

## اللاسواء على خط متصل Abnormality Along the Continuum

- السلوكيات والأفكار والمشاعر هي واحدة أو أكثر مما يأتي:
  - غير سوي للغاية بالنسبة للسياق الاجتماعي.
  - مصدر للضيق الفردي .
  - تتعارض بشكل كبير مع الأداء الاجتماعي أو المهني.
  - خطير للغاية على الفرد أو الآخرين.

- السلوكيات والأفكار والمشاعر هي ما يأتي:
  - نموذجيه للسياق الاجتماعي.
  - لا تزعج الفرد.
  - لا تتداخل في الحياة الاجتماعية أو العمل / التعليم.
  - ليست خطيرة.
  - (مثال: طلبة الجامعات الذين يتمتعون بالثقة بالنفس والسعادة، ويؤدون إلى أقصى طاقاتهم في الجامعة، ولديهم أصدقاء جيدين)

الانقسام الاجتماعي بين الطبيعي وغير الطبيعي

غير سوي Abnormal

سوي Normal

السلوكيات والأفكار والمشاعر هي واحدة أو أكثر مما يأتي:

- غير سوي إلى حد ما بالنسبة للسياق الاجتماعي.
- مزعج للفرد.
- تتعارض مع في الأداء الاجتماعي أو المهني.
- خطيرة.
- (مثال: طلبة الجامعات الذين غالبًا ما يكونون غير متأكدين وينتقدون أنفسهم، ويتعاطون أحيانًا الأدوية غير الموصوفة، ويرسبون في بعض المسابقات الدراسية، ويتجنبون الأصدقاء الذين لا يوافقون على تعاطي المواد).

أو تضر بالآخرين. قد نجد أنفسنا في مواقف لا يمكننا فيها التفكير أو الشعور أو التصرف كما يفعل الآخرون - على سبيل المثال، لا يمكننا التخلي عن علاقة فاشلة. قد نشعر بالضيق بسبب موقف لا يجده الآخرون مزعجًا، مثل الحصول على درجة متوسطة في الامتحان. قد

نحن كبشر نعتقد ونشعر ونتصرف. في معظم الأوقات، وتساعدنا أفكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا على العمل في الحياة اليومية، وتخدم أهدافًا أو قيمًا مهمة نتمسك بها. ومع ذلك، في بعض الأحيان، لدينا جميعًا أفكار تزعجنا، ونخبر مشاعر لا نفضلها، ونتصرف بطرائق تهزم الذات

من المبرر لنا أن نقول إن هناك شيئاً خاطئاً في ذلك الشخص أو أنه يعاني من اضطراب. كما ناقش في هذا الفصل ومن خلال الكتاب، كما ترى في الأعلى فإنه من الصعب تحديد متى تكون السلوكيات والأفكار والمشاعر غير السوية ومزعجة وعاجزة وظيفياً أو خطيرة. نحن نتخذ قرارات بشأن مكان رسم الخط الذي يشير إلى وجود قدر كافٍ من اللامعاضة لضمان التشخيص أو العلاج. ستري أن نموذج الخط المتصل للامعاضة هذا ينطبق على جميع الاضطرابات التي ناقشها في هذا الكتاب. في هذا الفصل، ناقش بعض العوامل التي تؤثر على كيفية وصف الأفكار والانفعالات والسلوكيات بأنها غير سوية.

تعارض أفكارنا أو مشاعرنا أو سلوكياتنا مع أدائنا في الحياة اليومية، على سبيل المثال، إذا أصبحنا خائفين من السير بمفردنا بعد تعرضنا للسرقة. أو قد نتصرف بطرائق تشكل خطورة على أنفسنا أو للآخرين، مثل قيادة السيارة عندما نكون مخمورين.

تختلف المشكلات في الأفكار والمشاعر والسلوك من الطبيعي (السوي) إلى غير الطبيعي (غير سوي)، كما هو موضح في الرسم أعلاه، نعتقد أن هناك خطأً فاصلاً واضحاً بين الاختلافات الطبيعية في الأفكار والانفعالات والسلوكيات وما نسميه «غير سوي». بمجرد أن تتجاوز سلوكيات الفرد أو مشاعره هذا الخط، سيكون

## أناس استثنائيون Extraordinary People

على طول جانب الطريق مظهرًا بشريًا، وقد نظرت إليهن كنساء متسخات الفراش وبيكين. في ذلك الوقت لم أكن أعرف ماذا أفعل بهذه التغييرات في إدراكاتي. من ناحية، اعتقدت أنهم جاؤوا كهديّة من الله، لكن من ناحية أخرى، كنت أخشى أن يكون هناك شيء خاطئ بشكل مخيف. ومع ذلك، لم أخبر أحداً بما كان يحدث. كنت خائفاً من أن يطلق عليّ مجنوناً. كنت أخشى أيضاً، ربما بشكل لا يصدق، أن شخصاً ما سيأخذ الأمر على محمل الجد ويخبرني أنه ليس هناك ما هو خطأ، وأنني كنت أعاني من مراهقة قاسية، وهذا ما كنت أقوله لنفسية.

