**الجامعة المستنصرية**

**كلية التربية الاساسية**

**قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي**

**محاضرات**

**نظريات الإرشاد النفسي (Counseling Theory)**

**المرحلة الثالثة /الفصل الدراسي الاول**

**استاذ المادة :م .د. ندى صباح عباس**

**نظريات الإرشاد النفسي (Counseling Theory)**

**مفهوم النظرية:**

تمثل النظرية الأساس الفكري الذي ينطلق منه المرشد إلى الواقع، إنها تمثل إطاراً عاماً يضم مجموعة من الحقائق، والقوانين العلمية، والافتراضات، والتعاريف العلمية، والتي من خلالها يمكننا تفسير الظواهر النفسية.

* ونظريات الإرشاد والعلاج النفسي ليست إلا وجهات نظر متمايزة في مجال تعديل السلوك الإنساني المضطرب، وصولاً إلى التوافق النفسي والاجتماعي..

ولابد من التنبيه بأنه لا توجد نظريات خاصة بالإرشاد، وأخرى بالعلاج فمعظم المؤلفات الرئيسة في هذا المجال تشير إلى نظريات الإرشاد والعلاج النفسي معاً .

**أهمية نظريات الإرشاد والعلاج النفسي:**

* تعد نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الأساس الذي ينطلق منه الواقع العملي .
* تساعدنا على فهم ما يحدث وما يمكن أن نقوم به
* تفيدنا في بناء طرائق جديدة للسلوك في موقف الإرشاد .
* معرفة كيفية تقييم الأساليب القديمة والحكم عليها.
* تمدنا نظريات الإرشاد والعلاج النفسي بفهم مناسب للطبيعة الإنسانية وفهم السلوك السوي والسلوك المضطرب وكيفية علاجه من أجل تحقيق أكبر قدر من الصحة النفسية لصاحبه .

**خصائص النظرية الجيدة:**

* حدد باترسون عدداً من المعايير المنطقية التي يمكن من خلالها الحكم على جودة النظرية وهي:
* 1ـ الأهمية : لابد أن تكون النظرية ذات أهمية ودلالة تطبيقية ومحدودة.
* 2ـ الدقة والوضوح: أي أن تكون متسقة داخلياً ويمكن استيعابها وفهمها .
* 3ـ الاقتصاد والبساطة: أي أن تتضمن النظرية الحد الأدنى من التعقيدات والافتراضات.
* 4ـ الشمولية: يجب أن تغطي كل البيانات المعروفة في المجال.
* 5ـ الإجرائية: أي قابليتها لاختصار إجراءاتها بهدف اختبار فروضها، وأن تتصف مفاهيمها بالدقة الكافية لقياسها.
* 6ـ الصدق التجريبي: أي أن تدعم البحوث التجريبية صدق النظرية ليتولد عنها معرفة جيدة.
* 7ـ الإنتاجية: أي قدرة النظرية على أداء توقعات قابلة للاختبار والتجريب وتطوير معرفة جديدة.
* 8ـ القابلية للتطبيق: أي أن تكون مفيدة للممارسين في ميدان الإرشاد النفسي فتزودهم بإطار من المفاهيم النظرية.

**وظائف النظرية :**

للنظرية وظائف متعددة يمكن تلخيصها كما يلي:

1ـ تساهم في إيجاد بنية معرفية معينة ذات علاقة .

2ـ تزيد الفهم حول بنية معينة من المعرفة .

3ـ توفر أدوات للقيام بالتنبؤ .

4ـ تشجع الأبحاث الأخرى ، فالنظرية في تطور مستمر كدليل بحث جديد.

5ـ يجب أن تؤدي إلى استنتاج مجموعة من الاقتراحات التجريبية التي يتحدد قبولها أو رفضها

بمدى جدواها.

6ـ أن تسهم في ربط الاكتشافات التجريبية داخل إطار منطقي ومعقول.

7ـ تساعد في بناء طرائق جديدة للسلوك في مواقف الإرشاد، ومعرفة كيفية تقويم الأساليب القديمة والحكم عليها.

* 8ـ تؤثر النظرية بشكل مباشر على توقعات المسترشد وعلى طريقة سلوكه أثناء عملية الإرشاد .
* 9ـ تحديد الظواهر المدورسة .
* 10ـ تلخيص النتائج بعملية وموضوعية ودقة ووضوح.
* 11ـ القدرة على التنبؤ بظواهر أو وقائع جديدة.

12ـ إثارة الفضول والاهتمام في تنفيذ بحوث جديدة أو تطوير النظرية الحالية أو إيجاد نظرية جديدة

**نظرية التحليل النفسي**

تعتبر نظرية التحليل النفسي من أقدم النظريات وأبرزها التي فسحت المجال للكثير من علماء النفس للدراسات النظرية والتجريبية.

ويعتبر فرويد أول المؤسسين لنظرية التحليل النفسي عام 1881، فقد رأى أن التحليل النفسي عبارة عن عملية يتم من خلالها استكشاف ماضي (خبرات) اللاشعور، وأحداث وذكريات مؤلمة، فضلاً عن الصراعات والدوافع والانفعالات الشديدة التي تؤدي في النهاية إلى الاضطراب النفسي، وأن التحليل النفسي هو عملية استدراج هذه الخبرات المؤلمة من منطقة اللاشعور وذلك عن طريق التعبير الحر التلقائي (التداعي الحر free association) والتنفيس الانفعالي Catharsis ومساعدة المريض في حل مشاكله.

التحليل النفسي نظرية سيكولوجية عن ديناميات الطبيعة الأنسانية وعن بناء الشخصية، وهو منهج بحث لدراسة السلوك الإنساني. وهو أيضاً طريقة علاج فعالة يتم فيها كشف المواد المكبوتة في اللاشعور من أحداث وخبرات وذكريات مؤلمة، وانفعالات شديدة وصراعات عنيفة سببت المرض أو الاضطراب النفسي، واستدراجها من أعماق اللاشعور إلى مجال الشعور بهدف إحداث تغيير أساسي في بناء الشخصية.

وهكذا يعتبر التحليل النفسي على المستوى العلمي مجموعة مترابطة من النظرية والممارسة. ولما كان العلاج النفسي يشكل معالجة تتركز على علاقة شخصية ذات طرفين هما: المعالج والمريض، فالتحليل النفسي يُعتبر علاجاً نفسياً دينامياً عميقاً.

والتحليل النفسي هو أحد فروع العلاج النفسي وليس هو كل العلاج النفسي، وليس العلاج النفسي مرادفاً للتحليل النفسي.

وهكذا يمكن تعريف التحليل النفسي بأنه عملية علاجية يتم فيها اكتشاف المواد المكبوتة في اللاشعور، وهي في جملتها خبرات مؤلمة، ودوافع متصارعة، وصراعات قوية، ويتم تحويلها من اللاشعور إلى الشعور عن طريق التعبير اللفظي والتداعي الحر وتحليل الأحلام.

**المفاهيم الخاصة بالتحليل النفسي:**

1- **صدمة الميلاد**: وهي الصدمة التي يعيشها الفرد في طفولته نتيجة انفصاله عن رحم أمه وخروجه منه إلى معاناة في مراحل النمو المتتالية.

2- **عقدة النقص**: ويقصد بها وجود قصور عضوي أو اجتماعي أو اقتصادي يؤثر على الفرد نفسياً ويجعله يشعر بعدم الأمن والدونية.

3- **أسلوب الحياة** : وهو الاسلوب الذي ينمو مع الفرد تدريجياً والذي يدور حول التفوق وتحقيق الذات. ولكل فرد أسلوب خاص به في أي منحى من مناحي الحياة سواء العملية أو الاجتماعية.

4- **الغائية**: وهي الهدف الأسمى والأساسي في حياة الفرد.

5-  **الإرادة**: وهي القوة المتكاملة للشخصية وقدرة الفرد على اتخاذ القرارات.

6- **اللاشعور**:-  تنقسم الحياة النفسية عند فرويد إلى ما هو شعوري (يعيه الفرد) وما هو لا شعوري (لا يعيه الفرد). وتوجد درجتان من اللاشعور هما: ما قبل الشعور ويتضمن ما هو كامن ولا شعوري ولكنه متاح للحصول عليه بالطريقة العادية، ومن السهل  استدعاؤه مثل الذكريات الشخصية للفرد. أما اللاشعور (العميق) فيتضمن الأمور أو الخبرات المكبوتة التي يتطلب إخراجها إلى الشعور جهداً تحليلياً خاصاً لما يحتويه من خبرات غير مرغوبة أو مؤلمة، ويظهر أحياناً في الأحلام.

7-  **الغرائز**:- حدد فرويد غريزتين رئيسييتين هما غريزة الحياة وغريزة الموت. وركز تركيزاً خاصة على الغريزة الجنسية إذ اعتبرها مصدراً رئيسياً من مصادر الأمراض النفسية في حالة عدم إشباعها. وقد عدّل فرويد مصطلح الغريزة الجنسية إلى لفظ الليبيدو Libido أي الطاقة الجنسية. وتمر هذه الغريزة في نموها بحسب مراحل النمو عند فرويد وهي: المرحلة الفمية، المرحلة الشرجية، المرحلة القضيبية، مرحلة الكمون، والمرحلة التناسلية.

**الجهاز النفسي:-  ويتكون الجهاز النفسي عند فرويد من عدة مكونات هي :**

         الهو Id :- وهو كل موروث، وهو منبع الطاقة النفسية، وهو طبيعة الإنسان الحيوانية (الدوافع الفطرية والجنسية والعدوانية) وهو جانب لا شعوري عميق.

         الأنا Ego :- وهو مركز للشعور والإدراك الحسي سواء الداخلي أو الخارجي، وهو الوسيط في حل الصراعات بين الهو وبين الأنا الأعلى.

         الأنا الأعلى Super-Ego :- وهو ذلك الجزء في الشخصية الدي يتكون من: الدين والعادات والتقاليد والعرف والمعايير الاجتماعية والقيم والحلال والحرام والصواب والخطأ والجائز والممنوع، وهو لا شعوري، وهو بمثابة الرقيب أو الضمير بالنسبة للفرد.

**وهناك اتجاهان رئيسيان في التحليل النفسي:**

التحليل النفسي الكلاسيكي: ورائده سيجموند فرويد Freud.

التحليل النفسي الحديث: وله أكثر من رائد وهم الفرويديون الجدد new Freudians . أمثال كارل يونج Jung، آنا فرويد Anna Freud، ألفريد آدلر Adler، كارين هورني Horney، أوتو رانكRank، إيريك فروم Fromm، هاري سناك سوليفان Sulivan.

وعلى الرغم من التكامل بين اتجاه التحليل النفسي الكلاسيكي والتحليل النفسي الحديث، فإن بينهما اختلافات تظهر عند مقارنة آراء سيجموند فرويد رائد التحليل النفسي الكلاسيكي، ورواد التحليل النفسي الحديث. كما هو في الجدول التالي:

|  |  |
| --- | --- |
| التحليل النفسي الكلاسيكي | التحليل النفسي الحديث |
| من مفاهيمه الأساسية: الغرائز، والجنسية الطفلية، وعقدة أوديب (إليكترا)، والحتمية البيولوجية، والتركيز على العمليات اللاشعورية. | من مفاهيمه الأساسية: العوامل الثقافية والنفسية والاجتماعية، وبنية الشخصية والتكيف والخبرة الشعورية إلى جانب اللاشعورية. |
| تطبيقه علاجياً مع المرضى العصابيين الذين يتحملون المدة الطويلة للتحليل الكلاسيكي. | تطبيقه علاجياً: مع المرضى متنوعي الاضطراب مثل مرضى اضطراب الشخصية والذهان. |
| عدد جلسات العلاج: عادة 4-5 جلسات أسبوعياً. | عدد جلسات العلاج: 2-5 جلسات أسبوعياً. |
| يستخدم سرير العلاج. | يستخدم سرير التحليل أو وجهاً لوجه. |
| أهداف العلاج تؤكد إعادة بناء الشخصية. | أهداف العلاج تؤكد الأداء الوظيفي الحالي إلى جانب إعادة بناء الشخصية. |
| أسلوب العلاج يؤكد حياد المحلل. | المحلل يكون أكثر نشاطاً وتوجيهاً. |
| أسلوب العلاج يؤكد على فنيات التداعي الحر والتفسير، وتحليل التحويل، وتحليل المقاومة. | أسلوب العلاج يتنوع وقد يستغنى عن التفسير مع التأكيد على تحليل التحويل. |

**نظرية (ألفريد آدلر Alfred Adler)**

إن مفهوم الشخصية عند آدلر يرتكز أساساً على مبدأ فهم شخصية الفرد وطبيعته الداخلية مما تستلزم الكشف عن الإطار الاجتماعي الذي يعيش فيه الإنسان، من حيث هو كائن إجتماعي، تتشكل حياته من خلال المعايير الأخلاقية والثقافية والاجتماعية. وبما أن الانسان محدد بالروابط والعلاقات الاجتماعية فلا بد من فهم هذه العلاقات الاجتماعية التي يتواجد فيها الفرد. ويشير أدلر أن للظروف الاجتماعية والاقتصادية أثراً هاماً على دوافع سلوك الانسان وعلى تكوين تفكيره، فالانسان ليس كائناً معزولاً عن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيهاً، بل هو كائن اجتماعي قادر على خلق شخصيته من خلال نشاطه الذاتي. كما ركز آدلر على موضوع علاقات الإنسان ووجوده الاجتماعي، وذلك من خلال الكشف عن العلاقة بين الشخصية والمجتمع، وكذلك في الكشف عن العوامل الاجتماعية التي تحدد سلوك الكائن البشري وميوله الاجتماعية ودينامية التفاعل بين العالم الخارجي للشخصية وعالم العلاقات العامة.

