف بل يهمه مصلحة وصحة الطرفين : الزوج المريض والزوجة المتهمة ظلمًا وهى أيضًا مريضة بالتعاسة وتحتاج إلى مساندة فى محنتها . . ولذا فإن التوجه فى البداية يجب أن يكون

ناحية شفاء المريض . . هى ذاتها -أقصد الزوجة - كان من الممكن أن تكون مكان زوجها أى تعانى من ضلالات الخيانة ويصبح الزوج حينئذ المتهم بالخيانة . . فهذه الحالة تصيب النساء مثلما تصيب الرجال . . وتظل الزوجة المريضة تطارد زوجها وتراقبه وتتجسس عليه وتفاجئه فى عمله وترصد تحركاته وتفتش ملابسه وتشم رائحته ثم تتهمه فعلاً بالخيانة وتشهر به وتفضحه فى كل مكان . . تحكى لزملائه فى العمل ولأصدقائه وللجيران . .

والعنف أقل فى المرأة . . ونادراً ما تقتل زوجها بسبب خيانته المزعومة . . ولكنها تحيل حياته إلى جحيم . . وقد لا يكتشف الزوج أنها مريضة إلا بعد مضى وقت طويل حين تقدم الأدلة غير المنطقية أو حين ظهور أعراض أخرى كأن تتصور أن عشيقة زوجها تحاول أن تقتلها أو أن زوجها يتآمر مع آخرين للخلاص منها وإصابتها بالجنون حتى يهرب من تهمة الخيانة . . مضاعفات . . وهو علاج يتحمله كبار السن، بل والطاعنون فى السن أيضًا وتتحمله السيدة التى تحمل جنينا فى أحشائها . . وبعض الأطباء يفضلون العلاج الكهربائى على العلاج بالعقاقير . . والبعض الآخر من الأطباء - وأنا منهم - يفضل استخدام العقاقير فى البداية . .

فإذا فشلت العقاقير فلا بأس من اللجوء للعلاج الكهربائى . .

والذى أريد أن أؤكد عليه مرة ثانية . . هو أن **معظم الحالات** تشفى أو تتحسن . . المهم أن يكون شريك الحياة متفهمًا وصبوراً

ومحبّاً ومضحيًا ومخلصًا ومتزنًا . . وكل إنسان معرض للمرض . .

وأهم من العقاقير أن يوجد من يهتم بالمريض ويساعده حتى يسترد ثقته وأمنه واطمئنانه . . ولا يوجد من هو أفضل من شريك الحياة -الذى وقع عليه الظلم- لكى يساعد شريك حياته -المريض- -لكى ينجو من هول هذا المرض الخطير الذى يهدد الأسرة كلها . .

# الفصل الثالث

## التحول الجنسى

- ماذا يفعل الأب إذا جاءه ابنه البالغ من العمر عشرين عامًا يقول: أريدك أن تساعدنى يا أبى لإجراء جراحة أتحول بها إلى فتاة.. أنا أشعر أننى امرأة.. إننى أنتمى إلى عالم النساء.. أنا رجل من الخارج ولكن فى داخلى امرأة؟!

- وماذا تفعل الأم إذا جاءتها ابنتها البالغة التى برز نهداها وتأتيها الدورة الشهرية بانتظام ولها كل المظاهر الأنثوية الداخلية لتقول لها: يا أمى أنا لا أشعر أننى أنثى أنا رجل.. أنا أكره جسدى الأنثوى أريد جراحة أتحول بها إلى رجل.. أنا تعيسة بانتمائى لعالم النساء.. مكانى الحقيقى بين الرجال..

لعلها لحظات صعبة بالنسبة للأب والأم.. لعلها أزمة أو مصيبة تواجه بها العائلة ولا تدرى ماذا تفعل حيالها.. ولعل الأسرة تمر بعدة مراحل حتى تقتنع فى آخرها أنها أمام حالة مرضية تستدعى اللجوء للطبيب.. وحتى بعد زيارة الطبيب المختص تظل الأسرة رافضة تمامًا لفكرة تحويل ابنها إلى فتاة أو ابنتها إلى فتى..

إنه أمر صعب وليس من السهل قبوله، وقد تظل الأسرة سنوات تخيم عليها التعاسة والشقاء وتظل فى صراع مع ابنتها أو ابنها.. الابن أو الابنة مصران على التحول، والأب والأم يعاندان

ويماطلان ويرفضان بعنف أحيانًا وبلين أحيانًا أخرى ولكن أبدًا لا يذعنان للابن أو الابنة . .

ليس أمرًا سهلاً أن يوافق الأب، أن يرى ابنه الرجل البالغ من العمر عشرين عامًا يتحول إلى فتاة . . وليس أمرًا سهلاً أن توافق الأم على أن تتحول ابنتها البالغة من العمر عشرين عامًا أو أقل أو أكثر إلى رجل . .

وإذا وصلت الحالة إلى الطبيب . . فإن المشكلة لا تكون فقط فى المريض أو المريضة ولكن فى الأسرة أيضًا . . فالكل يعانى وعلى الطبيب أن يساند الجميع . .

إنه مرض معروف باسم اضطراب الهوية الجنسية أو مرض الرغبة فى التحول الجنسى . . وقد يظهر قبل المراهقة، وقد يظهر بعد المراهقة، وقد تكون له مقدمات قبل سن المراهقة، ولكنها تتضح وتتأكد بعد العبور بالمراهقة . .

## ما هى أعراض هذا المرض الغريب؟

إنه الرغبة الملحة المستمرة الثابة للتحول إلى الجنس الآخر . . إنه الشعور بعدم الارتياح بالانتماء إلى الجنس الذى ولد به والذى حددته أعضاؤه التناسلية وأكدته بعد ذلك المظاهر الجنسية الثانوية كتوزيع الشعر والصوت وشكل العضلات وتوزيع الدهون وطريقة المشى . .

الرفض التام لهذا الجنس والشعور اليقينى بالانتماء إلى الجنس الآخر المخالف . . ويصاحب ذلك رغبة أولية فى التخلص من

الأعضاء التناسلية حتى يصحح نسبيّاً الوضع التشريحى الخاطئ، ولكى يكون أقرب شكلاً إلى الجنس المخالف الذى يبغى التحول إليه . .

لا يوجد أى خلل تشريحى . . لا يوجد أى خلل فسيولوجى . .

لا يوجد أى خلل هورمونى . . المظاهر الخارجية سليمة تمامًا . . المظاهر الداخلية سليمة تمامًا . . فعلى سبيل المثال تولد الفتاة طبيعية من جميع الأوجه . . وتمر بمراحل التطور الفسيولوجى التى تمر بها أى فتاة . . وعند البلوغ يبرز نهداها وتحيض ويصبح لها صوت أنثوى ولا ينمو لديها شنب أو ذقن وينمو الشعر داخليّاً بالشكل الأنثوى ولا يغزر فى أى مكان آخر كما يحدث فى الرجال . . ولا تشتد عضلاتها وإنما تتوزع الشحوم بالشكل الأنثوى المعهود . . إذن لا خلاف فى أنها أنثى من الناحية التشريحية الفسيولوجية الهورمونية . . ولكن . . ولكن تفاجئنا هذه الفتاة مكتملة الأنوثة بأنها ترفض جسدها . . بأنها ليس أنثى . . بأنها تعشر بثقة بالغة ويقين كامل أنها رجل . . إذن نحن أمام مشكلة انفصل الجسم عن النفس فيما يتعلق بالهوية الجنسية . . لها جسد أنثى . . ومشاعر رجل أو نفس رجل .

تكون البداية بشعورها بعدم الارتياح وهى ترتدى ملابس الإناث وتتوق وتتمنى ارتداء ملابس الرجال . . وحين تفعل . . أى حين ترتدى خفية ملابس الرجال فإنها تشعر بسعادة طاغية وكأنها استردت ذاتها الحقيقية . .

وترفض أن تخالط البنات . . ترفض اللعب معهن . . تكره ألعاب البنات ولعبهن . . تكره أحاديث البنات وضعفهن واستكانتهن ورقتهن وإهتمامهن بالزفاف . . وتميل إلى أن تخالط الأولاد . . تميل إلى الألعاب الخشنة . . تميل إلى العنف . . تميل إلى أحاديث الرجال واهتماماتهم . .

أسوأ لحظات حياتها حين تأتيها الدورة الشهرية . . تكره نفسها . . تشعر بالاشمئزاز والاحتقار لنفسها . .

تكره أعضاءها التناسلية وتتمنى اختفاءها وتود لو تزيلها بيدها هى لا بيد الجراح . . ومن هنا يبدأ التفكير فى الجراحة . . أى التفكير فى البحث عن وسيلة طبية لإعادة الأمر إلى وضعه الصحيح . . والوضع الصحيح فى نظرها أن تصبح رجلاً من الناحية الشكلية لينسجم ذلك مع رجولتها النفسية التى تشعر بها عن يقين .

وقبل الوصول إلى الجراح تتعمد اختيار ملابس الرجال أو القريبة من ملابس الرجال . . تقص شعرها مثل الرجل . . تمشى مشية الرجال . . تتحدث كما يتحدث الرجال . . تهتم بكل ما يهتم به الرجال، وتبتعد تمامًا عن الاهتمامات الأنثوية . . أصدقاؤها من الرجال . . ولكن قد تهتم بفتاة اهتمامًا خاصّاً مثلما يهتم الرجل بالفتاة . . أى تنشئ علاقة عاطفية مع فتاة وتلعب فيها هى دور الرجل . .

تمتع تمامًا عن استعمال المساحيق ويمكن التعرف عليها لأول وهلة إذا نظرنا إلى أظافرها . . من المستحيل أن تهتم بها اهتمام أى أنثى، بل تبدو كأظافر رجل . . وإذا كانت تعيش فى القاهرة ومن مستوى اجتماعى مرتفع ولها بعض الحرية فإنه يصعب على من يراها أحيانًا أن يكتشف أنها أنثى . . وإذا عرفت طريق الهرمونات وأسرارها فإنها تبدأ فى استعمالها دون أى إشراف طبى ولهذا تتراجع المظاهر الأنثوية الثانوية وتظهر عليها المظاهر الذكرية الثانوية فيصبح الصوت خشنًا وينمو الشنب والذقن وتأخذ عضلاتها شكلاً أقرب إلى عضلات الرجل ويضمر بعض الشىء ثدياها وتحاول هى فى ملاسها أن تخفى الثديين أو تلف حولهما رباطًا ضاغط لتخفيهما تمامًا وفعلاً يصيبها بعض الضمور . .

إصرار غريب لا ينشأ إلا عن شعور يقينى بأنها تنتمى إلى عالم الرجال . .

**ما علاقة اضطراب الهوية الجنسية بالشعور الجنسى..؟**

**- هناك ثلاثة أنواع من اضطراب الهوية الجنسية وليس نوعًا واحدًا.**

**النوع الأول:** يسمى النوع اللاجنسى . . أى لا يوجد أى رغبة جنسية على الإطلاق سواء ناحية نفس الجنس أو الجنس المخالف . . فهذا الشاب الذى يريد أن يتحول إلى فتاة ليست لديه أى رغبة جنسية للنساء، وطبعًا هذا أمر مفهوم لأنه يشعر أنه ينتمى إلى عالم

النساء . . ولكنه فى نفس الوقت لا يشعر بأى رغبة جنسية تجاه الرجال . . المتوقع طبعًا أن يميل جنسيّاً إلى الرجال لأنه يشعر فى قراراته أنه أنثى . . ولكن فى هذا النوع من اضطراب الهوية الجنسية تختفى تمامًا كل الرغبات الجنسية . . إذن رغبته فى التحول للجنس الأخرى ليس وراءها أى دوافع جنسية .

**النوع الثانى**: لديه ميول جنسية لنفس الجنس . . والتى تعرف باسم الجنسية المثلية . . وهذا النوع يثير لدينا بلبلة وخلطًا، فنسىء الظن بالمريض ونعتقد خطأ أنه يريد أن يتحول جنسيّاً ليرضى نزعات الجنسية المثلية غير السوية . . ولكن فى الواقع هذا خطأ . . فهذا الشاب الذى يريد أن يتحول إلى فتاة نجده يميل جنسيّاً إلى شاب آخر . . ومن خلال فهمنا لهذا المرض نرى أن هذا ميل طبيعى وليس شاذّاً . . فهذا الشاب لا يعانى من الشذوذ الجنسى وليست لديه جنسية مثلية فهو فى قراراته يشعر أنه أنثى ولهذا من الطبيعى أن يميل جنسيّاً إلى الرجال . . أما إذا كان يميل إلى النساء فذلك سيعتبر حينئذ شذوذًا . .

**أما النوع الثالث**: فهو لديه ميول ورغبة جنسية للجنس المخالف لجنسه التشريحى، فذلك الشاب الذى يريد أن يتحول إلى فتاة فإنه يميل جنسيّاً إلى النساء . . وهذا النوع يثير حيرتنا رغم أنه من الناحية الظاهرية يبدو كإنسان طبيعى فى ميوله الجنسية، فنحن أمام رجل يميل جنسيّاً إلى المرأة ولكن بناءً على مرضه فهو ليس رجلاً . . هو فقط رجل من الناحية التشريحية ولكنه أنثى

كمشاعر . . والافتراض الطبيعى أن تميل الأنثى جنسيّاً إلى رجل وليس إلى أنثى أخرى . .

والنوع الذى يتعاطف معه الطبيب النفسى أكثر هو النوع اللاجنسى حيث تكون رغبته فى التحول للجنس الآخر رغبة صافية خالصة منزهة بريئة من أى مشاعر جنسية سواء ناحية نفس الجنس أو الجنس المخالف . .

هو فقط يريد أن يرضى ذاته وكيانه وأحاسيسه بتحوله إلى الجنس الآخر أى إلى الجنس المخالف لصفاته التشريحية . .

والعلاقة مع الجنس الآخر ليس بالضرورة أن تكون علاقة جنسية . . وإنما تكون علاقة حب حيث أنه النوع الغالب هو النوع اللاجنسى، فنرى هذه الفتاة التى تريد أن تتحول إلى رجل تحب فتاة أخرى وتهتم بها وتتمنى أن تقضى معها كل وقتها وتضحى وتتفانى من أجلها وتشعر بالغيرة والألم إذا اهتمت تلك الفتاة الأخرى بإنسان أو إنسانة أخرى . .

ويكون هناك إخلاص وتفان فى هذا الحب . . وتلعب مريضتنا هنا دور الرجل الراعى المهتم القوى الموجه للأمور المسيطرة، وعلى الفتاة المحبوبة أن تستجيب بالخضوع الأنثوى وأن تتعامل معه كأنه رجل وليس كأنثى مثلها . .

وتلك مشكلة تواجه مريضتنا إذ من الصعب أن تعثر على الفتاة التى تتعامل معها وكأنها رجل، فأين تلك الفتاة التى تتعرف بفتاة أخرى شكلاً ولكنها تشعر ناحيتها وكأنها رجل . .

إنه أمر صعب جداً ولهذا تختلط المشاعر الشاذة وخاصة من جانب الفتاة المحبوبة، ولكن أبدًا ليس من جانب مريضتنا التى تتعذب وتحلم بعلاقة طبيعية مع فتاة، بل ويمتد حلمها إلى أبعد من ذلك وتتمنى الزواج بمحبوبتها وخاصة بعد إجراء الجراحة التى تحولها إلى رجل . .

والنتيجة طبعًا أن أصحاب وصاحبات هذه الحالة يعانونن نفسيّاً . . اكتئاب . . قلق . . صعوبة تكيف . . ضغوط من الأهل ومن المجتمع . . وهو مرض مزمن . . يستمر سنوات وسنوات . . والإنتقال من طبيب إلى طبيب . . وطرق كل أبواب جراحى التجميل من أجل إجراء الجراحة . . إنها رحلة شاقة ومضنية للمريض وللأسرة والطبيب الذى يعلقون برقبته الرغبتان المتنازعتان من المريض ومن الأسرة . .

والمدهش والمثير والمحير أن هذا الاضطراب قد يظهر لدى الأطفال دون الرابعة أو الخامسة من العمر . .

وهذا يعنى بوضوح بالغ أن الإحساس بالأنوثة أو الذكورة إحساس موروث . . إحساس يولد الإنسان به . . إحساس طاغ لا ينال منه أسلوب التربية أو شكل الملابس أو الاسم الذى ينادى به الطفل . . فتلك الطفلة الصغيرة التى لديها هذا الاضطراب تقول بوضوح شديد «حين سأكبر سأصير رجلاً» إذ هى متيقنة من أنها ستصير رجلاً لأنها تشعر بالرجولة فى داخلها هذه الفتاة الصغيرة ترفض اللعب مع البنات . . تقضى كل وقتها مع الأولاد وتلعب معهم وتتشبه بهم . . ترفض الحلق والخاتم والفستان وتهرع إلى

ملابس شقيقها وتلبسها . . وهى تؤكد بشدة أنه لن ينمو لها ثديان مثل شقيقتها الى تكبرها وأنه بكل تأكيد سينمو لها عضو تذكير مثل شقيقها . .

وذلك الطفل الذكر الذى يجلس أمام المرآة مثل أمه ويهيل المساحيق على وجهه ويحرص على اقتناء «عروسة» ليلعب بها ويتعامل معه وكأنه أمها التى ترضعها من ثديها ويسرق ملابس شقيقته ويلبسها لكى يبدو حقّاً فى صورة الأم التى تخرج ثديها من ملابسها وتعطه للرضيع . .

إنها حركات أنثوية كاملة تؤكد أن هذا الطفل الذكر بداخله أنثى قوية . . ويؤكد هذا الطفل بشكل صارخ يثير الرعب فى والديه أنه حين سيكبر سيتزوج رجلاً لينجب منه أطفالاً يتولى مسؤلية تربيتهم . . و لأن الأطفال ليست لديهم مشاعر أو ميول جنسية فليس هناك أى شبهة شذوذ أو انحراف . . الطفل يشعر فقط بأنه ينتمى إلى الجنس المخالف لصفاته التشريحية . .

**- نعود الآن إلى الأسرة الحزينة..**

المريض فى البداية لا يصارح أسرته . . إنه يحاول أن يبحث عن الحل بعيداً عن أسرته لأنه بحسه يعرف أنه سيقابل بالرفض الحازم . . فى البداية يذهب إلى جراح التجميل ليسأل عن إمكانية الجراحة . .

وجراح التجميل بما لديه من خبرة فى هذه الحالات، فإنه يطلب من المريض أن يذهب أولاً إلى الطبيب النفسى . . ويأتى المريض

إلى العيادة النفسية فقط ليحصل على تقرير طبى يفيد سلامته النفسية. حتى يوافق الجراح على إجراء الجراحة. . ويطلب الطبيب النفسى من المريض رؤية أحد أفراد أسرته. . ويماطل المريض ويذهب إلى طبيب ثان وثالث. . ولكنه فى النهاية يذعن. . ولا يصدق الأهل البداية ويرفضون زيارة الطبيب النفسى. .

ويبدأ الصراع بين الأهل والمريض. . ويتعرض المريض لضغوط هائلة أبدًا لا يلين. . وتندهش الأسرة بغضب ورفض لهذا الإصرار الذى يجعلها تقوم بأول زيارة للطبيب النفسى. . ومن هنا تبدأ أول خطوة فى رحلة شاقة طويلة ومضنية للجميع. .

أولاً يجب أن يتيقن الطبيب من التشخيص. . ثم عليه بعد ذلك أن ينقل الصورة كاملة للأسرة. . يجب أن تقتنع الأسرة أنها أمام حالة مرضية. . ليس انحرافًا. . ليس شذوذًا. . ولكنه مرض لم نعرف أسبابه بعد.

وبذلك يهدأ عنف الأسرة ولكن بكل تأكيد لن تنطفئ النار داخل كل فرد من أفرادها ولكن ما يهمنا فى هذه المرحلة أن يعطوا آذانًا فاهمة للطبيب. . وأن الأمر جد وليس بالهزل. . وأن الأمر يحتاج لتعاون. .

ثم بعد ذلك يقوم الطبيب بشرح خطوات ومراحل المرحلة الطويلة. .

- الجزء الأول من المرحلة يشتمل على مقابلات عديدة مع المريض للوقوف على حالته النفسية والعقلية وإجراء الاختبارات

النفسية المتعددة لقياس ذكائه وشخصيته والكشف عن أى مرض نفسى أو عقلى خفى . .

لا بد من رسم صورة نفسية كاملة شديدة الوضوح عن المريض حتى نصل إلى قناعة ويقين أن الرغبة فى التحول الجنسى ليست ناشئة عن أى مرض وليست ناشئة عن رغبة شاذة، وإنما هى حالة مستقلة بذاتها، وأن شخصية المريض سوية متماسكة . . وبالطبع لا بد من إجراء مسح هورمونى كامل وفحص للأعضاء التناسلية الظاهرة والمختفية ودراسات الكروموزمات .

- التشخيص المؤكد والفهم الكامل للشخصية، وخلو صاحب أو صاحبة الحالة من أى مرض نفسى أو عقلى أو عضوى يدفعنا مضطرين إلى الخطوة الثانية من الرحلة الطويلة الشاقة المضنية للجميع . . وهى أن نسمح للمريض أن يعيش حياة الجنس الآخر . .

فإذا كان شابًا يريد أن يتحول لفتاة . . نسمح له بأن يرتدى ملابس الأنثى وأن يعيش مع المجتمع كأنثى . . أى أن يأخذ دور الأنثى . . وأثناء ذلك يعالج بالهرمونات التى تجعله أقرب إلى الأنثى وتضعف الصفات الذكرية الخارجية . . هذا الجزء من الرحلة عبارة عن عامين كاملين . . إنها أفضل اختبار لصدق الرغبة وقدرة الشاب مع التكيف كأنثى فى المجتمع . .

إذا سدد واستقر وتكيف، فإننا نصبح أمام الاختيار الصعب وهو الجراحة . . والهدف من الجراحة هو إزالة الأعضاء التناسلية

ومحاولة تشكيل أعضاء جديدة تتفق مع الجنس المراد التحول له . . مع استمرار تعاطى الهرمونات الملائمة لذلك الجنس الذى تحول إليه . .

بعد الجراحة يحتاج المريض إلى متابعة نفسية حتى يستقر بشكل نهائى . .

الطبيب النفسى هو المسئول عن الحالة من بدايتها إلى نهايتها . . هو الذى يقرر مدى احتياج المريض للجراحة بعد متابعة العامين . . الجراح يرتكز على تقرير الطبيب النفسى . . إنها حالة نفسية وليست جراحية . . الجراحة وظيفتها مداواة جراح النفس . . ولا ننسى جروح الأسرة التى تحتاج إلى مداواة . . . الأسرة التى تهتز وعلى الطبيب أن يعيد لها توازنها . .

❁❁❁

# الفصل الرابع

## المحارم

كما قلت فى مقدمة هذا الكتاب إنه يهدف إلى توعية الناس بنوعية غريبة من الحالات النفسية والعقلية التى لا يعتقدون فى البداية أنها تندرج تحت تصنيف الأمراض النفسية أو العقلية . . الناس لا تصدق أو لا تريد أن تصدق . . والناس لا تصدق من شدة الاندهاش أو من شدة النزع ولا يعرفون ماذا يفعلون حيال هذه الحالات، مثل هذه الأم التى تواجه موقفًا صعبًا وحرجًا . . وموقفًا لم تسمع عنه من قبل حتى فى الحكايات أو الأفلام . . موقفًا لم تسمع أو تر مثيله عند أحد آخر . . موقفًا هو من أقسى المواقف التى واجهتها فى حياتها وعلى حد قولها : «كنت أتمنى أن أموت قبل هذا اليوم» أو «كنت أتمنى أن أصاب بالعمى قبل أن أرى ما رأيت» . .

**ماذا رأت هذه الأم التى تبكى وكأنها ثكلى؟**

- لقد رأت زوجها يعاشر ابنتهما جنسيّاً . . رأتهما بعينى رأسها . . إذ، أمر يفوق حدود التصور . . ولكنها حالة مرضية معروفة فى الطب النفسى تعرف باسم معاشرة المحارم . .

أى العلاقة الجنسية بين شخصين مُحَرَّم عليهما دينيّاً الزواج، كالعلاقة بين الأب وابنته، والأم وابنها والأخ وأخته، وكذلك العلاقة بين الرجل وابنة أخيه . . أو ابنة أخته وكذلك العلاقة بين

المـرأة وابـن أخـيـهـا أو ابـن أخـتـهـا وكـذلك العـلاقـة بـالخـالـة والعمة . .

أعتقد أن كثيرين لم يسمعوا عن هذا من قبل ولا يتصورونه . . ولكن الإحصائيات الصارخة تقول : إنه فى أمريكا توجد أسرة من بين كل عشر أسر تعانى من هذه المشكلة . . أى يوجد داخلها علاقة بين المحارم . . وأكثرها انتشارًا العلاقة بين الأب والابنة، والعلاقة بين الأخ وأخته . . نادرًا جدًا تلك العلاقة بين الأم وابنها . . وهى أندرها وأفظعها فى نفس الوقت . .

* ماذا تفعل الأم حيال هذه المشكلة أو هذه المأساة؟

* هل تتصرف برعونة وتصرخ وتفضح أمرهما أمام بقية أفراد الأسرة؟

* هل تشكو زوجها إلى أهله أو إلى أهلها؟

* هل تترك البيت وتطلب الطلاق؟

* هل تسكت لتستمر الحياة إذا كانت مضطرة لذلك؟

* هل تشكوه إلى الشـرطة كـمـا يحـدث فى بلدان أوربا وأمريكا؟

*هل تتـصـرف بعنف أكـثـر وتحـاول الاعـتـداء عليـه وعلى ابنتها . . ؟

* أم تجلس إلى الابنة وتحاول أن تعرف الحقيقة كاملة؟

* وهل بعد أن تعرف الحقيقة من ابنتها هل تفاتحه وتناقشه فى الأمر أم تمنع ابنتها عنه وتحميها وتكتفى بذلك؟

كل هذه البدائل التى أوردتها كانت ردود أفعال لحالات متعددة حيث تصرفت كل أم بطريقة مختلفة وذلك حسب درجة تماسكها وتعليمها ومكانتها الاجتماعية وحسب شكل علاقتها بزوجها وظروفها الشخصية . . ولكن لم أعرف حتى الآن أمّاً واحدة جاءت مباشرةً للعيادة النفسية طلبًا للمشورة أو حتى اعتقدت منذ أول وهلة أنها أماء حالة مرضية . . دائمًا تأتى الأم بعد مضى وقت طويل وربما بعد حدوث مضاعفات كثيرة . .

قبل أن نعرف كيف ينبغى أن تسلك الأم حيال هذا الموقف أحب أن أوضح أشيا ، عن طبيعة هذا المرض . .

- الأب فى كل الحالات مضطرب نفسيّاً أو لديه اضطراب سيكوباتى فى الشخصية . . وعادةً ما يلجأ للمخدرات أثناء الممارسة أى لا يجامع ابنته إلا وهو مخدر ، والمخدر المستحب فى مثل هذه الحالات هو الحشيش ، تليه الخمور . . وبدون المخدر لا يستطيع الاقتراب من ابنته . . والفحص النفسى الدقيق قد يكشف عن وجود اضطراب عقلى مزمن مثل الفصام أو وجود انحراف جسيم فى الشخصية ، فهو إنسان عدوانى شرس يسعى لتحقيق ملذاته بأى وسيلة ، ليست لديه المشاعر الطبيعية تجاه الأسرة ، فعلاقته سيئة بزوجته وبأطفاله ، مضطرب فى عمله وكل رفاقه من أصدقاء السوء .

وغالبًا ما يكون مقامرًا أو مدمنًا . . ولكن ليست هذه هى الصورة فى كل الأحوال، إذ قد يكون انطوائيًا هادئ الطبع مغرقًا فى الخيال، محبّاً للعزلة وليس له أصدقاء ولكن الناس يصفونه بأنه غريب الأطوار . .

يشعر الأب بغريزته الجنسية تتحرك نحو ابنته ولا يشعر بأى وخز للضمير نتيجة لهذا الشعور الذى تحرك داخله، بل يفكر كيف يحقق مأربه منها . . ينطفئ كل شىء داخله : الدين والضمير والأبوة ولا يبقى إلا شىء واحد متوهج وهو رغبته فى ابنته . وينتهز فرص غياب الأم ويقترب من ابنته بطريقة غير طبيعية وعادة ما تكون الابنة صغيرة . . قد تكون دون الخامسة أو دون العاشرة من عمرها . . وبالطبع لا تفهم شيئًا ويطلب منها الأب ألا تحكى لأحد حتى أمها . . وتستمر العلاقة . . ويسهل استمرارها، وحين تتزوج الابنة أو تخرج من البيت لأى سبب يتجه الأب نحو الابنة الثانية . . العلاقة عادة ما تتوقف عند سن العشرين بالنسبة للابنة، إنها تعترض على استمرارها وترفضها وتشعر بتأنيب الضمير والاشمئزاز وخاصة إذا ارتبطت بإنسان آخر خارج البيت . . ونادرًا ما تنجو أى من بنات هذا الأب . . والابنة الأولى الضحية عادةً ما تحذر الابنة الثانية وتحاول أن تحمى بقية أخواتها . . إلا أنه من النادر أن تتجه الابنة ناحية الأم لتصارحها . . والأم تكتشف الأمر فجأة ومصادفة وبعد مضى وقت ليس بالقصير من بدء العلاقة . . ولا تستطيع الابنة أن تقدم أى مبرر لإخفائها الأمر عن أمها . . وبعض

الفتيات يقررن أنهن كن يستمتعن بالعلاقة . . وأن الإحساس بالاشمئزاز وتأنيب الضمير لم يأت إلا متأخرًا . . والفحص النفسى يؤكد أيضًا أن الابنة غير سوية . .

- ولكن هل حدث هذا بسبب العلاقة؟ أم أنها مضطربة قبل بدء العلاقة؟

ومعظم هؤلاء الفتيات انطوائيات ويعانين من أعراض عصابية أثناء فترة المفولة مثل التبول الليلى اللاإرادى، وقضم الأظافر والرعب الليلى والخوف بشكل عام والتعثر الدراسى . . وقد تبدو الفتاة على لعكس جريئة واثقة بنفسها . ولديها بعض الميول السيكوباتية كالكذب والسرقة والهروب من المدرسة أو الهروب من البيت . . إلا أنه فى جميع الحالات فإن هؤلاء الفتيات مضطربات نفسياً والذى لا شك فيه أن استمرار العلاقة هو السبب الأساسى فى هتك هذا الاضطراب الذى تصاب به الابنة، وذلك الخلل الذى يصيب شخصيتها . .

وحين تعترض الابنة على بدء العلاقة أو على استمرارها فإنها تتعرض لقسوة أبيها يضربها ويهينها ويحرمها من أشياء كثيرة ويمنعها من الدراسة حتى تذعن له وكذلك يظل مستمراً على تهديدها إن هى أفشت السر . .

ونادراً ما يحدث حمل من جراء هذه العلاقة، إما لصغر سن الفتاة، أو فى الغالب لأن العلاقة لا تكون كاملة أو لحذر الأب حتى

لا يكتشف الأمر . . والغريب فى الأمر أن العلاقة فى أحيان كثيرة لا تكون كاملة، وإنما مجرد عبث خارجى سطحى أو حتى مجرد مداعبات بالأيدى إذ أنه فى أحوال غير قليلة يكون الأب عاجزاً جنسيّاً حيث تقرر الأم ذلك . . وكذلك الابنة إذ كانت ناضجة بالقدر الكافى فإنها تقرر عجز الأب الجنسى . .

