

ملخص محاضرات مادة الاطر النظرية المفسرة للاضطرابات النفسية

مستوى: السنة أولى ماستر علم النفس العيادي

أولاً: مدرسة التحليل النفسي

تركز مدرسة التحليل النفسي الدينامي في تفسيرها للاضطرابات النفسية على الدينامية الصراعية الموجودة بين مكونات الجهاز النفسي والمتمثل في ثلاث منظومات في بناء الشخصية ونموها ، والتي تساهم الرغبات والدوافع واليات الدفاع في جعلها تحافظ على ديناميتها. بحيث تعمل المنظومات الثلاث بطريقة متكاملة لتشكل معا شخصية الفرد وسلوكه بشقيه السلوك الظاهر والسلوك غير الظاهر والذي يمكن الكشف عنه بطرق غير مباشرة.

وبالرغم على أنها تتضمن نظريات متنوعة، فإن جميع المنظرين من هذا الاتجاه يتفقون على الأهمية المركزية لثالث عمليات هي:

الصراع النفسي، والقلق الناتج عن ذلك، والآليات الدفاعية في تفسير السلوك السوي والمرضي لدى الفرد. يعتبر فرويد Freud المؤسس الفعلي لمدرسة التحليل النفسي، وواضع أهم المبادئ الأساسية ، وأهمها:

1- الحتمية النفسية؛

2- تعمل القوى النفسية بشكل لا شعور؛

3- أهمية الخبرات المبكرة في الطفولة والتي تشكل القوى النفسية للفرد؛

يفسر فريد المرض النفسي بناءاً العوامل النفسية التي تحدد ماهية الشخصية وتسبب الامراض العصابية وهو الصراع بين مكونات الشخصية (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) كما يؤكد فرويد على القلق كمتغير قوي في ظهور الاضطرابات وأن هناك ثلاث أنواع من القلق هي:

1- القلق الواقعي؛

2- القلق الأخلاقي؛

3- القلق العصابي

وميز فرويد بين القلق العصابي الذي ينشأ من خطر كامن في الدوافع الغريزية الفطرية عند الفرد ولا يدرك الانسان مصدره وبين القلق الموضوعي الذي يكون مصدره كامناً في العالم الخارجي وينشأ بسبب شعور الفرد بضعفه وعجزه تجاه أخطار العالم.

ومع تطور البحوث النفسية التحليلية ظهرت بعض الاختلافات في وجهات النظر بين منظريها .

الفرويديون الجدد:

1- أدلر:

يعتبر أدلر أن العصاب ينشأ من خطأ الفرد في إدراك وتفسير بيئته، وأن أسباب العصاب ترجع إلى خبرات الطفولة وخاصة تلك التي تتعلق بالعلاقات المضطربة داخل الأسرة، ويعتقد أدلر أن الدافع الأساسي للشخص هو الكفاح من أجل التفوق كتعويض عن مشاعر الدونية.

أشار أدلر ايضاً إلى أهمية الاتجاهات الوالدية التي تشكل أسلوب الحياة لدى الطفل وقسم هذه الاتجاهات إلى ثلاث:

1- اتجاه الحماية الزائدة؛

2- اتجاه الإهمال الزائد؛

3- اتجاه السيطرة الزائدة.

2- يونج:

أدخل يونج مفهوم الانطواء - الانبساط مشيراً إلى أن الليبيدو عند الانبساطيين يتجه إلى الخارج وبالتالي يستجيبون موضوعياً للعالم الواقعي، بينما يرتد الليبيدو عند الاطوائيين إلى الداخل ويميلون إلى الحياة في عالم الخيال.

3- كارن هورني:

الصراع بالنسبة لهورني مصدره الاوضاع والظروف الاجتماعية، والعصابي - حسب هورني - شخص عانى مشكلات خطيرة أسهمت البيئة الثقافية في تكوينها أثناء الطفولة ولم يتم حلها بشكل مقنع.

