

السيكولوجيا الفردية لأدلفريد ألفريد

من هو أدلفريد؟ Alfred Adler

ولد ألفريد أدلفريد في عام 1870 في إحدى نواحي مدينة فيينا عاصمة النمسا، كان أول من اهتموا بنظرية سيجموند فرويد، كما اعترف بان هذه النظرية قد فتحت طريقا جديدا لتحديث وتطوير علم النفس. أطلق على مذهب أدلفريد اسم "علم النفس الفردي" اين كانت اهتمامات أدلفريد اجتماعية، ويسمى برائد النظرية الاجتماعية النفسية، وأبرز مؤلفاته "دراسات في النقص العضوي والتعويض عنه نفسيا" و"علم النفس الفردي بين النظرية والتطبيق" و"القوائم العصبية"، وبسبب اهتماماته الاجتماعية ورأيه في الطفولة واهتماماته بالأطفال افتتح عيادة التوجه للأطفال، ومدرسة تجريبية تطبق أفكاره التربوية.

المفاهيم الخاصة بأدلفريد:

➤ **صدمة الميلاد:** وهي الصدمة التي يعيشها الفرد في طفولته نتيجة انفصاله عن رحم أمه، وخروجه منه الى معاناة في مراحل النمو المتتالية.

➤ **عقدة النقص:** ويقصد بها وجود قصور عضوي او اجتماعي او اقتصادي يؤثر على الفرد نفسيا ويجعله يشعر بعدم الأمن والدونية.

▪ وتتشكل عقدة النقص لدى أدلفريد أولا بالشعور بالنقص الذي يدفع الفرد الى التعويض عنه عبر الاليات الدفاعية، التي ان فشلت يتحول بعدها ذلك الشعور بالنقص الى عقدة النقص.

➤ **أسلوب الحياة:** وهو الاسلوب الذي ينمو مع الفرد تدريجيا، والذي يدور حول التفوق وتحقيق الذات، ولكل فرد أسلوب خاص به في اي منحى من مناحي الحياة سواء العملية أو الاجتماعية.

➤ **الغائية:** وهي الهدف الأسمى والاساسي في حياة الفرد.

✚ الإرادة: وهي القوة المتكاملة للشخصية وهي قدرة الفرد على اتخاذ قرارات.

الطرق العلاجية التي استخدمها أدلر في نظريته:

لقد استخدم ان عددا من الاساليب العلاجية في معالجه الحالات التي تعامل معها ومن بين الاساليب التي ركزت عليها نظريته هي:

✚ استراتيجية العلاقة بين العميل والمعالج: هنا استبدل أدلر فكرة التنويم المغناطيسي بالكرسي

العلاجي، فهو يفضل في العلاج وضعية وجها لوجه. وكذلك اعطى ادلر الحرية الكاملة للعميل في الجلوس أو الوقوف والتجول في غرفة العلاج.

✚ اسلوب المقارنة: من اجل الوصول الى خطوط الحياة من قبل العميل بعد ان يؤكد بنفسه بأنه لا يوجد لديه نقص، فمن هذا الاسلوب يستطيع المعالج وضع نفسه في مكان العميل ويسأل ما هي الاهداف التي من الممكن البحث عنها بواسطة استخدام نفس طريقة الشخص؟

✚ اكتشاف نمط الحياة عند العميل: ان الهدف من عمليه العلاج عند ادلر يتمثل في كيفية الوصول بالعميل بالوعي بنمط حياته، وذلك بعد أن يفهم المعالج اسلوب حياة الفرد من خلال الاحلام وترتيب الميلاد والخبرات السابقة، فالمعالج هنا يعتمد على الماضي ويعيد تركيبه.

✚ تحليل الحلم: لقد استخدم ادلر اسلوب تحليل الحلم في عمليه العلاج حيث فسر بانها طريقه واسلوب لتحقيق غايات في نفس العميل، ويفسر ادلر ان الاحلام ليست الا تكرارا انفعاليا للخطط والاتجاهات التي يريد ان يكون عليها سلوك العميل في حالة اليقظة.

استخدم أدلر عدة اساليب للوصول الى العلاج، كما برهن برهن ايضا أن التهيئة المرضية تعود الى الطفولة الاولى وأنها لا تتحسن بالتجربة ولا بالانفعالات، بل تتحسن بالفهم، اي ان العلاج النفسي يعتمد على تعزيز الشعور بالثقة والقوة.

لقد كان أدلر بإسهاماته الممارساتية هذه، قد أسس للعلاج المستوحى من التحليلية التي تعتمد في اللقاء بين المعالج والمتعالج وجها لوجه.