علاقة السلوك بالدماغ، كتاب جديد لـ عدنان أحمد الحاجي

بعون الله وتوفيقه صدر كتابنا هذا ضمن سلسلة كتب صدرت في السابق للمؤلف. وجاء الكتاب توثيقًا لما نشر من دراسات وما كتب من موضوعات نوعية وحديثة عما توصلت إليه العلوم العصبية والبيولوجية والنفسية وغيرها من العلوم التكاملية في السنوات الأخيرة لفهم عمل الدماغ ومخرجاته، سيما تلك العمليات التي تؤثر في السلوك أو تتأثر به، لتزود القاريء العربي بمعرفة وافية وحقائق رصينة تتعلق بهذه العلاقة الديناميكية بين السلوك والدماغ، لما تمثل من ضرورة.

بما أن للسلوك أساسًا عصبيًا في الدماغ، وأنه انعكاس معقد بين البيئة المحيطة والخبرات والتجارب السابقة وبيولوجيا الدماغ بشبكاته العصبية المعقّدة والمتداخلة، فأي تغيرات في العمليات الكهروكيميائية فيه من شأنها أن تؤدي إلى ما نلاحظه من تغير في السلوك، والعكس صحيح. فهم تفاصيل هذه العلاقة الديناميكية بين السلوك والدماغ يعد محوريًا في معرفة العمليات الكامنة وراء سلوكيات الفرد وتأثيرها في أفكاره وانفعالاته وأفعاله، وبالتالي في علاقاته بنفسه ومحيطه ومجتمعه وكيف نفهمها ونتعامل معها ونعمل على تعزيز إيجابياتها والحد من سلبياتها.

لذا معرفة كنه هذه العلاقة ضرورية في كشف الآليات التي تتحكم في تفكير الإنسان، وذاكرته، وانفعالاته، واتخاذه لقراراته، والتي عليها تتشكل تصرفاته وتبرز سماته الشخصية وتشكل هويته. كما أن معرفة العوامل المؤثرة في السلوك، من تجارب وخبرات سابقة وتربية وتعليم وثقافة مجتمع وغذاء وأسلوب حياة وضغوط وصدمات نفسية، ضرورية لمعرفة تأثيرها في عمل الدماغ ومدى تأثير الدماغ في السلوك والذي بدوره يؤثر في الدماغ وفي تشكيل الشخصية.

وبدراسة هذه العلاقة يمكننا فهم كيف يتعلم الدماغ، وبذلك يمكن تحسين طرق التعلم وتعزيز القدرات الإدراكية، مثل الانتباه والذاكرة والتركيز والتحكم في الانفعالات والتكيف مع الضغوط النفسية، وتحسين أسلوب الحياة. والعلاقات الاجتماعية. كما أن الوقوف على تفاصيل العلاقة بين السلوك والدماغ يمكن الاستفادة منه في معرفة تطور الاضطرابات النفسية والعصبية وتشخيصها وعلاجها، سيما تلك المتعلقة بأسلوب العلاج السلوكي.

تطرق هذا الكتاب إلى زخم معرفي واسع يتناول الدماغ وعملياته الدقيقةٌ وعلاقتها بالمخرجات

السلوكية والتجارب الحياتية باختلافها وعلاقتها هي الأخرى بهذه العمليات. ولتحقيق هذا الهدف حاول الكتاب أن يعالج الموضوعات ذات العلاقة، وذلك باختيار دراسات وتقارير صدرت مؤخرًا عن مراكز دراسات مرموقة ووضعها في خمسة فصول تجاورت 440 صفحة. اختص الفصل الاول منه بمسألة الوعي والإدراك وتعرّض لدراسات تناولت نظريات الوعي المختلفة ومحاولة حل أحجيته وفهم بعض العوامل المؤثرة فيه. كما تناول تطور الدماغ وعلاقته بالإدراك. أما الفصل الثاني فقد ركز على قدرات الدماغ ووظائفه الإدراكية وطرق معالجته لها وآلياته، سيما تلك المتعلقة بالانفعالات والتفضيلات والانحيازات المختلفة ومخرجاتها السلوكية. أما الفصل الثالث فاختص بالمخرجات السلوكية المتمثلة قي طرق اتخاد القرارات وانتقاء الخيارات وتكوين العادات. وتعرض الفصل الرابع إلى السمات والقدرات الشخصية ومخرجاتها السلوكية وعلاقة الدماغ المباشرة بها. كما تناول الفصل الخامس دور الدماغ في العلاقات الاجتماعية ومخرجاتها.

كتب مقدمة الكتاب البرفسور سعيد بو حليقة، جامعة الفيصل، واستشاري المخ والأعصاب في مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث، الرياض وكتب الخاتمة الدكتور أحمد محمد الخلف، استشاري علم النفس الإكلينيكي، مستشفى جونز هوبكنز، الظهران.

الكتاب متوفر الآن في مكتبة المتنبيء في الدمام، وإن شاء الله سيتوفر في مكتبات أخرى قريبًا.