رابعاً :السلوك السوي والسلوك الشاذ ومعايير تحديد السوي واللاسوي و مفهوم الصحة أو السواء في الأمراض النفسية

قد يختلف عما هو في ميدان الطب العام . ففي الطب (الجسدي) يكفي الطبيب أن يخلّص مريضه من الاضطراب العضوي الذي دفعه للعلاج لكي يحكم بأنه قد شفي وانه سليم ومعافى. أما في حالة الأمراض النفسية فانه لا يكفي القول بان المريض تخلص من قلقه أو حالة الكآبة لديه للحكم على انه اصبح سليماً. فالصحة النفسية لا تتوقف عند عتبة التخلص من الأعراض المرضية بل هي تتطلب فضلاً عن ذلك أن يتسم سلوك المريض بخصائص معينة كأن يتصف بالإيجابية والفاعلية والرضا عن النفس وغير ذلك من الصفات الدالة على الصحة والاتزان ، أي أن شخصيته قد اكتسبت خصائص وصفات لم تكن موجودة من قبل أو أنها كانت متخفية خلف المرض النفسي ثم ظهرت من جديد وبفاعلية جديدة. والاتزان ، أي أن شخصيته قد اكتسبت خصائص وصفات لم تكن موجودة من قبل أو أنها كانت متخفية خلف المرض النفسي ثم ظهرت من جديد وبفاعلية جديدة.

يقسم السلوك البشري الى قسمين: **سلوك سوي** و **سلوك شاذ** .وقبل ان نتحدث عن كل منهما لابد من الاجابة عن السؤال الاتي: ما هو السلوك؟ في الاجابة عن هذا السؤال نقول :**السلوك هو التصرف الذي يقوم به الفرد في ظروف محيطه البيئية والاجتماعية، في شكلها العام، انطلاقا من حالة نفسية داخلية جعلت الانسان يتصرف ذلك التصرف ، فالأنسان الذي يراقب تصرفاته وسلوكه بشكل عام ويحاول أن يطهر نفسه من كل مظاهر الأمراض النفسية كالحقد والكره والبخل والحرص والأستغلال والظلم وأن يسعى لخدمة مجتمعه وأن يستثمر طاقاته بالشكل الأمثل وأن يكون لديه إندفاع إيجابي في مجال عمله** وأن يكون على مستوى من الطموح يتناسب وقابلياته وقدراته يمكن أن نسميه الشخص السوي أي ذو شخصية سوية وعليه فان السلوك_السوي هو السلوك العادي أي المألوف والغالب على حياة غالبية الناس و الشخص_السوي هو الشخص الذي يتطابق سلوكه مع سلوك الأفراد الآخرين سواء أكان ذلك في تفكيرهم ومشاعرهم ويكون سعيداً ومتوافقاً شخصياً وانفعالياً واجتماعياً.

أما الشخص_اللاسوي فهو الذي يختلف سلوكه عن الشخص السوي في تفكيره ومشاعره وعلاقاته مع الآخرين ويكون غير متوافق ذاتياً وأنفعالياً وأجتماعياً وبشكل تسيطر عليه نزعاته النفسية وغرائزه الحيوانية ويكون عرضة للأمراض النفسية والعقلية والتي تنعكس بشكل واضح في سلوكه وأخلاقه مع الآخرين من أبناء مجتمعه وبهذا يكون من السهل علينا أن نحدد من هو المريض نفسياً ولكن من الصعب أن نحدد من هو السوي وهذه الصعوبة منشؤوها يكمن في طبيعة الأنسان نفسه إذ أنه كائن معقد السلوك ومتغير المزاج في كل لحظة إذ أن هناك الكثير من أوجه الحياة النفسية يصعب تحسسها من خلال ملاحظة سلوك الفرد وبالتالي يصعب قياسها مثل أوجه الحياة العاطفية والأنفعالية. فقد لا تنعكس في مظاهر سلوكه كما يراه الآخرون لذا فمن غير الممكن الأستدلال عليها إلا من خلال الفرد نفسه بالاضافة الى المقربين.

