

العلاج النفسي الواقعي

مفاهيمه النظرية وتطبيقاته الارشادية أسريا ومدرسيا

إعداد

دكتور/ عبد الرحمن سيد سليمان
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كليتا التربية - جامعتا عين شمس وقطر

● مدخل وتمهيد :

حين قدم " وليم جلاسر " William Glasser (b) (1976) أسلوبه العلاجي الجديد- الذي يمكن تسميته - العلاج النفسي الواقعي ، لأول مرة عام (١٩٦٢) ، جذب إليه اهتماماً متزايداً استمر قرابة عقد ونصف من الزمان ولايزال حتى وقتنا هذا.

ويمكن القول أن المربين والتربويين في المرحلتين الابتدائية والثانوية ، قد أخذوا بإفتراضاته ، واهتموا على نحو خاص بمفاهيمه. وحاول العاملون في مجال جناح الأحداث الإفادة من تصوراته خاصة في تصويره لنظام العدالة. وفي واقع الأمر يمكن القول بإطمئنان أن العلاج النفسي الواقعي قد قوبل بحماس كبير من قبل الإختصاصيين في هذين الحقلين أكثر منه من قبل العاملين النشطين في مجال الصحة النفسية. والحقيقة أن هناك سبب رئيسي لهذا الموقف غير العادي هو التأكيد الخاص من قبل " جلاسر " (١٩٦٥) ، على ضرورة الوقاية من السلوك المنحرف Aberrant Behaviour أكثر من تكديده على علاجه.

◆ وليم جلاسر ، طبيب نفسي تخرج في جامعة كاليفورنيا ، وهو المؤسس لاتجاه العلاج النفسي الواقعي. ومن وجهة نظره ، يفشل العملاء - الأشخاص المضطربون - في تعلم السلوكيات المطلوبة والضرورية بالنسبة لهم كي يلبيوا حاجاتهم النفسية ، وبناءً على ذلك ، فإن مهمة المعالج النفسي الواقعي هو أن يعلمهم كيف يصبحون أكثر مسؤولية ، وأكثر واقعية ، ومن ثم يصبحون أكثر نجاحاً في تحقيق أهدافهم.

لقد كتب كل من " جلاسر " و " زونين " مامعناه " أن النقطة الحيوية والأساسية في نظرية العلاج الواقعي هي المسؤولية الشخصية للأفراد عن سلوكهم ، والتي هي صنو للصحة النفسية. ومبادئ العلاج الواقعي مناسبة للناس الذين يحاولون تحقيق نجاح لهوياتهم في الحياة اليومية ، بالإضافة إلى أنها ملائمة كذلك لهؤلاء الذين يعانون مشكلات سلوكية وانفعالية على قدر من الخطورة.

لقد كان النظام المدرسي هدف "جلاسر" الأول والحيوي في جهوده الوقائية ،
وحين توصل إلى منحاه العلاجي ، أعنى العلاج النفسي الواقعي ، طبقه مراراً
وبنجاح على الشباب الجانح في أماكن تجمعات الإقامة الداخلية لهم ، وكذلك طبقه
وبنجاح على الأطفال المضطربين إنفعالياً .

◆ نشأ "وليم جلاسر" William Glasser (١٩٢٥ -) في كليفلاند بولاية أوهايو، حيث درس الهندسة
الكيميائية في معهد نظامي للتكنولوجيا. وفي سن التاسعة عشر سجل كأحد الأشخاص الذين يعانون من الخجل
الحاد ، ومع هذا لم يمنع ذلك من الزواج وهو لم يزل بعد طالباً جامعياً .

ويعد أن أنهى سنوات دراسته الجامعية ، درس لمدة ثلاث سنوات آخر للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في
علم النفس الكلينيكي في "Western Reserve University" ، وبعدها قرر أن يصبح طبيباً نفسياً. في عام
(١٩٥٣) حصل "جلاسر" على درجة الدكتوراه في الطب من ذات الجامعة . وفي عام ١٩٥٧ ، أنهى فترة تخصصه في
الطب النفسي بجامعة كاليفورنيا في لوس أنجيليس. وبعد القيام بمحاولة في الممارسة الخاصة والتي لم يكتب لها
النجاح بسبب نقص الحالات المحولة إليه ، وافق "جلاسر" على قبول وظيفة في California Youth
Authority كرئيس للأطباء النفسيين في Ventura School for Girls ، وهناك بدأ في إختبار بعض الفنيات
والمبادئ الأساسية للعلاج الواقعي. وقد نشر كتابه الأول بعنوان "Mental Health or Mental Illness"
والصحة النفسية أم المرض النفسي ؟ وكان ذلك في عام ١٩٦١ ، ولم تكد تمر أربع سنوات حتى نشر كتابه الأساسي
عن العلاج الواقعي ، أي في عام (١٩٦٥). ثم بدأ "جلاسر" منذ عام ١٩٦٦ في مراجعة نظام (نسق) المدارس في ولاية
كاليفورنيا ، وقد قضى أوقاتاً طويلة في المدارس الابتدائية في The Deprived Wattr area بلوس أنجيليس.
وكنتيجة لما تجمع لديه من خبرات في هذه الفترة ، نشر في عام ١٩٦٩ كتابه المعنون "مدارس بلا فشل" Schools
"Without Failure".

وفي نفس عام (١٩٦٩) توقف عن العمل كرئيس للأطباء النفسيين في Ventura School for Girls ؛
وافتح معهداً للعلاج النفسي الواقعي في برنتوود Brentwood وهي ضاحية من ضواحي لوس أنجيليس. وأيضاً
في نفس هذا العام ، بدأ العمل - على يديه - في مركز تدريب المربين The Educator Training Center لبحث
وتطوير البرامج المهتمة بالتغلب على إخفاق المدارس في أداء مهامها الوقائية من هذا الاخفاق.

وفي عام (١٩٧٢) نشر "جلاسر" كتابه "مجتمع الهوية" ، ومنذ ذلك الحين انصبت اهتماماته بشكل أساسي
على إحداه التغييرات المؤسسية (من خلال المؤسسات). وهو لا يزال ، حتى الآن ، على أية حال ، صاحب إهتمام كبير
بكل ما يتعلق بالوقاية من الجريمة أو منعها ، وكذلك بسوء إستخدام العقاقير.

بدأ " جلاسر " بتوجيه نقد لاذع وساخر للمناحي العلاجية التقليدية ، وأدى اعتراضه على هذه المناحي إلى ابتعاده عنها وإلى إبتعاده عن إقامة وجهة نظر تتعلق بالصحة النفسية. وقد انتقص " جلاسر " من قدر التأكيد على أهمية الدوافع اللاشعورية، أو أهمية التاريخ الشخصي ، أو تفوق تأثير الخبرات الانفعالية ، أو ضرورة الإستبصار. وبدلاً من ذلك كله ، أكد " جلاسر " على أهمية المسؤولية الشخصية ، وتجاهل الأحداث التاريخية. وأكد على أن الانشطة المعرفية ومهارات الإستنتاج والاستدلال هي أعلى وظائف الشخص ، وركز على الإهتمام العلاجي الذي ينصب على تغير السلوك أكثر من تركيزه على عملية الاستبصار. إن منحى "جلاسر"، البسيط ، الواضح المعالم، والذي يحكم على الأشياء بصورة صائبة ، يجعل أفكاره أداة عملية ومباشرة بين أيدي المربين والضباط المعينين لمراقبة سلوك المذنبين الذين علقت عقوبتهم وأطلق سراحهم على سبيل التجربة (Probation Officers)، وكذلك العاملين الآخرين في مجال رعاية الشباب.

والعلاج النفسي الواقعي ، على أية حال ، لايشكل على وجه التحديد فرعاً من فروع المعرفة أو النشاط للمدارس أو قاعات الأحداث اليافعين. ذلك أنه بديل يحتكم إليه هؤلاء الذين يهتمون بوسائل ذات تأثير وفاعلية في معاونة آخرين على أن يعاونوا أنفسهم.. إن كتب " جلاسر " سهلة القراءة وممتعة وتنتشر على نطاق واسع. وإن معهد العلاج النفسي الواقعي وشقيقته منظمة العلاج النفسي الواقعي ، ومركز تدريب المربي ، قاموا بتدريب آلاف من العاملين في مجال الخدمات الإنسانية وفي مجال التربية. إن "جلاسر" شاب في الرابعة والخمسين من عمره ♦ ولا يزال نشيطاً ، ويبدو أنه تنبؤ سليم لو أننا قلنا أنه سوف يواصل نجاحه في إذاعة ونشر أفكاره بشكل أكبر وأكبر لدى قطاعات عريضة من جمهور القراء.

وسوف يسير الباحث في عرضه لعناصر دراسته وفق الترتيب التالي وذلك تيسيراً للقارئ، في تتبع بعض ملامح هذا المنحى العلاجي.
الفلسفة والمفاهيم الرئيسة لدى جلاسر.
أ - وجهة نظره في الأشخاص.
ب- الهوية الناجحة والحاجة إلى الحب والتقدير.

♦ كان ذلك عام (١٩٧٦) حين نشر هذا الكتاب ، انظر مرجع رقم (١٠).

ركائز العلاج الواقعي :

- أ - المسؤولية. ب - الواقعية.
- ج - الصواب.
- د - تكوين الهوية ونمو المسؤولية.
- هـ - مصادر الهوية.
- و - المحبة واستحقاق القيمة

أهداف العلاج (الإرشاد) الواقعي :
عملية العلاج (الإرشاد) الواقعي وفنياته.
التطبيقات الإرشادية للعلاج الواقعي (أسرياً ومدرسياً).

أولاً: الفلسفة والمفاهيم الرئيسية لدى "جلاسرو" :

(١) وجهة نظره في الأشخاص : View of Persons

المتصفح لأراء وأفكار " جلاسرو " تتضح له وجهة نظره الايجابية تجاه الاشخاص، ويبدو ذلك على نحو خاص في منحاہ التربوي ، فهو يرى أن النظرة التقليدية للتربية تعاملت مع المتعلم على أنه وعاء فارغ (أجوف) والذي يتعين على المربي (المعلم) أن يصب فيه كل أنواع المعرفة من حقائق ، وتصورات ومفاهيم. ويعتقد "جلاسرو" (١٩٦٩) أن هذا المنحى لايزال يؤخذ به حتى يومنا هذا من قبل المربين. وهذا المنحى التقليدي يؤكد على أهمية الذاكرة الصماء rote memory (التي تستظهر من غير فهم) ، وعلى المعرفة الوقائعية (التي تتمسك بالوقائع) وتقلل من قيمة أسلوب حل المشكلات ، والتفكير النقدي ، وتؤكد على وثاقه صلة المادة الدراسية ، ووضوح موضوعها بالنسبة للطالب. وبالجمله ، تركز التربية التقليدية على المعلم أكثر من تركيزها على الطالب.

وفي المقابل من هذا ، نجد أن " جلاسرو " (١٩٦٩) يضع ثقة تامة في القدرة التي يتمتع بها الطلاب على تحديد العلاقات بين خبراتهم التربوية ، وعلى معاونة هذه الخبرات لهم في إتخاذ قرارات تتعلق بكل من المنهج المدرسي والقواعد التي تسيير عليها مدارسهم. ومن ثم فهو يؤكد على أسلوب حل المشكلات ، التفكير النقدي ، والمهارات الاجتماعية أكثر من تكديده على الحقائق والوقائع. وفي ضوء هذا المنحى - غير التقليدي - ينظر إلى المعلم كميسر أو محفز يثير الامكانيات الكامنة للتعلم والتي يظهرها الطالب في الفصل المدرسي. وهذا المنحى يتحاشى - بحكم طبيعته غير التقليدية - وجهة النظر الحتمية لسلوك الانسان ، ويسلم بصحة القول الذي يرى أن

الطلاب كائنات عقلانية يملكون القدرة على اكتشاف إمكاناتهم الكامنة للتعلم والنضج وبمقدورهم الافادة منها .

وبالنسبة للحياة ، وكذلك بالنسبة للتربية ، يؤمن " جلاسر " بمعتقد أساسي هو أن كل شخص يقرر مصيره بشكل نهائي . ويستطيع الأفراد بمزيد من الاعتماد على أنفسهم والثقة في قراراتهم بدلاً من الركون إلى المواقف ، أن يعيشوا مسؤولين ، ناجحين ، راضين عن حياتهم ، قانعين بمعيشتهم . وطبقاً لما يراه " جلاسر " فإن الناس هم ما يفعلون ، ولذلك فإن أي تغيير في وجود أو أسلوب حياة غير مشبع ، يمكن أن يبدأ بقرار يتعلق بتغيير السلوك .

إن هذه النزعة المضادة للحتمية والجبرية antideterministic ، والنظرة الإيجابية للأشخاص ، والتي تحمل الأفراد المسؤولية عما يصدر عنهم من سلوك وإنفعالات هي تعبير عن نواتهم ، يلخصها كل من " جلاسر ، زونين " (١٩٧٣) بقولهما "إننا نعتقد أن كل فرد يملك الصحة أو قوة النضج .. وبشكل أساسي وجوهري ، إذا أراد الناس أن يكونوا راضين قانعين ، وأن يتمتعوا بهوية ناجحة ، عليهم أن يظهروا للآخرين أنهم يتحملون مسؤولية سلوكهم ، وأنهم قادرون على إقامة علاقات بين شخصية ذات معنى وهدف (Glasser & Zunin, 1973, P. 297).

(ب) الهوية - الحاجة إلى الحب والتقدير :

من وجهة نظر العلاج النفسي الواقعي ، يجب على جميع الناس أن يخلقوا لديهم شعوراً بكيونوتهم (من يكونون ؟) (Who they are) (Glasser, 1969: 15). يجب عليهم أن يحققوا نواتهم ، أو يحددوا أنفسهم كأشخاص ، على قدر من الأهمية ، الاستقلالية ، والتفرد . وهذا كله يسميه " جلاسر " الهوية "Identity وهي حاجة أساسية إلى الدرجة التي تجعلها قاعدة لدى كل شخص وهي إحدى الحاجات النفسية التي لاتقل في أهميتها عن الحاجات الفطرية الأولية كالطعام ، الماء ، والهواء . إن "الهوية" متطلب أساسي ، فريد في نوعه ، لكل أفراد الجنس البشري (Glasser & Zunin, 1973: 294).

هذا ، ويميز " جلاسر " بين نوعين من الهوية . الأول هو مايسميه " الهوية الناجحة " " A Success Identity " (أو النجاح في تحقيق الهوية) ويشير هذا النوع إلى أن الفرد ينجح في تحديد نفسه (أو معرفة ذاته) ، أو ينجح في أن يرى نفسه كذات أساسها وقاعدتها الكفاءة ، الاقتدار ، وأنه شخص جدير بالإهتمام ، ذو شأن يملك القوة والقدرة على التأثير في البيئة ، والثقة التامة في نفسه على أن يسوس حياته الخاصة .

والنوع الآخر من الهوية هو "الهوية الفاشلة" a failure identity أو الفشل في تحقيق الهوية. وهي من نصيب أولئك الناس الذين لم يستطيعوا إقامة علاقات شخصية حميمة مع آخرين ، والذين لم يتصدوا لتحمل المسؤولية ، والذين يشعرون بالعجز ، واليأس ، وإنعدام القيمة.

والناس بطبيعتهم مدفوعون داخلياً وبشكل باطني لتحقيق الهوية الناجحة. وعلى أي الأحوال ، يتعين القول أن النجاح في تحقيق الهوية يتطلب إشباع حاجتين أساسيتين أخريين هما: حاجة الشخص إلى أن يكون محباً وأن يكون محبوباً ، وحاجته إلى الشعور بالجدارة والاستحقاق:

The need to love and to be loved, and the need to feel worthwhile.

والمطلب الأساسي أو الشرط اللازم لإشباع هاتين الحاجتين هو أن يكون الشخص مندمجاً مع آخرين. والواقع ، أن مفهوم الاندماج Involvement يعد المدخل الوحيد للهوية الناجحة " ذلك أنه جزء مكمل ومتمم للكائن الحي وهو القوة الأولية الباطنية الحافظة والحاكمة لكل أشكال السلوك (Glasser & Zunin, 1973: 296).

ومن الواضح أن الاندماج بين الشخصي Interpersonal involvement يعد أمراً حيوياً في حالة واحدة فقط هي أن يشبع الأفراد حاجتهم إلى الحب وإلى أن يكونوا محبوبين. وهي حاجة من وجهة نظر جلاسر - أقل وضوحاً من حيث كونها - على أية حال - شرط أساسي لتلبية الحاجة إلى الشعور بالجدارة والاستحقاق. ومن ثم يظهر أمر آخر أكبر قيمة وأهمية وهو كيفية تقييم الناس لسلوكهم. ذلك أن التقييمات الايجابية للذات Positive self-evaluations تقود إلى مشاعر القيمة ، في حين تؤدي تقييمات الفرد لنفسه على نحو سلبي إلى إحساس بالاخفاق والفشل. وهكذا من السهولة أن نلاحظ أن هاتين الحاجتين مرتبطتان أشد الارتباط وأوثقه ، أية ذلك أن الناس الذين يحبون وهم في ذات الوقت محبوبون من الآخرين نجدهم يميلون إلى الشعور بالقيمة ، وهؤلاء الذين يشعرون بالقيمة هم أناس عادة ما يحبون ويحبون (يفتح الحاء) ، وهؤلاء وأولئك يكون الاندماج هو المظهر الجوهري والحيوي للدلالة على أنهم مشبعون لهاتين الحاجتين.

إن الحاجة إلى المحبة وإلى أن يكون الانسان محبوباً تشغل حيزاً على درجة عظيمة من الأهمية في وجهة نظر " جلاسر " فهو يراها كحاجة مستمرة ، ضرورية ، متواصلة على إمتداد الحياة ، وهي تدفعنا بصفة دائمة إلى البحث عن الاندماج مع آخرين. والحد الأدنى اللازم لإشباع هذه الحاجة ، وفقاً لما يراه " جلاسر " ، (١٩٦٩) هو أن نجد على الأقل شخص ما تحبه فيبادلك حباً بحب. وهو يقول في هذا الصدد إذا نجح شخص ما في منح محبته للآخر وفي تلقي محبة هذا الآخر بالمثل ، وإذا

استطاع هذا الشخص أن يفعل هذا على نحو متسق ومنتظم طوال حياته ، فإنه بهذا قد وصل إلى درجة عالية من النجاح (Glasser, 1969: 12).

