الإربعـــــــاء 22-10-2008

418- تحريـــــك الوعـــــــى بمـــــا لـــم نتوقـــــع!!

"لـو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت ....."

خلال خَمْس حلقات متتالية أتيحت لنا الفرصة أن نطرق باب عدة فروض وملاحظات وانطباعات تصب كلها فى أملنا فى تنشيط التفكير النقدى وتحريك الوعى، ومن ذلك:

(1) إن المرض النفسى "كخبرة"، وليس فقط كعلامات وأعراض لم تُدرس بطريقة كاشفة كافية.

(2) إن التعلّم من المرض النفسى هو ثروة بلا حدود: لمن يريد أن يعرف أكثر عن ماهية المريض، وماهية نَفْسِهِ كمعالج فى أى مرحلة من النضج، وماهية الإنسان وماهية الحياة على مسار التطور أو غير ذلك.

(3) إن العلاج الجمعى خاصة فى تركيزه على الـ "هنا والآن"، كما يجرى فى التجربة المتاحة فى (قصر العينى) كمثال، هو أمر آخر غير ما شاع عن كلٍّ من التحليل النفسى، ومعظم ما يسمى العلاج النفسى، وفى نفس الوقت هو لا ينفصل عن سائر أنواع العلاجات فى تكامل هادف متضفر ما أمكن ذلك.

(4) أن ما يسمى الذهان (المرض العقلى، وبالذات الفصام) هو الأقرب إلى تمثيل ما هو مرض نفسى فى هذه التجربة على وجه الخصوص، على مستويات مختلفة.

(5) إن تجربة الفصامى فى العلاج الجمعى هى إثراء خاص لمجموعة العلاج النفسى، كما أنها إضافة متجددة للمعالج الأكبر والأصغر على حد سواء.

(6) إن التدريب المنظم المُلزم الملتزم يشمل تغيرا فى المعالجين يواكب التغير الحادث والمأمول فى المرضى، وليس فقط اكتساب مهارات مهنية مفيدة.

(7) إن الخبرة التى يكتسبها المتدرب (والمدرب) لا يمكن تحديدها مُسبقاً، كذلك التغير المحتمل الذى يحدث لهما وفيهما، وهو ما أشارت إليه اللعبة هنا بكلمة "الموضوع".

(8) إن هذه الخبرة التى لم يكن يمكن تحديدها ابتداء بكلمات شارحة كافية هى إيجابية غالبا، برغم ما يحيط بها من حتم المخاطرة، وبطرق باب المجهول مهما بدا مهدِّداً.

(9) إن مثل هذه خبرة المعيشة هى الأصل فى طرق التربية الصحيحة (بما فى ذلك العلاج كإعادة تربية وتأهيل).

(10) إن توصيل هذه الخبرة إلى من لم يعايشها فى خطوط عريضة واحتمالات قائمة، هو ممكن من حيث المبدأ، لكن يستحيل أن تنتقل بما هى إلا بممارسة حياتية مباشرة، لهذا النوع من التفاعل أو لما يماثله أو يوازيه بشكل أو بآخر.

(11) إن "الأصغر" أقدر على خوض مثل هذه التجارب، وهو أيضا الأقدر على تلقى معالم هذه الخبرة، ولو بقدر بسيط، لكنه حقيقى قابل للتنمية فى ظروف ملائمة.

(12) إن المشاركة عن بعد هى مفيدة بدرجة أكبر من مجرد التلقى الصامت.

(13) إنه بعيدا عن خبرة العلاج الجمعى، يمكن أن يتم إثراء حركية الوعى البشرى بطرق متنوعة هى شكل من "الإبداع" (النمائى) الذى لابد يختلف تعريفه عن التعريفات الشائعة لما هو "إبداع".

(14) إن التغير يحدث بالرغم منا إذا ما أتيحت لنا خبرات نشطة سواء كان هذا التغير مرصودا على المستوى الشعورى الفكرى لصاحبه أو لمن حوله أم لا.

(15) إننا نعيش عدأد من "المواضيع" بعدد من الطرق "كده"!!، أكثر مما نتصور، وأشمل مما يتاح لنا معرفته من خلال تعريفات جامعة مانعة أو ألفاظ مغلقة لامعة، لما نتصور أننا نعيشه تحديداً.

(16) إن تراكم الخبرات يتم حتى يصل إلى عتبة تغير نوعى هو مؤشر دال مهما بلغت ضآلته وبعده عن الوعى الظاهر.

(17) إن الإسراع بالتفسير والتأويل ابتداءً هو أمر معطل - وقد يكون مشوِّها - للخبرة بشكل أو بآخر.

(18) إننا نفتقر إلى التفكير النقدى الذى هو أصل العملية الإبداعية (بما فى ذلك ما أسميه نقد النصّ البشرى).

(19) إن بعد الزمن ككيان "ماثل" هو أبعد عن طريقة تعاملنا مع الزمن العادى= الوقت التتابعى الطولى.

(20) إن الوحدة المتناهية الصغر فى ما هو "زمن" هى شديدة الأهمية برغم أنها ليست فى متناول الوعى الظاهر طول الوقت.

(21) إن الألفاظ التى نخنقها فى مضامينها الشائعة الساكنة لنا (مثل لفظ "الموضوع" أو لفظ "كده" كما جاء فى اللعبة) لها استقلاليتها الرائعة، فهى يمكن أن تغوص فينا

إلى أعماق بداخلنا لا نعرفها، لتنشّط خبرات نتصور أننا لم نرصدها فى ظاهر الوعى، مع أنها جزء لا يتجزأ من تكويننا المتجدد (حتى لو أنكرنا تجدده أو ألغيناه أولا بأول) وهذا هو بعض ما تقوم به الألعاب التى تعرض فى هذه النشرة تحديدا.

إيقاف:

يا خبر وصلت إلى رقم (21) ولم أنتهِ من الملاحظات والانطباعات العامة!!

لم أبدأ بعد فى النظر فى أى من الخمس حلقات للتعقيب الشامل، أو مناقشة أى من هذه الانطباعات أو الفروض.

أستأذنكم استئذان:

أكتفى باقتطاف فقرات محدودة واستجابات دالة، سبق أن وردت فى الإستجابات قيد البحث دعونا نفكر فيها معا حتى نعود فى الأسبوع القادم، إن لم تقفز الينا لعبة جديدة تفرض نفسها ولعلنا أشرنا إليها سابقا وهى:

"ياه .. دانا خايف افرح بجقيقى لحسْن..."

ثم الحقناها بعد ذلك بلعبة مكملة تقول:

"ياه .. دانا خايف أحزن بجقيقى لحسْن..."

يا ترى ماذا ستجرجر وراءها كلمة "بجقيقى هذه؟".

ننتظر لنرى:

المقتطفات من الحلقات الخمسة

<u>أولاً: من الحلقة الأولى:</u>

إن التقييم الموضوعى الكامل لنتائج العلاج الجمعى، أو أى علاج مريض نفسى، هو أمر يكاد يكون مستحيلا. من السهل أن مريضا يرى أشباحا فيأخذ حقنة قوية (من التى هى) فلا يعود يرى أشباحا، لكن ماذا جرى بالضبط، وعلى حساب ماذا؟ وإلى أين ؟ فهذا شأن آخر.

..... إن النتائج القابلة للتحديد هى النتائج الكمية، ولعلها تكون فى المسيرة الإنسانية أقل النتائج أهمية، أما النتائج الكيفية (النوعية) فيصعب تصنيفها كما يصعب توصيفها، يمكنك أن تقول إن درجة الاكتئاب أصبحت أقل، أو أن عملية التفكير ترابطت أكثر، لكن لا يمكنك أن تجزم إن كان هذا الإنسان المريض قد استعاد توازنه بطريقة تتيح له استكمال مسيرة نموه بقية حياته أم لا، ولا أن تحسم ما إذا كان قد أصبح أقدر على التعامل مع متغيرات الحياة بصدر أرحب، ووعى أشمل، ونقد أكثر فاعلية يحميه من تعطل لاحق أو انسداد طريق، أم لا.

*****

ثانياً: من الحلقة الثانية:

عن هانيا....

وأعراضها ذهانية صريحة، وبالذات بالنسبة لوجود هلوسات سمعية واضحة ومحددة، ولها تاريخ طويل مع مرضها، وقبل مرضها، ومن بين ذلك انسحابها فترة ليست قصيرة نحو الرهبنة، ثم عودتها لعملها، وقد احتوتها المجموعة بالقبول والاعتراف والاحترام وعدم التسرع في التخلص من هلوساتها، ولا حتى بالتعامل مع هذه الهلاوس على أنها خيالات مصنوعة، وقد استجابت هانيا لذلك بمواصلة اللّم وتعميق البصيرة بشكل أفادها وأفاد معظم أفراد المجموعة، وكانت علاقتها بالمعالج الرئيسى واضحة الإيجابية ربما لصعوبة حالتها التى قبلها المعالج الرئيسى، فالمجموعة، بكل تحدياتها، فوصلتها الرسالة، فواصلت طريقها إيجابا لها وللمجموعة حتى النهاية.

*****

ثالثا: من الحلقة الثالثة:

د.شريف: يا مديحة أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده **كنت استنّيت شوية**

د.شريف: (مخاطبا نفسه) يا "شريف" أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده **كنت حاكّمل برضه**

د.يحيي: يا هانيا أنا لو كنت اعرف ان الموضوع كده **كنت شكرتك بحد اكتر ما شكرتك**

د.يحيي: يا فايقة أنا لو كنت اعرف ان الموضوع كده **كنت اتعلمت منك اكتر واكتر**

*****

رابعاً: من الحلقة الرابعة:

رفيعة: يا دكتور يحيى أنا لو كنت اعرف إن الموضوع كده **كنت غرت حاجات كتر**

رفيعة: يا فايقة أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده **ماكنتش جيت**

رفيعة: (تخاطب نفسها) يا رفيعة أنا لو كنت اعرف إن الموضوع كده **كنت قتلتك**

*****

مديحة: يا دكتور يحيى أنا لو كنت اعرف ان الموضوع كده **كنت اتمنيت اشوفك من زما**

مديحة: يا محمود انا لو كنت اعرف ان الموضوع **كده كنت أكيد حافرح لك**

*****

أسماء: يا دكتور يحيي لو كنت اعرف ان الموضوع كده **ما كنتش جيت**

أسماء: يا أسماء لو كنت عارفه ان الموضوع كده **كنت قتلتك تاني**

أسماء: يا رفيعة أنا لو كنت اعرف ان الموضوع كده **ماكنتش عشت لحد النهاردة**

*****

هانيا: يا دكتور شريف لو كنت اعرف ان الموضوع كده **كنت جيت بدرى شوية**

هانيا: (مخاطبة نفسها) يا هانيا لو كنت اعرف ان الموضوع كده **ما كنتش اتجننتى**

*****

من الحلقة الخامسة:

(1) د. شوقى منصور

يا دكتور يحيى لو إني أعرف إن الموضوع كده كنت **احترت واترعبت.**

*****

(2) د. أميمة رفعت

- أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده ...

حاولت أن أكملها و أنا أتذكر عملى بالمعمورة (قبل و بعد) فلم يأتنى شيء. ولكن ما جاءنى بتلقائية وفجأة هو :

- أنا لو كنت أعرف ان الموضوع كدا ..كنت **كررتها مرات ومرات.**

*****

(3) د. وليد طلعت

- يا د. يحيى .. لو كنت أعرف ان الموضوع كده **ماكنتش ضيعت من عمرى الوقت ده كله ..**

- يا وليد (لنفسه) لو كنت أعرف ان الموضوع كده .. **ماكنتش استسلمت لهروبك .**

*****

(4) د. نعمات على

– يا (.....) لو كنت أعرف أن الموضوع كده كنت **وثقت فيك من زمان.**

– يا (.....) لو كنت أعرف أن الموضوع كده كنت **مش جرحتك.**

– يا (.....) لو كنت أعرف أن الموضوع كده كنت **لازم آخذ موقف.**

– يا نعمات لو كنت أعرف أن الموضوع كده كنت **ما عملتش اللى أنا عملته.**

*****

(5) د. محمود حجازى

– لو كنت أعرف أن الموضوع كده كنت **أختارته برضه.**

*****

(6) د. أسامة فيكتور

– لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **ألعبها على مهلى واحدة واحدة**

*****

(7) أ. إيمان عبد اللطيف

– لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **بذلت مجهود أكبر.**

– لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **بدأت من زمان.**

*****

(9) أ. هالة نمّر

– أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **ما عملتش غير كده**

– أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **ابتديت قبل كده**

*****

(10) أ. منى أحمد فؤاد

"لو كنت عارفة إن الموضوع كده... **كنت حسبتها صح ومش عارفة كنت ها أكمل ولا لأ...".**

– لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **ساعدتك على انك ترفض.**

– لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **قربت لك من زمان.**

*****

(11) أ. هالة حمدى البسيونى

– يا (منى) أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت **فكرت ألف مرة.**

– يا (عَلِيا) أنا لو كنت أعرف إن الموضوع كده كنت حابعد بعيد.

*****

(12) أ. إيناس

– انا لو كونت اعرف ان الموضوع كدة مكنتش ضيعت وقت من زمن.

*****

(14) د. محمد شحاته

لو كنت عارف أن الموضوع كده:

– فى الحياة: كنت سبتنى أعيش.

– فى الموت: ما كنتش حبيت حد عشان ما أفارقهوش.

– فى الدراسة: كنت أخذت دروس فى الكلية عشان أفهم لإنى ما فهمتش حاجة من المحاضرات.

– فى العمل: كنت ريّحت نفسى و... (بعدين)

– فى علاقتى بربنا: كنت سلمت من زمان.

– فى علاقتى بنفسى: ما كنتش وافقت من الأول.

*****

(15) أ. جاكلين عادل

– "لو كنت عارف إن الموضوع كده، كنت لحقت نفسى، وبذلت مجهود أكبر".

*****

وبعد

– هل لاحظت ثراء استجابات أصدقاء الموقع، وكيف أنها لم تتعلق – بالضرورة – بخبرة العلاج الجمعى، فكانت أكثر تنوعا وإثارة؟

– هل لاحظت أيضا احتمال عدم تحديد "الموضوع"، وأن ذلك لم يمنع الاستجابة الدالة.

وإلى تعقيب آخر، أو فى انتظار النصح بعدم التعقيب، أرجو أن استنير برأيكم.