

## د. سلمى حسين كامل..... نظريات ارشادية / مرحلة ٣..... المحاضرة الثانية

=====

أولاً: نظرية التحليل النفسي ( سيغموند فرويد )  
وقد حظيت بشهرة واسعة عند ظهورها في الدراسات النفسية و خاصة في مجالات الإرشاد النفسي والصحة النفسية ، وهذه النظرية ترى بأن الوعي الإنساني صنف على مستويين هما الشعور واللاشعور، وكما أن تصورهما للشخصية يقوم على ثلاثة أبعاد هي:-

١. ألهو:- وهو مستقر الغرائز و الدوافع الأولية و مستودعها.

٢. الأنا العليا وهي مستقر الضمير أو القيم أو الأخلاق والمثل العليا فهي بمثابة سلطة عليا داخلية تراقب وتحاسب.

٣. الأنا و تحتل مكاناً وسطاً بين مستقر الغرائز ومستقر المثل العليا ، فهي مراكز الشعور والتفكير المشرف على السلوك ، و يعمل على التوفيق ما بين (الهو) الدنيا و (الأنا العليا )

المسلّمات التي تقوم عليها نظرية التحليل النفسي:-

١. الحتمية النفسية : أي أن لكل سبب نتيجة ولكل نتيجة سبب ، بسبب ظاهر أو غير ظاهر ، منطقي أو بعيد عن المنطق . أي أن هناك سببا يكمن وراء أي حدث يحدث.
٢. الحيل اللاشعورية: و تتجم من داخل الفرد نفسه لمواجهة الأخطار الناجمة من الخارج من الأشخاص المحيطين بالفرد نفسه في بينته لتدافع عن شخصية هذا الفرد ، و يطلق عليها بين قوسين (ميكانزمات الدفاع) ومنها :

أ. التوحد: بمحاولة الفرد للوصول إلى الهدف بأن يبرمج ذاته بصفات محددة أو بذات شخص آخر من خلال تقليده أو محاكاته ، و لذا فإن تقليد الوالدين و محاكاتهم يخفف من درجة التوتر لدى الفرد.

ب. الاستبدال والإزاحة : عملية توجيه الطاقة من هدف إلى آخر لتوضيح قدرة الفرد على تغيير هدف نشاطه من موضوع نفسي إلى آخر ، و تتم عندما يكون الهدف الجديد لا يكفي لإزالة التوتر ، و لذا فإنه يظل يبحث عن الأفضل لتخفيف ذلك التوتر لديه ، و هذا يفسر تنوع أشكال سلوك الإنسان ، و من أمثلة الإزاحة التسامي وهو أسلوب تسلكه الدوافع العدوانية أو الجسمية لتتخذ طريقاً ثقافياً أو إنسانياً أو حضارياً أو فنياً ، و يحتاج الفرد لمزيد من النضج حتى يمكنه التسامي بطاقته ، و تحويلها إلى موضوعات تشبع حاجاته ، و تساعد على نمو مجتمعه أيضاً.

=====

ت. الكبت: وهو محاولة الفرد التحفظ عن دوافع مثيرة للقلق ، و يرفض ببساطة الاعتراف بوجودها ، و الأفراد الذين يعترتهم الكبت تكون شخصياتهم متوترة متصلة ، و تسيطر(الأنا العليا) لديهم على (الأنا) ، و يعمل الكبت في مرحلة الطفولة على تقوية (الأنا) ، و تساعده حينما يكبر ، و تسبب له بعض المشكلات النفسية.

2/4الإسقاط: وهو إنكار صفة معينة في الفرد وإصاقها بفرد آخر وهو مرتبط بحيلة الإنكار، فمثلاً عندما يكره طالب أحد زملائه فيدعي بأن زميله يكرهه ، و يستخدم أحياناً في حياتنا اليومية غير أن الإفراط في استخدامه يعوق معرفة الفرد لنفسه ، و يفسد علاقته الاجتماعية أيضاً لأنه قد يصل به الحد للخط من شأن الآخرين مما يؤدي إلى اختلاف في الإدراك أو إدراك أشياء لا وجود لها.

ث. النكوص: بتراجع الفرد إلى ممارسة أساليب سلوكية في مرحلة سابقة من حياته لا تناسب مع مرحلة نموه الحالية ليجنب ذاته الشعور بالعجز والفشل أو المخاوف أو الحرمان ، وهذه العملية تجنب الفرد الشعور بالقلق ، و لكنها تعيق النمو ، ومن الأمثلة : الطفل الصغير الذي ينكص إلى أنواع السلوك الطفلي المبكر عندما يواجه خطر فقدان الحب ، و يعتقد أنه يعود إلى هذه المرحلة من النمو التي تحقق له الحب .

ج. التثبيت: عندما ينتقل الفرد من مرحلة نمو إلى مرحلة أخرى يواجه مواقف محبطة و مثيرة للقلق تعوق استمرار نموه بصفة مؤقتة على الأقل ، و يثبت على مرحلة معينة من مراحل نموه ، و يخاف الانتقال منها ، و يتخلى عن شرط سلوكي معين على إشباع حاجاته ، لعدم تأكده من السلوك هل يستحق الإشباع أم لا ؟.

ح. التكوين العكسي: تحاول (الأنا) تكوين سلوك على النقيض عندما يكون هناك موقف يثير القلق ، فإذا كان الفرد يشعر بكراهية شخص ما ، فقد يظهر مشاعر الود والحب تجاه هذا الشخص ، وعادة ما ترجع أشكال متطرفة من السلوك إلى تكوين العكس.

خ التعويض: وهو أسلوب المبالغة الذي يبدو على سلوك الفرد فمثلاً فرد دميم الخلق أو شخص قصير القامة على شكل قزم فنجد بأن كلاً من هذين الفردين يحاول إظهار السيطرة والتسلط بصورة مبالغ فيها في شكل عملية تعويض عن مشاعر مكبوتة تؤلم الفرد إذا شعر بها على شكل استعراضات يقوم بها ، و يرجع السلوك التعويضي لبعض الأفراد إلى عوامل لا

شعورية لا يعيها الفرد ، و تدفعه إلى أساليب سلوكية غير متكاملة مبالغ فيها قد تؤدي إلى اضطرابات انفعالية.

د . التبرير: وهو عملية نستطيع من خلالها إيجاد أسباب منطقية لسلوكنا ولكن هذه الأسباب غالباً ما تكون مخالفة للواقع وذلك لكون الفرد يرى بأن ما يراه لنفسه قد يراه الآخرون فيهم، ولذا فإن التبرير في بعض الأحيان يمثل عملية لا شعورية لأن صاحبها لا يدرك بأنه مشوه الواقع، يصعب عليه مناقشة مبررات سلوكية لأن (الأنا) تخشى الكشف عن الأسباب الحقيقية لذا فهي تعمل على كبتها، ومثال ذلك الطالب الذي يغش في الاختبار بغير فشله بصعوبة أسئلة الاختبار وذلك لحفظ ماء الوجه. ويمكن للمرشد الطلابي أن يتعرف على الحيل الدفاعية التي يقوم بها كثير من الطلاب فعلى ضوءها يمكنه التعامل مع المشكلات الطلابية المتعددة.

تطبيقات نظرية التحليل النفسي في التوجيه والإرشاد :-

١. يقوم المرشد بطمأنة المسترشد وتأكيد ثقته بنفسه وتكون علاقة مهنية سليمة معه تعتمد على التقبل .

٢. إعطاء المسترشد الفرصة للتعبير عما يدور في ذهنه من خلال التداخي الحر وهذا ليس بالأمر السهل حتى يتمكن من التحدث عن نفسه بطلاقة لإخراج المشاعر والخبرات المؤلمة المكبوتة بداخله.

٣. إمكانية الاستفادة من الألعاب الرياضية والتمارين السويدية يشتمل أنواعها للطلاب الذين يظهرون ميولاً عدوانية مثلاً من خلال التعاون مع معلم التربية الرياضية بالمدرسة.

٤. الاستفادة من المعايير الاجتماعية التي تضبط وتوجه سلوكيات المجتمع من خلال توضيح أهمية الالتزام بها للطلاب وأولياء أمورهم وحثهم على التعامل بها في حياتهم اليومية.

٥. إمكانية وقوف المرشد الطلابي على المشاعر الانفعالية التي يظهرها المسترشد للكشف عن صراعاته الأساسية المكبوتة الدفينة .

ثانياً: - نظرية الفريد- أدلر Alfred Addler

كان أدلر ( ١٨٧٠ - ١٩٣٧ ) تلميذا وزميلا في حركة التحليل النفسي التي أنشأها فرويد وفي عام ١٩١١ أنشق عن فرويد مكونا مع بعض زملائه " جماعة البحث الحر في التحليل النفسي " ثم غير اسمها في العام التالي لتصبح جماعة " علم النفس الفردي Individual Psychology .

- المسلمات الرئيسية في نظرية أدلر  
هناك نقطة هامة يجب أن إلا نغفلها قبل عرض أهم مفاهيم نظرية أدلر وهي أن أدلر كان من أصحاب نظرية الشخصية الذين بدعوا الصياغة في مجال علم نفس الشواذ Abnormal Psychology حيث كان تدريبه الأساسي في الطب، وكون نظريته في العصاب ثم توسع فيها ليشمل الشخصية السوية، وفيما يلي المفاهيم الرئيسية في نظريته:.

١. Fictional Finalism الأهداف النهائية الوهمية

"مبدأ العلية في تفسير السلوك " وملخصها أن الإنسان تحركه توقعاته للمستقبل أكثر مما تحركه خبرات ماضية وذلك في مقابل تركيز فرويد على العوامل التكوينية وخبرات الطفولة المبكرة بوصفها عوامل محددة للشخصية وقد أخذ أدلر هذه العقيدة الفلسفية الوضعية المثالية عن هانز فاينهنجر الذي عرض هذه الفكرة في كتابه سيكولوجية كأن "The Psychology of As if" وهي أن الإنسان يعيش على أفكار وهمية لا مقابل لها في الواقع ، والتي تمنح الإنسان مزيدا من الكفاءة ولكنها ليست فروض يمكن التيقن منها مثل (الأمانة خير سبيل - الغاية تبرر الوسيلة... الخ؟

٢. Striving for Superiority الكفاح في سبيل التفوق

"ما هي الغاية النهائية التي ينزع الإنسان إلى بلوغها ؟ وقد مر تفكير أدلر فيما يتعلق بهذا الهدف النهائي للإنسان في ثلاث مراحل وهي أن يكون عدوانيا ثم أن يكون قويا ، ثم أن يكون متفوقا ، والتفوق هنا لا يعنى الامتياز الاجتماعي أو المنزلة المرموقة وإنما يعنى العمل من أجل بلوغ الكمال التام ، أنه الدافع الأعظم إلى الأمام وهو فطرى بل أن أدلر فسر به أعمال فرويد ويونج مثل مبدأ اللذة والتعادل وأنها ليست إلا أعرابا فيهما لمحاولات التعبير عن الدافع الأعظم إلى الأعلى.

### ٣. مشاعر النقص والتعويض Inferiority Feelings and Compensation.

جاءت هذه الفكرة لآدلر منذ البداية عند ملاحظته أن هزة المرض لدى المريض يتبعها الشكوى من نقطة معينة في الجسم وفسر ذلك بأن السبب في حدوث الخلل في منطقة بالذات إنما يرجع إلى نقص عضوي بهذه المنطقة نتيجة الوراثة أو شذوذ في النمو، وفكرة التعويض تعنى أن الشخص الذي يعانى من عجز في عضو ما دائما ما يحاول تعويض هذا الضعف بالعمل تقوية هذا العضو. ومن أل أمثلة الشهيرة على ذلك

"ديمسوستين" أشهر خطباء عصره الذي كان يعانى من اللعثة في طفولته (وتيدور روزفلت) الذي كان ضعيفا في طفولته وقد عمم آدلر مفهومه عن العجز العضوي ليشمل أي مشاعر بالنقص.

### ٤. الاهتمام الاجتماعي Social interest

والمقصود به هو مساعدة الفرد لبلوغ هدفه ألا وهو المجتمع الكامل، فالعمل من أجل الصالح العام يعوض الإنسان ضعفه الفردي الاهتمام الاجتماعي فطرى لدى آدلر، ولكن لا يظهر تلقائيا بل يحتاج إلى التوجيه والتدريب.

"الإنسان الكامل في المجتمع الكامل" حيث يحل الاهتمام الاجتماعي محل الاهتمام الأناني".

### ٥. أسلوب الحياة Style of Life

أسلوب الحياة هو شعار نظرية آدلر في الشخصية هو مبدأ الأساس الفردي الأساس الفردي عن آدلر وهو مبدأ النظام الذي تمارس به الشخصية وظائفها إنه أكثر سمات النظرية تميزا حيث أن نظرية آدلر هي نظرية علم النفس الفردي، فسلوك الفرد ينبع من أسلوب حياته، ويتكون أسلوب الحياة في الفترة المبكرة من الطفولة قرابة السنة الرابعة أو الخامسة، وهنا أيضا تبرز أهمية اللسنيين الأولى من العمر في تثبيت أسلوب الحياة لدى الفرد وهذه أخذها آدلر عن فرويد.

ولكن ما الذي يحدد أسلوب الحياة لدى الفرد ؟

إنها النقائص التي يعانىها الفرد سواء حقيقية أو متوهمة، فأسلوب الحياة تعويض عن نقص معي، ومثال ذلك لقد تحدد أسلوب الحياة لدى نابليون بالقهر والغزو، ونشأ ذلك بفعل قصر قامته "نقص وتعويض" وعشق هتلر للاغتصاب والسيطرة "أسلوب حياته" نتج عن عجزه الجنسي.

## ٦. الذات الخلاقة:

الذات الخلاقة هي المفهوم الأول التي يدور حولها جميع المفاهيم في هذه النظرية، وجوهر هذا المفهوم أن الإنسان يصنع شخصيته بنفسه، والذات الخلاقة مثل الأسباب الأولى نستطيع رؤية آثارها ولا نستطيع رؤيتها ذاتها.

- طريقة الارشاد في نظرية أدلر  
ويتحدد أسلوب أدلر في العلاج النفسي فكان يهتم بثلاث عوامل هامة وهي :

### ١- ترتيب الميلاد والشخصية:

وتتلخص هذه النظرة في احتمال وجود اختلافات كبيرة بين شخصية كل من الطفل الأكبر والأوسط والأصغر، وذلك لاختلاف الخبرات المتميزة لدى كل منهم، فالطفل الأول يحظى بقدر كبير من الاهتمام حتى يأتي الثاني فيفقد عرشه ويكون لديه الاهتمام بالماضي مركز الاهتمام، والطفل الثاني يصبح الأوسط حينما يأتي الثالث وهو يتميز بالطموح فهو يحاول دائما التفوق على أخيه الأكبر، أما الأصغر فهو الطفل المدلل، ولكن النتائج لم تؤكد صحة هذه النظرية.

### ٢- الذكريات المبكرة:

يعتقد أدلر أن أقدم ما يستطيع الشخص تذكره يعتبر مفتاح هام لفهم أسلوب حياته الأساسي، وقد استخدم أدلر هذه الطريقة مع الأفراد والجماعات لدراسة الشخصية.

### ٣- خبرات الطفولة :

اكتشف أدلر ثلاثة عوامل هامة من المؤثرات المبكرة التي تؤثر بطريقة خاصة في أسلوب الحياة وهي:

١- أطفال يعانون من مشاعر نقص "نتيجة العجز العضوي مثلا"

٢- أطفال مدللون " لا ينمو لديهم شعور اجتماعي"

٣- أطفال مهملون "يصبحون أعداء المجتمع وتسيطر عليهم نزعة الانتقام . ولكن إذا توفر لهؤلاء آباء متفهمون فإنهم يتحولون إلى الاتجاه الأفضل بتعويض النقص لديهم.

وتركز نظرية أدلر على أن إرادة القوة وإرادة التفوق وإرادة بلوغ الكمال وقهر الإحساس بالدونية أو النقص أو بالقصور هي الدافع الرئيسي لدى الإنسان ، وكأن الإنسان في سعيه الدؤوب إنما يهدف إلى شئ واحد هو أن يكون محققا لذاته في مجتمعه كأفضل ما يكون التحقيق ،

=====

والتحقيق الأفضل هذا للذات سوف يكون معياره مختلفا بين الأفراد فبينما يراه البعض في القوة والغنى والأمور الأنانية الضيقة كالمرضى النفسيين ، يراه الآخرون في الأهداف النبيلة ذات الطابع الاجتماعي والتي تؤدي إلى تقوية المجتمع ومساعدته على النهوض وتحقيق القوة كما هو في الحال لدى أصحاب النفوس .ولذا فإن نظرية أدلر في نمو الشخصية تتركز في أن كل منا يبدأ منذ ولادته مراحل نموه الهادفة تصاعديا إلى بلوغ الكمال أو الاقتراب منه ، فهو يتجه دائما إلى أعلى متخطيا مراحل الضعف محققا القوة .

ويعطى أدلر لشعور الفرد بالقصور الدور الأكبر في سعيه نحو القوة ، والسيطرة لتعويض هذا القصور ورد الاعتبار إلى الذات ومن أشهر الأمثلة للتعويض عن القصور أو النقص ديموستينيس آذى يعتبر أشهر خطباء اليونان قاطبة وآذى كان نطقه ضعيفا وغير سليم ويقال انه كان يضع الحصى في فمه وهو يتكلم حتى تخرج كلماته صحيحة النطق .

وهكذا ركز أدلر وأبرز أهمية التعويض الزائد كحيلة أو وسيلة من حيل التوافق التي تلجأ إليها الشخصية لعلاج موقف الإحباط الذي تكون فيه . فالقد ركزت نظرية أدلر الشخصية على محور التعويض الزائد كحيلة تلجأ إليها الشخصية في مراحل نموها المختلفة لقهر عقدة النقص التي تصيبها من جراء إحساسها بالضعف والعجز ، وبهذا تعيد الشخصية ثقها بنفسها في امتلاك القوة والسيطرة والتفوق ، فتتدفع في أنشطة معينة وتهيئ لنفسها من الظروف ما يمكنها من ذلك.

اسهامات النظرية :-

ويمكن أن نلخص إسهامات أدلر في الشخصية فيما يلي:

• الاهتمام بالحوافز الاجتماعية كمحددات للسلوك :

وهو بذلك يناقض بشدة ما ذهب إليه فرويد من افتراض أساسي مؤداه أن السلوك الإنساني تحركه غرائز فطرية ويناقض كذلك مسلمة "يونج" الرئيسية بأن سلوك الإنسان تحكمه أنماط أولية فطرية ولكن أدلر يقول "أن الاهتمام الاجتماعي فطري في الإنسان بمعنى أنه يتفق مع التحليل النفسي في الطبيعة الفطرية وتأثيرها."

• مفهوم الذات الخلاقة

والذات الخلاقة لدى أدلر عبارة عن نظام شخصي وذاتي للغاية يفسر خبرات الفرد ويعطيها معناها وبها يتم تحقيق أسلوب الشخص الفريد في الحياة، ومن الواضح هنا أن مفهوم الذات الخلاقة جاء في مقبل الموضوعية المتطرفة لدى التحليل النفسي التقليدي أذى يفسر ديناميات الشخصية بناء على الحاجات البيولوجية والمنبهات الخارجية، وقد لعب مفهوم الذات الخلاقة فيما بعد دوراً رئيسياً في الصياغات الحديثة المتعلقة بالشخصية.

• تفرد الشخصية

ويعنى بذلك أن كل فرد عبارة عن صياغة فريدة من الدوافع والسلوك والاهتمامات والقيم، وكل فعل يصدر عن هذا الفرد إنما يحمل طابع أسلوبه المتميز.

• الشعور مركز الشخصية

الفرد يشعر بذاته قادر على التخطيط والتوجيه لأعماله، وتبدو هنا أهمية هذا المفهوم حيث استبدل أدلر اللاشعور بالشعور كمركز للشخصية.

ثالثاً: - نظرية العلاج المتمركز حول الذات ( كارل روجرز Carle Rogers ) :-

تعتمد على أسلوب الإرشاد غير المباشر يطلق عليها ( الإرشاد المتمركز حول المسترشد(العميل) ) ، و صاحبها ( كارل روجرز) النظرية ترى أن الذات تتكون وتتحقق من خلال النمو الإيجابي ، و تتمثل في بعض العناصر كصفات الفرد وقدراته والمفاهيم التي يكونها داخله نحو ذاته والآخرين والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها ، و كذلك عن خبراته وعن الناس المحيطين به ، و هي تمثل صورة الفرد و جوهره و حيويته ، لذا فإن فهم الإنسان لذاته له أثر

=====

- كبير في سلوكه من حيث السواء أو الانحراف ، وتعاون المسترشد مع المرشد أمر أساسي في نجاح عملية الإرشاد فلا بد من فهم ذات المسترشد(العميل) كما يتصورها بنفسه ، و لذلك فإنه من المهم دراسة خبرات الفرد و تجاربه و تصوراته عن نفسه والآخرين من حوله.
- المسلمات التي تقوم عليها نظرية الذات :-
١. إن الفرد يعيش في عالم متغير من خلال خبرته ، ويدركه و يعتبره مركزه و محوره >
  ٢. يتوقف تفاعل الفرد عن العالم الخارجي وفقاً لخبرته و إدراكه لها لما يمثل الواقع لديه.
  ٣. يكون تفاعل الفرد واستجابته مع ما يحيط به بشكل كلي و منظم.
  ٤. معظم الأساليب السلوكية التي يختارها الفرد تكون متوافقة مع مفهوم الذات لديه.
  ٥. التكيف النفسي يتم عندما يتمكن الفرد من استيعاب جميع خبراته وإعطائها معنى يتلاءم ويتناسق مع مفهوم الذات لديه.
  ٦. سوء التوافق والتوتر النفسي ينتج عندما يفشل الفرد في استيعاب ، و تنظيم الخبرات الحسية العقلية التي يمر بها.
  ٧. الخبرات التي لا تتوافق مع مكونات ذات الفرد تعتبر مهددة لكيانها ، فالذات عندما تواجهها مثل هذه الخبرات تزداد تماسكاً و تنظيمياً للمحافظة على كيانها.
  ٨. الخبرات المتوافقة مع الذات يتفحصها الفرد ثم يستوعبها ، وتعمل الذات على احتوائها ، وبالتالي تزيد من قدرة الفرد على تفهم الآخرين و تقبلهم كأفراد مستقلين.
  ٩. ازدياد الاستيعاب الواعي لخبرات الفرد يساعده على تصحيح بعض المفاهيم الخاطئة التي تم استيعابها بشكل خاطئ ، و تؤدي إلى تكوين منهج أو سلوك خاطئ لدى الفرد

تطبيقات النظرية :-

١. اعتبار المسترشد كفرد و ليس مشكلة ليحاول المرشد الطلابي فهم اتجاهاته وأثرها على مشكلته من خلال ترك المسترشد يعبر عن مشكلته بحرية حتى يتحرر من التوتر الانفعالي الداخلي.
٢. المراحل التي يسلكها المرشد في ضوء هذه النظرية تتمثل في الآتي:-
  - أ. مرحلة الاستطلاع والاستكشاف :- يمكن التعرف على الصعوبات التي تعيق المسترشد ، و تسبب له القلق و الضيق و التعرف على جوانب القوة لديه لتقويمها ، و الجوانب

د. سلمى حسين كامل..... نظريات ارشادية / مرحلة ٣..... المحاضرة الثانية

=====

السلبية من خلال الجلسات الإرشادية ، و مقابلة ولي أمره أو أخوته و مدرسيه و من يعرفه ، لمساعدته على فهم شخصيته واستغلال الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه كما يريد.

ب. مرحلة التوضيح وتحقيق القيم : يزيد وعي المسترشد ويزيد فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانة لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد ، والتي يمكن معها إزالة التوتر لدى المسترشد.

ت. المكافأة وتعزيز الاستجابات : تعتمد على توضيح المرشد لمدى تقدم المسترشد في الاتجاه ، و التأكيد له بأن ذلك خطوة أولية في التغلب على الاضطرابات الانفعالية.