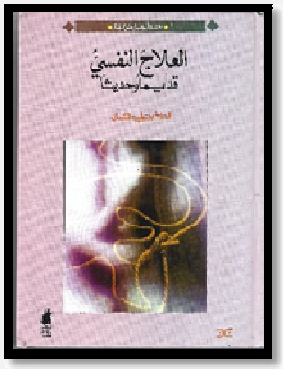
المختصر في كتاب الأسبوع رقم 137

العلاج النفسي قديما وحديثاً



تأليف: دكتور علي كمال

تلخيص : لميس معن عبدالباري قاسم

طالبة ماجستير علم النفس السريري – قسم علم النفس-جامعة لوميسا -روما -ايطاليا

إشراف ومراجعة : أ.د. معن عبدالباري قاسم صالح

أستاذ علم النفس السريري(العيادي) المشارك

قسم الطب النفسي كلية الطب جامعة الامام عبدالرحمن بن فيصل(الدمام سابقا)

maansaleh62@yahoo.com

الكتـــاب خيـــر جليـــس

الكتاب خير جليس ، ومتابعة الجديد في حقل الاختصاص هو محور الاهتمام وتأكيد للتحديث المعلوماتي .

في هذا الحيز الأسبوعي سنحرص لتكون لنا وقفة مع واحدة من الكتب المرجعية السيكولوجية(النفسية)في موضوعاتها وبشكل وجيز بقصد تحفيز روح البحث والمتابعة عند زملاء الاختصاص والمهتمين من القراء بالعلوم السلوكية.

هذا الكتاب من تأليف الدكتور علي كمال – رحمه الله– وهو أستاذ في الطب النفسي فلسطيني الأصل، ولد في " عنبتا، وقضى طفولته وحداثته في عدد من مدنها.تابع دراسته في الجامعة الأميركية في بيروت وفي جامعة لندن .اختص في دراسة الأمراض النفسية والعصبية. عمل في حقل اختصاصه في بيروت وفي لندن قبل ان يستقر في العراق منذ الخمسينات وهو يعمل في جامعة بغداد و في مراكز تدريسية وإدارية مختلفة تتصل باختصاصه. اختير عضواً في هيئة خبراء الصحة النفسية في منظمة الصحة العالمية ممثلاً عن منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط حاز على زمالة الكلية الملكية للأطباء النفسانيين في المملكة المتحدة، وانتخب زميلاً مؤسساً" لها.

صدرت الطبعة الثانية العربية التي نتناولها هنا في عام 1994عن المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، لبنان. يقع الكتاب في 565 صفحة، وهو مفهرساً في ستة عشر بابا موزعة على النحو التالي:

هذا الكتاب من تأليف الدكتور علي كمال – رحمه الله– وهو أستاذ في الطب النفسي فلسطيني الأصل، ولد في " عنبتا، وقضى طفولته وحداثته في عدد من مدنها.تابع دراسته في الجامعة الأميركية في بيروت وفي جامعة لندن .اختص في دراسة الأمراض النفسية والعصبية

عمل في حقل اختصاصه في بيروت وفي لندن قبل ان يستقر في العراق منذ الخمسينات وهو يعمل في جامعة بغداد و في مراكز تدريسية وإدارية مختلفة تتصل باختصاصه

المقدمة

الباب الأول:

الفصل الأول: الأمراض النفسية

الفصل الثاني: تاريخ العلاج النفسي

الفصل الثالث: العلاج النفسي في الحضارة العربية الأسلامية

الفصل الرابع: العلاج النفسي البدائي

الباب الثاني:

الفصل الأول: العلاج النفسي، ماهو، وما هي ماهيته وأهدافه

الفصل الثاني: مقومات العلاج النفسي

الباب الثالث:

الفصل الأول: علاج الكلمة

الفصل الثاني: العلاج الفلسفي

الباب الرابع:

الفصل الأول: العلاج الديني

الفصل الثاني: العلاج الروحي

الفصل الثالث: علاج أصحاب الطرق

الفصل الرابع: الطريقة اليوجية

الفصل الخامس: علاج التأمل التجاوزي

الفصل السادس: العلاج بطريقة (زن Zen)

الباب الخامس:

الفصل الأول: مسمر والتنويم المغناطيسي

الفصل الثاني: التنويم

الفصل الثالث: طريقة شولتز (Schulz)

الفصل الرابع: طريقة فيلكس دويتش F. Deutsch)

الباب السادس:

الفصل الأول: حركة التحليل النفسي

الفصل الثاني: العلاج النفسي التحليلي

الفصل الثالث: طريقة فرويد التحليلة الكلاسيكية

الفصل الرابع: الطرق العلاجية لرواد الحركة النفسية التحليلة

الفصل الخامس: أعلام وطرق أخرى في حركة التحليل النفسي

الفصل السادس: العلاج النفسي القصير

الفصل السابع: علاج الأزمات

الفصل الثامن: العلاج النفسي التبصيري

الفصل التاسع: العلاج النفسي الاسنادي

الفصل العاشر: التحليل التعاملي

الباب السابع:

علاجات إعادة بناء العقل

مقدمة

الفصل الأول: العلاج السلوكي

الفصل الثاني: علاج المعرفة (علاج الفكري)

الفصل الثالث: حالات مرضية تعالج بالعلاج الفكري– السلوكي

الفصل الرابع: علاج السيطرة على النفس

الفصل الخامس: علاج السيطرة على السلوك بالتطبع الخفي (الذاتي)

الفصل السادس: علاجات سلوكية وفكرية أخرى

اختير عضواً في هيئة خبراء الصحة النفسية في منظمة الصحة العالمية ممثلاً عن منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط حاز على زمالة الكلية الملكية للأطباء النفسانيين في المملكة المتحدة، وانتخب زميلاً مؤسساً" لها

من محن التأليف وهموم المؤلفين أن يجد الكاتب نفسه مسترسلاً في الكتابة فلا يدري أين يتوقف، وإن كان يدري فقد لا يستطيع ذلك

ومع أن حدود المواضيع التي أردت الإحاطة بها ظهرت لي واضحة في البداية، إلا أنني كلما بلغت حداً من هذه الحدود المنظورة، أمتد الحد أمامي فجأة، واختفى وراء سراب التأمل، ولم يكن لي بد من محاولة الاسترسال واقتفاء أثرها لا يرى

خشيت أحيانا أن يمتد الكتاب من حيث لا أدري ولم أنوي ليصبح موسوعة تظل للقارئ أكثر مما تهديه.

أن أي كتابة أو بحث في الأمور النفسية تدفع للاسترسال وتغري بالامعان فيه. وهذا لا ينجم فقط بسبب الاهتمام العام والخاص بالقضايا النفسية، أو بسبب تعدد وتشعب المواضيع التي تقع في مجال النفس،

1- علاج الملاقاة بالمهارات

2- علاج حل المشاكل

وإنما بسبب وصفة خاصة، من طبيعة الأمور النفسية،

الباب الثامن

الفصل الأول: حركات الإمكانيات الإنسانية

الفصل الثاني: علاجات حركة الإمكانيات الإنسانية

الفصل الثالث: العلاج الجستالتي

الفصل الرابع: علاج القصد المعاكس

الفصل الخامس: علاج الواقع

الفصل السادس: العلاج المركز على العميل (المريض)

الفصل السابع: علاج جماعات التلاقي

الفصل الثامن: علاج معنى

الفصل التاسع: العلاج الوجودي

إن الأمور التي عنى بها علم النفس هي في معظمها تمثل تجربة ذاتية غير منظورة وغير محسوسة، ويعتذر لذلك قياسها وإثباتها

الباب التاسع

الفصل الأول: العلاج النفسي بالكبت

الفصل الثاني: العلاج النفسي بالإظهار

الفصل الثالث: الموضحات النفسية

الفصل الرابع: العلاج النفسي بالفنون

علم النفس، مازالت تنقصه الموضوعية المحددة، والقياس والقوانين المنظمة والتي تفسر حقيقة ما يحدث وتتوقع حتمية نتائجه

الباب العاشر

الفصل الأول: النفس والجسم

الفصل الثاني: طرق علاج الأمراض النفسية عن طريق الجسم

الفصل الثالث: طرق السيطرة على الجسم

الفصل الرابع: علاج الاسترخاء

حال علم النفس في الوقت الحاضر يمثل طموحاً نحو الصيرورة العلمية، أما الإسراع في صيرورة هذا الطموح في الوقت الحاضر فإن فيه الكثير من المبالغة، وفيه بعض الأمل وغير القليل من الجهل

الباب الحادي عشر

العلاجات النفسية الجماعية

الفصل الثاني: الدراما النفسية

الفصل الثالث: المدمنون الكحوليون

الفصل الرابع: العلاج العائلي

الفصل الخامس: العلاج الزوجي

الفصل السادس: علاج الدور الأساس

أي مصطلح من مصطلحات علم النفس يوحي بأن شيئا معينا يكمن وراءه، وأن هذا المصطلح يكشفه بكامل حدوده، وبالتالي يعين له واقعا

الباب الثاني عشر

الفصل الأول: طرق العلاج النفسي بأطلاق العاطفة والتحرر من الفكر

طريقة است

طريقة سلفيا للسيطرة على العقل

جماعة أريكا

امعان النظر في معظم المصطلحات النفسية يعطي الانطباع بأنهما مصطلحات مجازية وبأن لغة الأمور النفسية هي لغة بلاغية

علاج الميلاد الجديد
طريقة لايف سبرنج
طريقة لفنج لف
علاج الإطلاق
الفصل الثاني: علاج الصرخة الأولى أو (العلاج الأولي)

