

تمهيد:

إن الحديث عن مفهوم الذات يحيلنا إلى الإشارة إلى أعمال العديد من العلماء الذين اهتموا بدراسته، والذين ينتمون إلى مدارس مختلفة وعلى رأسهم كارل روجرز، بل وينسب هذا المفهوم إليه وصار ملازماً لإسمه، وفيما يلي سنفصل فيما قدمه روجرز حول مفهوم الذات.

1- مفهوم الذات عند كارل روجرز:

إن الذات في نظر روجرز هي نموذج داخلي (صورة، مفهوم، نظرية) يتكون خلال التفاعل مع العالم، ويؤثر نموذج الذات هذا في الأحداث كما تؤثر هذه الأخيرة هي بدورها في نموذج الذات.

وقد اشتهرت نظرية الذات عند كارل روجرز في محاولة منه لمساعدة الأفراد في التغلب على مختلف المشكلات التي تواجههم، وعرف الذات بأنها نموذج منظم ومتسق من الخصائص المدركة للأنس أو لضمير المتكلم مع القيم المتعلقة به (سامي محمد ملحم، 2009، ص341).

افترض روجرز بأن لكل فرد حقيقته الذاتية وصورته أو مفهومه المتميز والفريد عن ذاته كما أدركها، وأكد روجرز على تحقيق الذات ووصفه بأنه نزعة فطرية نحو النمو ودافع يوجه مختلف أنواع السلوك الإنساني. فحسبه تعتبر الذات نواة الشخصية التي تنتظم من حولها مشاعر الفرد وأفكاره وكل ما يتعلق به (غالب محمد المشيخي، 2013، ص245).

وبتعبير آخر يعرف روجرز الذات بأنها التنظيم المعرفي لمفاهيم الفرد وقيمه وأهدافه ومثله وهي صورة الفرد عن نفسه، وتوصل روجرز إلى أن الذات تتكون وتتحقق من خلال النمو الإيجابي، وأنها تتمثل في عناصر مثل صفات الفرد وقدراته والمفاهيم التي يكونها داخله نحو ذاته ونحو الآخرين ونحو البيئة وعن خبراته. كما يرى بأن مفهوم الذات ثابت إلى حد ما ولكن يمكن تعديله وتغييره إذا تطلب الأمر ذلك خاصة عند محاولة تحقيق الذات، فقد يقوم الفرد بتعديله بما يتناسب مع هذا التحقيق (كمال يوسف بلان، 2015، ص268).

2- المفاهيم الأساسية في نظرية الذات:

يوجد مجموعة من المفاهيم الأساسية التي تعتبر حجر الزاوية في نظرية الذات وهي

كالتالي:

- **مفهوم الذات:** وكما عرّفت سابقا هي ذلك الجزء المتمايز من المجال الظاهري، وتتكون من خلال كيفية إدراك وتقييم الفرد لنفسه بشكل شعوري. إنها ذلك الجزء الذي يتميز من المجال الظاهري بسبب الخبرات التي تتضمن كلمات مثل "أنا"، "إني"، "هذا ملكي"، "يخصني" (حلمي المليجي، 2001، ص160).

يقول روجرز: "الذات نمط منظم من المدركات التي تتضمن تلك الأجزاء من المجال الظاهري التي ينظر الفرد لها على أنها ذات" (ورد في: بديع عبد العزيز القشاعلة، 2021، ص71).

- **الكائن العضوي (الحي):** هو الفرد كله، ومن خصائصه أنه يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري حتى يشبع حاجاته، ولديه دافع أساسي واحد وهو أن يحقق ويحافظ ويعزز ذاته. وقد يرمز الكائن الحي إلى خبراته بحيث تصبح شعورية، وقد ينكر الرمز أي ينكر تسميتها، بحيث تظل لاشعورية أو قد يتجاهلها تماما (حلمي المليجي، 2001، ص160).

- **المجال الظاهري:** هو مجموع الخبرة التي يعيها الفرد، وقد يكون المجال الظاهري شعوريا أو لاشعوريا، وذلك حسب تمثيل الخبرات بالرموز أو عدم تسميتها، هذا الواقع الذاتي لا العالم المادي هو الذي يوجه سلوك الفرد (حلمي المليجي، 2001، ص160).

