



مصطلحات عامة (2)

د. دارين الرمضان

علم النفس السلوكي

3

S.P

60

12

4/10/2018



مدققة

RB Medicine

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ^_^

نتناول معكم في هذه المحاضرة الحديث عن علم النفس والطب النفسي وعلاقتها منتقلين إلى الحديث عن الذكاء وماهي مقاييسه وختاماً سنتحدث عن دورة حياة الإنسان من لحظة ولادته وحتى وصوله لعمر الشيخوخة.
نتمنى لكم دراسة ممتعة ... فلنبداً 😊

رقم الصفحة	الفقرة
2	علاقة علم النفس والطب النفسي بالمجتمع
3	علاقة علم النفس والطب النفسي بالدين
4	الذكاء
6	كيف يتم تقييم الذكاء؟
7	دورة الحياة (من الولادة إلى بدء المشي)
9	دورة الحياة (بين الشهر الثامن عشر والثلاث سنوات)
9	دورة الحياة (بين الثلاث سنوات إلى الست سنوات من العمر)
10	دورة الحياة (بين الست سنوات والبلوغ)
10	دورة الحياة (المراهقة)
11	دورة الحياة (الكهولة)
11	دورة الحياة (الكهولة المتأخرة)
11	دورة الحياة (الشيخوخة)

أولاً: علاقة علم النفس والطب النفسي بالمجتمع

لا تزال نظرة المجتمع للشخص المصاب باضطراب نفسي تتسم بالرحمة، وخاصة إذا عرف الأهل والأقارب أن هذا الشخص يراجع طبيباً نفسياً أو معالجاً نفسياً.

العديد من الناس يحجم عن الزواج من عائلة فيها مريض نفسي "خاصة إذا كان المريض أنثى لأنها من تحمل الجنين فيخافون انتقال المرض إليه".

وبالرغم من تغير هذه النظرة في السنوات الأخيرة إلا أنها ما تزال موجودة وبقوة.

هناك بعض العائلات التي تضع مريضها النفسي في مشفى للأمراض العقلية لسنوات عديدة ولا تسأل عنه، وقد تقول للناس أنه مات أو سافر.

من الملاحظ أن الكثير من الناس يغفلون أو يتغافلون بشكل مقصود عن المرض النفسي، ويعززون الأعراض التي يرونها على أحد أفراد الأسرة لأسباب أخرى كالرغبة بلفت الاهتمام أو التمارض أو المرور بظرف صعب وسوف يخرج منه بسرعة ... الخ

البعض يفسر الخلل النفسي الحاصل عند المريض بأنه مسّ من الشيطان أو سحر (عمل) وبالتالي الحل عند الشيخ الذي سوف يشفيه أو يخفف معاناته بطريقة ما "والملاحظ أن الشيخ يشكل الملاذ الأول قبل اللجوء للطبيب النفسي عند الكثيرين".

نشاهد أحيانا في بعض الاضطرابات النفسية عند الأطفال مثل تناذر فرط النشاط، ونقص الانتباه، التوحد، التخلف العقلي، واضطرابات السلوك، ويحكم أن هذه الأمراض تترافق بحركة زائدة وإيذاء ممتلكات أو أشخاص.



ملاحظة: بعض الأهل يلجؤون للعنف الجسدي في التعامل مع أطفالهم دون أن يعرفوا أن هؤلاء مرضى وأن أفعالهم التي يقومون بها خارجة عن سيطرتهم.



ثانياً: علاقة علم النفس والطب النفسي بالدين

☑ من المعتقدات الشائعة جداً أن المرض النفسي سببه قلة الإيمان، وأن الإنسان المؤمن لا يصاب بالمرض النفسي، وبالتالي يتم تحميل المريض مسؤولية فوق طاقته بالطلب منه أن "يعود الى علاقته القوية بالله مما سوف يسهم بشفائه".

☑ بالرغم من أن جزء من النظرة السابقة صحيح إلا أن باقي الصورة لا تكتمل إلا بتوضيح الأمور التالية:

◆ ثبت علمياً أن الاضطراب النفسي له أساس بيولوجي عضوي يسبب حصوله. وهو الخلل الحادث في بعض النواقل العصبية الدماغية، والخلل التشريحي في بعض البنى الدماغية، وبالتالي "موضوع قلة الايمان أو كثرته لم يعد له علاقة واضحة وصريحة".

