المحاضرة رقم 2: العلاجات النفسية الطويلة الأمد: التقييم، التعليمات و الصيغة العلاجية.

Evaluation, indicatins et formulation

العلاجات الطويلة الأمد: تختص بعلاج الاضطرابات المعقدة و الخطيرة المتمثلة في اضطرابات الشخصية، الاضطرابات العصابية (اضطرابات القلق في DSM5) و الاضطرابات الذهانية. تهتم هذه العلاجات في علاج اضطرابات الشخصية على الاختلالات التي مست مراحل النمو الأولى كالانفصالات المزمنة مع الموضوع. تترجم هذه الاختلالات على شكل اضطرابات الهوية و التكيف التي تظهر عبر مختلف الوضعيات الحياتية و في العلاج كذلك. تكون التقنية العلاجية فيها تعبيرية تحليلية، تجمع بين التعبير من طرف العميل مع مختلف التقنيات العلاجية من طرف المعالج كالاحتواء، المواجهة، التأويل و الدعم اذا تطلب الأمر ذلك. يجب انشاء اتفاق مسبق حول ضرورة ثبات الاطار العلاجي الذي هو أحد شروط تحقيق التغيير، لإضافة الى قدرة المعالج على التحكم في ظواهر التحويل و التحويل المضاد.

تمثل الاضطرابات العصابية فئة مهمة كذلك تعالج بهذا النوع. تظهر هذه الاضطرابات غالبا على شكل سلوكات الفسل، ظواهر القلق و اكتئاب و اضطرابات المزاج، يكونلدى المرضى أنا قوي ، لكن مشكلتهم علائقية أكثر مع الموضوع، تهدف العلاجات الى إزالة هذه الاراض، تطوير الوعي المعرفي لدى العميل و تنمية علاقاته الاجتماعية و تظور أداء الدور الاجتماعي.

تصلح هذه العلاجات كذلك مع الاضطرابات الذهانية، هذه الأخيرة التي تنتج عن اضطرابات أولية في تأسيس العلاقة بالموضوع، تحتاج هذه الاضطرابات الى علاج فردي يخضع لمجموعة من الضوابط التي تقييم شخصية العميل أولا اخضاعه للعلاج.

يرجع سبب نجاح العلاجات النفسديناميكة كونها تختار المرضى الذين تعالجهم (انتقاء المرضى)، بحيث أن العلاج يجب أن يتكيف مع العميل و ليس العكس. يبدأ العلاج عادة عبر جلسات تقييمية (قبل العلاج) بحيث يسمح للعميل بسرد مشكلته كما يريد هو و يتم تقييمه من طرف المعالج من جانبين هما: أولا هل أعراض العميل مؤهلة لأن تستجيب للعلاج النفسديناميكي الطويل الأمد؟ و ثانيا هل هل يمتلك العميل الخصائص النفسية التي تتوائم مع الاتجاه النفسديناميكي؟ يمكن لعملية التقييم أن تكون صعبة و معقدة و بعض العملاء يحتاجون الى بداية العلاج من أجل معرفة ذلك.

1- **التقييم العلاجي:** يقصد به تقييم شخصية العميل و يتم عبر العناصر التالي:

1-1 المقابلة النفسديناميكية: يجب على العميل سرد قصة مشكلته بطريقته الخاصة و على المعالج أن يسمح له بالتعبير لمدة معينة من أجل فهم طبيعة شخصيته و ما هو مهم بالنسبة له و من خلال ذلك يأخذ المعالج معلومات تسمح له بتكوين تشخيص وصفي على أساس الأعراض و السوابق كما أن مفاومات العميل تعط مؤشرات حول الصراعات الأساسية عنده.

1-2 العلاقة التشاركية بين العميل و المعالج: يعتبر العميل و المعالج كشريكين في سفر استكشافي و على المعالج أن يفهم هذا للعميل مند بداية العلاج. أفاد تطور العلوم العصبية المعالجين النفسديناميكيين من حيث ملاحظة السلوكات الغير لفظية خلال التقييم مثل نواحي التواصل البصري، حركات الجسم، نبرة الصوت و غيرها. ان علاقة التحويل و التحويل المضاد تفيد بالكثير من المعلومات حول شخصية العميل من حيث: 1 مزاجه البيولوجي، 2 تمثلات الذات و الآخرين و العلاقة بهم، 3 نوعية الميكانزمات الدفاعية عنده، 4 طريقة تفكيره. يميل كل عميل الى فرض طريقته الخاصة في الإجابة و التعامل مع المعالج، تكون هذه الطريقة مبنية على خصائص طبعه التي تؤثر في ربط العلاقة و عل هذا الأخير أن يستغل هذه الخصائص للدخول في علاقة عيادية معه كوسيلة لاكتشاف عالمه الداخلي و النماذج النمطية الوالدية في علاقاته الأخرى.

1-3 الميكانيزمات الدفاعية: تعتبر المكانزمات الدفاعية في هذه العلاجات كمحافظة على تقدير الذات ضد مشاعر الخجل و الاضطهاد و هي تضمن مشاعر الأمن عندما يحس الفرد بتهديد الخطر الناتج عن التخلي أو أخطار أخرى. ان الميكانزمات لا تكتفي فقط بالدفاع ضد عاطفة أو فكرة غير مقبولة و انما تعمل كذلك على تعديل العلاقة بين الذات و الموضوع، هي تسمح للأفراد مثلا بتسيير الصراعات الغير محلولة مع مواضيع إما داخليو ماضية أو مواضيع حالية في الواقع. يوجد ميكانزمات خاصة بكل نوع من أنواع الاضطرابات النفسية.

