

الأنف يكشف علاقتنا بالإنفعالات



هل تعبر عن انفعالاتك؟ هل أنت قادر على تسميتها، وتعبير عنها، وتربطها بأحاسيسك؟ إذا كانت إجابتك بـ "لا" بشكل جازم، فقد تكون من بين 10 في المائة من الأصحاء الذين يعانون من صعوبة في معالجة الإنفعالات emotions. صعوبة معالجة الإنفعالات هي حالة نفسية تعرف باسم "لامفرداتية أو "نقص الانسجام النفسي" أو أليكسيثيميا [وتعتبر حالة ضعف في الشخصية للتعبير عن الإنفعالات والمشاعر والتعلق الاجتماعي، والعلاقات الشخصية مع الغير] (1). لدى الفرد المصاب بنقص الانسجام النفسي صعوبة، بدرجة قد تكون على طرفي نقيض، فيما يتعلق بالأحاسيس - التي تتراوح من الفرح الى الخوف، ومن الاشمئزاز إلى الغضب - وهي عناصر تشكل انفعالاتنا. الدراسات التي أجريت في المدرسة العالمية للدراسات المتقدمة SISSA في مدينة تريست الإيطالية ونشرت في المجلة العلمية التقارير العلمية (2) Reports Scientific تسعى إلى تسليط الضوء على جوانب من هذه الحالة، وذلك باستخدام مقارنة لم تُختبر حتى حينه. وعلى وجه التحديد، نظرًا للعلاقة الوثيقة القائمة بين الإحساس بالروائح والانفعالات، استخدمت الباحثات سينزيا سيشيتو Cecchetto Cinzia ورافاليا الرمياني Raffaella التي الدماغ مناطق بين جزئي تداخل هناك" (3) الشمية الحاسة اختبار Marilena Aiello إيلو ومارلينا Rumiati تتعامل مع الحاسة الشمية وتلك التي تعالج الإنفعالات. ولذلك فإن اختبار مثل هذا التداخل قد يكون مناسبًا بشكل خاص لدراسة هذه الاضطراب النفسي المعين (أي نقص الانسجام النفسي)، كما توضح إيلو المنسقة لهذا البحث.

قسمت الباحثات 62 شخصًا مشاركًا في التجربة إلى ثلاث مجموعات وفقًا لمستوى شدة هذه الحالة (عالية ومتوسطة ومنخفضة)، خضعت هذه المجموعات الثلاث لسلسلة من الاختبارات الشمية لمعرفة مدى تفاعلهم مع أنواع مختلفة من الإستنارات. وجدت الباحثات أن المصابين بالحالة يختلفون عن الآخرين في مدى تفاعلهم مع الروائح. ما يميزهم على وجه الخصوص هي المتغيرات الفسيولوجية، كمعدل ضربات القلب أو مدى التوصيل الكهربائي لل بشرة. وبينت الاختبارات أيضا أن هناك اختلافات في الاستجابات بين المشاركين المصابين بنقص انسجام عاطفي [يعانون من إثارات إنفعالية، كالغضب أو الخوف، الذي يحد من القدرة على الأحساس والخيال والإبداع]، وأولئك الذين لديهم نقص انسجام إدراكي [وهم الذين لديهم صعوبات في التعرف على انفعالاتهم والتعبير عنها وتحليلها] (4)، التي تُضعف من القدرة على التعرف على الإنفعالات والتعبير عنها والتمييز بينها.

"إن النتائج التي تم التوصل إليها" كما أوضحت سينزيا سيشيتو ومارلينا إيلو "تبين أن إحدى خصائص نقص الانسجام النفسي هي الاستجابة الفسيولوجية التي تغيرت بالمؤثرات (بالمنبهات) الشمية". كما اشارت الباحثتان إلى حقيقة أخرى مثيرة للاهتمام: "خلافاً لما يمكن للمرء أن يتوقعه، تبين هذه الدراسة ان الاستجابات الفسيولوجية للمصابين بنقص الانسجام النفسي إلى الانفعالات التي يثيرها الشم ليست ضعيفة، بل شديدة. كما لو أن هؤلاء الذين اجري عليهم الاختبار يجدون أنفسهم في حالة تنشيط (اثارة) شديدة ودائمة، فيما يتعلق بمشاعرهم التي يبدو أنها تجعلهم غير حساسين للتغيرات التي تطرأ عليها، وإلى الاختلافات بينها وإلى الاختلافات البسيطة التي تثرى حياتنا اليومية. مع إنها خلاف البديهة لكنها ملاحظة علمية مهمة بشكل خاص. "

