

## اضطراب المشاعر لدى الأطفال

إعداد

الباحث/ أحمد عبد المنعم عبد الغنى أحمد أبو الخير

إشراف

أ. د / حسين محمد سعد الدين الحسيني

أستاذ علم النفس

بكلية الآداب – جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال - جامعة المنصورة

المجلد السادس - العدد الأول

يوليو ٢٠١٩

## اضطراب المشاعر لدى الأطفال

أ/أحمد عبد المنعم عبد الغنى أحمد أبو الخير \*

## تمهيد:

المشاعر هي القوى المحركة وراء الدافع إيجابياً أو سلبياً، ووفقاً لنظريات أخرى فإن المشاعر ليست قوى سببية وإنما هي ببساطة متلازمة من المكونات تتضمن دوافع وشعور وسلوك وتغييرات فسيولوجية ولكن لا يمثل أى من هذه المكونات المشاعر بشكل منفرد، وكذلك فالمشاعر ليست الكيان المسبب لهذه المكونات، و يظهر الأشخاص المصابون باضطرابات فى المشاعر النفسية بشكل أسهل وأعمق ولمدة أطول من الآخرين. حيث يمكن للمشاعر أن تظهر على السطح بشكل متكرر، وأن تستمر لفترة طويلة و بالتالي فإن المصابين بذلك الاضطراب يتطلبون وقتاً أطول من الناس العاديين كي يعودوا إلى حالة من التوازن العاطفي الطبيعي بعد خضوعهم لتجارب عاطفية شديدة التأثير.

## (١) مصطلح اضطراب المشاعر :

اضطراب المشاعر يعنى عدم الإفصاح عن المشاعر أو إخفائها والذي يعد نوعاً من أنواع الاضطرابات النفسية، ويسمى صاحب الشخصية المضطربة ، لأن لديهم تقلباً أو إفراطاً فى المشاعر ، وتلك الشخصيات لديها عيوب فى العاطفة منها عدم القدرة على الشعور والتعبير، وبالنسبة للشعور فهو الحالة الوجدانية داخل الإنسان كشعوره بالحزن والغضب. **Bankier, B., Aigner, M., & Bach, M. (2001):23-42**

\* باحث.

كما أن هذه الشخصيات لا يوجد تعمد منها لإخفاء مشاعرهما، ولكن هذه هي قدراتها ولهذا لا يشعر الناس بأى دفاء يشع من صاحب هذه الشخصية، بل يشعرون ببرودة، وقد يفسر هذا البرود من قبل الآخرين بأنه تعال وتكبر، ولهذا فيكون هذا الشخص قليل الأصدقاء والناس لا تقترب منه، كما أنه يختار أصدقاءه بعناية شديدة، ويكون لديه شروط معينة وقاسية حتى يدخل بعض الناس فى الدائرة المقربة . Fossati, A., Feeney, J., Maffei, C., & (Borroni, S. (2014):31-41)

**تعريف المشاعر لغة :** المشاعر من حيث اللغة تعرف بأنها الحواس ، والحواس هي المشاعر الخمس (السمع ، البصر، الشم ، الذوق ، واللمس) يقول الشاعر: والرأس مرتفع فيه مشاعره يهدى السبيل له سمع وعينان . (معجم لسان العرب ج ٤: ١٣٤) ، ( معجم تاج العروس ج ٧ : ٣٣)

**يُعرف مصطلح المشاعر بأنه :** أحد المكونات النفسية التى ترشدنا عند مواجهة المحن والتكيف مع ظروف الواقع الخارجى الذى يعد بمثابة النافذة التى تظل منها الذات على إنسانيتها حيث تمدنا المشاعر بالطاقة والقوى الناعمة التى تتحول إلى سلوك لإشباع رغباتنا وحاجاتنا ودوافعنا النفسية والاجتماعية فضلا عن دورها فى تنمية مشاعر الود والحب بين البشر وتنمى لديهم العلاقات والصدقات بالصورة التى تجعل المشاعر بمثابة الميزان الحساس الذى تزن به حقيقة ميولنا أو عزوفنا عن الآخرين إلى جانب الأمور النفسية والاجتماعية بالصورة التى يرى الإنسان من خلالها الحقائق الأصلية التى تعكسها دلالات هذه المشاعر بصورة عميقة . ( تحية حامد عبد العال ، ٢٠١٠ ، ٤٠٩: )

