

نظرية الإرشاد المتمركز حول العميل (كارل روجرز)

Client Centered Counseling(Carl Rogers)

1-التعريف بصاحب النظرية: ولد Carl Ransom Rogers في 8 جانفي 1902 في اواك بارك Oak Park ضاحية شيكاغو. كان والده مهندس ومقاول ناجح، عندما بلغ 12 سنة انتقل مع والداه للعيش في مزرعة في غرب شيكاغو وقد قضى مراهقته في هذا الجو الريفي . وقد كان يقضي الكثير من الوقت في المطالعة لأنه لم يكن لديه أصدقاء مقربين. دخل جامعة Wisconsin سنة 1919 التي درس فيها والديه و 3 من إخوته. وتحصل على الماجستير سنة 1928 وعلى درجة الدكتوراه سنة 1931 وقد كان موضوع رسالة الدكتوراه اختبار لقياس توافق الشخصية لدى الأطفال. عمل بعد ذلك في جمعية النفسانيين لوقاية الأطفال من القسوة والوحشية. وقد نشر العديد من الكتب منها سنة 1942 الإرشاد والمعالج النفسي والعلاج المتمركز حول العميل سنة 1951 كيف تصير شخصا سنة 1961 وشخص لشخص سنة 1967 وقد توفي سنة 1987. (Hjelle, & Ziegler,1981)

2-التطور التاريخي للنظرية: يشير كل من (Raskin & Zimring, 1992) إلى أن هناك أربعة مراحل لتطور العلاج المتمركز حول العميل وهي:

- المرحلة الأولى: هي فترة الأربعينات من القرن العشرين وهي الفترة التي شهدت ظهور مسمى "الإرشاد غير الموجه" على يد Rogers كرد فعل على الأساليب العلاجية الموجهة السائدة في ذلك الوقت والمرتبطة بنماذج التحليل النفسي. وتتميز هذه المرحلة بتسليط الضوء على أهمية أن يقوم المعالج بخلق مناخ إيجابي للعميل يساعده على الوصول إلى استثمار القدرات التي يملكها والطاقات الكامنة فيه. ويرفض Rogers المقولة المسيطرة في ذلك الوقت "المعالج يعرف أفضل" لينادي بأن المعالج له دور ثانوي وأن للعميل الدور الأساسي في توجيه العلاج والوصول به إلى تحقيق أهدافه. وفي هذه المرحلة كان التركيز على تقبل المعالج للمشاعر التي يحضرها العميل. كما أن الأسلوب الرئيسي للعلاج هو توضيح المشاعر لدى العميل وتكوين البصيرة بماهيتها.

-المرحلة الثانية: هي مرحلة الخمسينات من القرن العشرين وبالتحديد عندما نشر (Rogers, 1951) مسمى العلاج المتمركز حول العميل في محاولة لتوجيه الأنظار إلى أن هذا الأسلوب العلاجي يركز على العميل وليس على المشكلات التي يحضرها العميل. وقد كان التركيز في هذه المرحلة على العالم الظاهري للعميل وفهم ذلك العالم من خلال الإطار المرجعي له. ويرى Rogers أن التركيز في العلاج يجب أن يوجه نحو قدرات الإنسان باعتبارها الدافع الأكبر للتغيير. وما على المعالج إلا خلق المناخ الصحي للعميل من خلال التقبل، والتعاطف، والانسجام.

- المرحلة الثالثة: هي مرحلة الستينات من القرن العشرين عندما نشر Rogers كتابه On Becoming A person في عام 1961. ويتمحور التطور في هذا الأسلوب العلاجي خلال هذه المرحلة في توجيه العملية العلاجية نحو إدراك العميل لأهمية أن يدرك ذاته كما هي في حقيقتها وواقعها وليس كما ينبغي أن يراه الآخرون. وقد تميزت هذه الفترة الزمنية بالعديد من الأبحاث التي قام بها Rogers وزملاءه في محاولة منهم لصياغة الأطر الفلسفية والمفاهيم الإجرائية للعلاج المتمركز حول العميل. ويمكن القول أن المفهوم الرئيسي الذي حاول Rogers وزملاءه التأكيد عليه هو مفهوم العلاقة الإرشادية وأهميتها في تحقيق أهداف العلاج.

