سند بيداغوجي

# عنوان المادة: علم النفس الإنساني

## لمحة عامة:

**تتناول المادة العلمية الحالية موضوع علم النفس الانساني. والحديث عن هذا الموضوع يعتبر تمهيدا ومدخلا لحديث آخر عن العلاج ذو المنحى الانساني، الذي هو تطبيق للمبادئ والافكار التي قدمها رواد هذا الاتجاه. فالعديد من المفاهيم والاصطلاحات التي ستأتي لاحقا في معرض الحديث عن تفاصيل العلاج مشتقة من مفاهيم علم النفس الانساني. وعلى هذا الاساس، تم تحديد مفهوم علم النفس الانساني ومبادئه واصوله الفلسفية وتاريخه ورواده وافكارهم واسهاماتهم في بروزه الى الوجود ...**

## عناصر المادة:

- **مفهوم علم النفس الانساني**
- **اهداف واهتمامات المقاربة الانسانية:**
- **تاريخ علم النفس الانساني**
- **الإنسانية في الطب النفسي وعلم النفس**
- **اسماء واسهامات**

## تمهيد:

تركيز المقاربة الإنسانية في دراستها للإنسان

[تجدر الاشارة الى ان مصطلحات] الإنساني humanistic، المذهب الانساني humanism والانساني humanist... في علم النفس تتعلق بمقاربة تدرس الشخص ككل whole person، وتفرد كل [شخص] uniqueness أساسا ...

## ما هو علم النفس الانساني؟:

[هو] مقاربة لعلم النفس، ازدهرت بشكل خاص في الأوساط الأكاديمية بين الأربعينيات وأوائل السبعينيات، [من القرن الماضي] وهي أكثر ظهورا اليوم كعائلة من الأساليب المستخدمة على نطاق واسع في العلاج النفسي

والارشاد. إنها مستمدة إلى حد كبير من الأفكار المرتبطة بالوجودية والظاهراتية، وهي تركز على قدرة الأفراد على عمل اختياراتهم الخاصة، وانشاء أسلوب حياتهم الخاص، وتحقيق ذواتهم بطريقتهم الخاصة.
[هذه المقاربة] كليانية holistic، وتركز على تنمية الإمكانات البشرية الكامنة human potential من خلال الوسائل التجريبية experiential بدلاً من تحليل اللاوعي أو تعديل السلوك. تشمل الشخصيات القيادية المرتبطة بهذه المقاربة: أبراهام ماسلو وكارل روجرز ورولو ماي. تسمى أيضًا: النظرية الإنسانية، والقوة الثالثة...

لم يكن القصد من علم النفس الإنساني أن يكون مراجعة أو تعديل لأي مدرسة فكرية [راهنة]، كما كان الحال مع بعض مواقف الفرويديين الجدد [بإزاء الفرويدية التقليدية]. بالأحرى، توقع علماء النفس الإنساني أن يحلوا محل قوتي علم النفس الرئيسيتين: [آنذاك] السلوكية والتحليل النفسي....
[لقد] أكد علم النفس الإنساني على نقاط القوة البشرية والتطلعات الإيجابية، التجربة الواعية، الإرادة الحرة (بدلاً من الحتمية)، تحقيق الإمكانات البشرية، والإيمان بكليانية الطبيعة البشرية...

ظهرت أول تسمية لعلم النفس الإنساني عندما كان إبراهام ماسلو، أنتوني سوتيش وآخرين يحاولون العثور على اسم لمجلة جديدة. (مجلة علم النفس الانساني). وقد بدأت مجلة علم النفس الإنساني في الظهور في 1961. وعرف (علم النفس الانساني) نفسه بأنه يختلف عن التحليل النفسي من جهة، وعن المقاربة المعرفية أو السلوكية من جهة أخرى. علم النفس الانساني معني بشكل خاص بتحقيق الذات وبوحدة الجسم والنفس/العقل... و[المختصون] في هذا الاتجاه مهتمون جدا (غير موافقين) بإزاء انتقاص diminution البشر، والطريقة التي يمكن بها للأدوار الاجتماعية ان تضعف/ تنقص من الناس. [كما ان الاتجاه] لديه ما يقوله عن التحرر من أغلال الإكراه/ الاندفاع compulsion، سواء كانت داخلية أو خارجيه.
انه متنوع جدا، ويشمل بعض الرواد المتفائلين بشأن الطبيعة البشرية (إبراهام ماسو، وكارل روجرز ...) وآخرين، (مثل رولو ماي، جيمس بوغنتال والفين ماهرير ...)، الذين ليسوا متفائلين [بنفس القدر] بشكل خاص.

