

بسم الله الرحمن الرحيم

الكلية : التربية

القسم : التربية وعلم النفس

البرنامج : الماجستير في التوجيه والإرشاد النفسي

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة الملك فيصل

ملف مقرر

نظريات التوجيه والإرشاد النفسية



المشرف : د / صلاح عراقي

التاريخ : ٥ / ٥ / ١٤٣٣ هـ

٢٥ / ٣ / ٢٠١٢ م

إعداد الطالب : بدر سعود العواد .

الرقم الأكاديمي : ٢١٢٥٠٤٤٥٠

الكلية : التربية
القسم : التربية وعلم النفس
البرنامج : الماجستير في التوجيه والإرشاد النفسي

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الملك فيصل

إسم المقرر = نظريات التوجيه والإرشاد النفسي (إجباري) رقم المقرر = ٢١٠٦٠٣
رمز الـ CRN = ٤٥٠٤٣
عدد ساعات = ساعتان
التوقيت = الإثنين الساعة (٣,٠٠ إلى ٥,٠٠) مساءً المكان = قاعة بث ١٠ مشترك
الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ١٤٣٢ - ١٤٣٣ هـ

أهداف المقرر :

- ١ - معرفة المفاهيم الأساسية في الاتجاهات النظرية للإرشاد والعلاج النفسي وكيف تفسر هذه الاتجاهات السلوك الإنساني .
- ٢ - توضيح الإجراءات والأساليب العلاجية لكل اتجاه من الاتجاهات النظرية في الإرشاد والعلاج النفسي
- ٣ - تطبيق الأساليب الإرشادية والعلاجية لكل اتجاه من الاتجاهات النظرية في الإرشاد والعلاج النفسي .
- ٤ - معرفة المفاهيم الأساسية في الاتجاهات النظرية للإرشاد والعلاج النفسي وكيف تفسر هذه الاتجاهات السلوك الإنساني .
- ٥ - معرفة الإجراءات والأساليب العلاجية لكل اتجاه من الاتجاهات النظرية في الإرشاد والعلاج النفسي .
- ٦ - أن يتدرب الطلبة على الأساليب الإرشادية والعلاجية لكل اتجاه من الاتجاهات النظرية في الإرشاد والعلاج النفسي .

مقدمة :

- ماهية النظرية في الإرشاد .
- أهمية النظرية في الإرشاد .
- الأسئلة التي يجب أن تجيب عليها النظرية .

الاتجاه المعرفي المباشر :

- النظرية العقلاني الانفعالي .
- نظرية بك في الاكتئاب .
- العلاج الواقعي .
- نظرية السمات والعوامل .
- تطبيق الأساليب الإرشادية والعلاجية لكل نظرية من قبل الطلبة

الاتجاه التحليلي :

- النظرية التحليلية الكلاسيكية .
- النظرية التحليلية المحدثّة .
- أدلر
- سوليفان
- تطبيق الأساليب الإرشادية والعلاجية لكل نظرية من قبل الطلبة

الاتجاه السلوكي :

- المفاهيم الأساسية .
- وولبي والعلاج النفسي .
- دولارد وميللر (نظرية التعزيز) .
- تطبيق الأساليب الإرشادية والعلاجية لكل نظرية من قبل الطلبة

نسبته من التقويم النهائي	الأسبوع المحدد له	مهمة التقويم (كتابة مقال ، اختبار ، مشروع جماعي ، اختبار نهائي الخ)
% ٢٠	السادس	البحوث والتقارير
% ٢٠	السابع	الاختبار الأول
% ٥٠	السادس عشر	الاختبار النهائي

المراجع:

- ١ - باتريسون (١٩٩٥) الإرشاد النفسي والعلاج النفسي - النظرية والتطبيق - ترجمة مرسى ، سيد عبد الحميد ، مكتبة وهبة القاهرة .
- ٢ - باتريسون (١٩٩٠) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي - ترجمة حامد الفقي دار القلم للنشر والتوزيع الكويت .

الفرق بين (الإرشاد النفسي X العلاج النفسي)

العلاج النفسي	الإرشاد النفسي
-تطبيقاته أشمل -يحتاج فترة أطول -يتعامل مع المشكلات الأكثر شدة -المشكلة هنا قد نالت أكثر من جانب من جوانب الشخصية -يعيد بناء الشخصية -غير الأسوياء -غالباً ما يكون في العيادات النفسية	-مدته قصيرة -يتعامل مع المشكلات البسيطة -المشكلة نالت جانب من جوانب الشخصية -تدعيمي تثقيفي للحالة -يشمل الأسوياء وغير الأسوياء -يحدث في أماكن عدة كالمدارس والمستشفيات والأندية والشواطئ والعيادات والمراكز ... الخ

ج/

إن نظريات الإرشاد النفسي هي نفسها نظريات العلاج النفسي أو بعبارة أخرى إن أساليب الإرشاد هي نفسها أساليب العلاج . إذا الإرشاد النفسي والعلاج النفسي وجهان لعملة واحدة لأنهما يتعاملان مع الإنسان والسلوك الإنساني ، أي أن موضوع الدراسة لهما واحد وهو الإنسان .

تعريف النظرية:

مجموعة من المبادئ والقوانين المهمة بتفسير مجموعة من الظواهر أو الشخصية أو الأمراض النفسية ثم بيان العلاقة بينها . خلاصة ما قام به الباحثون في مجال السلوك الإنساني وطبيعته سواء فيما يتعلق بسبل تعديل السلوك والأسباب المتوقعة للسلوك وما يجب على المرشد اتباعه لتحقيق ذلك .

مراحل بناء (وضع) النظرية :

- 1- الإحساس بوجود المشكلة : وهنا غالباً ما يلفت نظر العلماء الظواهر النادرة أكثر من الظواهر العامة مثال : نيوتن وسقوط التفاحة .
- 2- تحديد المشكلة : من الضروري هنا معرفة طبيعة وسبب المشكلة ، والمشكلة قد تظهر بشكل رمزي أي قد تتخفى ولا تعبر عن حقيقتها ولا بد أن يبحث المرشد عما يرمز له المرض أو الاضطراب النفسي . مثال : قصة الفتاة الجميلة التي تأخرت في الزواج بسبب رفضها للمتقدمين والحكة الجلدية التي أستحدثتها " مصالحة بين الغريزة والمجتمع " .
- 3- وضع فروض لحل المشكلة :
- 4- الوصول للنتائج : القوانين والمبادئ التي يمكن بها تفسير الظاهرة .

خصائص النظرية الجيدة:

- 1- الوضوح : سهولة الفهم لقارئ أو الدارس أي يكون لها تصور واضح عن السلوك وكيفية تغييره وتعديله والنتائج النهائي في العملية الإرشادية .
- 2- الشمولية : وهي القدرة على تفسير مختلف الظواهر السلوكية .
- 3- القابلية للبحث والتحقق . في الممارسة الإرشادية .
- 4- القابلية للتطبيق والدراسة .
- 5- تحقيق الفائدة العلمية .
- 6- أن تستثير أفكار بحثية أي تؤدي إلى بحوث أخرى

أساليب تقديم الخدمة الإرشادية والعلاجية :

١. **أسلوب تدعيمي** : ويتم فيه تقديم تدعيم اجتماعي أو انفعالي وهو خاص بالإرشاد النفسي .
٢. **أسلوب الاستبصار وإعادة التعلم** : ويتم عن طريق التعلم والاكتساب ويهدف إلى توصيل الفرد إلى الوعي بالمشكلة .
٣. **أسلوب الاستبصار والبناء** : وهو يخص العلاج لأن الشخصية انهدمت وتحتاج إلى إعادة بناء للشخصية وهنا تكون المشكلة شديدة .

ملاحظات :

الأساليب المذكورة تتوزع على كلاً من الإرشاد والعلاج النفسي ولكن تظل نظريات الإرشاد هي نفسها نظريات العلاج ليس هناك أسلوب إرشادي أو علاجي إلا ويستند على أساس علمي " أي إلى النظرية " مثل الإرشاد العقلاني الانفعالي ويستند إلى النظرية العقلانية الانفعالية لأليس، والعلاج المعرفي يستند إلى النظرية المعرفية لبك. هناك نظريات متعددة متنوعة تناولت الشخصية وذلك لتعقد الشخصية أي أنها مركبة أي أن جوانبها متعددة ومتراصة وتؤثر في بعضها البعض فلا يمكن لنظرية واحدة أن تلم بجميع جوانب الشخصية مثل النظرية السلوكية والنظرية المعرفية وغيرها .

٤	٣	٢	١
النظرية المعرفية	نظرية الاتجاه الإنساني	النظرية السلوكية	نظرية التحليل النفسي

أولاً: التحليل النفسي

تعتبر هذه النظرية أولى النظريات في علم النفس صاحب هذه النظرية فرويد وهي نظرية دينامية أو سيكودينامية ، وقد قدمت إسهامات جلية في مجال علم النفس والعلاج النفسي ، ومنهج في البحث لدراسة السلوك، كما يستخدم فرويد الطريقة الكلاسيكية.

تعتبر أول نظرية علمية منظمة وضعت الأسس ومبادئ لفهم الشخصية الإنسانية وتطور ونمو الذات وتطور للسلوك السوي وتطور السلوك الغير سوي .

بدأت النظرية كطريقة للعلاج والإرشاد ثم ثم ما لبثت أن أستحدثت نظرية في علم النفس بعكس باقي النظريات حيث أنها

بدأت كنظرية ثم استحدثت طرق العلاج والإرشاد ؟ **كيف ذلك**

أن الإنسان في نظر هذه النظرية عدواني وشهواني تتحكم به الغرائز بنوعيتها .

ففرويد أول محلل نفسي أستطاع الدخول إلى أعماق النفس الإنسانية والدخول إلى اللاشعور وفهمها ونقلها إلى الشعور

ففي النصف الثاني من القرن التاسع عشر انتشرت الهستيريا تم عمل مؤتمر شارك فيه فرويد مع أحد الباحثين وقدموا

حالة استخدموا معها **التنويم المغناطيسي** ، ثم بعد فترة التقى فرويد مع عالم آخر يعتمد في العلاج على استخدام **الإيحاء** ،

وبعد ذلك استخدم أسلوب التنفيس الانفعالي التي عمد فرويد وعمل على تطويرها وسماها **التداعي الحر** ثم بدأ بإدخال

بعض المبادئ والمفاهيم خلال تلك الفترة بما يقارب الـ ١٠ سنوات كَوْن فرويد طريقة في العلاج أسماها **التحليل النفسي**

وبدأ يكون تصور نظري عن الشخصية أو مراحل نمو الشخصية . (هكذا بدأت الطريقة كعلاج ثم تحولت إلى نظرية).

مسلمات الطبيعة الإنسانية عند فرويد

١ أن مرحلة الطفولة لها تأثير كبير في سلوك الفرد في المرحلة التالية وخاصة مرحلة الست سنوات الأولى ويكون لها تأثير كبير في تكوين شخصية الفرد مستقبلاً .

٢ أن الدوافع الغريزية هي التي تحدد سلوك الفرد (محددات أساسية للسلوك) .

