

المحاضرة رقم: 06: طرق ووسائل الارشاد وبيئته ووسائل جمع المعلومات.

تمهيد:

التوجيه والارشاد هو العملية التي تتم فيها مساعدة الفرد على أن يؤدي دوره على الوجه الأكمل في مجتمعه، كما أنه وسيلة مهمة لمساعدة الفرد على تكوين شخصيته، وبناءها بحيث يستطيع فيها التوافق مع نفسه ومع بيئته المحيطة به.

والإرشاد النفسي أو العلاج النفسي عبارة عن علاقة إنسانية أو علاقة (علاجية، مهنية، واقعية) بين شخصين أحدهما يحتاج إلى مساعدة لحل مشكلاته التي تؤرقه، ولعبور أزماته التي يعاني منها، ويسمى هذا الشخص مسترشداً أو (مريضاً، عميلاً) أما الشخص الآخر فيقدم له هذه المساعدة التي يحتاج إليها على أسس علمية ومهنية مدروسة ويسمى هذا الشخص بالمرشد النفسي أو (المعالج النفسي، المعالج).

1-تعريف التوجيه والإرشاد:

التوجيه والإرشاد النفسي هو عملية تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم نفسه وقدراته وإمكانياته من خلال علاقة واعية مخططة للوصول به إلى السعادة وتجاوز المشكلات التي يعاني منها. من خلال دراسة شخصيته ككل (جسماً، عقلياً، اجتماعياً، انفعالياً) حتى يستطيع التوافق والتكيف مع نفسه ومجتمعه ومع الآخرين.

وكذلك عرفته الجمعية الأمريكية (1981) على أنه: " الخدمات التي يقدمها الأخصائيون في علم النفس الإرشادي وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني خلال مراحل نموه المختلفة، ويقدمون خدماتهم لتأكيد الجانب الإيجابي لشخصية المسترشد، واستغلاله في تحقيق التكيف لديه، ويهدف اكتساب مهارات جديدة تساعد على تحقيق مطالب النمو، والتكيف مع الحياة، واكتساب قدرة اتخاذ القرار، ويقدم الإرشاد لجميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة (الأُسرة، المدرسة، العمل).

2-أهداف التوجيه والإرشاد النفسي:

بما أن الإرشاد النفسي يهدف إلى مساعدة الفرد على مواجهة مشكلاته والاستفادة من قدراته وإمكانياته في التغلب عليها، فذلك يعني أن الإرشاد لا يقتصر اهتمامه على جانب واحد من حياة الفرد، بل يشمل جميع جوانب حياته سواء كان ذلك الجانب الأسري أو المهني أو التربوي. كما يسعى الإرشاد النفسي إلى تحقيق أهداف ذات مستويات ثلاثة:

أ- **مستوى معرفي Cognitive**: حيث يتناول التفكير والمدرجات والتصورات والمعارف والخبرات والمعتقدات.

ب- **مستوى وجداني Affective**: حيث يتناول الوجدان والانفعالات والاتجاهات والقيم.

ج- **مستوى عملي سلوكي Doing**: حيث يتناول عملية تعديل السلوك واكتساب مهارات سلوكية وقد ذكر سشميت Schmidt (1993) أن للإرشاد مجموعة من الأهداف يمكن تلخيصها كما يلي:

- ✓ المساعدة في إحداث تغيير في سلوك المسترشد وتحسين العلاقات الاجتماعية له.
- ✓ تعليم المسترشد كيفية اتخاذ قراراته، والتفكير بطريقة عقلانية.
- ✓ رفع مستوى النمو النفسي لدى المسترشد، وتدعيم طاقاته الكامنة.
- ويضيف محمد جمل الليل الاستبصار كواحد من أهم أهداف الإرشاد النفسي.
- ✓ مساعدة المسترشد كي يصبح واعيا بذاته مما يجعله أكثر تقبلا لتحمل مسؤولياته.
- ✓ تحقيق الصحة النفسية وتحسين العملية التربوية.
- ✓ إحداث دراهمه لمدى قدراته ومهاراته تغيير إيجابي في سلوك المسترشد، عن طريق فهمه لذاته، واستعداداته وميوله، مما يجعله قادرا على التكيف مع ظروف بيئته.
- فتحسين العملية التربوية هو الهدف الذي يهيم الباحثة بصفة خاصة والتي تصبو إلى تحقيقه في دراستها، وذلك عن طريق إثارة الدافعية للتعليم لدى التلاميذ وتحسين تحصيلهم التحصيل،

وتعليمهم المهارات الدراسية بأفضل طرق ممكنة من أجل تحقيق نتائج دراسية جيدة، ووقايتهم من التسرب المدرسي.

3-مناهج الارشاد النفسي:

هناك ثلاثة مناهج لتحقيق أهداف الإرشاد النفسي وهي:

3-1-المنهج النمائي:

ويتضمن هذا المنهج الإجراءات الصحيحة التي تؤدي إلى النمو السوي لدى الأسوياء، خلال مراحل نموهم حتى يتحقق أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية عن طريق نمو مفهوم موجب للذات وتقبلها، وتحديد أهداف سليمة للحياة بدراسة الاستعدادات والقدرات والإمكانات، وتوجيهها التوجيه السليم نفسيا واجتماعيا وتربويا ومهنيا، ورعاية مظاهر نمو الشخصية جسيما وعقليا واجتماعيا وانفعاليا.

بالإضافة إلى ذلك يهدف هذا المنهج في المجال المدرسي إلى:

- ✓ مساعدة التلاميذ على فهم ذاتهم وتقبلها.
- ✓ تنمية قدرات التلاميذ لزيادة كفاءتهم التحصيلية، والارتقاء بسلوكهم إلى أقصى درجة من النجاح وذلك من خلال دراسة اتجاهاتهم واستعداداتهم وتوجيهها التوجيه المناسب.
- ✓ مساعدة التلاميذ لتحديد أهدافهم في الحياة وتطوير ميولهم.
- ✓ مساعدة التلاميذ على التوجيه الأكاديمي والمهني.
- ✓ تنمية الدافعية للتعلم لدى التلاميذ.
- ✓ تعليم وتدريب التلاميذ على بعض المهارات مثل: مهارة القيادة، مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار، مهارة توكيد الذات، مهارة التواصل الاجتماعي، والمهارات الدراسية الصحيحة مثل: مهارة تنظيم الوقت، مهارة المراجعة.

3-2- المنهج الوقائي:

ويسمى أيضا التحصين النفسي ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض، وهو الطريقة التي يسلكها الفرد كي يتجنب الوقوع في مشكلة ما كما يقول المثل "الوقاية خير من العلاج" ويهتم هذا المنهج بالأسوياء قبل اهتمامه بالمرضى لوقايتهم من الوقوع في المشكلات، وتعليمهم أفضل الطرق للابتعاد عنها.

ويهدف هذا المنهج في المجال المدرسي إلى منع حدوث المشكلات النفسية والتربوية عن طريق التوعية التي يجب نشرها بين التلاميذ من خلال النشرات والندوات والمحاضرات والمصقات التي تهدف إلى التعرف بأسباب المشكلة وأهم الوسائل لتجنبها، ومن خلال العمل على اكتشاف السلوكيات والمشاكل في وقت مبكر، وتوعية وتبصير التلاميذ حول الآثار التي يتعرض لها بعضهم من النواحي الصحية والنفسية والاجتماعية وإزالة أسبابها.

3-3- المنهج العلاجي:

ويكمن في علاج المشكلات والاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الفرد في حياته، ويتضمن مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد لعلاج مشكلاته واستعادة حالة التوافق النفسي لديه، ويهتم هذا المنهج باستخدام الأساليب والنظريات العلمية المتخصصة في التعامل مع المشكلات من حيث تشخيصها ودراسة أسبابها وطرق علاجها، والتي يقوم بها المختصون في مجال الإرشاد.

إذ يسعى هذا المنهج إلى مساعدة التلاميذ على مواجهة المشكلات النفسية والأكاديمية التي يعانون منها كالقلق وفقدان الثقة بالنفس والفشل الدراسي، بهدف إيجاد حلول مناسبة لمشكلاتهم والتخلص من أسبابها وأعراضها، حتى يتحقق لديهم التوافق النفسي والقدرة على الإنجاز بفاعلية.

4- طرق الارشاد النفسي:

4-1- الارشاد الفردي:

يقصد بالارشاد الفردي العملية الرئيسية في خدمات التوجيه وهي مرادفة للمصطلح الانجليزي (Individual Counselling)، وقد حرص المرشدون أن تبدو عملية بسيطة، ويتم

الارشادي الفردي يارشاد العميل وجهما لوجه في جوّ ودي يتسم بالثقة والتقبل والتسامح، وتعتمد فعالية الارشاد على العلاقة الارشادية والمخطط لها بين المرشد والعميل وتهيئة الظروف المناسبة لعملية الارشاد.

ويستخدم الارشاد الفردي في الحالات التي يغلب عليها الطابع الفردي، ولا سيما الحاجات الفردية كالانحرافات الجنسية والحالات التي يصعب تناولها عن طريق الارشاد الجماعي.

4-2- الارشاد النفسي الجماعي:

يُعرف أنه علاج عدد من المرضى الذين من المستحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معا في الجماعات الصغيرة ويستغل أثر الجماعة في سلوك الأفراد. إلى ما يجري بين أفراد الجماعة من تفاعل وتأثير متبادل بين بعضهم البعض، وبينهم وبين المعالج أو من معالج ليؤدي إلى تغيير سلوكهم المضطرب وتعديل نظرتهم إلى الحياة وتصحيح نظراتهم إلى أمراضهم.

يتم العلاج الجماعي عادة في صورة غير مباشرة أو غير موجهة بالرغم من أن بعض المعالجين يميلون إلى اتباع الأسلوب المباشر التوجيهي بدرجات متفاوتة.

وقد أثارت الحرب العالمية الثانية بصفة خاصة وما ارتبطت بها من زيادة كبيرة من الحالات والأمراض النفسية أزمة في المعالجين الأصليين النفسيين، وكان الحل هو اللجوء إلى العلاج النفسي الجماعي وقد ساعد التشابه الكبير في مشكلات الجنود وأعراضهم المرضية وفي ظروفهم المعيشية في الحرب على تهيئة مناخ مثالي وحقل خصب للتجارب في العلاج النفسي الجماعي، والعلاج النفسي الجماعي هو طريقة المستقبل وقد أفردت له مجلة علمية دورية في العلاج النفسي الجماعي.

4-3- الارشاد الديني:

تركز التربية على تنشئة الفرد من النواحي العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية والروحية. أي أنها تعنى بتربية الانسان سلوكيا، وتنميته نموا خلقيا دينيا لتشمل سعادته في الدنيا، لذلك اتجه المرشدون النفسيون إلى الاعتماد على الأسس الدينية الروحية في الارشاد النفسي.

ولكن يجب أن نفرّق بين الارشاد الديني الذي يقوم على تكوين حالة نفسية متكاملة يتماشى فيها السلوك مع المعتقدات الدينية، ويؤدي إلى توافق شخصية الفرد وسعادته، وبين الوعظ الديني الذي يركز على تعليم الدين، ويعتمد على توجيه الواعظ من جانب واحد في المسجد أو من خلال الإذاعة أو التلفزيون.

وتقوم أسس الارشاد الديني على أن الله سبحانه وتعالى خلق الانسان، وبين له طريق الحق والضلال، ووضع قواعد العيش في الكون ولكن بالطرق المشروعة والمقبولة ليشبع بها الانسان حاجاته، فوضع بذلك القوانين التي تقود الانسان للسعادة، ويبيّن أسباب فساد الانسان، وطرق وقايته وعلاجه باستخدام العقل والسمع والبصر وحواسه المختلفة. وقال تعالى: "إن هذا القرآن يهدي للتي هي أقوم ويبشر المؤمنين" فيمكن الاسترشاد بالقرآن الكريم والحديث النبوي الشريف، حيث قال رسول الله (صلّ الله عليه وسلم) "إني تركت فيكم ما إن تمسكتم به لن تضلوا من بعدي، كتاب الله وسنتي"

ويستخدم الارشاد الديني في الحالات التي تتعلق بالسلوك الديني، والقلق والوساوس، والمشكلات الجنسية ومشكلات الزواج، والحلال والحرام.

4-4- الارشاد المباشر Directive Counselling:

وهو الارشاد الموجه الذي يتمركز حول المرشد والحقيقة، إذ يهتم الارشاد الموجه أو المباشر بمساعدة العميل على حل المشكلة التي يتقدم بها إلى المرشد، ويقوم المرشد بكشف حالة العميل وتفسير المعلومات وتوجيهه نحو السلوك الايجابي لزيادة قدرة العميل على التكيف، ومساعدته على حل مشكلته وبهذا يتحمل المرشد مسؤولية تشخيص حالة العميل، ويبقى العميل مستمعا، سلبيا يتلقى التعليمات. وكان "وليام سون" رائد هذه الطريقة.

وتستخدم هذه الطريقة مع العملاء ذوي المشكلات الواضحة، الذين تنقصهم معلومات عن أنفسهم، وتتميز هذه الطريقة بالتركيز الحاد على حل مشكلة العميل، ويعاب عليها أن المرشد يفرض رأيه على العميل، إذ يبقى العميل مستمعا، بل أن المرشد لا يقدم حلولاً في بعض الأحيان.

4-5- الارشاد غير المباشر Nondirective Counselling:

وهو الارشاد غير الموجه والذي يتمركز حول العميل والذات، أي يضع العميل في مركز دائرة الاهتمام، وهو أقرب طرق الارشاد النفسي إلى العلاج النفسي، ويعتبر "كارل روجرز" صاحب نظرية الذات، والتي تتمركز حول إقامة علاقة إرشادية وتهيئة جو نفسي يُمكن العميل من تحقيق أفضل نمو نفسي، وإحداث التطابق بين مفهوم الذات الواقعي ومفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات الاجتماعي والذات المثالي.

ويستخدم الارشاد غير المباشر في حل مشكلات الشباب المتوسط الذكاء، طليقي اللسان ويتميز بأن له مكاسب كثيرة، إذ تعلم العميل حل المشكلات واتخاذ القرارات، كما يقوم على حق الفرد في تقرير مصيره ويعاب عليه بأنه نوع:

* يراعي الانسان على حساب العلم.

* يهمل عملية تشخيص المشكلة.

* يشعر العميل باليأس أحيانا لأن المرشد لا يقدم النصيحة في الوقت المناسب، ويترك العميل فترة من الزمن.

4-6- الارشاد السلوكي:

استخدم لازاروس سنة "1908" اسم العلاج السلوكي ليصف نوعا جديدا من العلاج النفسي لتعديل السلوك المضطرب الملاحظ، والعلاج السلوكي يعتبر أسلوبا حديثا في مجال العلاج النفسي، ومن ناحية أخرى يمكن القول إن العلاج السلوكي قديم قدم محاولات تعديل وتغيير وضبط السلوك، عن طريق الثواب والعقاب، ويعتبر العلاج السلوكي تطبيقا عمليا لقواعد ومبادئ التعلم في ميدان العلاج النفسي.

ولقد أحدثت قوانين التعلم الشرطي والتي اكتشفها "بافلوف" وطورها "واطسون" في جميع أنحاء العالم وتركز على المرضى إلا أن الاهتمام باستخدام مبادئ التعلم الشرطي واكتساب السلوك

المرضي في علاج السلوك لم يأتي إلا متأخرا وذلك لأن علماء وأصحاب نظريات التعلم حاولوا تجنب تخطي حدودهم إلا الميدان التطبيقي.

واكتشف العلماء أن هناك ثلاثة طرق رئيسية لضبط وتعديل السلوك البشري في تغيير الأحداث الموقفية السابقة للسلوك وتعديل نوع السلوك الذي يحدث في موقف معين، وعبر التاريخ لجأ المعالجون إلى تعديل المواقف ومنها تغيير بيئة الفرد والنصح والامتناع والتدريب والثواب والعقاب والعلاج الطبي كل هذا من أجل تعديل سلوك الفرد.

4-7- الارشاد باللعب:

يقوم الارشاد باللعب على أسس نفسية لها أصولها في ميادين علم النفس العام وعلم النفس النمو والعلاجي.

فاللعب بصفة عامة هو أي سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة، وتحاول نظريات اللعب تفسير لماذا يلعب الأشخاص في كل الأعمار، فنجد مثلا نظرية الطاقة الزائدة تعتبر اللاعب تنفيسا ضروريا عند الفرد، وفي علم النفس العلاجي نجد أساسا متينا يقوم عليه الإرشاد باللعب، فاللعب حاجة نفسية اجتماعية لا بد أن تُشبع، واللعب مُخرج وعلاج لمواقف الاحباط في الحياة اليومية، واللعب نشاط دفاعي تعويضي فالطفل الذي يفتقد العطف والاهتمام داخل المنزل يعوض ذلك عن طريق اللعب مع رفاق يحبونه ويهتمون به داخل المنزل، واللعب يعتبر تمثيلا صادقا يعرض متاعب الطفل النفسية.