مفهوم الذات – مقاربة نفسية –

الأستاذة / بن صغير كريمة
طالبة دكتوراه علوم في علم النفس
بجامعة سكيكدة
أستاذة مساعدة قسم – أ- بجامعة قالمة
تحت إشراف : أ.د. بومدين سليمان

الملخَّـص:

يعتبر مفهوم الذات النواة الرئيسية التي تقوم عليها الشخصية، حيث يتكوّن هذا المفهوم من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمنظمة والتي تشمل المعارف والمدركات والتصورات التي تحدد خصائص هذه الذات، حيث تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو، كما تظهر من خلال سلوك الفرد في تفاعله مع الآخرين. ويشتمل مفهوم الذات على عدة جوانب جسمية ونفسية واجتماعية، وهو مفهوم ثابت الى حد ما يمكن تعديله، كما انه متعلم من خلال الخبرات اليومية التي يعيشها الفرد حيث يتضمن وجهة نظر الشخص حول نفسه سواء كان سالبا أو موجبا.

الكلمات المفتاحية: الذات، مفهوم الذات، الشخصية.

Résumé :

Le concept de soi est considéré comme le noyau principal et basique de la personnalité ; Cette notion se compose d'idées organisées de soi, contenant des connaissances, des perceptions et des représentations qui déterminent ses caractéristiques, qui fait impact sur la description de la représentation de soi chez l'individu, et qui peut apparaître à partir de ses réactions comportementales avec autrui.

Ainsi, le concept de soi contient le coté corporel, psychique et social, c'est une notion stable plus ou moins ajustable, et qui s'apprend à partir des expériences vécues et du regard personnel, positif ou négatif, de l'individu sur soi.

Mots clés : le soi, concept de soi, personnalité.

□

Abstract:

Self-concept is regarded as the main and the basic nucleus of personality ; This concept consists of personal and organized ideas ; which contain the knowledge, perceptions and representations that determine its characteristics, which affect the description of self-representation in the individual, and which may appear through his behavior and interactions with others.

Thus, self-concept contains the physical , Psychological and social side, and it is a stable concept more or less adjustable, and can be learned from the daily experiences ,that the individual lives point of view either positive or negative, of the individual over himself.

Keywords: self , self-concept , personality.

مقدمـــة:

لعل من أصعب الأمور هو تحديد هوية الإنسان وفهم الذات البشرية، حيث أثيرت هذه المسألة منذ بداية الكون من طرف الفلاسفة والمفكرين ومن بينهم سقراط عندما قال "اعرف نفسك بنفسك أيها الإنسان" فمفهوم الذات من المفاهيم القديمة، قدم الحضارات الإنسانية، اهتم به رجال الدين والفلاسفة والمفكرون بأسماء مختلفة كالنفس والروح والذات والأنا، و لكنه أخذ وصفه الصحيح في مجال علم النفس المعاصر لأول مرة على يد وليام جيمس (1890).

وقد عرف مفهوم الذات اهتمام العديد من الباحثين في مجال علم النفس للتعرف على مختلف أبعاده ومستوياته ووظائفه وأثره في سلوك الفرد ومن أبرز هؤلاء العلماء ألبورت Allport، أدلر Adler وكولي Kooley ، وبرس parice، و ميد Mead ، ديوي Dewey ... وغيرهم، إلا أن أكثرهم اهتماما بمفهوم الذات كان العالم كارل روجرز (1942) Rogers

صاحب نظرية الذات أو النظرية المتمركزة حول المسترشد، حيث كان روجرز يركز على مفهوم الذات واعتبره الأساس في تحديد سلوك الفرد.[1]

وتعتبر مفاهيم الذات معقدة متغيرة وتلعب دورها الفعال في كيفية وأصول استجابة الفرد للمواقف الكثيرة المختلفة، لا بل وكيفية التعامل معها، وهي تشمل صورة الفرد الجسمية من حيث القـــــوة والضعف والجاذبية وعدمها.[2]

وبهذا فالذات هو المفهوم الأكثر أهمية في نظرية روجرز في الشخصية، وفي الواقع فإن التعرف على مفهوم الذات لدى روجرز يعد أمرا مهما لتقييم السلوك الإنساني ولذلك تسمى نظرية روجرز "بنظرية الذات" فالفرد يدرك الناس والمواقف بالطريقة التي يرى بها نفسه وعندما يتغير مفهوم الذات فإن تغييرا سوف يحدث في طريقته لإدراك الآخرين، وعندما يتشوّه مفهوم الفرد عن ذاته فإن مفهوم الذات لديه يكون غير متماثل مع خبراته وعليه فإن سلوكه سينعكس تناقضا بين خبراته الذاتية المدركة وغير المدركة.[3]

وقد أشار كارل روجرز إلى خصائص مفهوم الذات في عدة نقاط والتي تتمثل فيما يلـــي:

1- أنها تنمو من تفاعل الكائن مع البيئة.

2- قد تمتص قيم الآخرين وتدركها بطريقة مشوهة.

3- تنزع الذات إلى الاتساق.

4- يسلك الكائن بأساليب تتسق مع الذات.

5- قد تتغير الذات نتيجة للنضج والتعلم.[4]

لقد تبنى "روجرز" المدخل العضوي والذي يرى فيه الإنسان ككائن كلي لا يمكن أن تفصل جوانبه الروحية والسيكولوجية والجسمية إلا بوسائل اصطناعية[5]، مثل (مواقف الدراسة العلمية).

