

تحقيق الذات من وجهة نظر علماء النفس

الأستاذة: خنيف خديجة

أستاذة محاضرة صنف - ب - تخصص: علوم التربية

المركز الجامعي: مرسللي عبد الله - تيبازة -

الملخص:

إن بتعدد الحاجات و تسلسلها، و ترتيبها، حسب قوة شدتها، ينتقل الفرد من السعي إلى تحقيق الأمن والاستقرار و الحماية، ثم يلي ذلك حاجاته إلى الحب و الانتماء ليصل إلى السعي إلى إرضاء الحاجة إلى التقدير، سواء تقديره لنفسه، أو تقدير الآخرين له. ليصل إلى قمة الهرم في ترتيب الحاجات حسب ماسلو، وهي الحاجة إلى تحقيق الذات التي تعتبر قمة الارضاءات الإنسانية حيث يؤكد الفرد ذاته و يحقق هويته.

و من خلال هذا المقال نحاول عرض تحقيق الذات من وجهة نظر علماء النفس، و التطرق إلى العوامل التي تساعد الفرد سواء في تشكيل و تكوين الذات، أو تعمل على مساعدته في تحقيق ذاته.

الكلمات المفتاحية: تحقيق الذات، علماء النفس

Abstract

The multiplicity and sequence of needs, and their order, according to their strength, moves from the pursuit of security, stability and protection, followed by the needs of love and belonging to the quest to satisfy the need for appreciation, whether self-esteem, or the appreciation of others. To reach the top of the pyramid in the order of needs according to Maslow, which is the need for self-fulfillment which is the peak of human satisfaction where the individual asserts himself and achieves his identity. Through this article we try to present self-realization from psychologists point view, and to find the factors that help the individual to compose himself, or to help him to achieve it.

Keywords: self-realization, psychologists

مقدمة

إن تقدم أي أمة و تطورها يبرز من خلال نجاح أبنائها في الميادين المختلفة العلمية، و المهنية و غيرها، و يتوقف ذلك على نوعية نظامها التربوي و ما يوفره من وسائل التكفل بالمتعلم و الاهتمام به و بجميع جوانب شخصيته الفكرية، و الجسدية و النفسية و التربوية. و لا شك أن القوى البشرية التي تتلقى العناية الكافية عبر جميع مراحلها العمرية، هي أساس تقدم الشعوب و الأمم و إشباع الحاجات النفسية و الاجتماعية و الفيزيولوجية يؤدي إلى زيادة الفرد في العطاء و يكون بذلك إنتاج الأمة أكثر جدوى و فعالية. و لكي يصل الفرد إلى هذا المستوى من النضج، و الفعالية يتوجب على المنظومة التربوية تسخير كل هياكلها و برامجها خدمة لاحتياجات المتعلم، و تعتبر عملية الإرشاد و التوجيه في المجال المدرسي، خدمة نفسية و تربوية، و جزء هام من المنظومة التربوية، تسعى بدورها إلى مساعدة المتعلم على فهم ذاته و قدراته، وإمكانياته و البيئة المحيطة به، و توظيفها في تحقيق أهدافه بما يوافق هذه الإمكانيات (الذاتية و البيئية) (حمود ناصر، 2012)

و بتعدد الحاجات و تسلسلها، و ترتيبها، حسب قوة شدتها، ينتقل الفرد من السعي إلى الأمنو الاستقرار و الحماية ثم يلي ذلك حاجاته إلى الحب و الانتماء ليصل إلى السعي إلى إرضاء الحاجة إلى التقدير، سواء تقديره لنفسه أو تقدير الآخرين له. ليصل إلى قمة الهرم في ترتيب الحاجات حسب ماسلو إلى الحاجة إلى تحقيق الذات التي تعتبر قمة الارضاءات الإنسانية حيث يؤكد الفرد ذاته ويحقق هويته. (ربيع، 2009).

و من خلال هذا المقال نحاول بعد التطرق إلى تقديم تعريف شامل لمعنى الذات، و كذا مفهوم تحقيق الذات، و ما هي العوامل التي تساعد سواء في تشكيل و تكوين الذات، أو العوامل التي تعمل على مساعدة الفرد على تحقيق ذاته.

لنصل إلى وجهة نظر علماء النفس في تحقيق الذات مع عرض بعض النظريات في الإرشاد و التوجيه، التي تعمل على مساعدة الفرد من خلال برامجها الإرشادية إلى تحقيقه لذاته.

1. تعريف تحقيق الذات.

للتوجيه و الإرشاد التربوي أهدافا متعددة يسعى من خلال برامج الإرشادية إلى تحقيقها في حياة الأفراد والجماعات و هذه الأهداف قد تكون أهدافا هامة يسعى الجميع إلى بلوغها، و قد تكون أهدافا خاصة، تتعلق بالفرد نفسه و ما يتميز به من إمكانيات، و قدرات و ميول ورغبات. و هي بمثابة مثير يجعله يسعى إلى تحقيقها لبلوغ الرضا النفسي والاجتماعي. و تحقيق الذات يعتبره الباحثون و رواد الإرشاد و التوجيه من بين أهم الأهداف، التي يسعى كل من الفرد و البرامج الإرشادية إلى بلوغه، و قبل التطرق إلى المقاربة النظرية لمفهوم تحقيق الذات، ينبغي في البداية معرفة ماهية الذات، التي تعتبر حجر الأساس في الشخصية، وظيفتها الأساسية هي السعي لتكامل و انساق الشخصية.(الظاهر، 2004).

أ. تعريف الذات.

الذات هي ماهية الفرد، و هي تنمو نتيجة النضج، و التعلم، و تفاعلها مع البيئة (عبد الهادي، العزة، 2004) ويعرفها الطواب (1982)، أنها الصورة التي يراها الإنسان عن نفسه، و كما أن علم النفس الحديث استطاع أن يدرس السلوك الإنساني، كذلك استطاع أن يفسره، إذ بدأ مفهوم الذات يتضح ماهيته، و يصبح أكثر وضوحا و فهما من قبل الشخص لذاته ولآخرين (السليمي، 2014).

* ويرتبط مفهوم الذات بعوامل كثيرة كالوراثة، و الذكاء و الوعي و الإدراك و اللغة، والوالدين، و التنشئة الاجتماعية و جماعة الأقران، و المعلمين و المربين، و لهذه العوامل لكل منها دور في نمو مفهوم الذات و تبلوره ولكن تختلف أهميتها حسب تأثيرها (السليمي، 2014).

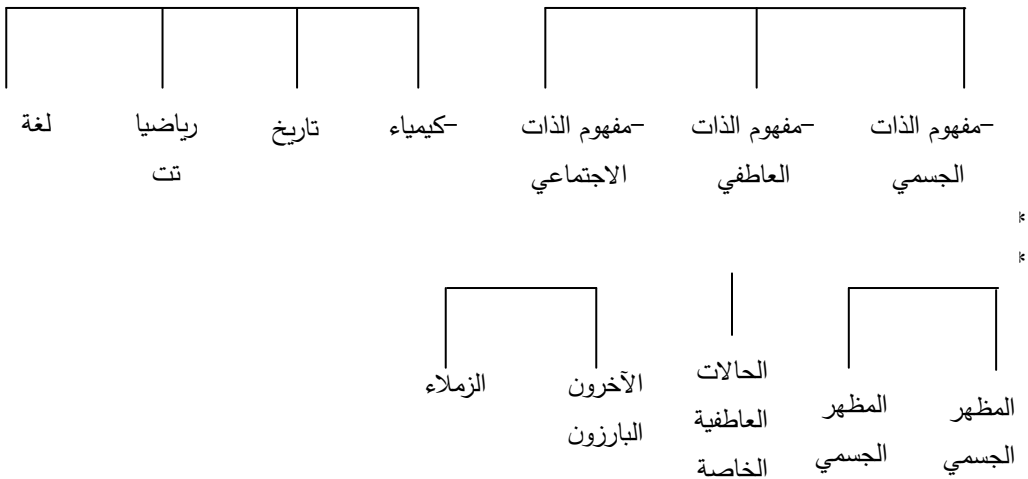
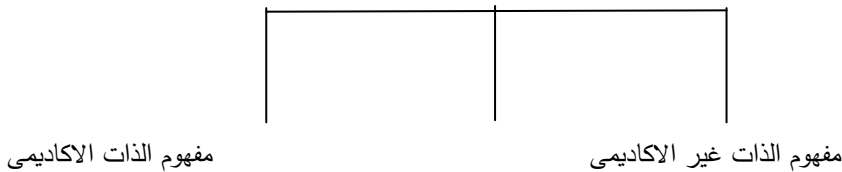
* ونجد من أقدم وجهات النظر لمفهوم الذات، تلك التي تعتبر الذات أحادية البعد، و التي نجد لها تأييد و تقبل من طرف العديد من الدارسين مثل روزنبرك، Rosenberg, 1979. * كما نجد البعض يرى أن مفهوم الذات، نموذجا هرميا و هذا ما جاء به شافلسون وزملاؤه 1979.

فلاقت هذه الفكرة تقبل و تأييد العديد من الدارسين و في هذا الإطار أن المفاهيم المتعددة الجوانب يمكن أن تشكل هرما، قمته مفهوم الذات، و قاعدته خبرات الفرد في المواقف الخاصة.

