الباب الثاني

استراتيجية التحليل النفسي

obeikandl.com

obeikandl.com

الفصل الثالث

مقدمة في استراتيجية التحليل النفسي.

١ ـ ماذا يعني التحليل النفسي.

٢ ـ نظرية الشخصية في التحليل النفسي.

٣ ـ التقويم والتشخيص في التحليل النفسي.

٤ ـ البحث وطبيعته في استراتيجية التحليل النفسي.

٥ ـ تغير الشخصية والعلاج بالتحليل النفسي.

obeikandl.com

مقدمة في استراتيجية التحليل النفسي

قبل البدء بالحديث عن التحليل النفسي ، يجب أن نذكّر بأن معظم الناس قد سمعوا مصطلحات ترجع إلى التحليل النفسي مثل: فرويد ، واللاشعور ، وعقدة أوديب ، والليبيدو ، والأنا ، والهو ، والأحلام ، ووسائل الدفاع. . . . .إلخ وأن أكثرهم يعرف عن التحليل النفسي أكثر مما يعرف عن النظريات الأخرى في الشخصية وربما يعود السبب في ذلك إلى أن استراتيجية التحليل النفسي كانت قد أثرت في ميادين أخرى عديدة مثل الأدب والفنون والفلسفة. . . . أكثر من غيرها.

١ ـ ماذا يعني التحليل النفسي
what is psychoahalysis

إن للتحليل النفسي معانياً ثلاثة هي: نظرية في الشخصية theory of personality ، وطريقة في البحث approach to research ، وأخيراً طريقة أو تقنية في العلاج النفسي وتغير الشخصية precedure for changing personality.

وقد نشأت وتطورت من قبل سيغموند فرويد sigmmund freud (١٨٥٦ ـ ١٩٣٩) ، وبشكل تدريجي فقد انتشرت وطورت وعُدلت من قبل علماء نفس تحليليين آخرين. وتركز نظرية التحليل النفسي للشخصية على دور: العمليات النفسية الداخلية ، والدوافع اللاشعورية ، والحياة

المبكرة للنمو ولدراسة هذه النقاط الثلاث ، فإن التحليل النفسي يركز على أفكار الشخص وأحلامه ، وأخطائه وتصرفاته المختلفة لمعرفة المعنى الحقيقي لها ومعرفة مغزاها عنده.

إن هذه المعاني للتحليل النفسي (والمقصود النظرية Theory ، والبحث research والتشخيص والعلاج assessment diagnosis and therapy) تكون متوائمة في تقنية التحليل النفسي وإن أساس هذه التقنية يعود إلى فرويد وأفكاره مع بعض الانتشار والتطور الذي أصابها ببعض الجوانب مما أدى للتمييز بين التحليل النفسي الفرويدي Freudians والفرويدية الجديدة New - freudians وسوف نتناول بالحديث بعض هذه الاتجاهات أيضاً.

٢ ـ نظرية التحليل النفسي في الشخصية

Psychoanalytic Personality theory

إن نظرية فرويد في الشخصية هي في الواقع عدة نظريات مترابطة فيما بينها لتشكل كلاً موحَّداً ، لقد عدَّل فرويد أفكاره المتضمنة في النظرية خلال الخمسة والأربعين سنة من عمله منذ منتصف عام ١٨٩٠ حيث تعتبر الفترة المهمة لعمله وبحوثه وذلك بسبب تأثره بنظرية داروين عن النشوء والتطور. فالإنسان يشبه الحيوان بأنه بكل مظاهره يخضع لقوانين النشوء والتطور. وقد توصل داروين لهذه النتيجة عام ١٨٧١. وهكذا فالنظرية التطورية تبين أن الإنسان نشأ وتطور من خلال الانتخاب الطبيعي وقد بين أن كل أشكال الحياة تكون بسبب إرادة البقاء. إن القوى الداخلية اللاشعورية والبدائية أو الأولية تلعب دوراً هاماً في الدافعية الإنسانية. فقد قال شوبنهور وينتشة إن السلوك الإنساني يكون مدفوعاً بعوامل لا شعورية. كما شدد شوبنهور على دور الجنس كغريزة بشرية.

أ ـ مواضيع رئيسية في نظرية التحليل النفسي:

هناك أربعة مفاهيم رئيسية تميز التحليل النفسي وهي: إن السلوك الإنساني مدفوع ومحدد ، وأنه ديناميكي ، ومنظم ، ويتطور. وسوف نوضح هذه المفاهيم.

