مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية
Eissn :2602-5248 Issn : 2353-0456
المجلد 10 / العـدد: 04(2022 )، ص: 205- 232

# أمراض الاضطرابات السيكوسوماتية من منظور علم النفس الجسدي

# Diseases of Psychosomatic Disorders from the Perspective of Physical Psychology

عمار يوسف الوحيدي[1]، زاهرة خالد عامر[2]

[1]برنامج التعليم بوكالة الغوث الدولية (فلسطين)، mmarwh@gmail.com

[2]جامعة النجاح الوطنية (فلسطين)، zahera.waleed@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2022/11/17 تاريخ القبول: 2022/11/29 تاريخ النشر: 2022/12/07

**ملخص:**

لقد أثرت الأحداث على الجانب النفسي والذي بدوره ألقى بظلال ذلك التأثير على الجانب الجسدي فظهرت الأمراض السيكوسوماتية والتي هي اضطرابات جسدية منشؤها اضطرابات عقلية أو عاطفية انفعالية تؤدي إلى خلل في وظيفة عضو أو أكثر من أعضاء الجسم أو خلل فيه. ولا يمكن إصلاح هذا الخلل بالعلاج الدوائي فقط ما لم يتم الرجوع إلى السبب النفسي؛ وقد جاء هذا البحث ومن خلال إشكاليته لتسليط الضوء والتعرف على ماهية الأمراض السيكوسوماتية من منظور علم النفس الجسدي، وأعراض الأمراض السيكوسوماتية والعوامل المؤدية إلى ظهورها وتصنيفاتها، ونماذج الشخصيات التي تظهر عليها الأعراض السيكوسوماتية وطرق علاجها.

**كلمات مفتاحية:** الأمراض السيكوسوماتية، الاضطرابات، علم النفس الجسدي

**Abstract:**

Events have affected the psychological side, which in turn has cast a shadow over the physical side. As a result, psychosomatic diseases have emerged, which are physical disorders originating in mental or emotional conditions that lead

to the dysfunction of body organs. Psychosomatic diseases cannot be only treated by drug therapy without referring to the psychological cause. This research came to identify and shed light on the nature of diseases of Psychosomatics disorders from a psychological perspective, symptoms of psychosomatic diseases, and factors Leading to their appearance. It also shows its classifications, personality models that show signs of Psychosomatics, and its treatment methods.
**Keywords:** Psychosomatic diseases, disorders Psychology.

---

***المؤلف المرسل:** عمار يوسف الوحيدي

**1. مقدمة**

إن ازدياد تعقد الحياة وأساليبها في شتى المجالات، وازدياد الضغوط النفسية، مما ألزم الفرد محاولة التكيف مع هذا الضغط من جهة والتطور المعرفي العالمي من جهة أخرى لتحقيق طموحاته من أجل الوصول إلى حالة الرضا عن الذات، والرفع من مستوى توافقه المهني من جهة أخرى، ومن هنا أصبح الصراع والمنافسة سمة من سمات الأفراد للحاق بركب التقدم والمعرفة، فإذا لم يحسن استخدام هذه الثورة العلمية فسوف تؤدى إلى الكثير من المشكلات التي تسبب التوتر والتهديد؛ وبذلك أصبح الأفراد في حالة من عدم الاستقرار النفسي، نتيجة لتراكم مثل هذه المشكلات وتعقيدها، و يزداد الأمر سوءا إذا لم يكن الفرد مستعدا لمثل هذه الظروف، بحيث يمتلك الطرق والأساليب المجدية التي تمكنه من التعامل الفعال مع هذه المواقف، أو كونه يجهل طبيعة هذه المشكلات، وعندئذ قد يعجز عن مواجهة المشكلات التي تعوق تحقيق بعض أهدافه، فيصبح عرضة للتأثيرات السلبية للمواقف الضاغطة، هذا بالإضافة إلى أن بعض الأفراد لديهم سمات شخصية تجعلهم أكثر عرضة للضغوط، وأكثر تأثراً بها، على العكس من غيرهم الذين لديهم القدرة على تحمل ما يتعرضون له من

ضغوط.فمحاولة الفرد مسايرة هذا التقدم السريع للنهوض بالمؤسسة عامة وبالفرد خاصة يواجه أعباء فوق طاقته،مما ينتج عنها زيادة في الضغوط التي تشكل عبئا على التحمل،والتي تنعكس على حالته الصحية والنفسية،وقد تؤدي به إلى الانهيار(عباسة، 2018).

فقد أصبح نسق هده الحياة لا يخلو من التوتر والضيق الناشئ عن الضغوط التي يواجهها من يحيا في عالم سريع التغير كثير المطالب،حتى لا يجد الفرد وقتا كافيا ليستجمع قواه لمواجهة ما يجد من أحداث وظروف،مما قد يشعر بالقلق والتوتر الناتج عن الإرهاق الجسمي و النفسي وهذا ما يؤثر على صحة العامل ويكلف المؤسسات تكاليف باهظة سواء مادية أو بشرية، وبذلك أصبحت بيئة العمل مصدرا للقلق والتوتر والإحباط بدلا من أن تكون مصدرا للتوافق النفسي وتحقيق الذات وإشباع الحاجات والمحافظة على القيم الاجتماعية.وقد أشارت التقارير الطبية في الواليات المتحدة إلى أن 75 %من المشكلات الصحية لها علاقة بشكل أو بآخر بالضغوط النفسية (عسكر،2000 ).

وقد تم التوصل إلى أن الضغوط المتصلة بالعمل والأسرة من أهم الضغوط المؤثرة في المرضى السيكوسوماتيين،حيث كان مرض قرحة المعدة أكثر تأثرا بأحداث العمل،بينما كان مرضى الربو أكثر تأثرا بالأحداث الأسرية والمنزلية(عبد المعطي،39:1989)ومعنى ذلك أن ضغوط العمل والأسرة من أهم أنواع الضغوط النفسية التي تعرض الفرد للإصابة بالاضطراب السيكوسوماتي،وبهذا يمكن اعتبارها أحد الآثار الناجمة عن الضغوط المهنية التي يجب الوقوف عندها والتركيز على أهم المصادر المسببة لها، والتي كان المدرس ضحيتها قصد تفاديها مستقبلا أو تذليلها.

وبناء على ما تقدم فإن البحث الحالي يهدف إلى التعرف على الحدود المعرفية في مجال علم النفس الجسدي، وماهية المرض السيكوسوماتي

والاضطرابات السيكوسوماتية. فقد انتشرت في الفترة الأخيرة أمراض نفسية كثيرة أدت إلى حالات مرضية جسدية، وضغوط نفسية جعلت الباحثين والعلماء في علم النفس يبحثوا عن العلاقة بين النفس والجسد لتفسير هذه الأمراض والإجابة عن هذه الإشكالية. أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات لكن بدرجات متفاوتة، يحدد هذا التفاوت عدة عوامل منها طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها، وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل والاعتماد وشدة الصراع وتعاظم سرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات، وما تفرضه على نمط الحياة فيها لدرجة دعت الكثيرين لتسمية العصر الحديث بعصر الضغوط.(أبو فرحة،2000).