**اهداف واهتمامات المقاربة الانسانية:**

طبيعة المسعى البحثي الإنساني وانتقاداتهم لما هو سائد

لقد أكدت الحركة الإنسانية في علم النفس على البحث عن فهم فلسفي وعلمي للوجود الإنساني الذي يحقق [تثمين منصف] لأعلى نواحي الإنجازات والإمكانات البشرية. ومنذ البداية، اهتم علماء النفس الانسانيون بعمق بما يعنيه أن يكون الإنسان كاملاً، وسعوا إلى إيجاد طرق وتقنيات تساعد البشر في الوصول إلى الإنسانية الكاملة. وقد انتقد علماء النفس الإنسانيون المدارس النفسية السائدة في النصف الأول من القرن العشرين

لإعلانهم نموذجًا منتقصاdiminished model للطبيعة البشرية. وقد أتاحت جهودهم من أجل مفهوم جديد وأفضل للإنسانية الكثير من الدافعية لازدهار علم النفس الإنساني في وقت مبكر.

**الطبيعة البشرية [من وجهة نظر انسانية]:**

التصورات السائدة حول الطبيعة البشرية والتحديات امام الاتجاه الإنساني بهذا الخصوص

انتقد علماء إنسانيون مثل **أبراهام ماسلو** و **رولو ماي** التحليل النفسي والسلوكية لمحاولتهما شرح النطاق الكامل للطبيعة البشرية من حيث الآليات المستمدة من دراسة المرضى ... والجرذان المختبرية. وقد كتب **سيجموند فرويد** دراسة عن فنانين مثل مايكل أنجلو وليوناردو دا فينشي وقادة دينيين مثل [النبي] موسى. واستخدم فرويد مفاهيم علم النفس المرضي لشرح الإنجازات الفنية والروحية لهؤلاء البشر البارزين ...

وأعلن **جون واطسون** (1924) بصراحة أنه، إذا أتيحت له الفرصة، يمكنه أن يقوم بعملية تشريط /اشراط conditioning أي طفل رضيع ليصبح إما مجرمًا أو عالمًا من خلال تطبيق مبادئ النظرية السلوكية الحديثة ... وفي وقت لاحق، هاجم **ب. ف. سكينر** (1971) مفاهيم مثل الحرية والكرامة واقترح إعادة هندسة المجتمع البشري من خلال عملية الاشراط الاجرائي instrumental conditioning.

بالنسبة لعلم النفس الإنساني، شكّل هذا الاختزال النفسي تحديًا: هل نستطيع دراسة الانجازات الأعلى للطبيعة البشرية واكتشاف أساس جديد للعلم النفسي؟ هل يمكن أن نستخدم الأشكال العليا من السلوك البشري (نواحي الابداع والانجازات القيمة) لإلقاء الضوء على الأنواع السفلى (ما يعتبر غير سوي او شاذ، مرضي...) بدلاً من الاستناد في الفهم النفسي على الفئران المختبرية والمرضى العقليين؟

صاغ مؤلفون عديدون مثل **شتراوس** Straus (1930/1982)، **ماسلو** (1973/1950)، و ميهاي شيكسانتميهاي Mihaly Csikszentmihalyi (1990) (المجري الاصل) هذا التحدي نفسه –لفهم البشر من حيث أعلى إمكاناتهم ومن خلال دراسة الأفراد الذين يقدمون أعلى مستويات الأداء البشري.
لم يكن الاهتمام بعلم نفس إنساني ... مجرد مسألة لتحقيق فهم أفضل ومن أجل الفهم فقط، بل إن النظريات العلمية الانتقائية للسلوك البشري تتعرض لخطر الاختزال /التقليص أو الحد من [قيمة]البشر. إذا كان الفهم السائد للإنسان في العلم ضيقا/ محدودا، اذن هناك خطر أن المفاهيم نفسها سوف تسود الثقافة الشعبية كذلك وتقلل من فهم الذات وتطلعات الإنسان العادي. إن علوم النفس "الطبيعية"(التي تتماهى مع العلوم الطبيعية وتتشبه بها في نظرتها للموضوع ومنهج دراسته) التقليدية تنطوي على خطر إيذاء البشر من خلال دعوتهم إلى خفض توقعاتهم عما هو ممكن إنسانياً.

