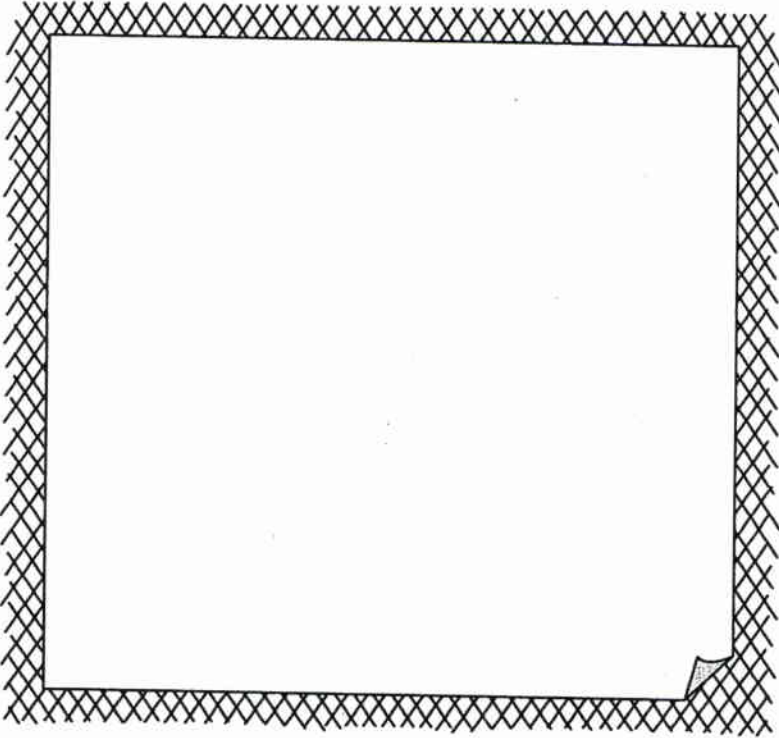


الفصل الثامن

العلاج الوجودي لفرانكل



إلى الشجاعة لتتعلم كيف نعيش من الداخل وان نعمل بمجد لاكتشاف خلق الجزء المركزي العميق في وجودنا والحفاظ علىه أحيانا يأتي المسترشدون ولديهم خوف من أنهم سوف يكتشفون انه لا يوجد لي وأنني في الحقيقة لا شيء وأنني ساجد نفسي صدفه فارغة وتجويف من الداخل وأنني لن أجد شيئا إذا نزلت أفنعتي .

كما يرى الوجوديين أن الإحساس بالوحدة يأتي عندما نعرف أننا لا نستطيع الاعتماد إلا على أنفسنا في إعطاء المعنى لحياتنا ونحن وحدنا يجب أن نقرر كيفية حياتنا فإذا كنا غير قادرين على احتمال أنفسنا في إعطاء المعنى الحقيقي لحياتنا ونحن وحدنا يجب أن نقرر كيفية حياتنا فإذا كنا غير قادرين على احتمال أنفسنا عندما نكون وحدنا فكيف نتوقع من غيرنا أن يستفيد من مصاحبتنا فقبل الحصول على علاقة فنييه مع الآخرين يجب أن تكون لنا علاقة مع أنفسنا يجب أن نصغي إلى أنفسنا وان نكون قادرين على الوقوف وحدنا قبل أن نقف بجديده إلى جانب الآخرين .

4) الدافعية: إن الدافع الأول والرئيسي للإنسان كما يراه فرانكل ليس السعي لسعادة أو السعي للقوة وإنما هو السعي للمعنى will -to-Meaning إنها تلهم الإنسان لما هو أكثر عمقا والسعي للمعنى هذا هو أهم ظاهرة تميز الإنسان عن غيره من المخلوقات البشرية الأخرى أن المعنى بالنسبة لفرانكل اكتشفت بواسطة الإنسان كما قال سارتر فالأشخاص يستطيعوا أن يعطوا معنى لحياتهم بواسطة إيمانهم لما يسميه فرانكل بالقيم Expetential -Values بواسطة اختيار الحق والخير والجمال. أو بواسطة معرفة كل إنسان فرد لفرديته كوحدة منفردة وعندما نؤمن بفردية الإنسان ووحدته نكون هنا قد أجبنا هذا الفرد في كل فرديته، وعندما تكون خبرات الإنسان يستطيع الإنسان أن يعطي معنى لحياته بواسطة الطريقة التي يواجه بها هذه الظروف الصعبة.

