

الصحة النفسية وتفسير الاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري

Mental Health and the Interpretation of Mental Disorder from an Algerian Socio-cultural Perspective

بوحفص طارق، جامعة سعيدة، د.مولاي الطاهر

tarak.bouhafs@univ-saida.dz

أزران جهيدة، جامعة بجاية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

djahida.izeraren@univ-bejaia.dz

تاريخ النشر: 2023/07/11

تاريخ القبول: 2023/02/10

تاريخ الاستلام: 2022/09/27

ملخص: تعتبر الصحة النفسية تمتع الفرد بتوافق نفسي اجتماعي وكذلك تحقيق الذات والشعور بالسعادة، والقدرة على مواجهة مشكلات الحياة، بالإضافة الى القدرة على العطاء مهنيا وعلائقيا. وتلعب الثقافة دورا هاما في تكوين شخصية الفرد وصلقلها بتصورات مختلفة لأنماط الحياة ووعي الفرد تجاه سلوكاته وتصرفانه، وهذا لا يعني الغاء فردانية الفرد، انما اكسابه جانب من التطور النفسي الاجتماعي لتحرير قواه ومعرفة قدراته المتعددة. وفي مجتمعنا الجزائري توجد تصورات مختلفة من جانب علي إلا ان الجانب الاجتماعي الثقافي يختلف تماما عن سابقه ولهذا اردنا ان نطرح جملة من التساؤلات حول هذا الموضوع في مداخلتنا هذه ومحاولة الاجابة عليها: فما هي الصحة النفسية؟ وماهي علاقة الثقافة بالاضطراب النفسي وكيف يفسر الاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري؟

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، الاضطراب النفسي، المنظور الاجتماعي، الثقافة، المجتمع الجزائري.

Abstract: Mental health considers the person's enjoyment of psychological and social compatibility, as well as self-realization, a feeling of happiness, and the ability to face the problems of life. It is all about how people think, feel, and behave. People sometimes use the term "mental health" to mean the absence of a mental disorder. In addition, mental health includes our emotional, psychological, and social well-being with the ability to be professionally active. It means the obliteration and eradication of the individual's individuality; rather it is the individual's acquisition of an aspect of psychosocial

development to liberate one's strengths and knowledge of one's multiple capabilities. Subsequently, different perceptions are available from the scientific side in the Algerian society, yet the socio-cultural aspect is completely different from the scientific one. Accordingly, several questions are raised which the researcher attempts to answer through this humble intervention. The questions are as follows: What is mental health? What is the relationship between culture and mental disorders? How to explain psychological disorder from an Algerian socio-cultural perspective?

Keywords: mental health, psychological disorder, social perspective, culture, Algerian society .

مقدمة:

منذ ظهور الانسان وهو يسعى لتحقيق ذاته، وضمن سعادته، وقد كلفه ذلك ممارسة العديد من الطقوس قصد اعطاء تفسيرات لما يحدث حوله ساء طبيعيا او بشريا او علائقيا، فامتن التفكير اللاهوتي الذي جعله بعيدا عن المنطق والصواب، فأصبح يفسر الامراض والاضطرابات التي يعاني منها بان سببها هو الارواح الشريرة، او تحكم مختلف الالهة في ظهورها واختفاءها. وهكذا تدرجت هذه التطورات الى ان بدأت الامور تتضح وأصبح الانسان يطور من اساليب حياته بشكل عام، وكذلك اساليب تفسيره للأمراض الجسدية والنفسية، واختلفت الاراء حول التعامل مع المرض بدءا بالفلسفات الشرقية والفراعنة وصولا الى الاغريق والعالم الاسلامي، وهكذا تعدى العالم مراحل مهمة ، منها استقلالية العلوم عن الفلسفة وظهور العلوم الطبية والبيولوجية، ومع ظهور علم النفس كأخر علم انفصل عن الفلسفة بدأت الابحاث الاولى التي قادها وليام فونددت

