

الشحنة الدلالية للمصطلحات النفسية وترجمتها من الإنجليزية إلى العربية

في كتاب: "50 Great Myths of Popular Psychology"

Scott O. Lilienfeld / Steven Jay Lynn / John Ruscio/ Barry L. Beyerstein

وترجمته "أشهر 50 خرافة في علم النفس" محمد رمضان داود وإيمان أحمد عزب

مقدمة:

لم تعد العلوم في العصر الحديث حكرًا على المتخصصين وحدهم، فالرغبة في التطور والتثقف ومواكبة مراكب التقدم مسّت كل الشرائح. ولعل من بين أكثر المجالات إثارة للجدل، مجال علم النفس، الذي يستعين به الجميع -سواء عن وعي وإدراك أو لا- من أجل تحقيق أهداف عديدة مع أنهم لا يعترفون بفضلها في سبر أغوار الذات البشرية وتناقضاتها، وقد يعزى ذلك إلى الخلط بين مفهومي الأمراض النفسية والأمراض العقلية، ربما بسبب المعتقد الديني لذلك، نلمح فرقا في الشحنة الدلالية للمصطلحات والمفاهيم المتعلقة بعلم النفس بين عوام العرب والغرب، هذا الأخير يتميز بالانفتاح مقارنة بالمجتمعات العربية التي تعد متحفظة في هذا السياق مهما بلغت حاجتها للمفاهيم النفسية وتطبيقها في أرض الواقع

من هنا، انبثقت لدينا الإشكالية التالية:

هل الشحنة الدلالية للمصطلحات النفسية الموجهة للعوام والمترجمة إلى اللغة العربية تؤدي نفس الغرض مع الأخذ بعين الاعتبار الاختلافات الثقافية للمجتمعين؟

## 1. مفهوم علم النفس الشعبي:

حاولنا ضبط مفهوم علم النفس الشعبي من خلال الاطلاع على عدة مراجع لغوية واصطلاحية، غير أننا لم نجد استقراراً على تحديد ماهيته، فقد ورد في قاموس Macmillan (2019) أن علم النفس الشعبي هو مجموعة من التفسيرات البسيطة لحالات وأحاسيس وفق أفكار تستمد من علم النفس وتقدم للمتلقين بطريقة بسيطة قد تصل حد البلاهة. وهذا التعريف كما نلاحظ لا ينفي صفة العلمية غير أنه يعيب على الأسلوب الذي ينقل لنا به.

عكس قاموس Cambridge (2020) الذي يرى أنه عبارة عن نظريات وارشادات تفهم بسهولة تتمحور حول سلوك الأفراد، غايتها مساعدتهم على تحسين حياتهم وحتى الاصطلاحيون لايتفقون على تحديد مفهومه، حيث ترى جمعية علماء النفس الأمريكية أنّ علم النفس الشعبي هو مجموعة معارف نفسية

popular psychology

1. psychological knowledge as understood by members of the general public, which may be oversimplified, misinterpreted, and out of date.
2. psychological information intended specifically for use by the general public, such as self-help books and television and radio advice programs (APA, 2022).

أي:

علم النفس الشعبي

1. المعرفة النفسية كما يفهمها أفراد الجمهور، والتي قد يتم تبسيطها أكثر من اللازم وإساءة تفسيرها كما أنّ الزمن قد عفى عنها.
2. معلومات نفسية معدة خصيصًا للاستخدام من قبل عامة الناس، مثل كتب المساعدة الذاتية وبرامج الإرشاد التلفزيوني والإذاعي (ترجمتنا)
2. معايير الحكم على صفة العلمية لمؤلفات علم النفس الشعبي:

نظرا لكثرة الخلط بين مؤلفات علم النفس الشعبي ذات المضمون العلمي وغيرها من المؤلفات التي تنسب جزافا لهذا المجال وغالبا ما يكون الغرض منها تحقيق الشهرة والربح السريع وضررها أكثر بكثير من نفعها، ارتأينا أن نقدّم فيما يلي مجموعة من المعايير تساعد القارئ على اقتناء المؤلف العلمي البسيط الذي يفيد:

- أن يكون المؤلف متخصصا في مجال علم النفس أو / وأحد فروعها، دكتورا أو أستاذا أو معالجا حاصل على شهادة جامعية بعد مزاولته سنوات من الدراسة، ذلك كون العديد اليوم يمتنون مهنا بمجرد أخذ وثيقة تفيد بممارسة مهنية لا تتجاوز أشهر أو أسابيع او حتى ساعات دراسة.
- أن يكون محتوى المؤلف نابع عن تجارب علمية وليس تجارب وقصص نجاح ذاتية، فعلم النفس مثله مثل العلوم الأخرى التي تقوم على الملاحظة والتساؤل والتجريب وتخضع لقواعد التعميم، فمن غير المعقول أن تكون تجربة المؤلف وحدها كافية للتظير والتطبيق.
- أن يكون المحتوى يأخذ بعين الاعتبار الفئة المتوجه إليها، حيث أنه من المعروف أن الأفراد يختلفون في عدة أمور، كالجنس والشكل والشخصية والمعتقد والقدرات الذهنية وغيرها من الفوارق التي تحتم أخذها بعين الاعتبار بل والتوجه إليها وفق منهجية مدروسة.
- تهدف الكتابات إلى تفسير الظواهر والمشاكل النفسية ومن تم حلها وعلاجها ولا تكتف بمجرد السعي إلى تحقيق عيش رغيد.
- يستند المؤلف في كتاباته على نظريات وتجارب علمية ودراسات سابقة وليست مجرد أحداث وروايات يقصها على القارئ بأسلوب بسيط وشيق.

### 3. المصطلح النفسي:

بالحديث عن علم النفس الشعبي من ناحية علمية، لا يفوتنا التطرق إلى موضوع المصطلح الذي يعد سمة كل دراسة علمية، فعلم النفس عموما ملئ بالمصطلحات النفسية منها المعقد ومنها البسيط، وتولد عادة مصطلحاته على نفس مناهج توليد باقي المصطلحات العلمية.

أما مصطلحات علم النفس الشعبي باعتباره مجالا تبسيطيا، يكاد يخلو من المصطلحات المعقدة كأي نص علمي تبسّطي موجه للعوام، في واقع الأمر توجد العديد منها لكن ربما لا تحمل محمل المصطلح نظرا لأنها تبدو مألوفة بل ومتداولة لدى القارئ العربي كالتوتر

والاكتئاب وانفصام الشخصية والرهاب والغضب والغريزة والفطرة .... غير أننا لاحظنا في الواقع أنّ التعامل معها في مجتمعاتنا العربية يختلف عنه عند الغرب، من هنا، قمنا باستبيان غرضه قياس الأثر عند القارئ العربي نحاول من خلاله التأكد من مدى موافقة الشحنة الدلالية للمصطلح النفسي على أساس أنّ المصطلح من المفترض أن يحمل مفهوما واحدا ثابتا لأمر واحد، وقد اخترنا مدونة للتطبيق عليها.

#### 4. تقديم المدونة:

وقع اختيارنا على مؤلف باللغة الإنجليزية كون علم النفس الشعبي ناتج بيئة غربية، يحمل الكتاب عنوان: 50 great Myths of Popular Psychology، وترجمته "أشهر 50 خرافة في علم النفس" يسلط الكتاب الضوء على أشهر المعلومات المغلوطة والمتداولة حول علم النفس مع عرض المفهوم الصحيح لها بغرض "التمييز بين الحقيقة والخيال في علم النفس الشعبي" (لينفيلد، جاي لين ، روشيو، و إل بايرستين ، 2013، صفحة 14)

#### 1.4. تعريف المؤلفين:

قام بتأليف هذا الكتاب مجموعة من المتخصصين في علم النفس نقدمهم فيما يلي:

##### 1.1.4 سكوت أوه لينفيلد Scott O. Lilienfeld :

أستاذ علم النفس بجامعة إيموري بأتلانتا، له أكثر من 200 مؤلف ما بين كتب وفصول ومقالات منشورة في مجلات علمية، حاصل على جائزة ديفيد شاكوه سنة 1998 لإسهاماته المتميزة في مجال علم النفس الاكلينيكي عن القسم الثاني عشر للجمعية الأمريكية للطب النفسي، زميل جمعية العلوم النفسية، ورئيس تحرير مجلة Scientific Review Heath " practice" تشمل إضرابات الشخصية وتصنيف الأمراض النفسية وتشخيصها والأكاذيب العلمية في مجال الصحة النفسية وتدرّيس علم النفس (لينفيلد، جاي لين ، روشيو، و إل بايرستين ، 2013، صفحة 10) .

