

المحاضرة 1

(١) مقدمة في الإرشاد والتوجيه: التعريف بالتوجيه والإرشاد – التوجيه والإرشاد النفسي من منظور إسلامي.

تاريخ التوجيه والإرشاد النفسي

التوجيه والإرشاد بمعناه الواسع قديم قدم العلاقات الإنسانية، فمن طبيعية الإنسان أن يحكى مشكلاته. الشخصية لأقاربه وأصدقائه ومعارفه فيلقى مشاركة وجدانية واقتراح حلول لهذه المشكلات. ومعنى هذا أن الإرشاد النفسي يمارس منذ القدم ولكن بدون مصطلح وبدون الإطار العلمي الحالي أو في شكل توجيه أو إرشاد مصاحب.

وترجع بدايات التوجيه والإرشاد إلى أكثر من مائة عام عندما انفصل علم النفس عن الفلسفة وبدأت الدراسات العلمية لعلم النفس، وظهور علم النفس التطبيقي.

بدأ الإرشاد النفسي بصورة واضحة من خلال ظهور كتاب وليامسون عام 1939 بعنوان كيف ترشد الطلاب وفي الأربعينات ظهرت مفاهيم التحليل النفسي على يد سيجموند فرويد والاهتمام بالصحة النفسية والعلاج النفسي، وفي الخمسينيات ظهر الإرشاد غير المباشر على يد كارل روجرز بظهور كتابه الإرشاد والعلاج النفسي عام 1942 (المعروف، 1980).

ظهر مصطلح علم النفس الإرشادي والمرشد النفسي في مؤتمر لجنة متخصصة في جامعة مينسوتا بعلم النفس، تبع ذلك أنشأ أول قسم للإرشاد النفسي عام 1954م، حيث تم إدخال موضوع الإرشاد النفسي ضمن مقررات علم النفس التربوي في الجامعات (عقل، 2000).

بداية التوجيه والإرشاد النفسي :

الإرشاد والتوجيه خدمة نفسية تقدم للأفراد والجماعات للوصول الى التوافق الذاتي والصحة النفسية للفرد والجماعة في ظل التقلبات الحياتية والبيئية والاجتماعية التي يعاني منها الفرد خلال مسار حياته وفي كل المراحل النمائية المتتالية والمتتابعه، وتوجه الخدمة الى الذين مازالوا في مستوى المجال السوي والصحي التوافقي الا انهم يواجهون مشاكل ذا صبغة انفعالية وجدانية حادة ويواجهون مشاكل تعمل على عدم توافقهم وتجانسهم مع مجريات الحياة وعاجزون عن حل المعضلات وينشدون المساعدة والعون من الآخرين .

تعريف التوجيه: Guidance

وردت تعاريف عديدة لهذا المصطلح منها:

تعريف ميلر: Miller بأنه العملية التي يتم من خلالها تقديم المساعدة للأشخاص من أجل أن يصلحوا أنفسهم واختيار الطريق الصحيح وتعديل سلوكهم بهدف الوصول إلى الأهداف التي تصح مسارهم في الحياة (Miller: 1978)

تعريف مورنتس ويعرفه على أنه عملية مساعدة الطالب وتهيئة الفرص وتوفير خدمات معينة بما يمكن الفرد من تنمية قدراته وإمكاناته (مورنتس : 1965 .

وعرفه (الشناوي ، 1995) بأنه المساعدة التي تقدم للأفراد لاختيار ما يناسبهم على أسس سليمة ، وكذلك ليحقق التوافق في المجالات المختلفة للحياة .

وعرفها (القرعان ، 2005) بأنها مجموعة من الخدمات تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ومشاكله ، ويستقل إمكاناته الشخصية وإمكانات بيئته ، ويختار الطرق المحققة لها أقصى ما يمكن أن تبلغه من النمو والتكامل في شخصيته .

تعريف الارشاد :

هي العملية المهنية الفنية المتخصصة ، التي تتم وفق خطوات محددة محكومة بزمان ومكان محددين يتم من خلالها مساعدة المسترشد في النمو ، والوصول بإمكاناته إلى أقصى درجة ممكنة ، وفقاً لحاجاته وميوله واتجاهاته وقدراته ، من خلال علاقة تفاعلية دافئة ، بينه وبين مرشد مؤهل ، مدرب راغب ، قادر على تقديم المساعدة الفنية ، بهدف تطوير سلوك المسترشد وفهمه لنفسه ومشكلاته ، وأساليب تعامله مع الظروف والمواقف والمشكلات التي يواجهها ، تحقيقاً لصحته النفسية(السفاسفة ، 2003) .

الارشاد النفسي :

عرف الارشاد النفسي تعريفات كثيرة منها :

عرفه ماهر (1984) بأنه عملية تعليمية تساعد الفرد على أن يفهم نفسه من خلال التعرف على الجوانب الكلية لشخصيته ، حتى يتمكن من اتخاذ قراراته بنفسه، وحل مشكلاته بموضوعية مجردة مما يسهم في نموه الشخصي وتطوره الاجتماعي والتربوي والمهني .

التوجيه والإرشاد الاسلامي

رغم إن التوجيه قديم قدم الإنسان إلا انه لم يأخذ هذه التسمية الموجودة في الوقت الحاضر ولم يكن له إطار علميا وفق للنمو البشري وطبيعة الإنسان وتعود بداية الإرشاد إلى بداية الدعوة الاسلامية حينما أشار القران الكريم في مواضع عديدة إلى موضوع الإرشاد ومن ذلك ما ورد في سورة الأحزاب (**يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا (45)**) حيث كان الرسول الكريم محمد صلى الله عليه وسلم موجهًا ومرشدًا في آن واحد وقد ورد ذلك في قوله تعالى :{هو الذي بعث في الأميين رسولاً منهم يتلو عليهم آياته ويزكيهم ويعلمهم الكتاب والحكمة وإن كانوا من قبل لفي ضلال مبين} (الجمعة :2).

ويتضح مدى الاهتمام بالإرشاد في الاسلام من خلال الاهتمام بإطاعة الله ورسوله الكريم وكما في قوله تعالى: {من يهد الله فهو المهتد ومن يضلل فلن تجد له وليا مرشدا} الكهف: 17 حيث كان القران الكريم دستور المسلمين ورمزاً لهم في توحيدهم وثقافتهم مستنيرين بما ورد فيه من تعاليم وإرشادات خلقت للبشرية تراثاً ضخماً من العلوم والمعارف في شتى الميادين (المدرس ، 2001) .

مفهوم الإرشاد في الدين الإسلامي:

لقد ورد في القرآن الكريم لفظ إرشاد والرشد في مواقع كثيرة من الآيات حيث قال تعالى: "قل أوحى إلي أنه استمع نفر من الجن فقالوا إنا سمعنا قرأناً عجياً يهدي إلى الرشد فآمنا به ولن نشرك بربنا أحداً" (الجن:1) وفي آية أخرى يقول سبحانه وتعالى: "من يهده الله فهو المهتد ومن يضلل فلن تجد له ولياً مرشداً" ففي الآية الأولى هناك إشارة إلى أن القرآن يهدي إلى الرشد؛ أي إلى الإيمان وإلى سلوك الطريق الصحيح ، وإلى توحيد رب العباد أما في الآية الثانية فقد وردت كلمة مرشداً بمعنى الذي يتم النصح والهداية (العزة 2005).

عالج المسلمون موضوعات الإرشاد والصحة من خلال دراستهم لعلاقة الإنسان بربه والناس ونفسه وأهتم العلماء وفقهاء المسلمين بدراسة حسن الخلق والتربية الأسرية والمدرسة والمسجد من خلال تفسير القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة جاعلين منها أهدافاً لتنمية دوافع الهدى وكبح دوافع الهوى وتحقيق التوازن بين تلك الدوافع بما فيها مطالب الجسد والروح ليعيش الإنسان وهو مطمئن بالقرب من ربه وليشعر بالرضا والسعادة مع نفسه ومع الآخرين في حياته ومماته (الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (28) (الرعد:28) .

التوجيه والإرشاد في الفكر الإسلامي:

عندما نتأمل الفكر الإسلامي نجد أنه مليء بمثل هذه الخدمات، حيث أن الإسلام منهج شامل للحياة يحقق للناس السعادة والطمأنينة والرضا ويرشدهم إلى الطريق الأمثل لتحقيق الذات والارتقاء بالنفس إلى مدارج الكمال الإنساني، ويحتوي الفكر الإسلامي في مصادره الأصلية والفرعية كثيراً من الفكر الإرشادي الذي يقدمه للناس .

- ويمثل الإرشاد في الإسلام جزءاً من مهمته في بناء الإنسان السوي، بل اعتبر الإرشاد من أفضل الأعمال عند الله لأنه يحقق نفعاً للناس وقضاء لحاجاتهم وحلاً لمشكلاتهم، فهو واجب على كل مسلم وخاصة أصحاب العلم منهم ، والإسلام رسالة سماوية أنزلها الله تعالى لتكون هداية وإرشاد للناس لتخرجهم من الظلمات إلى النور، فقد قال الله تعالى في حق سيدنا إبراهيم عليه السلام "قد كانت لكم أسوة حسنة في إبراهيم والذين معه إذ قالوا لقومهم إنا براء منكم ومما تعبدون من دون الله" (المتحنة:4) وقال تعالى: "إنا أرسلناك شاهداً ومبشراً ونذيراً" (الفتح:8) فقد أرسله الله لإرشاد الناس إلى طريق الهدى والاستقامة وصددهم عن الغي والضلال، وقال تعالى: "كنتم خير أمة أخرجت للناس تأمرون بالمعروف وتنهون عن المنكر" (آل عمران:110).

وبرزت جهود علماء المسلمين في الحديث عن هذا الموضوع أمثال الغزالي وابن القيم وأبن رشد وابن سينا وأبن خلدون وغيرهم ، فنجد أن ابن حزم وضع منهجاً في الإرشاد التربوي حيث رأى أن قدراً من الثقافة يبدأ مع الطفل في سن الخامسة فيعلم مبادئ القراءة

والكتابة والخط والقرآن ثم يتدرج المتعلم في علوم اللغة والأدب والرياضيات، ووجه نصائح للمربين بعدم توجيه المتعلمين في البداية إلى التعريفات والقوانين بل بأخذ مسائل العلم واحدة بعد الأخرى حتى نصل إلى القوانين ، ومراعاة عقول المتلقين إقتداء بما روي عن الرسول صلى الله عليه وسلم "نحن معاشر الأنبياء امرنا أن ننزل الناس منازلهم ونكلمهم على قدر عقولهم

وقال الغزالي في استعمال اللوم والعقاب لا تكثر بالعقاب في كل حين فإنه يهون عليه سماعه ، وفي مجال الإرشاد الأكاديمي أوضح ابن تيمية أنه يجب توجيه المتعلمين إلى أربع مجالات وهي:

١ . العلوم الدينية .

٢ . العلوم العقلية (الرياضيات والطب والأحياء والعلوم الإنسانية).

٣ . العلوم العسكرية.

٤ . الصناعات والمهن (هشام واخرون ، 1995).

المحاضرة 2

الحاجة إلى التوجيه والإرشاد - أهداف التوجيه والإرشاد

مما يؤكد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد بعض المتغيرات ومنها :

يمر الإنسان في بعض الفترات من حياته إلى صدمات متعددة ومراحل حرجة يكون فيها حاجة إلى طلب العون والمساعدة من الآخرين مهما كان الإنسان فهو بحاجة إلى الآخرين وهي من مطالب النمو مما يتطلب التوجيه والإرشاد .

التغيرات الاسرية :

تتعرض الاسرة لظروف وتغيرات مفاجئة وتغيرات غير مرغوبة بسبب ظروف المجتمع ومتطلبات الحياة في الوقت الحاضر مما يستوجب انفصال الأبناء عن الاسرة أو خروج المرأة إلى العمل أو وفاة أحد الوالدين أو الغياب نتيجة السفر أو السجن أو انخفاض مستوى الطالب التعليمي مما يجعلها تحتاج إلى خدمات الإرشاد والتوجيه (محمود 1998) .

التغيرات المصاحبة لنمو الفرد

يمر الإنسان خلال مراحل النمو المختلفة بفترات يتعرض لتغيرات جسمية واجتماعية وعقلية وقد يصاحبها مشكلات لا يستطيع أن يتجاوزها مما يجعله يشعر بالحاجة إلى مساعدة الآخرين للتغلب عليه وقد تكون مشكلات لا تتعلق بالنمو وإنما تتعلق باختيار المهنة واتخاذ القرارات المتعلقة بحياته مما يجعله بحاجة إلى مساعدة من هم مؤهلين لتقديم تلك المساعدة .

التغيرات في مجال التعليم :

شهد التعليم تطور كمياً ونوعياً ملحوظاً في مناهجه وأهدافه وأساليبه وطرقه وفي شتى مجالات الحياة الانسانية للفرد . بحيث أصبح الانسان محور العملية التعليمية العملية وأصبح بإمكانه أن يختار ما يتمشى مع ميوله وقدراته ليحقق بذلك دوره الفعال في العملية التعليمية .

كما اصبح للمؤسسة التعليمية دور كبير في تشكيل سلوكيات وقيم الافراد المنتسبين اليها .

كل ذلك زاد من حاجة الافراد للتوجيه والإرشاد النفسي ودعوتهم لأن يكون التوجيه والإرشاد جزءاً لا يتجزأ من العملية التربوية ومطلباً ملحاً لتحقيق الأهداف التالية

١ . مساعدة الشخص في التعرف على ما لديه من قدرات واستعدادات وتوجيهه الى نوع التعليم الذي يتناسب مع ميوله وقدراته .

٢ . اكتشاف حالة التأخر او الضعف الدراسي وتقديم الخدمات والبرامج الارشادية المناسبة

٣. الاهتمام بالمتفوقين والموهوبين من الافراد والعمل على تنمية ما لديهم من امكانات بما يعود بالنفع عليهم وعلى مجتمعهم باعتبارات التقدم والارتقاء في المجتمع (طه 2004).

اهداف التوجيه والارشاد النفسي :

تباينت اهداف التوجيه والارشاد النفسي تباينا واسعا نتيجة تعدد التخصصات فيه ، فهناك الارشاد التربوي ، والتوجيه والارشاد المهني ، والارشاد الاسري ،وتوجيه وارشاد الفئات الخاصة، وارشاد الاطفال ، وارشاد الشباب والمراهقين، وارشاد كبار السن ... الخ . ونجد ان اهم هذه الاهداف هي:

1-المحافظ علي صحة الفرد النفسية في احسن وضع ممكن:

تتأثر الحالة النفسية للانسان بصحته الجسمية ،والعقلية والاجتماعية كما تتأثر بعادات المجتمع وتقاليده ، وبالتغيرات التي يتعرض لها المجتمع .

والتوجيه والارشاد يعملان علي مساعدة الفرد علي تحمل مسؤولياته لينمو نموا سليما ليتمكن من الوفاء بحاجاته ومتطلباته ، وان يعيش حياة نفسية سليمة بعيدة عن التهديد ،وما يشوبها من اضطرابات ناجمة عن سوء التوافق او عن كليهما

2- مساعدة المسترشد علي توجيه نموه وتنمية طاقاته:

فالتوجيه والارشاد يهدفان الي مساعدة الفرد(المسترشد) علي توجيه نموه نحو المسارات الصحيحة، سواء عن طريق ازالة العقبات التي تقف في طريق النمو ، ام عن طريق مساعدته علي اكتشاف طرائق جديدة للنمو والابداع.

كما يسعى التوجيه والارشاد الي توفير الفرص المناسبة للمسترشدين لتنمية طاقاتهم وامكاناتهم الي اقصي حد ممكن يحسن من فاعليتهم الشخصية ، ويتعلمون كيفية التغلب علي السلوكيات غير المقبولة مثل التدخين والخجل والقلق والاكتئاب ... وغيرها.

3-مساعدة المسترشد علي احداث تغيير ايجابي في سلوكه:

يهدف التوجيه والارشاد الي مساعدة المسترشد في احداث تغيير ايجابي في سلوكه من دون اكراه .

فالمسترشد يجب ان يشعر بمشكلاته ، ويسعي الي طلب التغيير بنفسه ، ويعمل ما بوسعه للتغلب علي السلوك غير المرغوب ، او مواجهته بمساعدة المرشد الذي يعمل علي تهيئة الظروف المناسبة للوصول الي تغيير ايجابي في سلوك المسترشد ،مما يمكنه العيش في حياة اكثر انتاجية، او اكثر رضا، وفي مناخ نفسي بعيد عن القسر والتهديد

4-زيادة مهارة المسترشد في التعامل مع المشكلات :

يعمل التوجيه والارشاد علي مساعدة المسترشد الذي يعاني من مشكلات تربوية ونفسية او اجتماعية او مهنية ،او..... علي زيادة مهارته في مواجهة المواقف الضاغطة ، والمشكلات التي تعترضه ، حتي يتمكن من تحقيق التوافق السليم مع نفسه ومع الاخرين.

