التمييز الأنثوى

يمكن تقسيم الجنس البشرى إلى نوعين: ذكر وأنثى، تختلف فيه بعض السمات والسلوك وفقا لهذا التقسيم . تتميز الإناث عن الذكور فى مجالات عديدة منها سرعة الإدراك ودقته ، وكذلك القدرة اليدوية. إذا كان الذكر أفضل فى استنباط حلول الحساب واستيعاب المسائل الميكانيكية ، فإن الأنثى أفضل فيما يخص التذكر والتخمين والتعبير اللغوى وخاصة الطلاقة اللغوية وعدد المفردات المستخدمة فى الحديث، كما دلت الدراسات على أن البنات أفضل فى التحصيل المدرسى ويتساوين مع الأولاد فى التعليم الجامعى . أثبتت الدراسات أيضا أن للإناث اهتمامات اجتماعية أقوى ، ويبدين انشغالا بأحوال الناس أكثر ، ويتأثرن بشكل أعمق بالقيم الروحية والجمالية ، بينما تتوجه اهتمامات الذكور أكثر إلى النواحى النظرية والاقتصادية والسياسية . والأنثى – فى العادة – أقل عنفا عن الذكور منذ الطفولة ولكنها أكثر منه دهاء وحيلة . ولكن بصفة عامة فإن الفوارق السابقة تصنعها المؤثرات الثقافية التى تختلف من مجتمع لآخر ، بالرغم من أن للفروق البيولوجية دورها أيضا من حيث مقدار الطاقة والقوة اللازمة للتعامل مع جميع أمور الحياة .

ومن جهة التوافق العاطفى فإن الجنسين – الذكر والأنثى – يختلفان إلى حد ما وفقًا لمراحل العمر المختلفة ، ففى سن الطفولة الأولى يكون الجنسان على قدر واحد متساو من حيث التوافق ككل ، فإذا كان هناك سوء توافق فإن البنات يعبرن عما يضايقهن بلغة معتدلة ولا يفصحن تماما عن شكواهن ، ويميلن إلى الكتمان فتظهر بهن بعض المخاوف ويبدين القلق والكآبة . تصبح الفوارق بين الجنسين فى سن الرشد أوسع وأكثر تخصصا، فالنساء يثرن أسرع وأكثر من الرجال ، ويصبن بالاضطرابات العصابية أكثر. يعتبر الرجال أكثر عرضة للإصابة بالهستيريا التحولية

وبالإنهاك العصبى وبالاستجابات الانفصالية . وكذلك الإصابة بالذهان Psychosis . والذهان من الأمراض العقلية سواء كانت وظيفية أو عضوية المنشأ . تصاب الأنثى أكثر بالذهان الوجدانى Affective Psychosis حيث تتأرجح بين مظاهرالاكتئاب الشديد وما يرتبط به من أعراض ، وبين مظاهر المرح والانشراح والاندفاع المرتبط بها.

دلت الإحصائيات على أن المرأة أطول عمرًا من الرجل ، فبينما يبلغ متوسط عمر الرجل ٧١ سنة يصل عمر المرأة إلى ٧٦ سنة أى إن المرأة تعيش خمس سنوات أكثر من الرجل. يرجع السبب إلى قدرة المرأة على مقاومة تصلب الشرايين ومضاعفاته مثل الذبحة الصدرية وجلطات القلب . إن الهرمونات الأنثوية من إيستروجين وبروجستيرون والتى يفرزها المبيض منذ البلوغ وحتى انقطاع الدورة الشهرية يقلل من نسبة الدهون والكوليسترول فى الدم ، وهذه الدهون هى التى تترسب فى جدران الشرايين محدثة مرض تصلب الشرايين التاجية وينتج عنها انتفاخ بجدار الشريان وضيق المسار الذى يجرى فيه الدم ، بل قد ينسد الشريان محدثا جلطة القلب ، وقد يمتد التصلب إلى شرايين المخ مما قد يسبب جلطة المخ . إن هذه الأمراض الخطيرة نادرة الحدوث قبل انقطاع الدورة الشهرية ، وتنتهى هذه الحماية عندما يتوقف المبيض عن إفراز الهرمونات الأنثوية ، فترتفع نسبة الكولسترول والدهنيات الأخرى فى الدم ويبدأ ترسيبها فى الشرايين ولكنه يبدأ متأخرًا عشرين سنة عن الرجال .

وبسبب طول عمر النساء عن الرجال ، يصيبهن ذهان الشيخوخة Senil Psychosis ، بسبب اضمحلال وضمور الأنسجة والخلايا فى المخ وتصلب شرايين المخ وعدم وصول الدم بنسب كافية لتغذية مراكز المخ بكمية الأوكسجين والسكر المطلوبة . يتميز سلوك المريض بهذا المرض بالاضطراب فى وظيفة الإدراك والتمييز الإدراكى والوعى واليقظة الإدراكية ، وفقدان الإحساس بالألم والتذوق الحسى ، وكذلك الاضطراب فى الوظائف العقلية ومنها عملية التذكر وخاصة تذكر الخبرات

والمعلومات القريبة ، ولكن يتجلى لدى الفرد استدعاء الخبرات القديمة . يتمركز الفرد المريض بذهان الشيخوخة حول ذاته ويفقد الاهتمام بالآخرين وبقيمة الأشياء من حوله إلا ما يشبع حاجاته فقط، كما تضعف الحساسية الانفعالية لدرجة لا تجعله يستجيب انفعاليا للمثيرات بصورة متناسبة مع المثير، كما يكون الفرد غير قادر على التعرف على الأشخاص وعلى تكوين علاقات ، كما يعانى من حالات حادة من الهياج الانفعالى .

كتبت الدكتورة بثينة عمارة عن خصائص كل من الرجل والمرأة : أجرى علماء النفس بالولايات المتحدة الأمريكية عدة دراسات لمعرفة عدد الصفات التى يتصف بها الجنس البشرى وكيفية توزيعها بين كل من الرجل والمرأة، فوجدوا أن هناك ٦٤ صفة موجودة فى الجنس البشرى موزعة كالتالى:

- عدد ٣٢ صفة مشتركة بين كل من الرجل والمرأة بالتساوى مثل القدرات العقلية – الذكاء – سرعة التعليم – الذاكرة – ... إلى آخره .
- عدد ٣٢ صفة أخرى موجودة فى كل من الرجل والمرأة بدرجات مختلفة مثل الشجاعة – الحنان – قوة العضلات – تمييز الروائح والألوان – حاسة التذوق ... إلى آخره .

وقد فسر العلماء اشتراك ٣٢ صفة فى كل من الرجل والمرأة لكى يكون هناك أساس مشترك بينهما يسهل التفاهم والانسجام والتعامل مع بعضهما . أما سبب وجود ٣٢ صفة مختلفة فى كل من الرجل والمرأة فمن أجل أن يكون هناك نوع من التشوق والتحدى لاكتشاف كل منهما للآخر ، وفى ذلك سعادة التعرف على الجنس الآخر ، كما وجد أن الإنسان بطبيعته لا يحب أن يرى الآخر فى صورة طبق الأصل منه . والتجاذب عادة يكون بين طرفين مختلفين ، وانجذاب الرجل للمرأة يحدث من أجل التكامل بينهما . توصل علماء النفس أيضا إلى أن الرجل والمرأة لكى يعيشان حياة كلها نشاط وحيوية وإثارة وسعادة ، لابد أن يختلف كل منهما عن الآخر فى الصفات السيكولوجية وفى السلوك الاجتماعى، فالرجل العصبى يصعب أن

يتعايش مع مثيلته الحادة المزاج، والرجل الاجتماعى الذى يهوى الخروج والاختلاط بالآخرين كثيرا لا يجد سعادة مع امرأة تشابهه فى السلوك ، والرجل المسرف يجب ألا يتزوج من امرأة مسرفة .