◆ عددٌ كبيرٌ من المصابين باضطراب نفسي جربوا بالأساس دون أو بطلب منهم ذلك أن يلجؤوا الى الصلاة وقراءة الكتاب المقدس وغيرها من الوسائل لكي يتغلبوا على تلك المشاعر والأفكار التي تحدث لهم ولم يجدوا الشفاء أو التحسن.

◆ من الخطورة أن نقول لمريض اكتئاب مثلاً أن سبب حالته هو قلة إيمانه، لأننا بذلك نزيد لديه مشاعر الذنب التي هي موجودة أساساً، مما قد يدفعه لزيادة اليأس والتشاؤم في حياته وبالتالي اللجوء للانتحار.

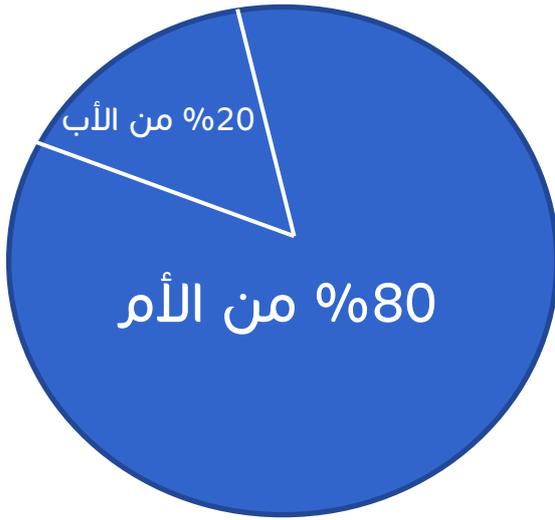
◆ كذلك هنالك خطأ قاتل يقع فيه بعض الأسر وهو اعتقادهم أن هذا المريض لن يقدم على الانتحار لأنه **حرام**، وبالتالي فهم يهملون مراقبة هذا المريض واتباع إرشادات الطبيب بهذا الخصوص، ليتفاجؤوا فيما بعد بقيامه بالانتحار.



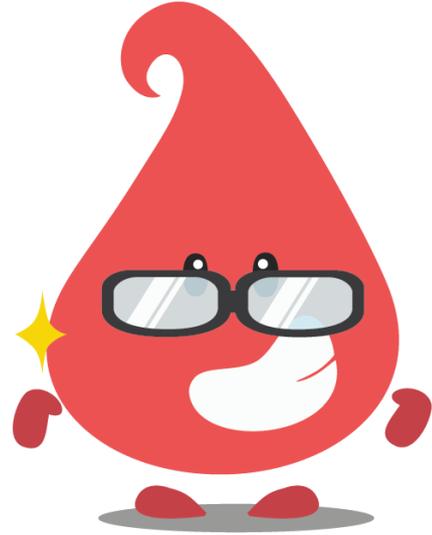
ثالثاً: الذكاء

اختلف تعريف الذكاء حسب المدارس النفسية والخبراء، لكن تم وضع تعريف عام للذكاء: وهو القدرة العقلية العامة التي تمكن الشخص من التعلّم، واكتساب الخبرات والمهارات، وحل المشكلات، والتخطيط، والتفكير المنطقي، وإدراك العلاقة بين الأمور والمحاكمة الجيدة.

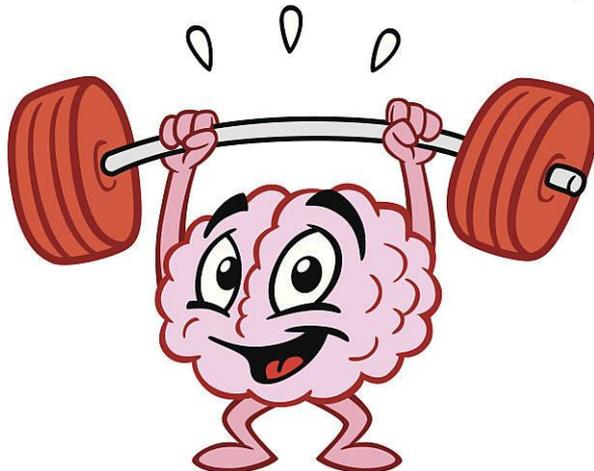
- ◀ الأهم في تحديد الذكاء هو الوراثة، ثم تأتي البيئة المحيطة في المقام الثاني.
- ◀ عندما نذكر البيئة المحيطة بالطفل فإننا نقصد وجود أو عدم وجود الإمكانيات أمامه للتواصل مع الآخرين، واللعب، والرسم، والتعلم، والإبداع، وتكوين الشخصية المتوازنة، والتشجيع والتحفيز، أو بالعكس الاستهزاء، ووضع العراقيل، وإهماله.
- ◀ الطفل الذكي بالفطرة إذا عاش في ظروف عائلية غير مواتية، كأن يكون معزول عن أقرانه، أو غير قادر على متابعة دراسته لسبب ما، أو مهملًا، أو ضحية للعنف النفسي والجسدي والحرمان العاطفي، أو أمه متوفية بعمر مبكر قد لا يستطيع تنمية هذا الذكاء والاستفادة منه.