- المرحلة الرابعة: هي مرحلة السبعينات والثمانينات من القرن العشرين والتي تميزت بتفعيل العلاج المتمركز حول العميل في ميادين التربية والصناعة والجماعات الإنسانية وحل الصراعات الإنسانية وتحقيق السلام العالمي. لقد حاول Rogers في أواخر حياته من تطوير تطبيقات هذا الأسلوب العلاجي في الكثير من الميادين المعرفية ومع الكثير من الفئات الإنسانية.

3-نظرة روجرز لطبيعة الإنسان Rogers View of Human Nature : إن أفكار روجرز عن طبيعة الإنسان مثل فرويد نشأت من خبراته في العمل مع المضطربين انفعاليا، وعلى أساس تجاربه الإكلينيكية

قرر بأن جوهر طبيعة الإنسان هي في الأساس هادفة وقصديه وتنزع للتقدم والحركة وبناءة وجديرة بالثقة. وهو ينظر للإنسان على أنه قوة نشطة من الطاقة المتجهة نحو تحقيق أهداف مستقبلية وأن الأهداف والغايات الموجهة ذاتياً أفضل من تلك المدفوعة بقوى خارجية. تتضمن هذه النظرة الثقة في كون طبيعة الإنسان طيبة بالفطرة.

4- الميل للتحقق كدافع رئيسي في الحياة Actualizing Tendency as Life s Master Motive يفترض روجرز بأن كل السلوكيات تنشط وتوجه بدافع فريد ومركزي وهو ما يطلق عليه الميل للتحقق وهو يمثل " الميل الفطري للعضوية لتطوير كل قدراتها بطرق تساعد في المحافظة على الإنسان وتعزيزه" حيث من الواضح أن الدافع الأساسي في حياة الأفراد هو التحقق والمحافظة وتعزيز أنفسهم. هناك بعض الخصائص المحددة التي ترمز للميل للتحقق هي:

- أولاً: فهي متأصلة في العمليات الفسيولوجية للجسم (فهي حقيقة بيولوجية وليست نزعة نفسية) وعلى مستوى عضوي فإن هذا الميل الفطري يشتمل ليس فقط على المحافظة على العضوية وذلك بإشباع الحاجات الناقصة مثل الحاجة للغذاء والماء والهواء ولكن أيضاً يعزز العضوية بتزويدها بالتطور والتميز بين أعضاء الجسم ووظائفه ونموه والتجديد المستمر. حيث أن القوة المحفزة تعتبر ذات أهمية كبرى بالنسبة لشخصية الإنسان حيث يزودها الميل للتحقق بالشعور بالاستقلال والثقة بالذات لتوسيع مجال الخبرة ولكي يصبح مبدعاً.

- ثانياً: لا يهدف الميل للتحقق لخفض الضغط فحسب (حفظ عمليات الحياة والسعي وراء الراحة والسكون) بل ويتضمن أيضاً زيادة الضغط فبدلاً من النظر لكل السلوكيات على أن هدفها هو تفرغ الضغط، فإن روجرز ينظر للسلوك على أنه مدفوع بالحاجة الفردية للتطور والتحسين. كما يؤكد روجرز بأن الميل للتحقق هو عام بالنسبة لكل أشكال الحياة، في ليست خاصية الكائن الإنساني فقط أو الحيوان بل كل الكائنات الحية فهي جوهر الحياة، ووفقاً لروجرز فإن الميل للتحقق يعمل كميّار لتقييم كل خبرات الفرد الحياتية وبالخصوص خلال تحقيقهم لأنفسهم فإن الأفراد يشاركون فيما يصفه روجرز بعملية التقييم العضوي. (Hjelle & Ziegler, 1981)

