

جامعة وهران (2) محمد بن أحمد



كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس والأرطوفونيا

محاضرات في مقياس

الإرشاد النفسي

مطبوعة بيداغوجية موجهة إلى طلبة السنة الثانية ماستر

تخصص علم النفس المدرسي

من إعداد: د. حمري صارة

السنة الجامعية 2023-2024

معلومات عامة حول المقياس

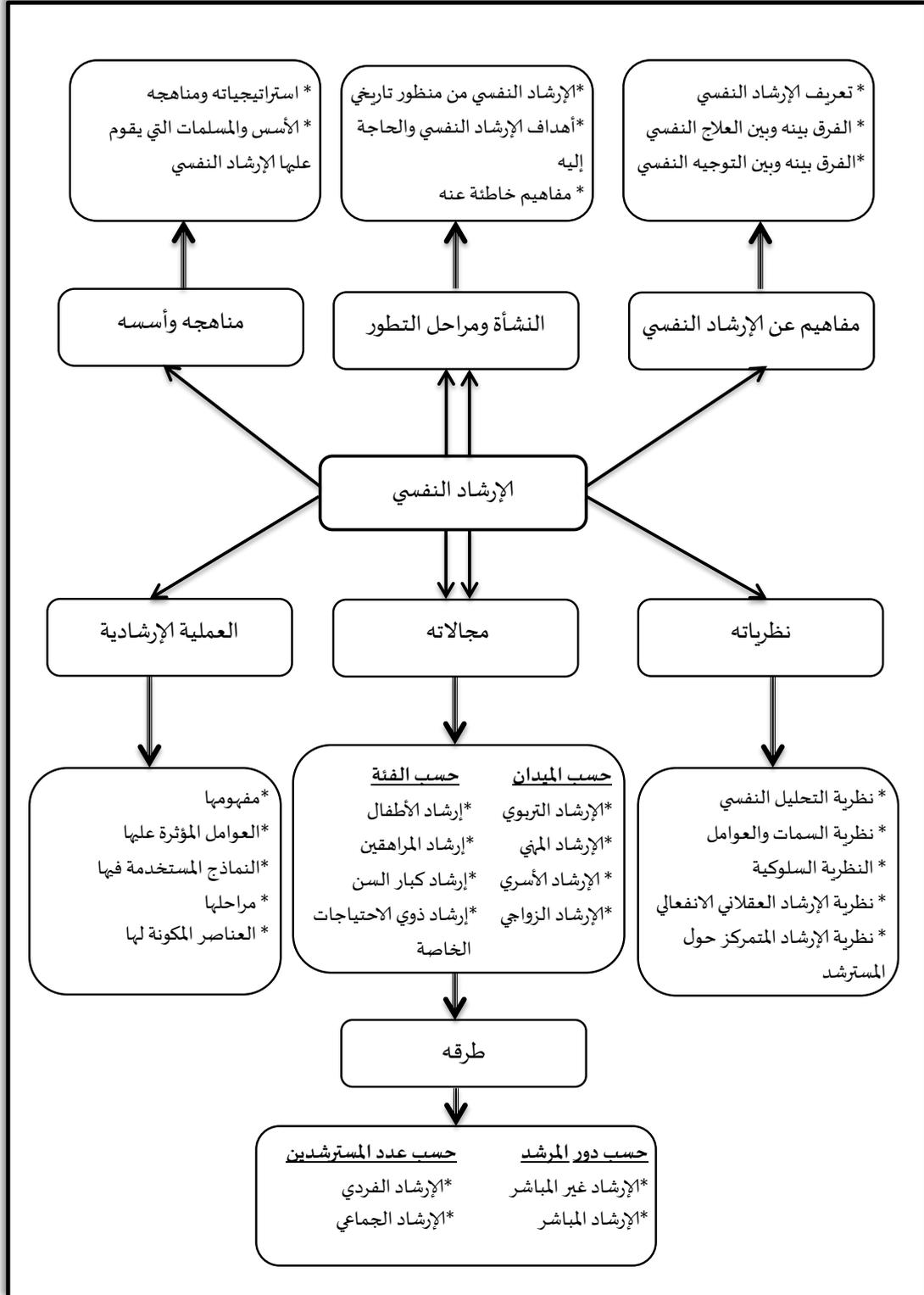
جامعة وهران 2 محمد بن أحمد	الجامعة
العلوم الاجتماعية	الكلية
علم النفس والأرطوفونيا	القسم
علم النفس	الشعبة
طلبة السنة الثانية ماستر علم النفس المدرسي	الفئة المستهدفة
الثالث	السداسي
وحدة تعليم أساسية	الوحدة التعليمية
الإرشاد النفسي	إسم المادة
05	الرصيد
02	المعامل
ساعة ونصف أسبوعيا	الحجم الساعي
تقييم متواصل + امتحان	نوع التقييم

تقديم المقياس:

يعتبر الإرشاد النفسي من الضرورات الملحة في أي طور أو مرحلة عمرية، تزامنا مع ما يشهده العالم من تحديات اجتماعية واقتصادية وتغيرات متلاحقة في كافة مناحي الحياة الأخرى، ولعل الإرشاد النفسي من بين الخدمات الانسانية التي تساهم بشكل فعال في تقديم المساندة والدعم لتحقيق مستويات مقبولة من التكيف، وذلك بطرق منظمة ومدروسة، ووفقا لأسس علمية واضحة المعالم ومبنية على توجهات نظرية متعددة، تعمل في تنوعها على تكامل النظرة للإنسان. ومن هذا المنطلق، حاولنا تقديم أساسيات ومبادئ الإرشاد النفسي من خلال مجموعة من العناصر التي تضمها البرنامج الخاص بتكوين الماستر تخصص علم النفس المدرسي، وذلك بغرض تزويد الطالب بقاعدة علمية فيما يخص الإرشاد النفسي والخدمات التي يقدمها المرشد لمساعدة المسترشد على تحقيق أهدافه والوصول به إلى أعلى مستويات التوافق النفسي والصحة النفسية.

ويقسم محتوى المحاضرات إلى محاور وفروع أساسية، يتعلق الأول منها بمفاهيم عن الإرشاد النفسي من خلال ضبط تعريفه والتمييز بينه وبين كل من العلاج النفسي والتوجيه النفسي. أما المحور الثاني فيتعلق بنشأة الإرشاد النفسي والمراحل التي مر بها حتى أصبح علما قائما بذاته له أسسه النظرية ومناهجه ومجالاته المختلفة، ثم بعد ذلك تم الانتقال لتناول أهدافه ودواعي الحاجة إليه وأهم المفاهيم الخاطئة المرتبطة به. في حين تضمن المحور الثالث مناهج الإرشاد النفسي وتوضيحا للأسس والمسلمات التي يقوم عليها. أما المحور الرابع فقد احتوى بعض نظريات الإرشاد النفسي مع ذكر أساسيات كل نظرية، وتم التطرق في المحور الخامس إلى مجالات ومبادئ الإرشاد النفسي، ليتم التطرق في المحور السادس والأخير إلى مفهوم العملية الإرشادية والعناصر المكونة لها.

خريطة ذهنية للمحاور والعناصر الأساسية التي تضمنتها
محاضرات الإرشاد النفسي



تمهيد:

يشهد العالم اليوم تغيرات سريعة ومتلاحقة في مختلف مناحي الحياة، وذلك بوتيرة متزايدة لم يسبق للأمم معاشتها، الأمر الذي جعل هذا العصر يعرف بعصر العلم والتكنولوجيا والسرعة أو عصر القلق والضغوط.

ومما لا شك فيه أن هذه التغيرات شملت مجالات الأسرة والتربية والعمل والحياة الاجتماعية إجمالاً، وأدت إلى بروز تغيرات في حياة الأفراد وفي نمط العلاقات الاجتماعية بينهم، مما انعكس على قيم الأفراد وعلى سلوكياتهم وأنماط تفكيرهم، فتفاقت المشكلات وانحرفت السلوكيات وازدادت الضغوط والتوترات، وساد العجز في إشباع الحاجات وتحقيق الأهداف.

وهنا تتضح الحاجة إلى خدمات الإرشاد النفسي في عصرنا الراهن بشكل أكثر إلحاحاً للوقاية من الوقوع في برائن الاضطرابات النفسية وتقوية الثقة بالنفس لدى الأفراد وبث شعور الأمن لديهم، فتقديم الخدمات الإرشادية في أي مجال من مجالات الحياة سواء كانت تربوية أو مهنية أو أسرية سيسهم حتماً في تنمية طاقات الأفراد وتحقيق التوافق لديهم وتمتعهم بالصحة النفسية وأثر ذلك على البيئة المحيطة بهم.

والإرشاد النفسي يعد من الخدمات الانسانية التي تقدم المساندة والدعم النفسي إلى جانب خدمات تربوية ومهنية وفق طرق منظمة ومدروسة، وبناء على أسس علمية واضحة المعالم ومبنية على اتجاهات نظرية متعددة، تعمل في تعددها على تكامل النظرة للإنسان.

مفهوم الإرشاد النفسي:

الإرشاد النفسي مفهوم ثقافي متعدد فيه الآراء وقد تتباين أحياناً، بيد أن المفهوم على العموم ثري في محتواه، متعدد من حيث مجالات تطبيقه فردياً وجماعياً وأسرياً وزواجياً ومهنياً وتربوياً...

ينطوي الإرشاد على معانٍ تفيد معنى النصيح والإرشاد والتوجيه سواء في منابعه اللغوية أو استخداماته المتعددة، ففي اللغة العربية كلمة (رشد)، (رشداً) تعني اهتدى فهو راشد، ورشد فهو رشيد وأرشدته بمعنى هداه، واسترشد بمعنى اهتدى وطلب الرشد (ابراهيم عيد، 2005، 14)

وجاء في معجم لسان العرب لابن منظور(1995) رشد الإنسان يرشد رُشدا ورشدا يرشُد رَشَدًا ورشادًا فهو راشد ورشيد، وهو نقيض الضلال.

أما كلمة إرشاد Counseling في اللغة الإنجليزية فهي من الفعل Counsel وهو مشتق من الكلمة اللاتينية Consilium، وتعني أن نكون معا وأن نتكلم معا، وهذا المصطلح في أصله اللاتيني صار يتضمن معنى التبادلية mutuality وهو المعنى الذي يتجسد في تعريف الإرشاد من حيث تأكيد أن المرشد والمسترشد يتفاعلان معا. وبذلك يتضح أن الأصل اللغوي للمفهوم في بنيته الإنجليزية والعربية يفيد معنى الإرشاد والهداية وإسداء النصيحة والمشورة لمن يريد لها. (ابراهيم عيد، 2005، 14)

أما اصطلاحاً فيشير الإرشاد النفسي إلى العلاقة المهنية التي يتحمل فيها المرشد مسؤولية المساعدة الإيجابية للعميل بمحاولة تغيير أنماطه السلوكية السلبية بأنماط سلوكية جديدة أكثر إيجابية، ومن خلال فهم وتحليل استعداداته وقدراته وإمكاناته وميوله، وإعداده للمستقبل بغرض وضعه في المكان المناسب له لتحقيق أهداف سليمة وحياة صحية ومتوافقة ومواطنة صالحة. (العماري، 2014، 55)

وتتطلب العملية الإرشادية في العموم استخدام أساليب ومبادئ دراسة الفرد الانساني بهدف إكسابه سلوك جديد يساعده على تحقيق مطالب التكيف مع واقع الحياة ومتطلباتها. ويستفيد من الخدمات التي يقدمها الأخصائيون في الارشاد النفسي جميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة، سواء في بيئة الأسرة أو المدرسة أو العمل.

وعلى العموم، تناولت العديد من الأدبيات في العلوم النفسية والتربوية مفهوم الإرشاد النفسي استناداً إلى وجهات نظر معينة. وفيما يلي عرض لأشهر التعريفات التي تناولت هذا المفهوم:

عرف زهران(1980) الارشاد النفسي بأنه عملية بناءة تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته وينمي امكانياته ويحدد مشكلاته ويحلها في ضوء معرفته ورغبته لكي يصل إلى تحقيق أهدافه وصحته النفسية والوصول بذلك إلى التوافق النفسي.

أما باترسون(1986, Patterson) فقد عرف الإرشاد بأنه تنظيم لمقابلة في مكان خاص يستمع فيه مرشد ذو خبرة وكفاءة ومهارة في الإرشاد لمسترشد محاولاً فهمه ومعرفة ما يمكن تغييره في سلوكه

بطريقة أو بأخرى يختارها ويقررها المسترشد، وهذا كله بغرض تحقيق الأهداف العامة والخاصة للعملية الإرشادية. (المصري، 2009، 10)

ويرى حسين (2004) في الإرشاد النفسي بأنه العملية البناءة التي تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي إمكانياته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه، لكي يصل إلى تحديد وتحقيق أهدافه وتحقيق الصحة النفسية وتحقيق التوافق الشخصي والتربوي والمهني والأسري.

ومن جهته يعرف الفحل (2015، 29) الإرشاد النفسي بأنه "عملية تتم بين المرشد والمسترشد بهدف مساعدة الأخير على أن يفهم ذاته ويحدد مشكلاته، ويتعرف على خبراته وتدريبه للوصول إلى تحقيق الصحة النفسية."

في حين نعتبره علاقة تتضمن مجموعة من الإجراءات يحاول من خلالها شخص متخصص هو المرشد تقديم مساعدة لشخص آخر ليفهم نفسه ويحل مشاكل عدم التوافق لديه إزاء مواقف الحياة المختلفة الأسرية والدراسية والمهنية والشخصية والاجتماعية، وذلك ضمن مناخ يسوده التقبل والتشجيع.

بالاستناد لما سبق ذكره، يمكن أن نستخلص بعض العناصر التي يشتمل عليها الإرشاد وهي:

- الإرشاد عملية: أي أنها تمر بخطوات معينة ومحددة.
- الإرشاد تعلم: إذ يتعلم المسترشد فيها كيفية مواجهة مشكلاته وحلها.
- الإرشاد مساعدة: أي أنه يقدم العون والمساعدة للمسترشد.
- الإرشاد علاقة إنسانية: أي أن العلاقة بين المرشد والعميل تقوم على الدفء والاهتمام والتقبل الايجابي غير المشروط.
- الإرشاد يقوم به متخصصون: أي أن يكون المرشد متدربا ومتخصصا في الارشاد.
- الإرشاد مبني على نظريات وأسس واضحة: حيث يستخلص المرشد منها ما يناسب بيئة المسترشد وأهدافه.
- الإرشاد النفسي يحتاج إلى مرشدين مؤهلين ولديهم خصائص نفسية ومعرفية إيجابية.

-الإرشاد النفسي ضرورة ملحة لأي مجال أو مرحلة عمرية من مراحل النمو الانساني.

الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

رغم كثرة التعريفات التي قدمها المتخصصون لمفهوم العلاج النفسي والتي اختلفت باختلاف مدارسهم وباختلاف الجانب المهني والتخصصي لمن قاموا بتعريفه، إلا أن تحليل المالكي لهذه التعاريف وإيجازها جعلها تتبنى التعريف القائل بأن العلاج النفسي هو الهدف النهائي من ممارسة الطرق الإكلينيكية حيث يحاول المعالج فهم التنظيم الدينامي الانفرادي لشخصية العميل والتنبؤ عن مدى تطور المشكلة أو المرض واحتمالات الاستجابة للمجهود العلاجي بهدف تهيئة أفضل العوامل والظروف لتخليص العميل من القلق أو غيره من المشاعر والافكار التي تؤثر سلبا في سلوكه وفي سلوكه غيره في مجال أو أكثر من المجالات الرئيسية للحياة مثل العلاقات الشخصية أو العمل أو الجنس، مما يؤدي إلى إحداث تغيير في بناء الشخصية، وفي أداؤها لوظائفها بالصورة التي يحقق معها أقصى توافق ممكن في مختلف مجالات الحياة(المالكي،2005، 30)

وعرف زهران(1998) العلاج النفسي(Psychotherapy) بأنه نوع من العلاجات تستخدم فيها الطرق النفسية لعلاج مشكلات أو اضطرابات أو أمراض ذات صبغة انفعالية يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه وفيه يقوم المعالج بالعمل على ازالة هذه الأعراض أو تعطيلها أو ازالة أثرها بمساعدة المريض على حل مشكلاته والتوافق مع البيئة واستغلال ومساعدته على تنمية شخصيته بحيث يصبح المريض أكثر نضجا وقدرة على التوافق النفسي في المستقبل.

ومما سبق، يتضح أن العلاج النفسي يشترك وفق هذا الطرح مع الإرشاد النفسي في كون كلاهما يقوم على أساس وجود علاقة تفاعلية يتم من خلالها تقديم المساعدة، لذا نلاحظ أن عددا كبيرا من الكتب في ميداني الارشاد النفسي والعلاج النفسي تجمع بين المفهومين.(أبو زعيزع، 2009، 27-26)

ومن جهتها أكدت المالكي(2005) أن العلاقة بين الارشاد النفسي والعلاج النفسي هي علاقة تشابه أكثر منها اختلاف، فكلاهما ينتمي إلى فرع واحد من فروع علم النفس وهو علم النفس التطبيقي ومجال تطبيقي واحد هو علم النفس العلاجي الذي يضم عدة ميادين مثل علم النفس العيادي وعلم النفس التربوي والطب النفسي والخدمة الاجتماعية والتوجيه النفسي التربوي والمهني. كما

يتجلى التشابه بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي في كونهما يهدفان إلى تحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية كما يتشابهان في كثير من مصطلحاتهما المستخدمة ووسائل جمع المعلومات، كما أن الإجراءات العملية المتبعة في كلاهما واحدة من حيث الفحص وتحديد المشكلة وتشخيصها ووضع الخطط لحلها ثم متابعتها. (المالكي، 2005، 31)

وعلى العموم، يشترك المرشد النفسي مع المعالج النفسي في عملية التشخيص وبعض الاستراتيجيات العلاجية لاسيما الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية والتحليلية، ويسعى كل منهما إلى نفس الهدف - كل في حدود تخصصه - وهو حل المشكلات التي يواجهها العميل وتحقيق الصحة النفسية. ومع ذلك لا بد من الإشارة إلى جوانب الاختلاف بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي تجنباً للخلط وسوء الممارسة وتحقيقاً لأقصى فائدة من مزايا واستخدامات كل منها. وفيما يلي أبرز الفروق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

- الإرشاد النفسي يركز على المشكلة وتوضيحها للمسترشد، في حين يركز العلاج النفسي على الشخص وعلى خبراته السابقة وطريقة تفكيره بهدف إيصاله إلى حالة الاستبصار وإعادة تنظيم شخصيته.
- يعمل المرشدون النفسيون مع أشخاص عاديين يعانون مشكلات تكيفية لا تفصلهم عن الواقع لكنها تعيقهم عن التفاعل مع هذا الواقع، في حين يعمل المعالجون النفسيون مع أشخاص مضطربين يبدون أساليب شاذة للتكيف ويعانون اضطرابات نفسية (اكتئاب، وسواس قهري، هستيريا... إلخ)
- تقدم خدمات الإرشاد النفسي عادة في المدارس أو المراكز الإرشادية أو الجامعات في حين تقدم خدمات العلاج النفسي في العيادات النفسية أو مستشفيات الأمراض النفسية أو مراكز الصحة النفسية وتستند استراتيجياته إلى الاتجاه التحليلي البيولوجي. (أبوعطية، 2002، 22-23)
- هناك اختلاف في نسبة الوقت المخصص في المهارات المشتركة بين العلاج النفسي والإرشاد النفسي وفي توقيت هذه المهارة، ففي الإرشاد لا بد من توجيه الأوامر والمعلومات وتقديم المساعدة في منتصف العملية الإرشادية وليس في بدايتها لأن تقديم المساعدة يعتمد على جمع المعلومات. والجدول رقم (1) الاختلافات فيما

يتعلق بالوقت المنصرم في تطبيق المهارات والعمليات المشتركة بينهما.(أبوزعيزع،
2009، 15)

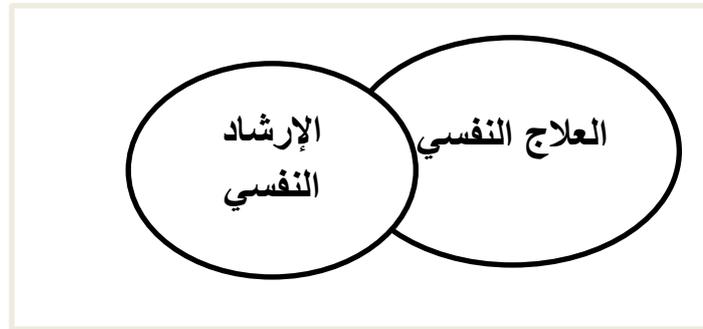
الجدول رقم(1) نسبة الوقت المنصرم في تطبيق المهارات والعمليات المشتركة بين
الإرشاد والعلاج النفسي.

العلاج النفسي	الإرشاد النفسي	المهارة/العملية
%60	%20	الإصغاء
%10	%15	توجيه الأسئلة
%5	%5	التقويم
%3	%1	التفسير
%5	%15	الاستيضاح
%3	%20	تقديم المعلومات
%3	%10	النصح
%1	%9	توجيه الأوامر والتعليمات
%10	%15	التدعيم

يلاحظ من قراءة الجدول رقم(1) أن هناك تفاوت واضح في الوقت الذي يعطيه كل من
المرشد والمعالج النفسي في ممارسة المهارات المشتركة، وبشكل أساسي في مهاتي الإصغاء وتقديم
المعلومات.

إن التداخل بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي يمكن توضيحه بالشكل التالي:

الشكل(1) التداخل بين العلاج النفسي والإرشاد النفسي



التوجيه والإرشاد النفسي

التوجيه عبارة عن نشاط يهدف إلى التأثير في الفرد من حيث الفهم الواقعي لنفسه وظروفه وتحقيق التوافق النفسي والتكيف مع حاضره ومستقبله، فالتوجيه يسعى لأن يقدم للفرد ما يناسبه من مساعدة من خلال تمكينه من معرفة قدراته وميوله واستعداداته وكل ما يتعلق بإمكانياته الشخصية والبيئية بما في ذلك التحديات المتاحة والفرص المختلفة (المالكي، 2005، 26)، ولا يعني التوجيه إعطاء تعليمات أو توجيهات للفرد أو الإيماء بوجهة نظر معينة أو أن يحمل الموجه أعباء الفرد ومسؤولياته والحقيقة أنه يستهدف تقديم العون والمساعدة من طرف اخصائيين مؤهلين إلى شخص آخر ليتمكن من تدبير شؤون حياته. (حسين، 2004، 18)

والحقيقة التي يجب الوقوف عندها هي أن الغاية الأساسية للتوجيه عموماً تتمثل في تحقيق التوافق والتكيف لدى الفرد بأقصى ما تسمح به إمكاناته وقدراته من منظور شخصي وبيئي.

ومهما كان المجال الذي يحدث فيه التوجيه، فإن هناك ثلاث مستويات للتوجيه هي المستوى البسيط والمستوى التفسيري والمستوى التحليلي. ففي المستوى البسيط ينحصر دور التوجيه في تقديم معلومات بسيطة لمن يحتاجها أو يطلبها في موضوع بسيط أو عام ولا يصل إلى درجة المشكلة التي تعيق أداء الفرد، ولا يتطلب الأمر سوى الإلمام الموجه بالمعلومات الصحيحة والقدرة على نقلها.

وفي المستوى التفسيري يؤدي التوجيه دوراً أكثر عمقا من المستوى البسيط لوجود مشكلات أو معوقات قائمة أو محتملة، مما يجعله علاجاً وقائياً. والتوجيه في هذا المستوى يشمل تحديد المشكلة وأسبابها وكيفية التعامل معها من خلال اتخاذ القرار الصحيح على ضوء قدرات الفرد واستعداداته بهدف تحديد الجوانب الإيجابية والسلبية للسلوك.

أما المستوى التحليلي: فيكون في حالات المشكلات المعقدة وسوء التوافق الدراسي أو المهني أو الزواجي ويشمل هذا المستوى مجموعة من الخدمات مثل خدمة الإرشاد النفسي والاختصاصي الاجتماعي والطبيب النفسي وغيرهم من المتخصصين ذوي التأهيل العلمي ممن يساعدون في حل المشكلة. (المالكي، 2005، 27-28)

وفيما يلي توضيح لبعض نقاط التمييز بين التوجيه والإرشاد:

الجدول (2) بعض نقاط التمييز بين التوجيه والإرشاد (المالكي، 2005، 29)

التوجيه	الإرشاد
يشارك فيه أكثر من متخصص كالطبيب والأخصائي الاجتماعي والمدرس والمرشد النفسي	يكون من اختصاص المرشد بنفس الكيفية التي يكون فيها التدريس من اختصاص المدرس.
يقوم به غير المتخصص حسب بساطة المشكلة أو موضوع التوجيه.	يقوم به المتخصصون المؤهلون لممارسة الإرشاد النفسي.
ميدان (Field) ينتهي إليه مجموعة من العاملين مثل المرشد والأخصائي والإداري.	هو عملية (operation) يقوم بها المرشد النفسي.
يتضمن أنشطة يغلب عليها الطابع الإعلامي من حيث السعي إلى تقديم الأفراد أو جانب مثل المهنة أو العلاقات أو المعلومة الصحيحة ليستفيد منها الأفراد.	يتضمن اجراءات يغلب عليها الطابع التحليلي والتفسيري المتعمق للمعلومة التي يتم الحصول عليها.
مركز الثقل في هذا العمل جوانب حياة الاجتماعية أو الدراسة	مركز الثقل في هذا العمل هو الشخصية كجسد ونفس.
يتضمن خدمة إرشادية قد تستمر إلى ما بعد انتهاء الخدمة.	عمل المرشد لا يستمر إلى ما بعد التوجيه إلا في حالات معينة

وفي المجال المدرسي تتضمن خدمات التوجيه الأنشطة والأعمال التي تتخذها المدرسة لجعل التوجيه إجرائيا وقابلا للتطبيق ومتاحا للطلبة. ويمكن التمييز بين خمسة مجالات خدماتية في برنامج التوجيه التربوي تحدد على النحو التالي:

- 1- خدمة التقدير: تهدف هذه الخدمة من خدمات التوجيه إلى جمع وتحليل واستخدام مجموعة من المعلومات الاجتماعية والنفسية والشخصية والموضوعية والذاتية عن كل طالب بهدف الوصول لفهم أفضل للتلاميذ وكذلك مساعدتهم على أن يفهموا أنفسهم.
- 2- خدمة المعلومات: تصمم هذه الخدمة لتزويد الطلبة بمعرفة أكبر عن الفرص التربوية والمهنية والشخصية والاجتماعية كي يتمكنوا من اتخاذ اختيارات وقرارات أفضل تستند إلى معلومات مناسبة في مجتمع يزيد تعقيدا.
- 3- خدمة الإرشاد: وتصمم بهدف تسهيل عملية فهم الذات وتنميتها من خلال العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد أو بين المرشد ومجموعة من المسترشدين، وتركز

هذه العلاقة على تنمية إمكانيات المسترشد الشخصية واتخاذ القرارات التي تستند إلى فهم الذات ومعرفة البيئة.

4- خدمة التخطيط والوضع في المكان المناسب: وتصمم هذه الخدمة لدعم نمو الطلبة عن طريق مساعدتهم على اختيار واستخدام الفرص المتاحة داخل المؤسسة وخارجها في سوق العمل.

5- التقويم: ويتضمن استخدام أساليب وأدوات تحقق بها أهداف التوجيه والإرشاد في ضوء معايير محددة. (أبوزعزع، 2009، 33).

العلاقة بين التوجيه والإرشاد:

يعتبر الإرشاد محور عملية التوجيه ويلتقي مع التوجيه في الأهداف من حيث تحقيق الذات وتحقيق التوافق وتسهيل النمو الطبيعي للفرد واكتسابه مهارات النمو الذاتي، بما يحقق تحسين العملية التربوية وتحقيق أقصى ما يمكن من الصحة النفسية للأفراد.

ويتضمن كل من الإرشاد والتوجيه جوانب وقائية وعلاجية نمائية لمواجهة المشكلات والوقاية منها وتحقيق تنمية شخصية من خلال اكتساب مهارات معينة أو بتعريف الفرد بموارده الشخصية وكيفية توظيفها بما يحقق له أقصى إشباع ممكن، وبرغم التشابه والتقارب بين المجالين إلا أن بينهما قدرا من الاختلاف تم توضيحه من خلال الجدول السابق رقم (2)، ويضاف إلى ما سبق عدد آخر من الفروق نذكر منها:

1- أن التوجيه يتضمن مجموعة من الخدمات من بينها خدمات الإرشاد أي أن التوجيه أكثر عمومية من الإرشاد.

2- التوجيه يسبق الإرشاد، فالفرد قد يتلقى برنامجا توجيهيا لكنه لا يتمكن من الاستفادة منه إلا بعد تلقي خدمات إرشادية. (المالكي، 2005، 30)

3- يؤكد التوجيه على النواحي النظرية وهو وسيلة إعلامية في أغلب الأحيان تشترط توافر الخبرة في الموجه، وتعنى بوضع الشخص المناسب في المكان المناسب، بينما يهتم الإرشاد بالجزء العملي.

4- الإرشاد النفسي في جوهره عبارة عن علاقة بين المرشد والعميل بمعنى أنه عملية فردية تشير إلى علاقة فرد بفرد في العيادة أو المدرسة أو مراكز الإرشاد... أما التوجيه فيتناول

جميع الأفراد في المجتمع ويشير إلى العلاقة بين الموجه ومجموعة من الأفراد في مؤسسات مختلفة لمساعدتهم على اكتشاف قدراتهم، والوقاية من الوقوع في المشكلات.(حسين،

(19، 2004

الإرشاد النفسي من منظور تاريخي:

الإرشاد النفسي قديم قدم الإنسان نفسه، فالإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع أن يحيا بمفرده منعزلاً عن الجماعة وهو ضعيف بنفسه قوي بالآخرين، ومن ثم فهو في حاجة للإرشاد والنصح وتبصير الآخرين، إذ كان الآباء والشيوخ والحكماء والمربون يقومون بهذا العمل، وهو نصح وإرشاد الآخرين كي لا يبلغوا أسوأ سبيل. فالإنسان كان وما يزال كائن دائم التغيير يعتره أحياناً الوهن ويضل الطريق، ويحتاج إلى المساعدة ليكتشف ذاته وإمكاناته ويتجاوز توتره وقلقه وغضبه وحيوته واكتنابه، فكان يصل لغايته من خلال الحكماء وأهل الثقة. (ابراهيم عيد، 2005، 15)

وتعود بداية عملية التوجيه والإرشاد النفسي حينما انفصل علم النفس الحديث عن الفلسفة منذ أن أنشأ فونت (Fount, 1897) أول معمل لعلم النفس التجريبي بألمانيا وظهور الدراسات العلمية وظهور علم النفس التطبيقي، وبدوا أم مصطلح الإرشاد النفسي الذي يستخدم اليوم لم يذكر في الكتب العلمية إلا في عام 1931، وقبل ذلك كانت الخدمات تقدم تحت مسمى التوجيه المهني (Vocational Guidance) (حسين، 2004، 42)

والإرشاد النفسي يكاد يكون أمريكي النشأة، وهذا لكون المجتمع الأمريكي له خصوصية يتميز بها، فهو مجتمع قائم على الهجرة، والهجرة بطبيعتها لها روافدها الثقافية والعرقية الأمر الذي جعله مجتمع متعدد الثقافات Multicultural society، ومجتمع متعدد العرقيات Multiethnic society وأن هذه العرقيات وتلك الثقافات تحاول أن تنصهر في بوتقة واحدة تمثل الثقافة الأمريكية، ويتمخض عن هذا الكثير من المشكلات النفسية والأسرية والاستجابات اللاتوافقية ومشاعر القلق والاعتراب والاحساس بالهجر والعزلة وما إلى ذلك. وهذا ما أكده إريكسون Erikson، عندما أوضح أن كثيراً من الاضطرابات النفسية ثقافية المنشأ، أضف إلى ذلك إن صدمة الحرب العالمية الثانية، وما نتج عنها من أعراض صدمية ومن مشكلات نفسية ومشاعر إحباط وخيبة أمل، وأعراض تالية لصدمة الحرب post traumatic، كل هذا قد جعل الولايات المتحدة الأمريكية من أوائل الدول التي أقامت تقنيات علاجية جديدة، إلى درجة يعد معها الإرشاد من أبرز معالم التقليد الأمريكي في تطور العلوم والفنون ومهن علم النفس والخدمات النفسية والمجالات الأخرى ذات الصلة الوثيقة بها كالتربية والخدمة الاجتماعية والطب النفسي، ويعنى بمهنة الإرشاد كثير من المنظمات المهنية بالولايات المتحدة الأمريكية منها

قسم علم النفس الإرشادي Division counseling psychology والرابطة الأمريكية للإرشاد والنمو American Association For Counseling and Development وقد تغير اسم هذه الرابطة إلى الرابطة الأمريكية للإرشاد American Counseling Association (ابراهيم عيد، 2005، 15)

وعلى العموم، مرت عملية التوجيه والإرشاد النفسي في نشأتها وتطورها بمراحل مختلفة وهي على النحو التالي: (حسين، 2004، 43-46)

1-مرحلة التركيز على التوجيه المهني:

لقد بدأ الإرشاد بالتوجيه المهني إذ كان يهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تتلاءم مع إمكانياته وقدراته واستعداداته فضلاً عن التغلب على المشكلات المهنية التي تواجه الفرد في مجال العمل، ويتم ذلك من خلال تحليل الفرد وتحليل المهنة بهدف وضع الشخص المناسب في المهنة المناسبة، وكان لظهور كتاب جون هورت (Huart, J.) تحت عنوان اختبار العقل في القرن السادس عشر أول محاولة لمناقشة ما يعرف الآن بالتوجيه المهني، فقد أدرك هورت أن الناس يختلفون في المستوى العقلي العام والقدرات الخاصة وأوصى بضرورة اكتشاف الميول والقدرات الخاصة بكل فرد حتى يتمكن من إعطائه التدريب المناسب، ورغم ذلك نجد أغلب الباحثين يتفقون على أن هذه المرحلة ظهرت مع بداية القرن العشرين على يد فرانك بارسونز (Persons, F. 1908) الذي ألف كتابه حول اختيار المهنة وأورد فيه أسس التوجيه المهني والخطوات السليمة التي يجب اتباعها في اختيار مهنة وقد حددها في النقاط الثلاثة الآتية:

-دراسة امكانات الفرد ومعرفة قدراته واستعداداه وميوله.

-دراسة المهن المختلفة وما تتطلبه من مهارات واستعدادات معينة.

-وضع الفرد المناسب في المكان المناسب أو ما يعرف بالمواءمة المهنية.

يعتبر بارسونز الأب الروحي للإرشاد المهني، وقد اهتم بما يعانيه الأفراد من اضطراب واحباط لما يواجههم من صعوبات في اختيار المهن التي تلاءمهم، ولم تقف اسهامات بارسونز عند هذا الحد، فقد أنشأ عام 1908 مكتبا مهنيا في مدينة بوسطن بأمريكا وكان يهدف من خلاله إلى مساعدة الأفراد على اختيار المهن التي تتلاءم مع ما لديهم من قدرات واستعدادات.

وفي سنة 1910 عقد أول مؤتمر للتوجيه المهني وأصدرت أول مجلة للتوجيه المهني ثم تلا ذلك انتشار حركة التوجيه المهني في أمريكا وقد استمرت هذه الحركة واستمر نجاحها، حيث أوجدت العديد من الكتيبات والنشرات والمطبوعات المهنية.

ولقد ظهر التوجيه المهني استجابة لعدة عوامل أهمها التقدم التكنولوجي الذي أدى إلى ظهور تخصصات ومهن معقدة وجديدة تقتضي اختيار الفرد الملائم لهذه التخصصات، وتحليل هذه المهن من خلال استخدام المقاييس والاختبارات النفسية والمقابلات الشخصية... وكلها ركائز التوجيه المهني.