الباب الثالث عشر

الفصل الأول: طرق علاجية نفسية أخرى
العلاج الراديكالي
علاج موريتا
غرز الإبر
علاج العمل
علاج التأهيل
العلاج المعنوي
الفصل الثاني: طرق علاجية نفسية حديثة ومبتكرة

الباب الرابع عشر

مقدمة
الفصل الأول: العلاج المادي الدوائي
الفصل الثاني: العلاج المادي غير الدوائي

الباب الخامس عشر

الفصل الأول: العلاج الصوري (التمويهي)

الباب السادس عشر

الفصل الأول: اختيار الطريقة العلاجية
الفصل الثاني: حصيلة العلاج النفسي
الفصل الثالث: مستقبل العلاج النفسي

*لقد حبذنا اعادة تصدير مقدمة المؤلف تخليدا لذكراه واعتزازا بعرض الخبرة الشخصية القيمة التي وثق فيها اشكالية التاليف لدى الاختصاصيين العرب، كما وجدنا فيها خير تلخيص موجز لعرض الكتاب هنا معطين فسحة التمتع بقراءة الكتاب للقراء.

المقدمة

من محن التأليف وهموم المؤلفين أن يجد الكاتب نفسه مسترسلاً في الكتابة فلا يدري أين يتوقف، وإن كان يدري فقد لا يستطيع ذلك. وقد وجدت نفسي أواجه هذه الحالة بحديها، وأعاني من همها وأنا أعد فصول هذا الكتاب. ومع أن حدود المواضيع التي أردت الإحاطة بها ظهرت لي واضحة في البداية، إلا أنني كلما بلغت حداً من هذه الحدود المنظورة، أمتد الحد أمامي فجأة، واختفى وراء سراب التأمل، ولم يكن لي بد من محاولة الاسترسال واقتفاء أثرما لا يرى. وقد خشيت أحيانا أن يثقل هذا الكتاب بنتيجة

حاولت جهدي في هذا الكتاب أن أقلل إلى أدنى حد علم المصطلحات النفسية الواردة فيه، غير أن ما لم يكن بالإمكان تفاديه هو ما نجم عن استعمال رواد الفكر النفسي لمصطلحاتهم

لابد أن البحث في الأمور النفسية قد صاحب أول محاولة إنسانية لفهم موقع الانسان في حياته وأسباب وجوده ومرضه وسعيه للخلود

تاريخ علم النفس، والحياة النفسية، ما هو إلا تاريخ هذه المحاولات للفهم، وهو يتساوى في أكثر من.ناحية مع تاريخ الإنسان ومعاناته

أن الغلبة في الأمور النفسية ظلت في أيدي "الروحانيين" من الفلاسفة و الحكماء ورجال الدين، والذين اعتبروا "الروح" أو "النفس" من اختصاصهم، وبأن الجسد فقط من اختصاص الأطباء

لما كانت الحياة العقلية متدهورة هي التي يجب إعادتها للحياة الطبيعية، وحيث أن ما يجب استعادته هو الحياة الإنسانية السليمة، فهل أن ذلك هو اختصاص

الاسترسال، وأن يؤول امره إلى ما يشبه بسفينة نوح في ثقل حملها، لتنوع ما عليها والحاجة إلى إنقاذهم، كما خشيت أحيانا أن يمتد الكتاب من حيث لا أدري ولم أنوي ليصبح موسوعة تظل للقارئ أكثر مما تهديه. ومع أن مثل هذه القصور هو من مسؤولية الكاتب وحدة، إلا أن هناك ما يبرر قصوره وما يقع عليه من مسؤولية. ولعلنا نجد بعد هذه التبرير في أن أي كتابة أو بحث في الأمور النفسية تدفع للاسترسال وتغرى بالامعان فيه. وهذا لا ينجم فقط بسبب الاهتمام العام والخاص بالقضايا النفسية، أو بسبب تعدد وتشعب المواضيع التي تقع في مجال النفس، وإنما بسبب وصفة خاصة، من طبيعة الأمور النفسية، ومن اللغة والمصطلحات المستعملة في التعبير عنها.

إن الأمور التي عنى بها علم النفس هي في معظمها تمثل تجربة ذاتية غير منظورة وغير محسوسة، ويعتذر لذلك قياسها وإثباتها. وهذا الواقع يخلف فراغا من المعرفة لا يمكن ملئه كليا إلا بالتأمل ويمد الخيال، وقد يبدو هذا القول متناقضاً مع يوحى به التعبير "علم النفس" من "علمانية" وواقعية، غير أن أية محاولة لمطابقة علم النفس بشكله الحالي مع مقتضيات العلم وقواعده تظهر بسرعة الفارق بينهما. فعلم النفس، مازالت تنقصه الموضوعية المحدده، والقياس والقوانين المنظمة والتي تفسر حقيقة ما يحدث وتتوقع حتمية نتائجه. وحال علم النفس في الوقت الحاضر يمثل طموحاً نحو الصيرورة العلمية، أما الإسراع في صيرورة هذا الطموح في الوقت الحاضر فإن فيه الكثير من المبالغة، وفيه بعض الأمل وغير القليل من الجهل. والمبرر الثاني للاسترسال في المواضيع النفسية يأتي بسبب لغة علم النفس أو على الأصح بسبب لغاته، بما في كل لغة منها من مصطلحات خاصة، وهذه اللغات وما تحويه من مصطلحات تنطق بها مدرسة أو أخرى من مدارس علم النفس و فروعه ومجالاته، فإنه على اختلافها، إلا إنه تتصف في مجموعها بصعوبة التركيب وتعقيده، كما أنها تتحدث في غموض معانيها، وهذه اللغاتوالمصطلحات في مجموعها تكون لغة واسعة.وهي أكبر بكثير من مضمونها ودلالاتها الفعلية. فأي مصطلح من مصطلحات علم النفس يوحي بأن شيئا معينا يكمن وراءه، وأن هذا المصطلح يكشفه بكامل حدوده، وبالتالي يعين له واقعا، غير أن التأمل البسيط في هذا الأمر يكشف الفارق الهائل بين المصطلح ودلالاته. أذ ليس هنالك من واقع يثبت المصطلح ويسند دلالته. وامعان النظر في معظم المصطلحات النفسية يعطي الانطباع بأنهما مصطلحات مجازية وبأن لغة الأمور النفسية هي لغة بلاغية، وقد كان وما زال لهذا الواقع اللغوي تأثيره البين على طرق البحث في المواضيع النفسية وعلى طبيعة النتائج التي تمتمخض عنها، والكثير منها يذكر بالمغامرات الجحائية، و الدون كيشوتية. ولتفادي مطاوعة الخيال، فقد حاولت جهدي في هذا الكتاب أن أقلل إلى أدنى حد علم المصطلحات النفسية الواردة فيه، غير أن ما لم يكن بالإمكان تفاديه هو ما نجم عن استعمال رواد الفكر النفسي لمصطلحاتهم. ومن آرء ونظريات وتفسيرات ارتبطت بها، والنظر في معظمها يثبت بأن المصطلح المستعمل هو الذي يقرر منهج البحث وطريقته ونتائجه، وعلى ذلك فإن الكلمة وليس الواقع هي التي تتحكم في تفكيرنا، وهو أمر ندركه بسهولة في تأملنا لأي مصطلح في لغة علم النفس كالوعي، واللاوعي، والهو (الأدId) والآنا، والآنا العليا، والصراع، والكبت، والعقد، وغيرها من المصطلحات المألوفة التي ينطق بها العامة والخاصة من الناس على حد سواء، والتي لا يتوافر في واقع الحياة ما يسند و يثبت وجودها.

لابد أن البحث في الأمور النفسية قد صاحب أول محاولة إنسانية لفهم موقع الانسان في حياته وأسباب وجوده ومرضه وسعيه للخلود. ولابد أن الإنسان البدائي قد تأمل كل ذلك قبل ان يختص بتأملها الشعراء والصحراء والكهنة والفلاسفة والحكماء، و تاريخ علم النفس، والحياة النفسية، ما هو إلا تاريخ هذه المحاولات للفهم، وهو يتساوى في أكثر من.ناحية مع تاريخ الإنسان ومعاناته، وقد شهد التاريخ سلسلة من المحاولات لفهم "النفس" "الإنسانية"، وظلت معظم هذه المحاولات ضمن المحتوى الديني أو الفلسفي، وبعيدة عن الطب واختصاصات الطبيب، ومع أن ألاطباء والمطببين قد مارسوا في فترة أو أخرى من فترات التاريخ العناية ببعض النواحي المرضية ذات الطابع النفسي، إلا أن الغلبة في الأمور النفسية ظلت في أيدي "الروحانيين" من الفلاسفة و الحكماء ورجال الدين، والذين اعتبروا "الروح" أو "النفس" من

الطبيب؟! أو أنه ربما كان اختصاص الكاهن (رجل الدين)؟! أو أنه الفيلسوف؟! أو أنه المربي؟!.

حيث إننا نتكلم عن الفن الطبي والعلم، فإننا نعتقد بأن ما منأحد غير الطبيب له أن يجعل من الاضطراب العقلي موضوعا للدراسة والعلاج

إن الأمور النفسية ما زالت في معظمها عصية على الفهم وبعيدة عن مستوى العلمي، وموقعها اليوم يحتل على أحسن تقدير مرتبة وسطى في هرم المعرفة، الفلسفة والحكمة في إعلاه، والعلوم الطبيعية في ادناه

أننا ندرك مدى التقدم العلمي نحو إدراك الأسس المادية لبعض العمليات الفكرية والعاطفية في حياة الإنسان، إلا أن ما نعرفه حتى الآن قد لا يتجاوز تشبيهاً الأصداف على شواطئ المحيطات قياساً مع ما تحويه في أعماقها

اليقين هو أن البحث العلمي سيوصلنا إلى أبعد من ذلك، ولكنه لا بد أن يقصر في النهاية على فهم الكلي للنفس الإنسانية

اختصاصهم، وبأن الجسد فقط من اختصاص الأطباء، ولم تتغير هذه القسمة بشكل جذري إلا في بداية القرن التاسع عشر، وقد جاء هذا التغير بفعل تساؤل أحد الأطباء (هاينروث Heinroth (1818)، في كتاب عنوانه: أضطرابات الحياة العقلية– أو اضطرابات الروح (النفس) وعلاجها. إذ قال: إذا كان بالإمكان ان نشفي الاضطرابات العقلية... فإن ذلك يدعو إلى إثارة السؤال التالي: " لما كانت الحياة العقلية متدهورة هي التي يجب إعادتها للحياة الطبيعية، وحيث أن ما يجب استعادته هو الحياة الإنسانية السليمة، فهل أن ذلك هو اختصاص الطبيب؟! أو أنه ربما كان اختصاص الكاهن (رجل الدين)؟! أو أنه الفيلسوف؟! أو أنه المربي؟!.. إن هناك حججاً تنطق في صالح كل من وجهات النظر الأربعة، وكل واحد من هذه المهن تبدو ظاهرياً على الأقل مؤهلة لتملك حق المهمة العلاجية، ثم يقول:"... إن علينا أن نبحث عن أي من أحد هذه المهن هي هي أحق (أو ربما لا واحد منها) لهذا الفرع من الفن الطبي والعلم.. وحيث إننا نتكلم عن الفن الطبي والعلم، فإننا نعتقد بأن ما منأحد غير الطبيب له أن يجعل من الاضطراب العقلي موضوعا للدراسة والعلاج.

لقد انقضى على هذا القول ما يقارب القرنين من الزمن، وكان له أثره في توجيه البحث في الأمور النفسية وعلاجها إلى المجال الطبي والعلمي. وقل مع هذا التوجه أثر الفئات الثلاثة الأخرى، ومع أن المجال الطبي قد ضمن الاحقية بالعناية بهذه الأمور، إلا أنه لم يدرك أهدافه خلال الفترة الزمنية التي انقضت منذ بداية عهده بالتمتع بهذا الحق وحتى الآن، مثل ما أدركته العلوم الأخرى من تقدم حتى في المجال الطبي بشكل عام. ومع اتساع وتشعب البحث في الأمور النفسية خلال القرن الأخير، وخاصة في النصف الأخير منه، وفي هذا القرن، فإن الأمور النفسية ما زالت في معظمها عصية على الفهم وبعيدة عن مستوى العلمي، وموقعها اليوم يحتل على أحسن تقدير مرتبة وسطى في هرم المعرفة، الفلسفة والحكمة في إعلاه، والعلوم الطبيعية في ادناه. ومع أننا ندرك مدى التقدم العلمي نحو إدراك الأسس المادية لبعض العمليات الفكرية والعاطفية في حياة الإنسان، إلا أن ما نعرفه حتى الآن قد لا يتجاوز تشبيهاً الأصداف على شواطئ المحيطات قياساً مع ما تحويه في أعماقها، واليقين هو أن البحث العلمي سيوصلنا إلى أبعد من ذلك، ولكنه لا بد أن يقصر في النهاية على فهم الكلي للنفس الإنسانية، فلمثل هذا الفهم الكلي ينبغي أن يكون الإنسان قادرا على فهم نفسه وهو أمر يتعذر منطقياً، وإمكانياته تقضي بالضرورة أن يكون هناك فاهم ومفهوم وهذا يقتضي من الفرد أن يكون نفسه و أكبر منها في آن واحد. وهو أمر لا يمكن وجوده، تماماً كما لا يمكن لدائرة ما أن تحتوي دائرة بمثل محيطها. وهكذا فإن أي معلومات قد يبنيها العلم ستظل في مجموعها ومهما تزايدت، أقل من الفهم الكلي للنفس الإنسانية، وسيظل هذا القصور سببا يدعو للتأمل والإفتراض. لقد كتب العالم النفسي "مودزلي" في مطلع هذا القرن بأن "الإنسان بكامله هوشيء أعظم من طرق البحث فيه من كيمياوية وفيزيائية باثيولوجية و مجهرية ونفسية و جسمية". وما زال هذا القول صادقا ونحن نشرف على نهاية هذا القرن وبالرغم من كل ما أدركناه من فهم ومعرفة وحقائق علمية، ولعله بسبب ذلك، وبالرغم منه، أكثر صدقاً ووضوحاً اليوم من في وقت مضى .وما دام الأمر كذلك فإنه سيكون من المتعذر علينا الآن أو في المستقبل البعيد أن نجعل من القضايا النفسية، حتى ما يتعلق منها بالصحة والمرض، نموذجا طبيا، يبرر بشكل جازم إدعاء الطب والأطباء بأن القضايا النفسية هي من اختصاصهم وحدهم. وهو الأمر الذي يفسر اتجاه بعض المختصين في المجال الطبي النفسي نحو مجالات غير عملية في تفسير الظواهر الإنسانية، كما يبرر ويفسر ما يمكن ملاحظته من انبعاث جديد للحركات الفكرية والإنسانية القديمةفي العصر الحاضر، والتي أخذت تزاحم المجال الطبي في الادعاء بحق الاختصاص بهذه الأمور وعلاجها.

إن هذا الكتاب لا يعني بالحياة النفسية للإنسان، كما أنه لا يعني بشكل مباشر بالأمراض النفسية وأنواعها وأسبابها وصورها، ولا حتى بعلاجها بشكل عام، وإنما يقتصر على ناحية واحدة من نواحي علاجها وهي ما اصطلح عليه بالعلاج النفسي، وذلك أن هناك نواحي أخرى تستعمل في علاج لأمراض النفسية غير الطرق النفسية، منها طرق المادية كالعقاقير والكهرباء وغيرها من الوسائل الطبيعية والجراحة

لمثل هذا الفهم الكلي ينبغي أن يكون الإنسان قادرا على فهم نفسه وهو أمر يتعذر منطقياً، وإمكانياته تقضي بالضرورة أن يكون هناك فاهم ومفهوم وهذا يقتضي من الفرد أن يكون نفسه و أكبر منها في آن واحد

إن أي معلومات قد يبنيها العلم ستظل في مجموعها ومهما تزايدت، أقل من الفهم الكلي للنفس الإنسانية، وسيظل هذا القصور سببا يدعو للتأمل والإفتراض

كتب العالم النفسي "مودزلي" في مطلع هذا القرن بأن "الإنسان بكامله هوشيء أعظم من طرق البحث فيه من كيمياوية وفيزيائية باثيولوجية و مجهرية ونفسية و جسمية"

أنا في اختياري للعلاج النفسي موضوعاً لهذا الكتاب، لا أنوه بذلك بأن هذا العلاج هو أفضل طرق العلاج ،وإنما لأني أجد في ارتباطاً أعظم بالوضع الإنساني منذ القدم وحتى الآن، هو أكثر من أي شيء آخر يدلل على قدم وعمق إنتشار المعاناة الإنسانية

بأن وطأة معاناة المعاصرة هي أكثر شدة من أي وقت مضى، وبأن الإنسان بالرغم من

العصبية، والعلاج الاجتماعي، والمحيطي، والوظيفي، والعلاج الخلاق، والعلاج التربوي، وغيرها من طرق العلاج الأمراض والاضطرابات النفسية. وأنا في اختياري للعلاج النفسي موضوعاً لهذا الكتاب، لا أنوه بذلك بأن هذا العلاج هو أفضل طرق العلاج ،وإنما لأني أجد في ارتباطاً أعظم بالوضع الإنساني منذ القدم وحتى الآن، هو أكثر من أي شيء آخر يدلل على قدم وعمق إنتشار المعاناة الإنسانية ، وفيه الدليل أيضا على محاولة الإنسان الذاتية واليائسة أحيانا، تخليص نفسه من وطأة المعاناة النفسية، ثم أن في انتشار طرق العلاج النفسي في هذا العصر وتعدد تقنياته، واقتراب الكثير منها إلى اللامعقول في التبرير والتطبيق، كل ذلك له أن يفيد بأن وطأة معاناة المعاصرة هي أكثر شدة من أي وقت مضى، وبأن الإنسان بالرغم من علمانية العصر، يجد نفسه مضطرا لتسليم نفسه لقوى علاجية لا يعلم عنها شيئا، وهو لا يجد ما يفسره في هذا التسليم مادام تعده بالإنفراج.

لقد تناولت بالبحث العديد من الطرق العلاجية القديم منها والحديث، ولعلها في كثرتها وتنوع أساليبها واختلاف أساليبها واختلاف أسسها النظرية تدلل على ان ما من طريقة منها تفي بالحاجات والتوقيعات العلاجية لمعظم الحالات النفسية، وفي ذلك أيضا الدلالة بأننا ما زلنا بعيدين عن الفهم الحقيقي والكافي للأمراض النفسية، وهو الفهم الذي لا بد منه قبل إمكانيات التوصل إلى علاج مناسب لهذا الأمراض. غير أن من الظواهر التي تستدعي الانتباه هو أن معظم هذه الطرق لا تخلو من فائدة، كما أن النظر في الأسس النظرية التي اعتمدها أصحاب هذه الطرق في تفسير قيام الأمراض النفسية تبدو كلا على حدة معقولة ومقبولة، ولعل تفسير هذه الظاهرة يكمن في أن الأمور النفسية في حالة الصحة والمرض ما زالت مبهمة وغامضة ومغلقة عن فهمنا الصحيح لها.ونحن لا ندري مدى بعدنا عن هذا الفهم، ولهذا فإن أي محاولة للفهم و أي طريقة علاجية تستند إلى هذه المحاولة تظل على بعد متساوي من هذا الفهم مع غيرها من المحاولات والطرق، ويبدو لمن يتحمس لطريقة دون غيرها بأن ما يشعر به من اقتراب من الفهم الصحيح ما هو إلا مجرد امتداد الخيال في اتجاه معين دون غيره، وهذايفسر في أننا في وقت أو آخر نجد ما يكفي لإقناعنا بآراء وطرق رواد الحركة التحليلية النفسية، أو الحركة السلوكية، أو حركة الإمكانيات الإنسانية، وغيرها من الطرق الجديدة، وذلك بالرغم من التعارض الواضح بين آراء حركة وحركة أخرى منها، وحتى بين منظر و منظر آخر في الحركة ذاتها.

قد يخلص القارئ لهذا الكتاب إلى الرأي بأن العلاج النفسي هو مضيعة للجهد والوقت والمال. وبأن أي فائدة منه يمكن الوصول إليها عن طرق أكثر اختصارا وأقل تكليفا. وإذا كان الأمر كذلك فالأولى لنا أن نتخلى عن العلاج النفسي بطرقه المختلفة. وهناك عدد قليل من المفكرين وذوي الخبرة والاختصاص ممن يرون هذا الرأي، وبأن العلاج النفسي أسطورة لا تصدق ولا تنفع. وقد لا يكون في هذا الرأي مفاجأة عظيمة، فحتى فرويد، رائد العلاج النفسي المعاصر، توقع أن يأتي ذلك اليوم الذي تحدث فيه حبة واحدة من دواء كيميائي ما هو أفضل مما يحدث العلاج النفسي في سنوات، ومن أصحاب الرأي من يذهب إلى أبعد من ذلك فينفي أن تكون هناك أمراض نفسية. وإنها أسطورة كأسطورة العلاج النفسي، وإن كل ما في الأمر هو أن الإنسان يتعامل ويتفاعل مع محيطه بالطريقة الممكنة له، وبأن غيره، لا هو، يجب أن يكون هدفا للعلاج.

إن عرض هذا العدد الكبير من الطرق العلاجية النفسية قد يقيم ضرورة إقامة المقارنة والتفاضل بينها، و بالنظر للعدد الكبير لهذا الطرق فإن من المتعذر عملياً إقامة هذه المقارنة بين كل طريقة وطريقة أخرى غيرها. ويزيد في الاستحالة العدد الهائل من المتغيرات والعوامل المشاركة في كل طريقة علاجية، ومع ذلك فقد أجريت بعض الدراسات المقارنة بين بعض الوسائل العلاجية النفسية من ناحية وبين غيرها من الوسائل العلاجية غير النفسية والمستعملة في علاج الأمراض النفسية، وقد يجد المتتبع لنتائج هذه الدراسة بأن من المتعذر تفضيل وسيلة علاجية على أخرى في حدود واسعة من التفضيل. وبالرغم من هذا الواقع، فإن هناك حماساً نحو طريقة من الطرق في وسط علاجي أو آخر، ومن البديهي أن صاحب كل طريقة هو أكثر من غيره قناعة وإيمانا بجديتها وتميزها عن أي طريقة أخرى، وليس لنا أن نتوقع غير ذلك، وهو الأمر الذي يذكر بقصة رجل تقدم لشغل وظيفة شاغرة ذات مؤهلات معينة، فلما جاء دوره

علمانية العصر، يجد نفسه مضطرا لتسليم نفسه لقوى علاجية لا يعلم عنها شيئا، وهو لا يجد ما يفسره في هذا التسليم مادام تعده بالإنفراج

تناولت بالبحث العديد من الطرق العلاجية القديم منها والحديث، ولعلها في كثرتها وتنوع أساليبها واختلاف أساليبها واختلاف أسسها النظرية تدلل على ان ما من طريقة منها تفي بالحاجات والتوقيعات العلاجية لمعظم الحالات النفسية

يبدو لمن يتحمس لطريقة دون غيرها بأن ما يشعر به من اقتراب من الفهم الصحيح ما هو إلا مجرد امتداد الخيال في اتجاه معين دون غيره

أننا في وقت أو آخر نجد ما يكفي لإقناعنا بآراء وطرق رواد الحركة التحليلية النفسية، أو الحركة السلوكية، أو حركة الإمكانيات الإنسانية، وغيرها من الطرق الجديدة، وذلك بالرغم من التعارض الواضح بين آراء حركة وحركة أخرى منها، وحتى بين منظر و منظر آخر في الحركة ذاتها.