5-موقف روجرز الظاهراتي Rogers Phenomenological Position : إن الموقف الظاهراتي يعتبر أن ما هو حقيقة بالنسبة للفرد (ما يفكر أو يشعر أو يفهم بأنه حقيقة) هو ما يوجد داخل الفرد، أي الإطار المرجعي الداخلي Internal Frame of Reference أو العالم الذاتي متضمناً كل شيء في الوعي، ويتبع ذلك إن الإدراكات الفردية والخبرات لا تكون فقط حقيقة الفرد ولكن تشكل أساس لأفعاله فالفرد يستجيب للحوادث بطريقة تتفق فيها وتتسجم مع كيفية إدراكه أو تفسيره لها. إن إحساس الإنسان لا يعكس مباشرة صورة عالم الواقع وبدلاً من ذلك فإن الحقيقة الفعلية هي الحقيقة كما تدرك وتفسر من طرف العضوية المستجيبة. بالنسبة لروجرز فإن كل فرد يفسر الواقع وفقاً لعالم خبراته الخاصة وهذا العالم لا يمكن أن يعرفه تماماً سوى الفرد ذاته. ومن وجهة النظر الظواهرية فإن أحسن طريقة لفهم سلوك الفرد يمكن الحصول عليها من ملاحظة الإطار المرجعي الداخلي. فلنتفسير لماذا يفكر ويشعر ويسلك الفرد بطريقة ما، فإنه من الضروري أن نعرف كيف يدرك هذا الفرد العالم، فالخبرة الذاتية إذن هي المفتاح لفهم السلوك، وهذا يعني بأن المواضيع الأكثر أهمية للدراسة النفسية هي خبرات الشخص الذاتية لأن هذه الخبرات لوحدها هي العامل الأساسي المسبب للسلوك.

6- مفهوم الذات Concept of Self: تعتبر الذات البناء الأكثر أهمية في نظرية روجرز للشخصية فهي مفهوم جشتالطي متماسك ومنظم متكون من إدراك لخصائص "الأنا" وعلاقتها مع الآخرين ومع مظاهر الحياة المتعددة بالإضافة للقيم المرتبطة بهذه الإدراكات فهي متيسرة في الوعي. ويظهر مفهوم الذات تصور أو إدراك الفرد لنوعية الشخص الذي هو عليه، وهو صورة الفرد عن نفسه متضمناً بالأخص الوعي بالذات "ما أنا" والوعي بالوظيفة "ما أستطيع أن أعمل" ويشمل أيضاً ما يفكر فيه الفرد أو يتوقع

أن يكون عليه وما يجب أن يكون عليه وهذا العنصر الأخير هو ما يطلق عليه الذات المثالية وتمثل مفهوم الذات الذي يود الفرد امتلاكه.

7-تطور مفهوم الذات Development of Self Concept: بخلاف إكلينيكيين كثيرين مثل فرويد وادلر واريكسون فان روجرز لم يخصص الكثير من الاهتمام لتطور الشخصية بذاتها، ولم يحدد جدولا زمنيا للمراحل الحرجة التي ينتقل الفرد من خلالها لاكتساب مفهوم الذات. فهو قد شغل نفسه بالطرق التي يتم بها تقييم الفرد من الآخرين خاصة خلال الطفولة وبالخصوص الطفولة المبكرة. وان يتجه هذا التقييم لتشجيع تطور صورة سلبية أو ايجابية عن الذات.

يدرك المولود كل الخبرات بشكل وحدوي سواء الناتجة عن الإحساسات الجسمية أو المثيرات الخارجية. فالطفل لا يعي نفسه ككائن منفصل لذلك فهو لا يقوم بتمييز بين ما هو "أنا" و ما هو "ليس أنا" لهذا السبب فانه في وقت مبكر تكون الذات لا وجود لها. يبدأ الطفل في تمييز نفسه عن بقية العالم بالتدرج إن هذه العملية لتمييز المجال الظاهراتي اي ما يعرفه ويحسه الطفل على انه جزء منه و ما هو ليس جزء منه هو الذي يفسر نشوء مفهوم الذات لدى الفرد في نظرية روجرز.

