



## محتويات الوحدة

| الصفحة | الموضوع                                          |
|--------|--------------------------------------------------|
| 91     | مقدمة                                            |
| 91     | تمهيد                                            |
| 93     | أهداف الوحدة                                     |
| 94     | نظريات الإرشاد النفسي                            |
| 94     | مقدمة                                            |
| 96     | 1. نظرية الذات (رذجرز)                           |
| 96     | أولاً: نظرية المجال                              |
| 96     | ثانياً: النظرية الحتمية                          |
| 97     | ثالثاً: طبيعة الإنسان                            |
| 97     | رابعاً: مفاهيم النظرية                           |
| 100    | خامساً: وسائل الإرشاد عند روجرز                  |
| 101    | نقاط الضعف في نظرية روجرز                        |
| 102    | 2. نظرية الإرشاد السلوكي                         |
| 103    | أولاً: مفاهيم النظرية                            |
| 107    | ثانياً: أهداف الإرشاد السلوكي                    |
| 107    | ثالثاً: دور المرشد في النظرية السلوكية           |
| 108    | نقد النظرية السلوكية                             |
| 110    | 3. نظرية التعزيز والإرشاد النفسي (دولارد، وميلر) |
| 110    | الأسس النظرية                                    |
| 110    | أولاً: اختيار العملاء                            |
| 112    | ثانياً: عملية الإرشاد                            |

|     |                                                                |
|-----|----------------------------------------------------------------|
| 113 | ثالثاً: ادوات الإرشاد وتقنياته                                 |
| 113 | 1. استخدام اسلوب التداعي الحر                                  |
| 113 | 2. مكافأة العميل على حديثه                                     |
| 114 | 3. التعامل مع ظاهرة التحويل                                    |
| 114 | 4. تسمية الانفعالات                                            |
| 115 | 4. نظرية السمات والعوامل وليامسون                              |
| 116 | أولاً: الاطار العام                                            |
| 117 | ثانياً: فرضيات النظرية                                         |
| 118 | ثالثاً: الافتراضات المتعلقة بالجانب المهني                     |
| 118 | رابعاً: العملية الإرشادية عند وليامسون                         |
| 118 | خامساً: اجراءات تعديل السلوك                                   |
| 119 | سادساً: طرق العلاج                                             |
| 121 | 5. مدرسة التحليل النفسي (فرويد)                                |
| 121 | مقدمة                                                          |
| 122 | السلوك الإنساني في ضوء المدرسة                                 |
| 124 | أولاً: مفاهيم ومصطلحات عامة                                    |
| 126 | ثانياً: مكونات الشخصية                                         |
| 126 | اسباب الاضطرابات النفسية                                       |
| 126 | هدف العلاج الفرويدي                                            |
| 126 | ثالثاً: اساليب العلاج الفرويدي                                 |
| 127 | نقد النظرية                                                    |
| 130 | 6. النظرية المعرفية (نظرية العلاج العقلي – العاطفي، البرت ألس) |
| 130 | أولاً: الإطار الفلسفي                                          |
| 131 | ثانياً: المفاهيم الاساسية                                      |

|            |                                       |
|------------|---------------------------------------|
| 131        | ثالثاً: أمثله على الافكار اللاعقلانية |
| 134        | رابعاً: أهداف العلاج العقلي - العاطفي |
| 135        | وسائل العلاج                          |
| 135        | وسائل المتابعة                        |
| 135        | فوائد المتابعة                        |
| 136        | إنهاء العملية الإرشادية               |
| 136        | خامساً: نقد النظرية                   |
| <b>138</b> | <b>7. مدرسة إرشاد مينسوتا</b>         |
| 138        | <b>مقدمة</b>                          |
| 138        | أولاً: طبيعة الإنسان                  |
| 138        | ثانياً: كيف يتطور الإنسان             |
| 139        | عملية التوجيه والإرشاد                |
| 140        | ثالثاً: خطوات العملية الإرشادية       |
| 140        | المقابلة                              |
| 141        | عملية التحليل                         |
| 142        | عملية الاستخلاص                       |
| 142        | عملية التشخيص                         |
| <b>145</b> | <b>الخلاصة</b>                        |
| <b>148</b> | <b>لمحة مسبقة عن الوحدة التالية</b>   |
| <b>149</b> | <b>إجابات التدريبات</b>               |
| <b>153</b> | <b>مسرد المصطلحات</b>                 |
| <b>154</b> | <b>المراجع</b>                        |

## مقدمة

### تمهيد

عزيري الدارس،

نرحب بك كل الترحيب في الوحدة الثالثة التي تتناول نظريات علم النفس التي انبثقت عن مدارس علم النفس المختلفة، وقد علمت - عزيري الدارس - في الوحدة الأولى مدى ارتباط الإرشاد بعلم النفس. النظريات عبارة عن مبادئ وأسس تمخضت عن تجارب وأبحاث علمية تحاول تفسير الظواهر المختلفة في عالم السلوك الإنساني، وهذه المبادئ تنتظم في منظومة متكاملة لها لونها ووجهتها، وطريقتها الخاصة بها التي تميزها عن النظريات الأخرى.

الوحدة تستعرض هذه النظريات في سبعة أقسام:

**القسم الأول:** يعرفك بنظرية (كارل روجز)، وهي أقرب إلى المدرسة المعرفية، النظرية تركز على رؤية العميل إلى ذاته أولاً وأخيراً، وتتطلب من مبدأ خيرية الإنسان، وتقدم النظرية وسائل الإرشاد والمعالجة ترتيباً على مبادئها، كما ستتعرف على نقاط الضعف فيها.

**القسم الثاني:** يتناول نظرية الإرشاد السلوكي، وهذه النظرية تركز جهودها في دراسة السلوك الظاهر ومسبباته، وسبل معالجته وتعديله، واشتهرت بنظرية التعلم. القسم يوضح مفاهيم وإجراءات وأهداف ودور المرشد في إطار هذه النظرية.

**القسم الثالث:** يقدم لك نظرية التعزيز والإرشاد النفسي (دولارد، وميلر)، هذه النظرية تجمع بين مبادئ نظريات التعلم السلوكية ومفهوم الاستبصار، تشرح لك النظرية الإرشاد وأدواته ورؤيتها الخاصة في هذا الإطار.

**القسم الرابع:** تتعرف فيه نظرية السمات والعوامل. وتعتبر السمات الشخصية الخاصة وما يميزها عن غيرها المحك الرئيس في العملية الإرشادية، ومن هذا المنطلق تقدم النظرية الفرضيات والعملية الإرشادية الملائمة للمسترشد.

**القسم الخامس:** اختص بمدرسة التحليل النفسي (فرويد) المدرسة العريقة في علم النفس، ومن مفاهيم هذه المدرسة الأساسية ضرورة إشباع الحاجات - وفي مقدمتها الجنسية - في مقابلة حالة العلق والاضطراب النفسي، مبادئ هذه المدرسة وفلسفتها في الإرشاد ستجدها بدرجة كافية في هذا القسم.

**القسم السادس:** يحدثك عن النظرية المعرفية (نظرية العلاج العقلي العاطفي - ألبرت ألس)، وتقوم على دراسة الإنسان ككل، وأن على المرء أن يتقبل نفسه على علاقتها، وأن يحاول أن يغير ما بنفسه لكي ينسجم مع ما حوله من مظاهر لا تروق له.

**أما القسم السابع:** يتعلق بمدرسة إرشاد مينسوتا، وهذه المدرسة أولت الإرشاد المهني والتربوي أهمية كبرى، سنتعرف مبادئ هذه المدرسة حول طبيعة الإنسان، وخطوات العملية الإرشادية لديها وفلسفتها في العلاج.

الوحدة تقدم لك كل ما يعينك في دراستك المستقلة، تجد أولاً الأهداف الإجرائية التي تقود تعلمك، ثم أنماط من التقويم والرسوم والصناديق والمنبهات المختلفة، وتجد أيضاً إجابات التدريبات والخلاصة الوافية وقائمة المراجع، كلما حرصت على استثمار ذلك ستدلل دونك الصعاب، وتتمكن من تعلم الوحدة بدرجة فائقة الجودة. نأمل لك التفوق والتفوق والسداد.

## أهداف الوحدة



عزيزي الدارس، بعد فراغك من دراسة هذه الوحدة، يتوقع منك أن تكون قادراً على أن:

✓ تعرّف نظريات علم النفس ودورها في الإرشاد النفسي.

✓ تحلل المبادئ الأساسية والرؤية العلمية للإرشاد النفسي للنظريات والمدارس الآتية:

1. نظرية الذات.

2. نظرية الإرشاد السلوكي.

3. التعزيز والإرشاد النفسي.

4. نظرية السمات والعوامل.

5. مدرسة التحليل النفسي.

6. النظرية المعرفية.

7. مدرسة إرشاد مينسوتا.

✓ تشرح أهم نقاط الضعف في هذه النظريات.

✓ تعبر عن مدى قناعتك بدور نظريات علم النفس في تطوير الإرشاد.

# نظريات الإرشاد النفسي Councelling Theories

## مقدمة

عزيزي الدارس،

✓ ماذا يعني لك مصطلح "النظرية"؟

✓ وما الفرق بين النظرية والمدرسة؟

- المدرسة تمثل كياناً علمياً عريضاً له نظريات عديدة في عدة مجالات، ومن ذلك نقول: المدرسة السلوكية، المعرفية، مدرسة الجشطالت... وغير ذلك.
- وهنا نستعرض لك نظريات منبثقة عن مدارس مثل نظرية الإرشاد السلوكي والتي تعبر عن المدرسة السلوكية، والنظرية المعرفية للعلاج النفسي.
- ونقدم أيضاً في هذا السياق رؤية متكاملة لمدرسة التحليل النفسي التقليدية لعدم التوافق النفسي، ومن ثم العلاج والنقد الموجه لهذه المدرسة.
- وتلم أيضاً بدور هذه النظريات المختلفة العلمي والمهني، والوظائف المتعددة التي تقدمها للإرشاد النفسي.

تعرف النظرية في الإرشاد بأنها طريقة منظمة لرؤية العملية الإرشادية، وتساعد على فهم المسترشد وعلى توجيه سلوكه، وتهدف إلى تدريب المرشدين النفسيين على تناول المشكلات، وتزودهم بأطر نظرية وتكتيكية تساعد على فهم المسترشدين للوصول بهم إلى تكوين نظرة واقعية عن العالم الذي يعيشون فيه.



لقد تعددت نظريات الإرشاد النفسي بحيث كانت كل نظرية تعكس فكرة واتجاه صاحبها نحو طبيعة الإنسان، وأسباب المشكلات النفسية التي يعاني منها أو الطرق والإجراءات التي تتبع لعلاجها، فقد مالت بعض النظريات لاعتبار الإنسان خيراً بينما اعتبره بعضها عدوانياً وشريراً.

وتختلف المدارس النفسية في تفسير أسباب الاضطرابات النفسية وتتطلب كل نظرية من نظريات الشخصية في الإرشاد من رؤيتها للإنسان، وعندما يستخدم المرشد نظرية ما، فإننا نتوقع أن يستفيد منها عملياً ومهنياً، وللنظرية الجيدة وظائف متعددة في العملية الإرشادية أهمها:

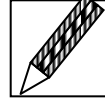
(أ) **تفسير العلاقة بين الظواهر:** فكل أصحاب نظرية يردون مظاهر سوء التوافق لأسباب محددة، ومن خلال دراسة مظاهر سوء التوافق يتوصلون لنوع الأسباب، ويترتب على ذلك نمط الإرشاد الأنفع لمثل هذا النوع من المسببات.

(ب) **زيادة القدرة على التنبؤ:** تؤدي النظرية العلمية للشخصية التي يتبناها المرشد إلى رفع قدرته على التنبؤ بمآلات برامج الإرشادية التي يقدمها لعميله، فمتى ما عرفنا أساليب تنشئة شخص ما، ونوع التربية التي تعرض لها في صغره، أمكننا التنبؤ إلى حد ما بنمط سلوكه المستقبلي، وإطار المشاكل التي قد يتعرض لها، فتقدم له برامج إرشادية على نحو نتوقع فعاليتها.

(ج) **مساهمة في اختيار أسلوب الإرشاد النفسي،** تساهم النظرية النفسية في مجال الشخصية في اختيار أسلوب الإرشاد النفسي المناسب للعميل، فمن خلال المقابلات الاستطلاعية الأولى، أو نتائج اختبارات الشخصية، يستطيع المرشد أن يحدد المعالم الرئيسية لشخصية العميل، ويساهم ذلك في عمليات التشخيص ورسم خطة الإرشاد، فعن طريق الحقائق العلمية المستمدة من النظريات يستطيع المرشد الربط بين سمات الشخصية، وطبيعة السلوك في تهيئة الجو الإرشادي الأمثل لمساعدة العميل.

د) ومن هنا تتضح أهمية النظرية في مجالات الإرشاد، ويعالج المبحث القادم عدداً من النظريات المهمة في مجال الإرشاد.

### تدريب (1)



1. ما علاقة النظرية بالناحية العلمية؟
2. اضرب أمثلة على الآتي:
  - تفسير العلاقة بين الظواهر.
  - التنبؤ العلمي.

## 1. نظرية الذات – (روجرز)

وهي من نظريات العلاج غير الموجه، وقام بتأسيسها (كارل روجرز). وينطلق كارل روجرز في بنائه لهذه النظرية من منطلقين أساسيين هما:

### أولاً: نظرية المجال

وتبدو في تأكيد روجرز على ضرورة النظر إلى العميل من وجهة نظر العميل نفسه، وكما ينظر هو إلى نفسه وبراها، وليس كما يراه الآخرون، ويعني ذلك ضرورة أن يضع الطرف الآخر نفسه مكان العميل ليحس بإحساسه، ويعيش معه في عالمه الخاص أو في مجاله.

### ثانياً: النظرية الحتمية

ويبدو روجرز في هذا الإطار مؤمناً بمبادئ خيرية الإنسان التي ترى أن الإنسان خير بطبعه، وبأنه يعرف ما يصلح به، وبمقدوره تعديل سلوكه بنفسه، وأن إنحراف السلوك لا يحدث بسبب طبيعة العميل السيئة أو ميله إلى الشر وإنما بسبب وجود عوائق تعترض طريقه وتحول دون تحقيق أهدافه أو القيام بالسلوك المطلوب.

### ثالثاً: طبيعة الإنسان

نقول هذه النظرية بضرورة الإيمان قبل كل شيء بقيمة الإنسان وكرامته، وبقدرته على مواصلة النمو والتطور الذاتي، وبأن لكل إنسان الحق في أن تكون له أفكاره وآراؤه الخاصة، كما يجب أن يكون الإنسان مسئولاً عن تقرير مصيره ورعاية مصالحه بطريقته الخاصة دون مساس بحرية الآخرين أو بحقوقهم. فالمجتمع الحر تتم صيانتة والمحافظة عليه وحمايته عن طريق العمليات الاجتماعية الإيجابية والمؤسسات الاجتماعية التي تشجع الفرد على الشعور بالاستقلال وتوجيه نفسه بشكل ذاتي.