**الخلفية التاريخية: في القرن الـ 19:**

شهد القرن التاسع عشر ظهور عدد من الحركات الفلسفية والأدبية الرئيسية ذات الأهمية بالنسبة لعلم النفس الإنساني الحديث. [مثل...] أعمال كيركيغارد Kierkegaard ونيتشه Nietzsche، ... وايضا ... حركات الرومانسية البريطانية والألمانية في الأدب والماركسية في الاقتصاد السياسي.

**ملاحظة:** من المهم الانتباه الى ان الاشارة الى افكار الشخصيات الفلسفية والحركات في هذا المقام هو من حيث مدى اسهامها في تغذية بروز الاتجاه الانساني الى الوجود، ولا يعني بالضرورة الدخول في تقييم تلك الافكار والطروحات ا، فما هو مهم: ان ننظر اليها كسياق لظهور هذا الاتجاه.

**سورين كيركجارد (1813-1855): فجر الوجودية**

كتب المفكر الدانماركي كيركجارد ...عن الوجود الفردي البشري. وانتقد الكنيسة القائمة والفلسفة والمجتمع باعتبارها مهدئة للبشر لكي يناموا في شعور زائف بالأمن. ويعتقد كيركيجارد أن الكثير من الأفراد لا يرون أي حاجة إلى ذلك النضال في اتجاه وجودهم الشخصي... وأن الفلسفة يجب أن تكون بمثابة [منبه] وأن تسترعي الفرد ... لتوجيه واختبار/تجربة experiencing مسار حياته الخاصة. و [لأجل] الحياة أو إيقاظ الفرد و "إلزامه بالمحاكمة [العقلية]... واجه كيركجارد على طول عمله الدفاعات الكثيرة الذاتية المهدئة التي يحافظ بها الأفراد على شعورهم [بعدم اليقظة والانتباه].



**فريدريك نيتشه (1844-1900):**

بعد جيل، كتب **نيتشه** مكررا تأكيد كيركجارد على الفرد. ومع ذلك، رأى أن الحضارة الغربية متدهورة في جوهرها والمسيحية المنبوذة باعتبارها تشويهاً للإنسانية. دعا إلى "طب الروح" للاستفادة ... واكتشاف أين كان فساد صرح الثقافة ... ودعا إلى تحويل جميع القيم وخلق صورة لفرد جديد، ...الذي من شأنه أن يخلق القيم الأصيلة ...

**في القرن العشرين 20:**

أنتج القرن العشرين [انجازات] في الفلسفة والطب النفسي وعلم النفس، مما وفر العديد من الأسس لفهم إنساني لوجود الإنسان. (الفلاسفة الظاهراتيين: إدموند هوسرل، ومارتن هيدجر، وموريس ميرلو بونتي؛ الأطباء النفسيين الظاهراتيين؛ والمحاور اللاهوتي الفريد مارتن بوبر ... مساهمات فرويد وأتباعه العديدين داخل حركة التحليل النفسي، الذين استبقوا بعدة طرق محددة علم النفس الإنساني).

**الظاهراتية في الفلسفة:**

أنشأ إدموند هوسرل (1859-1938) الحركة الجديدة لعلم دراسة الظواهر phenomenology [الظاهراتية] في الفلسفة وعلم النفس مع [دعوته] الى العودة إلى "الأشياء نفسها "...[و] شجع الفلاسفة والعلماء على وضع الافتراضات النظرية جانبا ووصف خبراتهم الفورية للظواهر.

وشدد على قصدية النشاط العقلي البشري. فالأفعال النفسية قصدية لأنها موجهة أو منقادة نحو بعض الاوضاع أو المواضيع الخارجية بعيدا عن ذواتها، ويمكن فهمها بشكل هادف فقط في هذا السياق. في النهاية، هذا يعني أن الوعي ليس داخليًا فقط؛ فهو بالأحرى، إشراك الإنسان المدرك مع الكائن الذي تم إدراكه. لقد أكد هوسرل على صلاحية "عالم الحياة" اليومي، عالم الخبرة المباشرة والحياة. ورفض الرأي العلمي الديكارتي بأن الواقع الخارجي يتكون فقط من تمثيلات ذهنية داخلية. ان الإنسان والعالم التجريبي هما في تفاعل. من خلال القصد، فالأشخاص يتشاركون في خلق الظواهر بدلاً من مجرد تسجيل ما هو موجود بشكل سلبي.