وأما الإتساق القائم بين إشباع الحاجة إلى المحبة وتأكيد على السلوك ، فإننا نجده في تعريف " جلاسر " للحب بأنه مايفعله الناس (ويعكس مودتهم ومحبتهم) ، أكثر من كونه مدى شعورهم بهذه الحاجة أو كيف يحسونها . وهو يرى أنه في سياق البيئة المدرسية ، على سبيل المثال ، يمكن تعريف " الحب " على أنه " المسؤولية الإجتماعية Social responsibility " بمعنى أن " نهتم إلى حد كاف بمعاونة بعضنا البعض في حل الكثير من المشكلات التربوية والاجتماعية بالمدرسة " (Glasser, 1969: 14). كما أن هناك تعريفاً آخر للحب قدمه دكتور " ج.ل. هارينجتون " المشرف على جلاسر في إدارة مستشفى فيترناس بغرب لوس أنجليس . ويتصل تعريف " هارينجتون " بحادثة وقعت في إحدى جلساته العلاجية الجماعية . فقد طرح أحد أفراد هذه المجموعة سؤالاً يستوضح فيه عن " ماذا نعني بالحب ؟ " . وكانت الإجابة بعد فترة من الوقت أطرق فيها كل فرد من أفراد المجموعة لبرهة - وذلك حين قال واحد منهم: " الحب هو أن يقول لك شخص ما ، استيقظ من نومك وغادر فراشت ، فقد حان وقت الذهاب إلى المدرسة .. تناول طبق خضرواتك . تناول أقراص الفيتامينات . إغسل يديك . نظف أسنانك بالفرشاة " . حينئذ قال هارينجتون " هذا الشخص أصاب كبد الحقيقة وقال صواباً " . فالحب هو تعلق لا يضعف أو يلين ، وهو الإدماج مع آخرين " (Reilly, 1973: 17).

وعلى الرغم من أن هذه نقطة خلافية ، فإن الحاجة إلى الحب ليست هي الأكثر أهمية - من وجهة نظر جلاسر - من الحاجة إلى الإحساس بقيمة الذات Self-Worth و " أن تشعر بأنك تستحق الإهتمام " . وفي هذا الصدد يؤكد " جلاسر " (١٩٦٥) على أنه يتعين الإحتفاظ بمعيار مشبع ومرض من السلوك " (P.10). كذلك ينادي " جلاسر " بأن احترام الذات self respect ، وتقدير الذات self-esteem واستحقاق الذات - Self Worth يتطلب من الأفراد أن يقيموا سلوكهم ، وأن يعملوا على تصحيحه عندما لايرقى إلى المعيار الذي ارتضاه الشخص مثلاً وأسوة . وأما مشاعر الجدارة بالاهتمام worthwhileness فتأتي كنتيجة لحل المشكلات ، واكتساب المعرفة ، وإكمال المهام ، وقيام الفرد بما يعرف أنه حق وصحيح .

وهناك نقطتان تتصلان بقيمة الذات يتعين الإشارة إليهما . الأولى ، أن قيمة الذات تكتسب من خلال مايفعله الشخص .. وأنها لاتعطي أو توهب عبر شخص ما إلى شخص آخر . أي أن الذات تستمد أهميتها وقيمتها فقط بأن يتصرف الأشخاص ويسلكوا بأساليب وطرق تلتقى مع معاييرهم الداخلية ، فيتغلبون بنجاح على

المشكلات التي تواجههم ، وحين يستطيع الناس ذلك فإنهم يتقون بأنفسهم ، وبهذا يحققون إحساساً بالإنجاز ، والإشباع ، والجدارة أو الاستحقاق .. والنقطة الثانية التي تتعلق بقيمة الذات فهي أن الإحساس بهذه القيمة يتطلب من الأفراد أن يقيموا سلوكهم تقييماً إيجابياً. وهذا التقييم يتضمن الأحكام الخلقية ، وهنا يرى " جلاسر " أن المبادئ الاخلاقية والقيم هي جوانب ومظاهر على درجة عالية الارتباط بالصحة النفسية الطيبة.

وحقيقة الأمر ، أنه بالنسبة لـ " جلاسر " (١٩٦٥) تعتبر المبادئ الاخلاقية جزءاً أساسياً لا يتجزأ من إشباع الفرد لحاجاته " وعندما يتصرف الإنسان بهذه الطريقة التي يضيفي من خلالها المحبة على الآخرين ويتلقاها بالتالي منهم ، ومن يشعر بالقيمة والجدارة لنفسه وللآخرين ، وهنا يمكن القول أن سلوكه صواب أو يتسم بالاخلاقية " (Glasser: 1965: P. 57).

وقد ناقش " جلاسر " مفهوم الهوية على أنه يمثل أعلى حاجات الشخص السيكولوجية ، والتي يتم تشييدها عبر نسق بيولوجي يبدأ منذ الولادة (Glasser, 1969: 15). ولو أن الناس كانوا غير قادرين على إقامة بناء الهوية عبر مساري الحب وقيمة الذات ، فإنهم سوف يلجأون إلى سبل أخرى (غير سوية في الغالب) مثل الجناح والإنسحاب. ومهما أتيح للإنسان من طرق وسبل متباينة قد يلجأ إلى إستخدامها للحصول على الهوية ، فإن النتيجة النهائية تكون ، على أية حال ، ودائماً هي نفس النتيجة : إخفاق في تحقيق الهوية أو هوية فاشلة.

ولحسن الحظ ، فإن الهوية التي يسعى الشخص إلى إقامتها لا يتحتم أن تكون بالضرورة هوية تتمتع بالثبات الدائم. ذلك أن الهويات يمكن أن تتغير ، لكن هذا التغير يتعين أن يكون عن طريق تغيير السلوك بطريقة ما من الطرق تجعل الحاجة إلى الحب والحاجة إلى قيمة الذات مشبعتين. والعملية التي من خلالها يلبي الفرد احتياجاته عبر تغيير سلوكه ينبغي أن تكون مصحوبة بعمل يدل على المسؤولية ، والواقعية ، ونشدان الحق ، وتلك هي الركائز المحورية للعلاج الواقعي.

ثانياً : ركائز العلاج الواقعي :

أشار " جلاسر " في أكثر من موضع في كتاباته إلى أن العلاج الواقعي يستند إلى عدة ركائز هي المسؤولية ، الواقعية ، الصواب ، تكوين الهوية ونمو المسؤولية ، مصادر الهوية ، المحبة واستحقاق القيمة. وسوف نتحدث عن كل ركيزة بشيء من التفصيل :

(١) المسؤولية Responsibility

من بين المعتقدات الأساسية للعلاج الواقعي أن يكون الفرد مسؤولاً على المستوى الشخصي. وقد حدد " جلاسر " المسؤولية بأنها " قدرة الفرد على تحقيق حاجاته ، شريطة أن يفعل هذا بطريقة لاتحرم الآخرين من القدرة على تحقيق حاجاتهم (16: Glasser, 1969).

ومن ثم فهو يرى أن العجز عن تحقيق حاجتي المحبة والقيمة - السابق الإشارة إليهما - يمكن وصفه على أنه شكل من أشكال اللامسؤولية Irresponsibility. ومن هنا ، فإن السلوك المسؤول هو الوسيلة التي يمكن بواسطتها الحصول على الحب والقيمة ، وهما معاً اللذان يصنعان الذات الناجحة. ومن ناحية أخرى ، فإن السلوك غير المسؤول يكون سبباً في الشعور بالوحدة النفسية والألم ، والإثنان معاً يكونان سبباً في وجود الذات الفاشلة.

وعلى الرغم من أن بعض الاضطرابات العقلية تحدث بسبب إصابة الفرد بالاضطرابات البيوكيميائية ، أو إصابات المخ ، فإن معظمها من الأحسن أن نصفه بأنه شكل من أشكال اللامسؤولية. إن مفهوم المرض العقلي والنسق التصنيفي المصاحب له ، مثل النسق "السيكزوفريني" ، والنسق "العصابي" ماهو إلا نوع من الخيال (الهوى) العلمي. ويعتقد " جلاسر " أنه في معظم أمثلة الأنساق المرضية لا يتم اختيار الاعراض المرضية بشكل غير دقيق بسبب ماضي الشخص ، بل على العكس لأن مثل هؤلاء الأشخاص يشعرون الآن بالإخفاق والوحدة. وهو يعتقد أنه لا يوجد إختيار لأي عرض دون سبب ، وأن هؤلاء الأفراد الذين يعانون إخفاقاً في تحديد هويتهم يركزون على العرض المصاحب لخفض آلام الشعور بالوحدة النفسية. ومن هنا فلا بد أن يأخذ المريض على عاتقه تحمل مسؤولية تعلم الإندماج الناجح مع الآخرين الذين يستغرقون في مواجهة الوحدة والفشل ويسلم بأن أعراضها هي من إختيارهم. (26: Glasser, 1975). وعندما تكون الحاجات متحققة بشكل ناجح بواسطة إصدار سلوكيات مسؤولة ، حينئذ يمكن القول أن كل الأعراض المرضية سوف تختفي.

وتتضمن المسؤولية كمعتقد أساسي في العلاج الواقعي كذلك المساءلة: Accountability وينظر " جلاسر " إلى الأشخاص بإعتبارهم قابلين للمساءلة عن سلوكياتهم ، ومسؤولين في ذات الوقت عن توظيف إمكاناتهم لإشباع حاجاتهم ، بصرف النظر عن الظروف المخففة لآلامهم. فلا أحوال الماضي وظروفه ، ولا العوامل في الوقت الحاضر ، ولا سلوك الآخرين يمكن أن تستخدم كأعذار أو تعبيرات عن الأسف لعدم تمكن الفرد من القيام بعمل ما ، أو كتبريرات عن أفعال صدرت عنه. إن

"جلاسر" يلح بإصرار على أنه مادام المرء قد وافق على تحمل المسؤولية في أن يعيش حياته ، وبدأ في التصرف على نحو يوضح أنه بات مسؤولاً ، عندئذ وعندئذ فقط يصبح إحداث التغيير ممكناً. وقد أكد "جلاسر" على أهمية هذا المفهوم في مناقشاته عن أطفال المدارس قائلًا " لا بد أن نعمل كي نجعلهم يفهمون أنهم مسؤولون عن توظيف إمكاناتهم لإشباع حاجاتهم ، من أجل أن يسلكوا بشكل يستطيعون من خلاله الحصول على هوية ناجحة. إذ أنه لا أحد يستطيع أن يفعل ذلك لهم: (Glasser, 1969: 16).

إن المعالج النفسي الذي يستخدم العلاج الواقعي يتعين عليه أن يجعل "المسؤولية" صنواً للصحة النفسية - فكلما كان الناس مسؤولين ، كلما كانوا أصح نفسياً ، وكلما كانوا أقل تحملاً للمسؤولية كلما كانوا أقل تمتعاً بالصحة النفسية.

وقد ربط "جلاسر" بين المصطلحين إلى درجة القول بأن مصطلح "المرض العقلي أو النفسي" mental illness ، وكل أنساق التصنيفات الطب النفسية (السيكياترية) ، والتي تقوم على النموذج المرضي ، لا بد أن تنحى جانباً لتفسح المكان لوصف صحيح وملائم لتحمل المسؤولية لدى كل فرد على حدة ، أو افتقاره لهذا التحمل. ومادام الناس يدركون أنفسهم كمرضى ويكونون على وعي بهذا ، فإنهم يملكون الأسباب الجاهزة الدالة على عجزهم عن تحمل المسؤولية. وإزالة هذا المسمى (أنهم أشخاص غير مسؤولين) سوف يعاون كثيراً في إزالة الأعذار التي ينتحلونها أو التبريرات التي يلجأون إليها ، وهنا يمكن القول أنه بإمكان العملاء تعلم تحمل المسؤولية بشكل أكثر سهولة.

كما أنه من الأمور المهمة أن نلاحظ إتجاه السببية أو (العلية) في اقتراح "جلاسر" أن نتخلى عن اللافقات والمفاهيم الخاصة بالمرض النفسي. فعلى خلاف المقترحات التي يحملها مصطلح "المسؤولية" بالنسبة لمصطلح المرض النفسي فإن "جلاسر" لا يعتقد أن التمتع بالصحة النفسية سوف يكون سبباً في وجود السلوك المسؤول، بل هو بالأحرى يؤكد على أن السلوك على نحو مسؤول يؤدي إلى التمتع بالصحة النفسية. وبطريقة مماثلة يمكن القول أن التعاسة والمعاناة الشخصية هي نتيجة للمسؤولية وليست سبباً لها.

(ب) الواقعية : Reality

إن قبول المسؤولية يتطلب من الأفراد أن يواجهوا الواقع. وهذا معناه أنه يجب عليهم أن يعوا حقيقة العالم الذي يعيشون فيه على نحو صحيح ، وأن يفهموا أن حاجاتهم يجب أن تلبى من خلال إكراه هذا العالم الذي ربما يخدمنا أو يستغلنا.

والسلوك بمعناه الحالي يجب أن نؤكد على أنه جزء من الواقع ، لأنه الشيء الجدير بالملاحظة ، ولاسيبيل إلى إنكاره في العالم الحقيقي.. وأما المشاعر والاحاسيس فهي أقل واقعية ، ويحاول " جلاسر " أن يبرهن على أن الواقعية تملينا أن نؤكد على السلوك، فضلاً عن المشاعر والاحاسيس في العملية الإرشادية. ولهذا نجد بالفعل أن " جلاسر " في مناقشاته للمقولة القديمة " الدجاجة والبيضة " من زاوية نفسية ، يتخذ موقفاً هو أن السلوك يجب أن يتغير قبل أن نشرع في تغيير المشاعر والاحاسيس.

وبالإضافة إلى السلوك ، فإن الوقت الحاضر ، هو الآخر ، ينظر إليه على أنه جزء متمم ومكمل لتعريف وتحديد الواقع. وحقيقة إننا لن نستطيع تغيير أو تبديل الماضي ، وعلينا أن نحاول أن نفهمه فقط على أنه يلهينا ويحولنا عن الاهتمام بالواقع في الوقت الحاضر. وعلاوة على ذلك ، فإنه عندما يتعلم الناس أن يغيروا أنفسهم ، فإن ذلك يستوجب عليهم أن يفهموا الماضي ، ومن ثم تصبح الأحداث التاريخية مبرراً لما يقومون به الآن. وهكذا يؤكد المعالج النفسي الواقعي على ضرورة أن يواجه العملاء الواقع ، بمعنى أن يواجهوا سلوكهم الحاضر.

ولو أن بالإمكان جعل " اللامسؤولية " *Irresponsibility* مساوية للمرض العقلي ، لكان من الممكن حينئذ تحديد نوع المرض العقلي الذي يعاني منه الناس عن طريق الأسلوب الذي يختارون به الشك في الواقع وإنكاره. فبعض الناس على سبيل المثال ، يطالب بأن نكون واثقين من الشخصيات التاريخية ، وهكذا ننكر حقيقة الوجود الخاص لهذه الشخصيات ، والبعض الآخر يلجأ إلى المخاوف المرضية الموهنة ، وهكذا ينكر الاحتمالية *improbability* أو اللاعقلانية *irrationality* للحوادث المؤسفة والمخيفة. ومثل هذه الصور من الإنكارات للواقع وللحقيقة تقود هؤلاء الناس إلى الإخفاق في تولي كل واحد منهم مسؤوليته عن حياته. وحينئذ يصمم العلاج النفسي الواقعي لمعاونة الناس على أن " يواجهوا الواقع الذي يستطيعون فيه حل مشكلاتهم بسلوك أكثر تحملاً للمسؤولية (Glasser, 1965: 6).

ويسلم " جلاسر " - من ناحية أخرى - بصحة المقولة القائلة بأن المرضى النفسيين والعقليين أو الأشخاص ذوي السلوك الجانح لديهم معانيهم ومدلولاتهم وهي صحيحة بالنسبة لهم أو من وجهة نظرهم. ومع ذلك ، فهو يعتبر أن افتقار هؤلاء الأشخاص إلى النجاح في تحقيق حاجاتهم له سمة مميزة ومألوفة وهو أنهم ينكرون حقيقة العالم الذي يعيشون فيه أو يحيط بهم. وربما يكون إنكار هؤلاء للواقع إنكاراً جزئياً أو كلياً ، كما في حال المريض الذي يعاني حالة من التأخر الزمن و يقيم في مستشفى بشكل رسمي. وعلى أية حال ، فإن هدف الإرشاد الواقعي ليس فقط

معاونة الناس على مواجهة الواقع أو الحقيقة ولكن هدفه أيضاً تمكينهم من مواجهة احتياجاتهم في داخل إطارها .

والشكل التالي يوضح المسارات المتباينة التي يسير فيها أسلوب الإرشاد الواقعي لـ "جلاسر" وتجدر الإشارة هنا إلى أن مواجهة أو إنكار الواقع تكون نقطة حاسمة في طريق خطوات تحقيق نجاح أو فشل الذات أو الهوية. وعلى أية حال ، يمكن اعتبار الشكل مجرد رسم تخطيطي مبسط ، لأنه في واقع الأمر لا يوضح المنطقة الوسطى ، والتي قد يسقط فيها الكثير ، وهم الفئة التي تواجه الواقع أو الحقيقة مواجهة جزئية فقط. والحقيقة المرة (البغيضة) هي أن كل منا يتصرف في بعض الأحيان بطريقة غير مسؤولة ، وليس فقط المرضى العقليون أو الأشخاص الجانحون.

