



المدرسة الظواهرية: نشأتها ورواد نظرياتها في الذات

The Phenomenological School: Its Origins and the Pioneers of Its Self-Theories

شرقي حورية

المعهد الوطني للبحث في التربية، الجزائر

cherguihouro@gmail.com

تاريخ النشر: 2024/06/30

تاريخ القبول: 2024 /06/01

تاريخ الاستلام: 2024/05/29

الملخص:

الملخص يهدف هذا المقال إلى تقديم قراءة نظرية لمفهوم الذات وتقدير الذات كما تناولتهما المدرسة الظواهرية في علم النفس، باعتبارها اتجاها فلسفيا ونفسيا يركز على التجربة الذاتية للفرد وفعاليته في مواجهة مشكلاته. واعتمد المقال المنهج الوصفي التحليلي في مراجعة أبرز النظريات المفسرة للذات، وهي نظرية كارل روجرز في الذات والعلاج المتمركز حول العميل، ونظرية روزنبرغ في تقدير الذات، ونظرية كوبر سميث، إضافة إلى نظرية ماسلو لسلم الحاجات وعلاقتها بتحقيق الذات. وقد توصل المقال إلى أن هذه النظريات، على تعددها واختلاف زوايا معالجتها، تتفق على محورية مفهوم الذات في تفسير السلوك الإنساني وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

الكلمات المفتاحية: المدرسة الظواهرية؛ الذات؛ مفهوم الذات؛ تقدير الذات؛ تحقيق الذات.

Abstract:

This article offers a theoretical review of the concepts of self and self-esteem as addressed by the phenomenological school in psychology, a philosophical and psychological orientation centered on the individual's subjective experience and capacity to face their own problems. Using a descriptive-analytical approach, the article reviews the main theories explaining the self, namely Carl Rogers' self theory and client-centered therapy, Rosenberg's theory of self-esteem, Coopersmith's theory, and Maslow's hierarchy of needs in relation to self-actualization. The article concludes that, despite their diversity and differing perspectives, these theories converge in placing the self-concept at the center of explaining human behavior and achieving psychological adjustment and mental health.

Keywords: Phenomenological school; Self; Self-concept; Self-esteem; Self-actualization.

مقدمة

إن المدرسة الظواهرية اتجه فلسفي يهتم بدراسة الظواهر كما هي في الواقع، وقد أسسها إدموند هوسرل ثم تلاه عدة علماء آخرين، وقد نبع علم النفس الظاهري من هذه المدرسة، فقد اهتم بدراسة وعي الأفراد وفهم أسباب السلوك، كما أكد على فهم الفرد للحياة والذات واعتماده على نفسه من أجل تحقيق الصحة النفسية والشخصية السوية.

وتركز هذه المدرسة على فعالية الفرد في حل مشكلاته واتخاذ قراراته، فهي تهتم بمفهوم الذات وتطويرها، ومن رواد هذه المدرسة كارل روجرز وماسلو وغيرهما، وفي هذا البحث أردنا التطرق إلى بعض نظرياتها وفروضها. وإذا كانت هذه المدرسة قد أفرزت عدة نظريات في تفسير الذات ومفهومها وتقديرها، فإن ذلك يقودنا إلى طرح التساؤل العام التالي: كيف تناولت نظريات المدرسة الظواهرية مفهوم الذات وتقدير الذات، وما أوجه الالتقاء والاختلاف بينها في تفسير نمو الشخصية وتحقيق التوافق النفسي لدى الفرد؟

نظرة عن المدرسة الظواهرية:

شهد علم النفس الظاهري ميلاد الكثير من تيارات الفكر، ومن بين هذه التيارات نذكر في أوروبا: لينغ (Laing)، كوهلر (Kohler)، ليفين (Lewin)، ميرلوبونتي (Ponty-Merleau)، وفي الولايات المتحدة الأمريكية: ليفين (Lewin)، كارل روجرز (C. Rogers)، بيرلز (Perls)، ماسلو (Maslow).

وقد تكوّن علم النفس الظاهري شيئاً فشيئاً انطلاقاً من فلسفة هوسرل (Husserl)، ليصبح مقارنة علاجية مؤسسة ومبنية على بعض المبادئ الظواهرية، ومن بين هذه المبادئ نذكر:

- التمرکز حول التجربة الذاتية كما هي معاشة وبدون ربط منهجي، بمعنى أن السلوك أو وضعية الشخص لا يمكن أن تُفهم إلا في إطارها الداخلي المرجعي وعالمه الذاتي، أي أن نرى ونشعر بالأشياء كما هي مرئية ومشعور بها.

- المبدأ الثاني: أن ندرس السلوك الإنساني متزامنا مع كل أشكاله، ما دام يمثل أو يشكل كلا منظما ومنهجيا مندمجا.

