هل مررت بموقف وشعرت أنك مررت به من قبل؟

"انتظر! أنا مررت بهذا الموقف من قبل" تتردد هذه الجملة في رأسك أحيانًا عندما تمر بموقف شعرت أنك مررت به من قبل فيما يُعرف بالديجافو. هل حدث لك من قبل أنك كنت تتحدث إلى صديق وشعرت أن كل شيء يحدث حولك أنت رأيته من قبل لكنك تندهش وتغضب لأنك لا تستطيع إثبات ذلك للآخرين؟ هذه هي ظاهرة الديجافو وهي أحد الظواهر والحالات النفسية الغريبة.

إمِيل بُويَرْك في كتابه مستقبل علم النفس قام بتسمية هذه الظاهرة (ديجا فو) وهي جملة فرنسية تُعني (شوهد من قبل). بالرغم من أن العلماء حاولوا تفسير الظاهرة مبكرًا وبالرغم من التقدم العلمي على كل الأصعدة، لكن لا يوجد لها تفسير قاطع ومؤكد لكن من التفسيرات الشهيرة هو أن الدماغ يحاول تطبيق ذكرى سابقة من موقف سابق على موقف حالي لكنه يفشل مما يشعرك أنه حدث من قبل.

هذا الخطأ له عدة محفزات، مثل تشابه البدايات بين الموقفين أو تشابه العواطف وغيرها من التشابهات التي تُوقع الدماغ في الديجافو. أيضًا تمت أبحاث على بعض المصابين بالأضطرابات العصبية والذين يعانون من هذه الظاهرة أكثر من غيرهم واتضح أنه أثناء حدوث الديجافو تحدث نوبة في الفص الصدغي (الجزء المسؤول في الدماغ عن الإدراك الحسي) وأثناء هذه النوبة يحدث إختلال في الخلايا العصبية مما يتسبب في حدوث رسائل مختلطة لأجزاء الجسم مما يسبب هذه الظاهرة للمرضى.

هناك أيضًا تفسير آخر يعزو السبب إلى اختلاف وظائف الدماغ، فكل منطقة في الدماغ لها عدة وظائف، فعندما نرى شيء تتم في الأماكن المسؤولة عن الرؤية (Visual Center) لكن فهم وإدراك ما نرى يحدث في مكان آخر Cognitive Center. يرجع بعض العلماء ظاهرة الديجا فو إلى حدث خلل في تزامن هذه المناطق في الدماغ.

الجامي فو

الكثير مننا يعرف ظاهرة ديجافو أو (وهم سبق الرؤية) ومر بها عدة مرات. يوجد ظاهرة معاكسة تمامًا تُسمى جامي فو أو (المألوف المنسي). قامت جامعة ليدز في بريطانيا بإجراء دراسة، طلبت فيها من 92 متطوعا أن يقوموا بكتابة كلمة باب (door) باللغة الإنجليزية 30 مرة في 60 ثانية، وكانت النتيجة أن 68% منهم شعروا بأنهم أول مرة يرون هذه الكلمة، وهذا هو الجامي فو.

ظاهرة الجامي فو هي عدم قدرتك على تذكر شيء مألوف أو اعتباره غريب، مثل أن ترى كلمة تعرفها وتشعر أنك أول مرة تقرأها أو فجأة تكتشف أن هناك شيء غريب في مكان تعيش فيه أو تتحدث إلى شخص تعرفه وتشعر أنك تشاهده لأول مرة. يزداد حدوث هذه الظاهرة مع نوبات الصرع (Epileptic seizure).

(بريسكو ڤو) أو "طرف اللسان"

وهي ظاهرة مختلفة بعض الشيء وهي نسيانك كلمة أو اسم وتحاول تذكرهم وتصر أنك تعرفها وأن الكلمة كانت على "طرف لسانك" ومن هنا أتى أسمها الثاني (طرف اللسان). هذه الظاهرة تحدث لنا كثيرًا وتصبح مقلقة عندما تصبح بصورة دائمة تعيق عملية التحدث بصورة مستمرة. تزداد هذه الظاهرة حدوثا عند كبار السن بسبب الخرف.