

تحليل السلسل في العلاج الجدلي السلوكي



تأليف:

شيرين إل. ريزفي



مراجعة وتقديم:

محمد نجيب أحمد الصبوة

أستاذ علم النفس الإكلينيكي - جامعة القاهرة

ترجمة:

شريهان عبد العليم صالح - رندا جمال الدمرداش



تحليل السلالس في العلاج الجدلية السلوكية

النموذج الجدلية يعني قدرة كل من المعالج النفسي والمريض النفسي على إحداث التوازن بين مهارات القبولا والصدق في الالتزام وتحمل الكرب النفسي من ناحية وبين التغيير الإيجابي، أي القدرة على حل المشكلات لإعادة البناء المعرفي والتخلص من الخل في كل من التنظيم الانفعالي ومهارات التأثير بين الشخصي من ناحية أخرى، مع الاحتفاظ بكرامة المريض وتقديره واحترامه لذاته.

وعلى ضوء هذا النموذج الجدلية التطبيقي، إن أفضل قطعة صغيرة في العلاج الجدلية السلوكية التي تسهم بدرجة ضخمة في حل مشكلات المريض الانفعالية والمزاجية والاجتماعية والشخصية لتحدث هذا التوازن الذي يمثل جوهر الجدل الحقيقي، هي مهارات تحليل السلالس السلوكية، وتحليل الحلول عن طريق فك شفرة الروابط المفقودة التي تبحث لنا عن الإجابة عن السؤال الجدلية، الذي **مُؤَدَّاه** إذا كان المريض قد عرف أخطاءه التي توقفه في شر أعماله، فما الذي يعطله عن تنفيذ الحلول التي تمكنه من تحسين حياته المعرفية والاجتماعية والسلوكية والشخصية ليعيش حياة تستحق أن تعاش؟ إن قطاع المهارات الوحيد الذي إذا أتقنه **المعالج الجدلية السلوكية**، والذي يمكنه أن يجيب عن هذا السؤال، هو قطاع مهارات تحليل السلالس لاكتشاف الأخطاء المعرفية والانفعالية وبين الشخصية والسلوكية، وتحليل الروابط بهدف الكشف عن المعوقات التي تمنع المريض من تطبيق الحلول وتحسين مهارات وتنميتها، ومن ثم تتحسن نوعية حياته.



INFO@AALAMALADAB.ORG

 AALAMALADAB



 +201000754066



جيلفورد® سلسلة ممارسة العلاج الجدلي السلوكي

آلن إي فروزتي Alan E. Fruzzetti، محرر السلسلة

تتيح هذه السلسلة إمكانية الوصول لأدلة وإرشادات ممارسة المكونات الأساسية للعلاج الجدلي السلوكي خطوة بخطوة. والخوض بعمق في جوانب مختلفة لتطبيق العلاج الجدلي السلوكي، التدريب عبر الهاتف، والصدق، وتحليل السلسلة، والتدخلات الأسرية، وأكثر من ذلك، ومجلدات السلسل تضم أحدث الابتكارات الإكلينيكية وتقدم المساعدة العملية على أساس مبادئ العلاج الجدلي السلوكي السليمة والعلوم الجيدة.

التدريب عبر الهاتف في العلاج الجدلي السلوكي

الكسندر ل. شابمان

Alexander L. Chapman

تحليل السلسلة في العلاج الجدلي السلوكي

شيرين إل. ريزفي

Shireen L. Rizvi

فرق العلاج الجدلي السلوكي®: التطوير والممارسة

جينيفر إتش آر سايرس ومارشا إم لينهان

Jennifer H. R. Sayrs and Marsha M. Linehan

المحتويات

الصفحة	الموضوع
--------	---------

٧	المؤلف في سطور.....
٨	مقدمة محرر السلسلة ومراجع الترجمة.....
١٣	مقدمة المترجمتين.....
٢٢	مقدمة المؤلفة.....
٢٧	مقدمة المحرر.....
٤٦	الفصل الأول: أساسيات تحليل السلسلة.....
٧٦	الفصل الثاني: إرشادات لتوجيه المريض وتعاونه في تحليل السلسلة
١٠٣	الفصل الثالث: التعرف على السلوك المستهدف
١٤٨	الفصل الرابع: الحفاظ على تفاعل المريض (والمعالج أيضًا!)
١٨٢	الفصل الخامس: دمج الحلول داخل السلالسل
٢١٧	الفصل السادس: عندما لا يتغير السلوك
٢٤١	الفصل السابع: سلالسل الأفكار والدفعات والسلوكيات الغائية.....
٢٧٢	الفصل الثامن: تحليل السلالسل

المؤلف في سطور

شيرين إل. ريزفي، حاصلة على درجة الدكتوراه، بالإضافة لشهادة المجلس الأمريكي لعلم النفس المهني American Board of Professional Psychology (ABPP)، أستاذة مشاركة في علم النفس العيادي في كلية الدراسات العليا لعلم النفس التطبيقي والمهني في روتجرز، جامعة ولاية نيوجيرسي. في روتجرز، اتبعت لقسم علم النفس، كلية الآداب والعلوم، وقسم الطب النفسي، كلية روبرت وود جونسون الطبية. تتضمن اهتماماتها البحثية تحسين النتائج، والتدريب، وتوسيع تطبيق العلاج الجدي السلوكي لعلاج المشكلات المعقدة والشديدة. الدكتور ريزفي حاصلة على شهادة المجلس الأمريكي في علم النفس السلوكي والمعرفي وفي العلاج الجدي السلوكي. وهي الرئيس السابق للجمعية الدولية لتحسين العلاج الجدي السلوكي وتدريسه، وكانت رئيسة برنامج المؤتمر في الجمعية لمدة عامين. لقد دربت مئات الممارسين من جميع أنحاء العالم على العلاج الجدي السلوكي. حصلت الدكتورة ريزفي على جائزة Spotlight on a Mentor من جمعية العلاجات السلوكية والمعرفية والزمالة الرئاسية للتميز في التدريس من جامعة روتجرز.

مقدمة محرر السلسلة ومراجع الترجمة

أ. د. محمد نجيب أحمد الصبوة

إن هذا الكتاب الذي يتسم بالإبداع الحقيقي، وليس الإبداع كإمكانية، قامت بتأليفه شيرين ريزفي S. Rizvi، إحدى تلميذات مارشا لينهان Marsha Linehan، والتي كان لها فرصة كاملة للتدريب على يديها على مدى خمس سنوات، مثلت فترة حصولها على درجة دكتوراة الفلسفة في العلاج من جامعة واشنطن. جاء الكتاب بعنوان «تحليل السلسل في العلاج الجدلي السلوكي»، وتم نشره في مكتبة جيلفورد التي تعهدت بنشر هذه السلسلة كاملة، وصدر هذا الكتاب عام ٢٠١٩. وهو يتناول هذه القطعة الصغيرة من العلاج الجدلي السلوكي، ولكنها من أخطر القطع؛ لأن النموذج الجدلي -من وجهة نظرى- يعني قدرة كل من المعالج النفسي والمريض النفسي على إحداث التوازن بين مهارات القبول والصدق في الالتزام وتحمل الكرب النفسي من ناحية وبين التغيير الإيجابي، أي القدرة على حل المشكلات لإعادة البناء المعرفي والخلص من الخلل في كل من التنظيم الانفعالي ومهارات التأثير بين الشخصي من ناحية أخرى، مع الاحتفاظ بكرامة المريض وتقديره واحترامه لذاته.

وعلى ضوء هذا النموذج الجدلي التطبيقي، إن أفضل قطعة صغيرة في العلاج الجدلي السلوكي التي تسهم بدرجة ضخمة في حل مشكلات

المريض الانفعالية والمزاجية والاجتماعية والشخصية لتحدث هذا التوازن الذي يمثل جوهر الجدل الحقيقى، هي مهارات تحليل السلسلة السلوكية، وتحليل الحلول عن طريق فك شفرة الروابط المفقودة التي تبحث لنا عن الإجابة عن السؤال الجدلى، الذى مُؤدَّاه إذا كان المريض قد عرف أخطاءه التى توقعه في شر أعماله، فما الذى يعطى عن تنفيذ الحلول التى تمكّنه من تحسين حياته المعرفية والاجتماعية والسلوكية والشخصية ليعيش حياة تستحق أن تعاش؟ إن قطاع المهارات الوحيدة الذى إذا أتقنه **المعالج الجدلى السلوكي**، والذي يمكنه أن يجبر عن هذا السؤال، هو قطاع مهارات تحليل السلسلة لاكتشاف الأخطاء المعرفية والانفعالية وبين الشخصية والسلوكية، وتحليل الروابط بهدف الكشف عن المعوقات التي تمنع المريض من تطبيق الحلول وتحسين المهارات وتنميتها، ومن ثم تتحسن نوعية حياته.

كذلك يوفر التدريب على مهارات تحليل السلسلة أساساً تطبيقياً رصيناً ليقوم العلاج الجدلى السلوكي بدوره، لأننا بمجرد أن نستطيع تحديد قوائم المشكلات الأساسية أو الجوهرية للمريض، فإن تعليم المريض لهاريات تحليل السلسلة السلوكية، وتحليل الروابط المفقودة (أى العوامل المعطلة له)، وتحليل الحلول، للوقوف على الحل الذى يقبل التطبيق العملي ويحل له مشكلاته، ومن ثم يعممه في حياته الواقعية. كما يمكن كلاً من المعالج والمريض من فهم الخبرات السيئة التي مر بها وتفسير هذه الخبرات بصدق، والاعتراف بصدق بدوره في ارتكاب أخطائه المعقّدة وخبراته السيئة، والسعى بصدق لتفعيل أخطائه وتقبل واقعه تقبلاً جذرياً مهما كانت درجة تعقيده.

ولأن العلاج الجدلى السلوكي، بمعنى من المعانى، علاج يقوم على كلٍ من التقبل والالتزام والتعقل، فإن مهارات تحليل السلسلة السلوكية

تتطلب أن يقوم المعالج بتعليم المريض مهارات المشاهدة ووصف ما شعر به أو وقع فيه بصدق، والاندماج في الحلول التي أمكن التوصل إليها، ووصف العوامل التي من المحتمل تكون هي التي أدت إلى حدوث هذه السلسلة التي لا تنتهي من الأخطاء التي وقع ولازال يقع فيها. كما أن تعلم هذه المهارة يجعل المريض يدرك أن السلسلة ليست السبب في مشكلاته، بل إن تعلمه الخاطئ المسبق من أسرة غير صادقة بالتفاعل مع الاستهداف الشديد للحساسية الانفعالية، كما أن تحليل السلسلة السلوكية يوفر فرصة لا نهاية لها من التعقل التأملي الوعي وعيًا ذاتيًا لدى المريض إذا ما أتقن هذه المهارة، ليتمكن من فهم تفكيره وسلوكه المشكل. ومن ثم يصبح أكثر قدرة على إدارة انفعالاته وعلاقاته بين الشخصية والاجتماعية والسلوكية، وأكثر وعيًا بدوافعه.

كل ذلك وأكثر قدمته لنا السيدة الدكتورة ريزفي في كتابها الممتع، إذ شرحت بوضوح وبثير من الأمثلة كيف نتعلم تحليل السلسلة السلوكية وتحليل الحلول عبر مختلف سياقات العلاج الجدلي السلوكي الفردي والتدريب الجماعي على المهارات، وكيفية التدريب على أجزاء صغيرة من المهارات عبر الهاتف أثناء مرور المريض بأي أزمات تمنعه من ممارسة هذه المهارات التي تمثل حلاً جذريًا لمشكلاته، وعبر مجموعة متنوعة من المواقف الحياتية. إنني أرى أن تحليل السلسلة وتحليل الروابط المفقودة وتحليل الحلول هي أدوات التحليل الوظيفي للسلوك المرضي المنحرف، وهي بمثابة أدوات شديدة الواقعية لتقدير مهامات القبول والتغيير الإيجابي، عند ممارسة العلاج الجدلي السلوكي، وفي فرق تقديم الاستشارات، ومجموعات التدريب على المهارات، والتدخلات الأسرية، وفي سياق السعي لتقليل السلوك المشكل، مع زيادة السلوك المرغوب الذي يمثل غيابه مشكلة كبرى للمريض النفسي.

إنني أرى أن شيرين ريزفي، التي تعمل أستاذًا مشاركًا في جامعة روتجرز Rutgers university، قد قدمت لنا كتابًا يعد أداة أساسية في يد المعالج السلوكي، لأنها وضعت كل خبرتها في تحليل السلسل كمهارة بدأت بها حياتها وهي باحثًا مساعدًا، ثم كباحثة ومؤلفة ومدربة للعلاج الجدي السلوكي، ومن ثم فإن ليس من المستغرب أن نجد هذا الكتاب يحتوى تعليمات وتطبيقات علمية، ونصائح ومبادئ محددة يجب أن يلتزم بها المعالج النفسي الجدي عند إجرائه تحليل السلسل السلوكية أو تدريب المرضى النفسيين عليها، كما يضم حالات شارحة كثيرة، ويحتوى قدرًا كبيرًا من الحكمة الناتجة عن كثرة إجرائها لتحليل السلسل وخبرتها غير المحدودة حول هذه القطعة من البداية إلى النهاية، كما يقدم هذا المجلد نسخًا عديدة من تحليل السلسل ومبادئ استرشادية إذا التزم بها المعالج الجدي ربما يصل مع مريضه إلى بر الأمان ونجاح البرنامج العلاجي.

وهذه المرة، كلفت اثنين من تلميذاتي النابهات، استطاعتا كذلك ترجمة هذا المجلد الصغير أثناء إعدادهما رسالتي الدكتوراه والماجستير في التقييم النفسي الإكلينيكي لمتغيرات تمثل أساليبه للفكير الجدي ومهارات تعد حلًا لكثير من المشكلات التي يعاني منها مرضى المشكلات العميقه شديدة التعقيد، التي لا يمكن إلا للعلاج الجدي السلوكي المعياري مواجهتها، وهاتان التلميذتان تدررتا على يدي في كيفية ممارسة أساليب العلاج الجدي السلوكي بكافة مكوناته، وتمارساه في علاج المرضى النفسيين بشكل عام ومرضى اضطرابات الشخصية المصحوبة بأذى الذات ومحاولات الانتحار والاندفاعية النشطة وتعاطي المخدرات، هما شريهان عبد العليم صالح التي أعدت رسالة الدكتوراه، ورندًا جمال الدمرداش التي أعدت رسالة الماجستير، وكلاهما ذوات خبرة في علاج عشرات الحالات النفسية المعقدة، وخبرة لا تقل عن عشرات الآلاف من الساعات

في أدوار البحث العلمي وممارسة العلاج النفسي المعاصر، والتقييم النفسي الإكلينيكي، وقد قدمتا عديداً من مؤتمرات الحالة المعقدة، بالإضافة إلى تقديم ورش العمل في هذا النمط من العلاج، ولهذا السبب جاءت ترجمتهما للكتاب تعكس خبراتهما السابقة، وجاء نقل النص إلى العربية بعد مراجعته وتحريره، رصيحاً. وفي النهاية أسأل الله العلي العظيم أن يكون ذلك العمل لوجهه الكريم، ولرفع مستوى أداء المعالجين النفسيين في مصر والعالم العربي، وأن يفيد منه جيل المستقبل في هذا التخصص، ليصبحون أفضل من أساتذتهم إذا ما أخذوا بمنجزات عصرهم التي لم نكن نجد منها شيئاً عندما كنا في سن أعمارهم.

أ. د. محمد نجيب الصبوة

٢٠٢٢/١/١٣

مقدمة المترجمتين

ترى مارشا لينهان Marsha linehan أن التحليل السلوكي Behavioral analysis هو أحد أهم الأجزاء المكونة للعلاج الجدلي السلوكي وأكثرها تعقيداً، حيث أن كثيراً من الأخطاء العلاجية - إن لم يكن معظمها - هي أخطاء في التقييم؛ أي أن الأخطاء العلاجية تكون بمثابة استجابات خاطئة ترجع إلى فهم أو تقييم مغلوط أو منقوص للمشكلة المطروحة من قبل المريض. وبالتالي فإن التحليل السلوكي هو الخطوة الأولى في سبيل حل المشكلات. ولأجل ذلك ابتكرت لينهان طريقة تحليل السلسل السلوكية Behavioral Chain Analysis، وقدّمتها بوضوح وبالتفصيل عام ١٩٩٢ في دليلها العلاجي الشهير: العلاج المعرفي السلوكي لاضطراب الشخصية Cognitive behavioral treatment of borderline personality disorder، لتتوفر أساساً رصيناً للتحليل السلوكي في العلاج الجدلي، وتكون هي الأداة الأساسية للتقييم عبر جميع مراحل العلاج، بما يمكّن المعالجين من الحصول على فهم أعمق للحالة المرضية، ويتاح لهم الإلام الكامل بجميع المكونات المرتبطة بالسلوك المستهدف بالعلاج، وعلى الرغم من أن فهم السلوك وحده قد لا يكفي لإحداث التغيير المطلوب، إلا أنه هو الأساس لإيجاد الحلول، فتحليل السلسل قد لا يؤدي فوراً إلى العلاج، لكنه بلا شك يُضيء الطريق.

والغرض الأساسي الذي انطلقت منه فكرة تحليل السلسل هو أنه يمكن فهم أي سلوك، ظاهر أو مضمر، على أنه سلسلة من المكونات المترابطة، كل مكون منها يؤدي إلى الآخر، ويتدخل معه، ويمكن تحليل هذه السلسلة السلوكية من خلال سلسلة من الأسئلة حول هذه المكونات. ويرى سوانسن (Swenson 2016) أن تحليل السلسل السلوكية يمكن أن يكون محور معظم الجلسات العلاجية، سواءً عندما تم فحص السلوكيات المشكلة أو تقييمها أو علاجها، حيث يمكن توظيفه بطرق متعددة، أولاً: كوسيلة أساسية للتقييم؛ حيث يستخدم لتحديد المتغيرات المسيطرة على السلوك الرئيسي المستهدف، ثانياً: كخطوة أولية في سياق العلاج المعرفي السلوكي بحل المشكلات، ثالثاً: كإطار عمل منظم للجلسات؛ حيث يتم في المرحلة الأولى من الجلسات العلاجية جمع البيانات وتنظيمها، ووضع الفروض العاملة، والنظر في الحلول المقترحة والاختيار منها، ثم تنفيذ إجراءات التغيير.

ولما كان تحليل السلسل هو أداة التقييم الأساسية في العلاج الجدي السلوكي، وأفضل مُعین لـكلِّ من المعالج والمريض لفهم السلوك من مختلف زوايا النظر كما لو كانت هذه الأداة مرآة سحرية تعكس المضمر والظاهر، وخير وسيلة لإدراك العنصر المفقود في معادلة تغيير السلوك، وأنجح حل في طريق البحث عن المعوقات التي تحول بين الفرد وأهدافه، وعن أسباب الإخفاق لإصلاحها والتعلم منها؛ فتحليل السلسل لا يجعلنا فقط نفتح أعيننا لفهم الموقف، بل يجعلنا ننتقل إلى مستوى أعمق من الرؤية، يغير كل شيء ويمثل نقطة تحول جوهرية. وعلى الرغم من ذلك، وعلى مدار ما يقرب من ثلاثة عقود، أي منذ أن وضعت لينهان أساسات العلاج الجدي السلوكي، والذي يحظى حالياً بدعم تجريبي يفوق غيره من التدخلات مع عديد من الاضطرابات النفسية، والانحرافات، والإدمانات السلوكية، لم تحظ هذه الأداة النفيسة سوى بالنظر اليسير

من الاهتمام على الصعidiين المحلي والعالمي، وبإمكان القارئ المطلع أن يدرك أن عديداً من الأوراق البحثية التي تفحص مدى كفاءة وتأثير العلاج الجدلي السلوكي تنصب جل تركيزها حول التدريب على المهارات الأربع: مهارات التعقل *mindfulness*, ومهارات التأثير بين الشخصي *emotion*, ومهارات التنظيم الانفعالي *Interpersonal effectiveness skills*, ومهارات تحمل الكرب النفسي *distress tolerance*, مع إغفال كل من أساليب تحليل السلسل السلوكية، وخطط التفكير الجدلي *validation*, وخطط الصدق والمصداقية *dialectical thinking strategies*, والخطط الأسلوبية *stylistic strategies*, بالرغم من أن جميع هذه المكونات معاً هي ما يصنع التوليفة المثالية للعلاج الجدلي الذي يجعله فعلاً بشكل لا يوصف.

ولأن تحليل السلسل مازال يقف حجر عثرة في طريق بعض المعالجين الممارسين للعلاج الجدلي السلوكي؛ فقد هدفت مؤلفة الكتاب، الدكتورة شيرين ريزفي Shireen L. Rizvi إلى تحسين إتقان هؤلاء المعالجين لهذه القطعة المعقّدة والمهمة من العلاج الجدلي، في محاولة رائعة لتوضيح كيف يتواافق هذا الجزء من العلاج مع الكل الأكبر، فقد وفرت شرحاً غاية في السلاسة والوضوح لطرق إجراء تحليل السلسل والروابط عبر مختلف سياقات العلاج، مزوداً بعديداً من الأمثلة الإكلينيكية في جميع أجزاء الكتاب، تم جمعها من حالات حقيقة ذوي مشكلات معضلة كإيذاء الذات، ومحاولات الانتحار، واضطرابات الطعام وغيرها، وذلك بهدف توضيح الدور الحاسم لهذه الأداة طوال العلاج كوسيلة لفهم السلوك وعلاجه. وتفق تماماً مع ما ذكره محرر السلسلة، الدكتور آلان فروزيتي Alan E. Fruzzetti حول أن هذا الكتاب لا يُقدر بثمن لمعالجين الذين يمارسون العلاجات السلوكية بمختلف أشكالها، وأنه إضافة كبيرة لمعالجين المبتدئين والمتကندين على حد سواء.

ولقد ارتأينا أن إضافة هذا الكتاب إلى المكتبة العربية لن يسد ثغرة شديدة الاتساع فحسب، بل سيكون بمثابة أساس راسخ لبناء معالجين ذوي تكوين علمي متين. إن هذا الكتاب في مرتبة دورة مكثفة حول تحليل السلسل، أيًا كان مستوىك، ستجد فيه ضالتك، وعبر إتقان المهارات وتكرارها مرات ومرات ستصبح خبيراً ضليعاً في تحليل السلسل، وإن كنت ذو فضول علمي كبير، فستجد في جنبات هذا الكتاب عدداً من الومضات التي ستضيء لك الطريق نحو مهارات أخرى ستصل ممارستك الإكلينيكية عبر التقييم والتشخيص والعلاج.

ويضم هذا الكتاب بين دفتيه ثمان فصول، تناولت المؤلفة في الفصل الأول «أساسيات تحليل السلسلة»، وقد قدّمت عبر هذا الفصل الجوانب المفصلية لتحليل السلسلة والتي تساعد على تنظيم التقييم، بداية من عوامل الاستهداف vulnerability factors، مروراً بالحدث المحرض problem behavior، والروابط links، والسلوك المشكل prompting even إلى العواقب consequences، وقد صاغت عديداً من الأمثلة الإكلينيكية الشارحة لتوضيح جميع هذه المكونات بالتفصيل، وسلطت الضوء على أبرز الأخطاء الشائعة التي تتصل بهم.

كما قدمت في الفصل الثاني إرشادات لتوجيهه المرضى للتعاون في تحليلات السلسلة، حيث عرضت الأساس المنطقي لأهمية بناء التوجيه لدى المرضى للقيام بتحليل السلسلة، والطرق التي يمكن من خلالها بناء التوجيه، انطلاقاً من فرض مفاده: أنه كلما كان المعالج أكثر نجاحاً في تهيئة المريض لتحليل السلسل: زادت احتمالية نجاح السلسلة في الحصول على المعلومات اللازمة لإنجذاب تغييرات إيجابية. إضافة إلى ذلك تم عرض الطرق العامة لزيادة التعاون في عملية تحليل السلسلة؛ وذلك بهدف جعل عملية تحليل السلسل أكثر تلقائية، ومرنة، وحيوية، وتعاونية.

ونظرًا لأن فروقاً جوهيرية قد توجد بين السلالسل السلوكية التي تُجرى لأجل استكشاف سلوكيات مشكلة جديدة والتعرف عليها وتقييم المشكلة في المرة الأولى، والسلالسل التي قد تُجرى بشكل متكرر لسلوك يتم العمل عليه بالفعل. فقد ركز الفصل الثالث بشكلٍ خاصٍ على تجربة القيام بتحليل السلسلة للتعرف على السلوك المستهدف، سواء كان هذا التحليل السلوكي يُجرى في الجلسات الأولى من العلاج، أو عند ظهور سلوك مُشكل يتجلى كهدف علاجي جديد؛ وذلك لأن التقييم الدقيق للسلوكيات المستهدفة الرئيسية يمكن أن يثمر بكثير من المعلومات حول السلوك، وحول حياة المريض بشكل عام.

ومن أجل التغلب على واحدٍ من أبرز التحديات التي تتصل بعملية تحليل السلالسل، وهو الحفاظ على اندماج كلٍ من المريض والمعالج أثناء تحليل السلسلة لكون العملية تتم بطريقة جامدة وغير حيوية، انصب اهتمام المؤلفة في الفصل الرابع على الكيفية التي يمكن من خلالها الحفاظ على اندماج كلٍ من المريض والمعالج في تحليل السلسلة بصورة فعالة، وقد تناولت في هذا الصدد كيف يمكن للمعالج أن يقوم بدمج خطط الصدق، والخطط الأسلوبية، والخطط الجدلية عبر خطوات السلسلة لإبقاءها حيوية ولزيادة الفعالية والالتزام.

وبعد هذه الفصول الأربع يكون القارئ المعمق قد أتقن تماماً كيفية تحليل السلسلة، واكتشاف الأخطاء، ولا بد له عند هذه النقطة أن يتساءل «ماذا بعد؟» ومن ثم يأتي الفصل الخامس ليجيب عن هذا السؤال من خلال مناقشة تحليل الحلول، وكيف يمكن دمج الحلول المختلفة ونسجها في السلسلة، وكيف يمكن معالجتها والتعامل معها. كما أبرزت الكاتبة عديداً من نقاط الاختيار choice points عند تنفيذ الحلول، وطرحت عدة تساؤلات غاية في الأهمية وأجابت عليها بطريقة

شافية، مثل: ما هي الروابط في السلسلة التي يجب استهدافها؟، وما هي أفضل الحلول لمنع تكرار السلوك في المستقبل؟، وما هو أفضل وقت لمناقشة الحلول أثناء السلسلة أو بعدها؟ وفي حين أنه لا توجد إجابة واحدة صحيحة لهذه الأسئلة، لكن معرفة الاحتمالات المتعددة يمنحك العالج المرونة الكافية.

وتجدرُ بالذكر أنه عندما يتم دمج الحلول أثناء تنفيذ السلسلة، فإنها أحياناً قد لا تؤتي ثمارها المرجوة؛ حيث علينا أن نضع في الاعتبار أن المرضى الذين لديهم تاريخ طويل من السلوكيات المشكّلة، هم بالفعل مارسوا هذه السلوكيات مراراً وتكراراً، وكأنهم تدرّبوا عليها بشكلٍ مفرطٍ، ومن ثمَّ فإن الأمر يتطلّب مزيداً من الجهد والقدرة على التحمل لمواجهة هذا التاريخ الطويل من العادات غير الفعالة، وتوليد عادات جديدة في شكل سلوكيات أكثر فعالية. ومن هنا طرحت الكاتبة تساؤلاً عريضاً ليكون عنوان الفصل السادس، وهو ماذا نفعل عندما لا يتغير السلوك؟، وقد ناقشت خلال هذا الفصل كيفية الاستمرار في تقييم سلوك تم بالفعل إجراء أكثر من سلسلة له. فإذا تم تقييم السلوك مسبقاً، وتم إنشاء الحلول، ومع ذلك استمر السلوك، فإن السؤال الذي يحتاج العالج إلى طرحة هو «ما الذي أفلته؟»؛ وهنا توجّه الكاتبة المعالجين للكيفية التي يستطيعون من خلالها توجيه عين ناقدة لفهم أسباب عدم تغيير السلوك المستهدف، وكيف يمكن إعطاء مزيدٍ من التركيز على جزء معين من السلسلة، أو تكبير مقطع مدته دقيقة واحدة حدث في السلسلة، أو تصفير جزء ما والبحث في عناصر الصورة الأكبر التي تحافظ على السلوك وتسهم في استمراره.

وبما أن العلاج الجدي هو علاج سلوكي بالأساس؛ فهو يصور النشاط الداخلي الذي يحدث بالعقل بشكل مشابه للسلوكيات التي

يمكن ملاحظتها. وعلى الرغم من أن معظم التركيز عند تدريس تحليل السلسل سواءً للطلاب أو المعالجين، غالباً ما يكون من خلال أمثلة يكون السلوك المستهدف فيها هو «سلوك مشكل ظاهر *overt problematic behavior*»، إلا أنه في بعض الأحيان تكون المشكلات التي يجب استهدافها هي سلوكيات مضمرة *covert behaviors* في شكل دفعات أو أفكار، مثل: الدفعات الانتحارية، وإيذاء النفس، وسوء استخدام المواد النفسية، أو الحالات حول الانتحار، والاجترار. كذلك يمكن أن تكمن المشكلة في غياب السلوك الفعال، كعدم ممارسة المريض للمهارات أو المهام العلاجية، والغياب عن الجلسات، وتجنب فعل الأشياء التي تجعله أقرب إلى هدفه، وما إلى ذلك. غالباً ما تكون هذه الدفعات والأفكار والسلوكيات الغائبة أهدافاً علاجية في العلاج الجدي؛ وبالتالي تحتاج إلى تقييمها وعلاجها. وفي كثير من الأحيان، تكون تحليلات السلسل هي الطريقة المثلثة ل القيام بذلك. وأحياناً قد يكون هناك بعضًا من الحيرة والالتباس حول كيف ومتى تستخدم السلسل لتقييم هذه السلوكيات، كما قد نلاحظ أن كثيراً من المعالجين يعتقدون أن السلسلة غير ممكنة أو مهمة في مثل هذه الحالات. ومن هنا فقد تم تخصيص الفصل السابع لإجابة تساؤلين، هما: كيف ومتى نستخدم السلسل للدفعات والأفكار المستهدفة، ولتقييم غياب السلوكيات المطلوبة؟

وغالباً ما يشير تفاصيل هذه السلسل أسئلة مختلفة قليلاً، تُجيب عنها الكاتبة عبر هذا الفصل.

وبعد أن ركَّزَ الجزء الأكبر من هذا الكتاب - عن عمدٍ وقد - على استخدام تحليل السلسل في سياق الجلسات العلاجية الفردية، ناقشت الكاتبة في الفصل الثامن والأخير ثلاثة سياقات أخرى للعلاج الجدي السلوكي قد تنشأ فيها الحاجة إلى تحليل السلسل، باعتبارها أداة التقييم

الأساسية في العلاج الجدلي السلوكي، وهم: فرق التشاور، والتدريب على المهارات، والتدريب عبر الهاتف، ومن ثم ناقشت التعديلات التي يجب إجراؤها من أجل تحليل السلسلة في هذه السياقات بكفاءة وفعالية، وقدمت فكرتها الإبداعية حول «السلسلة المختصرة - macro» وكيف يمكن استخدامها في مختلف السياقات في مقابل السلسل التفصيلية المصغرة Micro Chains، وقد ناقشت مجموعة من الخطط والأساليب التي تهدف إلى إبقاء السلسلة قصيرة ومحصرة مع الحفاظ على الهيكل الرئيسي للسلسلة.

وقد تولت المترجمة الأولى ترجمة الفصول الأربع الأولى من هذا الكتاب، بالإضافة إلى مقدمة المؤلفة، والمعلومات الخاصة بها، والفالرس، وهي صاحبة الفكرة الأولى لترجمة هذا الكتاب، وقد قامت المترجمة الثانية بترجمة الفصول الأربع الأخيرة، بالإضافة إلى مقدمة المحرر، وإعداد هذه المقدمة، وتدين كلانا بالفضل إلى الأستاذ الدكتور محمد نجيب أحمد الصبوة أستاذ علم النفس الإكلينيكي بجامعة القاهرة، الذي تفضل بمراجعة هذا الكتاب، وله كل الفضل في تكويننا العلمي والمهني، فهو من علمنا أسس العمل الإكلينيكي على أساس علمي منظم ومضبوط وفقاً لنموذج العالم المهني، وكان عمله الدؤوب والمتقن والمتميز هو خير نموذج لإشعال دافعيتنا لإتمام هذا الكتاب وغيره من الأعمال.

ونأمل أن يُمْيِي هذا الكتاب الممارسات الإكلينيكية للعلاج الجدلي السلوكي، وأن يوفر توجيهات مفيدة للمعالجين لتطبيق تحليل السلسل بمنتهى الدقة، بما يؤدي إلى الوصول إلى حلول أكثر فعالية ونتائج علاجية أكثر تأثيراً وكفاءة.

المترجمتان

المصادر

References

- Linehan, M. M. (1993a). Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder. New York: Guilford Press.
- Linehan, M. M. (2015a). DBT skills training handouts and worksheets (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Swenson, C. R. (2016). DBT® Principles in Action: Acceptance, Change, and Dialectics. Guilford Publications.

مقدمة المؤلفة

جئتُ لتعلم العلاج الجدلي السلوكي لأول مرة عندما كنت مساعد باحث في جامعة ستانفورد في منتصف التسعينيات. وتم تعييني لإدارة عديد من التجارب العشوائية المضبوطة متعددة المواقع في مجال اضطرابات الأكل، وكان لدى خطط للالتحاق ببرنامج الدكتوراه مع أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في هذا المجال. وفي منتصف الفترة التي قضيتها هناك تقريرًا، طلب مني المساعدة في تنسيق دراسة تجريبية جديدة أجرتها الدكتورة كريستي تيلتش Christy Telch، الخبيرة في اضطرابات الأكل وعلى وجه التحديد الشراهة في تناول الطعام. والتي كانت قد قررت دراسة كيفية تعديل التدريب على مهارات العلاج الجدلي السلوكي على الأفراد الذين يستوفون معايير اضطراب الأكل بهم، وكمساعد باحث في هذا المشروع، أصبحت أكثر دراية بالعلاج الجدلي السلوكي من خلال مراجعة أوراق عمل المهارات والاستماع إلى أشرطة صوتية للجلسات. كما أنتي أصبحت على دراية بخطط التقييم المعروفة باسم «تحليل السلسلة»، والتي قامت كريستي بتعليمها كمهارة للمشاركين. وأصبحت شغوفة أكثر وأكثر بهذا العلاج الجديد نسبيًا، لدرجة أنتي بدأت في القراءة على نطاق واسع حول كل من العلاج واضطراب الشخصية البنينية. ودفعني اهتمامي الشديد إلى تغيير الاتجاهات والتقديم لبرنامج الدكتوراه في علم النفس الإكلينيكي بجامعة واشنطن من أجل الدراسة مع مارشا لينهان.

ومن دواعي سروري كثيراً أنه تم قبولي وشرعرت في العمل مع مارشا على أساس شبه يومي خلال السنوات الخمس التالية.

وبصفتها مشرفتني الإكلينيكية لسنوات عديدة، التقى مارشا على أساس أسبوعي لمناقشة حالات العلاج الجدي السلوكي الخاصة بي ومشاهدة مقاطع متأففة لجلساتي. وسار التسلسل النموذجي في الإشراف على النحو التالي: كنت أذهب إلى مكتبها، وأضع نظام المقطع الملف المزلي Video Home System(VHS)، وأضغط على زر «تشغيل»، حوالي (٥) ثوانٍ، وكانت مارشا تقول، «توقف! [وقفة] لماذا قلت «مرحباً» هكذا؟» «ورغم محاولات تبرير نبرة صوتي وكلماتي، كانت مارشا ستجد طريقاً لظهور لي كيف يمكنني أن أكون أكثر فعالية. وكانت تقوم بنمذجة الاستجابة المطلوبة ثم تقوم بأداء الأدوار حتى أتمكن من تعلم القيام بذلك «بطريقة مارشا». وكنا نشغل المقطع مرة أخرى، لمدة (١٠) ثوانٍ، وتقول، «توقف! لماذا فعلت ذلك؟، «وهكذا. وسأمزح لاحقاً عندما أذكر بأنني أصبحت خبيرة في كيفية القيام بأول (٥) دقائق من جلسة العلاج الجدي السلوكي، وعلى الرغم من أن هذه الدقائق القليلة الأولى من الجلسة مهمة للغاية لإعداد المسرح، فإن ما يحدث خلال بقية الجلسة هو الذي يؤدي عادةً إلى تغييرات تحويلية في حياة الفرد. وفي الواقع، إنه أمر محرج إلى حد ما بالنسبة لي أن أعترف الآن، ولكن الأمر استغرق ما يقرب من عامٍ من التدريب المكثف في العلاج الجدي السلوكي حتى «تنقر click» أو تتحكم في كيفية تواافق جميع الأجزاء المعقده من العلاج الجدي السلوكي معًا لتصبح وحدة موحدة وفعالة. ثم، وبالطبع، استغرق الأمر عدة سنوات أخرى حتى أتقن ذلك! وأنا مازلت أتعلم.

وكما يوحى اسمه، فإن العلاج الجدي السلوكي في الأساس علاج سلوكي، وعلى هذا النحو، يضع درجة عالية من التركيز على فهم

ال المشكلات ومعالجتها من منظور سلوكي. وفي الممارسة العملية، هذا يعني أن المعالج يسعى جاهداً لتقدير السلوك ومراقبته ووصفه من دون «إضافة» (على سبيل المثال، التفسيرات والافتراضات والحوافز والرغبات اللاوعية unconscious drives أو الدوافع) ويقدم حلولاً محددة يفترض أن يكون لها تأثير أكبر على أنماط السلوك اللاحقة. وتحليل السلسلة السلوكية يعد بمثابة الطريق الأساسي للتقدير في العلاج الجدي السلوكي. ولا يمكن المبالغة في دورها في العلاج.

وهدفي من هذا الكتاب هو تحسين إتقان المعالجين لهذه القطعة المقدمة من العلاج الجدي السلوكي، ورؤيه كيف تتوافق مع الكل الأكبر. فعند تدريس مهارة جديدة في العلاج الجدي السلوكي، يركز المعالج على ثلاثة مستويات من التعلم: الاكتساب acquisition والدعم والقوى strengthenin والتعميم generalization وفي هذا الكتاب، أقدم أساسيات تحليلات السلسلة وكيف يتم استخدامها في العلاج الجدي السلوكي. وأقدم أيضاً نصائح لتعزيز معرفة الفرد وتطبيق تحليلات السلسلة حتى يمكن المعالج من الانتقال من إجراء تحليلات متسلسلة بطريقة صارمة إلى نهجٍ أكثر مرونة لا يغفل عن المهمة الأساسية. وأخيراً، أحاول مساعدة المعالجين على تعلم تعميم مهارة تحليل السلسلة على أهداف ومواقف متعددة. وخلال هذه العمليات، آمل أيضاً تبديد بعض الخرافات حول تحليلات السلسلة والمتعلقة بما هي عليه، متى يجب أن تحدث؟، وما الأسلوب الذي ينبغي إجراؤها به؟ واستخدمت عديداً من الأمثلة الإكلينيكية في جميع أنحاء الكتاب لتوضيح المبادئ، التي تم جمعها من حالات حقيقة لدى أو لدى طلابي وتم تعديلها على مدار السنوات العديدة الماضية لحماية هوية أو خصوصية هؤلاء المرضى clients' identities.

واستغرق إعداد هذا الكتاب عدة سنوات، ولدي عديد من الأشخاص الذين أودُّ أن أشكرهم وأقدر دورهم المهم في إتمامه. فلقد علمني جميع مرشديني، وعلى وجه التحديد مارشا لينهان Marsha Linehan، وروث ستريجل مور Ruth Striegel-Moore، وكريستي تيلش Christy Telch، وباتريشيا ريسيك Patricia Resick، فلقد تعلمت منهم ما يعنيه أن تكون اختصاصيًّا نفسياً إكلينيكياً وعالماً، وعملوا كنماذج شخصية ومهنية مذهلة. وعلمني طلابي في عيادة العلاج الجدلي في روتجرز، جامعة ولاية نيوجيرسي، كيف أصبح مدرباً ومشرفاً أكثر فاعلية. وقامت مجموعة ٢٠١٧-٢٠١٨ بمراجعة كل فصل وقدّمت ملاحظات تفصيلية، مما ساعد على خروج الكتاب في شكله الحالي. لذلك، أشكر نيكى إسكتناسي Denise Fehling، وكىكى هيلينج Nikki Eskenasi، ودينيس غوارينو Guarino Christopher، وأليكس هيتمان Alex Hittman، وكريستوفر هيوز Christine Laurine Hughes، وأليكس كينج Alex King، وكريستين لورين Molly St. Denis، وبينه-أنجويين Binh-an Nguyen، ومولي سانت دينيس William Buerger، وأماندا كارسون وونج Amanda Carson، ويليام بورجر Nikki Eskenasi، وونج مواد إكلينيكية ثرية ساعدت في تكوين أمثلة في هذا الكتاب. وقطعت نيكى إسكتناسي شوطاً إضافياً من خلال مساعدتي في جميع الأشكال والتحرير. هذا الكتاب أيضاً لم يكن ليؤتي ثماره لولا الحماس المستمر لمحررتى العزيزة كيتى مور Kitty Moore («يجب على الجميع القيام بالسلسل!»)، وكارولين جراهام Carolyn Graham من مطبعة جيفورد.

أود أيضاً أن أُعرب عن تقديرى لمن قام بتدريبى على العلاج الجدلي السلوكي على مر السنين، والذين أثروا بالتأكيد في طريقة تفكيري في العلاج وكيف أقوم بتدريبه للمعالجين الذين لديهم مجموعة واسعة من الخبرات والخلفيات. وتشارلى سوينسون Charlie Swenson صديقى

وزميلي العزيز، الذي علمني أكثر عن العلاج الجدلي السلوكي، بجانب مارشا Marsha، التي أسمع صوتها وأنا أكتب، ولذلك أعلم أنها موجودة أيضاً في هذا الكتاب، ولوري ريتتشل Lorie Ritschel، والتي كتبت معها مقالاً سابقاً حول تحليل السلسلة وأجريت معها ورش عملٌ حول هذا الموضوع فهي مصدر دائم للفكاهة والوضوح والدقة. لقد أجريت أيضاً ورش عمل ودورات تدريبية مع ليندا ديميف Linda Dimeff، وإليزابيث سيمبسون Elizabeth Simpson وراندي وولبرت Randy Wolbert، وأليك سارSarah Payne، وآدم باين Adam Miller، وسارة رينولدز Sarah Reynolds، وجنيفر سايرس Jennifer Sayrs، وتوني دوبوز Tony DuBose من بين آخرين، كل منهم جعلني مدرساً أفضل.

والعام الذي انتهيت فيه من هذا الكتاب تزامن أيضاً مع المشاركة في برنامج قيادة المرأة في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات في روتجرز. فأنا ممتنة للجامعة وقيادة المستوى القادر على هذا البرنامج وعلى وجه التحديد لفيفي أتكينسون Phoebe Atkinson، التي عملت كمدربة في هذا العام، وزملائي غرييس برانيجان Grace Brannigan peers وأن بيل Anne Piehl، فقد ساعدني جميعهم في البقاء على المسار الصحيح مع هذا الكتاب مع تقديم الدعم والرعاية التي لا تنتهي.

وأخيراً، أود أنأشكر زوجي وأبنائي وقططين، فهم فترة راحة مرحباً بها من التفكير في السلسل طوال الوقت.

مقدمة المحرر

العلاج الجدلية السلوكي بين الماضي والحاضر

إن هذا الكتاب المُتقن حول تحليل السلسل Chain analysis هو الكتاب الثاني في سلسلة التدريب على ممارسة العلاج الجدلية السلوكي Dialectical behavioral therapy التي تُقدمها منشورات جيلفورد Guilford DBT® والتي تم تطويرها لتلبية الاحتياجات المتزايدة للممارسين الإكلينيكين لتعلم كيفية تقديم العلاج الجدلية السلوكي بطريقة متخصصة وعلى مستوى رفيع من الاقتدار والكفاءة.

في البداية تم تطوير العلاج الجدلية السلوكي للمرضى ذوي الميل الانتحارية أو الذين يعانون من سلوكيات إيذاء الذات ومرضى اضطراب الشخصية البينية borderline personality والاضطرابات ذات الصلة. وبينما يوفر دليل العلاج الجدلية الذي وضعه [ُ]مارشا لينهان (1993) دليل التدريب على المهارات في طبعته المقحة التي صدرت عام (٢٠١٥)، ونشرت من خلاله أوراق العمل التي تُزود المعالجين ببرنامج العلاج بالكامل والجوانب الأخرى للعلاج كتحليل السلسل، والصدق validation، والتدريب عبر الهاتف phone coaching، والتدخلات العائلية family interventions، وفرق تقديم الاستشارات consultation team، بالإضافة إلى الاستخدام الفعال للخطط الجدلية

جوانب العلاج جميعها بشكل كبير يتجاوز الدليل الأصلي للعلاج؛ ولهذا السبب قمنا بتطوير هذه السلسلة، بدعم من الدكتورة مارشا لينهان، وذلك بهدف مساعدة الممارسين على تعزيز وصقل مهاراتهم في ممارسة العلاج الجدي السلوكي وتقديمه لرضاهم بشكل فعال وفقاً لأحدث ما تم التوصل إليه من ممارسات ومعايير في هذا العلاج.

عندما طورت عالمة النفس الشابة مارشا لينهان وزملاؤها في جامعة واشنطن العلاج الجدي السلوكي، لم يكن من الواضح على الإطلاق ما إذا كان العلاج سينجح ويكون ذا كفاءة وتأثير مع المرضى من ذوي المحاولات الانتحارية، ومحاولات إيذاء الذات المزمنة، والذين يشار إليهم عادة بمرضى اضطراب الشخصية البنينية وطُورَ هذا العلاج لهم بالتحديد، كما لم يكن من المعلوم ما إذا كان هذا العلاج سيتلقى القبول والتبني من قبل المجتمع العلاجي الذي كافح لفترة طويلة لعلاج هؤلاء المرضى الذين يعانون من تلك المشكلات. ولكي نفهم كيف تسهم الأدلة والتوجيهات في هذه السلسلة في تعزيز الإنتاج النفسي وتعزيز الالتزام بالمبادئ والممارسات الحالية للعلاج الجدي السلوكي، يجب علينا أولاً أن نوضح كيف تتناسب مع الهيكل العام للعلاج الجدي وتلائم السياق العلاجي لمرضى اضطراب الشخصية البنينية وما يرتبط به من مشكلات تتفاقم بمرور الوقت.

إذا نظرنا ثالثين عاماً إلى الوراء، فإننا سندرك التأثير المذهل لأعمال الدكتورة لينهان في هذا الميدان؛ فقبل أن يتم نشر كتابها ويتلقى هذا القبول واسع الانتشار، كان يواجه الأشخاص ذوي الميل الانتحارية أو الذين يعانون من سلوكيات إيذاء الذات من مرضى اضطراب الشخصية البنينية، وصمة عار قاسية ومتفسية، وشعوراً عارماً باليأس من التعافي، وغياب تام للعلاجات المدعومة تجريبياً، وغنىًّا عن البيان، أن مرضى اضطراب

الشخصية البنية كانوا يُبَشِّرون بِمَالَاتِ مُقِيَّةٍ. في ذلك الوقت كان العلاج الجدلي السلوكي متاحاً فقط في عيادة صغيرة في جامعة واشنطن، دون أن يكون هناك دليل علاجي أو دليل للمهارات، دون طرق واضحة للتعليم أو نشر أو تنفيذ العلاج بشكل فَعَّال.

واليَّان..

أين نحن؟

تقاسَتِ الوصمة بِشَكْلٍ كَبِيرٍ وَازْدَادِ الْأَمْلِ، وأَصْبَحَ هُنَاكَ اعْتِرَافٌ كَبِيرٌ بَيْنَ الْمَهْنِيِّينَ بِأَنَّ اضْطَرَابَ الشَّخْصِيَّةِ الْبَيْنِيَّةِ وَالْمُشْكَلَاتِ الْمُرْبَطَةِ قَابِلَةِ للعلاج (عَلَى الرَّغْمِ أَنَّهُ مازالَ هُنَاكَ طَرِيقٌ طَوِيلٌ لِنَقْطَعِهِ)، كَمَا ظَهَرَ كَم مُشَيرٌ لِلإعْجَابِ مِنَ الْدَّرِسَاتِ الَّتِي تَدْعُمُ كَفَاءَةَ وَتَأْثِيرِ العَلاجِ الْجَدَلِيِّ السلوكيِّ مَعَ مَرْضِيِّ اضْطَرَابِ الشَّخْصِيَّةِ الْبَيْنِيَّةِ، وَقَدْ أَصْبَحَ هُنَاكَ أَدَلَّةَ عَلَاجِيَّةَ ذَائِعَةَ الصَّيْتِ (Linehan, 1993a, 1993b)، وَأَدَلَّةَ مَهَارَاتِ مُهَدَّثَةٍ وَمُنْقَحَةٍ (2015a, 2015b). وَبَاتَ هُنَاكَ فِرَقَّاً مُدْرِبَةً عَلَى أَعْلَى مُسْتَوِيِّ فِي الْعِيَادَاتِ الْخَارِجِيَّةِ وَالْمُسْتَشْفَيَاتِ وَغَيْرِهَا تَعَالِجُ الْأَلَافَ مِنَ الْأَشْخَاصِ يَوْمِيًّا بِاستِخْدَامِ الْعَلاجِ الْجَدَلِيِّ، لَيْسَ فَقَطَ فِي جَمِيعِ أَنْحَاءِ الْوَلَيَاتِ الْمُتَّحِدةِ إِنْمَا فِي جَمِيعِ أَنْحَاءِ الْعَالَمِ. كَمَا أَظْهَرَ عَدِيدٌ مِنْ مُقْدِمِيِّ هَذَا النَّوْعِ مِنَ الْعَلاجِ التَّزَامِهِمْ وَقَدْرَتِهِمْ مِنْ خَلَالِ الْحُصُولِ عَلَى الْاعْتِمَادِ الرَّسْمِيِّ كَمَعَالِجِينَ مُعْتَمِدِينَ لِلْعَلاجِ الْجَدَلِيِّ السلوكيِّ، الْأَمْرُ الَّذِي يَتَطَلَّبُ إِثْبَاتًا دَقِيقًا وَصَارِمًا لِمَهَارَاتِهِمْ وَكَفَاءَتِهِمْ فِي تَقْدِيمِ الْعَلاجِ. بِالإِضَافَةِ إِلَى ذَلِكَ، فَقَدْ فَتَحَ الْمَجَالُ أَمَّا عَلَاجَاتٍ أُخْرَى تَسْتَهْدِفُ مَرْضِيِّ اضْطَرَابِ الشَّخْصِيَّةِ الْبَيْنِيَّةِ وَالْمُشْكَلَاتِ الْمُتَّصِّلَةِ بِهِ، وَتَمْ دَعْمُهَا تَجْرِيَّبًا، أَوْ لَازَالَتْ قِيدَ التَّطْوِيرِ.

أَضِفْ إِلَى مَا سَبَقَ، أَنَّهُ تَمَّ تَطْوِيرُ تَطَبِيقَاتِ الْعَلاجِ الْجَدَلِيِّ بِنَجْاحٍ لِتُلَائِمَ مَجْمُوعَةً أُخْرَى مِنَ الْمُشْكَلَاتِ بِخَلَافِ اضْطَرَابِ الشَّخْصِيَّةِ الْبَيْنِيَّةِ؛ كَالْمُشْكَلَاتِ

الخطيرة الأخرى المرتبطة بخل التنظيم الانفعالي، من خلال مجموعة متنوعة من الأساليب العلاجية، كما تم مؤخرًا تطوير أساليب الوقاية. ومن ثم فإنَّه ليس من المفاجئ أن يُوضع اسم مارشا لينهان كواحدة من «العلماء المائة العظام» على مر العصور (Great Scientists, 2018).

إن العلاج الجدلي السلوكي هو علاج تكاملi integrative treatment يتضمن مجموعة واسعة من التدخلات (أساليب ووظائف العلاج). ولا يشمل العلاج الجدلي الجلسات الفردية فقط؛ إنما يضم عديداً من الأساليب الأخرى التي تخدم وظائف علاجية مختلفة، مثل التدريب الجمعي على المهارات، والتدريب عبر الهاتف، والتدخلات الأسرية، وفرق التشاور. ويدمج العلاج الجدلي الأساليب الموجهة نحو التقبيل (كالدعم والدفء والتشجيع) مع أساليب العلاج السلوكي وأساليب تنظيم المشاعر والانفعالات (الأهداف العلاجية المحددة، والتحليل العلمي للسلوك بما يشمل من أفكار ومشاعر وأفعال)، والتركيز على المهارات النفسية والاجتماعية كحلول لمجموعة من المشكلات، وتدعم العشرات من الدراسات المُحكمة تجريبياً تأثير العلاج الجدلي السلوكي في خلق الأمان والاستقرار والتحكم في النفس وتقليل التسرب من العلاج، فضلاً عن تحسين الحالة المزاجية واحترام الذات وال العلاقات، والأداء الوظيفي في الأسرة والمدرسة والعمل وما إلى ذلك. وبسبب النتائج المستقرة وانخفاض معدلات الانتكasaة إلى حدٍ كبير، فإن العلاج الجدلي يعتبر منخفض التكاليف مقارنة بالعلاجات البديلة على المدى الطويل.