د. محمود علي موسى

Telegram:@mbooks90

سيكولوجية ما وراء

الحب

الفينيقية
للنشر والتوزيع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المقدمة

الكتاب من عنوانه إيحاء لمحتواه، حيث جاء في مضمونه ليوضح مفاهيم وممارسات ومدلولات عميقة في الحب ومكنوناته وتبعاته النفسية والشخصية والغريزية لدى الإنسان،حيث عرضنا من خلاله بعض نظريات الحب والجنس، ليس من منظور معرفي فحسب، وإنما من عدة مناظير تربوية وعصبية ومعرفية. واستعرضنا بعض الأنواع التي تتداخل علينا مثل: الحب، والألفة، الاعجاب، التعود، العشق.

حيث جاء الفصل الأول منه للتحدث عن سيكولوجية الحب بشكل عام، تم التركيز من خلاله على نظرية اللون التوجيهي للحب، وشبهت الحب بثلاث ألوان أساسية منها الوله، والمرح الممتع، الاحتواء، وهي أنماط للحب المنطقي بين طرفي العلاقة الشرعية. فالوله هو نوع من الشغف السلوكي والعاطفي بالبحث عن الشريك وتحري مواضعه وكلماته، أما المرح الممتع وقد يكون في مرحلة الخطوبة وهي المثالية الزائدة، والمشاعر الفياضة، والإغراق بكلمات عزّية بين الشريكين.

ثم شبه أنماطاً ثلاثة أخرى من الألوان الثانوية ومنها الهوس والحب النفعي والنمط الساحر وهو نوع من الاعجاب والانبهار ببعض السمات الشخصية التي قد تكون يتحراها الشخص عبر حياته؛ أو في علاقاته السابقة.

ثم تعرض الفصل لنظرية الحب الثلاثية لستيرنبرج وهي الألفة أو الحميمية؛ والنوع الثاني الشغف؛ وانقسم الشغف إلى أنواع شغف سلوكي اجتماعي، وشغف جنسي، شغف المتعة؛ والنوع الثالث الالتزام في القرار، وهي عادة ما تتكون نتيجة التزام كل شريك بمسئوليات داخل الأسرة، كالأولاد، والواجبات والحقوق.

كما أنه تم عرض عدة أنماط لتفسير الشغف منها الشغف في العلاقات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الرومانسية وأطلق عليه أنماط الشغف المتناغم. والشغف الجنسي وهو نوع من أنواع الغرائز النمطية التي يتم اشباعها في سياق شرعي. ولم يغفل في سياق عرضه خصائص للالتزام والالفة.

وطرح أيضاً الألفة في علاقاتها بالعلاقات غير الدائمة، والتي أسماها المؤلف وكذلك أغلب الدراسات النفسية بالحب المائع، وهذا النوع قد يكون من نوع المغازلة بغرض الاستقطاب، او الارتباط، أو يقصد به الزواج العرفي، أو زواج المصلحة، أو ما قصدته الدراسات الأجنبية بالواعدة.

وطرح الفصل كذلك أنواع مختلفة من الحب منها: حب التعلق، والحب العاشق، حب بالعشرة، وطرح عدة نماذج من تفسيرات الحب وبالأخص العشق.

وتم عرض لطبيعة التفاعلات العاطفية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، سواء بين الشركاء الحميميين في العلاقات الشرعية، أو بين الغرباء كنوع من الاشباع العاطفي أو التعويض النفسي الاجتماعي، أو الاسقاط عقب فشل العلاقات العاطفية كنوع من الإحساس بالذنب.

و إلى جانب علاقات الحب المائع المؤقت، فقد طرح العلاقات العاطفية السوية وخصائصها وهي المعرفة والتبادلية والاعتمادية على الاخر، ولكن يقصد الاعتمادية هي ليست اعتماد كامل وإنما تبادل للواجبات المؤقت في حالة انشغال الشريك.

وطرح أيضاً نظرية الاستخدام والامتاع وهي أحد نظريات علم النفس التي وضعت قواعدها واساسياتها في عقد السبعينيات من القرن الماضي، وربطها بالغيرة في طبيعة الحب.

أما الفصل الثاني من الكتاب فقد تحدث عن سيكولوجية الجنس

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وطرح الدوافع الجنسية ومحدداتها لدى الجنسين. والتزام أحد الجنسين وادمانه لجنس الالكتروني، ودوافع الشروع لاستخدام ومشاهدة الجنس الالكتروني.

وتحدث عن مصطلحات إدمان المواد الإباحية على الانترنت ومنها ادمان الصور والمقاطع الإباحية. وطرح خصائصه في ضوء الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات النفسية لتفسير مصطلحات الإدمان الاباحي على المواد الالكترونية.

كما طرح أيضاً بعض المعايير النفسية لتشخيص الاضطرابات الوظيفية لادمان الجنس الالكتروني. ومنها معايير جودمان التي ظهرت عام 1998، كما عرض نموذج كارين 1991 ونموذج معاايير كوفكا 2013 وكانت معايير كوفكا أقل في بعض الاعراض النفسية المميزة.

وأكد في النهاية من خلال طرح عميق لطبيعة واشكال ادمان الجنس الالكتروني لدى الذكور، و أهم أنماط التعلق المفعم بالقلق، وخاصة لدى مرتادي المواد الإباحية الالكترونية، وعرض المداخل النيورولوجية في تفسير الجنس.

وأخيراً كان الحديث عن الاضطرابات السيكوسوماتية الناشئة عن ادمان الجنس الالكتروني، ومنها اضطراب فرط النشاط الجنسي. وأعراضه ومسببات حدوث الاضطراب، وطرق التشخيص والعلاج. وعواقب الاضطراب.

آملين أن يكون الكتاب إضافة نوعية للمكتبة العربية ولكل المهتمين والباحثين والدارسين.

والله الموفق

المؤلف

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الفصل الأول

سيكولوجية الحب

مقدمة:

الحب هو علاقة بين شخصين، وقد يكون علاقة بين شخص ومنتج، والحب مضمونه التشبث، فالعلاقة بين الأشياء والأشخاص هي علاقة حب أحادية الاتجاه، فقد يشعر المستهلك بإحساس قوي بالارتباط والاهتمام بسلعة، لكن الكائن الحي يشعر بقوة الارتباط والاهتمام المتبادل وتكون علاقة الحب بين البشريين مضمونها الالتزام والود والألفة (Shimp & Madden, 1988).

نظرية اللون التوجيهي للحب The Color Wheel Model of Love:

قارن عالم النفس جون لي في كتابة موجة الالوان عام 1973 بعض أنماط الحب. حيث يرى أنه توجد ثلاثة ألوان رئيسية تشبه الحب هي على النحو التالي (Lee, 1973, 1988):

• الوله Eros: وهو حب الشغف كما حدد Hendrick & Hendrick (1986). وهي كلمة تنبع من المصطلحات اليونانية بمعنى عاطفية مثير. وينطوي هذا النوع من الحب على الوله الذي يتعلق بكل النواحي الخاصة بالشغف السلوكي والعاطفي physical and emotional passion. ويكون فيه الحب قاصراً على حب سمات وتوقع سمات مثالية في الشريك الآخر. ومن وجهة نظر المؤلف ينشأ هذا النوع من الوله في فترات الخطوبة، حيث تكون الأمور أكثر مثالية، ويظهر كل من الشريكين قسطاً من العاطفة والتعاطف، والتقدير المتزايد، وإغراق الآخر بالكلمات العذوبة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

• المرح الممتع Ludos: وهي كلمة تشبه الكلمة اليونانية التي تعني لعبة. فهذا المفهوم يصف الحب على أنه مرح وممتع، ولكنه لا يتمتع بالجدية الحازمة، حيث أنه لا يتمتع بالالتزام commitmentكما أنه يعاني من فوبيا الألفة intimacy. وغالباً يرى المؤلف أن الخوف من الألفة يكون راجعاً لخوف الفرد من أن يراه شريكه ضعيفاً أو عاجزاً، أو يتصور أنه نقطة الضعف له، فيخاف من الابتزاز المتصور الذي سيقع عليه. ويشبه الحب فيه اللعبة التي تحتوي على تناوب المرح والمتعة من خلال المشاعر. ويشبه هذا النوع العلاقات العارضة التي تحدث بين الجنسين، التي تنشأ وتستمر لفترة زمنية معينة في فترات المراهقة أو بين الجنسين في المرحلة الجامعية بالأخص.

Telegram:@mbooks90

• الاحتواء Storge : ويشبه حب الصداقة كما حدد Hendrick & Hendrick (1986). ويشير الاحتواء إلى المودة الطبيعية والتي غالباً ما تتمثل في الحب العائلي بين الآباء، والأمهات، والأطفال، والأشقاء، وأفراد الأسرة. ويمكن لهذا النوع من الحب أن يتطور من صداقات تحدث بين الجنسين خصوصاً الذين يتشاركون المصالح إذ يحدث بينهم التزام تدريجي لبعضهم البعض. ويشبه الحب هنا علاقات الصداقة بين الجنسين بالأخص. والاحتواء هنا يقصد به المؤلف أن يقوم كل شريك بالتغافل عن بعض الأخطاء التي يرى أن شريكه قد يكون فعلها بمحض الصدفة، ولم تكن مقصودة. وإن كانت مقصودة يكون هناك وقفة لتلاشي الخطأ فيما هو مقبل. ويكون الاحتواء هو سبب في نشأة الألفة، ونشأة الالتزام والشغف مع طول فترة العلاقة على المدى الطويل في العلاقات السوية في الزوجين الشريكين.

واستمراراً لموجة الألوان التي اقترحها جون لي فهو يرى أنه يمكن دمج الألوان الأساسية لإنشاء وتكوين الألوان الفرعية الثانوية، ولم يقصد لي(Lee, 1973, 1988) بالألوان الثانوية أنها تقل أهمية عن تلك

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الأنماط الرئيسة الثلاثة أهمية. وبالتالي يدمج تسعة أنماط للحب الثانوي على النحو التالي:

• الهوس Mania ويشبه حب التبعية وحب التملك كما حدد Hendrick & Hendrick (1986). ويحتوي هذا الحب على نمطين أساسين من الأنماط السابقة وهي الوله والمتعة ويكون الحب هنا لدرجة الهوس بالشخصية أو بالطرف الآخر. ويطلق عليه الحب الهوسي Obsessive love. ويرى Neto (2007) النساء أكثر هوساً بالحب عن الرجال. ويرى Murray & Deabler (1957) أن الغيرة ترتبط بالنمط المهووس من الحب. ويعتقد من يتسم بهذا النوع من الحب أنه طيب وودود في علاقته الرومانسية بالشريك (Kanemasa, Taniguchi, Daibo & Ishimori, 2004).

• الحب النفعي Pragma وهو الحب المنطقي أو الحب الذي يشبه حب التسوق كما حدد Hendrick & Hendrick (1986). وهو حب واقعي عملي يتكون من اندماج بعدي المتعة والاحتواء. وإذا شعر الفرد باستغلاله فإن مشاعر الحميمية والشغف تتحول إلى مشاعر الكراهية، وأن مشاعر الالتزام تؤول في النهاية إلى زوال الولاء في العلاقات (Shimp & Madden, 1988). ويرى الرجال أن الحب النفعي هو الحب الأكثر تساهلاً، إذ يعتبر توجه من توجهات الصداقة فيصبح فيه الشريكين كلاً منهم يعلم ما يسعى إليه الاخر ويكون أكثر وضوحاً (Neto, 2007).

• النمط الساحر Agape وهو حب الانبهار، أو حب الانانية أو حب العطاء كما حدد Hendrick & Hendrick (1986). وهو نمط يجمع بين الوله والاحتواء وهو حب يتجرد من الأنانية ولكنه يشوبه الغيرة (Lee, 1973, 1988). ويعتقدمن يتسم بهذا النوع من الحب أنه طيب وودود في علاقته الرومانسية بالشريك(Kanemasa et al.,2004).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وكمحاولة لتقييم صحة هذه النظرية سيكومترياً تم تقييم الأنماط الست التي اقترحها لي ودراسة الارتباط بينها وبين الألوان الزاهية والألوان الداكنة، وتوصلت الدراسة إلى أن أنماط الحب ا}بعة Storage و Eros و Agape و Maniaهي أنماط إيجابية للحب، في حين ارتبطت الأنماط Pragma و Ludus بالألوان الداكنة أي أنها أنماط أكثر سلبية للحب(Boyatzis & Varghese, 1994; Yancey & Berglass, 1991).

وترتبط أنماط Mania و Storage و Agape سلبياً بتقدير الذات، في حين يرتبط Eros إيجابيا بتقدير الذات. بينما يرتبط نمط Mania و Ludus إيجابيا بالانفعالية، بينما سلبياً مع Eros. وترتبط الاندفاعية إيجابيا مع نمطي Mania و Ludus كما حددت دراسة Mallandain & Davies(1994).

النظرية الثلاثية للحب Triarchic theory of love:

هي عبارة عن تصور وضعه ستيرنبرج (Sternberg, 1986) كنمط مفاهيمي للحب يتكون من ثلاث مكونات أساسية تشكل رؤوس مثلث أساسية هي: الحميمية (الألفة)، والشغف، والقرار أو الالتزام. وترى نظرية مثلث الحب أن الحب يمكن فهمه من حيث ثلاث مكونات معا يمكن أن ينظر إليها على أنها تشكل القمم من مثلث. وهذه المكونات الثلاثة هي العلاقة الحميمة (قمة الرأس للمثلث)، والعاطفة (قمة الرأس اليسرى للمثلث)، والالتزام (قمة اليمين للمثلث). وظهرت هذه المكونات الثلاثة في نظريات مختلفة عن الحب، ويبدو أنها تتوافق بشكل جيد مع نظريات الناس الضمنية عن الحب. ويستخدم هذه المصطلحات الثلاثة بعدة طرق مختلفة، لذلك من المهم توضيح معانيها في سياق النظرية الحالية.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أ. الألفة أو الحميمية Intimacy وهو في المقام الأول نمط عاطفي أو حميمي أو انفعالي في طبيعته، ويشتمل على مشاعر الدفء والتقارب والاتصال والترابط في علاقات الحب. وتشير العلاقة الحميمة إلى مشاعر التقارب والترابط والارتباط في العلاقات المحبة. وبالتالي فإنه يشمل ضمن نطاق اختصاصها تلك المشاعر التي تثير بشكل أساسي تجربة الدفء في علاقة حب.

واستخدم التحليل العنقودي (تحليل التجمعات) لمقاييس الألفة وتوصل إلى عشرة مجموعات من العلاقات الحميمة (الألفة) هي: (1) الرغبة في تعزيز سعادة أحد أفراد الأسرة، و (2) الخبرة المبهجة مع الشريك الحبيب، و (3) القدرة على الاعتماد على الأحباب في أوقات الحاجة، و (4) التفاهم المتبادل مع المحبوب، و (5) مشاركة الممتلكات الشخصية مع الأحباب، و (6) تلقي الدعم العاطفي من المحبوب، و (7) التواصل الحميم ودفء العلاقة، و (8) التواصل الحميم مع الأحباب، و (9) تقدير الطرف الاخر في علاقات الحب، و (10) الاهتمام المبالغ فيه للحبيب (Shimp & Madden, 1988; Sternberg, 1986).