### رابعاً: مفاهيم النظرية: تقوم نظرية الذات على المفاهيم التالية:

- (أ) الذات، هي ماهية الفرد، وهي تنمو نتيجة النضج والتعلم، وتتفاعل مع البيئة، وهي تشمل الذات المدركة والاجتماعية والمثالية، وهي تسعى إلى التوافق والاتزان والثبات.
- (ب) مفهوم الذات أو صورة الذات، وهي تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات، الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، ويتكون مفهوم ذات الفرد من أفكاره عن نفسه بما فيها المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات، كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو وهذا هو مفهوم الذات المدرك، أما مفهوم الذات الاجتماعي فيتكون من المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها عنه، والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، أما الذات المثالية فتشمل المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يريد أن تكون صورته عن نفسه مثالية، أي ما ينبغي أن تكون عليه نفسه، وتكمن وظيفة مفهوم الذات في قدرته على تكامل وتنظيم عالم خبرة الفرد المتغير الذي يعيشه، لذلك فهو يحدد سلوك الفرد وينمو مفهوم الذات نتيجة التفاعل الاجتماعي ومفهوم الذات ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله وتغييره تحت ظروف معينة.

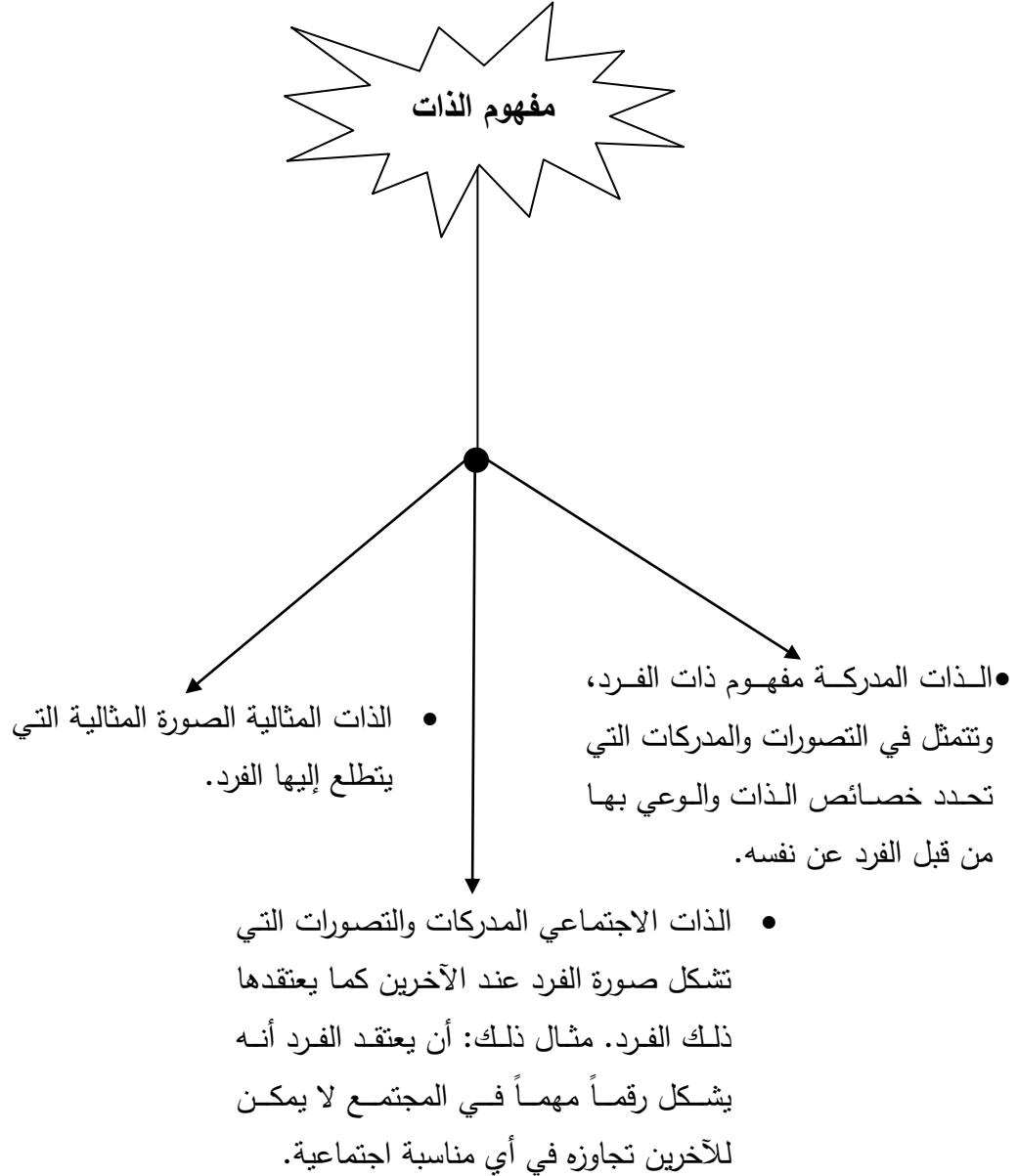
(ج) **الخبرة:** موقف أو مجموعة مواقف يعيشها الفرد في زمان ومكان معين، ويتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها، وهي متغيرة ويرمزها الفرد إلى رموز مدركة، ويقومها في ضوء مفهومه عن ذاته، وفي ضوء المفاهيم الاجتماعية، وقد يتجاهلها الفرد أو ينكرها أو يشوهها إذا كانت لا تتطابق مع مفهومه عن ذاته الأمر الذي يقود إلى التوتر والصراع النفسي والرفض، أما إذا انسجمت الخبرة مع مفهوم الذات فإن ذلك سيجلب الراحة والرضا والتوافق النفسي. والفرد يعتبر الخبرات التي لا تتفق مع مفهومه عن ذاته تهديداً له ويعتبرها قيماً سالبة، الأمر الذي يفسح المجال إلى ظهور الحيل الدفاعية لديه من تبرير وغيره، مما يشوه مدركاته الحقيقية.

(د) **الفرد:** هو الذي يكون صورة عن ذاته ويحاول تحقيق ذاته المثالية التي ينشدها وهو الذي يتفاعل مع البيئة ويؤثر بها وتؤثر به، وهو يرمز خبراته فيرضى بها أو ينكرها أو يتجاهلها، أو يشوهها فتصبح لا شعورية. والفرد لديه دافع في توكيد ذاته وتعزيزها، وفي التفاعل مع واقعه في إطار ميله لتحقيق ذاته، كما أن لديه حاجة أساسية لتقدير ذاته تقديراً موجباً، أي في الحب والاحترام والتعاطف والقبول من جانب الآخرين. وهذا التقدير الموجب يأخذ شكلاً متبادلاً متفاعلاً مع الآخرين المهمين في حياته.

(هـ) **السلوك:** نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد يسعى إلى إشباع حاجاته كما يخبرها في المجال الظاهري، والسلوك يتفق مع مفهوم الذات، وإذا حدث تعارض بين سلوك الفرد ومفهومه عن ذاته فإن هذا التعارض هو المسؤول عن عدم التوافق النفسي، وإذا حاول الفرد التوصل من ذلك السلوك فإن ذلك سيؤدي إلى التوتر. والجدير بالذكر بأنه يجب فهم الفرد من خلال إطاره المرجعي ومن خلال عالمه الخاص ومن خلال نظريته لذاته.

و) المجال الظاهري يوجد الفرد في وسط أو مجال شعوري مدرك ويسلك الفرد بناء على إدراكه لهذا المجال ويتكون المجال الظاهري من عالم الخبرة المتغير، ويتضمن المدركات الشعورية للفرد في بيئته.

شكل (1): يوضح مفهوم الذات وأركانها الثلاث



عزيزي الدارس،

خلاصة مفاهيم هذه النظرية أن ينطلق من مرجعية أساسية تمثل ذات الفرد وما يحمله من أفكار عن ذاته، وهو العمق والجذور للشخصية وغالباً ما يتسم بالثبات، ثم السلوك الظاهر والمعبّر عن عمق الذات ومحاولة التوافق مع المجتمع والبيئة من حوله بما فيها من متغيرات وخبرات، ويأتي الاضطراب وعدم التوافق غالباً من صراع الذات مع التغيرات الظاهرية المحيطة بالإنسان... هذا مافهمته!

فهل لك - عزيزي الدارس - رؤية أخرى؟ إذا ضمن الرأي النشاط عند نهاية الوحدة وأطلعنا عليه من خلال المشرف الميداني.

#### خامساً: وسائل الإرشاد عند روجرز

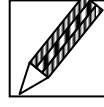
1. على المرشد النفسي أن يجيد مهارة الإصغاء والانتباه والاستماع الجيد بحيث يسمح للمسترشد أن ينفس عن مشاعره وانفعالاته في جو آمن وبغفوية وتلقائية.
2. التعاطف، أي أن يفهم المرشد المسترشد من خلال إطاره المرجعي أو كما هو ينظر إلى نفسه وإلى مشكلاته.
3. الاحترام غير المشروط، يحترم المرشد المسترشد احتراماً غير مقيد كإنسان له قيمته وبغض النظر عن مشكلاته الأخلاقية أو سواها.
4. أن لا يطلق المرشد على المسترشد أحكاماً قيمية عالية تصفه بأنه كسول أو بليد أو غيرها.
5. الأصالة، أي أن يكون المرشد أصيلاً في تعامله مع المسترشد وليس متكلفاً أو مصطنعاً وليس مجرد لاعب دور ولا يحاول ابتزازه.
6. أن يقيم المرشد مع المسترشد علاقة مهنية قائمة على الثقة والاحترام، والتقبل والفهم الواعي وابتعد عن العلاقات العاطفية أو غيرها.

7. أن يواجه المرشد المسترشد بالتناقضات التي يقولها المسترشد بشكل حريص سواء أكانت معرفية أو انفعالية أو غيرها بهدف تقديم التغذية الراجعة الإيجابية له وتبصيره بها.
8. أن يرمز للمسترشد خبراته ويبصره بطبيعة مشكلاته التي يواجهها وبأسبابها وبالحلول المناسبة لها والبدائل الممكنة والمتوفرة والتي تساعد أيضاً في حلها.
9. أن يعكس المرشد مشاعر المسترشد بكلماته الخاصة للتأكد من أنه قد فهم فهماً عميقاً طبيعة المشكلات التي يشكو منها المسترشد.
10. أن يلخص مشاعر المسترشد بما تحتويه من معارف واتجاهات وانفعالات.
11. أن يستعمل فنية الصمت العلاجي لإعطاء فرصة للمسترشد أن يفكر ملياً في مشكلته ويشعره بأن الكورة في مرمائه وأنه مسؤول تجاه حلها.
12. لا يفرض المرشد النفسي حلاً على المسترشد، بل يطرح المرشد حلاً وبدائل مناسبة لمشكلته يختار المسترشد ما يناسبه منها، ويحاول المرشد مساعدة المسترشد على قبول الصراعات التي يعاني منها على أنها جزء من الذات، ويحاول أن يساعده على تكوين مفهوم إيجابي عن ذاته، وأن يطابق بين ذاته المدركة والاجتماعية والمثالية.

### نقاط الضعف في نظرية روجرز

1. يهمل روجرز اللاشعور ويركز فقط على الشعور.
2. لا يهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس النفسية ويعتبرها مفسدة للعملية الإرشادية.
3. ركزت النظرية على الذات وعلى مفهوم الذات وأخفقت في بلورة تصور كامل عن طبيعة الإنسان.

## تدريب (2)



1. ما استراتيجية المرشد في ضوء هذه النظرية؟
2. ما الذي أهمله روجز في تصويره لطبيعة الإنسان؟

## أسئلة تقويم ذاتي



1. عدد في نقاط موجزة أهمية نظريات علم النفس للإرشاد النفسي.
2. وضح ثلاثة من المفاهيم التي تقوم عليها نظرية الذات.
3. ما معنى الآتي:  
    < أن يفهم المرشد المسترشد من خلال إطاره المرجعي.  
    < أن يحترم المرشد المسترشد احتراماً غير مشروط.  
    < أن يوظف فنية الصمت العلاجي.
4. ما رؤية روجز للاختبارات والمقاييس النفسية؟ وما الجانب السلبي في ذلك؟

## 2. نظرية الإرشاد السلوكي Behavioural Theories

من أهم الموضوعات التي تناولها علماء النفس التجريبيون عملية التعلم وتأثير عمل الخبرة في تغيير السلوك، وقد بدأ هذا الاتجاه يبرز إلى الوجود بشكل ملحوظ ابتداء من الدراسات التي قام بها ابنجهاوس 1885م ومروراً بثورندايك وقوانين التعلم المعروفة، وفي مقدمتها قانون الأثر الشهير (1911-1932م) إلى أن وصلنا إلى القرن الحالي حيث أعلن سكينر عن مبادئ الاشرط الانتقائي وقوانين تعديل السلوك وإعادة تشكيله، في إطار ما يسمى بالسلوكية الحديثة.



ودراسة السلوك علم تجريبي اهتم به قديما كوهلر وبافلوف وواطسون وغيرهم، كما اهتم به هاسفورد وكرمبلز من المحدثين وغيرهم. تسمى النظرية السلوكية بنظرية التعلم، وتهتم بدراسة سلوك الإنسان وأسبابه وطرق تعديله أو تغييره إذا كان بحاجة إلى ذلك من خلال برامج تعديل السلوك. وتهتم بالسلوك الظاهري وتحاول تعديله، ولا تهتم بتعديل السبب العميق والجوهري الذي يقف وراءه.

### أولاً: مفاهيم النظرية

القوانين الأساسية للتعلم Learning تقوم هذه النظرية على مفاهيم وقوانين أساسية تنطلق من أن جميع أنماط السلوك متعلمة، حيث يتم تعلمها وفقاً لأربعة عوامل ضرورية لحدوث أي تعلم، وهي:

1. **الدافع Moative**: وهو حاجة متمكنة في الكيان تؤدي إلى القيام بنشاط ما، وهناك دوافع رئيسية فطرية مثل الألم والعطش والجوع وطلب الراحة وغيرها، بينما توجد دوافع قوية متعلمة مثل دافع الخوف والقلق.
2. **المثير Stimulus**: وهو مشبع لحاجة يبعث على السلوك والحركة والتصرف وتتولى المثيرات تحديد توقيت الاستجابة ونوعها ومكان حدوثها عندما يكون الفرد مدفوعاً بواسطة دوافعه للقيام بنشاط ما. والمثير باعث قوي على السلوك مثل صوت دوي الانفجار فإنه يبعث على الذعر والهرب.
3. **الاستجابة Response**: وهي سلوك وتصرف يقوم به الفرد عندما يدرك مثيراً لإشباع حاجة. وتظهر الاستجابة بسبب وجود المثير، كما يمكن ترتيب الاستجابات تصاعدياً في قائمة تبعاً لاحتمالات حدوثها، وهناك استجابات يتكرر حدوثها وتقع في القائمة، وهي عادة ما تكون ذات علاقة قوية بالمثير، أما غيرها من الاستجابات فتحتل مواقع نسبية تبعاً لمقدار علاقتها بالمثير، ويسمى التغير في قوة الرابطة بين المثير والاستجابة بالتعلم، ويعني ذلك أنه

عند بلوغ الرابطة بين المثير والاستجابة ذروتها، يصل التعلم إلى أعلى مستوياته والعكس صحيح.