يفترض روجرز انه عندما تتشكل الذات فإنها تحكم بعملية التقييم العضوي. أي إن الطفل يقيم أي خبرة جديدة على أساس ما إذا كانت تسهل أو تعيق ميله الفطري للتحقق، فمثلا يقيم الجوع والعطش والبرد والألم والأصوات العالية المفاجئة سلبيا نظرا لأنها تتعارض مع المحافظة على التكامل البيولوجي. أما الطعام والماء والأمن والحب فتقيم ايجابيا لدعمها وتعزيزها للميل للتحقق. أي أن عملية التقييم العضوي هي جهاز مراقبة أو ضبط يعين السبل المناسبة لإشباع الحاجات لدى الطفل. إن الأطفال يقيمون خبراتهم وفقا لكونها محببة أو لا سارة أو غير سارة وهكذا فان هذه التقييمات تنتج عن استجابات الأفراد التلقائية للخبرات المباشرة. وبالتالي فان تركيب الذات يتجسد من خلال التفاعل مع البيئة و بالخصوص البيئة المتكونة من الأشخاص المهمين في حياة الطفل(الآباء الإخوة الأقارب) وبمعنى آخر فعندما يصبح الطفل حساس اجتماعيا وتنضج قدراته الذهنية والإدراكية فان مفهوم الذات لديه يصبح متميز على نحو متزايد ومعقد وعلى مدى واسع فان مضمون مفهوم الذات لدى الفرد يعتبر نتاج اجتماعي.

(Patterson, 1980, P481& P482)

8-الحاجة للتقدير الايجابي Need for Positive Regard: يؤكد روجرز بان كل الأفراد يملكون رغبة أساسية في أن يختبروا مواقف مثل الدفاء والاحترام والإعجاب والحب والنقل من قبل الأفراد المهمين في حياتهم. هذه الحاجة للتقدير الايجابي تتطور مثل نشوء الوعي بالذات وهي حاجة ملحة ومسيطر و دهي أول ما تلاحظ في حاجة الطفل لان يكون محبوب ومرغوب فيه وبالتالي تنعكس في شعور الشخص بالرضا عندما يستحسن من الآخرين وشعوره بالإحباط عندما يرفض أو يستنكر. ويشير روجرز بأن التقدير الايجابي عبارة عن دافع ثانوي متعلم. ويرى روجرز بأن الطفل يمكنه القيام بعمل أي شيء لإشباع الحاجة للتقدير الايجابي حتى لو يضحي بعملية التقييم العضوي.

ووفقا لروجرز فان الفرد لا يحتاج للتقدير الايجابي فقط من قبل الآخرين و لكن أيضا من نفسه.فالحاجة للتقدير الايجابي للذات تعتبر حاجة متعلمة تتطور بارتباط مع الخبرات الذاتية بإشباع أو إحباط الحاجة للتقدير الايجابي. و على وجه الخصوص فان التقدير الايجابي للذات يرجع لرضي الفرد عند الاستحسان وإلى الاستياء عند الاستهجان. ومن وجهة نظر أخرى كأن الذات أصبحت تمثل " الآخرين المهمين اجتماعيا"

9شروط القيمة Conditions of Worth: في الحقيقة لدى الطفل حاجة كبيرة وعظيمة للتقدير الايجابي فهو يصبح وعلى نحو متزايد حساس، ويتأثر بالمواقف وتوقعات الآخرين تجاهه(الأشخاص المهمين في حياته) وهذا الأمر غير مدهش لان كثير من الراشدين يتجهون نحو استخدام تقدير ايجابي مشروط ()

ساحبك واحترمك وأتقبلك فقط عندما تكون نوع الشخص الذي أتوقع أن تكون) مثل هذه النظرة المشروطة تميز المواقف التي يتحصل فيها الطفل على الإطراء والاهتمام والاستحسان وأشكال أخرى من المكافأة لسلوكه الذي يتوافق مع توقعات الآخرين.

يرى روجرز بأن شروط القيمة المفروضة على الطفل تعتبر مضرّة لان الطفل لن يصبح شخص كامل(فعال) وهذا لان الطفل يحاول أن يصل إلى المعايير أو المقاييس الموضوعّة من قبل الآخرين بدلا من أن يطابق ويصل إلى ما هو عليه في الواقع أو لما يجب أن يكون. فهو يقيم نفسه وقيّمته كفرد على أساس أفعاله وأفكاره ومشاعره التي تحصل على الدعم والاستحسان.

10-التقدير الايجابي غير المشروط Unconditional Positive Regard : يشعر روجرز انه من الممكن إن تمنح أو تحصل على التقدير الايجابي بصرف النظر عن القيمة الموجودة في مظاهر خاصة في سلوك الإنسان. هذا يعني أن يكون الشخص مقبول ومحترم لما هو عليه دون أي شروط. مثل هذه النظرة الايجابية غير الشرطية تكون واضحة في حب الأم لطفلها حيث أن الطفل يحصل على الحب والاحترام مهما تكون أفعاله أو تفكيره أو مشاعره. يؤكد روجرز بأنه إذا لاقى الفرد الناضج نظرة ايجابية غير مشروطة فانه لن يطور شروط القيمة. ويكون التقدير للذات غير شرطي والحاجة للتقدير الايجابي والنظرة الذاتية لا يمكن لها أبدا أن تتباين مع التقييم العضوي ويستمر الفرد في التكيف النفسي ويكون فعالا تماما. من المهم أن نفهم بأن التقدير الايجابي غير المشروط لا يعني بأن على الأفراد المهمين في حياة الطفل استحسان أي شيء يقوم به. (بيم ترجمة كفاقي وآخرون 2010، ص371، ص372)

11-خبرة التهديد وعملية الدفاع Experience of Threat & Process of Defense : يؤكد روجرز بأن معظم طرق السلوك التي يتخذها الفرد تكون متناسقة مع بناء مفهومه لذاته بمعنى آخر فان الفرد يسعى للحفاظ على حالة من الاتساق بين الادراكات والخبرات الذاتية فالخبرات التي تتفق مع مفهوم الفرد عن ذاته يسمح لها بالدخول في الوعي وتترك على نحو صحيح، وبالعكس فان دخول الخبرات التي تتعارض مع الذات تشكل تهديدا لمفهوم الذات وتمنع من الدخول للوعي والإدراك على نحو صحيح. ويجب الإشارة إلى إن مفهوم الذات هو المعيار الذي تقارن به الخبرات فإما ترمز في الوعي أو ترفض الترميز. ويحدث التهديد في نظرية روجرز عندما يدرك الشخص تعارضا بين مفهومه عن ذاته والخبرة الحالية، حيث تدرك الخبرات التي لا تتطابق مع مفهوم الذات على أنها مهددة وتمنع من الدخول للوعي لان شخصية الفرد هي كل موحد. إن التعارض بين الذات والخبرة لا يحتاج أن يدرك على مستوى الشعور حيث يفترض روجرز انه من الممكن أن يشعر الفرد بالتهديد دون أن يكون واعيا بذلك وبناء عليه فقد يكون هناك تعارض بين مفهوم الذات والخبرة ويكون الفرد غير واعى بذلك ومن المحتمل أن يتعرض للقلق ولاضطراب الشخصية، إذن يعتبر القلق استجابة انفعالية للتهديد والذي يشير بان بناء الذات المنظم هو في خطر لان يصبح مشوشا إذا وصل التناقض بين الذات والخبرة المهددة للوعي. ويرى روجرز بأن الفرد طالما لا يشعر بالتهديد فإنه سيفتح على الخبرات ولا يحتاج للاستعراض الدفاعي. ولكن عندما تدرك الخبرة على أنها تتعارض أو لا تتناسق مع مفهوم الذات في هذه الحالة يظهر التهديد ويتبع باستجابة دفاعية. إن العضوية تقيم الدفاع لأجل أن تبقى على تناسق الذات وتحمي نفسها من خطر الخبرات المهددة. (Corey, 2001)

12-آليات الدفاع The Defense Mecanisms: يقترح روجرز ميكانيزمين أساسين للدفاع وهما تشويه أو تحريف الإدراك والإنكار. يكون تشويش الإدراك فعال كلما سمح للخبرة المتعارضة بالدخول للوعي ولكن بشكل يجعلها تتناسق مع صورة الذات الحالية للفرد. نفترض مثلا بأن طالبة تدرك نفسها على أنها ذكية ولكنها تحصلت على درجات منخفضة لم تتوقعها فهي يمكنها الاحتفاظ بمفهوم سليم عن الذات وذلك بتشويه وتحريف الرمز المفاهيمي لفشلها وذلك بقولها إن "الأستاذ ظالم" أو انه "مجرد سوء حظ". أما في حالة الإنكار فالفرد يحتفظ بكمال بناء الذات بتجنب التعرف أو التمييز الشعوري للخبرات المهددة فهو يتجاهل وجود هذه الخبرات التي لا تتناسق مع مفهومه عن ذاته.

13- اختلال الشخصية والأمراض النفسية Personality Disorganization & Psychopathology

إن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية يهدد بشكل دوري بخبرات تهدد مفهومه عن ذاته وتجبره على تشويهه أو إنكار الخبرات. ويعتبر القلق المظهر الواضح للحياة اليومية في المجتمعات المتحضرة. ويمتلك اغلب الأفراد دفاعا جيدا للتعامل مع مستويات معتدلة من القلق. وعندما تصبح الخبرات أكثر تعارضا مع بناء الذات أو عندما يتكرر حدوث الخبرات المتعارضة فإن الفرد يشعر بمستوى من القلق ويكون عدوانه واضح ويمكن أن يعطل الروتين اليومي. إن الفرد في مثل حالة التعارض هذه يصنف على أنه عصابي ويكون القلق أو الانزعاج الداخلي كبير إلى درجة يبحث فيها الفرد عن مساعدة المعالج النفسي كطريقة للتخفيف من القلق. ومع ذلك تبقى دفاعات العصابي فعالة ولو بطريقة جزئية في منع الخبرات المهددة من الترميز في الوعي على نحو دقيق. ويكون العصابي متأثرا جدا ويعاني الانكشاف أو سقوط المناعة وإذا كان هناك درجة مهمة من التعارض بين مفهوم الذات وبين تقييم الخبرة فإنه يتعذر تطبيق الدفاع، في مثل هذه الحالة "عدم الدفاع" ومع الخبرة غير المتطابقة التي ترمز في الوعي فإن مفهوم الذات يتحطم ويحدث اختلال الشخصية والباثولوجية النفسية عندما تعجز الذات عن الدفاع ضد الخبرات المهددة. إن الأفراد الذين يعانون مثل هذا الاضطراب يطلق عليهم اسم الذهانين فهم يظهرون سلوكيات يعتبرها ملاحظ موضوعي غريبة ولا عقلانية ومجنونة. إن طريقة روجرز في العلاج المتمركز حول العميل تحاول إعادة بناء علاقة أكثر انسجاما وتناسقا بين مفهوم الذات وجميع العضوية ويسهل درجة كبيرة من الانسجام بين مفهوم الذات والمجال الظاهري للخبرة.

14- النظرية في العلاج و في تغير الشخصية A Theory of Therapy & Personality Change

هذه النظرية في العلاج هي نظرية شرطية. إذا.....إذن. IfThen بمعنى انه إذا وجدت بعض الشروط (متغيرات مستقلة) فإن العملية (المتغير التابع) سيحدث. وإذا حدثت هذه العملية والتي ستصبح (متغير مستقل) إذن سيحدث تغير في الشخصية والسلوك (متغيرات تابعة) ومن الملاحظ انه لا يوجد مكان في نظرية روجرز لطرح سؤال لماذا؟

أ- شروط العملية العلاجية Conditions of The Therapeutic Process

ليحدث العلاج لابد من توفر الشروط التالية:

- 1- وجود شخصين في اتصال نفسي
- 2- يكون العميل في حالة من عدم التطابق والانسجام
- 3- يكون الشخص الثاني وهو المعالج في حالة من الانسجام في العلاقة
- 4- يشعر المعالج تجاه العميل بالتقدير الايجابي غير المشروط
- 5- يشعر المعالج تجاه العميل بالتفهم المتعاطف للإطار المرجعي الداخلي
- 6- يدرك العميل الشرطين الرابع والخامس

