

## درس مبادئ الاتجاه الانساني

### 1- مبدأ الذات عند كارل روجرز:

- ركز روجرز في نظريته حول الذات على مفهومين اساسيين:
- الكائن العضوي: يقصد به الفرد والذي يسعى الى تلبية الحاجات والرغبات والحفاظ على الذات كدافع اساسي لكائنه العضوي
- المجال الظاهري: اي خبرة الفرد والتي تشمل المجال الشعوري واللاشعوري
- 5- أنواع الذات حسب روجرز
- ميز روجرز بين ثلاث انواع للذات:
- الذات المدركة: اي كيفية إدراك الفرد لنفسه والتصور الكلي الذي يضعه حول ذاته.
- الذات الاجتماعية: اي تصورات الفرد حول الاشخاص الاخرين عن ذاته أي كيفية تأثر الفرد بنظرة الاخرين
- الذات الانسانية: اي كيفية تصور الفرد لذاته المثالية التي يطمح بتحقيقها.

### 2- مميزات الذات حسب روجرز:

وصف كارل روجرز مجموعة من مميزات الذات والتي تتمثل في:

- خضوع الذات للتغيير المستمر بفضل عامل النضج، التعلم والتجارب مع المحيط
- تطور ونمو الذات بفضل عملية التفاعل مع المحيط الخارجي
- طموح الذات في التوازن والاتساق عبر مجموعة من الاساليب التي تؤثر على السلوك
- إدراك الذات لقيم الاخرين وامكانية تغييرها واكتسابها وفقا للمنظور الذاتي
- التجارب المحيطة التي لا تتوافق مع الذات تعتبر كعامل تهديد وخطر
- أ- مبدأ "تحقيق الذات" في الاتجاه الإنساني:
- ركز المنهج الانساني على مبدأ اساسي وهو "تحقيق الذات", حيث حدد مجموعة من الشروط من بينها:
- امتلاك الرغبة في التغيير
- اختيار الدوافع والتأكد منها
- الاختيار الصادق والصريح للحالات والرغبات
- الاستعداد لتحمل المسؤوليات وعدم التهرب منها

- استخدام وتوظيف التجارب الايجابية في الحياة
- الاستعداد النفسي لتقبل التغيير
- المرونة في تقبل الافكار المخالفة
- ب-مبدأ تحقيق الذات عند ماسلو:
- ركز ماسلو في نظريته على مختلف الجوانب الإيجابية الخاصة بالسلوكيات الإنسانية بدلا من التركيز على السلوكيات السلبية والاعراض.
- في نظره يجب الاهتمام بالإمكانيات والقدرات البشرية وكيفية توظيفها. حيث اعتبر ان "الحافز الإنساني يتوافق مع حاجة الإنسان للشعور الإيجابي عندما يقوم بإنجاز عمل ما. "
- الافراد الذين يشعرون بتقديرهم لذاتهم هم الذين استطاعوا تحقيق طموحاتهم استنادا على قدراتهم الايجابية
- يعتبر ماسلو ان نسبة قليلة من الاشخاص يستطيعون الوصول إلى مستوى تقدير الذات، حيث انهم يتسمون بصفات تميزهم عن غيرهم .
- 3- مميزات الشخص الذي يقدر ذاته :
- تقبل النفس وتقبل الاخرين
- القدرة على إدراك الامور بكل موضوعية
- القدرة على تحليل الاحداث بدقة
- إدراك الواقع بكفاءة عالية
- الميل الى الخصوصية
- التحلي بأخلاق راقية
- القدرة على الابداع
- الاهتمام بمصير الانسانية