مواجهة الواقع Facing reality	إنكار الواقع Denying reality
سلوك مسؤول Responsible behaviour	سلوك لا مسؤول Irresponsible behaviour
الحب والقيمة (الاندماج) مع الآخرين Love and worth (involvement)	الوحدة النفسية والألم (نقص الاندماج) Loneliness and Pain (Lack of Involvement)
نجاح الذات (النجاح في تحقيق الهوية) Success identity	إخفاق الذات (الفشل في تحقيق الهوية) Failure identity

شكل رقم (١) يوضح التسلسل ذي الأربع حلقات والذي يتضمن وجهة نظر "جلاسر" للعلاج الواقعي (Nelson, 1982: 42)

(ج) الصواب Right

تعتبر الاحكام القيمية Value judgments ملمح أساسي وجوهري في الذخيرة المعرفية للشخص المسؤول. وبدون أن يقيم الناس سلوكهم من حيث كونه صحيحاً أو خاطئاً ، جيداً أو رديئاً ، فسوف تكون أفعالهم وأنشطتهم من باب النزوات المتقلبة المتحولة أو تدخل ضمن ما يمكن تسميته السلوك الاعتباطي ولا يتعين فقط على الناس أن يهتدوا في سلوكهم بالمعايير والاحكام الخلقية بل عليهم كذلك أن يوفوا جزءاً ضرورياً هو إشباع حاجتهم إلى استحقاق الذات. " فالأخلاقيات ، المعايير ، القيم ، أو السلوك الصائب أو الخاطيء ، كل ذلك له علاقة صميمية بتحقيق وإنجاز حاجتنا إلى توقير وإجلال الذات " . (Glasser, 1965: 11). وبالإضافة إلى هذا ، فإن احكام الأفراد القيمية فيما يتعلق بسلوكيات معينة ربما تدمم بقوة دافعة لتغيير هذه السلوكيات. وبالرغم من أن " جلاسر " لم يقدم دستور أو قواعد أخلاقية نوعية a specific moral code والتي يمكن للناس أن يلتزموا بها في حياتهم ، إلا أنه يعتقد أن هناك بعض المبادئ الاخلاقية المحددة والمتقبلة بصفة عامة لدى الناس - من ذلك على سبيل المثال ، أن الغش والخداع سلوك خاطيء ، وأن الصدق والأمانة سلوك صائب - وذلك مايجب على المعالج النفسي الواقعي أن يؤكد عليه ويقره. فمنحاه العلاجي النفسي الخاص يصطبغ بقيم خاصة التي يتعين أن تبقى عالقة بذهنه - من هذه القيم على سبيل المثال ، الرعاية والاهتمام بالآخرين ، الأمانة ، حفظ الوعود والعهود. كما أن تعريفه للمسؤولية ينفي عنه أية شبهة وكأنه مبدأ هاد.

كما كان " جلاسر " شديد الحرص على أن يطالب بالحذر من أن يستخدم الفرد قيمة الخاصة في استغلال الآخرين ، وكان شديد الحرص وبنفس الدرجة في الإهتمام بالتأكيد على أن المعالج النفسي الواقعي يتحمل هو الآخر مسؤولية أن يواجه العميل باختياراته القيمية (باختياره قيم معينة دون أخرى) ، وأن يشير إلى العواقب المحتملة والترتبة على هذه الإختيارات.

د- الهوية : Identity

يؤكد العلاج الواقعي على حقيقة هامة مؤداها أن كل بني البشر ، بصرف النظر عن الثقافة التي يعيشون فيها ، يحتاجون إلى إشباع دافع أساسي وحيد. وهذا الدافع هو الحاجة إلى " الهوية " Need for an identity وهي من وجهة نظره تعني " الحاجة إلى الشعور بأن نكون منفصلين - بطريقة أو بأخرى - ومتمايزين بعضنا عن بعض في معيشتنا ، على الرغم من وجودنا معا على سطح هذه الكرة الأرضية " .

(Glasser, W. & Zunin, L.M., 1973: 292)

ويرى " جلاسر " أنه منذ عام ١٩٥٠ بدا أن هناك تحولاً في العالم الغربي من حال المجتمعات التي تنشد البقاء ، والذي فيه يتوجه الناس نحو أهداف goals معينة مثل البحث عن مهن آمنة ، إلى مجتمعات تنشد تحقيق " الهوية " والذي فيه يتوجه الناس نحو الأدوار roles ، ونحو محاولة الحصول على هوية ناجحة.

كما يرى " جلاسر " أن كثيراً من الأجيال السابقة ، كانوا بمجرد أن يشعروا بالأمان ، يبدؤون في الإهتمام بإنجاز أهداف شخصية. إلا أنه على أية حال ، كانت هناك أجيال تالية تتمتع بالأمان الإقتصادي على مدار سنوات حياتها ، ومن ثم انصب إهتمامها على الحصول على الهوية الناجحة أكثر من إهتمامها وحرصها على البقاء. ويرى " جلاسر " أن الحاجة إلى تحقيق هوية ناجحة يمكن النظر إليه على أنه الحاجة إلى قوة النضج أو قوة الصحة. وهكذا يمكن القول أن الإرشاد الواقعي يرى أن البشر ذوو طبيعة مفهومة ضمناً هي أنهم اجتماعيون ومن ثم فهو يؤيد المعيشة في مجتمع.

• تكوين الهوية ونمو المسؤولية :

ويهمنا الآن أن نعرض بشكل أكثر تفصيلاً لمفهوم الهوية بعد أن عرفنا أنه يمثل أعلى الحاجات السيكولوجية لدى الفرد. وان الهوية تتخذ من الحب ومن قيمة الذات مساراً لها في اثناء تشييد الفرد لبنائها. وأنه بغير هذين المسارين قد يتحول الانسان إلى اساليب غير سوية لتحقيق هويته تنتهي به إلى مايسميه " جلاسر " الهوية الفاشلة.

والسؤال الآن كيف تتكون الهوية ، وكيف تنمو المسؤولية ، ماهي مصادرها ، على المستويين الأسري والمدرسي ، وكيف يسهم الوالدان والمدرسة في بناء صرح المسؤولية ، وماهي النتائج المترتبة على اخفاق احدهما أو كلاهما في الاضطلاع بدوره .. هذه التساؤلات وغيرها ، يمكن الاجابة عنها ومناقشتها خلال النقاط التالية.

ه - مصادر الهوية : Sources of Identity

وضع كل من " جلاسر " و " زونين " Glasser and Zunin قائمة بالمصادر التي تمكن الناس من أن يتضح لهم ويفهموا من يكونون ، وهذه المصادر يمكن إجمالها على الوجه الآتي (Glasser & Zunin, 1973:295) :

- أولاً : نحن نميل إلى أن نربط أنفسنا ذهنياً ، ونتوحد سيكولوجياً أو ندمج أنفسنا مع الناس الذين نحبهم ونعجب بهم. وبالمثل ، نحن نرفض أو ننبذ ونبتعد عن أولئك الذين نكرههم.
- ثانياً : نحن نكتسب الهوية عن طريق مانضفيه على القضايا ، ومايتعلق بها من أمور تشغلنا الكثير من الأهمية ، وبالتالي نقضي فيها معظم أوقاتنا ، ونبدل فيها كل طاقاتنا.
- ثالثاً : إن سلوكنا في الأزمات قد يعطينا مزيداً من المعلومات عن أنفسنا (أو نواتنا).
- رابعاً : إن معتقداتنا ، وقيمنا ، وفلسفتنا تسهم في تحديد شكل هويتنا.
- خامساً : كذلك يسهم في تحديد شكل هويتنا مستوانا الاجتماعي - الاقتصادي بالنسبة للآخرين.
- سادساً : وأخيراً أن صورة الجسم لدينا ، وتكويننا يساعدنا على تحديد وتعريف هويتنا.

وفي حوالي سن الرابعة أو الخامسة ربما يبدأ الأفراد في إخفاق وفشل الهوية ، معتمدين في هذا على الكيفية التي يمكن لطفل (أو لطفلة) أن ينمي " المهارات الاجتماعية، والمهارات اللفظية ، والذكاء ، والقدرة على التفكير " التي تمكنه (أو تمكنها) من البدء في تحديد نفسه (أو تعريف ذاته) بلغة تشير إلى مامعناه أنه قد يكون شخصاً ناجحاً أو غير ناجح (Glasser & Zunin , 1973:294) كما يمكن القول أنه قبل هذه المرحلة العمرية يستطيع معظم الأطفال أن يلاحظوا نواتهم كأشخاص ناجحين. وعلى أية حال ، فإن الأفراد بمجرد أن يبدأوا في تحديد هوية أنفسهم كأشخاص ناجحين أو غير ناجحين فإنهم يميلون إلى الارتباط بآخرين لهم هويات مماثلة لهوياتهم، وتصبح مجموعات الأفراد ذوي الهويات الناجحة أو ذوي الهويات الفاشلة - وعلى نحو تصاعدي - أكثر استقطاباً more polarized .

و- المحبة واستحقاق القيمة : Love and Worth

لقد كان الشعور بالأمن أحد مفاتيح النجاح في مجتمع البقاء ، لكن المحبة والشعور بالقيمة والجدارة كانت كذلك أساسيتين لتحقيق الهوية الناجحة في مجتمع البحث عن هوية جديدة. ولذلك نجد أن " جلاسر " يؤكد في كتابه الموسوم " العلاج النفسي " Reality therapy على أن هناك حاجتان أساسيتان يتعين إشباعهما هما :

(1) الحاجة إلى منح الآخرين الحب وإلى أن يكون الإنسان محبوباً ، بالإضافة إلى الحاجة إلى الشعور بأننا ذوو قيمة ومهمون سواء بالنسبة لأنفسنا أو بالنسبة للآخرين (9: Glasser, 1965).

أما الحاجة إلى محبة الآخرين وإلى أن يكون الإنسان محبوباً فمعناها الإدماج مع الناس والانتماء معهم حيث يجد بينهم الرعاية والاحترام. وأما الحاجة إلى الشعور بالقيمة فمعناها أن الناس يجب عليها القيام بأية أعمال تزيد من إحترامهم لذواتهم وتدفعهم في غالب الأمر إلى معاونة الآخرين على أن يقوموا بنفس الشيء. وبالتالي تستلزم الحاجة إلى استحقاق القيمة الإحتفاظ بمعيار مرض للسلوك ، وحين لا يتصرف الناس لتحسين وتطوير سلوكياتهم حين لا تندرج تحت المعايير التي ارتضوها، فإنهم سوف يشعرون بالألم ، وهذا الألم تزداد حدته كلما استشعروا أنهم أخفقوا في محبة الآخرين أو في كأن يكونوا محبوبين من لدن هؤلاء الآخرين. والعائدات المتوقعة من الإخفاق في تلبية أو تحقيق الأهداف الفرعية للذات الناجحة في الحب والاحساس بالقيمة هي الشعور بالوحدة النفسية ، والألم ، والاختفاق في تحقيق الهوية ، وذلك لأن الكثيرين لم يتعلموا كيف يحصلون على المحبة والقيمة.

ثالثاً : أهداف العلاج الواقعي :

على الرغم من أن مفهوم الإدماج يعد مفهوماً شهيراً في مجال العلاج الواقعي، إلا أنه ليس هو الهدف الأوحد في هذا المجال ، أو على الأصح يمكن القول أنه العملية التي يتم من خلالها تحقيق أهداف العلاج. إن الإدماج وسيلة وليس غاية في حد ذاته. كما أن الهدف الرئيسي للعلاج الواقعي هو مساعدة العملاء على القيام بمسؤولياتهم الشخصية (Glasser & Zunin, 1973, P. 292). وتحمل المسؤولية - من وجهة نظر العلاج الواقعي - يعني القدرة على التصرف بطريقة يتمكن الفرد من خلالها من إشباع حاجاته إشباعاً كاملاً ، والتي بدورها تؤدي إلى تحقيق هوية ناجحة. وبناءً على ذلك ، فإنه بطريقة غير مباشرة يمكن أن نقول أن هدف العلاج الواقعي هو معاونة المسترشدين على تحقيق هوية النجاح. ومع أن " جلاسر " يعتبر تحقيق هوية النجاح هو الغاية النهائية لطريقته العلاجية فإنه لم يناقش - عن عمد - هوية النجاح على أنها هدف نوعي وخاص تتميز به هذه الطريقة. والسبب في أنه لم يفعل ذلك ربما يوضحه الرجوع إلى الدراسة التي قامها في محاضرة بكندا للمسؤولين عن المؤسسات الإصلاحية في بداية الستينيات ، في هذه الدراسة انتقد " جلاسر " بشدة وجهة النظر التقليدية التي ترى أن التعاسة Unhappiness هي السبب في حدوث الإنحراف ، ولذا وجدنا أنه يؤكد على أن هذا التصور الذي ينطوي على

مغالطة ، رغم ما يتمتع به من حسن التصميم الذي جذب اليه انتباه العديد من المهتمين بهذا المجال ، إلا أنه ضلل المختصين ودفعهم إلى محاولة جلب السعادة إلى الأحداث المذنبين ، إذ افترض هؤلاء المتخصصون افتراضاً خاطئاً مؤداه أنه إذا شعر هؤلاء الشباب الجانحين بالسعادة فسوف لا يقدمون على إرتكاب مخالفات تتعلق بالقوانين أو افعال تنتهكها . وهنا يشير " جلاسر " (b)(1976) إلى أن شعور هؤلاء الجانحين بالتعاسة لا يكون سبباً بأي حال من الأحوال في إنخراطهم في نشاط يتسم بالإنحراف . وإنما الأحرى أن نقول أن الذي يدفعهم إلى هذا النشاط المنحرف هو المشاعر التي يخبرونها عندما يسلكون سلوكاً غير مسؤول . ويبني " جلاسر " رأيه هذا على أساس أن المشاعر والاتجاهات تنشأ عن سلوك الفرد وليس سلوك الفرد هو الناتج عن مشاعره واتجاهاته . وبالمثل ، يمكن النظر إلى الهوية ، باعتبارها اتجاه الشخص نحو ذاته ، على أنها نتيجة تتولد عن سلوك هذا الشخص بحيث يصبح من غير الممكن أن نتعامل مع هذه الهوية بمعزل عن سلوكه أو بشكل مستقل عن هذا السلوك . وأنه لكي نغير هويات الأشخاص يتعين أن يغير هؤلاء الأشخاص سلوكهم أولاً . ونتيجة لذلك يمكن القول أن السلوك المسؤول هو غاية العلاج الواقعي والهدف الرئيسي له .

وبالإضافة إلى هذا الهدف الشامل للعلاج الواقعي وهو تحمل المسؤولية الشخصية ، فإن العملاء بإمكانهم تحديد أهداف حياتية خاصة بهم . وهذه الأهداف تتضمن كل من الأهداف العاجلة التحقيق والغايات بعيدة المدى . فإذا ضربنا للأهداف العاجلة مثلاً ، يمكن الإشارة إلى التوقف عن عادة التدخين ، في حين يمكن أن نضرب مثلاً للغايات بعيدة المدى بالحصول على وظيفة مناسبة بعد الإنتهاء من الدراسة الجامعية . حينئذ ، يمكن القول أن المعالج يعاون العملاء في تقييم سلوكهم الحاضر ، وفي تحديد ما إذا كان سوف يعاونهم في تحقيق هذه الأهداف بنوعيتها ، وكذلك يعاونهم في وضع الخطط التي توصلهم إلى تلك الأهداف .

وبناء على ما سبق يمكن النظر إلى طبيعة عمل المعالج النفسي الواقعي بأنه يحاول أن يعلم العميل أسلوباً يتخذه في حياته أو منحى حياة *an approach to life* . وهذا يتضمن في واقع الأمر معاونة العميل في أن يتعلم مهارات عامة ، معرفية ، ومهارات للتغلب على المشكلات أكثر من كونه يهتم فقط بتغيير السلوك اللاتكيفي . ومن هنا يشجع المعالج الواقعي كل عميل على حدة أن يعيش في ظل الركائز الثلاثة للعلاج النفسي الواقعي وهي : المسؤولية ، الواقعية ، والصواب . وهكذا يكون الهدف الشامل والعام للعلاج الواقعي هو معاونة العميل في أن ينمي " نسق أو أسلوب

للحياة ^{١١}يعاونه كمشخص حتى يصبح إنساناً ناجحاً في جل أو في كل مساعيه
وجهوده . (Glasser & Zunin, 1973, P. 292)

رابعاً : عملية العلاج (الإرشاد) الواقعي وفتياته :

Process and Techniques of Counseling

تعتبر عملية الإرشاد الواقعي ، في ضوء نظرية العلاج النفسي الواقعي
لجلاسر ، هي عملية تعلم يتم من خلالها التأكيد على الحوار العقلي (المنطقي)
rational dialogue بين العميل والمرشد. والمرشدون النفسيون الواقعيون يتعين أن
يكونوا نشطين من الناحية اللفظية " الحوارية " وأن يطرحوا العديد من الاسئلة عن
الوضع الحياتي الراهن للعميل. وهم - أي المرشدون النفسيون الواقعيون -
يستخدمون الاسئلة - من خلال عملية الارشاد - لمساعدة العميل على أن يكون على
وعي وإدراك بسلوكه وأن يصدر أحكاماً قيمة ، وأن يخطط من أجل التغيير .

ويجانب طرح الاسئلة ، فإن المرشدين النفسيين الواقعيين يكونون نشطين لفظياً
" حوارياً " من خلال طرق واساليب أخرى عديدة ، فهم يغرون العميل بالمشاركة في
محادثة شيقة وممتعة ، وقد تكون تلك المحادثات في بعض الاحيان غير مرتبطة
بالمشكلة المطروحة ، كما قد يفيدون من إثارة روح الدعابة والنقاش الساخن من وقت
لآخر ، والذي يمكن أن يكون بين الحين والآخر جزءاً هاماً في عملية الإرشاد النفسي .
كذلك قد تستخدم المقابلات اللفظية كثيراً ، خاصة وأن المرشد النفسي الواقعي
لا يقبل الاعتذارات من قبل العميل بحجة أنه غير قادر على المواجهة. وعلى الجانب
الآخر ، فإن الصمت الطويل بين المرشد والعميل نادراً ما يكون له مكان في الإرشاد
النفسي الواقعي. وينظر " جلاسر وزونين " إلى فترات الصمت الطويلة كأحد فنيات
العلاج النفسي غير المفيدة ، ومن ثم يشجعان المرشدين على أن يكونوا نشطين لفظياً
كما دعت الضرورة لذلك كي يظلوا على صلة وثيقة بعملائهم مندمجين معهم .

(Glasser & Zunin, 1973, P. 311)

وأما عن السمات المميزة للإرشاد النفسي الواقعي فقد فصلها " جلاسر " عام
١٩٦٥ - الفصل الأول " ، لكن يمكن باختصار القول أن هذه السمات تتضمن درجة
عالية من المسؤولية الشخصية ، وإهتمام حقيقي بالآخرين ، والإستعداد إلى الانفتاح
والصراحة ، والمشاركة في المعاناة الشخصية ، والسماح بتحديد القيم الشخصية
بحيث تصل من القوة إلى الدرجة التي لاتتغاضى عن السلوك غير المسؤول. والقدرة
على إنشاء علاقة دافئة وشخصية مع العميل وتعتبر هذه الصفات ضرورية لمساعدة
المرشد النفسي على أن يشارك العميل مشاركة كلية .