ب. الشغف Passion وهو عامل دافع في العلاقات ويتكون من محفزات المشاركة والانجذاب الرومانسي، والتعلق الجسدي وينتهي بالعلاقات الجنسية والظواهر ذات الصلة. لكن قد تبدأ العلاقات والحب نتيجة الانبهار بسمات الطرف الأخر، فالفرد وليد التصور الأول، فقد يفتقد سمات معينة في أخوته من الجنس الأخر أو في والده أو والدته ويتمناها في شريك حياته، واعتقد أن هذا العامل هو سر الانجذاب في تكوين العلاقات القائمة على الحب، فالحب هو ما أمن به القلب وصدقه العقل.

ويعتبر الشغف من المحركات الرئيسية التي توفر رومانسية العلاقات بين الأفراد، والجاذبية البدنية، والاحتواء الجنسي، والظواهر ذات الصلة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

في العلاقات المحبة. ويتضمن الشغف تلك مصادر التحفيز وغيرها من أشكال الإثارة التي تؤدي إلى تجربة الشغف في علاقة حب. ولعلي أظن من وجهة نظري أن الشغف ثلاث أنواع:

• شغف سلوكي اجتماعي، كالرغبة في الانجاب أو خلافه وهذا ما يجعل أحد طرفي العلاقة على مضض حينما تتأخر الانجاب أو الحمل، مما يؤثر بالسلب عليه وقد يقع فريسه للاكتئاب فيما بعد. أو قد يرتبط هذا النوع من الشغف بالأولاد فقد تميل الأم في تعاطفها أو حبها لأحد الأبناء دون الآخرين فيحصل على محبة أو قدر زائد من التعاطف، وهذا النوع من لشغ هو لا شعوري أو غير مقصود.

• شغف جنسي: وهو اعتقاد في بعض السمات أو الغرائز، كأداء معين، أو توقع معين لمسار العلاقة. وهذا النوع من الشغف قد يؤدي بنهاية العلاقة بين الطرفين، فقد يتسبب صدمة اختلاف التوقع مع الحقيقة إلى العزوف عن الطرف الأخر.

• شغف المنفعة: فمن الناس من يعتقد أن الزواج صفقة، ويبحث عما سيعود عليه الزيجة بالمنفعة، سواء بالبحث على الاضافة إلى رصيد معين إرث، أو مكانة اجتماعية، أو منصب اجتماعي، فالحب في ابسط درجاته لدى هؤلاء الأشخاص ما هو إلا منفعة متبادلة، يستفيد كل منهم من الأخر، وأرى أن هذا النوع من الشغف يجعل علاقات الحب روتينية ركيكة.

والشغف هو حالة من الشوق الشديد للتوحد مع الآخر؛ ففي علاقة حب قد تسود الاحتياجات الجنسية هذه التجربة. ومع ذلك فإن الاحتياجات الأخرى الخاصة بتقدير الذات، والنجاح، والاعتناء، والانتماء، والهيمنة، والخضوع، وتحقيق الذات، قد تسهم أيضًا في تجربة الشغف (Sternberg, 1986). وغالباً حالات الشغف تبدأ ف سن المراهقة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بشكل مكثف، وتبدأ بقوة في سن 12 أو 13 سنة من عمر الفرد. وتنتهي تماماً عند عمر 21 أو 22 عاماً (Hatfield & Sprecher, 1986).

ويعتبر الشغف عنصر غير مستقر للغاية. ويمكن تأكيد هذا من خلال دراسة العلاقات الغرامية أو العاطفية قصيرة الأمد. فالعلاقات الرومانسية القائمة على الانبهار وليس عن اقتناع فإن الشغف فيها يلعب دوراً كبيراً، في حين يكون لدور الألفة (الحميمية) دوراً ثانوياً، بينما يكون الالتزام معدوماً إذ أن كل طرف أو أحدهما يعاني جزء مبتوراً في علاقته مع الأخر، فقد يتعامل أحدهما مع الاخر على أنه جانب يكمله، أو يسد العجز فيه، وعليه فالشغف هنا قد يكون صفقة كما سبق ونوهت في هذا الفصل مسبقاً. وعليه تكون العاطفة معتدلة ونسبية متغيرة.

ت. القرار أو الالتزام Commitment or decision وهو عنصر معرفي إلى حد ما يتمثل في كلا من القرار قصير الأجل في الأمور التي ترتبط بالطرف الآخر. والالتزام طويل الأجل للحفاظ على هذا الحب. ويشير القرار/ الالتزام بالمدى القصير لأحداث علاقات الحب. فقد يشير الالتزام بأن أحدهم يحب الآخر، أما على المدى الطويل فإن التزام يكون بحفاظ الفرد على هذه العلاقة واستمراريتها. ولا يتماشى هذان الجانبان من عنصر القرار أو الالتزام بالضرورة، حيث يمكن لأحدهما أن يحب شخصًا ما دون أن يلتزم بالحب على المدى الطويل، أو يمكن أن يلتزم أحدهما بعلاقة دون الاعتراف بأن أحدهما يحب الآخر شخص في العلاقة.

ويعتمد مقدار الحب الذي يختبره المرء على القوى المطلقة للمكونات الثلاثة. كما يعتمد على نقاط القوة بين طرفي الحب. وتتفاعل تلك المكونات الثلاثة بعضها بالبعض مع الأفعال التي تنتجها لتشكيل عدد من تجارب الجب (Sternberg, 1986).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وتختلف مكونات الحب الثلاثة من حيث خصائصها من حيث الثبات، والتحكم الواعي، والأداء التجريبي. فعلى سبيل المثال يكون بعد الألفة الحميمية وبعد القرار والالتزام مستقرين تماماً في العلاقات الحميمية Closed relationships وهنا يميل الطرفين إلى الاستمرار أو الدوام في العلاقة بينما تميل الشغف إلى أن تكون أقل استقراراً ومكن التنبؤ بها.

وتتصف الناس بالسيطرة الواعية في الالتزام المتبادل في العلاقات مع الحفاظ على درجة أقل من السيطرة على مشاعر الألفة الحميمية، كما يمكن السيطرة على الشغف بدرجة ضعيفة جداً. وعادة ما يدرك الفرد تمامًا لعنصر الشغف، لكن يمكن أن يتغير الوعي بمكونات القرار والالتزام بصورة أكثر تغيراً؛ بمعنى قد يعاني الشخص مشاعر الألفة الحميمية (القرب، والاتصال، والدفء) دون أن يدرك صراحة تلك المشاعر أو حتى يكون قادرًا على تحديد ما يشعر به. وبالمثل قد لا يدرك الشخص بوعي المدى الكامل لالتزامه بالعلاقة والشريك.

يتضمن عنصر الشغف الحافز ومصدر الإثارة الذي يؤدي إلى تجربة الشغف. وتهيمن الاحتياجات الجنسية على علاقات الحب كحاجة بيولوجية. كما توجد احتياجات أخرى، مثل تقدير الذات، وتحقيق الذات والهيمنة، والتبعية (الاعتمادية) والانتماء. وتستمد هذه الاحتياجات المختلفة قوتها لدى الشخص من خلال الوضع الاجتماعي، وطبيعة الألفة بينهما. ولا يمكن الفصل بين الحاجة إلى تحقيق الذات الجنسي من مصدر نفسي وفسيولوجي.

ويعد بعدي الشغف والألفة مرتبطان من ناحية يمكن أن يكون العاطفة الناجمة عن التعلق العميق. ومن ناحية أخرى في كثير من النواحي تتطور الشغف على الفور، في حين أن الألفة تنمو تدريجيا. وتساعد الألفة على الحفاظ على الرابطة في العلاقة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

العلاقة بين الارتياح والمكونات الثلاثة كما قدمت دعما قويا نسبيا لنظرية الثلاثي. وأشارت تحليلات الارتباط أن الترابط والشغف والالتزام مرتبطان بشكل كبير بالرضا العلائقي. وكانت الارتباطات التي تم الحصول عليها أعلى بكثير من تلك التي ذكرت في الدراسات السابقة لنظرية الثلاثي.

واتضح أن العلاقات القوية بين المكونات الثلاثة. فعلى الرغم من أن مسألة الترابط - تهم الباحثين السابقين، يمكن القول أن المكونات الثلاثة يجب أن تكون ذات صلة. وربما تضمن طبيعة هذه التركيبات الثلاثة أن درجة ما من الترابط فيما بينها أمر لا مفر منه، وأنه لا يوجد أي مقياس سوف يزيل التداخل المفاهيمي الحقيقي بين المقياس.

استكشف بحث ستيرنبرج حول البناء الاجتماعي للحب مدى ارتباط الحب بالقضايا بالسياق الاجتماعي والثقافة. وهذا يثير تساؤلات حول كيفية بناء الحميمية والشغف والالتزام من قبل أفراد المجتمع. وربما تكون إحدى وسائل معالجة ذلك هي دراسة تلك القضايا المتعلقة بالحب داخل الثقافة الشعبية لمجتمع بعينه؛ فمفهوم الحب نسبي يتغير بطبيعة مفهومه لدى الأفراد، ومدى الارتباط الاسري.

وفحص(2004) Diessner, Frost & Smith نظرية ستيرنبرج المثلثية للحب لتحديد بنية النفس المتضمنة في تلك النظرية. تطرح نظرية ستيرنبرج ثلاث مكونات للأداء البشري لشرح ظاهرة الحب في العلاقات الوثيقة: العلاقة الحميمة والعاطفة والالتزام. يشير تحليل هذه المكونات الثلاثة إلى أنها تتوافق مع النموذج الكلاسيكي الجديد لنفسية الإنسان. تتكون النفس الكلاسيكية الجديدة من ثلاث قدرات أساسية على الأقل غير قابلة للاختزال: الإدراك والتأثير والخداع. يعتمد مكون التزام ستيرنبرج على القدرة على الإدراك (والخداع)، ومكون

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

العاطفة مشتق من المخادع (والتأثير)، ومكون العلاقة الحميمة مشتق من الاستثمار العاطفي أو القدرة على التأثير (والإدراك). لذلك، تفترض نظرية ستيرنبرج الشاملة للحب وجوديًا بنية كلاسيكية جديدة للنفسية.

خصائص الشغف:

يعرف الشغف بأنه ميل قوي نحو نشاط يحبه الناس، ويشعرون بأهميته الملحة، ويستثمرون فيه الوقت والطاقة. وهناك نوعين من الشغف الهوس والتناغم. ويشير الشغف المهووس إلى الاستيعاب الملح للرقابة لنشاط في هوية الفرد مما يخلق ضغطاً داخلياً للانخراط في النشاط الذي يحبه الشخص، بينما يشير الشغف المتناغم إلى الاستيعاب الذاتي الذي يدفع الفرد إلى اختيار الانخراط في النشاط الذي يحبونه ويعمل هذا النمط على تعزيز التكيف الصحي. ووضع منظور ثنائي للشغف في تفسيره للعلاقات العاطفية (Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Léonard, Gagné & Marsolais, 2003). ويرى Carbonneau, Vallerand, Lavigne & Paquet (2016) أن التناغم والهوس harmonious and obsessive romantic passion لهما دور بالغ في العلاقات الرومانسية.

وهذا ما يدفع الشباب والمراهقين بالاندفاع وراء علاقات رومانسية مع الجنس الأخر من ثقافات وأماكن أخرى؛ فالعاطفة المتناغمة تتنبأ ايجاباً بادراك النمو الشخصي، وهذا قد يدفع الفرد بالتفكك عن الالتزامات الاجتماعية وتركه لنشاطه ومهامه من أجل تلك الروابط الرومانسية ويسمى هذا النمط بالشغف المتناغم harmonious passion، وإذا تكرر هذا النمط يسمى بمبدأ هوس العاطفة obsessive passion. وهناك العديد من المأخذ على المدخل الثنائي لتفسير الشغف منها (Mageau, Carpentier & Vallerand, 2011):

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أ. احتمالية تقدير الذات هي عملية مركزية في التمييز بين هذين النوعين من الشغف (المتناغم والمهووس).

ب. الأشخاص الذين لديهم شغف مهووس يعتمدون بشكل أكبر على نشاطهم العاطفي لاشتقاق تقدير الذات أكثر من الأشخاص الذين لديهم شغف متناغم بحيث يجب عليهم تجربة تقلبات تقدير الذات كدالة لأدائهم في النشاط العاطفي.

ت. الشغف المهووس يؤدي إلى ادمان سلوكي لبعض السلوكيات أثناء العلاقة، أما الشغف المتناغم فيؤدي إلى شغف معتدل في ضبط السلوكيات في التفاعلات المتبادلة بين طرفي العلاقة الرومانسية وهذا ما يمكن استنتاجه من اراء (Wang & Chu, 2007).

ث. بعد فشل العلاقات العاطفية، يكون توقع الخوف من التعاطف مع الذات أكبر من نمط الشغف المهووس، ويكون أقل مع النمط المتناغم من الشغف. فالشغف المهووس ينتهج سلوكيات من شأنها جلد الذات ولوم الذات. وغالباً معانون الهوس يعانون من الهيمنة على الآخر وهذا ما توصل إليه Schellenberg, Bailis & Mosewich (2016).

ويشتمل عنصر الشغف على محفزات العواطف، ومصادر الإثارة الذي يؤدي إلى تجربة الشغف. ففي علاقات الحب تسود الاحتياجات الجنسية وتطغى على الجوانب الأخرى. وتنشأ احتياجات أخرى مثل تقدير الذات وتحقيق الذات والهيمنة والخضوع والانتماء. وتعتمد قوة هذه الاحتياجات المختلفة بشكل كبير على الشخص والموقف ونوع العلاقة. وأكد Lemieux & Hale (1999) أن الشغف يركز على الانبهار والاعجاب الشديد والاثارة الجنسية المرتبطة بالشريط، والرضا الجنسي. ويرى المؤلف أن الشغف ليس عنصراً معبراً عن الاشباع الغريزي فحسب وإنما يرتبط بالعاطفة أكثر والألفة الاجتماعية بين طرفي الحب، فعلى

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

سبيل المثال يقيس إلى أي درجة تظهر المودة بين الطرفين، وإلى أي مدى يشعر كل منهما بالحنان تجاه الأخر. وعليه فالشغف يحدد النمط المتوقع لطبيعة العلاقة في ضوء ما حدده جاو (Gao, 2001).

كما أن الحاجة إلى الاشباع الجنسي لها مصدر نفسي بشكل لا ينفصل. كما أن الشغف والألفة عاملان لا يجزئان. وتنشأ العواطف من خلال اتصال عميق وتنمو وتتطور سريعً بصورة تزيد الألفة بين طرفي العلاقة. وتزيد الألفة من عمر العلاقة والترابط بين طرفي الحب. وعليه تصبح الشغف مكملاً لعنصر الألفة. ولكن ليس معنى هذا أن تكون العلاقة بين الألفة والعاطفة علاقة إيجابية. فبائعي الهوى يركزون على الاشباع الجنسي ولا يكون للألفة نصيب في هذه الحالة. وعليه فيكون العلاقة بين العنصرين في هذا المثال سلبية بين الألفة والشغف.

ويعتمد الشغف وظيفيا على الشخص والموقف. فالشغف مميزاً للعلاقات الرومانسية عبر حدود المواقف اجتماعياً وثقافياً، على الرغم من حقيقة معناه ووظيفته فقد يختلف طبيعة الشغف من علاقة إلى أخرى، ومن ثقافة إلى أخرى (Gao, 2001).