ذهبت الدكتورة بثينة عمارة إلى أن الصفات المميزة للرجولة التى تفضلها النساء تتلخص فى : النخوة – الشهامة – الشجاعة – القوة – مساندة المرأة وحمايتها والدفاع عنه والسعى لكى يجعلها سعيدة ، أما صفات الأنوثة التى يحبذها الرجل فهى الرقة والانعومة والحساسية – الحنان – التضحية والعطاء وحب الخير – التفانى فى خدمة الأولاد والزوج – الحكمة والحرص على تماسك الأسرة – الذكاء وحسن التصرف . ويجىء مفهوم الحب من منظور علم النفس فى أنه مجموعة من المشاعر والأحاسيس الجميلة بين طرفين ، حيث يتفانى كل منهما فى إسعاد الآخر ، ويتعايش مع أحاسيسه وشعوره فيفرح لفرحه ويتألم لألمه ، يساعده على التفوق والنجاح ، ويشتاق لرؤيته ويسعد بالحديث معه . لقد قامت المنظومة البشرية على نظام متكامل بين الطرفين ، يتعاونان معا من أجل إشباع رغبات واحتياجات أساسية ، يسعيان من أجل سعادة مشتركة ، وأخيرًا يتوج الحب ببناء أسرة وإنجاب أطفال لحفظ النوع البشرى من الفناء والاندثار .

عكس الشائع فإن المرأة تتميز بالصلابة عن الرجل فى الناحية العاطفية خاصة بعد الطلاق ، فالمرأة تستطيع أن تدبر شئونها وتعتنى بأطفالها إذا كان لديها العون المادى ، أما الرجل فيجد صعوبة فى رعاية أطفاله فى حالة الطلاق أو وفاة الزوجة . قد يحتاج الرجل لوقت أطول كى يلم بشئون المنزل ، أما المرأة فسرعان ما تجمع شملها وتواصل الحياة . وعكس الشائع أيضا فإن المرأة أكثر واقعية من الرجل ، وخاصة حين تختار شريك حياتها ، أما الرجل فكثيرًا ما ينساق وراء العاطفة ، وينزلق فى شرك دلال وإغراء الأنثى . لقد أثبتت الدراسات النفسية والفسيولوجية أن المرأة أكثر ثباتا من الناحية العاطفية خاصة فى سن الرشد ، وهذه الميزة تسير حياتها بشكل واقعى وتقوى عزيمتها لحماية نفسها . إن المرأة ليست مخلوقا ضعيفا

وإن تظاهرت بذلك ، ولكن تكمن قوتها فى إظهار الضعف وقلة الحيلة ، كحيلة تمارسها المرأة ، وصدقها الرجل فوقع فى فخها .

تختلف المرأة عن الرجل فى استعدادها للبكاء بالنسبة للرجل ، وذلك فى المواقف المؤلمة أو فى حالات الانفعال الوجدانى ، فالمرأة – بصفة عامة – أكثر تعبيرا عن نفسها وجدانيا من الرجل . يعتبر البكاء ذا منفعة نفسية وعضوية للإنسان ، فعندما تتزايد معاناة الإنسان وتشتد عليه ضغوط الحياة، فقد تتوالد فى جسمه بعض السموم الضارة – حيث ان التركيب الكيميائى لدمعة العين فى حالة الفرح يختلف عنه فى حالة الحزن والألم ويصبح البكاء من أفضل الطرق لإخراج هذه السموم ، كما أن الدمع هو أنظف محلول لغسل العين . إن الدموع التى تنزل من أعيننا هى بمثابة مواد يريد الجسم التخلص منها، كما أن للبكاء أهمية نفسية حيث يشعر الفرد براحة وهدوء بعد البكاء . تذهب الإحصائيات إلى أن معدل عمر المرأة أطول من الرجل ، ويعزى ذلك إلى أنها تستطيع التنفيس عن نفسها بواسطة البكاء وطرد السموم الضارة من جسدها، ولكن الرجل بطبيعته جامد ومتجلد الشعور – نسبيا – أو يحاول التظاهر بذلك حتى لا يفقد هيبته أو رجولته – المزعومة – أمام الآخرين. ليس البكاء مظهرا من مظاهر الضعف، ولكنه دليل على وجود روح حية وإنسانية تعى وتشعر بما حولها وتتفاعل مع الأحداث ومع المجتمع والطبيعة بصفة عامة . إن الحساسية المرهفة ليست عيبا ولكنها تميز للإنسان ، ومنبعا خصبا للإبداع والتفوق فى المجالات الإنسانية والفنون .

فى دراسة أجريت فى الولايات المتحدة عام ١٩٧٠ ، أجمعت مجموعة من علماء النفس على أن البكاء بسهولة شديدة خاصية أنثوية، فالمرأة بصفة عامة عاطفية جدا، تستثار بشدة عند أية أزمة صغيرة، وتجرح مشاعرها بسهولة، كما أنها مفرطة فى الذاتية ويسهل التأثير عليها ، وغير قادرة على الفصل بين المشاعر والأفكار ، وغير منطقية وشديدة الالتواء . يتميز الرجل بخصائص مضادة ، فهو منطقى فى تفكيره وقراره ، كما يمكنه اتخاذ القرار بسهولة ولا يبكى إلا نادرا . إن ذرف الدموع يتم

تشجيعه فى النساء ، بينما يطالب الرجل بأن يتماسك ويسيطر على نفسه . فالبكاء الذى ينتج بعده إحساس بالراحة لا يوصف عادة للرجال كوسيلة لرفع معنوياتهم ، لأن الشعور بالراحة الناجم عن الدموع سوف يهدمه الإحساس بأن فقدان التحكم فى النفس ليس عملا رجوليا ، كما أن الانقياد للغضب والعدوان ليس عملا لطيفا بالنسبة للمرأة ، فالأكثر توافقا للأنوثة هو الدموع التى تنساب من عيون المرأة ، وارتعاش الشفاه واحمرار الوجه الذى يدل على حياء العذارى .

كما تختص العاطفة الأنثوية بالانفعال وسرعة البكاء ، فإنها تختص أيضا بالتعاطف ورقة المشاعر ، وكلها خصائص يحاول الرجل اجتنابها أو التظاهر بأنها ليست لديه . ذهبت هيلين دويتش المتخصصة فى علم النفس الأنثوى إلى أن المرأة تتقبل نفسيا الجرح والألم ، فألم وتوترات الحيض وفض غشاء البكارة وعذاب الولادة ومعاناة رضاعة الأطفال ورعايتهم ، كلها تشير إلى المازوكية الفطرية للمرأة أى الشعور باللذة عند الألم . إن المكانة الحقيقية للمرأة هى فى القيام بدورها البيولوجى الطبيعى كأنثى تهب حياتها للحب الرومانسى والأمومى رغم المعاناة التى تتعرض لها فى جميع مراحل عمرها .

إذا كانت السمة Trait تعبر عن الصفة أو الصفات العديدة التى تسود الفرد أو فئة من المجتمع وتتميز بالشيوع والعمومية ، فإن النساء بصفة عامة تتسم بالمزاجية الحادة وغير الموضوعية . والمزاج Temperament هى حالة الفرد الانفعالية والاتجاه الانفعالى الوقتى المرتبط باستثارته فى موقف ما ، وما يرتبط بهذه الاستثارة من تغيرات فسيولوجية مثل ارتفاع ضغط الدم وما ينتاب الفرد من مشاعر وأحاسيس ، وسلوك يهدف إلى تحقيق تأثير هذه الاستثارة . عندما ينحرف المزاج عن الموضوعية/ العقلانية ، فإنه يقع فى مجالى الانتشاء والاكتئاب . تأثر الحالة المزاجية الحادة على الأداء الوظيفى لمراكز التفكير وجميع أعضاء الجسم ، فتنحرف هذه الوظائف عن الأداء السوى والطبيعى .

بالرغم من تشابه السمات العامة للشخصية ، إلا أنه يوجد بعض السمات المميزة للشخصية نتيجة للاختلاف الثقافى . كتب الدكتور أحمد عكاشة عن أهم السمات

التى تميز الفتاة المصرية فى النقاط التالية :

١- عدم النضج العاطفى ، وعدم القدرة على إقامة علاقة عاطفية لمدة طويلة ، والقابلية للإيحاء والثورة ، وعدم القدرة على المثابرة وهى سمة عامة فى جميع المصريين فسرعان ما يتحمسوا لشىء ثم سرعان ما يختفى هذا الحماس .

٢- لدى الفتاة المصرية قدرة كبيرة على تجسيد المعاناة النفسية ، أى الشكوى من أعراض جسدية بدلا من الشكوى النفسية .

٣- تميل الفتاة المصرية إلى المبالغة والدراما ، والمواقف الدرامية الحادة ، حيث إن الشعب المصرى عامة يميل إلى الحزن بطبعه .

٤- الميل الشديد لدى الفتاة المصرية والفتى إلى إسقاط الجنس على أى شىء فى العلاقة بينهما حتى إذا كانت هذه الأشياء لا تحتمل الإسقاط الجنسى .

٥- الإيمان بالخرافة مثل الربط والحسد والسحر ، وذلك بسبب الموروث الاجتماعى منذ الحضارة الفرعونية .

٦- الاعتمادية ، والخضوع للسلطة الأبوية ، والاهتمام بالمظهر الخارجى بدلا من الجوهر .

إن معظم السمات السابقة تتواجد فى الأنثى بصفة عامة ، إلا أنها تزداد حدة فى الثقافة المصرية / العربية التى تتميز بالانفعالية وتؤمن بالقدرية ، وترد كل شىء إلى القدر فيجد الفرد مبررًا فى عدم الشعور بالذنب أو الخطأ ، إنه كبش الفداء الذى يحمل جميع أخطائنا ، ويرفع عن كاهلنا ضغوطًا نفسية قد تحيل حياتنا إلى جحيم .

يمر الإنسان عامة – ذكر أو أنثى – بدورات مزاجية Emotional Cycle طولها ٢٨ يوما ، يكون فى النصف الأول من هذه الدورة منشرح المزاج ومتفائل ، أما النصف الثانى يتحول إلى إنسان مكتئب ومنقبض المزاج . يعتبر أول يوم فى هذه الدورة ومنتصفها من الأيام الحرجة حيث يتعاظم الاكتئاب وتزداد العصبية . أما

بالنسبة للأنثى فتمر بدورة أخرى من التوتر قبل بدء الحيض Premenstrual Tension تشعر فيها بعصبية شديدة . كتب الدكتور أيمن الحسينى فى هذا المجال : (وهذه الحالة ليست مجرد المعاناة من ألم الحيض أو من علة محددة ، وإنما تشتمل على أعراض نفسية وجسمانية ... حيث تبدو الفتاة خلال الأيام القليلة السابقة لنزول دم الحيض متوترة ... عصبية .. مكتئبة ... عدوانية .. وقد يصل الأمر إلى حد الصراخ بدون سبب ، وربما التهور السلوكى – وتقول إحدى الإحصائيات أن كثيرا من جرائم النسوة بسبب هذه الحالة العصبية التى تنتابهن قبل بدء الحيض ، ذلك بالإضافة إلى متاعب جسمانية مثل : الصداع – تورم القدمين – ألم الثدى وتورمه – القيء والإمساك والانتفاخ ... وسبب هذه الحالة وهذه الأعراض أن هرمون الإستروجين – الذى يزداد إفرازه خلال هذه الفترة السابقة للحيض – يحتجز كمية زائدة من الماء والملح فى الجسم فيحدث تورم فى المخ والثديين والقدمين ، ويسبب الأعراض السابقة) . قُدر على المرأة أن تعانى معظم أيام حياتها ، فقد يتزامن حدوث توتر قبل بدء الحيض مع النصف السلبى من الدورة المزاجية ، فيصل سلوك المرأة إلى أوج التهيج السلوكى والعدوانى وإلى أقصى استعدادها للاستفزاز والرغبة فى العدوان ، وقد يحدث أن تحل فترة توترها قبل الحيض خارج فترة النصف السلبى من الدورة المزاجية السلبية فتزداد فترة توترها واكتئابها لتصل إلى حوالى ثلاثة أسابيع فى الشهر . لذلك لاعجب من أن يشتكى منها الرجل ويعانى من سلوكها المتقلب وينعتها بخصائص وصفات كان للقدر اليد العليا فى وراثتها بيولوجيا .

بعد معاناة شهور الحمل ، وآلام الولادة ، وأيام عديدة بلا نوم أو راحة ، تحدث الولادة . تنتاب معظم النساء حالة مرضية تعرف باسم «كآبة ما بعد الولادة»، تعانى منها الكثير من الأمهات، وتتميز باعتلال المزاج وسرعة البكاء والشعور بالتعب والقلق، وسرعة الاستثارة والرغبة فى الاعتماد على الغير. ومع مرور الوقت تقل حدة الأعراض وتعود الأم إلى حالتها الطبيعية. تعزى هذه الحالة إلى التغيرات الهرمونية السريعة حيث يحدث انخفاض سريع لمستوى الأستروجين والبروجيستيرون بعد الولادة ، مما يسبب خللا فى التوازن البيولوجى لبعض الوقت. علاوة على ذلك، فإن

الأم ترى بعد الولادة – خاصة فى المرة الأولى – أنها مسئولة عن طفل يحتاج إلى رعايتها. تزداد هذه الضغوط فى حالة أن كانت الولادة غير طبيعية مثل الولادة القيصرية أو المتعسرة .

وكما تعانى المرأة من قدرها ، يعانى الرجل من معاناة المرأة التى تعكسها عليه وتصبها فيه ، إنها منظومة بشرية حتم على الإنسان أن يعيشها ، ينهل من سعادتها مَنْ ألهمه الخالق / القدر / الذكاء ... بالرضا والقناعة وإدارة أموره بحكمة وروية حتى تنتهى رحلته الحياتية . قبل أن تنتهى المرأة من الآلام الشهرية وتوتر واكتئاب قبل بدء الحيض تدخل فى مرحلة سن اليأس وما قبلها ، ومرحلة معاناة أخرى ، قد سبق شرحها .

