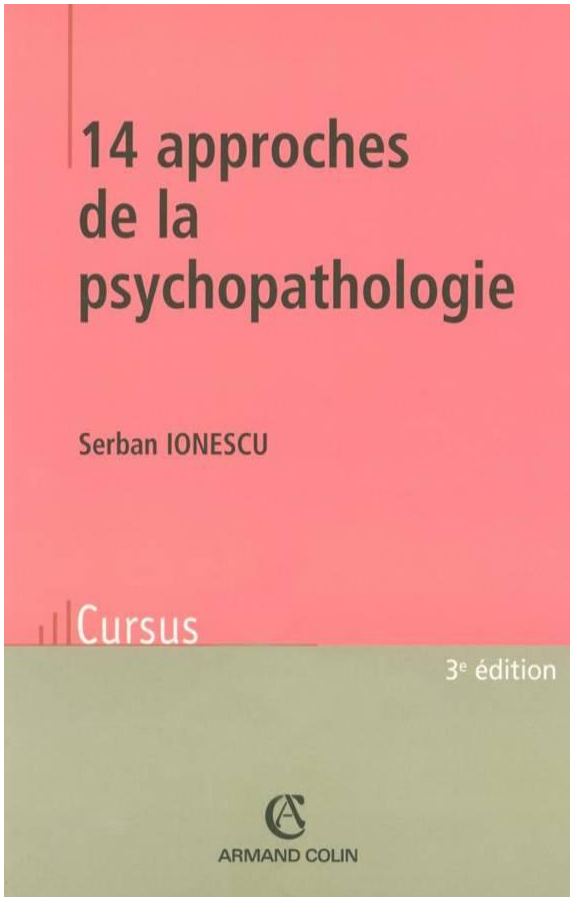
مدخل علم النفس المرضي

د. بودودة نجم الدين
علم النفس المرضي و العلاجات النفسية

المقاربات العلمية في علم النفس المرضي



- علم النفس المرضي الحديث هو نهج علمي مرتبط بالعديد من التوجهات النظرية التي فسحت المجال لشرح الاضطرابات النفسية.

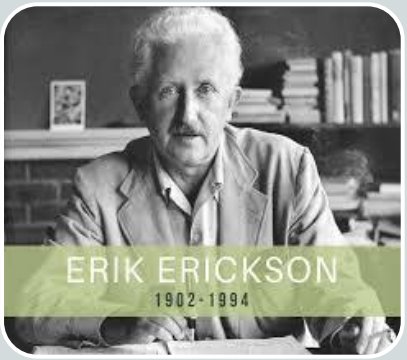
- أعطت كل نظرية وجهات نظر لشرح المجال المرضي والطبيعي في علم النفس المرضي.

- اعتمد كل توجه على نهج يكون أحيانًا فرديًا وعائليًا وجماعيًا وثقافيًا واجتماعيًا عصبي، نمائي، بيولوجي.

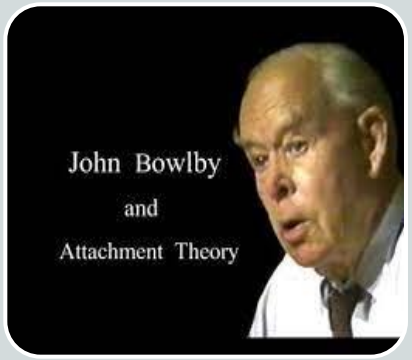
أهم المختصين في علم النفس النمو

جان بياجيه عالم نفس سويسري طور نظرية االنمو المعرفي. كرس حياته المهنية لدراسة كيف يتعلم الأطفال ويفهمون العالم من حولهم.

هو عالم Lev Vygotsky نفس روسي طور نظرية التطور المعرفي التي تركز على التفاعلات الاجتماعية والتعلم الاجتماعي في تطوير الوعي الذاتي والمهارات المعرفية.

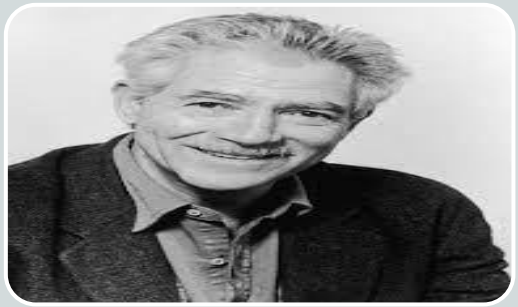


إريك إريكسون محلل نفسي أمريكي طور نظرية النمو النفسي والاجتماعي. وحدد ثماني مراحل رئيسية يمر بها الأفراد طوال حياتهم، كل منها يتضمن تحديات و أزمات يجب التغلب عليها ل الحصول على إمن أ فرصة النمو الجيد.