أن القيم التي تقود الإنسان تدفعه، وتقدم له الخيارات والقرارات، وفي كل موقف يختار ليتصرف بأخلاقية وهو لا يفعل ذلك ليشبع دافعا أخلاقيا، أو لينال ضميرا حيا فقط، ولكن من اجل أن يجد سببا يرضي به نفسه أو يرضي شخصا يحبه أو من اجل إرضاء نستطيع أن نقول أخيرا انه يجب أن لا يسأل الإنسان عن معنى

الحياة وإذا كان هناك طرق يوجه إليه السؤال فهو نفسه فكل إنسان سيوضح معنى حياته، ويستطيع أن يجيب عن هذا السؤال بكونه مسؤولاً. إن البحث عن المعنى أو إرادة المعنى هي الدافع وراء الوجود الإنساني بما فيه فردية وحرية الاختيار (Patterson, 1988).

الفراغ الوجودي والإحباط الوجودي:-

The existential vacuum and existential frustration

هناك شكوى عامة من أن معظم المرضى في أيامنا هذه حياتهم بلا معنى، وأن الحاجة لأدراك هذا المعنى هو أن نعيش لأجله، إنهم أسيرون لخبراتهم الذاتية الآتية من فراغهم الداخلي لأنهم بعيدون عن أنفسهم، وأنهم ما يسميه فرانكل الفراغ الوجودي إن المعاناة من الفراغ الوجودي هي نقطة البدء لعمل الأطباء النفسيين فهناك الكثير من المشاكل يجب أن لا يحفظ بها ويجب أن تحل وتعالج أن إحباط الإرادة نحو المعنى will-to-meaning هو إحباط وجودي أو كما قال فرانكل - أحيانا - يعوض عن هذا الإحباط بواسطة will of pleasure كونه مسروراً

وبهذا نستطيع أن نفسر أن الطاقة الجنسية تصبح أقوى من الفراغ الوجودي، إن الإحباط الوجودي ليس مرضياً وعصياً بالضرورة، إن المعاناة ليست دائماً مرضية كما يقول فرانكل وبحث الإنسان بمظاهر يأسه من عدم جدوى الحياة ليس بالضرورة مرضياً وإنما هي مثل روحية أن البحث وراء معنى للحياة فقد يؤدي إلى حدوث توتر نفسي وتبعد الشخصية نوعاً ما عن التوازن ولكن هذا التوتر ليس مرضياً انه ضرورة لصحته العقلية مبنية أساساً على درجة من التوتر الناشئ عن تحصيل الفرد فعلياً وما يطمح إليه تحقيقه أو الهوة بين ما هو عليه الفرد وما يود أن يكون عليه.

والخطأ الوجودي أن تبعد عن هذا الالتزام وأن يكون لنا الخيار بأن لا نختار ويمكن أن تقع في هذا الخطأ لنا فتصبح حياتنا محكومة بقوى خارجية وقال سارتر ' ما نحن إلا ما نختاره ' . (Corey,2001).

ويرى روسيسل (Rusesel, 1978) أن الحرية والمسؤولية يسيران جنباً إلى جنب فنحن الذين نكون حياتنا بمعنى أننا نخلق قدرنا وظروف حياتنا ومشكلاتنا. (الزويد، 1998)

الفصل الثامن

العلاج الوجودي لفرانكل

Existential Counseling Theory

بداياتها على يد رولومي

رولومي Rollo May :



ولد رولومي عام 1909 وعاش في بلدة صغيرة بالقرب من أوهايو انتقل رولومي هو وأسرته فيما بعد إلى فبشجن وتعلم في جامعتها حصل على شهادته الجامعية الأولى عام 1930 في اللغة الانجليزية . وكان لقاءه (بأدلر) في فينا يمثل بداية اهتماماته بالعلاج النفسي وفي سن الأربعين حصل على درجة الدكتوراه في علم النفس الإكلينيكي من جامعة كولومبيا 1949 وكان وعنوان

أطروحته (معنى القلق) يعد كتاب رولومي (علم النفس الوجودي) من المصادر الأساسية لنظريته عاش أواخر حياته في سان فرانسيسكو وتوفي هناك عام 1994.