الطبيعة المحددة والمدفوعة في نظرية التحليل النفسي. يعتقد فرويد أن كل أشكال السلوك محددة deterministic أو مدفوعة ببعض القوى الداخلية في الفرد. وهذا يعني أن كل سلوك له معنى. حتى أبسط أشكال السلوك التي تظهر نتيجة عوامل نفسية لا يدركها الفرد ولا يعيها حتى الأخطاء البسيطة التي تبدو في القراءة والكتابة والمحادثة ، فإنها جميعها تُظهر شيئاً عن حقيقة الشخص وأفكاره الداخلية وشخصيته العميقة.

الطبيعة الدينامية في نظرية التحليل النفسي. الدينامية تعني التغير والتحول الذي يحدث للطاقة في الشخصية. مثل كل النظريات الأخرى للشخصية ، فإن فرويد يعتقد أن الفهم الشامل للشخصية يجب أن يضم الدافعية Motivation التي تحرض سلوك الفرد وأفعاله. لقد سمى فرويد هذه الطاقة الداخلية في الشخصية اسم الطاقة النفسية Psychiocenergy.

الطبيعة المنظمة في نظرية التحليل النفسي. لقد قال فرويد بتنظيم الشخصية وذلك بطريقتين. نظريته الأولى والمبكرة بأن الشخصية تعمل في ثلاثة مستويات من الوعي: الشعور ، وما قبل الشعور ، واللاشعور. وفي وقت لاحق فقد قسمها إلى ثلاث وظائف أو مظاهر رئيسية: الهو Id (وهو الدوافع الأولية ، ودوافع الحصول على اللذة) ، ثم الأنا Ego (الذات العاقلة) ، ثم الأنا الأعلى super ego (وهي القيم العليا للمجتمع والضمير الأخلاقي). ووفقاً لفرويد فإن الغرائز الحيوية الطبيعية (Id) مثل الجوع والجنس والعطش... هي في حالة صراع مع الواقع (Ego) ومع قواعد المجتمع والضمير (super Ego) هذا الصراع conflict يحدد تصرفاتنا وسلوكنا النوعي. ويشدد فرويد على دور الهو واللاشعور في نمو

الشخصية ووظيفتها. بينما يركز العديد من الفرويديين الجدد على دور الشعور والأنا بالسلوك. وبعض الفرويديين المحدثين أيضاً لا يوافق فرويد على أهمية الصراع في فهم الشخصية.

الطبيعة النمائية أو التطورية في نظرية التحليل النفسي. نظرية فرويد نمائية ، إنها نظرية في نمو الشخصية إنه يصف بعض خبرات الطفولة المبكرة بأنها المحددات الأولية للشخصية في مرحلة الرشد. والواقع أنه يعتقد بأن شخصية الراشد قد تحددت في الخمس سنوات الأولى من العمر وأن نمو الشخصية يمر بسياقات محددة بعد الولادة ، وقد وضحها على شكل سلسلة من المراحل سيمر بها كل فرد.

إن كل المحللين النفسيين يركزون على أهمية الخبرات الطفولية ، في حين يركز الفرويديون الجدد على كامل حياة الشخص وعلى الخبرات الحديثة ودروها في شخصية الفرد.

ب ـ القصد والبحث عن المعنى:

إن المحلل النفسي يبحث عن معنى وهدف أي سلوك يقوم به فرد ما. إن البحث عن الدوافع الأساسية ليس خاصاً بالتحليل النفسي فقط. إننا نحكم يومياً على سلوك الناس وغاية هذا السلوك مثلاً «لماذا ساعدني فلان في عملي؟ لأنه يحبني أو لأنه مدين لي بشيء ما؟».

أهمية القصد في السلوك يكون مكتسباً في مرحلة مبكرة في المجتمعات الغربية إن جان بياجيه عالم النفس النمائي السويسري ، قد وجد أن الأطفال في سن السابعة يقيمون الدرجة الدنيا من الخطر (الصدمة) بأنها لا شيء أكثر من إشارة خطر للتجاهل.

