

نظريات الارشاد النفسي PERSONALITY: الشخصية يهتم علم الصحة النفسية بدراسة الشخصية في توافقها واضطرابها، والسلوك في سوائه وانحرافه يعتبر نتاجا للشخصية. وحول دراسة الشخصية غير العادية والمريضة تدور بحوث علم النفس المرضى وعلم نفس الشواذ والتحليل النفسي والتوجيه والإرشاد النفسي تعريف الشخصية: من أهم تعريفات الشخصية تعريف البورت (١٩٣٧) وهو : الشخصية هي التنظيم الدينامي في الفرد لجميع الأجهزة النفسية الجسمية الذي يحدد توافقه الفريد مع بيئته. ويعرف حامد عبد السلام زهران 2005، أولا : نظرية الأنماط (السمات): هي من أقدم نظريات الشخصية، وحاولت تصنيف شخصيات الناس إلى أنماط تجمع بين الأشخاص الذين يندرجون تحت نمط واحد، والنمط هو نموذج لسمات وخصائص تتجمع ويمكن تمييزها عن نماذج أخرى وهو يلخص تجمع السمات الأساسية الفطرية أو الجسمية التي تكونت في مستهل حياة الفرد ولا تخضع لتغير أساسي. المرارة * السوداء : ويفرزها الطحال. Sanguinic (متفائل، نشط، متحمس، ب - النمط البلغمي) بلغمي (المزاج Phlegmnic (خامل بليدمنزو، فاتر، بارد متراخ عديم المبالاة النمط الصفراوي (صفراوي المزاج) Choleric سريع الانفعال ج غضوب عنيد، د النمط السوداوى (سوداوى المزاج Melancholic (متشائم مكتئب هابط النشاط، بطيء التفكير، قصير العنق عريض الوجه) (مرح مبسط اجتماعي صريح، سريع القلب) ب النمط النحيل نحيل الجسم، طويل الأطراف، دقيق القسمات) (منطو، مكتئب) يميل إلى المشاركة في النشاط الاجتماعي، له صداقات كثيرة بواح متوافق مقبل على الدنيا في حيوية وصراحة). الانبساطي (التفكيرى) مفكر يهتم بالحقائق الموضوعية كالعالم الخارجي الواقعي التجريبي، ينتج أفكارا جديدة. الانبساطي الوجداني اجتماعي، سهل الاختلاط، مندفع انفعالي منطلق في التعبير الانفعالي الظاهر). يحب التجديد والتنوع سريع الملل. الانبساطي الإلهامي يعتمد على الحدس، يحب التجديد، جريء مخاطر، مغامر، مندفع، يحب الأشياء غير العادية، لا يحترم العادات. ب النمط الأنطوائي introvert انسحابي، غير اجتماعي، انعزالي ينحاشى الصلات الاجتماعية، يفكر دائما في نفسه، متمركز حول ذاته يخضع سلوكه لمبادئ مطلقة وقوانين صارمة غير مرنة، غير متوافق شكاك). الصحة النفسية والارشاد النفسي ويتفرع هذا النمط الرئيسي إلى أربعة أنماط فرعية هي: الانطوائي التفكيرى فيلسوف أو باحث نظري، يهتم بالأفكار والعالم الداخلي والواقع الداخلي، الانطوائي الوجداني ينطوي على حالات وجدانية عميقة قوية، يحب بقوة وبكره بعنف ويحزن بشدة، يميل إلى العزلة. الانطوائي الحسي ذاتي في إدراكه، الانطوائي الإلهامي (يهتم بالجانب السلبي والأسود من الخبرات وبكل ما هو ذاتي وغريب وغير عادى، متقلب تطبيقات نظرية السمات في الارشاد النفسي ساهمت نظرية السمات بقدر كبير في الإرشاد النفسي والتوجيه من خلال تأكيد البورت على التركيز على الحالة الفردية في دراسة السلوك مستخدما الطرق والمتغيرات التي تناسب فردية كل شخص ، ويشير البورت في مقابلته بين التنبؤ الفردي والجمعي إلى أن تساهم السمات في عملية الإرشاد النفسي أو التوجيه. سرف يصبح علم النفس أكثر عمليا ، أي أقدر على التنبؤ ، حين يعرف كيف يقيم نزعات مفردة بجميع ما تحويه من تعقد في الجوهر ، وحين يعرف كيف ينبئ بما سوف يحدث لنسبة ذكاء هذا الطفل اذا ما غيرنا بيئته بطريقة معينة) وقد حفز البورت علماء النفس إلى أن يخصصوا لدراسة الحالة الفردية قدرا من وقتهم وجهودهم أكبر من القدر المعتاد وأكد على أن أكثر المناهج فعالية في دراسة السلوك هو منهج دراسة الحالة ويذكر حامد زهران . أن الإرشاد يتضمن تحليل المعلومات الخاصة بالعمل وتركيبها بحيث تظهر سماته المميزة وتشخيص المشكلة بالاستعانة بالاختبارات والمقاييس الموضوعية ، والتنبؤ بالتطور المتوقع في المستقبل ، ومن الافتراضات الأساسية في نظرية السمات فيما يتعلق بالإرشاد المباشر ما يلي : أن عملية الإرشاد النفسي أساسا عملية عقلية معرفية. أن سوء التوافق لدى