

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

تقديم:

عند سماع كلمتي نفس و جسد تظهر جلجا للقارئ في الوهلة الأولى تمايزهما فكل منهما مستقل عن الآخر، لكن في حقيقة الأمر يوجد بينهما ارتباط وثيق و تبادللي فلا يمكن لإحدهما أن تعمل بمعزل عن الأخرى، و هذا التمايز و التكامل بين النفس و الجسد هو المادة الإجرائية التي يدرسها علم السيكوسوماتيك.

أولاً/ مفهوم السيكوسوماتيك

1. مصطلح السيكوسوماتيك

– يعود الأصل اللغوي لكلمة "سيكوسوماتيك" إلى الجذور اليونانية القديمة، وهي مكونة من كلمتين Psyche وتعني النفس، و Soma وتعني الجسد. وتشير الكلمة ككل في اللغة العربية "نفس جسدي" أو "نفسجسمي"، وتعتبر الأمراض السيكوسوماتية من الحالات البينية التي تشير إلى مجموعة الأعراض أو الإصابات الجسدية التي تعزى لمعاناة نفسية ناتجة عن صراعات داخلية. (عمار يوسف الوحيد، زاهرة خالد عامر، 2022، ص09)

– السيكوسوماتية **Psychosomatique** لفظ مشتق من كلمتين يونانيتين Psych بمعنى الروح أو العقل، وتمثل العوامل النفسية التي تبدأ منها الاضطرابات الجسمية أو تتطور بسببها، و soma الجسم، وذلك لاعتبار الجسم المجال العضوي للتفاعلات والانفعالات النفسية، وهو الذي يعاني من آثار اضطراب النفس، أي المعنى اللاشعوري للاضطراب. ويشير هذا الربط إلى أن وظائف الإنسان كل متكامل تتدخل فيه الوظائف الفسيولوجية والسيكولوجية باستمرار، وتعتمد كل منها على الأخرى. (الشواشرة و الدقس، ص2014، 107)

2. الاضطرابات السيكوسوماتية

– ذكر كل من دافيزون ونيل أن الأمراض السيكوسوماتية توصف باعتبارها أعراض جسمية تنشأ عن عوامل انفعالية، وتتضمن جهازا عضويا واحد من الأجهزة التي تكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل أو اللاإرادي.

وير كز هذا التعريف على نقطتين أساسيتين:

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

← **الأولى** أن المرض السيكوسوماتي مرض حقيقي يتضمن تلفا في الجسم، ولكن ناشئ عن عوامل انفعالية.

← **والثانية** أنها تتميز عن ردود الفعل الهستيرية التي لا تتضمن أي تلف عضوي فعلي للجسم، فهي اختلال وظيفي في الجهاز العصبي اللاإرادي. وبذلك فهي عكس الأمراض السيكوسوماتية تماما.

– ويعرف **كارل هاس** المرض السيكوسوماتي بأنه أي مرض جسمي يمكن أن يكون له جذور سيكولوجية، فالكائن البشري عبارة عن وحدة متكاملة يعمل فيها الجسم والنفس معا في نظام متكامل. وغالبا ما تنشأ عن التفاعل بين المتغيرات الجسمية والانفعالية وتتأثر بمواقف الحياة وضغوطها. (Division & Neal ;1978 :p165)

– و يعرفها (**محمود أبو النيل، 1972، ص 51**) بأنها اضطرابات جسمية مألوفة للأطباء والتي يحدث بها تلف في جزء من أجزاء الجسم، أو خلل في عضو من وظيفة عضو من الأعضاء نتيجة اضطرابات انفعالية مزمنة نظرا لاضطراب حياة المريض و التي لا يفلح العلاج الجسمي الطويل في شفاؤها شفاء تاما نظرا لاستمرار الضغط الانفعالي و عدم علاج أسبابه (النفسية الحقيقية).

– أما **الدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع لجمعية الأطباء النفسيين الأمريكية للاضطرابات العقلية (1994) DSM-IV** فقد عرف الاضطرابات السيكوسوماتية تحت عنوان "الحالات الجسمية" حيث أنها اختلالات وظيفية تنشأ -في جانب منها على الأقل- من عوامل نفسية أو عاطفية أو وجدانية أو انفعالية و لذا فلا بد للأطباء أن يقرروا بوجود استعدادات للمرضى و التي تعني حتمية الإصابة به.

– كما أن الاضطرابات السيكوسوماتية هي الاضطرابات التي تصيب أحد أجهزة الجسم نتيجة لضغوط نفسية متراكمة تترك تلفا وآثارا فسيولوجية كخلل في أعضاء الجسم ويمكن للطبيب كشفه باستخدام وسائله التشخيصية، والعلاج النفسي عنصر مهم في شفاؤها وأجهزة الجسم التي تظهر فيها هذه الاضطرابات هي التي تخضع للجهاز العصبي المستقل، كالجهاز الهضمي وجهاز الأوعية الدموية والقلب والجهاز التنفسي وجهاز الجلد والجهاز الهيكلي والجهاز الليمفاوي والدم والجهاز البولي والتناسلي وجهاز الغدد الصماء وأعضاء الإحساس الخاصة كما أنها اضطرابات عضوية تتدخل العوامل النفسية فيها كمسبب لها أو على الأقل تزيد من شدتها.

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

- ويعرفها حسن عبد المعطي بأنها: "مجموعة من الاضطرابات التي تتميز بالأعراض الجسمية التي تحدثها عوامل انفعالية وتتضمن جهازا عضويا واحدا يكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل، وبذلك تكون التغيرات الفسيولوجية المتضمنة هي التي تكون في العادة مصحوبة بمحاولات انفعالية معينة وتكون هذه التغيرات أكثر إصرارا وحدة، ويطول بقاؤها ويمكن أن يكون الفرد غير واع شعوريا بهذه الحالة الانفعالية. كما أنها اضطرابات جسمية مألوفة للأطباء والتي يحدث فيها تلف في جزء من أجزاء الجسم أو خلل في وظيفة عضو من أعضائه نتيجة اضطرابات انفعالية مزمنة نظرا لاضطراب حياة المريض، والتي لا يفلح العلاج الجسدي الطويل وحده في شفاؤها شفاء تاما لاستمرار الاضطراب الانفعالي وعدم عالج أسبابه إلى جانب العلاج الجسدي.

ثانيا/ تاريخ العلاقة بين النفس و الجسد:

جاء في القرآن الكريم تعبير صريح عن العلاقة التبادلية بين النفس في الجسد في (سورة يوسف الآية 84) في قوله تعالى " وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسْفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ وَأَبْيَضْتُ عَنْنَاهُ مِنَ الْحُزَنِ فَهُوَ كَظِيمٌ" إذ أدى حزن سيدنا يعقوب على فاق ابنه يوسف عليهما السلام إلى فقدانه بصره و بياضهما. كذلك جاء في السنة مع يعبر عن هذه العلاقة التي تعكس وحدة الانسان و تفاعل مكوناته (روح و جسد) في حديث الرسول صل الله عليه و سلم "مثل المؤمنين في توادهم و تراحمهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسم بالسهر و الحمى".

أكد الفلاسفة القدامى على العلاقة التبادلية بين النفس و الجسد، حيث شهدوا تأثير الحالة النفسية في تغير الحالة الجسمية، و الحالة الجسدية بدورها تؤثر جليا في تفاعلات الحالة النفسية، ساد في الثقافة الطبية اليونانية، التي تزعمها "هيبوقراط Hippocrates" و أتباعه في ذلك الوقت (300-400 ق - م) الاعتقاد بأن منشأ المرض يعود إلى اختلال في التوازن في السوائل داخل الجسم، و الذي قد يكون سببه اختلال مشابه في بيئة المريض الخارجية. يؤكد أطباء اليونان القدامى على ترابط كل من سوائل الجسم و مزاج الشخص في نشوء المرض. كما لاحظ "هيبوقراط" أن الخبرات الانفعالية القوية، خاصة منها الخوف والغضب، يمكن أن ينجم عنها اضطرابات في وظائف الجسم. ثم قام بتقديم وصف للاكتئاب والقلق والخوف الهذيان

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

لقد انتقد "سقراط" منذ أكثر من 2500 سنة الأطباء في "أثينا" بسبب موقفهم الطبي الذي يركز على الجانب العضوي فقط، هذا و أعرب عن وجهة نظره التي مفادها أنه لا شفاء للجسد دون علاج العقل (النفس)، و يضيف أن سبب عدم معرفة علاج الكثير من الأمراض يرجع إلى تجاهل الأطباء للوحدة الكلية للفرد (النفس-الجسد).

ذهب "أرسطو" كذلك (322-384 ق_م) إلى أن الانفعالات مثل الغضب والخوف والفرح والبغض والحسد لا يمكن أن تصدر عن النفس وحدها ولكنها تصدر عن مركب نفسي معقد. وأن هذه الانفعالات السيئة والعنيفة والمزمنة تترك آثارا سيئة في الجسم . (

أما في العصر الروماني، فقد اعترف "شيشرون Cicero" بقوة الجانب النفسي أو السلوكي، و أكد على المسؤولية الشخصية للفرد على المرض. و ساد استخدام مصطلح "الأهواء Passions" بدلا عن السيكوسوماتية لمدة 1700 سنة دون سبب واضح، و حسب "جالينوس Galen" فالأهواء قد تكون سببا في ظهور المرض، كما يمكن أيضا أن تؤدي إلى شفاؤه. لذلك هدف العلاج الروحي لجالينوس إلى تحرير الشخص من أهوائه وشفاء الروح (النفس) بنفس الطريقة التي يشفي بها الطب الجسدي للأمراض العضوية. والتاريخ المصري القديم حافل بالعديد من البرديات الطبية أشهرها بردية "إبيرس" وتتكون من 12 وصفا مخصصة للأناشيد و الأدعية التي يجب أن يقولها الشخص المريض أثناء تناوله للأدوية، ولا شك أن الاهتمام بالأدعية وطلب الشفاء من الإله يهيء الفرد نفسيا لكي تتقبل فسيولوجية الجسد لهذا الدواء مما ينعكس إيجابيا عليه فيشفى.

هذه الملاحظات التي عبرت جليا عن العلاقة بين النفس و الجسد و تأثير كل منها في الآخر لم تمكن مدونيه من فلاسفة و مؤرخين و أطباء من إعطاء تفسيرات علمية واضحة لهذه العلاقة.

و جاءت الإسهامات الإسلامية مؤكدة على هذه الملاحظات فكان "المجوسي" (994م) من أوائل من تقننوا إلى العلاقة بين النفس و الجسد حيث أشار في كتابه " كامل الصناعات الطبية" إلى أن الأمراض النفسية كالغم و الغضب والهم والحسد تغير مزاج البدن وتؤدي إلى إنهاكه وتولد هذه الأعراض الحميات الرديئة.

من أشهر العلماء المسلمين أبو على ابن سينا (980-1037م) الذي يعتبر بعد أفلاطون أول من نقل وحدة النفس و الجسد إلى الميدان التجريبي وقد أشار في كتابه (القانون في الطب) إلى ما يسمى في وقتنا

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

الحاضر بالإجهاد النفسي الذي أثبتت الدراسات الطبية الحديثة دوره في اضطراب النواقل العصبية التي تؤدي إلى تغيرات عضوية، و الذي على أساسه تم تفسير وعلاج و وصف العديد من هذه الأمراض. ويعتبر "الرازي" من أكثر الأطباء الذين حثوا على طب شامل يضع في الحسبان المريض ومرضه ومحيطه وطبيبه وهذا ما يدعو إليه الطب السيكوسوماتي الحديث.

في القرن التاسع عشر الذي شهد إهمال واضحا لوحدة الجسد و الروح و سيطرة العلوم الطبية جاء الرد من استخدام "مسمر" و "شاركو" Mesmer & Charcot للتنويم المغناطيسي في علاج نوبات الهستيريا و تعديل مسار الأعراض الجسدية و بالتالي عاد الاهتمام بالعوامل النفسية و التأكيد على دورها في العلاج العضوي.

أثر هذا العمل بشكل كبير على "فرويد" الذي أصبح أكثر اهتمام بالمشاكل الانفعالية لمرضاه، وبالتالي إعادة الاعتبار لوحدة النفس بالجسد معاً. بل ذهب إلى ما وراء ذلك، و أعاد التركيز على العلاقة العلاجية بين الطبيب والمريض، و شدد على دور العلاج النفسي كقوة فعالة في شفاء أنواع معينة من المرضى. و طبق التفكير العلمي لدراسة الشخصية، و باكتشافه اللاشعور أسس المبادئ الدينامية الأساسية لأسباب الأمراض النفسية.

بعد هذه المرحلة بدأت معالم البسيكوسوماتيك تظهر وتتضح أكثر بعد التقدم الذي أحرزته من خلال التطور في فهم آليات العمل الداخلية للدماغ و تأثيراتها على السلوك. و يتجلى ذلك في أعمال الكثير من العلماء منهم أعمال "بافلوف" Pavlov "عن الإشرط الكلاسيكي، و قانون الأثر الذي صاغه "ثورندايك" Thorndike، والإشرط الإجرائي لـ "سكينر" Skinner "

أما في العصر الحديث، تطوّر الطب العضوي إلى درجة أنه يمكن تقدير الآليات الفسيولوجية للتأثيرات النفسية على الوظيفة الجسدية، و يسمى هذا مجال الفسيولوجيا النفسية. كذلك، استجابة "كانون" Canon " للمواجهة أو الهروب flight-or-fight التي يتحكم فيها الجهاز العصبي الودي. بعد ذلك، قدّ "سيللي" متلازمة التكيف العام. "المسئولة عنها الغدد الصماء، ومؤخراً تم تأسيس حقل جديد بالكامل يسمى عن المناعة النفسية العصبية، الذي يفحص التأثير الصحي للتواصل بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز المناعي.

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

من تتبع التاريخ الحديث الذي تمت فيه الإشارة إلى العلاقة بين النفس و الجسد فإن المؤرخين أشاروا إلى الأمور التالية:

- **يعد جورج بيكر (1755)** أول من أشار إلى العلاقة بين الجسد و النفس و ذلك من خلال محاضرة له ألقاها في جامعة (كمبردج) حيث ذكر -من خلال الأدلة و الملاحظات- عن وجود ارتباط بين صحة الفرد العقلية (التفكير و التصور و التخيل) و بين حالة الجسم.
- في عام **1818** قدم **هينروث** مصطلح "سيكوسوماتيك" حيث لاحظ أن إنفعالات الفرد الحادة تؤثر تأثيرا ضارا في حالة الجسم ... عكس حال الفرد حين تكون انفعالاته هادئة و تتسم بالتناؤل و الهدوء.
- في عام **1931** وصف **Thachrah** التأثير السلبي للضغط النفسية Stress على حالة الفرد الجسمية و العقلية على حد سواء. ذلك لأن الضغط يمثل قوة عاتية قد تدفع الفرد للشعور بالعجز و عد القدرة على المواجهة مما يجعل فكره منشغلا و قلقا و متوترا و ربما متشائما و كل هذه الانفعالات تنعكس سلبا على الجسم و العقل، ذلك لأن القلق و التوتر يبدد طاقة الفرد فيجعله يشعر بالإعياء و التمزق فيجد نفسه عاجزا عن القيام بأدنى جهد أو حتى الدخول في علاقة إنسانية سوية (سواء مع نفسه أو مع الآخر).
- عموما فإن مفهوم "الطب النفسي" أدخل في العلاج الطبي العام مع إعادة استخدام مصطلح (سيكوسوماتي) عن طريق "دويتش هيلين ،دنبار و فرانز أكسندر" و آخرين.

بعد استعراض التطور التاريخي لمصطلح السيكوسوماتيك عبر مختلف العصور يمكن إيجازه في النقاط التالية:

- البحوث العلمية أكدت على وجود تفاعل و تغذية رجعية بين العوامل النفسية و الجسدية و البيئية إلى الحد الذي يصعب معه معرفة العامل الرئيسي المسبب للمرض.
- مسألة الفصل ما بين الأمراض العضوية و الأمراض النفسية لم يعد موجودا الآن حيث ساد الفصل التعسفي ذلك على الساحة العلاجية/الطبية لفترات طويلة.
- يرد الآن الطب الحديث معظم الأمراض الجسدية إلى العامل النفسي (و ضرورة التنقيب عنه) لأنه يلعب الدور الرئيسي في نشأة هذه الأمراض، و أن العامل النفسي يلعب دورا مهما في تغذية دفاعات الفرد و قد يلعب دورا معاكسا تماما فيؤدي إلى انهيار مقاومة الفرد.

المحاضرة الأولى

لمحة تاريخية ومفهوم السيكوسوماتيك

- توصلت الملاحظات و الدراسات المعمقة إلى إظهار حقيقة أن التأثيرات المرضية للإنفعالات المزعجة (القلق، الاكتئاب، قلة الحيلة ...) تؤثر على إرادة الحياة لدى المرضى. كما تؤثر أساليب الموائمة على جهاز المناعة إذا ما تعرض الفرد لأحداث و ضغوط شديدة.