

المحاضرة (١١)

نظرية الجشطلت (جوزيف بيرلز) / الجزء الاول

اعداد / م.د نادية محمد رزوقي

حياة بيرلز

ولد جوزيف بيرلز في برلين عام ١٨٩٣ من اسرة يهودية فقيرة حصل على شهادة الطب العام ١٩٢٠ من جامعة فردرك ويلهلم وقد اسس معهداً للتحليل النفسي واستقر في نيويورك لمدة عشرة سنوات

وعندما استلم هتلر مقاليد الحكم في برلين توجه الى هولندا وبعد عدة سنوات غادرها الى جنوب افريقيا حيث اسس معهد التحليل النفسي ثم غادر بعدها الى الولايات المتحدة واستقر في نيويورك لمدة عشر سنوات واسس مع زوجته لورا معهداً للعلاج النفسي ثم انتقل الى كاليفورنيا واستقر فيها الى ان توفي سنة ١٩٧٠ وقد تأثر بيرلز بفرويد و جولد شتاين كما انه تأثر ببيونك وادلر وهورني حيث بدأ حياته محلاً وقد اهتم بيرلز بالدوافع وارتكز عليها في العلاج الجشطلتي ، وكانت الامور التي ارتكز عليها بيرلز في العلاج الجشطلتي اهتمامه بالدوافع الانسانية حيث استخدم غريزة الجوع بدلاً من غريزة الجنس واعتبرها الغريزة الاساسية لدى الانسان .

جاءت كلمة جشطلت من الالمانية ولا يوجد كلمة مطابقة لها في الانكليزية الا انها فهمت بمعنى الكل حيث ركز بيرلز على اعتبار الكل اكبر من مجموع الاجزاء المكونة له ولذلك فإن الافراد يتصرفون بطريقة كلية .

طبيعة الانسان عند الجشطلت

يرى الجشطلت ان الانسان حر ويستطيع التخلص من الماضي وان يعيش الحاضر وانه قادر على اتخاذ قرارات مسؤولة في سلوكياته ويرى بيرلز ان الانسان مفطور على تحقيق ذاته ويفترض الجشطلت ان الانسان يتصف بالصفات التالية :

١-الانسان(كل) : له جسم وعاطفة وعقل وافكار واحاسيس تعمل بشكل متشابك كما انه جزء من البيئة ولا ينفصل عنها

- ٢-الانسان (فاعل) : للإنسان دور فاعل وليس له دور الفرد المستجيب فقط كما يراه السلوكيين فهو يقرر مسؤولياته تجاه المثيرات وان الاستجابات ليست الموجه له
- ٣-الانسان (واع) : فهو قادر على وعي احساسه وعواطفه ومدركاته
- ٤-الانسان (قادر على الاختيار) : وتكون قدرته على الاختيار من خلال وعيه لذاته وهو مسؤول عن سلوكه الخفي والظاهر
- ٥-الانسان (مالك للإمكانيات) : فهو يمتلك الامكانيات ومصادر القوة على العيش بفاعلية ويمكن ان يستعيد ذاته من خلال خبرته وافكاره
- ٦-الانسان (ابن لحظته) : يعيش الانسان لحظته الحالية (هنا والان) وهو يخبر نفسه في الوقت الحاضر ويستطيع ان يخبر الماضي والمستقبل والان كتذكر الماضي وكتوقع للمستقبل
- ٧-الانسان (حيادي) : فهو لا سيء ولا شرير

بنية الشخصية عند الجشطالت

- يرى الجشطالت ان الشخصية هي نتاج لتفاعل الفرد مع بيئته المدركة اي كما يدركها الفرد ومن خلال تفاعل الفرد مع البيئة يحدث النمو ويخاطر الفرد ويجازف محاولاً اشباع الحاجات الموجودة لديه وذلك عن طريق تكوين مفاهيم كلية عن البيئة ويرى الجشطالت ان الشخصية تتكون من ثلاث عناصر هي :
- ١-الذات Self : وهذا العنصر السوي يساعد على النمو وهو الجانب الخلاق في الشخصية
- ٢-صورة الذات Self-Image : وهي مرضية ومعيقة للنمو تساهم في تكوين مفهوم الذات
- ٣-الوجود being : ويقابله عند روجرز العضوية وهو العنصر المهم في العضوية

المفاهيم الاساسية في النظرية

- ١-الكلية : هذا المفهوم اساس النظرية ويعني ان الكل اكبر من مجموع اجزائه ولذا كانت النظرة الكلية هي سلوك الكائن ككل وليس كأجزاء وان العقل والجسم ليسا كيانين وانما كيان واحد وانه لا يمكن الفصل بين الجوانب الجسمية والانفعالية

للإنسان وهذا يعني ان اي عرض يظهر على الفرد لا يمكن فهمه على اساس نتيجة اصابة عضو معين بل يجب النظر اليه بوصفه تعبيراً عن اصابة الكائن العضوي بأسره فالكائن العضوي يسلك دائماً ككل واحد وليس كأجزاء متميزة لذلك فإنه من الضروري ان نكشف القوانين التي يؤدي وفقها الكائن العضوي وظائفه حتى يمكن فهم كيفية اداء اي عضو من الاعضاء لوظائفه وهذا هو الاساس الذي تعتمد عليه هذه النظرية . وبذلك فإن التعلم المثمر يحدث عندما نفهم الموضوع ككل ويعني ذلك ان الشخص يتعلم التفاصيل بصورة افضل عندما يرى علاقتها بالكل .

٢- التنظيم الادراكي : يميل الفرد لادراك الاشياء والمواقف ككليات وبما ان الكل هو الذي يحدد الجزء وليس العكس فإن العضوية تميل الى تنظيم مدركاتها واتمام ما ينقصها من اجل التقليل من التوتر الذي يسببه عدم التنظيم لذا فإن محاولة الشخص تشكيل صورة متكاملة دليل على صحته ونموه العقلي السليم ويتم ذلك حسب قاعدة الاغلاق وهذا يعني ان الشكل الناقص يثير توتراً يدفع لإكمال النقص من اجل التخلص من حالة التوتر ولذلك فإن الفرد اثناء كفاحه من اجل البقاء يسعى لاشباع حاجاته الملحة وعند اشباعها فإنها تتراجع الى الخلف ليحل محلها حاجات اخرى بحاجة الى الاشباع ، فتؤدي هذه العملية الى بقاء الانسان ومن ثم تطوره السليم ونموه الصحي السوي ولذلك فإن العلاج الجشطلتي يسعى لجعل الفرد اكثر تقبلاً لبيئته من خلال ما اسماه بالشكل مثل سطح ، شخص ، جسم ، والخلفية هي المكان الذي يظهر عليه الشكل والخلفية هي الكل والشكل هو الجزء ويمثل الشكل مركز الاهتمام والارضية تمثل القاعدة ، وان التفاعل بين الشكل والارضية هو تفاعل ديناميكي فمثلاً الانشغال بمشاهدة برنامج تليفزيوني يعتبر الشكل البارز مقابل اشياء اخرى قد يقوم بها الفرد مثل شرب الشاي او العبث بالشعر والتي تكون بالاضافة الى المكونات الاخرى الخلفية .

وتمثل الحاجة الملحة عند بيرلز الشكل فهي توجه سلوك الفرد نحو اشباع الحاجة وعند اشباعها تتراجع الى الوراء لتصبح خلفية وتترك المجال لحاجة اخرى تصبح ملحة واذا لم تشبع الحاجة فإنها تبقى وتستمر في الحاحها وتدمر التنظيم الكلي للفرد

٣- التعلم بالاستبصار : ويعني اعادة تنظيم خبرات الفرد السابقة لتأخذ معنى جديد وكلما كان الادراك واضح كان الاستبصار للمواقف فعال ويمكن الفرد من حل مشكلاته لأن الفرد يعيد تجربة ادراكاته الماضية والحاضرة من اجل حل هذه المشكلات ويركز الجشطلت بشكل كبير على الوجود الحالي للفرد واعتبار الماضي مواقف غير منتهية او غير مكتملة ويركزون ايضاً على خلق الوعي المستمر والمتواصل لدى الفرد ليستطيع حل الامور غير المكتملة ويدرك الفرد الخبرات

المؤلمة فيضعها تحت الدراسة العقلانية للتبصر بها ككل كون الفرد يميل الى فرض نماذج ومعان للاحداث .

ويمكن اجمال الاهداف العامة للاستبصار فيما يلي :

*-تطوير مستوى وعي الفرد لذاته وللآخرين من حوله

*-تسهيل النمو الشخصي وتحقيق الذات

*-احداث مشاركة في تفاعلات جوهرية وذات معنى مع الاخرين

*-تعزيز الانفتاح على الخبرة والممارسة

٤-هنا والآن : يركز هذا المفهوم على الموقف الحاضر ولم يأخذ بعين الاعتبار الماضي لأنه حدث ، كما لم يهتم بالمستقبل لأنه لم يحدث وقد جاء هذا الاعتقاد من ملاحظة بيرلز للاشخاص العصابين وعدم قدرتهم على العيش بطريقة سوية في الوقت الحاضر كونهم مهتمين بالمواقف غير المنتهية التي حدثت في الماضي والتي لم تجعلهم ينتبهون الى الحاضر ، كما انهم يعانون من القلق والتوتر لما سيكون في المستقبل من احداث وتوقعات فيفقدون قوة الحاضر والانفتاح على المستقبل اللازم لنمو الشخصية . واكد بيرلز بأن اهتمام الفرد بالحاضر لا ينقص من اهتمامه بالماضي ويشير الى ان الذكريات المؤلمة الماضية يمكن ان تؤثر على الحاضر وان وجود مشاكل ومواقف غير منتهية وفي الماضي ستظهر كأجزاء من الخبرة الحالية ولذلك فأن المسترشد يعيد تمثيلها لينهيها ضمن الحاضر فيزول الخوف ويتخلص المسترشد من مشاعره وعواطفه المكبوتة