وحددت هورني حاجات تم اكتسابها نتيجة لمحاولة التعامل مع العلاقات الانسانية المضطربة، وأطلقت عليها صفة العصابية على اعتبار تلك الحاجات حلولاً غير عقلانية للمشكلات التي يواجهها الفرد وقد تؤدي إلى خلق مزيد من المشكلات، وقامت هورني بجمع تلك الحاجات في ثلاث حاجات عصابية رئيسية هي:

1- الحاجة العصابية الاولى تتمثل في التوجه المرضي نحو اكتساب الحب والتقبل الاجتماعي ؛

2- الحاجة العصابية الثانية وتتمثل في التوجه المرضي بعيداً عن الناس سعياً وراء الاستقلال ؛

3- الحاجة العصابية الثالثة وتتمثل في التوجه العصابي ضد الناس وضد المجتمع .

كما ترى هورني أن القلق هو أساس العصاب وتعتبر أن خبرات الطفولة العنيفة شرط لازم وضروري لتكون العصاب.

4- فروم:

يرى فروم أن العصاب أحد مظاهر الفشل الاخلاقي، وأن المرض العصابي يكون في كثير من الحالات تعبير عن نزاع أخلاقي، وأن القلق هو نتاج ضغوط ثقافية وبيئية، كما أن المجتمع مسؤول عن كثير من الاضطرابات النفسية.

وأشار فروم إلى وجود أربع حاجات ضرورية للفرد يسعى لإشباعها حتى يشعر بالتوافق وهذه الحاجات هي:

1- الحاجة إلى الانتماء الاجتماعي؛

2- الحاجة إلى التعالي والشموخ؛

3- الحاجة إلى الهوية؛

4- الحاجة إلى الانضباط الاجتماعي.

5- سوليفان:

اعتبر سوليفان مفهوم القلق مفهوما رئيسيا ومهما وهو أساس كل من العصاب والذهان وهو ناتج عن علاقات الشخصية مع الآخرين ونظر سوليفان للقلق على أنه شعور أو انفعال مؤلم قد يكون مصدره الحاجات العضوية أو فقدان الأمن الاجتماعي، وأكد على أن القلق يمكن وصفه وملاحظته من خلال المظاهر الجسمية أو بقياس التغيرات الفسيولوجية التي تشير إلى وجوده.

ثانيا: المدرسة السلوكية:

ينظر الاتجاه السلوكي للاضطراب على أنه نتاج للتاريخ التعليمي للفرد، وتعتبر العوامل الفسيولوجية ذات أهمية ثانوية في معظم الحالات دون إغفالها، وحسب هذا النموذج فإن الاستجابات التي يكتسبها الفرد هي التي ينشأ عنها مشكلات بحيث ينبغي تغييرها، والسلوك السوي يتم تعلمه واكتسابه وفقا لنفس آلية اكتساب السلوك السوي لكن الظروف البيئية هي التي تؤدي إلى اكتساب السلوك السوي أو اللاسوي.

ويعتقد "سكينر" أن السلوك يمكن تفسيره بالعوامل الوراثية والعوامل البيئية مؤكدا على أهمية دور الخبرة خاصة ما يتعلق منها بمبادئ الاشتراط البسيط مثل التعزيز والتمييز والانطفاء.

كما يعتقد "سكينر" أن الانسان يمتلك الطاقة الايجابية والطاقة السلبية ولم يهتم ببنية الشخصية بل كان مهتما بالتأكيد على تغيير السلوك وتعديله وكيفية حدوث ذلك .

1- مفاهيم وافتراضات المدرسة السلوكية:

تقوم المدرسة السلوكية كما افترضها واطسن على عدة مسلمات أساسية أهمها:

***الحتمية** : وتعني السببية المطلقة للسلوك، في هذه النظرية السلوك نتيجة حتمية للمثيرات البيئية .

***العلمية :** وتعني أن الأسلوب العلمي - كالملاحظة والتجريب - هو الأسلوب الوحيد الذي يجب أن تتم به دراسة السلوك ليكون علم النفس علما طبيعيا.

***الاختزالية :** تعني أن أي سلوك مركب يمكن اختزاله (تحليله) إلى عناصره الأولية

وعلى ضوء النظرية السلوكية: فان:

- السلوكات السوية والسلوكات اللاسوية تكتسب وتبقى بنفس الميكانيزمات حسب القانون العام للتعلم.
- السلوكيون ينفون وجود حياة نفسية وتأثيراتها على سلوكياتنا والباحث في علم النفس السلوكي يسعى أساسا إلى البحث في:

1-عدد تكرار السلوك.

2-مدة تكرار السلوك.

3-شدة حدوث السلوك.

4-المنبهات (الأساسية المحايدة).

5-النتائج (التأثير المحيطي على السلوك)

- أفضل منهجية يجب الاعتماد عليها هي الملاحظة الدقيقة وإذا تعذرت علينا الملاحظة الطبيعية نلجأ إلى الملاحظة التجريبية في المختبر.

كما ان العلاج السلوكي ركز على تحليل سلوك الفرد الظاهري لتحديد عوامله ومكوناته الاساسية الايجابية والسلبية على السواء، ثم حصر مسببات أو مثيرات السلوك السلبي والتي يطلق عليها عادة المنبهات ومعالجتها تدريجيا حتى يصل المعالج النفسي إلى مرحلة يضبط فيها لدرجة ملحوظة السلوك السلبي، ومكونا في الوقت نفسه لدى الفرد بديلا إيجابيا له.

وقد حدد أصحاب وجهة النظر السلوكية في العلاج النفسي عددا من الخصائص التي تميز طريقتهم في العلاج وتمثلت في الآتي:

- معظم السلوك الانساني متعلم ومكتسب وعليه فالسلوك المرضي هو سلوك متعلم ومكتسب.

- يكتسب الفرد سلوكياته نتيجة التعرض المتكرر للخبرات التي تؤدي إليه، ومن ثم يحدث ارتباط شرطي بين هذه الخبرات وبين هذا السلوك.

- تمثل العناصر السلوكية المضطربة نسبة معينة من السلوك الكلي للفرد تزداد أو تنقص بين الافراد.

- السلوك المضطرب يمكن تعديله.

ثالثا: المدرسة المعرفية

1- تعريف المدرسة المعرفية :

هي اتجاه حديث في علم النفس يفسر السلوك الإنساني من خلال عملية التعلم بمختلف مراحلها المعرفية (الانتباه، الادراك، التخيل، التفكير، التذكر، معالجة المعلومات، حل المشكلات، اتخاذ القرارات). يعترف الاتجاه المعرفي بكل من التأثيرات الحيوية البيولوجية، والنفسية، والبيئية على الفرد خاصة البيئة الاجتماعية، بالإضافة لذلك لا يغفل أهمية المشاعر والخبرات الشخصية في تكيف الانسان.

وحسب (Holms,2001) فإن الكثير من الاضطرابات النفسية تنتج عن الأخطاء أو التحيزات في التفكير، ويرى المعرفيون أن هناك أربع مصادر رئيسية من القصور المعرفي ترتبط بظهور الاضطرابات النفسية وهي:

1- نقص المعلومات وقصور الخبرة في حل المشكلات؛

2- أساليب التفكير وما تنطوي عليه من أخطاء كالتعميم والتطرف؛

3- ما يحمله الفرد من أفكار ومعتقدات عن نفسه وعن الآخرين والمواقف التي يتفاعل معها؛

4- التوقعات السلبية.

1- آرون بيك:

وضع بيك نظرية متكاملة لتفسير الاضطرابات الانفعالية بصفة عامة والاكتئاب بصفة خاصة في ضوء المعتقدات السلبية التي يحملها المريض عن نفسه وعن العالم الخارجي والمستقبل.

يرى " بيك " أن الناس يستجيبون للأحداث انطلاقاً من المعاني التي يعطونها لها، هذه الاستجابات تؤدي إلى ردود فعل انفعالية متباينة للموقف الواحد باختلاف الأشخاص، بل ومن الشخص الواحد نفسه في أوقات مختلفة.

قدم بيك قائمة من المبادئ المعرفية التي تفسر الاضطراب النفسي وخاصة الاكتئاب منها:

- التعميم السلبي الشديد؛
- التوقعات الكوارثية؛
- الكل أو لا شيء؛
- قراءة أفكار الآخرين سلبيًا؛
- المقارنة؛
- التجريد الانتقائي؛
- التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية؛
- تحميل الفرد نفسه مسؤوليات غير حقيقية عن الفشل؛
- النزعة إلى الكمال؛
- ربط احترام الشخص وتقديره لذاته بعوامل خارجية.

2- سيليجمان:

يرى "سيليجمان" أن المكتئبين يشعرون بالعجز لأنهم لا يستطيعون السيطرة على الأحداث في حياتهم.

3- أبرامسون وزملاؤه:

ادخل أبرامسون تعديلات على نظرية سيليجمان أطلق عليها نظرية اليأس، أشار فيها إلى أن الاكتئاب لا يعتمد على الاعتقاد بأن هناك نقصاً في السيطرة على الأحداث فحسب وإنما الاعتقاد بأن الأحداث

السلبية سوف تستمر أو تعود مرة أخرى، وعندما يتمسك الشخص بهذين النوعين من التوقعات أو الاعتقادات فإنه يشعر باليأس ويصبح هذا الأخير السبب المباشر للاكتئاب.

4- ألبرت إليس:

في نظريته العقلانية الانفعالية أشار إليس (Ellis) إلى أن أفكار الانسان هي التي تؤثر في مشاعره، وبرى أن للبشر نزعات فطرية للصراع الداخلي وبالإضافة لذلك يتأثرون بالعائلة والثقافة، وأن لديهم استعداد فطري وميل مكتسب لأن يكونوا عقلانيين أو غير عقلانيين، وأن البيئة تساعد الافراد في مرحلة طفولتهم لتكوين الأفكار غير العقلانية

الأفكار غير العقلانية التي تؤدي إلى انتشار العصاب حسب إليس:

أوضح إليس مجموعة الأفكار غير العقلانية وغير ذات معنى الأكثر شيوعاً والتي تؤدي بالضرورة الى انتشار العصاب وهي:

- 1- من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومقبولاً اجتماعياً من المحيطين به؛
- 2- يجب أن يكون الفرد على درجة كبيرة من الكفاية والمنافسة والإنجاز لدرجة الكمال حتى يكون ذا أهمية وقيمة؛
- 3- بعض الناس يتصفون بالشر والندالة والخسة والجبن، لذا يجب تأنيبهم ولومهم ومعاقبتهم؛
- 4- إنه لمصيبة فادحة أن تسير الأمور على عكس ما يريد الفرد؛
- 5- تظهر التعاسة عند الفرد بفعل العوامل الخارجية، والتي ليس بمقدوره السيطرة عليها؛
- 6- الأشياء الخطيرة أو المخيفة هي أسباب الهم الكبير والانشغال الدائم في التفكير، وينبغي أن يتوقع الفرد احتمال حدوثها دائماً، وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهةها والتعامل معها؛
- 7- من الأسهل على الفرد أن يتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلاً من أن يواجهها،
- 8- يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه؛
- 9- تحدد الخبرات والأحداث الماضية السلوك الحاضر، والمؤثرات الماضية لا يمكن تجاهلها أو محو تأثيرها؛
- 10- ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات؛

11 - هناك دائماً حل كامل وصحيح يجب التوصل إليه لكل مشكلة، وإلا ستكون النتائج خطيرة.