

على طرف اللسان

تشارلز زانور

صحيفة واشنطن بوست

11 مارس 2009

It's on the Tip of Your Tongue

By Charles Zanor

The Washington Post Newspaper

ترجمة: علي الحارس

اختصاصي بعلم النفس.

تشارلز زانور

كثير منا يأمل بوجود طرق سهلة لحل مشاكل نسيان أمور تبقى «على طرف اللسان». كما حدث معي قبل شهرين عندما كان بإمكانني أن أتذكر شكل محل ملابس أشتري منه بانتظام. أنا وأحد أصدقائي. الكثير من الجوارب الصوفية البيضاء. ولكنني لم أستطع أن أتذكر اسمه إلى أن عثرت بعد عدة أسابيع على كيس بلاستيكي يحتوي آخر زوجين. وعندها حدق اسم المحل في وجهي قائلاً: معرض سام.

هنا يبرز سؤالان من هذه التجربة: ما الذي جعل من مهمة تذكر بسيطة مثل هذه بعيدة المنال إلى ذلك الحد؟ وهل يشير ذلك إلى خطر محتمل؟

قبل كل شيء فإن دماغنا يتقلص (ودماغك أيضاً يا عزيزي القارئ)؛ وثانياً: ليس من قبيل التوهم إحساسي الخاص بأن تذكر الكلمات لم يكن بنفس السهولة التي كان عليها من قبل: فحالات «ارتباط اللسان» تزداد مع التقدم بالعمر. وترتفع بالأخص عند تذكر الأسماء.

إليك بعض الأخبار الجيدة: صحيح أن (ارتباط اللسان) علامة على تقدم العمر (وتبين بأنها تترافق مع تغيرات دماغية محددة). فإنه لا يعد علامة على خرف داهم.

ميريديث شافتو (Meredith Shafto). وهي عضو في لجنة أبحاث تابعة لجامعة كامبريدج البريطانية. أمضت خمس سنوات وهي تدرس التغيرات التي تطرأ على عملية الإدراك مع التقدم بالعمر. وهي تقول بأن حالات (ارتباط اللسان) هي «جزء من مما ندعوه

على طرف اللسان

بالتقدم الصحي أو الطبيعي بالعمر... فمع التقدم الطبيعي بالعمر تحصل تغيرات تمكن ملاحظتها وتعتبر مربكة ومزعجة لكنها ليست دلالة على مرض ما».

إن ما يجعل ظاهرة (ارتباط اللسان) أمرا مهما ليس كونها صدى لقرع الزمن على الباب، وإنما ما توفره من إمكانية إخبارنا بشيء عن الآلية الطبيعية لعمل أدمغتنا على إنتاج المفردات التي نستخدمها في الحياة اليومية.

ديبرا بيرك (Deborah Burke)، وهي أستاذة في علم النفس بجامعة بومونا (Pomona College) في كاليفورنيا ولها العديد من الكتابات عن اللغة والتقدم بالعمر و(ارتباط اللسان)، تشرح آلية التفكير بقولها:

إننا نحب أن نعتقد بأن الكلمات مخزونة في مكان معين (وحدة) في أدمغتنا. وأن هنالك مكانا صغيرا في عقولنا يوجد فيه الممثل براد بيت على سبيل المثال. لذا نعرف كيف يبدو وما هي أفلامه واسمه وما إلى ذلك.

وبدلا من تخزين المعلومات، تقول بيرك بأن هنالك:

شبكة من المعلومات تمر عبر أجزاء مختلفة من الدماغ. وقد تفقد المدخل إلى جزء بعينه دون الآخر: عندها ترى وجه براد بيت وتقول: «نعم هذا هو وجهه» ولكنك غير قادر على تذكر اسمه لأنه غير مخزون كوحدة مع وجهه أو مع معلومات أخرى عنه.

وبينما نتقدم بالعمر، تتدهور حال الروابط بين شبكة المعلومات في أدمغتنا مما يؤدي إلى ما يسمى بـ(نقص الإرسال)، ويصح هذا بالأخص عندما لا نكون قد قمنا بتفعيل رابطة محددة لفترة من الزمن: فما يبدو وكأنه شارع ذو اتجاهين بين وجه براد بيت واسمه يكون في الحقيقة طريقا ترابيا مليئا بالأعشاب: فالرابطة لا تزال موجودة لكنها ضعيفة وتحتاج إلى الانتباه.

على طرف اللسان

وجاء في دراسة حديثة وردت في مجلة العلوم العصبية المعرفية (Journal of Cognitive Neuroscience) تقرير عن ارتباط بين صعوبات تسمية الوجوه وتقلص منطقة بعينها في الدماغ؛ حيث عرضت الباحثة شافتو وزملاؤها سلسلة من الوجوه المعروفة على أشخاص بالغين يبلغون من العمر (19-88 عاما). وباستخدام التصوير بتقنية الرنين المغناطيسي (MRI) اكتشفوا أن زيادة حالات (ارتباط اللسان) تترافق على نحو وثيق بضمور (القشرة الجزيرة اليسرى Left Insular Cortex). وهي منطقة تقع في القشرة المخية للجهة اليسرى من الدماغ.