ومن العوامل الأخرى التي ساهمت في ظهور حركة التوجيه المهني هي عدم استقرار العمال في المصانع، وسرعة تعييرهم للعمل الذي يقومون به، حيث تبين لهم أن المهن المختلفة تتطلب قدرات خاصة قد تتوافر لدى البعض من الأفراد دون غيرهم.

2-مرحلة التركيز على التوجيه التربوي

ظهرت هذه المرحلة كامتداد للتوجيه المهني حيث وجهت الخدمات إلى مجال التوجيه التربوي والذي يستهدف مساعدة الطلاب على اختيار نوع التعليم الذي يتسق مع ما لديهم من قدرات واستعدادات وامكانيات هذا إلى جانب مساعدة الطلاب في التغلب على المشكلات التربوية التي تواجههم في المجال المدرسي سواء داخل المدرسة أو خارجها، وبدأ التركيز على شخصية التلميذ ككل، الأمر الذي أدى إلى تجاوز مفهوم التوجيه المهني ليصبح أكثر شمولاً، ويعتبر كييلي (Truman, K. 1941) أول من وصف التوجيه التربوي في رسالته بأنه نشاط تربوي يهدف إلى مساعدة التلاميذ على اختيار المقررات الدراسية وعلى التكيف مع المشكلات الدراسية، وتصنيف التلاميذ في المدارس بناء على قدراتهم واستعداداتهم، واعتبر كييلي الاختيار التربوي الصحيح الخطوة الأولى للاختيار المهني الصحيح، وتنامت حركة التوجيه التربوي واتسعت دائرة اهتمامها لتشمل التلاميذ العاديين ومشكلاتهم التعليمية إضافة إلى المعاقين والشواذ كما اهتمت بالمنهج وبدراسة شخصية التلميذ من مختلف جوانبها.

3-مرحلة التركيز على حركة القياس:

لعل من العوامل التي ساهمت في نمو وتطور الإرشاد النفسي تطور حركة القياس النفسي ودراسة الفروق الفردية وبناء الاختبارات النفسية، وقد كانت المشكلة الأولى التي أدت إلى نشأة القياس النفسي هي الحاجة إلى وجود وسيلة للكشف عن ضعف العقول في القرن التاسع عشر أين شهد هذا القرن اهتماما واضحا بالمتخلفين ذهنيا.

ولقد بدأ القياس النفسي منذ أيام فونت ثم أخذ القياس يشق طريقه بعد ذلك في الدراسات الخاصة بعلم النفس الفارق على نحو ما يظهر من خلال دراسات جيمس كاتل (Cattell) في الفروق الفردية، ويعتبر كاتل أول من استخدم مصطلح الاختبارات العقلية في مقالات له بين سنتي 1883 و1886.

وفي عام 1908 أعد بينيه أول مقياس لقياس الذكاء، ثم اتسع مجال القياس بعد ذلك في دراسة الذكاء والقدرات العقلية حيث ظهرت اختبارات الذكاء الجماعية بسبب الحرب العالمية الأولى وازدهرت بعد ذلك حركة القياس النفسي وتطورت إلى أن وصلت إلى ما هي عليه الآن.

أهداف الإرشاد النفسي

يأتي المسترشد لطلب الإرشاد نتيجة مشكلة أو حاجة ما وهو يتوقع نتيجة معينة أو مجموعة من النتائج، ومن جانبه المرشد بلج إلى عملية الإرشاد ومعه مهاراته وأفكاره وفي ذهنه شيء ما يود أن يحدثه. إن ذلك الشيء الذي يبحث عنه المسترشد ويسعى المرشد لإنجازه هو ما يمكن أن نطلق عليه هدف أو أهداف الإرشاد. وتقع أهداف الإرشاد في ثلاث مستويات رئيسية هي: (أبو الزعيزع، 2009، 10-11)

أ- مستوى الأهداف العامة: وتشمل

- تسهيل عملية تغيير سلوك وأفكار ومشاعر المسترشد.
- تطوير قدرة المسترشد على اتخاذ القرارات.
- تحسين العلاقات الشخصية للمسترشد.
- زيادة مهارات التواصل والتعامل مع المواقف الضاغطة.
- تنمية طاقات وقدرات المسترشد.

ب- مستوى الأهداف الخاصة (مستوى النتائج)

تفرض طبيعة المشكلة التي يأتي بها المسترشد للإرشاد وكذلك طبيعة شخصيته على المرشد أن يعد أهدافا خاصة لهذا المسترشد وهي التي توجه المرشد في اختيار الاستراتيجيات الإرشادية التي تساعد على تحقيقها.

ج- مستوى الأهداف الموجهة للمرشد.

وهي الأهداف التي يحددها المرشد بناءً على التوجه النظري الذي يتبناه في عمله، فإذا كان المرشد يتبنى العلاج التحليلي مثلا فإن أهدافه تتركز على استحضار البيانات الموجودة في اللاشعور وتفسيرها للمسترشد لتبصرها.

وتتعدد أهداف العملية الإرشادية بتعدد النماذج النظرية واتجاهات الإرشاد، إذ هناك أهداف عامة ورئيسية لا بد من تحقيقها عقب كل عملية إرشاد. كما أن هناك بعض الأهداف تكاد تكون خاصة بكل مسترشد حسب المشكلة التي يواجهها وتوقعاته من العملية الإرشادية.

وعموما يتفق الباحثون على اختلاف توجهاتهم على أن هناك أهدافا رئيسية للإرشاد النفسي نذكر أهمها فيما يلي:

مساعدة المسترشد على توجيه نموه وفهم طاقاته:

يهدف الإرشاد إلى مساعدة الفرد على توجيه نموه نحو مسارات صحيحة سواء عن طريق إزالة العقبات، أو عن طريق مساعدته على اكتشاف طرق جديدة للنمو والابداع، كما يسعى إلى توفير الفرص المناسبة للأفراد لتنمية طاقاتهم وإمكانياتهم إلى أقصى حد ممكن، مما يحسن من فاعليتهم الشخصية، ويساعدهم في التغلب على المشكلات التي تعيق تقدمهم. (المشاقبة، 2008، 37)

فهم وتقبل الذات:

يقصد بالذات مجموع الأفكار والمعتقدات والآراء وكل ما يمت إلى الفرد بصلة في مجال حياته، وتعتبر الذات محور أساسي وهام في فهم شخصية الفرد وتفسير سلوكه، إذ أن الفرد يسلك بالطريقة التي تتفق مع مفهومه عن ذاته. وفي هذا السياق يهدف الإرشاد النفسي إلى مساعدة الأفراد على فهم أنفسهم، والعمل على تكوين مفهوم ذات ايجابي عن أنفسهم من خلال العملية الإرشادية، بحيث يستطيعون التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم. (المشاقبة، 2008، 38)

تحقيق الذات:

لا شك أن الهدف الرئيسي للإرشاد هو العمل مع الفرد لتحقيق الذات، ويشير كارل روجرز أن الفرد لديه دافع أساسي يوجه سلوكه وهو الدافع لتحقيق الذات، ويتضمن هذا الأخير العمل مع الفرد كل حسب حالته (متفوق، متأخر، عادي، ضعيف...) ومساعدته في تحقيق ذاته، إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عما يراه. كما يتضمن هذا الهدف تحقيق قدرة الفرد على توجيه حياته بنفسه بذكاء وبصيرة وكفاية في حدود المعايير الاجتماعية وبتحديد أهداف وفلسفة واقعية للحياة. (الداهري، 2016، 24)

تحقيق التوافق:

أي تناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن اشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة وذلك ضمن المستويات الشخصية والتعليمية والاجتماعية والمهنية. (الداهري، 2016، 25)

تحقيق الصحة النفسية:

ارتبط الارشاد بتحقيق الصحة النفسية باعتبارها هدفا للعملية الإرشادية من خلال حل مشكلات المسترشد ومساعدته على تحقيق ذلك بنفسه، ويتضمن ذلك التعرف على أسباب المشكلات وأعراضها وإزالة الأسباب وإزالة الأعراض. (الداهري، 2016، 26)

الحاجة إلى الإرشاد النفسي:

على الرغم من أن الإرشاد النفسي ظهر حديثاً نوعاً ما كتخصص علمي ومهني، إلا أن الحاجة إليه تزامنت مع بداية وجود الإنسان لمقابلة الحاجات والضرورات الإنسانية المعيشية، إضافة إلى تغير متطلبات إشباع الحاجات النفسية للإنسان حسب مراحل النمو التي يمر بها الأمر الذي يجعله يمر بتحويلات تحتاج إلى التكيف معها مما يتطلب أحياناً توفير مساعدة متخصصة كإجراء وقائي لتجنب المعاناة، وهنا يكون الإرشاد النفسي ضرورة ملحة. (المالكي، 2005، 46)

إن الفرد خلال مراحل نموه المتعاقبة يحتاج دائماً إلى خدمات الإرشاد النفسي، فجميع الأفراد يمرون بمشكلات عادية وفترات تغير حرجة خلال مراحل نموهم المختلفة، وغالباً ما يتخللها صراعات واحباطات وتوترات وخوف من المجهول، ومن بين الفترات الحرجة التي يمر بها الإنسان تلك التي ينتقل بها من المنزل إلى المدرسة أو عندما يتركها، أو الفترة التي ينتقل فيها الفرد من الدراسة إلى العمل، أو عندما ينتقل من حياة العزوبة إلى الحياة الزوجية، أو عندما يحدث الطلاق أو موت الزوج، أو عندما ينتقل الإنسان من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة أو من المراهقة إلى الرشد أو من الرشد إلى الشيخوخة، أو قد يعاني الفرد من تأخر نمائي في أحد جوانب النمو المختلفة (أبو الزعيزع، 2009، 25)

هذا وتحتاج الجماعات إلى خدمات الإرشاد النفسي ابتداءً من الأسرة التي تتعرض إلى تغيرات اجتماعية كبيرة ومتعاقبة، حيث نتج عنها صعوبات ومشكلات عديدة أهمها الانفصال بين الأجيال، وارتفاع سن الزواج وتزايد نسبة العنوسة وخروج المرأة للعمل وزيادة عدد السكان ومشكلات السكن وارتفاع مستويات الطلاق... إلخ، مما نتج عنه ضعف في العلاقات والروابط بين الأفراد والتنظيمات وظهور أشكال متعددة من التناقض والصراع بين الأجيال (عبد العظيم، 2012، 64)، مروراً بالمدرسة حيث تطرأ سلسلة قوانين وتعليمات جديدة ومتعاقبة يتبعها تغيرات في أنماط السلوك لأطراف العملية التربوية لاسيما الطالب، فضلاً عن التقدم العلمي والتكنولوجي الكبير الذي طال التعليم ومناهجه (أبو الزعيزع، 2009، 26)، الأمر الذي انبثق عنه عديد المشكلات المتنوعة المظهر مثل ازدياد معدلات التسرب، وتطور مظاهر وأشكال التمرد على النظام المدرسي، والتخلف الدراسي وغيرها من المشكلات الأخرى والتي أكدت الحاجة الملحة للإرشاد النفسي والتربوي في المؤسسات التعليمية.

ويحتاج أفراد المجتمع في جميع المؤسسات الاجتماعية إلى خدمات الإرشاد النفسي، لاسيما في عصر تفجرت فيه المعرفة وكثرت فيه الكوارث والحروب والآثار الاجتماعية والاقتصادية لها، وأصبح العالم بفضل ثورة الاتصالات والفضائيات قرية صغيرة مما جعل البعض يطلق على هذا العصر عصر القلق (أبو الزعيزع، 2009، 26)، فقد ازدادت المنافسة بين الأفراد من أجل تحقيق حياة أفضل وتنامي الحراك المادي والاجتماعي للحصول على فرص أفضل للتعليم والعمل والحياة الرغدة.

إن جميع ما تم ذكره سابقا من تغيرات وتطورات على المستوى الفردي والجماعي يؤكد الحاجة الماسة إلى خدمات إرشادية متخصصة.

مفاهيم خاطئة عن الإرشاد

توجد بعض المفاهيم الخاطئة عن الإرشاد النفسي وهذه الأفكار السلبية تقلل من فاعلية أي برنامج أو تدخل إرشادي وتحول دون تحقيقه لأهدافه، ويمكن استعراض هذه المعتقدات والأفكار الخاطئة على النحو التالي: (حسين، 2004، 20)

1-يعتقد البعض أن الإرشاد عبارة عن خدمة أو عملية تقدم إلى المرضى وذوي المشكلات النفسية فقط، والصحيح أن خدماتها تقدم للأفراد العاديين كما يقدم إلى أقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.

2-يرى البعض أن الإرشاد مرادف للعلاج النفسي وهذا غير صحيح، لأن كلاهما يشترك في كثير من العناصر إلا أن العلاج النفسي من اختصاص الطبيب النفسي ويقدم للمرضى النفسيين في حين لا تقع خدمات الإرشاد ضمن مهام الطبيب النفسي.

3-هناك اعتقاد أن الإرشاد قاصر على المشكلات الانفعالية للفرد والصحيح أنه يتناول جميع جوانب شخصية الفرد جسديا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا.

4-من المفاهيم الخاطئة عن الإرشاد أنه يقدم خطط جاهزة وحلول لمن يطلب الإرشاد، والصحيح أن الإرشاد النفسي يقوم بمساعدة الفرد على فهم نفسه وتحقيق ذاته وفق ما لديه من امكانيات وقدرات.

5-الإرشاد مجرد خدمات يقدمها أخصائي واحد، وأنها عملية يقوم بها أخصائي واحد، والصحيح أن الإرشاد النفسي عملية تتضمن تقديم خدمات على يد فريق من المتخصصين مثل المرشد النفسي والمرشد المدرسي والأخصائي النفسي.

6-يعتقد البعض أن الإرشاد النفسي لا بد وأن يتم في مراكز الإرشاد أو العيادات النفسية، والصحيح أنه يتم في أي مكان مناسب.

مناهج واستراتيجيات الإرشاد النفسي:

هناك ثلاث مناهج واستراتيجيات لتحقيق أهداف الإرشاد النفسي هي المنهج الإنمائي والمنهج الوقائي والمنهج العلاجي؛ ويدمج بعض الكتاب بين المنهجين الإنمائي والوقائي تحت عنوان واحد على أساس أن كلاهما يسعى إلى تجنب الوقوع في المشكلات والاضطرابات النفسية وذلك عن طريق دعم النمو السوي للفرد، ويظن البعض الآخر أن الاستراتيجية الأهم لتحقيق أهداف الإرشاد هي الاستراتيجية العلاجية، ولكن الأصح هو أن الاستراتيجيتين الإنمائية والوقائية يجب أن تسبقا الاستراتيجية العلاجية، لذا يجب التخطيط الدقيق لهذه المناهج الثلاثة في برنامج التدخل والإرشاد. (زهرا، 1998، 37)

وفيما يلي توضيح لكل استراتيجية من استراتيجيات الإرشاد النفسي وذلك على النحو التالي:

الاستراتيجية الإنمائية أو المنهج الإنمائي:

ويطلق عليها أحيانا الاستراتيجية الإنشائية Strategy of promotion، وترجع أهمية المنهج الإنمائي في أن خدمات الإرشاد تقدم أساسا للعاديين لتحقيق زيادة في كفاءة الفرد وتدعيم توافقه إلى أقصى حد ممكن. (موسى، 2016، 8)

أما المالكي (2005) فنجدها ركزت في تطبيقات الاستراتيجية الإنمائية على المسترشدين سواء من يتمتعون بصحة نفسية جيدة أو من يعانون مشكلات في توافقهم النفسي، حيث تتضمن هذه الاستراتيجية مجموعة من الخطط والأنشطة التي تستهدف تنمية الذات على المستويين الجسدي والنفسي، ومراعات الجانب الأمثل للأدوات الإرشادية، والممارسة المسؤولة التي تستجيب لمتطلبات الواقع الاجتماعي.

الاستراتيجية الوقائية:

يحتل المنهج الوقائي مكانا في الإرشاد النفسي ويطلق عليه أحيانا منهج "التحصين النفسي" ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية (زهرا، 1998، 38)، فالوقاية أفضل من العلاج وتغني عنه، وإن طنا من الوقاية يكلف المجتمع أقل مما يكلفه غرام واحد من العلاج.

ويتم تطبيق المنهج الوقائي مع المسترشدين الأسوياء الذين لا يعانون من مشكلات في التوافق ويتمتعون بالصحة النفسية، وتتضمن هذه الاستراتيجية مجموعة من الخطط والأنشطة

الإرشادية التي تهدف إلى تدعيم التوافق وضمان استمراره، وترتبط خطط الإرشاد النفسي الخاصة بخطط أخرى صحية لضمان الوقاية من الاضطرابات والأمراض، ومن ثم فإن تلك الاستراتيجية تتعامل مع الانسان كنفس وجسد لتوفير أقصى حد ممكن من الصحة النفسية طوال حياته. (المالكي، 2005، 24)

وللمنهج الوقائي ثلاث مستويات هي: (عبد العظيم، 2012، 80)

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

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

الوقاية من الدرجة الثالثة: وتتضمن محاولة التقليل من أثر إعاقة الاضطراب أو منع التفاقم الحاد والمزمن للمرض.

الاستراتيجية العلاجية:

هناك بعض المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنبؤ بها فتحدث فعلا، وكل فرد يمر في وقت ما بمواقف أزمت Crisis-situation وفترات حرجة ومشكلات حقيقية يحتاج فيها إلى المساعدة والمساندة، وهنا يكمن دور المنهج العلاجي أين يقدم التدخلات المناسبة والعلاجات للمشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

ويهتم المنهج العلاجي وفق نظريات الاضطراب والمرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه، وتوفير المرشدين والمعالجين والمراكز والمستشفيات النفسية، وهو أكثر المناهج الثلاثة تكلفة في الوقت والجهد والمال (زهران، 1998، 38).

وعلى العموم، يتم تطبيق المنهج العلاجي مع المسترشدين ممن يعانون من مشكلات واضطرابات تعوق توافقهم النفسي، وهي بذلك فهي تشمل الخطط الإرشادية التي تسعى إلى تعديل سلوك المسترشد كي يتمكن من إشباع حاجاته وتحقيق توافقه على المستويين الذاتي والاجتماعي.

أسس ومسلمات الإرشاد النفسي:

يقوم الإرشاد النفسي كفرع تطبيقي من فروع علم النفس على مجموعة من الأسس والمبادئ التي ترتبط بالسلوك البشري وعملية الإرشاد النفسي والتي لا بد على المرشد النفسي أن يلم بها ويفهمها بدقة حتى يتمكن من فهم السلوك الانساني والتنبؤ به للسيطرة عليه، إن المعرفة الدقيقة لهذه الأسس والمبادئ تسهل على المرشد -سواء كان مبتدئاً أو خبيراً- من فهم العملية الإرشادية وتقديم خدماتها ضمن برامج وخطط عمل واضحة، وخلاف ذلك يجعل عمل المرشد النفسي عشوائياً وبالتالي لا تؤدي العملية الإرشادية الغرض منها.

تعدد الأسس والمبادئ التي تقوم عليها عملية الإرشاد النفسي تبعاً لتنوع النماذج والاتجاهات النظرية للإرشاد، وفي هذا السياق سنقتصر على ذكر أهم الأسس والمبادئ اللازمة للعمل الإرشادي والتي نحددها فيما يلي: (الفرح وتيم، 1999، 33-46) (ملحم، 2015، 71-76)

أولاً: الأسس والمبادئ العامة

وهي مجموعة من الأسس التي لا بد أن يلم بها المرشد النفسي سواء كان طالباً أو مهنياً مبتدئاً أو خبيراً، وهذه الأسس تكاد تكون مشتركة مع جميع التخصصات السلوكية التطبيقية وهي:

1-السلوك البشري ثابت نسبياً ويمكن التنبؤ به.

والمقصود بالثبات هنا هو ثبات السلوكيات والتصرفات الظاهرة، ولا يقتصر الثبات على السلوكيات الظاهرة فحسب، وإنما يتعدى ذلك ليشمل البناء الأساسي للشخصية مثل المعتقدات والأفكار والاتجاهات والقيم والحاجات والميول والانفعالات، مع الأخذ بعين الاعتبار نقطة مهمة وهي تساوي الظروف والعوامل المحيطة الأخرى بهذه السلوكيات أو التنظيمات الشخصية. وأحسن مثال يوضح هذا المبدأ الإرشادي حالة التبول اللاإرادي عند الطفل الناتج لإساءة الجسدية من قبل والديه ومعلميه، أو لتناوله كميات كبيرة من الماء والسوائل في فترة المساء، وهنا يقوم المرشد ببناء تنبؤات دقيقة حول السلوك، فيتوقع بأن المشكلة ستستمر لديه إذا ما استمرت العوامل والأسباب المؤدية لها كما يتنبأ باحتمالية تطور الحالة.

2-السلوك البشري مرن وقابل للتعديل:

إن مبدأ الثبات النسبي للشخصية بكافة أبعادها لا يعني جمود الشخصية والسلوك وعدم قابليتهم للتعديل والتغيير. فبالرغم من خاصية الثبات النسبي للسلوك فإن بمقدور المرشد النفسي تعديل السلوك الانساني سواء أكان ظاهرا وملاحظا كتعديل الاستجابات التجنبية(الخوف الاجتماعي)، أو كان سلوكا داخليا خفيا كالأفكار والانفعالات ومفهوم الذات، فمثل هذه السلوكيات الداخلية والخارجية وإن كانت ثابتة نسبيا إلا أنها تتصف بخاصية المرونة والقابلية للتعديل.

3-السلوك الانساني فردي-جماعي

إن أحد أهم الأهداف الإرشادية هو تحقيق الذات وتحقيق التكيف مع الذات ومع الآخرين، فسمات الفرد الشخصية المنفردة هي التي تميزه عن غيره من الأفراد وتجعل منه شخصا فريدا لا مثل له بين الأفراد، وحتى في حالة التوائم المتطابقة. إن التميز في السمات الشخصية هو الذي يجعل الفرد يتصرف ويفكر ويشعر بطريقة مختلفة وتمييزة عن الآخرين، إلا أن الأفكار والمشاعر وما يترتب عنها من تصرفات يقوم بها الفرد يتم تنظيمها وتقييمها بموجب إطار اجتماعي يؤثر ويتأثر بها، ومن أهم المتغيرات الاجتماعية والعناصر التي لا بد أن يأخذها المرشد في الحسبان والتي يحدث في سياقها السلوك الفردي ما يلي:

المعايير الاجتماعية:

وهي محددات تتضمن ما يقبله وما لا يقبله المجتمع من قواعد وعادات واتجاهات وقيم وغير ذلك مما تتفق عليه ثقافة معينة، وهي بمثابة أطر مرجعية تحدد الأساليب السلوكية المختلفة المقبولة بين أفراد الجماعة والتي تسهل عليهم عملية التفاعل الاجتماعي.

وتتكون المعايير الاجتماعية من خلال عملية التفاعل الاجتماعي وتتحدد عن طريقها الأدوار الاجتماعية، ومن الأمثلة عن المعايير الاجتماعية نذكر التعاليم الدينية والمعايير الأخلاقية والقيم الاجتماعية والأفكار القانونية واللوائح التنظيمية والأعراف والعادات والتقاليد، حيث تؤثر المعايير على سلوك الشخص وتعمل كدوافع قوية حينما يضيف عليها ألوانا عاطفية مختلفة، وعندها يخضع لها خضوعا يهيمن على حياته بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.

الأدوار الاجتماعية:

هو نمط منظم من المعايير فيما يختص بسلوك فرد يقوم بوظيفة معينة في الجماعة، وهو يشبه السيناريو الذي يحدد السلوك أو يعبر عن الانفعال ويحدد الأقوال والأفعال، ومن أمثلة الأدوار دور القائد ودور الأمومة ودور الطبيب ودور رجل الدين، وكل دور من هذه الأدوار يشمل نمطا منتظما من المعايير السلوكية المتوقعة من جانب كل دور.

الاتجاهات الاجتماعية:

وهو ميل عام مكتسب نسبي في ثباته، عاطفي في أعماقه يؤثر في الدوافع النوعية ويوجه سلوك الفرد، ويتضمن الاتجاه موقف نفسي للفرد حيال أحد القيم أو المعايير أو الفئات العرقية، وينطوي هذا الموقف النفسي على حالة التهيؤ العقلي التي تنظمها الخبرة.

ويتكون الاتجاه من ثلاث مكونات أساسية هي المكونات المعرفية والمكونات الوجدانية والمكونات السلوكية وهي قابلة للتعديل، كما يمكن تعديل الاتجاه تعديلا طفيفا عن طريق النقاش والتواصل الفعال المباشر ووسائل الإعلام، وقد صممت عدة مقاييس لقياس الاتجاهات من أشهرها مقياس (ثرستون) ومقياس (جتمان).

الجماعة المرجعية:

وهي مجموعة من الأفراد يحيطون بالفرد ويؤثرون في سلوكه ويكسب منهم العادات والمعايير والقيم والاتجاهات، وتتمثل عادة في الأسرة والأصدقاء والمدرسة، ويعتبر بعض علماء الاجتماع المجتمع بأكمله جماعة مرجعية للفرد الذي يعيش فيه، ولا شك أن جماعة الرفاق تقوم بدور هام في عملية التنشئة الاجتماعية والنمو الاجتماعي للفرد حيث تؤثر في معايير الجماعة ويقوم معها بأدوار اجتماعية متعددة، وتتعدد أنواع جماعات الرفاق فمنها جماعة اللعب وجماعة النادي وجماعة العمل وجماعة الشلة. وقد تكون جماعة الرفاق محرك ودليل خير للفرد تجلب له السعادة وتعينه على تخطي الصعاب، كما قد تكون عكس ذلك بحيث تجلب له المتاعب وتجعله ينزلق في طريق الانحراف، ويعتبر سن الطفولة المتأخرة وسن المراهقة من أكثر المراحل التي يتأثر بها الفرد بجماعة الرفاق.

القيم:

وهي مجموعة من الأحكام المعرفية الانفعالية التي يكتسبها الفرد من الثقافة التي يعيش ضمنها ويعممها نحو الأشخاص والأشياء والمعاني وأوجه النشاطات المختلفة. وتعتبر القيم عن الاهتمام والتفضيل والاختيار نحو الأشخاص والأشياء، ويمكن تصنيف القيم إلى قيم خاصة مثل تلك المتعلقة بالطبوس الاجتماعية والدينية والاقتصادية والسياسية، وقد تكون القيم دائمة وقد تكون عابرة، لذا لا بد للمرشد أن يتفحص قيم المسترشد الظاهرة والضمنية حتى تتم مساعدته بفاعلية.

التفاعل الاجتماعي:

وهو عملية اجتماعية يرتبط بها أعضاء الجماعة بعضهم ببعض ذهنيا وسلوكيا وفي الحاجات والرغبات والوسائل والغايات، ويعرف التفاعل الاجتماعي اجرائيا بأنه ما يحدث عندما يتصل فردان أو أكثر (ليس بالضرورة اتصالا ماديا)، وينتج عن هذا الاتصال تعديل سلوك أحد الطرفين، ومن أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي تقويم الذات والآخرين وإعادة التقويم والتقويم المستمر.

مما سبق يتضح أن الفرد لا يعيش بمعزل عن البيئة الاجتماعية، وإنما يعيش ويتفاعل كفرد ضمن نظام اجتماعي مترابط ومتسلسل يتكون من أنظمة فرعية مثل نظام الأسرة ونظام المدرسة ونظام القيم نظام المعايير الاجتماعية... إلخ، ويستفيد المرشد من هذه النظم الاجتماعية لاسيما نظام الأسرة ونظام المدرسة في تقديم الخدمات الإرشادية، كما يستفيد من مؤسسات المجتمع المختلفة مثل المراكز الثقافية والمهنية.

4- استعداد الفرد ورغبته في الإرشاد:

لا بد من توفر الاستعداد والدافعية والرغبة الحقيقية لتقبل الإرشاد النفسي وأن يدرك المرشد أن ذلك شرطا أساسيا لنجاح العملية الإرشادية وبالتالي حل المشكلة، فعملية إجبار المسترشد ودفعه إلى الدخول في العملية الإرشادية دون التحقق من عاملي الرغبة والاستعداد الحقيقيين للإرشاد سيحول ذلك حتما دون توثيق العلاقة الإرشادية بينه وبين المرشد، ونتيجة لذلك سيقدم المسترشد مظاهر المقاومة وعدم التعاون.

5- الإرشاد النفسي حق للفرد في جميع مراحل حياته:

إن الحاجة إلى الإرشاد النفسي ضرورة نفسية لا تقل أهمية عن الحاجات الإنسانية لذا لا بد أن يتم إشباع هذه الحاجة بغية تحقيق الصحة النفسية والتكيف ضمن مختلف الأصعدة والمستويات.

6-التقبل الايجابي غير المشروط للمستترشد:

لا بد من أن يتقبل المرشد المستترشد ويثق به حتى يتسنى له بناء علاقة إرشادية فعالة ودافئة وهي خطوة ضرورية في العملية الإرشادية، إذ وبدون تحقيق هذا الشرط (عدم تقبل المستترشد بسبب لونه أو دينه أو جنسه أو مستواه الثقافي أو الاجتماعي) فإن المستترشد سيشعر بعدم التقبل وعندئذ لن يثق بالمرشد ومن ثم لن يقبل منه المساعدة والتدخل الإرشادي.

وتجدر الإشارة هنا إلى أن عملية التقبل تشمل فقط السلوك السوي المرغوب به والانفعالات- سواء السلبية أو الإيجابية- والسمات الشخصية، ولا تشمل عملية التقبل قبول السلوكيات الخاطئة واللاسوية الصادرة عن المستترشد، فلا ينبغي للمرشد تقبلها وإنما يحاول تعديلها أو إيقافها لأن تقبله لمثل هذه السلوكيات يفسر على أنه تشجيع للاستمرار فيها.

7-للمستترشد الحق في تقرير مصيره وفي تحديد اختياراته:

لا يجوز للمرشد أن يتخذ قرارات نيابة عن المستترشد أو يقدم له الحلول الجاهزة أو الأوامر -إلا في حالات الأطفال والاستثنائيين وضعاف العقول- وإنما يساعده على حل مشكلاته بنفسه، لأن تقديم الحلول الجاهزة التي يكون المرشد قد جربها خلال ممارسته في الإرشاد أو جربها شخصيا وحققت نجاحا أكيدا قد لا تنجح في حل مشكلة المستترشد بسبب اختلاف الظروف والفروق الفردية بين الأفراد.

ثانيا: الأسس الفلسفية

1-الطبيعة البشرية:

هناك اختلافا كبيرا وتضاربا في الآراء حول الطبيعة البشرية وحول الاجابة على سؤال ما هو الانسان؟ إنه سؤال قلما نفكر فيه مع أنه يمثل نقطة جوهرية جدا لأنه على أساس الإجابة عليه يتوقف أسلوب تعاملنا مع الإنسان وفهم شخصيته، فقد شغل البحث في الطبيعة البشرية بالفلاسفة والمفكرين عبر العصور، فالقديس أوغسطين مثلا اعتقد أن الانسان عدواني وشهواني

يعمل ضد المجتمع، وحذا حذوه عالم النفس التحليلي (سيجموند فرويد)، في حين اعتبر بعض الفلاسفة أن الإنسان خير بطبيعته مثل (روسو) وأنه يأتي إلى الوجود كاملا ومثاليا لكن المجتمع يفسده، وقد تبني هذه النظرة للإنسان عدد من علماء النفس المحدثين مثل روجرز الذي أكد أن الإنسان خير ولديه دافع وإرادة لأن يعيش باحترام وثقة واهتمام وهذا يساعده على تحقيق ذاته بطريقة آلية وبالتالي يحقق التكيف والصحة النفسية، وإنه يصبح عدوانيا ومؤذيا فقط عندما لا يتعامل بثقة واحترام، وكذلك عندما تسلب حريته.

والواقع أن لدى كل منا تصور أو نظرة معينة عن الانسان وطبيعته وخصائصه المميزة له، وهذه النظرة قد تكون واضحة لدى الأفراد وتوصلوا إليها عبر جهد معمق من الملاحظة والدراسة والتحليل، وقد تكون نظرة ضيقة تسربت عناصرها إلى الفرد دون أن يعيها نتيجة خبرات محدودة مع الناس الذين يتعامل معهم، ومن ثم يبني على هذه النظرة بعض المعتقدات الخاطئة حول الطبيعة البشرية.

ولعل أكثر التصورات قبولاً للطبيعة البشرية هو أن الإنسان ذو إمكانيات متعددة قابلة للفتح والنمو إذا ما توفرت الظروف البيئية الملائمة وإن النقطة الجوهرية التي ينبغي على المرشد الالتفات إليها هي اكتشاف هذه الامكانيات أولاً ثم تنميتها ثانياً.

2- الإرشاد النفسي مهنة لها دستورها الأخلاقي:

لكل مهنة وممارسة أخلاقيات مهنية يسترشد بها المختص أو المهني عند تقديم خدماته لعملائه، وتكاد تشترك جميع المهن بأخلاقيات معينة، في حين تقتصر بعض الأخلاقيات على مهن معينة، وفيما يتعلق بالدستور الأخلاقي لمهنة الإرشاد النفسي فإنه يحدد مجموعة من الأخلاقيات المهنية التي تحدد واجب كل من المرشد والمسترشد ومسؤولياتهما، كما تحدد حقوقهما وحدود العمل الإرشادي بالنسبة للمرشد، وفيما يلي أهم هذه الأخلاقيات:

الاعداد العلمي والفني للمرشد:

إذ لا بد أن يقدم الخدمات الإرشادية أياً كان مجالها مرشد متخصص في الإرشاد النفسي ومؤهل بالمعرفة النفسية المتخصصة، ومزوداً بالخبرات والمهارات اللازمة في العمل الإرشادي، كما ينبغي عليه متابعة النمو المهني والتطور الجديد في ميدان الإرشاد النفسي، إضافة إلى حصوله على

ترخيص لمزاولة مهنة الإرشاد من الجهات المسؤولة، وتتطلب هذه الرخصة من المرشد في معظم دول العالم شهادة عليا في التخصص إضافة إلى اجتيازه سلسلة من الاختبارات المتخصصة، كما يتوجب عليه أن يخلص في عمله ويلتزم بأخلاقيات المهنة التي أهمها سرية المعلومات الشخصية التي يدلي بها المسترشد.

استخدام الاستراتيجيات والأساليب الإرشادية

وهي التي تتفق مع حاجات المسترشد ومشكلاته، والتوقف عند الحد الذي يجد فيه المرشد نفسه غير قادر على تقديم المساعدة إما بسبب نقص مهاراته أو ضعف إعداده وإحالة المسترشد إلى مرشد آخر أو جهة أكثر فعالية وتخصص في تناول الحالة، كما لا ينبغي على المرشد أن يتردد في استشارة زملائه المرشدين وذوي الاختصاص والخبرات الأخرى مثل الأطباء والمحامين والمعلمين... إلخ لا سيما في الحالات النادرة الوجود.

العلاقة الإرشادية علاقة مهنية:

لابد أن تبقى العلاقة الإرشادية علاقة إنسانية مهنية تبنى ضمن إطار مهني محدد بمعايير اجتماعية وثقافية وقانونية، وأن لا تتطور إلى علاقة شخصية أو أي نوع من العلاقات الأخرى، وذلك حتى تكون هذه العلاقة خبرة إنسانية حقيقية ونقية مع إنسان آخر.

اقتصاديات عملية الإرشاد النفسي:

هناك اختلاف حول قضية الإعلان عن الخدمات الإرشادية وتقاضي الأجر مقابل هذه الخدمات، فبعض المرشدين يرو أنه لابد من عرض خدماتهم والترويج لها إعلاميا بهدف استقطاب المسترشدين، وأن يدفع المسترشد أو ذويه التكاليف المترتبة على الخدمة الإرشادية ويعكس هذا الرأي النظام الاقتصادي الحر. ومن جهة أخرى يرى بعض المرشدين أن الإرشاد النفسي مهنة لها مكانتها ولا يجوز للمرشد أن يعرض خدماته الإرشادية على الناس عبر وسائل الإعلام أو حتى في الجلسات العامة، وحتى فيما يتعلق بالتكاليف فإن هذا التوجه يرفض استغلال المسترشد وإرهاقه بالتكاليف واعتبار أن الإرشاد حق مجاني لكل فرد تكفله الدولة، ويعكس هذا الرأي النظام الاقتصادي الاشتراكي.