أجد الدافع الحقيقي لكتابة هذا الكتاب هو في مدى تلمسي لعمق المعاناة الإنسانية،

للمقابلة خاطبه صاحب العمل منوهاً بأنه ليس لديه من الخبرات المؤهلات ما يؤهله لإشغال الوظيفة المتقدم لها، وسأله عن الذي حدى به للتقدم بالرغم من وضوح ذلك له، فأجابه الرجل: (لقد تقدمت وقدمت لابين لك بأنك لا تستطيع الاستفادة من خدماتي)، إن انتظار مثل هذا التقييم الذاتي لطريقة أو أخرى من طرق العلاج النفسي، هو أمر لا أمل فيه، وستظل لذلك في فوضى من الطرق العلاجية النفسية وفي وسط حمأة من الادعاءات بجدواها وفائدتها أو عكس.

بمثل هذه الخلفية من الانطباعات بدأت هذا الكتاب، وقد تعززت انطباعاتي وأنا أبحث بشيء من التعمق في الحركات النفسية المختلفة، وفي الطرق التي تنتمي إليها بصيغة أو أخرى أو إلى حركة أو أخرى منها. وقد أبدوا عابثاً وأنا أحمل هذه الانطباعات حول الأمور النفسية وعلاجها النفسي، أن احاول كتابة هذا الكتاب، كما أني قد أبدو متشائما في أمر جدوى العلاج النفسي وإلى حد الذي يوحي بانتمائي لتلك المجموعة التي ترى فيه أسطورة لا أساس لها،ومع أني أحمل بعض هذا الرأي إلا أني أجد الدافع الحقيقي لكتابة هذا الكتاب هو في مدى تلمسي لعمق المعاناة الإنسانية، وفي سعي الإنسان المتواصل لفهم نفسه، ومحاولة التخفيف من هذه المعاناة، ومع تعدد طرق السعي التي يسلكها، فإنها بمفردها أو بمجموعها لم توصله بعد لهذا الهدف. واليقين أن هذا السعي لن يتوقف، وستظهر طرق علاجه أخرى يتفتق عنها الخيال، وتدفع إليها الضرورة، وستظل الحاجة ماسة لمزيد من الطرق الجديدة مهما بدت غير مقبولة. فاللامعقول في حياتنا النفسية له أن يخلق مثله من اللامعقول في التفسير والعلاج، وهناك من الدلائل الملموسةوالتي تفيد بأن الإنسان المعاصر وبالرغم من عقلانية العلمية إنما يتجه نحو اللاعقلانية في الكثير من أوجه حياته وتعامله مع محيطه، وهو في هذا يسير نحو تعقيد حياته النفسية وإلى حد الذي لا تنفع فيه وسيلة علاجية نفسية أو غير نفسية، ولعل هذايفسر ما صدرت به هذا الكتاب. منقولجوزف كونواد"(خلاصة القول، هي.... أن المسألة ليست في كيف نشفى وإنما كيف نعيش).

وفي سعي الإنسان المتواصل لفهم نفسه، ومحاولة التخفيف من هذه المعاناة

اليقين أن هذا السعي لن يتوقف، وستظهر طرق علاجه أخرى يتفتق عنها الخيال، وتدفع إليها الضرورة، وستظل الحاجة ماسة لمزيد من الطرق الجديدة مهما بدت غير مقبولة.

بأن الإنسان المعاصر وبالرغم من عقلانية العلمية إنما يتجه نحو اللاعقلانية في الكثير من أوجه حياته وتعامله مع محيطه، وهو في هذا يسير نحو تعقيد حياته النفسية وإلى حد الذي لا تنفع فيه وسيلة علاجية نفسية أو غير نفسية

إنه حقًا كتاب جدير بالقراءة وننصح به كل زملاء الاختصاص في العلوم السلوكية من أطباء النفس وعلماء النفس وطلاب الجامعة والدراسات العليا والباحثين المهتمين عمومًا بقضايا العلاج النفسي.

رابط كامل النص:
http://www.arabpsynet.com/Documents/BR137MaanPsychotherapyOld&New.pdf

شبكة العلوم النفسية العربية

نحو تعاون عربي رقيا بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي
http://www.arabpsynet.com/

المتجر الالكتروني
http://www.arabpsyfound.com

الكتاب السنوي 2023 لـ " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار الثالث عشر)

الشبكة تدخل عامها 23 من التأسيس و 20على الويب

23 عاما من الكدح... 20 عاما من المنجزات

(التأسيس: 2000/01/01 - على الويب: 2003/06/13)

http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet.pdf

كتاب "حصاد النشاط العلمي لمؤسسة العلوم النفسية العربية للعام 2022

التحميل من الموقع العلمي
http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet-AlHassad2022.pdf