

مذكرة الإرشاد النفسي للأطفال

إعداد
قسم العلوم النفسية

المستوي (١/٢) تعليم مدمج

٢٠٢٠/٢٠١٩

رؤية كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا

كلية التربية للطفولة المبكرة بجامعة المنيا رائدة ومتميزة في مجال تربية الطفل بين الكليات المناظرة إقليميا وعالميا.

رسالة كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا

تسعى كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا إلى التطوير المستمر في البرامج التعليمية بالكلية في ضوء المعايير الأكاديمية القومية من أجل تخريج طالبات قادرات على المنافسة في سوق العمل وإجراء البحوث العلمية الرائدة في تربية الطفل وتقديم الدعم الفعال والاستشارات التربوية والنفسية لخدمة المجتمع.

- المقدمة.

المحاضرة الأولى: الإرشاد النفسي والتربوي: النشأة والمفهوم.

- التطور التاريخي للإرشاد النفسي.
- تعريف الإرشاد وخصائصه.
- العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي.
- العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
- علاقة الإرشاد بالعلوم الأخرى.
- الحاجة إلى الإرشاد النفسي.
- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي.

المحاضرة الثانية: أسس الإرشاد النفسي والتربوي.

- الأسس العامة.
- الأسس النفسية والتربوية.
- الأسس الأخلاقية.
- الأسس العصبية والفسيولوجية.

المحاضرة الثالثة: أهداف الإرشاد النفسي والتربوي.

- أهداف الإرشاد النفسي.
 - تحقيق الصحة النفسية.
 - تحقيق الذات.
 - تحقيق التوافق النفسي.
 - تحقيق التكيف.
 - تحسين العملية التعليمية التعلمية.
 - مناهج الإرشاد النفسي.
 - المنهج الإنمائي.
 - المنهج الوقائي.
 - المنهج العلاجي.
- المحاضرة الرابعة: وسائل جمع المعلومات في الإرشاد النفسي.
- المقابلة.
 - الملاحظة.
 - دراسة الحالة.
 - الاستبيان.
 - مؤتمر الحالة.
 - الاختبارات والمقاييس.

تابع فهرس المحتويات

المحاضرة الخامسة: نظريات الإرشاد النفسي.

- نظرية التحليل النفسي ل فرويد.

- النظرية السلوكية ل سكينر.

- نظرية الذات ل روجرز.

- نظرية الجشطالت ل بيرلز.

- نظرية السمات والعوامل ل وليامسون.

- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي ل إليس.

- الاتجاه المعرفي ل بيك.

- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي.

المحاضرة السادسة: التقنيات الأساسية في الإرشاد النفسي.

- المحاضرة.

- الواجب المنزلي.

- النمذجة.

- العصف الذهني.

- الأحاديث الذاتية.

المحاضرة السابعة: مجالات الإرشاد النفسي.

- الإرشاد التربوي.

- الإرشاد الأسري.

- إرشاد غير العاديين.

المحاضرة الثامنة: الإرشاد النفسي عبر الانترنت.

- مفهوم الإرشاد عبر الانترنت.

- طرق استخدام الارشاد عبر الانترنت.

- مزايا الإرشاد النفسي الإلكتروني.

- عيوب الإرشاد النفسي الإلكتروني.

- خاتمة.

- قائمة المراجع.

المقدمة:

يتسم عالمنا اليوم بأنه عالم علمي التفكير وتكنولوجي التطبيق فنحن نعيش في عصر يتسم بالسرعة الفائقة والاكتشافات العلمية المتراكمة ووفرة المعلومات والتطورات التكنولوجية المتلاحقة أدى لتحولات عميقة الأثر في مجالات الحياة والإنتاج وشعور الإنسان بذاته وقدراته، وهذا راجع لنظرة المجتمع الحديث إلى الثروة فأصبحت نظرة الأمم إلى الثروة لا تقاس بما تملكه من رأسمال مادي بقدر ما تقاس بما لديها من رأسمال اجتماعي مؤهل بشكل جيد، له من الصفات والخصائص العلمية ما يجعله قادرا على الإنتاج والاستغلال الأمثل للموارد والإمكانيات المتاحة.

ولما كانت المدرسة تعنى بتنمية الشخصية السوية للمتعلم عنايتها بالمعرفة العلمية، فإن حرصها على تحقيق نمو سوي متكامل شامل لهم من خلال تربية متكاملة تعنى بجميع الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية أصبح من الأولويات ويندرج ضمن فلسفتها وأهدافها، وأن النجاح الأكاديمي هو حجر الزاوية في رسالتها، ليصبح المتمدرس أكثر توافقا وتميزا ويتحقق الشعور بالرضا والسعادة، ذلك أن الجودة في التربية ما هي إلا شعور المتعلمين بالمتعة والسرور داخل المدرسة.