ب- عملية العلاج

عند توفر الشروط السالفة الذكر ينتج عن ذلك عملية تتميز بالخصائص التالية:

- 1- يشعر العميل بحرية متزايدة في التعبير عن مشاعره بواسطة التعبير اللفظي أو الحركي.
- 2- تكون المشاعر المعبر عنها لها صلة بالذات.
- 3- تتزايد عملية تمييزه لمواضيع مشاعره وادراكاته وترمز خبراته على شكل صحيح.
- 4- يتزايد التعبير عن مشاعره التي لها صلة بعدم الانسجام بين بعض خبراته ومفهومه عن ذاته.
- 5- يشعر بتهديد (حالة عدم الانسجام) في الوعي ويحدث هذا نتيجة لاستمرار التقدير الايجابي غير المشروط من المعالج.

- 6- يتمكن من اختبار المشاعر (في الوعي) التي أنكرها في الماضي أو التي قام بتحريفها
- 7- يعيد تنظيم وترتيب مفهومه عن ذاته ليشمل ويتضمن الخبرات التي سبق تحريفها أو إنكارها في الوعي.
- 8- مع الاستمرار في إعادة ترتيب الذات فإن مفهومه عن ذاته يصبح أكثر انسجاما مع خبراته وبالتالي تنقص دفاعيته.
- 9- يتمكن من اختبار وبشكل متزايد التقدير الايجابي غير المشروط من قبل المعالج دون الشعور بالتهديد
- 10- يشعر بتزايد تقديره الايجابي غير الشرطي عن الذات.
- 11- يشعر بأنه قد أصبح هو موضع التقويم
- 12- يشعر بالاستجابة بدرجة أقل لشروط القيمة وبدرجة أكثر لعملية التقويم العضوي.

ج-النتائج في الشخصية والسلوك

تؤدي عملية العلاج إلى النتائج التالية:

- 1- يصبح العميل أكثر انسجاما وانفتاحا على خبراته وأقل دفاعية.
 - 2- وبناء على ذلك يكون أكثر واقعية وموضوعية واتساعا في ادراكاته.
 - 3- وبناء على ذلك يكون أكثر فعالية في حل مشاكله
 - 4- يقترب التحسن في توافقه النفسي إلى الدرجة القصوى.
 - 5- كنتيجة لزيادة انسجام الذات مع الخبرة فإن انكشافه لعملية التهديد تنقص.
 - 6- كنتيجة للعنصر (2) فإن مفهومه عن الذات المثالية تكون أكثر واقعية ويمكن تحقيقها.
 - 7- كنتيجة للتغير في العنصرين رقم (4 و 5) فإن ذاته تصبح أكثر انسجاما مع الذات المثالية.
 - 8- كنتيجة لكل ذلك فإن كل أنواع التوتر تتناقص (التوتر الفسيولوجي والنفسي والقلق)
 - 9- يحدث ارتفاع في درجة تقديره الايجابي للذات.
 - 10- يدرك بأن موضوع التقويم والاختيار يكمن في نفسه(داخله)
 - 11- كنتيجة للعنصرين (1 و 2) فإنه يدرك الآخرين بصورة أكثر واقعية وصحيحة.
 - 12- يتغير سلوكه بطرق متعددة:
 - أ-تتزايد نسبة السلوكيات التي تنتمي إلى الذات.
 - ب-تتناقص نسبة السلوكيات التي يشعر بأنها ليست لذاته.
 - ج-ولهذا السبب يدرك سلوكه على انه أصبح تحت سيطرته هو نفسه.
 - 13- يشعر بتقبل أكثر للآخرين كنتيجة لقلته حاجته لتشويه إدراكه لهم.
 - 14- يدرك سلوكه من الآخرين على انه أكثر اجتماعيا ونضجا.
 - 15- كنتيجة للعناصر (1 و 2 و 3) يصبح سلوكه أكثر إبداعا وتكيفا ومعبرا تماما عن أهدافه وقيمه.
- تفترض النظرية انه إذا وجد(أ) إذن سيتبع ذلك حدوث (ب) و (ج) حيث أن (ب) و (ج) هي أحداث قابلة للقياس ويمكن توقعها من (أ). (Patterson, 1980, P486 & P487)

15-تقنيات الإرشاد Techniques of Counseling لقد ركز الإرشاد المتمركز حول العميل في بدايته على التقنيات، لكن بعد ذلك أصبح يركز على فلسفة و اتجاهات المرشد بدلا من التقنيات. و هو يركز على العلاقة الإرشادية بدلا من ما يقوله أو يفعله المرشد.