بدأ مرضي ببطء وبشكل، تدريجي، عندما كنت بين سن 15 و17. خلال ذلك الوقت أصبح الواقع بعيداً وبدأت أتجول في نوع من الضباب، ينذر بالعالم الوهمي الذي سيأتي لاحقاً. بدأت أيضاً أعاني من هلوسات بصرية تحول فيها الناس إلى شخصيات مختلفة، وهذا التغيير يشير إليّ قيمتهم الأخلاقية. على سبيل المثال، كانت والدة صديقي الجيد تتحول دائماً إلى ساحرة، واعتقدت أن هذا يدل على طبيعتها الشريرة. نوع آخر من الهلوسة البصرية التي أصبت بها في هذا الوقت تتمثل فيما حدث خلال رحلة عائلية إلى ولاية يوتا: اتخذت المنحدرات

دراسة علم النفس المرضي هي دراسة الناس، مثل الشابة في أناس استثنائيين يعانون من آلام نفسية وانفعالية وجسدية، وغالبًا ما يشار له باسم علم النفس المرضي. في بعض الأحيان، تكون خبرات الأشخاص المصابين بالاضطرابات النفسية غير السوية مثل تلك التي تصفها هذه الشابة. وفي بعض الأحيان، فإن الأشخاص الذين يعانون الاضطراب النفسي لديهم تجارب مألوفة لكثير منا ولكنها أكثر تطرفًا، كما يتحول حزن كل يوم إلى اكتئاب.

في هذا الكتاب، نستكشف حياة الأشخاص الذين يعانون من أعراض نفسية مزعجة لفهم كيف يفكرون، وما يشعرون به، وكيف يتصرفون. نقوم بالبحث في ما هو معروف عن أسباب هذه الأعراض والعلاجات المناسبة لها. إن الغرض من هذا الكتاب ليس فقط تزويدك بالمعلومات والحقائق والأرقام والنظريات والبحوث، ولكن أيضًا لمساعدتك على فهم تجربة الأشخاص الذين يعانون من أعراض نفسية. الخبر السار هو أنه بفضل انتشار البحوث في العقود القليلة الماضية، تتوفر علاجات بيولوجية ونفسية فعالة للعديد من مشكلات الصحة النفسية التي نناقشها.

## تعريف اللاسواء DEFINING ABNORMALITY

في الثقافة الشعبية، هناك كثيرٌ من الكلمات الدالة على الأفراد وكذلك السلوكات التي تبدو غير سوية: معقد، مزاجي، هائج، متصدع، مجنون، وقواق، سخي، يهذي، مخرفن، مختل، حقير، خاطئ، مقلوب، مذعور، معتوه، غريب الأطوار، عقلي، غبي، نفسية، سخي، غير متوازن، أحمق. يتحدث الناس كما لو أن لديهم إحساسًا بدهيًّا بماهية السلوك غير السوي. الآن دعنا نستكشف بعض الطرائق التي تم بها تعريف اللاسواء.

## المرض النفسي Mental Illness

هناك اعتقاد شائع أن السلوكات أو الأفكار أو المشاعر يمكن اعتبارها مرضية أو غير السوية إذا كانت أعراضًا لمرض نفسي. هذا يعني أن هناك عملية مرضية، مثل ارتفاع ضغط الدم أو مرض السكري. على سبيل المثال، عندما يقول كثيرٌ من الناس أن الفرد «مصاب بالفصام» (والذي يتميز بإدراكات غير واقعية وتفكير غير عقلائي شديد)، فإنهم يشيرون إلى أنه مصاب بمرض يجب أن يظهر في نوع من الاختبارات البيولوجية، مثل: ارتفاع ضغط الدم يظهر عندما يتم قياس ضغط دم الشخص.