إن هذا التطور العلمي والتكنولوجي السريع أدى لانتشار المعلومات غثها وسمينها، ضارها ونافعها في العوالم الافتراضية السيبرنطيقية الحرة المتاحة، مما يستوجب توافر جهود إضافية موازية للجهود الرسمية المقدمة في المدرسة ممثلة في برامج وبيداغوجيات مكملة مساعدة للبرامج والبيداغوجيات المدرسية الرسمية، ذلك أن الوضع العولمي اليوم أصبح يفرض على المدرسة تحديات إضافية تحتم عليها تقديم خدمات أخرى إضافية للمتمدرسين كشرط أساسي

موضوعي للبقاء والاستمرار، ذلك أن القوة اليوم مرتبطة بامتلاك المجتمعات للمعرفة والعلم.

وتأسيسا على ما سبق يحتل الإرشاد مكانة متميزة في المعرفة الإنسانية والاجتماعية وفي الفعل التربوي بخاصة، أين أصبح هذا العلم التطبيقي منذ مرحلة التركيز على التوجيه التربوي يقدم خدمات إرشادية متنوعة في جميع مراحل التمدرس ويساهم في ترشيد سلوك التلاميذ والطلاب، بهدف مساعدتهم على حل مشكلاتهم النفسية، والدراسية، الاجتماعية والمهنية، وتدريبهم على مهارات الحياة لمواجهة ضغوطات الحياة المختلفة، ذلك أن المتمدرس قد يواجه أعباء في المجال الدراسي ويمر بفترات انتقال حرجة، وتعرضه لمشكلات دراسية (كضعف مهارات الدراسة وسوء تنظيم العادات الدراسية، وعدم المثابرة في الأداء، وتدني الدافعية للإنجاز، وغياب الاستمرارية في التعلم، وعدم وعيه بمشكلاته التي تعترضه في حياته.... إلخ)، إذا لم تجد المساعدة بتدخل مختص يقدم يد العون- شرط موضوعي- من خلال خدمات نفسية تستهدف المحافظة على كيان المتمدرس وتهئ له الظروف التي تؤدي إلى نموه ونضجه، سرعان ما تقضي إلى ضعف في التحصيل الدراسي وعدم القدرة على تعلم مهارات التفكير بأنواعه مما يصعب عليه التعامل مع المشكلات التعليمية الصفية، ومع المشكلات الحياتية ككل.

ينطلق الإرشاد إذن، من فلسفة الإرشاد التي تركز على العافية الكلية وفي سلم أبعادها مفهوم الكفاءة المعرفية وتضم إضافة إلى المهارات الأساسية والتخصصية تنمية القدرة على التعلم الفعال واكتساب مهارة توظيف المعرفة في بناء مسار مهني، ولقد توسع المفهوم ليشمل تنمية المهارات الذهنية المتعلقة بحل المشكلات واتخاذ القرارات وتحديد الأهداف الحياتية والتعامل مع المعضلات ويكمله تنمية التفكير الإيجابي القادر وحده على تحويل التحديات والصعوبات

إلى فرص، فلقد ثبت أن التدريب على التفكير الإيجابي وعلى التفاؤل المتعلم يعزز فرص النجاح التحصيلي بشكل بين إضافة إلى زيادة القدرة المعرفية على إدارة الذات بشكل نمائي وفاعل.

لقد حظي الإرشاد النفسي بالاهتمام العلمي والأكاديمي على مستوى المعاهد والجامعات في جميع أنحاء العالم، ليصبح علما تطبقيا قائم بذاته تنال فيه أعلى الشهادات، وتنتج في حقله الكثير من البحوث والدراسات العلمية الجادة، ويبرز التوجيه والإرشاد النفسي كمدخل عام يتم تدريسه للطلبة يتضمن مجموعة من المواضيع الأساسية نصل بالطالب من خلالها في نهاية السداسي إلى اكتساب إطار مرجعي وإلى الإلمام بمحتوياته وتسهيل فهمه له.

