المحاضرة رقم 04: العلاجات الطويلة الأمد (التدخلات العلاجية).

تمهيد:

غالبا ما يتمكن المعالجون (المبتدئ خاصة) من عقد علاقة علاجية مع العميل، الاستماع الى حكايته بتعاطف، لكن بعدها يبدأون في التساؤل: ماذا أقول؟ و ماذا أفعل؟، كما أن أغلبهم يتصرفون بشكلية و صلابة بدلا من أن يكونوا عفويين، متسامحين و طبيعيين في اجاباتهم. يوجد ثلاثة تقنيات شخصية يجب أن يتصف يها المعالج النفسديناميكي حتى يتمكن من التدخل بشكل صحيح و تحقيق الأهداف العلاجية المرجوة، الا و هي الحياد، عدم الكشف عن الهوية و العفة (Neutrality, Anonymaty, Abstinence)، كما أنه يوجد عدة أنواع من التدخلات العلاجية التأويلية و الغير تأويلية.

1- تقنيات التدخل العلاجي:

يعتبر الحياد و عدم الكشف عن الهوية و العفة كتقنيات أوصى بها فرويد محل تقييم و خلاف بين المحللين النفسيين، لكن ما هو أكيد أنها لا تعني أن يكون المعالج بارد، متباعد أو منفصل عن العميل. يقصد **بالحياد** ذلك التباعد المتوازن بين الهو و الأنا و الانا الأعلى و الواقع الخارجي عند المعالج. يمكن أن يظهر هذا التباعد المتوازن على شكل عدم الحكم على أهواء، غرائز و سلوكات العميل إلا بقدر فهمه. يتم هذا بشكل عام عبر قبول مبدأ أن العملاء لهم الحق في الاستقلالية اللازمة من اجل اتخاذ قراراتهم الحياتية، كما أن العلاج لا يجب أن يكون قسري.

يقصد ب**عدم الكشف عن الهوية** و عكس ما كان يعتقد سابقا بضرورة إخفاء خصائص و المعلومات الشخصية للمعالج عن العميل و انما يمكن الانفتاح بقدر معين و الإفصاح عن بعضها بما يؤثر إيجابا في ربط العلاقة العلاجية بينهما.

أما **العفة** فهي عدم التمادي في حث التحويل لدى العميل من طرف المعالج و انما هو عبارة عن الاستماع بطريقة إنسانية و متسامحة لاهتماماته، يمكن الضحك مثلا اذا قال العميل نكته، أو إبداء التأثر عند سماع حكاية محزنة، لكن كل مع الحفاظ على العفة داخل العلاقة العلاجية.

2- أنواع التدخلات العلاجية النفسديناميكية:

اعتبر فيما قبل أن كل ما يقوله المحلل للعميل هو تدخل علاجي، إلا أنه و حاليا لا يعتبر كل ما يقوله له علاج. يوجد عدة أنواع من التدخلات العلاجية التي يقوم بها المعالج اتجاه العميل أهمها التأويل، إضافة الى المواجهة، الملاحظة و التوضيح. يهدف **التأويل** الى افهام العملاء لأشياء لا تزال خارج نطاق

وعيهم، بمعنى ارجاع ما هو لا شعوري شعوري. يقصد به في أحيان أخرى الإشارة الى الرابط بين ظواهر نفسية عندما لا يرى العميل أية روابط بينها، كما أن التأويل له جانب تفسيري كذلك. يوجد قاعدة عامة تتمثل في أنه : "لا يجب الإفصاح عن تحويلات العميل إلا عندما تصبح قريبة من وعيه، لأنه عندما يتم تفسيرها له مسبقا فانه لن يفهم المعالج و يحس أنه غير مفهوم من طرفه. ان تأجيل تأويل التحويل يمنح العميل الوقت للتعرف على مشاعره". في بعض الأحيان لا يجب تأويل التحويل، خاصة اذا كان إيجابيا و يسهل العلاج النفسي و انما يكون التأويل عندما يكون التحويل عبارة عن مقاومة (تحويل سلبي)، مثلا قد يحدث أن يتأخر عميل ما عن الحصص العلاجية دائما، كما أنه لا يظهر أي اهتمام لما يقوله له المعالج، فهنا يمكن لهذا الأخير أن يعطيه تأويل عبر قوله: "أظن أن مجيئك متأخرا دائما و عدم عملك بالملاحظات التي أقولها لك، مرتبط بما تحسه اتجاه أبيك، لأنك قلت لي أنك لا تحب الاستماع اليه و لا تهتم لآرائه". يمكن لهذا التأويل أن يدفع بالعميل للإحساس بالمسؤولية، كون أنه يمنع المعالج من مساعدته.

* **الملاحظة:** لا تتوقف الملاحظة عند التفسير بمعنى أنها لا تشمل محاولات التفسير أو الربط. قد يلاحظ المعالج سلوك أو عاطفة أو كلام خلال العلاج، مثلا يقول المعالج: "قد اذرفت دموعا عندما تحدثنا عن أمك" أو "أنت دائما ما تشيح بنظرك عندما نتحدث عن أبيك"، يتم ترك الدافع أو التفسير دون تغيير على أساس أن يفكر العميل في معنى ملاحظة المعالج.

* **المواجهة:** هي عبارة عن محاولة لفت انتباه العميل حول شيء يتفاداه، عكس الملاحظة التي تهدف الى شيء خارج عن وعي العميل فان المواجهة تهدف الى الإشارة الى شيء واع متجنب بطريقة لينة و متعاطفة. يمكن استعمال المواجهة كذلك من أجل وضع حدود في العلاقة العلاجية، كأن يقول المعالج: "اذا كنت تريد ان اكمل معك هذه الجلسة فيجب عليك خفض صوتك في الكلام حتى أستطيع ان أفكر فيما تقوله".

* **التوضيح:** هي وسيلة من اجل تبيين القضايا المبهمة، المبعثرة أو الغير مترابطة. يمكن أن تكون كذلك طريقة لمساعدة العميل على التعرف على نمط تفكيره أو لتحقق من صحة فهم المعالج للعميل، قد يقول المعالج: "اذا فهمتك بشكل صحيح، ففي كل مرة تتعرف على أحدهم، فانك تشعر أنك مستغل و تريد قطع العلاقة، هل هذا صحيح؟". يمكن أن يكون التوضيح وسيلة لتلخيص النقاط الأساسية للمعلومات التي يقدمها العميل عن طريق إعادة صياغة كل ما قاله، كأن يقول المعالج: "اذن ما اسمعك تقوله هو أنك عندما ذهبت الى الحفلة و في كل مرة تريد الحديث مع أحدهم تحس لأنه ينظر اليك و كأنك غير مرغوب بك". يستعمل التوضيح كذلك من أجل التحقق من تفاصيل القصة التي يقولها العميل، كأن يقول

المعالج:"اعذرني ولكني بحاجة الى توضيح ئيء، هل كان والدك يتشاجران دائما على العشاء أو أنه كان موقف غير عادي؟".

خلاصة:

يتوقف ما يجب على المعالج المبتدئ أن يقلوه و أن يفعله على مجموعة من المهارات و التقنيات العلاجية و التي أمهما الحياد، عدم الكشف عن الهوية و العفة، إضافة الى حسن استعمال الأنواع المختلفة من التدخلات العلاجية التأويلية و الغير تأويلية و كل هذه التقنيات و الطرق العلاجية هي نتيجة عدة تطورات منذ التحليل النفسي الكلاسيكي الى يومنا هذا و هي لا تزال في تطور مستمر.