والبعض يعرف المشاعر بأنها : هي التي تمنح ذات الإنسان ملامحها وتشكيلاتها الخاصة والمميزة والتي تتجسد في عواطفه وأحاسيسه وانطباعاته وأفكاره ونظراته وتفلسفاته ، وحتى في توجساته وهواجسه وتحدد المشاعر بطريقة أو بأخرى ملامح وتفصيل وجوده التفاعلي في الحياة وبالتالي هي التي تمنحه صفة الإنسانية وماهيته وتشكيلاته السلوكية وطريقته وأسلوبه في التعامل مع ذاته ومع الأشياء ومع الآخرين من حوله ) . (كرم محمود كرم ، ٢٠١٢ : ٣٦ )

المشاعر بأنها حالة تتميز بالنشاط العقلي، و غالبا مرتبطة بالحالة النفسية و شخصية الإنسان، و يقول بأن المشاعر حالة معقدة، تؤدي بطبيعتها إلى تغيرات نفسية و جسدية و من الممكن أن تؤثر على سلوك الشخص و تكون مرتبطة بإثارة الجهاز العصبي ، والشخص الاجتماعي المنفتح تكون مشاعره أكبر من الشخص الانطوائي، حيث أنه عرضه للوحدة و إخفاء المشاعر.(على محمود كاظم الجبوري، ٢٠١١ : ١٢)

و تعرف المشاعر بأنها حالات من الشعور الذي يؤدي إلى التغيرات الجسدية والنفسية التي تؤثر على السلوك. وترتبط المشاعر ارتباطاً وثيقاً بإثارة الجهاز العصبي مع اختلاف حالات وقوة الإثارة المرتبطة بعواطف معينة. كذلك فإن المشاعر مرتبطة أيضاً بالميل السلوكي، فالشخص المنفتح اجتماعياً (الانبساطي) يعبر عن مشاعره بشكل أكبر، في حين أن الشخص الانطوائي يكون أكثر عرضة للانسحاب الاجتماعي وإخفاء مشاعره.

و غالباً ما تكون المشاعر هي القوة المحركة وراء الدافع، إيجابياً أو سلبياً. ووفقاً لنظريات أخرى، فإن المشاعر ليست قوى سببية وإنما هي ببساطة

متلازمة من المكونات، تتضمن دوافع وشعور وسلوك وتغييرات فسيولوجية، ولكن لا يمثل أي من هذه المكونات المشاعر بشكل منفرد. وكذلك فالمشاعر ليست الكيان المسبب لهذه المكونات.

(Neumayer, E., & Plümper, T. 2012 :19-49)

وهناك العديد من المصطلحات المرتبطة بإضطراب المشاعر وهي كالتالي :

\* الضغط النفسي : يكون شعور مؤقت وفيه يشعر الفرد كما لو كان محترقا نفسيا ،ولكن بمجرد التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الشعور،وقد يكون الضغط داخليا أو خارجيا وقد يكون طويل أو قصير المدى ،وإذا طال مداه فإنه يؤدي الى انهيار الفرد.( Lovallo, W. R. 2015 :342)

\* الإجهاد النفسي عبارة عن عبء انفعالي زائد ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة فتؤدي إلى الإنهاك البدني والنفسي وإذا اعتبر قريبا من الإجهاد الانفعالي فإنه يمثل أحد مكونات الاحتراق النفسي كما يعتبر عرضا من أعراضه العديدة ويمكن أن تعتبر الضغط سابقا على الإجهاد النفسي كما أن الإجهاد يشكل ضغطا أيضا فهي علاقة دائرية قد لا تكون لها نهاية بين الضغوط النفسية والإجهاد النفسي Haramlah, A. L., & (Ahmad, A. 2016 :17).

