



بلور هذه الطريقة في العلاج النفسي كارل روجرز

صاحب نظرية الذات

حدد روجرز هدف العلاج النفسي الممركز حول العميل بأنه ليس مجرد حل مشكلة معينة ولكن هدفه هو مساعدة العميل على النمو النفسي السوي ويهدف أيضا إلى إحداث تطابق بين الذات الواقعية وبين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي ومفهوم الذات الاجتماعي وإذا تطابق السلوك مع مثل هذا المفهوم كانت النتيجة هي التوافق النفسي والصحة النفسية

ملاحح العلاج النفسى



• **العمىل** : هو الفرد الذى تتمركز حوله عملية العلاج والارشاد ويكون لى العمىل محتوى مهدد فى مفهوم الذات الخاص وىدرك وىعى عدم التطابق بين الذات والخبرة وبين مفهوم الذات المثالية وهو وىعى وىدرك عدم التهديد الناجم عن محتوى مفهوم الذات الخاص والتهديد الناجم عن عدم التطابق وىخبر العمىل شعوريا وفى وىعى العوامل الكامنة فى سوء التوافق النفسى وىمكنه أن يعىد تنظيم مفهوم الذات لىحقق التطابق بينه وبين البيئة

المعالج :

يشترط أن يكون المعالج نفسه متوافقا نفسيا ، لديه تطابق بين مفهومه عن ذاته وخبراته وذاته المثالية ولا يحتوى مفهوم الذات الخاص لديه على خبرات مهددة لاتتفق مع بنية الذات أو مع المعايير الاجتماعية ويكون لدى المعالج شفافية وحساسية يهتم بأخلاص بحالة العميل. ويقبله ويشجعه ويفهم وجهات نظره. أي أن المعالج يكون بمثابة مرآة ينمي عن طريقها المريض مفهوم ذات أكثر واقعية وادراكا أدق للواقع





عقد العلاج

- يحاول المعالج والعميل معا تحديد مائشبة عقد العلاج أو اتفاقا غير مكتوب .
- يكون في جو حيادي سمح .
- يحددان الموقف العلاجي وأبعاده ومسؤولية كل منهما
- يفهم العميل أهمية التقارير الذاتية
- أن أحسن نقطة لفهم السلوك الفرد هي من وجهة نظره ومن داخل إطاره المرجعي .



مقدمه العلاج النفسي :

وتبدأ هذه المقدمة بالترحيب بالعميل الذي أتى بنفسه للعلاج وإفهامه هدف المقابلات العلاجية وتأكيد إن المعالج سيبذل كل جهده لفهمه ومساعدته وأنه سيجده مشجعاً حسن الإصغاء ويستحثه على البوح بكل ما يكمن في "مستودع" الذات الخاصه وعلى ألا يترك أي سر واثقاً في السريه المطلقة لكل البيانات والمعلومات ،وان كل مايقوله سيجد كل عنايه وإهتمام .

يستحث المعالج العميل على تحديد المشكلة مع طمأنته وتعريفه انه ليس الوحيد الذي يعاني من مثل هذه المشكلات



• وان علاج المشكلة سهل ميسور لو درست
طولاً وعرضاً وعمقاً.

• إن مفتاح الصحة النفسية هو إن يواجه
الفرد نفسه بصراحة وان يعرف مشكلاته
ويحددها ويدرسها ويفسرهما ويضبطها
ويحولها من مشكلات تسيطر عليه إلى
مشكلة يسيطر هو عليها.

• ويشجع المعالج العميل على التحدث عن
ذاته كما يدركها ويفهمها وكما هي في
الواقع الآن ، وعن ذاته كما يود ان تكون،
وعن ذاته كما يراها الآخرون،



• ويشجع المعالج العميل على البحث عن
الأسباب الحقيقية الخاصة بالمشكلة في ضوء
المبدأ القائل انه "لا شيء يأتي من لا شيء"

• يوجه الانتباه إلى تحديد الأعراض والعلامات
التي تدل على وجود المشكلة مارين على كل
ما يمكن إن يكون موجوداً من اضطرابات
الإدراك واضطرابات التفكير، واضطرابات
الذاكرة، واضطرابات الوعي، واضطرابات
الانفعال، واضطرابات الإرادة، واضطرابات
التفهم، واضطرابات البصيرة، والاضطرابات
العقلية المعرفية واضطرابات الشخصية
، واضطرابات السلوك الظاهر، واضطرابات
الغذاء، واضطرابات الإخراج، واضطرابات
النوم، وسوء التوافق ،





- يلفت نظر العميل إلى أهميه الفحص والكشف الدقيق سعياً نحو التشخيص الموفق والعلاج الناجح ، وهدف الفحص هو فهم شخصيته ومعرفة نواحي قوته ونواحي ضعفه ومعرفة اجمل خبراته واسوئها ومايعجبه في نفسه وما لا يعجبه ، وحاجاته المشبعة وغير المشبعة . وفهم حياته الحاضره والماضييه وتطلعاته للمستقبل وعلاقه كل هذا بمشكلته.
- وقبل بدء العلاج يجب مداد العميل بجرعة تثقيفية عنه فيعرف انه لتعدد أسباب المشكلات النفسية وتعدد أعراضها فأن لكل مشكله طريقه وأسلوباً معيناً في علاجها . إن العلاج النفسي في جوهره توجيه وإرشاد ، تطهير وتطمين ، استبصار وتحصين ، تعلم ونمو . وقد يكون العلاج عباره عن توجيه وإرشاد نفسي مطول ،



- يعمل المعالج على تهيئه مناخ علاجي سار مشبع بالأمن والتقبل والراحة والأمل، خال من التهديد و التوتر والقلق يتيح فهم السلوك ويزيد الاستبصار عن طريق التعرف على نواحي القوه والايجابيات لزيادتها والتعرف على نواحي الضعف والسلبيات لعلاجها فيتعلم بذلك أساليب السلوك السوي.
- يجب أن يعرف العميل إن خطه العلاج توضع بالاشتراك معه فالمعالج مسئول عن صحتها والعميل مسئول عن ترجمتها إلى سلوك.

يعرف المعالج العميل إن من أهم أهداف الصحة النفسية هي الوقاية.

- وبعد الانتهاء من مقدمة العلاج يقدم المعالج للعميل اختبار مفهوم الذات الخاص.

- اختبار مفهوم الذات الخاص:-

- ويهدف إلى: اكتشاف المحتويات الشعورية المخزنة في مستودع مفهوم الذات الخاص.

- بمعنى آخر..

- يهدف هذا الاختبار الإكلينيكي إلى الكشف عن دوائر وخفايا وأعماق الذات.



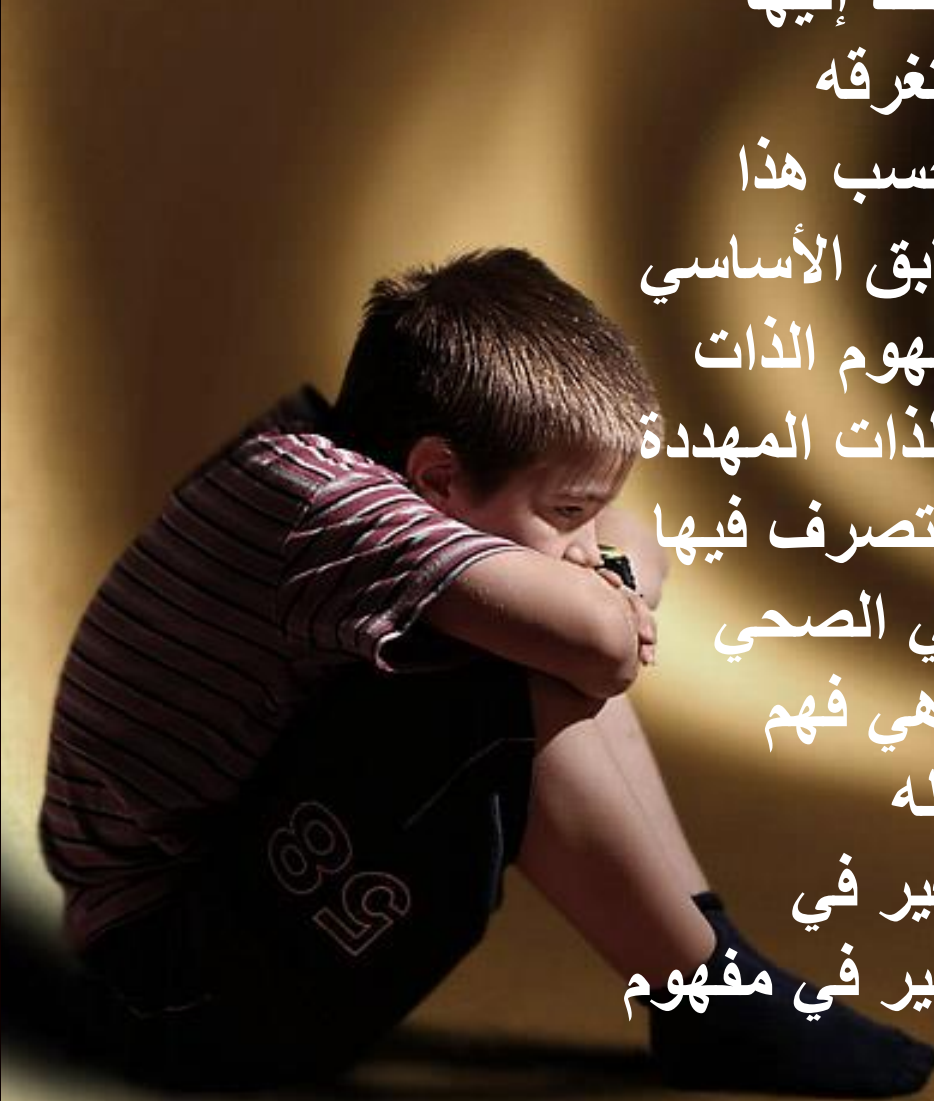
- اختبارات أخرى:

- وإلى جانب اختبار مفهوم الذات الخاص، يمكن للمعالج ان يقدم اختبار مفهوم الذات لقياس مدى التطابق بين مفهوم الذات الواقعي و مفهوم الذات المثالي.