الأشخاص العاديين يترك جزءا كبيرا من العقل قادرا على استخدامه في التعلم وإعادة التعلم أن المرشد مسئول عن تحديد المعلومات المطلوبة وعن جمعها وتقديمها إلى العميل. أن المرشد لديه معلومات وخبرة أكثر وقدرة على تقديم النصح وحل المشكلات بطريقة الإرشاد المباشر ، ومن ثم يكاد ينظر إلى المرشد نظرة المعلم الذى يوجه عملية التعليم إلى العميل نظرية التحليل النفسي مفاهيم عامة في نظرية التحليل النفسي : أ - الشخصية: بقول سيجموند فرويد Freud (١٩٣٣ - ١٩٢٧) مؤسس هذه النظرية إن الجهاز النفسي يتكون فرضيا من الهو والأنا الأعلى والأنا. id : فهو أقدم قسم من أقسام هذا الجهاز، وهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية التي يولد الفرد مزودا بها وهو يحتوي على ما هو ثابت في تركيب الجسم فهو يضم الغرائز والدوافع الفطرية والعدوانية. وهو الصورة البدائية للشخصية قبل أن يتناولها المجتمع بالتهذيب والتحوير وهو مستودع الحياة القوى والطاقات الغريزية وهو جانب لا شعوري عميق ليس بينه وبين العالم الواقعي صلة مباشرة، وهو لا شخصي ولا ارادي. لذلك فهو بعيد عن المعايير والقيم الاجتماعي. لا يعرف شيئا عن المنطق، ويسيطر على نشاطه مبدأ اللذة (والألم) أي أنه يندفع إلى إشباع دوافعه اندفاعا عاجلا في اي صورة وبأي ثمن. الأنا الأعلى super الصحة النفسية والارشاد

النفسى فهو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير الاجتماعية والتقاليد والقيم والصواب والخير والحق والعدل والحلال، فهو بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسى" وهو لا شعورى إلى حد كبير، وينمو مع نمو الفرد، ويتأثر الأنا الأعلى في نموه بالوالدين ومن يحل محلهم مثل المربين والشخصيات المحبوبة في الحياة العامة والمثل الاجتماعية العليا، وهو يتعدل ويتهدب بازدياد ثقافة الفرد وخبراته في المجتمع. ويعمل الأنا الأعلى على ضبط الهوى وكف دفاعاته. الأنا ego فهو مركز الشعور والإدراك الحسى الخارجى والإدراك الحسى الداخلى والعمليات العقلية، وهو المشرف على جهازنا الحركى الإرادى. ويتكفل الأنا بالدفاع عن الشخصية ويعمل على توافقها مع البيئة وإحداث التكامل وحل الصراع بين مطالب الهوى وبين مطالب الأنا الأعلى وبين الواقع والأنا له جانبان شعورى ولا شعورى وله وجهان وجه يطل على الدوافع الفطرية والغريزية في الهوى، وينظر إليه فرويد كمحرك متعة للشخصية. ب. الشعور واللاشعور ما قبل الشعور consciousness كما حدده فرويد هو منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الخارجى، وهو الجزء السطحى فقط من الجهاز النفسى. اللاشعور Unconscious حسب فرويد يكون معظم الجهاز النفسى، وهو يحوى ما هو كامن ولكن ليس متاحا ومن الصعب استدعاؤه لأن قوى الكبت تعارض ذلك. وحدد فرويد الرغبات المكبوتة التي يحتوىها اللاشعور بأنها ذات طابع جنسى، ويقول إن المكبوتات تسعى إلى شق طريقها من اللاشعور إلى الشعور في الأحلام وفي شكل أعراض الأمراض العصابية. وتحدث يونج عن اللاشعور الشخصى واللاشعور الجمعى. أما اللاشعور الشخصى فيتكون من خبرات الفرد التي كانت شعورية وكبتت، ويستخدم في اكتشافها اختبار تداعى الكلمات حيث يقرأ الفاحص قائمة من الكلمات المفحوص كلمة بعد كلمة ويطلب منه أن يستجيب بأول كلمة ترد إلى عقله ويلاحظ زمن الرجوع والاستجابات الفسيولوجية المصاحبة. أما اللاشعور الجمعى فهو مشترك بين كل الأشخاص، ويتكون من ذكريات وأفكار كامنة مورثة من التاريخ السلالى للإنسان. ما قبل الشعور preconscious فقد حدده فرويد بأنه يحتوى على ما هو كامن وما ليس فى الشعور ولكنه متاح ومن السهل استدعاؤه إلى الشعور مثل الكلام والذكريات والمعارف. إن العلاقة العلاجية بين العميل والمرشد النفسى تتضمن نفس خطوات التحليل النفسى وهي: Free Association التداعى الحروتسمى بالقاعدة الأساسية وهي عبارة عن ميثاق يتعهد فيه المريض منذ بداية العلاج التحليلى - بالتعبير عن كل ما يجول بخلد دون حذف أو