

السيد عميد كلية التربية الاساسية المحترم ...

فيما يلي ادناه خمسة محاضرات في مادة طرائق واساليب ارشادية تدرس في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

المرحلة الثالثة

من قبل التدريسية / دنيا جليل اسماعيل

المحاضرة الاولى الارشاد النفسي الفردي

ما هو الارشاد النفسي الفردي

يعرف الارشاد النفسي من الناحية التطبيقية بأنه علاقة مهنية بين الاخصائي النفسي او الاخصائيين النفسيين والطالب حيث يقوم الاخصائي بمساعدة الطالب على معالجة بعض الصعوبات او المشكلات النفسية وابعادها الشخصية والاجتماعية والاسرية والاكاديمية والثقافية.

اهداف الارشاد النفسي الفردي:

١. يركز الارشاد النفسي الفردي على الافراد الذين يتمتعون بدرجة جيدة من الصحة النفسية

وعلى النواحي الايجابية من شخصية الفرد ويعمل على تنميتها واستثمارها.

٢. يركز الارشاد النفسي الفردي ايضاً على تفاعل الفرد مع البيئة وعلى تنمية الجوانب

التعليمية والمهنية للفرد.

٣. يهدف الارشاد النفسي الى علاج المشكلات التي يعاني منها الفرد او الوقاية من

المشكلات بالاضافة الى تنمية الامكانيات الذاتية للفرد .

٤. يلتزم المرشدون النفسيون باخلاقيات المهنة والتي اهمها الاحتفاظ بسرية المعلومات التي

يفصح عنها الطالب .

يتطلب تقديم الارشاد كفاءة علمية وخبرة واسعة في التعامل مع صعوبات ومشكلات الطلبة.

فوائد الارشاد الفردي

- يتيح الارشاد والعلاج النفسي الفردي للطالب فرصة للتحدث مع المرشد النفسي حول بعض المشكلات الشخصية التي يصعب عليه مواجهتها بمفرده .
- الارشاد الفردي يساعد الطالب على مناقشة الصعوبات او المشكلات التي تواجهه في ضوء علاقة مهنية تعتمد على اخلاقيات واسباس علمية ومهنية .
- مساعدة الطالب في فهم ومعالجة مشكلات الشخصية والاجتماعية والمهنية .
- يقوم المرشد النفسي بمساعدة الطالب على تحديد اهداف معينة للعمل على تحقيقها من خلال عملية الارشاد ؟
- يساعد المرشد النفسي الطالب على استكشاف الخيارات المتاحة امامه واختيار الانسب منها بما يتفق وامكانات البيئة المحيطة به .

دور المرشد النفسي في الارشاد النفسي الفردي :

يختلف دور المرشد النفسي في عملية الارشاد الفردي باختلاف النظرية التي يتبناها المرشد النفسي ويتبعها في عملية الارشاد وتعتمد فاعلية العملية الارشادية بشكل رئيسي على العلاقة الارشادية التي تحدث بين كل من المرشد والمسترشد وتبادل المعلومات واثارة الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل خاصة وان المرشد النفسي يعطي للعميل حرية عرض مشكلاته والكشف عما لديه من افكار ومشاعر وخبرات .

عدد الجلسات الارشادية المقدمة للطالب :

الحد الاقصى لارشاد الطالب ما هو ١٠ جلسات في كل فصل دراسي بمعدل ٤٥ دقيقة للجلسة الواحدة .

بالتنسيق مع المرشد النفسي وتحديد عدد الجلسات الارشادية ومدة كل جلسة وفقا للاهداف في بعض الحالات يمكن للطالب الحصول على عدد من الجلسات الارشادية يزيد او يقل عن ذلك التي سيتم الاتفاق عليها .

التحويل الى جهات اخرى اكثر اختصاصا في مساعدة الطالب

يتم تحويل الطلبة الى جهات اخرى داخل الجامعة او خارجها لتلقي الخدمة المناسبة في حال عدم توفرها في المركز يتم ذلك وفق اجراءات تنظم عملية التحويل ومن اليها قسم الطب النفسي بمستشفى توام ومستشفى العين الحكومي بالاضافة الى التعلم الذاتي وحدات التقوية وغيرها .

وظائف الارشاد الفردي

يمكن اجمال اهم الوظائف الرئيسية للارشاد الفردي بما يلي

أ. تبادل المعلومات والاثارة الداخلية لدى المسترشد .

ب. تفسير المشكلات

ج. وضع خطط العمل المناسبة

حالات استخدام الارشاد الفردي

يستخدم الارشاد الفردي مع الطلاب الذين يعانون من المشكلات ذات الطابع الشخصي والتي لا يصلح عرضها امام الاخرين كما في العلاج الجماعي اي تلك الحالات التي تتطلب درجة من السرية ومن بين تلك المشكلات ما يلي

١. المشكلات الاجتماعية :كانعكاس المشكلات ذات الطابع الاسري على ما يعانيه التلميذ من اثار نفسية وتحصيلية مثل حالات الطلاق والهجر ووفاة احد الوالدين، والخلافات الزوجية الحادة.. وغيرها.

٢. المشكلات النفسية: مثل التي تحدث بسبب اصابة التلميذ باحد الامراض الخطيرة او اعاقات جسدية او حسية، او المشكلات النفسية التي تحدث نتيجة لما يعانيه التلميذ من اضطرابات نفسية كالوحدة النفسية، او السلوك العدوانى، او المخاوف المرضية.

٣. المشكلات المدرسية: ومن بينها مشكلة التسرب المدرسي، والرسوب المتكرر، وصعوبات التعلم، والغياب المستمر، وغيرها من المشكلات ذات الطابع المدرسي.

وهناك مجموعة من انماط الاشخاص الذي يصلح معهم الارشاد الفردي وهم على النحو التالي:

١. يصلح الارشاد الفردي مع الطلاب اصحاب التوجه النفسي، اي الذين ينظرون الى مشكلاتهم الذاتية والشخصية في المقام الاول، ويرون انه لا فائدة من التعامل مع الاخرين لا يحترمون بما يقوله الاخرون، ولذيم استعداد ضعيف للمشاركة الوجدانية والاغلبية من هؤلاء لديهم ميول للتمركز حول الذات (وان كان بدرجات مختلفة)

٢. يصلح الارشاد الفردي مع الطلاب الذين لديهم اسباب مقنعة او غير مقنعة للغياب المتكرر عن جلسات الارشاد الجمعي، لان كثرة الغياب لا يساعد على تحقيق الاهداف الموضوعية، بالاضافة الى انه مضيعة للوقت والجهد، ويجعل هناك تفاوت بين افراد الجماعة في متابعة وتنفيذ خطوات البرنامج الارشادي.

٣. يصلح الارشاد الفردي مع الطلاب الذين يشعرون بانهم مرفوضون من الجماعة لاعتبارات تتعلق بالخصائص الجسمية او العقلية او الاجتماعية او الانفعالية، وفي هذه الحالة يكون الارشاد الفردي اكثر فعالية في المراحل الاولى لحل المشكلة، ثم يتبعه الارشاد الجماعي .

٤. يصلح الارشاد الفردي ايضاً مع الطالب النرجسي الذي لا يهتم بما يدور في محيطه شخصي من ناحية ويحاول جذب انتباه الاخرين اليه بصورة متكررة مبالغ فيها لدرجة تجعله يتجه على الاخرين وينتقدهم ويفرض اراءه عليهم، مثل هذا السلوك من المفترض ان يثير غضب الجماعة، ولذلك يفضل استخدام الارشاد الفردي مع الطالب النرجسي، في الخطوات الاولى لحل المشكلة ثم يليه الارشاد الجماعي.

٥. يصلح الارشاد الفردي ايضاً مع الطالب الذي لديه ميول انسحابية، مثل هذا النمط من الافراد يصعب ان تقدم لهم خدمات ارشادية من خلال الارشاد الجماعي، لان هؤلاء كثيراً ما يشعرون بعدم جدوى وجودهم مع جماعة، وربما يكون لديهم مشكلات مرتبطة بوجودهم مع الاخرين مثل رهاب التحدث امام الاخرين، وفي هذه الحالة يكون الارشاد الفردي اكثر فعالية.

٦. يصنع الارشاد الفردي ايضاً مع الطالب المتململ او المتهيج لان هذا النمط يسبب الكثير من الازعاج او الغضب لدى افراد الجماعة.

اجراءات الارشاد الفردي:

يعتبر الارشاد الفردي هو تطبيق اجرائي لكل ما تم عرضه من اجراءات تتعلق بالعملية الارشادية من بداية تكوين العلاقة الارشادية مروراً بالتشخيص وتطبيق للفنيات الارشادية وانهاء عمليات الارشاد حتى القيام بعملية المتابعة.

اهم مزايا الارشاد الفردي:

١. يجب ان تكون مبنية على علاقة مهنية جيدة وقوية بين المرشد الطلابي والطالب.
٢. لا بد من التخطيط لها من قبل وليست صدفة.
٣. يجب ان ينبع حل المشكلة من صاحب المشكلة اي الطالب نفسه وليس المرشد هو الذي يعرضها عليه .
٤. لا بد من جمع والبيانات الخاصة بالطالب والاعداد من قبل المرشد الطلابي للمقابلة الفردية.
٥. اثاره الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة.

المحاضرة الثانية: الارشاد الجمعي

الاسس النفسية والاجتماعية للارشاد النفسي الجمعي:

يقوم الارشاد الجمعي على الامور التالية:

كثير من الناس متشابهن في العديد من الخصائص الشخصية وفي عدد من المشكلات والحاجات ، الانسان اجتماعي بطبعه وهو غير قادر على العيش بمفرده، بل هو في حاجة الى جماعة يعيش معها يؤثر فيها ويتأثر بها.

للشخص حاجات النفسية والاجتماعية والتي لا يمكن اشباعها الا من خلال الجماعة كالحاجة الى الحب والامن والانتماء والتقدير الاجتماعي، العزلة الاجتماعية سبب هام في حدوث المشكلات والاضطرابات النفسية للفرد ان سلوك الفرد محكوم بقيم ومعايير وعادات وتقاليد المجتمع السائدة.

مجالات استخدام الارشاد النفسي الجمعي :

يستخدم الارشاد الجمعي مع كل من :

- الاطفال والمراهقين والراشدين، ومع المدمنين والمعوقين وغيرهم.
- كما يستخدم في اللعب على نطاق واسع مع الاطفال، ومع الاباء والامهات الذي يتبعون اساليب التربية الخاطئة في تنشئة اولادهم، من خلال القاء المحاضرات والمناقشات حول كيفية التعامل مع ابنائهم والمشكلات التي يعانون منها.
- كما يستخدم الارشاد النفسي مع كبار السن، خاصة ممن تظهر لديهم مشكلات اجتماعية كالحالة البعض منهم على التقاعد والشعور بالعزلة والوحدة.
- في عدد الامراض السيكومترماتية والعصابية وحالات الفصام.
- مع الافراد الذين يعانون من مخاوف اجتماعية او الذين يفتقرون الى الثقة بالنفس.
- يستخدم مع الجناح في علاج حالات سوء التوافق المدرسي وسوء التوافق الاسري.
- يستخدم مع بعض العادات السيئة كالتدخين والادمان
- يستخدم في علاج الكثير من المشكلات النفسية كالانطواء والاكتئاب اللاتوكيدية والوحدة النفسية .
- يعتبر من الاساليب الناجحة في ارشاد المراهقين الذين يلجأون الى الشغب وممارسة العدوان.

اهمية الارشاد النفسي الجمعي :

يقدم الارشاد الجمعي خدمات ارشادية في جميع مجالات الحياة الصحية والنفسية والتربوية والاجتماعية وغيرها، وهو في اهميته واهدافه يتفق والارشاد النفسي الفردي في تقديم المساعدة للفرد كما للجماعة من اجل تحقيق الهدف الارشادي الذي جاءت من اجله الجماعة، وقد اشارت العديد من الدراسات (Thompson, et al. ٢٠٠٤) (Jacobs , et.al. ٢٠٠٢) (Goodman & Bates, ١٩٨٦) الى اهمية الارشاد الجمعي في الامور الرئيسية التالية :

١. **يتفاعل الافراد في الارشاد الجمعي:** ونعني به التفاعل بين اعضاء المجموعة الارشادية بهدف تحقيق المشاركة والاندماج والتوحد في النشاط الاجتماعي، ويشترك اعضاء المجموعة الارشادية في استعراض الاحداث الحياتية لكل منهم، واطهار التفاعل.
٢. **الفاعلية:** بحيث يتمكن المرشد النفسي من تلبية حاجات العملاء في المجموعة الارشادية الواحدة، وايصال الخدمات لكل واحد منهم، وفي وقت قياسي نسبياً.
٣. **موقف الجماعة:** فالموقف التي تجمع افراد المجموعة الارشادية تساعد الافراد على تطوير نوع من العلاقة الارشادية فيما بينهم، وتلعب دوراً هاماً في تطوير شخصياتهم من خلال ما يسمى بكشف الذات (Self- Disclosure) وان هذه العلاقة تساعد على مناقشة مشكلات الاعضاء بحرية اكبر، وتحقيق نوع من الاعتمادية المتبادلة بينهم
٤. **النمو الشخصي:** يحقق الارشاد الجمعي النمو الشخصي بين افرادها كما يجد هؤلاء الافراد الظروف الاجتماعية والبيئية التي تسمح لهم باستغلال الطاقات التي يمتلكونها مثل الطاقة الجسمية والنفسية والعقلية بشكل طبيعي لحل مشكلاتهم.
٥. **تحسين دافعية المسترشد:** ومن خلال مشاركة الفرد في المجموعة الارشادية يجد تشجيعاً لكشف المزيد من مشاعره وافكاره السلبية او غير المرغوبة التي لم يستطع كشفها في حياته العامة، بالرغم من ان كشف هذه الخبرات يشكل مرحلة مهمة لمواجهة ما يحملونه من مشاعر وافكار سلبية بطريقة اكثر واقعية.
٦. **الخبرة العمومية:** ان وجود الفرد في جماعة يحقق له اكتشاف خبرات الاخرين وانهم لسيوا اقل منه خبرة ودراية مما يساعد في تحقيق المساندة الانفعالية والحد من مشاعر الالم لديه.
٧. **ابتكار وجهات نظر جديدة:** ويمكن للمرشد النفسي تقديم وجهات نظر ووجهات نظر الاخرين وطرح البدائل في القضايا التي يطرحها داخل المجموعة الارشادية، من خلال استخدامه استراتيجية معينة كالعصف الذهني (Storm Brain) مثلاً، مما يحقق لاعضاء المجموعة الارشادية مزيداً من الخبرات الهامة التي يفيدون منها في حل مشكلاتهم.

٨. **الانتماء:** تحدث علماء النفس كثيراً حول حاجة الشخص الى الانتماء التي يمكن ان تتحقق له من خلال انضمامه للجماعة، والتي تعبر اكثر ميزات المجموعة الارشادية اهمية بالنسبة لهم.

٩. **التدريب على المهارات:** تحقق الجماعة الارشادية للفرد فرصة التدرب على مهارات وسلوكيات سيتم تطبيقها في مواقف الحياة الحقيقية، كالتدرب على اجراء المقابلات ومواجهة المسؤولين والآخرين، والتحدث معهم، الى غير ذلك من السلوكيات التي لم يكون الشخص قد تدرب عليها من قبل.

١٠. **التعلم البديل:** وفي الجماعة الارشادية يتوفر لدى الشخص فرصة سماع هموم ومشاكل الآخرين والاصغاء اليهم التي قد تتشابه مع همومه ومشكلاته، مما يجعله اكثر وعياً لمشكلاته ويحد من مخاوفه ويزداد تبصره باحوالهم وحالة البحوث عن حلول مشتركة لمشكلاتهم.

١١. **التغذية المرتدة:** ويتلقى اعضاء المجموعة الارشادية التغذية المرتدة القادمة من شخص واحد ومعرفة وسماع ما يقوله الآخرون عنه، بحيث يسمح لهم اظهار مشاعرهم وافكارهم نحو بعضهم البعض، ويعمل الارشاد الجمعي في مساعدة الاعضاء الحصول على معلومات عن انفسهم، واكتساب المهارات الاجتماعية الخاصة بالتعامل مع الآخرين.

١٢. **تقريب الحياة الواقعية:** تمثل المجموعة الارشادية صورة مصغرة لمجتمع كبير بحيث يصبح موقف الجماعة بديلاً مؤقتاً للمجتمع او للعائلة او لمكان العمل، او للمؤسسات او المدارس، ومن خلال ما يسود الجماعة من مناخ موات، يمكن معه تحديد ومناقشة الانفعالات والاتجاهات والسلوك الانساني، ومواجهة الخوف والغضب والشك والقلق والغيرة، وتحقيق بالتالي الاهداف التي جاء الافراد الى المجموعة الارشادية.

١٣. **الالتزام / التعهد:** الالتزام بالعمل التعهد بتنفيذه امام اعضاء الجماعة الارشادية يكون اقوى بكثير مما لو كان هذا الالتزام قد جرى بشكل منفرد، بحيث يلقي التعهد والالتزام امام الجماعة مساندة الآخرين وتوقعاتهم منه والرغبة في عدم التخلي عن المجموعة الارشادية.

عيوب الارشاد الجماعي:

١. عدم وجود فرصة لعرض المشكلات الخاصة التي يرى المسترشد عدم عرضها امام الاخرين اما بضعف امكانية احداث تغييرات في بناء شخصية المسترشد.
٢. عدم ايفاء الحالات القصوى من المرضى والمنحرفين من الجلسات الارشادية الجماعية.
٣. قد تضيع المشكلات الخاصة خلف اولوية مناقشة المشكلات العامة وقد تتضاعف المشكلات فقد يتعلم ذوي المشكلات الخاصة انماطاً سلوكية جديدة غير مرغوب فيها.
٤. اعتبار المسترشد عضو في جماعة يجعله يلتزم باقتراحاتها ومرئياتها مما يعوق حاجته الشخصية.
٥. قد ينتاب بعض المسترشدين شعور بالخوف او القلق او الخجل في شرح مشكلاتهم للاخرين وقد ينتابهم شعور بالقنوط والندم والتوتر اذا ما كشفوا فعلاً، وبذلك يرون ان الارشاد الجماعي مهدد لمكانتهم وواقعهم الاجتماعي.

مزايا الارشاد الجماعي:

يمكن ايجاز بعض مزايا الارشاد الجماعي بما يلي:

١. يعد من انسب الاساليب لارشاد المسترشدين الذي لا يتعاونون في الارشاد الفردي.
٢. يوفر خبرات عملية واوجه نشاط متنوعة مفيدة في الحياة اليومية.
٣. يتيح فرصة نمو العلاقات الاجتماعية في مواقف اكثر اجتماعية من المواقف الفردية.
٤. يجعل المسترشد يشعر بانه يعطي ولا يأخذ فقط.
٥. يعد من افضل اساليب الارشاد في البلاد وخاصة التي تعاني من نقص شديد في عدد المرشدين النفسيين.

المحاضرة الثالثة: الارشاد المباشر

هو الطريقة التي تتصب بوجه خاص على المرشد الطلابي وما يقوم به من خدمات وهو اعطاء التوجيه والارشاد والمشورة للطالب بشكل مباشر في حل مشكلته التي يعاني منها وفيه يتحمل المرشد مسؤولية اكبر.

يعد العالم الامريكي وليامسون (Williamson) رائد طريقة الارشاد المباشر التي تستند الى نظرية السمات والعوامل.

- يركز الارشاد المباشر على مشكلة المسترشد.

- يسمى بالارشاد المتمركز على مشكلة المسترشد.

يقوم المرشد بالدور الايجابي النشط، ويتحمل المسؤولية كاملة في عملية الارشاد انطلاقاً من الافتراض (بان المشكلات التي يعاني منها المسترشد ناجمة عن نقص في المعلومات المتوفرة لديه، وانه من خلال تقديم المعلومات المنظمة ذات الصلة بمشكلة المسترشد يمكن مساعدته في التخلص من هذه المشكلات، والوصول به الى التوافق والصحة النفسية).

الهدف الاساسي للارشاد المباشر:

يرى وليامسون ان الهدف الاساسي للارشاد المباشر هو:

- مساعدة المسترشد لتنمية التفوق في مجالات الحياة كلها.

- تحقيق الطاقة الايجابية الكامنة وبخاصة مع المسترشد الذي يفتقد التجارب البيئية

الضرورية لتعزيز الدوافع والحوافز الايجابية.

- ان تدريب المرشد يجب ان يقوده الى فهم هموم المسترشد، وان يوفر له الوسائل التي

تساعده على التكيف مع المواقف غير السارة.

خطوات الارشاد المباشر:

١. جمع المعلومات وتحليلها: يجمع المرشد المعلومات اللازمة عن المسترشد، وباستخدام

الاختبارات والمقاييس النفسية وغيرها من وسائل التشخيص، ثم يحللها بشكل دقيق ويقوم

بتنظيمها لتصبح مشكلة المسترشد اكثر وضوحاً.

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

٣. التشخيص: بعد ذلك يتم تشخيص مشكلة المسترشد بشكل دقيق، وتحديد اسبابها وخصائصها واعراضها ومدى شدتها.

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

٥. استخدام الارشاد مع المسترشد للوصول الى حل لمشكلته: يقوم المرشد بتفسير المعلومات التي جمعها وتوضيحها للمسترشد وتقديم النصح والارشاد وتحويل السلوك الانفعالي الى سلوك عقلي منطقي، واقتراح الحلول المناسبة، واقناع المسترشد بهذه الحلول للتخلص من المشكلة التي يعاني منها، وتحقيق التوافق والصحة النفسية.

٦. المتابعة: وتعني ما توصل اليه المرشد للمسترشد بعد انتهاء عملية الارشاد لمعرفة مدى تحسنه، ومساعدته في المشكلات الجديدة التي يواجهها، وتقييم مدى فاعلية اسلوب الارشاد المتبع مع المسترشد.

خصائص الارشاد النفسي المباشر او الموجه:

ومن خلال العرض السابق حول الارشاد النفسي المباشر او الموجه، فاننا نلاحظ ما

يلي:

- ان العبء الاكبر في حل مشكلات العميل تقع على عاتق المرشد وان العميل انما يأتي الى المرشد للاستفادة من خبراته وعلمه في حل مشكلته.
- ان المرشد هو الذي يقرر الوسائل المناسبة لمساعدة العميل في حل مشكلته.
- مشكلة العميل تمثل المركز الاول في الارشاد النفسي المباشر او الموجه وليس الشخص.

المميزات الرئيسية لطريقة الارشاد المباشر:

- انها اكثر واقعية للاستخدام في المدارس، والمؤسسات ذات الوقت المحدد، لانها تتطلب عدداً محدداً من المقابلات.
- تستخدم مع المرشدين الذين هم بحاجة الى حلول سريعة وجاهزة لمشكلاتهم.
- تستخدم مع المرشدين الذي لا يتمكنون من خلال المعلومات المتوفرة لديهم من حل مشكلاتهم يحتاجون الى مرشد نفسي متخصص لحل هذه المشكلات.

مهارات المرشد الطلابي في الارشاد المباشر:

لابد ان يكون المرشد النفسي في الارشاد المباشر حسن التدريب على اساليب الارشاد النفسي، ان يتمتع بقدر كاف من المهارات التشخيصية، ويمتلك القدرة على اصدار حكم ناضج، ان يكون مشاركاً فعالاً في العملية الارشادية، حيث يستخدم اساليب ارشادية معينة مع المرشد مثل:

١. طرح اسئلة حقيقية تؤدي الى فهم ابعاد مشكلة المرشد.
٢. تزويد المرشدين بالمعلومات اللازمة عن انفسهم وبيئاتهم.
٣. اعطاء اقتراحات ونصائح تتعلق بالقرارات التي يجب ان يتخذها المرشدون.
٤. اقتراح بدائل لطرائق العمل.
٥. ان يتمكن من فهم مشكلات المرشد بشكل دقيق.
٦. ان تكون لديه معلومات فنية كافية عن سلوك المرشد حتى يتمكن من اتخاذ القرار الصحيح.
٧. ان يكون حريصاً عند اعطاء النصيحة للمرشد.
٨. من الافضل تشجيع المرشد البحث عن حل لمشكلته.
٩. لابد للمرشد عند اسداء النصيحة ان يقدمها عن طريق اقتراح اختياري يقوم على اساس خبرة واسعة وعميقة.

١٠. ان تكون نصيحة المرشد للمسترشد في صورة احدى البدائل الممكنة التي قد تمت تجربتها بنجاح، لان المسترشد قد ياخذ بنصيحة المرشد ثم يكشف انها غير صحيحة، فيوجه ندمه للمرشد.

عيوب الارشاد المباشر:

- يعتمد المسترشد اعتماداً كبيراً على المرشد في تحديد سلوكياته المستقبلية.
- حكم المرشد غير الموفق على المسترشد او مشكلته، قد يؤدي الى نتائج سيئة تضر بالمرشد وبالمسترشد وبعملية الارشاد.

المحاضرة الرابعة: الارشاد غير المباشر Non Directive Counseling

ويسمى هذا الاسلوب في الارشاد بالارشاد المتمركز حول المسترشد، وهو اقرب طرق الارشاد الى العلاج النفسي، ويعد العالم الامريكي كارل روجرز (C.Rogers) رائد هذا الاسلوب في الارشاد، كما يستند هذا الاتجاه في الارشاد الى نظرية الذات.

تعتمد طريقة الارشاد غير المباشر على المسترشد نفسه وما عنده من قدرة على النمو الذاتي، ورغبة اكيده في الارتقاء بنفسه وتحقيق ذاته.

فاذا استفاد المسترشد من هذه الامكانيات المتوفرة لديه، تمكن من حل مشكلته بنفسه، ولكن امكانيات المسترشد وطاقاته في حال وجود الاضطراب النفسي تحتاج الى ان تحفز وتطلق، ولا يتم ذلك الا من خلال علاقة عميقة تتم بين المرشد والمسترشد يسودها الاحترام والتقدير والتشجيع، حيث يستطيع المرشد من خلال هذه العلاقة ان يعيش مع المسترشد مشكلته، وان وفر له ظروفًا مناسبة من الاهتمام والعناية والتعاطف والفهم والبعد عن احكام تطوي على اللوم واتهام الذات.

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

اهداف الارشاد غير المباشر:

١. مساعدة المسترشد في الوصول الى نمو نفسي سليم في اطار شخصية متكاملة.
٢. احداث التطابق بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي ومفهوم الذات الاجتماعي.
٣. مساعدة المسترشد في جعله يتعلم كيفية مواجهة مشكلاته بنفسه، وان تكون لديه الشجاعة والقدرة على اتخاذ قراراته بنفسه فيما يتعلق بمستقبله .

عملية الارشاد النفسي غير المباشر:

يرى عدد من علماء النفس ان الارشاد النفسي لا يكون فعلاً الا اذا كان هناك مستوى معين من الالم النفسي والقلق الشديد الذي يؤدي الى حالة من الارتجاج النفسي لدى المسترشد، مما يدفعه الى القيام بسلوك معين يهدف الى تحقيق التوازن وخفض القلق والتوتر، ويدرك انه بحاجة الى الارشاد النفسي ويسعى بنفسه اليه، وتكون عنده بصيره نامية، وقدرة على تقرير مصيره بنفسه تحت اشراف المرشد النفسي، واستعداداً لتحمل المسؤولية وتوجيه ذاته.

اهم ما يقوم به المرشد النفسي في الارشاد غير المباشر:

١. الترحيب بالمسترشد وتشجيعه على الحديث بصدق وصراحة وبتث الثقة في نفسه.
٢. تظمينه على ان المعلومات التي سيقولها هي في سرية تامة، مع تهيئة جو ارشادي امن.
٣. تهيئة اجواء ارشادية مناسبة: فالتقابل في الجلوس بين المرشد والمسترشد وحسن الانصات ونظرات الاهتمام والمشاركة الانفعالية، امور اساسية لا بد ان يهتم بها المرشد.
٤. اقامة علاقة جيدة مع المسترشد، في جو يسوده الثقة والتعاطف يسمح له بالتححرر من كل انواع التهديد الداخلي والخارجي، واشعاره بان موضع اهتمام وقبول من قبل المرشد.
٥. ان ينصت له بشكل جيد، ويكون مشاركاً للمسترشد اكثر منه ملاحظاً مع الاحترام الايجابي غير المشروط، فالاصل هو اقامة تفاعل لا علاقة يتم فيها اعتماد المسترشد على المرشد.

٦. السماح للمسترشد بالتعبير عن مشاعره التي تتركز حول المشكلة التي يعاني منها بالشكل الذي يريد دون مراعاة للاحكام الاجتماعية او المبادئ الاخلاقية، اذ كلما اصبح المسترشد اكثر وعياً بمشاعره وخبراته، يصبح مفهومه عن ذاته اكثر تطابقاً مع الواقع، فاذا استطاع الوصول الى التطابق الكامل، تمكن من توظيف طاقاته كاملة بشكل صحيح وسليم، ولذلك يعتمد المرشد على تشجيع المسترشد التعبير عن مشكلته دون حرج او خوف.

٧. ان يهتم المرشد بالمشاعر الانفعالية السلبية التي تظهر عند المسترشد، مثل كراهية المسترشد لذاته او لابييه وقد تتطور مشاعر الكراهية لتتناول المرشد ذاته او المسترشد نفسه على المرشد النفسي في هذه الحالة الا يدافع عن المسترشد بدافع الشفقة والعطف عليه، والا يقبل تبريراته غير المنطقية، بل يجعل المسترشد يواجه هذه المشاعر بصراحة، وان يتوصل بنفسه الى ان هذه المشاعر شاذة ولا بد من التخلص منها

٨. عكس المشاعر الانفعالية من قبل المرشد: Reflection of Feelings والتي عنها المسترشد بصورة غير مباشرة وفي هذه الحالة:

أ. لابد للمرشد ان يحسن الاصغاء للمسترشد، اذا ان ذلك يسمح للمرشد فهم ما يقوله والتعبير عنه، ويشعر المسترشد بانه موضع اهتمام من قبل المرشد .

ب. وفي عكس المشاعر الانفعالية ، فان ما يقوله المرشد كلمات قليلة مثل (هم،اه،هه،نعم،..)

ج. وقد يصوغ المرشد افكار المسترشد ومشاعره على شكل سؤال، او يعدل سؤالاً طرحه المسترشد وفي ذلك اشارة ضمنية الى ان المرشد يتابع افكار المسترشد باهتمام، ويساعده بتفق افكاره ومشاعره دون ان يكون هناك اضافة او احياء للمسترشد بافكار جيدة.

خصائص الارشاد النفسي غير المباشر

يتميز الارشاد النفسي غير الموجه او غير المباشر بعدد من الخصائص والتي تدور حول العلاقة المميزة بين المرشد والمسترشد. تلك العلاقة التي تنظر الى العميل (المسترشد) باعتباره اعرف الناس بنفسه. والذي هو خير بطبيعته البشرية. ومخير في سلوكه. وله الحق في تقرير مصيره بنفسه . وان اهم ما يقرر استخدام الارشاد غير الموجه هو نضج العميل وتكامل

شخصيته بدرجة تمكنه من ان يمسك هو بزمام مشكلته وان يتحمل مسؤولية حلها. بتوجيه غير مباشر من مرشده. وتكون لدى العميل من وجهة نظر الارشاد غير الموجه(او غير المباشر) محتوى يهدد مفهوم ذاته الخاص. ويدرك عدم تطابق مفهوم الذات المدرك لديه ومفهوم الذات المثالي(السالب) كما يدرك ويعي التهديد الناجم عن وجود محتوى مفهوم الذات الخاص والتهديد الناجم عن عدم التطابق(بين الواقع والمدرك، وبين المدرك ومفهوم الذات المثالي) . ودور المرشد هنا يكون بتقبله حالة العميل وتشجيعه وفهم وجهات نظره في مناخ ارشادي صادق يسوده التفاؤل والبشاشة والتسامح. ويساعد المرشد بطريق غير مباشر العميل باتاحة فرصة له للقيام بدور ايجابي نشط.

اما العلاقة التي تربط المرشد بعميله فهي علاقة ايجابية تتسم بمناخ حيادي سمح خال من التهديد والرقابة تتجدد فيه ملامح عملية الارشاد في شكل مقدمة تركز على السرد او على تحديد مسؤوليات كل منهما وفهم اهمية التقارير الذاتية. وتقع على العميل مسؤولية الكشف عن ذاته بمستوياتها المختلفة وعن محتوى مفهوم الذات الخاص. وعن اسباب واعراض مشكلاته حتى يمكن تحديدها بدقة وتحقيق التوافق والصحة النفسية.

المحاضرة الخامسة: الارشاد النفسي الديني

على الرغم مما في القرآن الكريم من معلومات كثيرة وشاملة عن النفس الانسانية، اكثر مما في العلوم الدنيوية الاخرى، فليس في القرآن الكريم "نظرية نفسية" مخططة مبوبة ذات فصول وتفصيلات، ولكن هذه المعلومات المنبثقة في ثنايا القرآن الكريم يمكن ان تستوحي في استخلاص نظرية شاملة عن النفس(حسن محمد علي ثاني، ١٩٩٣: ١٥٥)، (ناهد عبد العال الخراشي، ١٩٩٩: ٢٧-٢٨).

يشير محمود عبد العزيز فرج (١٩٩٨ / ٣٢) الى انه لا توجد فنيات محددة للارشاد النفسي الديني، ولكن المرشد النفسي يستخدم الفنيات التي يتميز بها الارشاد النفسي الديني الموجودة في الارشاد الدنيوي(Secular Counseling) فهو يستخدم الارشاد التحليلي والسلوكي، والمعرفي، والارشاد النفسي الديني.

الارشاد النفسي الديني (Religious Psychological Counseling) ارشاد شامل الاتجاهات واستراتيجيات ارشادية اخرى كثيرة، حيث نجد له جانباً يبرز كيفية تناوله وتحليله لاسباب واعراض الاضطراب النفسي لدى الشخص، ومثل ما يقوم به المرشد النفسي الديني اثناء المقابلة الارشادية في الكشف عن مكبوتات اللاشعور، وتعرفها واخراجها الى حيز شعور المسترشد لعلاجها، كما يحدد المرشد النمو الديني والقيم المؤثرة على المسترشد، وكيفية الافادة منها في عملية الارشاد، بالاضافة الى امتلاكه جانباً انسانياً يبرز في تعامله مع الانسان كوحدة كلية شاملة، وفي نظرتة لصاحب الارادة القوية والعقيدة الصحيحة على انه مسؤول عن اختياراته وافعاله واقواله، مما يجعله متمتعاً بالتوافق ولصحة النفسية، بالاضافة الى الجانب المعرفي السلوكي في الارشاد النفسي الديني فيتمثل في استخدام مبادئ وقوانين التعلم وعمليات اعادة التعلم وتغيير وتعديل السلوك لمساعدته على التغلب على اضطراباته النفسية، بالاضافة الى اساليب الترغيب والترهيب من وسائل الثواب والعقاب (ايمان حسني محمد العيوطي، ٢٠٠٤ : ٦)، ويتفق ذلك مع ما اوضحته دراسة محمد درويش (١٩٩٥ / ٢٠٥) حيث اسفرت عن ان الارشاد النفسي الديني يشمل على خصائص العلاجات النفسية الحديثة.

يرى محمد عبد التواب معوض ابو النور (١٩٩٦ : ١٣٠-١٣١) انه توجد العديد من الفنيات الخاصة بالعلاج النفسي الديني التي لها اثر فعال في علاج النفس الانسانية من اضطراباتها المختلفة، وهذه الفنيات تستمد منهجها واجراءاتها من الكتاب والسنة وهي عديدة ومتنوعة، وتتناول العلاج بالتوحيد، بالادعية والاذكار، بالاستغفار، بالصبر بالصلاة، بالتخيل، بالاسترخاء، بالاضداد، وتلك الفنيات يمكن اعتبارها فنيات معروفة بسلوكية في ان واحد، وتركز على افكار المريض واتجاهاته المرضية المختلفة وظيفياً بعدة مهارات التي تساعده على ممارسة السلوكيات المتكيفة.

يشير (Worthington, ١٩٨٩: ٥٩٦-٥٩٧) الى ان اختيار المعالج او المرشد النفسي

للفنيات الارشادية في عملية الارشاد النفسي الديني يتوقف على شروط مهمة وهي :

١. ان يعرف المرشد ان استخدام اي فنية علاجية انما تساعد في تحقيق التعزيز الايجابي للناحية الدينية للعميل.

٢. ان يستخدم المرشد الفنيات الموجودة في الدين الذي يؤمن به، بالاضافة الى الفنيات الاخرى، مثل: فنيات التحليل النفسي، او السلوكية او المعرفية او الوجودية وغيرها.

٣. الاندماج الديني (Religious Involvement) اي المشاركة الدينية بين المعالج والعميل التي تؤدي الى العلاقة القوية وازالة الفوارق بينهما.

هذا ما يميز الارشاد النفسي الديني عن الارشاد النفسي الانتقائي كاسلوب وصفي متكامل منظم لمزيج من الفنيات المختلفة، التي ينتقل خلالها المرشد حسب ظروف المسترشد صاحب المشكلة، الذي يأتي للعلاج الانتقائي بمجموعة من الاضطرابات النفسية الناتجة عن مشكلات متعددة، الامر الذي يحتم على المرشد مواجهتها بعلاجات متعددة الوسائل، مع التركيز على استدامة العلاج، باستخدام الابعاد السبعة للشخصية (Basic ID): هي: السلوك، والوجدان، والاحساس، والتخيل، والمعرفة.

والعلاقات الشخصية ، والعقائير (مفتاح محمد عبد الفتاح، ٢٠٠١ : ١٤٧-١٥٠)،
(هالة احمد السيد، ٢٠٠٥ : ٧٧)، ولذا تشير (٣٨ : ٢٠٠١، Inayat Qulsoon) ان الارشاد النفسي التكاملي (Integrative Counseling) يعد وسيلة من وسائل الارشاد النفسي الذي يتعامل مع العميل داخل الاطار الطبيعي والاجتماعي له، ومن الارشاد النفسي الاسلامي ينتفع من المبادئ الاساسية للارشاد التكاملي، ويضيف اليها جديداً وهو العلاقة بين العميل وخالقه.