وراثة الذكاء من الأبوين



ويعرّف الذكاء أيضاً بأنه: مجموعة من القدرات والمهارات الذهنية المختلفة والمتواجدة بنسب متفاوتة عند الناس، والنقص في أحدهما لا ينفي صفة الذكاء مادامت المهارات الأخرى جيدة.



ماهي أهم هذه القدرات؟

- 1- **القدرة على الإدراك:** أي القدرة على فهم ما يجري حوله وتحليله والاستنتاج والاستدلال من الوقائع الموجودة وإدراك العلاقة بين الأشياء المختلفة وبالتالي القدرة على معالجة المستجدات والتصرف تجاهها.
- 2- **القدرة على التعلم:** أي القدرة على الاستفادة من الخبرات والتجارب السابقة والتعلم من الأخطاء لاستنتاج الدروس.
- 3- **الإبداع:** بمعنى ربط القدرات التعليمية بالتفكير والتخيل، للقيام بعمل جديد أو الوصول الى أفكار جديدة. المهارات اللغوية أي القدرة على التعبير عن نفسه وعمّا يريده بالكلام واستخدام الألفاظ والجمل للتواصل مع الآخرين.
- 4- **المهارات الحسابية:** أي فهم العلاقة بين الأرقام وإجراء العمليات الحسابية.
- 5- **المهارات البصرية:** أي تمييز الأشكال بأبعادها الثلاثة.
- 6- **المهارات السمعية:** أي سماع الأصوات وتمييزها.
- 7- **المهارات الحركية:** أي القدرة على ضبط حركاته لأداء وظيفة معينة بدقة.
- 8- **مهارات التواصل:** أي كيفية تعامل الانسان مع المحيط وهي من القدرات الذكائية الهامة.



كيف يتم تقييم الذكاء؟

- عادة ما يتم تقييم الذكاء بواسطة مقاييس تستكشف القدرات والمهارات سابقة الذكر متفق عليها بين معظم الاختصاصيين النفسيين، وتناسب كل مرحلة عمرية، بحيث لو أُجري نفس التقييم من قبل عدة أشخاص فالنتيجة سوف تكون متقاربة جداً بالنسبة لحاصل الذكاء.
- هذه الاختبارات تحتاج أن يكون الطفل سليماً من الناحية الجسدية بمعنى أن تكون قدرته السمعية والبصرية جيدة، وخال من الإعاقات الحركية.
- أهم اختبارات الذكاء هو ما وضعه الطبيب الفرنسيان بينيه وسيمون عام 1905 م بناءً على طلب وزارة التربية آنذاك وبالتالي توجيه الأطفال غير القادرين على اتباع تعليم مدرسي عادي بسبب ذكائهم المنخفض إلى المراكز الأكثر تخصصاً، ووقتها نشأ مصطلح العمر العقلي.

العمر العقلي لطفل: هو العمر الذي يجب أن ينجح فيه باختبار ما، ينجح فيه معظم من هم في هذا العمر، ومن ثم مقارنته بالعمر الزمني أو الحقيقي.

مثال: قد يتبين أنه بعد إجراء اختبار لطفل عمره 8 سنوات أن عمره العقلي يعادل ثلاث أو أربع سنوات.

- بعد ذلك جاء شتيرن واقترح إعطاء رقماً محدداً للذكاء وأوجد معامل الذكاء وهو ال IQ الذي هو اختصار لـ Intelligence Quotient.

$$\text{معامل الذكاء IQ} = 100 \times \frac{\text{العمر العقلي}}{\text{العمر الحقيقي أو الزمني}}$$

- مع ملاحظة أن ال IQ يطبق على الأطفال فقط.
- إذا أردنا تقييم الذكاء عند البالغ فهناك مقاييس أخرى منها مقياس ويكسلر للبالغين.