- كذلك من المبدأ الأساسي وضع كرامة وقيمة الإنسان في مركز المداخلة أو ردّ الفعل. (بن مجاهد، بدون سنة)

1. نظريات المدرسة الظواهرية :

1-2. نظرية كارل روجرز :

اهتم روجرز منذ سنة 1947 بدراسة الشخصية والدوافع الأساسية التي تؤثر في سلوك الفرد، والدافع الذي يحرك الإنسان في تصور روجرز هو دافع تأكيد الذات، وغالبا ما يصطدم ويتصارع مع حاجات إنسانية أخرى، كالحاجة إلى نيل قبول الآخرين ورضاهم، أو الحاجة إلى تكوين صورة إيجابية للذات لدى الشخص نفسه أو عند الآخرين. يقول كارل روجرز:

- إن السلوك والظواهر النفسية لا يمكن فهمها إلا إذا نظرنا للإنسان على أنه كل موحد.

- لا نستطيع أن نفهم السلوك إلا في ضوء المجال السلوكي الذي يحتويه. هناك فرق بين الخصائص الطبيعية للموقف (أي الموقف كما هو في الواقع) وبين الخصائص أو الصفات الظاهرية له، حيث يتبين الموقف كما ندركه. (بن مجاهد، بدون سنة)

1-1-2. تصورات نظرية كارل روجرز:

• تصورات نظرية كارل روجرز:

تتميز الذات الظاهرية أو المدركة كجزء ينفصل تدريجيا من المجال الإدراكي الكلي، منذ أن يأخذ الطفل في تمييز ذاته الجسمية كشيء بارز عن الآخرين في محيط بيئته، ويبدأ في إدراك أن بعض الأشياء تخصه هو (أفعال وممتلكات مادية...) وبعضها يخص الآخرين، ومن ثم يشرع في الإحساس بذاته وبناء تصور خاص عن نفسه في علاقاته ببيئته والمحيطين به، سواء أكان هذا

التصور إيجابيا أو سلبيا، واقعيًا أم غير واقعي؛ لذا تُعد الذات بمثابة النواة للشخصية التي تنتظم من حولها كل مشاعر الفرد وأفكاره وتقييماته وكل ما يدخل في مجال حياته أو يمت إلى هذا المجال بصلة. يمكن القول إن للذات أربعة أبعاد هي:

1-الذات الحقيقية: وهي تعني ما يكونه الفرد في الحقيقة فعلا، وقد يكتشفها كل منا أو يقترب منها بقدر ما.

2-الذات المدركة: وهي ما يعتقد المرء أنه هو نفسه، وذلك في ضوء تقييمه وإدراكه لها من خلال تفاعلاته مع الآخرين والبيئة التي يعيش فيها، وقد تكون الذات المدركة واقعية أو غير واقعية.

3-الذات الاجتماعية: وهي صورة المرء عن نفسه كما يعتقد أنها موجودة لدى الآخرين ممن يعيش معهم، وهي تتشكل من إدراكاته لكيف يفكرون فيه ويتوقعون منه.

4-الذات المثالية: تصور الذات كما يتمنى المرء أن يحققه ويحب أن يكونه. نمو الشخصية: يرى روجرز أن الطفل يولد مزودا بدافع فطري لتحقيق ذاته، وأنه خلال تفاعله مع ما يحيط به ينزع إلى تقييم ما يتعرض له من خبرات على ضوء ما إذا كانت محققة أو غير محققة لذاته، فيقبل على الخبرات الإيجابية ويعرض عن السلبية، وتحقق الذات بداية من خلال إشباع الاحتياجات الأولية (الكيفية)، ثم ينمو الوعي بالذات ويتميز مفهومها كشيء مستقر يوجه السلوك، وتظهر معه احتياجات جديدة مكتسبة تكون أكثر إلحاحا من عملية التقييم وهي:

الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي: يتمثل في الحصول على تقدير الآخرين، خاصة ممن لهم أهمية في حياته، ويتم عندما يدرك الفرد أن عملية الإشباع ذاتها متبادلة، بمعنى أنه ذاته مُشبع لحاجة شخص آخر.

الحاجة إلى اعتبار الذات: تنشأ هذه الحاجة (التقدير) نتيجة لخبرات الطفل بإشباع أو إحباط حاجته إلى الاعتبار الإيجابي من الآخرين، فإذا ما اكتسب الطفل تقديرا معيناً من الآخرين استدمجه في ذاته، ثم نجده يتصرف بالكيفية نفسها تبعاً لقيم الآخرين وأحكامهم عنه ليمارس تقدير الذات.

2-1-2. تعريف العلاج المتمركز على العميل:

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

يعني العلاج النفسي عند الإنسانين مساعدة العميل أو المسترشد على النمو النفسي السوي، ومحاولة إحداث التطابق بين الذات الواقعية والذات المدركة (الذات عند الفرد كما يدركها هو) ومفهوم الذات للفرد كما يدركها الآخرون فيه. ويعني أيضاً أن الإرشاد يركز على محاولة تغيير ذات الفرد 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.

وتنتهي طريقة العلاج المتمركز على العميل للمدرسة الظواهرية والمدرسة الإنسانية في علم النفس، وهي تركز على استبصار الفرد بذاته وبالخبرات التي شوّهها أو حرّفها أو أنكرها في محاولة لإدماجها أو التقريب بينها (أي بين ذات الفرد وخبراته)، مما يعطي الفرصة لنمو الشخصية، أو كما يقول روجرز، للسيروية نحو ذات جديدة. (العامري، 2000)

3-1-2. فرضيات النظرية:

قدم روجرز مجموعة من الافتراضات تمثل مجتمعة نظرية متكاملة بالنسبة للشخص والسلوك، حيث تحاول هذه النظرية تفسير الظواهر المعروفة سابقا وكذلك الحقائق الخاصة بالشخصية والسلوك. وتتضمن هذه الافتراضات ما يلي:

- إن كل فرد يوجد في عالم من الخبرات المتغيرة هو مركزه، وأن هذا العالم المتغير هو المجال الظاهري، وإن هذا العالم في معظمه لا شعوري، وجزءا صغيرا منه هو الذي يدركه الفرد شعوريا، غير أن هذه الخبرات اللاشعورية يمكن أن تصبح شعورية عند الحاجة، حيث أنها توجد في اللاشعور. هذا العالم الخاص من الخبرة لا يمكن أن يُعرف إلا للفرد نفسه، وإن المعالج يمكنه التعرف على هذا العالم إلا من خلال الفرد نفسه، ولكن قد لا يكون لدى الفرد القدرة على هذه المعرفة، ويكون المعالج هنا هو المساعد لتنمية هذه القدرة لدى العميل، وبناء على ذلك يكون الشخص أفضل مصدر للمعلومات عن خبراته وعما يوجد في عالمه الخاص.
- يستجيب الفرد للمجال الظاهري ككل منظم، بمعنى أن الفرد يستجيب للمجال بطريقة جشطالتيّة، أي يرفض فكرة تجزئة المجال.
- نزعة أساسية هي تحقيق وإبقاء وتقوية الفرد الذي يعيش الخبرة، فالفرد نظام واحد ديناميكي، ويُعد الباعث الواحد فيه تفسيرا كافيا للسلوك بأكمله.
- سلوك الفرد في أساسه محاولة موجهة نحو هدف، والهدف هو إشباع الحاجات التي يختبرها الفرد في مجاله كما يدركه.
- كل سلوك موجّه يصدر عن الفرد يصاحبه انفعال يسهّل له مهمته، وتختلف شدة الانفعال طبقا لما يحمله الموقف من أهمية بالنسبة للفرد.

- إن أفضل محاولة لفهم السلوك تكون من خلال الإطار المرجعي الداخلي للفرد نفسه، والذي يفصح عنه في اتجاهاته.
- تتمايز الذات من المجال الإدراكي الكلي، والذات هي مجموع الخبرات التي تُنسب جميعها إلى شيء واحد هو الأنا.
- نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة، ومع آراء الآخرين المستمرة تجاه الفرد، يتكون مفهوم الذات، وهو نمط تصوري منظم، مرن ولكن متسق، من إدراكات وعلاقات إلى (أنا) أو ضمير المتكلم، مع القيم التي ترتبط بهذه المفاهيم.
- تشكل القيم المرتبطة بالخبرة المباشرة بالبيئة، والقيم التي يستخدمها الفرد عن الآخرين، جزءاً من بناء الذات.
- تتحول خبرات الفرد التي تحدث له في حياته إلى: أ/ صورة رمزية تُدرك وتُنظَّم في علاقة ما مع الذات. ب/ يتجاهلها الفرد حيث لا تُدرك لها علاقة ببناء الذات. ج/ يُحال بينها وبين الوصول إلى صورة رمزية. بمعنى أن الإدراك انتقائي، ويتحدد هذا الانتقاء بمحك أساسي هو مدى اتساق الخبرة مع صورة الذات لدى الفرد أثناء عملية الإدراك.
- اتساق الذات: تتسق معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن ذاته.
- قد يصدر سلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل إلى مستوى التعبير الرمزي، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بناء الذات.
- ينشأ سوء التوافق النفسي حين يمنع الفرد عدداً من خبراته الحسية والحشوية ذات الدلالة من بلوغ الشعور.
- يتوفر التوافق النفسي عندما يصبح مفهوم الذات في وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والحشوية للفرد بأن تصبح في مستوى رمزي وعلى علاقة ثابتة ومتسعة مع مفهوم الذات.