**المسلمات والمفاهيم الأساسية للنظرية :-**

**1-**      **مشاعر النقص و العجز والكفاح من اجل التفوق والكمال كبديل لنظرية الجنس:-**

يمثل الشعور بالنقص Inferiority Feeling في الإنسان و الذي يرتبط بالعجز الطبيعي في بداية الحياة وما يدعمه من عوامل أخرى كالمرض و الإصابات، ثم العجز عن مواجهة الموت الأساس لدافـــــــــــــــع الكفاح من اجل التغلب على مشاعر النـــــــــــــــــــقص  والـــــــــــــــعجز، ثم من اجل التميز Superiority والكمال ، وهذاالدافع يعتبر سويا من وجهة نظر ادلر إذا بقي الفرد محافظا على أهدافه الاجتماعية، إلا انه قد يصبح مرضيا إذا فقد الفرد أهدافه الاجتماعية.

وقد وصف داين كميرير Dinkmeryer الحقيقة الأساسية لحياتنا كانت في كيفية وصف آدلر لفكرة الكفاح من أجل التفوق بالمعنى العام للكلمة. وكذلك لم يقصد آدلر بالكفاح من أجل التفوق بأن كل واحد منا بكافح ليصبح أعلى من أي شخص آخر في المركز أو الامتياز، ولكن ما عناه الكمال. فيكافح الناس من أجل الكمال. وقد وصف ذلك آدلر بألفاظ متباينة، الكفاح نحو الأعلى، والاندفاع من أسفل إلى أعلى، أو الدفع من السلب إلى الإيجاب، هذا الدفع العظيم للأعلى يوازي النمو العضوي، وهو جزء ضروري في الحياة فكل شيء تقوم به يتبع دفع وتوجيه هذا الكفاح الذي يعمل باستمرار ونحن لا يمكن أن نخلو منه لأنه الحياة نفسها، فكل شيء يتم بهذا الكفاح من أجل التفوق والكمال واعتماداً على مفهوم دارون، ومفهوم التطور، قال آدلر: بأن كل الحياة تعبر عن نفسها كحركة مستمرة نحو هدف المحافظة على الفرد والنوع. ونبلغ هذا الهدف عن طريق التكيف للبيئة والسيطرة عليها.

وقد أضاف آدلر على مفهوم الكفاح من أجل التفوق ما يلي:-

**‌أ.**        إن الكفاح يعمل من أجل زيادة التوتر بدلاً من تخفيفه بعكس فرويد، لم يعتبر آدلر أن دافعنا الوحيد هو تخفيض التوتر والمحافظة على حالة توازن أو حالة خلو من التوتر. فالكفاح من أجل الكمال، مع أفكار الأعلى، الأكثر والزيادة المرتبطة بها لا تتطلب المزيد من إنفاق الطاقة والجهد. واعتقد آدلر بأن الكائن الحي يحتاج تماماً إلى عكس الاستقرار والهدوء.

**‌ب.**     إن الكفاح من أجل التفوق يظهر في كل من الفرد والمجتمع. واعتبر آدلر أن الأفراد والمجتمع كشيئين مترابطين ويعتمد كل منهما على الآخر، لذا وجب على الناس أن يعملو بطريقة بناءة مع بعضهم البعض لصالح الكل، واعتبر آدلر أن الفرد ليس في صراع مع ثقافته وإنما هو متجاوب منسجم كليا معها.

.

**6-**      **أسلوب الحياة: (Life Style )**

استخدم ادلر مصطلح علم النفس الفردي ليؤكد الطبـــــــــيعة الذاتية لكـــــــــــــفاح الفرد من اجــــــل تحقيــــــــــق أهدافه التي يسعى من خلالها للسعي للتميز في الكمال (هذه الفكرة تؤكد التوجه الإنساني لأدلر).

ويمثل مفهوم آدلر عن اسلوب الحياة نظرته للشخصية الانسانية من حيث تنظيمها واتساقها وتفردها، فيعتقد أن كل الأهداف النهائية تدور أساسا نحو التفوق. إن أسلوب الحياة هو مبدأ النظام الذي تمارس بمقتضاه شخصية الفرد وظائفها، وإن الكل الذي يأمر الأجزاء وأسلوب الحياة هو المبدأ الاساسي الفردي عند آدلر فهو المبدأ الذي يفسر لنا تفرد الشخص. ينشأ هذا الأسلوب في مرحلة الطفولة المبكرة أي في حوالي الأربع سنوات الأولى في حياة الطفل وتنصهر خبرات الحياة التالية في هذا الأسلوب، ولذلك فإنه من الصعب تغير خط الحياة فيما بعد ذلك. إن النمو المبكر لهذا الاسلوب يقوم على أنواع الخبرات التي يمر بها الطفل، مثل خبراته التي يشعر بها بالنقص أو العجز فيها يعمل على إشباع حاجاته، والفروق والاختلافات بين أساليب حياة الأفراد يمكن أن ترد إلى مصادر مختلفة تكمن في الظروف المختلفة لكل فرد في النواحي البدنية والنفسية والإجتماعية.

**7-**      **ترتيب الميلاد: ( Birth order )**

إن مركز الفرد في الأسرة يقوم بدور كبير في تحديد نفسيته، وذلك لأن مركز الفرد في الأسرة يترك طابعا بارزا في أسلوب الحياة في الفرد. كما تنشأ كل المصاعب التي تعوق النمو من شدة المنافسة وقلة التعاون في ذلك المحيط.

لذا يجب أن يدرس الفرد دائماً في إطار علاقاته مع الآخرين، لأن هذه العلاقات الاجتماعية الأولى تستعمل من قبل النفس المبدعة في بناء أسلوب الحياة. والتسلسل الولادي هو أحدث المؤثرات الاجتماعية المهمة فهنالك اختلافات كبيرة بين الأول والثاني وثالث في الأسرة، وهو نتيجة للخبرات المتميزة التي يمر بها كل فرد بوصفه عضواً في جماعة اجتماعية. فالطفل الاول يحصل على اهتمام كبير من والديه حتى يأتي الطفل الثاني لينافسه على هذا الاهتمام، ومن هنا تؤثر هذه الخبرة في الطفل الأول بطريقة متباينه فقد يصبح لبعض الوقت مشكلة سلوكية. وهنا أشار آدلر أن مثل هذا الموقف يؤثر على نظرة الشخص للحياة حيث الأطفال الأوائل في الغالب متجهون نحو الماضي وتواقون إليه ومتشائمون من المستقبل، أما الطفل الثاني فهو لم يجرب مركز السلطة والاهتمام ولم يواجه بصدمة التنازل المفاجئ عن مركز الاهتمام. كما أن تجربة الآباء في معاملته تختلف إذ تصبح أكثر هدوءا. ومن هنا فالطفل الثاني مدفوع للحاق بأخيه الأكبر والتفوق عليه وهو أكثر تفاؤلاً بالمستقبل. أما الطفل الأصغر فهو الطفل المحبوب للعائلة، فهو ينمو بسرعة ملحوظة ويكون أكثر إنجازاً في عمله أو قد يحدث العكس، فإذا دلل لدرجة كبيرة بحيث لا يحتاج لأن يتعلم ويعمل أي شيء بنفسه فإنه يصبح اعتمادياً وسيجد صعوبة في حل مشاكله. أما الطفل الوحيد فهو مركز اهتمام العائلة ومن المتوقع أن يتعرض لصدمة عنيفة عندما يذهب إلى المدرسة، حيث يدرك أنه لم يعد مركزاً للاهتمام كما أنه لم يعتد على المشاركة والتنافس على المركز ومن المحتمل أن يشعر بخيبة أمل قاسية.

**8-**      **التعويض**:  **Compensation**

يعتقد آدلر أن الشعور النقص قائم في نفوس الناس جميعاً دون استثناء، وقد ذكر أن الشعور بالقصور ليس بذاته أمراً شاذاً بل هو العلة في كل تقدم وصل إليه الجنس البشري. ويرى آدلر أن الشعور بالنقص يدفع الفرد منذ الصغر إلى البحث عما يضمن له الأمن ويخفف شعوره بالذل والضعف، ويحاول الفرد التعويض عن النقص أو الضعف الموجود لديه. (رمزي، 1998).

**طبيعة سوء التوافقNature of maladjustment :**

أشارة إلى ما اعتقده آدلر فإن عملية االتطور النفسي والاجتماعي تقرر ما اذا كان سلوك الفرد جيداً أم سيئاً. ولا يحسم هذا الأمر فطرياً. إن حقيقة الطفل يولد ضعيفاً وعاجزاً بمقارنته مع الراشدين. ونتيجة لذلك ولوعي الطفل لهذه الظروف يحاول أن يصنع حداً لذلك، وأن يجد مكانته بين أنداده من البالغين، ومن الناحية الأخرى فإن تزود الطفل بمشاعر عدم الجدارة والاعتمادية والشك في علاقته مع الآخرين فقد يلجأ إلى منطق خاص به ليخفي مخاوفه ومشاعره حول النقص الذي يعاني منه، وبهذه الطريقة فإن الطفل قادر على أن يتزود باللاموضوعية واللاواقعية، في تعامله مع عالمه، ولكن هناك أيضا شعور سطحي فعال بالتفوق ليعوض عن حالته اللاشعورية بمشاعر النص والدنيوية، وفي هذا الموقف يكون رؤيته على أنه غير متكيف.

كما أن سوء التوافق (عدم التكيف) فسر حسب منهجية آدلر في تعريفه للعصاب، حيث وصف أنسباشر Ansbashacher نظرية آدلر حول العصاب فيما يلي:

1-      وجود اعتقاد خاطئ لدى الفرد حول الذات والعالم. وهذا لكون الفرد لديه أهداف خاطئة واسلوب حياة خاطئ.

2-      الفرد سوف يلجأ إلى أشكال مختلفة من السلوك الشاذ بهدف حماية اعتقاده عن ذاته.

3-      مثل هذه الحماية تحدث عندما يواجه الفرد بمواقف يشعر بخلالها بأنه سوف لن ينجح بمقابلتها.

4-      الخطأ يتألف من كون الفرد متمركزاً حول ذاته بدلاً من أن يأخذ بالاعتبار الجنس البشري.

5-      الفرد لا يكون مدركاً وواعياً لهذه العمليات.

فكل عصاب يمكن فهمه على أنه محاولة لتحرير النفس من مشاعر النقص في محاولة لكسب الشعور بالتفوق، وهناك وجهة نظر أخرى لتطوير السلوك اللاتكيفي بربطه مع وهن العزيمة أو التثبيت.

فالشخص الأقل عزيمة لا يستطيع أن يسعى لاحتمالية كسب المعركة، أو حتى حل المشكلات أو حتى التحرك لإيجاد حلول ممكنه. مثل هذا الشخص ليس لديه الثقة في قدراته الخاصة، وقد أشار آدلر إلى أن كل سلوك مقصود وموجه نحو هدف. فالسلوك السيء له أهداف، وقد وجد أن الأطفال سيئي السلوك هم أطفال فقدوا التشجيع من قبل المحيطين بهم، وهم لا يعتقدون بأن بإمكانهم الانتماء من خلال طرق مفيدة، ومن هنا فإنهم يبحثون عن الانتماء من خلال السلوك اللاسوي. (رمزي، 1998).

