أ.بن عياش منال

المقياس : العلاج ذو المنحى الإنساني

السنة : الثالثة علم النفس العيادي

يوم : 12/04/2020

**المحاضرة الرابعة: المقابلة عند كارل روجرز**

**الجزء الأول**

**تمهيد:**

إن المقابلة عبارة عن موقف محادثة بين إثنين هما العميل و المعالج و المعروف أن المقابلة الحرة هي التي تسير حسب الإرشاد النفسي الغير توجيهي الذي إبتكره كارل روجرز حيث لا تعد الأسئلة من قبل و لا يعرف المعالج الأجوبة المحتملة للعميل .

**1-تعريف المقابلة العيادية في إطار علاقات المساعدة :**

هي مقابلة إنسانية بين شخصين أحد يطلب المساعدة و الآخر المساعد بحضوره يجعل الأول يبحث عن الحقيقة حول معاشه الذاخلي و يفهم هذا المعاش بصفة أدق و يأخد القرارات المناسبة لكن يوجه حياته بصفة أكثر مسؤولية سواء بالنسبة له أو بالنسبة لمحيطه .

**2- المواقف أثناء المقابلة :**

إن مهمة العلاج النفسي تتضمن في معالجة الفشل أو الصعوبات في الإتصال فإن الشخص الأكثر إنفعالا الغير مكيف ( المصاب بالعصاب ) هو في مأزق لانه قبل كل شيء إنقطع الإتصال الجيد مع نفسه كذلك لانه نتيجة لذلك وظيفة الإتصال مع الآخرين قد تدهورت و تفككت .

إن مهمة العلاج النفسي عبارة عن مساعدة الشخص في الحصول على علاقة طيبة في نفسه وذلك بفضل علاقة خاصة مع معالج نفسي أو مساعد أو بعبارة أخرى العلاج النفسي يكون عبارة عن إتصال جيد بين أشخاص و داخل الشخص **.**

**أ/ الصعوبات في العلاقة و في الإتصال :**

**ماهو حسب كارل روجرز أحد العناصر أو العامل الأكبرالذي يعرقل الإتصال ؟**

الحاجز الكبير للإتصال المتباذل هو الخوف من الحكم ، هي نزعتنا التلقائية للحكم .

يكون رد الفعل الأول دائما تحت شكل تقدير و تقييم و هذا الأخير يكون حسب وجهة نظرنا للموضوع و حسب مراجعنا و أحكامنا المسبقة ، وهذه النزعة تزداد في ظروف معبأة و مشحونة بالعواطف و الإنفعالات .

**إذا كيف لنا أن نعالج ذلك ؟**

نعالج ذلك إذا أصغينا بإمعان لتجنب هذه النزعة التلقائية للحكم لابد أن نتعلم أن نصغي بصفة عميقة ، الموقف الأول في العلاقات هو الإصغاء .

**ماذا نعني بالإصغاء؟**

**\***الإصغاء هو البدء بسكوت ، الإصغاء هو توقيف مناجاة الذات ، الإصغاء هو تقبل دخول الآخر فينا ،الإصغاء هو التخلي عن كل ما يشغلنا من أجل إعطاء كل وقتنا للآخر .

\*الإصغاء ليس هو البحث عن إجابة للاخر علما أنه يمتلك أجوبة لأسئلته الخاصة ,

\*الإصغاء هو رفض التفكير في مكان الآخر ، رفض إعطائه نصائح ،

\*الإصغاء هو إستقبال الاخر و الإعتراف به كما يعرف هو نفسه ،

\*الإصغاء هو التفتح أيجابيا على الأفكار و الموضوعات و تجارب الآخر بدون تفسير و بدون حكم ، يعني أترك للآخر الوقت و الفضاء الذي يسمح له بالتعرف على الدرب و الطريق الذي هو دربه وحده .

\*الإصغاء هو إعطاء للآخر الشيء الذي لم يعطى لنا بصفة كافية : الإهتمام ، الوقت، الحضور الودي ، الإصغاء صعب و هذا يتطلب تضحية : أمتنع أن اتكلم ، أمتنع أن أفسر في مكان الغير، أمتنع أن أجيب ، أن اقنع ،أن ابرر،لا يعني ذلك بأن أوافق على كل ما يقوله و يعيشه الغير و لكن الإصغاء هو قبول الآخر كشخص كما هو لذلك يتطلب الإصغاء الخروج من الذات و التركيز حول معاش الآخر الكانل لذلك الإصغاء ،يتطلب في نفس الوقت القرب و البعد المناسب يعني المناقشة الجيدة .

**مستويات الإصغاء**

سيكون الإصغاء على ثلاث مستويات :

* المستوى الأول : يكون على مستوى الأحداث : بمعنى ماذا حدث، الأقوال،و مضمون المشكلة
* المستوى الثاني:على مستوى المعاش الداخلي : بمعنى المشاعر و الإنفعالات
* المستوى الثالث :على مستوى التأثير الداخلي : بمعنى كيف تؤثر الأحداث أي مستويات تأثير هذا المعاش على الشخصية ككل ( عندما أصغي أستطيع أن أغير )

**يتبع**