٣ أن معظم سلوك الفرد تحكمه محددات لا شعورية

أنواع الدوافع

١ -	لا يقصد بالدوافع الأولية تلك الدوافع التي يكتسبها الفرد من بيئته عن طريق الخبرة والمران والتعلم ، وإنما هي عبارة عن استعدادات يولد الفرد مزوداً بها و لهذا فهي تسمى أحياناً بالدوافع الفطرية أو الدوافع البيولوجية، كالاكل والشرب والجنس والنوم والحاجة إلى الأكسجين. مثال/ الحاجات البدنية (الدوافع) هي المصادر الرئيسية للطاقة الغريزية فمثلاً الأحساس المادية للجوع تنشئ الحاجة الى الطعام وذلك بتزويدها بالطاقة و من ثمَّ توجه هذه الطاقة الغريزية العمليات النفسية الخاصة بالإدراك والتذكر ، فيقوم الإنسان بالبحث عن الطعام ، ويحاول أن يتذكر مكانه ، و من ثمَّ فإنَّه يخطط من أجل الحصول عليه.	الدوافع الأولية أو الفطرية أو البيولوجية
٢ -	وهي التي تنشأ نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة والظروف الاجتماعية المختلفة التي تعيش فيها، الحاجة إلى الامن والمحبة والتقدير والنجاح والحرية والانتماء وتحقيق الذات .	الدوافع الثانوية

مستويات الشعور (الجهاز النفسي)

١	هو منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الداخلي والخارجي ، فيرى فرويد أن الشعور عبارة عن شريحة صغيرة جداً من العقل البشري ، فالوعي الشعوري جزء صغير جداً من حياة الفرد العقلية ، فالفرد يشعر بالبرد والدفئ ويعي وجود المكتب والحاسوب.	الشعور
٢	ويتضمن الذكريات والأحداث والتجارب التي يمكن تذكرها بجهد قليل مثل امتحان سابق تقدّم له الفرد ، فما قبل الشعور يكون جسراً من العقل المدرك الواعي ، أي أنّه يحتوي على ما هو كامن أي أنّه لا يكون في الشعور ولكنّه متاح و يسهل استدعاؤه إلى الشعور مثل الذكريات.	ما قبل الشعور
٣	ويكون معظم الجهاز النفسي ، ويذكر فرويد على أن اللاشعور وعاء يشتمل على الذكريات المهددة للشخصية الواعي ويخزن فيه كل الخبرات والدوافع والغرائز التي لا نستطيع الوصول إليها ويجب أن تدفع وتطرّد بعيداً مثل المشاعر الجنسية والعدوانية نحو أحد الوالدين وآلام الطفولة المنسية والإساءات والحاجات والدوافع التي يكون الأفراد غير واعيين لها ، فاللاشعور لا يمكن دراسته وفهمه إلا من خلال التالي: أ - الأحلام: وهي تمثيل رمزي للحاجات اللاشعورية المكبوتة والأمنيات والصراعات والتناقضات ، ويتم من خلال تفسير الأحلام التي تتضمن خيالات تمثل حاجات ورغبات وصراعات لا شعورية عديدة . ب - زلات اللسان والنسيان : كنسيان إسم شخص مألوف لديك ، أو عندما ينادي شخص ما زوجته بإسم صديقة سابقة له ، فإن الإسم الذي نطقه يمثل نوع من الرغبات والصراعات. ج - إيماءات واقتراحات .	اللاشعور

مكونات الشخصية (الجهاز النفسي) عند فرويد

١	هو مصدر الطاقة الجنسية والشهوات والغرائز وهو فطري وغريزي وموروث يسد الإشباع بأي شكل كان ويعمل وفق مبدأ اللذة .	الهو
٢	هي اتصال مباشر مع العالم الخارجي فهو الجزء التنفيذي الذي يتحكّم وينظم و يسيطر على الشخصية وهو جسر عبور يحاول التوفيق بين متطلبات الهو ومتطلبات الأنا الأعلى ويعمل وفق مبدأ الواقع .	الأنا
٣	هي الضمير وسلطة الوالدين وقيم المجتمع والقيم الأخلاقية وهو الذي يكبح اندفاعات الهو خاصة الجنسية منها والعدوانية ويعمل وفق مبدأ الأخلاق والنبيل .	الأنا الأعلى

المفاهيم الهامة في نظرية التحليل النفسي :

المفهوم	التعريف
١ صدمة الميلاد	وهي الفترة التي يعيشها الطفل منذ انفصاله عن رحم أمه وتسمى أيضاً (صرخة الميلاد) أهتم بها التحليل النفسي الفرويدي ويرى أنها تعبر عن المعاناة التي يعيشها المولود عند انفصاله عن رحم أمه بعد أن كان مسترخياً ويحصل على كل حاجاته دون عناء وهو في الرحم . هناك صدمة أخرى يعيشها الطفل أيضاً عند بداية الدخول للمدرسة حيث يعيش حالة تسمى (قلق الانفصال عن الأم) . أما الأولى فهي (قلق الانفصال عن رحم الأم)
٢ الغرائز	"عبارة عن قوة يُفترض وجودها وراء جميع التوترات و حاجات الإنسان ، وتهدف الغرائز إلى القضاء على التوتر ، ثم إنها هي التي تحقق الإشباع وتخدم البقاء للإنسان والعنصر البشري" وحددها فرويد في غريزتين وهما :
أ غريزة الحياة	اعتبر إن الإنسان يستخدم غريزة الحياة في البناء والإضافة والعطاء والانجاز في مجالات الحياة المختلفة وتسمى أيضاً (غريزة الحب) وتسمى أيضاً (غريزة الايروس Eros)
ب غريزة الموت	وسماها (غريزة العدوان) وهدفها هدم ما تم بناؤه وإنجازه عن طريق غريزة الحياة . بعبارة أخرى غريزة الموت هدم وإفناء وإنهاء ما تم بناؤه وإنجازه عن طريق غريزة الحياة .
٣ الليبيدو	طاقة نفسية (جنسية) ولولا هذه الطاقة ما استطاع الانسان التعبير عن حاجاته وتتنوع الطاقة على:
أ - الهو وهي الرغبات والشهوات	ب - الأنا وهي تمثل واقع الإنسان ج - الأنا الأعلى وهي القيم والأخلاق

الصراع بين مكونات (منظمات) الجهاز النفسي وتكون الشخصية السوية أو اللاسوية :

عادة ما ينشأ أو يحدث الصراع بين منطمتين أو أكثر ولا يحدث الصراع داخل المنظمة الواحدة ، فقد يكون الصراع بين (الهو والأنا) أو (الهو والأنا الأعلى) ، أو (الأنا والأنا الأعلى) ، وذلك لأن كل الرغبات والشهوات مبدؤها واحد والقيم والأخلاق مبدؤها واحد ولكن الدوافع قد تختلف مع العادات والتقاليد أو عن القيم والأخلاق .
عندما يحدث الصراع بين منظمات الجهاز النفسي الذي يحدد لمن يكون الانتصار هو الطاقة النفسية ، فإذا كانت الطاقة أقوى في (الهو يكون الفرد شهواني ضعيف الشخصية) ، وإذا كانت في (الأنا أو الأنا الأعلى تكون الشخصية قوية) لأنها ترد الغرائز ، وفي ضوء ذلك يبدأ الفرد في النمو والاضطراب أو الاختلال في ضوء هذه النظرية لابد أن يعدل أو يعاد توزيع الطاقة النفسية بحيث تكون في (الأنا أو الأنا الأعلى) للوقوف أمام الغرائز (الهو) .
يحدث التوتر في حالة الصراع بين الأنا والهو أو الأنا والأنا الأعلى .
القلق مركز العصاب ومحوره فيعتبر القلق اشارة انذار بوجود ما يهدد الشخصية من خطر فيحتاج الفرد للتوجيه والإرشاد يستخدم الفرد الدفاعات نتيجة لوجود توتر او قلق ،

نظرية التحليل النفسي في الإرشاد :

هي عملية إرشادية أو علاجية يتم فيها اكتشاف المواد المكبوتة في اللاشعور ، وهي مكبوتات أو مكونات في الشخصية وتمثل خبرات مؤلمة ودوافع غريزية متصارعة يشعر فيها الإنسان بالتهديد والصراع القوي .
وفي العلاج يتم تحويلها من اللاشعور إلى الشعور عن طريق طرق العلاج والإرشاد بالتحليل النفسي وهي .

٣	٢	٢	١
الاختبارات الإسقاطية	تأويل وتفسير الأحلام	الطرح	التداعي الحر

الغرائز الجزئية

تكلم التحليل النفسي عن ستة غرائز جزئية وقال أنها تنمو من لحظة الميلاد وقد اختصرتها في (سم) (إن) (فن) :

المرجسية	الضمية	النظرية	الإستعراضية	المازوخية	السادية
----------	--------	---------	-------------	-----------	---------

المازوخية

وهي غريزة يتلذذ فيها الفرد من إيلاام الآخرين له أو من تعذيب الآخرين له وهي عكس السادية أي أنه لا يشعر بالإشباع إلا بإيقاع الألم عليه (يظهر في الانحرافات الجنسية بحيث (لا يشعر أو يشعر) باللذة إلا بإيقاع الألم الشديد عليه أو عليها)

السادية

وهي غريزة يتلذذ فيها الفرد بإيلاام الآخرين أو إيقاع الألم على الآخرين أي لا يشعر بالإشباع إلا بإيقاع الألم أو الجزاءات على الآخرين ، ويتلذذ أكثر عندما يرى العذاب أو الألم في عيون الآخرين (وتظهر عند الشخصية العصابية القهرية والوسواسية)

العلاقة بين السادية والمازوخية :

يولد الإنسان وبداخله الغريزتين (السادية) و (المازوخية) وتكون الذكورة والأنوثة راجعه إلى سيادة أحد الغريزتين بغض النظر عن الصفة التشريحية للفرد أو بعبارة أخرى يكون جنس الفرد بسيادة أحد هاتين الغريزتين بغض النظر عن التشريح الأساسي للفرد .

- إذا كانت السادية هي السائدة يكون الفرد ذكر بغض النظر عن الوضع التشريحي .
- إذا كانت المازوخية هي السائدة يكون الفرد أنثى بغض النظر عن الوضع التشريحي .
- يسعى الفرد للارتباط بالطرف الآخر الذي تظهر عليه الصفات الغريزية المتنحية لديه .

النظرية

هي غريزة عند الفرد يستخدم فيها حاسة البصر للتركيز على مواطن الإعجاب أو الفتنة في الطرف الآخر

الإستعراضية

هي الميل إلى اظهار مواضع القوة أو الاعراء التي يمتلكها الفرد أمام الآخرين مثل الأشخاص الذين يبرزون محاسنهم أو مفاصلهم الجسمية في الشارع أو على الشواطئ ليلفت انتباه الآخرين . وليس هناك استعراضية دون نظرية أي أنهما غريزتان مرتبطتان

الضمية

هي غريزة تعبر عن ميل الفرد إلى التلذذ عن طريق استخدام الشفاه أو المص أو القبض على الأشياء بالشفاه وهي غريزة موجودة عند الحيوان أيضا ، هذه الغريزة تولد مع الطفل مثل مص الحليب من ثدي الأم دون تعلم ولكن الفرق أن الطفل تطول فترة رضاعته من أمه أما الحيوان عندما يشعر بالشبع بيتعد عن أمه قضم الشفاه لا تدخل في الضمية وضع فرويد الشفاه من المناطق الشبقية التي تستثار بمجرد تحريكها حيث قد يتم اشباع رغبات جنسية من خلال الشفاه

المرجسية

وهي حب الذات وعشقها والتمركز حولها . وجاءت هذه التسمية من قصة الأمير الذي كان ينظر في الماء ورأى صورته وأعجب فيها فاقترب منها حتى سقط في الماء وغرق ونبتت مكانه زهرة النرجس فسميت هذه الغريزة المرجسية . الطفل الذي تنمو لديه هذه الغريزة من خلال تمركزه حول ذاته في الطفولة المبكرة وتتطور في ضوء الخبرات التي يمر فيها فتكون :
إما سوية (يحافظ على ذاته ويعتز بها) . أو مرضية (احتقار وانتقاد للذات وإهانتها) .

طريقة التحليل النفسي في الإرشاد (فنيات التحليل النفسي) :

عادة يبدأ المحلل بالاستماع بشكل اساسي الى بعض المعلومات عن المريض ويعطي المريض معلومات عن مدة الجلسات وأهمية الجلسات . ويعتبر العلاج بالتحليل النفسي مكلف للمريض لأنه طويل الامد ، وغالبا نستخدمه في الحالات التي يكون فيها اضطراب كامل للشخصية وهذا الهدم في الشخصية نظرا لأنه استمر لمدة طويلة أصبح يؤثر على مجالات حياة الفرد واثّر على الوظائف النفسية للمريض فلا يمكن علاجها بسهولة وسرعة مثل الارشاد السلوكي او المعرفي او المتمركز حول الذات حيث ان هذه الاساليب غالبا فيها شفاء المريض وهي لا تبحث عن اسباب المرض .