جون بولبي محلل نفسي بريطاني طور نظرية التعلق. أسس العلاقة بين علاقات الارتباط المبكرة مع شخصيات التعلق (مثل الوالدين) والنمو العاطفي والاجتماعي والمعرفي للأطفال.

أهم المختصين في علم النفس النمو

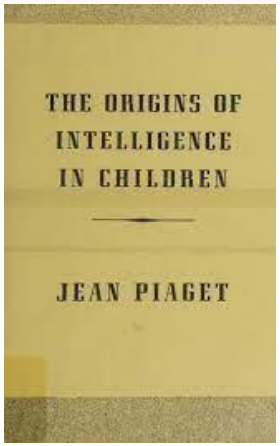


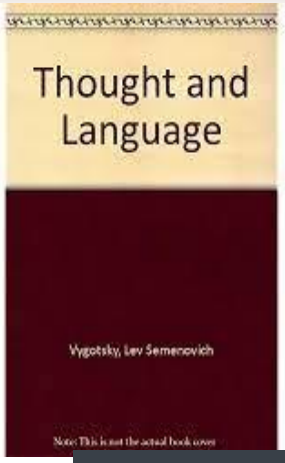
دانيال ستيرن عالم نفس أمريكي عمل على الجوانب العاطفية والخاصة بالنمو. لقد ساهم في فهم التفاعلات بين شخصيات التعلق والرضع من خلال فحص المشاعر المبكرة والتعبيرات العاطفية.

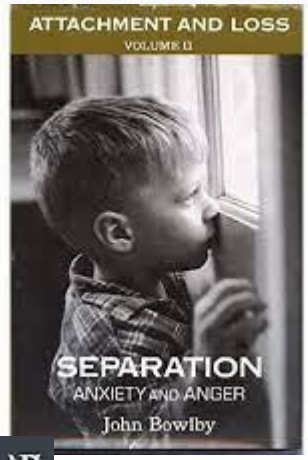
عالم Colwyn Trevarthen نفس بريطاني عمل على التفاعلات المبكرة بين الأطفال وشخصيات التعلق. لقد ربط التفاعلات المبكرة بالعجز المستقبلي في التواصل والتطور العاطفي.

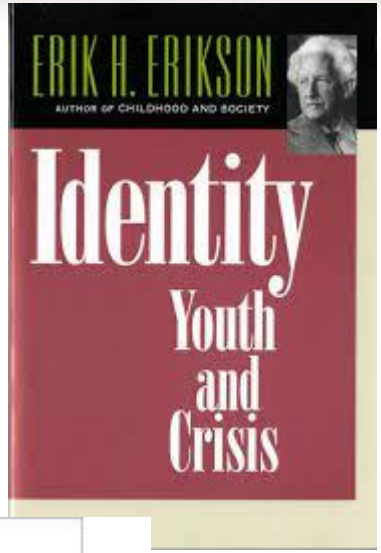
ماري أينسوورث أخصائية نفسية كندية عملت مع جون بولبي. طورت "اختبار الموقف الغريب" لقياس جودة التعلق لدى الأطفال.