5-مساعدة المسترشد علي تحسين علاقته مع الاخرين:

فقد تكون المشكلات التي يواجهها بعض المسترشدين ناتجة عن علاقاتهم بالآخرين ، فقد تكون صورة الذات عند المسترشد منخفضة ، مما يجعله يتصرف بأسلوب دفاعي اثناء تفاعله مع الاخرين .

كما ان مهارات المسترشد الاجتماعية قد تكون ضعيفة ، سواء اكانت في المدرسة ام في العمل ، ولذلك فان واجب المرشد هو مساعدة المسترشد بجعله اكثر فاعلية في علاقاته الشخصية مع الاخرين.

6-تحقيق الذات لدي المسترشد:

يهدف التوجيه والارشاد الي مساعدة المسترشد علي تحقيق ذاته، اي ان يكون ما يستطيع ان يكون،سواء اكان هذا الشخص عاديا او متفوقا ، ام متخلفا دراسيا ، وذلك من اجل ان يرضي عن ذاته ويتقبلها بشكل صحيح.

7-تحسين العملية التربوية :

تعد المدرسة من اكبر المؤسسات التربوية التي يمارس فيها التوجيه والارشاد النفسي ، حيث تكون مهمته في المدرسه تهيئة مناخ نفسي صحي مناسب للطلاب بما يتيح لهم افضل فرصة ممكنة لتحقيق التوافق الدراسي والنفسي وتحقيق ذواتهم ونمو شخصياتهم من جوانبها المختلفة ،وتسهيل عملية تعلمهم.

المحاضرة 3

الإرشاد النفسي والصحة النفسية - الإرشاد النفسي والعلاج النفسي - مناهج التوجيه والإرشاد النفسي

التوجيه والإرشاد النفسي والصحة النفسية

يعتبر كل من التوجيه والإرشاد النفسي والصحة النفسية والعلاج النفسي توأمين . وعلى الرغم من أنهما ليسا توأمين متماثلين فإنهما متشابهان جداً . أى أوجه الاتفاق بينهما أكثر من أوجه الاختلاف .

سبق أن عرفنا الإرشاد أما الصحة النفسية فيعرفها زهران بأنها حالة دائمة نسبياً ، يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً ، ويشعر بالسعادة مع نفسه ، ومع الآخرين ، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ، ويكون سلوكه عادياً ، بحيث يعيش فى سلام وسلامة ...

والصحة النفسية حالة ايجابية تتضمن التمتع بصحة العقل والجسم ، وليست مجرد غياب أو الخلو أو البرء من أعراض المرض النفسي ، وللصحة النفسية شقان : أولهما شق نظرى وعلمى يتناول الشخصية والدوافع والحاجات وأسباب المرض و الأمراض النفسية وأعراضها وحيل الدفاع النفسي والتوافق وتعليم الناس وتصحيح المفاهيم الخاطئة .

والشق الثانى تطبيقى عملى يتناول الوقاية من المرض النفسي وتشخيص وعلاج الأمراض النفسية .

التوجيه الإرشاد والعلاج النفسي :

يرى روتر أن العلاج النفسي (هو نشاط منظم يقوم به معالج متخصص ومدرب ، يهدف إلى مساعدة الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية حتى يصبحوا أكثر توافقاً وسعادة ، ويستخدم المعالج النفسي تقنيات لتحقيق هذا الهدف) .

أما سيو وزملاؤه فيعرفون العلاج النفسي بأنه التطبيق المنتظم للأساليب المشتقة من الأسس النفسية من جانب معالج متخصص وماهر ومدرب ، بقصد مساعدة الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية .

فى حين يعرف زهران العلاج النفسى بأنه نوع من العلاج تستخدم فيه الطرائق النفسية لعلاج مشكلات ، أو اضطرابات أو أمراض ذات صبغة انفعالية يعاني منها المريض وتؤثر فى سلوكه ، وفيها يقوم المعالج بالعمل على إزالة الأعراض المرضية الموجودة أو تعديلها ، مع

مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة ، والتوافق مع بيئته ، واستغلال إمكاناته على خير وجه ، ومساعدته على تنمية شخصيته ودفعها في طريق النمو النفسي الصحيح ، بحيث يصبح المريض أكثر نضجاً ، وأكثر قدرة على التوافق النفسي في المستقبل .

فإذا عدنا إلى تعريفات الارشاد النفسي وتعريفات العلاج النفسي نجد أن بينهما تشابهاً كبيراً ، حيث ان العلاقة بين المرشد والمسترشد والمعالج والمتعالج ذات أهمية كبيرة في كليهما .

كما يرى عدد من المرشدين والمعالجين النفسيين أن التمييز بين المفهومين هو تمييز مصطنع .

ذكر باترسون (أنه لا توجد فروق حاسمة بين الإرشاد والعلاج النفسي سواء في طبيعة العلاقة ، أم في الطرائق والأساليب ، حتى ولا في الأهداف والنتائج العامة ، ولا في أنواع الحالات ، كما يتلقى كل من المرشد النفسي والمعالج النفسي التعليم ذاته ، ويستخدمان النظريات والأساليب ذاتها في الإرشاد والعلاج النفسي . لكن الاختلاف بينها هو اختلاف في الدرجة وليس في النوع ، وأنه يصعب التفريق بين الإرشاد والعلاج النفسي) .

ولكن للسهولة ولأسباب عملية و اجتماعية ، فإن الإرشاد النفسي يشير إلى العمل مع الحالات الأقل اضطراباً ، أو من لديهم مشكلات محددة مع أقل درجة من اضطرابات في الشخصية ، وعادة ما يمارس في بيئة غير طبية (المدرسة ، مركز الإرشاد النفسي،.....).

أما العلاج النفسي فيشير إلى العمل مع الحالات الأكثر اضطراباً ، وعادة ما يتم في بيئة طبية (مستشفى نفسي ، عيادة نفسية.....).

كما يذكر كورسيني أن الإرشاد والعلاج النفسي متشابهان ، وأن الفرق بينهما هو في الكم وليس في النوع ، وأن المرشد والمعالج يمارسان عمليات مهنية معينة هي : الاستماع ، والتساؤل والتقييم والتفسير والتدعيم والاخبار وإبداء النصيحة وإعطاء الأوامر والتوضيح .

أوجه التشابه بين الإرشاد والعلاج النفسي :-

يتفق عدد من الباحثين علي وجود عدد من أوجه التشابه بين الإرشاد والعلاج النفسي نذكر منها :-

الاتفاق في الأهداف العامة والخاصة : فالهدف العام لكل منهما مساعدة المسترشد أو المتعالج . أما الأهداف الخاصة فتتمثل في مساعدة المسترشد أو المتعالج علي حل مشكلاته التي يواجهها ، وتعديل سلوكه نحو الأفضل ، وإعادة بناء شخصيته ... الخ ، وتحقيق أقصى درجة من درجات التوافق مع الذات والآخرين .

يركز كل من الإرشاد والعلاج النفسي علي العلاقة الإنسانية بين المرشد (أو المعالج) والمسترشد (أو المتعالج) ، والتي من خلالها يتم تقديم المساعدة من قبل الطرف الأول والطرف الثاني .

الاتفاق في الممارسة المهنية :حيث يستخدم المرشد أو المعالج الأساليب والطرائق والمهارات ذاتها في عملية الإرشاد والعلاج النفسي .

إجراءات عملية الإرشاد والعلاج النفسي واحدة : ففي كلا الميدانين تتم إجراءات الفحص ، وتحديد المشكلات والتشخيص ، وحل المشكلات ، واتخاذ القرارات والتعلم ، والإنهاء ، والمتابعة .

نظريات الإرشاد والعلاج النفسي واحدة : فكل من نظريات الإرشاد والعلاج النفسي تمثل اتجاهها فكريا معينا ، لذلك تعددت النظريات بتعدد تلك الاتجاهات .

مناهج التوجيه والإرشاد النفسي

Development : المنهج التنموي

يطلق عليه احيانا الاستراتيجيية الإنشائية وترجع أهمية المنهج التنموي إلى أن خدمات التوجيه والارشاد تقدم أساساً إلى العاديين لتحقيق زيادة كفاءة الفرد الكفاء وإلى تدعيم الفرد المتوافق إلى أقصى حد ممكن .

ويتضمن المنهج التنموي الإجراءات التي تؤدي إلى النمو السوي السليم لدى الأسوياء والعاديين ، خلال رحلة نموهم طوال العمر حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية ، والسعادة والكفاية والتوافق النفسي .

ويتحقق ذلك عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات وتحديد أهداف سليمة للحياة وأسلوب حياة موفق بدراسة الاستعدادات والقدرات والامكانات ، وتوجيهها التوجيه السليم نفسياً وتربوياً ومهنياً، ومن خلال رعاية مظاهر نمو الشخصية جسماً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً .

Preventive الوقائي

يحتل المنهج الوقائي مكاناً في التوجيه والارشاد النفسي ، ويطلق عليه أحياناً منهج (التحصين النفسي) ضد المشكلات والاضطرابات النفسية . ويقول المثل (الوقاية خير من العلاج) .

ويهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والاصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات والامراض النفسية

وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة هي :

الوقاية الأولية: وتتضمن محاولة منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرض بأزالة الأسباب حتى لا يقع المحذور .

الوقاية الثانوية: وتتضمن محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بقدر الإمكان للسيطرة عليه ومنع تطوره وتفاقمه .

الوقاية من الدرجة الثالثة : وتتضمن محاولة التقليل من أثر إعاقة الاضطراب أو منع إزمان المرض .

المنهج العلاجي :

هناك بعض المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنبؤ بها فتحدث فعلاً .

ويتضمن المنهج العلاجي علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

ويهتم المنهج العلاجي بنظريات الاضطراب والمرض النفسى وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه ، وتوفير المرشدين والمعالجين والمراكز والعيادات والمستشفيات النفسية .

المحاضرة 4

أسس التوجيه والإرشاد النفسي

مقدمة:

إن الهدف من دراسة أسس التوجيه والإرشاد النفسي هو وضع الأساس الذي تقوم عليه موضوعات التوجيه والإرشاد النفسي، حيث تعد هذه الأسس بمثابة فلسفة العمل الإرشادي التي يجب أن يتخذ منها العاملون في هذا المجال منهاجاً يستخدمونه أثناء الممارسة اليومية لعملهم .
وبناء على ذلك تتعدد أسس التوجيه والإرشاد النفسي التي تستمد مكانتها من طبيعة الإنسان وخصائص سلوكه.

أولاً - الأسس العامة:

ومن أهم الأسس التي يقوم عليها التوجيه والإرشاد:

من الأسس العامة التي يستند إليها التوجيه والإرشاد النفسي ما يلي:

1. الثبات النسبي للسلوك الإنساني :

يمكن تعريف السلوك على أنه كل نشاط يصدر عن الكائن الحي نتيجة لعلاقته التفاعلية مع البيئة المحيطة ، سواء أكان على شكل نشاط عقلي (كالتفكير والتذكر والتخيل) ، أم على شكل نشاط جسمي (كالحركة والمشية) ، أم على نشاط انفعالي (كالفرح والحزن...)، أم على شكل نشاط اجتماعي (تبادل العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، والمجاملة.....).

والسلوك في كليته مكتسب من البيئة المحيطة بالفرد ، ويكون للتربية والتعليم والتنشئة الاجتماعية دور مهم في تشكيله وتطوره.

كما يكتسب السلوك الإنساني صفة الثبات النسبي والتشابه بين الماضي والحاضر والمستقبل ويمكن التنبؤ به.

وبما إن المرشد لديه الكفاءة في تعديل السلوك وتغييره، لذلك فإن فهم سلوك الطالب ودراسة طرائق تعديله وتغييره أمر ضروري في عملية التوجيه والإرشاد النفسي .

ومن أجل أن يتمكن المرشد النفسي من التنبؤ بالسلوك عند الطالب لابد من دراسة عينات ممثلة من سلوك الطلاب في مواقف مختلفة من الحياة اليومية .

2. مرونة السلوك الإنساني:

بالرغم من إن السلوك الإنساني ثابت نسبياً، إلا انه قابل للتعديل والتغيير عن طريق التعلم والتعليم، سواء أكان هذا السلوك سوياً أم منحرفاً.

وبما إن السلوك الإنساني مرن وقابل للتعديل والتغيير، فهذا من شأنه أن يشجع العاملين في التوجيه والإرشاد النفسي ليكونوا أكثر تفاعلاً لتغيير أو تعديل سلوكيات الأفراد المضطربين نحو الأفضل.

فمرونة السلوك عند الفرد تعني أن لديه القابلية والاستعداد للتغيير بشكل مستمر.

ولا يقتصر مبدأ مرونة السلوك علي السلوك الظاهري ،بل يشمل التنظيم الأساسي للشخصية ومفهوم الذات.

3. السلوك الإنساني فردي-اجتماعي:

يعد السلوك الإنساني فردياً- اجتماعياً بالرغم من تميزه الظاهر أحيانا بأنه فردي خالص أو جماعي خالص .

فكل فرد يعد شخصاً متميزاً عن الآخرين حتي مع أخيه ،ولكن يبدو فيه تأثير الجماعة واضحاً ، كما إن سلوكه وهو مع الجماعة يبدو فيه أثر شخصيته الفردية .

بالإضافة إلي ذلك فإن لكل فرداً أدواراً اجتماعية مختلفة فهو يؤدي دوره كإب أو كزوج وكأستاذ ولكل دور من هذه الأدوار وظائف مختلفة ومعايير سلوكية يتقيد الفرد فيها وتحددها الجماعة.

فالجماعة منظمة للسلوك الفردي ، ولا بد للمرشد النفسي أن يأخذ بعين الاعتبار حتي يتمكن من توجيه الأفراد إلي ما يحقق مصلحة الجماعة التي ينتمي إليها ،ويحقق له التوافق والصحة النفسية.

4- استعداد الإنسان للتوجيه والإرشاد:

يوجد لدي الإنسان العادي استعداد للتوجيه والإرشاد ، حيث انه عندما يشكل عليه أمر ما ،يشعر بحاجة أساسية تدفعه لطلب التوجيه والإرشاد النفسي،حيث إن الإنسان العادي تكون لديه القدرة علي الاستبصار بحالته، مما يشعره بالرغبة في التغيير فيقبل علي الإرشاد بنفسه وبدون تأفف ، ويثق في عملية الإرشاد ويتوقع الاستفادة منها .

وهذا ما يعود عليه بالفائدة الكبيرة، ويحقق الهدف من عملية الإرشاد .وهذا دليل علي إن لدي الإنسان استعداد قوي لتغيير السلوك غير الصحيح واستبداله بسلوك أفضل.

5- حق الفرد في الاستفادة من التوجيه والإرشاد:

من حق المسترشد علي المجتمع الذي يعيش فيه في مراحل النمو جميعها ، والتعليم والاستفادة من خدمات التوجيه والإرشاد ليحقق سعادته في حياته الشخصية والمهنية .

ومن واجب الدولة توفير هذه الخدمات وتيسيرها لكل فرد حسب حاجته إليها.

6- حق الفرد في تقرير مصيره بنفسه:

من المبادئ الأساسية للتوجيه والإرشاد النفسي ، الاعتراف بحرية المسترشد وحقه في تقرير مصيره بنفسه.

فالشخص الحر هو الذي يتمكن من معرفة ذاته وينميها ، ويسعي لتحقيق مزيد من الحرية في إطار من المسؤولية في ضوء خبرات الماضي وظروف الحاضر وتطلعات المستقبل ، وان من أهم مظاهر الحرية هي الاختيار وحرية اتخاذ القرار وحرية تقرير المصير.

فالتوجيه والإرشاد النفسي ليس إجبارا وإنما يقدم اختيارا ،فهو عملية تعاونية تهدف الي مساعدة المسترشد في المشكلة التي يعاني منها، واقترح الحلول واتخاذ القرار المناسب بشأن حياته، فليس هناك من هو اعرف بالفرد من نفسه.

7- تقبل المسترشد:

إن عملية الإرشاد النفسي هي عملية تعاونية، وهي تقوم علي أساس تقبل المرشد للمسترشد من دون شروط ومهما كان سلوكه.

