Affection_ الانفعـالات

أمثلـــة

- الانفعال_Affection

- اللذة Plaisir

- الألـم Douleur

_ أنواع التعبير الانفعالي

- الانفعالات و تعاريفها

_ الهيجان Emotion

_ نظرية جيمس_لانج

- نظرية كانون _Cannon

_ الاضطرابات الانفعاليةأو الهيجانية ésordres émotionnelles

- العاطفة Sentiment:

- الهـوى Passion

الاستنتـــاج

تطبيـقات

أسئلة التقويم الذاتي

أجوبة أسئلة التقويم الذاتي

www.eddirasa.com

أمثلـــة:

الموضوع	انفعال	عاطفة	هوى	هيجان	التبرير
تفاؤل	×				كل ما يثير في النفس لذة أو ألما انفعال ونحن هنا أمام حالة، ربما غامضة، لكنها ملائمة، ومريحة، ومتوازنة، ومتكيفة، فهي انفعال من نوع هادئ محبب ومناسب، لا نستطيع أن نصنفه في بقية الانفعالات، أي في بقية الخانات، من هذا الجدول فنكتفي بالقول إنه انفعال.
حب	×	×			الحب أنواع ودرجات، وهو انفعال مثل كل الحالات المثيرة للذة أو الألم النفسي أو الجسمي، أو هما معا. والحب يمكن تصنيفه في خانة العاطفة إذا كان هادئا متزنا بطيئا ملائما، وغير مسبب لاضطراب الشخصية والسلوك. أما إذا كان قويا عنيفا، فإنه يصبح هوى أو هيجانا، مهما كان نوعه، مثل حب الأم لولدها، أو حب الماء أو الحب الزوجي، وغيرها من أنواع الحب المتنوعة، التي قد تكون انفعالا عاطفيا ملائما، قد يستمر مدى الحياة، أو يكون عنيفا مزعجا ومؤلما، أي هوى أو هيجانا، وهذا لا يستمر إلا لفترة قصيرة، لخطورته واضطرابه وعدم تكيفه نفسيا وجسميا واجتماعيا.
خوف	×			×	هو انفعال هيجاني، مصحوب باضطراب جسمي ونفسي عنيف وسريع، أي أنه لا يدوم مطولا، لعدم استطاعة الفرد معايشته مدة طويلة من الزمن لصعوبته وخطورته على التكيف النفسي والجسمي والاجتماعي، وعلى اتزان الشخصية والسلوك.
رغبة	×				إحساس قد يكون خفيف الألم، أو قد يشتد ألمه، فيصير هوى أو هيجانا. والانفعال عندما يكون من هذه الدرجة الخفيفة، نقول عنه انفعال فقط، كما هي الأحاسيس العادية، التي تخلو أو تكاد من اللذة والألم، لكن لا ننسى أن الإحساسات القوية المؤلمة في الغالب، هي كذلك انفعالات، لكننا نطلق عليها أسماء أخرى، مثل العاطفة والهوى و الهيجان.

www.edurasa.com

شهوة	×				انفعال يحدث عند إرضاء رغبة معينة، هي عادة من الرغبات المرتبطة بالحاجات الأساسية للإنسان مثل الأكل والشرب والنوم، مما يسبب الراحة والملاءمة والتكيف للشخص، بسبب إزالة التوتر الذي تسببه الحاجة الملحة، التي قد تبلغ درجة الهوى أو الهيجان،حتى إذا ما وقع إشباعها أو إرضاؤها، كانت الراحة والاسترخاء الناتجان عن إزالة التوتر، الذي قد يكون شديدا، وتحدث الشهوة، التي هي انفعال إيجابي هادئ وملائم، بعد زوال حالة المعاناة، فينتقل الشخص إلى حالة الهدوء والتوازن، مثل الشبع المعتدل بعد الجوع، والارتواء بعد العطش، والراحة بعد التعب.
صرع	×			×	انفعال قوي أي هيجان، يصيب الشخص باضطراب عنيف سريع، يشل فعالياته النفسية والجسمية، إلى درجة فقدان الوعي، واختلال أو شلل السلوك تماما، فالصرع هو حالة انفعالية عنيفة بمعنى أنها هيجانية، وهو فوق ذلك حالة مرضية، تستوجب العلاج.
عشق	×		×		انفعال عنيف مفاجئ وسريع، تضطرب له الشخصية جسما ونفسا، ويختل توازن الشخص وسلوكه، مما يجعله معرضا لأخطار قد تكون جسيمة، سواء كان هذا التعلق أو الحب المفرط من الشخص لنفسه، ويسمى الانفعال في هذه الحالة النرجسية، أو الحب المفرط لغيره مثل العشق، أو لخالقه، وهو العشق الإلهي، الذي يكابده المتصوفة.
غيرة	×				هي انفعال متراوح الدرجة، فقد يشتد، ويصبح حسدا، أي انفعالا هيجانيا، وقد يكون مرضيا، كما يحدث لدى الأطفال. وقد يكون خفيفا، فهو حينئذ انفعال بسيط هادئ، لا يسبب اضطرابا، أو بالأحرى لا يشتمل على أي اضطراب أو اختلال في التوازن، وهذا النوع من الغيرة، الذي يحدث لدى الكبار خاصة، قد يكون إيجابيا، فيسبب الاجتهاد والمنافسة، والعمل الحثيث من أجل الفوز والتفوق والامتياز. وعلى أي حال فالغيرة في بعض الحالات والصرع، هما حالتان مرضيتان، تستوجبان العلاج.

www.edufrasa.com

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

مرح	×				هذا كذلك انفعال أو نوع من الشعور أو الإحساس بالانبساط والانشراح، مما يجعل الشخص يندفع بهدوء إلى ممارسات وسلوك يعبر به عن سروره وبهجته وخفة روحه، وهي حالة ممتازة من التكيف والملاءمة ونجاح السلوك وإيجابيته وفعاليته، لذلك قد تلازم الشخص زمنا طويلا أو قد تستمر معه مدى الحياة.
هلع	×			×	انفعال هيجاني عنيف وسريع، وهو درجة من الخوف كبيرة، تتصف باضطراب الشخص وسلوكه اضطرابا حادا، مما يفقده التوازن في المواقف والسلوك، ويسلمه لقمة سائغة للخطر الذي قد يودي بحياته، وقد يكون مرضيا، أي يحدث دون سبب منطقي موضوعي، كالخوف من الظلام، أو من الناس، وغير ذلك من الأشياء التي لا تشكل أسبابا حقيقية للخوف، وفي هذه الحالة يحتاج الشخص إلى المساعدة و العلاج النفسي، الذي قد يصحبه تناول بعض الأدوية البسيطة.

ملاحظات

أنواع معينة

شتمل على

انات كلها ت

من أن الخ

انة، بالرغم

للانفعال خ

دول السابق

صنا في الج

1- خص

من الانفعالات، تختلف في الدرجة والشدة. وذلك لأن هناك بعض الانفعالات، لا يمكن أن نضيف إليها صفة أخرى زائدة على الانفعال وهذا مثل "التفاؤل"، إنه حالة نفسية إيجابية، ونوع من الأمل أو حسن النية، أو الثقة في المستقبل أو كل هذه الأحوال وربما غيرها، لكنه درجة من الإحساس والشعور بسيطة وهادئة وملائمة، لا تبلغ درجة العاطفة، وهو بعيد كل البعد عن عنف الهوى والهيجان واضطرابهما، لذلك كان لزاما علينا أن نقول عن مثل هذه الحالة إنها حالة انفعال فقط، دون أن نضيف إليها صفة أخرى، لأنها غير موجودة، وبالتالي كان لا بد من تخصيص خانة لمثل هذه الحالة الانفعالية البسيطة الهادئة.

2- سوف نجد المهتمين بهذا الميدان- الانفعالات - والمتخصصين، يتحدثون عنه، ويقتصرون – في الغالب على الهيجان Emotion ، لكنهم يسمونه انفعالا، وليس ذلك من باب إطلاق الجزء على الكل وإنما هناك سببان لتفسير هذه الوضعية هما:

أ- الترجمة العربية لهذا الموضوع، هي في الغالب تتم من مؤلفات باللغة الإنكليزية، وهذه اللغة تستعمل لفظ " هيجان " للدلالة على كل الانفعالات، مما يجعل المؤلفات العربية تبعا لهذه الوضعية، تتحدث عن الانفعال كما لو كان هيجانا فقط.

www.edgiasa.com

3- الانفعال-Affection

كانت له مفاهيم قديمة عند الفلاسفة، قبل ظهور علم النفس، القائم على التجربة، من هذه التعاريف الفلسفية، التي لم تعد سوى تاريخية، نجد تعريف ابن سينا في كتابه النجاة: – ويبدو أن ابن سينا يقصد العاطفة Sentiment، وهي انفعال على أي حال ، يقول إنه أي الانفعال من الأجناس العشرة، وهو نسبة الجوهر إلى حالة من أحواله، كأن يقال "العاقل" عند الإشارة إلى الإنسان.

أما " ديكارت Descartes " فقد استعمل لفظ الانفعال للدلالة على جميع أحوال النفس الوجدانية، مثل الحب والكراهية والفرح والحزن والترجي والخوف. غير أن الانفعال – الآن – وفي إطار علم النفس، أو قل علم النفس الفيزيولوجي والتجربي عامة، لم يعد يستعمل إلا للدلالة على التغيرات والاضطرابات النفسية والجسمية الحادة المتطرفة، ويدعى الانفعال في هذه الحالة الهيجان Emotion مثل الغضب، أو الميول القوية المزمنة مثل البخل وكذلك التغيرات الهادئة، التي لا تحدث اضطرابا، وبإمكانها أن تستمر مدى الحياة، مثل العواطف، والإحساسات، وغيرها.

– ومنهم من قال في سياق المفاهيم الفلسفية ، إن الانفعال هو الذي يزيد من قدرة الجسم على الفعل أو يقلل منها.