1-15-العلاقة الإرشادية The Counseling Relationship: إن العلاقة التي يمنحها المرشد للعميل ليست علاقة فكرية، فالمرشد لا يستطيع ان يساعد العميل بمعرفته بان يفسر شخصية العميل وسلوكه وان نصنف له الأفعال التي يجب ان يتخذها كل هذا له قيمة بسيطة. ان العلاقة التي تساعد العميل والتي تمكنه من استكشاف نفسه وتساعد هذه العلاقة على النمو والتغير ليست هي العلاقة الفكرية. ويجب أن تكون لدى المرشد عدد من الخصائص المرغوب فيها.

2-15-التقبل Acceptance: يجب تقبل العميل كشخص وكما هو بصراعاته وتناقضاته ومحاسنه ومساوئه. إن هذا الاتجاه أكثر بكثير من مجرد التقبل الحيادي، فهو احترام ايجابي للعميل كشخص جدير بالتقدير ويتضمن أيضا دفاء وميل تجاه العميل كما يتم تقبل العميل بشكل غير مشروط حيث لا وجود للتقييم وإصدار الأحكام سواء كانت ايجابية أو سلبية.

3-15-الانسجام Congruence: إن المرشد المثالي يتميز بالانسجام في العلاقة الإرشادية، فهو موحد ومتكامل وثابت ولا يوجد أي تناقض بين ما هو عليه وما يقوله. فهو واعي ويتقبل مشاعره الخاصة بشكل إرادي ويعبر عن مشاعره واتجاهاته في الوقت المناسب سواء كان ذلك لفظيا أو سلوكيا فهو واقعي وحقيقي وهو لا يقوم بلعب أدوار.

4-15-التفهم Understanding: ويعني التفهم أن يختبر المرشد فهم متعاطف دقيق لعالم العميل كما يراه من الداخل وان يشعر بعالم العميل الخاص كما لو كان عالمه ولكن دون ان يفقد خاصيته "as if" ويبدو أن التعاطف أساسي للعلاج حيث يمكن العميل من أن يستكشف ذاته بحرية وبعمق ثم يطور معرفة أفضل لنفسه. ولا يتضمن هذا الفهم التشخيص أو التقييم وبالطبع فان التفهم الكامل غير ممكن تحقيقه وهو أيضا أمر غير ضروري.

5-15-إيصال هذه الخصائص Communicating These Characteristics: لا توجد أي فائدة أو قيمة إذا كان المرشد متقبل ومنسجم ومتفهم ولا يتم إدراك العميل للمرشد على هذا النحو. حيث انه من المهم ان يتم إيصال التقبل والانسجام والتفهم إلى العميل. فالمرشد الذي لديه هذه الاتجاهات أو الخصائص سيعبر عنها طبيعيا وبتلقائية وذلك بطرق عديدة بشكل لفظي أو غير لفظي.

6-15-نتائج العلاقة The Resulting Relationship: إذا كان لدى المرشد هذه الخصائص والاتجاهات على الأقل بدرجة بسيطة وإذا تم إيصالها للعميل فإنه سيحدث تطور للعلاقة التي يختبرها العميل على أنها أمنة ومطمئنة وبعيدة أو خالية من التهديد وداعمة. ويدرك المرشد على انه مستقل وأهل للثقة يتميز بالاتساق. هذه هي العلاقة التي يمكن أن يحدث خلالها التغيير. يقول روجرز " عندما أحمل في نفسي هذه الاتجاهات التي وصفتها وعندما يشعر بها العميل ويدركها بدرجة معينة فإنني اعتقد أن التغير والتطور الشخصي البناء سيحدث وبنبات". (Patterson, 1980, P498)