

طب نفسى

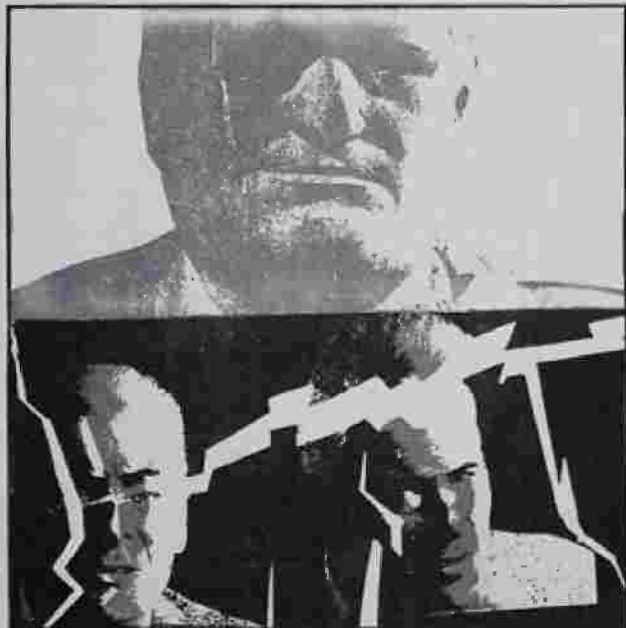


أبى.. رحمه الله لم ينظر حوله!

د. محمد شعلان

أبى الحكيم.. جئت أطلب وساطتك للتصالح مع المرحوم
والذى الذى مات منذ سنوات.. وأتساءل كيف أكون مثل
أبى، وقد كنت أكرهه؟ أى كيف أعيش مع نفسى، وأنا أكره
نفسى؟.. هذا هو الصراع الداخلى الذى أعيشه.. ولهذا
جئت إليك.

الاستشارة



لقد كان والدى بسىء معاملتى منذ
صغرى. كان يفضل أبى وأخى على
وهما أكبر منى. ويبدو أن جيتى بعد خمس
سنوات من ميلاد شقيقى كان إشارة إلى أن
ميلادى لم يكن مقصودا. صحيح لم يكن
هناك وقتا يطلب من أبى أن ينظر حوله
أو ينظم أسرته. ولكنه كان معانا ومربيه
محريا وإن كان محدودا! ولم يكن أبى يهرب
في أن يزعجه طفل ثالث ويكلفه مالا يملك
من حافله ومال. ولكنى أبيت وما
بالصدقة. وربما لأن أبى كانت تشعر بالملل
لكثرة اشتغال أبى عني بالعمل الجهد.
حادثت طفولتى وقت أن زادت أفعاء
والذى والتفاهة عن وعن أبى. وزادت
الرابطة بينى وبين أبى. بينما كان أبى هو
الشخص الغالب دائما. ولم تكن هناك
مشارك زوجية واضحة في المنزل. ولكنى
كنت أشعر أن أبى غير راضية عن أبى. فهو
يتكلم لمشاهله. وهى لغوصى عن هذا
الجفاء بجانها.

واستمر الجفاء بيننا حتى حادث من دورى
المدرسة. وكان بينى ذلك الفصل عن أبى
ودعائى إلى حيث أبدا التنه بأبى: أن أعلم
كما تعلم. وأن أهد نفسى لعمل ومكان في
المنهج. فكرهت المدرسة من أبى الله.
وترتب على ذلك أبى لم أقم بواجبى بالكفاءة
الأكاديمية. وكنت أكسب من ذلك ميزة
أخرى أن أبى لغوصى بإعطائى التبريس أبى
ضربت عصفورىين بحجر. أغلقت وأغلق
لأبى والأزودت اقترابا من أبى.

ولا يمت من المراجعة كان أبى بمنى من
المخرج من المنزل. فقد غرد أبى الكبير ولم
بعد له عليه سلطان كاف. أما أنا فكان
أمرى سهلا. لأن أبى كان يسعدنا أن أبى
يجوزها في المنزل. ولذلك كانت توافق على
فهر أبى في هكذا. وبحاول في الوقت نفسه
أن يجعل من حياتى في البيت نعيم. فقد
كانت لتجسنى على استضافة أصدقائى. إذ
لاخوف على منبهم. خاصة تحت رقابته.
وكان على أن أطرد أصدقائى فور عودة
والدى.

وعندما دخلت الجامعة كان أبى يقتر على
في المعاريف. في الوقت الذى كان يجمع
نفسه بالندعين والذهاب إلى المسرح
والسينا. وشراء الملابس. وكان يتجاهلنى
ثم أصابه الوباء القلبية الأولى. مكث في
الغرائز عاجزا. حتى أبى كنت أنظر إليه
على أنه هو سبب جميع المشاكل.

ومات من الوباء القلبية الثانية. فقد كان
شرها في التدخين والأكمل ولم يكن يسمع
لصائح الأطباء. وبالطبع لم تحل مشاكل.
ولكنى مع ذلك مكثت أحيله مسئلة كل
لحل بواجبى.

التجملت بعمل في شركة. وكان رئيسي
بالطبع هو السبب في فشل.. ثم جئت عن

عسل آخر. وكان هذه المرة الوطن هو
السبب في فشل. ثم ذهبت إلى بلد عرفت
ابحث عن بديل آخر للأبى يهدى على المال
والحب. ولعلنا وجدت التعويض المادى.
ومررت في يادى الأمر هذا النجاح. ولكنى
سرعان ما اكتشفت أبى أقصاوى مرينا بكل
عن مرين زميلى العرفى. وشعرت بالفشل
النسبى. فأنا مجرد أجيء ولست مواثنا
وكان رئيس من صفى الطفل المعجزة.
شبابا صغيرا كل مؤجلة أنه من عائلة أحد
شيوخ البترول. ولذلك فهو يملك الأمر
والبسى. وهو رغم صغر سنه في موقع
أبى.. وعادت إلى مرة أخرى كراهية لآلى
في صورة كراهية هذا الصبي المغمور
الأيوف.

وبعد أن أنشيت ما كان يجرى منه أبى.
وهو حاجتى للمال. اكتشفت كرامتى. كما
اكتشفت أبى مازلت علنا بكرو أباه. أبى
أحمله معى أبى ذهبت وأحمله مسئلة
عجزى وفشل. وساعتها قررت أن أفرد
إلى مصر وأن أعمل مسئلة. وأن أكون
أسرة وأوعاها. فقد تركى أبى. وتركنا أنا
أبى حينها سافرت. ولم بعد هناك من يحمى
ولا من أحمله تبعه فشل. فكان إعلاني
للقرار العودة هو إعلاني للتحرر. أبى أبى
قررت أن أعمل يساعدى. وأن أعتمد على
نفسى. أو بعبارة أخرى أن أكون أبى!

هذا هو الصراع الداخلى الذى أعيشه.
وقد جئت إليك.. فالصراع الذى أصابنى
بالشلل أدى إلى الفشل. والفشل يفرى أن
أبعت مرة أخرى عن أحمله تبعه فشل. وبالتالي
أفرد فالقول إن أبى كان هو السبب. وبالتالي
أنا أكرهه. فيزداد توفيق عن العمل
والجراح والتعب على فشل..

هذه هي الخطوة الأولى في حل الصراع.
أن تعلم وجوده. فقد كنت تعارض أباه في
السرور والظلام. والآن تعلم كراهيتك له
أمام آخر يقوم بإزالة عوطية أبوية مؤثرة.
أبى بدور الطبيب أمام امتالك في دور
المريض.

ولعل هذا الإعلان لمعارضتك لأبيك في
هذا الإطار يمثل بوادر غيتك في التفكير عن
هذه المعارضة. إنك تبدأ بالتدريج على خطأ.
ولكن لا بد لك أن تفكر لنفسك إذا أردت
أن تفكر لأبيك بحيث ينتهى التدمر مع انتهاء
الإحساس بالخطية.

والإحساس بالخطية وإن كان يبدو أنه
نابع من إحساسك بأهلك ارتكبت خطأ ما في
الماضى إلا أنه يغلب ويستمر باستمرارك في
ارتكاب الخطأ في الحاضر. وعليه فلا بد أن
بصاحب صحتك مع نفسك ومع أبىك فعل
تعلن به توقفك عن الاستمرار في الخطأ
الذى تدمر عليه. والفعل هو أن تكفى عن
المعارضة في الظلام. وأن تعبر عن مشاعرك
وتعابها. وهو ما تعلمه نعى وى وجردى



الآن ، يصفى بديلاً مؤلفاً للأب وهو مالا بد أن تفعله في علاقتك مع كل بديل للأب على شق المشروبات ابتداء من ريليك والعمل إلى رئيس الدولة . ولكن قبل أن تنجز ونخرج إلى الشارع معاً عن كركك وبمراهقتك لكل أب ولكل بديل للأب ، لتتربص معي على التعامل مع هذه الانفعالات والمشاعر المدبوبة . وسوف أطلب منك أن تعيش هذه الأحداث كأنها واقعة اليوم على هيئة مسرحية نفسية . كما سوف أطلب منك أن تتفحص دور الأب وتجب على نفسك .

إن ما يحدث في هذه الحالة هو ان السحنة الانفعالية التي كانت مأخوذة ومكبوتة في أعماق النفس ، تخرج إلى الضوء . وبعد أن تخرج إلى مجال الوعي ، يصبح من الممكن التعرف على جديتها الحقيقي . إذ أن صاحباً كان يكبت كثيراً من مشاعر الكراهية - رغم وجود بعضها على مستوى الوعي - فاستمرت تتحكم في سلوكه دون أن يدري .

فهم يتعامل مع كل من يصادفه في الحياة ، سواء كان رئيسه الذي يذوقه الواقع ويعمله يسر تقدير الأمور أم غيره . كما أنه يتصرف إزاء رئيسه كأنه هو القليل القليل المختار من قبل الأب . وهو ما يجعل رئيسه يتفكره فعلاً فتتحقق نبوءة صاحباً بأنه قاتل ومختار .

لكن هناك جانباً آخر مكبوتاً وهو ما نلاحظه لدى يظهر على السطح . فالكره الذي يظهر في الوعي بهذه الشكل المبالغ فيه . يعبر عن ميل لنق تليفه الذي يخفي خارج نطاق الوعي . أي إن وراء الكره الظاهري رغبة مضادة في الحصول على حب أبيه . ولكنه يبتليها ويكتفي . لعله كتباً لأنه كان يخشى أنه لو عبر عنها لن يجد الاستجابة من أبيه . فبؤذاد الله وإحباطه أو لعله كان يخشى لو اكتسب حب أبيه فإنه سوف يفقد حبه أمه .

ولكن . . . فلنعد إلى عملية التعبير عن الكره الذي كان قاصراً ورغم وجوده إلى حد ما في دائرة الوعي . فالكره المكتوب

والقريب من الوعي . كان مخفياً ومضجاً . بحيث حتى صاحباً حيناً كان مغللاً أنه لو عبر عنه . قد يشعر بأنه . أوحش أن أباه إذا ما اكتشف هذا الكره فسوف يذمره انتقاماً . واتضح بالتالي بأن بين هذه الكراهية في داخله .

ول المواقف العلاجي يتمكن الفرد من التعبير عن هذا الكره دون خوف من الطبيب أو من انتقام الطبيب . فاجتث عن الخوف من الأب أو رئيس العدل أو المجتمع . فقيادة الطبيب لكل له السرية التي تسمح بالتعبير الحر . وعندما يعبر عن هذه المشاعر التي كان يخشاها ويكتشف حجمها الحقيقي . . الأمر الذي يجعله لا يخشاها فيبحث عن وسائل أخرى للتعبير عنها . فإنه ينقل نفسه ويعبر عما . ويعبر لأبيه بالتالي .

لقد كان يخشى الكره . والآن بعد أن عبر عن الكره بدون خوف فلم يعد يخشاه . كما لم يعد يخشى التعبير عن المشاعر المناقضة له . والمكبوتة وهي الرغبة في حب أبيه واعتزافه به . إنه يغضب أولاً ثم يكتفي . ويتغافل ثم يتد به السلام .

وبعد مرحلة التفتيش والتعبير عن المشاعر ، وكل ما يصاحبها من آلام ، تأتي مرحلة التحجيم الطبيعي لتلك المشاعر . ثم ترجمتها إلى الواقع الجديد الذي يجيء في الحاضر وإعلانه اليق في البدء في تغيير سلوكه بما يتفق مع رؤيته الحقيقية .

إنه يرى حجم مشاعره عندما يكتشف أنه لم يكن له بديل غير ذلك في ضوء الظروف التي كانت متاحة آنذاك . كان لابد له أن يفعل ما فعله ويتعبّر بما شعر . فهو لم يكن يستطيع أن يعارض إياه علناً آنذاك . ولم يكن يملك إمكانية أن يعلن استقلاله عنه خاصة أمام أفراد أمه التي تحبها وتحميها . إنه إذ ليس في الإمكان أن يخبر بما كان . إنه يعبر لنفسه ويعبر لأبيه ويبد له بد الصلح الذي يمكنه من ذلك . إنه أصبح الآن يرى أنه في الإمكان أن يخبر بما هو كائن . أي إن الماضي مات ونسي ولا يمكن للغيره . ولا يمكن بالقدم أو أمي أن يجعله يفعل ما صار عليه . ولكن الحرية التي يملكها هي حرية الفعل الآن . وهذا . ليس بالأمس وليس هناك بل هنا والآن .

لقد كان بأحد المواقف الذي أعدهم للأسباب التي وجدت ولكنه الآن كبر واتخذ قراراً بأن ينمو وأن يصبح أباً . أن يربط وظيفة الأب . وليس فقط امتلاكه لتأدية . ويقول بدور الأبوة بالزوج والبحث عن عمل منتج . أي ينهي من مرحلة الاستسلام إلى مرحلة الإنتاج . وأن يعطي المعايير بالشكل الذي لا يظفر منه الأب البديل أو يستغربه للانتقام منه . ولكن بشكل بناء يحقق سواها شيئاً لا يصرفه .

فإذا كان العلاج على مستوى الفكر والانفعال يسير داخل حواجز العادة النفسية التي تحبسه من مخاطر التجربة في الواقع . فإن إنجام العلاج لا يتم إلا في إطار الواقع الاجتماعي الذي يعيشه . وفي الحالات التي يكون الأب موجوداً في الواقع . فقد تيسر الحرية الاجتماعية أيضاً على مستوى التجربة في العادة على هيئة العلاج الأسري حيث يحضر الأب والأم مع المريض . صحيح أن الأسرة ليست هي التي طلت العلاج إنما المريض . ولكن على الطبيب أن يملك القدرة على تغيير الأسرة بأن المريض ما هو إلا العرض الظاهر لعلاقة أسرية مريضة .

فهم يجب ألا يني في دور كيش القداء الذي تقدمه الأسرة لتجنب الوعي بمسؤوليتها في مشكلته . بل هو الصوت المسموع والصدقة التي تنظر إلى وجود اضطراب في العلاقة الأسرية . والمريض هنا ليس سبباً ولكنه أول من أعطى معاناته والطبيب عليه أن يساعد الأسرة على الوعي بمشاكلها أيضاً وعلى مشاركة المريض المسؤولية . فالمرضى ليس في داخل المريض . ولكن في العلاقة الأسرية ككل .

ولكن في غياب هذا الطرف فقد يستعاض عن إحضار الأسرة مادياً إحضارها على مستوى التحليل في هيئة المنسج النفسي حيث يقوم المريض نفسه بتشغيل دور نفسه ودور أبيه أو لده يعاونه زملاء له على هيئة العلاج الجماعي .

هذا هو المستوى الأوسع للتجربة . أي إدخال الأسرة إلى عيادة الطبيب . ولكن في دائرة تالية وهي دائرة المجتمع . فالمرضى يعيش وسط المجتمع ويتعامل مع كل وليس على أنه بديل للأب وكل مرسوم على أنه مثل الآخرين . والمشكلة تتفاقم حيناً يتصرف البديل مثل الحقيقي . إما لسبب ذاتي له . أي أنه أيضاً يعاني من مشاكل مع أبيه ويعيشها ويكرهها في الواقع مرة أخرى . أو كره لفعل لسلوك المريض . فالمرضى قد يستر الآخرين على إساءة معاملته فيحقق نبوءته أن كل الآباء هكذا . وهذا يتغير العلاج .

والذي يتم داخل العيادة بشكل تجريبي قد ينجح في أن يخرج المريض بعيد التجربة في الواقع فبعد من ذلك الواقع مثلاً . يتعلم كيف يتعبّر بأب مشاعره المدبوبة دون أن يضطره للانتقام . ويعبر أن يرى وجهة نظريه حيث تحت حدة تلك المشاعر المدبوبة . الأمر الذي يساعد على تقبيل شخصية أبيه .

وبهذا المعنى فإن المريض يستكمل علاجه على مستوى الواقع بأن يخرج ما بداخله إلى الخارج الذي يحدث به تغييراً في الخارج بدلاً من أن يتناطح مع الخارج ويتغير . إنه

يعايرش رئيسه بطريقة مهذبة وبناءة تجعل رئيسه يتقبل النقد ويحسب به . علاوة على أن حاجته لمعارضة رئيسه بهدف أو مرارة تفلح حيناً يستطيع أن يرى وجهة نظر رئيسه أو يضع نفسه محله وهو يستطيع أن يكون هو نفسه رئيساً لأنه لم يعد يكره هذا الدور . ولأنه يستطيع أن يكون رئيساً لأن ذلك يجعله أكثر مرة أخرى على التعامل مع دور الرئيس ومعايته من أعباء ومتاعب . ونظراً بالتالي عدة كرهه له وهكذا .

إن هذه السلسلة من التفاعلات . هي بمثابة الموجبات التي تنطلق من نقطة تغير واحدة في دوائر متصلة حتى تشمل المجتمع كله . ولكن هل في ذلك إجابة على مشكلة العلاقات على مستوى المجتمع ككل ؟ هل يستطيع جمع من الأفراد يترتب لهم فرص العلاج النفسي أن يجدوا التعبير المطلوب في المجتمع ؟

من الناحية العددية الاحتمال بعيد جداً . إلا إن كان من هؤلاء الأفراد قاعدة للمجتمع . وهذا أيضاً احتمال بعيد . فالذي يعمل في موقع قيادة . وإن كان يعاني مثله مثل غيره من الآلام النفسية فإنه لا يملك رفاة الشكوى والبحث عن العلاج . ومن جانب آخر فإن الذي يملك هذه الرفاة من المرضى غالباً ليسوا ممن يتكلمون الطموح أو الإمكانية ليكونوا من قادة الإصلاح في المجتمع . إذ أن صاحب المصلحة في التغيير غالباً هو مخروم من الامتيازات . الأمر الذي يمنعه على التغيير . ولذلك فهو قلما يملك إمكانية العلاج النفسي .

ولعل الإجابة تكمن في أن ننشأ تخصصاً لطب نفس اجتماعي يسعى إلى حل المشاكل على المستوى الاجتماعي بدلاً من الفردي أو الجماعي . ولعل هذا التخصص يحتاج ضمن مهاراته . تلك الخبرة التي يكتسبها الطبيب من خلال ممارسته العلاجية الفردية والجماعية علاوة على خبرة مكثفة بولورها قادة الإصلاح في المجتمع من رجال السياسة والإعلام وبواسطة هذا الجمع بين الخبرتين . ربما في إطار فريق عمل متكامل . يمكن أن نحفر الخطوة اللازمة نحو تشخيص وعلاج انفعالات ومواقف اجتماعية مخفية في الظلام . مع استمرار إبقاء المواقف المثيرة لتلك الانفعالات والمواقف بدون مواجهة ومعارضة ليس له إلا نتيجة واحدة وهي القتل والخلل في المواجهة الصريحة للبناء بين جميع الأطراف المعنية .

وإذا كان هناك مبرر مخوف من الآلام ومضاعفات مثل هذه المواجهة . ففعل الحل يكمن في السير على الخط العلاجي بمعنى التصحيح في داخل إطار شبه بالعادة . ومعايير جيل السرية والهدوء إلى مجرد التصحيحي إلتام بهدف إلى العلاج والثناء .