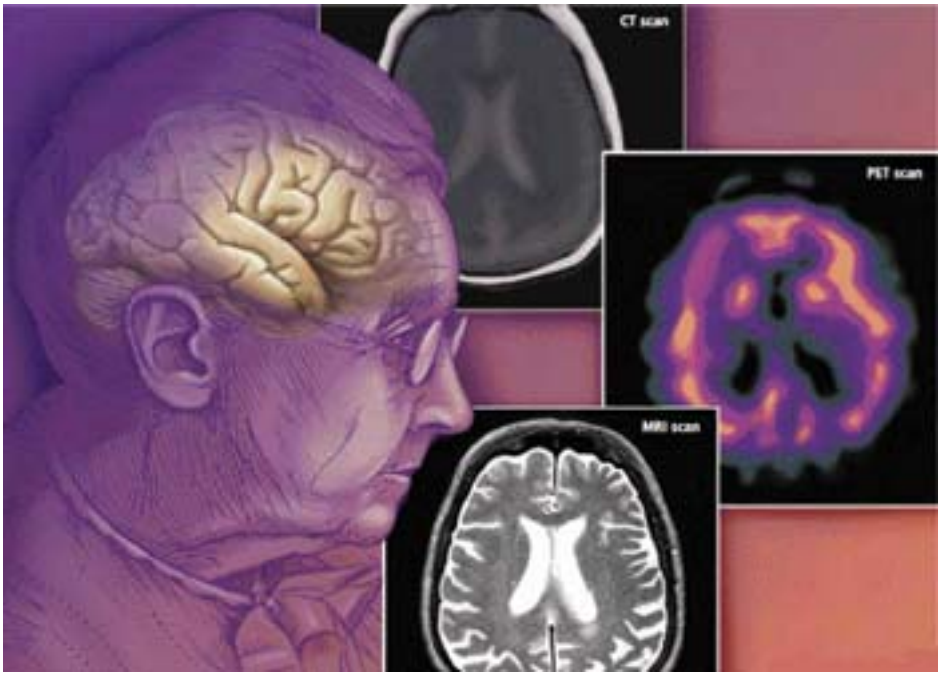
أنواع النسيان وأسبابه



النسيان : هو عدم تذكر المعلومات والمهارات والخبرات التي مر بها الفرد. والنسيان ظاهره طبيعية تحدث لجميع البشر ولكنه قد يكون مرضي عند الإصابة ببعض الأمراض مثل: الزهايمر أو بعد إصابة دماغية أو التعرض لصدمة انفعالية ومن الممكن تصنيف النسيان الى عدة أنواع منها:

1- نسيان المعلومات السابقة Amnesia Retrograde نتيجة لحدوث مرض النسيان بسبب صدمة نفسية مؤثرة أو جرح في الدماغ.

2- نسيان الحاضر Amnesia Anterograde وهو عدم القدرة على تخزين المعلومات واستذكارها، وذلك بعد حدوث الصدمة أو الجرح.

3- النسيان الشامل Amnesia Global للمعلومات التي سجلت من قبل الحواس الخمس وخزنت في الدماغ.

4- نسيان الأحداث وهي الأحداث التي سجلتها إحدى الحواس الخمس Amnesia Modality كالبصر والسمع والشم واللمس والتذوق.

5- النسيان العابر Amnesia Transient، ويحدث بعد إصابة الدماغ مباشرة بالجروح والأورام والارتجاج، ويمكن أن يؤدي إلى الجنون. ومن أشكال النسيان العابر الحميد النسيان لفترة قصيرة للأحداث التي وقعت متزامنة في وقت واحد. وتحدث هذه الحالة، بعد تناول كميات كبيرة من الكحوليات أو المهدئات أو المخدرات، أو تناول بعض الأدوية وهذا النوع من النسيان يختلف عن النسيان الشامل العابر، في أنه انتقائي من أحداث الماضي، أي أنه ينتقي الأحداث المتزامنة في وقت واحد ووقعت في الماضي، وله علاقة بالمخدرات والأدوية.

6- النسيان الشامل العابر Amnesia Global Transient ويظهر هذا النوع من النسيان بصورة مفاجئة، ويستمر فيما بين 30- 60 دقيقة وقد يستمر إلى 12 ساعة فأكثر. حيث ينسى المصاب كافة أحداث الماضي، ثم يعود باستذكارها تدريجياً، بعد زوال النوبة. يرافق هذا المرض حالة الصرع. ويعود سبب ذلك إلى احتباس الدم مؤقتاً عن منتصف منطقة المهاد الخلفي أو الجانبي وقد ترتبط هذه الحالة بمرض الشقيقة عند الشباب أحياناً.

7- النسيان النفسى Amnesia Factitious وفي هذه الحالة، لا يتمكن الفرد من تذكر الاحداث القريبة، وذلك لشدة تأثره بأزمات انفعالية نفسية المنشأ. لذا يتظاهر بعجزه عن تذكر الأحداث القريبة، أي أنه يتناسى.

أسباب النسيان

أولاً : الأسباب الصحية: يعزى النسيان إلى عدة أسباب، هي التي تحدد فيما إذا كان قد حدث بصورة مفاجئة أم تدريجية، أم مؤقتة أم دائمة، وتتمثل بما يلي:

1. ضعف تثبيت المعلومة في الذهن، إما نتيجة للمرور عليها بصورة سريعة أي عدم التركيز عليها، أو لتشابه المعلومات وعدم وضع حدود أو فوارق بين المعلومات المتشابهة، نتيجة لكثرة المعلومات من جهة، ولحالة القلق والإجهاد الذي يرافق اقتباس المعلومة من جهة ثانية. ولضعف أو عدم تصنيف المعلومات إلى أصنافها الرئيسة من جهة ثالثة. حيث أن المعلومات مثل الكتب المرتبة في المكتبة، كل مجموعة منها تتبع حقلاً رئيسا من المعرفة. فالكتب التي تتناول مختلف المواضيع الجغرافية تقع تحت حقل الجغرافيا، وهكذا بالنسبة للمواضيع والحقول الأخرى.

2. سوء التغذية، ولاسيما المؤدية إلى نقص أحماض أوميجا 3، حيث تؤدي إلى ضعف تغذية الدماغ وبالتالي ضعف الذاكرة، فضلاً عن نقص الفيتامينات والأملاح المعدنية التي تغذي الدماغ وتنشط الذاكرة، مثل فيتامين (e,a,b12,b1) والبوتاسيوم والكبريت والفسفور والحديد. وتجدر الإشارة إلى أن معظم مرضى النسيان، يعانون من سوء التغذية وعدم اتزان المواد الغذائية المتناولة.

3. الوراثة، حيث تنتقل ظاهرة النسيان، فضلاً عن أمراض كثيرة أخرى، بواسطة الجينات المتوارثة من الوالدين أو الأجداد، والتي يتضاعف نموها بعد عام من الولادة.

4. الشيخوخة، حيث يؤدي التقدم بالسن إلى زيادة صلابة شرايين الدماغ وضعف الدم، وبالتالي قلة المواد الغذائية المحمولة للدماغ، الذي ينتج عنه ضعف الذاكرة. حيث يلاحظ عند التقدم بالعمر، ظهور بعض الصعوبات في تذكر الأسماء أولاً، ثم الأحداث ثانياً، وفيما بعد الأماكن. ويسمى ذلك بنسيان الشيخوخة الحميد. وهو ليس له علاقة بمرض أو الخرف، رغم وجود بعض المظاهر المتشابهة بينهما.

5. يمكن أن ينتج النسيان عن انتشار تلف دماغي، وهو إصابات، على جانبي الدماغ، المسببة لجروح متعددة البؤر، كالشظايا مثلاً. وهذه تؤدي إلى تلف مناطق خزن الذاكرة في نصف الكرة المخية، والتي تؤدي إلى تلف مناطق الذاكرة في الدماغ.

6- الكآبة والإعياء والصدمات والكوارث وصعوبة الحياة والكبت والضوضاء المستمرة والتنافس والحسد ومحاولة الكسب السريع والسيطرة على مساحة واسعة من العمل وكثرة تداخل الأحداث اليومية مما يؤدي إلى ضعف عملية ترسيخ المعلومات المنقولة بالحواس الخمس إلى الدماغ، وبالتالي ضعف الذاكرة.

7. انعدام الأمن والقلق المستمر وذلك في قلة النوم والسهر، وهذا يؤدي إلى ضعف الذاكرة.

8. التسمم بمادة الليثيوم، واستنشاق الهواء الملوث به باستمرار، كما هو الحال بالنسبة لعمال الصناعات الكيماوية والجص والإسمنت.

ثانياً: الأسباب النفسية. توجد ثلاث نظريات تفسر أسباب النسيان من ناحية نفسية. نظرية التضاؤل: ترى هذه النظرية أن الذكريات السابقة تضعف آثارها نتيجة لعدم استعمالها كما تضمر العضلة التي لا يستعملها الإنسان, وهذه النظرية ربما تفسر بعض حالات النسيان ولكن هناك أدلة على خطئها منها أن الطفل إذا فقد بصره وهو صغير ووصل إلى سن النضج لا يفقد ما تعلمه من حاسة الإبصار. نظرية التداخل والتعطيل: تفسر هذه النظرية النسيان بأن أوجه النشاط المتعاقبة التي يقوم بها الفرد تتداخل في بعضها وينسي بعضها الآخر، ومن الملاحظ أن النسيان أثناء النوم يكون أبطأ منه في أثناء اليقظة, وأن الأطفال يتذكرون بسهولة ما يروى لهم من قصص قبل النوم. نظرية الكبت: ترى هذه النظرية أن النسيان ينجم عن الرغبات المكبوتة, فالفرد ينسى الشيء المؤلم وغير السار لاشعورياً.