العلاج النفسي الداعم

من الأشياء التي تؤيدها المشاهدة العادية ، فضلاً عن العلم حقيقة بسيطة تحكم حياتنا إلى حد بعيد . ذلك أن الإنسان الموجود في مجتمع ما يتصرف بطريقة معينة ، فترد عليه البيئة بشكل من أشكال الإثابة أو العقاب . وهذا الرد يسهم بدوره في تحديد شكل التصرفات عند هذا الإنسان ، أي بالتشجيع أو التثبيط . ويبني سكنر نظريته في علم السلوك حول هذه الحقيقة . ويسمي جوانب السلوك التي تتدعم من البيئة الإشراط الاستجابي Operant Conditioning ، وبالتالي يتدعم السلوك أو ينطفئ بمقدار استجابة البيئة له. ويسمي سكنر هذا الشكل من العلاقة بالإشراط الإجرائي وهو مختلف عن الاشراط البافلوفي الآلي الانعكاسي المعروف .

تسمى الآثار التي يحدثها السلوك بالبيئة مدعمات . ومبدأ التدعيم هو أنه إذا كانت نتائج السلوك إيجابية فالمرجح أن يتكرر هذا السلوك، وإن كانت سلبية فالغالب أنه لن يتكرر، ولن تحدث بالتالي عملية التعلم. ويقول العلماء السلوكيون إن هذا المبدأ يحكم الكثير من مواقف حياتنا. فالاستجابة للطفل عندما يبكي بحَمْله ستؤدي لأن يصبح البكاء أسلوب حياة مفضلاً لدى الطفل ، هو من هذا القبيل. وهذا مثال على أن المجتمع قد يدعم أشكالاً شاذة من السلوك. ففي بعض القرى العربية يعتبرون الأهلاس الصادرة عن المجاذيب علامة من علامات الورع تكافأ بالتبرك بمن يسمونهم أولياء صالحين. هذا وعندما نستخدم مبدأ التدعيم بطريقة مناسبة يصبح وسيلة علاجية تساعد على مواجهة كثير من المشكلات الإنسانية وتعديلها.

والآن ما هو التدعيم:

يشير مفهوم التدعيم إلى فعل يؤدي إلى زيادة في حدوث استجابة معينة، أو تكرارها، وذلك مثل كلمات المديح والتشجيع والإثابة المعنوية أو المادية لنمط معين من السلوك. وقد يكون التدعيم إيجابياً أو سلبياً.

فالتدعيم الإيجابي يشير إلى أي فعل أو حادثة يرتبط تقديمها للفرد بزيادة في شيوع السلوك المرغوب . والتدعيم السلبي يتمثل في التوقف عن إظهار مدعم كريه أو منفر عند ظهور السلوك المرغوب . وهو يؤدي بالمثل إلى زيادة في تكرار السلوك المرغوب.مثال ذلك توقف الطفل عن البكاء (تدعيم سلبي) عندما يحمله والداه (سلوك مرغوب) . ويختلف التدعيم السلبي بهذا المعنى عن العقاب لأن العقاب هو إظهار لمنبه منفر، أو توقف عن منبه محبب عند ظهور سلوك غير مرغوب . وبعبارة أخرى، إن هدف العقاب هو التقليل من شيوع السلوك غير المرغوب، بينما هدف التدعيم السلبي هو زيادة شيوع السلوك المرغوب.

الاستخدامات العلاجية للتدعيم :

نطرح مثالاً من شخص ولندعه السيد (س)، وهو مريض فصامي نزيل في أحد عنابر الطب النفسي في المستشفى، اعتاد السيد (س) على سب الآخرين والعاملين في المستشفى، وإزعاج هيئة المستشفى، وإفساد النظام، وتعثرت كل محاولات إصلاحه . وهنا وضع برنامج إصلاحي للسيد (س) مكون من عدة مراحل :

١ - تحديد أنماط السلوك غير المرغوب الصادرة عن المريض .

٢ - تحديد كيفية استجابة المحيط لها (العاملين) .

وحصرت عادات المريض السيئة بالتبول والتبرز على أرض المستشفى، والصياح والسب وإزعاج المرضى والعمال والإلحاح في طلب السجائر . بينما كانت استجابة المحيط لسلوكه غير اللائق بالالتفات والاهتمام .

وثم التفكير في طريقين للعلاج :

أ - تجاهل تصرفات المريض غير المقبولة تماماً، وعدم إظهار الاهتمام بها .

ب - إعطاؤه المدعمات عند ظهور سلوك مقبول اجتماعياً (السجائر مثلاً) .

وبعد يومين قرر العاملون أن المريض قد تحسن إلى حد ما، وبعد /٦/ ستة أيام قرروا أنه تحسن بطريقة حاسمة . لقد تحول السيد (س) في هذه الفترة من شخص أشعث سباب إلى شخص قادر على إرضاء حاجاته الاجتماعية بطريقة ملائمة، وقادر على المساهمة مع العاملين في تنفيذ برنامج علاجه الصحي والنفسي، إن محور علاج هذا المريض هو المبدأ البسيط في نظرية سكنر الذي يقول : «غير البيئة وسيتغير السلوك من خلالها».

إجراءات العلاج السلوكي بطريقة التدعيم وأساليبه:

أولاً: التشخيص.

ثانياً: العلاج .

التشخيص:

١) هو التحديد الدقيق لأنواع السلوك التي نريد تغييرها عن طريق التدعيم الفعال، وهدف المعالج السلوكي هنا أن تحديد سلوك المَرضِي وهو السلوك الذي لا يستريح له الفرد، أو يؤدي إلى نتائج سيئة للفرد أو للآخرين أو لكليهما .

٢) الاهتمام بالظروف المحيطة بتكوين السلوك المريض، فمثلاً إن اكتشفت أن عيباً مرضياً قد بدأ في بداية الالتحاق بالمدرسة نبحث عن الأخطاء التربوية التي ارتكبت في هذه المرحلة .

العلاج : وهنا هدف المعالج السلوكي هو تحديد أنماط السلوك السوي الذي يتجه إليها اهتمام المريض، ومقدار شيوعها أكثر من الأنماط السلوكية الشاذة . ويستعين المعالجون السلوكيون بأساليب متعددة لعلاج تعديل السلوك المرضي .

أساليب التدعيم :

التدعيم الأولي المباشر، يتجه المعالج هنا لإرضاء حاجة أو رغبة بيولوجية هامة في بقاء الإنسان وتكامله مثل تقديم الطعام والشراب .

ولكن استخدام الطعام والشراب كوسيلة تدعيمية عند البشر مسألة إشكالية من الناحية الأخلاقية . ومع ذلك فلا مانع من استخدام تدعيمات أولية ذات طابع كمالي كالسجائر والحلوى .

التدعيم الاجتماعي: وهو شائع ونضرب له مثالاً بعبارات المدح والتقريظ وإبداء الاهتمام نحو الاستجابة المطلوبة . ولهذا التدعيم دور هام في الحياة عموماً، فتقديم المنح الدراسية، وتكريم المتفوقين هو تشجيع للروح العلمية في المجتمع .

ومن المفيد القول إن التدعيم الاجتماعي إن ترافق بمدعمات ملموسة (مكافأة مادية) زادت آثاره التدعيمية . ونذكر حالة لمريض فصامي عزف عن تناول الطعام في المشفى دون سبب واضح حتى صار وزنه /٢٦/ ستاً وعشرين كيلو غراماً . قام المعالج السلوكي بالاهتمام به عندما يتجه للطعام، ويتجاهله عندما يعزف عن الطعام . وبالنتيجة كون المريض عادات غذائية سليمة خلال ما لا يزيد عن خمسة أيام.

متى يكون التدعيم فعالاً ؟

إن الشيء المستخدم للتدعيم يجب أن يكون محبوباً ومرغوباً من قبل الشخص المعني نفسه، وبالتالي فإن المدعمات تختلف من شخص إلى آخر وفق ميوله . وقد أظهرت دراسة أجراها «بريماك» premack أن المدعمات تتعلق بالطبقة الاجتماعية للشخص المتعالج .

