

الاضطرابات الادائية

1- صورة الجسم:

- تعريف صورة الجسم: (image du corps)

استعمل هذا المصطلح من قبل مدارس متعددة خاصة منها الظواهرية، التكوينية و التحليلية حيث يستعمل العديد من الباحثين الصورة الجسدية أو الذات المادية، أو الجسم، كمرجع مكون أساسي و أولي من مكونات صورة الذات، يمكن أن يستعمل للدلالة على الصورة التي نكونها على أجسامنا سواء من حيث اعتبار الجسم كمادة في مجال ظاهري، أو الصورة التي تنعكس في أنفسنا من خلال صورة الآخرين.

يقول سونقلند (Sangland): " إن الصورة الجسدية ليست تلك الصورة التي تظهر موضوعيا في المرأة، و لكن تلك التي يراها الفرد في المرأة، التي قد كان قد كونها عن نفسه، انطلاقا من إحساساته سواء أكانت سلبية أو ايجابية"

فحسب شيلدر تعرف الصورة الجسدية على أنها: "صورة جسدنا المشكلة في ذهننا، بعبارة أخرى، هي النمط الذي يظهر عليه جسدنا، و يمكننا رؤية بعض المناطق منه، كما لدينا إحساسات حرارية، و إحساسات ألم تتضح من خلالها أن هناك وحدة جسدية"

هذا لا يعني أن كل شخص يكون صورة جسدية، و هذه الصورة لا تمثل فقط الجسد كما يظهر عند كل فرد، بل أيضا الشعور الذي يكونه كل شخص عن جسده. و قد اعتمد شيلدر في وضعه لهذه المفاهيم على نظرية الجشطالت من جهة، و على نظرية سيجموند فرويد (Freud. S) من جهة أخرى ليبين بأن "الصورة التي نكونها عن جسدنا، و التي تكون متزامنة مع تطور شخصيتنا (المكتسبة)، هي الطريقة التي يظهر فيها جسدنا بالنسبة لنا، و الصورة التي نكتسبها عنه"

إن صورة الجسم (Image de corps) غير جامدة بل متغيرة، تتميز بالمرونة الكبيرة، فهي تتأثر بعدة أشياء فالقيام مثلاً ب (تغيير اللباس، الزينة، الرقص، ..الخ) يساهم في تغييرها و يؤكد على هذا بروشن سويتن (Bruchon, Schweiton. M) حيث تقول: "التجارب الجسدية، الإسترخاء، تمارين اليوغا "Yoga" العلاقات الجنسية المعاشة ايجابيا، تغير الصورة الجسدية و تؤدي إلى زيادة الرضا بالجسد و تخفيض حدة الحصر المتعلق به.

تعريف التصور الجسدي

مفهوم نفس حركي . خاص بوضع الجسم المرئي و الحسي و مجمل حركاته، كما يشير إلى التصور الذي يمتلكه الفرد عن جسمه ككتلة تشغل حيزا في الفضاء، والمهارات الأولية التي يتعلمها الطفل أثناء نموه و تطوره و التي لم تكن موجودة عند الولادة.

تعريف تشوه صورة الجسم:

انشغال زائد عن الحد ببعض العيوب التخيلية في المظهر الجسمي لدى الشخص يبدو طبيعيا أو عاديا. اضطراب تشوّه صورة الجسم هو اضطراب نفسي يهدر فيه الشخص الكثير من وقته وجهده في القلق وعدم الرضا تجاه مظهره على الرغم من كون جسمه طبيعي. قد يركز الأشخاص المصابون بهذا الاضطراب على حجم أو مظهر جزء معين من الجسم، مثل الأنف. لا يكون لهذا القلق بشأن جزء الجسم أي معنى لدى أصدقاء الشخص وأحبائه ويؤثر في حياته اليومية.

الاعراض:

مكن لأعراض اضطراب تشوّه صورة الجسم أن تظهر ببطء أو بشكل مفاجئ. تتطوي الأعراض على:

- قضاء ساعات يوميا في الشعور بالقلق حول عيوب الجسم المتهمة
- فحص الشخص لنفسه في المرآة باستمرار
- العناية بالهندام بشكل مفرط ومستمر أو نتف الجلد
- الاعتقاد بأن الآخرين ينظرون بشكل سلبي إلى مظهر الشخص أو يسخرون منه
- السعي المتكرر لإجراء عمليات جراحية تجميلية دون تحقيق الرضى المطلوب
- تجنّب المواقف الاجتماعية حتى لا يراه الآخرون
- الانشغال الشديد بالمظهر لدرجة أن يُسبب ضائقة كبيرة أو مشاكل في الحياة الاجتماعية، أو العمل، أو المدرسة، أو غيرها من المجالات

قد تتغيّر المناطق التي يركز عليها الشخص بمرور الوقت. كثيرا ما يركز الأشخاص المصابون باضطراب تشوّه صورة الجسم على ما يلي:

- الوجه والجلد
- الشعر
- حجم العضلات وقوتها.

الاسباب:

الوراثة والجينات.

حيث تزيد نسبة الإصابة بالاضطرابات النفسية عند الاشخاص الذين لديهم أقارب يعانون منها، مثل اضطراب التشوّه الجسمي، والوسواس القهري والاكتئاب
عدم اتزان في كيمياء الدماغ

وجود اضطرابات نفسية سابقة

مثل اضطرابات الأكل والوسواس القهري

يميل هؤلاء الأشخاص إلى البحث عن الكمال بصورة تستحوذ عليهم، ويرون أنفسهم غير كاملين نتيجة صورة غير واقعية رسموها لأنفسهم، وبالتالي شعور مستمر بأن عليهم التغيير

سمات شخصية:

مثل الكمالية، والخجل، والحساسية العالية للنقد

يميل هؤلاء إلى قضاء وقت كبير بالتركيز على أمور يرونها أنها ناقصة فيهم

إلى درجة يصبح صعبا عليهم عدم التفكير فيها أو التخيل أن الآخرين يتحدثون عليهم ويسخرون منهم
سمات جسدية:"

سمات تجعل الشخص بارزا أمام الآخرين، مثل النمش، الشعر الأحمر، حب الشباب الكثير جدا،

الشامات او الندب أو أي سمة جسدية ليست نادرة ولكنها ليست بالمنتشرة

خلال مرحلة المراهقة قد يكونون حساسين جدا من إشارة الآخرين إلى الاختلاف الجسدي لديهم مما يجعلهم يرونها سمات فظيعة ومشوهة لأجسامهم.

المرور بتجارب صادمة:

كالمضايقات والاستهزاء والاضطهاد، خصوصا في مرحلة الطفولة والمراهقة

عندما يتم عزلهم عن أقرانهم أو عندما يتم تعذيبهم من قبل والديهم وسخرية الآخرين، فسوف يبحثون

عن وجود خلل ما في أجسامهم لكي يلقوا عليه اللوم لما عانوه من تجارب ومواقف سيئة

.تتطور هذه الأفكار إلى أن يقتنعوا بها تماما ويبدأوا بمحاولة التخلص منها

التأثر بما يقدمه الإعلام:

غالبا ما يقدم الإعلام تعريفا غير واقعي للجمال والجاذبية، ودفع الناس لملاحقة ما لا يمكن إدراكه عن

طريق استهلاكهم لمواد التجميل والملابس والموضات العابرة والحميات الغذائية وما شابه ذلك

هذا يؤثر على البعض ويجعلهم يؤمنون بأن ما يقدمه الإعلام هو صورة عن المثالية ويجب عليهم

أن يخطو خطاهم وأن أي صورة أقل هو أمر غير مقبول