**الطرق العلاجية التي استخدمها ادلر في نظريته**

لقد استخدم ادلر عدداً من الأساليب العلاجية في معالجة الحالات التي تعامل معها، ومن الأساليب التي ركزت عليها نظريته:

**1-**      استراتيجة العلاقة (بين العميل والمعالج).

**2-**      أسلوب المقارنة.

**3-**      اكتشاف نمو الحياة عن طريق عدة طرق منها- تحليل الأحلام- ترتيب الميلاد وخبرات الطفولة واستدعاء الذكريات والخبرات.

**الجوانب الاساسية التي ركز عليها ادلر في خطوات العلاج فهي:**

**** عدم الاهتمام بالغرائز أو الجنس، بل التركيز على ديناميات الاسرة ومركز العميل بين اخوته وأبويه.

**** مساعدة العميل على التخلص من عقدة النقص، وذلك من خلال اثارة ميكانزمات التحدي لدى العميل، ودفع الفرد من خلال شعوره بالحرمان والاضطهاد للقيام بمحاولات التعويض كردة فعل لاستعادة ذاته.

**** العمل على مساعدة العميل في تصحيح اسلوب ونمط الحياة الخاطئ والخبرات المبكرة بتأكيد ما لدى الفرد من امكانيات وقدرات وإعادة الثقة إلى العميل، فالشجاعة والعطاء الاجتماعي هما ثمار التفكير المنطقي والعقلاني.

****  أما إذا كان العميل طفلاً فإن ادلر كان يلجأ إلى علاج الابوين والمدربين والمربين والاجتماع بهم قبل أن يعالج الطفل.

**** ان مفهوم العلاج عند ادلر يقوم على عدم جعل العميل يهرب إلى اللاشعور وبالتالي عملية الكبت، بل كان يجعل العميل يواجه ما ما يشعر به ويساعده على الاندماج بالمجمتع، والواقع ليشعر العميل ان هناك تشويهاً في نظرية لقيم المجتمع والواقع.

**إجراءات عملية العلاج حسب نظرية آدلر:**

‌أ.  التأكيد على قوة العلاقة بين العميل والمعالج.

**‌ب.**التأكيد على فهم اسلوب الحياة عند العميل وذلك من خلال استخدام التحليل.

**‌ج.**  التأكيد على أهمية الاحلام  واعتبارها من أهم الامور التي على المعالج أن يفهم من خلالها الاضطراب،لأن الاحلام تمثل العواطف بل قوتها ومصدر سلوك الفرد.

**‌د.**  التأكيد على عملية التفسير في فهم طرق المحادثة بين العمبل والمعالج، وفهم الاحلام والتخيلات والاعراض والعلاقات الشخصية القائمة بين العميل والاخرين.

**‌ه.**   التأكيد على أن المعالج لا يقدم النصح ولا يعتمده ولكن قد يشير الى البدائل في امكانية مواجهة المشكلات لدى العميل.

**‌و.**   التأكيد على المعالج بأن لا يعد العميل بنجاح العلاج حتى في أكثر الحالات توقعا في الشفاء وأن يكتفي فقط في احتمال الشفاء وذلك من أجل تحمل المريض تبعية العلاج ونجاحه.وذلك من أجل التأثير على العميل بأن المسؤلية في شفائه تتركز عليه هو والمعالج يستطيع فقط أن يحدد الأخطاء. (رمزي، 1998).

            **ايجابيات النظرية:**

1)      مفاهيم نظريته أسهل من نظرية فرويد من حيث الفهم والتطبيق (وقد انتقدها فرويد حيث قال أن علم النفس الفردي كان مفرطاً في التبسيط).

2)      نظرته إلى الذات حولت الدراسة من الهو والأنا الأعلى إلى دراسة الأنا.

3)      كانت مؤثرة نسبيا على أفكار بعض العلماء التحليل النفسي والإنساني.

**سلبيات النظرية:**

**1)**      التركيز الشديد على مشاعر النقص والعدوان والنظر إليهما كأساس للنمو الإنساني**.**

2)      الاعتماد الكبير على الملاحظات العامة عن الحياة اليومية.

**نظرية الذات) كارل روجرز )**

* تعدٌ نظرية الذات من أهم نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ,ومن أقدم النظريات النفسية ,إذ يعود تاريخها إلى الفكر اليوناني عند أفلاطون وسقراط وأرسطو .كما تعد هذه النظرية حديثة ,إذ جدد مفهومها في القرن العشرين كارل روجرز )Carl R oqers1902-1987 الأمريكي الأصل,كما ارتبط اسم كارل بظهور الإرشاد غير المباشر directive Counselinq Nonالذي تطور ليعرف باسم العلاج المتمركز حول الشخص Person Centered روجرز Therapyونظرية الذات لكارل روجرز تعد من أهم نظريات الذات كما يرى فرنون (1964) فقد بنيت على دراسات وخبرة روجرز في الإرشاد والعلاج النفسي .

ينتمي كارل روجرز إلى الاتجاه الإنساني الذي يركز على إنسانية الإنسان وقدرته على التحكم في مصيره وأنه خير بطبيعته .وقد دأب "روجرز"على تطور اتجاهه النظري ,وأخضعه للفحص والإثبات مما جعل نظريته في الذات ,وأسلوبه المعروف بالإرشاد المتمركز حول الشخص لهما أبلغ الأثر في الإرشاد النفسي

**النظرة إلى الإنسان**

رى روجرز أن الإنسان كائن عقلاني اجتماعي واقعي يتوجه إلى الأمام متعاون ويمكن الوثوق به ,ولديه دافع يحركــــه نحو تحقيق أهدافه,وأنه يكافح من أجل تقديمه,ولدية من الإمكانات ما يمكنه من تحقيق ذاته ,وهذا الدافع كما يرى نيلسون وجونز (Nelson&Jones,1982)يمثل القوة الرئيسية لحركة الإنسان وتقدمه في الحياة

**ومن أهم الافتراضات التي تعتمد عليها نظرية روجرز ما يلي :**

كل إنسان لديه القدرة على أن يوجه وينظم ويضبط ذاته شريط توفر شروط معينة ,وفي غياب هذه الشروط يصبح في حاجة إلى ضبط وتنظيم من خارجه , فعندما تتاح للإنسان ظروف مناسبة للنمو فإنه سينمي طاقاته بشكل بناء تماما.
\_ضرورة الإيمان بقيمة الإنسان وكرامته ,وبقدرته على مواصلة النمو والتطور الذاتي.
-كل إنسان له الحق في أن يكون له أفكاره وآراؤه الخاصة.
-يجب أن يكون الإنسان مسؤولاً عن تقرير مصيره ورعاية مصالحه بطريقة الخاصة دون مساس بحرية الآخرين أو حقوقهم

-إن أفضل طريقة لفهم الإنسان هو أن ننظر إليه كما ينظر هو إلى نفسه ويدركها (أي من خلال إطاره المرجعي )وليس من خلال الواقع الفعلي للمدرك.
-إن الشخص السوي هو ذلك الشخص الذي تكون لديه القدرة على التفاعل بشكل صحيح مع مختلف جوانب الحياة ,كما تكون لديه القدرة على الكفاح من أجل إثبات ذاته , وتحديد منهجه في الحياة من خلال خبراته الخاصة في الحياة
- إن الإنسان الفعال هو الذي يعمل على المشاركة بالعديد من الخبرات مستفيداً من كل لحظة في حياته,وهو يثق بآراء الآخرين وقليل الاعتماد على استحسانهم أو عدم استحسانهم.

 **بناء الشخصية:**

**يتكون بناء الشخصية وفقاً لما يراه روجرز من:**

**1-الكائن العضوي**:

ويتضمن الجوانب الجسمية والانفعالية والعقلية جميعها ,حيث ينظر إلى الإنسان على أساس أنه محور الخبرات كلها ,وتمثل هذه الخبرات المجال الظاهري للفرد,إذ يشتمل على نظرة الفرد للأشياء كما يراها هو وفقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه .وبناء على ذلك يتحدد سلوك الفرد

**الذات**

هي كينونة الفرد ,وتمثل المفهوم الأساسي والمركزي في نظرية روجرز ,وتعدٌ من أهم مكونات الشخصية ,إذ تتكون نتيجة تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها ,وبشكل خاص من خلال وعي الإنسان بأحكام الآخرين وإدراكهم له .فالخبرات التي تتسق مع تصور الذات تعد تهديداً خطيراً لها ،فتسعى الذات إلى تحريفها وتشويهها لتتمكن الذات من الاحتفاظ باستمراريتها ولهذا تكون الشخصية في حالة نمو وتغير مستمرين نتيجة التفاعل المستمر مع المجال الظاهري للفرد.

**انواع الذات**

-الذات الحقيقية Real Selfوهي الذات كما يكونه الشخص فعلاً ,أي كما في الواقع دون أي تغيير أو تشويه

الذات المدركة وهي صورة الفرد عن ذاته كما يراها ,تنمو من خلال التفاعل مع الآخرين ومع البيئة,فإذا كان الفرد محبوباً أو مكروهاً,فإن الذات تُرى كذلك ,وإذا وصف الفرد بأنه مجتهد أو ذكي أو غبي ,فإنه يرى نفسه كذلك.

الذات الاجتماعية

وتعني إدراك الفرد لتقييم الآخرين له ,أو أفكار الآخرين عن الفرد كما يتصورونها .فالفرد يحاول أن يعيش في مستوى توقعات الآخرين منه , فقد يتوقعون منه أن ينجز إنجازاً كبيراً أو إنجازاً ضعيفاً. ولذلك تنشاْ الصراعات النفسية الداخلية عندما توجد فجوة واسعة بين مفهوم الذات المدركة وبين مفهوم الذات الاجتماعية .

الذات المثالية وتعني إدراك الفرد لتقييم الآخرين له ,أو أفكار الآخرين عن الفرد كما يتصورونها .فالفرد يحاول أن يعيش في مستوى توقعات الآخرين منه , فقد يتوقعون منه أن ينجز إنجازاً كبيراً أو إنجازاً ضعيفاً. ولذلك تنشاْ الصراعات النفسية الداخلية عندما توجد فجوة واسعة بين مفهوم الذات المدركة وبين مفهوم الذات الاجتماعية .

**تفسير نظرية الذات للاضطراب النفسي**

روجرز أن عدم التطابق بين مفهوم الذات المدرك وبين مفهوم الذات المثالي ,أو بين مفهوم الذات المدرك وبين مفهوم الذات الاجتماعي هو السبب في مشكلات سوء التوافق لدى الناس , ومن ثم يكونون معرضين للقلق والتهديد, ويسلكون سلوكيات دفاعيةDefensive,ولذلك يمكن أن تتسم سلوكياتهم بالآتي:

**الغرابة**

وفي هذه الحالة يصبح الشخص غير صادق مع نفسه ,لأنه من أجل أن يحتفظ بالتقدير الإيجابي من قبل الآخرين ,فإنه يزيف بعض قيمه ولا يدركها إلا في ضوء تقدير الآخرين لها ,وهذا تطور مأساوي للفرد يحدث مبكراً في مرحلة الطفولة حين يتعلم الطفل بعض القيم التي تؤدي إلى أن يصبح غير آمن مع نفسه .مثلاً إذا أراد الطفل أن يلعب في الوقت الذي يطلب منه الآخرون أن يهدأ,فإنه في هذه الحالة يتلقى الغضب بدلاً من تقدير الآخرين الإيجابي,وهنا يحدث عدم الاتساق بين الذات وبين الخبرة وهذا بدوره يؤدي إلى عدم التوافق النفسي (دمنهوري وآخرون,2010

**عدم اتساق السلوك**

ينشأ عدم الاتساق بين الذات والخبرة ,حيث نجد أن بعض سلوكيات الفرد تكون متسقة مع تصور الفرد لذاته مما يؤدي إلى تحقيق الذات ,بينما نجد بعض السلوكيات الاخرى لا تكون متسقة مع تصور الفرد لذاته ,وبالتالي سيكون الإنسان في هذه الحالة متذبذباًينشأ عدم الاتساق بين الذات والخبرة ,حيث نجد أن بعض سلوكيات الفرد تكون متسقة مع تصور الفرد لذاته مما يؤدي إلى تحقيق الذات ,بينما نجد بعض السلوكيات الاخرى لا تكون متسقة مع تصور الفرد لذاته ,وبالتالي سيكون الإنسان في هذه الحالة متذبذباً

**القلق**

عندما يتعرض تصور الفرد لعدم الاتساق تنشأ مشاعر القلق وتؤدي إلى انخفاض في تقدير الفرد لذاته,فالخبرات التي يراها الشخص مهددة للتصورات الموجودة لديه عن ذاته سوف يرفضها بشدة ,وإذا شعر بالخطر فالخيار الذي يجده أمامه هو الدفاع عن نفسه ,وهنا فإن وسائل الدفاع التي يلجأ إليها الفرد تعمل على منع الخبرات غير المتسقة مع تصور الذات ،وهذا ما يؤدي إلى القلق.