دعا هوسرل إلى تطوير علم نفس ظاهراتي يضع جانبا أنماط التفكير "الطبيعية" المستخدمة في الطب والبيولوجيا وعلم وظائف الأعضاء ... يوازي عمل هوسرل تركيزه ونهجه في "التجريبية الراديكالية" لعالم النفس والفيلسوف الأمريكي ويليام جيمس، وقد اعترف هوسرل بعمل جيمس ...

قام مارتن هيدجر (1889-1976)، وهو فيلسوف ألماني، بدمج أسلوب هوسرل للظاهراتية مع الوجودية. والتفت من دراسة الأفعال العقلية إلى فحص مفصل لبنية الوجود الإنساني.

في العمل البارز له... "الكينونة والزمان " ، وصف الإنسان بأنه "كائن في العالم" ، أي كيانه الذي ينطوي نسيجه على الانغماس والانفتاح على العالم المحيط. يكتشف البشر أنفسهم دائمًا في وضع واقعي محدد يحددهم في تاريخهم. كما درس هيدجر التنظيم الزمني للحياة البشرية ووجد أن البشر يكتشفون كفاءتهم في الوعي بوفياتهم. البشر هم حقا كائنات ميتافيزيقية ، هم الكائنات الوحيدة التي تتخذ كياناتها كسؤال يتم التفكير فيه.

اعتمد الفيلسوف الفرنسي موريس ميرلو بونتي (1908-1961) على [أعمال] كل من هوسرل وهيدجر، وحوّل تركيز البحوث الظاهراتية إلى بنية السلوك. لقد تم فهم السلوك على أنه موجه عن قصد نحو موقف ما. عرّف ميرلو بونتي "الذهني" على أنه تنظيم أو بنية السلوك.

في أعماله الرئيسية، هيكل السلوك وظاهراتية الادراك Phenomenology of Perception، استخدم دليل علماء النفس الجشطالت، وخاصة أبحاث Kurt Goldstein عن الأفراد المصابين بأمراض عصبية،

لاستكشاف تنظيم الحركة البشرية العادية والعلاقة المتجسدة في الكائنات الحية مع البيئة. بالنسبة لعلم الظواهر، لا يمكن فهم أي سلوك بشري ولا أي عملية فسيولوجية عصبية في نهاية المطاف معزولة عن السياق والموقف.

**الظاهراتية في الطب النفسي وعلم النفس:**

كان لودفيغ بينسوانغر Binswanger (1881-1966) طبيبًا نفسيًا سويسريًا، بالإضافة إلى انه صديق فرويد على مدى حياته، والذي اعتمد على فلسفة كل من هوسرل وهيدجر لإيجاد طريقة بديلة لفهم الوجود البشري، وخاصةً من المرضى العقليين. طبّق بينسوانغر Binswanger (1942، 1963) تعريف هيدجر للإنسان بأنه "كائن في العالم"، في الطب النفسي والأمراض العقلية. وشدد على الأهمية الوجودية للعالم الاجتماعي المشترك مع الاخرين، البيئة الفيزيائية والبيولوجية، و"العالم الخاص" للهوية والشخصية. ووصف الوجود القبلي existential a priori الوجودي الأساسي، أو البنى الوجودية، التي تشكل خبرة الإنسان. كما درس المنظورات/ وجهات النظر للعالم، أو أنماط الخبرة، لدى أفراد مضطربين. دراسة الحالات التي قام بها والمقالات في اتجاهات الوجودي والظواهر في علم النفس، كان لها تأثير مباشر على علم النفس الإنساني بسبب نشرها في عام 1958 في Existence ، مجموعة من الترجمات من بينسوانغر والأطباء النفسيين الظاهراتيين الأوروبيين الآخرين ...

