**مبادئ الفحص النفسي**

1. **الفردانية**

يتميز التشخيص النفسي بفردانية الفرد في التشخيص و العلاج في الممارسة العيادية وفي البحث والاستسقاء في البحوث العلمية، وتعني الفردانية :"تشكل الفرد موضوع الدراسة من حيث فهم الظاهرة المدروسة ،فالفرد يختلف عن الآخرين من حيث تمثلاته المعرفية وخبراته ومشاعره وأحاسيسه،وتساعد تاريخ الحالة على فهم خصوصية الحالة .

**2, الإصغاء (الإنصات)**

ينبغي أن ينصب الاهتمام الدائم للمختص النفسي أثناء المقابلة على تشجيع التعبير الحر للعميل الى أقصى حد ممكن ، وأن لا يكون المختص النفسي على عجلة من أمره أو ملحا ، وان يساعد الحالة في التعبير عن نفسه دون أن يبدو موجها وان يتميز المختص النفسي بالإصغاء النشط

والذي يتميز ب:

* قبول الأفكار والمشاعر التي تتوافق دائما مع معتقداته وقيمه ومحاولة فهمها
* الانتباه الى كل الاشارات اللفظية والغير لفظية
* مساعدة العميل على التفكير بالحلول لمشاكله
* مساعدة العميل على التعبير بواسطة اعادة صياغة كلامه دون تغيير المعنى
* تلخيص كلام العميل في أفكار.

وهناك اربع مهارات للاصغاء وهي :

* 1. مهارة الاستيضاح : تشير الى السؤال الذي يتلو رسالة العميل الغامضة :

"هل تقصد .....؟"،" هل تقول.......؟". مع اعادة صياغة دجانب من رسالة العميل او كل رسالته .بشكل آخر يطلب المختص من العميل أن يوضح بعض الكلمات أو العبارات بشكل اكبر وعليه التحقق من مثل هذه الرسائل حتى تصبح صريحة وخالية من الغموض،وتثبت دقة ادراكات العميل.

* 1. مهارة اعادة الصياغة :وتشمل الانتباه الانتقائي الموجه للجانب المعرفيمن رسالة العميل وترجمة ـأفكاره في كلمات تقود الى المزيد من النقاش أو حث العميل على التوسع في الحديث.

عند استخدام مهارة اعادة الصياغة لابد من مراعاة جنس والمستوى الثقافي والتعليمي للعميل وعدم السخرية أو ابداء الرأي أو موقف المختص.

مثال :

العميل: أنا أعلم أن المشكلة الذي أعاني منها سببت لي حالة من الياس والاجباط.

المختص : معنى دلك أنك تعلم ان المشكلة ولدت لديك حالة الياس والاحباط التي تعاني منها حاليا.

* 1. مهارة عكس المشاعر: في مهارة اعادة الصياغة يتم التركيز على المحتوى المعرفي بينما في مهارة عكس المشاعر نركز على المحتوى الوجداني.

وفيما يلي تحديد الفرق بينهما:

العميل: ان كل شي قد اختلف معي،الحياة تضيق أمامي ،لقد انفض مني الاصدقاء،حتى المال لم يعد مني منه شيء.

المعالج(اعادة الصياغة) : مع ذهاب الاصدقاء ، وضياع المال،ليس أمامك شيء يمكنك القيام به الآن.

المعالج(عكس المشاعر) : انك تشعر بالضجر بسبب الظروف التي تمر بها الآن.

مثال آخر:

العميل : أنا لا استطيع أن آخذ اختبارات ، انني أكون قلقا جدا، ولا يكون أدائي مناسبا مع ما بذلت من جهود؟

في هده الرسالة: الوجدان: القلق،الموقف أداء الامتحان.

المختص(في عكس المشاعر) : انت تشعر انك مشدود كلما اخذت اختبارا.

4.مهارة التلخيص: محموعة من التعبيرات والانعكاسات تكشف مايريد العميل أن يوصله للمعالج.وتجمع هده المهارة المهارات السابقة وتتطلب انتباه شديد وتركيز على رسائل العميل الشفوية والغير شفوية . وتهدف مهارة التلخيص الى الربط بين رساءل العميل وتوجيه سير المقابلة ومراجعة التقدم وما تم احرازه وتستخدم في اقتتاح الجلسات وكدا انهائها.

مثال:

اذا اردنا ان نلخص ماقمنا به خلال هده الجلسة فقد تعرفنا على المشكلة بتفاصيلها ومن أهمها ميلك للعزلة وصعوبة النوم.

5.مهارة السلوك الحضوري الجسدي:

وهي مهارة يستخدم فيها المختص النفسي الرسائل الغير لفظية، وتستخدم نحو تعزيز الافضلية للعميل ،والاهتمام به ، وتعتمد على : )مهارة التواصل البصري-الميل قليلا الى الأمام-المسافة (

1. مهارة السؤال : ان السؤال الجيد له مكانته في دراسة الحالة حيث يتم من خلاله البدء بالمقابلة واستخلاص معلومات محدودة عن العميل ويدفعه الى الالتزام بالتواصل مع المعالج ويرى المختصون ان لا يقتصر عدد الاسئلة على عدد قليل ،ويحذرون من طرح عدة اسئلة في نفس الوقت. وتقسم الاسئلة الى أربعة أنواع :

-اسئلة مغلقة: مثل: هل مازلت تعمل في التدريس؟ هل تعاني من مرض مزمن ؟هل تحب والدك؟

اسئلة مفتوحة: مثل: اخبرني مادا حدث لك البارحة؟ اخبريني كيف كانت ردة فعلك من طلاق والدك لوالدتك؟ كيف تفسرين لي علاقتك بزملائك في العمل؟

-اسئلة مزدوجة : يحدد هذا النوع من الاسئلة موقف العميل من موضوع معين .