**اليات الدفاع**

تعمل آليات الدفاع على جعل إدراك الفرد للخبرة متسقاً مع بناء الذات .ويتم ذلك عن طريق الإدراك الانتقائي أو تحريف الخبرة الواقعية أو إنكار الخبرة على الوعي .فالشخص الذي يسقط مشاعره على الآخرين على أنها ليست له,وكذلك التبرير,فكل من الشخصين يقومان بإنكار السلوك حتى يحميا اتساق تصورهما لأنفسهما.

**السلوك غير التوافقي**

تعمل آليات الدفاع على جعل إدراك الفرد للخبرة متسقاً مع بناء الذات .ويتم ذلك عن طريق الإدراك الانتقائي أو تحريف الخبرة الواقعية أو إنكار الخبرة على الوعي .فالشخص الذي يسقط مشاعره على الآخرين على أنها ليست له,وكذلك التبرير,فكل من الشخصين يقومان بإنكار السلوك حتى يحميا اتساق تصورهما لأنفسهما.

**عملية الارشاد وفقا لنظرية الذات**

تهدف عملية الإرشاد النفسي وفقاً لهذا الاتجاه الإرشادي إلى تحقيق فهم واقعي للذات عند المسترشد ,وإلى زيادة التطابق بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي ,والذي يؤدي إلى إيجاد تقبل للذات وتقبل للآخرين ,وتحــــــــقيق التوافق النفسي والصحة النفسية عنده.فالإرشاد الناجح يساعد على زوال الآثار السلبية ,وزيادة انفتاح المــــــــسترشد على العالم ,الأمر الذي يحقق مزيداً من الانسجام بين مفهوم الذات وعالم الخبر ,.ويصبح المسترشد أكثر فاعلـــــية وتوافقاً ونضجاً.
ولذلك فإن فهم ذات المسترشد أساس نجاح عملية الإرشاد النفسي ,إذ كلما كان مفهوم الذات لدى المسترشد واقـــعياً,كان السير في خطوات الإرشاد النفسي أكثر نجاحاً

ويرى "روجرز"أن لدى الفرد إمكانات فطرية تمكنه من النمو على نحو سليم وإيجابي ومبدع .وفي ضوء ذلك يكون الإرشاد النفسي عبارة عن مساعدة المرشد للمسترشد على إطلاق إمكاناته الإيجابية الفطرية المدفوع بنظرته نحو الأحسن ,فإذا توفر المرشد المتمكن فإنه يساعد المسترشد في:
أ-عرض مشاعره وخبرته بحرية دون خوف أو خجل .
ب-اكتشاف ذاته على حقيقتها ومواجهة ذلك.
ج-ازدياد تقديره لذاته , وتنمية قدراته على المواجهة (عقل ,2000 : 115)

**الاسلوب الارشادي وفقا لنظرية الذات**

من أجل إحداث التغيير اللازم في شخصية المسترشد ,لابد للمرشد النفسي من مراعاة عدد من الأمور :

-أن يكون منسجماً مع المسترشد ,وأن يتسم بالأصالة :أي تكون أقوال المرشد متفقة مع أفعاله ,وأن يكون مدركاً لمشاعره تجاه المسترشد وتجاه الآخرين ,وأن يعبر عنها بصراحة ووضوح .

-أ ن يساعد المسترشد في تنمية تقديره لذاته,وتنمية قدراته على المواجهة ,وأن يلمس المسترشد ذلك حقيقة من قبل المرشد.
-أن يتفهم المرشد الإطار المرجعي الخاص بالمسترشد كما لو كان إطاره المرجعي الخاص به.
-أن يكون الاتصال والتواصل بين المرشد والمسترشد كاملاً وواضحاً.
-أن يشعر المسترشد بمعاناة فعلية تسبب له الضيق ويشعر أنه بحاجة ماسة للتخلص منها (القلق مثلاً).
-أن يكون المسترشد مشاركاً فاعلاً في العملية الإرشادية ,سواء في الحديث أم في تحديد الأهداف ,أم في اتخاذ القرارات التي تخص السير في عملية الإرشاد .
-أن يساعد المسترشد في عرض مشاعره وخبراته بحرية دون خوف أو خجل .
\_أن يساعد المسترشد في اكتشاف ذاته على حقيقتها ومواجهة ذلك

****[**النظرية السلوكية في الارشاد النفسي BEHAVIOUR THEORY**](http://psycho.sudanforums.net/t1190-topic#1460)

طلق على النظرية السلوكية اسم "نظرية المثير والاستجابة" وتعرف كذلك باسم "نظرية التعلم".
والاهتمام الرئيسي للنظرية السلوكية هو السلوك: كيف يتعلم وكيف يتغير. وهذا في نفس الوقت اهتمام رئيسي في عملية الإرشاد التي تتضمن عملية تعلم ومحو تعلم وإعادة تعلم، والتعلم هو محور نظريات التعلم التي تدور حولها النظرية السلوكية
**مفاهيم النظرية السلوكية**
ترتكز النظرية السلوكية وتقوم على مفاهيم ومسلمات ومبادئ وقوانين تتعلق بالسلوك وبعملية التعلم وحل المشكلات، استخصلت من دراسات بحوث تجريبية معملية قام بها رواد وأصحاب هذه النظرية، وفيما يلي أهم المفاهيم وأبرز الرواد.
1- معظم سلوك الإنسان متعلم: من المبادئ الأساسية التي ترتكز عليها النظرية السلوكية أن معظم سلوك الإنسان متعلم، وأن الفرد يتعلم السلوك السوي، ويتعلم السلوك غير السوي، أي أنه يتعلم السلوك المتوافق والسلوك غير المتوافق .

.
 2-إن كل سلوك "استجابة" له مثير. وإذا كانت العلاقة بين المثير والاسجابة سليمة كان السلوك سويا والأمر على ما يرام، أما إذا كانت العلاقة بينهما مضطربة كان السلوك غير سوي والأمر يحتاج إلى دراسة ومساعدة. ونضرب مثلا في مجال المدرسة. معلما سأل تلميذا: "ما الجذر التربيعي للعدد 25؟ ". إذا أجاب التلميذ: "5"؛ فإن الاستجابة صحيحة وتعني أن الأمر على ما يرام، أما إذا أجاب "7" مثلا فالاستجابة خاطئة وتحتاج إلى بحث سبب ومصدر الخطأ، والعملية هنا عملية "هندسية بشرية". فالمعلم يبدأ في عمل مجسات سلوكية ليبحث عن سبب ومصدر الخطأ، فربما يكون الخطأ عند مصدر المثير، قد يكون هناك مؤثر خارجي كصوت سيارة غلب على صوت المعلم، وقد يكون العيب في المستقبل في أذن التلميذ فلا يسمع صوت المعلم جيدا، وقد يكون هناك نقص معرفي في معلومات التلميذ الحسابية كالجهل أو النسيان، وقد يكون هناك عيب اجتماعي فالتلميذ يرتبك عند التعبير أمام زملائه، وقد يكون العيب انفعاليا فالتلميذ يخجل أو يخاف إذا تحدث في الفصل، وهكذا يبحث المعلم كل الاحتمالات إلى أن يضع يده على سبب مصدر الخطأ حتى يساعد في تصحيحه. وهكذا ففي الإرشاد التربوي، وبالمثل في غيره من مجالات الإرشاد النفسي، لا بد من دراسة المثير والاستجابة وما بينهما من عوامل الشخصية جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا.
3- الشخصية: والشخصية حسب النظرية السلوكية هي التنظيمات أو الأساليب السلوكية المتعلمة الثابتة نسبيا التي تميز الفرد عن غيره من الأشخاص.
4- في عملية التعلم لا تعلم دون دافع ،والدافع طاقة قوية بدرجة كافية تدفع الفرد وتحركه إلى السلوك، والدافع إما أولي "موروث فسيولوجي مثل الجنس" أو ثانوي "متعلم مثل الخوف". وعن طريق التعلم يكتسب الفرد دوافع ثانوية تقوم على الدوافع الفسيولوجية الأولية. وهذه تسمى حاجات ولها صفة الدافعية وتحدد السلوك، ووظيفة الدافع في عملية التعلم ثلاثية الأبعاد: فهو يحرر الطاقة ، وهو يوجه السلوك وجهة معينة ليشبع حاجة معينة عند الفرد
5- التعزيز هو التقوية والتثبيت بالإثابة، والسلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيزه
6- الانطفاء وهو ضعف وتضاؤل وخمود واختفاء السلوك المتعلم إذا لم يمارس ويعزز أو إذا ارتبط شرطيا بالعقاب بدل الثواب، ويلاحظ أن العقاب يكف السلوك لأن الفرد يحاول دائما أن يتجنبه، ويلاحظ أيضا أن الاستجابات التي لها أثر محبط تميل إلى الانطفاء.

7- العادة وهي رابطة تكاد تكون وثيقة بين مثير واستجابة، والعادات معظمها مكتسب وليس موروثا.

8- التعميم : إذا تعلم الفرد استجابة، وتكرر الموقف فإن الفرد ينزع إلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات أخرى تشابه الاستجابة المتعلمة.

9- التعلم ومحو التعلم واعادة التعلم :التعلم هو تغير السلوك نتيجة للخبرة والممارسة، ومحوالتعلم اي محاولة محو ما تعمله الفرد عن طريق الانطفاء، وإعادة التعلم تحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد، وهذه السلسلة من عمليات التعلم تحدث في التربية والإرشاد والعلاج النفسي وحتى في عملية غسيل المخ أي محاولة محو ما تعمله الفرد ثم إعادة تعليمه من جديد.

طبيقات النظرية السلوكية في الإرشاد النفسي :
تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية: بأنها أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة بارتباطها بمثيرات منفرة، ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوبة
ويركز الإرشاد النفسي على ما يأتي:
 تعزيز السلوك السوي المتوافق-
مساعدة العميل في تعلم سلوك جديد مرغوب والتخلص من سلوك غير مرغوب، ومساعدته في تعلم أن الظروف الأصلية قد تغيرت أو يمكن تغييرها بحيث تصبح الاستجابات غير المرغوبة غير ضرورية لتجنب المواقف غير السارة التي سبق أن ارتبطت بها. فمثلا يمكن تخليص العميل من أفكار وسواسية أو سلوك قهري كان يقوم به لتجنب أفكار مثيرة للشعور بالذنب
 -تغيير السلوك غير السوي أو غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف والشروط التي يظهر فيها والعوامل التي تكتنفه وتخطيط مواقف يتم فيها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغير المنشود، ويتضمن ذلك إعادة تنظيم ظروف البيئة بما يؤدي إلى تكوين ارتباطات شرطية جديدة فيما يتعلق بمشكلات العميل وأغراضه، وهذا يتطلب فصل المشكلة وتخطيط مواقف تعلم تؤدي إلى إزالة الأغراض وتعديل السلوك وحل المشكلة
الحيلولة بين العميل وبين تعميم قلقه على مثيرات جديدة.-

-ضرب المثل الطيب والقدوة الحسنة سلوكيا أمام العميل عله يتعلم أنماطا مفيدة من السلوك عن طريق محاكاة المرشد خلال الجلسات الإرشادية المتكررة

نقد النظرية السلوكية
رغم أن النظرية السلوكية تعتبر نظرية تجريبية موضوعية وظيفية في تفسير السلوك يوجه إليها بعض الانتقادات أهمها
 1- يصر أصحاب النظرية السلوكية على أن السلوك الملاحظ الظاهري الموضوعي فقط هو الذي يوضع في الاعتبار من الناحية العلمية.