ويرتبط الشغف بالهوس بمستويات عالية من التوقعات في سياقات معينة، ويرتبط هذه التوقعات بالقيم الفردية والقيم السياقية. واستقرار العلاقة (Birkeland & Nerstad, 2016). وتردي في النهاية هذا الهوس إما إلى ألفة والتزام مرتفع، أو كما حدد Carswell & Finkel (2018) بتآكل العاطفة أي تراجع الرومانسية مع الشريك؛ والسبب في هذا أن الطرف المهووس يقيم العلاقة على أنها علاقة غير متكافئة بالالتزام ويقل فيها لمتابعة. وعليه فإدراك انخفاض الالتزام يؤدي إلى خلل المعتقدات والتصورات للصلة الرومانسية الرابطة بين طرفي العلاقة، وبالتالي التخلي عن العلاقة إذ أنها لم تكن مرضية له.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وترتبط الشغف بالغيرة، وغالباً تستخدم الغيرة كسبيل للتعبير عن السعادة والحب لدى النساء وهذا يعبر لديهن على الأحكام الادراكية الذوقية فينا يتصل بالشريك، وفيها يتم الإيحاء ببعض الاستعارات التي قد ينتهجها الشريك حتى وإن كانت واصمة، إلا أن هذه الغيرة هي تصورات للحفاظ على بقاء العلاقة كما حدد Chan, Tong, Tan & Koh (2013).

خصائص الالتزام في العلاقات الرومانسية:

يرى Galliher, Rostosky, Welsh & Kawaguchi (1999) أن جودة علاقات الحب يمكن تمييزها من خلال أربعة عوامل رئيسة هي: الجدوى، الالتزام، الألفة، الدعم المدرك. ويرى Levesque (1993) أن علاقات الحب تتضمن ست مكونات هي: التعبير عن المودة، الإفصاح عن الذات، التسامح، الدعم المعنوي، المشاعر غير المعلنة، الدعم المادي.

وينظر إلى العلاقات الرومانسية للمراهقين على أنها سياق لتنمية إحساس المرء باذته وهويته في علاقته بالآخرين (Levesque, 1993). وقد تنجم بعض المشاعر لدى الراشدين التي تؤثر مخاوف إنهاء العلاقات العاطفية على التزام الشريكين تجاه الشخص الرومانسي. وتزيد هذه المخاوف زيادة المحفزات العاطفية. فخوف الفرد من تفكك العلاقة وخلل التعايش خصوصاً في الزواج المبكر وحديثي الزواج (Sciara & Pantaleo, 2018).

وقد يؤدي خلل الالتزام في العلاقات كالخيانة والرفض في العلاقات الرومانسية إلى ضعف استقرار العلاقة. كما أن الشعور بضعف الانجذاب للشريك، عدم الرضا عن الشريك يؤدي إلى فرص أعلى للانفصال والطلاق وتصور فرص الانفصال ودخولها في سيناريوهات التفكك الاسري بمبررات واهية (Sciara & Pantaleo, 2018). كما أن مشاعر الالتزام

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

هو نوع من الحاجة للشعور بالانتماء والتي تؤثر على الصحة العقلية والجسدية للفرد، فالانتماء هو حاجة نفسية تتطلب تداعيات عميقة لتقدير الذات والشعور العام بالرفاهية (Hadden & Agnew, 2020). كما أن نمط التعلق الأمن يفيد في الشعور بالارتياح في العلاقات وتقليل التوتر والقلق ومن ثم نمو الشعور بالالتزام تجاه الاخر لتجنب الصراع (Levesque, 1993).

كما أن الجو المشحون بالتوترات والذي يؤثر على المزاج لفترات طويلة بسبب الضغوط الاجتماعية والمشاحنات بين طرفي العلاقة، يؤثر في العمليات النفسية التي تؤدي إلى خلل التنظيم الانفعالي بصورة قد تؤدي إلى الشلل الانفعالي في حالات الصراع بين الزوجين، فتحمل أحد الطرفين على التطاول على الأخر مما يؤثر على ضعف صورة الذات المدركة ونقص في تقدير الذات، وخلق حواجز نفسية تؤدي إلى تباعد الزوجين ووجود فجوة عاطفية بين الطرفين (Park & Park, 2018).

خصائص الألفة:

ترتبط العلاقات الأكثر ألفة بالذات، فعلى سبيل المثال يرى إريكسون أن العلاقات الأكثر ألفة هي نوع من المواقف التي تشمل شخصين والتي تسمح بالتحقق من صحة مكونات القيم الشخصية. وترتبط الألفة بمدى الوضوح في كشف الذات. فهي عملية يعبر فيها الشخص ما عن مشاعر ومعلومات مهمة ذات صلة بذات الآخر (Baumeister & Bratslavsky, 1999).

وفي دراسة أجراها Markstrom & Kalmanir (2001) لدراسة إسهام كل من الهوية والألفة والذكورة والانوثة في التنبؤ بالإخلاص والحب، كانت النتائج ترى بأن الذكورة ولأنوثة اشتركت معاً في التنبؤ بالإخلاص والحب. كما كانت الهوية منبئ بالإخلاص للرجال والنساء. أما

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

فيما يتعلق بالحب فكانت الهوية أقوى مؤشر للرجال، أما الألفة والهوية كانت لدى النساء منبئة بالحب.

وتتضمن الألفة ثلاث أبعاد رئيسية هي (Baumeister & Bratslavsky, 1999):

أ. الكشف المتبادل عن المعلومات الشخصية مما يؤدي إلى فهم متبادل تعاطفي انفعالي يمكن كل شخص من الشعور بأن الآخر يفهمه. ويمتد هذا الكشف إلى ما هو أبعد من إخبار الشص عن نفسه، وقد يشمل التعرف على شخص ما، من خلال الملاحظة والتجارب المشتركة التي يعرضها في حسابه الشخصي بمواقع التواصل الاجتماعي على سبيل المثال.

ب. يتضمن وجود موقف إيجابي قوي تجاه الآخر. والذي يتجلى في المشاعر الإيجابية والدافئة، وكذلك الدافع لإفادة الآخر.

ت. الألفة تتضمن نقل العاطفة سواء لفظياً أو من خلال الأفعال التي تعبر عن القلق، او من خلال اللمس والانتباه. ويساعد هذا على الاعتقاد بأن الشريك يهتم به أو بها بطريقة إيجابية.

الألفة والحب المائع Liquid love and intimacy:

أدت الخلاعة والشكوك إلى زيادة انعدام الأمن والضعف والهشاشة في العلاقات والقلق بشأن العلاقات الرومانسية مما تسبب في أن تصبح الروابط الاجتماعية الاسرية موضوعاً للاستهلاك في البحوث النفسية الأجنبية. وتصبح العلاقات فيها سهلة إذ تفقد معناها الجوهري الحقيقي. غالباً لم يكن الهدف الأساسي من برامج الدردشة هو تكوينها، إلا أن الرغبة في مساعدة الآخر، التعاطف، والمثالية المبالغ فيها وراء الانجراف في هذا النوع من العلاقات (Palmer, 2020).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

يطلق الحب المائع على كل علاقة افتراضية تكونت بين الجنسين عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وانتهت بالمواعدة الحقيقية، بحجة أنها تحولت إلى علاقة تشوبها قدر من الرومانسية والمغازلة، فهي علاقة قائمة على الترفيه، فهي غالباً تكون لنقص أحد طرفي العلاقة من حاجته إلى المعلومات. وغالباً ما تتآكل هذه العلاقات سريعاً، إما بتبصر حقيقة العلاقة وتنتهي تلك العلاقة إلى الابد بشيء من التفهم لخطأ ما انساق إليه الفرد، أو تنتهي بالصدمة العاطفية.

وغالباً يفضل الفرد بغض النظر عن جنسه تكوين تلك العلاقة مع الجنس الآخر، وغالباً ما تكون مع الغرباء، إذ أن تكوين شركاء غرباء تمنح قدر من الألفة، فيرى الفرد أنه بإفصاحه عن معلومات أكثر خصوصية به أكثر أماناً له من الناحية النفسية، خوفاً من فضحه إذ عرفها المعارف. وغالباً تكون تلك العلاقات أقل ديمومة بسبب أنها علاقة طارئة قد تكون قائمة على الانبهار.

كما أن زوال العلاقات المائعة سريعاً راجعاً إلى حدوث التقاء بين الذات الحقيقية والذات المثالية، وتغير القيم، وحدوث بعض المشكلات الاسرية، كما أنها تنشأ تلك العلاقات نتيجة انعدام الشغف، وندرة الالتزام في العلاقات نتيجة أنانية العلاقات الاسرية بين الشريكين.

وهناك العديد من المبررات لقيام تلك العلاقات ومنها ما يلي (Coupland, 1996; Hobbs, Owen & Gerber, 2017):

أ. الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي يدفع الفرد إلى التفكير في الاتصالات العابرة أكثر من التفكير في العلاقات التي تدوم مدى الحياة بالزواج.

ب. التحول إلى أنشطة المواعدة أونلاين، والتي تدفع الفرد للحديث الصوتي أو الفيديو مع غرباء الجنس الآخر، وبالتالي يتحول النشاط

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الترفيهي.

ت. اعتبار العلاقات الافتراضية سبيل للخلاص من الضغوط النفسية والاجتماعية الاسرية بدلاً من مواجهتها وحل الصراعات الناجمة عنها.

ث. المواعدة الالكترونية (الدردشات وتكوين صداقات تتسم بالألفة مع الغرباء) تستخدم لتمثيل الذات المثالية وغالباً ما تتجه إلى التفاعل الوشيك خارج الانترنت.

أنواع الحب:

الحب هو القوة الرئيسية لنمو العلاقات الرومانسية. وهناك أنواع مختلفة من الحب ولكل منها أنواع من الرضا، واستقرار العلاقات. وهناك أنواع عديدة من الحب منها (Fehr, Harasymchuk & Sprecher, 2014):

أ. حب التعلق Attachment love: رابطة عاطفية قوية مع شخصية التعلق. والدافع وراء هذا الحب هي حالات سلوكية مهينة تصدر من الطرف الاخر، فتجعل هناك دافع لتشجع الفرد للبحث عن علاقات أكثر انسجاماً او متعة، ويشعر فيها الفرد بالتقدير البالغ.

ب. حب العشق Compassionate love: وهو حب يعبر عن موقف تجاه الاخر، يحتوي على المشاعر والادراك والسلوكيات التي يتركز على الاهتمام والحنان والتوجه لدعم ومساعدة الآخر في سياقات رومانسية كالعلاقات الجنسية بين الزوجين (Fehr et al., 2014; Hwang, Plante & Lackey, 2008). وتشير إلى مشاعر التقبل والتعاطف مع الآخر. أو هو تجسيد وتصنيف للآثار المترتبة على نوع العلاقة، فعلى سبيل المثال الحب الايثاري لا يأخذ أي تفكير للذات بل بالآخر المحبوب فحسب. وبالتالي يكون الهدف من هذا النوع من الحب هو رفاهية الآخر

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بصورة تفوق رفاهية الذات. ويرى Hwang et al. (2008) أنه توجد علاقة موجبة بين حب العشق والرحمة والوازع الديني والتعاطف.

ت. حب العشرة companionate love: أو الحب المصاحب، وهو النوع المشروع في علاقات الزواج، وهو النوع الذي يسوده الألفة والمودة، والرحمة، والتعاطف، والايثار، وهو يعتبر النوع المعتدل المكون الذي يشتق منه كل الأنواع السابقة سالفة الذكر.

في حين صنفت دراسة Graham (2011) اعتمدت على ما وراء التحليل الحب إلى حب رومانسي وينقسم هذا النوع إلى قسمين: هما حب شغوف passionate، وحب العشق compassionate. ويشير الحب الشغوف إلى الجاذبية الشديدة والاثارة المتأصلة المرتكزة على العلاقات الجنسية الحميمية، وتكوين العلاقات وممارسة الجنس. أما النوع الاخر وهو حب الشغف فيركز على الجوانب الوظائف النمائية التي ترتبط مساعدة الزوجين أو الشركاء على البقاء معاً ورعاية الأبناء، وتكوين المشاعر الدافئة والمودة المدركة.

ويرى ستيرنبرج (Sternberg, 1986) أن الشغف تبلغ ذروته في وقت مبكر من العلاقات الرومانسية البادئة، ثم يتراجع لتفسح المجال لبعد الألفة والالتزام لينمو على مدار العلاقة الرومانسية. وعليه فالحب الشغوف هو يشير إلى نظرة ستيرنبرج للحب بنظرته الثلاثية. كما أن الهوس الذي ينشأ بين المخطوبين هو نوع من الشعف ويتضاءل بمرور الوقت. كما أن الطبيعة الدينامية للحب تجعل هناك عاملين مسيطرين من نظرية ستيرنبرج للحب على العامل الثالث.

أولاً: حب العشق Compassion love:

ويسمى بالحب الوجداني، أو الحب الرحيم، أو حب الاندماج، أو الحب الرومانسي أو العشق. ويمكن تعريفه بأنه موقف، أو سلوكيات محددة،

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وميول معرفية، وتعبير عن نظام ارتباط عصبي، وبناء وظيفي معقد من التقييمات المتبادلة بين الزوجين، للتقديرات، والاستجابات الفسيولوجية النمطية، وميول العمل، سلوكيات اليوم الآلية (Underwood, 2009). ويتضمن العديد من السمات منها (Fehr & Sprecher, 2009; Reis, Maniaci & Rogge, 2014; Underwood, 2009):

. – الايثار: فالحب الوجداني هو نوع من المشاركة غير الأنانية.

– الفهم والقبول: فهذا النوع من الحب يركز على المحاولات الحقيقية لكل شريك لتبني منظور الآخر، أي فهم الظروف كما يراها الآخر وهذا يعتبر محدد حقيقي للألفة والاستجابة.

– الانفتاح والتفتح: وتشير إلى استعداد المرء لتجاهل احتياجاته، أو تفضيلاته، أو أرائه، ومراعاة احتياجات الآخرين، وتفضيلاتهم، وأراءهم طواعية. فالتفتح يعكس جودة التواصل وفعاليته.

– المساعدة وتتضمن المساعدة والاستعداد لتقديم الدعم لشخص أو للطرف الآخر في محنة.

– الرعاية والاهتمام، وهي تكون مدركة بمعنى رؤية السلوكيات التي تظهر الاهتمام والرفاهية للآخرين.

– الاحترام والاعجاب: فبالإضافة إلى الشعور بالفهم يرغب الناس في الشعور بالتقدير من قبل شريك حياته. ومن المحتمل أن يؤدي أي شعور بالفهم من للشريك المحتقر أو الرافض إلى تقويض مشاعر الأمن والانتماء. فتقدير الذات الإيجابي هو المحدد الحقيقي للشعور بالأمن في العلاقات الرومانسية.

– التعاطف، ويقصد به الحنان والعطف، وتصور نفسك مكان الآخر.

– التضحية: ويقصد به وضع احتياجات الآخرين في المرتبة الأولى

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بحيث تفوق الاحتياجات الفردية.

وتتغير درجة هذا النوع من الحب بتغير الظروف، والتعبيرات الانفعالية، والدوافع التي تحط من التعاطف مع الآخر (Underwood, 2009).

