

الباب الثاني:- النظرية الأدلرية (علم النفس الفردي)

حياته

ولد ألفرد إدلر في فيينا عام (١٨٧٠) من أسرة يهودية من الطبقة المتوسطة، إدلر كان الولد الثاني في أسرته وترتيبه الثالث من عائلة مكونة من (٦) أفراد، طفولته لم تكن سعيدة لأنه كان يعيش تحت ظل نجاح أخيه الأكبر وأنه لا رأي له ولا مكانه عند أسرته، وهذا بحد ذاته أثر على حياته وحصل إدلر على إجازة الطب عام (١٨٩٥) من جامعة فيينا وتخصص في البداية في أمراض العيون، وبعد أن مارس الطب العام لفترة أصبح طبيباً نفسياً، وكان أحد الأعضاء المؤسسين لجمعية فيينا للتحليل النفسي ثم أصبح رئيسها فيما بعد. إلا أن إدلر سرعان ما بدأ في تكوين أفكار على الجمعية وكان ذلك عام (١٩١١) وقد واجه إدلر انتقادات حادة من أعضاء الجمعية لأفكاره مما أدى به إلى الاستقالة من رئاسة الجمعية، وبعدها بشهور قليلة أنهى صلته بالتحليل النفسي الفرويدي وانفصل عنه. وفيما بعد قام إدلر بتكوين جماعة خاصة حوله أصبحت تعرف بأسم "علم النفس الفردي" حيث جذبت لها اتباعاً من مختلف العالم وعمل إدلر كطبيب في الحرب العالمية الأولى في الجيش النمساوي، وكان اهتمامه بعد ذلك بإرشاد الأطفال وتوجيههم وأنشأ أولى عيادات للتوجيه في مدارس فيينا وكان له الفضل في إنشاء مدرسة تجريبية في فيينا أيضاً طبقت نظرياته في التربية. وكان إدلر كاتباً خصباً فنشر مائة كتاب ومقال خلال حياته وربما كان كتابه "ممارسة ونظريات علم النفس الفردي" هو خير مقدمة لنظرية إدلر وتقوم الجمعية الأمريكية لعلم النفس الفردي بنشر أفكار إدلر (هول، ليندزي ١٩٦٩) فكرة إدلر عن الإبداع والمساواة عند المرأة أخذها من أفكار ماركس وفكرة النقص والتفوق أخذها من فلسفة نيتشه (١٩٨٤ shilling)

المفاهيم الأساسية لنظرية أدلر:

١- مشاعر النقص والتعويض (Inferiority feeling and compensation)

عندما كان إدلر في بداية حياته العلمية وعندما كان وما زال مهتماً بالطب العام قدم فكرة النقص العضوي والتعويض الزائد، وقال أن الناس عندما يمرضون بمنطقة معينة من الجسم، فقد يصيب الاضطراب أحد الأشخاص في القلب وعند آخر في الرئتين وآخر يصاب بالشلل، وقد رأى إدلر أن هذه الإصابة هي عبارة عن نقص في تلك المنطقة بسبب وراثي أو بسبب شذوذ في النمو، ولاحظ إدلر أن المصاب يحاول دائماً أن يعوض هذا الضعف بواسطة التدريب العميق لهذا العضو.

وسع إدلر هذا المفهوم ليشمل أي مشاعر بالنقص تنشأ عن ضروب العجز التي يعانيها المرء نفسياً أو اجتماعياً أو جسمياً، وأن مشاعر النقص تنشأ عن إحساس بعدم الاكتمال أو عدم الإتيان في أي مجال من مجالات الحياة أما في الظروف السوية فإن مشاعر النقص تكون قوة دافعة أكبر لدى

الإنسانية وبعبارة أخرى تدفع الإنسان إلى التغلب على نقصه وتجذب الرغبة في التفوق. (هول، ليندزي، ١٩٦٩)

ويعتقد إدلر أن الشعور بالنقص مستمد من عهد الطفولة، فالطفل يقضي مدة طويلة وهو صغير معتمدا على والديه في كل ما يحتاج مما يؤدي به إلى الشعور بعدم المقدرة وعدم الاستقلالية، مما يجعله يكافح للوصول إلى الكمال أو التفوق على الآخرين، وهذه هي القدرة الأولى عند الطفل وقد يتطور النقص عند البعض ليصبح عقدة نقص، وقد ميز إدلر ثلاث أسباب لذلك وهي:

١. العضو المصاب.

٢. الانغماس في الاعتماد على الغير.

٣. الإهمال.

العضو المصاب هو إعاقة بحد ذاته، وإذا اعتمد الطفل على والديه في كل شيء فيؤدي ذلك إلى عدم المقدرة والاتكالية وكذلك إهمال الوالدين للطفل يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس، وبغض النظر عن التفكير في النقص فقد يطور الفرد عقدا للكمال والتفوق كما يراها إدلر، وذلك بزيادة تعويض النقص بحيث يصبح. (Hjelle, Ziegler، ١٩٩٢) الإنسان أكثر ثقة بنفسه، وهذه عقدة نفسية تؤدي إلى الغرور.

لقد أبدا إدلر أن الحقيقة الأساسية في نظريته هي أنه لا يستطيع أحد أن يتسامح إزاء مثل هذا الشعور، وذلك بسبب بسيط وهو أن كل إنسان يتمتع بإرادة أساسية في القوة وبدافع نحو السيطرة والتفوق، فإذا وجد إنسان أنه انقص من غيره بأمر ما فإنه ينساق إلى الموت أو جعل نفسه متفوقا بطريقة ما أو على الأقل ليثبت لنفسه وللآخرين بأنه متفوق، ومثل هذا الإنسان يعوض نقصه بجهد صادق. ومن الأمثلة الواضحة على ذلك "ديموستين" الذي كان يتلعثم في الطفولة وبواسطة التدريب العميق أصبح واحدا من أعظم الخطباء في العالم (عاقل، ١٩٨١)

١- الكفاح نحو التفوق Striving for superiority

يبين إدلر أن الشعور بالنقص هو السبب للكفاح نحو التوسع والنمو والتعويض ولكن ما هو

الهدف النهائي الذي ينزع إليه جميع البشر والذي يمنحهم الثبات والوحدة في شخصياتهم. ولقد استنتج إدلر أن الكفاح نحو التفوق هو القانون الأساسي في الحياة الإنسانية، ولا يمكن الاستغناء عنه.

وقد قدم بعض الأفكار حول هذه الطبيعة، فهو أولاً كدافع وثانياً طبيعي لكل إنسان وثالثاً قد (Hjelle-Ziegler . ٩٢) يأخذ شكل بنائي مثل حب الخير للآخرين وتدميري عن طريق الأنانية وحب الذات ولقد بين إدلر أنه لا يعني بالتفوق الامتياز الاجتماعي أو الزعامة أو المنزلة المرموقة في المجتمع وإنما هو شيء يشبه تحقيق الذات وأنه عمل من أجل بلوغ الكمال التام، وكما أن الكفاح نحو التفوق يعتبره إدلر دافع داخلي يدفع الفرد خلال مراحل نموه، ويعترف إدلر أن الكفاح نحو التفوق يعبر عن نفسه بآلاف الطرق المختلفة، وأن لكل شخص أسلوبه الخاص لبلوغ التفوق أو محاولة بلوغه، فالعصابي مثلاً يكافح من أجل تقدير الذات والقوة والعظمة بينما يكافح الشخص السوي من أجل أهداف ذات. طابع اجتماعي في أساسه (هول، ليندزي ١٩٦٩)

عقدة التفوق (Superiority Complex) :- وهو شعور كاذب بالقوة يخفي عقدة النقص وهي محاولة للتعويض ولكنها غير ناجحة، تكون عند الشخص الذي لديه اهتمام وتفاعل اجتماعي ضعيف، وهي محاولة لتجنب المشاكل بدلاً من حلها

٣- أسلوب الحياة (Style of life) وهذا هو شعار نظرية الشخصية عند إدلر، فهو مبدأ النظام الذي تمارس بمقتضاه شخصية الفرد ووظائفها، وهو المبدأ الذي يفسر لنا تفرد الشخص. ويقول إدلر: لكل شخص أسلوب حياة ولكن لا يوجد شخصان لهما نفس الأسلوب، فالمثقف له أسلوب حياة، وللرياضي أسلوب آخر. المثقف يقرأ ويدرس ويفكر ويعيش حياة يغلبها عليها الوحدة والجلوس ويختار عاداته وأصدقائه ونشاطاته الاجتماعية بما يتفق مع هدف التفوق العقلي الذي يسعى إليه، بعكس الرياضي الذي يمارس معظم أنشطته بهدف تنمية قوته الجسدية.

وأسلوب الحياة يتكون في فترة مبكرة للغاية قرابة (٤-٥) سنوات، ومن ذلك الوقت يتمثل الفرد الخبرات ويستغلها على حسب هذا الأسلوب للحياة فتثبت اتجاهاته ومشاعره ويثبت تفهمه بصورة آلية في سن مبكر ويصبح من المستحيل عملياً أن يتغير أسلوب الحياة (هول، ليندزي. ٦٩) ولكن ما الذي يحدد أسلوب الحياة عند الفرد؟ يقول إدلر: حتى نجيب على ذلك لا بد من العودة إلى مفهوم النقص والتعويض. فمثلاً إذا كان الطفل عليل الجسم فإن أسلوب حياته سيأخذ شكل القيام بتلك الأشياء التي ستؤدي إلى القوة البدنية، وشخص غبي سيعمل على أن يوسع مداركة العقلية من خلال القراءة والدراسة المركزة حتى يتفوق عقلياً، ومثال آخر: لقد تحدد أسلوب الحياة عند نابليون وهو الأسلوب القائم على القهر والغزو بفعل قصر قامته إذا حسب اعتقاد أدلر فإن أسلوب الحياة يحدد كل شيء في حياة الشخص. (Hjelle – Ziegler 1992). ويقول أدلر أن كل فرد له هدف يميل نحوه في كل موقف جديد وخصوصاً عندما يواجه مشكلات الحياة وهي المشكلة الاجتماعية والمشكلة المهنية ومشكلة الحب، ويؤكد أدلر أنها لا تقف كل واحد على حده بل مجتمعة ومتشابكة وهي تعتمد على أسلوب الحياة والتقدم في إحداها يساعد في التقدم بالأخرى.

٤- الاهتمامات الاجتماعية (Social Interest)

افتراض أساسي آخر في نظرية أدلر ألا وهو الاهتمامات الاجتماعية، والذي يفترض أن البشر كائنات اجتماعية ولذلك لا نستطيع فهم السلوك الإنساني إلا من خلال محتواه الاجتماعي، ويعتبر أدلر أن الاهتمامات الاجتماعية شيء فطري حتى نتكيف مع الحياة الاجتماعية والذي يمكن تطويره من خلال التدريب وعندما يطور فإنه يظهر من خلال مهارات جوهرية للتكيف، ويرى أدلر أن الاهتمامات تبرهن على نضج الأفراد وتكامل شخصياتهم وبهذا فالجهاد الاجتماعي هو تغيير أولي وليس ثانوي، والبحث عن المكانة والأهمية في المجتمع هو هدف أساسي لكل إنسان كبير أو صغير، ويقول أدلر أن الناس (يجب أن يروا أنفسهم كائنات متفاعلة اجتماعيا لا منعزلة) (Shilling 84) ويرى أدلر أن الأب والأم يلعبان الدور الأكبر في تعليم أطفالهم الاهتمامات الاجتماعية، فمهمة الأم هي أن تجذر في طفلها الإحساس بالتعاون والمشاركة والصدقة، ويتعلم الطفل حب الآخرين والاهتمام بهم من خلال ما يراه من اهتمام أمه وحبها لزوجها وأطفالها والناس الآخرين، وأما إذا كانت الأم تعتني بأطفالها وزوجها فقط ودون الناس الآخرين (المحيطين) فسيولد ذلك عدم اهتمام اجتماعي لدى الطفل ويشعره بأنه شخص منبوذ لأنه لم يتعلم الاهتمام بالآخرين ومما يسبب له عدم المقدرة على الاستقلالية وعدم التعاون ويأتي الأب كمصدر ثاني مهم في تنمية الاهتمامات الاجتماعية عند أطفاله فيجب أن يكون عنده مشاعر حب واهتمام لزوجته وعمله ومجتمعه، واهتماماته يجب أن يظهرها لأطفاله. والأطفال الذين لا يجدون الاهتمام من الأب والأم فإنهم لن يطوروا اهتمامات اجتماعية ولكن سيحاولون الكفاح للوصول إلى التفوق (الكمال) وبطرق غير سليمة إذا أن الأبناء يقلدون آبائهم. ويعتقد أدلر أن الاهتمامات الاجتماعية هي معيار للصحة النفسية. (Hjelle – Ziegler 1992).

٥- الذات الخلاقة (Creative Self)

الذات الخلاقة عند أدلر هي صاحبة السيادة في بناء الشخصية والإنسان ليس حيوانا لديه استعدادات بل أنه مفسر الحياة و مترجمها وهو ينمي ذاته من ماضيه الموروث و يترجم مشاعره الذاتية و يبحث عن خبرات جديدة لإشباع رغبته في التفوق والسيطرة، و يصهر هذا كله في خلق ذات تختلف عن ذوات الآخرين. (هول، ليندزي ١٩٦٩) ويرى أدلر أن أسلوب الحياة يتشكل عن طريق الذات الخلاقة، وتؤدي هذه الذات إلى الاهتمامات الاجتماعية ومسئولة عن الإدراك والأحلام والتخيل والذكريات وتجعل من كل شخص فردا حر. (Hjelle – Ziegler 1992).

٦- مبدأ ترتيب الولادة (Order of Birth) مع تأكيد أدلر على تأثير البيئة الاجتماعية في تطور الشخصية فغنه يركز الاهتمام على ترتيب الولادة كونه مقرر رئيسي لأسلوب الحياة. ومع أن الأطفال الأخوة يمرون بنفس مراحل النمو ولهم نفس الوالدين إلا أنهم يعيشون بيئة اجتماعية

مختلفة وهناك مميزات شخصية معينة ترتبط بترتيب الولادة وموقعها. اهتم أدلر بأربع مواقع للولادات – **الطفل الأول – الطفل الثاني – الطفل الأخير والطفل الوحيد.**

ويحظى الطفل الأول (الأكبر) باهتمام كبير من المحيطين حتى يأتي الطفل الثاني فينزع الأول عن عرشه ويفقد وضعه المتميز، وقد تؤثر هذه الخبرة في الطفل الأول بطرق مختلفة كأن يكره المحيطين أو يشعر بعدم الأمن وعادة ما يهتم الأطفال الأوائل بالماضي لأنهم كانوا مركز اهتمام وانتباه ويهتمون بالقوة والسيطرة أكثر وغالبا ما يكونون متفوقين عقليا.

أما الطفل الثاني (الأوسط)، فهذا متميزا بطموحه لأنه يحاول دائما التفوق على أخيه الأكبر وغالبا ما يميل إلى الحسد والتمرد ولكنه أحسن توافقا من أخيه الأصغر.

(هول، ليندزي ١٩٦٩)

الطفل الأخير (الأصغر): فهو المدلل عادة وغالبا ما يميل هذا الطفل إلى الاعتماد على الآخرين في معظم حاجاته، وتدليله سيولد لديه نزاعا بين أن يستقل عن الآخرين أو أن يعتمد عليهم في مشاكله وهناك احتمالية أن يصبح راشد عصابي سيء التوافق ويحتمل لأن يكون كحوليا. أما الطفل الوحيد: غالبا ما يكون أنانيا ويكافح لأن يكون مركز الاهتمام دائما – وهو معتاد على أن يحصل على كل شيء يريد لأنه غالبا ما يكون مدللا.. ومن الجدير بالذكر إن مبدأ ترتيب الولادة خضع لكثير من الأبحاث والدراسات (Hjelle–Ziegler 1992)

٧- الأهداف النهائية الوهمية ((Fictional finalism Goals):- وفقا لرأي أدلر فإن كل السلوكيات الإنسانية هادفة وذات غاية معينة وقد استخدم مفهوم وهي تعني غاية أي شيء وعلم النفس الفردي يصر على استحالة الاستغناء عن (Teleology) الغائية لفهم المظاهر والأسباب والقوة والغرائز والحوافز وما إليها ولا يمكن أن تخدم كمادئ وإنما الهدف النهائي هو وحده الذي يستطيع تفسير السلوك، وهذا المبدأ (الغائي) مهتم بأن أهداف السلوك تحد عن طريق الأفراد وليس عن طريق خبرات الطفولة المبكرة، كما يعتقد فرويد. (Shilling 84) ويعتبر أدلر أن هذا الهدف النهائي قد يكون وهما أي مثلا أعلى يستحيل تحقيقه ولكنه برغم ذلك حافظ حقيقي يحث الإنسان على بذل الجهد وفيه التفسير النهائي لسلوكه. (الذكريات المبكرة: يعتقد أدلر أن ما يستطيع الشخص تذكره من ذكريات هي مفتاح مهم لفهم أسلوب حياته مثال:

يورد أدلر مثلا فيقول: أن فتاة بدأت سرد ذكرياتها بقولها (عندما كنت في الثالثة من عمري كان أبي ...) (وتشير هذه الكلمة أنها كانت أكثر اهتماما بأبيها من أمها) ثم تابعت تروي كيف أحضر والدها مهرين لها ولأختها الكبرى، أختها خرجت بمهرها إلى الشارع في حين جرها مهرها خلفه إلى الوحل. أن أسلوب حياتها كما فسرها أدلر يشير إلى الطموح الجامح والرغبة في أن تكون الأولى، والشعور العميق بعدم الأمن وتوقع الفشل وذلك لأنها في المرتبة الثانية بعد أختها وهذا بحد ذاته يدفعها إلى التفوق على الأكبر منها.

مثال آخر: شاب يروي له: (أنه كان وهم طفل يبقى يراقب أمه وهي في البيت بينما هو جالس قرب الشباك ويراقب أيضا العمال وهو يبنون منزلا).

وضح أدلر هنا أن أسلوب حياة هذا الشاب أسلوب (المشاهد أكثر منه أسلوب المشارك واقتراح عليه أدلر أن يبحث عن وظيفة تتسم بالملاحظة والتطلع). (هول ليندزي .١٩٦٩).

٩- الإنسان كل لا يتجزأ وحر الاختيار (Indivisiblity and Freedom of Choice) وهذا افتراض أساسي في علم النفس الفردي ويقول ان الفرد كامل يتعذر انتقاصه وفي الحقيقة هذا هو السبب الذي جعل أدلر يسمي نظامه بعلم النفس الفردوهو يرى كذلك أن الناس أحرار في أن يختاروا لأنفسهم، لأنهم ليسوا تحت رحمة دوافع غامضة وأن الوراثة والبيئة لا تجبر الفرد على السلوك بطريقة محددة، لأننا كبشر نستخدم البيئة والوراثة كمثيرات لأدوارنا وهذه الأدوار الفريدة هي التي تعطي الأهمية لأيامنا وخبراتنا اليومية

نظرة أدلر للطبيعة البشرية واختلافه مع مفاهيم فرويد:

(١) يناقض أدلر بشدة ما جاء به فرويد من افتراض أساسي مؤداه أن سلوك الإنسان تحركه غرائز فطرية في حين يفترض أدلر أن سلوك الإنسان تحركه أساسا الحوافز الاجتماعية. فالإنسان عند أدلر كائن اجتماعي في أساسه. وهو يربط نفسه بالآخرين وينشغل بنشاطات اجتماعية تعاونية ويكتسب أسلوبا للحياة يغلب عليه الاتجاه الاجتماعي. ولم يقل أدلر أن الإنسان يطبع اجتماعيا لمجرد تعرضه للعمليات الاجتماعية بل أن الاهتمام الاجتماعي فطري فيه. وربما كان هذا أعظم ما أسهم به أدلر في النظرية النفسية فقد حول انتباه الأخصائين النفسيين إلى أهمية المتغيرات الاجتماعية وساعد على تنمية علم النفس الاجتماعي.

(٢) ثاني إسهامات أدلر الكبرى بالنسبة للطبيعة البشرية هي فكرته عن الذات الخلاقة. فعلى عكس الأنا عند فرويد الذي يتكون من مجموعة من العمليات النفسية التي تخدم أغراض الغرائز الفطرية. تمثل الذات عند أدلر نظاما شخسيا وذاتيا للغاية، يفسر خبرات الكائن العضوي ويعطيها معناها. والذات أيضا تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوب الشخص الفريد في الحياة، وإذا لم توجد هذه الخبرة في العالم فإن الذات تحاول خلقها. (هول ليندزي .١٩٦٩)

أدلر لم يرفض تأثير البيئة والوراثة على الشخصية فكل طفل يولد ولديه جينات مختلفة ويكتسب خبرة اجتماعية مختلفة عن الآخرين، فالناس شيء أكثر من ناتج البيئة والوراثة فهم خلاقون وليس فقط أناس يتصرفون كرد فعل للبيئة فقط وإنما يحاولون أن يجعلوا البيئة تتصرف كما يريدون هم. (Hjelle – Ziegler 92)

ويعتبر إسهام أدلر في هذا الاتجاه الجديد في التعرف على الذات كسبب هام للسلوك، إسهاما له وزنه البالغ. وهذا المفهوم (الذات الخلاقة) جديد على نظرية التحليل النفسي وكما أنه لعب دورا رئيسيا في الصياغات الحديثة المتعلقة بالشخصية.

٣) وسمة الثالثة تميز سيكولوجية أدلر عن التحليل النفسي التقليدي هي تأكدها على تفرد الشخصية ويقول أدلر أن الشخص عبارة عن صياغة فريدة من الدوافع والسمات والاهتمامات والقيم، وأن كل فعل يصدر عن الفرد يحمل طابع أسلوبه الخاص في الحياة. وقد قلل أدلر من وزن الغريزة الجنسية التي تقوم عليها نظرية فرويد، فالإنسان كائن اجتماعي كما يقول أدلر وليس كائن جنسي والاهتمامات الاجتماعية هي التي تحركه وليس الاهتمامات الجنسية، والإنسان يجاهد من أجل تكوين أسلوب فريد للحياة تلعب فيه الدوافع الجنسية دورا ثانويا، والطريقة التي تشبع بها حاجاته الجنسية يحددها أسلوبه في الحياة وليس العكس وقد قوبلت تنحية أدلر للجنس عن عرشه بالترحيب من قبل الكثيرين.

٤) الإنسان عند أدلر كائن شعوري، والشعور مركز الشخصية – فالإنسان يعرف في العادة أسباب سلوكه ويشعر بنقائصه ويشعر بالأهداف التي يحاول بلوغها

وهو فرد قادر على التخطيط وهذا عكس ما ذهب إليه فرويد الذي أرجع الشعور إلى حالة عديمة الكيان والاهتمام بالاشعور (هول ليندزي ١٩٦٩)

أنواع الشخصيات عند أدلر: صنف أدلر الشخصيات على حسب بعدين هما الاهتمام الاجتماعي ودرجة الفعالية وهذه الأنواع هي:

١- النوع المسيطر (The Ruling Type) وهؤلاء يكونون عدوانيين وشرسين ونشطين مع القليل من الاهتمام الاجتماعي وهؤلاء من النوع المسيطر على الآخرين وهم عدائيين ضد المجتمع ويتصرفوا بطريقة غير حضارية. وبدون اهتمام بالآخرين، ومن الأمثلة على هذا النوع الأشخاص المهملين – المدمنين على المخدرات والكحوليين.

٢- النوع الكاسب (The Getting Type) وهؤلاء الأشخاص متطفلون دائما على غيرهم وليس لديهم الاهتمام الاجتماعي واهتمامهم الأساسي هو الكسب دائما من الآخرين لأنهم حاملون ولكن غير ضارين

٣- النوع المتجنب (The Avoiding Type) هؤلاء ليس لديهم اهتمامات اجتماعية كافية أو فعاليات لحل مشاكلهم فهم يخافون من الفشل أكثر من الرغبة في النجاح وهم غير نافعين للمجتمع وهدفهم هو الابتعاد عن المشاكل لتجنب الفشل.

٤- النوع المفيد اجتماعيا (The Socially Usefull Type) : وهؤلاء الناس أكثر نضوجا في نظام أدلر، ولديهم اهتمامات اجتماعية عالية ونشاطات ويظهرون الاهتمام الكبير بالآخرين

ويهتمون بمشاكل الحياة الكبرى مثل مشكلة المهنة ومشكلة الحب، كبيرة، والمشكلة الاجتماعية وهم يدركون أن مثل هذه المشاكل يكون بالتعاون والشجاعة الشخصية والرغبة في المشاركة. (Hjelle – Ziegler 92)

وأخيراً: ك ون أدلر نظرة إنسانية في الشخصية كانت النقيض لمفهوم (فرويد) في الإنسان، فقد أضفى للشخصية إنسانيتها وتعاونها وتفردتها ووعيها وأعاد للإنسان الإحساس بالجدارة، وقد قدم أدلر بدلا من الصورة المادية التي نفرت الكثير من القراء لآراء فرويد، صورة للإنسان أكثر إرضاء واملأ وأكثر تكريما للإنسان، وقدرته لأن يكون سيد نفسه

تطور السلوك الشاذ: (Development Of maladaptive)

يعتقد أدلر أن الناس لا هم جيدين ولا هم سيئين فنحن نصبح كذلك خلال التقدم النفسي والتطور الاجتماعي فالطفل يولد وهو ضعيف وعاجز في عالم من البالغين. ويدرك من هذه الظروف أن عليه إلغاء هذا النقص والعجز، ولذلك هو يجد مكانا له بين نظرائه والأكبر منه، ومن جهة أخرى إذا الطفل احتفظ بمشاعر من عدم التوكيد عن ذاته في علاقته مع العالم وانه ربما يلجأ إلى منطق خاص لكي يشوهه أو يخفي خوفه ومشاعره بالنقص وفي هذه الحالة يصبح الطفل غير موضوعي ولديه شعور قوي بالعظمة والتفوق حتى يعوض الإحساس بالنقص وهنا يظهر سلوكه اللاتكفي – (الشاذ). أسباب السلوك الشاذ (اللاسوي):

١- الحماية الأبوية الزائدة (Parental Overroted) والتي تجعل الطفل يشعر بعدم كفاءته وعدم قبوله من خلال حرمانه من فرصة الاستقلالية وتحمل المسؤولية، وهو يحاول التعويض عن هذا الشعور من خلال السلوك العدواني

٢- الإشباع والدلال الأبوي (Parental pampering)

الذي يطور اتجاه السيطرة عند الطفل وذلك لأنه تعلم أن يحصل دائما على ما يريد وعندما لا يحصل على ما يريد فإنه يصبح طفل عدواني متمرد.

٣- الإهمال الوالدي (Parental Neglect) وهذا يجعل الطفل يشعر أن الآخرين غير ودودين، وهذا يجعله غير قادر على التعاون اجتماعيا مع الآخرين، بالإضافة إلى أنه يتكون لدى الطفل رغبة قوية بالحب والاحترام لكنه غير قادر على الحصول عليها من الآخرين

٤- التحيز الوالدي (Parental Partiality) وهذا يزيد من حدة المنافسة بين الأخوة.

٥- الإعاقة الجسمية غير المرغوبة (Physical Unafmativeness) وسواء كان هذا التمييز حقيقيا أم خياليا، فإنها تسيطر على حياة الفرد وتجعله ينسحب أو ينعزل عن الآخرين

٦- السيطرة الوالدية (Parantal Domination) وهذا قد ينتج أعراض مشابهة لأعراض الحماية الزائدة. وجهة نظر أدلر في الاضرابات العقلية والسلوك الشاذ ترجع إلى فكرة عامة وهي الطريق والأسلوب الخاطئ في الحياة والآراء الخاطئة التي يكونها الفرد عن نفسه وعن العالم، والأهداف الخاطئة التي يختارها لحياته، وكل ذلك محكوم بعدم نمو المشاركة الاجتماعية والشعور بالنقص في طفولته المبكرة. لذا وحتى يعوض الإحساس بهذه المشاعر يطور الطفل نماذج غير مناسبة من السلوك وخاصة المشاعر غير الواقعية بالتفوق والذي يتحول فيما بعد إلى سلوك مضطرب. ويقول أدلر أن الشعور بالنقص ليس هو الاضطراب وإنما عندما تصبح سلوكيات الفرد تعكس عقدة النقص لديه. (Shilling 84)

وقد وصف أدلر العصاب أو عدم التكيف بالنقاط التالية:

١. الفرد لديه رأي أو فكرة خاطئة عن نفسه وعن العالم وهذا يؤدي إلى أن الفرد يكون أهداف خاطئة وأسلوب حياة خاطئ.
٢. الفرد سوف يلجأ إلى أشكال مختلفة من السلوك اللاسوي حتى يحمي فكرته عن نفسه.
٣. تحصل الحماية للذات عندما يواجه الفرد مواقف يشعر بعدم النجاح في مواجهتها.
٤. يتكون الخطأ من كون الفرد متمركزا حول ذاته مع أخذ النوع البشري بعين الاعتبار.
٥. الفرد لا يعي ولا يدرك هذه العمليات. (Gilliand 84)

إن مشكلة كل مرض عصابي لدى كل مريض هي صعوبة اتخاذ أسلوب للفعل والتفكير والإدراك فكما أثبت عمل علماء النفس الفردي مرار هدف التعالي والتفوق الفردي هو العامل المحدد في كل مرض عصابي إلا ان الهدف ذاته ينشأ دائما من خبرات النقص الحقيقية. ومن الجمل التي يقولها المريض لذاته (لو لم اكن بهذا القدر من القلق – ولو لم أكن بهذا القدر من المرض) إذا لاستطعت أن أفعل كما يفعل الآخرون – ولو لم تكن حياتي حافلة بالمصاعب الخطيرة لكنت في الطليعة، وبهذا الاتجاه ما يزال الشخص قادرا على أن يشعر بالعلو. (ودورث ٨١)

وفي دراسة أدلر للمريض وتحليله له يكون العمل الرئيسي هو الكشف عن أسلوب حياته

والهدف الغريب للتعالي الذي نصب نفسه له طفلا وما يزال يتبعه في صورة أو أخرى. ومركز الفرد في أسرته يعطي الأثر العام فما يحب وما يكره وإبطاله في التاريخ والخرافة وما يختاره من مهنة في حياته. كل هذا يعطي أثرا، وطريقته في الوقوف وفي المشي وفي الجلوس وطريقة المصافحة والوضع الذي يتخذه أثناء النوم، فعندما نرى شخصا ينام على ظهره كالجندي في الانتباه هذا دليل على أنه يريد أن يبدو عظيما، والذي يرقد منحنيا ليس من المحتمل أن يكون

متصفا بالشجاعة، فعالم النفس الفردي لا شك أنه يقيم نتائجه على نظرة شاملة لألوان كثيرة من السلوك.

الإرشاد والعلاج النفسي:

يعتقد أدلر أن الإنسان يعيش ويوجه حياته بأسلوب حياة خاطئ لذلك هو يفشل في تطوير إحساسه بالمشاركة الاجتماعية ومركزية الاهتمامات الشخصية في طريقة العلاج هو اسمى شيء عند أدلر فهو يقول (كل جهودي موجهة نحو زيادة الاهتمامات الشخصية للعميل ومع أنني أعلم أن السبب الحقيقي للمرض هو نقص التعاون ولكني أريد أن يراها كذلك (العميل) وعندما يستطيع أن يرتبط مع الآخرين فهو إذا سيشفى.

ومن هنا يظهر أن طريقة معالجة أدلر هي تمرين في التعاون حتى يستطيع العميل أن ينقل أحاسيسه الاجتماعية إلى غيره مما يؤدي إلى ازدياد الاهتمامات الاجتماعية وتقليل الشعور بالنقص ومن ثم يعوض الأهداف القديمة بأهداف جديدة ومفيدة وزيادة هذه الاهتمامات تمثل إعادة توجيه وتعليم للعميل. وهذه مرحلة مهمة في العلاج. (Hjelle – Ziegler 92)

ونتيجة للعلاج فالعميل لا يفهم سلوكه الخاص به فقط بل يصبح أكثر وعياً واستيعاباً وأنه يملك القوة لتوجيه حياته بطرق مرضية أكثر (Shilling 84)

أهداف الإرشاد عند أدلر:

طريقة أدلر في معالجة العميل المضطرب عصابياً تأتي من مبدأ أن التمرير من طبيعة المرض، فإذا كان سبب الاضطراب يأتي من أسلوب حياة خاطئ وعدم تطور اهتمامات اجتماعية، فإن هدف العلاج هو تصحيح هذا الخطأ وتشجيع الاهتمامات الاجتماعية لذا فإن أهداف العلاج عند أدلر هي: (Hjelle – Ziegler 92)

1. تقليل شدة المشاعر السلبية والذي يتبعها الأفراد في مشاعر النقص.
2. تصحيح الإدراكات الخاطئة والتفكير الخاطئ وتوعية المريض بالخطط الإدراكية.
3. تعديل في الأهداف التي توجه سلوك العميل بتطوير أهداف جديدة والتي تتيح الفرصة للشعور بالكفاءة، وبنفس الوقت يقبل على الآخرين ويسهم في سعادتهم.
4. تطوير مشاعر بالانتماء للآخرين، والتعاطف القوي معهم وتنمية مهارات تفاعل ومشاركة مع الآخرين والتعاون معهم لإنجاز أهدافه الخاصة.
5. زيادة النشاط الفردي والسعي للمشاركة في الأحداث الاجتماعية.

مراحل العلاج النفسي و الإرشاد:

حدد أدلر أربع مراحل للعملية الإرشادية (العلاجية):

١. تأسيس علاقة تعاطف بين المرشد والعميل.
٢. مساعدة العميل على فهم المعتقدات والمشاعر والدوافع والأهداف التي تحدد أسلوب حياته.
٣. مساعدة العميل على تطوير استبصار للأهداف الخاطئة وسلوكيات تدمير الذات (عقد النقص).
٤. مساعدة العميل على أن يأخذ بالاعتبار الاختيارات القابلة للتطبيق للسلوكيات التي تسبب المشاكل ويعمل على تغييرها. (Shilling 84)

١- العلاقة الإرشادية (Relationship)

إن المرشدين الذين يأخذون بطريقة أدلر في الإرشاد يرون أن العلاقة الإرشادية هي كالشركة بين المرشد والعميل ويعملان معا للوصول إلى الأهداف. والعلاقة تكون كالعقد والاتفاقية المكتوبة والتي تتضمن الأهداف المحددة والعملية لكل منها.

٢- الفهم (Understanding)

يقول أدلر أن على المرشد مساعدة العميل لفهم أهدافه النهائية الوهمية وأسلوب حياته.

(ولنعطي مثالا على فهم أدلر للعميل) عن فتاة اسمها جوين ما الذي تكافح من أجله ؟ ما الذي تريد أن تصل إليه (جوين) ؟ وما هي أهدافها الأنانية، وما علاقة هذه الأهداف بحياتها غير السعيدة. وكما يقول أدلر فإن الفهم يمكن إدراكه بالرجوع إلى الذكريات المبكرة في الطفولة وكذلك ترتيب الولادة والأحلام وغ يرها. وفي المثال يسأل أدلر (جوين) بأن تستعيد ذكرياتها في الطفولة ومن ثم مقارنتها مع حياتها الحالية ومعرفة الارتباطات بينها، تقول (جوين) أن أمها أهدتها لعبة تركيب الصورة في عيد ميلادها ولم تستطيع (جوين) تركيبها، مع أن الأطفال الآخرين استطاعوا ذلك فأخذوا يضحكون عليها ثم جاءت أمها فقامت بتركيبها وتعتقد (جوين) أن أمها استطاعت ذلك لأنها جيدة في الرياضيات

وهذه الذكريات مهمة في العلاج ينظر أدلر، ويحاول أدلر أن يضع نفسه مكان العميل ويقوم بتسجيل سلوكيات المريض مثل - اللغة - تعابير الوجه وأي إشارات أخرى. وبعد ذلك يستطيع أن يصل إلى عالم (جوين) ويقول أن من الممكن أن (جوين) تكافح من أجل هدف خيالي وهو التفوق العقلي على غيرها من الناس في الرياضيات، ومن ثم تستطيع تركيب الصورة ولا يضحك عليها أحد بما فيهم أمها. وهذا بالتالي يؤدي إلى أسلوب حياة خاطئ عند (جوين). وليس فهمها لأسل وب حياتها الخاطئ كافيا وإنما يجب أن تغيره وعليها أن تفهم أن الحياة أكثر من

الحصول على التفوق العقلي فقط وإنما عليها أن تقدر موقعها في المجتمع وتعتمد أهداف اجتماعية جديدة. (Hjelle – Ziegler, 92) ومن هنا ينبغي التركيز على فهم الإطار المرجعي للعميل وأهدافه والمرشد يساعد العميل في أن يفهم كيف أن أسلوب حياته هو من تأثير معتقداته وإدراكاته.

٣- الاستبصار (Insight) المرشدين بطريقة أدلر: ومن خلال التعاطف والقبول يجب أن تتم المقارنة بين الأخطاء الأساسية والأهداف الخاطئة وسلوكيات تدمير الذات عند العميل وبين نظام المعتقدات وهذه المقارنة تساعد أن يرى بوضوح التناقض ويدرك أهدافه الخاطئة.

٤- الاختيار (Alternatives)

وهذه المرحلة الأخيرة وهي الاتجاه نحو إعادة التوجيه حيث أن الوعي الذي تم بعد المراحل السابقة سيترجم إلى أفعال وإلى جرأة وشجاعة في أفعال العميل (Shilling 84) وهذه المرحلة ستحدث إذا قرر المريض أنه سيختار أسلوب حياة متعاون أفضل من السابق ودور المرشد هنا تزويد المريض بالمساعدة المعنوية والمعلومات الحقيقية التي تساعد في تغيير أسلوب حياته إلى الأفضل. (Even 80)

دور المعالج (المرشد):

١. الانتباه لسل وكات العميل والانتباه السمعي لما يقول – وعمل الاتصال البصري الجيد ومتابعة ما يقوله العميل والانتباه للمعاني الخفية التي يقولها العميل.
٢. وضع الأهداف للعملية الإرشادية: ولا يتم ذلك إلا إذا وافق العميل على الهدف وهذا الإجراء له فائدة في أن العميل سوف يلجأ إلى الدفاعية والتهرب لأنه اشترك في وضع الهدف.
٣. عكس المشاعر والتعاطف المتفهم لمصطلحات الفرد ومفاهيمه وانفعالاته والاتصال بها ومن الأمثلة على عكس المشاعر

المسترشد: أنا تعبت من تحكم الآخرين بي ولا أحس بفعاليتي.

المرشد: أنت غاضب من تحكم الآخرين بك وتريد أن تصبح حرا في قراراتك الخاصة.

٤. الاتصال غير اللفظي: ومن خلال العلاقة الإرشادية على المرشد الانتباه إلى حركات الجسم ونبرات الصوت وحركات العينين والوجه وهذا الاتصال غير اللفظي مهم لفهم جوانب العميل وبعد ملاحظة هذه الحركات نسأل العميل عنها أو نلفت انتباهه لها.

٥. وربما أهم وظيفة للمرشد هي فهم العميل ومساعدته على فهم نفسه وعالمه وزيادة

الاهتمامات الاجتماعية لديه. (Shilling 84)

الإجراءات الإرشادية عند أدلر:

هناك بعض الإجراءات التي يقوم بها المرشد لمعالجة المسترشد:

١. على المرشد (المعالج) أن يشجع المسترشد ويشعره بأنهما (العميل والمرشد) متساويان حيث يجلس المعالج والعميل وجها لوجه على نفس النوع من المقاعد ونفس الحجم والمرشد عليه أن لا يكون رسميا بينما المتعالج لديه الحرية أثناء الجلسات الإرشادية في الجلوس أو الوقوف أو التحرك في غرفة الإرشاد.

٢. يقوم المرشد بالكشف عن أسلوب الحياة لدى العميل عن طريق تحليل الأحلام أو الذكريات المبكرة (وكما ذكرنا سابقا) وكما أنه يمكن استخدام بعض الأسئلة المفتاحية بأن يسأل المعالج العميل (ولو لم تكن تعاني من هذه المشكلة ماذا كنت ستفعل؟؟) الإجابة عادة تشير إلى متطلبات الحياة التي فشل في تحقيقها العميل مثل الزواج، اتخاذ مزيد من الأصدقاء، أن يجد له عم لان أو أن يصبح مغامرا.

٣. يتجنب أدلر وكان حذرا في أن يصبح ضروريا وذا وجود قوي في حياة العميل وخاصة الذين يعانون من الاكتئاب وكان يقول لعملاءه (أنني لست الأمل الوحيد لك في العلاج وإنما هناك الكثيرين القادرين على تقديم المساعدة لك غيري).

٤. يستخدم أدلر تقديم النصيحة للعميل وذلك عندما يقول له مثلا أنه يمكنك خلال أسبوعين أن تشفى إذا أنت اتبعت تعليماتي.

مثال: إذا كان العميل تنقصه المهارة الاجتماعية في التعامل مع الناس فإن أدلر يطلب منه أن يفكر بطريقة ما ليشكر بها شخصا ما. وإذا اعتقد العميل أن هذا شيء صعب التحقيق وأن الآخرين لا يستحقون الشكر وأن أدلر يتابع معه وبقوة أكثر بقوله: (أنت تحتاج لأن تشكر شخصا ما لأي سبب ولكن فكر كيف يمكن أن تفعل ذلك) وإذا تبين أن هذا الأمر صعب أيضا عند العميل يقترح أدلر عليه في النهاية أن يقوم بشكره شخصيا على تعاونه معه بالإرشاد وبمعنى آخر يقوم أدلر بتدريب عملي على المهارات الاجتماعية داخل الجلسة الإرشادية

٥. وقد طور أدلر تكتيكيات علاجية يمكن استخدامها مع الأطفال من خلال معالجتهم في بيوتهم والسماح لهم بمشاهدة والديه أثناء المعالجة وملاحظتهم. (Ewen, 1980) وقد أكد أدلر على أهمية التربية في تطور شخصية الفرد وأن المدرسة تتيح الفرصة للطفل بالمشاركة الاجتماعية، وكذلك فإن المدرسة تصحح أخطاء التربية البيتية ويمكن أن تساهم المدرسة في التعاون مع المرشد عن طريق المعلمين. عمل أدلر لفترة زمنية معينة في عيادات المدارس واهتم بقضايا الطلاب ومشاكلهم. (Ewen, 1980).

دور المتعالج:

يقول أدلر أن على المتعالج أن يعي الأمور التالية:

١. على العميل أن يدرك بأن سلوكه بحاجة للتغيير وأنه لا يمكن حدوث هذا التغيير لوحده.
٢. على العميل أن يوافق على أن يشترك مع المعالج في حل مشاكله وأن يقبل الإجراءات العلاجية.
٣. أن يتقبل التمهيد الأولى لمحتويات المناقشة العلاجية.
٤. يجب أن يأتي العميل وهو واثق في العلاج.
٥. أن يأتي العميل وكله حب للعلاج.
٦. يجب أن يدرك العميل أنه لا يستطيع أن ينجح في التغيير وهو يخفي أو يخادع في تقديم المعلومات.
٧. يجب على العميل أن يتبنى مفاهيم علاجية. (Ford, 1963)

الوضع الأكاديمي للنظرية:

أن تأكيد أدلر على ترتيب الولادة فتح المجال للعديد من الدراسات وهذه الدراسات تفحص مباشرة أفكار أدلر، مع ذلك ليست كل النتائج تدعم مبدأ أدلر ومن الدراسات التي دعمت آراء أدلر.

١. أدلر يقول أن الطفل الأول عندما ينزع العرش منه بمجئ طفل ثاني ويأخذ الاهتمام منه، لذلك يتطلع الطفل الأول إلى السيطرة والقوة عند البلوغ ويتوقع منهم أن يكونوا كثيري التحصيل والثقة والتفوق، وكتدعيم لهذا الرأي، قام (مارولا) عام (١٩٧٣) بدراسة استفتاء ل (٤٠٠.٠٠٠) شاب حول التوافق بين ترتيب الولادة والتوجه العقلي وأن المولود الأول يتخطى المواليد الآخرين من الناحية العقلية.

٢. دراسة مماثلة على طلاب أمريكيين برييلاند عام (١٩٧٤) أوضح أن هناك علاقة بين ترتيب الولادة والتفوق العقلي بغض النظر عن التحصيل العلمي للوالدين أو دخل العائلة وعمر الأم. طريق آخر من الأبحاث يبحث في العلاقة بين ترتيب الولادة ومشاكل نفسية أخرى وهذه أيضا تدعم بعض فرضيات أدلر أوضح أدلر (كما ذكرنا) بأن الطفل الأخير سيكون أكثر تدليلا وهذا التدليل سيولد نزاعا بين أن يستقل أو يعتمد على الآخرين ويميل إلى أن يكون كحوليا. ودعم هذا

الرأي من خلال دراسة باري وباين عام (١٩٧٧) بحيث قاموا بدراسات على الكحوليين ووجدوا أن للمولود الأخير وجودا كبيرا في هذه الدراسة.

وأكد أدلر أن الطفل الوحيد سيكون أناني ويهتم بأن يكون مركز الاهتمام، لكن معظم

الدراسات فشلت في تأكيد هذا الافتراض في عام (١٩٧٨) في دراسة له بين أن المولود الوحيد كثيرا ما يظهر تعاونا أكثر من الأول أو الأخير وأن لديهم استقرارا نفسيا أكثر.

وفي الحقيقة أن البحث في ترتيب الولادة استمر في إظهار قيمة أفكار أدلر. (Hjelle – Ziegler, 92) إنه لا يوجد أي جهد لفحص الثبوت التجريبي لمبادئ أدلر بشكل منظم، وندرة الكتابات التجريبية يمكن عزوها لعاملين

أولا: معظم مبادئ أدلر عامة ينقصها التعريف الصريح الذي يجعل النظرية ممكنة الفحص

والتطبيق وهذا صحيح لبعض المبادئ مثل الاهتمامات الاجتماعية والذات الخلاقة والكفاح نحو التفوق، فكيف للباحث أن يقرر أن سلوك من نوع معين يعكس الاهتمامات الاجتماعية فمثلا الناس الذين يؤكدون أن هدفهم هو تحسين الحياة لكل شخص هذا يؤدي بهم لأن يكونوا عدائيين ويصنعوا قبلة لتغيير سياسات الحكومات مساقين: مبادئ حسنة ولكن طريقتهم غير مسؤولة. وغيرهم يقومون بتبرعات عالية ولكن لتحسين صورهم في المجتمع أو للهروب من الضرائب فهنا السلوك يثير الإعجاب ولكن الدافع أناني والاهتمامات الاجتماعية مفتوحة لعدد من الأمور حسب نظرة الشخص وكذلك لا نعرف الطريقة التي يمكن بها فحص هذا المبدأ.

وثانيا: نظرية أدلر غير مخططة ومنظمة وبالأخص عندما تحدث عن أسلوب الحياة إضافة إلى أن عرضه لنظريته يعترئها الغموض. (Hjelle – Ziegler, 92) الإفراط في التأكيد على العوامل الاجتماعية، فأدلر عندما عرف الشخصية عرفها كليا بمفاهيم العلاقات الشخصية الداخلية الأمر الذي اعتبر انتقادا لنظريته، فعلم النفس الاجتماعي هو فرع مهم ولكنه يمثل منحى واحد فقط من مناحي علم النفس الحديث، ومعظم الباحثين في الشؤون السيكولوجية يوافقوا على أن الشخصية موجودة ويمكن دراستها بمعزل عن الكائنات البشرية الأخرى. الإفراط في التأكيد على الشعور بالنقص بنظرية أدلر حيث اعتبر أن كل شخص عصابي ومريض نفسي يعاني من عقدة نقص، ولكن هذا الأمر مشكوك فيما إذا كانت الآلاف من حالات المرضى النفسيين تفسر بنفس الطريقة. (Ewen, 80) وسواء أكانت سيكولوجية أدلر صحيحة أم غير صحيحة بالمعنى الغائي البعيد، فإن كثيرا من الحقائق التقريرية ممكنة التطبيق في الحياة ولعلنا لا نبالغ حين نقول بأن مفاهيمه أسهل من مفاهيم فرويد؛ أسهل في الفهم وأسهل في التطبيق. ومهما يكن من أمر فإن أعمال أدلر دلت على قيمة عظيمة في مساعدة الأطفال التغلب على مشاكلهم بصورة خاصة مما جعله يتبوأ مكانا مرموقا وترك له أثرا بالغا في الحقل التربوي (عاقل، ٨١)

نظريه الذات كارل روجرز Karl Rogers :

تعتبر هذه النظرية من نظريات المنحى الانسانى، ويعتبر كارل روجرز (Karl Rogers) المؤسس الحقيقى لهذه النظرية. وقد بدأ روجرز حياته المهنيه كغيره من غالبية المعالجين النفسيين فى العصر الحديث كمحلل نفسى. ظهرت نظريه كارل روجرز عام ١٩٠٢م، وكانت خبرته الأولى فى علم النفس الاكلينكى والعلاج النفسى. وتعد نظريه روجرز "العلاج المتمركز حول المسترشد " من النظريات المهمه فى الارشاد النفسى. تعرف نظريه روجرز فى الشخصيه بنظريه الذات، الذى عرّفه على أنه نموذج منظم ومنسق من الخصائص المدركه (للانا) مع القيم المتعلقة بهذه الرموز. ينمو مفهوم الذات منذ الطفوله ويتطور هذا المفهوم ببطء ويجاهد الكائن البشرى لتحقيقه. يرى روجرز أن كل فرد يحتاج أن يحصل من الآخرين المهمين على الإعتبار الإيجابى والدفء العاطفى والقبول، فالفرد يعمل كل شئ لإشباع هذه الحاجات. ويرى روجرز أن الأفراد مدفوعون ليحققوا امكانياتهم كامله، وتنميه هذه الامكانيات تتطلب فهم الذات ونمط حياه سوي. إن الأفراد حسنو التوافق، لديهم مفاهيم واقعية عن الذات وأنهم واعون بدقه لعالمهم، منفتحون على كل الخبرات كما أنهم على درجة عالية من فهم الذات.

الاضطراب النفسى لدى روجرز:

يرى روجرز أن الأفراد المضطربين هم الذين اهملوا خبراتهم الشخصيه وحادوا عن ذواتهم الحقيقيه. وتبدأ الانماط غير التوافقيه عاده فى مرحله الطفوله حيث يتعلم الفرد - ربما من والديه - أن بعض الدوافع كالعدوان والجنس دوافع غير مقبولة، ومن ثم ينكر الفرد هذه الخاصية المهمة حتى يحظى بحب والديه، ونتيجة لذلك يتأثر النمو النفسى لديه وتنقصه القدرة على الإبتكار ويصبح تفكيره عن نفسه تفكيراً سيئاً.

المفاهيم الأساسية لنظريه الذات:

الذات: يقصد بها ماهيه الفرد التى تنمو نتيجة النضج والتعلم والتفاعل مع البيئته، وهى تشمل الذات المدركة، والذات الاجتماعيه، والذات المثاليه، التى تسعى الى التوافق والالتزان.

مفهوم الذات: أو صورة الذات وهي تكوين معرفى منظم ومتعلق بالمدرجات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات. وهناك مفهوم الذات الاجتماعى الذى يتكون من المدرجات والتصورات التى تحدد الصورة التى يعتقد أن الآخرين فى المجتمع يتصورونها عنه والتى يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعى مع الآخرين.

الذات المثالية: تشمل المدرجات التى تحدد الصورة المثالية للشخص أى ماينبغى أن تكون عليه نفسه.

الخبرة: هى موقف أو مجموعه مواقف يعيشها الفرد فى زمان ما أو مكان معين ويتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها.

الفرد: وهو الذى يكون صورته عن ذاته ويحاول تحقيق ذاته بالمثاليه التى ينشدها وهو الذى يتفاعل مع البيئة.

السلوك: أى نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد يسعى من خلاله لاشباع حاجاته.

المجال الظاهرى: يوجد الفرد فى وسط او مجال شعورى مدرك ويسلك الفرد بناء على ادراكه فى هذا المجال ويتكون المجال الظاهرى من عالم الخبرة ويتضمن المدرجات الشعورية للفرد فى بيئته.

وسائل الارشاد عند روجرز: تشمل وسائل الإرشاد عند روجرز مايلى:

١. مهارة الإصغاء والانتباه والإستماع الجيد بحيث يسمح للمسترشد أن ينفس عن مشاعره وانفعالاته.

٢. التعاطف أى يفهم المرشد المسترشد من خلال اطاره المرجعى أو كما ينظر هو إلى نفسه ومشكلاته.

٣. الإحترام غير المشروط وذلك بأن يحترم المرشد المسترشد احترام غير مقيد كانسان له قيمته بغض النظر عن مشكلاته الأخلاقية أو سواها .

٤. ألا يقيد المرشد المسترشد ويطلق عليه أحكاما.

٥. أن تكون العلاقة بينهما علاقة مهنيه قائمه على الثقة والاحترام.

٦. أن يعكس مشاعر المسترشد بكلماته الخاصه للتأكد من أنه قد فهم فهما عميقا طبيعة المشكلة، وأن يلخص مشاعر المسترشد بما تحتويه من معارف واتجاهات وانفعالات.

تعتبر نظريه روجرز من النظريات التى لاقت رواجاً وشاع استعمالها وذلك لأنها:

أ. تجذب المعالجين المستجدين لسماتها.

ب. تتناسب مع الأسلوب الديمقراطي في اعطاء المسترشد تمام الحرية.

ج. طريقه العلاج في البدايه تكون اسرع في اعطاء النتائج.

دور وصفات المرشد في نظريه الارشاد المتمركز حول المسترشد :

يحاول المرشدون بطريقه الإرشاد المتمركز حول المسترشد مساعدة الأفراد على نمو ذواتهم لكي يستطيعوا مواجهه الواقع وتنمية مفاهيم ايجابية عن الذات. ويتجنب المرشدون عملية التقييم أو التشخيص، فهم لا يبدون اهتماما بالتفاصيل المتصلة بماضى المسترشد ومايهمهم هو حاضره. وتتميز هذه العلاقه بثلاثه شروط هي: الصراحة ، وتقبل المرشد ، والتقبل اللحظي.

تقبل المسترشد : يسعى المرشدون في هذه الطريقه الى قبول كل شئ عن المسترشد، ولايرتبط هذا القبول بأى شروط، فالارشاد بهذه الطريقه يركز على الاتجاه الايجابي للمرشد أكثر من الاساليب والطرق الفنية، وهذا الاتجاه الايجابي يسهل عمليه الإرشاد مع ملاحظه أن الشئ المهم والأساسى الذى يؤكد ايجابية المرشد هو سلوكه وتعامله مع الاخرين، حيث أن هذه الايجابية تظهر جليا عند مقابلة العميل واشعاره بأن له اهمية، وأنه انسان يستحق المساعدة والحياة والإحترام، وله الحق فى إداره نفسه وأعماله.

التفاهم اللحظي: يشار احيانا الى المرشدين المتمركزين حول المسترشد على أنهم مرايا للشعور، فهم يعكسون لفظيا الخبرات الشعورية ليجعلوا الفرد على اتصال بمشاعره، أى أن المرشد فى ضوء هذه النظرية يتبع طريق التفاهم اللحظي، فتغير السلوك هنا يأتى من خلال تقويم الفرد لقدرته وتجاربه، حيث هذا يوصله الى المعرفة العامة بنموه كشخص فيستطيع أن يتعلم قبوله لنفسه وللآخرين ايضا. والتفاهم اللحظي يجعل المرشد يركز على ادراك وفهم محيط المسترشد بالطريقه التى يدركها أو يراها المسترشد نفسه. والإبتعاد عن المفاهيم الخاصه والتركيز على أهميه ما يبادر به المسترشد وكيف ينظر الى العالم على المرشد أن لايعطى المسترشد حلولاً بل يقوده إلى اختيار حل مشكلته على ضوء خبرات المسترشد واتجاهاته وقيمه وعاداته وتقاليده.

نقد النظرية:

١. أعطى روجرز للفرد الحرية فى تحقيق أهدافه ناسيا أن هذه الاهداف قد لاتكون مشروعاً.

٢. يهمل روجرز اللاشعور ويركز فقط على الشعور.

٣. لايهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس النفسية.

أهداف النظرية:

- عدم وجود أهداف مسبقة للعمل مع المسترشد .
- وإن يقوم المسترشد بتحديد أهداف العلاقة الإرشادية من خلال تفاعله مع المرشد.
- الوصول بالمسترشد إلى درجة عالية من الاعتماد على النفس

دور المرشد:

في هذه النظرية يتلخص دور المرشد في كونه أداة تغيير تعتمد أساسا على علاقة مهنية حميمة تخلق جوا يساعد على توجيه عملية نمو المسترشد ، إلى أن علاقة المساعدة تتيح للمسترشد فرصة التحدث عن مشكلاته والتوسع في معرفة جوانب حياته، كما تساعد له لكي يكون أقل دفاعا وأكثر انفتاحا مع نفسه ومع العالم المحيط به، ويؤكد الباحث أيضا على أن اتجاهات المرشد المتمثلة في الاهتمام والرعاية والاحترام والتقدير والتقبل والتفهم هي التي تسهم في جعل المسترشد أقل دفاعا، وقيادته نحو مستوى عال من الأداء الشخصي.

أساليب التدخل:

لا توجد أساليب تدخل محددة لهذه النظرية حيث تجنب روجرز استخدام أساليب محددة لإحداث التغيير إلا أنه أكد على أهمية أساليب معينة كالتعاطف والاحترام والتقدير والمصادقية والحب غير المشروط كعوامل فعالة ومؤثرة في عملية التدخل وإنجاز الأهداف. وتعتبر هذه النظرية إسهاما جيدا وإيجابيا في مجال الإرشاد النفسي ومن أبرز إسهاماتها تأكيدها على تحمل المسترشد لمسؤولية إحداث التغيير.

نظريه جلاسر في الشخصية:

يعتقد جلاسر إن هناك حاجة نفسية واحدة يمتلكها كل الناس في كل الثقافات ومن المهد الي اللحد وهي الحاجة الي الهوية (من أنا؟). وقد حدد أربع حاجات نفسيه لتحقيق هذه الهوية وهي الإنتماء، القوة، والحرية، والحاجة إلي المتعة . ويرى جلاسر أن الفرد يسعى للاستفادة من طاقتة الشخصية في التعليم والنمو، ويمتلك التصميم النفسي بكامل أبعاده أكثر من اعتماده علي الموقف.

ويشير جلاسر إلي أن هدف الواقعية هو تعليم الأفراد أفضل الطرق وأكثرها فعالية للحصول علي ما يريدون من الحياة. مع أن المسترشد ين يعيشون في الخارج الا إنهم

يحاولون التحكم به ليكون أقرب للعالم الداخلي لهم، ويؤكد جلاسر علي أن قيمة الفرد فيما يفعله وهو الا يفعل إلا ما يقرره أو يميل إليه عقله.

ويؤكد جلاسر إنه إذ قام الأفراد ببذل مجهود ذاتي فإنهم سوف يستطيعون إجراء التغيير بفاعلية أكبر، ويمكن لهم تحديد هدف عام وهو تشكيل بيئتهم بحيث تتناسب مع صورهم التي يريدونها. وعندما يقوم الأفراد بعمل خيارات قد تتعدي علي حرية الآخرين، فإنهم يسلكون بطريقة غير مسؤولة. وتساعد الواقعيه الأفراد علي تعلم تحقيق الحريه بحيث لا يكون هناك آخرون يعانون من هذه الحرية (Gorey1977).

ويري جلاسر أن السلوك البشري هادف وينبع من داخل الفرد لامن قوه خارجية، علي الرغم من تأثير القوى الخارجية. وكل سلوك الفرد هو محاوله أفضل للحصول علي مايريد وذلك لاكتساب سيطره فاعلة علي حياته. ثم أن سلوك الفرد موجه في الأساس لإشباع حاجاته. ويشير جلاسر إلي أن البحث عن الماضي ليس ذا أهمية وذلك لأن المرشد لا يستطيع تغيير الماضي وإنما يعمل في ضوء الحاضر والمستقبل، وإن إحياء الماضي في التعلم يقلل من قيمة الإرشاد، وقد ركز جلاسر علي الماضي بالقدر الذي يخدم الحاضر. المفاهيم الأساسية للنظريه:

المسؤوليه Responsibility : هي جوهر العلاج بالواقع فقد قال عنها جلاسر: بأنها قدرة الفرد علي تحقيق حاجاته وأهدافه بطريقة لاتحرم الآخرين من قدراتهم علي تحقيق أهدافهم وحاجاتهم. والشخص المسؤول هو الشخص المستقل فردياً، ولديه دعم نفسي داخلي كافي لتحديد ماذا يريد من الحياه. وجوهر العلاج في الواقع يقوم علي تعليم الناس المسؤولية وكيف يصلون إلي أهدافهم وغاياتهم دون إيذاء الآخرين، ويري جلاسر أنه من الضروري أن نعلم المسترشدين كيف يصيغون أهدافهم ويشبعون حاجاتهم بطريقة مسؤولة، دون أن يتضرر الآخرون من ذلك

الاستقلاليه Autonomy : يرتبط هذا المفهوم بالنضج حيث يشير إلي قدرة الفرد علي استعمال الدعم الذاتي أي أن يقوم الفرد بتحمل المسؤولية الشخصية، وأن يكون مندمجاً، وأن يعطي وأن يحب وأن يتخلي عن دعم البئية المحيطة به وخصوصا الأسرة (Gorey1977).

الإندماج: Involvement يقترب هذا المفهوم من مصطلح التعاطف ولكنه يختلف عنه في أنه يتضمن التواصل مع الآخرين وليس مجرد عاطفه، ويري جلاسر أن هذه المهارة يجب أن توجد لدي المرشد، وهي أساس نجاح العلاقة بينهما، كما أنها مهمة من أجل نجاح

العلاقات مع المجتمع المحيط بالفرد مثل: الأم، الأب الأخوه، المعلمين ، الطلاب وغيرهم (الزيود ١٩٩٨)

الحاجات (إشباع الحاجات) Needs : يري جلاسر إن السلوك غير المسؤول ينتج عندما يفشل الأفراد في أن يتعلموا القدرة علي إشباع حاجاتهم بطريقة صحيحة، فيلجأون لأي وسيلة لإشباعها - أي تصبح الغاية تبرر الوسيلة- وبغض النظر عن نوعية السلوك الذي يختارونه، فمثلاً: هناك من يخاف من الأماكن المزدحمة أو الضيقة أو الطائرات أو المصاعد مع أنهم يعرفون عدم عقلانية مخاوفهم، ويختار البعض الهروب بدلاً من مواجهه الواقع مع أنهم كان بمقدورهم مواجهة مشكلاتهم من خلال سلوك أكثر مسؤوليه. صنف جلاسر أربعة حاجات أساسيه نفسية عند الإنسان هي التي تقوده الي البقاء وهي:-

١. الحاجة إلي الانتماء: تتضمن الحاجة إلي الأهل والأصدقاء والحب أي مجتمع يحبه الفرد ويعيش فيه ويحس إنه ينجذب إليه دائماً، أي يحب ويُحب مما يستدعي إقامة علاقات مع الآخرين لتحقيق هذه الحاجة ولو بأقل شكل ممكن.

٢. الحاجة إلي القوة: وهي تتضمن إحترام الذات وتقدير المنافسة أي أن يستمد الفرد قوته من احترامه لذاته ومن تقدير الآخرين له، ومن منافسة الآخرين والتفوق عليهم.

٣. الحاجة إلي المتعة: و تتضمن المتعة: اللعب، والضحك، وكذلك المتعة في الاكل، والجنس وهي أكثر مايجذب الفرد إلي الحياة مع أن هناك من يري أن الحياة نفسها متعة.

٤. الحاجة إلي الحرية: أن يكون الفرد حراً في تحديد مصيره.

حين يفشل الفرد في تحقيق هذه الحاجات النفسية فانه دائماً ما يلجأ إلي استخدام سلوكيات سلبية مثل: شرب الكحول والإدمان والعدوان وغيرها. وبالتالي يكون هدف الإرشاد الوقائي هو تعلم طرق مناسبة لتحديد الأهداف وتحقيق الحاجات بطريقة فعالة.

الهوية: Identity : وهي حاجه نفسيه يسعي إلي تحقيقها كل فرد وتميزه عن غيره، وتنتج الهوية من الكيفية التي يري الانسان نفسه بالنسبة للآخرين، وقد ميز جلاسر بين نوعين من الهوية وهما:

١. هويه النجاح: تري أن الفرد يعرف نفسه ويرى نفسه مقتدرأ وقادر علي كل شئ وله أهمية فالأشخاص الذين لديهم هوية ناجحة يشعرون بأهميتهم بالنسبة للآخرين ولديهم القدرة علي التأثير في بيئتهم، ويستطيعون التحكم في المجتمع والاندماج مع الآخرين وتحقيق حاجاتهم .

٢. هويه الفشل: هي الهوية التي يكونها الأشخاص الذين لم تكن لهم علاقات وثيقة مع الآخرين، والذين لا يتصرفون بمسؤولية، ويرون أنفسهم غير محبوبين ولا أهمية لهم ولديهم شعور دائم بخيبة الأمل (الزيود ١٩٩٨).

الواقع Reality : وهو السلوك الحالي للفرد و يركز جلاسر في نظريته علي السلوك الحالي للفرد أكثر من تركيزه علي السلوكيات الماضية، ويرى أن السلوك الحاضر هو الذي يعمل المرشد علي تغييره والتحكم به.

التعلم Learning : التعلم يظهر من خلال الحياه وهو مفهوم أساسي في الإرشاد الواقعي (رمضان ٢٠٠٢) والإطار النظري في الإرشاد الواقعي يحدد هوية الفرد بسلوكياته المتعلمه وغير المتعلمه فالأفراد يعرفون بما يفعلونه أو يتعلمون فعله.

البدائل Alternatives :يصعب على الأشخاص الذين يعانون من مشاكل انفعاليه من ايجاد حلول وبدائل لمشاكلهم. وهنا تأتي مهمه المسترشد في شرح وتفسير البدائل ويساعد علي وضع قائمة تشتمل علي عده بدائل محتمله للمشكلة، ومن غير أي حكم مبدئي علي أهميتها ثم يساعده المسترشد علي اختيار وتقييم أكثر هذه البدائل موضوعية ومنطقية وأكثرها توافقا مع الهدف.

الحب Love : الحب عند جلاسر هو مانفعله وليس مانشعر به، وهو الإهتمام أكثر والمركز في الشئ والذي لا ينقطع ويستحوذ علي مجمل إهتمام الفرد.

فردية الفرد: فردية الفرد ترتبط مباشرة بالهويه الناجحه وتعتبر الفردية ضروريه لتحقيق الدافعيه.

القوه النمائيه Growth Force : يرغب كل فرد بأن يكون لديه هويه ناجحه وأن يكون علاقات جيده مع الآخرين. وعندما يعجز الفرد عن ذلك عليه أن يغير هويته وشعوره وتفكيره وسلوكه، ويقول جلاسر نحن كما نعمل وإذا إردنا تغيير مانحن عليه علينا تغيير مانعمله ونبدأ بطريق جديد لسلوكنا.

بناء الشخصيه وتفسير السلوك الإنساني لدى جلاسر:

لتوضيح تكوين الشخصيه أوتركيبيها قال جلاسر: أهم حاجات الإنسان هو أن يحب غيره وأن يحبه غيره، وبالتالي لابد من وجود شخص أو أكثر يشاركونه حياته رغم أن الحاجتين منفصلتين إلا ان بينهما عناصر مشتركه، حيث أن تحقق أحدهما يساعد علي تحقق الآخر. ودمج جلاسر هاتين الحاجتين بحاجه واحده اسمها الهويه. ويفسر جلاسر مفهوم السلوك الكلي بعمل السياره فهناك أربعة مكونات للسلوك يتحدد بها اتجاه الفرد في الحياه وقد شبهها بعجلات السياره الأربعة وهي:

١. العمل (مثل النهوض من النوم والذهاب الي العمل).

٢. التفكير(الأفكار والجمل الذاتيه).

٣.الشعور(الفرح ، القلق ، الغضب ، الإحباط).

٤. السلوكيات الفسيولوجيه (التعرق).

ومن هذه المكونات الأربعة يتم تشكيل السلوك المتكامل، إلا إنه قد تبرز سلوكيات أكثر من غيرها وقد قامت النظرية الواقعية علي أساس انه من الصعب اختيار سلوك كلي من غير اختيار مكوناته أو عناصره، وقال جلاسر إن العمل والتفكير هما العجلات الأماميه اللتان تقودان السيارة وتوجهاتها. وإن المفتاح الكلي للسلوك هو اختيار مانفعله أو نفكر في فعله أو فيه. والسلوك هو هدف ونحن نقوم به منذ الولادة وحتى الموت. وتركز الواقعية علي السلوك لأنه هو الأمر الذي نستطيع تغييره ونسعى الي تغييره لأنه يسهل ضبط السلوك وتغييره والتحكم به ومنع ارتباطه مع المشاعر، كما أنه من السهل للمسترشد ضبط سلوكياته مع ضبط عواطفه ومشاعره. ويركز الإرشاد بالواقع علي السلوكيات الحالية للفرد ولايركز علي الفشل السابق للفرد، فلو كان المسترشد ناجح في السابق لما احتاج الي الإرشاد.

مراحل تطور الشخصية لدى جلاسر :

تتطور شخصية الفرد من خلال محاولاته لإشباع الحاجات النفسية الأساسية، فالأفراد الذين يستطيعون تلبية هذه الحاجات بالطريقة الطبيعية تتشكل لديهم شخصية ناجحة، في حين أن الأفراد الذين لا يستطيعون تلبية هذه الحاجات تتشكل لديهم شخصية فاشلة. أكد جلاسر علي أهمية مرحلتين في حياة الطفل تؤثر علي تطور الشخصية هما:

١.المرحلة الأولى: وهي من ٢-٥ سنوات، وهنا يكون للأسره تأثير واضح علي عملية تطور الشخصية، وعلي الآباء في هذه المرحلة تعليم ابنائهم المهارات الضرورية، وكذلك تدريبهم علي تحمل جزء من المسؤولية وألا يستخدمون العقاب في تربية ابنائهم، وأن يسمحوا لهم بأن يتعلموا من تجاربهم الخاصة، وهذا كله يخلق البيئة المناسبة التي تمكن الطفل من ترسيخ هويته ناجحه.

٢.المرحلة الثانية: وهي من ٥-١٠ سنوات وهنا تلعب المدرسة دور مهم في عملية تكملة بناء الشخصية، وهذا يكون من خلال تفاعل المعلمين مع الطفل وتقديره بحيث يفسح له المجال لتعلم تحمل المسؤولية، وكيفية إشباع حاجاته بطرق مناسبة. فعندما يتم توفير التنشئة السليمة للطفل وكذلك البيئة المدرسية الداعمة فهذا يساعده في تكوين هويته.

الإضطرابات النفسية:

يري جلاسر إن السلوك اللاتكيفي ينشأ في حالة فشل الفرد في أشباع حاجته للحب وتقدير الذات. ويبدأ الفرد في هذه الحالة بالشعور بالقلق والتوتر والألم والضرر ويتصرف حيال هذا الفشل بمحاولته الاندماج مع الآخرين، وينجح في ذلك إذا حافظ علي هذا الإندماج وإذا لم يستطع فإن شعوره بالألم سوف يزداد. الإخفاق في الإندماج مع الآخرين يؤدي إلي أن يندمج الفرد مع ذاته، هذا النوع من الاندماج يأخذ شكل أعراض نفسيه إجتماعيه وجسميه مثل: الكبت، الإكتئاب، الخوف المرضي، الإدمان علي المخدرات، والأمراض الجسميه وذلك لأن مثل هذا النوع من الإندماج الذاتي يحل محل الإندماج مع الآخرين. هؤلاء المندمجين ذاتيا يعتبرون أنفسهم فاشلين لأنهم لم يتعلموا كيف يلبوا حاجاتهم بطرق واقعية، ولعدم قدراتهم علي تحمل مسؤولية سلوكياتهم. تبدأ مرحلة الهويه الفاشله عندما يذهب الطفل إلي المدرسه في سن 4-5 سنوات حيث يصر الكبار علي طلبات معينة دون إعطاء أي تفسير للطفل. وإذا فشل الطفل في تحقيق هذا يبدأ عندها بمواجهة هوية فاشلة.

العملية الإرشادية:

يري جلاسر إن السلوك يمكن تغييره والإنسان غير المندمج يمكن أن يندمج والشخص الذي يذهب إلي المرشد بنفسه هو شخص يسعى لتغيير إنكاره لذاته وعدم، مسؤوليته وللتخلص من الألم النفسي. فكل شخص يسعى إلي أن يري نفسه ناجحا ومسؤولا. والهدف الرئيسي للإرشاد بالواقع هو تخفيض السلوك غير المسئول والانهمازي ووضع صورته إيجابية عن الذات. ويعتبر منهج جلاسر في الارشاد الواقعي منهاجا تعليميا يؤكد علي الحوار العقلاني بين المرشد والمسترشد حيث يقوم المرشد بطرح أسئلة عن حياة المسترشد وميوله وسلوكياته من أجل وضع خطه تتضمن سلوكيات أكثر مسؤوليه.

أهداف العملية الإرشادية:

الهدف الأساسي من الإرشاد الواقعي هو أن يتعلم الفرد كيف أن يكون مسئولا عن سلوكه وأن يكون قويا عاطفيا وعقليا وأن يزيد وعيه وقدرته بمواطن القوه لديه دون أن يلتفت إلي مواضع الضعف. ويمكن تلخيص هذه الأهداف فيما يلي:

١. تخفيض أو إزالة السلوكيات غير المسئولة واستبدالها بسلوكيات مسئولة وهادفة ومقبولة إجتماعيا.

٢. تزويد المسترشد بمهارات تمكنه من التعايش والإندماج مع الآخرين ومواجهة الواقع الذي يعيشه.

٣. مساعده المسترشد على إمتلاك القدره علي السيطرة علي ظروفه، وإمتلاك مهارات عملية تساعده على إتخاذ القرارات وحل المشكلات.

٤. مساعده المسترشد علي تقييم أهدافه وسلوكياته وقراراته، ومعرفة مايريد.

العلاقه الإرشادية:

علي المرشد أن يشعر المسترشد بأنه مهتم بقضيته وموضوعه، ويسعي جاهداً إلي مساعده. ركز جلاسر علي الشخصيه القويه للمرشد وقال (إن الراحة والفهم والقبول والإحترام والإهتمام أقدر علي تطوير علاقته جيده مع المسترشد مع الأستماع والتفاعل مع المواضيع الخاصه جداً أو المهمه للمسترشد)

دور المرشد:

يعتبر المرشد مربيا ومعلما وصديقا وأبا للمسترشد، فهو يهدف إلي إعاده تربية المسترشد ليصبح أكثر مسؤوليه ويساعده ويدربه ويعلمه كيف يضبط ذاته حتي يتمكن من تحقيق صورته ذهنية واقعية. لم يحدد جلاسر أي استراتيجيات إرشادية بل ترك الحرية للمرشدين للأستفادة من كافة التقنيات المتوفرة ضمن الإطار الذي حددته العملية الإرشادية. وهناك مجموعه من الخصائص التي وضعها جلاسر عن المرشدين الواقعيين:-

١. أن يكون مسئولاً وقويا ومهتماً وإنسانياً وحساساً.

٢. أن يكون قادراً علي تحقيق حاجاته الخاصه ولديه رغبه في مشاركة الآخرين.

٣. قادر علي الإندماج شعوريا مع المسترشد لتسهيل الأمور.

٤. قادر على التركيز علي نقاط القوه لدى المسترشد.

٥. قادر علي مساعده المسترشد على تحمل المسئوليه الشخصيه والقدره علي التصرف بطرق تحقق حاجاته.

مبادئ الإرشاد الواقعي:

هنالك أربعة مبادئ للإرشاد الواقعي علي المرشد الالتزام بها من أجل تسير الخطه بكل دقه وكفاءه وهي:

١. بناء علاقته ببناءه بين المسترشد والمرشد في حدود العمليه الإرشادية.

٢. التركيز علي السلوك الحاضر.

٣. تشجيع المسترشد لتقييم سلوكه لكي يحدد إلي مدى كان سلوكه محبباً ومفيداً أو غير ذلك

٤. مساعده المسترشد لبناء خطه جديده ومن سماتها:

أ. أن تكون في إطار حدود وإمكانيات المسترشد.

ب. ذات بدايه وناهيه محدده في المكان والزمان.

ج. قابله للتقييم والتفسير والإعاده.

د. بسيطه وسهله ، قصيره وقابله للتجزئه.

هـ. أن يستطيع المسترشد أن ينفذها في الحال.

ز. أن تعتمد علي مايفعله المسترشد ممايقنضي معرفه دقيقه بسلوك المسترشد وقدراته.

و. أن تكون قابله للتكرار وأن ينفذها في اليوم أكثر من مره.

ح. الالتزام من المسترشد بتنفيذ الخطه.

إستراتيجيات الإرشاد: إن إستراتيجيات الإرشاد الواقعي مرتبطه بالمبادئ الأربعة السابقه وهذه الإستراتيجيات هي:

١. الإندماج.

٢. هنا والآن.

٣. العيش مع خبره الواقعيه.

٤. الإيجابيه.

٥. التجاوب مع تعاسه العميل.

٦. استخدام الدعابه.

٧. مواجهه العميل.

٨. التعامل مع التفكير الشعوري.

٩. مساعده المسترشد علي فهم وتقبل ذواته و السلوك المسئول.

الإرشاد متعدد الأبعاد:

مما سبق نلاحظ أن كل نظريه انطلقت من مسلمات معينه وقد رأى بعض الباحثين تبني وتجميع نواحي القوه في النظريات السابقه والجمع بينها بطريقه متكامله ومتسقه. يعتبر انولد لازاروس من أوائل من تبني هذا الأسلوب وهو عالم نفس إكلينيكي كان من مؤيدي العلاج السلوكي إلا أنه انفصل عنه .

مسلمات الإرشاد متعدد الأبعاد:

١. إن سلوك الإنسان يتأثر بعوامل وراثيه وبيولوجيه وبيئيه تتمثل في العلاقات الشخصيه مع الآخرين وفي الظروف البيئيه الثقافيه والإجتماعيه المحيطه به ، وفي عمليه التعلم من خلال الآخرين .

٢. إن الإضطراب النفسي يرجع إلى تعلم غير مناسب وإدراك لنماذج سلوكيه غير سويه ونقص في المعلومات او الخبرات .

٣. كل مريض فريد من نوعه فقد تصلح طريقه علاجه لشخص ما ولا تصلح لشخص آخر يعاني نفس المرض.

إجراءات أو عمليات الإرشاد Counseling Process:

تتضمن عمليه الإرشاد ثلاثه مراحل وهي:

المرحله الأولى: مراقبه الذات أو الملاحظه الذاتيه:

يقول ميتشنيوم أن المسترشد في فتره ما قبل الإرشاد يكون عنده حوارا داخليا مع ذاته، وكذلك تكون خيالاته وتصوراتيه سلبية، أما اثناء عمليه الارشاد ومن خلال الاطلاع علي أفكاره ومشاعره وانفعالاته الجسميه وسلوكياته الإجتماعيه وتفسيرها تتكون عند المسترشد بناءات جديده New Cognitive Structures الأمر الذي يجعل نظرتيه تختلف عما كانت عليه قبل الإرشاد، والأفكار الجديده تختلف عن الأفكار القديمه غير المتكفيه. وهنا تحدث عمليه إحلال أفكار جديده متكفيه محل أفكار قديمه غير متكفيه. وأن إعادته تكوين المفاهيم هذه تؤدي إلي إعادته تعريف مشكلات الفرد بطريقه تعطيه الثقه والتفهم والقدرة علي الضبط وهذه جميعها من مستلزمات عمليات التغيير. تساعد عمليه إعادته تكوين المفاهيم علي إعطاء معاني جديده للأفكار والمشاعر والسلوكيات.

المرحله الثانيه: السلوكيات والأفكار غير المتكافئه:

تكون عمليه المراقبه الذاتيه عند المسترشد في هذه المرحله قد تكونت وأحدثت حوارا داخليا عنده. إن ما يقوله الفرد لنفسه أي حديثه الداخلي الجديد لا يتناسب مع حديثه السابق المسئول عن سلوكياته القديمه، يؤثر هذا الحديث الجديد في الأبنيه المعرفيه لدي

المسترشد الأمر الذي يجعله يقوم بتنظيم خبراته حول المفهوم الجديد الذي إكتسبه وجعله أكثر تكيفاً.

المرحلة الثالثة:المعرفه المرتبطه بالتغير:

تتعلق هذه المرحلة بتأديه المسترشد لمهام تكيفيه خلال الحياة اليومية والحوار مع المسترشد ذاته حول نتائج هذه الأعمال، ويشير ميتشنيوم بأنه ليس المهم أن يركز المسترشد على السلوكيات المتغيره التي تعلمها وعلي نتائجها التي تؤثر علي ثبات وعمليه التغيير في السلوك فقط ، بل إن مايقوله المسترشد لنفسه بعد عمليه الإرشاد شئ هام وأساسى. وأن عمليه الارشاد تشتمل علي تعلم مهارات سلوكيه جديده وحوارات داخلية جديده وأبنيه معرفيه جديده، وإن علي المرشد أن يهتم بالعمليات الأساسية الثلاث وهي :

١. البناءات المعرفيه.

٢. الحوار الداخلي.

٣. السلوكيات الناتجه عن ذلك.

وعليه فإن عمليه الإرشاد تبدأ بتحديد السلوك القديم المراد تغييره. والحوار السالب المتعلق به، وتحاول استبداله بحوار داخلي جديد متكيف ينتج سلوكا متكيفا يؤثر في تكوين بناءات معرفيه جديده لدي الفرد بدلا من القديمة، ومن ثم أحداث السلوك المرغوب فيه وتعميمه ومحاولة تثبيته. مثال:التدريب علي مقاومه القلق والتوتر أو التدريب علي التحصين ضد الضغوط