النظرة إلى الإنسان :

تركيز الوجودية يذهب على وجود هذه الظاهرة التي تعد متأصلة في طبيعة البقاء وكل وجودي يعتقد أننا نواجه قرارات مهمة وصعبة وان نوعيه هذه القرارات

محكومته بمعرفتها وبالإطار المرجعي الذي اتخذت تلك القرارات ويعتقد الوجوديون أن الحياة إما أن تكون متألفة مشرقة، وإما أن تكون ضيقة معتمة وذلك تبعا لسلسلة القرارات التي نتخذها ويجب أن نقرر ما الحقيقي وما الزائف؟ ما الصحيح وما الخطأ؟ أي الأفكار التي يمكن قبولها وأيها التي ترفض ما الذي تعلمه والذي لا تعلمه. بالرغم من أهمية هذه القرارات فإن الوجوديين يعتقدون أنه لا توجد معايير أو قوانين موضوعية تحكمنا لدى اتخاذنا القرار ويجب على كل منا أن يحدد المعايير التي يقبلها والمعايير التي يرفضها، ومن وجهة نظر أخرى فإن كل منا بحاجة ولديه القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة والإنسان يفضل أن يعيش في عالم يكون له الحق في أن يتخذ قراراته حتى لو كانت غير صائبة.

يؤكد الوجوديون على الخبرة كظاهرة أساسية في دراسة الطبيعة الإنسانية وإن كلا من التغيرات النظرية والسلوك الظاهر يكون ثانويا مقابل الخبرة نفسها ومقابل معناها للفرد أيضا ويكون الأفراد أحرارا بشكل حقيقي فقط عندما يتعلمون عمل الخيرات والتعايش مع نتائجها. وهناك ست صفات لطبيعة الشخص الأصلي حدده (روللومي):

- 1) الناس متمكنون من ذاتهم، والقلق هو الطريقة الوحيدة التي يستخدمها الفرد لحماية مركز الوجودية .
- 2) الإنسان في حالة قلق منتظمة وفي مقاومه لذلك يمكن أن يدمر وجوده .
- 3) للإنسان شخصية مميزة لإثبات ذاته وهو بحاجة لان يحافظ تمرکز حول هذه الذات وهو يطلب الإرادة .
- 4) يستطيع الإنسان الانتقال من حالة التركيز حول ذاته إلى مشاركة الآخرين ولكن هذا الانتقال ينطوي على الأخطار .
- 5) الوعي يوجد الجانب الذاتي من التمرکز ويمكن أن يكون وعي الفرد ذاتيا للأشياء التي يتصل بها .
- 6) الشعور بالذات هو شكل للوعي لمعرفة الخطر والتهديد الداخلي . أضاف فرانكل Frankl صفة أخرى للصفات السابقة وهي :

البحث عن المعنى : (the Search for Meaning)

يعد الكفاح من اجل الإحساس بأهمية الحياة وغايتها من الصفات البارزة للإنسان وكثير من الصراعات الكامنة التي تدفع الناس إلى الإرشاد تتركز حول أسئلة وجوديه مثل : لماذا أنا هنا؟ ماذا أريد من الحياة؟ ما الذي يعطي حياتي معناها؟

والإرشاد الوجودي يزودنا بإطار عمل لمساعدة المسترشد في تحدي المعنى في حياته ويمكن للمرشد أن يطرح أسئلة على المسترشد مثل: هل تحب الاتجاه الذي تسير فيه حياتك؟ هل أنت سعيد بما أنت عليه الآن وبما ستكون عليه في المستقبل؟ إذ كنت لا تدري من أنت وماذا تريد لنفسك ماذا أنت فاعل؟ حينما يشعر الفرد أن العالم الذي يعيش به بلا معنى فإنه يكون في حيرة يتسأل هل يستحق مثل هذا العلم الكفاح في هو العمل أو حتى مجرد الحياة فيه؟ أن عدم وجود معنى للحياة يوقد إلى الفراغ أو إلى حالة أطلق عليها فرانكل الفراغ الوجودي (the existential vacuum).