\* القلق النفسي عبارة عن شعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوان مضاد لبيئة يدركها الفرد على أنها عدائية قد ترتبط هذه الأعراض بمظاهر الاحتراق النفسي والذي من مظاهره فقدان الاهتمام بالآخرين والسخرية من الآخرين

والشك في قيمة الحياة والعلاقات الاجتماعية إلا أن الشعور بالقلق قد يكون لدى الفرد منذ مرحلة الطفولة بعكس الاحتراق النفسى فهو مرتبط بالأداء الوظيفى أو المهنى ويكون الفرد فى مرحلة الرشد .  
( ابراهيم أمين القريوتى ، فريد مصطفى الخطيب ، ٢٠٠٦ : ٢٣ )

\* الشعور بالوحدة النفسية يعرفه: "إحساس الفرد بوجود فجوة تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسى إلى درجة يشعر معها بافتقار التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط فى علاقات مثمرة ومشبعة مع أى من أشخاص وموضوعات الوسط الذى يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله . ( أسماء بوعود ، ٢٠١٤ : ٣٠ - ٣٢ )

\* لمس المشاعر " يشير إلى الاستبصار بأن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الانفعالات والملمس، فإذا كان هناك شيء " مؤثر touching " فهو يحركنا لكي نشعر، وإذا شعرنا بشيء فإننا أيضا " نلمسه"، ويتضمن الشعور أيضا جانباً متعلقاً بالحركة، ويتجسد في فكرة أننا عندما نشعر شعوراً عميقاً بشيء فإن هذا يعني أن هذا الشعور يؤثر فينا و " يحركنا. Cockerham, W. C. (2016:98).

**فالشعور مرتبط " باللمس" والحركة** وكذلك بالأجساد والأمزجة والحالات العقلية المتقلبة ، وبين كل هذه التعقيدات يوجد رابط في تعريف الوجدان والانفعال والشعور من الصعب اختراقه وقد يكون من غير الضروري فعل ذلك على الرغم من أن هناك مبدأ أصيلاً في محاولة تمييزه وإيرازه، وبينما نقوم بفك خيوط هذه الرابطة يصبح من الواضح لنا أن " خبرتنا" بالشعور قد تكون مختلفة

عما يراه الآخرون فينا وعما تظهره أفعالنا الجسدية و ( التي غالباً ما يطلق عليها مصطلح " انفعال" ) ( ستيفن فروش ، ٢٠١٥ : ١٦ )

أن المشاعر هي أحاسيس بدنية داخل الجسم — ( الإحساس بالدفء ، والتوتر، والخفقان ، والسعادة ، والألم ، التدفق ، الحركة) وتعتبر المشاعر جزء من السعى نحو الوصول إلى حالة من الاتزان ، هذا ويطلق "جولمان" على هذه المهارات مصطلح " ذكاء المشاعر " والذي تتجسد أهميته في قدرته على الربط بين المشاعر والطباع ، والغرائز الأخلاقية ، فهناك أدلة كثيرة تبين أن مواقفنا الأخلاقية الأساسية في الحياة تتبع من قدرتنا الانفعالية الكامنة . فأى انفعال بداخله بذرة التعبير عن نفسه بالأفعال ،ومن هنا يعكس "ذكاء المشاعر " تلك القدرة لدى الفرد على التحكم في الاندفاعات الانفعالية، والقدرة على قراءة المشاعر الداخلية للآخرين ، وعلى التعامل بمرونة داخل العلاقات ،وهي تلك القدرة التي عبر عنها "أرسطو " بالغضب من الشخص المناسب أو بالطريقة المناسبة.-196: Miloyan, B., & Suddendorf, T. 2015 (200)

أما مصطلح الانفعالات على حد قول جولمان هي التي تلعب دوراً فريداً في السجل العاطفي الشخصي للفرد ، وقد تؤدي إلى العجز في قدرات الفرد المهنية ، وربما تعرضه أكثر من غيره لمخاطر شديدة في حياته ، وتقود تفكيره، وترفع من مستوى أدائه إذا مارس عواطفه ممارسة جيدة.

الفرق بين المشاعر و الانفعالات " أن الظواهر الوجدانية التي لدينا مدخل واع مباشر لها سوف نشير إليها على انه مشاعر ، أما التجليات الوجدانية التي

ليس لدينا مدخل واع لها ولكن يمكن أن يستدل عليها من دلائل سلوكية ، فسوف نسميها " انفعالات".

