

عنوان البحث

**فعالية برنامج علاجي بمقاربة العلاج بالمعنى لسلوك إيذاء الذات**

بن يوب جمال<sup>1</sup>

<sup>1</sup> جامعة وهران 02 - الجزائر

بريد الكتروني: djemelbenyoub@yahoo.com

تاريخ القبول: 2021/06/26م

تاريخ النشر: 2021/07/01م

المستخلص

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية برنامج علاجي بمقاربة العلاج بالمعنى في التكفل بحالات سلوك إيذاء الذات والتخفيف من آلامهم وأزماتهم النفسية. خلالها اهتم الباحث بتطبيق تقنيات العلاج بالمعنى على عينة تم اختيارها فصديا حسب مواصفات تخدم الدراسة. تتكون من حالتين من جنس ذكر ومن سن المراهقة. تعاني كلاهما من سلوك إيذاء الذات. كما عمد الباحث إلى استخدام اختيارات ومقاييس وأدوات وفق شروط المنهج العيادي، وتمثلت في مقياس معنى الحياة. طبق الباحث تقنيات علاجية متنوعة للعلاج بالمعنى على الحالتين لاختبار فرضيات الدراسة. وجاءت النتائج بعد جهد طويل، خلص حينها إلى إن العلاج بالمعنى فعال في التكفل بذوي سلوك إيذاء الذات. كما يساهم في تطوير وتحسين الحالة النفسية للمرضى بحيث تمكنت الحالات من فهم ذاتها وطريقة تفكيرها وسلوكياتها وانفعالاتها ومعنى وجودها وحياتها والتخطيط لمستقبلها.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالمعنى, إيذاء الذات.

## RESEARCH ARTICLE

**EFFECTIVENESS OF A TREATMENT PROGRAM WITH A LOGOTHERAPY APPROACH TO TREATING SELF-HARM BEHAVIOR****Djemel Benyoub<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> University of Oran 02 - Algeria  
Email: djemelbenyoub@yahoo.com

**Published at 01/07/2021****Accepted at 26/06/2021****Abstract**

This study aims to identify the extent of the effectiveness of a treatment program with a Logotherapy approach in taking care of cases of self-harm behavior and relieving their pain and psychological crises. During it the researcher was interested in applying Logotherapy techniques to a sample chosen separately according to specifications that serve the study. It consists of two cases of male gender and age. Adolescence. Both of them suffer from self-harm behavior. The researcher also used choices, measures and tools according to the conditions of the clinical approach, represented by the meaning of life measure. The researcher applied various treatment techniques for Logotherapy in both cases to test the study hypotheses. The results came after a long effort, concluding at the time that Logotherapy is effective in caring for people with self-harm behavior. It also contributes to the development and improvement of the patients' psychological state, so that the cases are able to understand themselves, their way of thinking, behaviors, emotions, meaning of their existence, their lives, and planning their future.

**Key Words:** Logotherapy, self-harm

**1. مقدمة:**

المجتمع الحديث يتميز بأنه دائم التغيير، ومن ثم كان على الفرد ان يتفاعل معه ويجاريه ، ويتعلم كيف يستجيب لظروفه المتغيرة ويتكيف معها. ولكل فرد انماطه السلوكية ينفرد بها على باقي افراد المجتمع الواحد، نظرا لطبيعة المواقف و الحوادث التي يتعرض لها اثناء تفاعله وتعامله. هذا من جهة ومن جهة اخرى صعوبة فهم السلوك الإنساني بسبب تعدد العوامل الخارجية و الداخلية، هذه الأخيرة، و المفجرة لردود الأفعال سوءا على الذات او على المجتمع، وذلك بالرجوع الى البنية والوحدة الكلية للفرد. ( . زين العايش ، زينب محمد1996ص255).

ولما كانت الاستجابات موجه للذات نفسها ، وجب تحديد نوع ونمط السلوك، غالبا مايكون بالجرح او تشويه أعضاء الجسد باستعمال وسائل وطرق مختلفة ،هذا ما يسمى سلوك إيذاء الذات كونه يساعد في الاحساس بالسيطرة وتقليل التوتر.

، ويعرف على انه كل الأفعال و الجروح التي يقوم بها الفرد نحو جهة او جزء من جسمه .ويصنف ضمن اضطرابات الشخصية. انه عامل ينتمي للتوظيف المرضي العام للفرد ويعرفه بالي على انه سلوك يهدف الى تدمير الفرد لنفسه فارس زين العابدين،2014ص25).

متطلبا ذلك، تدخلا نفسيا يمكن من التصدي لمثل هذه السلوكات المدمرة للذات بحيث تعتبر مقاربة العلاج بالمعنى من بين العلاجات النفسية التي تقدم خدمات نفسية لهته الفئة من المضطربين.

العلاج بالمعنى احد الاستراتيجيات العلاجية النفسية التي تبناها "فيكتور فرانكل " بحيث يركز على معنى على معنى الوجود الإنساني وكذلك سعي الفرد الى البحث عن ذلك المعنى من حياته وفي حياته و الذي يعتبر القوة الدافعية الأولية في الانسان(سميرة حسن ابكر 2010ص08).

ويصب جل اهتمامه على فهم الوجود الإنساني من الجانب الروحي وزيادة الوعي به، و تحقيق الشعور بالمسؤولية و الحرية، وتنمية إرادة المعنى للحياة قصد التوجه نحو الحياة و التفاوض بالمستقبل(. الشراوي ، نجوى ابراهيم مرسي سليمان2010ص974).

\*تقنياته: من بين التقنيات التي قدمها أصحاب هذا العلاج مايلي

تقنية القصد العكسي

تقنية الغاء المراقبة والاغفال عن المواقف

تقنية الحوار السocraticي

تقنية خفض التفكير

تقنية تحسين الذات التعويضي

\*خطواته:

السعي وراء هدف سامي

## التصرف بمسؤولية

التوجه نحو الآخر بالمحبة والعمل من اجل الجماعة ونكران الانانية

تحديد هدف في الحياة والعمل لاجله، هدف سامي و حقيقي.

تقدير الذات وتقوية الثقة في النفس، والقيام بالمبادرات والتقاؤل بالنجاح (الجغيمان ، محمد بن عبدالله 2005ص187).

## 2. المنهجية:

منهج الدراسة: لقد تم الاعتماد على المنهج العيادي وأسلوب دراسة الحالة من اجل تحقيق أهداف الدراسة الحالية

العيينة: تشمل الدراسة على عينة تتكون من حالتين ومن نفس الجنس ومن مرحلة المراهقة .

الحدود الزمانية و المكانية للدراسة: اجريت الدراسة في مركز الوسيط للتكفل بالمدمنين ودامت الدراسة ثلاثة اشهر.

أدوات جمع البيانات: اعتمدنا على مقياس معنى الحياة ونموذج استمارة دراسة الحالة لريتشارد ونموذج لبطاقة الفحص النفسي.

## 3. دراسة الحالات وتطبيق البرنامج العلاجي:

## 1.3 الحالة الاولى

محمد 20 سنة يمتهن نجارة الالمنيوم تعلمها من جده، توفي ابوه وعمره 12 سنة، مرتبة الثانية بين الاخوة، بعد مرور سنة من وفاة الاب توفيت امه، عاش مع اخويه في حضن الجد و الجدة، كان اخوه الأكبر يعيلهما.

ولكن سرعان ما انتحر كونه مدمن مخدرات، بقي محمد واخوه الأصغر يصارعان الحياة. لم ينقطع محمد عن الدراسة لكنه متأخر بسنين عن زملائه. قدم مع جدته للمستشفى مع العديد من الجروح في البطن و الصدر كان منهارا بشدة ، اصبح مطاردا بافكار اندفاعية، متعلقة بالعدوانية، أحيانا اتجاه زملائه، بغضب شديد، وغالبا اتجاه ذاته خاصة لما يكون منعزلا. بعد أسابيع أصبحت أفكاره و انفعالاته تترجم لعدوانية تجاه الذات لم يسطع اقاؤها، وبعد الفعل يرتاح، ثم يندم بعد ذلك. تتتابه أفكار سوداوية بحيث أصبحت الحياة تتصور له كضلام اسود . وفقد لذة الحياة.

## نتائج الاختبارات النفسية: 2.3

طبق مقياس معنى الحياة" لمحمد حسن علي الأبيض" على الحالة بحيث اتضح ان مستوى معنى الحياة ضعيف لدى الحالة ولهذا لا بد من تدخل نفسيين طريق برنامج علاجي مكثف.

## الجدول 01 البرنامج العلاجي للحالة الأولى:

رقم الجلسات	التقنيات العلاجية	الاهداف	الملاحظات و الاجراءات
الجلسات رقم 4.3.2.1	الحوار السقراطي و المناقشة	الهدف منها التعرف على المعنى المفقود في حياة الفرد وذلك بتوجيه أسئلة في اطار حوار تساؤلي و المناقشة	في هته الجلسات تم أولاً التعرف على الحالة وفه اشكالياتها الرئيسية ثم تم التطرق الى الخبرات المؤلمة في حياة الحالة ومحاولة الخروج من التفكير المؤلم و التوجه نحو الفهم الحقيقي للحياة ومعنى وجوده في هذا العالم .
الجلسات رقم 8.7.6.5	المقصد العكسي	الهدف تجنب المواقف التي تحرك القلق و التوتر باستعمال فنية المقصد العكسي بعكس ما تراه وتتوقعه الحالة	في هذه الجلسات عالجتنا تلك الأفكار و التصورات السلبية و التوقعات العكسية الى فكار وتصورات سامية واقعية تشير الى معنى الحياة وإمكانية رسم اهداف في الحاضر و المستقبل وبعض روح التفاؤل و احترام الذات.
الجلسات رقم 12.11.10.9	خفض التفكير	كسر الحلقة المفرغة بين الفرد وانتباهه المفرط لنفسه وتوجيه نحو رسم هدف و معنى متميز لحياته	في هته اللقاءات حاولنا خفض تفكير الحالة عن طريق تعليمها كيفية تجاوز تفكيرها في مشاكلها وانشغالها في عمل ورسم خطة لتحقيق اهداف في الحياة.
الجلسات رقم 16.15.14.13	اغفال المراقبة	تعليم الحالة عدم التدقيق في كل الأمور و الابتعاد عن المراقبة الشديدة لكل الأمور وتوجيه نحو مهارات أخرى	تعلمت الحالة من خلال محاضرات كيفية تجنب المراقبة السيقة للاحداث في الحياة والتعامل بسطحية وذكاء و مروونة مع مشكلات الحياتية والتبصر والحكمة وإعطاء الأمور حقها وعدم تضخيم الأمور واجترار الأفكار.
الجلسات رقم 20.19.18.17	تحسين الذات التعويضي	إحساس الحالة بوجود إمكانيات وفرص متاحة في جوانب أخرى من حياته غير الذي يراه ثابت ولا يتغير.	في هته الجلسات قمنا بمحاضرات ومناقشة وحوار حول كيفية تقدير الذات واحترامها وتعزيز الثقة بالنفس في مواجهة تحديات الحياة وكذلك احترام الجسد وعدم المساس به وتجنب كل اشكال التشويه.

## 3.3 التقييم:

بعد إعادة تطبيق مقياس معنى الحياة " لمحمد حسن علي الأبيض" على الحالة بحيث اتضح ان مستوى معنى الحياة ارتفع لدى الحالة وذلك بفضل البرنامج العلاجي المكثف بمقاربة العلاج بالمعنى.

## الحالة الثانية: 4.3

سعيد 17 سنة حضر للمستشفى مع خاله مليء بالجروح على مستوى الصدر و الذراع و الرجل ، يتيم الاب ، ليس لديه اخوة. من عائلة ذات مستوى معيشي مزري، امه تعمل منظفة ومتزوجة. عاش في حي شعبي ، تعلم حينها التدخين المخدرات، السرقة، العنف و الشجار، ولكن كان يكره ذاته، وقدره، وانه ذو حظ سيء. كونه عاش

كل أنواع الحرمان و البؤس و الشقاء و اليتيم كما انه في علاقة سيئة مع زوج امه . وكثيرا ما كان يعتدي على نفسه بالجرح والكي والوشم حول جسده الى اوشام و ندبات.

### نتائج الاختبارات النفسية: 5.3

طبق مقياس معنى الحياة" لمحمد حسن علي الأبيض" على الحالة بحيث اتضح ان مستوى معنى الحياة ضعيف جدا لدى الحالة ولهذا لا بد من تدخل نفسي عن طريق برنامج علاجي مكثف.

### الجدول 02 البرنامج العلاجي للحالة الثانية:

رقم الجلسات	التقنيات العلاجية	الاهداف	الملاحظات و الاجراءات
الجلسات رقم 4.3.2.1	الحوار السقراطي و المناقشة	الهدف منها التعرف على المعنى المفقود في حياة الفرد وذلك بتوجيه أسئلة في اطار حوار تساؤلي و مناقشة	في هته الجلسات تم أولاً التعرف على الحالة وفه اشكالياتها الرئيسية ثم تم التطرق الى الخبرات المؤلمة في حياة الحالة ومحاولة الخروج من التفكير المؤلم و التوجه نحو الفهم الحقيقي للحياة ومعنى وجوده في هذا العالم .
الجلسات رقم 8.7.6.5	المقصد العكسي	الهدف تجنب المواقف التي تحرك القلق و التوتر باستعمال فنية المقصد العكسي بعكس ما تراه وتتوقعه الحالة	في هذه الجلسات عالجتنا تلك الأفكار و التصورات السلبية و التوقعات العكسية الى فكار وتصورات سامية واقعية تشير الى معنى الحياة وإمكانية رسم اهداف في الحاضر و المستقبل وبعض روح التفاؤل و احترام الذات.
الجلسات رقم 12.11.10.9	خفض التفكير	كسر الحلقة المفرغة بين الفرد وانتباهه المفرط لنفسه وتوجيه نحو رسم هدف و معنى متميز لحياته	في هته اللقاءات حاولنا خفض تفكير الحالة عن طريق تعليمها كيفية تجاوز تفكيرها في مشاكلها وانشغالها في عمل ورسم خطة لتحقيق اهداف في الحياة.
الجلسات رقم 16.15.14.13	اغفال المراقبة	تعليم الحالة عدم التدقيق في كل الأمور و الابتعاد عن المراقبة الشديدة لكل الأمور وتوجيه نحو مهارات أخرى	تعلمت الحالة من خلال محاضرات كيفية تجنب المراقبة السيقة للاحداث في الحياة والتعامل بسطحية وذكاء و مروونة مع مشكلات الحياتية والتبصر والحكمة وإعطاء الأمور حقها وعدم تضخيم الأمور واجترار الأفكار.
الجلسات رقم 20.19.18.17	تحسين الذات التعويضي	إحساس الحالة بوجود إمكانيات وفرص متاحة في جوانب أخرى من حياته غير الذي يراه ثابت ولا يتغير.	في هته الجلسات قمنا بمحاضرات ومناقشة وحوار حول كيفية تقدير الذات واحترامها وتعزيز الثقة بالنفس في مواجهة تحديات الحياة وكذلك احترام الجسد وعدم المساس به وتجنب كل اشكال التشويه.

**6.3 التقييم:**

بعد إعادة تطبيق مقياس معنى الحياة" لمحمد حسن علي الأبيض" على الحالة بحيث اتضح ان مستوى معنى الحياة ارتفع لدى الحالة وذلك بفضل البرنامج العلاجي المكثف بمقاربة العلاج بالمعنى.

**4. خاتمة:**

ختاما مما سبق يتضح لنا أهمية موضوع العلاج بالمعنى للمصابين بسلوك إيذاء الذات. بحيث كان لزاما أن توجه كل الجهود والرعاية والاهتمام لهذه الفئة من المرضى، وقد استملت هذه الدراسة على جانبين نظري والآخر تطبيقي. ففي الجانب النظري، خصص للتعرض للعلاج بالمعنى وسلوك إيذاء الذات. أما الجانب التطبيقي، عرضت فيه منهجية الدراسة التي اعتمدها الباحث بحيث اتخذ المنهج العيادي كسبيل لتحقيق من الفرضيات والوصول للنتائج معتمدا في ذلك على أدوات القياس المتعلقة بمقياس معنى الحياة. وفي خضم ذلك توصل الباحث إلى إن العلاج بالمعنى فعال في التكفل بذوي سلوك إيذاء الذات. كما يساهم في تطوير وتحسين الحالة النفسية للمرضى بحيث تمكنت الحالات من فهم ذاتها وطريقة تفكيرها وسلوكياتها وانفعالاتها ومعنى وجودها وحياتها. وبهذا العمل يكون الباحث قد قدم مساهمة علمية أخرى كونه طبق العلاج بالمعنى على هذا النوع من المرض بحيث حاول التكفل بالحالات نفسيا. من جهة وموضوع إيذاء الذات قد أخذ قسطا كثيرا من الدراسات الفريولوجية و النفسية من جهة أخرى تسهم هذه الدراسة من الناحية النظرية في إثراء موضوع سلوك إيذاء الذات كأحد أنواع الاضطرابات النفسية. وكذلك التعريف بالعلاج بالمعنى لتقديم خدمات نفسية جلية للمضطربين نفسيا عامة.

**5. افاق و توصيات:**

- نوصي من خلال هذا الجهد العلمي بضرورة الاهتمام بهذا النوع من شرائح المجتمع أي الأشخاص ذوي سلوك إيذاء الذات وهذا راجع لما تعانيه هذه الفئة على المستوى النفسي وانعكاساته على المسويين الفسيولوجي والاجتماعي
- الاستثمار في العلاج المقترح ( العلاج بالمعنى) الذي احدث تطور وتحسن في السيرورات النفسية للحالات وذلك للتكفل النفس-اجتماعي لهذه الفئة مع نشر ثقافة العلاج النفسي لدى أفراد المجتمع
- إجراء المزيد من البحوث و الدراسات حول العلاج بالمعنى وتوسيع نطاق استعماله
- إدخال تقنيات أخرى أكثر تطورا على العلاج بالمعنى من اجل الرفع من فعاليته.
- إجراء دراسات يتم من خلالها التأكد من فعالية العلاج مقابل أشكال أخرى من العلاجات سواء الكيميائية أو النفسية
- توجيه الأبحاث والدراسات الميدانية السيكولوجية نحو دراسة سلوك إيذاء الذات.
- نوصي العائلات وكافة أفراد المجتمع بالإدماج الاجتماعي لهته الفئة و المعاملة الإنسانية وتجنب ثقافة الإقصاء.

## 6.المراجع

- . الشرقاوي ، نجوى ابراهيم مرسي سليمان . [2010فعالية العلاج بالمعنى في تفعيل التطوع للشباب الجامعي وأثر ذلك على تخفيف حدة الاغتراب لديهم](#).مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية . العدد 29, المجلد 2 , ص 974. 980
- . الجغيمان ، محمد بن عبدالله 2005.[دراسة إرشادية / علاجية بالمعنى لتعديل السلوك المتطرف لدى عينة من الشباب](#) .دراسات في المناهج وطرق التدريس،العدد105, ص 187. 192.
- . زين العايش ، زينب محمد1996. [مدى فعالية العلاج بالمعنى Logotherapy كأسلوب ارشادي في تخفيض بعض الاضطرابات السلوكية في مرحلة المراهقة](#) .مجلة الارشاد النفسى المجلد4العدد5, ص.255 - 230
- . فارس زين العابدين،2014 إيذاء الذات و التكتم المجلة المغاربية للدراسات التاريخية و الاجتماعية ،المجلد6،العدد 01.ص25
- .سميرة حسن ابكر2010، فاعلية برنامج قائم على العلاج بالمعنى لمواجهة الاحداث الضاغطة و التوجه نحو الحياة لدى عينة من المطلقات بمدينة جدة، مجلة العلوم التربوية،العدد الأول، ص.08