ويتم تهتم بالجانب النفسي للإنسان وبعدها جاء فرويد في المدرسة التحليلية وكذلك واطسون في السلوكية، كلها هذه الازواضع ساهمت في التفكير بجديية في الجانب النفسي الذي يعيشه الانسان وكيف يؤثر على الجانب الجسدي والشخصية بشكل عام. وهكذا اصبح الانسان يكتسب ويتعلم ويتكيف مع الطبيعة، وهذا سواء قصد التوافق والتلاؤم او نظرا لحاجته للتكيف وتنظيم العلاقات الاجتماعية، هذه الاخيرة التي يتوجب عليه ان يضع لها نظاما او انظمة مختلفة. كل هذا يعتبر ثقافة ومكتسب للإنسان، لكنها تختلف وفقا للزمان والمكان ومختلف التأثيرات الاجتماعية والطبيعية، ولهذا اهتم العلماء

الصحة النفسية وتفسير الاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري

والباحثين في هذا المجال على دراسة خصوصية هذه الثقافة وكيف يمكن ان نحلل عناصرها، فظهرت عدة نظريات لتفسيرها، وأيضا عدة مقاربات تدرس سلوك الانسان والاضطرابات النفسية التي قد تكون نتيجة لمختلف التأثيرات الثقافية، هذا ما سنحاول التطرق اليه في مداخلتنا هذه: فما هي الصحة النفسية؟ وما هو الاضطراب النفسي؟ وما هو تفسير الصحة النفسية والاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري

1- تعريف الصحة النفسية :

توجد عدة تعاريف للصحة النفسية ولا نستطيع أن نتفق على تعريف شامل لهذا المفهوم باختلاف المدرسة العلمية التي ينتمي لها صاحب التعريف ولذا سوف نستعرض العديد من التعريفات لمفهوم الصحة النفسية:

يعرفها ادولف ماير وهو اول من استخدم هذا المصطلح على انها نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو السواء وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية، فالصحة النفسية تعني تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالرضا، كما تجعل الفرد قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة (الداهري، 2005، 25).

ويعرفها هوريلمان سنة 1995 على انها حالة من الاحساس الذاتي والموضوعي عند شخص ما، وتكون هذه الحالة موجودة عندما تكون مجالات النمو الجسدية والنفسية والاجتماعية للشخص مناسبة مع امكانياته وقدراته واهدافه التي يضعها لنفسه ومع الظروف الموضوعية للحياة (رضوان، 2007، 26).

يعرفها (بلوم 1981 *Blum, H, L*) بانها:

مزيج متشابك جسدي ونفسي ويرى أن من أهم المقومات الأساسية للصحة النفسية هي:

1. الرعاية الصحية 2. علم الوراثة 3. البيئة 4. السلوك 5. أسلوب الحياة

تُعرف الصحة النفسية على أنها القدرة على العطاء والحب دون انتظار لمقابل ، وتُفسر على أنها التوازن بين الغرائز، والرغبات الخاصة، والذات، والضمير

و تُعرف ايضا على أنها القدرة على التأرجح بين الشك واليقين (احمد عكاشة، 123، 2008-124).

2 - المفهوم الايجابي للصحة النفسية :

حالة دائما نسبيا يكون الفرد فيها متوافقا نفسيا مع نفسه وبيئته ، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة ، وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا ، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام .

والاكيد ان الشيء المهم والذي يجب ان نركز عليه هو النسبية من حيث التمتع بالصحة النفسية بالاضافة الى عدم استقرار فما يخص التمتع بها على مستو عدة جوانب منها الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

3 - المفهوم السلبي للصحة النفسية:

هي السلامة من أعراض المرض النفسي أو العقلي .

- هذا المفهوم يلقي قبولا في ميادين الطب النفسي .
- هذا المفهوم ضيق ويقتصر على جانب واحد في الصحة النفسية (فهبي :15، 1987).ومن خلال هذه التعاريف يمكن ان نعرف الصحة النفسية على انها:
الخلو نسبيا من الامراض الجسدية والنفسية، والشعور بالسعادة مع التوافق مع ظروف العمل والمحيط والقدرة على مواجهة مشكلات الحياة.

4- تعريف المرض النفسي:

هو اضطراب وظيفي في الشخصية نفسي المنشأ يبدو في صورة أعراض نفسية وجسمية مختلفة، يؤثر في سلوك الشخص فيعوق توافقه النفسي ويعوقه عن ممارسة حياته السوية في المجتمع الذي يعيش فيه .

5 - نسبية الصحة النفسية :

1.5_ النسبية: *Relativité*

نجد أنّ الصحة النفسية نسبية غير ثابتة، و إنما تتغير باستمرار من جراء عدة تغيرات سواء على مستوى الفرد أو المحيط الذي يعيش فيه، و حسب الوقت أو الزمان و المكان، و هذه النسبية تختلف حسب ما يلي :

2.5_ النسبية المكانية للصحة النفسية :

فالفرد الذي يعتبر متوافقا في التعامل مع أحد المجتمعات قد يصبح متوافقا تماما في مجتمع آخر، و على سبيل المثال قد تكون المرأة التي تخشى التعامل مع الجنس الآخر تقابل بالقبول و الترحيب من بعض المجتمعات، و لكنها ليست كذلك في أغلب المجتمعات الغربية. (أحمد، 1999، ص). و أحسن مثال يمكن أن نقدمه هنا أيضا مثلا المرأة الريفية التي تأتي بها للعيش في المدينة.

3.5_ النسبية الزمانية للصحة النفسية :

يعتمد تعيين السلوك الدال على الصحة النفسية على الزمان الذي حدث فيه هذا السلوك، و نقصد بالزمان هنا الحقبة التاريخية، و الأمثلة على ذلك كثيرة فنجد أن اللص مثلا في اسبرطا (اليونان) لا يعاقب إن كان ينظر إلى سلوكه هذا على أنه دليل ذكائه و فطنه، فقد كان أذكى من شخص آخر لم يتخذ الحيلة الكافية فاستغله و تفوق عليه، و قد كان لذلك الاعتقاد ظروف معينة و ملابس خاصة في هذا المجتمع في هذا الزمان، لكن فطرة التي فطر الله الناس عليها تحرم على الإنسان أن يسرق، و من ثم تعد

السرقة جريمة يتعين عقاب مقترفها. (صبره محمد علي، 2004، ص20). و يمكن أن نضيف إلى هذا المثال العروس في الماضي وكيف أصبحت اليوم.

4.5_نسبية الصحة النفسية من فرد إلى آخر:

كما يختلف الناس بعضهم عن بعض في كل من : الطول، الوزن، ضغط الدم، توتر العضلات، الذكاء و العبقرية، الاتزان و القلق...و غير ذلك، فإنهم يختلفون في الدرجة التي يحوزونها في الصحة النفسية. (صبره محمد علي، المرجع السابق، ص17). و يمكن أن نضيف إلى ما سبق هنا الفروق الفردية فمثلا اختلاف الأمزجة من فرد إلى آخر.

5.5_نسبية الصحة النفسية من مجتمع إلى آخر:

تختلف العادات والتقاليد من مجتمع إلى آخر اعتمادا على تغييرهما، فضلا عن عوامل أخرى بطبيعية الحال، و تختلف معايير السلوك الدال على الصحة النفسية أو الشذوذ النفسي. (صبره محمد علي، المرجع السابق، ص21). فمثلا أمور تجوز في مجتمعنا و محرمة في مجتمع آخر كالنحر في عيد الأضحى.

6.5_نسبية الصحة النفسية تبعا لمراحل النمو:

يتأثر تحديد الصحة النفسية بمراحل النمو التي يمر بها الإنسان، و يتصل ذلك بما يسمى بالمعايير العامة للنمو، فإذا فهمنا الصحة النفسية على ضوء مفهوم السلوك السوي، فإن انطلقنا في وصف "سوي" يحمل في طياته حكما نسبيا، فقد يعد سلوك ما سويا في مرحلة عمرية معينة، كرضاعة الطفل لثدي أمه حتى سن الثانية، على حين يعدّ هذا السلوك غير سوي إن حدث في سن الخامسة، و مص الأصابع سلوك سوي في الشهور الأولى من عمر الطفل، و لكنه يعد مشكلة سلوكية إن حدث مثلا في عمر السابعة. (صبره محمد علي، المرجع السابق، ص19).

7.5_نسبية الصحة النفسية حسب المواقف :

ففي بعض المواقف يمكن للفرد أن يصدر سلوكات سوية، و لكن في مواقف أخرى يمكن أن يصدر سلوكات شاذة في بعض الأحيان، فإن كان الفرد في راحة نفسية و ينقل إليه خبر قاس يكون لديه رد فعل عادي، أما إذا كلن مضطربا فيكون لديه رد فعل قوي.

6- اهمية الصحة النفسية للفرد:

1 – فهم الذات: فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته ،فهو يعرف ذاته وحاجاتها واهدافها.

2 – التوافق: ويعني ذلك التوافق الشخصي بالرضى عن النفس وفهم نفسه والآخرين حوله بمعنى ان يتوافق نفسيا كي يصل الى التوافق الاجتماعي.

3 – الخلو من التوتر والاضطراب:

الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة مما يحقق له السعادة مع نفسه.

7- معايير الصحة النفسية :

1-7-المعيار الذاتي:

ويعني أن كل من يخالفني في الرأي يعتبر شاذًا وكل من يوافقني في الرأي يعتبر سويًا وهو معيار ذاتي لا يمكن الوثوق في مصداقيته في الحكم على السلوك البشري(غريب غريب،138،137،1999)

2-7-المعيار الاجتماعي:

ويتخذ من مسايرة المعايير الاجتماعية أساساً للحكم على السلوك، سواء أكان سويلاً أم غير سوي، فالسلوك السوي هو السلوك المتوافق مع قيم المجتمع وعاداته، أما غير السوي فهو الذي لا يتوافق مع تلك العادات والتقاليد الاجتماعية، ويأخذ هذا المعيار بالمسايرة الاجتماعية للأشخاص المسايرين للجماعة هم الأسوياء وغير مسايرين هم الغير أسوياء (ربيع شحاتة، 90، 2000)

3-7- المعيار الإحصائي:

وهذا المعيار يتخذ المتوسط أو الشائع مقياساً لمثل الحالة السوية، وبذلك تكون اللاسوية هي الانحراف عن هذا المتوسط زيادة أو نقصاناً، وهذا المعيار لا يفرق بين الشخص العبقري والشخص الذي يعاني من التخلف العقلي، وتعتبر نسبة الذكاء هي المحدد للسواء أو اللسواء وتعتمد درجة 100 هي المتوسط مع انحراف عن المتوسط يقدر بـ 15 بالمتة، أي ان السواء يمتد بين درجة 85 و115. (chabert.c2008,74,75)

4-7- المعيار المثالي:

ويرى هذا المعيار أن الحالة السوية هي المثالية أو الكمال أو ما يقرب منه، واللاسوية هي الانحراف عن المثل الأعلى أو الكمال.

5-7- المعيار الباطني:

فالحكم ليس خارجياً كما هو الحال في المعايير الإحصائية، كما أنه ليس ذاتياً كما هو الحال في المعيار الذاتي، إنما يعتمد هذا المعيار على أساليب فاعلة تمكن الباحث قبل أن يصدر حكمه من أن يصل إلى حقيقة شخصية الإنسان الكامنة في خبراته الشعورية و اللاشعورية أيضاً (إيمان فوزي، 2001، 22)

8 - مفهوم الاضطرابات النفسية:

الاضطرابات النفسية هي نمط سلوكي، وسيكولوجي، ونفسي، ينتج لدى الفرد نتيجة شعوره بالضيق أو العجز، حيث تعتبر هذه الاضطرابات نمواً غير طبيعياً في المهارات العقلية، ويُعتقد بأنها تحدث

الصحة النفسية وتفسير الاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري

نتيجة ظهور بعض المشاكل في عصبونات الدماغ، وذلك بسبب التفاعل المعقد الذي يحدث بين العوامل الوراثية والتجارب الحياتية التي يمر بها الفرد. (kindracherry,2018)

9- أسباب حدوث الاضطرابات النفسية تضم أسباب حدوث الاضطرابات النفسية:

1-9- العوامل الوراثية: كأن يكون للمريض أقارب ممتنعون يعانون من الاضطرابات النفسية، حيث أثبتت الدراسات أنّ هناك تدخلاً جينياً في حدوث أمراض الفصام، واضطرابات المزاج، وأمراض الوسواس القهري، بالإضافة إلى إدمان الكحوليات، حيث تزداد احتمالية الإصابة بمثل هذه الأمراض في حالة وجود أحد الأقارب من الدرجة الأولى ممتنع عانى من أحد هذه المشاكل.

2-9- العوامل العضوية: كحدوث مشاكل في المخ، فمن المعروف بأنّ المخ هو مركز عمل جسم الإنسان، وهو المسؤول عن السلوك، والتفكير، والذاكرة، والذكاء، والمشاعر، والتحكّم في تصرفات الفرد، وقد يحدث خلل في المخ نتيجة حادثٍ معين قبل الولادة، أو نتيجةً لحدوث مشاكل في مرحلة الطفولة المبكرة.

3-9- عوامل نفسية: حيث إنّ تأثير العامل النفسي يظل مع الشخص لآخر حياته، بحيث يكون للأب، أو الأم، أو الأخوة، أو المدرسة، أو الأصدقاء تأثير مباشر على نفسية الطفل، ومن الأمثلة على ذلك الاضطراب النفسي المعروف بالفصام، والذي يعدّ خللاً في تقدير الإنسان لذاته، حيث تؤثر هذه المشكلة على إدراك الفرد للواقع والتحكّم في الغرائز، وينتج هذا المرض عادةً بسبب وجود اضطراب في العلاقة بين الطفل والأم، بالإضافة إلى بعض المشاكل الأسرية مثل: إدمان الكحول وكذلك المخدرات.

4-9- العوامل الجسدية: نتيجة حدوث تغيير في الحالة العضوية الطبيعية التي يجب أن يكون عليها الإنسان، مثل سوء التغذية، أو قلة النوم.

5-9- العوامل الاجتماعية: مثل حدوث الهجرة، والحروب، والبطالة، والعنف، والتغيرات المجتمعية وكذلك الكوارث الطبيعية، ممّا يؤدي إلى ظهور اضطرابات ومشاكل نفسية عديدة مثل القلق، الاكتئاب، وسوء التكيف. (William C, Sanderson, Sheila Woody,2018)

10- أنواع الاضطرابات النفسية تشمل أنواع الاضطرابات النفسية:

10-1- الاضطرابات النفسية العصابية: وهي الاضطرابات التي تحدث في الشخصية، وتظهر على هيئة أعراض جسمية ونفسية مختلفة مثل التردد المفرط، الخوف، القلق، الوسواس، الأفكار السلبية المتسلطة، الشكوك التي لا أساس لها، ومن أعراض هذه الاضطرابات حدوث شلل في أحد الأعضاء كاليد والساق بالإضافة إلى تعطل في حاسة من الحواس كالسمع والبصر دون أن يكون هناك سبب عضوي، ومن الأمثلة على هذا النوع الوسواس القهري والهستيريا.

10-2- الاضطرابات النفسية الذهانية: وهي اضطرابات خطيرة تحدث في الشخصية بأكملها وتمثل في حدوث اختلال شديد في التفكير والقوى العقلية الطبيعية، مع عدم القدرة على إدراك الواقع إدراكاً صحيحاً ما يسبب مشاكل في حياة الشخص من ناحية اجتماعية وأسرية ومهنية. www.webmd.com

11- تفسير الاضطرابات النفسية من منظور اجتماعي ثقافي جزائري:

ان الاضطرابات النفسية هي ذلك النمط السلوكي والنفسي الذي ينتج لدى الفرد نتيجة عدة عوامل تجعله يشعر بالعجز الظاهر على شخصيته في مجمل مكوناتها ومظاهرها، وتختلف الرؤى في تفسير هذه الاضطرابات من وجهة نفسية وطبية كجانب معرفي علمي بحث، لكن تفسير المنظور الاجتماعي الثقافي يختلف تماما عن التفسير العلمي بكل نظرياته، وخاصة انه ينطلق من اساس المعرفة العامة، وهذا ما ركزت عليه نظرية المواجهة النفسية الاجتماعية لسليمان مظهر، التي تفسر جيدا وجهة المجتمع والثقافة للاضطراب النفسي وخاصة المجتمع الجزائري.

نظرية المواجهة النفسية الاجتماعية: هي نظرية نفسية تحليلية بدأت بالمجتمع الجزائري وموجهة للمجتمعات المتخلفة، وهي توجه فكري يعطي تحليل نفسي اجتماعي سيطر على مكونات المجتمع مما جعله يتوجه نحو وجهة تجعله يركض نحو التخلف بطريقة لا شعورية ومتوارثة، وهذا ما سماه سليمان مظهر النظام الاجتماعي التقليدي او بالأحرى المجتمع التقليدي. ويذكر صاحب النظرية في كتابه نظرية المواجهة النفسية الاجتماعية (سليمان مظهر، 2010) ان مشاكل مجتمعنا مصدرها هو النظام الاجتماعي التقليدي ويقول بان هذا النظام هو اقدم نظام بناه الانسان عبر التاريخ من خلال الاعلاقة الاجتماعية الموجودة والمتشابكة، وهو نظام معقد نتج عنه نمط الحياة الاجتماعية السائد الان في حياتنا، خصوصا في العائلة، غير اننا لانربط بين نمط الحياة الذي نعيشه والنظام الذي يلعب دور منبع بالنسبة اليه، والنظام الاجتماعي التقليدي كتعبير هو مفهوم علمي استنتجا لمتابعته البحثية التي جعلته يبين ان المجتمعات

الصحة النفسية وتفسير الاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري

المتخلفة والافريقية خاصة قائمة على نظام يتكون من سبعة اجزاء، وهذا يعني ان هذا النظام معقد للغاية ومتابعته تشترط على الباحث متواضعا ومنفصلا للإحاطة به، وتمثل هذه الاجزاء كما يلي:

1-11- القداسة: والمجتمعات المتخلفة دائما تعتبر هذا الجزء اساس للحياة الاجتماعية، وكل تفسير يأتي من شيء مقدس مثل الدين ورجل الدين وشيخ القبيلة والخبير الاجتماعي والمسؤول عن الاسرة والعديد من المقدسات، والاضطرابات النفسية تفسر من وجهته على انها راجعة لعوامل خارجية مثل غضب الله او العين والحسد والمس من الجن، ولا يمكن علاجها الا بالشعوذة او استشارة الاشخاص الذين يمثلون رموز المجتمع التقليدي، ومثال ذلك ان المريض بالذهان يعاني من مي من الجن ولا يعالجه الا راقى او مشعوذ او يستوجب عليه زيارة الاضرحة والمقابر للتبرك والتكفير عن الذنب.

2-11- الثقافة : والجزائري يثبت دائما انه ليس لنا ثقافة، وفي الوقت نفسه نتكلم عن المجتمع، وهنا تكمن الغرابة لأنه منطقيا اذا تكلمنا عن المجتمع لابد ان يكون هناك نظام، فأى مجتمع يتمحور حول نظام معين، عصري او تقليدي او شيء من نوع اخر يجب ان نحدده.

3-11- نمط تسيير الطاقة البشرية المهمل: نحن مجتمع نحتكم للقداسة التقليدية في كل شئ، الى ان اهملنا الطاقة البشرية وخاصة فئة الشباب، خاصة اننا اهملناها الى درجة انه لا امل فيها، وأصبحت البيئة مصدرا للاضطراب الذهاني او العصبي في الكثير من المواقف والدليل على ذلك محاولات الانتحار التي اصبحنا نعيشها يوميا.

4-11- التركيب الذهني: حيث اصبحت التركيبة الذهنية للمجتمع الجزائري بلهاء وغير فعالة، ويظهر ذلك في الحياة اليومية وتفسير مختلف المواقف بطرق غير واقعية واغلبها خيالية، ومثال ذلك سيطرة الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي على تفكير الانسان الجزائري، وهذا بكل ما تعرضه وخاصة ما يتنافى والقيم الانسانية او الواقع الحقيقي (لعبة الحوت الازرق كمثال...)

5-11- نمط الانتماء الاجتماعي: عندما نلاحظ الاعتزاز بنمطنا الاجتماعي فينتج عنه اننا اغبياء، لاننا نتباهى بشيء مفروض علينا، من طرف اشخاص ماتوا وانتهوا ونحاول ان نستحضرهم ونعيش بنمطهم رغم ان التغير الاجتماعي شيء مفروض وتحصيل حاصل.

11-6-التنظيم الاجتماعي المحكم : والنظام التقليدي يسوده تنظيم اجتماعي محكم، ولن يتأثر لأنه في الأصل بني له أساس قوي وكمثال نرى ان العجوز الجزائرية هي من تصدر قرارات الزواج والطلاق بطريقة غير مباشرة لكنها محكمة.

11-7-البنية الاقتصادية: وهنا مشكلة أخرى حيث لا نملك اقتصاد أصلاً لأن الاقتصاد يحتاج إلى أنظمة علمية وأساس منظم، لكننا واقعنا الاقتصادي مسير بالنظام الاجتماعي التقليدي.

ومن خلال هذه الأجزاء يظهر لنا أساس النظام الاجتماعي التقليدي، وتعتبر أسباب وجود هذا النظام التقليدي الاجتماعي هو وجود تقلبات المحيط الخارجي مثل الزلازل والبراكين والفيضانات، فهي ليست وليدة اليوم أو خاصة بمنطقة دون أخرى، وكل هذا يؤثر على حياة الأشخاص بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، فاستنتج ممثلوا هذا النظام ان كل وسائل الحياة وأخطار الموت تنجم عن المحيط الخارجي، وهذا إلى غاية اليوم، فشرائح كبيرة من مجتمعنا لديها يقين ان الأمراض الجسدية والنفسية مثلا التي تصيب الإنسان سببها ليس عضوي أو نفسي داخلي انما سبب تدخل خارجي كمس الجن أو العين أو غضب الله، أو الحسد والسحر.

خاتمة:

ان الصحة النفسية للإنسان مرهونة بعدة عوامل منها الوراثة، النفسية، الاجتماعية والانفعالية، كما تعتبر الاضطرابات النفسية جانب من اللاسواء الذي يعاني منه الفرد، لكن تدني مستويات الصحة النفسية مرهون أيضا بجانب مهم من الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الإنسان سواء كانت عصبية أو ذهانية، والعامل الأهم والأكثر تأثيرا فيها هو التفسير الاجتماعي والثقافي لها، وخاصة في مجتمعنا الجزائري، مما جعل المعارف العامة تسيطر على المعارف العلمية في جزء كبير من المجتمع، وهذا م يزيد في التأثير سلبا على الصحة النفسية للفرد الجزائري، وعليه نستخلص بعض التوصيات التي نامل ان تؤخذ بعين الاعتبار:

_ إعادة النظر في البرامج التعليمية للتخصصات الجامعية المتمثلة في علم النفس والطب النفسي، وذلك بإعطاء الأهمية للخصوصية الاجتماعية والثقافية ومدى تأثيرها على ظهور الاضطرابات النفسية.

الصحة النفسية وتفسير الاضطراب النفسي من منظورا اجتماعي ثقافي جزائري

_ الاهتمام بالعوامل المؤثرة اجتماعيا كالانترنت ومختلف وسائل الاتصال قصد التأثير الايجابي لها على الفرد الجزائري.

_ الاهتمام بالبرامج التعليمية لمختلف الاطوار وتضمينها ببرامج للصحة بمختلف جوانبها الجسدية والنفسية

قائمة المراجع:

1 - أحمد عكاشة، 2008، الرضا النفسي: الباب الملكي للصحة والسعادة - القاهرة: الهيئة العامة للكتاب،.

2- ربيع محمد شحاتة، (2000) أصول الصحة النفسية ، مؤسسة نبيل للطباعة ، ط2 ، مصر ،

3 - سامر جميل رضوان، (2007)، الصحة النفسية، دار المسيرة للنشر، عمان الاردن

4_ مظهر سليمان(2010)، نظرية المواجهة النفسية الاجتماعية، مصدر المجابهة، ثالة، الجزائر.

5- صالح حسن الداھري، (2005)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للطباعة والنشر، عمان الاردن

صبرة محمد علي، (2005)، الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق، دار المعرفة الجامعية، مصر

6 - غريب غريب ، (1999) علم الصحة النفسية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة

7 - مصطفى فھمي(1987) الصحة النفسية: دراسات في سيكولوجية التكيف، مكتبة الخانجي للطباعة والنشر والتوزيع/ القاهرة مصر.

8- Chabire.c,2008 ,psychologie clinique et psychopathologie,puf,1^{er} ed,France

9-KendraCherry,<https://www.verywellmind.com/a-list-of-psychological-disorders-2794776/02/02/2019/20H30>

10- William C. Sanderson, PhD & Sheila Woody, PhD (Editors)

<https://psychcentral.com/lib/manuals-for-empirically-validated-treatments/04/02/2019/22H50>

11- <https://www.webmd.com/mental-health/mental-health-types-illness#103/02/2019/18H20>