القلق كشرط للحياة. Anxiety as condition of living.

ينشا القلق حينما يكافح الواحد من اجل البقاء ليؤكد على وجوده عندها لا يمكن تجنب القلق ويصبح حالة إنسانيه وبفرق المرشدون الوجوديون بين القلق الطبيعي والقلق العصابي ويعدون القلق مصدرا كامنا للنمو.

ويرون إن القلق الطبيعي هو استجابة مناسبة لحادثة تواجه الإنسان وهذا النوع من القلق لا يكبت ويمكن استخدامه كدافع للتغير أما القلق العصابي فهو على النقيض من القلق الطبيعي ولا يتناسب مع الموقف وهو وخارج الشعور ويعمل على تعطيل حياة الإنسان ولا يستطيع الإنسان العيش دون شيء من القلق .

وجهة نظر فرانكل للشخصية:

أولا: الموت ووجهة نظره فيما يتعلق بالموت كما يلي:

- 1- هناك صراع بين وعي الفرد بالموت ورغبته بالبقاء.
- 2- إدراك الموت هو جزء من الحالة الإنسانية ويعطيها أهمية للعيش وهو غير سلمي ويجعل الإنسان يأخذ الحياة بشكل جدي.

3-إنكار الموت يؤدي إلى قلق غير محدود.

4-الإنسان لكي يفهم نفسه يجب أن يواجه الموت ويكون على وعي به.

5-كون الحياة وقتية يعطيها معنى ولو لم تكن للحياة نهاية فكل شيء يمكن تأجيله وحتى القدر المحتوم له معنى والقدر هو الاختيار الأعظم لحرية الإنسان.

الهدف هنا هو زيادة وعي المسترشد بالموت عن طريق مواجهة الفرد بحقيقة الموت مثل أن يتخيل موته والناس يسرون بمجازته ويتخيل أنه توفي له قريب.

ثانيا: الحرية وأشار فرانكل إلى ما يلي:

1-الحرية كما يراها أن الإنسان مسؤول عن إبداع عالمه الخاص ومشاكل حياته واختياراته وأفعاله.

2-الحرية تتضمن مفهومين

أ-المسؤولية أي أن الفرد مسؤول أمام نفسه وضميره والعلاج الوجودي يجعل الفرد واعياً لمسؤوليته.

ب- الإرادة وهنا يهتم بفعل الرغبة أو وجود الميل لدى الفرد والإرادة هي الممر الموصل ويهتم بفعل القرار أي القدرة على اتخاذ القرار للمسؤولية.

ثالثا:العزلة هنالك ثلاث أنواع من العزلة.

أ- عزلة بين شخصية ناتجة عن عدم القدرة على بناء علاقات مع الغير.

ب- عزلة داخل الشخص هنا معزول عن أجزاء من نفسه باستخدام حيل الدفاع.

ج- عزلة وجودية أي عزلة الفرد عن الوجود وهي قسمان أما قدرة على المواجهة والاتجاه نحو الآخرين ثم صحة نفسية أو عدم قدرة على المواجهة وعدم الاتجاه نحو الآخرين ثم اضطراب نفسي وعدم الوجود يظهر في الموت الجسدي والإحساس بالاغتراب والفراغ والعزلة والوحدة، والعزلة تؤدي إلى الفراغ الوجودي أو الإحساس الذي يمر به الفرد ويفقد معنى الألم أو وجود الذات وتصبح الخبرات التي يمر بها لا معنى لها وهو يقود إلى حالة من القلق الدائم.

(7) القوة الأساسية في حياتنا هي البحث عن المعنى فكل فرد لديه معنى خاص ونفرد.

