



محاضرات في

سيكولوجية الشخصية

الفرقة الرابعة فئات خاصة

كود المقرر نفس (٤١٢ psch)

إعداد

دكتور/ إبراهيم حسن محمد

مدرس علم النفس - كلية الآداب - جامعة جنوب الوادي

العام الجامعي

٢٠٢٣/٢٠٢٤ م

<u>محتويات الكتاب</u>
<u>الفصل الأول</u> مقدمة في الشخصية
<u>الفصل الثاني</u> تطور الشخصية من النظريات التقليدية وصولاً للنظريات النسقية
<u>الفصل الثالث</u> نظرية التحليل النفسي
<u>الفصل الرابع</u> النظرية الظاهرية
<u>الفصل الخامس</u> نظرية التكوينات الشخصية
<u>الفصل السادس</u> نظرية السمات
<u>الفصل السابع</u> نظريات التعلم
<u>الفصل الثامن</u> <u>نظريات التعلم</u>
<u>الفصل التاسع</u> الشخصية بين السواء والمرضى

الفصل الأول

مقدمة في الشخصية ومحدداتها

محتويات الفصل

مقدمة

لماذا ندرس الشخصية

مفهوم الشخصية

تصنيف تعريفات الشخصية

المبادئ العامة لنمو الشخصية

العوامل المؤثرة في الشخصية

بعض القضايا المنهجية في الشخصية

مقدمة

أجريت بحوثٌ كثيرةٌ فيما يتعلّق بموضوع الشخصية، لكن لم تتوصّل إلى استنتاجاتٍ نهائيةٍ بخصوص طبيعة الشخصية؛ ذلك لأنّ الشخصية الإنسانية ظاهرةٌ مُعقّدةٌ إلى حدّ أنّه يُمكن تعريفها بأساليبٍ مختلفةٍ، وقد عُرِّفت الشخصية بطرقٍ مختلفةٍ من قبل علماء النفس الذين انشغلوا بدراسة الشخصية، والمتغيّرات التي تُؤثر على تطوّرها، ووفقاً للأطر النظرية التي ينتمي إليها هؤلاء الباحثون.

كما تُعد الشخصية مصدراً رئيسياً لمعرفة المظاهر المختلفة للسلوك البشري، ولا يقتصر ذلك على دراسة ما نحن عليه الآن، بل ما يجب أن نكون عليه مستقبلاً أيضاً، وأغلب الباحثين يتفقون على أن الشخصية من أعقد الظواهر التي تعرض لها علم النفس.

وعند النظر للمفهوم الدراج للشخصية تجد أن كل من المتخصصين وغير المتخصصين لديهم أفكار وتصورات عن ماهية الشخصية، فأبي شخص عادي عندما يتصور شخصية أي فرد يعرفه فقد يأتي في ذهنه كيفية تفكير هذا الفرد وانفعالاته وتصرفاته عبر المواقف، ومعظمهم يركزون على الجانب الاجتماعي؛ لكن تختلف رؤية الأشخاص العاديين عن الشخصية عن رؤية المتخصصين في علم النفس؛ فعلماء النفس يجعلون نماذجهم أكثر دقة، ويعرفون مصطلحاتهم بوضوح أكثر،

للتوصل إلى نظريات علمية دقيقة ووضع التنبؤات عن كيفية تصرف الأفراد في المواقف المختلفة.

علم النفس الشخصية

هو أحد فروع علم النفس؛ الذي يهتم بدراسة الشخصية وجوانبها والعوامل المؤثرة فيها، ودراسة الفروق الفردية، وتأسيس نظريات تفسر جوانب الشخصية السوية والمرضية وطرق تعديلها، وهو فرع يدرس اضطرابات الشخصية من الناحية النظرية وليس العملية، وهو تخصص يقع في ملتقى الطرق بين فروع علم النفس المختلفة خاصة (علم النفس: النمو، والاجتماعي، والمرضى، والاكلينيكي)، وعلوم أخرى مثل الفسيولوجي والبيولوجي وعلم الاجتماع والأدب الشعبي والدراسات الأدبية.

لماذا ندرس الشخصية

نحن نقوم بدراسة الشخصية لمعرفة الفروق الفردية، والتوصل لطبيعة الشخصية ومعرفة السواء والمرض، وتساعدنا دراسة الشخصية في التوصل إلى علاج وتغيير الشخصية وتطورها، وتساعدنا في اكتشاف كيف يتصرف الأفراد ولماذا يتصرفون بهذه الطريقة دون غيرها، وتفيدنا في قياس الأفكار والأحاسيس والسلوك الانساني.

مفهوم الشخصية personality

على صعيد التعريف اللغوي، فنُشتق كلمة "الشخصية" أو "personality" باللغة الإنجليزية من كلمة "Persona" لاتينية الأصل، وتعني القناع الذي يلبسه الممثل في العصور القديمة حين يقوم بتمثيل دور أو بغرض الظهور بمظهر معين أمام الناس، وذلك في دلالة على أن الشخصية هي ما يُظهره الشخص في مواقف الحياة.



وعلى الصعيد النفسي يجد المتصفح في المراجع المعنية بالشخصية عدد كبير جداً ومختلف من تعريفات الشخصية، ويرجع ذلك إلى اختلاف الخلفية النظرية للقائم بالتعريف، إلى الزاوية التي ينظر بها إلى الشخصية، غير أن غالبيتهم يتفقون على أن الشخصية عبارة عن متلازمة سلوكية مستمرة وثابتة نسبياً عند كل فرد. وعرف "أيزنك" Eysnek الشخصية بأنها ذلك التنظيم الثابت والدائم نسبياً لخلق الفرد (طباعه)، ومزاجه، وعقله، وبنية جسمه، والذي يحدد توافقه الفريد لبيئته، بشكل يتميز

به عن الآخرين. وقد أشار أحمد عبد الخالق إلى أهمية تعريف "أيزنك" لمفهوم الشخصية والأخذ به، نظرًا لتحديده قطاعات معينة في الشخصية يمكن قياسها، ويتفق "مصطفى سويف" مع "أيزنك" في تعريفه للشخصية على أنها نمط تنظيم السمات المزاجية والعقلية والحركية لدى الفرد، وهو تنظيم له درجة عالية من الاستقرار عبر الزمن. ويعرف "يرافين" الشخصية أنها التنظيم المعقد من المعارف والوجدانيات والسلوكيات التي تعطي لحياة الشخص لونا ونمطاً، وتتكون الشخصية مثل الجسم من بناءات وعمليات، وتعكس كلا من الطبع (الموروثات) أو التطبع (الخبرة) كما أن الشخصية تشمل آثار الماضي، بما في ذلك ذكريات الماضي وبناءات الحاضر والمستقبل.

وفي ضوء ما سبق نرى أن الشخصية هي "التنظيم الدينامي والثابت نسبياً والذي يشمل صفات الفرد العقلية والحركية والجسمية ودوافعه وميوله وانفعالاته والتي تحدد كيفية توافقه مع البيئة والآخرين.

تصنيف تعريفات الشخصية

الأول: الشخصية بوصفها منبه يدركه الآخرون

تتظر هذه الفئة من التعريفات للشخصية بأنها مؤثر اجتماعي في الآخرين، وتتفق هذه التعريفات مع نظرة غير المتخصصين للشخصية؛ فيقول غير المتخصصين بأن فلان

قوي الشخصية، أي أنه قوي التأثير في الآخرين، ويمكن أن يشمل هذا النوع من التعريفات على جوانب الضعف والانحرافات في الشخصية، وهذا النوع من التعريفات يركز على المظهر الخارجي للفرد وقدرته على التأثير في الآخرين، وهذا التعريف قد يشوبه بعض القصور؛ إذ يركز على المهارات الاجتماعية وما يُظهره الشخص فقط.

الثاني: الشخصية بوصفها استجابة يدركها الآخرون

يهدف هذا النوع من التعريفات إلى تجنب الصعوبات التي نشأت من تعريفات الشخصية بوصفها منبهاً، فيشير مناصروه إلى أن الشخصية هي استجابة للمنبهات المختلفة، ويحاولون وصف الشخصية بأنها الأنماط السلوكية المتعددة، التي يستجيب بها الفرد للمنبهات التي يتعرض لها في بيئته المحيطة به، والأساليب الانفعالية وطرق تفكيره، وعلى الرغم أن هذا التعريف أكثر شمولاً من السابق، إلا أن هناك انتقادات لهذه النوعية من التعريفات فالشخص نفسه قد يستجيب للمنبه الواحد بطرق مختلفة.

ثالثاً: الشخصية كمتغير وسيط بين المنبهات والاستجابات

فضل كثير من العلماء تعريف الشخصية بأنها وسيط بين المنبهات والاستجابات، ويصفون الشخصية بأنها شيء مجرد، وأنها ظاهرة يمكن استنتاجها، وهي تنتج من تفاعل الفرد مع البيئة المحيطة به.

-الشخصية والطباع

يتداخل مصطلحا الشخصية والطباع character (ويترجم المصطلح الأخير في معظم المراجع العربية بأنه " الخلق " ، ولكن ذلك ليس إلا واحد فقط من المعاني المتعددة للمصطلح)، وعلى الرغم من أن هناك فروقاً بين المصطلحين فإن بعض المؤلفين يرادفون بينهما، بينما يرى بعضهم الآخر أن الشخصية مصطلح عام يشمل الطباع (وقطاعات أخرى)، أو هو الشخصية عندما ينظر إليها بمنظور أخلاقي، أو نزوعي إرادي، كما سنري بعد قليل، وعلى الرغم من تفضيل علماء النفس الأوربيين، أو من يعرفون بعلماء نفس القارة لمصطلح الطباع حتى وقت غير بعيد، وتفضيل الأمريكان لمصطلح الشخصية، فإن مصطلح الشخصية هو السائد.

وهناك اختلاف بين المؤلفين في تحديد المقصود بالطباع، ولكن يمكن أن نحدد على جانبين يشملهما المصطلح، وهما:

١-المفهوم الأخلاقي أو التقويمي Evaluative.

٢-الجانب الإرادي أو النزوع Conative.

والشخصية عندما ننظر إليها بمنظور أخلاقي تقويمي، أو هي خصائص الشخصية التي يمكن تقويمها تبعاً لمجموعة من المعايير الثقافية أو الأحكام الخاصة بالقيم السائدة في المجتمع ويتضح ذلك من حكمنا على سلوك معين بأنه

جيد أو سيئ : خير أو شر ، صواب أو خطأ ، ذلك أن العالم من حولنا مليء
بكثير من المغريات، ولكن كثيرًا منها يعد من المحظورات، ومن السمات
المستحسنة: الأمانة والصدق والإخلاص والتكامل وضبط النفس.

والطباع سلوك أخلاقي يساير العرف الاجتماعي، ورغباته أو دوافعه التي تربط بين
الإدراك والسلوك على ضوء العرف والمعايير الأخلاقية، وهذا المفهوم للطباع يمكن
دراسته من ناحية " إدراك " الفرد للأفعال على ضوء العرف الاجتماعي، ورغباته، أو
دوافعه التي تربط الإدراك، والسلوك.

والمعنى الإداري للطباع هو الذي قدمته كتابات " وليم مكوجل " إلى علم النفس،
ويذكر " أيزنك " أنه يركز على الجانب النزوعي أو مدى "شدة النشاط" على ضوء
المثابرة والسرعة وغيرها، والطباع بهذا المعنى مرتبطة تمامًا بالإرادة، وقد واصل "
أيزنك " هذا الاستخدام في كتاباته، ويرى أن هذا هو الاستخدام المقنع في علم
النفس، ويقصد به "نسق أو جهاز السلوك النزوعي" (الإرادة).

كما يستخدم مصطلح "الطباع" في علم النفس المرضي، فيشير اضطراب الطباع إلى
مجموعة من الاضطرابات، والسلوك غير التكيفي المتصلب الذي يثير عادة
استجابات غير سارة من الآخرين المحيطين بالشخص.

-الشخصية والمزاج

بيننا في الفقرة السابقة كيف أن الطباع ليست هي الشخصية بل أحد جوانبها، أو مكوناتها، وكذلك المزاج Temperament (بكسر الميم)، فالشخصية أشمل من كليهما وأعم، وقد دخل مصطلح المزاج إلي اللغة الإنجليزية في العصور الوسطى بتأثير من نظرية الأخلاط Humors الأربعة القديمة التي وضعها " أبو قراط " ثم استخدم بعض الكتاب - خاصة الإنجليز - مصطلح المزاج مرادفًا للشخصية، ولكن هذا الاستخدام ليس شائعًا، وهو في طريقه إلى الزوال.

والمزاج هو الطبيعة الانفعالية المميزة للفرد، ويشمل مدى قابلية للاستثارة الانفعالية، قوة الاستجابة المألوفة وسرعتها لديه، ونوع الحالة المزاجية Mood السائدة عنده، ومدى تقلب هذه الحالة وشدتها، ويعتمد المزاج أكثر ما يعتمد علي عوامل جبلية أو تكوينية constitutional، ومن ثم فإن المزاج هو تلك الجوانب من الشخصية التي تعتمد أكثر على الوراثة، ويشير المزاج إلى المناخ الكيميائي، أو الطقس الداخلي للفرد، وعندما نقول: أن شخصًا ما مرح، أو بطئ، وخامل، أو يسهل إفراغه، وإخافته، أو أن له ميولا جنسية قوية أو ضعيفة، أو أن له مزاجًا مخيفًا، أو أن شخصًا ما بطئ الحركة بطبيعته، وأن آخر تسهل إثارته، أو أنه ملئ بالحيوية فإننا في كل ذلك نصف المزاج، ومن ناحية أخرى يعني " أيزنك " بالمزاج الاستجابة الانفعالية، ومن ثم المزاج يشمل الاستثارة مقابل الهدوء، وكذلك الثبات الانفعالي مقابل عدمه.

ويتوقف المزاج في المقام الأول على عوامل وراثية، منها حالة الجهازين العصبي والغدي الهرموني، كما يتوقف على عملية الأيض Metabolism، وعلى الصحة العامة للفرد، والمزاج هو مجموعة الصفات المميزة لطبيعة الفرد الانفعالية، ومن بينها:

١- درجة تأثير الفرد بالمواقف التي تثير الانفعال: هل هو متأثر سطحي، أو

عميق سريع، أو بطيء؟

٢- نوع الاستجابة الانفعالية: هل هي قوية، أو ضعيفة، سريعة، أو بطيئة؟

٣- ثبات حالاته المزاجية أو تقلبها.

٤- الحالة المزاجية الغالبة على الفرد: هل هي المرح أو الانقباض، راجح أو

الاهتياج أو التجهم؟.

ويجب ألا ننظر إلى هذه التقسيمات الثنائية على أنها تصنيفات حادة، بل على أنها

موزعة على شكل توزيع اعتدالي، ومن المناسب أن نفكر في تدرجها في إطار "

الزمن " من مثل: هل هذا الشخص متهيج طول الوقت أو في ٩٠% منه؟ وهكذا

وكذلك في إطار " الموقف " من مثل: هل يصبح هذا الشخص متهيجًا.

المبادئ العامة لنمو الشخصية

١- التقسيم الزمني للشخصية ليس تقسيمًا حادًا أو قاطعًا، فقد يختلف من شخص لآخر أو من بيئة لأخرى، وليس هناك حدود فاصلة بين مرحلة وأخرى، وإنما يسير بشكل تدريجي.

٢- انتهاء مرحلة معينة لا يعني الانتهاء التام من خصائصها في المراحل الأخرى، فهناك بقايا للمراحل السابقة في المراحل التالية.

٣- نمو الشخصية لا يشترط الزيادة في خصائص سلوكية فقط، فقد يكون النمو بالزيادة أو النقصان، فهناك سلوكيات تضعف نتيجة تطور الشخصية.

٤- مراحل النمو تسير في تمايز.

٥- النمو يسير بشكل متميز في جميع جوانب الشخصية، ولا يسير بشكل جزئي.

العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية

هناك كثير من العوامل المؤثرة في الشخصية، ولكن للتبسيط فإننا يمكن أن نقول أن

العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية يمكن إجمالها في الآتي:

- العوامل الجسمانية

- عوامل الأسرة والتعليم.

- عوامل البيئة.

أولاً: العوامل الجسمانية

تركز العوامل الجسمانية على عديد من الاعتبارات منها تأثير عنصر الوراثة، والمخ، والذكاء، وإفرازات الغدد من الهرمونات، والشكل الخارجي للجسم، وسنتناول بعض هذه العوامل بشرح بسيط فيما يلي:

أ- المخ والجهاز العصبي:

يؤثر المخ، الجهاز العصبي المركزي والأعصاب بمختلف أنواعها على درجة الاستثارة في شخصية الفرد، فيتميز بعض الناس ببطء الاستثارة ويتميز البعض الآخر بسرعة الاستثارة، ويعد المخ والجهاز العصبي من الأمور الموروثة، أو التي تحدد صفاتها الأساسية بالوراثة ويؤثر المخ والجهاز العصبي في نواح كثيرة أهمها:

- ١- تلقي المثيرات وإرسالها للمخ وتفسيرها والرد عليها من خلال أعضاء الجسم.
- ٢- إحداث التوازن والتوافق بين أعضاء الجسم من ناحية، وبين وظائف هذه الأعضاء.
- ٣- تنظيم عمل أعضاء الجسم مثل القلب والأوعية الدموية والغدد في الأحوال الطبيعية.
- ٤- مواجهة المواقف الخطيرة والأزمات والاضطرابات بإعداد أعضاء الجسم من خلال زيادة عدد ضربات القلب والإكثار من إفراز غدد معينة والتقليل من إفراز غدد أخرى.

ب- الذكاء:

إن ارتفاع القدرات العقلية لدى الفرد يؤثر على مكونات الشخصية فهناك إشارات على أن مرتفعي الذكاء يتميزون بالحدة في الطباع والسرعة في الاستجابة والاستثارة، بينما يتميز الأشخاص ذوو الذكاء المنخفض بالتبذ والبطء في الاستجابة، وعدم الاستثارة والخمول.

ج- الهرمونات:

تفرز الغدد الصماء هرمونات عديدة، وتختلف الغدد الصماء في وظائفها، فالغدة الدرقية لها تأثير على سرعة النمو والنضج، والغدة الجار كلوية لها علاقة بالآتزان العصبي، والغدة الجنسية لها علاقة بآتزان صفات الرجولة والأنوثة، والبنكرياس له تأثير على الهضم والشعور بالتعب والقلق.

د- الشكل الخارجي للجسم:

إن تميز الجسم بالطول أو القصر، والسمنة أو النحافة، والجمال أو الدمامة، والبياض أو السواد له تأثير على مدى شعور الفرد واحترامه وإدراكه لذاته وله تأثير على التعامل مع الآخرين، وقد قامت بعض النظريات في تفسير الشخصية على هذا الأساس: مثل التي تفرق بين النمط السمين، والنمط النحيف، والنمط الرياضي، في شخصية الإنسان.

ثانياً: الأسرة والتعليم:

تؤثر الأسرة بصورة بالغة في تشكيل شخصية الطفل، إن أسس الشخصية التي تتكون في السنين الأولى من حياته تبقى لسنوات طويلة، ويصعب تعديلها أو تغييرها، فالأم لها دور كبير في التأثير على صفات التطبيع والتكيف الاجتماعي، ذلك لأنها أول شخص يرضع الطفل جسمانياً، ونفسياً، واجتماعياً، وبعد المرحلة الأولى للرضاعة يدخل أناس آخرون في التأثير على التكيف الاجتماعي كالأب والأخوة والأقارب والأصدقاء.

ويتأثر تشكيل القيم والاتجاهات والمعتقدات بالوالدين، فالأم على وجه الخصوص لها تأثير كبير على البنت، والأب له تأثير كبير على الولد؛ ذلك لأن كلا منهما يعمل كمثل أعلى وقدوة لأبنائه، فتقوم البنت ويقوم الولد بتقليد مشاعر واتجاهات الأم أو الأب، بل إنهما قد يتعلمان دوافع معينة منهما مثل دوافع الإنجاز والقوة والانتماء.

وتؤثر ظروف الأسرة الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والانفعالية التي تحيط بالطفل في تكوين شخصيته، وتشير بعض الدراسات إلى أن ترتيب الطفل بين أخواته بالطفل في تكوين شخصيته، وتشير بعض الدراسات إلى أن ترتيب الطفل بين أخواته (هل هو الأول أو الثاني أو الأخير؟) وإلى كونه وحيداً على تكوين الطابع العام لشخصيته.

ويؤثر التعليم أيضاً في شخصية الفرد؛ فانتقال الطفل من المنزل إلى المدرسة يعني انتقاله من مجتمع محدود إلى مجتمع أوسع وأعد، ويضحي الطفل بكثير من راحته واستقراره المنزلي إلى بيئة تُلزم عليه أنماطاً جديدة من السلوك وبانتقاله عبر مراحل التعليم يتحصل الفرد على مجموعة من المعلومات والعلوم، والتي تساعده في تكوين أفكاره، ومشاعره، وقيمه، ومعتقداته، وذكائه، وقدراته، واستعداداته؛ بالشكل الذي يؤثر في سلوكه بصورة بالغة.

ثالثاً: البيئة:

تشير البيئة إلى تلك الصفات المحيطة بالفرد وإلى مكونات الحضارة التي يحتك بها. فالصفات الجغرافية لها تأثير على تشكيل السلوك، فمن يسكنون السواحل يختلفون في شخصياتهم عن من يسكنون الغابات والصحاري والمزارع، كما أن نوع الحياة المدنية له تأثير على تشكيل الشخصية، وأيضاً يلعب الدين واللغة والنظام السياسي والاقتصادي وقيم الزواج واطلاق والعلاقات الاجتماعية دوراً بالغاً في تشكيل الشخصية، كذلك عن الشخصية القومية التي ينشأ فيها الفرد من تاريخ وقيم وعادات وأساطير وحواديت وأمثال شعبية وإيمان بالغيبيات والسحر، والشعوذة، وتقدير قيمة الوقت، وغيرها تأثير بالغ على شخصية الفرد.

ويمثل العمل جزءاً مهماً من البيئة التي تؤثر في تشكيل شخصية الفرد فلكل عمل شروطه ومتطلباته التي تلزم العاملين فيها بضرورة الامتثال إلى أنماط سلوكية محددة، وإلى ضرورة اكتساب معارف وقدرات فكرية وحركية لازمة لأداء العمل، ويتعدى ذلك التأثير إلى تأثير على القيم والاتجاهات النفسية، فلكل عمل أو مهنة أخلاق معينة، فالطبيب والمحامي وأستاذ الجامعة لهم تقاليد سلوكية وأخلاق مهنية مميزة تؤثر في سلوك أصحابها.

وفي المجمل لا يمكن إهمال دور أيًا من هذه العوامل فهذه العوامل تتداخل وتتشابك لتؤثر في تكوين الشخصية؛ فيولد الفرد محملاً ببعض الموروثات التي تحدد بعض جوانب شخصيته، ثم يأتي دور التنشئة الاجتماعية والبيئة ليكمل دوره في تكوين الشخصية، ومن ثم يتفاعل كل من العامل الوراثي والبيئة لينتج لنا تكوين شخصيات الأفراد.

وأثبتت الأبحاث العلمية أن نمو مكونات الشخصية يكون بطريقة توافقية ومنسجمة بين دوافع الفطرة والعوامل البيئية، وأن الشخصية السوية المتكاملة هي التي تمتاز بالتوافق النفسي والاجتماعي معاً بطريقة متكاملة؛ إذ تتوافق مكونات الشخصية مع نفسها والمحيطين من الأسرة والزملاء والأصدقاء، وإذا لم يحدث هذا التكامل تنتج الصراعات والأمراض النفسية بين أفراد المجتمع.

بعض القضايا المنهجية في الشخصية

عند تحليل نظريات الشخصية، هناك بعض القضايا الأساسية، يجب وضعها في الاعتبار؛ ذلك لمعرفة قدر الاهتمام الذي أعطاه المنظر لهذه القضايا.

وفيما يلي عرض هذه القضايا بالتفصيل:

١- منظور فلسفي للشخص

ترى الرؤية الفلسفية الطبيعية الانسانية كالاتي:

أ- المنظر العقلاني:

الانسان يتصرف بناء على إدراكه بعقلانية، واردة، وهو مسئول عن قراراته.

ب- المنظر الميكانيكي:

الانسان عبارة عن رد فعل للمثيرات البيئية (يستجيب اتوماتيكياً).

ج- الرؤية الحيوانية:

الانسان كائن حي مسير ومجبر وغير عاقل.

د- الرؤية المعلوماتية:

الإنسان مثل الكمبيوتر عبارة عن مجموعة من المعلومات المبرمجة.

والسبب في اختلاف هذا يرجع إلى اختلاف خبرات الحياة وتأثير اختلاف التقاليد التاريخية (روح العصر: الأفكار السائدة في هذا الوقت).

٢- المحددات الداخلية والخارجية للسلوك:

هل يتحدد السلوك الإنساني عن طريق العوامل الداخلية أم الخارجية؟

أ- كل نظريات الشخصية تتفق في أن العوامل الداخلية والخارجية لها تأثير في تحديد السلوك، ولكن يختلف مدى الأهمية المعطاة للمحددات الداخلية أم الخارجية.

فمثلا يرى فرويد أننا محكومين بقوى داخلية وأن جميع السلوكيات سواء الطبيعية ام الشاذة تتحدد بالعوامل الداخلية من دوافع ورغبات جنسية.

بينما يرى سكنر أن السلوك محكومًا بنتائجه وأن الشخص لا يكون أكثر فعلاً في العالم ولكن العالم أكثر فعلاً فيه.

وبالتالي تقترح رؤية فرويد تركيز الانتباه على ما يحدث داخل الفرد بينما تقترح رؤية سكنر على الخارج.

ب- من الواضح أن رؤية كل من فرويد وسكنر متطرفة والأفضل هو دراسة

العلاقة بين الاثنين.

ج- في عام ١٩٦٨ انتقد "والتر ميشيل" في كتابه (الشخصية والتقييم)، نظريات الشخصية التقليدية في تأكيدها على استقرار وبقاء الأبنية الداخلية وأن سلوك الأفراد غير قابل للتغيير حتى بمرور الزمن وعبر المواقف وبدلاً من ذلك أكد على أن التغييرات في البيئة والتكيفات الداخلية تقيد سلوك الأفراد.

٣- التماسك عبر المواقف وعبر الزمن:

هل الإنسان سلوكه واحد في كل المواقف وفي كل الأوقات؟

أ- ترتبط قضية التماسك عبر المواقف بجدل الفرد- الموقف، فبينما يقترح بعض المنظرين أن الأفراد يتماسكون عبر المواقف، فإن البعض يقترح أن الأفراد متنوعين.

ب- بعض منظري الشخصية يؤكدون الشخصية عبر الزمن من هذا المنظور: الطفل هو الأب وهو الراشد، وتمرور الزمن، الشخص يبلغ من العمر خمس وعشرون وتكون شخصياتهم "مثل اللزقة" تظل مرتبطة بهم.

في حين أن هناك بعض المنظرين الآخرين يؤكدون على نقص التواصل بين الطفولة والبلوغ، وأنه من الصعب التنبؤ بماذا سيصبح الطفل؟، وأنه ليس من الغريب أن ينحرف شخص عن نماذج طفولته.

ج- التغيير في الخصائص الثانوية في الشخصية ممكن، وصعب الحدوث في الخصائص الأكثر مركزية.

٤- وحدة السلوك في مقابل مفهوم الذات:

يرى بعض المنظرين أن السلوك الإنساني لا ينتج فقط من عمل أجزاء محددة، لكن أيضاً من العلاقات بين هذه الأجزاء، فالسلوك الإنساني يعبر عن نماذج وتنظيمات عملية متكاملة، مثل السلسلة التي تتكون من أجزاء مختلفة تعمل معاً لإنجاز أهداف مشتركة.

ب- أما مفهوم الذات فقد أكد على ثلاثة أسماء:

١- إدراكاتنا لأنفسنا تمثل مظهرًا مهمًا لظواهرنا أو خبراتنا الشخصية.

٢- اعتبار الذات يؤثر في السلوك في كثير من الوقت.

٣- إن مفهوم الذات يعمل على تنظيم المظاهر المتكاملة في السلوك الإنساني.

٥- الحالات المتنوعة للوعي ومفهوم اللاشعور:

إلى أي مدى يكون إدراكنا لكثير من حياتنا العقلية الداخلية وأسباب السلوك؟

ما هو دور كل من الشعور واللاشعور في التوظيف الإنساني؟

أغلب الأخصائيين يقبلون بأن مظاهر السلوك الإنساني المختلفة هي من مكونات الشعور.

ت- بينما يرى البعض الآخر أننا لسنا عادة يقظين أو مدركين للعوامل التي تؤثر في سلوكنا.

ج- اهتم فرويد بالاشعور، وانتقد من الكثيرين لأنه استخدم مفهوم اللاشعور أكثر من اللازم وأنه لم يكن ملائم للتحقق التجريبي.

ولكن بدون اللاشعور كيف تفسر ظواهر مثل الاحلام، تنكر حوادث الماضي التي نسيها.

د- وعلاقة هذه القضية بنظريات الشخصية هي إلى أي مدى يمكن الوثوق بالأفراد ليعطوا تقارير عن أنفسهم؟ هل يدركون بعض الأشياء ولا يدركون أشياء أخرى؟ هل يدرك الأفراد ذواتهم أم أنها أحاسيس لا شعورية؟

٦- العلاقة بين المعرفة، والوجدان، والسلوك الفعلي:

إلى أي مدى تكون أفكارنا، وأحاسيسنا، وسلوكنا الفعلي مرتبط كل بالآخر؟

هل أحدهم أكثر سببية من الآخر؟ هل أحاسيسنا تغير أفكارنا؟ أم العكس؟ أم كلاهما ممكن؟

يختلف علماء علم النفس الشخصية في رؤيتهم لهذه القضية بسبب الارتباطات بين الأفكار والأحاسيس والسلوكيات؛ فبينما يعطي بعض منظري الشخصية الأولوية للوجدان، يعطي الآخرون الأولوية لدور المعرفة في الوجدان والسلوك، وهذه قضية مهمة في فهم الشخصية، هل يكون الكثير من شخصيتك واضح في سلوكك الفعلي؟ هل نستطيع معرفة الكثير عنك من خلال ملاحظة سلوكك الفعلي؟ أي من خلال معرفة أفكارك؟ أم من خلال معرفة أحاسيسك؟، وأيها أسهل في التعبير والعلاج تغيير الأفكار أم الأحاسيس أم السلوك؟

٧- أثر الماضي والحاضر والمستقبل علي السلوك

هل نحن أسرى لماضيينا؟ أم أن لسلوك يتأثر فقط بالحاضر؟ أم أن المستقبل هو المؤثر؟

أ- اهتمت نظرية التحليل النفسي بتأثير الماضي علي الشخصية حيث أكدت على أهمية الخبرات المبكرة (يقبل الأخصائيون عمومًا بأن الخبرة تكون مهمة في تطور الشخصية ولكنهم لا يقبلون بأن هذه الخبرات تطور خصائص الشخصية الثابتة نسبيًا).

ب- تهتم النظرية الظاهرية بالحاضر وأن الحاضر فقط هو المهم في فهم السلوك

ج- اهتمت النظرية المعرفية "جورج كيللي" بالمستقبل؛ حيث أنها تؤكد على أهمية خطط الفرد من أجل المستقبل والقضية هنا كيف نصوغ مفاهيم عن دور خبرات الماضي وتوقعات المستقبل ونربط آثارهما لما هو حادث في الحاضر.

الفصل الثاني

تطور الشخصية من النظريات التقليدية وصولاً للنظريات النسقية

محتويات الفصل

تاريخ نظريات علم النفس الشخصية

الجوانب الخمسة الرئيسية في النظرية النسقية

تقييم النظريات

عرض لبعض النظريات التقليدية:

نظرية العرب قبل الاسلام

نظرية ابن سينا

نظرية الأنماط

النظرية الإنسانية (ماسلو)

نظرية شيلدون

نظرية المجال

النظرية البيئية

النظرية الوجودية

تاريخ نظريات علم النفس الشخصية

يركز كثير من علماء الشخصية في الوقت الراهن على السمات، وهو ما أدى إلى ظهور بحوث كل من ألبرت وجيلفورد وكاتل وأيزنك، ويرى أصحاب هذا التوجه أن مفهوم السمات ظهر تاريخياً من خلال علم النفس الشعبي (الأبراج)، والطب واللغة الطبيعية، ويعتمد علم الأبراج (التنجيم) على تقسيم شخصيات البشر إلى اثنتي عشرة برجاً وفقاً للعلامات الشمسية، أو دائرة الأبراج التي ولدوا فيها، مثل برج الجدي والحمل والأسد والعذراء والقوس والدلو.... وغيرها، ويعرف أيزنك ونياس علم التنجيم بأنه الدراسة التي تختص بالعلاقة التي يعتقد أنها توجد بين مواقع الكواكب في اللحظة التي ولد فيها الشخص في جانب وبين شخصيته ونموه وزواجه، وتاريخ حياته بوجه عام على الجانب الآخر، ولكن تضاربت نتائج الأبحاث العلمية، وفيما يلي عرض

لبعض النظريات في علم النفس الشخصية:

١- نظرية العرب قبل الاسلام

٢- نظرية ابن سينا

٣- نظرية ماسلو (الإنسانية)

٤- نظرية شيلدون

٥- نظرية (أبوقراط) في الأنماط

٦-نظرية المجال لكيرت ليفين

٧-النظرية البيئية

٨-النظرية الوجودية

٩-النظرية السيكو دينامية

١٠- النظرية الظاهرية

١١- نظريات التعلم

١٢- نظرية السمات

١٣- النظريات المعرفية

١٤- نظرية التكوينات الشخصية

١٥- النظرية المعرفية الاجتماعية

وسوف نقوم بعرض بعض هذه النظريات في هذا المقرر وبعضها في المقرر الآخر المكمل لهذا المقرر (علم النفس المعملّي تجارب في الشخصية، وهذه النظريات منها نظريات تقليدية ومنها نظريات نسقية).

والنظريات النسقية هي تلك النظريات التي تغطي خمسة جوانب رئيسية في الشخصية وهما: (البنية- العملية- النمو والتطور- علم النفس المرضي- التغيير والعلاج)، منها على سبيل المثال نظرية التحليل النفسي والنظرية الظاهرية ونظرية التكوينات

الشخصية ونظريات التعلم والنظرية المعرفية الاجتماعية، أي أنه لكل نظرية نسقية فكر معين ووجهة نظر عن هذه الجوانب، وفيما يلي توضيحاً تفصيلياً لهذه الجوانب:

١- البنية Structure

وهي المظاهر الأكثر ثباتاً ورسوخاً في الشخصية، وهي تمثل مجموعة الأبنية في الشخصية، وهي مثل الجزيئات في علم الفيزياء، وكل من السمة والنمط والذات واللاشعور، تعتبر من المفاهيم البنائية، وكل نظرية نسقية لا بد أن تحتوي على بنية، وتختلف بنيات النظريات النسقية بعضها عن الأخرى، فعلى سبيل المثال تعتمد نظرية السمات في البنية على السمة، والتحليل النفسي على اللاشعور، والظاهرية على الذات، وأيضاً تختلف النظريات النسقية في أعداد وأنواع الوحدات البنائية من حيث التبسيط والتعقيد.

٢- العملية Process:

هي مجموعة الدوافع في الشخصية (الجانب الدينامي)، وتختلف كل نظرية في عملياتها ومجموعة الدوافع لديها فعلى سبيل المثال: ركزت نظرية التحليل النفسي على الرغبات والدوافع الجنسية والعدوانية؛ بينما ركزت النظرية الظاهرية لروجرز على دافع تحقيق الذات؛ أما نظرية "جورج كيللي" ركزت على الدوافع المعرفية.

وترى كل نظرية أن الشخصية لا تسير في الاتجاه الصحيح إلا من خلال إشباع هذه الدوافع؛ واستخدام علم نفس الشخصية ثلاثة أصناف أساسية عن مفاهيم الدافعية: دوافع اللذة أو المتعة، دوافع تحقيق الذات، الدوافع المعرفية.

دوافع اللذة أو المتعة: تؤكد على السعي للحصول على اللذة وتجنب الألم وهناك شكلان أساسيان في مثل هذه النظريات في الدافعية:

نماذج خفض التوتر: وتشير إلى الحاجات الداخلية التي تسبب التوتر وتحتاج إلى الإشباع مثل الجوع، العطش.

نماذج الباعث: تمثل النقطة النهائية الأهداف أو الباعث الذي يحقق الإنجاز (حدوث المتعة أو اللذة).

دوافع تحقيق الذات: وفقا لهذه الرؤية يبحث الأفراد عن النمو ويحققون كل الممكن على حساب زيادة التوتر.

الدوافع المعرفية: ترى النظريات المعرفية أن الدافعية تظهر في جهود الفرد للفهم والتنبؤ بالأحداث في العالم وذلك سعياً وراء اللذة وتكامل الذات.

أيضاً هناك دوافع الكفاءة التي صاغها " وايت " فطبقاً لهذه الرؤية الناس مدفوعين لتوزيع الكفاءة أو الفاعلية مع البيئة.

٣-النمو و التطور :Growth and Development

وهي العوامل التي تؤدي إلى النمو والتطور من خلال النظرية، حيث أن نظرية الشخصية يجب أن تصف تطور أبنية ونماذج السلوك، فنظرية الشخصية يجب أن تشرح ما هو التطور وكيف ولماذا؟ وعرض تأثير كل من الوراثة والبيئة لحدوث النمو والتطور.

٤-علم النفس المرضي Psycho Pathology:

كل نظرية لها أشكال معينة للسواء، وإذا انحرفت الشخصية عن هذه الأشكال تدخل في دائرة المرض النفسي.

ويجب أن تتضمن النظرية المتكاملة في الشخصية تحليل لماذا بعض الناس قادرون على التعامل مع الضغوط في حين آخرون يطورون استجابات مرضية.(طبيعة وأسباب الاضطرابات في وظيفة الشخصية).

٥-التغيير :Change

إن كل نظرية لها طريقة محددة في العلاج، فإذا هي حددت لماذا تحدث الامراض النفسية يجب أيضا أن تحدد كيفية علاجها.

ويجب أن تقترح النظرية علاجات للأشكال المرضية للسلوك، كذلك توضح كيف يتغير الأفراد ولماذا يقاومون في بعض الأوقات التغيير أو يكونون غير قادرين على التغيير.

تقييم النظريات :Evaluation of theories

معيار التقييم لنظريات الشخصية هو الشمول، الاقتصاد، والبساطة وما يتعلق بمنهج البحث.

وللنظرية عدة وظائف منها تنظيم المعلومات الموجودة والتنبؤ بأشياء جديدة ومحاولة اكتشافها.

أول معيارين للتقييم " الشمول والاقتصاد " يرتبطان بالوظيفة التنظيمية للنظرية، أما المعيار الثالث هو ما يتعلق بمنهج البحث المرشد للوظيفة.

الشمول :Comprehensiveness

إن النظرية الجيدة في الشخصية هي الشاملة لمجموعة متسعة من البيانات لوصف المحتوى التطويري لها.

ونحن لا نعني بالشمول أن تغطي النظرية الظواهر المختلفة لها بطريقة عامة بل يجب أن تكون دقيقة في تغطيتها وتناولها، حيث أن الشمول يتضمن كل من عدد

ودلالة الحقائق التي تحتويها النظرية، فالنظرية القيمة للشخصية تشمل مدى كبير جداً للظاهرة مع وضوح وتحديد كبير لها (دقة) فهي لن تسمح بعمل تنبؤات عن الكثير من الأحداث فقط ولكن تقوم أيضاً بعمل تحديد في التنبؤات.

إن الشمول يتضمن قضية اتساع النطاق في مقابل الدقة، وكلما اتسع النطاق قلت الدقة، وكلما غطت النظرية أشياء كثيرة قلت دقة النظرية والعكس، ونرد على ذلك بأن نظريات الشخصية عادة تكون قوية في خاصية واحدة عن الأخرى مغطية مدى بيني للظاهرة بأقل درجة تحديد أو مدى ضيق للظاهرة وعلى درجة عالية من التحديد.

الاقتصاد Parsimony:

هو مدى استطاعة النظرية على جمع الجوانب الرئيسية والمفاهيم النظرية بشكل مختصر.

مثال: يشار إلى نظرية التحليل النفسي في تأكيدها على الدوافع اللاشعورية والرغبات الجنسية والعدوانية والتأكيد على الخمس مراحل الأولى في نمو الانسان، ولا يعني الاقتصاد أن تكون المفاهيم غامضة أو غير واضحة بل يجب أن تكون النظرية شاملة ومختصرة ومفهومة.

فيما يتعلق بمنهج البحث : Method of research

في النهاية النظرية لا تكون صائبة أو خاطئة لكن نافعة أو غير نافعة فالنظرية الجيدة هي التي لديها منهج البحث الملائم الذي يقودها إلى العديد من الفروض الجديدة والتي تستطيع إثباتها من خلال منهج البحث المنظم.

إنها تملك الترجمة التجريبية فهي تصنف المتغيرات والمفاهيم في طريقة تجعلها مقبولة في معانيها واستعدادها للقياس، ومعنى الترجمة التجريبية هو أن تكون المفاهيم في النظرية واضحة وبيّنة تقود إلى اشباع المعرفة فيجب أن تكون للمفاهيم قدرة على التنبؤ.

النظرية يجب أن تتضمن قدرة قياس الفروض في علاقات فيما بينها في الظاهرة، فالنظرية غير المنفتحة للقياس لا يمكنها إظهار الخطأ أو عدم الدقة فهي نظرية فقيرة تقود للجدل وليس للتقدم العلمي.

بعض النظريات التقليدية في الشخصية

نظرية العرب قبل الإسلام

قسموا النفس إلى قسمين: نفس تلجأ إلى الخير ونفس تلجأ إلى الشر فمثلاً عند الإقدام على أمر مكروه فإن هناك نفس ترغب وتأمّر لفعل هذا الأمر وهناك نفس ثانية تنهي وترفض فعل هذا الأمر ويحدث صراع بين هاتين النفسين.

نظرية بن سينا

الكثير من التركيز على تطوير العلوم الحديثة وعلم النفس الإكلينيكي يمكن تتبعه تاريخياً عبر التقاليد التاريخية الغربية، ويمكن اعتباره تعاملاً طبيعياً لمجالات الفلسفة والعلوم، وعلى الرغم من أن هذا تراث غني أدى بنا إلى الحاضر ، إلا أنه لا ينبغي إهمال التقاليد الموجودة في الأجزاء الشرقية من العالم، في كثير من الحالات، كان للمفكرين من الشرق تأثير على تطوير العلوم الحديثة وعلم النفس، مما ترك ثغرة في الفهم التاريخي لتطور العلوم الحديثة، بالإضافة إلى ذلك، فإن إدراج تلك الأفكار التي لم يتم فهمها أو سماعها بشكل جيد، قد يلقي بعض الضوء على التدخلات المحتملة لمنفعة اليوم الحالية، وقد يكون بعض هذه التدخلات مصدرًا لتوجيه الأفراد من خلفيات متنوعة، بينما ننتقل أكثر نحو عالم عالمي ومتنوع .

أحد هؤلاء المفكرين الذين لديهم تأثير هائل على الإنجازات الفكرية، في مجالات العلوم والقانون والموسيقى والشعر والرياضيات والطب والفلسفة وعلم النفس، هو أبو علي الحسين عبد الله بن سينا الشهير بابن سينا، حيث كانت بعض أفكاره متأثرة بروح العصر والوقت والمعتقدات الدينية التي سيتم استكشافها.

أفكار ابن سينا في علم النفس

أولاً ابن سينا والخوف من الموت

استكشف ابن سينا منطقة قلق الموت ولاحظ أن هذا كان خوفاً عالمياً، وذكر ابن سينا أن هناك ثلاثة أنواع معرفية من أسباب القلق من الموت، شمل ذلك الأنواع التالية من التفكير المضطرب :

(أ) الجهل فيما يتعلق بالموت .

(ب) عدم التأكد مما يتبع بعد الموت .

(ج) يفترض أنه بعد الموت ، قد تتوقف الروح عن الوجود .

وذكر أن درجة القلق الذي يشعر به المرء مرتبطة ارتباطاً مباشراً بمستوى المعرفة المرتبط بفكرة الموت، وتتشابه هذه الأفكار مع النظرية السلوكية المعرفية، حيث ينظر إلى الأمراض على أنها عدم فهم للاضطراب الذي يعاني منه المرء والتفكير المضطرب، وبمجرد أن تبدأ عملية إعادة الهيكلة المعرفية، يجب أن يتضاءل الاضطراب، وبالمثل، يوصي ابن سينا بالبحث عن التربية الدينية للتخفيف من هذه الأفكار، مما يقلل من تجربة القلق من الموت .

ثانيا ابن سينا ومشكلة العقل والجسم

أمضى ابن سينا الكثير من الوقت في مشكلة العقل والجسم، واعتقد ابن سينا أن العقل البشري يشبه المرآة ولديه القدرة على عكس المعرفة، لأنه يستخدم الذكاء النشط (أي التفكير)، وكلما زاد تفكيرنا، أصبحت المرآة أكثر وضوحًا، وتوجّه نفسها نحو اكتساب المعرفة الحقيقية، علاوة على ذلك، فإن العقل يتحكم في الجسم وهناك علاقة هرمية مباشرة بين الاثنين، وهكذا عندما يريد العقل تحريك الجسم، فإنه يطيع.

المستوى الثاني من سيطرة العقل على الجسم هو من خلال التأثير على العواطف والإرادة، ويمكن أن تؤدي العواطف القوية إلى نبوءات تتحقق ذاتيًا، إذا اعتقد المرء أن سيفشل، فإن احتمال الفشل سيزداد، ويمكن أن يسبب هذا أيضًا اضطرابًا في الصحة، حيث يمكن للعقل أن يؤثر على الصحة ويؤثر على الوظائف الفسيولوجية، وهذا يشبه إلى حد كبير الأدلة العلمية الحالية على تأثير الإجهاد على جهاز المناعة، مما يؤدي إلى زيادة محتملة في الأمراض الجسدية، واعتقد ابن سينا أيضًا أن الشخصية القوية أو الروح يمكن أن تؤثر على الآخرين عن طريق التنويم المغناطيسي.

ثالثا ابن سينا والاضطرابات النفسية

تحدث ابن سينا عن الاضطرابات النفسية واعتقد أن الكآبة هي اضطراب يشك فيه المرء، ويختلط عادة مع أنواع معينة من الرهاب، وقال إن الغضب نتج عن انتقال

أحدهم من السوداوية إلى الهوس، وكان يعتقد أن السبب في ذلك هو وفرة الرطوبة في الرأس، حيث ينتج عن التنفس حدوث رطوبة في الرأس، ولكن إذا كان لديك رطوبة أكثر من اللازم في الرأس، فقد تتطور إلى اضطراب عقلي، الشيء المهم الذي يجب أخذه في الاعتبار هنا هو أن ابن سينا كان يدرس أن أسباب الأمراض العقلية تتبع من الرأس، والتي كانت توجه الفكر الغربي نحو علم النفس الحديث.

في الواقع، أجرى ابن سينا فرضيات أخرى تتعلق بالأصول العصبية لأمراض مختلفة، ولكن بسبب المحظورات الدينية لقطع الرأس، لم يُسمح له بالتجربة، كما كتب ابن سينا عن مرض اضطراب الحب، وهو ينبئ بأن العاطفة المفرطة كانت في جذور هذا الاضطراب، وهذا يعكس معتقداته الدينية بشأن المحظورات الإسلامية للتعبير المفرط عن الحب تجاه أي شيء آخر غير الله.

نظرية ماسلو (نظرية علم النفس الإنساني)

ابراهيم ماسلو عالم نفس أمريكي، ولد في بروكلين، نيويورك، أبواه مهاجران يهوديان من روسيا، اشتهر بنظريته والتي عرفت باسم نظرية (تدرج الحاجات). ومن أبرز مؤلفاته:

• نحو سيكولوجية كينونة (١٩٦٨)

• الدافعية والشخصية (١٩٥٤)

• أبعد ما تستطيعه الطبيعة البشرية (١٩٧٢)



ملخص نظريته

قام عالم النفس الأمريكي أبراهام ماسلو بصياغة نظرية فريدة ومتميزة في علم النفس ركز فيها بشكل أساسي على الجوانب الدافعية للشخصية الإنسانية. حيث قدم ماسلو نظريته في الدافعية الإنسانية Human motivation حاول فيها أن يصيغ نسقاً مترابطاً يفسر من خلاله طبيعة الدوافع أو الحاجات التي تحرك السلوك الإنساني وتشكله. في هذه النظرية يفترض ماسلو أن الحاجات أو الدوافع الإنسانية تنتظم في تدرج أو نظام متصاعد Hierarchy من حيث الأولوية أو شدة التأثير Prepotency، فعندما تشبع الحاجات الأكثر أولوية أو الأعظم حاجة وإلحاحاً فإن الحاجات التالية في التدرج الهرمي تبرز وتطلب الإشباع هي الأخرى، وعندما تشبع نكون قد صعدنا درجة أعلى على سلم الدوافع، وهكذا حتى نصل إلى قمته.

هذه الحاجات والدوافع وفقاً لأولوياتها في النظام المتصاعد كما وصفه ماسلو هي كما يلي:

١- الحاجات الفسيولوجية Physiological needs

مثل التنفس، والشرب، والأكل، والجنس، والنوم، والإخراج، وغيرها من الحاجات التي تخدم البقاء البيولوجي بشكل مباشر.

٢- حاجات الأمان Safety needs

وتشمل مجموعة من الحاجات المتصلة بالحفاظ على الحالة الراهنة، وضمان نوع من النظام، والأمان المادي، والمعنوي، مثل الحاجة إلى الإحساس بالأمن.. والثبات.. والنظام.. والحماية.. والاعتماد على مصدر مشبع للحاجات. وضغط مثل هذه الحاجات يمكن أن يتبدى في شكل مخاوف مثل الخوف من المجهول.. من الغموض... من الفوضى واختلاط الأمور أو الخوف من فقدان التحكم في الظروف المحيطة.

وماسلو يرى أن هناك ميلاً عاماً إلى المبالغة في تقدير هذه الحاجات، وأن النسبة الغالبة من الناس يبدو أنهم غير قادرين على تجاوز هذا المستوى من الحاجات والدوافع.

٣- حاجات الحب والانتماء Belonging needs & Love

وتشمل مجموعة من الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى الألفة والعلاقة الحميمة مع شخص آخر، والحاجة إلى أن يكون الإنسان عضواً في عائلة أو جماعة منظمة.. الحاجة إلى بيئة أو إطار اجتماعي يحس فيه الإنسان بالألفة مثل الصداقة أو الحي أو الأشكال المختلفة من الأنظمة والنشاطات الاجتماعية وتظهر هذه الحاجات كما يلي:

- (أ) المستوى الأدنى أو مستوى الحب الناشئ عن النقص Deficit or D-love وفيه يبحث الإنسان عن صحبة، أو علاقة تخلصه من توتر الوحدة وتساهم في إشباع حاجاته الأساسية الأخرى مثل الراحة والأمان والجنس... الخ.
- (ب) المستوى الأعلى أو مستوى الكينونة Being or B-love وفيه يقيم الإنسان علاقة خالصة مع آخر كشخص مستقل... كوجود آخر يحبه لذاته دون رغبة في استغلاله أو استبداله لصالح احتياجاته هو.

٤ - حاجات التقدير Esteem needs

هذا النوع من الحاجات كما يراه ماسلو له جانبان:

- (أ) جانب متعلق باحترام النفس.. أو الإحساس الداخلي بالقيمة الذاتية.

- (ب) والآخر متعلق بالحاجة إلى اكتساب الاحترام والتقدير من الخارج... ويشمل الحاجة إلى اكتساب احترام الآخرين.. السمعة الحسنة.. النجاح والوضع الاجتماعي المرموق.. الشهرة.. المجد... الخ. وماسلو يرى أنه بتطور السن والنضج الشخصي يصبح الجانب الأول أكثر قيمة وأهمية للإنسان من الجانب الثاني.

٥- حاجات تحقيق الذات Self-actualization والحاجات العليا Metaneeds

تحت عنوان تحقيق الذات يصف ماسلو مجموعة من الحاجات أو الدوافع العليا التي لا يصل إليها الإنسان إلا بعد تحقيق إشباع كاف لما يسبقها من الحاجات الأدنى. وتحقيق الذات هنا يشير إلى حاجة الإنسان إلى استخدام كل قدراته ومواهبه وتحقيق كل إمكاناته الكامنة وتنميتها إلى أقصى مدى يمكن أن تصل إليه. وهذا التحقيق للذات لا يجب أن يفهم في حدود الحاجة إلى تحقيق أقصى قدرة أو مهارة أو نجاح بالمعنى الشخصي المحدود.. وإنما هو يشمل تحقيق حاجة الذات إلى السعي نحو قيم وغايات عليا مثل الكشف عن الحقيقة.. وخلق الجمال.. وتحقيق النظام.. وتأكيد العدل.. الخ. مثل هذه القيم والغايات تمثل في رأي ماسلو حاجات أو دوافع أصيلة وكامنة في الإنسان بشكل طبيعي مثلها في ذلك مثل الحاجات الأدنى إلى الطعام.. والأمان.. والحب.. والتقدير. هي جزء لا يتجزأ من الإمكانيات الكامنة في الشخصية

الإنسانية والتي تلح من أجل أن تتحقق لكي يصل الإنسان إلى مرتبة تحقيق ذاته والوفاء بكل دوافعها أو حاجاتها.

بعد تحقيق الذات يتبقى نوعان من الحاجات أو الدوافع هما الحاجات المعرفية والحاجات الجمالية ورغم تأكيد ماسلو على وجود وأهمية هذين النوعين ضمن نسق الحاجات الإنسانية إلا أنه فيما يبدو لم يحدد لهما موضعا واضحا في نظامه المتصاعد:

• (١) الحاجات الجمالية **Aesthetic needs**

وهذه تشمل عدم احتمال الاضطراب والفوضى والقبح والميل إلى النظام والتناسق، والحاجة إلى إزالة التوتر الناشئ عن عدم الاكتمال في عمل ما، أو نسق ما.

• (٢) الحاجات المعرفية **Cognitive needs**

وتشمل الحاجة إلى الاستكشاف والمعرفة والفهم، وقد أكد ماسلو على أهميتها للإنسان، وهي في تصويره تأخذ أشكالا متدرجة؛ تبدأ في المستويات الأدنى بالحاجة إلى معرفة العالم واستكشافه بما يتسق مع إشباع الحاجات الأخرى ثم تتدرج حتى تصل إلى نوع من الحاجة إلى وضع الأحداث في نسق نظري مفهوم، أو خلق نظام معرفي يفسر العالم والوجود، وهي في المستويات الأعلى تصبح قيمة يسعى الإنسان إليها لذاتها بصرف النظر عن علاقتها بإشباع الحاجات الأدنى.

تحقيق الذات أو مرحلة الدوافع العليا

يعد هذا الجانب أهم ما تتفرد به نظرية ماسلو؛ إذ أنه حاول فيه أن يدرس ويفهم الشخصية الإنسانية من خلال الصحة في حالات اكتمالها وتفوقها وليس من خلال حالات مرضها وضعفها أو تفككها، وهو مدخل معاكس لما هو سائد لدى الغالبية العظمى من علماء النفس وأصحاب نظريات الشخصية.

من أجل تحقيق هذا الهدف قام ماسلو ببحث متعمق وشامل لمجموعة من الأشخاص الذين تمكنوا من تحقيق ذواتهم، أو حققوا إمكاناتهم إلى أقصى مداها، ويمكن اعتبارهم ضمن قمة هرم التطور والنمو والاكتمال الإنساني. وقد شملت المجموعة بعض معاصريه من أمثال أينشتاين وروزفلت وألبرت شفيترز، بالإضافة إلى شخصيات تاريخية مثل لينكولن، وجيفرسون وبيتهوفن، وكان المنهج الذي اتبعه في هذه الدراسة منهجاً إكلينيكيّاً أو بتعبير أدقّ منهجاً فنومولوجياً، استخدم فيه المقابلات الإكلينيكية.. وملاحظات السلوك.. ودراسة السير أو السير الذاتية.. الخ. من خلال هذه الدراسة أمكن لماسلو تحديد عدد من الخصائص أو السمات التي رأى أنها تميز أولئك الذين وصلوا إلى مرحلة تحقيق الذات، وهذه السمات كما وصفها ماسلو يمكن إيجازها فيما يلي:

١- الاتجاه الواقعي أو الإدراك السليم للواقع والعلاقة المناسبة معه؛ فمثل هؤلاء الأشخاص يتميزون بالقدرة على الحكم الدقيق على الواقع والتنبؤ بأحداثه، ليس نتيجة لحدس فائق أو قدرات خارقة، وإنما لقدرتهم على رؤية وإدراك الأشياء كما هي دون أحكام مسبقة أو أهواء وتعصبات أو شوائب ذاتية، كما يشمل هذا أيضا قدرتهم العالية على تحمل الغموض.. وعدم الوضوح أو التجديد، وقد اعتبر ماسلو أن هذه السمة تمثل نوعا من القدرة المعرفية الموضوعية أطلق عليها اسم معرفة مرحلة الكينونة .Being or- Bcognition

٢- القدرة على تقبل النفس والآخرين والعالم الطبيعي كما هم.

٣- التلقائية والبساطة والطبيعية؛ فهم لا يخافون أن يكونوا أنفسهم، ويثقون في مشاعرهم وسلوكهم تجاه الآخرين.

٤- القدرة على التمرکز حول المشاكل بدلا من التمرکز حول أنفسهم فهم مدفوعون بإحساس غامر بالرسالة في عملهم يمكنهم من التركيز على المشاكل بانفصال عن ذواتهم (بالمعنى السلبي والمعوق لما هو ذاتي).

٥- الحاجة إلى الخصوصية، ونوع من الانفصال عن الآخرين فهم يتحملون بل ويرغبون في نوع من الوحدة التي تجعلهم يعرفون المزيد عن أنفسهم وفي اتصال قريب معها؛ كما يتميزون بأنه ليس لهم علاقات ملتصقة بشكل اعتمادي على الآخرين.

٦- الاستقلال عن الآخرين Independence، والتوجيه الذاتي Autonomy، ونوع من الاكتفاء بالذات Self-sufficiency.

٧- الاحتفاظ بالقدرة على الدهشة ورؤية الأشياء بعين جديدة: فهم لا يستسلمون للعادة، ولا يأخذون الأمور كمسلمات مهما طال احتكاكهم بها، وإنما تظل رؤيتهم وتقديرهم للأفراد والأشياء في تجدد مستمر دون نمطية جامدة.

٨- القدرة على التعاطف والتوحد بالآخرين، أو بالبشرية كلها.

٩- القدرة على تكوين علاقات بين شخصية عميقة وقوية، وهم عادة يميلون إلى تكوين مثل هذه العلاقات القوية والعميقة مع أشخاص قليلين، منهم إلى تكوين علاقات معرفة واسعة وسطحية.

١٠- الاتجاهات والقيم الديمقراطية:

وهذا يشمل قدرتهم على احتمال وقبول الاختلافات الدينية والعرقية والطبقية واختلافات السن والمهنة... الخ، بالإضافة إلى الاحترام الحقيقي للرأي الآخر، والإيمان بأهمية تفاعل مختلف الآراء من أجل الحقيقة.

١١- هم رجال مبادئ ذوو عقيدة إنسانية شاملة تتجاوز فروق الأديان التقليدية.

١٢- روح المرح لديهم ذات طابع فلسفي وليست ذات طابع عدواني.

١٣- القدرة الإبداعية والولع الشديد بالخلق والابتكار.

١٤- تجاوز فروق الثقافات ومقاومة الخضوع والتقوُّب في حدود الثقافة السائدة.

بالرغم من أن محققي ذواتهم لا يميلون إلى خرق الأعراف والتقاليد بشكل راديكالي، إلا أنهم لا ينساقون انسياق القطيع وراء ما تفرضه أي ثقافة وإنما يختارون قيمهم واتجاهاتهم بشكل ناضج وحر.. ويحاولون بهدوء وبشكل غير درامي أن يغيروا ما يرفضونه مما تعارف الناس عليه وتقولبوا فيه.

١٥- تماسك وتكامل الشخصية دون انشقاق Dissociation أو تفكك Fragmentation

١٦- القدرة على تجاوز الاستقطاب الثنائي Dichotomy للقضايا.

إن الأمور بالنسبة لمن حققوا ذواتهم لا تتمثل في أقطاب ثنائية متناقضة في صورة "إما أو" أو "خير أو شر" أو "مادية أو مثالية" أو "روح أو جسد"... وغيرها من الثنائيات. بل لديهم القدرة على تجاوز هذا الاستقطاب. وهذا لا ينطبق فحسب على مواقفهم من القضايا، وإنما يتمثل أيضا في سلوكهم الذي يعيشونه، فهم على سبيل المثال لا يفصلون الحياة إلى عمل وجد في مقابل ترويح ولعب... وإنما يمتزج الاثنان في صيغة يكون العمل بالنسبة لهم فيها ترويح.. والترويح نشاطا جادا هادفا.. كل ذلك افتعال أو اصطناع.

١٧ - خبرات القمة Peak experiences هذه السمة تحتاج إلى وقفة خاصة أطول من سابقها. لقد وجد ماسلو أن معظم من شملهم بحثه يشتركون في وصف نوع خاص من الخبرات اسمها هو بـ "خبرة القمة". وهذا لا يعني أن هذا النوع من الخبرات يعد اكتشافا جديدا، وإنما هو شيء عرف منذ قديم وسمي بأسماء متباينة مثل الخبرات الصوفية Mystic experiences أو خبرات الوعي الكوني Cosmic consciousness أو الخبرات المفارقة أو المتسامية Transcendental experiences. وفضل ماسلو هنا يتمثل في إخضاعه هذه الخبرات لدراسة فينومينولوجية واسعة ومتعمقة.

هذا النوع من الخبرات يتمثل في فترات قصيرة يعيش فيها الإنسان في حالة خاصة من الوعي المتسامي أو المفارق. وهناك محاولات كثيرة لوصف هذه الحالة يرد فيها تعبيرات مثل:

- الإحساس بالنشوة الغامرة.
- الرؤية الشفافة للوجود.
- المعرفة الكلية.
- الإحساس بالتوحد مع الكون.

وفي المستويات العليا من هذه الخبرات يصل البعض إلى وصف حالات من الوجود شبه الإلهي، إلا أن الجميع يجمعون في النهاية على أنها خبرة حية يصعب إلى أبعد حد أن تجسدها الكلمات ولا يغني في معرفتها بحق إلا المرور بها.. أو كما يقول المتصوفة "من ذاق عرف". عن هذه الخبرة يقول ماسلو: "أنها يمكن أن تكون قوية وشديدة التأثير إلى درجة تتغير بها شخصية الإنسان كلية. وإلى الأبد". مثل هذه الخبرات رغم قصرها وعدم دوامها تعتبر -بإجماع كل من مروا بها- أعلى أنواع الخبرة والوعي الإنساني، والتجسيد الحي لذروت اكتمال الإنسان، وقمة وجوده، ويبدو أن دراسة ماسلو المتعمقة لمثل هذه الخبرات قد ساهمت في نوع من التغيير في نظريته، فبعد أن كان يرى أن "تحقيق الذات" هو أعلى أنواع الحاجات وأرقى مراحل النمو فإنه في مرحله الأخيرة بدأ يرى أن هناك مرحلة أو حاجة أعلى هي الحاجة إلى "تجاوز الذات Self-transcendence".

لعلّ الصورة التي ترسمها هذه القائمة الطويلة من الخصائص والسمات بليغة بقدر كاف في تجسيدها لتلك المرحلة العليا من الدوافع الإنسانية كما وصفها ماسلو، ولا يحتاج الأمر إلى المزيد من الشرح والتوضيح. وقد خرج ماسلو من دراسته لهذه الصورة التي يكتمل فيها تحقيق الذات ثم تجاوزها في بعض الأحيان... خرج من هذا بتصور لما أسماه بمرحلة الكينونة Being بوصفها مرحلة التواجد في أعلى مستوى وجودي للإنسان.. مرحلة تحقيق الغايات بالفعل وليس مجرد السعي من أجلها أو

المكابدة في سبيلها. فيها يعيش الإنسان بالفعل قمة خبرات المعرفة.. ومشاعر الحب.. واكتمال السلوك، وتحقق "فيه" القيم العليا مثل الكلية.. والجمال.. والتفرد.. والصدق.. والبساطة.. والعدل.. والحرية أو الاستقلال الذاتي... الخ. وبالرغم من الندرة الشديدة في تحقيق مثل هذه المراحل العليا تحقيقا مكتملا، والصعوبة الشديدة التي تحف بمسيرة السعي من أجلها، فإن ماسلو قد بين من خلال بحثه ودراسته أنها كمثال لا تقع في منطقة من صنع خيال الإنسان أو أحلامه.. وإنما هي واقع حقيقي يمكن أن يصل إليه البعض.. مهما كان عددهم قليلا.