و الشكل الموالي يوضح ذلك :

شكل يبين أبعاد مفهوم الذات

مفهوم الذات العام



كما نجد تصنيف آخر لمفهوم الذات يتبناه واين و ماكس، (Byrne, 1984)، إذ يعتبر مفهوم الذات نموذجا تعويضيا و هذا النموذج، يتفق مع النموذج الهرمي التصنيفي في تأييده لفكرة

وجود العامل العام لمفهوم الذات، ويرى هذا النموذج أن التدني في أحد جوانب مفهوم الذات يقابله تعويض في جانب آخر، و قد لاحظ واين و ماكس أن من يدرك نفسه أنه في مستوى أقل نجاحا في المستوى الأكاديمي، يميل لإدراك نفسه و كأنه في مستوى أكثر نجاحا في الجوانب الجسمية و الاجتماعية و من يدرك نفسه متوقفا في الجوانب الجسمية و الاجتماعية يميل لإدراك نفسه أقل توقفا في الجانب الأكاديمي.

و هذا ما يؤيد الفرضية القائلة بأن إدراك الذات بالفشل و عدم الرضا في جانب ما يرافقه إدراك الذات بالنجاح والرضا في جانب آخر (الظاهر، 2004).

و عليه، فإن معظم الباحثين، يؤيدون بضعف الاعتقاد بأن مفهوم الذات أحادي الجانب، و قد يكون النموذج الهرمي أكثر تحقيقا لمفهوم الذات، و ذلك لأن مفهوم الذات يزداد و يتسع نتيجة للعمر، و للنضج و التعلم و هذا لا يعني أن نرفض النموذج التعويضي، لأن الفرد قد يحتاج إلى تعويض حالة الفشل و الإخفاء في جانب ما، ليلحق نجاحا في جانب آخر أقرر على تحقيقه نتيجة للسمات التي تتلاءم مع ذلك الجانب، لكي يحقق التوازن الذي هو إحدى وظائف مفهوم الذات

كما لا يمكن الفصل بين الفروع التي تشكل مفهوم الذات سواء التصنيف الذي اعتمد على (الجوانب الجسمية والعقلية و الانفعالية و الاجتماعية) أو الأكاديمي و غير الأكاديمي، إذ أن كل منهما يؤثر في الآخر بدرجات متفاوتة، و هي جميعا تنصب في مفهوم الذات العام، و يشير حسين (2012) إلى أن مفهوم الذات يتضمن لدى الفرد أبعادا و مكونات مختلفة منها الذات المدركة أو الواقعية، من حيث ما هي عليه في الواقع، و الذات المثالية و هي الصورة التي يود الفرد أنم يكون عليها، و الذات الاجتماعية التي تعكس علاقة الفرد بالآخرين في مجتمعه، و الذات العقلية و الانفعالية التي تعكس صورة الفرد عن قدراته و إمكانياته العقلية وكذلك مشاعره و انفعالاته في سياق تفاعله مع الآخرين.

و من كل هذه التعريفات لمفهوم الذات يمكن أن نضيف ما ذكره زهران في تعريفه لمفهوم الذات "هي الشعور والوعي بكيونة الفرد، و تنمو الذات و تتفصل تدريجيا من المجال الإدراكي، و تتكون بنية الذات كنتيجة للتفاعل مع البيئة و تستمل الذات المدركة، الذات

الاجتماعية و الذات المثالية، و قد تمتص قيم الآخرين و يسعى إلى التوافق والثبات و تنمو نتيجة للنضج و التعلم" (زهران.ح، 1984: 291)

ثم إن لدى الفرد ميل فطري لتحقيق الذات، و هو الذي يوجه سلوكه. و تنمو الشخصية منذ مراحل الطفولة و تكون ذات الطفل منحصرة في الجانب العضوي الفيزيولوجي فيحقق الطفل ذاته من خلال إشباع حاجاته العضوية كالطعام و الشراب و التخلص من الألم، و مع نموه و ملاسته لخبرات الحياة و يتميز جزء من هذه الخبرات ليكون الذات، وهناك حاجتان في تكوين الذات و هما: الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي من الآخرين، و الحاجة إلى الاعتبار الذاتي، ويرتبط بهما شروط الأهمية (عبد الله، 2012)

ب. تعريف تحقيق الذات:

تحقيق الذات هو حاجة الفرد للتعبير عن ذاته بصورة مباشرة أو غير مباشرة، والوصول إلى أقصى ما يمكن تحقيقه من إمكانيات و قدرات بقصد إشباع حاجاته، و إعادة حالة الاتزان التي تساعده في استخدام تلك الإمكانيات و القدرات في خدمة الفرد و المجتمع و القيام بأدواره ومسؤولياته وواجباته المعتادة (السباعوي، 2010)، .

و يمكن أن نستند في تعريف مفهوم الذات لكل من رواد المدرسة الإنسانية و نظرية الذات كارل روجرز و أبرهام ماسلوا.

ب.1 تحقيق الذات حسب روجرز:

يعتبر كارل روجرز من السيكولوجيين المعاصرين و قد طور نظرية في الذات النفسية التي تؤكد أن لدى الشخص ميلا لتحقيق الذات ليحافظ على نفسه و يعمل على تحسينها وهذا الميل داخلي في طبيعة الإنسان (الزويد، 2008).

و حسب كارل روجرز فإن فهم الطفل يكون إلى في ضوء الإطار المرجعي الداخلي للطفل نفسه، فإذا وضع الطفل في موقف جديد و أدركه بأنه مخيف، فلن يغير من الأمر شيئا أن يكون الموقف في حقيقة غير باعته على الخوف، فالمهم هو إدراك الطفل للموقف، فهذا هو عالمه الفعلي و يقيم الطفل خبراته على محك فيما إذا كانت تفي أولا تفي بالحاجة إلى تحقيق الذات، و الخبرات التي تقبل تأخذ قيمة سالبة، و الخبرات التي تنجح تأخذ قيمة موجبة.

فلا تكن القيم ثابتة أو جامدة، بل هناك عملية مستمرة لترميز الخبرات و القيام بتقييمات، بناء على الإشباع التي توفره تلك الخبرات ذات القيمة الإيجابية و يتجنب الخبرات ذات القيمة السلبية، و حينما يتفاعل الفرد مع البيئة وبصورة خاصة مع الذين يمثلون له أهمية خاصة، فإن هذا الوعي، بخبرات الذات يتحول إلى تصوّر للذات، و تستمر شخصيته الطفل بالنمو حول إتباع حاجة تحقيق الذات، و ذلك عن طريق التقييم، و عندما ينمو الوعي بالذات تنمو معه، الحاجة القوية و الشاملة للحصول على التقدير الإيجابي من الآخرين، و على هذا الأساس يبدأ بحب نفسه أو كراهيته لها، على أساس تقويم الآخرين له، فإن الحاجة إلى اعتبار الذات تتسبب في امتصاص الذات لقيم الآخرين.

" فالإنسان يولد و لديه دافعية قوية، لاستغلال و إمكانياته الكامنة و تحقيق ذاته وليسلك بطريقة تتوافق مع هذه الذات، و قد يحتاج الإنسان إلى إنسان آخر، يظهر تفهما ويبدى تعاطفا كاملين لكي يساعده على استنباط هذه الإمكانيات الكامنة و استغلالها لكي يحقق ذاته" (Rogers, 1951 : 451).

ومن هنا فان الفرد يولد و هو مزود بطاقة، تجعل من سلوكه وسيلة، لاستغلال تلك الطاقة في تحقيق حاجاته المختلفة و بناء على خبراته المكتسبة من خلال عملية التعلم والتثنية الاجتماعية، فهو يظل بحاجة إلى العملية الإرشادية، التي تساعده على التعرف على ذاته وما تكتنزه من قدرات، و مهارات، و ميول و رغبات فتحقيق الذات كما أشار روجرز هو ميل يولد مع الطفل و ينمو معه، و يزداد قوة كلما زادت حاجاته و امتد في مراحل نموه.

و في بحثنا هذا، نحاول استغلال الفهم الجيد لمكونات الذات، و نأخذ من تحقيق الذات كهدف للعملية الإرشادية ودافع يسعى التلميذ باستمرار لتحقيقه، لنعرف نوعية الخدمات والوسائل التي من شأنها أن تعطي للتلميذ الفرصة وإمكانية بلوغ هدفه و تحقيق ذاته سواء على المستوى النظري أو الميداني من البحث.

ب.2 مفهوم الذات حسب ماسلو:

يرى العالم النفسي الأمريكي أبرهام ماسلو، أن الإنسان تعمل بداخله قوة توجهه نحو وحدة الشخصية، و نحو التعبيرية و التلقائية، و التفردية و الهوية و إدراك الحقيقة بدلا من العماء،

و نحو أن يكون الشخص مبتكرا، و أن يكون إنسانا فاضلا، تلك الأشكال من تحقيق الذات تتضمن القيم النبيلة، و الصفاء، و العطف، و الأمانة، و الحب والإيثار، و الصلاح" بل ويذهب ماسلو أيضا أن الابتكار مظهر من مظاهر تحقيق الذات و أسلوب من أساليب التعبير عن تحقيق الذات، (ستوستروم، 1986) .

كما يرى ماسلو فتحقيق الذات عملية صيرورة في اتجاه النمو، فيها يكون الإنسان في حالة من السعي في تحقيق غايات إنسانية بناءة، و تحقيق الذات عملية خبرية فيها يخبر الشخص نفسه على أساس من تعاضم الإحساس بالذات، و بالإدراك الواعي للآخرين و للمجتمع، وبالتقدير الذاتي، و بالنمو الذاتي، و تحقيق الذات توجه متنامي يقوم على التكامل و الاتساق بين نشاط الشخص و أفعاله و بين دوافعه و قدراته و مهاراته و على حسن توظيف قدراته ومهاراته و خبراته، و على أساس من القيمة الإنسانية الناضجة، و بهذا يكون توجه الشخص في الحياة على أساس الاستقلالية و الايجابية و الإنتاجية و الابتكارية و من استمرار النمو والتقدم و هنا يمكن تفسير لماذا يعتبر "ماسلو" تحقيق الذات "قمة الخبرة" للإنسان و تلك الغاية الإنسانية القصوى وفقا لما يقرره ماسلو (السباعوي، 2010).

إذن فحسب العالم النفسي ماسلو فان الإنسان يولد و هو محفز لتحقيق احتياجات أساسية في شكل هرمي، بدأ بالحاجات الفيزيولوجية، كالجوع والعطش، مروراً باحتياجات الأمن والسلامة، ثم احتياجات الانتماء و التقبل من المجموعة، وصولاً إلى احتياجات اعتبار و احترام الذات. و بعد تحقيق كل هذه الحاجات بعمل الإنسان إلى تحقيق ذاته ليصل أسمى مراحل الاكتفاء الذاتي و السلام مع نفسه.

ويرى ماسلو في (طيبيل و آخرون، 2008) أن الإخفاق في تحقيق الحاجات يقود إلى عدم التكيف و الأمراض النفسية، و هو الأساس المشترك لعدد كبير من المشكلات السلوكية في المجتمع.

وهذا ما جعلنا نهتم بالموضوع، لنعرف إذا كان تفسيرنا لبعض الحالات النفسية السلوكية عند الطلبة الجامعيين يعود إلى عدم تمكنهم من تحقيق ذاتهم بشكل جيد، و هل الإجراءات القبول و التوجيه التي رافقتهم طيلة مسارهم الدراسي تأثير على ذلك.

2. عوامل تكوين الذات.

يتدخل في عملية تكوين الذات لدى الفرد عوامل عدة نذكر أهمها:

2-1- التأثيرات الأسرية: و يقصد بها الخبرات الأسرية للفرد حيث تأخذ الأسرة قطب السباق في تأثيرها على تكوين الذات لدى الفرد، و ذلك من حيث تشكيل الملامح الأساسية لما سيكون عليه الطفل، كما تعد العلاقات الأسرية من أكثر العوامل تأثيرًا في تشكيل الفروق في مكونات الشخصية.

و لقد قام روزنبرج Rosenberg بدراسة ينيويورك أثر العلاقة بين الوالدين و الأبناء في بناء شخصية المراهقين واتجاهاتهم، و مدى تحقيقهم لذاتهم و توصلت هذه الدراسة أن الفرد الذي لم يحقق ذاته اتصف بالانفرادية، و القلق والاكتئاب و الحساسية من انتقادات الآخرين، بينها الفرد الذي حقق ذاته كان يتصف بالأنشطة الاجتماعية، و الثقة بالآخرين و القيادية في مجموعته و نتج كل ذلك على نوعية العلاقة الأبوية بالأبناء. (Bowpby, 1973).

2-2- التأثيرات الجسمية: أي أثر صورة الجسم على بناء مفاهيم معينة عن الذات، فالعيوب الجسمية أوالعاهات على سبيل المثال تنمي مشاعر النقص و تحول دون إمكانية القيام ببعض الأعمال، إذا أخذ الفرد من هذه الصورة جانب سلبي عن ذاته و قد يكون ذلك بتأثير من الوسط العائلي أو الاجتماعي الذي يعيش فيه.

2-3- الخبرات المدرسية: فخبرات النجاح و الفشل تنمي مفاهيم معينة عن الذات فللمدرسة دور هام في تنشئة الطفل و ذلك لفاعليتها في تنمية الجوانب العقلية و الجسمية و الاجتماعية و الانفعالية له، و أظهرت دراسات متعددة وجود علاقة واضحة بين أسلوب تعامل المعلم مع الطالب و مفهوم الذات أيضا العوامل التي تؤثر على مفهوم الذات هي مدى مراعات المناهج الدراسية و عملية الإرشاد و التوجيه فرصة تكافؤ الفرص بين التلاميذ، و كذا العمل على أساس الفروق الفردية، و مراعاة الميول و الاهتمامات و قدرات الفرد، و ماعدته على تحقيق النجاح و بالتالي تحقيق ذاته.

فهناك دراسة أجويت من طرف مارش و باركر و سميث (Marsh, Parker et Smith)، هدفها معرفة العلاقة بين مفهوم الذات لدى التلاميذ و تقدير المعلم لمفهوم التلميذ عن ذاته، و قدرات

التلميذ الأكاديمية إذ أظهرت النتائج وجود ارتباط جوهري لمفهوم الذات الأكاديمي بالتحصيل الأكاديمي، وبتقدير المعلم لمفهوم الذات لدى التلميذ في المجالات و الأبعاد غير الأكاديمية لمفهوم الذات. (Marsh, Parker et Smith,1983)

فالعلاقة الايجابية بين المتعلم و الطاقم التربوي، و كذا فعاليتيه المناهج والعملية الإرشادية تنعكس بشكل إيجابي على التعلم و العكس صحيح.

2-4- الاتصال بالأقران.

أي نظرة الأقران للفرد و تقديرهم له، يحدد إلى حدٍ ما فكرته عن ذاته فهذه التقويمات العاكسة إذا كانت مقبولة فإنها تؤدي إلى استحسان الفرد لنفسه و إذا كانت غير مقبولة فانه ينتقص من نفسه و هناك من أصناف عوامل أخرى مثل الذكاء و مستوى الطموح و المركز الاجتماعي و الاقتصادي للفرد (عرفات، 2009).

3- عوامل تحقيق الذات.

هناك عدة عوامل تساعد الفرد عامة و المتعلم خاصة و الذي هو محور دراستنا هذه، على تحقيق ذاته و يمكن ذكر أهمها.

3-1- الوعي الذاتي: ينبغي على المتعلم أن يعي بالقصور الذي قد يخلق لديه صعوبة في تحقيق ذاته، سواء على المستوى الشخصي، الأسري، أو الاجتماعي أو غيره، حتى يتمكن من تشخيصه و الاستفادة من الخدمات الإرشادية لتعديله أو القضاء عليه تماما، و ذلك من شأنه أن يجلب نوع من الراحة و التوازن و الاستقرار و يدفع المتعلم إلى الاستمرارية في تحقيقه لذاته.

3-2- المراقبة الذاتية: بعد وعي الشخصي بذاته، ينبغي عليه مراقبتها و مراقبة التغيرات التي تحدث له، علما بأن العادات تمارس بصورة آلية.

3-3- التحليل النقدي للذات: يقول الفيلسوف ابقراط (يجب أن لا تلوم الآخرين على ظروفنا السيئة).

وبما أن النقد عملية ذات شقين، فان تقييم و تقويم الذات من أساس عوامل تحقيق الذات، حتى لا يستمر الشخص في أخطائه.

3-4- التقييم الذاتي: بمعنى آخر، محاولة الإجابة على السؤال القائل ما هي درجة الرضا على الذات، و ما هي المواقف التي يصعب عليها أدائها؟

3-5- الحوار الذاتي: الواقعية من منافسة السلبيات و الإيجابيات حول الذات.

3-6- الملاحظة النشطة للآخرين: (القدوة) فكل شخص قدوة في عمله، فمن يحظى بذلك يستفيد كثيرا من تلك الميزة.

3-7- المرونة الذاتية: أن لا يبقى الفرد أسيرا لتفسير واحد للأمور.

3-8- المثابرة و الصبر: الجد و الاجتهاد، و دائمة التطوير لها أهمية للمثابرة و هذا ما يعمل على تحقيق الذات.

4- أهمية النظرية في تحقيق الذات:

تعرف النظرية في الإرشاد و التوجيه، بأنها طريقة منظمة لرؤيته العملية الإرشادية و تساعد على أنهم المسترشد وعلى توجيه سلوكه و تهدف إلى تدريب المرشدين النفسيين، على تناول المشكلات و تزودهم بالاطر النظرية والتقنية، و تساعدهم على فهم المسترشد للوصول به إلى تكوين نظرة واقعية على العالم الذي يعيش فيه.

ولقد تعددت نظريات الإرشاد و التوجيه، بحيث كانت كل نظرية تعكس فكرة واتجاه صاحبها، نحو طبيعة الإنسان و أسباب المشكلات النفسية التي يعاني منها، أو السبل و طرق معالجتها.