فرانكل Logo Therapy



المفاهيم الأساسية للنظرية:

(1) القدرة على الوعي بالذات: الإنسان قادر على الوعي بالذات والتبصر في معرفة أسباب حدوث سلوكه كلما كان وعيه بالذات وبأسباب السلوك اكبر كلما كانت احتمالات الحرية وقوة الاختيار لديه اكبر والتي يزيد الفرد من وعيه عليه أن يزيد من قدرته بشكل كامل ويصبح واعيا بما يأتي:

(1) إننا محدودين وليس لدينا الوقت غير المحدود لنعمل ما نريد في حياتنا .

(2) لدينا إمكانية للقيام بالعمل أو عدم القيام به .

(3) نحن نختار أعمالنا لذلك نستطيع جزئيا أن نخلق أقدارا.

(4) المعنى لا يأتي إلينا بشكل أوتوماتيكي وإنما هو نتائج بحثنا عن الهدف متفرد واكتشافنا له.

- (5) القلق الوجودي الذي هو أساس شعورنا بحريتنا يصبح جزءا أساسيا في حياتنا ما لم يزيد وعينا باختبارات وإحساسنا بالمسؤولية نحو نتائج هذه الاختبارات .
- (6) نحن هدف الإحساس بالوحدة والفراغ والذنب والعلة واللامعنى .
- (7) نحن نعيش وحدنا ولدينا الفرصة للارتباط بالآخرين .
- (2) الحرية المسؤولة:

الوجودية ترى أن لدى الناس الحرية في اختيار من البدائل ولهم الدور كبير في تشكيل أقدارهم ولكن لا خيار لهم في وجودهم في هذا العالم فالطريقة التي سيعيش عليها الفرد وما سيكون عليه ونتيجة اختياره وبما أن الحرية مواقع أساسيه في حياتنا فيجب علينا أن نقبل بحمل مسؤولية توجيه حياتنا ولا يجوز أن نتجنب هذه الحقيقة بإعطاء مبررات حينما نتحدث عن قدرنا السيئ أو خطئنا العاثر ترى الوجودية بأننا مسئولون عن حياتنا وأعمالنا وعن فشلنا بالقيام بالأعمال ويرى (سارتر) أننا محكومين بالحرية وأنا يجب أن نلتزم بالاختيار لأنفسنا والخطأ الوجودي أن نبتعد عن هذا الالتزام وان يكون لنا الخيار بان لا نختار ويمكن أن تقع في هذا الخطأ حينما لا تتوفر لدينا الثقة بان نختار مما يعطي للآخرين فرصة الاختيار لنا فتصبح سياستنا بقوى خارجية وقال سارتر ما نحن إلا ما نختاره .

(3) الكفاح من اجل الذاتية والعلاقات الأخرى :

يسهم الناس بالاحتفاظ بتفردهم وتمركزهم حول الذات وفي الوقت نفسه لديهم اهتمام بالانطلاق خارج أنفسهم للارتباط بالآخرين وبالطبيعة من حولهم ويجب على كل واحد منا أن يكتشف نفسه بمعنى أن يجد نفسه هذه ليست عملية أوتوماتيكية بل نحتاج إلى شجاعة ونحن في الوقت نفسه نعمل بقوة للارتباط بالآخرين ولكن المشكلة لدى الكثيرين هي أننا نطلب التوجهات من أشخاص لهم أهمية في حياتنا ونطلب منهم الأجوبة على كثير من تساؤلاتنا وقيمنا وأفكارنا ونثق بهم أكثر مما نثق بأنفسنا.

كما إننا نخون أنفسنا عندما نكون كما يتوقعه الآخرون منا وان وجودنا عند ذلك يصبح تبعا لتوقعات وبذلك نصبح غرباء عن أنفسنا. يرى الوجوديين أننا بحاجة

رابعاً: البحث عن المعنى أو اللامعنى

الصراع يأتي من انه مهم وان لحياته معنى ما أنا ماذا أريد من الحياة كيف أستطيع أن أعطى حياتي معنى وهدف هل ترغب في الاستمرار في الاتجاه الذي سائر به الآن من أين تأتي مصادر المعنى لحياتي وهنا يقوم المرشد بزيادة وعي المسترشد لمعنى حياته.