**وعلى النقيض يقسم مجال الوجدان الفرق بين الشعر والانفعال بشكل مختلف نسبيا جاعلاً من الانفعال هو الكرة أو دائرة النفوذ للجسد فهو شيء يمكن للآخرين ملاحظته جهاراً، بينما الشعور هو شيء "يمثل في العقل"، وهو يعكس الحالة التي عليها الجسد فيقول: " الانفعالات هي أفعال أو حركات : يكون العديد منها معلناً ومرتبياً للآخرين حيث تحدث الانفعالات في الوجه وفي الصوت وفي سلوكيات معينة . والمشاعر - على الجانب الآخر - دائماً ما تكون خفية مثلما تكون بالضرورة كل الصور العقلية وهي غير مرئية لأي شخص ماعدا مالکها الشرعي ، والملكية الأكثر خصوصية للكائن والتي تحدث في عقله ( دانيال جولمان ، ٢٠٠١ : ١٥٩ )**

أن هذا الفرق الذي يتعلق بالعام والخاص هو جزء من فكرة أوسع هي أن الفرق بين الانفعالات والمشاعر له علاقة بالحالات الجسدية في مقابل الوعي .

يمكن إذن أن تكون المشاعر هي المستقبلات الحسية العقلية لما داخل الكائن - فهي تعرف ذاتنا الواعية الضيقة العابرة بحالة الحياة الحالية داخل الكائن لمدة وجيزة، فالمشاعر هي التجليات الجسدية للتوازن والانسجام، وللتناظر وللتضارب، فهي لا تشير إلى انسجام الموضوعات أو تضاربها أو الأحداث الموجودة في العالم خارجنا بالضرورة ولكنها بالأحرى تشير إلى الانسجام أو التضارب المتعمق في داخلنا، فالبهجة والأسى والمشاعر الأخرى هي بشكل واسع أفكار الجسد في عملية مناورة نفسية في حالات مثلى للبقاء".



إذا كان الشعور عملية إدراكية نكون على وعي بها إذن فعندما نقول أننا لسنا دائماً دقيقين أو واعين بما نشعر فكأننا نقول شيئاً عن التقسيم الضروري بين الشعور والانفعال، وإذا كان هذا هو الأسلوب الواقعي للتفكير في الأشياء إذن فالسؤال الذي ينشأ هنا هو كيف يصل بنا الأمر لنشعر - ويعني كيف نصل لأن نصبح قادرين على أما أن نسمى - بشكل دقيق أو غير دقيق - ما يحدث " داخلنا"؟ هل هي عملية آلية، وإذا كانت كذلك فلماذا لا تكون دائماً "دقيقة"، وان لم تكن آلية إذن فهي متعلمة، وإذا كانت كذلك فكيف إذن؟ وبشكل أكثر منهجية: كيف نشعر؟" قد يكون سؤالاً عن الآليات - ليس فقط فسيولوجية الأعصاب الخاصة بالانفعالات التي تأخذ حالياً الكثير من الاهتمام، ولكن السؤال عن المعايير وعن كيف نتعلم ما "تعنيه" انفعالاتنا، وكيف نصل لدرجة أن نكون قادرين على تقبل المشاعر وان نختبرها بدرجة من التكامل . Jung, K., & (Steil, R, 2013 : 213-220)

## (٢) تكوين اضطرابات المشاعر و بناء المشاعر :

إن بناء المشاعر وتكوينها أمر أكثر تعقيداً من مجرد الخوض في عملية تحديد هوية وتسمية ما يحدث " بداخل الفنانين والذي ربما يكون على شكل انفعالات، وذلك لأن ما يتم هو العمل على المشاعر وبنائها بحيث يكون هناك حدوث لعملية فعالة من العقلانية، والتي بواسطتها نجد أن - الاستجابات الجسدية للإحداث والانفعالات والتدفقات الوجدانية والذكريات المفاجئة أو المثارة يتم إدراكها وتحويلها إلى حالات شعورية، وتقليدياً فإن المثال التجريبي على ذلك هو تفسير الإيقاظ الفسيولوجي للغضب أو الزهو معتمدين في ذلك على الظروف التي يتعرض لها الشخص - والتي قد يتم التعامل معها وبشكل أكثر دقة

فقد يقترح أحدهم أن كل المشاعر عملية نشطة فاعلة تتحول من نوع ما من الاستعداد أو " الممكن " إلى شكل مدرك من الوجود، والتوازي هنا ربما يكون مع بناء الرواية أو السرد من الخبرات التي يمر بها الشخص، ومن الواضح أنه قد يكون هناك وسائل بديلة للنظر في الأشياء - قصص بديلة يمكن أن تتلى عن الحدث، ليس فقط من وجهة نظر المشاركين المختلفين ولكن ربما من وجهة نظري شخص بشكل فردي ، وهذا بالفعل هو إحدى مقدمات العلاج المعرفي .وعلى أية حال- وكما نعرف من خبرتنا اليومية وبلا حاجة لأي واضع نظريات يخبرنا - فالكلمات غالباً ما تسبب المشاعر وتعبّر عنها، وبالفعل قد تكون أكثر الأسباب شيوعاً لحالات الشعور، فما يقوله الشخص للآخر، وما نقرؤه أو نسمعه تعد من بين اضمن المصادر المسببة للشعور والتأثير علينا أو تحريكنا لتتأثر وكذلك الإحساس بأن شيئاً ما " لمسنا". *Taufik, D., (Bolderdijk, J. W., & Steg, L, 2016 : 52-62)*

ولكن ما الذي يعنيه هذا - الذي يمكن تعريفه بسهولة - من أن شيئاً ما " حركنا " أو " لمسنا"، وهل يكون الأمر حقاً أننا نعرف بم شعور؟ ربما تكون المسألة هنا من النوع الذي يقيم روابط بين الانفعال باعتباره نوعاً من الاستجابة الإلالية اللاتوسطية للأحداث، وللشعور باعتباره نسخة من ذلك، ولكن ما نعرفه عنها أكثر لتكون أكثر تكاملاً أو أكثر تفسيراً. وكيف نربط بين طريقتنا في الشعور - " الحال " التي نحن عليها بما يحدث لنا فعلاً؟ هل من الممكن أن يخطئ المرء شعوره ويؤمن بصدق أنه يشعر بشيء لا يشعر به " في الواقع حقاً"؟ أم أن الشعور دائماً هو ما يفصح بحقيقة التجربة ، حتى وان تم ربطه خطأ بالموقف؟ فإذا كنت اشعر بالغضب أو بالخوف بوصفه استجابة هذائية لما يحدث حولي فبذلك يكون من المعقول أن أقول أن هذا هو الشعور الذي يمتلكني

ولكنه غير منسجم مع " الواقع " (الشعور حقيقي ولكنه خاطئ)، ولكن هل يمكنني التصديق بأنني سعيد عندما أكون في الواقع حزينا؟ إذا كان الأمر كذلك هل هذه طريقة للكذب على نفسه - نوع من التظاهر يقيم فيه جزء من عقلي بإخفاء الحقيقة عن الجزء الأخر - حتى انه في مكان ما " بداخلي " اعرف حق المعرفة بماذا اشعر حتى ولو كنت مؤمناً بأنني لا اعرف ؟ أن النكوص اللانهائي هنا واضح ولكن هذا لا يعني بالضرورة أن الفكرة خاطئة، ربما يكون الحال في الواقع أننا نادراً ما نفهم مشاعرنا بشكل كامل، أو أن مشاعرنا غالباً ما تفشل في التوافق مع انفعالاتنا، أو أن كلاً من الشعور والانفعال على خلاف دائم مع حقيقة موقفنا، أو قد يكون العكس، أي أن هناك وقااتاً تتناسب فيها المشاعر التي نتملكنا مع نسخة من ذاتنا نحاول أن نبقي عليها (كأن نكون هادئين أو انفعاليين أو حكماء أو سريعي الغضب ومستشاكين أو حاسمين أو فاترين أو ودودين رقيقين)، وأنها تنتج الانفعالات الآلية المفترضة - أو على الأقل تلطفها وربما لا تكون مسألة بسيطة تتساءل عما إذا كانت المشاعر صحيحة ودقيقة أو لا . فعمل ما يحدث في الحقيقة يكون أكثر فهي بارعة وماهرة وتعمل مع الأمور لإنتاج نوع من الأثر وأنها لم تقم فقط بالتعامل مع الخبرة بشكل سلبي مستقبل فقط.

