



جامعة تكريت

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

المرحلة الثالثة

مادة الارشاد التربوي

عنوان المحاضرة : نظرية الذات

مدرس المادة: م. صباح خلف خضر

## أولاً- نظرية الذات:

تمثل نظرية الذات المحاولة جديدة لتفسير بعض الظواهر وان تصوغ في مفهومات ملاحظات المرء لبعض نواحي السلوك.

إسهامات النظرية في مجال الإرشاد النفسي: أسهمت هذه النظرية في مجال الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، وقد بدأ ذلك واضحاً من خلال البرنامج الذي طرحه كارل روجرز (Carl Rogers) الذي تمثل بالإرشاد غير المباشر. منطلقاً من أساس علمي وهو أن الذات الموجودة داخل الفرد لا يمكن الوصول إليها لمعرفة أسباب السلوك الإنساني إلا من خلال ذات الفرد.

وقد حدد روجرز ذات الإنسان في انها المحرك الأساسي للسلوك، لماذا؟. لأنها تعد حجر الزاوية في بناءك شخصية الفرد.

وتتكون الذات عنده من:

الذات الواقعية : وهي مجموعة القدرات والإمكانات التي تحدد الصورة الحقيقية للفرد.

الذات الاجتماعية: هي مجموعة مدركات وتصورات يحملها الفرد من خلال تعامله مع المجتمع.

الذات المثالية: وهي مجموعة أهداف وتصورات مستقبلية يسعى الفرد للوصول إليها فقد تكون هذه التصورات واقعية وتتألم وقدرات الفرد وقد تكون غير واقعية ولا يمكن الوصول إليها.

من خلال ما تقدم نستطيع أن نحدد دور الذات في مجال الإرشاد والعلاج مع نفسه ومع المحيط الذي يعيش فيه.

١- إما إذا كان هناك تنافر وعدم تطابق بين الذات الثلاث فإن سوء التوافق وعدم الاتزان هو الذي يسود في حياة الإنسان، مما يدفع إلى إيجاد أسلوب أو طريقة قادرة على أن نعيد التوافق داخل الفرد والحاجة هنا ماسه إلى الإرشاد والعلاج النفسي لغرض تحقيق التوافق والانسجام بين الفرد ونفسه

٢- إذا اتفقت الذات الواقعية للفرد مع ذاته الاجتماعية والمثالية فإنه يشعر بتوافق وبينه والمجتمع.

## المجالات التطبيقية لنظرية الذات في الارشاد النفسي:

ان دور المرشد في الجانب التطبيقي لنظرية الذات، هو خلق الظروف الملائمة لجعل الجلسة الارشادية أكثر فاعلية في تغيير سلوك المسترشد.

وهذا يتم من خلال مراعاة المرشد لما يأتي

1-التقدير والاعتبار التام للمسترشد: يعتقد روجز أن المرشد يستحيل عليه ان يمارس الإرشاد المتمركز حول المسترشد مالم يستطيع ان يشعر المسترشد عن طريق المقابلة الارشادية بأهميته وتقديره واحترامه ويقدر وصول المرشد لذلك يحقق النجاح في مهمته. وجوهر العملية هو النفاذ الى الاطار المرجعي الداخلي للفرد بحيث يدركه بأكبر قدر ممكن من الدقة والكمال. ثم يعود فيغذي المسترشد بمدركاته التي توصل إليها. أي أن المرشد يكون ذاتا ثانية للمسترشد، مما يسمح للمسترشد بان يرى ويفحص اتجاهاته ومشاعره ومدركاته كما لو كانت تنتمي الى شخص اخر غيره، وبذلك يتمكن المرشد ايضا من ان ينظر الى المسترشد نظرة موضوعية خالصة من تعقيدات الانفعال. ويفترض ان المسترشد متى ما ادرك هذه العناصر مطمئناً لا يحيطه التهديد أو الخطر، ودون تعرضه لأدائه أو الملام فسرعان ما سيرحب بهذه المشاعر ويدمجها في بناء الذات.

2- القاء المسؤولية التامة على المسترشد: بما ان المسترشد هو الذي يأتي الى الارشاد فان المسؤولية في حل مشكلته تقع على عاتقه، ومن الواجب على المرشد ان يوضح هذا الموقف منذ بداية الجلسة الارشادية وان عملية نجاح الوصول بالمسترشد الى حل مشكلته انما يخرج من خلال المسترشد نفسه.

3- التركيز على الفرد نفسه لا على مشكلته من الامور التي تطرحها نظرية الذات في الجانب العملي والتطبيقي هي ان نهتم بالفرد لا بمشكلته لان هذه النظرية تعتقد ان أي جانب من جوانب السلوك مهما كان فان مصدره هو السلوك العام أي ان الطبيعة الكلية للسلوك هي التي تحرك أي جزء من السلوك.

4- التركيز على المحتوى الانفعالي للسلوك : يركز الارشاد المتمركز حول المسترشد على الموقف الحالي ويتعد عن التشخيص، كما يركز على العناصر الانفعالية في العلاقة الإرشادية أكثر من تركيزه على العناصر الذهنية أو المعرفية. فقد يعرف المسترشد عقليا أو ذهنيا على حقيقته ولكنه بسبب استجاباته

الانفعالية لا يستطيع الإفادة من تلك المعرفة في تغيير سلوكه. ولذلك فإن المرشد يحاول مساعدة المسترشد بان يجعله يركز على مشاعره الذاتية تجاه نفسه وتجاه الآخرين وتجاه الأحداث التي حوله.

أهداف الإرشاد في نظرية الذات :

ان الهدف الاساسي للإرشاد في ضوء نظرية الذات هو مساعدة المسترشد للوصول الى معرفة ذاته ومحاولت صياغة هذه الذات عن طريق ازالة العقبات التي تعترضه. واذ استطاع المسترشد من معرفة ذاته يستطيع ان يتحرر من السلوك المتعلم وغير المنسجم مع ذاته ومع مجتمعه، والذي يؤدي الى اعاقه ميوله الفطرية تجاه تحقيق الذات.

ولذلك فانه يستطيع تحقيق ذلك من خلال خلق الظروف الملائمة التي تساهم في تكوين وتنظيم سلوكه الايجابي المقبول اجتماعياً. وان تدخل المرشد في وضع الاهداف لمساعدة المسترشد سيعوق تحقيق العملية الطبيعية الأساسية له.

ان الذي صاغ هذه النظرية واولاها الكثير من الاهتمام وبنا من خلالها العلاقة من الارشاد كارل روجز (Car Rogers) من خلال عمله كمعالج استطاع ان يمزج بين تجربته الشخصية وتأثير بعض النظريات على الشخصية والعلاج وفي بداية حياته عمل في معهد توجيه الاطفال وفي هذا المعهد كانت بداية عمله كمعالج وبدا بتجاربه هناك، وفي سنة (١٩٤٠) تحول من عمله في الجلسات العلاجية الى ادارة جامعة ولايه اوهايو وهنا استطاع ان يختبر بتجاربه من خلال عمله مع الاخرين في النظرية والعلاج وفي سنة (١٩٥٥) كتب من خلال افكاره تجاربه كمعالج.

روجز بنى نظريته الشخصية حول ثلاثة اسس مقومه، الكائن الحي الظاهري والذات .

-الكائن الحي : هو الفرد بأفكاره وسلوكه وتكوينه الفيزياوي. المجال الظاهري: فهو كل تجارب الفرد وكل ما يكون التعبير فيه من تجارب العالم الخارجي .

الذات: فانها تميز جزءا من المجال الظاهري وهي سلسلة خاصة من المدركات والقيم حول الشخص.

اما اهم شيء عند روجز بالنسبة للشخصية فهي (مفهوم الذات). فهو اساس الشخصية والذات نمت خارج اطار تفاعل الكائن الحي مع المحيط، كما انها مع قيم الآخرين وهي قد تدمر بعض هذه القيم. ونظرية روجز بالشخصية، هي نتاج استمرار التفاعل بين الفرد ومجاله الظاهري والذات. والشخصية غير مستقرة وانما هي مستمرة بالتغير وفي نظريته ان كل فرد يأتي الى العالم ومعه الحوافز الموروثة. خطوات الارشاد النفسي على وفق نظرية الذات هي كالآتي :

1- اعتبار المسترشد كفرد وليس مشكلة فعلى المرشد التربوي فهم اتجاهاته وأثرها على مشكلته من خلال ترك المسترشد يعبر عن مشكلته بحرية حتى يتحرر من التوتر الانفعالي الداخلي.

2-مرحلة الاستطلاع والاستكشاف يمكن التعرف على الصعوبات التي تعيق المسترشد وتسبب له القلق والضيق، والتعرف على جوانب القوة لديه لتقويمها والجوانب السلبية من خلال الجلسات الإرشادية ومقابلة ولي أمره أو اخوته ومدرسية وأصدقائه وأقاربه. وتهدف هذه المرحلة إلى مساعدة المسترشد على فهم شخصيته واستغلال الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه كما يريد .

3- مرحلة التوضيح وتحقيق القيم وفي هذه المرحلة يزيد وعي المسترشد ويزيد فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانه لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد والتي يمكن معها إزالة التوتر الموجود لدى المسترشد .

4- المكافأة وتعزيز الاستجابات تعتمد على توضيح المرشد مدى تقدم المسترشد في الاتجاه الإيجابي وتأكيد له بأن ذلك يمثل خطوة أولية في التغلب على الاضطرابات الانفعالية.