



مقدمة:

كان آخر ما نشر في حلقة الأسبوع الماضي هو:

.....

الطالب: إن هذا يفسر قولك أننا نتعلم المرض كما نتعلم الصحة.

المعلم: ياسلام!! هكذا تفتح نفسى وأفرح بذكائك.

الطالب: أقتنع بالتدريج أنك حين تتكلم عن المرض والعلاج وهذه الأشياء العملية أجدنى منتبها أكثر، ومشتاقا للسمع أكثر.

المعلم: إطمئن فنحن لو فتحنا باب استعمال هذه المبادئ فى العلاج لوجدت فيضا من المعلومات تجذبك وتحصصك.⁽²⁾

الطالب: هاتها يا شيخ ودعنا من الكلاب واللعب.

المعلم: ماذا؟

الطالب: ماذا؟ ماذا!! أتفكه أنا أيضا مثلما كنت تفعل أنت.

(تابع) الفصل الرابع: التعلم

ونكمل الآن:

المعلم: حاضر يا سيدى: إسمع عندك وأجل أسئلتك حتى أنتهى من التعداد لو سمحت: أما بالنسبة لحدوث المرض وتطوره:

1- إنه مهما اختلفت بداية أى مرض نفسى أو تعددت أسبابه فإن إزمانه واستمراره واستتبابه تدخل فيه العادة، وتعود العادات المرضية هو تعلم سلبى

2- إن الذى يصاب بأذى من موقف بذاته (مثل ضربه أبوه له فى الصغر ظلما دون سبب او تفسير)، قد يواصل الخوف من المواقف الشبيهة طوال حياته (الخوف من السلطة مثلا) وقد يزيد مثل هذا الخوف إلى درجة المرض حين يعجز الإنسان أو يعوقه أو يشوشه أو يتناثر بسببه.

3- إن الذى يرتبط خوفه بمثير بذاته فى وقت ما، قد يمتد خوفه إلى مثيرات مشابهة، وهذا ما نلاحظه بالذات فى الخوف من الأماكن الضيقة والمغلقة مثل المصاعد (الأسانسيرات) وما إليها.

هل أكمل أم أكتفيت؟

الطالب: فى الحقيقة أنا أمتنع نفسى من مقاطعتك بالعافية، لقد فهمت أن التعلم الشرطى هو الذى يثبت العادة التى تفيد وتتفع، فلماذا يثبت المرض بالعادة، وهو لا يفيد ولا ينفع؟

المعلم: عليك نور، أولا نحن لم نقل إن ما يفيد هو الذى يثبت فقط، ثانيا إن ما يضر فى الظاهر، وهو "عادة المرض" مثلا، قد ينفع - أعنى يبدو وكأنه ينفع - على مستوى آخر أكثر غورا فهو يحقق

إن الذى يصاب بأذى من موقف بذاته (مثل ضربه أبوه له فى الصغر ظلما دون سبب او تفسير)، قد يواصل الخوف من المواقف الشبيهة طوال حياته (الخوف من السلطة مثلا)

قد يزيد مثل هذا الخوف إلى درجة المرض حين يعجز الإنسان أو يعوقه أو يشوشه أو يتناثر بسببه.

إن الذى يرتبط خوفه بمثير بذاته فى وقت ما، قد يمتد خوفه إلى مثيرات مشابهة

أهدافا بعينها مثل: التخلي عن المسؤولية، أو تبرير الاعتمادية الطفلية وهكذا .. فهو نافع للاستمرار على تعود المرض ربما لمواصلة تحقيق الغاية السلبية التي هدف المرض لتحقيقها بظهوره أصلاً، ثم تتواصل المكاسب المرضية السلبية، وهذا ما يسمى المكاسب الثانوية للمرض.

الطالب: ولكن كيف يفضل المرء أن ينمي طفولته واعتماديته، على حساب صحته وكفاءته؟

المعلم: لأنه مريض؟ وحساباته اختلفت.

الطالب: آه .. لقد نسيت.

