الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

مفهوم الارشاد النفسي

ثمة اكثر من مفهوم يوضح ماذا نقصد بالارشاد ؟

فهو فن وعلم وفرع من فروع العلوم التربوية والنفسية وهو أيضا من حيث المعنى خدمة فنية متخصصة تمارس لتقديم مساعدة مباشرة او غير مباشرة الى شخص ما وهو عملية علاجية وتوجيهية تتضمن مجموعة من الخدمات التي تقدم للأفراد، لمساعدتهم على فهم أنفسهم وإدراك المشكلات التي يعانون منها، والانتفاع بقدراتهم ومواهبهم في التغلب على المشكلات، بما يؤدى إلى تحقيق التكيف مع البيئة التي يعيشون بها، حتى يبلغوا أقصى ما يستطيعون تحقيقه من نمو وتكامل في شخصياتهم، ومن الوظائف الأساسية لهما، إتاحة الفرصة للفرد حتى ينمي قدراته ويستغلها لتحقيق التوافق، وعلى ذلك فالتوجيه والإرشاد النفسي جزء متكامل من التربية الذي يرتكز أساسًا على هذه الوظيفة، ولا يعمل التوجيه والإرشاد النفسي على اختيار أيّ طريق يسير فيه الفرد، بل إنّه يساعد الفرد على أن يقوم بالاختيار بنفسه، الطريقة التي تؤدي إلى تنمية قدراته بحيث يستطيع أن يتخذ القرار الملائم دون مساعدة من الآخرين، وهو يتوافر كذلك في جميع مراحل الحياة، في المنزل، المدرسة، العمل، والأنشطة الاجتماعية، ويلاحق الفرد في شتى مراحل نموه من الطفولة حتى آخر مراحل حياته.

ويمكن القول ان عملية الارشاد النفسي تتم بين فردين احدهما قلق مضطرب بسبب يعض المشكلات الانفعالية التي لا يتمكن ان يواجهها او يتغلب عليها بمفرده والأخر يستطيع بحكم اعداده المهني وخبرته العملية ان يقدم المساعدة التي يمكن الفرد من حل مشكلاته .

والادبيات التي تعني بالارشاد النفسي تعج بالكثير من المصطلحات وتتفاوت هذه المصطلحات في الشمول العام والمعنى الدقيق المحدد ، وتلعب الأطر النظرية والمنطلقات الفلسفية والفكرية دورا هاما في تعدد وتنوع المفاهيم لطنها جميعا تشترك من حيث المحتوى العام لمفهوم الارشاد فغالبية هذه التعاريف تعد الارشاد عملية وعلما وفنا يهدف الى مساعدة الفرد على فهم نفسه والتكيف للحياة. والإرشاد النفسي يتركز حول الفرد اكثر مما يدور حول المشكلة التي يتعرضها وبعبارة أخرى ان الهدف ليس حل المشكلة بحد ذاته ، تعد كخدمة استشارية في هذا المجال ، وانما الخدمة الحقيقية تتمثل بتنوير الفرد بما يساعده على ان يتخذ موقفا من اتجاهاته وأساليب سلوكه ومشاعره بالنسبة لموضوع المشكلة ، بما يهيء للفرد الراحة والرضا والقدرة على مواجهة المشكلات .

وقد نشا الارشاد النفسي نتيجة عدة تيارات فكرية أهمها التوجيه التربوي والمهني والعلاج النفسي والصحة النفسية والخدمة الاجتماعية .

مفهوم التوجيه التربوي

قد أصبح موضوع التوجيه التربوي ذا أولوية كبرى لدى صناع القرار في مختلف الأقطار، نظرا لكون السياسات العمومية أصبحت رهينة النظام التعليمي لكل بلد، و نظرا لأن نسق التوجيه التربوي بكل أبعاده هو جزء أساسي من النظام التعليمي.

فالتوجيه التربوي Educational Guidance هو عملية مساعدة الفرد بوسائل مختلفة ليصل إلى أقصى نمو له في مجال الدراسة، ويتمثل ذلك في مساعدة الطالب على أن يرسم خطط الدراسة بطريقة حكيمة وأن يتابع هذه الخطط بنجاح.

ويشير الى العملية التي يحتاج إليها الطلاب خلال حياته المدرسية، حيث تقوم على مساعد الأشخاص المتعلمين على حل المشكلة التي يواجهونها في المدرسة، وبالإضافة إلى ذلك فإنه يوفر جميع التفاصيل المطلوبة التي يحتاجها الطلاب فيما يتعلق بالمدرسة التي يجدونها مناسبة، والجدير بالذكر أن التعليم هو العملية التي توجه الطلاب من أجل نموهم الصحيح. أن كل جانب من جوانب التعليم في المؤسسة التعليمية يرتبط بشكل كبير ووثيق بالتوجيه التربوي، وعلى ذلك فهو يحتوي على الأهداف التربوية والتعليمية والانضباط والمنهج الدراسي ودور المعلم التربوي، وأساليب وطرق واستراتيجيات التدريس والأنشطة المشتركة المواد الدراسية، بالإضافة إلى ذلك تقدم التوجيهات العون والمساعدة خلال القيام على تغيير أو تعديل مسار الدراسة بناء على قدرة الطالب ومهاراته وامكاناته، وتساعد هذه العملية الطالب أيضاً على اتخاذ خيارات دقيقة وحكيمة فيما يتعلق بحياته التعليمية القادمة. والجدير بالذكر أن هذه العملية تساعد الشخص على التخطيط لخطته التعليمية والمضي قدمًا بها دون أي مشكلة، يهتم التوجيه التربوي بكل جانب من جوانب تعليم الطلاب، كما أنه يوفر المساعدة للطلاب في اختيار المدرسة والدورة وعادات الدراسة، والعديد من الأشياء الأخرى، إلى جانب ذلك فهو يساعد في نمو الطلاب وتطورهم.

ويعرف التوجيه التربوي: بانه عبارة عن فئة كبيرة من الأساليب الشائعة التي يتم توجيه المتعلم من خلالها بطرق مختلفة، وهناك أربعة أنواع من أساليب التوجيه يمكن استخدامها جنبًا إلى جنب مع التدريس والممارسة كالطرق البصرية واللفظية واليدوية والميكانيكية.

كذلك يأخذ مفهوم التوجيه التربوي و حسب "جون كيشار"، ثلاث معان و أبعاد مختلفة: حيث " يشير أولا إلى مجموع المساطر و الآليات المؤسساتية التي تعمل على توزيع المتمدرسين على مختلف الشعب و المسالك الدراسية و التكوينية؛ كما يشير إلى مجموع الأنشطة الفكرية التي يقوم بها شخص ما، والتي تمكنه من اختيار مسار تكويني أو مهني معين .

وفي الأصل، ركز التوجه التعليمي على اثنين من التيارات متنوعة: من ناحية ، تقديم المساعدة للأفراد الذين قدموا اختلالات عقلية. من ناحية أخرى ، تسهيل اتخاذ القرارات المتعلقة بدعوة كل طالب وإحترافه لتطوير صحيح لاحق.

وخلاصة في خضم هذه التعاريف المتعددة الأبعاد يمكننا أن نستشف أن التوجيه التربوي هو عملية منظمة تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم ذاته و معرفة قدراته و اكتشاف ميولاته لحل مشكلاته و الوصول به إلى نوع من الملاءمة بين تطلعاته و مؤهلاته من جهة و احتياجات المجتمع والفرص التعليمية والمهنية المتاحة من جهة أخرى.

الفرق بين التوجيه والإرشاد النفسي

١. أثناء التوجيه والإرشاد النفسي، يتم التركيز والاستماع إلى المشكلة التي تواجه الفرد، وخاصة الطلاب الأكاديميين، والطلاب الجامعيين، إذ يتم تقديم حل جاهز من قبل الخبير، بعد دراسة حالاتهم، ويهدف التوجيه والإرشاد النفسي، إلى مناقشة مشكلة الفرد المعني وفهمها، وكذلك تقديم النصح له، وتمكينه من اتخاذ قرار بشأن أهدافه المهنية، أو الدراسية، أو الحياتية، وهذا في جلسات فردية، يقوم بها خبراء النفسيين.

٢ . التوجيه النفسي، هي عملية توجيه الفرد إلى الطرق المختلفة التي يستطيع عن طريقها اكتشاف واستخدام إمكانياته وقدراته، وتعليمه ما يمكّنه من أن يعيش في أسعد حال ممكن بالنسبة لنفسه والمجتمع الذي يعيش فيه، وكذلك يعد التوجيه النفسي عملية مساعدة الفرد في فهم وتحليل استعداداته، قدراته، إمكانياته، ميوله، والفرص المتاحة أمامه، ومشكلاته، وحاجاته، واستخدام

معرفته في إجراء الاختيارات، واتّخاذ القرارات لتحقيق التوافق بحيث يستطيع أن يعيش سعيدًا، وكذلك مساعدة الفرد وتشجيعه على الاختيار والتقرير، والتخطيط للمستقبل بدقة وحكمة، ومسؤولية في ضوء معرفة نفسه ومعرفة واقع المجتمع الذي يعيش فيه

٣ . كما ويهدف إلى مساعدة وتشجيع الفرد لكي يعرف نفسه ويفهم ذاته ويدرس شخصيته جسميًا وعقليًا واجتماعيًا وانفعاليًا، ويفهم خبراته، ويحدد مشكلاته وحاجاته، ويعرف الفرص المتاحة له، وأن يستخدم وينمّي إمكانياته بذكاء إلى أقصى حدٍّ مستطاع، وأن يحدد اختياراته ويتّخذ قراراته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته بنفسه

٤ . الإرشاد النفسي، هو ممارسة متخصصة أو عامة في محاولة تقديم الخدمات الصحية في علم النفس الإرشادي والمهني، وهو يركز على كيفية سلوك الناس أثناء اختلاطهم مع مجتمعاتهم، وكذلك العمل على تحليل علاقاتهم في جميع أعمارهم وتعاملاتهم اليومية، سواء في العمل، أو في المدرسة، أو في مواقفهم السيئة، وفي العادة يتعامل علم النفس الخاص بالإرشاد النفسي، مع المشاكل الانفعالية، والاجتماعية، والعملية، والمدرسية، وكذلك الصحية الجسدية، والتي من الممكن أن يمر بها الأفراد في مراحل مختلفة من حياتهم، ومع التركيز على ضغوط الحياة النموذجية التي قد يواجهها الفرد، وكذلك القضايا الأكثر حدة والتي قد تؤدي إلى الشعور بالتوتر، والتي من الممكن أن يواجهها الناس كأفراد، أو باعتبارهم جزءًا من العائلات، أو المجموعات، وكذلك المنظمات، ويساعد علماء النفس الإرشادي، الأشخاص الذين يعانون من مشاكل الصحة البدنية، والانفعالية، والنفسية كذلك على تحسين شعورهم بالرفاهية، ومحاولة تخفيف الشعور بالضيق، ومحاولة حل الأزمات، كما أن الإرشاد النفسي يوفر تقييمًا، وتشخيصًا، وعلاجًا، لأعراض نفسية أكثر حدة وخطر، من الذي تم ذكرها سابقًا، وهذه الأعراض غالبًا ما يتم التعامل معها حسب حدة الضغوطات التي تواجه الفرد في حياته اليومية.

٥ . الارشاد النفسي هو علاقة فرد متخصص (المرشد) مع فرد اخر (المراجع) اما التوجيه فهو العلاقة الموجه بمجموعة من الافراد كتلاميذ المدرسة او عمال المصنع او جنود ... الخ لمساعدتهم على اكتشاف واستثمار طاقاتهم وامكانياتهم الكامنة الى اقصى حد ممكن .