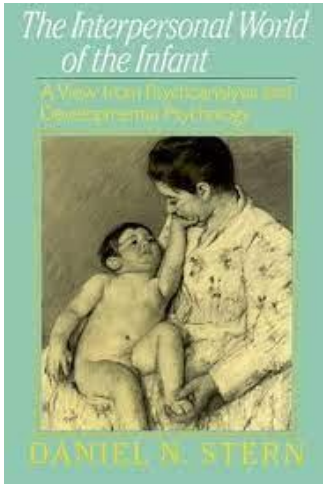
مراجع مهمة في علم النفس النمو

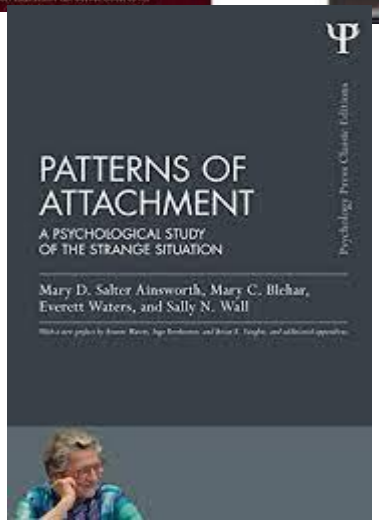


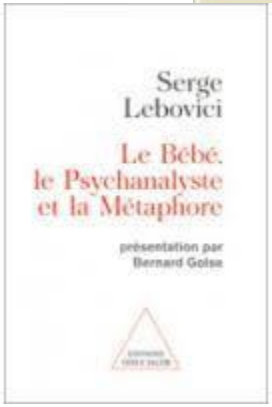


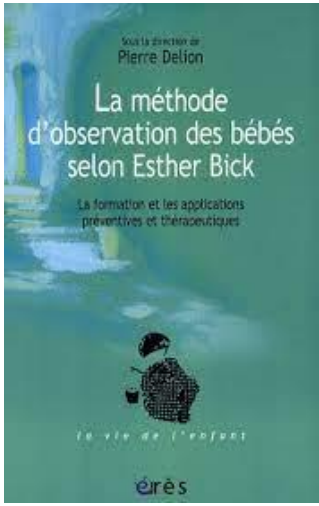












نظرية التعلق و علم النفس المرضي

- التعلق هو رابط عاطفي قوي يتكون بين طفل وشخصية أو أكثر من شخصيات التعلق (عادةً الأم أو الأب) في السنوات الأولى من الحياة.

- وفقًا لنظرية التعلق، تعتبر هذه الرابطة ضرورية لنمو الطفل، حيث توفر إحساسًا بالأمان والحماية، فضلاً عن كونها أساسًا لاستكشاف العالم المحيط.

- يتميز التعلق بسلوكيات مثل الرغبة في الاقتراب من شخصية التعلق، والبحث عن الراحة في وجودهم، والضيق في غيابهم.

- أنماط التعلق هي تمثيلات عقلية داخلية للعلاقة مع شخصية التعلق، تتطور أيضًا بمرور الوقت ويمكن أن تؤثر على علاقات الطفل المستقبلية.

أنماط النمو و التعلق المرضي

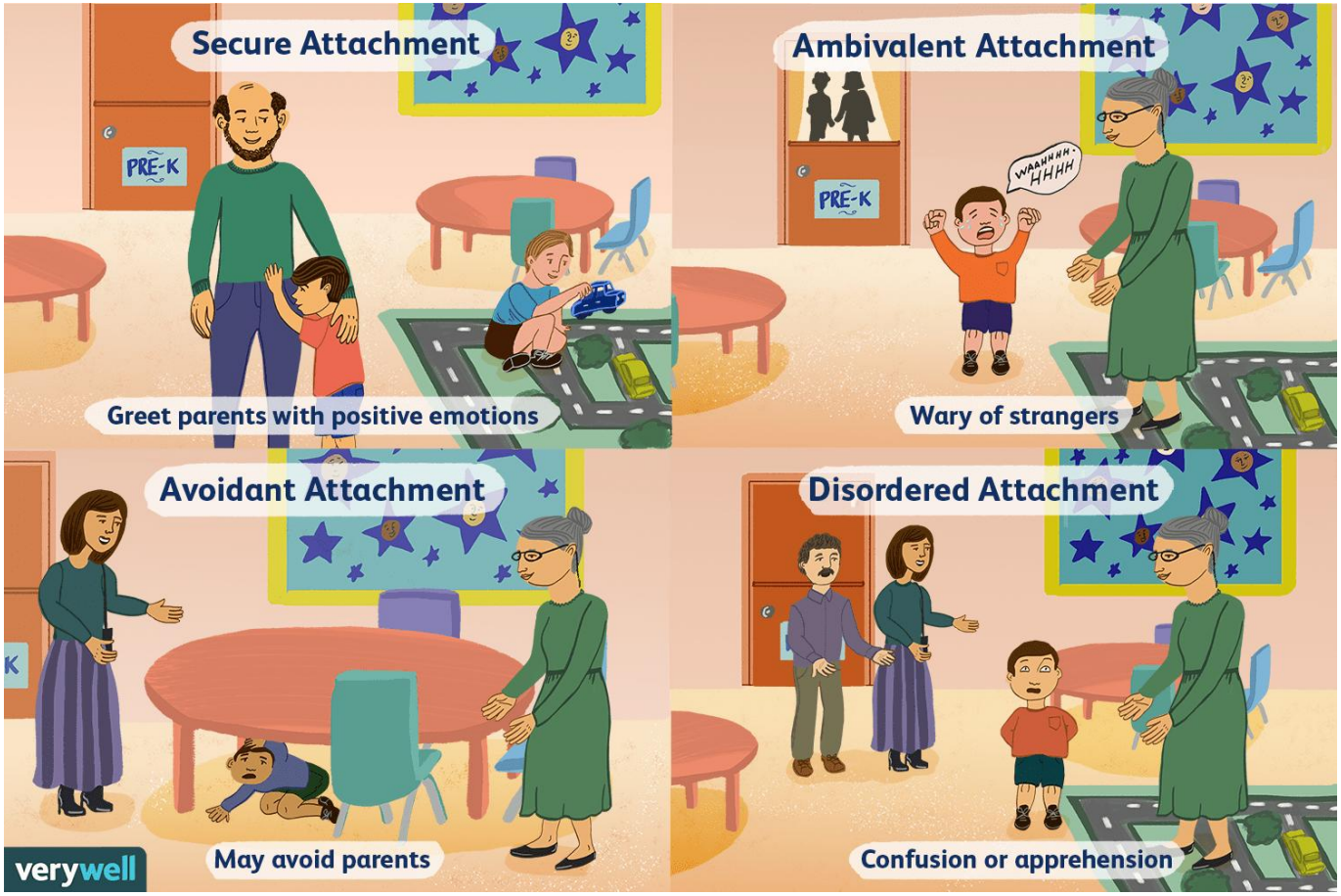
- التعلق الآمن: يشعر الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من التعلق بالأمان في علاقاتهم الحميمة ويثقون في شريكهم. إنهم مرتاحون للألفة العاطفية ويمكنهم مشاركة أفكارهم ومشاعرهم دون خوف من الرفض.