حتى الآن، ومع ذلك، لا يوجد اختبار بيولوجي متاح لتشخيص أي من أنواع اللاسواء التي سوف نناقشها في هذا الكتاب (Hyman, 2010). هذا ليس فقط لأننا لا نملك الاختبارات البيولوجية الصحيحة حتى الآن. إن التصور الحديث للاضطرابات النفسية لا ينظر إليها على أنها أمراض فردية ذات أعراض شائعة يمكن تحديدها في جميع الأشخاص المصابين بهذا الاضطراب. بدلاً من ذلك، يرى خبراء الصحة النفسية الاضطرابات

النفسية على أنها مجموعات من المشكلات في التفكير أو المعرفة، وفي الاستجابة الانفعالية أو التنظيم، وفي السلوك الاجتماعي. وهكذا -على سبيل المثال- فإن الشخص المشخص بالفصام لديه مجموعة من المشكلات في التفكير العقلاني والاستجابة الانفعالية والسلوكية في الحياة اليومية، وهذه المجموعة من المشكلات هي التي نطلق عليها اسم الفصام. لا يزال من الممكن، وفي حالة الفصام المحتمل، أن تكون العوامل البيولوجية مرتبطة بهذه المشكلات في التفكير والشعور والتصرف. لكن من غير المحتمل أن تكون عملية مرضية وحيدة تقف وراء أعراض ما نسميها الفصام.

### المعايير الثقافية Cultural Norms

انظر إلى هذه السلوكيات:

1. رجل يدخل في يده مسماراً.
2. امرأة ترفض الأكل لعدة أيام.
3. رجل ينبح كالكلب ويزحف على الأرض على يديه وركبتيه.
4. امرأة تبني ضريحاً لزوجها المتوفى في غرفة معيشتها وتترك له الطعام والهدايا عند ضريحه.

هل تعتقد أن هذه السلوكيات غير سوية؟ ربما أجبت: «هذا يعتمد». يتم قبول العديد من هذه السلوكيات في ظروف معينة. في العديد من التقاليد الدينية -على سبيل المثال- يعتبر رفض تناول الطعام لفترة من الوقت، أو الصيام، طقساً شائعاً للتطهير والتوبة. قد تتوقع أن بعض السلوكيات الأخرى المدرجة، مثل دق المسمار في اليد أو النباح مثل الكلب، هي سلوكيات غير سوية في جميع الظروف، ولكن حتى هذه السلوكيات مقبولة في مواقف معينة. في المكسيك، قام بعض المسيحيين بتثبيت أنفسهم كالصلبان يوم الجمعة العظيمة لإحياء ذكرى صلب المسيح. وعند اليوروبا في أفريقيا، يتصرف المعالجون التقليديون مثل الكلاب أثناء طقوس العلاج (مورفي، 1976). ومن ثم، فإن السياق، أو الظروف المحيطة بالسلوك، تؤثر على ما إذا كان السلوك يُنظر إليه على أنه غير سوي.

تلعب المعايير الثقافية دوراً كبيراً في تحديد اللاسواء. وخير مثال على ذلك هو السلوكيات التي يُتوقع من الناس إظهارها عندما يموت شخص يحبونه. في الثقافات التي تهيمن عليها ديانات الشنتو والبوذية، من المعتاد بناء أضرحة (مزارات) لتكريم الأحياء المتوفين، وتقديم الطعام والهدايا لهم، والتحدث معهم كما لو كانوا في الغرفة (Stroebe, Gergen, Gergen, Stroebe, 1992). وفي الثقافات التي تهيمن عليها الديانات المسيحية واليهودية، من المحتمل أن تعتبر هذه الممارسات غير السوية تماماً.

تتمتع الثقافات بمعايير قوية لما يعتبر سلوكاً مقبولاً للرجال مقابل النساء، وتؤثر توقعات الدور الجندري هذه أيضاً على تصنيف السلوكيات على أنها سوية أو غير السوية (Addis, 2008). في العديد من الثقافات،

يتعرض الرجال الذين يظهرون الحزن أو القلق أو الذين يختارون البقاء في المنزل لتربية أطفالهم أثناء عمل زوجاتهم لخطر وصفهم بأنهم غير سويين، في حين أن النساء العدوانيات أو اللواتي لا يرغبن في إنجاب أطفال معرضات لخطر وصفهن بأنهن غير سويات.