ولكن لا يتقبل سلوكه الشاذ أو المنحرف ولكنه يساعده في تغيير هذا السلوك واستبداله بسلوك سوي.

8- استمرار عملية الإرشاد:

يحتاج الإنسان إلي التوجيه والإرشاد النفسي من الطفولة وحتى نهاية الحياة، وعادة ما يقوم الوالدان بمهمة التوجيه والإرشاد في الطفولة المبكرة ،كما يقوم الوالدان والمعلمون بهذه المهمة في المدرسة ويحتاج الفرد إلي التوجيه والإرشاد في المراحل الجامعية ، سواء أكان عند اختيار التخصص الدراسي ، أو عندما تواجهه مشكلات تتعلق بدراسته أو بعلاقاته مع الآخرين.

كما تستمر عملية الإرشاد النفسي بعد تخرج الطالب من الجامعة عند ممارسته لمهنته أو عند الزواج أو عند التقاعد أو عندما تواجهه مشكلات شخصية ويعجز عن مواجهتها بنفسه. التوجيه والإرشاد النفسي عمليتان مستمرتان ما دام الفرد علي قيد الحياة، وهذا يتطلب من الموجهين والمرشدين النفسيين القيام بمسؤولية التوجيه والإرشاد وتقديم المساعدة اللازمة لكل محتاج إليها.

ثانيا: الأسس النفسية والتربوية :

من ضمن الأسس النفسية والتربوية التي يستند إليها التوجيه والإرشاد النفسي مايلي :

1- الفروق الفردية:

يختلف الأفراد كما وكيفا في الجوانب الشخصية جميعها (الجسمية، العقلية، الانفعالية، والاجتماعية).

لكل فرد شخصيته المستقلة التي يتفرد بها عن الآخرين نتيجة العوامل الوراثية والعوامل البيئية بالرغم من وجود اتفاق نسبي بين الأفراد في كثير من الأمور نتيجة الخبرات المشتركة بينهم، وبالرغم من اختلاف شخصياتهم ، وهذا ما يسهل عليهم التوافق مع البيئة الاجتماعية التي يعيشون فيها .

ولذلك لابد من مراعاة مبدأ الفروق الفردية أثناء ممارسة التوجيه والإرشاد، إذ إن المشكلة الواحدة التي يعاني منها عدد من الأشخاص تكون لها أسباب مختلفة ، وان طرائق علاجها تختلف من شخص إلى آخر، وهذا يعود إلى طبيعة الفروق الفردية القائمة بينهم .

على المرشد النفسي إن يدرك ان ما يعد مشكلة بالنسبة لشخص ما.

وبناء علي ذلك تتعدد طرائق التوجيه والإرشاد، حيث إن الطريقة الواحدة لا تناسبهم جميعا ، فكل شخص يعيش في ظروف بيئية قد تختلف في قليل أو كثير عن الآخرين ، وان أساليب تربيته أيضا تختلف، كما إن تكوينه البيولوجي يختلف عن التكوين البيولوجي للآخرين.

2- الفروق بين الجنسين:

لقد خلق الله الإنسان، وجعل منه الذكر والانثى، واوجد فروقا بين الجنسين لقوله تعالى (وليس الذكر كالانثى) . وتتجلي الفروق بين الذكر والانثى في الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية وكذلك في الميول والاهتمامات ، حيث الإناث يملن إلى الأعمال السكرتارية ، والتمريض والتدريس والخدمة الاجتماعية أما الذكور فيميلوا إلى الأعمال في القوات المسلحة، والصناعات الثقيلة، والأعمال الميكانيكية وغيرها.

وبناء علي ذلك يكون واجبا علي المرشد النفسي مراعاة الفروق الفردية بين الجنسين في مجالات التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والأسري والزواج... الخ

المحاضرة 5

نظريات التوجيه والإرشاد النفسي

النظرية السلوكية

أساس النظرية السلوكية Behavior theory

أسس هذا المذهب عالم النفس الأمريكي واطسون جون برودس عام 1913م إذ اعتقد هو وأتباعه أن السلوك الظاهري هو مصدر المعلومات الوحيد الممكن الوثوق به .

أدرك واطسون وغيره من السلوكيين أنه من الممكن أيضاً تغيير سلوك الإنسان بالإشراف .

والواقع أنه اعتقد أن بإمكانه توليد أية استجابة يريدونها من خلال التحكم في بيئة الفرد .

أعتقد واطسون وأتباعه أن السلوك الظاهري هو مصدر المعلومات الوحيد الممكن الوثوق به ، وأكد السلوكيون على أهمية البيئة في تكوين السلوك الفردي وبحثوا بصورة رئيسية العلاقة الكائنة بين السلوك الظاهري والمثيرات البيئية .

الخلفية التاريخية :

يقسم المؤرخون السلوكية إلى أنماط مختلفة منها تقسيمها وفقاً لطبيعة الإشراف إلى :

الإشراف الكلاسيكي Type (S) conditioning

ويحدث الارتباط إجمالاً نتيجة الارتباط بين المثيرات المؤدية إلى استجابات ما يتم اكتسابها بالتعزيز .

مثير شرطي + مثير طبيعي بالتكرار ---- استجابة شرطية . بافلوف .

الإشراف الإجرائي Type (R) conditioning

يمثل سكنر ومن تبعه من أتباع السلوكية هذا التوجه ، ويعتمد الإشراف فيه على اقتران الاستجابات بالمعززات وذلك بصرف النظر عن المثير أو ارتباط المثيرات بعضها البعض .

يمكن تقسيم تطور السلوكية تبعاً لطبيعة دراسة وتفسير الإشراف إلى ثلاثة أنماط. وتشمل الأنماط التالية :

. السلوكية النفسية : Psychological Behaviorism

والتي عمدت إلى محاولة تفسير السلوك من خلال ربطه بالمثيرات الخارجية ويصنف كل من بافلوف وثورندايك تحت هذا النوع .

2. السلوكية المنهجية: Methodological Behaviorism

حيث نادى بالتركيز على دراسة السلوك الظاهري بأساليب البحث العلمي وبالاعتماد على مسلماته الأساسية المتمثلة في العلمية والتطورية

قام واطسون بنقل فكرة الاشرط منطلقاً مما توصل إليه بافلوف متابعاً البحث فيها ومؤسس المدرسة السلوكية في علم النفس ، والتي ترى أن السلوك الظاهري هو موضوع علم النفس رافضاً أن يكون الشعور والعمليات العقلية موضوعاً لهذا العلم .

3. السلوكية التحليلية الفلسفية

وتعرف أيضاً بالفلسفية وأيضاً بتحليل السلوك ، وترجع إلى سكنر ، حيث بدأ محاولته لإخراج العلم من واطسنيته ، حل أزمة العمليات العقلية بالمناداة بان أي نشاط عقلي يمكن تفسيره من خلال النشاط الظاهر المرتبط به . أي أنه يمكن تحديده سلوكياً.

المفاهيم الأساسية في النظرية السلوكية :

أهم المفاهيم و المبادئ الأساسية التي تتعلق بالنظرية السلوكية :

السلوك الإنساني المتعلم : فالسلوك الإنساني متعلم يكتسبه الفرد من محيطه سواء كان السلوك سويّاً أو مضطرباً وبما أنه متعلم إذ يمكن تعديله وتغييره ليصبح سلوكاً مرغوب فيه ومقبولاً .

الاقتران : ويقصد به التجاور الزمني لحدوث مثيرين احدهما محايد لا يستجر من قبل الكائن الحي والأخر يمتاز بقدرته على استجرار ردة فعل طبيعية(الاستجابة).

المثير والاستجابة : كل سلوك له مثير فإذا كانت العلاقة بين المثير والاستجابة علاقة سامية منسجمة فإنها تنتج السلوك السوي والعكس صحيح والأمر يحتاج إلى دراسة ومساعدة فمثلاً : إذا سأل الطالب سؤال ما واجاب الطالب إجابة صحيحة فان الاستجابة تكون صحيحة أما إذا كان العكس فان الاستجابة تكون خاطئة وهنا يحتاج المدرس إلى بحث سبب ومصدر الخطأ.....

.....فربما يكون من مصدر المثير (المدرس) فقد يكون الصوت منخفضاً أو النطق غير واضح أو المسافة بينه وبين التلميذ طويلة فوصل الصوت ضعيفاً أو قد يكون هناك مؤثر خارجي غلب على صوت المدرس وقد يكون الخلل في المستقبل التلميذ سمعه خفيف أو نقص معرفي (الجهل والنسيان) أو قد يكون الخلل اجتماعياً وانفعالياً (الارتباك عند الاجابة ، الخجل ، الخوف) وهكذا يبحث المدرس كل الاحتمالات إلى أن يضع يده على سبب ومصدر الخطأ حتى يساعد في تصحيحه وهكذا في الارشاد التربوي والنفسي لا بد من دراسة المثير والاستجابة وما بينهما من العوامل الشخصية والعقلية والاجتماعية والانفعالية .

تحلل النظرية السلوكية السلوك الإنساني إلى مبدئين :

المثير : أي حدث أو ظرف أو تغيير محدد في البيئة وينقسم المثير إلى مبدئين :

مثير غير شرطي (طبيعي ، م ط) : وهو ذلك المثير الذي لا يحتاج إلى الخبرة وتعلم لمعرفة أثره ودوره في السلوك فهو يستجيب للاستجابة مثال رائحة أو منظر الطعام في مثيرات غير شرطية يستجيب إجابة غير شرطية (غير متعلمة) وهي سيلان اللعاب .

المثير الشرطي (غير طبيعي ، م ش) : يعرف باسم المثير غير الطبيعي وهو في الأصل مثير محايد وهو المثير الذي نتعلم أثره في السلوك من خلال عملية الاقتران التي تحدث عندما يقترن مثيراً ما مع مثير غير شرطي ، ولنفترض أن الساعة قد دقت تمام العاشرة عندما قدم الطعام وأن صوت دقات الساعة في تلك اللحظة عبارة عن مثير شرطي .

2. **الاستجابة :** هي أي نشاط يصدر عن العضو سواء كان إرادي أو غير إرادي إذن الاستجابة والسلوك هما نفس النشاط ولكن قد يتألف السلوك من عدد من الاستجابات وتنقسم الاستجابة إلى نوعين هما :

أ. استجابة غير شرطية (إرادية غير متعلمة): وهي تلك التي تكون جزءاً من رد الفعل المنعكس والتي يستجيبها المثيرات الغير شرطية كما هو الحال في الاشارات الكلاسيكي .

ب. استجابة شرطية (إرادية متعلمة): استجابة متعلمة للمثير الشرطي تنتج بعد اقتران المثير الشرطي بالمثير غير شرطي مثال : وضع بافلوف كلباً في غرفة مظلمة وربطة بشكل محكم ثم قام بتوجيه الضوء عليه ثم وضع مسحوق الطعام في فمه مثيراً بذلك سيلان اللعاب لديه وكرر هذه العملية عدة مرات ثم لاحظ أن الضوء تمكن من إثارة استجابة سيلان اللعاب عندما تم تقديمه لوحدة

المحاضرة 6

نظرية الذات

خلفية النظرية :

تقوم فلسفة هذه النظرية على الايمان باهمية الفرد وأنه مهما كانت مشكلته فإن لديه العناصر الطيبة في مكونات الشخصية التي تساعده على حل مشكلته بنفسه وان الطبيعة البشرية خيره، والفرد قادر على تقرير مصيره بنفسه .

النظرة للطبيعة الإنسانية :

يرى روجرز أن الطبيعة الإنسانية إيجابية ويرفض الفكرة السلبية ، ويؤمن روجرز بشكل عميق بالإنسان وطبيعته ، حيث يرى الفرد اجتماعياً وذو حوافز تدفعه إلى الأمام ويكافح من أجل أن يستخدم وظائفه بصورة كاملة ، وهو إيجابي في ذلك وفريد في طبيعته.

ويرى روجرز أن الفرد يجب أن يولى الثقة ، وعندها لا حاجة إلى السيطرة على الدوافع العدوانية ، كما أن الفرد يرث القدرة على الابتعاد من المرحلة غير السوية إلى مرحلة الصحة النفسية ، وهنا يعمل المرشد على عدم بسط سلطته على المسترشد وجعله خانع إلى الاسلوب الارشادي ، بل يؤكد على الجوهر الاساسي وهو أن قابلية المسترشد على الوعي والادراك هي التي تقوده إلى وضع القرار وتغيير أسلوب الحياة.

المفاهيم الاساسية لنظرية روجرز:

يركز روجرز كثيراً على بناء الشخصية ويركز على تطور الشخصية ، والشخصية نتاج للتفاعل المستمر وهي ليست ساكنة بل دائمة ومتغيرة وتتكون الشخصية من :

اولاً : الانسان :

1. كل منظم يتصرف بشكل كلي في المجال الظاهري بدافع تحقيق الذات والسلوك الهادف لتحقيق النمو والتحرر من مقومات تطوره.

2. الانسان خير في جوهره ولا حاجة للسيطرة عليه والتحكم به .

ثانياً : الذات

تعريف الذات : هي تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ببلوره الفرد .

- ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته ، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية أو الخارجية . وتشمل هذه العناصر :
1. المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها " مفهوم الذات المدرك" .
 2. المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد إن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين " مفهوم الذات الاجتماعي " .
 3. المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون " مفهوم الذات المثالي "

وتتميز ذات الإنسان من وجهة نظر روجرز بأنها :

1. مدركات وقيم تنشأ من تفاعل الفرد مع البيئة .
2. الذات تحافظ على سلوك المسترشد .
3. الذات في حالة نمو وتغير نتيجة التفاعل المستمر مع المجال الظاهري .
4. الفرد لديه أكثر من ذات : الواقعية ، المثالية ، الخاصة .

ثالثاً : المجال الظاهري :

يوجد الفرد في وسط مجال ظاهري أو مجال شعوري. ويسلك الفرد ككل في المجال الظاهري كما يدركه ويخبره. والمجال الظاهري هو عالم الخبرة المتغير باستمرار، وهو كل الخبرات أو مجموعها، وهو عالم شخصي ذاتي يتضمن المدركات الشعورية للفرد في بيئته. ويتفاعل الفرد مع المجال الظاهري كما يخبره وكما يدركه. ويعتبر على الأقل من وجهة نظر الفرد (واقعاً) وحقيقة.

الاسس التي تقوم عليها نظرية الذات:

١. الايمان القوي في قدرة الإنسان على التفكير والاستبصار والفهم وعلى حل مشاكله بنفسه وعلى النمو والتقدم والنضج.
٢. يؤمن هذا المنهج بالفلسفة الديمقراطية ومنها حرية التعبير للمسترشد وحرية الاشتراك في حل مشاكله واتخاذ قراراته بنفسه.
٣. تستند إلى الفلسفة الوجودية التي تهتم بوجود الإنسان وتأكيد حريته.

4. يقوم هذا المنهج على اساس الثقة فيما يرويه المسترشد.
5. الاعتقاد بأن الإنسان قد تنفصل ذاته عن شخصيته أو عن كيانه، كأن يتخيل أن هناك شخصاً آخر يعيش بداخله ويحرك سلوكه.
6. يفرق هذا المنهج بين الكائن الحي وما لديه من حاجات جسمية ونفسية يرغب في إشباعها وبين الذات البشرية أو النفس .

الكائن العضوي:

وهو الفرد بكليته ، يرى روجرز أن لدى كل فرد دافعاً قوياً لتحقيق ذاته ، وهو في تعامله مع المحيط والواقع الذي يعيش فيه فيسعى إلى كسب حب الآخرين وخصوصاً جماعته المرجعية والمقربين إليه .

الذات :

وهي الجزء المتميز من المجال الظاهري ، وتتكون من نمط الإدراكات والقيم الشعورية بالنسبة ل (أنا) وضمير (المتكلم) وقد أبرز (روجرز) طبيعة هذه المفاهيم وعلاقتها المتداخلة .

المسترشد محور العملية الإرشادية :

من أهم أسس نظرية الذات المسترشد يجب أن يكون المحور الذي تتمركز حوله عملية التوجيه ، إذ إن النظرية تقوم على الإيمان بأن المسترشد لديه عناصر القوة والقدرة على تقرير مصيره بنفسه ، وعليه أن يتحمل المسؤولية للقيام بذلك .

والاطار العام الداخلي للمسترشد هو الحقيقة الموضوعية التي يجب أن يتوصل إليها المرشد ، وذلك بمحاولة دخول عالم المسترشد الخاص ، فإذا تم هذا تمكن المرشد من إدراك وجدانيات المسترشد وانفعالاته وساعده على التوصل إلى البصيرة .