( ستيفن فروش ، ٢٠١٥ : ٤٤ - ٤٥ )

### (٣) أهمية المشاعر في حياة الفرد :

يمتلك الإنسان مجموعة من السمات والخصائص والقدرات التي تميزه عن غيره ، وتجعله فريدا فيما يملك ، فكل منا يملك حدسا خاصا به مثلما يملك بصمة الأصابع ، وبصمة الصوت ، والبصمة البيولوجية . كل هذا يجعل لكل فرد وسائله وطرقه الخاصة في التعامل مع نفسه ومع الآخرين ومع بيئته ، فهذه

الخصوصية تجعلنا فريدين متميزين لا نتطابق. وفي هذا الصدد يقول "بان روبنس وجان سكوت " إن الاهتمام بمشاعرنا مهمة أساسية في حياتنا ، فمعظم ما نقوم به - وبخاصة في أوقات الفراغ- يهدف إلى أن تحقق حالة مزاجية سعيدة. كل شيء بداية من قراءة قصة- مشاهدة التلفزيون -القيام بنشاط ما- مصاحبة صديق. كلها طرق نسعى من خلالها إلى أن نحقق لأنفسنا الشعور بأننا في حالة أفضل، إن فن تهدئة النفس يعد مهارة أساسية في الحياة فبعض المحللين النفسيين يرون هذه المهارة كأهم الأدوات النفسية وتشير هذه الطريقة إلى أن الأطفال الأصحاء وجدانيا يتعلمون كيف يطمئنون ويهدئون أنفسهم، بأن يعاملوا أنفسهم كما يعاملهم الكبار وبذلك يكونون أقل تعرضا لتقلبات المخ الوجداني . (Mayer, E. A. 2011 :25)

و يقول إن جوهر رؤيتي الحالية هو أن المشاعر هي التعبير عن نجاح الإنسان أو محتنته، حيث أنها تقع في كل من العقل والجسد، فالمشاعر ليست مجرد حلية تضاف على الانفعالات يمكن للمرء الاحتفاظ بها أو إخفائها أو نبذها، فقد تكون المشاعر - وغالباً ما تكون - أمراً كاشفاً لحال الحياة داخل الكائن الحي باعتباره وحدة كاملة - فهي رفع للحجاب بالمعنى الحرفي للمصطلح.

ويبدو أن هناك مستوى من الاتفاق على أن المشاعر هي تحويل الوجدان أو الانفعال إلى صيغة قابلة للترميز ، فمن الممكن أن نعبر عن مشاعرنا - ولو بصعوبة وبشكل تقريبي - وربما يمنحهم هذا تكوينهم باعتبارهم شكلاً من أشكال الفعل البشري، وهذا أيضا ما يؤدي إلى صعوبة مواصلة ذلك الاستقطاب الشائع بين الانفعال والمعرفة الإدراكية، أو الشعور

والمعرفة، فإذا كان الشعور هو الانفعال مضافاً إليه الكلمات فبذلك يكون النقطة التي يسقط عندها الاستقطاب -.133: Zauberman, Gal, et al , 2010 (139)

#### (٤) مسببات اضطرابات المشاعر :

قسم الباحثين أسباب اضطرابات المشاعر إلى قسمين:

١- الأسباب الخارجية: وتشمل العوامل الخارجية :

أ- العوامل الطبيعية : العدوى والتلوث والتقلبات الجوية والتغذية  
.....الخ

ب- أحداث الحياة: المشاكل المهنية و / أو المالية الصدمات وفقدان  
الوظيفة....الخ

ج-العلاقة مع الآخرين: الصراع والفشل العاطفي وفقدان شخص عزيز  
وقطع صلة....الخ (Borg, G ,2008 : 30)

٢-الأسباب الداخلية: وتشمل العوامل الداخلية ما يلي:

أ- العوامل الأسرية: الوراثة ومجال الاستعداد

ب-اختلال وظيفة الجسم: اضطراب وظيفة أو عضو

ج-الانفعالات والطبع : انفعالات شديدة لها علاقة بأحداث معينة (مفاجأة  
وخوف وحزن..)

د- خصائص طبائعية (شخصية) : (حساسية والشعور بالذنب..)

( سامى محمد ملحم ، ٢٠٠١ : ١٩٤ - ١٩٥ )

## (٥) العوامل المؤثرة في اضطرابات المشاعر :

تتكون اضطرابات المشاعر في الفرد نتيجة لتفاعل عوامل هامة في تكوينها وهي:

١: **الوراثة** : من المعلوم أن هناك صفات معينة توجد نتيجة لعوامل وراثية

مثال ذلك خواص الشخص العصابي فيما يتعلق بنواحي القلق الإنفعالي له حيث يرجع غالباً إلى عوامل وراثية لها علاقة بالجهاز العصبي والاشخاص الذين يظهرون ويعبرون عن هذه الصفة بدرجة ملحوظة يظهرون علامات مختلفة من عدم التوازن الذاتي والاستجابات الإنفعالية التي ليس من الضروري إرتباطها بالقلق الإنفعالي العصابي قد يرجع أيضاً لوظيفته وراثية ثم أن الميل لإعادة الإستجابة نفسها وثباتها للمؤثر البسيط قد