النسبية الثقافية هي وجهة النظر القائلة بعدم وجود معايير أو قواعد عالمية لوصف سلوك غير سوي؛ بدلاً من ذلك، يمكن تصنيف السلوكات غير السوية فقط بالنسبة للمعايير الثقافية (Snowden, & Yamada, 2005). ميزة هذا المنظور هو أنه يحترم أعراف وتقاليد الثقافات المختلفة، بدلاً من فرض معايير ثقافة واحدة في الحكم على اللاسواء. ومع ذلك، يجادل معارضو النسبية الثقافية بأن الأخطار تنشأ عندما يُسمح للمعايير الثقافية أن تملي ما هو سوي أو غير سوي. على وجه الخصوص، لاحظ الطبيب النفسي توماس ساز (Thomas Szasz, 1971) أنه على مر التاريخ، وصفت المجتمعات الأفراد والجماعات بأنها غير السوية من أجل تبرير السيطرة عليها أو إسكاتها. حيث وصف هتلر اليهود بأنهم غير سويين واستخدم هذه التسمية كمبرر واحد للهولوكوست. وفي بعض الأحيان، كان الاتحاد السوفيتي السابق يصف المعارضين السياسيين بأنهم مرضى نفسيون ويضعهم في مستشفيات الأمراض النفسية. وعندما كانت تجارة الرقيق نشطة في الولايات المتحدة، كان يتم تشخيص العبيد الذين حاولوا الهروب من أسيادهم بمرض نفسي قيل إنه يجعلهم يرغبون في الحرية؛ وكان العلاج المقرر لهذا المرض الجلد والأشغال الشاقة.

لا يتنبأ معظم المتخصصين في مجال الصحة النفسية هذه الأيام وجهة نظر نسبية متطرفة بشأن اللاسواء، مع إدراك مخاطر تأسيس تعريفات اللاسواء المبنية على المعايير الثقافية فقط. ومع ذلك، حتى أولئك الذين يرفضون موقفًا متطرفًا من النسبية الثقافية يدركون أن للثقافة والجنس عددًا من التأثيرات على التعبير عن السلوكات غير السوية وعلى طريقة العلاج لهذه السلوكات.

أولاً- يمكن للثقافة والجنس التأثير في طرائق تعبير الناس عن الأعراض. فغالبًا ما يعتقد الأشخاص الذين يفقدون الاتصال بالواقع أن لديهم قوى إلهية، ولكن سواء أكانوا يعتقدون أنهم عيسى أو محمد (عليهم السلام) فإنه يعتمد على خلفيتهم الدينية.

ثانيًا- يمكن أن تؤثر الثقافة والجنس على رغبة الناس في الاعتراف بأنواع معينة من السلوكات أو المشاعر (Snowden & Yamada, 2005). قد يتردد الناس في ثقافات الإسكيمو والتاهيتي في الاعتراف بالشعور بالغضب بسبب الأعراف الثقافية القوية ضد التعبير عن الغضب. ومع ذلك، فإن



في المكسيك. بعض المسيحيين سقروا أنفسهم على الصليب لإحياء ذكرى صلب المسيح.



عندما كانت تجارة الرقيق نشطة، كان العبيد الذين حاولوا الفرار يوصفون أحياناً بأنهم مصابون بمرض نفسي ويتم ضربهم لشفايتهم.

كالولي في غينيا الجديدة ويانومو في البرازيل يقدرون التعبير عن الغضب ولديهم طقوس معقدة للتعبير عنه.

ثالثاً، يمكن للثقافة والجنس التأثير على أنواع العلاجات التي تعتبر مقبولة أو مفيدة للأشخاص الذين يظهرون سلوكيات غير سوية. قد ترى بعض الثقافات أن العلاجات الدوائية للاضطرابات النفسية هي الأنسب، بينما قد يكون بعضها الآخر أكثر رغبة لقبول العلاج النفسي. خلال هذا الكتاب، سوف نستكشف تأثيرات الثقافة والجنس على السلوكيات التي توصف بأنها غير سوية.

### الأبعاد الأربعة للاسواء The Four Ds of Abnormality

إذا كنا لا نريد تعريف اللاسواء على أساس المعايير الثقافية فقط، وإذا لم نتمكن من تعريف اللاسواء على أنه وجود اضطراب نفسي لأنه لا توجد عملية مرضية فردية يمكن تحديدها تكمن وراء معظم المشكلات النفسية، كيف يمكننا تعريف اللاسواء؟ تتأثر الأحكام الحديثة للاسواء بالتفاعل بين أربعة أبعاد، غالباً ما يطلق عليها "Four Ds": الخلل الوظيفي *dysfunction*، والضيق النفسي «الضغوط النفسية السلبية» *distress*، والانحراف *deviance*، والخطورة *dangerousness*. يحدث خلل أو اضطراب في السلوكيات والأفكار والمشاعر عندما تتعارض مع قدرة الشخص على العمل في الوظائف اليومية، أو الاحتفاظ بالوظيفة، أو تكوين علاقات وثيقة. وكلما زادت السلوكيات والمشاعر المختلة، زاد احتمال اعتبارها غير السوية من قبل اختصاصي الصحة النفسية. على سبيل المثال، التفكير بعيداً عن الواقع (المثال، الاعتقاد بأنك الشيطان ويجب أن تعاقب) يجعل من الصعب عليك أداء مهامك في الحياة اليومية، ويعتبر هذا خللاً في الوظيفة.