إذن:

قسم ماسلو الحاجات إلي حاجات أولية وحاجات ثانوية (حاجات المعرفة والانتماء).

وإشباع هذه الحاجات وتحقيقها يؤدي إلي النمو الكامل والسوي.

أن علم النفس المرضي ينتج من إنكار طبيعة الإنسان الجوهرية أو إيجابها أو تحويلها عن وجهتها الأساسية.

قدم ماسلو نظرية في الدافعية الإنسانية تفترض أن الحاجات تنتظم في تدرج هرمي من الأولي إلي الأقل (من أكثرها قوة إلي أقلها قوة) حيث أن إشباع الأولي يؤدي إلي الثانية وهكذا.

ويعتقد ماسلو الاقتصار علي دراسة العجزة والمصابين ومنخفضي النمو سيؤدي إلي علم عاجز، ولكن يكون علم الإنسان أكثر اكتمالاً وشمولاً يجب علي علماء النفس دراس الذين حققوا إمكانياتهم إلي أقصى مدي وهذا ما فعله ماسلو عندما درس بعض الشخصيات البارزة مثل روزالت، أينشتاين...إلخ.

نظرية شيلدون

ويليام هربرت شيلدون عالم نفسي من كبار علماء النفس في القرن الماضي، ولد في ولاية "رود آيلاند" بالولايات المتحدة الأمريكية في القرن القبل الماضي في نوفمبر عام ١٨٩٨ ، وتلقى تعليمه بولاية شيكاغو، وتوفي في سبتمبر عام ١٩٧٧، صاحب نظرية شيلدون للسمات النفسية، وله الكثير من المؤلفات التي ساهمت في تطوير علم النفس على مدار التاريخ، ومازالت حتى الآن تدرس في معظم جامعات دول العالم، وقد قدم كثير من النظريات، منها نظرية شيلدون التي تحدد السمات الشخصية للأفراد.

نظرية الأنماط " شيلدون " :

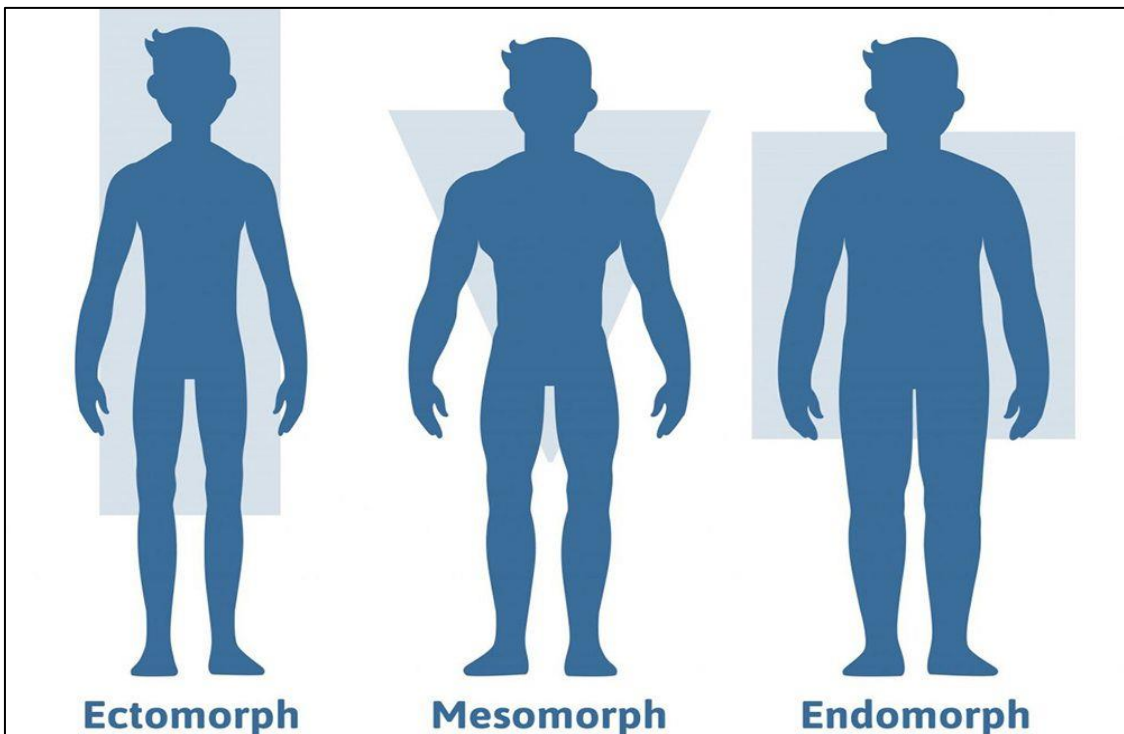
- الشخصية محط اهتمام جميع الأشخاص العالم والجاهل، فكل فرد يسعى لمعرفة تحليل شخصيته ونفسه، كي يعيش في أمان ويستطيع التعامل مع الآخرين وتقبلهم .

- قسم وصنف الشخصيات حسب السمات الجسدية للفرد، وقد أسس نظريته على هذا الأساس، وأثبت في نظريته وجود علاقة بين الصفات الجسدية، وصفات الشخص فأصحاب الصفات الجسدية المتشابهة غالبا ما يكونوا متشابهين في شخصياتهم.

- وجهة نظر شيلدون أن سمات وشخصية الفرد ومزاجه، جميعهم مرتبطين بشكله الخارجي وأبعاد جسده.

- قد أسس نظريته على أساس أن طبيعة الجسم، هي التي تحدد طبيعة الفرد الانفعالية وتنعكس على سلوكه، وذلك يشكل شخصيته.

- قد صنف وقسم شيلدون صفات جسم الإنسان إلى أربعة أنواع عامة ترتبط بأربعة طباع شخصية متميزة وهذه الأنواع هي :



اولا : الجسم ذو التشكيل المستدير

١- هو الشخص الذي يتميز بجسم شحمي أي "يزيد فيه الدهون والشحوم"، وتتوزع على جميع أجزاء جسمه توزيعاً، يميزه بالسمنة بالضخامة الغير متناسقة .

٢- تتميز تلك الشخصية بأنها مرحة ذو طباع سلس و تتميز بالليونة، في علاقاته والبساطة في الأحاسيس

٣- يميل للاكتئاب على الرغم من مرحة وخفة روحه معظم الوقت،

٤- شخصية انبساطية؛ غير معقد، ويجد نفسه مستمتع بالتواجد مع الناس، ولا يحب الانطوائية، والانعزالية.

٥- يحب الطعام والشراب بكل أصنافه ويجد فيه متعة وسعادة كبيرة، لذا يتميز بالسمنة.

ثانيا : الجسم ذو التشكيل المفتول أو مفتول العضلات

١- الشخص الذي يتميز بتكوين عضلي كبير ويتميز بجسم متناسق رياضي، جسمه متساوي

٢- يتوزع اللحم فيه بشكل عادل ومتساوي، في جميع أنحاء جسده، إضافة إلي عضلاته التي تميز جسده عن باقي قرنائهم.

٣- يتميز بجفاف خشونة الطباع وعدم الليونة، في علاج مشاكله والمشاكل بصفة عامة.

٥- يتميز هذا الشخص أيضا بصلابة أخلاقه .

٦- يحب السيطرة على الآخرين من المقربين منه سواء، كانوا من أفراد عائلته أو حتى زملائه في العمل .

٧- يفضل ممارسة الرياضة و دائم المشاركة، في الألعاب الرياضية، وهو شخص قيادي بطبعه .

ثالثا : الجسم ذو التشكيل المستطيل

١- شخص يتميز بتكوين عضلي ضعيف .

٢- جسمه نحيف إلى حد كبير لا يمارس أي نشاط رياضي، لأنه يشعر بإرهاق شديد عند ممارسة أي مجهود شاق.

٣- من أهم مميزات تلك الشخصية تكوين الجسد يكون نحيفا نظرا لأن تكوينه العظمي ضعيف.

٤- يفتقد هذا الجسم التناسق البدني وضعف بنيته الأساسية.

٥- يفضل الابتعاد عن الناس بشكل عام.

٦- هذه الشخصية دائما ما تميل إلى الانطوائية والاكتئاب.

٧- تتميز هذه الشخصية بالبعد عن العلاقات مع الآخرين والعزوف عنها.

٧- يهتم بالموسيقى وقراءة الكتب والروايات وتأليفها، ويفضل مشاهدة التلفزيون في

المنزل عن الخروج مع أقرانه.

رابعا : الجسم المتوازن

١- وهو الشخص الذي يتميز بتكوين عضلي طبيعي متساوي، ويتميز بجسم

متناسق الى حد ما يمارس حياته بشكل طبيعي، ومتمرن في قراراته.

٢- من أهم مميزات هذه الشخصية أنها تتميز بسلامة فكره واتزانها فكريا وبدنيا .

٣- هذا النوع من الشخصيات أكثر شيوعا عن باقي الشخصيات.

ملخص النظرية:

المفهوم الواضح من هذه النظرية أن شيلدون، قد صنف " خصائص الشخصية حسب

التكوين الجسمي للشخص"، ولكن بعد ذلك تبين أن هذه الأبعاد الجسمية ليست لها

علي علاقة دائمة الطباع والشخصية، خاصة بعد أن تطورت علوم الإحصاء في

العصر الحالي.

نظرية الأنماط لهيبوقراط

وضع أربعة أنماط تقابل السوائل الأربعة في الجسم : الدم - الصفراء - السوداء - البلغم.

وهذه الأخلاط تقابل العناصر الأربعة في الحياة : الهواء - الماء - النار - التراب.
فإذا زاد أحد الأخلاط ساد أحد الأمزجة الأربعة لدى الشخص:
١- النمط الدموي:

يتميز بالنشاط، والمرح، والتفاؤل، وسرعة الاستثارة، وسرعة الاستجابة.
٢- النمط السوداوي:

ويتميز بالانطواء، والتأمل وبطء التفكير، والتشاؤم، والميل للحزن والاكنتاب.
٣- النمط الصفراوي:

ويتميز بسرعة الانفعال والغضب وحدة المزاج والصلابة، والعناد، والقوة.
٤- النمط البلغمي:

ويتميز بالخمول، وتبدد الشعور، وقلة الانفعال، وعدم الاكتراث، وبطء الاستثارة
والاستجابة والميل إلى الشراهة.

-نظرية المجال لكيرت ليفين:

نظر " ليفين " ١٩٣٥ إلى كل من الشخص والبيئة على أنهما جوانب متميزة من حيز الحياة المتكامل ويشتمل حيز الحياة على مجموع الحقائق الممكنة التي تعد قادرة على تحديد سلوك الفرد في لحظة معينة ، وقد تأثر " ليفين " تأثراً كبيراً بنظريات الجشطالت التي وضعها كل من " فيرتهايمير" وكوهلر" فنظر إلى الشخص في البيئة على أنه جشطالت أو كل متعاصر أي مجال من القوى التي تتخذ شكلاً متميزاً في لحظة معينة في الزمن، وتوجد كل محددات السلوك في لحظة معينة في مجال هذه اللحظة ومن ثم يميل " ليفين" إلى التقليل من المفاهيم التطورية كما نظر إلى الدافعية الانسانية على ضوء تحولات الطاقة في مجال دينامي فتنتلق الطاقة عندما يحاول الشخص العودة إلى التوازن بعد ظهور حالة من التوتر.



يمكن ضبط مجال الشخص أو تكييفه من أجل الحصول على أقصى استفادة في الحياة. وقد تُحذف بعض المجالات، أو تُضاف بعض مجالات أخرى، إذ يعتمد كل ذلك على أحداث معينة تقع في حياة الأشخاص.

تشمل نظرية المجال أيضاً فكرة أن كل شخص لديه تجربة أو خبرة مختلفة بالنسبة للموقف. لا يعني ذلك أن تجربة شخصين لحدث ما، لن تكون هي نفسها، ولكن سيكون هناك بعض الاختلاف. يؤدي ذلك إلى فكرة أنه لا يوجد تجربتان متماثلتان بالنسبة للشخص أيضاً، ما دام يتغير المجال الدينامي باستمرار. يعني ذلك أن المجال الدينامي يشبه التيار المتدفق، الذي يسري أو يتدفق بشكل باستمرار بينما يتغير بشكل طفيف.

هناك جزء آخر من نظرية المجال هو فكرة أنه لا يمكن النظر إلى أي جزء من مجال الشخص بوصفه عديم المعنى. ويجب النظر إلى كل جزء من المجال الكلي على أنه ذو أهمية ومعنى محتمل. ويجب أن يحدث ذلك بصرف النظر عن الكيفية عديمة الأهمية أو المعنى (التي قد يبدو عليها جزء من المجال)، لكن ينبغي أن يؤخذ دائماً في الحسبان. يبدو أن مجال الفرد في كليته ليس له حدود، مثلما أظهرت الأبحاث أنه حتى تجربة الطفل الرضيع للحرب العالمية الثانية، يمكنها أن تؤثر على الحياة لاحقاً، نتيجة للتغير في المجال. يُعد ذلك مثلاً جيداً على الكيفية التي تمتد بها نظرية

المجال على نطاق واسع، وقد يتحول ما قبل وعي الشخص بسبب تغيرات المجال التي تحدث قبل أي مراحل نمو كبرى.

النظرية الوجودية

عرف الموسوعة البريطانية العلاج النفسي والعلاج الوجودي هو أحد أشكال العاطفية أو السلوكية، التي يقيم فيها معالج مدرب علاقة مع واحد أو عدة مرضى بغرض تعديل أو إزالة الأعراض وتعزيز نمو الشخصية، ويكون هذا المعالج ملتزمًا بنظرية معينة فيما يخص أسباب هذه الأعراض وسبل تخفيفها.

يمكن تصنيف المعالجين النفسيين وفق النظريات أو الفلسفات أو التقنيات التي يتبعونها في جلساتهم إلى واحدة من عدة مدارس علاجية رئيسية، منها العلاج المركز عاطفيًا والعلاج المعرفي السلوكي والعلاج النفسي الوجودي.

بالنسبة إلى العلاجات النفسية الوجودية، يصعب وضع تعريف جامع مانع لها، نظرًا إلى تنوعها ونموها المستمر، إلا أنه يسعنا القول إنها نهج للعلاج والإرشاد النفسي، ذو منحى فلسفي، يهتم بالإرادة الحرة والقدرة على تقرير المصير والتوق إلى المعنى، كما يهتم بالمريض ذاته لا الأعراض المرضية، مؤكدًا قدرته على اتخاذ خيارات عقلانية وبلوغ أقصى إمكانياته.

في أعقاب الحرب العالمية الثانية بدأ المعالجون النفسيون في الانجذاب إلى الفلسفة الوجودية والاسترشاد بمبادئها، كان من أشهر هؤلاء المعالجين الطبيب النفسي النمساوي فيكتور فرانكل (١٩٠٥-١٩٩٧) مؤسس مدرسة العلاج بالمعنى (Logotherapy) وصاحب كتاب «الإنسان يبحث عن معنى» المترجم إلى تسع عشرة لغة. إلى جوار مدرسة فرانكل، شهد تاريخ العلاجات النفسية الوجودية عددًا كبيرًا من المدارس، أبرزها المنحى الأمريكي الوجودي-الإنساني، والمدرسة البريطانية للتحليل الوجودي.

مدرسة العلاج بالمعنى

تأسست مدرسة العلاج بالمعنى في العشرينات على يد فيكتور فرانكل الشهير بتجربته المريرة في معسكرات الاعتقال النازية التي تركت أثرها على أعماله. كما تأثر فرانكل بمدرسة التحليل النفسي الفرويدية مبكرًا، قبل أن ينتقل منها إلى مدرسة ألفرد أدلر، ليخرج منهما بفكرة وجود قوى واحدة محفزة وراء كل المشاعر والسلوكيات والأفكار الإنسانية، لكن بينما كانت تلك القوة هي إرادة اللذة عند فرويد، وإرادة القوة عند أدلر، كانت عند فرانكل إرادة المعنى.

كان فرانكل يرى أن فقدان المعنى في حياة الإنسان يؤدي إلى فراغ وجودي قد يتطور إلى عصاب معنوي أكثر حدة، يدفع بالفرد شعوريًا أو لا شعوريًا إلى أفعال قهرية أو سلوكيات انتحارية في محاولة يائسة منه لملء هذا الفراغ؛ هنا يأتي دور العلاج

بالمعنى، وفيه يساعد فيه المعالج العميل على إعادة اكتشاف المعنى في حياته، لا خلقه أو اختلاقه، فهناك دوماً معنى واحد لكل موقف يواجهه الإنسان، عليه هو وحده إيجاده، بل هي مسؤوليته.

يقترح فرانكل ثلاث طرق يستطيع المرء بها تحقيق المعنى من أي موقف:-

أولاً- إنتاج عمل أو إسداء معروف ما.

ثانياً- الانفتاح على العالم، عبر حب شخص أو معايشة تجربة ما.

ثالثاً- تغيير الموقف تجاه معاناة محتومة.

ويؤمن الوجوديون الإنسانيون بأن معظم طاقات الإنسان توجه لصد قلق ما، كما يؤمنون بأن معظم هذه العملية تجري خارج الشعور، لكنهم - على عكس فرويد - لا يرون أن جذور هذا القلق جنسية أو عدوانية، بل يرجعونها إلى الوعي بواقع الوجود ذاته. إن الوجود بما فيه من شكوك وألم وحرية وفقدان للمعنى يشكل تهديداً كبيراً على الفرد إلى درجة أنه يحاول إنكار أو تحريف هذا الواقع باستخدام آليات دفاعية مثل السلوكيات القهرية أو الإسقاط.

ويبدأ الطريق إلى مواجهة هذا الوجود في نظر الوجوديين الإنسانيين من الاعتراف بعالمنا الداخلي من الخبرات الذاتية، فهو الوطن ومركز الوجود، ويحتم ذلك امتلاك وعي بخبراتنا الفعلية اللحظية، لكن حقيقة الفرد لا تتحدد فقط في رغبته في معرفة

ذاته؛ بل وكذا في رغبته في معرفة الآخرين له، أي امتلاكه الوعي والمشاركة ما استطاع ذلك.

ويساعد المعالج في المنحى الأمريكي الوجودي الإنساني عميله أولاً على ملاحظة مقاومته العملية، إما عبر زيادة وعي العميل بكيفية وضعه للعراقيل أمام نفسه، وإما عبر دفعه للتغلب على ما يعترضه من عراقيل بطرق متفاوتة الشدة؛ كما يشجع المعالج العميل على التعبير عن خبراته اللحظية خاصة مشاعره تجاه المعالج نفسه. إلا أن ذلك كله يتوقف في النهاية على الحضور، أي امتلاك نية للسماح لما يحدث في موقف ما أن يكون ذا تأثير.

بيد أن ما يميز المنحى الوجودي الإنساني حقاً، هو إيمانه بوجود اهتمامات جوهرية يواجهها أي فرد، تشكل منبع الخوف لنا جميعاً، لا بد أن يواجهها العميل خلال رحلته العلاجية، لكن يختلف أعلام المدرسة في تصنيف تلك الاهتمامات، من أشهرها تصنيف الكاتب والبروفيسور الأمريكي إيرفين يالوم الرباعي: الموت، والحرية، والعزلة، وفقدان المعنى.

المدرسة البريطانية للتحليل الوجودي

ملخص النظرية

الوجودية اتجاه فلسفي يؤكد ويغالي في قيمة الإنسان وبيالغ في التأكيد على تفرد وأنه صاحب تفكير وحرية وإرادة واختيار ولا يحتاج إلى موجه، وهي فلسفة عن الذات أكثر

منها فلسفة عن الموضوع، وتعتبر جملة من الاتجاهات والأفكار المتباينة التي تتعلق بالحياة والموت والمعاناة والألم، وليست نظرية فلسفية واضحة المعالم، ونظراً لهذا الاضطراب والتذبذب لم تستطع إلى الآن أن تأخذ مكانها بين العقائد والأفكار.

والوجوديون ينظرون إلى الشخصية ككل موحد، وأنها لا يمكن فصلها عن البيئة الطبيعية والاجتماعية لها، وأنه كلما قوي وجودنا في هذا العالم كلما أصبحت شخصياتنا أكثر سواء، كما أن اختياراتنا وتمتعنا بحياة لها معنى يتحقق من خلال إثبات وتأكيد وجودنا في هذا العالم حتى في مواجهة الأعراف الاجتماعية والتكيف مع الضغوط، والمعايير الوالدية غير الرشيدة، وتهديد الموت نفسه.

ويرى "فرانكل" Frankel الذي يمثل هذا الاتجاه أن كل اضطراب عصابي موزع في طبقات أربع رئيسية هي: البدني والنفسي والمجتمعي والروحي، واضطرابات الشخصية مثلها مثل كل الأعصاب يشتمل على عوامل خلقية نفسية واستعدادات تكوينية وعامل وجودي يتمثل في اختيار أو في قرار الفرد أن يواصل سويًا أو ينمي عصابًا كاملاً، والفرد لا يعتبر مسؤولاً عن عصابه وإنما هو مسئول عن اتجاهه نحو هذا العصاب حيث عدم التسامح مع الشك والنظرة الباحثة عن الكمال المطلق.

وعرف الطب النفسي البريطاني الأفكار الوجودية عن قرب في الستينيات، عبر كتابات الطبيبين النفسيين الوجوديين رونالد لينج (١٩٢٧-١٩٨٦) وديفيد كوبر (١٩٣١-١٩٨٨) اللذين شككا في مفهوم المرض العقلي، معتبرين إياه بناء اجتماعياً

لا حقيقة. وقد أسسا رابطة لرعاية المجتمعات العلاجية النفسية في لندن، كبديل عن العلاج النفسي المؤسسي التقليدي.

وبسبب حركة معارضة الطب النفسي انتقل العديد من المعالجين ذوي التوجهات المختلفة الذين قدموا إلى لندن في البدء نحو تطبيقات أكثر انضباطاً للفلسفات الوجودية بمرور السنوات، ومع إنشاء جمعية التحليل الوجودي في لندن عام ١٩٨٨ وإطلاقها مجلتها المتخصصة وجد هؤلاء الممارسون الوجوديون بيتاً لهم ومنتدى للتعبير عن وجهات نظرهم الوجودية المتنوعة.

مع تنوع الاهتمامات والممارسات داخل المدرسة البريطانية للتحليل الوجودي، امتدت قائمة الفلاسفة الوجوديين ذوي التأثير فيها إلى درجة كبيرة، لكن يمكننا وضع مارتين هايدجر على رأس القائمة بعمله الأشهر «الوجود والزمان»، وإن كان لم يسلم من انتقادات بعض أبناء تلك المدرسة.

على عكس الوجوديين الإنسانيين، ترفض المدرسة البريطانية النزعة الفردية والذاتية وتؤمن بطبيعة متأصلة في الوجود البشري في العالم مع الآخرين. كما استغنى معظم معالجها عن مظاهر التحليل النفسي في الممارسة العلاجية الوجودية، فلا يتم رؤية العميل سوى مرة أسبوعياً، غالباً لفترة وجيزة، لا يدعى فيها عادة إلى الجلوس على الأريكة، ولا يلقى تشجيعاً على الاعتماد على معالجه.

لا ينظر المعالج في المدرسة البريطانية للتحليل الوجودي إلى عميله من منظور التصنيف والتشخيص الإكلينيكي، بل يعتبره فرداً يعاني مشكلات في طريقة عيشه، كما قد يعاني غيره أياً كان في وقت ما. كذلك لا يسعى المعالج إلى مساعدة العميل بغرض تحقيق معيار ما من معايير الصحة النفسية يؤهله للانخراط ثانية في المجتمع، بل يشجعه على اكتشاف أسلوبه الفريد في الوجود، كل ذلك في علاقة متكافئة بين المعالج والعميل.

ملخص لنظرية فيكتور فرانكل Frankel:

صاحب هذا الاتجاه هو فيكتور فرانكل (181: 1974) (Frankl Viktor) ولد في فيينا ١٩٠٥م، وتلقى تعليمه وحصل على بكالوريوس الطب ١٩٣٠ والدكتوراه من جامعة فيينا ١٩٤٩ وتعلم التحليل النفسي، وظهرت آراؤه الوجودية عن الإنسان وعن العلاج من خلال ثلاث سنوات قضاها في معسكرات الاعتقال النازية.

ويعد زعيماً للمدرسة النمساوية الثالثة في العلاج النفسي بعد مدرستي فرويد، وأدلر، وفي كتبه المتعددة وصف خبرة الاعتقال التي تعرض لها والتي لعبت الدور الحاسم في بلورة هذا التيار العلاجي والتي يمكن عرضها لأنها توضح ملامح تلك المدرسة.

تجربة المعاناة الشخصية لفرانكل:

ويقول فرانكل (١٩٧٤) انه لكي تكون إنسان فأن هذا يعني ان تكون مطالباً بمعنى تنجزه وبقيم تحققها فالإنسان يعيش بالمثل ويحيا بالقيم ولا يكون الوجود الإنساني جديراً بالثقة ألا إذا عاشه الإنسان علي أساس من التسامي بالذات أو تجاوزها ، ويذكر فرانكل هنا مقولة أينشتين (ان الإنسان الذي يعتبر حياته جوفاء من المعني، هو ليس غير سعيد فحسب ولكن يكاد يكون غير صالح لها) .

ويرى ان الإنسان يستطيع ان يتمسك بالحياة ولا يستسلم للألم والعذاب الشديدين المحيطين به وذلك بأنه يختار الحياة ، متجاوزاً ألمه ومعاناته الي شيء آخر وينشغل به ويجد فيه معنى الحياة .

ويقول انه عندما يفقد الإنسان الثقة يكون سلوكه فاقدا لإرادة الحياة ، فاقدا للقدرة على الاتصال بالآخرين، غير ان ذلك يجعله امام خياران فإما إلى انهزام الذات والالتصاق بها ، واما إلى العلو فوقها والبحث عن موضوع خارجها.

فيرى فرانكل أن الإنسان خليط من الخير والشر وهو فقط من يستطيع بخبراته الفردية ان يتوجه اما صوب الشر وتتوه قدماءه وينعكس المعنى عنده واما صوب الخير، حيث انه يستطيع بفرديته هذه ان يشارك المجتمع أحزانه وآلامه والتي تتحول عنده تدريجياً لتصبح مصدر لذة وشغف لا يستطيع الاستغناء عنه ومنه يدرك المعنى الحقيقي لهذه الحياة.

ولعل المعنى الحقيقي لهذه الحياة اكتشفه فرانكل عندما اخذ يردد على شفثيه هذه الكلمات " لقد ناديت الله في سجنى الضيق ولقد اجابني في حرية الفضاء " تلك الحرية التي تذوقتها من سجنى وقادتني إلى البحث عن معنى الحياة وان هذا المعنى يكمن في تجاوز الذات إلى ما يمكن ان يعرف بتسامي الذات.

ويعتبر مفهوم تسامي الذات عند فرانكل من المفاهيم الغائية أو المحصلة النهائية التي يجب ان يصل اليها الإنسان بعد إشباع كل حاجاته الحياتية، لأن حياة الإنسان ليس عبثا وبلا معنى كما يرى جان بول سارتر وهي أيضا ليس حبيسة الماضي واللاشعور كما يرى فرويد أو مختزلة بين المثير والاستجابة كما يرى السلوكيين ولكن حياته ذا معنى، وانه على الرغم من فرديته الا ان حياته لا يمكن فهمها الا من خلال التكاملية ، ويضرب فرانكل مثلا بزجاجات المياه التي تأخذ الشكل الدائري وعلى الرغم من ان كل زجاجة تمثل وحدة مستقلة بذاتها إلى ان كل واحدة تؤثر وتتأثر بباقي الزجاجات ولا يمكن فهم الشكل وإدراكه الا من خلال رؤية الزجاجات ككل متكامل.

ويقول فرانكل لان حياة الإنسان لا تقف عند تحقيق الذات فهو دائما في حالة تطلع إلى أعلى ، فبدلا من التمرکز حول الذات كحالة لتوقف النمو يفضل فرانكل نسيان الذات كدالة على النمو النفسي وهذا ما يخرجنا من رحم المعاناة إلى النجاح في الحياة.

ولذلك يرى فرانك ان كل العظماء عندما يحققون ذواتهم وأهدافهم في الحياة ينتابهم شيئاً من الشعور بالملل واللامعنى، لذلك سرعان ما تجدهم يتجاوزون ذلك بتجاوز ذواتهم ونسيانها إلى التسامي بالذات، ويتضح ذلك عند المتسامين ذاتيا في انكار الذات والايثارية في السلوك ، فهم يسعون دائما إلى تحقيق السعادة للآخرين، بل تجدهم يشعرون بسعادة اكبر لسعادة الآخرين ، وتلك السعادة التي يرونها في عيون الآخرين انما تمثل في واقعهم الذاتي حاجة يرغبون هم أنفسهم في تحقيقها.

ويرى فرانكل أن الإنسان الذي مر بخبرة المعاناة تتكون بداخله نزعة إلى تجاوز الذات المنهكة وهنا يتم تحديد مصير إنسانية فاما إلى الانتقام من الآخرين والعالم بأسرة وهنا يعرف المعاناة مرة أخرى ولكنها هذه النوبة بشكل مرضى واما إلى تسامي الذات والانفتاح على رجب أوسع.

ويتفق كل من فيكتور فرانكل وابراهام ماسلوا حول مفهوم تسامي الذات في ان القيمة الكبرى للإنسان تكمن في ما يضيفه هذا الإنسان على العالم اي ما يقدمه من تضحيات ومجهودات في سبيل سعادة الآخرين منكرًا بذلك ذاته متجاوزا لها.

وعندما ساد العالم إبان الحرب العالمية كثيرا من الضغوط الحياتية مما دفع كثيرا من الأفراد إلى محاولة الانتحار ، والتي حاول فرانكل التصدي لها وذلك بطريقة علاجية جديدة قائمة على ان علاج حالة البأس والشقاء التي يعانيها هؤلاء الأفراد تكمن في

القدرة على تحمل المسؤولية واحتمال الآلام والجروح النفسية والتي من خلال خبرتها المتعلمة (خبرة المعاناة E) يمكن لهم التخلص من مشاكلهم واكتشاف المعنى الحقيقي لهذه الحياة.

المفاهيم الأساسية عند فرانكل:

حرية الإرادة: The freedom of will

يرى فرانكل أن الإنسان ليس مشروط أو محكوم السلوك بصورة كلية، ولكنه يقرر نفسه، سوء سلم تسليمًا كاملاً للظروف، أو اتخذ بشأن هذه الظروف موقفاً، فالإنسان هو الذى يقرر نفسه، ولذلك فهو ليس ببساطة أمراً موجود ولكنه يقرر دائماً وجوده الذى سوف يصير إليه فى اللحظة التالية، وقياساً على ذلك فإن لكل كائن إنساني حريته فى أن يتغير فى كل لحظة، والإنسان قادر على تجاوز الظروف البيولوجية والنفسية والاجتماعية الخاصة بوجوده فأحد الخصائص المميزة لوجود الإنسان هى قدرته على تجاوز ذاته أو التسامى بها.

إرادة المعنى The Will to Meaning:

يعرف فرانكل إرادة المعنى "بأنه السعي الأساسي للإنسان لى يجد ويحقق معنى وهدفاً لحياته".

فهو دافع أساسي أكبر من دافع اللذة أو التخفيف من التوتر أو القوة أو تحقيق الذات. وهو مبدأ يخالف مبدأ اللذة عند فرويد ويخالف مبدأ إرادة القوة لأدلر، ولذا فإن الإنسان حين تتكون لديه الإرادة فإنه يصبح قادراً على أن يحيا وعلى أن يموت من أجل مثله وقيمه وطموحاته التي يؤمن بها ويعتقد فيها.

يرى فرانكل أن هدف العلاج بالمعنى الأول هو مساعدة المريض إلى الوصول لمعنى حياته الخاصة، ويرى أيضاً أن الحياة يمكن أن تصبح ذات معنى من خلال ثلاث جوانب أساسية، وهي:

- ١- ما الذي نعطيه للعالم، ونقصد به الأعمال الإبداعية.
- ٢- ما الذي نأخذه من العالم، ونقصد به القيم الخيرية.
- ٣- موقفنا من القدر الذي لا يمكن تغييره، مثل الإصابة بمرض خطير كالسرطان مثلاً.

الفراغ الوجودي Existential Vacuum:

وهو تلك الخبرة من فقدان المعاني المتعددة لحياة الإنسان ووجوده، مما يجعل الحياة لا معنى لها وبالتالي تصبح عدم، وعلى هذا يشعر الفرد هنا بحالة من الخواء الداخلي، ويعود الفراغ الوجودي إلى إحباط إرادة المعنى.

والفراغ الوجودي مفهوم صكه فرانكل للتعبير عن حالة الملل والسأم، وأن الحياة أصبحت بغير معنى أو هدف، ولهذا كان العلاج بالمعنى Logo therapy هو العلاج بالعقل أو المعنى كما أراد له فرانكل أن يكون، هو السبيل الوحيد للخروج من حالة اللامعنى إلى المعنى، وهذا الخروج ليس عملية سهلة إنما هو عملية صعبة، يبلغ إليها الإنسان حينما يشعر أن حياته لم يعد لها معنى، والمعنى فى الحياة هو المعبر إلى "تسامى الذات"، ذلك الذى يتجاوز تحقيق الذات.

معنى الموت The Meaning of death:

هنا تخيل معي بأن الحياة كانت بدون موت.....ماذا كنت تفعل ؟

ينطلق العلاج بالمعنى من فكرة أن حتمية الموت هى التى تجعل للحياة قيمة ومعنى، وهى التى تعطى للأفعال الإنسانية معنى، لأنه إذ لم تكن هناك نهاية للحياة فلن تكون هناك حاجة لاختيارات أو قرارات، ومن ثم لا يوجد شعور بالمسئولية حيث يمكن أن يؤجل الفرد أفعاله إلى ما لا نهاية ولذلك يؤكد العلاج بالمعنى على مسئولية الإنسان فى الحياة، ودوره فى تقرير مصيره.

معنى المعاناة The Meaning of Suffering:

يرى فرانكل أنه بالنسبة للأقدار التى لا يمكن تغييرها ولا يستطيع الإنسان التغلب عليها، هنا يكون على الفرد أن يواجه هذه المعاناة ويتخذ موقف منها، وذلك بتحويلها

إلى شئ له معنى أى تحول المعاناة إلى إنجاز والألم إلى معنى وقيمة، وتعد المعاناة امتياز للوجود الإنساني، حيث تساعد المعاناة الإنسان على صياغة وتشكيل ذاته، وأن ينتقل من الأدنى إلى الأسمى.

معنى الحب The Meaning of Love:

يرى فرانكل أن الحب هو تلك القدرة التي تمكن الإنسان من أن يتفهم الكينونة الإنسانية الأخرى فى أوج تفردھا، والقدرة على الحب هى أحد المظاهر الدالة على تجاوز الذات.

والعلاج بالمعنى لا يفسر الحب على أنه مجرد ظاهرة ثانوية مصاحبة للحوافز والغرائز الجنسية فى ضوء ما يعرف بالإعلاء للطاقة الجنسية، بل يعد الحب أحد الدوافع الإنسانية شأنه شأن الجنس، بل إن الجنس فى الحالات السوية هو أسلوب للتعبير عن الحب.

التسامي بالذات Self transcendence:

الذين يؤثرون على انفسهم ولو كان بهم خصاصة مثال الأم الارمله

يرى فكتور فرانكل أن الوجود الإنساني يتميز بظاهرتين إنسانيتين: الظاهرة الأولى وتتمثل فى مقدرة الإنسان على "التحرر الذاتي" Self detachment، أما الظاهرة

الثانية فتنتمثل فى مقدرة الإنسان على "التسامى بالذات" أو "تجاوز الذات" Self
.transcendence

ومن الظواهر الإنسانية التى تدل على قدرة الإنسان على التسامى بذاته ظاهرتى
الحب والضمير وهما من القدرات الإنسانية الفريدة، ويرفض فرانكل اختزال الحب إلى
إعلاء الطاقة الجنسية، وكذلك اختزال الضمير إلى نشاط الأنا الأعلى، ويؤكد على
أنه فى الحب والضمير يتسامى الإنسان بذاته ويتجاوزها إلى شئ آخر خارج الذات.

الفصل الثالث

نظرية التحليل النفسي

محتويات الفصل

سيجموند فرويد رؤية المنظر

التحليل النفسي كنظرية نسقية في الشخصية

المبادئ الرئيسية لنظرية التحليل النفسي

البنية

العملية

النمو والتطور

علم النفس المرضي

التغيير والعلاج

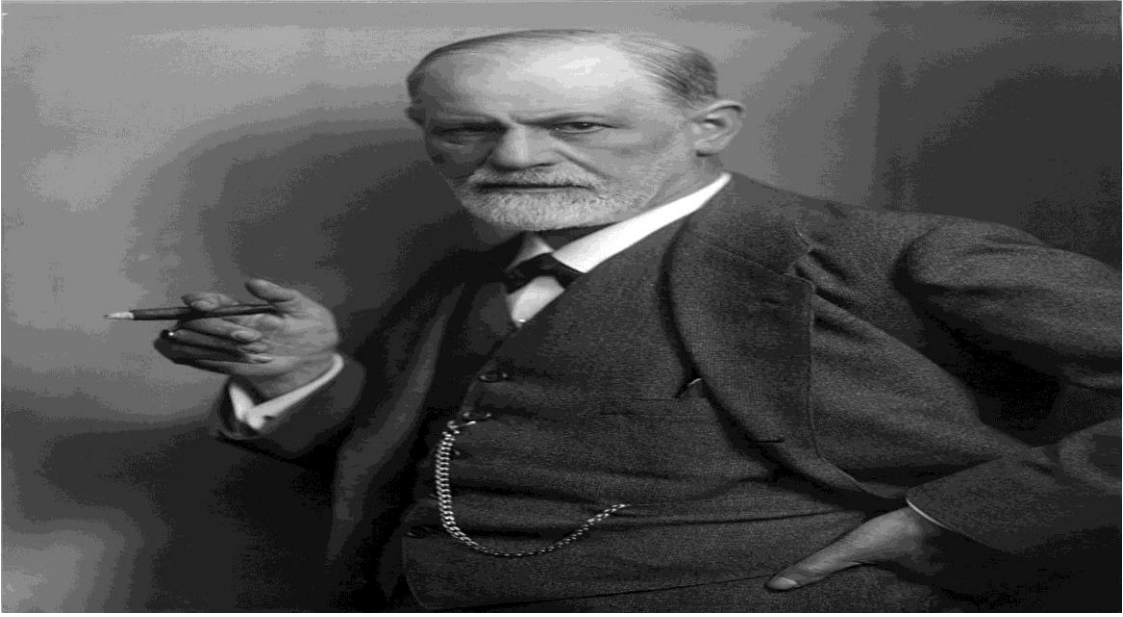
بعض الحالات التوضيحية

مقدمة

نظرية التحليل النفسي هي نظرية حول تنظيم الشخصية وآليات تطورها التي تُوجّه العلاج التحليلي، ويعتبر التحليل النفسي طريقة علاجية تُستخدم في علاج الأمراض النفسية. وضع سيجموند فرويد أول نظرياته في التحليل النفسي في أواخر القرن التاسع عشر، وخضعت فيما بعد للعديد من التعديلات. ظهرت نظرية التحليل النفسي بشكل كامل في الثلث الأخير من القرن العشرين باعتبارها جزءاً من الحوار الحرج المتفاقم حول العلاجات النفسية في فترة ما بعد الستينيات، وبعد فترة طويلة من وفاة فرويد في عام 1939 ، أصبحت نظريته هذه موضع خلاف ورفضٍ على نطاق واسع. أوقف فرويد عمله حول الدماغ وأبحاثه العصبية وحول مجمل تركيزه على دراسة العقل الباطن والسمات النفسية التي تُشكّله، وعلى العلاج عبر استخدام آليات التداعي الحرّ والتحويل. أكّدت دراسته على أهمية التنظيمات الجنسية في مرحلة الطفولة التي يمكن أن تؤثر على الحياة النفسية عند البالغين. حدّدت أبحاثه حول الجينات الوراثية وجوانب تطورها خصائص نظرية التحليل النفسي. بدءاً من نشره لكتاب «تفسير الأحلام» بالإنجليزية The Interpretation of Dreams: في عام ١٨٩٩، شرّعت نظرياته في اكتساب أهمية بارزة.

وتُعد نظرية التحليل النفسي أول نظرية نسقية في علم النفس وأكثر النظريات شيوعاً في الأوساط السيكلوجية، وفيما يلي عرض موجز لنظرية التحليل النفسي:

سيجموند فرويد (١٨٥٦ - ١٩٣٩) رؤية المنظر الرئيسي



ولد سيجموند فرويد في ٦ مايو ١٨٥٦ في أسرة تنتمي إلى الجالية اليهودية بمنطقة مورافيا التابعة آنذاك للإمبراطورية النمساوية، والتي هي الآن جزء من جمهورية التشيك، أنجبه والده جاكوب عندما بلغ ٤١ عاماً وكان تاجر صوف، يذكر أنه كان صارماً متسلطاً، وكان قد أنجب طفلين من زواج سابق، والدته أمالي (ولدت ناتانسون) كانت الزوجة الثالثة لأبيه جاكوب. كان فرويد الأول من ثمانية أشقاء، ونظراً لذكائه المبكر، كان والداه يفضلانه على بقية إخوته في المراحل المبكرة من طفولته وضحوا بكل شيء لمنحه التعليم السليم على الرغم من الفقر الذي عانت منه

الأسرة بسبب الأزمة الاقتصادية آنذاك وفي عام ١٨٥٧، خسر والد فرويد تجارته، وانتقلت العائلة إلى لايبزيغ قبل أن تستقر في فيينا. في عام ١٨٦٥، دخل سيجموند مدرسة بارزة وهي مدرسة كومونال ريل جيمنازيوم الموجودة في حي ليوبولدشتات ذي الأغلبية اليهودية- حينها، وكان فرويد تلميذاً متفوقاً وتخرج في ماتورا في عام ١٨٧٣ من كلية الطب، وأصبح تحت نفوذ الفسيولوجي أرنست بروك، ثم أجرى بحوث عدة في مجال الأعصاب، تضمنت بعض بحوثه المقارنة بين عقول الراشدين والأجنة، والتي استخلص منها أن الأبنية الأولى تدوم ولا تفتنى، مما شكل رؤيته اللاحقة في تطور الشخصية، وفي مسيرته الاكلينيكية؛ اكتشف فرويد الدور المهم للكوايين في تهدئة القلق والاكتئاب، في عام ١٨٨٦ قضى فرويد عام مع عالم النفس الفرنسي جان شاركوه، والذي كان له بعض النجاحات في علاج المرضى العصائيين بالتنويم المغناطيسي، ولكن فرويد كان غير مقتنع بشكل كلي بالتنويم المغناطيسي، من الملفات للنظر أن أول حالة قام فرويد بعلاجها هي نفسه، حيث دخل في نوبة اكتئاب بعد وفاة والده ، قام فرويد بتحليل ذاتي لنفسه مكرساً النصف ساعة الاخيرة في يومه له، وبدأ يستخدم تكنيك التركيز في علاج مرضاه وهو عبارة عن قيامة بالضغط على رأس المريض وجعله يسترجع الذكريات، ثم تعلم تكنيك التطهير من الطبيب النمساوي جوزيف بروير، وهو عبارة عن تحرير العواطف عن طريق التحدث عن المشكلات، وتشاركا في تأليف كتاب دراسات في الهستيريا، ثم تطور فرويد في عامه الأربعين

وأصبح مشهور كمحلل نفسي، في عام ١٨٩٦ استخدم منهج جديد في التحليل والعلاج وهو تكنيك التداعي الطليق (الحر)، في عام ١٩٠٢ شكل مجتمع التحليل النفسي، والتحق به العديد من المحللين ليصبحوا نواة لمحللين نفسيين متميزين، في عام ١٩٠٤ كتب فرويد كتابه (سيكوباتولوجيا الحياة اليومية)، وفي عام ١٩٠٥ نشر فرويد ثلاث مقالات في الجنسية الطفلية وعلاقتها بالعصاب والانحرافات، ونتج عنها سخرية كبيرة في هذه اللحظات.

فقد فرويد مدخراته في الحرب العالمية الأولى، وبعدها فقد ابنته (٢٦) عامًا، وطور عام ١٩٢٠ كتابًا عن غريزة الموت، مثلما تحدث عن غريزة الحياة، توفي عام ١٩٣٩ عن عمر يناهز ٨٣ عامً متأثرًا بسرطان الفك.

رؤية فرويد عن الشخص ومنهج البحث

يرى فرويد أن الانسان هو مصدر الطاقة، وهي الرؤية التي كانت سائدة في المجتمع في القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين، وآمن فرويد بأن الحياة تدور حول التوتر واللذة، وأن التوتر الذي يعاني منه الشخص خلال مراحل حياته سببه زيادة الليبيدو (الطاقة الجنسية) وأن الشعور باللذة ينتج عن تفرغ هذه الطاقة؛ {ملاحظة: استخدم فرويد مصطلح جنسي بشكل عام لوصف كل الأفعال والأفكار التي تجلب اللذة،

كذلك شدد فرويد على أهمية السنوات الخمس الأولى من الحياة في تشكيل جوهر شخصية الإنسان البالغ.

وفيما يخص منهجية البحث، اعتمد فرويد على المنهج الاكلينيكي (دراسة الحالة)، وقام بتطوير نظريته عن طريق الملاحظات السريرية لمرضاه.

المبادئ الأساسية لنظرية التحليل النفسي

تعتمد نظرية التحليل النفسي على افتراضات رئيسية هي:

١- يتحدد السلوك الانساني بالحوافز والرغبات والدوافع والصراعات التي تكون

متفاعلة داخل العقل، وغالبًا تكون بعيدة عن الوعي.

٢- تتسبب هذه العوامل المتفاعلة في كل من السلوك الطبيعي والشاذ.

٣- تتأسس أسس السلوك والشخصية في المراحل العمرية المبكرة مع الأسرة

والرفاق، وتؤثر في النمو الراهن للشخصية.

٤- تركز هذه النظرية في التقييم والعلاج على اكتشاف الأشياء الخفية في

الشخصية وتعطي لها أهمية كبرى.

التحليل النفسي كنظرية نسقية في الشخصية

- البنية

تتمثل بنية التحليل النفسي فيما يلي:

اللاشعور Unconscious

وهي مظاهر التوظيف النفس في الشخصية والتي لا نكون على وعي بها، وتشمل على سلوكياتنا التي لا نكون واعيين بها، وهي التي يكرس المحللين النفسيين الاهتمام بها، وبكيفية ظهورها في المواقف المختلفة، ويمكن تقسيم مستويات الشعور إلى:

الشعور (conscious) وهو المظاهر والسلوكيات التي تظهر ونستطيع الشعور بها، وميزت نظرية التحليل النفسي مستويات الوعي وهي كالآتي:-

ما قبل الشعور (preconscious) وهي المظاهر والسلوكيات التي من الممكن أن نشعر بها إذا انتبهنا إليها.

اللاشعور (Unconscious) وهي المظاهر والسلوكيات التي لا نشعر بها ولا يمكن أن تصبح شعورية إلا تحت ظروف معينة، والتي لا تظهر إلا عن طريق الهفوات والأحلام وزلات اللسان، والعصاب والأمراض العقلية.

١-الهو، والأنا، والأنا الأعلى

-الهو Id

يرى فرويد أن الهو هو الجزء الأساسي الذي ينشأ عنه فيما بعد الأنا والأنا الأعلى، ويتضمن الهو جزئين:

جزء فطري:

الغرائز الموروثة التي تمد الشخصية بالطاقة بما فيها الأنا والأنا الأعلى.

جزء مكتسب:

ويتمثل في العمليات العقلية المكبوتة التي منعها الأنا (الشعور) من الظهور.

ويعمل الهو وفق مبدأ اللذة وتجنب الألم، ولا يراعي المنطق والأخلاق والواقع، وهو لاشعوري كلية، ويحكمه الغرائز الجنسية والعدوانية، والهو حرة لا تحتل الإحباط ولا تنظر للواقع والمثل العليا.

-الأنا Ego

كما وصفها فرويد هي شخصية المرء في أكثر حالاتها اعتدالاً بين الهو والأنا العليا، حيث تقبل بعض التصرفات من هذا وذاك، وتربطها بقيم المجتمع وقواعده، حيث من

الممكن لأننا ان تقوم بإشباع بعض الغرائز التي تطلبها الهو ولكن في صورة متحضرة
يتقبلها المجتمع ولا ترفضها الأنا العليا.

مثال: عندما يشعر شخص بالجوع، فان ما تفرضه عليه غريزة البقاء (الهو) هو أن
يأكل حتى لو كان الطعام نبيئاً أو بريئاً، بينما ترفض قيم المجتمع والأخلاق (الأنا
العليا) مثل هذا التصرف، بينما تقبل الأنا اشباع تلك الحاجة ولكن بطريقة متحضرة
فيكون الأكل نظيفاً ومطهواً ومُعد للاستخدام الآدمي، ولا يؤثر على صحة الفرد، أو
يؤدي المتعاملين مع من يشبع تلك الحاجة.

يعمل الأنا كوسيط بين الهو والعالم الخارجي فيتحكم في إشباع مطالب الهو وفقاً
للواقع والظروف الاجتماعية، وهو يعمل وفق مبدأ الواقع، ويمثل الأنا (الإدراك
والتفكير، والحكمة، والملاءمة العقلية). ويعتبر الأنا مركز الشعور حيث يُشرف على
النشاط الإرادي للفرد، وعلى الرغم من ذلك فإن كثيراً من عملياته توجد في ما قبل
الشعور، وتظهر للشعور إذا اقتضى التفكير ذلك، وبالإضافة إلى ذلك فإن الأنا يوازن
بين رغبات الهو، والمعارضة من الأنا الأعلى، والعالم الخارجي، وإذا فشل في ذلك
أصابه القلق ولجأ إلى تخفيفه عن طريق الحيل الدفاعية.

الأنا يعمل بمثابة عبد حيث يخدم ثلاثة أسياد، حيث يقوم بالتوفيق بين كل من الهو
والأنا الأعلى والواقع.

-الأنا الأعلى Super Ego

الأنا العليا كما وصفها فرويد هي شخصية المرء في صورتها الأكثر تحفظاً وعقلانية، حيث لا تتحكم في أفعاله سوى القيم الأخلاقية والمجتمعية والمبادئ، مع البعد الكامل عن جميع الأفعال الشهوانية أو الغرائزية.

يمثل الأنا الأعلى الضمير، ويتكون مما يتعلمه الطفل من والديه، ومدرسته، والمجتمع من معايير أخلاقية. والأنا الأعلى مثالي وليس واقعي، ويتجه للكمال لا إلى اللذة - أي أنه يعارض الهو والأنا.

أنظمة الشخصية ليست مستقلة عن بعضها ولذلك نجد أنه إذا استطاع الأنا أن يوازن بين الهو والأنا الأعلى والواقع عاش الفرد متوافقاً، أما إذا تغلب الهو أو الأنا الأعلى على الشخصية أدى ذلك إلى اضطرابها. ويمكن وصف الهو بأنه الجانب البيولوجي للشخصية، والأنا بالجانب السيكولوجي للشخصية، والأنا الأعلى بالجانب السسيولوجي للشخصية.

-العملية Process

تتمثل الجوانب الدينامية في الشخصية وفقاً لنظرية التحليل النفسي الدوافع الداخلية والطاقة والغرائز.

١- غرائز الحياة والموت Life and death instincts

يرى فرويد وجود مجموعتين من الغرائز وهما: غرائز الحياة وغرائز الموت، وغرائز الحياة هي الغرائز المتمثلة في الحفاظ على الذات، والغرائز الجنسية التي من شأنها أن تحافظ على النوع، ويطلق على طاقة الغرائز الجنسية (غريزة الحياة) الليبيدو Libido، أما غرائز الموت فهي الغرائز التي تتمثل في القوة والعدوان والانتحار، ولم يحدد فرويد اسمًا للطاقة الخاصة بغرائز الموت، ولكنه يرى أنها مهمة ومساوية لغرائز الحياة، وأن لكل فرد رغبة لاشعورية في الموت.

ويمكن التعبير عن هذه الغرائز والرغبات بطرق عدة، وبطرق سوية معدلة، فقد يعبر عن الرغبات الجنسية والعدوان عن طريق ممارسة كرة القدم وألعاب القوى، وقد يكون الحزن والسخرية تعبير معدل عن الرغبات العدوانية، أي أن نفس الغريزة من الممكن أن يعبر عنها بطرق مختلفة.

٢- الحصر (القلق) وميكانيزمات الدفاع Anxiety and defense mechanisms

الحصر عبارة عن خبرة انفعالية مؤلمة لتهديد واضح أو خطر للشخص، وذلك عندما يفشل الأنا في التوفيق بين رغبات الهو، والأنا الأعلى، والواقع، فعند ذلك يحدث ما يسمى بالحصر، على سبيل المثال قد يكون الشخص يرغب بشدة في ممارسة الجنس (رغبات الهو)، ويكون الوقت والظروف الاجتماعية والبيئة الثقافية الراهنة غير مناسبة

(الواقع)، ويكون الممارسة في الوقت الراهن مع عدم ملائمة الظروف المحيطة منافي للأخلاق والدين (رغبات الأنا الأعلى)، فيحدث الصراع الشديد في الشخصية مما يعرضها للخطر والتهديد، ومحاولة لعدم الدخول في المرض والعصاب، تلجأ الأنا لبعض الحيل الدفاعية، يمكن أن نقول أن ميكانيزمات الدفاع هي حيل نفسية استراتيجية، تعمل بشكل غير واعٍ على حماية الفرد من «الحَصْر» (التوتر والقلق) الناتج من مشاعر وأفكار غير مريحة. أي أننا نستخدم ميكانيزمات الدفاع لتفادي مشاعر مثل الذنب أو الحزن أو العيب أو التهديد بقرب وقوع خطر، هذه المشاعر عندما تمتلك من الفرد بشكل كامل تشل تفكيره، وتجعله عاجزاً عن السيطرة على نفسه والتفاعل مع الحياة حوله. وهذا ما لا يسمح به العقل، ويستخدم ميكانيزم أو أكثر من ميكانيزمات الدفاع وهي:

١- الكبت Repression

هو عملية تحدث بشكل لا شعوري، حيث يغلق الفرد على مشاعره، أو رغباته التي قد تسبب له التوتر أو الألم وكأنه يرميها في اللاشعور، ومن أمثلة ذلك عدم تذكر بعض ذكريات الطفولة، ولكن هذه المشاعر المكبوتة قد تظهر بشكل فجائي في شكل رمز ما أو في شكل شعور بالذنب ومن أمثلة ذلك مظاهر الوسواس القهري الديني لدى

الفرد، فهو مقابل لكبت شديد لمشاعر الطفولة أو الجنس أو الرغبة في كسر قواعد المجتمع.

يلجأ الفرد إلى الكبت ل يبقى بعيداً عن الشعور بالقلق وبالتالي ينخفض القلق الذي من الممكن أن يلحق بالذات. إلا أن عملية الاستبعاد هذه لا تنفي وجود الدافع الذي وصل إلى اللاشعور، بمعنى أن الفكرة لم تمت وإنما تم الاحتفاظ بها وبقوتها، ومن ثم تبدأ في التعبير عن نفسها في صورة أحلام، أو أخطاء، وزلات اللسان، أو الشعور بالضيق والإحساس بالذنب.

ويستمر الصراع بين الدوافع المكبوتة والذات حتى يبلغ درجة من الوضوح، مما يضطر الذات إلى استخدام أساليب دفاعية أخرى تساعد الدوافع على التعبير عن نفسها بصورة مقنعة تشوه في هذا الواقع وذلك لإبعاد الذات عن الإحساس بالهزيمة والضعف ويختلف الكبت عن قمع الإنسان لنوازه في أنه في عملية القمع يضبط الفرد نفسه ويحبسها أو يمنعها عما تشتهي وتندفع إليه من الأمور المحرمة أو غير المرغوبة من قبل الجماعة. وفي الوقت نفسه يكون الإنسان على علم بهذه النوازع ويعمل جاهداً على أن يحول بينها وبين ظهورها أمام الناس. فالكبت هو العملية الدفاعية الأساسية اللاشعورية الأولى، فالأفكار التي تؤدي للقلق يتم عزلها عن الإدراك الواعي الشعوري فهو ليس برفض أو إنكار من قبل الفرد لأن

يتذكر الواقعة إنما نجد أن الفكرة أو الواقعة تستبعد من الشعور بواسطة قوى لا شعورية لا سلطان للفرد عليها حيث أن الفرد الذي كان يتذكر الفكرة أو الواقعة في وقت ما أصبح لا يتذكرها حتى أن الأسئلة المباشرة لا يمكن أن تعيدها إلى إدراكه الواعي.

٢- الإسقاط Projection

هو أن ينسب الشخص إلى غيره من الناس دفعاته غير المقبولة ويعزو اليهم رغباته الكريهة وعيوبه ويلحق بهم أفكاره التي تسبب له الألم وتثير لديه مشاعر الذنب. فالإسقاط هو أن تعزو غير المقبول من الأفكار و الأفعال إلى شخص آخر على حين أن هذه الأفكار أو الأفعال إنما ترجع إليك بالحقيقة فمثلا كثيرا ما نسمع طفل يقول: ماما مين اللي بترمي الأغراض على الأرض.. مش أنا! هذه أكثر الأمثلة شيوعا عند الأطفال فنجد أن الطفل يُلقي دائما بالسلوك المرفوض من قبل الوالدين على شخص آخر خوفا من أن لا يحظى بحبهم.

٣ - تكوين رد الفعل (التكوين العكسي) Reaction Formation

التكوين العكسي هي حيلة يبدي فيها الشخص أحاسيس مغايرة لمشاعره الحقيقية. معظمنا قد يعرف شخص ونعرف بأنه يكرهنا، ولكن دائما يتصرف وكأنه احد أفضل اصدقائنا؛ ذلك هو التكوين العكسي.

مع هذه الحيلة الدفاعية يخفي الشخص الدافع الحقيقي عن النفس إما بالقمع أو بكبته، ويساعد هذا الميكانيزم الفرد كثيراً في تجنب القلق، والابتعاد عن مصادر الضغط فضلاً عن الابتعاد عن المواجهة الفعلية، فإنه قد يُظهر سلوكاً ما، لكنه يخفي السلوك الحقيقي، فإظهار سلوك المودة والمحبة المبالغ فيهما، قد يكون تكويناً عكسياً لحالة العدوان الكامن الذي يمتلكه الفرد في داخله، وعادة يتشكل هذا المفهوم ضمن سمات الشخصية ومكوناتها.

ونستطيع ملاحظة التكوين العكسي في تعامل الاطفال في بعض المجتمعات عندما يلعب طفل مع طفله، وينجذب لها وتتكون لديه مشاعر حب لهذه الطفلة، ورغبة دائمة في اللعب معها، ولكن يخاف أن يذكر ذلك لطفل آخر صديق خوفاً من التهم والسخرية، أو الإهانة؛ فيبدأ هذا الطفل في معاملة الطفلة بشكل عدواني وكأنها سبب في مشاكل الكون، وربما أيضاً يُقنع نفسه بأنه فعلاً يكرها، ومع عدم اختفاء الضغوط إذا لم يتم البوح بالمشاعر تظل المشاعر الحقيقية حبيسة ولهذا اذا لم تحل مسألة التكوين العكسي فربما تكون خطرة على الشخص المستخدم لهذه الحيلة. فالتكوين العكسي يُستخدم عندما لا يريد الشخص الاعتراف بالحقيقة وهي التعبير عن الدوافع المستتكرة في شكل معاكس.

فإذا كان الفرد يشعر بكرهية لشخص ما، فقد يظهر مشاعر الود والحب تجاه هذا الشخص، وعادة ما ترجع أشكال متطرفة من السلوك إلى التكوين العكسي.

٤- النكوص Regression

النكوص يلجأ فيه الفرد إلى الرجوع، أو النكوص، أو التقهقر إلى مرحلة سابقة من مراحل العمر وممارسة السلوك الذي كان يمارسه في تلك المرحلة لأن هذا السلوك كان يحقق له النجاح في تلك المرحلة العمرية (سلوك ما كان مريح وممتع لشخص ما، ويشعره بالأمان في تلك الفترة) وأبرز الأمثلة على ذلك لجوء البعض إلى البكاء للحصول على شيء، أو لجلب الانتباه، أو عند الشعور بأن مشاعر المحبة لهم تواجه تهديد، أو للتخلص من موقف يسبب لهم القلق ولو لفترة هرباً من الضغوط المحيطة به، أو للتخفيف عما يعانيه من نكسات نفسية . فيلجأ لتذكر ماضية المليء بالأمان، وذلك لعلاقة النكوص القوية بالحاجة الى الأمان. وكثيراً ما نجد هذا النوع من الحيل الدفاعية عند الأطفال الذين قد يرجعون إلى الرضاعة رغم انهم فطموا منها منذ وقت طويل، أو التبول اللاإرادي رغم قدرتهم على التحكم في ذلك؛ فمن الممكن أن يعود الطفل إلى سلوك كان شائعاً في مرحلة سابقة من نموه، وعادة ما يظهر عند قدوم مولود جديد في الأسرة.

والبالغين أيضاً قد يلجؤون الى هذه الحيلة بعد خروجهم من تجارب قاسية او قوية مثلاً بأن يعود الى رضاعة ابهامه او فتاة تعود الى اللعب بالدمى. او المرأة التي تصل للعمل متأخرة وعندما يراها المسئول لا شعورياً تجهش بالبكاء. وقد يثبت الشخص على المرحلة التي انتكس اليها كأثر سلبي ويفقد القدرة على تحقيق التوافق السوي. وعادة ما يحدث النكوص لدى المرضى الذهانيين وقد أثبتت الدراسات النفسية بأن النكوص استجابة شائعة للإحباط؛ فالنكوص عودة إلى المراحل السابقة من العمر من خلال التصرفات والسلوكيات التي تميز تلك المرحلة السابقة وذلك لتحقيق نفس النتائج التي كان يحققها الفرد في تلك المرحلة.

٥- التوحد (التقمص) Identification

التوحد حيلة دفاعية يقوم الشخص خلالها بالتقمص اللاشعوري لأفكار وقيم ومشاعر شخص آخر لتحقيق رغبات لا يستطيع تحقيقها بنفسه وللشعور بالرضا الذاتي؛ حيث يربط فيها الشخص الصفات المحببة إليه والجدابة الموجودة لدى الآخرين بنفسه أو يدمج نفسه في شخصية فرد آخر حقق أهدافاً يشتاق هو إليها.

فالتقمص هو أن يجمع الفرد ويستعير وينسب إلى نفسه ما في غيره من صفات مرغوبة ويشكل نفسه على غرار شخص آخر يتحلى بهذه الصفات. فالطفل قد يتقمص شخصية والده أي يتوحد بهذه الشخصية وبقيمها وسلوكها.

والطالب قد يتوحد مع المعلم أو مثلاً الطفلة قد تطلب من والدتها شراء أحذية مشابهة لأحذية احدى زميلاتها وترفض فكرة أنها تريد تقليد الفتاة الاخرى وتُصر على أن هذه هي الاحذية الأنسب لها والتي تحلم دائماً بالحصول عليها.

والتقمص في شكله البسيط يكون ذا أثر هام في نمو الذات وفي تكوين الشخصية. ويختلف عن المحاكاة أو التقليد، حيث يكون الأول (التقمص) عملية لاشعورية في حين الثاني (المحاكاة أو التقليد) عملية شعورية واعية. وعملية التقمص تخدم أغراضاً كثيرة، بالإضافة إلى أنها وسيلة لتحقيق الرغبات التي لا يستطيعها الفرد نفسه فيقتنع بتحقيقها في حياة الغير ويرضاها لنفسه كأنه قام بها.

والكثير من مظاهر التوحد وتعلق الفرد بغيره، ما هي إلا حالات تدل على بعض نزعات العطف الاجتماعي والتحسس بمشاكل الآخرين التي ترد إلى توحد الفرد بغيره ومقدرته على أن يضع نفسه مكان الآخرين في ظروفهم. ويكثر استخدام هذه الحيلة الدفاعية لدى الشخصيات التي تتسم بالأنماط العقلية كالشخصية الفصامية أو البرانويا. وهي أنماط من الشخصيات ليست مرضية وإنما نمط سلوكها وتكوينها الشخصي بهذا النوع. وقد يكون الشعور بالنقص دافعاً قوياً للتقمص الذي يبدو واضحاً بشكل كبير لدى الذهانين وخاصة المصابين بجنون العظمة فيظن أحدهم مثلاً أنه

قائدًا عظيمًا فيرتدي الملابس العسكرية ويمشي كالعسكريين ويتصرف مثلهم.

