

موقع الشباب لي-لك - الموضوع: مُدمن؟! - ما لم يُقلع عنه - Goethe-Institut
<http://www.goethe.de/ins/eg/prj/jgd/the/suechtig/svs/ar5515252.htm>

البحث عن الجسم المثالي



ألعاب القوى في ألمانيا الشرقية، وسباق فرنسا الدولي للدراجات "تور دي فرانس" أو زبائن رياضة البياتلون في "بنك الدم في فيينا":
 ها هي قضية تعاطي الرياضيين للمنشطات تعود مرة أخرى لدائرة الاهتمام، إلا أن دراما إدمان الأدوية وتعاطي المنشطات تبدأ قبل
 ذلك بكثير، في الرياضة التي يمارسها دوائر عريضة من الناس، ما بين التردد على صالة اللياقة البدنية وزيارة الطبيب.

ذلك ما يراه الباحث ميشا كليبير من مدينة دارمشتات الألمانية المتخصص في علم الاجتماع الرياضي، والذي أعد دراسة عن هذا
 الموضوع أحدثت ضجة كبيرة حتى في اللجنة الرياضية في البرلمان الألماني؛ إنه حديث عن الضغوط المتزايدة من أجل الارتقاء
 بالإنجاز وعن مثل الجمال الغربية وأيضاً عن أشخاص عاديين تماماً يتناولون فجأة المنشطات، لأنهم يسعون سعياً مرضياً للحصول
 على الجسم المثالي.

السيد كليبير، ما الذي دفعك إلى الاهتمام بهذا الموضوع؟



تبحث العلوم الرياضية عن تناول المنشطات في إطار رياضة البطولات منذ منتصف التسعينيات بالفعل،
 إلا أنها كانت تستبعد الرياضة الجماهيرية ورياضة أوقات الفراغ تماماً من ذلك؛ أردت أن أكرس نفسي
 لسد هذه الفجوة وأن ألق بركب الدراسات القليلة الموجودة في هذا المجال والتي كانت قد وصلت على
 سبيل المثال إلى النتيجة التالية وهي أنه من بين كل ثمانية أو تسعة أعضاء في صالة اللياقة البدنية هناك
 واحد يتناول عقاقير طبية لا يمكن شراؤها إلا بوصفة طبية؛ كنت قد عملت لمدة تزيد على عشرة أعوام
 كمدرّب ونائب لمدير إحدى صالات اللياقة البدنية؛ وهناك يمكنك أن ترى عن قرب تناول المنشطات
 والضغوط النفسية التي يتعرض لها الرياضيون من أجل الارتقاء بإنجازهم الرياضي.

كيف يمكن أن يصبح الفرد مدمناً للرياضة؟

يبدأ ذلك دائماً بشكل طبيعي تماماً؛ فأنت تذهب إلى صالة اللياقة البدنية لتفعل شيئاً جيداً من أجل صحتك، ثم تحب هذا النوع من
 الرياضة شيئاً فشيئاً وتدرّك أنه يمكنك في البداية تحقيق التقدم بسرعة؛ تبرز الكتلة العضلية وتزداد وتتراجع دهون الجسم؛ ويصبح
 الجسم معتاداً على التدريب بعد نصف عام تقريباً، أي أنه يجب عليك أن تتمرن أكثر باستمرار لتحقيق تقدماً أكبر؛ وهذا يسبب نوعاً
 من الديناميكية الحزونية: فأنت تقضي وقتاً أكثر في صالة الجيم وتهتم أكثر بموضوعات في دائرة رياضة بناء الأجسام، وهو ما
 يعني التغذية الصحية وإعادة بناء العضلات وأيضاً من الوارد تعاطي المنشطات؛ فأنت ترى نفسك في المحيط الاجتماعي من خلال
 جسمك ودورك كمارس لرياضة بناء الأجسام، وهو ما يعني تقليص علاقاتك الاجتماعية أو أن تظل مقتصرة على صالة اللياقة
 البدنية فقط. فكلما زادت رؤيتي لنفسي كرياضي لياقة بدنية، كلما زادت احتمالية أن ألجأ في وقت ما إلى المواد المكملية، لأنني أريد
 الارتقاء بإنجازي الرياضي باستمرار.

هل هناك اختلاف بين الجنسين في تعاطي المنشطات؟

يقتصر تعاطي المنشطات الهرمونية في المقام الأول على الرجال، ويرجع ذلك إلى أن المستحضرات البنائية مشتقة من الهرمون
 الذكري تستسترون، ولأنه هرمون غريب على جسم السيدات فإنه يتحتم عليهن مقاومة الأضرار الصحية الناشئة عند تعاطيه؛ لذلك
 تتناول السيدات المستحضرات التي ترفع درجة حرارة الجسم، على سبيل المثال مستحضرات الربو حيث يمكنك من خلالها حرق

نسبة أعلى من السرعات وبالتالي إنقاص الدهون في الجسم، أو أنه يتم تعاطي عقاقير تقلل من الشهية وفي الوقت ذاته تخلق رغبة أكبر في القيام بتدريب شاق