إن المرشدين النفسيين الواقعيين ليس لديهم حقيبة سحرية لحيل العلاج النفسي يأخذون منها أثناء عملية الإرشاد ، ولكن هناك ثمانية مبادئ عامة لـ "جلاسر" (١٩٦٩ - ١٩٧٢) ، (جلاسر وزونين ، ١٩٧٣) تعمل كموجه للمرشد النفسي الواقعي. وهذه المبادئ يمكن إستخدامها بمرونة مع مراعاة إحتياجات العميل. وعلى أية حال فإن الترتيب الذي عرض به جلاسر لهذه المبادئ يوضح ويشرح المنهج الأساسي الذي يتعين على المرشد أن يتبعه.

(١) الإندماج (المشاركة الكاملة للعميل) : Involvement

يرى "جلاسر" أنه يمكن النظر إلى الفترة التي تمتد في الزمن الماضي منذ نحو عشرة آلاف سنة مضت وحتى عام ١٩٥٠ تقريباً على أنها حقبة مجتمع البقاء The Survival Society. وعلى أية حال ، فإن هذه الحقبة لم تكن إلا فترة زمنية سبقتها حوالي (٢.٥) ثلاث ملايين سنة ونصف مما يمكن تسميته مجتمع البقاء البدائي a primitive survival society. والفترة المشار إليها كانت هي الفترة التي أصبحت فيها الحاجة إلى التعاون الذكي intelligent co-operation جزءاً من جهاز الناس العصبي ، وبعد ذلك وعبر مرور نصف مليون عام من مجتمع الهوية البدائي ، تطور نظام الحاجات من الحاجة إلى التعاون الذكي إلى الحاجة إلى الإندماج Involvement أو حاجة الناس إلى أن يكونوا مع رفاق لهم من البشر.

وقد كتب "جلاسر" يقول: " لكي ننجح في مهمة مابعد عام ١٩٥٠ وهي تحقيق مجتمع الهوية ، فإنه يتعين علينا أن نؤسس معرفتنا عن الانسان ، لا على أساس السلوك المتعلم خلال العشرة آلاف عام السابقة على عام ١٩٥٠ - والتي سادت فيها الخصومة والكراهية antagonism and hostility - ولكن على أساس السلوك الفطري الممتد عبر أربعة ملايين من السنين ساد فيها التعاون والتنافس الودود.

(Glasser, 1975: 235).

إن الحاجة إلى الإندماج تنبع - من وجهة نظر جلاسر - من الجهاز العصبي لدى الإنسان ، الذي يستخدم الألم كوسيلة لتشجيع الناس على الإندماج مع بعضهم البعض.

ومن ناحية أخرى يرى "جلاسر" أن الاشتراك الكامل على الأقل مع شخص ناجح يعد شرطاً أساسياً لأي تغيير يرجى حدوثه لدى العميل. إن الأفراد يأتون إلى المرشد النفسي لأنهم فشلوا في مشاركة الآخرين والإندماج معهم. ولذلك يتعين على المرشدين النفسيين أن يتواصلوا مع العميل لفظياً وأن يشاركونه منذ البداية ويهتمون

ويعنون به ، وعلى المرشدين أن يكونوا حسنى المظهر ودودين ، أكثر إهتماماً بالعملاء ، وعليهم أن ينموا علاقات إنفعالية حميمة مع عملائهم.

ويؤكد " جلاسر " على أهمية المشاركة والاندماج الكامل قائلاً : " إن قدرة المرشد النفسي على المشاركة الكاملة والاندماج لهي المهارة الأساسية في عملية الإرشاد النفسي الواقعي . (Glasser, 1965: 22).

ويقدم " جلاسر وزونين " (١٩٧٣) عدة إقتراحات محددة والتي - إذا نمت - يمكن أن تساعد المرشدين النفسيين على إقامة الاندماج والاشتراك الكامل مع العميل. فهما يقترحان أن يستخدم المرشدون الضمانات الشخصية ، وألا يشيرون أبداً إلى أنفسهم أو إلى العميل بضمائر الغائب. ويتعين تشجيع العميل على كشف الذات - self disclosure - لأن العلاقات تقوى عندما يكشف المرشدون عن أنفسهم كأشخاص صادقين حقيقيين. كما أن السلوك الودي المتفائل من جانب المرشدين هام أيضاً ، وعلى العملاء أن يشعروا أن المرشدين يصدقونهم ، ويثقون بأنهم قادرون على عمل تغييرات إيجابية فعالة في حياتهم.

ومن الأمور ذات الأهمية القصوى في العملية العلاجية أو الإرشادية الحديث مع العميل في عدة موضوعات مختلفة. ويجب إعطاء إهتمام خاص بإهتمامات العملاء ونجاحاتهم ، أي إلى ما يفعلونه صواباً في حياتهم. ومن الصحيح أن التركيز التام على المشكلات يعوق ويعطل التقدم لأنه يبقى على العميل مستغرقاً في نفسه فقط ، في حين أن المناقشات التي تدور حول الجوانب والمظاهر الأخرى في حياة العميل لاتدع التركيز بعيداً عن مشكلات العميل فقط ، ولكن أيضاً تدفع وتنمي المهارات الحوارية لدى العميل ، لذلك يرى " جلاسر " أن الحديث الشيق حول الموضوعات ذات الإهتمام في حياة العميل هو الطريق الوحيد والأفضل لمساعدته على المشاركة الكاملة. (Glasser, 1972: 83). وهناك جانب أو مظهر آخر على درجة كبيرة من الأهمية في تحقيق عملية الإندماج العلاجي : Therapeutic Involvement (أو الإندماج أثناء العملية العلاجية) وهو وضع حدود لهذا الإندماج وتحديد العلاقة العلاجية (الإرشادية) بوضوح قدر المستطاع ، وحتى لا يصاب العلاقة العلاجية أية أضرار فإن تحديدها يجعل الإندماج واقعياً فيكون دليلاً للعميل في توقعاته واستبصاراته.

◆ الانصاح الذاتي : Self - Disclosure

قدرة الفرد على الكشف والتعبير عن مشاعره الداخلية الخاصة وعن خيالاته وخبراته وتطلعاته. ويعتقد ان الافصاح الذاتي كما يرى العديد من الباحثين متطلب لحدوث التغير العلاجي والنمو الشخصي في جماعة العلاج النفسي. وهنا مصطلح آخر هو اكتشاف الذات Self-Discovery الذي يعني في الفلسفة الوجودية عملية ان يجد الفرد ذاته الفريدة المتميزة وهي مشكلة " السعي من أجل الهوية " Quest for Identity في التحليل النفسي. كما يشير هذا المصطلح أيضاً إلى معنى تحرير " أنا " الفرد المكبوت بما في ذلك من اطلاق اهداف الفرد واغراضه من القيود التي خلقها الخضوع لإرادة الآخرين (جابر عبد الحميد جابر وعلاء الدين كفا في - الجزء ٧. ١٩٩٥: ٢٤٤٢).

وخلاصة القول أن المرشد النفسي - في ظل الإرشاد الواقعي في حاجة إلى أن يكون حميماً وودوداً كي يكون قادراً على إختراق الاحساس بالفشل ، واختراق إندماج الذات Self- involvement لدى العميل. والإندماج ، والتقبل ، والرعاية ، والرغبة في مناقشة الخبرات والتجارب الشخصية للعميل من قبل المرشد هي الجسور التي ينمي العميل من خلالها الثقة بنفسه ، ويواصل إستمراره في الإندماجات بصورها المتعددة من تلقاء نفسه. وحتى يكون الانسان مندمجاً فإن ذلك يحمل ضمناً معاني أخرى من بينها أن يكون الفرد أميناً وصادقاً فيما يتعلق بالحدود والتقييدات التي يفرضها الإندماج ، مثل طول المواعيد والاتجاه نحو الاتصال بين المواعيد المحددة. والإرشاد الواقعي يركز على دفاء العلاقة بين المرشد والعميل، ويتضمن إجراء محادثات ومناقشات لنقاط وجوانب من موضوعات عامة وعلى نطاق واسع. وهو في ذات الوقت لايشجع المناقشات الطويلة حول مشكلات العميل ، لأن هذا قد يؤدي إلى تزايد الاندماج الذاتي غير المسؤول.

(٢) التركيز على السلوك الحالي : Focus on Current behavior

هناك مناح ارشادية عديدة تركز على المشاعر باعتبارها أهم جزء في الخبرة الإنسانية. ومن هنا فقد تنظر هذه المناحي إلى التعبير عن المشاعر والافصاح عنها وفهمها على أنه أفضل وسيلة لاحداث التغيير من خلال العلاج. إلا أن " جلاسر " - كما لاحظنا من قبل - يقرر العكس تماماً ، ذلك أنه يعتقد أن التغيير في المشاعر يلي التغيير في السلوك. لذا فالمرشد النفسي الواقعي يهتم بما يفعله العميل. وفي حال التعامل مع العميل الذي ربما يقول " إنني غير سعيد تماماً " لا يطلب منه المرشد أن يتوسع في الحديث عن حالته الإنفعالية أو أن يسأله عن طول المدة التي كان يشعر فيها بذلك ، ولكن المرشد النفسي الواقعي يركز على السلوك بقوله على سبيل المثال: " ما الذي تفعله فيجعلك تشعر بعدم السعادة؟ ". إن الغرض الاساسي للتركيز على سلوك العميل هو مساعدته على أن يصبح مدركاً لما يفعله. فإذا لم تكن مدركين لطبيعة سلوكنا ، فلن نستطيع أن نتعلم كيف نسلك بطريقة أكثر كفاءة وأكثر قدرة. (Glasser, 1972:85).

وخلاصة القول أن الإرشاد الواقعي يركز على تغيير السلوك اكثر من تركيزه على تغيير التفكير والمشاعر. ولذا يشجع العميل على أن يصبح على وعي تام بسلوكه الحالي. ويكون التأكيد في العلاج الواقعي على ماذا يمكن للعملاء أن يفعلوا بدلاً من التركيز على السبب الذي جعلهم يسلكون على هذا النحو. ويعاونهم المعالج في أن

يفهموا أن سلوكهم الحالي كان من اختيارهم. وعلاوة على ذلك فإنه يعاونهم على أن يفهموا مصادر قوتهم.

(٣) التركيز على الحاضر : Focus on Present

هناك طريقة أخرى لطرح السلوك المشكل على طاولة المناقشة وهي تركيز الإهتمام على ما يحدث الآن في حياة العميل. وهذا التركيز يختلف عن ذلك الموجود في بعض المناحي الإرشادية الأخرى مثل الإرشاد الجشطلتي ، الذي يعرف الحاضر بأنه "اللحظة الحالية" The immediate moment. أما في الإرشاد النفسي الواقعي فإن "جلاسر" يقصد بالحاضر الأحداث الجارية والنشاطات المختلفة في حياة العميل ، وهذا يعني الرغبة في اكتشاف نقاط القوة عند العميل وأيضاً نقاط الضعف ، وذلك لأنه عندما تبدأ التغييرات في الحدوث يكون من المهم أن نستغلها ونبني عليها.

والتركيز على الحاضر من ناحية أخرى ، يعني أيضاً تجاهل الماضي ، فالعلاج النفسي الواقعي يرفض مساعدة العميل على تذكر الماضي ، وهو الأمر الذي ينادي به كثير من المناحي الإرشادية والتي تفترض أنه يتعين على العميل لكي يتقدم أن يكشف النقاب عن الصدمة الأصلية The Original Trauma التي تسببت في حالته الراهنة. وحققيقة الأمر أن هذا البحث في التاريخ الماضي للعميل غالباً ما يخدم "الغرض الانتاجي المضاد" Counterproductive purpose لإعطاء العملاء العذر في إصرارهم على سلوكهم الحالي غير المتكيف. وعلى أية حال فإنه إذا نوقشت المشكلات الماضية ، فإن المرشد النفسي الواقعي يحاول ربطها بالسلوك الحالي وذلك بسؤال العملاء: ماذا فعلوا لمنع المزيد من الاختلال الوظيفي dysfunction (مع التركيز على نقاط القوة) ، أو ماهي البدائل الأخرى التي كان من المحتمل أن يختاروها في ذلك الموقف (ممارسة حل المشكلة).

(٤) تقويم (تقييم) السلوك : Evaluating Behavior

ما إن يشارك المرشدون النفسيون عملاءهم بنجاح ويصبح العملاء على وعي بسلوكهم الحالي ، فإنه يجب إثارة قضية " الصحيح والخطأ " . ويتعين دفع العملاء إلى إختبار وفحص نوعية مايفعلونه ، وتحديد ما إذا كان في دائرة إهتماماتهم وإهتمامات من حولهم أم لا. بمعنى هل سلوكهم الحالي يساعدهم على تلبية حاجاتهم وإشباعها أم لا؟ إن هذا سؤال قيمي ينبغي على العميل أن يجيب عنه. وإذا لم يكن العملاء على وعي بأن سلوكهم الحالي يتعين إضعافه ومن ثم يحكم عليه بأنه " خطأ " فلن يعملوا - بأي حال من الأحوال - على تغييره.

وإذا أجاب العميل " لا أعرف " ، أو " لقد جعلني ذلك أشعر بالتحسن " ، فإن المرشد النفسي الواقعي يؤكد على السؤال : " هل هذا السلوك يحقق لك أية فائدة ؟ وبمجرد أن يقيم العميل السلوك بأنه خاطيء ، فعلى المرشد ألا يتغاضى عنه (Glasser & Zunin, 1973: 301) . ومن ناحية أخرى ، إذا قرر العميل أنه فعل الشيء الصحيح في ضوء الظروف التي مر بها ، ففي هذه الحالة على المرشد ألا يناقش الموضوع أو يعود إلى الجدل فيه ، ذلك أنه يسعى فقط إلى جعل العميل قادراً على إصدار أحكام قيمة على سلوكه. وبشيء من الأمل ، فإن الوقت والنتائج الطبيعية للسلوك ستغير في النهاية " نظرة " العميل .

وخلاصة القول أن المرشد النفسي الواقعي يشجع العملاء على إصدار أحكام ذات قيمة فيما إذا كان سلوكهم هو الاختيار الأفضل أم أنه غير ذلك. ويتم التأكيد خلال عملية العلاج على مفهوم البدائل The concept of alternatives ، ذلك أن معظم الناس ذوي المشكلات الانفعالية تبدو أمامهم البدائل قليلة ، بل ربما لا يجدون أي بديل عن سلوكهم الحالي غير المشبع لحاجاتهم. والسؤال الذي يلح في فرض وجوده باستمرار ، أو السؤال المفهوم ضمناً هو " كيف يعاونك - أيها العميل - هذا السلوك - على أن تلبى حاجاتك ؟ " .

(٥) التخطيط لسلوك مسؤول : Planning Responsible Behavior

هذه المرحلة هي أكثر المراحل استهلاكاً للوقت ، وهي تبدأ بمجرد أن يقوم العملاء بإصدار أحكام صحيحة معقولة عن سلوكهم غير المسؤول. ومن هنا يمكن التخطيط لتغيير هذا السلوك. وربما يبدأ المرشد عملية التغيير بطرح السؤال: ماهي خطتك؟ هل لديك أية أفكار؟ هل سنتشاور معاً ونقرر شيئاً ما؟ ويمكن اقتراح جلسة يقدح فيه الطرفان فكرهما: A brainstorming Session فربما تسفر الجلسة عن إيجاد أفكار جديدة ومبتكرة تنتج العديد من الحلول الممكنة. وعلى المرشد التأكد من أن الخطة التي تمت الموافقة عليها لاهي طموحة جداً ، ولاهي محدودة للغاية. فمن

◆ القدح الذهني : Brainstorming

إثارة أفكار جديدة ومبتكرة عن طريق خلق جو " حر ومنطلق " حيث يباح التفكير في كل شيء. وقد استخدم هذا الأسلوب أول ما استخدم في مجال الإعلان لإثارة الرغبة في الابتكار والوصول إلى حلول جديدة وأصيلة للمشكلات. وفي جلسات القدح الذهني قد يعمل الناس فرادى ، ولكن الشائع أنهم يعملون في جماعات، حيث يشجعون على أن يقترحوا بكل الحرية ما يعين لهم من أفكار أو حلول بدون أية إنتقادات أو تقييم من الجماعة أثناء العمل والتفكير. ولايتم التقييم إلا بعد أن يتم التعبير عن كل الأفكار والآراء. (جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفاي ، ١٩٨٩ ، ص. ٤٧٢)

الممكن أن يؤدي ذلك إلى الفشل ، هذا من ناحية ، أو إلى التقدم البطيء من ناحية أخرى ، وفي كلا الحالتين يمكن أن يفقد العميل الدافعية إلى التغيير. ويجب أن تكون الخطة أيضاً واقعية وتساعد العميل على التحرك نحو أهدافه في تقدم تدريجي ومنطقي ، ذلك أن إحداث تغيير في الحياة الاجتماعية لشخص ما - مثلاً - يجب ألا يبدأ بعمل حفل لخمسين شخصاً. وأن الخطة المعقولة المعتدلة ربما تتضمن الإشتراك في إتصالات إجتماعية منتقاه والتي يتعين أن تكون قصيرة الأمد وسطحية في البداية، ومع تزايد ثقة العميل بنفسه ، يسمح لهذه الاتصالات أن تصبح أطول وأعمق وذات صبغة شخصية أكثر من ذي قبل. وعندما لاتؤتي الخطة ثمارها يجب إستبعادها. وفي هذه الحالة على المرشد أن يظل متحمساً واثقاً في أن الاختيار الناجح سيتم التوصل إليه.

وربما يحتاج المرشد بين الحين والآخر أن يحيل العملاء مؤقتاً إلى شخص يكون أكثر علماً ويستطيع مساعدتهم وعمل خطط مفصلة لذلك. وعلى أية حال ، فإن الأهم من الخبرة هو الرأي السديد ، ولكي يكون هذا الرأي سديداً وفعالاً يتعين على المرشدين أن يتدربوا على أن يشحذوا ويقووا أحكامهم الصائبة وأرائهم السديدة فكل ما يحتاجون إليه هو المعرفة والفهم الذكي.

وخلاصة القول أن المرشد النفسي الواقعي ، يعاون العملاء على فهم ، وتوضيح، وتحديد أهدافهم العاجلة ، والأجلة في هذه الحياة. ويتعين أن يكون التخطيط لهذه الحياة تخطيطاً عملياً في ضوء قدرات العميل ودافعيته. لذا يتعين على المعالج الا يحاول أن توضع هذه الخطط على وجه السرعة أو الاستعجال ، ذلك أن الشخص الفاشل ربما يحتاج إلى نجاحات صغيرة ليبنى ثقته بنفسه ، من أجل التصدي لمهام أكثر صعوبة.

(٦) التعهد أو "الإلتزام": Commitment

إن إمتلاك المرشد للخطة الجيدة لا يضمن أن العميل سوف ينفذها ، وعليه ، فإن المرشد النفسي الواقعي يجعل العميل يتعهد بتنفيذ الخطة. وغالباً ماتأخذ التعهدات صورة عقود مكتوبة يتعين على العملاء أن يوقعوا عليها ، وعندما تكون خطط التغيير مكتوبة بالفعل في شكل تعاقداً ، فإن صيغة التعهد أو الإلتزام هذه يمكن أن تؤدي دوراً مزدوجاً ، فهي أولاً دليل على الموافقة على تغيير السلوك وهي ثانياً التي يمكن أن تذكر بتفاصيل " مواصفات " الخطة.

ويمكن أن يكتب التعهد بشكل مبني من قبل المرشد في صيغة عبارة تقول "سأفعل لك ذلك". وإنه لأمر غير واقعي أن نتوقع من عميل لديه قدر قليل من إحترام الذات أن يلتزم بتعهد صيغ له على هذا النحو، ولذلك فإن "جلاسر" ١٩٧٢ لايعترض على أن يكون التعهد موجه لشخص آخر - المرشد مثلاً - وفي الحقيقة ربما يكون ذلك خطوة أولية هامة نحو الإلتزام في النهاية بوعد من العميل مفاده: "سأفعل ذلك لشخصي"، وبمرور الوقت وباكتساب العميل للشعور بقيمة وجدارة الذات، يجب أن يتحول التركيز إلى التعهدات التي يقوم بها العميل بنفسه.

وخلاصة القول أن المرشد النفسي الواقعي، يساعد العميل على أن يأخذ عهداً (على نفسه)، شفويًا أو مكتوباً، للتقيد بتنفيذ خطة معقولة (عقلانية). ويتعين النظر إلى هذا التعهد (الوعد) على أنه أمر هام جداً، ذلك أن مفتاح المشاعر المتعلقة بقيمة الذات والاحساس بأهمية هذه الذات هو القدرة على صنع ومواصلة العمل في وضع الخطط وإنجازها.

(٧) لا إعتذارات (لا تبريرات): No Excuses

وهناك حقيقة في العملية العلاجية مفادها أن العملاء يفشلون في الإلتزام بتعهداتهم. والحقيقة أن ذلك إغراء لمحاولة إكتشاف سبب عدم نجاح خطة ما، ولكن المرشد النفسي الواقعي يجب أن يقاوم ذلك الإغراء.

لقد انتهى الماضي، ولا يمكن - حقيقة - تغيير الفشل، والبحث عن سببه ستكون فائدته مجرد تزويد العملاء بتبريرات وأعذار عن عدم تحملهم المسؤولية. ولهذا فإن إستخدام كلمة "لماذا؟" يصبح سؤالاً خارجاً عن الموضوع، وهذا مايتجنبه المرشدون النفسيون الواقعيون تماماً. وعندما يعود العملاء لجلسات الإرشاد دون أن يكونوا قد حققوا خططهم يجب عندئذ مراجعة الحكم القيمي الذي ارتكزت عليه هذه الخطط، فإذا كان الإلتزام بما اتفق عليه لايزال قائماً فإنه يتعين على المرشد أن يعرف شيئاً واحداً يسأل عنه العميل قائلاً: "متى تنوي الوفاء بالتزامك؟" وليست هناك بطبيعة الحال أية نية لإلقاء اللوم ولا الاتهامات ولا السخرية أو التهكم، ولا مجال أيضاً لقبول الإعذار. ويصر المرشد ببساطة على أن الإلتزامات الجديدة بالوفاء هي أيضاً جديرة بالإستمرار. ويفترض "أن الإلتزام تبعاً لخطة معقولة هو أمر ممكن على الدوام. (Glasser & Zunin, 1973: P.303)

وهكذا يمكن القول أن المرشد النفسي الواقعي يفترض أن التعهد الذي قطعه العميل على نفسه بأن يتقيد بتنفيذ خطة معقولة يمكن دائماً إنجازه والوفاء به.. وبناءً

على ذلك ، لامجال لقبول أية مبررات من العملاء، ولايطلب منهم ذلك ، سواء كان بمقدورهم المضي قدماً في الوفاء بتعهداتهم ووعودهم أو لم يكن بمقدورهم ذلك. وفي الحالات التي تتحول فيها الخطة إلى عدم القابلية للتنفيذ ، فإن المعالج النفسي والعميل يعملان معا على وضع خطة أخرى بديلة بشكل أفضل.

(٨) استبعاد العقاب : Eliminate Punishment

إن استبعاد العقاب كنتيجة لفشل العميل أمر لا يقل أهمية عن رفض أعذار العميل لعدم تحمله المسؤولية. فالعبارات الناقدة والتهم وحتى الصمت الاستراتيجي Strategic Silence كلها تخدم كوسيلة عقاب رغم أن قصد المرشد قد يكون حفز العميل.

وببساطة فإن التعليقات العقابية كثيراً ماتعزز هوية العميل الفاشلة ، وعلاوة على ذلك فإن العقاب قد يلحق بعض الأضرار بالعلاقة العلاجية. وقد لاحظ جلاسر وزونين " أن ترك العميل ليخبر العواقب المتفق عليها نتيجة فشله بالوفاء بالتزاماته وعهوده تعتبر عملية مختلفة تماماً عن العقاب. فعلى سبيل المثال ، قد تتضمن الخطة عبارة تنص على أنه إذا فشل العميل في إتمام الخطة فإن عليه أن يرسل شيكاً قيمته (٥٠) خمسون دولاراً إلى صندوق الحملة الانتخابية لحساب أقل الشخصيات السياسية تفضيلاً لدى العميل. ويكون المرشد هنا ملزماً بإرسال الشيك رغم أن العميل قد يرجو إعادة التفاوض. ولاتعتبر الأنشطة التي تتم من خلال عمليات المتابعة نوعاً من العقاب ، ولكنها تؤكد للعملاء على أنهم مسؤولون عن تصرفاتهم وأن عليهم تحمل العواقب. (Glasser & Zunin, 1973: P. 304).

وهكذا حين ينجح العميل في تنفيذ الخطة الموضوعية ، فإن المعالج يثني عليه ويمتدح سلوكه. وعلى أية حال ، يتعين القول أن العقاب في العلاج النفسي الواقعي ينظر إليه على أنه إضعاف للإندماج مع العميل ، وينظر إليه أيضاً على أنه تعزيز لهوية الفشل. وبوجه عام يمكن إعتبار أي نوع من التعبير السلبي من قبل المعالج نحو العميل هو نوع من العقاب وأما النتائج السلبية الناجمة عن الإخفاق في تنفيذ الخطط، فإنه ينظر إليها على أنها تختلف تمام الاختلاف عن العقاب.

تعقيب:

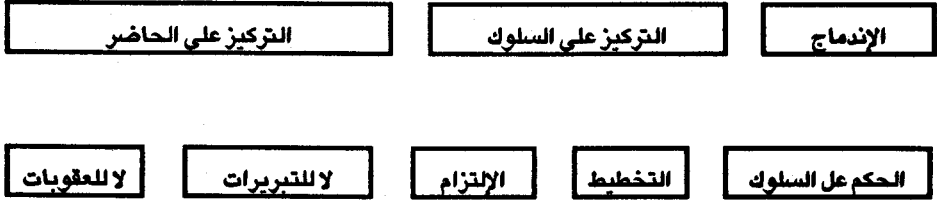
إن المبادئ والأسس الثمانية التي أرساها " جلاسر " للإرشاد النفسي الواقعي يمكن تطبيقها في كل من المواقع العلاجية الرسمية كمكتب الإرشاد أو في المواقع الوقائية كما في الفصول المدرسية. وبإجراء بعض التعديلات الثانوية وبإضافة

مبادئ عن الإنماج واللائشل ، يمكن لطاقم (هيئة تدريس) المدرسة القيام بدور المرشدين النفسيين الواقعيين.

إن اللقاءات الصفية في المدارس ولقاءات الإرشاد الجماعي في إطار علاجي تعتبر شكلاً مثالياً لتطبيق مبادئ الإرشاد النفسي الواقعي. إن إمكانية الإنماج مع عدد من الأشخاص ذوي الأهمية أمر أساسي في الجماعات. إضافة لذلك فإن الخطط والالتزامات تتعزز وتتدعم في إطار مجموعة من الناس ذوي العلاقة. وبصرف النظر عن الناحية الشكلية فإن "جلاسر" يعتقد أن المبادئ الثمانية آنفة الذكر ستساعد العملاء على أن يصبحوا أشخاصاً أكثر مسؤولية وواقعية وأن يصبحوا قادرين على الحكم على تصرفاتهم بشكل أفضل وتحقيق احتياجاتهم الخاصة.

والشكل التالي يوضح قواعد العملية الإرشادية في ضوء الإرشاد الواقعي:

قواعد العملية الإرشادية في الإرشاد الواقعي



شكل رقم (٢) يوضح القواعد التي تقوم عليها العملية الإرشادية في الإرشاد الواقعي

خامساً : التطبيقات الإرشادية (أسرياً ومدرسياً) :

على الرغم من أن "جلاسر" يؤكد أن طريقتة العلاجية يمكن استخدامها لكل حالات الاضطرابات النفسية والعقلية إذ أنه ينظر إلى هذه الاضطرابات على أنها صورة من صور الهروب من الواقع أو محاولة مقصودة لتشويه هذا الواقع أو إنكاره ؛ إلا أنه يرى في ذات الوقت أن أكثر استخدامات هذه الطريقة تكون مع المؤسسات والحالات التي عمل معها. ومن خلال عمله معها استنبط طريقتة وهي المؤسسات التعليمية والمؤسسات الإصلاحية. وبذلك يمكن القول أن أكثر مجالات استخدام

العلاج الواقعي هو المدرسة ، حيث يمكن للمرشد النفسي الواقعي أن يستخدم هذا النوع من العلاج في معالجة مشكلات الطلاب سواء كانت مشكلات سلوكية أو مشكلات مدرسية ، ويمكن استخدامه على أساس فردي أو على أساس جمعي (في الإرشاد الجمعي) ، فيمكن استخدامه لمواجهة حالات التأخر الدراسي واضطرابات العلاقات والخجل والقلق الاجتماعي والعدوان واضطرابات العادات وما إلى ذلك. وسوف يكفي الباحث بالإشارة إلى بعض هذه التطبيقات على مستويين فقط هما المجال الأسري والمجال المدرسي حسبما ورد في عنوان بحثه وذلك على النحو التالي :

(١) الاندماج (المشاركة) الوالدية وأثرها في تكوين الهوية ونمو المسؤولية.

(٢) المشاركة (التأثيرات) المدرسية وأثرها في تكوين الهوية ونمو المسؤولية.

(٣) الأسرة والمدرسة واستمرارية الهوية الفاشلة.

(٤) الأسرة والمدرسة وتغيير الهوية الفاشلة :

(أ) دور كل من الأسرة والمدرسة في النمو السوي للفرد .

(ب) دور كل من الأسرة والمدرسة في النمو اللاسوي للفرد .

(١) الاندماج (المشاركة) الوالدية وأثرها في تكوين الهوية ونمو المسؤولية :

يرى " جلاسر " أن تعليم المسؤولية هو أكثر المهام أهمية لدى جميع المستويات العليا في المملكة الحيوانية. وقد لاحظ أن الإنسان لا ينساق وراء الغريزة حين يرضى أطفاله أو حين يعلمهم المسؤولية ، لكنه - أي الإنسان - استطاع تطوير قدرته العقلية لكي يصبح قادراً على أن يعلم المسؤولية لأطفاله بشكل جيد .

ومن هنا نرى أن " جلاسر " يؤكد على حاجة الأطفال للحب والدعم النفسي ، والمشاركة الإنسانية الدافئة. ويرى أنه يتعين على الوالدين في سياق هذه المشاركة أن يعلموا أطفالهم المسؤولية. ولذلك فمن الأفضل - من وجهة نظره - أن يعلم الوالدان المسؤولية لأطفالهم في مرحلة باكرة ، إذ سيكون من السهل في هذا الوقت المبكر أن يكتسبوا المسؤولية دون الإضرار إلى الوقوع تحت تأثير تعلم مسبق بطريقة خاطئة ، ويستطيع الوالدان تعليم المسؤولية بالتصرف أمام أطفالهم بأساليب وطرق متنوعة. ومن بين هذه الطرق السلوكية المتنوعة والمتباينة مايلي (Glasser, 1965:16).

(١) يستطيع الوالدان أن يضربا مثلاً جيداً يحتذى أو نموذجاً للمسؤولية ، وأن يتبادلا التعمد دائماً بتحمل المسؤوليات.

(ب) يستطيع الوالدان معاونة أطفالهما في تلبية احتياجاتهما من خلال الإستخدام الأمثل للنظام ، لا من خلال إتباع نظم قاسية تستند إلى العقاب. فالأطفال يحتاجون دائماً إلى الشعور بأن والديهم يهتمون بهم ويرعونهم بشكل نشط يكفي لبيان أساليب تحمل المسؤولية في كل مايقومون من أنشطة وسلوك. ذلك أن اتباع النظام يعطي للطفل - أي طفل - القوة والطاقة على إحداث التغيير في أي قيد (عائق) بتغيير سلوكه. وكان النظام الذي يتفق الوالدان على اتباعه في تعليم أطفالهما المسؤولية يقول للطفل على لسان الوالدين : "انظر ، نحن لانريد أن نضع عليك كثيراً من القواعد المقيدة لسلوكك. فإذا مافعلت شيئاً ما بطريقة خاطئة، مخالفاً بذلك تلك القواعد المتفق عليها ، فإنه لاشك أن كل شخص قد يصدر منه ذلك أحياناً ، وبذلك عليك أن تدع لنفسك فرصة أن تكتشف ذلك وأن تقرر مايتعين عليك عمله كي يكون التصرف صحيحاً. إجلس لمدة ساعة، وقرر عمل شيء ما، وبعد ذلك سوف نتكلم معاً فيما اتخذته من قرارات. (Berges, 1976: 8)

والوالدان ، على أية حال ، ربما يعانيان من بعض نوبات غضب حادة من جانب الطفل ، ومع ذلك ، فعليهما أن يثابرا بصرامة في الإبقاء على خطوات تعليم المسؤولية كما كان متفقاً عليه وأن يستمرا في التطبيق.

وهناك عناصر أخرى للإشتراك الوالدي في عملية تعليم الأطفال تحمل المسؤولية تتضمن قضاء بعض الوقت في الحديث مع أطفالهم ، والإستماع إليهم ، ومناقشة أمورهم معهم ، والتوصل إلى صيغة لتعبير الأطفال عن أفكارهم ، ومايريدونه بوضوح ، وتشجيعهم على أن يكونوا مستقلين في تصرفاتهم المتعلقة بأطفال آخرين ، في إطار ماتسمح به البيئة الاجتماعية ، ومناقشة خطتهم الخاصة وخططهم الملتزمة بظروف أسرهم.

إن " جلاسر " ينظر إلى الأسرة على أنها المكان الذي يستطيع فيه الأطفال تلقي المعاونة على فهم الكيفية التي يمكنهم بها تلبية حاجاتهم في إطار معيشة حقيقية واقعية في داخل مجتمعهم. ويرى - من ناحية أخرى - أن الإفراط في مشاهدة برامج التليفزيون يشكل أعظم العقبات في سبيل تنشئة الطفل الاجتماعية وذلك فيما بين سن العامين والخمسة أعوام ، لأن المشاهدة المفرطة لبرامج التليفزيون في هذه السن لاتفي بحاجة النظام العصبي للإندماج ومن ثم فهي تحرم الطفل من اللعب الاجتماعي.

(٢) المشاركة (التأثيرات) المدرسية وأثرها في تكوين الهوية ونمو المسؤولية :

على الرغم من أن المشاركة الوالدية في تعليم تحمل المسؤولية عملية على قدر عظيم من الأهمية ، فإنه من الأمور الحيوية أن تشترك المدارس في معاونة الأطفال على التوجه نحو تكوين هويات ناجحة بدلاً من أن تكون سبباً في تكوين هويات فاشلة. وإن كثيراً من الأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة يكونون بالفعل مستعدين للبدء في تكوين هويات فاشلة ، في حين أن هناك أطفال آخرين سيكون لديهم الإستعداد للنضال للاحتفاظ بهوياتهم الناجحة في أثناء وجودهم بالمدرسة. ويرى " جلاسر " أن كثيراً من الأطفال يفشلون في المدرسة لأن المدرسين ينكرون حقيقة أن إنسانية الطفل ، وحاجاته إلى الحب وإلى الشعور بالقيمة هي أمور أولية ولها الأولوية في الإشباع. وبناءً على ذلك بدلاً من تنمية علاقات تقوم على الدفء ، والإندماج الشخصي مع الأطفال ، ومن ثم معاونتهم على السير في اتجاه تحمل المسؤولية من خلال منهج دراسي مناسب يشجعهم على التفكير من خلال قضايا ومسائل ، ومن خلال مدرسين لا يركزون على مكافأة الأطفال على تحقيقهم لأهداف ربما تكون ذات أهمية ضئيلة. إن سنوات الدراسة الحرجة بالنسبة للأطفال ليست هي التي يمر بها تلاميذ غير متميزين في مستواهم الاجتماعي - الاقتصادي ولكنها هي تلك الفترة ما بين سن الخامسة والعاشر. والأطفال الذين يخبرون فشلاً أكبر في المدرسة بينما هم يقتربون من سن العاشرة سيعانون تحطيماً في ثقتهم بأنفسهم وفي دافعيتهم ، وسوف يكونون مهينين لاكتساب هويات فاشلة. ومرى أخرى ، يتعين القول أنه من الأفضل أن يكون لدينا أطفالاً يكتسبون هويات ناجحة بشكل أولي ومبدئي في علاقتهم بالتمدرس (تلقي العلم في المدرسة) عن أن يكون لدينا أطفالاً نضعهم في مواضع يحتاجون فيها إلى خبرات تربوية تصحيحية Corrective educational experiences ربما تكون غير متاحة لهم فيما بعد.

ويعتقد " جلاسر " اعتقاداً راسخاً أن المدارس الابتدائية تستطيع معاونة الأطفال في أن يصبحوا أكثر تحملاً للمسؤولية إذا هي :

- (أ) ركزت على التفكير وحل المشكلات أكثر من تركيزها على الحفظ والاستظهار.
- (ب) تكفلت بأن ما يتعلمه الأطفال في المدرسة هو وثيق الصلة بعالمهم الحقيقي الذي يعيشون فيه والعكس بالعكس.
- (ج) علمت الأطفال كيف يتخذون قرارات وكيف يخطون.
- (د) أعطت أهمية قصوى لمهارات الإتصال عبر مهارات القراءة والكتابة والحوار.

- (هـ) استخدمت فصولاً دراسية غير متجانسة (متغايرة) على نطاق واسع ، مع استثناء ممكن فيما يتعلق بتعليم القراءة ، وذلك لأنها تحتاج فقط إلى تجميع للأطفال وفقاً لمتغير السن.
- (و) فهمت التوقيت الذي يحتاج فيه الأطفال إلى معاونة ، وبذلت أقصى ما في وسعها إلى تحقيق ذلك أفضل من أن تنعت بعض الأطفال بصفات مثل " فاشلين " ، أو أن تقوِّدهم إلى الاعتقاد بأنهم فاشلون من خلال استخدام نسق للترتيب (أو نظام للدرجات عند تقويم أداء التلاميذ) Grading System.
- (ز) عقدت لقاءات صفية يستطيع فيها معلم الفصل أن يقود تلاميذه ككل في مناقشات غير تقييمية a non-Judgemental discussion عن الأشياء المناسبة لهم وذات صلة وثيقة بما يدرسونه ومن ثم تشكل أهمية بالنسبة لهم (Glasser, 1969).

إن مفهوم المسؤولية الشخصية Personal responsibility يشكل أساس تفكير "جلاسر" عن المدارس. وهو لا يعتقد في صحة افتراض حتمي a deterministic position يقرر أن الشباب (صغار السن من الناس) يمنعون من النجاح ويحال بينهم وبينه لأنهم نتاج بيوت غير مواتية وظروف اقتصادية - إجتماعية معاكسة ومناوئة. وهذا يعود في أغلب الأحوال إلى سببين رئيسيين : الأول ، لأن مسؤوليتهم الشخصية اتجهت منذ البداية نحو الاخفاق وال فشل ، والثاني ، لأن الافتراض السابق لم يعترف بأن النجاح هو أمر ممكن ومتاح لكل الشباب (Glasser & Zunin, 1973: 291).

(٣) الأسرة والمدرسة وإستمراية الهوية الفاشلة :

يؤكد " جلاسر " على أن هوية المجتمع لها عواملها المتعددة ، التي تمكن أفراد المجتمع من الحصول على هوية ناجحة ، أو يعانون من ألم الحصول على هوية فاشلة. ويعتقد " جلاسر " أنه توجد - في الوقت الحاضر - طرق إجتماعية غير كافية (فضلاً عن كونها) غير كفؤة لتحقيق نجاح في الحصول على الهوية ، وبناءً على ذلك يمكن الحديث عن مجتمعين : الأول مجتمع الفشل The failure society الذي يتعرف أفراداه على هوياتهم ويدركون نواتهم على أنهم فاشلون ولذلك فهم مدفوعون بالألم في محاولة من جانبهم لخفض الألم بالطرق التي لاتؤدي بهم إلى الاندماج في أنشطة المجتمع ، والثاني مجتمع النجاح : The success society الذي يتعرف أفراداه على

هوياتهم ويدركون نواتهم على أنهم ناجحون ولذلك فهم مدفوعون بالسرور وبالتالي يصبحون أكثر إندماجاً في أنشطة المجتمع (Glasser, W, 1975, 38).

إننا نرى بالفعل - من وجهة نظر جلاسر - أن الهويات الفاشلة ربما تكمن أسباب حدوثها وإستمرارها عن طريق الإندماج غير الملائم من قبل الوالدين وكذلك من النظام المدرسي. وعلى أية حال ، فهناك كثير من الأفراد يحاولون خفض الألم ، ومن ثم يتحملونه عن طريق الإنخراط في أنماط من السلوك التي تحقق لهم فقط مزيداً من الإنعزال عن الاندماج الحقيقي والصادق مع الآخرين. وهذه الطرق تتضمن الإنسحاب الاجتماعي ، إيمان الكحوليات ، سوء إستخدام العقاقير ، وممارسة الجنس على نحو غير مشروع ، والجنوح. وحقيقة الأمر ، أن " جلاسر " يعتبر أن كل الاعراض المرضية ، وكل الأمراض النفسية أو النفس - جسمية ، وكل أنواع الكراهية ، وكافة أنماط السلوك العدوانية ، والسلوك اللاعقلاني ماهي إلا نتاجات للشعور بالوحدة النفسية والفضل الشخصي. (Glasser, W, 1975, 71).

مثل هؤلاء الأشخاص قد لا يعتقدون أن المحبة والاندماجات ذات القيمة هي أمور غير متاحة لهم وأبوابها موصودة في وجوههم. وهذا أمر في حد ذاته دليل على إنكارهم للواقع ، وربما يكون أحد الأسباب في حدوث تضمينات عميقة ذات صلة بالدافعية في إتجاه إحداث التغيير. وعلاوة على ذلك ، فإن هؤلاء الناس قد يحتاجون إلى تعلم سلوكيات ومهارات من شأنها أن تكون معينة لهم في الخروج من إندماجهم مع نواتهم. بمعنى ما من المعاني أن الإضطراب العقلي ، أو الشخص ذو السلوك غير المسؤول يغير ويحول العالم الواقعي إلى عالم من الوهم يصنعه بنفسه كي يجعله يشعر بمزيد من الراحة. (Glasser, W. & Zunin, L., 1973: 296).

وهذا الإنكار للواقع يشكل عقبة كؤود أمام السلوك المسؤول ، ويؤدي من ثم إلى إستمرار الهوية الفاشلة. ولأن الأشخاص الفاشلين يميلون إلى الإرتباط بغيرهم من الفاشلين ، فإن ذلك يضيف مزيداً من الاعباء ومزيداً من الحاجة إلى التحمل ، ومن ثم يتعمق ويتأكد الإحساس بالفضل.

(٤) الأسرة والمدرسة وتغيير الهوية الفاشلة :

ينظر " جلاسر " إلى العلاج النفسي على أنه نوع خاص من التعليم أو التدريب الذي يحاول أن يساعد العميل على الحصول ، في وقت قصير نسبياً ، على الواقعية أي (السلوك المبني على مواجهة الحقائق) ، وعلى السلوك المسؤول الذي يتعين تحقيقه والوصول إليه أثناء مراحل النمو السوي. (Glasser, 1965: 30).

وهدف العلاج الواقعي - من وجهة نظر " جلاسر " - هو تحقيق الهوية الناجحة التي تستند إلى كون الإنسان قادراً على إشباع حاجاته للمحبة ، والإحساس بالقيمة من خلال الواقعية والسلوك المسؤول.

(١) دور كل من الأسرة والمدرسة في النمو السوي للفرد :

إن المعالج النفسي بالعلاج الواقعي يرى الشخصية على أنها تطور ناشئ من محاولة الفرد أن يشبع حاجتيه الاساسيتين من الحب وإجلال الذات. وهؤلاء الأفراد الذين يتعلمون كيف يشبعون هاتين الحاجتين في شكل نمو يتميز بالسوية، يكون سلوكهم مسؤولاً ، وتوجههم واقعي ، ويحققون نواتهم في ظل هوية ناجحة. وأما هؤلاء الذين يقصرون في إشباع حاجاتهم يكون سلوكهم غير مسؤول ، ينكرون الواقع والحقيقة ، ويخفقون في تحقيق نواتهم في ظل هويات فاشلة.

ومن وجهة نظر العلاج الواقعي ، لا يحدث النمو النفسي السوي للأفراد على شكل مراحل ، فعلى الرغم من أن " جلاسر " (١٩٦٩) يؤكد على أهمية السنوات ما بين العامين والخمسة أعوام ، وما بين الخمسة أعوام وسن العاشرة. فإن هاتين المرحلتين العمريتين تطابقان تعرض الطفل الأولى للتراكيب (البناءات) الاجتماعية بكل ماتحملة من تأثير في تشكيل شخصيته ، وذلك من خلال وجوده في الأسرة والمدرسة. ونظراً إلى أن قدرة الفرد على إشباع حاجاته قدرة متعلمة ، ويجب على الفرد إكتسابها فإن الوالدان في هذا الصدد ، يتحملان المسؤولية الكبرى في تعليم أطفالهما المهارات الاساسية والضرورية. وبخاصة في المرحلة الحاسمة والدرجة فيما بين العامين والخمسة أعوام ، ففي هذه الفترة يكون الأطفال على إستعداد تام لتعلم المهارات الاجتماعية ، اللفظية ، والعقلية التي يجب إكتسابها لتجعلهم قادرين على إشباع حاجاتهم. أيضاً يجب على الوالدين معاونة أطفالهم في تنمية وتطوير هذه القدرات ولذلك يتعين على الوالدين أن يكفلوا ويضمنوا فرص التعرض الكثير لمواقف تعلم أطفالهم هذه القدرات وتنميتها لديهم ، وأن يتيحوا لهم كذلك فرصة الإندماج مع الآخرين من الأطفال والبالغين. ذلك أن تنوع الإتصال بالناس سوف يوفر لهم المزيد من الفرص لتطوير مهاراتهم الاجتماعية والتخاطبية ، لأنه يجب عليهم أن يتعلموا التعايش مع وقائع حياتهم اليومية ، ولهذا يجب ألا يستبعد الأطفال من التعرض للإرتطام والاصطدام بأزمات الحياة الاجتماعية وكمثاتها ، وهي تلك التي يخبرونها حين يتفاعلون مع الآخرين. ذلك أن فرص التعلم الأفضل تكون من خلال مرور الأطفال بخبرات وتجارب العواقب الطبيعية المترتبة على سلوكهم ، وليس بحجبهم أو حمايتهم المستمرة من إحباطات المعيشة اليومية.

كما يجب على الوالدين - من ناحية أخرى - بذل مجهود ضخم في تعليم أبنائهم كيف يتحدثون وكيف ينصتون ، فالمهارات اللفظية لها أهمية قصوى في مساعدة الأطفال في البحث عن الإتصالات بين الشخصية الضرورية لإشباع حاجتهم الأساسية في أن يحبوا الآخرين ، وأن يكونوا محبوبين من قبل الآخرين ، وكذلك يبدو من الأهمية بمكان كبير أن يتعلم الطفل القدرة على الاستنتاج والقدرة على حل المشكلات ، وهذه المهارات الأساسية المهمة يمكن أن تشحذ عندما يسأل الوالدان أبناءهما أسئلة تشد إنتباههم ، وتستثير إهتمامهم وفضولهم. وأما مشاعر جدارة الذات وإستحقاقها للإهتمام فيمكن تعزيزها وتدعيمها حين يكتشف الأطفال أن بمقدورهم التفكير بوضوح وجلاء ، وأن يصدروا أحكاماً قيمة ، وأن يتغلبوا على المشكلات.

وأنه لمن الضروري والحيوي أيضاً أن يعلم الوالدان أطفالهم كيف يسلكون باعتبار أنهم مسؤولون عن أفعالهم في سياق سنوات طفولتهم. وهذا ربما يكون معناه ضرورة أن يتحمل الوالدان نوبات الغضب الجامحة لأطفالهم بين الحين والآخر ، لكن يتعين أن يضعها في إعتبارها أنه من الأهمية والحيوية بمكان كبير أن يظهرها لأطفالها الإهتمام بوضع حدود صارمة ضد أي سلوك غير مسؤول ، وأن يرفضها تماماً التفاضلي عنه أو التساهل إزائه. فالقواعد المفروضة بشكل مخطط ، متسق ، وبإسلوب عادل هي النظام ، وليست هي العقاب. ويشجع " جلاسر " (١٩٧٢) إستخدام النظام والتهديب عن طريق التدريب والمراقبة وإستبعاد العقاب. كما يجب ، من ناحية أخرى ، التخلي عن العقاب تماماً كأسلوب والدي في التنشئة لأنه أسلوب نمطي قائم على ربود الأفعال، تحكمي ، قد يخضع للتقلب المزاجي للوالدين.

ومادنا بصدد الحديث عن أساليب تنشئة الطفل *the child - rearing* فإن من أكثر الأمور أهمية في هذا الشأن هو محاولات الوالدين الدائبة أن يندمجا مع أطفالها فينخرطان في بعض أوجه نشاطهم. فذلك الإندماج يعد مقوما أساسياً في جميع أساليب التنشئة الوالدية الناجحة .. وبدون الإندماج الوالدي *Parental-Involvement* لن يكون بمقدور الأطفال أن يتعلموا منح الحب للآخرين وتلقيه منهم. ولن يكون لديهم الأساس والقاعدة التي يشيدون فوقها الإحساس بقيمة الذات وجدارتها ، ولن يتقبلوا بالتالي النظام أو التوجيه. وعلى الرغم من أن " جلاسر " لم يقدم لنا تحديداً دقيقاً ومحكماً لما يعنيه بالاندماج الوالدي ، إلا أنه من الملائم القول أنه يبدأ وجهاً لوجه (في علاقات عميقة وحميمة مع الأطفال) ، ويبدأ بيد (في صلات دافئة مع الأطفال). وهذا معناه أنه يتعين على الوالدين أن يقضيا بعض الوقت مع أطفالهما ، يظهرن خلاله إهتمامهم بأنشطتهم ، أفكارهم ، همومهم ، وأن يشاركونهم في خبراتهم وتجاربهم

الإنفعالية ، ويعاملونهم في سياق ذلك كله بإحترام. كما يتضمن الاندماج الوالدي - بالإضافة إلى ماسبق - وصول الأطفال إلى مرحلة يعرفون فيها والديهم كأشخاص. وبصفة أساسية - يشيد الاندماج ويتم الاحتفاظ به قائماً ولموساً من خلال علاقة إنفعالية دافئة مع الأطفال ، بحيث يشعر كل طفل في الأسرة بأنه محبوب لكونه يستحق هذا الحب لا لسبب غير هذا الاستحقاق والجدارة.

وفي خلال هذه العلاقة الودودة المفعمة بالحب ، فإن الوالدين المسؤولين اللذين يعلمان أطفالهما بهمة ونشاط ، واللذين يهذبان أطفالهما عندما يحتاج أطفالهما إلى تهذيب ، واللذين يرفضان قبول المبررات أياً كانت ، واللذين يجسدان المثال والأسوة عن طريق سلوك نموذجي مسؤول ، واللذين يسمحان لأطفالهما بقدر من الحرية يسمح لهم بالتعلم عن طريق الفعل والاداء ، هذان الوالدان - بلا شك - يخلقان بيئة للنضج يستطيع فيها أطفالهم الحصول على المهارات الضرورية لإشباع حاجاتهم. وهؤلاء الأطفال يكون نموهم النفسي سوياً وسوف يدركون هويتهم على أنهم أشخاص ناجحون.

ولأن طفل المرحلة الابتدائية School - age child يقضي كثير من ساعات يقظته - تقريباً - موزعة بين اليوم الدراسي والبيت ، فإن "جلاسر" (١٩٦٩) يعتقد أن المدرسة يمكن أن تكون ذات أثر مفيد وفعال في معاونة الطفل على تنمية الهوية الناجحة والاحتفاظ بها. ويرى أن المدرسة - بدءاً من سن الخامسة إلى سن العاشرة على وجه الخصوص - تلعب دوراً مهماً في حياة أي طفل لو أن التلاميذ فيها وصلوا عملية تعلم الكيفية التي يشبعون بها حاجاتهم على نحو مرض. ويؤكد "جلاسر" على أهمية حرص المعلمين على الاندماج والانخراط في أنشطة طلابهم ، جاعلين التربية وثيقة الصلة بإشباع الحاجات لديهم ، وأن يحرصوا على تزويد طلابهم بكثير من الخبرات والتجارب الناجحة. وهو يجزم بأن للمعلمين تأثير كاف إلى درجة يمكن معها القول أنه إذا زود الطفل من قبل والديه بفرص فقيرة في التعلم داخل نطاق بيئة الأسرة ، فإن الخبرات الإيجابية داخل نطاق بيئة المدرسة يمكنها أن تعين الطفل على تعويض الخلل اللازم لتحقيق هوية ناجحة. إلا أنه لسوء الحظ ، يلاحظ أن معظم المعلمين في كثير من الأنظمة المدرسية ، يكونون بمثابة المعوقين ، بدلاً من أن يكونوا الميسرين للنمو السوي للطفل.

وبناءً على ماسبق يمكن القول أنه إذا توفرت البيئتين المواتيتين أسرياً ومدرسياً فإن الفرد سوف ينمو بلا شك نمواً سوياً. والنمو السوي بدوره يؤدي إلى النضج ، أي إلى قدرة الفرد على الوقوف على قدمين ثابتتين من الناحية النفسية & Glasser Zunin, 1973: 296 وإن الأفراد الناضجين ليحققون هويتهم بأنفسهم كأشخاص

ناجحين ، يتحملون مسؤولياتهم من أجل أن يكونوا كما يودون ، يعرفون ما يفعلون ، ويعرفون ما يريدون. وهؤلاء أيضاً يكونوا قادرين على وضع وتطوير خطط مسؤولة لتحقيق أهدافهم وإشباع حاجاتهم.

خلاصة القول أن الشخصية السوية عند "جلاس" تتكون في سياق المحاولات الفردية لإشباع الفرد لحاجاته إلى أن يكون محباً وإلى أن يكون محبوباً - وإلى تحقيق قيمة الذات. وأن تعلم إشباع هذه الحاجات يتطلب إنتماجاً مع كل من الوالدين والأشخاص الآخرين ذوي الأهمية. فعلى سبيل المثال ، يمكن للوالدين عن طريق التعليمات المباشرة ، وإتباع النظام ، أن يعلموا أطفالهم تقبل المسؤولية عن حياتهم ، ومواجهة الواقع بثبات وقوة ، وإصدار أحكام قيمة صحيحة.

والأطفال يتعلمون وينمون كذلك في سياق محاولاتهم القيام بسلوكيات جديدة ومن خلال خبرة تحمل العواقب المترتبة على أفعالهم. وتؤدي عملية النمو العادي والسوي هذه إلى أن يصبح الأطفال منذ نعومة أظفارهم مسؤولين بصفة شخصية ، ومحققين لهويتهم تحقيقاً صحيحاً وصحياً ومن ثم يشبون أشخاصاً ناجحين.

(ب) دور كل من الأسرة والمدرسة في النمو اللاسوي للفرد :

يرى "جلاس" (١٩٦٥) أن الناس عندما يعجزون عن إشباع إحدى حاجتهما الأساسيتين أو كليهما أي حاجتهم إلى أن يحبوا وإلى أن يكونوا محبوبين ، علاوة على إشباع حاجتهم إلى الإحساس بقيمة الذات ، فإنهم يخبرون الألم النفسي : Psychological pain والألم يشير إلى وجود مشكلة ، ومن ثم يحث الناس ويدفعهم إلى بذل المحاولات لتخفيف حدة هذه المشكلة وبالتالي خفض الإحساس بالألم. والناس مفتطرون بفعل الغريزة على أن يحاولوا خفض الألم من خلال الإنتماج مع آخرين. فإذا أصبحوا من خلال إنتماجهم ناجحين في التعامل مع الآخرين ، فإن الإنزعاج والقلق يقل وينقص ويكون الناس في حالة طيبة في سياق مسيرتهم لتعلم كيف يشبعون حاجاتهم بفعالية وتأثير. أما إذا باءت محاولاتهم في الإنتماج مع الآخرين بالفشل ، فإنهم بأي حال من الأحوال سيكثرون غير قادرين على إشباع حاجاتهم وسوف يخبرون حينئذ مزيداً من الألم المتعاضم بمرور الوقت.

إن إخفاق الفرد في أن يصبح مندمجاً مع الآخرين منخرطاً في أنشطتهم - والإنتماج متطلب بيولوجي لإشباع الحاجات الأساسية - يدخل الفرد في حلقة مفرغة وسلسلة لاتنتهي من الفشل ذلك أن إفتقاد الاندماج مع الآخرين والإفتقار إلى وجود آخرين سوف يؤدي بالفرد - من وجهة نظر جلاس - إلى عجزه عن تحقيق حاجاته على الوجه الأكمل ، وهذا يؤدي بدوره إلى إنكار وجود هذه الحاجات ، والإنكار يؤدي

بدوره إلى إنكار المسؤولية ورفض تحملها. ومحصلة هذا كله أن يبتعد الشخص نهائياً عن الاندماج مع الآخرين ، وتبدأ دورة الفشل مرة أخرى. ولنضرب مثلاً على دائرة الاخفاق هذه. إن "جين" Jane فتاة لم يكن بمقدورها الاندماج مع آخرين ، وبسبب هذا أصبحت عاجزة عن أن تبادل من حولها المشاعر الودودة المحبة ، وترتب على هذا أنها اختارت أن تنكر حاجتها لهذه المشاعر وذلك حتى تتجنب مزيداً من الرفض والنبذ Rejection ، وعانت "جين" من جراء الاحساس بالوحدة النفسية ، خوفاً من الخروج من المنزل ، وحينئذ أرجعت سبب إحجامها عن الخروج من البيت إلى معاناتها من مخاوف مرضية. ووصلت بها درجة المخاوف المرضية إلى حد منعها من فرصة الإندماج مع الآخرين ، وهكذا أدخلت "جين" نفسها في حلقة مفرغة.

ومن ناحية أخرى ، معروف أن النجاح يولد المزيد من النجاح ، وبالمثل قد يقود الفشل إلى الفشل. وبالتالي يمكن النظر إلى مدى استطاعة الفرد ، فحيثما يمكنه اقتحام هذه الحلقة المفرغة والقضاء عليها يصبح سلوكه سويةً وعلى العكس من ذلك يصبح السلوك اللاتكفي من قبل الفرد دالة على اللامسؤولية ، والافتقار إلى الاندماج مع الآخرين ، والعجز عن تحقيق وإشباع الحاجات إشباعاً كاملاً ، أو إنكار الحقيقة والواقع.

والمثال السابق - عن الفتاة جين - يوضح تماماً ما يقصده "جلاس" (١٩٧٢) بالاندماج مع الذات Self - involvement ، فهو يشير إلى أنه ينظر للفرد حين يحاول هذا الفرد تخفيف الألم الناتج عن الإخفاق والفشل. فحين يصبح الفرد مندمجاً مع ذاته بصفة دائمة يظهر ذلك في صورة أعراض نفسية ، اجتماعية ، أو جسمية. ويعتقد "جلاس" أن هذه "الأعراض" Symptoms تظهر لكي تعد الشخص لمواجهة المواقف بشكل أفضل. ولأن الناس يتعاملون مع هذه الأعراض على أنها أشياء حية ، فإن "جلاس" يطلق عليها "الرفاق" أو "الأصحاب" Companions. ذلك أن الأشخاص الذين يعانون من الوحدة، يرون في هذه الأعراض أصدقاء أوفياء مخلصون ، فيستبدلون الرفاق الأعراض بالذي هو خير أي بالرفاق الحقيقيين الذين كانوا من المفروض أن يندمجوا معهم. والأعراض الرفاق يتضمنون ، بالإضافة إلى أشياء أخرى كثيرة ، الشعور بالاكنتاب ، المخاوف المرضية ، الأذنة (الأمراض العقلية) ، السلوك ضد اجتماعي ، إدمان الكحوليات ، وكثير من الإعتلالات الجسدية والأمراض الجسمية المزمنة. وواقع الأمر من الناحية العملية أن جميع الصعوبات الاجتماعية والإنفعالية ، وكثير من المشكلات الفيزيائية (الجسمية) ، يقع الإندماج مع الذات والتفوق عليها في منطقة اللب والجوهر لدى أصحاب هذه الصعوبات والمشكلات. يقول "جلاس" "أعتقد أن كل حالة يجري تشخيصها نفسياً هي مثال مجسد

لاندماج الشخص إندماجاً ذاتياً مع فكرة خاصة أو سلوك ، أو عرض ، أو إنفعال ، أو شكل مامن اشكال الجمع بين كل هؤلاء " . (Glasser, 1972, P. 47).

ويتضمن الإندماج مع الذات Self - Involvement (وهو كما علمنا إندماج الشخص مع ذاته بدلاً من إندماجه مع آخرين) الإخفاق في العمل وفق مبادئ المسؤولية، والواقع ، والصواب. والأشخاص الذين يندمجون مع ذواتهم يرونها على أنها ذوات فاشلة مخففة. ذلك أنهم لم يتعلموا أن يتصرفوا كاشخاص مسؤولين ، بمعنى أنهم لم يتعلموا أن يشبعوا حاجاتهم بطريقة واقعية.

وبالمثل يمكن القول أن الوالدين اللذين لم يندمجا مع أطفالهما بشكل ملائم يتحملان قدراً كبيراً من المسؤولية في إخفاق أطفالهما بشكل ملائم في الاندماج مع الآخرين. كما قد تسهم المدرسة كذلك في تنمية هويات فاشلة لدى تلاميذها. وحقيقة الأمر أن كلاً من " جلاسرو زونين " قد لاحظ أن " تكوين الهوية الفاشلة يبدو أنه أكثر حدوثاً في سن الرابعة أو الخامسة ، وهو السن الذي يتزامن مع دخول الطفل إلى المدرسة " (Glasser & Zunin, 1973: 294). وقبل هذه السن يرى معظم الأطفال أنفسهم على أنهم ناجحون، لكن نظراً إلى أن المدرسة تجبرهم على أن يحفظوا عن ظهر قلب أو يستظهرون المعلومات أكثر من التفكير ، فإنها من ثم تمنعهم من أن يحققوا ذواتهم ثم تصنفهم على أنهم فاشلون ، وتكرههم على قبول منهج دراسي لا علاقة له بالتفكير وحل المشكلات إطلاقاً وتفرضه عليهم ، ومن هنا يبدأ الأطفال في النظر إلى أنفسهم على أنهم مخفقون فاشلون. وواقع الأمر أن الفشل في تحقيق الهوية يتدعم ويعزز حين لا يستطيع المدرسون المهقون بالعمل أن يصبحوا مندمجين مع طلابهم مشاركين لهم في أنشطتهم.

وعلى الرغم من أن هناك آخرون ربما يكونوا مشاركين في تحمل مسؤولية فشل فرد ما في تعلم الكيفية التي يشبع بها حاجاته ، إلا أنه لا يمكن إعتبارهم مشاركين في الفشل الراهن لشخص ما أن يتعلم ذلك. وبصرف النظر عن الأسباب المرضية ، نجد أن " جلاسرو " يلح بإصرار على أنه " لدينا عرض مرضي الآن ، لأننا نعاني الوحدة النفسية والإخفاق الآن " (Glasser, 1972, P.56).

وعلى هذا الاساس يرى " جلاسرو " أن النظر إلى الأصول الخاصة بعرض ما هي التي ستؤدي وحدها إلى نفس الغرض وهو توظيفها كتصنيف تشخيصي لهذا العرض ، بمعنى كمبرر للسلوك اللاتكفي ، غير المسؤول. بيد أنه سواء بدأ السلوك اللاتكفي في مرحلة الطفولة أو في الاسبوع الماضي - على حد قوله - فإنه موجود الآن في الوقت الحاضر ، ومن ثم يتعين على كل الأشخاص أن يتحملوا المسؤولية عن

سلوكهم الراهن، وأن ينظروا فيه بصدق ، ثم يقرروا بالضبط ما إذا كان يسهم - أم لا - في إشباع حاجاتهم إشباعاً كاملاً .

وكان " جلاسر " (١٩٦٩) قد أشار إلى أنه حتى الأشخاص الذين يحتاجون إلى أن يحبوا الآخرين وأن يكونوا محبوبين من الآخرين ولا يكونوا مشبعين لحاجاتهم الأساسية يستطيعون رغم ذلك أن يتصرفوا كأشخاص مسؤولين بأن يكتفوا سلوكهم ويعدلونه إلى الدرجة التي يلتزمون عندها بمعيار يشبع هذه الحاجات. وعندما يفعلون هذا ربما يحصلون على قدر كاف من الثقة بالنفس Self-Confidence يؤهلهم أن يتعلموا كيفية منح الحب للآخرين وتلقيه منهم (Glasser, 1969, P. 13).

وبناء على ماسبق يمكن القول أن المعالجين الواقعيين يعتقدون أنه بصرف النظر عن بداياته وعمق تاريخه ، فإن السلوك اللاتكفي يمكن تغييره ، وأن هؤلاء الناس ذوو السلوك اللاتكفي بإمكانهم أن يصبحوا مندمجين مع الآخرين وأن يتحملوا مسؤوليات حياتهم في أية لحظة من لحظات الزمن. وحين يأتي أمثال هؤلاء طلباً للإرشاد النفسي فإنهم يأتون في واقع الأمر طلباً لإحداث تغيير في سلوكهم. وإنكارهم للواقع، وتفوقهم على ذواتهم ، ولامسؤوليتهم لم تجد شيئاً في خفص الأهم ومعاتاتهم سواء لفترة مؤقتة وإلى حين ، ولهذا يسعون سعياً حثيثاً للبحث عن المعاونة على يد أخصائين مهنيين هم المرشدون النفسيون.

عرض توضيحي لحالة : Illustrative Case Material

" نورمان " Norman طالب في الرابعة عشرة من عمره ، وفي السنة الأولى بالمدرسة الثانوية. هبطت درجاته المدرسية بشكل ملحوظ. ولساعدته في تحسين أدائه الأكاديمي حاول والده تنفيذ خطط دراسية ومنزلية متعددة بمساعدة المرشدة النفسية بالمدرسة ولكن دون جدوى. ولشعورهما بالإحباط والعجز حوله والداه إلى أخصائي في العلاج النفسي الواقعي وذلك لحضور جلسات خاصة.

في المقابلة الأولى التمهيدية مع والدي " نورمان " علمت المرشدة أن " نورمان " يعاني من تأخر دراسي في المدرسة ، بالإضافة إلى استنكار ضئيل في البيت ، فهو غالباً ما يرفض القيام بواجباته اليومية الخفيفة في البيت ، ويتكلم مع والديه بلا احترام، ويتشاجر مع اخواته الأكبر والأصغر منه. وقد قضى ليلتين متتاليتين خارج المنزل دون إذن مسبق منهما. ومن ثم أجرت المرشدة مقابلة واحدة مع " نورمان " ووالديه معاً ، ومقابلتين على إنفراد معه. وفي الجلسة الثالثة ، دار معظم الحديث حول الاهتمام الزائد لـ " نورمان " بعملية الطهي.

- المرشدة : بما أنك قد وجدت متعة كبيرة في دروس الاقتصاد المنزلي في الأسبوعين الماضيين ، فهل تعتقد أنك قد تصبح رئيس طهارة في يوم ما !
- العميل : نعم ! أعتقد أن ذلك سيكون مثيراً ومشوقاً . لقد سمعت أن رئيس الطهارة يتقاضى راتباً ممتازاً .. أليس كذلك؟
- المرشدة : لا أدري .. ولكن بإمكاننا معرفة ذلك بالتأكيد . لكن ماذا يجب عليك أن تفعل لتصبح رئيس طهارة ؟ هل تعرف ؟
- العميل : لا .. لست متأكداً .. أظن أن علي أن أظهو في المدرسة أو شيئاً من هذا القبيل .
- المرشدة : أعتقد أنك على حق .. ولكن يبقى سؤال هو كيف يمكنك أن تظهو في المدرسة على أية حال ؟
- العميل : لا أدري ..
- المرشدة : أعتقد أن عليك أن تنهي المدرسة الثانوية أولاً؟
- العميل : لا أعرف .. لكنني أعتقد ذلك .
- المرشدة : ما رأيك بخصوص هذا الجزء من الموضوع؟ أقصد أن تنهي دراستك الثانوية أولاً ..
- العميل : لا أدري .. قد يكون ذلك مستحيلاً بالنسبة لي .
- المرشدة : ولكن إذا ماتخرجت من المدرسة الثانوية ، أسيكون لديك الرغبة في الذهاب إلى مدرسة تعليم الطهي؟
- العميل : نعم أعتقد أنني سأفعل . ولكن كيف يكون إنهاء المدرسة الثانوية ضرورياً لدخول مدرسة الطهي ؟ إن هذا الأمر سخيف .
- المرشدة : لست متيقنة من هذه الضرورة . لكنني أعتقد أنهم يريدون التأكد أن طلابهم يمكنهم القراءة وإتباع التعليمات . ويستطيعون الجمع والطرح وأشياء كهذه .
- العميل : حسناً . أنا أستطيع القيام بكل ذلك فلماذا يجب أن أخرج من المدرسة الثانوية .
- المرشدة : لا أدري يا نورمان .. ولكن هذا هو المطلوب ...
- العميل : إذن علي أن أقلع عن ولعي بمسألة الطهي الآن .. فقد تراجعت درجاتي إلى الربع ..
- المرشدة : صحيح ؟ ولكن كيف حدث ذلك ؟
- العميل : هذا ماتطورت إليه الأمور ...

- المرشدة : ماهي درجاتك بالضبط يا نورمان ؟ أود أن أعرف ...
- العميل : لقد حصلت على " ب " في الاقتصاد المنزلي ، " د " في الرسم والموسيقى ، " ر " في اللغة الانجليزية ، " ر " في الرياضيات ، و " ر " في الدراسات الاجتماعية.
- المرشدة : إذن ، فالإقتصاد المنزلي هو مادتك المفضلة بالتحديد. ماذا بخصوص الجمنازيوم؟
- العميل : لقد كنت أتدرب مع فريق السباحة بدلاً من الذهاب إلى قاعة الجمنازيوم. لقد انضمت إلى هذا الفريق الشهر الماضي.
- المرشدة : عظيم ... لقد نسيت ذلك. فانت تحب السباحة أيضاً .. أليس كذلك ؟
- العميل : نعم .. نعم ...
- المرشدة : ماذا تقصد بقولك إنك كنت تتدرب مع فريق السباحة ؟
- العميل : لقد أخبرني المدرب يوم الجمعة الماضي أنني خارج تشكيل الفريق إلى حين أرفع درجاتي. فلا يمكن أن يكون لدي ثلاث تقديرات " ر " وأكون في فريق السباحة الذي يمثل المدرسة.
- المرشدة : إنه لشيء قاس بالفعل يا نورمان.
- العميل : إنه بالفعل كذلك.
- المرشدة : نورمان .. دعني أرى ما إذا كنت قد استوعبت الأمر. أنت تريد أن تصبح رئيس طهارة .. وهذا يعني التخرج من المدرسة الثانوية ، وكذلك تريد أن تكون في فريق السباحة وهذا يتطلب أن تكون أفضل في دراستك. ومع ذلك فأنت لاتحب المدرسة.
- العميل : هذه هي القضية.
- المرشدة : ما الذي يجعلك لاتحب المدرسة ؟
- العميل : لاشيء .. إنهم أولئك المدرسون الخسيسون Lousy teachers.
- المرشدة : أخبرني عما يحدث. ماهي أكثر الحصص المدرسية كراهية بالنسبة لك ؟
- العميل : اللغة الانجليزية ، إنني أكرهها.
- المرشدة : إذن ما الذي يحدث في حصة اللغة الانجليزية ؟ ماذا فعلت فيها اليوم ؟
- العميل : ها ؟ مجرد أنني حضرتها. هذا كل شيء.
- المرشدة : هل دخلت الفصل في الوقت المحدد.
- العميل : نعم .. لا أعرف .. اعتقد أنني تأخرت قليلاً.

- المرشدة : بعد أن دق الجرس ؟
- العميل : نعم.. أعتقد ذلك.
- المرشدة : ثم ماذا ؟
- العميل : جلست ثم
- المرشدة : أين جلست. في أي جزء من الغرفة جلست ؟
- العميل : في المؤخرة على ما اعتقد.
- المرشدة : جلست إلى جانب من ؟
- العميل : أه تذكرت. كان جورج عن يميني وماري .. أعتقد على الجانب الآخر.
- المرشدة : وما الذي يقومون به في حصة اللغة الانجليزية ؟ أقصد جورج وماري ؟
- العميل : ليسوا متميزين. مثلي على ما اعتقد.
- المرشدة : ثم ماذا ؟
- العميل : لاشيء .. مجرد أنني جلست هناك وأخذت ألهم مع من حولي.
- المرشدة : هل سألت المدرس أية أسئلة؟ هل قمت بعمل واجباتك المنزلية المطلوبة؟
- العميل : لا .. فأنا اكره هذه الحصة بالذات.
- المرشدة : نورمان .. دعني أسألك شيئاً. أنت تريد أن تكون ضمن فريق السباحة الذي يمثل المدرسة ، وتريد دخول مدرسة الطهي. وكلاهما يتطلب منك إنجازاً أفضل في الدراسة ، فهل ستعمل بشكل أفضل إذا أعتقدت أنه من الممكن أن تعمل بشكل أفضل.
- العميل : نعم.. ولكن ذلك مستحيل.. فالمدرسون لن يعطوني درجات أفضل.
- المرشدة : أنت محق في ذلك. فهم لن يعطوك ولكن هل تعتقد أن بإمكانك بطريقة ما أن تعمل بشكل أفضل وتغير وجهة نظرهم فيك ؟
- العميل : أشك في ذلك.
- المرشدة : دعنا نفكر في الأمر لدقيقة واحدة . دعنا نرى .. لقد دخلت الفصل متأخراً.. هل ذلك يساعد على تقدمك للأفضل أم يضر بعملك ؟
- العميل : ربما يضر.
- المرشدة : أعتقد ذلك أيضاً .. ماذا بخصوص الجلوس في مؤخرة الغرفة مع جورج وماري ؟
- العميل : ربما يضر.
- المرشدة : وماذا بخصوص عدم رفع يدك .. وعدم إبداء الاهتمام بالدرس ؟

- العميل : ربما يضر .
 المرشدة : حسناً ، سأسألك للمرة الأخيرة يا نورمان .. هل تريد أن تتغير وتعمل
 بجد أكثر؟
 العميل : نعم أريد ذلك .
 المرشدة : إذن .. ترى ماهي الخطة التي توصلنا إلى ذلك الهدف ؟ كيف
 نستطيع معاونتك ؟
 العميل : حسناً ، أعتقد أنني أستطيع إحداث التغيير الذي نتحدثين عنه .
 المرشدة : هل تقصد الحضور إلى الحصص في الوقت المحدد ؟ أم تقصد
 شيئاً آخر ؟
 العميل : أستطيع تغيير مكان جلوسي بالفصل ، وأكون أكثر إنتباهاً لما يقوله
 المدرسون .
 المرشدة : هذا شيء طيب . لدينا الآن خطة ثلاثية النقاط ، ترى هل يمكن أن
 نكتب ذلك الآن ؟

وبعد كتابة الخطة ، طلبت المرشدة من الطالب " نورمان " أن يوافق علي تنفيذها
 بدءاً من الاسبوع التالي مباشرة. وعلى الرغم من أن " نورمان " إلترزم تماماً بتعهداته
 ووعوده في الاسبوع الأول ، فإنه فشل في الإستمرار في الاحتفاظ بتعهداته عندما
 اتسعت الخطة ليشمل حصص الرياضيات إضافة إلى حصص اللغة الانجليزية.. وقد
 رفضت المرشدة رفضاً باتاً قبول إعذاراته وتبريراته على فشله ، ولكنها في نفس
 الوقت أجرت تعديلاً في الخطة ، ونظراً إلى أن " نورمان " قد حافظ على تعهداته هذه
 المرة ووفى بها ، فقد إمتد تنفيذ الخطة لتشمل - شيئاً فشيئاً - كل حصصه الدراسية
 وإن كان ذلك يتم على نحو بطيء. وكما يقولون النجاح يؤدي إلى النجاح ، فقد عاد "
 نورمان " إلى مكانه السابق في تشكيل فريق السباحة ، وبدأ يطرأ على سلوكه في البيت
 شيء من التحسن. وقبل أن ينهي " نورمان " ومرشدته النفسية خطتهما ثلاثية النقاط
 اكتشفا معاً العديد من برامج تدريب الطهارة.

في هذا المثال ، بدأت المرشدة النفسية تأخذ خطوات من الاهتمام الصادق
 الخالي من التكلف أو الرياء بنقاط القوة في شخصية الطالب " نورمان " ونوقشت
 المشكلات في نطاق مختصر فقط حتى الجلسة الثالثة. وبمجرد أن حدث الاندماج بين
 طرفي العلاقة العلاجية (الارشادية) أعني نورمان والمرشدة النفسية الواقعية ، فإن
 المرشدة قد بدت أكثر حرصاً وإهتماماً في نقاشه. فقد سألت " نورمان " عن ظروفه
 الحالية ، في حين تركت الماضي تماماً دون أن تلمسه ، وقد عرفت أن أداء " نورمان "

المدرسي كان هو العقبة الرئيسية التي أبعدته عن أهدافه ، كما لم تحاول أن تعالج المشكلات المنزلية في نفس الوقت الذي تتناول فيه مشكلاته المدرسية. لم تسأل المرشدة لماذا ؟ ولم تقبل أية إعتذارات أو تبريرات ، وإنما طلبت من " نورمان " ببساطة أن يقدر ويقيم ماقد قام به فعلاً وأن يكون تقييمه في ضوء كل من أهدافه الحالية وأهدافه على المدى الطويل. وفي النهاية ، طلبت المرشدة النفسية من " نورمان " أن يصمم خطة ، ثم طالبته أن يلزم نفسه بتنفيذها .

وعلى الرغم من أن السجل المدرسي أو (دفتر علامات الطالب) لايمكنه أن يكشف عن الإلماعات غير اللفظية Nonverbal Cues* ، والتغيرات اللفظية التي تطرأ على حالة العميل " نورمان " ، فإن المرشدة كانت دقيقة إلى حد كبير ومتقبلة لحالته وقادرة على إقامة علاقة إنفعالية معه. ولذا كان إندماجها وإستخدامها الماهر للأسئلة في مواجهة " نورمان " بحقيقة سلوكياته وتصرفاته والنتائج المترتبة على هذه السلوكيات والتصرفات وسائل هامة جداً في تحريك دافعيته نحو البدء في تنظيم حياته، وفي تقبله أن يتحمل مسؤولياته نحو مواقف حياته الحاضرة وحياته في المستقبل.

◆ خلاصة وتقييم : Summary and Evaluation

إن العلاج النفسي الواقعي ، كما وضع تفاصيله الطبيب النفسي " وليم جلاسر " هو منحى عقلي إلى حد كبير ، ويتميز بالنشاط اللفظي الذي يمضي في اتجاه تغيير السلوك. وفي ضوء المصطلحات التي يستخدمها هذا المنحى العلاجي في خدمة المسترشدين ، نجد أنه يتبنى استراتيجية وقائية أكثر من كونه يستخدم إستراتيجيات علاجية. وواقع الأمر يشير إلى أن مبادئ هذه المنحى وأسسها أصبحت تطبق على نحو متزايد في المدارس الحكومية (العامة) ، كما يمكن أن تكون المؤسسات الاجتماعية في الثقافة الغربية هي أنسب المواقع التي يظهر فيها الجهود الوقائية في مجال الصحة النفسية. والحقيقة أنه إذا وضعنا في الإعتبار مايتضمنه وبشكل أساسي ومحوري العلاج النفسي الواقعي من وجهة نظر إيجابية نحو الاشخاص ، فإننا نجده في ذات الوقت يؤكد على أهمية المسؤولية الفردية ، وإلى حد ما على البناء

◆ اللاعة CUE

- إشارة إلى فعل أو تصرف.
- جانب من نمط المثير ، قد يستخدم للتمييز بين ذلك المثير وأي مثير آخر. أي أنه علامة مميزة ومحددة.
- إشارة توجه وترشد السلوك ، وقد تكون جزءاً من المثير التجريبي وفي هذه الحالة فإنها تكون علامة على ظهور إستجابة إجرائية (جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفاي ، ١٩٨٩ : ٨٢٢).

النظري المبسط ، ومن ثم يمكن أن نعتبره منحى إنساني جيد لتنمية ورعاية السلوك الإنساني.

ومما تجدر الإشارة إليه ، أنه يمكن ملاحظة أن هناك ثلاثة مفاهيم أساسية تعد بمثابة اللب والمحور في نظرية " جلاسر " عن العلاج النفسي الواقعي وهذه المفاهيم المفاتيح هي : المسؤولية ، الواقعية ، الصواب. فأما السلوك المسؤول بوصفه يقوم بوظيفة إشباع حاجات الفرد بطريقة لاتقف عقبة أمام الآخرين كي يشبعوا حاجاتهم بالمثل - فيمكن النظر إليه على أنه سبب وليس نتيجة لسعادة الناس. وهكذا يمكن القول عنه أنه الهدف الرئيسي للعملية العلاجية (أو الإرشادية) برمتها. وأما الواقعية، وهي بطبيعة الحال مفهوم وثيق الصلة بمفهوم المسؤولية ، فهي تتطلب أن يفهم الناس العالم الذي يعيشون فيه بما يتضمنه من مشكلات وعقبات ، وأن حاجاتهم يجب أن تشبع بصورة مسؤولة في إطار التحديدات والتقييدات التي يفرضها الواقع. وأما مفهوم الصواب فهو يشير إلى المعيار الموضوعي الذي يستخدمه الناس في الحكم على سلوكياتهم بأنها صحيحة أو خاطئة. وهكذا نلاحظ أن الجوانب الأخلاقية في سلوك الفرد تشكل جانباً هاماً يتعين وضعه في الاعتبار أثناء عمليتي العلاج والإرشاد.

ويعاون المرشدون النفسيون الواقعيون المسترشدين في أن يتعلموا الكيفية التي يلبون بها حاجاتهم ، في أن يحبوا الآخرين ، وأن يكونوا محبوبين من الآخرين وأن يحققوا لذواتهم ما تستحقه من قيمة وجدارة ، وذلك باستخدام الموجه الذي اقترحه "جلاسر" وهو الركائز الثلاث الكبرى لطريقته العلاجية وهي : المسؤولية ، الواقعية، والصواب. ويبدو الإشباع الملائم من جانب الفرد لحاجاته في أنه يؤدي إلى تحقيق هوية ناجحة ، في حين أن عجز الفرد عن إشباع حاجاته يؤدي إلى هوية فاشلة. وفي ضوء هذا المنحى العلاجي تكون التغييرات السلوكية ضرورية في كل الأحوال لتحقيق إشباع الحاجات ، ومن هنا ، فإنه لكي يصل الفرد إلى مستوى يكون فيه مسؤولاً ، فإن على المعالج (المرشد) النفسي أن يعاون المسترشد في أن يصبح على وعي بسلوكه الحاضر وأن تقيمه ، وأن يخطط ، وفي مرحلة تالية ينفذ ما قام بوضع الخطة من أجله ، وما إلى ذلك. وفي سياق العملية العلاجية (الإرشادية) فإن المعالجين (أو المرشدين) الواقعيين لا ينطقون إطلاقاً كلمة " لماذا " : ذلك أنهم يتجاهلون التاريخ الشخصي ، ويرفضون قبول الأعذار والتبريرات ، ويعتقدون في صحة القول بأن التغيير يكون ممكناً دائماً لو أن المسترشدين ألزموا أنفسهم بوضع خطط معقولة لإحداث التغيير ... والأمر الأكثر أهمية ، أنه يتعين على المعالجين (المرشدين) أن يقيموا علاقات تتميز بالدفء ، والصراحة ، والمشاركة الوجدانية والانفعالية مع

المسترشدين. وهذا الاندماج الذي يحدث بين المرشد والمسترشد هو الاساس في العملية العلاجية (الإرشادية). ولذلك يتعين القول أنه من خلال الاندماج مع شخص آخر - ومن خلال الإندماج فقط - يمكن للمسترشدين أن يتعلموا كيف يلبون حاجاتهم ، وكيف يحققون هوية النجاح.

أما عن مدى مناسبة هذا المنحى العلاجي لمجتمعنا العربي والاسلامي ، فإنه يمكن القول أننا أمام أسلوب علاجي يختلف عن كثير من الأساليب العلاجية والإرشادية في كثير من الجوانب. فهو يقترب من ملامسة الواقع ويهتم بالجانب الخلقى والصواب ويركز كثيراً على جانب المسؤولية. كما يعطي أهمية لحكم الفرد على سلوكه الشخصي ، وعلى دوره في تنفيذ خطة تساعد على الوصول إلى مستوى يتحمل فيه مسؤولياته ويحقق هوية النجاح ، كما أنه منحنى يتناول المشكلات السلوكية والإنحرافات المضادة لأخلاق المجتمع بشكل عام ويبرز فيه الدور الوقائي بجانب الدور العلاجي.

وهناك جوانب يتلاءم فيها استخدام هذا المنحى في المجتمعات العربية والاسلامية.. ومن هذه الجوانب على سبيل المثال لا الحصر أنه حين يدعو المسترشد إلى الحكم على سلوكه الشخصي فإنه يدعو الناس إلى مناظرة سلوكهم مع المعايير والنماذج الاسلامية التي يقدمها لهم ، ثم الحكم عليها بأنها تمثل " الاستقامة " أم تبتعد عنها إلى " الأثم والفسوق والعصيان " . ومن وجهة النظر الاسلامية نجد أن الاسلام كله ينمي في الشخص جانب المسؤولية بجميع صورها وفي كافة أنشطة الحياة ، وعلى المستوى الفردي والجماعي. ويتميز الإسلام في تأصيله لجانب المسؤولية أنه يضع لها المعايير وفي كافة الاتجاهات وبدءاً بمسؤولية العبودية لله وحده ، كما تتمثل في عقيدة التوحيد ، إلى مسؤوليات العلاقات بجميع أنواعها. ومع توضيح هذه المسؤولية تتحدد النتائج المترتبة على عدم الوفاء بالمسؤولية ، نتائج في الدنيا ونتائج في الآخرة (محروس الشناوي، ١٩٩٤: ٢٤٨).

والإسلام هو أول منهج تعرفه البشرية يهتم بأن يكون الناس واقعيين ، وهو يدعوهم إلى أن يكونوا دائماً في حالة وعي وأن يستفيدوا من نعم الله في أنفسهم للتعرف على نعمه في كونه. وأما الركيزة الثالثة وهي الوصول إلى الصواب ، فلو نظرنا إلى المنهج الإسلامي لوجدناه منهجاً دينياً وأخلاقياً يصف لنا كل شيء ويحدد معايير الوفاء بكل جانب.

وأما تحقيق هوية النجاح فمعياريها الوفاء بحاجات الحب والإحساس بالأهمية في إطار من المسؤولية والواقعية والصواب. ومرة أخرى نجد هذا الجانب من الجوانب التي أصلها الاسلام وعلى مستوى أعلى وأرفع ، فقط ربط النجاح برضاء الله

سبحانه وتعالى في طاعته وتقواه وربطه بمعايير محددة أهمها في الدعوة إلى الخير والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر. وفصلها في صفات المؤمنين في عديد من المواطن بين الايمان والتقوى والصدق والتعفف والأمانة والوفاء بالعهود ، والصبر والبر ، وصلة الارحام وغيرها من كثير من الصفات التي وردت في مواضع كثيرة من القرآن الكريم وفي السنة النبوية المطهرة (محروس الشناوي ، مرجع سابق : ٢٥٢).

ومجمل القول أن العلاج الواقعي منحي علاجي حديث نسبياً يتمتع بعدد من المميزات لأنه يستخدم مفاهيم لها مردود تربوي ومن ثم إذا اتيح استخدام هذه الفنيات المعتمدة على مفاهيم ومرتكزات هذا العلاج في إطار إسلامي محاطاً بجانب العقيدة والشريعة يصبح ذات فائدة أعم وأشمل في التعامل مع كثير من مشكلات الأطفال والمراهقين أفراداً وجماعات.

مراجع الدراسة

أولاً : المراجع العربية :

- (١) جابر عبد الحميد جابر ، علاء الدين كفاية (١٩٨٩): معجم علم النفس والطب النفسي. إنجليزي - عربي (ج٢)، القاهرة: دار النهضة العربية.
- (٢) جابر عبد الحميد جابر ، علاء الدين كفاية (١٩٩٥): معجم علم النفس والطب النفسي. إنجليزي - عربي (ج٧)، القاهرة: دار النهضة العربية.
- (٣) محمد محروس الشناوي (١٩٩٤): موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي. (١) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- (٤) و. جلاسر (تأليف) ، محمد منير مرسى (ترجمة) (١٩٧٨): مدارس بلا فشل ، القاهرة: عالم الكتب.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- (5) Berges, M. (1976): A Realistic Approach. In A. Bossin, T.E. Bratter & R.L. Rachin (Eds), The Reality Therapy Reader. New York: Harper and Row.
- (6) Elson, S.E. (1979): Recent Approaches to Counseling: Gestalt therapy, Transactional Analysis, and Reality therapy, In Herbert M. Burks; Buford Steffre (Eds.), Theories of Counseling, (3rd ed) McGraw-Hill Book Company.
- (7) Glasser, W. (1965): Reality therapy: A new Approach to psychiatry. New York; Harper and Row.
- (8) Glasser, W. (1969): Schools without Failure. New York: Harper & Row.
- (9) Glasser, W. (1972): The Identity Society. New York: Harper & Row.

- (10) Glasser, W. (1976)(b): A Realistic Approach to the Young Offender. In A. Bassin, T.E. Bratter, & R.L. Rachin (Eds), The Reality Therapy Reader. New York: Harper & Row.
- (11) Glasser, W. & Zunin L.M. (1973): Reality Therapy. In R. Corsini (Ed.), Current psychotherapies. Itasca, Illinois: Peacock.
- (12) Glasser, W. (1975): The Identity Society, New York: Harper and Row.
- (13) Nelson, R.J. (1982): The Theory and practice of Counselling psychology. London: Holt, Rinehart and Winston.