نظرية الذات

وتسمى نظرية الارشاد المتمركز حول المسترشد

مؤسس النظرية العالم كال روجرز

ارتبط اسم العالم كارل روجرز في الارشاد مع نظرية الذات فمن خلال ممارسته كمعالج ومن خلال خبراته الذاتية طور روجرز نظريته ووضع فرضيات النظرية الرئيسية ثم في الاربعينيات طور ما عرف بالارشاد غير المياشر كرد فعل ضد المنهج التحليلي والمنهج المباشر بالارشاد الفردي

 الطبيعة الانسانية

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*ينظر روجرز الى الانسان بأنه عقلاني واجتماعي ويقرر مصيره بدرجة كبيرة وهذا يعني لديه قدرة على يوجه وينظم ويضبط نفسه ويظهر ذلك ضمن شروط معينه وفي غياب هذه الشروط يكون ضروريا تزويد الانسان بضبط وتنظيم خارجي وعندما ينمو الانسان وينضج يطور تماما طاقاته الكامنه ويكون هذا التطور ايجابيا وبناءا

فألاانسان خير بطبيعته اذا توفرت له الظروف الملائمه للنمو ويكون متحرر من القلق الداخلي ويعمل بطريقة مرضية في المجتمع

اكد روجرز في حياته المهنية على ثلاث خصائص للمرشد التربوي وتشكل جزءا رئيسيا في العلاقة الارشادية العلاجية وتساعد في خلق جو مشجع على النمو ليستطيع الافراد من خلاله ان يتقدموا ويصبحون قادرين على التغيير .

خصائص المرشد التربوي هي : -

\*التطابق والاصالة اي ان يكون المرشد حقيقي كما هو وليس مزيفا او وراء قناع

 \*الاحترام الايجابي غير المشروط وهو تقبل لبمسترشد واحترامه كما هو دون شروط والعمل معه من اجل التغيير

\*الفهم التعاطفي الدقيق اي فهم المسترشد من وجهة نظره ومن خلال العالم الذاتي المحيط بة

اذا تفاعلت هذه العناصر لمساعدتة المسترشد فانهم سيصبحون اقل دفاعا واكثر انفتاحا لانفسهم ولعالمهم وسيتصرفون بطرق اجتماعية بناءه .

الشخصية من وجهة نظر روجرز

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*بنى روجرز نظريته في الشخصية حول ثلاث مفاهيم اساسية هي :-

1. العضوية : وهي الفرد وكل الشخص بكيانه الشخصي وتفكيره وسلوكه ووجوده المادي وتصرفه يشكل كلي
2. المجال الظاهري : وهو عالم الخبرة المتغير باستمرار وهو مجموع الخبرات وهو العالم الشخصي الذاتي للفرد يتضمن المدركات الشعورية للفرد كما يركها الفرد
3. الذات : وهي مركز بناء الشخصية ومحورها لديه وتتكون من تفاعل الفرد مع البيئة وهي المحرك الاساسي للسلوك
4. وقد قسم روجرز الذات الى عدة انواع هي :-

\*الذات المدركة وهي الذات كما يدركها الفرد وهي الصورة الحقيقية والواقعية للفرد

 \*الذات الاجتماعية وهي مجموعة المدركات والتصورات يحملها الفرد من خلال تفاعله مع المجتمع وهي الذات من وجهة نظر الاخرين وكما يراها الاخرون

\*الذات المثالية : وهي الذات التي يسعى الى تحقيقها الفرد والوصول اليها وهي الاعداف والتصورات المستقبلية التي يسعى الفرد الى تحقيقها فقد تكون هذه التصورات المستقبلية واقعيو وتتلائم مع قدرات الفرد او قد تكون غير واقعية ولايمكن الوصول اليها

تطور الشخصية

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*يرى كارل روجرز ان كل فرد ي يأتي الى العالم ولديه نزعه موروثه نحو تحقيق الذات وهي حافز لنظام الحافز للفرد (الطفل ) والواقعية بالنسبة للطفل هو وهو مايختبره في بيئته ويدركه من خلال اطاره المرجعي الذاتي الداخلي وهذا الواقع المدرك هو الذي يؤثر في سلوكه بغض النظر عن اذا كان هذا الادراك في الحقيقة صحيحا ام لا فيتفاعل الطفل كوحدة واحدة ويبدأ بتقييم خبراته بمقابلتها مع حاجاته لتحقيق الذات والخبرات التي يدركها الفرد والتي لا تتفاعل مع حاجاته تعطي قيم سلبية اما الني تدرك وتشبع الحاجات فتعطي قيم ايجابية

وفي تطور الشخصية تبدأ لالشخصية بالتمايز والترميز في الوعي كخبرة ذاتية فيتعلم الطفل ان سلوكيات معينه تجعل الاخرين خصوصا المهمين في بيئته يستجيبوا له بطرق دافئه محبة فيشعر بالرضا والاشباع وهكذا فالفرد يحتاج الى الاعتبار الايجابي فيتعلم من الاخرين ماهي السلوكيات التي تقييم ايجابيا وهذا يدفعه الى وضع نظاما من الافكار لتقييم الذات تعتمد على السلوكيات المقيمة من الاخرين

تطور السلوك اللاسوي

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*يتطور السلوك اللاسوي او الشخصيو اللاسوية في حالة عدم التوافق بين الذات وخبرات الفرد او عندما يكون هنالك عدم تطابق بين الذات المدركه (الواقعية )والذات المثالية ويفسر روجرز اسباب الفرد اصابة الفرد بالاضطرابات الشخصية النفسية بان ذلك يعود الى طريقة ترميز الفرد للحدث او الخبرة التي يمر بها فذا كانت الخبرة الجديدة متوافقة مع شروط تقدير الذاته وتقييمها فانه يعمل على ضمها الى نظام خبراته وبطريقه صحيحة اما اذا تعارضت فيقوم بانكارها او تتعرض للتشويه المعرفي والتحريف او تبقى في مجال وعيه لكن بطريقة غير مقبولة للفرد وبالتالي تؤدي الى الصراع والاضطراب والقلق

يفترض روجرز ان كل فرد لديه حاجة الى تقدير ذاته على نحو ايجابي

وقد عرف روجرز الاضطراب النفسي هو اخفاق الفرد في تقدير ذاته بصوره ايجابية او انه تفاوت مفرط بين مفهوم الذات الواقعي ومفهوم الذات المثالية ونظرا لان مفهوم الذات ينمو من خلال ادراك الفرد لقييم الاخرين له فالاضطراب يعود الى اخفاق الفرد على الحصول على احترام ايجابي من الاخرين

ويرى روجرز ان الفرد الذي يختبر صعوبات شخصيته او سوء التكيف يكون عادة في حالة مستمرة من القلق والتوتر ويميل سلوكه لان يكون مقيد بسبب ادراكه غير الصحيح عن خبراته وهو غير قادر ان يكون مرنا مع السلوكيات جديدة تقابل اوضاع جديدة اي انه لايستطيع ان يستوعب خبرات جديدة في بنية ذاته وغير واعي لكثير من من السلوكيات لانه يميل الى تشويهها في الوعي ويحرف خبراته ليثبت مفهوم الذات لديه وسلوك هذا الفرد غير متنبأ به وغالبا غير عقلاني ولديه شعور بان سلوكه خارج عن تحكمه فهو لايستطيع اشباع حاجاته لتحقيق ذاته

 شكرا لاصغائكم