الظواهرية أو الظاهراتية هي أسلوب في علم النفس يركز على الكيفية التي يدرك بها الفرد ويعبر عن ذاته وعالمه. وقد أكد روجرز على أنه يجب على الفرد أن يفهم على أساسه الكيفية التي ينظر بها إلى نفسه والعالم المحيط به، وطبقا للموقف الظاهري الذي طرحه روجرز فإن الفرد يدرك العالم بطريقة متفردة وتشكل هذه المدركات المجال الظاهري للفرد، وهذا يعني أن الفرد يستجيب للبيئة كما يدركها هو.

يشمل المجال الظواهري كل المدركات الشعورية وغير الشعورية، ولكن المحددات الأكثر أهمية للسلوك هي المدركات الشعورية خاصة بالنسبة للأفراد الأسوياء.

حسب روجرز كل فرد له عالمه وواقعه الخاص وأنه لا يمكن فهم هذا العالم الخاص بالفرد إلا بالقدر الذي يسمح به هو، إن محتويات هذا العالم الخاص للفرد هي مجموع خبراته وبالخصوص تلك الخبرات الحاضرة والمباشرة والتي يكون الفرد واعيا بها، وبالرغم من أنه عالم خاص إلا أن روجرز يقول: "نستطيع أن نحاول إدراك هذا العالم كما يبدو للفرد وذلك بالأسلوب العيادي لنرى بعيني ذلك الفرد المعنى النفسي لعالمه، ودلالته كإطار مرجعي له" (ورد في: بديع عبد العزيز القشاعلة، 2021، ص69).

- **السلوك:** حسب نظرية الذات يعتبر السلوك نشاط موجه نحو هدف معين من طرف الفرد لإشباع حاجاته وذلك تبعا لخبراته في مجاله الظاهري، وقد يتفق السلوك مع مفهوم الذات كما قد لا يتفق فيشكل عدم توافق نفسي، مما يستلزم إحداث تغيير ويكون ذلك من خلال تغيير مفهوم الذات أولا وهذا ما يحاول المعالج إحداثه في العلاج المتمركز حول العميل (بوصبيع سلطنة، 2020، ص61)، والذي سنعرضه في الدرس الموالي.

- **الخبرة:** تشكل الخبرة مفهوما مركزيا في نظرية روجرز، فهو يعتبرها الموجه لسلوك الفرد، وهي ذات أهمية بالغة جدا في تشكيل الشخصية، بل ولا يوجد في تشكيل الشخصية حسب روجرز عاملا مهما كعامل الخبرة فهو يقول: "إن الخبرة بالنسبة لي هي السلطة العليا وهي معيار الصدق وتجاري الخاصة" (ورد في: بديع عبد العزيز القشاعلة، 2021، ص71).

إن خبرات الإنسان هي مدركاته الشعورية التي حولها إلى صور رمزية، وهذه المدركات التي تحولت إلى صور رمزية أو قابلة لأن تتحول إلى ذلك هي المحددات الجوهرية لسلوك الفرد السوي.

قد يحصل تشويه في الترميز فتأخذ بعض الخبرات صورا رمزية مشوهة يتصرف الفرد بسببها تصرفا غير مناسب لكنه يحاول عادة التحقق من رموز خبراته بمقابلته للواقع، أي أنه

يُجري عليها اختبار الواقع ليتأكد من مطابقتها للعالم الخارجي (بديع عبد العزيز القشاعلة، 2021، ص72).

هذا وتلعب الخبرات التي يعيشها الفرد دورا مهما في تكوّن فكرة الفرد عن ذاته، فالفرد يعيش خبرات سارة وأخرى غير سارة، وهذه الخبرات تعتبر بمثابة الأساس الذي يتشكل عليه مفهوم الذات، فمثلا إذا كانت الخبرات التي يمر بها الفرد مؤلمة يكون مفهوم الذات سلبيا، وإذا كانت الخبرات سارة ومُرضية كان مفهوم الذات إيجابيا (غالب محمد المشيخي، 2013، ص245).

3- المفاهيم مرتبطة بمفهوم الذات:

يوجد ثلاث مفاهيم ترتبط بمفهوم الذات وهي تتمثل فيما يلي:

- **تحقيق الذات:** حسب روجرز هو الديناميات التي تصف الإنسان من بدايته كطفل حتى الرشد، وهي العمليات التي يتميز من خلالها الفرد عن الآخرين، وتحقيق الذات خطوة لا بد منها حتى يتمكن الفرد من القيام بأي شيء، وهي هدف يسعى إلى تحقيقه سواء كان بشكل واع أو غير واع.