إن النظرية في الإرشاد تؤثر في المرشد بشكل مباشر، فلقد ظهرت نظريات متعددة في ميدان البحث في السلوك الإنساني، و محاولة تعديله بأساليب و طرق مختلفة نابعة من هذه النظريات، التي رغم اختلافها من حيث المصدر إلا أنها تتفق في كونها "تضمن مجموعة من الخدمات التي يقوم بها المختصون لمساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ويدرك مشكلاته، و على أن ينتفع بمواهبه و قدراته لتوجيه طاقاته العملية، للتغلب على هذه المشكلات بما يؤدي إلى التوافق بينه و بين البيئة التي يعيش فيها، ليلبغ أقصى ما يمكن أن يصل إليه من النمو والتكامل في شخصيته" (الشريف وأبو علام، 1987: 235)

ونتطرق الآن إلى معرفة أهم النظريات في التوجيه والإرشاد و عرض علاقتها بتحقيق الذات عند الفرد.

5- تحقيق الذات من وجهة نظر علماء النفس.

1-5- نظرية الذات - لكارل روجرز:

قام كل من كارل روجرز (1902) عالم نفس أمريكي، و أبرهام ماسلو (1908)، بتأسيس التوجه الإنساني في علم النفس السريري، كما ساهم في تأسيس العلاج النفسي غير الموجه، اعتبر كليهما أن الدافع الأساسي لسلوك الفرد هو الرغبة في تحقيق الذات، و أن المشاكل النفسية تعود أسبابها إلى عدم التلاؤم و التوافق بين "الذات" و "الذات المثالية" و "الذات العملية"، و بل و بل و ذهب ماسلو إلى اعتبار السلوك الإنساني يحركه مجموعة من الدوافع سماها بالحاجات، و تعتبر الحاجة إلى تحقيق الذات، المحرك الأسمى في هرمه لتصنيف هذه الحاجات، و نوضح فيما يلي نظرية كل من كارل روجرز و ابرهام ماسلو، لدور العملية الإرشادية في مساعدة الفرد على تحقيق حاجاته، و من بينها الحاجة إلى تحقيق الذات كل على حدا.

2-5- كارل روجرز و تحقيق الذات:

تقوم نظرية الذات على الإيمان بأهمية الفرد مهما كانت مشكلاته، إذ يمتلك عناصر إيجابية في شخصيته تساعده على حلها، و تقرير مصيره بنفسه، و الفلسفة الأساسية هنا هي احترام الفرد العمل على توجيه الذات توجيهها صحيحا ليحقق ذاته.

والمؤسس السيكولوجي كارل روجرز لهذه النظرية التي اعتبرت من أهم النظريات في الإرشاد النفسي و كذا العلاج النفسي، نجد نظريته تحمل تسميات عدّة مثل: النظرية المباشرة، نظرية الذات، و النظرية الشخصية.

1-1-5- مفاهيم النظرية:

تقوم نظرية الذات على المفاهيم التالية:

أ. الذات: هي ماهية الفرد، التي تنمو نتيجة النضج و التعلم و تفاعلها مع البيئة، و هي تشمل الذات المدركة، والاجتماعية و المثالية، و هي تسعى إلى التوازن و التوافق و الثبات،

باستمرار حتى يصل الفرد إلى مرحلة يحقق فيها ذاته أي يبلغ الرضا و الاستقرار و التوافق بين مكونات الذات الثلاثة.

ب. مفهوم الذات (صورة الذات): هي تكوين معرفي منظم و متعلّم للمدركات الشعورية والتصورات التقييمية الخاصة بالذات، أي وصف الشخص لذاته كما يقرها هو، و هذا هو مفهوم الذات المدرك، أما مفهوم الذات الاجتماعي فيتكوّن من المدركات و التصورات التي تحدد الصور التي تعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها عنه، والتي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين. أما الذات المثالية فتشمل المدركات و التصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يريد أن تكون صورته عن نفسه مثالية.

ويمكن وظيفة الذات في قدرة الفرد على تكامل و تنظيم عالم خبرته المتغير الذي يعيشه، وينمو مفهوم الذات نتيجة التفاعل الاجتماعي، و هو ثابت إلى حدّ ما كبير، إلا أنه يمكن تعديله و تغييره تحت ظروف معينة. (الهادي والعزة، 2004: 35)

كأن يقوم الفرد بتعديل و تغيير مساره الدراسي، أو مشروعه المستقبلي وفقا لمستجدات العصر، و التغيرات الاجتماعية و ظهور دوافع أخرى، و أولويات شخصية، و كذلك عند الموازنة بين الذات الواقعية و الذات المثالية و ما تستلزمه من إمكانيات و قدرات و مهارات وغير ذلك ليكون تحقيق الذات من الأمور الممكنة ميدانيا.

ج. الخبرة: هي كل موقف يعيشه الفرد في زمان أو مكان معين و يتفاعل معه، و ينفعل به، و يؤثر فيه و يتأثر به، علما بأن الخبرات التي تتوافق مع مفهوم الذات تؤدي لراحة الفرد وتوافقه النفسي أما الخبرات التي لا تتوافق مع مفهوم الذات، أو تتعارض مع المعايير الاجتماعية، تدرك على أنها تهديد للفرد و تسبب توتر، و سوء توافقه، فيعمل الفرد على تجاهلها.

فبالرجوع إلى موضوع بحثنا هذا، العملية الإرشادية أو ما يسمى في النظام التربوي الجزائري، إجراءات القبول والتوجيه ينبغي أن تعمل على مساعدة الفرد في تكوين خبرات تتوافق مع تصوره لذاته لأن ذلك من شأنه أن يجلب الراحة و الرضا و التوافق النفسي و بلوغه أقصى درجة في تحقيقه لذاته، أما عندما تكون تلك الخبرات أو الإجراءات لا تتسجم مع مفهومه

لذاته وفقا لميوله و رغباته واستعداداته وقدراته فذلك يتسبب له نوع من الصراع النفسي والرفض مما يحول دون تمكنه من تحقيق ذاته.

د. الفرد: للفرد دافع ورغبة مستمرة لتحقيق ذاته، وتقديره لذاته وللآخرين له، كما لديه دافع لتوكيدها وتعزيزها، وفي التفاعل مع واقعه في إطار ميله لتحقيق ذاته تكون لديه حاجة أساسية لتقدير ذاته تقديرا موجبا، وهذا التقدير يأخذ شكلا متبادلا متفاعلا مع الآخرين المهمين في حياته.

على ضوء هذا، فإن تشكيل التقدير الموجب للذات، يتوقف على نوعية العلاقة المتبادلة في الوسط الذي يعيش فيه الفرد، سواء العائلي، التربوي أو غيره، ومن ثم فإن الإرشاد والتوجيه حسب هذه النظرية ينطلق من الفرد ذاته وصورته الموجبة عنها، ليصل تدريجيا إلى تحقيق الذات المثالية التي يتصورها بمساعدة الإرشاد و التوجيه ليحتفظ بهذه الصورة أو يعمل على تغييرها بواسطة عملية التعلم و النضج و الخبرة.

هـ. السلوك: هو نشاط الفرد الموجه نحو هدف يسعى إلى إشباعه، والسلوك يتفق مع مفهوم الفرد لذاته، وإذا حدث تعارض بين مفهوم الذات وذلك السلوك، يحدث عدم التوافق النفسي، وإذا حاول الفرد التوصل من ذلك السلوك فذلك يؤدي إلى التوتر، ففهم الفرد ينبغي أن يكون وفقا لفهمه لعالمه الخاص و من خلال نظرته لذاته.

وفي العملية الإرشادية التوجيهية، من الإشارة إلى المقاربة بالكفاءات، و التعامل مع كل حالة على حدا، حسب تصورهما لذاتها و خصوصياتها.

و. المجال الظاهري: يوجد الفرد في وسط أو مجال شعوري مدرك، و يسلك الفرد بناء على إدراكه لهذا المجال و يتكون المجال الظاهري من عالم الخبرة المتغيرة، و يتضمن المدركات الشعورية للفرد في بيئته.

فسلوك الفرد يكون استجابة لما يدركه، و ليس على أساس الواقع.

5-1-2- أهداف الإرشاد لنظرية الذات:

يتمثل الهدف الرئيسي من الإرشاد و التوجيه حسب نظرية الذات لكارل روجرز في إعادة تنظيم الذات إذ أن الإرشاد و التوجيه الناجح يساعد على تلاشي آثار ظروف الاستحقاق

(شروط الأهمية) الآتية من طرف الآخرين، ويزيد الانفتاح نحو الخبرات الأمر الذي يساعد الفرد على تحقيق مزيد من الانسجام بين مفهوم الذات و عالم الخبرة، ويصبح الفرد عندها أكثر فعالية و نضجا و توفيقا و تحقيقا لذاته و يمكن حصر هذه الأهداف بشكل أبسط فيما يلي.

1. تعمل هذه النظرية على جعل الفرد أو المسترشد متقبلا لنفسه و لذاته.
2. يصبح الفرد يتمتع بثقته بنفسه، و قادرا على إدارة شؤونه الدراسية و غيرها بنفسه.
3. مقتنعا بنفسه و ذاته، و يتجنب و يبتعد عن تقليل الآخرين.
4. كما تجعل هذه النظرية الفرد أكثر مرونة و تعقلا بأفكاره.
5. عند تبنيه للأفكار يكون ذلك على أساس تماشيها مع رغباته و ميوله و في عملية الاختيار (التوجيه) يكون أكثر اتزانا و واقعية.
6. تجعل هذه النظرية الفرد متقبلا للآخرين، عارفا لذاته و نفسه مما يجعله يضع حدا لتدخل الآخرين و تأثيرهم في اختياراته. كما تجعله يستطيع تغيير مبادئه الأساسية و شخصيته تحت عامل التعلم و الخبرة بشكل و طريقة مرنة و مفيدة.

5-1-3- التطبيق التربوي للنظرية:

إن الأهداف التربوية الأساسية التي يمكن استخلاصها من هذه الأهداف العام لنظرية الذات، هي مساعدة المسترشد على بلوغ أقصى درجات الرضا، و تحقيق الذات و يمكن تلخيص هذه الأهداف التربوية الإجرائية فيما يلي:

1. مساعدة الطالب ليصبح أكثر نضجا و تحقيقا لذاته، و ذلك بالكتب عن مهاراته و قدراته و ميوله الكامنة في ذاته. - (و ذلك بالاستعانة بأدوات الإرشاد و التوجيه المختلفة)
2. مساعدة الطالب كي يتقدم بطريقة إيجابية بناءة و ذلك من خلال تصحيح رصيده الإعلامي، و جعله يرسم لحياته و مستقبله مشروعا تربويا و مهنيا بطريقة سليمة تكون متوازنة بين الذات الواقعية و الذات المثالية التي يصبو لتحقيقها.
3. مساعدة الطالب على النمو الاجتماعي، و ذلك بتبادل العلاقات مع الآخرين مما يساعده على تحقيق التوازن.

فالانفتاح على خبرات الآخرين و الثقة بأفكارهم و تصرفاتهم و ذلك بشكل متبادل يجعله ينمو اجتماعيا بالشكل السليم و يحافظ بذلك على الاستقرار الذاتي.

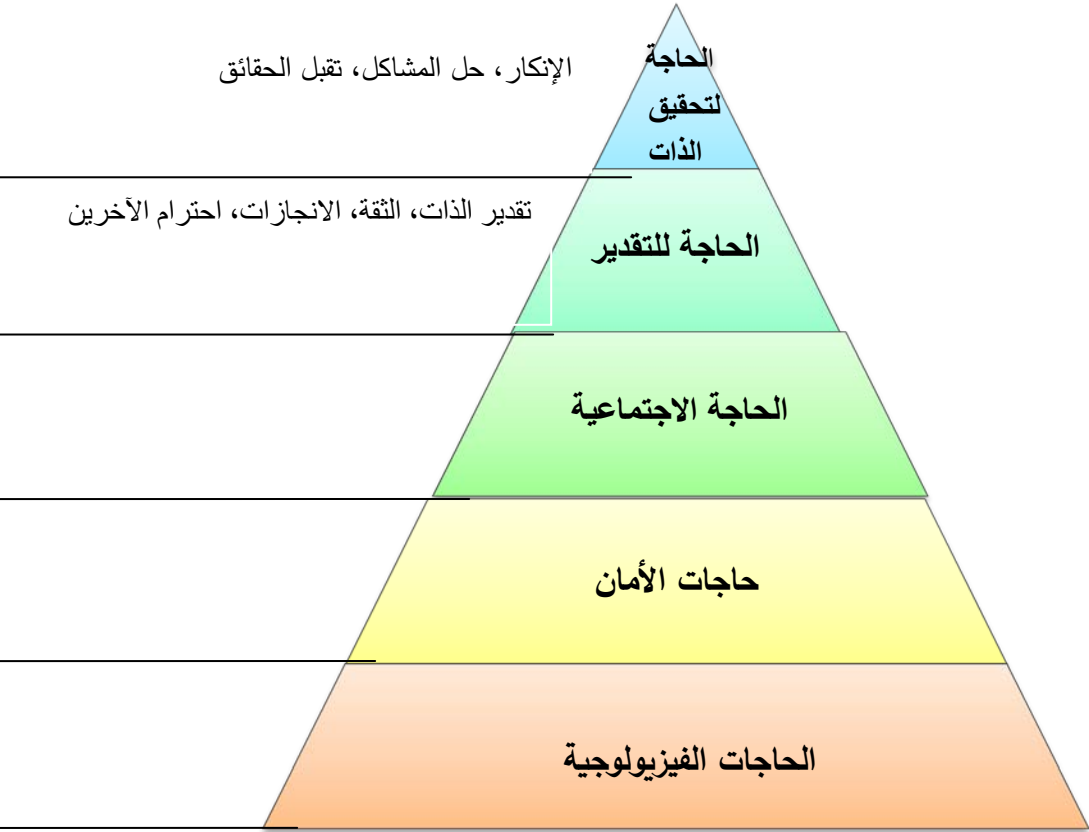
5-1-4- نقائص هذه النظرية:

رغم أن نظرية الذات التي جاء بها كارل روجرز هدفها الأساسي مساعدة المسترشد على النمو النفسي السنوي والتطابق بين مفهوم الذات الواقعي و مفهوم الذات المدرك و مفهوم الذات المثالي و مفهوم الذات الاجتماعي، و يكون بذلك تحقيقا للذات إلا أن هذه النظرية وجه لها عدّة انتقادات يمكن تلخيصها في النقاط التالية:

1. إن نظرية كارل روجرز لم تضع تصورا كاملا لطبيعة الإنسان و ذلك لتركيزها على الذات و مفهوم الذات.
2. يؤكد روجرز أن الفرد يعيش في عالمه الذاتي الخاص و يكون سلوكه تبعا لإدراكه الذاتي، و هنا ركز روجرز على الجوانب السقورية و تجاهل الجوانب اللاشعورية للفرد.
3. أعطى روجرز أتم الحرية للفرد كي يعمل على تحقيق أهدافه رغم أن هذه الأهداف قد لا تكون مشروعة.
4. عدم الاهتمام بالاختبارات و المقاييس النفسية، رغم ضرورتها في بعض الحالات من أجل التشخيص الشامل للذات.

5-2- نظرية الحاجات الإنسانية - لابرهام ماسلو

قام عالم النفس الأمريكي إبرهام ماسلو، بصياغة نظرية متميزة في علم النفس ركز فيها بشكل أساسي على الجوانب الدافعية لشخصية الإنسان، حيث قدم ماسلو نظريته في الدافعية الإنسانية (Human motivation) حاول فيها أن يصيغ نسقا مترابطا يفسر من خلاله طبيعة الدوافع الإنسانية، تنتظم في تدرج هرمي متصاعد، مرتب من حيث الأولوية و شدة التأثير فعندما تشبع الحاجات الأكثر أولوية أو الأعظم قوة و إلحاحا فإن الحاجات التالية في التدرج الهرمي تبرز و تطلب الإشباع هي الأخرى، و عندما تشبع تكون قد صعدنا درجة أعلى في سلم الدوافع ... و هكذا حتى نصل إلى قمة الحاجات و الدوافع الإنسانية و فيما يلي رسم توضيحي لهرم الحاجات الإنسانية حسب إبرهام ماسلو.



هرم ماسلو للاحتياجات الإنسانية

5-2-1- الحاجات و الدوافع الأساسية عند ماسلو

- أ. الحاجات الفسيولوجية Physiological needs مثل الجوع، و العطش، و تجنب الألم، والجنس وغيرها من الحاجات التي تخدم البقاء البيولوجي بشكل مباشر.
- ب. حاجات الأمان Safety needs وتشمل مجموعة من الحاجات المتصلة بالحفاظ على الحالة الراهنة، وضمان نوع من النظام و الأمان المادي و المعنوي 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 و اختلاط الأمور أو الخوف من فقدان التحكم في الظروف المحيطة. وماسلو يرى أن هناك ميلا عاما إلى المبالغة في تقدير هذه الحاجات.. و أن النسبة الغالبة من الناس يبدو أنهم غير قادرين على تجاوز هذا المستوى من الحاجات و الدوافع.

ج. حاجات الحب والانتماء Love & Belonging needs وتشمل مجموعة من الحاجات ذات التوجه الاجتماعي مثل الحاجة إلى علاقة حميمة مع شخص آخر الحاجة إلى أن يكون الإنسان عضوا في جماعة منظمة.. الحاجة إلى بيئة أو إطار اجتماعي يحس فيه الإنسان بالألفة مثل العائلة أو الحي أو الأشكال المختلفة من الأنظمة والنشاطات الاجتماعية. المستوى الأدنى أو مستوى الحب الناشئ عن النقص Deficit or D-love و فيه يبحث الإنسان عن صحبة أو علاقة تخلصه من توتر الوحدة و تساهم في إشباع حاجاته الأساسية الأخرى مثل الراحة والأمان والجنس ... الخ.

المستوى الأعلى أو مستوى الكينونة Being or B-love و فيه يقيم الإنسان علاقة خالصة مع آخر كشخص مستقل... كوجود آخر يحبه لذاته دون رغبة في استعماله أو تغييره لصالح احتياجاته هو.

