

الأحد 17-08-2008

351- الإشراف على العلاج النفسي (14)

التدريب عن بعد

ضبط الجرعة، ونقلات الاهتمام

القياس بالنتائج المتوسطة طول الوقت

د.فتحى فراج: صباح الخير يا دكتور يحيى

د.يحيى: صباح النور

د.فتحى فراج: هو عيان عنده 39 سنة، خريج هندسة، فاتح زى شركة صغيرة كده، شركة صغيرة .. شركة كمبيوتر فيها خدمات للصحفيين والجراید والحاجات دى، هو متجوز وعنده ولد واحد، كان حضرتك حولتهول من سنة ونصف، حضرتك حولتهول هو ومراته عشان أقعد معاهم جلسة يعنى مزدوجة، هوه وبعدين هيا، كانت شكوتهم لما جم إن هما مش عارفين يمشوا حالهم، يعنى مش متوافقين مع بعض، حاجة زى كده.

د.يحيى: بتشوفهم على إنهم وحدة زوجية couple ولا كل واحد مستقل

د.فتحى فراج: حضرتك كنت قلت إن أنا أشوف كل واحد لوحده، الأول، وماشوفهمش مع بعض إلا لما اتعرف على كل واحد كفاية.

د.يحيى: وبعدين؟

د.فتحى فراج: لما جه لى، هو كان عصي شوية، وبيأخذ كحول شوية

د.يحيى: قد إيه؟

د.فتحى فراج: مش كثير، بياخذ يعنى ممكن يوم إثنين فى الإاسبوع، يشرب 3 قزايز بيرة وخلص

د.يحيى: لوحده

د.فتحى فراج: لا مع أصحابه

د.يجيى: مايشربش مع مراته أبداً

د.فتحي فراج: لأ خالص، هي تركيبتها تقليدية شوية وراسية حبتين، وماكانتش عارفة تلاحقه.

د.يجيى: تلاحقه في إيه، هوه كان بيشتكى من إيه؟

د.فتحي فراج: هما كانت شكوتهم إن هو بيتحرك ونشط وملى بالحيوية، وهي مش عارفة تلاحقه

د.يجيى: وبعدين

د.فتحي فراج: إشتغلت معاهم حوالى أربع شهور، كان أغلب الشغل مع الزوجة، هوا كان بياخد دوا خفيف خفيف، كانت معظم القعدة معاهما هي، الجلسة كانت ساعة وكانت متقسمة بينهم هما الأثنين كان أغلب شغلي معاهما، هي مايتشتغلش، ست بيت، حاولت أعرض عليها إنها تحاول تشتغل حاجة بسيطة كده وإنها تحاول تتحرك شوية، إنما أبداً.

د.يجيى: السؤال بقى

د.فتحي فراج: أصل هو المسار طويل شوية، هو بعد الأربع خمسة شهور دول هو اختفى، ماجاش، بطل يجي

د.يجيى: إختفى منك، ولا منها؟

د.فتحي فراج: اختفى مني

د.يجيى: أصل اختفى دى كلمة كبيرة، غير "بطل يجيى".

د.فتحي فراج: المهم رجع بعديها خمس شهور، وحكى لي بقى قصة إن هو كان جاله هلع اضطر يروح للدكتور (....) وهو أستاذ برضه، فكتب له أدوية كتير، وكده اتحسن من الحالة الطارئة، وبعدين جاله شغل في السعودية، وسافر السعودية واشتغل هناك، أنا كنت قلت لحضرتك هو في الفترة اللي كان يجيى فيها في العلاج، كان بيجيله فترة كده مهتم بالسياسة أوى بيتكلم فيها كتير، حتى ساعات كانت تاخذ الجلسة كلها، أسكتته ما يسكتش، كان بيتكلم وكأنه بيخطب في مظاهرة، جامد شوية في السياسة

د.يجيى: أنهى سياسة حدد لي؟

د.فتحي فراج: السياسة بتاعت القهاوى والقعدة على القهاوى، يعنى المثقفين، وشوية الحاجات دى يعنى

د.يجيى: هي دى سياسة؟

د.فتحي فراج: على قد ما هو بيقول

د.يجيى: لأ يعنى، لا دخل حزب ولا جماعة من المحتجين، ولا كتابة في الجورنال، ولا حاجة من دى؟

د.فتحي فراج: لا لا، مافيش كلام من ده، يعنى زى واحد من المحتجين وبس

د.يحيى:.. ولا بيطلع مظاهره ولا حاجة، يعنى قاعدة على القهوة ودش كلام

د.فتحي فراج: حاجة زى كده، بس هو الشهادة لله مثقف جداً، وبيفهم في حاجات كتير، أنا ما بافهمشى فيها، وهو كان قعد خمس سنين بيشتغل في البحر فعرف حاجات مالهاش حصر.