السماحة والتقبل :

يجب على المرشد أن يضيف على فترة المقابلة جواً من السماحة والتقبل مما يساعد على التخفيف من خطر التهديد الذي يهدد ذات المسترشد ، وهذا بدوره يساعد المسترشد على أن يتقبل نواحي في ذاته لم يكن ليتقبلها من قبل ، ويساعده ذلك أيضاً على التعبير عن وجدانيات كان يعجز عن التعبير عنها ، ويمهد لتقبله لنفسه ولتقبله للآخرين .

الجانب الانفعالي :

إن أهم عنصر في العلاقة الإرشادية هو الجانب الانفعالي ، فالتشخيص والمعلومات وتاريخ حياة الفرد ليس لها أهمية الجو الذي يصبغه المرشد على العلاقة بينه وبين المسترشد ، والذي يقوم على الإخلاص والدقة والتقبل والفهم.

الكيان الإنساني :

التأكيد على أن الشخص إنسان وليس حيواناً ، وأنه ليس مجرد آلة إنما كيان كلي موحد ، لديه قوى إيجابية ، وإبداعية ، وطموحات في تحقيق الذات والوجود الشخصي الإنساني .

الانسان كيان متكامل :

الاهتمام بدراسة الإنسان وفهمه على أساس أنه كيان متكامل بدلاً من تقسيمه إلى فئات أو تجزئته إلى وحدات نوعية يضاف بعضها إلى بعض .

قيمة الإنسان وكرامته :

تأكيد قيمة الانسان وكرامته ، والعمل على تنمية قواه وامكاناته الإيجابية ، يستوي في ذلك الفرد العادي وغير العادي .

الخبرات الشعورية :

الاهتمام بالخبرات الشعورية كما يعيشها الفرد ويعانيها ، والمعنى الذي تتخذه هذه الخبرات بالنسبة له ، وتأكيد إدراكاته لنفسه ولخبراته الشخصية وللآخرين وللمجال المحيط به كأساس لتفسير سلوكه وفهم شخصيته.

يُعد مفهوم الذات مفهوماً محورياً في هذه النظرية ، كما يعد تحقيق الذات وتأكيداتها الدافع الرئيسي الذي يسعى الإنسان لإشباعه .

المحاضرة 7

أساليب الإرشاد النفسي

(الإرشاد الفردي)

Counseling Individual الإرشاد الفردي

هو إرشاد مسترشد واحد وجهاً لوجه، وتعتمد فاعلية هذا النمط من الإرشاد على العلاقة الإرشادية التي تنشأ بين المرشد والمسترشد . والإرشاد الفردي هو لب عملية الإرشاد الأساسية ، ويستخدم هذا النمط من الإرشاد في الحالات التي يفضل المسترشد فيها أن تتم عملية الإرشاد على نحو فردي ، أو في الحالات التي تتناول مشكلات خاصة (كفاي 2012) .

ويقوم الإرشاد الفردي على أساس تقديم العون والمساعدة إلى مسترشد واحد وجهاً لوجه خلال الجلسة الإرشادية ، وقد تمتد إلى عدة جلسات إرشادية ، وتعتمد فعالية الإرشاد الفردي أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد ، ومن أهم وظائف الإرشاد الفردي تبادل المعلومات وإثارة الدافعية، ومساعدة المسترشد على التخلص من الصعوبات التي يعاني منها.

ويعرف الإرشاد الفردي بأنه إرشاد مسترشد واحد وجهاً لوجه في كل مرة . وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد ، أي أنه علاقة مخططة بين الطرفين ، تتم في إطار الواقع وفي ضوء الأعراض وفي حدود الشخصية ومظاهر النمو.

خصائص الإرشاد الفردي:

يتميز التوجيه والإرشاد الفردي بعدد من الخصائص تميزه عن الإرشاد الجمعي والإرشاد الأسري ، وغير ذلك من طرائق الإرشاد ومن أهم هذه الخصائص :

1. تتراوح الجلسة في الإرشاد الفردي ما بين 45-55 دقيقة في حين تستغرق جلسة الإرشاد الجمعي أو الأسري ما بين 90-150 .
2. يكون التركيز في التوجيه والإرشاد الفردي على شخص واحد ، في حين يكون التركيز في الإرشاد الأسري والإرشاد الجمعي على عدد من الأشخاص .
3. يكون التفاعل في التوجيه والإرشاد الفردي بين طرفين (المرشد والمسترشد) في حين يكون التفاعل في الإرشاد الأسري بين عدد من الأطراف .
4. يكون تركيز المرشد في التوجيه والإرشاد الفردي على المسترشد فقط ، في حين يكون تركيز المرشد في الإرشاد الجمعي والإرشاد الأسري على عدد من أعضاء الجماعة.
5. تكون السرية تامة في الإرشاد الفردي ، في حين تكون أقل من ذلك في الإرشاد الأسري .

6. يتم الحديث بعمق عن المشكلة في الإرشاد الفردي ، في حين يكون الحديث في الإرشاد الجمعي أو الاسري أقل عمقاً.

7. تتم متابعة المسترشد في الإرشاد الفردي بسهولة خارجة الجلسة الإرشادية ، ولكن عملية المتابعة تصبح صعبة في الإرشاد الجمعي خارج الجلسة الإرشادية .

اساليب الإرشاد الفردي :

تستخدم في عملية الارشاد الفردي اساليب مختلفه ومن أهم هذه الاساليب المستخدمة في عملية الارشاد الفردي ما يلي

الارشاد المباشر:

العالم وليامسون رائد الارشاد المباشر ، يركز على مشكلة المسترشد ويتعامل مع الجانب العقلي للمشكلة وليس مع الجانب الأنفعالي ، ولهذا سمي بالأرشاد المتمركز حول المرشد وفيه يقوم المرشد بالدور الايجابي النشط ، ويتحمل المسؤولية كاملة في عملية الارشاد ، وذلك انطلاقاً من الافتراض بان المشكلات ناجمة عن نقص في المعلومات المتوفرة لديه ، وأنه من خلال تقديم المعلومات المنظمة ذات الصلة بمشكلة المسترشد ، يمكن مساعدته في التخلص من هذه المشكلات ، والوصول به إلى التوافق والصحة النفسية .

فالهدف الأساسي للإرشاد المباشر هو مساعدة المسترشد لتنمية التفوق في مجالات الحياة كلها ، وتحقيق الطاقة الإيجابية الكامنة ، وبخاصة مع المسترشد الذي يفتقد التجارب البيئية الضرورية لتعزيز الدوافع والحوافز الإيجابية .

تدريب المرشد يجب أن يقوده إلى فهم هموم المسترشد ، وأن يوفر له الوسائل التي تساعد على التكيف مع المواقف غير السارة .

إن الميزة الرئيسية لطريقة الإرشاد المباشر هي أنها أكثر واقعية للأستخدام في المدارس والمؤسسات ذات الوقت المحدد ، لأنها تتطلب عدداً محدداً من المقابلات . كما تستخدم مع المسترشدين الذين هم بحاجة إلى حلول سريعة وجاهزة لمشكلاتهم ، وغير قادرين بأنفسهم من خلال المعلومات المتوفرة لديهم على حلها ، ويحتاجون إلى مرشد نفسي متخصص لحل هذه المشكلات

لا بد أن يكون المرشد النفسي في الارشاد المباشر حسن التدريب على اساليب الارشاد النفسي ، ويتمتع بقدر كاف من المهارات التشخيصية ، ويمتلك القدرة على إصدار حكم ناضج . فالمرشد مشارك فعال في العملية الارشادية ، حيث يستخدم أساليب إرشادية معينة مع المسترشد مثل :

طرح أسئلة حقيقية تؤدي إلى فهم أبعاد مشكلة المسترشد .

تزويد المسترشد بالمعلومات اللازمة عن أنفسهم وبيئاتهم .

إعطاء اقتراحات ونصائح تتعلق بالقرارات التي يجب أن يتخذها المسترشدون .
اقتراح بدائل لطرائق العمل .

لا بد للمرشد من فهم مشكلات المسترشد بشكل دقيق ، وأن تكون لديه معلومات فنية كافية عن سلوك المسترشد حتى يتمكن من اتخاذ القرار الصحيح . ومع ذلك على المرشد أن يكون حريصاً عند إعطاء النصيحة للمسترشد ، ومن الأفضل تشجيعه في البحث عن حل لمشكلته ، وعند إسداء النصيحة لا بد للمرشد أن يقدمها عن طريق اقتراح اختياري يقوم على أساس خبرة واسعة وعميقة ، وأن تكون النصيحة في صورة إحدى البدائل الممكنة التي قد تمت تجربتها بنجاح .

خطوات الإرشاد المباشر:

1. جمع المعلومات:

يقوم المرشد في هذه الخطوة بجمع المعلومات اللازمة عن المسترشد ، باستخدام الاختبارات والمقاييس النفسية وغيرها من وسائل التشخيص ، ثم يحللها بشكل دقيق ويقوم بتنظيمها لتصبح مشكلة المسترشد أكثر وضوحاً.

2. تركيب المعلومات:

يتم في هذه الخطوة تلخيص المعلومات وتنظيمها وتركيبها بشكل دقيق ، وتصنيفها ضمن مجالاتها ، وذلك لتحديد مواطن القوة والضعف لدى المسترشد.

3. التشخيص :

بعد تنظيم المعلومات وتركيبها وتصنيفها من قبل المرشد النفسي ، يتم تشخيص مشكلة المسترشد بشكل دقيق وتحديد أسبابها وخصائصها وأعراضها ومدى شدتها.

4. التنبؤ:

يحدد المرشد مآل المشكلة في ضوء توقعاته حول التطورات المستقبلية لحالة المسترشد في ضوء درجة حدة المشكلة وصعوبتها .

5. استخدام الإرشاد مع المسترشد للوصول إلى حل لمشكلته:

يقوم المرشد بتفسير المعلومات التي جمعها وتوضيحها للمسترشد، وتقديم النصح والإرشاد ، وتحويل السلوك الانفعالي عند المسترشد إلى سلوك عقلي منطقي واقتراح الحلول المناسبة ، وإقناع المسترشد بهذه الحلول للتخلص من المشكلة التي يعاني منها و تحقيق التوافق والصحة النفسية

6. المتابعة : وتعني متابعة المرشد للمسترشد بعد انتهاء عملية الإرشاد لمعرفة مدى تحسنه ، ومساعدته في المشكلات الجديدة التي يواجهها ، وتقييم مدى فاعلية أسلوب الإرشاد المتبع مع المسترشد .

الإرشاد الغير مباشر:

ويسمى هذا الأسلوب في الإرشاد بالإرشاد المتمركز حول المسترشد ، وهو أقرب طرق الإرشاد إلى العلاج النفسي ، تعتمد طريقة الإرشاد الغير مباشر على المسترشد نفسه وما عنده من قدرة على النمو الذاتي ، ورغبة أكيدة في الارتقاء بنفسه وتحقيق ذاته ، فإذا استفاد المسترشد من هذه الإمكانيات المتوفرة لديه ، تمكن من حل مشكلته بنفسه .

ولكن إمكانيات المسترشد وطاقاته في حال وجود الإضطراب النفسي تحتاج إلى أن تحفز وتطلق ولا يتم ذلك إلا من خلال علاقة عميقة تتم بين المرشد والمسترشد يسودها الاحترام والتقدير والتشجيع.

حيث يستطيع المرشد من خلال هذه العلاقة أن يعيش مع المسترشد مشكلته ، وأن يوفر له ظروفًا مناسبة من الإهتمام والعناية والتعاطف والفهم والبعد عن أحكام تنطوي على اللوم واتهام الذات . فالأساس هو المسترشد وليس مشكلته ، ووظيفة المرشد تكون في العمل على تهيئة مناخ مناسب للمسترشد ليتمكن من تفريغ انفعالاته ، والحديث عن مشكلاته بحرية للوصول إلى الحل السليم بنفسه.

فالمرشد لا يقدم حلاً جاهزة ، وإنما يساعد المسترشد في التوصل إلى هذه الحلول .

وفي الإرشاد غير المباشر يتم التقليل من شأن التجارب السابقة للمسترشد التي لا يمكن تغييرها ، والتركيز على التكيف في الوقت الحاضر .

أهداف الإرشاد غير المباشر:

1. مساعدة المسترشد في الوصول إلى نمو نفسي سليم في إطار شخصية متكاملة.
2. إحداث التطابق بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي ومفهوم الذات الاجتماعي .
3. مساعدة المسترشد في جعله يتعلم كيفية مواجهة مشكلاته بنفسه.
4. الترحيب بالمسترشد وتشجيعه على الحديث بصدق وصراحة وبث الثقة في نفسه وتطمينه
5. تهيئة بيئة إرشادية مناسبة :
6. إقامة علاقة جيدة مع المسترشد :
7. السماح للمسترشد بالتعبير عن مشاعره :
8. أن يهتم المرشد بالمشاعر الانفعالية السلبية التي تظهر عند المسترشد :
9. عكس المشاعر الانفعالية من قبل المرشد:

المحاضرة 8

الإرشاد الجماعي

الجانب التاريخي للإرشاد الجماعي:

ترجع نشأة الإرشاد الجماعي إلى الطبيب جوزيف هـ برات في مدينة بوسطن في الفترة ما بين الحرب العالمية الأولى والثانية والذي نظم لقاءات اسبوعية مع الحالات الشديدة من مرضى الالتهاب الرئوي .

ومن بين الذين حاولوا تطبيق منهج الإرشاد الجماعي عالم النفس ألفريد أدلر Alfred Adler والذي استخدم منهجاً جماعياً في توجيه الأطفال والذي أكد على أهمية وضرورة تنمية المرضى للميول والاهتمامات الاجتماعية ، ومورينو أول من استخدم اصطلاح العلاج الجماعي .

وفي أثناء الحرب العالمية الثانية (1939 - 1945) نشط الإرشاد الجماعي بسبب عدم وجود عدد كاف من الأطباء العقلين يكفي للعلاج الفردي للخسائر النفسية والعقلية في المجال العسكري .

وفي العام 1946م أخذ روجرز في تدريب الأخصائيين النفسيين على ممارسة الإرشاد الجماعي لرجال الإدارة في القوات البحرية الأمريكية .

وفي الخمسينات اتجه الإرشاد الجماعي للتطبيق في جميع المجالات أما في السبعينات اتجه العلاج الجماعي أو الإرشاد الجماعي خصيصاً للحالات التي تصل إلى حد المرض المكثف أو للحالات الأقل اضطراباً في المجالات غير الطبية

مفهوم الإرشاد الجماعي:

ينطلق الإرشاد الجماعي من مسلمة مؤداها أن الموقف الجماعي بعلاقاته المتعددة التي تقوم بين الأفراد ، يكون أقرب إلى الحياة الواقعية ، وأن الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية واجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي (الحاجة إلى الحب والأمن والتقدير والانتماء، والنجاح..) ، وأن العزلة الاجتماعية قد تكون سبباً من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية إنه يفيد في دعم الجانب النفسي عند الأعضاء ، ويفيد كذلك الأشخاص الأنطوائيين والانبساطيين من أجل تنظيم حالاتهم بشكل صحيح وسليم.

زاد الاهتمام بالإرشاد الجماعي بوصفه سياقاً لمواجهة مشكلات الأفراد ، وإحداث تغيير من خلال الجماعة ، ولظهور مشكلات لم يستطع الإرشاد الفردي على مواجهتها وإيجاد الحلول لها . وغالباً ما يستخدم في حل المشكلات المتعلقة بالخجل والانطواء وفقدان الثقة بالنفس وسوء حالات التوافق النفسي ، والكثير من حالات الأرشاد المهني والتربوي .

تعريف الإرشاد الجماعي:

أنه تحقيق خدمات الإرشاد النفسي لأثنين أو أكثر من الأفراد ، تتفق ميولهم وحاجاتهم الإرشادية إلى حد ما والتي يمكن تحقيقها لهم في مجموعة صغيرة أو كبيرة من خلال استخدام أسس وأساليب الإرشاد الجمعي.

أسس الإرشاد الجمعي:

تقوم طريقة الإرشاد الجمعي على أسس نفسية هامة تساعد على نجاح عملية الإرشاد من أهمها:

1. المسترشد مهما كان فهو عضو في جماعة يتأثر ويؤثر فيها .
2. المسترشدون تتشابه بعض أنماط مشكلاتهم واضطراباتهم ، وحاجاتهم الإرشادية ..
3. يركز الإرشاد الجمعي على توفير الأمن والتقدير والنجاح إلى المسترشد المشارك.
4. يعمل الإرشاد على إكساب المسترشد روح التعاون والانسجام للمسترشد مع المجموعة.

مسلمات في الارشاد النفسي الجماعي:

توجد مسلمات في الارشاد الجماعي يهتدي بها المرشد النفسي عند تقديم الخدمات الإرشادية عن طريق الجماعة ، ومن هذه المسلمات ما يلي:

1. الفرد في حد ذاته أكثر أهمية من المجموعة:

إن الجماعة هي تجميع لأفراد مختلفين وليس لها أهمية خاصة تخصها كجماعة ، بل أهميتها في مساعدة الأفراد على فهم أنفسهم وزيادة تعلمهم بأساليب أكثر فاعلية وعلى تحمل مسؤولياتهم في عوالمهم الشخصية.

2. يعالج الفرد من خلال تواجده في الجماعة:

يقوم الارشاد الجماعي على التفاعل بين الأفراد، فالارشاد الجماعي يتلقاه كل فرد بمفرده والجماعة لا ترشد ولكن الفرد هو الذي يرشد في الجماعة ، والذي يقوم بالعمليات الارشاد هو المرشد وأيضاً الأعضاء وعندما نجد الفرد هو الذي يرشد فإن الآخرين يستفيدون منه فكل عمل ارشادي يشاهده الأعضاء يطبقونه على أنفسهم فوراً.

3. التفاعل داخل الجماعة ليس هدفاً في حد ذاته:

التفاعل من أجل التفاعل ليس ارشاداً ولكنه أسلوب عمل لتقديم العون والمساعدة وتحقيق الأهداف نتيجة لتسلسل خطوات ارشادية معينة .

4. التزام الاعضاء بالتعبير:

يتم تشجيع كل عضو على أن يكون له وجهة نظر شخصية ، ويجب على المرشد أن يتدخل عندما يتحدث مسترشد عن عضو أو نيابه عن المجموعه ومهما تفاوت الأعضاء في الذكاء والمهارات والأوضاع الاجتماعية ، فلا يعني أن ما يعرضه أي عضو له قيمة أكبر أو أصغر مما يعرضه أي عضو آخر.

5. يتلقى المرشد في كل جلسه عون ارشادي محدد:

جوهر الارشاد الجماعي هو أن يتلقى أعضاء الجماعة عوناً يساعدهم على تحقيق أهدافهم الشخصية ، ولا بد أن يرى الأعضاء العائد من عضوية الجماعة ويعرفون كيف يحصلون عليه.

6. عدم تجنب الانفعالات السلبية:

لكي تكون الجلسة واقعية يجب اتاحة الفرصة للأعضاء لكي يعبروا عن انفعالاتهم السلبية مثل: الخوف والقلق والذنب والغضب ، المهم داخل الجماعة هو تعلم وسائل أكثر فاعلية للسيطرة على هذه الانفعالات طالما أنها لا تتكرر أو تبرز.

أهداف الجماعة الإرشادية:

ترتبط الأهداف الملائمة للأشخاص المشتركين في الجماعة الارشادية ارتباطاً وثيقاً بمزايا وعيوب الإرشاد الجماعي ، وتتنضح هذه الاهداف كما حددها كوري وكوري كالتالي :

1. أن تصبح أكثر صراحة وأمانة مع أعضاء الجماعة .
2. ممارسة الألعاب المتنوعة التي تمنح روح الود .
3. تعلم الثقة بالنفس والثقة بالآخرين.
4. النمو في ظل تقبل الذات والتقليل من طلب المساعدة.
5. التعرف على الجوانب الرئيسية داخل النفس .
6. تعلم كيفية مواجهة الآخرين بحرص واهتمام وأمانة بطريقة مباشرة.
- 7- زيادة الوعي بالذات ومن ثم زيادة إمكانيات الاختيار والتصرف.
- 8- معرفة أن الآخرون يكافحون أيضاً.

- 9- إيجاد طرق لحل المشكلات الشخصية.
- 10- استكشاف الطاقات الكامنة والابداع .
- 11- زيادة استعداد المسترشد للأهتمام بالآخرين .
- 12- تعلم كيفية أن تعطي للآخرين.
- 13 - أن تصبح أكثر حساسية لحاجات ومشاعر الآخرين .

مستويات تقديم الخدمات في الإرشاد النفسي الجماعي:

تختلف الخدمات الإرشادية باختلاف الأهداف المطلوب تحقيقها ، ويمكن تصور ثلاث مستويات يمكن من خلالها تقديم الخدمات الإرشادية في ضوء الأهداف المطلوب تحقيقها في كل مستوى كالتالي:

المستوى الأول: خدمات وقائية:

في هذا المستوى يتم تعليم المسترشد الكثير من الأفكار والمفاهيم والاتجاهات والأنماط السلوكية الإيجابية والأنشطة الملائمة ، والاستبصار بالواقع وإمكانياته ، حتى يحقق ذاته ويحقق التوافق النفسي والاجتماعي، ويتمتع بالصحة النفسية الإيجابية .

المستوى الثاني: خدمات تدريبية:

في هذا المستوى يتم تعليم المسترشد وتدريبه من خلال الجماعة على مهارات تساعده على تحقيق إنجاز أكبر وتوافق أفضل ، مثل التدريب على الحديث أمام الآخرين والتدريب على العمل التعاوني، في بعض الحالات تقدم خدمات إرشادية لإعداد مرشدين نفسيين أو تنمية معارفهم ومهاراتهم للعمل بكفاءة.

المستوى الثالث: خدمات علاجية:

يتم في هذا المستوى تقديم خدمات إرشادية لحل مشكلة ما أو خفض اضطراب انفعالي لدى مجموعة من الأشخاص بينهم خصائص تشابه كثيرة وداخل هذه المجموعة يتم فهم الأفكار والاتجاهات والمشاعر والسلوكيات المسؤولة عن المشكلة ، كما يتم التفاعل مع الآخرين أعضاء الجماعة من أجل الانفتاح والصراحة والتحرر من الضغوط والانفعالات السلبية

ثم تعلم أفكاراً وسلوكيات أخرى إيجابية من خلال المناقشة ولعب الأدوار والنمذجة والتغذية الراجعة فبدلاً من أن يساعد المرشد النفسي المسترشد في حل مشكلاته كما في الإرشاد الفردي فإن الجماعة الإرشادية بمشاركة المرشد النفسي هي التي تحقق ذلك في الإرشاد الجماعي.

المحاضرة 9

خصائص الجماعة الإرشادية:

١. تتكون الجماعة الإرشادية من مجموعة من المسترشدين لديهم استعداد لمناقشة مشكلاتهم الشائعة معاً.
٢. يتوفر لكل مسترشد حرية الانضمام إلى الجماعة الإرشادية .
٣. يسعى أعضاء الجماعة الإرشادية لتحقيق أهدافهم التي عرفوها من خلال تفاعلهم معاً ، وتنفيذ البرنامج الإرشادي الذي تم التخطيط له بالإشتراك مع المرشد النفسي.
4. يتصل أعضاء الجماعة الإرشادية معاً أثناء الجلسة الإرشادية بعدة طرق ، ويستخدم كل عضو الدعم النفسي تجاه العضو الآخر .
5. يمارس أعضاء الجماعة الإرشادية فيما بينهم علاقات دينامية وهي جوهر العمل الجماعي ويتم من خلالها الاهتمام بالعمليات العقلية مثل: الإدراك والوعي والتفكير ، ويتم ذلك في مناخ نفسي آمن يتم من خلاله التعبير عن الأفكار والاتجاهات والانفعالات .

الفتيات العلاجية في الإرشاد النفسي الجماعي:

أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية:

يعد التعليم وإعادة التعليم مهماً في هذا الأسلوب . فالمرشد هو الذي يقوم بإعداد المحاضرة وإلقائها و إدارة النقاش الجماعي ، وقد يستعين بذوي التخصص والخبرة لمساعدته في ذلك .

أما المحاضرون فهم المسترشدين الذين يتشابهون في المشكلة التي يدور حولها النقاش .

ولذلك لا بد من إعداد جيد للمحاضرة ، وأن تكون مناسبة للمسترشدين لإتاحة الفرصة لهم لمزيد من التعلم فيما يتعلق بحياتهم العملية وبالمشكلة التي يعانون منها ، وأسلوب حلها .

فإذا كان طرح المرشد مناسباً للمشكلة ، فإن ذلك يشكل دافعاً قوياً للمسترشدين للمساهمة بشكل فعال في المناقشة .

المناقشة الجماعية:

المناقشة الجماعية فنية أساسية في العمل مع الجماعة ، لأنها أساس الاتصال والتفاعل بين أعضاء الجماعة ومن خلالها يتم تبادل الآراء واتخاذ القرارات وتقويم نتائجها.

وتعرف أيضاً بأنها نشاط جماعي منظم يدور حول موضوع ما ويتم بالتفاعل اللغوي اللفظي (الكلامي) بهدف الفهم وتبادل الآراء واتخاذ القرارات المرتبطة بموضوع المناقشة لان المناقشة يكون عليها وجهات نظر مختلفة .

واهم ما يميزها تبادل الادوار ، فالعضو يكون مستمع بعض الوقت ومتحدثاً البعض الآخر ، وهذا بدوره يساعد على المشاركة الجماعية في المناقشة والتفاعل الإيجابي بين الأعضاء أيضاً من خلال المناقشة يستطيع العضو التعبير عن مشاعره وأفكاره.

أهمية المناقشة الجماعية:

1. تثير المناقشة الفكر أمام الأعضاء من خلال معرفة وجهات النظر المختلفة ، كما تساعد في معرفة جوانب المشكلة والتخطيط للبرنامج وتنفيذه وتقويمه.

2. من خلال المناقشة الجماعية يقيم كل عضو ذاته من خلال تفاعله مع الآخرين وردود أفعالهم تجاهه وبالتالي يستطيع عن طريق التغذية الراجعة أن يتعرف على اتجاهاته نحو الآخرين واتجاهات الآخرين نحوه ، كما يكتشف قدراته الواقعية ويعيد فهمه لخبراته الخاصة.

3. القرارات التي يتم الوصول إليها من خلال المناقشة الجماعية تصبح ملزمة للأعضاء لأنهم شاركوا في مناقشتها وبالتالي أصبحت مقنعة لهم ، وهذا يزيد من شعورهم بالمسئولية الجماعية.

4. المناقشة الجماعية لكونها حوار متبادل بين الأعضاء فإنها بمثابة موقف تعلم يتم من خلاله التعاون مع الآخرين وتقبلهم والتعاطف معهم .

أدوار المرشد النفسي في المناقشة الجماعية:

في بعض الحالات يكون حجم الجماعة الإرشادية صغيراً في هذه الحالة يكون المرشد النفسي هو القائد للجماعة ، وعندما يزيد حجم الجماعة فإن ذلك يتطلب تقسيم الجماعة ، ويمكن تلخيص هذه الأدوار كما يلي :

1/ توضيح مراحل النقاش وهي: عرض المشكلة، ثم المناقشة حولها ، ثم الوصول إلى حلول مقترحة ثم ترتيبها والوصول إلى الحل النهائي.

2/ مساعدة القائد على القيام بأدواره في قيادة المناقشة.

3/ تهيئة المناخ النفسي والاجتماعي للمناقشة والتفاعل عن طريق التأكيد على أهمية احترام الآخر وتقبل آرائه والنظر إليه بإيجابية .

4/ تلخيص ما تم الوصول إليه بعد مناقشة الأعضاء لمساعدتهم على اتخاذ القرارات.

5/ التأكيد على أهمية الانضباط داخل الجماعة عن طريق المناقشة في موضوع الجلسة والتأكيد على قيمة الحوار الديمقراطي واحترام الوقت.

6/ توجيه التفاعل بين الأعضاء لتحقيق أهداف الجلسة الإرشادية.

أنواع المناقشات الجماعية:

للمناقشات الجماعية أنواع مختلفة يمكن اتخاذها جميعاً أو اتخاذ بعضها حسب المرحلة التي وصل إليها البرنامج الإرشادي والعمر الزمني للأعضاء وخلفيتهم الثقافية.

ومن هذه الأنواع:

1. **المداولات:** يشترك في المداولة كل الأعضاء مع المرشد النفسي والهدف منها التعرف على حاجات الاعضاء ومشكلاتهم من أجل اتخاذ القرارات المناسبة.

2. **التقسيم الثنائي للأعضاء:** يتم تقسيم الأعضاء إلى قسمين هما: جماعة مولدي الأفكار وجماعة النقد ونشير إلى كل جماعة كما يلي:

جماعة مولدي الأفكار:

يتقدم أعضاء الجماعة بعدد من الآراء أو المقترحات بغرض توضيح موقف أو حل مشكلة وعندما يفعلون ذلك لا يتقيدون بنوع معين من الاقتراحات ومعنى ذلك أن تكون واقعية أو خيالية ، وقد تكون معلة أو غير معلة .

وفي كل الحالات لا تتعرض الاقتراحات لأي من النقد، لأن الهدف في هذه المرحلة الحصول على أكبر عدد من الاقتراحات حتى وإن تباينت.

جماعة النقد:

تتولى جماعة النقد تصنيف المقترحات التي قدمها جماعة مولدي الأفكار إلى ثلاثة تصنيفات:

1. مقترحات متفق عليها.

2. مقترحات غير متفق عليها.

3. مقترحات تتباين نسب الاتفاق والاختلاف عليها.

طريقة الوسط:

الوسط هو الصفة المحمودة أو الفكرة المقبولة التي تقع بين طرفي أفرط وتفريط ، وتستخدم طريقة الوسط عندما يكون هناك تطرق في حل المشكلة فتوجد مقترحات في أقصى اليمين ومقترحات في أقصى اليسار وفقاً للقاعدة (إما - أو). في هذه الحالة وأثناء المناقشة يتم رفض الطرفين والوصول إلى حل يرضى الجميع. والحل الوسط لا بد وأن يكون حلاً وسطاً لقرارات الجماعة.

الميل للمجازفة: الحلول النادرة:

بعض الأعضاء قد يجازف بتبني حلاً ما بعيداً عن مقترحات وآراء الجماعة، وهذا التوجه وإن كان غير مستحسن عند استخدام فنية المناقشة إلا أنه في بعض الحالات يكون حلاً ملائماً .

كما أنه يفسر ميل العضو نحو قبول رأي الجماعة أو رفضها كما يعكس اتجاه تأثير الفرد على الجماعة والجماعة على الفرد.

ثانياً: التمثيل النفسي المسرحي(السيكو دراما)

تعد السيكو دراما Psychodrama أحد الأساليب الاسقاطية المهمة ، كما تمثل شكلاً من أشكال الارشاد والعلاج النفسي والجماعي يطلب فيه من المسترشد أن يعبر بالتمثيل عن مواقف ذات مغزى في حياته بمساعدة بعض الأفراد الذين يقومون بدور المساعدة في وجود المرشد والجمهور .

وتسمى التمثيلية المسرحية للمشكلات النفسية، وهو إرشاد عملي واقعي يشاهد بالتمثيلات النفسية حيث تعرض مشكلات انفعالية كالتي يعانيها المشاهدون وتعرض تسلسلاتها وأحداثها ومواقفها حتى تصل إلى النهاية حيث الحل العملي لتلك المشكلة بصورة واقعية عملية في حياة الناس السوية الصحيحة.

والسيكو دراما أسلوب تشخيص وأسلوب علاج في الوقت نفسه ويشارك في عملية التمثيل أربعة عناصر المسترشد والمرشد والممثلون الآخرون وجمهور المشاهدين الذين يتكونون من المجموعة الإرشادية ، حيث تعتبر السيكو دراما أهم وأشهر أساليب الارشاد النفسي الجماعي.

من تكنيكات السيكدراما:

أسلوب مناجاة النفس:

وفيه يتم إعداد منولوج بين شخص ونفسه عما يعتل داخله من مشاعر وأفكار ويكون دور المعالج مساعدته على إخراج ذلك في صورة لفظية.

أسلوب تفسير الأحلام:

وفيه يصف المسترشد حلمه على المسرح ثم يتم تحليل الحلم مع الاعضاء ومع المرشد.

أسلوب عرض الذات:

وفيه يقوم المسترشد بتقويم نفسه وأسرته وأخواته عن طريق تمثيل أدوارهم ، ويمكن أن يقوم هو بدور الأب ثم يقوم مسترشد بدور الاخ او الابن وهكذا . حتى يدرك العلاقة بين والديه ويقوي العلاقة معهما عن طريق فهمه لهما.