المعلم: ثم إن للانسان تركيباً شديداً التعقيد، وحسابات النفع والضرر تتم على مستويات مختلفة، وهي حسابات صعبة وليس هذا مجال تفصيلها الآن، ولكن لتعلم أن بداية ظهور المرض النفسى بأعراضه النشطة هو محاولة حل، على مستوى مهزوز، إنه "صُقارة" إنذار لما هو أسوأ، مثلما أن ارتفاع الحرارة فى الحمى ليست هى المرض ولكنها إعلان عن المرض وإنذار بوجوده وأحياناً إسهام فى التغلب عليه، فإذا أهملنا هذا أو ذلك ولم نحسن الاستماع إلى الإنذار المبكر أو المبدئى تمادت البدايات إلى مراحل أخطر ومضاعفات وإعاقات أشد.

الطالب: وهو كذلك، فحدثنى عن بضعة أمثلة أخرى من العلاج هل عندك أمثلة تطبيقية تسهل على الأمر.

المعلم: دعنى أقول لك أنه لا يكاد يوجد أى علاج، إلا وفيه تعلم وتعليم.

الطالب: أى علاج !!!

المعلم: نعم أى علاج، صحيح أن هناك نوع خاص من العلاج اسمه العلاج السلوكى Behaviour Therapy وقد أشرنا إليه منذ قليل، وهو علاج، يستغل فكرة التعليم فى العلاج إلى أبعد مدى، والتعليم الشرطى بوجه خاص، وهو نوع نافع تماماً، ورغم أساسه البسيط فإنه أعمق بكثير من مظهره، ولكن أى علاج غير ذلك فيه تعليم وتعلم بلا أدنى شك.

الطالب: بما فى ذلك إعطاء الدواء والصدمات والتحليل النفسى؟

المعلم: بما فى ذلك الأدوية والصدمات والتحليل النفسى.

الطالب: لقد تحدثنا عن التعلم بالتجربة والخطأ (فى حكاية الفأر والقط) ثم تحدثنا عن التعلم الشرطى؟ فهل هناك فرق بينهما.

المعلم: لا شك أن هناك ترابط شديد بينهما فالطريق الذى لا يؤدي إلى الطعام يُستبعد، وهذا يشبه الاستبعاد Extinction فى التعلم الشرطى، والطريق الذى يؤدي إلى الطعام يُدعم وهذا هو التدعيم Reinforcement فى التعلم الشرطى أيضاً.

الطالب: لم تذكر لى حكاية التدعيم هذه قبل ذلك.

المعلم: لا، لقد ذكرتها، وربما لم أشر إليها مباشرة فى حوارنا وعموماً فالحكاية بسيطة، إن أى دعم للتشريط (الارتباط الشرطى) هو تكرار نفس الخطوات التى بدأ بها التشريط - ولكن بإيجاز - فتأكد، وتظهر ظاهرة التدعيم أكثر بعد الاستبعاد Extinction ، لأنه بعد اختفاء الاستجابة الشرطية بالزمن أو بالتغيير القامع، يكفى أن يعطى المثير الشرطى الأول مرات قليلة جداً - أقل كثيراً من التشريط السابق - ليعود الارتباط الشرطى فوراً.

الطالب: وما حكاية التنفير القامع Suppressive Deconditioning هذه.

المعلم: إنه يعنى إعطاء مثير منفرد بدلاً من المثير الأسمى ليلغى التشريط الأول، لذلك يسمى أحياناً إلغاء التشريط Deconditioning وفى المثال الأول يعطى الكلب صدمة كهربائية بدلاً من العظم والغذاء فور سماعه وقع الأقدام (أو الجرس)، فسرعان ما يمتنع سريان اللعاب.

الطالب: رجعتنا للكلب؟

المعلم: حاضر .. دعك من الكلب، إننا نستعمل نفس الطريقة فى العلاج، فمدمن الخمر قد يعطى مادة معينة بحيث متى ما شرب الخمر تفاعلت معها وشعر بغثيان مقرف وقئ مؤلم، ويتكرر هذا حتى يكره الخمر، بل إنى سأضرب لك مثلاً آخر هو أقرب إلى الفكاهة، فإنهم يزعمون أنهم قد يعالجون الخيانة

أولاً نحن لم نقل إن ما يفيد هو الذى يثبت فقط، ثانياً إن ما يضر فى الظاهر، وهو "عادة المرض" مثلاً، قد ينفع - أعمى يبدو وكأنه ينفع - على مستوى آخر أكثر تحوراً فهو يحقق أهدافاً بعينها مثل: التخلي عن المسؤولية، أو تبرير الاعتمادية الطفلية وهكذا.