٦-التسامي والأعلاء Sublimation

هو حيلة دفاعية يلجأ إليها الفرد لخفض التوتر والقلق، وهي من أهم الحيل وأفضلها، والأكثر انتشاراً، ويدل استخدامها على الصحة النفسية العالية؛ حيث يلجأ إليها الإنسان للتعبير عن الدوافع غير المرغوبة من قبل المجتمع بصورة تجعلها أمراً محبباً ومرغوباً يحوز على أثرها كل تقدير واحترام؛ فبواسطتها يستطيع الإنسان أن يرتفع بالسلوك العدواني المكبوت إلى فعل آخر مقبول اجتماعياً وشخصياً ، فمثلاً النتائج الفكرية والأدبية والشعرية والفنية ما هي إلا مظاهر لأفعال تم التسامي بها وإعلاءها من دوافع ورغبات داخلية مكبوتة في النفس إلى أعمال مقبولة وتجد الرضا من أفراد المجتمع.

ويعتبر التسامي من الحيل الدفاعية الراقية التي تجعل الفرد يحقق أكثر قدر من الاحترام والتقدير وبالتالي خفض مستوى القلق إلى أدنى حد ممكن. مثال على ذلك المرأة التي تكون مطالبة بعمل ريجيم فتظهر اهتمام بالرسم وترسم العديد من اللوحات الفنية الجميلة وقد يكون في معظمها رسوم للفواكه. أو كالذي لا يشعر بالرضا من حياته الزوجية فيشغل نفسه بالتصليحات والإضافات في منزله؛ مما يعني بأنه لا وقت لديه للعلاقات الاجتماعية. فالتسامي هو الارتفاع بالدوافع التي لا يقبلها المجتمع

وتصعيدها إلى مستوى أعلى أو أسمى والتعبير عنها بوسائل مقبولة اجتماعيًا.

٧- الإنكار Denial

الإنكار هو إنكار الأشياء التي تسبب قلقًا أو إنكار كل ما يهدد الذات وأبعاده عن دائرة الوعي، وقد يكون الإنكار خياليًا في بعض الأحيان يحاول به الفرد بناء أوهام قائمة على إنكار الواقع ومن ثم التصرف في ضوء هذه الأوهام الذاتية بغض النظر عن مدى تناقضها مع الواقع؛ مثل رفض الطفل لموت والده أو والدته والعيش في وهم بتصوره أنها سافرت وسوف تعود عمًا قريب، وذلك لعدم قدرته على مفارقتها.

والإنكار يختلف عن الكبت؛ فالكبت يحدث عندما يحاول الدافع الغريزي أن يكون شعوريًا أو يعبر عن نفسه في حالة شعور بينما الإنكار يجعل الشخص جاهلاً بحادث معين ولكن لا يمنعه من التعبير عن دوافعه الغريزية ومشاعره، وقد يؤثر الإنكار بشكل سيء على الشخص إذا لم يتم استبداله بالتقبل، مثل إنكار مدمني المخدرات والكحول لحقيقة مشكلاتهم وبأنهم يستطيعون السيطرة، إلى أن يتفاقم الوضع ويصل إلى مرحلة سيئة. فالإنكار هي عملية وثيقة الصلة بالكبت إلا أنها أكثر بدائية فهنا الفرد يدرك الفكرة أو الواقعة ولكنه ينكر حدوثها تمامًا و يُصر على عدم صحتها.

٨- الإزاحة Displacement

هي إعادة توجيه الانفعالات المحبوسة نحو أشخاص أو موضوعات أو أفكار غير الأشخاص أو الموضوعات الأصلية التي سببت الانفعالات. والإزاحة عند الطفل يستجيب فيها للانفعال بالشكل الصحيح ولكن بنفس الوقت لا ينسبه للمصدر مثل خوف الطفل من والده قد يكون مؤلماً جداً للطفل إلى حد أن لا يعترف به، ولكن بسبب هذا الخوف نراه ينسب الخوف إلى بديل رمزي مقبول عن والده كأن ينسب إحساس خوفه وقلقه إلى الظلام- المكنسة- لون معين كالأسود- وغيرها.. فالإزاحة هي توجيه الانفعالات الشديدة نحو أشخاص آخرين غير الأشخاص الحقيقيين الخاصين بالمشكلة أو المثير القائم ضد الفرد القائم بالإزاحة.

٩- التبرير Rationalization

التبرير هو أسلوب دفاعي هروبي يلجأ إليه الفرد السوي واللاسوي، يتضح عند قيام الفرد بسلوك لا يفتن بالنجاح ومحاولته لتعليل الفشل بغية حماية ذاته من النقد. كما يلجأ إلى هذه الأساليب أيضاً في بعض الأحيان عند قيامه بأفعال لا يرتضيها المجتمع. ويكون ذلك تجنباً للاعتراف بالأسباب الحقيقية الدافعة للفشل أو لارتكاب الفعل غير المرغوب فيه من قبل المجتمع، ويتم هذا التبرير رغبة من الفرد في أن تكون تصرفاته معقولة وأن تقوم على أساس من الدوافع المقبولة.

ولذا فإنه حين يخرج في تصرفاته عن الحد المعقول، ويصدر سلوكه عن بعض الدوافع التي لا يرضيه أن يقرُّ بها أو يعترف بنسبته إليه ، يلجأ إلى تفسير سلوكه تفسيراً يبين به لنفسه وللناس أن سلوكه منطقي ومعقول ولا غبار عليه وأن الدافع إليه ليس أكثر من مجموعة من الدوافع المقبولة والتي يقره المجتمع.

والتبرير عملية لا شعورية يقنع فيها الفرد نفسه بأن سلوكه لم يخرج عما ارتضاه لنفسه من قيم ومعايير، ويقصد الفرد من وراء مثل هذا السلوك: أ. الدفاع عن الذات والحفاظ على احترامها.

ب. التخفيف من حدة الإحباط بالنسبة للأهداف التي تعذر عليه تحقيقها. ولعل أوضح الأمثلة على ذلك هو لجوء الطفل إلى تبرير تأخره المتكرر عن المدرسة بأن والدته لم توقظه في الوقت المطلوب أو أن المنبه لم يعمل بالشكل المبغي. وعند التبرير تسمع كلمات مثل " بسبب المجتمع ، العالم ، التربية ، اصدقاء السوء ...الخ"

فالتبرير حيلة دفاعية نعد إليها كلنا لا الأطفال وحدهم وهنا نوجد أسباب مقبولة اجتماعيا لسلوكنا وخصائصنا عندما لا يكون السبب الحقيقي مقبول بحيث أننا لو أتحنا له الدخول إلى وعينا وإدراكنا الشعوري لأدى إلى الشعور بالقلق و التوتر المؤلم ومثال ذلك: الطفل شديد الخجل الذي يبرر فشله في التفاعل الاجتماعي في المدرسة

وعدم وجود أصدقاء له بأن يقول أن جميع الطلاب على مستوى خلقي وضعيع وهو لا يحب أن يكون مثلهم إنما هو يبهر خجله ولكن بطريقة لا تمسه

١٠- التحويل Conversation

هو تحويل المحتوى العاطفي من حالة، أو فرد، أو فكرة إلى أخرى، مثلاً شاب تتخلى عنه خطيبته فيجد خطيبته أخرى بشكل سريع ويحمل لها نفس المشاعر السابقة، أو آخر يغضبه رئيسة أو زميله في العمل فيكتم غضبه ولاحقاً بعد عودته إلى منزله يقوم بمعاقبة أحد أبنائه لتصرف يكون مقبول عادة، أو من الممكن تحمله أو التغاضي عنه، يعبر عن ذلك أحدهم بقول "أنا أحب ما أملك يماثل أنا أملك ما أحب" وعادة تحويل الغضب حيلة دفاعية منتشرة يكررها الشخص الذي يمارسها ويعتاد على ذلك وقد تحدثت خطير في حياته، والتحويل من الحيل الدفاعية التي تجري على مستوي العقل الباطن لدى الانسان للتفيس عن المشاعر السلبية شديدة؛ نتيجة لتعرضه لبعض الضغوط القاسية؛ فاذا كان مصدر هذا الألم شخصاً، أو سلطة لها مكانة تحول دون أن يعبر المرء بحرية في مواجهتها عما يضيق به الصدر تجاهها يلجأ الي البحث عن بديل يوجه إليه هذا الغضب المتأجج داخله والذي لا يستطيع توجيهه إلى مصدره الأصلي تهيئاً له، أو خوفاً منه، أو عجزاً عن مواجهته، ويُهد الإنسان لهذا التحويل الذي يتم داخله بغير وعي منه باختيار البديل الذي تتجه إليه ثورة الغضب؛ وبهذه الحيلة النفسية الدفاعية يفسر علماء النفس انفجار الزوج المقهور

في عمله أو حياته العملية مثلاً فيوبخ زوجته لأتفه الأسباب كلما تراكم الغضب المكتوم داخله، أو تعرض لقهر جديد من رؤسائه وعجز عن التنفيس عن مشاعره في مواجهتهم، ويفسرون بها كذلك كثرة الخلافات التي تقع بين بعض الأزواج والزوجات كلما تزايدت عليهم الضغوط الخارجية، أو قست عليهم ظروف الحياة؛ فيتخذ كل منهم من الآخر مجالاً للتنفيس عن الغضب المتأجج داخله بدلاً من أن يتساندا في مواجهة الظروف القاسية، ويخفف كل منهما عن الآخر بعض آلامه، فالتحويل هو تحويل الصراعات الانفعالية، أو الدوافع المكبوتة، وتعبيرها عن نفسها خارجياً من خلال العمليات الحسية والحركية أو العمليات الفسيولوجية.

١١ - التعويض Compensation

وهو حيلة دفاعية يلجأ إليها الفرد عندما يعاني من بعض مشاعر النقص والقصور والحرمان في إحدى النواحي الحياتية، وذلك من أجل التغلب على الشعور بالدونية والوصول بالذات إلى الشعور بالتقدير وتخفيف درجة القلق، ومثال ذلك ما يقوم به الفاشل دراسياً من محاولات متكررة من أجل التفوق في مجال آخر غير التحصيل الدراسي كالمهارات المهنية مثلاً، فيتغلب بذلك على شعور ذاته بالقصور أو النقص في الجانب التحصيلي ، أو الذي يعتقد أن شكله قبيح، ولن يلقى القبول فيلجأ الى الغناء والشعر أو العزف ليحصل على ذلك القبول، أو الذي لا يستطيع أن يؤدي دوره

بالشكل المطلوب في عائلته فيقوم بدور آخر، ويحاول أن يبرع فيه لتعويض دورة الاساسي؛ فالتعويض هي محاولة الفرد النجاح في ميدان ما لتعويض فشله أو عجزه الحقيقي أو المتخيل في ميدان آخر مما أشعره بالنقص.

١٢ - التخييل Fantasy

التخييل أو الخيال هو جزء مهم من الحياة العقلية للإنسان، ويصدر الخيال من العمليات العقلية المعرفية المتمثلة في الإدراك، التفكير، التذكر، الانتباه، النسيان... الخ؛ ففي الخيال يستطيع الفرد أن يتجنب الشد والضغط الواقع عليه من البيئة الخارجية، ويؤدي إلى تخفيض توتر بعض الدوافع من خلال تبديدها. إن الخيال يخفف عن الإنسان الكثير من الضغوط الواقعة عليه، ومن الممكن أن يصوغ الإنسان العديد من السيناريوهات في عقله وبها يجد العديد من الحلول إذا ما استخدمت استخدامًا أمثل في الوصول إلى نتائج تحقق الراحة النفسية، ولكن تصبح حالة مرضية باستمرارها، وتحويل الواقع إلى أحلام يقظة وتخيلات؛ فلذلك لا بد وأن تخضع إلى ضوابط ومحددات لعملها، لا سيما أنها مكون أساسي في حياة الإنسان طفلاً أو راشداً، سليماً كان أو مريضاً، مستيقظاً كان أو حالماً أثناء نومه، وتخدم هذه العملية عمليات عقلية أخرى في إعانة الفرد على تحمل صراعاته النفسية والإبقاء عليها مقيدة بحيث لا تطغى على الوعي ولا تؤدي إلى انهيار التوازن النفسي الداخلي للفرد.

١٣ - الانسحاب Withdrawal

الانسحاب هو من الأساليب الدفاعية المنتشرة جدًا بين الأطفال في سن ما قبل المدرسة، وهو التجنب المباشر للناس، أو مواقف التهديد، ولكن هذا الأسلوب الدفاعي واستخدامه عند الأطفال قد يؤثر في نموهم وتطورهم لأن الميل للانسحاب يزداد قوة في كل مرة يمارس فيها الطفل هذا الأسلوب ومن هنا فرفض الطفل التعامل مع المواقف الصعبة و التي تحتاج إلى التفكير و التفحص قد يؤدي الى خوف الطفل من كل المشكلات، وبالتالي لا يتعلم أن يتناول الأزمات التي سيمر فيها بمراحل نموه، ومن هنا علينا أن نمنع أطفالنا من استخدام هذا الأسلوب بل ندفعهم لأن يواجهوا مثل هذه المواقف الصعبة بالرفق و اللين و بالتدخل غير المباشر في تفسير الموقف للطفل مما يجعله يألف الأمر ولا يهابه.

١٤ - الرمزية Symbolization

الرمزية هي الحيلة التي يعتبر فيها الإنسان المؤثر الذي لا يحمل أي معنى عاطفي رمزًا لفكرة أو اتجاه لا شعوري مشحون بالعواطف، وعادة ما يكون الرمز موجودًا في البيئة ويمثل لدى الإنسان ما اختبأ من عواطفه ومشاعره؛ فقد يقتصر اهتمام شاب على ملابس السيدات رمزًا لعاطفة لم يسمح لها بالتعبير عنها، وهي ميله نحو الجنس

الآخر، وهذا سبيل لخفض التوتر رغم أنه غير كاف. فالرمزية هي اعتبار مثير لا يحمل أي معنى انفعالي رمزاً لفكرة، أو اتجاه مشحون انفعاليًا.

٣-النمو والتطور Growth and development

ترى النظرية أن نمو الشخصية وتطورها يحدث من خلال التقدّمات الفردية في مراحل التطور، وتؤكد أيضًا على أهمية الخبرات والأحداث المبكرة على السلوك الراهن وتطور الشخصية، كما تؤكد على أن التطور يسير من المراحل الأولية إلى المراحل الثانوية مثلًا من الاحلام إلى الواقع والشعور.

١- تطور الغرائز The development of instincts

اهتمت نظرية التحليل النفسي في تطور الشخصية بتطور الغرائز، كما ركزت على ما يعرف بالمناطق الشبقية للجسم في كل مرحلة، وهي المراكز التي تتمركز فيها اللذة، فطبقًا للنظرية يحدث تحويل بيولوجي لمناطق اللذة في كل مرحلة، بالتالي تتركز الطاقة والتوتر الجسدي على مناطق معينة في كل مرحلة من المراحل. وهي خمس مراحل وسميت كل مرحلة منها باسم العضو الجسدي الأكثر أهمية لجلب اللذة في تلك المرحلة وهي:

أ- المرحلة الفمية من ٠ إلى ٢ سنة Oral stage



في هذه المرحلة يشكل الفم المصدر الأساسي للشعور باللذة لدى الأطفال، فالطفل يقوم بوضع كل أنواع الأشياء في فمه ليشبع الليبيدو لديه، ويفسر فرويد وجود منعكس المص لدى الأطفال الصغار، وحب الطفل لثدي أمه بهذا السبب؛ إذا تجاوز الطفل هذه المرحلة بشكل سليم فسوف يكتسب بعض الصفات الإيجابية كحب العلم، القراءة والمطالعة، أما عند حدوث خلل ما فقد يكتسب الشخص عادات تمثل نكوص (عودة مصدر اللذة لمرحلة تجاوزها الشخص سابقاً)، أو تثبت على المرحلة الفموية (شعور زائد باللذة يجعل الشخص يتثبت على هذه المرحلة ولا ينتقل للمرحلة التالية)، فمن صفات الشخصية الفمية: حب التدخين، قضم الأظافر، مص الإبهام، حب التقبيل، حب شرب الكحول، وقد يصبح الشخص سادياً ومحباً للتهكم على الآخرين.

ب- المرحلة الشرجية من ٢ : ٣ سنوات Anal stage



في هذه المرحلة يصبح مركز الليبدو هو الشرج؛ فالطفل يستمد لذته من الإخراج، يتمثل الصراع الأساسي في هذه المرحلة بعملية التدريب على التغوط (عملية الإخراج)، في الأماكن المخصصة لذلك فعلى الطفل أن يتعلم السيطرة على حاجات جسمه، وفي حال تم تطوير قدرة السيطرة على حاجات الجسم سيكتسب الطفل الشعور بالاستقلالية وإمكانية إنجاز الأمور. النجاح في هذه المرحلة يعتمد على الطريقة التي يتبعها الأهل في تعليم أطفالهم التغوط اللائق، فالأهالي الذين يكافئون أطفالهم ويثنون عليهم عند الاستخدام الصحيح للمرحاض بالوقت المناسب يساعدون أبنائهم على اكتساب الثقة بالنفس والإنتاجية.

يعتقد فرويد أن التجارب الإيجابية في هذه المرحلة تشكل القاعدة لبناء شخصية تتسم بالإبداع، الإنتاجية، والأهلية ولكن لا يُقدم جميع الأهالي الدعم والتشجيع الكافي الذي يحتاجه أطفالهم في هذه المرحلة، فبعض الأهالي يتبعون أسلوب الضرب والسخرية ووسم الطفل بالعار عندما يخطئ، والذي سوف يعطي نتائج سلبية تنعكس على شخصية ابنهم، فمثلاً إذا كان الأهل متساهلين بشكل كبير فعلى الأغلب سوف تصبح لديه شخصية شرجية انفجارية مدمرة تتسم بالفوضوية والإسراف، أما في حال كان هنالك تشديد كبير أو بدء مبكر في تدريب الطفل على استعمال المراض سوف يصبح الشخص متعصب، متشدد، بخيل، جامد وشديد ومتقيد بالنظام المبالغ فيه.

ج- المرحلة القضيبية من ٤ : ٦ سنوات phallic stage

مركز الليبيدو الأعضاء التناسلية: حيث يبدأ الأطفال في هذا العمر اكتشاف الفروق ما بين الذكور والإناث، يعتقد فرويد أن الصبية في هذه المرحلة يبدؤون بالنظر إلى آبائهم على أنهم منافسون لهم على محبة الأمهات، وهنا تنشأ أهم العقد النفسية في الطفولة و منها:

١ - عقدة أوديب the Oedipus complex

هي من أهم مظاهر المرحلة القضيبية، وتعد من أكثر أفكار فرويد إثارةً للجدل، حيث يرفضها بعض الناس شكل قاطع.

الاسم أوديب مستمد من إحدى الأساطير اليونانية، والتي يقتل فيها الشاب أوديب أبيه ويتزوج أمه، تظهر عقدة أوديب لدى الطفل الذكر نتيجة تطوره لرغبات جنسية تجاه والدته، ويريد الاستحواذ على أمه لوحده والتخلص من أبيه، ويعتقد الطفل بشكل غير عقلاني أنه إذا اكتشف أباه هذا كله فسوف يسلب منه أثنى ما لديه، وأن أثنى ما يملكه الطفل خلال المرحلة القضيبية هو القضيب، وهنا يطوّر الطفل ما يسمى بخوف الخصاء.

يبدأ الصبي الصغير بمحاولة إيجاد حل لهذه المشكلة عن طريق محاكاة وتقليد سلوك والده الذكوري وهذا ما يعرف بالتقمص الاستتساخ، وهي الوسيلة التي يتبعها لحل عقدة أوديب، فينتج عنه اكتساب صفات الدور الذكري (الأنا العليا) الضمير لديه.

٢ - عقدة إكترا The Electra complex:

حالة مشابهة لعقدة أوديب ولكنها تصف ميل الإناث نحو آبائهم، وإكترا هي شخصية أسطورية قتلت والدتها لأنها شعرت منها بالخيانة في أثناء غياب أبيها.

٣ - حسد القضيب لدى الإناث

يرى فرويد أن المرأة وفق الحياة والمنظومة الاجتماعية أدنى من الرجل، ويعتقد أن الفتاة تصاب بخيبة أمل عندما تكتشف أنها لا تمتلك قضيباً وتصاب بما يسمى حسد القضيب وتتمنى لو أنها كانت صبيًا..

وتحل الفتاة عقدة إكثرا بكبت مشاعرها تجاه أبيها واستبدال أمنيتها بأن يكون لديها قضيب بإنجاب الأطفال الذكور، تعتبر الفتاة أن أمها هي السبب في عدم امتلاكها قضيباً مما يخلق توترًا داخليًا كبيرًا، ثم تكبت مشاعرها لتزيح هذا التوتر وتبدأ بتقمص شخصية أمها فتكتسب صفات الدور الأنثوي.

د - مرحلة الكمون Latency stage من ٦ سنوات حتي البلوغ

تبدأ هذه المرحلة بدخول الأطفال للمدرسة وزيادة اهتمامهم بتنمية العلاقات الاجتماعية والهويات والاهتمامات الأخرى. ولا يوجد اهتمامات جنسية في هذه المرحلة، تتميز بتبلور الأنا والأنا العليا.

ومرحلة الكمون هي المرحلة التي يبدأ فيها الشخص باستكشاف كل ما حوله وتكون الطاقة الجنسية فيها موجودة ولكن يعاد توجيهها نحو أمور أخرى كالأنشطة الذهنية والتفاعل الاجتماعي، وتكمن أهمية هذه المرحلة في تطوير مهارات التواصل الاجتماعي وتنمية الثقة بالنفس.

هـ - المرحلة التناسلية Genital stage

يبدأ الأفراد بتطوير اهتمامات جنسية قوية للأشخاص من الجنس الآخر، تبدأ هذه المرحلة عند البلوغ (المراهقة)، وتستمر لبقية حياة الإنسان، وبينما كان الاهتمام في المراحل السابقة مُركّزًا على حاجات الأفراد الشخصية فقط فإنه يصبح في هذه المرحلة

مُنصبًا على تحقيق الخير للآخرين أيضًا؛ حسب فرويد فإن الناس جميعهم في هذه المرحلة يمرون بفترة مثلية جنسية وتتجلى بممارسة العادة السرية لإرضاء الشخص نفسه جنسيًا.

تأخذ المفاهيم الاجتماعية بالتبلور إلى أن تأخذ الشخصية الطابع النهائي لها من حيث اختيار المهنة والعمل والانتماء وسواها من الأمور الاجتماعية حيث يدخل الإطار الاجتماعي.

إذا اكتملت كل المراحل السابقة بنجاح فسوف تتكون شخصية متوازنة، حنونة ومُراعية للآخرين.

التطور النفسي الاجتماعي لدى إريكسون

الفكرة الأساسية في النظرية: تكوين الهوية التي تعطي السمة المحددة للشخصية يرى إريك إريكسون أن نمو الأنا يتضمن تغييرًا كميًا ينتج من تفاعل العوامل البيولوجية، والاجتماعية، والتركيب النفسي وفقًا لمبدأ تطوري يثمر عن ظهور أزمات للنمو في كل مرحلة تتناسب مع درجة النضج البيولوجي والمتطلبات الاجتماعية للمرحلة والنضج النفسي المنجز وتحل إيجابًا أو سلبيًا وفقًا للمتغيرات السابقة.

وفي هذا الإطار، حدد إريك إريكسون ثمان مراحل نمو يمر بها الإنسان تمثل نمطاً تطورياً للذات، وهذه المراحل تغطي النمو النفسي - اجتماعي للإنسان من ميلاده إلى شيخوخته، وهذا النمو التطوري للإنسان يمثل نمواً متواصلًا بحيث لا تتفصل مرحلة عن أخرى، فكل مرحلة تعتمد على سابقتها، تمثل بعداً جديداً؛ يؤثر في المرحلة اللاحقة، بمعنى وجود تراكمات تطويرية لنمو الذات، وهذه المراحل يُسميها إريكسون بأزمات النمو، وكل مرحلة تعتبر نقطة تحول تدريجي في القدرات، والمهارات، والفكر، والمشاعر، والعلاقات الاجتماعية، بمعنى أن كل هذه الأمور تؤثر بشكل مباشر في نمو الشخصية.

والخلاصة : أن نظرية إريك إريكسون تعتبر تطور الإنسان نتيجة طبيعية للأحداث الاجتماعية والثقافية، وأن عملية التطبيع الاجتماعي تتأثر بالعوامل الخارجية أكثر من تأثرها بالعوامل العضوية، وأن كل مرحلة عبارة عن أزمة نفسية تتطلب الحل قبل الوصول للمرحلة اللاحقة، فالمرحل عند إريكسون عبارة عن بناء هرمي شبيه بالطوابق المعمارية.

الافتراضات التي اعتمدها إريك إريكسون:

١- أن المرء يمر بمراحل نفس-اجتماعية تؤثر في تطوره الذاتي ونظرته للمجتمع

إلى جانب المراحل الجنسية التي ذكرها فرويد.

٢- أن تطور الشخصية لا يقف عند سن المراهقة بل يستمر خلال دورة الحياة كلها.

٣- أن لكل مرحلة جانبها الإيجابي والسلبي.

مراحل النمو النفس-اجتماعي :

يرى إريكسون أن النمو الإنساني هو حصيلة التفاعل بين العوامل البيولوجية الغريزية، والعوامل الاجتماعية، وأيضاً فاعلية الأنا، ومن خلال هذا التفاعل تنمو شخصية الفرد من خلال ثمان مراحل متتابعة، يظهر في كل منها أزمة، أو حاجة يؤدي حلها إلى نمو الأنا، وكسب فعاليات جديدة في حين يؤدي الفشل في حل هذه الأزمات إلى اضطراب النمو وتحديدًا نمو الأنا؛ وفيما يلي ملخص لأهم خصائص النمو في المراحل المختلفة كما يحددها نموذج إريكسون والتي تغطي النمو من الميلاد إلى المراهقة.

السنة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة):

(تقابل مرحلة الإحساس الفمي عند فرويد)؛ حيث تكون الحاجة الملحة (أزمة النمو) هي الحاجة إلى الثقة والتي تتحقق من خلال الحماية والرعاية المناسبة من قبل الأم، مما يؤدي إلى نمو الطفل نمواً طبيعياً ونقله إلى المرحلة الثانية. وفي المقابل، يؤدي إهمال الأم للطفل إلى انعدام الثقة والتي يمكن أن تعمم في المستقبل لتشمل الآخرين

والمجتمع من حول الطفل، كما تؤدي إلى اضطراب النمو في المراحل التالية وربما تصل النتائج السلبية إلى درجة ثبات النمو النفسي في هذه المرحلة المبكرة.

السنة الثانية (أزمة الاستقلال مقابل الشعور بالخجل):

يُصبح الطفل في حاجة للاستقلال، ويتحقق ذلك من خلال تمتع الطفل بقدر من الحرية في توازن مع الحماية، وتحقيق هذه الحاجة يعني الاستمرارية الطبيعية للنمو، في حين أن عدم إشباعها يؤدي إلى اضطراب النمو المتمثل في مشاعر الخجل عند التعرض لخبرات جديدة؛ كما يؤدي إلى اضطراب النمو وعدم حل الأزمات المستقبلية حلًا إيجابيًا، هذا بالإضافة إلى أن عدم حل أزمة الثقة يمثل عائقًا لحل أزمة الاستقلال.

الطفولة المبكرة: (أزمة المبادرة في مقابل الشعور بالذنب)

وتمتد من ٣ إلى ٥ سنوات، أو سن الروضة حيث تظهر حاجة الطفل للمبادرة، ويمكن أن تحل هذه الأزمة بتشجيع الوالدين للطفل ولسلوكة المتسم بالمبادرة، ويمكن أن لا تحل الأزمة كنتيجة لإعاقة حل الأزمات السابقة، أو لعدم تشجيع الأباء للطفل. في هذه الحالة يصبح الطفل عرضة لمشاعر الذنب.

مرحلة الطفولة المتوسطة والمتأخرة : (أزمة الكفاية مقابل الشعور بالنقص)

وتقابل هذه المرحلة سن المدرسة الابتدائية حيث تظهر حاجة الفرد في الشعور بالقدرة. ويمكن ملاحظة ذلك من خلال محاولته حب الاستطلاع وميله للإنجاز وحاجته لتقدير الآخرين. وكما هو الحال في المراحل السابقة، فإن حل أزمة الكفاية يعتمد على استمرارية النمو الطبيعي والذي يتطلب حل الأزمات السابقة، وأيضا تشجيع البيئة المتمثلة في أعضاء الأسرة وأيضا المدرسة. وتكون النتيجة المتوقعة لأي من هذه المعوقات عدم قدرة الطفل على حل هذه الأزمة مما يؤدي إلى مشاعر النقص وعدم الكفاية.

المراهقة: (أزمة الهوية مقابل اضطراب الدور)

حيث تظهر فيها حاجة الفرد إلى تشكيل هويته حيث يسعى المراهق إلى تحديد معنى لوجوده وأهدافه في الحياة وخطته لتحقيق هذه الأهداف (من أنا ، ماذا أريد، وكيف يمكن أن أحقق ما أريد). وإذا لم يتحقق ذلك، فإنه يمكن القول بأن المراهق يعاني من اضطراب الهوية أو يتبنى هوية سلبية وتحدث هذه النتيجة السالبة في العادة كنتيجة لاضطراب النمو في المراحل السابقة أو للعوامل الاجتماعية غير المساعدة.

الشباب المبكر: (المودة و الألفة مقابل العزلة)

مع الدخول في مرحلة الشباب ومع تحقيق الهوية، يواجه الفرد أزمة جديدة تتمثل في أزمة الألفة وترتبط بحاجته إلى شريك تربطه به علاقة تزاوجية حميمة. عند تحقيق هذه الأزمة وإشباع الحاجة ومواجهة التوقعات الاجتماعية يكون الفرد قد حل هذه الأزمة حلاً إيجابياً وهذا يعني اكتساب الأنا لفاعلية جديدة تتمثل في الحب بمعناه الواسع. أما إذا فشل في حلها فإنه يتعرض للإحساس بالعزلة.

أواسط العمر Productivity (الإنتاجية مقابل الركود)

هي مرحلة سن الرشد الوسطى وتمتد من الخامسة والعشرين إلى أواخر الخمسينيات، وتتمثل الأزمة في هذه المرحلة في الإنتاجية. وتعني الإنتاجية في المجالات المختلفة المهنية منها والأسرية بما في ذلك الإنجاب والتربية. تحقيق الأزمة يؤدي إلى كسب الأنا لقوة وفاعلية جديدة تتمثل في الشعور بالاهتمام. أما الفشل في تحقيق هذه الأزمة فيؤدي إلى مشاعر الركود.

الرشد المتأخر (تكامل الذات مقابل اليأس)

تتمثل الأزمة في المرحلة الأخيرة من العمر في الشعور بالتكامل. وبالرغم من تأثره بكل العوامل السابق ذكرها كعوامل مؤثرة في حل الأزمات، فإن التاريخ السابق يبدو

أكثر أهمية في هذه المرحلة إذ يبدأ الفرد بمراجعة تاريخ حياته وما حققه من أهداف أو العكس، وما استغله من فرص أو العكس. الإحساسات الإيجابية تؤدي بالفرد إلى الشعور بالتكامل والرضا، و هذا يؤدي إلى كسب الأنا لفاعلية جديدة هي الحكمة. أما في حالة الفشل في تحقيق هذه الأزيمة فإنه يؤدي بالفرد إلى الشعور باليأس ورفض واقع حياته ومشكلاته في هذه المرحلة الخطرة.

مرحلة الشيخوخة

هذه المرحلة أضافها إريكسون قبل موته في عام ١٩٩٤ وتولت زوجته جين إريكسون شرح بعض سمات هذه المرحلة. فقالت أن التحدي فيها يتمثل في مواجهة القنوط، ويظهر هذا التحدي في المرحلة الثامنة ويصاحب التاسعة خاصة مع ظهور العجز في الجسد وفقد القدرة على أداء بعض الأعمال، والصراع في هذه المرحلة بين الثقة بالنفس وضعف الثقة بها، والأمل لا يستطيع إزالة حدة التأزم النفسي في هذه المرحلة.

أهمية الخبرات المبكرة **The important of early experience**

يرى بعض العلماء أن التربية الأساسية تكون في المراحل الأولى، ولا توجد تربية بعد هذه المراحل (التعلم في الصغر كالنقش على الحجر)، حيث تؤثر المراحل الأولى في المراحل الحالية لكل من الشخصيات السوية واللاسوية، وتؤكد نظرية التحليل النفسي

على أهمية الأحداث المبكرة في الحياة لتطور الشخصية، بينما يرى آخرون أن هناك إمكانية أكثر اتساعاً للتغيير عبر امتداد الحياة.

علم النفس المرضي Psychopathology

يفسر منظرو التحليل النفسي المرض على أساس الخمس مراحل العمرية الأولى في حياة الفرد لنمو الشخصية؛ فإذا اجتاز الفرد هذه المراحل دون مشكلات تكون الشخصية أقرب إلى السواء، أما إذا حدث حرمان أو إشباع زائد في أي مرحلة من المراحل يحدث التثبيت Fixation على هذه المرحلة؛ حيث يحاول الفرد أن ينال نفس النمط من الإشباع الذي يلائم المرحلة المبكرة التي حدث فيها التثبيت.

فالحرمان الزائد في مرحلة ما يتسبب في رغبة الفرد في الحصول على الأشياء التي حرم منها في المراحل السابقة؛ بينما الإشباع الزائد في مرحلة ما يجعل الفرد متمسكاً بهذه المرحلة ولا يريد أن يتخطاها منتقلاً لمرحلة أخرى، فينتقل الفرد من المرحلة السابقة ولكن تبقى نفس سلوكيات المرحلة السابقة مستمرة.

ويقوم الفرد بميكانيزم دفاعي يعرف بالنكوص وهو استخدام نفس سلوكيات مراحل عمرية سابقة لا تتناسب مع المرحلة الراهنة.

وتعتمد وجهة نظر "فرويد" وتفسيره للاضطرابات النفسية على أن ظاهر الإنسان غير باطنه وعلى هذا فكل ما يرتبط بالعلاج النفسي عبارة عن البحث عن طريقة لعمل

أنفاق: كيف نصل إلى طريقة ما تخرج لنا ما الجوف من كبت وعقد إلى السطح ولذا

فإن السلوك الإنساني يفسر من خلال ثلاثة قوانين :

- الحتمية النفسية أي أن معظم سلوكنا محدد ولا يتم اختياره بحرية.

- أن هذه القوي تعمل بشكل لا شعوري.

- أن خبرات الطفولة تظل مؤثرة في عمل الشخصية.

ولذا فإن الذي يسبب اضطرابات الشخصية من هذه الرؤية هو الصراع بين

مكونات الشخصية الثلاثة (الهو- الأنا- الأنا الأعلى) وتبعاً لذلك يرى فرويد وجود

ثلاثة أنواع للقلق هي الواقعي والأخلاقي والعصابي، والفرد يستخدم ميكانيزمات الدفاع

كمحاولة للدفاع ضد مخاطر القلق ولذا فإن فشل الدفاعات قد يقود الشخص إلى

الاضطرابات الأكثر حدة وعنفاً.

ويرى "فرويد" أن الشخصية تتكون في الطفولة المبكرة، وأن التطور التالي

للشخصية هو مجرد تطور لهذه السمات كما أن هذا المبدأ ينطبق على النمو السوي

والشاذ.

ويرى "فرويد" أيضاً أن المرض يحدث نتيجة التثبيت على مراحل عمرية سابقة وهذا

التثبيت قد يكون نتيجة الصدمات التي تعرض لها الفرد في حياته الماضية وبالتالي

قد يظهر الاضطراب في الوقت الراهن، والذي يسبب نوعاً من الإعاقة أو الضعف الجزئي لسمات الشخصية، ووجد أن هناك سمات وانفعالات معينة من مرحلة الطفولة تستمر نشطة في الشخصية ويستمر تأثيرها في مراحل عمرية لاحقة.

أنماط الشخصية المرضية Personality types

١- الشخصية الفمية The oral personality

الشخصية الفمية هي شخصية مرضية لديها تثبيت على المرحلة الفمية، نتيجة الحرمان أو الاشباع الزائد في هذه المرحلة، ومن خصائص الأشخاص الذين يكون لديهم تثبيت على هذه المرحلة :

١- الغضب المبالغ فيه

٢- الغيرة الشديدة

٣- الحسد

٤- فقدان الثقة بالنفس

٥- النرجسية

وقد تظهر سلوكيات هذه الشخصية في الكبر عن طريق مص الإبهام أو كثرة مضغ العلكة والتدخين الشره أو تظهر كاضطرابات في الأكل، وتظهر أيضاً في بعض اضطرابات الشخصية كالشخصية النرجسية.

٢- الشخصية الشرجية The anal personality

وهي أحد الشخصيات المرضية التي يكون لديها تثبيت على المرحلة الشرجية، نتيجة اختزال مصادر الاشباع الشرجي واجتياز هذه المرحلة، وغالبية هذه الشخصيات يكونوا تعرضوا لأساليب أسرية خاطئة فيما يخص ضبط الاخراج (التدريب على استخدام دورات المياه)، أو استخدام العقاب والتسلط في هذه المرحلة، ومن خصائص هذه الشخصية في:

١-العناد

٢-البخل الشديد والاقتصاد

٣-الميل للدقة والنظام المبالغ فيه

٤-التفاني الشديد في العمل لدرجة مزعجة

٥-الميل لتحقيق الكمال

وفي هذه الشخصية يكون الفرد مائل للترتيب والنظافة المبالغ فيها كرد فعل لكره القذارة في المرحلة الشرجية.

أما فيما يخص الاقتصاد والبخل فيكون رد فعل للقوة في الاحتفاظ أو التخلي عن البراز.

بينما العناد فيكون رد فعل للتحدي الطفلي كمحاولة للسيطرة على الآخرين.

وهناك بعض الاضطرابات النفسية التي تفسر بشكل كبير كتثبيت علي المرحلة الشرجية؛ منها على سبيل المثال اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية واضطراب الوسواس القهري.

٣- الشخصية القضيبية The Phallic personality

الشخصية القضيبية هي شخصية مرضية لديها تثبيت على المرحلة القضيبية، وتختلف خصائصها بين كل من الذكور والإناث، وقد تكون هذه الشخصية نتيجة التثبيت على المرحلة الأوديبيية، فمن صفات الذكور في هذه الشخصية: الاستعراض المبالغ فيه، والتعبير عن الرجولة بشكل مبالغ فيه، والتنافس الشديد، بينما الإناث تميل إلى أساليب الإغراء المبالغ فيها وإظهار أنوثتها بشكل ملفت.

وقد يظهر التثبيت على هذه المرحلة بشكل جلي في بعض الأمراض النفسية مثل الهستيريا واضطراب الشخصية الهستيرية.

- الصراع والدفاع Conflict and defense

تنتج الأمراض النفسية نتيجة الجهود لإشباع الحاجات والغرائز في تضارب مع رغبات الأنا الأعلى فتحس الأنا بتهديد وخطر شديد مما يدخلها في حالة صراع شديد، ومن أمثلة هذه الصراعات:

الـرغبـات الجـنـسـيـة _____ مـقـابـل الإحـسـاس بالذنب

الـرغبـات العـدـوانـيـة _____ مـقـابـل قـوة الأخرين

وكما عرضنا في السابق أن أول الخطوط الدفاعية ضد المرض ولتجنب الحصر يلجأ الفرد لميكانيزمات الدفاع فعند مواجهة موقف، أو صراع شديد يحدث الصراع بين أبنية الشخصية الثلاث كما يلي:

الهو _____ أنا أريد

الأنا الأعلى _____ كم هو فظيع وحرام

الأنا _____ أنا خائف

ولتجنب هذا الصراع تستخدم الأنا ميكانيزمات الدفاع كمحاولة لتجنب المرض؛ لكن إذا كان الحصر شديد ومستمر لفترات زمنية طويلة يدخل الشخص في مرحلة المرض.

التغيير والعلاج في التحليل النفسي

تحت مظلة التحليل النفسي يوجد ٢٠ اتجاه يحاولون فهم الإنسان عقلياً وسلوكياً. إن التحليل النفسي الفرويدي يرجع لطريقة خاصة في العلاج، حيث يبوح المريض بأفكاره عبر التداعي الحر أو الأوهام أو الأحلام، حيث يكتشف المحلل صراعات اللاشعور

والتي تسبب أعراض المريض واضطراب الشخصية ويفسرها للمريض؛ ليفهم المريض وبيسر العلاج. التحليل النفسي هو منهج تحليل العمليات العقلية اللاشعورية، إذ تُبين العلاقة بين الشعور واللاشعور وطريقة العلاج النفسي، إذ طورها سيجموند فرويد واعتبرت ناجحة على المستوى العلمي والعملية والعالمية والفكرية أيضاً.

مسلمات نظرية التحليل النفسي في العلاج:

١-تعتقد هذه النظرية أنّ الطبيعة البشرية شريرة، بمعنى أنّ الإنسان في طبيعته شرير، أنّ سلوك البشر الذي يبدو خيراً، إنّما يمثل حياً دفاعية يدافع بها الإنسان عن بواعث الشر في نفسه.

٢- أنّ الأحداث في الطفولة والصراعات والعلاقات الأسرية والإحباطات، لها أثر كبير في بناء شخصية الإنسان وسلوكاته السوية والشادة.

٣- ترى هذه النظرية أنّ الشخصية تتكوّن من ٣ مكونات أو نظم ثلاثة من الطاقة هي الهو والأنا والأنا الأعلى.

٤- يرى التحليليون أنّ الأنا تتعرض إلى ضغوط متناقضة، فالهو تريد إشباعاً للغرائز، هناك ضغط على الأنا الأعلى الذي يضغط في اتجاه التقيد بالمثاليات والجوانب الخلفية، هناك أيضاً الضغط المجتمعي المتمثل في العادات والقيم،

المطلوب من الأنا أن توازن بين الضغوط الثلاثة، فإذا حصل ذلك كان الفرد في حالة من الاتزان وإن لم يستطع يحدث اضطراب في سلوكه .

الشروط التي يجب أن تتوفر في عملية العلاج النفسي:

- ١- أن يكون المعالج النفسي مؤهل وخبير في التحليل النفسي.
- ٢- أن يكون المعالج التحليلي قد خضع هو نفسه لعملية التحليل على يد محلل نفسي، حتى يكون على دراية بمكونات نفسه اللاشعورية.
- ٣- أن يراعي المعالج التحليلي أن ليست كل الحالات تتطلب علاج عن طريق التحليل النفسي.
- ٤- من حق المريض أن يكون لديه بعض المعلومات عن طريقة العلاج الذي سوف يخضع لها.
- ٥- تتطلب عملية العلاج التحليلي النفسي من المريض أن يكون في حالة استرخاء كامل.
- ٦- الانتباه واليقظة من المعالج لكل ما يقوله العميل أو يصدر عنه من سلوك أو تعبيرات انفعالية.

أساليب العلاج في نظرية التحليل السيكودينامي:

التداعي الحر Free assosiation:

يعتمد هذا الأسلوب على المريض، إذ يقوم بالإفصاح عن كل ما يدور في ذهنه سواء كانت أمور غير سارة أو غير مهمة أو ذات قيمة. يهدف التداعي الحر إلى الكشف عن الموضوعات والرغبات والذكريات التي يكبُتها المريض في منطقة اللاشعور، محاولة استدعائها إلى حيز الشعور بهدف الاستبصار بها، أيضاً إدراك العلاقة بينها وبين ما يعانيه من مشكلات واضطرابات حالية.

الطرح Transference:

حيث يقوم المريض بطرح كل المشاعر والانفعالات التي بداخله على المُعالج، الذي يقوم بتفسير كل ذلك فيما بعد حتى يستبصر بها المريض. هناك ثلاث أنواع من الطرح؛ حيث نجد طرح إيجابي يتسم بالحب والإعجاب، طرح سلبي يتسم بالكراهية والنفور والطرح المختلط الذي يجمع بين النوعين السابقين.

المقاومة Resistance:

هي المقاومة التي تظهر على المريض في بعض مراحل العلاج؛ ذلك للدفاع عن النفس من أجل عدم الكشف عن المكبوتات غير المرغوب في كشفها، مثل الخبرات الجنسية، العدوان تجاه الأبوين، تظهر تلك المقاومة بصور مختلفة، منها الكلام بصوت مسموع، الصمت الطويل، الانصراف عن المعالج، عدم الإصغاء إليه،

الحضور المتأخر إلى الجلسات، عدم التقيد بمواعيد الجلسات المحددة والاعتذار عنها.

تحليل الأحلام :Dream interpretation

تعتبر الأحلام تعبير شعوري للاشعور، لكن أثناء النوم، فالحلم ما هو إلا محاولة تحقيق بعض الرغبات المكبوتة في اللاشعور، التي لا يمكن لها أن تتحقق في عالم الواقع. قد يكون الحلم تعليق على أحداث اليوم السابق والتي قد تكون بها مجموعة من الأحداث التي استثارت بعض مكونات اللاشعور. يقول مؤسس التحليل النفسي أنّ الأحلام هي الطريق الأساسي إلى اللاشعور، لذلك تعتمد العملية العلاجية على تحليل الحلم بشكل أساسي.

من هذه الأحلام ما يستطيع المريض تذكرها بكل محتوياتها وعناصرها، منها ما هو غير واضح المحتوى.

التفسير interpretation:

هو العلاقة الديناميكية بين المعالج النفسي والمريض، تحدث من خلال عملية التّداعي الحر والتحويل والمقاومة والأحلام، حيث يحاول المعالج النفسي ربط العلاقة بين السلوك وما به من مشكلات وخبرات المريض المكبوتة خلال مراحل نموه الأولى.

أهداف التفسير interpretation goals:

١- إحداث تغيير في سلوك المريض عن طريق الخبرات والأشياء التي تعوق أداءه في الحياة.

٢- جعل المواد اللاشعورية شعورية.

٣- تنمية البصيرة لدى المريض في مواجهة الصراعات التي تواجهه وحل مشكلاته.

٤- إبعاد القلق والكشف عن الصراعات والمساعدة في حلها.

٥- تسهيل عملية التداعي الحر وتحليل التحويل والتغلب على المقاومة.

أمثلة توضيحية لحالات في نظرية التحليل النفسي

حالة هانز

نُشِرت هذه الورقة البحثية، التي تُعرف عادةً باسم «الصغير هانز» عام ١٩١٠ ، وتُقدّم عرضًا حيًا للحياة الخيالية لطفلٍ جذاب، ومحاولات أبيه، تحت إشراف فرويد، لتحري أسباب خوفه المرضي من الخيل وعلاج هذا الخوف. ويُعد هذا هو التحليل الوحيد لطفلٍ الذي عرضه فرويد؛ إذ كان يؤمن بأن الأبوين فقط هما من يستطيعان تولّي مهمة تحليل طفلٍ في هذا السن الصغيرة نفسيًا. إن نراء وعمق ما تكشف في

هذا التحليل جعل منه حجرَ أساسٍ لا جدال فيه لمنهج التحليل النفسي للأطفال ومجال علم نفس الأطفال.

كان للسيرة المرضية لهانز غرضان رئيسان لدى فرويد؛ وهما إثبات وجود الجنسية الطفلية وأهميتها النفسية عبر الملاحظة المباشرة لطفل، لا عبر استنتاجاتٍ نابعة من حالاتٍ عُصابٍ لدى البالغين، وإنما من خلال الملاحظة المباشرة لطفل، إلى جانب تقديم وصفٍ لكيفية تكوّن تسويةٍ عُصابيةٍ؛ أي عرضٍ مرضي، نتيجةً لكبت الجنسية الطفلية.

عندما كتب فرويد «ثلاثة مقالات حول النظرية الجنسية» (١٩٠٥)، كان قد أصبح له مجموعةٌ متحمسة من المُريدِين، وكان يُشجّعهم على تسجيل ملاحظاتٍ عن أطفالهم الصغار، علّها تُقيد في توضيح نظرياته. وكان والد هانز باحثًا متدربًا مجتهدًا، يُدوّن ملاحظاتٍ حول تطوّر ابنه الصغير، رصد فيها تحوّل هانز من الاهتمام الشديد بالخيل إلى خوفٍ مرضي منها جعله مرعوبًا من مغادرة البيت. وقد أتاحت تقارير الأب لفرويد الفرصة لدراسة العُصاب وهو في طور التكوين، وأثناء مروره بتغيّراتٍ استجابةً للتفاعلات مع الأب حسب توجيهات فرويد.

كانت ملاحظة تطوّر هانز وعُصابه تقع ضمن سياقٍ علاقاتٍ شخصيةٍ مُعقّدة؛ فوالدة هانز كانت مريضة لدى فرويد، وهو نفسه كان قد أهدى الصبي حصانًا هزّازًا في عيد

ميلاده الثالث ، وإن كان لم يذكر ذلك في النص. ولا بُد أنه كان واضحًا للطفل لطلبه أبيه في إسعاد «الأستاذ» (فرويد) وإرضائه من خلال ملاحظته له؛ ففي إحدى المرات حضر الأب والابن معًا للخضوع لجلسة علاجية لدى فرويد. ولا بد أن فرويد قد لاحظ أن اهتمام الطفل بالمسائل الجنسية، رغم تقززه منها أحيانًا على نحوٍ مألوف (وهو ما عبّر عنه بقوله «هذا مُقزّز»)، كان محل اهتمام كبير لدى الأب.

الجنسية الطفليّة

في عام ١٩٠٥ نشر فرويد كتابه الرائع «ثلاثة مقالات عن نظرية الجنسية»، الذي وصف فيه كيف أن الجنسية الطفليّة تتألف من مجموعةٍ متنوّعةٍ من العناصر الشبقية الذاتية والعناصر السابقة للمرحلة التناسلية، مُتسببةً في جنسيةٍ منحرفةٍ أو عُصاب. لقد استبدل فرويد بنظريته السابقة حول كون الإغواء في الطفولة هو سبب العُصاب نظريةً أخرى تُعيد جذور العُصاب إلى تقلّبات الدوافع الشهوانية التي تُمارس نشاطها لدينا جميعًا في مرحلة الطفولة المُبكّرة.

وصف الحالة

هو طفل عمره خمس سنوات، وتشير التقارير الأولية عن هانز والسابقة على إصابته بالرّهاب تُبيّن اهتمامًا بأعضائه التناسلية يجلب له المتعة؛ فنجدّه يُمارس الاستمنااء

ويدعو أمه إلى لمس قضيبه. والمتعة هنا تجمع بين كونها شبقية ذاتية وموجهة نحو موضوع مُعَيَّن، ألا وهو أمه.

دفع الفضول هانز إلى الاهتمام، على نحوٍ يجلب له المتعة، بالنظر إلى أعضاء الحيوانات التناسلية، لا سيما الخيول والزرّاف، واشتد فضوله، لا سيما بعد مولد أخته هانا عندما كان يبلغ من العمر ثلاث سنوات ونصفاً، فأخذ يتساءل عما إذا كان الآخرون، لا سيما أمه، يملكون أعضاءً تناسليةً مختلفةً عنه (ذات حجم كبيرٍ مثل أعضاء الحصان التناسلية)، أو ما إذا كان لديهم «عضو تبؤل» من الأساس. يرى فرويد أن تشكُّك هانز نابغٌ من قلقه من فقدان عضوه التناسلي، وهو قلقٌ ينبذه الصبي عندما تُهدّده أمه بقطع قضيبه، لكنه أدّى بعد ذلك، حسبما يؤكد فرويد، إلى خوفه من عض الحصان له. وعندما ضحك هانز لدى رؤية جسد أخته الرضيعة عارياً وادعى أنه ضحك لأن لديها عضو تبؤل لطيفاً للغاية، اعتبر فرويد ذلك رد فعل دفاعياً على ما اعتبره الطفل حالة إخفاء.

كذلك مما يُساهم في تعزيزِ اهتمامِ هانز بالأعضاء التناسلية دوافعه التلصُّبية والاستعراضية؛ إذ كان لعبه مع رفاقه يتضمَّن التلذذ بمُشاهدة الآخرين بينما يبولون ومشاهدتهم إياه في الحالة نفسها.

إن تلك الدوافع التي تظهر في المرحلة الأولى من الملاحظة تخضع لاحقاً للكبت؛ إذ سيخجل هانز بعد ذلك من المُجازفة بأن يراه أحد وهو يتبول. وكان التبرز كذلك عمليةً تحمل معنىً شهوانياً كبيراً لدى هانز؛ فقد كان يُعاني من الإمساك، وهو عرضٌ اعتبره فرويد ناتجاً على الأرجح من متعةٍ شبقية ذاتية يجدها في الاحتفاظ بالبراز في الشرج.

في سياق التحليل النفسي، كشف الطفل، على نحوٍ أدهش والده، عن أن اهتمامه بالبراز ينبع من أوهامه بشأن حمل أمه وخوفه من عملية الولادة. وقد جسّد هذا عبر رعبه المرّضي من أن يرى مرةً أخرى واقعة انهيارِ حصانٍ نتيجةً لجرّه عربةً مثقلة بالأحمال.

انبهر فرويد كثيراً بقوة الفضول الجنسي لدى الأطفال لدرجةٍ دفعته إلى التفكير في اعتبار هذا الحافز المعرفي دافعاً منفصلاً.

انشغلَ فضول هانز بقضية اختلاف الأعضاء التناسلية، لكنّ فرويد ذكر في كتابه «ثلاثة مقالات عن نظرية الجنسية» أن السؤال الأول الذي يُثير غريزة المعرفة لدى هانز كان من أين يأتي الأطفال؛ إذ يصف ميلاد هانا بأنه «التأثير الأهم على تطوره النفسي الجنسي»، الذي نتج عنه إزاحةٌ مزدوجة لهانز من مكانته كطفلٍ وحيد ومن مكانه السابق في غرفه أبويه.

تكوين الرهاب وآلياته

خضع استكشاف هانز التلذذي لدوافعه الجنسية الطفلية إلى الكبت، حسبما وصف فرويد في كتابه ؛ ففي الفترة التي سبقت إصابته بالرهاب مباشرة، ذكر الأب أن اللذة الممتعة التي كان يستشعرها بينما يشاهده رفاقه أثناء تبؤله ومساعدته له في ذلك حلّ محلها إحساس بالخجل؛ إذ بدأ هنا تكوّن رد فعل، خالقاً آليةً دفاعيةً من الخزي لمواجهة الدافع لاستعراض نفسه وكشف أعضائه التناسلية. وحل التفرّز محل اهتمامه السابق بالبراز الذي كان يجلب له المتعة. يُشير فرويد كذلك إلى تغيير في أحلام هانز؛ إذ لم تعد تمنح دوافعه إشباعاً مباشراً كما في الحلم الذي يرغبه فيه «شخص ما» على التبول. كان الحلم الذي سبق بداية الرهاب مباشرة حلماً عقابياً، حسب رواية فرويد، حيث يُعاقب هانز على رغبته في «ملاطفة» أمه بتركها إياه.

رأى فرويد أن الكبت يعمل عن طريق موجاتٍ باطنية النمو، تحدث في مراحلٍ مُحدّدةٍ زمنياً، ويُشير في حالة هانز إلى عدد من العوامل الأخرى. بينما كان هانز يُعاني من الوحدة في غياب رفاق الصيف، تعاضّت استنارته فيما يتعلق بشوقه الجنسي إلى أمه وأدّت حدة هذه الاندفاعات إلى لجوئه لكبتها.

ولما كان قد نبذ تهديد أمه السابق له بإخصائه، فقد أصبح لهذا التهديد الآن تأثيرٌ مُؤجّلٌ تسبب في إثارة خوفه من الاندفاعات الكامنة في عضو التبول؛ فكان الصبي

يُجاهد على مستوى واعٍ للتغلب على الاستمناء التناسلي الذي كان يُواسي به نفسه ليلاً.

في هذا الوقت، فسّر فرويد شيوع القلق اللاعقلاني لدى مرضى العُصاب إلى تحوُّل الشهوة الجنسية (الليبيدو) المكبوتة إلى قلق. وكما شرح لوالدي هانز، لم يكن الطفل يُعاني من القلق العُصابي؛ لأنه انغمس في ممارسة الاستمناء، بل لأنه أخفق في كبتِه. علاوة على ذلك، ما إن تحوَّلت الليبيدو عبر الكبت إلى قلق، لم يكن بالإمكان إعادة تحويلها؛ فحتى في ظل الرفقة المطمئنة جنسياً الممثلة في أمه، ظل هانز خائفاً من الخيول في الشارع.

في سياق التحول الهستيربي، تجد الليبيدو المكبوتة منفذاً لها عبر الأعراض الجسمانية، وقد يكون التحول كاملاً تماماً إلى حدٍّ يجرد المريض من القلق على نحو مذهل، وهي حالة يطلق عليها «اللامبالاة الجميلة». وحيثما يكون أو لا يحدث من الأساس، يتفجر القلق بديلاً عنه. بذل فرويد جهداً خاصاً في دراسته لإثبات أن نشوب القلق لدى هانز لم يكن في الأصل متركزاً حول الرهاب، إلا في وقت لاحق. فالرهاب حيلة دفاعية ثانوية موجهة ضد هستيريا القلق؛ فعبر تركيز القلق على موضوعٍ رهابي، يتمكن المريض من مُحاصرة القلق.

أكد فرويد أن محتوى الرهاب أتاح الفرصة لعودةٍ مُشوَّهة للمكبوت، اتخذت شكل خوفٍ من أن يعضه أبوه، الذي يرمز إليه الحصان ذو اللجام الأسود، أو أن ينهار هذا الحصان الذي يرمز إلى أبيه. كانت العربة الساقطة تمثل كلاً من خيالاته حول مهاجمة أبيه وأفكاره المُروَّعة بشأن ولادة الأطفال. يُشير فرويد، إضافة لذلك، إلى أن الدوافع الأولية التي فُعل الكبت في مواجهتها كانت في الحقيقة «عاجزةً تمامًا عن التعبير عن نفسها دون حرج». إنها الرغبات الغيورة والعدائية ضد أبيه التي فسرها فرويد أثناء مباشرته للحالة والدوافع الجنسية السادية تجاه أمه. إن موجة الكبت التي خضعت لها تلك الدوافع اكتسحت في طريقها المتع الشهوانية التي يستمتع بها الطفل على نحوٍ واعٍ، مثل أنشطته الشرجية والاستعراضية والتلصُّصية. لقد كان الكبت مُوجَّهًا نحو الدوافع العنيفة، وهي التخلُّص من أبيه والاستحواذ على أمه ومعاشرتها، وهي العناصر التي شكَّلت ما سيصفه فرويد لاحقًا بعقدة أوديب الإيجابية.

لعب الرهاب، شأنه شأن الأعراض، دورًا في خدمة كلا جانبي الصراع غير الواعي؛ فقد وضع قيودًا على حركة هانز واستكشافه النفسي لعالم الجنسانية الذي تُجسده الخيل والعربات في الشارع، ولكنه أبقاه في البيت بالقرب من أمه الحبيبة.

ينشأ الكبت والأعراض العصابية التي قد تترتب عليه من الصراع. لقد كان هانز في صراع؛ لرغبته في تملك أمه والتخلُّص من أبيه، وهو موقف قد ينتج عنه انتقام أبيه

منه (عبر إخصائه)، أو خسارة علاقته بأبيه الذي كان يحبه كذلك. «لماذا قلت لي إنني شغوف بأمي وإن هذا سببُ خوفي، في حين أنني شغوفٌ بك أنت؟»

من العناصر المحورية في نظرية التحليل النفسي الزعم بأن كبت دوافع الجنسية الطفليّة وأوهامها هو أساس الاضطراب العُصابي. غير أن فرويد يشعر بالحاجة إلى تناول — ودحض — فكرة أن العدوانية في رغبات هانز الأوديبيية هو ما أدّى إلى الكبت. في هذه المرحلة، رفض فرويد فكرة وجود دافعٍ عدواني منفصل؛ إذ كان دائماً ما يتصور الدوافع بوصفها ثنائياتٍ متضاربة، وكان يراها في هذه المرحلة دوافعٍ جنسية ودوافعٍ أكثرَ توجُّهاً نحو الواقع للحفاظ على النفس، لكلٍّ منها نصيبٌ أساسي من العدوانية.

تُعد هذه الدراسة وصفاً لتطوُّر الرهاب، ولكنها تُقدِّم كذلك عرضاً لطرق التخفيف من حدّته عبر تدخُّل التحليل النفسي. ومما يُشكِّل أهميةً بالغة في هذا التحليل الطريقة التي يُحدِّد بها فرويد ووالد هانز منافسة الفتى لأبيه بوصفها عنصراً حاسماً فيما يُعانيه من عُصاب. فيتلقّى الطفل المساعدة من الأب نفسه الذي كان يخشى انتقامه، كي ينظر إلى منافسته له كأمرٍ مُتوقَّع ولا يستحق العقاب. وفُسر للطفل طبيعته رغبتَه في أن يحلَّ محلَّ أبيه في الاستحواذ الجنسي على أمه، لتصبح تلك الرغبة واعيةً وخاضعة للحكم الواعي بدلاً من إكذاء الرُّهاب من موقعها في اللاوعي كـرغبةٍ مكبوتة.

لقد استطاع الأب، بمعاونة فرويد، تمكين هانز من تعريض مخاوفه غير الواعية لاختبارٍ واقعي. عندما يتلقَّى هانز تفسيرًا لخيالاته حول أبٍ مخصي أو يقوم بإخصائه من شخصياتٍ أبوية؛ أي أبيه وفرويد، تتفهم ما يخوضه من صراع، يشعر بالارتياح. ومن هذه المرحلة فصاعدًا في مسار العلاج أصبح هانز أكثر تحررًا على المستوى النفسي، وأضحى قادرًا على استئناف استكشافاته المرححة، إن لم يكن ذلك خارج جدران المنزل في البداية، ولكن في سياق علاقته مع أبيه، عبّر ممازحته ولعب دور نشط في استكشافاته للأمور الجنسية.

حل الصراع

يبدو فرويد مؤمنًا ضمناً بأن التعريف بحقيقة الأمور الجنسية سوف يُريح هانز من أعراضه؛ إذ قيل لهانز إن النساء لا يملكن عضو تبؤل في معرض حيرته وتساؤلاته حول ما إذا كان لدى الجميع عضو تبؤل، وإن كان فرويد يُقر لاحقًا بأن هذا التعريف بالحقائق ربما يزيد من قلق الطفل بشأن فقدان عضوه. لم يحاول أحدٌ إزالة الالتباس الذي حدث لدى هانز بين الوظائف التناسلية والبولية والذي تسببت فيه أمه بإخبار الصبي أنها تملك بالطبع عضو تبؤل؛ إذ قيل له لاحقًا إن النساء فقط هن من يستطعن إنجاب الأطفال. كان فرويد يُفضّل أن يخبر الأب هانز بدور الرجل في الممارسة الجنسية والتناسل، وهو دورٌ كان الطفل قد بدأ بالفعل يستشعره في لعبه.

ليس واضحًا ما إذا كانت المعرفة الجنسية قد قُدمت بهدف التصدي للتوقعات غير الواقعية، مثل رغبة هانز في ولادة الأطفال مثل أمه، أم كانت تهدف إلى تلبية الرغبة المُثبِّطة في المعرفة التي اعتقد فرويد أنها قد تدفع الأطفال إلى فقدان الثقة بالكبار والاستياء منهم لإخفائهم مثل هذه المعلومات عنهم.

كان لدى فرويد خطةً تعليمية؛ فكان يعتقد أن الآباء أيضًا يميلون بشدة إلى كبت سلوك الأطفال واستفساراتهم والتحكُّم بها. وعبر نبذ ما لا يرونه مناسبًا في شخصية الطفل، مثل الزُّهَاب، قد تفوتهم فرصة منع عُصاب قد يظهر في مرحلة البلوغ نتيجةً لتجاهل هذا النوع من المشكلات. ومرةً أخرى يبذل فرويد جهدًا كبيرًا للتأكيد على أن النظر بجديّة إلى الدوافع الكامنة لا يعني أن تلك رخصة بتفريغها، لكن الإدراك والحكم الواعيين أقل إثارةً للتوتُّر من التسويات العُصابية التي غالبًا ما تستتبع الكبت. ويذكر فرويد عودة هانز لزيارته بعدما أصبح شخصًا بالغًا لا يعاني من العُصاب، وذلك لطمأنة قُرأته إلى تأثير التحليل النفسي في فترة الطفولة وتأثير الانفتاح في تربية الأطفال.