ويمكن تعريف **اللاسوي / الشذوذ:** هي الانحراف عما هو عادي والشذوذ عما هو سوي، واللاسوية هي حالة مرضية فيها خطر على الفرد نفسه أو على المجتمع تتطلب التدخل لحماية الفرد من خطره ، والشخص اللاسوي هو الشخص الذي ينحرف سلوكه عن سلوك الشخص العادي في تفكيره ونشاطه ويكون غير سعيد وغير متوافق لاشخصياً ولا انفعالياً ولا اجتماعياً .

ان الفصل بين الشخصية السوية والشاذة ليس بالأمر اليسير وذلك لاختلاف وجهات النظر الى السواء والشذوذ ، وهناك من يذهب . متطرفاً الى انه لايوجد ذلك الذي نسميه بالانسان السوي، ولكنه مع ذلك هناك بعض المعايير التي يشير اليها المختصون بالصحة النفسية والتي من الممكن ان نميز من خلالها بين السواء والشذوذ ، ولعل من بينها :

١. **المعيار الاحصائي** ، الذي يعتمد اساساً على الفكرة التي تقول بأن الصفات المختلفة ، سواء كانت جسمية أو نفسية أو عقلية ، تميل في توزيعها بين الأفراد الى الاعتدال ، بحيث نجد ان أغلب الناس يملكون من هذه الصفات شيئاً متفاوت وقليل منهم يتطرفون في زيادة السمة أو نقصانها، وهؤلاء هم الشواذ، ولكن هذا الاسلوب نجد صعوبة في تعميمه مما يجعله صالحاً لتحديد السواء والشذوذ في بعضها مثل السمات الجسمية كالطول والوزن....الخ .. ولكنه غير صالح في تحديد

سمات اخرى مثل الذكاء ، اذ لايمكن اعتبار الافراد ذوي الذكاء المنخفض جداً غير اسوياء وكذلك اصحاب الذكاء العالي ،

٢. **المعيار الحضاري** ، فانه يقوم على اساس ان السمة المقبولة هي التي يتقبلها عدد من الناس، ومعنى ذلك ان الشخص السوي هو المتوافق مع المجتمع ، أي من استطاع ان يجاري قيم المجتمع وقوانينه ومعاييره واهدافه ، ولكن الاعتراض الأساسي على هذا المعيار ، هو ان السلوك الذي يبدو غير سوي في ثقافة معينة ، قد يكون غير مقبول تماماً في غيرها من الثقافات ، كما انه ليس كل ماهو سائد في المجتمع يعتبر مقبول.

من الصعوبة وضع حدود فاصلة بين الشخصية غير السوية او الشاذة ، فهناك صعوبات ايضاً في تحديد الشخصية السوية ، ولعل من هذه الصعوبات ان من المستحيل وصف الشخصية لأننا لا نستطيع ان نصف اية شخصية ككل اذ من الممكن وصف الكثير من الخصائص الفردية عن طريق ملاحظتها او الكشف عنها بوساطة الاختبارات المختلفة الا ان الكثير من العمليات العقلية وأوجه الحياة العاطفية الدقيقة تبقى بعيدة عن الملاحظة والقياس ، كما ان هناك صعوبة اخرى تتعلق بالمعيار الذي يحدده مقدار ما يتوافر في كل سمة من هذه الشخصية ، فالكرم سمة مرغوب فيها ولكن المبالغة في هذه السمة تصبح اسرافاً أو تبذيراً ، وهي سمة غير مرغوب فيها ، ويؤكد ((كارل روجرز)) . ان الشخص السوي هو الذي يقبل ذاته كما هي من دون احساس بالنقص او بالدونية ولا يبالغ في هذا التقرير ، كما انه مستعد لتقبل الخبرات الجديدة ويقبل عليها ، وهو قادر على استغلال امكاناته وقدراته واستعداداته. ويرى ((ماسلو)). ان الشخصية السوية هي تلك التي اشبعت حاجاتها الاساسية البيولوجية وحاجاتها للأمن والحب والانتماء ، والتقدير ، واذا تم ذلك سوف توجه طاقاتها نحو تحقيق الذات ، أي الانتاج العلمي او العملي . في حين يشير ((فروم)) . الى ان الشخصية السوية هي الشخصية المنتجة ، أي تلك التي تكون قادرة على الاتصال بالبيئة المادية والاجتماعية لأنتاج الأشياء وتهيئة الظروف للنمو والسعادة ، وهو قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته على انتاج كل ماهو ضروري لجعله سعيدا.

