



مؤتمر التدريب والكويتشج
المؤتمر العربي الثالث لرابطة المدربين العربي بالتعاون مع
المركز العربي للتدريب والتنمية
ورقه بعنوان :-
دراسة حول اضطراب الشخصية السلبية العدوانية

د/ اسراء عزالدين شببكة
اخصائي نفسى

اضطراب الشخصية

مقدمة

يتمتع الأشخاص بشخصيات فريدة تتألف كل منها من مجموعة معقدة ومختلفة من السمات. وتؤثر السمات الشخصية في كيفية إدراك الأشخاص العالم المحيط بهم وطريقة التفاعل معه، وكذلك كيف يرون أنفسهم .

تعريف :-

اضطراب الشخصية هو حالة من حالات الصحة العقلية يتسم فيها الشخص بنمط ثابت مدى الحياة لطريقة رؤيته لنفسه وتفاعله مع الآخرين على نحو يؤدي به إلى مواجهة المشكلات.

ويواجه الأشخاص المصابون باضطرابات الشخصية غالباً صعوبة في فهم المشاعر والتعامل مع التوتر. ويتصرفون باندفاع ورعونة.

ويُصعب ذلك عليهم التعامل مع الآخرين، ويؤدي إلى حدوث مشكلات جسيمة، ويؤثر في حياتهم العائلية وأنشطتهم الاجتماعية وأدائهم في العمل والمدرسة وجودة الحياة عموماً .

- يؤثر الاضطراب النفسي على شخص واحد من كل ٨ أشخاص في العالم

- تنطوي الاضطرابات النفسية على اختلالات جسيمة في التفكير أو ضبط المشاعر أو السلوك

- هناك أنواع كثيرة ومختلفة من الاضطرابات النفسية.

- توجد خيارات فعالة في مجالي الوقاية والعلاج

- لا تُتاح لمعظم الناس رعاية فعالة.

اسباب الاضطراب :-

يُعتقد أن اضطرابات الشخصية تحدث نتيجة الوقوع تحت تأثير العوامل الجينية والبيئية. وقد تكون الجينات عاملاً مساعداً على زيادة خطر الإصابة باضطراب الشخصية، في حين أن تجارب الحياة قد تؤدي إلى ظهور أحد مظاهر اضطراب الشخصية

دراسة حول الاضطرابات :-

عام ٢٠١٩، كان شخص واحد من كل ٨ أشخاص، أو ٩٧٠ مليون شخص في جميع أنحاء العالم، مصابين باضطراب نفسي، وكان القلق والاكتئاب الشكّلين الأكثر شيوعاً من تلك الاضطرابات (١).

أمّا عام ٢٠٢٠، فقد شهد ارتفاعاً كبيراً في عدد من يعانون من اضطرابات القلق والاكتئاب بسبب جائحة كوفيد-١٩، حيث تبين التقديرات الأولية زيادة في اضطرابات القلق بنسبة ٢٦٪ واضطرابات الاكتئاب الرئيسية بنسبة ٢٨٪ خلال عام واحد فقط (٢).

ورغم وجود خيارات فعالة في مجالي الوقاية والعلاج، فإن معظم المصابين بالاضطرابات النفسية لا تُتاح لهم رعاية فعالة، كما يعاني كثيرون من الوصم والتمييز وانتهاكات حقوق الإنسان.

هناك ١٠ أنماط من اضطرابات الشخصية، ولكلّ منها مشاكل مميزة مع صورة الذات وأنماط الاستجابة للآخرين وللأحداث المُكرّبة

تختلف الأعراضُ بحسب نمط اضطراب الشخصية، ولكن بشكل عام، يواجه الأشخاص صعوبة في العلاقات مع الآخرين والتعامل مع الشدّة؛ وتكون لديهم صورة للذات تختلف باختلاف الموقف، وتختلف عن الطريقة التي ينظر بها الآخرون إليهم .