ويمكن تفسيره حب العشق في ضوء عدد من النماذج النفسية ومنها:

1- نموذج أندروود: وهو نموذج يرى أن الحب هو مجموعة من المواقف والأفعال المتعلقة بإعطاء الذات والآخر. ويتسم هذا النوع من الحب بالعديد من الخصائص منها (Fehr et al., 2014; Underwood, 2002):

- تفاوت الدرجة الشغف، بمعنى هي قدرة الفرد على انتقاء الوقت المناسب لإعطاء العطف والشغف للآخر وقت الحاجة الماسة لذلك. فالحب هو استجابة عاطفية تعزز رفاهية الاخر، وتخفف معاناته.

- الاختيار الحر. ويقصد به إعطاء المانح للحب هذا النوع من الشغف والرومانسية بإرادته، بناء على فهم مشاعر واحتياجات الآخر، وتقبله. والتصرف لا يكون نابعاً كرد فعل عن استجابات ضاغطة صدرت من الطرف الآخر دون قصد (أي تقديم الخدمة أو الحب بعيداً عن تقصير الطرف الأخر).

- الارتباط العاطفي مع الآخر. ويقصد به تبرير عيوب الآخر على انها شيء خارج عن إرادته، أو قد يكون التقلب المزاجي ناتجاً عن الاختلال الهرموني، وعليه يكون الارتباط العاطفي باتخاذ تدابير من شأنها تخفيف المعاناة عن الآخر.

2- نموذج بيرشيد Berscheid: ويعرف الحب بأنه الاهتمام برفاهية الطرف الآخر، واتخاذ الإجراءات للانسجام معه، بغض النظر على أن

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

هذه التصرفات قد تؤدي إلى منفعة ذاتية مستقبلية أم لا. فالحب بهذا النموذج يأخذ المنظور النمائي، بمعنى أن الطرف الآخر لديه قصور في التصرف، وبالتالي فالحب هو إدراك قصور الآخر في محنة ما، والميل للاستجابة له وتخفيف الضيق النفسي عنه. وغالباً يفهم الفرد طبيعة الطرف الاخر، ويقدم الاستجابة الأنسب له في صورة دعم، أو تضحية. وغالباً يركز هذا النموذج على النواحي السلوكية مثل الجاذبية الجنسية، والرغبة الجنسية، القرب والألفة، وتصورات التشابه (Berscheid, 2006, 2010;Fehr et al., 2014).

3- نموذج نيف وكارني: وهو نموذج يفسر مسار العلاقات الزوجية. فيرى الحب بأنه تقييم عام إيجابي للشريك يتطلب فهم عميق لجوانب القوة والقصور لديه، وقبول الاخر بالرغم من عيوبه، والنظر إليه على أنه شخص مميز في بعض الجوانب (Fehr et al., 2014; Neff & Karney, 2005, 2009).

ثانياً: حب التعلق Attachment love:

يرتبط التعلق الأمن بمستويات عالية من الرضا، وإلتزام أعلى في العلاقات (Pistole, Clark & Tubbs, 1995). وتعاني النساء التي تكون علاقات الحب لديهن مرضية من نمط التعلق غير أمن، مما يؤثر على الأداء النفسي لديهن (McCarthy & Maughan, 2010). وعندما يوضع الفرد في موقف دفاعي للدفاع عن نفسه، فإن نمط التعلق لديه يتشوه، وتتداخل السلوكيات غير الحساسة، وعليه يكون نمط التعلق غير أمن. وتكون العلاقة مرفوضة تماماً ويسودها التجاهل بالرغم من الاستثارة الانفعالية من أحد الطرفين تجاه الاخر (Bretherton, 1990). ويعكس حب التعلق مدى ارتياح الشريك، والاحساس بالتقارب، والاعتمادية على الأخر، والقلق بشأن التخلي عنه أو شعوره بأنه غير محبوب أو غير مرغوب (Collins & Read, 1990).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وينتهج ذوي نمط التعلق الأمن صور مختلفة من الاعتماد على الشريك كلما كان تطلب الأمر ذلك. كما أن نمط التعلق الأمن يرتبط باتفاق الزوجين على نمط وشكل العلاقة مما يعكس صور من التكيف الزواجي في حل المشكلات والمهام الموكلة. ويتطلب نمط التعلق الأمن استماع الأزواج لزوجاتهم مما يعكس الثقة لديهن في التفاعل المتبادل (Kobak & Hazan, 1991).

ثالثاً: الحب المصاحب أو حب العشرة Companionate love:

هو مشاعر المودة والرحمة، والاهتمام والحنان للآخرين، باعتباره عاطفة أساسية بالنسبة للخبرة البشرية. والحب المصاحب هو عاطفة أقل حدة بكثير من الحب الرومانسي. وتعتمد هذا النمط من الحب على دفء التواصل بدلاً من الاعتماد على الشغف. كما أن المودة التي نشعر بها تجاه الذين ترتبط حياتنا بهم بعمق. على عكس المشاعر الإيجابية التي تركز على الذات مثل الفخر والفرح، والتي تركز على الاستقلال والتوجه الذاتي (Barsade & O'Neill, 2014). ويكون الغرض من لحب المصاحب هو الحفاظ على العلاقات الشخصية الإيجابية بغض النظر عن أي شيء قد يقوض الأفكار الجديدة (Yang & Hung, 2015).

والحب المصاحب هو عاطفة تركز على الأخر، وتعزز الترابط والحساسية تجاه الاخرين. ويمكن الإشارة إلى للحب المصاحب بأنه وسيلة لتقوية الروابط الاجتماعية مما يساعد على بقاء الناس ملتزمين في علاقاتهم. وهذا يتطلب بعض مهارات التواصل مع الشريك ومنها لغة الجسد، ونبرة الصوت، وتعابير الوجه، واللمس، الاحاسيس الفسيولوجية، والخبرة الذاتية، والتقييم المعرفي، ميول الفعل السلوكي (Barsade & O'Neill, 2014).

والحب المصاحب هو عاطفة اجتماعية تتشكل من خلال السياق

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الاجتماعي، وهو ذو أهمية خاصة في التأثير على المستوى الاجتماعي، والثقافة التنظيمية، ويوفر رؤية أفضل لبناء ثقافة تنظيمية من خلال الثقافة العاطفية التي تتطلب إدراك مشترك للمسئوليات الملقاة على عاتق طرفي العلاقة. وبلغة سهلة هو الحب الذي ينتج من العشرة والذي تتشارك فيه الزوجة مع زوجها المصالح المشتركة من أجل تحقيق مركز مرموق لتلك الأسرة فيتشارك كل منهم المعرفة مع الآخر من أجل تحقيق الرضا عن العلاقة والالتزام بمجموعة من المعايير السلوكية والقيم (Barsade & O'Neill, 2014; Sprecher & Regan, 1998). وغالباً ما يقيد الحب المصاحب الابداع إذ أنه قد يبعث على المشاعر السلبية نتيجة تعارض الأفكار مع الآخر في عمليات توليد الأفكار، إذ أن التنفيذ لتلك الأفكار يلتزم بنمطية معينة حسب الاتفاق بين الشريكين (Yang & Hung, 2015).

طبيعة التفاعلات عبر مواقع التواصل الاجتماعي:

توفر مواقع التواصل الاجتماعي منصة للأشخاص عبر الانترنت للحفاظ على علاقاتهم الاجتماعية مع أشخاص ذوي خلفيات مماثلة (شخصية، مهنية). والفيسبوك هو أحد المواقع التي تعمل كبنية اجتماعية حديثة تؤثر على الجماهير، إذ يمكن للأفراد إنشاء ملفاتهم الشخصية العامة أو شبه العامة، والتواصل مع الأعضاء الاخرين الذين يمكنهم الوصول إلى ملفهم الشخصي. كما تمكن مواقع التواصل الاجتماعي أي شخصين غريبين من تكوين الصداقات، والتواصل مع عدد من الأشخاص الذين يشعرون بالتواصل معهم، والحفاظ على تلك العلاقات الاجتماعية عبر مواقع التواصل الاجتماعي (Fox & Anderegg, 2014).

وتمكن هذه المواقع الافراد من مشاركة الصور، والتعليق على المشاركات، والصور، ومتابعة الملفات الشخصية، والبقاء على اطلاع دائم

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

في مجال اهتمام الفرد. وتستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لتبادل المعارف العلمية، وزيادة المرونة في التعامل مع الاخرين عن طريق تبادل المعرفة والأفكار (Onanuga, 2012).

ويلجأ الأشخاص إلى مواقع التواصل الاجتماعي بدافعين هما الاشباع العاطفي أو التعويض الاجتماعي نتيجة الفشل في العلاقات (محمود موسى، 2020). كما أن فتور بعض العلاقات العاطفية قد تدفع الفرد للحديث مع الغرباء للتعرف على مدى خلل العلاقة، والتعرف على ردود أفعال الاخرين جراء تجربته التي يدركها بأنها رومانسية من جانبه أي في حالة تدهور العلاقات وعدم الرضا عنها(Yacoub, Spoede, Cutting & Hawley, 2018).

خصائص العلاقات العاطفية السوية:

تختلف العلاقات الرومانسية التي تتسم بالألفة عن تلك العلاقات غير الرسمية في ستة نقاط على الأقل هي: (1) الرعاية والالتزام، و (2) الاعتماد المتبادل، و (3) المعرفة، و (4) التبادلية، و (5) الثقة، (6) الانصاف والشرف. ويمكن سردها على النحو التالي (Sanchez, 2014):

أ. المعرفة: فالمعرفة تتضمن معرفة كل طرف وبجوانبه السرية، فغالباً ما يتم الكشف بينهم عن تلك المعلومات التي لا يمكن الإفصاح عنها للأخرين.

ب. التبادلية، فتبادل المعلومات يؤدي إلى زيادة العلاقات ألفة. إذ يزيد اهتمام الآخر، وهذا يشعره بالمودة، وتصبح هذه العلاقات أكثر تشابكاً. ويقصد بالتبادلية هي مدى إشراك الاخر في اتخاذ القرارات التي تربط مصير الطرفين.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ت. الاعتماد المتبادل، وهي عملية متكررة، تحدث عبر فترات زمنية، ويكون لهذا الاعتماد المتبادل تأثير ملموس يبرز في تبادل الأدوار في التناوب في التواجد مع الأبناء على سبيل المثال. ويظهر قيمة التبادل في الطريقة التي يتحدث بها أحد الشريكين أو الزوجين عن الآخر عند وضعه للخطط المستقبلية. والتحدث بلغة المستقبل، وليس الأنا.

. ث. الثقة، وتبرز في التعلق بين الشريكين، فالألفة تحدث نتيجة ثقة كل طرف في قدرات الآخر، وقدرته على دفع الحياة نحو الأفضل، ونحو تحقيق النفع العام للطرفين في استمرار العلاقة. وغذا انعدمت الثقة فتؤدي إلى تباعد الطرفين.

ج. الالتزام والرعاية، فبدون الالتزام في الواجبات الاسرية والاجتماعية فإن الترابط يقل، ويضمحل عبر الوقت، ويشعر الآخر بتجاهل الطرف الآخر، الأمر الذي يؤدي إلى العزوف عن الشريك إلى أن تتهاوى العلاقة جراء تلك الفجوة العاطفية الناجمة. ويتطلب الالتزام والرعاية قدر من الثقة والترابط في الحياة اليومية، والانفتاح، والألفة، وبالتالي فهذا العامل هو نتاج تفاعل العوامل الخمس الأخرى.

ح. الانصاف والشرف، فكل طرف يتطلب من الآخر أن يعامله بإنصاف وقت الحاجة، فمن الطبيعي أن تدخل العلاقات العاطفية في فتور عاطفي، نتيجة مجريات الحياة الضاغطة. فكل طرف يتوقع أن يستجيب الآخر لاحتياجاته وألا يضره وقت الشعور بالخزي والألم والمعاناة النفسية.

دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحديد إطار العلاقات العاطفية:

بالإضافة إلى تلك الفوائد الاجتماعية على النواحي النفسية لاتي يلاحظها كل منا من خلال تكوين صداقات مع الغرباء ودوائر المعارف والأهل، إلا أن هذه التأثيرات لها دور سلبي على العلاقات. فمقابلة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أشخاص على مواقع التواصل جدد وتوطيد العلاقات معهم (**Yacoub et al., 2018**)، وتكوين الألفة الزائفة الناتجة عن تقابل الذات الواقعية مع الذات المثالية، كل هذا يؤثر سلباً على الحياة الاجتماعية والاسرية والمهنية (محمود موسى، 2019).

Telegram:@mbooks90

ليس هذا فحسب فدخول الفرد في علاقة رومانسية مع طرف لا يعرفه عبر مواقع التواصل أمر طبيعي، خصوصاً وإن ذوي الظروف الاجتماعية المتشابهة يتجمعون عبر مواقع التواصل الاجتماعي. ونتيجة لهذا يحاول الفرد الالتزام في هذه العلاقة الافتراضية مع من أعجبه، وتستمر الدردشة مما يتسبب في صعوبات العلاقات الزوجية الكائنة فعلياً، فتنتشر الخيانة الزوجية، وانعدام الثقة، والغيرة، والاستياء من أحد الشريكين جراء ملاحظة تغير سلوكه وانخفاض الألفة، والشغف (Yacoub et al., 2018).

كما أن انتشار مواقع المواعدة للراغبين في الزواج، فكل من يرتاد تلك المواقع هم من تأخر سن زواجهم، أو من يرغبون في الارتباط خصوصاً في الهند. فقد لاحظت دراسة Noor, Djaba & Enomoto (2016) أن السيخ وهم أحد القوميات الهندية وهي قومية صارمة في اتباع ثقافة تقليدية في الزواج حيث تختار الاسرة الزوجة لابنها. وقد لوحظ أن تغيرت النظم التقليدية بسبب تلك المواقع حيث استطاعت تلك المواقع أن تقرب الفروق والمسافات بين من سيتزوجون من الرفقاء والأصدقاء. إلا أن دراسة Cacioppo, Cacioppo, Gonzaga, Ogburn & VanderWeele (2013) أثبتت أن الزيجات الناتجة عن مواقع المواعدة كانت أكثر معدلات الطلاق فيها.

كما أن العلاقات الرومانسية بين الزوجين يحدث لها خلل، جراء العلاقات الأخرى المتصورة التي تظهر في مواقع التواصل الاجتماعي. فغالباً ما يتلقى صديق هدية لطيفة من صديقته على مواقع التواصل،

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وهذا ما يؤدي إلى أزمة عاطفية، فهذا التصرف متعارض مع الواقع إذ لم يكن موجوداً بالواقع. كما أن هذا التصرف وإن حدث على الملأ في مواقع التواصل الاجتماعي فإنه يولد الغيرة عند الشريك الآخر في الزواج (Yacoub et al., 2018).

وإن لم يحدث هذا فإن منشورات الفرد التي تعبر عن عزوفه عن الشريك الآخر، تبدو واضحة جداً فهي عبارة عن اسقاطات تبرر عدم الرضا الزواجي، بل وقد يتطور الأمر لاستخدام القصف بالصور والمعلومات الخاصة بحياة الشخص، من خلال التلاعب بها بشكل مثالي (Billedo, Kerkhof & Finkenauer, 2015).