د. حاجات التقدير Esteem needs هذا النوع من الحاجات كما يراه ماسلو له جانبان:

جانب متعلق باحترام النفس .. أو الإحساس الداخلي بالقيمة الذاتية. والآخر متعلق بالحاجة إلى اكتساب الاحترام و التقدير من الخارج ويشمل اكتساب احترام الآخرين، السمعة الحسنة، النجاح والوضع الاجتماعي المرموق والشهرة والمجد... الخ. ويرى ماسلو أنه تطور السن والنضج الشخصي يصبح الجانب الأول أكثر قيمة وأهمية للإنسان من الجانب الثاني.

هـ. حاجات تحقيق الذات: Self-actualisation، و الحاجات العليا تحمل عنوان تحقيق الذات، وهنا يشير ماسلو إلى حاجة الإنسان إلى استخدام كل قدراته ومواهبه وتحقيق كل إمكاناته الكامنة، وتنميتها إلى أقصى مدى يمكن أن يصل إليه، وهذا التحقيق للذات لا يجب أن يفهم في حدود الحاجة إلى تحقيق أقصى قدرة أو مهارة أو نجاح بالمعنى الشخصي

المحدود، وإنما يشمل تحقيق حاجة الذات إلى السعي نحو قيم وغايات عليا مثل الكشف عن الحقيقة، وخلق الجمال، وتحقيق النظام وتأكيد العدل.

هذه القيم و الغايات تمثل رأي ماسلو حاجات و دوافع أصيلة و كامنة في الإنسان بشكل طبيعي، مثلها في ذلك مثل الحاجات الأدنى كالطعام والأمان والحب والتقدير. وهي جزء لا يتجزأ من الإمكانيات الكامنة في الشخصية الإنسانية والتي تلح من أجل أن تتحقق لكي يصل الإنسان إلى تحقيق ذاته والوفاء بكل حاجاته ودوافعه.

بعد تحقيق الذات يتبقى نوعان من الحاجات أو الدوافع هما الحاجات المعرفية والاحتياجات الجمالية.

أما عن الحاجات المعرفية هي تلك الحاجات التي تكسب الإنسان المعرفة بكل ما يحيط به، وقد صنف ماسلو الاحتياجات المعرفية إلى ثلاث مستويات.

أ) **المستوى الأول:** الحاجة إلى معرفة البيئة المحيطة واستكشافها حتى يتسنى للفرد معرفة الأساليب الملائمة لإشباع حاجته الحالية التي يريدها الآن واللاحقة التي يريد اللحاق بها مستقبلاً.

ب) **المستوى الثاني:** حاجته إلى وجود نظام مفهوم يفسر له مجريات الأحداث وما يدور في العالم المحيط به.

ج) **المستوى الثالث:** تتحول الحاجة إلى المرحلة النهائية إلى قيمه يسعى الفرد لتحقيقها بعيداً عن إشباع حاجته.

أما عن الحاجات الجمالية فتشمل حسب ماسلو على تقبل كل ما هو جميل وإيجابي والنفور من كل ما هو سلبي وتشمل الحاجات الجمالية على:

أ. عدم احتمال الفوضى والميل إلى النظام.

ب. عدم احتمال القبح والميل إلى ما هو متناسق.

ج. كما تشمل على حاجة الإنسان إلى التخلص من التوتر الذي يصيبه عندما لا يكمل عمل ما.

5-2-2 ماسلو و تحقيق الذات:

إن الحاجة إلى تحقيق الذات أطلق عليها ماسلو أيضا اسم الحاجات العليا هذه الاحتياجات ليست شخصية بقدر ما هي قيم وأسس يسعى الإنسان إلى ترسيخها، ويكون الإنسان معها بحاجة إلى استخدام كل قدراته و مواهبه، فالذات مع هذه الاحتياجات يلزمها التحفيز، إذ اهتم ماسلو بالتركيز على السلوكيات البشرية وخاصة تلك التي تسير في مسارها الصحيح، فقد كان شغوبا بالطاقات الكامنة لدى البشر وكيف نستفيد منها في دفع و تشجيع الشخص لتحقيق ذاته.

وقد أوضح ماسلو أن الدافع البشري يعتمد في المقام الأول على الشخص الذي يبحث على الانجاز والتغيير خلال مراحل تطوره ونموه. والأشخاص القادرين على تحقيق ذاتهم أو تسعى لذلك هي تلك الأشخاص القادرة على الانجاز في حياتها، ويفعلون كل ما يقدرون فعله خلال مسارهم الدراسي أو المهني. وتنمية تحقيق الذات حسب ماسلو، تتطلب تحقيق النمو الشخصي الذي يمر به الشخص طوال حياته.

فالأشخاص الذين يريدون تحقيق ذاتهم تحاول أن تبحث عن معنى لحياتهم و ينظرون إليها باهتمام بالغ، و يعطون لكل مرحلة من مراحل حياتهم الأهمية المناسبة و هذه الآن سمات الأشخاص المحققين لذاتهم حسب ماسلو.

5-2-2- سمات الأشخاص المحققين لذاتهم (حسب ماسلو):

إن تحقيق الذات يمكن اعتبارها تحقيق طموحات الفرد العليا (حسب ماسلو) وهي المرحلة التي يصل فيها الإنسان إلى درجة مميزة عن غيره، ويصبح له كيان مستقل و تعتبر الحاجة إلى الاستقلال من أهم مكونات هذه الحاجة وبالتالي يشغل ما لديه من مواهب وقدرات فردية. ولأشخاص المحققين لذاتهم، سمات كثيرة يمكن ذكر أهمها فيما يلي:

أ- الإدراك العالي للحقيقة و للعالم الذي يعيشون فيه، كما أنهم ينصفون بالدقة في أحكامهم عن الآخرين.

ب- لا يتركز وحول أنفسهم وبالتالي فهم لا يهتمون بها ولكنهم يهتمون بحل المشكلات التي يتصدون لها لتحقيق هدف، أو الدفاع عن قضية أو خدمة رسالة ويوجهون معظم طاقاتهم لها.

ج- إنهم يتقبلون أنفسهم دون قلق فهم نسبيا أقل شعورا بالذنب و الخجل.

د- يتميزون بالتجرد والحاجة إلى الخصوصية، فهم يعتمدون على قيمهم ومشاعرهم في توجيه حياتهم ولذلك لا يحتاجون إلى الاحتكاك المستمر مع الآخرين، وبإمكانهم أن يتقبلون ما يتعرضون له شخصا من سوء الحظ دون أن يستجيبوا لذلك بعنف كما يفعل الشخص الآخر. ه- إنهم مستقلين ذاتيا، يميلون إلى الاستقلال عن بيئتهم وثقافتهم و إنهم أكثر اتكالا على عالمهم الداخلي منهم على عالمهم الخارجي، ويميلون إلى العزلة في بعض أوقاتهم ويتمتعون بقدر عالٍ من إمكانية العمل دون طلب المساعدة من الآخرين.

و- التجدد المستمر في تذوق الأفكار والأشياء والخبرات و بمستوى عال من البهجة وإدراك العالم بشكل جديد وعجيب ومدهش.

تكون صداقاتهم قليلة، لكنها حميمة وأكثر قوة وعمقا مقارنة بصداقات الناس الاعتيادية.

ز- يتصفون بالتسامح والتقبل لأي شخص، و عدم التحيز العنصري أو الديني أو الاجتماعي، و لهم قدرة عظيمة على التواصل مع الآخرين بصورة مريحة وواضحة و إنهم يرغبون في الإصغاء والتعلم من شخص قادر على أن يعلمهم شيئا ما.

ح- لا يميلون إلى المسابرة أو الخضوع للضغوطات الاجتماعية أو الثقافية، ونجدهم يخضعون لطبيعتهم الداخلية و ليس للقيم الثقافية.

ط- يظهرون قابلية على الارتقاء فوق البيئة لتغييرها أكثر من قابليتهم على التوافق معها، كما يتصف سلوكهم بالوضوح والبساطة بعيد عن الرياء الاجتماعي، فهم لا يخفون مشاعرهم أو انفعالاتهم أو يظهرون بغير ما هم عليه، إلا إذا كان ذلك يمنع الأذى عن الآخرين.

ي- يقاومون الاجتياح الثقافي، فهم يسايرون الإطار العام لثقافتهم ويكونوا مستقلين عنه، في الوقت نفسه، فيتصرفون بصورة غير تقليدية خاصة إذا كان المعيار الثقافي مضادا لقيمهم الشخصية، وذلك لأنهم موجهين من الداخل.

ك- يمتلكون عاطفة و تقمصا نحو البشرية بصورة عامة، كما يشعرون بالصلة و التفهم للآخرين، و قد وصف ماسلو الشخص المحقق لذاته، بأنه يمتلك اتجاه الأخ الأكبر نحو الآخرين.

ل- يمرون بلحظات من البهجة و الدهشة التي تشبه الخبرات الدينية العميقة، و التي تنصهر فيها الذات وتسمو، ومن خلالها يشعر الفرد بقوته وثقته و بقدرته على البث في الأمور.