كان أسلوب فرويد العلاجي في هذا الوقت يحوي عناصرَ مُعتبرةً من التوجيه والتحقيق؛ فقد كان يعتقد أن المريض في حاجةٍ لتفسيراتٍ لما يحدث وليس لديه الثقة الكاملة في قدرته على الانتظار ومراقبة كيفية تطوُّر عملية التواصل لدى المريض

والتعبير عما بداخله. كان والد هانز يُراقبه، لكنه كثيراً ما يستجوب الطفل على نحوٍ قسري وعقيم. لقد كان هانز، في الحقيقة، طفلاً ذا خيالٍ جامح وفي سياق التحليل النفسي تعلّم الأب أن يترك ابنه يقوده إلى مناطق لم يتوقَّعها هو كأب.

تختلف تلك الآراء على نحوٍ غريب مع الملاحظات التي طرحها فرويد في حالة الصغير هانز؛ ففي الملاحظات السابقة كان يُفسّر خيالات الطفل على أنها «في سبيلها لافتراض وجود المهبل»، ولاحظ في لعبه إدراكاً لطبيعة العلاقة الجنسية والتنازل.

- حالة دورا ١٩٠٥

ذات يوم زارت عيادة سيجموند فرويد في فيينا صبية حسناء عمرها ١٨ عام سيعطيها رائد التحليل النفسي، في كتابته عنها اسم "دورا"، وهو ليس اسمها الحقيقي بالطبع. وكان فرويد يعرف تلك الصبية لأنه، قبل ذلك بخمسة عشر شهراً كان أنهى معالجته لها من حال هستيرية مستعصية، كما كان كتب عنها دراسة متكاملة. وحول تلك الزيارة كتب فرويد: "يومها وصلتني للمرة الأولى أخبار عن صحة مريضتي وعن نتائج علاجي لها. ففي يوم ليس تاريخه عديم الدلالة، وهو الأول من نيسان ابريل، جاءتني الفتاة لتكمل قصتها وتسالني العون من جديد... غير ان سيماءها كانت تتم من النظرة الأولى عن أن طلبها، هذه المرة، يجب ألا يُحمل على محمل الجدية...".

إذاً، خلال تلك الزيارة الجديدة لم يحمل فرويد الأمر على محمل الجدية، لكنه قبل ذلك، حين جاءت تلك الفتاة مريضة حقاً وعالجها، تعامل مع الأمر بكل جدية... بل تعامل مع مريضته تلك في شكل جعله ما إن ينتهي من علاج حالها، يكتب عنها تقريراً موسعاً، اعتبره كثر خرقاً لميثاق الشرف الطبي، مع ان فرويد لم يحدد أبداً الاسم الحقيقي للفتاة ولا وضع أية اشارة تكشف حقاً هويتها -، وهذا التقرير صار هو النص الشهير المعنون "التحليل النفسي للهستيريا: حالة دورا"، والذي سيشكل جزءاً من واحد من أهم كتب فرويد "خمس حالات من التحليل النفسي". ونحن نعرف اليوم أن "حالة دورا" تعتبر علامة فارقة في تاريخ التحليل النفسي كله، كما في عمل فرويد، إذ يعتبر ذلك النص "أول تقرير مفصل وميداني عن التحليل النفسي لحالة عصابية.

ملخص الحالة:

هذه الحالة تبين أن الاعراض الهستيرية ما هي إلا انعكاسات للنزعة الجنسية المكبوتة، وان تحليل الحلم وتفسيره قد استخدم للكشف عن المادة المكبوتة. ولقد كانت دورا شابة تبلغ من العمر ١٨ عاماً تعاني من الاكتئاب ومن الإنهاك ومن مشكلات جنسية، وكانت منغمسة في شبكة معقدة من العلاقات تضمنت والديها، وعلاقة ابيها برئيسة الخدم وبزوج الأخيرة الذي كان يغازل دورا، ويقدم فرويد تحليلاً مفصلاً لحلمين

من أحلام دورا حيث يتضح مما روته دورًا من تداعيات وتفسيرات لهذه التداعيات أسلوبه في تحليل الحلم على نحو جلي.

حالة شريبير ١٩١١

توضح هذه الحالة العلاقة بين البارانونيا (جنون العظمة والاضطهاد) والجنسية المثلية، لقد كتب شريبير وهو فاني سيرة ذاتية عن مرضه الذي شخصه على أنه بارانونيا ولقد اعتقد شريبير أنه مخلص للبشرية ومنقذ لها وأنه قد تحول الى امرأة، ولقد استند تحليل فرويد لهذه الحالة على ما كتبه المريض والذي أظهر أن هذه هذات ، وأن الدافع لها هو الجنسية المثلية، ولقد اعترض فرويد أن الصراع الرئيسي في البارانونيا (على الأقل عند الذكور)، هو الرغبة الجنسية المثلية وعن طريق التكوين العكسي يحول الشخص هذه الرغبة المهددة الى كراهية مسلطة وتصبح "أنا أحبه أنا أكرهه اذن فهو يكرهني ويضطهمني".

الانتقادات الموجهة لنظرية فرويد:

لاتزال نظرية فرويد مثيرة للجدل حتى يومنا هذا، ولكن تخيلوا الكم الهائل من الجراءة والجسارة التي ضربت بها المجتمع في أواخر القرن التاسع عشر وبدايات القرن العشرين؛ فقد وجه البعض الكثير من الانتقادات والتحفظات على نظرية المراحل

الجنسية النفسية مستندين على أراضيات مختلفة، تتضمن الانتقادات العلمية وانتقادات من طرف الناشطين النسائيين، ومن أهم هذه الانتقادات:

١- معظم الأفكار تركز على تطور الذكور بينما نالت الإناث حصة أقل في تفسير التطور الجنسي النفسي لديهم.

٢- من الصعوبة بمكان إجراء اختبار هذه النظرية وفقاً للأسس العلمية، حيث يستحيل القيام بقياس بعض المفاهيم كالليبدو، وبالتالي لا يمكن إخضاعها للتجربة.

٣- التوقعات المستقبلية ملتبسة وغير واضحة، فكيف لنا أن نعرف بأن سلوك الفرد الحالي ناتج بشكل خاص عن تجاربه في مرحلة الطفولة؟ حيث أن المدة الزمنية التي تفصل بين السبب والنتيجة طويلة جداً، ولن نستطيع أن نحكم بوجود علاقة بين هذين المتغيرين.

٤- نظرية فرويد قائمة على أساس دراسة حالات عدد من المرضى وليس على أساس البحوث التجريبية، كما أن اعتماد فرويد على ذكريات المرضى البالغين وليس على مراقبة الأطفال بشكل حقيقي ودراسة تصرفاتهم تعد من نقاط ضعف هذه النظرية.

التطورات الحديثة في نظرية التحليل النفسي

هناك عدة تطورات في نظرية التحليل النفسي قدمها محللين نفسيين سواء أكانوا تلاميذ فرويد وأنشقوا عنه وطوروا في النظرية، أو كانوا محللين وقدموا أفكار جديدة في التحليل النفسي ومنهم:

نظرية كارل يونج

حيث كانت نظريته في عام ١٨٧٥ حتى ١٩٦١ وهو طبيب نفسي سويسري ويعتبر الوريث الشرعي لفرويد في حركة التحليل النفسي، واعترف يونج في عام ١٩٠٦ أثناء دراسته للغة المبكر وتجارب تداعى الكلمات بأنه مدين للاكتشافات التي أحدثها فرويد؛ ولكنه كان غير متحمس لطريقة فرويد في العلاج النفسي وإصراره على النشاط الجنسي الطفولي المبكر.



وظهر الخلاف بينهما علنا في محاضرات يونغ في فوردهام (نيويورك) عام ١٩١٢، كان من المفترض أن يكون يونغ ممثلا مدافعا عن التحليل النفسي لكنه تحدى مبادئ فرويد ويؤول كل شيء يتفق مع فكرته هو عن التحليل النفسي .

اتفق يونغ مع فرويد أن الهيستريا والوسواس يمثلان إحلالا شادا للطاقة الجنسية الليبيدو ولكن الحالات الذهانية مثل الفصام في الشخصية لايمكن تفسيرها على ضوء الاضطرابات والطبيعة الجنسية وذلك لأن مرضى حالات العته المبكر يفقدون الصلة تماما بالواقع؛ بالتالي التجاهل التام لوظيفتها .

وكان كارل يونج يؤيد فكرة أن الناس يرثون اللاشعور الجمعي الذي يجمع ذكريات الأجداد وعلاقاتهم وخبراتهم ووفقا لرأي يونج تنتج هذه الذكريات الصور العقلية مثل حكمة الرجل المسن والأرض الأم تلك الصور التي تقطن في الأحلام والأوهام والخيالات ويفترض أن العبارات الشعرية والأسطورية والدينية مشتقة من هذا المصدر وافترض كارل يونج أن الناس يولدون باللاشعور الفردي بكتب الذكريات الفردية، كما أكد على اللاشعور الجمعي ومستحدثات الثقافة.

وقسم يونغ الطاقة النفسية إلى اتجاهين أساسيين هما الانبساطى والاتجاه الانطوائى وهما موجودان في كل إنسان لكن بدرجات متفاوتة . تستطيع ان ترى هذه الاتجاهات

في الفلسفات المتصارعة لكل من فرويد ويونغ. ويميل الانطوائيون والانبساطيون إلى عدم فهم بعضهم البعض بل وعدم احترام الطرف الآخر .

ولا يمكن للانطوائية والانبساطية ان يعملتا معا في نفس الوقت وبنفس الدرجة. ذاع صيت هذا التصنيف الذي وضعه يونغ وأصبح العامة يتناولون مصطلحات الانبساط والانطواء في احاديثهم العادية .

نظرية ألفرد أدلر

يعد أدلر من عام ١٨٧٠ حتى ١٩٣٧ وهو الطبيب النفسي الاسترالي وكان عضواً آخر في جماعة فرويد الأصلية التي انشقت بعيداً وقد شعر أدلر أنه قد بولغ في أهمية الجنس، وقد ركز أدلر على التأثيرات الثقافية في السلوك مفترضاً أن الشخصية اجتماعية بفطرتها وأن الشعور بالنقص يتوسط الدافعية الإنسانية ومن كلمات أدلر "إنني بدأت أرى بوضوح في كل ظاهرة نفسية السعي وراء التفوق وأن القوى الدافعية من السالب إلى الموجب لا تنتهي أبداً كما أن الإلحاح من أعلى إلى أدنى لا يتوقف أبداً"



واعتقد أدلر أن الشعور بالنقص يزداد بنسبة كبيرة في حالات الفشل في انجاز أهداف الحياة أنها تشكل نمط الحياة الفرويدية لكل فرد والمحرك الأساسي للشخصية هي عقدة النقص ، وأكد أدلر على أهمية الاتجاهات الاجتماعية والشعور في نمو الشخصية، وأسس مدرسة علم النفس الفردي، وأكد أيضاً أن الشخصية تنمو نتيجة ميل الفرد للبحث عن الكمال، والتفاعل الاجتماعي، وأهمية الأسرة وترتيب الفرد في الولادة داخل الأسرة.

نظرية كارين هورني

درست هورني عالمة التحليل النفسي الألماني المولد تحت إشراف أحد تابعي فرويد؛ ثم أصبحت فيما بعد مؤثرة في دوائر التحليل النفسي الأمريكية وقد أكدت هورني مثل أدلر على السياق الاجتماعي للنمو.

وأدركت هورني الأفكار الفرويدية التقليدية على أنها صادقة كما استبعدت نظرية فرويد في الحافز الجنسي أيضا.

وقد اعتقدت هورني أن خبرات الأطفال المتنوعة تنتج أنماطا مختلفة من الشخصيات والصراعات وأكدت الآثار المزعجة للإحساس بالعزلة والضعف ونمو هذه الانفعالات واعتقدت أيضا خلال التفاعلات المبكرة بين الطفل والوالدين التي تعوق النمو الداخلي للطفل.



وأخيرا المحرك عند هورني لنمو الشخصية هو المحرك الثقافي والتنشئة الاجتماعية.

وانتقدت هورني نظرة فرويد للمرأة ووصفته بالتحيز الذكوري.

نظرية هاري ستاك سوليفان

حيث بدأ حياته منذ عام ١٨٩٢ حتى ١٩٤٩ وهو طبيب نفسي أمريكي مثل أدلر وهورني ويؤكد العلاقات الاجتماعية للنمو.

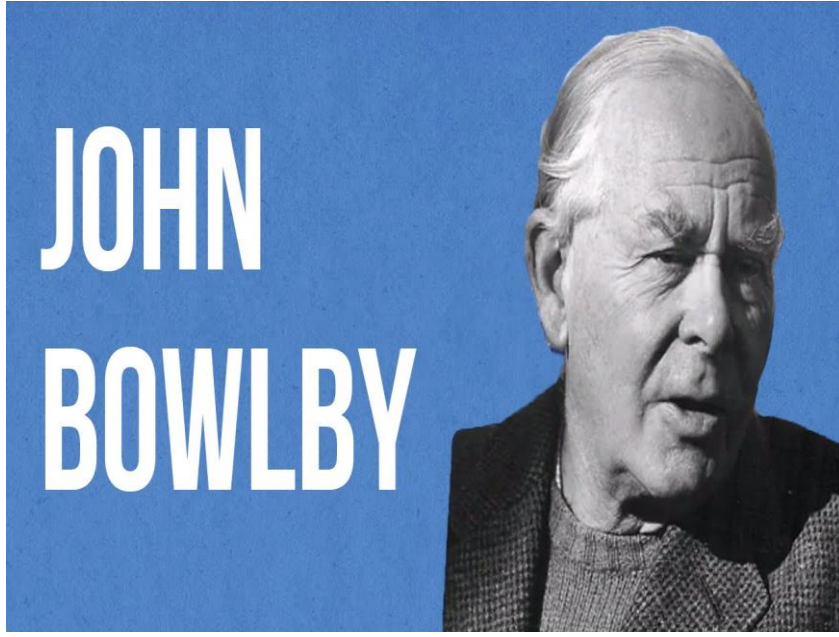


واعتقد سوليفان أن كلا من السلوك المقبول أو السلوك الشاذ يتشكل عن طريق التفاعلات مع الوالدين خلال عملية التنشئة الاجتماعية أو التطبيع الاجتماعي في الطفولة.

وركز سوليفان على تطور مفهوم الذات كإحساس طيب أو رديء وافترض أن الناس مدفوعين بنوعين من الحاجات وهي حاجات الأمن والحاجات البيولوجية وهي المحرك لنمو الشخصية عند سوليفان.

نظرية التعلق لبولبي

يعد التعلق رابطاً عاطفياً بين الشخص ومقدم الرعاية، وهذه الروابط تتكون في العلاقات التبادلية بين البالغين، وتعتمد في الطفولة على حاجة الطفل إلى الأمان والحماية من مقدم الرعاية، وهذه الاحتياجات تحتل المكانة العليا في مراحل النمو المبكرة، وتؤثر في الفرد في مراحل حياته المختلفة.



ويري بولبي Bowlby أن أنماط التعلق لها جانبين: جانب يتعلق بالذات ويتضمن تقديراً لمدي جدارة الذات بالحب والاحترام والدعم، وجانب آخر يختص بالآخرين ويتضمن تقديراً لمدي استجابتهم والثقة بهم ليكونوا شركاء أو مقربين منهم، وتتكون أنماط التعلق في الطفولة المبكرة وتنشأ من خلال علاقة الطفل بمقدمي الرعاية، وتظهر أيضاً هذه الأنماط عند المراهقين والراشدين متمثلة في جميع علاقاتهم الاجتماعية والحميمية وعلاقاتهم مع الأقران

تعريف أنماط التعلق

يعرف "بولبي" التعلق أنه رابط عاطفي يتمثل في العلاقة بين شخصين أو أكثر، ووجود هذا الرابط يكون موجهاً نحو زيادة جودة التطور الإنساني وهذا بإعطاء مضامين وجدانية، ويعطي كذلك معنى التقارب والاستمرارية، خاصة في مواجهة النمو في الحياة.

وأنماط التعلق هي مجموعة من الروابط الانفعالية بين شخصين أو أكثر تنشأ من خلال التفاعلات بين الشخصية، سواء أكانت هذه التفاعلات مع الأسرة أو الأقران أو الأفراد بصفة عامة.

وتنقسم أنماط التعلق وفقاً لبولبي إلى أربعة أنماط هي:

النمط الآمن

هو نمط من أنماط التعلق يكون لدى الطفل يتسم بالنظرة الإيجابية للذات وللآخرين والثقة بالنفس، والقدرة على إقامة علاقات صداقة ايجابية، والتعاون، ويكون أقل انزعاجاً من غيره عند مواجهة الغريب.

ويعرف نمط التعلق الآمن لدى الراشدين بأنه نمط من أنماط التعلق وفيه يسهل على الراشد تذكر مواقف الطفولة إيجابياً وتفاعله مع والديه أو مقدمي الرعاية، ولا ينزعج من الغرباء ولديه ثقة بنفسه ولديه المقدرة على تنظيم أفكاره.

النمط القلق

هو نمط تعلق غير آمن فيه يكون الطفل غير واثق من نفسه لأن نظرتة سلبية لذاته، ويشعر بعدم الامان والخوف من الرفض ولا يثق بالآخرين ولذلك يكون أكثر انزعاجاً من غيره عند مواجهة الغريب.

ويعرف لدى الراشدين بأنه نمط من أنماط التعلق غير الآمنة، وفيه يكون الراشد معتمداً على الآخرين، ولديه خوفٌ من أن الآخرين سوف يهجرونه؛ لأنه لديه نظرة سلبية عن ذاته، ويرى نفسه غير جدير بالثقة، ويشعر بالخجل عندما يتحدث عن نفسه، ويتذكر طفولته بأنها غير مستقرة.

النمط التجنبي

يشعر الطفل فيه بالخوف من الارتباط بالآخرين فهو لا يثق فيهم، ويلجأ إلى العزلة، ونظرته إلى ذاته إيجابية وإلى الآخرين سلبية

ويعرف نمط التجنبي لدى الراشدين بأنه نمط من أنماط التعلق غير الآمنة وفيه يعاني الراشد من صعوبة في الثقة بالآخرين، ولا يعتمد عليهم، ولا ينسى الإساءة منهم، ولا يحب التحدث وسط الجماعات، وينزعج من الاقتراب من الناس، ولا يشعر براحة في العلاقات الحميمة، ويتحدث بصعوبة عن مشاعره.

النمط المشوش

هو نمط التعلق غير الآمن الذي يكون فيه الطفل متناقض في سلوكه، وأقل الأطفال شعوراً بالأمان والاستقرار ولا يخاف من الوحدة، ونظرته إلى ذاته وإلى الآخرين سلبية.

ويعرف نمط التعلق المشوش لدى الراشدين بأنه نمط من أنماط التعلق غير الآمنة وفيه يُحد الراشد من أهمية العلاقات الاجتماعية، ولديه عدم ثقة بالنفس، ولا يدخل في حوارات مطولة مع الآخرين، ولديه أفكار مشتتة، ويحاول أن يتواصل مع المقربين فقط ولا يخاف من الوحدة، وعندما يتذكر طفولته يتذكرها بشكل غير منتظم، وهو متأرجح في العلاقات الاجتماعية، فمن الممكن أن يكون الفرد في موقف ويحتاج لمساعدة الآخرين، ولكنه لا يطلب العون منهم.

الأساس الفطري للتعلق:

المقدور البيولوجي للارتباط وتكوين مظاهر تعلق مع الآخرين تتحدد في مجملها وفقاً للتركيب الجيني. فالدافع إلى المداومة على صفد الحياة دافعاً أساسياً لدى كل الكائنات الحية، ويولد الأطفال عاجزون بشكل تام؛ بالتالي يتوقف كونهم على قيد الحياة على وجود الآخرين الذين يقدمون الرعاية، وفي سياق التعويل التام على الآخرين، وبناء على استجابات الأم على وجه التحديد، تنشأ وتنمو العلاقة مع الآخرين، وترتبط الأم بالطفل من خلال اقترابها الجسدي له من خلال اللمس والمداعبة والمعانقة والغناء له والنظر إليه، ويستجيب الطفل إلى هذه السلوكيات من خلال الاقتران والمناغاة والابتسامة، والرضاعة والمص والتشبث بالأم وعلى هذا التناغم بين الأم والطفل ينشأ ويتطور التعلق .

وتعتمد العلاقة بين الأم والطفل علي قوام بيولوجي غريزي فكل أم قادرة علي القيام بدورها كأم في الوقت المناسب، فالتعلق حاجة أساسية تمكن الطفل من النمو نمو سويًا من النواحي البيولوجية والوجدانية والاجتماعية وتمكن الأم من مزاوله سلوك الأمومة، وتنمو العلاقة بين الأم والطفل بتجاوز تلبية الحاجات الأساسية، ويعتمد إلى حد كبير علي طبيعة التفاعل بين الجانبين فإشباع حاجات الطفل عملية أساسية، ولكنها غير كافية لنمو التعلق بين الأم والطفل، وغالباً ما يكون إرضاء هذه الحاجات فرصة للتفاعل المتبادل بكل أشكاله، الشفهية وغير الشفهية، فعندما ترضع الأم الطفل وتشعره بحراره جسدها وبحنو لمساتها وبرقة عباراتها ومناغاتها، يتحول ذلك إلى تفاعل معقد فتبحث الأم لجذب الطفل وتوجيه الابتسامة نحوه مما يظهر علي الطفل علاقة الرضى والسكينة لسلوك الأم ويشجعهما علي التفاعل.

مراحل تطور التعلق

يرى "بولبي" أن تعلق الرضيع بمقدم الرعاية ينمو من خلال أربع مراحل رئيسية هي:

١. مرحلة ما قبل التعلق:

وهي المرحلة العمرية ما بين الولادة وحتى ستة أسابيع، حيث لا يكون غير قادر علي التفريق الاجتماعي، وتتسم هذه المرحلة بنقص الاستجابات الواضحة تجاه مقدم

الرعاية. والرضيع في هذه المرحلة يستجيب لكثير من المثيرات بغض النظر عن
يقدمها.

٢. مرحلة تكوين التعلق:

وتتمتد هذه المرحلة من الأسبوع السادس وحتى الشهر الثامن. وتتسم بظهور قدرات
حديثه عند الطفل، حيث يكون قادراً في هذه المرحلة على التمييز بين الأشخاص
المألوفين. ويستجيب للأم بوضع مختلف عن استجاباته للأشخاص الآخرين.

٣. مرحلة التعلق الواضح:

وهذه المرحلة تتراوح ما بين الشهر الثامن والسننتين، ويسعى فيها الطفل إلى البقاء
وطلب القرب من الأم ويظهر قلق الانفصال عن الأم لديه، فيبكي ويصرخ عند مغادرة
الأم. مما يشير بوضوح إلى النمو الانفعالي لديه، وأثر ذلك في النمو المعرفي. كما
يظهر القلق لدى الطفل في هذه المرحلة من الأشخاص غير المعهودين أو ما يسمى
بالقلق من الغرباء.

٤. مرحلة تشكيل العلاقات التبادلية:

تظهر هذه المرحلة بعد نهاية السنة الثانية، حيث يظهر تطور سريع في
الأنحاء اللغوية والمعرفية، وتزداد حصيلته اللغوية وقدرته على الحوار والمناقشة وفهم

العوامل المسؤولة عن حضور وغياب الأم ، وهذه المراحل تظهر لنا التحولات التي يمر بها تعلق الرضيع وكيفية تشكله، وتوضح ما يظهر لدى الرضيع من سلوكيات كالصراخ والتبسم التي هي مؤشرات على مستوى ونوع التعلق لدى الطفل

الفرق بين التعلق في الطفولة والرشد

أحد الفروق بين العلاقة التعلقية في الطفولة والرشد هو ضرورة الوجود المادي للأم في مرحلة الطفولة حيث يشكل القرب المادي من الأم (أو القائم بالرعاية) أهميه قصوى، ويشكل الانفصال عن الأم أو غيابها المادي قلقاً وتهديداً للطفل. في حين أن المهم في مرحلة الرشد هو التمثيلات المعرفية التي يحملها الفرد عن رمز التعلق حيث يمتلك الراشد استراتيجيات داخلية معرفية، بالإضافة إلى الاستراتيجيات السلوكية الخارجية، ويستجيب لتنشيط نظام التعلق من خلالهما معاً. لذلك فإن الوجود الفعلي لرمز التعلق في الرشد لا يمثل الأهمية التي يمثلها في الاستجابة لتنشيط نظام التعلق في الطفولة. ويعتمد الراشد علي هذه التمثيلات المعرفية بشكل مكثف حيث تخفض القلق لديه وذلك دون الوجود الفعلي (المادي) لرمز التعلق.

أما الفرق الثاني المهم الذي يميز الرابطة التعلقية في الرشد عنها في الطفولة، فهو طبيعة العلاقة بين طرفي التعلق، الأم-الطفل، في مقابل الراشد - الشريك (أو رمز التعلق)، ففي مرحلة الطفولة تكون العلاقة التعلقية هي علاقة تكاملية، حيث يقوم

فيها أحد الطرفين باستجداء الرعاية (الطفل)، في حين يقوم الآخر بسلوك تقديم الرعاية (الأم/القائم بالرعاية)، في حين تكون طبيعة العلاقة التعلقية السوية في مرحلة الرشد علاقة تبادلية بين طرفي الرابطة التعلقية، حيث يقوم كل من طرفي العلاقة بدور تقديم الرعاية، ودور استجداء الرعاية بشكل تبادلي، وبالرغم من أنه في مواقف المشقة يكون أحد الطرفين هو المسئول بشكل أساسي عن رعاية الطفل الآخر بعض الوقت، على خلاف العلاقة التعلقية التكاملية في مرحلة الطفولة التي يصبح فيها أحد الطرفين قائماً بدور تقديم الرعاية طوال الوقت، والطرف الآخر في لزوم إلى رعايته لذا يجب علينا النظر إلى التعلق باعتباره نظاماً معقداً ومتصلاً، يمتد من الخبرات الأولى في الطفولة إلى الرشد، وفي الوقت ذاته هو نظام متشابك تفاعلي يؤثر في كيفية تعامل الفرد مع الخبرات الاجتماعية التي يمر بها ويتأثر بها، بحيث تغير هذه الخبرات بشكل نسبي من النموذج العامل للتعلق الذي يملكه الفرد.

هذه النظرة المعقدة لنظام التعلق في حقيقة الأمر ضرورية من أجل فهم ما يعنيه نمط التعلق بالنسبة للراشدين، وعلاقته بغيره من أشكال السلوك الأخر

الفصل الرابع

النظرية الظاهرية لكارل روجرز

محتويات الفصل

كارل روجرز رؤية المنظر

رؤية روجرز عن الشخص

رؤية روجرز عن العلم والنظرية ومنهج البحث

البنية

العملية

النمو والتطور

التطبيقات الاكلينيكية

التغيير والعلاج

مقدمة :

تقوم فلسفة نظرية الذات على الإيمان بأهمية الفرد مهما كانت مشكلاته؛ فليديه عناصر طبية تساعد على حل مشكلاته، وتقدير مصيره بنفسه، فإن الفلسفة الأساسية هنا للمرشد هي احترام الفرد وأهليته والعمل على توجه الذات توجيهًا صحيحًا ليكون جديرًا بالاحترام.

إن مؤسس نظرية الذات، السيكلوجي المعاصر " كارل روجرز "، حيث أُعتبرت نظريته هذه من النظريات المهمة في الإرشاد والعلاج النفسي، وقد اعتبرت من النظريات المتمركزة حول المسترشد.

وقد سميت هذه النظرية بأسماء عديدة؛ مثل : نظرية الذات، النظرية الظاهرانية.

كارل روجرز (٨ يناير ١٩٠٢ - ٤ فبراير ١٩٨٧) رؤية المنظر

هو عالم نفس أمريكي، ولد عام ١٩٠٢ تربي في بيئة صارمة، وجو أخلاقي متشدد، مما أثر في أعماله من حيث الاهتمام بالحكمة والأخلاق، واحترام المنهج العلمي. تعلّم القراءة قبل دخوله إلى روضة الأطفال، كما كان منجذبًا للزراعة مما أدى في وقت لاحق إلى زيادة اهتمامه بالعلوم.

في عام ١٩٢٢ أثناء دراسته في جامعة ويسكونسن-ماديسون، انضم إلى بعثة مسيحية متجهة إلى الصين. خلال إقامته التي استمرت ستة أشهر كَوّن مفهومًا أكثر تعاطفًا وأقل قسوة تجاه الديانة المسيحية.

في عام ١٩٢٤ استنادًا على تجربته في البعثة المسيحية إلى الصين، التحق روجرز بالمعهد الديني Union Theological Seminary في مدينة نيويورك.

في عام ١٩٢٦ استاء كارل روجرز من العقلية الثابتة في المعهد الديني وقرر متابعة دراسته في علم النفس السريري في جامعة كولومبيا بمدينة نيويورك.

في عام ١٩٢٨ أصبح طبيبًا نفسيًا للأطفال في "جمعية Rochester لمنع العنف ضد الأطفال". خلال عمله في قسم دراسة الأطفال بدأ بتطوير نظرياته حول شخصية الإنسان.

في عام ١٩٣١ أنهى الدكتوراه في مجال المعالجة النفسية السريرية التي تتضمن تطوير الاختبارات النفسية لتساعد في تحديد طرق جعل حياة الأطفال ذوي الدخل المحدود أفضل.

في عام ١٩٣٩ نشر كتابه الأول بعنوان The Clinical Treatment of the Problem Child اعتمادًا على عمله مع الأطفال المحتاجين والباءين غالبًا في جمعية Rochester لمنع العنف ضد الأطفال. في العام التالي أصبح بروفيسور بعلم النفس في جامعة ولاية أوهايو، وهذا ما سمح له بالقيام ببحث سريري على نهجه الغير مباشر الجديد.

في عام ١٩٤٢ أصدر كتاب Counseling and Psychotherapy الذي وصف فيه منهجه الغير مباشر ومن ضمنها نسخة كاملة عن جلساته العلاجية مع مريضه .Herbert Bryan

في عام ١٩٤٥ طلبت منه جامعة شيكاغو الانضمام إليها ليكون البروفيسور في عام النفس وليؤسس مركز الاستشارات الجديد. في العام التالي أصبح رئيسًا للجمعية الأمريكية لعلم النفس APA الجديدة، والتي وحدت علماء النفس التطبيقيين والأكاديميين.

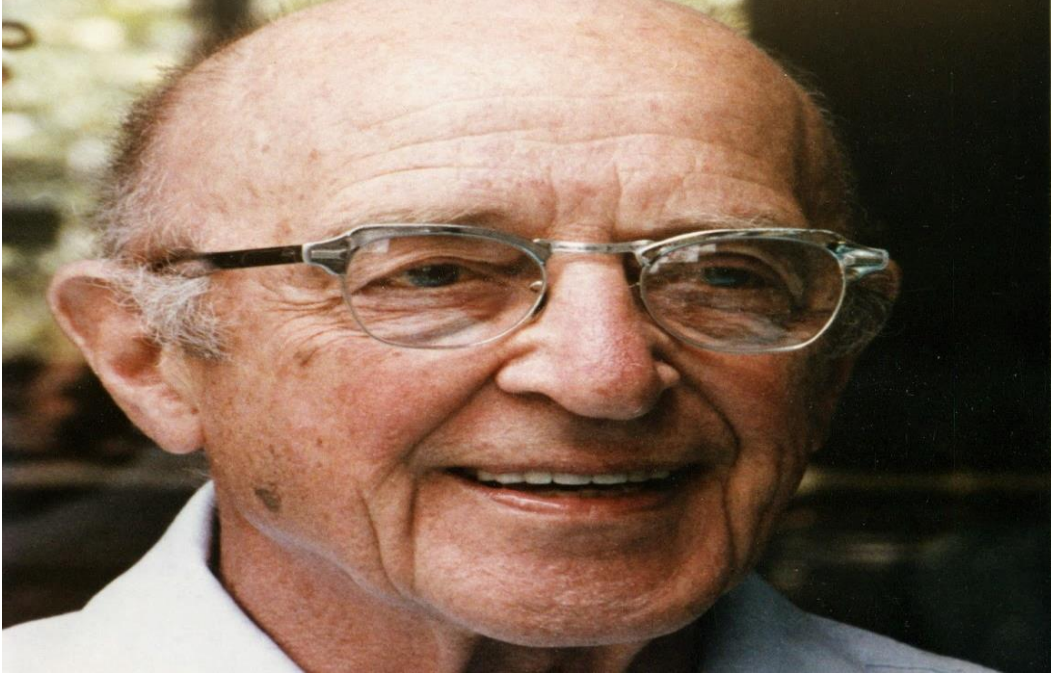
اعتمادًا على تجاربه وأبحاثه في مركز الاستشارات في جامعة شيكاغو، أسس رؤية واضحة لمنهجه ونشر كتاب بعنوان Client-Centered Therapy في عام ١٩٥١.

في عام ١٩٥٧ انضمَّ إلى قسمين في جامعة ويسكونسن هما الطب النفسي وعلم النفس. كما استمرَّ في دراسة واختبار نظريته خلال فترة عمله في الجامعة، حيث قاد دراسة شاملة عن مرضى الفصام باستخدام نظرية العلاج المتمركز حول العميل في مستشفى Mendota State.

في عام ١٩٦١ جمع كتابات ومحاضرات من السنوات العشرة الماضية ونشرها في كتاب On Becoming a Person، الذي وصف فيه كيف طوّر أسلوبه في العلاج المتمركز حول العميل.

بين عامي ١٩٦٤-١٩٧٤ حاضر كارل في كل أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية وأجرى الأبحاث ونشر المزيد من الكتب والمقالات، كما تابع عمله كطبيب معالج. من عام ١٩٧٥ حتى عام ١٩٨٥ نظم حلقات العمل بالعلاج المتمركز حول العميل في الولايات المتحدة وأوروبا وأمريكا الجنوبية واليابان وروسيا.

توفى كارل روجرز في ٤ فبراير عام ١٩٨٧ على أثر نوبة قلبية في مدينة سان دييغو بولاية كاليفورنيا. وكان قد خضع قبل وفاته بعدة أيام لجراحة في الورك.



وقام (مع أبراهام ماسلو)، بتأسيس التوجه الإنساني في علم النفس السريري. ساهم أيضا بتأسيس العلاج النفسي غير الموجّه الذي سماه في البداية العلاج النفسي المتمركز حول العميل ليؤكد أن نظريته يمكن تطبيقها في كل التفاعلات بين الأشخاص وليس على التفاعل بين المعالج والعميل.

روية روجرز عن الشخص Rogers view of the person

اعتقد روجرز أن الدافع الأساسي لأفعال البشر هو الرغبة في التحقيق الذاتي وأن المشاكل النفسية تأتي من عدم التلاؤم بين "الذات" و"الذات المثالية" و"الذات العملية". يمكن تلافي عدم التلاؤم هذا عن طريق تربية تشدد على التقبل غير المشروط، الاستعداد لتقبل شرعية مشاعر الإنسان وأحاسيسه.

وبالنسبة لروجرز يكون جوهر طبيعتنا إيجابياً في الأساس ويسعى الفرد لتحقيق الذات، ولذا نجد أنه انتقد فرويد في تأكيده على الغرائز واللاشعور، فيرى روجرز أن الأسود والنمور تقتل من أجل البقاء وتحقيق الذات وليس العدوان، وإشباع حاجاتها الفسيولوجية، لذلك يرى أن البشر لو تحققت لهم الحاجات الفسيولوجية، فإنه سوف يسلك نحو الحاجات الاجتماعية وتحقيق الذات.

وتعتبر نظرية كارل روجرز من أشهر النظريات التي تناولت الذات في المجال السيكولوجي، وذلك ما تناوله كثير من الباحثين والمؤسسين لعلم النفس والصحة النفسية بالدراسة والتحليل، ولا تخلو أي دراسة عن الذات من أفكار ومسلمات هذه النظرية، ويشير روجرز أن الذات هي الزاوية الرئيسية التي تنظم سلوك الفرد، كما أنها تركز علي صفات الفرد الذاتية، وقدراته، ومفاهيمه نحو ذاته ونحو الآخرين في البيئة المحيطة به.

وتظهر أهمية الذات هنا في أن الشخص قائم بذاته ، كما ترى هذه النظرية أن مفهوم الذات بوجه عام يكون من الأشياء المكتسبة والتي تتكون من الخبرات والعلاقات الشخصية المتبادلة، وأن أقوى عامل دافعي للفرد هو ميله لتحقيق ذاته، مما يدفعه إلى استغلال طاقته إلى أفضل مستوى ممكن، وبالتالي يوجه الفرد سلوكه نحو الوصول إلى أهدافه، والتي تتمثل في نمو الفرد الذاتي وتفاعله مع الآخرين

رؤية روجرز عن العلم والنظرية ومنهج البحث

يرى روجرز أن لكل فرد مجال ظاهرتي منفرد وأن كل فرد يدرك العالم بطريقة فريدة، وأن المجال الظاهرتي للفرد يتضمن كلاً من الإدراك الشعوري واللاشعوري؛ إلا أن روجرز أكد علي أهميه الشعور، والوعي وذلك عكس تأكيد التحليل النفسي علي اللاشعور.

- في المجمل أكد روجرز علي أن الظاهراتية هي الأساس للعلم، وأنا يجب أن نحاول أدراك العالم كما يبدووا للأفراد لنرى السلوك عبر عيونهم وما المعنى النفسي الذي يمثله لهم.
- طبقاً لروجرز البحث في علم النفس يجب أن يشمل الجهد المرتب والمواظب لفهم الظاهرة من خلال خبرة الاشخاص، وأن الطريقة الإكلينيكية المتوفرة من خلال العلاج النفسي في مصير قيم للبيانات الظاهراتية.
- أستخدم روجرز ملاحظاته الإكلينيكية ليكون الفروض التي ستخضع للاختبار صارم.
- كان التركيز الأساسي لدى كارل روجرز علي العمليات في العلاج النفسي ونظريته في الشخصية تنمو بعيداً عن نظريته في العلاج.

- في تناقص مع تأكيد التحليل النفسي علي البواعث والغرائز واللاشعور وخفض التوتر وتطور الشخصية المبكر. وتؤكد الطريقة الظاهرانية علي الإدراكات، الأحاسيس، التقرير الذاتي للشخص، وتحقيق الذات، وعمليات التغيير.

البنية Structure

-الذات Self

الذات هي المفهوم البنائي والأساسي لنظرية كارل روجرز. وهي أهم جزء في شخصية الفرد، وتتكون من سلسلة من الاستبصارات والقيم التي يكونها الفرد عن نفسه، ومن تفاعله مع البيئة المحيطة به، وما فيها من أشخاص مهمين، تتكون الخبرة الذاتية التي تشكل فهم الذات لدى الفرد الذي يعتبره روجرز أساس بناء الشخصية.

إن الذات تحاول المحافظة على تماسك السلوك بحيث تتقبل الخبرات المتفقة والمتجانسة معها في حين تنظر إلى الخبرات غير المتجانسة على أنها مصادر لتهددها الظاهري للفرد. ونظرا لأهمية مفهوم الذات نلقي بعض الضوء على أهم جوانبه.

تعريف مفهوم الذات :

هي تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يقوم الفرد ببلورته ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته.

وهي عبارة عن مجموعة من المدركات والأفكار والصور التي يكونها الفرد عن نفسه. أو بمعنى أكثر اختصاراً هو فكرة الفرد عن نفسه وتقويمه لهذه الفكرة، فالفرد منا يكون مجموعة من الأفكار، والآراء عن نفسه، فيرى نفسه ذكياً ومكافحاً وكريماً وحسن الخلق، وملتزماً بتعاليم دينه ورضى الوالدين وغير ذلك من الصفات التي يراها متوافرة فيه بنسب مختلفة. ويقوم مفهوم الذات بدور دافعي حيث ينظم ويحدد السلوك على ضوء محتويات هذا المفهوم عند الشخص ويتكون مفهوم الذات من:

أ- الذات الحقيقية :

ويقصد بها الذات كما هي عليه في الواقع، دون تحريف، بمعنى (ماذا يكون هذا الشخص؟) ما هي حقيقته؟ .

ب- الذات المدركة :

وهي الصورة عن النفس كما يراها الشخص، بحيث تنمو وتتكون عن طريق تفاعل الفرد مع بيئته ومع الأشخاص الآخرين. فإذا كان موصوفاً بالجد والاجتهاد فإن الشخص يرى نفسه هكذا، وإذا كان الشخص قد وجد الابتعاد والنفوذ من الآخرين فإنه يرى نفسه شخصاً منبوذاً.

ت- الذات الاجتماعية :

وهي صورة الذات كما يراها الآخرون عن الشخص؛ فالفرد هنا يرى أن الآخرين يتوقعون منه أن يفعل شيئاً، أو ينجز أمراً، أو يقوم بمغامرة، أو أنه يستطيع القيام بمسؤولياته. إن الفرد يحاول أن يكون عند حسن هذا الظن وقد ينجح وقد يفشل أيضاً عندما تكون المسافة كبيرة بين الذات المدركة، والذات الاجتماعية مما يترتب عليه ظهور الصراع النفسي لديه .

ث- الذات المثالية :

وهي تمثل طموحات الفرد، والمستويات التي يرغب في الوصول إليها. فالشخص يرغب ويتمنى أن يقوم بإنجاز ما، أو الالتحاق بتخصص دراسي معين أو الزواج من امرأة لها مواصفات معينة، فإذا تمكن من ذلك أو من جزء كبير منه فإن ذلك يشير إلى قرب المسافة بين إمكاناته وقدراته وما تحتويه ذاته المثالية.

العملية Process

-تحقيق الذات Self- actualization

يرى روجرز أن الميل الأساسي للأفراد يكون تجاه تحقيق الذات حيث يقول (الكائن الحي لديه ميل أساسي واحد للكفاح، وللتحقيق، والمحافظة، ولتعزيز الكائن

الحي بالخبرة)، كل ذلك يوجد في دافع مفرد للحياة وللبقاء، وهو دافع تحقيق الذات، وهو دافع فطري لدي الكائن الحي.

كذلك يشمل مفهوم تحقيق الذات ميل الكائن الحي للنمو من شكل بسيط إلى شكل معقد، من الاعتماد إلى الاستقلال، من الثبات والصرامة إلى التعبير وحرية التعبير... ألخ) وعلى الرغم من اهتمام روجرز بقياس مفاهيمه إلا أنه لم يطور مقياساً لقياس تحقيق الذات.

-تماسك الذات والانسجام Self- consistency and congruence

طبقاً لروجرز معظم طرق السلوك الذي يقوم بها الكائن الحي يجب أن تكون متماسكة مع مفهوم الذات، حيث تعمل توظيفات الكائن الحي للمحافظة على التماسك بين إدراك الذات، والخبرة. أيضاً تطور مفهوم انسجام الذات من خلال " ليكي " حيث يري أن الكائن الحي لا يبحث لنيل اللذة وتجنب الألم ولكن يبحث للحفاظ على بناء ذاته الخاصة.

-حالات عدم الانسجام والعمليات الدفاعية

طبقاً لروجرز نحن نُخبر حالات من التناقض عندما يوجد تناقض بين ادراك الذات والخبرة الفعلية، وأن حالة التناقض هذه تكون شيء من التوتر والارتباك الداخلي في معظم هذه الحالات: نحن نعي خبراتنا، ونسمح لها بالشعور، ولكن إذا

كانت خبراتنا تمثل تهديدًا لنا، وذلك لأنها في صراع مع مفهوم الذات لدينا، فإننا قد لا نسمح لها أن تصبح شعوريه؛ وذلك عن طريق العمليات التي تسمى دون إدراك، وهذه العمليات عبارة عن رد فعل دفاعي نحاول به أن ننكر الوعي بالخبرات التي تكون مُدركه بغموض لتكون ملائمة لبناء الذات لدينا.

وهناك عمليتان للدفاع

- الإنكار:

يحمي بنيه الذات من التهديد من خلال إنكار التعبير الشعوري للخبرة (جعلها في اللاشعور).

- التحريف:

يسمح للخبرة بالوجود في الوعي ولكن بشكل يجعلها متماسكة مع الذات.

- الحاجة إلى التقدير الايجابي

أكد روجرز على حاجة الانسان إلى التقدير الايجابي غير المشروط؛ الذي يتضمن اتجاهات مثل الدفاء والحب والاحترام والقبول، والمشاركة الوجدانية. ويرى روجرز أن التقدير الايجابي غير المشروط يدفع الشخص إلى الانسجام وحب الذات.

ويمكن أن يكون التقدير الايجابي من الآخرين أو من الشخص لذاته.

-النمو والتطور Growth and development

لم يكن لدى روجرز نظرية ورؤية واضحة عن النمو والتطور إلا من خلال بحوث الوالدين والأبناء، واعتقد روجرز أن عوامل النمو موجودة لدى كل الأفراد، وتشمل عمليات النمو الطبيعية للكائن الحي تعقيداً كبيراً ممتداً، ومتزايداً، ومستقلاً.

-تحقيق الذات وتطور الصحة النفسية

وفقاً لروجرز فإن تطور الشخصية يحدث وفقاً لتطور الذات وانسجامها، وتطور الصحة النفسية مرتبط بالمناخ الذي يعرف فيه الطفل ذاته، ويكون مقبولاً وسط والديه، حتى لو أنهم رافضون بعض أنماط سلوكه؛ بالتالي يستطيع الطفل أن يقبل ذاته تماماً.

-أبحاث على علاقة الوالدين - الأبناء

تقترح كثيراً من البحوث أن القبول واتجاهات الوالدين الإيجابية تساعد علي تيسير النمو السليم، حيث أن أبناء الوالدين مع هذه الاتجاهات أظهروا قدرة أكبر في النمو العقلي وتنظيم الذات والانفعال، وعلى العكس أبناء الوالدين المتسلطين.

وتؤثر تقييمات الوالدين الإيجابية على الأبناء؛ حيث يشعرون باللذة وتقبل الذات ويسعون للتطور، كما أن الأبناء المنتسبين لوالدين يمدوهم بالإشباع النفسي والحرية يكونون أكثر ملائمة لتطوير الإبداع الكامن لديهم.

-التطبيقات الإكلينيكية Clinical application

إن الجزء الأساسي من حياة كارل روجرز اشتمل على هذه التطبيقات الإكلينيكية؛ حيث اقتنع بطريقة علاجية باسم العلاج المتمركز حول العميل، وهي تعني أن الشخص الباحث عن المساعدة لا يعامل كمريض تابع؛ لكن يعامل كعميل مسؤول، وأكد على العمليات العلاجية التي تساعد على تحريك العقبات لتحقيق الذات.

-علم النفس المرضي Psychopathology

يرى روجرز أن علم النفس المرضي يحدث نتيجة فقدان الاتساق بين الذات، والخبرة، ووجود فجوة كبيرة بين الذات، والذات المثالية للأفراد؛ بالتالي فإن الذات المثالية، وتناقض الذات هما مقياس التوافق لدى النظرية الظاهرانية؛ فالشخص السوي يكون لديه انفتاح على الخبرات الجديدة ونقص في الدفاع، بينما الشخص العصابي يكون مفهوم الذات لديه لا يتناسب مع خبراته؛ بالتالي يكون الفرد سيء التوافق.

-التغيير والعلاج change and therapy-

بحسب روجرز فإن الفجوة بين المسموح به وبين الإحساس الذاتي قد يؤدي إلى الكبت. قام روجرز بالتشديد على مساوئ الكبت مثله مثل سيجموند فرويد، ولكنه اختلف عن فرويد بقوله أن الكبت ليس أمراً محتملاً، ويختلف روجرز عن فرويد أيضاً بنظرته المتفائلة للطبيعة الإنسانية.

المعالج السريري، بحسب روجرز ليس شخصية ذو سلطة وظيفتها الإشارة بما يجب فعله بل وظيفتها تزويد مساندة، دفء وتعاطف للاتجاهات التي يقرر المعالج سلكها.

من أهداف العلاج المتمركز على العميل هو تسهيل وجود مناخ يعرف فيه العميل ذاته بصورة جيدة، بحيث يستطيع تحمل مسؤولية الشخصية لوجوده، كما يضع سلطة الرقابة الذاتية بين يديه. ويتلخص جوهر العلاج المتمركز على العميل في قول روجرز " إذا أمكنني تقديم نوع معين من العلاقة، فإن الشخص الآخر سوف يكتشف داخل ذاته القدرة على استخدام هذه العلاقة في النمو والتغيير، مما يؤدي إلى حدوث النمو الشخصي".

ومن الواضح أن الشروط الأساسية وضرورية توفيرها في العلاقة بين المعالج والعميل لكي تساعده على التغيير والنمو. وهذه الشروط ستؤدي بدورها إلى إقامة

علاقة حميمة تشعره بالاطمئنان والأمان والمساندة. وتتولد لديه الثقة التي تمكنه من الاعتماد على المعالج، مما ينتج عنها الدعم، التغيير، والنمو.

من وجهة نظر روجرز يمكن إجمال هذه الشروط المسببة للتغير الجوهرى في شخصية العميل :

١- يجب أن يكون العميل على اتصال نفسى بالمعالج.
٢- لا بد أن يكون العميل في حالة من عدم الاتساق، و إن يتم تعريضه لمواقف تظهر ضعفه، وتثير قلقه، حتى يتمكن من إحراز نجاح فعلى في عملية العلاج النفسى (Ellis).

٣- لا بد إن يكون المعالج النفسى شخصاً متكاملًا بصورة سليمة، قادرًا على الاندماج في علاقة حميمة مع العميل، ليتمكن من التوصل إلى أسباب اضطرابه.

١- الاهتمام الغير محدود بالعمل، بمعنى آخر إن الرعاية التامة للعميل كفيلة بإرضاء الحاجات الشخصية للمعالج.

٢- لا بد إن يشخص المعالج النفسى -بشكل دقيق دون إدخال العواطف - عن وعي العميل، و إدراكه لخبراته، و تجاربه.

وبهذا نستنتج بأن العلاقة بين المرشد، والعميل هي محور العلاج المتمركز على العميل و يتجلى استخدام مفهوم "العلاج القائم على العلاقات" Relationship Therapy مدى إدراك أهمية العلاقة، و ليس الأساليب أو الفنيات.

تعريف العلاج المتمركز على العميل :

هو نوع من العلاج النفسي طوره كارل روجرز، والمعالج بهذه الطريقة لا يوجه بل يتأمل ويشجع العميل على توضيح النقاط، و يتبنى هذا الأسلوب على أساس أن العميل أفضل من يقدر على معالجة مشكلاته الشخصية. فالمعالج يوفر مناخاً مستقلاً لا يتسم بإصدار الأحكام ليتمكن العميل على حل مشكلاته، و أحيانا يطلق على هذا النوع من العلاج، العلاج غير الموجه.

يستهدف العلاج النفسي عند الإنسانين مساعدة العميل، أو المسترشد على النمو النفسي السوي، ومحاولة لإحداث التطابق بين الذات الواقعية، والذات المدركة (الذات عند الفرد كما يدركها هو)، ومفهوم الذات للفرد كما يدركها الآخرون فيه.

ويعني أيضا أن الإرشاد يركز على محاولة تغيير الذات للفرد كي تكون متطابقة مع الواقع، أو تحويل الذات المثالية عند الفرد (مثاليات الفرد في الحياة)، إلى ذات واقعية (واقع الفرد كما هو عليه في الحياة). فإذا حصل هذا التحويل، حدث التوافق لدى الفرد، وهو دلالة على الصحة النفسية.

وتتنمي طريقة العلاج المتمركز على العميل للمدرسة الظاهرانية والمدرسة الإنسانية في علم النفس، و هي تركز على استبصار الفرد بذاته وبالخبرات التي شوهها، أو حرفها، أو أنكرها في محاولة لإدماجها، أو التقريب بينهما (أي بين ذات الفرد وخبراته)؛ مما يعطي الفرصة لنمو الشخصية، أو كما يقول روجرز للسيرورة إلى ذات جديدة).

أقسام الطريقة الإرشادية وفقاً للنظرية الإنسانية إلى قسمين:

الأول هو التلقائية Spontaneity:

وهي جعل العميل أو المسترشد يستبصر بالأمر والمشكلات التي يعاني منها، والتي من خلالها تظهر له نتيجة مفهومه عن ذاته، ومفهوم الآخرين عنه، ومن خلال هذا الاستبصار Insight يلمس مدى الاختلاف بين مفهوم ذاته وممارساته الفعلية وخبراته.

الثاني هو التعاطف Empathy :

الذي يعني تلقي العميل أو المسترشد التشجيع على الاستمرار في الجلسات الإرشادية والقبول، ويعني هنا القبول، تقبل المرشد للمسترشد بكل عيوبه وسيئاته فضلاً عن استشفاف مشاعر العميل أو المرشد لحظة بلحظة ومشاركته فيها، وإحساسه بالاهتمام في حل مشكلته.

لكي يصل العميل أو المسترشد إلى مرحلة الاستبصار بأسباب مشكلته، فإنه يحاول أن يفهم ذاته الحقيقية، ويتقرب في التعرف عليها أثناء الجلسات الإرشادية من خلال الإمكانيات، والقدرات، والظروف التي يتحدث عنها في الجلسات الإرشادية، لأن المشكلة ببساطة حسب ما تراه هذه النظرية هو الصراع بين تحقيق الذات (بوصفها حاجة غريزية)، والتحقيق الإيجابي للذات (أي تحقيق الذات وفقاً للمعايير الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع).

أهداف العلاج المتمركز على الشخص :

يهدف هذا العلاج إلى مساعدة العملاء لكي يصبحوا أشخاصاً يتصفون بالأداء الكامل ومساعدتهم على حل مشكلاتهم، وهذا بالكشف عن ذواتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية المخيفة وعندئذ يتوصل الأفراد إلى شخصياتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية المخيفة، وعندئذ يتوصل الأفراد إلى شخصياتهم الحقيقية، وذواتهم بحيث لا يقتنعون بالانصياع الآلي لتوقعات الآخرين، و يظهر الشخص عندما يرتفع تحقيقه لذاته.

وقد وصف روجرز الشخص الذي يحقق ذاته بأنه يتمثل فيه أربع صفات

هي:

١. الانفتاح على الخبرات.

٢. الثقة في كيانه العضوي.

٣. توافر مركز تقييم داخلي.

٤. الاستعداد للتحويل إلى عملية (أي : ممارسة للعقل و الفكر).

وبعني الانفتاح على الخبرات تصور الواقع كما هو دون تشويه، والاستجابة للموقف الجديد كما هو، وليس كما يريده المرء لي مطابق نموذجًا متصورًا من قبل ومن خلال الانفتاح على الخبرات يتم التوصل إلى معلومات متوفرة حول الموقف، ومن خلال الإدراك المباشر لكل من النتائج المرضية، وغير المرضية فإن الفرد يتمكن من تصحيح اختياراته الخطأ، وبذلك يتولد الإحساس بالثقة، والضبط الذاتي - Self Governance.

الأساليب و التقنيات المستخدمة في العلاج:

في ضوء هذه الفروض ينبه روجرز إلى أهمية الفنية الأولى في المساعدة على تحقيق أهداف العملية العلاجية، ويمكن القول أن الفنية الأولى تعمل على إعادة

توجيه الذات و إعادة تنظيمها. وبعد ذلك الهدف الرئيسي للإرشاد حيث تسعى هذه الفنية إلى زيادة استبصار العميل بذاته، و فهمه لها، وتشجيع العميل على التعبير عن مشاعره، واتجاهاته لتحقيق الفهم القائم على حسن البصيرة بصورة تلقائية، ومساعدته أيضا للتخلي عن الأساليب الدفاعية، وعدم التركيز على أن المرشد أو المعالج سوف يوجه له انتقادات أو اقتراحات، أو أوامر.

وإذا أمكن تحقيق هذا الهدف فإنه يمكن القول إن العميل أصبح حرًا في رؤيته للمواقف الواقعية كما هي بدون محاولة تبرير سلوكه أو حماية ذاته كما انه بإمكان المعالج مساعدة العميل على إدراك الخيارات المتاحة و اكتشافها بالإضافة إلى انه يقترح على العميل إقامة بعض العلاقات أو عرض نماذج لردود أفعال. وقد صاغ روجرز مجموعة من الفنيات كي تستخدم كأساليب لتحقيق الشروط المسهلة للعملية العلاجية و تهدف إلى التأكيد من تحقيق هذه الشروط وهي فنيات تتجه في الجانب الأكبر منها نحو مشاعر العميل و تتضمن هذه الفنيات :

١. فنية تقبل المشاعر **Feelings Acceptance Technique**:

وهي فنية تتلخص في ضرورة أن يتقبل المرشد المشاعر الموجبة التي يعبر عنها العميل بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السالبة بشرط ألا تتم مقابلة

المشاعر الموجبة بالاستحسان، أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الموجبة كجانب من الشخصية لا يقل ولا يزيد قدرًا عن المشاعر السالبة.

وتتضح هذه الفنية العلاجية في أن هذا التقبل الذي يحدث بالنسبة لكل الاتجاهات العدوانية، والاتجاهات الاجتماعية، ولكل من مشاعر الإثم والتعبيرات الموجبة عن المشاعر هو الذي يعطي الفرد الفرصة لأول مرة في حياته لأن يفهم ذاته على نحو ما هو كائن؛ ففي ظل هذا التقبل الكامل، لا تكون هناك حاجة لدى الفرد لأن يخفي مشاعره السلبية خلف دفاعاته فضلًا عن أنه لا يجد فرصة لأن يتجاهل أو يفرط في تقييم مشاعره الموجبة، وفي ظل هذا التقبل الكامل للمشاعر يصل العميل إلى مرحلة الاستبصار، وفهم الذات، ويمثل هذا الاستبصار جانبًا مهمًا في العملية العلاجية الكلية.

٢. فنية عكس المشاعر Feelings Reflection Technique :

وتمثل هذه الفنية أهمية كبرى في العلاج غير التوجيهي، وهي تعني ببساطة شديدة تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها العميل أو إعادة محتوى ما يقوله العميل أو تكرار ما يقوله العميل أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للعميل فهم المعالج له، ولكن دون استحسان، أو استهجان، أي إعادة صياغة مشاعر العميل في كلمات تعكس جوهرها حيث يحاول المعالج أن يعرض للعميل مرآة لفظية Verbal miroir

تُمكن العميل من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحًا، وتُفيده في التخلص من الصراعات الانفعالية التي تكون مدمرة لتحقيق الذات .

ومما لاشك فيه أن فنية عكس المشاعر هي إحدى وسائل تحقيق الشرط المستقل المعروف بالفهم المتعاطف Empathic understanding؛ إذ أن عكس المعالج لمشاعر العميل واتجاهاته وخبراته؛ سواء تلك التي يعيها العميل شعوريًا أو تلك التي يدركها فقط بشكل غامض، يساعد العميل على فهم ذاته وخبراته الحقيقية كما إن ذلك يؤكد للعميل أن المعالج على درجة عميقة من الفهم المتعاطف لكل ما يقوله؛ بل وكل ما يجري بداخل العميل فيتحقق بذلك شرط الفهم المتعاطف من خلال تلك الفنية .

٣. فنية توضيح المشاعر Feelings Clarification Technique :

وتعني "إعادة اقرار جوهر ما يحاول العميل قوله "أي انه عندما يختلط الأمر على العميل في محاولته التعبير عن مشاعره، فإن مهمة المعالج عندئذ تتمثل في مساعدته على استيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح، ولكن بشرط ألا يتجاوز المرشد ما يعبر عنه العميل بالفعل. لأنه من الخطر الحقيقي في تقويل العميل ما لم يُقُل.

وعندما يتحقق المرشد من المشاعر التي يعبر عنها العميل فإنه يقوم بإيضاحها له دون تقيد تأويلات، أو امتداح، أو انتقاد، أو نصيحة، إنما يكون تركيزه مقصوراً على مساعدة العميل على أن يرى بوضوح وأن يتقبل تلك المشاعر التي يكون قادراً على التعبير عنها، فإن عملية التنفيس تصبح عندئذ أكثر عمقاً، فتعبير العميل لفظياً عن الاتجاهات الأساسية لديه مما يؤدي إلى حدوث عملية الاستبصار بشكل تلقائي.

٤- فنية اللاتوجيهية Nondirectiveness Technique :

واللاتوجيهية عند روجرز تعني عدم التوجيه، أو النصح، أو التأويل، أو الإرشاد المباشر من جانب المعالج للعميل، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تتبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيهه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها بمعنى أنه لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيهه المقابلة ولا يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع، أو إعاقة التعبير، ويكون دور المعالج مقصوراً على استجابات العميل وعكسها وتوضيحها .

وتتضح أهمية فنية اللاتوجيهية في العملية العلاجية من خلال المقابلة غير التوجيهية حيث إنها طريقة غير متحيزة تمكن من سبر أغوار الأفكار، والادراكات الخصوصية لدى الفرد.

في ضوء ما سبق يتضح أن العلاج غير الموجه هو الذي لا يتدخل فيه تأثير المعالج في اختيارات العميل، أو في تفكيره، أو في كيفية النظر إلى الأحداث فالمعالج لا يسأل، ولا يُفسر، ولا يشرح، ولا ينصح، وإنما يعكس ما يقوله العميل فقط بلغته هو وذلك لِيُتيح للعميل إدراك مغزى ما يقول، وتصحيح مساره السلوكي بنفسه إذا لزم الأمر، ولا يعني ذلك إن عمل المعالج يكون سهلاً وسلبياً وإنما هو عكس ذلك وينصت المعالج باهتمام بالغ لما يقوله العميل ويعرف أين و كيف ومتى يتدخل ؟ وماذا يقدم لمساعدة العميل على زيادة وعيه وإدراكه؟ كما إنه يتحسس صورة مفهوم الذات لدى العميل ليحدد أين هو؟ وماهية وجهته ؟

نقد نظرية الذات وعيوب الإرشاد و العلاج غير المباشر:

١- إن النظرية لم تضع تصورًا كاملاً لطبيعة الإنسان، وذلك لتركيزها الكامل على الذات ومفهوم الذات.

٢- يؤكد روجرز إن الفرد يعيش في عالمه الذاتي الخاص، ويكون سلوكه تبعاً لإدراكه الذاتي، ونسى أن يشير إلى الموضوعية كما انه ركز على الجوانب الشعورية، وتناسى الجوانب اللاشعورية، على الرغم من إن الجوانب اللاشعورية ذات دور كبير في تطوير المرغوب لدى الفرد.

- ٣- لم يهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس؛ إلا عندما يرغب العميل متناسياً أن جمع المعلومات أمر هام للمرشد.
- ٤- قد يراعى الإنسان على حساب العلم.
- ٥- يهمل عملية التشخيص المقننة رغم إجماع طرق العلاج النفسي عليها.
- ٦- يعطي حرية مبالغ فيها للعميل بحيث يكون هو قائد للعملية العلاجية مما قد يفقد ثقته بالإرشاد، والإرشاد، والعلاج النفسي.
- ٧- قد تختلف فعاليته من فلسفة مجتمع إلى فلسفة مجتمع آخر.

الفصل الخامس

نظرية التكوينات الشخصية

جورج كيللي

محتويات الفصل

مقدمة

رؤية المنظر

رؤية كيلي عن الشخص والمجتمع

رؤية كيلي عن العلم والنظرية

البنية

العملية

النمو والتطور

علم النفس المرضي

التغيير

مقدمة

نظرية بناء الشخصية أو سيكولوجية بناء الشخصية، هي نظرية طورها عالم النفس الأمريكي جورج كيلي في خمسينيات القرن العشرين في الشخصية والإدراك المعرفي. واشتق كيلي من النظرية، مدخلاً للعلاج النفسي، بالإضافة إلى آلية تسمى مقابلة الشبكة المرجعية، إذ تساعد مرضاه على تحليل تركيباتهم الخاصة (مخططات أو سبل رؤية العالم) مع أقل تدخل أو تفسير من جانب المُعالِج. وأصبحت الشبكة المرجعية لاحقاً ملائمة للعديد من الاستخدامات داخل المؤسسات، بما في ذلك صناعة القرار وتفسير وجهات نظر الأشخاص الآخرين بشأن العالم. وصنفت الجمعية البريطانية للعلاج النفسي، وهي هيئة نظامية، علاج سيكولوجية بناء الشخصية ضمن فئة فرعية تجريبية من المدرسة البنائية.

