

الألم النفسي

نحن نقبل أن الألم يشير إلى أذى قد وقع على بعض أجزاء الجسم وأنه حين يشتكي الآخرون من الألم فإن ذلك يعني إشارة إلى مستوى المعاناة التي يقاسون منها. وقد يعرف البعض من خلال تجاربهم الخاصة أنه يمكن استعمال الألم لجذب مزيد من الاهتمام أو الحب أو العطف وفي بعض الأوقات أيضاً يستخدم كوسيلة لمرادة الآخرين أو السيطرة عليهم.

وقد ينشأ الألم كمصدر لمعاناة الشخص ليس بسبب إصابة عضوية وإنما ككفارة يقدمها الشخص لإزالة آثار الشعور بالذنب إذا وقع في إثم ما في حياته أو حتى إذا كان الشعور بالذنب ناتجاً عن مجرد أفكار آثمة تراوده.

وقد ينشأ الألم في بعض الأوقات لتخفيف آثار اللوعة القاسية عند فقد عزيز أو حبيب، ويكون الشعور بالألم بدلاً عن مشاعر الحزن والأسى. ومن ثم فإن أهمية الألم تتفاوت في طبيعتها، فقد تكون تعبيراً عن مشاكل ذات طابع عضوي أو عاطفي.

ومن الممكن التعرف على ثلاثة أنماط للألم:

- ١- الألم الدال على أذى بدني.
- ٢- الألم المستعمل كوسيلة للاتصال بالآخرين.
- ٣- الألم المستعمل كوسيلة لمرادة الآخرين أو التعبير عن العدوانية أو لتخفيف آثار الشعور بالذنب.

وقد اقترح الدكتور جورج آنجل -وهو طبيب نفساني أمريكي- بأن وجود الألم في بعض الناس يعتبر أمراً ضرورياً للوقاية من الأزمات العاطفية أو لعلاجها وقد أطلق على مثل هؤلاء الناس اسم (الأشخاص ذوو القابلية للألم) ويكون الألم الذي يشكون منه خالياً من المسببات العضوية ومن ثم يعرف باسم (الألم النفسي).

ويتميز الفرد من هؤلاء الناس بشخصية ذات طابع متشائم ومظلم، ويكونون عادة غير ناجحين أو غير محظوظين في حياتهم وعند التمعن في أسباب فشلهم يتضح أنهم أنفسهم السبب في التعاسة اللاحقة بهم.

وقد يكونون في أحسن حالاتهم العاطفية أمام الآخرين حين يمرون بمرض عضوي حقيقي إلا أنهم على النقيض تنشأ آلامهم في الوقت الذي يكونون فيه أقرب للحصول على نجاح معين في حياتهم. ويمكن اعتبار مثل هؤلاء الأشخاص على أنهم يعانون من نزعات ماشوسية: لأن سلوكهم يتضمن عقاباً للذات.

ومما يجدر ذكره أن كلمة ألم المستخدمة في اللغة اللاتينية تعني العقاب. وقد لفت الدكتور توماس زاز الانتباه إلى نوع من الأشخاص ذوي القابلية للألم أطلق عليهم (المتألمون) وقد ميزهم بما يلي:

١- المعاناة من ألم شديد غير محتمل ومزمن في غياب أي سبب عضوي له وهذا مما يدل على أن الشخص المعافى يريد أن يلعب دور المريض.

٢- تتحقق هوية المريض ودوره الاجتماعي بوجود الألم والمعاناة.

٣- عندما يحقق الشخص من هذا النوع دوره كمحترف في الألم يبدأ في ممارسة (الطريقة الألمية) وهي طريقة للشعور والسلوك تتميز بوجود ألم غير مشخص ومعاناة غير قابلة للتخفيف إلا أنه يعطي معنى للحياة والقوة للسيطرة على البيئة المحيطة. ومن الطبيعي أن تكون مثل هذه المميزات تحدياً كبيراً لمهارات الطبيب المهنية التي تركز على القدرة على تشخيص الداء وتخفيف الألم والمعاناة.

وحينما يتكرر فشل الطبيب في تحقيق الهدف المنشود يبدأ في التفكير في تشخيصات بعيدة للمرض مما يؤدي إلى القيام بفحوصات وعمليات علاجية متعددة قد لا تكون أساساً في مصلحة المريض إلا

أنها تعمق اختياره الباطن للقيام بدور (المتألم دائماً) ومن الناحية الأخرى فقد يقوم الطبيب برفض المريض وإيقافه عن مواصلة العلاج.

٤- وحين تتحقق طريقة الحياة غير العادية (للمتألم الذاتي) فإنه لا يقوم بترك هذا الدور بل يعمل على الحصول على مزيد من الاهتمام الطبي للمحافظة على طريقته المختارة. ومن ثم فمن المتوقع أن يرفض مثل هؤلاء المرضى ما يعرض عليهم من وجوب التحويل للطبيب النفسي حيث يقومون بالشكوى من ظهور أعراض عضوية جديدة. وعليه فإنهم كثيراً ما يثيرون مشاعر مضادة لهم وغير متعاطفة معهم من قبل الأقارب والأصدقاء.

وعلى الرغم من أن الأفكار المذكورة أعلاه عن الرمزية واستغلال الألم للحصول على التخلص من التوترات العاطفية تجد معارضة لعدم ثبوتها علمياً إلا أن الكثير من الأطباء يجدون قبولاً لها على أنها تجاربهم الخاصة في هذا المجال ولكن عدد هؤلاء المرضى ذوي القابلية للألم ضئيل بالمقارنة بأعداد من يعانون من مشاكل الألم الحقيقية وعلى الأطباء أن يتنبهوا إلى علاقتهم بالمرضى الذين يعانون من الألم المزمن حيث يتفاوت الفهم بالنسبة لهذا العرض بمقدار ونوع العلاقات وفي العادة يتبنى الشخص المريض ما يسمى (بدور المريض) وهو عبارة عن فهم يمنحه المجتمع للمريض لرفض المرض ويتوقع المجتمع منه بذل كل جهده في التعاون مع الأطباء للحصول على العلاج في أسرع وقت ممكن.



وأثناء فترة المرض يتحرر المريض من بعض مسؤوليات الحياة بالبيت والعمل. ويقر المجتمع ذلك إلا أنه في بعض الأحوال يرفض المجتمع ذلك التحرر وحين ذلك يوصف المرضى بأنهم يظهرن (سلوكاً مرضياً غير طبيعي). وقد يلجأ المرضى إلى مثل هذا السلوك لسد حاجاتهم العاطفية التي يحصلون عليها بمواصلة القيام بدور المريض. وقد لوحظ أن الأفراد من طبقات المجتمع الدنيا (خاصة أولئك الذين لم يحصلوا على قدر كاف من التعليم) كثيراً ما يعبرون عن مشاكلهم العاطفية بأعراض عضوية ومن ثم فإن معرفة الطبيب بالعلاقة بين الظروف العاطفية والنفسية والشكوى من التوترات البدنية والألم تساعد على تقليل من فرص الوقوع في تشخيص خاطئ.