#### 2.1.4. ستيفن جاي لين Steven Jay Lynn :

يدرّس علم النفس بجامعة نيويورك الحكومية في بينجامتون، ويعمل مديرا للعيادة النفسية بها، إلى جانب عمله في أحد عشر مجلسا من مجالس التحرير. لديه 270 مؤلفا بحثيا منها 16 كتابا، شغل منصب رئيس قسم التنويم المغناطيسي النفسي بالجمعية الأمريكية للطب النفسي، نال جائزة Chancellor للأنشطة البحثية والإبداعية التي تقدمها جامعة نيويورك الحكومية، زميل الجمعية الأمريكية للطب النفسي وجمعية العلوم النفسية، التنويم المغناطيسي والذاكرة والأوهام والانفصال (لينفيلد وآخرون، صفحة 10).

#### 3.1.4. جون روشيو John Ruscio :

يعمل أستاذا مشاركا لعلم النفس بكلية نيوجرسي، وتتضمن اهتماماته البحثية الأساليب الكمية في أبحاث علم النفس وخصائص الأكاذيب العلمية التي تميز بين الموضوعات الواقعة ضمن نطاق العلوم النفسية وخارجه. كتب جون روشيو أكثر من خمسين مؤلفا تتنوع ما بين مقالات وكتب وفصول منها: كتاب التفكير النقدي في علم النفس: التمييز بين المنطق والحماسة، عضو بهيئتي تحرير مجلة journal of abnormal psychology ومجلة psychological assessment كما يشارك في تحرير مجلة Scientific Review of Mental Health Practice (لينفيلد وآخرون، الصفحات 10-11)

#### 4.1.4. باري إل بايرستين Barry L. Beyerstein :

الراحل كان أستاذا لعلم النفس بجامعة سايمون فريزر ورئيس جمعية British Columbia Skeptics Society للباحثين عن الحقيقة. شارك في تحرير مجلتي The Write Stuff سنة 1992 و Scientific Review of Alternative Medicine كما ساهم أيضا في كتابة عدة مقالات في مجلة Skeptical Inquirer وغيرها من المجلات العلمية المتخصصة. كان عضوا بالمجلس الاستشاري لمؤسسة سياسات الدواء بواشنطن، وعضوا مؤسسا بمجلس إدارة المؤسسة الكندية لسياسات الدواء في أوتاوا (لينفيلد وآخرون، صفحة 11)

## 2.4. تعريف المترجمين:

### 1.2.4. محمد رمضان داود:

مترجم مصري، خريج قسم اللغة الإنجليزية بكلية الألسن بجامعة عين شمس عام 2007م. التحق سنة 2010 بمؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة ليشغل وظيفة مترجم، ثم ترقى إلى منصب منسق ومراجع للمترجمين المستقلين بنفس المؤسسة (مؤسسة هنداوي، 2022)

من ترجماته: كتاب "أبيض الناب" "White Fang" للمؤلف "Jack London"

### 2.2.4. إيمان أحمد عزب:

مترجمة مصرية، خريجة قسم اللغة الإنجليزية بكلية الألسن عام 2006م، عملت في «مؤسسة هنداوي» حتى عام 2014 في منصب مترجم أول، ترجمت العديد من الكتب في مجالات متنوعة، منفردة أو بالاشتراك مع مترجمين آخرين (مؤسسة هنداوي، 2022).

من ترجماتها: كتاب "أنت من فعلها" للمؤلف Edgar Allan Poe

## 5. تحليل المدونة:

فيما يلي مجموعة من المصطلحات التي انتقيناها لدراسة موضوعنا:

"We learn that it's a perfectly normal expression of the "empty nest syndrome," a term referring to the popular belief that most women feel disturbing pangs of **depression** when their children leave home or get married" (Lilienfeld, Jay Lynn, Ruscio, & Beyerstein, 2010, p. 55)

"نعرف أنّ هذا يعد عرضاً طبيعياً لـ "متلازمة العش الخالي"، وهو مصطلح يشير إلى الاعتقاد الشائع بأنّ معظم النساء يعانين نوبات مزعجة من الاكتئاب عندما يترك أبناؤهن المنزل أو يتزوجون" (لينفيلد، جاي لين ، روشيو، و إل بايرستين ، 2013 ، صفحة 94)