ومن العوامل التي تساعد في فاعلية التدعيم سرعة تقديم المدعم (أو التدعيم الفوري). كما تتوقف فاعلية التدعيم على طول المدة التي مرت على الشخص وهو لا يتلقاه. فتقديم السجائر في حالة المريض (س) مثلاً لن يكون مفيداً لو استطاع الحصول عليها من مصادر جانبية . لهذا نستطيع أن نقوي التدعيم باستبعاد المدعم لفترة قبل بدء العلاج .

وأخيراً يعتبر التدعيم المتقطع أكثر فعالية من التدعيم المستمر . ويرى سكنر أن السلوك المكتسب بفعل التدعيم المتقطع يستمر فترة أطول من ذاك المكتسب بتدعيم مستمر . ولا تتعارض فكرة التدعيم المتقطع مع فكرة التدعيم الفوري، فالتدعيم ينبغي أن

يكون متقطعاً وفورياً في آن واحد . أي أننا لا ندعم في كل مرة يحصل فيها السلوك المرغوب، ولكن عندما ندعمه فإننا ندعمه فوراً بعد حصوله .

مشكلات يثيرها استخدام التدعيم في تعديل السلوك البشري :

الآن وقد عرفنا معنى التدعيم وأساليبه، والعوامل التي تزيد من فعاليته نستطيع التحدث عن المشكلات التي يثيرها هذا العلاج بالنسبة للمعالج وللرأي العام أيضاً.

أولاً نجد أن المعالجين السلوكيين كانوا يبدون الاهتمام بتدعيم السلوك المرغوب، وتجاهل غير المرغوب بشتى الوسائل دون النظر لضيق السلوك المدعم، وهل هو نتيجة لشروط سابقة، وهنا يصعب إزالة هذا السلوك عبر تجاهله. أضف إلى ذلك مسألة الفروق الفردية. فالتدعيم الاجتماعي بالمديح قد يؤدي إلى نتائج سلبية عند مصابي الزور (البارانويا)، لأن لفت الانتباه هو هدف هؤلاء المرضى.

قضية أخرى يواجهها المعالجون بالتدعيم تتمثل في مدى إمكانية تعميم ظهور الاستجابة المرغوبة في مواقف الحياة خارج العيادة . فالمريض يتلقى التدعيم في العيادة، أما خارجها فهو بعيد عن هذا الأمر . وهذا ما طرح فكرة العلاج الأساسي القائم على انتقال المعالج إلى وسط الأسرة لمدة أسبوع يستطيع خلاله أن يحول البيئة الأسرية إلى بيئة علاجية للمريض .

إن التدعيم قانون من قوانين الحياة قد يستخدم بحكمة، أو يستخدم بطيش . فما عرضنا له يشير إلى الاستخدامات الحصيفة للتدعيم ، إلا أن هذا السلاح قد يستخدم بشكل جائر من قبل بعض الجهات كالسياسيين مثلاً عندما تدفعهم رغبتهم في ضبط الناس وضبط سلوكهم إلى تدعيم استجابات الخضوع والطاعة يربطونها ببعض الاحتياطات والدوافع العامة. ولعل أول بعد أخلاقي للعلاج السلوكي هو ضرورة أن تكون العلاجات موجهة أساساً لمصلحة المريض. وهذا التزام أخلاقي يفوق أي التزام آخر.

ولعلنا لا نشتط عندما نطلب من المعالج النفسي دائماً أن يتمثل الحكمة: «لا تعامل كائناً بشرياً آخر على أنه وسيلة لغاية من الغايات بل انظر إليه دائماً على أنه غاية في ذاته ولذاته»[1].

(١) إبراهيم، عبد الستار، العلاج النفسي الحديث قوة للإنسان. المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت ١٤٠٠ هـ ١٩٨٠ م (ص ١٧٧).

obeikandl.com