٦ . الارشاد النفسي هو عملية ووسيلة وقائية لمساعدة الفرد على التغلب على مشكلاته الانفعالية البسيطة والتكيف للحيلة اليومية ، بينما التوجيه عملية تسبق الارشاد النفسي وتاخذ مظهرا إعلاميا

، يتلخص باعداد المعلومات للطلبة لتعريفهم بالامكانيات المحلية والأنظمة والقوانين او معلومات تساعد الفرد او الافراد على اختيار السليم للمهنة او التخصص الدراسي .

الحاجة الى الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

لماذا نحتاج إلى الإرشاد النفسي في حالة التغير الاجتماعي؟ سميّت المراحل العمرية بذلك لأنها تنتقل بنا من نمط فكري ونفسي ما إلى نمط آخر، وفي كلّ مرحلة من مراحل العمر نتغيّر ليس فكرياً فقط بل وتتغيّر فسيولوجيا الجسم أيضاً والطريقة التي نفكّر من خلالها مع الآخرين وطريقة تواصلنا معهم، ولعلّ التغيرات الاجتماعية من أبزر التغيرات التي تحدث لكّل واحد منّا، وهي مرحلة إجبارية لا يمكن لأحد أن يتخطّاها بسهولة، وخلال هذه المرحلة يمكن للفرد أن يحتاج إلى الإرشاد النفسي.

أبرز متغيرات الحالة الاجتماعية في الإرشاد النفسي:

١. التغير الذي يحدث على الشخصية من حيث طريقة التفكير: في كلّ مرحلة نمرّ بها تحدث العديد من التغيرات التي قد لا تحدث بضورة طارئة ملاحظة، ولكنّها تحدث بصورة تصاعدية لتصل بنا إلى مرحلة لا يمكننا أن نتملّص من ذلك الواقع، ففي مرحلة ما ننتقل من مجتمعنا الصغير المنحصر في قاعدة تعتمد على الأسرة إلى المدرسة والأصدقاء، وهذا التغيّر الاجتماعي قد لا يستطيع البعض التماشي وفقاً معه، وبالتالي ظهور بعض الاضطرابات النفسية التي قد تؤدي إلى العزلة والوحدة وربّما بعض الصعوبات في الاندماج مع الآخرين، والتي قد تترافق مع الشخص بقية أيام حياته. هذه التغيرات التي تحدث على الصعيد الاجتماعي تحتاج في كثير من الأحيان إلى المشورة النفسية على صعيد الإرشاد النفسي، وتحتاج إلى خبرة بعض المرشدين النفسيين للتعامل مع التغيرات الاجتماعية ومحاولة دمج الفرد بها، وكذلك هي الحال عندما يقوم أحدنا بالسفر إلى مجتمع وثقافة أخرى، أو عندما ينتقل من جو المدرسة والأسرة إلى أجواء الجامعة، فجميعها من الحالات التي قد تبدو بصورة لا تتوافق مع طبيعة البعض.

٢. التغير الذي يحدث على الشخصية من حيث الثقة وطريقة العرض: في زمان ومكان ما لا يمكننا إلّا أن نثق بكلّ ما هو حولنا وهنا نقصد الأسرة التي تتكوّن من الأبوين والأشقاء، ولكن عندما ينتقل الفرد من أجواء الأسرة إلى أجواء العمل مثلاً تبدأ العديد من الصعوبات في الظهور وعرقلة الطريقة، ولعلّ أبرز هذه الصعوبات تتعلّق بمقدار الثقة بالآخرين وكيفية اكتساب تقديرهم وثقتهم، وهذا الأمر يصدم بكثير من الأمور التي تعلّمها الفرد أثناء تواجده برفقة الأسرة، ليجد أمامه واقع مغاير تماماً للمبادئ والقيم التي اكتسبها على الصعيد الاجتماعي الداخلي. إنّ من أبرز التحديات التي تحدث على الصعيد الشخصي هي تلك التي تتعلّق بكيفية تقبّل الآخرين، ومدى اكتساب ثقتهم وحبّهم والتآلف معهم، كون الواقع الذي نشأ عليه الكثير منّا لا يشبه الواقع الحقيقي من أجواء عمل ومدرسة وأصدقاء وجامعة، وبالتالي فإنّ الحيرة الاجتماعية وعدم القدرة على اتخذا القرارات تجعل من الفرد فريسة سهلة أمام أولئك الأشخاص الذين لا يديرون وجوههم كثيراً للثقة وللمبادئ والعادات والتقاليد، لتبرز هنا حاجة بعض الأفراد إلى الإرشاد النفسي كوسيلة تقوم بمساعدتهم على الاختيار وكيفية الاندماج مع المجتمع واكتساب ثقة الآخرين، تحريرهم من نظريات المؤامرة والخوف التي أصبحوا من خلالها يعتقدون بأنّ العالم كلّه من حولهم مخادع وغير صادق

٣. التغير الذي يحدث على الشخصية من حيث طريقة التواصل مع الآخرين: تختلف الطريقة التي نتواصل من خلالها مع الآباء والأمهات والأشقاء عن تلك التي نتعامل من خلالها مع دائرة العمل أو زملاء الدراسة، فالمجتمع مليء بالمفاجئات السارة منها وغير السارة، ولا يمكننا أن نعوّل على الطريقة التي نشأنا فيها للتعامل مع مجتمع مغاير تماماً لطريقة التربية الاجتماعية، فهناك العديد من الأسر لا يرقون إلى مستوى التواصل الفاعل مع أبنائه لتهيئته بصورة تتناسب مع واقع المجتمع. وفي هذه الحالة تكون طريقة التربية والتواصل مع الأسرة تعاكس واقع المجتمع، ليس هذا فقط بل وتضع الفرد في مواجهة مباشرة مع قيم ومبادئ قديمة تعلّمها سابقاً ويعتقد بأنها هي الأصح، ليجد الفرد نفسه خاضعاً للعملية الإرشادية بحثاً عن أفضل الحلول الممكنة التي تساعده على التواصل مع المجتمع وتفادي المفاجئات التي تحدث فيه بصورة حقيقية أو وهمية. إنّ علم الإرشاد لنفسي هو الحلّ لكثير من التغيرات الاجتماعية والفكرية التي تحدث للفرد على الصعيد الشخصي، ولا يمكن لنا أن نمنح لأنفسنا الكثير من الفرص للاندماج مع المجتمع بأي صورة كانت، فالخبراء النفسيون هم الأكثر قدرة على وضع الخطط والبرامج والأهداف الإرشادية التي تساعد الفرد على تقبّل المجتمع بصورة جيّدة.

لماذا تبرز الحاجة إلى الإرشاد النفسي أكثر من العلاج النفسي

١. السهولة واليسر لعلّ علم الإرشاد النفسي علماً يقوم على التفاهمات النفسية ومواجهة الذات، ومحاولة المرشد النفسي دمج المسترشد بالمجتمع المحيط واستعادته للثقة بنفسه، وهذا الأمر من شأنه أن يزيد من قدرة المسترشد على استساغة العملية الإرشادية أكثر من الحاجة إلى العلاج النفسي، فالأفراد الذين يعانون من مشاكل نفسية عادة ما يحاولون منح أنفسهم فرصة الخضوع للعملية الإرشادية الخاصة بالإرشاد النفسي قبل أن يلجؤوا للعلاج النفسي، وهذا الأمر من شأنه أن يزيد من شهرة الإرشاد النفسي والحاجة إليه أكثر من الطب أو العلاج النفسي.

٢. الإرشاد النفسي يحدد المسارات في كثير من الأحيان لا يملك الأفراد القدرة على الاختيار بصورة صحيحة، مما يجعل من العملية الإرشادية من خلال الإرشاد النفسي وسيلة ممكنة للمساعدة في تحديد المسارات والاتجاهات الفيصلية في مسار حياة الفرد الاجتماعية والمهنية، وهذا الأمر من الصعب أن يصل إليه المسترشد من خلال العلاج أو الطب النفسي، كما وأنّ الإرشاد النفسي يمنح المسترشد الفرصة للعودة مرّة أخرى وسهولة تغيير المسارات الخاطئة بصورة سريعة على العكس من العلاج النفسي الذي يحتاج إلى الكثير من الجلسات العلاجية.

٣. الإرشاد النفسي وسيلة مساعدة لتغيير السلوك يصعب على بعض الأفراد تقبّل بعض التغيرات الهامة في الشخصية والسلوك، وعادة ما يجدون صعوبة في تقبّل الواقع واستثماره بصورة سليمة، مما يجعل من العملية الإرشادية الخاصة بالإرشاد النفسي وسيلة ممكنة ومقبولة لدى المجتمعات لاستعادة الثقة بالنفس وصقل الشخصية بصورة منطقية ممكنة، وبالتالي المساعدة على تغيير السلوك بصورة سريعة تجعل من المسترشد شخصاً آخر أكثر فاعلية، وهذا الأمر لا نجده عادة في الطب أو العلاج النفسي بهذه الصورة الموضوعية.

ما العلاقة ما بين الإرشاد النفسي والمتغيرات الحياتية؟

قد نتمكن من العيش بأسلوب فكري ونفسي متقن بعيداً عن التحديات والعقبات ما لم يحدث تغيّرات في حياتنا بصورة مفاجئة أو سلبية، ولكن عندما ننتقل من مرحل عمرية ما إلى مرحلة عمرية أخرى، فإن التغيرات التي تحدث على المستوى النفسي والفكري تضعنا في تغيّرات على مستوى التعامل مع الذات ومع الآخرين، وتظهر مدى قدرتنا في تحمّل تلك التغيرات والتماشي معها أم لا.

ما أبرز المتغيرات التي تستدعي الحاجة إلى الإرشاد النفسي؟

إنّ التغيرات التي تحدث في مراحل حياتنا كبيرة ومختلفة من فترة إلى أخرى، فالذي نراه طبيعياً لدى البعض لعلّه كان امراً غريباً لدى نفس الفئة في مرحلة من المراحل، فالطبيعة البشرية تخشى التغيّر وتخاف من الإخفاق بصورة كبيرة، لعدم قدرة البعض في التعامل مع التغيرات ومع الأشخاص الذين يظهرون على أنماط وصور نفسية متباينة، مما يجعل من عملية الإرشاد النفسي ضرورة حتميّة في المراحل الانتقالية من الحياة. تعتبر مرحلة الطفولة من المراحل التي تتغيّر بوتيرة سريعة جدّا من حيث الأصدقاء والأقارب ونظرة المجتمع، مما يجعل الإرشاد النفسي في مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي نحتاج خلالها إلى هذه العملية، فالأطفال عادة ما يعانون من بعض الاضطرابات العصبية والتغيّر المفاجئ في السلوك وفي المزاج النفس نتيجة التغيّرات المفاجئة في طريقة التعامل مع الآخرين وخاصة الأبوين والأصدقاء.

اذن يتبين مما سبق أصبح واضحا لنا ان التوجيه والإرشاد ضرورة ملحة في الوقت الحاضر نتيجة تعقد الحياة وتنوع حاجات الأفراد وظهور الاختراعات الحديثة وتغير الظروف التي يعيش فهيا الفرد واختلاف مجالات العمل وتعدد مطالبها وتطور نظام التعليم وبروز العديد من المشكلات: ولعل من أهم العوامل التي زادت الحاجة إلى التوجيه والإرشاد في الوقت الحاضر هي :

١-التغيرات الأسرية في البناء والوظيفة :

إن تلاشي الأسرة الممتدة في الوقت الراهن المكونة من الزوج والزوجة والأولاد والآباء والأجداد وبقاء الأسرة الصغيرة وضعف التماسك بين أفرادها وزيادة أعباء الحياة على الأب مما جعل الأم تخرج إلى سوق العمل ما سببه من قلة الوقت لتقديم الخدمات الإرشادية المناسبة للأبناء وتبصيرهم بمستقبلهم والعمل على تعديل سلوكهم وبالتالي كان هناك ضرورة أو حاجة إلى تقديم خدمات إرشادية منظمة في المدرسة.

٢-التغير الاجتماعي السريع :

تتغير المجتمعات بمرور الزمن سوء كان هذا التغير ضئيلاً أو كبيراً مما يتوجب على أفراد المجتمع مراعاة هذا التغير ليتمكنوا من التكيف معه ، فقد تغيرت نظرة المجتمع إلى التعليم وإلى المهن وكذلك التغير في بعض العادات الاجتماعية ونظم المجتمع والظواهر السلوكية مما أدى إلى ظهور خلل في العاقلات الاجتماعية وظهور التنافس والصراع بين أفراد المجتمع في الأفكار والاتجاهات وما عكسه ذلك من أحداث أدى إلى حدوث فجوة بين الأجيال وظهور العديد من المشكلات التي يجعل من الخدمات الإرشادية ضرورة ملحة لعلاجها.

ففي كلّ مرحلة نمرّ بها تحدث العديد من التغيرات التي قد لا تحدث بصورة طارئة ملاحظة، ولكنّها تحدث بصورة تصاعدية لتصل بنا إلى مرحلة لا يمكننا الخلاص من ذلك الواقع، ففي مرحلة ما ننتقل من مجتمعنا الصغير المنحصر في قاعدة تعتمد على الأسرة إلى المدرسة والأصدقاء، وهذا التغيّر الاجتماعي قد لا يستطيع البعض التماشي وفقاً معه، وبالتالي ظهور بعض الاضطرابات النفسية التي قد تؤدي إلى العزلة والوحدة وربّما بعض الصعوبات في الاندماج مع الآخرين، والتي قد تترافق مع الشخص بقية أيام حياته. هذه التغيرات التي تحدث على الصعيد الاجتماعي تحتاج في كثير من الأحيان إلى المشورة النفسية على صعيد الإرشاد النفسي، وتحتاج إلى خبرة بعض المرشدين النفسيين للتعامل مع التغيرات الاجتماعية ومحاولة دمج الفرد بها، وكذلك هي الحال عندما يقوم أحدنا بالسفر إلى مجتمع وثقافة أخرى، أو عندما ينتقل من جو المدرسة والأسرة إلى أجواء الجامعة، فجميعها من الحالات التي قد تبدو بصورة لا تتوافق مع طبيعة البعض.

٣- التقدم العلمي والتقني :

إن التقدم العلمي والتقني الهائل في العصر الحديث وظهور المخترعات الحديثة أصبح من الضروري على الفرد أن يواكبه ويتعايش معه بالإعداد العلمي والمهني وهو في هذا يمر ببعض المشكلات الناتجة عن هذا الانفجار المعرفي والثورة التقنية المتسارعة وبذلك تكون هناك حاجة ملحة إلى إرشاد منظم وهادف.

٤-التغير في مجال التعليم :

لقد كان التعليم منصباً على نقل التراث والمعلومات للطالب بطريقة التلقين والحفظ ولكن في العصر الحديث تغيرت أهداف التعليم وبالتالي طرائق التدريس وأصبح الطالب هو محور العملية التربوية وأصبح الاهتمام ببناء شخصيته وتنمية ما لديه من استعدادات وقدرات كذلك الاستفادة من وسائل التقنية في التعليم وإيصال المعلومات إلى الطالب ، كذلك من ملامح تتطور التعليم إشراك أولياء الأمور في العملية التربوية وعقد مجالس الآباء والمعلمين وأهمية التعاون بين البيت والمدرسة ،كما أن النمو السكاني المطرد أدى إلى زيادة إعداد التلاميذ ففي المدارس فظهرت مشكلات التوافق المدرسي والتأخر الدراسي والرسوب والتسرب ونوجد بين الطلاب متفوقون ومعاقون وحالات فردية مما أدى إلى الحاجة إلى التوجيه والإرشاد كجزء من العملية التربوية.

٥- الهجرة من الريف إلى المدينة :

إذا لوحظ في الاختلاف بين طبيعة الناس في كلا المجتمعين وما سوف يؤدي إليه ذلك من خلل واضح في العادات والتقاليد والقيم والاتصال الواضح في الحياة الاجتماعية.

٦- التغيرات التي طرأت على العمل :

إن التطور العلمي والتقني وتطور الصناعة أدى إلى تغيرات في العمل فقد تغير البناء الوظيفي وتعددت المهن وظهرت التخصصات في العمل مما أدى إلى ظهور بعض المشكلات عن ذلك مما يجعل العمل الإرشادي وخاصة المهني منه ضرورياً لمساعدة الأفراد على اختيار المهنة المناسبة وتحقيق التوافق المهني.

٧- المراحل الانتقالية :

يمر الفرد خلال حياته بفترات انتقال من مرحلة إلى أخرى مثل الانتقال من الطفولة إلى المراهقة ومن المراهقة إلى الرشد ، كما أنه ينتقل في مسار حياته من وضع إلى أخر مثل الانتقال من البيت إلى المدرسة ومن الدراسة إلى العمل ومن العزوبية إلى الزواج كل هذه المراحل الانتقالية يتعرض خلالها الفرد إلى الخوف والقلق مما يتطلب العون والمساعدة .

أهداف الإرشاد النفسي:

الإرشاد عملية نفسية يستطيع الفرد من خلالها تحقيق مرحلة متقدمة من الكفاءة الذاتية، بهدف إجراء تغيير ذاتي للفرد لمساعدة نفسه بنفسه .

وقد تم تعريفه من قبل الجمعية الأمريكية على انه عبارة عن الخدمات وفق مبادئ متفق عليها من قبل علماء النفس المختصون في علم النّفس الإرشادي وذلك لدراسة السّلوك الإنساني خلال مراحل النّمو المختلفة، ويسعون لمساعدة المسترشد لتأكيد الجانب الإيجابي بشخصيته، والعمل على مساعدته ليكون أكثر تكيفًا مع نفسه وبيئته، ويقوم الأخصائي النفسي بتدريب المسترشد على أساليب حل المشكلات، وكسب القدرة على صنع القرار، ويقدم الإرشاد لجميع الأفراد في مختلف المراحل العمرية في مجالات عديدة مثل المجال الأسري، والمدرسي، والعمل.

اما العالم باترسون فقد عرف الارشاد النفسي بانه عبارة عن عملية إرشادية بين المرشد والمسترشد، يحدد لها المكان والزمان، حيث يستمع فيها المرشد للمسترشد ويحاول فهم ومعرفة كيف يفكر وما هي الأمور التي يمكن تعديلها في السّلوك بطريقة يختارها العميل، وتكون لدى المرشد جملة من المهارات والأساليب للعمل على حل مشكلة العميل والوصول إلى الحل

ناقش بايرن (Byrne, 1963) اهداف الإرشاد بطريقة أكثر واقعية فأشار إلى أن هدف المرشد يعتمد بدرجة أساسية على القيمة الإنسانية للفرد بغض النظر عن مستوى تعليمه وذكائه وجنسه وخلفيته الثقافية ولهذا فإن على المرشد استخدام مهاراته لتحقيق الأهداف التالية :

١. مساعدة كل مسترشد في اكتساب الوعي الذاتي بنفسه والمحافظة على ذلك بحيث يصبح قادرا على تحمل مسؤولية نفسه .
٢. مساعدة كل مسترشد لمواجهة أي تهديد لحياته وفتح مجالات للمسترشد لزيادة اهتمامه بسعادة الآخرين .
٣. مساعدة كل مسترشد في استحضار طاقاته وقدراته وأسلوب حياته بما يتفق مع القيم الأخلاقية للمجتمع.

ويرى تايلر (Tyler, 1971) أن الإرشاد يهدف إلى مساعدة المسترشدين في عمليات الاختيار واتخاذ القرار، واستخدام جميع مواردهم لإحداث التكيف الملائم مع عالمهم التعليمي والمهني والشخصي.

ويرى ستون (Stone 1974) ان للارشاد أربعة اهداف رئيسية هي

١ ـ حل مشكلات المسترشدين
٢ ـ توجيه جوانب القوة في شخصياتهم وتوجيه نموهم
٣ ـ تحسين فاعلية قدرتهم للتكيف

٤ ـ تنمية عمليات صنع واتخاذ القرار لديهم

ويرى كاتز (katz) أن الإرشاد لا يهدف فقط إلى مساعدة الفرد على اتخاذ القرار الصحيح فقط، بل إنه يهدف أيضًا مساعدة الفرد على اتخاذ القرار الصحيح، وبطريقة موضوعية سليمة لتدعيم ذاته، كما يهدف الإرشاد إلى زيادة كفاءة توظيف المعلومات للمسترشد حتى يستطيع التكيف مع ما يستقبله من معلومات جديدة يهدف تقليل اعتماده على المسترشد.

كما أشار روجرز إلى أن هدف الإرشاد الأساسي هو البناء العريض للنفس؛ كي تكون أكثر توافقاً وتكيفاً في الحياة على أسس واقعية معبرة، ويجب أن يكون هدف الإرشاد هو المسترشد.

و الأن ومن خلال ما تم استعراضه من الآراء حول أهداف الإرشاد النفسي من قبل العلماء يمكن استخلاص الأهداف العامة للإرشاد النفسي في النقاط التالية:

أولا / فهم وتقبل الذات:

لا يمكن أن نحقق فهما واضحًا للشخصية أو السلوك بوجه عام دون فهم الذات ويقصد بالذات جملة الأفكار والمعتقدات والآراء وكل ما يمت للفرد بصلة في مجال حياته ، وتعتبر الذات محورًا أساسياً وهاما في فهم شخصية الفرد وتفسير سلوكه، إذ إن الفرد منا يسلك بالطريقة التي تتفق مع مفهومه عن ذاته ، وتتكون الذات نتيجة احتكاك الفرد وتفاعله مع البيئة الاجتماعية المحيطة به ، أي انها تتكون خلال استجابات وردود فعل الآخرين نحو الفرد أو من خلال مبدأ الثواب والعقاب، وتختلف ذوات الأفراد باختلاف السياق الاجتماعي الذي يعيشون فيه ، وما يتضمنه من متغيرات ممثلة في أساليب المعاملة الوالدية الصدارة من الآباء تجاه الأبناء وباختلاف المستوى الاقتصادي والاجتماعي وباختلاف الخبرات الحياتية التي يمرون بها ، وباختلاف حجم الأسرة وبذلك يهدف الإرشاد النفسي إلى معاونة الفرد على إدراك ذاته بشيء من الموضوعية والحيادية؛ ليواجه بشجاعة ما لديه من نقاط الضعف. .

ثانيا / تحقيق الذات :

- الذات جوهر الشخصية و هي كينونة الشخص .
- تحقيق الذات يعني الشعور بمنتهى الثقة بالنفس و الثقة دليل على الصحة النفسية (هرم ماسلو)
- مفهوم الذات (يقول ابن سينا : أنه الصورة المعرفية للنفس البشرية).

أي أنه تكوين معرفي منظم و متعلم للمدركات الشعورية و التصورات الخاصة بالذات .أي انطباع الفرد عن ذاته على مستوى الوعي .

- و ظيفة مفهوم الذات : ينظم و يحدد السلوك (دافع) .
- برغم ثباته النسبي إلا أنه يمكن تعديله (الإرشاد المتمركز حول المسترشد)
- هناك عدة عوامل تؤثر في تكوين الذات أهمها البيئة و الوراثة (البيئة الجغرافية و المادية و الاجتماعية و السلوكية) و يتأثر مفهوم الذات كذلك بالأفراد الهامين في حياة الفرد كالوالدين و المعلمين و الراشدين و الأقران . ويتأثر بالأمن و الحب و المعتقدات و الاتجاهات .

• الذات المدرَكة (إدراك الشخص عن ذاته (كيف أدرك ذاتي)
• الذات المدرِكة (الذات الاجتماعية) أي الذات كما يدركها الآخرون عن الشخص .
• الذات المثالية (الطموحة) (ما يجب أن أكون عليه) .
• أما الذات الموجبة فهي التي تكون واثقة دائماً بشكل إيجابي معتدل (واقعي)و يهدف الإرشاد إلى إيجاد المفهوم الإيجابي عن الذات لدى المسترشد .الهدف الأسمى للإرشاد في هذا الشأن هو وصول المسترشد إلى(توجيه الذات) . أي قدرة الفرد على توجيه حياته بنفسه و رسم أهدافها على بصيرة وفق المعايير الاجتماعية السائدة و تحقيق النمو الشامل و النضج النفسي ، و التوافق مع الذات و الآخرين و تحقيق الاستقلال و تنمية المسؤولية الذاتية .

ثالثا / تحقيق التوافق .

• التوافق يعني عدم الصراع و هو من أهم أهداف التوجيه و الإرشاد .
• التوافق يعني العيش بسلام و أمن داخلي (في جميع المجالات) .
• التوافق داخلي (رضا) بينما التكيف خارجي فقط .
• لكي يحدث التوافق لا بد من التوازن بين حاجات الفرد و بين بيئتـه و هذا يتطلب بعض التعديل في البيئـة المحيطــة و يحتاج إلى تنازلات من الفرد .
• تحقيق التوافق الشخصي : يعني السعادة مع النفس ، الرضا عنها ، إشباع الحاجات .
• تحقيق التوافق الدراسي: يعني مساعدة الفرد في اختيار المقررات الدراسـية و التخصص المنــاسب لقدراته و ميوله من أجل النجاح الدراسي .
• تحقيق التوافق المهني : الاختيار المنـاسب للمهنة وفق الاستعداد و القدرة و الكفـاءة و الشعور بالرضا عن النجاح (أي وضع الفرد المناسب في المكان أو المهنة المناسبة) .
• تحقيق التوافق الاجتماعي : يعني الشعور بالارتياح و السعادة مع الآخرين و التفاعل معهم باطمئنان مع الالتزام بأخلاقياتهم السائدة و مسايرة معاييرهم دون تكلف مع تقبل الغير و العمل لخير الجماعة.(و يدخل في التوافق الاجتماعي التوافق الأسري والزواجي) .

رابعا / تحقيق الصحة النفسية :

١ـ هذا هو الهدف النهائي للتوجيه و الإرشاد النفسي (أي تحقيق سعادة و هناء الفرد) .
٢ـ تحقيق الصـحة النفسـية ليس مرادفـاً لتحقيق التـكيف لأن الشــخص قد يكون متكيفـاً (خارجيـاً فقط) ولكن ليس بالضرورة أن يكون متوافقا نفسـيـاً .(العلاقة التكيفية مع الرئيس في العمل مثلا .
٣ـ تحقيق الصحة النفسية مرتبط بحل المشكلات وإشباع مطالب النمو (أي مساعدة المسترشد في حل مشـكلاته بنفسه ، و ذلك بالتعـرف على أسبابها و أعراضها و إزالة ذلك . و مساعدة المسترشد على أن يتخذ قراراته بنفسه و يحقق ذاته و يغير اتجاهاته و سلوكه إلى الأحسن بثقة واطمئنان .

خامسا / تحسين العملية التربوية :

•المدرســة أكبر المؤسسات التي ينفذ فيها التوجيه و الإرشاد .

•و التربية من أكبر مجالاته و تحتاج إلى تحسين برامجها بصفة مستمرة .

•تحسين العملية التربوية يحتـاج إلى تحقيق جو نفسي صـحي له مكوناته كاحترام الطالب و إشـراكه في جمـاعة الفصل و جماعات النشاط ، و تحقيق الحرية و الأمن و الارتياح و هذا يتيح فرصــة لنمو شخصيته من كافة جوانـبها و تحقق و يسهل عملية التعلم .

•و لكي نحسن من العملية التربوية علينا أن نهتم بما يلي :

-إثارة الدافعية و تنمية الرغبة في التحصيل (استخدام الثواب (التعزيز) و جعل الخبرة التربوية التي يعيشها الطالب خبرة سارة و مفيدة) .

-مراعاة الفروق الفردية (المتفوقون ، المتأخرون ، المبدعون ، وأصحاب الظروف والإعاقات الخاصة) .

-إعطاء الطالب القدر المناسب من المعلومات الأكاديمية و المهنية و الاجتماعية التي تساعده على التوافق و الصحة النفسية و حل المشكلات و التدريب عليها .

-توضيح طرق الاستذكار الجيد و التدريب عليها .

-تذليل الصعوبات و المعوقات الصحية و الاجتماعية و النفسية و الدراسية بكل الوسائل المتاحة و الممكنة من أجل فاعلية الإنتاج و التحصيل الدراسي و تنمية الإبداع.

سادسا / مساعدة المسترشد على توجيه نموه وتنمية طاقاته

فالتوجيه والإرشاد النفسي يهدفان إلى مساعدة الفرد على توجيه نموه نحو المسارات الصحيحة ، سواء عن طريق إزالة العقبات التي تقف في طريق النمو أم عن طريق المساعدة لاكتشاف طرائق جديدة للنمو والإبداع، كما يسعى الإرشاد النفسي لتوفير الفرص المناسبة للمسترشدين لتمية طاقاتهم إلى أقصى حد ممكن؛ مما يحسن من فاعليتهم الشخصية، ويعلمهم كيفية التغلب على السلوكيات غير المقبولة مثل التدخين

سابعا / مساعدة الفرد على اتخاذ وصنع القرارات:

فهدف الإرشاد النفسي هو مساعدة الطلبة المسترشدين من اتخاذ قرارات بما يتصل بالقضايا الهامة بالنسبة إليهم

ثامنا / زيادة مهارة المسترشد في التعامل مع المشكلات:

يعمل الإرشاد على مساعدة المسترشد الذي يعاني من مشكلات تربوية، أو مهنية، أو اجتماعية، على زيادة مهارته في مواجهة المواقف الضاغطة والمشكلات التي تعترضه حتى يتمكن من تحقيق التوافق السليم مع نفسه ومع الآخرين.

اهداف الارشاد النفسي

مناهج الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

تتنوع المناهج التي يستخدمها الإرشاد النفسي ، ومن أهمها : المنهج الإنمائي ، المنهج الوقائي ، المنهج العلاجي

١ - المنهج الإنمائي : Development

ويطلق عليه المنهج الإنشائي أو التكويني ويحتوي على الإجراءات والعمليات الصحيحة التي تؤدي إلى النمو السليم لدى الأشخاص العاديين الأسوياء والارتقاء بأنماط سلوكهم المرغوبة خلال مراحل نموهم حتى يتحقق أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية والتوافق النفسي عن طريق نمو مفهوم موجب للذات وتقبلها، وتحديد أهداف سليمة للحياة، وتوجيه الدوافع والقدرات والإمكانات التوجيه السليم نفسيا واجتماعيا وتربويا ومهنيا ورعاية مظاهر الشخصية الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية. الهدف منه مساعدة الطلاب على النمو السليم ويمكن أن يتحقق ذلك عن طريق:

- تنمية مهارات الطالب عن طريق اكتشافها أولا وبالتالي إتاحة الفرصة لهذه القدرات والإمكانات للنمو السليم والتطور عن طريق الوسائل المتاحة لدى المدرسة وحسب نوعية هذه القدرة أو الموهبة.

- إعطاء الطالب حرية كاملة في التعبير عن رأيه والبعد عن القسوة والكبت.

ويعتبر هذا المنهج عملية الإرشاد عملية نمو، وُتقدم إلى الأفراد العاديين بهدف رعاية نموهم السليم والارتقاء بسلوكهم ورفع إمكاناتهم وقدراتهم واستعداداتهم وكفاءاتهم لتدعيم توافقهم النفسي والصحي والاجتماعي والتربوي والمهني إلى أقصى درجة ممكنة، وتؤهلهم في التغلب على الصراعات والمشكلات غير السوية التي تواجههم في حياتهم اليومية، ويفيد هذا المنهج في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد المدرسي للأخذ بيد التلاميذ والوصول بهم إلى التوافق في جمع جوانبهم الشخصية والاجتماعية والدراسية . ومن الطبيعي أن يكون دور المعلم هامًا وأساسياً في هذا الصدد، والخبرات التي يستطيع أن يوفرها لطلابه في سياق العملية التعليمية بشكل تلقائي.

ويعتمد المرشد النفسي في عمله على تحقيق هذا الهدف الانمائي على المعلومات التي تتوفر من دراسات علم نفس النمو. ويسعى هذا المنهج في تحقيق أهدافه إلى مراعاة مطالب النمو لكل مرحلة نمائية يمر بها الفرد. حيث يتمثل هذا المنهج في تقديم مجموعة من الخدمات النفسية والخدمات الإرشادية للأفراد العاديين من خلال مراكز الإرشاد. وان دور المعلم هام وأساسي في هذا المنهج، من خلال الخبرات التي يوفرها لطلابه أثناء العملية التعليمية.

ولأن النمو عملية ممتدة، فإن المعلم يصبح أكثر المحيطين بالطلاب قدرة على متابعة وتقييم اتجاهات النمو لديهم، بحيث يدرك في فترة مبكرة ما إن كان الطالب يمضي في الاتجاه الطبيعي، أم يعاني من بعض المشكلات والصعوبات مما ييسر عملية مواجهتها في الوقت المناسب.

ويهدف المنهج الإنمائي الى تنمية قدرات الطلبة العاديين لزيادة كفاءتهم في موضوعات عديدة قد تكون نفسية، او تحصيلية أو مهنية او عاطفية او انفعالية ،او اجتماعية، ويركز المنهج النمائي على رعاية وتوجيه النمو السليم، والارتقاء بسلوك الطالب الى اقصى درجة ممكنة من النجاح ويتضمن هذا المنهج جميع الاجراءات التي تؤدي الى بلوغ ذلك النمو خلال مراحل نمو الطالب

لتحقيق اعلى مستوى من النضج والصحة النفسية ،والكفاية ،والسعادة ،والتوافق والرضا النفسي، ويتم ذلك من خلال دراسة اتجاهات واستعدادات وقدرات الطلبة.

٢ - المنهج الوقائي: Preventive

يحتل المنهج الوقائي مكانا في التوجيه والإرشاد النفسي. ويطلق عليه اسم التحصين النفسي ضد الكلمات والاضطرابات والأمراض النفسية.ويهدف إلى منع حدوث المشكلة أو الاضطراب النفسي لدى الفرد ، أي أنه يهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى. وله ثلاثة مستويات :

- الوقاية الأولية : وتتضمن محاولة منع حدوث الاضطراب ، بإزالة الأسباب حتى لا يقع المحظور ، وذلك عن طريق وسائل عدة منها : التشجيع ، حرية الاكتشاف، حرية التجريب، حرية التعبير عن المشاعر ، التأكيد على العلاقات الحوارية البناءة، ومحاولة خفض الضغوط التي تؤدي إلى اضطرابات الشخصية.

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

- الوقاية من الدرجة الثالثة : وتتضمن الحد والتقليل من الآثار المترتبة على حدوث المشكلة واستفحالها.

ومن الخدمات التي يقدمها هذا المنهج :

- خدمات عن طريق مراكز رعاية الطفولة والأمومة.

- خدمات عن طريق المدرسة من خلال ما يقوم به المرشدون التربويون في المدارس.

- خدمات تقدمها وسائل الإعلام والمتمثلة في التأكيد على القيم الدينية والاجتماعية والاقتصادية

- خدمات تربوية تهتم بتحديد وتشخيص مشكلات التعليم المرتبطة بالمدرسة والمنهج الدراسي ونظام الامتحانات والمشكلات السلوكية والاضطرابات الانفعالية والمشكلات الاجتماعية لدى الطلاب

ويقوم المنهج الوقائي على:

- المحافظة على الصحة النفسية للأفراد الأسوياء العاديين.
- رعاية النمو النفسي السوي عند الأفراد.
- العمل على تحقيق التوافق الزواجي والأسري والتربوي والاجتماعي والمهني.
- القيام بالدراسات العلمية التي تتعلق بالتعرف على استعدادات وإمكانات وميول واتجاهات الأفراد العاديين.
- التقويم المستمر لمستوى التوافق والتكيف عند الأفراد من أجل الكشف المبكر عن أي اضطراب للعمل على مواجهته قبل أن يصعب التغلب عليه

ينقسم المنهج الوقائي الى ثلاثة مستويات و هي كالتالي :

– المستوي الأول :

يتعامل هذا المستوى مع الطرق التي يمكن إتباعها للتأثير في البيئة و تحسين مستواها من أجل زيادة قدرة الفرد على مواجهة الضغوط الحياتية و التعامل مع الأحداث بواقعية و يتم على طريق التعليم و التدريب على زيادة وعي الأفراد بالمشاكل ، أو مشكلة معينة باستخدام أساليب النقاش، و المشارك في مجموعات العمل، أو مجموعات حل المشكلات، أو عن طريق المقابلات الفردية و الجماعية .

– المستوى الثاني :

يهدف إلى الإنقاص من شدة المرض والتقليل منه و ذلك من خلال الكشف المبكر علي الحالات، و الاهتمام و الرعاية و العلاج مع هدف مهم ألا وهو وقف الاضطرابات النفسية و العقلية في مراحلها المبكرة وفي حالاتها الكامنة ،و يحتاج توفير هذا المستوى إلى عدد من الخدمات المساعدة التي يتم التنسيق فيما بينها في مراكز متخصصة، يعمل بها الأخصائيون النفسانيون و الأطباء و العاملون في مجال الخدمة الاجتماعية، و أخصائيو تعديل السلوك و إعادة تشكيله .

– المستوى الثالث :

ويهتم بمتابعة الحالات التي سبق التعامل معها و مساعدتها على عدم حدوث انتكاسة بعد انتهاء فترة العمل معها و يمكن عن طريق متابعة و مساندة صاحب المشكلة حتى لا يشعر برشته و عجزه على مواجهة المشاكل، كما يمكن إرشاده إلي اقصر طريق و أفضلها للوقاية من حدوث ردود الأفعال الانعكاسية و مواجهة الأمور بواقعية بمزيد من القوة و الاحتمال .

و ترتكز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة النفسية و النواحي التناسلية، و الإجراءات الوقائية النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي و نمو المهارات الأساسية و التوافق المهني و المساندة إثناء الفترات الحرجة و التنشئة الاجتماعية السليمة و الإجراءات الوقائية الاجتماعية الخاصة بالدراسات و البحوث العلمية، و التقييم و المتابعة، و التخطيط العلمي للإجراءات الوقائية .

٣ - المنهج العلاجي:

هو منهج المواجهة أو عرض المشكلة بصورة مباشرة، ومن خلال استخدام هذا المنهج يمكننا الوقوف على المشكلة النفسية التي تحتاج إلى عملية الإرشاد النفسي بصورة مباشرة، وتحديد هذه المشكلة هل هي نفسية اجتماعية أم اقتصادية أو سياسية، وما مدى الضرر الذي أحدثته في شخصية المسترشد؟ وهنا يجب أن يكون المرشد النفسي الذي يقوم بعملية الإرشاد مدركاً لحجم وشكل المشكلة وتحديد الهدف الذي لا بدّ من تحقيقه.

ويهتم هذا المنهج بالمرضى النفسيين الذين لديهم اضطرابات في السلوك، كذلك بالمرضى العقليين، فيقوم هذا المنهج باستخدام طرق العلاج النفسي المختلفة والتي تتضمن أساليب العلاج الجسمي حتى يستطيع المريض العودة إلى حالة الصحة النفسية ويصبح قادراً على التوافق المرن.

ويعتبر المنهج العلاجي في علم النفس والصحة النفسية احد مناهج الصحة النفسية الثلاث التي تتضمن المنهج النمائي والمنهج الوقائي .

وهو يعمل على مساعدة الفرد في التخلص من عدد من الاضطرابات والمشاكل النفسية ومساعدة الفرد بالتمتع بالصحة النفسية على اكمل وجه وأخيرا فان المنهج العلاجي يقوم بتشخيص حالة المريض والتعرف على أسباب اصابته بهذه الحالة من ثم يتم وضع الخطة العلاجية المناسبة للشخص ، من ابرز هذه المشاكل والاضطرابات التي يقوم بمعالجتها الاكتئاب ، الإدمان ، وغيرها من الامراض النفسية .

أسس الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

يقوم التوجيه والإرشاد في أساسه على مساعدة الفرد ليساعد نفسه بنفسه على تحقيق ذاتها، وبرغبة منه دون إكراه، ولما كان الهدف الأساسي للإرشاد هو مساعدة الأفراد في التغلب على كثير من مشاكلهم الحالية والمستقبلية، نتيجة للتغيرات السريعة والمتلاحقة في كافة مظاهر الحياة المعاصرة؛ مما أدى إلى زيادة حالات سوء التوافق النفسي، فقد ظهرت – بلا جدال – الضرورة الملحة لملاحقة مظاهر القلق والتوتر النفسي، بالدعوة إلى الاستعانة بالإرشاد النفسي في كافة ميادين العمل الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والمهنية للفرد.

ولكي تحقق عملية التوجيه والإرشاد هدفها الأساسي على نحو أفضل، فلا بد لنا من التعرف إلى الأسس العملية التي تقوم عليها التوجيه والإرشاد النفسي.

يكاد لايخلو أي مجال مهني من أسس ومعايير ومبادئ فلسفية ومهنة الأرشاد واحدة من هذه المهن، حيث أن المرشد النفسي يبني نظرته على هذه المايير والأسس والتي من خلالها تتحدد مناهج العلاج والأرشاد النفسي وأساليبه حيث يقوم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي على أسس ومبادئ لابد من فهمها وادراكها ومعرفة كيفية تطبيقها والاستفادة منها وهي

أولاً الأسس الفلسفية :

كانت الأديان والفلسفات الاجتماعية الى وقت ليس بالبعيد تساهم مساهمة فعالة في محاولتها لتفسير سلوك الانسان وبالتالي توجيهه وارشاده الى ما كانت تراه صحيحا وقد ظل الانسان قرونا طويلة يسعى بشكل جدي الى استيعاب هذه الآراء والمعتقدات للوصول بنفسه الى السعادة والرضا

والامن الداخلي ومن يومها او حينها لم تنفك تساؤلات الانسان عن نفسه ومن اهم الأسئلة التي حيرت الانسان هي مشكلة الحريته وسلزكه فهل هو حر الإرادة يختار السلوك الذي يريده هل يميز بين الصالح والطالح .... الخ .

هل ان الانسان حر الإرادة مخير ام عكس ذلك مسير لا يملك حرية الاختيار وخاضع لقوى خارجية عنه او فيه او كلاهما ان استطاع الانسان ان يشعر بحرية الاختيار فيما يريد ان يسلكه والاخلاصة هل الانسان مخير ام مسير .

ومن ابرز الأسس الفلسفية التي يحتاجها الارشاد النفسي هي

١.محاولة فهم طبيعة الإنسان:

حيث أن هذا المفهوم قد تخبطت فيه النظريات المختلفة، فالتحليلية الفرويدية ترى أنه عدواني تتحكم فيه غرائزه، والإنسانية (كارل روجرز) ترى أنه خير بطبعه، والسلوكية ترى أنه محايد (سلبي) تحركه المثيرات فيستجيب لها، والنظرية المعرفية الانفعالية ترى أنه يؤثر ويتأثر وأن أفكاره غير العقلانية السبب في اضطرابه.

والمفهوم الصحيح هو ما جاء به الدين الإسلامي حيث ميز الله سبحانه وتعالى الإنسان بالعقل والتفكير وبصره وعلمه وكرمه على سائر المخلوقات، فهو مفطور على الخير ولديه شهوات، وهو محاسب على استخدام ذلك العقل، وفهم هذه الطبيعة يساعد المرشد التربوي على نجاح عملية الإرشاد وفهم المسترشد.

٢.الكينونة والصيرورة:

الكينونة تعني ما هو كائن وموجود والصيرورة تعني ما سيصير (تغير)، والصيرورة والكينونة متكاملتان ولا تلغي أحدهما الأخرى، فمثلا الشخص الذي أصبح راشدا كان طفلاً، ويبقى ذلك الشخص رغم التغير الذي جرى عليه أي أن هناك أمورا في الشخص تبقى كما هي بينما تتغير فيه أشياء أخرى.

والعالم دائم التغير، لذا فالصيرورة مفهوم دائم التغير، وحياة الإنسان مليئة بالمتغيرات الجديرة بالملاحظة والتأمل، والإرشاد ينظر إلى الشخص ككائن يتغير سلوكه رغم بقائه نفس الشخص.

٣.علم الجمال:

يهتم المرشد بالجمال وبالنظرة إلى الحياة بتفاؤل وجمال وتطلع ايجابي لذا يساعد المرشد المسترشد على أن يتذكر الأشياء الجميلة في حياته دائما ويساعده على نسيان الذكريات المؤلمة.

٤.علم المنطق:

يحتاج المرشد إلى الأسلوب المنطقي في مناقشته مع المسترشد أثناء المقابلة الإرشادية لتعديل السلوك، لذا يعتبر الإقناع المنطقي من أهم وأرقى الأساليب الإرشادية حيث يحدد المرشد مع المسترشد أسباب السلوك المضطرب من أفكار ومعتقدات غير منطقية وغير عقلانية والتخلص منها بالإقناع المنطقي للمسترشد وإعادته إلى التفكير المنطقي، إذ أن كثيرا من الاضطرابات منشأها الانقياد للأفكار الخاطئة والغير عقلاينة.

٥ . دور القيم في الإرشاد النفسي:

من المعروف بأن القيم هي جزء من معتقدات الأنسان حيث يقوم برسمها والتخطيط لها وفقاً لمعايير المجتمع الذي يعيش فيه فالقيم بشكل عام تعني إصدار الأحكام على شئ ما فنحن نعطف على الأيتام والمساكين لان ديننا يحثنا على ذلك وعقلنا يؤازرنا عليه أيضاً، وهذا مما يدفعنا بالتالي الى الشعور بأن من واجبنا حث غيرنا على تبني تلك القيم والعمل بها.

أن موضوع القيم يعد من الأمور الهامة التي ينبغي على المرشد النفسي أن يعيها والتي تستحق منه كل الأهتمام فالمرشد له قيمه الخاصة وكثيراً مايشعر بتأثيرها على علاقته بالعميل وعلى أسلوب تعامله معه .

ويرى الكثير من العلماء في مجال التوجيه والإرشاد النفسي، أنه على المرشد النفسي أن يفصل بين الأنسان من جه وبين السلوك من جهة أخرى فيما يختص بموضوع القيم، فقد يرى المرشد النفسي فيما يفعله العميل خطأ أو شراً حسب معتقداته وقيمه الشخصية غير أنه من المهم الأ ينظر الى العميل على أنه شرير بطبعه، كما لايجب عليه أن يصدر مثل تلك الأحكام لان ذلك يعتبر حكماً مسبقاً سوف يؤثر على العلاقة الإرشادية ويجعلها متجهة وجهة متحيزة وغير موضوعية تملىها قيم المرشد النفسي ومعتقداته الشخصية، كما يرون بأن يفرق المرشد النفسي كذلك بين نوعين من القيم وهما:

١. القيم التي تكون جزء من مكونات المرشد الداخلية كالآمانة والصبر والحنو والشفقة وتقبل العميل وأحترامه .

٢. القيم التي تعبر عن أحكام أو تقييم للآشياء وللآخرين.

ثانيا الأسس النفسية للإرشاد :

يعتمد الإرشاد التربوي على مجموعة من الأسس النفسية والتربوية التي يمكن تلخيصها كما يلي

١.الفروق الفردية:

الفروق الفردية مبدأ وقانون عام أساسى فى علم النفس، ولأن التوجيه والارشاد حق لكل فرد ، لذا فالفروق الفردية من الامور الهامة فى التوجيه والارشاد.

فيتشابه الأفراد بعضهم بالبعض الأخر في جوانب كثيرة، إلا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد في مظاهر الشخصية كافة (جسدياً وتعليمياً واجتماعياً وانفعالياً) حيث لا يوجد اثنان في صورة واحدة طبق الأصل، حتى التوائم المماثلة تختلف عن بعضها جزئياً.، لذا على المرشد ان يتعرف على اسباب المشكلات النفسية والعوامل المسببة له. مع تعدد الفروق الفردية تتعدد طرق الارشاد فليست هناك طريقة واحدة تناسب الجميع. الفروق بين الجنسين فى جوانب النمو المختلفة امر مسلم به، الا ان التنشئة الاجتماعية تلعب دورا هاما فى ابراز الفروق بين الجنسين فى الادوار التى يقوم بها كلا الجنسين. هناك ما نطلق عليه بالذكورة النفسية والانوثة النفسية، ولابد وان يلم المرشد بميل سلوك الفرد تجاه الذكورة أو الانوثة.

لذا ينبغي وضع الفروقات الفردية في الحسبان في عملية الإرشاد، فعلى المرشد أن يعرف ما يتصل بأسباب المشكلات النفسية مثلاُ إذ أن بعض العوامل قد تسبب مشكلة عند فرد ما ولا تسبب مشكلة لدى فرد أخر.

٢.الفروق بين الجنسين:

إن الفروقات بين الجنسين واضحة في الجوانب الفيزيولوجية والجنسية والاجتماعية والعقلية والانفعالية، وهذه الفروقات التي تعود إلى عوامل بيولوجية أصلاً والى عوامل التنشئة الاجتماعية التي تبرز هذه الفروقات أو تقلل من أهميتها، لذا فعملية الإرشاد ليست واحدة لكلا الجنسين لان ما ينطبق على الذكور قد لا ينطبق على الإناث، فالفروقات لها أهميتها ولا سيما في ميدان الإرشاد التربوي والمهني والأسري.

٣.مطالب النمو:

يتطلب النمو السوي للفرد في مرحلة من مراحل نموه أن يحقق مطالب النمو التي تبين مدى تحقيق الفرد لذاته وإشباع حاجاته وفقاً لمستوى نضجه وتطور خبراته التي تتناسب مع مرحلة النمو ،ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد ،كما أن عدم تحقيق مطالب النمو يؤدي إلى شقاء الفرد وفشله .

وتختلف مطالب النمو من مرحلة إلى أخرى، فمطالب النمو في الطفولة هي تعلم المشي والمهارات الأساسية وتحقيق الأمن الانفعالي والثقة بالنفس وبالآخرين، أما في المراهقة تختلف مطالب النمو من حيث تميزها بتقبل التغيرات الجسدية والفيزيولوجية والتوافق معها وتكوين مهارات ومفاهيم ضرورية للإنسان واختيار نوع الدراسة أو المهنة المناسبة ومدى الاستعداد لذلك ومع معرفة السلوك الاجتماعي المقبول للقيام بالدور الاجتماعي السليم ،وفي مرحلة الرشد تتسم مطالب النمو باتساع الخبرات العقلية والمعرفية وتكوين الأسرة وتربية الأولاد والتوافق المهني وتحمل المسؤولية الاجتماعية والوطنية ،وفي مرحلة الشيخوخة تتلخص مطالب النمو بالتوافق مع الضعف الجسدي والتكيف مع التقاعد عن العمل وتنمية العلاقات الاجتماعية القائمة .

٤.الفروق في الفرد الواحد:

ليست قدرات الفرد واستعداداته وميوله واحدة من حيث درجة قوتها أو ضعفها بل هي تختلف من خاصية إلى أخرى، فالخصائص الجسدية قد لا تتوافق مع الخصائص الانفعالية أو العقلية، فقد يتقدم النضج العقلي على النضج الاجتماعي.

ثالثا الأسس الأجتماعية للإرشاد:-

تؤثر الجماعة المرجعية على سلوك الفرد إضافة إلى ميوله واتجاهاته ،لان الفرد يتأثر بالجماعة والسلوك فردي اجتماعي كما تؤثر ثقافة المجتمع التي ينتمي إليها الفرد من عادات وتقاليد وأعراف في ذلك الفرد وبالتالي على المرشد أن يراعي ذلك لكي يتمكن من فهم المسترشد وفهم دوافع سلوكه.

١ ـ تهتم العملية الإرشادية بإشباع حاجات الفرد التي تنشأ نتيجة تنوع مجالات الحياة وكذلك الى أبعاد مراحل النمو المختلفة لدى الفرد والبيئة، وهنا تقوم العملية الإرشادية بمواكبة هذا التطور

المصحوب بالتغيير والعمل على جعل العملية التعليمية والتعلمية اكثر فعالية وتعمل على تنبيه المنهج وطرائق التدريس من أجل المواكبة والعمل على تحقيق التكيف الفردي والأجتماعي.

٢ ـ أن يعمل المرشد ومن خلال تعاونه مع أعضاء الهيئة التدريسية والقائمين على عملية التعليم بشكل عام من وضع الخطط العلمية المدروسة لانجاح عملية الإرشاد التوجيه والتي تصب اساساً في تطوير وتنشيط العملية التربوية بشكل عام.

٣ ـ الأهتمام بالعميل كعضو في الوحدة الأجتماعية بالاضافة الى الأهتمام به كفرد، أي أن خدمات الإرشاد ينبغي أن تهتم به بأعتباره يعيش في جماعات مختلفة كالاسرة والجيران والأصدقاء والمجتمع المحلي والقومي والأنساني، وهنا لابد من مساعدة العميل للتعرف على دوره ووظيفته ومكانته في الجماعات والمؤسسات التي ينتمي اليها، وأن عملية التفاعل هذه بين العميل والمجتع تعد المحور الأساسي لعملية التوجية والإرشاد.

٤ ـ تعد المدرسة كمؤسسة تربوية وأجتماعيةهي القادرة على تقديم المساعدات المختلفة لمراحل النمو المختلفة بالنسبة للعميل ، وفي هذا الصدد ينبغي عليها ومن خلال العملية الإرشادية أشراك الأباء والقادة الأجتماعيين في عملية التوجيه والإرشاد، بحيث تؤدي هذه المشاركات الى التنسيق والتعاون المثمر بين المدرسة والمؤسسات الأجتماعية الأخرى.

رابعًا الأسس التربوية:

١ـ الاهتمام بالتلميذ كعضو في جماعة، وكذلك كفرد تقدم له الخدمات الإرشادية الفردية، فالإرشاد يهتم بالفرد باعتباره كائنًا اجتماعيًا يعيش مع جماعات مختلفة كالأسرة والجيران والأصدقاء والمجتمع، فالتفاعل بين الفرد والمجتمع يعتبر محورًا أساسيًا في عملية الإرشاد النفسي.

٢ـ تعتبر المدرسة أكثر المجالات الاجتماعية أهمية من حيث قدرتها على تقديم المساعدة للأطفال أو المراهقين أو الشباب، فهي مجالٌ خص □ ب يعبر فيه الطلاب عن أفكارهم ومشاعرهم ورغباتهم من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة داخل وخارج المدرسة

٣ـ مشاركة الآباء وقادة المجتمع في عملية الإرشاد النفسي، بحيث تؤدي هذه المشاركة إلى تدعيم التعاون بين المدرسة باعتبارها المسئولة عن التربية الرسمية للفرد وبين المؤسسات الاجتماعية الأخرى القائمة في المجتمع

خامسًا الأسس العصبية والفسيولوجية:

الإنسان وحدة واحدة من جسم ونفس معًا، فالجسم يتكون من عدد من الأجهزة الحيوية منها الجهاز الدوري والعصبي والتنفسي والهضمي والغدي، وجميعها يقوم بوظائف حيوية ضرورية لحياة الإنسان .وإذا اختلت وظائف أحد هذه الأجهزة فإنها تؤثر على الجسم، وينعكس تأثيرها السلبي كذلك على النفس، أي أن الحالة النفسية تتأثر بالحالة الجسمية والعكس صحيح، فالمرض الجسمي يؤثر على نفسية الإنسان، وقد يؤدي إلى العديد من الاضطرابات النفسية، وبالمقابل إذا أصيب الفرد باضطرابات نفسية عصبية فإنها تؤثر على أداء بعض وظائف الجسم

وعلى المرشد أن يلم بقدر مناسب من الثقافة الصحية عن تكوين الجسم ووظائفه وعلاقته بالسلوك وخاصة الجهاز العصبي المركزي الذي هو الجهاز الرئيسي الذي يسيطر على أجهزة الجسم الأخرى ويتحكم في السلوك الإرادي للإنسان من خلال الرسائل العصبية الخاصة التي تنقل له الاحساسات الداخلية والخارجية ويستجيب بإصدار تعليماته إلى أعضاء الجسم.

فالجهاز العصبي الذاتي اللاإرادي يعمل بشكل لا شعوري أي لا تتدخل إرادة الإنسان في ذلك وهو مسئول عن السلوك الغير إرادي مثل حركة الأمعاء وهذا الجهاز يسيطر على جميع أجهزة الجسم التنفسي والهضمي والدوري والتناسلي وجهاز الغدد والجلد وهو يعمل وقت تعرض الجسم للخطر بما يشبه إعلان حالة الطوارىء.

فالإنسان جسم ونفس وكل منهما يؤثر في الاخر فالحالة النفسية تؤثر على العمليات الفسيولوجية الغضب يؤدي إلى زيادة دقات القلب، والحزن يؤدي إلى انسكاب الدمع، كما أن الأمراض العضوية تؤدي إلى الحزن والى القلق، وعند زيادة انفعال الغضب واستمراره يتأثر الجهاز العصبي بشكل لاإرادي فتظهر الاضطرابات النفس جسمية (السيكوسوماتية) كاحتجاج لا شعوري مثل ضغط الدم والقولون العصبي والصداع النفسي وقرحة المعدة والسكري والربو وبعض الآلام الهيكلية أو بعض الاضطرابات الجلدية والجيوب الانفية ،والمرشد الحاذق ينتبه دائما إلى شكوى المسترشد ويتعرف على مصادر انفعالاته .

كما أن درجة الانفعال إذا زادت وأزمنت تحولت عن طريق الجهاز العصبي المركزي إلى اضطرابات وأعراض جسمية واضحة نتيجة خلل في أعصاب الحس فيحدث ما يسمى بالهستيريا العضوية مثل العمى الهستيري، الصم، الشلل، التشنج الهستيري، الصراع الهستيري، الخرس، فقدان حاسة الذوق، فقدان الذاكرة الهستيري وغير ذلك وعلى المرشد أن ينتبه لدوافع غضب المسترشد.

نظريات الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

يتفق المشتغلون بالتوجيه والإرشاد على أن المرشد الطلابي بحاجة كبيرة للتعرف على النظريات التي يقوم عليها التوجيه والإرشاد وذلك يعود لأهمية تطبيقها أثناء الممارسة المهنية للعمل الإرشادي حيث أن هذه النظريات تمثل خلاصة ما قام به الباحثون في مجال السلوك الإنساني والتي وضعت في شكل إطارات عامه تبين الأسباب المتوقعة للمشكلات التي يعاني منها المسترشد كما ترصد الطرق المختلفة لتعديل ذلك

النظرية الإرشادية أشبه بالخارطة الجغرافية التي تبين الطرق والأماكن التي يريد الشخص الوصول إليها، فالنظرية تبين للمرشد الطريق الواضح للوصول إلى أعماق المسترشد ومساعدته في عبور أزماته وتخلصه من التوترات والاضطرابات التي يعاني منها، فالفرق بين المرشد النفسي المختص الذي يقدم الخدمة النفسية والشخص العادي الذي يقدم النصح والإرشاد كالشخص الذي يسير في الصحراء ويستخدم خارطة واضحة المعالم والآخر الذي يسير بشكل عشوائي لا يدري كيف يسير وإلى أين يصل، فبدون الأسلوب العلمي المتمثل في استخدام النظريات فإن الإرشاد يتحول إلى مجرد حديث عادي ليس له معنى واضح .

اما أنواع النظريات في

أولا // نظرية التحليل النفسي

تعتبر نظرية التحليل النفسي من أقدم النظريات النفسية والتي يرجع إليها الفضل في كشف النقاب عن الجوانب اللاشعورية في الشخصية، وقد كانت في بداية ظهورها طريقة علاجية، ثم بعد ذلك أخذت تشيد لنفسها صروحًا نظرية في الغرائز وتفسير الطبيعة الإنسانية والنمو النفسي

للفرد وتفسير الديناميات الشخصية ورائد هذه النظرية (فرويد) ويرى كثير من الناس أن هذه النظرية تختص فقط بالعلاج النفسي وليست ذات صلة بالتوجيه والإرشاد؛ لأنها بنيت على بحوث عن المرضى النفسيين وليس على العاديين، ويرى (فرويد) أن كثيرًا من الأمراض النفسية ترجع إلى الصراع الجنسي .ويعتبر(فرويد) فترة الطفولة المبكرة أخطر مرحلة في حياة الفرد؛ لما يحدث فيها من خبرات مؤلمة تؤثر في علاقاته بمن حوله؛ فيعمل على كبت رغباته لتناسي مصدر الألم والتوافق مع الظروف الاجتماعية العادية.

دار حول نظرية التحليل النفسي جدل كثير. فمن الناس من يرى أن هذه النظرية تخرج عن إطار الإرشاد النفسي لأنها قامت على أساس بحوث عن المرضى النفسيين وليس عن العاديين الذين يهتم بهم التوجيه والإرشاد. ومن الناس من يردد بعض المفاهيم الخاطئة الشائعة عن التحليل النفسي منها: أنه يدور كله حوله الجنس. وقد نتج هذا الفهم عن أن الدراسات الأولى للتحلي النفسي تضمنت الكثير عن هذه الناحية "التي كان يتغاضى عنها أو يتغافلها أو يتجاهلها المعالجون السابقون" رغم أنه ثبت أن كثيرا من الأمراض النفسية ترجع إلى الصراع الجنسي. وهناك من بين المرشدين النفسيين من هو متأثر بهذه النظرية.

ظهرت تعديلات دخلت على نظرية التحليل النفسي الكلاسيكي جعلتها أكثر قابلية للتطبيق في ميدان الإرشاد النفسي، وكذلك فإن عملية الإرشاد النفسي تتضمن إجراءات هي أصلا من إجراءات

عملية التحليل النفسي مثل التداعي الحر والتنفيس الانفعالي. ومن طوارئ عملية الإرشاد ما يعتبر من المفاهيم الهامة في التحليل النفسي مثل المقاومة والتحويل.

مفاهيم نظرية التحليل النفسي:

الشخصية:

يفترض سيجموند فرويد Freud؛ "١٩٣٣" مؤسس هذه النظرية، أن الجهاز النفسي يتكون من الهو والأنا والأنا الأعلى. أما الهو Id فهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية التي تسعى إلى الإشباع في أي صورة وبأي ثمن وهو الصورة البدائية للشخصية قبل أن يتناولها المجتمع بالتهذيب، وأما الأنا الأعلى Super- ego فهو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير والقيم الاجتماعية والقيم الدينية، ويعتبر بمثابة سلطة

داخلية أو رقيب نفسي. وأما الأنا Ego فهو مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي والداخلي والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإدارة والمتكفل بالدفاع عن الشخصية وتوافقها وحل الصراع بين مطالب الهو وبين مطالب الأنا الأعلى وبين الواقع، ولذلك فهو محرك منفذ للشخصية ويعمل في ضوء مبدأ الواقع من أجل حفظ وتحقيق الذات والتوافق الاجتماعي "انظر شكل ٢٩".

ويرى فرويد أن الجهاز النفسي لا بد أن يكون متوازنا حتى تسير الحياة سيرا سويا، ولذلك يحاول الأنا حل الصراع بين الهو والأنا الأعلى، فإذا نجح كان الشخص سويا، وإذا أخفق ظهرت أعراض العصاب.

الأسس التي تقوم عليها نظرية التحليل النفسي:

١. **إن السنوات الخمس الأولى من عمر الفرد لها تأثير كبير في تكوين شخصية الفرد مستقبلا، وفي تحديد سلوكه سواء أكان سويًا أم شاذًا.**

٢. **ركز فرويد على الغريزة الجنسية، وإن معظم سلوكياتنا هي بدافع من الغريزة الجنسية.**

٣. **تحدث فرويد عن اللاشعور ودوره في التحكم بالسلوك الإنساني، حيث إن الأكبر من سلوكيات الفرد ترجع إلى عوامل لا شعورية.**

تطبيقات نظرية التحليل النفسي في الإرشاد النفسي:

يعتبر التحليل النفسي نظرية نفسية عن ديناميات الطبيعة البشرية وعن بناء الشخصية، ومنهج بحث لدراسة السلوك البشري، وهو أيضا طريقة علاج.

والمرض في ضوء نظرية التحليل النفسي: من أهم أسبابه الصراع بين الغرائز والمجتمع كما يقول فرويد. وتقول كارين هورني: إن الصراع لا يقتصر تفسيره على الناحية الغريزية ولكنه يرتبط بالحاجة إلى الأمن، وينشأ "الصراع النفسي" في رأيها بسبب تعارض رغبات الفرد واتجاهاته، وكذلك تعتقد هورني بوجود "صراع داخلي مركزي" بين الذات الحقيقية والذات العصابية.

والعصاب Neurosis في رأي فرويد يرجع إلى عوامل حيوية وليس إلى عوامل ثقافية أو اجتماعية، والقلق لب العصاب ومحوره، ويرى أنه لا يوجد عصاب نفسي بدون استعداد عصابي

أي بدون عصاب طفلي، ويرى يونج أن العصاب محاولة غير ناضجة للتعامل مع الواقع، ويرجع إلى الذكريات المكبوتة في اللاشعور وإلى مشكلات الفرد التي لم يحل.

والذهان :Paychosisفي رأي فرويد صورة خطيرة لاضطراب السلوك، تظهر تغيرات مرضية في إدراك الواقع وفي السيطرة على الذات، ويرجع آدلر الذهان سواء كان فصاما أو ذهان الهوس والاكتئاب إلى خليط من أسباب نفسية وأسباب جسمية.

أما عن خطوات التحليل النفسي التي تدخل ضمن الخطوات العامة في عملية الإرشاد النفسي فمن أهمها "العلاقة العلاجية" الدينامية بين العميل والمرشد المعالج التي يسودها التقبل والتفاعل الاجتماعي السليم. ومنها التطهير أو التفريغ الانفعالي Catharseis للمواد المكبوتة سواء كانت حوادث أو خبرات أو دوافع أو صراعات بمصاحباتها الانفعالية بما يؤدي إلى اختفاء أعراض العصاب، ومنها التداعي الحر أو الترابط الطليق Free Association للكشف عن المواد المكبوتة في اللاشعور عن طريق إطلاق العنان بحرية للأفكار والخواطر والاتجاهات والصراعات والرغبات والإحساسات، مع الاستفادة من فلتات اللسان وزلات القلم وتفسير ما

كشف عن التداعي الحر. والتفسير يتضمن إيضاح ما ليس واضحا وإفهام ما ليس مفهوما بأسلوب منطقي كامل وصحيح وفي لغة علمية مترجمة إلى لغة يفهما العميل. والتعلم وبناء العادات تدريجيا وإعادة تعليم وتوجيه العميل خطوة هامة أيضا. وهكذا نجد أن التحليل النفسي والإرشاد النفسي يشتركان في هذه الخطوات، وبالإضافة إلى ذلك يهتم كل من التحليل النفسي والإرشاد النفسي بإعادة التوازن بين أركان الشخصية وحل الصراعات وإعادة غرس الإيمان ومعرفة هدف حياة العميل وأسلوب حياته وتنمية مفهوم موجب عن الذات والتقليل من حدة القلق وتكوين الإرادة الإيجابية وتغيير وعلاج البيئة والوسط الاجتماعي وتحسين مفهوم الذات "انظر حامد زهران، ١٩٩٧".

ويتضح مما سبق أنه طرأ على نظرية التحليل النفسي الكلاسيكي كما وضعها فرويد ورفاقه بعض التعديلات الحديثة التي تناسب الإرشاد النفسي أدخلها زملاؤه وتلاميذه منهم أنا فرويد Anna Freud والفرويديون الجدد New- Freudinansوغيرهم. وقد ركز هؤلاء جميعا على اختصار وتقصير مدة التحليل النفسي. ومن أهم ملامح تعديلات نظرية التحليل النفسي "التحليل النفسي التوزيعي" Distributive Psychoanalysis الذي أتى به أدولف مبير Meyer وهو يتضمن الفحص والتحليل الموجه لخبرات العميل مع التركيز على إمكاناته واحتمالاته ومساعدته على اتخاذ قرارات عملية خاصة بمستقبله، ومن هذه التعديلات أيضا "العلاج التدعيمي" Supportive therapy الذي يتعامل مع الجزء السليم من الشخصية وينميه ويدعمه ويعزز دفاعات العميل السوية، ويستخدم أساليب مثل الإيحاء والحث والتعزيز ولا يتتبع صراعات العميل في عمق أكبر، وهذا الأسلوب يستخدم عادة مع العملاء الذين يعانون من الحساسية النفسية والذين لا تتطلب حالاتهم التحليل النفسي العميق، ومن التعديلات التي ظهرت في شكل التحليل النفسي المختصر ما جاءت به هورني التي تتغاضى عن ماضي العميل وتركز على دراسة الاضطراب في وضعه الحاضر. ومنها أيضا ما جاء به أليكساندر Alexander الذي يركز على تهيئة جو آمن مرن يستطيع فيه العميل تعديل عاداته السلوكية المرضية بسرعة.

وقد ظهر مؤلفات عن "التحليل النفسي المصغر" " Micropsychoanalysisانظر سيلفانو فانتي Fanti؛ ١٩٩٠". ويلاحظ أن استخدامها أي صورة معدلة من التحليل النفسي في ميدان الإرشاد النفسي يجب أن تقتصر ممارستها على المرشد العلاجي المتخصص.

ويكاد يكون المجال الرئيسي من مجالات الإرشاد النفسي الذي يطبق فيه نظرية التحليل النفسي هو الإرشاد العلاجي

نقد نظرية التحليل النفسي:

التحليل النفسي كنظرية وكطريقة علاج له مزايا أهمها: الاهتمام بعلاج أسباب المشكلات والاضطرابات، وتناول الجوانب اللاشعورية إلى جانب الشعورية في الحياة النفسية للعميل، وتحرير العميل من دوافعه المكبوتة وإعلاؤها واستثمار طاقتها، والاهتمام بالسنوات الأولى من حياة العميل، والاهتمام بأثر الوسط الاجتماعي والثقافي للفرد في نموه وسلوكه، والعودة بالشخصية المضطربة إلى حالة التكامل والنضج ومواجهة الواقع والاستمتاع بالحياة.

وعلى الرغم من هذا، فقد لاقى الاتجاه التحليلي بصفة خاصة في ميدان الإرشاد النفسي معارضة ونقدا شديدين على أساس ما يلي:

- أن التحليل النفسي يهتم بالمرضى والمضطربين أكثر من اهتمامه بالأسوياء والعاديين.

- أنه عملية طويلة وشاقة ومكلفة في الوقت والجهد والمال ويحتاج إلى خبرة واسعة وتدريب عملي طويل قد لا يتوافر إلا لعدد قليل من الأخصائيين.

- أن هناك خلافات نظرية ومنهجية بين طريقة التحليل النفسي الكلاسيكي وبين طرق التحليل النفسي الحديث والمعدل والمختصر "المصغر".

- أن بعض المشتغلين بالإرشاد والعلاج النفسي يرون -في تعصب- أن التحليل النفسي هو الطريقة المثلى وأنه يعلو على كل الطرق الأخرى.

- أن بعض المشتغلين بالإرشاد والعلاج النفسي يحملون نحو التحليل النفسي اتجاها سالبا ينفعل أحيانا حتى يصل إلى تعصب ضده إلى درجة تجعلهم يسقطون نظرية التحليل النفسي من حسباهم تماما أو يجعلون منها محورا لنقدهم ليس في الإرشاد والعلاج النفسي فحسب بل في علم النفس كله، على أساس أن فرويد يهودي صهيوني مغرض صنع نظرية مبهرجة ذات اتجاه يهودي مادي جنسي تقوم على أساس مخلخل ومنهج غير علمي

النظرية السلوكية

يرى أصحاب هذه النظرية بان السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة ،ويتحكم في تكوينها قوانين الدماغ وهي قوى الكف وقوى الاستثارة اللتان تسّيران مجموعة الاستجابات الشرطية ، ويرجعون ذلك إلى العوامل البيئة التي يتعرض لها الفرد .

وتتمركز هذه النظرية حول التعرف على السلوك غير المرغوب فيه ومحاولة تعديله إلى سلوك مرغوب. وأهم الأساليب المتبعة هو تحديد السلوك الخاطئ ثم العمل على التخلص منه أو انطفائه تدريجيًا .وتستخدم في مراحل تعديل السلوك غير المرغوب فيه إلى السلوك المرغوب فيه مؤثرات تعزز السلوك المرغوب، ولهذه المعززات أثر كبير في تثبيت السلوك الجديد وتدعيمه. تفترض هذه النظرية إمكانية تنظيم سلوك الفرد، وأنه يمكن الحكم على الفرد من خلال تصرفاته وسلوكه.

أهم مفاهيم النظرية السلوكية:

١. **إن السلوك الإنساني ما هو إلا سلسة من المثيرات والاستجابات، فالمثير يؤدي إلى استجابة وهي بدورها تعد بمثابة مثير آخر يؤدي إلى استجابة أخرى وهكذا.**

٢. **إن سلوك الفرد ما هو إلا حاصل جمع أجزاء وأن الكل يساوي مجموع الأجزاء، وهي بذلك تستند إلى مفهوم (الذراتية) في تفسير سلوك الفرد.**

٣. **ترى هذه النظرية أن شخصية الفرد هي تنظيم معين من العادات المتعلمة والثابتة نسبيًا التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد وأشبه ما يكون سلوك الفرد بالآلة لا تحركه دوافع معينة، بل تحركه مثيرات تصدر عنها استجابات.**

٤. **أكدت على دور البيئة في نمو وتشكيل شخصية الفرد في إغفال منها لدور العوامل الوراثية**

٥. **والاستعدادات لدى الفرد.**

٦. **اتخذت عملية التعلم محورًا أساسيًا في تفسير السلوك الإنساني.**

٧. **تنظر هذه النظرية للسلوك المضطرب على أنه استجابة شرطية خاطئة تكونت بفعل الارتباط الشرطي الخاطئ، ومن ثم يمكن علاجه بنفس الارتباط الشرطي من جديد.**

تطبيقات النظرية:

يقوم المرشد الطلابي بتحمل مسؤولياته في العملية الإرشادية وذلك لكونه أكثر تفهما للمسترشد من خلال قيامه بالإجراءات التالية:

١_وضع أهداف مرغوب فيها لدى المسترشد وأن يستمر المرشد الطلابي بالعمل معه حتى يصل إلى أهدافه.

٢_معرفة المرشد الطلابي للحدود والأهداف التي يصبو اليها المسترشد من خلال ا لمقابلات الأولية التي يعملها مع المسترشد.

٣_إدراكه بان السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم وقابل للتغير.

٤_معرفة أسس التعلم الاجتماعي تأثيرها على المسترشد من خلال التغيرات التي تطرأ على سلوك المسترشد خارج نطاق الجلسات الإرشادية.

٥_صياغة أساليب إرشادية إجرائية عديدة لمساعدة المسترشد على حل مشكلاته.

٦_توقيت التعزيز المناسب من قبل المرشد ليكون عملا مساعدا في تحديد السلوك المطلوب من المسترشد،وقدرته على استنتاج هذا السلوك المراد تعزيزه.

المبادئ التي ترتكز عليها هذه النظرية في تعديل السلوك:

في النظرية السلوكية بعض المبادئ والإجراءات التي تعتمد عليها وتحتاج المرشد الطلابي لتطبيقها كلها أو اختيار بعضها في التعامل مع المسترشد من خلال العلاقة الإرشادية على النحو التالي:

١_الاشراط الإجرائي:

ويطلق عليه مبادئ التعلم حيث انها تؤكد على الاستجابات التي تؤثر على الفرد،فان التعلم يحدث إذا أعقب السلوك حدث في التيئة يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد واحتمال تكرار السلوك المشبع في المستقبل وهكذا تحدث الاستجابة ويحدث التعلم أي النتيجة التي تؤدي إلى تعلم السلوك وليس المثير، ويرتبط التعلم الإجرائي في أسلوب التعزيز الذي يصاحب التعلم وصاحب هذا الإجراء هو (سكنر) والذي يرى أن التغيرات تحدث نتيجة لتبادلات في سلسلة من المقدمات و الاستجابات والنتائج مما تؤدي إلى التحكم في الإجراء إذا كان وجود النتيجة يتوقف على الاستجابة.

ولهذا الإجراء استخدامات كثيرة في مجال التوجيه والإرشاد والعلاج السلوكي وتعديل سلوك الأطفال والراشدين في المدارس ورياض الأطفال والمستشفيات والعيادات ولها استخداماتها في التعليم والتدريب والإدارة والعلاقات العامة.

٢_التعزيز أو التدعيم :

ويعتبر هذا المبدأ من أساسيات عملية التعلم الإجرائي والإرشاد السلوكي ويعد من أهم مبادئ تعديل السلوك لانه يعمل على تقوية النتائج المرغوبة لذا يطلق عليه اسم مبدأ (الثواب أو التعزيز)فإذا كان حدث ما (نتيجة) يعقب إتمام استجابة (سلوك) يزداد احتمال حدوث الاستجابة مرة أخرى يسمى هذا الحدث اللاحق معزز أومدعم.

والتعزيز نوعان هما:

أ ـ التعزيز الإيجابي

وهو حدث سار كحدث لاحق (نتيجة) لاستجابة ما (سلوك) إذا كان هذا الحدث يؤدي إلى زيادة استمرار قيام السلوك. مثال:

طالب يجيب على سؤال أحد المعلمين فيشكره ويثني عليه ، فيعاود الطالب الرغبة في الإجابة على أسئلة المعلم.

ب ـ التعزيز السلبي :

ويتعلق بالمواقف السلبية والبغيضة والمؤلمة فإذا كان استبعاد هذا الحدث منفرد يتلو حدوث سلوك بما يؤدي إلى زيادة حدوث هذا السلوك فان استبعاد هذا الحدث يطلق عليه تدعيم أو تعزيز سلبي. مثال:

فرد لديه حلة أرق بدأ يقرأ في صحيفة فاستسلم للنوم نجد أنه فيما بعد يقرأ الصحيفة عندما يرغب النوم.

٣_التعليم بالتقليد والملاحظة والمحاكاة:

وتتركز أهمية هذا المبدأ حيث أن الفرد يتعلم السلوك من خلال الملاحظة والتقليد ،فاطفل يبدأ بتقليد الكبار ،والكبار يقلد بعضهم بعضا وعادة يكسب الأفراد سلوكهم من خلال مشاهدة نماذج في البيئة وقيامهم بتقليدها

٤_العقاب

ويمثل في الحدث الذي يعقب حدوث الاستجابة والذي يؤدي إلى إضعاف الاستجابة التي تعقب ظهور العقوبة، أوالتوقف عن هذه الاستجابة وينقسم العقاب إلى قسمين هما:

أ ـ العقاب الإيجابي

ويتمثل في ظهور حدث منفر (مؤلم) للفرد بعد استجابة ما يؤدي إلى إضعاف هذه الاستجابة أو توقيفها ومن أمثلة ذلك العقاب (العقاب البدني) والتوبيخ بعد قيام الفرد بسلوك غير مرغوب إذا كان ذلك يؤدي إلى نقص السلوك أوتوقفه، ونؤكد بان أسلوب استخدام العقاب البدني محظور على المرشد الطلابي وكذا المعلمين.

ب :العقاب السلبي

وهو استبعاد حدث سار للفرد يعقب أي استجابة مما يؤدي إلى اضعافها أو اختفائها مثال:

حرمان الابناء من مشاهدة بعض برامج التلفاز وتوجيههم لمذاكرة دروسهم وحل وجباتهم فان هذا الإجراء يعمل على تقليل السلوك غير المرغوب وهو عدم الاستذكار ولكنه يحرمهم من البرامج المحببة لديهم ،يسمى عقابا سلبيا، ويفضل المرشدون والمعالجون النفسيون أسلوب العقاب السلبي في معالجة الكثير من الحالات التي يتعاملون بها .

٥ ـ التخلص من الحساسية او (التحصين التدريجي)

ويتم ذلك في الحالات التي يكون فيها الخوف والاشمئزاز والذي ارتبط بحادثة معينة فيستخدم طريقة التعويد التدريجي المنظم ويتم التعرف على المثيرات التي تستثير استجابات شاذة ثم يعرض المسترشد تكرارا وبالتدريج لهذه المثيرات المحدثة للخوف أو الاشمئزاز في ظروف يحس فيها بأقل درجة من الخوف أو الاشمئزاز وهو في حالة استرخاء بحيث لا تنتج الاستجابة الشاذة ثم يستمر التعرض على مستوى متدرج في الشدة حتى يتم الوصول إلى المستويات العالية من شدة المثير بحيث لا تستثير الاستجابة الشاذة السابقة وتستخدم هذه الطريقة لمعالجة حالات الخوف والمخاوف المرضية.

٦_الكف المتبادل :

ويقوم أساسا على وجود أنماط من الاستجابات المتنافرة وغير المتوافقة مع بعضها البعض مثل الاسترخاء والضيق مثلا ، ويمكن استخدامه في معالجة التبول الليلي حيث أن التبول يحدث لعدم الاستيقاظ والذهاب إلى دورة المياه، ولذا فأن الطفل يتبول وهو نائم على فراشه والمطلوب كف

النوم فيحدث الاستيقاظ والتبول بشكل عادة الاستيقاظ لذا فأن كف النوم يؤدي إلى كف التبول بالتبادل ، لذلك لابد من تهيئة الظروف المناسبة لتعليم هذا النمط السلوكي.

٧_ التعاقد السلوكي (الاتفاقية السلوكية) :

ويقوم هذا الأسلوب على فكرة أن من الأفضل للمسترشد أن يحدد بنفسه التغيير السلوكي المرغوب ،ويتم من خلال عقد يتم بين طرفين هما المرشد والمسترشد يحصل بمقتضاه كل واحد منهما على شئ من الآخر مقابل ما يعطيه له . ويعتبر العقد امتداد لمبادئ التعليم من خلال إجراء يتعزز بموجبه سلوك كعين مقدما حيث يحدث تعزيز في شكل مادي ملموس أو مكافأة اجتماعية