– أما في إطار علم النفس، وهو ما يهمنا فيما نحن بصدده: فمن المعلوم أن الجهود التى بذلت لقياس التغيرات الجسمانية المصاحبة للانفعال تمركزت إلى حد بعيد حول التغيرات الجسمانية الفرعية، مثل حرارة الجسم، والتغير في سرعة التنفس، والتغيرات في الإفرازات الجسمية (العرق والبول) وفي الدم، وضغط الدم، وسرعة النبض، والتغيرات في الذبذبات الدماغية، هذا مع العلم بأن الانفعالات تختلف وتتباين، باختلاف الأفراد وتباينهم، من حيث شدتها وطبيعتها واستغراقها، وفي عتبات الإحساس.

كان البعض من الباحثين قد أبدى اعتراضه على هذه القياسات منهم على سبيل المثال برادي (Brady – 1960) الذى يرى بأن اختيار معيار موثوق به للتعرف على النشاطات الانفعالية، لازالت تعترضه معوقات حيث إن أغلب التغيرات المصاحبة للانفعال يمكن أن تحدث، في رأيه، في مواقف غير انفعالية.

4– يقوم الانفعال على أساس إحساسين بسيطين هما اللذة والألم. هذان الإحساسان، غير معروفين – على وجه الدقة – لحد الآن. وسبب صعوبة معرفة هذين الإحساسين، هو بساطتهما الشديدة، بحيث لا يمكن تحليلهما إلى أبسط منهما، من أجل معرفة مكوناتهما، لأنهما أوليان ابتدائيان، أي أنهما يمثلان الدرجة الدنيا في البساطة.

www.edirasa.com

وفي محاولات تعريفهما، هناك من يرى أنهما من طبيعة واحدة، بحيث إن أحدهما ينقلب إلى الآخر، عندما تبلغ شدته درجة معينة، بمعنى أن الخلاف بينهما في الدرجة والشدة، مثل الماء يكون جامدا جليدا أو ثلجا في درجة معينة من الحرارة، وفي درجة أخرى يصبح سائلا، حتى إذا ما بلغت الحرارة درجة معينة أخرى أصبح بخارا متصاعدا.

4- اللذة Plaisir.

اللذة مقابلة للألم، بمعنى أنها مناقضة له أو منافية، وهما معا بديهيان، أي من الكيفيات النفسانية الأولية، ويقصد بالبداهة والأولية البساطة الشديدة، بحيث لا يوجد ما هو أبسط منهما من الإحساسات، ولذلك السبب فهما بديهيان، أي غير قابلين للتعريف، لأنه لا يوجد ما هو أبسط منهما من الإحساسات حتى يحللان إليها، وبالتالي يعرفان بما هو أبسط منهما، كما نعرف الماء بما هو أبسط منه من مكوناته الأولى، فنقول إنه مركب من الأوكسجين والهيدروجين، أو نعرف جزيئه بما هو أبسط منه، فنقول إنه مركب من ذرة أوكسجين، وذرتين هيدروجين.

وقد شرحت اللذة كالآتي: (إن اللذة هي إدراك الملائم من حيث هو ملائم، كطعم الحلاوة عند حاسة الذوق، والنور عند البصر، وحضور المرجو عند القوة الوهمية، والأمور الماضية عند القوة الحافظة تلذ بها بتذكرها) – تعريفات الجرجاني– (ولكن إدراك الملائم "Agréable" » لا يكون إلا إذا كان مصحوبا بالنيل فقد قال ابن سينا: (اللذة هي إدراك ونيل لوصول ما هو عند المدرك كمال وخير من حيث هو كذلك)، والمقصود بالإدراك العلم، وبالنيل التكيف، فإن الإدراك من غير تكيف لا يولد اللذة.

لقد قال "صليبا": " وجملة القول إن اللذة كيفية نفسانية أولية، لا تعرف إلا بنسبتها إلى شروطها وأسبابها كقولنا: اللذة تنشأ عن الفعل الموافق لطبيعة الكائن الحي، واللذة، إما جسمانية تتولد من إحساسات جسمانية متعلقة بمحسوس معين، وإما نفسانية تتولد من إدراك الكمال فإن المدرك إذا اعتقد أن في اتصافه بالعلم كمال تلذذ بالحصول عليه، والأولى أن تسمى اللذة الناشئة عن إدراك الكمال سرورا، أو حبورا، أو فرحا، أو بهجة وسعادة، لأنها تغمر جميع جوانب النفس، ولا تختص بحاسة معينة."

ومبدأ اللذة " Principe de Plaisir عند " فرويد " هو القول: إن نشاط الطفل يقوم في أول الأمر على البحث عن اللذة، والهرب من الألم، حتى إذا نما وترعرع تعود الإعراض عن بعض اللذات، والصبر على بعض الآلام في سبيل منفعته العاجلة أو الآجلة. فطبيعة الإنسان توجب عليه الحصول على الحد الأقصى من اللذة، ولكن إرادته العاقلة التي هذبتها تجارب الحياة تعوده النظر في العواقب، فيعرض على اللذات المباشرة، ويكابد الحرمان والألم في سبيل الأفضل. قال "فرويد: إن تطور الحياة

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

النفسية خاضع لمبدإ اللذة، ولكن هذا المبدأ كثيرا ما يتقهقر بتأثير غريزة حفظ البقاء أمام مبدأ آخر، وهو مبدأ الواقع " Principe de la réalité " الذي يجعلنا نؤجل الاستمتاع باللذة دون الإقلاع عن هدفها النهائي.)

5- الألم Douleur:

هو مقابل اللذة، وهو من الأحوال النفسية الأولية البسيطة، مثل اللذة، فلا يعرفان لبساطتهما، وإنما تذكر خواصهما وشروطهما، لتمييزهما عن غيرهما من الأحوال. قال "ابن سينا": (إن اللذة هي إدراك ونيل لوصول ما هو عند المدرك كمال وخير، من حيث هو كذلك، والألم إدراك ونيل لوصول ما هو عند المدرك آفة و شر). والمراد بالإدراك العلم، وبالنيل تحقق الكمال لمن يلتذ، فإن التكيف بالشيء لا يوجب الألم أو اللذة من غير إدراك، فلا ألم ولا لذة للجماد بما يناله من الكمال والنقص. وإدراك الشيء من غير النيل لا يؤلم، ولا يوجب لذة، كتصور الحلاوة والمرارة. فالألم واللذة لا يتحققان إذن دون الإدراك والنيل (الممارسة). وإنما قال "ابن سينا" عند المدرك لأن الشيء قد يكون كمالا وخيرا بالقياس إلى شخص، وهو لا يعتقد كماليته، فلا يلتذ به، وإنما قال من حيث هو كذلك، لأن الشيء قد يكون كمالا وخيرا من جهة، ويكون ليس كذلك من جهة أخرى، وقد ضربوا مثلا لهذا الأمر بالمسك، فهو من ناحية الرائحة لذة، ومن حيث الطعم ألم.

لذلك: قول "ابن سينا" هنا شبيه بقول "ديكارت": اللذة هي شعور بالكمال والألم هو شعور بالنقص، وهو أقرب إلى التحصيل من قولهم الألم إدراك المنافي من حيث هو مناف، واللذة هي إدراك الملائم من حيث هو ملائم، لأن الملائم بالجملة أعم من اللذيذ، والألم أخص من المنافي – المنفر– ، ويستحسن البعض تعريفا للألم، تعود أصوله الأولى إلى "أرسطو" هو: أن اللذة تنشأ عن الفعل الموافق لطبيعة الكائن الحي، وأن الألم ينشأ عن الفعل المضاد لطبيعة الفاعل. فالألم إذن هو نتيجة فاعلية تزيد على قدرة الفاعل أو تقل عنها، أي أكثر من طاقته أو أقل وواضح أنهما مؤلمان.

والألم نوعان: جسماني ونفساني.

- الألم الجسماني، ينشأ عن إحساسات جسمانية، ذات مصدر محدود، مثل احتراق اليد، ووجع الضرس. ومن خواص الألم الجسماني، أنه قد ينتشر في الجسم، بحيث لا يعرف مصدره، فيوصف في هذه الحالة بالتعب والتوعك والاضطراب.
- والألم النفساني، ينشأ عن تأثير الميول والأفكار، والاعتقادات، والآراء. وذلك مثل السماع بموت صديق، مما يتسبب في الغم بفعل الخبر السيء. ومن خواص الألم النفساني، أنه قد يشتد حتي يصبح قريبا من الهيجان، فيسمى حزنا، ووجوما، أو شجوا وهما وكربا، أو كآبة وغما وحرقة ولوعة، وهذه درجات من الانفعال قد تبلغ مرتبة الهيجان، أي الانفعال الشديد السريع.

www.edjinasa.com

- جاء في المعجم ": (والفرق بين اللذة الجسمانية والألم الجسماني أن اللذة الجسمانية هي كيفية – إدراك أو شعور – نفسانية مضادة للإحساس، فهي إذن إحساس وكيفية في ذلك الإحساس ملائمة للنفس، في حين أن الألم الجسماني هو إحساس من نوع خاص متميز عن غيره، وله في البدن أعصاب خاصة تدركه، والدليل على ذلك أن الإحساس بالألم متأخر عن الإحساس باللمس، والحرارة، والبرودة، وأن هناك مواد تخدر الأعصاب، فتزيل الإحساس بالألم، ويبقى إحساس اللمس.)

- غير أن بعض الدارسين، لا يفرقون بين ما هو جسماني وما هو نفساني من الآلام، بحسب شروطهما الخاصة، لأن طبيعتهما واحدة في نظرهم، فلا تختلف شروط ألم الفراق عن شروط ألم الصداع، إلا من حيث التشابك والتعقيد، و لربما يكون توهم اختلاف طبيعتهم ناشئا عن الاختلاف في درجة تعقيد وتشابك شروطهما وتركيبهما، فلا فرق بين حقيقة ألم اليأس، وحقيقة ألم الجرح من حيث الطبيعة، وإنما الفرق بينهما في الدرجة أو الشدة.

