



محتوى المحاضرة رقم 1

1. مفاهيم أساسية في الإرشاد النفسي والتربوي

– التوجيه Guidance

يشير (هروبك) إلى ان التوجيه يعني في مفهومه هو: أي نشاط يمارس بقصد التأثير على الفرد لصياغته خطته المستقبلية⁽¹⁾.

ويعني هذا التعريف أين أي برنامج للتوجيه يجب ان يشتمل على نشاط او أكثر من اجل مساعدة الفرد على التخطيط لحياته المستقبلية.

– الإرشاد Counseling

هو عملية مساعدة تهدف إلى زيادة قدرات المسترشد والاستفادة من الموارد التي يعرضها ويمتلكها للتكيف مع صعوبات الحياة⁽²⁾. او هو العملية التي من خلالها يحاول المرشد وهو شخص مؤهل تاهيلاً متخصصاً للقيام بالإرشاد وان يساعد شخصاً اخر في تفهم ذاته واتخاذ قراراته وحل مشكلاته. كما وان الإرشاد هو مواجهة إنسانية وجهاً لوجه تتوقف نتائجها إلى حد كبير على العلاقة الإرشادية.

او هو عملية ذات توجه تعليمي، تجري في بيئة اجتماعية بسيطة بين شخصين، يسعى المرشد المؤهل بالمعرفة والمهارة والخبرة إلى مساعد المسترشد باستعمال طرائق وأساليب ملائمة لحاجاته ومتفقة مع قدراته كي يتعلم أكثر بشأن ذاته ويعرفها على نحو افضل، ويتعلم كيف يضع هذا الفهم موضع التنفيذ فيما يتعلق بأهداف يحددها بشكل واقعي ويدركها بوضوح أكثر وصولاً إلى الغاية كي يصبح أكثر سعادة ونتاجية⁽³⁾.

– الإرشاد التربوي Educational Guidance

هو عملية مساعدة الطالب على التبصير بمشكلاته التربوية من خلال معرفة ذاته وقدراته للتوصل إلى الحل الملائم يساهم بوضع أهداف مستقبلية تساهم في تحقيق ذاته⁽¹⁾. او عملية مساعدة الفرد في رسم الخطط التربوية التي تتلائم وقدراته وميوله وأهدافه بما يحقق التوافق التربوي⁽²⁾.

– الإرشاد النفسي Counseling psychology

هو احد قنوات الخدمة النفسية التي تقدم للأفراد والجماعات بهدف التغلب على بعض الصعوبات التي تعترض سبيلهم وتعوق توافقهم ونتاجيتهم⁽³⁾. او هو ذلك العلم الذي يسعى إلى تقديم الخدمة النفسية للأفراد الذين يعانون من مشكلات في حياتهم اليومية سواء اكانت نفسية او انفعالية او اجتماعية او أكاديمية بهدف التغلب عليها والحد من اثارها ونتائجها السلبية والسعي إلى تحقيق أهداف الفرد الشخصية، ومساعدته على النمو النفسي والاجتماعي والانفعالي، وعلى اتخاذ القرارات المناسبة لامكاناته وقدراته وظروفه للوصول به إلى تحقيق التوافق السليم نفسياً واجتماعياً⁽⁴⁾. كما ان الإرشاد النفسي له أصول وفلسفة وقواعد لممارسته ولا يمارس الا من قبل اخصائي مدرب على العمل بهذا المجال.

– المرشد: Counselor

هو الشخص المؤهل علمياً لتقديم المساعدة المتخصصة للأفراد والجماعات الذين يواجهون بعض الصعوبات والمشكلات النفسية والاجتماعية، وتبعاً للمتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة قد دعت تلك الضرورة إلى وجود شخص متخصص كي يقوم بمساعدة الأفراد الذين يواجهون مثل هذه المشكلات في التعامل مع مشكلاتهم ومحاولة تجاوزها بما يمتلكه من معرفة وخبرة ومهارة وخصائص شخصية تؤهله للقيام بهذا الدور⁽⁵⁾.

– المسترشد: Client

هو إنسان يملك كل ما يحمله الكائن الإنساني من سمات عامة مشتركة وله في الوقت نفسه سماته الفردية الخاصة، والمسترشد لا يمثل فئة خاصة او نمطاً معيناً او طبقة مميزة ويمكن تحديد ملامح مميزة لها، بل هو إنسان عادي له دوره ومكانته الاجتماعية وله خصائصه الشخصية والاجتماعية والعقلية والنفسية كسائر الناس، وقد يكون نمطاً في منطقة الأسوياء والعاديين، كما قد يكون نمطاً في منطقة غير الأسوياء وغير العاديين، ومهما كان هذا النمط فان هنالك حالة من التفاعل غير التوافقي مع ظروفه

المحيطة به، او حالة من التناقض بينه وبين المحيطين به، او بينه وبين نزعاته الداخلية تؤدي به هذه الحالة إلى احساس بالعجز والضعف مما يدفعه إلى طلب المساعدة⁽¹⁾.