من الأهمية بمكان أن نعي مقاصد Intentions وغايات الناس الآخرين في تفاعلهم خلال الحياة اليومية. ونحن نهتم أيضاً بفهم الآخرين وقد نفشل في ذلك. وأحياناً نكون أكثر وضوحاً لغاياتنا. فإذا كان صديقي

مسرعاً ومرَّ بدون أن يلقي التحية ، فإنه سيشرح سلوكه ويفسّره في وقت لاحق عندما يقابلني بأنه لم يكن يقصد ذلك وأنه كان مسرعاً لأنه على موعد ولا يحتمل تأخره. فصديقي يفسر مقصده أكثر من سلوكه. وفي أوقات أخرى ، فإننا قد نكتم مقاصدنا ، فالطالب المتطوع للقيام ببحث إضافي من أجل الصف يأمل أن يظهر جيداً أمام معلمه وربما يقول للمعلم بأنه أكثر اهتماماً بالموضوع.

ربما نصف مقاصدنا وغاياتنا ونعبر عنها للآخرين. وهذا لا يعني أن الآخر سوف يوافق على ذلك فالطالب المجد ربما يبدي اهتماماً قليلاً ببعض مواضيع الفصل ، وهذا يجعل المدرس في حالة شك بدافعية الطالب نحو العمل والإنجاز الجيد. ونحن نستخدم كلمة حقيقة أو بالواقع really للتركيز على صدق مقاصدنا. فهل أنت «حقيقة» تحب الطريقة التي أتبعها أنا؟ إنني أحب فلاناً ، أو هذا الشيء بالدافع. إن نظرية التحليل النفسي تركز على الدافعية والقصد من أجل فهم الشخصية. إن هذه المفاهيم تتعلق بنظريات وتقنيات أخرى أيضاً. ربما لا يعي الناس تماماً مقاصدهم ودوافعهم ، إن من أهم مظاهر شخصية الفرد هو اللاشعور. ولذلك فالسلوك نتاج دوافع لا يعيها الفرد غالباً بشكل كامل.

يتم استنتاج القصد Intention من السلوك نفسه. والناس يختلفون في استعمال السلوك لتقييم العلاقات الشخصية والاجتماعية ، أو الذهاب لأبعد من السلوك وذلك للاستدلال على القصد والغاية.

سوف نبين فيمايلي أهمية القصد والسلوك والتمييز بينهما في حياتنا اليومية خلال علاقاتنا مع الآخرين.

إننا في حياتنا اليومية نتفاعل مع أناس عديدين: البائع ، الصديق ، المعلم ، المدير ، سائق الباص. . . وفي كل علاقة ، نملك توقعات ـ سواء ظاهرة أم ضمنية ـ حول ما سوف يحدث مثلاً ، سائق الباص ، من المفترض (نتوقع) أن يوصلنا للعمل في الوقت المناسب ، والمعلم عليه

وضع العلامات ، والصديق نتوقع منه أن يصغي لمشاكلنا بتعاطف. إن بعض توقعاتنا بعيدة عن الشك (فالمعلمون لا ينسون وضع العلامات) ، بينما توقعات أخرى ليست كذلك (فالأصدقاء ليسوا تواقين لسماع مشاكلنا وفشلنا دائماً). عندما لا تتحقق توقعاتنا عن بعض الأشخاص ، فإن ردود أفعالنا ومشاعرنا حول هذا الشخص تستند إلى مصدرين من المعلومات: سلوك الشخص (ماذا فعل هل فشل في عمله؟) ، ومقصد الشخص أو توجهه (ماذا قصد فعله) افترض أن سائق الباص لم يقف في المكان الذي تريده. إنك سوف تنزعج بسبب التأخير عن الوقت المحدد. كان من الممكن أن يختلف الأمر قليلاً معك لو أن السائق قد «قصد» التوقف. إن قصد السائق وسلوكه في تناقض ونزاع ، ورد فعلك (الانزعاج) كان استناداً إلى سلوك السائق وليس استناداً إلى قصده. إن من المهم أن نلاحظ في هذا المثال أن السائق لم يظهر حالة القصد عنده بالتوقف ، ولكن هذا القصد كان استنتاجاً عقلياً. فالقصد غالباً ما يكون مستنبطاً. أما في المثال التالي فالقصد يكون ظاهراً افترض أنك تقابل صديقك A على الغداء ، متأملاً أن تُخبره بالأحداث المحبطة لك هذا الصباح. قال لك صديقك (A) هذا إنه يريد الإصغاء (القصد) ولكن عليه الخروج مسرعاً (سلوك) للدراسة من أجل فحص مادة الفيزياء بعد الظهر. إنك تثمِّن رغبة صديقك بالإصغاء إليك وتتمنى له التوفيق في امتحانه. هنا ثانية ، قصد الشخص وسلوكه غير متسقين متناقضين ، ولكن بهذا الموقف فإنك قيَّمت اللقاء من خلال القصد (رغبة صديقك بالاستماع إليك) أكثر من سلوكه بالإسراع خارجاً.