أثارت نظرية التكوينات الشخصية لجورج كيلي جدلاً واسعاً حتى في تصنيفها، البعض يصنفها بوصفها نظرية ظاهرانية Phenomenology لأنها تركز على الخبرات الذاتية الواعية، وتتعامل معها كوحدة، وينظر إليها البعض الآخر على أنها نظرية معرفية Cognitive لاهتمامها بالأحداث والخبرات العقلية وإهمالها مفاهيم اللاشعور وميكانيزماته، وهناك من ينظر إليها على أنها نظرية وجودية، لأنها تنظر إلى المستقبل أكثر من اهتمامها بالماضي، وترتكز على المشاعر الذاتية والخبرات الشخصية وحرية

الفرد في اختيار قراره ومسئوليته عن مصيره، وهناك من يضع نظرية كيلي في إطار نظريات علم النفس الإنساني لأنها نظرية متفائلة تركز على الطاقة الإبداعية للناس.

جورج كيلي رؤية المنظر

احتل جورج كيلي (1905-1967) George Kelly مكانه هامة في علم النفس الأمريكي، حيث عمل كأستاذ وعالم ومُنظّر، قدم آراءه وخلاصة تجاربه في ميدان العمل السيكولوجي من خلال طرحه لنظرية التكوينات الشخصية التي جمعت في كتاب من جزئين بعنوان: "The Psychology of Personal Constructs"، والذي فتح مداخل جديدة لفهم الإنسان ومعالجة المشكلات السلوكية.



ولد جورج كيلبي عام (١٩٠٥) في كنساس من أسرة ملتزمة بالقيم الدينية ونشأ في أسرة صارمة مما أثر على أعماله العلمية فيما بعد والتي تتميز بالصرامة والدقة المنهجية، وحصل على شهادة البكالوريوس في الفيزياء والرياضيات عام (١٩٢٦)، وبسبب اهتمامه بالمشكلات الاجتماعية وولعه بتقديم الخدمات للآخرين التحق ببرنامج الماجستير في مجال علم الاجتماع التربوي، وتخصص في العلاقات العمالية وحصل على الماجستير عام (١٩٢٨)، وبعد فترة من العمل الميداني قرر التخصص في علم النفس فحصل على شهادة الدكتوراه في جامعة ايوا عام (١٩٣١).

ومنذ ذلك التاريخ حتى عام ١٩٤٣ عمل في فورت هيز وأنشأ عيادات متنقلة لخدمة الطلاب في المدارس مما ساعده في اكتساب خبرات سيكولوجية متنوعة ساهمت في وضع اللبنة الأساسية لنظريته البنائية لاحقاً، ولاحظ أن أي شيء يدفع العملاء لتفسير مشكلاتهم يساعد في وضع حلول لها، وفي الحرب العالمية الثانية كان كيلبي مسؤولاً عن برنامج لتدريب الطيارين المدنيين.

ثم عُين أستاذاً ومديراً لقسم علم النفس في جامعة أوهايو، ثم طاف حول العالم محاضراً في أوروبا وأميركا الجنوبية، ثم منح منصباً شرفياً كأستاذ كرسي ورئيس قسم العلوم السلوكية في جامعة برانديز Brandeis University توفي كيلبي عام (١٩٦٧).

رؤية كيلي عن الشخص والمجتمع

صرح كيلي بوضوح، أن مهمة كل فرد في فهم سيكولوجيته الشخصية هي تنظيم الوقائع الخاصة بتجربته الشخصية. وهكذا فإن دور الفرد شبيهه بالعالم، وهو اختبار دقة تلك المعرفة البنائية من خلال القيام بتلك الأفعال التي تشير إليها تلك البنيات. وإذا كانت نتائج أفعالهم تتفق مع ما تنبأت به تلك المعرفة، فإنهم قد قاموا بعمل جيد في العثور على النظام في تجربتهم الشخصية. وإذا لم تتفق، فيمكنهم تعديل البنية: سواء تفسيراتهم أو تنبؤاتهم أو الاثنين معاً. هذا المنهج المتعلق باكتشاف وتصحيح البنيات هو ببساطة المنهج العلمي الذي تستخدمه كل العلوم الحديثة في اكتشاف الحقائق الخاصة بالكون الذي نعيش فيه.

تتلخص رؤية كيلي الى الناس على أنهم كائنات عقلانية متفوقة، وأن الإنسان صانع لمصيره، فهو يخلق تكويناته الشخصية الخاصة التي ينظر من خلالها الى العالم ويصنع طرق فريدة لفهم الواقع وهو حر في اختياره لطريق ما، وهو قادر على تغيير الطرق بمعنى أنه قادر على تغيير تكويناته الشخصية وصياغة تكوينات جديدة، وهذا يؤشر بأن كيلي له وجهة نظر خاصة في تاريخ الإنسان وطفولته، ربما تتناقض مع العديد من طروحات علم النفس، يرى كيلي أن الإنسان ليس مقيداً أو مكبلاً بالطريق الذي اختير له بالطفولة أو المراهقة أو في أي عمر آخر، لأن الإنسان طبقاً لكيلي

يعيش في التوقع، وحياتنا يتحكم بها ما نتنبأ به عن المستقبل وبما نعتقد إلى أين ستقودنا اختياراتنا. هذا لا يعني أن كيلى غير مهتم بتاريخ الفرد، إذ يرى أن من الضروري منهجياً أن ندرس الطرق التي استخدمها بنجاح في النظر إلى حياته بحيث يستطيع أن يستنتج منها آراءه ونظراته التي تؤثر في حاضره.

ويذهب العلماء إلى أن كيلى تبنى وجهة نظره عن تاريخ الإنسان من خلال جملة تجارب أجراها وأساليب كثيرة اعتمدها في جلساته العلاجية والإرشادية منها تطبيق معايير فرويد في المعالجة النفسية، حيث وجد كيلى أن مرضاه متكلفون نوعاً ما في التعبير عن انفعالاتهم، وبخاصة عندما يتعامل مع أحلامهم على طريقة فرويد، لذا طوّر أساليب جديدة في التعامل مع الأحلام، وقد لاحظ أن مرضاه استمعوا إليه بعناية، كما سجل ملاحظات تفيد بأنهم تحسّنوا، رغم أن تحسّنهم كان بطيئاً. ويرى العلماء أن مرضى كيلى ربما كانوا قادرين على العمل أو على الأقل التعبير عن مشاعرهم ومشاكلهم بعبارات عقلانية، وكان هذا بسبب عمله في الوسط العمالي والأكاديمي، إذ نادراً ما كان يلتقي بمرضى يعانون سوء التكيف الحاد. إن طبيعة الخبرات الإكلينيكية التي تعامل معها كيلى ربما توضح طبيعة توجهات نظريته، وهذا ربما يفسر دعوة كيلى إلى النظر في الشخصية بأسلوب مختلف حيث ينظر لكل شخص على أنه "عالم Scientist" لديه ميزة رئيسة تتمثل في قدرته على تكوين صور متفرقة أو أنماط متعددة من المعاني أو التفسيرات تنتج مضامين تتيح له فهم عالمه.

بكلمة أخرى: يصف كييلي في إطار نظريته عن التكوينات الشخصية الناس كعلماء، ويذهب إلى أن العلم ما هو إلا صقل للغايات والإجراءات، التي يعيش بها كل منا حياته، وأغراض العلم هي فهم الوقائع والتنبؤ بها وتغييرها، وهذه الغايات ليست غايات العالم وحده بل هي غايات كل إنسان فنحن جميعاً نسعى لفهم الوقائع ولدينا توقعات معينة وتنبؤات بالمستقبل، ونضع خطأً تستند إلى ذلك ونحن جميعاً نحاول أن نضبط مسارات الأحداث في حياتنا: نفهمها ونغيرها ونرتبها. بمعنى أن جميع الناس يمكن أن تكون لديهم نظريات عن عالمهم، وقد لا تكون نظامية وجيدة كنظرية العلماء المحترفين إلا أنها نظريات على أية حال، وعلى أساس هذه النظريات تكون لديهم فروض أو توقعات تتحقق أو لا تتحقق، وفي ضوء نتيجة تجاربهم تتعدل آراءهم، وعلى ذلك فإن الإنسان في نظرية كييلي هو الإنسان العالم.

ويفيد كييلي: إن تفسير الفرد للخبرة في ضوء تجاربه يحدد منظور الشخص لهذه الأحداث، بمعنى أن كل منا يرى العالم من خلال عدسته الخاصة، وأن تلك النظرة الخاصة وذلك النمط الفريد الذي يبتكره كل فرد هو الذي يحدد معنى كلمة التكوين أو البنية كما استعملها كييلي. إذن التكوين هو أسلوب الفرد يستخدمه في النظر إلى أحداث عالمه، وهي طريقة لتفسير ذلك العالم، فالتكوين إذن هو (فكرة أو تفكير) يستخدمها الفرد عندما يحاول تفسير خبراته الشخصية، فإذا ما تطابقت تنبؤاته مع

الخبرة فهذا أمر جيد، أما اذا لم تتطابق مع الخبرة فهذا يعني أنه يجب مراجعة التركيبات القائمة أو إلغائها.

إن رؤية كيلي للإنسان تتميز بعقلانية، ومن هنا فانه تعرض لنقد شديد لأن مجال نظريات الشخصية تسوده النظرة إلى الإنسان بوصفه كائناً عاطفياً غريزياً، ولكن هذا الفارق الواضح بين رؤيته للإنسان ورؤى الآخرين في تصور الشخصية يجعله جديراً بالدراسة، فضلاً عن أن كيلي دعم طروحاته بالأدلة التجريبية من خلال ممارسته العلاج النفسي.

رؤية كيلي عن العلم

يرى كيلي أن العلم وضع فلسفي والا توجد حقيقة ثابتة أو مطلقة، والمنهج العلمي المناسب في نظرية جورج كيلي هو المنهج الاكلينيكي، والنظرية الجيدة هي التي تساعد على حل المشكلات، كما أن النظرية الجيدة هي التي تغطي الظاهرة بشكل كاف.

البنية

مفتاح نظرية كيلي هي التكوينات الشخصية، ويقصد بالتكوين هو طريقة تفسير الشخص للعالم من حوله وقدرة هذه التفسيرات على التنبؤ بالمستقبل.

ويتشكل التكوين من خلال وجود ثلاث أطراف وهما طرفي تشابه وطرف تباين، الذي يتشكل من خلال النماذج والخبرة بالأحداث السابقة.

وعلى سبيل المثال ملاحظة شخصين يساعدان الأفراد (طرفي تشابه) وآخر يؤدي الأفراد (طرف تباين).

واقترح كيلى أن كل بنية ذات طبيعة ثنائية القطب، محددة كيفية تشابه شيئين مع بعضهما البعض (واقعين على نفس القطب)، ومختلفين عن شيء ثالث، ويمكن توسيعهما مع أفكار جديدة. واقترح باحثون جُدد أن البنيات لا تحتاج أن تكون ثنائية القطب. فقد أظهرت دراسة إمبيريقية أن الترابطات الشخصية متداخلة مع بعضها بشكل متبادل، وأن المفاهيم الخاصة بالذات والعالم مرتبطة داخلياً عبر ملحقات مباشرة ووسيلة، والتي تعكس هيكله فهم وإدراك العالم والذات داخل أذهان الناس.

وتتكون الشخصية من مجموعة تكوينات متدرجة تدرجاً هرمياً فمنها تكوينات جوهرية وأخرى ثانوية، وهناك تكوينات مشتركة بين الأفراد والتي تمثل طبيعة الثقافات وتكوينات فريدة خاصة بكل شخص على حدة، كما أن هناك تكوينات لفظية وأخرى غير لفظية.

وتقوم نظرية التكوينات الشخصية على مُسلمة أساسية مفادها أن الإنسان كائن متبني، والتنبؤ هنا يعني جملة العمليات التي يقوم بها الشخص، والتي توجهه نفسياً نحو

الطرق التي يتوقع فيها الأحداث، ولذلك يعدها مسلمة أساسية ويقول: "أن العمليات التي يقوم بها الشخص تتخذ مساراتها وقنواتها على أساس الطرق التي يتوقع بها الأحداث"، تلك المسلمة تتضمن أن المستقبل وليس الحاضر هو المحرك الرئيس للسلوك. إن مسلمة الإنسان كمتبئ تتضمن مجموعة من الفرضيات (اللازمات) تشكل معالم نظرية كيلى ورؤيته للإنسان، وقد صاغها كيلى في ١١ لازمة، وهي عبارات تتبع المسلمة وتكملها. مثلاً نجد لازمة: خصائص التأويل (المعنى والتفسير) ترى أن الأحداث المتكررة لا يمر بها الشخص بصورة مماثلة، إلا انها تحمل ملامح متشابهة عند تكرارها، وعلى أساس هذه الموضوعات المستمرة يكون بمقدور الشخص أيضاً أن يضع توقعات عن الأسلوب الذي سوف يخبر فيه الحدث في المستقبل، بمعنى: إن التكوين الناشئ سيؤدي إلى اعتقاد بأن التوقعات ستكون مرتكزة على التصور الذي يرى بأن أحداث المستقبل التي هي ليست نسخاً من أحداث الماضي، سوف تكون على الأقل إعادة جزئية للأحداث الماضية. وتؤكد لازمة الفردية على أن الناس يختلف بعضهم عن البعض في الأسلوب الذي يدركون فيه الحدث ويفسرونه، ونتيجة لتفسير الحدث بطريقة مختلفة يصوغ الناس تكوينات مختلفة. في حين تذهب لازمة التنظيم إلى أن الفرد يميل لتنظيم تكويناته الشخصية في نظام أو أسلوب تبعاً لنظريته الخاصة عن العلاقات (في التشابه أو التضاد) بينها، وبسبب هذا التنظيم للتكوينات الشخصية فإن شخصين لهما درجة عالية من التكوينات الشخصية المتشابهة إلى حد

كبير قد يختلفان مع ذلك اختلافاً ملحوظاً الواحد عن الآخر، لأن تلك التكوينات مرتبطة بطرق مختلفة. وتؤكد لازمة الخبرة على أن نظام التكوين الشخصي يتغير تبعاً لاستمرار تفسير الأحداث المتكررة بمعنى أن التعلم يحدث، ونتيجةً لهذا التعلم يخضع نظام التكوين الشخصي للتغيير المستمر. وفي لازمة الاختيار: يفيد كيلى أن الشخص يختار لنفسه البديل في تركيب ثنائي يتوقع فيه الفرد إمكانية أكبر للإشباع وتحديد نظامه، فبالنسبة لأي موقف خاص على الفرد أن يختار أيّاً من البديلين يعمل بصورة أفضل، أي الذي يساعده بصورة أفضل على التنبؤ بأحداث المستقبل، وطبيعي أن الفرد سيختار البديل الذي يمده بأفضل الفرص في توقع أحداث المستقبل. وهنا يُلاحظ أن لازمة الاختيار ليست في حاجة إلى مفاهيم مثل المكافأة والتعزيز واللذة والاختزال، فالإنسان لا يبحث عن المكافآت أو اللذة، وإنما يكافح باحثاً عن حلول لمشكلة التنبؤ بالمستقبل، والواقع أن هذه الرؤية للسلوك الإنساني هي ما يميز نظرية كيلى عن النظريات الأخرى في تفسير السلوك.

التعقيد - التبسيط المعرفي

أحد الجهود المبكرة للتعرف على أشكال البنية في نظام التكوين الشخصي كان دراسة بيرى (١٩٥٥) في التعقيد المعرفي، فقام بتصميم تدرج هرمي للدرجة التي يكون فيها نظام التكوين غير صالح للعمل أو مميزاً كعكس لنظام التعقيد - التبسيط المعرفي.

فنظام التعقيد المعرفي: يتكون من عدد كبير من التكوينات ويزود الأفراد بإدراك وتفسير متميز للظواهر، أما نظام التبسيط المعرفي: يتكون من تكوينات قليلة ويمد الأفراد بإدراك وتفسير فقير للظواهر.

والشخص المعقد معرفياً يرى الأفراد بطرق مميزة كامتلاكهم لخصائص متنوعة، بينما الشخص البسيط معرفياً يرى الأفراد بطرق غير مميزة حتى في المدى المستخدم لتكوين واحد فقط مثل (جيد- سئ) في التعبير عن الآخرين.

قارن بييري باستخدام اختبار ذخيرة التكوين بين الأشخاص المعقدين معرفياً والبسطاء معرفياً في علاقة التعقيد والتبسيط لديهم بدقة تنبؤاتهم بسلوك الآخرين وقدرتهم على التمييز بين أنفسهم والآخرين، ووجد أن الأشخاص المعقدين معرفياً كانوا أكثر دقة في توقع سلوك الآخرين عن الأشخاص البسطاء معرفياً، كما وجد أن الأشخاص المعقدين معرفياً كانوا أكثر قدرة على التعرف على الاختلافات بين أنفسهم والآخرين، وذلك نتيجة للأعداد الكبيرة من التكوينات لدى الأشخاص المعقدين معرفياً والتي تمكنهم من التعرف على الفروق بدقة أكبر.

وتشير نتائج العديد من الدراسات إلى أن الأسلوب المعرفي وبصفة خاصة التعقيد والتبسيط المعرفي قد يتناول تضمينات مهمة بالنسبة للقيادة والعلاقات الدولية - فعلى

سبيل المثال- في دراسة للقادة الناجحين غير الناجحين لأربعة ثوريين (أمريكي، روسي، صيني، كوبي) وجد أن التعقيد المعرفي ارتبط بالنجاح في مواجهة الأزمات وواصل بييري شرح التعقيد-التبسيط المعرفي كبعد في الشخصية وعرفه كمتغير لتنظيم المعلومات بأنه إحدى المحددات لشرح السلوك الاجتماعي بطريقة متعددة الأبعاد، وفي دراسة أخرى للطريقة التي يعالج بها الفرد المعلومات، وجد أن الأشخاص مرتفعي التعقيد يختلفون عن الأشخاص منخفضي التعقيد في الطريقة التي يعالجون بها المعلومات المتعارضة عن الشخص، فيميل الأشخاص مرتفعي التعقيد إلى استخدام معلومات متعارضة في تشكيل أحد الصور الذهنية، بينما يميل الأشخاص منخفضي التعقيد لتشكيل صور متسقة للشخص ويرفضون كل المعلومات المتعارضة مع تلك الصورة.

وأثبتت نتائج بحث آخر أن الأشخاص المعقدون معرفياً لديهم قدرة أكبر على أخذ أدوار الآخرين، فوفقاً لنظرية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية يرتبط التعقيد بقوة بعامل الانفتاح على الخبرة.

وبالتالي يستخدم اختبار ذخيرة التكوين في تحديد محتوى وبنية نظام التكوين للفرد، ومقارنة آثار التكوينات المختلفة.

في الإجمال - يفترض كيللي أن بنية الشخصية تتكون من نظام تكوين الفرد وأن الفرد يعبر عن نفسه وعن الآخرين من خلال هذا النظام، واختبار ذخيرة التكوين هو أداة التحقق من طبيعة هذه التكوينات.

العملية

انحرف كيللي في رؤيته للسلوك الإنساني عن النظريات التقليدية في الدافعية، ففي علم نفس التكوينات لا يفسر السلوك بمعاني الدوافع والحوافز والحاجات، فمفهوم الدافعية في هذه النظريات يفترض أن الشخص كسول ويحتاج لبعض العوامل لكي يبدأ نشاطه، ولكن نظرية كيللي تفترض أن الكائن الحي موجه بنشاط نحو العالم.

وقسم كيللي النظريات في الدافعية إلى قسمين:

نظريات المد:

التي تتدرج بها مصطلحات مثل الحافر، الدافع، والمثير.

نظريات الجذر:

التي تستخدم تكوينات مثل القيمة أو الحاجة.

الأحداث المتوقعة: التنبؤ بالمستقبل:

استخدم مفهوم الدافع التقليدي لشرح لماذا يكون البشر نشيطين ولماذا يتخذ نشاطهم اتجاه محدد، ولكن مسلمة كيالي في تفسير السلوك الإنساني تتوجه ببساطه إلى أن عملية الشخص تكون محصورة في اتجاه نفسي من خلال الطرق التي يتوقع بها الأحداث، تدل المسلمة ضمناً على أننا نبحث عن التنبؤ، وأن نتوقع الأحداث وأن ننفذ إلى المستقبل عبر نافذة الحاضر.

وفي اختبار الأحداث يلاحظ الفرد المتشابهات والمتناقضات وبهذه الطريقة يكون التكوينات، بالاعتماد على هذه التكوينات الأفراد مثل العلماء يتوقعون المستقبل، ونفس الأحداث تتكرر مراراً، ونحن نعدل تكويناتنا لكي تصبح تنبؤاتنا أكثر دقة، وتختبر هذه التكوينات في معاني فاعلية تنبؤاتها.

يقوم الفرد باختبار تكوين خاص من خلال عمل «رهان» من خلال توقع أحداث خاصة أو إيقاف أحداث، فلو حدث توقع للأحداث يدعم التنبؤ والتكوين يكون التكوين صادق على الأقل بالنسبة للموقف الحالي، أما في حالة عدم حدوث توقع للأحداث يكون التكوين غير صادق وفي هذه الحالة يجب على الفرد أن يطور تكويناً جديداً ليكون أكثر فاعلية في توقع الأحداث.

القلق، الخوف، والتهديد:

لكي تصبح رؤية العملية أكثر وضوحًا لابد من توضيح مفاهيم القلق والخوف والتهديد.

عرف كييلي القلق بأنه التعرف على الأحداث التي يكون فيها المرء مجابهاً لوضع خارج مدي الملائمة لأحد أنظمة التكوين، فيكون المرء قلقاً عندما يصبح بدون تكوينات، فعندها يفقد المرء حقيقة بنية الأحداث، وهنا يحاول المرء تحجيم القلق بطرق متنوعة، فقد يوسعون التكوين ويجيزون له التطبيق على الأحداث المتنوعة، أو قد يقربون تكويناتهم ويركزون على تعاملات لحظية -على سبيل المثال- نفترض أن أحد الأفراد لديه تكوين الشخص المهموم -الشخص الأناني ويعتبر ذاته شخصاً مهموماً، في أحد المواقف وجد نفسه يسلك بطريقة أنانية، كيف يمكن أن يعبر عن ذاته وعن الأحداث؟

في هذه الحالة يمكن أن يوسع تكوين الشخص المهموم لينتضمن السلوك الأناني، أو يجد تكوين الشخص المهموم لأفراد مهمين في حياته أو في الأفراد بصفة عامة، في الحالة الأخيرة يطبق التكوين لموقف أكثر تحديداً لأفراد أو أحداث.

وفي تباين مع القلق يخبر المرء الخوف عندما يدخل تكوين جديد على نظام التكوين، ويعتبر موقف اختبار هذا التكوين الجديد مهدداً بالنسبة للفرد، فيعرف التهديد: بأنه

وعي بتغير شامل وشيك الحدوث في أحد البنيات الجوهرية في نظام التكوين، فعلى سبيل المثال- يشعر المرء بالتهديد بالموت لو أدرك أنه وشيك الحدوث ولو أنه تضمن تغير عنيف في أحد التكوينات الجوهرية، فالموت لا يكون تهديدًا عندما لا يكون وشيك الحدوث أو عندما لا يكون معبرًا عنه ككونه جوهرًا لمعنى حياة المرء.

فحينما يتولى الأفراد أنشطة جديدة يواجهون أنفسهم بارتباك وتهديد، فيخبر الأفراد التهديد عندما يفهمون أن تكوين أنظمتهم يكون متأثر بشكل كبير بما تم اكتشافه وهذه هي لحظة التهديد، إنها العتبة بين التشويش والتحقق، والاستجابة للتهديد قد تكون معطاء للمغامرة أو الارتداد إلى تكوينات قديمة.

كما اختبر كيلي ومجموعة من الأخصائيين النفسيين فرض أن الطلاب الموسيقين سوف يشعرون بالتهديد من إمكانية الفشل بواسطة المايسترو الموسيقي، ولاختبار هذا الفرض قام الباحثون منذ بداية نصف العام الدراسي بتقديم قائمة التهديد المكونة من أربعين بنيه جوهرية مثل (الكفاءة -عدم الكفاءة، الجيد- السيئ)، وتألفت درجة قائمة التهديد من عدد من بنيات جوهرية على تقدير الذات بشكل عام والذات لو أدت بضعف أمام المحكم على أطراف متقابلة، قيس القلق عبر استخدام الاستبيان في بداية الفصل الدراسي وقبل ثلاثة أيام من بدء المحكمين الموسيقيين، فوجد الباحثون أن هؤلاء الطلبة الذين قرروا أن الفشل على المحك يمكن أن ينتج من التغيير الشامل في

تكويناتهم الشخصية كانوا أكثر قلقًا كما دون في طريقة المحكم، فالوعي بأن التغيير الشامل في نظام التكوين أوشك على الحدوث هو المهدد وليس الفشل في حد ذاته.

فديناميات التوظيف الإنساني للمفاهيم والتكوينات تتضمن التفاعل بين رغبة الفرد في توسيع نظام التكوين والرغبة في تجنب التهديد لهذا النظام، فيبحث الأفراد عادة عن أن يحافظوا ويعززوا أنظمة تنبؤاتهم، ومع ذلك قد يتقيد الأفراد بصلاية بتكوين النظام بدلاً من المخاطرة لتوسيع أنظمة تكويناتهم.

في المجمل يفترض كيللي في رؤيته للعملية أن الكائن الحي نشيط وأنه لا يحتاج لقوى الدافعية، ووفقاً لكيلي يسلك الأفراد كالعلماء في التعبير عن الأحداث وصنع التنبؤات والبحث عن توسيع نظام التكوين، ولكن أحياناً يشعر الفرد بالقلق من عدم المعرفة، كما يشعرون بالتهديد من خلال التعرض لغير المؤلف الذي نبحت عنه لتقف على الحقائق المطلقة، وعندما نسلك كعلماء جيدين نكون قادرين على أن نختار المزاج الجيد ونعرض أنظمة تكويناتنا للأحداث المتنوعة التي تشكل الحياة.

النمو والتطور

كان كيللي غير واضح في وصفه لنشأة أنظمة التكوين، لقد قرر أن التكوينات تشتق من ملاحظة نماذج متكررة من الأحداث لكنه لم يوضح أنواع الأحداث التي تؤدي إلى الاختلافات في أنظمة التكوين لدى الأفراد مثل الاختلاف بين أنظمة التكوين المعقدة

والبسيطة، فتعليقات كيللي المرتبطة بالنمو والتطور محدودة وركزت على تطوير الأنظمة قبل اللفظية في الطفولة وتفسير دور الثقافة في توقعات الأفراد.

فالأفراد الذين ينتمون لنفس الجماعة الثقافية التي تشترك في طرق أساسية للتعبير عن الأحداث لديهم نفس أنواع التنبؤات فيما يتصل بالسلوك.

وبالبحث في النمو والتطور المرتبط بنظرية التكوين الشخصي ، نجد أن هناك تأكيد على نوعين من التغيرات: الأول يؤكد على إزدياد تعقيد نظام التكوين بالتقدم في العمر، والثاني يشير إلى قدرة الأطفال لصنع تغيرات كيفية في طبيعة التكوينات فهم يكونون أكثر وعياً بأنظمة التكوين للآخرين، فيطور الأطفال أعداد متزايدة من التكوينات المتغيرة، ويصنعون تمييزيات دقيقة ويظهرون تنظيمًا أكثر تدرجًا ودمجًا.

ففي إحدى الدراسات لمستوى التعقيد المعرفي لدى الأفراد وجد أن هناك علاقة بين مستوى التعقيد والخلفيات الثقافية التي نشأ فيها هؤلاء الأفراد في مرحلة الطفولة، وفي دراسة أخرى وجد أن الوالدين للأطفال ذوي التعقيد المعرفي كانوا أكثر حبا لمنح الاستقلال لأطفالهم مقارنة بالوالدين للأطفال منخفضي التعقيد، فمن المحتمل أن إتاحة الفرصة للأطفال لاختبار أحداث مختلفة والتعرض لخبرات عديدة يمكن أن يؤدي لتطوير بنية معقدة.

كما نجد أن الأطفال الذين يخبرون التهديد الصارم والدائم طويلاً من الوالدين سوف يطورون أنظمة تكوين جامدة ومقلصة، لذا يجب دراسة العوامل المحددة لمحتوى التكوين والتعقيد في أنظمة التكوين، حيث أنها تتصل بصفة خاصة بمجال التعليم، منذ بدا جانب من جوانب التعليم أن يكون مطوراً لأنظمة تكوين تكيفية، جامدة، ومعقدة.

وفي جانب نمو الشخصية يرى كيلي أن كل طفل ينظر إلى والديه كضرورة لبقائه من خلال البناء الاعتمادي الذي يربطه بهذه الظروف، وبسبب أهميتهم يستطيع الوالدين أن يفسدا أو يضعفا قدرة الطفل على توقع المستقبل عن طريق جعله يتصرف بطريقة مرضية، فالتدليل الزائد يعلم الطفل توقع إشباع كل حاجاته بشكل دائم، كما أن الضغط الزائد الناتج عن العقاب يجعل الطفل يتصرف بطريقة متصلبة في مواجهة التركيبات القليلة المتشابهة بدلاً من تبني طرقاً جديدة في التعامل مع البيئة، كما أن سلوكيات الوالدين التي تتسم بالتذبذب تجعل من المستحيل تماماً توقع ما سيقدم عليه الطفل من سلوك بشكل دقيق، وقد يكون لدى الوالدين خصائص من قبيل الافتقار إلى الحكمة والتعقل مما يكسب الطفل أساليباً سلبية في التعامل، وهذا سيؤدي إلى تكوين تركيبات بنائية مماثلة لهما عند الأبناء. ويرى كيلي أنه رغم وجود هذه المؤثرات اللاتوافقية فإن نمو الشخصية يتضح، ويستطيع الطفل تدريجياً جعل البناء الاعتمادي أكثر نفاذية، فيتحول إلى فئة الأشخاص المختلفين، وتدرجياً قد يتخلى الطفل عن

تصوره لوالديه بأنهما الأقوى والأمثل ويعادلهما مع الناس المحيطين به، كأن يكونوا في رأيه أقباء أو ضعفاء، متعاونين أو مؤذيين وهكذا.. وفي جانب العلاج النفسي ينظر كيلي إلى أن الهدف الأساس يتلخص بتزويد العميل أو المسترشد بإطار يساعده على التصرف بحيوية، وأن يجرب تكوينات شخصية جديدة، وإعادة بناء النظام بطرق تؤدي إلى مزيد من التوقع الصحيح للمستقبل، ويرى كيلي أن قمة الموضوعية في عمل العلاج النفسي هي إعادة البناء السيكولوجي لحياة العميل.

التطبيقات الاكلينيكية للنظرية

-التقييم السلوكي-

اعتمدت نظرية جورج كيلي في تقييم الشخصية ومعرفة تكوينات الأفراد عن طريق اختبار دور ذخيرة التكوين.

ويعتمد هذا الاختبار على التقارير الذاتية فكيلى يؤمن بالتقدير الذاتي ويقول إذا أردت أن تعرف شيء عن شخص ما أسأله قد يخبرك.

ويتكون الاختبار من إجرائيين رئيسيين الأول يعتمد على جدول اسم الدور وفيه يقوم الشخص بتحديد أسماء الأدوار مثل الأم- الأب- المدرس- الصديق- الحبيب، ويقوم الشخص بتحديد أسماء الأشخاص الملائمة للدور، وقد نعطي الأشخاص من ٢٠ إلى ٣٠ دور؛ الإجراء الثاني يقوم الشخص بتحديد طرفي التشابه مع طرف تباين؛ ذلك

عن طريق تحديد شخصين أو دورين يتشابهان معًا في خاصية معينة ويختلف شخص آخر أو دور آخر معهم في نفس الخاصية، والجدول التالي يوضح نموذج لذلك.

(جدول ١٠ : ١) اختبار دور ذخيرة التكوين (خ. ذ) : أمثلة للتكوينات

التكوين المتباين	الأشكال غير المتشابهة	التكوين المتشابه	الأشكال المتشابهة
تؤكد على القلق بصفة خاصة	الأم ، الأخت	التأكيد على المساعدة ، الهدوء	الذات ، الأب ، المدرس ، شخص السعيد
الاضطراب في التعبير عن الأحاسيس	صديق الماضي	مستمع جيد	الصديق النكرو ، الصديق الأنثوي
حذر من الآخرين وغير نشيط في التواصل	شخص محبوب صاحب العمل	استخدامات الأفراد لنهايات خاصة ، النشاط في التواصل	الشخص المكروه ، الأب المستخدم ، الشخص الناجح
يحترم الآخرين ، منبسط	الأخت ، الصديق الماضي	يقاطع الآخرين ، منطوي	الشخص المكروه ، الأم المستخدمة ، صديق أنثوي
معتمدا ، غير فني	شخص مساعد ، صديق أنثوي	مكتفى ذاتيا ، فني	الذات ، ذات المدرس ، صديق أنثوي
غير مثقف	الأخ	رفيع الثقافة	صاحب العمل ، صديق أنثوي

- علم النفس المرضي

وفقاً لكيالي فإن المرض النفسي يعتبر استجابة مضطربة للقلق، كما أن الخوف والتهديد يلعبان أدوار رئيسة في ظاهرة المرض النفسي.

وبالنسبة لكيالي يُعرف المرض النفسي في معاني التوظيف الفقيرة في التكوينات الشخصية، فيكون الإنسان كالعالم الفقير الذي يحتفظ بالنظرية ويصنع نفس التنبؤات في مختلف المواقف، بدلاً من أن يقوم ببحوث أخرى ملائمة.

كما يحدث المرض نتيجة عدم القدرة على توقع الأحداث، أو أن يقوم الشخص بصنع نفس التنبؤات بمختلف الظروف المحيطة، وقد يحدث المرض أيضاً نتيجة عدم التنظيم في نظام التكوين فعلى سبيل المثال يتميز الفصاميون بعدم التنظيم في التكوينات، ويحدث المرض أيضاً عندما يمتلك الشخص تكوينات قليلة جداً ويكون غير قادر على تطوير تكوينات جديدة أو أن تكويناته غير مناسبة للأحداث

وميز كيالي بين العدوان والعداء كمفاهيم مرضية؛ فيرى أن العدوان يحدث عندما يريد الفرد التوسع في نظام تكويناته لكن هذا التوسع لا يتناسب مع الأشخاص الآخرين المحيطين به فيلجأ للعدوان وتعتمد الأذى.

أما العداء هو "محاولة ابتزاز تأكيد للتنبؤ الاجتماعي الذي فشل بالفعل". عندما يواجه الشخص موقفاً يتوقع فيه نتيجة واحدة ويتلقى نتيجة مختلفة تماماً ، يجب عليه /

عليها تغيير نظريته أو بنائه بدلاً من محاولة تغيير الموقف لمطابقة بنائه. لكن الشخص الذي يرفض باستمرار تعديل نظام معتقداته لاستيعاب البيانات الجديدة ، وفي الواقع يحاول تغيير البيانات ، يتصرف بسوء نية وعدائية ولكن لا يعتمد الأذى. العداء في نظرية كييلي مماثل للعالم "الذي يتلاعب" ببياناته. قد يكون أحد الأمثلة هو الأستاذ الذي يرى نفسه على أنه معلم بارع يتعامل مع تقييمات الطلاب الضعيفة عن طريق التقليل من قيمة الطلاب.

-العلاج النفسي والتغيير

لم يعتقد كييلي في مدخل توسعي في العلاج النفسي. فعوضاً عن أن يقوم المُعالج بتفسير سيكولوجية الشخص، والتي قد تصل إلى حد فرض بنيات الطبيب نفسه على المريض، فإن دور المُعالج ينبغي أن ينحصر فقط في كونه مُرشد أو وسيط بالنسبة للمريض لمساعدته في اكتشاف بنياته الخاصة. ثم يُفسر سلوك المريض بشكل أساسي بوصفه يمثل طُرقاً لرصد العالم، والتصرف بناء على ذلك الرصد، وتحديث نظام البنية بالطريقة التي تزيد من إمكانية التنبؤ. لقد طور كييلي آلية مقابلة الشبكة المرجعية (علاج الدور الراسخ) لكي يساعد المريض على اكتشاف بنياته الخاص.

وناقش كييلي عملية التغيير عن طريق تطوير أنظمة التكوين بشكل إيجابي، ويساعد الأشخاص على تحسين تنبؤاتهم،.

في العلاج النفسي يكون المرضى مدربين ليكونوا علماء أفضل، وبمساعدهم على إعادة التعبير، ووفقاً لكييلي هناك ثلاثة مواقف تؤيد التغيير:

١- لابد من وجود مناخ جيد للتجريب وتنمية البيئة الجيدة التي تساعد المرضى على التشجيع والاستبصار وتغيير أنظمة التكوين.

٢- يجب أن يكون هناك استعداد مسبق لتقبل المريض للتغيير وقبوله لإضافة عناصر جديدة تساعد علي تحسين وتطوير التكوينات والتنبؤات.

٣- أهمية الجو الصحي وإدارة العلاقة العلاجية والتعامل مع الطرح واستغلاله في تكوين وصنع تنبؤات جديدة.

ومن أشهر التكنيكات العلاجية لنظرية التكوينات الشخصية هو علاج الدور الراسخ Fixed Role Therapy وهو عبارة عن أسلوب يستخدمه المعالج مع الأشياء التي تقاوم التغيير عند الأشخاص.

ويقوم هذا التكنيك على تشجيع المرضى أن يمثلوا أنفسهم بطرق جديدة ليصبحوا أفراد جدد.

وكان كييلي يقدم للمرضى مخططاً لشخصية جديدة قد يكون الفرد أو المريض ميالاً لها أو يتمناها، وقد يقوم بعض المعالجين بوضع تصور الشخصية الجديدة مع

العميل، وتشارك هذه الشخصية مع بعض التكوينات الفعلية لشخصية العميل الأساسية.

وفي المرحلة التالية يقوم المعالج بتشجيع المريض علي تمثيل الشخصية التي تم وضع مخطط لها مسبقاً، وأن يتصرف وكأنه نفس الشخص الآخر المراد تمثيله.

قد يقاوم المريض ذلك في البداية ويرى أنه لعب أو تمثيل ولكن على المعالج أن يكون مشجعاً له دون أن يخبره بأن ذلك ما يجب أن يكونه في نهاية الأمر، ولكن يطالبه بالتخلي عن كينونته مؤقتاً وأن يتصرف وفقاً للشخصية الجديدة.

وخلال الأسابيع التالية يأكل المريض، ينام، يحس بالدور تدريجياً، ويتناقش بعد ذلك المريض مع المعالج في مشكلات الدور الجديد إن وجدت، كما يتم تدريب المريض جيداً أثناء الجلسة العلاجية لممارسة الدور لاختبار توظيف نظام التكوين الجديد عندما يستخدم فعلياً، ويجب على المعالج أن يكون مستعد للتصرف كما لو أمنه أشخاص متنوعة.

التقييم النقدي للنظرية

القوى

- ١- وضعت تأكيد على العمليات المعرفية كمظهر محدد في الشخصية
- ٢- تقدم نماذج في الشخصية تمدنا بالشرعية في توظيف الشخصية العام والتفرد في أنظمة التكوينات الخاصة بالأفراد
- ٣- قدمت النظرية نموذج لجمع البيانات من خلال اختبار دور ذخيرة التكوين
- ٤- قدمت النظرية نموذج للعلاج متمثل في علاج الدور الراسخ.

الحدود

- ١ - لا تؤدي إلى البحث الذي يوسع النظرية
- ٢- قدمت إسهامات قليلة في نمو وتطور الشخصية
- ٣ - لا تقدم دليلاً واضحاً في ارتباط البحث وتطبيقاته في العمليات المعرفية

الفصل السادس

نظريات السمات في الشخصية

محتويات الفصل

مقدمة

مفهوم السمات

نظرية السمات لدى ألبورت

نظرية السمات لدى كاتل

نظرية السمات لدى أيزنك

نظرية السمات لدى جيلفورد

العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية

تطبيقات العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية

مقدمة

نظرية السمات " Trait theory " في علم النفس هي نهج لدراسة شخصية الإنسان، وهي من المقاربات الأساسية لدراسة شخصية الإنسان حيث يهتم أصحاب هذه النظرية في المقام الأول بقياس السمات التي يمكن تعريفها بأنها الأنماط المعتادة للسلوك، والتفكير، والعاطفة، والصفات مستقرة نسبياً مع مرور الوقت، تختلف بين الأفراد وتؤثر على سلوكهم فمثلاً نجد أن بعض الناس اجتماعيين في حين أن البعض الآخر خجولين.

يذهب أصحاب هذه النظرية إلى أن لكل شخصية نمطها الفريد من السمات، وأن هذه السمات تلعب دوراً رئيساً في تحديد سلوك الفرد. وتستعين نظرية السمات بعدد كبير من السمات أو الأبعاد التي يفترض أنها مشتركة بين الناس جميعاً في وصف كثير من الفروق الأخرى في الشخصية التي لا يمكن وصفها بعدد محدود من الأنماط.

وتعرف السمات: بأنها أنماط سلوكية عامة دائمة نسبياً، وثابتة نسبياً، تصدر عن الفرد في مواقف كثيرة، وتعتبر عن توافقه مع البيئة. والسمات لا يمكن ملاحظتها مباشرة ولكن يستدل على وجودها من ملاحظة سلوك الفرد خلال فترة من الزمن.

والسمة لغة تعني " اتسم الرجل جعل لنفسه (سمه) يعرف بها " وهناك الكثير من الكلمات التي يمكن أن تحدد سمات الشخص فقد يوصف الشخص بأنه ذكي، أو خجول أو متواضع أو عدواني إلى غير ذلك. فالسمات إذاً هي مفاهيم استعدادية، نزعة إيجابية لدى الشخص تنقل الاستعدادات بطريقة معينة عند نوع معين من المؤثرات أي أن الشخص ينقل الاستعدادات السلوكية من موقف إلى موقف آخر لأنها تتضمن قدرًا من احتمال سلوك الشخص بطريقة معينة.

وفي مصطلحات علم النفس فإن السمة تعرف على إنها " صفة ثابتة تميز الفرد عن غيره؛ فهي بهذا المعنى الشامل تضم المميزات الجسمية، والحركية، والعقلية، والوجدانية، والاجتماعية.

ويعرف "ألپورت" G.Allpor السمة أنها نظام عصبي مركزي عام يختص بالفرد، يعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي، والتعبيري.

- السمات لدى جوردن ألپورت

يعتبر جوردن البورت من الرواد في مجال سيكولوجية سمات الشخصية حيث أنه نظر لها على أنها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية، ولقد اختصر لغة السمات إلى أربعة آلاف وخمسمائة وواحد وأربعين كلمة، وقد اعتبر هذه السمات هي نقطة



البداية الحقيقية لدراسة الشخصية، كما قال أن فكرة السمات هي خصائص متكاملة للشخص وليست مجرد جزء من خيال الملاحظ، وهي تشير إلى خصائص نفسية، وعصبية ويمكن التعرف عليها من خلال الملاحظ عن طريق الاستدلال ومنها ما هو مركزي، وما هو أساسي ومنها الهام، وغير الهام للشخص.

ووصف هذه السمات بأنها الميول للاستجابة، ويرى البورت ان هذه السمات تكون واسعة النطاق وبالتالي فهي تعمل على توحيد الاستجابات في المواقف المختلفة، ويعتقد ألبورت أن سمات الشخصية تحدد انماط فريدة من نوعها للاستجابة لأحداث البيئة وبالتالي نفس المثير يتوقع ان ينتج استجابة مختلفة في افراد مختلفين أي انها تختلف باختلاف الافراد.

ويميز ألبورت بين ثلاثة انواع من السمات هي:

١- السمات الاساسية والمركزية والثانوية^(١):

بالنسبة للسمات الأساسية أو المركزية هي التي تعبر عن التصرفات البارزة في حياة الاشخاص، والتي يعزوها تقريباً إلى النفوذ مثل التحدث عن الشخص السادي نسبة إلى " ماركيز ديساد " وهي سمة تؤثر في الفرد بشكل مباشر ولا يمكن اخفاؤها طويلاً حتى أن الشخص يصبح مشهوراً بها.

أما السمات الثانوية فهي أقل حدوثاً وهي سمات تحدث قليلاً وذات أهمية قليلة في وصف الشخصية، ولكنها أكثر تركيزاً من حيث الاستجابات التي تؤدي إليها وأيضا من حيث المنبهات التي تتناسب معها وعددها لا يتجاوز خمس أو عشر سمات.

٢- السمات العامة (المشتركة) والسمات الخاصة (الفريدة)^(٢):

فالسمة العامة هي فئة تصنف فيها اشكال السلوك المتكافئة وظيفياً لدى عامة الناس، وهي تعكس إلى حد ما الاستعدادات الحقيقية والتي يمكن مقارنتها لدى كثير من الشخصيات وهي نتيجة الطبيعة البشرية العامة والثقافة المشتركة فإنها تنمى

¹ and central and secondary Traits Basic

² General and special Traits

أساليب متشابهة من توافقهم مع بيئاتهم ولكن بدرجات مختلفة، والسمة الفردية هي التي يمكن اعتبارها سمة حقيقية لأن السمات توجد في أفراد وليس في المجموع بشكل عام ولأنها تتحاور وتُعمم إلى استعدادات دينامية بطريقة فريدة وفقاً لخبرات كل فرد.

٣- السمات التعبيرية والسمات الاتجاهية^(٣) :

السمات التعبيرية هي سمات معينة تؤثر في السلوك، وتشكله ولكنها تكون غير واقعية في أغلب الأفراد ومن أمثلتها السيطرة والمثابرة، وهي سمات ذات تأثير محدود في مجالات معينة من مجالات الحياة، والتصنيف الذي يصنفه ألبرت للسمات يوضح أنها متداخلة، ولا يوجد سمة مستقلة بذاتها، ولا يوجد فاصل بين سمة معينة وسمة أخرى.

ولم يقدم ألبرت تمييزاً واضحاً بين الاعتبارات التركيبية، والدافعية للشخصية. وتمشياً مع أفكار ألبرت عن محسوسية الدوافع الإنسانية؛ فإنه يقدم وصفاً لتركيب الشخصية في مصطلح السمات مثل الصداقة^(٤)، والنقاء^(٥) أو النظافة^(٦)، والخجل^(٧)، والسيطرة، ويفترض أن سلوك أي فرد لا يكون مماثل أو صورة طبق الأصل من سلوك شخص آخر بسبب ظروف البيئة الخارجية أو ضغوط من الأشخاص الآخرين

³ Expressive and directionality Traits

⁴ Friendship

⁵ Purity

⁶ Cleanliness

⁷ Shame

والصراعات الداخلية، ولا تستطيع أي نظرية للسّمات أن تكون ذات صوت مسموع إلا إذا أخذت بعين الاعتبار ذلك التعدد، والتنوع في سلوك الفرد.

- نظرية كاتل

لقد كان جهد كاتل موجّهًا نحو خفض قائمة سمات الشخصية إلى عدد قليل يمكن معالجته بواسطة الطريقة الاحصائية التي تعرف باسم التحليل العاملي أو معاملات الارتباط، ولقد وضّح كاتل هذا الأسلوب بمجموعة مقاييس يمكن فهمها بسهولة. والعنصر الأساسي في نظرية الشخصية عند كاتل هي السمة، والتي يجري تصنيفها في إطار اتجاه التحليل العاملي للشخصية، والسمة عند كاتل هي أساس التصنيف الذي يفسر عن طريقه السلوك، ويُعرف السمة بأنها اتجاه استجابي عريض ودائم نسبيًا، ومن هنا فإن السمة تشمل عددًا من أنواع السلوك. ولقد وجد كاتل (٤٠٠٠) صفة في اللغة الانجليزية وبعد حذف المتكرر منها اختصرها الي مائة وواحد وسبعون سمة.

وبعد حساب درجة الترابط بينها حددها في ستة عشر عاملاً وهي: (الانطلاق^(٨)، الذكاء^(٩)، قوة الانا^(١٠)، السيطرة، الاستبشار، قوة الانا الأعلى^(١١)،

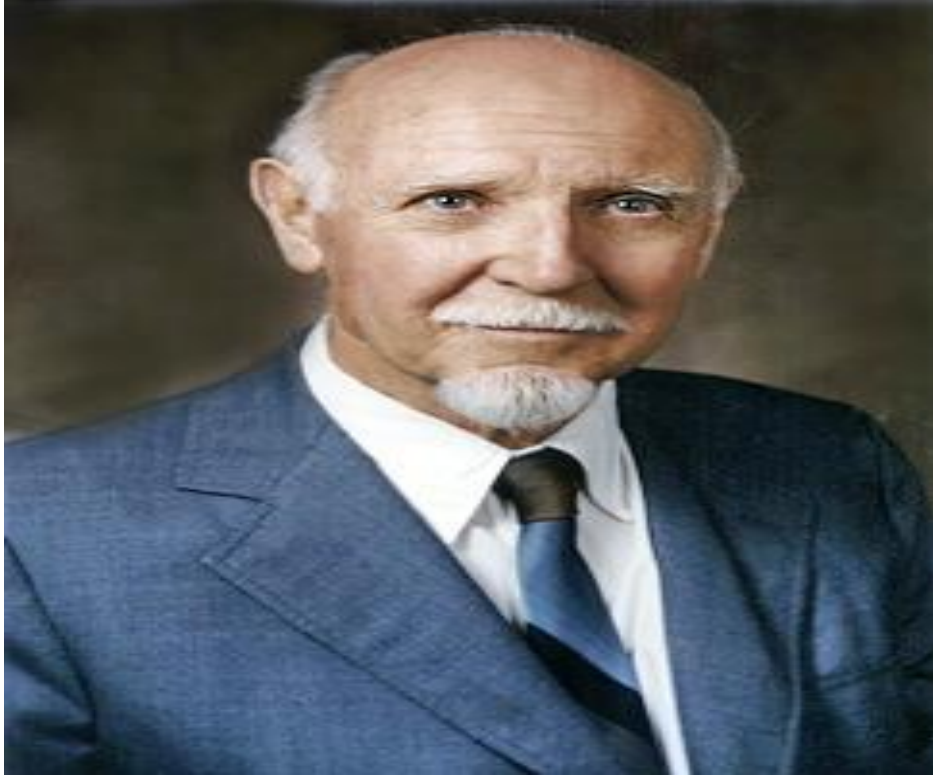
⁸ Starting

⁹ Intelligence

¹⁰ Ego strength

¹¹ Super Ego strength

المغامرة^(١٢)، الطراوة^(١٣)، التوجس^(١٤)، الاستقلال^(١٥)، الدهاء^(١٦)، الاستهداف
للذنب^(١٧)، التحرر^(١٨)، الاكتفاء الذاتي^(١٩)، التحكم الذاتي في العواطف^(٢٠)، ضغط
الدوافع^(٢١).



-
- 12 Adventure
 - 13 Freshness
 - 14 Obsessing
 - 15 Autonomy
 - 16 Cunning
 - 17 Targeting of Guilt
 - 18 Liberation
 - 19 Self-sufficiency
 - 20 Self-control Emotions
 - 21 Pressure Motives

وقد قسم كاتل السمات إلى ثلاثة أنواع:

أولاً: من حيث العمومية

يتفق كاتل مع ألبورت أن هناك سمات عامة يتسم بها الأفراد جميعاً وسمات فريدة لا تتوفر إلا في عدد من الأفراد، ويقسم السمات الفردية إلى سمات فردية نسبياً أي بفروق طفيفة عن الأفراد، وسمات جوهرية أي أنها تميز شخص بعينه.

ثانياً: من حيث الشمولية

هناك سمات سطحية وسمات مصدرية، والسطحية هي التي تظهر في السلوك العلني، أما المصدرية مثل النزاهة، والأمانة، والسمات المصدرية هي المتغيرات الأساسية لتحديد المظاهر السطحية مثل قوة الأنا. وتوصل كاتل عن طريق دراسته وعن طريق التحليل العاملي إلى ٦٠ سمة مصدرية والتي تعتبر اللبنة الأساسية للشخصية.

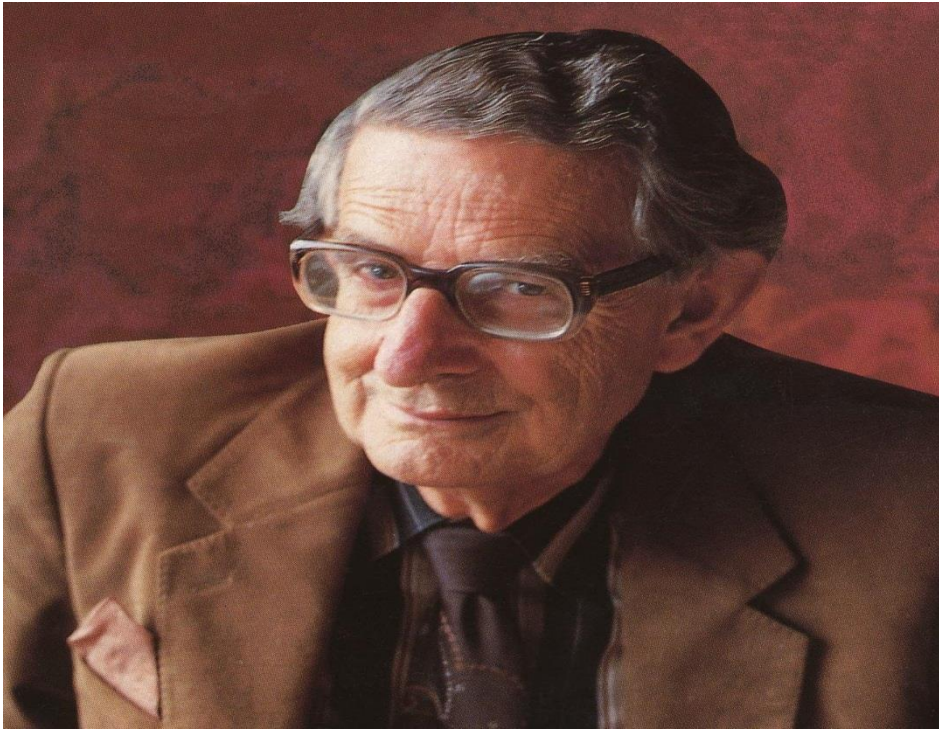
ثالثاً: من حيث النوعية

حيث أن هناك سمات معرفية وسمات وجدانية، والمعرفية هي السمات العقلية والتي تتعلق بالفعالية التي يصل بها الفرد إلى الهدف مثل الذكاء، والقدرات، والثقافة، والمعارف العامة، والمهنية، وفكرة الفرد عن نفسه ووجهة نظره، وإدراكه للناس،

وللواقع؛ بينما الوجدانية تتصل بإصدار الافعال السلوكية، والتي تختص بالاتجاهات العقلية، أو بالدافعية، والميول، أي تتعلق بتهيئة الفرد للسعي نحو بعض الاهداف.

هـ - نظرية السمات لدى هانز أيزنك:

يعد هانز أيزنك Eysenk من أشهر العلماء الذين عملوا في علم الشخصية، والذين تركوا بصمة واضحة في هذا العلم، وقد أشار أيزنك في نظريته للشخصية أن أغلب نظريات الشخصية متعلقة بمتغيرات متشابهة، وغير محددة وإلى جانب استخدامه للتحليل العاملي لمعرفة سمات الشخصية يتميز بعدد صغير جداً من الأبعاد الرئيسية أو العوامل التي تم تحديدها بدقة.



وتتمثل هذه العوامل في الانبساط - الانطواء، والعصابية- الاتزان الانفعالي،
والذهانية واللاذهانية.

والشخصية كما يتصورها أيزنك عبارة عن تكامل وتفاعل لتلك الأبعاد الثلاثة
داخل الإطار العام لتكوين الشخص الجسمي، ويلاحظ أن أيزنك يستخدم التكوين، أو
البناء الجسمي كمتغير أساسي من متغيرات الشخصية.

والشخصية هي ذلك المجموع الكلي لأنماط السلوك الفعلية أو الكامنة لدي
الكائن ونظرا لأنها تتحدد بالوراثة والبيئة فإنها تتبعث وتتطور من خلال التفاعل
الوظيفي لأربعة قطاعات رئيسية تنتظم فيها تلك الأنماط السلوكية: الذكاء والخلق
والمزاج والتكوين.

واقترح أيزنك نموذجًا قسم فيه سمات الشخصية إلى ثلاث سمات واسعة وكان
يعتقد بأن هذه السمات وراثية، وهي:

١. عامل الانبساط- الانطواء:

اعتمد أيزنك في عرضه لمفهوم الانبساط على مفهومي الإثارة والكبح، وهو ما
يعتمد على نشاط القشرة المخية. والمنبسط يتضمن بُعد الاجتماعية وربما يكون
انفعالي وخجول، ومتحفظ، ولديه ميول اجتماعية، ولديه ميل إلى المرح والنشاط

والاستثارة؛ بينما المنطوي قلق ومحبط وله ميل للاستحواذ ويتميز بحدة الطبع والهدوء والتأمل.

عامل العصبية:

يشير أيزنك إلى أن العصبية هي عبارة عن إصابة الأفراد بالقلق والأعراض العصبية ما هي إلا ردود أفعال شديدة للجهاز العصبي حيث ترتبط العصبية بدرجة كبيرة من عدم الاستقرار الانفعالي الموروث للجهاز العصبي.

ويعتبر عامل العصبية / الاتزان الانفعالي عامل ثنائي القطب وهو عامل يقابل بين مظاهر حسن التوافق، والنضج، أو الثبات الانفعاليين وبين اختلال هذا التوافق، أو العصبية، والعصبية ليست هي العصاب بل الاستعداد للإصابة به عند توفر الضغوط والمواقف العصبية.

٢. عامل الذهانية (٢٢)

الذهانية هي استعداد الفرد للإصابة بالذهان أو احتمال تعرضه للانهايار الذهاني، وذلك عند تعرضه للضغوط البيئية التي تفوق تكوينه النفسي وبُعد الذهانية ليس هو الذهان (المرض العقلي) بأعراضه المختلفة ولذلك فنحن في ضوء هذا البُعد

إنما نعمل على تحديد السمات التي تُهدد للإصابة بالذهان، ولقد اكتسب هذا العامل مكانه خاصة نسبياً في نظرية أيزنك للشخصية بالنظر إلى بقية الأبعاد.

ويتصف الأشخاص ذوي الدرجة المرتفعة في سمات هذا البعد بالبرودة والقسوة والعدوانية التي تؤدي إلى نمط شخصية مضادة للمجتمع، ومتمركز حول الذات، ويرى أيزنك أن الأساس الوراثي لبُعد الذهان له أهمية كبرى.

ويرى أيزنك أن هذه الأبعاد الثلاثة الأولية الأساسية ليست بالتأكيد هي كل الاحتمالات؛ إذ يوجد بعدان آخران هما الذكاء^(٢٣) وهو أيضاً يُمثل العامل العام في نظرية سبيرمان والمحافظة مقابل التقدمية^(٢٤) وهو العامل الأساسي في الاتجاهات (معوض، ٤٦٠، ٢٠٠١).

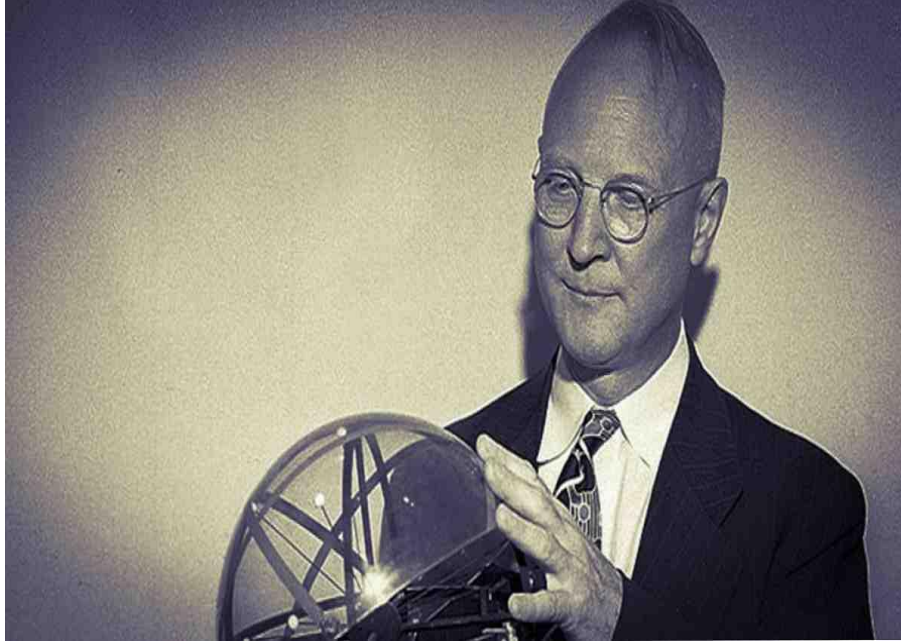
و- نظرية جيلفورد

يرى جيلفورد أن هناك مميزات كبيرة لوقوفنا على أبعاد، أو سمات أولية للشخصية مستقلة عن بعضها البعض، أو قريبة من الاستقلال بصورة معينة، لأن هذه الأبعاد الأولية المستقلة هي التي تحقق المعنى السيكولوجي المطلوب أو أفضل فهم سيكولوجي لجوانب الشخصية الإنسانية، وبالتالي ينبغي تركيز الجهد على الأساليب التي نستطيع بواسطتها عزل وقياس هذه السمات لدى الأفراد لما لذلك من أهمية اقتصادية تمكننا من الحصول على معلومات عن الأفراد بأقل تكلفة ممكنة،

²³ Intelligence

²⁴ Conservatism vs. Radicalism

بالإضافة لما يُتيح ذلك من القيام بتنبؤات جيدة عن سلوك الافراد، ومن خلال كل ذلك نستطيع القيام بتفسيرات سيكولوجية مقبولة يمكن استثمارها في المجالات التطبيقية.



وقد قام جيلفورد بدراسات تحليل عاملي مكثفة وصل من خلالها إلى عوامله الثلاثة عشر التي يري أنها تتيح أفضل فهم للجوانب المزاجية للشخصية. وبعد ذلك وعن طريق التحليل العاملي ومعاملات الارتباط قدم وصفاً حديثاً يشمل أربعة عوامل هي: النشاط الاجتماعي^(٢٥)، والانطواء - الانبساط^(٢٦)، والاتزان الوجداني^(٢٧)، والمزاج البرانويدي^(٢٨). ومع ظهور التحليل العاملي "لثرستون" قام "جيلفورد" باستخدام نفس

²⁵ Social Activity

²⁶ Introversion - Extraversion

²⁷ Emotional Stability

²⁸ Paranoid Disposition

البيانات الاصلية لتحديد عوامل الشخصية بشكل أكثر دقة وتم التوصل الي خمسة عوامل هي:

١ . الانبساط - الانطواء الاجتماعي^(٢٩):

يري "جيلفورد" أن هذا العامل خاصية اجتماعية والدرجة المرتفعة تعني أن الفرد يبحث عن الاتصال والرضا الاجتماعي، والدرجة المنخفضة تعني أنه يبتعد عن الاتصال الاجتماعي والمسؤوليات الاجتماعية.

٢ . الانبساط - الانطواء الانفعالي^(٣٠):

وهو عامل انفعالي ويتمثل في الانفعالات، والشخص الذي يملك سمات انفعالية لديه ضعف في اكتفاء الذات.

٣ . الذكورة - الانوثة^(٣١):

يحتوي علي قائمة بها صفات للذكورة والانوثة مثل السيطرة، والخضوع.

²⁹ Extraversion- Social Introversion

³⁰ Extraversion- Social Introversion

³¹ Male- Female

٤. الهناءة - خلو البال^(٣٢):

الشخص المرتفع علي هذا العامل يميل إلى الاهتمام بمشاعر الآخرين ويهتم بملابسة
ويقظة ضميره، والمنخفض يهمل ملكيته الشخصية وملابسه ومشاعر الآخرين
ومندفع.

٥. التفكير الانطوائي^(٣٣):

يشمل الاهتمام بالأشياء العقلية ولا يفضل الاشتراك في الأنشطة الجماعية ويفضل
عمل الأشياء بطريقته الخاصة وأن يعمل منفردًا.

ومن أشهر النماذج لنظرية السمات هو نموذج العوامل الخمسة الكبرى في
الشخصية

قامت هذه النظرية على أساس البحث عن فئات عامة تتحكم في سلوك
الإنسان وسميت بالعوامل الكبرى وهذه العوامل لا يمكن الاستغناء عنها في وصف
الشخصية، وهذا النموذج هو تصنيف علمي لسمات الشخصية، وتستند هذه النظرية
علي فكرة أن الفروق الفردية الدالة علي التفاعلات اليومية للأشخاص مع بعضهم
البعض ستصبح ذات شكل مسجل في اللغات التي يتحدث بها هؤلاء الأشخاص،

³² Bliss

³³ Thinking introvert

وعلى هذه الفكرة تمت طريقة معاجم اللغة لإعداد قوائم ونماذج خاصة بهذه المصطلحات .