4. **التعزيز أو المكافأة:** وهي الإثابة أو الجزاء الحسن الذي يصاحب السلوك المرغوب فيه.

(أ) الانطفاء: ويعني أنه في حالة تكرار حدوث استجابة متعلمة دون تعزيزها أو مكافأتها؛ فإن نسبة حدوثها تقل تدريجياً إلى أن تتوقف عن الحدوث، أي تتطفيء.

(ب) العودة التلقائية: وتعني أنه في حالة التخلص من استجابة معينة، فربما تعاود الظهور مرة أخرى بعد فترة من الوقت بدون مكافأة أو تعزيز، وهو ما يسمى بالاستعادة التلقائية، ويشير ذلك إلى أن الاستجابة أو العادة قد يتم كفها من التخلص منها، ومع ذلك، فإنه إذا ما تكررت عملية الانطفاء، فإنها سوف تخف.

(ج) التعميم: عادة ما يعمل التعزيز المصاحب لمثير معين على زيادة احتمال حدوث استجابة معينة، فإذا ما امتد تأثيره إلى المثيرات الأخرى المشابهة وأصبحت بدورها تؤدي إلى حدوث نفس الاستجابة فإن انتقال الأثر يسمى تعميماً.

5. **التعزيز السلبي:** ويتمثل في حرمان الفرد من معزز موجود في بيئته.

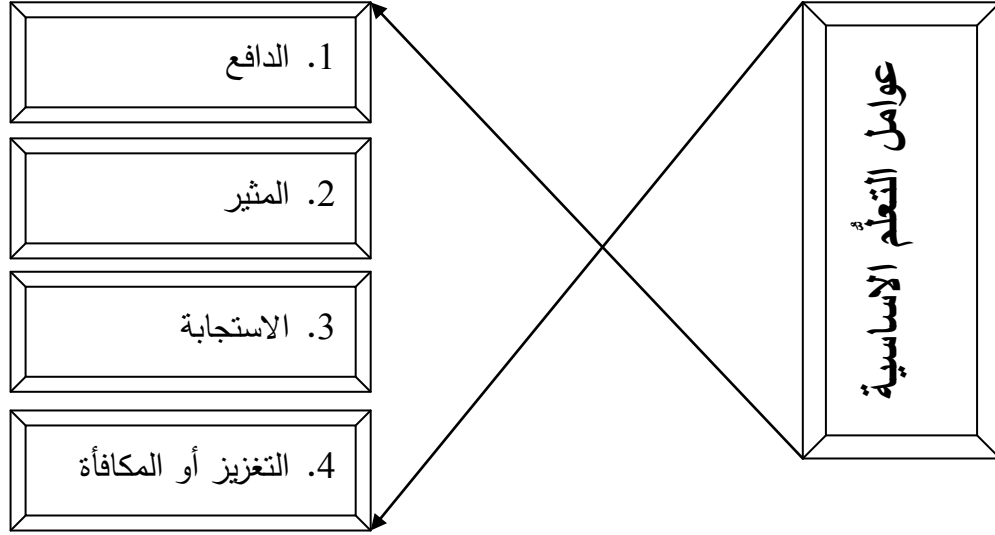
6. **المثير التمييزي:** وهو تمييز مثير من بين مجموعة من المثيرات، ويمكن اعتبار إشارات المرور وإشارات التوقف وإطفاء السجاير مثيرات تمييزية.

7. **إعادة التعلم:** تعليم الفرد سلوكات جديدة مرغوبة بدلاً من السلوكات القديمة غير المرغوبة.

8. **الشخصية Personality:** مجموعة السلوكات التي تصف فرداً وتميزه عن فرد آخر، وهي النظم السلوكية المتعلمة الثابتة نسبياً والتي تميز إنساناً عن آخر،

والسلوكيون ليست لديهم نظرية في الشخصية كباقي النظريات بسبب اختلاف الناس عن بعضهم بعضاً في استجاباتهم نحو المثيرات الواحدة.

9. **المثير المنفرد**: أي مثير ينفر من حدوث استجابة.



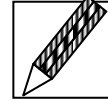
شكل (2):

عزيزي الدارس،  
هذا الشكل يوضح لك العوامل الضرورية للتعلم، هناك عوامل أخرى  
وفرعيات متعددة تنضوي تحت التعزيز أو المكافأة.  
✓ أحصها أولاً.  
✓ هل يمكنك عمل هيكل خاص بها، أو هيكل يجمعها مع  
العوامل الأساسية حاول ذلك.

10. **النمذجة**: إن تقدم سلوكيات نموذج أمام الفرد ليتعلم منه السلوك المرغوب  
والنمذجة تتأثر بجنس وعمر الفرد ومكانته الاجتماعية.

11. **الممارسة الإيجابية:** كأن يعتذر طفل لطفل آخر لأن الأول قد دس على رجل الطفل الثاني.
12. **تقليل الحساسية التدريجي:** أي تعريض الفرد إلى مواقف مثيرة أو مخيفة له لتقليل خوفه أو قلقه منها وبشروط البدء بالمواقف الأقل إخافة إلى الأكثر إخافة.
13. **الاسترخاء:** تدريب المسترشد على استرخاء عضلاته.
14. **التغذية الراجعة البيولوجية:** أي أن يشاهد الفرد فيلما عن عمل القلب إذا كان يخاف من توقف قلبه.
15. **الامحاء أو الإطفاء:** تجاهل السلوكيات غير المرغوب فيها يساعد على إطفائها بعدم تعزيزها.
16. **الممارسة السلبية:** الطلب من الفرد أن يكون السلوك غير المرغوب فيه حتي يتم إشباعه لكي يمحي، كان تطلب من طفل يبكي أن يستمر في البكاء أكثر فأكثر.
17. **الإشباع Satisfaction:** تكرار السلوك غير المرغوب فيه كأن تطلب من الطفل أن يستمر في مص إبهامه ولمدة طويلة حتي يمل ذلك، ويمكن القول بأن الإشباع هو تقديم المعزز للفرد لفترة طويلة نسبيا لكي يَمَلُّ.
18. **العزل:** عزل الفرد عن المعززات وإيقافه في مكان بعيد عنها لكي يقلع عن السلوك المعزز للفرد فيه وهو نوع من أنواع العقاب.
19. **التصحيح الزائد:** أي الطلب من الفرد أن يعيد الشيء الذي أفسده أو أثلفه إلى أفضل ما كان عليه قبل إتلافه.
20. **العقاب:** وهو معزز سلبي على سلوك غير مرغوب فيه. والعقاب غير مرغوب فيه كأسلوب علاجي، لأنه يؤدي إلى إدمان المعاقب عليه أو إلى التجنب المؤقت للسلوك الممنوع وإعادة ممارسته بطرق ملتوية أو للاعتداء شخصيا على الشخص المعاقب.

### تدريب (3)



1. حاول أن تشخص أهم ما يميز هذه النظرية عن سابقتها.
2. ادرس مفاهيم النظرية السلوكية جيداً وحاول تجميعها على كثرتها في العوامل الرئيسة.
3. (الأساس العلمي لهذه النظرية به خلل واضح) ناقش ووضح رأيك!

### ثانياً: أهداف الإرشاد السلوكي

1. تعزيز السلوكيات المرغوب فيها كضمانة لحدوثها أو استمرارها.
2. تعليم المسترشد سلوكيات جديدة بدلا من القديمة.
3. إحداث تغيير في بيئة الفرد.

### ثالثاً: دور المرشد في النظرية السلوكية

يكن دور المرشد في تعليم المسترشد سلوكيات جديدة مرغوب فيها بدلا من السلوكيات القديمة التي كانت لديه وكانت غير مرغوبة، وهو يعتمد على الدراسة العلمية بمراقبة السلوك والظروف التي يحدث فيها من مكان وزمان، و الأسباب التي تؤدي إليه، ويقوم المرشد بتعزيز السلوكيات المرغوبة لضمان تكرارها ويتجاهل السلوكيات غير المرغوبة تمهيدا لإطفائها أو امحائها، معتمدا في ذلك على برامج تعديل السلوك السابقة الذكر. ويحاول المرشد أن يتحكم في الظروف البيئية المسؤولة عن المتاعب لدى المسترشد.

## نقد النظرية السلوكية

لقد وجه بعضهم نقدا لهذه النظرية مشيراً لنقاط الضعف التالية:

1. تهتم النظرية السلوكية بإزالة أعراض السلوك الظاهرة فقط.
2. تهمل النظرية السلوكية العناصر الذاتية في داخل الفرد والتي قد تكون مسؤولة عن حدوث السلوك.
3. إن تجارب المذهب السلوكي مستمدة من تجاربها عن الحيوانات.

✎ عزيزي الدارس،

ادرس دور المرشد هنا جيداً، ثم ارجع إلى نظرية الذات وقارن الدورين، أيهما أعمق؟ ولماذا؟

◀ حاول أن تتذكر أيضاً:

هناك مدرسة أخرى تحرص على إعادة تشكيل بيئة المختبر مع أنها تختلف مع المدرسة السلوكية جوهراً ومظهراً، فما هي؟  
ثم علام يدل ذلك ؟

## أسئلة تقويم ذاتي



زواج بين البيانات التي في القائمة (أ) مع مايناسبها في القائمة (ب) في الآتي: أولاً:

| (أ)                                         | (ب)                              |
|---------------------------------------------|----------------------------------|
| 1. النظرية السلوكية                         | 1. نظرية التعلم                  |
| 2. الإشراف الانتقائي                        | 2. الدافع                        |
| 3. حاجة فطرية ملحة                          | 3. التعزيز أو المكافأة           |
| 4. المثير                                   | 4. العودة التلقائية              |
| 5. الثواب على سلوك ما                       | 5. الإطفاء                       |
| 6. تكرار سلوك مرغوب دون مكافأة              | 6. الإشباع                       |
| 7. عدم تعزيز سلوك حتى انعدامه               | 7. العقاب                        |
| 8. تقديم المعزز للفرد لفترة طويلة حتى يملئه | 8. الشخصية                       |
| 9. معزز سلبي على سلوك غير مرغوب             | 9. سكر                           |
| 10. مجموعة السلوكيات التي تخص فرد دون الآخر | 10. مشبع يبعث على السلوك والحركة |
|                                             | 11. إبنجهاوس                     |

ثانياً: عرّف الآتي:

- الممارسة الإيجابية.
- العزل.
- الممارسة السلبية.
- تقليل الحساسية التدريجي.

ثالثاً: 1. ما معنى فهم النظرية بالسلوك الظاهر فقط؟

2. ما دور المرشد في النظرية السلوكية؟ وما مدى تطابق ذلك مع مبادئ النظرية السلوكية؟

### 3. نظرية التعزيز والإرشاد النفسي (دولارد، وميلر)

#### مقدمة

تقوم مبادئ هذه النظرية على الأسس التي تبناها كل من (دولارد، وميلر)، والتي تقوم على الجمع بين مبادئ نظريات التعلم السلوكية ومفهوم الاستبصار الذي يعتبر جزءاً من نظرية التحليل النفسي، وكذلك ما تساهم به العلوم الاجتماعية في مجال الشروط الاجتماعية للتعلم.

#### • الأسس النظرية

ترى هذه النظرية بأن العصاب يرجع إلى عامل الخبرة وأنه ليس نتاجاً للغرائز والدوافع الفطرية أو الاضطرابات العضوية، فالعصاب يتم تعلمه وفقاً لقوانين التعلم المعروفة وغير المعروفة.

ويمكن تعريف عملية الإرشاد على أنها موقف يتم فيه انطفاء استجابات العصاب وتعلم استجابات طبيعية أخرى أفضل منها:

#### أولاً: اختيار العملاء

نظراً لاعتماد الإرشاد على أسس التعلم، فإنه يصبح من الضروري اختيار العملاء الذين يمكنهم الاستفادة من هذا النوع من الإرشاد العلاجي، وتتضمن شروط الاختيار ما يلي:

1. أن يكون الاضطراب متعلماً ولا يرتبط بخلل عضوي.
2. أن يتوفر لدى العميل الدافع للعلاج أو الإرشاد، ومما يلاحظ أنه عادة ما يؤدي الشعور بالضيق أو الألم إلى زيادة رغبة العميل في التخلص مما يعانيه.
3. أن لا يكون تعزيزاً للأعراض من طرف البيئة الاجتماعية المحيطة بالعميل، إذ كلما ازداد تعزيز الأعراض أصبح الإرشاد عملاً صعباً.
4. أن يتوفر نوع من التعزيز الإيجابي للتخلص من الاضطراب، إذ كلما عظمت الجائزة ازداد تأثير الإرشاد.



5. أن تتوفر لدى العميل القدرة على فهم اللغة والاستجابة لها.
6. أن لا تكون حالة العصاب مزمنة أو راجعة إلى مرحلة الطفولة، لأن الحالة الأخيرة تعتبر من الحالات غير المفضلة بالنسبة لهذا الأسلوب.
7. أن لا يخلو العميل من بعض السمات التي تجعل الإرشاد صعباً مثل عدم قدرة العميل على الإنصات، أو عدم القدرة على التحدث بشكل سليم، أو كثرة الشكوك، أو السلبية العميقة، أو عدم الاستقلال وشعور العميل بالرغبة الشديدة في الاعتماد على غيره.

لاحظ



عزيزي الدارس،

✓ أن هذه النظرية تعتمد على التعلّم، وبذلك تقارب كثيراً من النظرية السلوكية.

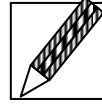
✓ ولكنها تفارق النظرية السلوكية في أنها تميل إلى الاستبصار، ويعنى هذا أنها تهتم بالعمليات النفسية الداخلية، وهذا الجانب تهمله المدرسة السلوكية بالكلية.

ترتيباً على ذلك فإن هذه المدرسة أعمق في إدراكها لمسببات الاضطراب وعدم التوافق النفسي. فهل تتفق معي في ذلك.

• إذا كانت لديك وجهة نظر أخرى أو إضافة ما، نرجو أن تطلع عليها عبر النوافذ المعروفة لديك.

✓ تلاحظ أيضاً في هذه النظرية الحرص الشديد على اختبار العملاء بمواصفات معينة، وهذا ما لم نلاحظه في النظريات السابقة حتى التي اتفقت معها في الجانب السلوكي. هل تتذكرها بدقة؟

#### تدريب (4)



هل يمكنك أن تشرح الآتي:  
الاضطراب غالباً ما يكون مُتعلّماً وليس عضوياً.

#### ثانياً: عملية الإرشاد

وتشتمل على جانبين:

أولاً: جانب يتم عن طريق الإرشاد الكلامي.

ثانياً: جانب يتم عن طريق التعامل مع العالم والأحداث الخارجية. فمشاكل الحياة الحقيقية يجب أن يتم حلها بسلوك جديد مختلف، خارج وقت الإرشاد والعلاج، وفي هذه الحالة يقوم العميل بتعميم الاستجابات التي أبدأها أثناء الحديث في حياته العامة. وفي تعامله مع الأفراد الآخرين حيث تتم تقويتها أو انطفائها تبعاً لما يترتب عليها من ثواب أو عقاب، فاستجابة انطفاء الخوف من الحديث عن موضوع ما يتم تعميمها على الخوف من القيام بذلك النشاط أيضاً، فإذا ما تم تخفيض مقدار الشعور بالخوف في هذه الحالة، فإن الدافع إلى القيام بذلك النشاط يزداد، وبذلك يتم التخلص من صراع (الإقدام - الأحجام).

#### • موقف المرشد

يتطلب دور المرشد توفر مجموعة من السمات، بالإضافة إلى عامل الخبرة المهنية والكفاءة المهنية، ويمكن تفصيلها فيما يلي:

1. **النظرة المتسامحة:** وتعني تقبل العميل مهما كان اضطرابه مع عدم السماح للقيم الشخصية للمرشد بالتدخل في عملية الإرشاد.

2. **الود والتعاطف:** وهي من السمات التي تزيد من قوة العلاقة الإرشادية مما يشجع العميل على الإقبال على تغيير نمط سلوكه غير المرغوب فيه دون خوف أو تردد أو توقع تلقي العقاب.

3. **إظهار الصداقة:** عادة ما تتسم الحالات العصابية بالبعد عن الناس، والحذر من العلاقات الحميمة، وعدم الرغبة في تكوين صداقات، ويساعد موقف المرشد العميل على إعادة النظر في سلوكه واكتشاف الأخطاء في عاداته السلوكية.
4. **الإنصات الواعي:** تتطلب عملية الإرشاد أكثر من مجرد الإنصات أو الاستماع العادي، ويعني الإنصات الواعي إظهار الاهتمام بما يقوله العميل، والتعرف على المواقف المتناقضة في سلوكه، وتحديد مشاكله الكامنة في أخطاء التفكير أو الانتباه أو الإدراك، أو الحديث ومساعدته على تلافيتها واستبدالها بأنماط جيدة أو صحيحة.
5. **الفهم:** ويتطلب الإلمام بأسس الاضطراب، وتحديد المشكلة عن طريق التشخيص الجيد، واختبار العميل المناسب لأسلوب الإرشاد أو العلاج، كما يتطلب الفهم أيضاً التفاعل مع العميل وتفسير ما يقال بشكل صحيح.
- فإذا ما أصبحت البيئة الإرشادية متقبلة ومتسامحة ومتعاطفة ومتفهمة، فإن المخاوف المتعلقة بالموضوعات المكبوتة تبدأ في الانطفاء تدريجياً.

### **ثالثاً: أدوات الإرشاد وتقنياته**

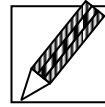
1. **استخدام أسلوب التداعي الحر:** ويتم ذلك عن طريق قيام العميل بالتحدث عن أفكاره و مواصلة الحديث دون حجب أية معلومات كما يحدث في المحادثات اليومية، وأن يتسم حديثه بالتلقائية بحيث ينطق بما على لسانه من دون تردد.
2. **مكافاة العميل على حديثه:** يتعرض العميل في حديثه لمواقف تثير المخاوف والقلق، ولذا يجب تعزيزه حتي يستمر في الحديث لأجل الكشف عن أفكاره المكبوتة، ويمكن تعزيز الكلام بعدة طرق منها: إبداء غاية الاهتمام بما يقوله العميل، وتقبل ما يقوله دون رفض أو اعتراض من قبل المرشد، وكذلك الإنصات الجيد ووعي المرشد بما يقوله العميل وتفهمه، وتعمل هذه الأساليب على مكافاة العميل عند حديثه عن الأفكار الممنوعة والمصحوبة بالخوف فيتلقى الثواب عليها بدلا من العقاب، مما يؤدي إلى انطفاء استجابة الخوف.

3. **التعامل مع ظاهرة التحويل:** يحصل المرشد من العميل على معلومات غير مباشرة عن طريق ظاهرة النقل أو التحويل، هذا بالإضافة إلى ما يحصل عليه عن طريق التداعي الحر، فالمرشد/ المعالج يشبه إلى حد ما المدرس والوالد ومعارف العميل من كبار السن مما يؤدي إلى نقل الاستجابات التي سبق تعلمها في التعامل مع الأشخاص من ذوي التأثير على العميل إلى المرشد، ويعمل المرشد على تشجيع حدوث هذا النقل عن طريق البقاء دون تأثير وتوفير جو من التسامح والتقبل مما يؤدي إلى انطفاء القلق الذي يمنع من إظهار الاستجابات الانفعالية لدي العميل، ويقود ذلك إلى ظهور تلك الاستجابات وتوجيهها إلى المرشد مما يؤدي إلى التعرف عليها وتحديد مصادر اضطراب العميل.

4. **تسمية الانفعالات:** يؤدي التداعي الحر والتحويل إلى ظهور الاستجابات الانفعالية التي لم يسبق تسميتها، ويعمل المرشد على مساعدة العميل على تسمية تلك الاستجابات، وتتم عملية التسمية عن طريق ربط كلمات جديدة بالمشيرات الانفعالية الصحيحة.

#### تدريب (5)

قارن بين التداعي الحر والتحويل وتسمية الانفعالات.



#### أسئلة تقييم ذاتي

1. ما المنهج الذي تقوم عليه نظرية التعزيز والإرشاد النفسي؟
2. كيف تفسر هذه النظرية العصاب؟
3. عدد ثلاثة من أسس اختبار العملاء في إطار هذه النظرية.
4. ما الجوانب التي تحكم عملية الإرشاد في هذه النظرية؟
5. اذكر أهم الملامح التي تحدد دور المرشد في نظرية التعزيز.
6. كيف تتم مكافأة العميل على حديثه؟





قارن بين عملية الإرشاد في نظرية الإرشاد السلوكي ونظرية التعزيز والإرشاد النفسي في مقال موجز.

- اعرض إنجازك على المرشد الميداني والزملاء بهدف التقويم وإثراء الموضوع.

## 4. نظرية السمات والعوامل وليامسون

### مقدمة

اعتمدت هذه النظرية على عدة ركائز يمكن تلخيصها في الآتي:

1. اعتمدت هذه النظرية على السمات والعوامل الشخصية وعلى علم النفس الفارقي. وترى هذه النظرية أن هنالك أنماطاً محدودة من أنماط الشخصيات، تحتاج الحياة لها جميعاً وليس هناك نمط أفضل من الآخر، لكن هناك أنماطاً تحاول الطغيان على الأخرى وذلك بإدماج بعض سماتها في منظومة سمات الشخصية الضعيفة فيؤدي ذلك لتشويهها واضطرابها وعدم توافقها، ومهمة المرشد تنقية الأفراد الذين تشوهت شخصياتهم من السمات الدخيلة وإقناعهم بتقبل ذاتهم كما هي وعدم الخضوع لمحاولات التغيير المتعنت.
2. ترى هذه النظرية أن تحديد سمات الشخصية وتحليل عواملها يهييء لنا التعرف على:

السمات والعوامل التي تحدد السلوك، والتي يمكن قياسها، والتي يمكن بواسطتها التنبؤ بالسلوك الجديد في المستقبل.

عزيزي  
الدارس،،

بما أن هذه النظرية تعتمد على السمات والعوامل الشخصية ..... فإنه من الطبيعي أن تقوم على علم النفس الفارقي ..... فما مجال هذا العلم؟

- علم النفس الفارقي هو العلم الذي يبحث في الفروق الفردية بين الرجل المرأة والشباب والاطفال... وبين الاجناس المختلفة في جميع المجالات النفسية... أي ما يميز إنسان عن الآخر.

### أولاً: الاطار العام للنظرية

1. تعتبر هذه النظرية الإرشاد النفسي محاولة لحلّ المشكلات الحياتية التي تنجم عن معركة صراع الانماط والسمات أو عن اضطراب مسلكيات النمط الواحد اذا حاول استدخال سمات جديدة ومختلفة على شخصية
2. ان سلوك الانسان يمكن تنظيمه بطريقة مباشرة وانه من الممكن قياس السمات والعوامل المحددة لهذا السلوك باستخدام اختبارات للتعرف على سمات الشخصية.
3. السلوك ينمو من الطفولة إلى الرشد ومن خلال نضج السمات والعوامل.
4. الشخصية عبارة عن نظام يتكون من هذه السمات وهي تنظيم دينامي لمختلف سمات الشخص وهي نمط فريد من القدرات والسمات.
5. السمات هي مجموع الصفات الجسدية والعقلية والانفعالية والفطرية والمكتسبة والاجتماعية التي يتميز بها الشخص وتعبر عن نوع من انواع السلوك الثابت تقريبا.

## ثانياً: فرضيات النظرية

1. الارشاد يهدف إلى مساعدة الافراد على النمو في جميع مناحي حياتهم الشخصية وتهدف إلى استقلال الذات. بحيث لا يكون عرضة تشوية ذاته بالخضوع لسمات من انماط شخصية غير متساوية مع نمط شخصيتهم.
2. الارشاد يتطلب تفرد الشخصية الانسانية والفردية تنضج كالثمار ومن خلال العلاقات مع الآخرين.
3. على المرشد ان يخلق الدافعية عند العملاء المسترشدين لتغيير سلوكهم.
4. الارشاد يشمل الاشخاص الذين لا يستطيعون التطور والذين يواجهون مشكلات.
5. العلاقة الإرشادية حيادية في توجيه القيم، وعلى المرشد ان لا يتاثر بقيمه الشخصية وقيم المجتمع الذي يعيش فيه.
6. على المرشد ان يتقبل المسترشد تقبلاً غير مشروط.
7. الاهتمام بالتطور والنمو الذاتي في مراحل الحياة المختلفة.
8. ان العملية الإرشادية لا تنتهي بمجرد تقبل المسترشد لمشاعره ولذاته ولشعوره بالراحة وانما عندما يكون الفرد قادراً على حل مشاكله.
9. هدف الإرشاد هو تطوير الفرد في المجالات المستحبة له والمتساوقة مع نمط شخصيته وسماتها.
10. النمو هو عملية نضج تأتي من الداخل وتمتد إلى الخارج.
11. ان النمو عملية كفاح هادف من اجل الافضل مع الحفاظ على السمات الاساسية للشخصية.
12. احترام المسترشد وانسانيته وكرامته ونمط شخصيته الاساسية.
13. يهدف الإرشاد لمساعدة المسترشد لفهم نفسه وادراك الذات وتحقيقها.

### ثالثاً: الافتراضات المتعلقة بالمجال المهني

1. ان انماط الشخصية والميول لها علاقة بالسلوك المهني عند الفرد والارشاد المهني يراعي كل ذلك.
2. المناهج الدراسية تتطلب ميولا مختلفة وسمات مختلفة وانماط شخصية مختلفة.
3. ضرورة تشخيص امكانات الطالب المختلفة قبل التحاقه بالعمل.
4. لدي الفرد الرغبة في التوحد معرفيا مع قدراته التي تمكنه من الوصول إلى المهنة التي يريد.
5. استخدام الاختبارات الموضوعية لتحديد صفات الفرد الخاصة.

### رابعاً: العملية الإرشادية عند ولياسون وتتضمن ما يلي:

1. تحليل المعلومات.
2. تركيب المعلومات وربطها بعضها ببعض وإدراك العلاقات.
3. التشخيص: تشخيص اسباب المشكلة.
4. التنبؤ بحدوث السلوك المرغوب فيه أو عدمه.
5. المتابعة متابعة المرشد للمسترشد لعدم حدوث انتكاسة.

### خامساً: اجراءات تعديل السلوك

1. تعزيز السلوكيات المرغوبة بها: اذ ان السلوك محكوم بنتائجه.
2. تشكيل السلوك **Modification**: اعادة بناء السلوك بدءاً من السلوكيات والامكانات المتوفرة لدي الفرد.
3. التسلسل: أي الابتداء ببناء سلوكيات اولية ضمن مجموعة من السلوكيات الكلية المراد الوصول اليها.
4. التلقين: أي تدريب الفرد على تكرار سلوك معين كان يكتب بخطوط متقطعة اسمه وتطلب منه اعادة الكتابة عليه بخطه.

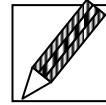


## سادساً: طرق العلاج

1. تغيير بيئة المسترشد.
2. اختيار عوامل بيئية مناسبة للمسترشد.
3. تغيير الاتجاهات عند المسترشد.
4. تعليم المسترشد المهارات اللازمة لتحقيق اهدافه.

### تدريب (6)

(الاضطرب النفسي في هذه النظرية هو عبارة عن تشويه ما يحدث في الشخصية التي يجب أن تكون متفردة) – ناقش ووضح رأيك!.





1. علامّ تعتمد هذه النظرية في إطارها العلمي؟
2. ما تفسيرها للآتي:
  - الإرشاد النفسي.
  - السلوك.
  - الشخصية.
3. ما هدف الإرشاد وما متطلباته في ظل هذه النظرية؟
4. ما أهمية الفرون الفردية للاختيار المهني؟
5. ما علاقة المعلومات بالتشخيص في هذه النظرية؟ وما دور المتابعة؟
6. أوجد العلاقة بين خطوات العلاج والمبادئ التي تقوم عليها هذه النظرية؟
7. وضح الآتي باختصار:
  - تشكيل السلوك.
  - التسلسل.
  - التلقين.

## 5. مدرسة التحليل النفسي - فرويد

### مقدمة

مدرسة التحليل النفسي من اولي مدارس علم النفس، ويرجع الفضل في تأسيسها إلى (سجموند فرويد) وهو طبيب نمساوي، وتعتبر هذه المدرسة من المدارس التقليدية التي تفرعت عنها مدارس عديدة اهمها مدرسة التحليل النفسي الحديثة التي تتفق مع المدرسة الحالية في كثير من مبادئها واسسها العامة. وتعتمد هذه المدرسة على الفلسفة القائلة بإمكانية الشفاء عن طريق الكلام، ومهما تشعبت الاتجاهات داخل مدرسة التحليل النفسي الا انها تتفق جميعا على انه في حالة توفر شروط معينة ومقابلة العميل لهذه الشروط. فاننا نتوقع حدوث تغيير في سلوك من جوانب عدة وبخاصة ما لا يمكن تحقيقه عن طريق الاساليب الاخرى.

ويؤيد فرويد وجهة النظر التي تري بان الانسان مخلوق تدفعه حاجاته إلى الشعور بالقلق، وان ارضاء تلك الحاجات يؤدي إلى خفض مستوي القلق لديه وإلى اكتساب خبرات جديدة، كما انه لا يمكن فهم السلوك الحالي للفرد الا علي ضوء تاريخ حياته، وان ما يصادفه الفرد في مراحل طفولته المبكرة يشكل الاساس الذي يقوم عليه سلوكه المستقبلي.

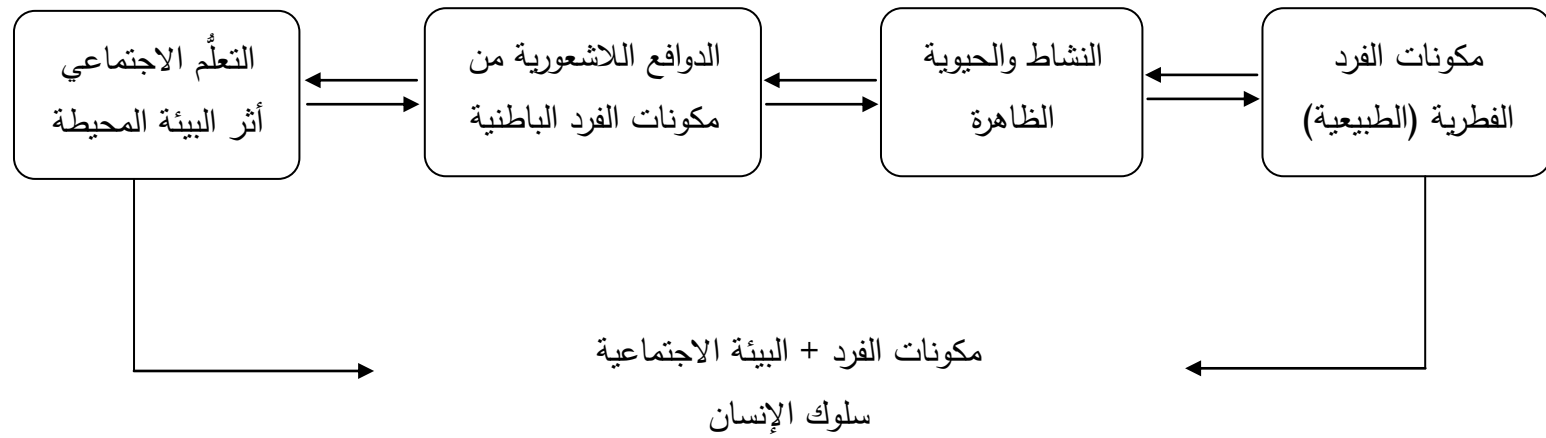
قد يصادفنا في وقتنا الحالي اختلافات في وجهات النظر تجاه طبيعة الانسان، داخل فروع هذه المدرسة، الا ان وجهة النظر التقليدية التي تبناها فرويد اعطت اهمية خاصة للدوافع الجنسية والغرائز العدوانية، والحاجات العضوية، واكدت على تأثيرها في توجيه سلوك الانسان، وتري هذه المدرسة بان الانسان يولد وهو يعاني من القصور لاسباب كثيرة منها العوامل التكوينية ومستوي الذكاء، وهيئة العميل واطوار نموه، اما بعد الولادة، فان البيئة تعمل على تشكيله من ناحية، كما يعمل هو على تعديلها حتي تتلاءم من ناحية اخرى.

## السلوك الإنساني في ضوء مدرسة التحليل النفسي

يمكن فهم سلوك الإنسان - في رؤية هذه المدرسة في ضوء العوامل الآتية:

1. دينامية الفرد: وتتمثل في فعالية وما لديه من قوة ونشاط وحيوية.
2. مكونات الفرد: وهي مكوناته الطبيعية وسماته الفطرية التي يولد مزودا بها ولا دخل له في نشأتها.
3. الدوافع اللاشعورية: وهي جزء من مكونات الفرد واستعداداته الطبيعية.
4. التعلم الاجتماعي: وهو يمثل جانب التأثير الذي يتعرض له الفرد بعد ولادته.

شكل (3):



وتعتبر نظرية التحليل النفسي من اقدم النظريات التي حاولت تفسير طبيعة الانسان والعصاب والامراض النفسية والشخصية الانسانية ككل وقد انطلق صاحب هذه النظرية من مقولتين هما الجنس والعدوان، واعتبرهما الاسباب المسؤولة عن عدم التكيف والاضطرابات الانسانية. فهو يري بان الانسان عدواني وشهواني بعكس روجرز الذي يعتبره خير، ولقد ركزت نظريته على اثر اللاشعور في حياة الانسان وأن العلاج الفرويدي يركز على تحويل الافكار والعواطف اللاشعورية لكي يعيها ويعدلها كما ركزت على اثر الغرائز في السلوك الانساني خلال الخمس سنوات الاولى من عمر الانسان (خبرات الطفولة) واعتبرتها النظرية انها المقرر الاكبر في طور حياة المستقبلية.

### أولاً: مفاهيم ومصطلحات عامة للنظرية

يخضع الفرد في سلوكه لتأثيرات غرائزه

صدمة الميلاد التي تحدث للطفل نتيجة انفصاله عن رحم امه

عقدة الخشاء عقدة تعاني منها المرأة بسبب حسدها لقضيب الرجل

عقدة اوديب صراع جنسي عدواني بين الطفل وامه

الليبيدو وهي العاطفة الجنسية في الفرد

عقدة الكترا عقدة تعلق الطفلة بوالدها

اللاشعور مشاعر وخبرات مكبوتة تمنع من الظهور

بسبب ضغط المجتمع الخارجي

الشعور الوعي الكامل للاتصال مع العالم

القلق ناتج عن صدمة الميلاد وعشقها العصاب

العدوان فطري يولد مع الطفل وهو مظهر من مظاهر غريزة الموت

المرض النفسي ناتج عن عدم ادراك الفرد لصراعاته وبسبب الصراع الذي يحدث بين الهو

والانا الاعلى النرجسية حب الذات

الكبت راجع إلى سيطرة الانا الاعلى ناتج عن الخبرات المكبوتة في اللاشعور

مكونات الهو ولذلك تكبت مطالب الهو في

اللاشعور التصعيد أو الإغلاء أو التسامي وهو الارتقاء بغرائز الفرد مراتب عليا.  
النكوص ارتداد الفرد إلى الوراء - تراجع في سلوكيات الفرد من الاحسن  
إلى الأسوأ

- التثبيت : عدم نمو الفرد وانفعالاته وعواطفه، وبقائها فجة او متعلقة بأحدي  
مراحل العمر او النمو المبكرة.

- الذهان : ناتج عن عدم ادراك الواقع الاسقاط اي غزو مابك من عواطف  
واحاسيس على غيرك

الهو أحدي مكونات النفس وتشمل على كل ماهو غريزي وموروث

الانا جسر عبور تحاول ان توفق بين متطلبات الهو والانا الاعلي

الانا الاعلي سلطة الوالدين والمجتمع المقاومة عدم رغبة المريض في الشفاء

الحيل الدفاعية- ميكانيزمات الدفاع ناتجة عن عدم قدرة الفرد على الوعي بمشاعره

التداعي الحر افساح امام المريض بالتحدث عن كل مايريد.

التحويل اسقاط عواطفك على شخص آخر كالام التي اذا ما مات ابنها فانها تحول حبها

إلى كل طفل يشبه اسمه او شكله. المازوكية تلذذ الفرد بايقاع الاذي على نفسه من

الاخرين

الانكفاء عن الذات إلية تدفع الانسان إلى معاقبة ذاته العزل إلى معوضة كالشك

المسيطر

انسحاب الذات نوع من الهرب اللاشعور امام الالم السادية، تلذذ الفرد بالام الاخرين

التعطيل بالحركة الرمزية ، تعطيل ظاهرة معذبة عن طريق مجموعة من الحركات كغسل

الايدي مرات عديدة في اليوم التبرير: تبرير الدوافع اللامعقولة وشرح الدوافع اللاشعورية

عن طريق التبرير الذاتي .

## ثانياً: مكونات الشخصية

تتكون الشخصية في رأي فرويد من ثلاثة مكونات وهي **الهو (Id) والانا (ego)** و**الانا الاعلى (super ego)**، وهو مصدر الطاقة الجنسية والشهوات والغرائز وهو فطري وغريزي وموروث ينشد الاشباع بأي شكل كان، اما الانا فهي جسر عبور تحاول التوفيق بين متطلبات الهو ومتطلبات الانا الاعلى والانا الاعلى هي سلطة الوالدين وقيم المجتمع.

### • اسباب الاضطرابات النفسية

يرى فرويد بان عدم اشباع غرائز الانسان بسبب ضغوطات المجتمع مسؤولة عن الاضطراب النفسي كما ان بقاء حاجات الانسان مكبوتة في اللاشعور سبب آخر للاضطراب راجع لسبب عدم توافق متطلبات الهو والانا الاعلى.

### • هدف العلاج الفرويدي

يهدف العلاج الفرويدي إلى تحويل المشاعر اللاشعورية إلى شعورية لزيادة الوعي بها ولتحرير المريض من الصراعات التي يعيشها، وتخليصه من الحيل الدفاعية والكبت، ولتقوية الجانب الشعوري لدي الفرد وجعله واقعيًا ومساعدته على النمو.

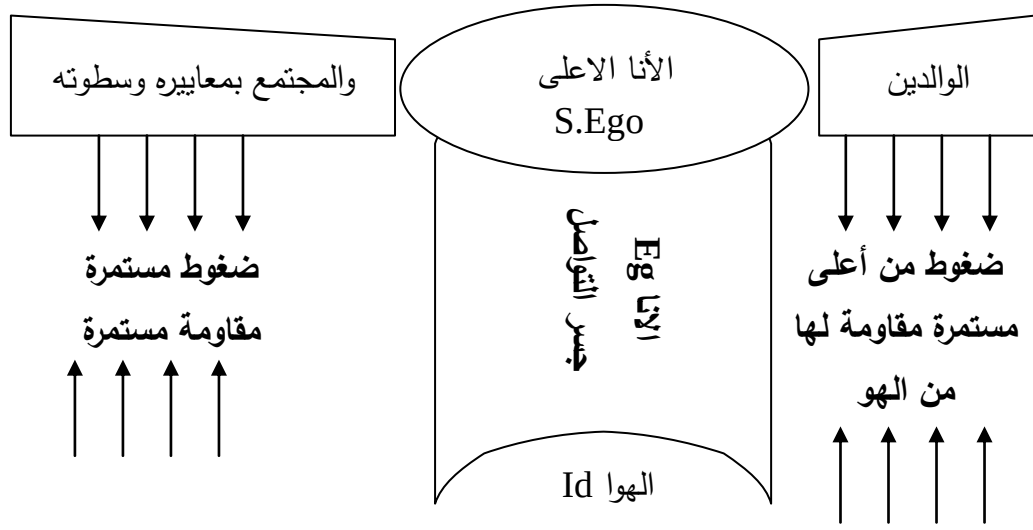
### ثالثاً: اساليب العلاج الفرويدي

1. التداعي الحر وهو السماح للمريض بالتحدث عن كل ما يريد بحرية.
2. تفسير الاحلام: يعتبر فرويد الاحلام تعبير مباشر عن مخزون اللاوعي من التجارب السالبة وتفسيرها يؤدي إلى فهم معانات المسترشد.
3. التنويم المغناطيسي: اسلوب ايحائي يساهم في تمكين المسترشد من التعبير عن نفسه دون حياء.



## • نقد النظرية

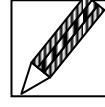
- ركزت هذه النظرية على دور الغرائز الكبير في الاضطرابات النفسية واهملت الجانب الثقافي والمعرفي.
- تقرر هذه النظرية بان الانسان شر محض وهذا افتراض غير عقلاني، ويتعارض مع الواقع وتراث الاديان.



مصدر الطاقة الجنسية مقاوم ينشد الاشباع

شكل (4): يوضح مكونات الشخصية الثلاث والعلاقة بينها من ناحية والصراع من ناحيه أخرى

## تدريب (7)



فرويد يرى أن الصراع بين الشهوات والرغبات من ناحية،  
ومعايير المجتمع والأسرة من ناحية أخرى تسبب الاضطراب والمرض  
النفسي، بينما يرى الاسلام غير ذلك، فهل يمكنك أن تكشف عن  
وجهة نظر الاسلام ثم المقارنة ..... حاول!



1. ما الفلسفة التي تقوم عليها مدرسة التحليل النفسي؟
2. ماذا نعني بالآتي:
  - دينامية الفرد.
  - التعلم الاجتماعي.
  - مكونات الفرد.
3. وضح الآتي باختصار:
  - صدمة الميلاد.
  - عقدة الوريث.
  - الحيل الميكانيكية ومثل لها بمثال.
  - الليبيرو.
  - عقدة الخصاء.
  - العزل.
  - عقدة إكثرا.
  - الانكفاء.
  - السادية.
4. ما اسباب الاضطرابات النفسية عند فرويد؟
5. ما هدف العلاج النفسي في هذه المدرسة؟
6. ما معنى التنويم المغنطيسي وكيف يؤدي إلى علاج المريض؟
7. ما الفرق بين هذه المدرسة ومدرسة روجز في النظرة إلى الانسان؟ وما مدى تأييدك لاحدهما؟ ولماذا؟

## 6. النظرية المعرفية

### نظرية العلاج العقلي العاطفي – البرت ألس

#### Rational Emotive therapy (RET)

قام (البرت إليس) بتأسيس المدرسة التي تري بأن الإرشاد العقلي الانفعالي هو علم دراسة الإنسان ككل عن طريق الأساليب الانفعالية من أجل مساعدته على تحقيق الأمور التالية:

1. الشعور بالسعادة.

2. تحقيق الذات.

3. العيش بشكل مبدع.

ويؤكد هذا الاتجاه على ضرورة تقبل الإنسان لكل ما فيه من مظاهر النقص، وعلى قدرة هذا الإنسان على توجيه نفسه وعلى تقرير مصيره....

ويختلف هذا الأسلوب عن أساليب الإرشاد والتوجيه التقليدية مثل (التحليل النفسي) و(العلاج السلوكي) في جوانب هامة كتسليط الضوء على الإنسان، والنظر إليه على أنه مركز الوجود والانفعالات، واعتباره المسئول الوحيد عن صحته النفسية أو اضطرابه النفسي، ومع أن هذا الاتجاه لا يهمل أثر العوامل الوراثية والبيئية في التأثير على الإنسان، وبخاصة في مستهل حياته، إلا أنه يؤمن بقدرة الإنسان أيضا على التدخل ما بين المدخلات البيئية والمخرجات الانفعالية بشكل يجعله قادرا على السيطرة على كل ما يشعر به وما يقوم به من نشاطات.

#### أولاً: الإطار الفلسفي للنظرية

تأثر (ألس) بالمذهب الرواقي للفيلسوف (زينون) الذي يقول: إن على الإنسان أن يعيش في وئام وبمقتضي العقل مع الطبيعة، وإن عليه أن يغيّر ما في نفسه لكي

ينسجم معها، حيث إنه لا يستطيع أن يغير ما فيها من ظواهر لا تروق له. وتخلص النظرية إلى القول بأن تفكير الإنسان يكون مصدر الشقاء له.

### ثانياً: المفاهيم الأساسية التي تقوم عليها النظرية

1. الإنسان عقلائي وغير عقلائي في آن واحد، فعندما يفكر الإنسان بعقلانية يكون سعيداً أما إذا فكر بطريقة غير منطقية أو غير عقلانية يكون شقياً.

2. إن السلوك العصابي والاضطرابات النفسية ناتجة عن التفكير غير العقلاني، وإن الأفكار والعواطف ليست منفصلة عن بعضها بعضاً ولكن العاطفة تفكير متحيز.

3. إن التفكير غير العقلاني ينشأ من خلال التعليم المبكر في سن الطفولة وإن الأسرة بنظامها الفكري ومعتقداتها غير العقلانية مسؤولة عن ذلك التفكير اللاعقلاني.

4. إن الإنسان حيوان لفظي، وإن التفكير يحدث من خلال استعمال الألفاظ، وإن التفكير غير المنطقي يستمر باستمرار التفكير غير العقلاني، والتفكير يصاحب العاطفة ويستمر. ويتبناها الفرد. وجود الاضطراب النفسي لا تقرر الظروف الخارجية وإنما تقرر الأفكار والمفاهيم التي يميل إليها الفرد.

5. يجب مهاجمة الأفكار والعواطف السلبية التي تهزم الذات عن طريق تنظيم التفكير والمدرجات بحيث يصبح التفكير عقلانياً ومنطقياً عند الفرد.

### ثالثاً: أمثلة على الأفكار اللاعقلانية

يُميز (ألس) بين إحدى عشرة فكرة غير عقلانية ويعتبرها خرافية لا معنى لها ولكنها موجودة بشكل عام في الحضارة الغربية، وهي تقود وبشكل واضح إلى أشكال العصاب المختلفة وهذه الأفكار هي:

1. من الضروري أن يكون الفرد محبوباً من كل المحيطين به في بيئته المحلية إذ أن السعي وراء هذا المطلب هو سعي خاطيء، إذ أن هذا المطلب يقود الإنسان

للتعاسة والإحباط، وإلى عدم الشعور بالأمن. والفرد الذي لديه مثل هذا المطلب يعتمد في تعزيزه لنفسه من الخارج، وليس من الداخل أما الشخص العقلاني فيقول (إن من المرغوب فيه أن أكون محبوباً).

2. ومن الأفكار غير العقلانية بنظر "ألس" "إن بعض الناس سيئون أو شريريون ويجب أن يعاقبوا" يري الس أن هذه الفكرة تتناقض مع مفهوم الصحة النفسية حيث إن لوم الذات والعقاب يؤديان إلى العصاب. ويرى "ألس" بأن الشخص العقلاني لا يلوم الناس على أخطائهم؛ لأن الناس خطاءون بفطرتهم، والعقلاني يحاول تحسين سلوكه وتعديله إذا وجد نفسه مخطئاً.

3. ومن هذه الأفكار "أنها مصيبة إذا جاءت الأمور بعكس ما يريد الشخص. هذه فكرة غير عقلانية؛ لأن الإحباط أمر طبيعي في حياة الإنسان، والشخص العقلاني يقول بأن الأشياء غير السارة أمر مزعج وأنها لن تكون غير سارة إلا إذا كانت نظرتي إليها كذلك.

4. وعلى هذا النحو فكرة "إن الشقاء يتسبب عن عوامل خارجية"؛ لأن الفرد ليس قادراً على ضبط هذه العوامل، وأن السعادة تأتي من داخلنا، وأن ما يقوله الإنسان لنفسه هو سبب سعادته أو شقائه.

5. ومن الأفكار الخاطئة المقولة التي تري "أن الأشياء المخيفة والخطرة هي مصدر اهتمامنا، وأن احتمال حدوثها يجب أن يشغلنا بشكل مستمر". إن هذه فكرة غير عقلانية؛ لأن القلق والانزعاج المستمر يحولان دون حدوث عملية تقييم موضوعي للأمر المزعج؛ ولأن الخوف من حدوث شيء يمنع الفرد من أن يتعامل بشكل جيد مع ذلك الخوف، ولأن ذلك يساهم في حدوث أخطاء ولأنه أيضاً يضخم ظاهرة الخوف الناجمة عن تلك الأحداث.

6. ومن هذه الأفكار "من الأفضل تجنب مواجهة الصعوبات". إن هذه فكرة غير عقلانية؛ لأن تجنب الصعوبات غالباً ما يكون أشد إيلاماً على النفس من

مواجهتها، والشخص العقلاني يقوم بما يجب أن يقوم به بدون تدمير وأنه بذكائه يستطيع تجنب الأشياء غير السارة.

7. ومن الأفكار الخاطئة "يجب على كل فرد أن يعتمد على شخص قوي". إن المبالغة في الاعتماد على الآخرين تجعلنا نفقد استقلاليتنا وهذا بدوره يقودنا إلى انعدام الأمن، علاوة على ذلك فإن الشخص أالاعتمادى سوف يقع ضحية للشخص الذي يعتمد عليه. إن العقلاني يسعى إلى تحمل المسؤولية والاستقلالية ولكنه لا يرفض مساعدة الآخرين عندما تكون هذه المساعدة ضرورية.

8. ومن الأفكار غير العقلانية "إن الشخص يجب أن يكون كاملاً في أدائه ومنجزاً بشكل تام ليصبح له قيمة" إن هذه فكرة غير منطقية؛ لأن طلب التمام يقود إلى متاعب نفسية وعصابية قهرية والشعور بالفشل، أما الشخص العقلاني فيسعى لأن يكون منجزاً بشكل جيد، ولكن ليس بالضرورة إلى درجة التمام.

9. ومن الأفكار غير العقلانية "إن خبرات الماضي هي المسئولة عن تقرير السلوك الحالي" إن هذه فكرة غير عقلانية؛ لأن استخدام الماضي كأعذار مسئولة عن أخطاء الحاضر أمر غير مبرر، أما الشخص العقلاني فيدرك أهمية الماضي ولكنه يدرك أيضاً بأن الحاضر يمكن أن يغير عن طريق تحليل أثر الماضي وأخذ العبرة منه.

10. ومن الأفكار الخاطئة التي يجب أن نتوقف عندها "إن الشخص يجب أن ينزعج لمشكلات الآخرين". إن هذه فكرة غير عقلانية، أما الشخص العقلاني فيقول إنني أحاول مساعدة الآخرين، ولكن إذا لم يجد ذلك مفيداً معهم، فمن الأفضل تركهم وشأنهم إذ لا يجوز أن ألوم نفسي على أفعال غيري.

11. ومن الأفكار التي يجب أن نتوقف عندها "هناك حل مثالي لكل مشكلة" هذه فكرة غير عقلانية؛ لأنه لا يوجد هناك حل كامل لكل مشكلة. إن الشخص العقلاني يحاول أن يجد حلولاً عديدة ومتوفرة وممكنة بحيث يصل إلى أفضل حل ممكن منها.

عزيزي الدارس،،،

نجد في هذه النظرية كثيراً مما نجده في الاسلام .... انظر إلى معاني هذه الاحاديث النبوية:

- (اعقل الناس أعذرهم للناس).
  - (رجعنا من الجهاد الاصغر إلى الجهاد الاكبر ألا وهو جهاد النفس).
  - لا تكن أُمعة إن أحسن الناس فلتحسن... وإن أساءوا أن تجتنب إساءتهم).
  - إذا استعنت فاستعن بالله).
  - (لا يشاد الدين أحد إلا غلبه ولكن سدّدوا وقاربوا).
  - لا يلدغ المؤمن من جحر مرتين).
  - (العاقل من اتعظ بغيره واستعد لما بعد الموت).
- كل هذه الأحاديث تدعو الإنسان لأن يهتم بنفسه أولاً وأخيراً، وأن يحاول أن يهذبها، وأن يتحدى بقوته الظروف من حوله، والموبقات والشهوات وأحابيل الشيطان، وأن يتوكل على الله ويستعين به أولاً وأخيراً في النجاح الديني والآخرى، وأن لا يعول على الآخرين كثيراً، وأن يعين الآخرين بقدر طاقاته دونما تكلف أو شطط (اتقوا النار ولو بشق تمرة)، وبالتالي يعيش في رضا من الله وتوافق مع نفسه والآخرين.
- ل ومن الملاحظ في هذه النظرية أنها تتطرق في العلاج من النفس، ومن تغلب ومقاومة الإنسان لكل ما يلم به من اضطراب نفسي.

#### رابعاً: أهداف العلاج العقلي العاطفي

1. تقليل أو تغيير النواتج اللاعقلانية أو الاضطرابات النفسية عند المسترشد عن طرق تغيير التفكير اللاعقلاني عنده واستبداله بتفكير عقلائي.



2. تقليل القلق ولوم الذات والعدوانية والغضب عند المسترشد.
3. دور المرشد في نظرية (ألس).
4. إقناع المسترشد بأنه المسئول عن مشكلاته وطريقة تفكيره وحديثه الداخلي في نفسه وأن الأحداث ليست هي المسؤولة عنها.
5. استبدال الأفكار غير المنطقية لدى المسترشد بأفكار عقلانية.
6. دور المرشد هو دور المعلم وأن على المرشد إعادة بناء البناءات المعرفية المنطقية لديه ومن ثم تغيير حديثه الداخلي.

#### • وسائل العلاج

1. المنطق والإقناع.
2. إعادة بناء المفاهيم.
3. الحديث الإيجابي مع الذات.
4. التعليم.
5. المواجهة.
6. الواجبات البيتية.

#### • وسائل المتابعة

- أ) الاتصال الشخصي بالمسترشد.
- ب) تحديد موعد للمسترشد لزيارة المركز الإرشادي.
- ج) التقارير الذاتية التي يكتبها المسترشد عن حاله.
- د) يحق أن يزور المرشد المسترشد في بيته وبموافقته.

#### • فوائد المتابعة

إشعار المسترشد باهتمام المرشد به وعدم التخلي عنه وبأن المرشد سوف يبقى يمد له يد العون والمساعدة.

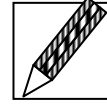
## • إنهاء العملية الإرشادية

إن زمن العملية الإرشادية غير محدد وقد تنتهي في جلسة، وقد تستغرق أسبوعاً أو شهراً، أو سنة، وقد تقصر أو تطول وذلك بحسب نوع المشكلة وحدتها، وتجاوب المسترشد مع المرشد، وطريقة الإرشاد المتبعة، وإنهاء هذه العملية يعتمد على تحقيق أهدافها، وشعور المسترشد بقدرته على الاستقلال وثقته بنفسه، والقدرة على حل مشكلاته مستقبلاً نتيجة الخبرات التي تعلمها أثناء العملية الإرشادية ذاتها وشعوره بالتوافق النفسي. وقد تعترض عملية إنهاء العملية الإرشادية بعض الصعوبات التي تتمثل في رغبة بعض المسترشدين في استمراريتها؛ لأنها حققت لهم نجاحاً في السلوك الذي كانوا يرغبون فيه، وبسبب جو الألفة والثقة والاحترام الذي حصلوا عليه نتيجة علاقتهم الإرشادية بالمرشد.

## خامساً: نقد النظرية

1. أهمل "ألس" دور الثواب والعقاب في تعديل السلوك البشري.
2. ألغى "ألس" أثر البيئة في سلوكيات الإنسان.
3. قلل "ألس" من تأثير الماضي في الحاضر.

## تدريب (8)



ماذا فهمت من التالي:

1. (أن يعيش الإنسان بشكل مبدع).
2. (تقبل الذات) وما مدى مطابقة هذه المبادئ لبعض النظريات السابقة؟



1. أكمل: تهدف مدرسة العلاج العقلي الانفعالي على مساعدة الانسان في تحقيق:  
(أ) .....  
(ب) .....  
(ج) .....
2. فيما تختلف هذه المدرسة عن التحليل النفسي والإرشاد السلوكي في نظرتها للإنسان؟
3. ما خلاصة الفلسفة الرواقية في نظرتها للإنسان؟ وما مدى تؤثر هذه المدرسة بها؟
4. ما خلاصة المفاهيم الأساسية التي تقوم عليها هذه المدرسة؟
5. مثل بثلاثة أمثلة من واقع تجربتك للتفكير اللاعقلاني؟
6. ما المحور الذي تدور عليه أهداف العلاج العقلي. العاطفي؟
7. ما الفرق بين العلاج والوسائل في هذه المدرسة؟
8. ما معنى المتابعة؟ وما أهميتها؟
9. هل تتفق مع المؤلف في نقده للنظرية؟ ولماذا؟
10. هل دور المرشد في هذه النظرية ينتشابه مع دوره في النظريات الأخرى؟ وفي أي الجوانب هذا التشابه؟

## 7. مدرسة إرشاد مينوسوتا

### مقدمة

وهي من المدارس التي أولت الإرشاد التربوي والإرشاد المهني أهمية كبيرة في برامجها، وقد تبنت هذه المدرسة وجهة نظر تري بأن مفهوم الإرشاد النفسي أكثر اتساعاً وشمولاً من مفهوم العلاج النفسي، فبينما تري العلاج النفسي محدوداً ومحصوراً في مجال التعامل مع جوانب الشخصية وتقييمها على مستوي المشاعر والأحاسيس وما يعتريها من صراعات، تري أن الإرشاد النفسي يهتم بتفاعل الشخصية مع الثقافة المحيطة بالفرد في بيئته المحلية، ويمكن تحديد الهدف من الإرشاد النفسي وفقاً لهذا المنطلق على أساس أنه: "مساعدة الفرد على النمو وتحقيق أهدافه الشخصية إلى أقصى حد يمكنه الوصول إليه، من أجل بناء أسلوب حياة يرضيه، ويتوافق مع مركزه كمواطن في مجتمع له ثقافة معينة".

### أولاً: طبيعة الإنسان

تري هذه المدرسة أن الإنسان مخلوق عقلي قادر على القيام بالتفكير وممارسة عملية التعلم، وعلى تسخير العلوم من أجل تحقيق التطور والتقدم، وأن الإنسان مزود بنوازع الخير والشر على السواء، إلا أنه لا يشعر بمعنى الحياة إلا عندما يسعى لتحقيق الخير ويتجنب الشر فلا يتركه يتغلب عليه.

### ثانياً: كيف يتطور الإنسان؟

نظراً لأن الإنسان مهياً لعمل الشر بنفس الدرجة التي يسعى بها إلى الخير، لذا فهو محتاج إلى من يأخذ بيده ويرشده خلال أطوار نموه لاختيار الطريق الصحيح لاستمرار نموه بشكل إيجابي وتحقيق ذاته.

## • عملية التوجيه والإرشاد

يقول (باترسون) بأن التوجيه والإرشاد هو: "عملية شخصية فردية تهدف إلى مساعدة الفرد على التعلم المدرسي واكتساب صفات المواطنة والقيم والعادات الإيجابية الأخرى، والمهارات والاتجاهات والمعتقدات التي تساعد على التوافق الكامل.

وتتم عملية التوجيه والإرشاد داخل المؤسسة التعليمية ، وهو ما يضيف على مجال التوجيه والإرشاد النفسي طبيعة خاصة، وتتشابه العلاقة بين المرشد النفسي والتلميذ مع علاقة هذا الأخير بالمدرس، إذ أن من مهام المرشد النفسي تعليم التلميذ كيف يفهم نفسه، ويتقبلها على ضوء قدراته واتجاهاته واهتماماته، وأن يقوم بتقييم كل ذلك بناء على نتائجه الواقعية.

ومما يلاحظ اهتمام أسلوب هذه المدرسة بالعمل في إطار المؤسسة التعليمية، مما يعني تقديم المساعدة إلى طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية، على وجه الخصوص، لتعلم الطرق والأساليب المودية إلى الشعور بالانتماء، وعلى مواصلة النمو لتحقيق الأهداف المرغوبة مهما تكاثرت الصعاب في طريق الطالب الدراسي، هذا بالإضافة إلى العمل على تنمية القدرة على فهم الذات والشعور بالاستقلال.

ويمكن تلخيص وجهة نظر هذه المدرسة تجاه تعريفات التوجيه والإرشاد النفسي وأهدافه فيما يلي:

1. إن التوجيه والإرشاد النفسي علاقة إنسانية بين شخصين أحدهما المرشد والآخر هو العميل.
2. إنه من المفترض أن يتصف المرشد بالخبرة في التعامل مع المشكلات ذات العلاقة بالنمو، وأن يكون عالماً بأساليب تحقيقه وزيادة فعاليته.
3. إن العميل يأتي إلى الموقف الإرشادي بسبب مصادفته بعض المشاكل التي تعيق نموه أو قد تحد من قدراته على توجيه نفسه أو القيام بالاختبارات المناسبة.

4. إن الإرشاد النفسي لا يعني مجرد الاهتمام بالمشاكل التعليمية والمهنية، وإنما يتسع ليوجه اهتمامه إلى الإنسان ككل في صراعه مع مشاكل الانتماء والنمو، وفي سعيه للتعرف على حدود قدراته وإمكاناته، ويعني ذلك اتساع دائرة الإرشاد النفسي لتشمل كل من التوجيه المهني والعلاج النفسي.

### ثالثاً: خطوات العملية الإرشادية

تسير عملية الإرشاد النفسي بشكل علمي منظم، وتحقق أهدافها من خلال ست خطوات هي:

1. التحليل.
2. الاستخلاص.
3. التشخيص.
4. تحديد أسلوب الإرشاد أو العلاج.
5. تقديم الإرشاد أو العلاج.
6. المتابعة.

وعادة ما يتم تحقيق هذه الخطوات خلال المقابلات التي يجريها المرشد مع العميل والتي يجري نقاشها فيما يلي:

#### • المقابلة

وتهدف إلى تحقيق ما يلي:

- أ) جمع المعلومات عن العميل.
- ب) تقييم قدرات العميل واستعداداته وإمكاناته.
- ج) تحديد المشكلة أو المشاكل التي يعاني منها العميل عن طريق التشخيص ووصف سبل العلاج.
- د) إرشاد العميل ومساعدته على تحقيق أقصى إمكاناته بما في ذلك المجال المهني.

وتعتبر المقابلة علاقة إنسانية ذات طابع خاص؛ لأنها تتجه إلى حث الفرد على تحقيق ذاته، ويمكن التعرف على ثمانية جوانب لتلك العلاقة، هي:

- (أ) إن المقابلة الإرشادية لها طابع خاص ومميز.
- (ب) إنها تحدث وجها لوجه، كما أنها ذات طبيعة شخصية.
- (ج) قيام المرشد من خلال العلاقة الإرشادية، بمساعدة العميل وإبداء الاهتمام به.
- (د) إن المقابلة ذات طابع تنموي باتجاه المستقبل.
- (هـ) إهتمام المقابلة بحياة العميل، إذ أنها تعمل على التركيز على أوجه نموه وتطوره من ناحية، كما تهتم بمفهومه لذاته وبالطريقة التي ينظر بها إلى نفسه من ناحية أخرى.
- (و) إهتمام المقابلة بالجوانب الانفعالية، وعادة ما تستخدم الانفعالات كعوامل نافعة.
- (ز) إيلاء المقابلة أهمية كبيرة لقيمة الإنسان، مما يدفعه إلى محاولة تحقيق أقصى إمكاناته.
- (ح) إهتمام المقابلة بقدرة الإنسان على التفكير وعلى استخدام قدراته العقلية لمواجهة مشكلاته الحاضرة.

### • عملية التحليل

وتهدف إلى فهم العميل والتعريف على مدى ملاءمة استعداداته لعمليات التوافق الحاضرة والمستقبلية وتستخدم في هذه العملية المعلومات التي سبق جمعها عن العميل بعدة وسائل منها:

- (أ) الملف الشخصي.
- (ب) النتائج المتحصل عليها أثناء أجراء المقابلة.
- (ج) النماذج الخاصة التي يجيب العميل على أسئلتها.
- (د) ما يتوصل إليه من معلومات عن طريق دراسة أطوار حياة العميل المختلفة.
- (هـ) نتائج الاختبارات النفسية.

## • عملية الاستخلاص

ويتم فيها تلخيص المعلومات التي سبق الحصول عليها وتحليلها وتنظيمها بشكل يسمح بتقييم حالة العميل والتعرف على إمكانياته واستعداداته واحتياجاته من أجل التوافق أو عدم التوافق.

## • عملية التشخيص

وهي من أهم خطوات عملية التوجيه والإرشاد، وتشمل تلخيص المشاكل وأسبابها وتحديد السمات المميزة للعميل، وتقييم قدرته على ضوء المشاكل التي يعاني منها. ويتم ذلك من خلال ثلاث خطوات، هي:

(أ) التعرف على المشكلة وتحديد لها.

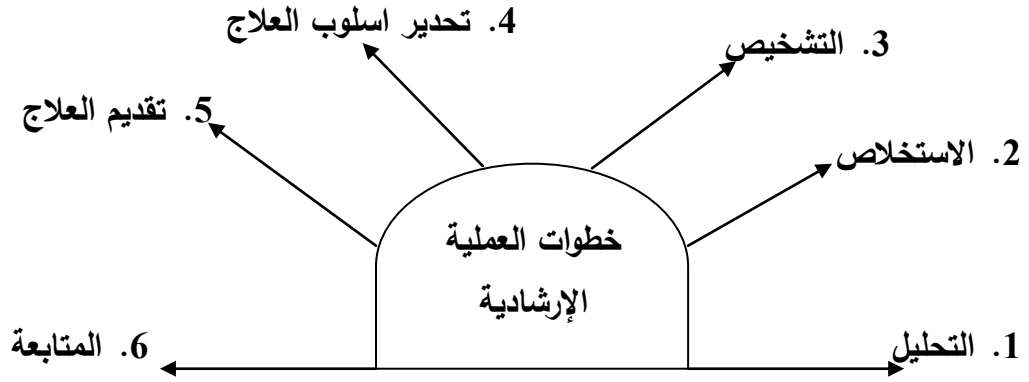
(ب) اكتشاف أسباب المشكلة.

(ج) تحديد خطوات العلاج المناسب.

يلاحظ من الدراسات التي أجريت على هذا الإتجاه ومما سبق نشره عنه أنه من أساليب التوجيه والإرشاد المباشر التي تسمح للمرشد النفسي بالتدخل وتوجيه العميل في اتجاه آخر وفقا لما تتطلبه عملية الإرشاد، وطبيعة المشكلة، وما تمليه مصلحة العميل، كما يسمح هذا الأسلوب للمرشد باستخدام قيمه الشخصية وكذلك القيم السائدة في المجتمع ومؤسساته المختلفة للتأثير في العميل، إلا أنه يؤكد مع ذلك على عدم محاولة فرض أية قيم على العميل أو الضغط عليه لقبولها، كما يحذر من مغبة تقديم أو استخدام معايير أو قيم قد تتعارض مع القيم الدينية أو الاجتماعية السائدة، كذلك يهتم هذا الاتجاه بضرورة مساعدة العميل على التعرف على معايير الخلق والأخلاقية وتحليلها وتفهم معانيها من أجل أن يصبح قادرا على الشعور بالمسئولية والتصرف وفقا لها.

وبعني ما سبق أنه في الوقت الذي يتم فيه احترام مبدأ حرية الاختيار للعميل، فإن الواجب المهني يدعو المرشد إلى مساعدة الطالب أو العميل في اختيار أفضل البدائل المتاحة في ثقافة المجتمع ودينه وفي تحديد المسار الذي يميل إليه، بعد ما يتم توضيح مغزى الفرص ومختلف الاختيارات المطروحة.



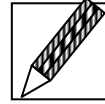


شكل (5): يوضح خطوات العملية الإرشادية في مدرسة مينسوتا

عزيزي الدارس،

- ✓ تأمل هذه الخطوات جيداً، هل بإمكانك عمل جدول تشرح فيه كل خطوة بلغتك الخاصة فيما لا يتجاوز سطرين؟ حاول!
- ✓ هل تشابه خطوات العملية هذه خطوات العملية في النظريات السابقة؟ حدد النظريات ووجه الشبه.
- ✓ ما الفرق في تقديرك بين الاستخلاص والتشخيص؟ حاول أن تجيب على ذلك بالتعاون مع زملائك.

## تدريب (9)



ناقش:

1. (إن هذه النظرية تعوّل كثيراً على دور المرشد في الإرشاد مثل النظريات السابقة. وأن حرية العميل وخياراته أمر جوهري، والتوجيه يتم من على البعد بطرق غير مباشرة).
2. (تحرص هذه المدرسة على تقديم خدماتها من خلال المؤسسات التعليمية، فهي إذاً تتطلق من مبدأ التعلم وتشابه إلى حد بعيد. المدرسة السلوكية).

## أسئلة تقويم ذاتي



1. ما محور إهتمام مدرسة مينسوتا؟ وما مجال مناشطها؟
2. ما طبيعة الإنسان في هذه المدرسة؟
3. ما مفهوم التوجيه والإرشاد في رؤية هذه المدرسة؟
4. ما المناشط التي تتضوى عليها المقابلة؟
5. ماذا تعنى بالتحليل؟
6. كيف يستفيد التشخيص من الاستخلاص؟
7. ماذا يعنى الأسلوب المباشر في العلاج؟

## نشاط



عزيزي الدارس،  
حاول أن تكتب مقالاً موجزاً تقوم فيه الوحدة مادة وتصميماً،  
وتبرز من خلال التقويم ما قدمته هذه النظريات للإرشاد من الرصيد  
العلمي والعملية.  
أعرض ما خلصت إليه على المشرف الميداني والزملاء  
لإثراء الموضوع والفائدة العامة.

## الخلاصة

عزيزي الدارس،،

ناقشت معك الوحدة الثالثة سبعة أمثلة من نظريات علم النفس، والنظرية الإطار الشامل لمفاهيم ومبادئ وخطوات مدروسة تزود العملية الإرشادية بالرؤية العلمية المتكاملة بما يحقق أهداف هذه العملية بالنجاح المتوقع، والنظرية أيضاً لها وظائف رئيسة مثل: تفسير العلاقة بين الظواهر، وزيادة القدرة على التنبؤ، والمساهمة في اختيار الأسلوب الأمثل للإرشاد ترتيباً على مبادئ النظرية ومنحهاها في رؤية الاضطراب النفسي، والعلاج الملائم المقابل له.

أول النظريات - نظرية الذات "لكارل روجرز" - التي تنطلق من مبدأ خيرية الانسان، وعليه تتمركز حول العميل، وتثق في قدراته على تعديل سلوكه وتجاوز سوء توافقه بنفسه، وما على المرشد إلا أن يقدم له طرفاً من الحلول، وعليه أن يختار من بينها ما يوافقه وينسجم مع شخصية، ويظل المرشد يدعم ثقته بنفسه من خلال طرح المفاهيم الإيجابية في شخصية المسترشد.

تأتي بعد ذلك نظرية "الإرشاد السلوكي" التي تمثل المدرسة السلوكية التي تركز على الأثر الظاهر الملخص بالمتغير والاستجابة، وتحاول - بقدر الإمكان - من تعديل السلوك الظاهر، وعليه فإن العلاج يتم في هذا الإطار. والنظرية نظرية تعلم في جوهرها، وتتمحور حول مفاهيم التعلم المشهورة مثل الدافعية - المتغير - الاستجابة - التعزيز - الاطفاء..... وغير ذلك. النظرية الثالثة - نظرية التعزيز والإرشاد النفسي "لدولارد وميلر" - وهذه النظرية تجمع بين المدرسة السلوكية ومفهوم الاستبصار "مدرسة الجشطالت"، وخلاصة ذلك أن العصاب والاضطرابات النفسية ترجع إلى عامل الجزء في البيئة وليس نتاجاً للغرائز والدوافع والاضطرابات العضوية، فالعصاب يتم تعلمه، وبالتالي فإن مهمة الإرشاد تتمثل في بذل الجهود لإطفاء هذه الظاهرة وتعلم استجابات أفضل محل الأولى، ودور المرشد - كما هو الحال في معظم النظريات - بذل الود والتعاطف الصادق

والإنصات للمسترشد، والتعمق في فهمه ومكافأته على انجازاته وتقدمه؛ ولذا تتمسك النظرية بأسلوب التداعي الحر بمعنى أن نترك العميل أن يغيضي بكل ما عنده بتلقائية. النظرية الرابعة (السمات والعوامل) وصاحبها "ولياسون" تتلخص في أن الشخصية عبارة عن نظام مكوناته السمات المتفردة المختلفة تماماً عن سمات الآخرين، وفي ضوء ذلك فإن الاضطراب يأتي من تداخل سمات الغير مع العميل، ومحاولة فرض سمات الآخر على أي فرد من الأفراد، ويتولد نتيجة ذلك الصراع المفضى للمرض أو الاضطراب، وفي ضوء ذلك فإن الإرشاد يكرس الجهود في الحفاظ على تفرد الشخصية الإنسانية ونموها ونضجها من خلال علاقات ودية طيبة يتيح لها استقلاليتها دون تدخل جرح يعمد إلى التعديل أو التغيير الجوهرى، ويتمحور العلاج حول مساعدة المسترشد لفهم نفسه وإدراك ذاته وتحقيقها.

أما مدرسة التحليل النفسي (فرويد) - أقدم المدارس وأعرقها - تدور على أن أس البلاد في الجنس والعدوان فهما السبب الرئيس في كل الاضطراب والمرض النفسى، ومن أشهر مصطلحات هذه المدرسة (الأنا العليا حيث تمثل الوالدين وسطوة المجتمع)، ثم الهواء (مصدر الطاقة الجنسية والمقاوم لضغط الأسرة والمجتمع)، والأنا (التي تمثل جسر التواصل بين الأنا الأعلى والهوا)، والأنا الأعلى والهوا في صراع مستمر، والثلاثة آنفة الذكر تمثل مكونات الشخصية، والعلاج يتمثل في تحويل اللاشعور المكبوت إلى شعور ظاهر مفصح عنه لزيادة الوعي به، وتحرير الانسان من ضغوطه وصراعاته وتخليصه من الحيل الدفاعية والكبت المسبب للإمراض وجعله حراً وواقعياً.

وخلاصة النظرية السادسة - نظرية العلاج العقلي الانفعالى "ألبرت ألس" أن الانسان عقلائي وغير عقلائي في آن واحدة، وأن الاضطراب والسلوك العدوانى ينجم عن التفكير اللاعقلاني، لأن الأفكار والعواطف غير منفصمة عن بعضها، ومثال التفكير اللاعقلاني أن يسعى الإنسان لئلا يكون محبوباً من الجميع، أو أن يكون كاملاً في أدائه، أو أن يعد نفسه مسؤولاً عن مصائب الآخرين وأن من واجبه أن يسعى بكل ما يملك حتى يخلصهم من هذه المصائب.

واخيراً مدرسة إرشاد مينسوتا التي أولت الإرشاد التربوي والمهني أهمية واضحة، ولذا تتطلق هذه المدرسة من قدرة الإنسان على التعلم والتفكير، وأنه مهياً لفعل الخير والشر في آن واحد، ومن هنا فهو بحاجة لمن يأخذ بيده ويعينه خلال أطوار نموه ليسلك الطريق السليم، وهذا ما يقع العبء الأعظم فيه على المرشد خاصة آناء الحاجة إليه. اتفقت معظم النظريات على بعض خطوات الإرشاد مثل المقابلة، جمع المعلومات - التحليل التشخيص، إقامة العلاقة الودية بين المرشد والعميل، التعاطف الصادق مع المسترشد.

## لمحة مسبقة عن الوحدة التالية

الوحدة التالية تقدم لك - عزيزي الدارس - سبعة طرائق الإرشاد النفسي: الإرشاد الفردي، الجمعي، المباشر، غير المباشر، الدين، الإرشاد باللعب ثم الدراما الإرشادية. ستتعرف على ما هية كل طريقة وخصائصها وأسلوبها، والمزايا والعيوب لكل طريقة. فإلى هناك عزيزي الدارس.

## إجابات التدريبات

### تدريب (1)

1. البحث العلمي يهدف بالدرجة الاولى إلى إنشاء نظريات تفسر الظواهر المختلفة سواء أكانت ظواهر طبيعية أم نفسية أم اجتماعية مما يزيد فهم الانسان لهذه الظواهر وأسبابها لعلاجها وزيادة التحكم بها.
- 2.

- التنبؤ العلمي: مثل ازدياد درجة حرارة الأرض في السنوات القادمة بسبب إزدیاد ثقب الأوزون، وارتفاع معدلات التلوث في الجو.
- العلاقة بين الظواهر: مثل انتشار ظاهرة التسول مع تفاقم الفقر وتردى الحالة الاقتصادية.

### تدريب (2)

1. استراتيجیة المرشد تنطلق من خیرية الانسان اللامحدودة، وطاقاته في إصلاح نفسه بنفسه، وبالتالي على المرشد أن بطرح حلولاً على العميل يختار من بينها ما يوافقه دون فرض أو قهر، ويعينه على تكوين مفهوم إيجابي عن نفسه.
2. ركزت على طبيعة الانسان وأنها خير محض، وأهملت بأن الانسان كائن يصدر عنه الخير بقدر ما يصدر عنه الشر، وأنه عقلائي وغير عقلائي في آن واحد، وبالتالي فإن بناء نظرية تبني على شق واحد يكتنفها كثير من الخطأ، وعدم دقة النتائج.

### تدريب (3)

1. النظرية السلوكية لم تلتفت كثيراً إلى الذات وطبيعة الذات، بل إنصرفت مباشرة إلى تعديل السلوك الظاهر، وأهملت ما وراء ذلك كل الإهمال.

2. المفاهيم الأساسية تتمثل في: الدوافع (الحاجات الفطرية) تدفع بالإنسان عندما يتأثر بمؤثر ما (وهو المشبع لحاجة ما) للقيام بالسلوك، وما علينا إلا تعزيز السلوك المطلوب بالحوافز والمكافأة، أو إطفاء السلوك غير المطلوب بالتجاهل أو الحرمان.
3. الخلل العلمي: أن تجارب هذه النظرية وتطبيقاتها ونتائجها اعتمدت بالكلية التجارب على الحيوانات، وشتان ما بين الإنسان والحيوان.

#### تدريب (4)

العبرة تعني أن الاضطراب النفسي لا يكون نتيجة خلل في الجسم مثل زيادة في الهرمونات أو نقص في إنتاج غدة من الفرد مثل الأمراض العضوية التي غالباً ما يكون علاجها عن طريق العقاقير أو الأدوية السائلة أو الجراحة الطبية، بل نتيجة البيئة وآثار التعامل الاجتماعي، أو الصراعات النفسية ترتباً على نظرة الإنسان إلى نفسه وعدم قدرته على التوافق مع نفسه ومع مجتمعه، فالإنسان يكتسب هذا السلوك من خلال تعلمه من عدة مصادر فهو تغير في السلوك، وليس اختلالاً في أحد أعضاء الجسم.

#### تدريب (5)

**التداعي الحر:** الحديث التلقائي الذي يدلى به المسترشد وينطلق في حديثه دون قيود أو تكلف، وبالتالي يغضى بمعلومات غاية في الأهمية، وقد لا يدلى بها - حرجاً أو تردداً - إذا كان في حالة أخرى غير التداعي الحر.

**التحويل:** نقل استجابات المسترشد مع شخص لصيق به مثل الوالد أو الصديق، ويعمل المسترشد على تحويل هذه الاستجابات أي نقلها إلى المرشد بما يخلق جو من التسامح وانطفاء القلق.

**تسمية الانفعالات:** الاستجابات الانفعالية الجديدة يعين المرشد المسترشد في تسميتها بما يحددها، ويساعد على التعامل بها أثناء عملية الإرشاد.



## تدريب (6)

تركز هذه النظرية على أن الإنسان مجموعة من السمات والعوامل المتفردة التي تختلف كل الاختلاف عن الآخر، وعندما يخالط الإنسان المجتمع فإنه يحدث الاضطراب والصراع؛ لأن البعض يعجز عن تعديل سماته بما يوافق سمات الآخرين. وبالتالي فإن مهمة المرشد مساعدة المسترشد على أن يعبر عن سماته المتفردة تطوير المسترشد في المجالات المحببة له، والمتسقة مع نمط شخصيته وسماتها.

## تدريب (7)

الاسلام يرى مجاهدة النفس ومخالفة الهوى وفعالية الشهوات، هو طريق الفلاح في الدنيا والآخرة، قال تعالى ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۖ ﴾ (الشمس 9-10)، وقال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: (رجعنا من الجهاد الأصغر إلى الجهاد الأكبر جهاد النفس)، والإسلام طرح عدة معينات في هذا السبيل منها: الاستعانة بالصبر والصلاة، وكسر حدة الشهوات بالصوم وذكر الله ومراقبته، ولكن "فرويد" ركز على الجنس وطرح الحل الوحيد في إشباع الحاجات، وأن يعبر عنها الإنسان بصراحه للمرشد، بل يمكن استخدام أساليب مثل (التنويم المغنطيس) حتى يفضى بالمشكلات المكبوتة في عقله الباطن، وعند الإفضاء بها يشعر بالراحة ويتخلص من الصراع المكبوت.

## تدريب (8)

1. المعنى أن يعيش الإنسان بما يوافق ذاته بقدر الإمكان، ويمكن أن يحافظ على استغلال شخصيته، والتوافق مع الأنماط المختلفة معه في آن واحد، وعندما يعيش متوافقا مع خصائصه دون تضارب مع من حوله فإنه يكون مبدعاً حقاً، وتكون شخصيته فريدة متميزه، ومن خلال ذلك يجبر الآخرين على تقديره واحزام هذا التميز، فإن الشقاء والسعادة ينبعان من نفس الإنسان، والتفكير العقلاني يسهل على الإنسان التوفيق بين ما عنده وما يحيط به في البيئة، وعليه أن لا يشط في

تفكيره بأن يكون كاملاً ومثالياً لا يخطأ، فإن هذه الأفكار غير العقلانية هي التي تسبب الاضطراب.

2. تقبل الذات تشابهه إلى حد نظرية الذات "لكارل روجز" التي تتمحور أيضاً حول الذات.

## تدريب (9)

1. هذه المدرسة ركزت على الإرشاد المهني التربوي، وانصب عملها في المدارس والمؤسسات التعليمية، وتتنظر إلى الإرشاد بأنه عملية تعليم وتعلم، أو عملاً يقارب ما يقوم به المعلم، ولذا تعول على دور المرشد كثيراً، ودوره الفاعل في مساعدة العميل في نموه ونضجته وتجاوزه لما يعيقه، كما تعتمد كثيراً على خبرة المرشد في تقديم هذه المساعدة دون تسلط أو اعتداء على حرية العميل، ولذلك تختلف عن المدارس التي تعتمد أولاً وأخيراً على المرشد في أنها تكيف دور المرشد بحيث يقدم خدماته بطريقة غير مباشرة ودون أن يشعر العميل بأي تدخل في حريته وخياراته أو الحد منها؛ لأن المرشد يقدم له بدائل تناسب حالته وله أن يختار من بينها.

2. المدرسة السلوكية مدرسة تعليمية - تعلمية بحتة وقد نظرت إلى الإرشاد النفسي من هذه الزاوية فقط، وطبقت كل معايير ومصطلحات التعلم على الإرشاد تقريباً، ومدرسة مينسوتا على الرغم من أنها ركزت على الجانب التربوي والمهني، وكرست أعمالها في المؤسسات التعليمية، واعتبرت أيضاً الإرشاد النفسي فيه جانب كبير تعلمي إلا أنها لم تعتمد على ذلك بالكلية، كما أنها لم تتحو منحى المدرسة السلوكية بالكلية، بل إن الإرشاد النفسي يتسع ويتجاوز المجال التعليمي إلى كل مجالات الصراع الإنساني والتوجيه المهني في ميادين أخرى، وكذلك العلاج النفسي.

## مسرد المصطلحات

### النظرية

إطار عام من الفرضيات العلمية والمباحث والتجارب التي تغضى إلى نتائج تمثل إضافة جديدة إلى العلم الذي انبثقت عنه النظرية، ويستفيد المرشد في هذا المجال من النظريات في كل خطواته الإرشادية، وفي تشخيص وتفسير المشكلة، وفي علاقه ثم المعالجة الإرشادية... إلخ.

### المفاهيم

الأسس والمبادئ الرئيسة التي تنطلق عنها النظرية في رؤيتها للإرشاد النفسي، وفي تحليل وتفسير المشكلات النفسية ذات العلاقة بالإرشاد النفسي.

### الإطار الفلسفي

المرجعية المنطقية التي تستمد منها النظرية رؤيتها للنفس الإنسانية، وعلم النفس كان جزءاً من الفلسفة إلى أن تطور لاحقاً من خلال التجارب والتطبيقات فأصبح علماً قائماً بذاته.

### علم النفس الفارقي

علم يبحث في الفروق الفردية بين بني البشر، وكل ما يفرق بين جنس وآخر في القدرات العقلية والمزاجية من اتجاهات وميول، وفي المشاكل والاضطرابات النفسية التي يتعرض لها نوع أو جنس أكثر من الآخر.

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية

1. محمد محروس الشتاوى، محمد التوي بحري (1996)، الإرشاد وتحديات العصر، والمؤتمر الدولي الثالث لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة.
2. مصطفى أحمد فهمي (1979)، التوافق الشخصي والاجتماعي، القاهرة، مكتبة الخانجي.
3. باتيرسون، س، ترجمة حامد الفقي (1981)، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الكويت، دار القلم.
4. هول، ك، ولينرزي، ج، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون (1971)، نظريات الشخصية، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، القاهرة.
5. ماهر محمود عمر (1989)، المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
6. محمد خليفة بركات (1957)، الإختبارات والمقاييس العقلية، مكتبة مصر، القاهرة.
7. حمدي على الفرماوى (1996)، البناء النفسي في الإنسان، دراسة من فيض القرآن الكريم، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
8. عبد السلام عبد الغفار (1973)، طبيعة الإنسان، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.
9. سيد محمد غنيم (1973)، سيكولوجية الشخصية، محدداتها، قياسها، نظرياتها، القاهرة. دار النهضة العربية.
10. سيد محمد غنيم، وهدي برادة (1964)، الاختبارات الاسقاطية، دار النهضة العربية، القاهرة.

11. حامد زهران (1977) - مقدمة في الإرشاد والعلاج النفسي وأثرها في عملية الإرشاد، دار الثقافة للطباعة والنشر. القاهرة.

12. عبد الستار إبراهيم (1994) - العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، دار الفجر للنشر والتوزيع - القاهرة.

#### ثانياً: المراجع الأجنبية

1. Bijou, Sidney (1966) – **Implications of behavioral Science for Counseling and Guidance.** In Krumboitr.
2. Brown, Duane (1985) – **Theories of Career development and the practice of career counseling – Annual Convention of the American Association for Counseling & Development,** New York, NY.
3. Goodstien, L. D. (1965) – **Behavior Theoretical Views of counseling – In Steffle.**