



مصطلحات نفسية

م	المصطلح	شرحه
مقدمات (تعريفات عامة)		
١	الصحة النفسية	حالة من العافية يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة، والتكيف مع حالات التوتر العادية، والعمل بشكل منتج ومفيد في مجتمعه المحلي.
٢	المرض النفسي	مجموعة من الأعراض والاضطرابات السلوكية والنفسية، والتي تسبب معاناة للمريض، وقد تعوقه عن القيام بوظائفه ومهامه الحياتية.
مجالات علم النفس		
٣	علم النفس العام	هو الدراسة العلمية لسلوك الكائنات الحية، وخصوصًا الإنسان، وذلك بهدف التوصل إلى فهم هذا السلوك وتفسيره والتنبؤ به والتحكم فيه.
	نقد المصطلح	لا يقصد بالتنبؤ بالسلوك ما هو من جنس الغيب الذي لا يعلمه إلا الله، بل المراد: توقع رد فعل الكائن الحي تجاه



العوامل المختلفة، وهذا التوقع يبنى على دراسة علمية ظنية، وقد يصيب وقد يخطئ، قال تعالى: ﴿قُلْ لَا يَعْلَمُ مَنْ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ الْغَيْبَ إِلَّا اللَّهُ﴾ [النمل: ٦٥]. راجع: أصول الإيمان بالغيب وآثاره، لفوز الكردي.		
دراسة علمية لسلوك المدعويين ودوافعهم وشخصياتهم، وأذواقهم واتجاهاتهم وحاجاتهم المختلفة ومواقفهم، إزاء ما يطرح من مفاهيم وجهود دعوية.	علم النفس الدعوي	٤
علم يهتم بإعداد السياسيين وتدريبهم، وتزويدهم بالمعرفة اللازمة للتأثير في الجماهير، من أجل تمرير السياسات وتبويرها.	علم النفس السياسي	٥
علم النفس القائم على أساس التصور الإسلامي للإنسان، وعلى أساس مبادئ الإسلام وحقائق الشريعة الإسلامية.	علم النفس الإسلامي	٦
الوظائف النفسية		
وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة يجيب عنها الشخص، تتحدد من خلالها سماته الشخصية وأنماطه السلوكية والانفعالية.	اختبار الشخصية	٧
حيلة دفاعية نفسية، وفيها يقوم الشخص بإسقاط المشاعر والصفات الداخلية غير المقبولة لديه على الآخرين، ويتوهم أنها ليست فيه بل يتصف بها غيره ولا يتصف بها هو، فينسب الفرد عيوبه للناس؛ لأنه بهذا يدافع عن نفسه ويحاول التخلص من الشعور بالذنب.	الإسقاط إلقاء الأفكار على الغير	٨



صفتان متقابلتان من الصفات والسمات الشخصية، حيث يميل الشخص الانطوائي إلى التركيز على عالمه الداخلي من الأفكار والمشاعر والانفعالات دون العالم الخارجي، وعلى النقيض من الشخص الانبساطي، فيميل الانطوائي إلى الهدوء والتحفّظ في العلاقات الاجتماعية، بينما يميل الانبساطي إلى التفاعل والتعامل مع الناس، وكل شخص لديه نسبة من الانطواء ونسبة من الانبساط، لكن عادة ما يميل إلى إحدى هاتين الصفتين أكثر من الأخرى.

الانطواء
والانبساط

٩

اتفاق الخواطر، أو انتقال الأفكار من عقل إنسان لعقل إنسان آخر، وهو مظهر من مظاهر الإدراك فوق الحسي، يعني الإدراك غير المعتمد على الحواس الخمس.

التخاطر

قراءة أفكار الآخرين ومعرفة ما يدور في نفوسهم - بالجزم لا التوقع - من الغيب الذي خص الله به نفسه، ومحاولة الإنسان معرفة ما لم يأذن الله بمعرفته شرعاً ولا كوناً تعدّ يؤدي بصاحبه إلى الخسران، وكثير من صور التخاطر وما يدور في فلكه اليوم إنما هو نوع من الكهانة، وقد قال رسول الله ﷺ: «لَا تَأْتُوا الْكُهَّانَ»^(١).

نقد
المصطلح

١٠

راجع: أصول الإيمان بالغيب وآثاره، لفوز الكردي.

هو عملية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها بتغيير

التوافق
النفسي

١١

(١) أخرجه مسلم (٥٣٧)، من حديث معاوية بن الحكم السلمي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.



مصطلحات نفسية

سلوكه مع المؤثرات المختلفة؛ حتى يصل للاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي مع البيئة. ومجالات هذا التوافق هي: التوافق الشخصي والانفعالي والأسري والاجتماعي والزوجي والمهني.

هو قدرة الإنسان على التحكم في انفعالاته المختلفة، فلا تظهر شديدة متهورة، بل تتسم بالهدوء والثبات، في مختلف المواقف.

الثبات
الانفعالي

١٢

طريقة نفسية لا شعورية يتأقلم ويتعامل بها الإنسان مع الضغوط الواقعة عليه في محاولة لتخفيفها أو الهرب منها، فتستخدم النفس هذه الحيل الدفاعية ليواري بها الإنسان إحباطه الداخلي، أو يراوغ بها صراعاته النفسية، أو يخفف بها من التوتر الواقع عليه، ومن أمثلتها: الإسقاط، والتبرير، والكبت، والنكوص.

الحيلة
الدفاعية

١٣

القدرة على تلقي وفهم المشاعر والعواطف، وكذلك التعبير عنها بصورة دقيقة ومناسبة، وأيضًا يشمل القدرة على التحكم في مشاعر الشخص والتعامل معها.

الذكاء
العاطفي

١٤

الأفعال والتصرفات التي يتفاعل ويتأقلم بها الكائن الحي مع البيئة المحيطة.

السلوك

١٥

مجموعة الخصائص الذاتية المميزة للفرد، وتشمل السمات والنزعات السلوكية والانفعالية للشخص في حياته اليومية وفي الأحوال المعتادة.

الشخصية

١٦



١٧	صورة الجسد	هي شعور الإنسان تجاه جسمه وهيئته الخارجية سواء بالرضا أو عدم الرضا، وهذا الشعور يتأثر بعوامل اجتماعية عديدة.
١٨	الكبت	حيلة دفاعية لاشعورية تلجأ إليها النفس لكي تستبعد وتتناسى أفكارًا غير مقبولة أو خبرات وذكريات مؤلمة؛ لما تسببه من إزعاج. فتستبعد النفس من التفكير والشعور وتحاول تناسيها وكأنها لم تكن ولم تحدث، ولكنها في الحقيقة تخزن في العقل الباطن وقد تؤثر على سلوك الإنسان وتصرفاته.
١٩	المراهقة	مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد، فهي المرحلة التي تلي البلوغ، وتمتد حتى سن التاسعة عشرة أو الحادية والعشرين، وتتميز بمجموعة من التغيرات في نمو الفرد الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي.
٢٠	نسبة الذكاء	هي النتيجة التي يحصل عليها الشخص من مجموعة اختبارات ومعادلات لقياس درجة الذكاء. والذكاء هو قدرة الفرد على فهم المعلومات وتدبرها وتحليلها والتعامل مع الحقائق والمواقف والمشكلات. ويعتبر الرقم ١٠٠ هو متوسط الذكاء عند الإنسان، وكلما زادت النتيجة اعتبر الشخص أكثر ذكاء حتى يصل إلى وصف العبقرية وفقًا لهذا المقياس.



الأمراض والعلل والأعراض النفسية

نوع من الخلل المزمن في جانب من جوانب الشخصية والسلوك، قد يؤثر بشدة على تعامل الشخص مع بيئته الاجتماعية.	اضطرابات الشخصية	٢١
ظهور أعراض مرضية جسدية بطريقة لا إرادية، ولا يكون سببها مرضاً عضوياً جسدياً، وإنما يكون سببها حالات انفعالية وعاطفية وعوامل وضغوط نفسية.	الاضطراب التحولي (الهستيريا سابقاً)	٢٢
اضطراب عقلي، يتميز باضطراب وخلل في عمليات التفكير، وباضطراب المشاعر، والعزلة عن الواقع، وعدم التمييز بين الأمور الحقيقية والوهمية.	الفصام (انفصام الشخصية) (سكيتزوفرنيا) (شيزوفرينيا)	٢٣
ضلالات وأفكار يعتنقها المريض ويهاجم من ينكرها، مثل اعتقاده بتعرضه للاضطهاد أو التآمر، وتفسيره سلوك الآخرين تفسيراً يتسق مع هذا الاعتقاد.	البارانويا (جنون العظمة)	٢٤
اضطراب نفسي يتميز بالخوف الشديد الغير مبرر من مواقف أو نشاطات معينة، وهذا الخوف الشديد يسبب القلق والضيق للشخص المصاب به.	الرهاب (الخوف المرضي) (الفوبيا)	٢٥



٢٦	الوسواس القهري	أفكار وتصورات تلازم المريض وتعاوده دائماً على الرغم من محاولته التخلص منها ومقاومتها، تدفع المريض للقيام بأفعال قهرية متكررة بصورة روتينية.
٢٧	القلق	توتر مستمر نتيجة شعور الفرد بخوف ليس له سبب واضح، أو بوجود خطر يهدده، ومثل هذا الخطر قد يكون موجوداً فعلاً أو يكون متخيلاً.
٢٨	التوحد	مرض يتميز باضطراب في النمو الوظيفي للطفل، بشكل يؤثر بصورة أساسية على قدرة الطفل على التواصل الاجتماعي مع الآخرين وعلى التفاعل معهم.
٢٩	الأرق	عدم القدرة على النوم، وهو اضطراب مزمن، ويعد أكثر اضطرابات النوم انتشاراً، وقد يكون الأرق لأسباب عضوية أو نفسية مثل القلق والاكتئاب.
٣٠	الاكتئاب (الكآبة)	أحد أكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً وانتشاراً، ويعني الانخفاض في المزاج والشعور بالحزن والنفور من الأنشطة وعدم الرغبة في الاختلاط بالناس.
٣١	الصدمة النفسية	يشير هذا المصطلح إلى الضرر والأذى النفسي الذي يلحق الشخص بعد تعرضه لحادث مؤلم، مثل الكوارث الطبيعية أو الاختطاف أو الاغتصاب أو غيرها.
٣٢	الهلوسة	الإدراك الزائف أو الإحساس بأشياء لا وجود لها، ومن أنواعها الهلاوس السمعية، والبصرية والشمية، واللمسية.



هو مرض عصبي مزمن ينتج عن اضطراب الإشارات الكهربائية في خلايا المخ.	الصرع	
الصرع له أنواع، فمنه: ما يقع لأسباب عضوية أو نفسية تعالج طبيًا، ومنه: ما يقع بسبب تسلط جن أو شيطان على الإنسي فيصرعه، ويحرم معالجة ذلك بالشعوذة والتمائم ونحوها، بل يعالج بالدعاء والرقية والقرآن. قال تعالى: ﴿وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ [الإسراء: ٨٢]. راجع: أحكام الرقى والتمائم، لفهد السحيمي.	نقد المصطلح	٣٣
عدم تذكر المعلومات أو المهارات التي تعلمها الشخص أو الخبرات التي مر بها، ويكون مرضيًا عند الإصابة بالزهايمر، أو عقب إصابة دماغية أو صدمة نفسية.	فقد الذاكرة	٣٤
داء مزمن يصيب المخ فيحدث ضمورًا في خلايا الدماغ، ويتطور ليفقد الإنسان ذاكرته وقدرته على التركيز والتعلم، إلى غير ذلك من أعراض هذا المرض.	الزهايمر (خَرَف الشيخوخة)	٣٥
هي شعور الفرد بوجود عيب فيه يُشعره بالضيق والتوتر والنقص في شخصيته مقارنة بالآخرين، مما يدفعه إلى التعويض عن هذا النقص بطرق مختلفة.	عقدة النقص	٣٦
اضطراب عقلي يؤثر تأثيرًا شديدًا في الحالة المزاجية للمريض، مع ارتفاع حاد في النشاط، ويكون مقتربًا ببعض الهلاوس والمرح الشديد واضطراب الوعي.	الهوس	٣٧



العلاجات النفسية (مدارس وأساليب العلاج النفسي)

مواد كيميائية تؤثر في السلوك وفي العمليات العقلية الذهنية، وتستخدم في علاج بعض الأمراض النفسية.	الأدوية (العقاقير) النفسية	٣٨
تمرير تيار كهربائي خارجي إلى خلايا الدماغ، مما قد يؤدي إلى تغيير التوازن الكيميائي في المخ، بشكل يساعد على تحسين أعراض المرض النفسي.	العلاج بالصددمات الكهربائية	٣٩
متفرقات		
مجموعة من الاختبارات والاستبيانات التي يستخدمها المعالجون النفسيون في قياس قدرات الشخص وسلوكياته وسماته الشخصية.	القياس النفسي	٤٠
هي التمييز ضد مجموعة من الأشخاص بسبب لون جلدهم أو عرقهم أو جنسهم أو نحو ذلك.	العنصرية	٤١
التفاضل بين الناس في ميزان الإسلام إنما هو بالإيمان والتقوى فقط، فالعنصرية مناقضة لعقيدة الولاء والبراء، وقد أوصى رسول الله ﷺ الناس في حجة الوداع، فقال: «أَلَا لَا فَضْلَ لِعَرَبِيٍّ عَلَى عَجَمِيٍّ، وَلَا لِعَجَمِيٍّ عَلَى عَرَبِيٍّ، وَلَا أَحْمَرَ عَلَى أَسْوَدَ، وَلَا أَسْوَدَ عَلَى أَحْمَرَ، إِلَّا بِالتَّقْوَى» ^(١) . راجع: زحف العنصرية ومواجهة الإسلام، لحسن الباش.	نقد المصطلح	

(١) أخرجه أحمد (٢٣٤٨٩).



أهم المراجع

- ١ - معجم مصطلحات الطب النفسي - لطفي الشربيني - مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
- ٢ - المعجم الموسوعي للتحليل النفسي - عبد المنعم الحفني - مكتبة مدبولي.
- ٣ - معجم علم النفس والطب النفسي - جابر عبد الحميد جابر، علاء الدين كفاي - دار النهضة العربية - ١٩٨٨.
- ٤ - معجم مصطلحات التحليل النفسي - يونتاليس - ترجمة وتحقيق مصطفى حجازي - المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر.