تتغاضى النظرية السلوكية عن النظر للفرد ككل وتهمل العناصر الذاتية في السلوك-2

3- المفاهيم الأساسية للنظرية السلوكية لا تتفق كثيرا مع المفاهيم النظرية والتكوينات الفرضية التي توجد في النظريات الأخرى مثل نظرية التحليل النفسي

يتحمس الكثيرون للنظرية السلوكية ويعتبرون أن الإرشاد والعلاج السلوكي في ضوء نظرية التعلم هو الإرشاد والعلاج العلمي الذي يفضل كل ما عداه من الطرق ويطلقون عليه علاج التعلم وكأن غيره من طرق العلاج لا تتضمن تعلما

4-يقول البعض: إن من أكبر عيوب النظرية السلوكية أن معظم دلائلها العلمية والتجريبية الأصلية مبنية على البحوث على الحيوان أكثر منها على الإنسان

5-يركز الإرشاد السلوكي الذي يقوم على أساس النظرية السلوكية على إزالة الأعراض في حد ذاتها بدلا من الحل الجذري للسلوك المشكل عن طريق التعرف على أسبابه الدينامية وإزالتها، وبذلك قد يكون وقتيا وعابرًا.

**النظرية السلوكية المعرفية**:
يعد العلاج المعرفي السلوكي أحد أساليب العلاج النفسي الحديثة نسبياً وقد نتج عن إدخال العمليات المعرفية إلى حيز و أساليب العلاج السلوكي حيث من المؤكد وجود ارتباط بين التفكير والانفعال السلوكي

أولاً : نموذج العلاج العرفي السلوكي ل آرون بيك

يقترن العلاج المعرفي السلوكي باسم آرون بيك ويقوم هذا النموذج العلاجي على فكرة مؤاها أن ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وآرائه ومثله تعد جميعاً بمثابة أمور هامة وذات وصلة وثيقه بسلوكه الصحيح أو المريض ، وأن ما يكتسبه الفرد خلال حياته من معلومات ومفاهيم وصيغ للتعامل يستخدمها جميعاً في التعامل مع المشكلات النفسية المختلفة التي تعترض حيته.
ويعتقد بيك أن الإنسان يشوه المعلومات ويدرك الأشياء بطريقة خاطئة ، الأمر الذي يترتب عليه تفكير خاطئ وغير وظيفي.
كما يرى بيك أن الاضطرابات النفسية تنشأ كنتيجة لعدم الاتساق بين النظام المعرفي الداخلي للفرد وبين المثيرات الخارجية التي يتعرض لها ذلك الفرد وتحليلها وتفسيرها عن طريق النظام المعرفي الداخلي الذي يميزه ، ويبدأ في الاستجابة للمواقف والأحداث المختلفة انطلاقاً من تلك المعاني التي يعطيها لها.
وقد تكون هناك ردود فعل انفعالية متباينة للموقف الواحد باختلاف الأفراد ، أو من قبل نفس الفرد و لكن في أوقات مختلفة وبذلك فإن كل موقف أو حدث يكتسب معنى خاصاً يحدد استجابة الفرد الانفعالية تجاهه وتتوقف طبيعة الاستجابة الانفعالية لدى الفرد على ادراكه لذلك الموقف أو الحدث و إذا كان الادراك للواقع مشوشاً تكون النتيجة المنطقية هي حدوث الاضطرابات النفسية.
وجدير بالذكر أن هذا التشويش للواقع من جانب الفرد ، بمجرد حدوث الاضطراب يؤدي لحدوث درجة من اضطراب التفكير وينتج عن ذلك أفكار أوتوماتيكية أو تلقائية تبدو مقبولة من وجهة نظر المريض ومن ثم تكون معقولة بالنسبة له كما يفسر كل الأحداث على أنها تنطبق عليه ، وبذلك تتمركز تلك الافكار حول ذاته هو وهو ما يعرف بالتمثل الشخصي ، ويتسم التفكير بالتطرف ومن ثم يتسق مع أحد طرفين لا وسط بينهما فيكون إما أبيض أو أسود وهو ما يعرف بالتفكير المستقطب ، وهو يحاول أن يضع قواعد معينة لكل موقف ويحكم على ذلك الموقف في ضوئها ، ويتشكل فعله لذلك الموقف في اطار تلك القواعد التي تحكم الموقف ، ويرتبط الفرد بها في استجابته وذلك بشكل صارم
أنواع التفكير المشوش
يميز بيك بين أربعة أنواع من التفكير الشاذ وهي
1-التفكير الثنائي : ويشمل التفكير بطريقة مطلقة مثل الاعتقاد بأن الانسان الذي يخطئ لمرة واحدة هو انسان سيء لا يفعل إلا الأخطاء ولآ يصدر عنه غير ذلك
2-التخمين الاعتباطي : ويشمل الخروج باستنتاجات اعتماداً على أدلة غير كافية ، كأن يغضب الانسا نتيجة كلمة ، أو نظرة غاضبة من شخص آخر وهذه الكلمة أو النظرة لم تكن بالأصل موجهة للشخص
3-الإفراط في التعميم : ويشمل تبني اعتقادات وافكار عامة بناء على خبرات محدودة ، كأن يعتقد الشخص أنه فاشل في كل شيء إذا فشل مرة واحدة
4-تعظيم الأمور : ويشمل المبالغة في معنى أو أهمية الأحداث أو الخبرات ، كأن يشعر الفرد أن عدم قدرته على تحقيق ما يصبو إليه كارثة

.
تطبيقات هذه النظرية في الارشاد :
1-تدريب المسترشد على التعرف على انماط التفكير التلقائية التي تتم عن فهم خاطئ للأمور والواقع
2-تدريب المسترشد على التعامل مع تلك الأفكار بموضوعية ، إذ يتم مساعدته على إدراك الأمور بطرق أخرى
 3-تشجيع المسترشد على تصويب الافكار الخاطئة وغير التكيفية

وتشمل الاساليب العلاجية ما يلي :
أ‌- تحديد انماط التفكير غير المنطقي وغر التكيفي .
ب‌- مساعدة المتعالج على تفهم الاثر السلبي لأنماطك التفكير هذه .
ج-استبدال أنماط التفكير غير التكيفية بأنماط تكيفية و فعالة .
د- تدريب المتعالج على الأستعانة بكل ما من شأنه تطوير استراتيجيات الضبط الذاتي

هذا ويتم التأكيد على العوامل المعرفية الأربعة التالية في تعديل السلوك ضمن العمليات المعرفية
 الأنتباه 1-
 2-العمليات الوسطية
أ‌- العمليات الوسطية اللفظية .
ب‌- العمليات الوسطية التحليلية .
3- الذخيرة السلوكية
4-الظروف المحفرة

ثانياً : نموذج العلاج العقلاني العاطفي ل ألبرت إليس :.

يرى اليس أن المشكلات الأنفعالية أو السلوكية تنتج عن عوامل معرفية و أن القناعات المطلقة التي تتخذ طابعاً وجوبياً حاداً هي سبب الانفعالات أو التصرفات الخاطئة ويساعد المرشد المسترشد على أن يلاحظ العلاقة بين القناعات المطلقة الموجوده لديه والمشكلات الأنفعالية او السلوكية التي يعاني منها ويمكن للمسترشد أن يتخلص من الاضطرابات الانفعالية والسلوكية عندما يتخلص من القناعات غير منطقية ويحل محلها أفكاراً منطقية تسمى نظرية اليس نموذج الـــــــــــ

ABC
1-الحوادث اليومية "a" Activating Events
( التقدم للامتحان و الحصول على علامة سيئة.)

2- القناعات والمعتقدات "b" Belief System
يفسر هذه الاحداث كقوله أنه فاشل في مجال الدراسة و لا أمل لي بالنجاح.
3- النواتج الانفعالية والسلوكية "c" Consequences
الشعور بالاكتئاب وتجنب الدراسة و الامتحانات.

يعمل المرشد على دحض الافكار والقناعات غير المناسبة واثبات خطئها ورمز لها أليس "d" ولكي يتم دحض هذه الأفكار يعمل المرشد على تدريب المسترشد على تسجيل الحديث مع الذات ويتم ذلك من خلال استخدام مفكرة يومية لمدة اسبوع يسجل الأحداث .
"A" وما حدث نفسه بها "b" وما نتج عن ذلك "c" ويشرح المرشد للمسترشد أن الانفعالات غير المرغوب فيها ليست ناتجة عن الحدث "a" بل عن طريقته في فهم الحدث وتفسيره "b" . يوضع المرشد القناعات المنطقية والأثر المترتب على استخدامها ويرمز لهذه الخطوة "e" وهي الحرف الأول من effect وهي تتضمن بيان أثر التغير على الجوانب المعرفية والذي يظهر في التفكير المنطقي والجوانب الانفعالية و يظهر بالانفعالات المناسبة للمواقف والجوانب السلوكية ويظهر بالقيام بإجراءات تمكن من حل المشكلة

ويمكن تلخيص أفكار أليس حول العلاقات بين المعتقدات لدى الفرد الاضطرابات الانفعالية على النحو الآتي

1-الانسان كائن عاقل عندما يفكر بطريقة عقلانية يكون منتجاً وسعيداً
2-قد يفكر الإنسان بطريقة غير عقلانية وغير منطقية مما يؤدي إلى خفض الانتاجية والشعور بالتعاسة أو الاضطراب الانفعالي
3-ينشأ التفكير غير العقلي أو غير المنطقي لدى الفرد من خلال عمليات التنشئة الاجتماعية التي يسهم بها الآباء والمعلمون و الجماهير
4-يتم التفكير عن طريق الرموز و اللغة باستخدام الحوار الداخلي أو الحدث مع الذات والتفير غير المنطقي إلى انفعالية غير مريحة ، وتستمر الحالة الانفعالية باستمرار التفكير الذي انتجها
5-ان الاضطراب الانفعالي ليس نتيجة مباشرة للاحداث التي تواجهها في حياتنا و انما هو نتيجة لما تثيره تلك الاحداث لدينا من افكار.
 6-ينبغي على الفرد ان يعرف الافكار غير المنطقية لديه والتي ادت الى الانفعالات السلبية وان يعمل على تحديها و مراجعتها و تصحيحها ليستبدل بها أفكار عقلية . وهذا هو الهدف من عملية الارشاد النفسي

الفلسفة والتصورات (النظرة للإنسان)
 - يرى اليس ان البشر يشتركون في غايتين اساسيتين اولهما المحافظة على الحياة و الثانية هي الاحساس بالسعادة النسبيه والتحرر من الالم
 - يركز أليس في نظرته للانسان في ان هناك تشابك بين العاطفة والعقل أو التفكير والمشاعر ، وان الانسان هو الذي يوجه مشكلاته الانفعالية
 فقام بمحاولة إدخال المنطق والعقل في الإرشاد والعلاج النفسي-

العلاج العقلي الانفعالي السلوكي
 هو علاج مباشر موجه يستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة المريض على تصحيح معتقداته غير العقلانية التي يصاحبها خلل انفعالي وسلوكي إلى معتقدات عقلانية يصاحبها ضبط انفعالي وسلوكي

وضع البرت اليس 3 فروض أساسية للنظرية :
• الأولى : أن التفكير والانفعال بينهما صلة وثيقة .
الثانية : أن الصلة بينهما (التفكير والانفعال) من القوة بحيث إن كلاً منهما يرافق الثاني وأنهما يتبادلان التأثير على بعضهما البعض. وفي بعض الأحيان فإنهما يكونان نفس الشيء.
•
الثالثة : أن كلاهما (التفكير والانفعال) يميلان إلى أن يكون في صورة حديث ذاتي أو عبارات داخلية. وأن هذه العبارات التي يقولها الناس لأنفسهم تصبح هي نفسها أفكارهم وانفعالاتهم .

أهداف العلاج العقلاني الانفعالي:

مساعدة المريض في التعرف على أفكاره غير العقلانية التي تسبب ردود فعل غير مناسبة نحو توافقه الاجتماعي-

ـ تشجيع المريض على الشك والاعتراض على أفكاره غير العقلانية

ـ استخدام الإقناع العقلي المنطقي في التخلص من الأفكار والمعتقدات غير العقلانية , وإعادة تنظيم نظام المعتقدات لدى المريض
 ـ تحقيق المرونة والانفتاح الفكري وتقبل التغيير

تمر عملية العلاج العقلاني الانفعالي في (5) خطوات؛ وهــي :
الخطوة الأولى: هي التعرف على أفكار المريض, وتحديد غير العقلاني والخرافي منها.

الخطوة الثانية: هي تعريف العميل أن تلك الأفكار غير منطقية وأنها هي التي أدت إلى اضطرابه الانفعالية. مع ذكر أمثله من سلوكه المضطرب.