سعى ميدارد بوس Boss (1903-1991)، وهو طبيب نفسي سويسري، درب في البداية على التحليل النفسي. بعد الحرب العالمية الثانية، للفيلسوف هيدجر ونظم ندوات منتظمة مع هيدجر وأطباء سويسريين، من اجل تطبيق النظرية الظاهراتية لإعادة التفكير في أسس الطب وعلم النفس ... ووصف بوس الصحة بأنها "مجموع كليانية wholeness الإنسان.

تتميز الصحة بالانفتاح والاستجابة المرنة للعالم. في المقابل، عرّف [اعتلال او فقدان] الصحة في الوجود الإنساني بأنه "لا شيء غير الحرمان، إعاقة أو انقباض هذا الانفتاح والحرية الأصليين"... و[قام] بالتحقيق في المرض النفسي–الجسدي كوسيلة للتشويش أو عرقلة انفتاح المرء على العالم وعلى حالات تهديد محددة ... و[دعا] الطبيب النفسي الألماني إروين شتراوس Strauss(1891–1975) مقترحا علم نفس أنثروبولوجي وظاهراتي كبديل للتحليل النفسي ونظرية منعكس بافلوف ... واعتمد النمساوي فيكتور فرانكل (1905-1997) على تجربته في معسكرات الموت النازية من أجل صياغة العلاج بالمعنى logotherapy ، وهو علاج نفسي وجودي جديد . ووضع جان فان دن بيرغ Van Den Berg (مواليد 1914) تأريخًا ظاهراتيًا وتاريخيًا للطبيعة

البشرية المتغيرة، واستخدم الطبيب النفسي البريطاني رونالد لينغ Laing (1927-1989) فلسفة سارتر (1943/1965) لإلقاء الضوء على الذات المقسمة للمريض المصاب بالفصام. وقام كل من شتراوس وفرانكل وفان دن بيرغ ولاينغ بإلقاء محاضرات في الولايات المتحدة خلال الستينيات والسبعينيات، وأثروا بشكل مباشر على أول جيلين من علماء النفس الإنساني.

**فلسفة الحوار: مارتن بيوبر M. Buber (1878–1965)**

قدمت الدراسة الكلاسيكية (أنا وأنت) **لمارتن بيوبر**... (لاهوتي يهودي ألماني)، فلسفة جذابة عن العلاقات الشخصية التي كان لها تأثير عميق على علم النفس الإنساني الأمريكي في سنوات 1950 و1960. ووصف بوبر الواقع بأنه يقع في عالمين متعارضين. في المجال الأول الأصيل، يتعامل "أنا" مع "أنت" في حوار أو في علاقة. ضمن هذا تتكشف العلاقة من أنا إلى أنت، يولد الإنسان ويتكشف إلى إمكاناته الكاملة. بالنسبة لبيوبر (1965)، لا تنمو الذات البشرية إلا في علاقة أو في حوار... المجال المقابل ينطوي على "أنا" معالجة "هو" –أي، كائن من الفائدة العملية. عندما يخاطب إنسان إنسانًا آخر، يتناقص كل من الآخر ونفسه.

هذه الفلسفة تحدت واستكملت التركيز على تحقيق الذات والسعي وراء الذات في الكثير من علم النفس الأمريكي. أبرز حوار كلاسيكي عام 1957 بين بوبر وكارل روجرز القواسم المشتركة لفلسفة بوبر والآراء الإنسانية، وخاصة التركيز على الشفاء من خلال اجتماع شخصين، بالإضافة إلى التركيز المتباين على الحوار وتحقيق الذات.

**سيغموند فرويد Sigmund Freud (1856–1939) والتحليل النفسي:**

لقد تم انتقاد **فرويد** لتفسيره التجارب والسلوك البشري من حيث نظرية الفطرة البيولوجية.
بمعنى آخر، مع انه وضع العديد من الأسس التي اعتبرها علماء النفس الإنسانيون مسلمات. وأظهر، من خلال بحثه المبدئي عن الهستيريا، أن الأعراض النفسية يمكن فهمها على أنها لغة تعبر عن الحياة العاطفية السرية للمريض ... أظهر بحثه عن الأحلام و "علم النفس المرضي للحياة اليومية" (على سبيل المثال، زلات اللسان)، أن كل عمل بشري، مهما كان تافها، له معنى ويعبر عن أجزاء من قصة الفرد الشخصية التي لا يمكن الوصول إليها بعد من قبل الوعي. لقد أظهر، من خلال بحثه حول مراحل التطور النفسي الجنسي، أن الشخصية البشرية يتم إنشاؤها وتنظيمها نمائيا وتتأثر بالعلاقات المضطربة والخبرات الصادمة في كل نقطة حرجة مفصلية النمو المبكر. كما أظهر فرويد أن "العلاج بالمحادثة " يمكن أن يفضي إلى الكشف عن العديد من الصراعات داخل الشخص وداخل حياته الخاصة الحميمية.