يضع الأطباء في اعتبارهم تشخيص أحد اضطرابات الشخصية عندما ينظر الأشخاص وبشكلٍ مستمر إلى أنفسهم أو إلى الآخرين في طرائق ذات أسس ضعيفة أو بأسس مختلفة في واقع الأمر، أو عندما يستمرّون في التصرف بطرائق ذات عواقب سلبية بشكلٍ روتيني.

لا تُغيّر الأدوية الموصوفة لعلاج اضطرابات الشخصية هذه الاضطرابات ولكنها قد تُقلّل من أعراض الكرب والانزعاج .

قد تساعد المُعالِجَة النفسية الأشخاص على إدراك دورهم في خلق مشاكلهم، وتُساعدهم على تغيير سلوكهم غير المرغوب اجتماعياً.

السماتُ الشخصية أنماطاً من التفكير والإدراك والتفاعل والارتباطات المستقرة نسبياً مع الوقت؛ فعلى سبيل المثال، يميل بعضُ الأشخاص إلى المزاجية والعزلة بينما يميل آخرون إلى أن يكونوا منفتحين واجتماعيين.

تظهر اضطرابات الشخصية عندما تصبح سمات شخصية الشخص واضحة، وقاسية، وغير قادرة على التكيف بحيث يكون لدى الشخص مشاكل في العمل، أو المدرسة، أو في التعامل مع الآخرين. يُمكن أن تؤدي هذه الحالات من سوء التكيف الاجتماعي إلى ضائقة ملحوظة عند الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات في الشخصية وعند الأشخاص المحيطين بهم.

يحاول معظم الأشخاص الذين تكون صفاتهم الشخصية غير فعالة أو تظهر لديهم عواقب سلبية تغيير أنماط استجابتهم. في المقابل، لا يغير الأشخاص الذين لديهم اضطراب في الشخصية أنماط الاستجابة حتى عندما تكون هذه الأنماط غير فعالة بشكل متكرر، وتكون العواقب سلبية.

، وذلك لأنَّ الأشخاص لا يتكيفون وفقًا لما تقتضيه maladaptive وتسمى هذه الأنماط سوء التكيف الظروف. وتختلف أنماط سوء التكيف في مدى شدتها واستمرارها .

اضطراب الشخصية السلبية العدوانية

تسم اضطراب الشخصية السلبية العدوانية، الذي يُسمى أيضًا اضطراب الشخصية السلبية، بالتسويق والعرقلة الخفية وعدم الكفاءة والعناد .

تعريف السلوك العدواني

في علم النفس، يشير مصطلح العدوان إلى مجموعة من السلوكيات التي يمكن أن تؤدي إلى ضرر جسدي ونفسي لنفسك أو للآخرين أو الأشياء في البيئة. يركز العدوان على إيذاء شخص آخر جسديًا أو عقليًا. في حين أننا جميعًا قد نشعر بالعدوانية في بعض الأحيان، عندما ينتشر العدوان أو يتطرف، فقد يكون علامة على حالة صحية عقلية أساسية أو اضطراب في تعاطي المخدرات أو مشكلة طبية أخرى.

السلوك العدواني

نظرًا لأن السلوك العدواني يهدف إلى إيذاء شخص لا يريد أن يتعرض للأذى، يجب أن ينطوي على فعل - مجرد التفكير في إيذاء شخص ما أو الشعور بالغضب لا يكفي، وإيذاء شخص ما عن طريق الخطأ غير مؤهل.

يمكن أن تكون السلوكيات العدوانية جسديًا، مثل الضرب أو الركل أو طعن شخص آخر، كما يعد إتلاف الممتلكات أيضًا شكلاً من أشكال العدوان المادي.

ويمكن أن تكون السلوكيات العدوانية لفظية، والتي قد تشمل السخرية، والشتائم، والصراخ، والتي تهدف إلى الإضرار بعلاقات شخص آخر. يمكن أن يشمل ذلك نشر الشائعات وإخبار الأكاذيب عن شخص آخر.

بينما نفكر غالبًا في العدوان بأشكاله الجسدية، يمكن أن يكون العدوان النفسي أيضًا ضارًا جدًا. ترهيب شخص آخر أو توبيخه لفظيًا، على سبيل المثال، هي أمثلة على العدوان اللفظي والعقلي والعاطفي. التتمتع عبر الإنترنت هو شكل آخر من أشكال العدوان غير الجسدي الذي يمكن أن يسبب ضررًا جسيمًا للآخرين.

أنواع السلوك العدواني

١/ العدوان الاندفاعي

يُعرف العدوان الاندفاعي أيضًا باسم العدوان العاطفي أو التفاعلي، ويتميز بمشاعر قوية. يؤدي العدوان الاندفاعي، خاصة عندما يكون ناتجًا عن الغضب، إلى تشغيل نظام الاستجابة للتهديد الحاد في الدماغ، بما في ذلك اللوزة، وتحت المهاد، والرمادي حول القناة.

هذا الشكل من العدوان غير مخطط له وغالبًا ما يحدث في خضم هذه اللحظة. إذا قطعتك سيارة أخرى في حركة المرور وبدأت في الصراخ وتوبيخ السائق الآخر، فأنت تعاني من عدوان مندفع.

٢/ العدوان الآلي

يُعرف أيضًا باسم العدوان المفترض، يتميز العدوان الآلي بالسلوكيات التي تهدف إلى تحقيق هدف أكبر، غالبًا ما يتم التخطيط للعدوان الآلي بعناية وعادة ما يكون موجودًا كوسيلة لتحقيق غاية.

إن إيذاء شخص آخر في عملية سطو هو مثال على هذا النوع من العدوان. هدف المعتدي هو الحصول على المال، وإيذاء فرد آخر هو الوسيلة لتحقيق هذا الهدف.

٣/ السلوك العدواني عند الكبار

لا يولد الإنسان وهو ذو سلوك عدواني، فالسلوك يتولد في الإنسان نتيجة مجموعة من العوامل التربوية الخاصة بالأهل، والعوامل الاجتماعية المحيطة، وكذلك المدرسة وجو العمل، وكل تلك العوامل تظهر سلوكيات عند الكبار في مرحلة ما من العمر، فالإيجابية منها لها مرتكزاتها، وأسبابها، وكذلك السلبية منها، وكل تعود في النهاية إلى تلك العوامل، فالتعرض للتنمر أو الظلم في مرحلة من مراحل العمر المتقدمة بكل تأكيد ستنتج سلوكًا عدوانيًا في مرحلة الكبر من العمر.

للسلوك العدواني عوامل ثلاثة تختلف في أثرها وكيونونها، وهي

١/ العوامل البيولوجية للسلوك العدواني

تعود هذه العوامل إلى الجنس والنوع، وتنقسم إلى نوعين هما الذكر والأنثى، ولقد أثبتت الدراسات أن الذكور هم من يسلكون مسلك السلوكيات العدوانية الجسدية في الغالب، كما أثبتت الدراسات أنه على الرغم من أن الإناث قد يلجأن إلى السلوك العدواني بشكل أقل منه عند الذكور، إلا أنهن يستخدمن السلوكيات العدوانية غير الجسدية، مثل السلوكيات العدوانية اللفظية، أو سلوكيات الرفض الاجتماعي.

٢/ العوامل البيئية للسلوك العدواني

وتتمثل في بيئة المنشأ للفرد؛ إذ إن البيئة التي ينشأ فيها الشخص تؤثر كثيراً في قيامه بالسلوكيات العدوانية من عدمه، وذلك الفرد الذي تربى على مشاهدة الكثير من السلوكيات العدوانية في الصغر، غالباً ما سيصبح في الكبر على يقين بأن هذه السلوكيات مقبولة اجتماعياً.