2. لمحة تاريخية حول الإرشاد التربوي و النفسي :

من المعروف ان الإنسان منذ اقدم العصور وهو ما يزال بأمس الحاجة للمساعدة ولسماع النصيحة والإرشاد من اخية الإنسان من اجل تعديل سلوكه حتى يتسنى له التوافق في عموم حياته، كما ان الإنسان هو بطبعة كائن اجتماعي اذ لا تحلو له الحياه ابدأ الا في ان دخول الولايات المتحدة الأمريكية في الحرب العالمية الأولى قد اسهم في تنشيط حركة القياس النفسي باعتماده في تحديد اعداد الأشخاص المعوقين من اجل ابعادهم، وكذلك ايضاً في تحديد عدد الأشخاص المتميزين من اجل اثابتهم وتكريس الاهتمام بهم عن طريق اعادة تدريبهم بغية تنمية قدراتهم.

وفي عقد الخمسينيات من هذا القرن إذ بدأت مرحلة جديدة للإرشاد وهي ما عرفت بالطور البنائي او الانشائي ويرجع الفضل بذلك للجهود المبذولة التي قام بها (بياجية) في علم نفس النمو، إذ اشار بأن تلك مراحل النمو هي تسير وفق تتابع، كما وانه قام بتحديد وظيفة الإرشاد النفسي في المرحلة البنائية هي بمعاونة الفرد ومساعدته على بلوغ وتحقيق المطالب الخاصة بكل مرحلة من اجل الانتقال الى المرحلة التالية بنجاح⁽²⁾.

وتبعاً لما ورد في المصدر السابق بانه في عام 1951 اذ تم ولاول مرة ظهور مصطلحي ((علم النفس الإرشادي والمرشد النفسي)) بموجب المؤتمر العلمي الذي تم عقده من قبل لجنة متخصصة قبيل انعقاد المؤتمر السنوي للرابطة الاميريكية للمشتغلين بعلم النفس⁽³⁾.

3. الفرق بين الإرشاد والعلاج النفسي :

أولاً: من حيث الغاية :

— الإرشاد النفسي: يهدف أساساً إلى مساعدة الفرد على فهم ذاته، واتخاذ قرارات واعية، وتنمية مهارات التعامل مع ضغوط الحياة اليومية. وكما يُركز على الوقاية، وتعزيز الصحة النفسية، ودعم التكيف، وحل المشكلات الواقعية.

- **العلاج النفسي:** يهدف إلى علاج الاضطرابات النفسية أو الانفعالية المحددة (مثل الاكتئاب، القلق المرضي، اضطرابات الشخصية، وكما يركز على التشخيص والتدخل العميق لتخفيف أو إزالة الأعراض وتحسين الأداء النفسي العام.

ثانياً: من حيث المدى:

- **الإرشاد النفسي:** غالباً ما يكون قصير أو متوسط المدى. ويتناول موضوعات مثل: التوافق الدراسي أو المهني، المشكلات الاجتماعية، الضغوط اليومية، تطوير مهارات التواصل. التدخل يكون أقل عمقاً، ويركز على السلوكيات والمهارات العملية.
- **العلاج النفسي:** قد يكون متوسط المدى أو طويل المدى تبعاً لطبيعة الاضطراب. يتناول قضايا عميقة متعلقة بالبنية المعرفية والانفعالية والشخصية. وكما يستخدم تقنيات علاجية متقدمة مثل العلاج المعرفي السلوكي، التحليل النفسي، العلاج الجدلي السلوكي... إلخ.

ثالثاً: من حيث الجمهور المستهدف :

- **الإرشاد النفسي:** يستهدف الأفراد الأسوياء نفسياً الذين يواجهون مشكلات نمائية أو حياتية غير مرضية. وكما يشمل طلبة المدارس والجامعات، العاملين، الأفراد الذين يحتاجون لاتخاذ قرارات أو تحسين مهاراتهم.
- **العلاج النفسي:** يستهدف الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية مشخصة وفق معايير تشخيصية (مثل DSM أو ICD) وكما يشمل الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض مرضية تتطلب تدخلاً متخصصاً.

جدول رقم 1 يوضح الفرق بين الارشاد النفسي والعلاج النفسي

البعد	العلاج النفسي	الإرشاد النفسي
الغاية	علاج الاضطرابات وتقليل الأعراض	الوقاية، الدعم، حل المشكلات اليومية
المدى	متوسط/طويل، تدخلات عميقة	قصير/متوسط، أقل عمقاً
الجمهور المستهدف	الأفراد ذوو الاضطرابات النفسية	الأسوياء نفسياً ذوو مشكلات نمائية

4. أهداف الممارسات الإرشادية :

أولاً: الأهداف النمائية :

تهدف إلى تنمية الشخصية وتطوير قدرات الفرد قبل ظهور المشكلات، وتشمل:

- تنمية الوعي الذاتي :مساعدة الفرد على فهم ميوله، اتجاهاته، مشاعره، وقدراته.
- تطوير المهارات الحياتية :مثل مهارات اتخاذ القرار، حل المشكلات، إدارة الوقت، والتواصل الفعال.
- تعزيز الصحة النفسية العامة :دعم النمو السوي والانفعالي والاجتماعي عبر مراحل الحياة.
- تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي :تمكين الفرد من بناء علاقات إيجابية والتكيف مع بيئات مختلفة.
- تنمية القدرات الأكاديمية والمهنية :مساعدة الطلبة والعاملين على تحقيق إمكاناتهم.

ثانياً: الأهداف الوقائية :

تركز على منع حدوث المشكلات النفسية أو الحدّ من تطورها، وتشمل:

- الوقاية الأولية :منع حدوث المشكلات من الأصل عبر التوعية والتثقيف النفسي.
- الوقاية الثانوية :اكتشاف المشكلات أو الانحرافات مبكراً والتدخل السريع لمعالجتها قبل تفاقمها.
- الوقاية الثلاثية :الحد من تطور المشكلات القائمة وتقليل آثارها السلبية.
- تطوير استراتيجيات المواجهة :تعليم أساليب التعامل مع الضغوط والقلق والصعوبات اليومية.
- تهيئة بيئة مدرسية أو عمل صحية :عبر برامج إرشادية تقلّل من عوامل الخطر وتدعم عوامل الحماية.

ثالثاً: الأهداف العلاجية :

تركز على التدخل عند حدوث المشكلات بهدف تخفيفها أو حلّها، وتشمل:

- مساعدة الفرد على تجاوز المشكلات الانفعالية أو السلوكية غير المرضية (مثل ضعف الثقة بالنفس أو مشكلات العلاقات).
- دعم التكيف مع المواقف الضاغطة مثل الفشل الدراسي أو الأزمات الأسرية.
- تعديل الأفكار والسلوكيات غير الملائمة بواسطة تقنيات إرشادية قائمة على الأدلة.

- إعادة التوافق النفسي والاجتماعي بعد المرور بأزمات أو صدمات حياتية.
 - الحد من تكرار المشكلات عبر تمكين الفرد من مهارات جديدة للتعامل مع المواقف المستقبلية.
5. خصائص العملية الإرشادية
1. عملية إنسانية تفاعلية: تقوم على علاقة مهنية بين المرشد والطالب/المسترشد. وتتسم العلاقة بالدفء، والقبول، والاحترام، والتقدير الإيجابي.
 2. عملية هدفية ومخطط لها: لا تتم عشوائياً؛ بل تعتمد على أهداف واضحة ومحددة يتم الاتفاق عليها. وتمر بخطوات منظمة: جمع المعلومات، التشخيص، وضع خطة، تنفيذ، تقييم.
 3. عملية تتسم بالسرية والأخلاقيات: تحكمها معايير أخلاقية مهنية مثل السرية، والخصوصية، وعدم التحيز، واحترام استقلالية المسترشد.
 4. عملية بنائية ونمائية: تهدف إلى نمو الفرد وتطوره وليس فقط حل مشكلاته. وتركز على تنمية القدرات وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي.
 5. عملية تعليمية إرشادية: تساعد المسترشد على تعلم مهارات جديدة، مثل اتخاذ القرار، إدارة الانفعالات، وحل المشكلات. وتعمل على تعزيز الوعي الذاتي وبناء استراتيجيات مواجهة فعالة.
 6. عملية تعتمد على المشاركة الفعالة: المسترشد طرف فاعل وليس متلقياً سلبياً. ويتحمل جزءاً من المسؤولية في التخطيط للحل وتنفيذ خطواته.
 7. عملية فردية أو جماعية: يمكن أن تكون جلسات فردية أو جلسات جماعية وفق طبيعة المشكلة. وتتسع لتشمل الإرشاد الأسري، الأكاديمي، والمهني... إلخ.
 8. عملية مرنة ومتكيفة: تستجيب لاحتياجات المسترشد وظروفه، وتتكيف مع السياق الثقافي والاجتماعي. وكما تسمح بتعديل الأهداف والخطة أثناء الجلسات.
 9. عملية زمنية ومستمرة: تحتاج إلى وقت مناسب لتحقيق التغيير، وتتم عبر سلسلة جلسات. لكن مدتها ليست مفتوحة؛ فهي منظمة ومحددة.
 10. عملية قائمة على الأسس العلمية: تعتمد على نظريات الإرشاد، وطرق جمع البيانات، وأساليب تشخيص وتدخل قائمة على الأدلة. وتستخدم فيها أدوات علمية مثل المقاييس والاستبيانات عند الحاجة.
6. مراحل العملية الإرشادية الأساسية.

1. مرحلة بناء العلاقة الإرشادية:

- يُنشئ المرشد علاقة مهنية قائمة على الثقة، القبول، والاحترام المتبادل.

- تُهيأ البيئة الإرشادية المناسبة ويُعرّف المسترشد بطبيعة الإرشاد وقواعده (مثل السرية).
- تُعد هذه المرحلة أساس نجاح العملية اللاحقة.

2. مرحلة جمع البيانات وتحديد المشكلة:

- جمع معلومات شاملة عن المسترشد باستخدام المقابلة، الملاحظة، السجلات، والمقاييس النفسية.
- تحليل البيانات لتكوين فهم دقيق لطبيعة المشكلة والعوامل المرتبطة بها.
- صياغة أولية لهدف الإرشاد.

3. مرحلة التشخيص ووضع الخطة الإرشادية:

- تحديد سبب المشكلة وأبعادها وفق إطار نظري (معرفي، سلوكي، إنساني... إلخ)
- الاتفاق مع المسترشد على أهداف إرشادية محددة وقابلة للقياس.
- وضع خطة إرشادية تشمل: الأساليب، مدة الجلسات، والمهام المتبادلة.

4. مرحلة تنفيذ الخطة الإرشادية

- تطبيق الاستراتيجيات والتقنيات الإرشادية المناسبة (مثل إعادة الهيكلة المعرفية، تدريب المهارات، الاسترخاء...).
- تفعيل المشاركة الفاعلة للمسترشد في التغيير.
- مراقبة التقدم وإجراء التعديلات عند الحاجة.