تصنيف الأطفال حسب مستوى ذكائهم

< 70	متخلفون عقلياً
70-90	بطيئوا الفهم
90-110	الأسيوياء (وهم الأغلبية)
110-130	الأذكياء (وهم قلة)

رابعاً: دورة الحياة

7. من الولادة إلى بدء المشي:

- تلعب العوامل الوراثية دوراً أساسياً في تحديد الحالة الجسدية والنفسية للجنين ومن ثم الوليد، ومن المعروف أن عدداً من الأمراض الجسدية والنفسية وراثية السبب وهي لا تعد ولا تحصى (السكر، التلاسيما، الضغط، بعض أمراض القلب ...)
- إن الظروف المحيطة بالحمل والولادة لها تأثير كبير مثلاً: (الخداج - نقص الوزن عند الولادة - نقص التغذية عند الحامل - الولادة المتعسرة - الإرجاج - نقص الأكسجة عند الوليد - آلام على طرفي العمر " إما كبيرة السن على الحمل وإما صغيرة السن ".

■ الإرجاج (الانسمام الحملي): هو سوء حالة الحامل من ارتفاع الضغط.

- يملك الوليد عدة منعكسات فطرية:

منعكس الإطباق

إطباق و مسك أي شيء يوضع في راحة يده.

منعكس البؤبؤ

إغلاق الأجنان كاستجابة لمعرض ضوئي.

منعكس مورو

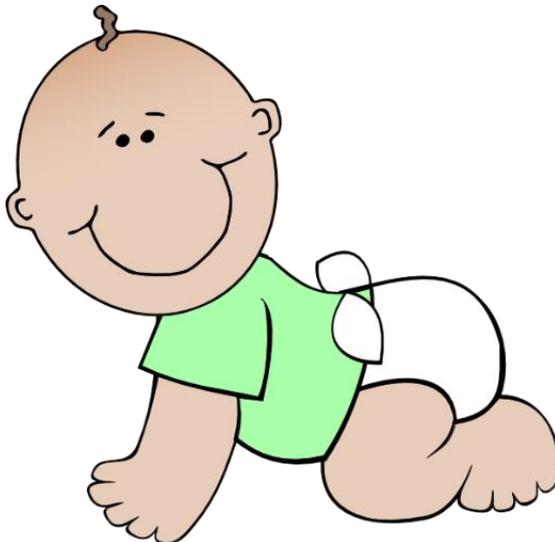
عطف الأطراف كاستجابة لمعرض مفاجئ.

منعكس بانبسكي

فرط بسط أصابع القدم وابتعادها عن بعضها عند تخريش أخمص القدم.

منعكس المصّ

مص أي شيء يوضع في فمه ، وهذا يساعده على الرضاعة.



مميزات التطور الحركي في هذه الفترة العمرية

- ☉ رفع الرأس والصدر من وضعية الاستلقاء البطني في عمر شهر إلى شهرين.
- ☉ مناغاة، مكاغاة، مقاطع صوتية، في عمر الشهرين وهي دليل هام على الكلام المبكر.
- ☉ الضحك أو الابتسام وخاصة عند رؤية أمه في عمر الشهرين إلى ثلاثة أشهر، وتسمى أحياناً "الابتسام الاجتماعية".
- ☉ الجلوس بمساعدة الدعم في عمر أربعة أشهر.
- ☉ الارتكاس بحركات وأصوات وخاصة عند سماع صوت أمه، وملاحقتها بصرياً عند وجودها في الغرفة في عمر خمس أشهر " وهو ما يدل على تحسن قدرته البصرية وتركيزه البصري ".
- ☉ الجلوس لوحده وبدء الزحف على بطنه حوالي الشهر الثامن.
- ☉ الخوف من الغرباء حوالي الشهر الثامن: وهو انزعاج الطفل عندما يقابل وجهاً غير وجه أمه.
- ☉ الاكتئاب والانسحاب وتباطؤ التطور الحركي إذا أبعاد الطفل عن أمه بين الشهر السادس والثاني عشر.
- (النقطتان الأخيرتان تدلان على تطور (التواصل (الحميم و (المميز تجاه الأم أو حتى (المربية).