إن للانسان تركيباً شديداً التعقيد، وحسابات النفع والضرر تتم على مستويات مختلفة، وهي حسابات صعبة

إن للانسان تركيباً شديداً التعقيد، وحسابات النفع والضرر تتم على مستويات مختلفة، وهي حسابات صعبة

بداية ظهور المرض النفسى بأعراضه النشطة هو محاولة حل، على مستوى مهزوز، إنه "صُقارة" إنذار لما هو أسوأ، مثلما أن ارتفاع الحرارة فى الحمى ليست هى المرض

ولكنها إعلان عن المرض
وإنذار بوجوده وأحياناً إسهام
فى التغلب عليه

الزوجية أو الشذوذ الجنىسى - إذا اشتكى صاحب هذا أو ذاك منهما وطلب العلاج!!- بأن يعرضوا صورة
الرفيقة أو العشيقة، أو من يشبههما، مصحوبة بمثير مقرف أو مؤلم حتى إذا رآها الخائن أو المريض فى
الحقيقة، جاءه نفس الشعور المنقّر .

الطالب: ياساتر، أليس هذا سوء استعمال للعلم.

المعلم: ربما، لذلك نبهت ابتداء أن هذا لا يحدث إلا بناء عن طلب المريض وبموافقته، وله
مضاعفات ولكن لا محل هنا لذكرها.

الطالب: ولكن ألا توجد طرق أخرى غير التعلم بالتجربة والخطأ، التى نعرفها أكثر من الحيوانات.

المعلم: أقول لك إحساسى بصراحة ولا تشمت فى، الظاهر: إننا نستسهل، فدراسة التعلم فى الحيوانات
ونقل ما نجد إلى الإنسان أسهل من التعمق فى تعلم الإنسان، وقبل أن أقول خبرتى فى دراسة التعلم فى
حقل ممارستى للطب والعلاج سأذكر لك نوعين يتميز بهما الإنسان خاصة ولكنه لا ينفرد بهما إذ يشاركه
فيهما الحيوانات العليا أيضاً.

الطالب: نعم يا سيدى دعنا نرى ما يميزنا حتى نبرر فخرنا بنوعنا.

المعلم: صبرك بالله، ينبغى ألا يكون فخرنا باختلافنا عن أجدادنا الحيوانات ولكن بتحويلنا لسلوكهم
وتطويرنا له.

الطالب: فكيف حورنا - مثلاً - التجربة والخطأ؟

المعلم: أصبحنا نستطيع أن نجرب دون أن نجرب، وأن نخطئ دون أن نتورط ونضيع الوقت ثم نبدأ من جديد؟

الطالب: ما هذه الألغاز من فضلك؟ إنك تجعلنى أترحم على دراستنا المبسطة لطرق تعلم أجدادنا.

المعلم: ألم أقل لك أننا نستسهل، وهأنت ذا تعلن استسهالك، وهذا لن يقربك من دراسة الإنسان.

الطالب: معك .. معك .. هيا فالإنسان يستأهل ..، فكيف أصبحنا نجرب دون أن نجرب.

المعلم: بأن تتم هذه المحاولات على المستوى العقلى فقط (أى دون تنفيذ فعلى) ونحن نستعمل فى
ذلك نكائنا الذى يشمل الربط بين العلاقات، ودقة الحسابات، وبعد النظر، وبذلك نستطيع من خلال
المعلومات التى تعطى لنا أن نتعلم حل المشكلة والوصول إلى الهدف.

الطالب: ولكن هذا تفكير وليس تعلماً.

المعلم: يا سلام عليك.. ها نحن قد عدنا إلى تداخل الوظائف، إن هذا النوع من التعلم يسمى التعلم
البصيرى Insight Learning ويغلب عليه التفكير باعتباره نوعاً من حل المشاكل، ولكن تكراره ونجاحنا
فيه يعلمنا طريقة جديدة لمواجهة الحياة.