1-4 الوظيفة الفكرية و العقلانية: يتم تقييم الوظيفة الفكرية لدى العميل بالاعتماد على نظرية التعلق. عرف Fonagy و آخرون الوظيفة الفكرية بأنها:" الاكتساب النمائي الذي يسمح للطفل بالاستجابة للآخرين ليس على أساس سلوكهم فقط و انما كذلك على أساس تصوراتهم و نواياهم و مشاعرهم و مخططاتهم". ترتبط الوظيفة الفكرية بالقدرة على التعقل فعندما يكون هناك تعلق آمن فان العقلانية تبنى بطريقة آلية مثل تعلم ركوب الدراجة أو العزف على البيانو فهي تحفظ على مستوى الذاكرة الإجرائية و منه فان العقلانية عي قدرة تسمح للطفل بادراك وجود عالم داخلي خاص به و عالم خاص بالآخر.

1-5 مستوى تنظيم الشخصية: يستعمل المعالج من أجل معرفة مستوى تنظيم الشخصية عند العميل، أسلوب الجمع بين نوعية الميكانزمات الدفاعية، نوعية العلاقات الداخلية مع المواضيع و تقييم الوظيفة الفكرية. لا بد من

اخضاع العميل للتأويل التجريبي من أجل معرفة مستوى استعداده النفسي لهذا العلاج، مثلا: شخص يعاني من سوء تقدير الذات في عمله مقارنة بزملاءه، قال للمعالج: "انه من المحرج الحديث عن هذه الأشياء أمامل"، أجاب المعالج: من الممكن أنك تقارن نفسك بي و أنت تحس أنك ناقص"، العميل: "أنت طبيب متخرج جامعي و أنا لا شيء مقارنة بك". قام المعالج بافهام العميل أن علاقاته الاجتماعية سيتم إعادة انتاجها داخل العلاقة العلاجية و منه العميل قد فهم كيف تتم عملية التقييم و العلاج.

2- **التعليمات**: لم يتم تحديد التعليمات الخاصة بالعلاجات النفسديناميكية الطويلة الأمد بشكل مضبوط بسبب نقص المعطيات التحكمية النظامية حول شروط العلاج بها. يتم اللجوء اليها عادة عندما يفشل العلاج الدوائي و العلاجات المختصرة. يمكن الخضوع لهذه اللاجات من طرف الأفراد المصابين باضطرابات الشخصية الوسواسية، التجنبية، التعبية، الهستيرية، المصابين باضطرابات القلق المعمم، رهاب الفزع، الرهاب الاجتماعي و قلق ما بعد الصدمة، إضافة الى اضطراب الشخصية الحدية، النرجسية و االكتئابية، أما مرضى الفصام والاضطرابات الذهانية فيخضعون أولا لعلاج دوائي ثم علاج معرفي سلوكي و الاستشفاء يتم اخضاعهم للعلاجات النفسديناميكية من أجل تقييم مستوى مقاوماتهم للمرض و تقديم مساعدات نفسية عامة.

3- الصيغة العلاجية: بعدما يتم تقييم شخصية العميل بشكل دقيق يأتي دور وضع صيغة العلاجية التي هي ذات طبيعة بيولوجية نفسية اجتماعية و هي تنص على وضع تقرير مختصر من أجل فهم العميل و شرح الجدول العيادي وطريقة العلاج. تتكون الصيغة العلالجية من ثلاث مكونات أساسية و هي: 1 وصف مختصر للجدول العيادي و عوامل القلق المصاحبة له، 2 وضع فرضيات مفسرة حول دور و طبيعة تفاعل العوامل البيولوجية و النفسية و الاجتماعية في اظهار الجدول العيادي، 3 وضع تقرير مختصر حول طريقة العلاج و التنبؤ الناتجين عن المكونين الأول و الثاني. وضع Gabbard 2002 مجموعة من المبادئ التي تسهل وضع الصيغة العلاجية و هي:

- لا تحاول الاكثار و الوفرة في جمع المعلومات الخاصة بالعميل، فلا يمكن الإحاطة بها كلها و انما ركز على عامل أو عاملين ترى أنهما حور مشكلاته النفسية و التكيفية.

- اعلم أن طريقة سرد العميل لتاريخه المرضي تعطيك معلومات أكثر حول مشكلته من تاريخه المرضي.

- احذر جيدا من المعلومة الغير لفظية و انتبه لطريقة كلام العميل أكثر مما يقوله.

- خذ معلومات من التحويل و التحويل المضاد من أجل فهم ماضيه و حاضره.

- أحسن طريقة لتقييم الميكانزمات الدفاعية هي ملاحظة نوعية استخدامه للمقاومات في مقابلات التقييم.

- تنبأ كيف ستؤثر المخططات العلائقية عند العميل في سيرورة العلاج.

- أدرك أن وضع صيغة علاجية ما هي إلا فرضية أو فرضيات و عليه يجب مراجعة هذه الصيغة باستمرار و مع ظهور معطيات جديدة عند العميل.