المحاضرة 10

إرشاد المراهقين

مقدمة:

المراهقة فترة يمر بها كل فرد، وهي تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة المتأخرة "طويلة أو قصيرة"، وتشكل مرحلة المراهقة أهمية خاصة سيكولوجيًا واجتماعيًا وتربويًا ووطنياً. المراهقين عماد الأمة، ودعامة الإنتاج، فهم الطاقة والثروة، والمراهقون هم أمل الحاضر، وعدة المستقبل، أي رجال المستقبل، قادته وحكامه، ووزرائه، وقضاته، ومعلمو أجياله التالية، فإعدادهم وتربيتهم مهمة كبيرة توجب إصلاحهم وتقويمهم".

ونظرًا لكون مرحلة المراهقة هي المرحلة التي يتخلى فيها الفرد عن طفولته ويرتدي فيها ثوب الاستقلال وتحمل المسؤوليات فإن تجاوز المشكلات والتحديات التي تقابل النمو في هذه المرحلة تقود إلى تحقيق السلامة النفسية وتؤثر إيجابًا على النمو في المراحل اللاحقة انطلاقًا من المبادئ والقوانين والحقائق التي تحكم عملية النمو الإنساني

فالمرحلة من مراحل النمو ذات أهمية تتطلب دراستها بعمق، وأن نفهمها الفهم الصحيح حتى نساهم في عملية إرشادها وعلاجها وتوجيهها، لذلك اجتذبت مرحلة المراهقة ولا تزال تجتذب اهتمام القائمين على البحث العلمي في مجال الظواهر النفسية، ففترة المراهقة ينبغي أن تكون موضع اهتمام علم النفس بأكمله، فإنسان هذه المرحلة هو حاضر الأمة ومستقبلها.

مرحلة المراهقة تمثل أخطر سنين حياة الإنسان لأنها السن التي يتحدد فيها مستقبله إلى حد كبير وهي الفترة التي يمر فيها بكثير من الصعوبات أو يعاني من الصراعات والقلق ويمكن أن ينجرف الفرد في هذه السن إذا لم يجد من يأخذ بيده ويعاونه في تخطي هذه العقبات ومعنى ذلك أن سن المراهقة أشبه بعنق الزجاجة في الحياة النفسية للفرد من يمر فيه بسلام يضمن حياة مستقرة في الأغلب الأعم ويتضح من ذلك أن هذه المرحلة من عمر الإنسان يعتبر على جانب كبير من الأهمية في حياة الفرد وفي صحته النفسية.

تعريف مرحلة المراهقة :

يعرفها (زهران، 1986) بأنها مرحلة الانتقال من الطفولة (مرحلة الإعداد لمرحلة المراهقة) إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمرحلة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشرة إلى التاسعة عشرة تقريبًا، أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين بين (11- 21).

ويعرفها (الجسماني، 1994) بأنها فترة تغيرات بيولوجية ونفسية واجتماعية فضلا عن كونها مرحلة امتداد زمني، فهذه الفترة تمتد فيها بين الحادية عشرة إلى حوالي الثامنة عشرة تقريبًا، وتعد من أشد مراحل الحياة حرجة لما يطرأ فيها من تحولات فسيولوجية وعقلية ونفسية واجتماعية، ولهذا فهي تتعد أحيانًا بأنها مرحلة ولادة جديدة.

الحاجات النفسية الأساسية للمراهقين :

١. الحاجة إلى الأمن.
٢. الحاجة إلى التقدير الاجتماعي.
٣. الحاجة إلى الانتماء.
٤. الحاجة إلى الضبط (ضبط الذات وتهذيبها).
٥. الحاجة إلى الاستقلال والحرية.
٦. الحاجة إلى التعبير عن الذات وتوكيدها.
٧. الحاجة إلى النجاح.
٨. الحاجة إلى التكيف الاجتماعي.
٩. الحاجة إلى تعلم القيم المختلفة المرغوب فيها والنظام الأخلاقي اللازم لتوجيه السلوك (مرسي، 2002).

مظاهر النمو عند المراهقين :

الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة ترتبط بمظاهر النمو وتظهر وتعمل بشكل مترابط ومتفاعل:

1. النمو الجنسي:

تعد هذه المرحلة هي مرحلة النضج الجنسي بمعناه المتكامل العضوي والوظيفي ويطلق على هذه المرحلة مرحلة "الميلاد الجنسي أو اليقظة الجنسية"، وهو ما يشير إلى نضج الغدد والأجهزة الجنسية وقدرتها على أداء وظيفتها.

2. النمو الحركي:

يرتبط النمو الحركي في هذه المرحلة ارتباطاً وثيقاً بالبناء الجسمي ويتأثر بسرعه ولذلك فإن بداية مرحلة المراهقة تتصف حركياً بعدم الاتساق وتعرف باسم مرحلة الارتباط متأثراً بسرعة النمو الجسمي وإدراك المراهق لها ثم يصل مع نهاية المرحلة إلى الاستقرار الحركي والتآزر ونضج المهارات الحركية.

3. النمو الانفعالي:

تعتبر هذه المرحلة من الجانب الانفعالي مرحلة الأزمات والصراعات والتناقضات الوجدانية والمرحلة المثلى للاستغراق في أحلام اليقظة وتتميز بالحساسية الشديدة والتمرد على السلطة والعصيان وعدم الاستقرار والانطلاق والتهور والكآبة، إلا أنه ومع نهاية هذه المرحلة يستطيع المراهق ضبط الانفعالات ويصل إلى النضج الانفعالي ويتوقف ذلك إلى حد كبير على ما يجده المراهق من بيئة انفعالية ورعاية وتقبل وتفهم ومشاركة وجدانية أسرياً ومدرسياً واجتماعياً.

4. النمو الاجتماعي:

مرحلة للاستقلال الاجتماعي والاعتماد على النفس واتخاذ القرارات وتحمل المسؤوليات ومرحلة اختيار الصداقات وتكوين العلاقات الحميمة والميل والخضوع والتعصب والولاء لهذه الجماعة وهي مرحلة نمو الثقة وتأكيد الذات الاجتماعية ومرحلة الوعي الاجتماعي والسعي للتحرر من السلطة وهي مرحلة تكوين فلسفة واضحة لحياته.

5. النمو العقلي:

هي مرحلة نضج القدرات العقلية وتمايزها، وهي مرحلة قمة النضج العقلي وذروة القدرات العقلية والتي تزيد فيها قدرة المراهق على التواصل مع الآخرين بمنطقية وتزداد قدرته على الحوار والمناقشة وهي مرحلة الآمال والطموحات واستقلالية التفكير وهي مرحلة العمليات المجردة والعمليات الشكلية المجردة كما يصفها بياجيه، وبالتالي فهي مرحلة التفكير الافتراضي المجرد.

أشكال سلوك المراهقين:

يتخذ سلوك المراهقين أشكالاً وصوراً متعددة مما يؤكد أن سلوكهم يتوقف على نمط شخصياتهم وقدراتهم وخبراتهم السابقة وعلى البيئة التي يعيش فيها المراهق بثقافتها وعاداتها ومعاييرها ونوعية التعامل بين المراهق والمجتمع الأسري والمدرسي والاجتماعي والإعلامي الذي يحظى به ومن أشكال وصور سلوك المراهقين:

المراهقة المتكيفة: الهادئة نسبياً والتي تميل إلى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة وغالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة.

المراهقة الانسحابية المنطوية: وهي صورة مكتنبة تميل إلى الانطواء والعزلة والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي.

المراهقة العدوانية المتمردة:

يكون فيها المراهق ثائراً متمرداً على السلطة، ويميل إلى توكيد ذاته ويكون سلوكه عدواني.

المراهقة المنحرفة:

وتمثل الصور المتطرفة للشكلين الانسحابي والعدواني، وفيها نجد الانحلال الأخلاقي والانهيار النفسي.

الحاجات الإرشادية للمراهقة :

بما أن التلميذ يمر بفترة حرجة ألا وهي المراهقة فتعتبر هذه الفترة فترة نمو جسمي وتغيرات نفسية وانفعالية ونظراً لحجم المشكلات لدى هذه الفئة، فإنه بدون شك بحاجة ماسة إلى الإرشاد النفسي لكي يتغلب على مشاكله ويتوجه الوجهة الحسنة في الحياة وعليه فإننا نلمس لديه الحاجة إلى الإرشاد في عدد من الجوانب.

أولاً : حاجات نمائية :

وتتمثل في الحاجة إلى فهم الذات ومعرفة الإمكانيات الفردية واستغلالها إلى أقصى درجة بإشباع حاجاته حسب إمكانياته، ومن بين هذه الحاجات النمائية نجد أن :

من الأفضل أن توضع للمراهق حدوداً مرنة لتصرفاته، ليجد مجالاً للتحدث عن آلامه وآماله وطموحاته بكل صراحة وإيجابية .

إذا حاز المراهق احترام الكبير وتقديره دفعه ذلك إلى احترام كلمته وعدم استعمال أسلوب القسوة والعنف فهذا يؤدي به إلى التثبث برأيه.

أن يبعث المرشد في نفسه روح التفاؤل والأمل حتى لا يستسلم لليأس والقنوط.

أن نعاملهم باستقلال وليس رهناً لأوامر الكبار ليصبح قادراً على الاعتماد على نفسه.

ثانياً : حاجات وقائية: وتتمثل فيما يلي:

١. توفير الظروف الصحية البعيدة عن التوتر و المشاكل وذلك من خلال توفير الجو الذي يحقق الصحة النفسية.

٢. توثيق صلة المدرسة بالمنزل حتى يمكن التعرف أولاً بأول على أحوال التلميذ.

٣. أن يكون المناخ المدرسي إيجابياً يسمح بدرجة من التفاعل، وذلك من خلال تأكيد الثقة بين جيل الكبار والمسؤولين بالمدرسة وبين التلاميذ.

4. وأن يسود المناخ المدرسي روح التعاون والتآلف، وأن يدرك كل فرد فيه أن له دورا فاعلا داخل المؤسسة.

5. الاهتمام بالأنشطة المدرسية وضرورة أن يمارس كل تلميذ النشاط الذي يناسبه، فالرياضة لها دور هام فهي تمتص العصبية الزائدة وتنمي روح الفريق ومشاعر التسامح والسيطرة على الذات ونبذ الفوضى، وللفنون بكافة أشكالها لها دور كبير في تهذيب الذوق وتنمية الإحساس وصل المشاعر وتعزيز الرفاهية .

ثالثا : الحاجات العلاجية :

عند بحث مشكلة من المشكلات لابد من تقصي الأسباب، حتى يمكن علاج المشكلة، وإن أسباب المشكلة ليست متعددة فحسب، وقد ترجع إلى حاضر التلميذ أو ماضيه أو فيهما معا وهذا يتطلب ما يأتي:

1. اشتراك أكثر من جهة في بحث المشكلة.
2. الإلمام بجميع جوانب المشكلة قبل إصدار حكم بشأنها.
3. تعاون كل من يعنيه الأمر (مدرس، ناظر، مشرف اجتماعي، طبيب المدرسة، أب) لحل هذه المشكلة وتقديم الرعاية والمساندة.

أهداف الإرشاد النفسي للمراهقين:

الهدف الأساسي للإرشاد حسب نظرية الذات هو مساعدة المسترشد (المراهق) في الوصول إلى معرفة ذاته، فإذا عرف ذاته تمكن من التحرر من سلوكه المتعلم والذي لا يتفق مع ذاته ومع المجتمع، والذي يؤدي إلى إعاقة ميوله الفطرية في تحقيق الذات، ولذلك فإن تهيئة الظروف المناسبة للمسترشد تساعد في تطوير وتنظيم سلوكه الإيجابي المقبول اجتماعيا.

فالإرشاد النفسي يهدف إلى مساعد المراهقين لمواجهة المشكلات التي تعوق قدراتهم وتوافقهم النفسي والاجتماعي السليم، فهو يساعد على أن يتعرف على نفسه وأن يساعد نفسه، ويلاحظ وجود اتجاهين رئيسيين وضمن هذا الأفكار يسيطران على أهداف التوجيه والإرشاد النفسي للمراهق.

فالتفهم والحوار الهادئ ضروري مع المراهق دون فرض سيطرة، أو إصدار قوانين تجعله أكثر عنادا وتدميرا لنفسه، فكثير من المراهقين يدمرون أنفسهم بالإدمان للمخدرات أو عدم المذاكرة والفشل كنوع من العقاب للوالدين

أهمية الارشاد النفسي للمراهق:

١. اتجاه مذاهب الصحة النفسية الى الاهتمام بالمراهقين والتركيز على منع حدوث الاضطرابات بدلا من انتظار وقوعه كي يبدأ بالعلاج.
 ٢. الرغبة في تجنب حدوث المشاكل التي تخص مرحلة الطفولة بشكل عام وبالمراهقة بشكل خاص.
 ٣. زيادة فعاليته وتحسين وسائل اتصاله مع الآخرين عن طريق التدريب والممارسة.
 ٤. تكوين مواطن صالح سوي بالسلوك يتمتع بثقافة عامة وفكر ايجابي وتواصل اجتماعي مفيد له ولأسرته ولمجتمعه وذلك بانعكاس الثقافة المكتسبة من مرحلة المراهقة على اساس أنها المرحلة المكونة للثقافة وشخصية المراهق.
-

المحاضرة 11

عملية الإرشاد النفسي

مفهوم العملية الإرشادية:

يقصد بالعملية مجموعة من خطوات متتابعة للأحداث تتم خلال فترة من الزمن ، كما يقصد بعملية الإرشاد النفسي مجموعة خطوات متتابعة يسلكها المرشد مع المسترشد بدءاً من حالة وصول المسترشد إليه وحتى نهايتها وتحقيق أهداف الإرشاد.

ويمكن القول إن عملية الإرشاد النفسي هي عملية فنية تهدف إلى مساعدة المسترشد ليفهم نفسه بشكل صحيح ، وتنمية شخصيته بجوانبها المختلفة استناداً إلى ما يمتلكه من استعدادات وقدرات ليصبح أكثر قدرة على مواجهة المشكلات التي تعترضه ، ويتمكن من حلها ، ويحقق التوافق النفسي والاجتماعي و الصحة النفسية . ومن أجل مساعدة المسترشد في مشكلته توجد ثلاثة أساليب هي :

- ١ . أسلوب التدعيم .
- ٢ . أسلوب الاستبصار إعادة التربية.
- ٣ . أسلوب الاستبصار إعادة البناء .

إجراءات العملية الإرشادية :

تعد عملية الإرشاد النفسي عملية فنية تقوم على أسس علمية ونظريات متعددة . ومن أهم إجراءات عملية الإرشاد النفسي ما يلي :

تحديد موعد الجلسة الإرشادية ومدتها : لابد للمرشد النفسي من تحديد موعد المقابلة الإرشادية الأولى بالاتفاق مع المسترشد ، بحيث يتضمن اليوم والساعة ، ويؤكد على أهمية الالتزام بهذا الموعد وكذلك على مواعيد الجلسات التالية في الإرشاد . ويتم تحديد موعد المقابلة استناداً إلى مدي إلحاح مشكلة المسترشد ، ويجب في هذه الحالة ألا يكون الموعد بعيداً لعلم المرشد بان المسترشد بحاجة لمساعدته .

كما يتضمن موعد المقابلة مدة الجلسة الإرشادية ، بحيث لا تقل عن نصف ساعة وألا تزيد عن الساعة ، وألا تكون مواعيد الجلسات الإرشادية متقاربة جداً أو متباعدة جداً ، ومن المفضل أن تكون مرة كل أسبوع .

تحديد مكان الجلسة الإرشادية :

يعد مكان الارشاد مهماً في العملية الإرشادية ، ولهذا لا بد من أن يكون مكان الارشاد معداً بحيث يساعد على تكوين مشاعر الأمن والطمأنينة عند المسترشد ، وعدم وجود أى مقاطعات للعملية الإرشادية (اتصالات تلفونية ، قرع الباب ، دخول بعض الأشخاص إلى غرفة الإرشاد) ويجب أن تكون غرفة الارشاد متوسطة الاتساع ، باعثة على الارتياح وخالية من مشتتات الانتباه ، ومستوفية لشروط التهوية والحرارة المناسبة .

كما يجب ألا تكون المسافة بين المرشد والمسترشد كبيرة بحيث تؤدي إلى إحساس بالتباعد ، ولا متقاربة إلى درجة تجعل المسترشد لا يشعر بالارتياح ، وأن تكون هذه المسافة في حدود متر وربع أو أقل قليلاً .

كما لا بد أن يكون الكرسي الذي يجلس عليه المرشد من السهل تحريكه في كل الاتجاهات ، ومن الممكن وضع منضدة تفصل بين المرشد والمسترشد .

الإعداد :

لا بد للمرشد النفسي من أن يعد مسبقاً لعملية الإرشاد النفسي ، بحيث يتضمن :

أ. استعداد المرشد: ويكون ذلك من خلال تحضير المرشد لعملية الإرشاد بشكل مدروس مثل إعداد المكان المناسب ، والوقت الكافي ، وتوفير الوسائل الضرورية لجمع المعلومات عن المسترشد ، وهذا ما يسمح للمرشد القيام بمهمته بشكل مناسب .

ب. إعداد المسترشد :

فالمسترشد يأتي إلى الإرشاد وهو لا يعرف شيئاً عنه ، أو قد يحمل معه معلومات خاطئة عن عملية الارشاد النفسي . ولذلك فإن مهمة المرشد النفسي . هو استثارة دافعية المسترشد لجعله يقبل على عملية الارشاد من تلقاء ذاته ، وان يتقبل الارشاد بدون شروط .

كما يتوجب على المرشد أن ينمي لدى المسترشد مسؤوليته تجاه عملية الإرشاد منذ بدايتها وان يكون إيجابياً نحوها حتى تتحقق أهداف عملية الإرشاد .

تحديد أهداف العملية الإرشادية :

يعمل المرشد في المقابلة الأولى على تكوين الألفة مع المسترشد والتعرف على المشكلة التي جاء من أجلها ، كما يقوم كل من المرشد و المسترشد بتحديد أهداف عملية الإرشاد وذلك وفقاً للآتي :

أ. تحديد الأهداف الهامة تدريجياً :

قد يذكر المسترشد هدفاً معيناً في البداية على أنه الهدف الأكثر أهمية الذي أدى إلى المجيء إلى الإرشاد النفسي ، ومثال لذلك أن يذكر أن مشكلته الدراسية هي التي جاء من أجلها ، ولكن يتضح أثناء عملية الإرشاد أن مشكلته الدراسية ليست إلا تخفيفاً من مشاعر الإحباط التي يواجهها فيما يتعلق بمشكلته مع والديه . ولهذا تصبح مشكلة المسترشد مع والديه هي الهدف الأهم ، في حين تكون مشكلته الدراسية هدفاً ثانوياً.

ب. تحديد الأهداف من العام إلى الخاص :

على المرشد النفسي أن يعمل مع المسترشد على تحديد الأهداف التي جاء من أجلها المسترشد بشكل يمكن ملاحظته ، إذ أن المسترشد لا يستطيع وحده في البداية تحديد أهداف محددة ، وإنما يعبر عن هذه الأهداف بعبارات عامة مثل : (أرجو مساعدتي في التخلص من العزلة التي أعاني منها.....).

ج. تحديد الأهداف البناءة :

وهي الأهداف التي يسعى إليها كل من المرشد والمسترشد مثل (زالة مشاعر القلق من الامتحان) ويكون ذلك في التخلص من المشكلة من خلال علاقة إرشادية ناجحة .

بناء الألفة :

إن الألفة بين المرشد والمسترشد وبخاصة في الجلسة الإرشادية الأولى له تأثير كبير على حسن سير العملية الإرشادية ومدى استمرار العلاقة الإرشادية . ومن أجل ذلك لابد من أن يكون استقبال المرشد للمسترشد دافئاً وودياً ، وأن يرحب به ويصافحه عند دخوله غرفة الإرشاد ويقابله بابتسامه واهتمام ، ويدعوه للجلوس في المكان المخصص له أمامه مباشرة ، لأن ذلك يبعث في نفس المسترشد الشعور بالاهتمام والتقدير .

ومن المفضل قبل الدخول في المشكلة الخوض في حديث جانبي لمدة خمس دقائق لتخفيف التوتر والقلق عند المسترشد ، ويدخل إلى نفسه الطمأنينة ، ويشعره بألفة الجو الجديد الذي هو فيه .

تحديد وتنظيم العلاقة بين المرشد والمسترشد :

تعد العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد المحور الرئيسي الذي تركز عليه عملية الإرشاد النفسي ، والتي تسمح لكل من المرشد والمسترشد بالتفاعل البناء في حدود ما تسمح

به المعايير الاجتماعية بما يخدم أهداف المسترشد ويساعده على النمو السليم . وذلك لابد من تكون العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد جيدة

بحيث تتيح للمسترشد الثقة بالمرشد وتمكنه من التعبير عن مشاعره ومشكلاته والحكم على سلوكه ، وأن يسهم بفاعلية في حل مشكلاته ، وان يتعلم أسلوب حل المشكلات ، وكيفية اتخاذ القرارات . كما تجله يستفيد من خبرة المرشد ويدرك أنه يعمل من أجل مصلحته . ولذلك فإن العلاقة الإرشادية ضرورية خلال مراحل عملية الارشاد النفسي جميعها ، حيث تبدأ بتعريف المرشد للمسترشد بحدودها ، وتتطور وتتغير خلال عملية الإرشاد .

والعلاقة الارشادية بين المرشد والمسترشد لابد من أن تكون صادقة وسرية وتقوم على الثقة والتقبل والنقد الايجابي في حدود العلاقة المهنية ، ومعتدلة بين المشاركة الانفعالية للمسترشد دون أن تصل إلى حد الصداقة وبين المعاملة الرسمية المتزنه.

والعلاقة بين المرشد والمسترشد قد تكون قصيرة كما هو حالة توجيه وإرشاد الطلاب في المشاكل الدراسية ، وإرشاد الطلاب غير العاديين ، وقد تكون طويلة كما هو الحال في المشكلات النفسية الشديدة.

تركيز الحديث حول المشكلة :

لابد من تركيز الحديث اثناء العملية الارشادية على مشكلة المسترشد وليس على موضوعات عامة ، إذ من خلال حديث المسترشد عن مشكلته وصراعاته وإحباطاته في جو نفسي آمن ، تتاح له فرصة التنفيس الانفعالي ، وذلك من خلال التداعي الحر الذي يتيح المرشد للمسترشد ، ومن خلال الشرح والتفسير الذي يقوم به المرشد ، مما يجعل المسترشد يرى نفسه على حقيقتها ، ويجعله أكثر تبصراً بذاته ، وأكثر فهماً لها ، مما يساعد المسترشد على تلمس أسباب مشكلته التي يعاني منها ، واقتراح الحلول المناسبة لها .

التواصل الفعال بين المرشد والمسترشد :

يعد السلوك غير اللفظي مهماً في علاقتنا مع الآخرين ، إذ إن حوالي 65% من المعنى الذي تشتمل عليه الرسالة ينتقل عن طريق السلوك غير اللفظي . ولهذا يعد السلوك الغير لفظي مهماً جداً في الإرشاد النفسي نتيجة للمعلومات الكثيرة التي يمكن أن يقدمها لكل من المرشد والمسترشد اثناء العملية الارشادية .

ولذلك فإنه من ضمن المهارات الأساسية اللازمة للمرشد في عملية الارشاد ، أن يكون قادراً على تمييز السلوكيات غير اللفظية الصادرة عن المسترشد وما يمكن أن توصله من معان ، لأن السلوكيات غير اللفظية تعد دليلاً على انفعالات المسترشد وتعبيره عن نفسه .

ولهذا يجب على المرشد التأكد من مدى التطابق بين السلوك اللفظي والسلوك غير اللفظي للمسترشد وكذلك ملاحظة سلوكياته غير اللفظية وهو صامت .

وعلى المرشد أيضاً أن يهتم بسلوكه غير اللفظي ، لأن ذلك يسهل العلاقة الإرشادية مع المسترشد . فالنظر المباشر من قبل المرشد للمسترشد مثلاً تجعل المسترشد يدرك أن المرشد يشاركه انفعالياً ، كما يجب أن تكون سلوكياته اللفظية متطابقة مع سلوكياته غير اللفظية ، إذ إن الرسائل المختلطة تصبح مشوشة وغير مفهومة من قبل المسترشد ، ويكون في الغالب أكثر ميلاً لتصديق الرسالة غير اللفظية .

فإذا كان المرشد يقول للمسترشد أنه يهتم بمشاكلته ويسعى جهده لمساعدته ، وفي الوقت نفسه يشيح بوجهه بعيداً عن المسترشد ، أو يتململ أثناء جلوسه في حركة تدل على عدم الارتياح فإن المسترشد يدرك بسرعة محتوى الرسالة (خداع المرشد) ويبدأ اتجاهها سلبياً نحوها . فالرسائل غير اللفظية يمكن استنتاجها من خلال تباعد أو تلاقي العينين ، وكذلك من خلال اثناء المرشد للخلف وتشبيكه للذراعين على الصدر الخ..

أما إذا وجد المسترشد تطابقاً بين أقوال المرشد وأفعاله ، فإن العلاقة بينهما تزداد قوة وتسير بشكل صحيح .

حسن الإصغاء :

لا بد للمرشد النفسي أن يكون حسن الإصغاء والانتباه لكل ما يقوله المسترشد ويفعله أو يصدر عنه من انفعالات ، مما يمكنه من إدراك كل ما يدور في الجلسة الإرشادية . ولا بد من إتاحة الفرصة للمسترشد للحديث ، وأن يكون تدخل المرشد في حدود الضرورة ، مما يساعد المسترشد البوح بكل ما يعانيه .

التفسير :

يعد التفسير أحد الأنشطة التي يقوم بها المرشد وتساعد المسترشد على مواجهة مشكلته بدلاً من التصرف بأسلوب دفاعي ، أو الهرب منها . وهذا يتوقف على مهارة المرشد في استخدام التفسير وتوقيته ، حيث يستخدم في الجلسات الاخيرة ، لأنه يحتاج إلى معلومات كافية ، ويستخدمه المرشد في بداية الجلسة الإرشادية أو وسطها وليس في نهايتها .

كما يجب ان يكون التفسير على أساس رسالة المسترشد وليس على اساس تحيزات المرشد أو قيمة التي يسقطها عليه .

كما يجب أن يتعاون كل من المرشد والمسترشد في التفسير ، وذلك عندما يكون المسترشد مستعداً عقلياً وانفعالياً للمشاركة في هذا التفسير ، فإذا تمكن المرشد والمسترشد من الوصول إلى التفسير ذاته لمشكلة المسترشد ، فإن ذلك يحقق فائدة كبيرة

وإن التفسير يؤدي إلى الاستبصار عند المسترشد والذي يعد مفتاحاً لحياة نفسية أفضل ، ومقدمة لتعديل فعال للسلوك . فضلاً عن ذلك يسهم التفسير في تنمية علاقة إرشادية إيجابية بين المرشد والمسترشد ، ويساعد المسترشد على تمحيص سلوكه من وجهة نظره للوصول إلى فهم أفضل للمشكلة ، وهذا يحفز المسترشد على استبدال سلوكه غير الفعال بسلوك أكثر فاعلية . ومن المفضل أن يستخدم في التفسير عبارات مثل : ربما ، من الممكن ، أو يبدو لي... وهي أساليب تقريبية وليست قاطعة .

التشخيص:

التشخيص في الإرشاد النفسي عملية هامة ، ينظر المرشدون والمعالجون النفسيون إلى عملية الفحص والتشخيص والعلاج كعملية متصلة ومستمرة ومتداخلة .
والتشخيص هو تحديد المشكلة والتعرف على الاضطراب أو المرض وتعيينه وتسميته .
ويقوم التشخيص على أساس نتائج عملية الفحص وجمع المعلومات .

هدف التشخيص: هو الحصول على أساس لتحديد إجراءات وطريقة الإرشاد التي تناسب المشكلة أو الاضطراب وشخصية المسترشد . وهو بهذا يوفر الوقت والجهد في عملية الإرشاد ويساعد في تركيز الاهتمام على المشكلة عند تحديدها .

أهمية التشخيص وتحديد المشكلة:

التشخيص وتحديد المشكلة إجراء يهتم كلا من المسترشد والمرشد . فالمسترشد يهتم بالمشكلة لأنها مشكلته ، والمرشد يهتم بها لأنها عمله .

ويدخل التشخيص في صميم عملية الارشاد نفسها . فالمسترشد يشعر بالثقة ويكشف الكثير عن نفسه ، ويزداد فهم تشخيصه ويضع يده على مشكلته ويستريح لبوحه بها وتخلصه من التوتر الانفعالي، ويضمن لمشاركة المرشد الذي شخص الاضطراب وحدد المشكلة ، ويشعر أن شيئاً قد تم وأنجز وحدد طريق عملية الإرشاد مما يزيد الأمل في حل المشكلة .

وعن طريق التشخيص يمكن تحديد نوع مشكلة المسترشد واضطرابه ، ومدى أهمية وخطورة المشكلة ، وما إذا كان ما يعاني منه المسترشد مجرد عرض منفرد أم زملة أعراض تدل على اضطراب محدد ، وقد يكون ما يعاني منه المسترشد مرضاً عصابياً أو ذهنياً لا يدخل في نطاق ميدان الإرشاد النفسي، ويستدعى إحالته إلى العلاج النفسي والطبي في عيادة أو مستشفى للأمراض النفسية .

التحويل: Referral

هي إحالة المسترشد إلى أخصائي آخر أو جهة اختصاص أخرى ، لسبب أو لآخر مثل الفحص أو تقديم خدمات نفسية متخصصة غير متوافرة لدى المرشد أو فى عيادة أو مركز الإرشاد الذي يعمل به ، وذلك بعد موافقة المسترشد.

والإحالة تعتبر أحد الطواري عملية الإرشاد ، إذا لزم بعد أن يكون المسترشد قد قطع شوطاً فى عملية الإرشاد ، حتى ولو كان ذلك الشوط مجرد إعداد المسترشد وتجميع المعلومات والتشخيص وتحديد المشكلات فقط . ويلاحظ أن قرار الإحالة قرار مهني هام ومسئولية خطيرة.

من أنواع الإحالة:

1. الاحالة الجزئية (المؤقتة): تكون لفترة محدودة من الزمن أو بقصد إجراء فحص أو بحث محدد أو الحصول على خدمة ، ثم يعود المسترشد بعد ذلك إلى المرشد مرة أخرى.
2. الاحالة الكلية (الكاملة) : وفيها يحال المسترشد كلياً أو نهائياً إلى مرشد آخر أو جهة أخرى.

المواجهة : وفي هذه الخطوة تتم مواجهة المسترشد لمشكلاته بعد أن يكون قد تبصر بما لديه من مواطن قوة وضعف تجعله أكثر قدرة على اتخاذ قرار مناسب لتعديل سلوكه الخاطئ وإحلال سلوك مناسب محله يتم تعلمه من جديد . فعملية الإرشاد النفسي هي مساعدة المسترشد في اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف المناسبة ، وأن يتحمل مسؤولية هذه القرارات .

التقييم المتواصل لعملية الإرشاد : يمثل التقييم خطوة مهمة و جزءاً جوهرياً من عملية الإرشاد النفسي ، إذ من خلاله تتاح للمرشد الحكم على مدى نجاح العملية الارشادية وعلى مدى التغيير الذي حدث استناداً إلى الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً . وهذا ما يشجع كلاً من المرشد والمسترشد على المضي في عملية الإرشاد .

ومن أبرز الأساليب في عملية الإرشاد .

- ١ . المقابلات : يتم من خلال المقابلة طرح عدد من الاسئلة التي سبق استخدمها عند تحديد المشكلة وعند تحديد الهدف في التعرف على مدى نجاح العملية الارشاد في تحقيق ما حدده المرشد والمسترشد من أهداف نهائية .
- ٢ . ملاحظة سلوك المسترشد في مواقف عملية من الحياة اليومية من قبل المرشد.
- ٣ . التقارير الذاتية التي يكتبها المسترشد عن ذاته وما يشعر به من تحسن : وتستخدم لقياس السلوك الظاهر، ويعتمد ذلك على اختيار المسترشد للاستجابات التي تنطبق عليه ، وتحديد درجة حدوثها.

٤. قوائم المراجعة : وهي عبارة عن قوائم بأعراض الاضطرابات النفسية ، تتم مراجعتها من قبل المسترشد ليتعرف من خلالها على الأعراض التي تخلص منها ، والأعراض المتبقية عنده .

إنهاء عملية الإرشاد : عندما يدل التقييم على نجاح عملية الإرشاد ، وأن الهدف الذي أعده المرشد مع المسترشد قد أنجز ، فلا بد من إنهاء عملية الإرشاد ، وقد يكون ذلك مؤلماً بالنسبة لبعض المسترشدين الذين لا يودون إنهاءها ، مما يؤدي إلى عودة بعض الأعراض المرضية للمسترشدين كاعتراض داخلي على عملية الإنهاء .