كيف يرى متعاطون المنشطات أنفسهم؟

في الدراسة التي قمت بها وصفت الغالبية الساحقة من الأفراد الذين استعنت بهم في الدراسة أنفسهم بأنهم مدمنون؛ في البداية يتخذ الأمر أشكالاً من الإدمان السلوكي يصاحبه تصرف قسري يتزايد باستمرار، وفي وقت ما يتحول الأمر إلى إدمان لمادة ما له نفس الأعراض التي نعرفها للإدمان التقليدي للمواد المخدرة؛ ويصف الأفراد بموضوعية شديدة حدوث أعراض انسحابية لهم إذا لم يمكنهم ممارسة التدريب البدني؛ وبالرغم من ذلك فإن جميعهم يرى هذا الإدمان أمراً إيجابياً؛ فهم أولاً يتبنون الرأي القائل بأن ذلك كله لا يزال أفضل بكثير من الجلوس على الأريكة في المنزل؛ وثانياً فإنهم يبررون ذلك بأنهم لا يتلاعبون بمستوى الهرمون لديهم سوى مرتين لثلاث مرات سنوياً، تمتد كل مرة منها من ثمان أسابيع حتى اثني عشر أسبوعاً عن طريق المستحضرات البنائية، بينما كثير من السيدات يقمن بذلك بشكل دائم عند تعاطيهن حبوب منع الحمل؛ ولا يدرك رياضيو كمال الأجسام أنهم يعرضون أنفسهم بذلك دائماً للنقد اللاذع من قبل المجتمع.



كما يكون رد فعل المجتمع على ذلك مبالغ فيه إلى حد ما: فأنت ترى غالباً أن من يقوم بذلك هو شخص مهتز نفسياً؛ فهم يغفلون تماماً أن العوامل الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً في ذلك، كما أن تحول الفرد إلى مدمن يأخذ شكل تطور بطيء في سيرته الذاتية؛ يمكننا القول إذاً بأن الفرد يأخذ وقتاً ليتعلم السلوك الإدماني، وهو الأمر نفسه الذي ينطبق على مدمني العمل.

هل هذا السلوك ناتج أيضاً عن تطور المجتمع الذي يتجه إلى الرغبة في الارتقاء بالإنجاز أو إلى هيمنة مثل الجمال الغربية؟ فقد أثبتت في دراستك أيضاً أن التبكير في الذهاب إلى صالة اللياقة البدنية اتجاه أخذ في التزايد.

لا بد أن نرى – من منظور علم الاجتماع- هذه الرغبة المتطرفة في ممارسة الرياضة على أنها رد فعل للحياة العصرية؛ فمجتمعنا قليل الحركة، ولكن في الوقت نفسه مهتم بجسمه؛ وهذا يكشف لنا جانباً مأساوياً آخر: إن تطور ظاهرة تعاطي المنشطات في دوائر الرياضة الجماهيرية قد صار منتشرراً لهذا الحد الذي هو عليه الآن لأن البحث العلمي كان يركز دائماً على رياضة المحترفين؛ ومن ناحية أخرى فإنه يتم استقدام الأبطال الرياضيين من ممارسي الرياضة الجماهيرية ورياضة أوقات الفراغ؛ ولذلك فإن التحدث عن مكافحة تناول المنشطات يعد بمثابة حلقة مفرغة.

هل الشباب اللذين مازالوا في طور البحث عن وجهتهم في الحياة هم الأكثر عرضة لتعاطي المنشطات لأن الضغط الاجتماعي يؤثر عليهم بالإضافة إلى رغبتهم الملحة في الارتقاء بالإنجاز الرياضي؟

نعم، تلعب هنا وسائل الإعلام دوراً كبيراً لأنها تنتقل صوراً بعينها عن الجسم المثالي؛ فالجسم النموذجي لدى الفتيات هو جسم عارضات الأزياء، كما يعتبرن ممثلات السينما قدوة لهن؛ بل أنني يمكنني أن أدعي أن الناشئين يبدأون مبكراً بشكل يتزايد يوماً بعد يوم بالاهتمام بأجسامهم واتخاذ إجراءات للتحكم فيه والتي تكون أحياناً ضارة أيضاً. وهذا ما تظهره الأرقام من مجالات أخرى للبحث العلمي: فقد زادت الإصابة بأمراض مثل النحافة أو البوليميا في الأعوام الأخيرة بشكل سريع؛ وما الرياضة إلا مرآة للمجتمع بأكمله، حيث يمكننا أن نقر بأننا تربطنا صداقة بالعقاقير تزداد عراها يوماً بعد يوم؛ فلا أحد يشغل باله اليوم بأخطار حبوب منع الحمل.

شكراً لك على هذا الحوار يا سيد كليبير

ميشا كليبير باحث في معهد العلوم الرياضية في مجال علم الاجتماع الرياضي منذ شهر أبريل عام 2009، ويقوم بإعداد أبحاث تؤهله للتدريس بالجامعة.

ناقش هذا الموضوع على المنتدى!

كيرستن فريتشه، دارمشات