في التحليل النفسي يكون المريض مسترخي على أريكه والمعالج يجلس في جواره او خلفه لكن لا بد ان يرى المعالج المريض بشكل كامل . غالبا المرشد في التحليل النفسي لا يستخدم ادوات تسجيل ويعتمد على الذاكرة . بعض المحللين الجدد يستخدمون التسجيل بعد اذن المريض لكن لا يحبذ هذا لان التسجيل قد يعوق المريض عن التداعي الحر خوفاً من اطلاع احدا على المسجل . في جلسة الارشاد يكون هناك تسامح كامل من قبل المحلل فيقوم بإقامة علاقة إرشادية دينامية بينه وبين المريض وتقوم هذه العلاقة على اساس :

التقبل :

تقبل المعالج للمريض بغض النظر عن الاتجاهات المتحررة لدى المريض المريض هو انسان له حق التقبل والتقدير والاحترام فهذا يدفع كل المرضى بان يبوحوا بكل ما لديهم من اتجاهات . وهذا التقبل لا يعني ان اوافق على الاتجاهات او السلوكيات الشاذة . المعالج لا يقوم بدور الرقيب او الناقد فهو يضع مشاعره جانبا ويبدأ مستمع وملاحظ جيد وماهر في ادارة الجلسة العلاجية . فهو لا يجاري او يساير المريض في مشاعره سواء كان حب او كره تجاه المعالج على المعالج ان يقوم بتهيئة جو يساعد في اكتشاف شخصية المريض يبدأ المريض بالتداعي الحر (العمود معرفي) فالفنية الاولى هي التداعي الطليق الذي يستمد طاقته من مبدأ الحتمية ان يترك المريض العنان لمشاعره وأحاسيسه حتى وان كانت تافهة او غير ذات اهمية وان يكون المريض تلقائي على طبيعته ويتحدث دون قيود او رقابة دور المحلل هو ان يكون منصتاً ومتبعاً لما يقوله وما يفعله من انفعالات في الوجه والجسد . لغة الجسد تكشف الكثير من اسرار الشخصية والتحليل النفسي غالبا ما يكون فردي لغة البدن تحمل في طياتها الكثير من انماط الشخصية . الحتمية النفسه: ما من سلوك الا وراءه سبب نفسي مثل زلات اللسان .

التفريغ الانفعالي :

ويحدث أثناء التداعي الحر تفريغ انفعالي عادة ما يصاحب التعبير عن الأحداث والخبرات المكبوتة ويتمثل في إرتفاع درجة القلق أو إحمرار الوجه أو البكاء .

الطرح او التحويل :

يصاحب التداعي الحر طرح المريض لمشاعره وانفعالاته على الشخص المعالج فإذا كانت مشاعره موجبه يطرحها على المعالج اما اذا كانت سلبية وكراهية تحولت على المعالج وكره المريض المعالج نتيجة لمشاعره السلبية . الطرح والتحويل يستمد قوته من الحيادية : أي ان المعالج يكون حيادي فلا يستجيب لمشاعر المريض أي ان المعالج لا يجاري المريض .

اسباب وجود الحيادية :

- ١ - الامتناع عن الاشباع
 - ٢ - عدم وجود خبرة سابقة بين المعالج والمريض
- حب ومشاعر المريض تجاه المعالج طاقه يسخرها المعالج في علاج المريض في الطرح المضاد يعمل المعالج في جعل هذا الطرح يتحول الى طرح موجب فتحليل الطرح الموجب او السالب يحتاج الى وقت ويعتمد على خبرة المعالج وقدرته في ادارة الجلسة الارشادية وفي كل الجلسات يستطيع المعالج التغلب على هذا الطرح والطرح عنصر من عناصر المرض النفسي أي انها مشاعر تجاه الآخر مثل العدوان او الغضب تجاه الآخرين الطرح الموجب أي ان المريض يظهر مشاعر الحب المفرط في المعالج احيانا يحدث فترات صمت مثل التوقف عن الكلام او القيام ببعض الحركات او الانتقال من موضوع لآخر دون وجود أي علاقة بين الموضوعين يطلق فرويد على هذه التصرفات بـ المقاومة .

المقاومة :

المقاومة عملية تدل وتشير الى استمرار المريض للدفاعات في عملية العلاج ولها وظائف فالتشخص بحمي نفسه من مواجهة القلق .

وتحدث اثناء عملية التحليل النفسي من المريض مقاومه وهو سلوك سلبي وهي رغبة مرضية .
من المكاسب الثانوية للمرض لان المريض يستمر في اعراض المرض رغبة في عطف الاخرين .

مثال : يرغب الزوج المريض بالاستمرار في اظهار اعراض مرضه رغبة بالاهتمام من قبل زوجته أو من الآخرين فلا يأخذ العلاج مثلاً مما يعوق عملية التحليل والاستمرار في الارشاد .

من طرق المقاومة قد يصمت المريض عند تكرار الخبرة الاليمة فيشعر بالذنب والقلق الخطير بالتالي الصمت الطويل يمثل حماية من مواجهة المخاطر والقلق ولكن هذا الصمت قد يعيق عملية الارشاد ، خاصة ان هذه الخبرات من مفهوم الذات خبرات اليمة ومحرجه . ،وهذه الخبرات تعترض عملية التداعي الحر ، لذا لابد على المرشد او المعالج ان يتوقف لان المريض اقرب من صميم ولب المشكلة الاساسية ، أي ان الصمت وعدم التداعي له دلالة خاصة يجب تفسيرها من جانب المحلل ونعتمد على الحتمية النفسية فلا نعزل هذه المقاومة من شخصية المريض ،

عند محاولة المحلل لتحليل **المقاومة** والقضاء عليها وإضعافها ولفت نظر المريض اليها وتفسيرها يستطيع المحلل ان يحول الصمت الى تعاون عن طريق اتاحة الفرصة له للتعبير والتحدث عن الخبرات المؤلمة دون دفاعات .
لا نقدم تفسير ولا نتدخل في المريض فلا بد ان يشعر المريض بحد أدنى من القلق ، لأنه عندما يأتي المريض للمرشد مدفوعاً من قبل والديه دون ان يشعر بالقلق فهو يرى انه ليس في حاجة للإرشاد فلا يتحدث عما بداخله .

تفسير الأحلام :

من الفنيات المساعدة والمهمة جداً في التحليل النفسي وخاصة الاحلام التي تتكرر في الفترة باستمرار يرى فرويد ان **الحلم** هو الطريق السلطاني الى اللاشعور ويرى أيضاً ان تأويل الاحلام هو الطريق الممهد والسريع لمعرفة اللاشعور بداخل الفرد ان تفسير الاحلام في الجلسات الارشادية يكون في جلسة متقدمة فقد يكون في الجلسة الـ ٢٠ مثلاً حتى يكون للمرشد قدر كاف من المعلومات عن الفرد فيفسر الحلم في ضوء خصائص الفرد وفهم شخصيته الحلم رغبة لا يستطيع الفرد اشباعها في اليقظة لأنه قد يكون غير مقبول اجتماعياً حيث تكون الانا قوية في اليقظة وتكون في أضعف حالاتها في النوم أي ان الرغبة تظهر في صورة اخرى غير الصورة الحقيقية (متخفية) مما يؤدي الى الاشباع الرمزي أي ان هذا الحلم عبارة عن رموز ويستطيع المرشد ان يفسر هذه الرموز بناءً على شخصية الفرد وتزداد الرمزية تعقيداً كلما كانت الرغبة لاشعورية ويصعب التعبير عنها في اليقظة .

المضمون الصريح للحلم : يشير الى الرموز .

المحتوى الصريح في الحلم هو ما يردده الشخص بعد القيام من النوم ويرتبط بالخبرات السابقة

المضمون الكامن للحلم : يشير الى الدلالات .

المحتوى الباطن الكامن هو ما يحاول المرشد تفسيره ومعرفة دلالات الحلم

الكوابيس :

بدايته حلم لكن الفرق بينه وبين الحلم هو في تحقيق الرغبة أثناء النوم حيث أن الحلم تتحقق الرغبة بينما في الكابوس يستيقظ النائم من نومه مذعوراً مما يؤدي الى فزعه وتوتر نفسيته .
أما إذ لم يوجد أحلام ولا كوابيس ينام الفرد مطمئن البال .

مثال : الأبن الذي يكره أباه فعندما يرى في المنام أنه يحاول أن يقتل أباه ويقتله (تحققت الرغبة التي يصعب تحقيقها في الواقع هذا نسميه (حلم) .

أما إذا أستيقظ قبل أن يقتل أباه أي أنه من الصعب تحقيق ذلك حتى أثناء المنام فإن هذا نسميه كابوس والأنا عند هذا الشخص قوية .

وسائل اخراج الحلم في نظرية التحليل النفسي:

الوسيلة	المقصود
١ الحذف	أي ان المحلل يحذف اجزاء من الحلم ليس لها علاقة
٢ التكثيف	العناصر المنفصلة عن بعض في الحلم نربطها ونكون منها وحده او مجموعه أي ان تكون عناصر الحلم متفرقة فاربطها ببعضها .
٣ الادمج	مجموعه من العناصر ادمجهم مع بعض حيث اضع كل عنصر مع المجموعه المناسبة له أي ان تكون هناك عناصر متكرر تدخل ضمن مجموعه واحده مثل سقوط من شجرة او سقوط من درج
٤ النقل	اثناء الحلم يمكن الحالم ينقل انفعالاته من شخص الى شخص اخر أي من الشخص الحقيقي الى الشخص الذي ظهر في الحلم مثل ان ترغب البنت بزواج مثل ابوها فتحلم انها تزوجت ابوها
٥ الحلم المسرحي الأخراج للحلم	أي اخراج الافكار في الحلم الى صور ذهنيه بصريه
٦ التعبير الرمزي	يجب اظهار موضوعات ومواقف الحلم في صور رمزيه مثل : السباحه ترمز الى الدم يرمز الى بحيث ان تكون هذه الصور لا تسبب انفعال شديد للشخص بعد ذلك يتم تفسير الحلم ويصبح تفسيره مقبولاً ومنطقياً بعض المفسرين مثل يونغ يعتبر الحلم تعبير لاشعوري لا ارادي تخضع للشعور وتعبير عن ما بداخل المريض . وضع يونغ عند تفسير الحلم مستويين : _ مستوى موضوع الحلم أي الموضوعات _ مستوى ذاتية الحلم أي الخصائص الشخصية للفرد التي ادت لهذا الحلم مع هذه الموضوعات بعينها فالحلم يمثل اتجاهات المريض مع من حوله من اشخاص او احداث فتحليل الحلم يساعد في التداعي الحر ويساعد المريض في كشف الغموض في بعض الخبرات في حياته .

دور المحلل أثناء عملية الارشاد:

الانصات والملاحظة العميقة ومناقشة الاحداث وتفسير ماضي وحاضر الفرد وربطها مع بعض من خلال التداعي الحر او الطرح او تفسير الاحلام او استخدام الاختبارات وعادة يستخدم المحلل الاختبارات الإسقاطية للوصول لمزيد من المعلومات عن شخصية الفرد وعادة يستخدم الاختبارات السيكومترية لتأكيد تشخيص الحالة مما يساعده في استخدام اختبار معين مثل رورشاخ او اختبار (ت) .

من عيوب نظرية التحليل النفسي :

مكلف ويحتاج الى عدد جلسات كثيرة ووقت طويل ويحتاج الى تدريب وان يخضع المحلل لتدريب نفسي حتى لا يسقط مشاعره على خبرات المريض اثناء التفسير .

من مميزات نظرية التحليل النفسي :

تفسير المشكلة غالباً يكون مستمداً من التحليل النفسي حتى في الطب النفسي يلجأ الطبيب في تفسير المشكلات النفسية بالتحليل النفسي .

ثانياً: النظرية السلوكية

بدأت هذه النظرية في النصف الثاني من القرن العشرين وبدأت تجرب إمكاناتها في حقل الإرشاد السلوكي عام ١٩٥٥

تطورات النظرية السلوكية :

ثم أستخدمت أسلوب التحليل السلوكي

ثم أتبعته نهج العلاج والإرشاد السلوكي

بدأت بتعديل السلوك

كانت بداية النظرية السلوكية على يد العالم (واطسون).
يعتمد الارشاد السلوكي على قوانين ونظريات التعلم في العلاج والارشاد السلوكي أي أنه يتم محاولة علاج المشكلات و الاضطرابات عن طريق تعديل السلوك الرضي للمريض .

مبادئ النظرية السلوكية

١ **إن اكتساب الانسان للسلوك السوي أو المرضي يكون عن طريق التعلم :**
التعزيز الموجب يساعد على تكرار السلوك و**التعزيز السالب** يساعد في محو السلوك غير المرغوب.

٢ **السلوك المضطرب يتم اكتسابه بنفس القوانين والمبادئ التي من خلالها يتم اكتساب السلوك السوي :**
إن تكرار الخبرات تؤدي إلى اقتران شرطي لسلوك معين **مثلاً** عندما يشاهد الطفل أفلام العنف تتكون لديه خبرات متكرره عن العنف وعندها يكتسب الطفل سلوك العدوانية والعنف وحب المشاجرة مع الآخرين ،وبنفس الطريقة يكتسب الطفل السلوكيات السويه وذلك بتكرار الخبرات السوية .
إذن أي خبرة ترتبط بسلوك بعينه تؤدي إلى اقتران شرطي لهذا السلوك .

٣ **العناصر السلوكية المضطربة تمثل نسبة قليلة بالنسبة للسلوك الكلي وهذا يعتمد على دوام وشدة الخبرات :**
مثل الطالب المتأخر دراسياً ليس بالضرورة أن تكون لديه سلوكيات عنف أو عدوانية فقد يكون ضعيف دراسياً ولكن سلوكه سوي وغير عدواني .
وهذا مبدأ هام في النظرية السلوكية الارشادية وهو منتشر في حياتنا اليومية العامة حيث أن تكرار الخبرات يؤدي إلى تكرار السلوك وثباته **مثال :** عندما يستمع الأب لابنه ويناقشه ويصغي إليه فإن ذلك يؤدي إلى احترام الطفل للأشخاص الأكبر منه ويكون أكثر ثقة في نفسه
الطفل عندما يتعرض للضغط النفسي والعنف في مرحلة الطفولة ممكن أن يؤدي الى صمود وصلابه في نفسه ومرونة ودافعية لتعلم سلوكيات سوية
لكن هذا ليس دائماً فالفرد عندما يتعرض للضغوط وأحداث الحياة قد يؤدي ذلك إلى ماييلي :
أ -سلوك عدوانية . ب - سلوك صمود (الذي ذكر أعلاه) ج - خضوع وإذعان .

❖ نقطة مهمة :

النظرية السلوكية لديها العديد من الافتراضات من ضمنها الدوافع الأولية (الفسايولوجية) والدوافع النفسية فالأولى يكون إشباعها واحد من قبل الجميع لكن الدوافع النفسية مرتبطة بالاستجابات لذلك إشباعها يكون متغير حسب قوة الدافع (الدافع) النفسي للفرد .
فيبدأ السلوك بدوافع (ثم) اكتساب وتعلم (ثم) يصبح عادة (ثم) يكون سمة مكونة لأنماط سلوكية تحدد نمط الشخصية العام .

من مفاهيم النظرية السلوكية

المفهوم

المقصود

الارشاد يعتمد على المثيرات ، فنحن نستطيع تقوية أو إضعاف السلوك من خلال المثير .
حيث أن السلوك الضعيف يمكن تقويته بتقوية المثير .

والسلوك القوي يمكن إضعافه بضعف المثير .

فمثلاً المدمن يتعاطى المخدرات لأنه يشعر بالنشوة وحتى نغير هذا الشعور نقدم للمدمن قرص مع المخدر وهذا القرص يسبب له الغثيان فشيئاً و شيئاً تقل رغبة المدمن في المخدر بسبب الغثيان الذي يسببه القرص وهكذا يعتاد أن يعيش بدون مخدر .

وبالتالي يكون التعزيز منسباً على المثير على عكس نظريات التشريط الإجرائي حيث يكون التعزيز منسباً على الاستجابة باقي النظريات السلوكية تركز على تعزيز الاستجابات أما هنا في الاشراف الكلاسيكي يركز على المثير .

الإشراف الكلاسيكي

١

إذا كان السلوك مرغوب فيه يعزز تعزيز إيجابي وإذا كان السلوك غير مرغوب فيه يتم تعزيزه تعزيز سلبي يجب على المعلم عمل جدول للتعزيز لتعزز الطلاب حتى يكون أسلوب التعزيز مؤثر في نفس الطالب مثل : تعزيز التصفيق قد يؤثر في نفس طالب ولا يؤثر في آخر .
النظرية السلوكية في البداية اعتمدت على إحداث تعزيز خارجي ثم أصبح الاعتماد على التقييم الذاتي والتعزيز الذاتي كأن يقوم الانسان بعمل ما حتى يصل إلى مرحلة الرضى عن النفس .

التعزيز

٢

سلوك الانسان سلوكٌ مرن ونسبي قابل للتعديل فهو ليس ثابت حيث يمكن تعديله من خلال قوانين التعلم .

خطوات الارشاد (العلاج) السلوكي

١ تحديد السلوك المراد تعديله : يتم ذلك من خلال الاختبارات أو الملاحظة أو المقابلة أو التعزيز الذاتي حتى يتم التوصل إلى السلوك المراد تعديله ك (سلوك العدوان) .

٢ تحديد الظروف التي حدث فيها السلوك المضطرب وما يرتبط به وما يسبقه وما يليه من أحداث : مثل الطفل الذي يتبول لا إرادي بعد ضبط التبول يتم البحث عن الظروف والأحداث التي سبقت نومه .

٣ تحديد العوامل المسؤولة عن استمرار هذا السلوك المضطرب : مثلاً هل خوف هذا الفرد نتيجة خوف شرطي أو خوف معمم .

٤ عملية الإرشاد والعلاج عموماً تحدث في ظروف مناسبة للتعديل والتغيير غير أن الاضطرابات العضوية والمشكلات النفسية تحتاج إلى الوقت والظروف المناسبة للتعديل والتغيير .

٥ معرفة التاريخ التطوري والاجتماعي للعميل : أي يتم البحث عن التاريخ التطوري للحالة أي هل حدث للعميل أمراض مزمنة أو انفصال للوالدين أو ترتيب العميل بين أخوانه .

٦ وضع أهداف محددة لعملية الارشاد : أي نحدد السلوك المراد اكسابه للعميل أو المسترشد .

ثالثاً: نظرية سايكولوجية الأنا

هي نظرية منبثقة من التحليل النفسي الكلاسيكي (روادها ممن أمتهن التحليل النفسي وكانوا من أنصاره) إلا أنهم إنشقوا وكونوا ما يسمى نظرية سيكولوجية الأنا ومن أبرزهم :

سوليفان	يونج	هورني	آدler	اريكسون
علم النفس التحليلي الاجتماعي	علم النفس التحليلي	علم النفس الاجتماعي	علم النفس الفردي	علم النفس الاجتماعي

أهم المميزات التي تميزت بها نظرية سيكولوجية الأنا عن نظرية التحليل النفسي :

التحليل النفسي	سايكولوجية الأنا		
من الهو	الأنا له طاقته المستقلة عن الهو ويعمل وفقاً للمعايير الاجتماعية	نشأة الأنا	١
بميكانيزمات الدفاع التي تؤدي إلى إشباع جزئي مولد للمراض	نظراً لأن الأنا له طاقته المستقلة عن الهو فإنه يتعلم أساليب من المجتمع عن طريق التعلم ويستخدمها لمواجهة التهديدات والأخطار أثناء مراحل النمو .	مواجهة المشكلات الخارجية	٢
الدوافع الغريزية	إضافة للدوافع الغريزية هناك الدوافع البيئية والاجتماعية أو الموقضية الموجودة بالحياة مثلا الغريزية الجنسية (دافع فطري) إلا أن الفرد يكتسب من البيئة أساليب التحكم بها ويتعلم إشباعها في الوقت والمكان المناسبين .	المحرك لسلوك الإنسان	٣

للتوضيح :

نجد عند الطفل أن (الأنا) لديه لم تتكون بعد لأنها حسب هذه النظرية هي (الشعور والإدراك والتقييم للأحداث والمواقف) لكن عندما تنمو بشكل سوي تكون الشخصية سوية أما إذا كانت ضعيفة تكون الشخصية ضعيفة .
من المهم أن نعلم أن أصحاب نظرية سايكولوجية الأنا لا ينكرون (الهو) و (الأنا الأعلى) حيث يذكرون أنه عندما يتدخل المجتمع بالتنشئة الاجتماعية بتقديم معايير للسلوك كالمعايير الخلقية ينشأ (الأنا الأعلى) مستقلاً عن (الهو، والأنا) فكل منظمة من منظمات الشخصية لها طاقتها المستقلة حسب نظرية سيكولوجية الأنا .

مراحل نمو الشخصية (السوية والغير سوية) عند اريكسون :

السنوات	الشخصية اللاسوية	VS	الشخصية السوية	عند فرويد		
١- ميلاد	عدم الثقة	VS	الثقة	المرحلة الفمية	١	يرى إريكسون وهو أحد رواد نظرية سيكولوجية الأنا أن الفرد أثناء عملية النمو لابد أن يمر بـ (٨) مراحل وهي غير مرتبطة بالديانة أو العقيدة ويمر بها أي فرد .
١ - ٣	الخجل	VS	الاستقلال	المرحلة الأوستية	٢	
٤ - ٥	الشعور بالذنب	VS	المبادأة	المرحلة الأوديبية	٣	
٦ - ١٢	الشعور بالدونية	VS	الإنجاز	مرحلة الكمون	٤	
١٢ - ١٨	عدم الهوية	VS	الهوية		٥	
١٨ - ٣٥	العزلة	VS	الألفة		٦	
٣٥ - ٦٥	الاستغراق بالذات	VS	الإنتاجية		٧	
٦٥ - موت	اليأس	VS	تكامل الذات		٨	

١ - الثقة مقابل عدم الثقة : يقابلها في التحليل النفسي الكلاسيكي المرحلة الضميمة من الميلاد وحتى اكتمال العام الأول:

عندما يولد الطفل يبدأ يميز ذاته عن العالم الخارجي والعالم الخارجي بالنسبة له هو الأم فيبدأ الطفل يقيم هل العالم الخارجي (الأم) قادر على إشباع حاجاته فيحدث النمو والثقة في العالم الخارجي وينعكس ذلك على ثقته بنفسه ، وتمثل حاجاته في الطعام والحب والحنان والنظافة .. الخ والمزاح والمداعبة ، فإذا نجح العالم الخارجي (الأم) في تحقيق إشباع حاجات ورغبات الطفل تحصل (الثقة) ، وإذا فشل العالم الخارجي يحصل (عدم الثقة) .
عدم الثقة ليس معناها (صفر) بل حد أدنى أو أقل لا يرضي الطفل فالنمو السوي هو التوازن والاعتدال بين الثقة وعدم الثقة .

لأبد من حدوث أزمة أو أزمات " مواقف " لحدوث النمو .

إذا حصل على الثقة ينتقل للمرحلة التالية (لا ينتقل الفرد إلى المرحلة التالية إلا إذا أتم المرحلة السابقة " .

٢ - الاستقلال مقابل الخجل : يقابلها في التحليل النفسي الكلاسيكي المرحلة الأوستية من سنة إلى ٣ سنوات :

في هذه المرحلة يكون الطفل قد بدأ بالمشي ولديه بعض الكلمات ووجبات (غذاء) خارجية بعد انتهاء فترة الرضاعة ويبدأ باللهو بعيداً عن أمه ويبدأ اسمه يكون له ذاته بشكل واضح ويتدخل الأب وباقي أفراد الأسرة إضافة إلى الأم ويدعم استقلال الطفل (يتوسع عالمه الخارجي) أو يدعم خجله (يضيق عالمه الخارجي) .
ويتعلم الطفل الأساليب المختلفة لمواجهة التحديات و الاحباطات مثل الخلاف مع الأخوة وغيرها من المواقف ، فإذا أتيج للطفل اكتساب أساليب جديدة لمواجهة الاحباطات والمواقف تزداد (استقلاليته) واعتماده على نفسه والعكس بالعكس فيشعر بالخجل والشك بالآخرين وعدم الثقة في العالم الخارجي .
في هذه المرحلة ينمو الانتماء (المهم للنمو النفسي) للفرد فإذا شعر للطفل بالثقة والاستقلالية يكون انتمائه لجماعته أكبر والعكس إذا شعر بعدم الثقة والخجل أو الشك يكون انتمائه ضعيفاً للجماعة المحيطة به .

٣ - المادة مقابل الشعور بالذنب : يقابلها في التحليل النفسي الكلاسيكي المرحلة الأوديسية من ٤ إلى ٥ سنوات .

إذا كان لدى الطفل الثقة والاستقلالية تكون لديه مبادأة أو مبادرة في ممارسة الأنشطة ويكون واثقاً في سلوكه وواثقاً في الآخرين وعنده انتماء لأسرته التي يثق أنها سوف تقف بجانبه فيعبر عن طلباته ورغباته فلا يبدو متردداً أو خائفاً ، وعلى العكس من ذلك إذا كان غير واثقاً ولديه الشعور بالخجل أو الشك في من حوله يكون لديه شعور بالذنب نحو نفسه فنجد أن الطفل يكون عنده خيالات تتعلق بالبيئة المحيطة به .
الشعور بالذنب أو الأثم يلمح إلى نشأة (الأنا العليا) كما أن الاستقلالية والمبادأة فيهما اختبار للواقع ومعنى ذلك وجود التفكير ومعنى ذلك وجود الأنا .

مثال : يكون الطفل غير واثق في أمه أو يشك في أن والديه غير قادرين على توفير متطلباته فيشعر بالذنب أو الأثم نحو نفسه بسبب هذه الخيالات فنجد أنه عندما يتكلم يحمر وجهه ويرتبك أو يكون غير قادر على التعبير .
الخيالات التي يتصورها الطفل عن البيئة والعالم الخارجي المحيط به قد تكون حقيقية أو غير حقيقية

٤ - الانحاز يقابله الشعور بالدونية أ : يقابلها في التحليل النفسي الكلاسيكي مرحلة الكمون من ٦ - ١٢ سنة :

نجد أن الطفل لديه مبادأة في أنشطة المدرسة أو الروضة ويبدأ بممارستها لأن لديه الثقة في نفسه ويقابل ذلك بكاء الطفل عند دخول المدرسة أو الروضة بسبب قلق الانفصال عن الأم نتيجة لعدم اكتمال المراحل السابقة .

-البيئة السابقة لم توفر للطفل الثقة والاستقلال والتي ينشأ منهما المبادأة فكيف سوف توفره البيئة الجديدة !
التدليل الزائد يؤدي إلى مشاكل لأنه لا يوجد فيه اعتماد على الذات وبالتالي عدم الثقة والاستقلالية والمبادأة .

أمثلة : الرضاعة الصناعية المغلفة بالحب والحنان تحل محل الرضاعة الطبيعية ، فيروى أن أحد القياصرة أخذ مجموعة من الأطفال (٤ أطفال) مواليد ووفر لهم الطعام والغذاء لكنه حرّمهم من الحب والحنان وكانت النتيجة أنهم ماتوا بعد ستة أشهر وذلك لأنهم لم يشبعوا الشعور بالأمن .

إذا لم يحدث الانحاز يشعر الطفل بالنقص المعرفي أو المهاري أو الاجتماعي أو الجسمي ويكون له أنشطة خاصة به لكن الشعور بالدونية يكون هو المسيطر حتى في أنشطته الخاصة لأنه من البداية لا يملك الثقة في نفسه ويشك في قدراته .

٥ - الإحساس بالهوية بقلبه عدم الهوية ١٢ - ١٨ مرحلة المراهقة :

في هذه المرحلة يبدأ الميلاد النفسي الوجودي الحقيقي للفرد بغض النظر عن الميلاد البيولوجي حيث ينسب الفرد إنجازاته إليه ويكون بداية الإحساس بالهوية في بداية المراهقة حيث أصبح شخص قادر على العطاء والانجاز والتميز والإنتاج . وهذه نقطة مهمة في علاقة المراهق بعالم الكبار .

مرحلة المراهقة مفصل فاصل واصل معا فاصل عن مرحلة الطفولة واصله لمرحلة الشباب والرشد .

ينظر الكبار للمراهق على أنه مازال طفلاً لكن هذا المراهق في الواقع لديه استقلالية يفسرها الكبار على أنها تمرد ويحاولون التقليل منها ، وبما أن مرحلة المراهقة تتميز بسرعة في النمو الجسمي وبطء في النمو العقلي المعرفي فنجد صعوبة في إقناعهم في تفهم ذلك مما يؤدي إلى فقدانه الهوية .

غالباً ما ينشأ صراع بين جيل الكبار وجيل المراهقين حيث أن المراهق يأتي بأفكار جديدة تخالف الجيل السابق لكن كل طرف يتنازل عن بعضاً من أفكاره فيحدث (ثقافة جديدة) يرضى بها كلا الطرفين ويتكون ائتلاف جديد ثم يصبح المراهقون كباراً ويتصارعوا مع المراهقين وهكذا تستمر العملية .

يحمل المراهق على أكتافه تطور المجتمع فالشباب هم عماد الأمة وهم يحملون ركب المجتمع إلى الأمام على سبيل التقدم والرقي وذا فقد المراهق الهوية أو اضطربت هويته اضطرب دوره وذلك يؤدي بنا إلى ثلاثة أنواع من المراهقين :

١ - مراهقة عدوانية : عدوانية على المجتمع وعلى أفراد الأسرة .

٢ - مراهقة منحلّة : انحلال أخلاقي واجتماعي .

٣ - مراهقة منسحبة : يكون انطوائياً ويكون فريسة لرفقاء وأصحاب السوء، ويغسلون دماغه ويسمع إلى كلامهم .

٦ - الإحساس بالألفة الاجتماعية وبقابلها العزلة : من ١٨ - ٣٥ سنة :

يقيم الفرد هنا الفرد العلاقات الحميمة ويكون الأسرة وهي تبع للمراحل السابقة الأخرى وستعكس على علاقاته مع الآخرين سواء كان الزوج أو في العمل أو الأقران فيحب الآخرين ويشعر بحبهم له ، أو أنه يكون مضطرباً لا يعرف دوره في المجتمع ويؤدي ذلك للعزلة عن العالم الخارجي ويكون الفرد عالم خاص وإنفراد بنفسه ويصبح غير منتج فالعزلة تسلب من الفرد أهم خاصية من خصائصه هي الاجتماعية .

٧ - الإنتاجية بقلبه الاستغراق بالذات من ٣٥ - ٥٥ أو ٦٥ سنة :

هذه مرحلة الخصوبة الفكرية والثراء المعرفي والإبداعية وقد يقابلها خمول وكسل وليس بالإمكان أكثر مما كان وشعور باليأس والشقاء وقد يفكر في الانتحار والتخلص من الحياة وغيرها من الأفكار التي تؤدي إلى الاستغراق بالذات .

٨ - التكامل للذات وبقابلها اليأس من ٥٥ أو ٦٥ حتى الموت :

يدخل الفرد مرحلة الرشد المتأخر وتتكامل فيها (الأنا) وتكون مسيطرة على نشاطات الفرد ويتسم سلوكه بالمرونة والحرص والحكمة (مقارنة بالمراهقة التي تتسم بالحماس والاندفاع) فكل المراحل السابقة تهدف إلى (نضج الأنا) وعقلانية التفكير ومرورته والاستماع للآخرين وقيادة الآخرين والتعامل مع المواقف المختلفة، ويقابلها اليأس والاستسلام والخضوع ويفتقد الثقة ولا يحقق ذاته ويظهر عليه الهزال والضعف ويشعر دائماً بقرب الموت ونهاية الحياة .

نقطة مهمة :

تبدأ شخصية الفرد مع نمو الوعي (الأنا) باكتشاف العالم الخارجي وتحقيق الكثير من الإشباعات وتعلم الكثير من الأساليب لمواجهة الإحباطات ويتعلم الفرد جلب الإشباع لنفسه وهذا يزيد من سيطرته على دوافعه وهكذا ينمو إن الأشخاص المؤثرين هنا هم ذوي المكانة الخاصة التي يلتصق بهم الفرد ويتعلم منهم سواء كانوا في الأسرة أو المدرسة أو المسجد ويسمى فرويد هذا بـ(التوحيد) بينما تسميه سايكولوجية الأنا بـ(التنشئة الاجتماعية) مما يصبح للفرد نمط الشخصية (يسميه فرويد) وعند سايكولوجية الأنا يعرف بـ(أسلوب الحياة) بمعنى يكون للفرد ستايل يتميز به عن باقي الأفراد .

الوظائف المهمة للأنف في ضوء هذه النظرية

- 1 تسمح للفرد بتنمية القدرة على التركيز على ما لديه من امكانات او طاقات دون ان تشتتته مشاعر أخرى أي تسمح بتنمية السلوك المرن (وليس النكوص كما في التحليل النفسي) تجاة دوافعه اما دوافع خارجية او داخلية أي يعي سلوكه والنواتج المترتبة على السلوك فبدأ الفرد بحل المشكلة دونما نكوص لمرحلة سابقة وتسمح وظيفة التحكم وتساعد الفرد على أن يتفهم مشاعر الآخرين .
أما إذا استخدمت وظيفة التحكم بشكل آخر حدث النكوص .
التحكم
- 2 توزيع الطاقة على الدوافع المختلفة أي يعطي لكل جانب ما يستحقه كالمعالجة الاقتصادية والأسرية وغيرها، ف الأنف ليس لديها القدرة على التحكم في الدوافع فقط بل تستطيع توجيهها أيضا . وهذا تعامل إيجابي للأنف تجاه الدوافع .
المعالجة الاقتصادية للدوافع
- 3 ما هو متيسر لدى الأنف من معلومات ومعارف هي التي يجعلها تسيطر على دوافع وحاجات الفرد. وإذا كانت المعلومات قليلة او ناقصة ولا تحل الصراع ونخفض التوتر يلجأ الفرد الى (التبرير) على المستوى اللاشعوري. مثل تأخر الطفل عن المدرسة والسبب تأخر الباص لكن الحقيقة في معظم هذه الحالات ان الطفل يخاف المدرسة او صراعات داخل الاسرة.
الوظيفة المعرفية

نشأة السلوك السوي وغير السوي في ضوء النظرية :

السوية

هي مرونة الأنف وقدرتها على التغيير مع تغيير مطالب البيئة والدوافع الداخلية للفرد ،
أو بعبارة أخرى استحداث أساليب جديدة تتماشى مع المواقف الجديدة .
إصرار الأنف على الاستجابة بطريقة واحدة يعد (لا سوية وسلوك سيء التوافق) الطفولة والمواقف البيئية والدوافع الداخلية ونمو وظائف الأنف خلال حياة الفرد .
الشخصية السوية المرنة = خبرات الطفولة + نمو وظائف الأنف + دوافع الفرد الداخلية + مواقف بيئية

اللاسوية

ينشأ عندما لا يكون هذا السلوك خاضع للسيطرة الواعية للفرد [الأنف الشعورية]
بمعنى أن الفرد (غير السوي) أو سيء التوافق هو الذي ينتقل فيه التحكم من (الأنف) الشعور إلى (الهو) اللاشعور ،
وهذا يدل على عجز الأنف وضعفها عن القيام بوظائفها وبالتالي ليس لديها الانفعال الملائم لمواجهة هذا المثير الخارجي مما يفضي بالفرد للجوء إلى ميكانزم (التبرير) .
يشير السلوك المضطرب على انهيار إحدى وظائف الأنف وليس كل وظائفها ، لذلك تركز عملية الإرشاد هنا على الجوانب المتصدعة في الشخصية وليس كل الشخصية كما في التحليل النفسي .

يرجع انهيار وظائف الأنف الى سببين :

- قد تكون الأنف غير قادرة على معالجة مواقف كانت تتعامل معها بكفاءة في السابق ويرجع ذلك إلى سببين :
- 1 - إن هذا النمط السلوكي لم يتم تعزيزه .
 - 2 - إن هذا النمط السلوكي لم يتم استخدامه .

أهداف الإرشاد في ضوء النظرية :

- 1 -مساعدة الفرد فيما يتعلق باضطراب أو انهيار وظائف الأنف .
- 2 -تحويل طاقة الميكانزمات من السلوك غير التوافقي إلى السلوك التوافقي .
- 3 -البحث عن وظائف الأنف غير التوافقية وليس البحث عن الدلالات اللاشعورية الماضية كما التحليل النفسي.
- 4 -بمعنى بناء وظائف جديدة للأنف تستطيع التعامل مع المواقف بشكل أفضل .
- 5 -التركيز على خصائص الشخصية الواعية للفرد بدلا من الكشف عن الأسباب اللاشعورية ، مع مراعاة دور الغرائز .

أهداف (المرشد) العملية الإرشادية في ضوء نظرية سيكولوجية الأنا

- ١ تركيز على المجال أو الجانب المعرفي " مدركات الفرد " أكثر من الجانب الانفعالي .
- ٢ تركيز على السلوك الحاضر أكثر من السلوك الماضي .
- ٣ فهم النسق الكلي لأنماط سلوك العميل (أسلوب حياة العميل) ودوره ك (أب ، موظف ، صديق ، كزوج) وهكذا .
- ٤ لا بد أن يتبين المرشد جانبي الأنا (القوي والضعيف) أو (الإيجابي والسلبي) . ما هو المتحكم وأي الجوانب الضعيفة جعلت الفرد يفقد السيطرة على نفسه .
- ٥ التركيز على الأحداث الموقفية التي تهدد الفرد وتشعره بالخطر والتي تنشئ لديه الصراع أو التوتر أو القلق .
- ٦ تركيز على العمليات العقلية الواقعية الشعورية .

* أثناء عملية الإرشاد يتميز المرشد بأنه شخص تلقائي وودود يبني ألفة مع المسترشد ويكون صادق وأصيل في هذه المشاعر ويكون موضوعي ويهتم ببناء العلاقة مع العميل واحترامه والانصات والاهتمام ومساعدته وعدم إعطاء وعود بسرعة الشفاء أو العلاج بله هو متروك لمدي فاعلية الجلسات العلاجية وتجاوب العميل
نقطة مهمة :

الإرشاد هنا متمركز حول المرشد [الإرشاد توجيهي] بعكس المتمركز حول العميل : الإرشاد غير التوجيهي أي أن العميل مدفوع ليكون في صورة مثلى .
عملية الإرشاد هنا (تأخذ أقل وقت وكثافة وشدة) لأنها تركز على الجانب المتصدع للفرد أو الدور المضطرب في الشخصية .

أساليب الإرشاد في ضوء هذه النظرية :

<p>٥ -بناء وظائف جديدة للانا: بناء وظائف معرفية من خلال واجبات أو أنشطة تساعد على تثبيت أنماط سلوكية أو معرفية لدى الفرد</p>	<p>٣ -استخدام الغموض : عدم وضوح أبعاد موقف ما أي ابتعاد المرشد عن اظهار ما يريده من العميل لكي توجد خلفية تظهر أو تستثير استجابات مهمة من العميل اتجاه العملية الإرشادية</p>	<p>١ -التحكم في العملية الإرشادية : اختيار جانب من جوانب مشكلة العميل والتركيز عليها وبعد الانتهاء من حلها ننتقل إلى جانب آخر من جوانب المشكلة (لا ينتقل من موضوع لآخر حتى إكمال السابق) ، وهنا يتحكم المرشد في الاستجابات المضادة</p>
	<p>٤ -التشخيص والتفسير : تبين طريقة قيام العميل بحل مشكله في الحياة ، والتفسير يستخدم لمساعدة العميل للوصول إلى بلورة أفكاره ومشاعره ورؤية وفهم مشكلته . لا يفضل تقديم تفسير في المراحل الأولية إلا إذا كان المرشد متأكدا والعمل صريحا .</p>	<p>٢ -الطرح المضاد : هو مشاعر العميل اتجاه المرشد وقد يكون موجب حب ومودة للمرشد سالب كره وبغض للمرشد أما الطرح المضاد : فنعني به مشاعر المرشد اتجاه العميل ويجب وضعها في الاعتبار حيث أنها تساعد على تقدم العملية الإرشادية</p>

رابعاً: نظرية يونج [علم النفس التحليلي]

❖ مقدمة :

كان لبحوث يونج في النماذج النفسية مساهمه كبيره في تشكيل مفاهيم الشخصية في ضوء علم النفس التحليلي وهو من المختصين في علم الاعصاب في مجال علم النفس الفسيولوجي لان تخصصه طبي وهو سويسري ، وأصبح منهجه يؤكد على ضرورة فهم الشخصية الانسانية من خلال البحث او تناول او معالجة الاحلام باعتبارها مكون اساسي في الشخصية ويعتبر يونج اول من نادى بأنماط الوظائف وهناك بعض الكتب تسمى نظرية يونج بنظرية الانماط .

أهم المبادئ التي تقوم عليها نظرية يونج : ثانياً - مبدأ تحقيق الذات

الهدف الأساسي من نمو شخصية الفرد

أولاً - مبدأ القطبية :

إقتنع يونج أن العالم بأسره قد وجد بسبب التعارض القائم بين الأشياء فهناك دائماً تعارض وهذا التعارض يستدعي الصراع والحياة بدون صراع لا تساوي شيئاً فالصراع هو المادة الخام الأساسية للحياة وهو الذي يدفع للأمام. فكل شيء له مقابل (الشعور / اللاشعور) (الأنيميا / الأنيموس) (الإنبساط / الإنطواء) ❖ يقترح يونج أن هذه التعارضات ينتج عنها نهاية سعيدة للقصة بحدوث حالة توازن بين هذه القوى حتى لو كان قصير الأمد ولكنه دليل على حدوث تقدم .

يرتبط مبدأ القطبية بقاعدتين (مبدأين) مهمتين :

٢ - مبدأ الإنتقال

مستمد أيضاً من الطبيعة وهو يقرر أنه عندما يوصل جسمين مختلفين في درجة الحرارة ببعضهما البعض فإن الحرارة تنتقل من الجسم الأعلى حرارة إلى الجسم الأقل حرارة كالإنسان والإنسان المهم في ذلك أن يكون الجسمان من نفس النوع وتصل الشخصية إلى حالة توازن بين شخصين من خلال التوافق بينه وبين الآخر في الصفات كلما إقترب للطمأنينة والأمن يقابل هذا المبدأ ميكانيزم الإزاحة والعزل عند فرويد.

١ - مبدأ التعادل

مستمد من الطبيعة ويسمى بمبدأ حفظ الطاقة (الطاقة لا تفتنى ولا تستحدث من العدم) عندما نكبت الرغبة في التعبير عن القيمة الجديدة تصدر الحياة الرمزية للإنسان والتي من خلالها يحلم الفرد او يوجه أنشطته في الخيال نحو هدف مرغوب فيه ، فالطاقة المحفوظة يعاد توجيهها نحو الشيء المرغوب فيه من خلال عالم الحلم سواء كانت أحلام نوم أو أحلام يقظة لدرجة أنه قال (أن الإنسان قد يرى بالحلم طريقه الذي يسلكه نحو حل صراعاته) .

❖ أساليب النفس لحل الصراعات

في مبدأ القطبية :

٣ - التعارض

٢ - الإتحاد

١ - التعويض

عند فرويد التسامي

-عندما تشعر الشخصية بأنها في حالة صراع نتيجة عجزها عن تحقيق هدف مرغوب فيه فإنها تبحث لنفسها عن أهداف أخرى لها نفس الجاذبية ويترتب على تحقيقها إزالة هذا الصراع - لا يكون للفعل الرمزي نفس قوة الفعل المادي واهميتها في عملية التعويض فالحلم مثلاً بتحقيق شيء ما والسيطرة عليه ورغم أهمية الحلم كظاهرة سلوكية في نظر يونج ليس فعلاً تعويضياً حقيقياً .

-يظهر التعويض بين الإتجاهات والوظائف المختلفة

للشخصية فقد يظهر التعويض بين الإنطواء والإنبساط فإذا كان الإنطواء هو السائد في الأنا الشعوري فإن اللاشعور يقوم بعملية تعويضية ويقوى الإنبساط المكبوت .

مكونات الشخصية عند يونج :

القناع	الشعور واللاشعور بنوعيه	الانا
الذات	الظل	الانيميا والانيموس

هي العقل الواعي في صلة الإنسان بالواقع وهو مسؤول عن العمليات الشعورية كالتفكير والإدراك والإحساس والفهم والتوحد . من خلال الأنا يعرف الإنسان نفسه وهو خير ما يعرفه الإنسان من مكونات شخصيته فهو الذي يوقظه وينبهه ويذكره . الأنا يوجد في مركز العالم الشعوري ولكنه قد يدخل في صراع مع العالم اللاشعوري فمثلاً الشخص الذي يعيش على مستوى الأنا الشعوري يغضب جداً لفكرة أنه بداخله لا شعور ويشعر بأن هناك جزء من شخصيته خارج إطار تصرفه فهذا يشعره بالنقص والضعف حيال شخصيته إذ يوجد جزء لا يستطيع هو التصرف فيه . كلما إزداد الأنا بإنكار اللاشعور زادت حدة اللاشعور في إثبات وجوده عن طريق الأحلام مثلاً أو عن طريق صراعات القلق أو عن طريق والأعراض السيكوسوماتية .

س / اذكر بعض الأمثلة على الأمراض السيكوسوماتية ؟ وكيف يمكن علاج مثل هذه الحالات ؟

العمى الهستيرى ، فقدان الذاكرة ، فقدان الحركة في الأطراف السفلي أو العليا ، التجوال الليلي ، العجز الجنسي ، ... إلخ قرحة المعدة ، القولون العصبي وحل مثل هذه المشكلات يكون عن طريق ربط (الأعراض بالأسباب) لأن الإصابة بهذه الأمراض أو المشكلات يسبب أو يجلب مكاسب للمريض عادة (وهذا من وظائف الأعراض النفسية) ، فيعمل المعالج على تبصير العميل بالعلاقة بين الأسباب والأعراض فتبدأ تزول الأعراض

ب - لا شعور شخصي

يتكون من خبرات الفرد وكانت شعورية فيما مضى، إلا أنها كبتت، ونسيت، أو تم تجاهلها، ومن خبرات كانت بالغة الضعف بحيث لم تترك انطبعا شعوريا عند الشخص

أ - لا شعور جمعي

يقصد به مخزن خبرات وآثار الذكريات الكامنة التي ورثها الإنسان عن ماضي أجداده وأسلافه منذ بداية الإنسانية، وهي مشتركة بين بني البشر جميعا، وهو لاشعور ينتمي إلى الجماعة وليس إلى شخص بعينه.

٢ -

مفهوم
اللاشعور

س/ قارن بين اللاشعور عند فرويد وعند يونج ؟

ذكر فرويد ان الفرد يولد وهو مزود بالغرائز اذا لم تشبع تكون الصراع . الماضي الطفولي عند يونج يضع السلوك الحاضر كواقع ويوجه السلوك في المستقبل كإمكان فيونج يرى في الخبرات الطفولية المكبوتة في اللاشعور محرك قوي للإبداع عند الفرد ودعى أيضا الى ضرورة النظر إلى المستقبل لتوجيه السلوك وقد عبر يونج بجملة " إن الإنسان تحركه الأهداف بقدر ماتحركه الأسباب

س/ كيف تصبح الخبرات الشعورية الشخصية لا شعورية ؟ عن طريق

- الكبت الإرادي : وهو يكون بشكل منظم ومقصود كخبرة مؤلمة للأنا فتنساها بموقف آخر وتذهب إلى اللاشعور .

- الكبت اللاإرادي : وهو يكون بشكل غير منظم أو بالصدفة فقد تكون الخبرة ضعيفة ولا تترك انطبعا عند الأنا وتصبح لا شعورية

س / ما هي العلاقة بين اللاشعور الجمعي والاتزان النفسي الداخلي للفرد ؟

كلما زادت الصور الواقعية والفعلية في حياة الفرد تطابقا مع تلك الصور الموجودة في اللاشعور الجمعي للفرد كلما كان هنا استقرار في الشخصية ويكون هناك نوع من الاتزان النفسي الداخلي للفرد . مثال : إذا كانت صورة الأم الواقعية مماثلة لصورة الأم في اللاشعور الجمعي يكون هناك اتزان عند الطفل .

س / ماذا يحدث إذا حصل اختلاف أو تباين بين الصور الواقعية وبين اللاشعور الجمعي ؟

تظهر (العقد النفسية) : وهي عبارة عن تجمع خبرات وتحارب تتمركز حول موضوع رئيس وبظل يتكلم عليها بشكل مستمر في حياته وتكون محور تفسيراته كعقدة الأم .

ويختلف مفهوم العقدة النفسية عند يونج عنه عند فرويد

حيث يرى فرويد أن العقدة النفسية : هي صراع لم يتم حله ولم يتم خفضه ولم يتم اشباعه .

هو غلاف للذات خادع ترتديه الذات ليظهر صاحبها بمظهر لائق يتفق مع الجماعة ويخفي المظهر الحقيقي للذات الحقيقية فمثلا : نجد أن الشخص يبتسم ويظهر حبه للآخرين وهو عكس ذلك أو يظهر القوة وبداخله الضعف .
- القناع يكون على شكل كلام أو استجابات أو تفكير وليس شيء يرتديه الفرد فهو اسلوبك في الحياة في الملابس والنظافة والسلوكيات المختلفة والقناع يكون على مستوى (الأنا الشعوري)
- يحصل الفرد من خلال القناع على مكاسب لا يتحصل عليها دون هذا القناع .
- القناع مصالحة بين الفرد والمجتمع من جهة ما ، يبدو عليه الفرد .
- كلما ابتعد الإنسان عن تحقيق ذاته ورى قناع فقط يخدم صورته ويزيف صورته الحقيقية امام المجتمع يكون اقرب إلى اللاسوية منه إلى السوية لأن حدة القناع تزيد في التأثير .

س / ما هي صور القناع ؟

١ - الصورة العامة :

وهي الصور العامة التي يشكلها المجتمع بوضع مواصفات للأفراد كالطبيب والأستاذ الجامعي والطالب .. الخ

٢ - الصورة الشخصية :

وهي الصورة المرغوبة عند الأفراد والتي يريدون أن يكونوا عليها فإذا كانت موافقة للصورة العامة تكون سوية وإذا كانت غير موافقة للصورة العامة تكون غير سوية .

٣ - الصورة الطارئة :

وهي تفرض على الفرد بعض السلوكيات بشكل طارئ إما لتحقيق مكاسب أو للإبتعاد عن الأخطار والتهديدات مثل : لو كان الفرد في حالة إعياء وتعب أو عملية جراحية يحدث تغير في سلوكه نتيجة للموقف الطارئ الموجود فيه وتعتبر هذه الصورة سوية إذا عاد الفرد إلى طبيعته بعد زوال الموقف الطارئ .
أما إذا زال الموقف الطارئ ولم يعد الفرد إلى طبيعته فهذا يكون غير سوي .

٤ - الأنيميا والأنيموس :

قال يونج بأن الإنسان ثنائي الجنسية فالأنثى تمتلك بداخلها حساً ذكورياً يسمى الأنيموس وهو ميل للرجال بصورة تتوافق مع تلك الأنيموس الداخلية بذاتها وكذلك فالرجل يمتلك أنيما ويميل للأنثى التي تحقق له التوازن بين صورتها في نفسه والواقع الملموس له .
· من هنا تنشأ قدرة الرجل والمرأة على فهم كل منهما الآخر بما يملكه في نفسه من جزء منه ؛ والدليل على إمتلاك كل منهما جزء من الآخر على سبيل المثال لا الحصر مثلاً أنه في الشيخوخة يتخذ الجانب المهمل حيزاً من الظهور على النواحي الجسمية للفرد كإخوشان الصوت عند المرأة ورقة الملامح عند الرجل .

٥ - الظل :

وهو يشير إلى الأفكار المستهجنة والغرائز والدوافع الشهوية الموجودة في شخصية الفرد .
مثل : السلوكيات المستهجنة إجتماعيا وأخلاقيا والسلوك الذي يترتب عليه الشعور بالذنب أو التأنيب .
- يرى يونج أن الظل من ضمن (اللاشعور الجمعي) وهو المشكلة الحقيقية التي تواجه الأنا ، وبالتالي قد ينشأ الصراع باعتبار أن الظل ينتمي للاشعور الجمعي وهو بدائي غير متكيف خارج عن الواقع ولكن من غير الضروري أن يتصف بالإنحلالية أي أن أهدافه شريرة .
- كلما بعد الظل عن الشعور (الأنا) باعتباره متناقض وغير منسجم معه بما فيه من عيوب لدى الفرد والنقائص والخصائص المستهجنة بمقتضى الأحكام المسبقة ولا تتفق مع القيم والعادات ، وبالتالي يمثل الظل (كل الخبرات القابعة في اللاشعور الشخصي) .

- من مميزات الظل التي قال بها يونج :

- ١ - ينحو بالإنسان نحو الأفضل من خلال إختبار الخبرة السيئة فيتعلم كيف يتلاشأها
- ٢ - الإنسان يحقق كماله على الظل بحل خلقي ملحوظ ينتج عن إعادة التوجيه لبعض أفكاره ودوافعه بما يرضى أنه

- هي أهم الأنماط عند يونج حيث قال أن الذات التي تقع في موضع وسط بين اللاشعور والشعور تكون قادرة على إعطاء التوازن للنفس ككل فهي تحفظها في حالة إستقرار وثبات نسبي
- قال ان الانسان يحقق هذا الثبات النسبي في سن ٤٠ والتي تظهر فيها " الذات " وهي ذروة البناء النفسي وتستخدم كل الحالات اللاشعورية والشعورية عند الفرد ، فالذات هي وريثة دور الأنا القديم ولكن بتصالح مع اللاشعور .

ميكانيزمات تحقيق الذات

- ١ عوامل القطبية ومبدأي التعادل والانتقال .
- ٢ النظام البيولوجي
المجهز بالغرائز التي تحفظ النوع وتعمل على إستمرار الحياة .
- ٣ تطوع الفرد للمستقبل
فهو لا يعيش في خبرات الماضي فقط
- ٤ بلوغ التحقيق الكامل للذات عبر مراحل نمو الشخصية
فقد استثمر الليبيدو في ألوان من النشاط تكون ضرورية لبقاء الحياة فقبل سن الخامسة تبدأ القيم الجنسية وتبلغ قمتها في المراهقة وفي مرحلة الشباب ويستكين الفرد في الأربعينات حيث يحدث تغيير حاسم في قيمه وأهدافه
- ٥ خبرات الفرد :
تتيح تحقيق الذات فلو أهمل جزء من نظام الشخصية في مرحلة ما سوف ينشط كمركز للمقاومة وإذا كثرت مراكز المقاومة وأصبح الفرد عصابياً . فلكي نسمح بنمو تحقيق الذات يجب السماح لكل نظام من أنظمة الشخصية ببلوغ أقصى درجات النمو ويسمى ذلك بعملية **التفرد** .
- ٦ الرموز :
في اللاشعور الجمعي فكثير مما يقوم به الإنسان ممكن أن يوجه إلى مستوى رمزي من خلال الصور والكلمات والأحلام والموسيقى والفن فالرمزية التي يتمتع بها الإنسان تساعده على بلوغ أعلى مستوى تمايز للذات .

- ١ -الخبرات الطفولية المبكرة .
- ٢ -الإهتمام بالصراعات الداخلية ودورها في التكوين النفسي .
- ٣ -الكبت والمقاومة وأهمية ذلك في التحليل أثناء العلاج .
- ٤ -اللاشعور ودوره .
- ٥ -طريقة التداوي الحر وتحليل الأحلام وإستعمال الأختبارات الأسقاطية .

الأشياء التي التزم بها الفرويديون الجدد من نظرية فرويد :

- اختلافات يونج عن فرويد :**
- الشعور :** بوجوده تكتشف الكثير من المشكلات. الشعور عند يونج عند فرويد حس اختبار الواقع .
 - الغرائز الجنسية :** لم يعطيها يونج اهتماماً لكنه عول على الشعور الجمعي والشخصي والنظرة للمستقبل أما فرويد فهتم بها **الطاقة :** إذا لم تستهلك الطاقة يتبقى منها جزء يساعده على الاشباع ومواجهة المشكلات عند فرويد الطاقة تنتهي
 - الحمية النفسية :** قلل من أهميتها ولم ينكرها ، وازداد لها **مفهوم الظرفية** خبرات الهنا والآن ونظرة الفرد للمستقبل.
 - الأحلام :** اهتم يونج بالأحلام وأعطاهها **وظيفة معرفية** ، وتكون رسالة تعلمنا عن انفسنا بعض الرغبات المكبوتة.
- وهي ليست فقط للأشبع الرمزي كما ذكر فرويد .
- تأثير المرض النفسي :** لا يكون فقط في الجانب الانفعالي بل ويكون بالجسمي مثل الارق والصداع وقرحة المعدة... وغيرها

خامساً: نظرية الذات [كارل روجرز]

مجال ظاهري

كائن عضوي

ذات

: تفترض ان الشخصية الانسانية عبارة عن :

يقصد بالكائن العضوي = (الجسم أي مايمتلكه الفرد من اجهزة فسيولوجية) فالهيكل الجسمي للفرد لا يكون هيكلاً بدون ذات .

فالذات تتكون من الخبرات المعاشه التي تُعاش في المجال الظاهري المحيط بالفرد وهي تمثل المواقف التي يعيشها الفرد ويدركها ويكون المجال الظاهري متعدد بتعدد الأفراد ويكون هناك عوالم متعددة بتعدد الإدراكات المختلفة لهذه العوالم . فعندما تنمو الذات من خلال الخبرات المندمجة تصبح جوهر الانسان وشخصيته وتصبح الاطار المرجعي الداخلي للفرد الذي في ضوءه يتم تفسير سلوكه . لكي تندمج هذه الخبرات وتصبح جزء من الذات يجب أن تتم وفق مجموعة من المعايير او الاعتبارات وهي :

التقدير الايجابي الغير مشروط من الاخرين

اعتبار الذات

نشأة الصراع :

إذا الفرد عاش موقف يترتب عليه اما فقدان لأحد هاذين المعيارين وكسب للآخر يبدأ القلق ويبدأ الصراع كما لو كانت الذات تخدم بين سيدين متعارضين . **فالعلاج :** لا بد من تطابق اعتبار الذات و التقدير الايجابي الغير مشروط من الاخرين أما إذا عاش الفرد بفقد أحد هاذين المعيارين فإنه ينكر التي فقدها ويحرفها لماذا ؟ لأنها لا تتفق مع معاييرها وتصبح ماقبل شعورية (الإنسانية لا تعترف بالاشعور وهذه نقطة خلاف مع التحليلية لكنها تتفق معها في وجود حد أدنى للقلق) .

الإرشاد النفسي في التيار الإنساني:

شرط من شروط الإرشاد هنا أن يعيش الإنسان القلق وهذه قاعدة مهمة إذ لا بد أن يظل العميل في الحد الأدنى من القلق فعندما يستشعر الإنسان بأن هناك مشكلة ما تعوقه عن ممارسة حياته بشكل طبيعي فإنه يشعر بالقلق . التيار الانساني يؤكد على هذه النقطة ويعتبروا أن هذا القلق سوي لأنه يعبر عن وجود مشكلة ويدفع بالفرد لأن يطلب المساعدة من الآخرين .

شروط العملية الارشادية في نظرية الذات:

بقدر نجاح المرشد في خلق مناخ ملائم للعملية الإرشادية بقدر ما يكون نجاح العملية الإرشادية . لوجود الارادة.

١ التواصل النفسي بين المرشد والعميل :

علاقة بين طرفي العلاقة الارشادية ،حتى تجده (أستبدل كلمة العميل الى الشخص فأصبح الأرشاد المتمركز حول الشخص) . يرى روجرز بأن يصبح المرشد ذاتا ثانية للعميل .

٢ ان يصل المريض الى حد ادنى من القلق .

٣ أصالة المرشد :

(متسق مع ذاته وصورته عن نفسه تسمح له ان يعي كل تصرفاته ، ويستطيع ان ينقل خبراته الى الشعور، وكذلك يكون امين ولا يتصنع) .

٤ التقدير الايجابي غير المشروط من المرشد تجاه العميل :

وهذا التقدير لا يتغير على الاطلاق مهما كان للمرشد اتجاهات او سلوك مستهجن او سلوك متحرر . التقدير والتقبل ليس معناها ان يوافق المرشد على سلوك الشخص) .

٥ الانبائية : التفهم العطوف لمشاعر العميل على المستوى العقلي .

٦ ان يدرك العميل هذا الفهم الانبائي وهذا التقدير غير المشروط :

ليس مهم كم التقدير الايجابي من المرشد وكم الانبائية لكن المهم ادراك العميل لهذه الاشياء .

خطوات عملية الإرشاد في ضوء نظرية الذات :

٣

تحديد الجلسة الإرشادية

(المقابلة الإرشادية) بمدة زمنية :

حيث يتم تحديد مدة زمنية للجلسة الإرشادية وعادة تكون (٥٠ دقيقة) للجلسة الإرشادية ، ولا يقصد بذلك مدة العملية الإرشادية أو الوعد بعدد محدد من الجلسات .

٢

إلقاء المسؤولية التامة على العميل :

"يميل روجرز إلى تسمية الشخص بدلا من العميل"
ويتم ذلك من خلال أن يستبصر المسترشد بدوره في تسبب المشكلة أو المحنة التي يعيشها العميل . (يصل العميل إلى تطابق في الذات المثالية والذات الواقعية) أو (يصل العميل إلى تطابق الإطار المرجعي الداخلي والإطار المرجعي الخارجي) .

١

التقدير الإيجابي غير المشروط

للعميل :

حيث يوجه روجرز بأنه لا يهم أن يبالغ المرشد في التقدير للعميل بقدر ما يهم إدراك العميل لهذا التقدير ويكون ذلك من خلال الاستماع والإنصات والاهتمام بما يقوله وما لا يقوله العميل في التواصل البصري وتأجيل أي تواصلات مع الآخرين أثناء العملية الإرشادية .

٤

الاهتمام بالشخصية ككل :

حيث يكون الاهتمام بالشخصية ككل بدلا من التركيز على مشكلة بعينها أي الاهتمام بجميع جوانب الشخصية (الجسدي ، العقلي ، الانفعالي ، الاجتماعي) لأن أي اضطراب في أي جانب من جوانب الشخصية غالبا ما يؤثر على جوانب الشخصية الأخرى .
(التدخل المبكر يكون من الميلاد حتى ٦ سنوات) ، لأنه يحد من أثر المشكلة على جوانب الشخصية الأخرى .
مثل : ضعف البصر إذا كان التدخل في سن مبكرة يحد من أثرها على جوانب الشخصية الأخرى ، " العقلي ، الانفعالي ، الاجتماعي "

٥

يركز روجرز على (الهنا ، الآن) :

التركيز على الأحداث الحاضرة وتلك الماثلة في الذاكرة ولا يهتم كثيرا بالأحداث والخبرات التي حدثت في المراحل الباكرة من النمو وكذلك لا يركز على المستقبل ، ويرى أن الأحداث الحاضرة هي المسؤولة عن تسبب المشكلة

٦

التشخيص :

يرى روجرز أن دور المرشد في عملية التشخيص ليس مهما لأنه قد يشغل المرشد بتحديد الفئة المرضية التي ينتمي إليها العميل . وبالتالي لا يهتم بالتتابع الإيجابي لحديث العميل ، ويعتقد روجرز أن عملية التشخيص تتمثل في إظهار المرشد لمشاعر العميل والتناقضات بين أقوال وأفعال العميل وأن على المسترشد أن يتخذ القرار في تغيير هذه التناقضات وتعديل مشاعره ، وهذا ما يعرف ببنية (عكس المشاعر) .
- من أسس الإرشاد عدم فرض رأي على العميل بل من حقه أن يختار تحديد مصيره .

- لكي يعيش الفرد اعتبار الذات لا بد أن يكون خالي من الخبرات المستهجنة اجتماعيات وأخلاقيا .

٩

استخدام الاختبارات :

لا يعول عليها روجرز ويرى أن فائدتها محدودة كما يرى أنه أثناء تطبيق الاختبار على المرشد أن يتبين مشاعر العميل أثناء الإجابة ، فالاختبارات مواقف تجريبية تشبه المواقف العامة .

٨

دور المعلومات :

المقصود أن هذه المعلومات غالبا ما تكون مخصصة لفهم مشاعر العميل تجاه هذه المعلومات وليس المعلومات في حد ذاتها .
فلا يهم كم المعلومات ولكن من خلال بعض المعلومات يستطيع المرشد أن يفهم اتجاهات العميل فيوضحها للعميل والعميل يأخذ الخطوة لتعديل المشاعر اتجاه هذه الخبرات .

س : لماذا ركز روجرز على المحتوى الانفعالي ؟ ليتبين عدة أمور :

١ -درجة وحدة المشكلة .

٢ -درجة اضطراب العلاقة بين المسترشد والآخرين .

٣ -مدى ما تمثله هذه المشكلة من أهمية .

٤ -توضيح للمرشد معايير أو شروط اعتبار الذات عند العميل .

خصائص الشخصية غير التوافقية (غير السوية) :

أ -الغريبة :

(وليس الاغتراب) وهي الشعور بأن هذه المواقف غريبة عنه (لا تتفق مع معايير نمو الذات) ، أي أن الموقف غريب لا يتناسب مع العميل .
مثل : أن يكون الطفل في مجموعة من الأطفال ويقومون بالتخريب و السرقة .
-وذلك من أجل الحصول على التقدير الإيجابي غير المشروط من الآخرين .

ب -عدم الاتساق بين الذات والخبرة في السلوك :

أي أن هناك تنافر وتعارض بين الذات والخبرة " يقولون ما لا يفعلون "
مثل : أن يتحدث عن الصدق وهو يكذب أو أن يتحدث عن الأمانة وهو يسرق .
-عدم الاتساق هذا قد يؤدي إلى تدعيم التصور للذات غير الحقيقية ويوسع هذه الذات من خلال الخبرات التي تتفق مع تصوره لذاته بالرغم من أنها غير حقيقية .
وبالتالي قد يصل الأمر إلى أن يشعر الفرد بالقلق أثناء وجوده في بعض المواقف والخبرات بسبب (تدعيم صورة الذات المزيضة) كما في حالة (السرقة القهرية) أو التي تعرف (بالكربتومينيا) .

سادساً: نظرية الإرشاد المعرفي

تعتبر نظرية حديثة نسبياً وظهرت نهاية السبعينيات من القرن الماضي، وترفض الكثير من مفاهيم نظريات التحليل النفسي والسلوكية والانسانية وسيكولوجية الانا، فضلا عن رفضها الكامل للمدرسة السايكترية (الطب النفسية) .

الارشاد والعلاج المعرفي مبني على فكرة :

تقول ان مايفكر فيه الناس وما يقولونه في انفسهم عن اتجاهاتهم وتصوراتهم ومثلهم وعن ذاته والعالم المحيط والمستقبل هو اساس سلوك الفرد .

فنيات هذه النظرية

الفنية	العالم	نبذه عنها
١ الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي	البرت آس	يعتبر الانفعالات نتائج للأفكار والاعتقادات
٢ الارشاد المعرفي السلوكي	بك	يعتبر الأفكار والاعتقادات مصدر الانفعالات
٣ التدريب على مهارة التغلب على المشكلات	جولد فريد	تدريب معرفي
٤ التعديل المعرفي للسلوك	مكمبيان	-

عملية اعادة البناء المعرفي :

عملية علاجية ارشادية تهدف لمحاولة تغيير الافكار الخاطئة للفرد و تحدث **البيس** ان المرض النفسي يكون راجع لمجموعة من الافكار والمعتقدات الخاطئة جمعها في **11** فكرة (و اضاف عليها **بك** فكرتين) والمعتقدات الخاطئة هي:

١ -من الضروري ان يحظى الانسان بحب الاخرين في حياته طوال الوقت.

٢ -الانسان قادر ومنجز يتمتع بالكفاية الشخصية ليكون قيمة.

٣ -الناس الذين يعملون أشياء لانحبها هؤلاء سيئون وأشرار بالضرورة ويجب ان يعاقبوا على هذه الافعال.

٤ -الحياة تصبح مرعبة ولا تطاق اذا لم تسير الامور كما نريد ونتمنى.

٥ - المشكلات النفسية سببها الظروف الخارجية التي لا يستطيع التحكم بها او السيطرة عليها.

٦ -على الانسان ان ينشغل ويهتم بالاشياء المخيفة او الخطرة .

٧ -من السهل على الانسان ان يتجنب مواجهة صعوبات الحياة والمسؤوليات الشخصية بدل ان يواجهها ويعيد تنظيمها

٨ -الانسان يعتمد على الاخرين.

٩ -الماضي يحدد سلوك الحاضر والاحداث التي حصلت لا تؤثر علينا .

١٠ -يجب ان ينزعج الانسان لهموم الاخرين ومعتقداتهم.

١١ -الاشياء يجب ان تكون افضل حلال ماضي عليه فيحاول الحل فإذا لم يجد حل فهو شيء لا يمكن تحمله.

١٢ -يجب ان اكون فرد مثالي في كل ما اقوم به.

١٣ -يجب الا اشعر بالاجهاد مطلقا .

تسمى نظرية آلبس بـ [ABC]

الحرف	المعنى بالإنجليزي	المعنى بالعربي	الحرف	بالإنجليزي	المعنى بالعربي
A	Activity	الاحداث	D	Disputation	الدحض والتفنيد
B	Belief system	نظم المعتقدات	E	Effect	الأثر
C	Consequence	العواقب والتوابع			

العلاج

C B A
حدث منشط + أفكار عقلانية = نتائج عقلانية

ليمارس المرشد النفسي الارشاد المعرفي عليه ان يمر بمجموعة من الخطوات وهي:

- ١ ان يبين المرشد للطالب انه غير منطقي وغير عقلاني ويبين له كيف ولماذا اصبح لا عقلاني ، ويوضح له العلاقة بين المعتقد اللاعقلاني والنتيجة اللاعقلانية.
- ٢ يظهر المرشد للطالب اذا استمر في تفكيره بهذه الطريقة اللاعقلانية ان الاضطراب يستمر.
- ٣ يطلب إلى الطال التوقف والاقلاع عن هذه الافكار والمعتقدات اللاعقلانية .فالمفروض ان المرشد تعرف على الافكار اللاعقلانية من الطالب وليس من الاحداث السابقة.
- ٤ مرحلة التعامل: بعدما تتعامل مع الافكار الخاطئة تساعد الحالة على تبني فلسفة للحياة اكثر عقلانية .
(في بعض الدراسات تصف الارشاد العقلاني الانفعالي انه اتجاه فلسفي اكثر من ارشادي او علاجي وان فيها تفنيد بالحجة والبرهان)
- ٥ أن يقر الافراد ليس رغباتهم واهدافهم وقيمهم وتعابيرهم التي تزعجهم ولكن يزعجهم وجوبيتها ولزومها .
- ٦ أن يقبل الفرد ان يتوقف عن هذه اليجبات وفرض هذه القواعد.
- ٧ يعمل بقوة لتغيير هذه المعتقدات التي يترتب عليها تغيير المشاعر.
- ٨ ان يتضح لدى الفرد انك او غيرك معرض للانزعاج والاضطراب ولكن في نفس الوقت لديك القدرة على التغلب على هذا الاضطراب.
- ٩ ضروري على الفرد ان يعترف ان لديه اعراض اضطرابيه اخرى اضافية على التي اتى للعلاج منها وان هذه المعتقدات اللاعقلانية ناتجة عنها.
- ١٠ ان هذه الاعتقادات يمكن تغييرها بالعلاج العقلاني الانفعالي او أي طريقة.
- ١١ ان يدرك الفرد التحرر من الاضطراب وان يكون الفرد سعيد لذا الافضل ان يواصل السعي لتحقيق الذات.
- ١٢ على الفرد ان يتخلى على الاصرار لكن يستمر ويحاول ان يكون مستمتع وسعيد في حياته .

التطبيقات العملية في التوجيه والإرشاد:

عند تناول حالة في ضوء نظرية من النظريات الإرشاد علي ان يقوم بمجموعة من الخطوات (الدراسة العملية) :
و تعني التشخيص والعلاج

والتشخيص يتطلب مني:

-مناطق الدراسة:

وهي الجوانب التي يهتم المرشد لدراستها للحصول على معلومات.

-ادوات الدراسة :

هي الاساليب التي يخذها المرشد للحصول على معلومات مقابلة وملاحظة.

-مصادر الدراسة:

المصادر التي يستقي المرشد معلوماته منها سواء عن الشخص نفسه او من مصادر اخرى.

التشخيص يهدف الوصول الى افكار تشخيصيه من خلال الحقائق والمعلومات التي جمعها من خلال الدراسة يتبين المرشد من المعلومات طريقة وظائفي في الحياة .ماهي الحياة وما اساليب مواجهته لهذه العقبات وماسبب التأخر.