٣/ العوامل الجسدية للسلوك العدواني

تتمثل العوامل الجسدية في العوامل الصحية والنفسية، والتي قد تؤثر كثيراً في قيام الشخص بانتهاج السلوكيات العدوانية، مثل الإصابة بالصرع أو الخرف أو الذهان أو تعاطي الكحول أو المخدرات أو الإصابة بتشوهات وإصابات الدماغ.

مفهوم السلوك العدواني

عرّفه الكثيرون من خبراء وعلماء علم النفس، ونذكر من تلك التعريفات الآتي:

عرّفه العالم "ماسان" على أنّه "سلوك يتخذه الفرد لإلحاق الأذى بأيّ من الكائنات الحية، أو لإفساد وتحطيم".
"كائنات غير حية".

عرّفه "أرجيلي" على أنّه "السلوك الذي يوجّهه القائم به إلى إيقاع الأذى بالأشخاص الآخرين أو ممتلكاتهم،
"وقد يكون هذا الأذى بدنياً أو لفظياً".

"عرّفه "إدموند" أيضاً على أنّه "أيّ أذى بدني أو مادي أو معنوي، يلحقه شخص ما بشخص آخر".

يمكننا إجمال التعريفات السابقة في تعريف أكثر دقة وأقرب إلى الوصف الدقيق للسلوك العدواني، وهو كما
الآتي: "أيّ سلوك يقوم به الفرد لإلحاق الأذى بالأفراد الآخرين أو ممتلكاتهم، ومحاولة أولئك الأفراد تجنب
"هذا الإيذاء سواءً كان بدنياً أم لفظياً".

خصائص السلوك العدواني

من أهم خصائص السلوك العدواني أنّه يتعمّد إيذاء شخص ما، ويعتمد على أسلوب الشخص الذي يقوم
بالسلوك العدواني وتمكّنه في الإيذاء عن عمد، أمّا في حالة حدوث صدام مع شخص آخر أدى إلى إلحاق
الأذى به، فإنّ هذا لا يُعدّ سلوكاً عدوانياً.

تتمثّل أبعاد العدوان السلوكي فيما يأتي:

العدوان البدني.

العدوان اللفظي.

العدوان المباشر.

العدوان غير المباشر.

تصنيف "بوس" لأبعاد السلوك العدواني

رغبة المعتدّي عليه في تجنب هذا الإيذاء؛ إذ إنّّه بالطبع لا يوجد شخص سويّ قد يرغب في التعرض
للإيذاء؛ وإنّما سيفعل كل ما في وسعه لتجنب هذا العدوان الموجه إليه، وقد يؤدي هذا التجنب إلى تحقيق
هدف المعتدي من الإيذاء.

توجد حالات لا تُعدّ عدواناً، وقد تكون متمثلة في إيذاء الذات، كأن يصل شخص ما إلى حالة من الغضب
الشديد يقوم معها بإيذاء نفسه دون شعور، وهذا لا يُعدّ عدواناً، ومن ثمّ، فإنّ إيذاء الذات غالباً ما يكون بسبب
الاكتئاب الذي تتعدد أسبابه؛ الأمر الذي يثبت أنّ إيذاء الذات ليس من صور العدوان السلوكي.

يتضح الهدف من العدوان فيما يأتي:

العدوان العدائي:

ينتج العدوان العدائي عن الغضب الشديد الذي قد يتعرض له الشخص، وتكون نتيجة هذا الغضب إيذاء الشخص الذي أوصله إلى هذه المرحلة من الغضب الشديد؛ حيث يصبح هدف الشخص الغاضب إيقاع الآلام والتعذيب على الطرف الآخر.

العدوان الوسيطي:

يكون هدف العدوان هنا الوصول إلى تحقيق هدف معين، وليس إلحاق الأذى بالشخص الآخر على وجه الخصوص، وذلك مثلما يحدث في الحروب، حيث يكون الهدف الأساسي احتلال مكان معين. ومن هنا نرى أنَّ التمييز بين العدوان العدائي والعدوان الوسيطي يكون صعباً إلى حدٍّ ما، فقد يتحول العدوان العدائي إلى عدوان وسيطي.