وتستخدم هذه النظرية التحليل العاملي والذي تركز وظيفته في تجميع عدد فائق من السمات في وحدات أعم وأشمل وفقاً للتشابه، وتجميع هذه السمات في عوامل وفقاً للارتباطات العالية بين السمات المكونة لكل عامل. بالإضافة إلى أن منهج التحليل العاملي يمكن أن يقدم وصفاً دقيقاً في الشخصية من خلال أبعاد محددة ومن خلال التصنيف الذي يقوم بتبسيط فهم الشخصية، كما أن التحليل العاملي لا يقتصر على التصنيف والوصف فقط بل والتفسير ايضاً.

لمحة تاريخية عن العوامل الخمسة:

في عام ١٩٣٦ قام كل من "ألبرت" و"أودبيرت" بتعريف مجموعة من الكلمات والتي تمثل بعض الصفات، والخصائص التي تتصف بها الشخصية وكان عددها ٤٥٠٠ كلمة، وكانت تعتبر أنها نقطة البداية الأولية في أبحاث الشخصية التي تعتمد على اللغة في السنوات الاخيرة وخاصة الستين سنة الاخيرة.

وبعد ذلك أنت جهود "كاتل" والذي توصل عام ١٩٤٦ الي ستة عشر عاملاً في الشخصية وذلك باستخدام التحليل العاملي والإجراءات الاحصائية، وكان لديه

اعتقاد أن هذه العوامل تمثل الأبعاد والخصال الرئيسية في الشخصية، والتي من خلالها يمكن أن نقيس الفوارق الانسانية (الفروق الفردية).

بينما قام "فيسك" عام ١٩٤٩ بإعادة تدوير (٢٢) مقياس تقدير "لكاتل" مستخدمًا طرق تقدير الذات، وتقدير الرفاق، وتقدير الملاحظين، وتوصل الي خمسة عوامل مستخدمًا التحليل العاملي المائل للعوامل وهي التكيف الاجتماعي^(٣٤)، المسابرة^(٣٥)، واردة الانجاز^(٣٦)، والتحكم الانفعالي^(٣٧)، والفكر^(٣٨). كما قام كلا من "تيس" و"كريستال" Types & cristal بتحليل عاملي لمقياس "كاتل" ومعاملات ارتباط فيسك وتوصلا إلى خمسة عوامل وهي الانبساط^(٣٩)، الموافقة^(٤٠)، الاعتمادية^(٤١)، الثبات الانفعالي^(٤٢)، الثقافة^(٤٣)، ودرس "سميث" ١٩٦٧ بنية الشخصية من خلال ثلاثة عينات كبيرة نسبيا (٥٨٣، ٥٢١، ٣٢٠) وتوصل إلى خمسة عوامل اطلق عليها الانبساط، الموافقة، قوة الشخصية^(٤٤)، الانفعالية^(٤٥)، التفكير الدقيق^(٤٦)، وفي دراسة اخري قام "سميث" ١٩٦٩ بإعادة اكتشاف العوامل

³⁴ Social Adaptability

³⁵ Conformity

³⁶ Will To Achieve

³⁷ Emotional Control

³⁸ Intellect

³⁹ Extroversion

⁴⁰ Approval

⁴¹ Dependability

⁴² Emotional stability

⁴³ Culture

⁴⁴ Strength of Personality

⁴⁵ Emotionality

⁴⁶ Refinement

الخمسة من خلال عينات من الذكور والإناث في المدرسة العليا، والمتوسطة وتعتبر هاتان الدراستان من الدراسات الأساسية لنموذج العوامل الخمسة.

وبالتالي كانت بداية ظهور العوامل الخمسة في الثمانينيات وهو ما أكده " جولدبرج " وأطلق عليها العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية حيث أن كل عامل من هذه العوامل يلخص الكثير من سمات الشخصية.

ونتيجة البحوث التي قام بها كل من "كوستا" و"ماكري" عام ١٩٨٩ استطاعا أن يعدا قائمة الشخصية لقياس ثلاثة أبعاد في الشخصية وهي (العصابية، الانبساطية، الانفتاح علي الخبرة)، وهذا النظام شمل ثلاثة أبعاد فقط، وأضافا عاملان آخران هما (المقبولية، ويقظة الضمير)، ونشرا "كوستا" و"ماكري" قائمة العوامل الخمسة في صيغتها الأولية عام ١٩٨٩، ثم صدرت الصيغة الثانية لنفس القائمة عام ١٩٩٢، ثم قام بعد ذلك العديد من الباحثين بالتحقق من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية عبر الحضارات واللغات المختلفة وترجمت إلى لغات متعددة.

جدول (١)

العوامل الخمسة الكبرى في الدراسات التاريخية المختلفة

العوامل الباحث	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
فيسك ١٩٤٩	التكيف	المسايرة	الرغبة في	الضبط	الفكر
تبيس وكريستال ١٩٦١	الاجتماعي	الموافقة	الانجاز	الانفعالي	الثقافة
نورمان ١٩٦٣	الجيشان	الموافقة	يقظة الضمير	الانفعالية	الثقافة
بورجاتا ١٩٦٤	الحزم	المحبة	الاهتمام بالعمل	الانفعالية	الذكاء
كوستا وماكري ١٩٨٥	الانبساط	الموافقة	يقظة الضمير	العصابية	التفتح للخبرات
ديجمان ١٩٨٨	الانبساط	الصدقة	الرغبة في الانجاز	العصابية	الفكر
بيودي وجولدبرج ١٩٨٩	القوة	الحب	العمل	الوجدان	الفكر

أهم ما يميز العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية:

أولاً : أن هذه العوامل هي أبعاد وليست أنماط، كذلك يتباين الناس بصورة متواصلة عليها إذ يقع معظم الناس بين طرفيها.

ثانياً : تكون العوامل مستقرة على مدى أكثر من ٤٥ سنة تبدأ في مرحلة الرشد المبكرة .

ثالثاً : تكون العوامل ومضامينها محددة تؤدي الوراثة دوراً ولو جزئياً فيها .

رابعاً : تعد العوامل شمولية أو عمومية إذ تم إثباتها في لغات عالمية.

خامساً : أن معرفة موقع الشخص من هذه العوامل يكون إجراءً نافعاً في مجال العلاج النفسي.

- مفهوم العوامل الخمسة الكبرى:

تعتبر العوامل الخمسة واحدة من ضمن أحدث النماذج التي تم تطويرها لوصف الشخصية، ويُظهر هذا النموذج إمكانية أن يكون ضمن أكثر النماذج تطبيقاً من الناحية العلمية في مجال علم النفس الشخصية. بالإضافة إلى أنه من أهم النماذج والتصنيفات التي فسرت سمات الشخصية في وقتنا الحاضر، فضلاً عن ذلك فإنه يقدم نموذجاً يتصف بالثبات العالي والشمولية في وصف الشخصية.

وأهم ما يميز نماذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لغتها السهلة والواضحة لدى عموم الناس، لأنها تضم مجموعة كبيرة من السمات الشائعة في اللغة التي يستخدمونها في حياتهم اليومية، وكما هو معروف أن هناك عدداً لا حصر له من السمات التي تصف الأفراد ومن هنا تكمن أهمية تحديد عوامل الشخصية التي تختزل هذا الكم الضخم من السمات والتي تبسط بدورها وصف طبيعة الشخصية.

والعامل هو مفهوم رياضي يستخدم في مجال علم النفس ومستمد من استخدام منهج التحليل العائلي لمعاملات الارتباط بين مجموعة من المقاييس السلوكية، وهو الامتداد الذي يمكن قياسه.

كما يعرفها "كلونينجر" Cloninger أنها خمس تجمعات لأبرز سمات الشخصية يمثل كل عامل تجريباً لمجموعة من السمات المتناغمة، ويعرفها "إبراهيم حسن" أنها نموذج شامل في وصف الشخصية يعتمد على خمسة أبعاد وهي الانبساطية، والعصابية، والانفتاح علي الخبرة، ويقظة الضمير، والمقبولية، وتتميز هذه الأبعاد بأنها تغطي معظم جوانب الشخصية.

أولاً: العصابية

يعرف "كوستا وماكري" العصابية أنها أشمل بعد من أبعاد الشخصية، فالأفراد الذين يكونون في مستوى مرتفع في هذا البعد يكونون معرضين إلى أن تكون لديهم أفكار غير منطقية، وأن يكونوا ضعيفي القدرة في السيطرة على دوافعهم، أما الأفراد الذين يحرزون درجات منخفضة فأنهم يكونون مستقرين انفعاليًا وهادئون ومعتدلو المزاج وقادرون على مواجهة المواقف الضاغطة من دون أن يصيبهم ارتباك.

والعصابية هي عكس الاستقرار العاطفي، ويعكس هذا العامل أن الأفراد يميلون بصورة كبيرة إلى عدم الاستقرار العاطفي، وعدم الرضا عن النفس، وصعوبة التكيف مع متطلبات الحياة، كما يرتبط هذا العامل بالقلق والإحراج والشعور بالذنب والتشاؤم والحزن وانخفاض احترام الذات.

ثانيا : الانبساطية

يري "كوستا وماكري" ١٩٩٢ أن الانبساطيون هم أشخاص محبوبون للاختلاط بالآخرين، واجتماعيين النزعة، يحبون الناس ويفضلون وجودهم وسط الجماعات وفي التجمعات الكبيرة، ويكونون فرحين في طبعهم ويحبون الاستشارة ومتفائلون.

بينما يري "أيون" ١٩٩٨ أنها سمة تمثل الاهتمام الكبير بالناس والآخرين وبالأهداف الخارجية والجرأة على القيام بالكشف عن المجهول بثقة ويتميزون بالتوافق.

والانبساطية هي مجموعة من السمات الشخصية التي تركز على مدى قوة التفاعلات، والعلاقات الشخصية، والمخالطة الاجتماعية، والميل إلى النشاط الدائم وحب التواجد بين الجماعات. وهي أيضاً الشعور بالراحة من كثرة العلاقات، فالإنسان المرتفع في الانبساطية يستمتع بعدد كبير من الصداقات، والقيادة، والتمتع بالنشاط البدني واللفظي، والألفة، والرغبة في المشاركة الاجتماعية، وفي المقابل الإنسان المنخفض يستمتع بنسبة علاقات أقل والتحفظ ويحس بالراحة في الوحدة.

ثالثاً: الانفتاح على الخبرة

ويري "كوستا" و"ماكري" (Costa & Macrae ,1992) أنها سمة تشير إلى الفضول وحب الاستطلاع على العالم الداخلي والخارجي على حد سواء، ويكون صاحبها غني بالخبرات وله رغبة بالتفكير في أشياء غير مألوفة وقيم خارجة عن المؤلف. ويرى البعض أن عامل الانفتاح على الخبرة مرتبط بالحاجة للفهم خاصة عند "موراي" ، وبمراجعة التراث السيكولوجي يُلاحظ أن مفهوم الانفتاح على الخبرة يرتبط بمفهوم الدافع المعرفي بينما يرى آخرون الانفتاح على الخبرة مرتبط بمفهوم الحاجة الى المعرفة والمتأمل في العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة عوامل الشخصية الكبرى يجد أن الانفتاح على الخبرة يتضح في الخيال، والحساسية الجمالية، وعمق المشاعر، والمرونة السلوكية، والاتجاهات الحديثة غير التقليدية، والافكار الجديدة، والحدس^(٤٧)، التحدي^(٤٨) والأصالة^(٤٩) والالتقان^(٥٠) والبراعة^(٥١) والبصيرة^(٥٢) والابداع^(٥٣) وتوقد الذهن وسرعة البديهة والتلهم على التغيير^(٥٤) والتسامح^(٥٥)

⁴⁷ Anticipation

⁴⁸ Challenge

⁴⁹ Originality

⁵⁰ perfection

⁵¹ Dexterity

⁵² Insight

⁵³ Creativity

⁵⁴ Eagerness for change

⁵⁵ Tolerance

رابعاً: المقبولية

وهي مجموعة السمات الشخصية التي تركز على نوعية العلاقات البين شخصية مثل التعاطف والدفء والحنو والتواضع وحب المساعدة. ويعرفها "بوبكينز" (Popkins) أنها بُعد خاص يجمع الفرد بغيره من الاشخاص، كما يتميز أصحاب هذا البعد بأنهم متواضعين، ويميلون نحو عدم فرض الكثير من الطلبات على الآخرين. كما يعرفها (الببالي) أنها تعني الثقة والمساعدة في مقابل الشك وعدم التعاون، والفرد الذي يتمتع بالمقبولية يتميز بالتوافق مع الآخرين وعلاقاته البين شخصية كالحب والكره والصراع والتعاون والتعاطف والتواضع وعدم السعي وراء المغالاة في الطلبات، ويتحمسون لمساعدة الآخرين والإنجاز والمثابرة والمسؤولية والتنظيم. كما أنها تظهر في السلوك الاجتماعي، وتتأثر بصورة الذات^(٥٦) وتساعد على تكوين شكل الاتجاهات الاجتماعية وفلسفة الحياة، وترتكز المقبولية على سمات الدفء والتسامح وترتبط بالأهداف الإيجابية في الحياة كما ترتبط بالإيثار^(٥٧) والرضا عن الحياة^(٥٨) والتعاون مع الغير.

⁵⁶ Self-image

⁵⁷ Altruism

⁵⁸ Life satisfaction

خامسا: يقظة الضمير

ويشمل المثابرة والتنظيم لتحقيق الأهداف المرجوة، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الفرد منظم ويؤدي واجباته باستمرار وبإخلاص، بينما الدرجة المنخفضة تدل على أن الفرد أقل حذراً وأقل تركيزاً أثناء أدائه للمهام المختلفة.

ويعرف "لويد" Loied أن صاحب هذه السمة يتصف بالسيطرة^(٥٩) وال ضبط ويرتبط بالنزاهة^(٦٠) والحدود الصحيحة والكفاءة^(٦١) والإحساس بالنظام، وتنظيم الذات^(٦٢) والتروي^(٦٣). كما أن يقظة الضمير مجموعة من السمات التي تركز على ضبط الذات، والترتيب في السلوك، والالتزام بالواجبات.

ويشير عامل يقظة الضمير إلى عدد من الأهداف التي يركز عليها الشخص، فيقظة الضمير العالي يعني التركيز على عدد من الأهداف، وإظهار انضباط الذات المصحوب بمثل هذا التركيز، وفي المقابل، يشير يقظة الضمير المنخفض إلى الشخص الذي يتابع عدداً كبيراً من الأهداف، ويُظهر قدرًا من التلقائية، والنسيان، وعدم التركيز، ويأتي في وسط البعد الشخص المتوازن القادر على التحرك بسهولة بين التركيز والتأني، من الانتاج إلى البحث، وصورة الشخص المتوازن قادر على

Controlling^{٥٩}
Integrity^{٦٠}
Efficiency^{٦١}
Self-regulation^{٦٢}
Prudence^{٦٣}

خلق أشخاص ذوي اهتمامات مركزة من خلال توجيه المرء نحو الهدف المحدد، دون أن يؤدي ذلك الى تنفيره.

ومن خلال العرض السابق للعوامل الخمسة الكبرى نري أن كل عامل له أكثر من سمة مرتبطة به، وذلك ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول رقم (٢)

العوامل الخمسة الكبرى والسمات المرتبطة بها

السمات المرتبطة بالعامل	العامل
الاكتئاب، الاندفاع، الغضب، العدائية، القبلية للجرح، القلق، الشعور بالذات	العصابية
البحث عن الإثارة، النشاط، تأكيد الذات، الدفاء، الصداقة الاجتماعية، الانفعالات الايجابية	الانبساطية
المشاعر، الافكار، الجمال، القيم، الخيال	الانفتاح
التواضع، الثقة، الازعان، الايثار، الاعتدال في الرأي، الاستقامة	المقبولية
ضبط الذات، الالتزام بالواجبات، التنظيم، التأني، السعي للإنجاز، الكفاءة	يقظة الضمير

-تطبيقات نموذج العوامل الخمسة

١-الاهتمامات المهنية Vocational interest

إن سمات الفرد وخصائصه تحدد ميوله المهنية؛ فمثلاً الشخص الأمين ذو الحس الأخلاقي يرفض الأماكن غير المناسبة للأخلاق أو التي تتعامل بالرشوة. فالأشخاص الانبساطيون يفضلون الأعمال الاجتماعية؛ فبالتالي من الممكن استخدام نموذج العوامل الخمسة لمعرفة ميول الشخص المهنية والوظائف التي تلائمهم.

٢-تشخيص اضطرابات الشخصية Diagnosis personality disorders

يعتبر نموذج العوامل الخمسة نموذجاً رئيسياً لقياس الأساليب الانفعالية والبين شخصية ودافعية الأفراد.

ويشير(صادق) إلى أهمية السمات في تحديد اضطرابات الشخصية فالسمة هي الصفة الواضحة المميزة القوية الثابتة التي لا تتغير والتي تستمر مع صاحبها وقتاً طويلاً، وكل سمة يكون لها سمة عكسية مناقضة لها تماماً، وقد تكون هناك سمة متطرفة أو مجموعة من السمات الشاذة مما يؤدي إلي اضطراب واضح أو تشوه في الشخصية.

ولكل فرد سماته المحددة، والتي يمكن قياسها، وهي التي تتسبب في الاختلافات والخلافات بين الأفراد، ونموذج العوامل الخمسة هو نموذج معروف

وشامل لهذه السمات، وقد يتسبب اختلال هذه السمات وفقاً لنموذج العوامل الخمسة إلى نشأة اضطرابات الشخصية، مما يعني أن هذا النموذج يصلح لوصف الشخصية الطبيعية وغير الطبيعية.

كما أكد كل من "ترول"؛ "ويدجير" (Trull & Widiger) ذلك، فيريان أنه من الممكن الإشارة إلى اضطرابات الشخصية وتصنيفاتها من خلال نموذج الأبعاد الخمسة حيث أنه يتضمن الشخصية الطبيعية، وغير الطبيعية أي أنه من الممكن من خلال هذا التصنيف وصف الشخصية السوية من المرضية أو المضطربة وبذلك فإن هذا النموذج وثيق الصلة باضطرابات الشخصية، كما أنه يحتاج إلى مزيد من الدراسات.

٣- التقدير Treatment

نموذج العوامل الخمسة الكبرى قد يكون مفيداً في الإمداد بالتقدير النفسي للأفراد؛ بالتالي قد يكون مفيداً في اختيار الشكل الأفضل للعلاج، فعلي سبيل المثال الأفراد ذوي الدرجة المرتفعة علي الانفتاح قد يستفيدون أكثر من العلاج الذي يساعد علي الخيال والشرح، في حين أن الأفراد المنخفضين علي هذا العامل قد يفضلون ويستفيدون أكثر من الأشكال المباشرة المتضمنة استخدام الدواء.

الفصل السابع

نظريات التعلم في الشخصية

محتويات الفصل

مقدمة

نظرية بافلوف

نظرية سكينر

نظرية دولارد - ميلر

نظرية باندورا وميتشل

التقييم النقدي لنظريات التعلم

التطبيقات الاكلينيكية لنظريات التعلم

تمهيد:

نظريات التعلم يطلق عليها النظرية السلوكية وهي من أشهر المدارس الأمريكية قاطبة وقد أطلق عليها هذا الاسم مؤسسها الأول "واطسون" وقد لعبت السلوكية دوراً هاماً ليس في مجال علم النفس فقط ، ولكن في الحياة الثقافية الأمريكية بوجه عام، حيث كان تأثيرها يصارع تأثير التحليل النفسي في أوروبا.

وهناك ثلاث روافد كبرى غزت السلوكية وأدت إلى ظهورها ولو تأملنا هذه الروافد نجد الآتي:

- المكون الاول فى السلوكية قائم على ان النموذج الذي تقوم عليه السلوكية هو م س (م) يعني مثير و(س) تعني استجابة.

- المكون الثاني في بناء السلوكية هو مشروعية إجراء التجارب على الحيوان وإمكانية تعميم نتائجها على الإنسان.

- المكون الثالث في بناء السلوكية هو الملاحظة والمشاهدة والاختبارات والمقاييس والإحصاءات والجداول.

رؤية التعلم عن الشخص والعلم

أكدت نظريات التعلم علي افتراضات رئيسة وهي:

١- أن كل السلوكيات السوية والمرضية هي سلوكيات متعلمة.

٢- أكدت على أهمية الصرامة المنهجية والموضوعية والتجريب.

٣- أكدت على أهمية المحددات البيئية والخارجية في تعلم السلوك.

نشأتها:

نشأت في علم النفس بصورة متبلورة في العقد الثاني من القرن العشرين كرد فعل على كل من التحليل النفسي ونظرياته التي بحثت في أعماق النفس البشرية ودينامياتها والمعاني الكامنة وراء مظاهرها وعلى الاستبطان كاتجاه منهجي سائد في البحوث النفسية وأيضاً الإحساس والشعور كمصدر أساس لدراسة علم الظاهرة النفسية.

جوهر السلوكية:

جوهر السلوكية يقوم على اصباح علم النفس بالصبغة العلمية وتخليصه من المناهج الذاتية والتأملية والخرافات والأساطير والاجتهادات الذاتية الفردية التي ليس لها أساس علمي تجريبي.

وتتخذ السلوكية " Behaviorism " في علم النفس موقفاً مختلفاً من مسألة دوافع السلوك فترى ان سلوك الكائن الحي لا يأتي نتيجة لدوافع فطرية لدى الكائن الحي وإنما تفسر السلوك تفسيراً آلياً ميكانيكياً، فهناك منبهات حسية وحركية تثير سلسلة من

الأفعال المنعكسة لدى الكائن الحي، فالتأثير العضوي لحالة الجوع مثلاً هو الذي يثير لدى الكائن الحي حركات البحث عن الطعام، فالفعل الغريزي في نظر السلوكية ما هو إلا سلسلة من الحركات الآلية العمياء التي تثير بعضها البعض.

والمدرسة السلوكية تفسر السلوك تفسيراً عصبياً فسيولوجياً ومن أجل ذلك شنت السلوكية حملة على اصطلاح الغريزة حتى كاد أن يختفي من البحوث النفسية الأمريكية، وذلك لأن أنصارها يرون إنه اصطلاح غامض ومضلل وليس له كيان محسوس ، هذا بالنسبة للدوافع الفطرية أما بالنسبة للدوافع الأخرى كدافع السلوك الاجتماعي في الإنسان مثلاً فإنهم يرون أن هذه الدوافع الأخرى منبثقة من الحاجات الفسيولوجية البحتة ويتعلمها الإنسان عن طريق التعلم الشرطي ومن أمثلة ذلك الحاجة إلى التقدير الاجتماعي والحاجة إلى الشعور بالأمن والاستقرار أو الحاجة إلى السيطرة.

ومن أهم رواد هذه المدرسة:

١. جون واطسون

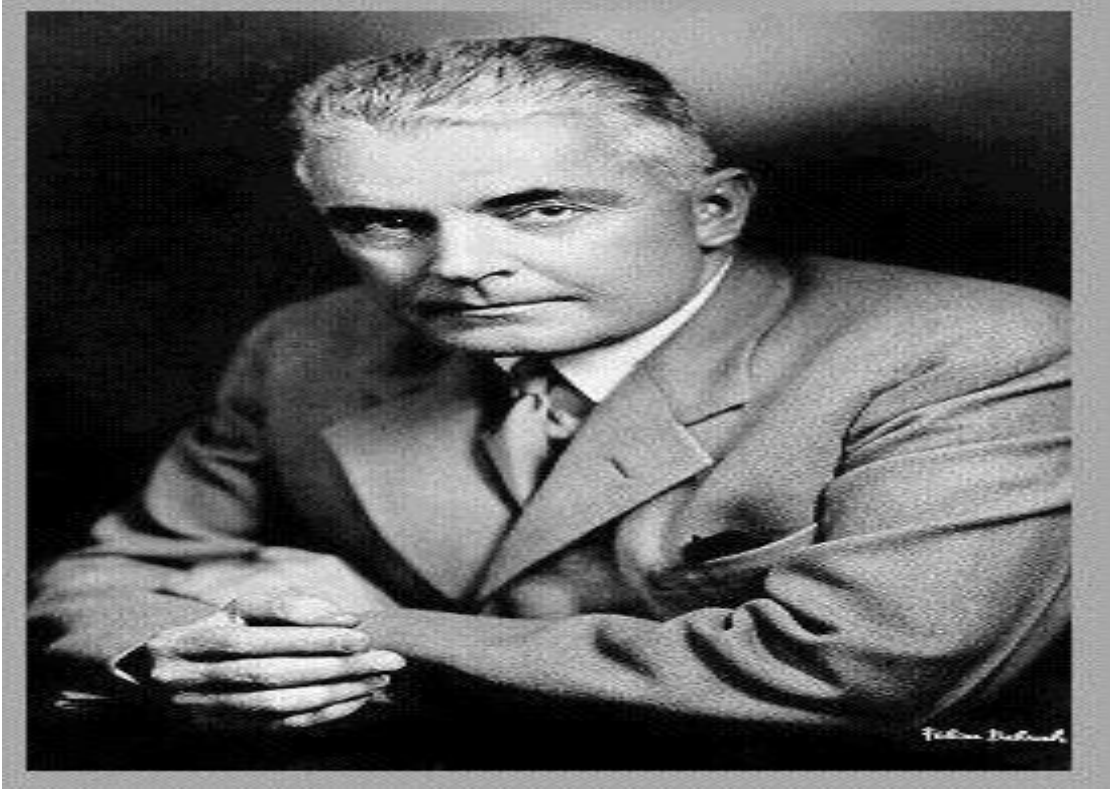
٢. ايفان بافلوف

٣. دولارد- ميلر

٤. ألبرت باندورا

السلوكية لدى واطسون

يعتبر عالم النفس الأمريكي جون واطسون (1878 1958) (John Watson.) أهم أعمدة المدرسة السلوكية وأبرز واضعي أسسها ومحدد اتجاهاتها .



ويعتبر كتابه "السلوكية" "Behaviorism" والذي صدرت طبعته الأولى ١٩٢٤ وظل يعيد النظر فيه طوال حياته، ويعتبر أهم الكتب التي عرضت اتجاهات المدرسة السلوكية في علم النفس واصلها.

كما أكد واطسون على أهمية السلوك القابل للملاحظة واهتم بالسلوك الظاهر وقام بتجارب تعتمد على التعقيد السلوكي للفئران.

نظرية جون.ب. واطسون:

تلقى جون برادوس واطسون (1878 1958) (John B. Watson) تعليمه العالي في جامعة شيكاغو ودرس علم النفس على يد انجيل وديوي وكان شغوفاً بالبحث التجريبي في ميدان علم نفس الحيوان وقد كرس رسالته التي أعدها لنيل الدكتوراه (١٩٠٣) لدراسة وتطور سلوك الفئران البيض واشتغل بعض الوقت مع روبرت بيركس (١٨٧٦ ١٩٥٦) الذي أصبح في وقت لاحق احد أشهر الباحثين في بيوسيكولوجيا الحيوانات الراقية وقد ابتكر سويا وسيلة لتحديد قدرة الحيوان على التمييز بين المنثرات البصرية شرح واطسون نظريته وآرائه في كتبه "السلوك" سنة ١٩١٤ "علم النفس من وجهة نظر السلوك" سنة ١٩١٩، "السلوكية" سنة ١٩٢٤، والكتاب الأول يركز على سلوك الحيوان بينما الكتاب الثاني والثالث اهتما بسلوك الأطفال والراشدين.

ويعتبر واطسون أن السلوك شيء معقد لذلك يرى تبسيطه وتحليله إلى وحدات من منثر واستجابة، وأطلق عليها اسم الأفعال العكسية وهو يعتبر أن الغرائز والعادات تتكون من وحدات من الأفعال العكسية.

تجارب واطسون:

أجرى واطسون تجارب كثيرة حول التعلم الشرطي عند الإنسان عام ١٩٢٠ من أبرزها تلك التي عرفت باسم "الطفل ألبرت" وكان عمره ١١ شهراً حيث قدم له فأراً أبيض فأخذ الصبي يلعب معه بحرية دون خوف وبعد ملاحظة هذه الاستجابة حاول واطسون تعليمه الخوف من الفأر وهذا باستخدامه أسلوب التعلم الشرطي وكان ذلك بإصدار ضوضاء مرتفعة كلما ظهر الفأر أمام الطفل مثيراً طبيعياً وهي أحدثت الخوف لدى الطفل وهو استجابة طبيعية.

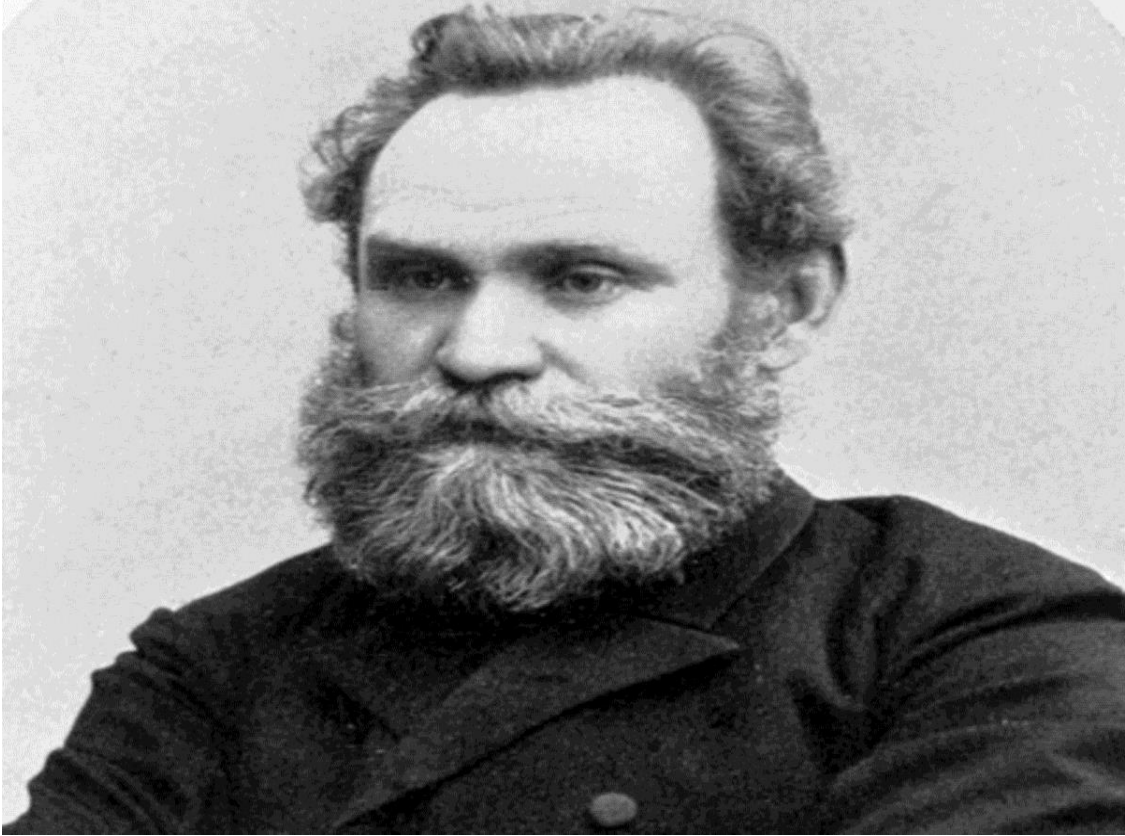
وبعد تتابع اقتران المثيرين الشرطي (الفأر) والطبيعي (الضوضاء) لاحظ الباحث أن الطفل أصبح يشعر بالخوف لمجرد عرض المثير الشرطي أي الفأر.

أساسيات هذه النظرية:

- ١- أن الإنسان يولد وليس لديه استعدادات أو قدرات فطرية.
- ٢- يجب أن يتخلص علم النفس من كل إشارة إلى الشعور ومن ملاحظة الحالات النفسية دون الإشارة إلى الشعور والحالات النفسية وفحوى الخبرة، وإنما النظر إليها في حدود المثير والاستجابة وتكوين العادات.
- ٣- يجب بحث سلوك الحيوانات البسيطة إلى جانب سلوك الإنسان لان الكائنات البسيطة أيسر من دراستها وفهماها من الكائنات المعقدة.

ايفان بافلوف :

ايفان بافلوف (١٨٤٩ ١٩٣٦) هو عالم نفسي روسي حاصل على جائزة نوبل للعلوم وكان أحد أبناء عشرة لأب كان واعظاً دينياً يدرس اللغات وكان جده الأكبر من عبيد الأرض ويدعي بافل وصار اسمه لقب العائلة من بعد ويشتهر بافلوف في مجال علم النفس باكتشافه للاشتراط وتطويره له في ميدان التعلم.



وتعتبر نظرية الاشتراط الكلاسيكي من أهم انجازات بافلوف وتقوم هذه النظرية على فكرة مؤداها أن المثيرات المحايدة تصبح قادرة على إحداث سلوك معين لدى الفرد أو الكائن الحي كنتيجة لاقتربها بالمثيرات الطبيعية التعزيزية منها والمنفرة.

المفاهيم الأساسية والبنائية لهذه النظرية:

١. المثير الطبيعي أو المثير غير الشرطي: هو حدث يمكن أن يحدث استجابة لدى الكائن الحي بطريقة لا إرادية أي لا يحتاج الكائن الحي ليتعلم كيف يسلك حياله وإنما يستجيب له بطريقة طبيعية.
٢. المثير المحايد: هو المثير أو الحدث الذي ليس له تأثير في سلوك الفرد ولكن يمكن ان يطور الفرد حياله سلوكاً وفقاً لمبدأ الاشتراط.
٣. المثير الشرطي: وهو المثير الذي يكون محايداً ويصبح قادراً على استتجار الاستجابة الشرطية نتيجة لاقترانه بالمثير الطبيعي بحيث يكتسب صفته.
٤. الاستجابة الطبيعية: هي الاستجابة اللاإرادية التي يؤديها الكائن الحي حيال المثيرات الطبيعية التي لا تحتاج إلى تعلم.
٥. الاستجابة الشرطية: هي الاستجابة التي يتعلم الكائن الحي ادائه للمثير الشرطي نتيجة لاقترانه بمثيراتها الطبيعية التي تحدثها.

تجربة بافلوف:

بنى طريقته على أساس القيام بعملية جراحية في خد الكلب بحيث يكشف عن الغدة اللعابية ثم ركب في الكلب وحدة تسجيل سيلان اللعاب ثم تقيد الكلب في المختبر

بشكل لا يسمح به بحرية الحركة إلا في حدود صغيرة وأجريت التجربة في حجرة عازلة للصوت لها نافذة صغيرة تسمح للمجربين أن يلاحظوا الكلب.



وكانت إجراءات التجربة تبدأ بإصدار صوت (شوكة رنانة) أو إشعال ضوء وبعد هذا المنبه بقليل يقدم للكلب مسحوق اللحم ويبدا الكلب في الأكل وتبدأ وحدة التسجيل في العمل ، إلى أن لعبه بدأ يسيل بقدر واضح وبعد تكرار هذا الإجراء بدأ لعب الكلب يسيل بمجرد سماع صوت الشوكه الرنانه أو رؤية الضوء واستمر يفعل ذلك حتى دون ان يقدم له اللحم.

تفسير التجربة:

فسر بافلوف التجربة بان اقتران المنبه الطبيعي بالمنبه المصطنع (المطوع) في الزمان والمكان بين المنبهين ينقل صفة المثير الطبيعي إلى المثير الاصطناعي وذلك يتم عن طريق عصبي ثابت وهي الرابطة التي تربط بين المركز العصبي وتلك الاستجابة هي رابطة غير مستقرة فقد تختفي من تلقاء نفسها، وإذا شئنا المحافظة عليها يجب أن نكرر التنبه مرات عديدة وهذه الرابطة تتمثل في شكل الأفعال المنعكسة.

العملية

ركزت نظرية بافلوف على الدافع الفطرية خاصة في تجاربه على الحيوانات فاعتمد على دافع الجوع.

المرض النفسي

ركزت هذه النظرية أن الانسان يتعلم السلوك المرضي عن طريق الاقتران الشرطي فمعظم الظواهر المرضية ليست إلا انعكاس لاقترانها بمثيرات مؤلمة، فقد يطور الشخص الفوبيا تجاه مثير معين نتيجة ارتباط هذا المثير بمثير آخر مؤلم.

وقد يحدث المرض النفسي أيضاً نتيجة قانون التعميم، فيعمم الانسان الاستجابات المرضية للمثيرات المشابهة.

أحد الأمثلة الشهيرة على المرض النفسي نتيجة الاقتران الشرطي تجربة واطسون على ألبرت الصغير، اللقب الذي تمّ إعطائه للرضيع ذي التسعة أشهر والذي اختاره واتسون من المستشفى.



تمّ تعريضه لأرنب أبيض، وفأر أبيض، وقرد، وأقنعة مع أو بدون شعر، والقطن، والصوف، وصحيفة محترقة، ولأشياء متنوعة أخرى ولمدة شهرين، ومن ثم بدأت التجربة.

وَضِعَ ألبرت على مرتبة في وسط غرفة، وتمّ وضع فأر مختبر بالقرب من ألبرت وسمحوا له باللعب معه، حتى تلك النقطة، لم يظهر الطفل أي خوف من الفئران. فيما بعد، كان واتسون يقوم بإحداث صوت عالي من خلف ظهر ألبرت عن طريق ضرب قضيب معدني بالمطرقة، عندما يقوم الطفل بلمس الفأر.

عندما حدث هذا، كان الطفل يبكي وقام بإظهار علامات خوف عندما سمع هذا الصوت.

وبعد القيام بهذا الأمر عدة مرات، أصبح ألبرت يصاب بعدم الراحة في كل مرة يرى بها الفأر.

قام ألبرت بربط الفأر بالصوت العالي وكان يعبر عن استجابته للخوف عن طريق البكاء.

عمم ألبرت شعوره بالخوف على كل شيء أبيض.

ونستنتج من هذه التجربة أن تعلم استجابة الخوف نتج عن طريق الاقتران الشرطي.

وهناك أمثلة شهيرة في حياتنا اليومية فقد يكره الشخص شرب اللبن نتيجة رؤية ذبابة موجودة به لمرّة واحدة فيطور شعوره بالاشمئزاز المرتبط بالذبابة إلى الشعور بالاشمئزاز من اللبن.

العلاج النفسي والتغيير

يعتمد العلاج النفسي في هذه النظرية على افتراضات التعلم فبالمثل نحن نتعلم السلوكيات السوية عن طريق الاقتران الشرطي مثلما نتعلم السلوكيات المرضية.

فيمكن تعلم السلوك السوي عن طريق اقترانه بمثير محبب أو عن طريق الاقتران بوجه عام.

فعلي سبيل المثال فمن الممكن إزالة الفوبيا من القطط عن طريق التعريض التدريجي للقطط مع وجود لعبة محببة أو تقديم مثير محبب.

ويستخدم الاقتران الشرطي في علاج التبول اللاإرادي عن طريق اقتران عملية التبول بجهاز إنذار أو جرس معين يقوم بإيقاظ الطفل عند امتلاء المثانة.

وبالمثل يستخدم الاقتران الشرطي في فنية العلاج بالتنفير عن طريق ربط المثير المحبب لدى الشخص (السلوك الخاطيء) بمثير غير محبب (لتقليل السلوك الخاطيء) وعادة يستخدم هذا التكنينك مع المدمنين مثل إعطاء مادة كيميائية أو برشام قبل تناوله المخدر بوقت معين له آثار غير محببة كالغثيان والتجريح والصداع فبمجرد تناول المخدر تحدث هذه الأعراض بشكل فوري ومع التكرار يحدث ارتباط شرطي بين تناول هذا المخدر وهذه الأعراض دون تقديم المادة الكيميائية مما يجعل الفرد يشعر بالضجر والضيق وينتج عنه الإقلاع عن المادة المخدرة وتقليلها.

نظرية الاشتراط الإجرائي (سكنر)

السلوك الاجرائي لا يرتبط بمنبه معين في البيئة الخارجية؛ إنما يستدل عليه من نتائجه وأثاره، وهو عكس السلوك الاستجابي.

رؤية المنظر

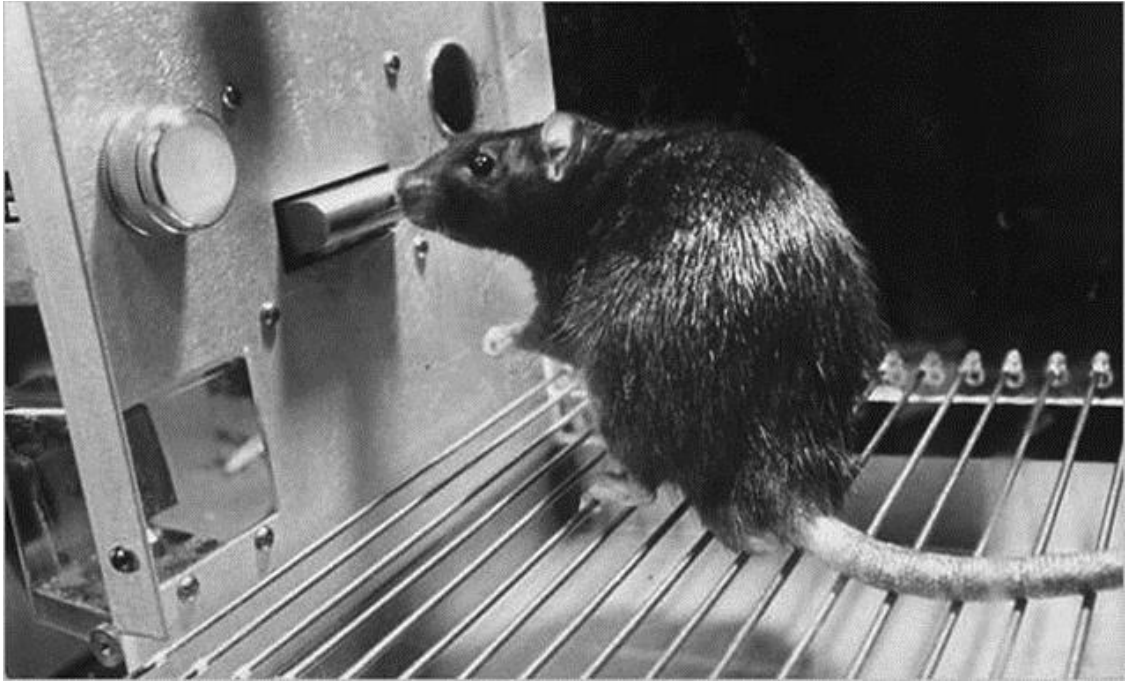
برهس فريدريك سكنر (١٩٠٤) من نوابغ المدرسة السلوكية في علم النفس ولو انه أخفى فيها اثر بافلوف الروسي وواطسون الأمريكي وكلاهما من رواد هذه المدرسة ومؤسسيها الا انه كون وحدة مدرسة لها مبادئها ومردودها على مجال التعليم والطب النفسي، واشتهر ببحوثه في الاشتراط الإجرائي.



والاشتراط الإجرائي (Lope rant Conditioning) الذي قام به سكنر يختلف عن نوع الاشتراط الذي قام به بافلوف وثورندايك لان الاشتراط لا يعتمد على مثير أصلا بل يعتمد على عدد من الإجراءات، فيرى سكنر أن السلوك محكومًا بنتائجه وأثاره.

تجربة سكنر:

قام العالم الأمريكي سكنر بوضع فأر جائع في صندوق زجاجي فيه قضيب معدني، عند الضغط عليه في كل مرة ينزل قطعة من الطعام.



وعندما بدأ الفأر يستكشف المكان وضغط بغير قصد على القضيبي فنزلت له قطعة الطعام، وتكررت العملية عدة مرات وبعدها تعلم أن ضغط القضيبي ينتج عنه إنزال الطعام (ثواب).

المثير الشرطي :

القضيبي.

الاستجابة الشرطية :

الضغط على القضيبي.

المثير الطبيعي :

الطعام.

الاستجابة الطبيعية :

الأكل.

أنواع السلوك عند سكر :
يميز بين نوعين من السلوك وهما:

1. السلوك الاستجابي:

ويمثل الاستجابات ذات الطابع الانعكاسي الفطري مثل إغماض العينين (كاستجابة لشيء خطر يلقي نحوها فجأة)

2. السلوك الإجرائي:

يتم من الإجراءات المنبعثة من العضوية على نحو تلقائي دون أن يكون مقيدة بمثيرات معينة ، وتقاس قوة الاشتراط بمعدل الاستجابة بعد تكرارها وليس بقوة المثير.

هناك ثلاث مثيرات تتحكم في السلوك الإجرائي:

أ. المثير المعزز:

يقصد به كل أنواع السلوك الايجابية التي تصاحب السلوك الإجرائي.

ب. المثير العقابي:

هو كل أنواع العقاب مثل العقاب اللفظي والاجتماعي او الجسدي.

ج. المثير الحيادي:

المثيرات التي تؤدي إلى إضعاف السلوك الإجرائي أو تقويته.

البنية

مفتاح الوحدة البنائية بالنسبة لنظريات التعلم بصفة عامة ونظرية سكينر بصفة خاصة هي الاستجابة.

والاستجابة هي أي نشاط داخلي أو خارجي أو رد فعل يقوم به الفرد ردًا على المثيرات الخارجية.

وتتنوع الاستجابات من الاستجابات المنعكسة البسيطة (إفراز اللعاب- انكسار العين نتيجة الضوء) وبين الاستجابات المركبة (حل المشكلات- السلوكيات العدوانية)

وميز سكنر بين السلوكيات التي تصدر نتيجة مثير معروف أو نتيجة تزاؤها مع مثير معين، وبين الاستجابات التي لا تكون متزاولة مع مثير، وهذه الاستجابات تصدر عن الكائن الحي وتسمى إجرائية كسير الكلب- المرح- الثرثرة بصوت عالي.

العملية

تركز العملية في هذه النظرية على مفهوم المعززات وأنها هي المحرك الرئيس في الشخصية، والمعززات هي المكافآت التي تأتي بعد السلوك أو تكون تالية لنتائجه، وتتنوع المعززات فمنها العامة كالمال ومنها معززات عينية كالطعام والالعاب والملصقات.

وأيضاً هناك معززات موجبة وسالبة ويمكن أن يأتي المعزز بشكل مستمر أي بعد كل مرة يحدث فيها السلوك أو معززات متقطعة بعد عدد مرات معينة من السلوك .

وقد يكون التعزيز مادي مثل إعطاء أشياء ملموسة أو معنوي كعبارات الشكر والتشجيع، وتختلف فاعلية المعزز وفقاً لخصائص الأفراد الديموجرافية.

النمو والتطور

تؤكد هذه النظرية على تطور الشخصية نتيجة المعززات وجداول التعزيز؛ فنتطور الشخصية وتتعلم سلوكيات جديدة نتيجة المعززات، فنحن نعلم الأفراد سلوكيات جديدة

أو اضعاف سلوكيات غير مرغوبة عن طريق المعززات الايجابية والسلبية، فالطفل قد يتعلم ويقلد سلوكيات الوالدين نتيجة التعزيز غير المباشر.

تشكيل السلوك:

تتم إجراءات تشكيل السلوك على عملية تحديد الهدف السلوكي المرغوب فيه أو تجزئته إلى سلسلة من الخطوات المتتابعة التي تقترب تدريجياً من بلوغ الهدف، ويتم تعزيز كل خطوة على حدة بالترتيب المؤدي إلى تحقيق الهدف المنشود ولا يحدث الانتقال إلى خطوة تالية إلا إذا أتقنت العضوية أداء الخطوة السابقة لها. ويستمر هذا النوع من التقريب المتتالي إلى أن يتمكن من تحقيق السلوك المطلوب والسلوك الإجرائي هو السلوك المعزز، ويعتبر الخطوة الأولى في التشجيع ظهور السلوك المتجدد وهو انتظار السلوك المرغوب فيه ثم إتباعه بتعزيز.

علم النفس المرضي

وفقاً لهذه النظرية فالمرض ليس مرض بحد ذاته إنما هو نتيجة تعلم سلوكيات غير متوافقة، أو فشل في تعلم سلوكيات متوافقة.

وقد يحدث المرض نتيجة غياب التعزيز، فالأشخاص غير المتوافقون تكون تواريخ تعزيرهم ضعيفة، فالتعزيز ليس مهم فقط في تعلم السلوك بل في تأكيده أيضاً، فأحد النواتج المحتملة لغياب التعزيز هو الشعور بالاكنتاب.

التقييم والعلاج

تعتمد هذه النظرية في تقييم السلوكيات على الاختبارات أو مشاهدة عينات فعلية من السلوكيات المرضية المراد تغييرها وكيفية حدوثها في البيئة وعدد مرات حدوثها، وتركز على السلوكيات المرتبطة بالمواقف والظاهرة بشكل فعلي.

فيما يعتمد العلاج بشكل كلي على عمليات التعزيز وتعزير السلوكيات المتوافقة والمرغوبة بمختلف أنواع التعزيز (الاقتصاديات المادية- تكلفة الاستجابة- التعزيز المعنوي- التعزيز المادي- التشكيل- إلخ).

مقارنة بين مدخلي التعلم

التعلم الإجمالي	التعلم الكلاسيكي	
	<ul style="list-style-type: none"> ■ كليهما يؤدي إلى اكتساب استجابة شرطية. ■ كليهما يتضمن التدعيم 	أوجه الشبه
<p>١- يؤدي إلى اختيار استجابة لحل مشكلة من بين الاستجابات الممكنة وغير المناسبة للحل.</p> <p>٢- التدعيم يحدث بعد الاستجابة الشرطية.</p> <p>٣- الاستجابة الشرطية المكتسبة إجرائية تختلف عن الاستجابة الأصلية وتؤدي إلى الهدف.</p> <p>٤- الاستجابة الشرطية المكتسبة تكون إرادية.</p>	<p>١- يؤدي إلى تغيير المثير الذي يثير استجابة معينة.</p> <p>٢ التدعيم يحدث قبل الاستجابة الشرطية</p> <p>٣ الاستجابة الشرطية المكتسبة ليست إجرائية أي ليس لها دور في الوصول إلى الهدف ، وهي نفس الاستجابة الأصلية.</p> <p>٤- غالباً ما تكون الاستجابة الشرطية استجابة لا إرادية</p>	أوجه الاختلاف

نظرية المثير الاستجابة دولارد- ميللر

اعتمد كل من دولارد وميللر في بناء نظريتهما على العلوم الاجتماعية لفهم السلوك البشري وعلى اسس سلوكيه في التعلم ، واخذ بنظرية التحليل النفسي الفرويدي لفهم وتفسير الكبت عند الافراد ولفهم دوافع السلوك الخفية واللاشعورية ، وترى النظرية بان الافراد متساوون في طرق اكتساب السلوك ولكنهم مختلفون من حيث محتوى السلوك المتعلم ، وان الاضطرابات السلوكية والعصاب هي متعلمة بنفس طرق تعلم السلوك السوي عند الفرد ، وترى ايضا بان العصابي شخص لا يدرك اسباب اضطرابه ولذلك فهو غير قادر على فهمه او حل الصراعات التي قد سببته ، وتشارك هذه النظرية

نظرية التحليل النفسي بان السنوات الاولى من عمر الطفل (الطفولة المبكرة) هي المرحلة التي يحدث فيها سلوك متعلم خاطئ يتعلمه الطفل اثناء تنشئته الاجتماعية من والديه ، وقد اهتمت النظرية بالدوافع المكتسبة (الثانوية) والتي اعتبرها اهم من الدوافع الفطرية .

فيولد الطفل بالدوافع الأولية مثل الجوع والعطش ولكنه يفتقد الدوافع الاخرى التي يمتلكها الراشد كالطموح والمال والمخاوف والشعور بالخوف فهما سلوكيات متعلمة

البنية

تركز بنية هذه النظرية علي الاستجابة وترى أن الاستجابة هي اتساق متراكم من العادات والذي يتكون من خلال التزامل بين المثير والاستجابة، ومن خلال ذلك يكتسب الفرد مجموعة كبيرة من العادات التي تشكل شخصيته.

العملية

تؤكد العملية في هذه النظرية على الدوافع والحوافز الأولية والثانوية، ويحدث التعلم عندما يتم مكافئة الاستجابات كوسيلة لخفض هذه الحوافز، فعلي سبيل المثال يتعلم الفأر الفرار الوسيلي من خلال حافز الجوع وتقديم الطعام له كمكافئة.

النمو والتطور

وفقاً لهذه النظرية تتطور الشخصية عن طريق تطور العادات من خلال التزامل بين المثير والاستجابة عن طريق تقديم المكافآت فيتعلم الأطفال السلوكيات الجديدة عن طريق التعزيز والمكافآت المختلفة التي تشبع الحوافز الأولية والثانوية.

علم النفس المرضي

وفقاً لهذه النظرية يكون المرض نتيجة صراع الحوافز، فلإنسان في حاجة ملحة لإشباع هذه الحوافز فإذا لم يتم اشباعها أو تم معاقبة السلوكيات الناتجة عن هذه الحوافز يحدث الاضطراب.

ومن أمثلة الصراعات صراع إقدام - إقدام وفيه يكون الصراع بين مثيرين محبيين للشخص مثل أن يقوم الشخص بالذهاب للسينما مقابل الخروج مع الأصدقاء، أو صراع إحجام - إحجام وفيه يكون الشخص مخير بين مثيرين غير محبيين له ومن أمثلته أن يقوم الطفل بكتابة الواجب الكثير مقابل التعرض للعقاب، أو صراع إقدام - إحجام وفيه الشخص يكون في صراع بين مثير محبب وعواقبه غير المحببة ومن أمثلته أن يقوم الشخص بممارسة الجنس مقابل العقاب.

النظرية المعرفية الاجتماعية (التعلم بالنمذجة)

للنظرية المعرفية الاجتماعية جذور في نظرية التعلم التقليدية، ففي الأصل عرفت كمنظرية التعلم الاجتماعي في (العمليات الفكرية) في التوظيف البشري واليوم تعرف كمنظرية معرفية اجتماعية ، وتؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية على الأصول الاجتماعية للسلوك وعلى أهمية عمليات التفكير المعرفية في كل مظاهر التوظيف البشري (الدافعية والانفعال والتصرف) ، وانتقد باندورا أشكال كثيرة من النظريات المقدمة في ذلك الحين فعلى سبيل المثال انتقد باندورا تأكيد التحليل النفسي على الغرائز الداخلية والقوى اللاشعورية التي لا يمكن أن تدرس بانتظام، فبدلاً من ذلك أكدت النظرية المعرفية الاجتماعية على القدرة على تغيير السلوك مثل استجابات الشخص للتغيرات البيئية، ومن أبرز منظري النظرية: ألبرت باندورا، ووالتر ميتشل.

إن نظرية التعلم الاجتماعي عند باندورا ما هي إلا نوع من المزج والتأليف بين نظرية التعزيز السلوكية وعلم النفس المعرفي الغرضي. ونظرية باندورا تستند إلى بحوث مكثفة أجريت على السلوك الإنساني.

تسمى نظرية باندورا بنظرية التعلم الاجتماعي حيث ركز باندورا في هذه النظرية على التقليد وهو : ملاحظة نموذج معين ثم تقليد سلوكه ويصعب حصر هذا النموذج في شخص معين.

وتستخدم نظرية التعلم الاجتماعي المصطلحات السلوكية والإنسانية لكي تشرح الوظائف السيكلوجية على أساس من التفاعل المتبادل المستمر بين المحددات الشخصية والمحددات البيئية وتؤثر البيئة في السلوك لكن سلوك الفرد بدوره يحدد جزئياً بيئته فالناس لا يستجيبون ببساطة للمثيرات كما هي وذلك لأنهم يستجيبون لها كما يفسرونه.

رؤية المنظرين:

ألبرت باندورا (١٩٢٥):

نشأ ألبرت باندورا في ألبرتا الشمالية بكندا، وذهب إلى الكلية في جامعة كولومبيا الإنجليزية، ثم قام بإستكمال دراساته العليا في علم النفس الإكلينيكي بجامعة ايوا، وفي ذلك الحين كان باندورا مهتماً بتطبيقات نظريات التعلم على الظواهر الإكلينيكية، وتأثر باندورا «بكنيث سبنث» أحد أتباع كلاك هول في التأكيد على التحليل الدقيق والفحص التجريبي الصارم للظواهر.



وبعد حصوله على الدكتوراه ذهب لجامعة ستانفورد ليبدأ العمل في العلاج النفسي والنماذج الأسرية للعدوان مع رينشارد والترز الذي أكد على أهمية عملية «النمذجة» في تطور شخصية الفرد، ويعتبر كتابه القواعد الاجتماعية للتفكير والتصرف (١٩٨٦) أحد الجهود لتطوير نظريته، وتلقى باندورا عدد من جوائز الإنجاز العلمي، وأختير رئيساً للجمعية الأمريكية النفسية عام (١٩٧٤)، وفي عام (١٩٨٠) تلقى جائزة الإسهام العلمي المميز كنموذج بارع للباحث، المدرس، والمعالج.

والتر ميتشيل (١٩٣٠):

ولد ميتشيل في فيينا وعاش السنوات التسع الأولى في حياته في منزل فرويد ، وبدأ بالعمل مع الصبيان الجانحون في الجهة الشرقية من نيويورك، ومثلت تلك الفترة أهمية كبيرة في حياته لسببين، الأول : إرتباطها باهتمام طويل الأمد لدي ميتشل في

الميكانيزمات النفسية التابعة لتأخير الإشباع والضبط الذاتي، والثاني: يوجد تشابه مع باندورا في أن كلاهما قام بالعمل الإكلينيكي المبكر مع الصغار العدوانيين.



وأثناء عمله الجامعي في جامعة ولاية أوهايو وقع تحت تأثير جورج كيللي وجولييان روتار، حيث كان لهما تأثير ثابت على سلوكه، وبعد إكمال عمله الجامعي قضى ميتشيل بضع سنوات في جامعة ستانفورد وهناك ألتقى بباندورا، وفي عام (١٩٧٨) تلقى ميتشيل جائزة العلم المميز من قسم علم النفس الإكلينيكي في الجمعية الأمريكية لعلم النفس، وفي عام (١٩٨٣) كان مدعواً من الجمعية لإسهامه المتميز في نظرية

الشخصية والتقدير، وعمل كأستاذ لعلم النفس الإكلينيكي بجامعة كولومبيا عام (١٩٨٤).

الرؤية عن الشخص:

تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية الحالية على رؤية الشخص كنشيط ومستخدماً للعمليات المعرفية في تمثل الأحداث، توقع الأحداث، الاختيار بين المسارات في التصرف، والتواصل مع الآخرين ورفضت النظرية الرؤى البديلة التي ترى الشخص كضحية سلبية للحوافز اللاشعورية والتاريخ الماضي أو الاستجابة السلبية للأحداث البيئية، وتقترح النظرية المعرفية الاجتماعية أن السلوك يمكن أن يكون مشروحاً بمعاني التفاعل بين الشخص والبيئة العملية التي أسماها باندورا الحتمية المتبادلة.

ويصف ميتشيل صورة انبثاق كينونة البشر كما يلي:

يكون المرء نشيط واع بحل المشكلة وقادر على الاستفادة من المدى الضخم من الخبرات والقدرات المعرفية ، ويكون الفرد قادراً على التأثير في البيئة ولكنه أيضاً يتأثر بها ،وتلقي هذه الصورة الضوء على أوجه القصور في كل النظريات البسيطة التي ترى السلوك في معاني السمات والحوافز والدوافع والتكوينات ،والنظريات التي تفسر السلوك داخل أو خارج الفرد.

الرؤية عن العلم، النظرية والبحث:

تعهد كل من باندورا وميتشل باستخدام النظرية والبحث الإمبريقي، واهتموا بدراسة المفاهيم الواضحة والمعتمدة على الملاحظات المنظمة، وانتقدا النظريات التي تؤكد على القوي الدافعية في شكل حاجات، خوفاً، وبواعث، لكونها غامضة ولها أهمية منخفضة في التنبؤ أو تغيير السلوك.

وبينما ترفض السلوكية المفرطة دراسة العمليات المعرفية بسبب الارتياح في البيانات الاستبطانية، أحس باندورا وميتشل أن هذه العمليات الداخلية يجب أن تدرس وأن استخدام بعض أنماط التقرير الذاتي يمكن أن يساعد على دراسة هذه العمليات، فهما يقترحان أن التقارير الذاتية تكون دقيقة في الظروف التي لا تستحث ادراكات المقيم، فيمكن أن تكون التقارير الذاتية أدوات ذات قيمة في فهم العمليات المعرفية.

النظرية المعرفية في الشخصية:

تهتم النظرية المعرفية بالعمليات المعرفية في الدافع، الانفعال، والتصرف البشري بالإضافة إلى الأصول الاجتماعية في السلوك البشري.

البنية:

بنيات الشخصية المؤكدة من خلال النظرية المعرفية الاجتماعية تتضمن العمليات المعرفية بالدرجة الأولى، وهناك ثلاثة مفاهيم بنائية جديدة بالملاحظة وهي:

١- التوقعات - الاعتقادات

٢- المهارات - الكفاءات

٣- الأهداف

أولاً: التوقعات - الاعتقادات:

تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية على توقعات الأفراد المتعلقة بما لديهم من أحداث، والتوقعات المتعلقة بما لديهم عن أنفسهم، فعلى سبيل المثال الأفراد لديهم توقعات فيما يتعلق بسلوك الآخرين والمكافآت والعقوبات بالنسبة لسلوكهم الخاص في أنماط محددة من المواقف، أيضاً لديهم اعتقادات فيما يتعلق بقدراتهم الخاصة في التعامل مع المهام والتحديات المقدمة من خلال أنواع خاصة من المواقف، ويتضمن هذا العمليات المعرفية مثل تصنيف المواقف، توقع المستقبل، وانعكاسات الذات، وعلى الرغم من أن الأفراد قد يملكون بعض التوقعات والاعتقادات المهمة مثل وجهة الضبط الداخلية للتوقعات، إلا أن الأفراد يطورون توقعات ذات علاقة بموقف أو مجموعة مواقف

محددة، فعندما لا نميز بين المواقف سوف نتصرف نفس التصرف في كل منها،
فالبشر بسبب قدراتهم المعرفية يصنعون تنوع هائل من التمييزات بين المواقف، فوفقاً
للنظرية المعرفية الاجتماعية يوضع أساس الشخصية بطرق مختلفة وفقاً لإدراك الأفراد
للمواقف، فتصدر سلوكياتنا بشكل يتطابق مع هذه الإدراكات المختلفة.

التمييزات بين المواقف واتساق الشخصية:

وفقاً للنظرية المعرفية الاجتماعية يختلف الأفراد في نماذج سلوكهم عبر المواقف،
ووفقاً للنظرية يطور الأفراد توقعات، فعند وقوع موقف معين يتوقع الفرد ما يمكن أن
يحدث، وكنتيجة لذلك يطور الأفراد نماذج ثابتة من علاقات الموقف- السلوك، ولكن
السؤال هنا هو هل يمكن أن نصف الأفراد في معاني بروفيلات ثابتة من علاقة
الموقف- السلوك؟

وفقاً للتقارير الذاتية يصف الأفراد أنفسهم كحساسين مؤدين بطرق مختلفة في
مجموعات مختلفة من المواقف، فعلى سبيل المثال المرأة التي سوف تقرر أنها تخبر
الاسترخاء وتسلك بشكل انبساطي في المواقف الاجتماعية مع الرفاق، لكنها تتطوي
وتتوتر في المنزل، أو الشخص الذي يقرر أنه يكون غاضباً ومستبداً في العمل
،ولكنه يكون حساساً ورقيقاً في المنزل.

وفي دراسة أجراها ميتشيل وزملائه (١٩٩٤) وجد أن الأفراد لديهم بروفيلات ثابتة ومميزة للتعبير عن سلوكياتهم الخاصة في مجموعات محددة من المواقف، واقترح ميتشل وزملاءه أن الأفراد لديهم بروفيلات مميزة من علاقات الموقف- السلوك وهو ما أسماه بالبصمات السلوكية، وهي نمطاً لثبات الفرد في نموذج وتنظيم السلوك .

الذات والاعتقادات بكفاءة الذات:

يشير مفهوم الذات لدي المعرفية الاجتماعية إلى العمليات التي تكون جزءاً من التوظيف النفسي للشخص، بمعنى أن الشخص لا يمتلك بنيه تسمى «الذات»، لكن عمليات الذات تكون جزءاً من الشخص، بالإضافة إلى أن المفاهيم المبكرة للذات كانت منقذة لكونها عامة، وتقترح النظرية المعرفية أن الأفراد لديهم مفاهيم الذات، وعمليات ضبط الذات قد تتنوع من وقت لوقت ومن موقف لموقف.