نظرية الاستخدام والمتعة:

هي نظرية أكثر شيوعاً في فهم سبب تفاعل الأشخاص مع مواقع التواصل الاجتماعي. وترجع أصول هذه النظرية إلى سبعينات القرن الماضي. فهي تصف دوافع الناس مع مواقع التواصل الاجتماعي من أجل تحقيق إرضاء احتياجاتهم. وتقدم النظرية منظور للتواصل النفسي إذ ترى أن الافراد يتشاركون بنشاط في البحث عن مواقع التواصل التي يعتقدون أنها ستلبي احتياجاتهم. وتفترض النظرية أن الافراد يتخذون خيارات خاصة بشأن الوسائط التي يستخدمونها من أجل الحصول على أقصى قدر من الاشباع لاحتياجاتهم. وهذا الاشباع يشير إلى خمس أنماط (Christensen, 2018):

- اعتقاد الأخرون أنه شخص نشط.
- ربط الإشباع بالاختيار الذي ينتهجه الشخص عبر مواقع التواصل.
- تتنافس مواقع التواصل مع مصادر أخرى للإشباع.
- تستمد مواقع التواصل الاجتماعي أهدافها من المحتوى الذي ينتهجه

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الفرد.

- تعليق الأحكام القيمية أثناء استكشاف توجيهات المستخدم.

الغيرة في طبيعة الحب:

الغيرة هي رد فعل من المودة التي يمر بها الفرد الذي يدرك أن الحب والعاطفة والاهتمام من جانب شريكه أو شريكها يمنحه لطرف ثالث عندما ينبغي تقديم هذه الفرص له أو لها. وهي مجموعة من الأفكار والمشاعر والأفعال التي تتبع تهديدات لتقدير الذات، أو تهديدات لجودة أو جودة العلاقة عندما تتولد هذه التهديدات من تصور جاذبية حقيقية أو محتملة بين شريك ومنافس (ربما يكون هذا المنافس خيالي) (de Almeida& Schlösser, 2014).

وتظهر الغيرة في علاقات الحب والارتباط في العلاقات على المدى الطويل، وغالباً تكون هناك من العوامل الموقفية (سياق الموقف العاطفي)، والتواصل الاجتماعي، والاختلافات الفردية التي تسبب إثارة الغيرة (Buunk & Bringle, 1987). وغالباً ترجع ظروف الغيرة إلى جذور ترتبط بالطفولة والتنشئة لدى الرجل والمرأة منذ الصغر، ويعتقد أن مشاعر الغيرة قد تنتج نتيجة التعلق الزائد بالشريك والشعور بعدم الأمن. كما أن الغيرة ليست وظيفة للحب بل هي نتيجة لانعدام الأمن، والشعور بالخوف من فقدان الشريك، وانكار الهوية الشخصية لمن نحب(Mathes & Severa, 1981). وهناك عدد من العوامل التي تساعد على تولد الغيرة لدى الشريك وهي(Ben-Ze'ev, 2010; Fitness & Fletcher, 1993; Mathes & Severa, 1981):

أ. كلما زاد الشعور بعدم الأمن كان الشريك أكثر عرضة للغيرة.

ب. أحياناً تكون الغيرة نوع من الحسد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ت. كلما انخفض تقدير الذات لدى الفرد، كلما كان أكثر عرضة للغيرة.

ث. كلما كانت الهويات الشخصية للشريكين الزوجين أكثر انفصالاً كان كل منهم أقل عرضة للغيرة، التي تكون بدافع دمج هوياتهم.

وعموماً كلما كان الشريك عصابياً في نمط شخصيته أدى ذلك إلى عواقب وخيمة جراء غيرته على الطرف الآخر. كما أن الغيرة ترتبط سلبياً بالسعادة الزوجية، وترتبط ايجابياً بالجدل (Mathes, 1986).

ويمكن الغيرة أن تكون سلوكية أو ظرفية موقفيه. فتكون الغيرة سلوكية عندما يتعرض كلا الشريكين لمواقف مماثلة ويشعر كلاهما بالغيرة في شدة مختلفة. كتواصل شخص مع طليقته بغرض الانتهاء من العلاقة وتسوية المواقف القانونية بغرض الانتهاء بصورة سليمة. في حين تكون الغيرة ظرفية موقفيه هي شعور الذي يسمح للشخص بتجربة درجات مختلفة من الغيرة في مواقف مختلفة (de Almeida& Schlösser, 2014).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المراجع

- محمود موسى. (2019). علم النفس الالكتروني. الرياض: دار العبيكان للنشر والتوزيع.

- محمود موسى. (2020). تحليل المشاعر بين الحقيقة والخيال. عمان: دار السواقي العالمية للنشر والتوزيع.

- Barsade, S. G., &O'Neill, O. A. (2014). What's love got to do with it? A longitudinal study of the culture of companionate love and employee and client outcomes in a long-term care setting. Administrative Science Quarterly, 59(4), 551-598.

- Baumeister, R. F., & Bratslavsky, E. (1999). Passion, intimacy, and time: Passionate love as a function of change in intimacy. Personality and social psychology review, 3(1), 49-67.

- Ben-Ze'ev, A. (2010). Jealousy and romantic love. In S. L. Hart & M. Legerstee (Eds.), Handbook of jealousy: Theory, research, and multidisciplinary approaches (p. 40–54). Wiley Blackwell. https://doi.org/10.1002/9781444323542.ch3

- Berscheid, E. (2006). Searching for the meaning of "love". In Sternberg, R. J., Weis, K. (Eds.), The new psychology of love (pp. 171–183). New Haven, CT: Yale University Press.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الفصل الثاني

سيكولوجية الجنس

وإدمان المواد الإباحية والجنس الالكتروني

Psychology of Sex,

Online Pornography and Cyber-sex addiction

يعتبر الجنس هو أداة التفريغ النفسي، والعاطفي التي ينتهجها الجنسين في الإطار السليم وهو الزواج الشرعي. ويدور هذا الفصل في إطار الجنس الشرعي بقنواته المشروعة ولا مجال للحديث عن العلاقات الطارئة. كما أن مقصدي من ذكر الجنس الالكتروني هو ادمان المواد الإباحية التي كان لها النصيب الأكبر في بحوث الإدمان السلوكي في علم النفس والتي نمى ذكرها وذكرت لأول مرة في الجمعية النفسية للطب النفسي عام 2003 عندما أدرج إدمان الجنس والقمار ضمن القوائم التي وردت في الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية.

الدوافع الجنسية لدى الجنسين:

تميل الاناث إلى التعبير عن المتعة الجنسية أثناء العلاقة الحميمة، إذا كانت تحكم هذه العلاقة الألفة، ومشاعر الشغف. وفي دراسة أجريت على الجنسين في المجتمع الأمريكي اتضح من نتائجها أن دوافع الجنس لدى الذكور في الجماع للمرة الأولى هو الفضول، ثم في اللقاءات الحميمية المتتالية يكون اشباع الرغبة الجنسية فحسب، وأن 14% من الاناث الذين أجريت عليهم الدراسة كانت دوافعهم للجنس هي الحب

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ليس أكثر(Carroll, Volk & Hyde, 1985). في حين وصفت دراسة أخرى أن الدافع للجنس لدى الاناث هو إنجاب الأطفال (Rosenbaum & Weathersbee, 2013).

في حين هناك دراسة (1981) Hite أجريت على النشاط الجنسي للذكور، وقد أوضحت ثلاث أسباب رئيسية وراء رغبة الذكور في الجماع منها: (1) النشوة واللذة الجنسية للجماع، (2) أسباب عاطفية ونفسية، (3) دوافع أيدولوجية وثقافية.

في حين ترى أن هناك دوافع متشابهة للجنس لدى الجنسين، ومن هذه الدوافع ما يلي (Browning, Hatfield, Kessler& Levine, 2000; Regan & Dreyer, 1999):

أ. العوامل الداخلية، مثل الرغبة الجنسية، والتجربة الجنسية، والمتعة الجنسية. وأكدت دراسة Weaver & Herold (2000) أن الاناث أكثر بحثاً عن المتعة في العلاقات الجنسية منه في الذكور.

ب. العوامل المرتبطة بالشريك مثل الجاذبية، الحاجة للإنجاب.

ت. الأسباب الاجتماعية، مثل تحسين الحالة المزاجية، زيادة احتمالية الالتزام طويل الأمد في الحياة الاجتماعية للشريكين، تخفيف التوتر والاجهاد.

كما حدد Browning et al. (2000) خمسة عوامل للانخراط في النشاط الجنسي منها: (1) الحب والعاطفة، (2) المتعة، (3) الانسجام، (4) الفضول والمنافسة، (5) القوة (الهيمنة والرضوخ).

الجنس الالكتروني:

يعد إدمان الجنس الالكتروني وإدمان المواد الإباحية أحد عناصر القصور الاجتماعي للشباب والفتيات في المحيط الأسري إذ يخفق

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كل منهم في التواصل مع الطرف الآخر ويصبح العزوف عن العلاقات الأسرية ينمو حثيثاً حتى تتفاقم الأمور بحدوث بعض التلفيات المخية كما استعرضها علم النفس العصبي وطب المخ والأعصاب خصوصاً في الفتيات إذ أن عدد المراكز المخية التي تتفاعل مع المادة الإباحية أعلى من عدد المراكز الموجودة بمخ الذكور ومن ثم أصبح الخطر داهماً على جيل الشباب. كما أن نوع الإدمان للمواد الإباحية من نوع الإدمان الثانوي الذي يعد خطراً مهدداً للأمن النفسي والاجتماعي للفرد والمجتمع. وفيما يلي استعراضاً لبعض نتائج الدراسات النفسية الشائعة في هذا الصدد وهي كالآتي:

• يرتبط إدمان الجنس الالكتروني مع عدد من المضاعفات الطبية والمهنية والقانونية والعاطفية المحتملة.

• إدمان الجنس الالكتروني هو شرط ينطوي على تأثر الشخص المتألم بالأفكار أو السلوكيات التي تعطي التأثير الجنسي المطلوب.

• يعتقد أن أكثر من 30 مليون شخص يعانون من إدمان جنسي عبر العالم.

• الانتكاس النوعي أو الاضطراب المتذبذب هو الاضطرابات التي يطبع على المدمن أثاراً جنسية من قبل أشياءً تثير غريزته، ويمكن الوصول إلى هذه المصادر بصورة سهلة المنال.

• لا يعتقد وجود عوامل مؤثرة في الإدمان الجنسي ولكن يعتقد أن هناك عوامل بيولوجية ونفسية واجتماعية تسهم في تطور هذه الاضطرابات.

• يمكن توصيف مدمن الجنس بأنه شخص يعاني من نمط سلبي من السلوك الجنسي الذي يؤدي إلى مشكلات كبيرة له.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

• يمكن للمدمن استفادة من المصحات أو عن طريق العلاج السلوكي المعرفي عندما تصبح الإكراهات الجنسية شديدة ويحتاج المريض إلى تدخل علاجي مكثف داخلي على يد متخصصين.

• قد تتضمن الوقاية من الإدمان الجنسي تدخلات تعزز تقدير الذات وصورة الذات وتتعامل مع المشكلات العاطفية، وتعلم الأطفال مخاطر الاستخدام المفرط للإنترنت، ومراقبة الوقت أثناء استخدام الحواسب الذكية واللوحية والحد من استخدامها في استعراض المواقع الإباحية.

وقد اهتمت الدراسات النفسية بدراسة إدمان المواد الإباحية عبر الانترنت في ضوء التخصصات المتاحة ويختص هذا الفصل بدراسة ثلاثة مناظير هي:

• منظور علم النفس الاجتماعي وهو يهتم بدراسة نشأة الظاهرة وطبيعة تأثيرها في السلوك الاجتماعي للفرد، وعلى علاقاته العاطفية والرومانسية ومدى رضاه على نوع العلاقة وكيفيتها.

• منظور علم النفس العصبي ويهتم بالتأثير النيورولوجي للظاهرة على الفرد، وتأثيرها على إحداث أمراضاً سيكوسوماتيه غير عضوية لدى الفرد.

• منظور علم النفس الالكتروني للظاهرة وهو كيفية وصول الفرد للمواد الإباحية وكيفية تصرفه ودورها على السلوك الشخصي للفرد واهم النظريات النفسية المفسرة.

الفروق بين بعض المصطلحات المتصلة بإدمان المواد الإباحية:

يوجد بعض الفروق الجوهرية المتصلة بإدمان المواد الإباحية Pornography addiction وهي عبارة عن النشاط المتكرر لمتابعة بعض الصور والمقاطع والفيديو سواء أكانت محفوظة مسبقاً أو

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

يبحث عنها المستخدم داخل الانترنت. وهي كل أنشطة تحمل مواد بها أجساد عارية أو شبه عاريه وتحمل مواد فاضحة منافية للأدب العامة المجتمعية.

وهناك مصطلحين من المفضل التفريق بينهما في التراث النفسي وهي مصطلح Cyber وتعني الكتروني ومصطلح Virtual وتعني كلمة افتراضي. فالفضاء الافتراضي Virtualspace هو عبارة عن تمثيل ثلاثي الأبعاد يتم إنشاؤه بواسطة الحاسب لأحدي الإعدادات التي يدرك الفرد نفسه أنه يتفاعل ضمنها. أما الفضاء الالكتروني Cyberspace هو حالة خاصة تمثل كافة البيانات المخزنة على الانترنت ويعد الفضاء الالكتروني هو واقع افتراضي يمكن الفرد من التجول في أركانه بشرط تواجده على الانترنت.

مفهوم إدمان المواد الإباحية على الانترنت:

أطلق المصطلح لأول مرة باسم إشكالية المواد الإباحية Problematic online pornography على يد Kor et al. (2014) التي تشمل المسارات الرئيسية لهذا النوع من الإدمان. وقد ركزت جميع التعريفات التي ظهرت إلى النور على أربعة نقاط رئيسة هي:

- استخدام الفرد للمواد الإباحية على الانترنت بشكل متكرر ومفرط.
- قبل المشاركة في المواد الإباحية تكون هناك رغبة فردية لدى الفرد بحدوث حالة عاطفية.
- تنخفض وجهة الضبط الخارجية لدي الفرد في سلوك مشاركة المواد الإباحية.
- انخراط الفرد في استخدام المواد الإباحية على الانترنت بالرغم مما يسببه له من تغير في الشخصية والاضطرابات الوظيفية.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وينجم إدمان المواد الإباحية على الانترنت عن بعض المشكلات الاجتماعية السلبية والتي من بينها ضعف نتائج العلاقات الرومانسية بين الجنسين كعدم الرضا على العلاقة وطبيعتها ونوعيتها، واستثمار العلاقة وعدم الرضا الجنسي (Blais-Lecours, Vaillancourt-Morel, Sabourin, & Godbout, 2016; Stewart & Szymanski, 2012; Szymanski, Feltman, & Dunn, 2015; Szymanski & Stewart-Richardson, 2014). ووفقاً للدراسات التجريبية (Lambert, Negash, Stillman, Olmstead, & Fincham, 2012) فإن استهلاك الفرد للمواد الإباحية عبر الانترنت يرتبط ايجابياً بالغزل الالكتروني Cyber flirting وسلوكيات التصيد Hooking up behavior ويحدد هذا العلاقة طبيعة التزام الفرد بمعايير المجتمع.

وباعتبار إدمان المواد الإباحية على الانترنت إدماناً فقد وضعت الجمعية الأمريكية للطب النفسي الدليل التشخيصي الخامس الإصدار المعدل DSM-IV TR معايير التشخيص له منها: الانشغال المتكرر بالسلوك الجنسي، والتصرف بدرجة كبيرة أو لفترات أطول زميناً مما هو مطلوب، محاولات كثيرة للحد من تكرار هذا النشاط تبوء بالفشل، والتأخر الأكاديمي والمهني والاجتماعي والمحلي، الشعور بالأرق وعدم القدرة على التصرف.

وعرفه Goodman (1990) على أنه الفشل المتكرر في مقاومة المثيرات، وزيادة الإحساس بالتوتر الذي يحدث قبل المشاهدة، والشعور بالمتعة والاثارة عند مشاهدة المواد الإباحية، وعدم القدرة على التحكم في الذات أثناء وبعد مشاهدة تلك المواد. ويرى Goodman (2001) أن سلوك الإدمان الجنسي هو سلوك يكره الفرد عليه بغض النظر عن كون المتعة النابعة من التجربة المعروضة أمامه وهذا يتعارض مع الدليل التشخيصي الرابع Diagnostic and Statistical Manual

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

of Mental Disorders, fourth edition (DSM-IV; American Psychiatric Association [APA], 2000). ويرى أن اضطراب السيطرة على الانفعالات الناتج الإيحاء النابع من السلوك المعروض أمامه والذي يستخلص منه المتعة يولد نوع من الاعتمادية.

يرى Wéry & Billieux (2017) أن ما يميز هذا النوع من الإدمان هو ليس الحصول على المتعة النفسية، ولكن الغموض في الإقلاع عن التوقف وفي نفس الوقت عدم الرغبة عن التوقف والشعور بالعجز عن إيقاف هذا النشاط.

معايير تشخيص الاضطرابات الوظيفية لإدمان الجنس الالكتروني:

أشار Wéry & Billieux (2017) ونظراً لوجود معايير معترف بها لتشخيص الاضطرابات الوظيفية الالكترونية اعتمدت بعض الدراسات على المعايير التي تم صياغتها لتحديد الإدمان الجنس الالكتروني Cybersex addiction أو اضطراب فرط النشاط الجنسي hypersexualdisorder. ويمكن تحديد ثلاث مجموعات من المعايير المقترحة في الأدبيات النفسية، والتي صاغها Carnes (1991); Goodman (1998) والمعايير الأكثر حداثه لـ Kafka (2010, 2013).

وكما هو موضح في جدول (1) هناك ثلاث تصنيفات تشترك في بعض المؤشرات ومنها: فقدان السيطرة، والوقت المستغرق للسلوك الجنسي، والعواقب السلبية الكبيرة المنعكسة على الأنشطة اليومية. وعلى النقيض فقد توجد اختلافات في هذه التصنيفات الثلاث كما هو موضح بجدول (1). وبالرغم من أوجه الشبه والاختلاف البادية في هذه التصنيفات إلا أنه لم توجد شواهد على وجود معايير استرشادية طبية للأطباء تحسم هذا الجدل والتناقضات. ونظراً لوجود تناقضات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ولم يتحدد بهذه التصنيفات مسببات الحالة ومن ثم فلم يتم إدراجها في الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية الطبعة الخامس للجمعية الأمريكية للطب النفسي. وفي البحوث العلمية لم يلتفت إلى تلك التصنيفات حسب أحد الدراسات التي استخدمت ما وراء التحليل لعدد 155 دراسة تم الاستشهاد بمعايير تصنيف Carnes (1991) أربع مرات، ومعايير تصنيف Goodman (1998) ثلاث مرات بينما معايير تصنيف Kafka (2010, 2013) فقد تم الاستشهاد به مرتان. ومن الشواهد النظرية أن إدمان المواد الإباحية هو أحد مشتقات إدمان الانترنت (Griffiths, 2012). وفيما التصنيفات الثلاثة:

جدول (1): التصنيفات الثلاثة لمعايير إدمان الجنس الالكتروني (إدمان المواد الإباحية).

م	المعيار	Carnes ((1991	Goodman ((1998	Kafka ((2013
1	فقد السيطرة	#	#	#
2	الوقت المفرط المقضي في السلوك الجنسي	#	#	#
3	عواقب سلبية على الذات والآخرين	#	#	#
4	الهروب	#		#
5	التساهل في قضاء وقت أكثر	#	#	
6	تغيرات المزاج	#		
7	التوتر قبل حدوث السلوك الجنسي		#	
8	المتعة والارتياح خلال السلوك الجنسي		#	
9	الانشغال الدائم بالتفكير في السلوك الجنسي		#	
10	الانسحاب		#	
11	نوع السلوك الجنسي المتابع بالمادة الاباحية			#
12	عمر الفرد لا يقل عن 18 عاماً			#

وحاول Grubbs, Stauner, Exline, Pargament, and Lindberg (2015) إيجاد مجموعة فرعية من المعايير للتصنيفات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

السابقة لمستخدمي المواد الإباحية الالكترونية وقد وضعوا المعايير التالية:

• المشاركة القهرية غير المضبوطة (المقننة) للمواد الإباحية الالكترونية.

• الاستخدام المستمر للمواد الإباحية الالكترونية بالرغم من انعكاسات الأثار والنتائج السلبية عليهم.

• الاضطراب العاطفي emotional distress مثل الشعور بالذنب Guilt والعار Shame والندم Regret وهذا الاضطراب يتعلق باستهلاك المواد الإباحية الالكترونية.

وينظر إليهم Grubbs et al. (2015) على أنهم مدمني الإباحية الالكترونية ويعانون من بعض الأعراض النفسية المتكررة كالقلق والاكتئاب بغض النظر عن متوسط الوقت اليومي الذي يقضيه في الأنشطة المتصلة بالجنس الالكتروني Cybersex-related activities.

عوامل الخطر المسببة لنمو ظاهرة إدمان المواد الإباحية على الانترنت:

في عام (2008) توصل Carroll et al. (2008) إلى أن ثلثي الشباب من الذكور ونصف الفتيات يقبلون على مشاهدة المواد الإباحية من خلال دراسة استطلاعية من حجم المترددين على المواقع ذات المواد الإباحية، ومع ذلك فإن إشكالية إدمان المواد الإباحية غير محددة ومعروفة حتى الآن بسبب عدم تصريح الشباب والشابات عن ارتباطهم بهذه الظاهرة.

وفي هذا الصدد فقد حدد Cooper, Delmonico, Griffin-Shelley, & Mathy (2004) ثلاث عوامل مسببة لرواج ونمو ظاهرة إدمان

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المواد الإباحية وهي: (1) الهوية الخفية التي يمكن لمستخدمي أو مشاهدي المواد الإباحية التخفي ورائها، خوفاً على سمعتهم وسط المجتمع، و (2) سهولة الوصول للمواد الإباحية، و (3) تعزيز الأثار الناتجة لدى مشاهديها.

بينما اختلف Laier & Brand (2014) معه في أن نمو ظاهرة إدمان المواد الإباحية على الانترنت راجعاً إلى عوامل شخصية منها الاستثارة الجنسية العالية ومن ثم فمن المتوقع أن يكون الاستخدام المتوقع ايجابياً. بينما يرى Cooper, Putnam, Planchon & Boies (1999) أن أكثر الأفراد إدماناً لمشاهدة المواد الإباحية ذوي المزاج الاكتئابي وشديدي التوتر. بينما كانت نظرة Cooper et al. (2004) أبعد من ذلك فقد قسم إدمان الجنس الالكتروني في ضوء السمات الشخصية إلى قسمين:

• ترتبط دوافع الجنس الالكتروني لدى الشخصيات الانبساطية بأنشطة الإثارة الجنسية، أو للاسترخاء أو اللهو، أو لأسباب تعليمية.

• بينما ترتبط دوافع الجنس الالكتروني لدى الشخصيات العصابية بأنشطة تقليل الاجهاد، وتنظيم العواطف، والتعويض عن الأوهام الجنسية غير المشبعة في الواقع الحقيقي للعلاقة الحميمة.

وينمو عرض ومشاهدة المواد الإباحية إلى مرحلة الإدمان وهذا يعد راجعاً إلى الشعور بالوحدة النفسية والعزلة، ومن ثم فالإدمان هنا يتوافق مع فرضية بعض الدراسات النفسية (Billieux, Gay, Rochat, & Van der Linden, 2010; Deleuze, Rochat, Romo, Van-der-Linden, Achab, Thorens &Billieux 2015; Selby, Anestis, & Joiner, 2008) أن الفرد ذكراً كان أم أنثى يلجأ إلى الأنشطة الالكترونية للمواد الإباحية كطريقة لتنظيم وتحسين الحالة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المزاجية السلبية. كما أكد Ross, Månsson & Daneback (2012) أن الدوافع الفردية وراء البحث عن المواد الإباحية أو الجنس الالكتروني تنحصر في الاسترخاء أو الرضا الجنسي.

طبيعة إشكالية إدمان الجنس الالكتروني بالنسبة للذكور:

يرى أن هناك شواهد منبئة باستخدام الذكور للمواد الإباحية وهي الصراع الداخلي القائم على دوره كذكر وأساليب التوافق مع الشريك. وفيما يلي تفسير كل منهما:

• دور الجنس Gender role: يشير إلى الحالة النفسية التي تؤدي فيها أدوار الجنسين الاجتماعية إلى عواقب سلبية على الآخرين وعلى الذات، وهذا بدوره يحدث عندما يؤدي أدوار الجنسين إلى صرامة الشخصية personal **rigidness** وتجاهل دور الآخر أو انتهاك الذات أو الآخرين (O'Neil, Helms, Gable, David, & Wrightsman, 1986).

ويرى O'Neil et al. (1986) أن الخوف وانخفاض دور الانوثة والتحيز الجنسي في حياة الرجل ينتجان تضارباً في النوع الاجتماعي في النجاح والسلطة والمنافسة، ويولد سلوك مبالغ فيه انفعالياً، ويولد سلوكاً حاداً وصراعات بالعمل وأخر بالعلاقات الأسرية.

ويتحول فكر الرجل إلى التفكير النمطي والسلبي تجاه المرأة بل ويتطور الأمر أحياناً إلى الدور العدائي للمرأة، وقبول خرافات الاغتصاب، والسلوك العدواني أثناء حدوث العلاقات الحميمية بين الطرفين، أو توجيه الإهانة للجنس الآخر، بالإضافة إلى بعض السلوكيات الأخرى السلبية مثل التحرش O'Neil (2008). وتتجمد بعض المفاهيم وتصبح صلبة ومقيدة للرجولة فقد يصف السلوك الغريزي للمرأة بالنمطية أو تتحول نظرته لهدم صورة الذات الجسمية لدى المرأة (Kilbourne,

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

.(1999

ويرى O'Neil (2008) أن الرجل يصبح أكثر تخوفاً وتجنباً للمرأة وتتجمد عواطفه وتتصلب إذ لا يمكنه التعبير الصريح عنها، ويقلل الإفصاح عن الذات أثناء العلاقة الحميمة، بل ويعزف أحياناً عنها، وتزداد الخلافات الزوجية لديه بل ويعرب عن استيائه الأكبر من العلاقة بينهما.

ويرى Szymanski & Stewart-Richardson (2014) أن الرجال ذوي المستويات العالية من الصراع بين الزوجين يتحولون لاستخدام المواد الإباحية عبر الانترنت للتعامل مع عجزهم في الوظائف الشخصية وتجنب الجوانب الحميمة للعلاقات الرومانسية؛ وذلك لأن استخدام المواد الإباحية يتناسب مع المفاهيم التقليدية للرجولة، ويزيد الشعور بالقوة والسيطرة على طرف العلاقة الآخر وخلق الإثارة دون الحاجة للعلاقات الحميمة.

• أنماط التوافق: توجد ثلاثة أنماط من التوافق لدى الرجل هي: آمنة secure، وغير متوقعة insecure anxious، وتجنب غير الآمنة insecureavoidant(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 2015). ويتطلب حدوث الرومانسية بلوغ ثلاثة أنظمة سلوكية هي: التعلق، إعطاء الرعاية care giving والتزاوج الجنسي sexual mating (Shaver, Hazan, & Bradshaw, 1988).

تزيد أنماط التعلق المطورة إلى المساعدة في فهم العديد من الفروق في العلاقة العاطفية والحميمة وبما أن ارتباط مشاهدة المواد الإباحية بأسلوب ونمط التعلق فإن هذا يجعل هناك فتوراً في العلاقة بين طرفي العلاقة إذ ينمو القلق وتجنب الطرف الآخر (Zapf, Greiner, &Carroll, 2008). ومن ثم خفض القلق يولد نمط تعلق آمن ومن ثم ينمو الثقة ويزداد الدفء والاستقرار في العلاقات (Szymanski &

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

.(Stewart-Richardson, 2014

ويرى Zapf et al. (2008) أن استقرار العلاقات العاطفية لدى الذكور يجعلهم يستمرون في العمل الإضافي في البيئة الواقعية لهم. وعلى النقيض فإن ذوي مستويات القلق المرتفعة يتولد لديهم الإحساس التام بقرب فشل العلاقة بين الطرفين وتتولد لديهم نمط توفق غير آمن. ويتولد الشعور بالغيرة من الطرف الآخر ويتباعد التقارب العاطفي بينهم ويتجنب كل منهم العلاقة الحميمة مع الشريك (Birnbaum et al., 2006). إلا أن بعض الدراسات اختلف في تحديد سلوك ذوي أنماط التوافق غير الأمن بطريقتين هما:

• الابتعاد عن الشريك وتجنب الاتصال الجنسي تماماً بين طرفي العلاقة (Kalichman et al., 1994; Tracy, Shaver, Albino, & Cooper 2003).

• الانخراط في نشط جنسي عارض قصير المدى الزمني، أو العلاقات العرضية أو مشاهدة المواد الإباحية (Brennen & Shaver, 1995).

نمط التعلق المفعم بالقلق:

يتصف هذا النمط من التعلق بالقلق وانعدام الآمن بالذات لأن المشكلة الرئيسية التي يعاني منها الشخص القلق هي الرفض في العلاقات الحميمية (Tracy et al., 2003). ويميل ذوي نمط التوافق القلق إلى استخدام المواد الإباحية عبر الانترنت أكثر من ذوي التوافق الآمن. وقد يبحث الفرد إذا تطور معه التوافق القلق إلى استبدال مشاهدة المواد الإباحية للبحث عن شريك افتراضي عبر شبكات التواصل الاجتماعي بحثاً عن العلاقات التخيلية البديلة الأكثر ألفة من الحقيقية، أو قد يتحول الأمر لميلهم للبحث عن علاقات عاطفية يصبح فيها الطرف الأضعف مع شريك حقيقي بحثاً عن الاشباع العاطفي ولتقليل

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الشعور الرفض الشخصي أثناء العلاقات الحميمة (Szymanski & Stewart-Richardson, 2014).

المداخل النيورولوجية في تفسير إدمان الجنس الالكتروني

الاستجابات العصبية تجاه المواد الإباحية Neural Responses Toward Pornography:

يرى (Most,Smith, Cooter, Levy & Zald, 2007; Prause, Janssen & Hetrick, 2008; Schimmack, 2005) أن الصور والأفلام التي تحتوي على المحفزات الجنسية البصرية visual sexual stimuli (VSS) تلفت الانتباه. وأكد Sennwald, Pool, Brosch, Delplanque, Bianchi-Demicheli & Sander (2016) أن المحفزات الجنسية البصرية تعمل على غرار المنبهات المرتبطة بالتهديد threat-related stimuli. وأشار Kagerer, Wehrum, Klucken, Walter, Vaitl & Stark (2014) أن انحياز الانتباه المثيرات الجنسية يعتمد في المقام الأول على الدافع الجنسي للفرد كسعيه نحو نوع معين من الكيفية الجنسية sexual sensation.

وبالرغم مما سبق فإن المحفزات الجنسية ليست بالضرورة هي السبب في حدوث الاثارة أو النشاط الجنسي كما ذكر Robinson&Berridge (1993). بل أنها تعتمد على الظروف التي تثير إعجاب الفرد ورغبته (Stoléru, Fonteille, Cornélis, Joyal & Moulier, 2012).

وفي ضوء التأثيرات العصبية لإدمان الجنس الالكتروني، فقد قام Stoléru et al. (2012) باستخدام ما وراء التحليل لعدد 58 دراسة تناولت تأثير هذه المواد على بعض مناطق المخ باستخدام أشعة الرنين المغناطيسي واطيف الأشعة تحت الحمراء القريبة والتي نشرت بين أعوام 1994 إلى 2010 وتوصلت الدراسة لنسبة التأثيرات الآتية:

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

جدول (2): البناء الفسيولوجي العقلي المسهم في تجهيز المحفزات الجنسية البصرية.

م	المراكز المخية	المصطلح الأجنبي	نسبة المشاركة
1	اللحاء الجانبي	Lateral occipital cortex	**83.9%**
2	اللحاء الحزامي الأمامي	Anteriorcingulate cortex	**67.6%**
3	اللحاء الجداري	Parietalcortex	**56.8%**
4	اللحاء الجانبي السفلي	Inferior temporal cortex	**54.1٪**
5	المخطط الظهري	Dorsal striatum	**51.4٪**
6	المهاد البصري	Thalamus	**48.6٪**
7	المناطق التمهيدية للحركة	Premotor areas	**37.8٪**
8	المخيخ	Cerebellum	**37.8٪**
9	الغدة النخامية	Hypothalamus	**37.8٪**
10	القشرة المخية الجبهية	Orbitofrontal cortex	**35.1٪**
11	اللوزة	Amygdala	**27٪**
12	العائق	Claustrum	**27%**
13	المخطط البطني	Ventral striatum	**27%**
14	اللحاء الأمامي الأوسط	Medial prefrontal cortex	**24.3٪**

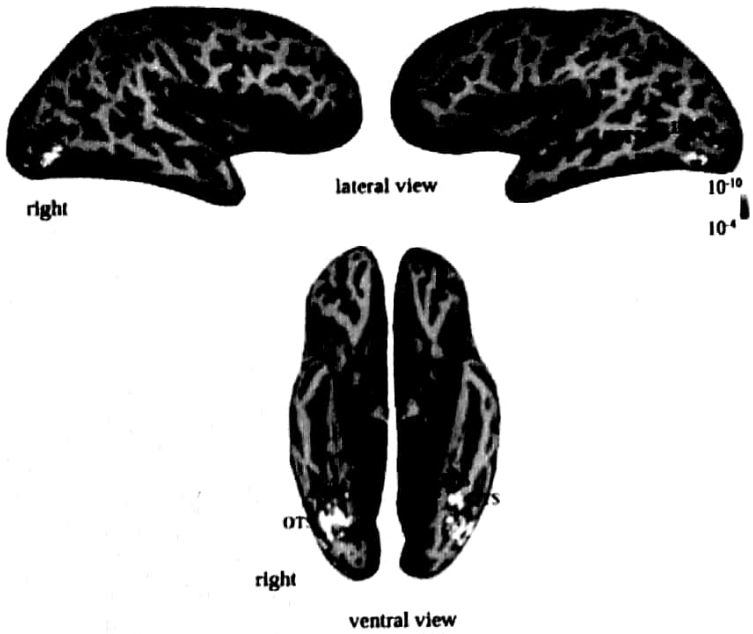
اللحاء الأفقي الجانبي Lateral Occipital Cortex:

تمكن من التعرف على هوية أي كائن بصري من خلال الشكل واللون والملمس (Nicholson & Humphrey, 2003). ويرى Malach,Reppas, Benson, Kwong, Jiang, Kennedy & Tootell (1995) أن هذه المنطقة تستجيب بقوة أكبر للموضوعات السلبية الناتجة عن عدم الشعور باللذة أو المتعة الجنسية، وهذا يتضمن صوراً لأحداث التعلق غير الآمن المهدد للعلاقات في تفاعلات الحياة اليومية.

وتنشط هذه المنطقة في نظام المكافئة الناتج عن ضخ جرعات الدوبامين والتكسيتوسين بصورة أسرع في وجود محفزات جنسية بصرية تحمل تفسيرات ذات مغزى معين لدى الفرد، وعادة يكون هذا المغزى محبب بالنسبة للمرء. ويزداد حجم الاستجابة لهذه الكائنات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الواردة في الصورة إذا ما كانت تأخذ الصورة ثلاثية الأبعاد وتحمل بعض الأحداث غير المألوفة (Grill-Spector, Kourtzi & Kanwisher, 2001). وفيما يلي بعض الصورة



المقطعية للحاء الافقي الجانبي:

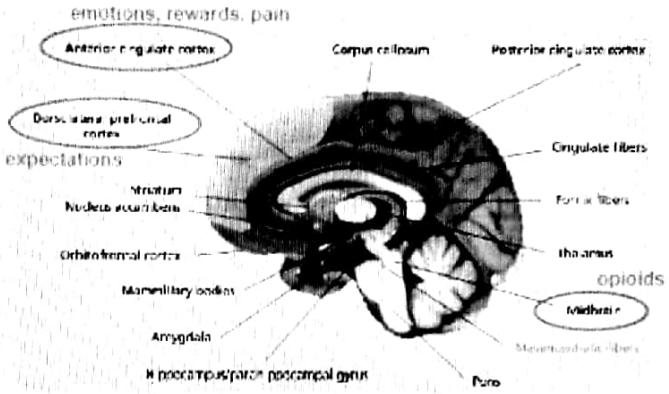
اللحاء الحزامي الأمامي Anterior cingulated cortex:

هي القسم الأمامي من القشرة الحزامية، وهي تشبه في شكلها «طوق» أو «حزام» يحيط بالقسم الأمامي. به مراكز متعددة للجهاز العصبي اللا إرادي مثل التحكم في ضغط الدم وسرعه نبض القلب وكذلك مراكز التركيز في التفكير والانتباه واتخاذ القرارات والمشاعر ومراعات العرف والتقاليد والأخلاقيات(Kennerley, Walton, Behrens, Buckley & Rushworth, 2006; Kolling, Behrens, Wittmann & Rushworth, 2016). ومن فوائده أيضاً الالتزام والبحث عن خيارات بديلة معين لإشباع السلوك(Strait, Blanchard & Hayden, 2014)، ومحاولة الالتزام بالخيار الافتراضي المعتاد(Kennerley et al., 2006). كما أنه مسئول عن التغييرات السلوكية مثل تحديث المعتقدات كي تتلاءم مع طبيعة النماذج البيئية في حالة صعوبة المهمة التي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

يعالجها الفرد (Kawai, Yamada, Sato, Takada & Matsumoto, 2015). وفيما يلي شكل يوضح موضع اللحاء الحزامي الأمامي في المخ:

اللحاء الجداري parietal cortex:



تشارك في التحولات الحسية المطلوبة لأداء عمل ما (Cui, 2016). كما أنها تعمل على فك شفرات معينة من العالم الخارجي (Hauschild, Mulliken, Fineman, Loeb & Andersen, 2012). كما أنها تحدد بحساسية الأبعاد والأعماق ويمكن أن يصل إليها عن طريق الايحاءات والمثيرات البصرية والحسية من البيئة الخارجية (Galletti & Fattori, 2018). وغالباً تكون هذه المنطقة هي المحفز للإثارة الجنسية التي تنتج عن الاثارة الناتجة عن التلامس أو حاسة الشم التي تحدث نتيجة إلتقاء الفيرمونات الحسية بين الجنسين أثناء العلاقات الحميمية.

ويرتبط هذا الجزء ببعض الوظائف الادراكية الدقيقة مثل التنقل المكاني وصنع القرار الادراكي بناء على الاحساسات الواردة عن طريق الانتباه وإحداث التكامل متعدد الحواس (Mohan, De-Haan, Mansvelder &De-Kock, 2017).

اللحاء الجانبي السفلي InferiorTemporalCortex:

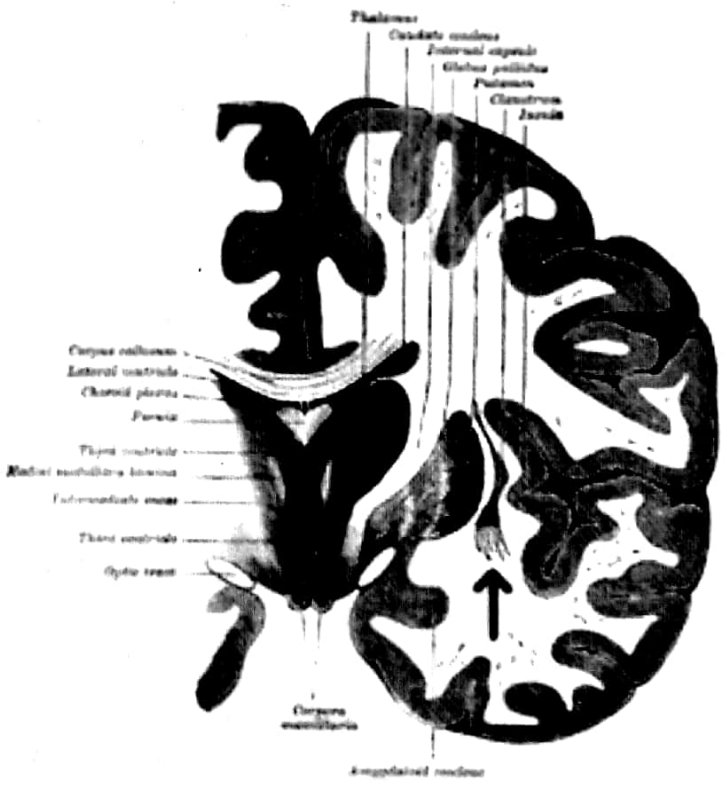
أكد Freedman (2012) أكثر حساسية للتفاصيل الواردة من

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المنبهات الحسية ومن ثم يؤدي هذا التحفيز إلى المزيد من التمييز البصري، ويعمل هذا المركز فقط ويستجيب بشكل مفضل للصور التي تحتوي على الوجوه. وعادة ما يزيد استثارة هذا المركز خصوصاً في وجود محفزات مفضلة (الصور والحركات).

العائق Claustrum:

هي رقاقة رقيقة غير متصلة بالخلايا العصبية العالقة على الجانب السفلي من القشرة المخية في وسط الدماغ ويبلغ حجمها بين مليمترات إلى بعض مليمترات. لها دور هام في عمليات الوعي والادراك كما أنها تستطيع تمايز الأصوات. ولها دور هام في التنسيق بين نصفي المخ وبين القشرات المخية الآخرى. وفيما يلي رسم تخطيطي للمخ موضحاً عليه موقع العائق:



المخطط البطني The ventral striatum:

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

يقوم بترجمة التأثيرات التحفيزية للمنبهاتالعاطفية إلى مخرجات سلوكية ومن ثم تفرز جنباً إلى جنب هرمون الدوبامين (هرمون السعادة والنشوة) ومن ثم يدمن الفرد تلك المحفزات العاطفية ويصبح استخدامها قهري (Lehner & Miller, 2016; Lundy-Ekman, 2013). وللمخطط البطني دور في تحسين عمليات المعالجة خصوصاً في وجود روابط عاطفية قوية. وتنشط هذه المنطقة جداً إذا توقع الفرد النقد الاجتماعي (Dreher & Tremblay, 2009). ويعالج المخطط البطني المثيرات العاطفية الإيجابية مثل التواصل الاجتماعي والدفء بين الأشخاص والشعور المفهوم والمشاهد اللطيفة (Lehner & Miller, 2016).

المناطق التمهيدية للحركة Premotorareas:

هذه تتعلق بتصرفات الشخص الحركية بدءاً من التفكير والتدبير قبل اختيار الحركةأوالتحرك وإرشاد وتهذيب الحركة مرعاه لمساحة المكان والمسافات النفسية للعلاقات بين الطرفين ووفقاً للمعلومات القادمة من مراكز الإحساس المختلفة وايضاً تخبرنا بتفهم حركه الآخرين التي نراها وماذا تعنيه.

المخطط الظهري Dorsal Striatum:

إثباتات حديثه أوضحت انه يسمح لجوانب هامه لعمليه اتخاذ القرار وخاصه ارتباط الفعل والنتيجة لتحقيق الأهداف واختيار الأفعال طبقاً لخبره الفرد الحديثة بتوقعاته الوصول إلى النتائج المرجوة reward and decision making.

المهاد البصري Thalamus:

به مراكز هامه لإدراك المؤثرات المحيطة والحواس من لمس وحركه

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ونظر وغيره فتشكل إدراك الفرد لما حوله.

اللحاء الأمامي الأوسط Medial prefrontal Cortex:

لها دور في صناعة القرار بما في ذلك مراقبة الصراع وكشف الأخطاء والتحكم التنفيذي والتعلم الموجه نحو المكافأة وصنع القرار بشأن المكافأة والمخاطر. وتلعب دوراً رئيساً في الذاكرة بما في ذلك مشاركتها في الانتقائية في استرجاع الذكريات البعيدة. كما تعمل على دمج الذكريات الحديثة والبعيدة واستدعاء ذاكرة الخوف في المواقف التي سببت الضغط والاهانة في الاحداث السابقة مما يسبب أحياناً حدوث كف لاحق أثناء تشفير المعلومات وتخزينها للذاكرة (Euston, Gruber & McNaughton, 2012).

الاضطراب السيكوسوماتية الناشئة عن إدمان الجنس الالكتروني

اضطراب فرط النشاط الجنسي hypersexuality Disorder:

الإدمان الجنسي هو حالة لا يستطيع فيها الفرد إدراة سلوكه الجنسي. وتؤثر الأفكار الجنسية المستمرة على قدرته على العمل والحفاظ على العلاقات وتحقيق أنشطته اليومية. وكي يتحقق الإدمان الجنسي لدى الفرد يلزمه عدة أمور منها: التبعية الجنسية أو الاعتمادية الجنسية sexual dependency وفرط النشاط الجنسي hyper sexuality والسلوك الجنسي القهري compulsive sexual behavior، وما يعرف باسم الغريزة nymphomania لدى الاناث أو satyriasis لدى الذكور.

ويشترط الإدمان الجنسي مع غيره من الإدمان السلوكي في أن الشخص مدمن على النشاط وليس على المادة وهذا قد يساعد على علاجه لكن بدون تدخل دوائي. ولم تضع الجمعية النفسية الأمريكية

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

American Psychological Association (APA)أي شروط لتشخيص هذا العرض. وقد يتطور الإدمان الجنسي ليشتمل بعض السلوكيات النموذجية الأتية: الاستمناء القهري أو ما يعرف بالعادة السرية، والاستخدام المتواصل للمواد الإباحية أو الاستثارة والتلصص وبعض الأفعال المتطرفة.

. وقد وصفته الجمعية الأمريكية لطب الإدمان American Society of Addiction Medicine بأنه الأمراض المزمنة لمراكز التحفيز والمكافئة بالمخ والمناطق ذات الصلة بهما. ويمكن وصف الإدمان الجنس على أنه هوس أو وجود الدافع الجنسي بشكل غير طبيعي يهيمن على أفكاره ومن ثم التأثير على كافة نشاطاته وتفاعلاته الآخرى، ومن ثم صعوبة العمل في المواقف الاجتماعية بسبب عدم القدرة على سيطرة الفرد على نشاطاته.