- تدرك الخبرات التي لا تتسق ومفهوم الذات كتهديد، وتقيم الذات دفاعاتها ضد الخبرات المهددة عن طريق إنكارها على الشعور.
- في ظل ظروف معينة يمكن مراجعة بناء الذات بشكل يسمح بتمثيل الخبرات التي لا تتسق مع مفهوم الذات وجعلها متضمنة في بناء الذات.
- عندما يدرك الشخص ويتقبل في جهاز متسق ومتكامل كل خبراته الحسية والحشوية، فإنه يصبح بالضرورة أكثر تفهما للآخرين وأكثر تقبلا لهم كأشخاص منفصلين.
- ولكي يتحقق للفرد توافق متكامل وصحي، لا بد له أن يقيّم خبراته باستمرار حتى يحدد ما إذا كانت هناك ضرورة لإحداث تعديل في بناء القيم. (العامري، 2000)

4-1-2. مكونات نظرية الذات:

مكونات رئيسية في نظرية الذات لكارل روجرز هي: الذات، مفهوم الذات، الخبرة، الفرد، السلوك، المجال الظاهري.

الذات: تمثل الذات قلب نظرية روجرز، ومفهوم الذات قديم قدم الحضارة المصرية، وقد مر مفهوم "الذات" بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ، واقتبسه المفكرون اليونانيون مثل أفلاطون وسقراط وأرسطو، ثم احتضنه المفكرون العرب مثل العلامة ابن سينا في القرن العاشر والعالم الفيلسوف أبو حامد الغزالي، في القرن الحادي عشر وقد ذكر القرآن الكريم: النفس الملهمة، والنفس اللوامة، والنفس البصيرة، والنفس المطمئنة، والنفس الأمارة بالسوء. يقول الغزالي: "إن الوجوه الأربع الأولى للنفس البشرية حميدة، أما الأخيرة فهي غير محمودة".

وقد ذكر ابن سينا (970-1037) مفهوم الذات على أنه الصورة المعرفية للنفس البشرية، وتكلم من جاء بعده من المفكرين عن مفهوم الذات متذبذبين بين الروح Soul تارة وبين الذات Self تارة أخرى، مثل جون لوك (1632-1692)

1704)، وجورج بيركلي Berkeley (1685-1753)، وهيوم Hume (1740)، وتوماس براون Brown (1778-1820)، وجيمس ميل Mill (1829)، وكانط Kant (1838). وفي العقد الأخير من القرن التاسع عشر فقط بدأ المفهوم القديم للذات يحتل مكانه الصحيح في علم النفس كمفهوم نفسي خلال كتابات ويليام جيمس James (1890).

ومنذ بداية القرن العشرين أخذت معظم النظريات النفسية تتبنى مفهوم الذات Self أو "الأنا" ego كمفهومين هامين في دراسة الشخصية والتوافق النفسي، ولكنها اختلفت حول طبيعة الذات وبنيتها وتركيبها وأبعادها ووظائفها، وحتى حول تعريفها.

وقد وجد علماء النفس في النصف الأول من القرن العشرين أنه لا يمكن الكتابة في علم النفس دون الاهتمام بالذات، ومنذ العقد الرابع من هذا القرن أخذت الذات مكانها الطبيعي في دراسات علم النفس، وأصبح مفهوم الذات ذا أهمية بالغة ويحتل مكان القلب في الإرشاد والعلاج النفسي، وقد كثرت الدراسات وظهر ما يسمى بـ"سيكولوجية الذات".

مفهوم الذات: تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية وللتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة لأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية أو الخارجية.

وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو: مفهوم "الذات المدركة" concept-perceived self، والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين: "مفهوم الذات الاجتماعي" concept-Social self.

والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون: مفهوم الذات المثالي concept-Ideal self.

الخبرة: يمر الفرد في حياته بخبرات كثيرة، والخبرة هي موقف يعيشه الفرد في زمان ومكان معين، ويتفاعل الفرد معها وينفعل بها، يؤثر فيها ويتأثر بها، والخبرة متغيرة، ويحول الفرد خبراته إلى رموز يدركها ويقيّمها في ضوء مفهوم الذات وفي ضوء المعايير الاجتماعية، أو يتجاهلها (على أنها لا علاقة لها ببنية الذات) أو ينكرها أو يشوّهها (إذا كانت غير متطابقة مع بنية الذات).

