

سند
بيداغوجي

العلاج الممرکز حول الشخص Person-centered Therapy

لمحة عامة

تتناول المادة العلمية الحالية العلاج المتمرکز حول العميل من حيث أسسه العلمية والفلسفية ومفاهيمه الرئيسية وأهدافه العلاجية بالإضافة إلى توضيح لأهمية وشروط العلاقة العلاجية، وكذلك النواحي التقنية والاجرائية في عملية العلاج، وأخيراً عرض تقييم للطريقة في مساهماتها وحدودها.

عناصر المادة

- الرواد والتركيز الرئيسي للطريقة
- الفلسفة والافتراضات الأساسية
- المفاهيم الرئيسية
- الأهداف العلاجية
- العلاقة العلاجية
- التقنيات والإجراءات
- التطبيقات
- تقييم

رواد المقاربة/ الطريقة وتركيزها الرئيسي:

المؤسس: كارل روجرز Carl Rogers، الشخصيات الأساسية: ناتالي روجرز Natalie Rogers. العلاج الممرکز حول العميل / الشخص هو مجال (*) من علم النفس الإنساني يشدد على المقاربة الظاهرانية، وقد تم تطوير هذا العلاج الذي يركز على الشخص في الأربعينيات كرد فعل ضد العلاج التحليلي. واستناداً إلى النظرة الذاتية للخبرة البشرية، فإنه يؤكد على موارد العميل ليصبح واعياً / مدركاً لذاته ولحل قيود/ ما يعيق النمو الشخصي. إنه يضع العميل-وليس المعالج-في مركز العلاج.

(*) المقصود ان العلاج م.ح. العميل هو مجال تطبيقي في علم النفس قائم على مبادئ ومفاهيم الاتجاه الإنساني.

ولم يقدم كارل روجرز مقارنته بأنها ثابتة ومكتملة؛ وبالأحرى، توقع أن تتطور النظرية والممارسة مع مرور الوقت. إحدى الطرق التي تم بها توسيع هذه النظرية هي من خلال عمل ناتالي روجرز، التي طورت علاج الفنون التعبيرية المتمحورة حول الشخص *person-centered expressive arts therapy*، والتي تستخدم فيها الفنون التعبيرية في اكتشاف الذات، العلاج، والنمو.

الفلسفة / الخلفية النظرية والافتراضات الأساسية:

ترتكز هذه المقاربة على رؤية إيجابية للإنسانية... ترى أن الشخص - فطريا-يسعى جاهدا نحو الاشتغال [وظيفيا] بشكل كامل *fully*. والافتراض الأساسي للطريقة هو أن اتجاهات المعالج وإيمانه بالموارد الداخلية للمعمل هي التي تخلق المناخ العلاجي للنمو. من خلال المشاركة في العلاقة العلاجية، يتم تنشيط قدرات الشفاء الذاتي للعملاء ويصبحون ممكنين *empowered*. ويقوم العملاء بتحقيق إمكاناتهم للنمو، والكليانية *wholeness*، والعفوية، والتوجيه الداخلي *inner-directedness*. وليس المعالج هو السبب الرئيسي في التغيير، ولكن المعمل. [أي ان] المصدر الرئيسي للعلاج النفسي الناجح هو المعمل. وإن اهتمام المعالج بالإطار المرجعي للمعمل يشجع على استخدام هذا الأخير للموارد الداخلية *inner* والخارجية *outer*.
من المفاهيم الرئيسية:

من المفاهيم الرئيسية مفهوم [الإيجابية والنمو/التقدم الى الامام أي] أن العملاء لديهم الموارد/*resourcefulness* للحركة الإيجابية. ويمتلك العميل القدرة على حل مشاكل الحياة بشكل فعال بدون تفسير وتوجيه من معالج خبير. وتؤكد هذه المقاربة على اختبار/ خبرة اللحظة الحالية بالكامل، وتعلم قبول الذات، واتخاذ القرار بشأن طرق التغيير. ان المعمل هو الذي يجعل العلاج يعمل أكثر من المعالج أو التقنية. ويتم فهم والمواقفة على ما هو ذو قيمة بالنسبة للعملاء، مما يؤدي إلى إنشاء فضاء آمن لاستكشاف المشاعر والأفكار والسلوكيات والخبرات. تنظر هذه المقاربة إلى الصحة العقلية كتطابق/انسجام بين ما يريد المرء أن يصبح عليه وما هو عليه في الواقع... (الخبرة والذات)

نموذج الاضطراب النفسي

... عندما يكون الشخص على دراية/ وعي بنقص التطابق بين تجربته/ خبرته ومفهومه الذاتي يتم خبرة *experiencing* التهديد أو القلق أو الاكتئاب. وبسبب حاجتنا إلى الاعتبار الإيجابي *positive regard*، قد نتصرف بطرق تتعارض مع قيمنا الذاتية، والشعور بالتهديد أو القلق أو الاكتئاب هو الثمن الذي ندفعه.

يتم استخدام الإنكار والتشويه كدفاعات ضد هذه المشاعر غير السارة، ونتيجة لذلك يصبح مفهومنا الذاتي يتعارض بشكل متزايد مع الواقع. هذا، بدوره، يزيد من القلق ويجعل الحاجة إلى الدفاعات أكبر، مما يخلق دائرة مفرغة.

قد يتداخل التهديد، أو القلق، أو الاكتئاب مع حياة الشخص بطريقة أقل خطورة (عصابية)، أو قد يكون كبيراً للغاية في تحدي الإنكار والتشويه، مما يؤدي إلى عدم تكامل / تفكك الشخصية (الذهان). ومع ذلك، يعتبر روجرز الأفراد على أنهم فريدون، والشخصية البشرية معقدة بشدة لدرجة أنه لا يمكن تبرير وضع العلامات التشخيصية للأشخاص على الإطلاق/ بشكل تام. وفي الواقع، رفض روجرز وضع العلامات التشخيصية . diagnostic labeling

العملية العلاجية

تتمثل المهمة الرئيسية للمعالج في خلق جو علاجي يتمكن فيه للعملاء من التكامل الكامل من جديد [مرة أخرى].

لا يمكن تحقيق ذلك إلا إذا قام العملاء بتخفيض شروط القيمة الخاصة بهم، وزادوا من اعتبارهم الإيجابي غير المشروط. تتمثل وظيفة المعالج في خلق موقف يتمكن للعملاء من خلاله تغيير أنفسهم، وهذا تساعده عاطفة دافئة، وقبول، وفهم، وعلاقة غير تقييمية يكون فيها الشخص خاليًا/ متحررا من التهديد ولديه الحرية في أن يكون "الذات التي هي بمثابة [الشخص هو] حقًا" (جراهام، 1986).

هناك ثلاث صفات ذات أهمية خاصة للعلاقة، أو مواقف المعالج، والتي يجب إبلاغها بشكل فعال للعميل. وفقا لثورن (2002):

... ما لم يتمكن المعالجون الذين يركزون على الشخص من التواصل بطريقة تجعل عملاءهم يرونهم جديرين بالثقة ويمكن الاعتماد عليهم كأشخاص ، لا يمكن أن يتم العلاج...

يعتقد ثورن (1984) أن الفهم التعاطفي هو الأكثر "قابلية للتدريب" من المواقف العلاجية الثلاثة، ولكنه نادر أيضاً. كما يقترح الشفافية tenderness كموقف رابع للمعالج. وإذا تم إقامة هذه الشروط العلاجية، سيتحدث العملاء عن أنفسهم بصدق أكبر. وسيؤدي ذلك إلى إعادة التوافق، وهو ما يكفي لإحداث تغييرات في السلوك (Fonagy & Higgitt, 1984).