يتعرق التطور الحركي السوي في الحالات التالية:

1. في الأطفال الذين يتربون في المراكز الاجتماعية، حيث تعددية المربين.
 2. في حال كانت الأم مكتئبة بشدة وعاجزة عن إنشاء هذا التواصل، ففي هذه الحالة يظهر على الطفل اختلالات لاحقة في قدرته على استيعاب العواطف والعلاقات الحميمة الدافئة المتبادلة.
 - ملاحظة: في (الشهر 8 و حتى 12 تتطور مفرداته ويقول " بابا ، ماما "
- وفي هذه المرحلة يبدأ الطفل بالابتعاد عن أمه والتنقل في أنحاء المنزل مع الانتباه إلى إمكانية تعرضه للأذى، بسبب اصطدامه بالأشياء الموجودة.



2. بين الشهر الثامن عشر والثلاث سنوات:

يتلخص التطور الحركي بهذا العمر بما يلي:

■ اللعب:

- ✓ الاختباء والبحث، صعود ونزول الدرج.
- ✓ اللعب بالدمى حيث يطعمها ويلبسها مثلما يفعل معه والده.
- ✓ يبني بيوت مع أطفال آخرين.
- ✓ يتظاهر بأنه يحلق ذقنه أو يطبخ أو يستحم في تقليد واضح للأم والأب.

■ محاولة إدراك الذات والاستقلال:

- ✓ مرحلة السلبية والمعارضة.
- ✓ كلمة " لا " تصبح مفضلة لديه.
- ✓ يحاول مقاومة السلطة الأبوية.
- ✓ رفض للأكل ورغبة بأن يلبس لوحده، ورفض للنوم في ساعة محددة.
- ✓ زيادة مفرداته اللغوية وتطول جملة.

3. بين الثلاث سنوات إلى الست سنوات من العمر:

- ✓ تحديد هويته الجنسية " صبي أو بنت ".
- ✓ يمسك القلم بيده ويحاول رسم خطوط على الورق.
- ✓ تزداد مفرداته بصورة أكبر ويتمكن من استخدام الضمائر.
- ✓ اللعب والرسم.
- ✓ بدء تشكل الأنا العليا.
- ✓ الدخول والخروج من المرحلة الأوديبية.



4. بين الست سنوات والبلوغ:

التطور الحركي الاجتماعي النفسي الذي يحدث خلال هذه الفترة العمرية يتلخص بالتالي:



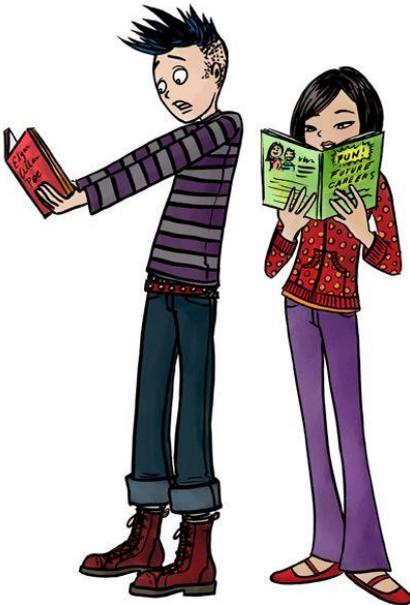
- ✧ ازدياد سريع في تطور اللغة والكلام.
- ✧ بدء الهوايات وتنميتها.
- ✧ التوجه في لعبه، وعلاقاته الاجتماعية نحو الأب ونحو الأطفال من نفس الجنس " يفضل أن يلعب الصبي مع الصبي والبنت مع البنت ".
- ✧ استمرار تشكل الأنا العليا.
- ✧ الانخراط في ألعاب جماعية بدل اللعب الفردي.
- ✧ الاهتمام بالدراسة والتحصيل.

بالنسبة لفكرة الموت في هذه المرحلة العمرية:

- **الأطفال من هم دون الخمس سنوات** يعتبرون الموت مشابهاً للابتعاد أو الهجر المؤقت.
- **الأطفال الأكبر من خمس سنوات** يدركون أن الموت يعني عدم العودة إلى الحياة، وبسبب تفكيرهم المتمركز حول الذات، فإنهم يميلون إلى الشعور بالذنب والاعتقاد بأنهم مسؤولين عن مرض أو موت الآخرين، وكأنه عقاب لهم لأنهم أولاد سيئين.