- **إبقاء الذات:** بعد تحقيق الذات إلى أقصى درجة يسعى الفرد إلى الإبقاء على تحقيق الذات هذا في مستوى معين، وقد يسبب ذلك ضغطا وتوترا، وذلك من أجل الحفاظ على ذلك المستوى من تحقيق الذات.

- **تقوية الذات:** بعد أن يقوم الفرد بتحقيق ذاته والإبقاء على المستوى الذي بلغه من تحقيق الذات تظهر لديه الرغبة في تقوية ذاته بحيث يحاول أن يطور وضعه الراهن وأن يتجاوز حدوده (كمال يوسف بلان، 2015، ص268).

4- أبعاد ومكونات مفهوم الذات:

- **الذات الحقيقية:** وهي الذات كما هي في الواقع دون تغيير أو تشويه، وهي مركز مفهوم الذات، وهي تعني ما يكونه الفرد فعلا (ماذا يكون في الحقيقة)، وبصفة عامة يشوه الفرد الواقع بشكل أو بآخر وهذا ما يصعب معرفة الذات الحقيقية.

- **الذات المدركة:** وهي صورة الفرد عن ذاته كما يراها ويدركها هو، تتكون وتتطور من خلال التفاعل مع الآخرين والمحيط، فإذا كان الفرد محبوباً فإنه يرى ذاته كذلك والعكس.

- **الذات الاجتماعية:** وتعني إدراك الفرد لتقييم الآخرين أو أفكار الآخرين كما يتصورونها عن الفرد، فهذا الأخير يحاول أن يعيش في مستوى توقعات الآخرين منه، فقد يتوقع الآخرون من الفرد إنجازاً كبيراً أو ضعيفاً فتتسبب الصراعات الداخلية واضطرابات نفسية عندما تكون هناك فجوة واسعة بين الذات المدركة والذات الاجتماعية.

- **الذات المثالية:** وهي تتمثل في طموحات الفرد والمستويات التي يرغب في الوصول إليها (ما يتمنى أن يعملها الفرد أو ما يتمنى أن يكون عليه)، ويكون الفرد في صحة نفسية عندما لا يكون هناك فجوة واسعة بين الذات المثالية والذات المدركة. كما تمثل الذات المثالية طاقة هامة تستخدم في الإرشاد (العلاج) المتمركز حول الشخص الذي سنشير إليه في الدرس الموالي (غالب محمد المشيخي، 2013، ص 246).

5- نظرية الذات وطبيعة الإنسان:

يرى روجرز أن الإنسان عقلاني، اجتماعي، يتحرك للأمام وواقعي، وهذه النظرة الإيجابية للإنسان تتميز بها المدرسة الإنسانية عموماً والتي يعتبر روجرز أحد مؤسسيها. ولقد تطورت وجهة النظر هذه نحو الإنسان من واقع الخبرة في عملية العلاج النفسي، حيث تظهر أثناء العلاج الانفعالات المضادة للمجتمع وانفعالات الغيرة والعنصرية وغيرها، ولكن هذه ليست انفعالات تلقائية ينبغي ضبطها وإنما هي ردود فعل ناتجة عن إحباط دوافع أكثر أهمية منها وهي دوافع الحب والانتماء والأمن وغيرها.

إن الإنسان بطبيعته متعاون، بناءً ويمكن الوثوق به، وعندما يتحرر من الإندفاعية فإن استجابته تكون إيجابية ومتقدمة إلى الأمام وبناءة، وحينها لا تكون هناك حاجة للانفعال بضبط دوافعه العدوانية والمضادة للمجتمع، لأنها سوف تنظم ذاتها محدثة توازنًا للحاجات في مقابل بعضها البعض، فالحاجة إلى الحب والصداقة على سبيل المثال سوف تتوازن مع أي رد فعل عدواني.