- ونظرا لنقص المعرفة العلمية، وافتقارها إلى الدقة في هذا المجا،ل فإن علماء النفس المحدثون، يختلفون أيضا في هذا الموضوع. فمنهم من يرى أن الألم لا يعني الحزن والكآبة، ولا الإحساس بالتعب وبالمنافي، بل يدل على الإحساس الذي ينشأ عن خلل جسماني فقط. ومنهم من يذهب إلى عكس هذا الرأي، ويقول إن هناك أيضا إلى جانب هذا معنى هام للألم، يشمل الإحساس بالخلل الجسماني، وكذلك الإحساس بالمنافي و المنافر، وأيضا الإحساس بالحزن والكآبة والغم، وما شابهها من الأحوال النفسية.

- ومعنى هذا الخلاف أن الألم كمعظم الظواهر النفسية والإنسانية، لا يزال مشتملا على شيء من الغموض بسبب نقص المعرفة العلمية الدقيقة، مما يجعل العلماء يختلفون في النظريات والفروض، لأن المعرفة العلمية الدقيقة الحاسمة، والمنهية لكل خلاف، لا زالت غير موجودة. وهكذا نجد علماء النفس ينقسمون – عامة – إلى قسمين في تفسير الألم، أو تحديد مجاله، منهم من يحصره في الإحساس بالخلل الجسماني، ومنهم من يجعله عاما واسعا مقابلا للذة، وشاملا للجانبين النفساني والجسماني معا.

6_ أنواع التعبير الانفعالي:

هل الذي يغضب بسرعة يضحك بسرعة أيضا؟ وما هو الحد الفارق بين السوي والمريض في سرعة الانفعالات أو حجمها ؟

في الجواب على هذه التساؤلات يمكن القول إن الناس يختلفون في سرعة استجاباتهم الانفعالية وفي حجمها وفي طرق التعبير عنها. كما يختلف الجنسان في ذلك ، ويلعب العمر دوراً في شكل الاستجابات الانفعالية. حيث نجد فرقاً واضحاً بين انفعالات الأطفال والراشدين وكبار السن . ويمكن للعوامل الوراثية والتكوينية أن تحدد درجة السلوك الانفعالي، إضافة إلى العوامل التربوية والثقافية والاجتماعية، وتجارب الحياة المتنوعة التي يتعرض لها الإنسان.

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

وفي دراسة الانفعالات وتصنيف أشكال التعبير الانفعالي نجد أن هناك خمسة نماذج أساسية من أشكال التعبير الانفعالي. وعلى سبيل المثال في حالة التعبير عن الغضب نجد في المجموعة الأولى بعضاً من الناس يرفع صوته أو يجادل الشخص الذي أغضبه بحدة. وفي الثانية يحاول الشخص أن يوضح ويشرح أسباب غضبه بهدوء وروية.

أما الأشخاص في المجموعة الثالثة، فهم يحاولون ألا يغضبوا، لأنهم يعتقدون أن ذلك خطأ أو غير مقبول أو غير مناسب. وفي المجموعة الرابعة يقولون إن غضبهم غير مهم، ولا يفصحون عنه ولا يظهروه. وفي المجموعة الخامسة يقول الشخص لنفسه إنه ليس غاضباً أصلا، أو هو يتنصل من هذه الانفعالات، ويبرر ذلك بأنه لا يوجد هناك ما يستحق الغضب أو يستدعيه .

وهكذا نجد النماذج التالية :

أ- تعبير واضح وشديد عن الانفعال

ب- تعبير هادئ ومنطقي عن الانفعال

ج- هروب من التعبير الانفعالي

د- ضبط شديد للتعبير الانفعالي ومظاهره

هـ - تنصل من الانفعالات

وبالطبع هناك تداخل بين هذه الأساليب وهي تمتزج أحيانا، و تتعدل وتصبح أكثر مرونة، وفقاً لشخصية الإنسان وظروفه وأحواله. غير أن معظم الناس تتكرر أساليبهم التعبيرية السابقة الذكر، في تعبيرهم عن معظم الانفعالات الأساسية، مثل الحزن أو التضايق ، والخوف والقلق ، وأيضاً مشاعر الفرح والسعادة والمشاعر الدافئة، كالحب والعطف، إضافة لمشاعر الكره والغضب والقرف وغيرها.

وهكذا قد يكون صحيحاً إلى حد ما أن نقول " إن الشخص الذي يغضب بسرعة، يضحك بسرعة أيضاً "، على اعتبار أن أسلوبه التعبيري سريع وحاد، ويظهر ذلك في حال الغضب والضحك معاً، وهو يستجيب للمثيرات الانفعالية المتنوعة، وحتى المتعاكسة في نوعها بشكل متشابه . لأن هذا هو أسلوبه في التعبير عن الانفعالات .

وعملياً، فإن الحياة اليومية وتنوع المواقف، التي يتعرض لها الإنسان فيها، وما تتطلبه من مرونة وتكيف مستمرين ، تجعل الإنسان الناضج والناجح، أكثر مرونة في طرق وأساليب تعبيره الانفعالية. وهو يضطر أحياناً أن يضبط نفسه بكتم انفعال معين، مع أنه في مواقف أخرى يكون أكثر سرعة أو حدة في تعبيراته الانفعالية .

والحقيقة أن الأساليب التعبيرية الخمسة السابقة الذكر، ليس فيها أسلوبا واحدا صحيحا أو صحيا، بل هي جميعها أساليب مفيدة وسليمة. حيث تعتمد الصحة النفسية إلى حد كبير على ضرورة المرونة، وعلى اكتساب القدرات التعبيرية المتنوعة، بدلاً من التطرف والجمود في أشكال التعبير، مما يضفي على الشخصية غنى وتنوعا، يتناسب مع الحياة العملية الواقعية، ومع ضرورات التكيف .

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

طرق العديد من العلماء أبواب إشكالية التعبير الانفعالي، ومنذ قبل أكثر من مائة عام رأى داروين (Darwin _1872م)، أن التعبير الانفعالي عند الإنسان والحيوان يمكن استنتاجهما منطقياً من الميول والنزعات السلوكية. فالغضب يتم من تكشير الوجه، والخوف والصدمة من خلال تجمد الحركة، وتوتر العضلات من خلال تسارع التنفس والبحث عن التلامس مع الآخر، والهم والقلق بالحركات العصبية، والحركة غير المستقرة تمثل صراعاً، كل تلك ملاحظات تنبثق من أنماط سلوكية ظاهرة أو، بمعنى آخر، تتم عن طريق ملاحظة خارجية.

ووسع (والتر كانون Cannon) فكرة داروين، بأن التعبير الانفعالي، هو عادة نافعة، لها فوائدها، وجعلها تشمل الاستجابات الداخلية، من خلال دراسته على الحيوانات، و التي تمثل معلماً بارزاً في مجال التغيرات الجسمانية، الناتجة عن الألم والخوف والجوع، _أي التغيرات الهيجانية _ ورأى أنها تمثل "استجابات طوارئ"، من شأنها أن تعد الجسم "للهرب أو القتال". أي أن كانون أضاف فكرة التغيرات في البيئة الداخلية.

ركز العالم النفساني (هارولد شلوسبيرغ) على تعبيرات الوجه، قائلاً بأنه يمكن وصفها وفقاً لثلاثة أبعاد هي: (السرور- الكدر)- و(الرفض-الانتباه)، و(الشدة- مستوى النشاط). بينما قسمها "فوندت" إلى نظام ذي ثلاث أبعاد هي: 1. (سار- غير سار)، 2. (إثارة- اكتئاب)؛ 3. (توتر-استرخاء). ورغم أن هذه الأبعاد لاقت قبولاً، فإن "تتشنر" اعترض عليها حيث رأى أن الشعور يختلف تبعاً لبعد واحد، هو (السرور- عدم السرور)، ويرى أن بعدي التوتر والاسترخاء والاثارة والهبوط، هي عبارة عن اتجاهات عضلية، وليست عمليات عقلية بسيطة، بل إن التوتر والاسترخاء ليسا ضدين بالمعنى الحقيقي، فالاسترخاء عبارة عن نقطة الصفر الخاصة بالتوتر، واعتبر الشعور عنصراً من عناصر العملية الانفعالية، معتبراً ردود الفعل العضوية (الجسدية) سمة أساسية من سمات الانفعال.

التعبير الانفعالى يستخدم لغة الجسد وسيلة للتعبير، وهى لغة غير ناطقة، وأكثر عمومية، شعورية ولاشعورية، والأكثر صعوبة للفهم، كونها "لغة" تستخدم بشكل لا شعورى، وتعبر عن الجوانب الأكثر حقيقية من ذواتنا. مشاعرنا و انفعالاتنا وحاجاتنا واتجاهاتنا. وهى الأكثر أهمية في العلاقات الشخصية" (جيلسن 2000م)

وتجدر الإشارة إلى أن الانفعالات تلعب دوراً رئيسياً في التكوين النفسي للإنسان. وكثير من الاضطرابات النفسية، والعقد النفسية، واضطرابات السلوك، والاضطرابات الجسمية، نفسية المنشأ (كالصداع وآلام البطن والضعف الجنسي)، تجد تفسيرها في اختناق التعبير الانفعالي الصحيح

www.edurasa.com

والمناسب، وفي الكبت المدمر للانفعالات الإنسانية الطبيعية، وفي التواء التعبير الانفعالي الصحيح. ويقوم العلاج النفسي على بحث واستثارة الانفعالات المختلفة المرضية، والتعرف عليها، ثم التعبير عنها ومناقشتها دون خوف شديد، أو قلق معطل وفي جو علاجي يسوده الأمان والطمأنينة. وهذا ما يعرف بالتبصر والوعي الذاتي الانفعالي والعقلي. وكل ذلك يساهم في إعادة التوازن النفسي للإنسان، ويحفظ طاقاته النفسية دون تعطيل أو شلل.