م- إن الأشخاص المحققين لدواتهم يكونون مبدعين غالبا، أي يتميزون بالإبداع الذي يعبرون عنه في معظم مظاهر حياتهم.

ن- تتميزون بتماسك و تكامل الشخصية، دون انشقاق أو تخلك.

س- القدرة على الاستقطاب الثنائي للقضايا.

و قد أشار ماسلو أنه ليس بالضرورة أن تتوافر كل الصفات السابقة مجتمعة في الشخص لكي يتمكن من تحقيق ذاته فيكفي البعض منها، وهنا يميز ماسلو بين مفهوم تحقيق الذات والكمال.

5-2-4 أهداف الإرشاد لنظرية الحاجات:

شهدت نظرية ماسلو تطبيقات عدّة في مختلف المجالات و خاصة في مجال العمل و المجال التربوي، و أصبحت أسس هذه النظرية تُدار بها العملية التعليمية و المهنية في مختلف الدول المتقدمة.

فضرورة الاهتمام بالحاجات الفيزيولوجية للإنسان و التي يراعي معها الاهتمام بحاجاته النفسية بالمثل تمكن الطالب من جهة و العامل من جهة أخرى أن يؤدي المهام المطلوبة منه على أكمل وجه. كما تمكن الطلبة من استيعاب ما يتلقونه أثناء العملية التعليمية و تنمي شخصياتهم ... فهذا الاهتمام يتضاءل معه الشعور بالحرمان أو النقص الذي يؤدي إلى ظهور علل و اضطرابات تعوق دون تخطي درجة السلم الأولى في الهرم.

يؤمن ماسلو أن الناس لا يتحركون في الاتجاه الصحيح نحو تحقيق الذات، لأن المجتمع يحاصرهم، بثقافة غير واعية و لا ملزمة بسلوك و احتياجات الإنسان، حيث يعمل غالبية أفراد المجتمع في وضع العراقيل أمام بعضهم البعض و قد تكون هذه العراقيل لنظام الإرشاد

والتوجيه، وإجراءاته الأكاديمية، وصرح أن التعليم كان ولا يزال أحد هذه العراقيل القوية، لذلك يقترح بعض الحلول للنمو الشخصي المتوافق، والذي يسعى إلى مساعدة الفرد على تحقيق ذاته، ويقول أنه على التربويين بما في ذلك مستشار الإرشاد والتوجيه، أن يبحثوا في إمكانات الفرد الكامنة في أعماقه، وأن يوفر لها البيئة المناسبة ليصل إلى مرحلة الانجاز وتحقيق الأهداف بمهنية عالية، وعلى الإرشاد والتوجيه وكذا العملية التربوية العمل على تحقيق ما يلي.

- أ. يجب الوصول بالفرد (الطالب) أن يكون أصيلاً ومحلاً للثقة.
 - ب. تجاوز الخلافات الثقافية والسعي إلى العالمية.
 - ج. مساعدة الفرد على اكتشاف مهنته و حرفه التي يجيدها والإصغاء إليه في تقرير مصيره المهني والدراسي وغيره.
 - د. تعلم الفرد أن الحياة جميلة ويجب الاستمتاع بها.
 - هـ. تقبل الشخص كما هو، ومساعدته على تعلم مكوناته الطبيعية.
 - و. التحقق من إشباع الفرد كل احتياجاته الأساسية وما تحتويه من أمن وحنان واستقرار ومشاعر الحب والتقدير.
 - ز. نقي الفرد من إدراكه للنزعات الموروثة تجاه الطبيعة والناس، أي تعليمه أهمية تقديره للجمال والطبيعة والحياة.
 - ح. نعلم الفرد التسامي على الإشكالات البسيطة والتشبث بالمشاكل الحقيقية في حياتهم، (مشاكل الظلم، والألم، والمعاناة.....).
 - ط. تعلم الفرد عملية الانتقاء في اختياراته، ذلك عن طريق التدريب وممارسة كيفية الحصول على أفضل الاختيارات.
- هذا ويؤكد ماسلو أن الفرد مزود بقدرات وطاقة كامنة، وأيضا لديه دوافع تجعله يسلك بطريقة أو بأخرى لبلوغ أهدافه وإرضاء احتياجاته. و لبلوغه أعلى قمة من تحقيق الذات، ينبغي استغلال تلك القدرات والطاقة الكامنة بطريقة حسنة، ومحاولة التوازن في تحقيق

الحاجات باستمرار لبلوغ الصحة النفسية من جهة و تحقيق الذات من جهة أخرى في نفس الوقت ينتقل إلى إشباع حاجة أخرى.

لم يحدد ماسلو في نظريته مقدار الإشباع للحاجة، فقد اكتفى بذكر إشباع الحاجة، أيضا الكثير من الأشخاص يشبعون عدة حاجات في آن واحد، و بالتالي لا يمكن الاحتفاظ بالتدرج في إشباع الحاجات في الوفاء بالحاجات الإنسانية.

كما يمكن القول أن نظرية ماسلو بأن أنواع السلوك مدفوعة أحيانا بغير الحاجات التي ذكرها.

5-2-5- التطبيق التربوي للنظرية:

إن العمل الإجرائي بنظرية الحاجات لماسلو يجعل كل من الإرشاد و التوجيه، وكذا مجال التربية والتعليم يعملون على تطبيق الإجراءات التالية، يفرض مساعدة الطالب على تحقيق أهم حاجاته والوصول إلى تحقيقه لذاته.

1. ضرورة الاهتمام بالحاجات الفيزيولوجية والنفسية للمتعلم.
2. ضرورة الاهتمام بتوفير الأمن والاطمئنان للمتعلم في الوسط الدراسي وهذا يدخل ضمن مهام مستشار الإرشاد و التوجيه.
3. يجب على النظام التربوي تهيئة كافة الفرص للمتعلمين من أجل الشعور بالانتماء وتشجيع الرغبة في التعلم.
4. إثارة دافعية التعلم، والسعي لتحقيق النجاح.
5. تركيز اهتمامات المتعلم على التوجه للتخصصات التي تنسجم مع رغباته لتحقيق ذاته مستقبلا.

6. التركيز على غرس حب المهنة في نفس المتعلم وإشعارهم بأنهم حافز وطريقهم للنجاح.
7. العمل على جعل المتعلم يتعرف على ذاته وخصوصيتها وميوله وقدراته ومهاراته لتكون اختياراته سليمة تعمل على بلوغ الحاجة لتحقيق الذات

5-2-6- نقائص النظرية:

تعرضت هذه النظرية رغم ما جاءت به من أسس وقواعد لفهم شخصية المتعلم، وضيقة الدوافع المحركة لمختلف سلوكياته. ومن بين هذه الانتقادات نذكر.

- تفترض النظرية ترتيبا وتدرجا للحاجات، إلا أن بعض الناس تختلف في ترتيبها لهذه الحاجات. فالشخص المبدع قد يبدأ بالحاجة إلى تحقيق الذات بينما الآخر يحد للحاجات الاجتماعية أولوية مقارنة بالأخرى.
- لا يشترط أن ينتقل الفرد من حاجة إلى أخرى عند إشباع الحاجات، فقد يستمر الفرد في إشباعه لبعض الحاجات.

6- نظرية السمات و العوامل - لوليا مسون. Williamson

تعتمد نظرية السمة و العامل لوليامسون على تحديد سمات الشخصية و تحليل عواملها ثم التعرف على العوامل التي تحدد السلوك و التي يمكن قياسها و التي يمكن بواسطتها التنبؤ بالسلوك ترجع أصول نظرية السمات و العوامل إلى علم النفس الفارق الذي يهتم بدراسة و قياس الفروق الفردية، و قد استفادت هذه النظرية من حركة القياس النفسي التي ازدهرت بعد الحرب العالمية الأولى و التي أثرت بدورها في نمو الإرشاد النفسي.

1-6- الإطار العام للنظرية:

تستند هذه النظرية على العناصر التالية:

1. الإرشاد المهني و محاولة حل المشكلات التعليمية
2. إن سلوك الإنسان يمكن تنظيمه بطريقة مباشرة، وأنه من الممكن قياس السمات والعوامل المحددة لهذا السلوك باستخدام اختبارات للتعرف على سمات الشخصية.
3. السلوك ينمو من الطفولة إلى الرشد و من خلال نضج السمات و العوامل.
4. الشخصية عبارة عن نظام يتكون من هذه السمات و هي تنظيم دينا هي لمختلف سمات الشخص و هي نمط فريد من القدرات و السمات.
5. السمات هي مجموعة الصفات الجسدية و العقلية و الانفعالية و القطرية و المكتسبة والاجتماعية التي يتميز بها الشخص و تعتبر من نوع من أنواع السلوك الثابت تقريبا.

6-2- نظرية السمات و تحقيق الذات:

الهدف الأساسي لهذه النظرية هو مساعدة الأفراد على النمو في جميع مناحي حياتهم الشخصية بهدف استقلال الذات و إدراكها للحقائق حتى أن نظرية السمات تدعى أيضا "الإرشاد المباشر" و "النظرية الذاتية" وهذا لسعيها إلى تطوير الفرد تطويرا كاملا.