السلوك العدواني والمعايير الاجتماعية؛ حيث توجد كثير من الاعتداءات التي تنتهك معايير وقيم المجتمعات مثل القتل، والاغتصاب، والضرب، واعتداءات العصابات؛ فهي ضد قيم المجتمع.

ومن الناحية المقابلة، هناك بعض الأفعال العدوانية التي تكون مساندة لمعايير المجتمع، مثل تنفيذ القانون من خلال محاكمة المذنب، فهذا لا يُعدُّ عدوان ما دام مسانداً للمجتمع، وكذلك عقاب الأب لابنه، فهو من أجل التربية وتحسين السلوك للأفضل، وعند إطلاق رجل الشرطة النيران، وقتل الإرهابيين والمجرمين، فهذا لا يُعدُّ عدواناً؛ بل هو حماية للمجتمع.

ماهي الشخصية العدوانية السلبية :-

تعد العدوانية أسلوب من أساليب التعبير عن المشاعر السلبية، ويلجأ إليه الشخص العدواني بدلاً من الإفصاح عن عدوانيته تجاه الآخرين بصراحة،

أي أن الشخص العدواني متناقض بطبيعته، ويكمن التناقض في تباين ما يظهره من مشاعر طيبة ومسالمة والعدوانية أو الكره الشديد الذي يحمله بداخله

ويمتلك الإنسان العدواني القدرة على السيطرة على مشاعره وعواطفه، حيث يغلب عليه سرعة الانفعال ولكنه سرعان ما يبدو هادئاً وغير مكترث لما أزعجه

أو العصبية الحقيقية مشاعر الغضب ومن أبرز صفات الشخصية العدوانية إنكار مشاعره الخفية، فقد يخفي معبراً عن أن الأمر لا يعنيه ولم يؤثر عليه على الإطلاق، ولكنه في حقيقة الأمر يضمّر بداخله إحساساً بالضييق والانزعاج وسرعان ما ستظهر مشاعره الحقيقية في أقرب وقت.

وتعتبر هذه الشخصية من الشخصيات الأكثر خطورة، فلا ينحصر تأثيره السلبي على نفسه فحسب ولكنه متسلطاً ذو سطوة على الآخرين ويسعى دائماً إلى السيطرة يمتد إلى كل من حوله، ويكون الإنسان العدوانى على المحيطين به .

وتكون تعبيرات وجه الشخص العدوانى غليظة من حيث النظرات أو الألفاظ أو التعبير بالإشارة أو بالتلويح باليد، ولا ترتبط العدوانية بجنس الإنسان، فقد يكون العدوانى رجلاً أو امرأة أو طفلاً

صفات الشخصية العدوانية

تفيد متابعة الصفات التالية في معرفة ما إذا أحد الأشخاص المقربين منك من الشخصيات العنيفة العدوانية أم لا، فإن الشخصية العدوانية تتصف بالآتي:

- سرعة الانفعال والطباع الحادة والشعور الدائم بعدم الرضا عن نفسه والآخرين.
- الميل إلى إيذاء المحيطين به دون أسباب واضحة تُذكر، فمهما كانت الأسباب تافهة أو غير منطقية لكل هذا الانفعال أو العدوانية فإن الأمر بالنسبة إليه ليس كذلك فهو يرى أن تصرفات الآخرين سبباً في عصبية وتحوله إلى العدوانية.
- الانطوائية والتسلط من أبرز سمات الشخص العدوانى، حيث أنه يجد السكون والراحة بعيداً عن الناس.
- لا يراعى مشاعر الآخرين، ويجد أن الإيذاء الجسدي أو اللفظي أو النفسي هو طريقته الوحيدة والمثلى في التعبير عما يدور بداخله من أفكار ومشاعر.
- جلد الذات والتقليل من أهميتها واحتقاره لنفسه والحق من قدراته، لذلك يُلاحظ أن بعض الفئات تلجأ إلى إيذاء نفسها جسدياً من أجل التخلص من الشعور باحتقار والدونية.