ومن المعروف أنه عندما يحكي الإنسان عما في نفسه، ويعبر عن مشاعره وانزعاجه لصديقه الحميم أو قريبه، فإن في ذلك راحة وشفاء. وبالطبع قد لا تكفي مثل هذه الأساليب التعبيرية البسيطة وهذا التنفيس الانفعالي، ما لم تترافق مع وعي وتبصر، ولكنها في كل الأحوال ذات فوائد واضحة.

وفي الدعوات الأخلاقية والدينية والإنسانية المتنوعة، نجد الدعوة إلى تهذيب النفس وضبط شرورها، ونوازعها السيئة، وانفعالاتها المدمرة أو السلبية، مثل الكره والأنانية، والحسد والغيرة، واحتقار الآخر. ونجد أيضا التأكيد على الصبر وضبط النفس والرحمة والعطاء، وأن لا نكون من قساة القلوب. وكل ذلك يرقى بالإنسان وحياته وانفعالاته، إلى درجات سامية متألقة ومفيدة في الحياة. وهي لا تتعارض مع ضرورات التعبير المناسب والصحيح عن الانفعالات والأحاسيس والمشاعر، بل تتكامل معها وصولا إلى الصحة النفسية والانفعالية ، والتي يسعى الجميع نحوها .

– وفي حالة الهيجان، أي الانفعال المفاجئ القوي السريع العابر، يكون الانفعال حالة نفسية وجدانية، مصحوبة بتغيرات فيزيولوجية سريعة، وبحركات تعبيرية، تتسم بالوضوح والعنف. وينشأ الانفعال هنا، من إعاقة فجائية لرغبة قوية، أو إرضاء غير متوقع لهذه الرغبة.

7- الانفعالات و تعاريفها:

تعددت التعريفات للانفعالات، مع انعدام الاتفاق على تعريف أساسي لطبيعة مفهومها. نعلم أن الانفعالات تستثار عن طريق طائفة متنوعة من أنماط المثيرات، فطرية ومتعلمة، ومواقف اجتماعية مختلفة. ذهب البعض لتعريفها من وجهة ذاتية، أي، وفقاً لإحساس الفرد، بينما رأى البعض الآخر التركيز على التغيرات البدنية (خارجية وباطنية)، حيث تؤكد غالبية الباحثين على الاستجابة، بوصفها العنصر الرئيس في الانفعال. اهتم آخرون بإدراك الموقف الذي يستثير الانفعال وآثاره على السلوك. وعرفتها العالمة "ليندا دافيدوف 1988"، بأنها حالات داخلية، تتصل بجوانب معرفية خاصة وإحساسات، وردود أفعال فيزيولوجية، وسلوك تعبيرى معين، وتنزع للظهور فجأة، ويصعب التحكم فيها.

www.edudirasa.com

وبعد أن فحصت "ليندا دافيدوف" طبيعتها صنفتها في ثلاث حالات: القلق، والغضب – العدوانية، والابتهاج، وواضح أن هذه العالمة الروسية المعاصرة، تتحدث خاصة عن الهيجان، بسبب ما ذكرناه في البداية، من تركيز العلماء على الانفعال الهيجاني، لأنهم –أساسا– علماء فيزيولوجيا، ويدرسون الأحوال النفسية من خلال مظاهرها الجسمية الفيزيولوجية، القابلة للملاحظة والتجريب فقط.

– أما عن النظريات التي تناولت مسارات الانفعالات، فقد بدأت تبلور بعض الملامح، التي قد تؤدي إلى معرفة تامة، لما تحدثه الانفعالات ومساراتها. فالتراكم في أدبيات دراسة الانفعالات، القائمة على ملاحظة النمو الانفعالي في الأطفال ومن الدراسات التجريبية على الحيوانات، والإصابات التي تصيب بعض أجزاء الدماغ، تكونت الكثير من النظريات.

8_ الهيجان Emotion:

ـ الهيجان نوع من الانفعالات القوية، أي أن الفرق بينه وبين غيره من الانفعالات، هو فرق في الدرجة، أو القوة، مثل حالات الغضب والخوف والخجل فهي هيجانات، بمعنى أنها انفعالات مفاجئة وقوية سريعة وعابرة، لا تدوم مطولا.

– وللهيجان ثلاثة معان:

أ– رأي ريبو **Ribot**: (1839 _ 1916/ فيلسوف وعالم نفساني فرنسي، كان اهتمامه الأساسي دراسات وبحوث قام بها في علم النفس الفيزيولوجي، وقد وضع مؤلفات كثيرة في هذا الموضوع وغيره، منها أمراض الشخصية وأمراض الذاكرة).

ب – يرى ريبو أن الهيجان صدمة مفاجئة شديدة، يغلب عليها العنف، وهي مصحوبة بازدياد الحركات، أو انقطاعها، مثل الخوف والغضب ورعشة الحب المفاجئ.

ج – قد يطلق الهيجان على معنى أوسع، بحيث يشمل الظواهر المذكورة لدى ريبو وغيرها، أي الحالات الخفيفة المزمنة الدائمة، التي تنشأ من تكرار الانفعالات غير الهيجانية، أو الهادئة الضعيفة، فتولد في النفس ما يسمى بقابلية الهيجان Emotivité .

د– أما في اللغة الإنكليزية، فإن الانفعال يعبر عنه بلفظ واحد هو Emotion، يطلق على جميع الانفعالات، قوية كانت أو ضعيفة، أو قل إنهم لا يميزون الهيجان عن بقية الانفعالات الأخرى، فهناك الانفعال فقط، وليس الأمر كما في العربية والفرنسية، حيث نجد الانفعال Affection يشمل كل

www.eddirasa.com

الانفعالات القوية والضعيفة، أو الهادئة Passion_ Sentiment والعنيفة Emotion السريعة العابرة، لكنه عندما يكون من هذا النوع القوي، يتخذ اسما آخر، هو الهيجان Emotion .

– والهيجان يعني كذلك التحريك والإثارة، وتجدر الإشارة، إلى الترجمة العربية للفظ Emotion الانكليزي بالانفعال نظرا لمعناه الواسع، الذي يشمل كل أنواع الانفعال القوية والضعيفة، أو الهادئة والعنيفة، دون تمييز الهيجان من الانفعالات الأخرى الهادئة أو العنيفة، لهذا نجد المراجع العربية – عامة

– عندما نتحدث عن الانفعال نقع في التباس وغموض، لأنها تضرب الأمثلة عن – الانفعال – بنوعه العنيف فقط، و هو الهيجان، مما يؤدي إلى غموض وبلبلة لدى القارىء ، لذلك نذكر مرة أخرى على سبيل التوكيد والتوضيح أن الهيجان هو واحد من الانفعالات الأخرى، لكنه مختلف عنها في الشدة والمدة، فهو عنيف وسريع، أي قصير المدة، ولعل ذلك القصر، يمثل حكمة حيوية، لأن الفرد لا يستطيع أن يتحمله، لمدة طويلة ، لخطورته وانعدام أو نقص التكيف أثناءه، مما يعرض الفرد الذي يكابده إلى خطر جسيم، قد يبلغ حد الاستسلام للموت، دون أية مقاومة تذكر، كما يحدث للشخص الذي يتعرض لهجوم حيوان مفترس، أو عاصفة مدمرة، أو سيارة فقد سائقها السيطرة عليها، وهو يراها متجهة بسرعة فائقة نحوه، فيستسلم بسبب الهيجان الذي يحدث له، وربما كان بإمكانه أن يتجنب الخطر، لو لم يكن في حالة اضطراب هيجاني مفزع.

– لذلك يقول " صليبا " في معجمه الفلسفي: (الهيجان Emotion لا يدل عندنا إلا على حالات الغضب والخوف والخجل وغيرها من الحالات المفاجئة، أما الانفعال فهو لفظ عام يشمل الحساسية، واللذة والألم، والهيجان، والعاطفة، والميل والهوى، وغيرها.)

– ولمزيد من الدقة، ورفع أي التباس محتمل بسبب الترجمة أو غيرها من أسباب الغموض، نحاول أ ن نعطي لكل هذه الألفاظ أو المصطلحات، ما يقابلها في اللغة الفرنسية، معتمدين في ذلك على المعاجم الفلسفية والنفسية المتخصصة، وكذلك المعاجم اللغوية:

الحساسية	اللذة	الألم	الهيجان	العاطفة	الميل	الهوى
Sensation	Plaisir	Douleur	Emotion	Sentiment	Inclination	Passion

وال النفسية

هذه الأحـ

وبطبيعة الحال فإن الانفعال يشمل كل هذه الميادين وغيرها، مما ينتسب إلى الوجدانية.

www.edirisa.com

9_ نظرية جيمس_لانج:

جيمس (هوالفيلسوف وعالم النفس الأمريكي الشهير"ويليام جيمس-William james)، أما "لانج_Lange" (هو عالم فيزيولوجي وطبيب دانماركي)، وقد توصل هذان العالمان في نفس الوقت إلى نفس النتائج، في بحثهما لنفس الموضوع، أي الانفعال وخاصة الهيجان، دون أن يعلم أحدهما بما كان يفعل الآخر، لذلك عرفت هذه النظرية باسمهما، وهي نظرية تصنف ضمن الهيجان الفيزيولوجي، أو العضوي الجسمي، وملخصها هو:

أنه من المعروف لدى الناس أجمعين، أن الشخص يخاف، فيرتجف ويصفر وجهه وتتقطع أنفاسه، أو يغضب فيضرب ويشتم، ويحمر وجهه، وتتسارع أنفاسه، بحيث أن الحالة النفسية مثل (الخوف ، الغضب) إلخ ... هي التي تسبب التغيرات الجسمية الفيزيولوجية، أو الانفعالات الجسدية، كما يقال لهذه التغيرات. أي أن الانفعال هو السبب، والهرب والاصفرار والارتجاف نتائج. وكذلك الأمر في جميع الانفعالات، كالحب والكراهية والخجل وغيرها من الانفعالات، ونتائجها الجسدية المعروفة، والظاهرة للعيان، والمحسوسة لكل ملاحظ.