ومظاهر إدراك الذات لها أهمية مركزية في تفكير باندورا ، ففيما يتعلق بكفاءة الذات أو القدرة على إدراك الكفاح بنجاح مع مواقف محددة يرتبط مفهوم كفاءة الذات بإحكام عمل الأفراد فيما يتعلق بقدرتهم على التصرف في مهمة أو موقف محدد، فوفقاً لباندورا أحكام كفاءة الذات تتأثر بهذه الأنشطة التي ننهمك فيها، وكيف نريد هذا الجهد في المواقف، وكيف نقاوم المهام، وردود فعلنا الانفعالية أثناء توقع الموقف،

فنحن نفكر ونحس ونسلك باختلاف في المواقف التي نحس فيها بعدم الثقة أو عدم الكفاءة.

ففي الإجمال إدراك الذات للكفاءة تتأثر بنماذج التفكير، الدافعية، الإنجاز، والإثارة الدافعية، ويؤكد باندورا على ما أسماه استراتيجية البحث التحليلي المصغر، وفقاً لهذه الاستراتيجية القياسات المعالجة لإدراك كفاءة الذات تكون مأخوذة قبل إنجاز السلوك في مواقف محددة، بالتالي يسأل الأشخاص أن يعينوا في مواقف محددة تلك المهام التي يمكن أن يقوموا بها ودرجة تأكدهم من

فعلهم لها بنجاح، وتعكس هذه الاستراتيجية رؤية أن أحكام كفاءة الذات تكون محددة في المواقف ولا تمثل تصرفات عامة، ويمكن قياسها من خلال قوائم الشخصية الشاملة، وتم انتقاد مفهوم الذات العام لأنه لا يقوم بتقدير تعقيد ادراكات كفاءة الذات التي تتنوع عبر أنشطة مختلفة، ومستويات مختلفة من نفس النشاط، وملابسات موقفيه مختلفة.

ويعرف مفهوم الذات بأنه: "عبارة عن مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والقبول والنجاح.

ويتمثل مفهوم الذات الإيجابي في تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات ايجابي بصورة واضحة ومتبلورة يلمسها كل من يتعامل مع الفرد ويحتك به، حيث يكتشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائماً الرغبة في احترام الذات وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي، مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، وكذلك عن تحمل المسؤولية وأنه يعتمد عليه ومتفهم ومتفائل اتجاه الحياة والناس؛ أما مفهوم الذات السلبية ينطبق على مظاهر الانحرافات السلوكية، والأنماط المتناقضة مع أساليب الحياة العادية للأفراد، والتي تخرجهم عن الأنماط السلوكية العادية والمتوقعة من الأفراد الأسوياء في المجتمع والتي تجعلنا نحكم على من تصدر عنه بسوء التكيف الاجتماعي، أو النفسي وتصنيفه في فئة الأسوياء. ومفهوم الذات السلبي يتكون نتيجة النبذ، وعدم المحبة التي يبديها الوالدان، مما يحبط ويعطل نمو النظام الصحي للذات.

ويحدد حامد زهران ١٩٧٢ ثلاثة مستويات للذات هي:

(١) مفهوم الذات العام :

وهو المفهوم المدرك للذات الواقعية كما يعبر عنه الشخص نفسه ويضم هذا المفهوم عدداً من مفاهيم الذات مثل مفهوم الذات الاجتماعية ويقصد به؛ ذلك المفهوم المدرك للذات الاجتماعية كما يعبر عنه الشخص نفسه.

(٢) مفهوم الذات المكبوتة:

وهو المفهوم الذي يتضمن أفكار الفرد المهددة عن ذاته، والتي نجح دافع تأكيد وتحقيق وتعزيز الذات في تجنيد حيل الدفاع فدفعت بها إلي اللاشعور ويحتاج التوصل إلي التحليل النفسي.

(٣) مفهوم الذات الخاص:

وهو أهم المستويات لأنه يختص بالجزء الشعوري السري الشخصي من خبرات الذات، ومعظم محتويات مفهوم الذات الخاص محرمة او محرجة أو محبطة أو بغیضة أو غير مرغوب فيها اجتماعياً ويعتبر مفهوم الذات الخاص بمثابة عورة نفسية لا يجوز إظهاره أمام الناس.

الأهداف:

يرتبط مفهوم الأهداف بقدرة الأفراد على توقع المستقبل وكونه مدفوعاً ذاتياً، إنها الأهداف التي ترشدنا في تأسيس أولوياتنا والاختيار بين المواقف، والتي تمكننا من إلى ما بعد التأثيرات اللحظية وتنظيم سلوكنا عبر فترات ممتدة من الزمن، وتكون الأهداف منظمة وفقاً لنظام محكم، لذلك يكون بعض هذه الأهداف أكثر مركزية وأهمية عن الآخر، ومع ذلك لا يكون هذا النظام بصفه عامة ثابت.

الكفاءات - المهارات:

وهي قدرة الشخص على حل المشكلات والكفاح بنجاح مع مشكلات الحياة، وتؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية على الكفاءات والمهارات التي يمتلكها الشخص أكثر من التأكيد على السمات التي يمتلكها ذلك الشخص، وتتضمن هذه الكفاءات طرق التفكير في مشكلات الحياة والمهارات السلوكية في الحلول الممثلة لها، ويمتلك الأفراد الكفاءة في سياقات محددة، فالشخص قد يكون ذا كفاءة في سياق ما ولا يكون كفاء في سياق آخر.

العملية:

وفقاً للنظرية المعرفية يكون الأفراد قادرين على التفكير في نتائج السلوك قبل التصرف المشروع، ويكون الأفراد قادرين على توقع المكافآت والعقاب البعيد في المستقبل.

الأهداف، القواعد، وتنظيم الذات:

في معاني العمليات الدافعية هناك مفهومين جديران بالملاحظة:

الأول:

يوجد اقتراح بأن الأفراد لديهم قواعد داخلية لتقييم سلوكهم الخاص وسلوك الآخرين، وتمثل هذه القواعد الأهداف بالنسبة لنا وتتأسس على التعزيز المتوقع من الآخرين ومن أنفسنا.

الثاني:

عملية التعزيز الذاتي تكون مهمة بصفة خاصة في السلوك المستمر عبر فترات ممتدة من الزمن في غياب المعززات الخارجية، فعبر هذه الاستجابات الداخلية المقيمة للذات كالإطراء والشعور بالذنب نكون قادرين على مكافأة أنفسنا بالنسبة للقواعد المقابلة أو معاقبة ذاتنا في حالة انتهاكنا لها.

كفاءة الذات والإنجاز:

لدى باندورا تأكيد على أهمية إدراكات الذات للكفاءة كوسائط معرفية في التصرف، وأثناء التصرف يصنع الأفراد آراء فيما يتعلق بقدرتهم على تنوعات إنجاز متطلبات المهمة، هذه الآراء عن كفاءة الذات تتأثر بالأفكار والانفعال والتصرف.

تؤثر الاعتقادات بكفاءة الذات في كيف يكافح الأفراد بنجاح خيبات الأمل والضغط في السعي وراء أهداف الحياة، ويتم استخدام التوظيف البشري بكفاءة من خلال الإحساس الشخصي بالضبط، وتمثل الاعتقادات بكفاءة الذات أحد أشكال هذا الإحساس بالضبط.

وأشار باندورا (Bandura,1997,51) بأنها معتقدات الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ المهام العلمية المطلوبة لانجاز الهدف المراد، وهذا يعنى إنه إذا اعتقد الفرد أنه قادر على انجاز الأهداف والمهام المطلوبة فإنها تحدث فعلا وفقا لمعتقداته، بمعنى آخر تشير الكفاءة الذاتية إلى الاعتقادات التي يمتلكها الفرد حول قدراته.

ويُضيف أحمد يحيى بأنها تشير إلى معتقدات الطالب حول قدراته على تنظيم، وتنفيذ الأعمال، والإجراءات اللازمة لتحقيق نتائج ايجابية في دراسته الجامعية.

أبعاد كفاءة الذات:

قدر الكفاءة :

ويقصد به مستوى قوة دوافع الأفراد للأداء فى المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعاً لطبيعة وصعوبة الموقف ويظهر مستوى الكفاءة بصورة أكثر وضوحاً عند تنظيم المهام وفقاً لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد فى توقعات الكفاءة، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة ومستوى الصعوبة، ولكنها تتطلب مستوى أداء شاق فى معظمها.

العمومية :

يُشير هذا البعد إلى اتساع مدى الأنشطة والمهام التي يعتقد أو يدرك الفرد أن بإمكانه أدائها تحت مختلف الظروف، وتتباين درجة العمومية ما بين اللامحدودية والتي تعبر عن أعلى درجات العمومية والمحدودية التي تقتصر على مجال أو نشاط أو مهام محددة.

القوة أو الشدة :

يبين باندورا أن قوة الشعور بالكفاءة الذاتية تعبر عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي بنجاح، فمن خلال التنظيم الذاتي سيكون الشخص قادرًا على أداء الأنشطة والمهام بشكل صحيح خلال فترة زمنية

مصادر كفاءة الذات:

وضع باندورا (١٩٨٢) أربع مصادر رئيسية لكفاءة الذات:

١- إنجازات الأداء :

تشير إلى تجارب الفرد وخبراته المباشرة، فالنجاح في مهمة سابقة يؤدي إلى النجاح في مهمة لاحقة، ويزيد من توقعات الفرد في المهام أخرى، فتعتبر إنجازات الأداء أكثر المصادر تأثيرًا في كفاءة الذات، فالأداء الناجح يرفع من توقعات الكفاءة الذاتية، ويؤدي الفشل المتكرر إلى خفض هذه التوقعات.

وتعد إنجازات الأداء على وجه الخصوص، النجاح أو الفشل الواضحين، أقوى مصادر كفاءة الذات فالنجاح في مهمة أو سلوك أو مهارة يعزز توقعات الكفاءة الذاتية المتوقعة.

٢- الخبرات البديلة :

يرى باندورا إن كفاءة الذات تتأثر بالخبرات البديلة والتي يقصد بها رؤية أشخاص ناجحين يؤدون نفس المهام والأنشطة، فرؤية هؤلاء الأشخاص تزيد وترفع من معتقداته، ويستطيع إن يحسن من أدائه عند رؤية مثل هؤلاء الأشخاص (النماذج الاجتماعية) وعلى العكس عند رؤية أشخاص فاشلين يؤدي ذلك إلى خفض معتقداته أو كفاءته فالنماذج الاجتماعية تعتبر وسيلة لتعزيز معتقدات الأشخاص بأن لديهم ما يساعدهم على تحقيق النجاحات.

٣- الإقناع اللفظي :

الإقناع اللفظي هو مصدر اقل قوة للتغير الدائم في الكفاءة الذاتية المتوقعة من تجارب الأداء والخبرات البديلة، يجب أن تتأثر فعالية الإقناع اللفظي كمصدر للتوقعات الذاتية بعوامل مثل الخبرة، والجدارة بالثقة، وجاذبية المصدر، على النحو الذي توجد به عقود من البحث حول الإقناع اللفظي وتغير المواقف.

٤- الاستثارة الانفعالية :

يرى جابر عبدالحميد إن الانفعال الشديد يخفض الأداء عادة، ولقد تعلم معظم الناس إن يحكموا على قدرتهم على تنفيذ عمل معين فى ضوء الاستثارة الانفعالية وترتبط الاستثارة الانفعالية بتزايد الأداء.

أنواع كفاءة الذات:

١ - كفاءة الذات العامة :

يعرف باندورا كفاءة الذات العامة بأنها قدرة الشخص على القيام بالسلوك الذي يحقق نتائج ايجابية ومقبولة فى موقف محدد، والسيطرة على الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الأشخاص، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية قيامه بالمهام والأنشطة التي أسندت إليه، والتنبيؤ بالجهد والنشاط والمواظبة اللازمة لتحقيق العمل الموكول به.

٢- كفاءة الذات الأكاديمية :

تعرف كفاءة الذات الأكاديمية على أنها إدراك الشخص لقدرته على القيام بالمهام التعليمية بمستويات مرغوب فيها. أي أنها تعنى قدرة الفرد الفعلية فى موضوعات الدراسة المتنوعة داخل القسم، وهى تتأثر بعدد من المتغيرات منها حجم أفراد القسم وعمر الدارسين، ومستوى الاستعداد الاكاديمي للتحصيل الدراسي.

٣- كفاءة الذات الاجتماعية :

الكفاءة الاجتماعية مظلة لجميع المهارات الاجتماعية التي يحتاجها الفرد لكي ينجح في حياته وعلاقاته الاجتماعية فالشخص ذو الكفاءة الاجتماعية ينجح في اختيار المهارات المناسبة لكل موقف ويستخدمها بطرق تؤدي إلى نواتج ايجابية.

توقعات كفاءة الذات:

قسم باندورا ١٩٨٠ توقعات كفاءة الذات إلى نوعين من التوقعات يرتبطان بنظرية كفاءة الذات ولكل منهما تأثيرها القوي على السلوك:

النوع الأول: التوقعات المرتبطة بكفاءة الذات:

وتتعلق بادراك الفرد بقدرته على القيام بأداء سلوك محدد، وهذه التوقعات يمكنها أن تساعد على تمكين الفرد من تحديد ما إذا كان قادرا على القيام بسلوك معين أم لا في مهمة معينة، وتحديد مقدار الجهد المطلوب منه للقيام بهذا السلوك.

أما النوع الثاني التوقعات الخاصة بالنتائج فيعنى الاعتقاد بان النتائج يمكن أن تنتج من الانخراط في سلوك محدد، وتظهر العلاقة بوضوح بين توقعات النتائج وتحديد السلوك المناسب للقيام بمهمة معينة وتأخذ توقعات النتائج ثلاثة أشكال، حيث تعمل التوقعات الايجابية كبواعث في حين تعمل التوقعات السلبية كعوائق.

خصائص كفاءة الذات:

١- مجموعة القرارات والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الشخص وإمكاناته ومشاعره.

٢- ثقة الشخص في أداء عمل بجدارة.

٣- توفر قدر من الاستطاعة سواء كانت فيزيولوجية أو عقلية أو نفسية، مع وجود دافعية في المواقف.

٤- توقعات الشخص لأداء العمل في الحاضر والمستقبل.

٥- الاعتقاد بان الشخص يمكنه تنفيذ أحداث مطلوبة اي أنها تشمل المهارات المملكة من طرف الشخص وحكمه على ما يمكنه القيام به، مع ما يتوافر لديه من إمكانيات أو مهارات.

٦- ليست ثمة ثابتة في السلوك الشخصي، اي أنها مجموعه من الأحكام لا تتصل بما يقوم به الفرد فقط، بل يشمل أيضا الحكم على ما يمكن تحقيقه، وأنها نتيجة للقدرة الشخصية.

٧- أنها تنمو من خلال تفاعل الفرد مع البيئة ومع الآخرين، كما أنها تنمو بالتدريب واكتساب الخبرات المختلفة.

٨- أنها ترتبط بالتوقع والتنبؤ وليس بالضرورة أن تعكس توقعات قدرة الشخص وإمكاناته الحقيقية، فمن الممكن أن تكون إمكاناته قليلة ولديه توقع بفعالية ذات مرتفعه.

٩- تتحدد بعدة عوامل مثل صعوبة الموقف، كمية الجهد، مدى مواظبة الشخص.

١٠- هي إدراك وتوقع مترجم إلى بذل جهد وتحقيق نتائج منشودة.

خصائص الأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية:

يذكر باندورا (١٩٩٧) أن هناك خصائص عامة تميز الأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المرتفعة والمنخفضة:

أولاً: خصائص الأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المرتفعة:

يتميزون بمستوى عالٍ من الثقة، ولديهم قدر عالٍ من تحمل المسؤولية، ويواجهون المواقف الصعبة بكفاءة، ويتمتعون بمثابرة عالية في مواجهة العقبات، يمتلكون القدرة على التخطيط للمستقبل، ويركزون على تحقيق أهدافهم.

ثانياً: خصائص الأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة:

يتم الأشخاص ذوي الكفاءة المنخفضة بأنهم يركزون على مواطن الفشل، لديهم طموح ضعيف، يشكون في قدراتهم أمام المهام الصعبة ويستسلمون بسرعة، يركزون على الصعوبات التي تواجههم أكثر من التركيز على كيفية التغلب على هذه المواقف. ويتضح مما سبق أن الأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المرتفعة يتميزون بالثقة بالنفس، والتحدي لمواجهة الصعاب، والقدرة على تحقيق أهدافهم، والقدرة على تحمل المسؤولية، والتخطيط للمستقبل عكس ذوي الكفاءة المنخفضة.

تأثير كفاءة الذات على السلوك الإنساني:

تؤثر كفاءة الذات على اختيارات الفرد، وأهدافه، فالأفراد عادة ما ينخرطون في الأنشطة والمهام التي يشعرون نحوها بالثقة ويتجنب الأنشطة التي لا يشعر نحوها بذلك، فكفاءة اللذات تلعب دورا هاما في تحديد واكتساب الخبرات، وتحدد مقدار الجهد الذي قد يبذله الفرد في النشاط، ودرجة الكفاءة والمثابرة في مواجهة المواقف الضاغطة، فكلما زادت كفاءة الذات زاد مقدار الجهد والمثابرة، فالأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المرتفعة يقبلون على المهام والأنشطة بشيء من الهدوء ويؤمنون بقدراتهم على تحقيق هذه الأهداف، بينما ذوي الكفاءة المنخفضة يرون هذه المهام اكبر من قدراتهم.

يرى باندورا أن معتقدات الكفاءة الذاتية تؤثر على سلوك الفرد ودافعيته من خلال:

١- الأهداف:

يضع الأشخاص أهدافا عالية لأنفسهم عندما يكون لديهم كفاءة ذاتية عالية في مجال معين مثال ذلك: اختيار الطلاب بمستوى معين من النشاط المهني يعكس المجالات التي لديهم فيها كفاءة ذات عالية وليست منخفضة.

٢- اختيار الأنشطة:

يميل الأفراد إلى اختيار الأنشطة التي يعتقدون أنهم يمكن أن ينجحوا في أدائها مثال ذلك الطالب الذي يعتقد انه قادر على النجاح في أنشطة معينة يختار تلك الأنشطة أكثر من الطلاب الآخرين، والطالب الذي يلتحق بالفرع العلمي في الثانوية مثلا غالبا ما يكون لديه الاعتقاد بقراته على النجاح في ذلك الفرع.

٣- الجهد والإصرار:

الأفراد الذين لديهم إحساس عالي بكفاءة الذات أكثر احتمالا لبذل الجهد في محاولاتهم لانجاز عمل ما، وهم غالبا أكثر إصرارا للتغلب على ما يصادفهم من عقبات، فالطلاب الذين يتصفون بكفاءة ذاتية منخفضة نحو عمل من الأعمال يبذلون جهدا اقل في هذا العمل، ويستسلمون بسرعة لأي عقبات تصادفهم.

٤ - التعلم والانجاز:

يميل الأفراد الذين يتصفون بكفاءة ذات عالية إلى التعلم والانجاز أكثر من الأفراد ذوى فاعلية الذات المنخفضة، حتى عندما تتساوى قدراتهم العقلية.

بان النجاح فى الأداء يزيد من مستوى كفاءة الذات بما يتناسب مع صعوبة المهمة أو العمل.

أن الأعمال التي يتم انجازها بنجاح من قبل الفرد معتمدا على نفسه تكون أكثر تأثير على فعالية ذاته من الأعمال التي يتلقى فيها مساعدة من الآخرين.

أن الإخفاق المتكرر يؤدي فى اغلب الأحيان إلى انخفاض كفاءة الذات، وخاصة عندما يعلم الشخص انه قد بذل أفضل ما لديه من جهد.

ويتضح مما سبق أن الكفاءة الذاتية محدد مهم من محددات السلوك، فهي تؤثر على عملية التعلم، فالشعور بالكفاءة الذاتية يعزز الإحساس لدى الأفراد بالقدرة على السعي والمثابرة نحو المهام.

تأثير كفاءة الذات على التعلم:

١-تؤثر كفاءة الذات على الأهداف التي يختارها الأفراد لأنفسهم، فيميل الفرد ذو الكفاءة الذاتية المنخفضة إلى وضع أهداف منخفضة لأنفسهم. بالمقابل، يضع الأفراد ذوي الكفاءة الذاتية العالية أهدافا عالية.

٢-تؤثر في مستوى التعلم والجهد المبذول، فيعمل الفرد ذو الكفاءة الذاتية العالية باجتهد لمعرفة كيفية أداء المهام الصعبة، لتقتهم أن جهودهم ستكون ناجحة في حين أن الأفراد ذوي الفاعلية الذاتية المنخفضة يبذلون جهدا اقل في أداء مهام معقدة، لعدم ثقتهم من أن الجهد سيؤدي إلى النجاح.

٣-تؤثر على المثابرة التي يحاول بها الأفراد القيام بمهام جديدة وصعبة، فالأفراد ذوي الكفاءة الذاتية العالية واثقون من أنهم قادرون على تعلم وتنفيذ مهمة واحدة حتى وان واجهتهم بعض الصعاب وتحقيق الأهداف على العكس من الأفراد ذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة عند مواجهتهم للمشكلات.(منال شمس الدين،٩٣،٢٠١٩)

الانفعال:

يبدأ الأفراد مرتفعي الاعتقادات بكفاءة الذات المهام بمزاج انفعالي أفضل (مثل انخفاض القلق والاكتئاب) عن الأفراد منخفضي الاعتقادات بكفاءة الذات.

المواجهة:

يكون الأفراد مرتفعي الاعتقادات بكفاءة الذات أفضل قدرة على مواجهة الضغوط وخيبات الأمل عن الأفراد منخفضي الاعتقادات بكفاءة الذات.

يلخص بانديورا الدليل فيما يتعلق بتأثير الاعتقادات بكفاءة الذات على الدافعية والإنجاز كما يلي: «يشير الدليل الواضح بأن النجاح والابتكار والاجتماعية وخفض القلق وعدم الاستسلام والاصلاح الاجتماعي تتعلق باعتقاد الفرد بكفاءته الشخصية للتدريب، والتأثير عبر الأحداث التي تؤثر في حياته».

ملخص الرؤية عن الدافعية:

يطور الشخص الأهداف أو القواعد التي تخدم كأساس بالنسبة للتصرف، يعني الأفراد ببدائل مسارات التصرف ويصنعون قرارات على أساس النتائج المتوقعة، ويدركون كفاءة الذات لإعادة تشكيل السلوكيات الضرورية، وأحياناً يكون التصرف أو السلوك الناتج مقدراً بمعاني المكافآت الخارجية من الآخرين وتقييمات الذات الداخلية للشخص نفسه، النجاح في الإنجاز قد يؤدي إلى تعزيز كفاءة الذات أو وضع قواعد مرتفعة لجهد إضافي، وعدم النجاح في الإنجاز أو الفشل قد يؤدي إلى التخلي عن الأهداف أو الكفاح المستمر المعتمد على قيمة النتيجة للشخص أو محاولة

بذل جهد إضافي.

النمو والتطور:

تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية على تطور الكفاءات المعرفية، التوقعات، الأهداف والقواعد، الاعتقادات بكفاءة الذات، ووظائف تنظيم الذات عبر ملاحظة الآخرين وعبر الخبرة المباشرة، فيتضمن التعلم بالملاحظة القدرة على تعلم السلوكيات المعقدة من خلال مشاهدة الآخرين.

التعلم بالملاحظة:

تقترح نظرية التعلم بالملاحظة أن الأفراد يمكن أن يتعلموا من خلال ملاحظة سلوكيات الآخرين، ويسمى الشخص الذي تتم

ملاحظته بالنموذج، والفرد يتعلم السلوكيات بملاحظة أداء النموذج لهذه السلوكيات، فعلى سبيل المثال قد يتعلم الطفل اللغة بملاحظة الوالدين والأفراد حين يتحدثون، وتسمى هذه العملية بالنمذجة.

ويكون نمط التعبير عن هذه السلوكيات متضمناً تحت مصطلحي التقليد والتوحد، التقليد له تضمينات محدودة لتقليد الاستجابة، على عكس التوحد والاندماج في نماذج كاملة من السلوكيات، وتتضمن النمذجة نمط متسع بعض الشيء عن التقليد لكن أقل

انتشاراً عن التوحد، ولكن ترفض هذه المصطلحات بسبب تزاُمها مع نظرية التعزيز،

المثير - الاستجابة، ونظرية التحليل النفسي

،حيث تعتبر هذه النظريات غير ملائمة في وصف بيانات الملاحظة.

المكتسب في مقابل الإنجاز:

الجزء المهم في نظرية النمذجة هو التمييز بين المكتسب والإنجاز، فنماذج السلوك

المعقد يمكن أن تكون متعلمة أو مكتسبة بصرف النظر عن المعززات، فكون السلوك

منجز أو غير منجز سوف يعتمد على المكافآت والعقوبات، فعلى سبيل المثال أجرى

باندورا وزملائه دراسة لتوضيح هذا التمييز، في هذه الدراسة لاحظ ثلاث مجموعات

من الأطفال نموذج يعبر عن السلوك العدواني تجاه لعبة بلاستيكية، في المجموعة

الأولى

السلوك العدواني للنموذج لم يكن له أي نتائج تالية (بدون نتائج) في المجموعة الثانية

السلوك العدواني للنموذج تبع بمكافآت (مكافآت)، وفي المجموعة الثالثة تبع بالعقاب

(العقاب)، لوحظ السلوك التالي للسلوك العدواني لدى النموذج، وقدم للأطفال في

المجموعات الثلاثة وضعين، في الوضع الأول: ترك الأطفال بمفردهم في الحجرة مع

لعبة كثيرة متضمنة اللعبة البلاستيكية وتم ملاحظتهم من خلال المرآة ليرى الباحثين

إذا عبر الأطفال عن السلوكيات العدوانية للنموذج (بدون حافز) وفي الوضع الثاني

أعطي الأطفال حوافز جذابة لإحداث سلوك النموذج (حافز إيجابي)، فبدأت السلوكيات المقلدة كثيرة في وضع الحافز

عن الوضع غير الحافز، ولكن هناك سؤال هام هو هل أثرت نتائج النموذج على إبداء الأطفال السلوك العدواني؟

ملاحظة السلوك في الوضع غير الحافز أشارت بوضوح إلى الاختلافات: فالأطفال الذين لاحظوا النموذج ككونه معاقباً أنجزوا تصرفات مقلدة قليلة جداً عن الأطفال في النموذج المكافئ والمجموعة (بدون نتائج)، ولكن أزيلت هذه الاختلافات في وضع تقديم الحافز الجذاب لإعادة إحداث سلوك النموذج.

وفي المجمل النتائج التي حصل عليها النموذج لها تأثير على إنجاز الأطفال للتصرفات العدوانية ولكن ليس على تعلمها.

الإشراط البديلي:

أظهرت نتائج عدة دراسات أن ملاحظة نتائج تأثيرات النموذج كانت على الإنجاز وليس الاكتساب، وتقترح هذه الدراسات أن الاختلاف بين الإنجاز والاكتساب كان من خلال أن الأطفال كانوا متأثرين بما حدث للنموذج، وفقاً للأساس المعرفي أو الأساس الانفعالي أو كلاهما، واستجاب هؤلاء الأطفال لنتائج النموذج، فتعلم الأطفال استجابات

انفعالية أساسية من خلال تناسقها مع النموذج فهي بديلية من خلال ملاحظة النموذج، لا يمكن فقط للسلوك أن يكون متعلماً عبر الملاحظة لكن ردود الفعل الانفعالية مثل الخوف والابتهاج يمكن أن تكون أيضاً مشروحة على أساس بديلي.

ليس من الشائع للأفراد أن يطوروا ردود فعل انفعالية قوية تجاه الأماكن والأشخاص والأشياء بدون تفاعل شخصي معها، فعملية تعلم ردود الفعل الانفعالية عبر ملاحظة الآخرين تسمى الإشراف البديلي، وظهر الإشراف البديلي بوضوح لدى كلاً من الإنسان والحيوان، فبالتالي الأشخاص الذين لاحظوا تعبير النموذج لاستجابة الخوف وجدوا مطورين لاستجابة انفعالية مشروطة بديلية للمثير المحايد السابق.

وبالتشابه في التجريب مع الحيوانات وجد أن الخوف الشديد من الثعابين تطور في القرود الصغيرة الذين لاحظوا والديهم يسلكون بخوف اتجاه الثعابين الحقيقية أو الألعاب التي تجسد الثعابين، ما كان لافتاً للنظر هو أن فترة الملاحظة لرد الفعل الانفعالي للوالدين كانت أحياناً وجيزة جداً.

على الرغم من أن التعلم بالملاحظة يمكن أن يكون عملية قوية إلا أنه يجب على المرء عدم الاعتقاد بأنها أوتوماتيكية أو أن المرء مقيداً في متابعة خطوات قدم الآخرين، فالأطفال على سبيل المثال لديهم نماذج متعددة ويمكنهم التعلم من الوالدين والأقارب والمدرسين والرفاق والتلفزيون، كما يمكنهم التعلم من خبرتهم الخاصة المباشرة ، لذلك

يقوم هؤلاء الأطفال في الكبر باختيار نشاط أي نموذج سوف يلاحظونه ويسعون لمجاراته.

تعلم تأجيل مهارات الإشباع:

أظهرت نتائج البحوث بوضوح أهمية النمذجة والتعلم بالملاحظة في تطوير قواعد الإنجاز بالنسبة للنجاح والمكافآت التي قد تخدم آنذاك كأساس لتأجيل الإشباع.

فالأطفال المعروضون للنماذج التي تضع قواعد مرتفعة للإنجاز بالنسبة لكفاءة الذات تميل إلى تقليد الأشخاص ذوي كفاءة الذات الخاصة بالإنجاز الاستثنائي بدرجة كبيرة عن الأطفال الذين تعرضوا لنماذج تضع قواعد منخفضة أو بدون نماذج على الإطلاق.

الأطفال سوف يقتدون بالقواعد حتى لو أنجزوا المهام في غياب المكافآت، كما أنهم سوف يفرضون القواعد المتعلمة على أطفال آخرين، فالأطفال يمكن أن يضعوا قواعد لتأجيلات كبيرة في تلقى الإشباع لو أنهم تعرضوا لنماذج لهذا السلوك المؤجل.

وتمثلت تأثيرات النموذج على تأجيل السلوك لدى الأطفال في بحث باندوا وميتشيل، حيث وجدوا أن الأطفال يكونون مرتفعين أو منخفضين في تأجيل الإشباع وفقاً للنماذج التي تعرضوا لها.

فكل طفل لاحظ فردياً الموقف الاختباري الذي كان فيه النموذج الراشد مطالباً للاختيار بين المكافئ الفوري والموضوع المقيم أكثر في آخر اليوم، الأطفال مرتفعي التأجيل لاحظوا النموذج الذي اختار المكافئ الفوري وعلقوا على فائدته، بينما الأطفال منخفضي التأجيل لاحظوا النموذج الذي اختار تأجيل المكافئ وعلقوا على مزاياه، وفي حالة النموذج الرمزي قرأ الأطفال المحتوى اللفظي لهذه السلوكيات، وأعيد هذا المحتوى اللفظي ليكون مقابلاً لنموذج استجابة الطفل، أخيراً في حالة اللانموذج خمن الأطفال الاختبارات المعطاة للراشدين، وأظهرت النتائج أن الأطفال مرتفعي التأجيل عدلوا بدلالة سلوكهم المكافئ في صالح الإشباع الفوري، في المقابل الأطفال منخفضي التأجيل عدلوا بدلالة سلوكهم لصالح الإشباع المؤجل.

كما ذكرنا سابقاً إنجاز السلوكيات الملاحظة يتأثر بوضوح بنتائج ملاحظة النموذج، فعلى سبيل المثال الأطفال الذين لاحظوا فيلم فيه يكون الطفل غير معاقب للعبة مع العرائس التي كانت معاقبة من الأم، يكونوا أكثر احتمالاً للعب مع العرائس المحظورة عن الأطفال الذين رأوا الفيلم الذي عوقب فيه الطفل.

تتضمن القدرة على تأجيل الإشباع تطوير الكفاءات السلوكية والمعرفية فيما يتصل بالسلوكيات المكتسبة عبر ملاحظة الآخرين وعبر الخبرة المباشرة، وتتحدد القدرة على

تأجيل الإشباع بالنتائج المتوقعة مثل التأثير بالخبرة الشخصية المباشرة الماضية، ملاحظة النتائج للنموذج مثل الوالدين، الرفاق، وردود الفعل الذاتية.

أجرى ميتشيل بحث عن استخدام الأطفال للميكانيزمات المعرفية في تأجيل الإشباع والتغلب على إغراء المثير الفوري قبله وتطوير قواعد وتعبيرات ذاتية داخلية يقوم الأطفال من خلالها بتطوير استراتيجيات للقدرة على مقاومة الإغراء، إحدى هذه الاستراتيجيات يكون صرف أو تحويل الانتباه بعيداً عن موضوع الإغراء، الأخرى تكون التركيز على الأكثر تجريداً أو عدم المبالغة في خصائص الممتازة أو العيانية، فالمرء يمكن أن يركز على صور الطعام أكثر من التركيز على رائحة الطعام الفعلية.

ملخص الرؤية عن النمو والتطور:

بالإضافة إلى أهمية الخبرة المباشرة تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية على أهمية النماذج والتعلم بالملاحظة في تطور الشخصية، فيكتسب الأفراد الاستجابات الانفعالية والسلوكيات عبر ملاحظة السلوكيات والاستجابات

الانفعالية للنماذج، فعبر الخبرة المباشرة والملاحظة وعبر الاختبار المباشر للمكافآت والعقوبات وعبر الاشرط البديلي يكتسب الأفراد بعض الخصائص الشخصية المهمة مثل الكفاءات والتوقعات وقواعد الأهداف والاعتقادات بكفاءة الذات، وعبر هذه العملية يكتسب الأفراد قدرات التنظيم الذاتي، وبالتالي عبر تطوير الكفاءات المعرفية

والقواعد يكون الأفراد قادرين على توقع المستقبل ومكافأة أو عقاب ذواتهم بالنسبة للتقدم النسبي في مقابلة الأهداف المختارة.

التطبيقات الاكلينيكية

علم النفس المرضي

وفقاً للنظرية المعرفية الاجتماعية يكون المرض نتيجة تعلم استجابات غير متوافقة نتيجة الخبرات المباشرة، أو نتيجة التعرض لنماذج مريضة أو غير ملائمة.

ويقر باندورا أن السلوك المرضي يتعلمه الفرد نتيجة وجود والدين كنماذج مريضة أو غير متوافقة بالتالي يتعلم الأطفال السلوكيات المرضية نتيجة التعلم من هذه النماذج، ووفقاً لهذه الرؤية فالتعلم بالملاحظة ينتج لنا سلوكيات مرضية، فالقردة التي لاحظت استجابات الخوف لدى والديها من الثعبان طورت استجابات مرضية نتج عنها الخوف من الثعبان، بالتالي فمن المقترح أن البشر تعلموا سلوكيات ومخاوف بشرية نتيجة ملاحظة هذه النماذج.

وعلى الرغم من أهمية النماذج فيس تعلم السلوكيات المرضية فثمة شيء آخر يساعد على تطور السلوكيات المرضية، فعلى سبيل المثال فإن التوقعات غير الفعالة لصورة الذات قد تطور سلوكيات مرضية مثل الاكتئاب، كما أن إدراك عدم كفاءة الذات

يؤدي إلى تطور سلوكيات القلق لدى الفرد، فالشخص القلق يركز على الموقف الخارجي ويرى ضعف كفاءته لمواجهة هذه الظروف والتداعيات.

كما أن اعتقادات الفرد نحو صعوبة الأهداف المرجوه وعدم قدرته على تحقيقها يؤدي بالفرد للتخلي عن هذه الأهداف واحتمال عدم المبالاة تجاهها بالتالي يطور احساس عدم الكفاءة والشعور بالاكتئاب.

بالتالي كلما ارتفعت كفاءة الذات وقدرة الفرد على وضع أهداف مناسبة وتحقيقها كلما ارتفعت الصحة النفسية لديه وقللت من السلوكيات المرضية.

العلاج النفسي والتغيير

يعتبر العلاج النفسي بهذه النظرية علاج حديث نسبياً، وتعتمد هذه النظرية في العلاج علي النمذجة وعلى أهمية النموذج المختبر وتأثيره على الحالة.

وتعتمد النظرية على أهمية اكتساب نماذج جديدة من الخبرات والأفكار؛ فضلاً عن أهمية استمرارها وتعميمها.

كما أكدت النظرية على أهمية رفع كفاءة الذات والتوقعات المرتبطة بها ووضع أهداف مناسبة وملائمة لطبيعة الأفراد، ويتم ذلك عن طريق النمذجة والمشاركة المرشدة.

وتؤكد النظرية أيضاً على أهمية النموذج ونوعه وتأثيره المباشر في حياة الأفراد فلا بد عند اختيار نموذج معين للتعلم يكون هذا النموذج متوافق مع الأفراد ويتم اختياره بناءً على مدى تأثيره أو مناسبته لطبيعة العمر والنوع، فقد يكون النموذج من الوالدين أو مقدمي الرعاية أو من المعلمين أو من الأصدقاء أو من الفئات العمرية المشابهة للحالة.

وتتنوع النمذجة بين النموذج الحي (الفعلي - المباشر) أو النموذج الرمزي (المصور - غير المباشر).

فعلى سبيل المثال إن كان لدى العميل فوبيا من القطط فمن الممكن أن يشاهد أحد النماذج الفعلية التي تلعب مع القطط؛ أو يشاهد أحد النماذج المصورة أو عن طريق الفيديو التي تلعب مع القطط.

التقييم النقدي لنظريات التعلم

١- القوى

- البحث المنظم وتطوير النظرية
- أهمية المتغيرات الموقفية والبيئة الخارجية
- اتخاذ مدخل برامجتي للعلاج

- الدقة والصرامة المنهجية

٢- الحدود

- التبسيط المفرط في الشخصية وإهمال ظواهر مهمة

- نقص التوحيد والتفرد في النظرية

- الاهتمام بالعوامل الخارجية فقط وإهمال الظواهر الداخلية والسلوك غير الظاهر

بعض التكنيكات العلاجية المشتقة من النظريات السلوكية

- التعزيز

. تعريف التعزيز : " له تعريفان " زيادة احتمال حدوث سلوك معين من خلال الاثابة على هذا السلوك . أي استجابة ينتهي بها السلوك بحيث تزيد من احتمالية حدوثه في المستقبل .

انواع التعزيز :

التعزيز الايجابي :

زيادة معدل حدوث السلوك المرغوب فيه ، أو اكساب سلوك جديد مرغوب عن طريق تقديم شئ محبب للطفل .

التعزيز السلبي :

زيادة معدل حدوث سلوك مرغوب فيه ، أو اكساب سلوك جديد مرغوب عن طريق سحب شئ منفر من الطفل .

- التشكيل:

المفهوم :

تقديم التعزيز بصورة تدريجية عقب السلوكيات التي تقترب اكثر فاكثر من السلوك المرغوب فيه (تعزيز التقريب المتتابع للسلوك) .

التعلم بالنموذج " النمذجة ":

وهي عملية تغير السلوك نتيجة ملاحظة سلوك الآخرين (أي مشاهدة لنموذج معين) وهذه العملية أساسية في معظم مراحل التعلم الإنساني لأننا نتعلم معظم الاستجابة من ملاحظة الآخرين وتقليدهم، وكثيراً ما تكون عملية التعلم بالتقليد أو النمذجة عملية عفوية لا حاجة لتصميم برامج خاصة لحدوثها بالنسبة للطفل الطبيعي ولكن بالنسبة لذوي الاحتياجات الخاصة يجب أن توضع في الاعتبار تصميم برامج لها. ومن الأمثلة على ذلك تعلم الطفل أن يستأذن أثناء الدخول إلى الفصل، تعلم الطفل غسل اليدين بعد الخروج من الحمام / رمي المهملات في السلة

شروطه :

- 1 . أن يكون النموذج " مؤدي السلوك " في مكانة مميزة في حياة الطفل .
- 2 . أن تكون المهارة أو السلوك المؤدي في مستوى الطفل النمائي والمعرفي .
- 3 . أن يتم تشجيع الطفل على ملاحظة المهارة وحثه على ذلك " جذب الانتباه " .
- 4 . أن يتم التأكد من جودة النموذج .

أنواع النموذج

١- النموذج الحي

٢- النموذج غير الحي

-جدول الأنشطة :

وهو يستخدم عندما يكون هناك اختلاف حول بداية النشاط و نهايته مثل "الجلسة

الفردية"؛ او اختلاف حول الروتين اليومي ومواعيد المذاكرة و النوم

التطمين التدريجي :

وهو يعني ان يتم تقريب الطفل بصورة تدريجية من المثير الذي يخاف منه و يشترط

عدم مفاجئة الطفل بمثيرات يخاف منها او استعمال العنف او ممارسة أنشطة صعبة

مع الطفل وتستخدم مع حالات الخوف المرضي و يجب تواجد استشاري تعديل سلوك و طبيب يتابع حالة الطفل الفسيولوجية للطفل .

- الإقصاء العزلة، الوقت المستقطع Time out

وهو إجراء عقابي (من الدرجة الثانية) ويشمل سحب التعزيز الإيجابي لفترة وجيزة بعد قيام الشخص بالسلوك المراد خفضه مع الجلوس في مكان لا تتوفر فيه تعزيز أو حتى مغادرة المكان كاملاً.

ومن الأمثلة على ذلك أن الطفل قد يحرم من مشاهدة برنامج تلفزيوني مفضل إذا أعتدي على طفل آخر يشاهد التلفزيون وقد يرغب بالفعل على مغادرة المكان كاملاً والجلوس في مكان آخر لا يتوفر فيه تعزيز.

وهناك عوامل يجب مراعاتها عند تنفيذ الإقصاء وهي:

- 0 إنه إجراء منفر وقد يتسبب في صراع بين الطفل والأخصائي.
- 0 أن تكون البيئة التي يقص عنها غنية بالتعزيز والبيئة التي يقص إليها فقيرة من التعزيز أو خالية منه.

0 أن يستمر الإقصاء لفترة وجيزة لا تزيد عن ١٠ دقائق.

0 أن يتم تنفيذ الإقصاء بعد السلوك غير المرغوب فيه فوراً.

0 أن يمتنع الأخصائي عن التواصل اللفظي والحوار قدر المستطاع عند بداية تنفيذ

الإقصاء

- دراسة البديل :

وتعني ان يتم تحديد بديل لمشكلة السلوكية التي يعاني منها الطفل بحيث يكون البديل

غير مسبب لضرر الطفل و يعمل علي نهاية المشكلة السلوكية وتحتاج دراسة البديل

الي مرونة في التفكير و ابتكار من الاخصائي

- التمثيل و تبادل الأدوار :

حيث يتم توصيل المعلومة و تعديل السلوك عن طريق تبادل الأدوار او عمل

مسرحية

- القصص :

وهو أسلوب يعتمد علي تعديل السلوك عن طريق القصر بطريقة غير مباشرة

- التنفير :

وهنا نستخدمه عندما نرغب في منع سلوك غير مقبول من الطفل عن طريق ربطه

بخبرة سيئة

ومن المشكلات التي نستخدمها معه "

مص الأصابع

الضرب

القرص

العض

-التصحيح الزائد Overcorrection-

التصحيح الزائد هو عقاب من الدرجة الأولى ويتضمن إرغام الشخص على إزالة الضرر الذي ينتج عن سلوكه أو ممارسة سلوك نقيض للسلوك غير المرغوب فيه، وبعبارة أخرى، تأخذ التصحيح الزائد شكلين رئيسيين هما:

0 " تصحيح الوضع ويشمل الإيحاء للشخص الذي صدر عنه سلوك نتج عنه ضرر ما أن يعيد الوضع إلى حال أفضل مما كان قبل سلوكه، فالطالب الذي قلب أحد المقاعد في غرفة الصف يرغب على إعادة هذا المقعد إلى وضعه الصحيح وتنظيفه وعلى ترتيب وتنظيف جميع المقاعد في الصف.

0 " الممارسة الإيجابية وتشمل إرغام الشخص على تأدية سلوك مناسب فور قيامه بسلوك غير مناسب فالطالب الذي يهز جسمه يمكن أن يرغب على القيام بنشاطات رياضية متعبة لفترات معينة.

- الممارسة السلبية :

بمعنى ان نطلب من الطفل ان يمارس السلوك المرفوض عدة مرات حتي يحدث نوع من التنفير ويقنع عن هذا السلوك

- تكلفة الاستجابة

وهو يستخدم مع المشاكل السلوكية التي يدخل فيها جزء من الإهمال او الكسل

- الطرق التعبيرية واللعب :

حيث يتخلص الطفل عن طريق اللعب من بعض التوترات، ولذا يجب علي الاخصائي ان يجهز غرفة خاصة باللعب بعيدة عن الضوضاء و فيها كل الاغراءات وبعض الألعاب القابلة للكسر .

- الاقتصاديات الرمزية

هو مصطلح عام يستخدم للإشارة إلى مجموعة من أساليب تعديل السلوك التي تشتمل على توظيف المعززات الرمزية لتحقيق الأهداف العلاجية المنشودة. والمعززات الرمزية هي أشياء مادية يمكن توفيرها مباشرة بعد حدوث السلوك من أجل استبدالها في وقت لاحق بمعززات مختلفة.

ومن الرموز التقليدية المستخدمة في برامج تعديل السلوك الكربونات ، الطوابع ،
النجوم ، قصاصات الورق ، القطع البلاستيكية وغير ذلك .

الفصل الثامن

النظريات المعرفية

محتويات الفصل

مقدمة

نظرية بيك المعرفية

نظرية ألبرت أليس

مقدمة

تعتبر المدرسة المعرفية من أحدث المدارس في علم النفس بصفة عامة وفي مجال الإرشاد والعلاج النفسي بصفة خاصة، ولا يمكن القول بأن العمليات العقلية كانت بعيدة عن حساب الباحثين في مجال علم النفس إلى درجة إهمالها في المدارس السابقة، التحليل النفسي والسلوكية والإنسانية، إنما لم يكن هناك اهتمام كاف بها سواء في تفسير السلوك السوي، أو المرضى، أو في علاج الاضطرابات النفسية.

ولقد ساعدت التطورات في مجال الحاسب الآلي الباحثين في علم النفس على وضع تصورات للوظائف العقلية، ثم عادوا إلى الاهتمام بها من جديد، والنموذج العلاج المعرفي الذي سيتم طرحه هنا هو نموذج العلاج المعرفي عند بيك .. الذي شاع استخدامه في حالات الأمراض النفسية بصفة خاصة حالات الاكتئاب.

نظرية آرون بيك:

ولد في مدينة بروفيدانس بولاية رود آيلاند الأمريكية ١٩٢١م، حصل على شهادة الجامعية للطب في جامعة بيل الأمريكية تدرّب ومارس التحليل الكلاسيكي، بدأ حياته كمحلل نفسي إلا أنه كان غير مقتنع بتفسير نظرية التحليل النفسي للاكتئاب، ثم انصب اهتمامه على فحص وجهة النظر عند فرويد في أن الاكتئاب عبارة عن غضب موجة نحو الداخل (نحو الذات) ولذلك قرر أن يفحص التعبيرات

اللفظية الشعورية والتلقائية عند المرضى والمكتئبين، وقد كان من أبرز نتائج دراساته وملاحظاته أن أفكار المرضى الاكتئابيين تتسم بتحيز أو تحريف معرفي سلبي في ادراك الواقع، وأرجع بيك هذا التحريف والتشوية المعرفي إلى ما يعرف بالثلاثي المعرفي (النظرة السلبية للفرد المكتئب عن الذات ، وعن العالم ، وعن مستقبله)، أي يعتقدون أنهم فاشلون وأن مستقبلهم بائس ولا أمل في تغييره ومن خلال الملاحظات التي استنتجها "بيك" ولاحظها عند علاجه للمرضى المكتئبين صاغ نظريته في العلاج النفسي مركزا على تعديل الأفكار التلقائية، وفحص صحة هذه الأفكار التي تكون ضد الواقع، وتعديل الاعتقادات والافتراضات الكامنة وراءها لدى الفرد.

مسلمات النظرية:

قام بيك ببناء المنطق النظري للعلاج المعرفي على أن الطريقة التي يشعر بها الناس، ويسلكون بها تؤثر على الكيفية التي يدرك بها الناس خبراتهم و يبنون عليها، والفرضيات الأساسية للنظرية هي:

- إن ما يجري في داخل الإنسان يمكن التحري عنه عن طريق الاستبطان.

- إن معتقدات الإنسان تحمل معنى شخصي.

- إن هذه المعاني يمكن اكتشافها، ومعرفتها عن طريق العمل نفسه، و ليس عن طريق ما يفسره، أو ما يقوم المعالج بتعليمه له.

- إن جوهر النظرية يشير إلى أن معرفة، وفهم طبيعة المشكلة الانفعالية يتطلب التركيز على المحتوى المعرفي لردود أفعال الفرد نحو الأحداث المزعجة، أو انسياب أفكار العميل، ويكون الهدف هو تغيير الطريقة التي يفكر بها العميل وذلك من خلال تشجيعه على تجميع الشواهد، وتقييمها لتدعيم المعتقدات الإيجابية.

يرى " بيك " أنه بداية من مرحلة الطفولة تتكون لدى الناس معتقدات عن أنفسهم وعن الآخرين، وعن العالم، وأن أكثر المعتقدات عمقاً هي مفاهيم أساسية وراسخة وعميقة، حيث إنهم غالباً لا يعبرون عنها في كلمات حتى لأنفسهم، فإن هذه الأفكار ينظر إليها من شخص كحقيقة مطلقة كما هي.

وافترض بيك في النموذج المعرفي أن هناك ثلاثة مستويات لهذا النموذج وهي: المستوى الأول المعتقدات الأساسية، أو الجوهرية المستوى الثاني المعتقدات المتوسطة أو الوسيطة، المستوى الثالث الأفكار التلقائية، وفي موقف معين فإن المعتقدات الداخلية تؤثر على مشاعر الفرد والتي يعبر عنها بأفكار تلقائية خاصة بالموقف، والتي تؤثر على انفعالاته وسلوكه وفي النهاية تؤدي إلى تغير وظيفي.

ويمكن تفسير المستويات الثلاثة للنموذج المعرفي كالتالي:

أ- المعتقدات الأساسية الجوهرية:

تعتبر المعتقدات الأساسية أو المركزية هي المستوى الأساسي من المعتقدات، فهي كلية وجامدة ومعقدة بطريقة شديدة، فهي تعكس المعتقدات الأكثر عمقاً عن الذات والآخرين، والعالم المحيط بالفرد، وافترض "بيك" أن المعتقدات السلبية تنقسم إلى قسمين وهما:

١- القسم الأول معتقدات متعلقة بالعجز والضعف.

٢- القسم الثاني معتقدات متعلقة بالكراهية.

وأضاف "بيك" أن المعتقدات الأساسية تنمو منذ مرحلة الطفولة عندما يتفاعل الطفل مع الآخرين ويواجه عدة مواقف، وقد تظهر المعتقدات الجوهرية في لحظات الضغوط النفسية.

ب- المعتقدات المتوسطة

أشار "بيك" أن المعتقدات الجوهرية تؤثر على المعتقدات المتوسطة والتي تتكون من: افتراضات، واتجاهات، وقواعد، ومواقف، وغالباً ما تكون هذه المعتقدات غير لفظية، فإن المعتقدات المتوسطة تؤثر على رؤية الموقف، والتي تؤثر أيضاً على

طريقة تفكيره وكيف يشعر، ويتصرف؟ فإن المعتقدات الوسيطة لها تأثير على الأفكار التلقائية بالتبعية.

ج- الأفكار التلقائية

هي مصطلح أطلقه "بيك" على الأفكار والصور الذهنية، والكلمات الواقعية، التي تدور في عقل الشخص، وهي دائماً متعلقة بالمواقف، ويمكن اعتبارها من أكثر المستويات المعرفية سطحية.

واقترح "هارفي" Harvey تصوراً نظرياً، يعتمد على النموذج المعرفي "البيك" لحالة شخص لديه معتقدات خاطئة، ومختلة حول النوم، ويشير هذا التصور إلى أن لدى الشخص معتقدات خاطئة حول النوم، يعبر عنها الشخص من خلال الأفكار الآلية أو التلقائية، والتي يسبقها موقف خاص بالنوم، حيث أظهر الشخص استجابة انفعالية مثل الغضب، والقلق، والإحباط، نتج عنها ردود أفعال سلوكية وهي القيام من الفراش، وتعكس تلك السلوكيات أفكار الشخص، ومعتقداته تجاه موقف الاستيقاظ من النوم، وتصبح النتيجة من وراء ذلك اعتقاد الشخص بأنه لا يمكنه العودة إلى النوم مرة أخرى.

ووفقاً للنموذج المعرفي لاحظ "بيك" من خلال تعامله مع المرضى أنهم أعلنوا عن مدى واسع من الأفكار السلبية والتي تظهر لديهم بشكل لا إرادي، وأطلق عليها

الأفكار الآلية وهذه الأفكار تقوم على معتقدات رئيسة عامة، يطلق عليها المخططات حول ذاته، وعالمه، ومستقبله، أو نحو موضوع معين خاص به، وتلك المخططات تحدد الطريقة التي يفسر بها الفرد موقفاً معيناً، ومن خلال هذا التفسير تظهر أفكار آلية معينة، وأن هذه الأفكار تسهم في التقييم المعرفي الذي يتسم بسوء التكيف للموقف.

نظرة بيك للطبيعة الانسانية

أن الإنسان كائن يتمتع بقدرة على التفكير المنطقي وهو يقوم بذلك في أحيان مما يؤدي إلى أنه في بعض الأحيان يفكر بطريقة لا عقلانية مما يؤدي إلى شعور بالنقص، وأن أسباب التفكير اللاعقلاني يعود إلى القنوات الخاطئة التي لقنها الآباء للأبناء، أي نظرية لا تعتقد لا على اللاشعور أو الارتباط بين المثير والاستجابة، بل أنها تعطي لمدرجات الفرد كحالة وسط بين المنبه، والاستجابة الأهمية الرئيسة في تفسير السلوك الإنساني ذلك التفسير يقوم على دعاميتين أساسيتين هما:

١- ادرك المرء للعالم الداخلي والخارجي .

٢- معالجته لما يدرك .

فكانت نظرة " بيك " للإنسان على النحو التالي "

١- الإنسان هو المسؤول عن ما يقوم به من أعمال وليس الناس من حوله.

٢- السلوك لا علاقة له بالماضي.

٣- الإنسان قادراً على التخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح

الاستنتاجات الخاطئة.

٤- الإنسان قادر على حل مشكلاته ولكنة بحاجة الى من يوجهه.

٥- تهتم جدا بالعلاقة الإنسانية بين المرشد والمسترشد .

ويرى بيك أن الشخصية تعكس التنظيم، والبناء المعرفي للفرد، والذي يتأثر بالجوانب البيولوجية، والجوانب الاجتماعية. وفي حدود التشريح العصبي والكيمياء الحيوية للفرد، فإن الخبرات التعليمية تساعد في تحديد كيفية نمو الفرد وكيفية استجابته.

وتتكون الشخصية من مخططات Schema أي من بنيات معرفية تتكون من المعتقدات، والافتراضات الأساسية للفرد، والتي تنمو في مرحلة مبكرة من حياته من الخبرات الشخصية، ومن تطابقه مع الآخرين ذوي الأهمية. ويصوغ الأفراد مفاهيم حول أنفسهم والآخرين وكيف يعمل العالم، وتعزز هذه المفاهيم من خلال الخبرات

التعليمية الإضافية ومن ثم تؤثر على تكوين المعتقدات و القيم و الاتجاهات الموجودة لديهم.

وقد تكون هذه المخططات العقلية توافقية أو مضطربة، و قد تكون ذات طبيعة عامة أو محددة. والمخططات عبارة عن بنيات معرفية دائمة تكون كامنة في المراحل العادية، وتصبح نشطة عندما تتداخل مع مثيرات أو ضغوط أو ظروف معينة.

وحدد يونج و بيك (٢٠٠٢) خصائص مخططات سوء التوافق المبكرة في النقاط

التالية:

- أنها عبارة عن حقائق أولية لدى الفرد حول نفسه أو حول العالم أو حولهما معا.

- أنها بمثابة اختلال.

- أنها دائمة و مقاومة للتغير.

- تحفزها التغيرات البيئية مثل فقدان وظيفة أو شخص.

- تكون وثيقة الصلة بالمستويات الانفعالية العليا عندما تنشط.

ويستند الإرشاد المعرفي من وجهة نظر بيك على الفكرة القائلة : ” إن ما يفكر

فيه الناس وما يقولونه لأنفسهم ،وكذلك اتجاهاتهم وآرائهم ومثلهم ،إنما هي أمور مهمة

وذات صلة بسلوكهم الصحيح“. ويرى بيك أيضًا أن ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية بالنسبة للمثير الخارجي؛ وإنما يجري تحليل دقيق لهذا المثير من خلال نظام معرفي داخلي، وعند حدوث عدم الاتساق بين النظام الداخلي المعرفي وبين المثيرات الخارجية يحدث الاضطراب النفسي فالأشخاص يستجيبون لمواقف وفقا للمعاني التي يعطونها لها مثال ذلك الحزن -الاكتئاب.

نظرية ألبرت أليس:

تتبنى هذه النظرية أساسًا على أن الطريقة التي ندرك بها الأشياء وليس الأشياء في ذاتها هي التي تثير مخاوفنا، وتحدد سلوكنا؛ أي أن الأفكار والمعتقدات التي يكونها الأفراد عن الأشياء، والأشخاص، والموضوعات هي التي تثير الاضطراب النفسي لدى الفرد، وبالتالي الفرد قادر على حل المشكلات عن طريق تعلم التفكير العقلاني.

ويعتبر " ألبرت إيليس " الأب الروحي لهذه النظرية رغم امتداداتها التاريخية إلى الفلاسفة اليونان، حيث يركز إيليس على أن هناك تشابك بين العاطفة، والعقل، والتفكير، والمشاعر، كما أن هذا الأسلوب يركز على أن البشر يفكرون ويشعرون ويتصرفون في نفس الوقت. وهم نادرًا ما يشعرون أو يفعلون دون أن يفكروا لأن المشاعر عادة ما تستثار عن طريق إدراك موقف معين، ويسعى الإرشاد في ضوء

هذه النظرية إلى مساعدة الفرد على التغلب على هذه الأفكار غير المنطقية واستبدالها بأفكار منطقية وعقلانية، وذلك من منطلق وجود علاقة وثيقة بين مكونات الشخصية وهي الانفعال - الجوانب المعرفية- السلوك والتي لا يمكن فصلها عن بعض؛ ومن هذا المنطلق يأتي الحديث عن نموذج الشخصية A-B-C. والتي يرى من خلالها إيس أن الشخصية تتكون من ثلاث مناطق أساسية:

المنطقة (A) وهي الخبرات والأحداث المنشطة التي تؤثر في الناس.

المنطقة (B) وهي الأفكار التي يكوّنها الناس حول الخبرات والأحداث.

المنطقة (C) الانفعال أو السلوك الصادر.

ويرى إيس بأن الاضطراب النفسي لا ينشأ من المنطقة (A) وإنما ينشأ من النقطة أو المنطقة (B) نتيجة الإدراك والتأويل الغير مناسب للأحداث، والخبرات مما يجعله يستجيب استجابة نفسية مضطربة فيصبح قلقا، مضطربا بسبب ما يحمله من أفكار، أو آراء لا عقلانية.

مثال:

تقدم طالبان لامتحان في مادة معينة: الامتحان هو المنطقة (A)، استجاب أحد الطالبين بالتوتر، والخوف الشديد المنطقة (C)، وحسب نظرية إيس فهذا ناتج عن المنطقة (B) وهي الأفكار اللاعقلانية التي يحملها الطالب، والعكس بالنسبة للثاني.

وقد قام إيس بتطور نظرية ABC إلى نموذج (ABCDEF) والذي يتضمن

الطريقة العلاجية أو الإرشادية.

المفاهيم الأساسية في هذه النظرية:

الطبيعة الإنسانية:

تتظر هذه النظرية للفرد على أنه كائن عاقل، وغير عاقل في نفس الوقت بمعنى أن الإنسان لديه ميل إلى أن يسلك بطريقة عقلانية، وهو في نفس الوقت يميل إلى السلوك بطريقة غير عقلانية، والاضطراب يجيء من الأفكار اللاعقلانية. ومعظم المشكلات النفسية ليست ناتجة عن ضغوط خارجية؛ وإنما وجود أفكار ومعتقدات خاطئة يتبناها الفرد نتيجة نقص المعلومات، والأفكار الصحيحة لديه؛ بالتالي فمن أهم افتراضات ومسلمات هذه النظرية:

١ - التفكير والانفعال وجهان لعملة واحدة.

٢ - الإنسان لديه ميل للتفكير بشكل عقلاي وغير عقلاي وهذا الأخير يقوده إلى الخوف والقلق.

٣ - الاضطرابات النفسية التي يعانيها الفرد هي نتاج أفكار ومعتقدات خاطئة تشكل البناء المعرفي لديه.

٤ - التفكير اللاعقلاني يرجع إلى مرحلة الطفولة وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية.

٥ - يسلك الناس وفقاً لتوقعاتهم عن استجابات الآخرين وهذا التوقع يؤثر على الانفعال.

٦ - يعزو الأفراد مشكلاتهم واضطراباتهم إلى الآخرين أو الأحداث الخارجية.

٧ - يميل الأفراد إلى استخدام بعض الميكانيزمات الدفاعية ضد أفكارهم وسلوكهم وذلك حفاظاً على ذواتهم.

الأفكار العقلانية :

بينما الأفكار العقلانية هي تلك التي يسعى المسترشد إلى استبدالها محل الأفكار اللاعقلانية من أجل ارشاد العميل، أو علاجه لكي يأخذ بتفكير العميل إلى اطار

عقلاني يكون فيه المسترشد متوافقاً مع نفسه نفسياً واجتماعياً فتنغير سلوكياته السلبية إلى إيجابية.

الأفكار اللاعقلانية

الأفكار اللاعقلانية في اللغة:

جاء في معجم اللغة العربية المعاصرة أن أفكار (اسم) جمع فِكر ، وهو عبارة عن نشاط ذهني، أي إعمال العقل في المعلوم للوصول إلى معرفة المجهول، أما عقلانيّة فهي اسم مؤنث منسوب إلى عقل أي اتّباع العقل وتقديمه على العاطفة، واللاعقلانية يقدّم فيها اللّامعقول على المعقول وبالتالي عدم اتّباع التفكير العقلاني

عُرفت الأفكار اللاعقلانية بأنها تلك الأفكار السالبة الخاطئة، وغير المنطقية والتي تتسم بندرة الموضوعية والذاتية، وتتأثر بالأهواء الشخصية، والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن، والاحتمالية، والتهويل، والمبالغة، والتي لا تتفق مع امكانيات الفرد الواقعي، وعرفت أيضاً بأنها رموز ذاتية لفظية تشمل عبارات هازمة للذات، بعيدة عن الموضوعية، وتعمل على تشويه الإدراك للواقع، حيث تتبع من الاهواء الشخصية للفرد ممتزجة بالمبالغات الصورية.

وهي مجموعة من الافكار الخاطئة والتي تتميز بعدم الموضوعية كابتغاء
الحلول الكاملة، والمثالية في حل المشكلات والاستنتاجات، والتعميمات السلبية،
والتهويل، والتشويه، في ادراك ما يحمله الناس عن الشخص مما يعيق الفرد عن
التكيف السوى.

واللاعقلاني في اللغة ينسب إلى اللاعقل، ويستخدم مصطلحًا للتيارات الفكرية
التي تنكر دور العقل في المعرفة. وهي المعتقدات التي يفكر بها الفرد ويتصرف تبعًا
لها ما يجعل سلوكه سلبي وغير متوافق نفسيًا واجتماعيًا وهو ما يحدث له اضطرابا

وفي ضوء التعريفات السابقة يتضح أن الأفكار اللاعقلانية تتضمن ما يلي:

- ١- أفكار مستمدة من افتراضات غير تجريبية.
- ٢- أفكار غير منطقية وغير واقعية.
- ٣- سبب مهم للاضطرابات النفسية.
- ٤- تؤدي إلى سوء التكيف مع الذات والآخرين والمجتمع.
- ٥- مستمدة من التعميمات خاطئة، والظن والاحتمالية، والتهويل والمبالغة.

وهناك أربع مصادر رئيسة من القصور المعرفي يرتبط ظهورها باضطرابات نفسية لدى

المراهقين والأطفال :-

١-نقص المعلومات وقصور الخبرة والسطحية في حل المشكلات.