السلوك السوي:

- 1) يستطيع الفرد تطوير علاقات ذات معنى.
- 2) يستطيع الفرد تطوير استجابات مناسبة نحو نفسه والآخرين فالفرد مهندس لحياته الحاضرة.
- 3) يتطور القلق السوي وهو يتناسب مع الموقف ولا يؤدي للكبت صحي ومفيد.
- 4) يتطور الشعور بالذنب السوي وهو يرهف إحساسنا بالجانب الأخلاقي من سلوكنا.

كيف يحدث السلوك المضطرب من وجهة نظر الوجودية؟

- 1- منذ الطفولة يختار بديل أن لا أكون.
- 2- يؤدي إلى قلة المشاركة مع العالم الخارجي وغياب الوعي الذاتي.
- 3- نتيجة لذلك تتولد مشاعر قلق.
- 4- يؤدي ذلك إلى الاضطراب.
- 5- أسباب الاضطراب هي: الخوف والقلق والعدوانية والشعور بالذنب.
- 6- تتشكل الهموم النهائية وتتطور بشكل غير سوي.

أهداف الإرشاد:

الهدف الأساسي للإرشاد الوجودي هو تمكن الأفراد من قبول الحرية المخفية والمسؤولية في العمل ويطلب من المسترشدين معرفة الطرق التي لا يعيشونها بأصالة

كاملة وان يقوموا بعمل خيارات تجعلهم يكونون كما هم. وأشار كاننجهام Cunningham وبيترز Peters إلى ستة أهداف يسعى إليها الإرشاد الوجودي وهي:

- 1) جعل المسترشدين أكثر وعيا بوجودهم.
- 2) إظهار تفرد المسترشد.
- 3) تحسين مواجهات المسترشد بالآخرين.
- 4) تقوية الحرية لدى المسترشد .
- 5) تقوية المسؤولية.
- 6) مساعدة المسترشد في أن يجد معنى للحياة .

دور المرشد :

يهتم المرشد الوجودي بشكل أساسي بفهم العالم الذاتي للمسترشد لكي يتمكن من مساعدته في الحصول على فهم جديد للعالم فهو يركز على الحاضر وعلى إقامة علاقة صادقة ومتعاطفة مع المسترشد حتى يتمكن من اكتشاف الذات الحقيقية للمسترشد وتسعى هذه العلاقة إلى جعل المسترشد أكثر وعيا بذاته ومن خلال العلاقة يعرف المسترشد إمكاناته. ومعظم المرشدين الوجوديين لا يعتقدون أن الإنسان فيه جانب شعوري وجانب لا شعوري أن التغيير يحدث لدى الإنسان عندما:

- 1) يحدث لديه تبصر وفهم للأساليب الوجودية بشكل ينسجم مع نمو الإحساس بالاختيار والحرية .
- 2) تكون هناك مواجهة بين المرشد والمسترشدين في أثناء عملية الإرشاد.
- 3) ينقل المسترشد إمكاناته إلى الوجود وهذه هي عملية الانفتاح وتحقيق الذات والوجود واختبار الإمكانيات .
- 4) تحدث مواجهة داخلية بين المسترشد وبين إمكانات الوجود العميقة في داخله .
- 5) يتحرر المسترشد من بناء شخصيته وذاته وذلك عندما يدخل بكليته إلى الوجود العميق إلى الخبرات الأكثر عمقا .

(6) يفتح المسترشد على عالم جديد عندما يبني مواقف حياته جديدة وعندما يغامر بطرق عملية جديدة للوجود في عالم بناء بنفسه .

طبيعة العلاقة بين المرشد والمسترشد:

أهم ما فيها تشكيل علاقة بين شخصين فالإرشاد هنا عند الوجوديين هو مواجهة ذاتية تتم بين شخصين لكل منهما أدواره الخاصة به

مراحل العلاج الوجودي:

(1) المرحلة الأولى: وتشمل عملية الاسترجاع ومنها يساعد المرشد المسترشد على تحدي وتوضيح المسلمات الأساسية للحياة .

