

وحدة التعليم: الأساسية

المادة: العلاج ذا المنحى الإنساني

الرصيد:5

المعامل:03

أهداف التعليم:

تمكّن الطالب من التعرف على المبادئ الأساسية للعلاج التي هي قاعدة الممارسة العيادية
تمكين الطالب من بعض التطبيقات في نظرية روجرس

محتوى المادة :

1 - المبادئ الأساسية للعلاج:

1-1 الاتجاه غير الموجه.

2-1 المشاركة الوجدانية.

3-1 الإصغاء.

2- كارل روجرس: النظريات والعلاج

2-1 نظرية الذات.

2-2 المقابلة غير الموجهة.

3-2 مبادئ العلاج الوجودي.

3- تطبيقات في نظرية روجرز: علاقات المساندة

طريقة التقييم: امتحان + تقييم مستمر

المراجع:

حجازي مصطفى(1993): الفحص النفسي، دار الفكر اللبناني-بيروت.

عطوف محمود يسين(1986): علم النفس العيادي، دار العلم للملايين-بيروت.

لويس كامل مليكة (1996): علم النفس الإكلينيكي، مكتبة النهضة المصرية. مصر.

راضي الوقفي(1997): مقدمة في علم النفس، دار الشرق للنشر والتوزيع، ط1، عمان.

Arnand.F.W (?) introduction à la psychologie –théorie et problème

Basagana.R(1979) : Eléments de psychologie sociale, OPU, Alger

Bottero .A et Coll(1992) : psychiatrie de l'adulte. maloine, Paris

Bourcet.S(2001) : Stratégies thérapeutiques, Ellipses, édition marketing.

Deloune.A(2004) : Pratiquer la psychothérapie, Dunod, Paris10- Despinoy.M(1999) :

Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent. Armand colin,

Paris.

Diatkine.R_Vincent.M(1994); Psychiatrie de l'enfant. PUF, Paris.

المحاضرة الأولى:

مقدمة:

إن تنوع متطلبات الحياة وتعقدها لا بد وأن يحمل معه مشكلات مختلفة. كما إن تعرض الإنسان لضغوط وإرهاقات مهنية واجتماعية متنوعة تجعله بحاجة إلى أساليب تقنية تساعده في التخفيف من هذه الإرهاقات والمتطلبات الحياتية بشكل عام. إذن أصبح لازماً على الأفراد اللجوء إلى من يستطيع مساعدتهم، ويقلل من معاناتهم، وفي هذا المقام يحضى الأخصائي النفسي بالقدر الكافي من تقديم هذه الخدمة للعملاء. إلا أن الأخصائيين تختلف اتجاهاتهم النظرية، بالتالي تختلف الطرق العلاجية لديهم. فمنهم التحليلين، السلوكيين، المعرفين والبعض منهم تبنى النظرية الإنسانية وهي موضوعنا.

الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية): غالباً ما يشار إلى الاتجاه غير الموجه في إطار الحديث عن طريقة روجرز في العلاج والإرشاد النفسي ومفهوم غير الموجه متداول في ميادين أخرى مثل التربية وهو مفهوم مركب ومعقد قد يشوبه بعض الغموض خاصة إذا لم يتم شرحه بشكل كاف واف بالنسبة للروجرين هو قلب الاتجاه المتمركز حول العميل وبالنسبة للبعض هو مجرد خرافة لا حقيقة لها وبالنسبة للبعض الآخر هو مجرد تقنية أو أداة بيداغوجية والبعض يخلط بينه وبين ترك التصرف التدخل *faire-laisse le* عندما وصل روجرز إلى قناعة أن أسلوبه في العلاج يتميز عن غيره من الطرق العلاجية النفسية المعروفة في الأربعينيات من القرن الماضي، فإن مصطلح (غير موجه) فرض نفسه للدلالة على ما يتميز به هذا النمط من العلاج. من المعروف أن روجرز هو من اخترع هذا المصطلح سنة 1942 وتحت هذه التسمية انتشرت أفكاره ورؤيته في الولايات المتحدة وغيرها من الدول إلا أن روجرز لم يستخدم هذا المصطلح بشكل كبير بل استخدمه في منشورات قليلة ثانوية وتخلّى عنه في سنة 1951 مقترحاً مصطلحاً أكثر دلالة على منهجه هو مصطلح (العلاج المتمركز حول العميل) . وسبب هجر هذا المصطلح أن روجرز ورفاقه تبين لهم أن الاتجاه غير الموجه لا يعبر بشكل كاف عن محتوى العلاج المتمركز حول العميل على اعتبار أن العلاجات الأخرى يمكن وصفها بنفس المصطلح مثل التحليل النفسي حيث أن مبدأ التداعي الحر يشبه إلى حد كبير الاتجاه غير الموجه، حين يتمتع المحلل عن توجيه العميل من خلال طرح أسئلة أو توصيات.

تعريف الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية): هو وصف للطريقة البسيطة والبرجماتية التي تحتّم على المعالج ألا يوجه الجلسة العلاجية ويترك للعميل توجيه مجال الاستكشاف .وبعبارة أكثر إجرائية هو أن يتجنب المعالج كل تدخل قد يقطع انسياب عملية السرد لأفكار العميل، وألا يقدم نصائحاً أو يقترح حلولاً، وأن يتجنب الأسئلة التي لا يرغب العميل في الحديث عنها .يشير روجرز أن هذا الاتجاه يعني عدم التوجيه أو النصح أو التأويل أو الإرشاد المباشر من جانب المعالج للعميل، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تتبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها، بمعنى أنه

لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيه المقابلة، ولا يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع أو إعاقته التعبير، ويكون دور المعالج مقصوراً على استجابات العميل وعكسها وتوضيحها. العلاج غير الموجه هو الذي لا يتدخل فيه المعالج بالتأثير في اختيارات العميل أو في تفكيره أو في كيفية النظر إلى الأحداث، فالمعالج لا يسأل ولا يفسر ولا يشرح ولا ينصح، وإنما يعكس ما يقوله العميل فقط بلغته هو وذلك ليتيح للعميل إدراك مغزى ما يقول وتصحيح مساره السلوكي بنفسه إذا لزم الأمر. ولا يعني ذلك إن عمل المعالج يكون سهلاً وسليماً وإنما هو عكس ذلك وينصت المعالج باهتمام بالغ لما يقوله العميل ويعرف أين وكيف ومتى يتدخل؟ وماذا يقدم لمساعدة العميل على زيادة وعيه وإدراكه؟ كما أنه يتحسس صورة مفهوم الذات لدى العميل ليحدد أين هو وماهية وجهته؟ وتتضح أهمية فنية اللاتوجيهية في العملية العلاجية من خلال المقابلة غير التوجيهية، حيث إنها طريقة غير متحيزة تمكن من سبر أغوار الأفكار والإدراكات الخصوصية لدى الفرد

المحاضرة الثانية:

أسس الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية):

يعتمد الاتجاه غير الموجه على مسلمات النظرة أو التيار الإنساني في علم النفس يشكل التيار الإنساني القوة الثالثة في علم النفس المعاصر بعد التحليل النفسي والسلوكية وهو يضم مجموعة اتجاهات صاغها علماء ذوي خلفيات متباينة ورؤى مشتركة، عندما أخذوا يعيدون تفسير نظريات العلاج النفسي بالتأكيد على قدرة الإنسان على توجيه نفسه ذاتيا من خلال قدرته على التعلم الذاتي وتوظيفه لقدراته وإمكانياته . العلاج النفسي غير الموجه أو الإرشاد غير الموجه ويسمى أيضا الإرشاد غير المباشر هو الاتجاه الذي يضع العميل أو الشخص في مركز دائرة الاهتمام. يهدف هذا العلاج إلى مساعدة العملاء لكي يصبحوا أشخاصا يتصفون بالأداء الكامل ومساعدتهم على حل مشكلاتهم. وهذا بالكشف عن ذواتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية المخفية وعندئذ يتوصل الأفراد إلى شخصياتهم الحقيقية وذواتهم بحيث لا يقتنعون بالانصياع الآلي لتوقعات الآخرين، ويظهر الشخص عندما يرتفع تحقيقه لذاته .

خصائص الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية): أهم خصائص الإرشاد غير الموجه:

أولا: التمرکز حول العميل: أهم خصائص الإرشاد غير الموجه هي التمرکز حول العميل الذي ليس هناك من هو أعرف بنفسه منه، والذي هو خير بطبيعته البشرية، ومخير في سلوكه، وله حق تقرير مصيره. وأهم ما يقرر استخدام الإرشاد غير الموجه هو نضج العميل وتكامل شخصيته بدرجة تمكنه من أن يمسك هو بزمام مشكلته في يده، وأن يتحمل مسئولية حلها بذكاء تحت توجيه المعالج غير المباشر، **مزايا الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية):** تتلخص أهم مزايا العلاج والإرشاد غير الموجه فيما يلي :

مكاسبه كثيرة، وتتجلى في الاستبصار وفهم الذات والثقة في النفس وتعلم العميل حل المشكلات واتخاذ القرارات مستقلا مستقبلا. يتمشى ويتسق مع أسس الفلسفة الديمقراطية، إذ أنه يقوم على مبدأ احترام الفرد وحقه في تقرير مصيره، وفي هذا نظرة إنسانية واضحة.

عيوب الاتجاه غير الموجه (اللاتوجيهية): تتلخص أهم عيوب الإرشاد غير الموجه فيما يلي :

يراعي الإنسان على حساب العلم. قد يغالي المرشد في ترك العميل وشأنه، فيغوص الأخير في دوامات وبضيع في متاهات ولا يصل إلى حل محدد. أحيانا قد يطلب العميل النصيحة ويشعر بالضيق حين لا يقدمها المرشد، وقد يشعر باليأس من عملية الإرشاد. يهمل عملية التشخيص رغم إجماع معظم طرق الإرشاد على أهميتها.

الاتجاه الموجه وغير الموجه: الإرشاد الموجه هو الإرشاد الممرکز حول المرشد الممرکز حول الحقيقة وفيه يقوم المرشد بدور إيجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير المعلومات، وتوجيه العميل نحو السلوك الموجب المخطط، مما يؤدي إلى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك، وفيه يتحمل المرشد مسؤولية أكبر من تلك التي يتحملها العميل، وهو بهذا يعتبر نوعا من الإرشاد المفروض.

ويقوم الإرشاد الموجه على أساس افتراض رئيسي: وهو نقص معلومات العميل وعجزه عن حل مشكلاته من ناحية، وزيادة معلومات المرشد وخبرته في حل المشكلات من ناحية أخرى. ويهدف الإرشاد الموجه مباشرة إلى حل مشكلات العميل التي جاء بها، ويعتقد فيه أنه يحل المشكلات يكتسب العميل بالتدريج القدرة على التوافق، ويعتقد أن الإشباع والرضا اللذين يتحققان للعميل نتيجة حل مشكلاته الحالية يزيدان من ثقته بنفسه وبالمرشد وبعملية الإرشاد.

المحاضرة الثالثة:

التعاطف Empathy:

مفهوم التعاطف يعد التعاطف عنصرا أساسيا في عملية العلاج والارشاد النفسي، فمن خلاله يتمكن المعالج فهم موقف العميل ومساعدته. على إدراك حالته ومشاعره والتعامل معها بطريقة إيجابية فعالة، التعاطف عنصر أساسي في جميع أشكال العلاج النفسي ومع جميع المتعالجين ومشكلاتهم، يساعدهم في الشعور بالراحة، والدافع لبذل الجهد في سبيل التغلب على الصعوبات التي تواجههم (يشترط لاستخدام التعاطف وسيلة للتدخل في الجوانب النفسية والاجتماعية مراعاة عنصرين أساسيين هما : أن يكون المختص قادرا على اختبار مشاعر العميل وفهما كما يخبرها العميل أن يكون المختص قادرا على الفصل بين مشاعر العميل ومشاعره الشخصية، وأن لا تصبح مشاعر العميل جزءا من مشاعره متى راعى المختص هذين العنصرين كان التعاطف ذا فائدة كبيرة. تعريف التعاطف يتمثل التعاطف في القدرة على الاحساس بمشاعر الآخرين وفهم معنى هذه المشاعر دون فقد النفس، أي الاحساس بمشاعر الشخص من سعادة أو حزن أو غضب... الخ كما يحسها، وإدراك الأسباب الحقيقية خلفها دون فقد للمشاعر والأحاسيس الشخصية، ويقتضي أن يكون متابعاً لحظة بلحظة ومدركاً للأسباب وراء المشاعر. وهو المشاركة والتفاعل الوجداني المتزن أي تفاعل أو اتصال بين شخصين يتمثل في ثلاثة أنواع: اتصال فكري يعتمد على تبادل الأفكار والآراء والمعلومات اتصال وجداني يتمثل في تبادل المشاعر والانفعالات اتصال فكري ووجداني يقوم على تفاعل مزدوج لكل من العقل والعاطفة، وهذا النوع الثالث هو ما يميز الاتصال في مجال العلاج والارشاد النفسي في مجال مهن المساعدة النفسية تعريف روجرز للتعاطف عرف روجرز التعاطف على النحو التالي: " تتكون حالة التفهم أو التعاطف من الإدراك الدقيق للإطار المرجعي الداخلي للآخر بما في ذلك المركبات والمعاني الانفعالية التابعة لذلك، وكأن المرء هو الآخر ولكن دون التخلي عن حالة (وكان)، في هذا المعنى يعني ذلك الإحساس بألم الآخر أو فرحه، كما يشعر به هو، وإدراك أسبابه كما يدركها هو ولكن دون أن ينسى المعالج، وكأنني أنا المجروح أو الفرحان... الخ. وعندما تضيق سمة (وكان) يتحول الأمر إلى حالة التماهي، ولا تعود حالة تعاطف.

"الإطار المرجعي الداخلي للفرد: هو كل مجال الخبرة المتاحة لوعي الفرد في لحظة معينة، ويشمل المدى الكلي للإحساسات والإدراكات والمعاني والذكريات المتاحة للشعور، وهو العالم الذاتي للفرد، وهو وحده الذي يعرفه معرفة كاملة. والتعاطف حالة يقصد بها إدراك الإطار المرجعي الداخلي لفرد آخر بدقة، وما يرتبط به من مكونات انفعالية ومعاني (كما لو كان) المتعاطف هو الشخص الآخر مشاع بعالم خبرته.

يضيف روجرز " : يتضمن التعاطف مشاركة مشاعرك منحازة وغير خائف للعناصر التي يقف الآخر تجاهها مرتعبا... إنك رفيق حميم بالنسبة للآخر في عالمه الداخلي، وعندما تظهر له أهمية المشاعر في

تيار خبرته فإنك بذلك تساعد على تمثل هذه العلاقة القيمة في الخبرة الداخلية وأن يخبر معاني المشاعر المرتبطة بالخبرة بصورة أفضل وأن يستمر في خبرته.

يضيف روجرز : أن تكون مع إنسان آخر بهذه الطريقة يعني أنك ترمي في هذه اللحظة طريقة رؤيتك ومعايير قيمك التي تتمسك بها أنت جانبا من أجل الدخول في عالم خبرة الآخر دون أحكام مسبقة، وهذا يعني إلى حد ما أنك تتراجع أنت نفسك، وهذا ما يستطيعه فقط شخص مستقر كفاية، لأنه يعرف بأنه لن يفقد نفسه في عالم خبرة الآخر الذي يمكن أن يبدو غريبا وشاذا وأنه يستطيع أن يرجع إلى عالمه الذاتي متى أراد دون صعوبات.

التعاطف والعطف sympathy يشير العطف إلى الوعي التام بمعاناة شخص آخر، والتوحد معه، والرغبة في تقديم المساعدة وإن كان الشخص غير قادر على المساعدة بينما تكون الذات في حالة التعاطف أداة لفهم الآخر ولا تفقد هويتها البتة مثال: العميل: لم يكن من حقي أن أقوم بذلك، لم أقم به متعمدا المتعاطف: يبدو أنك نادم على ما قمت به وأنت تشعر بتأنيب الضمير العاطف: يؤسفني أنك في هذه الوضعية .

التعاطف والتقدير غير المشروط: يتألف جزء أساسي من التعاطف من أن يضع المعالج الرؤى والاتجاهات التي يملكها هو نفسه جانبا حتى يتمكن من الدخول إلى عالم خبرة الآخر بدون أحكام مسبقة، فالتعاطف غير ممكن إلا في إطار خال من الأحكام المسبقة فقط من المؤكد أن استعداد فرد ما لفهم نفسه لا يرتفع إذا قوبل ما يبديه بعدم الاهتمام أو التقييم أو حتى بالرفض يقول روجرز أن التقبل لا يعني الكثير طالما لا يحتوي الفهم يطلق روجرز على التقدير غير المشروط ألفاظا أخرى مثل الاحترام الإيجابي غير المشروط - الدفء الانفعالي - التقبل افترض أن نمو الشخصية وتعديلها يكون أسرع في التشكل كلما اقترب المعالج بحنان واهتمام واستعداد للتقبل أكثر للمتعالج، وهذا يعني أن يقدر المتعالج كشخص ذي مشاعر يمكن مقارنتها نوعيا مع المشاعر التي يحملها الأهل لابنهم، الذي يقدرونه كشخص بغض النظر عن سلوكه في اللحظة الراهنة، وهذا يعني (نوع من الحب) تجاه المتعالج كما هو .

التعاطف والانسجام يقول روجرز: أني افترض أن نمو الشخصية يحدث بالدرجة الأولى عندما يكون المعالج ما هو عليه فعلا، عندما يتمكن من تقبل المشاعر والمواقف التي تسيطر عليه في اللحظة الراهنة، نقصد به أن يتحكم بالمشاعر التي تسيطر عليه وأن يجعلها شعورية وأن يكون قادرا على أن يعيشها، ليس هناك من يحقق هذه الحالة كاملة إلا أنه كلما تمكن المعالج من تقبل ما يدركه عندما يصغي وكلما تمكن من عيش مشاعره في تركيبها كاملة بدون قلق كان مقدار الانسجام اكبر يقتضي الانسجام أن يكون المعالج قليل العصابية أن يكون مطلقا على سيل المشاعر المتبدلة باستمرار في شخصه، هذا السيل الذي يتصف بالتعقيد والتحول المستمر يؤثر انسجام المعالج على تقديره غير المشروط وعلى تعاطفه:

الأستاذة: آيت حبوش سعاد

المحاضرة الرابعة:

النظرية الإنسانية:

يشكل التيار الإنساني القوة الثالثة في علم النفس المعاصر بعد التحليل النفسي والسلوكية وهو يضم مجموعة اتجاهات صاغها علماء ذوي خلفيات متباينة ورؤى مشتركة، والحقيقة أن ذلك الاتجاه قد بدأ بجهد طائفة من المعالجين النفسيين الذين يعرفون في الوقت الحالي باسم طائفة علماء النفس الإنساني Human Psychologists عندما أخذوا يعيدون تفسير نظريات العلاج النفسي بالتأكيد على قدرة الإنسان على توجيه نفسه ذاتيا من خلال قدرته على التعلم الذاتي وتوظيفه لقدراته وإمكانياته (عبد الستار ، إبراهيم . 1980. ص 225.224).

الرواد:

كارل روجرز: 1902-1987 عالم نفس أمريكي، تلقى تعليمه في جامعة وسكنسن وكلية المعلمين بجامعة كولومبيا، حيث انصب اهتمامه على علم النفس الإكلينيكي. منح درجة الماجستير بجامعة كولومبيا 1928 والدكتوراة سنة 1931. وكان أول تعيين له بوظيفة هامة في مركز توجيه روتشستر Rochester Guidance center بنيويورك حيث طور مادة كتابه عن "العلاج الإكلينيكي للطفل المشكل". (1939) The Clinical Treatment of the Problem Child وفي سنة 1940 انتقل إلى جامعة أوهايو حيث كتب كتابه البالغ التأثير عن "الإرشاد والعلاج النفسي Counseling and Psychotherapy الذي نشر سنة 1942. وبعد ثلاث سنوات قبل روجرز تعيينه في جامعة شيكاغو: حيث أصبح مديراً لمركز الإرشاد. وفي سنة 1946 انتخب مديراً لرابطة علماء النفس الأمريكيين American Psychological Association ونشر روجرز أعمالاً من بينها أيضاً: العلاج المتمركز حول العميل: ممارسته الجارية ومضمونه ونظريته Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implication and Theory (1951) .

وعدداً من المقالات التطبيقية في المجالات العلمية (كمال دسوقي-المجلد الثاني-ص1289).
أبراهام ماسلو 1916-1972 عالم نفس أمريكي له سمعة كبيرة في مجال علم النفس الإنساني، اهتم في دراساته بالأفراد الذين يعملون في مجالات حياتيه مختلفة ويعانون من مشكلات نتيجة لهذا العمل. كما حرص في دراسات أخرى على دراسة الشخصيات المشهورة والمبدعة، وذلك لمعرفة الكيفية التي يحققون بها الإنجازات في مجالات أعمالهم. ومن خلال جملة الدراسات التي أجراها توصل إلى أن الذي يتحكم أو الذي يلعب الدور الأساسي هو السعي لتحقيق الذات. Self- actualization.
إذ يرى ماسلو أن الشخص الذي يحقق ذاته هو الشخص الذي لديه دافع للإبداع واستخدام جميع إمكانياته في عمله أو مهنته أو وظيفته.

ويتفق بذلك مع كارل روجرز، الذي يرى أن الإنسان لديه دافع فطري لتحقيق ذاته، وأن الفشل أو الاحباطات التي تعترض طريق تحقيق ذاته هو الذي يؤدي إلى ظهور الأعراض أو المشكلات المرضية

لديه.

كما لديه نظرية هرم ماسلو لحاجيات الإنسان المشهورة.

مبادئ نظريات الذات:

تتلخص الأسس التي تعتمد عليها نظرية الإنسانية فيما يلي:

1. الكائن العضوي Organisation وهو الفرد بكيته.
2. المجال الظاهري Phenomenal وهو مجموع الخبرة.
3. الذات وهي الجزء المتميز من المجال الظاهري وتتكون من نمط الادراكات والقيم الشعورية بالنسبة ل (أنا) وضمير (المتكلم).

وقد أبرز روجرز طبيعة هذه المفهومات وعلاقاتها المتداخلة، سلسلة من تسع عشر قضية، وسوف نقدم هذه القضايا والتي قدمها روجرز في كتابه (العلاج المتمركز حول العميل) (1951)

4. من أهم أسس نظرية الذات أن العميل يجب أن يكون المحور الذي تتمركز حوله عملية التوجيه أو العلاج إذ أن هذه النظريات تقوم على الإيمان بأن العميل لديه عناصر القوة والقدرة على تقرير مصيره بنفسه وعليه أن يتحمل المسؤولية التامة للقيام بذلك.

والإطار المرجعي الداخلي للعميل هو الحقيقة الموضوعية التي يجب أن يتوصل إليها المعالج وذلك بمحاولة دخول عالم العميل الخاص فإذا تم هذا تمكن المعالج من إدراك وجدانيات العميل وانفعالاته وساعده على التوصل إلى البصيرة.

5. يجب على المعالج أن يضيف على فترة المقابلة جوا من السماحة والتقبل مما يساعد على التخفيف من خطر التهديد الذي يهدد ذات العميل.

وهذا يساعد العميل على أن يتقبل نواحي في ذاته لم يكن ليتقبلها من قبل ويساعده ذلك أيضا على التعبير عن وجدانيات كان يعجز عن التعبير عنها وبمهد لتقبله لنفسه لتقبله للآخرين.

6. إن أهم عنصر في العلاقة العلاجية هو الجانب الانفعالي فالتشخيص والمعلومات وتاريخ حياة الفرد ليس لها أهمية الجو الذي يصبغه المعالج على العلاقة بينه وبين العميل والذي يقوم على الإخلاص والدقة والتقبل والفهم.

7. التأكيد أن الفرد الإنساني ليس حيوانا وأنه ليس مجرد آلة إنما هو كيان كلي موحد قوى إيجابية وإبداعية وطموحات في تحقيق الذات والوجود الشخصي والإنساني.

8. الاهتمام بدراسة الإنسان وفهمه على أساس أنه كيان متكامل بدلا من تقسيمه إلى فئات أو تجزئته إلى وحدات نوعية تضاف إلى بعضها البعض.

9. التأكيد على قيمة الإنسان وكرامته والعمل على تنمية قواه وإمكاناته الإيجابية يستوي في ذلك الفرد العادي وغير العادي.

10. الاهتمام بالخبرات الشعورية كما يعيشها الفرد ويعانيها والمعنى الذي تتخذه هذه الخبرات بالنسبة له

والتأكيد على إدراكاته لنفسه ولخبراته الشخصية وللآخرين وللمجال المحيط به كأساس لتفسير سلوكه وفهم شخصيته.

يعد مفهوم الذات Self مفهوما محورا في معظم هذه النظريات كما يعد تحقيق الذات وتأكيدها الدافع الرئيسي الذي يسعى الإنسان لإشباعه وهو يفوت الدوافع الفيزيولوجية.

المحاضرة الخامسة:

مسلّمات النظرية:

تتضمن نظرية الذات أربعة مكونات تتلخص فيما يلي:

- 1. الخبرة :** يمر الإنسان في حياته بسلسلة متواصلة من الخبرات، هي كل ما يؤثر في سلوكه من محيطه أو من داخله، وهذه الخبرات بعضها ينسجم مع مفهوم الذات عند الفرد ويؤدي إلى تحقيق السرور والتوافق النفسي لديه، وبعضها غير سار لأنها لا تنسجم مع مفهوم الفرد لنفسه (مفهوم الذات) ولا مع القيم الاجتماعية وبالتالي تؤدي إلى عدم الرضا وعدم التوافق.
- 2. الفرد :** يرى روجرز إن لدى كل فرد دافعا قويا لتحقيق ذاته، وهو في تعامله مع المحيط والواقع الذي يعيش فيه يسعى لتحقيق ذاته بكسب حب الآخرين واحترامهم وتقديرهم وقبولهم له. وخصوصا الجماعة المرجعية أو الأشخاص المهمين في حياته من أبوين ومعلمين ومسؤولين.
- 3. السلوك :** السلوك هو ما يقوم به الفرد من نشاط عقلي أو جسمي أو هما معا من أجل إشباع حاجاته كما يدركها في الواقع. ومعظم السلوك يتفق مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية وهذا يؤدي إلى التوافق النفسي عند الفرد، أما إذا تعارض سلوك الفرد مع فهمه لذاته ومع معايير مجتمعه فإنه لن يرضى عن السلوك ويلجأ إلى الإنكار ويشعر بعدم الراحة والسعادة وسوء التوافق.
- وأفضل طريقة لفهم سلوك الفرد. حسب روجرز. هي الحصول على المعلومات من التقارير الذاتية التي يكتبها الفرد عن وجهة نظره هو ومن خلال خبراته وبعد فهم سلوك الفرد يمكن تعديل الخاطئ منه من خلال تغيير مفهوم الفرد عن ذاته.
- 4. المجال الظاهراتي :** وهو المدركات الشعورية للفرد في بيئته وهو عالم الخبرة المتغير باستمرار ويتعامل الفرد مع المجال الظاهري كما يدركه هو، سواء كان إدراكه صحيحا أو خاطئا، والمجال الظاهري يرتبط بالجانب الشعوري من الذات وهو يختلف عن المجال غير الظاهري الذي يرتبط باللاشعور والذي لا تعطيه نظريات الذات أهمية في تفسير سلوك الفرد.

فرضيات النظرية:

قدم روجرز مجموعة من الافتراضات تمثل مجتمعة نظرية متكاملة بالنسبة للشخص والسلوك، حيث تحاول هذه النظرية تفسير الظواهر المعروفة السابقة وكذلك الحقائق الخاصة بالشخصية والسلوك. وتتضمن هذه الافتراضات ما يلي: (منى ، 2000 ص 40).

أولاً: إن كل فرد يوجد في عالم من الخبرات المتغير هو مركزه، وأن هذا العالم المتغير هو المجال الظاهري، وإن هذا العالم في معظمه لا شعوري، وجزءا صغيرا منه هو الذي يدركه الفرد شعوريا، غير أن هذه الخبرات اللاشعورية يمكن أن تصبح شعورية عند الحاجة. حيث أنها توجد في اللاشعور، هذا العالم الخاص من الخبرة لا يمكن أن يعرف إلا للفرد نفسه وأن المعالج يمكنه التعرف على هذا العالم إلا من خلال الفرد نفسه ولكن قد لا يكون الفرد لديه القدرة على هذه المعرفة ويقوم المعالج هنا بدور المساعد

لتنمية هذه القدرة لدى العميل، وبناء على ذلك فيكون الشخص أفضل مصدر للمعلومات عن خبراته وعما يوجد في عالمه الخاص.

ثانيا: يستجيب الفرد للمجال الظاهري ككل منظم بمعنى أن الفرد يستجيب للمجال بطريقة جشطالتيّة أي يفرض فكرة تجزئة المجال.

ثالثا: نزعة أساسية هي تحقيق وإبقاء وتقوية الفرد الذي يعيش الخبرة فالفرد نظام واحد ديناميكي يعد الباعث الواحد فيه تفسيراً كافياً للسلوك بأكمله.

رابعا: سلوك الفرد في أساسه محاولة موجهة نحو هدف، والهدف هو إشباع الحاجات التي يخبرها الفرد في مجاله كما يدركه.

خامسا: كل سلوك موجه يصدر عن الفرد يصاحبه انفعال يسهل له مهمته. وتختلف شدة الانفعال طبقاً لما يحمله الموقف من أهمية بالنسبة للفرد.

سادسا: إن أفضل محاولة لفهم السلوك تكون من خلال الإطار المرجعي الداخلي للفرد نفسه والذي يفصح عنه في اتجاهاته.

سابعا: تتمايز الذات من المجال الإدراكي الكلي والذات هي مجموع الخبرات التي تنسب جميعها إلى شيء واحد هو الأنا.

ثامنا: نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة، ومع آراء الآخرين المستمرة اتجاه الفرد يتكون مفهوم الذات هو نمط تصوري منظم، مرن ولكن متسق من إدراكات وعلاقات إلى (أنا) أو ضمير المتكلم مع القيم التي ترتبط بهذه المفاهيم.

تاسعا: تشكل القيم المرتبطة بالخبرة المباشرة بالبيئة والقيم التي يستخدمها الفرد عن الآخرين جزءاً من بناء الذات.

عاشرا: تتحول خبرات الفرد التي تحدث له في حياته إلى:

أ/ صورة رمزية تدرك وتنظم في علاقة ما مع الذات.

ب/ يتجاهلها الفرد حيث لا تدرك لها علاقة ببناء الذات.

ج/ يحال بينها وبين الوصول إلى صورة رمزية

بمعنى إن الإدراك انتقائي ويتحدد هذا الانتقاء بمحك أساسي هو مدى اتساق الخبرة مع صورة الذات لدى الفرد في أثناء عملية الإدراك.

إحدى عشر: اتساق الذات، تتسق معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن ذاته.

اثني عشر: قد يصدر سلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل إلى مستوى التعبير الرمزي، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بناء الذات.

ثلاثة عشر: ينشأ سوء التوافق النفسي حين يمنع الفرد عدداً من خبراته الحسية والحشوية ذات الدلالة من بلوغ الشعور.

- أربعة عشر: يتوفر التوافق النفسي عندما يصبح مفهوم الذات في وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والحشوية للفرد بأن تصبح في مستوى رمزي وعلى علاقة ثابتة ومنتسعة مع مفهوم الذات.
- خمس عشر: تدرك الخبرات التي لا تتسق ومفهوم الذات كتهديد، وتقيم الذات دفاعاتها ضد الخبرات المهددة عن طريق إنكارها على الشعور.
- ستة عشر: في ظل ظروف معينة يمكن مراجعة بناء الذات بشكل يسمح بتمثيل الخبرات التي لا تتسق مع مفهوم الذات وجعلها متضمنة في بناء الذات.
- سبعة عشر: عندما يدرك الشخص ويتقبل في جهاز متسق ومتكامل كل خبراته الحسية والحشوية فإنه يصبح بالضرورة أكثر تفهما للآخرين وأكثر تقبلا لهم كأشخاص منفصلين.
- ثمانية عشر: ولكي يتحقق للفرد توافق متكامل وصحي لا بد له أن يقيم خبراته باستمرار حتى يحدد ما إذا كانت هناك ضرورة لإحداث تعديل في بناء القيم.

المحاضرة السادسة:

1. نظرية الذات لكارل روجرز: Self theory

تتميز الذات الظاهرية أو المدركة كجزء منفصل تدريجيا من المجال الإدراكي الكلي، منذ يأخذ الطفل في تمييز ذاته الجسمية كشيء بارز عن الآخرين، في محيط وبيئته. ويبدأ في إدراك أن بعض الأشياء تخصه هو (أفعال وممتلكات مادية ...)، وبعضها يخص الآخرين ومن ثم يشرع في الإحساس بذاته وبناء تصور خاص عن نفسه، في علاقاته ببيئته والمحيطين به سواء أكان هذا التصور إيجابيا أو سلبيا، واقعا أم غير واقعي لذا يعد الذات بمثابة النواة للشخصية التي تنتظم من حولها كل مشاعر الفرد وأفكاره وتقييماته وكل ما يدخل في مجال حياته أو يمت إلى هذا المجال بصلة يمكن القول إن للذات أربعة أبعاد هي:

1. **الذات الحقيقية:** وهي تعني ما يكونه الفرد في الحقيقة فعلا وقد يكتشف كل منا أو يقترب منها بقدر ما.

2. **الذات المدركة:** وهي ما يعتقد المرء أنه نفسه وذلك في ضوء تقييمه وإدراكه لها من خلال تفاعلاته مع الآخرين والبيئة التي يعيش فيها وقد تكون الذات المدركة واقعية أو غير واقعية.

3. **الذات الاجتماعية:** وهي صورة المرء عن نفسه كما يعتقدونها موجودة لدى الآخرين ممن يعيش معهم، وهي تتشكل من إدراكاته وكيف يفكرون فيه ويتوقعون منه.

4. **الذات المثالية:** تصور الذات كما يتمنى المرء أن يحققه ويحب أن يكونه نمو الشخصية: يرى روجرز أن الطفل يولد مزودا بدافع فطري لتحقيق ذاته وأنه خلال تفاعله مع ما يحيط به ينزع إلى تقييم ما يتعرض له من خبرات على ضوء ما إذا كانت محققة أو غير محققة لذاته فيقبل على الخبرات الإيجابية ويعرض عن السلبية وتحقق الذات بداية من خلال إشباع الاحتياجات الأولية (الكيفية) ثم ينمو الوعي بالذات ويتميز مفهومها كشيء مستقر يوجه السلوك وتظهر معه احتياجات جديدة مكتسبة تكون أكثر إلحاحا من عملية التقييم وهي:

الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي: يتمثل في الحصول على تقدير الآخرين.

خاصة ممن لهم أهمية في حياته و يتم عندما يدرك الفرد نفسه إن عملية الإشباع ذاتها متبادلة بمعنى انه ذاته مشبع لحاجة شخص آخر.

الحاجة إلى اعتبار الذات: تنشأ هذه الحاجة (التقدير) نتيجة لخبرات الطفل بإشباع أو إحباط حاجته إلى الاعتبار الإيجابي من الآخرين فإذا ما اكتسب الطفل تقديرا معينا من الآخرين استمدجه في ذاته ثم نجده يتصرف بالكيفية نفسها تبعا لقيم الآخرين وأحكامهم عنه ليمارس تقدير الذات.

تعريف العلاج المتمركز على العميل:

هو نوع من العلاج النفسي طوره كارل روجرز والمعالج بهذه الطريقة لا يوجه بل يتأمل ويشجع العميل على توضيح النقاط، ويتبنى هذا الأسلوب على أساس أن العميل أفضل من يقدر على معالجة مشكلاته

الشخصية. فالمعالج يوفر مناخا مستقلا لا يتسم بإصدار الأحكام ليتمكن العميل على حل مشكلاته وأحيانا يطلق على هذا النوع من العلاج، العلاج غير الموجه.

ويعني العلاج النفسي عند الإنسانين يستهدف مساعدة العميل أو المسترشد على النمو النفسي السوي، ومحاولة لإحداث التطابق بين الذات الواقعية والذات المدركة (الذات عند الفرد كما يدركها هو) ومفهوم الذات للفرد كما يدركها الآخرون فيه. ويعني أيضا أن الإرشاد يركز على محاولة تغيير الذات للفرد كي تكون متطابقة مع الواقع، أو تحويل الذات المثالية عند الفرد (مثاليات الفرد في الحياة) إلى ذات واقعية (واقع الفرد كما هو عليه في الحياة). فإذا حصل هذا التحويل، حدث التوافق لدى الفرد، وهو دلالة على الصحة النفسية.

وتنتمي طريقة العلاج المتمركز على العميل للمدرسة الظاهرية والمدرسة الإنسانية في علم النفس، وهي تركز على استبصار الفرد بذاته وبالخبرات التي شوهها أو حرفها أو أنكرها في محاولة لإدماجها أو التقريب بينهما (أي بين ذات الفرد وخبراته) مما يعطي الفرصة لنمو الشخصية أو كما يقول روجرز للسيرورة إلى ذات جديدة (منى، 2000، ص38).

أقسام الطريقة الإرشادية وفقاً للنظرية الإنسانية إلى قسمين:

الأول هو التلقائية: Spontaneity ، وهي جعل العميل أو المسترشد يستبصر بالأمور والمشكلات التي يعاني منها، والتي من خلالها تظهر له نتيجة مفهومه عن ذاته ومفهوم الآخرين عنه، ومن خلال هذا الاستبصار Insight يلمس مدى الاختلاف بين مفهوم ذاته وممارساته الفعلية وخبراته.

الثاني هو التعاطف Empathy : الذي يعني تلقي العميل أو المسترشد التشجيع على الاستمرار في الجلسات الإرشادية والقبول، ويعني هنا القبول، تقبل المرشد للمسترشد بكل عيوبه وسيئاته فضلا عن استشفاف مشاعر العميل أو المرشد لحظة بلحظة ومشاركته فيها، وإحساسه بالاهتمام في حل مشكلته. كي يصل العميل أو المسترشد إلى مرحلة الاستبصار بأسباب مشكلته، فانه يحاول أن يفهم ذاته الحقيقية، ويتقرب في التعرف عليها أثناء الجلسات الإرشادية من خلال الإمكانيات والقدرات والظروف التي يتحدث عنها في الجلسات الإرشادية، لان المشكلة ببساطة حسب ما تراه هذه النظرية هو الصراع بين تحقيق الذات (بوصفها حاجة غريزية) والتحقيق الإيجابي للذات (أي تحقيق الذات وفقاً للمعايير الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع).

أهداف العلاج المتمركز على الشخص:

يهدف هذا العلاج إلى مساعدة العملاء لكي يصبحوا أشخاصا يتصفون بالأداء الكامل ومساعدتهم على حل مشكلاتهم.

وهذا بالكشف عن ذواتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية المخيفة وعندئذ يتوصل الأفراد إلى شخصياتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية المخيفة وذواتهم بحيث لا يقتنعون بالانصياع الآلي لتوقعات الآخرين، ويظهر الشخص عندما يرتفع تحقيقه لذاته.

وقد وصف روجرز الشخص الذي يحقق ذاته بأنه يتمثل فيه أربع صفات هي:

1. الانفتاح على الخبرات.
 2. الثقة في كيانه العضوي.
 3. توافر مركز تقييم داخلي.
 4. الاستعداد للتحويل إلى عملية (أي : ممارسة للعقل والفكر).
- ويعني الانفتاح على الخبرات تصور الواقع كما هو دون تشويه والاستجابة للموقف الجديد كما هو وليس كما يريده المرء ليطابق نموذجاً متصوراً من قبل ومن خلال الانفتاح على الخبرات يتم التوصل إلى معلومات متوفرة حول الموقف ومن خلال الإدراك المباشر لكل من النتائج المرضية وغير المرضية فإن الفرد يتمكن من تصحيح اختياراته الخطأ وبذلك يتولد الإحساس بالثقة والضبط الذاتي – Self Governance

المحاضرة السابعة:

الأساليب والتقنيات المستخدمة في العلاج:

في ضوء هذه الفروض ينبه روجرز إلى أهمية الفنية الأولى في المساعدة على تحقيق أهداف العملية العلاجية، ويمكن القول أن الفنية الأولى تعمل على إعادة توجيه الذات وإعادة تنظيمها. وبعد ذلك الهدف الرئيسي للإرشاد حيث تسعى هذه الفنية إلى زيادة استبصار العميل بذاته وفهمه لها وتشجيع العميل على التعبير عن مشاعره واتجاهاته لتحقيق الفهم القائم على حسن البصيرة بصورة تلقائية ومساعدته أيضا للتخلي عن الأساليب الدفاعية، وعدم التركيز على أن المرشد أو المعالج سوف يوجه له انتقادات أو اقتراحات أو أوامر. وإذا أمكن تحقيق هذا الهدف فإنه يمكن القول أن العميل أصبح حرا في رؤيته للمواقف الواقعية كما هي بدون محاولة تبرير سلوكه أو حماية ذاته كما أنه بإمكان المعالج مساعدة العميل على إدراك الخيارات المتاحة واكتشافها بالإضافة إلى أنه يقترح على العميل إقامة بعض العلاقات أو عرض نماذج لردود أفعال.

وقد صاغ روجرز مجموعة من الفنيات كي تستخدم كأساليب لتحقيق الشروط المسهلة للعملية العلاجية وتهدف إلى التأكيد من تحقيق هذه الشروط وهي فنيات تتجه في الجانب الأكبر منها نحو مشاعر العميل وتتضمن هذه الفنيات:

1. فنية تقبل المشاعر: Feelings Acceptance Technique

وهي فنية تتلخص في ضرورة أن يتقبل المرشد المشاعر الموجبة التي يعبر عنها العميل بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السالبة بشرط ألا تتم مقابلة المشاعر الموجبة بالاستحسان أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الموجبة كجانب من الشخصية لا يقل ولا يزيد قدرا عن المشاعر السالبة.

وتتضح هذه الفنية العلاجية في أن هذا التقبل الذي يحدث بالنسبة لكل الاتجاهات العدوانية والاتجاهات الاجتماعية ولكل من مشاعر الإثم والتعبيرات الموجبة عن المشاعر هو الذي يعطي الفرد الفرصة لأول مرة في حياته لأن يفهم ذاته على نحو ما هو كائن ففي ظل هذا التقبل الكامل، لا تكون هناك حاجة لدى الفرد لأن يخفي مشاعره السلبية خلف دفاعاته فضلا عن أنه لا يجد فرصة لأن يتجاهل أو يفرط في تقييم مشاعره الموجبة، وفي ظل هذا التقبل الكامل للمشاعر يصل العميل إلى مرحلة الاستبصار وفهم الذات ويمثل هذا الاستبصار جانبا مهما في العملية العلاجية الكلية.

2. فنية عكس المشاعر: Feelings Reflection Technique

وتمثل هذه الفنية أهمية كبرى في العلاج غير التوجيهي وهي تعني ببساطة شديدة تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها للعميل أو إعادة محتوى ما يقوله للعميل أو تكرار ما يقوله العميل أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للعميل فهم المعالج له، ولكن دون استحسان أو استهجان أي إعادة صياغة مشاعر العميل في كلمات تعكس جوهرها حيث يحاول المعالج أن يعرض للعميل مرآة لفظية Verbal miroir تمكن العميل من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحا وتفيده في التخلص من الصراعات الانفعالية التي

تكون مدمرة لتحقيق الذات.

ومما لاشك فيه إن فنية عكس المشاعر هي إحدى وسائل تحقيق الشرط المستقل المعروف بالفهم المتعاطف Empathic understanding

إذ أن عكس المعالج لمشاعر العميل واتجاهاته وخبراته . سواء تلك التي يعيها العميل شعوريا أو تلك التي يدركها فقط بشكل غامض . يساعد العميل على فهم ذاته وخبراته الحقيقية، إن ذلك يؤكد للعميل أن المعالج على درجة عميقة من الفهم المتعاطف لكل ما يقوله بل ولكل ما يجري بداخل العميل فيتحقق بذلك شرط الفهم المتعاطف من خلال تلك الفنية.

3. فنية توضيح المشاعر : Feelings Clacification Technique

وتعني "إعادة إقرار جوهر ما يحاول العميل قوله "أي أنه عندما يختلط الأمر على العميل في محاولته التعبير عن مشاعره، فإن مهمة المعالج عندئذ تتمثل في مساعدته على استيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح، ولكن بشرط ألا يتجاوز المرشد ما يعبر عنه العميل بالفعل .لأنه من الخطر الحقيقي في تقويل العميل ما لم يقل.

ولما يتحقق المرشد من المشاعر التي يعبر عنها العميل فإنه يقوم بإيضاحها له دون تقييد تأويلات أو امتداح أو انتقاد أو نصيحة، و إنما يكون تركيزه مقصورا على مساعدة العميل على أن يرى بوضوح وأن يتقبل تلك المشاعر التي يكون قادرا على التعبير عنها، فإن عملية التنفيس تصبح عندئذ أكثر عمقا، فتعبير العميل لفظيا عن الاتجاهات الأساسية لديه مما يؤدي إلى حدوث عملية الاستبصار بشكل تلقائي.

4-فنية اللاتوجيهية: Nondirectiveness Technique

واللاتوجيهية عند روجرز تعني عدم التوجيه أو النصح أو التأويل أو الإرشاد المباشر من جانب المعالج للعميل، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تتبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها بمعنى أنه لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيه المقابلة ولا يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع أو إعاقة التعبير ويكون نور المعالج مقصورا على استجابات العميل وعكسها وتوضيحها.

وتتضح أهمية فنية اللاتوجيهية في العملية العلاجية من خلال المقابلة غير التوجيهية حيث إنها طريقة غير متحيزة تمكن من سبر أغوار الأفكار والإدراكات الخصوصية لدى الفرد.

في ضوء ما سبق تتضح أن العلاج غير الموجه هو الذي لا يتدخل فيه المعالج التأثير في اختيارات العميل أو في تفكيره أو في كيفية النظر إلى الأحداث فالمعالج لا يسأل ولا يفسر ولا يشرح ولا ينصح وإنما يعكس ما يقوله العميل فقط بلغته هو وذلك ليتيح للعميل إدراك مغزى ما يقول وتصحيح مساره السلوكي بنفسه إذا لزم الأمر. ولا يعني ذلك أن عمل المعالج يكون سهلا وسلبيا وإنما هو عكس ذلك وينصت المعالج باهتمام بالغ لما يقوله العميل ويعرف أين وكيف ومتى يتدخل؟ وماذا يقدم لمساعدة

الأستاذة: آيت حبوش سعاد

العمل على زيادة وعيه وإدراكه؟ كما أنه يتحسس صورة مفهوم الذات لدى العميل ليحدد أين هو وماهية وجهته؟

المحاضرة الثامنة:

استراتيجيات العملية العلاجية المتمركزة على العميل:

من أهداف العلاج المتمركز على العميل هو تسهيل وجود مناخ يعرف فيه العميل ذاته بصورة جيدة، بحيث يستطيع تحمل مسؤولية الشخصية لوجوده، كما يضع سلطة الرقابة الذاتية بين يديه. ويتلخص جوهر العلاج المتمركز على العميل في قول روجرز " إذا أمكنني تقديم نوع معين من العلاقة، فإن الشخص الآخر سوف يكتشف داخل ذاته القدرة على استخدام هذه العلاقة في النمو والغير، مما يؤدي إلى حدوث النمو الشخصي ". ومن الواضح أن الشروط الأساسية وضرورية توفيرها في العلاقة بين المعالج والعميل لكي تساعد على التغير والنمو. وهذه الشروط ستؤدي بدورها إلى إقامة علاقة حميمة تشعره بالاطمئنان والأمان والمساندة. وتتولد لديه الثقة تمكنه من الاعتماد على المعالج، مما ينتج عنها الدعم، التغير والنمو.

من وجهة نظر روجرز يمكن إجمال هذه الشروط المسببة للتغير الجوهرية في شخصية العميل:

- 1- يجب أن يكون العميل على اتصال نفسي بالمعالج.
- 2- لابد أن يكون العميل في حالة من عدم الاتساق ، وأن يتم تعريضه لمواقف تظهر ضعفه وتثير قلقه، حتى يتمكن من إحراز نجاح فعلي في عملية العلاج النفسي (Ellis) .
- 3- لابد إن يكون المعالج النفسي شخصا متكاملا بصورة سليمة، قادرا على الاندماج في علاقة حميمة مع العميل، ليتمكن من التوصل إلى أسباب اضطرابه.
- 4- الاهتمام الغير محدود بالعميل، بمعنى آخر إن الرعاية التامة للعميل كفيلة بإرضاء الحاجات الشخصية للمعالج.
- 5- لابد أن يشخص المعالج النفسي -بشكل دقيق دون إدخال العواطف - عن وعي العميل وإدراكه لخبراته وتجاربه.
- 6- يجب على العميل أن يكون قادرا على الاستيعاب- ولو بدرجة محدودة-التقبل والمشاركة الوجدانية من قبل المعالج النفسي.

وبهذا نستنتج بأن العلاقة بين المرشد والعميل هي محور العلاج المتمركز على العميل ويتجلى استخدام مفهوم". العلاج القائم على العلاقات Relationship Therapy "مدى إدراك أهمية العلاقة، وليس الأساليب أو الفنيات. كما أن تحول العميل إلى إنسان محقق لذاته، تتضمن ثلاث مراحل رئيسية وهي:

المرحلة الأولى: تتضمن العلاج غير الموجه:

في هذه المرحلة يستقبل المالح العميل في جو من التسامح ومناخ بعيد عن أي تدخل، وتتمثل هذه الفنية الرئيسية التي يستخدمها المعالج في مساعدة العميل على توضيح خبراته الشخصية بهدف الوصول الاستبصار بذاته وبحياته.

المرحلة الثانية: التأمل:

تتمحور هذه المرحلة على تأمل مشاعر العميل، وتجنب أي موقف مهدد لشخصيته من خلال علاقة العميل بالمعالج، وتساهم هذه المرحلة على تطابق وانسجام مفاهيم الذات المثالية ومفاهيم الذات الواقعية.

المرحلة الثالثة: زيادة المشاركة الشخصية:

تتسم هذه المرحلة بزيادة مشاركة إيجابية المعالج، باتخاذ دور أكثر فاعلية، وبالتالي ينمو العميل من خلال تعلمه كيفية استخدامه لخبراته الراهنة.

وأثناء هذه المراحل ينتقل العميل من مرحلة الثبات إلى المرحلة الانسيابية، ومن نقطة قريبة من الطرف المتصلب في المجال إلى نقطة أكثر قربا من الطرف المتحرك في المجال، وتتولى العملية العلاجية في سبع مراحل ثانوية وتحدث على نحو متسلسل على النحو التالي:

1. **المرحلة الأولى:** يتسم خبرات العميل بالثبات والتباعد، كما أنه من الممكن أن يقبل العميل العلاج من تلقاء نفسه.

2. **المرحلة الثانية:** عندما يدرك العميل أنه يلقي قبولا حسنا، فإن ذلك يعني بداية المرحلة الثانية، وفيها يصف الفرد مشاعره ولكن كموضوعات في الماضي لا تخصه، بل خارجة عن ذاته . ويكون لديه قدرا من التمييز وإدراك المشكلات، ولكنه يدركها كمشكلات خارجة عن ذاته، ومن ثم فليس لديه إحساس بالمسؤولية اتجاهها.

3. **المرحلة الثالثة:** يتزايد وصف الفرد للمشاعر والمدلولات الشخصية التي لا تزال غير حاضرة في الوعي، ولذلك فالصورة التي يصف بها الفرد مشاعره صورة سيئة وشاذة. ويتكون لدى الفرد تدفق وحرية للتعبير عن ذاته كموضوع، كما يصبح يميز أن المشكلات موجودة بداخله أكثر منها في الخارج.

4. **المرحلة الرابعة:** حدوث ما يسمى التفكك في البناء النفسي، والتداعي الحر للمشاعر والذي يعد من السمات المميزة للانتقال داخل المجال.

5. **المرحلة الخامسة:** إذا شعر العميل أن هناك تفهما لتعبيراته وسلوكه وخبراته في المرحلة الرابعة، فإن ذلك يؤدي إلى قلة تحفظه ويبيد مزيدا من التداعي الحر. فالعميل في المرحلة الخامسة يكون أكثر قربا من وجوده العضوي حيث أنه يكون في عملية مستمرة، كما يلاحظ التداعي الحر لمشاعره، التحرر والانطلاق في بنائه الشخصي وخبراته، وإجراء التفاضل والتمييز -بدرجة كبيرة- لخبراته، ولذلك فإن الاتصال الداخلي يبدأ التداعي والانسيابي وبالتالي يصبح أكثر دقة.

6. **المرحلة السادسة:** يخبر العميل بشكل مباشر المشاعر التي كان ينكرها من قبل عن الوعي، ويصبح التلقي الفوري-حيويا واضحا ومثيرا-لخبرة المشاعر التي كان الفرد ينكرها.

7. **المرحلة السابعة:** عند وصول العميل إلى المرحلة السادسة، فإنه لا يرى ضرورة بأن يلقي التقبل التام من قبل المعالج، بالرغم من أن مثل هذا التقبل يبدو مفيدا. كما أن العميل غالبا ما يستمر في الوصول

إلى المرحلة السابعة دون الحاجة إلى المعالج ومساعدته وغالبا ما تظهر هذه المرحلة خارج العلاقة العلاجية وليس داخلها، وغالبا ما يكتب العميل تقريرا عن حياته، وهو يفضل ذلك عن مجرد التعبير عن مشاعره وخبراته في الجلسة العلاجية.

وهنا يكون الفرد قد وصل إلى مرحلة التغير يجد المعالج نفسه في بعد آخر من العملية العلاجية لما يتصف به العميل من حراك والتداعي والتغير في جميع جوانب حياته النفسية، فهو يعيش في مشاعره الخاصة التي يعرفها ويثق فيها ويتقبلها.

وهكذا يتمكن الفرد من بناء خبرة التي تتسم بالتغير الدائم، وذلك بناء على التكوين الشخصي الذي تم تعديله من خلال الأحداث الجديدة. كما يصبح يشعر بالمواقف التي يمر عليها بصورة جديدة، يقدم لها تفسيرات وليس على أساس الماضي فقط، وإنما على أساس الحاضر مطابقة مع الماضي. كما أنه يقيم مشاعره ومعانيه الشخصية بدقة من خلال قيامه بالتميز والمفاضلة بينهما. ويبدو أيضا أن اتصاله الداخلي يتسم بالحرية وعدم التثبيط، حيث يتصل بالآخرين بحرية من خلال علاقات التي أنشأها مع غيره مدركا لذاته وواعيا لها معتبرا نفسه مسؤولا ومسؤولة كاملة عن حياته.

نقد نظرية الذات وعيوب الإرشاد والعلاج غير المباشر:

حدد روجرس الهدف الرئيسي من هذه الطريقة بأنها مساعدة للمسترشد على النمو النفسي السوي والتطابق بين مفهوم الذات الواقعي ومفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي ومفهوم الذات الاجتماعي. ويستخدم مع المسترشدين ذوي الذكاء المتوسط أو أعلى من المتوسط والذين هم أكثر طلاقة لفظية، ويستفاد منه أيضا في الإرشاد والعلاج الزوجي وكذلك مع حل المشكلات الشخصية للشباب (نبيل، 2004 ص 286).

1إن النظرية لم تضع تصورا كاملا لطبيعة الإنسان وذلك لتركيزها الكامل الذات ومفهوم الذات.

2يؤكد روجرز إن الفرد يعيش في عالمه الذاتي الخاص ويكون سلوكه تبعا لإدراكه الذاتي ونسي أن يشير إلى الموضوعية كما أنه ركز على الجوانب الشعورية وتناسى الجوانب اللاشعورية، على الرغم من أن الجوانب اللاشعورية ذات دور كبير في تطوير المرغوب لدى الفرد.

3لم يهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس إلا عندما يرغب العميل متناسيا أن جمع المعلومات أمر هام للمرشد (سمية، 2005، ص 47)

4قد يراعى الإنسان على حساب العلم.

5يهمل عملية التشخيص المقننة رغم إجماع طرق العلاج النفسي عليها.

6يعطي حرية مبالغ فيها للعميل بحيث يكون هو قائد للعملية العلاجية مما قد يفقد ثقته بالإرشاد والعلاج والإرشاد والعلاج النفسي.

7قد تختلف فعاليته من فلسفة مجتمع إلى فلسفة مجتمع آخر.

الأستاذة: آيت حبوش سعاد

ملاحظة: في حالة وجود أي مشكل في الفهم يرجى كتابة الأسئلة في ملف وورد، وأن تبعث لإيميل
الأستاذة: souadpsy@yahoo.fr