**بعد فرويد... مقاربات شبه إنسانية:**

لقد صاغ فرويد علمه الجديد من منظور بيولوجي، وسعى إلى وجود عقيدة جامدة من الناحية النظرية لدى أتباعه. وقد تمكن من اجتذاب مجموعة من الأطباء البارزين الشباب لحركته، ثم شرع في عزل الكثير من ألمعهم. وقد ساهم العديد من المعارضين الأرثوذكسيين (التقليديين / المحافظين) لفرويد، في الفهم الإنساني الناشئ للطبيعة البشرية.

**فألفريد أدلر Alfred Adler (1870-1937) (علم النفس الفردي)** طور علم نفس يؤكد على أن كل فرد يخلق نمط حياة يعكس "الخيال" المركزي أو الهدف الذي ينظم حوله الشخص حياته. وان البشر هم جزء لا يتجزأ من المجتمع، وأن تطوير شعور من الاهتمام الاجتماعي والشعور المجتمع أمر بالغ الأهمية النمو البشري. السلوك البشري هادف ومستقبلي المنحى، وليس فقط مدفوعة بالغريزة والآلية...

اما **كارل غوستاف يونغ Carl Gustav Jung (1875-1961) (رائد علم النفس عبر–الشخصي)** فقد أصر على صحة التجربة الروحية واستكشف رموز ونماذج الخبرة الإنسانية الموجودة لدى الشعوب البدائية وأديان العالم. ووصف حياة الإنسان على أنها ذات امتداد وأنها لا تكتمل أبداً في عملية التفرد والتكامل النفسي والروحي (يونج، 1961). ووصف الذات باعتبارها بنية أعمق وأقل عقلانية من الأنا، ودعا إلى أن البشر يسعون إلى الثقة ويقبلون الحكمة التي تظهر تلقائيا من الذات في الأحلام والصور والحدس.

**بالنسبة لأوتو رانك Otto Rank (1884-1939) (علم النفس الارادة)** فقد صاغ علم نفس الإرادة الذي عكس العديد من موضوعات نيتشه... ودرس عملية الإبداع الفني وخلص إلى أن كل حياة الإنسان، بما في ذلك العصاب، هي عملية خلق للذات... كما حدد رانك بطولة heroism الإنسان من حيث المرحلة الأكبر والأكثر خطورة التي يخاطر المرء بخلقها. ويجعل العصابيين أشخاصا [مقدسين] ويخلق حياة فردية مضمونة لإرضاء الآخرين. معظم الناس في بعض الأحيان ينخرطون في مثل هذه الحلول العصابية للحياة، "تهدئة" أنفسهم بالزهد trivial (بأشياء تافهة) من ناحية أخرى، يصل الإنسان البطولي إلى الأفق الأوسع، مهما كان غير مألوف، ويعيش حياة أكثر جرأة. مثل يونغ، أكد رانك على الروحانية باعتبارها واحدة من أوسع المراحل التي يمكن للإنسان أن يتكشف فيها الوجود. أكد رانك أن الإنسان "كائن لاهوتي" ...

**اما فيلهلم رايش Wilhelm Reich (1897–1957) (تحليل الشخصية والدرع الواقي)** الذي كان محللا نفسيا موهوبا، فقد حول اهتمام العلاج النفسي إلى استكشاف الشخصية والدفاعات النفسية. كما تم تطوير أعمال **آنا فرويد** في مجال الأنا وآليات الدفاع من الأبحاث المبكرة لرايش ... وفي وقت لاحق، قام رايش

بالتحقيق في الدروع الواقية للبدن "أو الدفاعات العضلية ضد المشاعر غير المقبولة والدوافع ... وفي نهاية المطاف، طور رايش وطالبه **ألكسندر لوين** مقاربة الطاقة البيولوجية، والذي يطبق مجموعة متنوعة من التقنيات لتسهيل إطلاق عميق ومنهجي لأي حواجز عضلية أو جسدية ضد مجموعة كاملة من التجارب العاطفية. وساهم العلاج بالطاقة الحيوية bioenergitics في التركيز الإنساني على علاجات الجسم ووحدة الجسم والعقل.

**التأريخ لعلم النفس الانساني:**

يمكن اعتبار الأعوام 1954 و1973 بمثابة السنوات الذهبية لحركة علم النفس الإنساني. تم اختيار هذه التواريخ كما يلي: في عام 1954، وضع ماسلو قائمة بريدية للمراسلات مع الأشخاص المهتمين بـ "الدراسة العلمية للإبداع والحب والقيم العليا والنمو والتطبيق الذاتي والإشباع للحاجات الأساسية". وفي عام 1973، كتب Misiak و Sexton كتابهم الأكاديمي المنظم الذي يصف علم النفس الإنساني كحركة كاملة.

من الأهمية الفورية لدورها الحاسم في التأثير على المفاهيم والصور الأساسية للوجهة الإنسانية هما اثنين من مساهمات أوروبية، **غولدشتاين** (1939) **وأنجيل** (1941)، والعديد من علماء النفس الأمريكيين، وخاصة **ألبورت** (1955)، **موراي** (1938)، **وميرفي** (1958). بدؤوا أعمالهم خلال سنوات 1930 و1940 واستمرت في سنوات 1950، وساهموا في [محاولة] فهم شامل لشخصية الإنسان، بالاعتماد على مبادئ الجشطالت الأوروبية وإعطاء الانتباه إلى الحركة التلقائية للفرد البشري نحو النشاط الذاتي والسيطرة على البيئة. كان غولدشتاين ألمانيًا، وكان أنجيال مجريًا تلقى تعليمه في النمسا وإيطاليا. كان البورت وموراي ومورفي أمريكيين ولكنهم تأثروا بالعلوم النفسية الشاملة لأوروبا خلال ثلاثينيات القرن العشرين.

**ولادة علم النفس الانساني:**

يعتبر **ابراهام ماسلو** (1908-1970) هو الشخص الوحيد المسئول عن انشاء علم النفس الإنساني. وقد ترجم توقا واسع النطاق لنوع مختلف من النظرية النفسية والممارسة في وجهة نظر متماسكة على علم النفس الإنساني، مع المجلات والمؤتمرات، والتنظيم الرسمي. وقد خدمت نظريته عن الذات وتحقيق الذات كأساس لعلماء النفس الإنسانيين اللاحقين.

إن علاج روجرز المتمركز حول العميل أو الشخص وعلم النفس الكشف عن الذات / الانفتاح النفسي / انفتاح الذات لسيدني جورارد، هي جزء من المفاهيم حول الحالات الشخصية الأكثر فائدة في إيقاظ وتفعيل الذات الداخلية. لقد تصور ماسلو علم النفس الإنساني كعلم نفس للشخص كله على أساس دراسة الأفراد المبدعين

الأصحاء والفعالين. وانتقد علماء النفس في وقته لقضاء الكثير من الوقت في دراسة الأمراض العقلية والبشر غير المعدلين وللسعي لشرح مستويات أعلى من الخبرة البشرية من خلال الآليات العصابية.

كما اقترح ماسلو (1973/1950) إجراء تحقيق في "العينات المتفوقة" كمسار لفهم أعلى إمكانات الطبيعة البشرية. تحول ماسلو تجريبيا لدراسة الأشخاص الذين تم تحريهم ذاتيًا وأنماط حياتهم، واختيار الأفراد الأحياء والموتى الذين أجهدوا طبيعتهم البشرية إلى أقصى حدودها.

وخلص ماسلو إلى أن أعلى مستويات الطبيعة البشرية تشمل القدرة على الإيثار الذاتي المتسامي، وما سيعتبره فيما بعد تجربة عبر الشخصية. وفي أوائل الستينيات، أسس ماسلو وزملاؤه، مثل أنتوني سوتيتش، حركة علم النفس عبر الشخصية، وهو فرع من علم النفس الإنساني مكرس لدراسة أعلى إمكانات البشر.

