

الشيء الوحيد الموجود هو قبعة بنما الخاصة بك. يقلق مرضاي بشأن صحتي: هل سألني هناك لفترة طويلة من العلاج؟ عندما أغادر في إجازة، لكنهم يقومون بعملهم فقط: ألم أطلب منهم الكشف عن كل المشاعر والأفكار والأحلام؟ حتى المرضى الجدد المحتملين ينضمون إلى الجوقة، والافتناع بأننا معفيون من الخضوع للعوامل البيولوجية. مقدمة ولذا فمن الصعب أن أدرك أنني أدخل حقبة لاحقة من الحياة. في دراسته لدورة الحياة، هذه المرحلة المتأخرة من الحياة بأنها مرحلة التوليد، أستطيع أن أقدر وضوح رؤية إريكسون. وفي أقرب وقت ممكن. لكن تقديم التوجيه والإلهام للجيل القادم من المعالجين النفسيين يمثل مشكلة كبيرة للغاية اليوم، لأن مجالنا يمر بمثل هذه الأزمة. إن نظام الرعاية الصحية المدفوع اقتصادياً يتطلب تعديلاً جذرياً في العلاج النفسي، وغير جوهري. أشعر بالقلق من المكان الذي سيتم فيه تدريب الجيل القادم من المعالجين النفسيين الفعالين. ليس في برامج التدريب على الإقامة في الطب النفسي. الطب النفسي على وشك التخلي عن مجال العلاج النفسي. يضطر الأطباء النفسيون الشباب إلى التخصص في علم الأدوية النفسية لأن دافعي الطرف الثالث لا يعوضون الآن تكاليف العلاج النفسي إلا إذا تم تقديمه بواسطة ممارسين منخفضي الرسوم (وبعبارة أخرى، مدربين على الحد الأدنى). يبدو من المؤكد أن الجيل الحالي من الأطباء النفسيين، المهرة في كل من العلاج النفسي الديناميكي والعلاج الدوائي، هو من الأنواع المهددة بالانقراض. ماذا عن برامج التدريب على علم النفس السريري – الخيار الواضح لسد الفجوة؟ ومن المؤسف أن علماء النفس الإكلينيكيين يواجهون نفس ضغوط السوق، وبالتالي قابل للسداد. أنا واثق من أنه في المستقبل، والإرشاد الرعوي، واقع HMO، سوف تجد المرضى الذين يرغبون في النمو الشامل والتغيير على استعداد لتقديم التزام مفتوح للعلاج. من أجل هؤلاء المعالجين وهؤلاء المرضى أكتب هدية العلاج. في أغلب الأحيان، أعمل من خلال إطار مرجعي شخصي ووجودي. ومن ثم فإن جل النصائح تتبع المسائل من أحد هذين الوجهين. منذ أن دخلت مجال الطب النفسي لأول مرة، كان لدي اهتمامان ثابتان: العلاج الجماعي والعلاج الوجودي. هذه اهتمامات متوازنة ولكنها منفصلة: أنا لا أمارس "العلاج الجماعي الوجودي" – في الواقع، لا أعرف ماذا سيكون هذا العلاج. مقدمة الإطار المرجعي العقلي. وأفترض أن المرضى يقعون في حالة من اليأس بسبب عدم قدرتهم على تطوير علاقات شخصية مرضية والحفاظ عليها. ومع ذلك، عندما أعمل من خلال إطار مرجعي ووجودي، وبما أن العديد من العروض الواردة في هذا الكتاب تنطلق من إطار وجودي غير مألوف للعديد من القراء، فلا بد من تقديم مقدمة مختصرة. الديناميكية لها تعريف عادي وتقني. أي امتلاك القوة أو القوة) الذي يعني القوة أو الحيوية (أي الدينامو، أو عداء كرة القدم الديناميكي أو الخطيب السياسي) ليس له صلة هنا. فإين المعالج الذي يدعي أنه غير معالج ديناميكي، أي معالج بطيء أو خامل؛ الذي يفترض أن القوى المتضاربة داخل الفرد تولد فكر الفرد، علاوة على ذلك – وهذه نقطة حاسمة – توجد هذه القوى المتضاربة على مستويات مختلفة من الوعي؛ في الواقع، البعض فاقد للوعي تماماً. مثل علاجات التحليل النفسي المختلفة، يفترض أن القوى اللاواعية تؤثر على الأداء الواعي. ومع ذلك، فإنه ينفصل عن مختلف أيديولوجيات التحليل النفسي عندما نطرح السؤال التالي: ما هي طبيعة القوى الداخلية المتصارعة؟ يفترض منهج العلاج النفسي الوجودي أن الصراع الداخلي الذي يحيرنا لا ينبع فقط من صراعنا مع المساعي الغريزية المكبوتة أو البالغين المهمين الداخليين أو شظايا الذكريات المؤلمة المنسية، ولكن أيضاً من مواجهتنا مع "مسلمات" الوجود. فإننا سنصل حتماً إلى الهياكل العميقة للوجود ("الاهتمامات النهائية"، ومعنى الحياة، والحرية. (سيتم تحديد ومناقشة كل من هذه الاهتمامات النهائية في قسم مخصص). كثيراً ما يتساءل الطلاب لماذا لا أؤيد برامج التدريب على العلاج النفسي الوجودي. بدلاً من محاولة تطوير مناهج العلاج النفسي الوجودي، أفضل استكمال تعليم جميع المعالجين الديناميكيين المدربين جيداً من خلال زيادة حساسيتهم للقضايا الوجودية. وهما الجانبان الرئيسيان لخطاب العلاج. "المحتوى" هو بالضبط ما يقوله – الكلمات الدقيقة المنطوقة، والقضايا الجوهرية التي يتم تناولها. تشير "العملية" إلى بُعد مختلف تماماً ومهم للغاية: العلاقة الشخصية بين المريض والمعالج. مقدمة فقد يبحث المرء غالباً عبثاً عن مناقشات صريحة مطولة حول الموت، أو المعنى، أو العزلة الوجودية. قد يكون هذا المحتوى الوجودي بارزاً بالنسبة لبعض المرضى فقط (وليس جميعهم) في بعض مراحل العلاج (وليس جميعها). في الواقع، بل مدفوعاً بالعلاقات. أنا شخصياً مندهش من الشكل الخاص الذي اتخذته هذا الكتاب. ومع ذلك، قبل عامين، ثلاثة من المجلدات العشرة المعروضة كانت كتباً مرقمة "نصائح" – عن الحيوانات. الزراعة والخياطة والبستنة. مباشرة بعد إدخال المطبعة، بعد أن تعثرت في كتابة روايتين متتاليتين، قررت ألا تشرع في كتاب آخر حتى يأتي أحدهم ويعضها في مؤخرتها. وعلى الفور، عقدت العزم على تأجيل مشاريع الكتابة الأخرى، والبداية في نهب ملاحظاتي ومجلاتي السريرية، وكتابة رسالة مفتوحة إلى المعالجين المبتدئين. كان شبح راينر ماريا ريلكه يحوم فوق كتابة هذا المجلد. قبل وقت قصير من تجربتي في مكتبة هنتنغتون، النصائح

الواردة في هذا الكتاب مستمدة من ملاحظات خمسة وأربعين عاماً من الممارسة السريرية. أعتزم بدلاً من ذلك أن تكون مكملاً لبرنامج تدريبي شامل. لقد قمت باختيار الفئات الخمس والثمانين في هذا المجلد بشكل عشوائي، مسترشداً بشغفي بالمهمة بدلاً من أي ترتيب أو نظام معين. لقد بدأت بقائمة تضم أكثر من مائتي نصيحة، هناك عامل آخر أثر على اختياري لهذه العناصر الخمسة والثمانين. تحتوي رواياتي وقصصاتي الأخيرة على العديد من الأوصاف لإجراءات العلاج التي وجدتتها مفيدة في عملي السريري، وغالباً ما يكون هزلياً، فمن غير الواضح للعديد من القراء ما إذا كنت جاداً بشأن إجراءات العلاج التي أصفها. باعتباره مجموعة من التدخلات أو البيانات المفضلة، فإن هذا المجلد طويل من حيث التقنية وقصير من الناحية النظرية. قد يرغب القراء الذين يبحثون عن مزيد من الخلفية النظرية في قراءة نصي "العلاج النفسي الوجودي" و"نظرية وممارسة العلاج النفسي الجماعي"، لقد كبرت من خلال تدريبي في الطب والطب النفسي مقدمة فإن مصطلح المريض يشير إلى موقف معالج متسلط وغير مهتم وغير منخرط. لكن تابع القراءة – أنوي التشجيع طوال العلاقة العلاجية القائمة على المشاركة والانفتاح والمساواة. بما في ذلك كتابي، من عدد محدود من النقاط الموضوعية ومن ثم حشو كبير لربط النقاط بطريقة رائعة. فإن النص سيكون له جودة عرضية ومترنح. على الرغم من أنني اخترت هذه الاقتراحات بشكل عشوائي وتوقعت أن يقوم العديد من القراء بتجربة هذه العروض بطريقة غير منتظمة، تجميعها بطريقة سهلة القراءة. واستخدام المعالج للذات، والكشف عن المعالج الذاتي. ينتقل القسم التالي (41-51) من العملية إلى المحتوى ويقترح طرقاً لاستكشاف الاهتمامات النهائية للموت، ومعنى الحياة، والحرية (التي تشمل المسؤولية والقرار). يناقش القسم الأخير (84-85) مخاطر وامتيازات كونك معالِجاً. هذا النص مليء بالعديد من العبارات والتدخلات المحددة المفضلة لدي. وفي نفس الوقت أشجع العفوية والإبداع. إنهم يمثلون وجهة نظري الخاصة ومحاولتي للوصول إلى الداخل للعثور على أسلوب وصوتي. سيجد العديد من الطلاب أن المواقف النظرية والأساليب الفنية الأخرى ستكون أكثر توافقاً معهم. أو مرتين في الأسبوع، على نحو أقل شيوعاً،