5. المراهقة:

من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان خلال حياته بها تتضمنه من تغيرات جسدية ونفسية عميقة:



- ✧ تبدأ المراهقة بالبلوغ بما يرافقه من تغيرات هرمونية وفيزيولوجية حيث تبدأ الصفات الرئيسية والثانوية بالتطور.
- ✧ ينمو التفكير التجريدي بشكل واضح "أي قدرة الفرد على استنباط المعاني الكامنة وراء جملة أو أقوال مأثورة".
- ✧ يشعر المراهق بفرديته وبرغبة ملحة بالاستقلال عن الأهل، وينعكس ذلك بالخلافات المستمرة مع أبويه أو إخوته الأكبر منه.
- ✧ تطور القدرة على إنشاء علاقات حب خارج نطاق الأسرة.
- ✧ تعدد العلاقات العاطفية وربما الجنسية، الإدمان، الفشل الدراسي، وهي جميعها أمور يمكن أن يمر فيها المراهق في هذه المرحلة العمرية.

- ✧ على عكس الأمور السلبية التي ذكرت سابقاً، فمن الممكن للمراهقة أن تكون: بداية قراءة الكتب، تثقيف النفس، ممارسة الهوايات، ظهور القدرات الإبداعية (الرياضة)، تكوين علاقات شخصية متوازنة ودائمة.

6. الكهولة (بين 20 - 40 سنة):

- ✧ اكتساب مهارات ومعارف جديدة في الحياة.
- ✧ إنهاء التحصيل الأكاديمي.
- ✧ ازدياد العلاقات الاجتماعية والشخصية.
- ✧ الزواج وتكوين الأسرة خاصة.
- ✧ اختيار العمل أو المهنة التي سوف تجعله مسقل مادياً عن أهله.

7. الكهولة (المتأخرة) (بين 40 - 60 سنة):

- ✧ بدء مظاهر المرض والتقدم بالعمر.
- ✧ بدء سن اليأس الذي يشير إلى انتهاء الحياة الجنسية المنتجة عند الأنثى (هذه التجربة قد تمر بشكل سهل وسلس لدى بعض النساء، وبشكل توتر واكتئاب لدى البعض الآخر).
- ✧ ظهور أزمات منتصف العمر: حيث تحدث تساؤلات عما حققه خلال حياته، وهل كان فعلاً يريد تلك المهنة التي مارسها طوال السنوات السابقة. أو هل كان فعلاً يريد مثل هذا الزواج أو حتى هل مثل هؤلاء الأولاد.
- ✧ ازدياد الخبرة الحياتية والحكمة.

8. الشيخوخة (فوق عمر (ستين سنة):

- ✧ تناقص الملكات والقدرات الذهنية، كتعلم خبرات جديدة والذاكرة والذكاء، وكذلك القوة والصحة الجسدية، وتزايد الإصابة بالأمراض الحادة والمزمنة.
- ✧ تنقص مرونة الأنسجة والجلد فتظهر التجاعيد وتنقص الكتلة العظمية.
- ✧ تنقص القدرات السمعية والبصرية.
- ✧ الأبناء عندما يكبرون ويبدوون بالاعتماد على أنفسهم ومغادرة بيت العائلة بقصد السفر أو الزواج أو الدراسة، يؤدي أحياناً لشعور الشخص بتناذر العش الفارغ (البيت الذي كان يمتلئ ضجيجاً أصبح الآن فارغاً)، وخاصة تزامن ذلك مع فقدته لعمله بسبب التقاعد مما يؤدي لمشاعر من عدم الأهمية وفقدان السيطرة.
- ✧ التقاعد هو مرحلة معقدة في دورة الحياة، يشعر معها الشخص بأنه لم يعد له فائدة.
- ✧ وترافق التقاعد مع تراجع الدخل المادي يزيد القلق حول الرعاية الطبية للأمراض التي يصاب بها، التقاعد عند الرجل أسوأ منه عند الأنثى لاعتبارات عديدة.
- ✧ تطغى فكرة الموت على هذه الفئة العمرية، البعض يتقبلها بكل هدوء دون توتر والبعض يفكر بها باستمرار. معظم المسنين الذكور يكونون متزوجين، لكن معظم المسنات أرامل بسبب وفاة الذكر قبل الأنثى.
- ✧ يزداد الاكتئاب في هذه المرحلة لعدة أسباب ذكرت سابقاً: (كثرة الأمراض - تدهور الحالة الجسدية - البيت الفارغ - التقاعد الخ).