العلاج المتمحور حول العميل:

قدم كارل روجرز (1902-1987) الإطار السريري المركزي للعلاجات الإنسانية. وكشخص، قدم القيادة لثلاثة أجيال من الأطباء الإنسانيين. وقد أمضى روجرز حياته المهنية المبكرة في تحديد "الشروط الضرورية والكافية" التي تمكن البشر من النمو والتطور بشكل تلقائي. الشروط التي تحدد جوهر العلاج له هي: (أ) شخصين في اتصال عاطفي. (ب) واحد منهم، ودعا العميل، هو المضطرب. (ج) الآخر، المسمى المعالج، يظهر الصدق والتطابق مرتبط بعلاقة؛ (د) اختبار المعالج وعرضه/ اظهاره الاعتبار الإيجابي غير المشروط للعميل؛ (هـ) المعالج يحقق ويعبر عن فهم تعاطفي للعميل؛ و (و) يرى العميل الأصالة والإحساس الإيجابي والتعاطف مع المعالج. قام روجرز بتأسيس هذه الشروط، وسيقوم العميل بتحقيق نفسها بنفسه في اتجاهاته الخاصة.

العلاج الجشطالتي:

كان بيرلز (1893-1970) واحداً من العديد من الأفراد البارزين في الحركة الإنسانية. بعد تدريبه كمحلل نفسي في البداية، هرب بيرلز وزوجته لورا، التي كانت أيضًا محللة، من ألمانيا النازية ومارست في جنوب إفريقيا طوال الحرب العالمية الثانية، ثم انتقلت إلى الولايات المتحدة.

نص في كتابه الأول (بيرلز، 1969/1947) على هجرته بعيدا عن فرويد، وتعاونية لاحقة لعمل العلاج الجشطالتي ... رفعت راية العلاج الجديد كما يوحي العنوان، بيرلز ووجه على فهم شامل من علماء النفس الجشطلت الألمانية. ومع ذلك، كانت المقاربة الجديدة مدينة بنفس الدرجة لاتصالات بيرلس السابقة مع فيلهلم رايش وكارين هورني وكذلك لشخصية بيرلز الفريدة. وسار بيرلز "على الطريق" مع العلاج الجديد، حيث أجرى استعراضات حية من المواجهات القبلية والموجهة نحو الجسد من دفاعات المتطوعين.

وهناك ادوار للشخصيات الرئيسية الأخرى مثل وليام جيمس، جيمس بوغنتال، Erich Fromm، Rollo، May، George Kelly، Sidney Jourard، Amedeo Giorgi ، Erwin Straus وKen Wilber.

**علم النفس الانساني خلال القرن 21:**

لقد أوحى الإلهام الأصلي لعلم النفس الإنساني بزخمه الكبير خلال الخمسينيات والستينيات. ويستمر [حاليا] طلاب ماسلو وروجرز وجورارد وبيرلز وغيرهم في التدريس اليوم، ويشغل طلاب هؤلاء الطلاب، بدورهم، مناصب في هيئة التدريس وملء الجداول الزمنية في اجتماعات جمعية علم النفس الإنساني. في كل يوم، يساعد المعالجون النفسيون ذوو الوجهة الإنسانية المرضى المضطربين على اكتشاف شخصياتهم وتجديد مسارات تحقيق الذات. وتُظهر التحركات الأخيرة للتحرر النفسي التجريبي، والتجريدي الوجودي، والعلاج النفسي البنائي، والتحولات البنائية، استمرار طاقات الإنسان في العلاج النفسي ... الدور التحويلي في علم النفس في عالم مهدد، العلاجات التجريبية الإنسانية في عصر الرعاية المدارة "... ان علماء النفس والمعالجون من جميع الاتجاهات، حتى أكثرهم سلوكية، أكثر وعيا اليوم بالأبعاد الإنسانية للتغير الشخصي بسبب التأثير الدائم لعلم النفس الإنساني.

ولا يزال هناك تحدٍ يواجه جميع علماء النفس الموجودين على المستوى الإنساني: هناك حاجة مستمرة لتذكير المجتمع البشري والمهن المساعدة بكرامة وقيمة البشر، ويجب أن تظل الرؤية الإنسانية الأصلية ذات صلة في كل جيل جديد. العالم سيكون دائما في حاجة إلى أنسنة. وسيتعين تذكير علم النفس كعلم ومهنة في كل جيل من الأولويات الإنسانية وبالسعة الكاملة للطبيعة البشرية والإمكانات البشرية.