



الارشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي

آرون جاردن، طيب رشيد، أناليز روتش، تيم لوماس، عائشة الأحمدى



المحتوى

5	ملاحظات تقديمية
5	المقدمة
6	الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي في الهيئات المهنية
6	تطلعات هذه الإرشادات
6	لمن هذه الإرشادات؟
7	الطبيعة المؤقتة للإرشادات
7	المصطلحات الأساسية
10	القسم الأول: القيم، نقاط القوة، والمبادئ
11	قيم ممارسي علم النفس الإيجابي
12	نقاط القوة عند ممارسي علم النفس الإيجابي
13	المبادئ الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي
16	القسم الثاني: تطبيقات الإرشادات الأخلاقية في الممارسة
16	ثلاثة اعتبارات مهمة
16	اتخاذ القرارات الأخلاقية
17	اعتبارات العمل
17	التغيرات في العملاء
17	التغيرات في بيئة الممارس والعمل
18	الحالة الشعورية الحالية ومستوى العافية

18	تجنب المواجهة
19	فَرْق القوة
19	الإفراط في استخدام نقاط القوة
19	الحكمة العملية
20	الحفاظ على المرونة ومقاومة الاحتراق الذاتي
20	الإعلان عن المؤهل العلمي والكفاءة
21	تقدير أهمية السياق الثقافي
22	حل المعضلات الأخلاقية- دليلك خطوة بخطوة
24	دليل التقييم الذاتي
25	القسم الثالث: أمثلة على حالات الممارسات الأخلاقية
25	مثال الحالة 1: الثقافة- تطبيق التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي مع الحساسية الثقافية
26	مثال الحالة 2: التدريب الحياتي- التدريب الحياتي للعملاء في الظروف المتغيرة
27	مثال حالة 3: إكلينيكي- العمل مع الصدمات النفسية
28	مثال الحالة 4: المنظمات - الضغط لعرض البيانات بشكل مضلل
29	مثال الحالة 5: التوجيه - تشجيع المشاركين "الذين ليس لديهم رغبة" في علاقة غير متوازنة
29	مثال حالة 6: التعليم- تنفيذ برامج العافية حيث التطلعات تعرقها الممارسات الحالية
31	الإرشادات الأخلاقية ذات الصلة
32	شكر وتقدير
34	الموقعين الأوليين على الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي
36	المراجع

37قراءات إضافية

إعلان: هذه الإرشادات الأخلاقية هي نتيجة عمل مجموعة تعاونية مستقلة بقيادة أرون جاردن، طيب رشيد، أناليز روتش، تيم لوماس. هذه الإرشادات الأخلاقية ليست مرتبطة بأية منظمة أو جمعية، ومع ذلك، ساهم العديد من الأطراف في إنشاء وصقل هذه النسخة الأولى. ينوي المؤلفون تحديث هذه الإرشادات في دورة نصف سنوية لتعزيز أدائها بعمق وشمول أكبر، ونرحب بالتعليقات والآراء على aaron.jarden@unimelb.edu.au

ملاحظات تقديمية

المقدمة

المثالية الأخلاقية هي غالباً فكرةً مرتبطةً بالمدينة الفاضلة؛ لأن البشر بمن فيهم من ممارسي علم النفس الإيجابي Positive Psychology Practitioners (PPPs) عرضة للخطأ والضعف، وليسوا مثاليين. فإن تعقيد الحياة المعاصرة، مثل: الانتشار الواسع للحياة الإلكترونية، وتغير المناخ غير المنتظم، وأزمات النازحين، والهويات الناشئة، والاستقطاب السياسي المتنامي، كل ذلك أدى إلى زيادة الضعف البشري. إن الخدمات النفسية وخاصة تلك التي تهدف بشكل واضح لاستعادة أو تحسين العافية، لا يمكن تقديمها بسهولة من غير صراع مع الأولويات والمعضلات الأخلاقية، ولا توجد مجموعة واحدة من الإرشادات الأخلاقية، أو المبادئ أو حتى التشريعات التي يمكنها أن تجسد المدى الكبير للتعقيدات البشرية. وعلى الجانب الآخر فعند اتخاذ القرارات الأخلاقية يمكن أن توجهنا مجموعة من القيم، ونقاط القوة الشخصية، والمبادئ المبنية على أسس عامة، خاصة عند استخدام التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي Positive Psychology Interventions (PPIs) والتي تهدف بشكل عام إلى تحسين العافية.

تحتوي هذه الإرشادات الأخلاقية على (أ) قيم (ب) نقاط القوة (ج) مبادئ ممارسة علم النفس الإيجابي. ومن المهم الانتباه إلى أن هذه "الإرشادات" تتمثل عادة في أطر واسعة، تختلف تبعاً للسياق والنطاق القضائي. فعلى سبيل المثال، الإرشادات قد تكون في أسفل منظور التسلسل الهرمي كما هو موضح في الشكل أدناه. الشكل 1:



شكل 1: الإرشادات وأطر العمل الواسعة.

بناء على ما سبق، فإنه من المهم عند تناول الإرشادات أن نضع في الاعتبار أطر العمل الأخرى ذات الصلة. بالإضافة إلى ذلك فعندما يقوم شخص أو منظمة بتبني وإقرار هذه الإرشادات "لممارسة علم النفس الإيجابي"، فقد لا يكون من القانوني في بعض

البلدان والمناطق القضائية أن تصف نفسك بأنك "مختص في علم النفس الإيجابي" – رجاءً كن على اطلاع بالقيود والمتطلبات في موقعك الجغرافي.

الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي في الهيئات المهنية

عندما يكون الممارس عضوًا في إحدى الهيئات المهنية في المجال مثل: (جمعية علم النفس الأمريكية، جمعية علم النفس الأسترالية، الاتحاد الدولي للمدربين الحيثيين) فمن الأساسي، أن تقوم المعايير والإرشادات وقواعد الممارسة الخاصة بهيئاتهم على توجيه ممارستهم في المقام الأول. كما نتوقع عندما يكون الممارسون أعضاء في هيئات الترخيص والاعتماد (مثل كلية علماء النفس)، مع وجود تعليم كافٍ، وتدريب وخبرة في ممارسة علم النفس أو المجالات ذات الصلة، فسيكون هؤلاء الممارسون على دراية بالقوانين والمعايير واللوائح والتشريعات والإجراءات المتعلقة بممارسة علم النفس الإيجابي ضمن نطاقهم القضائي.

الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي المطروحة هنا مصممة لتكون إضافة للقواعد والإرشادات المهنية المرتبطة بالنطاق القضائي وليس استبدالها. كما أن هذه الإرشادات تقدم أيضاً قاعدة أساسية للممارسين الذين لا ينتمون لهيئات مهنية.

تطلعات هذه الإرشادات

لم نحتاج إلى هذه الإرشادات الأخلاقية؟ هذه الإرشادات تهدف إلى تحسين الممارسة المهنية عن طريق توضيح الالتزام بممارسة علم النفس الإيجابي المبني على الأدلة والإثباتات العملية. إنها تهدف لغرس التطلع للمحافظة على الإخلاص (المنطقي) لعلم العافية، وليضع الممارسين في عين الاعتبار الإرشادات التي تتوافق معها عند تقديم أنفسهم والتسويق للفوائد المتوقعة من الخدمات التي يقدمونها. هذه الإرشادات هي محاولة لنشر الوعي بماهية الممارسة الأخلاقية لممارسي علم النفس الإيجابي وغيرهم. بالاستعانة بهذه الإرشادات، يتوقع من ممارسي علم النفس الإيجابي الالتزام بالأبعاد التالية¹:

- (أ) الاطلاع الدائم على الأبحاث العلمية وبناء ممارساتهم على أساس علمي.
- (ب) تحديث معارفهم باستمرار من خلال التعليم المستمر والتطوير المهني في المجال.
- (ج) الإعلان الحذر والدقيق لحدود معرفتهم في مجال العلاج بعلم النفس الإيجابي، والمنافع والتحديات المحتملة للتدخل العلاجي بعلم النفس الإيجابي وبرامج العافية.
- (د) مراقبة عافية عملائهم، والتغييرات الإيجابية والسلبية في عافيتهم خلال فترة تقديم الخدمة.

لمن هذه الإرشادات؟

الغاية من هذه الإرشادات هي لتمكين الممارسات الأخلاقية الأمثل من قبل ممارسي علم النفس الإيجابي، بذلك تتحقق المنفعة (لعمل ما هو خير للآخرين) وعدم الإضرار (تفادي أي إيذاء محتمل للآخرين). هذه الإرشادات موجهة للمختصين (مثل المعالجين النفسيين) وغيرهم (مثل الطلاب أو الذين لا ينتمون لأي هيئات أو منظمات) ممن يقدمون خدمات التدخل العلاجي

¹ اخترنا أربعة أمثلة هنا لتوضيح مثل هذا الالتزام، ولكن ضع في عين الاعتبار أن مثل هذه القائمة يمكن أن تكون طويلة جداً.

بعلم النفس الإيجابي أو الذين يستعملون معرفتهم في علم النفس الإيجابي في ممارساتهم، وليست إرشادات حول كيفية استعمال أو تقديم تدخل علاجي معين في علم النفس الإيجابي.

الطبيعة المؤقتة للإرشادات

نريد أن نلفت الانتباه إلى أن الإرشادات الحالية (إصدار 1.0 في يوليو 19، 2019) هي إرشادات مؤقتة وعرضة للتغيير المستمر كل عامين من خلال عملية استشارات متكررة مع المساهمين الأساسيين. وقد وضعت هذه الإجراءات؛ لضمان أن تكون الإرشادات متماشية مع التغييرات في السياق، وتعكس أي مواضيع رئيسية جديدة محلية أو عالمية. ومن هذا المنطلق، فنحن نرحب بأي تعليقات على الإرشادات المطروحة هنا وفي أي وقت.

وتجدر الإشارة هنا إلى أن دولاً تتحدث اللغة الإنجليزية فقط ومعظمها غربية قد أثرت على إنشاء هذه الإرشادات، لذلك فإن هذه الإرشادات تقتصر على هذه الحدود. وعلى الرغم من ذلك، فإن هذه وثيقة متجددة ستبقى قيد التحديث والتطوير تعرف برقم الإصدار على أمل أن تشمل الإصدارات القادمة تأثير قواعد وإرشادات من دول أخرى غير الدول الغربية ومن دول لا تتحدث الإنجليزية بوصفها لغة رسمية لها.

المصطلحات الأساسية

العميل Client

الممارسون يعملون مع العملاء. "العميل" هو مصطلح عام يستخدم للدلالة على متلقي أية خدمة مثل (على سبيل المثال وليس الحصر) الفرد، الثنائي، الأسرة، المجموعة، المنظمة، الكفيل، أو أية وحدة اجتماعية أخرى.

الفرق بين القواعد والإرشادات Codes vs Guidelines

القواعد عادة ترتبط بعقوبات قانونية أو جبرية، بينما الإرشادات تقترح أفضل الممارسات، ولا تكون عادة خاضعة "للضبط" أو "الرقابة القانونية". الإرشادات بطبيعتها توضح بأن الظروف مختلفة ومعقدة، وأن اتباعها يتطلب غالباً من الممارسين أن يستخدموا الحكمة العملية- مزيج من الخبرة والمنطق السليم.

علم النفس الإيجابي (PP) Positive Psychology

هناك عدة طرق لتعريف مفهوم علم النفس الإيجابي، لكن المفهوم التشغيلي الأكثر استعمالاً هو: الدراسة العلمية والمعززة للبنى الشاملة مثل "السعادة" و "العافية" و "الازدهار". أما (Lomas, Hefferon and Ivztan (2015, p. 1347) يعرفان علم النفس الإيجابي على أنه: "علم وممارسة تحسين العافية"، ويرتبط بذلك مفهوم "علم النفس الإيجابي التطبيقي" والذي ببساطه يمكن فهمه على أنه تطبيقات علم النفس الإيجابي في المواقف الحقيقية في الحياة بما فيها التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي.

التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي (PPI) Positive Psychological Intervention

هناك فرق واضح تحدده الكتابات الأدبية بين "التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي" وبين "التدخل العلاجي الإيجابي في علم النفس" - للموجز والشرح، ارجع إلى (Hone, Jarden, and Schofield (2015). نحن هنا نجسد الفكر الأوسع في التدخل العلاجي الإيجابي في علم النفس والذي يشمل جميع الأنشطة عبر عديد من التخصصات (أي من المجالات الفرعية الأخرى لعلم النفس بالإضافة إلى علم النفس الإيجابي) التي تهدف إلى زيادة العافية النفسية. ومن أحد التعاريف الشائعة للتدخل الإيجابي العلاجي في علم النفس هو: "تعزيز المشاعر، السلوكيات، و/أو الأفكار الإيجابية، وبالتالي زيادة العافية عند الفرد أو المجموعة." (Schueller, Kashdan, & Parks, 2014, p. 92).

ممارس علم النفس الإيجابي (PPP) Positive Psychology Practitioner

هو الممارس الذي أكمل التدريب المطلوب لممارسة مهنته (على سبيل المثال، العلاج النفسي، الإرشاد النفسي، التدريب الحياتي) بالإضافة إلى تدريب مختص في علم النفس الإيجابي مع مدرب معروف بكفاءته العالية، مما يتيح له فهم عملية البحث العلمي وتطبيقاته في تقديم خدمات علم النفس الإيجابي التطبيقي (مثل، التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي).²

نقاط القوة Strengths

بشكل عام، تتبنى الإرشادات والقواعد الأخلاقية خصائص معينة مرغوبة في الشخصية، اختيرت من قبل قادة الفكر في مجال معين. وقد استخدمنا لهذه الإرشادات: الفضائل ونقاط القوة في الشخصية (CSV: Peterson & Seligman, 2004)، وهو عبارة عن نموذج لنقاط القوة في الشخصية مصدق تجريبياً ومعتمد عبر مختلف الثقافات (McGrath, 2014).

وفقاً لـ CSV، فإن نقاط القوة في الشخصية تعرف على أنها: سمات عالمية لها قيمة لذاتها، وليس من الضروري أن تؤدي إلى نتائج عند استعمالها كأدوات، بل بالأحرى، كسمات سلوكية، فهي توجه الشخص للتصرف بطرق أخلاقية ومسؤولة لمصلحته ومصلحة الآخرين وتسهل عليه القيام بذلك. وبشكل عام، نقاط القوة في الشخصية تعكس هوية الشخص (أي شخصيته)، والقيم تعكس ما يلتزم به الشخص (أي مبادئه وتصرفاته).

الممارس Practitioner

² من يستطيع أن يطلق على نفسه مسمى ممارس علم النفس الإيجابي؟ حتى الآن، لا يوجد تحديد واضح لمقدار أو مستوى التدريب أو المؤهل المطلوب. على سبيل المثال، هل يمكن أن يعتبر الشخص نفسه ممارساً لعلم النفس الإيجابي بناءً على دورة مدتها يومان، أو شهادة معتمدة أخذها في 6 أشهر، أو ماجستير في علم النفس الإيجابي التطبيقي مدته عامان؟ بالإضافة إلى ذلك، فإنه من المثالي الممارسة تحت الإشراف (مثل، الإشراف المتبادل بين زميلين) والاستشارات الإلكترونية. هناك حاجة للمزيد من التوجيه بشأن التدريب والإشراف المناسبين من الهيئات المهنية في هذا المجال (وبالفعل، مثل هذه القضايا قيد الأخذ بعين الاعتبار وينظر فيها من قبل الجهات المختصة).

مصطلح "ممارس" يستخدم بشكل عام للإشارة إلى أي شخص يقوم بتقديم خدمات لها علاقة بعلم النفس الإيجابي. "ممارس" تشمل أي شخص يقوم بأي من الأدوار التالية (على سبيل المثال وليس الحصر) مرشد نفسي، معالج نفسي، مختص صحة نفسية، مدرب حياتي، ممرن، موجه أو معلم.³

المبادئ Principles

المبادئ تجعلنا ننتبه للمسؤوليات الأخلاقية المهمة، فتصرفاتنا تنبع من مبادئ معينة محددة.

القيم Values

القيم هي عبارة عن المعتقدات التي يملكها الأفراد، والتي تنتشرها المجموعات عن النهايات المرغوبة (أي الايدولوجيات الأوسع عن العالم وكيف ينبغي أن يكون). القيم تتجاوز المواقف المحددة، وتوجه كيف نختار تصرفاتنا ونقيم أنفسنا والآخرين وهي مرتبة حسب أهميتها النسبية (Schwartz, 2006). يمكن أن تمثل القيم طريقة مهمة للتعبير عن الالتزام الأخلاقي العام الذي يصبح تعريفه أكثر دقة وبطريقة عملية عندما يتم التعبير عنه كمبدأ، بعبارة أخرى، القيم تثرى المبادئ. بهذا المنطق فإن القيم الموضحة في هذه الإرشادات هي تلك التي وصفها المؤلفون بأنها مشتركة على نطاق واسع في مجتمع علم النفس الإيجابي.

³ روح ومبادئ هذه الإرشادات يمكن أن تنطبق بشكل متساوٍ على الباحثين في مجال العافية، حيث يمكن اعتبار الباحثين ممارسين من ناحية واحدة، وهي أنهم يعملون مع أشخاص يمكن أن نعتبرهم مشابهيين للعملاء.

القسم الأول: القيم، نقاط القوة، والمبادئ

تتضمن الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي القيم، نقاط القوة، والمبادئ التالية. كل من القيم ونقاط القوة تدعم تشريع المبادئ الأخلاقية كما هو موضح في الجدول 1.

الجدول 1

القيم، نقاط القوة، ومبادئ ممارسة علم النفس الإيجابي

المبادئ	نقاط القوة ⁵	القيم ⁴
1. تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار	1. الأمانة	1. حماية سلامة العملاء والآخرين
2. الرعاية المسؤولة	2. الإنصاف	2. تخفيف الضيق والمعاناة الشخصية
3. احترام حقوق الناس وكرامتهم	3. الذكاء الاجتماعي	3. ضمان نزاهة علاقة الممارس بالعميل
4. الجدارة بالثقة	4. العمل الجماعي	4. تقدير تنوع الخبرات والثقافات الإنسانية
5. العدل	5. اللطف	5. تعزيز معنى الذات الذي يعتبر معبراً بالنسبة للشخص أو الأشخاص المعنيين
6. الاستقلالية	6. الحيطة	6. تحسين جودة المعرفة المهنية وتطبيقاتها
	7. وجهة النظر	7. تحسين جودة العلاقات بين الناس
	8. إصدار الحكم	8. زيادة الفاعلية الذاتية
	9. تنظيم الذات	9. السعي لتقديم خدمات الإرشاد النفسي، العلاج النفسي، التدريب الحياتي، بشكل منصف وكافٍ
	10. الصمود	
	11. الشجاعة	

⁴ تم اختيار قيمنا بناء على إرشادات أخرى مشابهة، وعلى هذا النحو، يمكن للعديد من القيم أن تتناسب مع فئات مختلفة. فعلى سبيل المثال: يمكن النظر إلى العدالة على أنها قيمة أو مبدأ، كما يمكن اعتبار الجدارة بالثقة قوة (الأمانة)، أو قيمة أو مبدأ. العديد من هذه الأساسيات قابلة للنقاش بهذه الطريقة. كما تم تصنيف القيم حسب أهميتها من وجهة نظر مؤلفي هذه الإرشادات. ⁵ نقاط القوة 1-7 صنفت بحسب عدد مرات تكرار ذكرها والتأكيد عليها في 10 إرشادات أخلاقية مشابهة (على سبيل المثال، الإطار الأخلاقي للممارسة الجيدة في الإرشاد النفسي والعلاج النفسي الصادر من الجمعية البريطانية للإرشاد النفسي والعلاج النفسي). نقاط القوة 8-11، اعتبر المؤلفون أنه من المهم التمسك بالمبادئ الستة.

إضافة إلى ذلك:

- تنص جميع القواعد تقريبًا على مجموعة من السمات والصفات الشخصية، في حين أن هذه القواعد تركز على نقاط القوة والسلوكيات التي يمكن ملاحظتها.
- قوائم القيم، نقاط القوة، والمبادئ ليست شاملة بأي شكل من الأشكال، بل هي محاولة مبدئية لما ينظر إليه الآن على أنه الأكثر ارتباطًا بالممارسة. بما أن الإرشادات تتكيف بشكل متكرر مع مرور الزمن، ومع النقاش الحاصل في مجتمع علم النفس الإيجابي، فإنه من المتوقع أن تتطور هذه العناصر.
- قوائم القيم، نقاط القوة، والمبادئ ليست إلزامية.
- تم اختيار نموذج من نقاط القوة (إطار عمل القيم في التصرف VIA)، كونه الأكثر وضوحًا في الكتابات الأدبية ومستندًا على علم صحيح.

قيم ممارسي علم النفس الإيجابي

تتضمن القيم الأساسية لممارسي علم النفس الإيجابي الالتزام بما يلي:

- حماية سلامة العملاء والآخرين، وهذا يشمل الانتباه والوعي الدائم لكيفية استجابة العميل للخدمات التي يقدمها الممارس، بالإضافة إلى ذلك، أن يدرك الممارس حدود قدراته وخبراته (وعلى هذا النحو، إدراك متى قد يحتاج العميل لمساعدة متخصصة من قطاعات أخرى، أو عندما يكون عامة الناس في خطر).
- تخفيف الضيق والمعاناة الشخصية (عندما يكون ضمن حدود الخبرة)، وهذا يعني توزيع التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي حسب السياق لخفض الضيق عند الأفراد الذين يلجؤون للخدمات المتخصصة باختلافها (على سبيل المثال، العلاج النفسي، التدريب الحياتي، الصحة).
- ضمان نزاهة علاقة الممارس بالعميل، وهذا يشمل احترام الحدود الشخصية، والالتزام بالممارسة المهنية مثل الخصوصية والسرية.
- تقدير تنوع الخبرات والثقافات الإنسانية، هذا يعني عدم تطبيق سياسة "ما يصلح لشخص واحد يصلح للجميع" مع العملاء، ولكن بدلاً من ذلك، الاحترام والاحتفاء بالتنوع والتميز في طرق النمو المختلفة لكل شخص، وخلفياتهم الثقافية وظروفهم المختلفة.
- تعزيز معنى الذات الذي يعتبر معبرًا بالنسبة للشخص أو الأشخاص المعنيين، هذا يعني أن الشخص يضع الأهداف ويسعى لتحقيقها. هذه الأهداف ليس مرضية للنفس فقط، ولكنها أيضًا تسهم في الخير العام.
- تحسين جودة المعرفة المهنية وتطبيقاتها، وهذا يعني أن يبذل الشخص قصارى جهده لمواكبة التطورات في الكتابات الأدبية والحفاظ على المعرفة المتجددة بآخر التطورات في المجال.
- تحسين جودة العلاقات بين الناس، وهذا يعني إدراك أن الناس ينخرطون في العلاقات والشبكات الاجتماعية لا محالة، والسعي لمساعدة الفرد لتحسين هذه الروابط قدر الإمكان.

- زيادة الفاعلية الذاتية، هذا يعني السعي لمساعدة العميل على العمل بشكل أكثر فاعلية في العالم وفي المواقف الفريدة التي يجدون أنفسهم فيها.
- السعي لتقديم خدمات علم النفس الإيجابي والكافية والمنصفة، وهذا قد يشمل التأييد والدعوة إلى تقديم هذه الخدمات للفئات التي يصعب الوصول إليها، أو الترويج لتدرج الأسعار حيثما كان ذلك ممكنًا؛ بحيث يستطيع الأشخاص ذوي الدخل المحدود الاستفادة من هذه الخدمات.

نقاط القوة عند ممارسي علم النفس الإيجابي

تعد نقاط القوة في الشخصية عند ممارسي علم النفس الإيجابي مهمة؛ لأنها تؤثر على علاقة الممارس بالعميل، وهناك العديد من نقاط القوة التي تعتبر جوهرية في تقديم الخدمات، كما تعتبر صفات شخصية جيدة أيضًا، وفي المقابل فإنه من غير المناسب أن نصف جميع الممارسين بأنهم يمتلكون نقاط القوة هذه؛ لأنه من الأساسي أن تكون نقاط القوة في الشخصية هذه متأصلة في الفرد وتتبع من الالتزام الذاتي وليس من متطلبات سلطة خارجية ما. أظهر التحليل الموضوعي للمبادئ والقيم التي تتبناها الإرشادات الرئيسية (انظر لقسم الإرشادات التوجيهية ذات الصلة) أن نقاط القوة في الشخصية الآتية يفترض أنها تسهل الممارسة الأخلاقية عند اتخاذ القرار:

- الأمانة: قول الحق، تقديم النفس للآخرين بطريقة حقيقية، التصرف بطريقة صادقة خالية من الادعاء، تحمل الفرد مسؤولية مشاعره وتصرفاته.
- الإنصاف: معاملة جميع الناس بمساواة وفقًا لمفاهيم الإنصاف والعدالة، عدم السماح للمشاعر الشخصية أن تجعل القرارات تجاه الآخرين متحيزة، إعطاء الجميع فرصًا منصفة.
- الذكاء الاجتماعي: إدراك دوافع ومشاعر الآخرين، معرفة ما يجب عمله ليتناسب مع المواقف الاجتماعية المختلفة، معرفة ما يجب عمله لجعل الآخرين يشعرون بالراحة.
- العمل الجماعي: العمل بجدارة كعضو في الفريق أو المجموعة، الولاء للمجموعة، تأدية ما على الفرد تجاه المجموعة.
- اللطف: عمل المعروف والأعمال الخيرة للآخرين، مساعدتهم، والاعتناء بهم.
- الحيطة: الحذر في اختيارات الفرد، عدم اتخاذ مخاطر لا داعٍ لها، وعدم قول أو عمل أشياء قد يندم عليها لاحقًا.
- وجهة النظر: القدرة على تقديم النصح الحكيم للآخرين، والنظر للعالم بطرق ذات معنى للنفس والآخرين.
- إصدار الحكم: التفكير في الأمور بعمق وفحصها من جميع الجوانب، عدم التسرع في الوصول إلى الاستنتاجات، الاعتماد على الأدلة القوية فقط لاتخاذ القرارات، امتلاك القدرة على تغيير رأيك.
- تنظيم الذات: تنظيم ما يشعر به الفرد وما يفعله، الانضباط، التحكم في شهوات الفرد ومشاعره.
- الصمود: العمل بجد لإنهاء ما يبدأ به الفرد، وإنهائه في الوقت المناسب بغض النظر عن نوع المشروع، عدم تشتت الانتباه عند العمل، الشعور بالرضا عند إتمام المهام.

- الشجاعة: أن تكون شخصاً شجاعاً لا تخشى مواجهة الخطر، التحدي، الصعوبات، أو الألم، الدفاع عن الحق حتى لو كانت هناك معارضة، والتصرف بناء على قناعات الفرد.

المبادئ الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي

كل من المبادئ الأخلاقية الستة التي ستذكر لاحقاً، تأتي مصاحبة لأمثلة للممارسات الجيدة التي نشأت استجابة لكل مبدأ، ويمكن النظر إلى القرارات الأخلاقية المدعومة بشدة بواحد أو أكثر من هذه المبادئ، وبدون أي تناقض مع المبادئ الأخرى بأن لها أساس منطقي وأخلاقي قوي. وعلى الرغم من ذلك، فإنه من المرجح أن يواجه الممارسون ظروفًا يستحيل فيها التوفيق بين جميع المبادئ المرتبطة بتلك الظروف، ويكون الاختيار بين المبادئ أمراً مطلوباً. لا يعد القرار أو التصرف غير أخلاقي بالضرورة لمجرد أنه مثير للجدل أو لأن ممارسين آخرين قد يتوصلون إلى استنتاجات مختلفة في ظروف مماثلة. من واجب الممارس أن يضع في عين الاعتبار جميع الظروف المرتبطة مع أكبر قدر من الاهتمام، وأن يكون مسؤولاً عن قراراته.

تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار

تحقيق المنفعة يقتضي الالتزام بتعزيز عافية العميل والممارس، وتعني قاعدة تحقيق المنفعة العمل على تحقيق المصلحة الأفضل للعميل، بالاعتماد على التقييم المختص، فضلاً عن أنها تلتفت الانتباه للتشديد على العمل ضمن حدود كفاءة الفرد فقط، وتقديم الخدمات على أساس التدريب الكافي أو الخبرة. يتطلب ضمان تحقيق منفعة العميل مراقبة منهجية للممارسات والنتائج (على سبيل المثال، العافية) بأفضل الوسائل المتاحة. إنه من المهم أن يقوم البحث العلمي والتفكير المنهجي بإثراء الممارسة اعتماداً على الدور والسياق، يجب عادة الالتزام بخطوات معينة لتحسين جودة الخدمات المقدمة، والالتزام بتحديث الممارسة عن طريق التطوير المهني المستمر. قد يصبح الالتزام بالعمل لتحقيق أفضل مصلحة للعميل أمراً في غاية الأهمية عند العملاء الذين تتناقص لديهم القدرة على الاستقلالية بسبب العمر، عدم النضج، عدم الفهم، الضيق، أو قيود شخصية أخرى.

ومن ناحية أخرى، فإن عدم الإضرار ينطوي على الالتزام بتجنب إيذاء العميل.

الممارسون الذين يتبنون هذا المبدأ يلتزمون بالتالي:

- تجنب الاستغلال الجنسي أو المادي أو العاطفي أو أي شكل آخر من أشكال استغلال العميل.
- تجنب الممارسة غير الكفؤة (أي التطبيق الصحيح للتدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، على سبيل المثال: معرفة ما يصلح لكل شخص على حدى)، وتجنب سوء الممارسة.
- عدم تقديم الخدمات عندما لا يكونون في وضع مناسب لتقديمها بسبب المرض أو الظروف الشخصية أو غياب العقل.

الممارس عليه مسؤولية أخلاقية بالسعي لتخفيف أي ضرر يلحق بالعميل حتى عندما يكون الضرر غير مقصود أو لا يمكن تجنبه، وهناك مسؤولية شخصية ومهنية على الممارسين للتصدي عندما يكون ذلك مناسباً، لسوء الممارسة أو الممارسة غير الكفؤة. يتحمل الممارسون أيضاً مسؤولية المساهمة في أي تحقيق أو تحكيم قضائي من قبل هيئة أو سلطة معترف بها بشكل موثوق، فيما يتعلق بالممارسة المهنية التي تقل عن المستوى المهني المطلوب، وما يندرج تحتها من ناحية الكفاءة المقبولة للممارس و/أو المخاطرة بتشويه سمعة مهنهم أو سمعة علم النفس الإيجابي.

الرعاية المسؤولة

ممارسة علم النفس الإيجابي تعزز العافية. وفي السعي لتحقيق هذا الهدف، يظهر ممارسو علم النفس الإيجابي الذين يتبنون هذا المبدأ اهتماماً فاعلاً بمصلحة عملائهم، ويدركون السلطة الاجتماعية والمؤسسية التي تشكل دورهم كممارسي علم النفس الإيجابي. فهم عليهم مسؤولية أساسية وهي حماية مصلحة عملائهم. إنهم مدركون بأن الأفراد، الأسر، الجماعات، أو المجتمعات قد تكون في موضع ضعيف، كما أنهم يدركون حدود خبراتهم (بما في ذلك غياب المعرفة) ويلجؤون إلى مختصين آخرين عند الحاجة، ويتحملون المسؤولية ويقومون بإصلاح أي ضرر قد يحدث نتيجة للخدمات التي يقدمونها. ومن المتوقع من ممارسي علم النفس الإيجابي أيضاً أن يكون لهم نشاط واهتمام مستمر في التطورات النظرية والإمبيريقية في مجالهم، لضمان الحفاظ على معرفة حديثة ومتجددة بالأدلة العلمية التي تتعلق بالتدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي الذي يقومون باستعماله.

احترام حقوق الناس وكرامتهم

وفقاً لإعلان الأمم المتحدة العالمي لحقوق الإنسان، فإن احترام كرامة الناس وحقوقهم يتطلب ما يلي: كل شخص والناس جميعاً لهم قيمة ايجابية في حد ذاتهم، والاعتراف بحقوقهم واحترامها، ومعاملتهم باحترام، والتأكيد على كرامتهم كجزء من إنسانيتهم المشتركة. إن الممارسون الذين يتبنون هذا المبدأ يظهرون الاحترام الذي يتطلب الحساسية تجاه التنوع الثقافي والاجتماعي. هذا يشمل إدراك الاختلافات بين الأشخاص من ناحية ثقافتهم، جنسيتهم، عرقهم، لونهم، سلالتهم، دينهم، جنسهم، حالتهم الزوجية، توجهاتهم الجنسية، قدراتهم الجسدية والعقلية، سنهم، الوضع الاجتماعي-الاقتصادي، و/ أو أية خصائص أو ظروف أو حالة شخصية أخرى. هذه الاختلافات هي جزء لا يتجزأ من الشخص، ويجب احترامها على هذا الأساس.

الجدارة بالثقة

يتضمن كون الإنسان جديراً بالثقة (الإخلاص) احترام الثقة التي يمنحها الناس للممارس.

الجدارة بالثقة تعتبر أساسية لفهم القضايا الأخلاقية وحلها.

الممارسون الذين يتبنون هذا المبدأ يلتزمون بالتالي:

- التصرف بناء على الثقة الممنوحة لهم.
- السعي لضمان أن توقعات العملاء هي توقعات معقولة يمكن تحقيقها.
- احترام الوعود والاتفاقيات مع العملاء.
- اعتبار السرية التزاماً ينبع من ثقة العميل بهم.
- حصر أي إفشاء للمعلومات السرية عن العملاء لخدمة الأهداف التي تم تحديدها في البداية، باستثناء إفشاء المعلومات الإلزامي (على سبيل المثال، عندما يلزم القانون في منطقة الشخص القضائية مثل هذا الإفشاء).

العدالة

تتضمن العدالة المعاملة المنصفة والحيادية لجميع العملاء وتقديم خدمات كافية. كما يتطلب مبدأ العدالة أن يكون الممارسون الذين يتبنون هذا المبدأ عادلين ومنصفين مع جميع العملاء ويحترمون حقوقهم الإنسانية وكرامتهم. إنها تشد الانتباه إلى مراعاة الضمير الحي في الالتزامات والمتطلبات القانونية، والانتباه دائماً لأي تناقضات محتملة بين المتطلبات القانونية والأخلاقية. إن العدل في توزيع الخدمات يتطلب القدرة على تحديد الخدمات التي يقدمونها للعملاء وتوزيع الخدمات بين العملاء بشكل محايد، فضلاً عن أن الالتزام بالإنصاف يتطلب القدرة على تقدير الاختلافات بين الناس والالتزام بتحقيق تكافؤ الفرص والمخرجات، وتجنب التمييز العنصري ضد الأشخاص أو المجموعات على أساس خصائصهم الشخصية أو الاجتماعية؛ وبعبارة أخرى، يستلزم العدل عدم حدوث تمييز عنصري غير عادل بناءً على خصائص معينة (مثل الجنس والعمر). على الممارسين واجب السعي لضمان تقديم منصف للخدمات، وأن يكون من الممكن لمن يحتاجها الحصول عليها، وأن تكون الخدمات ملائمة لاحتياجات العملاء المحتملين.

الاستقلالية

تتضمن الاستقلالية احترام حق العميل في أن يتحكم في حياته بنفسه. ويؤكد هذا المبدأ على أهمية تطوير قدرة العميل على التوجيه الذاتي (أو توجيه النفس) وذلك في الخدمات المقدمة وفي جميع جوانب الحياة. يعارض مبدأ الاستقلالية التلاعب بالعملاء دون إرادتهم، حتى لو كان من أجل غايات اجتماعية مفيدة.

الممارسون الذين يتبنون هذا المبدأ يلتزمون بالتالي:

- ضمان الدقة في أي إعلان أو معلومات تعطى قبل تقديم الخدمة.
- السعي للحصول على "الموافقة المبينة على اطلاع" المعطاة من قبل العميل بإرادته طول فترة العلاقة.
- التأكيد على قيمة مشاركة العميل طوعاً في الخدمات التي يتم تقديمها له.
- الاشتراك في تعاقد صريح قبل أن يحدث أي التزام من قبل العميل وإعادة النظر/ ومراجعة شروط العقد طول فترة العلاقة.
- حماية الخصوصية.
- حماية السرية.
- جعل أي إفشاء للمعلومات السرية مشروط عادة بموافقة الشخص المعني.
- إبلاغ العميل مسبقاً بتضارب المصالح المحتمل، أو في أسرع وقت بعد أن يظهر هذا التضارب.

القسم الثاني: تطبيقات الإرشادات الأخلاقية في الممارسة

يحتوي هذا القسم على العديد من الإرشادات والأمثلة لتطبيق هذه الإرشادات الأخلاقية في السياقات المختلفة. تم تصميم المحتوى للتفكير بعمق مع توفير أدوات مفيدة ودليل تقييم ذاتي لحل ودعم اتخاذ القرار في الممارسة العملية.

ثلاثة اعتبارات مهمة

قبل تطبيق أي تدخلات علاجية في علم النفس الإيجابي، يجب على الفرد تقييم العوامل الثلاثة التالية المهمة، والتي تمثل حجر الأساس لأفضل الممارسات (Barlow, Allen & Choate, 2004):

1. هل التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي خيار مناسب لهذه الحالة؟ يمكن التأكد من ذلك بمراجعة الكتابات الأدبية والأدلة العلمية المنشورة في مصادر موثوقة، فعلى سبيل المثال، قبل تطبيق تدخل علاجي معين في علم النفس الإيجابي لقوة "الامتنان"، تحقق لمعرفة إذا ما كان هناك أدلة علمية منشورة تبين أن هذا التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي عبارة عن تقنية واعدة لهذا العميل.
2. هل التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي يناسب احتياجات العميل الحالية؟
3. كيف سيتم تقييم فاعلية التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي؟ بعبارة أخرى، ماهي النتيجة المعينة التي يمكن تحديدها وتقييمها بشكل صحيح لتحديد فاعلية التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي؟

اتخاذ القرارات الأخلاقية

اتخاذ القرارات الأخلاقية يمكن أن يدعم من خلال الأمور التالية: وجود معرفة كافية بهذه الإرشادات الأخلاقية والإرشادات الأخلاقية للمجال المهني المرتبط بتلك القرارات الأخلاقية، إدراك السلوكيات الأخلاقية الفاضلة للآخرين، واستعمال القوة الشخصية في اتخاذ القرار.

المعرفة: نتوقع من المستخدمين الأساسيين لهذه الإرشادات الأخلاقية، وبالتحديد ممارسي علم النفس الإيجابي المؤهلين بالتدريب والخبرة والتعليم الكافي لممارسة علم النفس أو المجالات الأخرى ذات الصلة، أن يكونوا على معرفة كافية، ويستطيعون شرح هذه الإرشادات الأخلاقية التي تخص مهنتهم وتصنيفهم المهني. تؤكد معظم المناطق القضائية بأنه يجب على الممارسين أن يكونوا على دراية وفهم بالقوانين والمعايير والتشريعات واللوائح والإجراءات المرتبطة بمهنتهم.

السلوك: السلوك الأخلاقي، وخاصة عند تقديم التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، لا يمكن أن يأتي ببساطة من المعرفة العقلية. يجب أن يكون السلوك الأخلاقي مرتبطاً ارتباطاً وثيقاً بالسلوكيات والممارسات الجماعية. هل بإمكانك أن تحدد أولئك الافراد الذين يمثلون الممارسات الأخلاقية السليمة؟ على الرغم من أن زملاءك قد لا يسلطون الضوء على هذه الممارسات بشكل واضح بسبب تواضعهم، إلا أنه من المستحب أن تسأل زملاءك أو المجتمع المهني الأكبر بصراحة (منظمة إقليمية أو دولية) عن كيفية تقيدهم بالمعايير الأخلاقية في مجالك. جمع مجموعة من أمثلة الحالات كمرجعية للممارسات الجيدة سيكون مفيداً لردود فعل الممارس مع اخذ سلوكه في الاعتبار، ومع التجميع الكافي للأمثلة، ستظهر التطبيقات المتميزة حتماً، أما من الناحية المثالية، فيقوم الممارسون بإنشاء منصة متاحة للجميع بحيث يصبح لجميع الممارسين فرصة لإثراء هذه المراجع.

استعمال نقاط القوة في صنع القرار الاخلاقي: يمكن أن تكون نقاط القوة مفيدة بعدة طرق عند صناعة القرار الأخلاقي، على سبيل المثال: تحديد نماذج لنقاط القوة يمكن أن تساعد في اتخاذ القرارات الأخلاقية المطروحة. ابحث عن زميل يمثل نموذجاً يحتذى به كقدوة في السلوك الأخلاقي، فكر كيف يتعامل مع معضلة أو موقف أخلاقي معين، أو بشكل عام ماهي نقاط القوة التي يجسدها بالتحديد في تفاعلاته اليومية مع الزملاء والعملاء والتي تستحق أن توضع كنموذج وستساعد في اتخاذ القرارات.

اعتبارات العمل

هناك العديد من الاعتبارات التي يجب مراعاتها في العمل مع العملاء، والتي يمكن أن يكون لها تبعات أخلاقية مهمة ومباشرة. تحديداً، فإنه من المهم أن نأخذ بعين الاعتبار التغييرات في العملاء، التغييرات في البيئات التي يجد عملاء وممارسو علم النفس الإيجابي أنفسهم فيها، الحالة الشعورية الحالية ومستوى عافية العملاء وممارسي علم النفس الإيجابي، ميل العملاء لتجنب المواجهة، فرق القوة في العلاقة، الإفراط في استخدام نقاط القوة، الحكمة العملية، الإعلان عن المؤهل العلمي والكفاءة، وأهمية السياقات الثقافية المتنوعة. إن النظر في هذه الأبعاد يمكن أن يساعد في تحقيق، أو توقع، أو تفادي بعض العواقب غير المقصودة أو غير المرغوبة.

التغيرات في العملاء

عند تقديم أي خدمات نفسية، من المهم مراقبة عافية العملاء خلال الفترة العلاجية أو فترة التدخل العلاجي. وقد تتدهور حالة بعض العملاء بغض النظر عن الفاعلية المثبتة للتدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي المستعملة معهم. يمكن أن تتدهور الأعراض لأي سبب من الأسباب، مما يجعل العميل في موقف ضعف، وليس بالضرورة أن يشارك العميل هذه المعلومات مع الممارس، ربما لأنه قد يشعر بالخجل، الخوف، أو التردد في تخييب ظن الممارس الذي يعمل في سبيل تحسين عافيته. قد لا يكون- في أغلب الأحيان- التركيز الأساسي للتدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي هو تحسن الأعراض، بل بالأحرى تعزيز العافية. ملاحظة التغيرات في ظروف حياة العملاء هو بنفس أهمية تقييم التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي بالنسبة إلى هذه التغيرات، فعلى سبيل المثال، إذا تعرض العميل للانفصال أو خسر وظيفة، فمن المهم أن يتمكن الممارس من التعاطي مع هذه المتغيرات وتقييم أثرها. يجب أن يكون الممارسون مستعدون لإيقاف التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي الذي يقومون باستعماله مع العميل وتعديل نهجهم تبعاً للاحتياجات المطروحة والمستمرة، أو تحويل العميل إلى مختص آخر لمساعدته إذا كان ذلك مناسباً. قد يؤثر الفشل في القيام بذلك سلباً على علاقة الممارس بالعميل، والتي قد لا يمكن إصلاحها فيما بعد.

التغيرات في بيئة الممارس والعميل

بالإضافة إلى أخذ تغيرات العميل في الاعتبار، فإنه من المهم أيضاً مراعاة البيئة التي تشمل كل من العملاء والممارسين. على سبيل المثال: ممارسي علم النفس الإيجابي الذين يعملون أيضاً كمعالجين إكلينكيين. يعمل المعالجون الإكلينيكيون المعاصرون في بيئات شديدة التعقيد، سريعة الإيقاع، وملينة بالضغوطات، والتي تتميز بالتحديات مثل ندرة برامج التدخلات العلاجية المبنية على الأدلة العلمية، نقص الكفاءة الثقافية، والاحتياجات المزمنة والمعقدة للعملاء والتي تؤثر على مجالات عديدة في حياتهم.

نظراً لهذه التحديات ضع في اعتبارك العملاء الذين:

- ربما فقدوا وظيفتهم أو صفقات مهمة، أو يتم تجاهلهم في الحصول على الترقية التي يستحقونها فقط لأنهم مختلفون عن الفريق.
- ربما تم تشخيصهم مؤخرًا بحالة مرضية خطيرة.
- يمرون بخيانة شريك حياتهم لهم أو غيرها من أشكال سوء المعاملة من قبل شريك الحياة.
- يتعاملون مع وضع فيه تمييز عنصري.
- عرضة لأحداث بيئية مدمرة مثل: الفيضانات أو حرائق الغابات، أو مشكلات عالمية مثل المجاعة.

ضع في الاعتبار كيف أن هذه التحديات قد تؤثر على العملاء وتشكل خطتهم العلاجية. هذه الحالات تعرض مجموعة متنوعة من القضايا المختلفة التي يجب النظر فيها ومعالجتها بطرق مختلفة، كل ذلك يتم مع مراعاة لوائح ومعايير المهنة التي ينتمي إليها الفرد، لذلك من المهم عندما يقوم ممارسو علم النفس الإيجابي بتقديم التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، أن يتعرفوا على عملاءهم وعلى بيئاتهم وعلى التغيرات الحالية أو التي حصلت حديثًا لظروفهم.

يحتاج الممارسون أيضًا إلى إدراك التحديات داخل بيئة عملهم، وقد يشمل ذلك التغيرات في الإدارة مما يمكن أن يؤدي إلى التغيرات في أشكال الخدمة المقدمة، فعلى سبيل المثال المدير الجديد قد يؤدي أو يعارض تدخلات علاجية معينة في علم النفس الإيجابي، أو قد يفضل منهجا علاجيا آخر، (على سبيل المثال، البرمجة اللغوية العصبية، العلاجات القائمة على التأمل، والعلاج بالتقبل والالتزام). هذه التغيرات قد يكون لها تأثير مباشر أو غير مباشر على ممارسة التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، بما في ذلك المنظور الأخلاقي.

الحالة الشعورية الحالية ومستوى العافية

أثناء تقديم التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي لابد من تقييم التغيرات في العملاء وحالتهم الشعورية الحالية ومستوى العافية. إنه من المهم أن تكون ممارسة ممارسي علم النفس الإيجابي ضمن نطاق تدريبهم وخبراتهم. بالنسبة للعملاء الذين يظهرون مشكلات تتعلق بعلم النفس المرضي (أي الاكتئاب، أو القلق، أو الصدمات النفسية)، فإن ممارس علم النفس الإيجابي يجب أن يلجأ إلى المساعدة المتخصصة من متخصص ذو مؤهل مناسب وخبرة كافية. إذا لم تكن هذه المشكلات ظاهرة في بداية علاقة العمل بين الممارس والعميل، فيجب على ممارس علم النفس الإيجابي أن يبقى يقظا لأن مثل هذه المشكلات قد تظهر في أثناء ممارسة العميل للتدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي، كما يجب أن يكون الممارس جاهزًا لتحويل العميل إلى مختص مؤهل بشكل مناسب لمساعدته. من الناحية المثالية يجب أن يقوم الممارس بمناقشة العميل والتشاور مع زملاء والخبراء ذوي الصلة بالمجال للتأكد من الوقت المناسب للعودة إلى مواصلة التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي في مثل هذه الحالة.

تجنب المواجهة

تجنب المواجهة هو أحد أكثر الآليات التي يستعملها الأفراد للتكيف مع المشاعر السلبية، وتستلزم الحياة الصحية نفسيًا أن يكون الشخص مدرجًا لمشاعره ويستعمل كل أبعاد مشاعره. قد يتجنب بعض العملاء الذين يلجؤون للتدخلات العلاجية في علم النفس

الإيجابي تلك المشاعر السلبية العميقة بسبب شعورهم بعد الارتياح، وقد يسعون للحصول على التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي على أمل أن يجنبهم ذلك مواجهة مشاعرهم السلبية أو يبقوها تحت السيطرة، وتشمل أمثلة مصادر المشاعر السلبية: الانفصال أو الطلاق المرير، الخيانة من صديق موثوق فيه، الاستياء لكونه ضحية التمييز العنصري، والمعاملة غير العادلة أو المتحيزة من قبل فرد أو مؤسسة. إحدى طرق تقييم تجنب المواجهة هي من خلال الانتباه إلى المشاعر السلبية التي تعاود الظهور بشكل متكرر في المحادثة حتى لو لم يتم مناقشتها بشكل صريح (أي المشاعر التي تزجج العملاء ومع ذلك يتعمد العميل عدم مناقشتها).

على الرغم من أن التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي قامت بفتح آفاق جديدة مع الأدلة المتزايدة على أن المشاعر الإيجابية ونقاط القوة في الشخصية يمكن أن تحسن وتصلح الحالات السلبية (Rashid & Seligman, 2018)، وهذا فقط في حال دمج الحالات السلبية بشكل مفيد في العلاج، أما إذا تم تجنب المشاعر السلبية القوية من قبل العملاء أو الممارسين، فإن ذلك يهدد فاعلية العلاج.

فرق القوة

أحد الأبعاد الجوهرية لأي تفاعل نفسي بين الممارس والعميل هي ديناميكيات القوة الكامنة في العلاقة، وبالأخص فرق القوة. عادة ما يدرك المعالجون، والمرشدون النفسيون والاختصاصيون الاجتماعيون وغيرهم من أصحاب المهن المماثلة هذا الاختلاف. لذلك فإنهم يسعون جاهدين لخلق مساحة آمنة ومحايدة وسرية ومُرحبة بهم حتى لا يشعر العملاء بأنهم مجرد متلقين سلبيين للخدمات المقدمة لهم. ومع ذلك فإن طبيعة التعامل بين الممارس والعميل ينظر فيها للممارس على أنه خبير. يميل العملاء إلى أن يتطلعوا للممارسين على أنهم مجهزون بأحدث المعارف والتدريبات والخبرات في تقديم خدمات التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي. لهذا فإن فرق القوة موجود دائماً، ويجب أن يكون الممارس مدركاً لهذا الفرق ويجب أن يتجنب أي موقف يضطر فيه العميل أو الممارس إلى اتخاذ قرار متأثر بفرق القوة.

الإفراط في استخدام نقاط القوة

الإفراط أو التفسير في استخدام بعض الممارسات القائمة على نقاط القوة يمكن أن يؤدي إلى تفاقم التحديات القائمة. على سبيل المثال، في العديد من سياقات التدريب الحياتي المختلفة، يمكن أن يؤدي اقتراح الممارس على العملاء بأن يكونوا أكثر حذراً إلى أن يصبح البعض أكثر قلقاً ومتريداً. العملاء الذين يتدربون على التسامح دون التفكير الملي فيمن يسامحون ومتى يقومون بذلك قد يتغاضون عن الجرائم، والتي إذا لم يتم التحقق منها أو أخذها في الحسبان، قد تؤدي الآخرين. العملاء الذين يُفرضون في استخدام الإبداع يمكن أن يجدوا صعوبة في التقيد بالأعراف أو القواعد التي تراعي العدل وتكافؤ الفرص. العملاء الذين يلتزمون باتخاذ قرارات منصفة في عملهم قد يجدون صعوبة في التصالح مع واقع أنه هناك من يقوم بالنقيض في مجال عملهم (على سبيل المثال، التصالح مع أن يكون هناك شخص متعلم تعليماً جيداً ومطلع جيد يمكنه اتخاذ قرارات غير حكيمة).

الحكمة العملية

يحتاج الممارسون إلى ما سماه أفلاطون الحكمة العملية "Phronesis"، أي الحكمة العملية لتطبيق هذه الإرشادات، على سبيل المثال، ضع في اعتبارك ممارسا يعمل مع مسؤول تنفيذي رفيع المستوى، أسس معه علاقة ممتازة، وقد قام بتحقيق تقدم جيد في العمل. ومع ذلك ينتبه الممارس إلى أن هذا المسؤول متورط في سلوك غير أخلاقي. هل يجب على الممارس أن يحافظ على العلاقة المتينة بينه وبين العميل بالتزام الصمت؟ أو أن يواجهه ويخاطر بالعلاقة؟ قد لا تكون مجموعة واحدة من الإرشادات الاخلاقية كافية، فيحتاج الممارس إلى تحليل الموقف والعمل على تحقيق التوازن بين الدوافع المختلفة. في مثل هذه الحالات، الحكمة العملية تبنى من كل من الخبرات التراكمية وروابط العلاقات الجيدة مع الزملاء الذين يمكنهم تقديم النصح والمساعدة في الوصول للمنطق الأخلاقي.

الحفاظ على المرونة ومقاومة الاحتراق الذاتي

يمكن لعديد من البناءات في علم النفس الإيجابي مقاومة الاحتراق الذاتي، ويمكن للمشاعر الإيجابية (مثل، الأمل، الصفاء، الفرح، الاهتمام، الدهشة) أن توسع موارد الممارس المعرفية والسلوكية، والتي يمكن أن تمثل حاجز ضد نقاط الضعف، مثل أعراض الاحتراق الذاتي (كالإرهاق العاطفي). كما يمكن أن تساعد الممارسات الشخصية مثل التأمل في مثل هذا الأمر. تساعد نقاط القوة في العلاقات الشخصية (على سبيل المثال، الذكاء الاجتماعي، اللطف، الحب، الفكاهة، الإحساس بالهدف والمعنى، العمل الجماعي) في التكيف مع التحديات مثل فقدان الطابع الشخصي "depersonalization" (هو حالة تبدو فيها أفكار الفرد واحاسيسه غير حقيقية أو لا تنتمي إلى الشخص نفسه). وبالمثل، فإن الإحساس بالهدف والمعنى يمكنه أن يعيد الشعور الشخصي بفقدان الطابع الشخصي "depersonalization".

الإعلان عن المؤهل العلمي والكفاءة

يجب على الممارسين أن يفصحوا عن حدود كفاءتهم فيما يتعلق بحالات نفسية معينة، ومجموعات معينة (مثل، العمل مع الأطفال، الثقافات الأخرى، العمل مع المجموعات) وتطبيق تدخلات علاجية معينة في علم النفس الإيجابي. على سبيل المثال: قد تكون لدى الممارس خبرة في تقييم نقاط القوة عند البالغين، ولكن ليست لديه خبرة في تقييم نقاط القوة لدى الأطفال أو المراهقين. علاوة على ذلك، مع استمرار تقديم الخدمة فقد تأخذ الأمور منحى ليجد الممارس نفسه في مناطق هو أقل خبرة أو كفاءة فيها. على سبيل المثال، قد يكون الممارس مؤهل وذا خبرة في تقديم الخدمات للأطفال، والمراهقين، والبالغين، لكنه قد لا يكون مؤهلاً أو ذا خبرة في تقديم هذه الخدمات في إطار الأسرة، وفي هذه الحالة تكون هناك حاجة لتحويل العملاء إلى مختصين آخرين أو الحصول على أشكال أخرى من المساعدة المتخصصة.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على الممارسين أن يفصحوا عن مؤهلهم العلمي وتدريبهم والخبرات ذات الصلة التي تستند إليها الخدمات التي يقدمونها، على سبيل المثال: يحصل الممارس على شهادة لمؤهل مدته ستة أشهر تضمنت أسبوعاً من التفاعل وجها لوجه، مع إكمال باقي الدورة على الإنترنت. هذه الشهادة غير معترف بها من قبل سلطة منح التراخيص في المنطقة التي يعمل بها، ويذكر الموقع الإلكتروني لهذا الممارس بأنه "ممارس معتمد في علم النفس الإيجابي" مع أنه ليس لديه أي مؤهلات أخرى للممارسة المهنية. هل هذا أخلاقي؟ إنه من المهم إبلاغ العملاء بوضوح بطبيعة ونطاق وحدود تعليمك الأكاديمي والمهني، والمؤهلات التي ترتبط بمسالك الوظيفي.

تقدير أهمية السياق الثقافي

يجب ألا يعتمد صنع القرارات الأخلاقية على الوعي، أو المعرفة، أو الإدراك المعرفي فقط. بل يجب أن تعكس هذه القرارات أيضاً الوعي بأفضل الأدلة المتاحة والمرتبطة بظروف السياق الثقافي. يعد السياق الثقافي موضوعاً حساساً في تقديم التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي؛ لأن مفهوم الفرد لما هو طبيعي، جيد، أو قابل للتكيف ويتشكل من خلال القيم المرغوبة لدى الفرد والتي يستمدّها من ثقافته ومن السياق الاجتماعي الذي تظهر فيه المشكلة أو المعضلة الأخلاقية نفسها.

بالإضافة إلى ذلك، تختلف الثقافات والأعراف الاجتماعية في كيفية إدراك بعض المشاعر أو التعبير عنها أو حتى المبالغة فيها. لذلك فإنه من المهم أن تنطلق الممارسات الأخلاقية لممارسة التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي من مثل هذه الأدلة. تعد الإرشادات الأخلاقية المطروحة هنا عامة بما يكفي لاستيعاب السياق الثقافي، لكنها في نفس الوقت بالغة الدقة بما يكفي لاستيعاب الاحتياجات الفردية. هذا التكامل بين الأدلة، بما في ذلك العوامل الثقافية والفردية، يمكن أن تكون متاحة بسهولة ويسر، وعلى الرغم من أن هذا التكامل قد لا ينتج عنه المثالية في المسار الأخلاقي، أو العملية الأخلاقية، أو الناتج الأخلاقي، لكن عندما يسعى الأفراد للتميز الأخلاقي فإن الحكمة الجماعية تساعدهم في التعرف على هذه القضايا عند مواجهتها. تم فتح آفاق جديدة، وتمهيد مسارات جديدة، ويمكن تحقيق التميز في نهاية المطاف، لهذا، فإن وجود هذه البنية من الإرشادات الأخلاقية، أمر بالغ في الأهمية؛ ليستند إليها تفكير الفرد وتصرفاته. هذه الإرشادات الأخلاقية تفيد أيضاً في تقييم مدى التزام الفرد وقربه أو بعده عن التميز الأخلاقي.

حل المعضلات الأخلاقية- دليلك خطوة بخطوة

على الرغم من استحالة أن يكون الإنسان محصناً من التورط في المعضلات الأخلاقية، فإن الخطوات التالية التي تم استنباط الكثير منها من العديد من المصادر ومنها كتاب أخلاقيات علم النفس -Koocher & Keith (Ethics in Psychology Spiegel, 1998)، ستساعد الممارس على اتخاذ قرارات أخلاقية سليمة:

- الممارسة وفقاً لجميع التشريعات واللوائح ومعايير الممارسة والإدارة والإرشادات المهنية المنصوص عليها من قبل وكالة منح التراخيص في المنطقة القضائية التي يمارس فيها. مثل هذه المعلومات ستساعد الممارس على التعرف على المعضلات الأخلاقية.
- استيعاب أنه يمكن لنفس الحدث أن يكون مختلفاً عندما يحدث من شخص لآخر. استشر شخصاً يكون محل ثقة وغير متحيز، حول ما إذا كان الموضوع المطروح يشكل معضلة أخلاقية ذات عواقب وخيمة. تناقش مع زملائك لتحديد إذا كان الأمر عبارة عن مخالفة أخلاقية، أو مجرد تقصير في الأداب المهنية، أو أنه موضوع يشكل ضرراً على النفس أو الآخرين.
- راجع الإرشادات والقوانين والمعايير المنشورة ذات الصلة، وتأكد من أنك تفهمهم بشكل دقيق وأن تطلب المشورة إذا لزم الأمر. تكون الإرشادات المكتوبة تكون أحياناً مختصرة وغير واضحة، مع وجود مجال واسع للتفسير الذاتي.
- اجمع أكبر قدر من المعلومات المرتبطة بالموضوع وأفضلها. حدد الثغرات الموجودة في المعلومات، وقم بتوثيق الحقائق والنقاط التي تثير قلقك.
- وظف جميع المعلومات في عملية التفكير، واستشر شخصاً مطلعاً، ذو عقلية منفتحة، ولا يخشى الإشارة إلى أوجه التقصير المحتملة لدى الممارس.
- قيم كيف تنطبق هذه المبادئ الأخلاقية الستة (تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار، الرعاية المسؤولة، احترام حقوق الناس وكرامتهم، الجدارة بالثقة، العدل، والاستقلالية). على سبيل المثال، قيم الحقوق، والمسؤوليات، ونقاط ضعف جميع المعنيين.
- استخدام العصف الذهني لإيجاد حلول متعددة وتقييم كل منها بأكثر قدر من الموضوعية.
- ضع في عين الاعتبار نقاط القوة التي يمكنها مساعدتك في اتخاذ القرار الأخلاقي الأسلم. هل يمكنك اللجوء إلى احساسك العميق بالإنصاف، أو الأمانة، أو اللطف؟ قد تكون شجاعتك مطلوبة لتحفيزك على "فعل الصواب"؟ تذكر أن القرارات الأخلاقية تتطلب استخدام نقاط متعددة للقوة في الشخصية معاً على النحو الأمثل، وليس استخدام نقطة واحدة للقوة في الشخصية في معزل عن باقي نقاط القوة أو "الاستخدام الكثير" لنقطة قوة واحدة (Niemiec, 2018).
- تخيل نتيجة قيامك باتخاذ هذا القرار الأخلاقي أو عدم اتخاذه.
- قبل اتخاذ هذا القرار فكر ملياً في تأثير هذا القرار عليك وعلى جميع المعنيين بهذا الموضوع، وما قد يكون له من آثار منهجية أو تبعات في النظام. فكر أيضاً في أشكال الدعم التي قد تحتاجها للالتزام بقرارك.

- ترجم القرارات الأخلاقية إلى إجراءات ملموسة تعكس جوهر قرارك بشكل حقيقي، يمكن للعديد من الإجراءات أن تعبر عن قرارك. قم باختبار الإجراءات التي تعبر عن قرارك بدقة وبشكل صحيح، وبحيث تكون قابلة للقياس، ومرتبطة بالنتائج المرجوة، وتتسبب بأقل ضرر أو إزعاج ممكن لأولئك الذين ليست لهم صلة مباشرة بالموضوع.

دليل التقييم الذاتي

يعرض القسم التالي أسئلة ليفكر فيها الممارسون مما سيساعدهم في تجنب المعضلات الأخلاقية لدعم أفضل الممارسات.

التدخل العلاجي المناسب في علم النفس الإيجابي: في البداية وقبل أي شيء، بناء على أفضل الأدلة العلمية المتاحة، قرر إذا كان تدخلا علاجيا معيناً في علم النفس الإيجابي (على سبيل المثال: صحيفة الامتثال، استخدام نقاط قوة معينة في الشخصية، تمرين التسامح) مناسباً للعميل، نظراً لمشكلته المطروحة، ظروفه، ودافعه للعلاج.

توقيت التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي: ماهي الخطوات التي ستتبعها لتقرر متى ستستعمل التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي؟ (1) هل ستتخذ هذا القرار في بداية تقديم الخدمة؟ أو (2) ستنتظر وتقرر بعد فترة من بدأ تقديم الخدمة؟ تحت أي ظروف قد تفكر في تبديل طريقة العلاج أو دمج طريقة العلاج هذه مع طريقة علاج أخرى؟

الوعي بصحة الفرد النفسية: ما مدى إدراكك لمستوى صحتك النفسية؟ كونك ممارساً لا يعني أنك محصن من المرور بأعراض الاضطرابات النفسية والتي قد تتطور إلى الحد المرضي. ماهي الخطوات أو الإجراءات التي تتخذها بشكل روتيني لرعاية صحتك النفسية حتى تتمكن من خدمة عملائك على النحو الأمثل؟ ماهي العوائق التي تواجهها عند رعايتك لنفسك، مثل ضيق الوقت والموارد، الشعور أو الاعتقاد أنك على ما يرام، أو القدرة على التواصل مع المختصين المناسبين في المجال والذين يمكنهم رعاية صحتك النفسية.

التبليغ الإلزامي: ما مدى تقبلك لمسألة اتخاذ إجراء ضد عميل يستجيب بشكل جيد للتدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، لكنه يطلب منك الالتزام بالسرية بعد أن يخبرك من دون قصد عن حادثة (حصلت في الماضي أو الحاضر) أو وضع لازال قائماً، ويشمل إساءة إلى طفل أو شخص مسن، أو اعتداء جنسي، أو تهديد وشيك لسلامة شخص ما؟ إذا لم تكن تمارس نشاطك وفقاً لقواعد أو إرشادات أخلاقية تابعة لهيئة مهنية، فهل عليك أي متطلب قانوني بالإبلاغ؟!

المبالغة والتعميم: تقابل شخص في أحد المؤتمرات، ويبدو لك متحمساً للتدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي، ويدعوك لحضور ورشة يقوم بتقديمها. تحضر ورشة العمل التي بنيت على عدد قليل من الدراسات التي تعرفها جيداً. يتم عرض نتائج وتعميمات وتطبيقات هذه الدراسات بطريقة مبالغ فيها، ويجد معظم المشاركين في الورشة أن العرض يعتبر (نقطة تحول في المجال) ويبدو لك أنهم صدقوا النتائج، ماذا كنت لتفعل؟ هل يمكنك استخدام النقاط السابق ذكرها في قسم " حل المعضلات الأخلاقية" لتوجيه سلوكك في مثل هذه الحالة؟!

القسم الثالث: أمثلة على حالات الممارسات الأخلاقية

الحالات التالية هي أمثلة قد تظهر في الممارسة ولها مكون أخلاقي وثيق الصلة بالمبادئ الموضحة في هذه الإرشادات التوجيهية.⁶

مثال الحالة 1: الثقافة- تطبيق التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي مع الحساسية الثقافية

يجب أن تعكس القرارات الأخلاقية أفضل الأدلة العلمية المتاحة في سياق الظروف الثقافية. ضع في الاعتبار الحالة التالية:

سوزان ممارسة أسترالية تعمل مع عميلة ذات أصول ثقافية شرق آسيوية، تريد العميلة أن تعمل على تطوير الذات والحفاظ على علاقاتها العائلية. تختار سوزان استخدام "تمرين أفضل ذات ممكنه" "Best Possible Self Exercise"، وتتبع سوزان جميع الخطوات لتوجيه العميلة خلال التمرين. على الرغم من أن العميلة أحرزت إنجازات كبيرة في تطوير الذات، إلا أنها صرحت بأن علاقتها بعائلتها تدهورت. بالتالي، لم يظهر أي تحسن في عافية العميلة عند الرجوع لنتائج المقاييس التي أخذتها العميلة.

من الأمور المهمة التي تضمنتها هذه الحالة هو أخذ مفهوم الذات في عين الاعتبار، حيث أنه يختلف من ثقافة لأخرى. تتبع سوزان مفهوم التطوير الذاتي من وجهة نظر مرتبطة غالبًا بالثقافة الغربية، والذي يتمحور حول التطوير الذاتي، واتخاذ مبادرات جديدة وفردية إلى حد كبير. في المقابل، يُعتقد أن التطوير الذاتي في الثقافات الشرقية (وأغلب الثقافات غير الغربية) يضع تركيزًا أكبر على الاستثمار في العلاقات، تحسين التفاعل الاجتماعي، والمساهمة في المحافظة على تقاليد العائلة، والجماعة والقبيلة. على الرغم من التنوع الثقافي المتزايد في معظم المدن الحضرية، إلا أنه لا تزال هناك اختلافات ثقافية وجوهرية. أحد الآثار المهمة لهذه الاختلافات هي أن العميل في هذه الحالة يمكن أن تستفيد من فهم كيف يمكنها استخدام نقاط القوة في شخصيتها لتحقيق الفائدة لعائلتها أو للتواصل معهم بشكل أعمق. تستطيع سوزان استعمال التدخل العلاجي باستخدام نقاط القوة في الشخصية التالية: "استعمال نقاط القوة بطرق جديدة في العلاقات" أو "الامتثال لنقاط القوة في الشخصية

وتقديرها (Niemic, "Turn Your Strengths Other-Oriented or Character Strengths Appreciation" (2018) حيث تتعلم عميلتها تحويل أفضل صفاتها الداخلية إلى آليات لبناء العلاقات التي تفيد الآخر وتجعل من أولوياتها طريقة لإدراك وتقدير أفراد الأسرة لما فيهم من صفات حسنة. يمكن أن يكون الأمر أيضًا أن التطوير الذاتي المدعوم من قبل أشخاص مهمين في حياة الإنسان يمكنه أن يجلب زيادة عميقة ومستمرة في العافية. ومع ذلك، ففي الثقافات المترابطة، فإن التطوير الذاتي، الذي من المحتمل أن يرتبط بأفراد مقربين من العائلة يتطلب إدارة تفاعلات أكثر تعقيدًا على فترة زمنية أطول. وعلى العكس من ذلك، فإن أفضل نوع من الأنشطة المتعلقة بالذات، والتي تركز على تطوير نقاط القوة في الفرد أو اتخاذ مبادرة

⁶ نحن ممتنون للأشخاص التالي ذكرهم والذين قدموا أمثلة الحالات: الحالة 1 و 3 - طيب رشيد، الحالة 2 - أناليز روتش، الحالة 4 - ستيوارت دونالدسون، الحالة 5 - ماثيو اياسيلو، الحالة 6 - دينيس كوينلان.

جديدة، قد تتطلب فترة زمنية أقصر نسبياً. لهذا، فمن الضروري أن يأخذ ممارسو علم النفس الإيجابي في عين الاعتبار أفضل الطرق لجعل تمارينهم مناسبة ثقافياً.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة مرتبطة بالحالة السابقة:

- الرعاية المسؤولة. يحتاج ممارس علم النفس الإيجابي محاولة رعاية العميل بطريقة تأخذ في عين الاعتبار خصائص حالة العميل وخلفيته.
- تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار - على ممارس علم النفس الإيجابي واجب عدم الإضرار.
- احترام حقوق الناس وكرامتهم- على ممارس علم النفس الإيجابي مسؤولية أن يكون حساساً تجاه الديناميكيات المختلفة بين الثقافات المختلفة، واحترام وجهة نظر العميل المحددة واحتياجاته.

مثال الحالة 2: التدريب الحياتي- التدريب الحياتي للعملاء في الظروف المتغيرة

يمكن أن تظهر المعضلات الأخلاقية بشكل غير متوقع، وتتطلب تعديلاً في الخدمة المقدمة. ضع في عين الاعتبار الحالة التالية:

جاءت أماندا للتدريب الحياتي لأنها كانت تشعر بنقص في التوجه والمعنى في الحياة. كانت أماندا تولي اهتماماً كبيراً للتقدم الوظيفي في السابق، لكنها شعرت الآن بأنها بحاجة للبحث عن نهج أكثر توازناً في الحياة، وعلاوة على ذلك، كانت تشعر بالحزن والفراغ لأنها لم تحقق مزيداً في الحياة (خارج نطاق التقدم الوظيفي). خلال الجلسة الأولى، حددت بعض المجالات التي ترغب في التركيز عليها، والتي تضمنت الإدارة المالية (لتنمك من شراء منزل)، التطوير الذاتي، وزيادة المتعة وقضاء الأوقات الاجتماعية. ذكرت العميلة أن وظيفتها الحالية تملؤها التحديات وأنها تتطلع لتغييرها في المستقبل، لكن هذا لم يكن ما تريد أن تركز عليه حالياً في التدريب الحياتي. في أول جلستين، واللذان تم فيهما صياغة الأهداف وتحديد الإجراءات التي سيتم اتخاذها خطوة بخطوة، تم إحراز تقدم في المجالات التي ذكرت العميلة بأنها مهمة بالنسبة لها، وكان التدريب الحياتي يسير بشكل جيد. ومع ذلك، وضحت أماندا في بداية الجلسة الرابعة أن وضعها في العمل قد تدهور فجأة فاضطرت أن تستقيل، بما أنها وجدت عملاً آخر. لم يتم تقبل خبر استقالتها بشكل جيد في العمل، وكانت أماندا تشعر بعدم الاستقرار وأصبحت حساسة بشكل كبير عند الذهاب إلى عملها، حيث أنها كانت ملزمة بالعمل لأربعة أسابيع بعد تقديم استقالتها. ذكرت أماندا بأن ما شعرت به عندما رأت ردة فعل مديرها على استقالتها، جعلها تسترجع ذكريات المواجهات العاطفية المماثلة من فترة مراهقتها.

في هذه المرحلة كان من الضروري على المدرب الحياتي المحافظة على قوة "تنظيم الذات" وعدم تقديم اقتراحات مندفة بسبب زيادة مثيرات قلق أماندا. من هذا المنطلق، يمكن للمدرب الحياتي أن يلجأ إلى استعمال قوة "حب الاستطلاع" لمعرفة الكيفية التي تريد أماندا أن تتعامل بها مع المستقبل القريب، وتقبل احتمالية تغيير ما يتم مناقشته والتركيز عليه خلال الجلسات. وقد يكون من المهم أيضاً فهم طبيعة ردة فعل أماندا الشعورية لتحديد ما إذا كان التدريب الحياتي آلياً آمنه ومناسبة لاحتياجات أماندا الحالية. على الرغم من أن المدرب قد اتفق مع أماندا على عدد معين من الجلسات، إلا أن التغييرات في حالة العميل يجب أن توجهنا وتدلنا على الطريق الأنسب للمضي قدماً.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة مرتبطة بالحالة السابقة:

- الرعاية المسؤولة- على المدرب الحياتي مسؤولية أساسية لاستعمال اللطف والإنصاف لحماية مصلحة أماندا ومعرفة حدود خبراته.
- الاستقلالية- يمكن للمدرب الحياتي هنا أن يركز على تطوير قدرة أماندا على التوجيه الذاتي من خلال الخدمات المقدمة وفي جميع جوانب حياتها، وإعادة النظر/ ومراجعة شروط العقد بين الممارس والعميل (أو اتفاقهم الأولي) طول فترة العلاقة.
- تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار- المدرب الحياتي الذي يعمل في مصلحة أماندا ويستند إلى التقييم المتخصص، يجب أن ينتبه بصراحة إلى ألا يتجاوز عمله حدود مؤهلاته، وأن يقدم الخدمات على أساس التدريب المناسب والخبرة.

مثال حالة 3: إكلينيكي- العمل مع الصدمات النفسية

أغلب الأشخاص الذين يمرون بالصدمات النفسية يحملون أعباء ثقافية عديدة باختلاف ثقافتهم، خاصة إذا كانوا يعملون على تدخل علاجي في علم النفس الإيجابي، وقد يطورون آليات واسعة النطاق لتجنب التفكير، أو التصرف بطرق قد تكون مرتبطة بصدماتهم النفسية. عند تقديم التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي فإنه من المهم تقييم تلك الصدمة (سواء حصلت في الماضي أو الحاضر). من غير التفاوضي عن أي جزء منها أو التقليل من شأنه، ويجب على الممارس التدخل فقط إذا كانت لديه خبرة في هذا المجال، وإذا لم يكن، فيجب تحويل العميل إلى مختص في هذا المجال في الوقت المناسب، كما أن الممارس يحتاج أيضاً إلى أن يكون منتبهاً في حال ظهور أية صدمات نفسية خلال فترة تطبيق التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي. هذا، ويجب أن يناقش الممارس مع العميل ويتشاور مع زملائه والخبراء في هذا المجال للتأكد من التوقيت المناسب لمواصلة التدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي في مثل هذه الحالة. خذ في عين الاعتبار الحالة التالية:

سلمى، تبلغ من العمر 21 عاماً، لديها تاريخ طويل من التعرض للعنف الجسدي، والعاطفي، والجنسي، وتبحث عن مساعدة للتغلب على شعورها المستمر بالاكتئاب، ولديها توقع بأن يسألها المعالج بشكل صريح عن الصدمات التي تعرضت لها في حياتها. لكن بدلاً من ذلك، تم إعطائها استبيان قصير لا يحتوي على أسئلة عن أية صدمات قد تكون تعرضت لها في السابق أو الحاضر. في جلسات الإرشاد النفسي، تجد سلمى نفسها لا تتقبل المرشد النفسي وتختار ألا تصارحه بتفاصيل الصدمة التي تعرضت لها. وبالتالي، يبقى العلاج فاعلاً بشكل سطحي، ويوصف لها دورة جديدة من العلاج النفسي لمدة ستة أشهر.

كما هو موضح في الحالة السابقة، فإن السؤال عن الصدمات بشكل صريح أمر مهم (إلا أن القيام بذلك يتطلب حساسية عالية وربما تدريباً إكلينيكياً أيضاً). وعلى حسب العلاقة بين الممارس والعميل، فإن بعض العملاء سيطرحون أسئلة مرتبطة بالموضوع بصراحة، ويطلبون النصح، الاقتراحات، استراتيجيات التأقلم، أو موارد ثقافية مناسبة. عندما تظهر تفاصيل صدمة حديثة أو قديمة خلال العمل على تدخل علاجي في علم النفس الإيجابي فإنه من المهم أن يستجيب الممارس بطريقة تلبى احتياجات العميل. أولاً وقبل كل شيء، يجب أن يكون الممارس مؤهلاً، ومدرباً، ولديه خبرة كافية في التعامل مع هذا الموقف. يجب على الممارسين استعمال نقاط قوتهم من التواضع والحيطة والحذر باستمرار من خلال المراجعة بشكل دوري مما إذا كان

يجب أن يستمروا في تقديم الخدمات، أو على العكس، إذا كان العميل سيستفيد أكثر بعمله مع شخص آخر لديه خبره أكبر في هذا المجال بالتحديد ويستطيع تقديم المقترحات، والمهارات، والاستراتيجيات التي يحتاجها أو يطلبها بعض العملاء.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة مرتبطة بالحالة السابقة:

- الرعاية المسؤولة- على ممارس علم النفس الإيجابي مسؤولية رعاية سلمى بطريقة تراعي تفاصيل ظروفها وخلفتها.
- تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار- على ممارس علم النفس الإيجابي مسؤولية عدم التسبب في مزيد من الأذى لسلمى، وتعزيز عافيتها.

مثال الحالة 4: المنظمات - الضغط لعرض البيانات بشكل مضلل

كثير من العمل الإيجابي والتدخلات العلاجية المقدمة من المنظمات يتم تقييمه لمعرفة فاعليتها. يمكن أن تظهر العضلات الأخلاقية بشكل غير متوقع عندما لا يتقبل العملاء النتائج، ويقومون بالضغط على الممارس لحذف بيانات التقييم أو تحريفها. ضع الحالة التالية بعين الاعتبار ولاحظ كيف يظهر النقص في استخدام بعض نقاط القوة في الشخصية أقل مما يجب، بما في ذلك الأمانة، النزاهة، وجهة النظر، الحكمة، القيادة، والتواضع.

عينت شركة xyz ممارس في علم النفس الإيجابي لتحسين معنويات الموظفين وأدائهم، وقد قرر الممارس بالتشاور مع رؤساء الشركة تقديم برنامج تدريبي لتحسين أساسيات الصحة النفسية (الأمل، الفاعلية، الصمود، والتفاؤل). أظهرت نتائج التقييم أن الموظفين أحبوا التدريب وأبدوا رغبتهم في الحصول على تدريبات أكثر في علم النفس الإيجابي في المستقبل. على الرغم من ذلك، أظهرت بيانات التقييم عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الأمل، أو الفاعلية، أو الصمود، أو التفاؤل، أو المعنويات أو الأداء بين الموظفين الذين تم اختيارهم عشوائياً للمشاركة في التدريبات، وبين المشاركين في المجموعة المقارنة. كان رؤساء شركة xyz سعداء للغاية لأن موظفيهم قد استمتعوا بالتدريب لدرجة أنهم لم يريدوهم أن يروا نتائج التقييم غير المشجعة، وبدلاً من ذلك، طلبوا من الممارس أن يكتب في التقرير أن التدريب كان ناجحاً جداً، وأنه سيتم تقديم المزيد من التدريبات المشابهة للموظفين في المستقبل.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة ترتبط بالحالة السابقة:

- الاستقلالية- يُسلب الممارس هنا استقلالية العميل في التصرف.
- تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار- يتضمن تحقيق المنفعة التزاماً بتعزيز عافية العميل، وهذا المستوى من الخداع الذي يدعوا له رؤساء الشركة ليس في مصلحة الموظفين. بالإضافة إلى ذلك، يتطلب تحقيق المنفعة توفير الخدمات بناءً على الخبرة والتدريب الكافي.
- الجدارة بالثقة- يطلب من الممارس هنا المبالغة والتعميم فيما يخص فاعلية التدخل العلاجي في علم النفس الإيجابي، والقيام بهذا الفعل لا يحترم الثقة التي وضعها الموظفون في الممارس.

مثال الحالة 5: التوجيه - تشجيع المشاركين "الذين ليس لديهم رغبة" في علاقة غير متوازنة

غالبًا ما يكون الأشخاص الأكثر مقاومة للتدخلات العلاجية في علم النفس الإيجابي هم أكثر الناس الذين يمكنهم الاستفادة منه يواجه ممارسو علم النفس الإيجابي موقفًا صعبًا عندما يحاولون تشجيع العميل أو إقناعه بالمشاركة في تدخل علاجي لمصلحته، دون التلاعب به. ضع في عين الاعتبار الحالة التالية:

أبي، باحث حالة في وكالة لرعاية الشباب، لديها عميل يرفض المشاركة في تمارين التدخل العلاجي في إحدى مجموعات العلاج النفسي الجماعي في علم النفس الإيجابي. طلب المعالج الذي يقوم بتطبيق التدخل العلاجي من أبي أن تشجع عميلها للمشاركة في التمارين، وإقناعه بفوائد هذا التدخل. تتفق أبي مع زميلها بأن هذا التدخل العلاجي سيكون مفيدًا جدًا لعميلها، وتدرك أن موقف وسلوك عميلها غالبًا ما يتسبب في استبعاده من التدخلات العلاجية التي على الأرجح ستكون مفيدة له لو شارك فيها، فقررت أن تناقش العميل في موقفه من المشاركة. أنشأت أبي علاقة توجيهية مع العميل تنسم بالثقة، وليس لديها استعداد للمخاطرة بنزاهتها وخيانة ثقة العميل من خلال الترويج للتدخل العلاجي للعميل عميانيًا أو إعطائه وعودًا لن تتحقق. بدلاً من ذلك، تقوم بوصف الأدلة التي تدل على فائدة هذا التدخل بدون مبالغة، وتعمل مع عميلها لتقييم ثمن وفوائد المشاركة. تقوم أبي باستعمال قوة حب الاستطلاع وطرح أسأله على العميل عن إيجابيات وسلبيات المشاركة في التدخل العلاجي، وكيف يمكن استعمال نقاط القوة المميزة "signature strengths" لدى عميلها في المجموعة، وبعد ذلك تشجع أبي عميلها لتحديد آليات لتقليل ثمن المشاركة، ويقومون معًا بممارسة أشكال أقل حدة من التدخل العلاجي نفسه والتدريب على استعمال نقاط القوة لدى عميلها قبل أن يقوم بذلك في المجموعة.

أبي متأكد من أن عميلها سيستفيد من المشاركة في التدخل العلاجي، ولا تريد أن يستبعد عميلها من المشاركة مرة أخرى. وعلى حد سواء، فهي لا تريد أن تخون ثقة عميلها أو أن تتعدى على حقه في الاستقلالية. هذا وتريد أبي أن تتحدى عميلها، وأن تساعد في تعريضه لتجارب جديدة، لكنها تخشى أن يؤدي التلاعب غير الأخلاقي بالعميل إلى نتائج سلبية لعميلها، وأن يضر بعلاقتهم الجيدة التي وصلوا لها بعد جهد كبير. بدلاً من الترويج الزائد أو المبالغة في فوائد المشاركة، تعمل أبي على فهم موقف العميل تجاه التدخل العلاجي، وتحدي التحيزات المعرفية، وخلق فرص لإثبات فوائد التمرين، في جلسة بحث الحالة الآمنة.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة مرتبطة بالحالة السابقة:

- العدل- على ممارس علم النفس الإيجابي مسؤولية الحرص على عدم استبعاد العملاء من التدخلات العلاجية بسبب خصائص شخصية معينة.
- الجدارة بالثقة- يستخدم ممارس علم النفس الإيجابي علاقة الثقة بينه وبين العميل لتشجيعه على تقييم مواقفه ومعتقداته، ولكونه لا يخون هذه الثقة.
- الاستقلالية - يحترم ممارس علم النفس الإيجابي رغبة العميل، ويتردد في فكرة التلاعب به.

مثال حالة 6: التعليم- تنفيذ برامج العافية حيث التطلعات تفرقها الممارسات الحالية

تريد العديد من المدارس اعتماد برامج الرفاهية، وقد يكون ذلك لعدة أسباب بدءًا من الاهتمام بعافية الطلاب، ومرورًا بمعالجة التحديات مثل البلطجة في المدرسة، ووصولًا إلى تعزيز الممارسات التي أثبتت قوتها فعليًا. بالإضافة إلى ذلك، يمكن اعتبار وجود برامج عافية مدرسية بمثابة فرصة تسويقية ونقطة تميز بالنسبة لبعض المدارس. ضع في عين الاعتبار الحالة التالية:

طلب مدير أحد المدارس من أحد موظفي المدرسة وضع استراتيجية للعافية وخطة لتبنيها من قبل مجلس إدارة المدرسة، وتم تنظيم عرض سريع للعناصر الرئيسية. أراد مدير المدرسة أن يخبر أولياء الأمور الذين يفكرون في إدخال أبنائهم لهذه المدرسة بأن أطفالهم سيستفيدون من تعليم العافية الصريح في المنهج الدراسي، وقد تم تكليف المعلمين جميعًا بمسؤوليات تعليم العافية، على الرغم من أنهم لم يحصلوا إلا على تدريبات مهنية قليلة في هذا المجال. شعر العديد من موظفي المدرسة بالتوتر وبأنهم غير مستعدين لهذا النوع من التدريس، بالإضافة إلى ما يمثله ذلك من عبء إضافي في عملهم، فتمت الاستعانة بمستشار لتقديم جلسة تطوير مهني عن العافية للموظفين مدتها نصف يوم. عبر بعض الموظفين للمستشار عن قلقهم من أن يلحقوا الضرر بطلابهم لأنهم ليسوا معدين بشكل جيد، وليست لديهم أساسيات العمل في هذا المجال. بالإضافة إلى ذلك، شاهد المستشار إعلانات المدرسة التسويقية والتي تروج لعملها في العافية (على سبيل المثال، تم وصف المدرسة بأنها تدعم العافية الشاملة للموظفين والطلاب، وبناء العافية في كل تعاملاتها)، مع أن المستشار على علم بأن المدرسة لازالت تستعمل سياسة التأديب العقابية التي تضعف العلاقات بين الطلاب وموظفي المدرسة، وتتجاهل الأدلة العلمية لفوائد الممارسة التصالحية والتسامح على العافية. وقد قام المعلم الذي تم تكليفه بتنفيذ برنامج العافية باطلاع المستشار على هذه الأمور. كما بين المعلم أنه متردد في إثارة هذه الأمور مع إدارة المدرسة؛ حيث أنه تم تهديده عندما قام بإثارة مواضيع مشابهة في السابق. عندها، تم التشكيك في ولائه للمدرسة وتم تهديد استمراره في المدرسة بحجة أنه غير مناسب.

الجوانب الأخلاقية التالية هي أمثلة مرتبطة بالحالة السابقة:

- تحقيق المنفعة/ عدم الإضرار - يتحمل ممارس علم النفس الإيجابي مسؤولية عدم المصادقة على مدرسة على أنها مدرسة تتبع "منهج العافية" دون تشكيك أو انتقاد للمدرسة إذا كان على علم بممارسات المدرسة التي تضعف العافية.
- الاستقلالية - يجب ألا يشعر المعلم بالإكراه على تبني وجهة نظر أو موقف يتعارض مع رأيه أو قيمه.

الإرشادات الأخلاقية ذات الصلة

تم الاعتماد على الإرشادات التالية (مرتبة حسب المجال، و ثم بحسب الحروف الأبجدية في كل مجال) والاستفادة منها في تطوير هذه الإرشادات الأخلاقية:

علم النفس:

- استراليا- علم النفس- جمعية علم النفس الأسترالية (APS)، القواعد الأخلاقية (2017).
- استراليا- الارشاد والعلاج النفسي- اتحاد الارشاد والعلاج النفسي (PACFA)، القواعد الأخلاقية المؤقتة (2015).
- كندا- علم النفس- جمعية علم النفس الكندية (CPA)، القواعد الأخلاقية لعلماء النفس (2017).
- نيوزيلندا - علم النفس - جمعية علم النفس النيوزيلندية (NZPS)، القواعد الأخلاقية لعلماء النفس (الطبعة الرابعة، 2012).
- المملكة المتحدة - الإرشاد والعلاج النفسي - الجمعية البريطانية للإرشاد والعلاج النفسي (BACP)، الإطار الأخلاقي للممارسة الجيدة في الإرشاد والعلاج النفسي (2010).
- الولايات المتحدة الأمريكية - علم النفس - جمعية علم النفس الأمريكية (APA)، المبادئ الأخلاقية لعلماء النفس وقواعد الممارسة conduct (2017).
- الولايات المتحدة الأمريكية - الإرشاد النفسي - جمعية الإرشاد النفسي الأمريكية (ACA)، القواعد الأخلاقية (2014).

التمريض:

- أستراليا - التمريض - مجلس التمريض والتوليد في أستراليا: القواعد الأخلاقية للتمريض (2008).
- نيوزيلندا - التمريض - مجلس التمريض في نيوزيلندا (NCNZ)، قواعد التمريض والتوليد (2012).
- المملكة المتحدة - التمريض - مجلس التمريض والتوليد (NMC)، قواعد التمريض والتوليد (2015).

التدريب الحياتي:

- دولي - التدريب الحياتي - الاتحاد الدولي للمدربين الحياتيين (ICF): الكفاءات الأساسية والقواعد الأخلاقية (2015).

شكر وتقدير

ساهم الأشخاص التالية أسماؤهم أبعديًا بشكل كبير وقدموا مساهمات وملاحظات في صياغة هذه الإرشادات:

- أستاذ مشارك آرون جاردن، جامعة ميلبورن، أستراليا.
- السيد أندرو ألكسندرا، جامعة ملبورن، أستراليا.
- أناليس روتش، جامعة أوكلاند التكنولوجية، نيوزيلندا.
- الدكتور دأن ويجرس، جامعة واكاتو، هاميلتون، نيوزيلندا.
- الدكتورة دينيس كوينلان، معهد نيوزيلندا للرفاهية والمرونة، نيوزيلندا.
- الأستاذة ديان فيلا برودريك، جامعة ملبورن، أستراليا.
- جيزيل تيمرمان، العمل الإيجابي، الولايات المتحدة الأمريكية.
- هاين زيجرز، الشبكة الأوروبية لعلم النفس الإيجابي.
- الدكتورة هيلينا أجيدا ماروجو، المعهد العالي للسياسة الاجتماعية (كلية العلوم الاجتماعية والسياسية)، جامعة لشبونة، البرتغال.
- الأستاذ جيمس باولسكي، جامعة بنسلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- الدكتور جو ميتشل، ذا مايند روم، ملبورن، أستراليا.
- الدكتور جويل ميلام، جامعة جنوب كاليفورنيا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- الدكتورة جودي موسكوفيتز، كلية الطب بجامعة نورث وسترن فاينبرج، الولايات المتحدة الأمريكية.
- أستاذ مشارك كارينا بورك، جامعة كوينزلاند سنترال، أستراليا.
- ليزا سانسوم، LVS للاستشارات، كندا.
- مارجرينا تاراغونا، بوزيتي فيمنتي، المكسيك.
- ماثيو اياسيلو، مركز الرفاهية والمرونة، شامري، أستراليا.
- الدكتور محسن جوشانلو، جامعة كيميونج، كوريا الجنوبية.
- ريب ريبيل، جامعة ملبورن، أستراليا.
- الدكتورة رونا هارت، المدير السابق لجامعة MAPP في شرق لندن، إنجلترا.
- الدكتور رايان نيميك، معهد VIA للشخصية.
- سكوت أسالون، شركة ASGMC، الولايات المتحدة الأمريكية.
- سايمون موراي، جمعية مدارس التعليم الإيجابي، أستراليا.
- البروفيسور ستيفارت دونالدسون، جامعة كليرمونت للدراسات العليا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- سو لانجلي، مجموعة لانجلي، أستراليا.
- د. سوزي جرين، معهد الإيجابية، أستراليا.

- د. طيب رشيد، جامعة تورنتو سكاربورو، كندا.
- الدكتور تيم لوماس، جامعة شرق لندن، إنجلترا.

الموقعين الأوليين على الإرشادات الأخلاقية لممارسة علم النفس الإيجابي

الشعار	اسم وموقع الجمعية أو الهيئة	النسخة التي تم توثيقها	تاريخ التوقيع على الإرشادات لأول مرة
	<ul style="list-style-type: none"> معهد VIA للشخصية http://www.viacharacter.org/www/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مركز علم النفس الإيجابي، جامعة ميلبورن https://education.unimelb.edu.au/cpp 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مركز علم النفس الإيجابي، جامعة شرق لندن https://www.uel.ac.uk/postgraduate/msc/applied-positive-psychology-and-coaching-psychology 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مركز علم النفس الإيجابي، جامعة كوينزلاند سنترال https://www.cqu.edu.au/courses/studyareas/psychology,-social-work-and-community-services/postgraduate/master-of-applied-positive-psychology 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مركز كليرمونت للتقييم، جامعة كليرمونت للدراسات العليا بالولايات المتحدة الأمريكية https://research.cgu.edu/claremontevaluation-center/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مركز العافية والمرونة، أديليد، أستراليا https://www.wellbeingandresilience.com/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> مجموعة لانجلي https://langleygroup.com.au/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> المعهد النيوزلندي للعافية والمرونة www.nziwr.co.nz 	1.0	19 يوليو 2019

 MEPA POSITIVE PSYCHOLOGY	<ul style="list-style-type: none"> • جمعية علم النفس في الشرق الأوسط ، قسم 1 علم النفس الإيجابي 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • هيومنشيب • www.humanshiplb.org 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • كونغرس علم النفس الإيراني 	1.0	19 يوليو 2019
 日本ポジティブサイコロジー医学会 Japanese Positive Health Psychology Society	<ul style="list-style-type: none"> • الجمعية اليابانية لعلم نفس الصحة الإيجابية • http://jphp.jp/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • الجمعية النيوزلندية لعلم النفس الإيجابي • https://www.positivepsychology.org.nz/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • مركز التربية العاطفية الإيجابية 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • الجمعية الوطنية لعلم النفس الإيجابي في الهند (NPPA) • http://nppassociation.org/ 	1.0	19 يوليو 2019
	<ul style="list-style-type: none"> • الجمعية الألمانية لعلم النفس الإيجابي • https://www.dach-pp.eu/ 	1.0	19 يوليو 2019

المؤلفون

آرون جاردن

جامعة ميلبورن، أستراليا

aaron.jarden@unimelb.edu.au

طيب رشيد

جامعة تورنتو سكاربرو، كندا

أناليز روتش

جامعة أوكلاند التكنولوجية، نيوزلاندا

تيم لوماس

جامعة شرق لندن، المملكة المتحدة

عائشة الأحمدى

جامعة قطر، دولة قطر

aisha.alahmadi@qu.edu.qa

تم النشر في

19 يوليو 2019

المراجع

Barlow, D. H., Allen, L. B., & Choate, M. L. (2004). Toward a unified treatment for emotional disorders. *Behavior Therapy, 35*(2), 205-230.

Hone, L., Jarden, A., & Schofield, G. (2015). An evaluation of positive psychology intervention effectiveness trials using the re-aim framework: A practice-friendly review. *Journal of Positive Psychology, 10*(4), 303-322.

- Koocher, G. P. & Keith-Spiegel, P. (1998). *Ethics in psychology: Professional standards and cases*. New York, NY: Oxford University Press.
- Lomas, T., Hefferon, K., & Ivtzan, I. (2015). The LIFE model: A meta-theoretical conceptual map for applied positive psychology. *Journal of Happiness Studies*, *16*(5), 1347-1364. <https://doi.org/10.1007/s10902-0149563-y>
- McGrath, R. E. (2014). Character strengths in 75 nations: An update. *Journal of Positive Psychology*, *10*(1), 111. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.888580>
- Niemiec, R. M. (2018). *Character strengths interventions: A field-guide for practitioners*. Boston: Hogrefe.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, NY: Oxford University Press.
- Rashid, T. & Seligman, M. E. P. (2018). *Positive psychotherapy: Clinician manual*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Schueller, S. M., Kashdan, T. B., & Parks, A. C. (2014). Synthesizing positive psychological interventions: Suggestions for conducting and interpreting meta-analyses. *International Journal of Wellbeing*, *4*(1), 9198. <https://doi.org/10.5502/ijw.v4i1.5>
- Schwartz, S. H. (2006). *Basic human values: Theory, measurement, and applications*. Jerusalem, Israel: The Hebrew University of Jerusalem.

- Han, H. (2014). Virtue ethics, positive psychology, and a new model of science and engineering ethics education. *Science and Engineering Ethics, 21*(2), 441-460.
- Lomas, T., & Ivtzan, I. (2016). Professionalising positive psychology: Developing guidelines for training and regulation. *International Journal of Wellbeing, 6*(3), 96-112.
- Koocher, G. P., & Keith-Spiegel, P. (2008). Ethics in psychology and the mental health professions: Standards and cases (3rd e d.). New York: Oxford University Press.
- Sinclair, C. (2017). Ethics in psychology: Recalling the past, acknowledging the present, and looking to the future. *Canadian Psychology, 58*(1), 20-29.
- Vella-Brodrick, D. (2014). Dovetailing ethical practice and positive psychology to promote integrity, industriousness, innovation, and impact. In A. C. Parks & S. M. Schueller (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions* (pp. 416-432). Chichester, England: Wiley Blackwell.