يعتمد على حالة الفرد الذاتية. Villanueva, L., Montoya-Castilla,

(L., & Prado-Gasco, V. 2017:355)

ويقصد بها التكوينات النقلية والجسدية والفسولوجيه والنفسية التي نقلت للفرد وراثياً عبر الجينات ودور البيئة محدود فيها ويطلق عليها ( الاستعداد الوراثي ) ولجأ العلماء إلى دراسة إنتقال الصفات الوراثية ( الجينات) الخاصة بالأمراض النفسية بإستخدام التوائم المتشابهة وغير المتشابهة ووجد أن التوائم المتشابهة أكثر نشأ بها في الاصابة بأحد الاعصبة ونظراً لنشأة كل منهما في نفس الظروف البيئية وهنا تبدو مشكله فصل ماهو بيئي عما هو وراثي نظراً لوجود عامل أسلوب التربية الشائع لدى الاسرة وأيضاً التعلم بالمحاكاة والتقليد لكل من أفراد الأسره ورغم ذلك فنجد عائلات / أسر لديها نفس الاضطراب

النفسي واستعداد افرادها للاصابه بنوع معين من الاضطرابات العصائيه.  
(Gaff, C. L., & Bylund, C. L ,Eds ,2010 :50)

## ٢: العوامل البيئية المستمرة :

تؤثر العوامل البيئية بكافة متغيراتها على نشأة الفرد وتطوره خلال مراحل حياته المختلفة وبذلك تختلف إستجابات الأفراد لهذه المتغيرات الكثيرة من حولهم والتي تختلف من مجتمع لآخر ومن أسرة لأخرى ومن فرد لآخر، أثبتت دراسات كثيرة أن الانعزال مده طويلة والفقر لدرجة كبيرة يسبب كبتا بيولوجيا فالفرد الذى يكون منعزلا حتى ولو لبضع سنين فى حياته الأولى ليس من السهل عليه أن يصبح اجتماعيا واستمرار الشجار والاتجاه العدوانى من البالغين له بدون شك تأثير فى تكوين صفات معينه فى الفرد **Carolan, M.** (S.(2009 : 15- 17)

أ- **تأثير خبرات النمو:** من المعلوم أن الصفة الخاصه يزداد ثباتها مع الوقت والصفات المختلفه لتصبح مجموعة متداخله ومتراطبه بمرور الوقت ومثل هذه الظواهر تساعدنا على فهم هذه الحقيقه.

ب- **اختبار المثير:** يعتبر اختبار المثير من الاسس السيكلوجيه الهامة التى لها علاقة باستمرار وتكامل السمات الانفعالية ومعنى هذا ان الشخص لا يستجيب لكل المواقف التى قد تعرض ولكنه يختار منها الذى يلائم آرائه الحاضرة والذى يحبه ويفضله مثال ذلك الأشخاص المرحين يميلون لزيادة المرح بينما هؤلاء الميالون للحزن يكونون ميالون بطبعهم نحو الكآبه وعلى ذلك تكون المواقف المبنية على خبرات ساره أو خبرات غير سارة سابقة مسببه لازياده درجه التوافق والتماثل بين السمات

الانفعالية فى الشخصية. (Brown, G., Pierce, J. L., & Crossley, C,2014: 318-338)

**ج- النسيان الانتقائى:** مظهر آخر من المظاهر الهامة فى نفس المعنى هو النسيان الانتقائى إذا أن الناس عادة ما ينسون الاشياء والآراء التى لا تطابق تماما الأحكام السابقة المتكونه فمثلا مريض البارانويا ينسى كل الأفعال الطيبه السارة التى تمر به ولكنه يتذكر بدقه كل الاحداث غير السارة وأنواع السلوك العدوانى ضده. (Sparr, J. L., & Sonnentag, S. 2008 :200-201)

