

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

#### تقديم:

ارتبط مفهوم النمط السلوكي بفكرة البحث عن ملمح أو بروفيل لشخصية المصابين بالأمراض المزمنة. حيث اعتبر بروفيل الشخصية منذ القدم بأن له تأثير على الصحة والمرض وتوجد مقاربات شاملة للشخصية والتي يمكن أن توضح بعض الأنماط التي لها علاقة مع بعض الأمراض (النمط A للأمراض القلبية؛ النمط C يخص السرطانات) فهي تجعل الشخص أكثر هشاشة مع مرضه؛ أما (النمط D لديه ارتباط مع الشكاوى الجسمية؛ الانفعالات السلبية؛ نقص السلوكيات الصحية وأقل التزام بالعلاج).

#### أولاً/ البروفيل النفسي وتكون الأنماط

##### 1. مفهوم البروفيل النفسي:

هو الملمح العام أو اللوحة الشخصية للفرد التي تشتمل على مجمل صفاته النفسية، السلوكية، المعرفية والانفعالية، والقدرات والميول الشخصية التي تميزه عن الآخرين وتسمح بتصنيفه ضمن فئة معينة من نفس البروفيل مع الحفاظ على مبدأ الفروق الفردية من حيث الشدة والاستمرار وقابلية التغيير.

كذلك البروفيل النفسي هو خريطة وصفية تتضمن السمات النفسية للفرد، مثل الشخصية، الوظائف الإدراكية، والحالة العاطفية، تُستخلص عادة من أدوات تقييم مثل الاستبيانات والمقابلات النفسية.

أما في علم النفس الجنائي فالبروفيل النفسي هو وصف افتراضي لشخصية وسلوكيات الجاني، يعتمد على دراسة الأدلة المتعلقة بالجريمة، ويهدف إلى فهم دوافعه ونمط تفكيره.

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

#### 2. مفهوم الشخصية:

الشخصية بشكل عام هي مجموعة من الأنماط المستقرة من الأفكار، العواطف، والسلوكيات التي تميز الفرد عن غيره، وتتأثر بالتفاعل بين العوامل البيولوجية والاجتماعية. ووفقاً لنظرية السمات (Trait Theory)، تُعرف الشخصية بأنها مجموعة من السمات المستقرة نسبياً التي تؤثر على استجابات الفرد في مواقف مختلفة.

أما في التحليل النفسي لسيغموند فرويد، الشخصية هي نظام معقد يتكون من ثلاثة مكونات رئيسية: الهو (Id)، الأنا (Ego)، والأنا الأعلى (Superego)، حيث يتحكم التفاعل بينها في سلوك الفرد.

في حين أن الأبحاث المعاصرة تُعرف الشخصية بأنها مزيج من السمات والأنماط التي تؤثر على التفكير، الشعور، والتصرف، وتشكل استجابات الفرد لمواقف الحياة المختلفة.

#### 3. تكون أنماط الشخصية

أنماط الشخصية هي نتاج تفاعل معقد بين العوامل الوراثية، البيولوجية، الاجتماعية، والنفسية. هذه العوامل تعمل معاً لتكوين سلوكيات، قيم، واستجابات الفرد التي تميزه عن الآخرين.

#### 1.3 مفهوم أنماط الشخصية

أنماط الشخصية هي تصنيف للأفراد وفقاً لخصائصهم السلوكية، النفسية، والاجتماعية المميزة التي تعكس طريقة تفكيرهم، استجاباتهم للمواقف، وتفاعلهم مع الآخرين. تهدف هذه الأنماط إلى تبسيط وفهم الفروق الفردية بين الأشخاص بناءً على سمات معينة.

#### 2.3 كيف تتكون الأنماط؟

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

يعتقد كارل يونج أن الفروق بين الأفراد وتشكل الأنماط ليس أمرا عشوائيا، إنما هي نتاج تفضيل فطري، فيولد الإنسان باستعداد معين ويختلف السلوك نتيجة هذه الفروق.

وبالتالي يتكون النمط حسب يونج من التفضيلات الفطرية الطبيعية للفرد والتي تتدخل فيها كل من الوراثة والبيئة.