٢-أساليب التفكير وما تنطوي عليه من أخطاء كالتعميم والتطرف.

٣-التوقعات السلبية.

٤-معتقدات الفرد عن نفسه والآخرين والمواقف التي يتفاعل معها

سمات التفكير اللاعقلاني:

(سمات الأفكار التي تعتمد عليها الأفكار اللاعقلانية):-

١-المطالبة:

توجد علاقة بين رغبات الفرد والمطالبة المستمرة واضطرابه الانفعالي، فالاضطراب

الانفعالي يحدث عندما يقوم الفرد بأحاديث ذاتية مع نفسه والتي يفرضها على نفسه وعلى

الآخرين.

٢-التعميم الزائد:

فيعمم الفرد النتائج التي لا تعتمد على التفكير المنطقي وعادة ما تقوم على الملاحظة

الفردية.

٣-التقدير الذاتي:

هو نوع من أنواع التعميم الزائد، فالفرد لديه رؤية ذاتية للمواقف التي يتعرض لها، ولكن الضغوط التي يمر بها لها أهمية بأن يسلك تفكيراً ملتويّاً عند تقدير القيمة الشخصية فتظهر تأثيرات سلبية لهذا التقدير منها الميل إلى التركيبات الخاطئة. لذلك يجب أن يعدل الفرد من فلسفته في حل مشكلته الشخصية من خلال تقبل الذات بدلاً من تقييم الذات.

٤-الفضاعة:

أن المطالب غير المنطقية للفرد غالباً ما يرغب في تحقيقها بشيء من الفضاعة أي أنها تكون رغبة ملحة لديه وهذا بدوره يؤدي إلى الانفعالية الزائدة وعدم القدرة علي حل أي مشكلة بشكل عقلائي.

٥-أخطاء العزو:

يميل الفرد إلى أن ينسب أفعاله الخاطئة إلى أفراد آخرين مما يؤثر على إدراكه للأحداث الخارجية وحالاته الانفعالية وسلوكه.

٦-اللاتجريب:

فالأفكار اللاعقلانية ليست مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد حيث الدقة والصدق.

٧-التكرار:

الأفكار اللاعقلانية تتكرر باستمرار لدى الفرد بشكل لا شعوري، و يساعد على ذلك الضغوط الخارجية والداخلية له.

وأضافت غرم الله الغامدي سمات أخرى للأفكار اللاعقلانية:-

١-السلبية (٦٤) :

مثل هؤلاء الأفراد يعتقدون أن سبب تعاستهم هو ظروف خارج إرادتهم مثل الحظ وليس بمقدورهم التغلب عليه لأن الظروف أقوى منهم.

٢-الانهزامية(٦٥):

هو نمط من الشخصية تتجنب صعوبات الحياة بدلا من مواجهتها، وتؤكد على أهمية عدم الوقوف في وجه القوى.

٣-الانتكالية(٦٦):

حيث يعتمد الفرد الانتكالي على الآخرين وخاصة الأقوياء لأن هذا ما يجلب له الراحة في أمور حياته.

٤-العجز (٦٧) :

العاجز هو من لا يستطيع التخلص من أحزان الماضي ومحو آثارها و جعلها في طي النسيان.

٥-ضيق الأفق(٦٨):

-
- (1) Negative
 - (2) The Defeatism
 - (3) Dependency
 - (4) Deficit
 - (5) Parochialism

الأشخاص الذين يتصفون بضيق الأفق يملكون حلولاً جاهزة، فهناك حل نموذجي لكل مشكلة وإن لم يصلوا إلى الحل تحدث كارثة كما يعتقدون، وهذا يشير إلى ضعف الجهاز النفسي لديهم.

٦- عدم التسامح (٦٩):

أي أن العقاب الصارم هو الوسيلة الوحيدة لتصحيح الأخطاء، مع عدم القدرة على نسيان الإساءة حتى وإن كان الخطأ بسيطاً.

٧- شدة الحساسية (٧٠):

أي أن الأفكار السوداوية عن المخاطر التي من المحتمل أن يقعوا فيها لا تفارق مثل هؤلاء الأفراد، وأن الفشل سوف يلاحق أعمالهم.

الأفكار اللاعقلانية كما حددها ألبرت أليس

الفكرة اللاعقلانية الأولى :

أنه من الضروري أن يلقى الانسان الحب والتأييد والتشجيع من الجميع.

نقض الفكرة: البشر لم يتفوقوا على حب الله عز وجل الخالق، والرزاق، فقال البعض

منهم ان الله فقير، ونحن أغنياء، كما نال الأنبياء من العذاب، ونصب المكائد من

البشر؛ فما بالك بحالك أنت من البشر؟ وكيف تريد أن تحظى بحب الجميع !

(6) Intolerance

(7) Intensity Of The Sensitive

الحل: بذل الجهد، والأخذ بالأسباب سيجعلك تحظى بحب الصفوة، ولا حاجة لك بالبقية. مع ضرورة التأكيد على احترام الذات، أو الحصول على التأييد لأهداف محددة، كالترقية في العمل مثلاً، أو تقديم الحب بدلاً من توقع الحب.

٢ - الفكرة اللاعقلانية الثانية :

لن أشعر بقيمتي ولن يكون لي قدر حتى أكون صاحب انجازات عظيمة اتفوق بها على من حولي.

نقض الفكرة: وهذه الفكرة من المستحيل تحققها بشكل كامل؛ وكما يقال أن الركض، واللهث الدائم، والاختناق في الوصول للمراتب العليا يُنتج عند اصحابه اضطرابات نفسية، وشعور بالضالة، والدونية، ومركبات نقص تؤثر على حياته بشكل قوى.

الحل: ليكن لديك خطة متقنة للعمل فمكانتك، وقوتك؛ ترتبط بمدى استثمارك لجهدك وأدائك لمهامك بإخلاص، وإن الشخص العاقل الذكي يفعل ذلك انطلاقاً من مصلحته وليس ليصبح متفوقاً على الآخرين .

٣ - الفكرة اللاعقلانية الثالثة:

أن البشر مصدر الشر، وأن الخطأ مرفوض، ومستهجن، وتقمص دور المراقب على الآخرين، ومتابعة سلوكياتهم، والعيش بعقلية أن كل مخطئ يجب أن يعاقب عقاباً شديداً.

نقض الفكرة: الكف عن مراقبة الناس وتتبع زلاتهم، فربما كان رأيك خطأ ورأى الآخرين هو الصواب.

الحل: عليك بإصلاح نفسك أولاً ثم نصح الآخرين برفق؛ مع التحلي بروح المسامحة والتغافل. كما أن بعض التصرفات الإنسانية قد تكون غير ملائمة اجتماعياً لصدورها من بعض الجهلة أو المضطربين انفعالياً.

٤ - الفكرة اللاعقلانية الرابعة :

ترقب المصائب وتوقع حدوث الأسوأ يمنع حدوثه، حيث يعتقد الفرد بالقوة الوقائية للقلق.

نقض الفكرة: يقول (زهران) أن هذا غير معقول لأن القلق يحول دون التقييم الموضوعي لاحتمال حدوث الخطر، ويهيئ لحدوثه، ويعوق امكانيات التعامل معه إذا حدث، بل ويضخم الخطر، وأن المنطق، والوقائع تكذب تلك الفكرة فالأمور مقدرة، ولا علاقة للقلق بها، بل إن القلق المفتعل يدمر الصحة ويعطل الحياة .

الحل: على الانسان العقلاني أن يعرف أن الخطر قد يحدث، ولكنه خطر يمكن مواجهته، والتصدي له والتقليل من أثاره السيئة، وهو ليس كارثة.

٥- الفكرة اللاعقلانية الخامسة :

أن يعتقد الفرد أن الامور يجب أن تسير حسب رغبته، ووفقاً لمصلحته وإلا تعطلت حياته وضاق ذرعاً بنفسه وبالناس.

نقض الفكرة: تأتي الحياة لنا بما يريد الله وعلينا تقبل قدرنا وفقاً لما كتب الله لنا.

الحل: تقبل كل ما تأتي به الحياة من إيجابيات، والتعلم من السلبيات، وأن المواقف غير السارة، قد تكون مؤدية إلى الاضطراب، ولكنها ليست مفزعة، ولا تمثل نكبة إلا إذا نظر اليها المرء على هذا النحو.

٦- الفكرة اللاعقلانية السادسة :

الاندفاع الانفعالي أي أن المصائب، والتعاسة صناعة خارجية، ونحن أبرياء منها وربما تتعلق بالعين أو نظرية المؤامرة

نقض فكرة: أن الله قد أعطانا نعمة الاختيار وأن قانون السببية هو من نواقيس الكون فكل سبب مسبب، واللجوء لما وراء الطبيعة يضعف البشر، ويفتت قدراتهم، ومواهبهم.

الحل: افعل ما بوسعك باذلا جهدك، مستعينا بالله، مختارًا الوسائل المناسبة، واثقًا في الله .

٧- الفكرة اللاعقلانية السابعة :

أسهل طريقة للتعامل مع المشكلات هي الهروب منها، وعدم الاعتراف بوجودها، وتجنب مواجهة صعوبات الحياة والمسؤوليات الشخصية.

نقض الفكرة: هذا التفكير غير منطقي؛ لأن عدم مواجهة المشكلة يزيد من تعقيدها كما أن تجنب القيام بواجب ما يكون غالبًا اصعب وأكثر إيلاّمًا من القيام به، ناهيك عن وجود مشاعر الترقب المزعجة.

الحل: مواجهة الأزمات بشجاعة والتعامل معها بثقة وحكمة، فالشخص العاقل يقوم بما ينبغي عليه القيام به دون شكوى.

٨- الفكرة اللاعقلانية الثامنة :

يجب أن يكون بحياتي أشخاص أعتمد عليهم اعتمادًا كليًا، وتتمحور حياتي حولهم.

نقض الفكرة: لا يمكن الاعتماد الكلي على أي شخص أيًا كانت درجة الحب، والتعلق
فرما مرض هذا الشخص أو مات ! فهل تنتهي الحياة بعده ؟ كما أن ذلك قد يجعل
الفرد دون استقلالية؛ واقعاً تحت رحمة هؤلاء الذين يعتمد عليهم.

الحل: من اعتمد على غيره ذل ومن اعتمد على ماله قل، ومن اعتمد على نفسه
ضل، ومن اعتمد على الله لا ذل ولا قل ولا ضل.

وقد يعتمد الفرد على البعض الاكثر خبرة ليساعده على تحقيق أهدافه بنجاح،
ولكن بشرط ألا يؤدي ذلك إلى فقدان الاستقلال الذاتي، والفردية، والاعتماد على
الآخرين الذي قد يسبب اخفاقاً في التعلم.

٩- الفكرة اللاعقلانية التاسعة :

للماضي سطوة لا ينفك منها الإنسان، وتدور الفكرة حول أن الخبرات القديمة،
والتجارب الماضية؛ تُكبل البشر، وتحيط بهم، وتقرر سلوكهم الحاضر.

نقض الفكرة: السلوك الذي كان في وقت ما يبدو ضرورياً في ظروف معينة، قد لا
يكون ضرورياً بالوقت الحالي.

الحل: أن الشخص المتعقل يعترف بأن الماضي جزء هام من حياته، ولكنه يدرك
أيضا أنه يمكن تغيير الحاضر عن طريق تحليل الماضي، وتمحيص الأفكار

المكتسبة ذات التأثير الضار، ودفع نفسه إلى التصرف بطريقة مختلفة في الوقت
الراهن؛ تناسي الماضي بكل تفاصيله على أن تأخذ العبرة من التجارب السيئة دون
افراط في التفكير بالأمر.

١٠ - الفكرة اللاعقلانية العاشرة :

هناك حل مثالي وصحيح لكل مشكلة، وهذا الحل لا بد من إيجادهِ ويجب أن
تكون الحياة كاملة، ويجب أن نبلغ الكمال في كل ادوارنا بالحياة.

نقض الفكرة: أن الحياة وسط غير كامل؛ بما تحويه من نوعيات مختلفة من البشر،
لذا من الحكمة ألا ننشد حلولاً كاملة في وسط غير كامل.

الحل : الشخص العقلاني لا بد وأن يبحث في جميع الحلول المختلفة المتنوعة للمشكلة
ويقبل الحل الافضل منها، مدركاً أنه لا توجد حلولاً كاملة.

افعل ما بوسعك تاركاً النتيجة لله تعالى وكف عن طلب المثالية لك ولغيرك ، لا
يكف الله نفساً الا وسعها .

١١ - الفكرة اللاعقلانية الحادية عشرة :

ينبغي أن ينزعج المرء لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات. وأنا مسؤول عن جميع من أعرف، ويجب أن أحمل هم كل من هم حولي، بأن أتألم وأتوجع لكل ما يصيبهم من مشكلات.

نقض الفكرة: إذا كنا سنتفاعل مع كل ما يصيب البشر بتلك الطريقة فلا شك أن هذا سيعطل الحياة، ويقلل من العطاء، ويضعف من قوتنا.

شكل (١) يوضح تفسير نموذج إليس "Ellis" (A.B.C).



نقد النظريات المعرفية:

(١) مدى موضوعية المعيار الذي يستند إليه المرشد في الحكم على الأفكار هل هي عقلانية أم لا ؟.

(٢) التركيز على الجوانب العقلية المعرفية دون الانفعالية.

(٣) عدم التركيز على اللاشعور (جذور المشكلة).

(٤) الاعتراض على بعض طرق الإرشاد.

٥) لا تصلح في الاضطرابات العميقة ومع ضعف العقول.

الفصل التاسع

الشخصية بين السواء والمرض

محتويات الفصل

وجهات النظر النفسية عن السواء والمرض في الشخصية

اضطرابات الشخصية

العوامل المؤثرة في اضطرابات الشخصية

تصنيف اضطرابات الشخصية

الشخصية بين السواء والمرض

إن التحديات الرئيسية التي تواجه الذين يعملون في مجال الشخصية هي تعريف السلوك السوي أو المرضي؛ لأن كل التعريفات تتسم بكونها لا تصمد كتعريف ثابت متسق ويفسر بسهولة كل المواقف أو المظاهر التي يبرز فيها هذا المفهوم، لأن العلماء يُنظرون للمفهوم من زوايا خاصة ومن وجهات نظر فردية، وليس هذا فحسب من يصعب المهمة بل أن العوامل الثقافية والإيديولوجية تصعب بصورة أكبر حدود السواء والمرض فقد تعددت المحكات واختلفت المعايير التي تحدد ماهية السواء والمرض للشخصية.

ويقول دافيسون ونيل (Davisson et Nil) " إذا كانت هناك صعوبة في تعريف السلوك السوي والسلوك المرضي فإن البديل هو البحث عن المحكات التي تحدث في ضوءها السلوك" ففي ظل غياب الاختبارات الكيميائية والحيوية أو النفسية المباشرة والمحددة للكشف عن وجود المرض النفسي وتحديد شكل نهائي، ومن ثم فإنه سوف يكتسب معناه ودلالته من السياق الذي يحدث أو يُستخدم فيه، وقد نهج هذا الطريق سكوت حين اعتمد على مجموعة من المحكات التي وضعها لتحديد السوي واللاسوي ومن بينها: "القدرة العامة على الموامعة والتكيف، القدرة على الإشباع الذاتي والكفاءة في القيام بالأدوار الاجتماعية والقدرة الذهنية ، وضبط الانفعالات والدوافع والاتجاهات

السوية نحو الذات والمجتمع، الإنتاجية والاستقلال والتكامل" أما محكات اللاسواء فهي: "التعرض للعلاج النفسي ، سوء التوافق، التشخيص الطبي النفسي وتقرير الفرد عن نفسه أنه مريض ويحتاج إلى علاج ونتائج تطبيق الاختبارات النفسية، عدم توفر الصحة النفسية أو المحاولة الإيجابية للاحتفاظ بها. إن السلوك البشري يكون في العادة على نوعين: سلوك ثابت موروث، وسلوك آخر متغير مكتسب أو متعلم وما يهمنا هنا أكثر هو السلوك المتعلم الذي يكتسبه الفرد أثناء حياته ولا يولد مزودا به، علما أن الإنسان يكون مزودا باستعدادات وقدرات ووسائل تستطيع مع مرور الوقت أن تنمو وتتضج وتتفاعل مع المؤثرات الطبيعية والاجتماعية المحيطة لتكون فيما بعد السلوك الذي نراه وقد يظهر لنا نوع من أنواع السلوك على شكل إجراء بسيط ولكنه في الواقع كبير التعقد وهو ينطوي على العديد من القوى المتفاعلة داخل الموقف .

- الشخصية السوية من وجهة النظر النفسية :

الشخص السوي هو الشخص الذي يواجه المواقف المختلفة بما يقتضيه هذا الأخير وفي حدود ما يغلب على تصرفات الأفراد ، فإذا كان الموقف محزنا واجهناه بالحزن وحين يظهر أحدا ضاحكا في موقف حزين يُستهجن فينا هذا السلوك ، وجدير بالذكر أن نبين أن مواجهة الموقف أمر متعلق بالشخص وخبرته من جهة وبشروط الموقف المحبطة من جهة أخرى، كما يجب أيضا أن يُخذ بعين الاعتبار عمر الشخص

ومستوى نضجه ومكانته فالطفل الذي لا يزال في الخامسة من عمره لا يستطيع مواجهة موقف الحزن بما يقتضيه لأنه لم يصل بعد إلى مستوى نضج الراشد. فالسواء إذن يخالف الاضطراب النفسي الشديد أو هو السلوك الذي يعبر عن عدم التناسق داخل الشخصية أو عن سوء التفاعل مع المحيط.

- من هو السوي :

يرى فرويد أن الشخص السوي هو القادر على الحب والعمل ، وتجدر الإشارة إلى أن "الحب" من وجهة نظره يشمل مدى واسعاً من الأفعال يمتد من حب الأشياء والأشخاص والموضوعات والأفكار والوطن إلى الجنس والتنازل أما رايش فيرى معياراً خاصاً للشخص السوي ينص على أن الشخص السوي هو القادر على أن يخبر المتعة الجنسية الكاملة بالقدرة على الوصول إلى الذروة الجنسية هي أكبر علامة على صحة الشخصية ، في حين يرى سوليفان أن الشخصية السوية هي تلك الشخصية ذات العلاقات الجوارية الواقعية أو غير الإبدالية أي التي تتأثر في علاقتها الحالية بالخبرات السابقة مع أناس سابقين والتي تتعامل مع الناس كما هم الآن، ويضع إريك فروم معيار التوجه المنتج لتحديد الشخص السوي ، ويرى من جهته أبراهام ماسلو أن السواء هو تحقيق الذات ومنه فالفرق بين السوي والمرضي في هذا المجال هو فرق كمي في الدرجة وليس كفيًا في النوع فالسواء لا يسير وفقاً لمبدأ الكل أو لا شيء.

- الشخصية غير السوية من وجهة النظر النفسية:

ويقصد بها انحراف عما يُعد سويا أو المختلف عن العادي وعن القاعدة العامة ، فالشاذ يرادف المرض وغير المتوافق، وهذا المعيار ليس ذاتيا وإنما موضوعيا كما يظهر لنا من اسمه ، فهذا المعيار ينظر إلى السلوك على أنه فاعلية نفسية ناجمة عن ديناميكية خاصة تحركها الدوافع الكامنة وراءها من أجل تحقيق غرض معين. وبالتالي يكون اللاسواء عبارة عن اضطراب شديد في السلوك ووظيفته فلا يكفي أن يكون السلوك نادرا الوقوع أو مختلفا عن المؤلف لتسميته لاسويا بل إنه يوصف باللاسوي حين يقودنا التحليل العلمي إلى التأكد من وجود الاضطراب الوظيفي الشديد فيه .

واختلفت الآراء و وجهات النظر فيما يتعلق بتحديد "السواء" و "اللاسواء"، فما ينظر إليه على أنه "سوي" في مجتمع قد ينظر إليه على أنه "لا سوي" في مجتمع آخر؛ بل إنه داخل الثقافة الواحدة تتعدد الثقافات الفرعية Subcultures كما هو الحال في مجتمعنا المغربي.

ويطلق في نهاية الأمر على هذه الآراء ووجهات النظر المتعلقة بالسواء و اللاسواء إسم (معايير السواء و اللاسواء) وأهم هذه المعايير :

المعيار الإحصائي

فكرة المعيار الإحصائي مستمدة من خصائص المنحنى الاعتمالي النموذجي والذي يقوم على أساس توزيع درجات عينة ممثلة للمجتمع على اختبار من اختبارات الذكاء أو القدرات أو بعض الخصائص الأخرى، والتوزيع الاعتمالي النموذجي من أهم خواصه الإحصائية أنه متماثل أي أن نصفه الأيمن ينطبق على نصفه الأيسر و أن متوسطه يساوي صفراً.

المعيار الثقافي

تقوم في كل ثقافة من الثقافات مجموعة من التقاليد والعادات والقيم والمعايير السائدة التي يتم من خلالها تقييم سلوك الأفراد.

أي أن هذه المجموعة من القيم والعادات تعتبر "قياساً" أقامته الجماعة يقاس عليه سلوك كل فرد ليحاسب إذا خرج عليها ويكافأ إذا دخل سلوكه في نطاق ما هو مرغوب من تصرفات أقرتها الثقافة التي يعيش فيها.

المعيار المرضي أو الباثولوجي

يعتبر الشخص شاذاً في ضوء هذا المعيار إذا وجدت لديه أعراض وشكاوي مرضية كالقلق والاكتئاب والتوتر والصراعات النفسية المختلفة.

ويعتبر الشخص سويًا إذا خلا من هذه الأعراض إذ أن الشخص السوي هو شخص بلا أعراض.

اضطرابات الشخصية Personality Disorders

شهدت السنوات الأخيرة من القرن العشرين اهتماماً متزايداً ببحوث ودراسات اضطرابات الشخصية، وجدير بالذكر أن اضطرابات الشخصية قد نالت قدراً كبيراً من الاهتمام منذ أن وضعت علي محور خاص في دليل التصنيف التشخيصي والإحصائي للأمراض والاضطرابات النفسية والعقلية الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي، فازدادت البحوث والدراسات في هذا المجال منذ منتصف الثمانينيات من القرن العشرين وحتى الآن، وإلي جانب ذلك ظهرت مجلة اضطرابات الشخصية كمجلة علمية متخصصة في هذا المجال.

وعندما نتحدث عن بداية ظهور اضطرابات الشخصية لابد أن نوضح أنها حالات ارتقائية، تظهر في الطفولة أو المراهقة، وتستمر حتى الرشد، وهي ليست ثانوية لاضطراب عقلي أو مخي آخر، وقد تسبق أو تتزامن مع اضطرابات أخرى.

مفهوم اضطرابات الشخصية:

إن الشخصية المضطربة هي الشخصية التي تنطوي على خصائص معينة تتسبب في اضطراب توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين، مع شعوره بالمعاناة وعدم

السعادة لوجود مثل هذا الاضطراب ونظراً لعمومية اضطرابات الشخصية، فقد لا يرى الفرد مشكلة مع خصائص شخصيته وبالتالي يمكن تشخيص اضطراب الشخصية إذا ما تسبب الاضطراب في شعور الفرد بالتعاسة والمعاناة أكثر من المعتاد

ويمكن تعريف اضطرابات الشخصية حسب الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس Dsm-5 على أنها مجموعة مختلفة من الاضطرابات تتحدد من خلال المشكلات المتعلقة بثبات الوعي الإيجابي للذات وتكوين العلاقات المستمرة البناءة، وأنها تقوم من حين لآخر وبدرجات متفاوتة بالتصرف والتفكير والشعور والإحساس ، بطرق تبدو مشابهة لأعراض اضطرابات الشخصية إلا أن الاضطرابات الشخصية الفعلية يمكن تمييزها وتعريفها من خلال طرق يظهر فيها الإفراط الزائد أو التطرف المرضي، ومن خلالها تظهر هذه الصفات ، كما أن اضطرابات الشخصية تتسم باستمرارها وتكرارها.

مدى انتشار اضطرابات الشخصية

على الرغم من تواجد اضطرابات الشخصية لدى قطاع عريض من المجتمع العام، إلا أنهم في الغالب لا يلجئون لطلب المساعدة العلاجية أو الإرشادية، ويتم التعرف عليهم من خلال الشكاوى غير المباشرة التي تأتي في صورة أفعال تدفع الآخرين للتضرر والضييق والشكوى منهم ومن أفعالهم.

ويشير "هالجين وويتبورن" (Halgin & Whitbourne) إلى أن الذين يعانون من اضطرابات الشخصية يقدر عددهم بحوالي ١٠% من تعداد السكان وتتسبب هذه الاضطرابات في مشكلات في العلاقات البين شخصية كما تتسبب في متاعب للشخص ذاته.

وتختلف اضطرابات الشخصية عن أنماط الشخصية لكون ذوي الشخصيات المضطربة يواجهون صعوبات في التعامل مع مواقف الحياة نتيجة وجود قصور أساسي في القدرة على التعامل مع الإحباطات نتيجة لاضطرابات العلاقة الباكرة بالموضوع فيميلون إلى الفشل في معظم محاولاتهم للتغلب على هذا القصور ويجدون صعوبة في حل العقدة في خبراتهم الطفلية التي تترصد لهم في معظم مواقف حياتهم فيتأثرون بأقل الضغوط الحياتية ويميلون إلى تنفير الآخرين منهم.

وتنتشر اضطرابات الشخصية بأكثر مما نطن والمشكلة أن كثيرا من الأفراد الذين نتعامل معهم ويديرون شئوننا قد يكونون مصابين بأعراض اضطراب معين من اضطرابات الشخصية ويمارسون اضطرابهم وسلوكهم على الآخرين ويعتقدون أنهم يفعلون الصواب تجاههم.

وفيما يتعلق باضطرابات الشخصية بصفة عامة نجد التالي:

١- يتراوح انتشار اضطراب الشخصية بين ٦ الى ٩% .

٢- كثير من أشكال اضطرابات الشخصية لدى الأطفال إلا أنها تأخذ شكل اضطراب في الطباع.

٣- إن اضطرابات الشخصية تبدأ في التكوين في أواخر مرحلة المراهقة وبداية سن الرشد.

٤- تتساوى نسبة إصابة الذكور مع الإناث في اضطرابات الشخصية.

٥- تنتشر اضطرابات نفسية غير مقررة في أسر مرضى اضطرابات الشخصية.

٦- إن الوراثة تؤدي دوراً جزئياً ومحدوداً في إصابة الشخص بنمط من أنماط اضطرابات الشخصية.

العوامل المسببة لاضطرابات الشخصية:

ليس من الواضح ما الذي يسبب اضطرابات الشخصية، ويبدو أن هناك مجموعة من العوامل التي تتسبب في هذه الاضطرابات، وتشتمل هذه العوامل على عوامل بيولوجية من خلال انتقال الجينات من الآباء والأجداد، أو بيئية من خلال التنشئة والاحداث والصدمات الماضية وفيما يلي عرض هذه العوامل:

١- عامل الوراثة:

تؤدي الوراثة دوراً مهماً إذ أن هناك بعض الأنواع من اضطراب الشخصية متوارثة في بعض العائلات مثل الشخصية القلقة وفيها وراثة اضطراب الجهاز

العصبي اللاإرادي الذي يكون أساساً للاستجابات المضطربة في الأشخاص القلقين كذلك الشخصية الحدية أو البينية ونجد أنه غالباً ما يكون أحد الوالدين مصاباً بها وفي هذا النوع يبدو ضبط النفس والتحكم الانفعالي في حالة عدم النضج وبشكل أكبر مشكلة في عدم تكيف الفرد.

وهناك أيضاً بعض العوامل البيولوجية والتي تتسبب في اضطرابات الشخصية مثل الإصابة السابقة عن الولادة، والتهاب المخ، وإصابات الدماغ مثل إصابة الفص الجبهي أو الفص الصدغي أو الجداري.

كما دلت البحوث الكيميائية المختبرية على وجود علاقة بين زيادة أو انخفاض بعض المركبات والتفاعلات الكيميائية في الجسم من جهة واضطرابات الشخصية من جهة أخرى، وتوصلوا إلى نتيجة تفيد بأن التغيرات الكيميائية من شأنها أن تخل بالتوازن الدقيق بين الجهاز العصبي السمبثاوي وبين الجهاز العصبي الباراسمبثاوي. وفي ضوء هذه الحقيقة العلمية نستطيع القول بأنه أياً كان تأثير العوامل الوراثية فإن ذلك التأثير لا يتعدى إلا أن يزود الفرد بإمكان حدوث المرض (استعداد بيولوجي).

وأن ثمة عوامل أخرى لا بد من توافرها لكي يتحول ذلك الإمكان إلى حقيقة فعلية وإذا كانت الموروثات الجينية تحمل تلك الإمكانية فلا بد لها من أن تلتقي بعوامل

أخري منشطة وربما تحدث في فترة لاحقة من حياة الفرد. ويمكن القول أن جميع الأطفال يولدون ولديهم محددات بيولوجية لسلوكهم ولأمزجتهم ويرى البعض أن تلك السلوكيات يمكن تغييرها من خلال عملية التنشئة.

٢. عامل البيئة:

يؤثر الوالدان في الطفل من حيث طريقة تربيتهما له فهما القدوة ومن المتوقع أن يتوحد مع بعض سمات شخصياتهما، كما أنهما من خلال الثواب والعقاب وإبداء وجهات النظر في أمور الحياة المختلفة تتكون وجهات نظر الطفل وتتشكل سمات ومميزات شخصيته وكأنه امتداد لهما فمثلاً المثابرة والاستمرارية للوصول إلى هدف معين تحتاج إلى توجيه وتعليم فإذا حرم الطفل من هذا التوجيه في الصغر نشأ قليل العزيمة والإرادة وأصبح من السهل إحباطه وفشله، ولا بد من التعلم التخصيصي عند التعامل مع الآخرين وتقدير رغباتهم واحتياجاتهم مع تقدير رغبات واحتياجات الطفل حيث أن جميع الأطفال في مراحل السن الأولى لا يهتمهم إلا أنفسهم وتحقيق رغباتهم بأي ثمن وبأية طريقة، وبعد عدم اكتساب فنون التعامل مع الناس والذي يتضمن الأخذ والعطاء أحد جذور اضطراب الشخصية والذي قد يؤدي إلى اضطراب العلاقات فمثلاً قد لا يستطيع الفرد العطاء أو يخاف من الأخذ وينتج من ذلك أن علاقاته لا تستمر وتضطرب وتكون غير مرضية له قبل أن تكون غير مرضية للآخرين.

بينما يرى كل من (عبدالخالق) و(العيسوي) أن اضطرابات الشخصية تكون نتيجة التفاعل بين العوامل الوراثية والعوامل البيئية. فالوراثة تهيء للإصابة بالمرض ثم تأتي الظروف البيئية فإذا كانت الظروف غير طبيعية حدثت الإصابة، أما إذا كانت الظروف البيئية طبيعية وغير ضاغطة يستمر التهيؤ والاستعداد ولكن لا يظهر الاضطراب.

ويرى (الحليبي) أن اضطرابات الشخصية عادة تبدأ منذ الطفولة والمراهقة، ولكن لا تشخص إلا بعد البلوغ. وهذا السلوك المضطرب الذي يميز الفرد المعين، يبدو كعدم تكيف في الحياة ويكون واضحاً عند مواجهة الضغوط ، ويعوق الفرد اجتماعياً، وفي العمل، ويتميز بعدم المرونة.

وتظهر اضطرابات الشخصية بصورة عامة عند الإناث أكثر من الذكور، ويميل الأطباء النفسيون إلى وصف الإناث باضطراب الشخصية الحدية أو الهستيرية أو الاعتمادية، كما يميلون إلى وصف الذكور باضطراب الشخصية البارانويدية والمعادية للمجتمع والنرجسية والوسواسية بسبب ظهور الأعراض الخاصة بكل اضطراب لدى كلاً من الجنسين اعتماداً على الدراسات التي أجريت في هذا المجال. كما أن معدل حدوث اضطرابات الشخصية عند الإناث أعلى من الذكور وذلك يرجع إلى عدة عوامل وهي :

(١) عوامل بيولوجية :

تتجسد في صغر حجم الأجزاء المخية لدى الإناث مقارنة بالذكور، وهذه الأجزاء هي القشرة الجبهية المدارية وقرن آمون واللوزة الثنائية الجانبية، والقشرة الحزامية الأمامية اليمنى. مما يوضح أثر العوامل البيولوجية في تلك الاضطرابات.

(٢) عوامل حضارية وثقافية:

يمكن أن تتمثل في الوضع الاجتماعي المتردي، مثلاً في المجتمعات الفقيرة قد تضطرب الإناث اللاتي لا يجدن الفرصة للالتحاق بالوظائف ، وقد يلجأن إلى استخدام طرق غير مشروعة لكسب الرزق، مما يعرضهن لظهور بعض الاضطرابات النفسية .

(٣) عوامل اجتماعية:

وذلك لأن الذكور يسارعون إلى طلب الخدمات النفسية أقل من الإناث وذلك خوفاً من وصمة الإصابة بالمرض النفسي. وكذلك أيضاً الإناث غالباً ما يكون لديهن بعض الاضطرابات الأخرى فمثلاً قد يكون لديهن تاريخ سابق للإصابة باضطرابات المزاج واضطرابات الأكل.

- المعايير التشخيصية العامة لاضطرابات الشخصية وفقاً للـ5-Dsm:

هناك بعض المعايير التي تميز اضطرابات الشخصية وهي:

أ- أنها ضرب ثابت من خبرة وسلوك داخليين ينحرف بصورة واضحة عما هو منتظر من ثقافة الفرد، ويبيد هذا الطراز في مجالين أو أكثر من المجالات التالية:

١. الأشكال التي يدرك ويفسر فيها الفرد ذاته والآخرين والأحداث.

٢. الوجدانية (وتشمل عدم ملاءمة الاستجابة الانفعالية).

٣. الأداء الوظيفي بين الشخصي.

٤. السيطرة على الدافع.

ب- يتصف بعدم المرونة والشمولية في مجال واسع من المواقف الشخصية والاجتماعية.

ت- يقود الطراز الثابت إلى ضائقة إكلينيكية أو اختلال في الأداء الاجتماعي

أو المهني أو مجالات أخرى مهمة من الأداء الوظيفي.

ث- يتصف الطراز بأنه ثابت وممتد وتنشأ بدايته في الظهور في المراهقة أو

مرحلة البلوغ الأولي.

ج- هذه الأعراض لا تنطبق ولا تتداخل مع الاضطرابات النفسية الأخرى.

ت- لا ترجع لأسباب فسيولوجية مثل تعاطي المخدرات أو العقاقير أو إصابة الدماغ.

تصنيف اضطرابات الشخصية:

تُصنف اضطرابات الشخصية العشرة وفقاً للدليل التشخيصي والتصنيفي الإحصائي -الإصدار الخامس DSM-5 ضمن مجموعات ثلاث، ذلك أنه وضع اضطرابات السلوك الفردي أو الشاذ ضمن المجموعة (أ)، والدرامي المثير أو العاطفي أو المنحرف ضمن المجموعة (ب)، والسلوك القلق الذي يشوبه الذعر ضمن المجموعة (ج). وهي كما يلي:

أولاً: المجموعة (أ) الغريبة والشاذة

١. اضطراب الشخصية البارنويا **Paranoid Personality Disorder**

هو اضطراب في الشخصية يتصف بالحساسية الزائدة نحو الهزيمة والرفض وعدم التسامح في الإهانات والجروح، ويميل نحو حمل الأحقاد بشكل مستمر، والشك وميل لتشويه الخبرات من خلال التفسير السيء للأفعال العادية أو المحببة للآخرين على أنها عدوانية والشك والغيرة المرضية في كل من حولها.

٢- اضطراب الشخصية ذات النمط الفصامي Schizotypal

Personality Disorder

يتسم أفراد هذا الاضطراب بشخصية حادة، وتصرفات تتشابه مع المعاقين في تفاعلاتهم الاجتماعية، ولديهم تشوهات معرفية وإدراكية كما إنهم يتشككون في نوايا الآخرين، ولا يرغبون في تكوين صداقات.

٣- اضطراب الشخصية شبه الفصامية Schizoid Personality

Disorder

نمط عام من العزلة، والعزوف عن التفاعل الاجتماعي، وعدم الاستمتاع بالعلاقات الشخصية، وتفضيل الأنشطة الفردية، وضعف الاهتمامات الجنسية، وافتقار الصداقات الحميمة، وبرود المشاعر وعدم الاكتراث بالثناء أو النقص من قبل الآخرين.

ثانياً: المجموعة (ب) الدرامية والشاردة

١- اضطراب الشخصية المعادية للمجتمع Antisocial Personality

Disorder

هذه الشخصية تتصف بالانحراف في السلوك والذي يتمثل في أفعال مضادة للمجتمع ، والميل إلى الجرائم أو الخروج عن المألوف بطريقة أو بأخرى، ويعتبر هذا شكلاً من تكوين شخصياتهم.

٢. اضطراب الشخصية الحدية Personality Disorder Borderline

هو نمط عام من الاندفاع الشديد في السلوك والوجدان، وعدم الثبات في العلاقات الاجتماعية، وتذبذب صورة الذات، واضطراب الهوية، والغضب الشديد وغير المبرر، ونوبات من تعكر المزاج، والخوف من الهجر من قبل الآخرين، والتوجه نحو إيذاء الذات.

٣. اضطراب الشخصية الهستيرية Histrionic Personality Disorder

هي الشخصية التي تتصف بالمزاجية وعدم الثبات في العلاقات، كما إنها تحصل على الراحة من خلال إعجاب الآخرين والتأثير عليهم، وغالباً ما يستغل أصحاب هذا الاضطراب مظهرهم الخارجي للحصول على الإطراء من الآخرين؛ كارتداء ملابس غير عادية أو استخدام المكياج أو ألوان الشعر؛ ذلك للفت انتباه المحيطين وعلى الرغم من إسراف أصحاب هذا الاضطراب في استخدام عواطفهم ومشاعرهم إلا أن هذه المشاعر تكون سطحية.

٤. اضطراب الشخصية النرجسية Narcissistic personality

disorder

الأشخاص النرجسيون لديهم رأي متصنع عن قدراتهم ويهتمون بأنفسهم اهتماماً شديداً كما لديهم أوهام متعلقة بنجاحهم المستمر كما أنهم مفرطون في الإعجاب بأنفسهم وينزعجون من العلاقات الشخصية التي لا يوجد بها تعاطف.

ثالثاً: المجموعة (ج) القلقة والخائفة

١. اضطراب الشخصية التجنبية Avoidant Personality Disorder

يعاني أصحاب هذا الاضطراب من الحساسية الزائدة للنقد الموجه من الآخرين، وهذا هو السبب الأساسي لانسحابهم من المواقف بين الشخصية وعدم الشعور بالاطمئنان أثناء التواجد في تلك المواقف، وبالرغم من ذلك يكون لديهم رغبة القوية في الاختلاط مع الآخرين ولكن هم بحاجة إلى ضمانات كثيرة للقيام بذلك .

٢. اضطراب الشخصية الاعتمادية Dependent Personality

Disorder

هو اضطراب تصف المصابون به بقلة الثقة بالنفس ونقص الاستقلالية، ولديهم الشك في أعمالهم وفي قدراتهم، ويعتمدون على غيرهم دائماً ويخافون من الهجر، ويؤدي

كثرة اعتمادهم على الآخرين إلى زيادة قلق الانفصال لديهم ولا يستطيعون اتخاذ أي قرار في حياتهم دون الرجوع للآخرين .

٣. اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية - Obsessive

Compulsive Personality Disorder

هو نمط شامل من الانشغال بالتفاصيل، والميل المبالغ فيه إلى الروتين، والدقة، والكمال، والصلابة، والعناد، والحذر، والورع المبالغ فيه، وعدم المرونة، والإفراط في العمل والبعد عن الترفيه.

رابعاً: اضطراب الشخصية غير المحدد

هذه الفئة لا تستوفي معايير اضطرابات الشخصية السابقة، فقد يوجد مثلاً أكثر من اضطراب شخصية في الفرد الواحد، أو وجود عرض واحد لاضطراب معين كالميل إلى الكمال مثلاً يحيل حياة الفرد إلى جحيم، وهذه الأعراض تجعل الفرد غير متوافق، كما تؤثر في حياته المهنية والاجتماعية وتتضمن هذه الفئة اضطراب الشخصية الاكتئابية والعدوانية- السلبية.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية

- إبراهيم حسن محمد (٢٠١٧). *العوامل الخمسة الكبرى كمنبئات باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية وذات النمط الفصامي*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة جنوب الوادي.
- إبراهيم حسن محمد (٢٠١٩). *أنماط التعلق وعلاقتها باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية. المؤتمر الثالث لشباب الباحثين، كلية الآداب جامعة جنوب الوادي*. تحت النشر.
- إبراهيم حسن محمد (٢٠٢٠). *أنماط التعلق المنبئة باضطرابات الشخصية الحدية وشبه الفصامية والوسواسية القهرية*. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة جنوب الوادي.
- إبراهيم محمد الحليبي (٢٠٠٧). *حقيقية الاضطرابات النفسية*. السعودية: مركز التنمية الأسرية بالإحساء.
- إبراهيم محمد السرخي (٢٠١١). *الجوانب السلوكية في بناء الشخصية، القاهرة: هبة النيل العربية للنشر*.
- احمد محمد عبد الخالق (١٩٩٦). *تعريب واعداد دليل تعليمات قائمة بيك للاكتئاب* ، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- احمد محمد عبد الخالق (١٩٨٣). *الأبعاد الأساسية للشخصية*، ط٢، القاهرة: دار المعارف.
- احمد محمد عبد الخالق (١٩٩٤). *الأبعاد الأساسية للشخصية*، ط٦، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- احمد محمد عبد الخالق (٢٠٠٢). *الوسواس القهري: التشخيص والعلاج*، الكويت: مجلس النشر العلمي بجامعة الكويت.
- احمد محمد عبد الخالق (٢٠١٦). *علم النفس الشخصية*، ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- احمد محمد عبد الخالق ؛ بدر محمد الأنصاري (١٩٩٦). *العوامل الخمسة الكبرى في مجال الشخصية: عرض نظري*. *مجلة علم النفس*، ٣٨، ٦-١٩.
- احمد محمد عبد الخالق (١٩٨٧). *الأبعاد الأساسية للشخصية*، ط٤، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

احمد محمد عبد الخالق ؛ عبد الغفار عبد الحكيم (١٩٩٥). الوسواس القهري دراسة علي عينة سعودية، *دراسات نفسية* ، ٥ (١) ، ٢ : ١٧ .

احمد محمد عبد الخالق (١٩٩٤). *الأبعاد الأساسية للشخصية*. ط٦، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

احمد محمد عبد الخالق ؛ عبد الغفار عبد الحكيم الدماطي (١٩٩٥). الوسواس القهري دراسة علي عينة سعودية، *دراسات نفسية* ، ٥ (١) ، ٢ : ١٧ .

أحمد عكاشة (١٩٩٨). *الطب النفسي المعاصر*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

احمد عكاشة؛ طارق عكاشة (٢٠١٠). *الطب النفسي المعاصر*. ط ١٥، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

أسامة فاروق مصطفى (٢٠١١). *مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والانفعالية (الاسباب- التشخيص- العلاج)*. القاهرة: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٧). المكونات الأساسية للشخصية في نموذج كل من آيزنك وكاتل وجولديبيرج لدى طلاب الجامعة (دراسة عاملية)، *مجلة كلية التربية*، جامعة الزقازيق، ٧٠، ٢١٢ : ٢٧٣ .

السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة *مجلة كلية التربية*، جامعة الزقازيق، ٨١، ٢٦٩ : ٣٥٠ .

أمال عبد السمیع باظة (٢٠٠٠). *الأنماط السلوكية للشخصية*، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
امال عبد السمیع مليجي باظه (١٩٩٧). *الشخصية والاضطرابات السلوكية والوجدانية*، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

أميرة فكري محمد (٢٠٠٨). *أنماط التعلق وعلاقتها بالاكتمال النفسي لدى المراهقين*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، قسم الصحة النفسية، جامعة الزقازيق.

آن كرينج؛ وشيري جونسون؛ وجيرالد دافيسون؛ وجون نيال (٢٠١٦). *علم النفس المرضى*. ط١٢، ترجمة: أمثال هادي؛ وفاطمة سلامة؛ وهناء شويخ، وملك جاسم؛ ونادية عبد الله، القاهرة: الأنجلو المصرية.

أنس محمد شحاتة؛ رياض العاسمي (٢٠١٦). التعلق بالأقران وعلاقته بالتعاطف الوجداني لدي عينة من طلبة الماجستير في كلية التربية جامعة دمشق. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ٣ (١)، ١٧٠ - ١٩٥ .

- أوتوفينخيل (١٩٦٩). *نظرية التحليل النفسي في العصاب*. ترجمة صلاح مخيمر؛ عبدة
ميخائيل، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بدر محمد الأنصاري (١٩٩٩). *مقدمة لدراسة الشخصية*، الكويت: كلية العلوم الاجتماعية.
- بدر محمد الأنصاري (٢٠١٤). *المدخل إلى علم النفس الشخصية*. القاهرة: دار الكتاب الجامعي
- بدر محمد الأنصاري (٢٠١٤). *المرجع في مقاييس الشخصية، القاهرة*: دار الكتاب الحديث.
- برحيل جويده (٢٠١١). *أثر السمات والشخصية المضطربة في الاستجابة للعلاج المعرفي عند
المكتسبين*، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.
- جابر عبد الحميد (١٩٩٠). *نظريات الشخصية: البناء، السمات، طرق البحث*، القاهرة: دار
النهضة العربية.
- جاد محمود عبد الله (٢٠٠٦) *التوافق الزوجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء
الانفعالي، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ٦٠، ٥٤-١٠٩*.
- جمعية الطب النفسي الأمريكية (٢٠٠٤). *المرجع السريع الي الدليل التشخيصي والإحصائي
الرابع المعدل للاضطرابات النفسية*. ترجمة تيسير حسون، دمشق: دار الكتب الجامعية
للطباعة والنشر.
- جورج توما خوري (١٩٩٦). *الشخصية مفهومها، سلوكها، علاقتها بالتعلم*، بيروت: المؤسسة
الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
- جون فيتكس (٢٠٠٥). *حالات من الاضطراب النفسي والعقلي*. ترجمة مي السيد، مراجعة: خالد
عبد المحسن، القاهرة: المركز القومي للترجمة.
- حامد عبد السلام زهران (١٩٨٠). *التوجيه والإرشاد النفسي*، القاهرة: عالم الكتاب.
- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*، القاهرة: عالم الكتاب.
- حسين أبو المجد سيد (٢٠١٨). *المخططات المعرفية وعلاقتها بالأعراض الجسدية واضطراب
الشخصية الحدية*. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب قسم علم النفس، جامعة
جنوب الوادي.
- حنورة، مصري عبد الحميد (١٩٩٨). *الشخصية والصحة النفسية*، القاهرة: مكتبة الأنجلو
المصرية.
- خالد حسين دحلان (٢٠٠٧). *السمات الشخصية لرجل الأمن لدي السلطة الوطنية الفلسطينية
وعلاقتها ببعض المتغيرات*، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية قسم علم النفس،
فلسطين.

خلود صابر (٢٠١٣). *العلاقة بين كل من التعلق غير الآمن والنزعة غير التوافقية نحو المثالية والأعراض الاكتئابية في ضوء متغير الجندر*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب جامعة القاهرة.

خليل ميخائيل معوض (٢٠٠١). *علم النفس العام*، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
رشدي علي الجاف ؛ محمد ولي علي (٢٠١٠). اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى طلبة الجامعة وفق نموذج العوامل الخمسة. *مجلة كلية الآداب*، جامعة السليمانية، العراق، ١٠٠، ٦٥٦-٧١٦.

رضا محمد حامد (٢٠١٤). *سمات الشخصية لدى مضطربي هرمونات الغدة النخامية والأصحاء دراسة مقارنة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب قسم علم النفس، جامعة جنوب الوادي.

زكريا أحمد الشربيني ؛ يسرية صادق (٢٠٠٠). *تنشئة الطفل وطرق الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته*. القاهرة: دار الغريب للنشر.

زكريا احمد الشربيني؛ يسرية صادق (٢٠٠٠). *تنشئة الطفل وبيل الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته*، القاهرة: دار الغريب للنشر.

سامر جميل رضوان (٢٠٠٢). *الصحة النفسية*. ط٣، القاهرة: دار المسيرة للنشر والطباعة.
سعاد عبدالله البشر (٢٠٠٥). *مظاهر اضطراب الشخصية الحدية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية*، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

سهير كامل احمد (٢٠٠٣). *الصحة النفسية والتوافق*، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
سيجموند فرويد (١٩٦٢). *النظرية العامة للأمراض العصبية*، ترجمة جورج طرابيشي، بيروت: دار الطليعة للنشر.

سيجموند فرويد (٢٠٠٠). *الموجز في التحليل النفسي*. ترجمة سامي محمود علي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

سيد غنيم (١٩٩٧). *سيكولوجية الشخصية - محدداتها - قياسها - نظرياتها*، القاهرة: دار النهضة.

شعبان كمال الحداد (٢٠١١). المشاركة السياسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من المعلمين الفلسطينيين، *مجلة الزيتون*، ٢، ٢٦٦-٣٠٠.

شيماء عزت مصطفى (٢٠١٣). أنماط التعلق الوجداني في الرشد وعلاقتها بجودة العلاقات الزوجية، *دراسات نفسية*. ٢٣ (٣)، ٢٦١-٣٠٢.

فرج عبد القادر طه (١٩٨٧). *المجمل في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية*، القاهرة: دار الفنية للتوزيع.

عايض بن مسند الحميدي القحطاني (٢٠١٥). *اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية وعلاقتها بالسلوك العدواني*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية.

عبد الرحمن محمد العيسوي (٢٠٠٢). *سيكولوجية الشخصية*، الاسكندرية: منشأة المعارف.
عبد اللطيف محمد خليفة؛ شعبان جاب الله رضوان. (١٩٩٨). *بعض سمات الشخصية المصرية وابعادها*، *مجلة علم النفس*، ٤٨، ٢٨ : ٦٥.

عبدالرحمن العيسوي (٢٠٠٠). *اضطرابات الطفولة وعلاجها*، بيروت: دار الراتب الجامعية.
عماد عبدالرحيم الزغول؛ علي فالج الهنداوي (٢٠٠٤). *مدخل الي علم النفس*. ط٢، الامارات: دار الكتاب الجامعي.

عمر الريماوي ؛ أميرة الريماوي (٢٠١٤). *الوسواس القهري وعلاقته بأبعاد الشخصية العصابية والانبساطية لدي طلاب جامعة القدس*، *مجلة التخصصات الدولية للعلم*، ٣(٥)، ٨٩ – ١٠٣.

غانم ، محمد حسن (٢٠٠٧). *مقدمة في علم الصحة النفسية*، الإسكندرية : المكتبة المصرية.
غفران شدهان؛ زهراء داخل؛ زينب ناظم (٢٠١٧). *أنماط التعلق لدي المراهقين في المدارس المتوسطة بمركز محافظة القادسية*. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، جامعة القادسية، كلية التربية للعلوم الانسانية.

فاروق عبد الفتاح موسي (٢٠٠٦). *القياس النفسي والتربوي للأسوياء والمعاقين*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فايز قنطار (١٩٩٢). *الأمومة (نمو العلاقة بين الطفل والأم)*. الكويت: عالم المعرفة.
فرج عبد القادر طه (١٩٨٧). *المجمل في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية*. القاهرة: دار الفنية للتوزيع.

فرج عبد القادر طه؛ شاكر قنديل؛ حسين عبد القادر؛ مصطفى كامل (١٩٩٣). *موسوعة علم النفس والتحليل النفسي*. القاهرة ، دار سعاد الصباح.

كوروين، بيرني؛ رودل، بيتز؛ بالمر، ستيفني (٢٠٠٨). *العلاج المعرفي السلوكي*، ترجمة محمود عيد مصطفى، القاهرة: دار ايتراك للطباعة والنشر.

لورانس برفين؛ أوليفر جون (٢٠٠٢). *سيكولوجية الشخصية النظرية والمنهجية*. ترجمة محمد السيد عبد الوهاب، القاهرة: دار أتون.

ليلي كرم الدين (٢٠٠١). *دور الأسرة في بناء شخصية الطفل وتنميته*، بحث مؤتمر عين شمس، ٢٩ يونيو.

مازن محمد صالح (٢٠٠٩)، *تفسيرات الذات وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى مدرسي المرحلة الإعدادية*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

مازن محمد صالح (٢٠٠٩)، *تفسيرات الذات وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى مدرسي المرحلة الإعدادية*، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

مأمون صالح (٢٠٠٧). *الشخصية، بناؤها، تكوينها، أنماطها، اضطرابها*، عمان: دار أسامة.
مجدي احمد محمد (٢٠٠٠). *علم النفس المرضي " دراسة في الشخصية بين السواء والاضطراب "*، القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

مجدي عبد الله (١٩٩٠). *أبعاد الشخصية بين علم النفس والقياس النفسي*، الإسكندرية: دار الفكر الجامعي.

مجمع اللغة العربية (٢٠٠٣). *معجم علم النفس والتربية*. القاهرة: دار المعارف.

محمد أحمد شلبي؛ محمد إبراهيم الدسوقي؛ زيزي السيد إبراهيم. (٢٠١٤). *تشخيص الأمراض النفسية للراشدين مستمد من DSM-4 & DSM-5*، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨). *نظريات الشخصية*. القاهرة: دار قباء.

محمد حسن غانم (٢٠١٥). *الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية*، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

محمد مسعود الشمري (٢٠٠١). *الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطي وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المستنصرية، بغداد.

مصطفى زيور؛ سعاد شرقاوي (ب.ت). *الماركسية والتحليل النفسي*. القاهرة: دار المعارف.
مصطفى سويف (١٩٨٥). *الحضارة والشخصية. المجلة الاجتماعية القومية العربية بالقاهرة* ،

٢، ١٩: ٣١.

مصطفى نوري القمش ؛ خليل عبد الرحمن المعاينة (٢٠٠٦). *الاضطرابات السلوكية والانفعالية*. عمان: دار الميسرة للنشر والطباعة.

نعيمة الشماح (١٩٧٧). *النظرية – التفسير – مناهج البحث*، القاهرة : معهد البحوث.

هادي عواد؛ عادل جورج (٢٠١٨). أنماط وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأطفال في دور رعاية الأيتام. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، الأردن، ٢٦(٢)، ٤١٦-٤٣٩.

هادي وريكات (٢٠١٢). *أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب الدبلوم في جامعة البلقاء التطبيقية*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية السلط للعلوم الانسانية، الجامعة الأردنية بعمان.

هيثم ضياء الدين الأمير (٢٠٠٦). *أنماط تعلق الراشدين السابقة في فترة طفولتهم وعلاقتها بتعلقهم بالجماعة الاجتماعية حاضراً*. رسالة دكتوراة (غير منشورة)، الجامعة المستنصرية ببغداد.

ويليس؛ جيمس ؛ ماركس أ (١٩٩٦). *الموجز الإرشادي عن الأمراض النفسية*. ترجمة محمد عماد، الكويت: المركز العربي للوثائق والمطبوعات.

ويليس؛ جيمس ؛ ماركس أ (١٩٩٦). *الموجز الإرشادي عن الأمراض النفسية* ترجمة محمد عماد، الكويت: المركز العربي للوثائق والمطبوعات.

ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية

- Ainsworth, M., et al., (1993). *A psychological study of strange situation*, Hillsdale NT, Lawrence Erlbaum Associates INC.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders FIFTH EDITION*, England: publishing house.
- Andrea, F., Serena, B., & Judith, F. (2012). Predicting borderline personality traits, identity orientation, and attachment style in Italian nonclinical adults: Issues of consistency across age ranges, *Journal of personality disorder*, 26(2), 280-297.
- Antonucci, L. Taurisano, B. Coppola, G. & Cassibba, R. (2019) Attachment style: The neurobiological substrate, interaction with genetics and role in neurodevelopmental disorders risk pathways. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 95, 515–527.
- Bagby, R. et al., (2005). *DSM-IV personality disorders and the Five-Factor Model of personality: a multi-method examination of domain- and facet-level predictions*, *Personality and Personality Disorders*, 19(4). 307-324.
- Barbara, M. (2000). *Attachment Style to Depression* School of Social and Behavioral Sciences, Phd D0 University of California, Los Angeles.

Barnet, d &vondra .(1999) . Atypical patterns of early attachment theory, *research and current directions Monographs of the society for research in child devlopment*, 64,3, 1_24.

Bartholomew. K, & Horowitz, L.M .(1991). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationship*,7, 147-178.

Baryshnikov. I. et al. (2017) Relationships between self-reported childhood traumatic experiences, attachment style, neuroticism and features of borderline personality disorders in patients with mood disorders, *Journal of Affective Disorders*, 210 , 82–89.

Beck, A., Freeman, A. & Davis, D (2005) : *Cognitive Therapy of Personality disorders*, New York: the GuilFordPerss.

Bowlby, J. (1978). *Attachement et perte*, PresseUniversitaire de France, Paris.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Bradley, R., Conkin, C., Westen, D. (2005). The borderline personality diagnosis in adolescents; Gender difference and subtypes. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(9), 1006-1019.

Bretherton, I.(1991). *The roots and growing points of the attachment theory*. In C. M. parkes ,J. S. Hinde, & P. Marris, Attachment across the life cycle (9-11).London: Routledge.

Bruce , D .Perry.(2006). *Bonding and attachment in maltreated children*, PhD. Texas University.

- Cameranesi, M. (2016). Battering typologies, attachment insecurity, and personality disorders: A comprehensive literature review, **Aggression and Violent Behavior**, 28, 29-46.
- Cervone, D & Pervin, L. A. (2007). *Personality*, England: John Wiley & Sons Ltd .
- Claridge, G& Broks, P. (1984). schizotypal and hemisphere function: Theoretical considerations and the measurement of schizotypal. *Personality and Individual Differences*, 5(6), 633-648.
- Clark, L& Reynolds, S. (2001). Predicting Dimensions of Personality Disorder From Domains and Facets of the Five Factor Model, *Journal Of Personality*, 69(2), 199-222.
- Cloninger, C. (2000). *Theories of personality: understanding person*, prentice-Hall, Inc, USA: New Jersey.
- Colman, A.M .(2003). *Oxford Dictionary of Psychology*, Oxford University Press, New York.
- Costa ,P.& McCrae, R. (1992). *Normal Personality Assessment in Clinical Practice: The NOE personality*, Inventory, Psychological Assessment. 4(1), 5-13.
- Costa, P.& McCrae, R. (1990). Personality Disorders and The Five-Factor Model of Personality, *Journal Of Personality Disorder*, 4(4), 340-362.
- Crammer (2010). **Crammer's Test for OCPD**, Psychology and Mental Health Forum, Sun Dec 12, 2010 5:19 am.

De Raad, B. (2000). *The Big Five personality factors: The psycholexical approach to personality*. Ashland, OH: Horrify & Huber Publishers.

Derksen, J. (1995). *Personality Disorders: Clinical & Social* Derksen, J. hon&Sons Ltd ,England.

Driessen, M. et al., (2000). Magnetic resonance imaging volumes of the hippocampus and the amygdala in women with borderline personality disorder and early traumatization, *Archive Genral Psychiatry*, 57(12), 15-22..

Fonagy, P. (2016). *Attachment Theory and Mentalizing*. London: Gower Street.

Fonagy, P., Target, M., Gergely, G., et al. (2003). The developmental roots of borderline personality disorder in early attachment relationships: a theory and some evidence. *Psychoanalytic Inquiry*, 23, 412–459.

Halgin P Richard &Whitbourne K. (1997): *Abnormal Psychology*. Brown Benchmark Boston.

Hazan,c,andshavar .p,(1987). Romantic love conceptualized an attach men process, *journal of personality and social psychology*, 25(3), 511-524.

Holmes, D. (1994) . *Abnormal Psyechology* , New York : harper Collins college publishers .

Hyer, S. (1994). *Personality diagnostic questionnaire 4+ (PDQ-4+)*.

New York: New York State Psychiatric Institute.

Kaplan & Sadocn's, **Comprehensive Tickets Book of Psychiatry**, Seven Edition , Clinical Psychiatry.America.

Karavasilis, K., Doyle, A.-B., & Margoese, S. K. (1999): Links Between Parenting Styles and Adolescent Attachment, **Child Development**, 8 , 1, 1152 - 1169.

Kenny, M(1994). Quality and corrhats of parental attachment among late adolescents *journal ofcounseling's development*,13, 130-139.

Khan S and Ali SM. (2018). "Role of Attachment Security and Affect Regulation in Borderline Personality Features". *EC Psychology and Psychiatry* 7.(2): 82-91.

Koohsar, A. & Bona, B. (2011). Relation Among Quality of Attachment, Obsessive – Compulsive Behaviours and Phobic Anxiety in College Students, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 30, 187-191.

Kratz, K.(2001). *Attachment and personality pathology in late adolescence Dissertation Abstracts from: request information and learning company*:Item:0-493-25540-0.

Laura. W (2010). *Attachment and Metacognition in Borderline Personality Disorder*. phd in Clinical Psychology University of Edinburgh. England.

- Levy, K. (2005). The implications of attachment theory and research for understanding borderline personality disorder. *Development and Psychopathology*, 17, 959–986.
- Lilly E. Both, Lisa A. Best, F.(2017). A comparison of two attachment measures in relation to personality factors and facets, *Personality and Individual Differences*, 112, 1–5.
- Linehan, M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline*
- Ling. H.& Qian, M. (2010). Relationship between attachment and personality disorder symptoms of Chinese college students , *social behavioral and personality*, 38(4), 571-576.
- Malcolm West , M. Sarah Rose , Sheila Spring , Adrienne Sheldon Keller, Kenneth Adam(1998): Adolescent Attachment Questionnaire, *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 335- 366.
- PieDmont, R. (1997). Cross- Cultural generalizability of the five factor model of personality; Development and validation of the NEOPI for Korean. *Journal of Cross- Cultural psychology*, 28, 131- 155.
- Pittman, a et al., (2004). Integrated modeling of clinical and gene expression information for personalized prediction of disease outcomes. *Proc Natl Acad Sci, U S A*. 101(22)16-43.
- Pop kins,N. (2001). the five factors model, emergence of taxonomic model for personality psychology influence on information behaviors. *Information Research* , 9 (1) ,165 -177

Popkins, J. (2000). *Big five Personality Factors*. www. Personality Search .org / Papers / Popkins . html.

Ramu Céline (2004), *Le Style D'Attachement Et L'estime de Soi Sociale Chez Les Jeunes Adultes*. Mémoire de diplômé d'études Supérieures spécialisées en Psychologie clinique, Université de Genève. France.

Reiko, I.& Tatsuya, M. (2016). The Relationships of Personality Disorder Attributes, Attachment Styles, and Depression. *JOURNALS FREE ACCESS*, 25 (2), 112-122.

Rezvan, S. (2012). Attachment insecurity as a predictor of obsessive–compulsive symptoms in female children, *Journal homepage*, 25(4), 403-415.

Ripoll, L et al,. (2013). Empathic accuracy and cognition in schizotypal personality disorder, *Psychiatry Research*, 210(1), 232–241.

Rosa-Mendes, □, M. Piresa, b, R. & Ferreira, c A. (2019) Personality traits of the alternative DSM-5 model and the attachment dimensions in Portuguese adults, *Personality and Individual Differences*, 143 ,21–29

Sadock, B. & Sadock, V. (1996). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences Clinical Psychiatry*, 10th Edition.

Sansone, R & Sansone, L. (2011). The Christmas Effect on Psychopathology, *Innov Clin Neurosci*, 8(12), 10–13.

- West, M. Sarah Rose, & Keller, A. (1994). Assessment of Patterns of Insecure Attachment in Adults and Application to Dependent and Schizoid Personality Disorders. *Journal of Personality Disorders*, 3, 249-256.
- West, M. Rose, S. Keller, A. (1995). Interpersonal Disorder in Schizoid and Avoidant Personality Disorders: An Attachment Perspective, *can J Psychiatr*, 40(7), 411-421.
- Wiltgen, A. et al., (2015). Attachment insecurity and obsessive–compulsive personality disorder among inpatients with serious mental illness, *Journal of Affective Disorders*, 174, 411-415.
- Zimmerman, M. (1994). Diagnosing personality disorders. A review of issues and research methods. *Archives General of Psychiatry*, 51, 225-245.
- Zlotnick, A & Rothschild, L. & Zimmerman, M. (2002). The Role of Gender in the Clinical Presentation of Patients with Borderline Personality Disorder. *Journal of Personality Disorders*, 16(3), 277-282.