الطالب: هاجمتى الأسئلة، ولكن لنؤجلها إلى دراسة التفكير، أليس موضوع التفكير مقرر "علينا" أيضاً؟

المعلم: "عليكم!!" و"ليس عليكم!!"، أهذا هو كل ما يهكم؟ طبعاً عليكم وعلينا، خلنا الآن فى التعلم

الطالب: بصراحة: يخيل إلى أن هذا "التعلم البصيرى" - غير قاصر على الإنسان؟ وأذكر أنك
ألمحت إلى ذلك.

المعلم: نعم .. وقد قام عالم اسمه كوهلر Kohler بتجربة على الشمبانزى إذ وضع (علق) "سبابة"
موز فى مستوى أعلى من متناول شمبانزى وبعد محاولات قليلة من القرد منفرداً ثم واقفاً على صندوق،
جلس الشمبانزى وبدأ أنه يفكر وهو ينقل نظره بين الصناديق والموز، ثم وضع القردُ الصناديق على
بعضها وتسلفها، وكأنه حاول المحاولات الباقية على المستوى العقلى حتى وصل إلى النتيجة واستطاع أن
يصل إلى الموز.

الطالب: لقد قلت جلس وفكر، فأين التعلم.

المعلم: إن المحاولات التى وفرها أثناء جلوسه وتأمله هى نوع من التعلم.

الطالب: نياليتنا نضع صناديق الصابون الفارغة فى الجمعية فوق بعضها لنصل إلى "السافو" المختفى.

المعلم: برغم برودة النكتة إلا أنك تشجعنى على الاستمرار.

الطالب: ولكن خبرنى: هل هذا هو كل ما يتميز به الإنسان؟

إن أى دعم للتشريط (الارتباط
الشرطى) هو تكرار نفس
الخطوات التى بدأ بها
التشريط - ولكن بإيجاز -
فتتأكد، وتظهر ظاهرة
التدعيم أكثر بعد الاستبعاد
Extinction

بعد اختفاء الاستجابة الشرطية
بالزمن أو بالتدعيم القامع،
يكفى أن يعطى المثير
الشرطى الأول مراراً قليلة جداً
- أقل كثيراً من التشريط
السابق - ليعود الارتباط
الشرطى فوراً.

إننا نستعمل نفس الطريقة فى
العلاج، فمدمن الخمر قد
يعطى مادة معينة بجرته متى
ما شرب الخمر فتألمت معما
وشعر بخييان مقرفه وقى
مؤلم، ويتكرر هذا حتى يكره
الخمر

المعلم: لا بل هناك نوع أخطر لم ينل حظا كافيا من الدراسة، وفي خبرتي الكلينيكية بدا لي أنه آلية ينبغي ألا نرفضها، ولكن ينبغي ألا نستطرحها، فالمنعكس المسمى "نطرة الركبة Knee Jerk" هو أبسط الأشكال، يعلوه المنعكس الشرطي الذي سخرت منه بقولك "لعبة الكلاب واللعب"، ولكن هناك المنعكس الدائري وهو الرسالة والعائد Message-Feed Back: وهو أعقد ويشمل المعنى والدلالة وأخيرا فهناك ما هو أعقد مما لا مجال لتفصيله ولكنه يدخل في عمليات المنعكس المؤجل الشامل لخطوات الهضم والولاف والإبداع، مما هو أكبر من هدفنا المتواضع هنا، فدعنا بالله عليك نرجع إلى حديثنا عن نوع من التعلم الذي يتميز به - ولا ينفرد به - الإنسان.

الطالب: وما هو ذلك؟

المعلم: يسمونه التعلم بالمحاكاة.

الطالب: المحاكاة!! ألسنا نقول إن القرد هو الذي يحاكي والبيغاء أحيانا تحاكي الصوت، فهل هذا ما تعني؟

المعلم: في الحقيقة أرى وقتا أمام اللفظ وهذا النوع من التعلم وقفة طويلة طويلة:

(أ) ذلك لأنه حقيقة نشاهدها في نمو الأطفال خاصة.

(ب) ومع إنه يبدو ظاهرة شديدة السطحية، إلا أنه في حقيقته قد يشمل أبعادا أكثر مما يبدو.

