

٧. العلاج الفردي والجماعي

توطئة:

يقف المعالج النفسي في عمله عند الفرد، وعنايته موجهة إليه في النهاية. والفرد حالة متكاملة، ينظر إليها في ماضيها وحاضرها وطموحات مستقبلها.

والمعالج النفسي الذي يستقبل المتعالج يتعامل معه من حيث أنه تكوين فريد، تفاعلت فيه شروط كثيرة ومتنوعة، من تعابير وأنماط سلوك، وإمكانات، ويكون كل ذلك أساساً في سير عملية المعالجة التي يهتم بها. وهو يبدأ بالتعرف على المتعالج، وتكوين علاقة معه يعتمدها في التعرف على ما يشكو منه ذلك الشخص، أو ما يظهر لديه، وإنها ممارسة عدد من الوسائل أو الطرق أو الأساليب التي تنطلق من العلاقة أو الصلة بين الشخصين، وذلك بغية الوصول بذلك الشخص المضطرب نفسياً إلى تعديل في سلوكه، وبدل على أنه تجاوز اضطرابه أو تغلب عليه. مما سبق يمكن القول إن العلاج النفسي بدأ فردياً حيث تضم الجلسة العلاجية المعالج والمتعالج، ثم ظهرت حاجات جديدة، منها ما هو اقتصادي ومنها ما هو علمي دفعت إلى تجريب الأساليب الجماعية في العلاج، ومن ثم الأخذ بها لما توفره من خبرات جعلها تتميز عن طرائق العلاج الفردي.

ولقد غدا من الأساليب الناجحة في العلاج النفسي تنظيم اجتماعات يشارك فيها عدد قليل من المرضى الذين تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم النفسية بحيث ينتفع بدراسة سيكولوجية الجماعات في تبادل الآراء والمناقشة حول المشكلات السلوكية بما يؤدي إلى تعديل نظرة المشاركين في هذه الجماعة إلى الحياة، وبحيث يستفيدون من توجيهات المعالج النفسي الذي يشارك في هذه الاجتماعات بطريقة غير مباشرة في علاج مشكلاتهم الخاصة. وتفيد هذه الطريقة في تخليص المريض من عزله. وفي تفاعله الاجتماعي، يشعر أنه ليس وحده الذي يعاني من الاضطرابات النفسية. بل إنه يشارك مشاركة إيجابية في التأثيرات العلاجية لمشكلته الخاصة ومشكلات زملائه مما يجعل العلاج عملية تعاون بين المعالج والمشاركين في الجماعة العلاجية.

ومعروف أن مقاومة الفرد تقل عندما يوجد وسط الجماعة، ولهذا يكون أكثر قابلية للإيحاء. وأكثر استعداداً للمناقشة التي قد تؤدي إلى تغيير بعض آرائه وأفكاره، ويساعد على

تخفيف مشكلاته النفسية الحادة. كما أنه توجد فرصة في مجال التفاعل مع الجماعة للتفريغ الانفعالي والتعبير عن الشحنات الانفعالية، وكذلك توجد فرصة لتكوين علاقات اجتماعية مما يؤدي إلى الابتعاد عن العزلة والأناية، ويساعد على التوافق الاجتماعي، والتخلص من حالات الخجل والحرج والخوف والمشاعر السلبية الانطوائية. Night.

وتعتبر الجماعة العلاجية مسرحاً يرى فيه المريض نفسه رؤية جديدة، فيصبح على بصيرة بمشكلاته بمقارنتها بمشكلات غيره، مما يساعد على تنازله عن أفكاره الخاطئة ويخفف إحساسه بخطورة حالته، ويزيد عنده الأمل في الشفاء. ويتوقف نجاح العلاج الجماعي على حسن التخطيط والإعداد له من حيث اختيار نوعية أفراد الجماعة وعددهم، والمكان والوقت الذي تستغرقه الاجتماعات العلاجية. هذا بالإضافة إلى إتقان المعالج دوره في العلاج الجماعي، وإدارته للمناقشة، وخلق الجو العلاجي الذي يسوده الفهم والحرية والتقبل والبعد عن التسلط والجمود.