إن للإنسان إمكانية التعايش مع تلك العوامل التي تساهم في عدم توافقه، كما لديه الإمكانية والميل إلى الابتعاد عن حالة عدم التوافق والاقتراب من حالة التوافق النفسي. وهذه الإمكانيات والميل يمكن أن ينطلق في إطار علاقة تتسم بالخصائص التي تتسم بها العلاقة العلاجية. إن الميل نحو التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات وذلك لأن العلاج النفسي يعتبر تحريرا لطاقة موجودة فعلا في الفرد، فهذا الأخير حسب روجرز لديه طاقة يوجه وينظم ويضبط بها ذاته بشرط أن تتوفر شروط معينة، وفي غياب مثل هذه الشروط يصبح الفرد في حاجة إلى أن يكون هناك ضبط وتنظيم من خارجه، وعندما تتاح للفرد ظروفًا معقولة للنمو فإنه سينمي طاقته بشكل بناء تماما (سلطان مفرح السرحاني، 2016، ص5).

6- مفهوم الذات ونمو الشخصية:

وقد اهتمت نظرية الذات بدراسة الشخصية بحيث توصلت إلى أن مفهوم الذات يلعب دورا مهما في تشكيل شخصية وسلوك الفرد، وذلك لأن هذا الأخير يسلك تبعا لما يتناسب ويتسق مع مفهوم الذات لديه. تتكون فكرة الفرد عن ذاته من خلال احتكاكه وتفاعله مع المحيط الاجتماعي الذي تنتمي إليه، وكذا من خلال ردود فعل الآخرين نحو الفرد باعتبارهم مصدر إشباع لحاجاته أو عدم إشباعها ومصدرا للثواب والعقاب، فالطفل يستجيب تبعا لنظرة ولتوقعات والديه، فإذا توقعوا أنه ذكي وناجح سعى ليكون كذلك، وإذا توقعوا أنه فاشل فإنه يستجيب لتوقعاتهما (غالب محمد المشيخي، 2013، ص245).

ويلخص روجرز مفهوم الشخصية من خلال نظرية الذات كما يلي:

- للكائن الحي نزعة واحدة أساسية هي تحقيق الذات وبقائها.
- يعيش الإنسان في عالم دائم التغير.
- الكائن الحي يتفاعل مع مجاله الإدراكي حسب خبراته وأحاسيسه.
- السلوك هو محاولة هادفة للفرد لإشباع حاجاته حسب خبراته في المجال الذي يدركه.
- إن أفضل طريقة لفهم الإنسان هي أن نتظر إليه كما ينظر هو إلى نفسه ويراه.
- إن الفرد لا يتبنى من أنماط السلوك إلا ما يتماشى مع مفهومه لذاته في معظم الأحوال.

- أساليب التنشئة والعوائق البيئية قد تتدخل وتؤدي إلى شعور الإنسان بعدم انسجام سلوكه وتطابقه مع مفهومه لذاته.

- إن من سمات التوافق أن يكون الإنسان منفتحاً على خبراته، ويشعر بتقدير الآخرين له بشكل غير مشروط، وأن يكون مفهومه حول ذاته متوافقاً مع خبراته.

- الإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو الإنسان الواعي بسلوكه والذي يمكنه اختيار استجابات تؤدي إلى تحقيق الأهداف.

- أي خبرة لا تتسق مع بناء الذات تُدرك على أنها تهديد.

- يولد الإنسان ولديه ميل طبيعي لتحقيق ذاته، وهذا الميل هو الذي يوجه سلوكه (كمال يوسف بلان، 2015، ص259).

يرى روجرز أن هناك ثلاث جوانب تحدد نمو الشخصية هي:

- **الحاجة للاعتبار الإيجابي (التقدير الإيجابي) من الآخرين:** حسب روجرز كل الناس لديهم الحاجة إلى الاعتبار والتقدير الإيجابي من طرف الآخرين، وعلى ضوء ذلك يتطور تقديره لذاته، إذ أن مع تطور الوعي بالذات تنمو الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي من طرف الآخرين، وتُشبع هذه الحاجة عندما يدرك الفرد نفسه على أساس يشبع حاجة الغير. والنظرة الإيجابية من جانب شخص آخر لها أهمية اجتماعية ويمكن أن تكون أقوى في تأثيرها من النظرة المنبعثة من داخل الفرد لذاته.