الجـــوع العـاطـفى :

تعبر العاطفة عن ميول داخلية لموضوع معين ، ويكون قد تم اكتساب هذه الميول عن طريق التجارب والخبرات التى مر بها الإنسان خلال رحلته الحياتية . وتتكون العاطفة من مجموعة من الانفعالات قد يكون بعضها غريزيا والبعض الآخر مكتسبا . وكلما تعقدت العاطفة زادت الانفعالات المصاحبة لها ، فعاطفة الأمومة تصاحبها انفعالات الخوف والحنان وحب التملك ، وعاطفة الحب تصاحبها انفعالات القلق والترقب والرغبة . إذا كان الانفعال حدث عابر ينتهى بعد زمن قليل فإن العاطفة التى اكتسبت وتكونت من خلال تجارب كثيرة ومتكررة على مدى من الزمن تظل لاصقة للفرد طويلا قد يستمر العمر كله ، أو قد تتغير بتغير الظروف واكتساب الفرد خبرات جديدة ومكتسبة . قد تجدد العاطفة نشاطنا النفسى ، وقد تدمرنا إذا سرنا وراءها مغمضى الأعين ، صم لا نسمع إلا نداء العواطف .

الجوع الوجدانى أو النفسى Affect Hunger هو الذى يدفع إلى سعى الإنسان أن ينال محبة وعطف المحيطين به ، ومهما ينال الفرد من هذه المحبة أو ذاك العطف فإنه يسعى للحصول على المزيد من أجل إشباع جوعه العاطفى ، وإذا لم يحصل الفرد

على ما يشبعه عاطفيا فغالبا ما يصيبه الاكتئاب والقلق والاضطراب . يظهر الجوع العاطفى أكثر فى صورة ملحوظة عند الأطفال الذين يعانون من الحرمان العاطفى، ولا يحصلون على العناية اللازمة من الأم لسبب أو لآخر ، وتعوزهم الحياة العائلية السوية ، ودفء العلاقات الأسرية . قد يدفع الجوع العاطفى إلى ما يسمى « التسول العاطفى » بمعنى استجداء عواطف الآخرين ، فالطفل يسعى إلى أن تعطيه الأم كل اهتمامها وانتباهها ، وأن ترضعه من حنانها ، فالطفل دائما يريد أن يمتلك أمه ولا يرتوى أبدا من دفئها المعنوى .

تختلف وسيلة التسول العاطفى مع النساء عنها مع الرجال ، كما تختلف فى كل حالة ، ومع كل شخص بحسب الظروف واتجاهات الفرد . تستخدم النساء فى العادة جاذبية الأنثى وإغراءها الطبيعى، ونعومة ألفاظها ومعسول كلامها للحصول على ما تريده من الرجل . ينقسم التسول العاطفى إلى نوعين: الأول هو إيجابى ، أى يجتهد الفرد للحصول على العاطفة ويكون لديه استعداد للعطاء مقابل ما يحصل عليه . أما النوع الثانى – وغالبا ما تستخدمه الأنثى – فهو التسول السلبى ، بمعنى الاستجداء الصامت دون الطلب المباشر ، ودون التفكير فى بذل المجهود للمقايضة أو العطاء المقابل . إن تبادل العواطف علاقة طبيعية ويعتبر التسول والابتزاز العاطفى من العلاقات غير السوية التى تنقلب على الذى يقوم بالابتزاز بنفور الآخر منه والابتعاد عنه . والجوع الشديد / النهم Bulimia ، بمعنى الجوع الذى لا يشبع، والذى يدفع بصاحبه إلى تناول المزيد من الطعام ، يعتبره بعض علماء النفس من الأعراض الهستيرية أو التحولية ، ومرجعه أسباب انفعالية أو محاولة للحصول على الشعور بالأمان نتيجة للجوع العاطفى والرغبة فى الحصول على المحبة والحنان . تربط مدرسة التحليل النفسى بين فرط الشهية والحمل ، فالحامل تكثر من الأكل لأنها لا تشعر بالأمان من فقد جاذبيتها ومن مجىء طفل قد يشغل زوجها عنها . من جهة أخرى يعتبر فقد الشهية العصبى Anorexia Nervosa هو النقيض لفرط الشهية ، وتصاب به الفتيات غالبا ابتداء من سن الثانية عشرة حتى الواحدة

والعشرين، والإصابة به عند الإناث تبلغ تسعة أضعاف عند الذكور وفيها تهزل الفتاة بشدة من أجل الظهور بمظهر مثالى ، والمريضات به لهن شخصية متميزة من عدم النضج ، فهن من النوع الموسوس أو الهستيرى .

القلـــق:

القلق هو مزيج من أحاسيس الضيق والألم الداخلى وتوقع الشر . إن هذا الشعور يصيب الإنسان بالتوتر ، ويبعده عن السعادة والاستمتاع بمباهج الحياة . إن مصادر القلق كثيرة ، بدءًا من التفكير فى الحصول على الاحتياجات الأساسية ، إلى الوصول إلى الاحتياجات الترفيهية التى يشبع منها الإنسان . فى تعريف عالم النفس سيجموند فرويد للقلق: (هو حالة من الخوف الشديد الذى يمتلك الإنسان ويسبب له كثيرًا من الكدر والضيق والألم . والشخص القلق يتوقع الشر دائما، ويبدو متشائما، وهو يتشكك فى أمر يحيط به ، ويخشى أن يصيبه منه ضرر) . إن القلق عامل أساسى فى نشوء الأمراض النفسية والعصبية ، وفى تكدير مسيرة الإنسان فى رحلته الحياتية .

خلقت المرأة ولديها استعداد فطرى للقلق ، ليس على مشاكلها الشخصية فقط ولكن على مشاكل الآخرين أيضا ، فالمرأة بالغريزة تقوم برعايتهم خاصة بعد أن تصبح أما مسئولة مسئولية كاملة عن رعاية أطفالها والعناية بهم ، والحفاظ على صحتهم ومتابعة مسيرة تعليمهم . قد تمتد هذه الرعاية إلى آخرين خارج نطاق الأسرة ، فتزداد المسئولية ويزداد معها القلق . إن تركيب جسم المرأة يؤهلها للقلق، فالاضطرابات الهرمونية المصاحبة لفترة ما قبل الطمث ، وجراحات استئصال الرحم ، وفترة النفاس – ما بعد الولادة – وانقطاع الطمث فى سن اليأس ، كل ذلك يصيب المرأة بالاكتئاب واستعدادها للقلق . أثبتت الدراسات الحديثة أن الفروق النوعية بين مخ الذكر ومخ الأنثى توجد فى الشكل الخارجى ومنطقة سطح الجسم الجاسئ ، وهى عبارة عن حزمة ضخمة من الألياف العصبية التى تصل بين فصى المخ الأيمن والأيسر ، أى أن المرأة تستخدم فصى المخ معا لإنجاز نفس الأعمال التى

ينجزها الرجل باستخدام فص واحد فقط . تنظر المرأة للأمور نظرة جامعة ، أما الرجل فنظرته تتخذ الاتجاه الواحد ، فالمرأة تستطيع أن تخرج للعمل وتقوم برعاية عدد من الأطفال من أعمار مختلفة ، ولها القدرة فى نفس الوقت على مزاولة أنشطتها الاجتماعية، من زيارات وحديث قد يمتد لساعات، وشراء مستلزماتها ومستلزمات الأسرة ، أما الرجل فيجد صعوبة للقيام بأكثر من نشاط فى نفس الوقت. تساعد الفروق الفسيولوجية المرأة بالتمتع بفهم أكبر وأشمل للعلاقات الإنسانية ، ويصبح لها الخيار فى أن تعانى من القلق أو تتجاوزه .

إن المرأة المريضة بالقلق تشعر أن من واجبها أن تقلق على الآخرين ، فهى تعجز عن الكف عن القلق. هذا النوع من النساء يستحضر جميع المخاطر التى تهدد الحياة وتظن أن معايشة هذه المخاطر هى الطريقة الوحيدة للتحكم فيها . إن المرأة القلقة تختلق الكوارث والفواجع ، وتتعايش مع القلق كجزء طبيعى فى حياتها . قد تحاول المرأة الخروج من مصيدة القلق للوقوع فى سلبية التواكلية ، وكلاهما – القلق والتواكلية – يؤديان إلى الخمول وعدم الحصول على السعادة . إن القليل من القلق مطلوب من أجل الاستمتاع بمباهج الحياة ، أو التفاعل مع الصراع الذى ينمى من شخصيتها ويدعم من إثبات ذاتها. إن القليل من القلق مطلوب أيضاً من أجل الاستمتاع بمنظومة الحياة القائمة على الاختلاف ، ومن أجل كسر حدة الملل الناتج من الرتابة واستمرار إيقاع الحياة دون تغيير ، أما الدخول فى دوامة القلق وبراثن الاكتئاب فيؤدى حتما إلى الكثير من الأمراض العضوية والنفسية . إن القلق مثل ملح الطعام ، قليله مفيد ولكن الإكثار منه يضر بصحة الإنسان .

يذهب علم النفس إلى أن القلق هو أحد مظاهر الاكتئاب بدرجة بسيطة ، ويعتبر من الاضطرابات الوجدانية ، حيث تنتاب المرأة المكتئبة حالة من عدم الرضا، وعدم القدرة على ممارسة الأنشطة التى كانت تزاولها قبل حدوث الحالة ، ويأس من مواجهة المستقبل ، وصعوبة فى التركيز ، والشعور بالإرهاق ، وفقد بهجة الاستمتاع بالحياة مع اضطراب فى النوم والشهية للطعام، ونوبات الأحلام المزعجة، واضطراب عام فى الشخصية .

يتحالف القلق مع التفكير السلبى والخيال السوداوى ، لكى يتضاعف الضغط النفسى والعصبى الواقع على المرأة كرد فعل لهذا الضغط ، ويفرز الجسم الأدرينالين حتى يستعد للصراع النفسى والعصبى الدائر داخل عقل المرأة . من جهة أخرى تذهب المرأة إلى عدم ممارستها لأنشطتها المختلفة ، ويتأثر أداؤها سلبا، وتصاب بنوبات من الذعر والرعب ، وتقع فريسة للفوبيا Phobia ، أى بتعريفه العلمى : الخوف من موضوع ، أو شىء ما ، أو موقف ، لا يستثير عادة الخوف لدى الإنسان السوى . تتباين الفوبيا من بسيطة تختص بالانزعاج أو القلق البسيط إلى عقدة الخوف الشديد من أشياء معينة مثل الخوف من : الحيوانات / المرض / الآخر / الأماكن المرتفعة / الظلام / النار / .... إلى آخره . يصف بعض الأطباء الأدوية التى تعمل على منع الشعور بالخوف ، رغم أعراضها الجانبية التى قد تصل – فى حالة تناولها على المدى الطويل – إلى حد الإدمان . أجمع علماء النفس على أن العمل على خفض الحساسية تجاه ما يخشاه هو أفضل الوسائل للتغلب على الخوف ، ويتم ذلك من خلال التعرض بالتدريج للشىء أوالفعل أو النشاط الذى يسبب الخوف ، ويبدأ الشخص العلاج بعدم كبت الذعر وعلامات الخوف ثم تكرر التجربة مع محاولة الثبات التدريجى والإيحاء النفسى بعدم الضرر من هذا الشىء أو الفعل الذى يسبب الخوف .

لخصت دراسة عن أسباب القلق عند الأمهات فى أربعة أسباب رئيسية :

- إقرار النظام والانضباط فى المنزل دون إظهار السلطة التعسفية ودون إيذاء مشاعر الأبناء .
- حماية الأبناء من المرض والحوادث وأخطار المخدرات ورفاق السوء .
- تشجيع الأبناء على التفوق الدراسى ومجاراة الحياة الاجتماعية السوية .
- الوصول إلى صورة الأم المثالية التى تحقق ذاتها ، وتكتسب حب واحترام زوجها وأبنائها.

تقوم الأم بتوجيه أبنائها وإرشادهم للطريق القويم ، ولكنها لا تعلم كل ما يفعلونه خارج المنزل . تتمنى الأم السوية أن يشب أبناؤها ليصبحوا أفرادا ناضحين منتجين صالحين ، ولكل منهم شخصيته المستقلة، وتشعر أن المسئولية تقع على كاهلها وحدها . تستطيع الأم أن تصل إلى أهدافها فى مجال الأسرة بمزيج من الحزم والمرونة ، والحب والتوجيه . يجب على الأم أن تنصت باهتمام إلى ما يقوله أبناؤها ، ثم تقدم لهم الرد المنطقى الذى فيه مصلحتهم ولا يتعارض مع قيم وأخلاقيات المجتمع الذى يعيشون فيه . الأم قدوة يجب أن تتحلى بالقيم الحميده قبل أن ترضعها لأبنائها ، وما دامت تقوم الأم بدورها فى رعاية أفراد أسرتها مع الانساق والتناغم بين ذاتها ودورها كأم لن تشعر الأم بقلق أو وخز الضمير نحو أبنائها.

إن النتيجة الحتمية للتوتر والقلق هى تعكير صفو الحياة الأسرية ، وعدم الخروج من درب التشائم الذى يعتبر سمة من سمات المرأة فى الثقافة العربية . تحتم الطبيعة البشرية على الإنسان السوى أن يحيا بالتوتروالقلق من حين لآخر. وينتاب الأنثى خوف من مستقبل مجهول قد تعيشه وحيدة دون سند أو معين . يؤدى الخوف إلى فقدان السعادة والانغماس فى مناخ من التشاؤم والأفكار السوداوية . فى أوقات الضعف والحاجة ، غالبا ما يلجأ الإنسان إلى الإيمان برحمة الخالق ، وإلى الإيحاء النفسى بعقيدة الحتمية / القدرية، وأن ما سيكون سيكون ، ولا مفر من ورود البلاء ولكن يدعو الإنسان ربه من أجل الرحمة فيه . من الغباء أن يحيا الإنسان فى انتظار كارثة قد لا تحدث – بينما يستطيع أن يعيش فى سعادة حتى وإن كانت وهمية .

الشخصيـــة :

الشخصية هى مجموعة من السمات التى تميز الفرد، وهى التى تحدد أسلوب الإنسان فى الحياة وتشكل علاقاته مع الناس وذلك من خلال اهتماماته وأفكاره وفلسفته وميوله وعاداته ، وأسلوبه فى الحياة. يختلف تعريف الشخصية عن السمات، فإذا كانت السمات هى: النشاط/ الذكاء / البشاشة / التجهم / السخاء / البخل/ حب السيطرة/ الخنوع / الصدق / الرياء / الكذب ... إلى آخره ، والتى تميز

سلوك الفرد ، تارة بشدة وتارة أخرى بضعف أو لها صفة الثبات ، فإن الشخصية تعرف بكونها تفاعل سمات الشخص المختلفة ، وتغيرها – من قوة وضعف – حسب الموقف والظروف،وسلوكه من خلال تصرفاته مع الآخرين. وللسمة مظهرين، الأول عضوى يرجع إلى إسهام العوامل الوراثية فى تحديدها، والثانى سلوكى قابل للملاحظة الشخصية مثل بطاقة التعارف التى يتبادلها الأفراد عندما يتقابلون لأول مرة، فهى تحتوى على بيانات عامة، وعلى الآخر استنتاج بعض من مكنون صاحب البطاقة .

يستطيع الإنسان أن يحيا بشخصيتين أولهما الشخصية الظاهرية والتى تعكس على الآخرين ما يريد صاحبها أن يعتقد الناس فيه ، والأخرى الباطنية الحقيقية والتى يحتفظ بها الفرد داخله ، ويحاول إخفاءها أو كبتها حتى لا يتعرض للصراع مع الآخرين من البشر . مثال على ذلك ، إذا أرغم الوالدان الأبن أو البنت على الدخول فى فرع معين من الدراسة – بدون رغبته / رغبتها – فتحاول الشخصية التكيف مع هذا الوضع حتى لا تفقد حب وكفالة الوالدين .

ذهب علماء النفس إلى وجود ثلاثة أبعاد للشخصية ، الأولى هى الصورة الذاتية أى ما يعتقده الفرد عن نفسه خاصة عندما يخلو لذاته ويبحث عما فى داخله . والثانية هى الصورة الاجتماعية، وهى التى تحدد نظرة المجتمع لهذه الشخصية وتقييمه لصفات هذه الشخصية،وقد يختلف إدراك المجتمع ونظرته عن الصورة الذاتية للفرد . أما الصورة الثالثة فهى الصورة المثالية للشخصية وهى التى يصبو الفرد لتحقيقها، وتشمل التطلعات والآمال والخطط المستقبلية والتى يحاول الفرد الوصول إليها .

قد توجد سمة متطرفة أو مجموعة من السمات الشاذة، مما يؤدى إلى اضطراب فى الشخصية،أى أن الشخصية تضطرب علاقاتها مع الآخرين من البشر . إذا جاءت سمة شاذة فى الشخصية مثل العدوانية،أو سمات تجمع ما بين الأنانية والغرور وتبلد المشاعر،فإن سلوك الفرد يأخذ طابعاً ضد المجتمع ومصالح

الآخرين من البشر، أما إذا اجتمعت سمات الانطوائية والخجل والتردد فإن سلوك الفرد يدفعه إلى الانعزال عن الناس واللجوء إلى الوحدة .

تنقسم مراحل نضوج الشخصية إلى خمسة مراحل وهى :

١ - مرحلة الرضاعة وتشمل الفترة من الولادة حتى سن الثالثة ، وهي فترة اعتماد كلى على الأم والبيئة، وتتأثر الشخصية فى هذه الفترة بالعلاقة بين الأم وطفلها ، وكذلك الاستقرار والأمان الأسرى . يعتقد بعض علماء النفس أن الاضطراب الانفعالى فى هذه الفترة من جراء غياب الأم أو عدم عطفها أو الإقلال من جرعة حنانها يؤدى إلى تأثير سلبى فى شخصية الفرد عند الكبر . يعتمد الطفل فى هذه المرحلة على ثدى الأم ، وبذلك تصبح كل لذته نابعة من الفم ، حتى إن فرويد أطلق على هذه الفترة «المرحلة الفمية» يلى هذه الفترة ما يسمى بالمرحلة الشرجية وهى ما بين السنة والثلاث سنوات ، وفيها يعتمد الطفل فى لذته على عدم التحكم فى التبول والتبرز ، ويبدأ الصراع بين الوالدين والطفل لتنظيم هذه العمليات . إذا حاول الوالدان تنظيمها مبكرا قبل نضوج الجهاز العصبى ، أصيب الفرد بما يسمى بالشخصية الوسواسية أو القهرية والتى تتميز بالصلابة والعناد ، وعدم التكيف مع البيئة والمجتمع .

٢ - مرحلة الطفولة والتى تمتد من سن الثالثة وحتى السادسة . إذا كان الوالدان سويين اكتسب الطفل عادات وتقاليد سوية ومتزنة ، أما إذا كانا مضطربين فسيتقمص الطفل هذا الاضطراب وينشأ باضطراب واضح فى شخصيته أو بأعراض عصبية أو ذهنية .

٣ - المرحلة الاجتماعية وتمتد من سن السادسة حتى البلوغ أى حول الثانية عشرة ، وفيها يتضح تأثير المدرسة ، والأصدقاء والأقارب ، ويتعلق الطفل بأبطال قصص التاريخ والروايات والسينما والتليفزيون . يكتسب الفرد فى هذه المرحلة التقاليد الاجتماعية ويتقمص أخلاق ذويه ويقلد مثلهم العليا .

يجب أن يرتبط الطفل فى هذه الفترة بالأشخاص السويين من نفس الجنس حتى يكتسب الأخلاق الحميدة .

٤- مرحلة المراهقة وتبدأ من سن الثانية عشرة حتى التاسعة عشرة ، ويبدأ المراهق فى الجهاد للاستقلال والإحساس بالذات والبحث عن شخصية مميزة له ، وتتسم هذه المرحلة بالعنف والعناد وأحيانا بالعدوانية . من خلال الصراعات المختلفة التى يمر بها المراهق تنضج شخصيته ليتحمل بعد ذلك المسئولية الكاملة .

٥- مرحلة النضوج: لا يعتمد نضوج الشخصية على سن معينة ، بل يعتمد على العوامل الوراثية والبيئية التى تشكل شخصية الفرد وتؤثر على عملية النضوج. والشخص الناضج هو الذى يتحمل علاقة سوية ومتساوية ومستمرة مع الجنس الآخر، مع تحمل مسئولية العائلة وكفالة الحياة السهلة والمتوازنة لهم، وهو / هى التى تحاول التضحية فى سبيل الآخرين – خاصة أفراد العائلة – دون إبداء السيطرة والسيادة .

يوجد داخل المنظومة النفسية كثيراً من القوى التى تؤثر على تطور الشخصية، وتتوازن هذه القوى فى الشخص السوى، ولكنها تتناحر فى الشخص العادى مما يسبب القلق الذى يتولد نتيجة للصراع بين هذه القوى . يطلق عالم النفس يونج على هذا الصراع مصطلح «حرب الأضداد»، وهى حرب تغشى على حياتنا جميعاً، ومنها الصراع بين الشعور واللاشعور، وبين التسامى والكبت، وبين العمليات العقلانية واللاعقلانية، ويتضمن هذا الصراع أيضًا الاتجاهات المتضاربة مثل الانطوائية والانبساطية وغيرها . وتتطور الشخصية من خلال التغيير المستمر بحيث يصبح الشخص أقل اندفاعاً واتجاهاً نحو الآخرين، وأكثر استبطاناً للذات وانضباطاً للنفس. والإنسان فى بداية حياته تكون السيادة لغرائزه الأساسية والقيم المتوجهة إلى العالم/ البيئة الخارجية، ولكن بعد الوصول إلى مرحلة النضج العمرى والنفسى تتصرف طاقته إلى قيم وأهداف روحية، ويصبح أقدر على تفهم أكثر وأفضل لمخزون اللاشعور الخاص به .

يوجد تعريفات عديدة لمعنى كلمة الشخصية ومنها :

- تعريف عالم النفس الأمريكى روس ستاجنر : الشخصية هى تأثير الفرد على الآخرين، فالإنسان القوى الشخصية يعنى أن له تأثير على الآخرين، أما الضعيف الشخصية فهو الذى يسهل السيطرة عليه وتوجيهه من قبل الآخرين .

- تعريف جيمس دريفز: الشخصية تعتبر التغير الديناميكى لخصائص الفرد الفيزيائية والعقلية والخلقية والاجتماعية ، كما تعبر عن الفرد أمام الآخرين فى مظاهر الأخذ والعطاء، وهى تشمل الجوانب الطبيعية والمكتسبة من ثقافة، ودوافع، وميول، وعقد نفسية، وعواطف، وقيم، وأفكار ومعتقدات وتتضح الشخصية نتيجة العلاقات المتبادلة مع أفراد المجتمع وتفاعلاتها معهم .

- تعريف جوردون البورت : هى التنظيم الديناميكى داخل الفرد للأجهزة البدنية والنفسية والتى تحدد سلوكه وفكره المميزين .

- تعريف سيجموند فرويد : تنقسم الشخصية إلى الهو والأنا العليا . والهو Id هو العنصر اللاشعورى فى الشخصية والذى يحتوى على الغرائز والرغبات الطبيعية البدائية التى قد يكبتها الإنسان بطريقة لا شعورية لأنها لا تتماشى مع نظام المجتمع أو مع القيم والأخلاق،والتعاليم الدينية التى يكتسبها الإنسان من الصغر من خلال المجتمع . أما الأنا Ego فهو الجانب الشعورى فى الشخصية الإنسانية والذى يتعامل مع العالم الخارجى ويتفاعل معه، ولكن يتصارع مع الغرائز والرغبات الفطرية (الهو) التى لا تتماشى مع تقاليد المجتمع . وعن طريق الأسرة فى حياة الطفل الأولى وعن طريق دور التعليم المختلفة ، ثم عن طريق الاحتكاك بالمجتمع واكتساب خبرات جديدة تتكون الأنا التى تميز كل فرد عن الآخر بشخصيته المختلفة يظل الصراع قائماً فى الأعماق اللاشعورية للنفس البشرية بين الأنا من جهة ،

وبين الرغبات الفطرية الأولية من جهة أخرى ، هذا الصراع الذى قد يؤدى إلى دمار الفرد نفسياً وذهنيا أوعضوياً إذا ازداد ضغط المجتمع على الإنسان عن طريق الأنا الخاصة به خصوصا إذا كان هذا الإنسان يتسم بطاقة نفسية ضعيفة، فشدة الضغوط النفسية قد تحدث إنهيارًا نفسيًا داخليًا . ويعتبر الأنا العليا Super Ego الجزء من الشخصية الذى يتكون لاشعورياً، كرقيب داخلى وحائلاً ضد اندفاع الغرائز المدمرة والرغبات البدائية المكبوتة فى اللاشعور ويسمى علماء النفس الأنا العليا بالضمير الذى يتكون على مر سنوات العمر من خلال تجاربه وقراءته وعقائده المكتسبة من المجتمع .

يتكون التركيب الوظيفى للشخصية من ثلاث وظائف، هى :

- المعرفة Cognition : كالتفكير والإدراك والذاكرة .
- الوجدان Affection : كالانفعال والعاطفة والمزاج .
- الإرادة فالفعل Conation: والتى تؤدى إلى النشاط الحركى والسلوك .

تسير هذه الوظائف فى الحالة العادية معا فى توافق وانتظام، تكمل بعضها البعض لتتشكل الشخصية الحقيقية وفى صورتها الظاهرية .

يوجد فروق جينية بين طبيعة الشخصيات المختلفة ، فقد لاحظ العلماء أن هناك بعض الشخصيات الكثيرة الحركة، والتى لاتستطيع الجلوس فى مكان واحد لمدة طويلة، كما أنها لا تطيق الإيقاع البطىء للأحداث والأشياء ، وتمل بسرعة، وتبحث دائماً عن الإثارة . ويوجد كذلك أشخاصاً يعشقون البقاء فى المنزل، ويجلسون فى مكانهم بالساعات الطويلة دون أن يتحركوا ولا يحبون التغيير فى أى شىء كما لا يميلون إلى التجربة والإثارة . لقد توصل العلماء أن هناك عاملاً جينياً وراء هذا الاختلاف ، يسمى جين البحث عن الإثارة والذى يفرز نوعا من البروتين يؤدى إلى إفراز مادة الدوبامين، وهى من أهم الموصلات العصبية فى المخ، وزيادة

إفراز هذه المادة يؤدى إلى الشخصية الباحثة عن الإثارة، كما يؤدى نقصها إلى الشخصية المستكينة الهادئة التى تخشى التغيير . ليس هذا الجين فقط الذى يؤدى إلى الإثارة والمغامرات، فيوجد أكثر من عشرة جينات أخرى يتداخل مفعولها لتوليد هذا الشعور فى الشخصية المغامرة . يوجد تفاعلات بين هذه الجينات وبعضها البعض، وبين الجينات والبيئة التى ينشأ فيها صاحب الشخصية، ومن تفاعل كل هذه العوامل تتشكل الشخصية .

يتعرف الإنسان على البيئة المحيطة بواسطة الإدراك الحسى، ومن خلال التنبيهات من صوت وأشعة ضوئية تنعكس من الشيء المرئى، وحرارة، ورائحة، وملمس،والتى تؤثر على حواسه. تشكل هذه التنبيهات صوراً ذهنية تتمثل فى المخ،فتعطى الانطباع عن حقيقة الشيء وتوضح معالمه وكينونته، ولكن هل الصور الذهنية هى فى الحقيقة متماثلة، ومتطابقة، تماماً مع حقيقة الأشياء، .... الإجابة بسهولة ويقين : بالنفى .

تتشكل الصور الذهنية من خلال محورين :

- المحور الأول هو الطبيعة المادية مثل زاوية الرؤية،طبيعة عدسات العين (قصر أو طول نظر)، كفاءة جهاز السمع أو الشم، .... تتعرض أعضاء الإحساس للخداع بطرق عديدة، ويمثل الخداع البصرى قسطًا من هذا الخداع، ومن أمثلتها ظهور قضبان السكك الحديدية وكأنها تلتقى عند المسافات البعيدة، وحركة الأفلام السينمائية والتى ما هى إلا صور جامدة ثابتة تمر على العين بسرعة معينة .

- والثانى هو المضمون النفسى والاجتماعى للإنسان، من شخصية وتجارب وظروف نفسية حالة وقت الإدراك . قد تمر الدقيقة الزمنية على الفرد كأنها لحظات، أو تمر كأنها دهراً طويلا، والخيال غير الواضح المعالم قد نراه جنيا أو ملاكا ، وقد تجذب رائحة معينة شخص ما فينجذب إليها، وقد ينفر منها شخصاً آخر .

من تراكم الصور الذهنية وتكرارها يُكوّن الإنسان القوالب النمطية التى تميز الأفراد وفق الأسس المعروضة وتحدد السمات البارزة فى شخصيتهم، ونحن عندما نتعرف على شخص ما ونريد فهماً أكثر لطباعه نحاول الكشف عن الفئة التى ينتمى إليها فى ذاكرتنا، فإذا ما وجدناه يتميز بصفة أو عدة صفات من تلك التى تكون فئة أو نمطاً معيناً من الشخصيات التى نعرفها، قد نفترض أنه يمتلك سائر الصفات الأخرى المكونة لهذه الفئة أو هذا النمط .

من أكثر القوالب النمطية التى تتميز بها الشخصية هى الشخصية الهستيرية Hysteric Personality . تتواجد الشخصية الهيسترية فى النساء بنسب أكبر ، وهى شخصية منقلبة، لا تبالى بمشاعر الآخرين واحتياجاتهم ، ولكن يهمها فقط ذاتها وراحتها وتحقيق رغباتها . تكاد تقترب هذه الشخصية من السيكوباتية فى تجاهلها للآخرين وإلحاق الضرر بهم إذا تعارضت المصالح، فهى شخصية أنانية ، تعشق الاستحواذ والتملك ، تتنكر للصديق المحتاج، وتبعد عن الفقير والمريض، أو أى إنسان يطلب منها الإحسان . لا يمنع هذه الشخصية من الظهور بمظهر المحسن الكريم ، فقط من أجل الشهرة ونيل إعجاب الآخرين .

تتميز هذه الشخصية بالعنف ، والانفعال الزائد، تسعى إلى لفت الأنظار، وأن تكون محور اهتمام وحديث الآخرين. تحب صاحبة هذه الشخصية الظهور فى الصفوف الأولى، والتواجد تحت الأنوار الساطعة، تتواجد مع من يبدى الاهتمام بها، وتهاجم من يتجاهلها. تبالغ هذه الشخصية فى كل شىء، فهى درامية فى التعبير، ولا مانع عندها أن تذرف الدموع من أجل إحباك الموقف الدرامى الذى تجيد إخراجه وتمثيله، لها حماس بلا حدود لأى شىء جديد، ولكن سرعان ما يفتر هذا الحماس ويخمد، وقد تأخذ موقفًا مضادا لموقفها فى البداية . عواطف هذه الشخصية جياشة، متهورة، سريعة فى اتخاذ قرارتها، تندفع وتصرخ وتتصارع من أجل إخراج الطاقة الكامنة بداخلها . هى شخصية متقلبة، سريعة الإحساس بالملل والفتور، لا يمكن الاعتماد عليها أو الوثوق بها لأنها شخصية غير ملتزمة وغير مخلصة، لا تعرف

الصدق لأن الكذب من أهم سماتها، والنميمة صفة لصيقة بها، فهى تبحث عن عيوب الناس وتذيع نقائصهم وتشيع فضائحهم، وتعشق الأخبار السيئة التى تضر بالآخرين .

بالرغم من ظهور هذه الشخصية بمظهر السلوك الجنسى المتحرر إلا أنها تعانى من البرود الجنسى، وتنفر من العلاقات الجنسية . إن المرأة الهستيرية لا تثق فى قدراتها كأنثى، لذلك فهى تشعر بالغيرة من أى أنثى أخرى، وتحاول خطف الرجال المرتبطين، فغاية اهتمامها إيذاء الآخر حتى لو كان أقرب الناس إليها .

إذا تعرضت المرأة الهستيرية لضغوط فإنها تهدد بالانتحار من خلال شكل تمثيلى درامى، وهى أنثى سليطة اللسان حادة المزاج تنفجر غضباً وصراخاً، سباباً وعراكاً لأى سبب واه، وحتى بدون سبب، تندفع فى التفوه بأقذع الألفاظ وتندفع فى معادتها وعنادها، وتقذف بأى شىء ثمين أمامها وتحطمه . هى امرأة لا تنتهى طلباتها، ولا شىء يرضيها، وقابليتها للإيحاء سريعة وشديدة، لذلك غالباً ما تلجأ للمشعوذين والدجالين . إنها شخصية ذات جمال خارجى، وبركان داخلى، وعذاب لكل من يقترب منها .

يوجد أعراض ثانوية لمرضى الهستيريا، منها فقدان الشهية Anorexia ، ويظهر هذا العرض فى النساء أكثر من الرجال، ويظهر فى بدايته على شكل امتناع عن الطعام . قد يكون لهذا المرض أساس عاطفى ، وتكون فكرة الرفض للطعام اختيارية فى بادئ الأمر ، ثم سرعان ما تظهر فكرة فقدان الشهية ، ولا تظهر للمريض أية رغبة فى تناول الطعام . ومن الأعراض الثانوية الأخرى فقدان القدرة على تذكر الخبرات الماضية Amensia، والمشى فى أثناء النوم، وفقدان الذاكرة . إن الشخصية الهستيرية هى شخصية عليلة لا تقوى على حل المشكلات التى تتعرض لها، لذا تتخذ من أعراض الأمراض العصبية والنفسية وسيلة للدفاع عن قصورها .

الخرافـــات:

يعتقد الكثير من البشر فى الأشباح وفى الجن والعفاريت، وينتشر هذا الاعتقاد بين النساء أكثر من الرجال خاصة فى المجتمعات المتخلفة ثقافيا وحضارياً، وربما كان مرجع ذلك إلى الظروف التى تعيش فيها المرأة فى هذه المجتمعات. إن كم ضغوط المجتمع المفروضة على المرأة فى مثل هذه المجتمعات تحرمها من كثير من حقوقها فى أن تعبر عن نفسها، وعن حاجاتها الإنسانية والبيولوجية / الطبيعية مما يجعلها سلسة القيادة للاعتقاد فى الخرافات . إن اللجوء إلى القوى الخفية هو السبيل السهل لحل مشاكل النساء اللاتى تعوزهن الحيل لتغيير واقع مر، ومستقبل مظلم لا يستطعن فيه التحكم فى أقدارهن . يدفع المجهول المرأة إلى الالتجاء إلى السحر والزار لتخليصها من زواج فاشل،أو عنوسة ملازمة أو جبروت أب أو تحكم شقيق.

كتب الدكتور أحمد مرسى فى كتاب «الإنسان والخرافة» عن اتجاه النساء إلى طريق الدجل والشعوذة والأسباب التى أدت إلى اللجوء إلى هذا الاتجاه : (والزار حفل لإخراج الجن والعفاريت والأرواح الشريرة من الجسد الذى تلبسته أو تقمصته، وكانت السبب فيما أصاب التى تقيم الزار من مرض .... إن المشاركات فى الحفل يتصرفن بحرية كاملة ، يتمايلن ، ويرقصن ويقفزن ، وقد يمزقن ثيابهن ... إنهن باختصار يتحررن من كل ما يكبح رغباتهن، ويثقل عليهن فى حدود ما يتيحه الحفل، يساعدهن على ذلك دق الدفوف العنيف، ورائحة البخور النفاذة .... إنه نوع من التمرد الذى تمارسه المرأة وتعبر من خلاله عن رفضها المؤقت لكل أشكال التسلط الواقعة عليها .... أليس يكفيها أنها واقعة تحت سلطة جنى أو عفريت ! وأنها تريد التخلص منه، والشفاء من الآلام التى تعانى منها ! .... وهنا لعلنا نستطيع أن نضع ذلك العفريت أو الجنى معادلاً رمزياً للسلطة القائمة فعلاً والتى لا تستطيع إزاءها الكثير، أو لعلها لا تستطيع إزاءها شيئاً على الإطلاق... وعلى ذلك، فالجن والعفاريت والأرواح الشريرة يمكن اعتبارها رموزاً للشر والتمرد باعتبارها هى المتسببة فى المرض، ثم إن الممارسة فى الزار تشكل نوعاً من التمرد على القيود

الاجتماعية وغيرها، لكن المجتمع ــ مع استنكاره لها ــ يقبلها، ويبررها لأن هذا ــ على أية حال ــ أهون الشرور التى يمثلها تمرد حقيقى ... وفى الجانب المقابل يقف الأولياء والقديسون، وتقف أضرحتهم التى يقصدها الناس لالتماس البركة، والتوصل بأصحابها لجلب الخير ودفع الشر . ويصبح هؤلاء الأولياء والقديسون الملجأ الذى يلجأ إليه كل مظلوم عجز عن الحصول على العدل، وأعوزته السبل إلى تحقيقه، وملاذاً يستعين به كل صاحب حاجة لقضاء حاجته، وتيسير أموره التى عجزت المؤسسات الرسمية عن تيسيرها .. لقد خلق الناس هؤلاء الأولياء والقديسين، ونسبوا إليهم الكرامات والأفعال التى يعجزون هم عنها) .