**د- تغيير الحقائق والاختلاق:** كثيرا ما يحدث أن يغير الشخص الأحداث التى يذكرها لتلائم ما يرغبه وقد يبعد أكثر من ذلك ويختلق أحداثا ليس لها أساس من الصدق نخلص من ذلك أن الوراثة والوظائف الفسيولوجية والبيئية والخبرات التى تقابل الفرد أثناء نموه تساهم جميعها فى عملية السمات الانفعالية فى الشخصية أى أنه يمكن اعتبار السمات الانفعالية فى الشخصية محصل لتلك القوى الأربع. (أمال عبد السميع أباطة ، ١٩٩٧ : ١٢ )

#### (٦) تعقيب:

- المشاعر هي القوى المحركة وراء الدافع إيجاباً وسلباً، وإضطراب المشاعر هو عدم الإفصاح عن المشاعر أو إخفاؤها والذي يعد نوعاً من الاضطرابات النفسية وترتبط فسيولوجيا المشاعر إرتباطاً وثيقاً بإثاره الجهاز العصبي مع إختلاف حالات وقوه الإثاره المرتبطة بعواطف معينة .



- بناء المشاعر وتكوينها أمراً أكثر تعقيداً من مجرد الخوض فهي عملية هوية وتسمية ما يحدث بداخلنا بدقة والذي ربما يكون علي شكل إنفعالات وذلك لأن ما يتم هو العمل علي المشاعر وبنائها بحيث يكون هناك حدوث لعملية فعالة من العقلانية .

- وتتكون إضطرابات المشاعر نتيجة لتفاعل عوامل مهمة في تكوينها وهي الوراثة والوظائف الفسيولوجية للأعضاء والعوامل البيئية المستمرة وتأثير خبرات النمو غيرها من العوامل .

### المرجع

١. أحمد عبد الفتاح عياد (٢٠١٠) المشاعر الوجدانية والتذوق الجمالي للمرئيات كأحد المحكات الفارقة لدى بعض الفئات الإكلينكية، مجله كليه الاداب جامعه طنطا - مجلد ٢ العدد ٢٣
٢. أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٤) صعوبة تعرف المشاعر وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى لشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت، مجله العلوم الاجتماعيه، جامعه الكويت-مجلس النشر العلمى ، مجلد ٤٢، العدد ١
٣. تحية حامد عبد العال (٢٠١٠) : ( ذكاء المشاعر) الذات الحائرة بين فيض الاحساسات(القوى الناعمة) و غضبة الانفعالات (القوى الثائرة) ، المؤتمر العلمى لاكتشاف ورعاية الموهوبين بين الواقع والمأمول ،مصر .
٤. دانيال جولمان (٢٠٠١) : ذكاء المشاعر ، ترجمة هشام الحناوى ، دار هلا للنشر و التوزيع ، القاهرة

٥. ستيفن فروش (٢٠١٥) المشاعر - ترجمه عبدالله عسكر - المركز القومي للترجمة ، القاهرة ، العدد ٢٥٠٨ .
٦. كرم محمود كرم (٢٠١٢) : فى فلسفة المشاعر الانسانية ، العدد (٣٦٨٤)
٧. نادية محمود غنيم عبدالعزيز (٢٠١٤م) صعوبات تعرف المشاعر (الأليكسيثيميا) فى علاقتها بصوره الجسم والضغط النفسى لدى عينه من المراهقين ،مجلد دراسات عربيه فى التربيه وعلم النفس -السعوديه ،المجلد / العدد ٥٦.
8. Borg, G. (2008). A general scale to rate symptoms and feelings related to problems of ergonomic and organizational importance. *G Ital Med Lav Ergon*,
9. Brown, G., Pierce, J. L., & Crossley, C. (2014). Toward an understanding of the development of ownership feelings. *Journal of Organizational Behavior*,
10. Carolan, M. S. (2009). 'I do therefore there is': enlivening socio-environmental theory. *Environmental Politics* ،
11. Gaff, C. L., & Bylund, C. L. (Eds.). (2010). *Family communication about genetics: Theory and practice*. Oxford University Press, USA.

12. Sparr, J. L., & Sonnentag, S. (2008). Feedback environment and well-being at work: The mediating role of personal control and feelings of helplessness. *European Journal of Work and Organizational Psychology*,
13. Villanueva, L., Montoya-Castilla, I., & Prado-Gasco, V. (2017). The importance of trait emotional intelligence and feelings in the prediction of perceived and biological stress in adolescents: hierarchical regressions and fsQCA models. *Stress*,