د.يحيى: طيب وبعدين؟

د.فتحي فراج: هو كان جه في مرة كده وقال لي إنه عايز يقابل حضرتك أصل هو بيفكر فكرة إن هو يعمل إعتماد وحاجة كبيرة كده

د.يحيى: طيب وإيه دور حضرتي؟

د.فتحي فراج: هو مافيش سبب واضح بس هوا دا طلبه

د.يحيى: طيب ما احنا متفقين إنه يقابلني كل أربع مرات، إيه الجديد؟

د.فتحي فراج: هوا ما طلبشى قبل كده، فأنا انتظرت لما يطلب

د.يحيى: أهلا وسهلا، فيه حاجة جديدة؟ جاب سيرة اللى انا باكتبه مثلا؟

د.فتحي فراج: لأ، بس زى ما يكون هو في أزمة، ومحتاج دعم من واحد كبير، أو السياسة دي عامله له تعويض

د.يحيى: الله يفتح عليك، ما انت ماشى صح اه، هل عندك تفاصيل عن احتمالات الأزمة اللى بيمر بيها؟

د.فتحي فراج: هوا كان راح السعودية وقعد خمسة شهور، كان جى في حالة صعبة شوية، وحالة الهلع رجعت له شويتين.

د.يحيى: هي جت له بعد ما أنا حولتهولك، ما كانشى جئ بيها.

د.فتحي فراج: آه

د.يحيى: وبعدين؟

د.فتحي فراج: أنا ما ربطشى بين الحالة دي، وبين علاقته بزوجته، مش عارف ليه.

د.يحيى: هوا هوا مين اللى كان جه عندي يكشف الأول؟ هوا ولا مراته؟

د.فتحي فراج: هما الأثنين جم ل حضرتك كشفين وراء بعض، في نفس اليوم.

د.يحيى: هما الاتنين ؟ ولا واحد قاطع كشف عشان التاني يرضى يكشف؟

**د.فتحى فراج:** هما الاتنين قطعوا كشف مع بعض فى نفس اليوم، ودخلوا حضرتك ورا بعض

**د.ميجى:** أظن فاكر، بس أصلها تفرق، ساعات أى واحد منهم يبقى عايز يوهم نفسه إن التانى هو اللى عيان، وكلام من ده، فيه فرق بين إنهم يتفقوا على الاستشارة، ويبقوا مفتوحين لأى حتمال، وبين إنهم يلعبوا على بعض، وكثير بنكتشف إن الطرفين سلام، وإن المرض فى العلاقة مش فى كل شخص على حدة .

**د.فتحى فراج:** المسألة دلوقتى ما عايش لها دعوة مباشرة بالعلاقة اللى بينهم، مراته انقطعت ما عادتشى بتيجى لما سافر، وهو بعد ما راح السعودية واشتغل شغلانة كويسة، وكان بياخد مرتب كويس أوى ، راح داخل فى السياسة والإدارة وبوظ الدنيا خالص، رجع هنا على مصر مش على بعضه، مع إنه لسه بياخد الدواء، وابتدت السياسة تهيج عليه، وهو محبط من ناحية الفلوس، وطبعاً الحاجات اللى عملها مع شريكه هنا، وهى اللى خلته يجى يقابل حضرتك خلت شريكه يفرض شروطه، يقلل من دوره خالص.

**د.ميجى:** نرجع للسؤال برضه

**د.فتحى فراج:** السؤال إن أنا يعنى..، أنا العيان إبتديت أتعامل معاه دلوقتى على مستوى أقل حماساً، .. موقفى انا بقى أقل، موقفى من ناحيته زى ما يكون متغير، حسيت إنى يعنى زى ما يكون كل اللى عايزه إنى ألم الدنيا، وبس أضمه يعنى.

**د.ميجى:** ما هو ده حقك فى مرحلة حصل فيها كل التغيرات دى، سفر، وفشل، ورجوع وحوسة، زى ما يكون إنت بتهدى اللعب لحد ما تتجمع تانى المسألة فى مظاهر ومواقف معينة، تتبلور عشان تحددوا الأولويات، وبعدين نبتدى نمسكها واحدة واحدة، المتغيرات الجديدة بتفرض توجهات جديدة ، وبتفرض توزيع الاهتمام على نقط أكثر من نقط، إنت بديت فى العلاقة الزوجية، ودلوقتى لقيت قدامك إحباط، وتهزى، وقلة قيمة، ونقص فلوس، راحت السياسة علت عليه، وبعدين الفلوس، مش معني كده إن الشغل فى السياسة مرض أو عرض، بالعكس، لكن التوقيت والطريقة هوا اللى احنا بنتكلم فيه دلوقت، ثم إيه حكاية مراته فى الهيمه دى، حصل إيه؟

**د.فتحى فراج:** أنا لقيت نفسى عايز ألم الدنيا بس وخلص، مش عايز أفتح حاجات جديدة

**د.ميجى:** هى مش جديدة قوى، على فكرة هو انت كنت اشتغلت فى العلاقة الجنسية بينهم، وشفت علاقتها بالتغيرات دى، ما هى زى السياسة، إما يشتد الاهتمام وإمتى يخفنى، ما هى الحاجات ماسكة فى بعضها.

**د.فتحى فراج:** لأ ما شاتغلثش قوى، الست كانت بتقفل عادة، عموماً العلاقة دلوقتى قليلة شوية

**د. يحيى:** المسألة مش قليلة ولا كتيرة، المسألة الربط بين الأمور وبعضها، يعني ميكانزم الإزاحة في البنى آدمين على قفا مين يشيل، ده يستمع في ده، وده يسمع في ده، مش مسألة كتيرة ولا شوية، نوع العلاقة.

**د. فتحي فراج:** يعني ماشية، هي ما بقتشى زى الأول أوى، مراته كانت دائما تقول إن العلاقة كويسة، بس أنا ما بقابلهاش دلوقتي، هي بطلت تيجي يعني هو بقى بيجي لوحده، هو أنا سؤالى مازال إنى خايف أحكم عليه من جوايا بالفشل، وأوقف الدنيا، واحرمه من حقه في المحاولة من جديد.

**د. يحيى:** هو مش لسه بيجي لحد دلوقتي بانتظام؟

**د. فتحي فراج:** أيوه بييجي، بس مثلاً لما بيتكلم إن هو حا يعمل مشروع جديد، ما بايقاش متحمس لتشجيعه زى زمان، وهو أصله طول الوقت عنده مشاريع، وهو نوع شغله محتلم ده، فأنا مش عارف هل أتصنع واغضب على نفسي واتحمس زى زمان، ولا هو خلاص إنحكم عليه إن الدنيا تبقى ماشية روتين بقى وخلص، ولا من حقه يجرب تاني ولا يحاول تاني، حتى طلبه مقابلة حضرتك، ما اتحمستش له قوى

**د. يحيى:** إعمل اللي انت عايزه، بس شغله سيبه ما دام شاطر مهما فشل، يا أخی هوا انت حاتشاركه؟ دا راجل عنده خبرة، وإمكانيات، وطموح، وما بيهدشي، ودى حاجة جيدة، ينبغي أن تؤخذ في الإعتبار، الراجل ده ما فشلشى لا مع مراته، ولا مع اخوانا السعوديين، وهو باين عليه له موقف ما قدرشى يطنش، لا معاها ولا معاهم، مش معنى كده إنه صح على طول، بالعكس، باين على حساباته فالتة حبتين، ومع ذلك ما ننساش كل الإيجابيات اللي وصلتك وما فيهاش أى مبالغه، مش انت قلت إن عنده إشى ثقافة وإشى اهتمامات عامة، وإشى ذكاء، وبعدين يا أخی إنت تفرح إنك أمين مع مشاعرك، على شرط ما تخليهاش تتدخل أوى في قراراته، ممكن تقوله على مشاعرك بصراحة، ما فيهاش حاجة، هو حا يجترمها، ومن ناحية حاتخليه يمكن يتحدك وينجح، وتقلل اعتماديته على العلاج، لكن برضه خلى بالك، يمكن لما تقوله كل في نفسك تهز ثقته بنفسه.

**د. فتحي فراج:** ما هو ده إلی محيرى

**د. يحيى:** يا أخی ما هو لازم تحتار، ده منتهى الأمانة اللي انت بتعمله ده، إمال إحنا عاملين الإشراف ليه، وانت حاتكبر ازاي، أهم حاجة إن احنا نبقى أمناء حتى مع مشاعرنا، إحنا عامل مساعد في حياة الناس، لا أكثر، إنما ما احناش أولياء أمورهم، برغم دور الأب اللي احنا قبلنا بيه في ثقافتنا، وهو دور رائع، بس حتى الأب الحقيقي له حدود برضه،

**د. فتحي فراج:** يعني دلوقتي أعمل إيه؟

**د. يحيى:** إعمل إالى أنت بتعمله بالطبط، تعلن موقفك، وتعلن إنك تحت الطلب، وإنك واقف معاه فى جميع الأحوال، وإن الفشل وارد، لكن المرض ما هوش مبرر له، وهو راجل يعرف فى البيزنس والحياة العملية أحسن منى ومنك، وإيه يعنى لما يتكسر مرة واتنين ويقوم تانى، إيه المانع؟

**د.فتحى فراج:** ما حضرتك بتقول إن ما فيش حاجة اسمها موقف محيد

**د. يحيى:** يا بنى يا حبيى، هو الأمر لما يوصل إنك تعلن له موقفك بهذا الوضوح، وتقوله على حيرتك، وإنك أقل حماسة، ومع ذلك مش حا تتدخل فى قراراته، وحا تفضل تمشى جنبه فى اللى بيعمله، سواء فى الشغل أو فى البيت، من غير ما يظلم إالى حواليه، تقوله كل ده، وتستمر طول ما هوه بييجى، فىن الخياد إالى فى الموضوع، إنت صنايعى بتاخذ مقابل صنعتك، وبتأدى واجبك، وبتتحرك معانا فى حدود قدرتك، حا تعمل إيه أكثر من كده.

**د.فتحى فراج:** هو إيه الحدود إالى نقف عندها فى مشاعرنا فى الحالات دى

**د. يحيى:** حدود إيه يا راجل يا طيب، هو احنا حانعمل جدول ضرب للمشاعر؟ كل ما علينا هو المصارحة، والمباشرة، وإعلان التغيير اللى بيحصل لنا أول بأول زى ما أنت بتعمل، واحترام كل ده، وطرحه بجرعات متوازنة مع العيان أول بأول هو كل المطلوب، ما تحملشى نفسك مسئولية نجاحه أو فشله، إنت تعمل إالى عليك كطبيب، وهو يعمل إالى يقدر عليه، والأمور بتصلح نفسها ما دام ماشيين سوا سوا وبنتعلم، وناخذ وندى، سواء معاه، سواء هنا فى الإشراف

**د.فتحى فراج:** يعنى المفروض إنى أقبل هدوئى وفتور حماسى بالمقارنة بزمان

**د. يحيى:** طبعاً، إحنا بنعالج العيانيين بكلنا، مش بس بعقلنا، والموجود فىنا حايوصلهم غضن عننا، إحنا بنعيش الموجود، ونقيس نجاحنا ونجاحهم بخطوات متوسطة أول بأول، وبعدين الجرعة بتتظبط لوحدها،

**د.فتحى فراج:** جرعة إيه؟

**د. يحيى:** جرعة التدخل، وجرعة النصيحة، وجرعة الاعتمادية، يا أهى زيه زى جرعة الدواء بس مش فى جدول ضرب ثابت، إحنا بنمشى حسب النتائج سواء بالنسبة للأعراض أو حالته شخصياً، أو لعلاقاته، كل ده بيبقى جوا الحسابات حتى لو مش بالوضوح ده.

**د.فتحى فراج:** طيب وحكاية مراته، أفتحها من جديد، ولاً أسببها لما هو يفتحها

د. يحيى: طبعا تسببها ونص، إسمع لما أقولك، الظاهر إن المؤسسة الزوجية دى حاتنيها تمثّل تحدى واقعى محتاج لشغل كثير، مش مئى ومنك، يمكن من التطور والتاريخ، وكل اتنين بيسوها شعوريا ولا شعوريا بطرق مختلفة، ما ينفعشى نتدخل فيها قوى إلا لما يقولوا آه، واخذ بالك، ساعات بيبقى اللى حليها تستمر جانب واحد من وظيفتها، ساعات جنس ناجح، ساعات الأولاد، ساعات الاحتياجات المادية، وده مش وحش قوى على شرط ما يبقاش فيه كذب كثير، يعنى ما يبقاش على حساب حاجات تانية غالية قوى، يمكن يعرفوها ويمكن ما يعرفوهاش، إحنا ما نفحرشى إلا لما نشم الدخان، احنا واقفين ستاند باى لا بنبالغ فى التلصيم، ولا بنفجر كثير، وربنا يستر، مش انت ان شاء الله حا تجوز قريب زى ما قلت لى

د. فتحى فراج: أيوه،

د. يحيى: عالبركة، برضه واحدة واحدة، وما تفحرشى كثير من الأول

د. فتحى فراج: ربنا يستر

د. يحيى: ولا يهمك.