

جامعة بنها

كليــة الــتربيــة

قسم الصحة ا لنفسية

***فاعلية العلاج القائم على التعقل في تخفيف حدة بعض أعراض اضطراب الشخصية الحدية***

***لدى عينة من طلاب الجامعة***

**رسالة مقدمه للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية**

"**تخصص صحة نفسية**"

إعـداد

رحاب يحيى أحمد حسين منصور

مــدرس مســاعــد بالقســــم

إشـراف

|  |  |
| --- | --- |
| *أ.د/ أشـرف أحمـد عبد القـادر* | *أ.د/ إسمــاعيـل إبـراهيـم بـدر* |
| أستاذ الصحة النفسية وعميد الكليةكلية التربية – جامعة بنها | أستاذ الصحة النفسية ووكيل الكلية لشئون الدراسات العليا والبحوث كلية التربية - جامعة بنها |

*أ.د/ منـال عبد الخـالـق جـاب الله*

أستـــــاذ الصحـــــة النفسيـــــة

كلية التربية – جامعة بنها

2015

# ملخص الدراسة باللغة العربية

# أولاً:مقــدمـــــة:

 تعد الشخصية الإنسانية إطارًا تتجمع فيه الخصائص الجسمية والنفسية والانفعالية والاجتماعية، ويتشكل ذلك كله في صورة سلوكيات يتعامل بها الفرد مع العالم الخارجي والبيئة والمجتمع، أو من خلال التفاعلات الاجتماعية، فالشخصية الإنسانية تركيب معقد البنيان، متعدد الأبعاد، وهي نتاج تفاعل البيئة مع الصفات الجسدية والنفسية الموروثة والمكتسبة ومجموعة من القيم والتقاليد والعواطف.

 والشخصية هى وحدة متكاملة من الصفات التى تجعل كل فرد يختلف عن الآخر، حيث تمر الشخصية الإنسانية بمراحل نمائية تؤهل الفرد للتوافق مع الآخرين فى تناسق واتساق، وحين يعجز الفرد عن ذلك فإنه يعانى اضطراباً وسوء توافق مع الذات ومع الآخرين، كما يعانى من الشعور بالعجز وعدم السعادة.

 وقد أوضح **ميلون وآخرون (343:Millon et al; 2004**) أن مضطربى الشخصية هم أفراد يواجههون صعوبات بالغة فى التفاعل الفعال والمناسب مع الآخرين وأن مضطربى الشخصية يتسمون بوجود ثلاث صفات هى:

1. عدم الإستقراروالإفتقار إلى المرونة.
2. محدودية مهارات التكيف والمواجهة، ووجود تصورات مشوهة عن الواقع الاجتماعي.
3. صعوبة تغيير سلوكياتهم وفقاً لمعايير المجتمع والبيئة التى يعيشون فيها.

 وهذا مايتسم به مضطربو الشخصية الحدية حيث اتفق كل من **ألفت حقى(405:1995)**و**مالونى(Malony,2009)ومارىكموران وريتشارد هوارد،ترجمة عبدالمقصود عبدالكريم(504:2012)**أن اصحاب اضطراب الشخصية الحدية لديهم علاقات بينشخصية غير مستقرة، ومشاعر مزمنة بالفراغ والخواء، ومحاولات للانتحار، وميل إلى تناول المنبهات العصبية والمواد المخدرة، ممايجعلهم عرضه للسلوكيات الاندفاعية وتقلبات المزاج، وتباين الاتجاهات إزاء الذات والآخرين.

 ويمكن عرض أهم الملامح التى يتصف بها الأفراد ذوو اضطراب الشخصية الحدية فى النسخة الخامسة **DSM -5** من الدليل التشخيصىالإحصائى للاضطرابات النفسية، والذى يحدد وجود هذا الاضطرابفى خمس مظاهر على الأقل من المظاهر التالية:

1. جهد كبير يبذله صاحب هذه الشخصية لتجنب المواقف الحقيقية أو المتخيلة التي يظن فيها بأنه مرفوض من الآخرين.
2. عدم الاستقرار النفسي وعدم المصالحة مع الذات وعدم الاستقرار في العلاقات مع الآخرين، حيث يتأرجح الشخص بين التطرف في السلوك المثالي والسلوك غير المقبول اجتماعيًا.
3. أزمة هوية واختلال في نظرة الشخص إلى نفسه و عدم تقدير لما يقوم به من سلوكيات.
4. الاندفاعية المرضية التي تقود صاحبها إلى تدمير الذات مثل: تبذير المال دون حساب وإنفاق أموال قد لا يمتلكها، واللجوء إلى طرق غير شرعية للحصول على المال لإنفاقه في أشياء قد تكون تافهة، وكذلك كثرة العلاقات الجنسية ونوبات شراهة في الأكل.
5. تكرار محاولات الانتحار أو التلميح بذلك وتشويه وإيذاء الذات.
6. عدم الاستقرار المزاجي أو العاطفي وذلك نتيجة المبالغة في الفرح أو الحزن وردة الفعل التي لا تتناسب مع الموقف، وكذلك القلق وعدم الاستقرار الحركي، حيث لا يستطيع البقاء في مكان واحد لفترة طويلة لأن الملل سمة من سمات تلك الشخصية.
7. الشعور الدائم بالخواء الداخلي، وعدم وجود مشاعر حقيقية داخلية كما يعتري صاحب هذه الشخصية الشعور الدائم بالفراغ وتظهر عليه الأعراض الاكتئابية.
8. تصرفات غير لائقة وغضب شديد وصعوبة في السيطرة على العواطف تتمثل فى نوبات غضب شديدة بصورة متكررة وبدون أي مبرر.
9. أعراض عابرة لأفكار بارانوية أو أعراض هستيرية عابرة(**APA,2013:663).**

 **ويتضح مما سبق** أن اضطراب الشخصية الحدية يمثل لصاحبه عبئاً انفعالياً ونفسياً،لأنه يعانى من التذبذب في العلاقات الشخصية والعلاقات العاطفية غير المستقرة،ويخاف من هجران أي شخص يتقرب أو يتعلق به،ويكون غير قادر على التعامل بكفاءة مع متطلبات الحياة اليومية وعلى التأثير في العالم الخارجي، أما داخليًا فهو هش ضعيف ولديه عدم ثبات في الهوية، و يمر بنوبات متقلبة في المزاج تؤدي إلى قيامه ببعض السلوكيات غير المقبولة اجتماعيًا ونفسيًا مثل إيذاء الذات ومحاولات الانتحار وتعاطي المخدرات والاندفاعية.

 وقد أوضح **باريس (Paris,2005)** أن مضطربى الشخصية الحدية يقومون بتصرفات وسلوكيات يصعب إيقافها، إذ يصعب إدارة هولاء أثناء العلاج النفسى، لأنهم لايراعونالحدود الواجب مراعاتها بين المعالج والمريض.

 ولذلك كانت هناك ضرورة للبحث عن منحى علاجي يساهم في علاج ذوي اضطراب الشخصية الحدية نظرًا لصعوبة هذا الاضطراب، و لما يواجههأصحابه من مشكلات نفسية واجتماعية تعوق تكيفهم مع الحياة الاجتماعية ومع الآخرين ومع ذواتهم، وكان العلاج القائم على التعقل أحد المناحيالعلاجية التي استخدمت بشكل ناجح مع بعض الاضطرابات الشخصية ولاسيما اضطراب الشخصية الحدية.

 حيث أوردت **جمعية هارفارد للصحة النفسية (Harvard Mental Health, 2009)** أنه تم حديثًا ابتكار طريقة غير معروفة نسبيًا تعرف**بالعلاج القائم على التعقلMentalizationBased Treatment**، ويستند هذا العلاج إلى افتراض أن المرضى لديهم صعوبات في قدراتهم على ممارسة التفكير أو عند تقييم أنفسهم، وقد يكون هؤلاء المرضى في وضع تقل فيه قدراتهم على ممارسة التفكير عند تعاملهم مع أشخاص آخرين خاصة أولئك الأقرب إليهم، وبالتالي فهم يسيئون فهم كلمات الآخرين وأفعالهم وتكون ردود أفعالهم عنيفة.

 **(Beliberg, 2002)** أن التعقل يمكن الأفراد من قراءة عقول الآخرين وفهم الحالات العقلية الكامنة في السلوك الإنساني ويساعد على عدد من الإنجازات النمائية الهامة للفرد وهي:

1. إدراك أفعاله.
2. القدرة على التبادل الاجتماعي والتعاطف.
3. القدرة على تنظيم الانفعالات وتحمل الإحباط.
4. القدرة على الترميز.

 وأوضح **لارينسين وآخرون (Laurenseen et. al., 2014)** أن التعقل هو طريقة علاجية تهدف إلى تنظيم التفكير والعمل على الشعور بتماسك الذات ومعرفة الحالة العقلية للفرد ومعرفة كيفية الشعور بالآخرين، ومعرفة حالتهم العقلية الداخلية كالمشاعر والانفعالات والرغبات.

 **وترى الباحثة** أن العلاج القائم على التعقل هو استراتيجية جديدة في العلاج النفسي تمكن المعالجين من التفاعل البناء مع المريض ومساعدته من خلال إكسابه التعقل الذي فشل في اكتسابه في الصغر مما يجعل المريض قادر على التفاعل بشكل أفضل مع الآخرين عن طريق فهم الحالات العقلية له وللآخرين وتفسير سلوكهم بشكل صحيح وكذلك يعمل التعقل على تماسك وتنظيم الذات.

# ثانيًا: مشكلة الدراسة:

 إن اضطرابات الشخصية مجالخصب للبحث والدراسة النفسية ،ويعد اضطراب الشخصية الحدية أحد الاضطرابات الشائعة التى كثر حولها الاهتمام فى العقود الأخيرة الماضية، وذلك لارتفاع نسبة انتشاره بين اضطرابات الشخصية الآخرى، حيث أشاركل من **ترول (Trull, 2001)وويدجر (Widiger, 2005: 55) وجرانت وآخرون (Grant et al., 2008)وبيتمانوفوناجي (Bateman &Fonagy, 2010)** أن اضطراب الشخصية الحدية يشمل حوالي 11% من المرضى النفسيين الذين يتعالجون في العيادات الخارجية وحوالي 19% من المرضى النفسيين الذين يتعالجون بالمستشفيات وحوالي من 2% إلى 3% من عموم السكان ،ويقدر انتشاره بين المرضى المقيمين بالمؤسسات النفسية بحوالي من 10% إلى 20%،وحوالي 10% خارج المستشفيات النفسية،وحوالي 2% من إجمالي المجتمع العام وحوالي 6% من عموم المرضى النفسيين، ويصل إلى من 4% إلى 6% بين الراشدين من بين مجموع المرضى النفسيين،وحوالي 11% من المراهقين في العيادات الخارجية و49% من المراهقين داخل المؤسسات النفسية.

ويتسم أصحاب الشخصية الحدية بصعوبة التأقلم مع الذات ومع الآخرين، و سوء التوافق، ويقومون ببعض السلوكيات غير المقبولة اجتماعياً، ويشعرون دائماً بالفراغ والوحدة والأعراض الاكتئابية، وقد تتفاقم تلك المشكلة لديهم لدرجة أن يقدموا على إيذاء الذاتوالانتحار، ولهذا فإن علاج اضطراب الشخصية الحدية تحددت له العديد من العلاجات النفسية، حيث أشار **جيبسون (Gibson, 2006)** أنه في عام 1970 تم اعتبار **العلاج النفسي التحليليAnalytical Psychotherapy** هو علاج لاضطراب الشخصية الحدية، إلا أنه في عام 1980 تم الاعتراف بقصور هذا العلاج ، وفي عام 1990 ظهر **العلاج الجماعيGroup Therapy والعلاج الأسريFamily Therapy** كأحد خيارات العلاج المفيدة لهذا الاضطراب، ثم ظهر بعد ذلك**العلاج الجدلي السلوكيDialectical Behavior Therapy**صاحبته ضجة عند ظهوره، إلا أنه اتضح أنه يساعد فقط في خفض سلوكيات إيذاء الذات والاندفاع دون باقي أعراض اضطراب الشخصية الحدية وبالتالي أصبح هذا العلاج محدوداً في فعاليته.

 وفي عام **1999** ابتكر الطبيب النفسي **أنتونىبيتمان Antony Bateman** والعالم النفسي **بيترفوناجيPeterFonagy**العلاج القائم على التعقل**Mentalization Based Treatmen**t وظهرت نتائجه في 2004، وثبت أن هذا العلاج أكثر فعالية من أي علاج آخر، حيث كان تركيز العلاج على زيادة قدرة المريض على التعقل مما أدى إلى تحسن بارز في معظم الأعراض من حيث انخفاضالسلوكيات الاندفاعية والقلق والأعراض الاكتئابية وتقليل الغضب و وتحسن المزاج والعلاقات البينشخصيةوإيذاء الذات وسلوكيات الانتحار، ولذلك تأسس العلاج القائم على التعقل كطريقة فعالة في علاج ذوي اضطراب الشخصية الحدية.

 ولما كان اضطراب الشخصية الحدية ينتشر بصورة أكبر في مرحلة المراهقةوأن نسبة انتشار اضطراب الشخصية الحدية يكون في مرحلة المراهقة أكثر منها في أي مرحلة أخرى؛ نظرًا لأن مرحلة المراهقة هي من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان حيث يتعرض المراهق لعواصف انفعالية وعاطفية وتغيرات فسيولوجية مما يؤدي إلى جعله أكثر عرضة لعديد من اضطرابات الشخصية، فنرى أن مدى انتشار هذا الاضطراب في مرحلة المراهقة وخاصة المراهقة المتأخرة وفقًا لدراسة ولد **يحيى حورية (2008)** ودراسة **شوقي يوسف (2008)وبيتزار لور تايلور (Pizzarello& Taylor, 2011) ودالبياك وآخرون (Dalbuduk et al., 2014)** ونظرًا لأن مرحلة المراهقة المتأخرة تقابل المرحلة الجامعية لذلك سوف تقوم الباحثة بعمل تلك الدراسة على طلاب الجامعة ومن هنا يمكن بلورة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

 **ما فاعلية العلاج القائم على التعقل في تخفيف حدة بعض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة.**

# ثالثًا: أهـــداف الـــدراســـة:

 هدفت تلك الدراسة إلى معرفة أسباب التي تكمن وراء اضطراب الشخصية الحدية وتقديم العلاج القائم على التعقل ومعرفة فاعليته في تخفيفبعض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة، واستمرار فاعليته، وكذلك التعرف على أهدافه وفنياته وخصائصه وآلياته باعتباره منحى علاجياً جديداً على الساحة النفسية.

# رابعًا: أهميــة الــدراســـة:

 تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تتصدى له الباحثة حيث أنها تسعى للكشف عن فعالية العلاج القائم على التعقل في تخفيف أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعةوينطوي هذا على أهمية كبيرة من الناحية النظرية والناحية التطبيقية.

## 1- الأهميــــة النظـــريـــة:

 تكمن الأهمية النظرية في تزويد المكتبة العربية بمثل تلك الدراسة التى تتناول فاعلية العلاج القائم على التعقل فى التخفيف من حدة بعض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة، وما تقدمه تلك الدراسة أيضًا من عرض لمفهوم اضطراب الشخصية الحدية وأعراضه والعوامل المؤثرة فيه والنظريات المفسره له،وكذلك عرض لأهمية العلاج القائم على التعقل ومعرفة فنياته وأساسياته وآلياته وخطواته والنظريات القائم عليها.

## 2- الأهميـــة التطبيقيــة:

 تكمن الأهمية التطبيقية لتلك الدراسة في الاستعانة بالبرنامج العلاجى المعد والخاص بالعلاج القائم على التعقل في تخفيف حدة بعض الأعراض التي تتواجد لدى مضطربى الشخصية الحدية وخاصة لدى طلاب الجامعة ، مما يسهم في التخلص من بعض المشكلات التي يواجهونها على المستوى الشخصى أو الاجتماعى أو على مستوى العلاقات البينشخصية وصولاً إلى التوافق النفسىوالاجتماعى المأمول لهم.

# خامسًا: تحــديــد المصطلحـــات:

## 1- اضطراب الشخصية الحدية Borderline Personality Disorder:

 تعرفه الباحثة بأنه الاضطراب الذي يقع بين العصاب والذهان ويتسم بخلل في الإدراك، وعدم التكيف مع الواقع مع الإحساس المتزايد بالوحدة والفراغ مع حدوث نوبات من الغضب الشديد والأعراض الاكتئابية واضطراب في المزاج ،وأزمة في الشعور بالهوية، وخلل في العلاقات البينشخصية،ويصاحبها سلوكيات غير مقبولة اجتماعيًا كسلوكيات إيذاء الذات ومحاولات الانتحار، والاندفاعية المتمثلة في التهور في قيادة السيارات، والإفراط في تناول الطعام وفى الجنس وكذلك سوء استعمال المواد المخدرة أو العقاقير.

 **ويتحدد إجرائيًا**: بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس اضطراب الشخصية الحدية المستخدم (إعداد الباحثة).

## 2- العــلاج القـائـم على التعقـل Mentalization Based Treatment:

 عرفه **بيتمان وفوناجي (Bateman &Fonagy, 2010)** بأنه هو العلاج الذي نستطيع من خلاله تفسير السلوك الإنساني صراحة وضمنيًا بناء على الحالات العقلية كالرغبات والمشاعر والحاجات ويعالج العلاج القائم على التعقل الأشخاص الذين يتجهون إلى تفسير دوافع الآخرين بشكل خاطئ ويتم التعقل من خلال ثلاثة مراحل:

1. قياس القدرة على التعقل.
2. التركيز على عقل المريض من خلال استراتيجية التفكير بطريقة أخرى.
3. التأكيد على جوانب العلاقات البينشخصية.

 وسوف يتم استخدام فنيات وأساليب العلاج القائم على التعقل المتمثلة فى تعقل الانتقال- دفع زر التوقف–الاستكشاف- ثبات التعبير الانفعالى–تماثل النماذج -التأمل فى وجهات النظر– الملاحظة–النمذجة-التقمص الوجدانى-التخطيط النشط–أسلوب الواجب المنزلى– أسلوب المداعبة والمزاح-أسلوب الحوار والمناقشة.

# سادسًا: حـــدود الــدراســة:

## 1- عينـــــة الـــدراســـة:

 تكونت عينة الدراسة من (7) طالبات ذوات اضطراب الشخصية الحدية بالفرقة الثانية عام بكلية التربية – جامعة بنها واللآتى تتراوح أعمارهن بين(19-20) عاماً وهن يمثلن مجموعة الدراسة ،حيث اعتمدت الباحثة على التصميم التجريبىذى المجموعة الواحدة والقياس القبلىوالبعدى.

## 2- أدوات الــدراســــة:

* مقياس اضطراب الشخصية الحدية **(إعداد الباحثة)**.
* برنامج العلاج القائم على التعقل للتخفيف من حدة بعض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة **(إعداد الباحثة)**.

## 3- أساليب المعالجة الإحصائية:

* اختبار **ويلكوكسونWilcoxan Test** للدلالة اللآبارامتري للعينات المرتبطة وذلك باستخدام برنامج **SPSS**.

# سابعا:فروض الدراسة:

1. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياس القبلى والقياس البعدى لمجموعة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية الحدية فى اتجاه القياس البعدى.
2. يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة الدراسة على أبعاد مقياس اضطراب الشخصية الحدية في اتجاه القياس البعدي.
3. لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياس البعدى وقياس المتابعة (شهر ونصف) لمجموعة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية الحدية.
4. لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات القياس البعدي وقياس المتابعة (شهر ونصف) لمجموعة الدراسة على أبعاد مقياس اضطراب الشخصية الحدية.

# ثامناً :نتائج الدراسة:

أسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

1. **وجود**فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياس القبلى والقياس البعدى لمجموعة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية الحدية فى اتجاه القياس البعدى.
2. وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة الدراسة على أبعاد مقياس اضطراب الشخصية الحدية في اتجاه القياس البعدي.
3. لايوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياس البعدى وقياس المتابعة "مدتها شهر ونصف" لمجموعة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية الحدية.
4. لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات القياس البعدي وقياس المتابعة (شهر ونصف) لمجموعة الدراسة على أبعاد مقياس اضطراب الشخصية الحدية.