

المحاضرة السابعة

الشخصية من منظور النظرية الإنسانية

نظرية Carl Rogers نموذجا

تمهيد:

تشكل النظريات الإنسانية الاتجاه الثالث في علم النفس بعد التحليل النفسي والسلوكية، هذه القوة الثالثة قامت ضد الممارسات التي سادت علم النفس بفضل السلوكية التي أخذت دراسة الإنسان كما الحيوان أو الآلة بطريقة مصطنعة كليا وتتفي وجود الأنا والحرية.

من أبرز الأسماء في النظرية الإنسانية نجد: Alport ; Rogers ; Maslow وأغلبهم تكونوا على يد فرويدين.

- Alport أهم عالم نفس أمريكي إنساني ركز على دراسة الشخص السوي و يؤكد على مفهوم الذات، ويرى أن الأنا ما هي غلا أسلوب الحياة الذي يتبناه الشخص في حياته أو ما يسميه بالطبع.
- Rogers أمريكي عرف أكثر في أوروبا اهتم أيضا بالتركيز على الذات وقد اشتهر في العلاج.
- Maslow برزت نظريته في فكرة الحاجات والحافز ويؤكد على أن تحقيق الذات هي الدافع الأساسي للشخصية مثلا يرى أن الشخصية العدائية مكتسبة.

فيما يلي بعض النقاط التي يتفق عليها الإنسانون:

✓ يؤكدون على فكرة مفهوم الذات وهم يعتبرون الهدف الأساسي للنمو هو تحقيق الذات وهو دافع فطري، وهم يهتمون بإنسانية الإنسان.

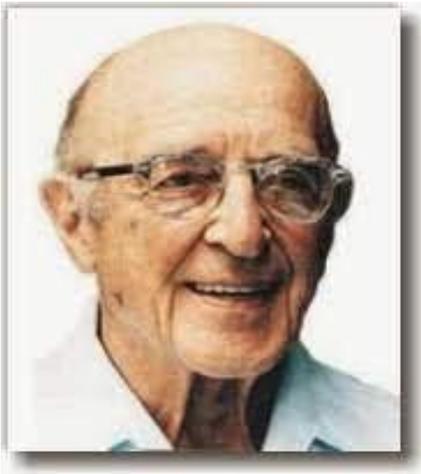
✓ أهم المواضيع التي يعالجونها نجد: العقل، الحرية، الاستقلال، الإبداع.

✓ لا يهتمون بماضي الفرد قدر اهتمامهم بالحاضر وما سوف تحققه ذاته مستقبلا.

✓ يقفون موقفا معاكسا ضد الحتمية النفسية.

✓ يهتمون بتحقيق الذات والعمليات الواعية أكثر من اللاوعي.

✓ اعتمدوا في دراساتهم على ملاحظة سلوكيات الافراد العاديين والمتكيفين وأيضا الناجحين والمشهورين.



❖ نظرية الذات والعلاج المتمركز حول العميل Carl Rogers

1. نبذة عن حياة C.Rogers

(1902 . 1989) هو أمريكي من عائلة متدينة، درس المسيحية وانقطع عن دراسة الدين (بسبب إيمانه بقدرة الفرد على تحديد ما يريد وعدم إيمانه بالاحتمية)، درس علم النفس العيادي، عمل مع الأطفال لمدة 10 سنوات، درس على يد محللين نفسيين. من أشهر مؤلفاته:

- كتاب الإرشاد والعلاج النفسي.
- كتاب العلاج المتمركز حول العميل.
- العلاج النفسي والعلاقة الإنسانية.

1. الفرضيات الأساسية لنظرية روجرز:

- نظرية روجرز هي أساسا نظرية في تغيير الشخصية والعلاج .
- من الناحية المنهجية يعتبر روجرز ظاهرايتها أي ينتمي إلى المجال الظاهري champ phénoménal أي البحث عن مجال الإدراكي للفرد سواء كان شعوريا أو لاشعوريا، فهو يركز على المعرفة الظاهرية بدل المعرفة الموضوعية.
- يقلص روجرز من استخدام وسائل القياس النفسي لأنها تقوم الفرد انطلاقا من إطارنا المرجعي.
- انطلق من خبرته في العلاج تماما كما فرويد.
- فرويد يركز على النموذج الغريزي أما روجرز فيركز على النموذج المعرفي (ادراكات الفرد).
- لا يركز على ماضي الفرد وتاريخه، بل يهتم بحاضر الفرد والمجال الذي يظهر فيه السلوك.
- يفضل التركيز على الشعور بدل الخبرة اللاشعورية.

3. بنية الشخصية:

هناك ثلاثة مصطلحات أساسية في نظريته يوضح من خلالها بنية الشخصية، هي: الكائن، المجال الظاهري، الذات.

1. الكائن:

يقص به الفرد كوحدة كلية وهو يستجيب للبيئة الخارجية من أجل إشباع حاجاته وتحقيق ذاته وهذا هو الدافع الأساسي له.

1. المجال الظاهري:

هو ما يكون خاصة الفرد من حياته وخبرته وقد يكون شعوريا أو لاشعوريا فإذا تحولت خبراته إلى رموز أصبحت في مجال لاشعوري. (هو العالم كما يدركه الفرد انطلاقا من خبراته فهو عالمه الشخصي والفرد يدركه على انه حقيقة. يقول روجرز 1947 على السيكولوجي أن ينظر مع الفرد بدلا من تقويمه).

1. الذات:

هي محور نظرية روجرز في الشخصية والذات تنمو من خلال تفاعل الكائن مع بيئته وهي تبحث دائما عن الكمال والاتساق وهي تتغير نتيجة النضج والتعلم.

والعناصر الأساسية في تكوين مفهوم الذات هي:

- الخبرة

- السلوك

- الفرد

- المجال الظاهري

يرى روجرز أن الصورة التي يشكلها الفرد عن ذاته مهمة جدا، حيث أن كل فرد يريد الوصول إلى هدف واحد وهو تحقيق أناه أو ذاته. وفي هذا الصدد يضيف روجرز مدى أهمية معرفة الأنا المثالي أو الذات المثالية لكل فرد.

الذات المثالية: هي مجموع الخصائص التي يريد الفرد أن يتصف بها.

في عملية بناء الشخصية يهتم روجرز بتحقيق النزعات التي تهدف إلى تحقيق الذات وتباتها وما ينتج عن ذلك من قلق.

الفكرة الأساسية في بناء الشخصية

هي أن الذات تبحث التطابق والتوافق بين مفهومها لذاتها والمعايير الاجتماعية (الواقع) والخبرة. فإذا توافقت الخبرات مع مفهوم الفرد لذاته ومع المعايير الاجتماعية يحصل التوافق النفسي. أما إذا حدث العكس (أي عدم التطابق) فإن الفرد يدركها على أنها خبرة أو موقفا سلبيا وهذا يؤدي غلى حدوث قلق، توتر، سوء التوافق هذا يؤدي إلى ظهور وسائل الدفاع النفسي.

أهم المكانزمات التي ركز عليها روجرز هي الإنكار dénégation و التشويه déformation

- في حالة التشويه: يقوم الفرد بتزوير الخبرة بطريقة يجعلها مطابقة مع أناه (ذاته) وهنا يقوم بتحويلها بطريقة يجعلها ملائمة للصورة التي يكونها عن نفسه.
- في حالة الإنكار: ينفي الفرد هذه الخبرة ليبعد كل تهديد عن أناه، قد يكون الإنكار شعوريا جزئيا أو لاشعوريا، يمكن للفرد أن يلغي مصدر التوتر من مجال إدراكه.

4 نمو الشخصية:

انطلاقاً من الفكرة التي تقول أن لكل شخص نزعة وقوة تدفعه للنمو في اتجاه التمايز والاستقلالية والتفتح الاجتماعي، فإن الفرد يمر بثلاث مراحل حسب تصور روجرز.

1. المرحلة الأولى: تخص خصائص الطفل، يرى روجرز

- ✓ . أن يدرك الطفل خبرته كحقيقة وواقع.
- ✓ . أن تكون لديه نزعة ضرورية لتحقيق ذاته.
- ✓ . أن يبحث عن إشباع حاجاته من خلال هذه النزعة.
- ✓ . أن يتصرف ككل منظم.
- ✓ . أن تكون لديه القدرة على تقويم خبرته كخبرة ايجابية أو سلبية.
- ✓ . أن يتجه دائماً للبحث عن الخبرات التي يدركها بصفة ايجابية ويتجنب تلك التي يدركها أنها خبرة سلبية.

2- المرحلة الثانية:

في هذه المرحلة يظهر ما يسمى ببروز الذات، حيث يتصرف الفرد كوحدة متكاملة من خلال ما يشعر به وما يمتلكه من خبرة ويتجه تدريجيا نحو الانتظام لتشكيل مفهوم الذات.

3- المرحلة الثالثة:

هذه المرحلة تشتمل على ثلاثة أنظمة مشكلة للأنا من خلال ثلاث مظاهر هي:

3 . 1 نمو الحاجة للاعتبار الايجابي

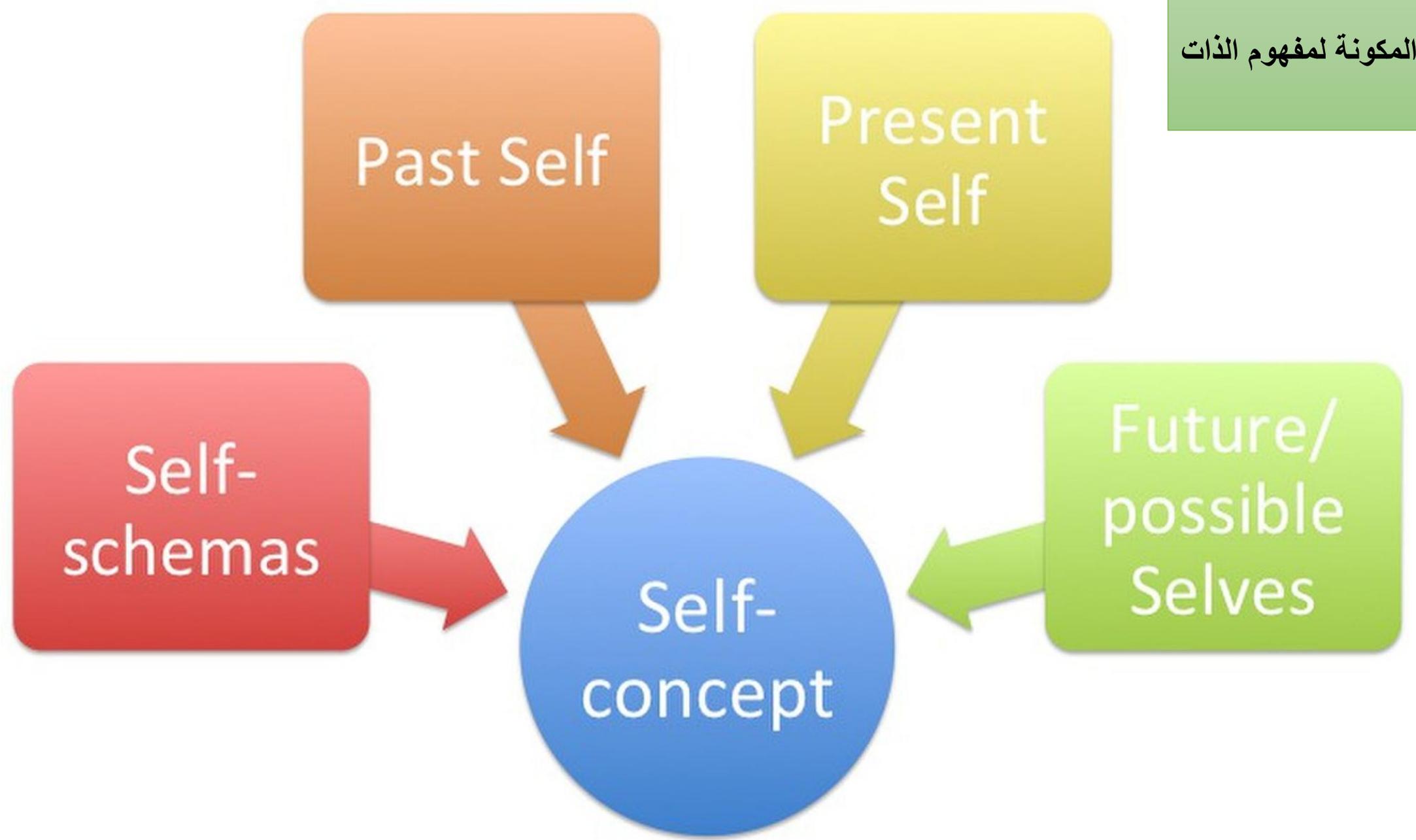
3 . 2 نمو نموذج من التقويم المشروط

3 . 3 نمو الحاجة للاعتبار الايجابي للذات دون الاستناد إلى تقويم الآخرين (أي أن شخصية

الفرد هي التي تصبح معيارا لسلوكه)

هذه المرحلة هي التي تظهر فيها صعوبات أو عدم التوافق النفسي والبحث عن الآليات المناسبة من أجل التوافق.

المخططات المكونة لمفهوم الذات



5. الشخصية غير السوية من منظور روجرز:

يكن السلوك المضطرب حسب روجرز في الاختلاف بين مفهوم الذات والخبرة الواقعية والمعايير الاجتماعية والذي يخلق عدم التوافق والصراع، خصوصا عندما ينسب إلى الفرد تقويما لا يتوافق أو لا ينطبق مع مفهومه لذاته.

يقول روجرز أنه عندما يصاب الفرد بالعصاب من الأحسن أن يقبل ما يقوله الغير لتكوين وتحقيق خبرة ما، وبيتعد عن ما ينبذه الغير (لأنه سوف يتصرف تارة كما يرغب هو وتارة أخرى كما يرغب الآخريين).

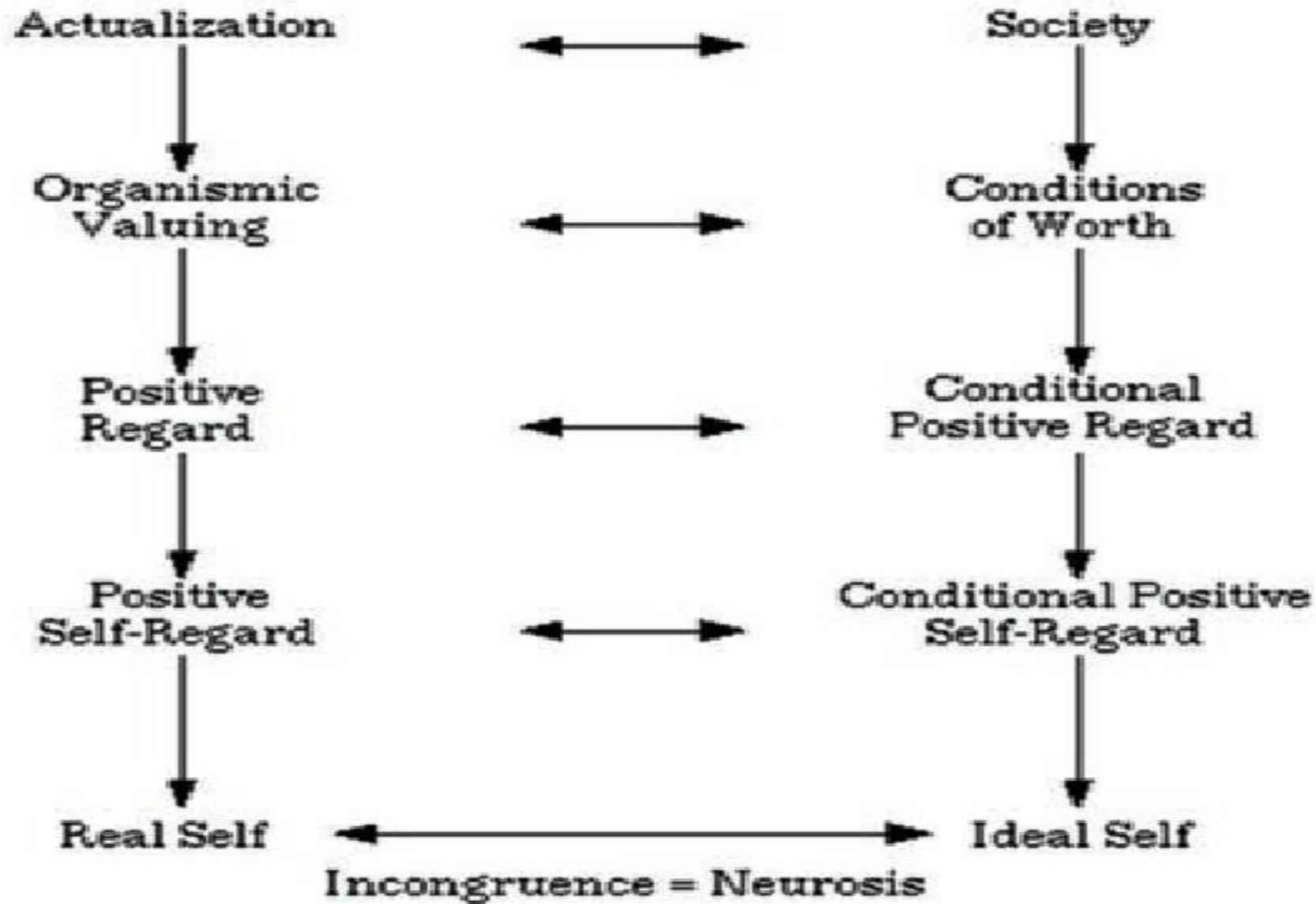


Figure 2. Actualizing Tendency. Adapted from “Personality theories: Carl Rogers.” by C. G. Boeree, 2006, retrieved February 13, 2013, from <http://webpace.ship.edu/cgboer/rogers.html>.

❖ فكرة عامة عن العلاج المتمركز حول العميل:

يعتبر العلاج المتمركز حول العميل من أشهر العلاجات و أنجحها وهذا لأنه يتميز بـ :

. طريقة واضحة وخالية من التعقيد

. تحتاج لزمان قصير لإنهاء العلاج.

. في البداية كان يطرح السؤال التالي في العلاجات:

كيف يمكن أن نغير هذا الشخص ونبحث عن حلول؟

أما في هذا النوع من العلاجات فالسؤال هو:

كيف يمكن أن نوجد أو نخلق علاقة أو جو مناسب؟ يمكن من خلاله أن يحقق هذا الشخص نموا أفضل

ويتغير بنفسه.

. هدف العلاج المتمركز حول العميل هو ليس فقط حل المشكلة وإنما محاولة خلق تطابق بين:

➤ مفهوم الذات الواقعية

➤ مفهوم الذات المثالية

➤ مفهوم الذات المدركة

➤ مفهوم الذات الاجتماعية

. من شروط استخدام هذا النوع من العلاج ما يلي:

-نضج وتفهم العميل

-لا ينفع مع كل اضطرابات الشخصية .

- على الأقل يكون العميل متوسط الذكاء .

-أن يتمتع بطلاقة لفظية.

- يستخدم في حالة الاستشارات النفسية والإرشاد الأسري.

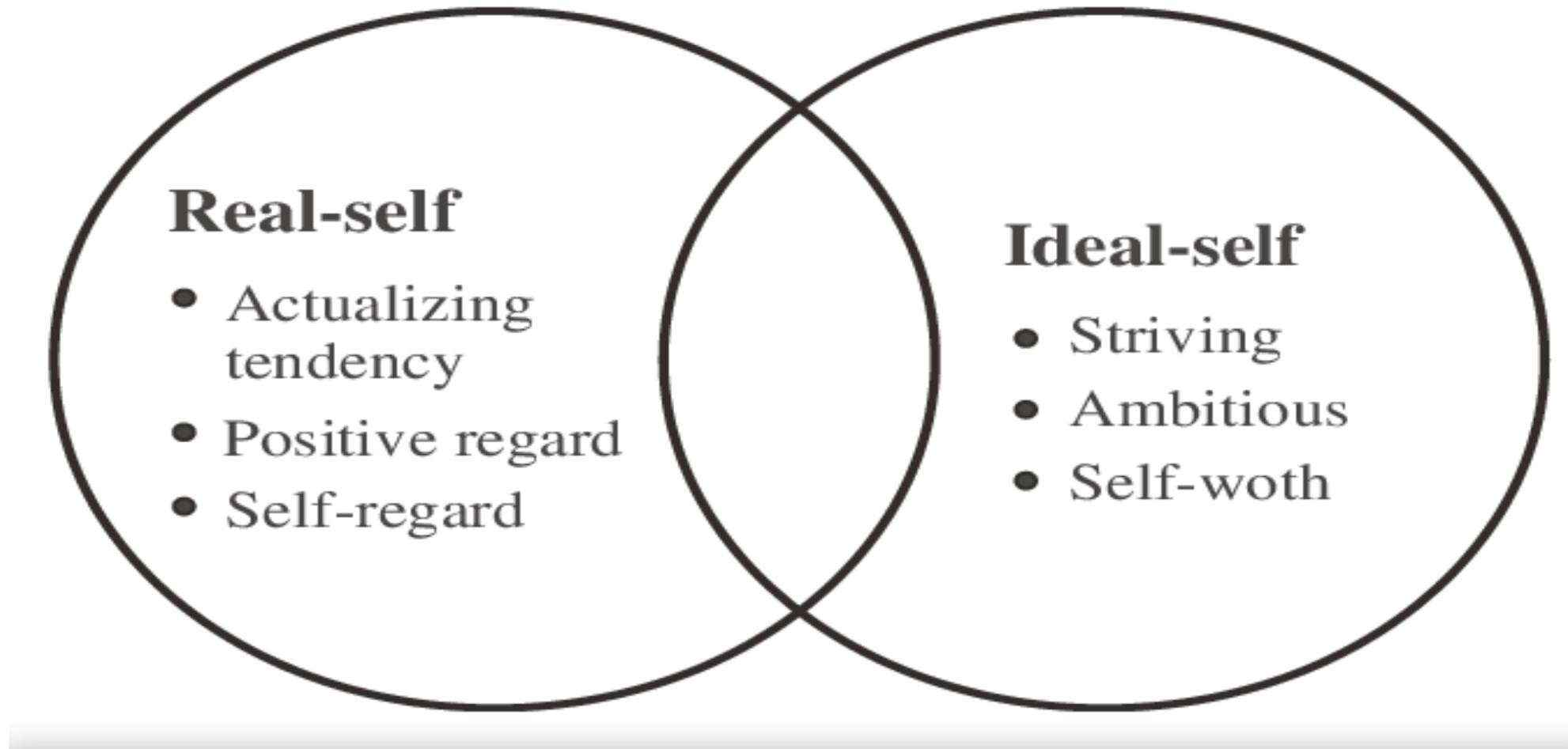


Figure 1. Rogers' Self Theory. Shaded area represents the congruency between real-self and ideal-self