(ج) ثم إنه بالوسائل الحالية الشائعة للدراسة يصعب شرحه وتطبيقه.

الطالب: فمن أين لنا بهذا الحديث عنه؟

المعلم: من خبرتي في العلاج عامة والعلاج الجمعي خاصة، فهل يروق لك الحديث عن ذلك؟

الطالب: يروق أو لا يروق وهل أنت تترك لي خيارا.

(نكمل الأسبوع القادم)

- [1] يحيى الرخاوى: "دليل الطالب الذكي في: علم

النفس انطلاقا من: قصر العينى" منشورات جمعية الطب النفسى التطورى (2019)، والكتاب قديم مهم (الطبعة الأولى سنة 1982) ولم يتم تحديثه في هذه الطبعة، موجود في مكتبة الأنجلو المصرية وفي منفذ مستشفى دار المقطم للصحة النفسية شارع 10، وفي مركز الرخاوى للتدريب والبحوث: 24 شارع 18 من شارع 9 مدينة المقطم، كما يوجد أيضا حاليا بموقع المؤلف، وهذا هو الرابط www.rakhawy.net

(- [2] صحصح) الأمر: انتبه إلى دقائق الأمور فيحصيها ويعلمها.

إرتباط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD200520.pdf>

*** **

شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقبيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/>

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2020 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار الثامن)

الشبكة تطفئ شمعتها العشرون وتدخل عامها الواحد والعشرون من التأسيس

20 عاما من الصح... 18 عاما من الإنجازات

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet.pdf>

أصبحنا نستطيع أن نجرب دون أن نجرب، وأن نخطف دون أن نتورط ونضيع الوقت ثم نبدأ من جديد؟

تتم هذه المحاولات على المستوى العقلي فقط (أى دون تنفيذ فعلى) ونحن نستعمل في ذلك حكاياتنا الذي يشمل الربط بين العلاقات، ودقة الحسابات، وبعد النظر، وبذلك نستطيع من خلال المعلومات التي تعطينا لنا أن نتعلم حل المشكلة والوصول إلى الهدف

*** **

مؤسسة العلوم النفسية العربية
جائزة " شبكة العلوم النفسية العربية " قاسم حسين صالح للعام 2020

تتشرفه شبكة العلوم النفسية العربية بإطلاق اسم:

" البروفيسور قاسم حسين صالح "

(علم النفس، العراق)

على جائزتها للعام 2020 المنصبة للأعمال العلمية في علوم النفس

تقديرًا لمسيرته العلمية المميزة

واعترافًا لما قدمه من خدمات جليلة لعلوم النفس على المستوى العراقي و العربي و الدولي

دعوة لتقديم الترشيحات للجائزة

الترشح للجائزة من بداية من 08 جانفي 2020 الى 30 نوفمبر 2020

شروط الترشح

www.arabpsynet.com/Prizes/Prize2020/APNprize2020.pdf

*** **

ارتباطات ذات صلة

دليل جائزة شبكة العلوم النفسية على المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsynet.com/arabpsynet.php?p=2>

دليل جائزة شبكة العلوم النفسية على الفيس بوك

<https://www.facebook.com/Arabpsynet-Award-289735004761329/?ref=bookmarks>

*** **

المجلة العربية " نفسانيات "

مجلة محكمة في علوم وطب النفس

ملفات الأعداد القادمة

http://www.arabpsynet.com/apn_journal/Nafssaniat-NextTopics.pdf

عدد 68 - خريف 2020

الملف: الرعاية النفسانية للأشخاص ذوي الإعاقة

المشرف: د. عليوي عبد العزيز (علم النفس، المغرب)

يصدر بمناسبة اليوم الدولي للأشخاص ذوي الإعاقة - 3 كانون الأول/ ديسمبر 2020

abdelaazizlioui@yahoo.it

arabpsynet@gmail.com

آخر أجل لقبول الأبحاث 2020-10-30

دعوة للمشاركة في إثراء الملف

قواعد النشر بـ " المجلة العربية " نفسانيات "

www.arabpsynet.com/apn_journal/APNjournalNotice.htm