الخطوة الثالثة: هي تبصير المريض بأن اضطرابه سيستمر ما دام يفكر بطريقة غير عقلانية .
الخطوة الرابعة : هي تغيير تفكير المريض وإلغاء الأفكار غير العقلانية.

الخطوة الخامسة : هي إرساء دعائم فلسفة عقلانية جديدة للحياة.

المزايا:
ـ يعتبر أسلوب مثالي في تغيير الأفكار والمعتقدات غير العقلانية وغير المنطقية وإبدالها بأخرى عقلانية ومنطقية

ـ يحصن المريض ضد الأفكار غير العقلانية التي قد تعترضه في حياته مستقبلاً

العيوب:
ـ اهتمام بالجانب العقلي وإهمال الجانب الانفعالي1
ـ لا يصلح مع كل الفئات:مثل2
أ ـ من يتسمون باعتقادات دينية قوية وخاطئة.
ب ـ مرضى الذهان والتخلف العقلي.
ج ـ الأطفال.
ـ افتقارللمعيار الموضوعي فأسلوبه يرتبط بنسق تفكير المرشد الذي يحاول بدوره أن يفرضه على المسترشد ويقنعه به3
4ـ اعتماد على مهاجمة أفكار واتجاهات ومعتقدات المسترشد لتغييرها إلى الاتجاه المنطقي وهذا ما قد لا يروق لمعظم المسترشدين وتؤدي بهم إلى المقاومة والرفض في معظم الأحوال
5ـ لجوء بعض المرشدين المتطرفين المبالغون إلى أسلوب الإيحاء والحث والتكرار وهي من أساليب ما يعرف بغسيل المخ فيظهر المرشد كما لو كان خبير متسلط Brain Washing

ثالثا: نظرية( ميكينبومMeichenbaum (

• الخلفية النظرية والتطور : لقد وضع إلبرت إلس نظرية في العلاج العقلي العاطفي وركز على أهمية الحديث الداخلي في تعديل السلوك ، واعتبر أن نتائج السلوك لا تكون حصيلة تفاعل مثير واستجابة ، بل إن ذلك أفكارا مسؤولة عن حدوث النتائج 0 ثم جاء ( ميكينبوم ) ليؤكد على نفس الاتجاه حيث أشار بأن عملية التعلم لا يمكن أن تنحصر في مثير واستجابة كما ترى تلك النظرية السلوكية ، بل رأى أنه إذا أردنا تغيير سلوك فرد ما فلا بد أن يتضمن ذلك معتقداته ومشاعره وأفكاره ، فالأفكار هي التي تدفع الفرد إلى العمل ، وقد أشار كل من ( دولارد ، وميللر ) على أن العنونة والتسميات واللغة والعمليات العقلية العليا لها دور رئيس في عملية التعلم ، ويشير هذا الاتجاه المعرفي إلى : ـ
أ ـ إمكانية حدوث استجابات مختلفة لنفس المثير 0
ب ـ استجابات متشابهة لمثيرات مختلفة 0
لذلك فالعلاج لا يقتصر على التحكم في الاشراط السلوكي والإرتباط الشرطي بين مثير واستجابة ، بل أن هناك عوامل أخرى تلعب دورا في عملية التعلم وهي :ـ
1ـ التفكير 0 2ـ الإدراك 0 3ـ البناءات المعرفية 0 4ـ حديث الفرد الداخلي مع نفسه 0 5ـ كيف يعزو الأشياء 0
وهذه كلها تتدخل في عملية التعلم وتتوسط بين المثير والاستجابة ، وهذه لها دور في التأثير على سلوك الفرد ، فالطالب الذي يرسب في الاختبار يصاب بالاكتئاب ، والإكتئاب سلوك ناتج بسبب تفكير الفرد في الفشل وعزوه لأسباب لنفسه أو للآخرين ، لذلك فمن المفيد معرفة ما يدور في تفكير هذا الفرد ، وكيف يدرك الفشل ؟ وما هو مفهومه عنه ؟
إن التركيز على فهم الفرد كمسؤول عن إحداث سلوكاته يعتبر أساس نظرية ( ميكينبوم ) ولقد استنتج ( ميكينبوم ) بأن للتفكير والمعتقدات والمشاعر والحديث الإيجابي مع النفس ، وتوجيهات الفرد لنفسه ( إعطاء أوامر لنفسه ) ، لها دور كبير في عملية التعلم 0وقد ركز ( ميكينبوم ) على الحديث الداخلي Inner-speech أو المحادثة الداخلية Inner dialogue ، حديث الذات أو الحوار الداخلي Self –talk في محاولة لتغييرها وكذلك اهتم بالتخيلات Images على أمل أن يعرف ما إذا كانت مثل هذه التغيرات ستؤدي إلى تغيرات في التفكير وفي الشعور والسلوك 0 كما بدأ في تطوير تفسير نظري لوظيفة هذه العوامل في تغيير السلوك 0
• افتراضات النظرية ومفاهيمها :
انطلق ( ميكينبوم ) من الفرضية التي تقول : بأن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم Verba Lizations تلعب دورا في تحديد السلوكيات التي سيقومون بها ، وأن السلوك يتأثر بنشاطات عديدة يقوم بها الأفراد تعمم بواسطة الأبنية المعرفية المختلفة 0 إن الحديث الداخلي أو المحادثة الداخلية ، يخلق الدافعية عند الفرد ويساعده على تصنيف مهاراته ، وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبة 0 ويرى ( ميكينبوم ) بأن تعديل السلوك يمر بطريق متسلسل في الحدوث ، يبدأ بالحوار الداخلي والبناء المعرفي والسلوك الناتج 0 إن الاتجاه المعرفي يركز على كيفية تقييم الفرد لسبب انفعاله وإلى طريقة عزوه لسبب هذا الانفعال ، هل هو سببه أم هل هم الآخرون ؟ ويرى ( ميكينبوم ) بأن هناك هدفا من وراء تغيير الفرد لحواره الداخلي 0 ويجب تحديد حاجة الفرد للشيء الذي يريد أن يحققه ، والشيء الذي يرغب في إحداثه في البيئة ، وكيف يقيم المثيرات ، ولأي شيء يعزي أسباب سلوكه وتوقعاته عن قدراته الخاصة في معالجة الموقف الضاغط 0
• بنية الحديث الذاتي :
ثمة وظيفة ثانية للحديث الذي يتم داخل الفرد وهي التأثير على ، وتغيير الأبنية المعرفية ، والبنية المعرفية هي التي تعطي نسق المعاني أو المفاهيم ( التصورات ) التي تمهد لظهور مجموعة معينة من الجمل أو العبارات الذاتية 0 يقول ( ميكينبوم ) : " ما أقصده بالبنية المعرفية ، هو ذلك الجانب التنظيمي من التفكير الذي يبدو أنه يراقب ويوجه الاستراتيجية ( الطريقة ) والطريق والاختيار للأفكار " 0

• عملية العلاج Therapy Process :
تتضمن عملية العلاج ثلاث مراحل ، وهي :
1ـ المرحلة الأولى ـ مراقبة الذات أو الملاحظة الذاتية Self Observation : حيث يقول ( ميكينبوم ) : " الفرد في فترة ما قبل العلاج يكون عنده حوارا داخليا سلبيا مع ذاته ، وكذلك تكون خيالاته وتصوراته سلبية ، أما أثناء عملية العلاج ومن خلال الاطلاع على أفكار المسترشد ومشاعره وانفعالاته الجسمية وسلوكياته الاجتماعية وتفسيرها تتكون عند المسترشد بناءات معرفية جديدة New Cognitive Structures ، الأمر الذي يجعل نظرته تختلف عما كانت عليه قبل العلاج 0 إن الخطوة الأولى في عملية العلاج هي أن يعرف المسترشد كيف يتحدث ، أو يعبر عن سلوكه 0 الأمر الذي يزيد من وعيه ، وأن لا يشعر المسترشد بأنه سيكون ضحية للتفكير السلبي ، ويجب على المعالج أن يعرف طرق ( العزو) عند الأفراد وعباراتهم التي يوجهونها نحو ذواتهم 0
2ـ المرحلة الثانية ـ السلوكيات والأفكار غير المتكافئة : Incompatible Thoughts and Behaviours : في هذه المرحلة تكون عملية المراقبة الذاتية عند المسترشد قد تكونت وأحدثت حوارا داخليا عنده 0 إن ما يقوله الفرد لنفسه ، أي حديثه الداخلي الجديد لا يتناسب مع حديثه السابق المسؤول عن سلوكياته القديمة 0 إن هذا الحديث الجديد يؤثر في الأبنية المعرفية لدى المسترشد ، الأمر الذي يجعل المسترشد يقوم بتنظيم خبراته حول المفهوم الجديد الذي اكتسبه ، وجعله أكثر تكيفا 0 وهنا يستطيع المسترشد أن يتجنب السلوكيات المناسبة وفقا للأفكار الجديدة 0
3ـ المرحلة الثالثة ـ المعرفة المرتبطة بالتغيير Cognition Concerrning Change : وتتعلق هذه المرحلة بتأدية المسترشد لمهمات تكيفية جديدة خلال الحياة اليومية ، والتحدث مع المسترشد ذاته حول نتائج هذه الأعمال 0 ويرى ( ميكينبوم ) بأنه ليس المهم أن يركز المسترشد لنفسه حول السلوكيات المتغيرة التي تعلمها وعلى نتائجها التي سوف تؤثر على ثبات وتعميم عملية التغيير في السلوك 0

إن ما يقوله المسترشد لنفسه بعد عملية العلاج شيء هام وأساسي ، وإن عملية العلاج تشتمل على تعلم مهارات سلوكية جديدة ، وحوارات داخلية جديدة وأبنية معرفية جديدة 0 إن على المرشد أن يهتم بالعمليات الأساسية الثلاث ، وهي :
أ ـ البناءات المعرفية 0
ب ـ الحوار الداخلي 0
ج ـ السلوكيات الناتجة عن ذلك 0
وعليه ، فإن عملية العلاج تبدأ بتحديد السلوك القديم المراد تغييره 0 والحديث السالب المتعلق به ، وتحاول استبداله بحديث داخلي جديد متكيف ينتج سلوكا متكيفا يؤثر في تكوين بناءات معرفية جديدة لدى الفرد بدلا من القديمة ، ومن ثم إحداث السلوك المرغوب ، وتعميمه ومحاولة تثبيته 0

**نظرية** **العلاج بالواقع وليام جلاسر Reality Therapy**
المفاهيم الأساسية المرتبطة بنظرية العلاج بالواقع
1- الدافعية
تري النظرية أن كل إنسان يستطيع أن يحددله هوية إما نجاح أو فشل والناس جميعاً يريدون أن يحققوا هوية نجاح إلا أنهم لكي يحققوها يحتاجون إلي الحب والأهمية
2- المسئولية
القدرة علي الوفاء بالحاجات الشخصية بطريقة لا تحرم الآخرين من القدرة علي الوفاء بحاجاتهم
3- الواقع
علي الناس أن يدركوا العالم الحقيقي وأن يفهموا أن حاجاتهم يجب أن تشبع في إطار القيود التي يفرضها العالم عليهم
4- الصحيح (الحق)
بدون أن يصدر الأفراد أحكاماً تقويمية علي السلوك بأنه صحيح أو خطأ .طيب أو سئ فإن تصرفات الناس وأنشطتهم تصبح نزوية متقلبة واعتباطية
**تطور الشخصية السوية**
تنمو الشخصية من خلال محاولة الفرد أن يشبع حاجات الأساسية للحب والأهمية الذاتية ومن أهم ماينبغي علي الوالدين فعله في تنشئة أبنائهم أن يندمجوا معهم
**تطور الشخصية غير المتوافق (اضطراب الشخصية)**
إن الناس عندما يعجزون عن إشباع إحدي الحاجتين الحب والأهمية فإن ذلك يدفع الناس لمحاولة إزالتة إن الإخفاق في الاندماج يولد سلسلة لا تنتهي من الفشل حيث يؤدي نقص الاندماج إلي إنكار المسئولية وبالتالي عدم القدرة علي الاندماج مع الآخرين من هنا إما ينكرون الواقع (المرض العقلي ) أو يظهر لديهم المرض النفسي
أهداف الإرشاد
هو مساعدة المسترشد علي تحمل المسئولية الشخصية بالإضافة إلي ذلك فإن المسترشدون يحددون أهدافهم الخاصة
عملية الإرشاد
1- العلاقة الشخصية(الاندماج الشخصي)
2- التركيز علي السلوك أكثر من التركيز علي المشاعر
3- التركيز علي الحاضر
4- الحكم علي السلوك
5- التخطيط للسلوك المسئول
6- الإلتزام
7- لا إعتذارات
8- إستبعاد العقاب

