

## المحاضرة الرابعة / نماذج التدخل الإرشادي في الأزمات

أولاً: التحليل المعمق لمفهوم الأزمة

الأزمة ليست مجرد حدث ضاغط، بل هي بنية نفسية-اجتماعية مركبة تتفاعل فيها ثلاثة عناصر:

1. الحدث الضاغط (Stressor)

2. إدراك الفرد للحدث (Cognitive Appraisal)

3. موارد المواجهة (Coping Resources)

وهذا يتقاطع مع نظرية Richard Lazarus التي تؤكد أن التقييم المعرفي هو العامل الحاسم في تحديد ما إذا كان الحدث سيتحول إلى أزمة أم لا.

بمعنى: ليست كل الضغوط أزمات، لكن تصبح أزمة عندما:

- يدركها الفرد كتهديد
- ويشعر بعدم القدرة على المواجهة

ثانياً: الدينامية النفسية للأزمة

تمر الأزمة بعمليات نفسية عميقة، منها:

1. الانهيار المؤقت للتوازن النفسي : يعجز الفرد عن استخدام استراتيجياته المعتادة، وهو ما أشار إليه Gerald Caplan.

2. التشوش المعرفي : أفكار غير منطقية / تضخيم الحدث / التفكير الكارثي

3. الاضطراب الانفعالي : قلق حاد / خوف / غضب / إحباط

4. السلوكيات غير التكيفية : الانسحاب / العدوان / قرارات متسارعة

ثالثاً: الأسس النظرية لنماذج التدخل :

1. / المدخل المعرفي السلوكي (CBT) : يركز على:

• تعديل الأفكار اللاعقلانية / إعادة بناء الإدراك

مثال:

"فشلت في الامتحان" تتحول إلى "يمكنني التعلم من الخطأ"

2. / المدخل الإنساني (Humanistic Approach) : يركز على:

• التعاطف / القبول غير المشروط ، مرتبط بأعمال Carl Rogers.

3. / المدخل النفسي-الدينامي : يركز على:

• الصراعات اللاشعورية / الخبرات السابقة

4. / المدخل النسقي (Systemic Approach) : يرى أن الأزمة:

• ليست فردية فقط / بل مرتبطة بالأسرة والمجتمع

رابعا / نماذج التدخل الإرشادي :

نموذج كابلان في التدخل الإرشادي وقت الأزمات – (Caplan Crisis Model)

يُعد نموذج كابلان (Gerald Caplan) من أهم النماذج التأسيسية في مجال الإرشاد النفسي وقت الأزمات، وهو أول من قدّم تصورًا علميًا منظمًا لفكرة أن الأزمة ليست مرضًا نفسيًا دائمًا، بل حالة مؤقتة قابلة للتدخل السريع وإعادة التوازن النفسي.

1. الخلفية النظرية لنموذج كابلان

ظهر نموذج كابلان في ستينيات القرن العشرين ضمن إطار الطب النفسي الوقائي (Preventive Psychiatry) ، حيث كان الهدف الأساسي هو:

- منع تطور الاضطرابات النفسية قبل تفاقمها
- التدخل المبكر في المواقف الضاغطة
- الحفاظ على الصحة النفسية للفرد والمجتمع

ويرى كابلان أن الإنسان يعيش في حالة توازن نفسي مستمر، وعندما يتعرض لضغط شديد يفوق قدرته على التكيف، يحدث اختلال في هذا التوازن يؤدي إلى الأزمة. (Caplan, 1964)

2. مفهوم الأزمة النفسية عند كابلان

يعرف كابلان الأزمة النفسية بأنها: حالة من الاضطراب النفسي المؤقت تحدث عندما يواجه الفرد موقفًا ضاغطًا يعجز عن التعامل معه باستخدام آليات التكيف المعتادة.

من هذا التعريف نستنتج 3 عناصر أساسية:

1. الأزمة مؤقتة وليست دائمة

2. تنتج عن فشل التكيف

3. قابلة للتدخل والعلاج السريع

3. / الفرضية الأساسية لنموذج كابلان

يقوم النموذج على فرضية مركزية: عندما تفشل استراتيجيات التكيف المعتادة لدى الفرد في مواجهة موقف ضاغط، يدخل الفرد في حالة فقدان توازن نفسي تستدعي تدخلًا إرشاديًا سريعًا.