السلوكيات والمشاعر التي تسبب الضيق النفسي للفرد أو للآخرين من حوله من المحتمل أيضاً أن تعتبر غير سوية. تسبب العديد من المشكلات التي نناقشها في هذا الكتاب للأفراد آلاماً انفعالية وحتى جسدية. وفي حالات أخرى، لا يكون الشخص المصاب باضطراب في ضائقة نفسية ولكنه يسبب ضائقة نفسية للآخرين، على سبيل المثال، من خلال الكذب المزمن أو السرقة أو العنف.

تؤدي السلوكيات شديدة الانحراف، مثل سماع الأصوات عندما لا يكون هناك أي شخص آخر في الجوار، إلى إصدار أحكام غير سوية. أخيراً، قد تكون بعض السلوكيات والمشاعر مؤذية للفرد، مثل الإيذاءات

الانتحارية، أو للآخرين، مثل العدوان المفرط. وغالبًا ما يُنظر إلى مثل هذه السلوكيات والمشاعر الخطيرة على أنها غير سوية.

تشكل الأبعاد الأربع مجتمعة عند الاختصاصين في الصحة النفسية تعريف السلوكيات والمشاعر على أنها غير السوية أو غير تكيفية. خبرات المرأة الموصوفة في إناس استثنائيين في بداية هذا الفصل تصنف المرأة بأنها غير السوية بناء على هذه المعايير بسبب أن أعراضها تتعارض مع قيامها بوظائفها اليومية مما يسبب لها المعاناة وأيضًا تكون خطرة بالنسبة لها.

ومع ذلك، ما زلنا نصدر أحكامًا ذاتية. ما مقدار الألم أو الأذى الانفعالي الذي يجب أن يعانيه الشخص؟ إلى أي مدى يجب أن تتعارض السلوكيات مع الوظائف اليومية؟ نعود إلى نموذج الخط المتصل لنعترف بأن كلاً من "Four Ds" تقع على خط متصل خاص بها. يمكن أن تكون سلوكيات الشخص ومشاعره مختلفة أكثر أو أقل، أو مزعجة، أو منحرفة، أو خطيرة. ومن ثم، لا يوجد خط فاصل بين ما هو سوي وما هو غير سوي.

### ظلال رمادية SHADES OF SHADES OF GRAY

#### ضع في اعتبارك الأوصاف التالية لطالين.

يتعاطى مارك الكحول بشراهة: على الرغم من أنه يبلغ من العمر 18 عامًا فقط، إلا أنه يتمتع بسهولة الوصول إلى الكحول، وفي معظم الليالي يشرب عادةً ما لا يقل عن خمس أو ست علب من البيرة. ونادرًا ما يشعر بأنه مخمور بعد تناول كثيرٍ من الكحول، على الرغم من ذلك، يتناول مزيدًا من الكحول خصوصًا عندما يكون خارجًا للاحتفال في ليلة السبت. تم القبض عليه عدة مرات وتلقى مخالفة لشرب القاصرين، لكنه يعرضها بفخر على جدار مسكنه كشارات شرف. درجات مارك ليست كما يجب، لكنه يجد دروسه مملة ويواجه صعوبة في أداء العمل.

هل تجد أن سلوكيات جينيفر أو مارك غير سوية؟ كيف تقيم مستوى الخلل الوظيفي والضيق والانحراف والخطر؟ (تظهر المناقشة في نهاية هذا الفصل).

في السنة التي بين عيد ميلادها الثامن عشر والتاسع عشر، انخفض وزن جينيفر، التي يبلغ طولها 6'5 بوصة، إذ نزل وزنها من 125 رطلاً إلى 105 أرطال. بدأ فقدان الوزن عندما أصيبت جينيفر بحالة طويلة من الأنفلونزا وفقدت 10 أرطال. أثنى الأصدقاء على نحافتها، وقررت جينيفر أن تفقد المزيد من الوزن. حيث خفضت تناولها للطعام إلى نحو 1200 سعرة حرارية، وتجنبت الكربوهيدرات قدر الإمكان، وبدأت في الجري بضعة أميال كل يوم. أحيانًا تكون جائعة جدًا لدرجة أنها تواجه صعوبة في التركيز على واجبها الجامعي. تقدر جينيفر مظهرها النحيف الجديد كثيرًا، ومع ذلك، فهي تخشى استعادة الوزن مرة أخرى. وفي الواقع، ترغب في فقدان بعض الأرتال الإضافية حتى يمكن أن تتناسب مع الحجم.

## HISTORICAL PERSPECTIVES ON ABNORMALITY نظرة تاريخية حول اللاسواء

عبر التاريخ، تم استخدام ثلاثة أنواع من النظريات لشرح السلوك غير السوي. حيث نظرت النظريات البيولوجية إلى السلوك غير السوي على أنه مشابه للأمراض الجسدية الناتجة عن خلل في أجهزة الجسم. العلاج المناسب هو استعادة الصحة الجسدية. بينما نظرت النظريات الخارقة للطبيعة إلى السلوك غير السوي كنتيجة للتدخل الإلهي، واللعنات، والاستحواذ الشيطاني، والخطيئة الشخصية. لتخليص الشخص من البلاء المحسوس، استخدمت الطقوس الدينية، وطرد الأرواح الشريرة، والاعترافات، والكفارة. ونظرت النظريات النفسية إلى السلوك غير السوي على أنه نتيجة الصدمات، مثل الفاجعة والضغوط النفسية المزمّنة. وفقاً لهذه النظريات، فإن الراحة والاسترخاء وتغيير البيئة وبعض الأدوية العشبية تكون مفيدة في بعض الأحيان. لقد أثرت هذه الأنواع الثلاثة من النظريات على كيفية اعتبار الأشخاص الذين يتصرفون بشكل غير سوي في المجتمع. إذ يعتبر الشخص غير سوي بسبب أنه أو أنها كانت آفة، على سبيل المثال، سيُنظر إليه بشكل مختلف عن الشخص الذي يعتبر أنه غير سوي بسبب مرض.



### Ancient Theories النظريات القديمة

يعتقد بعض العلماء أن الثقوب الموجودة في الجمجم القديمة ناتجة عن عمل معالجة بالثقوب وهو نوع من الجراحات. البدائية على الأشخاص الذين يتصرفون بشكل غير سوي.

يعتمد فهمنا لمفاهيم الناس في عصور ما قبل التاريخ عن اللاسواء على الاستدلالات من القطع الأثرية - شظايا العظام والأدوات والأعمال الفنية وما إلى ذلك - وكذلك من الكتابات القديمة حول السلوك غير السوي. يبدو أن البشر ظلوا ولفترة طويلة ينظرون إلى اللاسواء على أنه شيء يحتاج إلى تفسير من نوع خاص.

### Driving Away Evil Spirits طرد الأرواح الشريرة

يتكهن المؤرخون بأنه حتى الناس في عصور ما قبل التاريخ كان لديهم مفهوم الجنون، وربما كان مفهومًا متجذرًا في معتقدات خارقة للطبيعة. (Selling, 1940) الشخص الذي يتصرف بشكل غريب كان يشبه في أن الأرواح الشريرة تمتلكه. كان العلاج النموذجي للاسواء، وفقاً للنظريات الخارقة للطبيعة، هو طرد الأرواح الشريرة من جسد الشخص الذي يعاني. كان الشامان، أو المعالجون، يتلون الصلوات أو التعويذات، أو يحاولون إخراج الأرواح من الجسد، أو جعل الجسم مكاناً غير مريح لتعيش فيه الأرواح - غالباً من خلال إجراءات متطرفة مثل التجويع أو ضرب الشخص. في أوقات أخرى، يُقتل ببساطة الشخص الذي يعتقد أن الأرواح الشريرة تستحوذ عليه.



قد يكون أحد علاجات اللاسواء خلال العصر الحجري وحتى العصور الوسطى هو حفر ثقوب في جمجمة شخص يظهر سلوكاً غير سوي للسماح للأرواح بالخروج (Feldman & Goodrich, 2001). اكتشف علماء الآثار جماجم يعود تاريخها إلى نصف مليون سنة مضت، حيث تم حفر أجزاء من الجمجمة أو قطعها. والأداة المستخدمة لهذا الحفر تسمى المثقب، وتسمى العملية التَّقْبُ trephination. يعتقد بعض المؤرخين أن الأشخاص الذين كانوا يرون أو يسمعون أشياء غير حقيقية والأشخاص الذين يعانون من حزن مزمن قد تعرضوا لهذا النوع من جراحة الدماغ (Feldman & Goodrich, 2001). وكان من المفترض، إذا نجا الشخص من هذه الجراحة، أن الأرواح الشريرة كانت ستتحرر وينخفض سلوك الشخص غير السوي. ومع ذلك، لا يمكننا أن نعرف على وجه اليقين أنه تم استخدام التَّقْبُ trephination لطرد الأرواح الشريرة. يقترح مؤرخون آخرون أنه تم استخدامه في المقام الأول لإزالة جلطات الدم التي تسببها الأسلحة الحجرية أثناء الحرب ولأغراض طبية أخرى (Maher & Maher, 1985)

### الصين القديمة: موازنة بين ويانغ Ancient Chino: Balancing Yin and Yang

بعض أقدم المصادر المكتوبة عن اللاسواء هي النصوص الطبية الصينية القديمة (Tseng, 1973). ربما كتب *Nei Ching* (كلاسيكات الطب الباطني) نحو عام 2674 قبل الميلاد بواسطة هونج تي (Huang Ti، الإمبراطور الأسطوري الثالث للصين).

كان الطب الصيني القديم يقوم على مفهوم الين واليانغ. قيل إن جسم الإنسان يحتوي على قوة موجبة (يانغ) وقوة سلبية (ين)، والتي تتواجه وتكمل بعضها بعضاً. إذا كانت القوتان متوازنتان، كان الفرد يتمتع بصحة جيدة. إذا لم يكن الأمر كذلك، فقد ينتج عن ذلك المرض، بما في ذلك الجنون. على سبيل المثال، تم اعتبار الجنون نتيجة لقوة إيجابية زائدة:

يشعر الشخص الذي يعاني من الجنون بالحزن في البداية، ولا يأكل ولا ينام إلا قليلاً؛ ثم يصبح لديه تضخم بالذات، يشعر بأنه ذكي جداً ونبيل، يتكلم ويوبخ ليلاً ونهاراً، يغني، يتصرف بغرابة، يرى أشياء غريبة، يسمع أصواتاً غريبة، يعتقد أنه يستطيع رؤية الشيطان أو الآلهة... . وكعلاج لهذه الحالة المثيرة اقترح إيقاف الطعام لأن الطعام اعتبر معسراً للقوة الإيجابية وكان يعتقد أن المريض بحاجة إلى انخفاض في هذه القوة. (Tseng, 1973, p. 570)

اعتبرت الفلسفة الطبية الصينية أيضاً أن الانفعالية البشرية تتحكم فيها الأعضاء الداخلية. عندما كان «الهواء الحيوي» يتدفق على أحد هذه الأعضاء، يشعر الفرد بانفعال معين. على سبيل المثال، عندما يتدفق الهواء على القلب، يشعر الإنسان بالبهجة؛ أما عندما يكون الهواء على الرئتين فيشعر الشخص بالأسف وعندما يكون الهواء على الكبد يشعر بالغضب، عندما يكون على الهواء في الطحال يشعر بالانزعاج، وعندما



بعض الكتب الأولية للاضطرابات النفسية من الكتابات الصينية القديمة، هذا الرسم يشير إلى العلاج أثناء العمل.

يكون الهواء على الكلى، يشعر بالخوف. شجعت هذه النظرية الناس على العيش بطريقة منظمة ومتناغمة من أجل الحفاظ على الحركة الصحيحة للهواء الحيوي.

على الرغم من أن منظور الأعراض النفسية التي تمثلها النصوص القديمة كان إلى حد كبير منظورًا بيولوجيًا، إلا أن صعود الطاوية (فلسفة صينية) والبوذية خلال سلالاتي تشين وتانغ (420-618 م) أدى إلى بعض التفسيرات الدينية للسلوك غير السوي. حيث تم إلقاء اللوم على الرياح الشيطانية والأشباح في سحر الناس وتحريضهم على العروض الانفعالية المتقطعة والسلوك غير المنضبط.

تراجعت النظريات الدينية عن اللاسواء في الصين بعد هذه الفترة (Tseng, 1973).

### مصر القديمة واليونان وروما: هيمنة النظريات البيولوجية

#### Ancient Egypt, Greece, and Rome: Biological Theories Dominate

تم العثور على كتابات قديمة أخرى عن السلوك اللاسوي في البرديات من مصر وبلاد ما بين النهرين (فيث، 1965). أقدم هذه الوثائق، وهي وثيقة تُعرف باسم بردية كاهون نسبة إلى المدينة المصرية القديمة التي تم العثور عليها فيها - تعود إلى نحو عام 1900 قبل الميلاد. تسرد هذه الوثيقة عددًا من الاضطرابات، يتبع كل منها حكم الطبيب على سبب الاضطراب والعلاج المناسب.

يبدو أن العديد من الاضطرابات تركت الناس يعانون من أوجاع وآلام غير قابلة للتفسير، وحزن أو ضيق، ولامبالاة تجاه الحياة، مثل «امرأة تحب الفراش؛ لا تقوم ولا ترتب فراشها» (Veith, 1965, p. 3). قيل إن هذه الاضطرابات تحدث فقط عند النساء وتم نسبها إلى «الرحم المتجول». اعتقد المصريون أن الرحم يمكن أن ينزاح ويتجول في جميع أنحاء جسد المرأة، ويتدخل في أعضائها الأخرى. في وقت لاحق، تمسك اليونانيون بنظرية التشريح نفسها، وأطلقوا على هذا الاضطراب اسم الهستيريا (من الكلمة اليونانية هيسترا، والتي تعني «الرحم»). في هذه الأيام، يستخدم مصطلح الهستيريا للإشارة إلى الأعراض الفسيولوجية التي ربما تكون نتيجة العمليات النفسية. في البرديات المصرية، اشتمل العلاج الموصوف لهذا الاضطراب على استخدام مواد ذات رائحة نفاذة لإعادة الرحم إلى مكانه الصحيح.

بداية من هوميروس، كتب الإغريق كثيرًا عن الأشخاص الذين يتصرفون بشكل غير سوي (Wallace & Gach, 2008). وصف الطبيب أبقراط (377-460 قبل الميلاد) حالة من الرهاب الشائع: رجل كان لا يستطيع

أن يمشي بجانب جرف، أو يمر فوق جسر، أو يقفز حتى فوق حفرة ضحلة دون الشعور بعدم القدرة على التحكم في أطرافه أو أن يصبح بصره عاجزاً.

رأى معظم الإغريق والرومان في السلوك غير السوي بلاءً من الآلهة. انسحب المتضررون إلى المعابد تكريماً للإله إسكولابوس، حيث أقام الكهنة طقوس الشفاء. جادل أفلاطون (423-347 قبل الميلاد) وسقراط (469-399 قبل الميلاد) بأن بعض أشكال السلوك غير السوي كانت إلهية ويمكن أن تكون مصدرًا للمواهب الأدبية والنبوات العظيمة.

لكن بالنسبة للجزء الأكبر، رفض الأطباء اليونانيون التفسيرات الخارقة للطبيعة للسلوك غير السوي (Wallace & Gach, 2008). جادل أبقرات، الذي غالباً ما يُنظر إليه على أنه أبو الطب، بأن السلوك غير السوي يشبه أمراض الجسم الأخرى. وفقاً لأبقرات، كان الجسم يتألف من أربعة أخلاط أساسية: الدم، والبلغم، والصفراء، والصفراء السوداء. جميع الأمراض - بما في ذلك السلوك غير السوي - كانت ناجمة عن عدم توازن في خلطات الجسم الأساسية. وبناءً على الملاحظة الدقيقة للعديد من مرضاه، والتي تضمنت الاستماع إلى أحلامهم، صنف أبقرات السلوك غير السوي إلى أربع فئات: الصرع، والهوس، والكآبة (منخوليا)، وحمى الدماغ.

كانت العلاجات التي وصفها الأطباء اليونانيون تهدف إلى استعادة توازن الأربعة أخلاط. في بعض الأحيان كانت هذه العلاجات فسيولوجية وتدخلية، على سبيل المثال، نزيف المريض لعلاج الاضطرابات التي يعتقد أنها ناتجة عن فائض الدم. تضمنت العلاجات الأخرى الراحة أو الاسترخاء أو تغيير المناخ أو تغيير النظام الغذائي أو العيش حياة معتدلة. تبدو بعض العلاجات غير الطبية التي يصفها هؤلاء الأطباء بشكل ملحوظ مثل تلك التي يصفها المعالجون النفسيون الحديثون. كان أبقرات - على سبيل المثال - يعتقد أن إبعاد المريض عن أسرته المزعجة يمكن أن يساعد في استعادة الصحة النفسية. كما جادل أفلاطون بأن الجنون نشأ عندما تم التغلب على العقل العقلاني بالاندفاع أو العاطفة أو الشهية. يمكن استعادة العقل من خلال مناقشة مع الفرد تهدف إلى استعادة السيطرة العقلانية على الانفعالات (Maher & Maher, 1985).

عند اليونانيين في وقت أبقرات وأفلاطون أقارب الأشخاص الذين اعتبروا مجانين شجعوا على إبقاء أفراد أسرهم في البيت وأن الحكومة لا تكون مسؤولة عن الناس المجانين ولا توفر ملاجئ لهم باستثناء دور العبادة التي يمكن أن تأويهم وتعتني بهم ويمكن للحكومة أن تأخذ حقوق الأفراد الذين اعتبروا مجانين ويمكن لأقارب هؤلاء الأشخاص أن يعترضوا وتقوم الحكومة بإعادة ممتلكاتهم إلى أقاربهم. الأشخاص الذين نعتبرهم مجانين لا يستطيعون الزواج أو أن تكون لهم ممتلكات خاصة.

والأشخاص الفقراء الذين اعتبروا مجانين تركوا ليهيموا على رؤوسهم في الشوارع على أن لا يكونوا خطرين.