- **نمو وتطور الحاجة للاعتبار الذاتي (التقدير الذاتي):** نتيجة للحاجة للاعتبار الإيجابي من الآخرين تتكون الحاجة للاعتبار الذاتي، حيث ينمي الطفل حاجة النظر لنفسه بشكل إيجابي. ستمج اعتبار الآخرين بشكل إيجابي مع بنية الذات (مفهوم الذات)، ثم بعدها ينبغي على الفرد التصرف تبعاً لهذه الشروط لكي يحدث الاعتبار الذاتي بشكل إيجابي. وحسب روجرز إن الطريقة الوحيدة التي ينظر بها الطفل إلى نفسه نظرة إيجابية هي التصرف تبعاً لقيم الآخرين التي استدمجها في مفهوم الذات.

- نمو شروط أو ظروف الاستحقاق (القيمة): نتيجة لمطالب التقدير الاجتماعي وتقدير الذات ينمو لدى الفرد اعتبار الذات وجدارتها الذي يساعده على مواجهة مواقف الحياة اليومية. يصبح الاعتبار الذاتي انتقائياً عندما يميز الآخرون من ذوي الأهمية في محيط الفرد أن خبرات هذا الفرد أكثر أو أقل استحقاقاً للاعتبار الإيجابي من جانبهم، وكذا الحكم على الخبرة الذاتية للفرد على أنها أكثر أو أقل استحقاقاً للاعتبار الذاتي التي تمثل شرطاً للقيمة. إن شروط القيمة تحدد الظروف التي يعيش الطفل في ظلها الاعتبار الإيجابي، ومن خلال الخبرات المتكررة مع هذه الشروط للقيمة فإنه يدمجها داخلياً حيث يجعلها جزءاً من بنية الذات (سلطان مفرح السرحاني، 2016، ص12).

7- نشأة الاضطراب النفسي حسب نظرية الذات:

تركز نظرية الذات على أن الاضطراب النفسي ينشأ من وجود شروط للقيمة تقف حائلاً بين الفرد وإشباعه لحاجته للاعتبار الإيجابي من جانب الآخرين، مما يضطره إلى إنكار جانب من خبراته ومحاولة إبعادها أو تشويه الواقع، وبذلك لا تضاف الخبرة إلى الذات وينشأ عدم التطابق الذي يعتبره روجرز مرادفاً للاضطراب النفسي والعصاب. يحدث عدم التطابق عندما لا يستخدم الفرد الكائن الموجود بداخله وتقويماته وأحكامه كوسيلة لتحديد ما إذا كانت الخبرات التي يمر بها متسقة مع ميله الفطري لتحقيق الذات. فإذا لم يستخدم نظامه الداخلي في الحكم على خبراته فإنه عندئذٍ يستخدم أحكام الآخرين وقيمهم التي دمجها في نفسه على أنها شروط القيمة، أي أن شروط القيمة تحل محل التقويمات الذاتية التي يقوم بها الكائن الموجود بداخله، مما يؤدي إلى التنافر بين الذات والخبرة، حيث في ظل هذه الشروط فإن ما يؤدي إلى إشباعات حقيقية للفرد يقوم الوعي بتجنبه لأنه لا يتماشى مع شروط القيمة التي دمجها الفرد بداخله (سلطان مفرح السرحاني، 2016، ص15).

إن يتأثر مفهوم الذات بخبرات الفرد وقيم الآباء وأهدافهم وفكرة الفرد عن نفسه، كما أنه إذا أدرك الفرد نفسه أنه يتصرف في مختلف الموقف بما يتلاءم مع صورته عن نفسه

فإنه يشعر بالكفاية والأمن أما إذا شعر بأنه يتصرف خلاف فكرته عن نفسه فيشعر بالتهديد والخوف، لذلك يحاول أن يتخلص من هذا التهديد عن طريق أشكال مختلفة من السلوك الدفاعي وتظهر عليه بوادر سوء التكيف (كمال يوسف بلان، 2015، ص268).

خلاصة:

تعتبر نظرية الذات من أهم وأبرز نظريات المدرسة الإنسانية، والتي ظهرت بجهود كارل روجرز والتي اعتمد عليها بشكل واضح في عملية العلاج النفسي المسمى بالعلاج المتمركز حول العميل الذي سنعرضه فيما يلي.

وتركز هذه النظرية على أن إدراك الفرد لذاته ومحيطه هو عامل مهم مؤثر في تشكيل الشخصية والسلوك وتوجيهه.

تمهيد:

تعتبر المدرسة الإنسانية مدرسة حديثة وثالث أهم مدرسة بعد مدرسة التحليل النفسي والمدرسة السلوكية، والتي ظهرت في منتصف القرن 20م كرد فعل على كل من المدرسة التحليلية والسلوكية، والتي سعت إلى فهم الإنسان ككل دون التركيز على جانب معين فقط، وفيما يلي سنعرض نبذة عن المدرسة الإنسانية وأهم روادها.

1- نبذة عن المدرسة الإنسانية:

تعتبر المدرسة الإنسانية من أهم مدارس علم النفس والتي كان لها الأثر الكبير في فهم الإنسان وسلوكه، برزت هذه المدرسة في خمسينات القرن الماضي، كما أن الأفكار الأساسية للمدرسة الإنسانية تمتد جذورها إلى العلماء والفلاسفة الأوائل كما هو حال معظم مدارس علم النفس. ومن أهم هذه الأفكار الأساسية التأكيد على أهمية الخبرة الشعورية والوحدة بين طبيعة الإنسان وسلوكه، والاعتماد على وجود الإرادة الحرة والمبادأة عند الإنسان، خصائص الإنسان ومميزاته الإيجابية (محمد شحاتة ربيع، 2013، ص287).

وقد ركزت على فهم الإنسان في سياق تطوره الشخصي والذاتي وقيمه الإنسانية التي تؤثر في سلوكه وتفاعله مع المحيط الخارجي، "يركز التيار الإنساني على أهمية وعي الفرد في تفسير وتحديد الواقع، وذلك ككائن له قدرة على اتخاذ مواقف والمبادرة الإيجابية في الحياة" (مصطفى عشوي، 2010، ص48)، أي أنه يركز على قدرات الفرد الإيجابية والنمو الشخصي.

ومن أهم رواد الاتجاه الإنساني نجد كل من أبراهام ماسلو وكارل روجرز.

2- إسهامات أبراهام ماسلو:

يعد عالم النفس الأمريكي أبراهام ماسلو الأب الروحي لعلم النفس الإنساني، بحيث سعى إلى الوصول إلى أقصى فهم لإمكانات الكائن الإنساني، ومن خلال دراساته توصل

إلى نظرية في الشخصية تركز على الواقع للنمو والتطور وتحقيق الذات بكل ما لدى الإنسان من إمكانيات وطاقات (محمد شحاتة ربيع، 2013، ص291).

قدم ماسلو هرمًا يتضمن تدرجًا للحاجات وهو كما يلي:



هرم ماسلو للحاجات

في قاعدة الهرم نجد الحاجات الفيسيولوجية وهي حاجات ضرورية للبقاء على قيد الحياة، ثم تليها الحاجة إلى الأمن ثم الحاجة إلى الحب والإلتواء الاجتماعي وبعدها الحاجة إلى تقدير الذات وفي قمة الهرم نجد تحقيق الذات (مصطفى عشوي، 2010، ص48).

وفيما يلي سنعرض هذه الحاجات بالتفصيل:

- **الحاجات الفيسيولوجية:** وهي حاجات ترتبط بشكل مباشر ببقاء الفرد على قيد الحياة، ويشترك فيها الإنسان والحيوان، وتتمثل في الحاجة إلى الطعام، الشراب، النوم، الإخراج، الجنس، وإذا لم يتم إشباع إحدى هذه الحاجات تبقى مسيطرة على حياة الفرد ولا تهدأ إلا

بإشباعها، وإذا أشبع الإنسان هذا المستوى من الحاجات الفسيولوجية يظهر المستوى الثاني من الحاجات وهي الحاجة إلى الأمن.

- **الحاجة إلى الأمن:** والتي تتمثل في الحاجة إلى الاستقرار والحماية والنظام والتحرر من الخوف والقلق، وعند إشباع هذه الحاجة يشعر الفرد بالأمان والطمأنينة والتحرر من الخوف والخطر.

- **الحاجة إلى الحب والانتماء الاجتماعي:** عندما يتم إشباع الحاجات الفسيولوجية والحاجة إلى الأمن يسعى الإنسان إلى المزيد من خلال طلب الحب والانتماء، فإن لم يشبع ذلك يشعر بالوحدة والانعزال وأنه غير مرغوب فيه.

- **الحاجة إلى التقدير:** بعد إشباع الحاجات الثلاثة السابقة تظهر الحاجة إلى التقدير التي تتطلب الإشباع، ويقصد بها تقديره هو لذاته أو تقدير الآخرين له، ويكون هذا التقدير كنتيجة لمساهمة الفرد في المجتمع الذي ينتمي إليه، أما عدم إشباع هذه الحاجة يؤدي إلى الشعور بالتقصير والضعف.

- **الحاجة إلى تحقيق الذات:** وهي قمة الهرم حيث من خلال إشباعها يحقق الفرد ذاته ويؤكد هويته (Alex Mucchielli, 2006,p24).

وقد أجرى ماسلو دراسة على الأفراد الذين بلغوا تحقيق الذات وتبين أنه توجد خصائص إيجابية يشتركون فيها وهي كالآتي:

- إدراك الواقع من حولهم بوضوح وموضوعية، وهذا الإدراك لا تشوّهه العوامل الذاتية مثل الخوف والقلق.

- تقبلهم لذواتهم وذوات الآخرين كما هي بإيجابياتها وسلبياتها.

- التركيز على حل المشكلات وتأدية العمل بإتقان.

- الرغبة في الاستقلال وعدم الاعتماد على الآخرين.

- التعاطف مع الآخرين.

- الإبتكارية.

- تتميز علاقاتهم مع الآخرين ببعض الخصوصية مثل مصادقة والتفاعل مع من هم مثلهم الذين هم أيضا حققوا ذواتهم.

- يتميزون بالصبر وقوة التحمل وتقبل الآخر (محمد شحاتة ربيع، 2013، ص291).

3- إسهامات كارل روجرز:

لقد ساهم كارل روجرز في تطوير وإثراء الاتجاه الإنساني من خلال تقديم دراسات ونظريات مثل نظرية الذات التي قمنا بعرضها في الدرس السابق، وكذا تقديمه لعلاج نفسي والذي سماه بالعلاج المتمركز حول العميل، كما اهتم بموضوع التعلم.

3-1- وجهة نظر كارل روجرز نحو التعلم:

وقد لخص مصطفى عشوي نتائج أعمال روجرز حول التعلم على النحو التالي:

- التعلم المعرفي: وهو تعلم اختصاص ما.

- التعلم التجريبي: وهو تعلم اختصاص تطبيقي.

وقد أشار روجرز إلى أن كل الأشخاص لديهم قابلية طبيعية للتعلم وعلى المعلم من أجل تسهيل عملية التعلم التقيد بإعداد البيئة المناسبة للتعلم، توضيح أهداف التعلم، تنظيم مصادر التعلم، الموازنة بين التعلم العقلي والوجداني، مشاركة العواطف والأفكار مع المتعلمين (مصطفى عشوي، 2010، ص49).

3-2- العلاج المتمركز حول العميل:

اشتهر روجرز بإسهاماته في العلاج الذي أطلق عليه اسم العلاج المتمركز حول العميل، والذي أكد من خلاله على أهمية جعل العميل يكتشف الخلل وطرق التحسن، وقد شبه ذلك بتعليم الطفل ركوب الدراجة، فعند مساعدة الطفل على تعلم ركوب الدراجة لا يقال له بدقة كيف يفعل ذلك بنفسه، كما لا يمكن منعه من ذلك طوال الوقت، حتى تأتي نقطة ما يجب تركه لينطلق فإذا سقط فليسقط بها، أما إذا أخذ الراشد ذلك على عاتقه فإن لن يتعلم شيئاً (عادل محمد هريدي، 2011، ص252).

حسب روجرز إن حل المشكلات وتحديد أسبابها وكيفية إيجاد الحلول يعتمد بشكل رئيسي على العميل، فهو الذي يضع الحلول لمشكلاته من خلال تركه يتكلم دون مقاطعته والإصغاء إليه بانتباه وتعاطف دون الحكم عليه ولا نقده ودون تقديم أي تفسير (كمال يوسف بلان، 2015، ص259).

3-2-1- أهداف العلاج المتمركز حول العميل:

تتلخص أهداف هذا العلاج في النقاط التالية:

- إعادة تنظيم الذات وتكوين نسق من القيم والمعايير قائم على أساس مشاعر الإنسان وخبراته.
- تشجيع العميل على التعبير عن نفسه دون تحفظ.
- مساعدة العميل على تحقيق الصحة النفسية من خلال فهم مشكلاته وتوجيهه لإيجاد الحلول بنفسه.
- يركز هذا العلاج على إحداث التطابق أو التوافق بين الذات الحقيقية والمدركة والمثالية والاجتماعية الأمر الذي يساهم في تحقيق التوافق النفسي.
- مساعدة العميل على بلوغ النضج بشكل سليم وإزالة العوائق التي تحول دون تحقيق الذات.
- مساعدة العميل على التعايش بشكل إيجابي ومنتج.
- مساعدة العميل على تقبل ذاته والآخرين (كمال يوسف بلان، 2015، ص269).

3-2-2- خصائص العلاج المتمركز حول العميل:

تتمثل خصائص هذا العلاج في:

- العلاج المتمركز حول العميل هو عكس الأسلوب الذي يضع السلطة في يد المعالج وإعطاء النصائح والإرشادات، بل يركز على العميل نفسه من أجل إيصاله إلى حالة من الوعي لمشاكله وفهمها ومنها اتخاذ القرارات.

- يهتم المعالج بحاضر العميل أكثر من اهتمامه بمستقبله ولا يعتمد بالتشخيص ومعرفة الأسباب.

- يعتمد المعالج على ما يقوله العميل عن نفسه، ويرى روجرز أن العميل هو الذي يجب أن يتخذ القرارات وليس المعالج.

- الاختلاف الجوهرى بين هذا العلاج وأساليب العلاج الأخرى هو أن هذا العلاج يضع مسؤولية الإرشاد والتوجيه على العميل.

- يركز هذا العلاج على السلوك الراهن ويحث العميل على مجابهة مدركاته الحالية حول نفسه، فالاضطراب ينشأ نتيجة التهديدات الموجهة إلى صورة الذات.

- هذا العلاج لا يحاول توجيه انتباه العميل إلى مواضيع معينة ولا يحاول أن يربط بين مشاكل العميل وخبراته الطفولية، بل يوجه اهتمامه إلى اتجاهات العميل وسلوكه الحاليين، ولا يهتم معرفة تاريخ الفرد السابق، ولا يرى ضرورة للقاءات الأولى التي هدفها التعرف على العميل.

- تقع مسؤولية حل المشكلات على العميل فهو يحضر للعلاج متى شاء ويتركه متى شاء، والعلاقة بين المعالج والعميل تقوم على الثقة أين يتكلم العميل عن خبراته بحرية دون خوف أو تهديد وعلى المعالج الإصغاء والتقبل (كمال يوسف بلان، 2015، ص272).

4- مبادئ الاتجاه الإنساني:

نشرت الجمعية الأمريكية لعلم النفس الإنساني مجموعة من المبادئ لهذه المدرسة هي كالآتي:

- الاهتمام بخبرات الفرد ومعناها بالنسبة له لأنها تمثل ظاهرة أساسية في دراسة الإنسان.
- التأكيد على أهمية الخصائص الإنسانية المميزة مثل الابتكار وتحقيق الذات في مقابل معارضة اعتبار الإنسان مجرد كائن آلي.
- التأكيد على قيمة الإنسان وكرامته مع الاهتمام بتنمية القوى والإمكانات الموجودة لديه.

- إن فهم طبيعة الإنسان لا يمكن بلوغها من خلال الاعتماد على الدراسات التي أجريت على الحيوان.

- إن موضوعات الدراسة التي تم اختيارها ذات معنى بالنسبة للوجود الإنساني، ولا يمكن اختيار الموضوعات فقط لمجرد صلاحيتها للدراسة العلمية وسهولة التعميم.

- يجب أن يكون هناك استمرارية واتصال بين علم النفس النظري وعلم النفس التطبيقي ومحاولة الفصل بينهما غير مفيد لكليهما (محمد شحاتة ربيع، 2013، ص291).

خلاصة:

إن ما قدمه رواد المدرسة الإنسانية وعلى رأسهم أبراهام ماسلو وكارل روجرز زاد في إثراء الحقل السيكلولوجي، خاصة وأن هذه المدرسة على عكس المدارس الأخرى تولي أهمية للإنسان فتري بأنه بطبيعته مدفوع إلى الخير وأن له دوافع للنمو والارتقاء وتحقيق الذات، وبهذا تكون مهمة المختص في علم النفس هي اكتشاف حقيقة الإنسان ومساعدته على تحقيق ذاته.