ويعتبر العلاج بالتمثيل «السيكو دراما» نوعاً من أساليب العلاج النفسي الجماعي كما تعتبر الاجتماعات الأسرية، واجتماعات الآباء والمدرسين مجالات مفيدة تطبق فيها أسس العلاج الجماعي لحل المشكلات الأسرية والمشكلات النفسية بين الآباء والأبناء^(١). ونظراً للأهمية البالغة التي بدأ يأخذها العلاج الجماعي، ورغبة منا في تمييزه عن العلاج الفردي الذي نرى وصفاً له في جميع أشكال العلاج النفسي التي تحدثنا، ونتحدث عنها فيما بعد، فقد أفردنا للعلاج الجماعي ما يلي من الصفحات.

المنطلقات في المعالجة النفسية الجماعية:

ظهرت أشكال المعالجة النفسية الجماعية بعد الحرب العالمية الأولى، ونمت نمواً سريعاً ضمن ميادين العلاج النفسي والطب النفسي. والمعالجة النفسية الجماعية ليست كل اجتماع يضم عدداً قليلاً من الأشخاص يتبادلون الرأي في حل مشكلات تخصصهم، أو تخصص واحداً منهم. إنها غير ذلك تخصصاً ونظاماً ومنطلقات. ومن أهم هذه المنطلقات ما يلي:

(١) بركات، محمد خليفة. عيادات العلاج النفسي والصحة النفسية. دار القلم بالكويت ١٩٧٨م (ص ٢٥٠).

- ١- يوفر العلاج الفردي القائم على اجتماع المعالج والمتعالج فرصة التفاعل بين اثنين، أما المعالجة الجماعية فتوفر فرصة تفاعل أوسع لأنها تضم المعالج من جهة، وآخرين من جهة أخرى، يقوم كل منهم بوظيفة تشبه وظيفة المعالج.
- ٢- في حالات العصاب، والسلوك العدوانى، والانحرافات الجنسية، يكون المتعالج قليل القدرة على التعامل مع الآخرين، مما يسبب حدوث الاضطراب النفسى عنده. والمعالجة الجماعية توفر له فرصة التعامل مع الآخرين، وتسهم الجماعة في تكون السلوك الاجتماعى، والشعور بالمسؤولية الاجتماعية والتعاون مع الآخرين. وكثيراً ما تكون هذه المعالجة المنطلق في بناء صداقات تحقق وظيفة مثمرة في المستقبل.
- ٣- توفر المعالجة الجماعية جواً عاطفياً غنياً يتجاوز ما يحققه العلاج الفردي ويلبي حاجات لا يلبيها الاتجاه الفردي في العلاج. ويشعر المتعالج بمحبة الآخرين. إن ظاهرة التحويل المتصل بعواطف المتعالج في العلاج الفردي تكون قليلة الاحتمال في المعالجة الجماعية.
- ٤- تهدف المعالجة النفسية إلى وصول المتعالج إلى تبصر أفضل بذاته وقدراته وسلوكه. وهذا ما يتوفر للمتعالج عندما يقارن نفسه مع الآخرين، ورؤية نجاحاته ونجاحاتهم. ويخدم ذلك في تعزيز السلوك المعدل لديه.
- ٥- توفر المعالجة الجماعية للمتعالج فرصة القيام « بدور ». قد يسهم في قيادة فعاليات الآخرين، وقد يلعب دور الوسيط أو المتحمل لأعباء الآخرين، مما لا يتوافر له في العلاج الفردي.
- ٦- يؤلف الموقف العلاجي في المعالجة المركزة حول المتعالج، يؤلف حافزاً يستثير المتعالج وكذلك الأمر في المعالجة الجماعية حيث تستثير قوة الحفز المتعالج للبحث عن تحليل لحاله، وحل لمشكلاته.
- ٧- توفر المعالجة الجماعية فرصاً للمعالج ليلتحظ لدى المتعالج ما لا يتوافر له في العلاج الفردي. وينطوي واقع المتعالج في المعالجة الجماعية على غنى في المثيرات والاستجابات يفوق ما هو متوافر في العلاج الفردي.
- ٨- توفر المعالجة الجماعية الفرصة لتقديم خدمات علاجية لعدد أكبر من المتعالجين، وتكون عاملاً في توفير الجهد والمال والوقت.

٩- بالرغم من وجود أسس محددة، وتقنيات خاصة بالمعالجة الجماعية إلا أنها **توفر** الفرصة **لتنفيذ تقنيات** تقول بها اتجاهات معالجة أخرى، كالاسترخاء ونقص الحساسية المنظم.

١٠- كما توفر المعالجة الجماعية الفرصة المناسبة ليكون المعالج فرضيات أساسية تلزم في التشخيص والبحث العلمي: إن ما يوفره موقف يضم خمسة متعالجين من هذه الفرص لا تستطيع أن توفره خمسة مواقف يختص كل منها بلقاءين معالج ومتعالج.

أساليب في المعالجة النفسية الجماعية:

تتيح الجماعة الفرصة لتنفيذ أساليب وتقنيات عديدة يمكن أن تمارس في هذا الاتجاه أو ذلك من اتجاهات المعالجة النفسية (كالتحليل النفسي، والمعالجة السلوكية، وتعديل السلوك). أما التقنيات التي تتميز بها المعالجة النفسية الجماعية من حيث هي اتجاه خاص فتتلخص فيما يلي:

١- المنحى التعليمي الموجه:

هذا المنحى يكثر استعماله في معالجة الاضطرابات العقلية. ويلج على التبادل اللفظي العقلي في المناقشة التي يبدها المعالج، وتدور بين أفراد فريق من الذهانين. يقوم المعالج بدور القائد، وقد يلقي محاضرة أو حديثاً أعد إعداداً مناسباً لمشاركة أعضاء الفريق العلاجي. لا تنطوي هذه الطريقة على ضغط ليسهم الأعضاء في المناقشة، ولكن حديث المعالج وسلوكه وشرحه يحفز الأعضاء على الإسهام. استعمل هذا الأسلوب مع عصابيين، وأدخل معه خفض منظم للحساسية، واستعمل في السجون وفي مراكز حجز الأحداث الجانحين ولاسيما أصحاب الأعمار العليا منهم^(١).

٢- المنحى القائم على الإلهام: Inspirational Approach

يقوم هذا المنحى على إنماء شعور بالانتماء إلى فريق ديني أو اجتماعي يعتني بفئات خاصة من المحتاجين للمساعدة، كالتخلص من الإدمان على المسكرات، أو العناية بالمسنين أو المعوقين. تؤدي هذه الجماعة وظيفية الدعم لأشخاص يشعرون أنهم جميعاً «في قارب واحد»، تسيطر عليهم «روح النظام» ويشعرون بالألفة والتساوي في المكانة والتقدير وكأنهم يعيشون في مجتمع متماسك يشبه الأسرة. ويشير قائد الجماعة الحماس بينهم لتبادل

(١) الرفاعي، نعيم. المرجع نفسه ص ١٦٨.

الخبرات التي تتجه نحو التغلب على المشكلات النفسية. استخدم هذا المنحى في حالات معالجة الإدمان. وفي حالات النزوع العدوانى لاسيما بين من أتموا مدة الحجز في السجن أو مراكز الحجز للأحداث.

٣- المنحى القائم على النوادي الاجتماعية العلاجية: Therapeutic social Clubs

هذه النوادي الاجتماعية العلاجية توفر فرصاً خاصة لفئات خاصة من الأشخاص، كالمختلفين عقلياً الذين توفر لهم فرص التأهيل لإنماء مهارات تخدم في تكيف أفضل لديهم وفي العلاقات الاجتماعية وأساهمهم فيها؛ وكبعض الفئات من **المعوقين** الذين توفر لهم فرص **اللقاء، والتدريب، واللعب والدمج الاجتماعي**. **ويتدخل المعالج** أو **المعالجين** تتاح لهم فرص لمواجهة أنواع من سوء التكيف.

٤- المنحى القائم على المناقشة الحرة:

هنا يتبادل الأعضاء الخبرة مع الآخرين، ويسود بينهم التفاعل الحر، وتكون وظيفة المعالج المساعدة في سير المناقشة حول مشكلات الأعضاء. والنتائج هنا تشبه ما يحدث لدى المتعالج الفرد من فهم المشكلة من خلال المناقشة وتحديات الأسئلة وإجابات الأعضاء. ويغلب عند اعتماد هذا المنحى أن يضم عصابيين أو عدوانيين من الراشدين والأحداث.

هذا وإن هناك أشكالاً أخرى للمعالجة الجماعية كالمعالجة النفسية الأسرية، والمعالجة النفسية القائمة على التمثيل المسرحي Psycho drama.