

844- التدريب عن بعد :الإشراف على العلاج النفسى (71)

**المبتدئ، والعلاج النفسى، والتأهيل الداعم، والمتابعة**

**د. أحمد شبانة:** هو عيان بيخرج من المستشفى دايما قبل ما يكمل علاجه، هو أبوه بيستلف عشان يعالجه، ومع ذلك بيخرج برغم التخفيضات والرافة بحالتهم، فبيخرج قبل ما تكون الأعراض بتاعته هديت، بيدخل كل مرة عنده نشاط زايد، والكلام كتير وإنه مابقدرش يسيطر على أفكاره

**د. يحيى:** بتشوفه بقالك قد إيه ؟

**د. أحمد شبانة:** 5 شهور

**د. يحيى:** وأخر مرة خرج من المستشفى إمتى ؟

**د. أحمد شبانة:** من خمس شهور برضه

**د. يحيى:** يعنى بتشوفه من يوم ماخرج من المستشفى

**د. أحمد شبانة:** آه ، ما هو كان متوزع على هنا في المستشفى، ولا خرج أنا باتابعه في العيادة الخارجية

**د. يحيى:** العيادة الخارجية بتاعة المستشفى؟

**د. أحمد شبانة:** آه

**د. يحيى:** هو تعبان من إمتى؟

**د. أحمد شبانة:** هو بداية تعبه من بدرى، يمكن من ثانوى، بس ما كانتشى الحكاية واخده شكل مرض قوى، هو بدأ يتأخر في الدراسة من غير سبب واضح، ويأخذ كل سنة في سنتين بداية من أولي ثانوى لحد ماخلص الكلية،

**د. يحيى:** يعنى اتخرج الحمد لله؟

**د. أحمد شبانة:** آه الحمد لله

**د. يحيى:** ودلوقتى بيشتغل؟

**د. أحمد شبانة:** لأه

**د. يحيى:** إمال انت بتشتغل معاه فى إيه؟

**د. أحمد شبانة:** فى المرض، هو خلال الفترة الأولانية بعد الخروج كان التركيز معاه على الأعراض فى إنها تهدى مع تطبيط الدواء، وتطبيط الجدول اليومى بتاعه، النوم والصحيان، والحاجات دى

**د. يحيى:** طيب وهو منتظم فى الحضور؟

**د. أحمد شبانة:** يعنى، مش قوى، يعنى فى خلال الـ 5 شهور بييجى بمعدل مثلاً مرة كل أسبوعين

**د. يحيى:** ليه؟

**د. أحمد شبانة:** برضه الحالة المادية، كمان هو مش من القاهرة، هو بييجى من المنوفية، وظروفه زى ما قلت لخضرتك،

**د. يحيى:** إنت مرخص له، مش كده؟

**د. أحمد شبانة:** أنا مش مرخص له مرخص له، أنا سمحت بحكاية أسبوعين دى علشان يقدر يدفع اللى يقدر عليه، وكده

**د. يحيى:** السؤال بقى؟

**د. أحمد شبانة:** السؤال دلوقتى أنا اشتغلت معاه فى موضوع الأعراض لحد ما هدبت خلاص، من ساعة ما هدبت الأعراض لحد دلوقتى وأنا بازقه على الشغل، بس مش باضغط قوى، هو مايقعدشى فى شغل أكثر من ثلاث أربع ايام فى خلال الـ 5 شهور دول مثلاً راح أربع أو ثلاث حتت، يقعد يوم أو إثنين ويسيب الشغل، فهل دورى ممكن إنه يقتصر على إنى أهذى الأعراض، وخلاص، ولا لازم حاجه تانية

**د. يحيى:** يا خير، ما انت عارف موقفنا من الشغل، هو فيه حد حايخف من غير شغل؟! ثم إنت مسمى اللى انت بتعمله ده علاج نفسى؟

**د. أحمد شبانة:** آه

**د. يحيى:** علشان بتقعد ساعة كل مرة، ولا عشان إيه؟

**د. أحمد شبانة:** علشان الجلسة دايماً بيبقى فيها أفكار معينه أو حاجات معينه باحاول إنى أنا أغيرها عنده

**د. يحيى:** تغير إيه يا عم، هوا حد يعرف يغير أفكار حد، قول كلام أبسط يا شيخ، إنت عندك كام حالة علاج نفسى

**د. أحمد شبانة:** إثنين

**د. يحيى:** بس؟! ما ينفعشى، إنت مش عارف القاعده إن الواحد يكون عنده أربعة على الأقل

**د. أحمد شبانة:** أيوه

**د. يحيى:** وعارف إن الأربعة دول يعنى ثمانية، عشان يرسو على أربعة على الأقل؟

**د. أحمد شبانة: أيوه**

**د. يحيى:** يبقى كده ما بدأناش لشه نقول يا هادى، التدريب عشان ياخذ حقه، لازم نوفر الحد الأدنى من متطلباته، إمال حا تكتسب الخبرة ازاي؟ ثم انت واضح إنك بتاخذ ثلاثة تعريفه، يبقى بالله عليك حا تاخذ حافظ منين؟

**د. أحمد شبانة:** من ربنا، ما هى دى مجرد البداية يعنى الحمد لله

**د. يحيى:** ربنا يجازيك خير، بس لازم العيان بحس بجديّة وقيمة وقتك، المهم، ربنا يعينه ويعينك. إنت بترد على حد من زمائك وتستشيره، اللي بنسميه إشراف القرناء؟

**د. أحمد شبانة:** أيوه، هوه بالنسبه للعيان ده بالذات دايماً باستشير فيه الدكتور نادر

**د. يحيى:** إنت واخذ بالك إيه الفرق بين العلاج النفسى والمتابعة والتأهيل؟

**د. أحمد شبانة:** العلاج النفسى بيبقى فيه حاجات عاوز أغرها عند العيان، أفكار أو معتقدات أو كده، إنما بالنسبه للمتابعه بتبقى جلسه أقصر شويه بأطمئن فيها إن العيان ماشى كويس

**د. يحيى:** بتطمئن على إيه؟ ما هو برضه فى المتابعه بيبقى فيه حاجات عايز تغرها، إيه رأيك لو نستعمل تعبير، "إن فيه حاجات عايزها تتغير"، بدل من إن "فيه حاجات عايز أغرها"

**د. أحمد شبانة:** إيه الفرق؟

**د. يحيى:** مش احنا بنقول عمال على بطال إن العلاج بيدى فرصة لعلاقات جديدة، ورؤى جديدة، وبصيرة نافعة، تقوم الحاجات المعوّقة، والمزعجة تتغير من خلال ده، وبعدين العيان هوه اللي بيغير من خلال العلاج، مش احنا اللي بنغيّر.

**د. أحمد شبانة:** تمام

**د. يحيى:** إنت بتسأل عن دورك، وإذا كان ممكن يتوقف على ظبط الأعراض ويس، مش كده؟

**د. أحمد شبانة:** آه ظبط الأعراض، ولا لازم فعلاً إنى أنا أزقه ناحية الشغل أكثر واكثر

**د. يحيى:** طيب لو هو العلاج إزالة أعراض وخلص، يبقى إيه لزوم العلاج النفسى بالله عليك؟ يا ترى فيه تاريخ أسرى عند الجدع ده؟

**د. أحمد شبانة:** أيوه، عمته، وكانت بتعالج فى العباسيه، ودخلت أكثر من مرة هناك

**د. يحيى:** طيب قبل ما أقول لك ليه أنا سألت السؤال ده أحب أفكرك إن احنا دلوقتى اتكلمنا فى المتطلبات الأساسيه للتدريب، وبعدين وضّحنا إن احنا ما بنغيرشى حد، إحنا بنديله

فرصة يتغير، من خلال علاقة منضبطة، مش كده ؟ وبعدين بنحط في الاعتبار التاريخ الأسرى، عشان نفهم إيه الاحتمالات مش عشان نوصفه بييه، واضح إنه بيحمل جينات جاهزة للمرض، وللنكسات، وده بيخلي مسئوليتنا أكبر، ناخذ بالننا قوى من حكاية النكسة، والشغل، الولد ده عيى كذا مرة، وعمته برضه عيت مرض جامد متكرر، وانت بتقول ما معامشى فلوس، يبقى لازم ننبتيه أكثر وأكثر للامثال للدوا، وملء الأربعة وعشرين بالمفيد، أهم من الكلام ساعة كل أسبوع، الشغل هنا مافيش له بديل، ما انت عارف، حتى يشتغل ببلاش، الجدد ده زى كيان خربان وبتلصمه، زى بيت آيل للنسوط، كل ما تصلح حيطة بشوية أمنت أو جبس، ولا تحط كام طوبه هنا، يظهر شق الناحية الثانية، فتيجى تعالج علاج نفسى خمس شهور لعيان بهذا المنظر وبعدين تسأل نفسك يا ترى تكفى بعلاج الأعراض، ولا فيه حاجة تانية؟ طبعا فيه حاجة تانية وثالثة ورابعة، لازم الموقف يبقى حاسم، يا إما يشتغل، يا إما كفاية عليه خمس دقائق، الأهل هنا صعب قوى فى الخنية الخيبة دى، وفيه ده بلاد بره تبويظ برضه بس مش عاطفى، زى ما يكون "شزا دماغ"، عندهم التأمينات والتعويضات جاهزة تشل بلد، النتيجة إن يحصل هنا وهنا حاجة زى "ضمور عدم الاستعمال"، أنا لم بيغلب غلابي باحظ شرط إنه يا إما يشتغل يا مايجيش، وانت بتشوف روستاتى، يشتغل ببلاش، يشتغل فى غير التخصص، يشتغل يدوى، المهم يشتغل، الشغل مش بس إنه يقبض ماهية، إحنا قلنا الحكاية دى ألف مرة، الشغل "ناس" و"مجمع" و"ريس" و"مواعيد"، مش كده ولا إيه، والحاجات دى علاج نفسى ونص، ناس وريس و"عائد" و"نانتج"، ونفس المواعيد، تجيب ده منين وهو قاعد على الكرسي قدامك عمال بيحكى مستى النكسة الجاية بمجرد إنه يسهى عن الدوا؟ يعنى نقدر نقول بُنى العلاج على ثلاث : **الشغل والدوا والناس**، وأى حاجة تيجى بعد كده بقى، حتى زوال الأعراض ييجى بعد كده، خلى بالك العيان ده ما اشتغلى من يوم ما تخرج، ولو إنه راح الجيش وده كويس قوى، بس ما حدش عارف إيه الى حصل فى التجنيد، خدوها جد ولا برضه رحرحو، الشغل لازم يكون شغل، مش مجرد مرواح الشغل، الشغل بيديله رسائل علاجية ما فيش بديل عنهما، ده حتى الأعراض لما بتزول زى ما انت بتقول، بيبقى فاضى أكثر، أهى طول ما هى موجودة، أهو عمال يزن وبيتسلى، وبعدين عشان تعرف حجم الأزمة إفتكر سنه يا أختى، فيه شاب كده ينفع يقعد خالى طول النهار والليل، يوم بعد يوم، وليلة بعد ليلة، ده يا حبيبى زى كرسى مرمى جنب الحيط، حسب كمية الدوا وجرعته ودوامه، يا يزوغ من الدوا ويتنكس، دى طاقة حيوية فى كل بنى آدم لازم تلاقى مخرج وهدف، ودى ألف "ب" مدرستنا، إنت عندك كام سنة يا أحمد

#### د . أحمد شبانة : 27

**د . يحيى :** يعنى بينك وبينه 3 سنين، يبقى سهل تتصور وتتقمص حالته، تصور نفسك بعد 3 سنين لا قدر الله قاعد كده القاعده المهيبه اللى هوه قاعدها دى، بالله عليك إيه اللى حايعشش فى محك غير دبان الأفكار، وخصوصا ساعة ما الطاقة تتفجر وما تلاقىش موتور تزقه، تروح خارجة مندفعة وزى ما تيجى تيجى، أنا رأيي إن العلاج النفسى كلام ساعة كل أسبوع أو اتنين

ما لوش لازمة في المرحلة دي، دا يمكن يبقى خدعة تنزاح إليها الطاقة بشكل ما لوش معنى، وكأن وظيفته بقت هي العلاج، واهو عمال يستنى معادك كل أسبوعين عشان يقول البقين دول ودمتم، يتيهياً لى إن الأفضل لهذه حاله والأكثر واقعيه والأكثر إبلاماً إنك تعملها متابعه ملزمة، وتركز على الدوا والشغل والعلاقة بالندعيم الأبوى، وإذا مجحت كده لمدة مثلاً 6 شهور، سنة، من غير نكسة ولا مستشفى، يبقى نفكر ساعتها في حاجة اسمها علاج نفسى، وتكون انت ساعتها اكتسبت خبرة، وعندك سبع ثمان حالات مش اتنين، وربنا يكون فتح عليك وعرفت تبقى أب جامد أكثر من كده شوية، من غير ما تتنازل عن الطيبة والرعاية، إوعى تكون فاكر إن الأب بيخشط وينظر بس

**د . أحمد شبانة:** لأ، ما انا عارف

**د . يحيى:** أظن انت عارف الناحية الثانية أكثر، إن المسألة طيبة وسماح ووقت وخلص، وما تنساش إنها حالة هوس متكرر، يعنى مش مجرد قلق ونكسة وكلام من ده، وبرضه التاريخ العائلى تحطه في الاعتبار، إمال يعنى إحنا بنعرفه ونركز عليه ليه، زينة؟ إحنا بنعالج بتعديل برامج في المخ، مش ضرورى المرض يكون وراثى، لكن الطاقة هي الطاقة، والبرنامج هو البرنامج، والنكسة هي النكسة، الجذع ده في الغالب عندن نفس البرنامج اللى عند عمته، بس هو لسه صغير، وشاب، وخلص دراسة، يبقى عنده فرصة يلاقى مخرج للطاقة بشكل منظم ومستمر من خلال العلاقة الحازمة اللى فيها مسئولية ورؤية مع بعض، ما هو ده صلب العلاج كله يا ابني، مش فك العقد والكلام ده .

**د . أحمد شبانة:** ما انا عارف بس لسه في الأول لاقى إن الحكاية صعبة على

**د . يحيى:** الصعوبة هي اللى بتعلم، ما تنكسفى منها، وعندك الإشراف سواء إشرافكوا على بعض (إشراف القرناء "نشرة 1-2-2009")، أو الإشراف ده، يسندك مهما قابلت من صعوبات.

**د . أحمد شبانة:** يعنى أعمل إيه دلوقتى

**د . يحيى:** تعمل اللى انت بتعمله ، بس تحط أولويات وتنظيم جديد، تركز على الشغل مهما كان، وتقلل الجلسة وتقلبها متابعة ودعم، خمس دقائق عشر دقائق إن شالله يكون جى منين، وما يهملكش الأعراض تروح تيجى ما دام بيشتغل وينام، وما تنساش إنك مجحت، برغم تشخيصه الصعب ده، إنك تعمل معاه علاقة هي اللى بتجيبه من المنوفية لحد هنا بانتظام معقول، وما تخافشى لو ابتديت واحدة واحدة، دانا ساعات باقبل إن العيان يشتغل ساعة في اليوم، بس نفس الساعة، واقعد أزود كل أسبوع ساعة، يعنى في ثمان أسابيع نوصل ثمان ساعات في اليوم، يعنى شغل مية مية خلال شهرين، وانت بتقول بقالك معاه خمس شهور، دا انت لو علمت كده تبقى زى ما تكون بتبنى عادات حياتية يومية من أول وجديد بصير وثقة في ربنا وفي العلم وفي حقه في الحياة، الشغل ده هو البنية الأساسية لأى بنى آدم، لأى علاج ، مش بس العلاج النفسى،

**د . أحمد شبانة:** ربنا يسهل إن شاء الله

**د . يحيى:** ربنا يفتح عليك وينفع بك