بمعنى آخر:

• التكيف = نجاح نفسي

• فشل التكيف = أزمة

4 / الخصائص النفسية للأزمة عند كابلان : يرى كابلان أن الأزمة تتميز بمجموعة من الخصائص:

- المؤقتية : الأزمة لا تستمر طويلًا إذا تم التدخل المناسب.
- شدة الانفعال : ارتفاع مستوى القلق والتوتر بشكل غير طبيعي.
- فقدان التوازن النفسي : عدم القدرة على التفكير بشكل منطقي.
- محدودية القدرة على الحل : ضعف استراتيجيات المواجهة المعتادة.

5 / مراحل تطور الأزمة في نموذج كابلان : يمر الفرد بأربع مراحل رئيسية:

### المرحلة 1: الحدث الضاغظ (Stressful Event)

يحدث موقف حياتي صادم مثل: فقدان شخص - فشل دراسي - طلاق - حادث مفاجئ  
في هذه المرحلة: يحاول الفرد استخدام طرقه المعتادة لحل المشكلة.

### المرحلة 2: فشل التكيف (Coping Failure) : هنا:

• لا تتجح الحلول المعتادة - يبدأ الشعور بالعجز - يظهر التوتر والارتباك  
هذه المرحلة تمثل بداية الأزمة الفعلية.

### المرحلة 3: تصاعد التوتر (Crisis Escalation) : تظهر أعراض مثل:

• القلق الشديد - اضطراب النوم - التفكير السلبي - التهيج والانفعال  
هنا يفقد الفرد السيطرة تدريجياً.

### المرحلة 4: الأزمة الحادة (Crisis State) في هذه المرحلة:

• يصل التوتر إلى ذروته - يحدث انهيار في التوازن النفسي - تظهر سلوكيات اندفاعية أو غير عقلانية  
هنا يصبح التدخل الإرشادي ضرورياً جداً.

### 6 / خطوات التدخل الإرشادي في نموذج كابلان

يمر التدخل الإرشادي في هذا النموذج بعدة خطوات منظمة:

6-1 تحديد المشكلة : فهم الحدث الضاغظ - تحليل تأثيره النفسي

6-2 التقييم : مستوى الشدة - مصادر الدعم - مستوى الخطورة

6-3 بناء العلاقة الإرشادية : الثقة - الأمان النفسي - التعاطف

العلاقة العلاجية هنا عنصر أساسي.(Rogers, 1957)

6 - 4 قديم الدعم النفسي : الاستماع الفعال - التطمين - خفض التوتر

6 - 5 استكشاف البدائل : إيجاد حلول جديدة - إعادة التفكير في المشكلة - تقليل التفكير السلبي

6 - 6 اتخاذ القرار : اختيار الحل الأنسب - تعزيز الثقة -

6 - 7 تنفيذ الحل : تطبيق الاستراتيجية - المتابعة

6 - 8 إعادة التوازن النفسي : استقرار الحالة - انخفاض الأعراض - العودة للحياة الطبيعية

7 / البعد النفسي العميق للنموذج

يرى كابلان أن الأزمة تمثل:

• انهيارًا مؤقتًا في الدفاعات النفسية - ضعفًا في التنظيم المعرفي - زيادة في التوتر الداخلي

ويؤدي ذلك إلى:

• تشوش التفكير - الاندفاع - ضعف اتخاذ القرار

7 / تطبيقات نموذج كابلان

يُستخدم في:

• الإرشاد المدرسي - المستشفيات النفسية - مراكز الدعم النفسي - الأزمات الفردية الحادة

و أخيرا :

يمكن القول إن نموذج كابلان يمثل الأساس النظري الأول لفهم التدخل في الأزمات النفسية، حيث نقل علم النفس من العلاج بعد حدوث المرض إلى التدخل المبكر الوقائي، مما جعله نقطة انطلاق لكل النماذج الحديثة في هذا المجال.

نموذج روبرتس السباعي في التدخل الإرشادي وقت الأزمات

## (Roberts' Seven Stage Crisis Intervention Model)

### تمهيد

يُعد نموذج التدخل في الأزمات وفق روبرتس (Roberts, 2005) من أكثر النماذج تطورًا وشمولًا في مجال الإرشاد النفسي وقت الأزمات، حيث يمثل امتدادًا تطبيقيًا متقدمًا للنماذج التأسيسية مثل نموذج كابلان (Caplan, 1964)، مع إضافة بعد إجرائي منظم يعتمد على سبع مراحل متتابعة تهدف إلى إدارة الأزمة بشكل منهجي ودقيق.