كيفية التعامل مع الشخصية العدوانية :-

إذا كنت من الشخصيات العدوانية أو كنت تواجه صعوبة في التعامل مع الشخص العدوانى في محيط أسرتك أو عملك، فإن النصائح التالية ترشدك إلى كيفية التعامل مع الشخص العدوانى:

- حاول التقرب إلى الشخص العدوانى وتفهم طبيعة شخصيته وتقبل اختلافه عنك، فإنه بالتأكيد قد واجه الكثير من المواقف والصراعات التي جعلته من الأشخاص الذين يحملون الكثير من صفات الشخصية العدوانية .
- احذر من معاملة الشخص العدوانى وكأنه شخص مريض بحاجة إلى معاملة خاصة، فإن هذا التصرف سيجعلك تتحول إلى ألد أعدائه.
- حاول ضبط انفعالاتك وسيطر على أعصابك.
- تحدث إلى الشخص العدوانى بصوت منخفض واحتفظ بابتسامة جميلة على وجهك حتى تؤكد له صدق مشاعرك تجاهه.
- اصغى إلى ما يقوله الشخص العدوانى دون أن تهاجمه، ودافع عن رأيك بكل ود ولطف.
- تجنب التعليق على حديث الشخص العدوانى أو مقاطعته، فإن هذه التصرفات تستفز، واستخدم أسلوب تأكيد المعلومة وتأييد موقفه من خلال التفاعل مع ما يقوله من خلال هز رأسك بإيماءة "نعم" أو قول عبارات تأييد الرأي مثل "كلامك صحيح" أو "أوافقك الرأي".

- احرص على التحدث مع الشخص العدواني بكل ثقة، وتجنب فتح أحاديث طويلة حتى لا تثير غضبه، وحاول أن تتحدث في كل ما هو إيجابي وبناء حتى تصرف ذهنه عن الأفكار العدوانية.
- ثير فينا بعض المواقف التي نتعرض إليها يومياً مشاعر الغضب، والقلق، والخوف، أو السعادة؛ وهذا ما يسمى بالانفعال، والذي يعرف بأنه: حالة نفسية ذات تأثير قوي على الإنسان، يُصاحبها اضطرابات عضوية،
مثل: ضيق التنفس، وتسارع ضربات القلب، والتعرق الزائد، واتخاذ الإنسان قرارات قد تصب في مصلحته الشخصية، أو العكس؛ بهدف تخفيف حدة هذه الحالة.
- ولكن مهما كانت هذه الأسباب التي تقف وراء انفعالنا، لابد لنا من السيطرة عليها والتحكم بها. إن لمخالف أنواع الانفعالات قيمة كبيرة في الحياة الاجتماعية، فهي تساعدنا على فهم الآخرين، وبالتالي التعامل معهم من خلال إدراكهم لما نرمي إليه، وماذا نقصد منه.

[المراجع|عدل]

^ American Psychiatric Association (2000). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-IV. Washington, DC: American Psychiatric Association. ص. ٧٣٣. ISBN:978-0-89042-024-9. ٣٤.

^ Benjamin J. Sadock, Virginia A. Sadock (2008). Kaplan & Sadock's Concise Textbook of Clinical Psychiatry. Lippincott Williams & Wilkins. ISBN:978-0-7817-8746-8. [مؤرشف من الأصل في ٢٠٢٢-٠٤-٢١].بحاجة لرقم الصفحة. 8746-8.

^ "Disorders of adult personality and behaviour (F60–F69). F60 Specific personality disorders" (PDF). The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders – Clinical descriptions and diagnostic guidelines. Geneva: منظمة الصحة من الأصل في ٢٠١٤-٠٣-٢٣. اطلع عليه بتاريخ ٢٠١٧-١٢-١٢ (PDF) العالمية. ص. ١٥٧–٥٨. مؤرشف ٠٦..