دور المرشد في العلاج بالواقع
هو شخص نشط يساعد العميل علي تكوين هوية نجاح يندمج في مشكلة المسترشد ويساعده علي تقويم سلوكه
التطبيقات
مع الفتيات الجانحات وإرشاد الشباب والمعوقين

تقويم النظرية
جوانب القوة
بساطة المفاهيم – اهتمام المرشد وتكوين علاقة اندماجية دافئة – المسترشد يقوم سلوكه – المرشد له دور نشط في إعداد الخطط – يركز علي السلوك – يركز علي الحاضر – الأسس والأساليب التي يستخدمها المرشد لها جانب عقلاني – مدة الارشاد أو العلاج محدودة بحدود تنفيذ الخطة- يمكن الاستفادة منه علي المستوي الوقائي
جوانب الضعف
استخدام الجانب اللفظي وعلي العقلانية يجعل من الصعب استخدام هذه النظرية مع حالات التخلف العقلي والأوتيزم – التناقض بين الاندماج والتركيز علي السلوك – لا توجد أساليب محدد لتغيير السلوك – النظرية تري أن الاندماج شرط مبدئي للوفاء بالحاجات وتقرر أن الفرد لديه القدرة علي الوفاء بحاجاته بمسئولية ودون شروط مسبقة – طرح المرشد مشكلاته علي المسترشد لا يتسق مع ما تفرضه النظريات الأخري في مهنية العلاقة بين المرشد والمسترشد – لم يحدد جلاسر معايير الصحيح أو الحق – المدي الواسع الذي يحدده جلاسر لنظريته بالرغم من أنه لا يخرج عن إطار المدارس والمؤسسات الإصلاحية والتعليمية - ترك الحكم للمسترشد قد يستغرق وقتا طويلاً خاصة إذا وجدت مشاكل عقلية لدي المسترشد

البرمجة اللغوية العصبية (Neuro Linguistic Programming) أو(NLP)

.... ؟؟ ماهي البرمجه اللغوية العصبية ؟؟؟.....
“البرمجة اللغوية العصبية هي منهج ثوري للتواصل الإنساني وتطوير الذات”
" يعرفها البعض بأنها “علم التفوق الشخصي” إنه علم يهتم بشيئين ..

1- كيف تغير ذاتك إلي الأفضل؟
2- كيف تؤثر في الآخرين؟-
بالنسبة للجزء الأول:
فيه تستطيع تغيير صفاتك السلبية إلي أخرى إيجابية..
تتعلم في البرمجة اللغوية العصبية
كيف تبرمج عقلك لكي تتجه نحو هدفك مباشرة بلا معوقات..
كيف تشحذ همتك،
وكيف تزيد من مهاراتك وتكتسب مهارات جديدة..
كيف تغير تصورك عن الحياة ككل لتعيش حياة أكثر سعادة ونجاحًا..
إن البرمجة اللغوية العصبية
لا تعتبر النجاح والتفوق حكرًا على أحد. بل هو علم وقواعد متاحة لجميع الناس
والبرمجة في الأساس
هي كيف نستخدم لغة العقل
من أجل الوصول دائماً إلى نتائج محددة ومطلوبة
ماذا تعني كلمة البرمجة اللغوية العصبية؟
البرمجة:
هي كلمة منتشرة بيننا في الكثير من المجالات..
وتعني هنا ببساطه.. هو كيفية إدراك العقل للأشياء من حولنا.. تشير إلي تفكيرنا وإدراكنا وتصرفاتنا..
التي من الممكن أن نقوم بتغييرها بأخرى إيجابية.

اللغوية:
فاللغة هي وسيلة تواصلنا مع الغير.. سواء كانت لغة ملفوظة.. أو لغة الجسد
حركاتنا ونظراتنا وعاداتنا التي تكشف عن معتقداتنا وأفكارنا بوضوح.
العصبية:
تشير إلي جهازنا العصبي.. فمن خلاله نسيطر على حواسنا الخمسة التي ندرك بها العالم من حولنا..
السمع والبصر واللمس والشم والتذوق.

هنا سأطرح مثال بسيط :تخيل أنك تقود سيارة للمرة الأولى في حياتك بدون معرفة أي تعليمات للقيادة،
هل تظن أنك ستسير بها لمسافة بعيدة؟
استحالة! بل ربما ستصطدم اوتشتعل بمجرد أن تدير محركها..
.لذلك من غير دليل التشغيل سنكون معرضين للفشل ...
"نحن لم نحصل على دليل تشغيل عقلنا فهل معنى ذلك أننا سنفشل؟"
نعم، تلك هي الفكرة !
فبدون وجود الدليل سنفشل في المرة الأولى
حتى نتعلم بعد ذلك من خلال تجاربنا !
ولهذا عندما نقدم حتى على أبسط الأعمال للمرة الأولى كثيراً ما يواجهنا الفشل!
والآن فكر في "عقلك" الذي هو أعقد قليلاً من هذا المثال الذي ضربناه. فإننا عند ميلادنا لم يكن معنا دليل
استخدام أو تعليمات تشغيل وكانت التعليمات الوحيدة التي تلقيناها مجرد هرطقة.
أي بعبارة أخرى، خضعنا للأهل والمدرسين والأصحاب الذين قاموا ببرمجتنا،
لذا لم يكن هناك أي تعليمات تشغيل حقيقية
نزلت معنا وبالتأكيد لم يكن هناك دليل شامل.
لكن كان الأمر أشبه بجهاز المحمول الذي
لم نعرف فيه شيء سوى إجراء مكالمة عليه.
والسؤال الآن ما علاقة كل هذا الكلام بالبرمجة اللغوية العصبية؟
الإجابة بمنتهى البساطة هي
أن البرمجة تُخضع منهج تفكير الإنسان وخبرته تجاه العالم الخارجي للدراسة؛
ولكن علينا أن ندرك أن هذا المنهج معقد للغاية وغير موضوعي؛
فهو لا يستند دائماً إلى تركيبة أو صيغة دقيقة.
لكنه يعتمد على نماذج عن الطريقة التي يعمل بها العقل استخلص علم البرمجة
من خلالها أساليب وتقنيات لتسهيل عملية تغيير الأفكار والاعتقادات والسلوكيات
تغييراً سلساً وسريعاً.

**رؤية اسلامية في نظرية الارشاد النفسي**يعرف الإرشاد النفسي الروحي (الديني) بأنه مجموعة من الخدمات التخصصية التي يقدمها إختصاصيون في علم النفس الإرشادي لأشخاص يعانون من سوء توافق نفسي أو شخصي أو اجتماعي (Corey, 2005). و يهدف إلى مساعدتهم على تجنب الوقوع في مشكلات أو محن نفسية أو اجتماعية أو أسرية، وتقليل آثارها إذا وقعت، وتزويدهم بالمعارف الدينية والعلمية والمهارات الفنية لتحسين توافقهم النفسي مع هذه الظروف استرشاداً بالعبادات والقيم الدينية ، مثل : التقوى، والتوكل ، والصبر ، والإيمان ، والدعاء ، هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى استغلال فنيات وأساليب نظريات الإرشاد النفسي بأنواعها كوسائل معينة لمساعدة المسترشد على تحقيق النمو الذاتي وتحمل المسئولية الاجتماعية وتحقيق أهدافه المشروعة من الناحية الدينية في نطاق قدراته وإمكاناته .

**أهمية الإرشاد النفسي الديني:**يمثل الدين أهمية كبيرة بما يمثله من جانب روحي وأخلاقي في الإنسان و يعتبر هو  حجر الزاوية في الإرشاد النفسي الديني، فهو يخاطب الروح بما يحمله من سمو ورفعة ، وما يحث عليه من أخلاق حميدة، وتمسك بالقيم والمثل العليا ، والإرشاد يبرز تلك الجوانب والأبعاد ، وتلك العلاقات التي تربط الإنسان بجوانبه المختلفة
و يستمد الإرشاد النفسي الروحي (الديني) أهميته من قسمين أساسيين: أهميته كإرشاد نفسي ، وأهميته كإرشاد ديني ، ويمكن توضيح ذلك كما يلي :
**- القسم الأول : أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد نفسي :**
يؤدي الدين جملة من الوظائف التي لا غنى عنها لكل من الفرد والجماعة ، وكونه عاملاً مهماً في حياة الإنسان النفسية ، وعنصراً أساسياً في نمو شخصيته ، وأعظم دعائم السلوك ، حيث يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي، وتفاؤل وحب للحياة، وعدم النظرة إليها نظرة تشاؤمية، وتأكيد الهوية؛ لما يوفره الإحساس الديني من الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر، ويخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد، فيشعر الفرد بالاطمئنان وعدم الخوف أو التشاؤم من المستقبل، من خلال إطار علاقة الإنسان بخالقه، التي تعد موجهاً لسلوكه في شتى منـاحي الحياة، وفي كل مرحلة عمرية من حياة الإنسان.

**الفرق بين الإرشاد النفسي الديني و الوعظ الديني**
هناك فرق يبدو كبيراً بين الإرشاد النفسي الروحي (الديني) وبين الوعظ الديني. فالوعظ الديني فيه تعليم للشخص وتوجيه, غالباً ما يكون من جانب واحد، وهو كما نسمع في دور العبادة وفي البرامج الدينية في الإذاعة والتلفزيون مثلا. ويهدف الوعظ الديني إلى تحصيل و توجيه معلومات دينية منظمة فقط، أما بالنسبة للإرشاد النفسي الروحي (الديني) فهو يهتم بتكوين حالة نفسية متكاملة نجد فيها السلوك متماشياً ومتكاملا مع المعتقدات الدينية للمسترشد، مما يؤدي إلى توافق الشخصية والسعادة ويؤدي إلى الصحة النفسية, والمرشد النفسي يستطيع أن يقوم بالإرشاد النفسي الروحي، ولكنه لا يستطيع أن يقوم به وحدة

أسس الإرشاد النفسي الديني الإسلامي:
تشير (أبو شهبه, 2007) إلى أن الأسس التي يقوم عليها الإرشاد النفسي في ضوء الإسلام ، تتمثل في:
1- الإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في الإرشاد النفسي الديني.
2 - الأخذ بما توصل إليه علم النفس الحديث في مجال الإرشاد النفسي الديني.
3- الإفادة من التراث الإسلامي، وما تركه علماء المسلمين من آراء ونظريات نفسية في الإرشاد النفسي الديني.
4- قابلية السلوك للتعديل والتغيير، حيث يؤكد الإسلام على أهمية العقل والتفكير وقابلية الإنسان للتعلم.
5- التدرج في تعديل السلوك من البسيط إلى الصعب، حيث يقر الإسلام بمبدأ التدرج في التخلص من العادات والسلوكيات السيئة وتعلم سلوكيات جديدة بدلاً منها.
ويشير أيضاً (مرسي, 2000) إلى أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يستمد مسلماته ومبادئه من الشريعة الإسلامية والتي تستند على الأسـس التالية:
1- النصيحة عماد الدين وقوامه، فالدين النصيحة كما قال صلى الله عليه وسلم.
2- الإرشاد من أفضل الأعمال عند الله لأن فيه نفع للناس.
3 - الإرشاد خدمة يقصد بها وجه الله وطلب مرضاته.
4- يقوم الإرشاد على تنمية إرادة الفرد في طلب ما ينفعه وترك ما يضره.
5- كل شخص حر في اتخاذ قراراته بنفسه واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.
6- الالتزام في الإرشاد بالمحافظة على خصائص النظام والتمسك بالأخلاق الإسلامية.

في حين يرى (شاذلي, 1999) أن الإرشاد النفسي الديني يعتمد على أسس أهمها:
1- معرفة الخالق.
2- معرفة الذات.
3-الصدق مع الذات.
4-قبول الذات.
5-قبول القضاء والقدر.
فالإرشاد النفسي الديني يقوم على أساس اللجوء إلى الله عند الشدة، و هذه طبيعة نفسية بشرية، وأن في اتصال الإنسان بفاطره وموجده " خالقه " القوي العليم الخبير رابطة وثيقة، تقود إلى الأمن النفسي، فإذا أفضى بمخاوفه و قلقه إلى الله، ولجأ إليه هدأت نفسه وشعرت بالسكينة، و بذلك يشفى من الجزع و الفزع و الخوف و الحزن

.