5. مرحلة المتابعة

- تقييم مدى تحقيق الأهداف الإرشادية باستخدام أدوات مهنية.
 - اتخاذ قرار بإنهاء الإرشاد أو تعديله أو إحالة المسترشد لجهات أخرى عند الضرورة.
 - قد تتم متابعة المسترشد لاحقاً للتأكد من استمرارية التقدم ومنع الانتكاس
- عموماً يمكن القول ان .يتوجب بالإرشاد التربوي والنفسي يهدف لمساعدة الأفراد لتحقيق النجاح تربوياً وعلمياً وسلوكياً، ويعد هذا الهدف من اسمى الأهداف التي يسعى الإرشاد التربوي والنفسي إلى تحقيقه.

■ حل المشكلات:

يهدف الإرشاد التربوي والنفسي إلى مساعدة الطالب على تخطي مشكلاته بأسلوب علمي وسليم ومنظم.

■ تحقيق الذات:

يهدف الإرشاد التربوي والنفسي إلى مساعدة الطالب بشأن تحقيق الذات لدرجة يستطيع فيها الطالب ان ينظر إلى نفسه فيرضى عما ينظر اليه. لذا فإن غرض الإرشاد هو توجيه الذات اي تحقيق قدرة الفرد لى توجيه حياته بنفسه وبذكاء وببصيرة وكفاية في حدود المعايير الاجتماعية.

■ تحقيق التوافق الاجتماعي:

ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي.

■ تحقيق الصحة النفسية:

ان الهدف العام للإرشاد التربوي والنفسي هو تحقيق الصحة النفسية والسعادة ويرتبط بتحقيق الصحة النفسية كهدف لحل مشكلات المسترشد اي مساعدته في حل مشكلاته بنفسه، ويتم ذلك التعرف على أسباب المشكلات وأعراضها وإزالة الأسباب وإزالة الأعراض.

■ تحسين العملية التربوية ويتم ذلك من خلال:-

- اثارة الدافعية وتشجيع الرغبة في التحصيل العلمي، ولاستخدام الثواب والعقاب مع ضرورة مراعاة الفروق الفردية وأهمية التعرف على المتفوقين من اجل مساعدتهم في اتمام دراستهم.
- مساعدة الطالب في التخلص من التوتر والقلق والخوف والتكيف.
- وقاية الطلبة من الوقوع في المشكلات ومساعدتهم على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم.

7. المبادئ الإرشاد التربوي والنفسي:

- ان الإرشاد التربوي والنفسي في المراحل الدراسية المختلفة للدراسات الجامعية الأولية يتوجب ان يستند على جملة من المبادئ لعل من اهمها:-
- الإرشاد التربوي والنفسي يجب ان يشجع على اكتشاف النفس الإنسانية ومحاولة معرفة مقدار نموها وبهذا ينبغي ابراز دور المرشد التربوي والنفسي بمعاونة الطلبة في معرفة الخلل في البناء النفسي أو التعثر في النمو لغرض اعتماد التقويم والتعديل في السلوك.
- من الواجب علي الإرشاد التربوي والنفسي تقديم خدماته لكل الطلبة ويقصد الباحث بذلك ضرورة اعتماد المراعاة والاهتمام والتقبل للجميع بالرغم من وجود الفوارق الفردية بينهم.

- الإرشاد التربوي والنفسي يجب ان يكون جزءاً مهماً في اي برنامج تربوي وعلمي في كل كلية او معهد، لانه يساعد الطلبة كافة في التكيف الاكاديمي والاجتماعي.
- من الواجب على الإرشاد التربوي والنفسي الاهتمام بكل البيئات وعلى اختلافها التي ينمو فيها الطالب وان يتلائم مع البيئات ويجعل من الطالب قادراً على التوافق مع بيئته.
- الإرشاد التربوي والنفسي يجب ان يكون مسؤولاً عن الفرد والمجتمع، وبحسب اعتقاد ميلر (miller) ان الإرشاد هو حالات المساعدة للأفراد للوصول بهم إلى معرفة انفسهم التي تدفعهم إلى الاختيار السليم وتطوير السلوك الذي يؤدي إلى ان يضع الطالب الأهداف الذكية والطريق الصحيح الذي سلكه⁽¹⁾.

وهنا فإن عملية الإرشاد التربوي والنفسي لا يتم تحديدها بمبادئ او قواعد أساسية فقط وانما قد تكون عملية مستمرة تتطلب دراسة ظروف الفرد ومحاولة وضع الحلول المفيدة والعملية لها بالاسترشاد بالمبادئ والقواعد العلمية من جهة، وبالتجربة والممارسة وإدراك العلاقات من واقع الفرد وحاجاته وقابلياته من جهة أخرى، فالمرشد التربوي والنفسي يمكن ان يساعد المسترشد في حل مشكلته الخاصة بخلق ظروف جديدة وملائمة له.