ولعل إرشاد الأفراد عبر هذه النظرية هدفه تحقيق المستقبل المنشود، أو تحقيق الذات، ومن هنا ينبغي على المرشد خلق الدافعية لدى المسترشد و الاهتمام بالتطور والنمو المهني لديه، في مراحل حياته المختلفة. و ذلك بغرض التوفيق بين مختلف السمات الشخصية للمسترشد ومتطلبات المشروع المستقبلي المستهدف في هذا الصدد نجد بارسوتر Parsons، أحد المؤيدين لنظرية السمات، و كذا باريسونز الذي عبر في كتابه كيف تختار مهنة 1909، يصف التوجيه و الإرشاد المدرسي و المهني أنه يزود الشباب بالشباب بالجوانب التالية:

أ. الفهم الواضح لأنفسهم، ولاستعداداتهم وميولهم وطموحاتهم، وإمكانياتهم ونواحي القصور الموجودة لديهم وأسبابها. (الزهراني، 2010:10)

ب. معرفة مطالب وشروط النجاح والمميزات والتعويضات والفرص والآمال الموجودة في كل فرع من فروع العمل.

ج. استخدام العلاقة السببية بين هذين السببين.

6-3- الأهداف التربوية للنظرية:

1. تهدف النظرية السمات و العوامل إلى مساعدة الطالب على النمو في جميع نواحي شخصيته و يهدف إلى استقلال و تحقيق الذات.

2. الإرشاد في هذه النظرية يتطلب تفرد الشخصية الإنسانية والفردية تتضح كالثمار من خلال العلاقة مع الآخرين.

3. إدراك الذات وتحقيقها.

4. هدف الإرشاد هو تطوير الفرد في المجالات المستحبة له.

5. العملية الإرشادية لا تنتهي بمجرد تقبل المسترشد لمشاعره ولذاته ولشعوره بالراحة و إنما عندما يكون الفرد قادر على حل مشاكله.

6. يقوم المرشد بمساعدة المسترشد بوصف صفاته كاملة، وقدرة استطاعته، مما يجعله قادرا على مقارنة صفاته بصفات أخرى، الذين يعجب بهم من ذوي السمعة العالية في المجال المهني أو التربوي، وسبلهم في تحقيق أهدافهم وذواتهم.

7. مساعدة الطالب بتوضيح طرق اتخاذ القرار أو إظهار هدفه أو فلسفته في الحياة، كم يظهر قيمه واتجاهه والأشياء التي تؤثر على اتخاذه لهذا القرار.

ويؤكد وليامسون على عناصر مهمة في عملية الإرشاد والتوجيه لمساعدة الطالب على تحقيق ذاته نلخصها فيما يلي:

1. تكوين الألفة وذلك بضمان الراحة النفسية للمسترشد وكذا السرية لجعله يتحدث بطلاقة على ميوله واهتماماته ومشاريعه المستقبلية.

2. غرس فهم الذات، وذلك بمساعدة المسترشد على فهم ذاته وحقيقة قدراته وجوانب القوة والضعف لديه، وذلك من خلال التشخيص والتفسير وجمع المعلومات.

3. تخطيط برنامج العمل: و يكون عن طريق النصح المباشر، مع المسترشد المتمسك بآرائه وأيضاً مع المسترشد الذي يضمن أن اختياراتهم تؤدي بهم إلى الفشل وبطريقة الإقناع بحيث يقدم المرشد الدليل على آرائه بشكل منطقي.

كما يستعمل المرشد التوضيح، وهي أكثر الطرق إرضاءً، بحيث يشرح البيانات بدقة متناهية.

4. تنفيذ الخطة: بعد أن يتخذ المسترشد قراراته، يقوم المرشد بتنفيذ الخطة و تقديم العون المباشر للمسترشد كتخطيط برنامج التدريب.

4-6- نقائص النظرية:

على الرغم من الإسهامات الواضحة للنظرية في الإرشاد والتوجيه، وجهت إليها بعض الانتقادات أهمها:

- لا وجود لاتفاق عام للسمات و العوامل.
- التحليل العامل أسلوب إحصائي كثيرا ما أحسن استخدامه، لكن أسيء استخدامه في بعض الأحيان.

- تركّز النظرية على تبيان ما هو سلوك العميل، و لكن لا نحدد كيف يشك العميل أو لماذا يسلك سلوكا دون غيره ولا توضح توضيحا كاملا دور الدافعية الهام في السلوك.

خاتمة.

إن تحقيق الإمكانيات النظرية لدى الفرد، تشمل إمكانيات حسية، عاطفية و عقلية، كل منها بحاجة إلى التعبير عن نفسها و تحققها تحققا فعليا، و يتوقف نمو هذه الإمكانيات و تحققها على الظروف البيئية المناسبة (18: 1955, From).

فتحقيق الذات عند الإنسان، يعتمد على العوامل المرتبطة به و ما يمتلكه من قدرات وإمكانيات من جهة، و يعتمد على المؤثرات البيئية التي يتعرض لها من جهة أخرى، فتحقيق الذات يشمل تكامل شخصية الفرد و هذا ما جاء به ماسلو عند تصنيفه الهرمي و ترتيبه للحاجات وجعله تحقيق الذات في قمة الهرم، و اعتبار الشخص المحقق لذاته يعتبر في قمة السعادة، والصحة النفسية، فيتباين تحقيق الذات من فرد لآخر حسب الفروق الفردية بينهم و أنماط السمات و العوامل الشخصية لديهم و هذا ما أشار إليه ويليما مسون في نظرية السمات والعوامل و التي اعتبرت أن لكل شخصيته نمطها الفريد من السمات، و أن هذه السمات تلعب دورا كبيرا سواء في تحديد سلوك الفرد، أو في تحقيقه لذاته عند حسن استغلالها.

كما ذهب كارل روجرز إلى اعتبار تحقيق الذات من بين أهم الدوافع المحركة لسلوك الفرد، بل و أن المشاكل النفسية السلوكية تأتي من عدم التلاؤم بين "الذات" و "الذات المثالية" و "الذات العملية" بين هذا و ذاك نجد تحقيق الذات سواء كانت دافع أساسي لأفعال البشر أو كان هدف سامي و حاجات ملحة يؤدي عدم إشباعها إلى اضطرابات نفسية سلوكية، و أن السمات و العوامل التي تطبع الشخصية تجعل استغلالها باستعمال المقاييس السيكلوجية وكذا الروائز و الاختبارات من شأنها أن تجعل الفرد التلميذ أو الطالب موضوع بحثنا هذا يكشف و يقيم قدراته و ميوله و رغباته وما من شأنه أن يساعده في تحقيق الراحة النفسية وبلوغ مستوى عالي من التوافق و تحقيق الذات.

المراجع

أولاً: كتب باللغة العربية

- 1/ السبعواوي فضيلة عرفات 2009، "تحقيق الذات و إدارة العطاء" دار الصفاء، عمان، الأردن.
- 2/ شوستروم، تعريب طلعت منصور و فيولا الببلاوي، 1986 "إختيار التوجيه الشخصي و تحقيق الذات" مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
- 3/ الزيود نادر فهمي، 2008 "نظريات الإرشاد و العلاج النفسي" عالم الكتب، عمان، الأردن.
- 4/ رجاء محمود أبو علام، و نادية الشريف، 1987 "الفروق الفردية، و تطبيقاتها التربوية" دار القلم للنشر، الكويت.
- 5/ محمد شحاتة ربيع، 2009 "قيلس الشخصية" دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان ط2 الأردن.
- 6/ قطان أحمد الظاهر، 2004، "تعديل السلوك" دار وائل للنشر و التوزيع، عمان ط2 الأردن.
- 7/ داليا مؤمن، 2004، "سيكولوجية الطفل و المراهق" دار النشر مكتبة مدبولي، القاهرة.
- 8/ جودت عزت عبد الهادي، و سعيد حسني العزة، 2014، "التوجيه المهني و نظرياته" دار الثقافة للنشر و التوزيع، الأردن.
- 9/ حامد عبد السلام زهران، 1984 "علم النفس الإجتماعي" عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- 10/ رافد الحريري، 2007 "التخطيط الإستراتيجي في المنظومة المدرسية" دار الفكر، عمان، الأردن.
- 11/ محمد عبد الحميد الشيخ حمود، و عائشة أحمد ناصر، 2012 "الإرشاد المدرسي" منشورات جامعة دمشق، الجزء الأول.

ثانياً: الأطروحات الجامعية

- 1/ محمد جزاء عاتق السليمي، 2014 "فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه، في تنمية تحقيق الذات لدى طلبة مرحلة الثانوي" رسالة ماجستير، منشورات جامعة الملك عبد العزيز .

ثالثاً: كتب باللغة الفرنسية

- 1/ Carl Rogers, Genevière Odier, 2012 « Etre vraiment soi meme » Edition-Eyrolles, Paris, France.
- 2/ Abraham Maslow, 2008 « devenir le meilleure de soi meme » Edition-Eyrolles, Paris, France.
- 3/ Jaque Salomé, 2003 « Relation d'aide, formation à l'entretien » Edition septentrion, université du nord de la France.
- 4/ Khaled Chaib, 2002 « Plaidoyer une école, créatrice de renaissance » musk editions, Algerie.