وهناك تفسيرات نفسية كثيرة يقدمها التحليل النفسى لحالة الأب ولحالة الأبنة وكذلك لحالة الأم التى تظل وقتًا طويلاً وهى لا تدرى بأمر العلاقة، أو ربما هى تعرف أو ربما هى التى شجعت بسلوكها الغريب على هذه العلاقة . . ولكننا فى هذا الكتاب لن نتعرض لتفسير الظاهرة بواسطة التحليل النفسى، فهذا أمر خارج عن الهدف من الكتاب . .

ولكن الذى نحب أن نؤكد عليه هو أننا أمام أب مريض وابنة مريضة . . أو هى قد مرضت بسبب العلاقة . . وربما نستطيع أن نقول إننا فى بعض الأحيان نكون أمام أم متهاونة بطريق غير مباشر سمحت بحدوث هذه العلاقة . .

ولذا فالعلاج فى مثل هذه الحالات لا يوجه إلى الأب فقط وإنما الأسرة كلها تحتاج لعلاج . .

ماذا ينبغى أن تفعل الأم حين تكتشف هذا الأمر؟

- عليها فى البداية أن تقترب من ابنتها لتعرف منها تفاصيل الأمر . . كيف تخفى الابنة الأمر كليّاً . . وقد تحكى لها كل ما

حدث تفصيلاً . . وقد تخفى عنها بعض الحقيقة . . الابنة فى هذه الحالة ستشعر بالخجل الشديد وتأنيب الضمير . .

إننى أرجو من الأم أن تقدر الموقف الحرج الذى تقفه ابنتها أمامها . . الأم فى هذا الموقف يجب أن يكون هدفها هو أن تحصل على أكبر قدر من التفاصيل لا أن تتبنى موقف المؤنب المعنف المعاقب لابنتها . . نحن الآن أمام موقف مرضى لا يجدى معه العقاب ولا فائدة من التأنيب والعقاب . .

- الخطوة التالية هى أن تذهب إلى أقرب طبيب نفسى . .

إننى أحذر الأم من أن تحكى لأى إنسان قريب أو بعيد . . أن تحكى لأى إنسان . . فهذا معناه بداية الفضيحة وتعقيد الأمور أكثر حيث سيكون من الصعب بعد ذلك إقناع الأب بالحضور للعيادة النفسية . .

- الخطوة التالية هى أن يجلس الطبيب النفسى مع الابنة ولا تحضر الأم هذه المقابلة . . ويجب ألا يعلم الأب بكل ذلك . . الطبيب النفسى سوف يعرف بأساليبه الخاصة حقيقة الأمر وسوف يتعرف على شخصية الابنة وقدر ونوع الاضطراب النفسى الذى تعانيه وسوف يتعرف كذلك على شخصية الأب ومدى إصابته بالمرض . .

- الخطوة التالية وهى أصعب الخطوات هى إحضار الأب للعيادة النفسية . . ويجب ألا يتم الأمر مثلما يستدعى إنسان

للمثول أمام النيابة . . إذا تسرب إلى الأب أننا نقف منه موقف المتهم فسوف يصعب الاتصال به . . نريد أولاً أن نطمئنه أن أحدًا لم يطلع على الأمر وأن الأمر محصور بين الطبيب والأم والابنة، وأننا نرى أن الأمر يحتاج إلى معالجة طبية نفسية فهو ليس فى نظر الطبيب متهمًا أو مجرمًا . .

الأفضل أن تفاتحه الأم . . أو الطبيب النفسى . . هو سيرفض فى البداية . . ولكن لا بد من الصبر ومن الإلحاح، ويجب ألا نتسرع فنلجأ إلى إنسان آخر . . إن ذلك سوف يؤذى مشاعر الأب ويضعه فى وضع حرج جداً . . نريد أن نتفادى عصيان الأب واستفزازه وعدوانيته . .

فى خلال ذلك يجب أن نبعد البنات عن أبيهن . . وخاصة الابنة الضحية . . وأن تتواجد الأم كل وقت مع بناتها، إذا أمكن .

نرسل الابنة عند أسرة من الأقارب . . مع الوقت سيذعن الأب ويحضر إلى العيادة النفسية وخاصة إذا بذل الطبيب بعض الجهد الشخصى وتبنى الأمر إنسانياً . .

- إذا حضر الأب للعيادة النفسية فإننا نكون قد نجحنا فى الإمساك بأول الخيط . . واللقاء الأول صعب، ولذا على الطبيب أن يكتسب ثقة الأب، وأن يشعر الأب أن هناك مشكلة طبية فعلاً، وأن الطبيب النفسى هو الإنسان الوحيد الذى سيساعده على الشفاء وعلى الحفاظ على أسرته . .

- إذا كان الأب سيكوباتيّاً . . أى مضطرب الشخصية، فالأمل فى العلاج ضعيف جداً ولا حل إلا إبعاد بناته عنه . . وكثير من البنات يتزوجن فى وقت مبكر وبعضها زيجات غير مناسبة ومتسرعة لمجرد الهروب من البيت . .

- أما إذا كان الأب يعانى مرضًا من الأمراض المعروفة فى الطب النفسى فإن العلاج سيكون أسهل نسبيّاً والنتائج ستكون أفضل . .

حتى فى حالة عدم وجود مرض ظاهر، فإن الاهتمام بالفحص ومحاولة لغوص فى أعماقه قد يحقق نتائج إيجابية . . المهم ألا يكون سيكوباتيّاً . .

الابنة تحتاج إلى مساندة أيضًا لتخليصها من الجروح النفسية التى أصابتها . . هذه الفتاة قد تعجز عن إقامة علاقة سوية برجل آخر بعد ذلك . يصعب عليها الزواج وإقامة علاقة جنسية سوية بزوجها وفى الغالب تصاب بالبرود الجنسى . .

الأم أيضًا تحتاج للمساندة لاستيعاب الصدمة والصمود وتقبل أن زوجها مريض . . إذن هى علاقة علاجية رباعية الأركان : الأب، الأم، الابنة، الطبيب . . وأحذر مرة أخيرة أن يعرف أى من الأقارب والأصدقاء . .

أما العلاقة بين الأم والابن فهى علاقة مرضية بكل الأبعاد، فإما أن الأم مريضة ولا بد أن يكون المرض فصامًا مزمنًا وإما متخلفة فإما عقليّاً ولا بد فى نفس الوقت أن يكون الابن مريضًا بنفس المرض أو

سكوباتيّاً منحرفًا . . والإدمان يلعب دورًا أساسيّاً فى بعض هذه الحالات . . والممارسة عادة ما تتم تحت تأثير المخدر . .

أما العلاقة بين الأخ والأخت فهى أكثر شيوعًا وعادة ما يكون الأخ قد تعدى مرحلة المراهقة والبلوغ والأخت تكون ما زالت طفلة تجهل الكثير عن هذه الأشياء . . والأخ أيضًا فى مثل هذه الحالات إما أن يكون مريضًا بالفصام أو سيكوباتيّاً . . وإذا استمرت الأخت فى العلاقة . . فهذا يعنى أيضًا أنها مضطربة . . عقليّاً . . والظروف العائلية قد تساعد على حدوث هذه العلاقة بين الأخ والأخت . . كأن يكون الأب متغيبًا عن البيت لأى سبب، أو أن يكون الأب مدمنًا للكحول أو لأى مخدر، وكذلك تكون الأم متغيبة معظم الوقت عن البيت أو تكون هى ذاتها منحرفة . . أى أن الجو المحيط بشكل عام يساعد ويسهل مثل هذا النوع من العلاقات المحرمة بين الأخ والأخت . .

وإذا تم اكتشاف الأمر فالعلاج يقضى بداية الفصل التام بين الأخ والأخت وعرض الأمر على الطبيب لبحث إمكانية العلاج الطبى النفسى إذا كان هناك مرض يعالج . .

وإذا كانت الفتاة تعيش مع خالها أو عمها فقد تتعرض لمثل هذه العلاقات المحرمة . . ومثل هذا الأمر يحتاج أيضًا إلى علاج طبى نفسى، إلا أن معالجة الأمر بشكل عام أيسر حيث يمكن إبعاد الفتاة عن عمها أو خالها . .

وأشكال أخرى من العلاقات مع المحارم قد تنشأ بين الابن وزوجة أبيه وبين الابنة وزوج أمها . .

وفى معظم الحالات يكون هناك خلل واضح فى الأسرة.. خلل فى الشخصيات حيث السيكوباتية والتحلل من أى قيم ومبادئ، واضطراب سلوكى فى كل أوجه الحياة.. أى وجود أشكال أخرى من الانحرافات.. ومثل هذه الحالات لا يجدى معها العلاج حيث لا مرض وإنما اضطراب فى الشخصية لا علاج له..

# الفصل الخامس

## الخوف

- فى السنوات الأخيرة أثار اهتمامى ازدياد الشكوى من الخوف . . الخوف يداهم القلوب بكثرة هذه الأيام . . كثيرون يخافون بلا سبب . . أو لسبب واه مضحك . . البعض يخاف إلى حد الرعب . . أحيانًا يشل الخوف حياة الإنسان . . يسلبها مذاقها ويحرمه من ى متعة . . والخوف يجلب الحزن والأسى والشفقة على النفس . . الخوف يجلب الإحساس بالهوان والضعف . . والخوف مذلة .

الخوف ينسف الثقة بالنفس ويجعل الإنسان حائرًا عاجزًا منطويًا يراقب ذاته المنهارة ويحسد الآخرين على الطمأنينة التى يشعرون بها . .

إنه يشعر أنه قليل وضئيل وهزيل ومحدود، ولا يسع الإنسان إلا أن يكره نفسه وهو الذى يسعى طلبًا للعلاج . . وفى العيادة النفسية تكون المصارحة والمواجهة . . ربما لأول مرة يواجه نفسه . . يقول بصوت مرتفع أنا خائف . . يعرى نفسه بلا حرج لا يخشى نقدًا أو تجريحًا أو مهانة أو احتقارًا أو اعتداء .

وأقصى أنواع الخوف هو الخوف من الناس، أو الخوف من شخص معين . . أو خوف من مجموعة معينة من الناس . . خوف بلا سبب وبلا معنى . .

وبذلك يتحاشى أى موقف يعرضه لمقابلة أو مواجهة الناس . . يسيطر عليه إحساس غريب بأنه سيتعرض لنقدهم أو إهانتهم . بأنه قد يرتكب حماقة تعرضه للسخرية أو سيرتكب خطأ يعرضه للاستهزاء . . أو قد يتصور أنه سيتعرض للاعتداء . . ويحمل هم الدنيا كله فى قلبه إذا كان عليه مقابلة الناس أو إذا كان مضطراً إليها . . عذاب يتلوى به وهو ذاهب لمقابلة أحد أو حضور مناسبة وكأنه يساق للموت وينتهز أى فرصة للهرب ويشعر بالارتياح العميق إذا استطاع أن يتفادى المواجهة واللقاء . . ولكن هذا يمثل مشكلة مستمرة لصاحبنا ويكون غير راضٍ عن نفسه . . يشعر بالألم لخوفه وهروبه وخاصة أنه خوف بلا مبرر وبلا معنى . . خوف بلا سبب . . ولكنه خوف يرعبه ويهزه من الداخل . . خوف يسيطر عليه سيطرة تامة . .

هذا قد يعوق تقدمه فى عمله، إذ عليه أن يعطى تقريراً عن عمله لزملائه أو رؤسائه أو مرؤوسيه كل أسبوع ولكنه يجد صعوبة بالغة فى ذلك وحين يحاول يكون غير مقنع وغير مؤثر . .

أسوأ يوم لديه هو صباح السبت حيث الاجتماع الأسبوعى وحيث مطلوب منه أن يتكلم . . وأسوأ ليلة ينام فيها هى تلك الليلة التى تسبق ذلك الاجتماع . . ويعتذر عن مناسبات أو لقاءات أو سفريات ويرسل الرجل الثانى فى العمل أو يرسل زميله بدلاً عنه حتى لا يضطر لمواجهة الناس .

المشكلة قد تبدأ فى الطفولة وتزداد تدريجياً حتى مرحلة المراهقة حيث تتفاقم وتصبح مصدر تعاسة حقيقية له وتصبح معوقة له فى حياته. فالخوف له مظاهره كارتعاش أطرافه، ولذا لا يستطيع الكتابة فى وجود الآخرين.

وقد يتلعثم إذا بدأ فى الكلام وتطير الأفكار من رأسه ويزداد نبض وعنف قلبه ويفرز عرقه فى كل أجزاء الجسم.. هذا بالإضافة إلى الرهبة التى يشعرها بداخله.

وقد تزداد الصعوبة فى مواجهة الجنس الآخر فيجد مشقة بالغة فى التحدث مع فتاة فينعقد لسانه تمامًا أو يقول كلامًا بلا معنى. والصعوبة تشتد فى وجود أكثر من فتاة أو فى مجموعة بها خليط من الشبان والفتيات.. ولذا فهو منذ البداية بلا شلة.. بلا مجموعة من الأصدقاء لا يشارك فى أى نشاط.. لا يذهب إلى أى رحلة.. لا يشارك فى أى مناسبة.

هذا الإنسان قد يلجأ إلى الكحول أو إلى استخدام المهدئات بدون استشارة الطبيب لتقلل من حدة روعه وخوفه، أو لكى يستعد لمواجهة موقف معين.. وهذا خطأ كبير لأن هناك أسلوبًا طبياً علاجياً معروفًا لهذه الحالات ولا داعى لأن يزج صاحب المشكلة بنفسه فى طريق قد يقوده إلى الإدمان أو التعود على مواد يصعب التخلص منها وقد يكون لها آثارها الضارة على جسده.

وهذا النوع من الخوف يجعل الإنسان يتنازل عن حقوق كثيرة له ولا يستطيع أيضًا أن يدافع عن نفسه كما لا يستطيع أن يواجه

الآخرين بأخطائهم وبغيهم وتعديهم، وبذلك يتضاعف إحساسه بالأسى وبالظلم وبضياع حقوقه وبالضعف.

والخوف قد لا يكون من الناس ولكن من الوحدة..

يخاف حين يكون وحيداً.. لا يشعر بالاطمئنان إلا فى وجود الآخرين.. يخاف من الأماكن العامة.. يخاف من الأماكن المتسعة.. يخاف من الشارع.. لا يمكن أن يسير وحيداً.. لا يمكن أن يذهب إلى مكان ما بمفرده..

وإذا اضطر لذلك انتابه الخوف الذى قد يصل إلى حد الذعر والعرق والارتعاش. وضربات القلب العنيفة والإحساس باللا اطمئنان والإحساس بأنه على وشك أن يفقد وعيه أو قد يداهمه شعور بأنه على وشك الموت.. وكيف يهرب إذن من هذا المكان ؟! كيف ينجو بنفسه؟!

هذا هو لب أو صميم مشكلته.. شعوره بأنه إذا تعرض لشىء فإنه لن يستطيع الهرب من هذا المكان..

نفس الشعور يداهم من يخاف من الأماكن الضيقة أو الأماكن المزدحمة أو الأماكن المغلقة، كالمصعد والسيارة.. إنه يخشى حين ينتابه الخوف ألا يستطيع أن يفلت من هذا المكان.. ولذا فإن الذى يخاف من مثل هذه الأماكن يشعر بالارتياح إذا اطمأن أنه وقت اللزوم يستطيع الهروب.. أى يستطيع أن يغادر المكان أو يغادر السيارة يزداد طمأنينة إذا كان أحد من أفراد عائلته بصحبته. بعض

الناس لا يستطيعون مغادرة بيوتهم إلا إذا كانوا بصحبة أحد يعرفونه ويثقون به . . وبذلك قد يجد الشخص صعوبة بالغة فى الوصول إلى مكان عمله . .

وإذا اضطر مثلاً لأن يمشى بضع خطوات بمفرده تهاجمه كل أنواع القلق الحاد . . ويشعر بنفس الأعراض إذا استقل مثلاً سيارة عامة .

- وهنا قد تتصاعد مشاعر الخوف التى قد تصل إلى حد الذعر ولا يهدأ إلا إذا وقفت به السيارة وتركها . . هذا الإنسان يكون دائم الحزن والقلق والضيق والتبرم ولا يرضى عن حياته ويواجه صعوبات عائلية كثيرة وكذلك صعوبات فى عمله وخاصة إذا لم يفهموا ماذا يعانى وكيف يعانى . . وهنا يأتى الشق الاجتماعى المهم لهذا المرض . . إنه مرض له ارتباط بالناس المحيطة . . الأسرة . . والعمل . . الزوجة سوف تغضب لأن زوجها لا يصطحبها للخارج وكذلك الأولاد . . أو قد تضجر لاضطرارها لمصاحبته لعمله كل يوم . . ورب العمل قد لا يقدر كيف يعانى حتى يصل إلى مكان عمله ويضغطون عليه وقد يضطرونه للقيام بأعمال تقتضى انتقاله من مكان إلى آخر .

وبذلك تتضاعف معاناة صاحبنا لأن أحدًا لا يقدر ولا يفهم حقيقة مرضه . . وقد لا يصدق أحد أن هناك مرضًا . . وهذه هى أعراضه .

والخوف الذى قد يسبب أيضًا إزعاجًا شديدًا لصاحبه وللمحيطين به هو الخوف من المرض . .

وبعض الناس لديهم قليل من الوسوسة المرضية إذا تعرضوا لمصادر عدوى أو إذا سمعوا عن مرض خطير ولكن سرعان ما يتغلبون على وساوسهم ولكن صاحبنا دائم الخوف على نفسه .

دائم القلق خوفًا من أن يصاب بالمرض . . أى عرض يشعر به يتصور أنه بداية أو مقدمة لمرض خطير . . أى ألم فى صدره معناه ذبحة صدرية وأزمة قلبية . . أى ألم فى رأسه معناه ورم فى المخ . . أى تنميل فى أصابعه معناه أن الشلل وشيك الوقوع .

وحين يقلق تتضاعف الأعراض العضوية التى يشعر بها فيزداد وهمه وإحساسه بأنه قد يتعرض للخطر فعلاً .

- الأهل والأصحاب يضجون من كثرة شكواه ومخاوفه . . ولكن هذا الإنسان يتألم فعلاً ويعذبه خوفه . . يحتاج إلى من يطمئنه فى كل لحظة . .

والخوف قد يكون من أشياء بسيطة محددة . . ولكنه خوف أيضًا بلا معنى . . خوف بلا مبرر . خوف مبالغ فيه . . خوف لا يشاركه فيه الناس . . مثل الخوف من الحيوانات والحشرات التى لا تضر الإنسان ولا يخاف منها إنسان آخر . .

قد يشعر إنسان بعدم الارتياح فى وجود قطة أو كلب بجواره ولكن صاحبنا يصاب بالذعر والهلع والصراخ والقلق الحاد إذا

مرت بجواره قطة . . وهو على استعداد لأن يقطع طريقًا طويلاً ملتويًا ليتفادى المرور بمكان يقف فيه كلب . . هذا النوع من الخوف يضايق لأنه خوف بلا مبرر وأيضًا يسبب له حرجًا اجتماعيًا . .

- وقد لا يكون هناك مصدر لأى خوف ولكن تنتاب الإنسان حالات من الرعب أو قد نسميها قلقًا حادًا . .

هذه الحالات قد تنتابه وهو يجلس وحيدًا أو مع الناس أو وهو يشاهد التلفزيون أو وهو مسترخ على شاطئ البحر . . أى فى أى مكان . . وفى أى وقت . . ودون أى سبب خارجى . . خوف شديد يصل إلى حد الرعب ويصاحب ذلك أعراض مختلفة، منها :

- ضيق فى التنفس .
- الإحساس بضربات القلب .
- آلام فى الصدر .
- صعوبة فى البلع وكأن شيئًا يسد بلعومه .
- دوخة . . دوار . . عدم اتزان أثناء المشى .
- الإحساس بالاندهاش والاستغراب لكل شىء حوله وكأنه يحلم أو كأنه منفصل عن الواقع .
- سخونة أو برودة فى كل جسده .
- عرق غزير .

- إغماء .

- ارتعاش فى كل الأطراف .

- الخوف من الموت أو أنه على وشك أن يفقد عقله أو أنه سيقدم على فعل شىء ولا يستطيع التحكم فيه .

هذه الحالات قد تستمر دقائق أو ساعات وقد تعاوده من وقت لآخر . . وقد تظل ملازمة له شهوراً . . وهو أمر مضن ومرهق، يفسد حياته وأوقاته ويزعج من حوله، الذين يجدون أنفسهم فى حيرة من أمرهم .

كيف يساعدونه؟ كيف يطمئنون؟

هم أيضًا يشعرون بالعجز إذ لا شىء يفلح فى التخفيف من وطأة الحالة أو إزالتها . .

مريض الخوف يحتاج إلى من يصدقه . . يحتاج إلى من يقدر أنه فعلاً عاجز عن التحكم فى مخاوفه . . مريض الخوف هو ذاته يحاول أن يسيطر على مخاوفه . . هو ذاته يعرف أن مخاوفه لا أساس لها ولكنه لا يستطيع أن يكف عن الخوف الذى يصل إلى حد الرعب أحيانًا . .

إنه يحتاج إلى من يطمئنه ويهدئه بلا كلل . . يحتاج إلى من يسانده فى رحلة العلاج . . الوجه المطمئن يبعث على الطمأنينة . . والوجه الباسم يشيع التفاؤل والثقة . . ووسائل العلاج كثيرة ومتعددة . . منها العلاج النفسى والعلاج السلوكى . . والعقاقير

تلعب دوراً كبيراً وأساسيّاً فى علاج المخاوف . . والعقاقير المهدئة لا تسبب إدمانًا . . والطبيب يصفها لوقت محدد ثم يسحبها تدريجيّاً . . التوقف المفاجئ عن العقاقير يتسبب فى حالة من القلق الحاد والخوف والرعب يشعر بها المريض . . وقد يظن المريض حينئذ أنه أصبح مدمنًا لا يستطيع الاستغناء عن المهدئات . . ولكن الحقيقة أن لا إدمان مع المهدئات ولكن لا يمكن التوقف عنها بشكل مفاجئ ومضادات الاكتئاب علاج ناجح جداً فى علاج المخاوف . . والطبيب هو الذى يحدد نوع العقار والجرعة ومدة الاستعمال وطريقة السحب .

ولكن لا بد من مساهمة الأهل وصبرهم وعدم ضغطهم على المريض . . ومن منا لا يخاف؟! ومن منا لا يشعر بالقلق أحيانًا وبدون سبب؟! من منا لا تهاجمه الوساوس بشأن صحته أو بشأن أشياء تافهة؟! من منا لا تطارده أحيانًا الأفكار السوداء التشاؤمية حتى تستهلك جزءاً من وقته وأعصابه؟ ولكن الخوف الذى يشعره كل إنسان قد ينقلب إلى مرض . . مرض يسبب عذابًا ويحتاج إلى علاج ومساندة إنسانية .

❁❁❁

# الفصل السادس

## ضغوط الحياة

- يتعرض الإنسان فى مشوار حياته لسلسلة من الضغوط . . والضغوط هى مشاكل أو صعوبات يواجهها الإنسان وتعترض طريقه، وتعوقه فترة عن الاستمرار، وتتطلب منه أن يحاول حلها وإزالتها من طريقه مثلما يفاجأ قائد السيارة أثناء سيرها بحجر ضخم يسد الطريق أمامه فيتوقف . . وإذا أراد الاستمرار فى السير فعليه أن يتحرك لرفع هذا العائق الذى اعترض طريقه . . قد يفلح بسهولة فى تنحيته، وقد يحتاج إلى جهد ووقت وعرق يعرضه للإجهاد حتى يفلح، وقد يفشل تمامًا لضعف قدراته وبالتالى عدم استطاعته حل المشكلة .

والمشاكل أو الصعاب قد تظهر فجأة، وقد تكون لها مقدمات وعلامات إنذار يتهيأ لها الإنسان . . قد تكون بسيطة أو معقدة . . قد تأتى متفرقة وقد تتعدد فى آن واحد . . قد تأتى متباعدة وقد تتلاحق فوق رأس الإنسان . . وكلها تصيب رأس الإنسان فتسبب صداعًا أو قد تسبب إغماء .

وعقل الإنسان وجسده يتكيفان حسب حجم المشكلة وقدر ما تسببه من ضغط . . والتكيف هو التهيؤ أو الاستعداد الصحيح لمواجهة المشكلة وإزالة الصعوبة .

فالمشكلة تخلق موقفًا جديدًا أو واقعًا طارئًا غير مألوف وهذا يستلزم استعدادًا خاصاً . . يستلزم استدعاء الاحتياطى من الطاقة والإمكانيات لإعادة التكيف . . فالضغط بسبب اهتزاز وعدم اتزان «ولخبطة» وعلى الإنسان أن يعيد الاتزان والتوازن لنفسه مرة أخرى . . ولدينا تشبيه بسيط : إذا دفعك إنسان ما فجأة وبقوة فإنه يفقدك توازنك وقد تقع على الأرض، ولكن فى أثناء وقوعك فإن ذراعيك وجزعك وربما كل جسمك يقوم بحركات معينة قد تستند أثناءها على حائط قريب أو تمسك بشىء أو بشخص بجانبك لكى تعيد التوازن وتحمى نفسك من الوقوع . . ولكن قد تكون الدفعة قوية ومباغته فيقع الإنسان على الأرض ويتعرض لشتى المضاعفات من كسور وجروح تستمر آثارها وقتًا .

الضغوط تفقدنا التوازن وتدفع بنا نحو الأرض لنقع . . ويختلف الناس فى قدر تحملهم ومقدرتهم على إعادة التكيف والتوازن . إذن الأمر ليس مرهونًا فقط بمقدار الضغط ومدى مفاجأته، ولكنه مرتبط أيضًا بقدرات الإنسان وخبراته السابقة ودرجة نضجه ووعيه ورصيده .

وبعض الناس يمرضون نفسيّاً حين يتعرضون لضغوط شديدة . . والبعض يمرض جسدياً . . ويسمى هذا المرض بمرض التكيف . وهو عبارة عن رد الفعل غير السوى للإجهاد الذى تعرض له الإنسان من جراء ضغط هائل لم يقو على تحمله واستلزم منه جهدًا فوق طاقته وفوق إمكانياته لإعادة التكيف وإعادة التوازن . . وتستمر الحالة المرضية ثلاثة أشهر على الأقل .

وهذا المرض يسبب تدهوراً أو حتى توقفًا فى حياة الإنسان . . إنه يؤثر بشدة على حياته الاجتماعية وعلى عمله . . إن أى ضغط يؤدى إلى تأثير مشابه أى يؤثر على حياة الإنسان الشخصية والعملية ولكن ليس إلى هذه الدرجة . . ليس إلى حد المرض . . أى حين نقول مرضًا فإن هذا يعنى تدهوراً شديداً أو توقفًا . . هذا هو الفرق بين رد الفعل الطبيعى لضغوط الحياة ورد الفعل المرضى . . كلنا نتعرض لضغوط طوال اليوم ولكننا نتعامل معها فى حينها وتأثيرها علينا يزول فوراً بزوال الضغط الواقع . . ولكن هناك ضغوطًا هائلة . . ضغوطًا يصعب التعامل معها وإزالتها فى حينها . . ضغوطًا تسبب مرضًا أى تسبب إعاقة . . أى تسبب ألمًا ومعاناة . . والألم يأخذ أشكالاً متعددة . . نفسية أو جسدية أو نفسية وجسدية معًا . . ويظل الإنسان يعانى ما دام الضغط موجوداً أو حتى يزول . . أو حتى يعتاد الإنسان . . أى يعيد التكيف بناء على الواقع الجديد، وهذا ما يسمى بإعادة التكيف .

والضغوط قد يكون مصدرها العمل . . أو البيت أو الأهل أو الجيران أو الصحاب . . وبالنسبة للرجل فإن ضغوط العمل هى الأكثر والأعظم . . أى الأعظم تأثيراً وخطراً . . وضغوط العمل الذى يسبب مرضًا لا تكون بسبب كثرة العمل أو خطورته، فالإرهاق البدنى أو الذهنى الذى يتعرض له الإنسان بسبب نوعية معينة من العمل لا يسبب مرضًا . . بل إن إرهاق العمل قد يصبح إدمانًا عند بعض الناس ويمرضون إذا استراحوا فى إجازة . . وإنما

المرض الذى يأتى من ضغوط فى العمل يكون فى الغالب بسبب اضطراب العلاقات الإنسانية بين الزملاء أو بين الرئيس والمرءوسين، كما يحدث للتنافس غير الشريف أو الظلم والغبن أو عدم التقدير أو الخداع . . أو الخسارة المادية الجسيمة أو فشل فى الأداء أو الإنجاز . . أى عدم التوفيق فى بلوغ هدف معين .

ومشاكل الحياة الزوجية تؤثر على المرأة أكثر، ولكنها تؤثر على الرجل أحيانًا بدرجة أكبر . . وليس مقصودًا بمشاكل الحياة الزوجية تلك المشاجرات والمشاحنات التى تحدث من حين لآخر، ولكن مقصود بها تلك الضربات القاسية . . الخيانة مثلاً أو العنف وعدم الثقة والكراهية وفشل الأبناء أو انحرافهم أو أى مشكلة قد تؤدى إلى الطلاق . . والطلاق فى حد ذاته يمثل ضغطًا هائلاً يسبب مرضًا ويستلزم إعادة تكيف حتى بالنسبة للطرف الذى يسعى للحصول عليه . .

والضغوط أو الكوارث قد تكون جماعية . . أى تأثيرها جماعى، الفيضانات والزلازل . . وقد تؤثر على مجموعة معينة حين تتعرض للاضطهاد أو ضغط اجتماعى أواقتصادى أو سياسى من مجموعة أو من مجموعات أخرى مضادة . . الكارثة أو الضغط هنا يصيب الجماعة كلها وقد يكون التأثير الفردى بسيطًا، ولكن توحد الفرد مع الجماعة يجعل التأثير عليه كبيرًا .

وهناك ضغوط مرتبطة بمراحل معينة من العمر . . فالخلافات الزوجية الحادة والمشاجرات والعداء السافر بين الوالدين يكون له

تأثير ضغط على الطفل . . ثم يأتى بعد ذلك غياب الأم والأب لأى سبب . ثم يأتى أول يوم فى المدرسة فى حياة الطفل، وقد تكون المدرسة بعد ذلك عبئًا نفسيّاً مؤلمًا بالنسبة للطفل لما يتعرض له من ضغوط لتعثره الدراسى أو تعرضه لمضايقات من زملائه أو سوء معاملة مدرسة الفصل . . إن كثيراً من متاعب أطفالنا سببها المدرسة وكثيراً من الأعراض النفسية والجسدية التى يعانى منها الأطفال يكون سببها ضغوطًا حادة وطارئة أو ضغوطًا مستمرة من المدرسة .

ثم تأتى فترة البلوغ والمراهقة وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية ومظاهر جنسية وخاصة بالنسبة للبنات والتى تشكل وقتها ضغطًا نفسيّاً عليها يجعلها مكتئبة وقلقة ومتردة وقد تنتابها أعراض الوسواس . .

وحين يترك الشاب بيت والديه أو حين يتزوج، كذلك بالنسبة للفتاة فإن الأمر قد يمثل ضغطًا يسبب عدم اتزان ويستغرق وقتًا وجهداً لإعادة التكيف .

ميلاد طفل . . رغم انتظاره وتوقعه فإن الأم والأب قد يتعارضان لضغط نفسى يسبب لهما بعض الأعراض . . وتزيد الأعراض إذا كان الطفل غير مرغوب فيه وخاصة إذا كان سيسبب عبئًا اقتصاديّاً أو مكانيّاً .

أما الإحالة للمعاش فهى مشكلة المشاكل ولا ينجو من تأثيره الضاغط أحد . .

ويبدأ الضغط قبل الإحالة للمعاش بشهور، ويعانى الرجل إما من الضعف الجنسى على غير سابق عهده وإما من آلام فى الصدر وعصبية زائدة وانفعالات حادة ثائرة ودوخة وغثيان وطنين فى الأذن وفقدان شهية وآلام فى المعدة وحزن بلا سبب يشبه الأسى.

- إذن الضغوط ومشكلات التكيف لا ينجو منها أحد ولا ينجو منها سن.. فهى تصيب الطفل وهو على أعتاب المدرسة، وتصيب الرجل الكبير وهو يغادر أعتاب الوظيفة.. تصيب الفتاة وهى تحيض لأول مرة، وتصيب المرأة وهى تودع آخر حيض مضطرب لها.. تصيب الإنسان حين يتزوج وحين يطلق.. تصيب الإنسان حين ينعم الله عليه بالإنجاب وتصيبه إذا حرم منه.

والمعاناة الناشئة عن اضطرابات التكيف كثيرة: منها الاكتئاب والقلق واضطراب السلوك واضطراب الأداء فى العمل أو الدراسة ومنها أيضًا الانسحاب من الحياة.

ومن أبرز الأعراض وأكثرها شيوعًا الشعور بالكآبة والحزن، والإحساس بالعجز واليأس، والرغبة فى البكاء والدموع التى تملأ العيون وتفيض منها.

إنها حالة تشبه مرض الاكتئاب تمامًا، إلا أن مرض الاكتئاب يكون لأسباب كيميائية داخلية، أما الاكتئاب المصاحب لاضطرابات التكيف فيكون بسبب ضغط هائل وإجهاد تعرض له الإنسان.

- والأعراض قد تأتى فى صورة قلق، وأهم مظاهره: العصبية الشديدة والانفعالات الحادة وعدم تحمل أقل قدرة من الإثارة، يصاحب ذلك شعور بالخوف والتوقع السيئ والأرق وعدم القدرة على الاستقرار فى مكان واحد. والأعراض قد تكون مزيجًا من القلق والاكتئاب.. أى معاناة أكثر ألمًا وأكثر مرارة يصاحبه ضيق شديد بالحياة..

ولكن.. أمر مفهوم أن يكتئب الإنسان ويقلق كاستجابة للضغوط ولكن أن يضطرب سلوكه فهذا أمر قد يبدو محيراً.. فيهرب أو يسرق أو يخرب أو يتشاجر أو يتعدى بعنف على الآخرين لأسباب واهية أو يقود سيارته برعونة تعرضه وتعرض الآخرين للخطر.. إن السلوك بصفة عامة يصبح عدوانياً قاسيًا لا مباليًا مستهتراً يؤذى مشاعر الآخرين ويتعدى على حقوقهم باستفزاز وكأنه يدعوهم للاعتداء عليه والانتقام منه.

- وقد يعانى إنسان من كل هذه الاضطرابات مجتمعة.. فيصيبه الاكتئاب والقلق واضطراب السلوك.. والسؤال: أى قدر إذن من عدم الاتزان يصيب هذا الإنسان؟ أى ضغط تعرض له حتى يصاب بكل هذه الاضطرابات مجتمعة؟

- والاضطراب قد يلحق عمل الإنسان فينخفض أداؤه ويقل تركيزه وتهتز قراراته بل قد لا يستطيع اتخاذ قرار بسبب تردده وغالبًا ما يتخذ القرار الخاطئ ويتضاعف بذلك إحساسه بالفشل

وعدم المقدرة، وقد يتوقف نهائيّاً عن العمل. . تمامًا مثل المكتئب بالرغم من عدم وجود أعراض اكتئاب. . فقط هو لا يستطيع أن يعمل ولا يريد أن يعمل. . ونفس الحالة تصيب الطالب فيختل نشاطه الأكاديمى فيجد صعوبة شديدة فى الاستذكار أو يفقد رغبته فى الاستذكار وتصبح مشكلة بالنسبة للأهل أن ابنهم توقف فجأة أو تدريجيّاً عن الاستذكار بالدراسة. . وعادة ما يصاحب ذلك أيضًا أعراض القلق والاكتئاب.

- وثمة عرض غريب يصيب الإنسان إذا تعرض لضغط أدى إلى إجهاد وهو الانسحاب. . الانسحاب الاجتماعى. . الابتعاد عن الناس. . وأيضًا لا توجد أعراض اكتئاب، ولكن الإنسان يفقد الرغبة تمامًا فى الحياة الاجتماعية، لا يطيق الجلوس مع أحد أو التحاور معه. . يفقد اهتماماته العامة التى كان يشاركه فيها الأهل والأصدقاء والزملاء. . الجهاز الاجتماعى لدى هذا الإنسان يتعطل أو تموت لديه تلك الغريزة التى يولد بها الإنسان وتدفعه عن رغبة محببة إلى أن يعيش مع الناس. . إنه كمن يحمى نفسه من ضربات مستقبلة، وكأن الضربات لا تأتى إلا عن طريق الناس. . وكأن الناس هم سبب مشاكله ومعاناته.

والجسد قد يتفاعل مع الضغوط فيصيبه الاضطراب المؤقت أو الدائم. . يعانى الإنسان من أعراض مختلفة قد تستمر شهوراً دون أن نعرف لها سببًا كالقئ والغثيان والدوخة وطنين الأذن وآلام البطن أو الظهر والصداع إلى آخر قائمة طويلة من الأعراض. .

وبالسؤال الدقيق نرى أن هذا الإنسان تعرض قبل بدء هذه الأعراض إلى ضغط هائل أخل بتوازنه واستلزم منه جهداً وسبب له إجهاداً لإعادة التكيف .

وقد يصاب الإنسان بأزمة صحية حادة، كالذبحة الصدرية أو جلطة فى أحد شرايين القلب أو المخ أو يصاب بشكل مفاجئ بمرض السكر أو تسمم الغدة الدرقية أو ارتفاع ضغط الدم أو انقطاع الطمث . . وبالسؤال الدقيق نجد أن هذا الإنسان تعرض فى الشهور السابقة على بدء الأزمة الصحية الجسدية لحدث هام أو موجع فى حياته أخل بتوازنه . . حدث ضاغط إلى حد الإجهاد لم تتحمله نفسه وأيضًا لم يتحمله جسده . . وهناك قائمة طويلة بأحداث الحياة . وأولويات هذه القائمة تختلف من مجتمع لمجتمع أو من بيئة لبيئة أو من ثقافة لثقافة . . والمقصود بأولويات القائمة أى الأحداث التى تقع على قمة القائمة، وتلك هى الأحداث الجسيمة أو الخطيرة، إذ يتم ترتيب الأحداث حسب الأهمية متدرجين من الأهم فالأقل أهمية . .

والطبيب العضوى الفاهم يسأل مريضه عن تعرضه لحدث ما فى الفترة التى سبقت المرض بحوالى ستة أشهر : هل مات لديك عزيز أم تعرضت لمشكلة فى العمل أم أصاب حياتك الزوجية تصدع ما؟ إلى آخر قائمة من الأحداث تزيد عن المائة . .

الطبيب العضوى الواعى هو الذى يهتم بصحة مريضه النفيسة والعضوية معًا . . هو الذى يهتم بمريضه كوحدة واحدة . .

كإنسان . . لا يمكن فصل النفس عن الجسد . . لا يمكن فصل الواقع النفسى والحياة الوجدانية الذهنية للإنسان عن التفاعلات التى تتم داخل خلايا أعضاء جسمه . . المعدة تتأثر بالحزن . . والقلب يتأثر بالقلق . . والشرايين تضيق وتزداد سرعة التجلط نتيجة للضغوط .

- الضغوط ترهق النفس . . والنفس حين تنوء بحملها يشاركها الجسد آلامها .

- كيف ينجو الإنسان من هذه الضغوط أو كيف يخفف من وطأتها حتى لا تؤثر تأثيراً مرضياً؟ هل يستطيع الإنسان بجهد إرادى وتوجيه ذاتى أن يتعامل مع الضغوط بشكل صحى أو بشكل واقعى وعملى، وأن يستفيد من خبراته السابقة وأن يستغل ذكاءه فى التخفيف من وقع الخبطات والضربات فتفقد تأثيرها المميت أو الجارح؟

والتشبيه المطابق هنا أن يكون لديه فى داخله ذلك الجهاز الذى يمتص الصدمات ويشتت قوتها فتفقد تأثيرها .

هذا الجهاز -أقصد جهاز امتصاص الصدمات - يتخلق داخل الإنسان تدريجياً وتزداد فاعليته مع الوقت . . والخبرات السابقة هى التى تسهم فى ازدياد فاعلية هذا الجهاز، ولكن يستطيع الإنسان بجهد إيجابى أن يقوى جهاز امتصاص الصدمات لديه . .

والإيمان بالله والاستعانة بالله والاعتماد على الله يزيد من كفاءة جهاز امتصاص الصدمات . . لأن الإيمان العميق بالله يؤدى

إلى الفهم العميق لمعنى الصبر وأهميته فى حياتنا . . الصبر على المكاره وعدم الانكسار أمامها . . والصبر ليس استسلامًا فهذا هو الفهم القاصر لمعنى الصبر . . الصبر معناه تلقى الصدمة وعدم الانهيار أمامها لأن الانهيار هو قمة الفشل . . ولكن مع تلقى الصدمة بثبات يبدأ الإنسان فى محاولة السيطرة عليها واحتوائها ومعالجتها وذلك من رصيده فى العلم والخبرة . . أى التسلح بالقوة- وخاصة قوة العقل- هو استكمال لمفهوم ومعنى الصبر .

ويحتاج الإنسان فى مثل هذه الظروف لمساندة إنسان آخر . . وهذا هو المعنى البليغ للتعاون والتآخى والمحبة . . إن تعاطف وحب ومساندة ومساعدة الآخرين تقوى من جهاز امتصاص الصدمات . . هذا الحب يزيد من قوة الإنسان على تحمل المكاره ويقلل من تأثيرها المرضى . .

والذين يمرضون حقّاً بفعل الضغوط يفتقدون الحب فى حياتهم . . يفتقدون مساندة وفهم إنسان آخر . . لا يجدون من هو على استعداد للتضحية من أجلهم وقت الملمات . . فالرجل الذى يتمتع بالاستقرار والحنان العائلى من خلال حب زوجته وأبنائه له يكون تأثير مشاكل العمل عليه ضعيفًا ويكون أقدر على احتواء الضغط ومعالجته . وعمومًا فالضغوط حين تأتى من جهات متعددة حتى وإن كانت ضغوطًا بسيطة فإنها تشتت الإنسان وتجعله زائغًا تائهًا لا يدرى من أين يبدأ وإلى أين يتجه .

الإيمـان بالله . . الصبـر . . العلم . . رصيـد الخبـرات، ثم حب الإنسـان للإنسـان . . كل ذلك يشكل أقوى جـهـاز لامـتـصـاص الصدمات وتخفيف تأثير الضغوط وحماية الإنسان من الإجهاد ومتاعب النفس والجسد .

# الفصل السابع

## من أنت..؟

## من أنا..؟

## من هو..؟

هذا الكتاب هدفه أن يوضح لك حقائق كثيرة عن نفسك وعن الآخرين، ليس فى حالة الصحة فقط، ولكن فى حالة المرض وأثناء المعاناة وفى مواجهة المواقف الصعبة.. إنه كتاب يعينك أثناء الأزمات.. وإذا واجهتك مشكلة مع إنسان ما، فأعد قراءة هذا الفصل بالذات.. إنه يتحدث عنك وعن الآخرين.. يتحدث عن الإنسان الذى يسبب لنا متاعب وقلقًا ومعاناة فى حياتنا.. أحيانًا الشقاء فى حياتنا يكون بسبب إنسان آخر.. إنسان نحار كيف نتعامل معه.. إنسان يصدر لنا الشر وينفث فى حياتنا السم.. يرهقنا ويؤذى مشاعرنا ويسلب طاقتنا وتصبح الحياة معه صعبة.. هذا الإنسان قد يكون جارك أو زميلك فى العمل أو أى إنسان فى الشارع.. قد تكون زوجتك.. أو شقيقتك.. أو ابنك أو ابنتك.. أو أعز أصدقائك.. هو حقيقة أعز أصدقائك أى صديق العمر.. ولكن فى مواقف معينة يتبدى منه سلوك غريب تحار فيه أو يسبب لك ألمًا.. أو بعد عشرة العمر تجد نفسك أمام إنسان آخر وكأنك تعرفه لأول مرة.. لقد تبدل تمامًا وظهرت صفات تفاجئك لم تكن تعرفها عنه من قبل.. تراه الآن أنانيّاً انتهازيّاً عدوانيّاً ليس به لمحة خير.. فتقول لنفسك بحسرة حينئذ:

لقد أضعت عمرى هباءً مع هذا الإنسان المزيف . . من أنت؟ من هو؟ بل حاول أن تسأل نفسك وتجيب : من أنا؟ من الإنسان؟ . . لماذا نحب إنسانًا ولماذا نكره إنسانًا آخر؟ لماذا نستريح مع إنسان ونأنس إليه ونضجر من إنسان آخر؟ لماذا نثق بإنسان ونطمئن إليه ولماذا تساورنا الشكوك إزاء إنسان آخر؟ لماذا نقترب من إنسان ونصادقه؟ ولماذا ننفر من إنسان آخر بعد أول لقاء؟

هل هناك أرواح تتآلف مع بعضها البعض وأخرى تتنافر؟

وهل يحدث فعلاً فى منتصف رحلة العمر أن نغير رأينا فى صديق أو فى إنسان نعرفه عن قرب؟ هل يتغير الإنسان؟ هل ينقلب حاله وتبرز له صفات جديدة أو تنكشف صفات لم نكن نعرفها عنه رغم قربه منا؟ أم إننا لم نكن نعرفه حقّاً أو أنه كان بارعًا فى إخفاء صفاته الحقيقية وإظهار صفات مزيفة لكى يحقق بها أغراضًا ومآرب؟

- مفتاح الإجابة عن كل هذه التساؤلات هو أن نفهم معنى كلمة شخصية . .

والشخصية هى ملامحك النفسية . . هى فكرك وعواطفك، وميولك واهتماماتك وفلسفتك فى الحياة، ونوازعك وأسلوب حياتك وعقائدك وكل ما يصدر عنك من سلوك فى مواقف حياتك العادية وفى المواقف الخاصة، وهى التى تحدد فى النهاية شكل علاقتك بالحياة . . شكل علاقتك بالناس . .

فإذا كانت علاقتك بإنسان آخر تتحدد من خلال رؤيتك ومفهومك عن هذا الإنسان فإن هذه الرؤية وذلك المفهوم ينبثقان من داخلك أنت . . من شخصيتك . . فمن خلال شخصيتك أنت تشكل الناس . . تراهم بطريقة معينة . . وبالتالى تحدد موقفك منهم . . والإنسان الآخر يفعل نفس الشيء معك . . إن شخصيته تملى عليه طريقة معينة يراك بها وكأنه لا يراك بعينه وإنما يراك بخصائص شخصيته هو . وهذا يجعله يتبنى مواقف ربما لا علاقة لها بالواقع الفعلى ولكنها مرتبطة ارتباطًا وثيقًا ببروجرام من تأليف وتوليف باطنه . .

ولهذا فجهاز الكومبيوتر قد يعجز عن تحليل مواقف معينة ناشئة من علاقة إنسان بإنسان . . يعجز عن تحليل سلوك معين أو رد فعل معين . . يعجز عن تحليل التفاعل الذى يتم بين إنسان وإنسان فى موقف ما . . فلا يوجد بروجرام ثابت عن العلاقات البشرية نستطيع أن نضعه فى جهاز الكومبيوتر لنحلل على ضوئه التفاعلات والعلاقات المختلفة . . فأنت نموذج غير متكرر . . وأنا نموذج غير متكرر . . والآخر نموذج غير متكرر . . ليس هذا فقط ، فرؤية كل منا للآخر لا تقوم على أسس ثابتة وقواعد معروفة ومقاييس عامة . . رؤية كل منا للآخر تنبع من الداخل . . من الباطن . . من الذات أو من الشخصية . .

والشخصية مجموعة من السمات . . والسمة هى الصفة الثابتة المستمرة والتى تشكل جزءًا من إدراكنا . . جزءًا من استقبالنا

للخارج . . تشكل جزءاً من الطريقة التى نتفاعل بها ونفكر بها فى الواقع من حولنا، وكذلك الطريقة التى نفكر بها فى أنفسنا . .

ولولا هذا لما كان هناك إبداع وفن ورؤى خاصة وخيال بلا حدود . . ولولا هذا لما كان هناك ألم ومعاناة وقلق وجنون . . ومن هنا تنبثق حرية الإنسان المطلقة التى لا تحدها حدود . . ومن هنا يتأكد أن مسار الإنسان فى الحياة لا تحدده قوى خارجية ولكن تحدده قوى داخلية . . تحدده ذاته . . شخصيته . . طريق يختاره ويحدده وينطلق فيه بلا معوقات . . وكما أن الضرير يشكل عالمه المادى حوله من خياله، فإن كل إنسان يشكل عالمه النفسى حوله من شخصيته . . ولكن . . هذه السمات قد تكون متطرفة . . غير مرنة . . غير متكيفة . . سمات ذات أسنان حادة تجرح وتؤلم . . ومجموع السمات المتطرفة تتسبب فى تكوين شخصية مضطربة . . شخصية تصبح مصدرا لمعاناة الآخرين، شخصية تجعل الحياة صعبة مقلقة ومزعجة . . وصاحب الشخصية ذاته قد يعانى . . أى أن سماته الحادة توخزه هو شخصياً وتدميه أحيانًا وخاصة إذا كان مستبصراً أى مدركًا أن سماته سوية . .

والإنسان يولد بشخصيته المضطربة . . ولهذا فمظاهرها تتضح فى مرحلة مبكرة من العمر وتستمر حتى نهاية العمر . .

- وسوف نستعرض الشخصيات المضطربة . . سماتها وأسلوبها فى التفاعل مع الآخرين وقدر ما تسببه لهم من معاناة . .

وهذا أمر مفيد لك . . فإذا كان شخص ما يسبب لك ضيقًا، فإنك بعد قراءة هذا الفصل قد تعرف أنه صاحب شخصية مضطربة . . وهذه المعرفة ستريحك . . مثلما تستريح حين تعرف أن الذى يقذفك بالحجارة هو إنسان متخلف عقلياً . . والمعرفة نور . . لأنها ستتيح لك فرصة البحث عن وسيلة هادئة للتعامل مع هذه الشخصية المضطربة، وبالتالى فإن ردود فعلك لن تكون عفوية تلقائية حادة غاضبة، ولكنها ستكون مدروسة ومبنية على فهمك للطبيعة المضطربة لهذه الشخصية . . قد تتحاشاه وتبتعد عنه وتوفر على نفسك وجع الدماغ، وقد تكتفى بالتعامل معه فى أضيق الحدود، وقد تتحسن علاقتك به حين تهدأ نفسك وتتحاشى المناطق الوعرة فى شخصيته، أو بمعنى آخر تبتعد عن الأجزاء الحساسة التى تستفزه وتحرك شروره أو عدوانيته . .

هذه فائدة أن تعرف . . والمعرفة حق لكل إنسان، وتبسيط العلم ضرورة ثقافية حضارية ترصد لها الجوائز وتلقى التقدير . . وتلك محاولة لنتعرف على :

**الشخصية الانطوائية:**

مشكلة هذا الإنسان أنه عاجز عن إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مشبعة . . هذه هى نقطة ضعفه الأساسية . . عاجز عن الانتماء والاقتراب والالتحام بالنسيج البشرى . . فهو غريب عن الناس وغريب عن نفسه، يبدو كالتائه يهيم وحيداً وبعيداً فى فلك خاص به منفصلاً عن المنظومة البشرية التى تضم الناس فى صحبة

متآلفة متآزرة . . وصحبة البشر تترابط لأن كل واحد من أفرادها لديه الاحتياج إلى أن يذوب وينصهر داخل هذه الصحبة . . إنه احتياج يولد به الإنسان ويدفعه دفعًا إلى التعرف بالناس . . هذه طبيعة وغريزة لا تحتاج لتعليم أو تدريب . . يقترب الإنسان من الناس بعقله وقلبه . . يدفعه احتياجه ومصالحه وعواطفه . . والعواطف تشع الدفء، والدفء يزيد الترابط إلى حد الالتحام والذوبان . .

- ولذا فإن صاحب الشخصية الانطوائية يعانى برودًا وكسلاً فى عواطفه . . إنها عواطف خاملة نائمة لا تتحرك ناحية الناس، ولذا فهو لا يملك إمكانية الاقتراب والتعارف والتآلف . . وتعاطفه أيضًا محدود جداً إذا لا يعنيه الآخرون . . لا تعنيه أفراحهم ولا أحزانهم، منشغل فقط بنفسه وبأفكاره وبأحلامه غير الواقعية، وغير المحدودة وكأنها تساعده على أن يظل بعيدًا يهيم فى أجواء ليس بها بشر .

ولهذا فهو لا يسمع للناس نقدًا أو مدحًا . . أذناه كأن بهما صممًا، تعجز كلمات الناس على اختراقه فلا يحزنه نقدهم أو تجريحهم أو توبيخهم ولا يسعده ولا يزهيه امتداحهم وتقديرهم . . وكأن صممًا بأذنيه أو برودة اكتسحت كل وجدانه فأصبح لا ينفعل بأحد . .

وإذا اقترب منه إنسان بالحب وبالمودة فإنه يرتد خائبًا حيث يصده الحاجز الخرسانى الذى أحاط بعواطفه، أو حيث تصده وتطرده

البرودة التى أحاطت بكل وجدانه . . فهو لا يستجيب عاطفيّاً لأحد، فالاستجابة للعواطف تعنى التحرك ناحية إنسان ثم ناحية الناس، تعنى القدرة على التواصل وهو لا يملك هذا ولا يستطيع . .

ولذا يظل وحيداً إلا من صديق واحد أو اثنين على الأكثر . . حتى أن علاقته بصديقه هى علاقة محدودة جداً ليس فيها مشاركة فعلية وليس فيها خروج إلى الحياة والناس، وعادة ما يكون صديقه أو صديقتها من نفس النوعية أى شخصية انطوائية أيضًا .

ولذا فالاهتمامات فردية . سماع الموسيقى، قراءة، الانغماس فى الدراسة أو العمل أو الانغماس فى الأحلام . . أحلام يقظة غير واقعية تساعد على إبعاده عن واقع البشر المعاش . .

وقد تكون اهتماماته بناءة ومفيدة، لبحث العلم والكتابة . . ورغم أن هذه أشياء تصل إلى الناس وتفيدهم فإنه هو شخصيّاً لا يصل إلى الناس . .

- والنقطة الأساسية التى أحب أن أؤكد عليها هى أنه شخصيّاً غير راغب وغير مهتم بالدخول فى علاقات إنسانية . .

ولهذا فهو لا يشعر بانطوائيته ولا يعانى منها ولا يرغب لها علاجًا . . نادراً ما يزور العيادة النفسية شخص يرغب فى معالجة انطوائيته . . هو فقط يتضايق من دفع المحيطين به ليختلط بالآخرين . . يتضايق من إلحاح أبيه أو شقيقه أو زملائه . . ويهدأ إذا ابتعدوا عنه وتركوه لحاله . .

الذى يلجأ للعيادة النفسية للعلاج هو الشخص الذى يرغب فى الاندمـاج مع الناس ولكنه يخـاف ذلك . . يخـاف مـواجـهـة الآخـرين . . يخـاف التـعـبـيـر عن مـشـاعـره وآرائه . . وتلك حـالة مختلفة تمامًا . .

- صاحب الشخصية الانطوائية لا يبدو على وجهه أى تعبير أو انفعـال . . لقـد أصبحت عضلات وجهه عـاجـزة عن نقل أى شئ نظرًا لطول توقفها وحركتها المحدودة . . وعيناه لا تنبضان بالحياة ولكنهـما جـامدتان لا تتحركـان إلا فى اتجاه واحـد وكأن البرودة أصابت عضلاته وعينيه وكل جسده . . لا يبتسم إلا قليلاً . . ولا يضـحك بصـوت عـال . . ولا يقـول نكتـة ، ولا يعلق بمرح ولا يداعب . . وأيضًا لا يغازل ، بمعنى أنه لا يعبر عن عواطفه لإنسان من الجنس الآخر . .

ولهذا تمر فترة المراهقة وقد تمر مرحلة الشباب أيضًا بدون علاقة عاطفية . . وتلك مشكلة قد تؤخر الزواج طويلاً بالنسبة للرجل وقد لا يتزوج إطلاقًا ، فالزواج بالنسبة له عبء ومشكلة واضطرار لأن يتعامل مع آخر . . حتى رغباته العاطفية والجنسية تكون محدودة جداً إن لم تكن منعدمة . . قد يخفق قلبه مرة واحدة ولكن بهدوء وبحذر وبصوت غير مسموع ، وتظل حبيبة الفؤاد حبيسة عقله وخياله دون أن يشعرها بعواطفه أو ميله . . حتى إذا حاولت هى أن تهتم به فقد يبتعد . . فهو يفضل أن يحادثها وأن يعانقها فى خياله

ويخشى مواجهتها وملامستها فى الواقع . . وكثير من الروايات والأشعار والموسيقى والألوان أبدعت من أجل محبوبة الخيال . .

- قد تتضايق الأسرة من انطوئية ابنها وتذهب به إلى العيادة النفسية والابن نفسه لا يدرى سببًا لهذه الزيارة فليست لديه أى شكوى . .

ويفحص الطبيب الابن ليتأكد أن الانطوائية لا تخفى وراءها مرضًا آخر . . ولا علاج لهذا الابن لأنه هو ذاته لا يريد أن يتغير . . أما إذا كان الحضور للعيادة النفسية نابعًا من رغبته فى التغيير لكى يصبح قادرًا على التعامل مع الناس فإن العلاج هنا يجدى . .

- وهناك وسائل علاجية تساعد الشاب على اكتساب مهارات تساعده على التفاعل الطبيعى التلقائى المثمر مع الناس .

وأنصح الأهل بعدم دفع أبنائهم دفعًا للاختلاط والتعامل مع الناس . . فإذا كان الابن غير قادر بسبب شخصيته الانطوائية، فإنه سوف يعانى وقد يقلق ويكتئب، وبذلك تحدث مضاعفات نفسية لا ضرورة لها . .

ويجب أن نعرف أن الشخصية الانطوائية ليست مرضًا . . وأن الانطوائى فى معظم الحالات يسعد بانطوائيته . . وهذه الانطوائية قد تتيح له النجاح فى مجالات معينة تلك التى لا يحتاج للتعامل فيها مع الناس، وأيضًا تلك التى تحتاج وقتًا وتفرغًا . .

المهم هو أن يختار الوظيفة أو المكان الذى يلائمه . . فليس من المعقول أن يعمل فى وظيفة علاقات عامة أو مندوب مبيعات

أو مضيفًا . . إلى آخر تلك الوظائف التى تفرض عليه أن يتعامل بشكل مباشر وفعال مع الناس . .

إذا فرضت عليه إحدى هذه الوظائف فإنه يعانى . . يقلق ويكتئب، وقد يعانى أعراضًا جسدية فى معدته أو فى رأسه ولا تزول إلا إذا ابتعد عن هذه الوظيفة المرهقة نفسياً . .

كل إنسان خلق بإمكانيات وقدرات معينة تتيح له النجاح فى مجالات معينة ولا تتيح له النجاح فى مجالات أخرى . . وكل إنسان ميسر لما خلق له . .

**الشخصية القهرية :**

العاطفة شقان : الشعور والتعبير . .

والشعور هو الحالة الوجدانية داخل الإنسان كشعوره بالسعادة أو الحزن أو الغضب . . أما التعبير فهو توصيل هذه المشاعر للآخرين، وصاحب الشخصية القهرية لديه قصور فى التعبير عن عواطفه . . قدراته محدودة فى نقل أحاسيس الدفء والتعاطف والمودة . . يبدو جامدًا قوياً متحفظًا لا يظهر إلا القليل . . وهذا ليس معناه أنه لا يشعر، فهو ليس متبلد المشاعر، وإنما القصور فى التعبير والتوصيل . . وكأنها حالة من البخل العاطفى . . وحتى إذا عبر عن مشاعره فهو يعبر بطريقة متحفظة شبه رسمية ومحدودة ومرسومة . . لا يوجد تعمد ولكن هذه قدراته ولهذا لا يشعر الناس بأى دفء يشع منه، بل يشعرون ببرودة . وقد يفسر هذا البرود بأنه تعالٍ وترفع . .

ولهذا فهو قليل الأصدقاء . . لا صداقات فى العمل . . ولا صداقات مع الجيران . . الناس لا تقترب منه وهو كذلك، يختار أصدقاءه بعناية شديدة، إذ لابد من توافر شروط معينة وقاسية حتى يدخل بعض الناس فى الدائرة المقربة . .

- الصفة الثانية المميزة هى الدقة المتناهية فى كل شىء . . الدقة التى تبغى الكمال، ولكن الكمال الذى يبغيه يكون من الصعب الوصول إليه نظرًا لاهتمامه بداية بالتفاصيل وكل الأشياء الصغيرة والمحافظة على الشكل المبدئى، ولهذا فهو مرهق . . وينهك وهو ما يزال فى منتصف الطريق . .

ولذا قد يقتصر الأمر فى بعض الأحيان على الاكتفاء باكتمال الشكل دون العناية الكافية بالجوهر أو المضمون . وهذا يقلقه ويزعجه ويسبب له أرقًا وضيقًا، إذ هو يبغى كل شىء كاملاً متكاملاً ويبذل أقصى جهده من وقت واهتمام ولا يكل ولا يتعب وله صبر وعنده مثابرة وقدرة على أن يعطى اهتمامه لأقل وأدق التفاصيل ولا ينتقل إلى نقطة جديدة إلا بعد استيفاء النقطة التى بيديه . . وهو يلتزم التزامًا دقيقًا بالقواعد والقوانين والمبادئ والأسس ولا يحيد عنها، ولهذا فهو جامد وصلب وغير مرن ولا يتنازل ولا يساوم ولا يرضى بالحلول الوسطى ولهذا فالتفاوض معه بالغ الصعوبة . .

وهو لذلك يرفض أن يمشى على هوى الآخرين ويرفض أن يوافق على اجتهاداتهم الشخصية أو اختراعاتهم أو إبداعاتهم، وإنما

هو يعترف فقط بقانون يخضع له الجميع، بتقاليد وأسس وقواعد معروفة ومعترف بها يلتزم بها الجميع. وهو ذاته يخضع لها ويلزم نفسه بها قبل أى إنسان آخر، ولذا يجبر الآخرين على الالتزام بها.. ولهذا فهو لا يجامل على شىء مالا يجد له ضرورة، إذا إن لكل إنسان واجبًا يجب أن يؤديه وأن يتفانى فى أدائه، وهذا أمر لا يحتاج إلى مديح أو شكر..

ويعانى ويلاوت القلق إذا خرج شىء عن مساره.. إذا حدث عدم التزام بخطة أو بنظام.. هو نفسه يحاسب نفسه ويؤنبها ويعاقبها ويقهرها قهرًا على الالتزام مهما كانت المتاعب المتوقعة.. عنيد مع نفسه.. صلب مع أقرب الناس إليه..

ولهذا يبدو قاسيًا فى نظر الناس.. لا يلين ولا يخضع.. الفوضى تقتله، ولهذا فهو يعانى فى المجتمعات الفوضوية التى لا تلتزم بالأصول أو النظم.. ولذا فهو دائم الاحتكاك مع الآخرين الذين لا يلتزمون بالقواعد ويكسرون القانون أو يتجاوزون الأصول..

- هو فى شجار دائم مع الآخرين ومع نفسه أيضًا يحاسبها ويؤنبها.. ضميره متيقظ وقاس يوخزه.. ويقلقه ويدفعه أحيانًا إلى حد الوسوسة:

والوسوسة هى عدم القدرة على التخلص من التفكير فى أمر ما.. هى سيطرة فكرة بعينها أو موضوع ما على ذهن الإنسان، وعدم القدرة على الانتقال إلى فكرة أخرى.. ولا تهدأ وسوسته

إلا إذا عاد كل شيء إلى مكانه الطبيعى، ولا يتوارى قلقه إلا إذا شعر بسيطرته الكاملة على مجريات الأمور.

أبسط الأشياء تقلقه وتزعجه مثل التأخر عن موعد ولو لمدة خمس دقائق.. مثل عدم وجود القلم فى مكانه المعتاد.. مثل عدم انتظام حواشى السجادة التى أمامه.. مثل عدم الانغلاق التام لدرج المكتب.. مثل قطرة من الماء تتسرب من الحنفية غير المحكمة الغلق.. مثل الأوراق غير الموضوعة بنظام على المكتب.. كلها أشياء بسيطة يمكن التجاوز عنها ولكنها تقلقه وتزعجه وتشتت فكره ولا يستطيع التركيز فى أمر مهم أمامه إلا إذا تم تسوية هذه الأمور التافهة..

- ولهذا يتعب الناس معه وخاصة الذين يعملون تحت إمرته..

هذا الإنسان إبداعاته قليلة نظرًا لاهتمامه بالتفصيل والحرص على الشكل، بل هو لا يميل إلى الإبداع.. لأن الإبداع ليس له قواعد ثابتة وهو أيضًا خروج على المألوف وكسر للأسس والقواعد المعمول بها..

هو كالكمبيوتر ينفذ بدقة متناهية، ولكنه لا يخلق شيئًا.. ولذلك من النادر أن نجد فنانًا خلاقًا له شخصية قهرية..

ولأن الدين قواعد راسخة ونظام ثابت.. فإن النوازع الدينية لدى الشخصية القهرية تكون قوية.. ويكثر المتدينون بين أصحاب الشخصية القهرية ويكثر أصحاب الشخصية القهرية بين المتدينين..

- فهناك انجذاب قوى بين روح الدين وسمات الشخصية القهرية . . فالبناء الأساسى للشخصية القهرية يعتمد على الالتزام وكذا الارتكاز على القواعد الثابتة والأسس التى تنظم حياة الناس وفق مبادئ لابد أن تكون سامية وفاضلة . .

ولذا لا يمكن على الإطلاق أن نتصور أن يكون صاحب الشخصية القهرية إنسانًا مرتشيًا، أو إنسانًا محتالاً أو خائنًا للأمانة أو منحرفًا أخلاقيّاً أو إنسانًا متعدد العلاقات بالجنس الآخر . .

البنية الأساسية للشخصية القهرية هى بنية أخلاقية ملتزمة . .

والعمل مقدس ويتفانى فيه ويعطيه كل وقته واهتمامه وحماسه وجهده وتركيزه على حساب وقت راحته ووقت متعته هو وأسرته وعلى حساب علاقاته الشخصية، إذ إن واجب العمل فوق كل شىء . . ولا يجامل أقرب الناس إليه ولا ينتقص من حق أى إنسان . . يعطى كل ذى حق حقه بالميزان الدقيق . .

مشكلة هذ الإنسان أنه لا يستطيع اتخاذ قرار . . فهو متردد يقلب الأمور ويفاضل بين البدائل ويناقش التفاصيل، ولهذا فهو يتحاشى المواقف التى تتطلب سرعة اتخاذ القرار أو يؤجلها وكل هدفه أن يصل إلى القرار السليم وأن يتفادى أى خطأ . .

وأصعب قرار هو الزواج . . يؤجله ويؤجله . . يفكر ويتمنى ويحاول أن يقدم ولكنه يتراجع . . يتأخر به أو بها سن الزواج . . ويضع أو تضع شروطًا صعبة ليس من السهل العثور عليها . .

فلأن قدرة الشخصية القهرية على إقامة علاقات سهلة وسريعة مع الآخرين قدرة محدودة، فإنه يصعب عليه أن يتعرف بأحد ويقتنع به ويقدم على الزواج منه . . وفى مثل هذه الحالات تظهر بعض أعراض الوسوسة . . كلما اقترب على الارتباط بشخص معين تداهمه الوساوس ولذا يتردد ويتراجع . .

ولكنه إذا اقتنع ووصل إلى قرار فمن الصعب جداً التراجع عنه لأنه قرار قد وصل إليه بعد دراسة متأنية صعبة وطويلة واقتنع به اقتناعًا مبنيّاً على دراسة ولهذا يلتزم به ويدافع عنه . . وبالمثل إذا اختار شريك حياته فإنه لا توجد قوة تستطيع أن تثنيه عن المضى فى طريق الارتباط به . .

والطلاق نادر فى حياة أصحاب الشخصية القهرية، إذ يلتزمون بحياتهم ويحافظون عليها ويتحملون المتاعب ويحاولون الإصلاح . . ولكن إذا وصلوا إلى اقتناع بعدم إمكانية استمرار الحياة، فإن أحداً لا يستطيع أن يثنيهم عن قرار الانفصال . .

- وصاحب هذه الشخصية لا يخشى فى قول الحق لومة لائم . . فهو لا يستطيع أن يسكت عن خطأ أو أمر معوج . . يواجه أى إنسان بأخطائه وعيوبنه، وصراحته قد تكون مزعجة لكثير من الناس الذين يتعاملون معه، وهى صراحة تكون فى كثير من الأحيان جارحة، فهو لا يجيد استعمال الكلمات المنمقة المختارة بعناية ولا يستطيع اللف والدوران، ولذا فهو لا يتمتع بقدر كبير من الترحيب،

وأصدقاؤه الذين يرتاحون إليه محددون . . وعادة أصدقاؤه يحملون نفس خصائص شخصيته وإلا ما توافقوا وانسجموا معه . .

الحياة مع صاحب هذه الشخصية صعبة، ولكن من يفهمه يرتاح معه ويطمئن إليه . . التعامل معه يدعو إلى الثقة . . وهو ذاته لا يثق بأحد بسهولة، ويحتاج لوقت طويل حتى يضع ثقته فى أحد وكذلك ليس من السهل أن يسحب ثقته بأحد . .

الفوضوى وغير الملتزم والمستهتر والمنافق والمجامل بشدة واللين والمرن بلا حدود هم الذين لا يرتاحون للتعامل مع الشخصية القهرية وينهزمون أمامها، فهى لا تتورع عن كشف عورات أى منهم . .

- أصحاب الشخصية القهرية أكثر الناس معاناة من القلق والتوتر والصداع النصفى وآلام المعدة والقولون العصبى والمعاناة الشديدة قبل الدورة الشهرية . .

- لا يرتاحون ولا يريحون ولكنهم هم الذين يحافظون على النظام والالتزام والأصول والتقاليد الراسخة فى حياتنا . .

**الشخصية السيكوباتية :**

هو الشر على الأرض . . هو الشيطان فى صورة إنسان . . هو التجسيد لكل المعانى السيئة والقيم الهابطة . . هو الحقد والأنانية والانتهازية والعدوانية والكراهية والإيذاء . . هو الجانب الأسود للحياة على الأرض ومجهض لكل المعانى الجميلة والجوانب المضيئة للإنسانية . . وهو رائد وراعى الظلم ومهندس الخيانة وحامى الرذيلة والمبشر بالنذالة فى كل وقت . .

- وقد يكون جميل المنظر بهى الطلعة سمح الوجه برىء الهيئة ولكن كل ذلك تغطية لقلبه الأسود ونفسه التى تشع ظلامًا . . فهو إذا كان ذكيّاً فإنه سوف يجيد تخبئة كل سماته الفاسدة المفسدة ليتمادى فى الخداع والخديعة والإيذاء . . وقد يظل الكثيرون منخدعين مضللين يرونه الشهم الأمين العادل المنصف المحسن الودود الحليم . . قد يفلح فى لبس القناع وإحكامه كأبرع ممثل ويعيش فى وسط الناس هاديًا ورائدًا ومعلمًا وناصحًا ومبشرًا بالخير والنور، ولكنه فى حقيقة الأمر على العكس لكل ذلك تمامًا وتلك هى خطورته الحقيقية . .

إن السيكوباتى العدوانى الأقل ذكاء ينكشف أمره بسهولة . . يتحاشاه الناس أو يخشونه ويرهبونه أو يقاتلونه، أما السيكوباتى الذكى ويعرف أيضًا بالسيكوباتى المبدع فهو الأخطر لأن شروره تستشرى دون أن يدرى به أحد . . أو يكون من الذكاء بحيث يخضع الناس له بسلطانه أو بماله أو بالتحكم فى أرزاقهم ومستقبلهم أو بابتزازهم . . ولا أصدقاء دائمون له . .

هناك أصدقاء لكل مرحلة . . وحين ينكشف أمره بين أصدقائه ينتقل إلى مجموعة أخرى ترتبط مصالحه بهم فى هذه المرحلة وهكذا . .

لا قلب ولا عواطف ولا مشاعر ولا أحاسيس . . لا شىء بالمرة . . وإنما ملذاته وأهواؤه ورغباته وأطماعه وشهواته هى التى تقوده وتحركه، وكلها شهوات مادية حسية تسلطية . . ولا يضحى من أجل أحد، وإذا أظهر تأثرًا فهو تأثر كاذب . . إنه كالممثل تمامًا يظهر تعبيرات

الحـزن والألم على وجـهـه ولكنه لا يشـعـر بداخله بشيء على الإطلاق . .

- يخون أصدق صديق . . يتسلق فوق كتف أقرب قريب . . يدوس على عنق أعز عزيز . .

المهم أن يصل إلى هدفه . . أو يعلو . . أن يحقق طموحاته . . ينسى من ساعدوه، بل يتحاشاهم ويهرب منهم ويتنكر لهم حتى لا يشعر أنه مدين لأحد . .

- الأعراض تبدأ قبل سن الخامسة عشرة . . وهذه نقطة مهمة لتشخيص السيكوباتية . . السيكوباتية لا تبدأ فى سن الثلاثين أو الأربعين . . بل يولد بها الإنسان وتتضح سماتها فى مرحلة المراهقة . . وإذا أردنا أن نتعرف على السيكوباتى فى بداية حياته فهناك أكثر من علامة :

- الهروب من البيت . . والهروب من المدرسة . .
- التعرض للفصل من المدرسة لسوء سلوكه .
- السرقة من البيت أو الأصدقاء .
- الكذب المستمر . .
- تخريب الممتلكات العامة . .
- التعثر الدراسى والحصول على درجات منخفضة غير متوقعة بالنسبة لذكائه الظاهر . .
- العصيان ورفض الاستذكار وابتزاز الأهل . .

كسر قوانين المدرسة والعنف مع زملائه والدخول فى معارك معهم وأحيانًا تحدى تعليمات المدرس.

الاعتداء بالضرب وبالألفاظ النابية على أشقائه وشقيقاته وتحدى سلطة الأمر وكسر أوامر الأم.

كل هذه العلامات.. أو بعضها تظهر قبل سن الخامسة عشرة.. وعند سن الثامنة عشرة تظهر الصورة الكاملة للشخصية السيكوباتية كما تتضح فى الآتى:

- عدم قدرته على الاستقرار فى عمل واحد ولمدة طويلة.. فهو ينتقل من عمل لآخر.. إما أن يترك هو العمل بدون سبب واضح أو لأسباب واهية، وإما أن يطرد من العمل، فهو بالقطع موظف غير مرغوب فيه لاستهتاره وعدم انتظامه وعدم تحمله المسؤولية وسوء علاقاته بزملائه ورؤسائه، وقد يظل متعطلاً لوقت طويل، وقد يترك عمله فجأة وبدون مقدمات برغم احتياجه واحتياج أسرته وبدون أن تكون هناك فرص عمل أخرى متاحة..

هذا بالإضافة إلى عدم أمانته فى أداء عمله، ولا تعنيه مصلحة العمل أو مصلحة الناس، وهو ذلك الموظف المرتشى فى أغلب الأحوال..

وإذا كان مازال طالبًا فى المدرسة الثانوية. أو الجامعة فهو دائم التغيب وقد يظل شهورًا دون أن ينتظم فى يوم دراسى واحد، كما يهمل مذاكرته تماما وهو كثير الرسوب ولا يقلقه تقدم زملائه

وتخلفه هو وكأن مستقبله لا يعنيه، وبالتالى فهو دائم الشجار مع أسرته إلى حد استعمال العنف أحيانًا ويسرف فى التدخين أو استعمال المخدرات وطلب النقود ولا يتورع عن سرقة أسرته وحرمانهم من قوتهم من أجل ملذاته..

إذن هو ذلك الطالب المستهتر الفاشل والمنحرف، الذى لا يريد أن ينهى دراسته ولا يريد أن يعمل..

- لا تخطيط ولا خطة فى حياته، بل اندفاعات تلو اندفاعات تقود إلى أخطاء ومشاكل خطيرة، ولكنه أبدًا لا يتعلم ولا يستفيد من أخطائه ولا يتعلم من تجاربه ويكرر نفس الخطأ مرة تلو المرة..

وقد يعد ويقسم أنه لن يعود إلى ارتكاب هذا الخطأ مرة أخرى ولكنه لا يصدق فى وعوده.. وتلك نقطة أساسية يجب أن نعرفها عن السيكوباتى، أنه لا يفى بوعوده على الإطلاق ولا يمكن تصديقه ومن الخطأ الوثوق به، فلا عهد ولا عهود يحترمها.. وقد يكون سيكوباتيّاً مبدعًا فيظهر ندمه وتأثره على خطأ ارتكبه ويبدو متألمًا منكسرًا دامعًا باكيًا ولكن بعد مضى وقت قصير ينسى كل هذا ويعود إلى سابق عهده من اندفاع ورعونة وتكرار الأخطاء وعدم مراعاة مشاعر الآخرين واندفاعاته تورطه وتورط أسرته.. فقد يقرر أن يترك عمله فجأة أو يهاجر أو يبيع بعض ممتلكاته.. أو يتزوج أو يطلق.. يتخذ قرارًا سريعًا فى مثل هذه الأمور المهمة فى حياة أى إنسان..

- وهو يكذب دائمًا . . ولقد تمرس فى أن يبدو صادقًا وهو يمعن فى الكذب . . ويحلف بأقدس يمين وهو كاذب ولا يتورع عن أن يكذب فى أخطر الأمور وأمام أى إنسان وأى مجتمع . .

يكذب حيث لا يصح الكذب من إنسان فى موقعه ومركزه ومسئوليته . . يكذب ليخادع أو ليدارى خطأ أو ليحقق مأربًا أو يهرب من مسؤولية . .

والسيكوباتى المبدع هو الذى يجيد فن الإقناع بالرغم من كذبه، ويعكس وجهه فعلاً الصدق ولا يتعثر لسانه . . وهو لا يستطيع إلا أن يكذب . . لأن الكذب ينسجم مع بقية سماته . . أما الصدق فهو قيمة أخلاقية عليا تتضافر وتنسجم مع مجموعة قيم أخرى كالأمانة والشرف وتحمل المسئولية وأداء الواجب والإخلاص . . وليس كل كاذب سيكوباتيّاً . . فالكذب له أسباب أخرى ولكن بكل تأكيد فإن كل سيكوباتى كاذب . .

- والسيكوباتى المبدع يكسر كل القوانين ولكن بدون أن يدرى بذلك أحد . . إنه يفعل ذلك بذكاء شديد ويتخطى كل الحدود ويلجأ إلى كل الوسائل من رشوة وتخريب الذمم والابتزاز وكل عمل غير أخلاقى يسهل له الوصول لأهدافه . .

أما السيكوباتى الغبى فهو الذى يخالف القانون بشكل ظاهر أو مباشر يجعله صيدًا سهلاً للشرطة، كالسرقة أو الإتجار فى المخدرات أو ممارسة الدعارة أو التزوير والغش فى التجارة أو النصب أو الاحتيال . .

السيكوباتى المبدع يرتكب كل هذه الجرائم دون أن يقع ودون أن يجرؤ أحد على أن يشير بأصبع الاتهام إليه . .

السيكوباتى المبدع يلبس لباس التقوى والصلاح ويتبارك ويتبرك به الناس، بينما هو يتاجر فى المخدرات أو يدير شبكة من الرقيق الأبيض أو ينصب ويحتال على الناس . .

- والسيكوباتى صاحب أسرة فاشلة . . فهو زوج فاشل وأب أفشل ولا يتحمل أدنى قدر من مسئولية كزوج وكأب . وابنه معرض للمرض والنقص الغذائى والحوادث نتيجة لإهماله ومعرض كذلك للفشل الدراسى والانحراف . . فهو ينفق على ملذاته ويبخل على أسرته، بل قد يهمل فى علاج زوجته أو ابنه رغم استطاعته، وقد يترك بيته بلا طعام أو لا يسدد إيجار المنزل أو فاتورة الكهرباء مما يعرض أسرته لكثير من المشاكل . . وفى الغالب نراه مثلاً يتزوج لثالث أو رابع مرة . . وفى كل مرة إما تتركه زوجته لتعاستها معه وإما يتركها هو جريًا وراء ملذاته . .

- والسلوك الجنسى مضطرب عند السيكوباتى فهو متعدد العلاقات الجنسية غير الشرعية . .

وكلها علاقات قائمة على الرغبة البحتة دون وجود مشاعر . . وهو لا يستطيع ولا يصبر على علاقة واحدة . . وقد يصل الأمر إلى أكثر من عشر علاقات فى عام واحد . . وأكثر من علاقة فى وقت واحد . . وبالرغم من أن كل صنوف الشذوذ الجنسى قد تكون

مـرضًـا أوليّـاً فـإن بعض صنوف الشـذوذ ترتبط بالشـخـصـيـة السيكوباتية . . كـالجنسيـة المثليـة والعـلاقة مع الأطفال والمحـارم والاغتـصـاب . . ومـعظم حـالات الاغـتصاب التى تمت دراستـها أبطالها من السيكوباتيين . .

والسيكوباتى هو إنسان عدوانى بطبعه يميل إلى التشاجر مع الآخرين ولا يتورع عن استعـمال القوة أى يصـبح عنيفًـا إلى حد الإيذاء الجسدى . . ويميل إلى الانتماء للمجموعات ذات الأهداف العدوانية الشريرة . . وهو يتلذذ بإيذاء الآخرين وإرهابهم . . وهو سريع الاستثارة ينقلب إلى إنسان عنيف فى لحظات ، وعمومًا فهو يسلك ويتكلم ويتعامل مع الناس بغلظة وتحد . .

– أما السيكوباتى المبدع فهو على العكس تمامًا . .

لا يلجأ أبدًا إلى القوة والعنف الظاهر ولكنه يؤذى الناس بنفس القدر وأكثر بطرق غير مباشرة ويلحق بهم ضررًا كبيرًا فى أعـمالهم وأرزاقـهم وممتلكاتـهم وحياتـهم بشكل عـام ، فقد يكون وراء فصل إنسان من عمله أو تلفيق تهمة له أو إلحاق خسارة مادية جسيمة به عن طريق الوشاية بأسراره فى العمل . . إن شـروره قـاتلة ولكنهـا مستترة ويبدو ظاهريّاً إنسانًا بريئًا وخيرًا . .

– ثم نأتى فى النهـاية إلى أهم السـمـات وأخطرها والتى تشكل جوهر الشخصية السيكوباتية والعمود الأساسى الذى ترتكز حوله بقية السمات الأخرى :

هذه السمة هى الانتهاك الدائم والمستمر لحقوق الآخرين . . فهو فى معركة مستمرة، أو ينتقل من معركة إلى معركة . . وكل معركة لا بد أن يخرج منها منتصراً ورابحًا وأن يخرج الآخرون منهزمين خاسرين . . لا يطيق ولا يسمح أن يكسب أحد أمامه أو بجواره . .

ويلجأ إلى كل الوسائل غير المشروعة لإلحاق الخسارة والضرر بالآخرين . .

أهم مبدأ أو شعار له يسير عليه فى كل خطوة وفى كل موقف هو الاتحاد والتعاون مع الشيطان من أجل مصلحته . . يخون كل المبادئ . . يخون أصدقاءه . . يخون دينه . . يخون أمانة العلم . . يخون وطنه . . من أجل مصلحته . . أنا ومن بعدى الطوفان . . ليس لديه أى مشاعر تجاه أحد . . صديق أو قريب، وطن أو مبدأ، دين أو عقيدة . . مشاعره تدور حول ذاته فقط، ولذا لا يتورع عن إيذاء أى إنسان بلا شفقة أو رحمة فينهب مال اليتيم، ويسرق مال المريض، ويهتك عرض الصديق، ويبيع أسرار الشريك والزميل، ويغالط فى العلم والحقيقة ولا يهتز وهو يصنع من رؤوس أصدقائه وزملائه وممن وقفوا بجانبه وساندوه جماجم ليصعد عليها ويصل إلى القمة . . ولا أكون متجاوزًا الحقيقة العلمية إذا قلت إن الكثيرين من أهل القمة - وليس كلهم- من السيكوباتيين . .

وخطورة السيكوباتى المبدع أنه قد يصبح مثلاً يحتذي به الشباب الصغير . .

فهذا السيكوباتى المبدع يبدو براقًا لامعًا أنيقًا وجيهًا ناجحًا متميزًا ثريّاً ويبدو أيضًا (زيفًا) كريمًا صالحًا . . والشباب حين يتأثرون به ويتشبهون به ويسيرون على دربه ويتوحدون معه فإنهم بدون أن يدروا وبدون إرادتهم يكتسبون بعض صفاته اللاإنسانية ويؤمنون بأفكاره الشيطانية وفى النهاية يرتفع فى داخلهم بدون أن يدروا أيضًا نفس الشعار وهو أن الغاية تبرر الوسيلة، وأنه لا مانع من التوحد مع الشيطان من أجل المصلحة الذاتية، وأنا ومن بعدى الطوفان . . ممكن أن يصلوا معه وبه إلى كل هذا ولكن أيضًا يغلفونه فى إطار حسن ويجدون ألف مبرر لسلوكهم بل يضعونه فى أفضل إطار . .

إذن خطورة السيكوباتى المبدع ليست فقط محصورة فى الإيذاء الذى يتعرض له الناس من حوله بسببه، ولكن فى التخريب الذى يصيب به عقول ونفوس الشباب وخاصة إذا كان فى موقع المسئولية كأستاذ فى الجامعة أو رجل دين أو مفكر أو أديب أو رجل إعلامى . . هذه الشخصيات لها تأثير كبير على الشباب وهى نماذج يحتذون بها ويقلدونها . .

وكل شاب يختار نموذجًا ليكون مثله الأعلى . . فإذا كان المثل الأعلى فاسدًا فإنه بالطبع سيطيح بكل الأشياء الطيبة الموجودة داخل الشاب والذى يسير وراءه بحسن نية وبدون أن يدرى أنه يسير وراء شيطان يتخذ غطاء الملائكة قناعًا يخفى شروره وراءه ولا يبدو منه على السطح إلا كل شىء جميل براق . .

الشاب بخبرته المحدودة لا يرى إلا هذا السطح وينبهر به ولا يستطيع أن يكتشف الحقيقة إلا بعد سنوات طويلة، وللأسف فى خلال هذه السنوات الطويلة يكون قد أصابه بعض الرذاذ المحمل بميكروبات السوء فتضعف نفسه وتمرض أخلاقه وتسوء قيمه وأفكاره ومفاهيمه . .

– والسيكوباتى المبدع يجد من ينافقه ويتملقه إما خوفًا منه وإما جريًا وراء مصلحة ومنفعة . .

وهو سيد الناس لسطوته وبطشه . . وبسبب الإرهاب الذى يشيعه من حوله إذا حاول أحد أن يكشف حقيقة أمره ويعريه أمام الناس . . فى هذه اللحظة يخلع رداء الملائكة وبشكل علنى وسافر يبرز كل أسلحته الدنيئة ليكسر كل من يحاول أن يفضح أمره ويهتك قناعه ويظهر حقيقته الزائفة للناس . .

والسيكوباتى المبدع قد ينجح ويبرز فى مجالات متعددة . . وقد يصل إلى الصفوف الأولى كعالم أو فنان أو أديب . . ولكنه لا يتورع أن يزيف فى العلم مثلاً، فيلفق نتائج أبحاثه . . أو قد يسرق جهد غيره العلمى أو قد ينقل من أبحاث غيره بطريقة ذكية من الصعب اكتشافها وذلك ليظل محتفظًا بالمكانة الأولى من الصف الأول . .

وقد يطوع النتائج ليخدم فكرة معينة وبذلك يصبح مضللاً، وذلك عبث لا يصدر إلا عن إنسان ليس لديه أى ضمير . . أى سيكوباتى .

- والسيكوباتى بشكل عام يميل إلى استعمال الكحوليات وينتقل من مخدر إلى مخدر وذلك سعيًا منه للحصول على اللذة الفورية والمتعة الفائقة اللحظية . . وبعض المدمنين سيكوباتيون . . وليس كل المدمنين سيكوباتيين . . وليس كل السيكوباتيين مدمنين . . والسيكوباتى يبدأ طريق الاعتماد على الكحول والمخدرات إلى حد الإدمان منذ مرحلة مبكرة من العمر، ويسبق ذلك التدخين منذ الصغر . . ويمر على جميع أنواع المخدرات وقد يجمع بين نوعين من المخدرات فى وقت واحد ولا تفلح معه أى وسيلة علاجية على الإطلاق . . وإذا توقف فترة عن ابتلاع المواد المدمنة أو استنشاقها فإنه يعود إليها مرة أخرى وتفشل كل جهود المحيطين به ويصابون بالإجهاد والإعياء والغثيان وفى النهاية يبتعدون عنه ليأسهم . .

ورغم أن السيكوباتى متبلد وجدانيّاً فإنه قد يعانى حالة من التوتر الداخلى وحالات متعاقبة من الزهق والملل والضجر، وقد يصاب بنوبات من الاكتئاب . . يضيق بمن حوله ويصب جام غضبه عليهم ويتهمهم بأنهم سبب ضيقه وتوتره، وقد ينفجر فى ثورات عارمة من الغضب يلجأ فيها إلى العنف والضرب بلا مبرر أو بدون سبب على الإطلاق . . هذا التقلب المزاجى، أو المزاج الذى تغلب عليه «العكننة» قد يستمر مع السيكوباتى حتى نهاية العمر وحتى بعد أن تخف حدة السلوك السيكوباتى مع تقدم العمر . .

هذا هو السيكوباتى . . فلنحذره . . لنبعد عن طريقه . . لنتحاشاه . . لنجعل بيننا وبينه مسافة خطوة أو خطوتين . . لكيلا ندخل معه فى شركة أو فى تعامل مالى، لكى لا نجعله رفيقًا لسفر ولكيلا نعتمد عليه فى مسئولية أو أمر مهم يعنينا، لكيلا نتزوج منه، لكيلا نجعله مثلاً أعلى نتحذى به، لكيلا يقود مسيرتنا ويتحكم فى حياتنا . .

هذا هو السيكوباتى . تجسيد الشيطان على الأرض، وظل الشر وهيكله . خلقه الله حيث بدونه لا يكون للخير معنى ووجود . .

❀❀❀

# الفصل الثامن

## سمات الشخصيات المضطربة

### الشخصية الاضطهادية.. البارونيد:

المحور الأساسى الذى تدور حوله هذه الشخصية هو الشك فى كل الناس . . سوء الظن . . توقع الإيذاء من الآخرين . . كل الناس فى نظره سيئون . . هذا موقفه الذى لا يتزحزح عنه، وهذا هو رأيه فى كل الناس . .

أى إنسان قد يشك أو قد يسىء الظن فى إنسان آخر أو فى مجموعة من الناس فى ظروف معينة، ولكنه إذا كان سوياً فإنه يغير رأيه إذا أثبتت الظروف والمواقف حسن نية الآخرين، أو إذا كان هناك دليل على براءتهم أو إصلاحهم وسلامتهم . . هنا يعتذر الإنسان عن سوء ظنه وشكه ويؤنب نفسه . . أما البارونيد فإنه يظل على موقفه مهما كانت الأدلة ومهما أظهر الآخرون حسن نيانهم ومهما أجمع الآخرون على أنه مخطئ فى سوء ظنه . . إنه يتمسك بشكوكه ويظل يرى السوء فى الآخرين . . ولهذا فهو فى حالة تحفز . . فى حالة استعداد دائم لصد عدوان يتخيله أو إفساد مؤامرة تحاك ضده . . وكل من يحاول أن يثنيه عن سوء ظنه يضعه فى القائمة السوداء ويضمه إلى قائمة السيئين . . ولهذا فهو دائم الشعور بالاضطهاد . . والشعور بالاضطهاد يولد عدوانية داخلية .

فهو ضد كل الناس . . ويضمر الكراهية أو عدم الارتياح أو عدم الحب لمعظم الناس . . ومن السهل أن يتحول إلى شخص عدوانى يؤذى إذا أتيحت له الفرصة لذلك . . والعدوان قد يأخذ صورًا متعددة، كالنقد اللاذع والسخرية والاستهزاء بالآخرين . . وانتقاداته جارحة وتسبب حرجًا وألمًا ولا يراعى مشاعر الآخرين، بينما هو لا يتقبل أى نقد أو توجيه، فهو شديد الحساسية لآراء الأخرين ويتخذ مواقف عنيفة وعصبية فيها تهور إذا تعرض له أحد بالنقد أو باللوم . . ولذا فهو معدوم الأصدقاء وعزلته تزيد من شعوره بالاضطهاد وتزيد من عدوانيته وعداوته .

وفى مجال العمل هو دائم الشك فى ولاء مرؤوسيه يفحص كل ورقة بعناية ويرتاب فى أى حديث ويدقق السمع والمساءلة، وبالنسبة لرؤسائه فهو يشك فى موقفهم تجاهه ويتوقع منهم الإيذاء . . وفى مجال العلاقة الزوجية نجد فى معظم الأحوال علاقته بزوجته مضطربة لسوء ظنه وغيرته وشكه وتقليله من شأنها وحساسيته لأى كلمة تصدر عنها . . حياته الزوجية يسودها البرود وتلفها عداوة مستترة . . ونفس الأمر فى علاقته بأبنائه . .

ولسوء ظنه وشكه الدائم فإنه يبث فى أبنائه وبناته عدم الثقة والحذر المبالغ فيه وعدم القدرة على إقامة علاقات مشبعة مع الآخرين . . والزوجة التى لها هذه الشخصية تحقق نفس القدر من الخيبة فى الحياة الزوجية وغيرتها تصل إلى حد المرض، ومن المستحيل أن تثق ولو للحظة فى صدق زوجها، فهو فى نظرها وكل

الوقت كاذب ومخادع وخائن وتتوقع منه الغدر فى أى لحظة . . إذن الحياة الزوجية للإنسان البارونيد رجلاً كان أو إمرأة هى حياة فاشلة . . فلا حياة تقوم على الشك وسوء الظن . . ولا حب يستمر مع التعالى والغطرسة . . ولا مودة تسود مع روح التحفز والتوقع السيئ . .

- والحوار مع صاحب هذه الشخصية مضن ومتعب، فهو لا يقبل ظاهر الكلام وإنما دائم البحث عن الدوافع الخفية والمعانى الدفينة . . والنقاش معه يطول ويطول وهو فى الغالب محاور بارع يجهد من يحاوره ويحمل المواقف والكلمات أشياء ومعانى بعيدة أو مبالغًا فيها . . تتوه وأنت تحاوره وقد لا تفهم ماذا يقصد وتندهش لتفسيراته وتحليلاته المشبعة بسوء الظن وتوقع الغدر والخيانة وكل ما هو سيئ . . وإذا أكدت الأحداث توقعاته شعر بزهو شديد، أما إذا أكدت الأحداث خطأ توقعاته وتحليلاته فإنه لا يتراجع عن سوء ظنه . . حتى فى المواقف الجديدة ومع الناس الذين يقابلهم لأول مرة فإن سوء ظنه يكون هو الغالب، ولذا يجد فى البحث عن أدلة لإثبات صحة نظريته . .

وهذا الإنسان بلا عواطف . . أو عواطفه محدودة جداً . . وتستطيع أن تقول إنه إنسان بارد . . وكلمة بارد ذات دلالة ومغزى كبيرين، ومعناها أنك لا تستقبل منه أى شىء . . لاتستقبل منه دفئًا أو مودة أو تفاهمًا أو تعاطفًا . . بل على العكس تهب عليك من ناحيته رياح باردة شائكة وسامة أحيانًا . . وهو أيضًا يفتقد لروح

الفكاهة والمرح . . قليل أو نادر الابتسام لا يضحك من قلبه وابتسامته سوداء صفراء ساخرة . . والغريب أنه يصف نفسه دائمًا (ليدافع عن برودته) أنه إنسان موضوعى عقلانى . العقل عنده مقدم على العاطفة . . والحقيقة أنه لا عقل ولا عاطفة . . فهو لا يتألم من أجل أى إنسان أو حيوان . .

- وهو صلب . . لا يتنازل . . ولا يقبل حلولاً وسطًا ولذا فهو مفاوض فاشل يجر الخراب والدمار عليه وعلى من يتفاوض باسمهم ويندفع فى مهاترات وعداوات لا ضرورة لها . .

- وهنا تكمن الخطورة الحقة إذا كان يشغل موقعًا قياديّاً، فهو لا يقبل المشورة أو النصح ولا يقبل مناقشة لآرائه أو تعديلاً عليها، ولا يتصور أن تطول قامة أحد ليحاوره ويناظره، ولا يتصور أو لا يقبل أن يبرز أحد ويتفوق أو يشد الانتباه . . فهو صاحب الصوت الأعلى والرأى الذى لا يبارى . . صاحب القامة المديدة والمنكبين العريضين والرأس الكبير والعقل الملهم . .

وبذا يصبح مصير أمة أو مجموعة كبيرة من الناس مرتبطًا بالسمات المرضية للشخصية البارونيد وبذلك تتنحى كل الوسائل العلمية والموضوعية والواقعية لحل مشاكل الأمة لتحل محلها الفردية المطلقة والنوازع العدوانية والحساسية الفائقة . . ولهذا فتاريخ بعض الشعوب قد يتعطل عشرات السنوات بسبب مثل هذه الشخصيات . .

- صاحب الشخصية البارونيد تقلقه محاولات التودد والاقتراب من الآخرين . . يتحاشى ويبتعد عنهم . . يتحاشاهم . . أى تورط وجدانى . .

ولذا يحاول الاعتماد على نفسه دائمًا والاكتفاء الذاتى ولذا فهو متمركز حول نفسه بشكل خطير قد يصل إلى الإحساس المرضى بالتيه والزهو والشعور بالأهمية . . إنها حالة من تضخم الذات التى تكون من سمات الشخصية البارونيد فى غالب الأحيان . .

ولهذا فهو دائم البحث عن وسائل القوة والسلطة والتميز . . دائم القلق لموقعه بالنسبة للآخرين من مرؤوسين ورؤساء . . وهم فى الغالب قليلو الاهتمام بالفن ومعدومو الإحساس بالقيم الجمالية . . فالفن والجمال نبعهما الرئيسى الوجدان . . والبارونيد هو فى الغالب إنسان ميت الوجدان . .

إذا تعرض هذا الإنسان لضغوط هائلة فقد يمرض وتبدو عليه أعراض المرض العقلى من اعتقادات خاطئة وهلاوس وسلوك عدوانى حاد، ولكن باختفاء الضغوط يعود إلى حالته الأصلية وتختفى الأعراض العقلية الحادة . .

تكثر هذه الشخصية بين المتعصبين والمتطرفين والباحثين عن الزعامة، والذين يتجسسون على الناس للإيقاع بهم . . وكما تكثر بين الذين تقدمت بهم العمر بدون زواج . . أيضًا تكثر بين المطلقين والمطلقات . .

قد يكون قدرك أن تعيش مع إنسان بارونيد . . زميل فى العمل . . رئيس أو مرؤوس أو شريك . . زوجة أو زوج . . جارك الذى لا بد أن تتعايش معه . . ابن أو ابنة . . أب أو أم أو شقيق أو شقيقة . . إنسان لا تملك الفكاك منه . لا تملك أن تهجره . . ولا بد أن تتعامل معه وربما تعيش معه تحت سقف واحد . .

الحياة ليست مستحيلة مع هذا الإنسان إذا عرفنا سمات شخصيته وأدركنا أنه إنسان غير سوى، ولهذا يحتاج لمعاملة خاصة . . يحتاج لحذر . . لا داعى لأن نلقى بالبنزين على النار المشتعلة . . لا داعى لأن نثير شكه ونجعل الأمور غامضة عليه . . علينا أن نتصرف بثقة وهدوء، وأن ندعم ثقته بنا بتكرار المواقف الواضحة العلنية والتى تكشف ببساطة أننا أهل لثقته وثقة الآخرين .

علينا ألا نقلل من قدره وألا نحقر من شأنه، وألا ننتقده بشكل علنى أو بطريقة جارحة . . والأفضل أن نتحاشى نقده . . وإذا كانت مصلحة العمل تتطلب ذلك فليكن فى أضيق الحدود وبطريقة غير علنية وذكية وتحمل الدعوة إلى المناقشة وتبادل الرأى بدلاً من النقد المباشر . وقليل من المديح يرفع من معنوياته، ولكن ليس إلى حد المبالغة، فمثل هؤلاء الناس تدور رؤوسهم بالمديح ويصدقون النفاق بل يحتاجونه ويسعون إليه ويقربون منهم من ينافقهم ويبالغ فى امتداحهم . . ما أدعو إليه أن نعطيهم قدرهم ونقدر ما يفعلون بدون مبالغة . .

وعلينا أن نتحاشى أى مواجهة عدائية علنية أو غير علنية . . علينا أن نتحاشى الهجوم عليهم أو مواجهتهم بالقوة، فهؤلاء الناس «البارونيد» لا يتورعون عن استخدام ما لديهم من قوة وبأقصى درجات العنف غير الموجه والغشيم لتحطيم أى عدوان أو تهديد بالعدوان عليهم . .

مواجهتهم بالقوة معركة خاسرة . وفى المواقف الحرجة علينا امتصاص غضبهم بهدوئنا وثباتنا . . وعلينا أن نفعل ذلك بإخلاص حقيقى وصدق يهدف إلى مساعدتهم ومساعدة أنفسنا وتقليل الأضرار وتقليل معاناتنا . .

إذا لم نكن مضطرين للتعامل معهم فالابتعاد عنهم أفضل . . لأن من الصعب إرضاءهم . .

وقد نتألم لضياع جهودنا معهم، وقد نألم لنكرانهم الجميل، ولكن ألمنا سيقل كثيراً إذا تذكرنا دائمًا أن قدر هؤلاء الناس أن يولدوا بشخصيات غير طبيعية، وأنهم هم أيضًا يعانون . وعلى السوى أن يتحمل غير السوى . . على السليم أن يتحمل المريض . . وعلى القوى أن يتحمل الضعيف . .

**الشخصية الهستيرية:**

التعامل مع هذه الشخصية يسبب إزعاجًا وحيرة وتوتراً وضيقًا . . وإذا كان الإنسان مضطراً للتعايش معها فإنه يصاب بالإحباط واليأس ويستولى عليه النفور . . فهى صارخة متقلبة

واعية وغير واعية بسلوكها الذى يسبب غيظ الآخرين وحنقهم وحيرتهم. وهى لا تبالى بمشاعر الآخرين واحتياجاتهم، وإنها يهمها ذاتها وراحتها وتحقيق رغباتها وتكاد تقترب من السيكوباتية فى تجاهلها وإسقاطها للآخرين، بل إلحاق الضرر بهم من أجل مصلحتها ونزعاتها..

أنانية بلا حدود.. ليس لديها ذرة عطاء للآخرين.. وإذا أعطت فذلك أمر مؤقت مرهون بقضاء مصلحة أو حبّاً فى الظهور. ولذلك فهى لا بد أن تعلن عن عطائها حتى وإن كان فى ذلك جرح لمن أعطت.. فهى قد تتنكر لصديق محتاج أو فقيرأو مريض فى أشد الاحتياج وتضن عليه بالقليل، ولكنها فى نفس الوقت تعلن تبرعها بمبلغ كبير فى حفل عام لجمعية ترعى الحيوانات من أجل أن يقال عنها إنها محسنة كريمة..

وأنانيتها مرتبطة ببخلها ومرتبطة أيضًا برغبة مطلقة فى الاستحواذ على كل شىء..

وسلوكها فى أى مكان وفى أى وقت فج أو حارق أو زاعق أو صارخ.. أى لا بد أن يلفت النظر.. تلك سمة أساسية أو هى محور كل السمات فى هذه الشخصية الغريبة.. فهى لا يمكن أن تتواضع وتتوارى أو تخجل أو تقف فى الصف الثانى أو تنكر جهدها أو تقدم غيرها على نفسها أو تصمت أو تتبسط فى مظهرها.. لا.. إنها دائمًا تسعى لأن تكون فى الصف الأول.. وفى قلب الصف الأول أى فى المركز حيث دائرة الضوء.. وأن تلفت كل العيون

بمظهرها الصارخ جداً، فمن المستحيل أن تراها بفستان بسيط وألوان هادئة، ولذا فجنون الموضة هو من أجل إرضاء صاحبات الشخصية الهستيرية.. وهدفها بالطبع أن تكون هى محط كل الأنظار وليس بعضها، والويل لمن يتجاهلها أو يبدى اهتمامًا بغيرها.. إنها تنقلب ضده وتهاجمه وإن أمكن تجرحه.. ولفت الأنظار لا يكون بالمظهر فقط وإنما باللسان والصوت وحركات الوجه والضحكات الرنانة والحديث المتواصل الذى لا ينقطع.. ولابد بالطبع أن يكون حديثًا مثيراً، ولذا فهى تبالغ فى كل شىء وتحكى عنه بإحساس عميق (زائف) وتأثر بالغ وكأنها تؤدى دوراً على المسرح.. درامية التعبير والسلوك مبدية على السطح كماً من العواطف البالغة ولا مانع من أن تدمع عيناها تأثراً..

حماسها لأى شىء جديد لا حدود له.. وسرعان ما يفتر هذا الحماس ويخمد ويتبخر نهائياً، وربما تتبنى موقفًا مضاداً لنفس الشىء الذى تحمست له فى البداية..

عواطفها تجاه أى إنسان تتعرف عليه فياض جياشة.. وتعيش قصة حب تهتز لها الأفئدة.. وتتهور وتندفع وتصرخ وتعادى من أجل حبها.. ولكنها مثل تأثير الخمر فى العقول.. تحدث نشوة ثم تتبخر وتخلف الضجر والصداع.. هكذا ينقلب حبها إلى إحساس بالملل والفتور والإعياء واللامبالاة وكأنه لم يمر بقلبها شىء..

وتصادق بنفس الطريقة.. حماس وارتباط وهيام والتصاق.. ثم لا شىء..

ولذا لا حبيب لها . . ولا صديق لها . . ولا صديقة لها . . حتى أقرب الناس إليها يتعدون عنها . . يتحاشونها . . لأنها متقلبة لا أمان لها ولا يمكن الاعتماد عليها ولا يمكن الوثوق بها . . غير ملتزمة . . غير مهتمة . . غير مخلصة . . وأيضًا غير صادقة . . فهى تكذب وتكذب . . فالكذب سمة من أهم سماتها . . والنميمة كذبًا أو صدقًا من أهم قسماتها . . فحديثها عن الآخرين دائمًا ليس به خير . . فهى تلوك سيرة الناس وتفتش عيوبهم وتتحدث عن نقائصهم وتشيع عنهم الأخبار السيئة والتى تضر بسمعتهم ولا تبالى إذا تسبب ذلك فى الإضرار بصديق أو قريب وتستمتع بالفضائح وخراب البيوت وتتلذذ بالضيق الذى ينزل بالناس .

إن روح الشر تسيطر بشدة على هذه الشخصية . . وسعيها من أجل جذب الأنظار وشد الانتباه وتعليق القلوب يصل إلى حد أنها تحاول أن تثير الآخرين بأنوثتها والإيقاع بهم فى حبائلها وتحريك شهيتهم الجنسية . . وتُلَمِّح باهتمام خاص ورغبة فى علاقة خاصة ، وقد تظهر حبّاً وهيامًا ولوعة . . ويقع المسكين فى حبائلها . . ويتصور أنه هو المحظوظ المختص بحبها واهتمامها . . ويفعل أى شىء من أجل إرضائها . . يبذل الغالى والنفيس . . وحين يقترب أكثر وأكثر ، وحين يسقط داخل دائرة سيطرتها ينقلب الحال ، ويعانى من صدها وهجرها وإهمالها وبرودها ويحترق بنار تجاهلها . .

والغريب فى الأمر أنه مع هذا السلوك الجنسى الفاضح المبالغ فيه فإنها تعانى من البرود الجنسى . . فهى لا تستجيب أثناء العلاقة

الجنسية ولا تستمتع بها وربما تنفر منها . . حتى إذا بالغت فى العلاقة الجنسية فهذا ليس عن رغبة وإنما لتثبت لنفسها أنها مرغوبة جنسيّاً ولتثبت لنفسها أنها مرغوبة جنسيّاً ولتثبت للطرف الآخر أنها شهية جنسيّاً . . الشخصية الهستيرية لديها عقد ومشاكل جنسية . . إنها غير واثقة بقدراتها كأنثى ، ولهذا فهى تَغير إلى حد الموت من أى أنثى أخرى ويحترق قلبها إذا استطاعت أنثى أخرى أن تسلبها اهتمام رجل . .

وإذا انكشفت حماقاتها (وهى الحماقة بعينها) أو إذا تعرضت لضغوط وهجوم أو إذا أهملها وتجاهلها من حولها ، فإنها تهدد بالانتحار . . والتهديد بالانتحار هو لعبتها المفضلة ووسيلتها فى استمرار تحكمها بالآخرين وسيطرتها عليهم وهى لعبة مكشوفة لمن يعرفونها عن قرب لأنها تكررها فى كل مناسبة وتقدم عليها فعلاً ، ولكن بوسائل لا تفضى إلى موت حقيقى ولابد من القيام بمظاهر مسرحية قبل محاولة الانتحار فتصرخ وتجرى ناحية الشباك أو تندفع محاولة إشعال النار فى نفسها أو تحدث جروحًا برسغها أو تكتب خطابًا تضعه فى مكان ظاهر وقبل المحاولة بوقت كاف أو تبتلع بضعة أقراص من الأسبرين أو الفيتامينات . . أى لا بد أنّ تقول لمن حولها إنها ستنتحر . . وتضع شروطًا لكى تقلع عن المحاولة . . أى هى تساوم . . وهذا أمر مؤلم ومزعج لمن حولها . . أمر يضعهم فى صراع بين ضيقهم منها وحرصهم عليها إذا كانت ابنتهم أو شقيقتهم . .

وهى حادة المزاج . . تنفجر غضبًا لأسباب واهية وبلا معقولية . . وتتفوه بأقذع الألفاظ وتندفع فى معاداتها وعنادها . . تصرخ وتشد شعرها وتمزق ملابسها وتقدف بأى شىء ثمين أمامها وتحطمه . . وطلباتها لا تنتهى ولا شىء يرضيها . . وقابليتها للإيحاء سريعة وشديدة . . من السهل الإيحاء لها بشىء . . ولكن هذا التأثير مؤقت وسرعان ما يزول . . وشخصيتها قابلة للتفكك . . ومن السهل أن تصاب بأعراض جسدية تحت تأثير الإيحاء . . ومن فرط حبها لذاتها فإنها تصاب بأعراض فعلاً كالصداع والآلام . .

ومع الضغط الاجتماعى الشديد وتضييق الخناق عليها فإنها تصاب بالتفكك الكامل وتنتابها أعراض مرض الهستيريا . . فتصاب بالإغماء أو التشنج أو فقدان مؤقت لإحدى الحواس، كالسمع أو البصر أو تصاب بشلل مؤقت فى أحد أطرافها أو قد تفقد النطق . . وكلها أعراض مؤقتة سرعان ما تزول تحت تأثير الإيحاء أيضًا . .

والأعراض الهستيرية المرضية التى تصيب الشخصية الهستيرية قد تأتى فى صورة درامية مثيرة كفقدان الذاكرة أو الشرود بعيدًا بلا هدف وبتوجيه من العقل الباطن أو المشى والكلام أثناء النوم . . أو فى صورة أكثر طرافة وإثارة وغرابة كأن تتحول إلى شخصية أخرى وهذه الشخصية الأخرى قد تتكلم بلغة مختلفة غريبة وتأتى سلوكًا غريبًا ويتطوع بعض المشعوذين أو المدعين الجهلاء ويقولون إن بها مسّاً من

الجن أو أن الجن قد لبسها وأن من يتحدث بلسانها هو الجن وبالتالى لا بد من إجراءات لصرفه من جسدها . . وطبعًا هى - المريضة- تسعد بهذا التفسير لأنه يعطيها أهمية ومكانة ويعطى حالتها خصوصية وغيبية فتحظى باهتمام خاص تستطيع من خلاله فرض إرادتها وسيطرتها وتحقيق رغباتها أو التنفيس عن صراعاتها ورغباتها اللاشعورية . .

والشخصية الهستيرية غير مرض الهستيريا . . فالشخصية لا علاج لها . . أما المرض فيجب الاهتمام به طبيّاً نفسيّاً . . المرض صراع فى العقل الباطن يجب الوصول إليه ومعرفته وحله . . أما الشخصية فهى سمات وأسلوب حياة وطريقة للتفاعل والتعامل والتفاهم والاتصال . .

جمال خارجى وقبح داخلى . . عاطفة على السطح، وخواء بالداخل . . حماس بالظاهر وفتور بالباطن . . جنس طاغٍ بالعيون وموت بالأحشاء . . مودة بادية وغدر مختبئ . . هى عذاب لكل من يقترب منها . .

**الشخصية النرجسية:**

كما أن الله لا يحب هذا الإنسان . . فإن أحدًا من الناس لا يحبه فهو المختال الفخور الذى يمشى فى الأرض مرحًا كأنما هو قادر على أن يخرق الأرض وأن يبلغ الجبال طولاً . . هو المغرور المتكبر المتعالى الذى لديه شعور طاغٍ بأهميته وبأنه هو الأوحد الذى يملك أندر الصفات

وأغلى المواهب ولا أحـد مثله ولا أحـد يضـاهيـه ولا أحـد يملك أن ينافسه، والويل لمن يحاول أن يبرز بجواره أو أن يتعداه أو حتى أن يرفع قامتـه بجانبه . . فـهو لا يرى إلا نفسه عـملاقًا دون بقيـة الناس، إنه معجب بنفسه أيما إعجاب، مزهو بذاته إلى حد الجنون . .

إنه عـشق الذات الذى يقف حائلاً أمام عـينيـه وعـقله فـلا يرى الناس إلا أقزاما أقل قدرًا وأقل شأنًا منه . . ولهذا فخياله دائمًا يتجه ناحـيـة النجـاح غـيـر المحـدود ليكون فى القـمـة وينشـد إليـه الناس مهتمين معجبين مباركين تابعين . . والمحيطون لا بد أن يسخروا أنفسـهم لخدمتـه وراحتـه والعناية به . . هو يستـغلهم ويستـثـمـر إمكانياتهم ويستنفد طاقاتهم لخدمة مصالحه ثم ينكر جهودهم فى النهـاية ويبـدو هو فى صـورة المبـدع الخـلاق العـالم المفكر، بينمـا الحقيقة أنه قـام بتجميع جهود الآخرين وصاغـها فى قالب سطر عليه اسـمه بخط عـريض بارز . . تعـرفه من ملابسه التى يبالغ فى أناقتها والتى قد لا تتناسب أحيانًا مع عـمره . . تعـرفه من طريقة مشيته، تعـرفـه من صـوته . . تعـرفـه من طريقـة حـديثـة عن نفـسـه وإنكاره واحتقاره لجهود الآخرين . . وهو مثل الشـخصية السيكوباتية ومثل الشخصية الهستيرية لا يحمل مشاعر لأى إنسان . . لا يتعاطف ولا يتألم من أجل أحد . . لا يضحى . . لا يتنازل . . لا يعطى . . وإذا أعطى فـمن أجل مـصلحـة، ولا يتورع عن إذلال من أعطاه، فـهـو الذى يتبع صدقته بالمن والأذى . . وصدقته ليست لوجه الله ولكن من أجل أن يحقق شهـوة التفضل والتميز والعلو، ولا شىء يشغله

غير ذاته المتضخمة المتورمة فهو متمركز حولها وبالتالى فهو يبالغ دائمًا فى قدراته وإنجازاته . . وهى مبالغة غير موضوعية . .

ولشدة ولعه بالاستحواذ على اهتمام الآخرين وشدهم إليه ليدوروا حول مركزه، فإن اهتمامه بالسطح وبالقشرة وبالمظهر يكون طاغيًا على حساب الاهتمام بالموضوع . . فلا عمق لديه بل هو إنسان ذو سطح لامع جداً وخاو جداً من الداخل . . ولهذا لا يحقق إبداعًا حقيقيّاً أو إنجازًا علميّاً . . لا يضيف شيئًا بل هو مقلد مزور، وهو يجيد فقط تلميع ما عنده وحسن عرضه، كالتاجر الماهر الخادع الذى يهتم اهتمامًا بالغًا بواجهة العرض وإبراز بضاعته وحسن تنسيقها ورفع سعرها ورفع شأنها مع أنها بضاعة فى حقيقة أمرها متوسطة الجودة . .

وهو يتصور أن الناس لا بد أن تجامله وأن تداهنه وتهدى إليه الهدايا وأن تتطوع لخدمته . . وبالرغم من ذلك لا يكون مدينًا لهم بالمقابل وليس مطلوبًا منه أن يجاملهم وأن يهدى إليهم، أو أن يقدم لهم خدمات مقابل ما قدموه له . . فالرعية هى التى تتودد وتتلذذ بخدمة الملك وليس الملك هو الذى يتودد إلى الرعية . .

ولذا فهو يغضب ويثور ويتوعد إذا لم يقم المحيطون بواجبهم نحو خدمته ومجاملته . . وغضبه يصل إلى مداه إذا تجاهلوه وعاملوه بغير اهتمام . . يمتلئ قلبه غيظًا وحنقًا ويهاجمهم ويؤذيهم إذا تمكن من ذلك . . إن هذا الرجل توقعاته من الناس غير معقولة وغير متوازنة . .

علاقاته بالناس قائمة على الاستغلال والانتهازية والأنانية . . أصدقاؤه مرحليون . . كل حقبة بأصدقاء جدد يمتص دماءهم ويستفيد منهم حتى إذا اكتشفوا أمره وكرهوا غروره انتقل هو إلى مجموعة جديدة لا تعرف تشوهاته النفسية . . ولهذا لا أصدقاء دائمون مخلصون . . لا أحباء . . لا صلات مودة . . لا مواقف إنسانية . . لا إحساس بضعف الآخرين ومعاناتهم . .

هذا الرجل معرض لنوبات من الاكتئاب وخاصة إذا تعرض لفشل، أو إذا تحدى الآخرون كبرياءه وغروره وإذا تجاهلوه أو احتقروه . .

ونرجسيته تجعله شديد الحرص على نفسه أى على صحته . . يراعى نظامًا غذائيّاً صحيّاً ويمارس الرياضة ويتابع حالته مع الأطباء . . يهتم بأن يبدو دائمًا شابّاً وقويّاً ويعانى كلما تقدمت به السن . . ويداهمه الاكتئاب الحقيقى إذا انتزعت من يديه السلطة والقوة وابتعد عن دائرة الضوء والاهتمام بإقالته أو حين إحالته للمعاش . . وهنا تبدأ أيضًا معاناته الجسدية من آلام واضطرابات لينشغل بها لدى الأطباء . .

والنهاية تكون مؤلمة . . لأن الإنسان يسير إلى ضعف . . السلطان يزول . . والمال يقل . . والقوة تضمحل . . والجمال يزوى والصحة تعتل ولا يبقى أمام النرجسى إلا الحسرة والأسى . .

**الشخصية الشبه الفصامية:**

شخصية من صنع الله . . صاحبها ليس مريضًا . . ولكنه إنسان غريب . . غير المتخصص يقول عنه إنه إنسان غير طبيعى . . تصدر عنه أفعال وأقوال قد نستنكرها وتثير حيرتنا وتعوق الاتصال بيننا وبينه . . من يعاشره أو يعرفه عن قرب يستطيع أن يكتشف بسهولة تلك الأشياء الغريبة فى سلوكه وتفكيره . . حتى كلامه يبدو غير طبيعى فى كثير من الأحيان . . أعراض قريبة الشبه بأعراض مرض الفصام ولكنها ليست شديدة بالقدر الذى نراه فى مرض الفصام . . ولهذا فهو ليس مريضًا ولكنه صاحب شخصية غاية فى الغرابة . .

**ما الغريب فيه؟**

تفكيره غريب . . إيمان مطلق بأشياء خرافية كاتصال الإنسان بالجن وتسخيره لخدمته وتأثيره عليه، والحاسة السادسة والاتصال الروحى بالموتى وقدرة الآخرين على الإحساس به والاتصال بمشاعره، هذا بالإضافة إلى تفاؤله وتشاؤمه إلى أقصى حد من أشياء غريبة ولجوئه المستمر إلى من يدعون القدرة على معرفة الغيب وقراءة الحظ والطالع وخضوعه لهم ووقوعه تحت تأثيرهم، وتكاد حياته لا تسير إلا بتوجيهاتهم ونصائحهم . . وتشغله هذه الأشياء وتحتل مركز تفكيره وتتحكم فيه وهو دائم الحديث عنها . . هذه الأشياء تسيطر على أسلوب حياته وعلاقاته بالآخرين . .

وحساسيته المفرطة تجاه الآخرين تجعله يشعر دائمًا أنه مراقب بعيونهم، أنه محط أحاديثهم وتعليقاتهم ونقدهم . . أنهم يسخرون

منه . . ولكن لا يصل الأمر إلى حد الاعتقاد الخاطئ المرضى بأنه مضطهد ومهدد بالقتل أو الإيذاء . .

إدراكه أيضًا قد يضطرب فيحدث له ما نسميه بخداع الحواس . فالحبل قد يراه على أنه ثعبان يتحرك أو يشك أن أحدًا يتابعه إذا رأى ظلاً يتحرك من بعيد . . كما قد تداهمه أحاسيس أكثر غرابة فيشعر بأن هناك قوة غريبة أو أن هناك شخصًا موجودًا معه فى نفس المكان الذى يجلس فيه، فيقول مثلاً إنه يشعر يقينًا فى هذه اللحظة أن أمه المتوفاة موجودة معه فى نفس الحجرة . .

وثمة أحاسيس أخرى كإحساسه بالاندهاش والاستغراب للواقع والأشياء المحيطة به والمألوفة لديه . . يشعر كأنه فى حلم، وأن هذه الأشياء المحيطة غريبة عليه . . وحالة الاندهاش أو الاستغراب قد تصيب إحساسه بذاته فيندهش لنفسه أو يشعر بالغربة . .

وإذا تكلم فإن حديثه يبدو غريبًا ولا يصل إلى هدفه بسهولة ويدور ويلف حول النقطة التى يتحدث فيها دون أن ينتهى منها . . وقد تشعر فى لحظة وأنت تستمع إليه أنك لا تفهم ما يقول . . فهناك غموض ولف ودوران وعدم وضوح الفكرة أو المعنى وإطالة لا داعى لها . . ولكن الأمر لا يصل إلى حد عدم الترابط والذى لا نراه إلا فى مرضى الفصام . .

وبالإضافة إلى أفكاره التى تتسم بالشك وسوء الظن فى الآخرين فإنه أيضًا بارد العواطف لا تشعر بأنك قادر على الاقتراب

منه . . تشعر بحاجز سميك يفصل بينك وبينه . . هو إنسان ليس لديه القدرة على أن يرتبط عاطفيّاً بصديق أو زميل أو جار . . وحتى مع شريكة حياته يكون هناك هوة بينهما أو جدار يباعد كلاً منهما عن الآخر . . لا أصدقاء ولا مقربين ولا علاقات اجتماعية ولكنه يعيش فى عزلة بعيدًا عن الناس . .

وهذا الإنسان لديه حساسية مفرطة للنقد مما يجعله شديد القلق والتوتر فى مواجهة المواقف التى قد يتعرض فيها للتوجيه أو النقد أو المحاسبة . . وهو معرض أكثر من غيره لحالات من الاكتئاب والقلق . . فسمات شخصيته التى تتسم بالتفكير الغريب والشك والعزلة الاجتماعية تخلق له مشاكل فى علاقاته بالآخرين وتزيد من إحساسه بالضغط الواقع عليه . .

قد يحكم عليه البعض بأنه مريض لشدة غرابته ولكنه ليس بمريض . . وسبحان الله الذى خلق الناس بطبائع وخلائق ومشاعر وأفكار مختلفة . . وبعضها من شدة غرابته يقف قريبًا من حد المرض . .

**الشخصية الحدية:**

أى التى تقف على الحدود . . الحدود التى تفصل بين الصحة والمرض . . إذا وقف الإنسان على هذا الخط الفاصل فهو ليس مريضًا وهو أيضًا ليس سويّاً . . أو هو مريض أحيانًا وسوى أحيانًا أخرى . . ليس مريضًا كل الوقت وليس سويّاً كل الوقت . . وحالة

المرض لا تستمر إلا ساعات أو أيامًا قليلة وكذلك الحالة السوية لا تستمر إلا ساعات أو أيامًا قليلة . .

فالأرجوحة الجالس عليها تدفع به مرة نحو الجانب المرضى ثم تعود لتدفع به الناحية المقابلة أى إلى الجانب السوى فهو السوى المريض، أو السوى الغريب، أو السوى ذو السمات المرضية . . ولهذا فأنت لا تراه على حال واحد ثابت ومستقر . . قد تراه على صورة معينة، فإذا صادفك مرة أخرى تراه على صورة أخرى مناقضة مغايرة أى مختلفة تمامًا . . ولهذا لا يمكن التوقع أو التنبؤ بالنسبة له . . عدم الاستقرار والتقلب والتغير والتبدل من حال إلى حال من أبرز وأهم سماته . . ولذا فعلاقاته مع الآخرين تتسم بالتذبذب الشديد وذلك للتناقض الغريب الذى يصيب حالته المزاجية . .

وهو إنسان مندفع . . واندفاعه دائمًا يسبب له خسائر، أو هو دائمًا يكون فى اتجاه واحد وهو التدمير . . التدمير لذاته . . كأن ينفق بلا حساب وبلا وعى أو يقامر بجنون أو يدمن أى المواد المخدرة أو يسرف بشراهة قاتلة فى الأكل أو قد يعرض نفسه لخطورة بالغة . يسرق أشياء تافهة من محل عام أو قد يتمادى فى سلوكه الجنسى الذى قد يجر عليه ضررًا صحيّاً أو اجتماعيّاً فيه إساءة لصحته أو قد يقود سيارته برعونة واستهتار وعدم مبالاة تنتهى بكارثة أو قد يؤذى نفسه إيذاءً جسديّاً مباشرًا فى لحظة تهور . .

إذن هو اندفاع أحمق لا بد وأن يعود بالضرر الحائق البالغ عليه مباشرة وعلى الآخرين أيضًا المرتبطين به . . وفى اندفاعاته يصبح

كسيارة بلا فرامل تنحدر بسرعة جنونية من قمة جبل، أى لا يستطيع هو ذاته أن يوقف نفسه عند حد معين . . فلا حدود عنده، كل شىء بإفراط . .

وعلاقاته بالآخرين تكون فى غاية الاضطراب وعدم الاستقرار والتقلب . . فقد يرتبط بإنسان بشدة . . يفعل كل شىء من أجله .

يضحى فى سبيله . . يقضى معه معظم وقته . . يعطيه بلا حدود . . يقدره ويضعه فى مكانة عالية . . ولكن لا يستمر هذا الحال طويلا . . فتنقلب مشاعره ومواقفه ورأيه وتقييمه إلى النقيض . .

وغضبه حاد لا يستطيع التحكم فيه ويصل إلى أقصى مدى إلى حد التهور . . انفعالاته حادة فى غير مكانها الصحيح ولأسباب بسيطة لا تتناسب مع قدر غضبه وثورته . .

مزاجه أو عواطفه غير مستقرة على الإطلاق . . فتراه فى حالة مزاجية معتدلة ثم ينقلب إلى الاكتئاب ثم يقلق ويضطرب . . وهذا الانتقال من حال إلى حال يكون بغير سبب واضح . .

وحين تراه على حال الاكتئاب تظنه مريضًا فعلاً وفى حاجة إلى علاج وبعد أيام قليلة تراه على حالته الطبيعية لا تبدو عليه أى أعراض . . إذن هو تقلب وجدانى سريع وحاد لا يستقر على حال واحد . . مذبذب ومجهد لنفسه وللمحيطين به . .

واكتئابه يظهر أو يزداد حين يصبح وحيداً . . فهو لا يطيق الوحدة ولا يتحملها ويتحاشى ذلك، ويشترى الأصدقاء أو الصحبة

وتلك إحدى أهم سماته . . وهو مستهدف للحوادث لعدم اتزانه الانفعالى ولاندفاعاته ورعونته، وأحيانًا يلوح بالانتحار ويؤذى جسده ويدخل فى مشاجرات لأسباب تافهة يتعرض فيها للضرر الجسدى . .

ومن أخطر الأعراض التى تنتابه اضطراب إحساسه بذاته . . لحظات تأتى له قد تستمر ساعات أو أيامًا يضطرب فيها إحساسه بذاته . . إحساسه بوجوده . . إحساسه بانتمائه لجنس معين (ذكر أم أنثى) . . فيسأل من أنا؟ . . وقد ينظر إلى نفسه فى المرآة فيشعر بالاندهاش والانفصال، تأتى له لحظات حيرة وتساؤل وتشكك فى القيم التى يؤمن بها وفى انتمائه وارتباطه بأشياء أو أهداف معينة . . لحظات محيرة معذبة باعثة على القلق والحزن . . ينتابه فيها إحساس بالخواء الداخلى . . وكأنه لا شىء . . أو وكأن جسده يحتوى على فراغ . . أو وكأن رأسه يحتوى على فراغ . . وكأن لا وجود له أو لا أصل لوجوده . . يصيبه حزن شديد إلى حد اليأس والشعور بالرغبة فى الموت . .

يا لغرابة الإنسان فى صوره المتعددة التى خلقه عليها الله وفى أحواله المتغيرة . . وصعوبات الحياة الحقيقية تنشأ من علاقات البشر مع بعضهم البعض . . فبعضهم أسوياء، والبعض نصف أسوياء والبعض الآخر إما مرضى كل الوقت، أو بعض الوقت . .

**الشخصية المتحاشية:**

أى الذى يتحاشى العلاقات الاجتماعية . يهرب من مواجهة الناس والالتقاء بهم بالرغم من رغبته الشديدة فى الدخول فى علاقات اجتماعية مشبعة ولقاء الناس والتفاعل معهم . . إذن هو يتفق مع الشخصية الانطوائية فى الهروب من الناس وتحاشيهم ويختلف عنها فى أنه يتألم لذلك ويود أن يكون فى وسط الناس ومعهم . أما الشخصية الانطوائية فتستريح للابتعاد عن الناس . .

صاحب الشخصية المتحاشية لماذا يهرب من الناس؟ لأن لديه حساسية شديدة للنقد لأنه يخشى ألا يلاقى ترحيبًا . لأنه يخشى الرفض . . أى أن يرفضوه ويلفظوه ولا يبالوا به . يخشى التجريح والإهانة . . إنه حساس جداً لكل هذه الأشياء . . إذا تلقى ضمانات أكيدة بأنه سيلقى كل ترحيب وأنهم سيفرحون لوجوده معهم وبأنه فوق النقد والتجريح والإهانة فإنه على استعداد لأن يلتقى بهم . . فهو يتوق للجلوس مع الناس والالتقاء بهم فى المناسبات المختلفة : زيارات . . رحلات . . أفراح . . ولكن المشكلة هى حساسيته الشديدة . . قلقه لاحتمال أن يكون شخصًا غير مرغوب فيه . . شخصًا مرفوضًا . .

كلنا يهمنا أن نعرف رأى الناس فينا . . كلنا يسعدنا قبول الناس لنا وترحيبهم بنا . . كلنا يقلقنا احتمال وجود مشاعر سلبية

تجاهنا . . كلنا نرفض أن نتواجد فى مكان ومع أناس لا يرحبون بنا . .

ولكن صاحبنا حساسيته مفرطة ومبالغ فيها وتملؤه خوفًا ورعبًا وظنّاً وتوقعًا غاية فى السوء وتصورًا خاطئًا لموقف الناس منه . .

وهذا الإنسان فى حالة دائمة من هبوط المعنويات ودائمًا يقلل من قدر نفسه ومن قدر إنجازاته ويشعر فى داخله بالخجل . . بقصوره وضعف إمكانياته، وهذا فى الغالب أمر غير حقيقى أو مبالغ فيه جداً . .

ولديه حنين دائم للحب والقبول . . وأحلام يقظته مرتبطة دائمًا بالناس . . بمكانته بينهم . . بترحيبهم وحبهم وقبولهم له . .

هذا الإنسان يعيش فى ألم . . فرض العزلة على نفسه بعيدًا عن الناس لمشكلة فى نفسه وليست فى الناس . . إنه كمن يملك ساقين سليمتين ويخشى المشى خشية الوقوع . . وهذا أمر وهمى غير حقيقى . . وبذلك تظل مشكلة الإنسان هى الإنسان . . أو مشكلة الناس هى الناس . . أى مشكلة الإنسان مع الناس . .

**الشخصية الاعتمادية:**

هو إنسان يصف نفسه بأنه عاجز . . أو غبى . . هو إنسان عاجز عن اتخاذ أى قرار ويسلم قيادته لغيره . . ولا يتحمل أى مسئولية تقتضى منه التزامًا ومتابعة وجهدًا واتخاذ قرار . . حتى أموره

الشخصية يعتمد فيها على غيره . . وأبعاد المشكلة تتضح أكثر إذا كان رجلاً . .

فالرجل عادة هو الذى يقرر لنفسه ماذا يعمل ومن يصادق وأين يسكن . . ولكن هنا يترك لزوجته اتخاذ القرار فى كل هذه الأمور . . فهى التى تقرر له ماذا يعمل . . ومن يصادق . . وأين يسكنان . . ومع من الجيران يأتلفان . . وأين يقضيان الوقت . . وأوجه إنفاق الدخل . . أى أنه يعتمد عليها اعتماداً كاملاً . . وهى التى تتولى عنه مسئولية تربية الأولاد ومتابعتهم دراسيّاً وسلوكيّاً وتربويّاً . . وهو يسكت حين تتكلم هى، أو لا يستطيع اتخاذ قرار حتى فى أبسط الأمور أثناء غيابها . .

وهو عمومًا يفتقد الثقة بنفسه ولا يتصور أن يعمل بشكل مستقل وبإرادته الخاصة ومن وحى تفكيره وحساباته وتدبيره، فهو لا يتصور عن نفسه أنه قادر على اتخاذ القرار السليم . . ولذلك فهو على استعداد لأن يتحمل أى أخطاء أو مساوئ شريك حياته ويتحاشى أن يغضبه فهو يخشى أن يفقده أو أن يدفعه للتخلى عنه، وبذلك يقع هو فى ورطة كبرى لأنه قد نظم حياته ورتبها على الاعتماد عليه كلية فى كل أمور حياته . . إنه يشعر بالضياع لو تخلت عنه شريكة حياته لأنه يعتمد على فى كل شىء . . حتى ملابسه هى التى تختارها له . . وبذلك يصبح كالطفل الذى يصاب بالذعر حين تبتعد عنه أمه . .

وهو يوافق الآخرين على آرائهم حتى وإن كان يعتقد فى خطئها . . فهو يخشى إن اعترض عليها أو خالفهم فى الرأى أن ينبذوه ويتخلوا عنه . .

وهو لا يبادئ بفعل شىء . . لا يطرح فكرة جديدة أو يبدأ مشروعًا مستقلاً . . وهو حساس جدآ للنقد أو الرفض إلى حد مخاصمة من يتصور خطأ أنه تجاهله أو أهمله أو انتقده . . وهو أيضًا لا يطيق الوحدة والتى تعمق إحساسه بعدم الراحة والعجز ويشعر بأسى شديد إذا انتهت علاقته بأحد . .

هذه الشخصية الاعتمادية قد تحظى أيضًا ببعض سمات الشخصية الهستيرية أو النرجسية أو المتحاشية أو شبه الفصامية . . ولكن تبقى السمة الرئيسية وهى الاعتمادية . . وهى شخصية معرضة للقلق والاكتئاب، ولكن أقسى معاناة تتعرض لها هى الوحدة وفقد الإنسان الذى تعتمد عليه . .

**الشخصية السلبية العدوانية:**

هو إنسان لديه عدوان كامن لا يستطيع أن يعبر عنه مباشرة فيلجأ إلى الطرق السلبية والخفية والمدمرة بطريق غير مباشر للتعبير عنه . . ولذلك فهو إنسان غير فعال لا يستطيع أن يحقق أى نجاح فى مجال العمل أو فى مجال العلاقات الاجتماعية أو حتى داخل نطاق أسرته . .

يخرب أى نجاح، ويعطل أى مسيرة، ويوقف أى تقدم، ولا يؤدى دوره كما ينبغى ولا يلبى احتياجات العمل أو الموقف ولا يلتزم بتعليمات أو توجيهات أو النصائح الصادرة من رؤسائه أو التى تتطلبها المصلحة العامة . . ويفعل أى شىء يعوق الآخرين عن أداء الدور المطلوب منهم، وذلك عن طريق امتناعه عن أدائه للدور المطلوب منه والذى قد يكون ضرورياً لاستمرار الآخرين فى استكمال دورهم . . ويتحجج أو يعتذر بالنسيان أو المرض أو عدم علمه وهو يفعل ذلك عن عمد وعن قصد وبهدف التخريب وذلك تعبيراً عن عدوانه الكامن داخله والذى لا يستطيع أن يخرجه بشكل مباشر وعلنى، فيلجأ إلى الوسائل السلبية غير المباشرة . . وهو دائم الاعتراض على السلطة . . ودائم النقد لرؤسائه ويرفض آراءهم أو نصائحهم المتعلقة به والمرتبطة بكيفية تحسين أدائه لعمله ويتصور أنه يؤدى عمله بطريقة أفضل من الآخرين ولذا يحتج ويشكو من أن رؤساءه يطالبونه ببذل جهد فوق طاقة أى إنسان . . ويجادل بعصبية إذا طلب منه أداء عمل لا يرغب فى أدائه . . وإذا أتيحت له الفرصة ليحدث تخريبًا كبيراً دون أن يراه أحد فإنه لا يتوانى عن ذلك أو إفساد تجربة فى معمل أو إغفال تقديم مستند مهم فى قضية . . وغير ذلك من الأعمال الشائنة التى تلحق ضرراً بالعمل وبالآخرين . . إنه العدوان الكامن الذى يعبر عنه فى الخفاء وبدون أن يراه أحد، وذلك لأنه عاجز عن المواجهة المباشرة . .

قد يفعل نفس الشيء مع شريك حياته أو مع صديق أو قريب وذلك عن عمد وقصد لإلحاق الضرر والإيذاء بهم . .

ولذلك فهو لا يجنى إلا فشلاً . . فلا ترقية أو تقدم فى عمله . . ولا نجاح أو دفء فى علاقاته الخاصة . . ولا فاعلية أو دور مؤثرًا فى حياة الآخرين . . واختفاؤه لا يجعل المحيطين يشعرون بالفقد، وإنما يدركون كيف كان معوقًا للمسيرة وللحياة . .

**الشخصية الانهزامية:**

وهو لا يهزم إلا نفسه . . يبحث ويجد فى البحث بهمة وحماس لكى يوقع نفسه فى الخطأ والذل ويتعرض لأنكر الهزائم وتلحق به الإهانات ليأسى على حاله ونفسه ويشفق على ذاته . . ويستدرج هو الناس لكى يسيئوا إليه أو يلعنوه أو يغضبوا منه أو يقاطعوه ويخاصموه، وكأنه يتلذذ بالهزيمة والمهانة والهجر، ثم يعود ويبكى ويولول ويشكو قسوة الناس وتجاهلهم وعدم تقديرهم وعدم مراعاتهم لمشاعره والتخلى عنه بسهولة وعدم تحملهم لأخطائه البسيطة غير المقصودة . . يضغط على الناس بشدة أو يحرجهم أو يطالبهم بما هو فوق طاقتهم ويستمر فى مضايقتهم حتى ينفجروا فيه ويلعنوه وبذلك يحقق بغيته فى إيقاع الناس فى خطأ عدم سيطرتهم على انفعالاتهم الغاضبة . .

يقلب المائدة فجأة وبدون مقدمات وبدون أسباب حقيقية ويفسد

كل علاقة طيبة ويقضى على كل إحساس طيب نابع من الناس تجاهه ويلحق الضرر المادى والمعنوى بنفسه . . ويهمه فى النهاية أن يعمق إحساس الآخرين بالذنب لخطئهم فى حقه . . بينما الحقيقة أنه هو الذى دفعهم دفعًا وبإصرار للصراخ فيه . .

ومنبع هذا السلوك هو عدم ثقته بنفسه وعدم تيقنه من حب الآخرين له واهتمامهم وترحيبهم بوجوده بينهم، ولذا فهو يضغط عليهم ليكتشف مدى تحملهم وتقلبهم له . .

❁❁❁

# الفصل التاسع

## سلوك غريب جداً

هناك العديد من الاضطرابات الجنسية . . ولكنى اخترت عدداً معيناً من الاضطرابات للحديث عنه فى هذا الفصل لاتسامها بالغرابة الشديدة إلى حد أن البعض لا يتصور وجود مثل هذه الأنماط من السلوك الجنسى . . وحتى المصابون بها يشعرون أنهم مختلفون بشدة عن بقية البشر ويتهددهم القلق المزلزل خشية أن يكتشف أمرهم . . بعضهم يعانى ويأتى طلباً للعلاج . . والأهل يجزعون . . وأيضاً شريك الحياة يصاب بصدمة عنيفة حين يكتشف أن شريكه غير سوى جنسياً . .

وعالم الجنس عالم غريب وغامض ومليء بالأسرار وكل إنسان يختلف عن الآخر . . عملية معقدة مرتبطة بالوراثة والتربية والبيئة والثقافة والشخصية . . مرتبطة بالمؤثرات الجنسية التى يتعرض لها الإنسان فى بداية حياته كطفل وكمراهق . . عملية معقدة لا تتحكم فيها فقط الأعصاب والهرمونات وإنما تسيطر عليها وتحركها أيضاً الأفكار والتخيلات والعواطف . . وعملى كطبيب نفسى جعلنى أسمع أشياء غاية فى الغرابة وكنت فى البداية أبدى دهشة ويأخذنى الاستغراب وتظهر على الحيرة ويفلت منى زمام السيطرة على أفكارى فأسرع بعيداً وتدهمنى عشرات الأسئلة عن كيف ولماذا أصيب هذا الإنسان بهذه الحالة!!

والتزامًا بخط هذا الكتاب الذى يهدف إلى مخاطبة الأسرة قبل المريض، فإننى أحب أن أؤكد الحقائق التالية فيما يتعلق بالاضطرابات الجنسية :

١- أن الطب حتى هذه اللحظة لا يعرف الأسباب الحقيقية وراء هذه الاضطرابات . . وبإمكانيات البحث الموجودة بأيدينا حاليّاً لا يوجد لدى الذين يعانون من الاضطرابات الجنسية أى خلل عضوى . . فهم تشريحيّاً وفسيولوجيّاً وهرمونيّاً أسوياء . .

٢- أن السلوك الجنسى غير السوى يأتى نتيجة رغبة اندفاعية قاهرة يكون من الصعب إجهاضها فى بعض الأحيان . . وإذا تم قهرها عانى صاحبها من الشعور بالإحباط وربما الانهيار . . وتكون المشكلة أعقد إذا كان سلوكه الجنسى غير السوى يعرضه للمساءلة القانونية إذا اكتشف أمره . .

٣- بعض هؤلاء المصابين بالاضطراب الجنسى يعانون ويتألمون . . واللذة الناشئة عن ممارسة سلوكهم غير السوى يعقبها ندم وأسى وحزن دفين ورغبة حقيقية جادة فى العلاج أو الخلاص من الحياة . .

٤- تفهم الأسرة وإدراكها للطبيعة المرضية للحالة ومساعدتها فى العلاج يخفف من هول العبء النفسى الواقع على كاهل المصاب ويرفع من روحه المعنوية فى إمكانية إيجاد علاج لحالته بمساعدة الله ثم المحيطين به والفاهمين بعمق لأبعاد حالته . .

٥- بعض الحالات يمكن مساعدتها بالعلاج النفسى السلوكى . . ولكن الأمر يحتاج إلى وقت وصبر ومتابعة وتعاون وتضحية . .

٦- المصاب بالاضطراب الجنسى يعانى من اضطرابات نفسية ثانوية أى أعراض نفسية نتجت عن معاناته الجنسية . . فهو يشعر بالقلق والاكتئاب والخوف والانطواء والانكسار . . وقد يشعر بالذل والمهانة . . ولذا لا داعى للتأنيب والتوبيخ والإحراج والضغط والمراقبة . . لا داعى لنظرات الاتهام وكأنه مجرم وهو ليس بمجرم وإنما هو إنسان يعانى . . النظرة إليه يجب أن تكون طبية نفسية بحتة . .

- وأولى هذه الاضطرابات حالة تعرف باسم «الفيتيشية» . . فبدلاً من أن يستثار الإنسان جنسيّاً بواسطة إنسان آخر نرى أن (جماداً) هو الذى يحركه . . مادة جماد هى التى تحرك مشاعره الجنسية . . إذن فهذه الحالة تخرب المعنى الحقيقى للجنس أو الهدف الإلهى السامى من الجنس وهو اقتراب إنسان من إنسانة لتحقيق اللقاء الذى يحقق ارضاء وجدانيّاً وجنسيّاً وينشأ عنه الذرية التى تعمر الأرض . . فى هذا المرض أو فى هذه الحالة لا يحتاج الإنسان للإنسان . . وإنما يكتفى بشىء جماد مرتبط بالإنسان . . الرجل فى هذه الحالة لا تثيره المرأة ولكن يثيره حذاؤها، وشعرها، وملابسها . . وهكذا . . وقد ينطوى الأمر على خطورة إذا أراد الحصول على شىء معين من امرأة كحقيبتها أو شىء من ملابسها الداخلية .

الإثارة الجنسية تتحقق بهذا الشيء الجماد ويتصاعد الأمر إلى النشوة النهائية وذلك بعيداً تمامًا عن المرأة ودون الاستعانة بها حتى فى خياله وهو يمارس العادة السرية . . إذن الفيتيشية هى إسقاط الإنسان للإنسان وإحلال الجماد مكانه كمثير جنسى . .

وطبعًا هذا الإنسان لا يمكن أن يفكر فى الزواج لأنه يشعر بالعجز الكامل مع أى امرأة . . لا امرأة تستثيره جنسيّاً . .

والحالة قد تبدأ فى الطفولة أو المراهقة . . وحين تبدأ تستمر وتصبح مزمنة إلا إذا كان هناك تدخل علاجى . . وفى معظم الحالات يأتى المريض طوعًا ولديه رغبة حقيقية فى التخلص من هذه الحالة التى تعرضه أحيانًا للمخاطر والتى تعوق استمرار حياته بشكل طبيعى وتمنعه من تكوين أسرة . .

- والأسباب الحقيقية لهذه الحالة غير معروفة . . وعلى المستوى السطحى يقال إنه حدث ارتباط شرطى بين الأشياء غير الحية . . أى الجماد وبين الإثارة الجنسية فى مرحلة مبكرة من العمر . . هذا الارتباط الشرطى الخاطئ المبكر أعاق الارتباط الطبيعى بالجنس الآخر . .

وعلى المستوى الأعمق . . هناك تفسير آخر تصدره لنا مدرسة التحليل النفسى ويرتبط بعقدة الإخصاء . . ولذا فالعلاج يختلف حسب المدرسة . . المدرسة الشرطية تتبنى العلاج السلوكى، والأخرى تتبنى العلاج بالتحليل النفسى . .

والعلاج السلوكى فى هذه الحالة يسمى العلاج بالنفور . . ويهدف إلى هدم الارتباط الشرطى الخاطئ عن طريق ربط الألم بالإثارة الجنسية التى تحدث بواسطة الجماد فنطلب من المريض أن يتخيل الشيء الجماد الذى يستثيره جنسيّاً . . وحين يشعر بالإثارة فعلاً نمرر تياراً كهربيّاً مؤلمًا على جانبى جبهته . . وبتكرار هذه العملية يحدث ارتباط بين الألم والشيء الجماد وما صاحبه من إثارة وبعد ذلك يصبح مجرد تذكر هذا الشيء الجماد يسبب ألمًا ونفوراً .

وأثناء فترة العلاج بالنفور يحتاج المريض إلى مساندة نفسية ، إذ سوف يتعرض لنوبات قلق واكتئاب وقد يحتاج إلى عقاقير للتعامل مع حالته النفسية التى سوف تتأثر أثناء فترة العلاج .

والتقسيم الأمريكى للأمراض يشير إلى شيء واحد فقط كتفسير لاختيار المريض للشيء الجماد المثير له جنسيّاً ، وهو أن هذا الشيء يرتبط بإنسانة معينه صاحبت المريض ولاحقته من بداية طفولته وعادة ما تكون هذه الإنسانة هى مربيته .

**تحول الزى:**

والحالة الثانية تعرف باسم «تحول الزى» وهى أيضًا من الحالات العجيبة ولا أحد يدرى إذا كانت نادرة أم شائعة رغم أن ما يعرض منها على الأطباء النفسيين قليل . . وفى هذه الحالة تتحقق المتعة الجنسية والراحة النفسية بارتداء ملابس الجنس الآخر . . وتبدأ الحالة فى سن مبكرة فى الطفولة أو مع بداية المراهقة . . ويتذكر

صاحب هذه الحالة أنه قد عوقب مرة فى طفولته حين ارتدى ملابس شقيقته . . وفى ذلك الوقت المبكر لم يكن يدرى لماذا فعل ذلك ! ! لماذا اتجه تلقائيّاً وغريزيّاً وبدون وعى منه وبدون أن يفهم سرّاً لهذه الرغبة الجامحة بداخله نحو ملابس شقيقته ويأخذها ويختفى فى حجرة يغلق بابها من خلفه ويتجرد من ملابسه ويرتدى ملابس شقيقته ويقف أمام المرآة يطالع نفسه وقد غمرته نشوة وسعادة وثمة أحساسيس أخرى سرت فى جسده . . .

وقد يكرر نفس اللعبة مرة أو مرتين بعد ذلك . . . وقد يعاقب إذا اكتشف أمره ثم ينسى الأمر . . . وتمر سنوات . . وتعاوده الحالة مرة أخرى مع بداية سن المراهقة . . . . وهنا يعنى الأمر أكثر . . . وتصبح مشاعره وأحاسيسه أكثر تحديداً . . . إما أن يشعر براحة نفسية وزوال القلق، أو يحس بأحاسيس جنسية تقترب من النشوة القصوى أو يشعر ويحس بكلا الأمرين معًا : الراحة النفسية والنشوة الجسدية . . . وعند هذه النقطة تبدأ الممارسة المنتظمة والمستمرة والمتعمدة .

إذا شعر بتوتر داخلى سارع الى الحجرة . . . وإذا ألح عليه الخاطر الجنسى سارع أيضًا الى الحجرة . . . . أى إلى الارتداء السرى لملابس المرأة . . وبعض الرجال لا يحصلون على الإثارة الجنسية الكافية للاتصال الجنسى بالمراة إلا بعد ارتداء ولو قطعة واحدة من ملابس امرأة . . . هذه القطعة تصبح المنبه أو المثير الذى يساعده على الاتصال بالمرأة . . .

إذن ارتداء ملابس الجنس الآخر إما أنه يحقق راحة نفسية وخلاصًا من قلق حاد داهم، أو يحقق نشوة جنسية كاملة خالصة

بدون ممارسة العادة السرية أو بممارسة العادة السرية أو أن اللجوء لملابس الجنس الآخر يكون لتحقيق درجة من الإثارة تساعد على الممارسة الطبيعية مع الجنس الآخر.

ويجب ألا نخلط بين هذه الحالة وحالات التحول الجنسى.. مريض تحول الزى لا يرغب فى أن يغير جنسه ولكنه فقط ينتشى ويسعد بارتداء ملابس الجنس الآخر أما مريض التحول الجنسى فإنه يرغب فى أن يتحول إلى الجنس المغاير لجنسه الذى ولد عليه ولذلك فهو يرتدى ملابس الجنس المغاير والذى تتفق حينئذ مع رغبته.

ومريض التحول الجنسى لا ينتشى جنسياً بارتداء ملابس الجنس المغاير.. إنه يرتديها لأنها هى ملابس الجنس الذى يريد أن يتحول إليه.. هذه الملابس تحقق له إرضاء وراحة نفسية لأنها ملائمة لمشاعره الداخلية. ومريض تحول الزى لا تتفاقم حالته وتتحول إلى رغبة فى التحول إلى الجنس الآخر.. إنه سعيد وراض بجنسه الذى ولد ونشأ عليه وإنما يسعد فقط بارتداء ملابس الجنس الآخر.

**المازوخية والسادية:**

من غرائب الاضطرابات الجنسية أيضًا.. وهما تكشفان عن غرابة العلاقة بين المرأة والرجل، وعن الغرابة الشديدة التى قد تحيط بالعلاقة الجنسية بين المتزوجين وغير المتزوجين.. وأن الاستثارة الجنسية يكون الحصول عليها أحيانًا بوسائل غريبة.

قرأنا عن الذى يستثار بحذاء امرأة . . أما المازوخية فمعناها أن الاستثارة الجنسية لا تحقق إلا بالإهانة والتعذيب والتحقير والإذلال والضرب المبرح أو أى وسيلة تسبب ألمًا جسديّاً أو نفسيّاً . . والمازوخية تصيب الرجال والنساء .

وإذا استعملنا كلمة مازوخية فى غير معناها الجنسى فإننا نستطيع أن نقول بشكل عام إن هناك قدرًا من المازوخية فى كل امرأة ، وإنه يستنكر أن يكون هناك أى قدر من المازوخية فى الرجل . . . . وتستخدم كلمة مازوخية هنا بمعنى الخضوع والاستسلام . . . أما بالمعنى الجنسى فالاستثارة الجنسية لا تحدث إلا عن طريق الألم الذى يتلقاه الشخص المصاب بالمازوخية من الطرف الآخر . . .

والمازوخية على مستوى التخيل قد تبدأ فى مرحلة الطفولة أو مع بداية المراهقة فيتلذذ الطفل أو المراهق على مستوى الخيال قيام شخص آخر بتعذيبه جسديّاً . . أو نفسيّاً . . وليس بالضرورة أن يصاحب ذلك متعة جنسية . . . وقد تبدأ المازوخية عند البالغ على مستوى الخيال ، وهنا يصاحب الخيال المازوخى استثارة جنسية عنيفة يعقبها ممارسة العادة السرية ويظل الشخص يتمنى أن يقابل طرفًا من الجنس الآخر يقبل أن يعذبه ويؤذيه ويظل مترددًا فى البوح برغبته الغريبة ، وكذلك يتردد فى الزواج إذ إن الممارسة الجنسية عنده تكون مستحيلة إلا إذا سبقها إهانة نفسية أو جسدية . . .

وقد يكتشف الإنسان ميوله المازوخية فى أول ليلة من الزواج إذ يصعب عليه مزاولة الجنس ويشعر أنه يحتاج لشىء يحركه ، شىء

يثيره، شيء يجعله قادراً فعلاً على المزاولة الجنسية الكاملة. . . وتتحرك غزائزه تلقائيّاً ويكتشف أن هذا الشيء الذى يحتاجه هو أن يهينه ويشتمه ويذله الطرف الآخر أو يضربه ويدميه. . . وتكون المصارحة صعبة جداً بل مستحيلة أحيانًا، وخاصة إذا كان المصاب هو الرجل، إذ كيف يطلب من زوجته فى بداية حياتهما الزوجية أن تشتمه أو تضربه؟! كيف يكون موقف الزوجة منه ؟! وهل سترضى؟! وكيف ستستقيم حياتهما الزوجية بعد ذلك !! ولكن الجنس مستحيل لديه بدون تلقى الإهانة والضرب. . .

حقيقة هو يرغب فى زوجته. . . ولكن هذه الرغبة لكى تتحرك ولكى تكون فعالة فإنه يرغب منها شيئًا آخر. . . . أو يرغب فيها بطريقة خاصة. . . بل متعته القصوى ونشوته ولذته وسعادته وكل مناه أن تصفعه وتركله وتبصق عليه وتكيل له أفظع الشتائم والإهانات. . . . هنا فقط ينتشى وتبتهج روحه وتنفتح مسامه ويشتد جلده وتندفع الدماء حارة فى شراينه ويستطيع حينئذ أن يمارس الجنس مع زوجته. . وقد يصر على طلبات معينة كأن تضع قدمها على صدره أو تسمح بأن يقبل قدمها وهو جاثم على الأرض وهى تجلس مترفعة وتعامله كخادم أو كعبد لها، ويسعده أكثر أن تتمنع وأن ترفض ويظل هو يستجدى ويستعطف أو قد يصر على أن تبول هى عليه. .

أمر صعب تخيُّله تمامًا ولكنه يحدث. . . ومعاناة الزوجة هنا رهيبة. . وقد تستسلم لطلباته الغريبة نظرًا لتوسلاته ورحمة به أو لأنها لا تجد مكانًا آخر تذهب إليه أو من الصعب الطلاق أو من أجل الأولاد وخاصة إذا ظهرت هذه الحالة بعد مدة من بدء الزواج. .

والمعنى هنا أن الرغبة لا تتحرك إلا بالمعاناة . . أو أن الجنس والمعاناة مترابطان . . . إذ لا متعة جنسية بدون ألم . . . والألم لا بد أن يسبق الجنس . . تتألم روحه ويتألم جسده قبل أن يسمح لنفسه بممارسة الجنس . . كأنه يريد أن يتلقى العقاب على ممارسته للجنس، وبدلاً من أن يكون العقاب بعد الممارسة، فإنه يطلبه قبل الممارسة حتى يزول خوفه وقلقه . . . أو كأنه يريد أن ينهى مشكلة ضميره الذى يؤنبه من أجل الجنس، والعقاب يهدئ من قسوة ضميره، فعذاب الجسد والنفس الذى يوقعه به شريكه فى الجنس أهون من عذاب الضمير . . أى أنه يقاوم عذاب الضمير بعذاب من نوع آخر ، أو أنه يخفف من عذاب الضمير ويجعله أضعف تأثيرًا . . . فهو يدفع فاتورة الحساب مقدمًا . . والألم الجسدى يحدث لذة مباشرة . . . وكذلك الألم النفسى يحدث لذة مباشرة . . . إذن الألم فى حد ذاته يبعث اللذة بالنسبة له، وهذا بُعْدٌ جديد ومهم للألم عند هذا الإنسان . . . فالألم عند معظم البشر يحدث ضيقًا وخوفًا ورفضًا ويتحاشاه الإنسان . . . أما فى حالة المازوخية فهو يبحث عنه ويطلبه ويستعذبه . . .

ونحن لا نبتعد فى هذه الحالة كثيرًا عن طبيعة المكتئب . . المكتئب الذى يعذبه ضميره . . . المكتئب الذى يحقر من أمر نفسه ويكيل التهم لنفسه ويقلل من قدرها ويصف نفسه بأنه تافه فقير جاهل حقير وأنه عبء وعار على الآخرين وأنه مصدر متاعب لمن حوله وأنه لا يستحق الحياة . . . ويقتل نفسه أى ينتحر وفى ذلك

أكبر إيذاء لجسده ونفسه ولكنه يسعد بذلك ويسعى إليه ويجد فى الموت الراحة . .

وهناك حالات أخرى يعذب فيها الإنسان نفسه ويؤذى جسده . . فمرض السمنة تشويه للجسد وتصر عليه المرأة رغم وجود الفرصة أمامها لتخفيض وزنها . . . وكذلك مرض فقدان الشهية العصبى الذى تفقد فيه الفتاة أكثر من ثلث وزنها ورغم ذلك تستمر فى الامتناع عن تناول الطعام ويتشوه شكلها ولكنها تستمر ولا تبالى . . ومرضى شد الشعر حيث تنزع الفتاة شعرها بيدها شعرة شعرة حتى تصبح صلعاء . . أو بأظافرها تدمى خديها جروحًا حتى يتشوه وجهها تمامًا . . أو ذلك الرجل الذى يستمر فى التدخين بشراهة رغم انسداد شرايين قلبه واقتراب شبح الموت مع كل سيجارة يدخنها، أو ذلك الرجل الذى يستمر فى تعاطى الخمر بإسراف رغم تليف كل أجزاء كبده وهو يعلم تلك الحقيقة ويعلم بوضوح أن كل كأس خمر تنقص من عمره شهرًا .

هل هى كراهية النفس أم اليأس من الحياة، أم صعوبة الاستمرار فى الحياة؟ إن كل الحالات السابق ذكرها يربطها خيط واحد وهو إيذاء النفس إما بيده وإما بيد الآخرين . . .

والذى يجعل حالة المازوخية تبدو أكثر عذابًا هو ارتباطها بالاستثارة والممارسة الجنسية . . . .

والمازوخية لا بد أن يكون فيها ممارسة حقيقية للألم . . . أما على مستوى الخيال فلا نعتبرها مازوخية كمرض، إذ إن بعض

الأشخاص لا يستثارون جنسيّاً إلا إذا سبق ذلك خيال مازوخى، فتتخيل المرأة نفسها فى وضع الاغتصاب، أو يتخيل الرجل نفسه وهو يتعرض للإهانة والضرب من امرأته، أو يتخيلها مع رجل آخر غيره . . . أما إذا طلب منها أن تحكى له قصصًا لغرامياتها مع رجال آخرين (سواء كانت حقيقية أو غير حقيقية) فتلك إذن مازوخية . أو نستطيع أن نعتبر أن هناك نوعين من المازوخية، نوع على مستوى الخيال ونوع آخر لا بد من تحقيقه أى حدوث ألم نفسى أو جسدى فعلى . .

أما السادية فتشكل خطورة حقيقية وتهديدًا فعليّاً للحياة الزوجية . . . ففى السادية ( والتى هى أكثر انتشارًا فى الرجال) لا يستثار الرجل إلا إذا قام هو بتعذيب زوجته وإيذائها نفسيّاً وجسديّاً والإيذاء قد يصل إلى درجة خطيرة تسفر عن جروح أو كسور وبذلك تصبح الحياة الزوجية مستحيلة .

قد تكون السادية فى حدود مقبولة للزوجة (وهنا تختلف كل زوجة عن الأخرى) فتقبل بعض الغلظة سواء اللفظية أو الجسدية ويساعد على ذلك وجود بعض المازوخية فى المرأة وبذلك يلتقيان عند نقطة تحقق لها الإرضاء المشترك . . . فالسادى لا تقبل الحياة معه إلا مازوخية، والمازوخية لا يرضيها إلا سادى . . والصعوبة طبعًا فى كيفية التوفيق بين الساديين والمازوخيات ليلتقوا ويتزوجوا . .

والزوجة السوية تصاب بالرعب حين يصر زوجها على توجيه ألفاظ قاسية لها قبل المعاشرة الزوجية مباشرة إذ يصر على ضربها

بشدة . . هو لا تتحقق إثارته ومتعته إلا بهذه الطريقة . . أما هى فتصاب تدريجيّاً بالبرود الجنسى ولا تستجيب معه أبدًا وتكره اللحظات التى يقترب فيها منها، وبعض الزوجات يطلبن الطلاق ويصررن عليه . .

والتخيل السادى الجنسى يبدأ فى الطفولة . . ولكن السلوك الجنسى السادى يبدأ فى أول مراحل الشباب . . . ودرجات السادية مختلفة ولكن الحالة تستمر وقتًا طويلاً إلى أن يضعف جسديّاً ويصبح غير قادر على إيذاء الطرف الآخر . .

والمغتصب قد لا يبغى من موقف الاغتصاب إلا إيذاء ضحيته نفسيّاً وربما جسديّاً بإثارة حالة الرعب فى داخلها ورؤية الهلع على وجهها وأن يسمع منها صرخات الفزع . . قد يرضيه هذا جنسيّاً ولا يبغى منها أكثر من ذلك، ولذا فإن الفحص الطبى للفتاة (فى حالات كثيرة من الاغتصاب) قد يثبت أن العلاقة الجنسية لم تتم على الإطلاق . . ولكن ليس معنى هذا أن كل المغتصبين ساديون، إذ إن هناك أسبابًا أخرى عديدة للاغتصاب . .

والسادى قد يداعب خياله الاغتصاب، والمازوخية قد يداعب خيالها أحلام الاغتصاب . .

- والحالة التى سنتعرض لها الآن لا تصيب إلا النساء . . وهى أيضا حالة غريبة لا يتم اكتشافها إلا فى أول ليلة من الزواج . . . أى فى ليلة الدخلة . . وهى تعوق إتمام الزواج تمامًا ربما لمدة سنوات

-إذا تحمل الزوج- وحتى يتم علاجها . . والعلاقة الجنسية لا تتم بين الزوج والزوجة نتيجة للانقباض الشديد للعضلات حول المهبل، ولذا تسمى بالتشنج العضلى المهبلى، أو بالتشنج المهبلى . . وهذا الانقباض العضلى يعوق الاتصال الجنسى تمامًا . . ويصاحب ذلك تشنج بقية عضلات الحوض وكذلك تشنج العضلات بأعلى الساقين مما ينشأ عنه ضم الساقين بشدة ويصبحان كعمودين من الخرسانة المسلحة . . ويصاحب ذلك حالة من الذعر والخوف وربما البكاء والصراخ إذا حاول الرجل بعنف فك هذا الحصار الحديدى فتبدأ المرأة فى إزاحته بيديها ومن المستحيل أن تنتهى المعركة بنجاح الرجل . .

وقد يظن الرجل أن هذا هو الخوف التقليدى فى أول ليلة ولكن مع كل محاولة يتكرر نفس الشىء حتى تفصح الزوجة له عن مخاوفها وعن عدم قدرتها على الاسترخاء وأن انقباض العضلات يتم دون إرادتها وهى صادقة فى ذلك .

والأمر هنا يحتاج إلى حكمة الزوج وتقديره وإدراكه أن زوجته تعانى من حالة مرضية تحتاج لعلاج . . واستمرار الزواج يتوقف على مدى قوة العلاقة بينهما ورغبة كل منهما فى الآخر ومدى حب الزوج لزوجته ومدى صبره وأيضًا مدى المرونة فى شخصيته التى تساعده على أن يلعب دورًا إيجابيّاً فى شفائها .

وفى مجال خبرتى الشخصية أن الرجال يصبرون . . . وأعرف زيجات استمرت أكثر من سبع سنوات دون أن يتم الاتصال الجنسى

بسبب إصابة المرأة بالتشنج المهبلى والحالة النفسية . . إلا حالات قليلة جداً جداً يكون السبب عضوياً . . وهو أى سبب يؤدى الى الإحساس بالألم أثناء الجماع وبذلك تتقلص العضلات لتعوق الاتصال الجنسى حتى لا يحدث ألم .

أما فى التشنج المهبلى النفسى فإن المرأة تتصور أن ألمًا شديدًا سيصيبها إذا تم الاتصال الجنسى . . ليس ذلك فقط ، ولكنها ستصاب بأضرار جسيمة قد تفقدها حياتها كأن يتهتك رحمها أو أمعاؤها نتيجة للاتصال الجنسى وهى لا تسطيع أن تتصور كيف يمكن أن يتم هذا الاتصال . .

وقد يرجع ذلك فى الحالات البسيطة الى جهلها بالصفات التشريحية والفسيولوجية لأعضائها التناسلية . . . ولكن برغم علمها أن العلاقة الجنسية تمت وتتم بين الملايين من النساء والرجال ، وأن هذه العلاقة ينتج منها أطفال . . . وأن حجم الطفل فى الغالب لا يقل عن ثلاثة كيلو جرامات وأنه يعبر من نفس الممر - فإنها لا تستطيع أن تقاوم مخاوفها . . . وهذه المخاوف لا تتحرك إلا إذا حاول زوجها الاتصال الجنسى الفعلى ولكن إذا وقف الزوج عند حد المداعبات السطحية فإنها تستجيب وتسترخى وتستمتع جنسياً ، إلا أن كل شىء ينقلب رأسًا على عقب إذا نسى نفسه أو إذا خدعها وحاول فجأة الاتصال الجنسى . . هنا يتوقف استمتاعها وتتقلص عضلات المهبل والحوض والساقين فى أقل من جزء من الثانية وتداهمها حالة القلق والخوف إلى حد الرعب وتعرق وتسرع ضربات قلبها وتزيحه بعنف بعيداً عنها . .

وقد يكيف الزوجان حياتهما على ذلك . . أى القناعة بالاتصال الجنسى السطحى الذى يحقق إشباعًا جنسيّاً كاملاً للمرأة ومنقوصًا للرجل ولكنه -مرغمًا- يرضى به .

وبالطبع لن ينجبا . . ويتساءل الأهل . . وسيجد الزوجان أى حجة يعتذران بها . . وقد يصارح الزوج أهل زوجته بالموقف، أو قد يصارح أهله، أو قد تصارح هى أهلها بحقيقة مشكلتها وخاصة إذا أبدى الزوج تذمرًا أو ضغطًا عليها للعلاج . . وهى تريد أن تعالج ولكنها تخشى الشفاء . . إنه صراع غريب . . فهى تريد أن تصبح مثل كل النساء . . تريد أن تحمل وأن تلد . . تريد إرضاء زوجها والحفاظ عليه . . ولكنها تخشى اللقاء . . والاتصال الجنسى الكامل معناه الألم والتدمير والجراح والموت . . .

والأسباب النفسية متعددة . . . وكلها تؤدى فى النهاية إلى القلق والخوف . . القلق والخوف من إتمام الاتصال الجنسى ويكون رد الفعل هو الانقباض العضلى ليعوق الاتصال الجنسى . . .

وقد تكون الحالة حديثة المنشأ، حيث تكون المحاولات الأولى للزوج مصحوبة بالألم . . وقد تكون الحالة البسيطة حين تكون معلوماتها عن حجم أعضائها خاطئة، إذ لا تتصور أن يتم الاتصال الجنسى بدون حدوث كارثة جراحية . . أو قد ترجع الحالة إلى صدمة جنسية فى مرحلة الطفولة . . صدمة تكون هى قد نسيتها، ولكن يبقى أثرها فى عقلها الباطن، وحين الزواج تتجدد المخاوف القديمة -ولكن بدون أن تتذكر الحادثة ذاتها- وهى مخاوف مرتبطة

بوحشية العلاقة الجنسية وما نتج عنها من إصابة دموية لأعضائها الجنسية وربما أيضًا لأمعائها.

وقد تكون الحالة بسبب الخوف عمومًا من الرجال وكذلك الخوف من الحمل والولادة وما ينطوى على ذلك من أخطار تهدد حياتها..

- والزوج يلعب الدور الأول فى شفاء زوجته..

- المطلوب فى البداية ألا يهملا أو يؤجلا استشارة الطبيب.. وقد يلجأ لطبيب النساء فى البداية وذلك مهم لاستبعاد الأسباب العضوية النادرة جداً.

- ومن المهم ألا يخبرا أى أحد من الأسرتين.

- ومن المهم أيضًا أن يستمرا فى الاستمتاع بالعلاقة الجنسية السطحية وأن يكون الزوج شهمًا وصادقًا فى وعده لزوجته بأنه لن يتعدى هذه الحدود حتى تطمئن أكثر وتسترخى أكثر وتقوى بينهما العلاقة.

- وعلى الزوجة أن تكون واضحة وصريحة تمامًا مع الطبيب النفسى فى البوح بكل مخاوفها الشعورية، وعلى الطبيب النفسى بوسائلة الخاصة أن يصل الى عقلها الباطن ويعرف الأسباب اللاشعورية لمخاوفها.

- نتائج العلاج مضمونة... ومعظم الأبحاث تؤكد أن نسبة الشفاء ١٠٠٪ وذلك يتوقف على تعاون الأطراف الثلاثة ونضج الزوجة وصبر الزوج واهتمام الطبيب النفسى..

والعلاج النفسى السلوكى هو أسرع علاجًا وأضمن نجاحًا.

والفكرة هى كيف نجعل هذه المرأة تسترخى ولا تنقبض عضلاتها.. وذلك لن يحدث إلا إذا زالت مخاوفها الخاطئة.. وهذه المخاوف الخاطئة لن تزول إلا إذا حلت التصورات الصحيحة محل التصورات غير الصحيحة... وهذا يتم تدريجيّاً... وبتأنٍّ شديد.. جرعة جرعة... وهذا يحتاج الى وقت وجهد وصبر وتعاون.

فى البداية نعالجها على مستوى التخيل... بعد عدة جلسات نفسيه ومع تأثير مهدئ قوى نجعلها تتخيل تدريجيا حدوث الاتصال الجنسى حتى نستطيع أن نصل إلى مرحلة التصور الكامل للاتصال الجنسى على مستوى الخيال دون حدوث أى انقباض عضلى مهبلى..

بعد الانتهاء من هذه المرحلة بنجاح يمكن الانتقال للمرحلة الثانية ويستعان فيها بطبيب النساء الذى يعينها على الوصول إلى حقيقة مهمة جداً وهى إمكانية استيعاب الموسعات فى مهبلها بدون حدوث أى أضرار... وتلك خطوة مهمة تحتاج لتأنٍّ وصبر ووقت وجهد.. خطوة خطوة.. وأن تسهم هى بدور إيجابى وبدون ضغط من الطبيب للتأكد من هذا..

وبعد ذلك يأتى دور الزوج وتحت مباشرة الطبيب النفسى وتحت تأثير المهدئات التى تؤدى إلى زوال الخوف والقلق وأيضًا استرخاء العضلات ثم وفق خطة معينة يقترب الزوج تدريجيّاً ولكن تحت

السيطرة الكاملة من الزوجة فهى التى تتحكم فى كل شىء حتى يتم كل شىء تدريجيّاً وحتى تستطيع الانتقال من مرحلة إلى أخرى بدون أدنى شعور بالخوف أو القلق . .

وقد يستغرق الأمر عامًا كاملاً أو أكثر، ولكن النتيجة الطبية مؤكدة ١٠٠٪ بتوفيق من الله وبفضل زوج صبور ومحب، وزوجة ناضجة ومحبة، وطبيب مهتم محب لعمله . .

**باختصار**: علاج التشنج المهبلى هو الحب . .

- وتبقى مشكلات جنسية أخرى ولكنها أقل غرابة وأكثر شيوعًا يعانى منها عدد غير قليل من سكان الأرض فى كل مكان . . وأهمها العجز الجنسى . . العجز عن عدم قدرة أو عن عدم رغبة . . والناس قد تتصور أن العجز يصيب الرجال فقط . . ولكن هذا خطأ . . العجز الجنسى يصيب النساء مثلما يصيب الرجال . . المشكلة أن الرجل عليه أن يبادئ . . . أى أن يأخذ الخطوة الأولى . وأثناء الخطوة الأولى تكون المرأة سلبية وإيجابيتها تبدأ بعد إتمام الخطوة الأولى من الرجل بنجاح . . إذن لم تتم الخطوة الأولى بنجاح . . . فإن أى شىء لن يتم وبذلك سوف نجهل موقف المرأة . . . ولقد تعودنا أن نجهل أو نتجاهل موقف المرأة . . والتركيز دائمًا يكون عى الخطوة الأولى التى هى من جانب الرجل . . . ولهذا فإدراكنا لعجز المرأة محدود . . وعجز المرأة لا يقل خطورة وأهمية عن عجز الرجل . .

- والعجز أسبابه نفسية بنسبة تتعدى الـ ٩٠ ٪ . . ونسب العجز قد تكون عالية . . . والعجز درجات . . وقد يعى الإنسان -رجلاً او إمرأة - أنه عاجز تمامًا أو عاجز بدرجة أوبنسبة معينة . وقد لا يعى أنه عاجز على الإطلاق . . . ورغم ذلك فإن الحياة تمضى ولا مانع من إضافة ألم بجوار آلام أخرى كثيرة من مصادر متعددة . . . وبعض الناس تجد طريقها للعلاج . . . والبعض الآخر لا يعرف أو لا يهتم . .

والعـــجـــز بمعناه المحـــدود هو توقف عـــضـــو عن أداء وظيفته . . . ولكن العجز له معنى أشمل وأعمق . . . فعاجز البصر قد يرى -ببصيرته- أفضل من المبصرين . . . كما أن مكتمل القدرة الجنسية قد يعجز عن إسعاد الطرف الآخر جنسيّاً وفاقد القدرة الجنسية قد يحقق إرضاء جسديّاً وعاطفيّاً ونفسيّاً للطرف الآخر . إذن الأمر يحتاج إلى مناقشة مفهوم العجز بمعناه الأعمق والأشمل .

ماذا يرضى الإنسان؟! وكيف يرضى ؟! ماذا يقنع الإنسان ؟! كيف يشبع الإنسان؟! وهل يشبع ؟! ومتى يعجز بالرغم من أنه تشريحيّاً وفسيولوجيّاً سليم معافى؟! أو بمعنى أدق لماذا يعجز بالرغم من سلامة أعضائه ؟

إن هذا شرحه يطول كما أنه أمر خارج عن الهدف من هذا الكتاب الذى يتناول الأمور الحرجة والحادة والأكثر غرابة .

إن العجز يحتاج إلى صفحات طويلة وطويلة .

وثمة مشكلة أخرى انتشارها مقلق، وتأثيرها محير وعلاجها متعب، وموقف الناس منها فى أنحاء الأرض متباين ومختلف ألا وهى مشكلة الشذوذ الجنسى والمقصود به هنا الجنسية المثلية أى العلاقة الجنسية التى تنشأ بين الرجل والرجل وبين المرأة والمرأة . . .

هم وهن أسوياء سطحيّاً أو فعليّاً . . . ذكاء وعلمًا وعملاً وسلوكًا فى الحياة . . . لا أحد يلحظ أو يشك فى شىء . . . بل قد يتميزون فى أشياء بعينها : نبوغ علمى !! إبداع فنى !! . . . والمشكلة تبدأ فى مرحلة مبكرة من العمر . . . ميل فطرى تلقائى غريزى طبيعى غير موجه وغير مكتسب وغير متعلم . إذن هكذا خلْقَتُه وهكذا خلْقَتُها . . . إذن لماذا ؟ . . . وبالرغم من السلامة التشريحية والفسيولوجية والكميائية والهرمونية !!

كيف حدث هذا؟! ولماذا هذا الإنسان بالذات؟! وما مصيره فى الحياة ؟! كيف سيؤثر اختلافه عن بقية الناس على مستقبله وعلاقاته واستقراره وسعادته كإنسان فى المجتمع؟! وهل من علاج؟! وهل هو أو هى يريدان العلاج أم يفضلان البقاء على حالهما؟! أم أن هذا البعض يرفض حالته هذه ويبغى أن يتحول إلى إنسان طبيعى مثل كل الناس؟!

وهل هذه الحالة منتشرة حقّاً أكثر مما نتوقع وأكثر مما تدلنا عليه الأرقام الإحصائية؟!

هل هناك من يعانون ولا يعترفون أو لم يكتشف أمرهم؟!

هل هناك من يعيشون حياتين : حياة طبيعية وحياة شاذة؟!

أسئلة كثيرة ومحيرة ولا إجابة على بعضها والأمر يحتاج صفحات وصفحات كما أنه أمر خارج عن نطاق المضمون الفعلى - كما قلت- لهذا الكتاب الذى يتناول أشياء ذات درجات حرارة مرتفعة ولها علاج سريع وقاطع بنسبة ١٠٠٪ فى معظم الحالات.

العجز والشذوذ موضوعان.. التحدث فيهما بدون علم كامل يسبب أضراراً جسيمة للقارئ... وهى مسئولية كل عالم إذا أراد التصدى لموضوع يكتب فيه للرأى العام وليس للمتخصصين، حيث الكتابة للمتخصصين أسهل والكتابة للعامة أصعب وأخطر.. ولهذا سوف أرجئ «العجز.. والشذوذ» لمزيد من الوقت والصفحات والتأنى.

❁❁❁

# الفصل العاشر

## ميثاق الشرف

العلاقة بين المريض والطبيب علاقة مقدسة . . وترتفع درجة القدسية إلى أقصى حد لها إذا كان المريض يعانى نفسيّاً . . . وحين كنت تلميذًا كنت أرى أن العلاقة بين التلميذ وأستاذه هى أقدس علاقة . . . وما زلت أراها كذلك، ولكنها تأتى فى المرتبة الثانية فى القدسية بعد علاقة المريض بالطبيب . . وهى علاقة تنشأ بسبب الألم . . . ذلك الألم الذى يلجئ المريض إلى الطبيب . . . والطبيب بعلمه الذى أعطاه الله إياه يحاول أن يخفف من هذا الألم ويزيله . . . والطبيب محظوظ أن سخره الله لهذا العمل . . فهو مختار . . وهذا تكريم . . إنها أرفع وظيفه . . وهى ليست بوظيفة، وإنما واجب مقدس . . . وأداء هذا الواجب ينطوى على عذاب مثل عذاب الأنبياء . . . فالطبيب يحمل هم مريضه فى قلبه ويتألم لألمه ويتألم أكثر إذا فشل فى إزاحة ألمه . . وهكذا النبى يحمل هم الناس فى قلبه ويتألم لضعفهم وجهلهم وجحودهم ونكرانهم ويتألم أكثر إذا أصموا آذانهم عن الحق، ومنعوا نور الهدى أن يخترق عقولهم وقلوبهم . .

والإنسان حين يتألم يقول : يا رب! ثم يبحث عن الطبيب . . أى قدسية . . وأى مكانة رفيعة . . وأى دور عظيم فى حياة الناس!

النبى يهدى القلوب والعقول . . . والمدرس ينير العقول ويبنى الشخصية . . والطبيب يزيل الآلام لتصبح الحياة أجمل وأمتع . . . وهى وظائف تحتاج الى إبداع . . وكابدة . . استعذاب العذاب . . صبر . . اجتهاد، ولذا فهى ليست بوظائف وإنما هى أدوار مهمة وخطيرة يسخر لها بعض الناس لخدمة الناس .

والطب النفسى هو طب أعظم الآلام .

والطبيب النفسى هو الأب والأخ والابن والصديق . .

إن دوره غير محدد بالتفصيل فى كتب الطب النفسى . . الكتب تصف الأمراض وتقرر العلاج فقط . . أما دور الطبيب النفسى فى حياة المريض فلم يوصف بكلمات لأنه فوق كل الكلمات . . . ولذا من الصعب أن نحدده بميثاق شرف . .

لكل مهنة ميثاق شرف . . . ولمهنة الطب ميثاق شرف . . . ولكل قرع فى الطب ميثاق خاص به يتعلق بنوعية التخصص . . . وميثاق الشرف يختلف عن القوانين واللوائح والتعليمات . . يختلف عن القوانين المنظمة للمرور . . ويختلف عن القوانين التى تحدد علاقة المالك بالمستأجر . . ويختلف عن القواعد التى تحكم العلاقة بين البائع والمشترى .

ميثاق الشرف تمامًا عن ميثاق حماية المستهلك . .

ميثاق شرف مهنة الطب فوق كل قانون . . إنه شىء أسمى . .

والنصوص المدونة فى ميثاق شرف مهنة الطب أقل بكثير من النصوص غير المدونة . . . فهناك ميثاق مكتوب وآخر غير مكتوب . .

والمكتوب هو الأشياء السطحية الشكلية . . أما غير المكتوب فهو الأخطر والأهم والأكثر قدسية .

- المكتوب يطلع عليه الناس . . وغير المكتوب يطلع عليه الله .

- المكتوب ينظم علاقة شكلية . . وغير المكتوب ينظم علاقة إنسانية . .

- المكتوب يكتبه ويقننه بشر . . أما غير المكتوب فمُسْتَوحًى من قيم السماء . . . قيم الحق . .

- المكتوب يلزم أبناء المهنة بأسلوب أو قواعد معينة فى ممارستهم للمهنة سواء اقتنعوا أم لم يقتنعوا . . . أما غير المكتوب فإن كل إنسان يلزم نفسه به . . . لأنه نابع من داخله . . . من وجدانه . . من ضميره . . ولهذا فهو مقتنع به تمامًا إلى حد الإيمان . .

- إذن ميثاق الشرف المكتوب هو ميثاق سطحى . . شكلى . . أما غير المكتوب فهو أصيل عميق مقدس نابع من عند الله .

- وتعالوا نناقش بعض جوانب العلاقة بين المريض والطبيب النفسى :

١ - المريض النفسى حين يزور الطبيب فى عيادته أو مستشفاه يجب أن يشعر أنه يزور صديقًا أو أخًا . . وعلى الطبيب أن يستقبله بترحاب صادق . . والترحاب قد يكون زائفًا . . والابتسامة قد تكون مصطنعة . . أى المسألة تصبح تمثيلاً فى تمثيل . . وبهذا ينغلق قلب المريض . . المريض النفسى حساس جداً . .

والطبيب غير الصادق فى مودته ينكشف أمره بعد وقت. يشعر المريض بزيفه.. والضرر الذى يقع على المريض حينئذ ضرر خطير.. إنه مثل خطأ الجراح.. ولكن خطأ الجراح يمكن محاسبته أما زيف مشاعر الطبيب النفسى والتى تجرح أحاسيس مريضة فلا يمكن محاسبته عليه.. وهذا أمر لا يمكن أن ينص عليه ميثاق الشرف.. إنه أمر لا يكتب.. إنه الميثاق غير المكتوب..

بعض الأطباء أكثر زيفًا من الزيف نفسه، وبعض الأطباء يقترب صدقهم من صدق الأنبياء.. ولا يمكن الوصول إلى قلب وعقل المريض النفسى إلا من خلال الترحاب الصادق الودود.

٢- كان الرسول -عليه الصلاة والسلام- يحادث قومًا ذوى وجاهة وجاءه رجل ضرير فقير يسأله عن أمر، فعبس الرسول وتولى عنه وانصرف إلى حديثه معهم.. فأنزل الحق آية فيها عتاب للرسول.. آية تأديب وتوجيه لمن وصفه الله بأنه على خلق عظيم..

والمريض الفقير يجب أن يكون أهم عند الطبيب من المريض الغنى.. المريض النفسى الفقير حساسيته مضاعفة وإساءة معاملته تجرحه حتى الموت.. والطبيب الزائف يستقبل مريضه الغنى بترحاب وحنان ومودة وظُرف ويعطيه اهتمامًا وتركيزًا وعناية.. ولكنه يعبس فى وجه مريض فقير ويماطل فى مقابلته

ويعطيه اهتمامًا محدودًا أو لا اهتمام . . يشع وجهه بشرًا مع المريض الغنى ويكفهر وجهه ويتحجر قلبه مع المريض الفقير . .

كيف ينص ميثاق الشرف على هذا المعنى؟ إنه أمر لا يمكن كتابته والمحاسبة عليه . . إنه أمر لا نجده إلا فى الميثاق غير المكتوب . .