مثال:

هل يمكن اعتبار المعاملة القاسية التي تعرضت لها من والديك عندما كنت صغيرا السبب وراء ادمانك؟

-اسئلة الدقة والتحديد : وهي اسئلة ذات صيغة خاصة تصمم يهدف الحصول على معنى محدد والدي يكون غامضا في كلام العميل.

مثال:

العميل: كل الناس يكرهونني.

المختص: تقصد من بالتحديد.

العميل: الحياة قاسية معي .

المختص: ماهو الشي القاسي فيها.

1. مهارة كشف الذات :وتشير المهارة الى استجابة لفظية من طرف المختص، يبوح بها عن خبرات شخصية تعكس أفكاره وانفعالاته واتجاهاته وبعض الاحداث التي مر بها والتي تعتقد أنها تتشابه نوعا ما مع خبرات العميل.وقد يكون كشف الذات أكثر فعالية اذا انتهى بسؤال مفتوح والمثال التالي يوضح طبيعة هده المهارة :

- أشعر بالقلق اتجاه زملائي بالعمل في المستشفى. (سلبي)

-عانيت بفترات من الياس والاحباط نتيجة البطالة التي مررت بها.(سلبي)

-شعرت بسعادة بالغة عندما ذهبت العام الماضي الى البحر.(ايجابي)

مهارة المواجهة : وتهدف المهارة الى مساعدة العميل على فحص التناقضات واصطدام مشاعر العميل والتداخلات في رسائله وتسهيل حل الصراعات.

مثال:

العميل: أنا سعيدة جدا بقرار الانفصال ولكنني اكن له كل الحب والمودة والاحترام.

المختص: أنت تقولين انك سعيدة بقرار الانفصال في حين أنك مازلت تكنين له الحب والمودة والاحترام ,بماذا تفسرين هدا التناقض؟

1. **الحيادية المتسامحة**

ان مصطلح الحيادية المتسامحة يعبر بها عن ابتعاد المختص عن الحماس المفرط واللامبالاة السلبية وان يطرح الأسئلة بقصد تشجيع الحوار وغنائه،ويجب على المختص النفسي أن يحترم فترات صمت الحالة ، وان يتجنب مواقف الدفاعية أو العدوانية.

و الحيادية المتسامحة تسمح بمراقبة الحالة ولطريقة عرض الحديث من ايماءات،هيئته، حركاته، دون توجيه ملاحظة أو تعليق.ويشجع على الحديث العفوي.

**4, المعيارية :**

بمعنى ان يكون هناك معايير أو متوسطات للأداء والسلوك المعين، حيث يساعد الممارس النفسي على اصدار حكمه في ضوء معايير النمو ومستوى الذكاء و معايير وصفية مثل معيار الجنس والثقافة.

**5. التقمص الوجداني**

قدرة الفرد على التواجد مكان شخص أخر من أجل فهم مشاعره ، ويعرف كذلك على أنه : "اعادة التمثيل العقلي للشخص الآخر، ويتمثل من خلال عدة مظاهر تتفق جميعها في عنصر الاسقاط والتعرف والايثار....... فهي **علاقة معرفية**

**6. التعاطف**

تقاسم انقعالات الآخر وهو مايعرف بالعدوى الانفعالية اذ يسمح بخلق روابط وجدانية مع الغير اذ لا تتقاسم معه الانقعالات فحسب بل ايضا تشاركه القيم والأهداف........فهي **علاقة وجدانية انفعلالية.**

**7. الشفقة**

القدرة في تفسير وجدان الآخرين وعواطفهم من خلال التفكير في طرق المساعدة و تقديم الدعم للعميل والقيام بفعل مايزيل الضرر عنه. فترتبط الشفقة بالمعاناة ولا يمكن فصلها عن فكرة الضحية فهي **تعمل على تحسين المعاناة.......... فالعلاقة فعلية ترتبط بانجاز رد فعل معين.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **التقمص الوجداني** | **التعاطف** | **الشفقة** |
| * اهتمام * ان يعيش معه المعاناة * الحس الجماعي * انفتاح على الآخر * مرافقة * القدرة على ان يحل محل الآخر * استخدام الحدس * الوعي بمعاناة الآخر   مثال:  اتفهم جيدا مامعنى فقدان شخص قريب، وما يمثله هذا الشخص من مكانة ودور تجاهك. | * الاحساس بمعاناة  وسعادة الغير * استجابة للحدث بدون تفكير أو وعي.   مثال: فعلا من المؤلم فقدان شخص قريب.شعور بالالم والحسرة. | * ادراك المعاناة * الطريق نحو تقديم الدعم * رد فعل * العمل على تحسين للمعاناة * البحث عن حلول   مثال:  أشعر بوحدتك،سوف اتصل بشخص للبقاء معك.  مارايك لو تشارك في قاعة الرياضة. |

**جدول يوضح الفروق بين التعاطف والتقمص الوجداني والشفقة**