على هامش حواراتنا الرائعة:

الإقتراب النفسي الثلاثي ...!

www.arabpsynet.com/documents/DocSamarraiTriDimAppr.pdf

د. صادق السامرائي

الطب النفسي / أمريكا - العراق
alrahwan@yahoo.com

الأخوة والزملاء الأفاضل

تحية ومودة وتقدير

هذه رؤية من وحي التجربة والممارسة الطبية النفسية والثقافة القرآنية, والإمعان في البحث عن ماهية الإنسان, "**ونفس وما سوّاها**" . الإنسان ذلك المخلوق العجيب المعجزة الذي سيبقى **لغزا محيّرا ومتجددا ما دامت الأرض تدور**, والذي نحاول أن نقترب منه وفقا لما وُهبنا من قدرات البصر والإدراك والوعي, كلٌ حسب طاقته ومنتهى ما رأى فيه وحوله وعنه.

وما أبصِرُه فيه, هذا الذي أشارككم به ولا أدري درجة صوابه, لأن النظر إلى هذا الموضوع يحتمل مطلق وجهات النظر, وكلٌ يرى ما يراه بمنظاره الذي ينظر من خلاله, ومنظاري هو خبرتي وتفاعلاتي اليومية مع النفس بما أملكة من قليل المعرفة والدراية والإطلاع.

ومن الله العلم والتوفيق.

خالص إحترامي

د. صادق السامرائي

النفس الأمارة بالسوء طاقة نفسية سالبة والنفس اللوامة طاقة نفسية موجبة ، والنفس المطمئنة تحاول تحقيق التفاعل المتوازن الذي يحقق قدرات

النفس البشرية في القرآن (وفقا لقراءتي المتأنية كطبيب نفسي) ترتكز على محاور أساسية ثلاثة هي:

أولا: النفس الأمارة بالسوء

ثانيا: النفس المطمئنة

ثالثا: النفس اللوامة

وما بين هذه المحاور أو الأعمدة النفسية الثلاثة وما حولها تتوزع طبقات نفسية أخرى وتتفاعل آليات ذات تأثيرات علاجية وشفائية صائبة.

وكنت على مدى السنين أحسب أن هذه الأعمدة تتطابق مع الأنا السفلى والأنا والأنا العليا, وفقا لرؤية مدرسة التحليل النفسي, ولكن بعد رحلة طويلة في ممارسة الطب النفسي , أخذت أميل إلى إمكانية الإنطلاق منها نحو إقترابات علاجية نافعة وآمنة.

وهي أوسع وأعمق من حصرها في تصنيفات التحليل النفسي , بقدر ما هي تمثل المفتاح الرئيسي لأبواب النفس البشرية المغلقة.

ومن هنا بدأ التفكير في تطبيق نظام علاجي نفسي يستند عليها ويؤسس لتفاعلات علاجية ما بين الإختصاصي النفسي والمريض.

فالنفس الأمارة بالسوء طاقة نفسية سالبة والنفس اللوامة طاقة نفسية موجبة , والنفس المطمئنة تحاول تحقيق التفاعل المتوازن الذي يحقق قدرات تسريب الطاقة وتحويلها إلى ناتج تفاعل خامل أو راكد يؤدي إلى الإطمئنان والشعور بالسكينة والأمان. فتفاعلات الطاقة الموجبة مع الطاقة السالبة تؤدي إلى صيرورة تتفق مع العوامل والعناصر الداخلة في التفاعل.

فلكل إنسان طاقة موجبة وأخرى سالبة تختلف عن غيره من الناس , وهذا يؤدي إلى صياغة نفس ذات درجة إطمئنان تتناسب والتفاعل ما بين الطرفين المتناقضين.

وقد يكون مضطربا جدا ومذهونا أو قد يكون متوازنا أو ما بينهما من الحالات.

فالإنسان الذي أمامنا هو حاصل تفاعل كيميائي نفسي ما بين النفس اللوامة والنفس الأمارة بالسوء , أي هو نتيجة وليس سببا. ولكي ندرك سلوك الإنسان وأعراضه وما يرتبط بكل ما يبدر منه , لابد لنا من البحث في مفردات الطاقة السالبة والموجبة.

والإنسان المريض هو الذي فقد نفسه الحقيقية في لجة التفاعل الضاري ما بين النفس اللوامة والأمّارة بالسوء, أي أن الشخص يتحول إلى وجود مجهول الهوية الذاتية , وفي قرارة وعيه تساؤلات عن ماهيته (مَن أنا) , هذا السؤال الذي يواجهني به المرضى مرارا وتكرارا , بقولهم

" ساعدني أن أعرف مَن أنا".

إن الصراع الحامي ما بين الطاقة السلبية والإيجابية له نتائجه العرضية والحتمية المؤثرة في

تسريب الطاقة وتحويلها إلى ناتج تفاعل خامل أو راكد يؤدي إلى الإطمئنان والشعور بالسكينة والأمان

لكل إنسان طاقة موجبة وأخرى سالبة تختلف عن غيره من الناس ، وهذا يؤدي إلى صياغة نفس ذات درجة إطمئنان تتناسب والتفاعل ما بين الطرفين المتناقضين

لكي ندرك سلوك الإنسان وأعراضه وما يرتبط بكل ما يبدر منه ، لابد لنا من البحث في مفردات الطاقة السالبة والموجبة

الإنسان المريض هو الذي فقد نفسه الحقيقية في لجة التفاعل الضاري ما بين النفس اللوامة والأمّارة بالسوء

أن الصراع ما بين الطاقتين

تشكيل قدرات التلقي والإدراك والإستجابة للمؤثرات المحيطية التي تواجه الإنسان. أي أن جهازه الدماغي قد إتخذ نمطية أوجدتها ديناميكية الصراع الحاصل في دنياه, ووفقا لهذه النمطية يمكننا أن نراه أو يقدم نفسه للآخرين ويحسبهم يرونه كما يرى هو نفسه ويتصور حاله. وبما أن الأدمغة تتباين والمدارك لا تتطابق , فأن مأزق الصراع يشتد ويتعقد فيؤدي ذلك بالإنسان إلى السقوط في شراك الإنقطاع التام عن محيطه والإتيان بما يتقاطع وما هو متعارف عليه سلوكيا في الوسط الإجتماعي والثقافي.

وعلة ذلك أن الصراع الحامي الذي تعززه المؤثرات المحيطية يؤدي إلى نشوء دوائر عصيبية دماغية تزداد نشاطا وقوة بآلية التكرار والتعزيز المتواصل , حتى تصل إلى درجة القوة والقدرة على شل حركة وتأثير الدوائر الدماغية الأخرى , والإستحواذ على جميع الإستجابات والتفاعلات والإدراكات الحسية للإنسان.

أي أن الصراع ما بين الطاقتين يؤدي إلى تغييرات عضوية في الدماغ وإستنهاض لآليات النفس الأمارة بالسوء , التي تستحضر كل ما عندها من الدوافع والمحفزات اللازمة للوصول إلى أقصى غاياتها ورغباتها , التي تزداد إنقطاعا وإبتعادا عن واقع محيطها العام بل وحتى الخاص.

فالإنسان قد يتحول إلى مريض نفسي بسبب الصراعات الداخلية الضروس , التي تدور في أعماقه على مدى الأيام ومنذ نعومة أظفاره.

ولكي يتحقق لنا مساعدته , لا بد من فهم هذه الصراعات الذاتية ومعززاتها وأسبابها وضحاياها وخسائرها , التي تراكمت في وعي الإنسان وتأسنت في مجاهل ما فيه.

وبدون الوصول إلى عناصر تلك الصراعات , وآليات البشر الذاتية للتفاعل معها لكي يحقق البقاء والتمسك بالحياة , لا يمكننا أن نضع خطة علاجية نافعة للمريض الذي نعالجه.

إن الأدوية التي نستخدمها لعلاج المريض النفسي تستهدف إخراس أو تحوير التخاطب القائم ما بين العصيبات الدماغية , أي أنها تتصدى للنتائج التي لا زالت أسبابها قائمة وتفاعلاتها جارية , وهي نتائج تراكمية لا يفلح الدواء لوحده في إيقافها أو منع تأثيراتها في السلوك تماما , وإنما جميع الأدوية تحاول التحجيم والسيطرة وشل حركة الدائرة العصيبية الناشطة , والمتولدة بفعل المواجهات الدائرة ما بين أطراف النفس الفاعلة في الإدراك الذاتي الفردي.

فما إستطاعت البشرية أن تتجاوز ما جاءت به الصدفة من تداخلات علاجية دوائية , بل لا زالت تدور في فلك الدوبامين والسيروتونين وبعض الموصلات الكيميائية الأخرى , التي

يؤدي إلى تغييرات عضوية في الدماغ وإستنهاض لآليات النفس الأمارة بالسوء ، التي تستحضر كل ما عندها من الدوافع والمحفزات اللازمة للوصول إلى أقصى غاياتها ورغباتها ، التي تزداد إنقطاعا وإبتعادا عن واقع محيطها العام بل وحتى الخاص.

الإنسان قد يتحول إلى مريض نفسي بسبب الصراعات الداخلية الضروس ، التي تدور في أعماقه على مدى الأيام ومنذ نعومة أظفاره

إنما جميع الأدوية تحاول التحجيم والسيطرة وشل حركة الدائرة العصيبية الناشطة ، والمتولدة بفعل المواجهات الدائرة ما بين أطراف النفس الفاعلة في الإدراك الذاتي الفردي

فما إستطاعت البشرية أن تتجاوز ما جاءت به

أكدتها الملاحظات السريرية قبل البحوث المنضبطة.

ولا يزال الدماغ البشري من المجاهيل العصية والتحديات الكبرى التي تواجه الإنسانية , فالدماغ البشري يواجه ذاته , ولا يمكن لدماغ أن يدرك ذاته ويتعرى تحت الشمس , ولكي يتم لنا الفهم الأصيل والصحيح للدماغ لا بد من الإستعانة برؤى وأفكارٍ ذات قدرات وعي أشمل وأصدق.

ووفقا لهذا الإقتراب فأن الغوص الواعي في الأفكار القرآنية حول النفس ربما سيؤدي إلى التوصل إلى مداخلات وتفاعلات علاجية ذات قيمة إيجابية ونوعية في تقرير مصير ومستقبل المريض النفسي.

وبعض مرتكزات هذا العلاج النفسي تتألف من:

أولا: معرفة مواصفات وعناصر النفس اللوامة

ثانيا: معرفة مواصفات وعناصر النفس الأمارة بالسوء

ثالثا: تحديد إتجاهات الصراع أو التصادم ما بين هذه العناصر

رابعا: تحديد نمطية التفكير والسلوك الناجم عن ذلك التفاعل

خامسا: وضع الخطة المناسبة لتقليل أو منع الصراع والتصادم

سادسا: أن تكون الخطة منضبطة وقابلة للقياس ومتفقة مع حالة المريض

سابعا: العمل المتواصل على تعزيز عوامل وقدرات إخماد الصراع الداخلي

ثامنا: منح المريض واجب سلوكي يساهم في إعادة صياغة وتركيب نمطية وآلية التفكير والإقتراب من الذات والموضوع.

تاسعا: تعزيز التفاؤل والأمل والعلاقة السليمة مع الذات

عاشرا: تقديم الإسناد والرعاية النفسية والسلوكية الإيجابية

حادي عشر: تشذيب الأفكار بأليات تتناسب وقدرات المريض

ثاني عشر: تزويد المريض بأفكار ضرورية لتقدمه النفسي وشفاء جراحه النفسية واضطراباته السلوكية.

2012\4\20

الصدفة من تداخلات علاجية دوائية ، بل لا زالت تدور في فلك الدوبامين والسيروتونين وبعض الموصلات الكيميائية الأخرى ، التي أكدتها الملاحظات السريرية قبل البحوث المنضبطة

ولا يزال الدماغ البشري من المجاهيل العصية والتحديات الكبرى التي تواجه الإنسانية ، فالدماغ البشري يواجه ذاته ، ولا يمكن لدماغ أن يدرك ذاته ويتعرى تحت الشمس

أن الغوص الواعي في الأفكار القرآنية حول النفس ربما سيؤدي إلى التوصل إلى مداخلات وتفاعلات علاجية ذات قيمة إيجابية ونوعية في تقرير مصير ومستقبل المريض النفسي

http://www.facebook.com/Arabpsynet

*** ***

بريد مراسلات الشبكة

http://www.arabpsynet.com/mailinglist/ConsMailingList.asp

أرسل بريدك

form / نمـــوذج / formulaire

http://www.arabpsynet.com/mailinglist/MailingListForm.htm

*** *** ***

شتاء 2011

فصل "الأبحاث و الدراسات النفسية و العلمنفسية"

أضف بحثك الى قاعدة البيانات

تكرم إثراء "قاعدة بيانات "الأبحاث و الدراسات النفسية و العلمنفسية"" بشبكة العلوم النفسية العربية" بإرسال بيانات سيركم العلمية من خلال ارتباط

"النموذج / FORM" التالي:

http://www.arabpsynet.com/paper/PapForm.htm

*** *** ***

البحث في قاعدة بيانات الشبكة

www.arabpsynet.com/paper/default.asp

ابحث في قاعدة بيانات الشبكة

ARABPSYNET PAPERS SEARCH

(BY ARABIC, ENGLISH & FRENCH WORDS)

www.arabpsynet.com/paper/default.asp

أضف بحثك الى قاعدة البيانات

PAPERS FORM

http://localhost/paper/PapForm.htm