### ثانيا/ بروفيل الشخصية كعامل للإصابة بالاضطرابات السيکوسوماتية

من أهم النظريات التي عملت على تطوير مفهوم بروفيل الشخصية نجد المدرسة الأمريكية لألكسندر، وقد توصل إلى إنشاء بروفيل خاص بالشخصية ذات العلاقة مع أمراض تعتبر سيکوسوماتية. وقد حاول ألكسندر إنشاء ارتباطات بين نمط الشخصية والتنبؤات بعدد من الأمراض؛ ففي كتابه **la médecine psychosomatique** والذي ظهر سنة 1950؛ فصل في فرضياته التي تخص العلاقة بين مرض معين وبين نمط شخصية معين.

عموما أظهرت العديد من الدراسات النفسية والطبية أن أنماط الشخصية من المتغيرات الأساسية في حدوث الاضطرابات السيکوسوماتية فربطت هذه الدراسات بين هذه الأخيرة وأنماط الشخصية من حيث:

✓ الفروق الفردية في التعامل مع الضغوط وتقدير وتقويم الاستجابة لها مما يسمح إما بالتكيف مع هذه الضغوط أو الاستجابات القوية التي تضعف جهاز المناعة وهذا ما يقود للنقطة الموائية.

1. أي تحديد درجة التعرض للاضطرابات السيکوسوماتية.
2. أو أخيرا التنبؤ بطبيعة الاضطراب السيکوسوماتي المحتمل.

## المحاضرة الثالثة البروفيل النفسي للشخصية السيكوسوماتية

### 1. نمط الشخصية (أ) - A

يتميز هذا النمط بأنه مسئول عن استجابة مفرطة إزاء المواقف المجهدة و وفقا لتصنيف لوثانس (2004) Luthans فإن الشخص ذوو النمط (أ) يهتم بالمواعيد، يمشي بسرعة، يأكل بسرعة، يتحدث بسرعة، متضجر، يعمل عدة أشياء في نفس الوقت، غير متوافق وغير متكيف مع أوقات الإسترخاء (لايستمتع بأوقات الفراغ)، عدواني، منافس، يشعر دائما بالضغط. يمكنه العمل لفترات طويلة في فترات قصيرة من الوقت بشكل يتجاوز قدراتهم.

غالبا ما يأخذ أعماله إلى المنزل، ولا يمكنه الإسترخاء.

يميل لأن يكون محبط بسبب موقف العمل، ويثار من مطالب العمل الزائدة.

يتميزون بأسلوب انفجاري في الحديث.

يميلون للسيطرة نتيجة عدم الشعور بالأمان و يعبرون عن ذلك بأسلوب عدواني.

يقيس النجاح بالكم.

هذه الجهود المفرطة و ردود الأفعال القوية تنتج تنشيطا مفرطا للجهاز السمبثاوي و ذلك ما يتسبب في ظهور العديد من العوارض الفسيولوجية كارتفاع ضغط الدم ، و انقباض الأوعية الدموية و إفراز مفرط للأدرينالين و هذا ما يجعلهم أفراد معرضين أكثر من غيرهم للإصابة بأمراض الشريان التاجي.

في تفسير آخر لفريدمان والمار يرون فيه أن ذوي النمط (أ) يفرضون على أنفسهم مستويات مرتفعة من المهام التي تصبح ضغوط ومن ثم فإن أجسادهم تطلق هرمونات لأن الجسم يستعد لمواجهة مواقف تحدي، فيؤدي ذلك إلى زيادة إمداد القلب والدماغ بالدم ونقصا في إمداد الكبد

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

ونتيجة لذلك تنخفض كفاءة الكبد في التخلص من الكوليسترول والدهون والقيام بعملية الأيض بالنسبة لهم وهذا كله يؤدي إلى الإصابة بمرض الشريان التاجي.

## 2. نمط الشخصية (ج) - C

ظهر في أول الثمانينات من هذا القرن نمط حديث للشخصية، هو النمط " ج " أو ما يسمى بالشخصية المستهدفة للإصابة بمرض السرطان . وتشير نتائج الدراسات إلى نجاح عدد من الباحثين في الكشف عن بعض سمات الشخصية المستهدفة للإصابة بالسرطان فعادة ما يكون أصحاب هذا النمط : من النوع اللطيف أو الهادئ غير العدوانى الذى ليس على استعداد لإثارة المشاكل . تكون هذه الشخصية من عدة جوانب مناقضة للشخصية التي تصاب بالنوبة القلبية أو المعرضة للإصابة بها .

-إن الشخص الأكثر عرضة للإصابة بالسرطان يكون أميل لحبس مشاعره وعدم التعبير عن غضبه .

تحمل هذه الشخصية الكثير من الحزن والأسى المكبوت غير المعلن وهي المشاعر التي تقوض المناعة وتسمح بتشكيل خلايا خبيثة تحوله لخلايا السرطان القاتل فمن المنطق أن نسلم بأن الكبت المفرط للمشاعر والغضب والحزن سوف يضر بالمناعة لحد كبير .

## 3. نمط الشخصية (د) - D

إضافة إلى أن استخدام الحرف D لتصنيف هذا النمط جاء وفقا للترتيب الأبجدي فهو أيضا الحرف الأول من الكلمة الإنجليزية Distress و التي تعني التعاسة أو المحنة .

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

كما أن أصحاب هذا النمط أكثر عصبية، ويجدون صعوبة في الاسترخاء، ولديهم نظرة سلبية عن الذات، وأكثر تفضيلاً للعزلة الاجتماعية، ويتجنبون كل ما يمكن أن يسفر عن عدم الموافقة والقبول من الآخرين، كما أنهم يميلون إلى القلق والتوتر في سلوكياتهم وتفاعلاتهم مع الآخرين، مفضلين الانسحاب من المواقف الاجتماعية، والإحجام عن مشاركة مشاعرهم مع الآخرين.

عموما لا يعد نمط الشخصية (د) حالة مرضية في حد ذاته، وإنما هو نزعةً شخصية مستقرة نسبياً كما يشير هذا النمط، أو ما يطلق عليه، نمط "الشخصية المكروبة أو المضغوطة" distressed personality إلى الشخصيات المكتئبة؛ نظراً إلى أنه يجمع بين سمتي الانفعالية السلبية والتثبيط الاجتماعي.

1. وتتسم الانفعالية السلبية بالمرور بعواطف ومشاعر سلبية من نحو الانزعاج والاهتياج وحدة الطبع، والخوف، إضافة إلى زيادة القابلية لتطويع أعراض القلق والكتئاب.

2. أما التثبيط الاجتماعي فيشير إلى الامتناع عن التعبير الحر عن مكنون الذات في التفاعلات الاجتماعية، أو الكشف عن العواطف والمشاعر أمام الآخرين، والتحفظ من إبداء الرأي خوفاً من أن يرفضه الآخرون، مع ما يرافق ذلك من ضغط نفسي، وسوء توافق.

وينطوي تأثير هاتين السمتين معاً على مخاطر شديدة وعديدة من الصعوبات العاطفية والاجتماعية، كالاكتئاب، والقلق، وتدني مستوى الصحة النفسية، وضعف العلاقات البين شخصية، والافتقار إلى الدعم الاجتماعي والقلق الاجتماعي والاعتلال العام للصحة النفسية.

## المحاضرة الثالثة

### البروفيل النفسي للشخصية السيکوسوماتية

ويشكل نمط الشخصية (د) أحد عوامل الخطر للتشخيص السريري لدى مرضى القلب، إذ ارتبط هذا النمط مع الزيادة بمعدلات تراوحت من 4-8 أضعاف خطر التعرض للوفاة، واحتشاء عضلة القلب، وتوقف القلب، والنوبات القلبية المتكررة .

كما انخفاض المشاعر الإيجابية والزيادة في المشاعر السلبية لدى هذا النمط يزيد خطورة الإصابة باضطراب ضغط ما بعد الصدمة PTSD، وانخفاض في معدلات العمر عند التشخيص الأولي لأمراض نقص تروية القلب. وأظهرت دراسة تحليلية قام بها فيرستيج وزملاؤه ((2012) أن نمط الشخصية (د) كان مرتبطا بضعف الحالة الصحية البدنية والنفسية في مختلف مجموعات مرضى القلب والأوعية الدموية.