(2) المرحلة الثانية: وتشمل عملية الاستبصار وفيها يشجع المرشد المسترشد على فحص مصدر المصادقية للنظام القيمي .

(3) المرحلة الثالثة: وتشمل على عملية التنفيذ وفيها يتم مساعدة المسترشد على وضع ما تعلمه عن نفسه موضع الفعل. (أبو عطية، 1997)

الأساليب العلاجية الوجودية:

(أ) أسلوب المفاهيم والمعاني المتناقضة ويتضمن ما يلي :-

- استبدال الانفعالات الغير الصحيحة ويعني استبدال الإنفعالات الخاطئة

بالانفعالات الصحيحة ويسميه فرانكل بالتراجع إلى الإنفعال السليم ففي حلة

القلق التوقعي يظل القلق يقوي حتى يصبح وكأنه هو العصاب في الوقت الذي

يكون القلق أساسي هو العصاب الذي يقل تدريجياً وهذا الأسلوب لا يعتمد على

مواجهة القلق والهروب منه إنما على تغيير اتجاه المريض وليس تغيير السلوك وهذا

الأسلوب يشجع لكي يرى أعمال نفسه ويتبين ما بها وبالتالي يؤدي إلى كسر

الدائرة غير السليمة في أعماقه مما يدفعه إلى التخلص من الأعراض .

- النظر إلى الموقف ككل . مساعدة المسترشد على أن يتعامل مع كل المعاني حتى لو

كانت متناقضة .

ب) أسلوب خفض التفكير : يقوم هذه الأسلوب إلى تفسير أسباب الفشل عند المسترشد لتحمل ولزيادة ثقته بنفسه وتركيز تفكيره واهتمامه في الحياة المليئة بالمعاني والقيم والملائمة مع إمكاناته الشخصية وبالتالي تحويل النشاط الخاطى إلى نشاط سليم .

ت) أسلوب المواجهة أو أسلوب لماذا لا ؟

ويهدف إلى تفسير أساليب الفشل عند المسترشد لجعل حياته سعيدة ولزيادة ثقته بنفسه، ويقوم هذا الأسلوب على الاستفسار عن المرشد لماذا لا؟ إذا كنت وحيدا لماذا لا تجد أصدقاء؟ إذا كنت غير مقتنع بوظيفتك لماذا لا تجد لنفسك وظيفة أخرى تنجز فيها بصورة أفضل ؟ ومن خلال الأسئلة سيواجه المسترشد الفشل لبحث عن أشكال أخرى من الوجود ذو المعنى ؟

ث) تمرين الضحك.

التطبيقات الإرشادية:

تعد نظرية الإرشاد الوجودي من أكثر النظريات صعوبة وتعقيدا وغموضا ولم يصل الإرشاد الوجودي إلى مستوى تشكيل نظرية متكاملة بل هو عبارة عن بعض الأفكار والمبادئ التي يمكن أن يستنير بها المرشد والتي تكون قابلة لتطبيق مع بعض الحالات فقط وقادرة على تحقيق النجاح فيها وبرغم ذلك فإنه يمكن تحديد إبعاد هذه النظرية في الإتجاهات التالية:

أولاً:- تهتم هذه النظرية بالتأكيد الوجودي على أهمية الإدراك الإنساني والوعي الشعوري.

ثانياً:- تركز على الأهمية الممنوحة لتقدير الفرد ولقدرتها على التأثير بالإحداث الخاصة بها.

ثالثاً:- تهتم بتكامل الذات مع البيئة .

رابعاً:- تؤكد على الدور الذي يلعبه الإنسان وتوقعاته إذا يلعب الإدراك الإنساني دورا مهما في تخطيط أمور الفرد وشؤونه (اوسيبو، والش، 1992) وتحاول هذه

النظرية أن تدعم خبرات الفرد بعالمه وتعمل على زيادة ارتباطه بالحياة عن طريق التركيز على وجوده الحالي. وفيما يأتي تلخيص لبعض المبادئ ذات العلاقة بالتطبيقات الإرشادية:

- أ- ترى الوجودية أننا كمخلوقات إنسانية قادرين على وعي الذات التي هي القدرة المميزة التي تتيح لنا أن نفكر ونقرر وبهذا الوعي نصبح كائنات حرة .
- ب- يولي الإرشاد الوجودي أهمية كبيرة للعلاقة الإرشادية لأنه يفترض أن نمو المسترشد يحدث من خلال المواجهة التي تتسم بالأصالة وان التقدم في حالة المسترشد لا تعود في الأصل إلى الأساليب الإرشادية التي يستخدمها المرشد وإنما إلى نوع العلاقة التي تقوم بين المرشد والمسترشد .
- ج- وبما أن هذه النظرية تهتم بشكل أساسي بقضايا مثل أهداف الإرشاد والشروط الأساسية للوجود الإنساني والإرشاد كرحلة مشتركة فان المرشدين ليسوا مقيدين بأساليب وتقنيات محده إذ يمكنهم تطبيق أساليب تستخدم في نظريات أخرى.
- د- يحتاج الإرشاد الوجودي إلى فهم كامل لفلسفة الوجودية التي لم تعن بالأصل بالإرشاد النفسي أو الممارسة التطبيقية لأفكارهم النظرية والفلسفية وتتضمن هذه الفلسفة أفكارا تتسم بالغموض وصعوبة الفهم ولهذا لا نجد للإرشاد الوجودي طرقا خاصة به بل يستعير في كثير من الأحيان طرقا إرشادية من النظريات الأخرى. (الخطيب 2003)

نقد وتقييم النظرية الوجودية :

أن طريقة العلاج الوجودي تركز على المعاني عند الإنسان هذه المعاني ذات طبيعة روحية وفلسفية وتتمثل مشكلات المعاني في عدة مجالات مثل معنى الموت والمعاناة.... الخ أن هذه المشاكل تنعكس في الإحباط الوجودي أو في عدم وجود معنى الحياة . إن الإحباط الوجودي قد يكون موجودا دون إن يكون هناك عصاب أو ذهان ولكن قد يؤدي هذا الإحباط الوجودي إلى الذهان ونستطيع القول أن العصاب والذهان دائما لهما أساس وجودي أن العلاج الوجودي موجه للإحباط الوجودي وللأساس الوجودي في الذهان والعصاب أن العلاج الوجودي يتعامل مع العلاج

الفلسفي للمريض وكذلك مع مشاكله الروحية وقد ظهر أن هناك أسلوبين رئيسين في العلاج هما : (De Refliecton,paradoxical intention)

إن الأسلوب الأول يشجع المريض لكي ينظر إلى أعمال نفسه ويتبين ما بها هذا من شأنه أن يكسر قيد الدائرة الفاسدة وغير السليمة في أعماقه ويقوده بدلا من ذلك للتخلص من الأعراض ولكن يجدر بنا القول هنا إن هذين الأسلوبين يبلغان النجاح تماما عندما يزيحان الأعراض جانبا ويتخلصان منها، ولكن هناك أمراض كثيرة لم يجز التلميح إليها من المتوقع أن ينجح هذان الأسلوبان في علاجهما.

ويرى فرانكل أن الأساس الروحي هو البعد المهم للإنسان وهو مختلف عن الأساس السيكولوجي وبهذا نرى أن العلاج الوجودي يتعامل مع المشكلات الروحية والفلسفية للإنسان. أن كثيرا من المفاهيم التي تعتبر أهدافا في الاتجاهات العلاجية الأخرى مثل مفهوم تحقيق الذات واحترامها.... الخ، تعتبر هذه المفاهيم مؤثرات فقط على النمو والتطور في العلاج الوجودي . إن القيمة الإنسانية الأساسية للعلاج الوجودي هي التقبل المنفتح للمشاكل الفلسفية بما فيها الأهداف والقيم التي تهم المرشد في العلاج لكن العلاج الوجودي لم يفصل اثار بعض المفاهيم الوجودية فالعوامل التي يعيش فيها الإنسان هي نفسها التي يخضع لها المعالج والمريض بغض النظر عن الوضع والموقف الراهن لكل منها ناهيك عن التأثير المتوقع على العلاقة الإرشادية. (Patterson, 1986& frank, 1960 & الزبود، 1998).