والخبرات التي تتفق وتتطابق مع مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى الراحة والخلو من التوتر وإلى التوافق النفسي، والخبرات التي لا تتفق مع الذات ومفهوم الذات والتي تتعارض مع المعايير الاجتماعية يدركها الفرد على أنها تهديد ويضفي عليها قيمة سالبة، وعندما تُدرك الخبرة على هذا النحو تؤدي إلى التهديد والإحباط.

ومركز الذات، والقلق، وسوء التوافق النفسي، وتنشيط وسائل الدفاع النفسي التي تعمل على تشويه المدركات والإدراك غير الدقيق للواقع.

الفرد: قد يرمز الفرد أو يتجاهل أو ينكر خبراته المهددة فتصبح شعورية أو لا شعورية، والفرد لديه دافع أساسي لتأكيد وتحقيق ذاته، ويتفاعل مع "واقعه" في إطار ميله لتحقيق ذاته، ولديه حاجة أساسية (رغم أنها متعلمة) للتقدير الموجب (ويشمل الحب والاحترام والتعاطف والقبول من جانب الآخرين).

وأحسن طريقة لإحداث التغير في السلوك هي أولاً إحداث التغير في مفهوم الذات، وهذا ما يحاول المرشد إحداثه في طريقة الإرشاد المتمركز حول العميل Client Centred، وبعبارة أخرى المتمركز حول الذات Centred-Self.

السلوك: نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد لتحقيق وإشباع حاجاته كما يختبرها في المجال الظاهري كما يدركه، ويتفق معظم السلوك مع

مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية، وبعضه لا يتفق مع بنية الذات والمعايير الاجتماعية، وعندما يحدث تعارض هنا يحدث عدم التوافق النفسي، ويمكن تغيير السلوك وتعديله (تبني السلوك أو إنكاره) ويصحبه الانفعال ويسهله. وقد يحدث السلوك نتيجة للخبرات والحاجات العضوية التي لم تأخذ صورة رمزية لكونها غير مقبولة، ومثل هذا السلوك قد يكون غير متطابق مع بنية الذات ومفهوم الذات، وفي هذه الحالة قد يتنصل الفرد منه، وهذا يؤدي إلى التوتر وسوء التوافق النفسي.

المجال الظاهري: يوجد الفرد في وسط ظاهري ومجال شعوري، ويسلك الفرد ككل في المجال الظاهري كما يدركه ويختبره، والمجال الظاهري هو عالم الخبرة المتغير باستمرار، وهو كل الخبرات أو مجموعها، وهو عالم شخصي ذاتي يتضمن المدركات الشعورية للفرد في بيئته، فمثلا قد يدرك مريض الفصام الهذائي أن كل من حوله يتقوّلون عليه، وهذا قد يكون صحيحا أو غير صحيح على الإطلاق، ولكن بالنسبة له يُعد واقعا وحقيقة تحدد استجاباته وسلوكه. (واكد ، بدون سنة)

2-2. نظرية روزنبرغ (1965):

قامت هذه النظرية حول دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، وانصب اهتمام روزنبرغ (Rosenberg, 1965) بتقييم المراهقين لذواتهم، وطوّر من دراسته بعد ذلك بحيث شملت تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة، واهتم بتوضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي، كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات.

واعتبر روزنبرغ أن مفهوم تقدير الذات يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وأن الفرد يكون اتجاهها نحو الموضوعات التي يتعامل معها، وأن الذات هي أحد هذه

الموضوعات، إلا أنه أدرك أن اتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى. (العيطوي، 2006)

ووضع روزنبرغ للذات ثلاثة تصنيفات هي:

1-الذات الحالية أو الموجودة: وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها.

2-الذات المرغوبة: وهي الذات التي يجب أن يكون عليها الفرد.

3-الذات المقدّمة: وهي صورة الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين، ويسلّط روزنبرغ الضوء على العوامل الاجتماعية، فلا أحد يستطيع أن يضع تقديرا لذاته والإحساس بقيمتها إلا من خلال الآخرين، ويعد روزنبرغ تقدير الذات اتجاه الفرد نحو نفسه لأنها تمثل موضوعا يتعامل معه، ويكون نحوها اتجاهها، وهذا الاتجاه نحو الذات يختلف من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى. (عبد الأمير، 2011)

3-2. نظرية كوبر سميث (1967):

استخلص كوبر سميث نظريته لتفسير تقدير الذات من خلال دراسته لتقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية، حيث ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، ولذا فعلينا ألا نتقيد بمنهج واحد ومدخل معين لدراسته، بل علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم، ويؤكد أيضا بشدة أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية. فضلا عن ذلك، يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كلا من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: (التعبير الذاتي) وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها، و(التعبير

السلوكي) ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية. (عبد الأمير، 2011)

ميّز كوبر سميث بين نوعين من التقدير: تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة، وتقدير الذات الدفاعي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. ويذهب كوبر سميث إلى أنه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية وأصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات من الأطفال، فإن هناك ثلاث حالات من حالات الرعاية الوالدية لها دور هام في نمو تقدير الذات وهي:

- تقبّل الأطفال من جانب الآباء.

- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء.

- احترام مبادرة الأطفال وحرّيتهم في التعبير من جانب الآباء.

(العيطوي، 2006)

4-2. نظرية ماسلو للحاجات:

يرى ماسلو أن تحقيق الذات لا يكون عاما بين البشر، وأن كثيرا من الأشخاص لا يصلون إلى مستوى تحقيق الهوية نتيجة لعدد من الأسباب، منها أنها أقل الحاجات إلحاحا، فالحاجات الأخرى أكثر تهديدا لوجود الفرد، ولذا فإن الفرد قد يسعى إلى إشباعها قبل هذه الحاجة التي تقع في الهرم حيث لا يصلها إلا بعد إشباع الحاجات الأخرى السابقة عليها، كما أن تحقيق الذات يتطلب إدراكا عنها وتقديرا واقعيّا لها، وهذا ما يخيف كثيرا من البشر ويتجاهلونه، هذا إضافة إلى أن البيئة الاجتماعية والثقافية يمكن أن تعيق تحقيق الأفراد لذواتهم بما

تفرضه من معايير، إذ قد يتطلب تحقيق الذات كسرا لبعض هذه المعايير وقيادة للفرد من داخله أكثر منه من خلال هذه المعايير، كما أن تحقيق الذات، والذي يرتبط بالنمو ويُفترض أن يصله الفرد قبل الحاجات الأساسية، يصبح مهددا لبعض الحاجات، فقد يصبح تحقيق الذات مهددا لحاجات الأمن وربما غيرها من الحاجات. (العسيري، 2004)

وفي ظل افتراضات نظرية ماسلو، لدى الفرد خمس مجموعات من الحاجات، وتظل الحاجة غير المشبعة هي المتحركة في السلوك، أي أنها تؤثر في سلوك الفرد، في حين لا تؤثر الحاجة المشبعة في سلوكه، وبالتالي ينتهي دورها في عملية الحفز. وبناء على ذلك لا بد من إشباع المستوى الأدنى قبل أن يصبح بالإمكان إشباع المستوى الأعلى، وحاجات الفرد مرتبة ترتيبا تصاعديا على شكل سلم أو هرم، تحتل قاعدته الحاجات الفسيولوجية، تعلوها حاجات الأمن، فالحاجات الاجتماعية، فحاجات التقدير والاحترام الذاتي، فحاجات تحقيق الذات. ونورد فيما يلي شرحا موجزا لكل حاجة من هذه الحاجات.

1-4-2. سلم الحاجات:

(أ) الحاجة الجسمية أو الفسيولوجية Physiological Needs:

لا تختلف باختلاف المجتمعات، كما أن الأفراد جميعا يتساوون في الشعور بها مهما اختلفت الأعمار والثقافات، وهي أهم الحاجات الإنسانية لأنها مرتبطة بضروريات البقاء على قيد الحياة، وتشمل المأكل والملبس والمأوى والنوم والراحة والهواء، كما تشمل الحاجة إلى الزواج للمحافظة على بقاء النوع. والوسيلة الرئيسة التي يمكن للمنظمة أن تشبع بها الحاجات الفسيولوجية للعاملين لديها هي النقود سواء أكانت في شكل رواتب وأجور أو مكافآت. وسيكون الإنسان الذي تنقصه الضروريات الأساسية للحياة مدفوعا بالحاجات الفسيولوجية بصفة أساسية، ويبدى اهتماما قليلا بالحاجات الأخرى، وستتجه أفكاره وجهوده لإشباع حاجات البقاء.

ووفقا لنظرية ماسلو، فإن الحاجات الفسيولوجية تأخذ مكان الصدارة في إلحاحها على الفرد حتى يصل إشباعها إلى درجة مناسبة، ولهذا تعتبر هذه الحاجات دافعا قويا للعمل. وعندما تصل الحاجات الفسيولوجية إلى درجة معقولة من الإشباع، تأخذ في الهبوط في أهميتها، وترتفع حاجة أخرى لتحتل مكان الصدارة لدى الفرد لإشباعها، ومن ثم تأخذ حاجة الأمن والسلامة بالارتفاع في أهميتها، وتأخذ المكانة الأولى نحو الإشباع، وهكذا.

ب) حاجات الأمن والسلامة Safety and Security Needs:

يمكن التعبير عن حاجات الأمن والسلامة في صورة الرغبة في الحصول على وظيفة تتميز بالاستقرار، أو في سعي الفرد لحماية نفسه من الأخطار التي يتعرض لها، أو الحماية من الأذى الجسدي مثل الحريق أو الحوادث وأخطار التهديد، والحرمان من الأمن الاقتصادي. فالتأمينات المختلفة ضد الحوادث والمرض والشيخوخة والتأمين على الحياة ونحوها تمثل عناصر إشباع لحاجات الأمن الاقتصادية، وثمة نوع آخر من حاجات الأمن، وهو الذي يتعلق بتفضيل الفرد الحياة في بيئة مستقرة نسبيا يستطيع التنبؤ بها في المستقبل، كما يتعلق بسعي الإنسان لضمان عمل دائم، ودخل يمكنه من مواجهة التزاماته في الحياة هو وأفراد الأسرة الذين يعولهم.

ج) الحاجات الاجتماعية Social Needs:

عندما يتغلب الفرد بشكل مستمر على الجوع، وعندما يشعر بقدر كاف من الأمن، تصبح الحاجات الاجتماعية هي المسيطرة. وتتعلق هذه الحاجات برغبة الفرد في أن يشعر بالانتماء للآخرين، وبقبول الآخرين له، وأن يبادلوه الحب والاحترام، أي أن الفرد يريد أن يشعر بأنه مطلوب وأن الآخرين يحتاجون إليه.

وتنبع حاجة الإنسان إلى الانتماء من حقيقة كونه كائنا اجتماعيا، لا يستطيع أن يعيش في عزلة عن المجتمع الذي يعيش أو يعمل فيه، ويعتمد الإنسان في إشباع حاجاته الاجتماعية على الآخرين مثل الأصدقاء والزملاء وجماعات العمل.

وبكلمات أخرى، تشتمل الحاجات الاجتماعية على الحاجة إلى التفاعل مع الآخرين وتكوين علاقات وصدقات عمل، والحاجة إلى تقديم العون والمساعدة للآخرين، والحاجة إلى الانتماء لجماعة عمل معينة.

(د) حاجات التقدير والاحترام الذاتي Esteem Needs-Self:

لهذه الحاجات شقان: يتعلق الأول بالاعتداد بالنفس، ويشمل ذلك الثقة بالنفس واحترامها والجدارة والاستقلال، ويقود إشباع هذه الحاجات إلى شعور الفرد بالمقدرة والقوة، وبأنه مفيد وضروري في هذا العالم. ويتعلق الشق الآخر بحاجته إلى الشعور باعتراف الآخرين به. وليس ثمة شك أن الحاجات المرتبطة بالشق الأول ليست كافية إذا لم يتم تدعيمها بحاجات الشق الآخر، فاعتداد الفرد بنفسه ليس كافيا إذا لم يُدعم بإظهار الآخرين له أنه مهم فعلا. ويمكن أن تتمثل حاجات التقدير والاحترام في: الدافع إلى الحصول على تقدير الآخرين وثقتهم، والدافع إلى المشاركة في وضع وتطوير نظم وأساليب العمل، والدافع إلى الحصول على مكانة مناسبة بين الآخرين.

(هـ) حاجات تحقيق الذات Actualization Needs-Self:

بعد أن يشبع الإنسان الحاجات السابقة، تصبح أهم حاجة يسعى إلى إشباعها هي مجموعة حاجات تحقيق الذات. ويعني تحقيق الذات رغبة الفرد في تحقيق أهدافه وطموحاته، وأن يصبح أكثر تميزا عن غيره من الأفراد، وأن يصبح قادرا على فعل أي شيء يستطيعه بنو الإنسان. وبالتالي يمكن التعبير عن هذه

الحاجات بالحاجات الخلاقة؛ إنها حاجة الطبيب ليصبح أفضل الأطباء، والموظف ليصبح أفضل الموظفين، وهكذا.

وتتمثل هذه الحاجات في: الحاجة إلى استغلال المواهب والقدرات الخاصة، والحاجة إلى الإبداع والتعبير عن الذات في أداء العمل، والحاجة إلى النمو والتقدم في العمل، والحاجة إلى تحمل مسؤولية اتخاذ القرارات، والحاجة إلى شعور الفرد بأهمية دوره وما يقوم به من عمل في المنظمة.

2-4-2. فروض نظرية ماسلو:

تقوم نظرية سلم الحاجات لماسلو على الفروض الأساسية الآتية:

- 1- يخضع إشباع الحاجات الإنسانية لأولية تعبر عن مدى إلحاحية الحاجة، فالحاجات الفسيولوجية تهيء أولاً في أولوية الإشباع، تليها حاجات الأمن، فالحاجات الاجتماعية، فحاجات التقدير والاحترام الذاتي، فحاجات تحقيق الذات، ويتجه سلوك الفرد إلى إشباع الحاجات الأكثر أهمية وهي الحاجات الدنيا (الفسيولوجية) في سلم الحاجات، ثم ينتقل إلى الحاجات التي تليها في الأهمية (حاجات الأمن)، وهكذا يتم التدرج في سلم الحاجات.
- 2- إشباع الفرد لمجموعة معينة من الحاجات يترتب عليه بروز وإثارة مجموعة الحاجات التالية لها في الأولوية.

- 3- لا تقوم الحاجة المشبعة بتحريك السلوك، فالسلوك تنشطه الحاجة غير المشبعة.

- 4- عندما يتجه سعي الفرد لإشباع حاجة في مستوى أعلى، فهذا يعني أن الحاجات الدنيا مشبعة لديه نسبياً.

- 5- يؤدي النقص في إشباع حاجة تقع في مجموعة أدنى، بعد أن كانت مشبعة نسبياً، إلى تحويل اهتمام وسلوك الفرد نحو إشباع الحاجات التي تعلوها لمواجهة النقص المفاجئ في إشباع تلك الحاجة.

6-تتوقف سعادة ورضا الفرد على مستوى إشباعه للحاجات، وكلما تدهور مستوى الإشباع تدهورت الصحة النفسية للفرد. (أبو شيخة، 2007)

الخاتمة:

إن المدرسة الإنسانية هي عبارة عن دمج للفلسفة الوجودية والظواهرية، ولهذا فإن المدرسة الظواهرية مشتركة في مبادئها مع المدرسة الإنسانية، فقد اهتمت بكيان الفرد وأكدت على قدرة الفرد على مواجهة مشاكله واضطراباته بنفسه.

ومن خلال استعراض نظريات الذات التي تبنتها هذه المدرسة، يتضح أنها، على تعدد رؤاها وأسسها، تلتقي جميعها عند فكرة جوهرية واحدة: أن الذات هي المحور الذي تدور حوله شخصية الفرد وسلوكه وتوافقه النفسي. فبينما ركز كارل روجرز على التطابق بين الذات الواقعية والذات المدركة كشرط للصحة النفسية، اهتم روزنبرغ بالبعد الاجتماعي لتقدير الذات ونشأته داخل الأسرة، في حين ميز كوبر سميث بين تقدير الذات الحقيقي والدفاعي مبرزاً دور أساليب التنشئة الوالدية. أما ماسلو فقد أدرج تحقيق الذات ضمن سلم متدرج من الحاجات، معتبراً إياه أسعى ما يسعى إليه الفرد بعد إشباع حاجاته الأساسية. وبذلك يمكن القول إن هذه النظريات، رغم اختلاف زوايا معالجتها، تتقاطع في نقطتين أساسيتين: الأولى أن الفرد فاعل في بناء ذاته وليس مجرد متلقٍ سلبي للخبرة، والثانية أن التوافق النفسي مرهون بمدى الانسجام بين الذات كما يعيشها الفرد وكما يدركها ويقيمها. وهذا ما يفتح المجال أمام دراسات مستقبلية لتناول هذه النظريات ضمن مقاربات تطبيقية ميدانية لاكتشاف إمكانية توظيفها في مجالات الإرشاد والعلاج النفسي.

قائمة المراجع:

ضيف الله سليمان العيطوي. 2006. أثر نمط التنشئة الأسرية في تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة تبوك. رسالة ماجستير. جامعة مؤتة.

عبير بنت محمد حسن العسيري. 2003-2004. علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي والعام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. رسالة ماجستير. المملكة العربية السعودية.

فاطمة الزهراء بن مجاهد. بدون سنة. مساهمة في دراسة بعض سمات شخصية الطفل المعتدى عليه جسدياً بالتكرار من طرف أقرانه. رسالة ماجستير. جامعة منتوري، قسنطينة.

منى محمد الصالح علي العامري. 2000. دراسة فعالية الإرشاد النفسي العقلاني الانفعالي والعلاج المتمركز على العميل في علاج بعض حالات الإدمان بين الطلاب. رسالة دكتوراه. معهد دراسات والبحوث التربوية، القاهرة.

نادر أحمد أبو شيخة. 2007. الدوافع وفقاً لنظرية سلم الحاجات لإبراهيم ماسلو كما يراها العاملون في شركات الأدوية الأردنية. مجلة المنارة. المجلد 13. العدد 2.

نصر حسين عبد الأمير. 2011. تقدير الذات وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة. مجلة علوم التربية الرياضية. المجلد 4. العدد 3. ص 305-306.

واكد رايح. بدون سنة. مبادئ ونظريات التوجيه والإرشاد النفسي. محاضرات. جامعة المدية.