اشكالية السواء و اللاسواء في علم النفس المرضي

تمهيد:

ان مسألة السواء و اللاسواء في علم النفس المرضي مسألة محورية لأنها تشكل موضوع و هدف عمل الأخصائي النفسانس العيادي و الباحث في علم النفس المرضي كذلك، لكنها لا تزال مسألة معقدة و غامضة، فإذا كان صعب على الطبيب أن يفرق بشكل دقيق بين الحالات الطبية البيولوجية العادية و المرضية، فإنها في الحالات النفسية و السلوكية أصعب و أعقد من ذلك و هذا بسبب الاختلافات السلوكية بين الأفراد، بين المجتمعات حتى بين الثقافات المتنوعة.

1-تعريف السلوك السوي:

هناك تعاريف كثيرة لمصطلح السواء و السلوك السوي، من بينها تعريف حام عبد السلام زهران:"هو القدرة على توافق الفرد مع نفسه و بيئته و الشعور بالرضا في تحديد أهدافه و الفرد السوي هو الذي يتطابق سلوكه مع سلوك الشخص العادي في تفكيره و مشاعره و سلوكياته و يكون متوافقا شخصيا و انفعاليا و اجتماعيا".

-يعرف السواء كذلك على أنه مصطلح مرادف للصحة النفسية أي الخلو من الاضطرابات و المشكلات النفسية، كما يمكن تعريفه على أنه المتوسط أي كل ما لم يخرج عن القاعدة في الوسط الاجتماعي لمجموعة ما.

2- محددات السلوك السوي: وضع الباحثون عددا من المحددات، لخصها Janssen 2001 في:

\*الفعالية: أي السلوك الموجه نحو أهداف معينة و مشكلات محددة.

\*الكفاءة: أي امتلاك مشاعر تقبل الذات، التسامح مع أخطاء الذات و القدرة على توجيه الطاقة و الابتكار.

\* الملائمة: أي تطابق السلوك مع الواقع بمختلف تأثيراته و القدرة على التحكم في التقلبات الميزاجية و الانفعالية.

\*المرونة: القدرة على التكيف مع مواقف الحياة المتغيرة و الترف اتجاها دون تصلب أو جمود.

\* الاستفادة من التجارب السابقة و القدرة على التواصل الاجتماعي و تقدير الذات و التوافق معها.

2- تعريف اللاسواء (السلوك اللاسوي):

 يمكن تعريفه على الانحراف عما هو سوي و عدم التوافق الشخصي و الاجتماعي و الشخص اللاسوي هو الشخص الذي ينحرف سلوكه عن سلوك الشخص العادي في تفكيره و مشاعره و نشاطاته و يكون غير متوافق شخصيا و اجتماعيا و يتميز السلوك اللاسوي بعدة محددات و هي:

\*الانحراف: أي الاختلاف بشكل ملحوظ عن القيم و القواعد لمجتمع ما بالرغم من أنه يمكن أ تتغير قيم أي مجتمع بمرور الوقت مما يتسبب في تغييرات وجهات نظره نحو الانحراف.

\* العجز: هو قصور في أحد في أح أو بعض جوانب الحياة المهمة مثل العمل أو العلاقات الشخصية.

\*الخلل الوظيفي: يحدث عندما تعطل الميكانيزمات الداخلية و تصبح غير قادرة على أداء وظيفتها الطبيعية.

\* المعاناة النفسية: الشعر بالألم و عدم الراحة و تقرير الفرد عن نفسه بأنه مريض و يحتاج الى علاج.

\*الخطر: أي خطر القيام بسلوكات تشكل تهديد على الذات أو الآخرين.

3- معايير الحكم على السواء اللاسواء:

3-1 المعيار الذاتي: الحكم عليه انطلاقا من الأفكار و الآراء الفردية الذاتية، لكن هذا المعيار نسبي و غير موضوعي و يهمل جانب الفروق الفردية.

3-2 المعيار الاجتماعي: اتخاذ المعايير الاجتماعية أساسا للحكم على السلوك السوي أو اللاسوي، فالأول هو السلوك الموافق لتلك المعايير و الثاني هو الغير متوافق اجتماعيا، لكن المعايير الاجتماعية تختلف من مجتمع لآخر و هي متغيرة عبر الأجيال.

3-3 المعيار الاحصائي: حيث يتخد المتوسط أو الوسيط الشكل العادي و اللاسوي هي الانحرافات عن هذا المتوسط بالزيادة أو النقصان، لكن الخروج عن المتوسط لا يشكل بالضرورة الى اللاسواء لأن القياس الموضوعي يختلف عن القياس النفسي النسبي.

3-4 المعيار المثالي: يضع معيار الكمال في تحديد السواء و الذي يتميز ب:

* فهم الذات و قبولها للواقع و فهم المحيط.
* التحرر من الصراعات الداخلية و القدرة على مواجهة الضغوط النفسية.
* - تنمية القدرات الجسدية و الاجتماعية من أجل التكيف مع المحيط.

لكن امكانية الوصول الى الكمال غير واقعي، فلا يوجد انسان خال من التوتر و سوي دائما.

4- السواء و اللاسواء عند الطفل:

تظهر الصعوبات في التفريق بين السواء و الاسواء بشكل أوضح لد الطفل و المراهق نظرا للأسباب التالية:

* حالة النمو: كون الطفل و المراهق لا يزالا في حالة نمو فان ظهور بين الأعراض المرضية التي تشبه أعراض الراشد لا تعني بالضرورة أنها مرضية كالخوف من الحيوانات و الحشرات في عمر 4 أو 5 سنوات فهي تساعده على التحكم في دوافعه و في المحيط الخارجي.
* النمو يمر بعدة مراحل و هو ليس متساوي في كل جوانبه فقد يظهر بعض النكوص لكنه ليس دائما سلبي و انما هو يساعد على تجاوز صعوبات المرحلة.
* قد يقوم المراهق بتبني سلوكات غير سوية كالتطرف و الانطواء و هي من خصائص المراهقة و هذه السلوكات سرعان ما تزول بزوال المرحلة العمرية.
* الفوارق الفردية: اذ يجب الأخذ بعين الاعتبار للفوارق الفردية بين الأطفال في اكتساب المهارات و المعارف فكل طفل له لايقاعه و سرعته في ذلك.