أما جيمس ولانج، فلا يوافقان على هذا الفهم، ويقدمان تفسيرا مختلفا كل الاختلاف للانفعالات، بحيث إن التغيرات الجسدية، من تغيرات التنفس، ودوران الدم وضربات القلب، والمشاعر الداخلية المختلفة، ليست نتائج للانفعالات، بل هي أجزاء لا تتجزأ منها، إذ أن الأمور في نظرهما تقع بالشكل الآتي: أ- يرى الشخص الخطر مثلا

ب - تحدث عنده تغيرات نفسية وجسدية

ج - يشعر بهذه التغيرات، في هذه الحالة على شكل خوف.

وهكذا تكون التغيرات الجسدية جزءا من الانفعال وليست نتيجة له، بحيث لا يمكن أن يكون هناك انفعالا مثل الخوف والخجل والغضب والحب وغيرها، بدون هذه التغيرات الجسدية، التي لا يمكن أن تعتبر، بأي حال من الأحوال نتائج للانفعالات، بل هي أجزاء من الانفعالات، ومظاهر لها، أو لنقل إنها الجانب الجسمي الفيزيولوجي من الانفعالات.

www.eddirasa.com

10- نظرية كانون _Cannon:

اعتبرت النظرية السابقة "جيمس_ لانج" ناقصة، فأكملها العالم الأمريكي "كانون "، الذي توسع كثيرا في دراسة الانفعالات، ومظاهرها الجسدية، وتغيراتها الفزيولوجية الخارجية والباطنية. والمهم فيما نحن بصدده، هو أن الخبرة الانفعالية – تبعا لهذه الدراسات– كما يشعر بها الفرد، وبعض أنماط الاضطرابات الفيزيولوجية، كما تسجلها بعض الآلات الالكترونية، مثل قياس ضغط الدم أو نبضات القلب أو التنفس، وغيرها من الآلات المتخصصة، تقع متزامنة، أو بعبارة أخرى تسير جنبا إلى جنب دوما، ونتيجة لذلك نستطيع أن نعتبر حدوث الواحدة من هذه الحالات دليل على حدوث الحالة الأخرى، بحيث إن الانفعال بمظهريه الجسمي والنفسي، يقع في وقت واحد، ولا وجود فيه لسبب ونتيجة، فطبيعة الانفعال نفسية جسمية، ولا سبيل لفصل هذه عن تلك.

كما يعني هذا التعريف أيضا، أن الانفعال منشؤه نفسي، لكن له مظاهر جسدية، أي أن الإنسان مثلا لا يخاف، إلا إذا أدرك وجود خطر، وهو لايغضب إلا إذا شعر بشيء يدفع إلى الغضب ، مثل الإهانة.

11- نظرية كانون- بارد/ Cannon-Bard:

تعرضت تلك النظرية " نظرية جيمس – لانج"، كما سبقت الإشارة، لانتقادات، ومن كبار نقادها "والتر كانون" (Cannon-1927)، الذي قدم تلخيصاً للأدلة، التي تبين أن الحيوانات التجريبية، والمرضى الذين تعرضوا لبتر الاتصالات العصبية بين الأحشاء والدماغ، ظلوا يظهرون الغضب والخوف، وغير ذلك من الاستجابات الانفعالية، واقترح تفسيراً بديلاً للانفعال والتغيرات الجسدية، وتلك هي النظرية التلاموسية التي اقترحها "بارد"، وأصبحت تعرف بنظرية "كانون – بارد" في الانفعالات، وتذهب إلى أن العمليات العقلية والدماغية، لا بدَّ أن يسهما في الانفعال. حينما يواجه الإنسان موقفاً مثيراً للانفعال، فإن الشحنة العصبية تسرى في المهاد Thalamus والبعض منها يذهب إلى القشرة الدماغية Ecorce Cérébrale، حيث ينشأ الشعور بالخوف أو الغضب أو السعادة. بينما يذهب البعض الآخر إلى ما تحت المهاد Hypothalamus وتكوينات المخ الأوسط، حيث مركز التغيرات الفيزيولوجية، فالانفعال هنا و الاستجابات الفيزيولوجية، يتمان في الوقت نفسه. وبهذه الطريقة تحدث حالات التحفز المتشابهة، استجابة لمختلف أنواع الاتصالات. لكن العمليات التي تحدث في القشرة الدماغية، هي التي تمكننا من تحديد لماذا نشعر بتلك التغيرات الفيزيولوجية؟ هذه النظرية

www.edupsa.com

وصفت بالبساطة المفرطة، لكن رغم ذلك فقد تأسست عليها أغلب النظريات اللاحقة.

12_ الاضطرابات الانفعاليةأو الهيجانية ésordres émotionnelles.

– الانفعال هو حالة شعورية مركبة يصاحبها نشاط جسمي و فيزيولوجي مميز، والسلوك الانفعالي سلوك مركب، يعبر إما عن السواء الانفعالي (الصحة)، أو يعبر عن الاضطراب الانفعالي .

و الاضطراب الانفعالي حالة تكون فيها ردود الفعل الانفعالية، غير مناسبة لمثيرها بالزيادة أو بالنقصان ، فالخوف الشديد كاستجابة لمثير مخيف حقا، لا يعتبر اضطرابا انفعاليا، بل يعتبر استجابة انفعالية عادية

و ضرورية، للمحافظة على الحياة، أما الخوف الشديد من مثير غير مخيف، فإنه يعتبر اضطرابا انفعاليا.

ـــ أسباب الاضطرابات الانفعالية :

أ – **الأسباب الحيوية** : القصور الجسمي و الإصابات، و العاهات

و التشوهات الجسمية، و المرض المزمن مثل الصرع، وعدم التوافق مع هذه الحالات .

ب – **الأسباب النفسية** : الإحباط و الفشل و الصراع بين الرغبة الجنسية والإشباع الجنسي، وعدم إشباع الحاجات الجنسية، وميلاد طفل جديد، والخوف من تحويل حب الوالدين واهتمامهما إليه، وخاصة إذا كان هو الطفل الأول والوحيد، والرفض، والجوع الانفعالي، ونقص الأمن الانفعالي، والصدمات العنيفة في الطفولة، والحكايات المخيفة للأطفال والتوحد مع الوالدين المضطربين انفعالياً أو أحدهما، وعدوى الخوف من الكبار، والتسلط والقسوة في المعاملة، والضغوط الموجهة إلى الفرد، ووجود الفرد في مواقف جديدة دون الاستعداد لها، والصعوبات التي يواجهها المراهقون في التوافق وحل مشاكلهم ، و القصور العقلي .

ج – **الأسباب الاجتماعية** : البيئة الأسرية المضطربة (السلوك المنحرف)، والشجار والانفصال والطلاق والانفصال عن الوالدين، غياب أحد الوالدين أو كليهما، والحرمان العاطفي، والوالدان العصبيان، واضطراب العلاقة بين الوالدين و الطفل وأسلوب التربية الخاطئ، كما في نقص وخطأ التربية الجنسية، وأخطاء التدريب على النظافة وغيرها، والفرق في المعاملة بين الإخوة، وتفضيل جنس على آخر، وسلطة الوالدين الزائدة، والتدخل الزائد عن الحد في شؤون الفرد، والاتجاهات السلبية لدى الوالدين، ورفض الطفل والمغالاة في الرعاية والتدليل وإثارة المنافسة غير العادية بين الأطفال والبيئة المدرسية المضطربة، مثل إهمال المدرسين وتهكمهم على تلاميذهم، وسوء المعاملة والعقاب، واضطراب العلاقة مع الزملاء، والامتحانات القاسية و المخيفة.

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

13- العاطفة Sentiment:

- ميل انفعالي إلى شيء أو شخص أو فكرة مجردة.

- أي أن العاطفة انفعال هادئ ملائم، ما دامت لم تصل درجة الهوى، الذي هو هيجان، تتحول إليه العاطفة، عندما تشتد، حيث تحدث الاضطرابات العنيفة في النفس والجسم، ويختل التوازن في السلوك، بعكس ما هو الأمر في حالة العاطفة، التي هي انفعال من النوع الدائم الهادئ البطيء، الذي يمكن للشخص أن يعايشه مدى الحياة، دون أن يسبب له أي ضرر، أو اضطراب، أو اختلال في التوازن العام والسلوك، بل بالعكس من ذلك فإن مثل هذا لانفعال الملائم والموائم، يسبب راحة للنفس والجسم، و يصحبه الانتعاش والاتزان والتوازن، وقد يؤدي إلى السعادة الدائمة بدوامه، ولذلك يعمر مع الشخص، أو يمكنه أن يرافقه طوال حياته.

- تقوم العاطفة بالمحافظة على التوازن في الحياة الانفعالية من أجل التكيف والملاءمة.

- العاطفة مثل غيرها من الأحوال الانفعالية، ذات علاقة بالجسم، ولو أن الاضطرابات الجسمية مختلفة في الدرجة بين الانفعالات، ويكون هذا الخلاف بارزا خاصة بين الهيجان وبين بقية الانفعالات، لكن التغيرات الجسمية والفيزيولوجية المختلفة، تبقى عاجزة عن تمييز انفعال من آخر، مهما كانت مختلفة، لكنها ليست من الدقة بحيث يمكن الاعتماد عليها، في تمييز انفعال من غيره، بحيث يختص كل انفعال مثلا بعدد معين من ضربات القلب، وبنسبة محددة من السكر في الدم، وبدرجة معينة من الضغط ومن التنفس وغيرها من التغيرات أو الاضطرابات الجسمية التي تصاحب الانفعالات، والهيجانات منها خاصة، نعم هناك التغيرات الفيزيولوجية أو الإضطرابت دائما، ولكن ليس هناك درجة منها معينة خاصة بهذا الانفعال أو ذاك .

- من أنواع العاطفة، المحبة والشفقة والغيرة والحسد والكراهية. ومنها العواطف الاجتماعية، وهي مرتبطة بالمسار التاريخي للمجتمع، وبالزمان والمكان، أي أنها متغيرة، ومتلونة بلوني الزمان والمكان، وبالتالي فهي تلبس ثوب المجتمع الذي تمارس فيه، وهذا مثل العواطف العائلية المتمثلة في العلاقات بين الزوجين، وبينهما وبين الأبناء، وبين الإخوة، ومثل تعلف العامل بمهنته، وكذلك العواطف الوطنية المتمثلة في تعلق الفرد بمسقط رأسه، وبعادات وتقاليد بلده، وبلغة قومه، وبدين عشيرته وملته وأمته.

- وهناك العواطف الشخصية، مثل الأنانية والخجل والكرامة والعزة والحياء والرجاء واليأس.

www.eddirasa.com

14- الهوى Passion

- الهوى حالة انفعالية عميقة ودائمة، نحو أمر أو شخص معين، أي متعلقة به.

- تجدر الإشارة إلى أن العلاقة بين الهوى والعاطفة، تشبه العلاقة بين الهيجان والانفعال حيث إن الهيجان هو انفعال قوي، ونفس الأمر بالنسبة للهوى، فهو عبارة عن عاطفة قوية، أي أن العاطفة عندما تصل شدتها درجة معينة من القوة، تصير هوى، وكما هو الأمر في الهيجان أيضا، فإن الهوى يسوده الاضطراب، واختلال التوازن ، على عكس العاطفة، التي قد تستمر مدى العمر، دون أن تسبب اضطرابا ولا اختلالا في التوازن النفسي والسلوكي لصاحبها، لأن شدتها ملائمة ومريحة للنفس والجسد، وليست من القوة والعنف، بحيث تسبب الاضطراب وعدم التوازن، كما يحدث في حالة الهوى، أو في حالة الهيجان، إن الأهواء مصحوبة باختلال التوازن، على شكل إلحاح ومضايقة، حيث يركز الهوى الحياة النفسية حول موضوع واحد، وحتى الاهتمامات الأخرى التي قد نصاحب الهوى تتلون بلونه، إذ أن الحياة النفسية للشخص الهاوي، تكون خاضعة لتيار الهوى، حتى أن العقل ذاته، ينقطع إلى تبرير هوى صاحبه، ويغفل عما عداه، وكذلك الإرادة، فإنها تتحول إلى العمل في الاتجاه الذي يخدم الهواء، وكأنها واقعة تحت تأثير مخدر قوي، فكأن هناك تواطؤ بين كل قوى النفس، على خدمة الهوى، ولو أن اتجاهه في الأصل معاكس للتكيف السليم، ومعاكس لاتجاه العقل والإرادة في الأحوال العادية السليم، لذلك فإن الهوى مهما كانت غلبته ظرفية، فهو لا يعبر عن شخصية صاحبه العميقة الحرة، لأن المصاب به، مهما تغافل عن الحقيقة، فهو يشعر بينه وبين نفسه بالندامة والأسف على ما هو تحت تأثيره من هوى، وعلى خضوعه له، ولو أن سطوته قادرة على إصابة العقل والإرادة بالشلل إلى درجة انسياقهما للعمل في اتجاه الهوى.

- والهوى هو عبارة عن رغبة ثائرة مستمرة، مثل الحب والبغض، والهوس بالعلم أو الفن، بل إن الطمع والبخل والأمومة هي أهواء. لكن كيف تقوى رغبة من الرغبات وتتعاظم حتى تصير هوى؟ وقبل الإجابة، تجدر الإشارة إلى أن هناك بعض من الناس تكاد حياتهم تخلو من الأهواء، بينما هناك آخرون تغلب على حياتهم الأهواء. لماذا؟

لاشك أن هناك أسبابا عديدة، منها الوراثة، ومنها عمق الانفعال الابتدائي، ومنها العادة، ومنها الجهد.

وهكذا، لسبب من هذه الأسباب، أو, لهذه الأسباب كلها، تحدث رغبة، ثم تتسع وتتعاظم وتثور، فيظهر الهوى، الذي قد يستمر مدة طويلة أو قصيرة، أو قد يدوم ويستمر طوال العمر كله.

www.edufrasa.com

الاستنتـــاج:

1- يهتم الباحثون بالهيجان فقط من الانفعالات، ومنهم من يرفض ما عداه من الانفعالات، لأنها في نظره غير موجودة، وحتى إن سلموا بوجودها، فهم لا يهتمون بها لأنها لا تعنيهم، بصفتهم علماء فيزيولوجيا، أو علماء نفس فيزيولوجيين، لا يهتمون إلا بالأحوال النفسية القابلة للملاحظة والتجربة والقياس المادي الحسي، أما ما عدا ذلك فهو غير موجود أو مرفوض أو عديم القابلية لأية دراسة علمية حقيقية.

2- هذا الموقف المادي الحسي الفيزيولوجي السلوكي (المدرسة السلوكية)، هو موقف يعتمد على العلم القائم على التجربة، حيث تعتبر أن ذلك هو العلم الوحيد الممكن والواقعي، إلا أن قيام علم التحليل النفسي، وعلم طبقات الأرض، وعلم الفلك، وكلها لا تعتمد على التجربة المخبرية، أثبت إمكان قيام علوم أخرى غير العلوم المادية القائمة على التجربة المعتمدة على الملاحظة الحسية. ثم إن هذه الحقائق التي أثبتتها علوم حقيقية، قامت على غير التجربة المخبرية، دعمت الاتجاه الذي أصبح محل بحث واجتهاد، إلى إيجاد مناهج بديلة للبحث في مجالات العلوم الإنسانية، التي أثبتت المحاولات فيها، والجهود التي بذلت فيها عقمها لحد الآن، وأصبح التفكير والعمل واقعا، لتجاوز هذا الحاجز المعرفي، وذلك بالاتجاه إلى إيجاد مناهج لا تعتمد بالضرورة على التجربة المادية المحسوسة، حيث أصبح العلماء الباحثون في هذا المجال يتحدثون عن مناهج إمبريقية تجريبية، غير تجريبية، لا تعتمد على التجربة الحسية تماما، أو تستعملها أحيانا عند الضرورة، أو عندما تكون فعالة، وتستعمل وسائل منهجية أخرى، قد تكون غير مادية، كما فعل علماء التحليل النفسي، الذين استعملوا الملاحظات والتأملات الذاتية الداخلية، أو الاستبطان للوصول إلى معرفة الظواهر النفسية، وعلاج الأحوال المرضية، وقد استطاعوا أن يضعوا علما حقيقيا إمبريقيا تجريبيا Empirique، غير تجريبيا Expérimentale ، وفي هذا الإطار المنهجي الإمبريقي التجريبي، تعقد الآمال حاليا، على إمكان الخروج من أزمة العلوم الإنسانية، التي عمرت طويلا.

3- الانفعال أعم وأوسع من الهيجان، الذي هو كذلك انفعال من نوع معين، بحيث إن الانفعال يشمل الإحساس والعواطف والأهواء والميول واللذات والآلام، وغيرها من الظواهر الانفعالية العديدة والمتنوعة.

4- الانفعال هو تغير نفسي وجسمي هادئ أو عنيف.

5- الانفعال لفظ عام، يشمل كل التغيرات النفسية والجسمية، سواء كانت هادئة أو عنيفة، وكل الحياة الوجدانية، بما فيها من مختلف الأحاسيس والمشاعر.

6- تقوم الانفعالات بدور رئيسي في التكوين النفسي للفرد.

7- الانفعال لدى الفلاسفة القدماء، ابن سينا: الانفعال واحد من الأجناس العشرة.

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

ديكارت: الانفعال يدل على جميع أحوال النفس الوجدانية (كل الأحاسيس والمشاعر).

اعتبر الفلاسفة كذلك أن الانفعال هو الذي يزيد في قدرة الجسم على الفعل أو ينقصها.

8- كان الفلاسفة في القديم، قبل القرن التاسع عشر، يعتبرون الانفعال شعورا متبوعا بتغيرات جسمية، هو سببها.

9- جاء ويليم جيمس فقلب الوضعية، حيث اعتبر الانفعال ناتجا عن التغيرات الجسمية، أي أنها هي سببه.

10- ثم جاء كانون، في العصر الحديث، وصحح نظرية جيمس معتبرا أن الانفعالات والتغيرات الجسمية، تحدث متزامنة في نفس الوقت، لا متقدم فيها ولا متأخر، ولا سبب ولا نتيجة، بل إن الانفعال شيء واحد بتغيراته النفسية والجسمية المتزامنة، والتي إن تخلف واحد منها، لم يحدث الانفعال أصلا، بسبب غياب واحد من مكونيه الأساسيين الاثنين التغيرات النفسية والتغيرات الجسمية.

11- الانفعالات تختلف في شدتها وطبيعتها باختلاف الأفراد.

12- وحدات الانفعال الأساسية، تتمثل في اللذة والألم.

13- اللذة والألم إحساسان بسيطان أوليان بديهيان، غير قابلين للتعريف، لأنهما لا ينحلان إلى أبسط منهما، فلا وجود لإحساس أبسط منهما.

14- اللذة مقابلة للألم ومتنافية معه، وهي إحساس أولي شديد البساطة.

15- الألم مقابل للذة ومناف لها، وهو إحساس أولي شديد الباطة.

16- اللذة عند بعض الفلاسفة شعور بالكمال والألم شعور بالنقص.

17- اللذة والألم، هما من أبسط الحالات النفسية. وهما إحساسان أوليان بسيطان، لا يقبلان التعريف لشدة بساطتهما، حيث لا يكن تحليلهما، لعدم وجود مكونات لهما، لذلك يقال إنهما بديهيان، والبديهي غير قابل للتعريف لأنه واضح بذاته ولأنه بسيط شديد البساطة، لا يمكن تعريفه بمكوناته الأبسط منه، أو عناصره، لأنها غير موجودة.

18- الانفعال يشمل الخبرة والسلوك، والوظائف الباطنية الحشوية الفيزيولوجية.

19- الانفعالات الهادئة البسيطة، مثل "التفاؤل"، وحتى العواطف، يمكن أن ترافق صاحبها مدى الحياة، لأنها مريحة وإيجابية، ولا تسبب خلالا في تواز ن الشخص نفسا أو جسما، ولا في تكيفه النفسي والجسمي والاجتماعي.

20- الهيجان انفعال شديد مفاجئ وسريع.

21- الهيجان اضطراب نفسي وجسمي عنيف، قد يبلغ درجة فقدان التوازن والتكيف، أو على الأقل نقصهما بدرجات متفاوتة، تبعا لشدة الهيجان.

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

22- قد يصل الهيجان حد المرض، مثل الخوف الشديد عند الأطفال دون سبب منطقي، أو حالات الصرع والهوس مثلا. وفي هذه الحالة يتحتم العلاج.

23- التغيرات الجسمية المصاحبة للانفعال هي وحدها القابلة للقياس، مثل ضربات القلب، وسرعة التنفس، وضغط الدم، وإفرازات الجسم، وغيرها من التغيرات الواضحة في الهيجان خاصة، لذلك يهتم العلماء به، ومنهم من يعتبره هو وحده الانفعال لقابلية تغيراته للملاحظة والتجربة والقياس.

24- يقتصر الفيزيولوجيون والسلوكيون والماديون عموما، على الاهتمام بالهيجان، دون الانفعالات الأخرى، نظرا لقابليته للملاحظة والتجربة والقياس، باعتباره حالات جسمية في نظرهم.

25- قياس الانفعالات، ما زال حل خلاف بين العلماء.

26- أسباب الاضطراب الانفعالي عديدة، منها الحيوي مثل النقص أو القصور الجسمي، والنفسي مثل الإحباط والفشل واجتماعية مثل اضطاب الأسرة.

26- دور الجهاز العصبي في الانفعال أساسي.

27- العاطفة هي ميل إلى شيء أو شخص أو فكرة مجردة، وهي انفعال هادئ ملائم إيجابي، قد يستمر مع الفرد مدى الحياة.

28- الهوى هو حالة انفعالية عميقة، نحو أمر أو شخص معين، قد تدوم طويلا مثل العاطفة، غير أن الهوى على عكس العاطفة، هو حالة من الاضطراب، لا يبلغ درجة الهيجان، غير أنه يسبب خللا في الاتزان والتكيف والتلاؤم، ربما أقل مما يفعل الهيجان.

29- نماذج التعبير الانفعالي، حدد عددها بعض العلماء بخمسة نماذج، تبعا لتصنيف طرق الأنفعال باختلاف الأفراد.

30- إشكالية التعبير الانفعالي، تتمثل في عدم وجود لغة خاصة بالانفعال لذلك تستعمل التعبيرات الجسمية الظاهرية والحشوية، كلغة بديلة للانفعال وهي لهذا السبب غير دقيقة، بطبيعة الحال.

www.eddirasa.com

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

تطبيـ..قات

نعطيك جداول خمسة، أيها الدارس، وكما جرت العادة، فإننا نزودك بالمحتويات الخاصة بالخانات الأولى من هذه الجداو،ل وعليك أن تبحث عن محتويات باقي الخانات من كل جدو،ل وهذا لتتدرب وتتمرن بالقدر الذي يسمح لك باكتساب الكفاءة المطلوبة من هذا الدرس، وهي التعرف على طبيعة الانفعالات المختلفة، وما يتصل بها من خواص وتأثيرات، وعن دورها في سلوك الأفراد وتوازنهم النفسي والجسمي، وفي صحتهم النفسية.

تطبيق 1

الرقم	الموضوع	انفعال	عاطفة	هوى	هيجان	التبرير
1	ألفة					
2	تعب					
3	خوف					
4	راحة					
5	انبساط					
6	حمق					
7	إدراك					
8	هرب					
9	تثبيط					
10	إحباط					

www.edarasa.com

تطبيق 2

الرقم	الموضوع	انفعال	عاطفة	هوى	هيجان	التبرير
1	ذهان					
2	سعادة					
3	شقاء					
4	موهبة					
5	عادة					
6	غاية					
7	ميل					
8	انبهار					
9	إعجاب					
10	ود					

تطبيق 3

الرقم	الموضوع	انفعال	عاطفة	هوى	هيجان	التبرير
1	ذوق					
2	نشوة					
3	غريزة					
4	جوع					
5	شبع					
6	عطش					
7	تهيج					
8	هرع					
9	هستيريا					
10	إحساس					

www.edarasa.com

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

تطبيق 4

الرقم	الموضوع	انفعال	عاطفة	هوى	هيجان	التبرير
1	وهم					
2	اندفاع					
3	عشق					
4	تخيل					
5	بلاهة					
6	كبت					
7	شعور بالنقص					
8	إلهام					
9	اهتمام					
10	انتباه					

أسئلة التقويم الذاتي

الموضوع الأول – تصميم مقالة

الموضوع: هل الانفعال تكيف أم انحراف؟

الموضوع الثاني – **تحليل نص**

الهيجان سلوك بديل

إن السلوك الانفعالي، لا يوجد في مستوى أنماط السلوك الأخرى، فهو ليس سلوكا فعليا. إنه لا يستهدف التأثير في الموضوع، من حيث هو كذلك، مستعينا بوسائل خاصة، وإنما يسعى إلى أن يخلع بذاته على الموضوع، ودون تعديل في بنيانه الحقيقي، كيفية أخرى، ووجودا أقل أو حضورا أقل (أو وجودا أكثر إلخ ...)، وموجز القول إنه في الانفعال يغير الجسم الموجه بالشعور علاقاته بالعالم، كما يغير العالم كيفياته. فإن كان الانفعال لعبا، هو لعب نؤمن به، وثمة مثال بسيط يعيننا على فهم هذا البيان الانفعالي: أمد يدي لقطف عنقود من العنب، فلا أستطيع الوصول إليه، لأنه بعيد من متناولي: فأهز كتفي، وأنزل يدي، وأتمتم " إنه فج لا يؤكل" وأبتعد، كل هذه الحركات والعبارات والأفعال ليست مدركة في حد ذاتها، وإنما هي ملهاة صغيرة، أمثلها تحت العنقود، لكي أخلع من خلالها على العنب خاصية، أنه " فج لا يؤكل "، وهذه خاصية تحل محل السلوك، الذي لا أستطيع الأخذ به، فقد ظهر

www.edupassa.com

العنب أول ما ظهر، بوصفه شيء يتعين قطفه، ولكن سرعان ما تغدو هذه الكيفية الملحة أمرا لا يطاق، لتعذر هذه الإمكانية. وهذا الوتر الذي لا يطاق، يصبح بدوره باعثا على إدراك كيفية جديدة في العنب، هي أنه " فج لا يؤكل "، فتفض الصراع وتقضي على التوتر. إلا أنني لا أستطيع أن أضفي هذه الكيفية على العنب إضفاء كيميائيا، فأنا لا أستطيع التأثير في

العنقود بالطرق العادية. وإذ ذاك أدرك من خلال سلوك التقزز هذه الحموضة المميزة للعنب الفج. فخلع على العنب الصفة التي تمناها خلعا سحريا، والملهاة هنا نصف صادقة. ولكن متى أصبح الموقف أشد، وتم تحقيق السلوك السحري بإخلاص، فإن هذا هو الانفعال.

جان بول سارتر

المطلوب : اكتب مقالا حول مضمون النص، تبين فيه الإشكال الذي يطرحه صاحبه، وموقفه منه، وحجته على هذا الموقف، ونقد هذه الحجة، وما هي النتيجة التي يمكن استخلاصها في النهاية؟

www.eddirasa.com

الإجابة على أسئلة التقويم الذاتي

أولا : تصميم المقالة

يمكن تناول هذا الموضوع بالطريقة الجدلية:

I- المقدمة: طرح الإشكال

يظهر من هذا السؤال أن الجهل العلمي بالانفعال بالغا حد التناقض في تعريفه، تناقضا تاما، مما يعني أن هناك إشكالية معرفة، في عنصر حساس من عناصر الشخصية والسلوك، وهو ما يوقع الإنسان تحت طائلة إلحاق الضرر بنفسه، نتيجة جهله حقيقة نفسه وسلوكه، الأمر الذي قد يجعله يتصرف تصرفات ضارة بحياته، ومهددة لوجوده، بمعنى أن هناك إشكالية معرفة، قد ينجر عنها إشكالية وجود، سواء مجرد الوجود، أو على الأقل كيفية الوجود.

II- التحليل:

أ- **القضية**: الانفعال تكيف

_ بقطع النظر عن الجدل القائم بين القائلين بالتكيف أو الانحراف، نحاول أن نعتمد على ما هو متفق أو شبه متفق عليه.

_ هناك اتفاق على أن الانفعالات الخفيفة الهادئة، ومنها العواطف، تعتبر تكيفا نفسيا وجسميا واجتماعيا.

- **الحجة**: تبين الملاحظة لأحوال الأفراد أن الذين يتمتعون منهم بالعطف والحنان والإعجاب، تكون أحوالهم النفسية إيجابية، قد تبلغ درجة السعادة، أو الشعور بالهناء، خاصة إذا كانت الرعاية العاطفية، والعناية الشاملة مرفوقة بالصحة وغيرها من شروط العيش الكريم والمحيط الاجتماعي والطبيعي السليمين. مما يؤدي –عادة – إلى التكيف الشامل للفرد، ويجعله بالتالي ناجحا، وربما متفوقا في نشاطاته المختلفة.

- **نقد الحجة**: تبين الملاحظة – كذلك – أن من بين هؤلاء الأفراد الذين يتمتعون بالرعاية والعناية وشروط الحياة الكافية، من يظل السبيل ويفشل في النشاطات التي يمارسها، وربما أن حالته النفسية والاجماعية والطبيعية المريحة، تدفعه بالعكس إلى الانحراف والفشل والنتيجة أن الانفعال الهادئ المريح والخفيف، ليس بالضرورة مسببا للتكيف.

ب - نقيض القضية: الانفعال انحراف

- تبين الملاحظة الواقعية أن الانفعالات القوية العنيفة، مثل الهيجان خاصة، والهوى الشديد، تؤدي إلى انحراف السلوك، أي ابتعاده عن التكيف، ووقوعه في الفشل الذي قد يصل درجة الخطر على حياة الشخص، أو على الأقل فشله في مساعيه، يتضح ذلك في حالات الخوف الشديد، مثل حالات الرعب والهلع والفزع، حيث لا يستطيع الفرد القيام بالتصرفات المفيدة له. وكذلك حالات الهوى

www.edjiraa.com

العنيف، الذي يعرض صاحبه لمهالك، من ذلك العشق للذات (النرجسية)، أو للآخر، أو للماٴل مما قد يجعل عابد الماٴل بعيدا عن التكيف النفسي والاجتماعي، وحتى الطبيعي، فقد يعرض نفسه للهلاك، أو للخسارة الفادحة، مثال ذلك التجارة في الممنوعات والمحرمات. وهكذا فإن الانفعالات القوية، تشكل انحرافا متفاوت الخطورة عن التكيف والملاءمة.

– **نقد الحجة**: عدم تكيف الجزء لا يصلح للحكم على الكل بنفس الأمر، أي بعدم التكيف، بحيث إنه إذا كانت الانفعالات العنيفة، مثل الهيجان القوي، أو الهوى الشديد انحرافا، فذلك لا يعني أن كل الانفعالات تشكل انحرافا عن التكيف. وإذن فإن عدم التكيف يمكن أن توصف به مثل هذه الانفعالات العنيفة دون غيرها، وتكون هذه الحجة باطلة منطقيا، إذا كان المقصود منها تعميم الحكم على الانفعالات، للسبب المنطقي الذي ذكرناه في البداية.

ج – التركيب:

– من الانفعالات، ما هو تكيف، مثلما شاهدنا في القضية، ومنها ما هو انحراف، أي عدم تكيف تام أو جزئي، كما رأينا في نقيض القضية، بل هناك من الانفعالات ما يختلف فيها العلماء، منهم من يراها تكيفا، ومنهم من يعدها انحرافا عن التكيف، بل إن الحادثة الواحدة، قد تجعل أحد الأفراد متكيفا في رد فعله على مثير معين، بينما يصاب فرد آخر تحت نفس المؤثر بانحراف تام عن التكيف، كأن يصاب بالرعب المدمر، بينما يحتفظ الفرد الأول بهدوئه التام، وقد يتكيف مع الموقف، فينجي نفسه وربما غيره من خطر داهم. وهكذا فإن الأمور ليست محسومة، ومن المؤكد أن هناك حالات تكيف في الانفعاٴل وهناك حالات أخرى يفشل فيها التكيف أو ينحرف، مما يجعلنا نقول إن الانفعال متكيف أحيانا وغير متكيف أحيانا أخرى.

III – الخاتمة: تجدر الإشارة إلى أن الإشكال الحقيقي، لا يتمثل في تناقض النظريات عن طبيعة الانفعاٴل بل هو في البحث عن الشروط التي يمكن أن توحد الجهود لتتكاثف وتتضافر، وتحصر كل مساعيها في السعي إلى تطوير المناهج والوسائٴل التي قد تبلغ درجة من شأنها تقدم العلم في مجال الانفعاٴل مما يؤدي إلى رقي معرفي ووجودي، إذ كلما حصل تقدم من هذا النوع، كلما تحكم الإنسان في سلوكه أكثر، مما يجعله أكثر تكيفا، وأفضل معاشا، وبهذا نكون قد طرحنا الإشكال الأشمل والأنفع مبتعدين عن الجدل العقيم الدائر بين النظريات المتناقضة.

الموضوع الثاني : تحليل النص

I– المقدمـــــة:

– شرح المفردات الغامضة، أو المصطلحات:

– السلوك الانفعالي: يقصد الهيجان فقط / الموجه بالشعور: الذي يوجهه الشعور / لعب: تمثيل / لاأستطيع الأخذ به: ولهذا كان الانفعال مجرد تمثيل لدور / الطرق العادية: أجعله حامضا / خلع سحري: لأنه شعور إرادي غير موضوعي.

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

_**التعريف بصاحب النص:** جان بول سارتر، J.p.sartre – (1905_1980م) – هو أبرز فلاسفة المذهب الوجودي الإلحادي، وبسبب مساهمته الأهم فيه، يعتبر هو مؤسسه. له مؤلفات كثيرة، وقد اشتهر باستعمال الأدب مثل المسرح والرواية، للتعبير عن مواقفه الفلسفية، أما كتابه الذي أخذ منه هذا النص، فهو (نظرية في الانفعالات)، وهو كتاب حاول فيه سارتر أن يطبق المنهج الظواهري الفينومينولوجي في دراسة الهيجان.

_ **طرح الإشكال:** إنكار صفة السلوك الحقيقي على الانفعال والمقصود هو الهيجان فقط. وبطبيعة الحال فإن سارتر، يريد إخضاع الهيجان لمذهبه الفلسفي الوجودي، لإنقاذ الحرية المطلقة، التي يزعمها للإنسان. والإشكال هو كيف يمكن لسارتر أن يخرج الهيجان من دائرة السلوك؟ وهل يمكن لنظريته الفلسفية أن تغير طبائع الأشياء؟

II- التحليل:

_ **الموقف:** يرى سارتر أن الانفعال الهيجاني، ليس سلوكا حقيقيا، بل هو سلوك بديل أو سحري.

-**الحجة:** الهيجان لا يهدف إلى التأثير في الأشياء، بل يهدف إلى قلب الموضوع ذاتيا.

- الدليل : ضرب مثال قلب حقيقة العنب من الموضوعية إلى الذاتية.
- قلب حقيقة عنقود العنب، وجعله ذاتيا عوض موضوعيته.
- وصف الحموضة الذاتي يقصد إلى إزالة التوتر التاشئ عن العجز الموضوعي عن قطف العنب.
- عندما يعجز الفرد عن تحقيق رغبته، يستبدل موضوعها بموضوع آخر ، مقزز مقيت.
- تنفر النفس من هذا البديل وتزول عنها الرغبة، أي ينتهي التوتر فيها
- إزالة التوتر هي الانفعال أو الهيجان

- **نقد الحجة:** اعتمد سارتر على مثال (العنب) كدليل يثبت به نظريته هذه
- معروف أن المثال لا يصلح كحجة، وإنما هو صالح للشرح والتوضيح
- الحجة غير كافية، وذلك يعني أن الموقف السابق غير صحيح، لحد الآن على الأقل.

III – الخاتمـــة:

معرفة الهيجان معرفة علمية،لا زالت بعيدة المنال فيما يبدو،لذلك لا زالت النظريات تتنوع وتتصارع وتتناقض، وتدعي دون برهان. وسارتر هنا لا يقدم برهانا علميا أو منطقيا على موقفه. لذلك يصنف موقف سارتر مع الإدعاءات التي يعوزها البرهان.

ثم إن نقد الفيزيولوجيا نقدا نظريا فلسفيا، هو أمر بعيد عن الدقة المعول عليها علميا.

www.edirasa.com

قلم الجزائر
WWW.DZPEN.COM

تدرب أيها الدارس ...

الموضوع الأول : **مقال للتصميم والتحرير**

قيل: إن الهيجان سيل جارف، والعاطفة جدول يحفر مجراه.

الموضوع الثاني : نص للتحليل

وظيفة الألم

إن الألم إحساس مزعج دائما، يكون في دماغنا، عندما يتلقى هذا الآخر، عن طريق الألياف العصبية الحسية، بعض الإشارت الخاصة، وتصحبه ردود أفعال خاصة، لا يتدخل الإحساس ذاته في حتميتها. لأنها عملية انعكاسية، يقوم بها مركزان تحتيان هما التلاموس (المهاد البصري)، والهيبو تلاموس (ما تحت المهاد البصري)، وهما عضوان يجمعان الإشارات الحسية، والهيجانات بالنسبة إلى جوانبها العضوية واللاشعورية. وتتبني كل الحياة الانفعالية العليا، على هذه الحساسية الآلية الأولية، بفضل الفعل المتعدد للترابطات، بواسطة المنعكس الشرطي. ويكون الانتقال من الألم الجسماني، إلى الألم النفساني، وعلى هذا يقوم الألم بدور كبير في حياتنا.

وإذا لم يكن بالإمكان أن نعرف بالضبط، ما هو هذا الإحساس؟ فإننا في مقابل ذلك نعرف ما يسببه، إذ في العادة، ينجم الألم من بعض الإثارات الجلية، سواء أكانت لمسات خاصة بالوخز، أو الضغوط الشديدة في القرص، أو الإتلافات الفيزيائية الكيميائية في الحروق. إنه يطلعنا على بعض الجوانب من العالم الخارجي، التي تهمنا على وجه الخصوص. أي على مضرة الأفعال وبهذا نفهم ارتباطه من خلال التكوين المنسجم، لجهازنا العصبي بالهروب، من حيث هو رد فعل وبغير الملائم. وليس بالإمكان تصور عضوية غير قادرة على الابتعاد عن الاعتداءات المؤذية، وإلا كان مصيرها الهلاك، إذ لو كانت النار لا تحرق ولا تؤلم، لحصلت لنا إصابات قاتلة. وعليه فمن الانسجام البيولوجي حقا، أن الألم يبدو كما لو كان له دور، أي وظيفة بيولوجية لدى الحيوان، وبصورة أكثر لدى الإنسان، نظرا لدوره الأكبر في إشراط الوجدانية الأخلاقية.

شوشار P . Chauchard

طبيب ومفكر فرنسي معاصر

المطلوب : أكتب مقالا تعالج فيه مضمون النص.

www.edirasa.com