رابعاً: السمات الأساسية الواجب توافرها عند المرشد التربوي والنفسي في الجامعة
ان المرشد التربوي والنفسي في المؤسسة التعليمية، هو المهني الذي يقع عليه عبء مساعدة جميع الطلبة ومقابلة احتياجات نموهم وما يصادفونه من مشكلات في حياتهم، ويمكن تبين اهم السمات الأساسية الواجب توفرها عند المرشد التربوي والنفسي في الجامعة الممثلة بالكلية الذي يقوم بهذه المهمة، وهذه الصفات يمكن اجمالها بالنقاط الآتية⁽²⁾:-

1. الخصائص النفسية للمرشد:-

- الثبات والاتزان الانفعالي وعدم التهور والاندفاع في مواجهته المواقف الطارئة.
- مثقف وواسع الاطلاع، وودود ومرح، وكبيس ومرح، وصادق وامين، يعترف بنواحي القصور في عمله ويتقبلها ويحاول تجاوزها.
- القدرة على فهم ذاته وفهم الآخرين.
- الاهتمام بالآخرين والرغبة في تقديم المساعدة.
- الثقة بالآخرين وبقدراتهم على حل مشكلاتهم واتاحة الفرصة امامهم لتطوير امكانياتهم إلى اقصى حد ممكن.

- التقبل غير المشروط للمسترشد بصرف النظر عن سلوكه.
- عدم فرض قيمه الخاصة على المسترشدين.

2. الخصائص الاجتماعية

- القدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية الجيدة مع الآخرين وخصائصه المسترشدين.
- القدرة على القيادة والتوجيه للآخرين والتعاون معهم.
- الفهم الصحيح لقيم المجتمع الذي ينتمي اليه المسترشد ومعايير.
- الشعور بالمسؤولية تجاه المجتمع الذي يعيش فيه.
- حبه للعمل الخيري والتطوعي لمساعدة الآخرين.
- القدرة على تكوين صداقات بسهولة والانسجام مع الآخرين.
- ديمقراطي ويهتم بمظاهرة العام اللائق والمناسب.

3. الخصائص المهنية:

- الاخلاص في العمل وانجازه على اكمل وجه دون تقصير او اهمال.
- الالتزام بأخلاقيات المهنة وأخلاقيات المجتمع وقيمه.
- الموضوعية والحياد في الإرشاد.
- المحافظة على اسرار المسترشد وعدم البوح بهم.
- ان يكون لطيفاً وحازماً في ان واحد مع قضايا الطلبة.
- الطموح المستمر من اجل التقدم والتجديد في مجال العمل.

4. المهارات الأساسية للمرشد:-

لابد للمرشد التربوي والنفسي الناجح ان يتقن عدداً من المهارات الأساسية اللازمة في الإرشاد، ومن هذه المهارات:

- **الانتباه:-** اي اهتمام المرشد وانتباهه إلى السلوكيات اللفظية وغير اللفظية، وتساعد هذه المهارات المرشد على التركيز على المسترشد، إذ يساعده على الكلام وتنتج له هذه المهارة إلى ادراكه لمستوى قبول المرشد او رفضه له.
- **الإصغاء:** هي الأداة الرئيسية التي يستخدمها المرشد لفهم المسترشد، وهي الأساس الذي تنتمي عليه جميع المهارات ويهدف الإصغاء إلى فهم كل ما يفكر به المسترشد وما يشعر به نحو نفسه ونحو الآخرين ويمكن تحقيق هذه المهارة من خلال:-

(أولاً): الإصغاء اللفظي.

(ثانياً): الإصغاء غير اللفظي.

(ثالثاً): الإصغاء بعمق

- إعادة صياغة العبارات، ان استخدام هذه المهارة من طرف المرشد تتيح للمسترشد سماع ما قاله من خلال المرشد وذلك يشجعه اما على الاستمرار او مراجعة نفسه، وفي الأساليب المستخدمة في هذه المهارة هي:-

(اولاً): إعادة عبارات المسترشد كما هي ع تغيير ضمير المتكلم إلى المخاطب.

(ثانياً): إعادة النقاط الهامة من عبارات المسترشد.

- طرح الأسئلة: هي مهارة ضرورية للحصول على المعلومات اللازمة من المسترشد وعلى تشجيعه في التعبير عن نفسه إذ تعد هذه المهارة محور المقابلة الإرشادية.

- الاستجابة لمشاعر المسترشد وأحاسيسه: تعكس السلوكيات الغير لفظية للمسترشد ما يدور في داخله من مشاعر وانفعالاته وأحاسيس وهي مؤشر صادر على حالة المسترشد، لذا يمكن الوثوق بها أكثر من ثقتنا بكلام المسترشد.

- مهارة التلخيص: وتستخدم هذه المهارة في اكتشاف مشكلة جديدة وعلى الانتقال من موضوع إلى اخر، ويهدف التلخيص إلى جعل المسترشد أكثر اطمئناناً من المرشد إذا كان صاغياً له في أثناء حديثه، بطريقه تساعد على رؤية الصورة الكلية بوضوح وتستخدم كذلك بهدف انهاء النقاش في موضوع محدد. كما ويجب استخدام التلخيص في:-

(اولاً): بداية الجلسة.

(ثانياً): اثناء الجلسات الإرشادية للمواضيع المتشعبة.

خامساً: طرائق وأساليب الإرشاد التربوي والنفسي

1. طرائق الإرشاد التربوي و النفسي

إن السبب الكامن وراء اعتماد الطرائق المتعددة في الإرشاد التربوي هو ان الأفراد قد يختلفون في نوع وطبيعة المشكلات التي يعانون منها، فقد تواجه احد الطلبة مشكلة ما تشعره بالشقاء والتعاسة والسخط وعدم الرضا عن نفسه او عن مجتمعه، في حين تكون نفس هذه المشكلة عند طالب اخر لكنه يتصرف معه بشكل سليم الا انها قد تحدث له ارتباكاً في دراسته، لذلك فهو يحتاج إلى مساعده وعون من المرشد. وبما ان المشكلات اليت يعانون منها الأفراد هي متنوعة ومتفاوتة في حدتها فانه من غير الممكن الاعتماد على طريقة واحدة في حل جميع المشكلات، لانه لا توجد طريقة واحدة تستطيع حل جميع المشاكل بنفس الدرجة من الدقة، لان طبيعة السلوك البشري وكيفية تغيره تبعاً للظروف التي مر بها الفرد من الأمور التي احتارت البشرية في فهمها وقد استطاعت ابتكار العديد من الأساليب للوصول إلى حكم فيها.

وعليه فان طرائق الإرشاد التربوي سوف تأخذ إحدى طريقتين، اما الإرشاد الفردي او الإرشاد الجماعي، وفيما يلي توضيح هاتين الطريقتين.

أ- الإرشاد الفردي (counseling individual)

ان الإرشاد الفردي يتم عن طريق إرشاد شخص واحد وجهاً لوجه في كل مرة، واذ تعتمد قوة وفاعلية هذه الطريقة على عمق العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد.

وفي هذا النوع من الإرشاد قد يأتي المسترشد من ذاته من خلال احساسه بان ما يعانيه من مشاكل لابد ان يشاركه احد في حلها فيأتي إلى المرشد ويطلعه على طبيعة كيفية مواجهتها والتخلص منها. وهنا يتوجب على المرشد التربوي القيام باعداد برنامج للجلسات الإرشادية كما ان الإرشاد الفردي قد يظهر جلياً من خلال اتباع الطرائق المنظمة في تلك الجلسات الإرشادية، إذ تكون المقابلة الإرشادية هي من انسب الأدوات التي تستخدم في مثل هذا النوع من الإرشاد⁽¹⁾.

ب- الإرشاد الجماعي (counseling group)

ان الإرشاد الجماعي هو الذي يتم بين المرشد ومجموعة من المسترشدين الذين يعانون من مشكلات عامة ومن المستحسن ان تكون مشكلاتهم متقاربة، واضطراباتهم تكون متشابهة حتى يستطيع المرشد التربوي في الجلسة الإرشادية من مشاركة الجميع في الحل، كما ينبغي ان يكون هناك تجانس عقلي وفكري بين أعضاء المجموعة، كما ويفضل ان يكون العدد قليلاً نوع ما حتى يسمح للجميع الاستفادة من الجلسة الإرشادية، لان المشكلات تكون عامة ومن ثم تكون متشابهة وبهذا يمكن ان أقول بموجب دراستي هذه من ان الإرشاد الجماعي ماهو الا عملية تربوية يقوم على اساس اجتماعية ونفسية⁽²⁾ مع الأشخاص الانطوائيين، كما ويستخدم مع الأشخاص الانبساطيين ويمكن استخدامه ايضاً في الحالات الاعتيادية مع الطلبة⁽³⁾.

وبحسب رأي الكثير من الباحثين ان الإرشاد الجماعي فوائد اربعة هي:-

1. **الثقة:** اي ازدياد ثقة عضو الجماعة بنفسه بالآخرين وبالعالم المحيط به.
2. **التفتح:** اي قيام عضو الجماعة الإرشادية بفتح المزيد من قنوات الاتصال مع الآخرين بشكل عميق، فالشخص المتفتح يتعامل مع البيئة المحيطة به عن طريق ذاته الداخلية مما يسمح له بالتعبير عن نفسه ومشاعره للآخرين بصدق بعيداً عن التصنع.
3. **الشعور بالاستقلال:** هو الابتعاد عن لناس او عدم الحاجة اليهم وانما يعينه الباحث هنا هو احساس بالقدرة على الاستقلال مع الاعتماد في الوقت نفسه إلى حد ما على الآخرين بالعيش معهم.

4. **تقرير المصير:** اذ تعمل المجموعات الإرشادية إلى زيادة الوعي اي وعي العضو بنفسه، وعلى زيادة قدرته على التعرف على ما يريده، كما يؤدي ذلك إلى تعرفه على مدى التطابق او الاختلاف بين صورته الواقعية وصورته المثالية التي يسعى إلى تحقيقها.

اما اهم الأساليب التي يجب الاعتماد عليها في الإرشاد الجماعي هي⁽¹⁾:-

- التمثيل النفسي المسرحي "السيكودراما" اذ يقوم هذا الأسلوب على فكرة معالجة مشكلة عامة لعدد من المسترشدين، او المشكلات الاجتماعية بصفة عامة، ويعد هذا الأسلوب في عملية الإرشاد، كونه يؤدي في نهاية الأمر إلى تحقيق التوافق والانسجام والتفاعل الاجتماعي.
- **المحاضرات والمناقشات الجماعية:** ويعد هذا الأسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التعليمي، ويهدف هذا الأسلوب إلى تعبير الاتجاهات لدى المسترشدين، ويتوجب في هذا الأسلوب ان يكون أعضاء الجماعة الإرشادية متجانسين من حيث المستوى العقلي ويعانون من مشاكل متشابهة إلى حد ما مثل المشاكل التربوية والاجتماعية.
- **النادي الإرشادي:** ويعد هذا الأسلوب هو من اهم أساليب الإرشاد الجماعي وهو يقوم على النشاط العلمي والنزوعي والترفيهي بصفة عامة ويبدأ هذا الأسلوب عادة بنشاط رياضي مثل العاب الكرة او نشاط فني او غنائي او موسيقي، او مشاهدة فلم او مسرحية، كما وتوجد هناك مجالات لممارسة الهوايات بما يتناسب وطبيعة كل شخصية. اما دور المرشد التربوي هنا، هو يجب ان يكون محايداً ويتناول بالتعديل والتصحيح لما ظهر خلال النشاط من سلوك، وهذا الأسلوب هو غالباً ما يتم اعتماده مع المسترشدين الذين لا يرغبون بالتردد على العيادات وذلك لان وقع الكلام يكون مزيجاً عند هذه الفئة، إذ إن مزايا هذا الأسلوب هو ان يجعل المسترشد يسلك سلوكاً على طبيعتها مما يسمح للمرشد ان يأخذ لقطات ذات قيمة من سلوكه الاجتماعي تفيد كثيراً في عملية الإرشاد، كما ويعطي هذا الأسلوب للمسترشد فرصة التنفيس الانفعالي⁽²⁾.

2. أساليب الإرشاد التربوي والنفسي:

ان الإرشاد التربوي يباخذ أساليب عدة، واهم هذه الأساليب هي :

■ الإرشاد المباشر (Counseling Directive)

يهتم الإرشاد المباشر بمساعدة المسترشد على حل المشكلات التي تواجهه ومحاولة تحقيق تكيف افضل، كما يتميز هذا الأسلوب بتركيزه على مشكلة المسترشد ولا يهتم بالمسترشد نفسهن وغالباً ما يتعامل هذا النوع من الإرشاد مع الجانب العقلي وليس الانفعالي لذلك سمي هذا الأسلوب بأسلوب التمرکز

حول المرشد إذ إن السبب الكامن وراء هذه التسمية كون المرشد يقوم بدور ايجابي ونشط في كشف الصراعات وتفسير المعلومات وتوجيه المسترشد نحو السلوك الصريح⁽¹⁾.

وقد حدد وليامسون لهذا النوع من الإرشاد خمس خطوات هي:

أولاً: **التحليل:-** في هذه الخطوة يقوم المرشد بجمع المعلومات حول المشكلة من مصادرها المتنوعة أي من الأسرة والمجتمع والأفراد والجامعة، والغرض من وراء ذلك هو من أجل الوصول إلى فهم مشكلة المسترشد.

ثانياً: **التنسيق:** بهذه الخطوة يقوم المرشد بعملية تنظيم وترتيب المعلومات التي حصل عليها من مصادر عديدة ثم يقوم بتلخيص هذه المعلومات وتبويبها بحسب ترتيب معين.

ثالثاً: **التشخيص:-** في هذه الخطوة يتوصل المرشد إلى معرفة أسباب المشكلة وخصائصها الرئيسية التي يعاني منها عمله.

رابعاً: **التنبؤ:** وهي التكهّنات حول التطورات المستقبلية لمشكلة المسترشد من خلال معرفة المشكلة هل هي حادة معقدة ام هي سهلة وبسيطة.

خامساً: **الإرشاد:** ففي هذه الخطوة يقوم المرشد بتقديم خدماته الإرشادية إلى عملية لمساعدته في لتخلص من مشكلته التي يعاني منها، اي هي عملية تغير وتعديل في سلوك المسترشد.

■ الإرشاد غير المباشر (Counseling Noudirecire)

ان الأسلوب الذي يقوم عليه هذا الأسلوب هو المسترشد لا مشكلته، ووظيفة الإرشاد هنا هي تهيئة الجو النفسي الملائم اثناء الجلسات الإرشادية من أجل ان يستطيع المسترشد من تفريغ انفعالاته ومشكلاته والوصول إلى اتخاذ قرارات نفسية لحل مشكلاته، لذلك ان هذا الأسلوب هو يتعامل مع الجانب الانفعالي والتنفسي.

ولكي ان يحقق هذا النوع من الإرشاد النجاح اذ لا بد ان يهتم المرشد بالمسترشد ويعطيه الحرية في التعبير عما في داخله من مشاعر وانفعالات ويخدمها، وان المرشد من الواجب عليه ان يبني علاقة تفاعل مع المسترشد يسودها الاحترام والتقدير والتشجيع والتقصص للمشكل⁽²⁾.

كما ان كارل روجز صاحب هذا الأسلوب قد قام في احد كتبه بتحديد خطوات هذه الطريقة بما

يأتي⁽³⁾:-

أولاً: يأتي المسترشد إلى الرشد لمساعدته، فيجب ان لا ينتزع منه الأخير مسؤولية حل مشاكله.

ثانياً: يحدد المرشد علاقته بالمسترشد بان يلقي عبء حل المشكلة عليه فيشجعه على التحدث بحرية تامة معبراً عن شعوره وانفعالاته.

ثالثاً: على المرشد تقبل انفعالات المسترشد ويكون كالمرآة تنعكس عليها هذه الانفعالات حتى يراها المسترشد واضحة في جو يتسم بالمساحة فيقبل الفرد انفعالاته كجزء من ذاته يحاول اسقاطها على غيره، او على بيئته او يخفيها بحيل لا شعورية.

رابعاً: يؤدي هذا بالمسترشد إلى ان يعبر تعبيراً تاماً عن كل انفعالاته السلبية وبالتدريج يحل محلها اتجاهات نفسيه وانفعالات ايجابية.

خامساً: يتقبل المرشد من المسترشد هذه الاتجاهات وهذه الانفعالات الايجابية دون مدح او استهجان فيظهر له بذلك انه يتقبل كلاً من انفعالاته السلبية والايجابية على حد سواء، فيتتيح له الفرصة لان يفهم نفسه لأول مره كما هو.

قد اتضح للباحث تماماً لخطوات الطريقة السابقة بما تتضمنه من عملية جمع المعلومات وعملية التشخيص، وبهذا قد استنتج الباحث مما ورد اعلاه بان الاهتمام الرئيس في هذا الأسلوب يكون على الفرد أكثر مما يكون على المشكلة.

تحديد اوجه الاختلاف بين الإرشاد المباشر والإرشاد غير المباشر

ادناه جدول يوضح اوجه التشابه والاختلاف بين كل من الإرشاد التربوي المباشر والإرشاد التربوي غير المباشر.

الإرشاد التربوي المباشر	الإرشاد التربوي غير المباشر.
يتمركز حول المرشد.	يتمركز حول المسترشد
يقود المرشد عملية الإرشاد بما لديه من علم وخبرة.	يوجه المسترشد لجلسات حسب ما يراه مناسباً لحل مشكلته.
يركز على الجوانب العقلية من الشخصية.	يركز على الجوانب الانفعالية من الشخص.
يستغرق وقتاً قليلاً نسبياً.	يستغرق وقتاً طويلاً نسبياً.
يتم تقديم خدماته لكل من يحتاجها فقط اذا لم يطلبها.	يتم تقديم خدماته لمن يطلبها.
يهدف إلى احداث تغيير عن طريق التعليم والتنمية.	يهدف إلى احداث تغيير عن طريق التعلم والنمو.
يعتمد المسترشد على المرشد في تحديد قوئل ومشكلته ورسم الخطط المناسبة.	يتعلم المسترشد الاستغلال والاعتماد على النفس في حل مشكلته.

يساعد المرشد في حل المشكلات ويقدم مساعدات مباشرة.	يساعد المسترشد في ان يحل مشاكله بنفسه.
يعد المسترشد ذاتي في نظرته وان المرشد اقدر منه على الرؤية الموضوعية المطلوبة واقدر على تقديم المساعدة.	يعد ان المسترشد لديه قوى ودوافع للنمو تؤهله للتوافق مع بيئته وهو وحده الذي يعرف كيف يستخدمها.
يهتم المرشد بتقييم سلوك المسترشد ويتدخل في اتخاذ قراراته.	يقوم المسترشد بتقييم قراراته دون تدخل من المرشد.
يهتم بعملية التشخيص التي يقوم بها المرشد.	التشخيص هنا غير ضروري.
ان العبء الاكبر في حل المشكلات يقع على عاتق المرشد وعلى مسؤولية.	يقع العبء الاكبر في حل المشكلات على عاتق المسترشد ومسؤولية ونظام المؤسسة العلمية التي حصل لهم الشرف بالانتماء اليها بصفة طلبة.

الخلاصة:

يتضح مما سبق أن العملية الإرشادية تمثل إطاراً مهنيّاً متكاملّاً يهدف إلى مساعدة الفرد على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، وذلك من خلال أهداف نمائية تدعم النمو السوي، وأهداف وقائية تسعى إلى حماية الفرد من المشكلات قبل وقوعها، وأهداف علاجية تتعامل مع ما يواجهه من صعوبات حالية. وتمتاز هذه العملية بخصائص تجعلها ممارسة إنسانية علمية تقوم على السرية والاحترام المتبادل، وتستند إلى بناء علاقة مهنية فعّالة وتخطيط منهجي دقيق. كما تمر العملية الإرشادية بمراحل مترابطة تبدأ بتكوين العلاقة وجمع المعلومات، مروراً بالتشخيص والتخطيط، وصولاً إلى تنفيذ التدخلات وتقويم نتائجها ومتابعتها. إن فهم هذه العناصر مجتمعة يسهم في تعزيز جودة العمل الإرشادي وفاعليته، ويضمن تقديم خدمات نفسية مبنية على أسس معرفية وأخلاقية راسخة، تُسهم في تنمية الفرد وتطوير قدراته وحل مشكلاته بكفاءة واستقلالية.

المراجع

- جيمس ادمز، مشكلات إرشادية، مطبعة عمان، 1980
- حامد زهران، التوجيه والإرشاد التربوي، عالم الكتب، القاهرة، 1977
- حامد عبد السلام زهران، التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، 1977
- د. حامد عبد العزيز الفقي، مدخل الإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، 1974.
- د. سعد جلال، التوجيه النفسي والتربوي والمهني، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
- د. صاحب عبد مرزوك ود. حسن علي سيد، الإرشاد النفسي والصحة النفسية (المبادئ الأساسية والتطبيقات، ط1، دار الكتب والوثائق بغداد، 2012،
- د. صالح بن عبد الله عبادة وأ. عبيد المجيد بن طاشي نيازي، الإرشاد التربوي والنفسي والاجتماعي، ط1، مكتبة العبيكان، السعودية، الرياض،
- عاصم محمود ندا، الإرشاد التربوي والنفسي، دار الكتب، الموصل، 1989
- هادي مشعان ربيع، الإرشاد التربوي (مبادئه وأدواره الأساسية)، ط1، الدار العلمية الدولية للكتاب، عمان، 2003،