٣- تفشل أى قوانين فى تنظيم العلاقة المادية بين الطبيب والمريض . . وهو أمر غاية فى الحساسية والتعقيد . . ولكن غير المتصور أن يحرم أى إنسان من حق العلاج لأنه فقير . . والفقير يتعفف ويتألم فى صمت . . ويحسبهم الجاهل أغنياء من التعفف . . وهذا الفقير يجب أن يلقى كل رعاية وتقدير من الطبيب . . وكلنا فقراء إلى الله . . والمال مال الله . . ولا أحد يأخذ معه من الدنيا وهو يلاقى ربه . .

وهذا أمر لا يمكن تنظيمه عن طريق ميثاق الشرف . . بل كل طبيب يعرف كيف طريقه إلى المرضى الفقراء الذين يحبونه . . وبعض الأغنياء والأغنياء جداً بالذات يبخلون ويماطلون أو يمتنعون عن دفع أتعاب الطبيب . . وبعض الأطباء يغالون جداً فى أتعابهم فوق قدرة غالبية الناس . . وهذا الطبيب ينسى أن هناك عائداً آخر مهماً غير العائد المادى، وهو توفيقه فى شفاء مريضه وبسمة الرضا على وجه المريض . . بسمة الشكر والحب والعرفان بالجميل . . قد يكون الطبيب ماهرًا ولكن مغالاته تفقده البعد الإنسانى الذى يجب أن يحسه كل

مـريض . . يـجب أن يشـعـر المريض بلمـسـة الأنبـيـاء من يد طبيبه . . والأنبياء لم يتقاضوا أتعابًا من البشر . .

الجـانب المادى له آثاره السلبيـة فى عـلاقة الطبيب بالمريض . . ولكـن فى مـهنة الطب -والطب النفـسى بالذات- لا يجب أن يقيس ويحدد ويزن الطبيب قدر عطائه بقدر ما يحصل عليه من المريض . . بل إن عطاء الطبيب يجب أن يكون بلا حدود حتى يشفى المريض . . وهو عطاء لا يمكن تقديره بمال . . وهو عطاء يجازى عليه الله . . ولذا يجب على الطبيب أن يحيل جزءًا من أتعابه إلى الله . . فعطاء الله أكثر سخاءً . . وهو عطاء ومضاعف عشـر مرات أو سبـعـمائة مـرة وربما أكثر . . والله يضـاعف لمن يشاء .

والمرض قد يكون مـزمنًا أى يحتـاج لمتابعـة وعـلاج لسنوات . . وهذا معناه أن جزءًا من ميزانية الأسرة يستقطع للعلاج ربما على حسـاب ضـروريات أخـرى . . ومن واجب الطبيب أن يطلع على الأحوال المالية للأسرة وتلك أحد الأسرار التي يجب أن يحافظ عليها . . وعلى المريض أو الأسرة ألا يتحرجا أو يخشيا الإفصاح للطبيب عن الحالة المادية . . وعلى الطبيب أن يراعى سعر الدواء وكميته وأن يصف الدواء الأرخص الأنفع . . وألا يبالغ فى طلب الفحوصات . .

وواجب الطبـيب أن يشـرح للمـريض أهـمـيـة وضـرورة كل فحص، إذ لا ضرورة ولا معنى لأن يطلب الطبيب من مريض

القلق النفسى أو الفصام إجراء رسم للمخ . . فرسم المخ مطلوب لحالات الصرع أو حين يكون هناك ضرورة قصوى لذلك، مثل هياج المريض أو محاولته للانتحار أو رفضه للعلاج . . وارحموا من فى الأرض يرحمكم من فى السماء . .

٤- والطبيب يجب أن يكون قدوة ومثلاً أعلى لتلاميذه . . والعلم يأتى فى المرتبة الثانية، أما الأخلاق فتأتى فى المرتبة الأولى . . والأخلاق هى الصدق والأمانة والشرف والرحمة والعدل . . هى الإنسانية فى معاملة المريض . . هى التضحية فى سبيل الواجب . . الطبيب قد يكون عالمًا عظيمًا ولكنه فاسد النفس، وهذا أشد ضررًا وأخطر . . لأن تلاميذه سينبهرون بعلمه وبريقه وشهرته وجاهه وماله ونفوذه وبهذا سيحاكونه ويتوحدون معه . . ولكن بدون أن يدروا سيكتسبون منه أيضًا الجوانب الخربة السيئة الفاسدة فى شخصيته . . ستعمى أبصار التلاميذ بالنور الساطع من أستاذهم وستنغلق عقولهم عمن سواه وبذلك يفقدون القدرة على التفرقة بين الجوانب الإيجابية والجوانب السلبية فى شخصيته . . وبذلك سيتسبب هذا الطبيب فى خلق أجيال من الأطباء خربى الذمة . . والمصيبة تصبح مصيبتين فى مجال الطب النفسى لأن الإبهار أكثر والخداع مجاله أوسع وتكييف وتقنين الخداع أسهل . . والسيكوباتى المبدع يلبس عباءة الصدق بينما قلبه أجوف . . كيف يُنص على هذا فى ميثاق الشرف؟

إن هذا أمر من الصعب كتابته . . ومن الصعب بل من المستحيل أيضًا أن تنص عليه القوانين، إذ من الصعب أن يوجد نص يقول :

يعاقب أستاذ الطب النفسى بكذا وكذا إذ ثبت أنه كان مثلاً سيئًا لتلاميذه وأنه ساهم بطريق مباشر أو غير مباشر فى إفساد طبيب شاب . .

٥- وثمة أمور أخرى كثيرة وخاصة فى مجال الطب النفسى لا يمكن أن يشتمل عليها ميثاق أو ينص عليها قانون . . ولا رقيب إلا الضمير ولا مراعاة إلا لوجه الله . . مثلاً مدة استمرار العلاج . . بعض الحالات تحتاج علاجًا طويل المدى أى لسنوات . . والعلاج لسنوات قد تكون له آثاره الجانبية بعيدة المدى . . ويمكن للطبيب أن يقوم بتخفيض الجرعة تدريجيّاً حتى تصل إلى الحد الأدنى الذى يحافظ على استمرار تحسن المريض وبدون تعريضه للنكسات . . ولكن هذا التخفيض قد يصاحبه نكسة غير متوقعة، وهذا يضع الطبيب فى موقف حرج أو فى صورة الطبيب الذى فشل فى منع النكسة، وهذا يؤثر على سمعته ويكون مدعاة لأن يذهب المريض لطبيب آخر . . والأمر متروك هنا لخبرة الطبيب وعلمه ومتروك أيضًا لضميره . . الضمير الحى يفرض عليه أن يحاول باستمرار فى اتجاه تخفيض كمية العلاج حتى يتحاشى ظهور الأعراض الجانبية التى تظهر بعد سنوات طويلة . . والضمير النصف الحى يجعله يتغاضى عن تخفيض العلاج حتى يستمر

التحسن وحتى يتحاشى احتمال ظهور نكسة يلام هو عليها . .

وأيضًا قرار الجلسات الكهربائية . . حقيقة أن العلاج بالكهرباء ليس له آثار جانبية خطيرة بل هو أكثر أمانًا فى بعض الأحيان من العقاقير . . ولكنه أمر محفوف بمفاهيم اجتماعية معينة وبإحساس المريض تجاه حالته وأيضًا مشاعر الأسرة أو الزوجة أو الزوج . . بالإضافة إلى أن إعطاء جلسة كهربائية أمر يستدعى جهدًا ووقتًا وتكلفة مادية . .

الجلسات الكهربية مغريات فى أنها تحدث تحسنًا سريعًا . . ولكن العقاقير أيضًا تحدث نفس التحسن ولكن بعد أسبوعين أو أكثر . . والطبيب يجب ألا يقع تحت هذا الإغراء وأن يتردد أكثر من مرة قبل اتخاذ قرار الجلسات الكهربية . . وأن يحسب كل الحسابات ويراعى كل الظروف . .

الجلسات الكهربية نقررها للمريض الذى يحاول أو يفكر فى الانتحار بإلحاح، وللمريض الذى لم يستجب للعلاج بالعقاقير وأيضًا للمريض المتهيج . .

- وأيضًا قرار إدخال المريض للعلاج بالمستشفى : إنه أمر صعب على الأسرة وعلى المريض . . ونظرة المجتمع ما زالت متخلفة . . الأهل والأصدقاء والجيران وزملاء العمل . . ولذا

يجب أن نقصر العلاج داخل المستشفى على الحالات التى يستحيل علاجها خارج المستشفى مثل الانتحار والهياج ورفض العلاج . .

العلاج فى المستشفى أسهل وأسرع وأضمن بالنسبة للطبيب ، ولكن يجب ألا يخضع لهذا الإغراء وأن يراعى ظروف المريض وطبيعة المجتمع الذى نعيش فيه . .

وفى كل الأحوال يجب على الطبيب أن يشرح للمريض أو لأسرته أسباب اتخاذه لأى قرار . . يجب أن يقضى معهم وقتًا كافيًا لشرح وإيضاح خطة العلاج . . فى الدول المتحضرة مطلوب من الطبيب أن يشرح للمريض مهما كانت حالته ومهما كانت درجة تعليمه كل شىء عن مرضه . . وعن العقاقير التى يصفها له . . وكيف تعمل . . وما فائدتها . . ومتى تظهر علامات التحسن . . وما الأعراض الجانبية المتوقعة . . وما الأضرار قريبة المدى أو بعيدة المدى . . هذا من حق المريض . . ومن حق أسرته . . وهذا أمر يمكن أن تنص عليه مواثيق الشرف أو ينص عليه فى القوانين التى تنظم ممارسة المهنة . . وأشكال العلاج فى الطب النفسى مجهولة لغالبية الناس . . ولهذا يجب توضيحها للمريض وأهله . . فهناك علاج نفسى وعلاج عضوى . . والعلاج النفسى إما فردى وإما جمعى وإما سلوكى . . والعلاج العضوى بالعقاقير أو الكهرباء . .

٦- إذن التعالى على المريض مرفوض مهما بلغت عظمة وشهرة وعلم الطبيب . . التعالى والغطرسة والغرور والكبرياء . . هذه أشياء جارحة للمريض النفسى بالذات .

وتسهم فى إضعافه أكثر بدلاً من زيادة ثقته بنفسه . . حقيقة أن المريض يحتاج للطبيب . . ولكن الطبيب أيضًا فى حاجة للمريض . . فلا طبيب بدون مرضى . . ولولا المرضى لما كان هو . . والغطرسة دليل ضعف داخلى . . وهى أيضًا دليل على رداءة المعدن . . والغرور لا يعنى علمًا غزيرًا، فالعالم الحقيقى يتواضع أكثر . . العالم الحقيقى يحترم مرضاه ويراعى مشاعرهم ويتودد إليهم بصدق ويقترب منهم بفهم واقتدار . .

وهذا أمر لا يمكن أن ينص عليه ميثاق الشرف المكتوب . . بل يتضمنه الميثاق غير المكتوب . .

٧- ومشكلة المشاكل هى علاقة الزميل بالزميل والتى قد تؤثر سلبياتها على علاج المريض وخاصة فى مجال الطب النفسى . لا شك أن كل طبيب بل كل إنسان يريد أن يتميز ويتفوق ويبرز ويكون هو الأحسن والأفضل والأعلم . . وكل إنسان وكل طبيب يستطيع ذلك بالاجتهاد والجهاد والعمل المخلص . . وتفوق طبيب لا يمنع من أن يكون هناك أطباء آخرون متفوقون والمنافسة فى مجال الطب يجب أن تتسم بأعلى درجات الشرف لأنها تهدف فى النهاية إلى تخفيف آلام البشر وإسعادهم . .

بعض الأطبـاء يكرهون إلى حـد الموت تميـز وتفـوق زمـلاء آخـرين . . يقلقهم نجاح طبيب جديد . . لا يسعدهم شفاء مريض على يد طبيب آخر غيرهم . .

وأخطر وأسوأ سقطة للطبيب حين يقلل من قيمة زميل له أمام المريض .

المريض النفسى فى رحلة مرضه يتردد على أكثر من طبيب . . والمأسـاة أن يخـتلف كل طبـيب مع الآخـر ويقـرر عـلاجًـا مـخـتلفًـا . . والمأسـاة المحـزنة أن ينتـقص من قـدر زمـلائه الآخرين . . وهو يفعل ذلك بخبث وعن قصد سيئ ليبرز هو فى النهاية كأفضل طبيب . . وبعد انتشار الوعى الطبى أصبح المريض لا يثق بالطبيب الذى ينتـقـد زمـلاءه ولا يشعـر مـعـه بالارتياح وقد لا يثق بعلاجه . .

**والمريض قد يتعرض لمخاطر بسبب ذلك الطبيب الحاقد:**

- تغيير نوعية العلاج يسبب انتكاسة ٤٠٪ من مرضى الفصام الذين استقروا على عـلاج ما لفتـرة طويلة ووصلوا إلى درجة من الاستقرار . . فمرض الفصام أنواع ودرجات . . وهناك نوع تختفى فيه الأعراض تمامًا بالاستمرار على علاج معين . . فما دام المريض يتناول هذا العلاج فلا أعراض، ويستطيع المريض أن يستمـر فى حياته بشكل أقرب إلى الطبيعى . . وهناك حالات أخرى تتحسن لديها بعض الأعراض وتستقر ويستطيع المريض إلى حد كبير أن يعيش داخل المجتمع بدون أعراض مقلقة أو معوقة . .

والأسرة تطمع فى مزيد من التحسن أو تتمنى أن يعيش مريضها بدون علاج . . ولذا ورغم التحسن وبعد الاستقرار فى العلاج والمتابعة مع طبيب معين فإنهم يذهبون إلى طبيب آخر . . وينظر الطبيب الجديد إلى روشتات العلاج بنظرة الامتعاض وعدم الرضا، وقد يقول كلامًا مغطى يحمل أيضًا انتقادًا لزميله : إن علاج الزميل أفاد فى مرحلة معينة وعلينا الآن أن نغير العلاج . . . وبعد أسبوعين أو أكثر تحدث الكارثة وتنتكس الحالة . .

والتغيير قد يكون مضحكًا . . مجرد تغيير الأسماء، أى تغيير غير مبنى على أساس علمى، فيقرر العلاج بأقراص ستلازين بدلاً من التريلافون . . وأقراص الباركينول بدلاً من أقراص الكوجينين وحقن الموديكيت بدلاً من حقن الفلونكسول وأقراص الفريزيوم بدلاً من أقراص الفاليوم، وأقراص اللوديوميل بدلاً من أقراص التربيتزول . . إنه تغيير لمجرد التغيير حتى تتاح له فرصة انتقاد زميله وحتى يشعر المريض أنه فعل من أجله شيئًا جديداً . . وهذا خطأ كبير . . فالمريض سوف يحترم طبيبه أكثر ويثق به ويتشبث به إذا قال له إن العلاج السابق علاج مفيد جداً وإن طبيبك السابق هو أفضل طبيب . . استمر على نفس العلاج . . لا ضرورة لأى تغيير . . هكذا يفعل الطبيب العالم المخلص الواثق بنفسه . .

تغيير العلاج فى الطب النفسى له أسباب معروفة مثل عدم الاستجابة الكافية للمريض وهنا نصف عقاراً مختلفًا من مجموعة مختلفة . . ويجب أن نعطى لكل عقار الوقت الكافى . .

فمثلاً لا نغير علاج الفصام أو علاج الاكتئاب إلا بعد مرور ستة أسابيع على استعمال عقار معين بشرط إعطاء الجرعة الكافية . . إن التسرع والتغيير قد يحرمان المريض من فرصة الشفاء على العقار الأول الذى قد يكون هو العقار المناسب فعلاً . .

قد لا يستجيب المريض لعقار معين بعد استخدامه لمدة كافية وبجرعة كافية . . حينئذ يحق لنا التغيير . . وعدم استجابة المريض لعقار معين لا تعنى عدم كفاءة الطبيب ولكن تعنى أن لكل مريض عقارًا معينًا يُشفى عليه . . وحتى الآن لم يتوصل الطب النفسى إلى الطريقة الدقيقة لاختيار العقار المناسب . . إذ لا بد من المحاولة . . والمريض الذى استجاب لعقار معين سوف يستجيب لنفس العقار إذا تعرض لنفس الحالة بعد سنوات، ولذا فإنه من واجب الطبيب أن يتعرف على العلاجات السابقة التى استجاب لها المريض ولا ينقص من قدر الطبيب أن يعيد وصف العقار الذى وصفه طبيب من قبله فى أزمة سابقة . .

- الطبيب العظيم . . والعالم الكبير . . والمثل الأعلى والقدرة الصالحة، هو الذى يحترم زملاءه ويراعى الله والحق والعلم فى تقرير أى علاج لمريضه . .

٨-والطبيب العالم يجب أن يسهم فى تثقيف الجماهير . . إن دوره يجب أن يتعدى حدود عيادته ومستشفاه وقاعات الدرس . . التثقيف الطبى ضرورة . . وأن يهدف للوقاية من المرض

وكذلك الاكتشاف المبكر وأيضًا الإسعافات الأولية التى يمكن أن يقوم بها غير الطبيب . . إن قدرًا متوازنًا من المعلومات الطبية مطلوب لكل مواطن . . المعلومات الطبية ليست حكرًا على الطبيب . . والمريض المثقف طبيّاً سيناقش طبيبه ويعرف حقوقه ويعرف أكثر واجباته، وسيتبع التعليمات الطبية . . وهذه هى أهمية الإعلام الطبى . . وهذا هو واجب كل طبيب يستطيع أن يخاطب الرأى العام بشرط ألا يكون المقصود بذلك الدعاية الشخصية البحتة . . وهذا حق لكل طبيب يعرف علمه بحق ويجيد مخاطبة الناس . . وهذا أيضًا حق لكل مواطن حسب درجة ثقافته وتعليمه . .

والمجلات العالمية الجماهيرية «غير العلمية» تخصص صفحات مطولة لمواضيع طبية بأقلام الأطباء المتخصصين وكذلك تفعل الإذاعات المرئية والمسموعة . . وهناك أيضًا مجلات متخصصة فى المواضيع العلمية والطبية موجهة للعامة . .

إن أى ميثاق للشرف يجب أن ينص على أن من واجب الطبيب أن يخرج من عيادته ومستشفاه إلى الناس ليحميهم من الوقوع فى المرض، وذلك بتعليمهم وتثقيفهم، وإحدى الوسائل المهمة لذلك هى أجهزة الإعلام المستنيرة . .

٩- وأقدس ما فى العلاقة بين الطبيب النفسى ومريضه هو ذلك الجانب المتعلق بالحفاظ على أسرار المريض . . وإذا أهدر ذلك

الجانب فقد أهدر كل شيء وانهار الأساس فى هـذه العلاقـة ولا يقـابله أو يماثله إلا انهيـار الهـرم . . وليس من حق أحـد أن يطلع على أى شيء يدور بين الطبـيب والمريض حـتى وإن كـان أبسط الأشياء وأتفهها . . وليس من حق أحد مهما كانت درجة قربه من المريض أن يسـأل عن حـالتـه وتطورها أو يسـأل عن حق نوعـيـة العـلاج الذى يتعـاطاه . . ليس من حق أحـد أن يحـصل على أى تقرير يفيد بأن المريض يتردد على العـلاج أو يفيـد بحالتـه . . لا تعط أى ورقة أو أى تقرير إلا للمريض ذاته حتى وإن كـان طالب التقرير هو الأب أو الأم وذلك لأمر يعود بالفائدة على المريض . .

ليس من حق أحـد أن يطلع على أى من أسـمـاء المتـرددين للعـلاج . . ليس من حق أحـد أن يعرف إذا كـان فلان قـد تردد على العيادة أو أنه ما زال يتردد أو أنه أنهى علاجه . .

- وإذا كـان هناك أمـر مـا يتـعلق بمصلحـة المريض العـلاجيـة وأراد الطبـيب أن يناقش هذا الأمـر مع أسرة المريض فعليه أن يسـتأذن أولاً من المريض ذاته فإذا رفض فليس من حق الطبيب أن يناقش أى أمر مع أقرب إنسان للمريض حتى وإن كان ذلك فى مصلحة العلاج . .

ليس من حق الأب أو الأم أو الأخ أو الأخت أو الابن أو الابنة أو الزوج أو الزوجـة أو الخطيب أو الخطيبـة أن يسـأل عن أى شيء يتعلق بالمريض . .

إذا جاء أحد من هؤلاء بداية ليسأل هل يعالج فلان عندكم يقال له نحن لا نعرف أحدًا بهذا الاسم . .

- إذا جاء أحد من هؤلاء ليسأل عن طبيعة الحالة أو نوع العلاج أو مستقبل الحالة يقال له اذهب وتعال مرة أخرى بصحبة المريض لنقول لك ما تريده بعد استئذان المريض . .

- إذا جاءت الفتاة على استحياء أو بدون حياء وقالت : لقد عرفت أن خطيبى يعالج عندكم وأريد أن أعرف بصفتى ابنة لك أو بصفتى إنسانة هل أكمل زواجى به . . يقال لها بداية : نحن لا نعرف أحدًا بهذا الاسم . .

أما إذا كان الخطيب المريض هو الذى أخبرها بعلاجه فيقال لها : اذهبى وتعالى مرة أخرى بصحبة المريض لنجيب لك على أسئلتك فى وجوده . .

والسؤال المحير هنا : هل نخبرها بكل الحقيقة؟

والإجابة بشكل قاطع ومحدد : ليس من حق الطبيب أن يخبرها بأى شىء حتى وإن كانت بصحبة خطيبها وحتى إذا وافق هو على ذلك . . إن هذا أمر يخصه هو وحده وعليه هو أن يخبرها بنفسه . .

وإذا جاء الخطيب المريض يسأل : هل أخبر خطيبتى بطبيعة حالتى؟ فالإجابة نعم . . وهذه نصيحة مخلصة ومفيدة إلى أقصى حد لكل مريض ولكل أسرة . . من البداية لا بد من المصارحة الكاملة . . الصدق تاج عظيم على رأس كل مريض وكل أسرة . . والصدق دليل على وجود مجموعة من الصفات العظيمة الأخرى كالشرف والأمانة والإخلاص والوفاء . . وخاصة أن معظم الأعراض تشفى ولا تعوق استمرار الزواج .

أما إذا كان المرض يعوق استمرار الحياة الزوجية بشكل طبيعى فإن من واجب الطبيب أن يخبر المريض وأسرته بذلك وأن ينصح بعدم الزواج على الإطلاق . . إذا أهمل الطبيب توضيح ذلك فإنه يعرض المريض وأسرته لكارثة . .

هناك أشياء دقيقة جداً وحساسة يحتاج المريض لأن يحكيها لطبيبه ولن يحكيها إلا إذا اطمأن اطمئنانًا كاملاً أن طبيبه سوف يحافظ على أسراره حتى وإن مات فى سبيل ذلك . .

١٠- يطلب من الطبيب النفسى أحيانًا فحص مريض عقلى ارتكب جريمة ما . . محامى المريض قد يدفع بعدم مسئولية موكله بسبب مرضه . .

والسؤال الذى توجهه المحكمة للطبيب النفسى بعد فحص المريض يتعلق بمدى مسئولية الجانى عن جريمته . . مدى تأثير المرض العقلى على إرادة المريض وقدرته على التمييز بين الصواب والخطأ . .

- فى هذا الموقف الطبيب مسئول أمام الله مباشرة . . وحسابه عند الله . . ولا يوجد ميثاق شرف أو قانون يستطيع أن يحاسب هذا الطبيب . . ضميره وحده هو الرقيب . . والأمر هنا يتعلق بإنسان آخر قُتل أو اعتُدى عليه . .

وأى طبيب نفسى يجب أن يكون ملمّاً تمامًا بالطب الشرعى النفسى . . أى ذلك الفرع من الطب النفسى الذى يتعلق

بدراسة سلوك المريض الذى قد يؤدى بسبب المرض إلى ارتكاب جريمة فى حق المجتمع وأفراده . . وكلمة الطبيب قد تكون فاصلة وتؤثر على قرار القضاة . .

وقد يهرب من المسئولية الجانى الحقيقى وقد يعاقب مريض حقيقى . . وهذا الخطأ قد يحدث بسبب جهل الطبيب أو انحرافه . . وصعب التفرقة بين الجهل والانحراف . . والتلاعب بالألفاظ سهل . . وقد يجيد الدفاع عن وجهة نظره . .

وقد يخفى انحرافه وراء جهله . . والتشخيص فى الطب النفسى يختلف عن بقية فروع الطب الأخرى . .

التشخيص فى الطب النفسى يعتمد على الحكم الشخصى والخبرة الشخصية للطبيب حيث لا أجهزة تعين على التشخيص الدقيق . .

وإذا كان الطبيب سيكوباتياً ويجيد فن الكلام والإقناع والإبهار . . فإن أى كلمة حق يقولها يريد بها باطلاً وهو حينئذ لا يتورع عن كتابة تقرير غير سليم ليبرئ به قاتلاً ولكن الله يمهل ولا يهمل . .

١١- كذلك كتابة شهادة مرضية غير حقيقية أى مزورة هو أمر بعيد عن الشرف . . شهادة يستفيد بها عامل لكى يمنح إجازة أو مواطن لكى يعفى من التجنيد أو سيدة لتجهض جنينها . . وبالمثل الامتناع عن كتابة تقرير طبى صادق يحتاجه المريض أمر قاس على نفس المريض . .

هناك طبيب مصداقيته ضعفية جداً وهناك طبيب آخر كل كلمة يقولها أو يكتبها تزن ذهبًا . .

١٢ - إنهاء الحمل أمر يجب ألا يتم إلا فى أضيق الحدود وحين يكون هناك تهديد فعلى لصحة الأم . . تهديد بمعنى انتكاسة مرضية حادة تحتاج لعلاج مكثف قد يستلزم حجزها بالمستشفى، أو حين يكون هناك احتمال قوى جداً لحدوث تشوه خلقى للجنين نتيجة لتعاطى الأم نوعية معينة من العقاقير النفسية خلال الثلاثة أشهر الأولى من الحمل . . وفى هذه الحالة يكتب الطبيب النفسى تقريراً طبياً مفصلاً موجهًا إلى طبيب النساء بضرورة إنهاء الحمل . . والطبيب وحده هو الذى يقرر هذا الأمر ويجب ألا يخضع لرغبة الأم أو لتخوفاتها أو لمجرد عدم رغبة الأب فى الجنين . . وقد يحدث العكس أى تصر الأم أو الأب على الإبقاء على الحمل رغم وجود المخاطر . . وفى هذه الحالة يجب على الطبيب النفسى أن يكون حازمًا وحاسمًا فى إصراره على إنهاء الحمل . . وبالرغم من أن التشويه الذى قد يتعرض له الجنين أمر نادر الحدوث وغير مؤكد . . وقد لا يتذكر أى طبيب نفسى فى خلال ٣٠ سنة من العمل أنه حدث تشويه لجنين نتيجة لتعاطى الأم العقاقير النفسية خلال الثلاثة أشهر الأولى . . ولكن بالرغم من ذلك يجب أن يكون الطبيب واضحًا وصريحًا ليس فقط ليحمى نفسه ولكن ليساعد الأم

على اتخاذ القرار السليم . . وهذا هو الأهم وهذا هو الجزء غير المنصوص عليه فى ميثاق الشرف . .

ميثاق الشرف المكتوب يلزم الطبيب النفسى بأن يوضح الأمر صراحة للمريض وبذلك يكون «عمل اللى عليه» وأخلى مسئوليته . . أما ميثاق الشرف غير المكتوب والذى يمليه ضمير الطبيب فإنه يلزمه بأن يقف مع هذه السيدة حتى تصل إلى القرار السليم، أى يتحمل المسئولية معها وأن يساعدها بإخلاص، أى يتبنى قضيتها وكأنها شقيقته المسئول عنها . . أى نصوص أو قوانين بلا روح . أما المسئولية فهى أمر يحس به الضمير والوجدان ويتحمله العقل . . وقد يلتزم إنسان ما بالنصوص والقوانين والتعليمات التزامًا دقيقًا ولكنه بالرغم من ذلك لا يكون فعالاً . . لا يكون مفيدًا . . بل بالعكس قد يكون مضراً ومؤذيًا ودون أن يتعرض لأى محاسبة أو مساءلة لأنه لم يخطئ حسب نص القوانين . .

ولذا ونحن نربى الأجيال الجديدة من الأطباء النفسيين لا ينبغى أن نضحك عليهم بميثاق شرف مكتوب أجوف سطحى بلا روح . . لا هدف من ورائه إلا الدعاية الشخصية . . بل يجب أن نساعد كلاً منهم أن يدعم فى داخله كل القيم الفاضلة والتى تملى على قلبه وعقله أفضل ميثاق شرف غير مكتوب . . ميثاق صادق يؤمن به ويعمل به . . ميثاق مستوحى نصاً وروحًا من تعاليم الخالق . . . ميثاق يكون قلبه وروحه ودماؤه شيئًا واحدًا فقط هو : الرحمة . .

## الختام

البداية هى استفتاح باسم الله . . أما الختام فهو سلام . . وهو سلام أمرنا به الله . . سلام نلقيه على كل إنسان . . على العدو لعله يصفو، وعلى الحبيب تأكيداً للمودة . . سلام نختم به كل مقال ونودع به كل مكان . . سلام إذا ضاع منا ضعنا فى الحياة . . وما المرض النفسى إلا افتقاد للسلام الداخلى بعد ضياع السلام الخارجى . . سلام الإنسان مع الإنسان . . والسلام هو نبع يفيض على الوجه بابتسامة صافية، ويفيض على الصوت بعذوبة حانية، ويفيض على اليد برقة دافئة . . الإنسان الذى يتنعم بالسلام، ويُنعم بالسلام، يحيط به النور من فوقه ومن تحته ومن أمامه ومن خلفه وعن يمينه وعن يساره . . يمشى ملكًا . . يأسر القلوب . . يحبه الله، وهو يحب الناس، والناس تحبه .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

د. عادل صادق

❁❁❁

## الفهرس


الموضوع الصـفحة

مقدمة ..... ٣

**الفصل الأول:**

العلاج النفسى ..... ١٣

**الفصل الثانى:**

الخيانة المرضية ..... ٢٣

**الفصل الثالث:**

التحول الجنسى ..... ٣٩

**الفصل الرابع:**

المحـــــارم ..... ٥١

**الفصل الخامس:**

الخــوف ..... ٦٣

**الفصل السادس:**

ضغوط الحياة ..... ٧٣

**الفصل السابع:**

من أنت من أنا من هو ..... ٨٥

الشخصية الانطوائية ..... ٨٩
الشخصية القهرية ..... ٩٤
الشخصية السيكوباتية ..... ١٠٠

**الفصل الثامن:**

سمات الشخصيات المضطربة ..... ١١٣
الشخصية الاضطهادية ..... ١١٣
الشخصية الهستيرية ..... ١١٩
الشخصية النرجسية ..... ١٢٥
الشخصية الشبه الفصامية ..... ١٢٩
الشخصية الحدية ..... ١٣١
الشخصية المتحاشية ..... ١٣٥
الشخصية الاعتمادية ..... ١٣٦
الشخصية السلبية العدوانية ..... ١٣٨
الشخصية الانهزامية ..... ١٤٠

**الفصل التاسع:**

سلوك غريب جداً ..... ١٤٣
تحول الزى ..... ١٤٧
المازوخية والسادية ..... ١٤٩

**الفصل العاشر:**

ميـــثـــاق الشـــرف ..... ١٦٥
الخـــــتـــــام ..... ١٨٧
الفـــهـــرس ..... ١٨٩