أما الطريقة الثالثة من رد الفعل لعدم الاتساق بين القصد والسلوك سنأخذ عاملين بالحسبان ففي المثال السابق ، إذا كان صديقك (A) قد ذهب ليلعب التنس (وليس للدراسة للامتحان) فإنك ستشعر بالضيق لعلاقتك معه عما إذا غادر ليحضر للامتحان فإنك قد فهمت أن صديقك

قد خطط ليلعب التنس ولكن في نفس الوقت ، فكرت بأنه قد أعطى مشاعرك ورغبتك الأولوية العالية فمن خلال فحص كلٍ من السلوك (لعب صديقك للتنس) ومقصده (رغبته بالإصغاء إليك) ، فإنك تنظر للوضع بصورة مختلفة عما إذا كنت قد نظرت لقصده أو لسلوكه فقط .

إن غاية هذا الشرح والتوضيح هي لإشعارك بالدور الذي يلعبه مقاصد الناس وسلوكهم والعلاقة بينهم في علاقاتك الشخصية والاجتماعية اليومية .

٣ ـ القياس والتشخيص التحليلي نفسي
Psychoanalytic Assessment and Diagnosis

تفترض نظرية التحليل النفسي أن أكثر دوافعنا لا شعورية ، وهذا يعني أننا غالباً لا نعرف لماذا نتصرف بهذه الطريقة أو تلك؟ إن من الصعب تقويم الدوافع التي لا نعيها . ولمعرفة هذا التعقيد اسأل نفسك بعض الأسئلة كالتالي : لماذا أنا ذاهب للكلية؟ لماذا أحب (لا أحب) زميل الغرفة؟ لماذا أتمتع بهذا النشاط الذي أفضله؟ (أجوبة هذه الأسئلة ربما تكون واضحة وسريعة . فإذا كان الأمر كذلك أدخل كلمة حقيقةً (بالواقع) really قبل كلمات مثل أذهب ، أحب) .

هل يمكن للناس تجاهل دوافعهم؟ هل يمكنهم أن يكونوا غير واعين أو مخطئين حول مشاعرهم؟ يمكن لفرد ما أن يبدي الجدية حول قدراته . وليس من غير الشائع الافتراض بأن مثل هذا الشخص يعبر عن دعم الثقة بالذات self - confidence ولكن عن الشك الذاتي أو الشك بالذات self - doubt هل هناك أساس لهذه الافتراضات؟ ما هي قيمة وحدود النظر إلى الناس بوضوح وبدقة؟ إن الأجوبة عن هذه الأسئلة حول العمليات اللاشعورية هو ميدان استراتيجية التحليل النفسي ، إن تقويم الشخصية وقياسها من منظور التحليل النفسي يجب أن يكون غير مباشر ، إذا وجب تقويم الظاهرة اللاشعورية ومن الواضح أن ظاهرة اللاشعور لا يمكن

ملاحظتها مباشرة من قبل الآخرين كما أن من غير الممكن للناس وصف دوافعهم ومشاعرهم التي لا يعونها ويدركونها إن القياس التشخيصي في التحليل النفسي يجب أن يكون غير مباشر. وفقاً لنظرية التحليل النفسي ، فإن خواص الشخصية تبدو كمظاهر تعبيرية صريحة مباشرة أو غير مباشرة للدوافع الأساسية الكامنة خلفها underlying drives ونحن عادة نتوقع التعبير المباشر والظاهر ، فالشخص الذي يشعر بالعنف والعدوان ربما يهاجم شخصاً ما لفظياً أو جسدياً. ووفقاً للتحليل النفسي ، فمن المحتمل بنفس الدرجة ، أن تكون الدوافع الأساسية الضمنية معبَّراً عنها بصورة غير مباشرة. العنف والعدوان ربما يكون مقنعاً أو مخفياً ، مثل تجاهل الآخرين ، وربما يخرج العدوان كأمثال الحب والصداقة. إن أكثر الدوافع غير المقبولة اجتماعياً يتم التعبير عنها بشكل غير مباشر إن التعبير غير المباشر يعطي النزعات غير المقبولة مخرجاً بدون قلق أو ذنب مرتبط بالسلوك غير المقبول اجتماعياً.