الأهداف العلاجية:

[من خلال] توفير مناخ من السلامة والثقة في البيئة العلاجية ... يمكن للعميل، عن طريق استخدام العلاقة العلاجية من استكشاف الذات، وأن يصبح على بيئة مما يعيق نموه. ويميل العميل إلى التحرك نحو مزيد من

الانفتاح، والمزيد من الثقة بالنفس، ورغبة أكثر في التطور، في مقابل كونه ناتجا ثابتا (لا يقبل التطور)، وميالا إلى العيش وفق المعايير الداخلية في مقابل اتخاذه مؤشرات خارجية لما يجب أن يكون عليه. إن الهدف من العلاج ليس فقط حل المشكلات بل المساعدة في عملية النمو، مما سوف يمكن العميل من التعامل بشكل أفضل مع المشكلات الحالية والمستقبلية. ويتفق المعالجون من الطريقة المتمحورة حول الشخص على مسألة عدم وضع أهداف لما يحتاج العملاء إلى تغييره، ولكن مع ذلك، يختلفون حول كيفية مساعدة العملاء بشكل أفضل في تحقيق أهدافهم الخاصة.

أهمية العلاقة العلاجية:

يؤكد روجرز على المواقف والخصائص الشخصية للمعالج وجودة العلاقة بين العميل والمعالج كمحددات رئيسة لنتائج العلاج. وتشمل صفات المعالج التي تحدد العلاقة: الأصالة genuineness، والدفء غير المتملك nonpossessive warmth، والتعاطف الدقيق accurate empathy، والقبول غير المشروط واحترام العميل، والرعاية، وتوصيل تلك المواقف إلى العميل. وتعتبر هذه الخصائص الأساسية على حد سواء لازمة/ ضرورية وكافية لكي يحدث التغيير العلاجي. وقد كشفت الأبحاث أن العلاج الفعال يقوم على علاقة المعالج والعميل في اتحاد/ تركيبة مع الموارد الداخلية والخارجية للعميل. ويستطيع العميل ترجمة تعلمه في العلاج إلى علاقات خارجية مع الآخرين.

مكانة/ دور التقنيات والإجراءات:

... تشدد المقاربة المتمركزة على الشخص على العلاقة بين العميل والمعالج، والتقنيات ثانوية بالنسبة لاتجاهات/ لمواقف المعالج. وتقلل المقاربة من التقنيات التوجيهية، والتفسير، والاستجاب، والتحقيق، والتشخيص، وجمع بيانات التاريخ [الشخصي]. وتزيد من قيمة الانصات والاستماع الفعال، والتفهم التعاطفي empathic understanding، والحضور، وإعادة تشكيل المشاعر، والتوضيح. ويتم التشديد حاليا على المشاركة الكاملة للمعالج كشخص في العلاقة العلاجية. ويسعى المعالج إلى فهم العالم الذاتي للعميل بدقة؛ ويركز العلاج على تصورات العملاء للواقع.

التطبيقات:

المقاربة لها قابلية تطبيق واسعة على العديد من الحالات شخص لشخص. person-to-person وهو نموذج مفيد للعلاج الفردي، والارشاد الجماعي، والتعليم والتعلم المتمحور حول الطالب، والعلاقات بين الوالدين والطفل [الوالدية parenting]، ومختبرات تدريب العلاقات الإنسانية. وقد تم تطبيق هذه المقاربة بشكل فعال على مجموعة واسعة من مشكلات العملاء بما في ذلك اضطرابات القلق، وإدمان الكحول، ومشكلات نفسية جسدية، والخوف من الأماكن المكشوفة، والصعوبات بين-شخصية، والاكتئاب، والسرطان، واضطرابات الشخصية... وهي مناسبة بشكل خاص للمراحل الأولية من أعمال التدخل في الأزمات. وقد طبقت مبادئها على الإدارة والتنظيم والعمل مع المنظمات والمؤسسات.

وقد قدمت ناتالي روجرز إسهاما كبيرا في تطبيق المقاربة المتمحورة حول الشخص من خلال دمج الفنون التعبيرية كوسيط لتسهيل الاستكشاف الشخصي، وذلك غالباً في سياق جماعي. ويستخدم علاج الفنون التعبيرية المتمحورة حول الشخص أشكالاً فنية متنوعة: الحركة، الرسم، النحت، الموسيقى، الكتابة والخطابة [الارتجال] ... بهدف النمو والشفاء واكتشاف الذات. وهذه هي المقاربة متعددة الوسائط التي تدمج العقل والجسد والانفعالات، والموارد الروحية الداخلية. وتمثل هذه المقاربة بديلاً عن الطرق التقليدية في الارشاد التي تعتمد على الوسائل اللفظية وغالباً ما يكون لها تطبيقات خاصة للعملاء الذين يعتمدون بشكل كبير على الطرق الإدراكية للخبرة/ الاختبار. ويمكن للأفراد الذين لديهم صعوبات في التعبير عن أنفسهم لفظياً ان يجدوا إمكانات جديدة للتعبير عن الذات من خلال أشكال التعبير غير اللفظية المختلفة المتاحة لهم. ويفترض الارشاد الجماعي من المنظور الذي يركز على الشخص، أن الحركة [التقدم] الملموسة ستحدث داخل مجموعة إذا كانت الظروف العلاجية الأساسية موجودة. وبغض النظر عن التوجه النظري لمرشد المجموعة، فإن إرساء السلامة والقبول والثقة أمران أساسيان. هذه المقاربة تسلط الضوء على أهمية جودة العلاقات العلاجية بين الأعضاء وبين المرشد/ الميسر facilitator والأعضاء. وعندما يتم إنشاء مناخ شافي، يتعلم أعضاء المجموعة كيفية التفاعل بطرق صادقة وذات مغزى، ويتجهون نحو التوجيه الذاتي والتمكين.

تقييم:**- الاسهامات:**

ان العلاج المتمركز على الشخص هو احدى طرق العلاج (التي تكسر القاعدة) خلافاً للتحليل النفسي التقليدي، ويؤكد على الدور الفعال وعلى مسؤولية العميل. إنها وجهة نظر إيجابية ومتفائلة، تلفت الانتباه إلى الحاجة

إلى تفسير الخبرات الداخلية والذاتية للشخص. ويجعل العملية العلاجية مركزة على العلاقة بدلاً من التقنية. وهو يركز على الدور الحاسم لمواقف المعالج. ولقد وُلد هذا النموذج قدرًا كبيراً من الأبحاث السريرية في كل من عملية ونتائج العلاج، وهو ما أدى بدوره إلى تدقيق الفرضيات.

- الحدود / نقاط القصور:

[التركيز على تطبيق/إداء المهارات على حساب العلاقة]، فالخطر المحتمل [يأتي من] المعالج الذي، يركز [مثلاً] على مجرد إعادة عكس المحتوى، [ولا تساهم شخصيته في] العلاقة العلاجية. وتتركز الظروف/ الشروط الأساسية [للعلاج] في مواقف وقيم المعالج أكثر من تركيزها على مهارات المعالج. وبدون وجود موقف تركيز على الشخص أو طريقة في الوجود (من قبل المعالج)، من غير المحتمل أن يكون مجرد تطبيق المهارات فعالاً.

هذه المقاربة لها استخدام محدود مع العملاء غير اللفظيين (الذين لا يحسنون التحدث)، وهي تميل إلى استبعاد أهمية الماضي. وبعض القيود الرئيسية لا تعود إلى النظرية نفسها، بل إلى سوء فهم بعض المرشدين للمفاهيم الأساسية وتطبيقاتهم العملية العقائدية dogmatic وبالنسبة لأولئك الذين يقدرّون المساءلة في إطار الممارسة القائمة على الأدلة، فإن هذه المقاربة محدودة بسبب عدم الاهتمام باستخدام تقنيات مثبتة امبيريقيا / تجريبيا بالنسبة لمشكلات محددة / معينة.

انتقاء واعداد الاستاذ: ع.ح. عقابه