وهنا لا بد للمرشد النفسي من تقديم التوجيهات اللازمة للمسترشد ، والتأكيد له أن عملية الإرشاد النفسي قد انتهت ، وأن بإمكانه الاعتماد على نفسه ، وبإمكانه التواصل معه عند الحاجة . ومن الأساليب التي يمكن للمرشد استخدامها في إنهاء عملية الإرشاد ، أسلوب التخلص كما لا بد أن تكون عملية الإنهاء تدريجية وليست مفاجئة للمسترشد ، وأن يمهد المرشد للمسترشد بعملية الإنهاء فيقول مثلاً في نهاية إحدى الجلسات : (أتوقع أننا وصلنا إلى مرحلة يمكنك فيها الاعتماد على نفسك ، وأنا حققنا الهدف الذي نريده . والمهم أن يعرف المسترشد ماذا يمكن أن يعمل في المستقبل ، وأن يسمح له بالاتصال مع المرشد عندما يشعر بالحاجة إلى ذلك) .

المتابعة : يتم التأكد من متابعة المرشد للمسترشد من خلال مدى استمرار التحسن عند المسترشد بأنه لا زال موضع اهتمام من قبل المرشد ، وأنه يلقي التشجيع اللازم لواصلته التحسن ، وأنه يتلقى المعلومات اللازمة الحديثة التي تساعد على استمرار التحسن . وقد تتم المتابعة إما عن طريق الاتصال التلفوني ، أو عبر الإنترنت ، أو من خلال الاتفاق على مواعيد لقاء معينة تتم في مركز الإرشاد النفسي ولفترة زمنية محددة .

المحاضرة 12 - الأخيرة

فريق الإرشاد النفسي

الإرشاد النفسي مسئولية جماعية يحملها فريق متكامل ، وعملية شاملة متعددة الجوانب ، وهي سلسلة متصلة الحلقات من الاجراءات والخدمات .

يتطلب العمل كفريق تبادل الاستشارة بين المسؤولين بعضهم البعض .

ويتضح أهمية الاستشارة خاصة في بعض الحالات التي تقتضي اقتصار تناولها على أخصائي واحد لظروف معينة ، وهنا قد يحتاج ويلجأ إلى الاستشارة حسب التخصص مثل استشارة المعلم المرشد الاخصائي الاجتماعي حول مساعدة طالب في الفصل .

المدير

هو واجهة فريق الارشاد النفسي، وأكثر أعضائه مسئولية أمام عدد كبير من الجهات والأفراد. فهو مسئول أمام الجهات الأعلى والجهات الخارجية والوالدين والعملاء أنفسهم. وهو مسئول بحكم منصبه.

ويجب أن يكون ملماً بالتوجيه والإرشاد النفسي إذا كان له أن يتولى إدارته.

دوره الإرشادي:

١. إدارة برنامج الإرشاد والإشراف على إعداد خطته وميزانيته.
٢. الإشراف العام على جميع خدمات الإرشاد النفسي وتبسيط كافة مناشطة، مما يجعلها خدمات إرشادية ملموسة للجميع.
٣. قيادة فريق الإرشاد النفسي، وتوفير الوقت الكافي لأعضاء الفريق ليقوموا بأدوارهم الإرشادية.
٤. التنسيق العام بين برنامج الإرشاد النفسي والبرنامج التربوي العام مثلاً.
٥. تنظيم سير العمل في المؤسسة (المدرسة مثلاً) بما يسمح لبرنامج الإرشاد بأن يسير في طريقه المخطط لتحقيق أهدافه.
٦. إعداد والإشراف على برنامج التدريب أثناء الخدمة لكل العاملين في التوجيه والإرشاد.

المرشد: Counselor

المرشد النفسي هو المسئول المتخصص عن العمليات الرئيسية في التوجيه والارشاد خاصة عملية الارشاد . وهو الشخص المحوري في فريق الارشاد النفسي واهم خصائصه:

- ١ . معرفة الذات والإمكانات .
- ٢ . التخصص والتجدد العلمي والعملية .
- ٣ . الاهتمام بالعملاء وفهم سلوكهم(وليس الحكم على سلوكهم).
- ٤ . المهارة في إقامة علاقة إرشادية .
5. الثقة في النفس والقدرة على كسب الثقة والمصادقية .
6. احترام الذات واحترام العلماء .
7. حب تقديم المساعدة والرعاية لمن يطلبها .
8. الاهتمام بالآخرين أكثر من التمرکز حول الذات .
9. القدرة على المساعدة الفعالة للعملاء .
10. القدرة على دخول في مشكلة العميل والخروج منها .
11. التمسك بأخلاقيات المهنة .

واهم معالم دورة في الفريق الإرشادي:

القيادة المتخصصة لفريق التوجيه والارشاد والقيادة العملية في عمليات الارشاد الجماعي وغيرها.

- ١ . تشخيص وحل وعلاج المشكلات النفسية.
- ٢ . القيام بعملية الإرشاد ، وتقديم خدمات الارشاد العلاجي بصفة خاصة وخدمات الارشاد التربوي والمهني والزواجي والاسري بصفة عامة ، وتقديم خدمات إرشاد الصحة النفسية ، بطريقة الإرشاد الفردي والارشاد الجماعي وغيرها من الطرق .
- ٣ . تولي مسؤولية متابعة حالات الإرشاد .
- ٤ . مساعدة زملائه أعضاء فريق الارشاد استشارياً فيما يتعلق ببعض نواحي التخصص ، حيث أنه أكبرهم تخصصاً في الميدان.
- ٥ . الاسهام في تطوير العملية التربوية والمناهج وإدماج وتكامل برنامج التوجيه والارشاد فيها .

المعلم – المرشد : Teacher – Counselor

المعلم هو أقرب شخص إلى الطلاب في المدرسة، وهو أخبر الناس بهم ، وهو الذى يعرفهم عن كئيب ، وهو حلقة الوصل بينهم وبين باقي أعضاء فريق الإرشاد . والطلاب يحتاجون إلى رعاية النمو وتحقيق التوافق والمساعدة في حل المشكلات إلى جانب حاجاتهم للتعليم والتحصيل .

والمعلم وهو يعلم مادة تخصصه ، ولا يمكن أن يقف متفرجاً على من يحتاج من طلابه إلى الارشاد النفسي . والمعلم فى كثير من الأحيان يكون أقدر على مساعدة طلابه حتى من بعض الخبراء المختصين ، الذين قد يكون الطالب مجرد شخص غريب بالنسبة لهم قبل جلسات الإرشاد التى قد تكون قصيرة ومحدودة .

أهم معالم الدور الإرشادي الخاص بالمعلم – المرشد هي :

١. تيسير وتشجيع عملية الإرشاد في المدرسة ، وتعريف الطلبة بخدمات الإرشاد النفسي
٢. مساعدة الطلاب العاديين فى الارشاد تنموياً ووقائياً ، ورعاية نموهم النفسي ومساعدتهم في معرفة الذات ونمو مفهوم موجب للذات ، والقيام بالدور السليم في عملية التنشئة الاجتماعية.
٣. تهيئة مناخ نفسي صحي في الفصل وفي المدرسة بصفة عامة.
4. المساعدة فى إجراء الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية لتحديد استعدادات وقدرات الطلاب وتنميتها.
5. دراسة وفهم الطلاب كل على حدة وكجماعة ، واكتشاف حالات سوء التوافق المبكرة فيهم .
6. تدعيم الصلة بين المدرسة والاسرة والاتصال بالوالدين عن طريق مجالس الآباء والمعلمين .

المعالج النفسي Psychotherapist

المعالج هو الاخصائي الذي يقوم بعملية العلاج النفسي ، في معظم الحالات يكون اشتركهم في فريق الارشاد النفسي (في المدرسة) اشترك بعض الوقت او يكون الاسلوب الممكن هو خط الإحالة بين المدرسة أو المؤسسة وبين العيادة النفسية أو مركز الإرشاد للحصول على خدمات المعالج النفسي.

دوره الإرشادي:

١. تشخيص وعلاج الاضطرابات النفسية.
٢. علاج المشكلات النفسية الحادة المستمرة ذات الطابع الشخصي جدا والانفعالي.
٣. علاج حالات العصاب والجناح واضطرابات الشخصية.
٤. الاشتراك مع الطبيب النفسي في علاج الحالات النفسية.
٥. الاشتراك مع بقية أعضاء الفريق في برامج الإرشاد التنموي والوقائي في مجال الصحة النفسية.

الأخصائي النفسي

الأخصائي النفسي بصفة عامة هو المساعد الرئيسي واليد اليمنى للمرشد النفسي.

دوره الإرشادي:

يتركز الدور الإرشادي للأخصائي النفسي في أعمال متخصصة ومحددة يجب ألا يتخطاها وأهمها ما يلي:

١. إجراء معظم عناصر الفحص النفسي في فحص ودراسة الحالة ، وإعداد التقرير النفسي ، وربما اقتراح التشخيص المبدئي ، وبعض التوصيات الإرشادية العلاجية ، وإجراء الفحوص والبحوث النفسية الخاصة بالحالات التي يحيلها إليه المرشد أو المعالج أو الطبيب النفسي.
٢. القياس النفسي وإجراء الاختبارات (وخاصة اختبارات التشخيص) والإشراف عليها وتفسير نتائجها.
٣. ملاحظة ودراسة سلوك المسترشدين واتجاهه العام وتحديد النمط العام للسلوك.
٤. مساعدة المرشدين والمعالجين النفسيين في تقديم الكثير من خدماتهم، مثل المشاركة في الارشاد الجماعي.
٥. الاختصاص في نواح معينة من عملية الإرشاد ، مثل التدريب على الكلام أو الإرشاد باللعب ، وتقديم خدمات متخصصة للمعوقين أو المتفوقين مثلا ، وإعداد البرامج الإرشادية والعلاجية للفئة الخاصة التي يتخصص فيها.

الطبيب

يحتاج برنامج الإرشاد النفسي إلى خدمات طبية في مجال الطب العام والمتخصص والطب النفسي بصفة خاصة. والحاجة إلى الطبيب الممارس العام معروف. وإلى جانبه يحتاج المسترشدين إلى خدمات الأطباء الأخصائيين مثل أطباء العيون والانف والأذن وغيرهم.

والطبيب النفسي Psychiatrist هو أكثر الأطباء اشتراكاً في مجال الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، ومن المستحسن أن يكون الطبيب الذي يعمل في ميدان الإرشاد النفسي متفرغاً.

دورة الإرشادي:

١. الإجراءات الطبية الوقائية والتربية الصحية في المدرسة، والإشراف على برامج الصحة المدرسية.
٢. إجراء الفحص الطبي اللازم لعملية الإرشاد.
٣. العلاج الجسدي والعلاج باستخدام الأدوية.
٤. تناول حالات الطوارئ في مراكز وعيادات الإرشاد.
٥. التشخيص الطبي النفسي.
٦. الاشتراك مع المعالج النفسي في علاج الحالات النفسية الجسمية.
٧. اتخاذ الإجراءات الطبية اللازمة في علاج الحالات النفسية.
٨. اتخاذ الإجراءات الطبية اللازمة في حالات الفئات الخاصة من المعاقين والمرضى وذوي العاهات.
٩. تقديم الخدمات الطبية المتخصصة الخاصة بضعف البصر والسمع وغيرها وقائياً وعلاجياً.

الاخصائي الاجتماعي

يقوم الأخصائي الاجتماعي بدور دينامي في الإرشاد النفسي. ويعتبر حلقة الوصل بين المؤسسة والمجتمع الخارجي، كما يحدث بين المدرسة والأسرة.

دورة الإرشادي:

المجال الاجتماعي هو المجال الذي يقوم فيه الأخصائي الاجتماعي بدوره في الإرشاد النفسي، وذلك على النحو التالي

١. إجراء المقابلات الأولى مع المسترشد وأسرته وفي محل عمله.
٢. الاتصال بالأسرة والعمل مع الوالدين.
٣. الاتصال بالمؤسسات الاجتماعية.
٤. إجراء البحث الاجتماعي ودراسة الحالة وتاريخها للمسترشد والأسرة، والاشتراك في مؤتمر الحالة، وتحليل المشكلات الاجتماعية وتقديم التقدير الاجتماعي.
5. تقديم الخدمات الاجتماعية المتخصصة للفرد والجماعة.
6. المشاركة الفعلية في الإرشاد الجماعي والإرشاد الأسري وإرشاد بعض حالات الجناح وسوء التوافق الاجتماعي، وحل المشكلات الاجتماعية.
7. الاشتراك في تخطيط وتنفيذ تعديل البيئة والمجال الاجتماعي مثل الظروف الاجتماعية وغيرها، مما يضمن تحقيق حالات التوافق الاجتماعي للحالات.
8. المساعدة في حالات الإحالة.

الوالدان

الفرد يميل إلى اللجوء بمشكلاته أولاً إلى الوالدين والأقربين. ويبدل الوالدان عادة كل جهد لتقديم المساعدة لولدهما في كافة الميادين طبياً وتربوياً وإرشادياً... إلى أقصى حد يستطيعانه. ويرى البعض أن حياة الوالدين تكاد تكون متركزة حول توجيه وإرشاد وتربية الأولاد.

ولاشترك الوالدين واعتبارهما مسئولين في عملية الإرشاد مبرراته: فهما مسئولان عن نمو شخصية الولد وعن عملية تنشئته اجتماعياً. وهما اللذان يتوليان مسؤولية التربية قبل سن المدرسة وحتى بعد دخول المدرسة.

هذا وقد يكون الوالدان سبباً من أسباب بعض المشكلات، وقد يكون الولد عرضاً من اعراض اضطراب الوالدين أو الاسرة بكاملها. كذلك فإن أي جهود إرشادية ووقائية لا يمكن أن تتم بنجاح دون تعاون الوالدين. بالإضافة إلى أن بعض الحقائق عن الأولاد لا يمكن مطلقاً معرفتها إلا من الوالدين.

يلاحظ أن الاتصال بالوالدين في إرشاد الأطفال أمر ضروري وواجب، بينما الاتصال بالوالدين في إرشاد الشباب والراشدين مستحب وجائز، ولكنه يخضع لموافقة المسترشد.

دورهما الإرشادي:

دور الوالدين دور مزدوج فهو دور المعطي الذي يشارك في عملية الإرشاد ودور الآخذ الذي يطلب ويستفيد من خدمات الإرشاد. ومن أوضح نماذج ضرورة مشاركة الوالدين حالات ذوي الحاجات الخاصة، حيث تقدم لهما المساعدة لتقبل المشكلة وتغيير الاتجاهات والتوافق، ولا يمكن لأي برنامج سليم للتوجيه والإرشاد أن يغفل الدور الإيجابي الذي يمكن ويجب أن يقوم به الوالدان ودورهما الأساسي هو دور تنموي وقائي، ويمكنهما أيضاً الإسهام بجهود إرشادية عملية، وذلك على النحو التالي:

١. رعاية نمو الأولاد ومراعاة التطبيقات التربوية والعملية لعلوم التربية و علم النفس.

٢. توفير المناخ الاسري المناسب للنمو النفسي السوي للأولاد في المنزل، واشباع الحاجات النفسية لهم، وتجنب الأساليب الخاطئة في تربيتهم ورعايتهم وتحقيق علاقات أسرية سوية مع الاولاد بعضهم البعض.

٣. إمداد وتزويد الأخصائيين بالمعلومات الحديثة اللازمة عن المنزل والأسرة والملاحظات والسجلات الواقعية لسلوك الأولاد مما يساعد الأخصائيين في عملية الإرشاد.
4. مداومة الاتصال بالمدرسة ، وحضور مؤتمرات الحالة ، وتيسير وتشجيع العاملين بالتوجيه والإرشاد على زيارة الأسرة.
5. المشاركة في النشاط الاجتماعي في المدرسة ، والمشاركة عملياً في خدمات الإرشاد الجماعي.
6. الإسهام بخدمات تربوية وإرشادية من خلال الاشتراك في مجالس الآباء والمعلمين.
7. تقديم بعض الخدمات الإرشادية في حدود إمكاناتهما ، ثم اللجوء فيما يستدعي العمل المتخصص إلى الأخصائيين.
8. التعاون الكامل والتنسيق وتبادل الرأي مع المدرسة، حتى لا يبني طرف ويهدم الآخر.

تم بحمد الله وتوفيقه