٤ ـ البحث وطبيعته في التحليل النفسي
Psychoaralytic research

لقد اعتمد فرويد بشكل كامل على طريقة دراسة الحالة case - study فقد جمع معلومات مكثفة عن مرضاه من خلال الممارسة العيادية ، واستخدم الملاحظات الإكلينيكية كمصدر لنظريته في الشخصية والبرهان عليها.

تضم دراسة الحالة في التحليل النفسي أكثر من مجرد وصف مفصل لسلوك المريض أو الموضوع. وقد تم تفسير الملاحظات من قبل فرويد ، وأصبحت هذه التفسيرات والشروحات جزءاً متكاملاً لدراسة الحالة (ستيل ١٩٨٦) . إن أي سلوك يحدث خلال جلسة التحليل يمكن تفسيره وهذه تضم تقارير سلوك المرضى خارج الجلسة ، كما يعتمد المحللون

النفسيون على أحلام المرضى وتفسيراتها وكذلك التداعي الحر ، حيث تعتبر هذه كمصادر قيمة للمواد اللاشعورية التي تصبح شعورية بشكل آخر. كما في الأشكال الرمزية. عادة ما ينتظر المحلل حتى تتكرر الملاحظة في أوقات مختلفة وهكذا حتى يحضر الموضوع قبل تفسيره. إن التفسيرات صادقة جزئياً من خلال درجة قبول المريض لها على أنها حقيقية وصادقة ، وجزئياً فيما إذا أدت إلى تغيرات في السلوك. إن التفسيرات التي يضعها العديد من المحللين بصورة متكررة وتم التأكد من صدقها في السلوك المدروس تصبح مباوئاً للنظرية. يعتقد الفرويديون أن مفاهيم التحليل النفسي يمكن التأكد من مصداقيتها خلال التحليل وتفسيرات المواد التي يتم الحصول عليها من دراسة الحالات. لقد علق فرويد على المحاولة المبكرة لوثوقية وصدق التحليل النفسي من خلال التجارب إن دراسة الحالة ـ أكثر من أية طريقة أخرى ـ تسمح للسيكولوجي بالكشف عن ثراء وتعقيد الشخصية الإنسانية.

إن دراسة الحالة بعد تفسيرها تبقى من الطرق الرئيسية للبحث في تقنية التحليل النفسي ، مع أن الفرويديين المحدثين يستخدمون بشكل متكرر طرائق الترابط والتجريبية لاختبار وفحص فرضياتهم وفرضيات التحليل النفسي الأخرى (Kline 1972, Masling 1983, Fisher, Greenberg1977).

٥ ـ تغير الشخصية أو العلاج النفسي بالتحليل النفسي

Psychoanalytic Personality change or Psychotherapy

إن نظرية الشخصية في استراتيجية التحليل النفسي ، تقويم الشخصية وتشخيصها ، والبحث ، بدأت بمحاولات تغيير الشخصية غير السوية أو علاجها. وحتى اليوم فإن أكثر المحللين النفسيين هم معالجون نفسيون ومعدِّلو الشخصية (Personality changers) أولاً ومنظرون أو واضعو نظرية theorists ، مقومون ومشخصون Assessors and diagnoser ،

وباحثون researchers في الدرجة الثانية.

إن تغيير الشخصية بالتحليل النفسي (العلاج بالتحليل النفسي) يتضمن طرقاً غير مباشرة كما يتم التقويم والقياس في التحليل النفسي. وهذا بسبب كون الصراعات المسببة لمشكلات المريض لا شعورية بشكل رئيسي. علاوة على ذلك ، فإن الهدف الرئيس لتغيير الشخصية أو علاجها بالتحليل النفسي ، هو جعل المريض على وعي بالعمليات والدوافع اللاشعورية ، أي جعل ما هو لا شعوري شعورياً. ويحدث هذا التغيير والعلاج بشكل رئيسي خلال عملية كشف المريض وتفهمه للأسباب والعوامل الأساسية التي تقف خلف سلوكه. وهذا غالباً ما يُرافق بالتفريغ أو التنفيس الانفعالي المكثَّف. وغالباً ما يكشف المرضى في سياق التحليل النفسي ـ بأن دوافعهم تستند إلى مشكلات التكيف الخاصة بمرحلة الطفولة ، والصراعات التي حدثت فيها.

* * *