معايير تحديد السلوك السوي:

أ. **الفاعلية:** وذلك بأن يتصرف الشخص بشكل إيجابي يحقق النتائج المطلوبة لحل المشكلات التي يواجهها رغم ما يعترضه من عقبات أو صعوبات.

ب. **الكفاءة :** وذلك بأن يكون قادراً على استخدام ما لديه من إمكانات بفاعلية لتحقيق ما هو ممكن أو متاح.

ج. **الملائمة:** وذلك بتوافق السلوك مع عمر صاحبه، ومع خصائص الموقف الذي يتم فيه السلوك.

د. **المرونة :** الشخص السوي هو القادر على تكييف سلوكه وفقاً لما تحتاجه المواقف أو الظروف المتغيرة.

هـ. **الاستفادة من الخبرة :** وذلك بتوظيف تجاربه وخبراته والاستفادة منها في توليد السلوك الجديد.

و. **القدرة على التواصل الإنساني :** وهي حاجة من الحاجات الأساسية التي لا غنى عنها، والشخص ذو السلوك السوي هو القادر على تحقيق هذا التواصل على نحو مقبول ومرضي.

ز. **تقدير الذات :** وهو الشخص القادر على تقييم ذاته بموضوعية، مميزاً لجوانب القوة والضعف لديه، ويعمل على تعزيز جوانب القوة لديه واستكمال جوانب الضعف ومعالجتها.

معايير تحديد االسلوك اللاسوي :

أ. **معيار النشاط المعرفي :** وذلك بأن تحدث إعاقة لأي من القدرات العقلية كالإدراك، أو التذكر، أو الانتباه، أو الاتصال.

ب. **معيار السلوك الاجتماعي :** وذلك عندما ينحرف السلوك عن القيم والعادات والتقاليد، أو أن يكون مخالفاً للاتجاهات الدينية أو العقائدية السائدة.

ج. **معيار التحكم الذاتي :** وذلك عندما يعجز الفرد عن التحكم بسلوكه، مع استمرار هذه الحالة أو تكرارها بشكل كبير.

د. **معيار الضيق والكرب** :عندما يعبر الفرد عن معاناته، أو ضائقة بطريقة يتجاوز فيها حدود المعقول فإن هذا يعتبر سلوكاً يحتاج إلى معالجة.

هـ. **معيار الندرة الإحصائية** : حيث يتوزع أفراد المجتمع وفقاً للمنحنى السوي، بحيث يتمركز غالبيتهم في منطقة الوسط وحوله، بينما يتواجد بعض أفراده على أطراف المنحنى، والشخص الذي يوسم سلوكه بالسوي لا يكون من أفراد المجتمع المتواجدين على الأطراف.

و. **المعايير النمائية:** إذ إن لكل مرحلة عمرية مظاهرها النمائية والسلوكية ، فإذا تجاوز سلوك الفرد إلى مراحل سابقة، كان سلوكه غير سوي.

ز. **معيار الإقرار الذاتي** : ويقوم على إقرار الفرد من تلقاء نفسه بأن سلوكه غير سوي. ولعلَ هذا المعيار يحتاج إلى درجة عالية من الموضوعية إذ أن قلة من الناس من يمتلك القدرة على الاعتراف بأن سلوكه غير مقبول وأنه بحاجة إلى علاج.

ح. **المعيار الطبيعي** : إن سلوك الفرد ينبغي أن يكون متوافقاً مع الفطرة السوية كما يخضع لقانون المحافظة على النوع وتناسل الكائنات الحية ومنها الإنسان، فإذا كان سلوك الإنسان لا يتفق مع أسس بقائه فإنه يكون غير سوي.