- التشخيص:

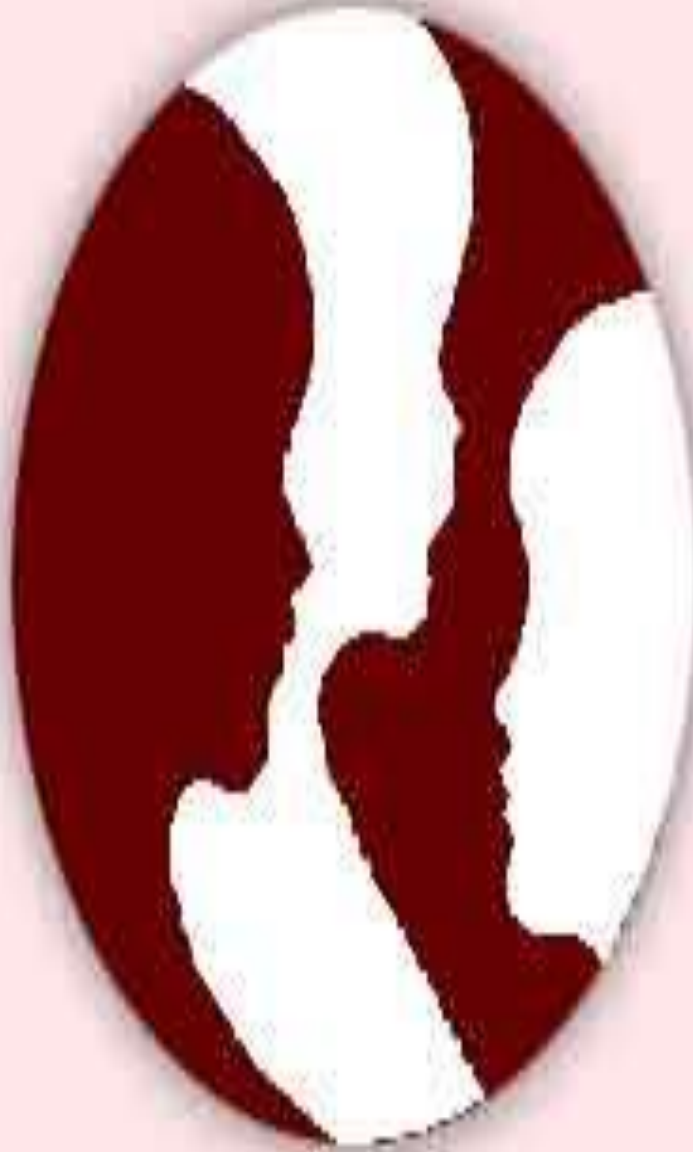
- ويتم بعد تحديد مدى التوافق بين مفهوم الذات الواقعية و المثالية وبعد تحديد محتوى مفهوم الذات الخاص يتم تشخيص الحالة.

ويتميز العلاج الممركز حول الذات
بوضوح النظرية التي يستند إليها
وبالزمن القصير الذي ستغرقه
إن غاية نمو الشخصية حسب هذا
المنهج العلاجي هي التطابق الأساسي
بين المجال الظاهري ومفهوم الذات
والتخلص من محتويات الذات المهددة
لمفهوم الذات الخاص والتصرف فيها
وهذا يمثل التوافق النفسي الصحي
أفضل وسيلة لفهم الفرد هي فهم
الإطار المرجعي الداخلي له
أحسن أسلوب لأحدث التغير في
السلوك هو إن يحدث التغير في مفهوم
الذات



أحسن أسلوب لأحدث التغير في السلوك هو إن
يحدث التغير في مفهوم الذات
ولابد لكي يتم هذا من تهيئه مناخ علاجي خالي من
التهديد الذي يهدد ذات العميل
وهكذا يساعد المعالج العميل على بلوره وإيضاح
إبعاد مفهوم الذات لديه ويساعده على نقل خبراته
تدريجيا من مستودع الذات الخاصة إلى المعالج
وتجرى عملية مراجعه بنيه الذات وتناقش كل
المحتويات المهددة في مفهوم الذات الخاص
وتوضح خطه لحلها
يزداد استبصار العميل ويترجم البصيرة إلى فعل
وسلوك
ويزداد التطابق بين مفهوم الذات والخبرة والذات
المثالية





ويتخلص من تهديد محتوى مفهوم الذات
الخاص ويصبح أكثر موضوعية وأكثر
واقعية

وترتفع مكانه الذات ويزداد التوافق النفس
ويقل التعرض للمضاعفات النفسية ويقل
القلق

ويتقبل العميل ذاته ويتقبل الآخرين وبذلك
ينتقل من حالة سوء التوافق إلى التوافق
النفسي

استخدام العلاج النفسي الممرکز حول
العميل:

يفيد بصفه خاصة في علاج المشكلات
الشخصية للشباب ويفيد في إرشاد
الأزواج ومشكلات الزواج .

The End

Fin