إن هذا الاكتشاف يساعد على شرح سبب ازدياد حالات (ارتباط اللسان) مع التقدم بالعمر. ولكنه لا يقدم تفسيراً للحالة الشائعة التي يتم فيها نسيان أسماء الأشخاص. ولفهم هذا يجب علينا العودة إلى نظرية (نقص الإرسال) التي تقدم أسباباً أكثر منطقية.

فعلى النقيض من معظم الكلمات الأخرى، تتصف أسماء الأشخاص بأنها اعتباطية ولا نخبرنا عادة أي شيء عن حاملها. فمثلاً: (لاري كينغ-الاسم) لا نخبرنا شيئاً عن (لاري كينغ-الوجه) أو (لاري كينغ-الشخص). وإذا فقدنا الرابط بين الوجه والاسم فلا يوجد طريق بديل يوصلنا من النقطة الأولى إلى النقطة الثانية؛ وقد نتذكر بأن اسمه يبدأ بحرف (L) أو أنه يتكون من ثلاثة مقاطع صوتية ولكننا نظل عاجزين عن إكمال الطريق الترابي المليء بالأعشاب وصولاً إلى الأحرف الرئيسية. وهذا ما يجعل (ارتباط اللسان) يصيبنا بالإحباط الشديد. ومن جهة أخرى، إذا تذكرنا وجه لاري كينغ وأردنا أن نربط ذلك بما يفعله (لا ما يطلقه على نفسه من اسم) فإن لدينا الكثير من الارتباطات التي نختار من بينها: مقدم برنامج حوار، شخصية إعلامية...

وثمة استثناء لقاعدة أسماء الأشخاص يحمل إضافة مفيدة تدعم نظرية (نقص الإرسال). وهي أن بعض أشخاص أفلام الرسوم المتحركة تحمل أسماء ذات معاني (الرجل العنكبوت، بياض الثلج)، وبعضها ليس كذلك (سيمبسون، غارفيلد). ففي مقالة حديثة

على طرف اللسان

وردت في مجلة (طب الشيخوخة) وبعنوان (تشارلي براون مقابل بياض الثلج) نقراً عما قام به باحثون من جامعة كولورادو حيث فحصوا طريقة تعامل الشباب والعجائز مع تذكّر أسماء هذين الصنفين من الشخصيات: وكانت النتيجة أن الشباب تفوقوا على العجائز في ذلك. رغم أن الأبحاث تصل دائماً إلى نتيجة مفادها أن العجائز أفضل من الشباب في اختبارات المفردات الأساسية: فالصعوبة تكمن في تسمية الوجوه فحسب.

بشكل أكثر تفصيلاً: جاءت الدراسة السابقة بنتائج مفادها أن الشباب اختلفوا على نحو طفيف في قدرتهم على تسمية الصنفين. أما العجائز فكانوا على العكس من ذلك: إذ وجدوا صعوبة أكثر في تسمية شخصيات من أمثال تشارلي براون وغارفيلد بالمقارنة مع أدائهم في تسمية شخصيات من أمثال بياض الثلج والنمر الوردي ممن تحمل أسماءهم دفعا مساعداً من خلال معناها.

وجهتُ سؤالاً إلى الباحثة بيرك حول ما يمكن فعله للحد من حالات (ارتباط اللسان). وكانت متحمسة في نصحتها بفكرة استخدام مهاراتنا اللغوية بأكبر قدر ممكن في المحادثات اليومية عندما نكون منغمكين في الحديث على نحو تام: ولا يوجد غير ذلك من تمارين تساعدنا على تقوية قدرتنا على تذكر الأسماء. ومع ذلك توجد تقنيات أثبتت التجربة نجاعتها في تعلم أسماء محددة في أوقات وأماكن معينة. وما علينا إلا أن نطبق هذه التقنيات كلما أردنا تعلم أسماء جديدة.

ومع ذلك، لم أستطع أن أمنع نفسي من سؤال بيرك إن كانت تعتقد بأن حل ألغاز الكلمات المتقاطعة ينفع في خفض حالات (ارتباط اللسان). فأبدت شكها اعتقاداً منها بأنني أقصد ذلك النوع الذي يحتاج أشخاصاً ذوي قدرات خاصة لحلها. لكنني لم أعن ذلك، وإنما عنيت ما تقوم به حماتي.

تمتلك حماتي حمولة شاحنة من مجلات الكلمات المتقاطعة التي تزخر بأسئلة من أمثال: من هو مؤلف رواية (موبي ديك)؟ ولا أزال أتذكر بوضوح كيف كانت تجلس إلى طاولة

على طرف اللسان

المطبخ منتقلة إلى لغز جديد تفكك أوصاله بانشغال كما لو أنها مهندس في وكالة ناسا يحاول إنقاذ رواد فضاء، وكانت تفعل ذلك للاسترخاء كما تدعي زوجتي، وهو ما لا لست متأكدا منه، لكنني متأكد من أنني لم ألتق بأحد يماثلها في حدة ذاكرتها، كما إنها لم تحتج يوماً إلى استذكار اسم المحل الذي تبتاع منه الجوارب كما فعل صهرها في ما بعد.