اختيار إراديين ، فهي تعارض الاتجاه السائد نحو السكوت عن الخواطر المؤلمة وعدم التصريح بها للنفس ، والغاية من تطبيقها إذن معارضة عوامل الكبت المسئولة عن تكون المرض النفسى ، بمعنى أنه إذا أطلق المريض حوافزه دون تقييد شعورى أو ارادى ، فإنه لا يلبث أن يكشف بالتدريج عن المحتويات النفسية المكبوتة فى اللا شعور، ومن الحيل النفسية اللا شعورية المسئولة عن هذا الكبت ، وبإشباع هذه الحيل وتلك المحتويات بالتحليل المستمر يتحقق حل الصراع النفسى وما يفضى إليه من مختلف الأمراض. Transference (الطرح) التحويل ويتميز أحيانا بغلبة مشاعر الحب أو مشاعر العدوان ، وإن كان يتألف غالبا من مزيج من العنصرين (الطرح الموجب والطرح السالب والطرح المزدوج الميل) وهذه المشاعر لا تنطبق على الموقف الحاضر ، وإنما هي مواقف لا شعورية طفلية ، يحياها المريض ثانية فى الموقف العلاجى ، ويخلع فيها على المحلل شخصية الأفراد المسئولين عن نشأة هذه المشاعر وعن تكوين شخصية المريض تكوينا يتسم بالصراع النفسى والعجز عن النمو النفسى الكامل (الوالدان ومن حل محلهما). والطرح ظاهرة أساسية فى عملية العلاج بالتحليل النفسى لأن المريض يحيا فى الموقف مشكلته الجوهرية بكل دقائقها الانفعالية ، ومن ثم يتمكن من حلها حلا موفقا عن طريق مراجعة تاريخه المنسى كما يكتشف من خلال موقف التحليل Interpretation. التفسير ومن خلال المستدعيات (المحتويات النفسية) الشعورية والاشعورية - التي ترد إبان العلاقة العلاجية حين يلتزم المريض بقاعدة التداعى الحر - وهذه المحتويات قد تكون أفكارا داخلية أو ذكريات أو هفوات (زلات) غير مقصودة ، أو انفعالات أو احساسيس أو عواطف ، وهي ترتبط فيما بينها ارتباطا ذا معنى يمكن قراءته ، من خلال التفسير ، فالقاعدة الأساسية فى التحليل النفسى أن رابطة داخلية لم تكشف بعد تنم عن نفسها عن طريق التجاور - فالتفسير يتضمن توضيح ما لم يكن مفهوما للعميل بأسلوب جديد ولغة جديدة يفهمها العميل ويهتم كل من التحليل النفسى والإرشاد النفسى بإعادة التوازن بين أركان الشخصية وحل الصراعات وإعادة غرس الإيمان ومعرفة حدة حياة العميل وأسلوب حياته وتنمية مفهوم موجبه عن الذات، والتقليل من حدة التوتر والقلق وتكوين الإرادة الإيجابية وتغيير البيئة والوسط الاجتماعى. نظرية الارشاد المتمركز حول المسترشد أو العميل (روجرز) ١٩٩٧تسمى هذه النظرية أيضا نظرية الذات، لأن الارشاد النفسى هو دراسة للذات ومفهومها التي هي جوهر الشخصية، ومفهوم الذات هو حجر الزاوية وهو الذي ينظم السلوك، وأنه مفهوم أساسى فى دراسة الشخصية. إن أهم نظرية للذات نظرية كارل روجرز وهي أحدث واشمل النظريات الذات لارتباطها بطريقة من أشهر طرق الارشاد والعلاج النفسى وهي عبارة عن

الارشاد الممرکز حول الانسان أو غير المباشر، وقد بنيت اساسا على دراسات وخبرات كارل روجرز في الارشاد والعلاج النفسي وسؤاله هو: كيف استطيع أن أوجد علاقة ومناخاً نفسياً يستطيع هذا الشخص أن يحقق أفضل نمو نفسي؟ المكونات الرئيسية في نظرية الارشاد المتمركز حول العميل هي: ١- الذات :-56- الصحة النفسية والارشاد النفسي هي قلب النظرية وقد مر مفهوم الذات بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ فقد اهتم بالذات الفراعنة المصريون واليونانيون والمفكرون العرب وقد علمنا الله أن الذات هي النفس وقد جاء ذكر النفس في القرآن مثل: النفس الملهمة والنفس اللوامة والنفس المطمئنة والنفس البصيرة والنفس الأمانة بالسوء ، وقد اهتم بها أيضا علماء وفلاسفة غربيون. وقد وجد علماء النفس منذ العقد الرابع من هذا القرن أهمية الذات وكثرت الدراسات والبحوث وظهر ما يسمى بسلوكية الذات هي كينونة الفرد، وتنمو الذات وتنفصل تدريجيا عن المجال الإدراكي وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة وتشمل: أ - الذات المدركة ب - الذات الاجتماعية . ج - الذات المثالية. وتصبح المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات .