أ.بن عياش منال

المقياس : العلاج ذو المنحى الإنساني

السنة : الثالثة علم النفس العيادي

يوم : 05/05/2020

**المحاضرة الخامسة: العلاج عند كارل روجرز**

**الجزء الثاني**

العلاج الروجيري و الموقف الغير موجه:

1مميزات العلاج :

 يعتبر روجرز أن الموقف الذي على المعالج أن يتخده إتجاه العميل هو موقف غير موجه بعبارة أخرى أن يرفض المعالج أن يفرض على العميل إتجاه معين كذلك يرفض حتى التفكير بأنه على العميل أن يفكر أو يشعر أو يسلك بطريقة معينة،و يعني ذلك أن المعالج بتبنيه هذا الموقف غير الموجه إنما يثبت أنه يثق بقدرات عملية على أن يوجه نفسه بنفسه ( فهذا ما يذكرنا بإحدى تقنيات المقابلات العلاجية)

توضيحات تدخل في الموقف الغير موجه :

حتى نوضح إجرائيا بعض التقنيات التي تقابل الموقف غير الموجه يمكن أن نعود إلى تقنية الإرشاد حيث يقترح المعالج على العميل ما يجب أن يفعله و بالتالي يفترض ضمنيا بأن العميل عاجز على أن يختار بنفسه السلوك الأكثر ملاءمة إذا هنا نحن أمام تقنية موجهة على مستوى الفعل و السلوك

2تقنيات العلاج الروجيري :

لقد صاغ روجرز مجموعة من التقنيات كي تستخدم كأساليب لتحقيق الشروط المسهلة للعملية العلاجية و هي تقنيات تتجه في الجانب الأكبر منها نحو مشاعر العميل و هي تتضمن ما يلي :

تقنية تقبل المشاعر

تقنية عكس المشاعر

تقنية توضيح المشاعر

التقنية اللاتوجيهية

1-تقنية تقبل المشاعر :

 هي تقنية تتلخص في تقبل المعالج المشاعر الإيجابية التي يعبر عنها العميل بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السلبية بشرط الآ تتم مقابلة المشاعر الإيجابية بالإستحسان أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الإيجابية كجانب من الشخصية لا يقل و لا يزيد قدرا عن المشاعر السلبية هذا التقبل في كل الإتجاهات العدوانية ، الإجتماعية ، و التعبيرات الموجهة عن المشاعر يعطي الفرصة للفرد بأن يفهم نفسه ذاته ،هنا الفرد يتجاوب مع مشاعره بطريقة موضوعية و من خلال هذا التقبل يصل العميل إلى مرحلة الإستبصار و فهم الذات و يمثل الإستبصار جانبا مهما في العملية العلاجية الكلية .

2-تقنية عكس المشاعر :

 تعني تكرار المقاطع التي يقولها التي يقولها العميل الأخيرة أو إعادة محتوى ما يقوله العميل أو تكرار ما يقوله أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للعميل فهم المعالج له

كان يعرض مراة لفظية للعميل تمكنه بأن يرى نفسه ذاته بدرجة أكثر وضوحا و تفيده من التخلص من الصراعات الإنفعالية التي تكون مدمرة لتحقيق الذات و هي تحقق الشرط المستقل المعروف بالفهم المتعاطف empathie

تساعد العميل على فهم ذاته و خبراته الحقيقية فيؤكد للعميل أن المعالج على درجة عميقة من الفهم المتعاطف لكل ما يقوله بل لكل ما يجري بداخل العميل فيتحقق شرط الفهم المتعاطف من خلال تلك التقنية

تقنية توضيح المشاعر :

 إعادة جوهر ما يحاول العميل قوله أي عندما تختلط الأمر على العميل فإن مهمة المعالج تتمثل في مساعدته على إيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح .لكن بشرط على المعالج أن يعبر عنه العميل بالفعل و هذا بأن يرى بوضوح مشاعره و يتقبلها من دون امتداح،نقد،او نصيحة.فغن عملية التنفيس تصبح عند ئذ اكثر عمقا .

4- تقنية لاتوجيهية :

و تعني عدم التوجيه أو النصح أوالإرشاد المباشر من جانب المعالج للعميل .و إنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تنبثق. فدور المعالج هنا هو مقصورا على إستجابات العميل و عكسها و توضيحها و تتضح أهميتها في العملية العلاجية من خلال المقابلة الغير توجيهية و هي طريقة غير توجيهية.

أ.بن عياش منال

المقياس : العلاج ذو المنحى الإنساني

السنة : الثالثة علم النفس العيادي

يوم : 05/05/2020

**المحاضرة الخامسة: العلاج عند كارل روجرز**

**الجزء الثالث**

يمكن إستخدام العلاج المتمركز حول المريض مع :

\*الأزواج في علاج زواجي

\*مع المجموعات في العلاج الجماعي

\*و مع الأسر في علاج أسري

\*و يمكن أن يمتد هذا النوع من العلاج من عشر جلسات إلى مئات الجلسات بمعدل جلسة أسبوعيا .

مراحل العملية العلاجية :

توجد سبعة مراحل يمر بها العميل أثناء العملية العلاجية و هي على التوالي :

1. العقد العلاجي :يتم فيه تأسيس العقد العلاجي بين العميل و المعالج مع إحترام هذا العقد العلاجي ( الزمان ،عدد الحصص)،و تقبل العميل العلاج من تلقاء نفسه و نجدهنا العميل يتميز بالصلابة في سلوكه عند تقدمه للعلاج .
2. القبول :أي القبول و الدخول في العقد العلاجي .و تبدا هذه المرحلة عندما يدرك العميل أنه يلقى قبول حسن و إيجابي من قبل المعالج و فيها يصف العميل مشاعره ،و لكن كموضوع خارجي عن ذاته و من هنا يظهر أنه ليس لديه إحساس المسؤولية إتجاهها.
3. بداية ذوبان التصلب:أو بداية ذوبان المقاومة ،هنا الزبون يتكلم بسهولة عن نفسه،لكن يشرح تجاربه بسيطة و بإحساس بالذنب ،لكن يبدأ يعترف بأشياء و ينتقد نفسه و هنا يبدأ العمل الذاتي و في هذه المرحلة يبدأ الفرد في الوصول إلى الحرية الأكبر للتعبير نتيجة لموقف المعالج عن ذاته و يصبح تمييزه للشكل مختلف عن المرحلة السابقة حيث يميز بأن المشكل موجود بداخله أكثر من الخارج مثل التداعي الحر في التحليل النفسي.هنا بداية إستكشاف الأنا لكنه غير ناضج.
4. بداية الإسترخاء :هنا يستطيع العميل أن يصف أحاسيسه و يجب أن يوضح بان الأنا في حالة تعزيز و نوضحه للعميل
5. بداية النشاط : حالة النشاط ،هنا يصل التداعي الحر إلى أوجه
6. قبول التجربة الحالية : يعني قبول التغيير
7. نمو و تفتح الشخصية :و هي مرحلة النضج و التفتح ،هنا العميل يعيش التغيير ليس فقط يلاحظه .غالبا ما تظهر هاته العلاقة خارج العلاقة العلاجية يصبح قادرا على تقييم مشاعره بدقة كما أنغتصاله الداخلي يتسم بالحرية و عدم التثبيط و يكون قادرا على الإتصال بالأخر بحرية من خلال العلاقات التي انشأها مع غيره مدركا وواعيا لها معتبرا نفسه مسؤول مسؤولية عن حياته .

**ملاحظة**:هذه اخر محاضرة ،اتمنى انني وفقت في عملي ،وانكم فهمتم المقياس ،بالتوفيق لكم .