وباختصار فإن الشخص هو الذي يحتل المكان الأول، ولهذا فإن نظرية العلاج لدى روجرز تسمى الآن المدخل المتمركز حول الشخص person centred approch، وقد كان سابقا تسمى المدخل المتمركز حول العميل client centred approch، والفرض المركزي في التوجه المتمركز حول الشخص هو أن الأفراد لديهم داخل أنفسهم مصادر متباينة لفهم الذات، ولتغيير مفاهيمهم عن ذواتهم واتجاهاتهم الأساسية.(6)

اختلف" روجرز" مع فرويد عندما افترض الارتقاء الطبيعي للكائنات الإنسانية يكون نحو الإشباع البنائي لإمكاناتهم الموروثة، وقد وجد روجرس من المناسب أن يضعها ويعبر عنها على هذا النحو:

" أنني أميل إلى الاعتقاد في أنه لكي تكون كائنا إنسانيا مكتملا، عليك أن تدخل في العملية المعقدة لتكون واحدا من أكثر المخلوقات حساسية واستجابة وإبداعا وتكيفا، على هذا الكوكب، لذا فعندما يخبرني عالم فرويدي مثل كارل مننجر... أنه يدرك الإنسان كشرير بالفطرة أو بأكثر دقة " مدمر بالفطرة " فإنني لا أملك إلا أن أهز رأسي عجبا".(7)

ومما سبق ذكره يتبين لنا أنه نظرا للأهمية التي تتمتع بها معرفة الذات فقد اهتم بها العديد من العلماء بالبحث والدراسة؛ حيث يجمع الكل بأن الذات تشكل جوهر الشخصية ورغم اختلافهم في دراسة هذا المفهوم فهذا لم يؤثر على قيمة وأهمية دراسة هذه الذات والتعرف عليها.

1- تعريف مفهوم الذات:

لقد تناول العديد من العلماء تعريف مفهوم الذات وقدموا العديد من الآراء والنظريات، حيث أجمعوا على أن مفهوم الذات هو النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة مركزية ديناميكية وأنها المعنى المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسميا، وعقليا واجتماعيا في ضوء علاقتنا بالآخرين.

يرى روجرس أن مفهوم الذات عبارة عن تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتقييمات الخاصة بالذات فهو ذلك الكل التصوري المنظم والمتناسب، المكون من إدراكات الشخص لخصائص ذاته وعلاقته مع الآخرين والمظاهر المختلفة للحياة مع القيم المرتبطة بهذه الإدراكات فهو المسؤول الأوحد عن القلق عند الشخص.[8]

كما يرى روجرس Rogers عام 1951 أنه على الرغم من أن مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير، إلا أنه يمكن تعديله وتغييره تحت ظروف العلاج النفسي المتمركز حول العميل الذي يؤمن بأن أحسن طريقة لإحداث التغيير في السلوك هي أن يحدث التغيير في مفهوم الذات.[9]

كما أشار إلى أن مفهوم الذات هو الذي يحدد السلوك كله، وأن معظم السلوك ينتظم حول الجهود التي تبذل لحفظ الذات وتعزيزها ".[10]

وبهذا فإن مفهوم الذات يلعب دورا محوريا في تشكيل سلوك الفرد وإبراز سماته الخاصة.

إن الكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته تؤثر في الطريقة التي يسلكها في الحياة الاجتماعية كما أن سلوكه يؤثر في الكيفية التي يدرك بها ذاته.[11]

وتذهب نعيمة الشماع إلى اعتبار مفهوم الذات بعدا من أبعاد الشخصية التي يختلف الناس فيه مثلما يختلفون في أي بعد آخر، حيث يعتبر بعض العلماء أن هذا البعد (مفهوم الذات) هو العامل الأساسي المتفرد في التأثير على السلوك.[12]

يرى "رويال Ruel" أن لمفهوم الذات طبيعة معرفية cognitive[13]، فمفهوم الذات يعبر عن مجموع الأفكار والمشاعر، كما يمثل مجموعة معقدة من الإدراكات والمعارف والتصورات التي يبينها الفرد حول ذاته والتي تؤثر مباشرة على أفعاله وتصرفاته ويظهر ذلك من خلال تفاعله مع الآخرين[14]،

إذا فمفهوم الذات يعبر عن مجموع الأفكار والمشاعر والمعتقدات المتكونة لدى الفرد عن ذاته والتي تشمل مجموع خصائصه الجسمية والعقلية والشخصية والاجتماعية والانفعالية، كما يعبر عن معتقداته وقيمه وقناعاته وطموحاته السابقة والتي شكلها وبلورها من خلال الأفراد المحيطين به، ويعد مفهوم الذات جوهر الشخصية، حيث يعمل كقوة موجهة للسلوك فمن خلال مفهوم الذات يستطيع الفرد أن يكتشف مواهبه ويطور قدراته الشخصية وينظم سلوكاته ويمارس مهارته في أقصى إمكانياته .[15]

أما حامد زهران فيعرف مفهوم الذات على أنه عبارة عن تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته المنسقة والمحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تظهر إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو "الذات المدركة"، والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يتصورونها والتي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين" الذات الاجتماعية" والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخصية الذي يود أن يكون وتمثل "الذات المثالية"، ويساهم مفهوم الذات في بلورة الخبرة التي يكتسبها الفرد من المجتمع في تنظيم وتحديد السلوك.[16]

يعرف روني لوكيير R.l'ecuyer مفهوم الذات بأنه عبارة عن مجموعة من التنظيمات لخصائص الشخصية التي يعتمد عليها الفرد في وصف ذاته حيث تتشكل هذه التنظيمات من خلال إدراك الفرد لصورة ذاته كما يراها هو مما يؤدي إلى شعوره الشديد بالوحدة والانسجام والثبات وتسمح للفرد بالتعرف

على نفسه في كل الأوقات مقارنة لنفسه بالآخرين ومفهوم الذات نمائي يتكوّن عبر مراحل النمو التي يمر بها الفرد. (17)

يـرى ألبورت أن الذات تدل علـى الوظائف الجوهرية في مجـال الشخصية.(18)

فهو يرى أن مفهوم الذات جوهري وأساسي في دراسة الشخصية، ومفهوم الذات عند ألبورت هو أنا، والأنا يوجد بداخلها عملية دينامية ذات قوة إيجابية كبيرة، فالأنا والذات هي القوة الموحدة لجميع عادات وسمات واتجاهات ونزعات الهو .(19)

يعتبر ألبورت أن الذات هي لب الشخصية بل هي كيان الفرد ووجوده، وفكرة الذات تنمو وتتطور وتمر بمراحل متعددة في نموها وتطورها، وتعتبر نظرية ألبورت من النظريات التي تتصل بصميم النمو النفسي للفرد وفي نمو ذاته ابتداء من الطفولة المبكرة حتى المراهقة.(20)

وقد حدد ألبورت ثمانية مراحل يمر بها نمو الذات منذ الطفولة المبكرة حتى المراهقة ويمكن تحديدها كما يلـي:

جدول يوضح مراحل نمو الذات عند ألبورت G.w .Allport(21)

1- الإحساس بالذات الجسمية . **2- هوية الذات واستمرارها.** **3- تقدير الذات.**	**مرحلة الطفولة المبكرة.**
4- امتداد الذات واتساعها. **5- صورة الذات.**	**مرحلة ما قبل المدرسة 4-6 سنوات**
6- الذات المنطقية العاقلة.	**مرحلة الطفولة المتأخرة 6-12.**
7- الجوهر المميز. **8- الذات العارفة.**	**مرحلة المراهقة**

ويظهر من خلال هذا الجدول أن هناك مجموعة من المظاهر المميزة لنمو فكرة الذات في كل مرحلة من مراحل نمو الذات فمن أهم المظاهر المميزة لنمو فكرة الذات في السنوات الأولى من حياة الطفل عند ألبورت نذكـــر:

1- المظهر الأول: الإحساس بالذات الجسمية.

2- المظهر الثاني: هوية الذات واستمرارها.

3- المظهر الثالث: تقدير الذات.

أما فـــي مرحلة ما قبل المدرســـة فإن هذه المرحلة تتميز بمظهرين جديديـــن همـــا:

1- امتداد الذات.

2- صورة الذات.

وفي مرحلة الطفولة المتأخرة تمثل فترة بداية الإحساس بالذات، الإحساس بمظهر جديد من مظاهر نمو الذات والمتمثلة في " الذات المنطقية العاقلة" ووظيفة الذات هنا كوظيفة "الأنا" عند فرويد، التي تحاول أن تجد حلا ومخرجا للمشكلات التي تخلقها النزاعات الغريزية والنزاعات المكبوتة " الهو" ثم الواقع أو البيئة الخارجية، ثم الأوامر والنواهي التي تصدر عن الوالدين في المجتمع "الأنا الأعلى" وبعد مرحلة الطفولة المتأخرة تأتي مرحلة المراهقة والتي تتميز بظهور المظهر السابع في تكوين الذات والذي يسميه ألبورت "جوهر الذات " والتي تتسم بقدرة المراهق على المعرفة والتي تساعده في رسم وتحديد أهدافه، ولقد أطلق ألبورت على مختلف المراحل السابقة (الإحساس بالذات الجسمية، هوية الذات واستمرارها، تقدير الذات، امتداد الذات واتساعها، صورة الذات، جوهر الذات" اسم" الذات الممتدة المتميزة " التي تضم مختلف هذه المظاهر المتعددة للذات، وفي الأخير تحدث

ألبورت عن الذات العارفة والتي يمكن إضافتها إلى كل الوظائف الأخرى للذات الممتدة المتميزة.

من الواضح من خلال هذه المراحل الثمانية التي يمر بها نمو الذات منذ الطفولة المبكرة حتى المراهقة عند ألبورت أن هناك أوجه تشابه بينها وبين مراحل النمو النفسي عند أريكسون وإن كانت الأسس النظرية التي يستند إليها كل منها مختلفة إلى حد ما.

وباستعراض مختلف الأفكار السابقة التي تناولها العلماء والباحثين حول مفهوم الذات يمكن القول بأن مفهوم الذات هي مختلف الصفات الإيجابية والسلبية التي يعتقد الفرد أنه يتصف بموجبها حيث تتشكل هذه الصفات من خلال عملية التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به.

كما اجمع اغلب الباحثين على أن مفهوم الذات يعبر عن مجموع الأفكار والمشاعر والمعتقدات المتكونة لدى الفرد عن ذاته، والتي تشمل مجموع خصائصه الجسمية والعقلية والشخصية والاجتماعية والانفعالية، كما يعبر عن معتقداته وقيمه وقناعاته، وطموحاته السابقة التي شكلها وبلورها من خلال الافراد المحيطين به.

2- أنــواع مفهوم الذات:

2-1: مفهوم الذات الإيجابـــي:

يعبر هذا المفهوم عن الصحة النفسية والتوافق النفسي، وتقبل الذات ويرتبط ارتباطا جوهريا بتقبل الآخرين، حيث أن تقبل الذات وفهمها يعد بعدا رئيسيا في عملية التوافق الشخصي.[22]

2-2: المفهوم السلبي للذات:

وهو الأسلوب الذي يتضح لدى الفرد من أسلوب حديثه وتصرفاته الخاصة وتعاملاته، أو من تعبيره عن مشاعره اتجاه نفسه، وتجاه الآخرين مما يجعلنا نصفه بعدم الذكاء الاجتماعي والخروج عن اللياقة وعدم تقدير الذات.[23]

3- أبعـــاد مفهوم الـــذات:

إن تكوين الفرد مفهوم لذاته يزداد بزيادة السن والذكاء والتعليم والمستوى الاجتماعي والاقتصادي فالمولود الجديد لا يستطيع تكوين مفهوم عن ذاته إلا بعد نمو قدراته حيث يبدأ تدريجيا بتكوين مفهوم مقبول اجتماعيا عن ذاته ويبقى هذا المفهوم سائدا في مرحلة المراهقة، إلا أنه ومع تزايد النضج يبدأ الفرد بتكوين مفهوما متمايزا وواقعيا عن ذاته فيدرك ما يميزه عن غيره ويتقبل ذاته كما هي وبناء على هذا فإن مفهوم الذات يأخذ 4 أبعاد والتي تتمثل فيما يلـــي:

3-1: الذات الواقعيـــة:

وتمثل إدراك الفرد لقدراته ومكانته وأدواره في العالم الخارجي، أي أنها مفهوم الفرد لنوع الشخص الذي يعتقد أنه عليه، فقد تكون لديه صورة عن ذاته كشخص له كيان ذو قدرة على التعلم وذو قدرة جسمية، أي أنه شخص كفئ قادر على النجاح، بخلاف ذلك قد تكون لديه صورة سلبية عن عجزه وفشله أو أنه قليل الأهمية، ضعيف القدرات وأن فرص النجاح أمامه ضئيلة.
إن مفهوم الذات يتأثر بعوامل عدة منها حالته الجسمية، ومظهره الشخصي، وقدراته ومكانته وقيمة أدواره والمعتقدات التي يعتنقها ومستويات طموحه.

3-2: الــذات الاجتماعيــة:

وتشير إلى فكرة الفرد عن نفسه كما يعتقد أن الآخرين يرونها وهذا المفهوم قد لا يتفق وإدراك الآخرين المعلن له، إلا أنه يؤثر تأثيرا قويا على السلوك، فإذا تكوّن لدى الفرد انطباعا بأن الآخرين يعتقدون بأنه غير مقبول اجتماعيا فيتكوّن لديه اتجاها سلبيا نحو ذاته، أي أن إدراك الفرد لذاته يتأثر بانطباعه للطريقة التي يشعر أن الآخرين ينظرون بها نحوه، ومن هنا نجد أن الطريقة التي ينظر بها الناس للفرد أبلغ الأثر في نظر الفرد إلى نفسه، لأن صورة كل فردعن ذاته تتكون من خلال نظرة الآخرين له.

3-3: الــذات المثاليــة:

وتمثل نظرة الفرد إلى نفسه كما يجب أن تكون وهذه النظرة قد تكون واقعية أو قد تكون منخفضة أو قد تكون مرتفعة طبقا لمستويات الطموح عند الأفراد ومدى علاقة ذلك بقدراتهم والفرص المتاحة لهم لتحقيق الذات، إن كان الفرد يتخيل نفسه في أعماق ذاته فتكون له مثله العليا واتجاهاته وقيمه وتوقعاته وأهدافه ومستويات طموحه التي يرغب في تحقيقها، إن الذات المثالية عندما تبنى على تقدير واقعي لقدرات الشخص الحقيقية ونواحي قصوره فإنها تستخدم كمرشد لتوجيه سلوك الفرد من هنا نجد أنه كلما قل الاختلاف بين الذات الواقعية والذات المثالية ازداد نضج الفرد، وأصبح من المحتمل لهذه الصورة المثالية أن تتحقق وحينئذ يمكن القول بأنه متقبل لذاته كإنسان، ولديه الثقة بنفسه وبقدراته كما تتكون لديه الشجاعة على مواجهة إمكانياته والعيش في نطاقها والنظر إلى مستقبله وأهدافه نظرة واقعية.[24]

3-4: الـــذات الجسميـــة:

تؤدي صورة الجسد التي تتضمن الذات الجسمية دورا رئيسيا في النمو السيكولوجي للفرد، وفي هذا الصدد قدم شيلدر schilder نظرية عن صورة الجسد فقال إن صورة الجسد هي تصوير مكثف لاختبارات الأفراد لأجسادهم في الحاضر والماضي وفي أعمال الخيال وهي تحتوي صورة الجسد من الجانب الواعي والجانب اللاواعي من الذات.

إن الصورة الفعلية الذاتية المترسخة في عقولنا عن أنفسنا قد تشبه أو لا تشبه الصورة الحقيقية لبيئة أجسادنا، وإذا كان البناء الإدراكي المعرفي للذات يتعارض مع الإحساس الجسدي للذات، فإن عملية تكامل الذات هو شأن يتعلق بالتطور الطبيعـــي وإن لم يحدث ذلك ينتج عنه عدم توافق يتخذ أشكـــالا عديدة كاضطراب الأعصـــاب والاضطراب العقلـــي ومشاكل سلوكيـــة أخرى.[25]

4- المداخل النظرية لمفهوم الذات:

حضي مفهوم الذات على اهتمام واسع من قبل الفلاسفة وعلماء النفس وقد شكل فهم الذات للإنسان شيئا هاما، باعتبارها هي كل الشخصية وقوامها، تدرك وتفكر وتنفعل، وتدخل الخبرات، الأمر الذي دفع الإنسان للبحث والدراسة لإدراك وفهم مكوناتها ومكنوناتها، لذلك نجد العديد من النظريات قد اهتمت بدراسة الذات كمفتاح لفهم الشخصية ككل حيث أن أي نظرية تبحث عن الشخصية لا تغفل الذات كمكون أساسي لها، ولكن على الرغم من وجود العديد من هذه النظريات، فإن كل واحدة منها يكون لها تأثيرها الخاص حيث تسهم بعنصر قيم يزيدنا في فهم والتعرف على مختلف الجوانب والأبعاد المرتبطة بهذه الذات الإنسانية وسنكتفي في هذا البحث بالتعرض إلى

المدخل الإنساني والمدخل الفرويدي وأهم الأسس النظرية التي اعتمدا عليها في تفسيرهما لمفهوم الذات :

4-1: المدخل الفرويـــدي:

ترتكز نظرية فرويد الكلاسيكية على رغبات الأشخاص في السعي وراء المتعة (اللذة) وتجنب الألم، فبالنسبة للمتعة فإن التركيز يكون على المتعة الجسدية (المتعة الليبيدية الغريزية)، أما بالنسبة للألم فإن التركيز يكون على تجنب العقاب والقلق الذي يأتي من الرغبة في المتعة والسعي وراءها، لذلك فإن بمقدور الأشخاص مضاعفة متعتهم والتقليل من ألامهم عن طريق استيعاب تعليمات المجتمع بما يمكن عمله وما لا يمكن، والأفراد كذلك يطورون تشكيلة من وسائل الدفاع التي تساعدهم على حبس قلقهم وتحويل اندفاعاتهم إلى نشاطات مقبولة اجتماعيا.

إن نظرية فرويد تقر بأنه لا توجد قوة دافعة متأصلة للنمو وأن كل تطور بما فيه العقل يحدث لخدمة المتعة والألم، ولكننا نعرف بأن الرغبة في الاكتشاف والتعلم تشكل قوة رئيسية في البشر منذ الولادة .[26]

حسب نظرية فرويد لا يملك الفرد أهداف ترتبط بشكل خاص بالذات وتأسيس الذات أو اتساعها بل ترتبط بمدى إرضاء المجتمع، وجعل هذه الذات مقبولة اجتماعيا، مثال ذلك أن الأطفال يسعون للتفكير بأنفسهم بأنهم أكفاء، وجيدون ولهم قيمة ويسعون كذلك إلى أن ينظر إليهم الآخرون بطرق معينة، كذلك أن تحقيق الذات لدى الأفراد حسب نظرية فرويد تأتي من خلال الوسائل الدفاعية، أي أن كل ما يريده الناس حقيقة هو إشباع رغباتهم الأساسية خاصة منها الرغبات الجنسية، إلا أن المجتمع والوسائل الدفاعية لدى الناس لن تسمح بذلك، وعليه فإن الوسائل الدفاعية تقدم لهم حلولا أوسط بالسماح

لهم بتحويل هذه الغرائز القوية بطرق أخرى، فالخبرات العلمية التي يكتسبها الأفراد وأعمال الفن العظيمة، هي ببساطة تمثل حلولا وسطا، وطرق مقبولة اجتماعيا لتحويل الطاقة الغريزية، فتحقيق الذات وتكوين تصور إيجابي حولها ليس هدفا في حد ذاته حسب نظرية فرويد بل هو وسيلة لتحقيق غاية والمتمثلة في إرضاء القوانين التي يفرضها المجتمع.(27)

إن أصحاب النظرية الفرويدية يبنون أفكارهم من خلال البحث في العمليات العقلية والعاطفية التي نشأت منذ الطفولة وأثرها على السلوك وتشكل "الأنا " المنظم الفعال لشخصية الفرد وهي التي تشعره بهويته التي تأخذ مظاهر ثلاثة (العقلية، الروحية، الاجتماعية)، ويشير أصحاب هذه النظرية أنه كلما تفاعل شخصان فإن هناك ست أشخاص حاضريـــن:

- الشخصية الحقيقية لكل منها.
- الشخصية التي يراها كل منهما.
- الشخصية التي يراها كل منهما عن نفسه. (28)

فالمدرسة التحليلية ترى أن الذات ظاهرة دافعية تشكل التسلية والحاجة أساسيتين لهما، وبالنسبة للتفاعل المتبادل فإن " الذات " تعتبر نتاجا للتعامل والتفاعل المتبادل بين الأفراد.(29)

أما **كارين هورني Karen Horney (1885-1956)** فقد تحدثت عن مفهوم الذات الدينامي، وهي تعتقد أن الشخص يناضل في الحياة من أجل تحقيق ذاته، وتحدثت عن مفهوم الذات المثالية كمفهوم رئيسي وعامل هام في التوافق النفسي أو الاضطراب النفسي تسعى إلى تحقيق الاكتفاء الذاتي والاستقلال، وإذا كانت الذات المثالية غير واقعية لا يمكن تحقيقها يؤدي إلى صراعات داخلية أما الذات الواقعية فتشير إلى مجموع خبرات وقدرات الفرد وحاجات وأنماط سلوكه وتعرف الذات الحقيقة على أنها القوة الداخلية

المركزية التي تميز الفرد وهي مصدر النمو للطاقة والميول والقدرات والمشاعر وترى هورني أن العصاب ينشأ عندما يبتعد الشخص عن ذاته الحقيقية ويسعى وراء صورة مثالية غير واقعية.(30)

وبالنسبة لهورني فإن" الذات " هي جوهر الإنسان وإمكاناته، وبهذا فقد اعتمدت هورني في تفسيرها للعصاب على أساس صور الذات، حيث ترى هورني أنه إذا كنت متمتعا بالصحة سوف يكون لك تصور عن حقيقتك وتعرف من أنت وتكون حينئذ حرا لتحقيق إمكاناتك أي تحقيق ذاتك، أما العصابي فله وجهات نظر مختلفة نحو الأشياء فالذات العصابية منقسمة إلى ذات محتقرة أو مزدرية" وأخرى " ذات مثالية". إن الفرد يحاول أن يبني ذاتا مثالية، أي يضع لنفسه مُثُلا معينة إنها ذات مثالية من الواجبات والالتزامات ويحاول أن يعيش مرتفعا لمستواها.

بينما العصابي يتأرجح ذهابا وإيابا بين كراهية الذات (احتقار الذات) من جهة والتظاهر بالكمال من جهة أخرى. ونلاحظ أن " الذات المثالية ليست هدفا إيجابيا وهي غير واقعية، وفي النهاية هي مستحيلة التحقيق. (31)

وصفت هورني امتداد بين الذات المثالية والذات المزدرية بأنها "استبداد أو طغيان الواجبات والالتزامات"، والنضال العصبي من أجل الشهرة والمجد وبعبارة أخرى أنه امتداد بين " التظاهر بالكمال " و " كراهية الذات " أو " احتقار الذات" وبينما يتذبذب بين الذات المثالية والذات المزدرية (هاتين الذاتين المستحيلتين") يغترب العصابي مبتعدا عن جوهره الحقيقي ويمنع من تحقيق ذاته وإمكانياته. (32)

ويشير **سوليفان Sullivan** إلى أهمية العلاقات الاجتماعية، واعتقد أن كلا من السلوك المقبول أو المنحرف يتشكل نتيجة التفاعلات بين الوالدين خلال عملية التنشئة الاجتماعية في الطفولة وقد أكد على أهمية دور الآخرين في

نمو فكرة الذات، وبذلك فإن مفهوم الذات في نظره ليس انبثاق إمكانيات متولدة أو ناشئة، بقدر ما هو عملية تشكيل خارجي نتيجة الخبرات التي تعرض لها.(33)

ويرى **أدلرAdler** أن البيئة والوراثة هما العنصران الأساسيان للشخصية، والسيناريوهات التي يعيشها الفرد في حياته تحدد كيف يتكون مفهوم الذات لديه.(34)

تحدث أدلر عن مفهوم الذات ومفهوم الآخرين وأشار بصفة خاصة إلى الذات المبتكرة creatif self، والتي تشكل العنصر النشط في حياة الإنسان وتبحث عن الخبرات التي تنتهي بأسلوب حياة الشخص، و إذا لم تتوفر هذه الخبرات في حياة الفرد الواقعية فإن الذات المبتكرة تحاول ابتكارها. (35)

4-2 : المدخل الإنسانـــي:

تعتبر نظرية الذات عند روجرز نظرية ظاهراتية، ويركز مفهوم " روجرز" على ما يسميه " المجال الظاهري" ولب هذا المجال هو " مفهوم الذات "، وهذا المفهوم للذات هو الذي يحدد سلوك الفرد، ويعتبر " روجرز" أن ما سماها سابقا بالذات الظاهرية للفرد إنما هي بالنسبة للفرد الحقيقة بعينها، ويعطي مثالا يوضح فيه ما يريد فيقول:" إن الشخص العادي لا يستجيب للبيئة الموضوعية، وإنما يستجيب لكيفية إدراكه لها بصرف النظر عما تكون عليه تلك الإدراكات من تحريفات ذاتية ".(36)

لذلك تعتبر مفاهيم الذات معقدة ومتغيرة وتلعب دورها الفعال في كيفية وأصول استجابة الفرد للمواقف الكثيرة المختلفة لا بل وكيفية التعامل معها وهي تشمل صورة الفرد الجسمية من حيث القوة والضعف والجاذبية وعدمها، مثلا النظر إلى الشخصية كونها محبوبة أو غير محبوبة، مرغوبة

أو غير مرغوبة، والتي تقوم جزئيا على التقديرات التي يعكسها الآخرون الذين يتصل بهم الفرد ويرى روجرز أن معظم السلوك ينتظم حول الجهود التي تبذل لحفظ الذات الظاهرية وتعزيزها.

ويعرف روجرز نظام الذات لشخص ما بالاستماع إلى تقريره اللفظي الاستبطاني عن نفسه، وعن تصوراته لنفسه وللعالم.(37)

تعتبر الذات المفهوم المركزي في نظرية روجرس، وكان اهتمام روجرس بالذات من إلهام العملاء وتعليقاتهم وأثناء جلسات العلاج: "أتعجب من أنا، لا أريد أي شخص أن يعرف حقيقتي، أنه لشعور جيد أن أدع نفسي على سجيتها و أن أكون نفسي فقط " (38)

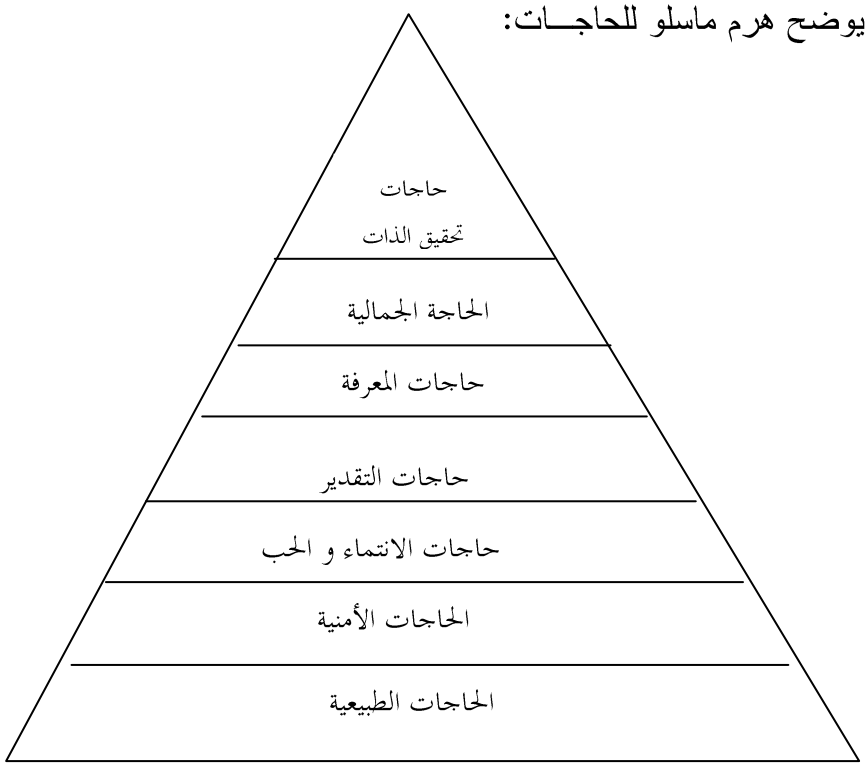
وبالنسبة لروجرز تعتبر خبرة الشخص عن الذات هي الجانب الأساسي في الحياة، إنها تشكل وتحدد السلوك والمعرفة والمشاعر.(39)

وقد عرف روجرز الذات باعتبارها الكل المفاهيمي المنظم والمنسق الذي يتكون من إدراكات خصائص الأنا (الفاعل) أو الأنا المفعول به، والقيم المتعلقة بهذه الإدراكات، وعلاقات الأنا الفاعل أو الأنا المفعول به والجوانب المتعلقة بالحياة، إن تأكيد هذا المدخل واضح الأصول الإدراكية للذات بمعنى أن الشخص هو مجموعة الإدراكات التي يعتبرها المدرك هدفه، وأكثر من ذلك فإن إدراكات الفرد لذاته تتكافأ وظيفيا مع مفهوم الذات، وهي تتضمن كل تقييمات الناس لوظائفهم العضوية وللعلاقات الإنسانية والتي يستخدمونها لـــــترتيب أو تفسير خبراتهم.

لقد كانت لنظرية روجرز الفينومينولوجية تأثيرات كبيرة على فهم الشخصية، حيث سمح للإنسان أن يتكلم عن ذاته حول طبيعة خبراته الشخصية، لقد وجه روجرز المهنيين العاملين في الحقل النفسي إلى الآراء المثيرة المتعلقة لما يجب أن يكون عليه الشخص، حتى يفهموا من عساه أن يكون الشخص في

الحقيقة، وقد حاول روجرز أيضا إثراء فهمنا للناس بتأكيد الثقة فيهم، وبتوفير الظروف السيكولوجية المدعمة بشكل كاف يمكن للأفراد أن يثقوا في تفعيل مصادرهم البيولوجية وأن يتحركوا في الاتجاهات التي تحقق أقصى منفعة لهم وللناس الآخرين، وهذا الافتراض الأساسي نتيجة لإيمان روجرز أن كل الكائنات الحية لديها قدرات طبيعية موروثة للنمو و الفهم والتغير والاتجاه الهادف والاستخدام المسؤول للحرية الشخصية.

وبالمقابل اهتم ماسلو Maslow بعملية تحقيق الذات وهي العملية التي يهدف الفرد فيها إلى أن يكون ما يريد وما يطمح إليه، ورأى أن الحاجات الإنسانية مرتبة بشكل هرمي وهذه الحاجات تدفعه لتطوير نفسه وتحقيق ذاته والشكل التالي يوضح هرم ماسلو للحاجـــات:



شكل يوضح هرم ماسلو للحاجات. (40)

وتعتبر إسهامات ماسلو كثيرة ومتنوعة وفي كل الاتجاهات والتأكيد هنا على اعتقادية بأن القيم والحاجات عند الإنسان ملازمة له، وأن بني البشر قادرين على توجيه ذواتهم ولديهم انتقادات ذكية، كما يرى ماسلو أن الحاجات جزء من التكوين الإنساني مثل التفكير الرمزي، وقد أكد علـــى:

1- وجود الحاجات والقيم الإنسانية والعالمية.

2- الأصول البيولوجية لهذه الحاجات والقيم. (41)

حيث يتفق ماسلو مع روجرس أن الكائنات الحية تستحق الكثير من الجدارة والاستحقاق وأنها أكثر حماية توجيها لذاتها وأكثر تحكما في نفسها مما يظن فيها عادة، كما يعتقد بقوة في عملية القيم العضوية الولادية العالمية أو في الحكمة الجسمية، وقد لاحظ أيضا أن علماء النفس يزيدون من ثقتهم في " الحكمة الداخلية لأجسامنا" ويستطيع الأطفال الرضع أن يختاروا اختيارات جيدة بالنظر إلى الغذاء ووقت الفطام، ومقدار النوم، ووقت التدريب على عمليات الإخراج والحاجة إلى النشاط وهكذا...

إن وجهة النظر هذه تتعارض مع ما أشار إليه سكينر B.F.Skinner الذي أكد على التحكم الذي تمارسه البيئة على سلوك الرضيع.(42)

من خلال النظريات التي تم التعرض إليها ، يمكن أن نلاحظ أنها عبارة عن مجموعة من الافتراضات ارتكزت عليها كل نظرية، إن هذه النظريات المختلفة لها توجهات مختلفة فيما يتعلق بالزمن، فيعتقد البعض أن ما نفعله ونفكر فيه ونشعر به يعتمد على ما حدث لنا في الماضي بل وأحيانا الماضي البعيد، بينما يعتقد آخرون أن ما يحدث الآن في الحاضر هو كل ما نحتاج إلى معرفته حتى نفهم الناس، ثم إن هناك فئة ثالثة تعتقد أن محاولات الناس لتوقع المستقبل هي ما يحدد أفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم الحاضرة والمستقبلية، فمثلا نجد فرويد كان يرجع بشكل حصري للماضي، إضافة إلى

كل من أدلر وهورني و سوليفان و إريكسون الذين ساروا على خطى فرويد في التركيز على تأثيرات الماضي أما الحاضر فكان في بؤرة اهتمام أصحاب المذهب الإنساني.

5– أهميـــة مفهوم الـــذات:

يعتبر مفهوم الذات من أعمق وأهم المفاهيم الإنسانية والنفسية في حياة الإنسان والمجتمعات البشرية قاطبة، ولهذا فإن أي خلل يصيب هذا المفهوم أو أي نقص يعتريه من ناحية الفهم الشامل والمتكامل له أو في كيفية التعامل معه، قد يؤدي لتوجيهه نحو الاتجاه غير الصحيح، فيؤدي لمزيد من الانهيار الكلي أو الجزئي في قناعات الإنسان الشخصية بأشياء من حوله، والذي قد يقوده للرفض التام لذاته، وهي حالة نفسية ومرضية تحوي خطورة وسلبية لوجوده، إذ قد تجعله أقرب للجماد منه إلى الإنسان، مما يعني الشلل لجميع طاقته وفاعليته في الحياة، لذا يجب أن يحاول الإنسان بما أوتي من إرادة أن يفهم ذاته، و يعمل على تحقيق إيجابياتها.

وهذا ما لم يغفل عنه الإنسان عبر تاريخه الطويل حيث استغرق هذا الاهتمام القرون السابقة، فكان البحث الديني له في البدء، ثم تطور للمجال الفلسفي الذي ناقشه كموضوع افتراضي أطلق عليه النفس أو الروح، ثم تغيرت معانيه في علم النفس، وعرف كمفهوم نظري سيكولوجي منذ القرون الوسطى، وتحرك معه كتكوين متعلق به مصطلحات جديدة كالانا، والذات، ومفهوم الذات. وقد مثل هذا المفهوم كذلك جانبا مهما في الدراسات والبحوث النفسية والتربوية الحديثة، فتناوله العلماء مثل (كولي، أدلر، ألبورت، وليم جيمس ...) مما جعله يمثل اتجاها في علم النفس كما أصبح حجر الزاوية في الكثير من البحوث والدراسات العلمية .

إن مفهوم الذات كمفهوم شعوري يعيه الفرد، يشكل أهمية بارزة لهذا الفرد، حيث يضعه في بداية الطريق في فهم نفسه والتعرف على كيانه، وبالتالي فهم وإدراك الآخرين، سواء كان المجموع البشري من حوله أو البيئة المادية التي تحيط به، ويتفق الباحثون على أن وظيفة مفهوم الذات هي العمل على وحدة وتماسك واتساق الجوانب المختلفة للشخصية، وإكسابها طابعا متميزا كما يقوم مفهوم الذات بتنظيم عالم الخبرة المحيطة بالفرد في إطار متكامل ،ومن ثم يكون بمثابة الطاقة الدافعة لسلوك الفرد وأوجه نشاطاته المتعددة في الحياة.[43]

خاتمـــة:

يمكن أن نستخلص من كل ما سبق ذكره عن مفهوم الذات أن جهل الإنسان بنفسه يمثل خطورة كبيرة لأنه يسبب له الكثير من الارتباك، ويشوه تعامله مع الناس كما يحرمه من معرفة الفرص المتاحة له والأخطار التي تهدده، ولا يجوز أن يظن أن معرفة الإنسان بنفسه معرفة سهلة قريبة المتناول إنها معرفة بالغة التعقيد، وليس من المبالغة القول أن الطبيعة البشرية عبارة عن لغز كبير ينبغي حله.

إن الدراسات النفسية والاجتماعية والتربوية على غرارها وعلى الرغم من أنها حظيت بمئات الألوف من العقول الكبيرة التي تعمل فيها وتشتغل عليها، ما زالت عاجزة عن معرفة الطبقات العميقة للنفس البشرية إذا كلما ظن العلماء أنهم يتقدمون في معرفة النفس البشرية ظهرت لهم تساؤلات وعرضت لهم احتمالات لم تكن من قبل وشعروا أنهم يقفون على أرض صلبة.

قائمة المراجـــع :

1- توما جورج خوري، نظرة في أعماق الشخصية، ط1، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، بيروت ، لبنان، 2010، ص92.

2- المرجع نفسه، ص92.

3- نبيل سفيان، المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي ،الطبعة الأولى، إيتراك للنشر و لتوزيع، القاهرة ،2004، ص114.

4- سهير كامل أحمد، سيكولوجية الشخصية، مركز الاسكندرية للكتاب، الإسكندرية، ص554.

5- كفافي علاء الدين، الصحة النفسية، ط3، هجر للطباعة والنشر، القاهرة، 1990، ص 263.

6- المرجع نفسه، 1990، ص364.

7- المرجع نفسه.

8- بطرس حافظ بطرس، التكيف والصحة النفسية للطفل، ط1، دار المسيرة،عمان، الأردن، 2008 ، ص479.

9- حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو " الطفولة و المراهقة"، عالم الكتب، القاهرة،1990. ص291.

10- ريتشارد لازوراس، الشخصية، ترجمة سيد محمد غنيم، ط4، دار الشروق، 1993، ص72.

11- صالح محمد على أبو جادو، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، ط1، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، عمان، 1998، ص151.

12- نعيمة الشماع ، الشخصية: النظرية التقييم، مناهج البحث، المنظمة العربية للتربية والثقافة معهد البحوث و الدراسات العربية، 1977, ص185.

13- بدرة معتصم ميموني، مصطفى ميموني، سيكولوجية النمو في الطفولة والمراهقة, ديوان المطبوعات الجامعية بن عكنون، الجزائر، 2010، ص185.

14 – Francoise .J.P et Guerin.F ; la connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique du sport , édition Armond ,Colin ; 2002 ,p05.

15 – غازي صالح ، شيماء عبد مطر، مفهوم الذات ،ط1، مكتبة المجتمع العربي، عمان ، الأردن،2011 ، ص ص24،23.

16 – حامد زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 2001، ص69.

17– L'ecuyer , R , le concept de soi , Paris edition PUF; 1978 ,p30.

18 – سهير كامل أحمد، أساليب تربية الطفل بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1998، ص 215.

19 – المرجع نفسه ،ص360.

20 – عالم الفكر، النمو النفسي من الطفل إلى الراشد، المجلد السابع، العدد الثالث، أكتوبر. نوفمبر. ديسمبر، 1976، ص 90.

21 – المرجع نفسه، ص94.
22 – حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1997، ص81.
23 – عواض بن محمد الحربي، العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم ماجستير، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، 2003، ص25.
24 – غازي صالح، شيماء عبد مطر، مرجع سابق، ص13.
25 – محمد عبد العزيز عبد ربه سليمان، تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة ماجستير، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس، 2000، ص37 .
26 – كارول دويك ، نظريات الذات و دورها في الدافعية والشخصية والنمو، ترجمة ماهر محمد ابو هلال وآخرون، ط1، دار الكتاب الجامعي، غزة، فلسطين، 2006، ص235.
27 – المرجع نفسه، ص ص 235،236.
28 – بطرس حافظ بطرس، مرجع سابق، ص 486.
29 – إيغور كون، البحث عن الذات ووعي الذات، ترجمة غسان نصر، دار معد، دمشق، سوريا،1992، ص29.
30 – عواض بن محمد الحربي، مرجع سابق، ص ص 41،42.
31 – حلمي المليجي، علم النفس الشخصية ط1، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 2001 ، ص112.
32 – المرجع نفسه، ص 113.
33 – عواض بن محمد الحربي، مرجع سابق، ص42.
34 – محمد عبد العزيز عبد ربه سليمان ، مرجع سابق، ص34.
35 – حامد عبد السلام زهران، 2001 ، ص 62.
36 – توما جورج خوري ، مرجع سابق، ص91.
37 – المرجع نفسه.
38 – كفافي علاء الدين، مرجع سابق ، ص364.
39 – المرجع نفسه.
40 – توما جورج خوري، مرجع سابق ، ص487.
41 – كفافي علاء الدين ، مرجع سابق ، ص413.
42 – كفافي علاء الدين، مرجع سابق ، ص413.
43 – خضر عباس، الأنا والآخر...بين الفلسفة والسيكولوجيا، 2013 Drabbass .wordpress.com .11 /06 /2014 .11 :41h