وينشأ نوع من الاضطراب المتذبذب paraphilic disorder ينطوي على إثارة جنسية بسبب لمثيرات التي لا يجدها معظم الأشخاص مقبولة، مثل الاعتداء الجنسي على الأطفال. فهي اضطراب ينطوي على الضيق والاختلال الوظيفي.

الأعراض Symptoms لاضطراب فرط النشاط الجنسي:

• الأنشطة المرتبطة بإدمان الجنس وتشتمل على: الاستمناء القهري، البحث عن أمور متعددة وشركاء جنسيين لليلة واحدة، التردد على بيوت المحرمات والملذات، الاستخدام المستمر للمواد الإباحية، الممارسات الجنسية غير الآمنة، الجنس الالكتروني، الافتاحية واستراق النظر (التلصص) voyeurism.

• الاتجاهات والسلوكيات المرتبطة بالإدمان الجنسي: عدم احترام القدرة على احتواء الحوافز الجنسية واحترام حدود الآخر المشارك في

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

العلاقة. الانفصال وعدم الرضا العاطفي عن النشاط الجنسي. هاجس جذب الآخرين والوقوع معهم في الحب وبدء الرومانسيات الجديدة، وغالباً ما يؤدي إلى وقوع الفرد في سلسلة من العلاقات. مشاعر بالذنب والعار. استخدام المحفزات الجنسية بغض النظر عن أعراضها الجانبية الاجتماعية والطبية والمالية. الفشل المتكرر في الاعراض عن الأعمال المتطرفة من الجنس الفاضح. الانخراط في السلوك الجنسي لفترة أطول من المعتاد، محاولات عديدة لوقف السلوك والحد منه والتحكم فيه. الوقت المفرط والطاقة المستهلكة في الحصول على الجنس أو التعافي من التجربة الجنسية. التخلي عن بعض الأنشطة الاجتماعية المتعلقة بالعمل أو الأنشطة الترفيهية بسبب الإدمان الجنسي. اضطراب الغضب الجنسي sexual rage disorder وهو إصابة الفرد بالضيق والقلق وربما العنف في حالة عدم القدرة على الانخراط في النشاط الجنسي.

مسببات حدوث اضطراب فرط النشاط الجنسي:

لم يكن على الموضع الطبي هناك أي نوع من مسببات حدوث هذا النوع من الإدمان، إلا أنه بعلم النفس العصبي يتضح أن هذا الإدمان يترسخ في مراكز التحفيز والمكافئة بالمخ، وقد يحدث عندما تستجيب تلك المراكز لاستجابات معينة خاطئة.

فمثلاً الفص الأوسط للمخ هو الجزء الخاص للدماغ الذي يعالج نظام المكافئة في الجسم وغرائز البقاء على قيد الحياة. وبما أن النشاط الجنسي يولد جرعات من الدوبامين؛ وعادة ما يرتفع هرمون الدوبامين لدى الفرد مدمن الجنس عندما يشارك في أنشطة ممتعة عاطفياً وممارسة العلاقة الحميمة، ويعد افراز هرمون الدوبامين المستوى العالي المزود للشعور بالنشوة. والدوبامين هو مادة كيميائية حساسة في الدماغ تثير الشعور بالمتعة، ومن ثم يحدث أن يخطيء في الشعور باللذة ومن ثم يعزف الانسان إلى المزيد من الأنشطة المكملة من أجل

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الحصول على تلك الشعور.

وهذا التلف في الفص الأوسط يسبب القشرة الجبهية (اللحاء الأمامي) أو مراكز الدماغ الخاصة بالمنطق والأخلاق تتضرر هي الآخرى.

التشخيص والعلاج لاضطراب فرط النشاط الجنسي:

التشخيص: اقترح جودمان وهو مدير معهد مينسوتا للطب النفسي معايير مماثلة لتلك المستخدمة في إدمان المواد المخدرة. وستشمل المعايير تشخيص الإدمان الجنسي عند حدوث تلف في وجود نمط من السلوك. ولحدوث التشخيص يجب ظهور ثلاث علامات على الأقل من السمات التالية خلال 12 شهراً. وتتعلق السلوكيات بقضايا التساهل والانسحابية، حيث أن مدمن السلوك الجنسي لن تتكيف مع الظروف الشخصية المتغيرة الناجمة عن الإدمان الجنسي. ومنها:

• يحتاج السلوك إلى زيادة في التردد والشدة لتحقيق التأثير المطلوب.

• الاستمرار على نفس المستوى أو شدة الفشل في إحداث التأثير المطلوب.

• يؤدي إيقاف السلوك إلى متلازمة الانسحاب withdrawalsyndrome، بما في ذلك التغييرات الفسيولوجية أو النفسية.

• يشترك في سلوك مماثل لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب.

ويتضمن الإدمان الجنسي الأعراض الاتية:

• الانخراط في السلوك لفترة أطول أو في كثافة أو تردد أعلى من المقصود.

• وجود رغبة مستمرة في الحد من السلوك أو التحكم فيه، أو بذل

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

جهود غير ناجحة للقيام بذلك.

• قضاء الكثير من الوقت في الأنشطة اللازمة للتحضير للانخراط والتعافي من السلوك.

• التخلي عن أو الحد من الأنشطة الاجتماعية أو المهنية أو الترفيهية الهامة بسبب السلوك.

• استمرار السلوك على الرغم من معرفة أنه من المحتمل أن يسبب تفاقم مشكلة جسدية أو نفسية مستمرة.

العلاج: قد يكون من الصعب علاج الإدمان، لأن الشخص الذي لديه إدمان سيبرر سلوكه وأنماط تفكيره في كثير من الأحيان. وقد ينكر الأشخاص الذين لديهم إدمان جنسي وجود مشكلة. وتهدف خيارات العلاج التالية إلى الحد من أي دوافع مفرطة للانخراط في العلاقات الجنسية وتشجيع رعاية العلاقات الصحية. وخيارات العلاج المتاحة كما يلي:

• منظمات المساعدة الذاتية Self-help organizations: وهي عبارة عن برنامج يتكون من 12 جلسة لمساعدة الفرد في إدارة ذاته. كالمدمن المجهول على الجنس، والجنس القهري للمجهول، والحب المجهول.

• برامج العلاج الداخلية Residential treatment programs: وهي متاحة للأفراد الذين يعانون من اضطرابات إدمانيه مختلفة، وهذه البرامج تتم في مصحات بحيث يتلقى الفرد العلاج في الموقع أو المرفق ويتلقى الرعاية على يد المعالجين المختصين.

• العلاج السلوكي المعرفي Cognitive behavioral therapy: وهو مجموعة من التقنيات التي تساعد الفرد في تغيير سلوكه. ويمكن للعلاج المعرفي السلوكي أن يجهز الشخص نفسياً لتجنب الانتكاسات وإعادة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

السلوكيات الجنسية الضارة.

• التدخل الدوائي: والذي يعطى للفرد للحد من الحفز والاستثارة الجنسية لديه. ولكن هذا لعقار غير مسموح به من قبل منظمة الغذاء والصحة الأمريكية Food and Drug Administration (FDA) لعلاج مثل هذه الحالات.

عواقب اضطراب فرط النشاط الجنسي:

بعض العواقب الآتية تشير إلى وجود إدمان جنسي، وهي كما يلي:

• العواقب الاجتماعية: يصبح المدمن ضائعاً بسبب الانشغال الجنسي والذي قد يؤدي إلى العزوف العاطفي عن الشريك، وفقدان الصداقة وفقد العلاقات الأسرية التي تنجم عن سلوكه غير المحكوم.

• العواقب سيكوسوماتية: كما أن الانفعال والاثارة الزائدة تولد نوعاً من الاجهاد على الغدة النخامية. ويعد خوف الصبي أو الفتاة من افتضاح أمره الأمر الضاغط الذي قد يلعب الدور الضاغط على الغدة النخامية التي تقع تحت السرير المخي والتي تتحكم في إفرازات وهرمونات جميع أجزاء الجسم وقد تصيب الفرد بالسكري الزائف أو متلازمات القلب.

• العواقب الانفعالية: القلق والتوتر الشديد إذ يعيش الفرد حالة من الخوف المستمر من افتضاح أمره، مما يزيد الشعور بالعار والشعور بالذنب لديه، لأن نمط حياته غالباً ما يتعارض مع القيم الشخصية والمعتقدات الدينية. والملل والاجهاد بسبب تقدم حالته في الإدمان، وتؤدي الأفكار الجنسية القهرية إلى الاكتئاب الحاد وغالباً ما تكون مصحوبة بالانتحار، وانخفاض تقدر الذات، وكراهية الذات والشعور بالعجز الشديد ولوم الذات، والصراع الأخلاقي الناجم عن تناقضات بين السلوكيات والقيم الأخلاقية. والخوف من الهجر، وتبدو لدى المدمن نوع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

من التفكير المشوه، والندم وخداع الذات.

ويعاني مدمني الجنس من كسر وتلف العلاقات. بينما يعاني بعضهم من مشكلات العلاقات الزوجية. وتؤدي الأنشطة الجنسية خارج العلاقة الأساسية إلى فقد تقدير الذات لكلا الشريكين وكذلك حدوث ضغوط أسرية مستمرة.

وغالباً ما تصاحب مدمن الجنس حالة من التوهان مما يؤدي إلى ضياع الوقت في نمذجة دور الوالدين، ويتم الضغط على الشريك لتعويض دوره المفقود في توفير الدعم الأبوي لأولاده ورعاية أطفاله.

Telegram:@mbooks90

• المالية والمهنية: قد يقع الفرد في الديون بسبب الإسفاف في البحث عن التعويضات النفسية والعاطفية الممكنة. أو في تكلفة الطلاق والانفصال. أو قد يكون بانخفاض إنتاجية الفرد عن المألوف مما يؤدي إلى فقدان وظيفته.

• القانونية: يؤدي الإدمان الجنسي إلى انتهاك القانون مثل التحرش الجنسي، والوقوع في وارتكاب جرائم الاغتصاب والسفاح والبغاء أو التحرش الجنسي بالأطفال.

• الجسدية: بعض الأمراض الناتجة عن الإدمان الجنسي هي إصابة الأعضاء التناسلية أو سرطان عنق الرحم. أو الإصابة بفيروس نقص المناعة المكتسبة، أو الهربس. وقد يؤدي الانشغال الشديد للمدمن إلى فقد الانتباه مما يسبب حوادث الطرق.

مقياس إدمان المواد الإباحية على الانترنت

إعداد:	تعريب: د. محمود علي موسى
د. داون تشيمنسكي، د. دستن ستيوارت-ريتشاردسون	مدرس علم النفس التربوي كلية التربية، جامعة قناة السويس

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

تعليمات

يهدف هذا المقياس إلى دراسة مدى تأثير المواد الإباحية على السلوك اليومي واختلال القدرة العصبية والنفسية لدى الفرد على مواكبة الأنشطة الروتينية اليومية. وعليك عزيزي المستجيب وضع علامة أمام الاستجابة التي تراها مناسبة أمام كل عبارة من العبارات التالية.

م	المفردات	دائما	أحيانا	غالبا	نادرا	أبدا
1	استخدامي للمواد الإباحية يتداخل مع جوانب معينة من علاقاتي.					
2	يؤثر استخدامي للمواد الإباحية على بعض قراراتي					
3	انعكس استخدامي للمواد الإباحية سلبياً على سلوكي					
4	تدمر استخدامي الصريح للمواد الإباحية علاقاتي الرومانسية بالوقت الحالي					
5	يشعرني مشاهدتي للمواد الإباحية بمشكلة في حياتي					
6	أتمنى التوقف عن مشاهدتي للمواد الإباحية الصريحة					
7	اعتقد أنني مدمناً صريحاً للمواد الإباحية الجنسية					
8	اشاهد المواد الإباحية أكثر مما أود او احتاج إليه					
9	يزداد متابعتي للمواد الإباحية باستمرار بصورة متكررة					
10	أشاهد المواد الإباحية بغض النظر عن طبيعتها					
11	يزداد ساعات متابعتي للمشاهد الإباحية يومياً					
12	يزيد عدد المواد الإباحية المتابعة بالمرة الواحدة باستمرار					
13	أتابع مصدر أباحي معين للحصول على المشاهد الإباحية التي ابحث عنها.					

مقياس إدمان المواد الإباحية على الانترنت

إعداد: د. اريال كور د. يودا فوجال د. روري ريد	د. سيجال دلجامانو د. ماريو مكاليور د. مارس بوتنزا	تعريب: د. محمود علي موسى مدرس علم النفس التربوي كلية التربية، جامعة قناة السويس

تعليمات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

يهدف هذا المقياس إلى دراسة مدى تأثير المواد الإباحية على السلوك اليومي واختلال القدرة العصبية والنفسية لدى الفرد على مواكبة الأنشطة الروتينية اليومية. وعليك عزيزي المستجيب وضع علامة أمام الاستجابة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً) التي تراها مناسبة أمام كل عبارة من العبارات التالية.

عبارت المقياس وأبعاده

الضيق والمشكلات الوظيفية Distress and functional problems

• تسبب لي مشاهدة المواد الإباحية خلل في علاقاتي الشخصية مع الآخرين في المواقف الاجتماعية.

• مشاهدتي للمواد الإباحية يشعرني بأنني سأقع ضحية علاقة مؤقته

• يشعرني مواصلة مشاهدة المواد الإباحية بأنني مصاب جنسياً

الاستخدام المفرط Excessive use

• لا أستطيع التوقف عن التفكير في مشاهد المواد الإباحية

• أقضي وقت طويل في مشاركة أفكاري عن المواد الإباحية مع زملائي

• أقضي الكثير من الوقت في التخطيط لمشاهدة المواد الإباحية

صعوبات التحكم Controldifficulties

• اشعر بالعجز عن التوقف عن مشاهدة الأفلام الإباحية.

• أجد صعوبة في منع تكرار مشاهدتي للأفلام والمواد الإباحية

• استمر في مشاهدة الأفلام الإباحية على الرغم من رغبتي في

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

التوقف عنها

الوقاية من الانفعالات السلبية Use for escape/avoid negative emotions

- ألجأ إلى مشاهدة الأفلام الإباحية تهرباً من مشاعري السلبية
- أشاهد الأفلام الإباحية عند شعوري باليأس
- اشاهد الأفلام الإباحية عندما اشعر بسوء حالتي الانفعالية

Telegram:@mbooks90

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المراجع

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Psychology Press.

- American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed). Washington, DC: Author.

- Billieux, J., Gay, P., Rochat, L., & Van der Linden, M. (2010). The role of urgency and its underlying psychological mechanisms in problematic behaviours. Behaviour Research and Therapy, 48, 1085–1096. http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2010.07.008.

- Birnbaum, G. E., Reis, H. T., Mikulincer, M., Gillath, O., & Orpaz, A. (2006). When sex is more than just sex: Attachment orientations, sexual experience, and relationship quality. Journal of personality and social psychology, 91(5), 929.

- Blais-Lecours, S., Vaillancourt-Morel, M. P., Sabourin, S., & Godbout, N. (2016). Cyberpornography: Time use, perceived addiction, sexual functioning, and sexual satisfaction. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 19(11), 649-655.

- Bőthe, B., Tóth-Király, I., Demetrovics, Z., &

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner