

## بصمة دماغية للأحلام الغاضبة



تعرّف باحثون على بصمة عصبية لأنشطة الدماغ تتنبأ بالغضب في الأحلام أثناء النوم، ووفقًا لدراسة (1) أجريت على أشخاص أصحاء نشرت في مجلة نيروساينس Neuroscience. قد ينفذ هذا البحث في الجهود المبذولة لفهم الأساس العصبي للمحتوى الانفعالي للكوابيس، وهي سمة من سمات الاضطرابات العقلية واضطرابات النوم المختلفة.

على الرغم من أنه بالإمكان أن يُشعر بالانفعالات أثناء اليقظة وأثناء الأحلام، إلا أن قلة من الدراسات قد تناولت بالبحث آليات الدماغ الكامنة وراء المكون الانفعالي أو العاطفي للأحلام. اكتشفت بيلريين سيكا Pilleriin (تتراوح) الوعي حالي بين مشتركة انفعالية آلية كامبريدج وجامعة سكوفد وجامعة توركو جامعة من وزملاؤها Sikka من حالة اليقظة الطبيعية إلى الحالة التي يطرأ عليها تغيير (غير طبيعي) وذلك بسبب ممارسة التأمل أو تعاطي المشروبات الكحولية والمخدرة أو حرارة الجسم المرتفعة وحالات الذهان (2).

حصل الباحثون على تسجيلات لتخطيط كهربية (EEG) أدمغة المشاركين خلال ليلتين منفصلتين في مختبر للنوم. بعد فترة نوم حركة العين السريعة (REM) مدتها خمس دقائق، أُوقِط المشاركون وطُلب منهم وصف أحلامهم وتقييم المشاعر التي عاشوها في الأثناء.

وجدنا أن الذين أظهروا نشاط حزمة موجات ألفا (3) أعلى في الجهة اليمنى من القشرة الأمامية للدماغ، مقارنةً بالجهة اليسرى منها أثناء اليقظة (4) الليلية وأثناء نوم حركة العين السريعة REM، شعروا بغضب أعظم أثناء الأحلام.

هذه البصمة العصبية - التي تُعرف بـ عدم تناسق مخطط كهربية الدماغ في الفص الجبهي ألفا (FAA) (5) - قُرنَت بالغضب وبالتنظيم الإنفعالي الذاتي (ضبط الإنفعالات الذاتي) أثناء اليقظة. وبالنتيجة، تشير هذه النتائج إلى أن الـ FAA قد تعكس بصمة عامة على التنظيم الذاتي للإنفعالات (6).

يشير نشاط الدماغ في نطاق ألفا إلى موجات الدماغ بتردد 8 - 12 هرتز، وهي سائدة بشكل خاص أثناء اليقظة بعينين مغمضتين (7). يُعتقد أن موجات ألفا تعكس تثبيط مناطق الدماغ الأساسية. المزيد من موجات ألفا في المنطقة الأمامية اليمنى تشير إلى انخفاض النشاط في تلك المنطقة من الدماغ..