وقد جاء هذا النموذج استجابةً للحاجة المتزايدة إلى نموذج قادر على التعامل مع الأزمات النفسية المعقدة في السياقات الحديثة مثل:

- الأزمات الأسرية - الأزمات المدرسية - الكوارث - العنف - الصدمات النفسية الحادة

### 1 / .الخلفية النظرية لنموذج روبرتس

ينطلق روبرتس من فرضية أساسية مفادها:

أن الأزمة النفسية هي حالة ديناميكية قابلة للتطور، ويمكن إدارتها بفعالية من خلال تدخل منظم متعدد المراحل (Roberts, 2005)، ويستند النموذج إلى مجموعة من المرجعيات النظرية أهمها:

1 - 1 نظرية الضغط والتكيف : تؤكد أن الأزمة تنتج عن اختلال التوازن بين الضغوط النفسية وقدرة الفرد على التكيف (Lazarus & Folkman, 1984).

1 - 2 نظرية التفاعل الاجتماعي : ترى أن الدعم الاجتماعي عنصر أساسي في تخفيف حدة الأزمة.

1 - 3 لنموذج الوقائي : يركز على التدخل المبكر لمنع تطور الأزمة إلى اضطراب مزمن.

### 3.الفلسفة العامة لنموذج روبرتس

يقوم النموذج على ثلاثة مبادئ أساسية:

- التدخل السريع : كلما كان التدخل أسرع، كانت النتائج أفضل.

- التنظيم المرحلي : الأزمة تمر بمراحل واضحة يجب التعامل معها تدريجيًا.

- التقييم المستمر: كل مرحلة تتطلب إعادة تقييم للحالة.

4. / مراحل نموذج روبرتس السباعي

- المرحلة الأولى: التقييم الشامل (Comprehensive Assessment)

تعد هذه المرحلة الأساس في التدخل، وتشمل:

• جمع المعلومات الأولية - تحديد طبيعة الأزمة - تقييم مستوى الخطورة - تحليل العوامل المؤثرة

الهدف: بناء صورة دقيقة عن الحالة النفسية.

- المرحلة الثانية: بناء العلاقة المهنية (Rapport Building)

في هذه المرحلة يتم: بناء الثقة بين المرشد والمستفيد - خلق بيئة آمنة - خفض التوتر الانفعالي

تعتبر العلاقة العلاجية عنصرًا حاسمًا في نجاح التدخل. (Rogers, 1957)

- المرحلة الثالثة: تحديد المشكلة الرئيسية

تتضمن: تحديد سبب الأزمة الأساسي - التمييز بين الأعراض والمشكلة الحقيقية - تحليل جذور الاضطراب

الهدف: فهم "ما الذي حدث فعلاً؟"

- المرحلة الرابعة: التعبير الانفعالي (Emotional Ventilation)

هنا يُسمح للمستفيد ب: التعبير عن مشاعره - تفرغ الانفعالات المكبوتة - تقليل الضغط النفسي

تشير الدراسات إلى أن التفرغ الانفعالي يقلل من شدة التوتر. (James & Gilliland, 2013)

- المرحلة الخامسة: استكشاف البدائل :

في هذه المرحلة يتم: توليد حلول متعددة - تعزيز التفكير العقلاني - تقليل الجمود المعرفي

الهدف: تحويل التفكير من "الأزمة" إلى "الحل".

## المرحلة السادسة: خطة التدخل (Action Plan)

تشمل: اختيار الحل الأنسب - وضع خطوات عملية واضحة - تحديد المسؤوليات  
هذه المرحلة تمثل الانتقال من التفكير إلى التنفيذ.

## - المرحلة السابعة: المتابعة والتقييم (Follow-up)

تتضمن:

- مراقبة التقدم - تقييم النتائج - تعديل الخطة عند الحاجة - منع الانتكاس  
عتبر مرحلة حيوية لضمان استمرارية التعافي.

## 5 / الأبعاد النفسية لنموذج روبرتس

- البعد المعرفي : يركز على إعادة بناء التفكير السلبي واستبداله بتفكير واقعي.
- البعد الانفعالي : يهدف إلى تنظيم المشاعر وتقليل التوتر.
- البعد السلوكي : يركز على تغيير السلوكيات غير التكيفية.
- البعد الاجتماعي : يشمل دعم الأسرة والمحيط الاجتماعي.

## 6 / تطبيقات نموذج روبرتس

- الإرشاد المدرسي : مشاكل الطلاب - القلق الامتحاني - العنف المدرسي
- الإرشاد الأسري : الطلاق - الصراعات الزوجية -
- المستشفيات النفسية : الأزمات الحادة - الاضطرابات الانفعالية
- الكوارث والأزمات الجماعية : الحوادث - الكوارث الطبيعية - العنف المجتمعي