إن إسهامات فرويد في الطب النفسجسمي أخريات القرن التاسع عشر كان الطب العقلي مهيئا لظهور نظرية نفسية كاملة(أبو فرحة،10:2000).وفعلا ظهرت نظرية على يد بيبرنهايم وشاركوت وجانيت، أضافت وجهة النظر الجسمية التي ترجع الأمراض النفسية إلى أصول جسمية.

أجمع العلماء أنه لا يوجد سبب واحد لمرض واحد بل أسباب متعددة لنفس المرض الواحد مثل:(السبب الوراثي- الفيزيولوجي- الهرموني الشخصي- البيئي الاجتماعي- العضوي – العصبي- الخ...).ولا يوجد جانب واحد من الخلل في الحالة الواحدة،هناك جوانب خلل متعددة في الحالة الواحدة،مثل:( اضطراباتالإحساس:من هلاوس وخداع حسي إلى اضطرابات في الشعور البدني- اضطرابات في التفكير وحدوث الأوهام- اضطرابات العاطفة والانفعالات – اختلال في الأنا والذات- اضطرابات في السلوك الحركي – اضطرابات الكلام والنطق وغيرها...(ياسين، 1988).

لقد حددت الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA، 2013) الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية، الإصدار الخامس (DSM-5) اضطراب الأعراض الجسدية هو متلازمة جسدية متعددة الأعراض التي لا يمكن

تفسيرها طبيا والمرتبطة مع الضيق النفسي والاجتماعي والسعي طويل الأجل للمساعدة في الرعاية الصحية. قد تكون الأعراض غامضة أو درامية أو مبالغ فيها، الأفراد الذين يعانون من اضطراب الأعراض.

إن الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأفراد قد تؤثر على السلوك في الكثير من النواحي الانفعالية والشخصية،كما أنها قد تسبب الكثير من الاضطرابات السيكوسوماتية الجسدية (عباس،111:2000 ).

يرى سيلي( 1936 )Sellyeأن للضغوط دورا مهما في إحداث معدل عال من الإنهاك النفسي، الذي يصيب الجسم، فالإصابات الانفعالية والجسمية لها علاقة بالضغط (Sillamy, 1996: 249 **).**

إن الإجهاد أو العوامل النفسية الاجتماعية تلعب دور الاضطراب المزمن، تبدأ الأعراض في الظهور قبل سن الثلاثين. يتجلى القلق والاكتئاب بشكل متكرر، والتهديدات والمحاولات الانتحارية شائعة.حيث تظهر اضطرابات جسدية الشكل غير متباينة واضطرابات جسدية الشكل غير محددة.(Mary,2015).وهناك اضطراب مفتعل، كاضطرابات التمارض التي تنطوي على التظاهر الواعي والمتعمد لأعراض جسدية أو نفسية (Black & Andreasen,2011).

يتظاهر الأفراد المصابون باضطراب التمارض بأنهم مرضى من أجل الحصول على الرعاية العاطفية والدعم المرتبط بشكل شائع بدور "المريض". على الرغم من أن السلوكيات متعمدة وعن قصد، قد يكون هناك عنصر قهري مرتبط يقلل من السيطرة الشخصية وظهور أعراض جديدة أو حتى إحداث إصابات مؤلمة لأنفسهم قد تكون الاضطرابات تم تحديدها على أنها متلازمة مانشاوزن، وقد تكون الأعراض نفسية منطقية أو جسدية أو مزيجًا من الاثنين. ( Sadock& Sadock,2007).

إن الأمراض الجسمية فينا ليست إلا ردود أفعال ودفاعات لما يدور في نفوسنا من صراعات أو ما يضغط علينا من إحباطات. - تقديم موجز عن الأمراض السيكوسوماتية (النفسجسمية). والدفاعات الجسمية قد تكون وراثية حتمية أو خاطئة أو موجهة، ولما كانت مشكلة السبب في أي مرض ما تزال وستبقى قائمة (من ضغوط وصعوبات الحياة المعاصرة). طالما أن السبب متعدد المصادر والعلاج متعدد السُّبل. أبرزت بعض التعليلات المعاصرة حول الميكانيزمات الفيزيولوجية في (المرض النفسي) تشير إلى نظرية الجهاز العصبي الذاتي(**N.N.S.**) عند (كانون) ونظرية التكيف مع الصدمة عند (سيلي).....وغيرها.( ياسين، 1988).

يرى (Ries) رئيس الجمعية الدولية للصحة العقلية في المؤتمر /12/ في (برشلونة):"إن أبرز ما يتصف به القرن العشرون أنه قرن تسوده عوامل الصراع والتطاحن والحرب النفسية لدرجة جعلت كثير من سكان العالم في بقاع مختلفة يعيشون على حافة الهاوية.ولهذا كان علينا أن ندعوه بعصر القلق". (ياسين،1988،ص :18 ).

**- إشكالية البحث:**

لقد شكلت الأمراض السيكوسوماتية موضوعا أثار جدل العديد من الباحثين والعلماء في دراسة الإنسان والكشف عن متاعبه النفسية والجسمية، بسبب انتشارها الواسع في مراحل عمرية مختلفة ومتباينة. فلم يعد الأمر مفاجئا لنا، عندما نسمع مثال أن فلان انفعل فارتفع ضغطه الدموي، أو أحبط فأصيب بسكتة دماغية. وهذا الانتشار الواسع لهذه الأمراض المزمنة والخطيرة، أدى بالمهتمين في هذا المجال أن يذهبوا في البحث عن العلاقة بين النفس والجسد لتفسير هذه الأمراض والإجابة عن الإشكالية القائلة أن العقل يفكر والجسم يستجيب.إن القول بتأثير العوامل النفسية في الإصابة بالأمراض الجسمية، أو في

التعجيل من شفائها ليس بالمسألة الجديدة بل هي قديمة جدا، وتسبق الطب الحديث بأزمان سحيقة. فمن الجسد الفلسفي مع أفلاطون وأرسطو إلى الجسد البيولوجي مع طب الأعضاءإلى الجسد العصبي النفسي الذي نجح في تفسير كيفية استجابة الإنسان بجسمه لمختلف التأثيرات المحيطة به. وهذا ما جعل تاريخ الأمراض السيكوسوماتية يعرف ضربا كبيرا من التخبط والجدال الحاد بين مؤيدين يدعون إلى مقاربة كلية وبين معارضين لا يؤمنون سوى ب "طب الأعضاء".(Azorin, 2005) مهملين بذلك الجانب النفسي، خاصة مع سيادة الطب التشريحي خلال القرنين 19-18،غير أنه مع نهاية القرن 19وبداية القرن 21، فرض الطب العقلينفسه على غيره من التخصصات الطبية الأخرى، بفضل اكتشافاته.(زبدي؛ لمين،2017). فتزايد الاهتمام بالمسائل العقلية بشكل كبير خاصة مع ظهور نظرية التحليل النفسي، التي سجلت الحدث الكبير في تاريخ الأمراض السيكوسوماتية، بفضل الثورة التي أحدثها سيجموند فرويد،فكان له الدورالأكبر في سيادة الطب النفسي الجسدي.( Azorin, 2005).

**بناء على ذلك تتحدد إشكالية البحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية:**

أولاً- ما ماهية الأمراض السيكوسوماتية من منظور علم النفس الجسدي؟

ثانياً- ما أعراض الأمراض السيكوسوماتيةوالعوامل المؤدية إلى ظهورها وتصنيفاتها؟

ثالثاً- ما نماذج الشخصيات التي تظهر عليها الأعراض السيكوسوماتية وطرق علاجها؟

*** المفاهيم والمصطلحات:**

- **السيكوسوماتيةPsychosomatique:** 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، والدقس، 2014107:).

-**الأمراض السيكوسوماتية:** أعراض جسمية تنشأ عن عوامل انفعالية، وتتضمن جهازا عضويا واحد من الأجهزة التي تكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل أو اللاإرادي.(عبد المعطي،2003:ص31**)**

- **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.( الميلادي،2004: ص44**).**

## 2.الأمراض السيكوسوماتية من منظور علم النفس الجسدي.

### 1.2 ماهية الأمراض السيكوسوماتية من منظور علم النفس الجسدي:

قامت الجمعية الأمريكية بإدراجالأمراض السيكوسوماتية تحت مصطلح عام هو:اضطرابات جسديةتضم فئات هي: اضطراب الجسدنة.وتوهم المرض. واضطرابالتحويل، واضطراب الألم. والخوف من التشوه الجسدي. إن الحضارة الحديثة تسير بقدم واحدة أحرزت فيها منجزات ومعجزات؛ لكن الفقر المعنوي والروحي الناضب فيها كوّن في مسيرتها الخلل والتصدع وسادت حياة البشر فردية طاغية؛ وتنافس عدواني؛ وعدم مساواة في الفرص، وتضخم مالي رهيب؛ وغلاء فاحش؛ وأزمات في العقول والنفوس لا حلول لها، وانتشار المخدرات والجرائم بشكل لا يمكن ضبطه؛ واغتراب وعزلة وجدانية بين الناس وفي حياتهم؛ وظهور انفصام بالشخصية وحالات عصابية واكتئابية لا تقدر كما ولا كيفا (ياسين،1988).

ولا نزال نرى الحكومات تتداعى حين تنتشر الأوبئة الصحية وتنفق الملايين لمكافحتها كوباء الكوليرا والايدز وحاليا وباء كوفيد 19المستجد، بينما لا تولي عناية بالأمراض العقلية النفسية التي تجتاح البشرية اليوم.

**2.2 تعريف الأمراض السيكوسوماتية:**

يشير تاريخ الطب إلى أن أول مرة استخدم فيها مصطلح الاضطرابات النفس-جسمية أو الأمراض السيكوسوماتية هو عام 1818م من قبل الطبيب النفسي هنروت G.P Heinrothالذي أدخل هذا المصطلح في الدراسات الطبية الألمانية، كما أدخل أيضا مصطلح جسمي نفسي عام1828وكان يقصد المصطلح الأول تأثير الميول والرغبات الجنسية والمكبوتة على مرضى السل ومرضى الصرع ومرضى السرطان، بينما يقصد بالمصطلح الثاني الاضطرابات التي يغير فيها العامل الجسمي من الحالة النفسية. (الزراد،12:2009).

إن المصطلح الذي يطلق على الاضطرابات السيكوسوماتيةPsychosomatiqueمشتق 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، والدقس، 2014107:).

- يعود الأصل اللغوي لكلمة "سيكوسوماتيك"إلى الجذور اليونانية القديمة،وهي مكونة من كلمتين Psycheوتعني النفس، و Somaوتعني الجسد (Kienberger,2001:26)،وتعني الكلمة ككل في اللغة العربية"نفس جسدي"أو "نفسجسمي"، وتعتبر الأمراض السيكوسوماتية من الحالات البينية التي تشير إلى مجموعة الأعراض أو الإصابات الجسدية تعزى لمعاناة نفسية ناتجة عن صراعات داخلية(Kienberger,2001).

إن مفهوم الاضطرابات السيكوسوماتية في القاموس العلمي الصغير تعني الاضطرابات العضوية ذات المصدر النفسي. ,larrouss de la medicine)

(2003:p760وحسب نوباغ سيلامي فإن مصطلح "بسيكوسوماتيك"يعني طب شامل يهتم بالروح والجسد معا. (Norbert sillamy ,2003: p215)أما في اللغة الانجليزية فيترجم هذا المصطلح إلى"psychsomatic"وتعرفها الانسكوبيديا البريطانية بأنها الاستجابات الجسمية للضغوط الانفعالية والتي تأخذ شكل اضطراب جسمي .أما قاموس علم النفس فيعرفها بأنها الظاهرة النفسية اللاسوية –المرضية والظروف الجسمية أو البدنية .

اصطلاحا: يشير التطور التاريخي لمفهوم "سيكوسوماتيك"إلى أن استخدامه علميا يرجع من الناحية التاريخية إلى هينروث(1818)مؤكدا في استخدامه استقلالية الكلمتين نفس وجسد.ثم عاد فيليكس دوتش. لاستخدامه في عام 1922 لاغيا الاستقلالية ومتكلما عن النفسجسدي معا عوضا عن النفسي والجسدي .وفي فرنسا ادخل ديلي(delay.j) 1946هذا المصطلح إذ عرفه بأنه "حركة طبية فكرية تهدف إلى تجاوز طب الأعضاء إلى نظرة كلية شاملة للجسم،أي التركيز على الجسد والنفس معا". ( محمد محمود بني يونس، 2002:ص. 466)

ومن خلال استعراض التعاريف اللغوية لمصطلح الاضطرابات السيكوسوماتية نجد أنه عمليات استجابية للمخ تبعث على نشاط جسدي معين، ويشير إلى المظاهر الخاصة للوظيفة النفسبيولوجية والتي تؤدي جهاز الغدد الصماء، وبذالك تتغير وظيفة العضو المستهدف أو النظم الحركية، فتحدث اضطرابات حشوية هي التي يطلق عليها الأمراض السيكوسوماتية.وهي تختلف عن الاضطرابات السوماتوسيكولوجية.والتي هي عبارة عن تغيرات انفعالية: كالقلق والاكتئاب تحدث نتيجة حالة جسمية. (حسن مصطفى عبد المعطي،2003:ص18 ).

وفيما يلي نعرض أهم التعاريف لعلماء النفس والطب النفسي لمفهوم الاضطرابات السيكوسوماتية وذلك بتصنيف هذه التعريفات إلى ثلاث مجموعات :

**1-الأمراض السيكوسوماتية كحالة جسمية مرضية لها خصائص سيكولوجية:**يرى 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.(عبد المعطي،2003:ص 31) ويركز هذا التعريف على نقطتين أساسيتين: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 الإرادي. وبذلك فهي عكس الأمراض السيكوسوماتية تماما .ويعرف كارل هاسhassالمرض 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.ويرىDongierأن الأمراض السيكوسوماتية تطلق على مجموعة من الأمراض كارتفاع الضغط الشرياني، والقرحة المعدية والربو الشعبي...الخ.وهذه الأمراض تلعب العوامل النفسية دورا رياديا في ظهورها. ففي هذه الحالة يفترض وجود علاقة دقيقة بين السبب والنتيجة،بين الحالة العقلية والاختلال العضوي.ويتعلق الأمر بالأمراض التي يلعب فيها الضغط دورا أساسيا...كذلك يمكن للحوادث الضاغطة قصيرة الأمد أو منقطعة أن تمارس نشاطا مستمرا بواسطة عمليات عقلية على مستوي النظام العصبي والغدد الصماء،مما يودي إلى تغيرات في الحالة الوظيفية للأعضاء (Maurice Dongier ,1976:p224).

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 شفائها 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.( الميلادي،2004: ص 44).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 المستقبل، 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 الجسمي الطويل وحده في شفائها شفاء تاما لاستمرار الاضطراب الانفعالي وعدم علاج أسبابه إلى جانب العلاج الجسمي.(أبو النيل،1994:ص 160).وهذه المجموعة من التعريفات تركز على أعراض وخصائص الاضطراب، وتؤكد على المظاهر الخاصة للوظيفة النفسبيولوجية ككل.والتي تؤدي فيها الأحداث الخارجية التي استثارة عمليات استجابية للمخ تؤدي إلى حدوث تغيرات في الوظيفة العضوية أو تلف في أحد الأعضاء التي يتحكم فيها الجهاز العصبي المستقل. وبذلك تنظر إلى الأمراض السيكوسوماتية كمظاهر أو كعمليات ناتجة عن تفاعلات معقدة بين المخ وبقية الجسم .

**2- الأمراض السيكوسوماتية كناتج لاضطراب سيكولوجي اجتماعي**: تركز هذه المجموعة من التعريفات على أن هذه الأمراض تحدث نتيجة لضغط انفعالي مستمر، أو نتيجة لاستمرار مشكلات الحياة اليومية التي يعيشها الإنسان المعاصر.وهذا-الضغط – متوقف على "الأسلوب"الذي يستجيب به الفرد لشدائد الحياة،بغض النظر عن إدراكه له بصورة موضوعية أو غير موضوعية. فإذا لم يتم إخراج وتصريف التوترات والانفعالات التي يتطلبها الموقف فان هذه التوترات تعمل في الداخل وتعطل الوظائف السوية لبعض الأعضاء، ويلعب الخوف بأنواعه،والقلق والغضب والكبت دورا أساسيا في التأثير على الأجهزة العضوية.( ياسين،1988).

يذهب أصحاب التحليل النفسي إلى أن الاضطرابات السيكوسوماتية هي تعبير خاص عن أسلوب الحياة لدى الفرد والطرق المستخدمة من طرفه في مواجهة القلق والنزاعات النفسية المكبوتة (الزراد،2000:ص 21).

ويشير فرانز الكسندر" Alexander"إلى عدم وجود تمييز منطقي بين النفس والجسم أو النفسي والجسمي، حيث يفترض أن المزاج ينتج عن تعقد فسيولوجي عصبي وهو يختلف من جسم لأخر في درجة التعقد وليس في النوع، ويركز على مبدأ الصراع وخاصة الصراع اللاواعي الذي ينعكس على أعضاء معينة، فالغضب والخوف ينعكسان غالبا على صعيد القلب والأوعية الدموية. في حين مشاعر التبعية والحاجة للحماية تنعكس غالبا على صعيد الجهاز الهضمي.(النابلسي، 1988:ص 46) ويعرف بيار مارتي هذه الاضطرابات في ظل معادلة التوازن بين غريزتي الحياة والموت والتي تتجلى في التوازن النفسي – جسمي، حيث أن هيمنة غريزة الموت تؤدي إلى اختلال التوازن واعتلال الصحة الجسدية وهيمنة غريزة الحياة يتبعها التوازن والصحة. ويرى أنها طريقة لرد فعل ناتجة عن البيئة العامة والخاصة للشخص وميكانيزمات الدفاع الخاصة لهذا الأخير.وهي في حد ذاتها ردة فعل يمكن اعتبارها كنظام أولي للدفاع، ويجب أيضا الأخذ بالاعتبار الدفعات الثانوية التي تضاف لهذا النظام.على سبيل المثال البعد عن المحيط الذي يثير انفعال المريض.

- تعريف (grinker) هو: اتجاه يشمل في كليته اتصالات تعاقد بين أنظمة جسدية نفسية اجتماعية وثقافية (زيدي، 173:1998 ).

- تعريف فابيان "ودوك ردكسترو "هي مجموعة الأمراض التي تصيب بعض أجهزة الجسم أو وظائفه وتكون من الحدة و الإصرار،بحيث تقام أشكال العلاج الطبي المعروفة التي تعجز عن مقاومتها أو تخفيف حدتها.(زيدي، 174:1998 ).

-الأمراض السيكوسوماتية: هي عبارة عن اضطرابات جسدية منشؤها اضطرابات عقلية أو عاطفية انفعالية التي تؤدي إلى خلل في وظيفة عضو أو أكثر من أعضاء الجسم أو خلل فيه. ولا يمكن إصلاح هذا الخلل بالعلاج الدوائي فقط المهم الرجوع إلى السبب النفسي، وذلك بان الاضطرابات النفس جسمية يكون منشؤها نفسي وأعراضها جسمية، فالمصابون الذين يعانون من هذه الاضطرابات تتضمن شكواهم من الأعراض البدنية المختلفة.

تعتبر الأمراض السيكوسوماتية من الحالات البينية التي تشير إلى مجموعة الأعراض أو الإصابات الجسدية، التي تؤدي إلى معاناة نفسية ناتجة عن صراعات

داخلية ( Kienberger,2001:26) ويستعمل هذا المصطلح حاليا بثلاث معاني مختلفة:

**1- بمفهوم ضيق:**ينطبق هذا المفهوم على مجموعة محددة من الأمراض الجسدية، حيث تلعب العوامل النفسية دورا كبيرا في نشوئها، ما يسمى بِ "المرض النفس جسدي ."

**2- بمفهوم أكثر شيوعا:**يشير هذا المفهوم إلى المظاهر الجسدية الناتجة عن الاضطرابات العاطفية. ومن هذا المفهوم يمكن أن نتكلم أيضا عن "الدستيميا العصبية النباتية ,Dysthymieneurovégétatifs "أو الاضطرابات الوظيفية (fonctionnels Troubles)التي يمكن أن تثير جميع الوظائف الحشوية Les) ( fonctionsviscéralesمثل الإمساك، الإسهال، الصداع، اضطرابات جنسية.

**3- بمفهوم عام:** يشير هذا المفهوم إلى مقاربة كلية للمرض مهما كان نوعه، وهي تنظر إلى الإنسان نظرة كلية متكاملة، وهذه المقاربة يمثلها "الطب السيكوسوماتي (Roussaux&Reynaert , 2013) ".

## 3.أعراض الأمراض السيكوسوماتية والعوامل المؤدية إلى ظهورها وتصنيفاتها:

### 1.3. أعراض الأمراض السيكوسوماتية:

- تغير السمات الشخصية للفرد، حيث تظهر عليه علامات من التشوش والاهتزاز النفسي.
- تأثير متبادل بين النفس والجسد، فالجسد يتأثر بالحالة النفسية للفرد، كما أن نفسية الفرد تتأثر بالحالة المرضية للجسد .
- معاناة الفرد من الحالة النفسية السلبية على مدار فترة طويلة من الزمن .
- تغير في وظائف الجسم.
- عدم فعالية العلاج الدوائي في علاج الاضطراب الذي يعانى منه الشخص.

الهدف من دراسة الأمراض السيكوسوماتية:

- تحديد الأنماط النفسية الخاصة بكل مرض جسدي على حدا مما يساعد على التنبؤ بالمرض قبل وقوعه، مما يدعم العلاج الوقائي.
- الوصول بالمريض إلى وضع أكثر توازنا بين حالته النفسية و الجسدية.
- إدخال منهجية جديدة على التفكير الطبي التقليدي تساهم في تجنب الإصابة بالأمراض الجسدية نتيجة المعاناة النفسية،ومن ثم الحيلولة دون تطور الحالة النفسية نتيجة الإصابة الجسدية الجديدة.
- استغلال العلوم الإنسانية في تحسين المستوى العام للحياة الإنسانية،وصولا بالفرد إلى أفضل مستوى عقلي صحي يمكنه من أداء دوره الكامل (النابلسي 1992 ص 32-35).

## 2.3. العوامل المؤدية إلى الاضطرابات السيكوسوماتية :

1- العوامل الفسيولوجية:

أ-عوامل وراثية: أظهرت الدراسات زيادة في حدوث اضطراب أعراض ماتي، واضطراب التحويل، واضطرابالقلق لدى الأقارب من الدرجة الأولى، مما يعني إمكانية القابلية للتوريث.(Sadock&Ssdock, 2007)حيث إن العوامل المؤثرة على الجنين قبل ولادته وظروف الحمل والولادة، وأمراض الأم وتأثير الأدوية والكحول والمخدرات، والحالة النفسية للأم وعمرها والتعرض لأشعة أكس، قد يؤدي بالجنين للإصابة باضطراب عضوي بعد الولادة لضعف جهاز المناعة،يرى(سونتاج ولستر،1953)أن حياة الجنين داخل الرحم تتأثر بالحياة الانفعالية للأم وبالحياة الجسمية والبيئة الداخلية والخارجية، حيث أن الاضطراب النفسي للأم يؤثر على إفراز الغدد وتغير الدم وتركيبه (الصفدي،73:2001) فالاستعداد الوراثي والجيني له دور في ظهور الاضطرابات السيكوسوماتية مثلها مثل باقي الاضطرابات والأمراض التي تصيب الإنسان، فيولد

الفرد وهو لديه قابلية للإصابة بإحدى هذه الاضطرابات، حيث تبقى كامنة إلى غاية تعرض الفرد إلى عوامل مفجرة للمرض.

ب. البيوكيميائية. انخفاض مستويات السيروتونين والإندورفينمن مسببات اضطراب الأعراض الجسدية، والشعور بالألم، فقديكون السيروتونين هو الناقل العصبي الرئيسي للإحساس بالألم كما أن نقص الإندورفين يرتبط بزيادة المنبهات الحسية (الألم )(Parcell, 2008).إن الانفعالات تتسبب في التعجيل من حدوث الاضطرابات التي يتعرض لها الفرد من القلق والخوف وفقدان الاهتمام والطموح والبكاء والشعور بالذنب وفقدان الثقة والخوف من الجنون، حيث يرى الكسندر نوعية الاضطراب الانفعالي تؤثر على نوعية الاضطراب الوظيفي العضوي (هيجان، 1998). فقد تكون الانفعالات غير السارة كالخوف والغضب بالغة الضرر إذا أصبحت مزمنة معاودة كأن ينقلب الخوف إلى قلق دائم وقد يصبح الغضب اعتداءا أو ممارسة لعواطف غير سارة إلى أمراض جسمية نفسية من أنواع مختلفة تؤدي إلى تعطيل وظائف الجسم كالهضم(العيسوي،1994:195) ويقصد بهذه المقولة أن نوعية الاضطرابات الانفعالية في اختبار العضو المصاب هو تحديد الصدمة النفسية التي مر بها الشخص لعدم قدرته على مقاومتها وتقبلها شعوريا، محاولا وراء ذلك تجسيد أسلوبا شعوريا لصراعاته النفسية لتحقيق توازنه النفسي .

ج. تشريحي عصبي: شخص بعض الباحثين ضعف الدماغ كعامل في اضطرابات التمارض (Sadock&,Sadock:2007).

**العوامل الاجتماعية الصعبة:** تعرض الفرد لمواقف عنيفة كما في حالة الحروب ووقوع الكوارث الجسيمة والمفاجئة... الخ، إن تؤدي إلى استنفاذ طاقة الفرد وعدم قدرته على التحمل، حيث يرى جيمس هاليدي (1979)أن المجتمع المريض يظهر بوضوح أعراض تفككه على شكل أمراض واضطرابات لدى أفراده (الزراد،

76:2009) .ويرى Goldmanأن أسباب الاضطرابات النفسجسمية تتمثل في معاناة الفرد من المشكلات النفسية المختلفة بما فيها صراعات الطفولة، وإصابة الفرد بأحد الأمراض العضوية في الطفولة، والعجز الذي يعاني منه الفرد(Goldman ,1984).

الفرضية هي أن الضعف في معالجة التكوين يساهم في السلوكيات الشاذة المرتبطة بالاضطراب. ومع ذلك، لا توجد أنماط وراثية لم يتم تحديدها، ولم يتم ملاحظة تشوهات محددة في الرسم الكهربائي للدماغ (EEG) للمرضى الذين يعانون من اضطراب خيالي.

إن نوعية الاضطرابات الانفعالية في اختبار العضو المصاب هو تحديد الصدمة النفسية التي مر بها الشخص لعدمقدرته على مقاومتها وتقبلها شعوريا، محاولا وراء ذلك تجسيد أسلوبا شعوريا لصراعاته النفسية لتحقيق توازنه النفسي.

تؤثر الانفعالات بشكل سلبي على صحة الإنسان، حيث يحدد عكاشة (1997)مضار الانفعال في كونه: يقلل الانفعال من قدرة الشخص على النقد . ويساعد الانفعال على تفكك المعلومات الدقيقة و المكتسبة مما يؤدي إلى سلوك غير مهذب.ويؤثر الانفعال على التفكير فيمنعه من الاستمرار ويجعله غير واضح كما هو الحال في الغضب والحزن و الاكتئاب.وإذا توالت الانفعالات بشكل مستمر دون أن تنتهي المواقف المسببة لها يؤدي في النهاية إلى تغيرات عضوية في الأنسجة مما يمهد إلى ظهور الاضطرابات السيكوسوماتية.

### 3.3. العوامل المسببة للأعراض الجسدية (الاضطرابات):

**-العوامل النفسية الاجتماعية:**

فسر بعض المنظرين النفسيين اضطراب القلق المرضي كآلية دفاع عن النفس. وأن الشكاوى الجسدية هي تعبير عن تدني احترام الذات والمشاعر بانعدام القيمة

أي أن الفرد من الأسهل له الشعور بوجود خطأ ما مع الجسد من الشعور بوجود خلل في النفس.

وهناك نظرة نفسية ديناميكية أخرى لاضطراب القلق المرضي واضطراب الأعراض الجسدية، في الغالب الألم عن إحساس بالذنب بناءً على سوء سلوك سابق حقيقي أو متخيل، وينظر إلى المعاناة الجسدية على أنها العقوبة المستحقة المطلوبة للتكفير. وقد ارتبط هذا الرأي أيضًا بالأفراد المصابين باضطرابات التمارض.

النظرية الديناميكية النفسية لاضطراب التحويل تفترض أن العواطف المرتبطة بحدث صادم لا يستطيع الفرد التعبير بسبب أخلاقي، يتم "تحويل"عدم القبول إلى أعراض جسدية (**Wootton, 2008**).

**- طبيعة استجابة الجسم للضغوط:**

إن أي نوع من التوتر أو الانفعال يصاحبه نوع من التغيرات البدنية الظاهرة والفسيولوجية الداخلية، فالانفعالات ينعكس تأثيرها المباشر على تركيبنا الجسماني، ويتم التحكم فيها من خلال الجهاز العصبيالذي ينظم حياتنا الجسمية، وكل جهاز من أجهزة الجسم يقوم بالاستجابة للضغوط التي يتعرض لها الفرد من خلال الاستثارة العصبية للعضو،والاستثارة العصبية والهرمونية للغدد الصماء والاتصال الداخلي للجهاز العصبي وجهاز المناعة(هيجان، 1998 : 217).

أهم الأجهزة التي تتحكم في لاستجابة للضغوط:الجهاز العصبي المركزي، والجهاز العصبي المستقل، والغدد الصماء، والنخاع الشوكي الذي يمثل الجزء الثاني للجهاز العصبي المركزي،وهو موجود داخل القناة الفقرية ويمتد في قاعدة الجمجمة من أعلى بالمخ إلى أسفل الظهر.(**Chabrer,1985**).

**4.3. أعراض الأمراض السيكوسوماتية:** تغير السمات الشخصية للفرد،تأثير متبادل بين النفس والجسد، معاناة الفرد من الحالة النفسية السلبية على مدار

فترة طويلة من الزمن، تغير في وظائف الجسم.وعدم فعالية العلاج الدوائي في علاج الاضطراب الذي يعانى منه الشخص.

- **تصنيف الأمراض السيكوسوماتية:**أمراض الجهاز الهضمي-القرحة المعدية-قرحة القولون-السمنة المفرطة- أمراض الأوعية الدموية-عصاب القلب - التوتر الزائد-الصداع-انسداد النسيج القلبي-الضغط الدموي-أمراض الجهاز التنفسي كالربو الشعبي -السل الرئوي-إصابات البرد المعتادة.الاضطرابات الجلدية – الأجزما -السكر -التهاب المفاصل الروماتيزمي -نزيف الأنف -الصداع النصفي.الاضطرابات السيكوسوماتية الهيكلية -أوجاع الظهر -تشنج العضلات. اضطرابات الغدد الصماء و التناسلية - اضطرابات الوظيفية الجنسية - اضطرابات الوظيفية التناسلية -اضطرابات في عملية التبول (نصر الدين، الزيدي، 1998 ).

## 4.نماذج الشخصيات التي تظهر عليها الأعراض السيكوسوماتية وطرق علاجها:

### 1.4نماذج الشخصيات التي تظهر عليها الأعراض:

- النموذج الهستيري: وهو النموذج الذي يتعلق بالهستيريا من حيث مظاهرها الجسمية سواء كانت اضطرابات جسمية حركية أو حركية فقط كما يتضح في شخصيات الفنانين .

- النموذج الزائد الحساسية: كما الحال عند مرض الربو.

- نموذج القرحة: وينجم هذا النموذج من القلق الزائد لتأكيد الذات أو نتيجة لفرط النشاط وتظهر الاضطرابات في شكل قرحة المعدة أو ارتفاع ضغط الدم ويكون ذلك بين رجال الأعمال والأطباء.

- نموذج الروماتيزم: ويظهر عند الإصابة بالروماتويد في الشخصيات المضحية بالذات.

الاتجاهات النظرية المفسرة للإصابة بالاضطراب السيكوسوماتي :

**1**-المدرسة العضوية (البيولوجية): يمثل هذا الاتجاه نظرية العضو الضعيف، حيث ترى هذه النظرية أن نشأة الاضطراب السيكوسوماتي لا تتعلق بتعرض الفرد لمواقف الضغط المختلفة بقدر ما تتعلق باختيار الأعراض السيكوسوماتية لجهاز أو عضو دون الآخر بالتحديد وفقا لمدى هشاشته وضعفه التكويني أو الفيزيولوجي.

وتركز على فكرة الفروق الفردية المرتبطة بتواجد أعضاء أو أجهزة ضعيفة لدى بعض الأفراد دون غيرهم للإصابة.

**2**- المدرسة التحليلية**:** لم يكن فرويد مهتما بغير العصاب، غير أن العرض السيكوسوماتي فسر من وجهة نظره على أساس قائم على الدينامية السيكولوجية شأنه في ذلك شأن العصاب، بمعنى أنه تثبيت للصراع الانفعالي المسيطر في مرحلة من مراحل النمو.

## 2.4. علاج الإضطرابات السيكوسوماتية:

إن الطب السيكوسوماتي يؤكد أثر العوامل النفسية والاجتماعية في الاضطرابات الجسمية، يحدد الأنماط النفسية الخاصة بكل مرض جسدي، ويبحث عن طريق علاجها،ومن بين طرقه العلاجية:

العلاج الدوائي **:**استعمال العقاقير في الأمراض السيكوسوماتية يعتبر من أسرع حالة العلاج والتهدئة في الأمراض ولا يؤدي إلى الشفاء التام، ومن الأدوية التي تستعمل لهذا الغرض **:**

مضادات القلق: لتلطيف حدة التوتر ومساعدة المريض على الإسترخاء.

مضادات الاكتئاب: لعلاج الاكتئاب الذي يصاحب الأمراض السيكوسوماتية.

الأدوية المانعة لفعل الأدرينالين: لمنع تأثير الجهاز العصبي اللاإرادي على أعضاء الجسم.(حلمي،1991 **)** العلاج النفسي **:**ويتمثل في العلاج النفسي للجوانب النفسية المرتبطة بالارتباطات، حيث وجد أن العلاج المعرفي السلوكي مفيد في

بعض الاضطرابات مثل الصداع، التبول اللاإرادي، فقدان الشهية والشراهة، ومن الأمور المدعمة للعلاج ضرورة تعاون أهل المريض مع القائمين بالعلاج، حيث يستدعي العلاج الكشف عن العوامل العضوية والنفسية والاجتماعية التي قد تسبب هذه الاضطرابات. (عشوي، 316:2010)ومن وسائل هذا العلاج تقنيات الاسترخاء التي تمارس بشكل فردي أو جماعي وبذلك يحصل المريض على الراحة والانبساط والاعتماد أيضا على التنويم المغناطيسي للمريض وتخليصه من آلامه الذي يستعمل خاصة في اضطرابات الجلد والربو.

العلاج بالإرشاد النفسي: يعرفه حامد الزهران على انه عملية إرشاد الفرد إلى طرق مختلفة تساعد على استخدام قدراته للتكيف مع الوسط الاجتماعي المنتمي إليه(الزراد،11:2009)فالإرشاد النفسي للمريض يساعد على تعديل الظروف البيئية المضطربة التي يعيش فيها المريض بطرق مختلفة تساعده على استخدام قدراته مع الواقع المعاش حيث هناك علاج جماعي في الحالات المتشابهة كالقرحة و السمنة...الخ والعلاج الفردي كالاضطرابات الجنسية .ويكون هذا العلاج بالمقابلة العيادية، والعلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد .

التغذية الرجعية الحيوية: هي عملية تدريبية تسمح للمريض بتغيير بعض الوظائف الحشوية والفيزيولوجية للجسم وهي عادة ما تكون لاإرادية وآلية، وذلك باستخدام أجهزة إلكترونية لكشف وقياس المتغيرات الفيزيولوجية (نبضات القلب، ضغط الدم، التوتر العضلي، موجات الدماغ)، وبعدها تتم التغذية الراجعة الحسية. فالتدريب المتواصل يساعد على التحكم المستمر في الاستجابة الفيزيولوجية المراد تغييرها. وهي تستخدم في مجال التحكم في الآلام، والصداع، وارتفاع الضغط الدموي، والربو، السكري.(NANDA , 2012).

كما يستخدم للعلاج الأدوية والعقاقير،بالترويح عن النفس، ممارسة بعض الرياضات الروحية التي تمكن الشخص من التحكم في انفعالاته وما يتعرض له

من مثيرات، وأساليب الاسترخاء المتنوعة وهذا الأسلوب العلاجي يُتبع إذا كانت حالة الشخص تستجيب للاسترخاء،والرعاية والتدليل حيث يُعامل فيه الفرد على أنه مريض يحتاج إلى الرعاية والتدليل والعلاج النفسي الفردي أو العلاج النفسي الجماعي.(Mary,2015).

كيفية الاحتراس والوقاية من الاضطرابات النفس-جسمية:

- التدريب على الاسترخاء النفسي والجسدي مثل (الرياضة اليومية، اليوجا، العبادة الروحانية).

- التعبير عن مشاعرنا بشكل صحيح.

- التدريب على المرونة النفسية وتتمثل في كيفية (التعامل مع المشاعر على أنها مؤقتة وليست دائمة، التعامل مع المشاكل على أنها جزء وليست كل، التعامل مع المواقف والمشاكل الخطرة على أنها تحدي وأنك قادر عليها، طلب الدعم النفسي). (**Mary,2015**).

## 5.النتائج ومناقشتها:

خلص البحث إلى النتائج الآتية:

- تنتج الأمراض السيكوسوماتية عن عمليات استجابية للمخ تبعث على نشاط جسدي معين، ويشير إلى المظاهر الخاصة للوظيفة النفسبيولوجية والتي تؤدي جهاز الغدد الصماء، وبذالك تتغير وظيفة العضو المستهدف أو النظم الحركية، فتحدث اضطرابات حشوية هي التي يطلق عليها الأمراض السيكوسوماتية.

- من أعراض الأمراض السيكوسوماتية تغير السمات الشخصية للفرد، حيث تظهر عليه علامات من التشوش والاهتزاز النفسي. ومعاناة الفرد من الحالة النفسية السلبية على مدار فترة طويلة من الزمن .وتغير في وظائف الجسم. وعدم فعالية العلاج الدوائي في علاج الاضطراب الذي يعانى منه الشخص.

- تتعددالعوامل المؤدية إلى الاضطرابات السيكوسوماتية فمنها العوامل الفسيولوجية كالعوامل الوراثية والبيوكيميائية، والعوامل النفسية الاجتماعية.

- ثمة نماذج للشخصيات التي تظهر عليها الأعراض السيكوسوماتية فمنهاالنموذج الهستيري: وهو النموذج الذي يتعلق بالهستيريا من حيث مظاهرها الجسمية سواء كانت اضطرابات جسمية حركية أو حركية فقط كما يتضح في شخصيات الفنانين .والنموذج الزائد الحساسية: كما الحال عند مرض الربو. ونموذج القرحة: وينجم هذا النموذج من القلق الزائد لتأكيد الذات أو نتيجة لفرط النشاط وتظهر الاضطرابات في شكل قرحة المعدة أو ارتفاع ضغط الدم ويكون ذلك بين رجال الأعمال والأطباء. ونموذج الروماتيزم: ويظهر عند الإصابة بالروماتويد في الشخصيات المضحية بالذات.

- إن الطب السيكوسوماتي يؤكد أثر العوامل النفسية والاجتماعية في الاضطرابات الجسمية، حيث تتنوع أساليب العلاج فيستخدم العلاج الدوائي مثل العقاقير كمضادات القلق ومضادات الاكتئاب والأدوية المانعة لفعل الأدرينالين. ويستخدم العلاج النفسيومن وسائل هذا العلاج تقنيات الاسترخاء التي تمارس بشكل فردي أو جماعي، والعلاج بالإرشاد النفسي الذي يهدف إلى إرشاد الفرد إلى طرق مختلفة تساعد على استخدام قدراته للتكيف مع الوسط الاجتماعي المنتمي إليه. كما تستخدم التغذية الرجعية الحيوية في العلاج.

## 6. خاتمة:

تناول هذا البحث موضوع السيكوسوماتيه (الأمراض النفسجسمية)التي يعاني منها العديد من الأشخاص وأسبابها،الشخص السيكوسوماتي حسب ما عرفه العلماء هو من لا تكن لديه المقدرة على التعامل مع الضغوط النفسية.ويجب توخي الحذر فقد يمكن أن نصاب بهذه الاضطرابات السيكوسوماتية عند كبت المشاعر وعدم التعامل معها وتجاهلها تصبح أكثر عرضه لها.حيث إن الجسم والنفس يتأثران

ببعض بصورة واضحة،والضغوط النفسية يمكن أن تكون سبب في إنهاء حياة الإنسان لأنها قد تصيب أعضاء حيوية مثل المخ إن لم تعالج،والشخصية التي تستخدم الكبت كحيلة دفاعية لها هي أكثر عرضه للإصابة بهذا المرض. فهم بحاجة إلى رعاية نفسية وعقلية وشخصية لكي يستطيعوا التغلب على الضغوطات وتجاوز الألم الذي تسببه لهم. ومن خلال عرض بعض العوامل المساهمة في نشأة وظهور الاضطرابات السيكوسوماتية نجد أن كل هذه العوامل مجتمعة تساهم في إصابة الفرد بالمرض ابتدءا من الاستعداد الوراثي الذي يهيئ الفرد للإصابة وتوفر الأرضية المناسبة التي تفجر الحالة كالتعرض للانفعالات السيئة إضافة إلى العوامل البيئية والاجتماعية والتعرض للضغوط النفسية والمهنية وعوامل سوء التفاهم والخلافات الأسرية و فقدان السند والطمأنينة والأمن والحرمان العاطفي، خاصة الانفصال عن الأم يؤثر على حياة الطفل ويؤثر على نموه ونضجه العضوي والنفسي والصحي.

## 7. قائمة المراجع:


- أبو النيل، محمود السيد؛ وزيور، مصطفى (1994).*الأمراض السيكوسوماتية - الأمراض الجسمية النفسية المنشأ -دراسات عربية وعالمية*. ط( 1) مكتبة الخانجي، القاهرة.

- أبو فرحة،خليل(2000).*الموسوعة النفسية*.الأردن-عمان:دار أساة للطبع والنشر.

- بني يونس، محمد محمود (2008).*الأسس الفزيولوجية للسلوك*، ط1، دار الشروق، عمان.

- زبدي، ناصر الدين؛ ولمين، نصيرة (2017).*مبادئ الصحة النفسية والإرشاد* . ط2.الجزائر:ديوان المطبوعات الجامعية.

- الزبدي، نصر الدين.(1998).*الأمراض السيكوسوماتية*، الجزء الأول، منشورات دار الجزائر.

- الزراد، فيصل محمد (2009 ). *الأمراض النفس جسدية*. دار النفائس، بيروت، ط2.

- الزراد، فيصلمحمد خير (2000).*الأمراض النفسية- الجسدية*، ط1 دار النفائس، بيروت.

- الشواشره،عمر مصطفى، الدقس ومي كامل (2014). *أنماط الشخصية وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى عينة من المجتمع السعودي*. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد ( 34)، م(2) ص ص -140 101.

- الصفدي، عصام(2001).*العلوم السلوكية والاجتماعية والتربية الصحية*،دار الميسرة،عمان.

- عباس، إبراهيم متولي (2000).*الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض متغيرات الشخصية لدى معلم المرحلة الإبتدائية*. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الأنجلو مصرية، المجلد 10، العدد26، القاهرة.

- عباسة، أمينة.(2018).*الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى أساتذة التعليم المتوسط*،أطروحة دكتوراه غير منشورة.جامعة وهران 2محمد بن أحمد،الجزائر.

- عبد المعطي، حسن (2003).*الأمراض السيكوسوماتية*. مكتبة دار الشرق، القاهرة.

- عسكر، علي (2000).*ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*، دار الكتاب الحديث، الكويت.

- عشوي، مصطفى (2010 ).*مدخل إلى علم النفس المعاصر*. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط3 .

- عكاشة، أحمد (1997).*الطب النفسي المعاصر*، ط 6، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

- العيسوي، عبد الرحمن ( 1994).*الأمراض السيكوسوماتية*. دار النهضة العربية، بيروت.

- الميلادي، عبد المنعم (2004).*الأمراض والإضطرابات النفسية*. مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية، مصر.

- النابلسي، محمد احمد (1992)*مبادئ البسيكوسوماتيك و تصنيفاته*، مؤسسة الرسالة، دار الهدى،الجزائر.

- هيجان، محمد بن احمد.(1998).*ضغوط العمل – منهج شامل لدراسة مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها*.الرياض:مركز البحوث والدراسات الإدارية.

- ياسين، عطوف محمد (1988).*الأمراض السيكوسوماتية-الأمراض النفسجسمية*-.ط1 بيروت لبنان:منشورات يجسون الثقافية.

- **المراجع الأجنبية:**

- AZORIN, Jean Michel. (2005). *Maladies et Grands Syndromes-Troubles psychosomatiques*. France: Faculté de Médecine de Marseille.

- Black, D.W. &Andreasen, N.C. (2011). *Introductory textbook of psychiatry (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

- Goldman, H. (1984) *Review Of General Psychiatry. Middle East Edition*. Long Medical Publication. California.

- Hermelinde, Kienberger (2001) *Conversion hystérique et affection psychosomatique. Maîtriseen sciences humainescliniques*. SHC - Université

- Mary C .(2015). *PsychiaticNursing ,Assessment ,Care Plans and Medication.(9th Edition)*F.A.Davis Company. Philadelphia.

- Maurice, Dongier. (1976). *Névroses et trouble psychosomtiqu* ,édition 6, Dessart et Mardagaéditeurs,Bruxelles.

- NANDA International. (2012). *Nursing diagnoses: Definitions and classification, 2012–2014*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.

- Norbert, sillamy. (2003). *dictionnaire de psychologie,laroussevuef,paris*.

- Parcell, S. (2008). *Biochemical and nutritional influences on pain*. In J.F. Audette& A. Bailey (Eds.), Integrative pain medicine. New York: Springer-Vertag.

- Reynaert, ,Ch;et Rousseaux (2013). *Psychiatriegénérale de l'adulte.France*: UniversitéCatholique de Louvain.

- Sadock, B.J. &Sadock, V.A. (2007). *Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry (10th ed.)*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

- Wootton, J. (2008). *Meditation and chronic pain. In J.F. Audette& A. Bailey (Eds.),* Integrative pain medicine. New York: Springer-Vertag, 195–210.