ثالثا: الأسس النفسية والتربوية

1- الإرشاد النفسي عملية تعليم وتعلم:

إن من أهم أهداف العملية الإرشادية هو تسهيل وتحسين العملية التربوية والتعليمية ويرى البعض أن العملية الإرشادية بحد ذاتها خبرة تعليمية يتعلم المرشد من خلالها الكثير عن نفسه وعن العالم المحيط به، كما يتعلم عادات وأنماط سلوكية ومعرفية جديدة، ومن هذا المنطلق لابد على المرشد أن يلم بطبيعة عملية التعلم ومبادئها والظروف التي تحدث فيها حتى يتسنى له تهيئة الخبرات التعليمية المناسبة لكل حالة إرشادية.

وهناك مجموعة من الحقائق التي أثبتتها الدراسات العلمية والممارسات التربوية حول التعلم والتي ينبغي على المرشد الإلمام بها سواء كان مبتدئاً أو خبيراً أو مجرد طالب في مرحلة التكوين وهي:

- إن العلاقة بين التعلم والتعليم متداخلة ومتشابكة، إذ يعتبر التعلم هدف للعملية التعليمية التي تتمثل في الجهود المنظمة لمساعدة الطالب على التعلم بغية تحقيق أهداف تربوية محددة وضمان انتقال أثر التدريب. ويحتاج التعليم الفعال إلى توافر مجموعة من العناصر لتحقيق التعلم الفعال إلى جانب أهدافه الأخرى نذكر منها على سبيل المثال:

-المعلم أو المرشد الفعال المؤهل.

-الطالب أو المرشد الذي يرغب في التعلم ويمتلك الاستعدادات والقدرات.

-موضوع التعليم (المنهاج) الذي يأخذ شكل معلومات أو مهارات أو اتجاهات.

-الطرق والوسائل التعليمية

-الظروف البيئية والاقتصادية والثقافية والاجتماعية المناسبة.

-يتعلم الفرد الكثير من السلوكيات والمعارف والمهارات عن طريق المحاكاة، فعندما يشاهد الفرد سلوكيات صحيحة وسوية فإنه يقلل من السلوكيات الخاطئة، وتكون المشاهدة بمثابة تجربة أولية ناجحة مع أنه يشاهد فقط، وهنا يستطيع الفرد تعلم أنماط السلوك الاجتماعية والمهارات الاجتماعية بشكل خاص كما يتعلم الامتثال للمبادئ والمعايير الأخلاقية، وكذلك الانفعالات الايجابية والسلبية وطرق التعبير عنها والتحكم بها وذلك في اطار التفاعل الاجتماعي مع الأشخاص المهمين والمحطين به.

-يمكن للمسترشد أن يتعلم أسلوب حل المشكلات وذلك بالاعتماد على المهارات والخبرات السابقة المتوفرة لديه من جهة، والمفاهيم والحقائق والرموز الخاصة بموضوع المشكلة من جهة أخرى. ويتطلب ذلك منه فهم هذه المفاهيم وتطبيقها وتقييمها والتعبير عنها، وهذا النوع من التعلم يساعد المسترشد على إدراك المشكلة بصورة جيدة وإدراك العلاقات بين الأفكار والأشياء (الاستبصار).

-إن التعلم الذي يركز على المبدأ أو الفكرة الرئيسية التي تقوم معها التفاصيل في موضوع ما هو تعلم مقاوم للنسيان، في حين أن التعلم الذي يركز على الممارسة العابرة لمهارة أو قراءة عشوائية لمادة دراسية يعتبر تعلمًا ناقصًا قد يضر أكثر مما ينفع.

-على المرشد النفسي أن يستخدم استراتيجيات التعليم المبرمج عند قيامه بتدريب أو تعليم المسترشد مهارات وأنماط سلوكية أو معرفية، وذلك يعني تقسيم هذه المهارات أو الأنماط السلوكية إلى خطوات بسيطة مرتبة ترتيبًا متسلسلاً ومنطقيًا من الأسهل إلى الأصعب بحيث يستجيب لها المسترشد تدريجيًا ويتبع كل استجابة تعزيزًا مناسبًا وتقدم التغذية الراجعة الإيجابية أو التصحيحية للمسترشد قبل الانتقال إلى الخطوة التالية.

-التعلم عملية تقوم على الاستبصار والتفكير والإدراك والتمييز بين المميزات، وليس على الربط بين المثبرات والاستجابات فحسب، ويتعلم الفرد المعلومات والمعرفة عن طريق طرح الأسئلة والاستفسارات من مصادر المعرفة.

-يتعلم الفرد السلوكيات الخاطئة كما يتعلم السلوكيات الصحيحة وفي كلتا الحالتين تقوم عملية التعلم على نفس المبادئ وأنه يمكن محو السلوكيات الخاطئة وإحلال سلوكيات جديدة صحيحة عوضًا عنها باستخدام استراتيجيات تعليمية علمية.

2- العملية الإرشادية عملية عقلانية تقوم على المنطق:

تعتبر المعتقدات والأفكار التي يحملها المسترشد عنصرًا مهمًا في تحديد وتوجيه سلوكياته وانفعالاته، وغالبًا ما يتعامل المرشد النفسي مع مثل هذه المعتقدات والأفكار التي قد تكون السبب الرئيسي وراء الحالة أو المشكلة وهذا ما يعرف بالعوامل الداخلية، إضافة إلى ذلك فإن الأفكار والمعتقدات الخاصة بالمرشد تحدد نوع العلاقة الإرشادية بينه وبين المسترشد. من أجل

ذلك، لابد من أن يلم المرشد بقواعد التفكير الصحيح التي يتناولها علم المنطق لاسيما مبادئ الاستقراء والاستنتاج التي تساعد في إدارة الحوار والنقاش مع المسترشد، وتحديد أسباب المشكلة المرتبطة بنظام المعتقدات اللاعقلانية وبالتالي تعديلها أو التخلص منها.

3-الفروق الفردية:

يشير مفهوم الفروق الفردية إلى الاختلافات والانحرافات بين الأفراد(كما ونوعا) عن المتوسط الطبيعي للبشر في كافة الصفات والمظاهر الشخصية جسديا ومعرفيا وانفعاليا واجتماعيا، وتختلف هذه الصفات والمظاهر لدى نفس الفرد من مرحلة نمائية إلى مرحلة نمائية أخرى ومن موقف إلى آخر. وهذه الفروق هي التي تجعل الفرد شخصا متفردا بشخصيته، له عالمه الخاص وحاجاته المميزة وطريقته الخاصة في الاستجابة للمشكلات والضواغط. وهناك فروق فردية بين الذكور والإناث لاسيما في الخصائص الفسيولوجية والسمات النفسية والاجتماعية لابد أن يأخذها المرشد بعين الاعتبار أثناء تقديم خدمات الإرشاد. إضافة إلى ما سبق يساعد هذا المفهوم المرشد على اختيار الاستراتيجية والأسلوب الإرشادي المناسب لكل فرد على حدى، والفروق الفردية لدى البشر تعود لعوامل وراثية تكوينية أو بفعل العوامل البيئية، وتعتبر الفروق الفردية مبدأ أساسيا من مبادئ التعلم والتعليم الذي يقوم عليه تخطيط المناهج وأساليب التدريس.

4-العملية الإرشادية عملية نمائية:

تشمل مظاهر النمو الانساني جوانب محددة ومتعددة مثل الجانب الجسدي كنمو الحواس والدماغ العضلات والجهاز التناسلي...إلخ، والجانب العقلي الذي يتضمن نمو القدرات وعدد المفردات والاستعدادات...إلخ. وتعكس هذه الجوانب النمائية درجة التكيف والنجاح لدى الفرد، وتؤثر بدرجة كبيرة على مفهوم الذات لديه وفي نفس الوقت تعكس نمو الشخصية.

وهناك مجموعة من الحقائق حول النمو النفسي لابد أن يعرفها المرشد النفسي ويمكن تحديدها فيما يلي:

-هناك عادات ومهارات -مهمات نمائية- على الفرد أن يتعلمها في مراحل نمائية معينة دون الأخرى، وهي متطلبات النمو النفسي السوي وتحقيق الصحة النفسية، فإذا تعلمها الفرد في

المرحلة الأنسب أدت إلى سعادته وتوافقه، خصوصا في تعلم المطالب اللاحقة والعكس صحيح، فإذا فشل الفرد في تعلمها فإن ذلك يؤدي إلى تعاسته وصعوبة تحقيق المهمات اللاحقة.

-هناك فرق بين النمو والنضج فالنمو يشير إلى تغير في السلوك الناتج عن تدريب أو خبرة سابقة ويتقرر بعوامل بيئية عادة، في حين أن النضج يشير إلى تغير في السلوك تقرره العوامل الوراثية والتغذية إلى حد كبير، فهي عملية نمو طبيعي وتلقائي.

-النمو الانفعالي مطلب نمائي أساسي لمرحلة المراهقة والمراحل اللاحقة، وهو يساعد الفرد على المشاركة الانفعالية للآخرين، والتي تنطوي على التعاطف والرثفة الأخذ والعطاء وزيادة الواقعية في فهم الآخرين، وإعادة النظر في الطموحات والآمال، ويدل توفر هذا المطلب النمائي لدى المراهق أو الراشد على وجود قيم ومبادئ أخلاقية ودينية واضحة لديه وقدرته على تحمل المسؤولية وكذلك تحمله للإحباط، ومطابقة سلوكه الفردي مع المعايير والظروف الاجتماعية المقبولة.

- النمو العقلي وهو جانب مهم من جوانب النمو الشخصي بحيث تعتمد سلامته بالدرجة الأولى على سلامة الجهاز العصبي وعلى مدى توفر بيئة تربية داعمة، ولا شك أن العوامل الوراثية تحدد الاستعداد لهذا الجانب من النمو التي تعمل البيئة على تنميته أو كفه.

-النمو اللغوي وهو يرتبط ارتباطا وثيقا بالنمو العقلي، وهو مظهر له قيمته الكبيرة في التعبير الذات والتكيف النفسي السوي، ويبدأ النمو اللغوي عند الإنسان منذ الولادة، ويمر النمو اللغوي بالمراحل النمائية التالية:

أ- مرحلة الأصوات: وتبدأ بصيحة الميلاد التي يطلقها الجنين عند الولادة مروراً بالمنغاة والتبسم وأخيرا استخدام الحروف.

ب- مرحلة الكلمة الأولى وتبدأ في حوالي الشهر العاشر من عمر الطفل وتقتصر على نطق الأسماء للأشخاص المحيطين.

ت- مرحلة الكلمتين وتبدأ في العام الثاني وتقتصر على نطق وتحصيل الضمائر وحروف الجر والعطف.

ث- مرحلة الجمل القصيرة وهي جملة مفيدة تتكون من 3 إلى 4 كلمات سليمة من حيث المعنى إلا أنها لا تكون سليمة من ناحية التركيب اللغوي، وتبدأ هذه المرحلة في العام الثالث من عمر الطفل تقريبا.

ج- مرحلة الجمل التامة: تبدأ في العام الرابع إلى السادس وتتكون من 4 إلى 6 كلمات وتتميز هذه الجمل بأنها مفيدة وتامة الأجزاء وأكثر دقة بالتعبير، ويتحسن في هذه المرحلة النطق ويزيد عدد المفردات.

ح- مرحلة الجمل المركبة والتعبير الشفوي والتحريري.

-النمو الاجتماعي ويعد مظهرا أساسيا من مظاهر نمو الشخصية، حيث يؤكد إريكسون (1963) أن هناك مهمات تواجه الفرد في كل مرحلة نمائية من مراحل حياته أطلق عليها اسم الأزمات، واعتبر إريكسون هذه الأزمات نقطة تحول وتغيير مهمة في حياة الشخص وهي نتاج لقرارات متخذة عند نقاط التحول هذه، وقد ركز إريكسون على العوامل الاجتماعية بدلا من الغرائز الجنسية والصراعات في تقسيمه لمراحل النمو النفس الاجتماعية وقد حددها بثمانية مراحل على النحو التالي:

مرحلة الرضاعة(الثقة مقابل عدم الثقة)

مرحلة الطفولة المبكرة(الاستقلالية مقابل الشك والخجل)

مرحلة ما قبل المدرسة (المبادرة مقابل الشعور بالذنب)

مرحلة الطفولة المتوسطة (الإنتاجية مقابل الشعور بالنقص)

مرحلة البلوغ والمراهقة(الهوية مقابل عدم الهوية)

مرحلة الرشد(الألفة مقابل العزلة)

مرحلة أواسط العمر(الانتاجية مقابل عدم الانتاجية)

مرحلة الشيخوخة (التكامل مقابل اليأس)

رابعاً: الأسس العصبية والفسولوجية

تؤثر الحالة النفسية على النواحي الفسيولوجية والعصبية لدى الفرد والعكس صحيح تماماً، فمثلاً تؤثر حالة القلق على جهاز دوران حيث تزداد سرعة دقات القلب ومعدل التنفس كما يزداد افراز الغدد الصماء وهرمونات الطوارئ (الأدرنالين). وفي المقابل عندما يعتل الإنسان جسدياً فإنه يشعر بالضيق والضجر وربما يعاني من حالات اكتئاب، ومن هنا لابد للمرشد النفسي أن يلم ببعض المعلومات الفسيولوجية والعصبية الأساسية المرتبطة بأجهزة الجسم، لاسيما الجهاز العصبي والجهاز الغدي والحواس الخمس والتي تؤثر بدورها على العمليات المعرفية والانفعالية.

نظريات الإرشاد النفسي:

إن الإرشاد النفسي علم يقوم على نظريات علمية، فممارسة الإرشاد النفسي يعتبر فن من الفنون المبني على العلاقات الاجتماعية التي تقوم على أساس علمي، كما أنه يحتاج إلى الدراسة والتكوين في هيئات متخصصة وتدريب علمي قبل الممارسة في مراكز والمؤسسات تقدم هذا النوع من الخدمات. لذا على المرشد النفسي أن يعمل في ضوء أسس نظرية.

والنظرية النفسية هي إطار عام يضم مجموعة منظمة ومتناسقة ومتكاملة من الحقائق والقوانين التي تفسر الظاهرة النفسية.

مضامين النظرية الجيدة هي:

- 1- الوضوح أي أن تكون مفهومة وسهلة ودون غموض، وأن تصاغ فرضياتها بشكل واضح.
 - 2- الإيجاز والاختصار في تفسير الظواهر ووفق عدد محدد من الافتراضات.
 - 3- الشمول من خلال احتوائها على مجموعة من المسلمات أو الافتراضات، وأن تغطي مجالات واسعة من السلوك.
 - 4- أن تحمل مصطلحات أو مفاهيم ذات العلاقة والتي من خلالها تتضح العلاقة بين السبب والنتيجة.
 - 5- تقوم النظرية على الضبط والتنبؤ.
 - 6- أن تساعد النظرية في التطبيق والممارسة وفق قواعدها المنطقية وأسسها العلمية الواضحة. (البلوي، 2014، 29)
- إن الإرشاد النفسي يهتم بدراسة وفهم وتفسير وتقييم السلوك والتنبؤ به وتعديله أو تغييره أو إطفائه لذلك لابد من دراسة النظريات لتحقيق ما يلي:
- 1- تفسير السلوك وكيفية تعديله.
 - 2- تفيد دراسة النظريات في فهم العملية الإرشادية.

3-تفيد دراسة النظريات في فهم أوجه الشبه والاختلاف بين طرق الإرشاد. (الفرخ وتيم، 1999، 51)

والملاحظ أن بعض المرشدين يفضلون العمل في ضوء نظرية محددة دون غيرها، والأفضل أن يأخذ المرشد من النظريات كل ما يفيد في عمله (ينتقي)، وفيما يلي عرض لبعض هذه النظريات:

نظرية التحليل النفسي:

يعد سيجموند فرويد النمساوي الأصل صاحب هذه النظرية، وقد بدأ حياته طبيباً للأمراض العصبية مستخدماً الجلسات الكهربائية وسيلة للعلاج، ولكنه اكتشف عدم جدوى هذه الطريقة للعلاج، ثم درس مع مجموعة من الأطباء وتأثر بهم خاصة في علاج حالات الهستيريا بطريقة التنفيس والتنويم المغناطيسي. ويشير التحليل النفسي إلى نظرية عامة في الشخصية والمرض.

مكوناتها 1-الهو (ID)

2-الأنا (Ego)

3-الأنا الأعلى (Super ego)

مبادئها:

1-اللذة

2-الواقع

3-الكمال

مفاهيمها:

اللاشعور والشعور

الليبدو

عقدة أوديب

يدور حول نظرية التحليل النفسي جدل كبير فهناك من يذهب إلى القول أن النظرية خرجت عن كونها نظرية علمية تخدم مهنة الإرشاد النفسي، أو تحمل في طياتها حلولاً مقدمة للمرشد تأخذ بيده لمواجهة مشكلاته ويستند هؤلاء في رأيهم إلى أن النظرية طبقت على المرضى النفسيين وليس الناس العاديين لكي يقبلوا في العملية الإرشادية، وهناك فريق آخر رأى أن نظرية التحليل النفسي تدور معظم مفاهيمها عن الجنس بوصفه محورا أساسيا للمرض النفسي، رغم ثبوت استبعاد أصل بعض الأمراض النفسية عن الجنس، نجد هذا التفسير أيضا يتنافى مع مبادئ الدين الإسلامي ولا يمكن الأخذ بها على أساس جنسي بحت. ولكن في هذا المضمار نرى الأخذ بهذه النظرية يجب أن يحدد بما يتماشى مع الدين الإسلامي، أو الأخذ بهذه النظرية والتعامل معها على أساس إنساني، بمعنى أنها طبقت على بني البشر بغض النظر عن الهوية والدين واللون والعرق والنظر لغير هذه المعادلة أمر خاطئ. (المصري، 2010، 122)

الشخصية في نظرية التحليل النفسي:

يفترض فرويد أن الجهاز النفسي يتكون من الهو والأنا والأنا الأعلى.

الهو: ويعد الجانب الأساس من الشخصية، وأنه موجود لدى الطفل منذ الولادة وهو مخزون الطاقة الجنسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية التي تسعى للإشباع في أي صورة أو شكل، ويعتقد فرويد أنه محدد للسلوك الانساني وقد أطلق على الهو اسم الواقع النفسي الحقيقي لأنه يمثل الخبرة الذاتية للعالم الداخلي، ولا تتوفر له أية معرفة بالواقع الموضوعي، والمبدأ الذي يحدد عمل الهو هو مبدأ اللذة لأنه يهتم فقط بإشباع الحاجات البيولوجية وتجنب الألم مدفوعة بقوة غريزية لا تراعي الأخلاق أو الواقع، ولا يوجد تناقض داخل الهو بين القوى الغريزية أو العلاقات المنطقية الزمانية، فكل شيء مباح طالما يحقق اللذة، وهذه القوى الغريزية تحتوى على الدوافع العدوانية والجنسية.

الأنا: يعمل طبقاً لمبدأ الواقع، والغاية من مبدأ الواقع هو الحيلولة دون تفريغ التوتر حتى يكتشف الموضوع المناسب لإشباع الحاجات، وينشأ الأنا نتيجة لاحتكاكه بالواقع عن طريق نمو الإدراك والتفكير، ويتحكم الأنا بالشعور ويمارس الرقابة، ويكون خطط عمل لإشباع الحاجات والغرائز، بحيث يراقب ويضبط اندفاعات الهو العمياء، كون الهو يعرف فقط العالم الخاص به بينما الأنا يستطيع أن يميز بين العالم الخاص به والأشياء كما هي موجودة في الواقع.

ويهدف الأنا إلى وجود مسارب آمنة للغرائز والصراعات ويحاول المواءمة بين متطلبات الهو الغريزية واللاشعورية ومتطلبات الأنا الأعلى المتمثلة في الضوابط الاجتماعية والأخلاقية، ويساعد نمو الأنا على النضج والابتعاد عن المرض النفسي، ويهدف إلى التخلص من الصراعات اللاشعورية الموجودة في مرحلة الطفولة، والانتقال بها لسن المراهقة والرشد والعيش باستقلالية والنجاح. (المشاقبة، 2008، 103)

الأنا الأعلى: ويمثل جانب المثل والأخلاق للشخصية والضمير والمعايير الاجتماعية والقيم، وهو بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسي. وينشأ الأنا الأعلى اشتقاقاً من الأنا، بمعنى أنه الصورة المثالية للأنا كونه نتاج عن استدخال القيم المثالية ومعايير المجتمع الأمر الذي يشكل الضمير الخلقى، وهو أساس تقدير الذات ومشاعر الإثم، ويعمل التحالف بين الأنا والأنا الأعلى الدفاع ضد الغرائز حيث يتوجه الفرد نحو الكمال وكف الرغبات الغريزية للهو كما يتجه إلى القيم الأخلاقية والمثل العليا، ولهذا يسمو الأنا الأعلى فوق مبدأ اللذة ومبدأ الواقع إلى معنى المثالية والكمال، لذا تعمل الأنا الأعلى وفق مبدأ الكمال.

ويري فرويد أن الجهاز النفسي لا بد وأن يكون متوازناً حتى تسير الحياة سيرا سوياً، ولذلك يحاول الأنا حل الصراعات بين الهو والأنا الأعلى، فإذا نجح كان شخصاً سوياً وإذا أخفق ظهرت أعراض العصاب. (المصري، 2010، 123)

مراحل نمو الشخصية عند فرويد

يرى فرويد أن الشخصية تمر في نموها وتطورها النفسي بعدة مراحل بحيث ربط بينها وبين مراحل النمو الجنسي، واعتبر اكتمال مظاهر النمو الجنسي الأولية والثانوية هي أساس اكتمال النمو النفسي للفرد، كما اعتبر مراعاة مطالب النمو الجنسي أساس تحقيق النمو السوي لدى الفرد. وقد حدد فرويد هذه المراحل في: (حسين، 2004، 61-64)

1- المرحلة الفموية Oral stage

وفيهما يكون اهتمام الطفل منصبا على الفم باعتباره مصدر الاشباع والحصول على اللذة عند الطفل، وترتبط هذه المرحلة بسلوك الرضاعة والمص، واللذة الذي يحصل عليها الطفل من خلال سلوك المص أو الرضاعة يعتبرها فرويد لذة جنسية. وإن الاشباع المسرف وعدم الاشباع أو

الاحباط الشديد يؤدي إلى حدوث تثبيت على تلك المرحلة أو غيرها، ونتيجة لذلك لا يكتمل نمو الشخصية الأمر الذي يتسبب في حدوث مشكلات سلوكية واضطرابات نفسية (إن التثبيت على المرحلة الفموية قد يسبب للفرد عدة مشكلات مثل الاسراف في الأكل والتدخين والثرثرة الزائدة ومص الإصبع وقضم الأظافر كما يؤدي إلى الهوس الاكتئابي...)

2- المرحلة الشرجية (السادية) Anal stage

وفيها يكون اهتمام الطفل على الشرج باعتباره مصدر الحصول على المتعة واللذة، وفي هذه المرحلة تظهر الميول العدوانية لدى الطفل، ويبدأ فيها التدريب على ضبط سلوك الإخراج (التبول- البراز)، وتتحدد شخصية الطفل في هذه المرحلة بناءً على اتجاهات الوالدين نحو ضبط سلوك الإخراج، إن الطفل في هذه المرحلة يواجه صراعاً بين اشباع اللذة في رغبته في عدم ضبط عملي الإخراج وفي الحصول على القبول والاستحسان من الوالدين، وبانتصار القبول والاستحسان الاجتماعي تبدأ الأنا في تنظيم رغبات الطفل الفسيولوجية.

3- المرحلة القضيبية Phallic stage

وفي هذه المرحلة يكون اهتمام الطفل منصبا على أعضائه التناسلية والحصول على اللذة من خلالها، وفي هذه المرحلة تتحول الطاقة النفسية فبعدما كانت تتركز على جسم الطفل لتتوجه نحو موضوع آخر خارج الجسم، بحيث تتجه نحو الوالدين في محيط الأسرة، وتنشأ خلال هذه المرحلة أهم العقد النفسية وهي عقدة أوديب عند الولد وعقدة ألكترا عند البنت، وهي تعني على المستوى النفسي ميل الطفل نحو أمه والرغبة في امتلاكها والانتقام من الأب بوصفه منافسا له في حب أمه، وكذلك تعني بالنسبة للبنت الرغبة في امتلاك الأب والانتقام من الأم، وينتهي الأمر إلى تهديد الطفل بالإخفاء ويترتب عن قلق الإخفاء أن يكبت الطفل رغبته نحو أمه وكراهيته لأبيه وعلى هذا يكون الحل لهذه العقدة هو التماهي والكبت فالولد يتماهي مع أبيه والبنت تتماهي مع أمها وتكبت المشاعر اتجاه الوالدين. فالكبت هو الأسلوب الشائع لحل هذه الثنائية الوجدانية (قد تزاح هذه المشاعر المكبوتة نحو أشخاص آخرين مثل كراهية الطفل لرجال البوليس أو المدرس...) ومن جانب آخر إذا فشل الطفل في حل هذه الثنائية الوجدانية فقد تظهر لديه مشاعر غير مستقرة تجاه الآخرين فقد يحب الناس الآخرين ويكرههم في نفس الوقت.

وبتعبير أكثر وضوح يمكن تصفية هذا الصراع الأوديبي عن طريق كبت الطفل مشاعره العدوانية تجاه الأب كما يعمل على التماهي معه، وهذا يتوقف على علاقة الطفل بوالديه فإذا كان يتمتع بالحب والدفء ينتهي الصراع، أما إذا كان هناك اضطراب في علاقة الطفل بوالديه وكان الجو مشحون بالخلافات فهنا لا يستطيع الطفل كبت ميوله العدوانية وكراهيته للأب المنافس له كبتا سليما، كما أنه قد لا يفلح في تصريف طاقته نحو موضوعات خارجية سوية، وهنا يقع الطفل فريسة لمشاعر الذنب والشعور بالقلق والتوتر، وليس دائما يكون حل الصراع الأوديبي لدى الطفل إيجابيا فقد يتوحد الطفل مع أمه ومن ثم تظهر عليه صفات الأنوثة وتتوحد البنت مع أبيها وتظهر عليها صفات الرجولة، ولعل ما يساعد على التوحد هو اختلاف الاستعداد الوراثي للميول الذكورية والأنثوية لدى الطفل.

حيث أشار فرويد إلى أن كل فرد يحمل في تكوينه عناصر ذكورية وأنثوية بمعنى أن تكوين الفرد يتضمن مكونات نفس الجنس وعكسه، فإذا كان لدى الطفل خبرات أسرية معينة مثل وجود أب ضعيف وأم مسيطرة فإنه بذلك يرث ميول أنثوية ويزداد عنده الميل للتماهي بأمه أكثر من أبيه ويتقمص شخصيتها مما يعرضه في المستقبل للانحرافات الجنسية كالمثلية الجنسية والخوف من الجنس الآخر وإحجائه عن الزواج، وفي حالة إقدامه على الزواج يظل يبحث عن صورة أمه لأن نموه الجنسي لم يصل إلى النضج بل توقف عند هذه المرحلة من الطفولة.

ويلعب الصراع الأوديبي دورا هاما في البناء النفسي للفرد في المستقبل من حيث اختياره للمهنة أو الزواج وفي علاقاته مع الآخرين، وقد يؤدي الفشل في حل هذه العقدة إلى حدوث اضطرابات في الشخصية والسلوك (على سبيل المثال العلاقة الشاذة التي تنشأ بين فتاة صغيرة ورجل في سن أبيها فلو كانت علاقتها بوالدها قوية وتعتمد عليه كلية فإنها تبحث عن بديل للأب وتميل إلى حب رجل أكبر سنا حتى يستطيع لعب دور الأب في حياتها، وفي الطرف الآخر نجد رجالا يتزوجون من سيدات أكبر سنا منهم نظرا لحدوث تثبيت لهم على الأم فبذلك يتزوجون من سيدات تلعب دور الأم بالنسبة لهم).

4-مرحلة الكمون Latency stage

ليس للجنس دور جوهري في هذه المرحلة، فالطفل يكون خاملا من الناحية العاطفية والجنسية مقارنة مع المراحل الأخرى وتنصرف طاقته نحو أنشطة أخرى، ويتم خلال هذه المرحلة ظهور الأنا

الأعلى الذي يمثل الضمير الخلقى والقيم الاجتماعية والدينية. كما يكون الطفل سوية تقريبا من نفس جنسه، ويتقصد دوره كليا تقريبا، وليس هناك فرص للتعرض لمشكلات جنسية أو انفعالية خلال هذه المرحلة.

5- المرحلة التناسلية Genital stage

في هذه المرحلة يحدث تطور هام في شخصية الفرد حيث يتحول من حبه لذاته إلى شخص اجتماعي يحب الآخرين، وعند البلوغ يبدأ في البحث عن علاقات جنسية مع الجنس الآخر.

هذه هي مراحل النمو النفسي عند فرويد، والفرد السوي هو الذي يجتاز هذه المراحل بأمان وسلام ويحصل على اشباع مناسب في كل منها، أما إذا حدث تثبت ونكوص تظهر الأعراض العصابية عند الفرد توازيا مع المرحلة التي يتم فيها ذلك.

أقسام العقل:

قسم فرويد العقل إلى ثلاث مستويات وهي الشعور، وما قبل الشعور، واللاشعور وفيما يلي توضيح لكل منها: (أبو عطية، 2002، 158-159)

1- الشعور Consciousness

وهو منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الخارجي وهو الجزء السطحي من الجهاز النفسي ويمثل شريحة صغيرة جدا من العقل البشري، في حين أن الجزء الأكبر من العقل يوجد تحت سطح الوعي وبذلك الإنسان يكون واعيا بعدد محدود من الأشياء لفترة محددة، ولا يكون واعيا بجميع المنبهات المحيطة به، فمثلا عندما تكون مستغرقا في القراءة فإنك لا تنتبه إلى الأحداث المحيطة بك.

2- ما قبل الشعور Preconsciousness

وهو محتوى كامن ولكن يسهل استدعاؤه إلى الشعور بجهد قليل مثل استدعاء الذكريات، والاجابة على أسئلة امتحان حيث تحضر الأفكار من ما قبل الشعور.

اللاشعور Unconsciousness

اللاشعور عبارة عن منطقة تحوي الذكريات المهددة للعقل الواعي وفيها يخزن جميع الخبرات والدوافع والغرائز التي لا يستطيع الفرد الوصول إليها ومن الصعب عليه استدعاؤها، وهو يكون معظم الجهاز النفسي، ويعتقد فرويد بأنه محدد أساسي للسلوك. فالفرد لا يكون واعيا بالنشاط العقلي الذي يحدث في هذا الجزء من العقل، ولا يستطيع استحضاره، بل أن الفرد يقاوم ذلك. مثال ذلك الخبرات الجنسية ومشاعر العدوانية نحو أحد الوالدين، وآلام الطفولة المنسية والإساءات والحاجات والدوافع التي يكون الأفراد غير واعين بها.

ولا يمكن دراسة اللاشعور إلا من خلال:

*الأحلام: وهي تمثيل رمزي للحاجات اللاشعورية والصراعات والتناقضات المكبوتة، ويتم فهم اللاشعور من خلال تفسير الأحلام التي تتضمن إشارات تمثل حاجات ورغبات وصراعات لا شعورية عديدة.

*زلات اللسان أو النسيان: وهي أمثلة تعبر عن اللاشعور ومثال ذلك نسيان اسم شخص مألوف لديك، أو عندما ينادي شخص زوجته باسم صديقة سابقة له، فالاسم الذي نطقه هنا يمثل نوعا من الرغبات والصراعات.

*إيماءات واقتراحات ما بعد التنويم المغناطيسي والمعلومات المشتقة من أسلوب التداعي الحر والأساليب الإسقاطية في الشخصية والمحتويات الرمزية للأعراض الذهانية.

إن مفهوم اللاشعور عند فرويد لم يكن تجريديا نظريا، بل يمكن تطبيقه لكي يكون حقيقيا، وإن إحضار المادة اللاشعورية كانت مهمة صعبة بالنسبة لفرويد وجميع المحللين النفسيين حيث تحتاج لعمل جاد وجهد كبير.

فهم دور اللاشعور وفق هذه النظرية جزء أساسي من عمل المرشد لأن اللاشعور يؤثر بقوة في سلوك المسترشد والعمليات اللاشعورية هي الأساس في أعراض القلق والاضطرابات النفسية الأخرى.

تطبيقات التحليل النفسي في الإرشاد:

إن عملية الإرشاد في النظرة التحليلية تقوم على العلاقة بين الأخصائي النفسي والمسترشد وهي تتضمن ما يلي: (المصري، 2010، 126)

التداعي الحر: Free association

وهو الجانب العقلي المعرفي في التحليل النفسي، وهو يستند إلى مفهوم الحتمية النفسية والتي تعني أن كل سلوك لا يحدث بالصدفة بل يكمن وراءه دوافع وأسباب مختلفة، وتتضمن هذه الفنية ترك الحرية الكاملة للمسترشد من أجل التعبير عما يجول بخاطره عبر ميثاق أخلاقي يتفق فيه المرشد والمسترشد للتعبير عما في داخله بحرية مطلقة، وذلك بعد تهيئة الجو المحيط وتوفير الراحة النفسية للمسترشد قبل البدء، والغاية من تطبيقها معارضة عوامل الكبت المسئولة عن تكون المشكل النفسي، ويكون دور المرشد مراقبة ما يقوله المسترشد من أفكار وتداعيات ليحاول التعرف على المكبوت لديه، وينقل ما في أعماق المسترشد إلى السطح.

التحويل: Tranference

ويقصد به تحويل مشاعر وانفعالات العميل سواء كانت ايجابية أو سلبية من مصادرها الأصلية إلى شخصية المرشد، وبتعبير آخر يطرح المسترشد ما في داخله من انفعالات على شخصية المرشد فيجد المرشد أن المسترشد يحبه تارة ويكرهه تارة أخرى وليس هناك أي علاقة أو صلة سابقة للمسترشد بالمرشد وبالتالي يكون المرشد هو البديل وليس الأصل لهذه الانفعالات.

ومن خلال هذه العملية يعيش المسترشد خبراته الانفعالية الماضية من جديد ضمن حاضره في إطار العلاقة الإرادية بين المرشد والمسترشد.

التفسير:

من خلال المستدعيات الشعورية واللاشعورية التي ترد خلال العلاقة الإرشادية فقد تكون أفكارا أو خيالات أو ذكريات أو هفوات غير مقصودة، أو انفعالات وأحاسيس وعوظف ترتبط ارتباطا ذا معنى يمكن قراءته من خلال التفسير، فالمرشد النفسي يوضح كل ما هو غير واضح ومفهوم.

تحليل المقاومة:

تعتبر المقاومة مفهوم هام في التحليل النفسي، وهي تتحدد بامتناع أو تردد المسترشد في استحضار المواد اللاشعورية المكبوتة إلى سطح الوعي أو الشعور، كما يمكن النظر للمقاومة على أساس أنها أية فكرة أو اتجاه أو شعور أو سلوك (شعوري أو لا شعوري) يحافظ ويغذي إمكانية إبقاء الوضع كما هو، أو يقف حاجزا في وجه التغيير، وتظهر المقاومة كثيرا خلال عملية التداعي الحر وتداعي الأحلام من خلال عدم رغبة المسترشد في الحديث عن أفكاره ومشاعره وخبرات معينة.

وهنا تعمل المقاومة على منع نجاح المسترشد والمرشد من اكتساب تبصر بمحركات اللاشعور، ولأن المقاومة تمنع المواد المهتدة من الدخول إلى عالم الشعور، لذا فإن على المحلل الإشارة إليها وعلى المسترشد مواجهتها إذا كان يأمل في التعامل الواقعي مع صراعاته. ويتلخص هدف المرشد في تفسير المقاومة بدقة لمساعدة المسترشد أن يصبح أكثر وعيا بأسباب مقاومته حتى يتعامل معها بفعالية. ويؤكد فرويد أنه من الضروري أن لا نتجاوز المقاومة كأنه سلوك عادي بل يجب أن نفهم سلوكيات المقاومة لأنها تمثل أساليب دفاعية نستخدمها يوميا للدفاع ضد القلق، غير أنها تعيق قدراتنا على تقبل التغييرات التي يمكن أن تقودنا إلى حياة أكثر إشباعا. ويشير فرويد إلى أن المقاومة تتضمن عددا من أنواع السلوك لدى المسترشد مثل:

- حذف بعض الأفكار أثناء التداعي الحر بداعي الألم أو الخجل.
- الادعاء بأن التداعي الحر ليس هام ولا توجد أفكار لدى المسترشد للتعبير عنها.
- التأخر عن موعد الجلسات الإرشادية أو نسيان المواعيد.
- فقدان الاهتمام في متابعة المشكلات والكشف عنها.
- محاولة المسترشد الفوز بحب المعالج.
- الانغماس في معركة جدلية في الممارسة السلوكية للمشكلات في واقع الحياة بدلا من التعامل معها، والسبب عدم الثقة في المعالج أو الرغبة بالفوز باحترامه أو الخوف من رفض المسترشد. (المشاقبة، 2008، 125)

إذن فالعمل الجاد في سبيل التغلب على المقاومة يعتبر جزءا أساسيا في التحليل والعملية الإرشادية إجمالا.

وعلى العموم، يمكن للمرشد النفسي استخدام هذه النظرية في المشاكل الأسرية والعامل المتدخل لنشوب خلاف أسري ما، بحيث يلجأ إلى إزالة غطاء اللاشعور تدريجياً وجعل اللاشعور (شعوريا-تقوية الأنا) ثم يعيد بناء الشخصية ويحل الصراعات وربط الحاضر بالماضي. (المصري، 2010، 126)

نقد نظرية التحليل النفسي:

من بين الانتقادات التي وجهت لنظرية التحليل النفسي ما يلي:

- 1- يستغرق وقتاً أطول بكثير من الطرق الإرشادية الأخرى، كما أن معظم الدراسات التي أجراها صاحب نظرية التحليل النفسي أجريت على عينات من المرضى وليس العاديين والأسوياء.
- 2- تعتبر النظرية الغريزة الجنسية أهم الغرائز جميعها، وأنها هي التي تتحكم في سلوك الفرد سواء السوي أو غير السوي، ونجد في هذا شيئاً من المبالغة، فالجنس في الدول الغربية يمارس دون قيد أو ضابط ومع هذا نجد ارتفاعاً في معدلات الأمراض النفسية.
- 3- المفاهيم التي قدمتها النظرية مجردة ولا يمكن إخضاعها للملاحظة والقياس والتجريب.
- 4- تركز النظرية على الماضي باعتباره كل شيء وأنه الحل لكل مشاكلنا في الحاضر والمستقبل، إذ ليس من المعقول أن يبقى الفرد أسير الماضي بل عليه توظيف عقله وإرادته لتغيير ذاته نحو الأفضل.
- 5- تأكيد فرويد على حتمية السلوك البشري، وبذلك نفى أن يكون هناك ارادة للإنسان يختار ويقرر من خلالها. (أبو زعيزع، 2009، 147-148)

نظرية السمات والعوامل

ترجع أصول نظرية السمات والعوامل إلى علم النفس الفارق ودراسة الفروق الفردية، وتستند هذه النظرية على مجهودات علماء النفس المهتمين بدراسة سيكولوجية الشخصية بناء على تحديد وقياس سمات الشخصية وتحليل عواملها وضبط دورها في تحديد السلوك والتنبؤ به، وقد استفادت نظرية السمات والعوامل من حركة القياس النفسي والتي أثرت بدورها على نمو الإرشاد النفسي، وكان من أهم مظاهرها تحليل العملي كأسلوب إحصائي وارتبطت به نظرية السمات والعوامل ارتباطاً صريحاً حيث جعلها التطبيق العملي للأسلوب في ميدان الإرشاد النفسي (زهران، 1998، 118).

مفاهيم نظريات السمات والعوامل:

السلوك: تفترض النظرية أن سلوك الإنسان يمكن أن ينظم بطريقة مباشرة، وأنه يمكن قياس السمات والعوامل المحددة لهذا السلوك باستخدام الاختبارات والمقاييس للوقوف على الفروق والسمات المميزة للشخصية، وترى النظرية أن نمو السلوك يتقدم من الطفولة إلى الرشد من خلال نضج السمات والعوامل.

الشخصية: الشخصية حسب هذه النظرية عبارة عن نظام يتكون من مجموعة سمات أو عوامل مستقلة تمثل مجموع أجزائها، أي أنها عبارة عن انتظام دينامي لمختلف سمات الشخص، وقد عرف ألبورت الشخصية بأنها التنظيم الدينامي في الفرد الخاص بتلك الأجهزة الجسمية النفسية التي تحدد طبيعه الفريد في التوافق مع بيئته. وتلك الأجهزة بما تحتويه تسمى السمة، والسمة هي الصفة ويمكن أن تكون جسمية أو عقلية أو انفعالية أو اجتماعية، وبعض سمات الفرد فطري وآخر مكتسب، وقد ميز ألبورت بين نوعين من السمات وهي:

السمات العامة: التي يشترك فيها الأفراد بدرجات متفاوتة على أساسها يمكن المقارنة بينهم في سماتهم خاصة أولئك الذين يعيشون ضمن ثقافات متقاربة.

السمات الفردية: هي الاستعدادات أو الخصائص السلوكية التي لا توجد عند جميع الأفراد، وإنما تنحصر في شخصية معينة، وهي تظهر عندما نطلق سمة تكون ظاهرة عند شخص بطريقة

ملفئة ونطلق عليه مسمى بناء على تلك السمة، وتقدم هذه السمات وصفا حقيقيا للأفراد، وهذا لا يظهر في السمات العامة. (المصري، 2010، 127)

أما العوامل Factors فهي مفهوم رياضي إحصائي يوضح المكونات المحتملة للظواهر وتفسيره النفسي يسمى القدرة، والتحليل العاملي Factor Analysis أسلوب إحصائي للتوصل إلى أقل عدد ممكن من العوامل المشتركة اللازمة لتفسير مجموعة من الارتباطات والتي تؤثر في أي عدد من الظواهر المختلفة، ويهدف التحليل العاملي في هذا السياق إلى تحديد العوامل الأساسية للسلوك بتحديد القدرات الأولية في النشاط العقلي والعلاقة القائمة بين تلك القدرات، وقد قدم عدد من العلماء إسهامات واضحة في هذه النظرية يضيق المجال لحصرها كلها، ومن هؤلاء جوردون أولبورت Allport الذي تم الإشارة سابقا وستيفينوس Stephenson وجليفورد Guilford. وهؤلاء يعتقدون أن السلوك البشري يمكن التوصل إلى أسراره عن طريق التحصيل العاملي وتدويره المحاور. ومن أبرز من أسهموا في نظرية السمات والعوامل هانز إيزينك حيث قدم وصفا منظما للشخصية حيث تكون العادات أساسا يقوم عليه سمات الشخصية، وهذه بدورها تتجمع في أبعاد قليلة وبناء على تحليل عاملي أدى إلى التوصل إلى الأبعاد الآتية: الانبساط أي الاجتماعية والمرونة، وعكسه الانطواء، والعصابية أي الاستعداد للمرض العصبي والذهانية أي الاستعداد للمرض الذهاني، ويضاف إلى ذلك أبعاد مثل: المحافظة التطرف، البساطة التعقيد، الصلابة الليونة، الديمقراطية التسلطية. أما ريموند كاتيل فقد توصل إلى السمات الآتية: الاجتماعية ضد العدوانية، الذكاء العام ضد الضعف العقلي، الثبات الانفعالي أو قوة الأنا ضد عدم الثبات الانفعالي أو ضعف الأنا، التحرر ضد المحافظة، السيطرة ضد الخضوع، الانبساط ضد الانطواء، قوة الأنا الأعلى ضد ضعف الأنا الأعلى، المخاطرة والإقدام ضد الحرص والخجل، الواقعية ضد الرومانسية، البساطة ضد نقد الذات، الثقة الكاملة بالنفس ضد الميل للشعور بالإثم، الاكتفاء الذاتي ضد الاعتماد على الجماعة، قوة اعتبار الذات ضد ضعف اعتبار الذات، قوة التوتر الدافعي ضد ضعف التوتر الدافعي، التبصر ضد السذاجة. (زهران، 1998، 120-121)

الافتراضات الأساسية في نظرية السمات والعوامل

وهنا تم ربطها خصوصا بالإرشاد الموجه ويمكن تحديدها على النحو التالي:

- 1- أن عملية الإرشاد النفسي أساسا عملية عقلية معرفية.
- 2- أن سوء التوافق لدى الأشخاص العاديين يترك جزءا كبيرا من العقل يمكن استخدامه في التعلم وإعادة التعلم.
- 3- أن المرشد مسئول عن تحديد المعلومات المطلوبة وعن جمعها وتقديمها إلى العميل.
- 4- أن المرشد لديه معلومات وخبرة أكثر وقدرة على تقديم النصح وحل المشكلات بطريقة الإرشاد الموجه، ومن ثم يكاد ينظر إلى المرشد نظرة المعلم الذي يوجه عملية التعلم لدى العميل.

وتهتم نظرية السمات والعوامل بالتشخيص النفسي واستخدام طرق الإرشاد التي تناسب تباين الشخصية من فرد لآخر، وتهتم كذلك بتحليل المرشد عن طريق تطبيق الاختبارات والمقاييس النفسية التي تعطي تقديرات كمية لسماته وتفيد عمليا في اختياره التربوي والمهني، ويعتبر البعض أن تقدير سمات شخصية المرشد يحتل مكان القلب في عملية الإرشاد، ولقد استخدم التحليل العاملي بنجاح في اختبارات الذكاء والقدرات والشخصية. (زهران، 1998، 121-122)

تطبيقات نظرية السمات في الإرشاد النفسي

أسهمت نظرية السمات بقدر كبير في الإرشاد النفسي من خلال التأكيد على الفردية في دراسة السلوك، وذلك باستخدام الطرق والمتغيرات التي تناسب فردية كل شخص، ودور المرشد هنا مساعدة الفرد على فهم وتطبيق المعلومات التي تم الحصول عليها بأساليب القياس النفسي والتي من شأنها مساعدته على معرفة قدراته الذاتية تجاه متطلبات المهمات المطلوبة منه، سواء ضمن الاطار الدراسي أو المهني، فالإرشاد هنا ليس فقط مساعدة الفرد الاختيار وتشخيص المشاكل بل هو علاقة بين المرشد والمرشد، والمرشد من خلال تقييم ذاته في حدود قدراته وعن طريق الجلسات الإرشادية يقدم المساعدة للمرشد، أي أن المرشد هو صاحب النفوذ في تطوير المرشد كون هذا الأخير لا يملك وسيلة شخصية لتحديد فرديته وليس له القدرة على المعرفة بشكل تام. (المصري، 2010، 128)

وأشهر من طبقوا هذه النظرية في الإرشاد النفسي هو ويليامسون (Williamson, 1965) رائد طريقة الإرشاد الموجه، بحيث يتضمن الإرشاد تحليل المعلومات الخاصة بالعمل وتركيبها، بحيث

تظهر سماته المميزة، وتشخيص المشكلة بالاستعانة بالاختبارات والمقاييس الموضوعية، والتنبؤ بالتطور المتوقع في المستقبل. (زهران، 1998، 121)

أساليب الإرشاد النفسي

لقد ناقش وليامسون أساليب الإرشاد النفسي في خمس نقاط تتصل بالمقابلة وهي:

1-بناء المودة (الألفة):

وهناك مجموعة من العوامل التي تعتبر أساسا لبناء الألفة وهي السمعة الطيبة للمرشد من حيث كفاءته والتزامه باحترام فردية المسترشد والمحافظة على أسرارها الخاصة وكذلك طريقة التكامل مع المسترشد قبل المقابلة الإرشادية.

إن الاهتمام الشخصي والفهم ضروريان في المقابلة ، فعندما يدخل المسترشد إلى مكتب المرشد فإن أول ما يجب فعله هو أن يشعر المسترشد بالراحة من خلال مبادرته بالتحية ومناداته باسمه ومصافحته وتجنب كل ما يعبر عن انحراف المزاج أو التملل أو التكبر.

2-تشجيع فهم الذات:

يجب أن يتوفر للمسترشد فهم لقدراته وجوانب الضعف لديه وأن يساعده المرشد في التغلب على جوانب الضعف، وهذا يتطلب من المرشد تفسير البيانات التي تم الحصول عليها بصورة فنية مبسطة مع التأكد من تتبع المسترشد لتفسير البيانات وفهمها وأن لا يذهب المرشد بعيدا في التفسير الذي لا يستطيع المسترشد متابعته والاكتفاء بالتفصيلات الضرورية، وذلك يعني أن يذكر المرشد الحقائق التي بني عليها التشخيص وذكر المسؤوليات التي تحكم خطة العمل.

3-تخطيط برنامج العمل:

يبدأ المرشد باختيارات المسترشد وأهدافه واتجاهاته ثم يشير إلى البيانات المناسبة وغير المناسبة من التشخيص مع توضيح الدليل المؤيد أو المعارض لها، ثم يقيم المرشد الدليل ويشرحه ويوجه وفق ذلك المسترشد، وينبغي أن يكون المسترشد جاهزا لتقبل الدليل لأنه أعد لذلك مسبقا.

وقد تتطلب هذه العملية أكثر من مقابلة خاصة مع المسترشد الذين لديهم اتجاهات وردود فعل انفعالية نحو قدراتهم واستعداداتهم وميولهم. ويرى باترسون أنه لا ينبغي للمرشد أن يخشى

تقديم النصح المباشر إذا شعر بأن المسترشد غير قادر على إدراك ما تقتضيه المعلومات المتجمعة أو كان غير راغب في وضعها موضع اهتمام، وهناك ثلاث طرق يمكن أن يستخدمها المرشد في نصح المسترشد عقب شرح المعلومة:

طريقة النصح المباشر: حيث يشرح المرشد صراحة وجهة نظره.

طريقة الإقناع: وهي مفيدة حينما تؤكد المعلومات ضرورة الأخذ باختيار معين، وعندها ينسق المرشد الدليل بطريقة مقبولة ليوجه المسترشد إلى رؤية نتائج الاختبارات المختلفة.

الطريقة التوضيحية: وفيها يقوم المرشد بتوضيح المادة التشخيصية بدقة وروية مبينا المواقف التي يمكن أن تستفيد من إمكانيات المسترشد.

4-تنفيذ الخطة:

بعد أن يحدد المرشد اختياره أو قراره يقدم له المرشد المساعدة المباشرة في التنفيذ، وقد يشتمل ذلك على عمل علاجي أو على التخطيط لبرنامج.

5-التحويل إلى أخصائيين آخرين:

بما أنه لا يوجد مرشد يستطيع الإحاطة بكل المجالات، لذا عليه أن يدرك جوانب القصور لديه شخصيا، وأن يعرف المصادر التي يمكن أن تقدم المساعدة في بعض الجوانب التخصصية وأن يحول إليها المسترشد إذا اقتضت الحاجة. (بلان، 2015، 343-344)

نقد نظرية السمات والعوامل

من بين أهم الانتقادات التي وجهت لنظرية السمات والعوامل ما يلي:

- 1- لا يوجد اتفاق عام حول معاني السمات والعوامل.
- 2- التحليل العاملي أسلوب إحصائي كثيرا ما أحسن استخدامه، وكذلك أسوء استخدامه في بعض الأحيان.
- 3- تركز النظرية على تبيان في تحديد وفهم سلوك العميل، ولكنها لا تحدد كيف يسلك العميل أو لماذا يسلك سلوكا دون غيره، ولا توضح توضيحا كاملا دور الدافعية الهام في السلوك.

- 4- لا تتمكن النظرية حتى الآن من تقديم وصف كامل للشخصية على كل أبعادها.
- 5- بالنسبة لوحدة وتكامل الشخصية الإنسانية وضرورة فهمها فهما متكاملًا، يثار بعض الشك في قيمة نظرية السمات والعوامل كنظرية أساسية في ميدان الإرشاد النفسي.
- (زهران، 1998، 122)

النظرية السلوكية:

ظهرت السلوكية في أمريكا كرد فعل على التحليل النفسي وتزعمها واطسن، ومن أبرز روادها بافلوف، ثورانديك، سكينر، هل، جاثري وغيرهم. وقد أطلق على النظرية أيضا اسم نظرية المثير والاستجابة وتعرف أيضا باسم نظرية التعلم (حسين، 2004، 72)، ولعل من أبرز المفاهيم التي ارتكزت عليها النظرية السلوكية في النظر إلى الإنسان وفي تفسير سلوكه ما يلي: (المصري، 2010، 131-132)

1-معظم سلوك الانسان متعلم وهو من المبادئ الأساسية التي تتركز عليها النظرية السلوكية، وأن الفرد يتعلم السلوك غير السوي، أي أنه يتعلم السلوك غير المتوافق وبالتالي يمكن تعديله.

2-المثير والاستجابة: وتظهر النظرية بأن السلوك ما هو إلا سلسلة من المثيرات والاستجابات، فالمثير يؤدي إلى استجابة وهي بدورها تعد بمثابة مثير آخر يؤدي إلى استجابة أخرى، وإذا كانت العلاقة بين المثير والاستجابة سليمة كان السلوك سويا، وأما إذا كانت العلاقة بينهما مضطربة كان السلوك غير سوي، وهنا يحتاج المرشد إلى دراسة السلوك لمساعدة المسترشد على تعديل السلوك خاصة في دراسة المثير والاستجابة.

3-الشخصية: ينظر إلى نمو الشخصية على اعتبار أنه يحدث نتيجة للتعلم، أي نتيجة لتدعيم استجابات معينة لكثير من المنبهات المعينة المختلفة، فالشخصية في نظرهم هي تنظيم معين من العادات المتعلمة والثابتة نسبيا والتي تميز الفرد عن غيره من الأفراد، أو هي مجموعة من العادات أو الأساليب الاعتيادية للاستجابة التي تعلمها الفرد لأنها أدت إلى خفض الدافع من قبل مما أدى إلى تدعيمها، فمثلا يقال عن شخص بأنه عدواني لأنه يستجيب استجابات تتصف بالعدوانية لكثير من الأفراد والمواقف أو قد اكتسب هذا الفرد سمة العدوانية لأن استجابات العدوانية قد دعمت من قبل.

4-لا يوجد تعليم بدون دافع، والدوافع هي ما يدفع الفرد لإيتاء سلوك ما، أو هي طاقة قوية بدرجة كافية تدفع الفرد وتحركه إلى السلوك، وهذا أهم ما تركز عليه نظرية التعلم، والدوافع إما أن تكون أولية(فسيولوجية مثل الجنس)أو ثانوية مثل الخوف، وهي متعلمة عن طريقها يكتسب الفرد دوافع ثانوية تقوم على الدوافع الفسيولوجية الأولية، وهذه تسمى الحاجات ولها صفة الدافعية وتحديد السلوك.

5-التعزيز: وهو التقوية والتدعيم والتثبيت بالإثابة، والسلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيزه، والتعزيز قد يكون بإثابة أولية مثل اشباع دافع فسيولوجي، أو قد يكون بإثابة ثانوية مثل زوال الخوف، ويؤدي التعزيز بالإثابة إلى تدعيم السلوك وإلى النزعة إلى تكرار السلوك المعزز وهو مرتبط بالعالم هل (Hull) أما العالم ثورنديك (Thorndike) فقد أثبت من خلال قانون الأثر المسؤول عن عملية التعلم، والذي ينص على أن الاستجابات التي بها أثر طيب تميل إلى البقاء وتقوى، والاستجابة التي ليس لها أثر تضعف. بينما ركز سكينر (Skinner) على قيمة التعزيز وقال أن تعلم أي سلوك يجب أن يقسم إلى خطوات صغيرة متتابعة وتعزز كل خطوة تتم بنجاح، وعند اتقان كل خطوة صحيحة تعزز وننتقل إلى الخطوة التي تليها إلى أن نصل إلى تعميم صحيح. وهذا يؤدي إلى تكرار الاستجابة كلما تلقى تعزيز.

6-الانطفاء: هو ضعف وتضاؤل وزوال السلوك المتعلم الذي لا يمارس، ويحصل الانطفاء بسبب ثلاث عوامل هي:

*ارتباط السلوك بالعقاب.

*إذا لم يمارس السلوك ويعزز.

*الاستجابات

7-العادة: تتكون العادة عن طريق التعلم والممارسة ووجود رابطة قوية بين المثير والاستجابة، والعادة مكتسبة وليست وراثية.

8-التعميم: إذا تعلم الفرد استجابة وتكرر الموقف فإن الفرد يميل إلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات أخرى تشبه الاستجابة المتعلمة.

9-التعلم ومحور التعلم وإعادة التعلم:

*التعلم: هو تغير في السلوك نتيجة للخبرة والممارسة.

*إعادة التعلم: يحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد.

الإرشاد النفسي السلوكي:

هو شكل من أشكال الإرشاد النفسي يعتمد على مبادئ وقوانين نظريات التعلم، ويهدف الإرشاد النفسي السلوكي إلى تعديل السلوك غير السوي لدى الفرد واحلال محله سلوكات جديدة، وبمعنى آخر استبدال أنماط سلوكية غير مرغوبة فيها باستجابات سلوكية أخرى مقبولة وجديدة تعمل على منع الاستجابات القديمة وغير المرغوب فيها من الظهور. إذن إن الهدف العام للإرشاد السلوكي هو خلق ظروف جديدة للتعلم في مواجهة المشكلات.

خطوات الإرشاد السلوكي:

يستند المرشد في تعديل السلوك المضطرب إلى مجموعة من الخطوات وهي: (حيسن، 2004، 76)

1-تحليل السلوك المضطرب أو المشكلة التي يعاني منها المسترشد وذلك من خلال أدوات جمع البيانات كالاختبارات والمقابلة وغيرها.

2-تحديد المواقف والظروف التي يحدث فيها هذا السلوك المضطرب حيث أن سلوك الفرد لا يتأثر بالمتغيرات والأحداث التي تتبعه فحسب ولكنه يتأثر بالمتغيرات والأحداث التي تسبقه أيضا، وعلى المرشد أن يتعرف على هذه المتغيرات والتي تؤدي إلى حدوث السلوك المشكل ثم دراسة السلوك نفسه ودراسة النتائج التي تحدث عقب السلوك والتي تؤثر عليه وترتبط به وظيفيا.

3-تحديد العوامل المسؤولة عن استمرارية هذا السلوك المضطرب مثل وجود ارتباط شرطي.

4-اختيار أنسب الطرق السلوكية التي من خلالها يتم تعديل السلوك.

5-تنفيذ الطرق الارشادية عبر الجلسات الارشادية.

6-تقويم ما أسفرت عنه الجلسات من نتائج للتأكد من مدى كفاءتها في تحقيق الأهداف المطلوبة.

طرق الإرشاد السلوكي:

إن طرق الإرشاد السلوكي كثيرة ومتعددة، ويمكن الإشارة إلى بعضها فيما يلي: (حسين، 2004،

83-77)

التحصين التدريجي Systematic Desensitization:

وفيه يتم تعريض العميل للمثيرات التي تعمل على استثارة السلوك المضطرب بشكل متدرج من الأقل شدة إلى الأكثر شدة وإثارته وهو في حالة استرخاء، حيث أن الاسترخاء يعمل على كف الاستجابات السلبية ويمنع ظهورها، وذلك استناداً إلى مبدأ الكف المتبادل (Reciprocal inhibition) والذي يعتمد في جوهره على فكرة لو أننا استطعنا أن نحدث استجابة مضادة للسلوك المضطرب في حضور المثيرات الباعثة عليه، فإن الاستجابات المضادة تعمل على انطفاء استجابة القلق ومنعه من الظهور.

التدريب التوكيدي Assertive Training:

التدريب التوكيدي هو إجراء يتألف من عديد الفنيات يهدف إلى تعديل السلوك ويستهدف مساعدة الأفراد على حماية أنفسهم وحقوقهم دون أية إساءة لحقوق الآخرين، فهو طريقة ارشادية مفضلة للأفراد الذين لديهم صعوبة في التعبير المناسب عن انفعالاتهم المختلفة والأفراد الذين لديهم نقص في الثقة بالنفس.

ويشير (Oleary, 1975) إلى أن عدم قدرة الفرد على أن يسلك بطريقة توكيدية تكون بسبب غياب المهارات الاجتماعية لديه، فالفرد اللاتوكيدي يكون غير قادر على التعبير عن مشاعره الانفعالية الحقيقية، ويفشل في رفض الطلبات غير المعقولة، ولا يدافع عن حقوقه المشروعة. ويتضمن التدريب التوكيدي توليفة من الفنيات التالية وهي الإرشاد المصغر، الواجبات المنزلية، التغذية الراجعة عن طريق شرائط الفيديو، والبروفة السلوكية والتدريب على طريقة الدروس الخصوصية والحث، والتشكيل بالأنموذج والإرشاد بالقراءة.

إن الهدف الرئيسي من التدريب التوكيدي هو خفض القلق الاجتماعي وزيادة المهارات الاجتماعية لدى الفرد من خلال عدة فنيات أشرنا إليها سابقاً.

الغمغمر Flooding:

ويقوم على فكرة وضع الشخص في الموقف الذي يخاف منه مرة واحدة بدلاً من التدرج كما هو الحال في التحصين التدريجي، ومن مميزات هذه الطريقة هي أنها أسرع في تأثيرها من طريقة التحصين التدريجي، ولكن يعاب عليها أنها في بعض الأحيان قد تكون نتيجتها عكسية فتزيد من استجابة الخوف بدلاً من أن تمحوها أو تطفئها.

أسلوب التنفير Aversion:

ويتضمن تعديل السلوكيات غير المرغوب فيها إما عن طريق إزالة التدعيمات الايجابية أو استخدام مثيرات منفرة ومكروهة كالصدمات الكهربائية، ولقد استخدم هذا النموذج في علاج العديد من المشكلات كالتدخين والاسراف في الأكل والانحرافات الجنسية والإدمان.

النمذجة Modeling:

وهي عملية تعلم تتضمن تغيير الفرد لسلوكه نتيجة لملاحظة وتقليد سلوك فرد آخر، فالطفل الذي يخاف من الحيوانات قد يجرؤ على الاقتراب منها إذا ما شاهد طفل آخر يقترب منها ولا يخافها، والنماذج قد تكون حية أو صريحة حيث يقوم الفرد النموذج بأداء السلوك المراد تعلمه على مرأى من الفرد أين يتم ملاحظته وتقليده، وهناك النمذجة الرمزية أو المصورة مثل الأفلام أين يتم عرض السلوك النموذج ومن ثم يقوم الفرد بملاحظته وتقليده، ويوجد النمذجة بالمشاركة حيث يراقب الفرد النموذج ثم يقوم بتقليده بمساعدة النموذج ثم يؤديه بمفرده في مواقف مختلفة، وهناك أيضا النمذجة التخيلية وتعتمد على تخيل الفرد لنماذج سلوكيات مرغوب فيها.

التدريب على الاسترخاء Relaxation Training:

يرجع الفضل في استخدام هذا الأسلوب إلى العالم جاكبسون (Jacobson ; 1983) ويهدف من خلاله إلى الوصول بالعميل إلى حالة الاسترخاء المضادة لحالة القلق والانفعالات الحادة لديه، ودليل جاكبسون في ذلك أن الحالات الانفعالية ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية التقلص العضلي التي ترافقها بشدة ومن هنا استنتج جاكبسون أن الاسترخاء العضلي يكون مضادا للاضطرابات الانفعالية، فإذا زال التوتر العضلي انخفض الاضطراب.

وقد استفاد وولبي من أعمال جاكسون في الاسترخاء وأصبح يستخدم الاسترخاء مع عملائه لكف القلق والخوف، حيث يرى أن السلوك العصبي ما هو إلا إشارات خاطئة ومن ثم يكون علاجها باستجابات مضادة ويمثل الاسترخاء أحدها، وعلى المرشد أن يقدم بعض التوضيحات للمسترشد قبل تدريبه على الاسترخاء وذلك وفق خطوات إجرائية مناسبة.

نقد النظرية السلوكية:

- 1-يركز أصحاب هذه النظرية على السلوك الظاهر والملاحظ فقط ويهملون العمليات العقلية والانفعالات، فالاستراتيجيات السلوكية قد تغير السلوكيات ولكنها لا تغير الأفكار والمشاعر.
- 2-تركيز الإرشاد السلوكي على حاضر المسترشد واغفال ماضيه والعوامل الحيوية والخبرات الماضية التي مر بها.
- 3-تبدي النظرية اهتماما كبيرا بدراسة أنواع السلوك البسيط في تجاربها على الحيوان وتعميم نتائج هذه الدراسات على السلوك الانساني المعقد.
- 4-تركز النظرية على الجزئيات وتهمل دراسة الكلليات، فهي تجزئ السلوك الانساني الكلي المعقد إلى جزئيات صغيرة.(أبو زعيزع، 2009، 120)

نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي

هي نظرية من نظريات الإرشاد النفسي تستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة المسترشدين في التغلب على ما لديهم من أفكار ومعتقدات خاطئة وغير عقلانية والتي يصاحبها اضطراب في السلوك وشخصية الفرد، واستبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر عقلانية ومنطقية تساعده على التوافق مع المجتمع.

واضع هذه النظرية هو عالم النفس الاكلينيكي ألبرت أليس (Albert Ellis, 1955) الذي بدأ عمله في الإرشاد المدرسي، وانتقل إلى تقديم الإرشاد للأزواج والأسر، وضع ألبرت المفاهيم الأساسية لنظريته وألف كتباً معتمداً على ما جاء في نظرية التحليل النفسي التقليدية ونظرية التعلم السلوكي، وعلى خبرته وممارسته للعملية الإرشادية. (أبو عطية، 2002، 124)

تركز النظرية العقلية الانفعالية على الجانب السلوكي والعقلي، وتقوم فلسفتها على أن التفكير ولانفعال والسلوك يتداخلون فيما بينهم في علاقات السبب والنتيجة المتبادلة، وتفترض هذه النظرية أن التفكير يقرر السلوك وأن المشكلات التي يمر بها الأفراد تعزى إلى الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف، كما تفترض هذه النظرية أن الناس يولدون ولديهم أفكار غير عقلانية وأن الأفكار غير العقلانية هي الأكثر تأثيراً في سلوكنا.

أهداف الإرشاد العقلاني الانفعالي:

1-الكشف عن الأفكار والمعتقدات الخاطئة وغير المنطقية لدى الأفراد والتي هي المصدر الأساسي في اضطراباته الانفعالية.

2-مساعدة العميل في التغلب على الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي تسبب له الاضطرابات النفسية واستبدالها بأفكار جديدة أكثر عقلانية ومنطقية وذلك من خلال مناقشة وتحليل وتنفيذ أو دحض الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد.

3-تزويد الفرد بالمعلومات والأفكار الصحيحة التي تعينه على التوافق في حياته.

4-زيادة اهتمام الفرد بنفسه وتقبله لذاته وتقبله للتفكير العلمي والمنطقي.

5-مساعدة الفرد على استبعاد الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية والتوقف عنها. (بلان، 2015،
242-243)

النظرة إلى الطبيعة الانسانية:

تتجه هذه النظرية إلى النظر للطبيعة الإنسانية على أساس أن الفرد يولد ولديه امكانية تفكير عقلاي (صحيح) أو غير عقلاي(خاطئ)، ويرى أليس أن البشر يشتركون في غايتين أساسيتين أولهما المحافظة على الحياة والثانية الاحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الألم، وأن العقلانية في التفكير تكون بطرق تسهم في تحقيق هذين الهدفين، وأن اللاعقلانية تشمل التفكير بطرق تقف حاجزا في سبيل تحقيقها، وبذلك فإن العقلانية هي استخدام المنطق في تحقيق الأهداف القريبة والبعيدة.

ويركز أليس في نظرتة للإنسان إلى أن هناك تشابكا بين العاطفة والعقل أو بين التفكير والمشاعر، فالأفراد عندما يفعلون فإنهم يفكرون ويتصرفون، وعندما يتصرفون فإنهم أيضا يفكرون ويفعلون، وعندما يفكرون فإنهم أيضا يفعلون ويتصرفون، وقد قدم أليس مجموعة من الأفكار تقوم عليها نظرية الإرشاد العقلاي الانفعالي، وتحدد فيما يلي:

1-إن التفكير والانفعال يمثلان وجهان لشيء واحد فلا يمكن النظر لأحدهما بمعزل عن الآخر، ويضيف أليس أن هناك بعض الأساليب التي تثير الانفعال كما أن هناك بعض الأساليب التي تساعد على التحكم فيه ويعتبر التفكير واحد من تلك الأساليب وأن ما نسميه بالانفعال ما هو إلا نوع بعينه من الفكر الذي يتسم بالتحيز والتطرف .

2-الانسان لديه ميل للتفكير بشكل عقلاي وغير عقلاي فعندما يسلك ويفكر بطريقة عقلانية يكون فعالا ومنتجا وعندما يفكر بطريقة غير عقلانية يشعر بالخوف والقلق ولهذا على الفرد أن يعمل على تنمية طرق تفكيره العقلانية.

3-إن الاضطرابات النفسية التي يعانها الفرد هي نتاج أفكار ومعتقدات خاطئة وسلبية وغير منطقية فالتفكير والانفعال ليست وظائف مستقلة عن بعضها البعض، فالعاطفة تصاحب التفكير وهي في النهاية تفكير متحيز وشخصي وهي شكل من أشكال التفكير اللاعقلاني.

4-ينشأ التفكير اللاعقلاني من التعلم غير المنطقي المبكر في مرحلة الطفولة، ومن عوامل التنشئة الاجتماعية في الطفولة، وأن للآباء دور في اكتساب الأبناء لهذه الأفكار اللاعقلانية.

5-الانسان كائن ناطق يستخدم الكلام والرموز اللفظية لذلك فإن التفكير اللاعقلاني سوف يستمر لدى الانسان عن طريق تكرار العبارات الهازمة للذات، ويوضح أليس بأن هذه هي خصائص الشخص المضطرب نفسياً، فهو يحتفظ بسلوكه غير المنطقي بسبب الحديث الذاتي الذي يتكون عادة من تفكير غير عقلاني.

6-يعزو الأفراد مشكلاتهم واضطراباتهم الانفعالية إلى الآخرين وإلى الأحداث الخارجية ومن ثم تكون الاضطرابات الانفعالية لديهم قائمة على إعزاءات خاطئة.

7-يجب محاربة الأفكار اللاعقلانية الهازمة للذات، وذلك بإعادة تنظيم المدركات والأفكار حتى يصبح تفكير الفرد منطقياً وعقلانياً.

8-يميل الأفراد إلى استخدام بعض الميكانيزمات الدفاعية ضد أفكارهم وسلوكهم وذلك حفاظاً على ذواتهم، بمعنى أنهم يميلون إلى عدم الاعتراف لأنفسهم أو للآخرين بأن سلوكهم وتفكيرهم خاطئ وأكثر سلبية.(المشاقبة، 2008، 144)

نموذج الشخصية A-B-C: (حسين، 2004، 92-93)

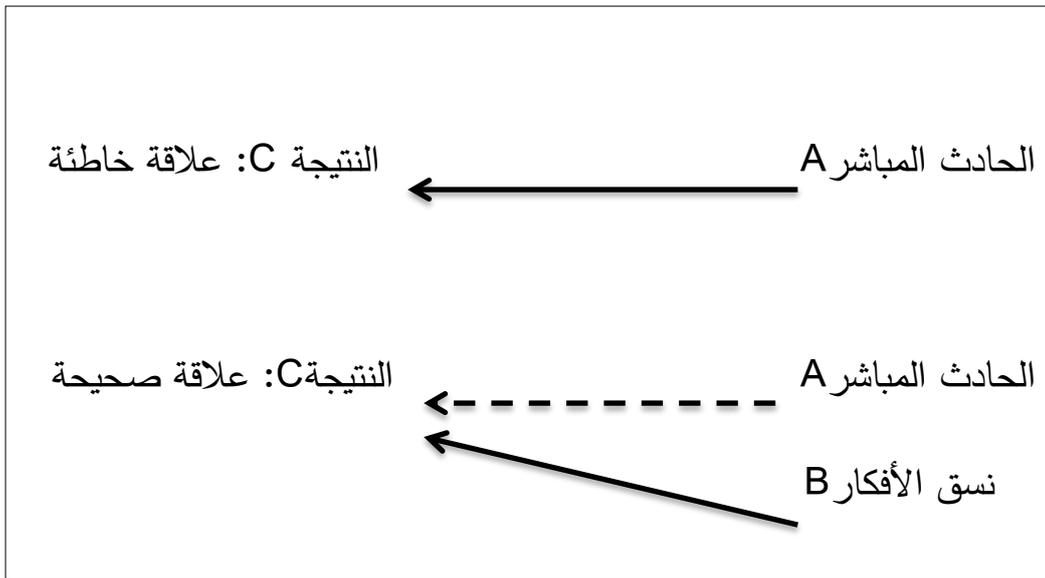
تقوم نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي على نموذج تعليمي هو(ABC)، فالحرف A (Activating Event) ويعني الأحداث أو الخبرات المنشطة وهي في العادة خبرات مؤلمة وغير سارة يمر بها الفرد مثل خبرات الطلاق أو الموت أو الفشل، وهذه الخبرات يتم إدراكها في جو غير عقلاني وبذلك تكون خبرة لا عقلانية، وهي في السلوكية أشبه ما تكون بالمتير أو الحدث غير المرغوب فيه والذي يعمل على استثارة الخوف والقلق لدى الفرد.

أما الحرف B (Beliefs System) ويعني نظام المعتقدات والأفكار اللاعقلانية أو تصور الفرد لها والتي تؤدي إلى إثارة الاضطراب الانفعالي وتدمير وهزيمة الذات، وهي أشبه في السلوكية بالعمليات الوسيطة.

أما الحرف C (Consequence) ويقصد به النتيجة الانفعالية التي يمر بها المسترشد أو ردة فعله التي تبدو للآخرين والتي تحدد السلوك المضطرب.

وخلاصة القول يرى أليس أن المشكلات الانفعالية والاضطرابات النفسية تنتج عن نسق التفكير لدى الفرد والذي يرمز له بالحرف (B) وأن الحرف (A) هو المثير أو الخبرة التي يمر بها وهي ليست السبب الرئيسي للاضطرابات الانفعالية لديه وإنما يكمن السبب الرئيسي في نسق أو نظام المعتقدات لدى الفرد (B)، وهذا يعني أن كل استجابة انفعالية سواء كانت سارة وإيجابية أو مؤلمة أو سلبية ورائها بناء معرفي ومعتقدات لدى الفرد سابقة لظهور الانفعالات.

ويوضح الشكل الموالي العلاقة بين الأحداث ونسق الأفكار والنتائج



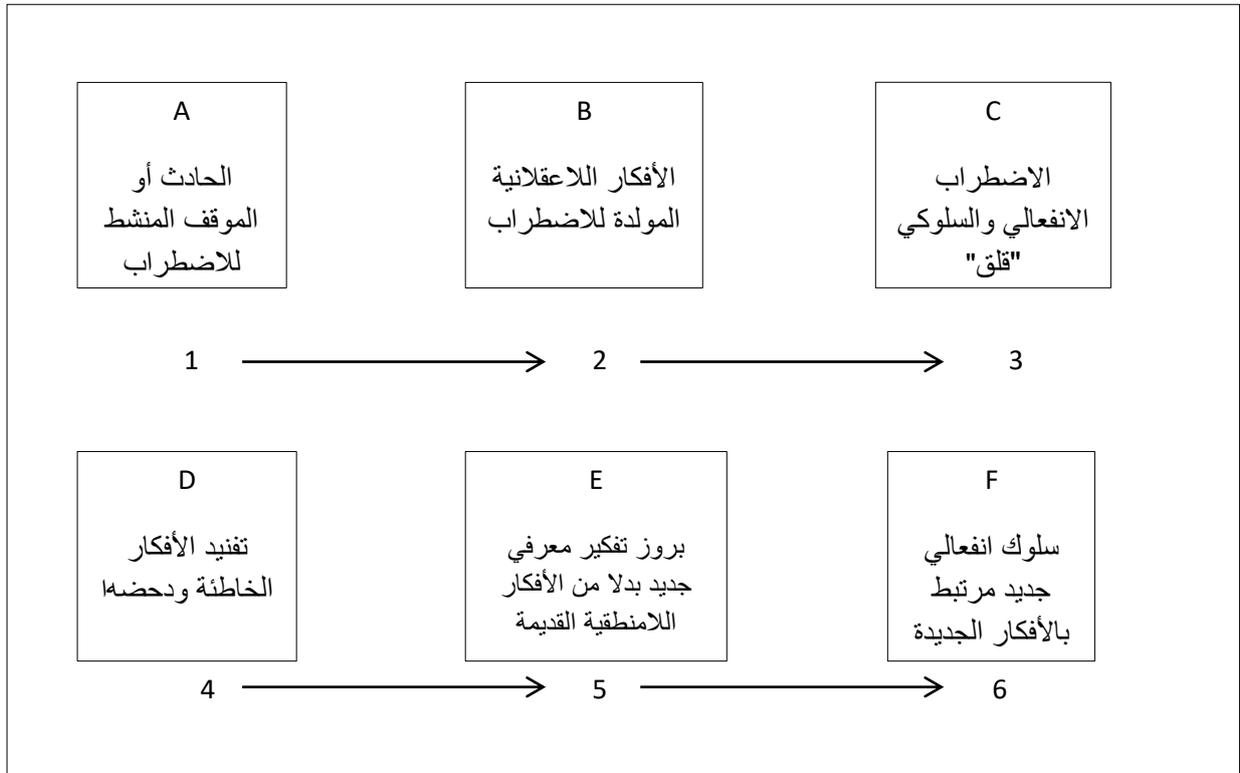
الشكل رقم (02): العلاقة بين الأحداث ونسق الأفكار والنتائج حسب أليس

وبعد أن وضع أليس هذا النموذج العام قام باستكمالها وطوره حتى أصبح نموذجاً جديداً هو (ABCDEF) بحيث تمثل الحروف الثلاثة الجديدة الأسلوب العلاجي الذي ينتهجه أليس مع عملائه. فالحرف (D) (Disputing) ويتضمن مفهوم التفنيد والدحض والاحتجاج على المعتقدات غير العقلانية والأفكار الخاطئة مما يجعل المسترشد يتحدى نفسه ويتحدى أفكاره ومعتقداته ويفندها لعدم منطقيتها ثم يغيرها، وبعبارة موجزة يقوم المرشد بفحص ومهاجمة الأفكار اللاعقلانية والتي هي السبب في الاضطراب النفسي لدى الفرد ويعمل على تعديلها.

أما الحرف (E) (Final New Effect) وتتضمن وصول الفرد إلى فلسفة جديدة أو أفكار جديدة بعد تفنيد اللامنطقية القديمة، وبعبارة أخرى يقوم المرشد بتغيير الأفكار التي تمت مهاجمتها بأفكار عقلانية من خلال تعديل نظام التفكير لدى الفرد.

ويتضمن الحرف F (Feeling) حيث تتكون لدى الفرد مشاعر جديدة ترتبط بالأفكار الجديدة التي تبناها الفرد والتي يصل الفرد من خلالها إلى حالة من الارتياح العام والاستقرار النفسي الناتج عن تغيير انفعالات الفرد السلبية إلى انفعالات موجبة، وهو الهدف الرئيسي للإرشاد العقلاني الانفعالي.

ويمكن تلخيص أسباب الاضطرابات الانفعالية وعلاجها من خلال الشكل الموالي:



الشكل رقم (03): أسباب الاضطرابات الانفعالية وعلاجها حسب أليس

استخدامات الإرشاد العقلاني الانفعالي

حدد حسين (2004) استخدامات الإرشاد العقلاني في الحالات العصبية كالقلق والخوف والاكتئاب وفي الهستيريا، ويستخدم أيضا مع الجانحين السكوباتيين، كما يستخدم في حالات وجود خلافات ومشاكل زوجية وأسرية، ويستخدم كذلك مع المشكلات الجنسية وحالات الادمان.

فنيات الارشاد العقلاني الانفعالي:

يستخدم الإرشاد العقلاني الانفعالي مجموعة من الفنيات المعرفية والانفعالية والسلوكية وقد حددها المشاقبة (2008) على النحو التالي:

1-الفنيات المعرفية: وتتضمن الحوار والمناقشة والتحليل للأفكار غير المنطقية واللاعقلانية ومساعدة العميل على تكوين أفكار منطقية وعقلانية، كما تتضمن الوعي والاستبصار ومراقبة الذات حيث يشجع العميل على التعبير عن نفسه في هدوء وتعليمه بعض الأفكار والعبارات المنطقية فضلا عن تشجيعهم على تغيير سلوكهم وانفعالاتهم ومراقبة سلوكهم واعتراف العميل أنه يعاني من أفكار خاطئة ما يؤدي إلى تغيير في الإدراك ورفض الأفكار الخاطئة.

وتتضمن هذه الفنيات أيضا وقف الأفكار (Thought Stop) وهذا الأسلوب اقترحه باين (Bain) وروج له وولبي، وفي هذا الأسلوب يطلب من العميل أن يغمض عينه وأن ينخرط في أفكاره غير المرغوبة ثم يصرخ المرشد بصوت عال قف، ويؤدي ذلك بالعميل إلى وقف الأفكار غير المرغوبة ويكرر ذلك مرة أخرى، ثم يطلب من العميل أن يقوم بذلك بنفسه وبصوت عال وأن يكرر ذلك في المنزل.

ومن الفنيات المعرفية الأخرى أسلوب التخيلات العقلية والانفعالية، حيث يطلب من الشخص أن يتخيل نفسه في موقف الانفعال المؤلم، فإذا فعل ذلك فإن المرشد يطلب منه أن يتخيل نفسه وقد غير من هذا الانفعال إلى انفعال أقل منه في المستوى، وفي كل مرة يسأله المرشد عن شعوره ثم يعود فيطلب منه أن يحدث نفسه بعبارات تخفف من انفعاله، وبعد ذلك يطلب منه المرشد أن يكرر ذلك التخيل الانفعالي العقلاني لمدة أسبوع أو أكثر وتسمى هذه الفنية بالاسترخاء التخيلي الذاتي الموجه (Self guided imagery relaxation) ويقصد بها مساعدة العميل على تخيل أصعب المواقف التي مر بها مع أصعب الأشخاص الذين تعامل معهم في حياته واطهار مشاعره السلبية حول هذه المواقف وهذا الشخص، وكأنه يعيش فعلا مع ذلك الشخص في ذلك الموقف أثناء تخيله، وهذا وعبرا عن كل اضطراباته الانفعالية التي يسببها، ثم يطلب منه أن يغير هذه المشاعر ويستبدلها بأخرى أقل حدة ليهدا، ثم يسأله عما فعله لتهدئة نفسه حتى وصل إلى الحالة الأقل توترا مما كان عليه في بداية استرخائه التخيلي.

2-الفنيات الانفعالية: يستخدم المرشد هنا مجموعة من الطرق الانفعالية وتتمثل في أسلوب التقبل غير المشروط للعميل على النحو الذي قرره روجرز في طريقته الارشادية.

كما يستخدم أيضا أسلوب اعب الأدوار وقلب الدور وكذلك أسلوب النمذجة وأسلوب المرح والدعابة والسخرية من الأفكار اللاعقلانية التي يحملها العميل وبذلك يستطيع المرشد أن يجعل العميل يضحك على أخطائه وتقبل نفسه بكل ما فيها من ضعف.

3-الفتيات السلوكية: وتتمثل هذه الفتيات في الواجبات المنزلية حيث يكلف المرشد العميل ببعض التدريبات المنزلية مثل حصر الأفكار اللاعقلانية التي يؤمن بها العميل ومحاولة تصحيحها، وعرض ذلك مرة أخرى على المرشد أو قراءة بعض الكتب التي تدعو إلى التفكير العلمي.

ومن الفتيات السلوكية أيضا التدريب على الاسترخاء وكذلك أسلوب ضبط المثيرات حيث يتعلم العميل في بعض الأحيان كيفية التحكم في المثيرات مما يجعل احتمالية تصرفه غير المقبولة قليلة، وبهذا فإن هذا الأسلوب يهدف إلى إعادة بناء الوسط المحيط بالعميل حتى لا يتعرض العميل لأي مثير يحفز على التصرف بشكل غير مقبول، مثل العميل السمين يمكن أن يرشده إلى تجنب أماكن بيع الشكولاتة.

وهناك أيضا أسلوب تعزيز المعارف العقلانية بحيث يقوم العميل بمناقشة وتفنيد أفكاره اللاعقلانية يوميا حتى تصبح العملية شبيه آلية ومن أمثلة هذا التعزيز الإدراكي المعرفي قراءة كتاب معين أو سماع شريط معين أو مشاهدة فيلم حول مبادئ الإرشاد العقلاني الانفعالي وأساليبه.

نقد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي

1-الاتجاه العقلي العاطفي نعتبره خال من العواطف، وهو عقلائي إلى أبعد الحدود.

2-يعتمد المرشد وفق هذه النظرية على الأسلوب الإرشادي المباشر، وهذا الإرشاد يكون فيه دور المرشد سلبيا.

3-يعتبر التدخل الارشادي وفق هذه النظرية تدخلا نفسيا سطحيا، وأنه لا يقدم علاجاً للعميل بل يقدم له جرعة من المواعظ التي تعيده إلى السلوك السوي.(المصري، 2010، 137)

4-تركز النظرية على الأعراض أكثر مما تركز على جذور المشكلة فهي إذن لا تتعامل مع اللا شعور وتترك المكبوتات ودورها في تحديد السلوك.

نظرية الإرشاد المتمركز حول المسترشد

تنتمي هذه النظرية إلى التيار الإنساني الذي يمثل قوة ثالثة في ميدان علم النفس والذي جاء كرد فعل على السلوكية والتحليل النفسي وما جاؤوا بهما من مفاهيم في النظر إلى الطبيعة الإنسانية وتفسير سلوك الفرد. ومن رواد هذا التيار روجرز وماسلو وغيرهم، ويؤكد أصحاب هذا المنحى على دراسة الانسان كإنسان بما يمتلكه من مدركات ومشاعر واهتمامات ورغبات، والنظر للإنسان نظرة إيجابية فهو خير في طبيعته.

ويستند هذا التيار إلى مجموعة من المفاهيم وهي أن الفرد حر في اختيار سلوكه وأسلوب حياته واتخاذ ما يراه من قرارات، وهو المسؤول عما يختار وأن الاطار الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد وهو المسؤول عما يتعرض له من اضطراب نفسي، وما ميز هذا التيار أيضا أنه يعتمد في دراسته للإنسان على الخبرة الذاتية عن طريق دراسة خبرة الفرد كما يعيشها هو من خلال تفاعله مع الآخرين وليست كما هي عليه في الواقع، أي أن الطريقة التي يدرك بها الفرد الأشياء هي التي تحدد سلوكه نحوها. (حسين، 2004، 97-98)

الطبيعة الانسانية:

تقوم نظرية الارشاد المتمركز حول العميل على نظرية الذات عند روجرز، وهي تمثل الأساس الذي تقوم عليه نظريته في الإرشاد، فلا يمكن أن نحقق فهما واضحا للسلوك دون الرجوع إلى فكرة الفرد عن نفسه، وهو تنظيم إدراكي معرفي انفعالي يعكس استجابات الفرد نحو ذاته ككل بمختلف جوانبها الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية إذن فإن هذه النظرية تعنى باتجاهات الفرد ومدركاته ومشاعره وتقييماته لذاته.

ينظر روجرز للإنسان بأنه عقلاني واجتماعي وأنه يقرر مصيره بدرجة كبيرة، وهذا يعني أن الانسان لديه القدرة ليوجه وينظم ويضبط نفسه ويظهر ذلك ضمن استجابات تتسق مع مفهومه لذاته والتي تبلورت نتيجة لضبط وتنظيم خارجي، فإذا كون الشخص عن نفسه مفهوم أنه غير مقبول اجتماعيا فإنه سيتجنب المواقف الاجتماعية حتى لا يختلط بالناس، وإذا كانت فكرة الفرد عن نفسه بأنه فاشل فإنه سيتحاشى منافسة الآخرين. (مشاقبة، 2008، 135)

إذن فكرة الفرد عن ذاته تتكون من خلال احتكاكه وتفاعله مع البيئة الاجتماعية التي هو جزء منها وذلك من خلال ردود فعل الآخرين نحو هذا الفرد باعتبارهم مصدرا لإشباع حاجاته ومصدرا للثواب والعقاب. فإذا رأى المعلم مثلا أن هذا التلميذ ذكي فإن التلميذ يحاول أن يقدم سلوكا منسجما مع توقعات الآخرين عنه.

ومن زاوية أخرى، تسهم الخبرات التي مر بها الفرد في تكوين فكرة عن ذاته ومن ثم تشكل الأساس لمفهومه لذاته، فإذا كانت الخبرات مؤلمة كان مفهوم الذات في الغالب سلبيا، وقد يظهر من عبارات أنا مكروه، أنا فاشل...، أما إذا كانت الخبرات سارة ومشبعة كان مفهوم الذات إيجابيا، وقد تظهر في عبارات أنا محبوب، أنا شخص ممتاز...، ولكن عندما يمر الأفراد بال نوعين السابقين من الخبرات معا بحيث يكون هناك جانب إيجابي وآخر سلبي في مفهوم الفرد عن ذاته، وهنا يجد الفرد نفسه غير قادر على مواجهة ذاته بالصفات السلبية والعجز لأن هناك خبرات إيجابية لا تمكنه من تقبل ذاته على هذا النحو لما تسبب له من قلق، وهنا يحدث الصراع بين مفهوم الفرد عن نفسه وخبراته مما يؤدي إلى ظهور الاضطراب النفسي. (حسين، 2004، 98-99)

الشخصية:

بنى روجرز نظريته في الشخصية حول ثلاث مفاهيم أساسية هي: (مشاقبة، 2008، 136)

1- العضوية: وهي الفرد ككل بكيانه الشخصي وتفكيره وسلوكه ووجوده المادي وعندما يتصرف الفرد يتصرف بشكل كلي.

2- المجال الظاهري: وهو عالم الخبرة المتغير باستمرار، وهو مجموع الخبرات التي تمثل العالم الشخصي الذاتي للفرد بحيث يتضمن مدركاته الشعورية مع المجال الظاهري كما يدركه ويصرح به.

3- الذات: وهي مركز بناء الشخصية لدى الفرد ومحورها، وتتكون من تفاعل الفرد مع البيئة، وهي المحرك الأساسي للسلوك، وقد تحدث روجرز عن عدة مستويات للذات أهمها:

الذات المدركة: وهي الذات كما يدركها الفرد وهي صورة مدركة حقيقية وواقعية للفرد.

الذات الاجتماعية: وهي مجموعة من المدركات والتصورات يحملها الفرد من خلال تفاعله مع المجتمع، وهي الذات من وجهة نظر الآخرين أو كما يراها الآخرون.

الذات المثالية: وهي الذات التي يسعى الفرد للوصول إليها، وتتضمن الأهداف والتصورات المستقبلية التي يسعى الفرد لتحقيقها، فقد تكون هذه التصورات واقعية وتتلاءم مع قدرات الفرد، وقد تكون غير واقعية ولا يمكن الوصول إليها.

ويرى روجرز أن كل فرد لديه نزعة موروثية نحو تحقيق الذات وهي أساس توجيه السلوك لدى الفرد، والواقعية بالنسبة للطفل هو ما يختبره في بيئته ويدركه من خلال الإطار المرجعي الذاتي الداخلي له، وهذا الواقع هو الذي يؤثر في السلوك بغض النظر في ما إذا كان هذا الإدراك في الحقيقة صحيحاً أم لا، فيتفاعل الفرد كوحدة ويبدأ في تقييم خبراته بمقابلتها مع حاجته لتحقيق الذات، فتعطى قيماً إيجابية إذا كانت مشبعة لحاجاته، أما القيم السلبية فتعطى للخبرات التي لا تقدم إشباعاً لحاجاته، وسمى روجرز هذه العملية "عملية تقييم العضوية"، ونتيجة التفاعل مع الواقع المدرك تبدأ ذات الفرد بالتطور.

إن السلوكات المقيمة من الآخرين مهمة بالنسبة للفرد حيث أن سلوكه لا يضبط بما هو مرضي له، بل بما يجعل الآخرين يستجيبوا له بطرق إيجابية، وأبعد من ذلك يصبح الفرد محباً لذاته أو كارهاً لها معتمداً على تقييم الآخرين، فيصبح في حالة لا يستطيع أن يقيم ذاته إيجاباً إلا من خلال تقييم الآخرين له. فحصول الفرد على تقييم إيجابي ثابت من الأشخاص الآخرين خاصة المهمين في بيئته يجعله يطور شخصية سوية ويتطور كفرد فعال، الأمر الذي سيجعله متفتحاً على كل خبراته وأعيانها ولن يحتاج إلى تطوير حيل دفاعية، بل سيكون في حالة تغيير مستمرة كلما امتلك خبرات جديدة، وسيكون فرداً فعالاً اجتماعياً يعيش مع الآخرين بأقصى انسجام ممكن.

أهداف الإرشاد المتمركز حول المسترشد

يستهدف الإرشاد المتمركز حول المسترشد الوصول بالعميل إلى حالة من الوعي والفهم والاستبصار بمشاكله وصراعاته وأسباب قلقه، الأمر الذي سيساعده على التنفيس الانفعالي والشعور بالراحة النفسية، كما يستهدف أيضاً مساعدة العميل على تغيير مفهوم الذات لديه بإزالة العوائق التي تحول دون إدراكه الحقيقي لخبراته بما يتطابق مع الواقع، وهكذا يحرز تبصراً جديداً لخبراته وبنية الذات لديه في جوٍّ إرشاديٍّ متسامحٍ ومتقبلٍ.

وبشكل عام يهدف الإرشاد حسب هذه النظرية إلى:

1-مساعدة المسترشد لأن يصبح أكثر نضجا، وأن يراجع توجهاته نحو تحقيق ذاته بإزالة العوائق والموانع التي تمنعه من ذلك.

2-تحرير العملاء من القلق الذي يمنعهم من أن يتطوروا وينمو إمكانياتهم الأساسية، ليصبح الإرشاد هنا عملية تحرير لقوى موجودة فعلا لدى الفرد واستخدامه الفعال لها.

3-تفعيل النزعة الفطرية للعميل نحو تحقيقه لذاته وذلك من خلال تهيئة جو نفسي ملائم يساعده على استكشاف قدراته وامكانياته وتوظيفها إلى أقصى حد ممكن.

4-التركيز على العميل نفسه وعلى قدرته في التفكير والاستبصار والفهم لحل كل مشاكله بنفسه إزاء مواقف الحياة المختلفة.

5-التركيز على المحتوى الانفعالي في المعالجة الارشادية للمشاكل كون العناصر الانفعالية الموجهة نحو الذات ونحو الآخرين ونحو الأحداث هي المؤثر على سلوك الأفراد وليس العناصر الانفعالية.

6-تقليل الفجوة بين الذات المدركة والذات المثالية.(المشاقبة، 2008، 141)

فنيات الإرشاد المتمركز حول المسترشد:

لقد حدد حسين(2004) بعض فنيات العلاج المتمركز حول المسترشد وهي على النحو التالي:

1-فنية تقبل المشاعر: وتركز على أن المرشد يتيح الفرصة للعميل للتعبير عن مشاعره وانفعالاته وعلى المرشد أن يتقبل هذه المشاعر كما هي سواء كانت إيجابية أو سلبية أو متناقضة دون أي مدح أو ثناء أو نقد لأي نوع من هذه المشاعر والانفعالات.

2-فنية عكس المشاعر: وهي تعني أن يقوم المرشد بتكرار وترديد المقاطع الأخيرة التي يقولها العميل أو إعادة محتواها أو جانبا منها لتأكيد فهم المرشد له دون استهجان أو استحسان، وهنا يكون دور المرشد بمثابة مرآة تعكس اتجاهات العميل ومشاعره وآراءه ما ظهر منها وبطن سواء عبر عنها بصراحة أم لا، وتعكس هذه الفنية مدى مقدرة المرشد على استجابته الفعالة والمؤثرة لكل ما يصدر عن المسترشد مؤكدا بها على قدرته على فهمه واحساسه بمشاعره مما يجعله يرد إليه ما فهمه منه وعنه من خلال إطاره المرجعي الداخلي ومن خلال وجهة نظره هو وليس الإطار المرجعي الداخلي للمرشد.

3-فنية الإنصات: وتعتبر وسيلة فعالة لتحقيق الفهم المتبادل لكل من المرشد والعميل، وعندما يستخدم المرشد فنية الإنصات فإنه يحقق معنى الفهم العميق لكل ما يقوله العميل كما تعكس شعور العميل بالرضا والسعادة لأنها تجعله يحس بتقبل المرشد له ومدى احترامه لشخصه ورعايته لحالته، ويعبر عن الإنصات بالصمت الايجابي. ويجب على المرشد عند استخدامه هذه الفنية أن يراعي عدة نقاط هي: الإنصات إلى النقاط الهامة حول الذات، والإنصات للنقاط المتكررة في حديث العميل، الإنصات بإيجابية لفضية وغير لفضية والإنصات لفترة كافية من الزمن.

4-فنية توضيح المشاعر: وفيها يقوم المرشد بعملية توضيح أفكار العميل ومشاعره وفهمها دون نقد أو استهجان أو بحث عن تليل وتبرير لها، وإنما عليه القبول كون هذه المشاعر تعبر عن وجود تناقضات أو مشاعر عدائية أو مشاعر نقص، وأيا كان نوع هذه المشاعر على المرشد أن يساعد العميل على توضيح هذه المشاعر وتقبلها، فهذه الفنية عبارة عن تغذية رجعية مباشرة من جانب المرشد للعميل لتوضيح بعض النقاط الغامضة في النقاش الذي يدور بينهما، ويجب أن يراعي المرشد عند استخدام هذه الفنية عدة قواعد هي أن تكون كلماته بسيطة وأن يكون التسامح مع العميل ومتمتعاً بالثقة في نفسه.

نقد نظرية الإرشاد المتمركز حول المسترشد:

1-ركزت على مفهوم الذات وتجاهلت تقديم تصور واضح لطبيعة حالة الفرد.

2-النظرية تعالج ذات الفرد ونفسه ولا تعالج طبيعة الظروف المحيطة به وسبب نشوء حالة عدم التوافق.

3-تهتم هذه النظرية بطبيعة ومصداقية المعلومات التي يقدمها المسترشد وتجاهلت دور المقاييس والاختبارات النفسية.

4-ركزت هذه النظرية على الجانب الشعوري وأهملت الجانب اللاشعوري في تحديد سلوك الفرد، رغم أن روجرز في الأخير لمح إلى أهمية اللاشعور في تحديد السلوك لأنه تحدث عن إنكار الخبرة ودمجها في الذات. (الفحل، 2014، 149-150)

مبادئ الإرشاد النفسي

1- الإرشاد حسب الميدان

أولاً: الإرشاد التربوي:

عرفه حسين (2004، 112) بأنه تلك العملية التي تهتم بالتوفيق بين الطالب بما لديه من قدرات واستعدادات من جهة، والفرص التعليمية من جهة أخرى، أي هي تتضمن تقديم خدمات إرشادية إلى الطلاب لمساعدتهم على اختيار نوع الدراسة المناسبة لقدراتهم واستعداداتهم والاستمرار فيها والتغلب على المشكلات التي تعترضهم بغية تحقيق التوافق الدراسي.

وعرفه المشاقبه (2008، 286) بأنه عملية مساعدة الطلاب على معرفة امكانياتهم وقدراتهم ليتم استخدامها بشكل مناسب في اختيار الدراسة الملائمة لهم، والتغلب على الصعوبات الدراسية التي تعترضهم في حياتهم الدراسية، لتحقيق التوافق مع الذات ومع الآخرين في الأسرة والمدرسة والمجتمع، ولتحقيق أفضل مستوى أكاديمي ممكن.

خدمات الإرشاد التربوي

يقدم الإرشاد التربوي مجموعة من الخدمات لتحقيق أهدافه ووظائفه ومن أهمها: (مشاقبة، 2008، 187)

-خدمات تتعلق بتعريف الطالب بإمكانياته وقدراته وميوله وسماته الشخصية من خلال المعلومات المستوفاة من أدوات جمع البيانات المختلفة مثل الاختبارات النفسية والمقابلات الشخصية.

-خدمات تقديم المعلومات، وتمثل في تعريف الطالب بالمؤسسات التعليمية المختلفة والجامعات المعتمدة ومراكز التدريب المتاحة، بغرض تبصيره بالفرص التعليمية التي من الممكن التحاقه بها وتزويده بمعلومات عنها وبشروط القبول الخاصة بها، وذلك حتى يكون الطالب قادراً على تحديد مستقبله.

-خدمات الكشف المبكر عن سوء التوافق المدرسي، ومن ثم العمل على معالجة مختلف المشكلات التي تسببها والحد من تفاقمها.

-الخدمات الارشادية التي تقدم للمتأخرين دراسيا، حيث تقدم لهم خدمات انمائية ووقائية وعلاجية.

-الخدمات الارشادية التي تقدم للمتفوقين دراسيا وتشمل التعرف عليهم ورعايتهم وتنمية قدراتهم.

-خدمات التكيف مع الجو المدرسي وتمل مثلا خدمات توجيه الطلاب الجدد وتعريفهم بأهمية كل طور تعليمي، وخدمات تعريف الطلاب بطرق الدراسة الصحيحة.

أهداف الارشاد التربوي:

تحدد أهداف الارشاد التربوي فيما يلي:

-مساعدة الطلاب على اختيار نوع الدراسة والتخصص بما يتسق مع ما لديهم من قدرات واستعدادات وميول.

-الوقوف على أسباب انخفاض مستوى التحصيل والرسوب المتكرر وإيجاد الحلول المناسبة لها.

-التعرف على الطلاب المتأخرين دراسيا وبحث أسبابه والعمل على علاجه.

-اكتشاف حالات الموهوبين والمتفوقين دراسيا والاهتمام بهم ورعايتهم.

-مساعدة الطلاب على اجتياز الامتحانات وخفض ما يعترضهم من قلق وتقديم الخدمات الإرشادية التي تعينهم على التغلب على قلق الاختبار.

-تقديم الخدمات الإرشادية للمضطربين انفعاليا وسلوكيا والتعرف على العوامل المؤدية للاضطراب.

-مساعدة الطلاب على التوافق مع البيئة المدرسية والمنهج الدراسي بوجه عام.

-مساعدة المدرسين على مواجهة المشكلات التي تحدث في بيئة الصف.

-تزويد الطلاب بالمهارات والعادات الدراسية الجيدة وتشجيعهم على اتباعها كطرق الاستذكار والمشاركة الصفية.

- توثيق علاقات الطالب بأساتذته وزملائه وعمال المؤسسة لأثرها الهام في التحصيل الدراسي وفي التكيف مع الجو المدرسي.

- تنمية الوعي البيئي لدى الطلاب والاسهام في حل المشكلات البيئية.

- تشجيع وتوثيق التعاون بين البيت والمدرسة. (حسين، 2004، 113) (أبوعطية، 2002، 329-330)

دواعي الحاجة إلى الإرشاد التربوي:

هناك مجموعة من المتغيرات التي تستدعي ضرورة الحاجة إلى الإرشاد في مجال الدراسة وهي: (حسين، 2004، 117)

- فشل الطالب في القدرة على التوافق مع البيئة المدرسية.

- الفترات الانتقالية الحرجة التي يمر بها الطلاب مثل الانتقال من مرحلة تعليمية إلى مرحلة تعليمية أخرى.

- صعوبة المواد الدراسية أحيانا.

- سوء علاقة الطالب بزملائه ومعلميه وإدارة المدرسة.

- كثرة المشكلات التربوية والانفعالية والاجتماعية التي يتعرض لها التلاميذ والتي تحول دون توافقيهم المدرسي والتي تستوجب تقديم خدمات إرشادية ملائمة.

ثانيا: الارشاد المهني:

يعرف الارشاد المهني بأنه عملية مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تتلاءم مع قدراته واستعداداته وأهدافه وميوله وظروفه الاجتماعية والعمل على اعداده وتأهيله لهذه المهنة والترقي فيها وتحقيق أفضل مستوى ممكن من التوافق المهني، وبناء على ذلك فإن الإرشاد المهني يتضمن وضع الشخص المناسب في المهنة المناسبة وفقا لقدراته واستعداداته مما يضمن له النجاح في عمله والاستقرار فيه ويعود بالنفع على الفرد وعلى المجتمع. (حسين، 2004، 121)

إن الإرشاد المهني يسعى إلى وضع الرجل المناسب في المهنة المناسبة له، أي إحداث مزاجية بين الأفراد واستعداداتهم وقدراتهم وميولهم من جهة، والأعمال المختلفة والمهارات اللازمة لأداء هذه الأعمال بنجاح من جهة أخرى. والفرد في المجتمعات البدائية لم يكن بحاجة إلى هذه العملية لبساطة الأعمال الموجودة في ذلك الوقت، ولكن في المجتمعات الحديثة التي تتصف بتعدد الأعمال وتنوعها وتباينها، مع الرغبة الملحة في إتقان العمل والانتاج وزيادته كما وتحسينه نوعاً، وضرورة التعامل مع الآلات المتقدمة والمعقدة فإن أداء العمل يحتاج إلى فرد مؤهل علمياً وعملياً ونفسياً للقيام بهذا العمل، الأمر الذي أدى إلى قيام الحاجة لعمليات الإرشاد والتوجيه المهني ضمن هذه المجتمعات الحديثة (المشاقبة، 2008، 189)

ومن مما سبق يتضح أن عملية الإرشاد المهني تتضمن عدة عمليات منها إعداد الفرد للمهنة التي يختارها وتأهيله لها للالتحاق بها، ثم مساعدته على الترتي فيها؛ والمهمة الإرشاد المهني لا تقتصر على مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تناسبه بل تتجاوز ذلك إلى تقديم النصح والمشورة كضرورة الابتعاد عن مزاولة مهنة معينة تتعارض مع ميوله وقدراته والتي قد تؤدي به إلى عدم الرضا وسوء التوافق المهني.

خدمات الإرشاد المهني:

يقدم الإرشاد المهني جملة من الخدمات لتحقيق أهدافه ووظائفه ونذكر من أهمها: (المشاقبة، 2008، 190-191)

-خدمة الاختيار المهني:

وتشمل المطابقة بين الفرد والمهنة ويتم ذلك من خلال تعريف الأفراد بالمهن الموجودة في المجتمع الذين يعيشون فيه ومتطلبات هذه المهن من حيث القدرات العقلية والجسمية ومن حيث الاستعداد لهذه المهن، والمؤهلات المطلوب توافرها في أصحاب كل مهنة، ومن ثم الموافقة بين ما لدى الفرد من قدرات واستعدادات وميول وبين متطلبات المهنة وشروطها من خلال وضع الفرد المناسب في المكان المناسب له، والموازنة بين قدرات الفرد وميوله استعداداته وبين ما تفرضه المهنة من قدرات وشروط.

-الإعداد والتدريب المهني:

ويقصد بها عملية تزويد الفرد بالمهارات الخاصة للنجاح في مهنة ما، ويتضمن ذلك الإعداد النفسي والعلمي والعملية للفرد، وعدم الاكتفاء بالدراسة النظرية أو التأهيل المهني الناقص، وهنا تبرز أهمية المدارس والمعاهد المهنية والعملية في هذا المجال من خلال ما تقدمه مناهجها من خطط الدراسة بها من جوانب تتعلق بالعمل الميداني ولفترات معتبرة قبل التخرج، كما تظهر أهمية الدورات التنشيطية في تزويد الفرد بكل ما هو جديد عن المهنة.

-خدمات التشغيل:

يتضمن مساعدة الفرد على البحث عن العمل والدخول فيه ويتم ذلك من خلال مكاتب التشغيل والعمل.

-تحليل المهنة:

تتضمن هذه العملية جمع معلومات عن طبيعة المهنة وشروطها وعلاقتها بالمهن الأخرى، وما تتطلبه هذه المهنة من قدرات واستعدادات والمخاطر المحتملة لهذه المهنة، فلكل مهنة خصوصية وشروط تفرضها تختلف عن باقي المهن وهو ما يقابله اختلاف الأفراد في قدراتهم واستعداداتهم.

-تحليل الفرد:

ويقصد به التعرف على ما لدى الفرد من قدرات واستعدادات وميول واهتمامات وخصائص شخصية، فكثيرا ما يكون فشل الفرد في مهنة راجعا إلى موقف الفرد واتجاهه نحو المهنة أو زملائه فيها أو نتيجة اضطراب شخصيته ولا يعزى الفشل إلى نقص في القدرات، ويتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والاختبارات النفسية حتى يتم توجيهه إلى نوع المهنة التي تناسبه.

-التوافق المهني:

ويتضمن العمل على مساعدة الفرد في حل مشكلاته المهنية التي تتعلق بالعمل أو تتعلق بعلاقاته مع زملائه، ومساعدته على التكيف مع المهنة والشعور بالرضا والسعادة مما يزيد من فعاليته الإنتاجية.

أهداف الإرشاد المهني:

تحدد أهداف الارشاد المهني فيما يلي: (الفرخ وتيم، 1999، 168)

-مساعدة الفرد على اختيار المهنة المناسبة وفقا لقدراته واستعداداته.

-التغلب على المشكلات المهنية التي تعترض نجاح الفرد في عمله.

-مساعدة الفرد على تحقيق أكبر قدر ممكن من التوافق المهني والرضا عن المهنة مما ينعكس ايجابا على مستوى أداءه وعلى علاقاته الاجتماعية مع زملائه في المهنة ومع رؤسائه.

-تزويد الفرد بالمعلومات المهنية اللازمة واكسابه المهارات الخاصة بمتابعة التقدم العلمي والتكنولوجي المتعلق بهذه المهنة.

-التعريف بالمهن المختلفة وما تتطلبه من مهارات وقدرات واستعدادات حتى يتمكن الفرد من اختيار المهنة التي تلائمها.

دواعي الحاجة إلى الإرشاد المهني:

تأتي الحاجة إلى الإرشاد المهني من خلال تنوع الفروق الفردية وتنوع الفرص المهنية أمام الفرد والتي تضعه أمام مفاضلة فيما بينها خاصة وأن الأفراد يختلفون فيما بينهم من حيث القدرات والاستعدادات والميول وخصائص الشخصية، كما توجد فروق بين أصحاب المهنة الواحدة فعلى سبيل المثال نجد مهنة التعليم تجمع عدد من المدرسين الذين يختلفون في قدراتهم واستعداداتهم ومؤهلاتهم، فهناك مدرسون للمرحلة الابتدائية وآخرون للمرحلة الثانوية ومنهم من يدرس ذوي الاحتياجات الخاصة، كما نجد أفراد المهنة الواحدة يعملون في أجواء مختلفة قد تناسب البعض ولا تناسب البعض الآخر، وفي الجانب الآخر توجد مهن وتخصصات كثيرة ومتنوعة تتطلب من الفرد التعرف على هذه المهن وما تستلزمه من قدرات واستعدادات، ومن هنا تصبح عملية الإرشاد المهني أمرا ضروريا وهاما حتى يتسنى وضع الفرد المناسب في المهنة التي تناسبه، وبغياب الإرشاد المهني قد نجد الكثير من الأفراد يشغلون مهنا لا تناسبهم مع ما لديهم من قدرات واستعدادات ومؤهلات مما يجعلهم يقضون حياتهم في مهن لا تناسبهم ولا يرضون عنها وكل هذا ينعكس سلبا على مستوى الأداء المهني والكفاءة وعلى توافقه المهني الشخصي والاجتماعي. ومن زاوية أخرى نجد التقدم التكنولوجي وما صاحبه من ظهور مهن جديدة الأمر الذي يتطلب من الفرد متابعة المستجدات والتطورات في المهنة من خلال تجديد المعلومات وإعادة التأهيل حتى ينمو الفرد في مهنته ويتطور، وأمام هذه الوضعية نجد من الصعب أن يتمكن الفرد بمفرده

في كثير من الأحوال أن يتغلب على الصعوبات التي تواجهه في اختيار مهنته والتطور فيها، ومن هنا كانت الحاجة ماسة للإرشاد المهني. (حسين، 2004، 123)

أهم المشكلات المهنية:

-مشكلة سوء الاختيار المهني:

تحدث مشكلة الاختيار المهني حين يتم اختيار مهنة بطريق الصدفة أو في ضوء العائد المادي لها أو حسب مكانها الاجتماعية، أو قد يكون امثالاً لآراء الوالدين أو من باب مسابرة الأصدقاء في اختيارهم أو قد يكون بدافع الغيرة ومنافسة الآخرين، وقد يكون سوء الاختيار المهني للفرد راجعاً لنقص في المعلومات المهنية لدى الفرد والمؤهلات المطلوبة، ويمكن التغلب على هذه المشكلة من خلال التوفيق بين الفرد وما لديه من مهارات واستعدادات، إذ أن سوء الاختيار المهني للفرد يجعله عرضة للكثير من الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية. (حسين، 2004، 123)

وبالرجوع إلى الواقع، نجد أن المحك الوحيد الذي يستخدم في تقرير مصير الطالب عند نهاية كل مرحلة تعليمية لتوزيع الطلاب على المدارس والمعاهد والجامعات هو معدلات الطلاب وهو ما ينطبق في المجال التعليمي، أما في مجال العمل فقد يكون الاختيار اجبارياً عن طريق القوى العاملة المتاحة والقطاعات الأكثر استيعاباً لليد العاملة دون مراعاة استعدادات الفرد ومؤهلاته وخصائصه

-مشكلة غياب الاعداد المهني:

الاعداد المهني هو اكساب الفرد المهارات اللازمة والضرورية للنجاح في المهنة، ويمكن مواجهة مشكلة غياب الإعداد المهني من خلال التركيز على الاعداد النفسي والعملي للمهنة وعدم الاكتفاء بالدراسة النظرية، ويمكن أن تساعد المناهج التربوية في ذلك من خلال تضمينها جانباً من التدريب العملي الميداني ولفترات مناسبة قبل التخرج. (المشاقبة، 2008، 192)

-مشكلة التوزيع:

تحدث هذه المشكلة عند توزيع الأفراد على المهن المختلفة بطريقة عشوائية ودون النظر لما لديهم من قدرات واستعدادات ومؤهلات، ويكون ذلك عند الحاجة إلى قوى عاملة في ميادين مختلفة. (المشاقبة، 2008، 192)

-مشكلة سوء التوافق المهني:

التوافق المهني هو مدى تأقلم الفرد مع المهنة من خلال اقتناعه بها ورضاه عنها وقدرته على حل المشكلات التي تواجهه بها وتحقيق اشباع لحاجاته وإرضاء طموحاته وتوقعاته فيها مع تحقيق انسجام بين زملائه ومرؤوسيه؛ ويجعل سوء التوافق المهني الفرد يشعر بالاضطراب في جميع المجالات وعدم الرضا عن المهنة، مما يؤثر سلبا على حياته المهنية فتكثر الغيابات وتزداد الأخطاء المهنية والمخالفات وتكثر الصراعات مما ينجم عنه عدم الاستقرار في المهنة أو تركها.(المشاقبة، 2008، 192)

-مشكلة البطالة:

يعتبر العمل عند الراشدين ضرورة هامة وذلك لأنه يضفي قيمة وأهمية للحياة ويجعل الفرد محط تقدير واستحسان من الآخرين، في حين تمثل البطالة أزمة نفسية واقتصادية يعيشها الفرد وتجعل منه موضع نفور وسخط من المجتمع، ومن ثم قد يصبح المجال خصبا أمام هؤلاء للانحراف والجريمة، فللعمل أهمية في تخفيف الاكتئاب والاضطرابات النفسية لدى الأفراد.(حسين، 2004، 125)

ثالثا: الإرشاد الأسري:

الإرشاد الأسري هو عملية مساعدة أفراد الأسرة على فهم الحياة الأسرية وحاجاتهم بشكل دقيق، والتعرف على مشكلات الأسرة وعلى المعوقات التي تحول دون حلها، والعمل بمساعدة المرشد على حلها من أجل تحقيق التوافق والصحة النفسية لجميع أفرادها.

ويعرف حسين(2004، 152) الإرشاد الأسري بأنه عملية تستهدف مواجهة المشكلات الأسرية التي تؤدي إلى حدوث خلل في أداء الأسرة لوظائفها حتى تتمكن هذه الأخيرة من القيام بوظائفها على أكمل وجه؛ ويتم ذلك من خلال تغيير في نسق العلاقات الأسرية المضطربة وتدعيم قنوات التواصل السائدة بين أعضاء الأسرة ككل.

ويؤكد حجازي(2011، 39) أن الإرشاد الأسري هو إحدى التخصصات الرئيسية للإرشاد النفسي، يخدم عموما تمكين الأسرة على مختلف الأصعدة الزوجية، الوالدية، وإدارة الحياة، وبالتالي له مجال علاجي يتمثل في إرشاد العلاقات الزوجية وعلاج الأسرة باعتبارها منظومة نامية، كما أن

له جوانب وقائية لحماية الأسرة وأعضائها من مختلف الأخطار التي تهدد توازنهم وتوافقهم وفعاليتهم الحياتية.

والإرشاد الأسري ينبغي أن يتم بشكل جماعي ليشمل جميع أفراد الأسرة وذلك بدرجات متفاوتة حسب ما يحتاجه كل فرد من الأسرة وحسب ما يعانيه من مشكلات، كون فهم ما يدور بين أعضاء الأسرة وما يحدث بينهم من تفاعلات سيسهم بشكل أعمق في فهم طبيعة المشكلات وبالتالي مساعدة أفرادها على تبصرها وإيجاد حلول مناسبة لها.

خدمات الإرشاد الأسري:

تتلخص الخدمات الإرشادية التي يقدمها الإرشاد الأسري في ما يلي:

- العمل على تحقيق التفاهم والتواصل بين أعضاء الأسرة ومساعدتهم على حل مشكلاتهم من خلال الوقوف على العوامل التي تكمن وراءها وإيجاد حلول مناسبة لها.

- حماية الأسرة من عوامل التفكك والانحيار مع تهيئة ودعم المناخ الأسري السوي لتنشئة الأطفال تنشئة سليمة.

- مواجهة عوامل التغير الاجتماعي والضغوط الاجتماعية والنفسية التي تؤثر على تماسك الأسرة واستقرارها.

- تعديل الاتجاهات وأساليب المعاملة الوالدية غير السوية تجاه الأبناء.

- تقديم برامج وقائية ونمائية تعمل على زيادة تماسك الأسرة.

- إبراز أهمية تخصيص بعض الوقت يجتمع فيه أفراد الأسرة للتعبير عما لديهم من أفكار وآراء وما يتعرضون له من مشكلات على أن يتسم ذلك بالحرية والتلقائية في مناقشة الموضوعات والاهتمامات الخاصة بالأسرة.

- دعم الاتصال في مختلف المستويات بين المؤسسات التربوية والآباء والأبناء وذلك بهدف التعاون على تنشئة الأبناء وحل المشاكل التي تواجههم.

- عقد ندوات ومؤتمرات ومناقشات جماعية حول مهام ومسؤوليات الأسرة بين الآباء والأبناء ودور

كل واحد منهم. (حسين، 2004، 135)

أهداف الإرشاد الأسري:

- مساعدة الأسرة على التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية والتغلب عليها.
- تدعيم قنوات الاتصال بين أفراد الأسرة سواء كان ذلك لفظي أو غير لفظي.
- رفع مستويات التماسك بين أفراد الأسرة والمساعدة على تحقيق الاستقرار بها.
- تعديل بعض القيم والاتجاهات السلبية بين أفراد الأسرة.
- تعليم الأفراد كيفية المشاركة في اتخاذ قرارات الأسرة، وتحمل المسؤوليات الناجمة عن تلك القرارات.
- تعديل نمط العلاقات القائمة بين جميع أعضاء الأسرة والكشف عن نوع التفاعل الخاطئ في الأسرة.(المشاقبة، 2008، 195)

المشكلات الأسرية:

لا تخلو أية أسرة من وجود بعض المشكلات، فالحياة بدون مشاكل وصعوبات تثير الهمم تحفز القوى لمواجهتها تكون حياة فاترة ومملة، ويزداد الأمر سوءا إذا ما تركت وتشعبت دون العمل على مواجهتها مما قد يتسبب في العديد من الاضطرابات والأمراض، لذا نجد بعض الأسر بحاجة إلى مساعدة إرشادية متخصصة حفاظا عليهما من التصدع والانهيار؛ ومن هذه المشكلات نذكر:

-اضطراب العلاقات الأسرية:

وتتضمن الخلافات بين الزوجين، والمشكلات النفسية، السلوك الاجتماعي، وسوء التوافق النفسي والاجتماعي والجنسي وغيرها من المشكلات.

-التنشئة الاجتماعية الخاطئة:

وهي التنشئة غير المتسقة التي تنقصها تعلم المعايير والأدوار الاجتماعية، والتنشئة التي تقوم على التطرف في المعاملة مثل الحماية الزائدة والتسامح واللين في التعامل أو القسوة والاهمال والنبذ أو العقاب، إضافة إلى التمييز بين الأبناء وكل ذلك يؤدي إلى مشكلات أسرية.(المشاقبة، 2008،

(196)

-تفكك الأسرة:

وقد يعود ذلك لعدة أسباب منها الطلاق، ووفاة أحد الوالدين أو كلاهما، انفصال الوالدين وغيرها، الأمر الذي يتسبب في انهيار الأسرة وربما ضياع أطفالها.(أبو زعيزع، 2009، 371)

-انخفاض مستوى دخل الأسرة:

إن انخفاض دخل الأسرة له عدة آثار على أفرادها منها عدم القدرة على تلبية حاجاتها المختلفة خاصة الأساسية منها، كثرة الصرعات والمشاكل، خروج المرأة للعمل لتغطية النقص وربما اهمالها لأبنائها، نشأة السلوكيات المنحرفة لأفرادها كالسرقة إلى جانب انعكاسات أخرى سلبية قد تمتد من الأسرة المجتمع.

-ارتفاع درجات التباين بين الوالدين:

ويتضمن الاختلاف الكبير بين الوالدين في جميع الأصعدة والمستويات، كالتباين في الميول والاهتمامات والقيم والمستوى التعليمي والثقافي إضافة إلى التباين في المستوى العمري والتكوين النفسي...إلخ.

رابعاً: الإرشاد الزواجي:

لقد اختلفت الآراء حول تعريف الزواج والأسرة، فهناك من يرى الزواج يقتصر على الزوج والزوجة، بينما الأسرة أعم فتشمل الزوج والزوجة والأطفال كون الزواج الذي لا ينتج عنه أطفال لا يكون أسرة، والواقع أن هناك ارتباط كبير بينهما فالزواج شرط لقيام الأسرة، والأسرة ماهي إلا نتاج لتفاعل زواجي.

وعليه، فإن الإرشاد الزواجي يختص بالزوجين فقط، أما الإرشاد الأسري فيشمل جميع أفراد الأسرة، ويعرفه زهران (1998) بأنه عملية مساعدة الفرد على اختيار زوجه والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها للاستقرار والسعادة وتحقيق التوافق الزواجي من خلال حل كل ما قد يطرأ من مشكلات قبل الزواج وأثناءه وبعده.

فالإرشاد الزواجي إذن، هو عملية مساعدة الأزواج على اختيار شريك الحياة المناسب بناء على فهم ومعرفة أنفسهم وامكانياتهم وقدراتهم وظروفهم الاجتماعية والاقتصادية لتحقيق الاستقرار، ومساعدة الأزواج على حل المشكلات وعلاج الشقاق بينهما.

خدمات الإرشاد الزواجي:

تتلخص أهم خدمات الإرشاد الزواجي فيما يلي: (حسين، 2004، 149)

- تقديم معلومات شاملة عن واقع الحياة الزوجية وواجبات كل طرف فيها.

- المساعدة على اختيار الشريك المناسب، ويتضمن ذلك فحوصات للقدرات العامة والسلامة الجسدية، وفحصا نفسيا للتحقق من مدى التقارب بين الزوجين في الاتجاهات والقيم والميول والنظرة للمستقبل.

- مساعدة الزوجين على حل مشكلاتهم بأنفسهم دون تدخل أطراف أخرى.

- مساعدة الزوجين على اتخاذ قراراتها المختلفة، مثل قرار الانفصال أو قرار إعادة الزواج من جديد مع المساهمة في تخفيف الآثار السلبية الناجمة عن تلك القرارات.

- تحسين وصيانة الحياة الزوجية من خلال البرامج العلاجية والوقائية وعقد ندوات ومؤتمرات يعرض فيها نماذج ناجحة عن العلاقات الزوجية وأساليب حل الخلافات.

أهداف الإرشاد الزواجي:

يهدف الإرشاد لتحقيق مجموعة من الأهداف وهي: (المشاقبة، 2008، 194)

- الحفاظ على تماسك واستقرار الحياة الزوجية.

- تحقيق التوافق بين الزوجين بمختلف أبعاده عاطفيا واقتصاديا وانفعاليا وجسديا وجنسيا.

- التغلب على مختلف المشكلات التي تعترض الحياة الزوجية والتي قد تفضي إلى التفكك وعدم الاستقرار

أهم المشكلات الزوجية:

لا تخلو الحياة الزوجية من المشاكل والخلافات وإذا بقيت هذه المشكلات دون حل قد تعرض علاقة الزواج للانحيار خاصة في سنواته الأولى.

ويمكن عرض بعض المشكلات الزوجية فيما يلي: (حسين، 2004، 148-149)

-سوء اختيار الزوجين.

-تدخل الأقارب في حياة الزوجين.

-الخيانة والغيرة الزوجية.

-عدم كفاءة كلا الزوجين وأحدهما في القيام بأدواره الزوجية.

-مشكلات جنسية مثل الممارسات الشاذة أو وجود عيوب جنسية وكذلك الاغتصاب الزوجي.

-اختلاف الميول والاهتمامات والمستوى الثقافي والتعليبي بين الزوجين.

-التفاوت في السن بين الزوجين نتيجة لاعتبارات اجتماعية أو اقتصادية.

-الطلاق بمختلف أشكاله.

-الاختلاف بين الزوجين في البناء النفسي للشخصية حيث تتنوع الخلافات الزوجية باختلاف أساليب التنشئة لكلا الزوجين خاصة في مرحلة الطفولة وانعكاس ذلك على معالم الحياة الزوجية.

2- الإرشاد حسب الفئات المستفيدة:

أولاً: إرشاد الأطفال:

إرشاد الأطفال هو مساعدتهم عبر برامج نمائية ووقائية وعلاجية لرعاية نموهم السليم نفسياً وعقلياً وتربوياً واجتماعياً، وتحقيق التوازن بين خصائص النمو ومتطلباته، ومساعدتهم في التعرف على إمكاناتهم وقدراتهم، وحل المشكلات التي يواجهونها من أجل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وتحقيق الصحة النفسية. (المشاقبة، 2008، 196)

وعرفه زهران (1998) بأنه عملية المساعدة في رعاية نمو الأطفال نفسيا وتربيتهم اجتماعيا وحل مشكلاتهم بهدف تحقيق نمو سليم متكامل وتوافق سوي.

أهداف إرشاد الأطفال:

يهدف إرشاد الأطفال إلى تحقيق الأهداف التالية: (المشاقبة، 2008، 196)

-وقاية الطفل من الاضطرابات النفسية عن طريق تحديد العوامل التي يمكن أن يؤدي وجودها إلى تلك الاضطرابات والعمل على ازالتها ووقاية الأطفال منها.

-المحافظة على الصحة النفسية للطفل عن طريق تعزيز وتدعيم الشروط المساعدة على استمرار التوازن النفسي والتكيف الجيد للطفل من جهة، وعلاج أي سوء تكيف أو اضطراب قد يطرأ على سلوك الطفل من جهة أخرى.

أهم مشكلات الأطفال التي تحتاج إلى إرشاد:

يواجه الطفل العديد من المشكلات النفسية، ونظرا لخصوصية الطفولة وصعوبة التعبير فيها خاصة في السنوات المبكرة فإن المعاناة النفسية تعبر عن نفسها في عدة صور وأشكال مثل اضطراب النوم وفقدان الشهية والتبول اللاإرادي والتعلم في الكلام وقد يمارس الطفل أيضا سلوك السرقة والكذب والعدوان وغيرها من المشكلات، مما يستدعي تقديم العون لهم.

وعلى العموم يمكن تلخيص أهم المشكلات التي قد يعانها الأطفال على النحو التالي:

-اضطرابات نفسية انفعالية مثل الغيرة والغضب والعناد والفوبيا والقلق والاكتئاب.

-اضطرابات السلوك مثل العدوان والكذب والسرقة والغش والاحتيال والهروب والتدخين.

-اضطرابات اللغة والكلام مثل تأخر الكلام واضطرابات النطق واضطرابات الكلام.

-مشكلات اجتماعية مثل الخجل والعزلة والرهاب الاجتماعي.

- مشكلات تعليمية مثل صعوبات القراءة والكتابة والعجز عن التعلم والتأخر الدراسي والنفور المدرسي.

-اضطرابات النوم مثل الأرق والكوابيس والمشبي أثناء النوم.

-اضطراب العادات السيئة مثل قضم الأظافر ومص الأصبع والافراط في الأكل. (المشاقبة، 2008، 197)

الخدمات الإرشادية التي تقدم إلى الأطفال:

تحدد خدمات الإرشاد الموجهة للأطفال فيما يلي: (حسين، 2004، 155-156)

-خدمات الإرشاد التربوي: وهي تؤكد على ضرورة ملائمة المناهج الدراسية لقدرات الطفل واستعداداته، كما تركز على التعرف المبكر على الأطفال ذوي المشكلات التربوية وعلاجها.

-خدمات الإرشاد العلاجي: وتركز على ضرورة خلق جو نفسي آمن للطفل يشعر من خلاله بالدفء والاهتمام، وتستهدف هذه الخدمات مساعدة الأطفال ذوي المشكلات النفسية في التغلب عليها والعمل على علاجها.

-خدمات الإرشاد الصحي: وتشمل الاهتمام بالطفل صحيا وإجراء الفحوصات الدورية عليه، وتعليم الطفل العادات الصحية السليمة.

-خدمات إرشاد نمائية: وتتضمن تقديم الرعاية وإتاحة فرص النمو السوي للطفل في جميع مراحل النمو لديه من خلال منحه الفرصة لاستكشاف البيئة المحيطة والعمل على تحقيق مطالب النمو واشباع حاجاته وحل مختلف مشكلاته النمائية.

-خدمات اجتماعية: وتهتم بالتنشئة الاجتماعية للطفل واكسابه الاستجابات السلوكية الاجتماعية السوية والمناسبة لقيم ومعايير المجتمع.

-خدمات الإرشاد باللعب: وهنا يستخدم اللعب لأغراض التشخيص والتعليم والإرشاد.

ثانيا: إرشاد المراهقين:

إرشاد المراهقين هو عملية مساعدتهم ورعايتهم نفسيا واجتماعيا وتربويا ومهنيا وأسريا عبر برامج نمائية ووقائية وعلاجية لرعاية نمو شخصيتهم السليم والمتكامل ومساعدتهم في التعرف على إمكاناتهم وقدراتهم، وحل المشكلات التي تواجههم من أجل تحقيق أفضل مستويات التوافق والصحة النفسية.

والمراهقة هي "مرحلة نمائية من حياة الإنسان تمتد من ما بين نهاية الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد تتميز بوجود مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والأخلاقية التي تؤدي بالمراهق إلى مواجهة ضغوط مختلفة حتى بلوغه مرحلة الرشد" (عطا، 2014، 32)، وهذه التغيرات العديدة تختلف عند المراهق باختلاف جنسه، وتؤدي إلى ظهور حاجات يعمل المراهق على تحقيقها كالحاجة إلى تأكيد الذات والحاجة إلى الأمن وما نحو ذلك. (عامر، 2003، 174).

الحاجة للإرشاد في المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة من أصعب المراحل النمائية في حياة الفرد، حيث تطرأ على المراهق تغيرات في مختلف جوانب شخصيته الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية مما تسبب له القلق والصراع النفسي، هذا إلى جانب ما يواجهه المراهق من تحديات وأزمات من خلال البحث عن الهوية ومحاولته تأكيد ذاته، ومن ناحية أخرى نجد للمراهق حاجات نفسية يسعى دائماً لإشباعها وإن لم يتحقق ذلك الأشباع يختل توازنه ويضطرب سلوكه ما يجعله عرضة للكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب وغيرها إلى جانب بعض السلوكيات السلبية كالتدخين والمخدرات؛ وأمام هذا كله يجد المراهق نفسه في حاجة ماسة لمن يرشده ويوجهه من أجل تخفيف صراعاته والتغلب على مشكلاته. (حسين، 2004، 160)

مشكلات المراهقة:

تعرف المراهقة بمشكلاتها الكثيرة والمتشعبة وهذا راجع إلى طبيعة المرحلة في حد ذاتها وما يصاحبها من تغيرات في مختلف جوانب نمو الشخصية إلى جانب نمط الاستجابات وردود فعل المجتمع الخارجي نحو هؤلاء المراهقين، ومن أهم المشكلات التي قد يعاني منها المراهق نذكر:

مشكلات نفسية وسلوكية: مثل القلق والاكتئاب والعدوان والانطواء والشعور بالوحدة والاعتراب والتدخين والمخدرات والرغبة في الانتحار والمشكلات الجنسية...إلخ.

مشكلات أسرية: مثل عدم تفهم الوالدين لاهتمامات المراهق وللتغيرات التي تطرأ عليه وحاجاته لإقامة علاقات متوازنة مع الوالدين والإخوة، تمرد المراهق على سلطة الوالدين وعصيانهم...إلخ.

مشكلات اجتماعية: ناتجة عن حاجة المراهق لبناء نسق من القيم لتوجيه سلوكه، وما ينجم عنها من عزلة وعلاقات اجتماعية غير متوازنة.

مشكلات تربوية: مثل قلق الامتحان والاتجاهات السلبية نحو التعليم ونحو الزملاء والمدرسين، تدني التحصيل والرسوب المدرسي والشغب داخل الفصول...إلخ

الخدمات الإرشادية التي تقدم للمراهقين:

تتضمن هذه الخدمات ما يلي: (حسين، 2004، 162)

-خدمات نفسية:

وتستهدف مساعدة المراهق على تحقيق ذاته وزيادة الثقة بالنفس لديه ومساعدته في البحث عن هويته والتغلب على مشكلاته النفسية وإيجاد الحلول الملائمة لها، كما تتضمن الخدمات الإرشادية تزويد المراهق بالمعارف والمعلومات الصحيحة المتعلقة بالثقافة الجنسية وتقبل التغيرات الجنسية المصاحبة لها.

-خدمات اجتماعية:

وتتضمن مساعدة المراهق على بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع أقرانه من الجنسين على أساس الاحترام المتبادل، مع مساعدته على اكتساب معايير وقيم المجتمع والامثال لها بقصد تحقيق التوافق الاجتماعي مع مجتمعه.

-خدمات دينية وأخلاقية:

وتتمثل هذه الخدمات في تزويد المراهق بالمعلومات الدينية وحثه على التمسك بالمبادئ والقيم الدينية التي تحميه من الانحراف والابتعاد عن ارتكاب المعاصي والذنوب، والاعتماد على الله في حل مشكلاته واضطراباته النفسية من خلال التوبة والندم والتحلي بالصبر على المصائب.

-خدمات تربوية:

وتتضمن مساعدة المراهق على اختيار نوع التكوين الدراسي المناسب لقدراته والتخطيط التربوي السليم لمستقبله ليحقق أكبر قدر من التوافق الدراسي إلى جانب مساعدته على تكوين اتجاهات

إيجابية نحو الدراسة والزملاء والمدرسين، وأن تعمل المناهج الدراسية على إشباع ما لديه من حاجات ومراعاتها للفروق الفردية بين المراهقين.

-خدمات مهنية:

وتتضمن مساعدة الفرد على إيجاد عمل مناسب لقدراته واستعداداته وأن يكون راضيا عن عمله محققا من خلاله لذاته وورغباته وحاجاته والتغلب على كل المشكلات التي قد تواجهه، ما يفضي إلى تحقيق التوافق المهني.

-خدمات أسرية:

وتتضمن مساعدة المراهق على إقامة علاقات سليمة مع والديه وإخوانه وأن يكون له دور فعال كعضو في الأسرة للتصدي لمختلف المشكلات التي تواجه الأسرة، كما تسعى هذه الخدمات أيضا إلى مساعدة الوالدين على تفهم طبيعة مرحلة المراهقة ومتطلباتها والتغيرات التي تحدث فيها حتي يتمكنوا من مساندة المراهق في اجتياز هذه المرحلة بأمان وسلام.

ثالثا: إرشاد كبار السن:

كبار السن هم الأشخاص الذين تجاوزوا مراحل النمو والتطور والبناء والنضج في قواهم الفسيولوجية وبعض الوظائف المعرفية ووصولهم إلى مراحل التوقف والاستقرار وبدايات الضعف والفقدان في بعض وظائف تلك الأعضاء، كما عرفت الشيخوخة أيضا بأنها وضع نفسي وجسمي عام يتسم بالضعف والانحدار في قوى الفرد وأبنيته المختلفة الناجم عن تغيرات جسمية ونفسية تحدث في مراحل متأخرة من حياة الشخص الكبير في السن بحيث تؤدي تلك التغيرات إلى خلل في العمليات الحيوية الدقيقة التي يعتمد عليها الجسم في إعادة بناء ما يتلف منه. (ملحم، 2015، 457)

ويطلق على كبار السن في التراث النفسي مصطلحات عديدة من بينها الرشد المتأخر Late adulthood والتقدم في العمر Elderly والشيخوخة Senescence و التعمر Aging. (القريطي، 2010، 32)

ونظرا لتزايد نسب كبار السن سنة بعد الأخرى، كان لزاما توسيع خدمات الإرشاد النفسي لتشمل هذه الفئة أيضا. وإرشاد كبار السن هو عملية مساعدتهم من خلال توفير كافة الخدمات

والمساعدات المناسبة لهم ليتمكنوا من مواجهة مشكلاتهم النفسية والاجتماعية والمهنية والصحية بهدف تحقيق توافق مع الذات ومع الآخرين وضمان أعلى مستويات الصحة النفسية.

مشكلات كبار السن:

تخلل مرحلة الشيخوخة بعض المشكلات التي ترتبط بطبيعة المرحلة أو قد تطرأ على المسن، ومن هذه المشكلات نذكر: (زهرا، 1998، 471-474)

مشكلات صحية: تصاحب هذه المرحلة بعض المشكلات المرتبطة بالضعف الجسدي العام وضعف الحواس وتصلب الشرايين والضعف الجنسي، وقد يعكس سن التقاعد مشكلة نفسية جسدية إذ قد يصاحبها ترهل وسمنة أو إمساك أو إجهاد وذبول وعصابية وصداع واكتئاب نفسي وأرق.

مشكلات عقلية: ويأتي على رأسها ضعف الذاكرة والنسيان، وحتى كبار العلماء نجد الذاكرة تخونهم وينسون الكثير من الحقائق العلمية مما قد يضعهم في مواقف حرجة، وقد يصل الحال في اتجاه التدهور إلى الوصول إلى ذهان الشيخوخة أو خرف الشيخوخة حيث يبدي المسن صورة كاريكاتيرية لشخصيته السابقة، فيصبح أقل استجابة، متمركزاً حول ذاته، يكرر حكاياته وخبراته السابقة مرات ومرات مع ضعف ذاكرته لأحداث الحاضر، وتقل اهتماماته وطاقته الحيوية، وتقل المبادأة وينقص الحماس.

مشكلات اجتماعية: ومنها ضيق المجال الاجتماعي حتى يكاد يقتصر على جماعة رفاق العمر من أفراد الجيل من الشيوخ والذين يتناقصون يوماً بعد يوم بالوفاة، وقد يصل الحال بالمسن إلى الانطواء والكسل الاجتماعي أو الركود الاجتماعي والوحدة، إضافة إلى مشكلات العيش مع الأولاد، ومشكلة التقاعد.

مشكلات انفعالية: في الشيخوخة قد يشاهد التشاؤم والتوتر والشعور بقرب النهاية والخوف منها والقلق على ما تبقى من العمر والخوف من المرض ومن الوحدة والعزلة وقد يشاهد الاكتئاب وتوهم المرض وتركيز الاهتمام على الصحة، وقد تشاهد بعض المشكلات العاطفية المتعلقة بضعف الطاقة الجنسية أو التشبث بها، إضافة للتعرض إلى العزوبة الإجبارية بوفاة أحد الأزواج وبقاء الطرف الآخر أرملًا، ومشكلات جنسية مرتبطة بطبيعة المرحلة.

مشكلات أخرى: قد توجد مشكلات أخرى منها الأفكار الخاطئة عن الشيخوخة مثل أن الشيخ يجب أن يمشي متثاقلا ما دام قد وهن العظم منه واشتعل الرأس شيبا، وأنه لا يصح له أن يأخذ أيامه وأيام غيره، ومن المشكلات الأخرى أيضا ظاهرة البخل والتقتير والحرص على جمع المال.

الخدمات الإرشادية للكبار:

-خدمات الرعاية الصحية:

وتتضمن تقديم الرعاية الصحية المناسبة لهم في كافة المجالات من أجل تدعيم شعورهم بأنهم موضع اهتمام ورعية.

-خدمات نفسية واجتماعية:

وتتركز هذه الخدمات على مساعدة الكبار في تقبل التغيرات الفسيولوجية والجسمية التي تحدث لهم، كونها أمر طبيعي وحتمي، وجعلهم أكثر تكيفا مع مسألة التقاعد المهني والمكانة الاجتماعية المصاحبة لها، وتقبل حقيقة الموت، ويمكن تحقيق ذلك من خلال عرض نماذج تصور ما يمكن لكبار السن تحقيقه وكيفية تعايشهم مع ظروفهم الجديدة واستغلال كل إمكانياتهم وطاقاتهم.

-خدمات الإرشاد المهني:

ويتضمن مساعدة الكبار على الالتحاق ببعض الأعمال التطوعية أو الخيرية لكي نمدهم بشعور القيمة والتقدير والاحترام.

-خدمات الإرشاد العلاجي:

ويتضمن مساعدة الكبار على حل مشكلاتهم والانتظام فيها حتى لا تتفاقم، ومساعدتهم في التغلب على المشاعر السلبية المصاحبة لها كاليأس والاكتئاب.(المشاقبة، 2008، 201)

رابعا: إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة:

يلعب الإرشاد النفسي دورا محوريا في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة والوقاية من الإعاقة إلى حد كبير، فهو جزء جوهري من الرعاية النمائية والوقائية والعلاجية.

وقد عرفه زهران (1998) بأنه عملية تقديم المساعدة والرعاية لذوي الاحتياجات الخاصة، وتوجيه نموهم نفسياً وتربوياً ومهنياً وزواجياً وأسرياً وحل مشكلاتهم المرتبطة بحالات إعاقتهم أو تفوقهم والنتيجة عن الاتجاهات النفسية نحوهم ونحو حالتهم بهدف تحقيق التوافق والصحة النفسية.

ويعرف أيضاً بأنه مساعدة الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة أو المعرض للإعاقة على تنمية قدراته واشباع حاجاته النفسية، ومساعدته على الاستفادة من الأنشطة والخبرات المتاحة في بيئته؛ إضافة لتحسين ظروف بيئته الذي هو جزء منها وذلك بتوفير مثيرات بيئية تسهم في تشكيل شخصية الطفل. (ابراهيم عيد، 2005، 197)

الحاجة إلى الإرشاد

هناك بلا شك حاجة إلى التدخل الموجه نحو المشاكل النفسية الاجتماعية التي تواجهها أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة والأطفال غير العاديين بصفة عامة، ولا توجد طريقة للتدخل عدا الاتصال بهذه الأسر والتواصل الفعال معهم، وهذا التواصل هو ما يسمى بالإرشاد وذلك لتقديم أجدى أنواع المساعدة مع تسخير من يدلهم على أماكن وسبل الحصول عليها. فإرشاد أسر الأطفال غير العاديين جزء مكمل للتربية الخاصة كما أن هذه الأسر تتطلع ليكون لها دور ملموس في تربية وتعليم أبنائها، وسنشهد بلا شك في السنوات القادمة ازدياداً كبيراً في التأكيد على التدخل التربوي من خلال العمل مع الوالدين ومساعدتهم على القيام بالدور المناسب لهم من خلال امدادهم بالمعلومات الكاملة والدقيقة وتشجيعهم على التصرف وفقاً للمعرفة الدقيقة وليس بمجرد العاطفة، وجعلهم مساعدين أكفاء للمدرس، بالنظر لأهمية وطول الوقت الذي يقضيه الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة وسط أسرته. (مصطفى، 1996، 32-31)

أهداف الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة:

إن أهم ما يقوم به الإرشاد النفسي هو دراسة حالة الأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة وذلك لتحقيق هدفين أساسيين هما:

-هدف تصنيفي: وفقا لظروفهم الاجتماعية والصحية للتعرف عن الأطفال التي يحتمل تعرضهم للإعاقة، وهذا كأساس وقائي.

-هدف تشخيصي: يقوم على دراسة معمقة تشمل كافة جوانب نمو الفرد ومستوى قدراته ومظاهر نموه البدنية وطبيعة الظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي يعيش في كنفها الفرد.(ابراهيم عيد، 2005، 198)

وعلى العموم، تتحدد أهداف الارشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة فيما يلي:

-تحسين الظروف البيئية التي يعيش فيها الفرد عن طريق والديه وتبصيرهما بخصائص نموه وتدريبهما على كيفية التعامل معه، ومساندتهما لتجاوز مرحلة الأزمة في تقبل الإعاقة، فكثيرا ما تكون الاستجابات الوالدية الشائعة نحو إعاقة الطفل تتصف بالقلق والشعور بالذنب والاحباط واليأس والعجز عن مواجهة المشكلة وعدم الاعتراف بها وقبولها.

-مساعدة الوالدين على تنمية استعداداتهما النفسية وعلاج مشاكلهما الزوجية والأسرية وغيرها حتى تكون الأسرة متماسكة وقادرة على طفلها من ذوي الاحتياجات الخاصة.

-مساعدة الاخوة والأخوات وارشادهم نفسيا لتقبل حالة أخيم وذلك بتبصيرهم وارشادهم بأهمية تعليم وتدريب وتأهيل أخيم في مرحلة الطفولة والمراهقة وتدريبهم على معاملته معاملة حسنة وتكوين اتجاهات ايجابية نحو أخيم وزيادة تقبلهم النفسي له.

-مشاركة الوالدين في جماعات آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بما يعرف بالإرشاد الجمعي لما له من نتائج إيجابية مع الوالدين والأطفال الذين يشعرون بالعزلة عن الآخرين نتيجة ما يعانيه الطفل من المعايير غير السوية.

-الكشف المبكر عن الإعاقات من خلال عمليات الفرز والتمشيط والحصص.

-اكتشاف قدرات وإمكانيات الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة عن طريق أدوات الإرشاد المتاحة وتقصي كفاءات استغلالها إلى أقصى حد ممكن.

-مساعدة الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة على أن يفهم نفسه ويفهم العالم الخارجي ليكون قادرا على التكيف المناسب.

- مساعدة الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة على اشباع حاجاته عن طريق التغيير والتعديل بما يتماشى وقدراته.

- عدم التعميم في الفشل نظرا للإعاقة، والتأكيد على أن القصور لا يكون إلا في مجاله فقط.

- معرفة الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة بكيفية حل مشكلاته بنفسه.

وحتى يتم تحويل أهداف الإرشاد النفسي للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة إلى اجراءات قابلة للتنفيذ لابد من الاستناد إلى نقطتين أساسيتين هما:

-إن عملية الإرشاد النفسي تمتد لفترة طويلة فقد تبدأ في فترة مبكرة من حياة الفرد وتستمر حتى فترة متأخرة من حياته.

-توزيع عملية الإرشاد على مجموعة من الأفراد فلا تشمل الأخصائيين القائمين على عملية الإرشاد ولكن تتضمن بالإضافة إلى ذلك كل الأفراد الذين يتصلون بالفرد المعاق بدءا بالوالدين.(حسين، 2004، 168)

مشكلات ذوي الاحتياجات الخاصة:

يعاني الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة كما تعاني أسرته من عديد المشكلات التي تعوقهم عن القيام بأدوارهم على أكمل وجه، ويمكن تصنيف هذه المشكلات على النحو التالي: (حسين، 2004، 168-169)

-مشكلات تعاني منها الأسرة سببها إعاقة طفلها وتشمل الخلافات الزوجية وإهمال أحد الوالدين للطفل، والمشاجرات بين الطفل وأخوته، وعدم تقبل الأسرة للطفل ورغبتها في التخلص منه بأي وسيلة، وعدم معرفة الأسرة بكيفية تأهيل الطفل، والخجل من الظهور معه أمام الآخرين والامتناع عن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية خارج نطاق الأسرة.

-مشكلات نفسية: يعاني منها الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة وتشمل الانطواء والعزلة والعدوانية والنشاط الزائد والخجل والشعور بالوحدة النفسية والشعور بالنقص، كما تظهر عليهم أعراض عصابية كالقلق والاكتئاب النفسي ويعانون أيضا من الاندفاعية وانخفاض مفهوم الذات ومستوى الطموح، إضافة إلى أن هؤلاء المعاقون لديهم نقص في المهارات الاجتماعية

ينعكس بدوره على مستوى التوافق الاجتماعي لديهم، ويعاني المراهقون والراشدون من ذوي الاحتياجات الخاصة من مشاعر الحزن والأسى عندما يفكرون في الزواج والارتباط بشريك الحياة حيث أشارت عديد الدراسات إلى أن هذه المشكلات النفسية غالباً ما تكون ناتجة عن الصراع النفسي لديهم بسبب نقص إشباع الحاجات النفسية لديهم والاتجاهات السلبية الخاطئة نحوهم.

-مشكلات تربوية: وتتمثل في نقص الإمكانيات والمعدات التي يحتاج إليها الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة في تعليمه وتأهيله، بالإضافة إلى نقص المعلمين المؤهلين والمتخصصين في الطرق التربوية العامة والخاصة ومناهج التعليم العام والمهني الخاص بهؤلاء، ونقص فرص العمل أمامهم وإحجام أصحاب العمل عن توظيفهم.

-مشكلات مهنية: ومنها نقص فرص العمل أمام المعاقين رغم وجود نصوص قانونية تمنح الأولوية لهم في التوظيف الحكومي، صعوبة تكيفهم مع طبيعة الأنشطة والمهام التي تتطلبها المهن المختلفة.

خدمات إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة:

يقوم بإرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة فريق متخصص من الأطباء والاختصاصيين النفسيين والمهنيين والتربويين الاجتماعيين يعملون على تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية والتأهيلية والتربوية والصحية لهم وهي تتضمن ما يلي: (حسين، 2004، 169-170)

-خدمات صحية:

وتتضمن الرعاية الشاملة والمتابعة الطبية المستمرة لهم بالإضافة إلى وتوفير الأجهزة التعويضية مثل السماعيات الطبية والنظارات والأطراف الصناعية...إلخ.

-خدمات تأهيلية:

وتتضمن توفير مؤسسات التأهيل المهني لذوي الاحتياجات الخاصة وشمولها بحيث تغطي جميع فئات الإعاقة، وإتاحة المزيد من فرص العمل لهم بقصد تحويل هؤلاء المعاقين من الاعتماد على الآخرين ومن السلبية إلى أفراد إيجابيين يمكنهم العيش عيشة راضية يتمتعون فيها بقدر من الاستقلالية الشخصية والاقتصادية، والاستفادة منهم كطاقات منتجة.

-خدمات تربوية:

وتتضمن توفير التعليم لذوي الاحتياجات الخاصة والتعرف على قدراتهم وإمكانياتهم والعمل على تنميتها وتقديم البرامج التربوية الملائمة لهم حسب نوع الإعاقة، ودمجهم في فصول عادية إذا لزم الأمر.

-خدمات دينية واجتماعية:

وتتضمن تدعيم الإيمان بالله وتقبل الواقع باعتباره قضاء وقدر والعمل على إدماج المعاقين في الحياة العامة وعدم عزلهم وتنمية ما لديهم من مهارات وميول ومواهب وتعديل الاتجاهات الاجتماعية والأفكار الخاطئة نحوهم وتعديل البيئة الاجتماعية التي هم جزء منها بما يخدم توافقهم النفسي الاجتماعي.

-خدمات أسرية:

وتتضمن تهيئة الأسرة نفسياً لقبول الطفل المعاق، ومن ثم توجيههم إلى كيفية التعامل معه ومعرفة احتياجاتهم، وتزويدهم بالمعلومات عن طبيعة الإعاقة ومسؤوليتهم اتجاهها، ومساعدة الاخوة على تقبل المعاق وعدم رفضه وإهماله أو إشعاره بأنه عبء عليهم. كما تتضمن هذه الخدمة أيضاً تنظيم لقاءات تجمع أسر المعاقين لتبادل الأفكار والآراء والمقترحات لما في ذلك من إثراء لمعرفتهم كيفية التعامل مع المشاكل الناجمة عن الإعاقة إبتهم.

طرق الإرشاد النفسي

قبل أن نستعرض طرق الإرشاد النفسي ينبغي أولاً أن نفرق بين طرق الإرشاد وأساليب الإرشاد، فطرق الإرشاد تشتمل على التطبيقات العامة التي يمكن اتباعها عند استخدام أكثر من نظرية؛ أما أساليب الإرشاد فهي العمليات الفنية أو التخصصية التي يتم اتباعها في نظرية معينة. (المالكي، 2015، 23)

وعلى العموم، تتعدد طرق الإرشاد النفسي وتختلف باختلاف المرشدين النفسيين وتوجهاتهم النظرية وخبرتهم المهنية، كما تتباين هذه الطرق أيضاً بحسب شخصية العميل وطبيعة مشكلته، وإذا نظرنا إلى تعدد نظرة علماء النفس إلى طرق الإرشاد، فإنه من الممكن تقسيمها حسب معيارين هما:

* دور المرشد والمسترشد في العملية الإرشادية

* عدد الأفراد المشاركين في الجلسة الإرشادية

ويشتمل المعيار الأول على طريقتين هما الإرشاد المباشر والإرشاد غير المباشر، أما المعيار الثاني فيتضمن طريقتين هما الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي، وفيما يلي سنعرض كل واحد منهم على حده:

1- طرق الإرشاد حسب دور المرشد والمسترشد:

أولاً: الإرشاد غير المباشر:

يعتبر كارل روجرز صاحب هذه الطريقة وانتهى إليها في ضوء نظريته عن الذات وممارسته الإرشادية والعلاجية، ويطلق عليها أيضاً اسم الإرشاد الموجه أو الإرشاد الممركز حول الفرد وكلها تشير إلى مضمون واحد، ففي هذه الطريقة يكون موقف المرشد سلبياً ويقتصر دوره على تهيئة جو نفسي آمن أمام العميل لكي يتمكن من الإفصاح عن مشاعره وعلى المرشد تقبل هذه المشاعر وتوضيحها.

ويعرف عبد الهادي (1999) الإرشاد غير المباشر بأنه مساعدة المسترشد الواقعي بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي والاجتماعي، بمعنى أنه يركز حول تغيير مفهوم الذات بما يتطابق مع الواقع من أجل الوصول إلى توافق نفسي. (الداهري، 2016، 65)

ويصلح الإرشاد غير المباشر مع المسترشدين الذين يكون ذكاؤهم فوق المتوسط، ويكون لديهم قدرات لغوية عالية، ويفيد مع الأفراد الذين لهم مفهوم ذات سلبي أو من الذين تنقصهم الثقة بالذات كون أن الطريقة لا تنظر للعميل نظرة سلبية بل تراه ايجابيا وقادرا على استبصار مشكلاته وحلها، ولا ينقصه سوى التوجيه غير المباشر ومساعدته على اكتشاف نفسه وقدراته. (المشاقبة، 2008، 177)

أهداف الإرشاد غير المباشر

تستهدف هذه الطريقة وصول العميل إلى الحالة من الفهم والإدراك والبصيرة لمشاكله وصراعاته وقيمه واتجاهاته مما يساعد في الوصول إلى حل مشكلاته بنفسه، كون هذه الطريقة تستند على فكرة أساسية مفادها أن سلوك العميل لا يمكن فهمه إلا من خلال وجهة نظر العميل وطريقة إدراكه لذاته وللعالم من حوله.

كما تهدف هذه الطريقة أيضا إلى الوصول بالمسترشد إلى درجة كبيرة من الاعتماد على نفسه وتحمله المسؤولية، ويؤكد روجرز أن مركز اهتمام الإرشاد ليس المشكلة الحالية للمسترشد وإنما مساعدته في عملية النمو لكي يكون قادرا على التكيف مع المشكلات التي يعاني منها في الحاضر والمستقبل، كما أن الهدف الأساسي من هذا الإرشاد هو مساعدة العميل على النمو النفسي السوي وتغيير مفهوم الذات السالب بمفهوم ذات موجب أي أنه يركز على تغيير مفهوم الذات بما يتطابق مع الواقع. (الداهري، 2016، 65)

حالات استخدام الإرشاد غير المباشر

يستخدم الإرشاد غير المباشر في حالات كثيرة نذكر منها:

* مع المسترشدين ذوي القدرات اللفظية والذكاء.

* حالات الإرشاد الزوجي

*مشكلات الشباب مثل مفهوم الذات السليبي.

ملامح الإرشاد غير المباشر

*وضوح النظرية التي يستند إليها وهي نظرية الذات.

*هدفه هو التوافق والصحة النفسية بتحقيق النمو الشخصي والتطابق بين المجال الظاهري ومفهوم الذات.

*أفضل وسيلة للتعامل مع المسترشد هي فهم عالمه الخاص وسلوكه وفهم الإطار المرجعي الداخلي له.

ولكي يتم تغيير مفهوم الذات والسلوك بشكل ايجابي ومتوافق يجب تهيئة مناخ إرشادي خال من التهديد لذات المسترشد أين يسوده الأمن والتفاؤل والأمل وأن يكون كله تقبل وثقة واطمئنان على سرية المعلومات، لكي يتيح الفرصة للمسترشد فهم المشكلات والكشف عن الذات، وبذلك يصبح أكثر تقبلا لخبراته كجزء من ذاته ولا يحاول إسقاطها على غيره، ويزيد استبصاره واعتماده على نفسه وقدرته على اتخاذ القرارات، ويزداد التطابق بين مستويات مفهوم الذات والخبرة والمجال الظاهري وبالتالي يصير سويا ومتوافقا وعلى درجة من الصحة النفسية.(الداهري، 2016، 68-69)

ثانيا: الإرشاد المباشر

ويسمى هذا الأسلوب أيضا بالإرشاد الموجه أو المتمركز حول المرشد أو المركز حول الحقيقة، ويقوم المرشد في هذا النوع من الإرشاد الأدوار الإيجابية الأساسية، فهو الذي يربط الأحداث للوصول إلى التشخيص، ويرسم خطة الإرشاد ويتابع تنفيذها، ويتحمل العبء الأكبر في العملية الإرشادية.

وترتبط هذه الطريقة بنظرية السمات والعوامل، وأشهر من قام بتطبيقه وليامسون (Williamson)، حيث يفترض الإرشاد المباشر أنه يوجد نقص في الخبرة والمعلومات لدى المسترشد، وأن لديه صعوبة في حل مشكلاته بنفسه، وأن المرشد هو من يمتلك المعلومات والخبرة لمساعدة المسترشد.

ويعرف الداھري(2016، 57) الإرشاد المباشر بأنه إرشاد مركز حول المرشد وفيه يقوم المرشد بدور ايجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير المعلومات وتوجيه المسترشد نحو السلوك الموجب المخطط مما يؤدي إلى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك، وفيه يتحمل المرشد مسؤولية أكبر من تلك التي يتحملها المسترشد، وهذا يعتبر نوعاً من الإرشاد المفروض.

خطوات الإرشاد المباشر

يتبع الإرشاد المباشر الخطوات التالية: (حسين، 2004، 225)

التحليل: ويقصد به جمع المعلومات والبيانات اللازمة لفهم العميل فهما يسمح بتقديم المساعدة له.

التركيب: ويقصد به تلخيص البيانات والمعلومات وتنظيمها بحيث تكشف عن نواحي القوة والضعف في العميل وجوانب تكيفه أو سوء تكيفه.

التشخيص: ويقصد به صياغة المشكلة التي يتعرض لها العميل وأسبابها.

التنبؤ: ويقصد به تحديد تطور المحتمل للمشكلة بالنسبة لمدى حدتها أو سهولة حلها.

الاستشارة: ويشير إلى ما يقوم به المرشد والعميل معا للوصول إلى حل المشكلة.

التتبع: وهي متابعة الحالة بعد انتهاء عملية الإرشاد وتقصي قدرة العميل في التغلب على المشكلات الجديدة أو على المشكلة الأصل في حال ظهرت ثانية، وتحديد مدى نجاح عملية الإرشاد.

حالات استخدام الإرشاد المباشر

يستخدم الإرشاد المباشر مع المسترشدين المستعجلين والذين تنقصهم المعلومات التي يحتاجونها ويطلبونها، ويستخدم أيضاً مع المسترشدين ذوي المشكلات الواضحة والمحددة، وأكثر استخداماً في مجال الإرشاد العلاجي.(الداھري، 2016، 58)

ملامح الإرشاد المباشر

*وضوح النظرية التي يستند إليها وهي نظرية السمات والعوامل.

* إن العبء في حل مشاكل العميل يقع على عاتق المرشد لا العميل، كون العميل يأتي للمرشد نظرا لخبرته وعلمه ويتوقع منه العميل استغلال علمه ومعرفته في مساعدته.

* إن المرشد هو الذي يقرر الطرق والوسائل التي يمكن اتباعها في مساعدة العميل، وبالتالي يكون الاهتمام مركزا على مشاكل العميل في تحديد طرق التدخل وليس العميل نفسه، كما أن المرشد يحاول توجيه تفكير العميل عن طريق النصح والاقناع والتفسير.

أوجه الاختلاف بين الإرشاد غير المباشر والإرشاد المباشر

هناك أوجه اختلاف بين الإرشاد المباشر وغير المباشر من حيث المرشد وفعاليته ودوره، وكذلك ومن حيث المسترشد ونوع المشكلات التي يعالجها كل منهما، وقد أوضحها الداهري (2016) على النحو التالي:

* الإرشاد المباشر يتمركز حول المرشد أما غير المباشر فيتمركز حول المسترشد.

* الإرشاد المباشر يقدم خدماته لمن يطلبها ويحتاج إليها حتى إن لم يطلبها بينما غير المباشر فتقدم خدماته لمن يطلبه ويسعى إليه.

* الإرشاد المباشر يستغرق وقتا أقل نسبيا أما الإرشاد غير المباشر فيستغرق وقتا أطول نسبيا.

* يقدم المرشد في الإرشاد المباشر مساعدات مباشرة ويساعد في حل المشكلات أما غير المباشر فيساعد المرشد المسترشد على أن يحل مشكلاته بنفسه.

* في الإرشاد المباشر يعتمد المسترشد على المرشد في تحديد وحل مشكلته أما غير المباشر فيتعلم المسترشد حل مشكلاته بنفسه.

* الإرشاد المباشر يقود المرشد العملية الإرشادية بما له من مركزية وعلم وخبرة، أما غير المباشر فيوجه المسترشد جلسات الإرشاد حسب ما يراه مناسبا لحل مشكلته.

* في الإرشاد المباشر يتم التركيز على الجوانب العقلية والشخصية أكثر من الانفعالية أما غير المباشر فيتم التركيز على الجوانب الانفعالية.

* في الإرشاد المباشر يهتم المرشد بإجراء الاختبارات ونتائجها في جمع المعلومات والوصول إلى تشخيص ويعتبر ذلك مسؤولية في الإرشاد المباشر، أما غير المباشر يحترم المرشد التقرير الذاتي للمسترشد الذي يحدد هو مشكلته بنفسه ولا يعتمد على الاختبارات.

* في الإرشاد المباشر يقوم المرشد بتقييم سلوك المسترشد ويتدخل في اتخاذ قراراته، أما غير المباشر فيقوم المسترشد بتقييم سلوكه ويتخذ قراراته دون تدخل أو رقابة مباشرة من جانب المرشد.

2- طرق الإرشاد حسب عدد الأفراد المشاركين في الجلسة.

أولاً: الإرشاد الفردي

الإرشاد الفردي هو تفاعل مرشد وعميل واحد وجها لوجه في الجلسات الإرشادية والتي من خلالها يتعرف فيها المرشد على شخصية العميل وعلى الخلفية الأسرية له، وعلى مشكلاته وأسبابها ويضع تفسيراً لها ثم يخطط لعملية الإرشاد، وهذا النوع من الإرشاد يتم في الحالات التي يغلب عليها الخصوصية. (حسين، 2004، 226)

ويعرفه الداھري (2016) بأنه عملية إرشاد مسترشد واحد وجها لوجه في كل جلسة وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد أي علاقة مخططة بين الطرفين.

ويحقق الإرشاد الفردي عدة وظائف مثل تبادل المعلومات وإثارة دافعية المسترشد وتفسير المشكلات، ووضع خطط العمل المناسبة، وغالباً ما يستخدم في الحالات التي لا يمكن إرشادها بفاعلية في الإرشاد الجمعي، وبذلك يحتاج الإرشاد الفردي إلى عدد كافي من المرشدين النفسيين لمقابلة الحاجات الفردية للإرشاد.

حالات استخدام الإرشاد الفردي

حدد ماھر (1984) حالات استخدام الإرشاد الفردي فيما يلي:

* عندما تتطلب مشكلة المسترشد السرية التامة، بحيث تنحصر بينه وبين المرشد النفسي.

* عندما يكون العميل خجولاً أو انطوائياً أو عاجزاً عن التحدث أمام الآخرين.

*عندما يشعر المسترشد أن مشكلته تسبب له الخجل عند مناقشتها أمام الآخرين.

*عندما تكون مشكلة المسترشد معقدة جدا وتحتاج إلى تركيز خاص واهتمام بالغ من المرشد.

(حسين، 2004، 226)

أهداف الإرشاد الفردي

*إقامة علاقة إرشادية بين المرشد والمسترشد.

*الكشف عن المشاعر والاتجاهات لدى المسترشد.

*جمع بيانات جديدة أو التوسع فيما هو موجود فيها وتفسير هذه المعلومات.

*مساعدة المسترشد على للكشف عن الحلول الممكنة، بحيث تكون مقبولة اجتماعيا وتلبي

رغباته ويتم ذلك بالتعاون بين المرشد والمسترشد.

*اثارة دافعية المسترشد وحل المشكلات ووضع خطط عمل مناسبة. (المشاقبة، 2008، 166)

خصائص الإرشاد الفردي

*المدة الزمنية في الإرشاد الفردي بحدود 45 دقيقة

*يكون التركيز والاهتمام في هذا النوع من الإرشاد على فرد واحد فقط، بحيث يستطيع الحديث

بشكل أكثر حرية على صعوباته.

*سهولة متابعة المرشد لحالة المسترشد. (المشاقبة، 2008، 166)

*يقوم هذا النوع من الإرشاد على أساس وجود فردية بين الأفراد حيث أن لكل منهم مشكلته ولها

أسبابها المختلفة. (حسين، 2004، 226)

ثانيا: الإرشاد الجماعي

يعتبر الإرشاد الجماعي من الطرق الإرشادية الهامة التي يعمل بها المرشد النفسي، إذ يقدم من

خلاله أكبر قدر من النمو واستغلال أقصى إمكانيات الأفراد، ويصل فيه المرشد إلى عدد من

المسترشدين في فترة زمنية قصيرة، فضلا عن أن بعض القضايا تستدعي الإرشاد ضمن مجموعات إرشادية لتحقيق الأهداف بشكل أفضل.

ويعرف الإرشاد الجماعي بأنه التقاء المرشد النفسي مع عدد من الأفراد الذين تتشابه مشكلاتهم وقضاياهم من خلال المجموعة الإرشادية، بعد أن يتم تشكيلهم في مجموعات صغيرة يتراوح عدد أعضائها ما بين (5-8) أعضاء ووفق أسس وخصائص معينة. (المشاقبة، 2008، 167)

ويعرفه الداھري (2016، 32) بأنه "الإرشاد الذي يحقق كل الخدمات الإرشادية أو أغلبها لأكثر من مسترشدين الذين تتفق ميولهم وحاجاتهم الإرشادية إلى حد ما والتي يمكن تحقيقها لهم في مجموعة صغيرة أو كبيرة في موقف جماعي مستخدمين أسس وأساليب الإرشاد الجماعي."

ويقوم الإرشاد الجماعي على فلسفة أن الإنسان كائن اجتماعي، ولا بد له من العيش في جماعة حتى يشعر بالأمن والانتماء والتقدير الاجتماعي منها، لأن التفاعل الاجتماعي والاندماج مع أفراد آخرين يزود الشخص بأفكار جديدة ويتعلم سلوكيات تكيفية، كما أن وجود الفرد في الجماعة يعينه على تصحيح أفكاره الخاطئة ويساعده على تعديل سلوكه المضطرب. وأكثر من هذا، يعينه على فهم ذاته واكتشاف ما لديه من قدرات وإمكانيات.

أسس الإرشاد الجماعي

يقوم الإرشاد الجماعي على الأسس التالية:

*المسترشد كائن اجتماعي وهو عضو في جماعة يؤثر بها وتؤثر فيه، وله حاجات اجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي، كالحاجة للأمن والتقدير والانتماء.

*تشابه بعض أنماط مشكلات المسترشدين وصعوباتهم، وحاجاتهم الإرشادية.

*وجود معايير اجتماعية وعادات وقيم تحكم سلوك الفرد وتحدد أدواره الاجتماعية.

*تعتبر العزلة الاجتماعية سبب هام في حدوث المشكلات والاضطرابات النفسية للفرد.

*يعمل الإرشاد الجماعي من خلال المجموعة الإرشادية على إكساب المسترشد روح التعاون والانسجام. (حسين، 2004، 229)

حالات استخدام الإرشاد الجماعي

*يستخدم الإرشاد الجماعي مع الأفراد الذين يعانون من مشكلات متشابهة مثل مشكلات التكيف، ومشكلات التوافق الاجتماعي، مشكلات التمركز حول الذات، الخجل، العزلة...
* الإرشاد المهني في المدارس والمؤسسات.

*إرشاد الأسري

*إرشاد جماعات الأطفال والشباب والمراهقين وكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة وجماعات معينة ذات مشكلات خاصة مثل: مدمنو المخدرات، الجانحون... (المشاقبة، 2008، 168)

المجموعة الإرشادية

تضم الجماعة الإرشادية عدد من العملاء، وقد تكون الجماعة الإرشادية طبيعية أي مكونة بالفعل مثل جماعة الأسرة وجماعة الزملاء، وقد يتم تكوين الجماعة لأغراض بحثية أو إرشادية مثل تكوين جماعة أطفال يعانون من الفوبيا المدرسية، وتحكم هذه الجماعة مجموعة من الخصائص منها تشابه أعضاء الجماعة في مشكلاتهم وسنهم وفي مستوى النضج الاجتماعي والعقلي لديهم حتى يسهل على المرشد التعامل معهم وبما يناسبهم.

بناء وتشكيل المجموعة الإرشادية

إن الفرد الذي يطلب الإرشاد النفسي عادة ما يأتي من جماعات ويعود إلى الجماعات، ومعظم خبرات الفرد تحدث في مواقف اجتماعية، ويزيد الاختيار الدقيق للمسترشدين أعضاء المجموعة الإرشادية من فرص نجاح المساعدة المقدمة لهم، ويختار المرشد المسترشدين من الذين طلبوا المساعدة طواعية وذلك يعكس الدافعية العالية للعمل وتقبل الإرشاد.

وعند اختيار المجموعة الإرشادية لابد من مراعات بعض الصفات التي تحدد الانسجام بين أعضاء المجموعة، منها:

1-العمر: من الأفضل أن يكون هناك تقارب في أعمار أعضاء المجموعة الإرشادية، لأن الاختلاف في العمر يعيق النقاش المفتوح، ويخفض احتمالية الشعور بالانتماء.

2-القدرات العقلية: حيث تكون القدرات العقلية متقاربة لتفادي المشاكل التي يسببها هذا العامل.

3- التجانس والمشاكل المشتركة: يرى البعض ضرورة جعل المجموعة الإرشادية متجانسة، وأن المشكلة المشتركة تساعد الأعضاء في الشعور بالانتماء، والفهم، كما يستطيع المرشد من خلال هذا العنصر الحصول على مشاعر وانفعالات صادقة من المسترشدين.

4- الثقة المتبادلة: أن يتفق الأعضاء على عدم التحدث عن أي موضوع أثير أثناء اجتماعاتهم خارج المجموعة الإرشادية، والمحافظة على سرية المعلومات.

5- أنماط شخصية الأعضاء: يرى البعض ضرورة جعل المجموعة الإرشادية تضم عناصر مختلفة من حيث أنماط شخصيتهم لأن ذلك يحقق التوازن داخل المجموعة مما يعطي الجماعة الحيوية والنشاط ويستفيد كل طرف من الاطلاع على سلوك الآخر. (حسين، 2004، 232)

المراحل التي تمر بها المجموعة الإرشادية

تسير المجموعة الإرشادية في عملها بأربع مراحل حددها (Corey&Corey,1992) في:

1-المرحلة البنائية (التوجيه والاكتشاف)

يتميز سلوك أعضاء المجموعة في هذه المرحلة بالجمود والتقيد وتناقش المشكلات منطقيًا، ويحاول كل عضو اختيار عضو آخر من المجموعة يمكنه التفاعل معه أكثر، ويكون التركيز هنا على الفردية أكثر من الجماعة، ويكون سلوك الأعضاء غير مستقر، وتتضمن هذه المرحلة موضوعات مثل:

*بناء العلاقة الإرشادية.

*تحديد الجماعة.

*هوية الجماعة.

*المشاركة في العمليات الإرشادية.

*استكشاف الذات.

ويتركز دور المرشد في هذه المرحلة على بناء علاقة ارشادية آمنة بحيث تعمل على تخفيف التهديد والخوف وتسهل الكشف عن الذات، ويتطلب هذا التقبل والصدق والإصغاء والأصالة والاحترام والأمن لأعضاء المجموعة، ويكون المرشد هو النموذج لهم.

2-مرحلة الانتقال(التعامل مع المقاومة)

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة الصراع والمواجهة، ويتميز سلوك الأفراد في التعبير عن عدم الرضا عن العمليات التي تجري داخل الجماعة، وقد يحدث بها مهاجمة للقائد(المرشد) ومقاومة من الأفراد، وتظهر سلوكيات ومشاعر عديدة، مثل الإحباط وعدم الشعور بالأمن نتيجة محاولاتهم تطوير أنماط جديدة من السلوك من أجل تحقيق أهداف الجماعة.

3-مرحلة التماسك:

يتميز سلوك الأعضاء في هذه المرحلة بالتجاذب والانتماء والعمل الجماعي والكشف عن الذات، ويكون العضو أكثر اندماجا بمجموعته، وتتضمن هذه المرحلة التحام المجموعة وكبت للحاجات الفردية لصالح العمل الجماعي، أين يتحقق مستوى عالي من التماسك والثقة والاتصال القوي بين الأعضاء، ويكون مركز القيادة مشترك بين الأعضاء، ويتم فيها مناقشة مواضيع شخصية والتزويد بالتغذية الراجعة، وتصبح المواجهة بدون إصدار أحكام قيمية .

4-مرحلة الإنهاء:

تتضمن تجميع وتلخيص ما تعلمه الأعضاء من هذه الخبرة الجماعية، وهي مرحلة مهمة حيث يتم فيها اتخاذ قرارات بطريقة معرفية اعتمادا على ما تعلمه كل فرد حول نفسه من خلال الجماعة الإرشادية.(المشاقبة، 2008، 172-173)

القوى المؤثرة في الجماعة الإرشادية

يشير الداھري(2016) إلى وجود مجموعة من القوى الإرشادية الهامة التي لها الأثر في العملية عملية الإرشاد الجماعي، وعلى المرشد الناجح أن يدرك ويفهم كيف يستخدم هذه القوى وأن يكون قادرا على تعليمها للمسترشد كونها تقصي السلوكيات المعيقة للعمل الإرشادي، وتتحدد هذه القوى فيما يلي:

الالتزام:

لكل جماعة معايير يجب أن تلتزم بها وتقييمها لتقبل المساعدة وتكشف عن الذات وتتحدث عن المشكلات بصراحة مع احترام لآراء وأفكار الآخرين واحترام للمواعيد.

التوقعات:

وهي التوقعات الواقعية التي ينتظرها أعضاء العملية الإرشادية، وتبنى على أساس الثقة المتبادلة بين الأعضاء أنفسهم وبينهم وبين القائد.

المسؤولية:

إن زيادة مسؤولية المسترشدين نحو أنفسهم وتجاه العملية الإرشادية تزيد من الفرص المتاحة أمامهم للنمو والتطور ضمن المجموعة والمشاركة في صنع القرارات وتحمل مسؤولية تنفيذها وتعلمهم الطوعية في الانضمام للمجموعة.

التقبل:

ويقصد بها تقبل الأعضاء بعضهم لبعض، والمشاركة في المشاعر والتعاطف والتشجيع حتى يسود جو من القبول خالي من التهديد والرفض.

الاجاذبية:

يدل الانسجام والاجاذبية بين أعضاء المجموعة على شدة التماسك بينهم وعلى تقبل بعضهم البعض وعلى التشابه فيما بينهم في المشكلات والعمر، وهذا بدوره يساعد على تكوين علاقات اجتماعية حميمة بينهم.

الانتماء:

إن الشعور القوي بالانتماء هو أساس التقبل المتبادل في المجموعة ليكونوا أكثر اندماجا وفعالية وخبرة فتزداد مشاركتهم الإيجابية في حل المشكلات وترتفع مستويات الألفة والتقدير بينهم.

الأمن:

إن توفير الأمن النفسي والجسدي يجعل المسترشد أكثر انفتاحا وقدرة على النقاش مع الأعضاء فيسود التقبل والتقدير والاحترام المتبادل لمشاعر أعضاء المجموعة.

التوتر:

إن تفاعل المسترشد في العملية الإرشادية غالبا ما يصاحبه توتر، وهذا الأخير يعتبر شرطا أساسيا لاستثارة الدافعية وحدوث التغيير ولكن دون المبالغة عن مستوياته الطبيعية لأنه ذلك من شأنه أن يعيق نمو المجموعة وتقدم العمل الإرشادي.

بعض فنيات الإرشاد الجماعي:

توجد عدة فنيات في الإرشاد النفسي الجماعي، ويعود ذلك التعدد لاختلاف النظريات الإرشادية التي تستند إليها تلك الفنيات، ومن بين أهم فنيات الإرشاد النفسي ما يلي:

*التمثيل النفسي المسرحي(السيكودراما): وهو عبارة عن تصوير تمثيلي مسرحي لمشكلات نفسية في شكل تعبير حر في موقف جماعي يتيح فرصة التنفيس الانفعالي والاستبصار الذاتي.

*المحاضرات والمناقشات الجماعية: ويتم ذلك من خلال التحضير لمحاضرات تتصل بمشكلات معينة وتقسيمها على المشتركين من أجل قراءتها والتعليق عليها ومن ثم استخدامها، وعادة ما تتم المحاضرة بحضور المرشد النفسي أو عدد من المحاضرين يتم انتقاؤهم حسب تخصصهم وقدرتهم على التأثير. (الداهري، 2016، 49)

النادي الإرشادي: وفيه يقوم أعضاء الجماعة بنشاط رياضي أو ترفيهي بما يناسب العملاء ثم يجتمع هؤلاء في النهاية لتناول الطعام ومناقشة ما يرونه من موضوعات تتعلق بحالتهم، ويكون دور المرشد في معظم الأحيان محايدا، فقد يشاركهم لعبهم وطعامهم ومناقشتهم ويتطرق إلى ما يظهر خلال النشاط من سلوك منحرف بهدف التعديل.

مجموعات المواجهة: وفقا لهذه الطريقة يجلس المشاركون على الكراسي في شكل دائرة ويشجع كل منهم على أن يعبر عن نفسه بحرية وتلقائية من حيث أفكاره وانطباعاته ومشاعره، وتشجع المجموعة على المناقشة والتفاعل بأساليب التواصل اللفظي وغير اللفظي.(حسين، 2004، 238)

أوجه الاختلاف بين الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي

هناك عدة نقاط يختلف فيها الإرشاد الفردي عن الإرشاد الجماعي، وقد حددها الدايري (2016) في عدد من النقاط نوردها على النحو التالي:

الإرشاد الفردي:

*الجلسة الإرشادية أقصر عادة حوالي 45 دقيقة

*يتركز الاهتمام على الفرد وعلى المشكلات الخاصة.

*يبدو اصطناعيا أكثر.

*العلاقة الإرشادية أقوى بين المرشد والمسترشد.

*دور المرشد أسهل وأقل تعقيدا بحيث يأخذ أكثر مما يعطي.

الإرشاد الجماعي:

*الجلسة الإرشادية عادة أطول

*يرتكز الاهتمام على كل أعضاء الجماعة، كما يتم التركيز على المشكلات العامة.

*يبدو طبيعيا أكثر.

*يتيح الفرصة للتفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

*دور المرشد أصعب وأكثر تعقيدا بحيث يأخذ المرشد ويعطي في نفس الوقت ويتقبل الحلول الجماعية كونها صادرة عنه وعن رفاقه.

العملية الإرشادية:

تعد العملية الإرشادية حجر الأساس أو الركن الأساسي في تحقيق إرشاد فعال، وتشارك جميع نظريات الإرشاد في التأكيد على أهمية هذه العملية في نجاح العمل الإرشادي.

وتعرف العملية الإرشادية بأنها مجموعة من الخطوات المهنية أو المراحل التي يتعين على المرشد النفسي أن يسلكها مع العميل بهدف مساعدته على فهم ذاته وتنمية قدراته واستعداداته مما يعينه في التغلب على مشكلاته وتؤدي به إلى تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي. (حسين، 2004، 260)

وقد اعتبرها (Nystul, 2011) فن وعلم، فمن خلال فن الاستماع يحاول المرشد النفسي الدخول إلى عالم المسترشد لنقل مشاعر الرعاية والاهتمام به ومساعدته على أن يصبح على وعي بمناحي القوة والجمال الخفية لديه كما أن فن الإرشاد النفسي يعترف بأهمية ردود الفعل المناسبة لقضايا التنوع مثل الثقافة والجنس والروحانية، وتلعب هذه النقاط دورا مهما في فهم وممارسة الإرشاد النفسي. أما علم الإرشاد النفسي فيخلق حالة من التوازن بإضفاء بعد موضوعي للفن الشخصي في العملية الإرشادية من خلال الاستفادة من الأدوات العلمية لاكتساب فهم موضوعي لما يحدث أثناء المراحل المختلفة من بناء العلاقة الإرشادية إلى نهاية المتابعة.

العوامل المؤثرة في العملية الإرشادية:

تعرض العملية الإرشادية إلى العديد من المتغيرات التي تؤثر في سيرورتها نوردها على النحو التالي: (ملحم، 2015، 85)

-متغيرات مرتبطة بالمرشد: مثل العوامل والسمات الشخصية للمرشد وأفكاره ونظراته إلى العالم وقيمه وخبراته وتوجهاته...إلخ.

-متغيرات مرتبطة بالمسترشد: مثل نظرة المرشد إلى العالم، وسماته الشخصية، وأفكاره وقيمه، ومدى استعدادة للتغيير، وسماته الثقافية، وتوقعاته من العملية الإرشادية...إلخ.

-متغيرات مرتبطة بما يجري في العملية الإرشادية: وتشتمل على كل المتغيرات التي لها علاقة بطبيعة العلاقة الإرشادية والمتغيرات المرتبطة بمراحلها، إذ لكل مرحلة من العملية الإرشادية وظائفها ومهامها وأهدافها التي تتطلب من المرشد مهارات معينة لتحقيقها.

-متغيرات مرتبطة بنتيجة التفاعل المتتابع: حيث يتواصل التفاعل لحظة بلحظة وتؤثر فيه عدة متغيرات مثل تدخلات المرشد وطرقه وأساليبه ومهاراته، وردود أفعال المسترشد وحاجاته وسلوكه أثناء وضمن تنفيذ العملية الإرشادية.

النماذج المستخدمة في العملية الإرشادية:

قدم عدد من الباحثين نماذج متعددة تصف العملية الإرشادية في صورة خطوات تتبعية يمكن للمرشد أن يهتدي بها في عمله مع المسترشد، وقد لخص ملحم (2015، 85) بعض هذه النماذج على النحو التالي:

نموذج كورمير وهاكني (Cormier & Hackney) والذي يشتمل على خمس مراحل رئيسية هي:

-بناء العلاقة الإرشادية وتمثل المناخ النفسي الذي يتولد من التفاعل بين المرشد والمسترشد حيث تؤدي تلك العلاقة الإرشادية إذا كانت جيدة إلى نمو نفسي جيد، أما العلاقة الإرشادية الضعيفة فتؤدي إلى نتائج غير مرغوبة، ويشير الباحثون في هذا المجال إلى أن استمرار العلاقة الإرشادية يطور بالضرورة المناخ النفسي الايجابي في العلاقة الإرشادية.

-تقييم المشكلة: وتتضمن جمع وتصنيف المعلومات التي ترتبط بالسبب الذي جاء من أجله العميل إلى الإرشاد، وعلى المرشد أن يفتح جميع قنوات الاتصال التي تتيح له تلقي المعلومات من العميل مستخدماً في جمعه لتلك المعلومات عدداً من المهارات الخاصة بعملية التقييم في الإرشاد منها الملاحظة والاستفسار وتسجيل المعلومات وتنظيمها كي يسهل التعامل معها.

-تحديد أهداف الإرشاد: وتمثل النتائج التي يمكن الحصول عليها عند انتهاء العملية الإرشادية، فهي إذن المخرجات التي يريد المسترشد الوصول إليها عند نهاية العملية الإرشادية.

-التدخلات: وتشير إلى الأعمال والأنشطة والاجراءات التي من شأنها تحقيق أهداف العملية الإرشادية، وهي بالتالي خطط عمل توضع من أجل مساعدة المسترشد على تحقيق أنواع محددة من النتائج.

-الانتهاء والمتابعة: وتتضمن ثلاث عمليات أساسية هي الانهاء الذي يشير إلى التقييم الجيد من قبل المرشد والمسترشد لمدى التقدم في تحقق الغايات والأهداف التي تم انجازها. والتحويل ويقصد بها توجيه العميل إلى فرد آخر أو وكالة للحصول على مساعدة خاصة غير متوفرة لدى

المصدر الأصلي. والمتابعة باعتبار أن العملية الإرشادية تمثل خبرة نمائية هدفها تسهيل نمو الفرد وقدرته على الاهتمام بالمشكلات الجديدة بفعالية أكثر، وعلى المرشد أن يأخذ بعين الاعتبار سبل الاستفادة من الخدمات التي يقدمها للمسترشد وبيان سبل الاتصال به مستقبلاً.

نموذج وليامسون (Williamson) وهو مشتق من نظرية السمات والعوامل، وأطلق عليها النموذج الاكينيكي، وقد اشتملت على ست خطوات متتابعة هي: التحليل وتتضمن تحديد المعلومات المطلوب جمعها بطرق ومصادر متعددة. التركيب وتتضمن صياغة المعلومات السابقة ومعرفة تفاعلها وترابطها. التشخيص وتتضمن معرفة أسباب المشكلة وكيفية تفاعلها. المأل وهو التكهن المحتمل لتطور الحالة. العلاج وهو تحديد فنيات العلاج وتقديمها عبر أساليب معينة. المتابعة: والقصد منها تتبع وضعية الحالة للتأكد من فعالية العلاج ومدى ملائمتها.

نموذج هل وأوبرين (Hill & O'brien) وقد تمحور حول ثلاث عمليات رئيسية هي:

-مرحلة الاستكشاف: ويقصد بها أن يكون المرشد قد أصبح مندمجاً ومشاركاً في العملية الإرشادية، بحيث يستطيع استكشاف الأفكار والمشاعر والتصرفات الهامة المرتبطة بتلك العملية.

-مرحلة التبصر: باعتبارها عملية فهم المسترشد لنفسه واستطاعته بيان أسباب سلوكه وأفكاره ومشاعره، وهي تشمل الخبرة التي يستطيع المسترشد معها إدراك نفسه والعالم من حوله بطريقة جيدة.

-مرحلة العمل (التنفيذ): وتهدف إلى مساعدة المسترشد على استكشاف السلوكيات الجيدة الممكنة ومساعدته في تقدير الأعمال وتسهيل نمو المهارات اللازمة للتنفيذ، وتقديم التغذية الراجعة حول محاولات التغيير، ومساعدته في تقييم العمل وفي وضع خطته.

نموذج برامر وشوستروم (Brammer & Shostrom) وقد أطلق عليه الإرشاد المحقق للذات، وقد اشتمل على تحديد مشكلة الحالة ومدى حاجتها للعلاج بناء العلاقة الإرشادية، تحديد أهدافها، العمل مع المشكلات والأهداف، تسهيل الوعي وتخطيط برنامجه، تقويم النتائج وإنهاء العلاج.

مراحل العملية الإرشادية

مما لا شك فيه أن هناك خطوات منهجية واضحة يتبعها المرشدون النفسيون في أداءهم لعملية الإرشاد وهي تتضمن ما يلي:

- الإعداد للعملية الإرشادية:

وتعد خطوة ضرورية للبدء بعملية الإرشاد، فبعد استقبال المسترشد يقوم المرشد بالخطوات التالية:

* الاستعداد للعمل والتخطيط الدقيق للعملية الإرشادية وتهيئة ظروفها ومتطلباتها مثل المكان المناسب، والوقت الكافي وتوفير وسائل جمع المعلومات والتشخيص والتقييم.

* إعداد المسترشد لتقبل الخدمة الإرشادية وضمان تعاونها، ويتطلب ذلك تحقيق الألفة والثقة مع المسترشد في بداية العملية، لأنه من الصعب على المسترشد تقبل خدمة من المرشد لا يثق به أو لا يألفه، كذلك لا بد أن يتعرف المرشد على توقعات المسترشد ومشاعره حول مستقبل التدخل وأهدافه، وقد تكون هذه التوقعات قليلة أو كثيرة.

* تنمية مسؤولية المسترشد لقبول الخدمة الإرشادية وتحملها، وأن يكون إيجابياً في التعامل مع البرنامج العلاجي، ولا بد أن يعلم أن عصب عملية الإرشاد هو مسؤوليته في التعلم من خبرة الإرشاد.

* تحديد عدد الجلسات الإرشادية ومدتها مبدئياً، والاتفاق على الوقت والجهد والتكاليف المترتبة على عملية الإرشاد خصوصاً مبدأ السرية. (أبوزعزع، 2009، 285)

- بناء العلاقة الإرشادية:

يقصد بالعلاقة الإرشادية تفاعل ينشأ بين المرشد والعميل يعكس مدى ثقة العميل في المرشد النفسي ومدى تعاونها معه، وكلما قامت العلاقة الإرشادية على أساس الاهتمام والثقة المتبادلة بين الطرفين فإنها تأتي بمعلومات أكثر أهمية وفائدة عن العميل، أما إذا كانت العلاقة الإرشادية يشوبها الفتور والتوتر فلن تكون فعالة وستكون نتائجها سلبية، فالعلاقة الإرشادية الصحيحة هي التي ينجح المرشد النفسي فيها في العملية الإرشادية. (حسين، 2004، 260)

إذن في هذه المرحلة، يتم بناء علاقة مهنية هادفة بين المرشد والمسترشد تقوم على أساس الثقة المتبادلة بينهما، ضمن معايير تحدد دور كل منهما ومسؤوليته، وتهدف هذه العلاقة إلى تحقيق الأهداف الخاصة والعامّة للمسترشد، ومساعدته على التعبير عن مشاعره وأفكاره وكيفية مواجهتها، وتعلم مهارات حياتية جديدة يطبقها خارج العلاقة الإرشادية لتغيير سلوكه، كما تهدف إلى تنمية التوجه الذاتي لدى المرشد، وهناك ميزات تميز العلاقة الإرشادية عن غيرها من العمليات الإنسانية أهمها أنها علاقة مهنية ولا يجوز أن تتطور إلى علاقة عاطفية، كما أن التواصل اللفظي وغير اللفظي من قبل المرشد يكون مرتب ومؤقت حيث يستجيب لأفكار ومشاعر المرشد بطريقة واعية وفي الوقت المناسب بعيدا عن التدخل في أمور المرشد الخاصة وفيما لا يعنيه ما لم يطلب منه ذلك، وهناك حد زمني لا بد أن تقف عنده العلاقة الإرشادية يقدره المرشد حسب مشكلة المرشد وشخصيته. (ملحم، 2015، 287)

- جمع المعلومات وتفسيرها:

وفيها يقوم المرشد بجمع المعلومات والبيانات المطلوبة عن العميل من خلال استخدام كافة أدوات جمع البيانات الممكنة مع مراعاة تعددها والشروط العامة التي تكفل نجاحها والثقة في المعلومات التي تقدمها.

وفي هذه الخطوة يقوم المرشد أيضا بتنظيم المعلومات التي حصل عليها وتنسيقها وتفسيرها بناء على شخصية المرشد وتوجهاته النظرية التي يتبناها.

-التشخيص وتحديد المشكلة:

ويقصد به التعرف على المشكلة التي يعانيها منها العميل وتمييزها ومعرفة وأسبابها وأعراضها وذلك بهدف الوصول إلى تحديد طريقة إرشادية تناسب شخصية العميل ومشكلته، كما أن عملية التشخيص النفسي تساعد المرشد على التنبؤ بما ستكون عليه حالة العميل في المستقبل ومدى النجاح الذي قد يحقق من العملية الإرشادية.

-تحديد طرق وفنيات الإرشاد المناسبة:

وهنا يتوجب على المرشد النفسي قبل أن يختار الطريقة الإرشادية وأن يحدد الأهداف الإرشادية التي يسعى إلى تحقيقها من خلال عملية الإرشاد، كون طرق الإرشاد هي الوسيلة التي يستخدمها

المرشد لتحقيق الأهداف الإرشادية مع مراعاته الوقت المناسب لتفعيل الطريقة الإرشادية المختارة.

ويعتمد اختيار طرق الإرشاد على عدة محكات أساسية نوردتها كما يلي:

* خصائص المرشد وتفضيلاته ومكامن قوته في التدخل.

* الدراسات السابقة للاطلاع على مدى استخدام الطريقة ودرجة نجاحها.

* مراعاة العوامل البيئية التي تتضمنها بيئة الإرشاد أو بيئة العميل مثل التجهيزات والتكلفة ومدى توافر أطراف معززة في البيئة الطبيعية للعميل.

* طبيعة مشكلة العميل.

* طبيعة الأهداف النهائية.

* خصائص المسترشد وتفضيلاته إذ لا ينبغي على المرشد أن ينفرد بعملية اختيار طريقة الإرشاد وأن تكون الطريقة مناسبة لخصائص شخصية العميل وحاجاته.

* ملامح التشخيص وأنماطه.

وتتعدد طرق وفتيات الإرشاد النفسي بتعدد نظريات الإرشاد النفسي، ولكن رغم اختلاف صورها وأشكالها فهي تسعى دائما إلى مساعدة العميل على استبصار ذاته وفهم نواحي القوة والضعف في شخصيته، وعلى أن يتقبل ذاته كما هي وفهم دوافعه ومصدر متاعبه، فضلا على أنها تساعد على تفرغ الانفعالات المكبوتة والخبرات المؤلمة التي مر بها في حياته، إضافة إلى مساعدة العميل على تغيير أنماط سلوكه والتخلص من السلوكيات غير التوافقية وتعلم المزيد من الاستجابات السلوكية والمهارات الجديدة الملائمة وإحداث تغيرات ايجابية في الجوانب والأبنية المعرفية من خلال استبدال الأفكار والمعارف الخاطئة التي يكونها الفرد نحو ذاته ونحو الآخرين إلى أفكار ومعارف مقبولة وأكثر منطقية. (حسين، 2004، 265)

-تقييم العملية الإرشادية:

ويقصد بها تقييم عملية الإرشاد النفسي في ضوء نتائجها وآثارها، والحكم على مدى نجاحها ونجاح النتائج التي حققها المرشد مع المسترشد مقارنة بأهداف الإرشاد المحددة سابقا، ويشترك

في عملية التقييم كل من المرشد وزملاؤه والمسترشد وبعض الأطراف من بيئة الطبيعية كالوالدين والرفاق.

وتتضمن عملية التقييم هدفين هما تقدير نتائج الإرشاد وتقييم عملية الإرشاد نفسها، فأما تقدير نتائج الإرشاد يساعد المرشد والمسترشد على تحديد نوع ومقدار التغيير في السلوك الذي يظهره العميل خلال الإرشاد وبعده، وبالنسبة لتقييم العملية الإرشادية نفسها فإنه يتضمن تحديد استخدام البيانات التي تجمع أثناء الإرشاد لمعرفة ما إذا كانت الطريقة تساعد العميل أم لا، وما إذا كان العميل يستخدم الطريقة بدقة وانتظام. وهناك عدة أساليب وطرق تستخدم في تقييم مقدار التقدم أو النجاح الذي أحرزته العملية الإرشادية نحو تحقيق الهدف المنشود، نذكر منها:

*التقييم التجريبي عن طريق اعتماد مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وتقصي التحسن لدى المجموعة التجريبية

*التقييم العام: عن طريق إجراء اختبار قبلي وبعدي للإرشاد.

*التقارير الذاتية: ويحررها العميل نفسه.

*مقاييس التقدير: والتي تستخدم عددا من المستويات مثل جيد جدا - جيد - حسن - رديء - رديء جدا.

*قوائم المراجعة وهي تضم أهداف عملية الإرشاد متجمعة في شكل قائمة وفيها يحدد العميل إذا تحقق الهدف أم لا. (الفرخ وتيم، 1999، 119)

-الإنهاء والمتابعة:

إن زمن عملية الإرشاد غير محدد، فقد تنتهي العملية في جلسة واحدة وقد تستغرق أسبوعا وقد تستغرق أشهرا وقد تمتد إلى سنة أو أكثر وبعدها يمضي العميل في طريقه، ويتوقف الزمن الذي تستغرقه عملية الإرشاد على عدة متغيرات منها:

*نوع المشكلة وحدتها.

*شخصية وتجاوب العميل.

*المرشد وطريقته في الإرشاد.(الفرخ وتيم، 1999، 120)

ولكي تنتهي العملية الإرشادية ينبغي على المرشد أن يتحقق من أن الأهداف المحددة لها قد تحققت وأن تكون عملية الانتهاء متدرجة وغير فجائية إذ على المرشد أن يمهد لذلك بأساليب مناسبة، وعليه أيضا أن يلفت نظر العميل إلى أن هناك متابعة له وذلك للتأكد من مدى استمرارية تحسنه ونجاحه، والمتابعة قد تكون نابعة من المرشد حين يشجع عليها أو قد تكون نابعة من العميل وفي كل الحالات يجب أن تقابل بالتشجيع. وعلى العموم تبرز فوائد المتابعة فيما يلي:

*شعور العميل أنه لا يزال موضع اهتمام للمرشد رغم انقطاع الجلسات المقررة.

*تشجيع العميل على مواصلة التحسن النفسي المطلوب.

*تقدم المتابعة وقاية من الانتكاسة في بعض الاضطرابات النفسية.

*تفيد المتابعة في تقويم العملية الإرشادية.(حسين، 2004، 267)

عناصر العملية الإرشادية:

-المرشد النفسي:

والذي يجب أن يتميز بمجموعة من الصفات يمكن تحديدها في أربعة جوانب رئيسية هي:

*الجانب العقلي: إذ يتوجب على المرشد أن يكون متميزا في ذكاءه قادرا على مجارات الأمور الإنسانية، ومواجهة المشكلات متبصرا.

*اهتمامات وميول المرشد النفسي: وتتجسد في قدرة المرشد على التحمل إذا كان مهتما بشكل واضح بمشكلات الإنسان، وميله نحو فهم خصوصية الفرد وخدمته.

*التحصيل العلمي والثقافة والتأهيل: فنجاح المرشد في عمله لا يقف عند حدود الشهادة التي يحصل عليها في دراسته بل لابد من امتلاك ثقافة علمية وإنسانية واسعة تحقق له الاطلاع على كل جوانب الأمور المتعلقة بتخصصه كمعالج ويجب أن يكون على اتصال مستمر بمنجزات علم النفس بشكل خاص والعلوم الإنسانية بشكل عام.

*أخلاقيات المرشد: ويتجه هذا العنصر إلى ضرورة أن المتخصص في العلاج والإرشاد النفسي يجب أن يحمل شعورا عميقا أنه يراعي مصالح الآخرين ويحترمهم وأن عمله الأساسي مرتبط ارتباطا وثيقا بتحقيق هذه المصلحة. كما لا بد عليه من وضوح العلاقة بينه وبين العميل خاصة وأن كثيرا من قضايا العلاج النفسي تكون من الدقة ما يمكن أن تثير مشكلات للمرشد والعميل على حد سواء.

أما عن قيم المرشد وفلسفته في الحياة، فلا يمكن للمرشد أن يضع قيمة للعميل للاستناد عليها في حياته إذ لا بد أن يأخذ بعين الاعتبار سلوك واختيارات العميل في ذلك، وعلى المرشد أن يمنح الحرية للعميل في اختيار قيمه وسلوكه الذي قد يختلف تماما عن المرشد. (ملحم، 2015، 91)

-البيئة الإرشادية:

يعتبر المكان الذي يمارس فيه الإرشاد عنصرا هاما في نجاح العملية الإرشادية، إذ يجب توفير مكان خاص يناسب طبيعة العمل الإرشادي ويكون معروفا للمرشدين والمسترشدين، ويمكن الإشارة إلى أمور مهمة يجب أن تتوفر في مكان الإرشاد. (المشاقبة، 2008، 76-77)

* يجب أن يكون حجم الغرفة مناسباً.

* يجب أن تحتوي الغرفة على مقعدين أحدهما مريح للمسترشد حتى يشعره بالاسترخاء وآخر للمرشد يسمح له بالحركة، ويمكن أن تحتوي الغرفة على مقاعد أخرى لمرافقي المسترشد أو لأعضاء المجموعة الإرشادية في الإرشاد الجمعي مثلا.

* يجب أن تحتوي الغرفة على مكتب اشعارا بوجود علاقة إرشادية مهنية رسمية ولتسهيل أداء المرشد لعمله.

* يجب توفير الاضاءة والتهوية المناسبة.

* من المفضل أن تكون الألوان في غرفة المكتب هادئة وتبعث على الارتياح وأن تخلو من النقوش التي من الممكن أن تمثل بعض الدلالات للمسترشدين.

* توفير هاتف لضرورته في إنجاز الأعمال، ولكن من المهم أن لا يتلقى المرشد مكالمات هاتفية أثناء الجلسة الإرشادية.

*يجب أن يكون هناك مكان لحفظ الملفات والمستندات المتعلقة بالمسترشدين وأن تحظى الملفات بنوع من السرية احتراماً لأخلاقيات المهنة.

*من المفضل أن تكون هناك مكتبة إرشادية تضم بعض الكتب والنشرات المتعلقة بالإرشاد.

*يجب أن تكون الغرفة هادئة وخالية من الضوضاء لأن الضجيج يولد القلق عند المسترشد ويشتت أفكاره ويؤثر على سير المقابلة والعملية الإرشادية ككل.

-العلاقة الإرشادية:

تعتبر العلاقة الإرشادية حجر الزاوية في عملية الإرشاد، بحيث يحرص كل المرشدين على أن تبدأ هذه العلاقة بداية حسنة منذ المقابلة الأولى التي تتم بين المرشد والعميل، وهي عملية دينامية يساعد من خلالها فرداً فرداً آخر قصد النهوض والنمو والتطور والأداء الأفضل ضمن حياة لها معنى.

إن العلاقة الإرشادية هي علاقة احترام موجب ومتبادل وغير مشروط، أي بدون محاولات من قبل المرشد للحكم على العميل حكماً تقويمياً، فالعلاقة يجب أن تسودها الثقة والاهتمام المشترك مع نوع من الاعتدال، فلا هي حنوزائد ولا هي تعامل رسمي متزمت، كما أن العلاقة الإرشادية هي تفاعل واتصال بين المرشد والمسترشد كونه وسيلة تقوي العلاقة أو تقوضها، ويمكن أن يأخذ التفاعل والاتصال أشكالاً عديدة تشمل الاتصال اللفظي والإشارات والتلميحات، وقد يكون رمزياً له معاني ضمنية يفهمها كل من المرشد والمسترشد، فالمرشد هو الذي يختار العناصر التي يركز عليها والعناصر التي يتخطاها والعناصر التي يستجيب لها استجابة وقتية مباشرة، والعناصر التي يضعها جانبا إلى حين وقتها مستقبلاً. (ملحم، 2015، 93)

-الجلسات الإرشادية:

يحتاج المرشد النفسي كي يبدأ بعلاقة إرشادية سليمة جواً نفسياً صحياً، وهذا يظهر من خلال الجلسات الإرشادية التي تتم بين المرشد والمسترشد، كون الجلسة الإرشادية (المقابلة) مهمة في العملية الإرشادية باعتبارها علاقة إنسانية بين المرشد الذي يقدم المساعدة والمسترشد الذي يطلبها، بحيث تتم في مكان محدد وبناء على موعد مسبق لفترة زمنية معينة من أجل تحقيق أهداف خاصة، ويتم على مستوى الجلسات الإرشادية تحقيق ما يلي:

*بناء ونمو علاقة إرشادية دافئة.

*تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها.

*تحديد أهداف الإرشاد انطلاقاً من عملية التشخيص.

*تحديد طرق وفتيات الإرشاد المناسبة في كل جلسة.

*تقييم النتائج في ضوء الأهداف المسطرة.

*إنهاء المقابلة الإرشادية. (المشاقبة، 2008، 90)

وحتى تتوفر الجلسات الإرشادية على جو إرشادي صحي سليم لا بد أن تتوفر على بعض الخصائص نذكر منها: (ملحم، 2015، 94)

*الثقة المتبادلة: حتى يأمن العميل على نفسه وأسراره، الأمر الذي سيساعده على الاسترخاء والطمأنينة وبالتالي يعرض ذاته ومشكلته عرضاً دقيقاً.

*الاستعداد للمساعدة: إذ لا بد أن يتضح للمرشد رغبة المسترشد الملحة والمخلصة للمساعدة، خاصة وإن دعمت بإظهار المرشد استعداداً لمساعدة العميل في مجالات أوسع من مجرد المشكلة المحددة طبعاً.

*التقبل غير المشروط: إذ على المرشد أن يتقبل المسترشد دون نقد أو لوم أو تأثر بأحكام مسبقة، وتساعد المشاركة الوجدانية المسترشد على أن يبلور إحساساً بأن المرشد يقبله كما هو ويشعر به ويحاول فهم عالمه الداخلي والخارجي وفق الإطار المرجعي الذي يدركه المسترشد.

*حسن الإصغاء: إن حسن الاستماع ودقة الملاحظة وتركيز الانتباه لكل قول أو فعل من العوامل التي تساعد المرشد النفسي على إدراك الجوانب المختلفة لمشكلة المسترشد، بحيث يكون تدخل المرشد هنا بقدر محدود وعند الضرورة لغرض مساعدة المسترشد على الاسترسال والبوح والتنفيس الانفعالي.

*المسؤولية المشتركة: معناه فهم كل من المرشد والمسترشد لدوره ودور الطرف الآخر.

* التسامح: وهذا أمر يستلزمه التقبل غير المشروط، كما أن من حق المسترشد تقرير مصيره واحترام شخصيته كإنسان لذا توجب التسامح معه ومعاملته معاملة حسنة ضمن علاقة أكثر إنسانية بينه وبين المرشد.

وتنقسم الجلسات الإرشادية حسب الهدف إلى ما يلي: (المشاقبة، 2008، 91-92)

*المقابلة أو الجلسة الأولى: وهذه الجلسة لها أهمية خاصة كونها بداية العمل الإرشادي، والبداية في أي عمل تحدد مسار العمل ونصيبه من النجاح، فكثير من الأمور الخاصة بالعملية الإرشادية يتحدد بناء على ما يحدث في هذه الجلسة فهي الدليل لتنظيم باقي الجلسات، وفيها يعرف المرشد النفسي عن المسترشد معلومات كثيرة مثل المعلومات الشخصية والمهنية الدراسية، وفيها أيضا يتكون الانطباع الأولي عن مدى رغبة المسترشد في الاستفادة من العملية الإرشادية، كما يقدم المرشد في الجلسة الأولى معلومات أساسية للمسترشد حول العمل الإرشادي وأخلاقياته وخططه وأسلوب المقابلات اللاحقة.

* الجلسات التشخيصية والعلاجية: وهي جلسات تلي الجلسة الأولى في حال اتفاق المرشد والمسترشد على الاستمرار في العمل الإرشادي ووضع خطة أولية للعمل، ولا تختلف الجلسة التشخيصية عن الجلسة الأولى من حيث البناء، فكل جلسة يمكن تقسيمها إلى أربع مراحل هي مرحلة الإعداد للجلسة، مرحلة الافتتاح، مرحلة البناء، وأخيرا مرحلة الإنهاء؛ والأمر المهم هنا أن تقسيم الجلسة ليس جامد ولا مقيد ولكنه أمر بنائي مرن يقوم به المرشد على النحو الذي يناسب كل جلسة، فيقوم بالتمهيد للجلسة وافتتاحها ثم تأتي مرحلة البناء وهي جسم المقابلة وأساسها وفيها تناقش الموضوعات بالتفصيل وفي كل الجوانب، وهنا يستخدم المرشد كل مهاراته الإرشادية، ثم تأتي مرحلة الإنهاء أين يلخص المرشد كل ما دار في الجلسة ويمهد للجلسة اللاحقة. والملاحظ عموما أن نجاح المرشد في التواصل المتبادل بينه وبين المسترشد هو الذي يسمح للمسترشد التواصل مع ذاته، وبالتالي يتوقف نجاح العملية الإرشادية كلها على حدوث تواصل صحيح بين المرشد والمسترشد وبين المسترشد ونفسه.

قائمة المراجع:

- أبو زعزع، عبد الله. (2009). أساسيات الإرشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق. عمان: دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.
- ابراهيم عيد، محمد. (2005). مقدمة في الإرشاد النفسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو عيطة، سهام درويش. (2002). مبادئ الإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- أحمد، سهير كامل. (2000). التوجيه والإرشاد النفسي. مصر: مركز الاسكندرية للكتاب.
- البلوي، محمد نواف. (2014). مبادئ الإرشاد في المجال العسكري. السودان: دار الجنان للنشر والتوزيع.
- الداهري، صالح حسن. (2016). الأشراف في الإرشاد النفسي التربوي - الأسس والنظريات. عمان: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- القريطي، عبد المطلب أمين. (2010). الإرشاد النفسي للمسنين، دواعيه وأهدافه وفنياته. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 20، العدد 66، 31-53.
- العماري، الصديق الصادقي. (2014). المدرس ونظم العمل في مجال الإرشاد النفسي. مجلة كراسات تربوية، العدد الأول، 53-76.
- الفرخ، كاملة وتيم، عبد الجابر. (1999). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- الफल، نبيل محمد. (2014). دليلك لبرامج الإرشاد النفسي من التصميم إلى التطبيق في البحوث والإرشاد الطلابي. مصر: دار العلوم للنشر والتوزيع.
- المالكي، موزة عبد الله. (2005). مهارات الإرشاد النفسي وتطبيقاته. الدوحة: المجلس الوطني للثقافة والفنون والتراث.

- المشاقبة محمد. (2008). مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين. عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.
- المصري، ابراهيم سليمان. (2010). الإرشاد النفسي أسسه وتطبيقاته. عمان: عالم الكتاب الحديث.
- بلان، يوسف كمال. (2015). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. الأردن: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- حسين، طه عبد العظيم. (2004). الإرشاد النفسي النظرية-التطبيق-التكنولوجيا. عمان: دار الفكر.
- زهران، حامد عبد السلام. (1998). التوجيه والارشاد النفسي. ط3. القاهرة: عالم الكتاب.
- عبد العظيم، حمدي عبد الله. (2012). مهارات التوجيه والإرشاد في المجال المدرسي. مصر: مكتبة أولاد الشيخ للتراث.
- عبد العظيم، حمدي عبد الله. (2012). مهارات التوجيه والإرشاد في المجال المدرسي. مصر: مكتبة أولاد الشيخ للتراث.
- عطا، عبد الكريم كريم. (2014). الضغوط النفسية لدى المراهق ومفهوم ذاته. عمان: دار حامد.
- ملحم، سامي محمد. (2015). الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر. عمان: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- مصباح، عامر. (2003). التنشئة الاجتماعية والسلوك الانحرافي لتلاميذ المدرسة الثانوية. الجزائر: دار الأمة للنشر والتوزيع.
- مصطفى، حسن أحمد. (1996). الإرشاد النفسي لأسر الأطفال غير العاديين. مصر: المرجع.
- موسى، مي محمد. (2016). التوجيه والإرشاد النفسي والسلوكي للطلاب. عمان: دار دجلة ناشرون وموزعون.

Nystul, Michael S. (2011). Introduction to counselling: an art and science perspective. SAGE Publication, Inc.

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
1	معلومات عن المقياس
2	تقديم المقياس
3	خريطة ذهنية للمحاور والعناصر الأساسية التي تضمنتها محاضرات الإرشاد النفسي
4	تمهيد
4	مفهوم الإرشاد النفسي.
7	الإرشاد النفسي والعلاج النفسي
10	التوجيه والإرشاد النفسي
14	الإرشاد النفسي من منظور تاريخي
18	أهداف الإرشاد النفسي
21	الحاجة إلى الإرشاد النفسي
23	مفاهيم خاطئة عن الإرشاد
24	مناهج واستراتيجيات الإرشاد النفسي
26	أسس ومسلمات الإرشاد النفسي
26	أولاً: الأسس والمبادئ العامة
30	ثانياً: الأسس الفلسفية
32	ثالثاً: الأسس النفسية والتربوية
38	رابعاً: الأسس العصبية والفسولوجية
39	نظريات الإرشاد النفسي
40	نظرية التحليل النفسي
50	نظرية السمات والعوامل
56	النظرية السلوكية
62	نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي
69	نظرية الإرشاد المتمركز حول المسترشد
74	مبادئ الارشاد النفسي
74	حسب ميادين الإرشاد
74	أولاً: الإرشاد التربوي
76	ثانياً: الارشاد المهني
81	ثالثاً: الإرشاد الأسري
84	رابعاً: الإرشاد الزوجي
86	حسب الفئات المستفيدة من الإرشاد

86	أولاً: إرشاد الأطفال
88	ثانياً: إرشاد المراهقين
91	ثالثاً: إرشاد كبار السن
93	رابعاً: إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة
99	طرق الإرشاد النفسي
99	حسب دور المرشد والمسترشد
99	أولاً: الإرشاد غير المباشر
101	ثانياً: الإرشاد المباشر
104	حسب عدد الأفراد المشاركين في الجلسة
104	أولاً: الإرشاد الفردي
105	ثانياً: الإرشاد الجماعي
113	العملية الإرشادية
113	العوامل المؤثرة في العملية الإرشادية
114	النماذج المستخدمة في العملية الإرشادية
116	مراحل العملية الإرشادية
120	عناصر العملية الإرشادية
125	قائمة المراجع
128	فهرس المحتويات