- التعلق القلق المتناقض: غالبًا ما ينشغل الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من التعلق بعلاقاتهم الحميمة ويواجهون صعوبة في الشعور بالأمان فيها. قد يشعرون بالقلق والغيرة والتملك، وغالبًا ما يكون لديهم مخاوف من الهجر.

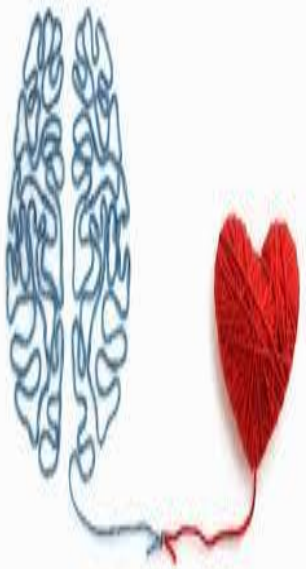
- التعلق التجنبي: يميل الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من التعلق إلى تجنب العلاقة الحميمة العاطفية وتقليل أهمية العلاقات الحميمة. قد يجدون صعوبة في الوثوق بالآخرين ويفضلون الحفاظ على مسافة عاطفية بينهم.

- التعلق غير المنظم: يتميز هذا النوع من التعلق بسلوك متناقض وفوضوي في كثير من الأحيان في العلاقات الحميمة. قد يشعر الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من التعلق بالانجذاب والنفور من شريكهم ، ويواجهون صعوبة في الحفاظ على علاقة مستقرة وصحية. (Bowlby, 1982)

أنماط النمو و التعلق المرضي



العاطفة و النمو المضطرب



- النظرية النفسية المرضية للعاطفة هي إطار نظري يهدف إلى فهم دور العاطفة في تطور الاضطرابات النفسية المرضية والحفاظ عليها. تقترح هذه النظرية أن العواطف أساسية للتجربة البشرية وترتبط ارتباطًا وثيقًا بالإدراك والسلوك والعمليات الفسيولوجية.

- تؤكد النظرية النفسية المرضية للعاطفة أيضًا على أهمية التنظيم العاطفي، أي القدرة على إدارة وتعديل عواطف الفرد وفقًا لمتطلبات الموقف.

- يمكن أن تؤدي الصعوبات في التنظيم العاطفي إلى اضطرابات نفسية مرضية مثل اضطراب الشخصية الحدية ، حيث يواجه الأفراد صعوبة في إدارة عواطفهم والحفاظ على علاقات مستقرة.

- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology?. *Journal of abnormal psychology*, *121*(1), 276–281. https://doi.org/10.1037/a0023598

التعلق، العاطفة و الاضطرابات النفسية

- وفقًا لهذا التوجه، يمكن أن تؤثر التجارب المبكرة للتعلق على التطور العاطفي والقدرة على التنظيم العاطفي للأفراد، مما قد يهيئ لبعض الاضطرابات النفسية المرضية.

- على سبيل المثال ، قد يواجه الأشخاص الذين يعانون من تجارب التعلق غير الآمنة أو المؤلمة صعوبات في التنظيم العاطفي، مما قد يساهم في تطور اضطرابات مثل الاكتئاب أو القلق أو اضطرابات الشخصية أو اضطرابات الأكل.

- Mikulincer, M., Shaver, P.R. & Pereg, D. (2003). Attachment Theory and Affect Regulation: The Dynamics, Development, and Cognitive Consequences of Attachment-Related Strategies. Motivation and Emotion 27, 77–102. https://doi.org/10.1023/A:1024515519160