يعرف مصطلح Depression كالتالي:

a negative affective state, ranging from unhappiness and discontent to an extreme feeling of sadness, pessimism, and despondency, that interferes

with daily life. Various physical, cognitive, and social changes also tend to co-occur, including altered eating or sleeping habits, lack of energy or motivation, difficulty concentrating or making decisions, and withdrawal from social activities. It is symptomatic of a number of mental health disorders (APA Dictionary of psychology, 2022)

وقابله باللغة العربية مصطلح الاكتئاب والذي يعرف كالتالي:

هو اضطراب مزاجي يسبب شعورًا دائمًا بالحزن وفقدان الاهتمام. ويسمى أيضًا اضطراب اكتئابي رئيسي أو اكتئاب سريري، وهو يؤثر على شعورك وتفكيرك وسلوكك ويمكن أن يؤدي إلى مجموعة متنوعة من المشاكل العاطفية والجسدية. قد تواجهك صعوبة في القيام بالأنشطة اليومية العادية، وأحيانًا قد تشعر كما لو أن الحياة لا تستحق العيش (Mayo Clinic, 2022)

يعتبر الاكتئاب أكثر من مجرد نوبة من الحالة المزاجية السيئة، فهو ليس نقطة ضعف ولا يمكنك "الخروج" منه ببساطة. قد يتطلب الاكتئاب العلاج على المدى الطويل. ولكن يجب ألا تثبط عزيمتك. يتحسن معظم الأشخاص المصابين بالاكتئاب بالأدوية أو العلاج النفسي أو كلاهما (Mayo Clinic, 2022)

نلاحظ من خلال التعريفين في اللغتين أن المصطلحين يحملان نفس الشحنة الدلالية، نفس المعاني ونفس الدلالات

كذلك مصطلح phobias الوارد فيما يلي:

“most major mental disorders, including major depression and anxiety disorders (such as **phobias** and obsessive-compulsive disorder), aren’t associated with a heightened risk of physical aggression” (Lilienfeld et al., p.211)

ليس هناك ارتباط بين أغلب الإضرابات النفسية الرئيسية- التي تشمل الاكتئاب الشديد واضطرابات القلق (مثل حالات الرهاب واضطراب الوسواس القهري) - والاحتمال المتزايد للعنف البدني (لينفيلد و آخرون، صفحة 303)

وبإلقاء نظرة على مفهوم مصطلح phobias نجد ما يلي:

“persistent and irrational fear of a specific situation, object, or activity (e.g., heights, dogs, water, blood, driving, flying), which is consequently either strenuously avoided or endured with marked distress” (APA Dictionary of psychology, 2022)

خوف مستمر وغير منطقي من موقف أو شيء أو نشاط معين (كالمرتفعات والكلاب والماء والدم والقيادة والطيران) بالتالي يتم تجنبه بشدة أو تحمله مع ضيق ملحوظ (ترجمتنا)

أما في اللغة العربية، فمصطلح الرهاب يعرف كما يلي:

هي خوف طاغٍ وغير معقول من أشياء أو مواقف تمثل خطرًا فعليًا بسيطًا لكنها تثير القلق والتهرب. على عكس القلق الوجداني قد تشعر به عند إلقاء خطاب أو الخضوع لاختبار، تستمر حالات الرهاب المحدد لوقت طويل، وتتسبب في ردات فعل بدنية ونفسية حادة، ويمكنها أن تؤثر في قدرتك على العمل بشكل طبيعي في العمل أو المدرسة أو في الأوساط الاجتماعية (Mayo Clinic, 2022).

تعتبر حالات الرهاب المحدد من بين اضطرابات القلق الأكثر شيوعًا، ولا تحتاج جميع حالات الرهاب إلى العلاج. ولكن إذا أثرت حالات الرهاب المحدد في حياتك اليومية، تتوفر العديد من العلاجات التي يمكنها مساعدتك في التعامل مع مخاوفك والتغلب عليها — في كثير من الأحيان بشكل دائم (Mayo Clinic, 2022).

بقراءة التعريفات السابقة في اللغتين للمصطلحين، نلاحظ الدقة الدلالية التي يحملها المصطلح النفسي، غير أننا نسعى لمعرفة الشحنة الدلالية لهاته المصطلحات عند عوام العرب وعوام الغرب، لذلك قمنا بإنشاء استبيان حيث اخترنا عينة قصدية تتألف من 30 شخصًا تتراوح أعمارهم بين 21 و66 سنة من الجنسين، 15 شخصًا عربيًا من الجزائر والأردن ومصر وسوريا دياناتهم الإسلام والمسيحية و15 شخصًا أجنبيًا من فرنسا واليابان والولايات المتحدة الأمريكية وكندا وألمانيا وانجلترا، دياناتهم المسيحية.

طرحنا عليهم الأسئلة التالية:

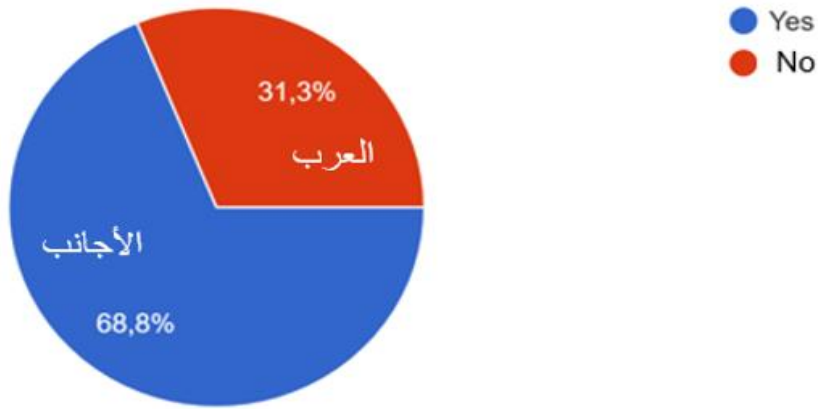
## أول سؤال: زيارة الطبيب النفسي

الرسم البياني التالي يمثل نسب الإجابات

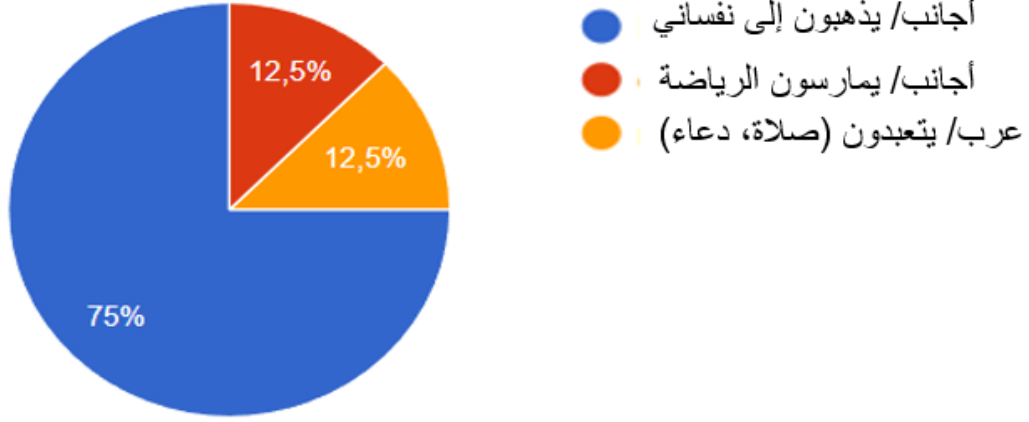


## ثاني سؤال: هل الاكتئاب والتوتر والرهاب من الحالات التي تستدي مراجعة نفسياني؟

الرسم البياني التالي يمثل نسب الإجابات



### ثالث سؤال: كيف تتعامل مع الاكتئاب أو التوتر أو الرهاب؟



#### 1.5. تحليل نتائج الاستبيان:

نلاحظ من خلال النسب الموضحة في البيانات أعلاه، أنّ الأشخاص الأجانب عادة يزورون الطبيب النفساني كلّما تطلب الأمر ذلك، نسبة الإجابات 87.5% بينما العرب المستجوبون لا يزورون أبدا الطبيب النفساني 12.5%.

نلاحظ كذلك أنّ الاكتئاب والتوتر والرهاب لدى الأجانب من الحالات التي تستدعي اللجوء إلى متخصص نفساني نسبة الإجابات كانت 86.8% بينما العرب لا يرون أنّ هاته الحالات تستدعي مراجعة نفساني نسبتهم 31.3%.

نلاحظ أيضا أنّ نسبة 75% من الأجانب يتعاملون مع الاكتئاب أو التوتر أو الرهاب بالذهاب إلى الى متخصص نفساني، 12.5% منهم يمارسون الرياضة، أمّا العرب بنسبة 12.5% يتعبدون (صلاة ودعاء).

#### 2.5. استنتاج:

مما سبق، نستنتج أنّ الشحنة الدلالية للمصطلحات النفسية عند عوام الأجانب تختلف عنها عند العرب، حيث نلاحظ نوعا من سوء التقدير لدلالات المصطلح النفسي عند عوام العرب الذين يرون أنّ الأمراض النفسية لا تستدعي مراجعة طبيب نفساني ويكتفون بالعبادة كحلّ لمشاكلهم عكس عوام الأجانب الذين يدركون معنى المصطلح النفسي.

## خاتمة:

إنّ علم النفس الشعبي من العلوم الحديثة المتنازع على صفتها العلمية ومن الطبيعي أن يرسى جذوره ببساطة في مجتمعات مختلفة حيث يتعرض للنقد من المعارضين ومن المتخصصين وغيرهم، وباعتباره نتاج تربة حضارية مختلفة عن بيئتنا العربية، من الطبيعي أن نجد أفكارا لا تتناسب أحيانا مع تفكيرنا وعاداتنا وتقاليدينا، لكن من المفروض أنّ المصطلح لا يتأثر بهذا الاختلاف كونه موضوع وفق معايير دولية ، غير أنّ الشحنة الدلالية عند عوام المجتمع العربي مع الأسف تختلف عنها عند الغرب، يمكننا القول أنّ هنالك سوء تقدير لدلالة المصطلح النفسي في المجتمع العربي عموما مقارنة بالمجتمع الغربي رغم المدلول ذاته للمصطلح النفسي في اللغتين العربية والانجليزية ونؤكد على أنّ الشحنة الدلالية تحكمها عوامل أخرى بعيدة عن المفهوم الفعلي للمصطلح الموجود داخل القواميس تتمثل في المعتقدات والعادات والتقاليد وقلة الوعي مع الايمان المطلق أحيانا بأنّ الدين وحده يسد الحاجيات النفسية وقد فتح لنا موضوع البحث بابا على دراسات مستقبلية تتمثل في:

- التعرف على مجال علم النفس الشعبي ومواكبة حركته
- ترجمة مختلف مواضيعه بما يتماشى مع المجتمع العربي وثقافته
- التفتح على مجال علم النفس
- إيلاء المصطلح النفسي أهمية أكبر ما يساعد الفرد على تشخيص حالته قبل أن تتفاقم
- الاستفادة والاستفادة من مختلف المفاهيم النفسية في مختلف مجالات الحياة

## المصادر والمراجع

- سكوت أوه لينفيلد، ستيفن جاي لين ، جون روشيو، و باري إل بايرستين . (2013). أشهر 50 خرافة في علم النفس. (محمد رمضان داود؛ إيمان أحمد عزب، المترجمون) القاهرة، مصر: كلمات عربية للنشر .
- Cambridge. (2020). *cambridge dictionary* . Retrieved 10 2020, 16, from [dictionary.cambridge.org](http://dictionary.cambridge.org)
- <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english-chinese-traditional/pop-psychology>

Lilienfeld, S., Jay Lynn, S., Ruscio, J., & Beyerstein, B. (2010). *50 Great Myths of Popular Psychology* (Vol. 1). Blackwell Publishing.

Macmillan. (2019). *macmillan*. Retrieved 10 12, 2019, from [www.macmillandictionary.com](http://www.macmillandictionary.com):  
<https://www.macmillandictionary/british/pop-psychology>

Mayo Clinic. (2022). *Mayo Clinic*. Consulté le 02 12, 2022, sur Mayo Clinic:  
<https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

Mayo Clinic. (2022, 02 12). *Mayo Clinic*. Récupéré sur Mayo Clinic:  
<https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/specific-phobias/symptoms-causes/syc-20355156#:~:text=%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%AE%D8%A7%D9%88%D9%81%20%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%B6%D9%8A%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%8F%D8%AD%D8%AF%D8%AF%D8%A9%20%D9%87%D9%>

<https://www.hindawi.org/contributors/> هنداوي. (2022). Consulté le 12 25, 2021, sur مؤسسة هنداوي 97513908/:

