

2. الخلفية التاريخية والفكرية للتوجه الإنساني

تبلور التوجه الإنساني في خمسينيات القرن العشرين في الولايات المتحدة الأمريكية، في سياق ثقافي واجتماعي شهد تغيرات كبيرة بعد الحرب العالمية الثانية.

فقد بدأت المجتمعات تبحث عن معنى جديد للوجود الإنساني بعد معاناة طويلة من العنف والحروب، كما ظهرت حركة ثقافية تدعو إلى الحرية الفردية وتحقيق الذات، ما مهد لولادة الفكر الإنساني في علم النفس.

يرجع تأسيس هذا الاتجاه إلى مجموعة من العلماء أبرزهم:

أبراهام ماسلو (Abraham Maslow)

كارل روجرز (Carl Rogers)

رولو ماي (Rollo May)

وقد أطلق هؤلاء على أنفسهم اسم "المدرسة الإنسانية"، واعتبروا أنفسهم يمثلون القوة الثالثة في علم النفس، بعد السلوكية والتحليل النفسي. في عام 1954، نشر ماسلو كتابه الشهير "الدافع والشخصية" (Motivation and Personality)، الذي قدم فيه نظريته حول هرم الحاجات الإنسانية.

ثم تبعته أعمال كارل روجرز التي قدمت نموذجًا جديدًا للعلاج النفسي قائمًا على العلاقة الإنسانية والقبول غير المشروط. أما رولو ماي فقد أدخل البعد الوجودي إلى المدرسة الإنسانية، مسلطًا الضوء على الحرية والمسؤولية والقلق كجزء أساسي من التجربة البشرية. ومنذ ستينيات القرن الماضي، أصبحت المدرسة الإنسانية تيارًا رئيسيًا في العلاج النفسي، والتعليم، والإرشاد، وحتى في الإدارة والتنمية الذاتية. كما ساهمت في نشأة مجالات جديدة مثل:

علم النفس الإيجابي. (Positive Psychology)

علم النفس الوجودي. (Existential Psychology)

حركة تطوير الذات. (Self-Development Movement)

4. المسلمات الأساسية للتوجه الإنساني

تقوم المدرسة الإنسانية على مجموعة من المسلمات الجوهرية التي تشكل رؤيتها لطبيعة الإنسان وسلوكه، وتتميزها عن بقية الاتجاهات النفسية. فيما يلي أهم هذه المسلمات:

1. الإنسان كائن حر ومسؤول عن اختياراته

2. الإنسان يمتلك قدرة فطرية على النمو والتحقيق الذاتي (Self-Actualization)

3. الإنسان وحدة متكاملة

4. الخبرة الذاتية هي الأساس في فهم السلوك

5. الإنسان يسعى إلى المعنى والقيمة

6. الإنسان خير بطبيعته

5. المبادئ النظرية الجوهرية للتوجه الإنساني

يمكن تلخيص المبادئ النظرية التي يقوم عليها التوجه الإنساني في النقاط التالية:

1. الإنسان كُلاً لا يتجزأ

2. التركيز على الحاضر (Here and Now)

3. العلاقة العلاجية الإنسانية

5.4.4 التقبل غير المشروط

5.5 النزعة نحو تحقيق الذات

5.6 التركيز على الوعي الداخلي

5.7 النمو وليس العلاج

6. رَواد التوجّه الإنساني في علم النفس

6.1 أبراهام ماسلو (Abraham Maslow)

يُعتبر ماسلو (1908-1970) الأب المؤسس للتوجه الإنساني. انطلق من نقده للمدارس السائدة، ورأى أنها ركزت على المرض أكثر من الصحة، وعلى الانحراف أكثر من النمو.

فقد تساءل: لماذا لا ندرس الإنسان السويّ والمبدع والسعيد بدلاً من المريض والقلق؟ ومن هنا قدّم فكرته الشهيرة عن هرم الحاجات الإنسانية (Hierarchy of Needs).

أ- هرم الحاجات الإنسانية

قسم ماسلو الحاجات الإنسانية إلى خمس مستويات رئيسية، مرتبة هرمياً من الأدنى إلى الأعلى:

1. الحاجات الفيزيولوجية (Physiological Needs): وتشمل الغذاء، النوم، التنفس، الجنس...

2. حاجات الأمان: (Safety Needs) الحاجة إلى الاستقرار، الحماية من الخطر، الشعور بالأمن النفسي والاجتماعي.

3. حاجات الانتماء والحب (Belongingness and Love Needs): الحاجة إلى العلاقات الإنسانية، الأسرة، الأصدقاء، الشعور بالانتماء.

4. حاجات التقدير (Esteem Needs): وتشمل احترام الذات، الاعتراف الاجتماعي، المكانة، النجاح.

5. حاجة تحقيق الذات: (Self-Actualization) وهي أعلى مراتب النمو الإنساني، وتعني السعي لتحقيق الإمكانيات الكامنة والتعبير الكامل عن الذات.

يرى ماسلو أن الإنسان يسعى إلى إشباع حاجاته وفق هذا التدرج، ولا ينتقل إلى المستوى الأعلى إلا بعد تحقيق الحد الأدنى من الحاجات الأدنى.

لكن الأهم في فكره أن تحقيق الذات ليس هدفاً نهائياً، بل عملية مستمرة من التطور والنمو.

ب- مفهوم تحقيق الذات (Self-Actualization)

يعنى أن يصبح الفرد ما يمكن أن يكونه فعلاً، أى أن يحقق قدراته الكامنة في الواقع.

الشخص الذي يحقق ذاته يتميز بخصائص عديدة ذكرها ماسلو، منها:

الانفتاح على الخبرة والتجارب الجديدة.

الإبداع والمرونة في التفكير.

تَقَبَّلَ الذَّاتِ وَالْآخِرِينَ كَمَا هُمْ.

الشعور بالانتماء الإنساني الواسع.

الإحساس بالمعنى، والرسالة في الحياة.

يؤكد ماسلو أن الاضطرابات النفسية ليست ناتجة عن مرض داخلي بقدر ما هي تعطل لعملية النمو الطبيعي للذات، بسبب الحرمان أو القهر أو الظروف الاجتماعية السلبية.

6.2 کارل روجرز (Carl Rogers)

يُعدّ روجرز (1902-1987) من أبرز رواد الاتجاه الإنساني، وقد أحدث ثورة في مجال العلاج النفسي من خلال تطويره للعلاج المتمركز حول العميل. (Client-Centered Therapy)

أ- الأسس النظرية لعلاج روجرز

يرى روجرز أن كل إنسان يمتلك في داخله قوة بناءة تدفعه نحو النمو وتحقيق الذات، لكن هذه القوة لا تعمل إلا في بيئة نفسية داعمة. ولذلك فإن مهمة المعالج هي توفير مناخ آمن وغير حكمي يسمح للفرد بالتعبير عن ذاته بحرية.

ب- مكونات العلاقة العلاجية الناجحة

حدد روجرز ثلاث شروط أساسية لنجاح العلاقة العلاجية:

1. القبول غير المشروط: (Unconditional Positive Regard)

أن يتقبل المعالج العميل دون إصدار أحكام أو نقد، بغض النظر عن سلوكه أو ماضيه.

2. التعاطف: (Empathy)

أن يحاول المعالج فهم تجربة العميل من وجهة نظره، وأن يشعر بما يشعر به دون أن يتماهى معه تمامًا.

3. الصدق أو التوافق: (Congruence)

أن يكون المعالج صادقًا ومتسقًا مع مشاعره الداخلية، فلا يتقمص دورًا مصطنعًا، بل يتعامل بإنسانية وشفافية.

هذه الشروط الثلاثة تُكوّن الأساس الذي يسمح للعميل أن يثق بالمعالج، ويعبر عن ذاته الحقيقية دون خوف، مما يؤدي إلى تحوّل داخلي عميق في رؤيته لنفسه.

ج- مفهوم الذات (Self-Concept)

يعدّ مفهوم "الذات" محورًا رئيسيًا في فكر روجرز، وهو الصورة التي يُكوّنها الفرد عن نفسه.

فإذا كانت هذه الصورة واقعية ومتسقة مع التجربة الحقيقية، يعيش الفرد بتوازن وصحة نفسية.

أما إذا كان هناك تعارض بين الذات الحقيقية والذات المدركة (Incongruence)، فإن ذلك يؤدي إلى القلق والاضطراب النفسي.

والعلاج، في منظور روجرز، هو عملية استعادة التوافق بين الذاتين.

3.6 رولو ماي (Rollo May)

يُعتبر رولو ماي (1909-1994) أحد أبرز الممثلين للاتجاه الوجودي في علم النفس الإنساني، وقد جمع بين الفكر الفلسفي والعمق العلاجي.

أ- الأسس الفكرية عند رولو ماي

تأثر رولو ماي بالفلسفة الوجودية، خصوصًا أفكار كيركغارد وهايدغر، فرأى أن الإنسان يعيش في صراع دائم بين الحرية والقلق، بين الرغبة في تحقيق ذاته والخوف من الفناء.

لكن هذا الصراع ليس مرضيًا، بل هو جزء أساسي من التجربة الإنسانية يدفع الفرد إلى النمو والبحث عن المعنى.

ب- القلق الوجودي (Existential Anxiety)

يعتبر ماي أن القلق ليس دائمًا سلبيًا، بل يمكن أن يكون دافعًا للنمو.

فالإنسان الذي يعي حدود وجوده، ويدرك مسؤوليته عن اختياراته، يشعر بقلق وجودي صحي يحفّزه على تحقيق ذاته.

أما غياب القلق فيعني الاستسلام أو الاغتراب.

ج- الحرية والمسؤولية

يرى رولو ماي أن الإنسان حرّ في اختياره، لكنه أيضًا مسؤول عن نتائجه.

والصحة النفسية تتحقق حين يتقبل الفرد مسؤوليته الكاملة عن ذاته وعن قراراته.

إنها ليست حرية مطلقة، بل حرية مسؤولة توازن بين الذات والآخرين.

د- البحث عن المعنى

من أبرز أفكار ماي أن الإنسان يسعى دائماً إلى إيجاد معنى لوجوده، وأن فقدان المعنى هو جذر معظم الاضطرابات النفسية في العصر الحديث.

لذلك، فالعلاج ليس مجرد تخفيف للأعراض، بل مساعدة الفرد على استعادة المعنى والغاية من الحياة.

7. أهم ما توصلت إليه النظرية الإنسانية

أثر التوجّه الإنساني عن عدد من الاكتشافات والمساهمات النظرية التي أثرت علم النفس الحديث، من أبرزها:

7.1 إعادة الاعتبار للإنسان

أعاد التوجّه الإنساني للإنسان مكانته ككائن عاقل حرّ يمتلك الإرادة والوعي والمعنى.

لم يعد مجرد كائن بيولوجي أو نتاج بيئة، بل ذات فاعلة تسعى للنمو.

7.2 تطوير مفهوم الصحة النفسية

عرّف الإنسانون الصحة النفسية بأنها القدرة على تحقيق الذات والانسجام الداخلي، لا مجرد غياب المرض أو الاضطراب.

7.3 التأثير على التربية والتعليم

أحدث التوجّه الإنساني ثورة في الفكر التربوي، فظهر مفهوم التعليم المتمركز حول المتعلم (Learner-Centered Education)، الذي يركّز على حرية الطالب ودافعيته الذاتية.

7.4 تأسيس مناهج جديدة في العلاج النفسي

أصبح العلاج النفسي أكثر إنسانية، حيث انتقل من التركيز على "تصحيح السلوك" إلى تمكين الإنسان من فهم ذاته وتقبّلها.

7.5 إلهام حركة علم النفس الإيجابي (Positive Psychology)

في العقود الأخيرة، أعادت هذه الحركة إحياء مبادئ ماسلو وروجرز من خلال دراسة السعادة والفضائل الإنسانية والنمو النفسي الإيجابي.

1. مفهوم الاضطراب من منظور إنساني

الاضطراب النفسي هو توقف أو انحراف في مسار النمو النفسي للفرد، حيث يصبح عاجزاً عن تحقيق ذاته بحرية، ويفقد الإحساس بالقيمة والمعنى والانسجام الداخلي.

بمعنى آخر، هو فشل في أن يكون الإنسان نفسه.

فالإنسان السوي هو الذي يعيش في انسجام بين ذاته الواقعية وذاته المثالية، ويقبل نفسه كما هي، بينما المضطرب نفسياً يعيش توتراً دائماً بين ما هو عليه فعلاً وما يعتقد أنه يجب أن يكون عليه.

2. الأسباب النفسية للاضطراب عند روجرز وماسلو

أ. عند كارل روجرز

روجرز يرى أن الاضطراب ينشأ أساساً من خبرات مهذّدة لذات الفرد، وهي ناتجة عن التربية المشروطة بالقبول، أي عندما يُمنح الحب والتقدير فقط إذا تصرف بطريقة معينة ترضي الآخرين.

إذا نشأ الطفل في بيئة لا تمنحه قبولاً غير مشروط، يبدأ في تكوين "ذات مزيفة" تتوافق مع توقعات الآخرين بدل التعبير عن ذاته الحقيقية.

هذا الانفصال بين الذات الحقيقية والذات المتصورة يؤدي إلى الشعور بالاغتراب، القلق، وانعدام الثقة بالنفس.

وعندما تتسع الفجوة بين الذات الواقعية والمثالية، يحدث الاضطراب النفسي.

ب. عند أبراهام ماسلو

يرى ماسلو أن الاضطرابات النفسية تنشأ عندما تُحرم احتياجات الفرد الأساسية من الإشباع، وخاصة في المستويات الدنيا من هرمه الشهير (الاحتياجات الفسيولوجية، الأمن، الانتماء، الحب، التقدير).

إذا لم تُشبع هذه الحاجات، فلن يتمكن الفرد من الوصول إلى مستوى تحقيق الذات. (Self-Actualization) ينتج عن ذلك شعور بالنقص، الإحباط، والفراغ الداخلي.

الاضطراب هنا هو تعبير عن تعطل عملية النمو الطبيعي نحو الكمال الإنساني.

3. مظاهر الاضطراب النفسي في النظرية الإنسانية

1. القلق الوجودي: إحساس عام بعدم الأمان، الخوف من الفشل أو الرفض.

2. فقدان المعنى: شعور بأن الحياة بلا هدف أو قيمة.

3. تدني تقدير الذات: رؤية سلبية للذات والعجز عن تقبلها.

4. الاغتراب النفسي: شعور بالانفصال عن الذات والآخرين.

5. انعدام الأصالة: العيش وفق معايير الآخرين وليس وفق القناعات الذاتية.

6. صعوبات في العلاقات الاجتماعية: نتيجة فقدان الثقة والتواصل الصادق.

ثانياً: طرق العلاج في النظرية الإنسانية

العلاج الإنساني لا يقوم على "تصحيح السلوك" أو "تحليل اللاشعور"، بل على مساعدة الفرد على اكتشاف ذاته الحقيقية واستعادة نموه الطبيعي.

العلاقة بين المعالج والمسترشد هي قلب العملية العلاجية، وهي علاقة إنسانية قائمة على التقبل والاحترام والصدق.

1. العلاج المتمركز حول الشخص – (Person-Centered Therapy) كارل روجرز

هو النموذج الأشهر في العلاج الإنساني، يقوم على خلق مناخ نفسي آمن يساعد العميل على فهم ذاته وتقبلها.

أ. الأسس الجوهرية للعلاج:

1. القبول غير المشروط: (Unconditional Positive Regard)

على المعالج أن يقبل العميل كما هو، دون أحكام أو شروط، ليشعر بالأمان والحرية في التعبير عن ذاته.

2. التعاطف: (Empathy)

فهم مشاعر العميل من داخله، أي الدخول إلى عالمه الداخلي دون فقدان الموضوعية.

3. الصدق والأصالة: (Congruence)

أن يكون المعالج حقيقياً ومتوافقاً مع ذاته، لا يمثل دوراً أو يخفي مشاعره الصادقة.

ب. الأهداف العلاجية:

تقليل الفجوة بين الذات الواقعية والمثالية.

تمكين الفرد من قبول ذاته والتصالح مع نفسه.

إعادة بناء الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ قرارات مستقلة.

تحقيق الوعي الذاتي والنمو الشخصي.

ج. التقنيات المستخدمة:

الإصغاء العميق والانعكاس. (Reflection)

التوضيح وإعادة الصياغة.

تشجيع التعبير الحر عن المشاعر دون خوف.

الصمت العلاجي الهادف لتمكين الفرد من التأمل في ذاته.

2. العلاج بالتحقيق الذاتي – (Self-Actualization Approach) ماسلو

يركّز هذا العلاج على مساعدة الفرد للوصول إلى تحقيق إمكاناته الكامنة.

ويتم ذلك عبر:

خلق بيئة تسمح بالإبداع والحرية.

تعزيز الوعي بالقيم والمعنى الشخصي للحياة.

دعم النمو الروحي والأخلاقي للفرد.

تشجيع التجارب الذروية (Peak Experiences) التي تمنح إحساساً بالانتماء للوجود الكوني.

3. سمات العلاج الإنساني

المبدأ: التوضيح

التركيز على الحاضر: لا ينصب الاهتمام على الماضي بل على الخبرة الحالية للفرد.

المسؤولية الذاتية: العميل هو من يقود عملية العلاج بنفسه.

العلاقة الإنسانية: جوهر العملية هو العلاقة الحقيقية بين المعالج والعميل.

النظرة الإيجابية للإنسان: يُنظر إلى الفرد ككائن قادر على التغيير والنمو.

ثالثاً: مساهمات النظرية الإنسانية في علم النفس

1. تغيير نظرة علم النفس للإنسان:

جعلت الإنسان محور الدراسة بوصفه كائناً واعياً، حراً، يسعى نحو المعنى والكمال.

2. تطوير علم النفس العلاجي:

أدخلت مفاهيم جديدة مثل العلاقة العلاجية، القبول غير المشروط، النمو الذاتي، الخبرة الذاتية.

3. التركيز على الصحة النفسية الإيجابية:

فبدلاً من علاج المرض فقط، ركزت على تنمية الإمكانات الإيجابية وتحقيق الذات.

4. تأثيرها في علم النفس الإرشادي والتنموي:

تبوّأ العديد من المرشدين النفسيين أسلوب روجرز في العمل مع الطلبة والمراهقين، لما فيه من تعزيز للثقة والتقبل الذاتي.

5. المساهمة في تطوير علم النفس الإنساني الوجودي:

بدمج مفاهيم مثل الحرية والمسؤولية والمعنى في الحياة.

تفسيره فقط عبر النمو الذاتي دون النظر إلى المحيط والظروف الاقتصادية أو الثقافية.

ثالثاً: نقد النظرية من الناحية المنهجية

1. الاعتماد على المنهج الذاتي (الاستبطاني)

أغلب دراساتها تعتمد على تجارب ذاتية وشهادات شخصية، مما يقلل من موضوعيتها العلمية.

لا توجد دراسات تجريبية كافية تدعم صحة فرضياتها مقارنة بالنظريات السلوكية أو المعرفية.

2. صعوبة التعميم

بما أن كل تجربة إنسانية فريدة، يصعب تطبيق نتائج العلاج الإنساني أو مبادئه على جميع الأفراد أو الثقافات.

3. غياب المقاييس الموضوعية

لا توجد أدوات دقيقة لقياس "مدى تحقيق الذات" أو "التوافق بين الذات الواقعية والمثالية"، مما يجعل تقييم النجاح العلاجي مسألة تقديرية أكثر من كونها علمية.

رابعاً: نقد النظرية من الناحية التطبيقية

1. فاعليتها المحدودة مع الاضطرابات النفسية الشديدة

يراه بعض المختصين فعالة فقط مع الأشخاص الأسوياء أو ذوي المشكلات البسيطة (القلق الخفيف، ضعف الثقة بالنفس)، لكنها غير مناسبة للذهان أو الاكتئاب العميق أو اضطرابات الشخصية المعقدة.

لأن هذه الحالات تحتاج إلى تدخلات أكثر توجيهية وسلوكية أو دوائية.

2. اعتمادها على شخصية المعالج

نجاح العلاج الإنساني يعتمد كثيراً على مدى أصالة المعالج وقدرته على التعاطف، مما يجعله يفتقر إلى المعايير الثابتة أو الإجراءات المحددة.

أي أن نتائج العلاج قد تختلف من معالج لآخر حسب شخصيته وخبرته.

3. الوقت والتكلفة

العلاج الإنساني عادة طويل المدى، ويتطلب جلسات كثيرة للوصول إلى التغيير الذاتي، مما يجعله مكلفاً وصعب التطبيق في المؤسسات العلاجية الكبيرة.

خامساً: نقد النظرية من الناحية التربوية

1. المبالغة في الحرية الفردية

يرى النقاد أن إعطاء الطالب حرية مطلقة في التعلم قد يؤدي إلى الفوضى وضعف الانضباط داخل الفصل.

فليس كل المتعلمين قادرين على توجيه أنفسهم دون حدود أو ضوابط تربوية.

2. تجاهل الفروق الثقافية والمجتمعية

النظرة الإنسانية نشأت في سياق غربي ليبرالي يقدر الحرية الفردية، لكن تطبيقها في ثقافات جماعية أو تقليدية قد يكون صعباً أو غير واقعي.

3. قلة الاهتمام بالمحتوى المعرفي

تركز على الجانب الوجداني والنمو الشخصي أكثر من المعرفة الأكاديمية أو المهارات العلمية، مما يجعلها غير كافية كأساس تربوي شامل.