الاتجاه الانتقائي

االفلسفة التي بنى عليها ثورن الاتجاه الانتقائي:

1.  اعتبر ان الاتجاه الانتقائي عبارة عن مزيج من الحقائق غير المترابطه
2.  ذو رؤية ثاقبه.
3.  ليس عبارة عن نماذج فكرية ثابته اوجامدة
4.  ذو منهجية علمية فيها اساس البحث العلمي

المفاهيم الاساسية للاتجاه الانتقائي التكاملي :

1. مفهوم التحديد : (ويعني تحديد العناصر الصالحة من كل نظرية ودمجها  بتناسق)
2. مفهوم كل النظريات (ان كل النظريات لها دورا في جمع المعلومات بمافيها القياس والتقويم)
3. مفهوم الاخذ والتجريب ( أي ناخذ ونجرب وندرس)
4. مفهوم مراعاة شعور المسترشد واحاسيسه
5. عدم الاهتمام بنظرية واحدة بل على المرشد ذو الشخصية المتميزة الاعتماد على اكثر من نظرية  .

الشخصية من وجهة نظر انتقائية :

يرى ثورن ان الشخصية تتكون من مجموعة الحالات المتغيرة (التغيرات السلوكية) للفرد ككل في محاولات للتغلب على مشكلات تفاعله مع البيئة بطريقة فريدة تميزها عن غيرها من الاخرين

وان وجهة النظر الانتقائية للشخصية ترى ان الكائن الحي تعود على  يكافح من اجل المحافظة على اعلى مستوى ممكن من التكامل و ان التكامل يعني ان الكائن الحي يعمل في العالم مستمر وان الفرد يتطور بثبات  ويتغير ويمارس  مستويات  مختلفة من التكامل وهذه المستويات مختلفة من التكامل يؤثر بعضها في البعض وتتغير مع الوقت مادام الكائن الحي يتطور

كما ان السلوك عند ثورن هوة في تدفق مستمر دائم التغير وان السلوك يتجه ل: منزله انسانية

منزلة وضعية (ببيئة متغيرة ومتداخلة شخصيا

يعتقد ثورن  ان الشعور هوة الحقيقة لعلم النفس و الخبرات الشعورية هي حقائق السلوك الاولية التي يعتبر وجودها حقيقيا ولا يمكن انكاره وهي التي تحدد الحالة العقلية بسبب سوء تنظيم الشعور (الاظطراب في السلوك ) وهكذا تصبح الذات قادرة على تنظيم كل الكائن العضوي وان تدفعه ليعمل اشياء قد تكون ضد غرائزه واهتماماته مثل ان يقتل الشخص نفسه .

يرى ان تطور الشخصية يرتبط بعدة عوامل هي :

1 .المحددات البيولوجية لبنية الجسم

2. العوامل الثقافية

3. تحقيق الذات و هو من اكبر الدوافع اثر ويتضمن

      - عدم الرضا عن الذات

      - العمل على تحسين الذات

- بلوغ الكمال

النظر إلي طبيعة الاضطراب النفسي :

   يرى ثورن ان اولى حاجات الفرد المحافظة على اعلى المستويات الممكنة من التكامل عبر الزمن وهذه الحاجات هي الاصل في تحقيق الفرد لذاته .

       والبحث في الاظطرابات النفسية هو البحث في العوامل التي تؤدي الى الانخفاض في درجات التكامل

       حيث يرى ان الاظطراب هو حاله عابرة من سوء القيام بالوظيفة حيث يؤدي الي ضعف  في التكامل .

       يرى ان العصاب اظطراب وظيفي سببه اصابة في التكامل  في جوانب من الوظائف

       يرى الذهان ضعف شامل في التكامل حيث يكون فيه قلة تحكم وضبط بمستوى القيام بالوظائف

       يرى اظطرابات الشخصية بانها استجابات لا اجتماعية .

اشار ثورن ان تنظيم الشخصية يتضمن عددا من الدوافع هي :

1. دافع الي تنظيم اعلى للانسان ويتضمن حاجته لتعظيم نفسه اي ان يصل بنفسه الي الحد الاقصى لانسانيته

2. الدافع الي تحقيق الثبات في التنظيم وهذا الدافع يتضمن حفظ الذات و الاتزان الفيزيائي البدني والعادات وضبط السلوك واهداف الحياة واغراضها  و الادوار  والمراكز الاجتماعية واسلوب الحياه .

3. الدا فع الي تكامل الوظائف المتعارضة في نظام يمكن للفرد من اعادة التوازن ولكن من الضروري تجنب التوترات

علم النفس التكاملي  عند ثورن :

ينظر للانسان ضمن بيئته بكل اهتماماته الوصفية والوجودية والمشكلة الرئيسية في علم النفس التكاملي هي دراسة العوامل التي تنظم نمط اي تكامل و الوجود الكلي و المعنى الكامل للشخص يمكن ان يفهم اذا استطعنا ان ندرس النمط الحياتي لحالته النفسية ويقدم ثورن نظامه في علم النفس التكاملي في مسلمات بلغت 57 مسلمة :

من هذه المسلمات :

1.  التكامل هوة السمة المركزية للحياة في كل اشكالها وخاصة مظاهر السلوك.

2 . المرض النفسي يتحدد بدرجة كبيرة من العوامل التي تمنع التكامل السوي  ومن العوامل التي تسبب الانحلال و من التكامل الذي يتم نتيجة العوامل غير التكيفية .

3.  الاستنباطية هي المنهج الرئيسي لادراك الحالة العقلية والشعور .

4. ان محور الشخصية هو مفهوم الذات ويمكن ان يعكس كلا من الخبرات الشخصية والاجتماعية ومفهوم الذات عامل تكاملي هام .

5.  الدافعية الديناميكة التي تسير الحياه هي الذات .

6.  اعلى مستويات التكامل تشتق من عوامل الذكاء و الابداع وامكانية التفكير العقلاني المنطقي .

أساليب  العلاج :

       علاج الاعراض

وهي من خلال تخفيف من معاناة المسترشد من الاعراض حتى يتم التعامل مع المشكلة الرئيسة .

مثلا  : اللحظات العابرة في عدم الاستقرار بسبب ضغوط يمر بها الانسان و هنا يتم التدخلنا  لتخفيف الاعراض الناتجة حتى يزول العرض .

مثال اخر : الاعراض الخطرة من اظطرابات عضوية و اليأس و التهديد بالانتحار .

       العلاج الداعم :

هو عبارة عن تكتيكات غير  محددة تستخدم لاثارة النفسية منها مناهج فيزيائية مثل العلاج الطبي ، الراحة ، التغذية الجيدة ، العلاج بالماء ، الكيميائي ، الامن الجسمي وهو الاهم بمعنى ان نشعر المسترشد انه انسان طبيعي و سبب الاعراض مزعج ولكنه ليس خطير ، ايضا ثقة المرشد بنفسه تمنح المسترشد امان

       العلاج المشروط :

هنا يدرس المرشد جميع العوامل المتعلقة بالمسترشد ويتم التعامل معه واعادة تعليمه وبدون استشارته

التعليم وتحليل ادارة الحياة : بمعنى تشخيص المرض ولماذا يفعل المسترشد ذلك مثلا دراسة سلوك اثناء فترة المراهقة يتم من خلال النظر للاطار العام والمحددات للمراهقة .

العلاقة الارشادية:

لاتعطي النظرية اهمية الكبرى في تكوين علاقه طيبه مع المسترشد ولكنهاترى ان يكون المرشد محترما من المسترشد وتكون بينهما الثقة كافيه

مراحل العملية الارشادية في الاتجاه الانتقائي :

المرحلة الاولى : الاستكشاف

تعتبر هذه المرحلة اولى مراحل العمل الارشادي عند ثورن بحيث يقوم بها المرشد النفسي من خلال (( الاصغاء)) لاهتمامات المسترشد واكتشافها على مستوى اعمق من خلال تطوير ثقة متبادلة والسماح للمسترشد بالتنفيس وهنا على المرشد ان ينا يكون متعاطفا متقبلا للمسترشد.

المرحلة الثانية: تحديد المشكلة
تعتبر هذه المرحلة من أهداف العملية الارشادية عند ثورن والتي تؤدي الى الوصول للنمشكلة الحقيقية ومنها يتوصل الطرفان الى تعريف المشكلة واسبابها وتحديها

المرحلة الثالثة: تحديد البدائل
يكون دور المرشد هو التعرف على البدائل المتوفرة بجمع الخيارات المعقولة وعليه التأكد من تلك البدائل بشكل جيد

المرحلة الرابعه :التخطيط

مساعدة المسترشد في تحدي كم من البدائل الملائمة له من خلال خبراته السابقة والحالية وبأخذ المرشد دور المدرس في تحديد العوامل الازمة للتخطيط

المرحلة الخامسة : التنفيذ

يقوم المرشد باعطاء خطوات عملية لمسترشد من اجل تنفيذها ويقرر المسترشد ا ي من هذه الخطوات سيقوم بها مراعيا في ذلك الزمن و الواقعية وقدراته الانفعاليه

المرحلة السادسة: التقييم والتغذية الراجعة

في هذه المرحلة يقوم المرشد بتلخيص التقدم الذي حصل وتلخيص الخطهوالالتزام بها من قبل المسترشد قبل انهاء المقابله بحيث تتم مراجعه وتقييم الخطة للخطة العلاجية من قبل الطرفين مع الالتزام من قبل الطرفين للمقابلة القادمه.

خصائص المرشد في النظرية الانتقائية:

1. الاهتمام بسلوك المسترشد الراهن والحالي
2. ان يجعل من عملية الارشاد رحلة ممتعة للمسترشد في اكتشاف ذاتهومساعدته  على تنمية ذاته وخبراته
3. الا يتبنى المرشد ادوارا سلطوية للتأثير على المسترشد
4. تأسيس علاقة ايجابية مفتوحه تتضمن الحضور والتقبل والعناية وتنميةالثقة بنفس المسترشد وانه مفهوم وله قيمته
5. لايكون التدخل من قبل المرشد في شئون حياة المسترشد الا بالحد الادنى لحماية صحته ورفاهيته.

6. ان يكون مؤهلا تأهيلا كاملا في المجال الارشادي وان يكون عارفا لطرق العلاج المختلفه بشكل جيد.
7.يستخدم المنهج العلمي في القياس و تحليل المعلومات

الاهداف الارشادية في الاتجاه الانتقائي :

1. تحسين وتقوية نوعية العملية التكامليه بهدف الوصول الى مستوياتاعلى من تحقيق الذات

2. تحديد المشكلة وتعريفها ومعرفة اسبابها
3. اعادة التوازن للشخصية

استراتيجيات المتبعة لمساعدة المسترشد:

يهتم المرشد اساسا على اقامة علاقة ايجابية مع المسترشد من خلال مايلي:
1. الجو الارشادي:
يجب ان تكون الظروف المناخية الارشادية فعاله من حيث الراحه الجسدية والعاطفية والانفعالية وكذلك جو (غرفة) الارشاد يجب ان يكون مريحا
2. مهارات العلاقة الارشادية :
ان المرشد في الاتجاه الانتقائي يستخدمون مجالا كاملا من مهارات العلاقة واساليب تأسيس علاقة ايجابية مفتوحه والتي تتضمن الحضور- الاصغاء- الاحترام – التقبل- الفهم ومن وجهة نظر العميل تتمثل في الثقة في النفس وبالاخرين والشعور بانه مفهوم وله قيمته
3. الاتصال (اللفظي – غير اللفظي)
يعتبر الاتصال كمهارة تتطلب ان يكون المرشد واعياً وماهراً ومتقناً لهذهالمهارة من حيث الاصغاء الذي يتطلب حضورا كاملا والانتباه للرسائل اللفظية وغير اللفظيه مع تفسيرها جيدا.

التطبيق الارشادي والعلاجي الانتقائي :
استخدام ثورن مصطلح  تناول الحالة بدلا من علاج الحاله او العلاج النفسي لسببين هما :
1. ان فعالية اساليب العلاج النفسي لم تقرر بعد .
2.  ان فعالية المصطلح واسع لدرجة تكفي لاستيعاب كل العمليات التي يمارسها الاشخاص المؤهلون والمدربون لمساعدة المسترشد قدما نحو تحقيق حياة افضل