من هنا جاء هذا العمل العلمي المتواضع في محاولة لتقديم مادة علمية تحوي مجموعة من المحاضرات العلمية الواضحة والمبسطة قدر الممكن تخص طلبة السنة الثانية مسار علوم التربية في مقياس التوجيه والإرشاد، وسط انتشار كم هائل من المعلومات وتشعبها والذي ولد حيرة وغموض لدى الطالب، ومساعدة الطلبة للتمكن من أبجديات وأساسيات هذا المقياس، وفهم أفضل للمدلول العام لعلم التوجيه والإرشاد النفسي.

سعيانا إلى تقديم ما هو مقرر دراسته في مقياس مدخل التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي، وقد قمنا بتقسيم محتوى هذه المطبوعة إلى سبعة محاضرات، تتضمن المحاضرة الأولى المفاهيم الأساسية لعلم الإرشاد، وتتناول المحاضرة الثانية الأسس والمسلمات التي بني عليها الإرشاد النفسي، أما المحاضرة الثالثة فقد خصصناها لأهداف ومناهج الإرشاد النفسي، في حين تعرضت المحاضرة الرابعة لأدوات جمع المعلومات والبيانات في ميدان الإرشاد، تليه المحاضرة الخامسة والتي تتناول أهم المقاربات الإبيستمولوجية داخل هذا الحقل المعرفي، لنتناول في المحاضرة السادسة أهم الفنيات والتقنيات المستخدمة في العمل

الإرشادي، تليه المحاضرة السابعة وتناولنا فيها أهم مجالات التوجيه والإرشاد النفسي، و في الأخير ولأهمية المصطلح في عصرنا الحالي وفي أي تخصص من التخصصات العلمية ولأهميته القصوى بالنسبة للطلاب الجامعي، تم إرداف هذه المطبوعة بمسرد للمصطلحات السيكلوجية باللغة الإنجليزية.

الأهداف العامة للمقياس:

- عند انتهاء طالبة من دراسة هذا المقياس، سيكون قادرا على أن:
- ١- أن يفهم التطور التاريخي للإرشاد النفسي والتربوي.
 - ٢- أن يتعرف على معاني التوجيه والإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
 - ٣- أن يبين العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي.
 - ٤- أن يبين العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
 - ٥- أن يبين العلاقة الموجودة بين الإرشاد وباقي العلوم الأخرى.
 - ٦- أن يصف حاجتنا للإرشاد النفسي والتربوي.
 - ٧- أن يحدد أسس الإرشاد النفسي والتربوي.
 - ٨- أن يبين أهداف الإرشاد النفسي والتربوي.
 - ٩- أن يعرف أهم المناهج المستخدمة في ميدان الإرشاد النفسي والتربوي.
 - ١٠- أن يتعرف على أهم النظريات العلمية الموجودة في ميدان التوجيه والإرشاد.
 - ١١- أن يبين أوجه الشبه والاختلاف بين هذه النظريات النفسية.
 - ١٢- أن يصف أدوات التقويم الأساسية في التوجيه والإرشاد النفسي.
 - ١٣- أن يتعرف على أهم التقنيات المستخدمة في الإرشاد النفسي.
 - ١٤- أن يحدد مجالات التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.



المحاضرة الأولى الإرشاد النفسي والتربوي النشأة والمفهوم

- ١- التطور التاريخي للإرشاد والنفسي.
- ٢- تعريف الإرشاد وخصائصه.
- ٣- العلاقة بين التوجيه والإرشاد.
- ٤- الإرشاد والعلاج النفسي.
- ٥- علاقة الإرشاد بالعلوم الأخرى.
- ٦- الحاجة إلى الإرشاد النفسي.
- ٧- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي.



الإرشاد النفسي والتربوي: النشأة والمفهوم

مع أن استخدام الإرشاد كان متداولاً منذ أمد بعيد حتى في عصور ما قبل الثقافة الأولى أو ما قبل العلم، حيث كان الإنسان يطلب المساعدة من أخيه الإنسان فيستشير ويستشار في الأمر، ويقدم النصيحة في أمور الحياة العامة، إلا أن مكانة وطبيعة هذا المفهوم آنذاك هي إرشاد لا غير، ولم تكن علاقة مهنية، ولم يكن علمياً بالصورة التي عليها الآن لتطوره ابيستمولوجيا وإمبيريقيا وهيكلية ومهنية، حتى أصبح هذا الميدان يشمل جميع مجالات الحياة بفضل تشعب مجالاته لتغطي جميع مراحل التطور الإنساني، كما لا تكاد تخلو أي معرفة من الخدمات التخصصية التي يقدمها هذا العلم، وقد مر التوجيه والإرشاد النفسي بعدة مراحل تمثلت في الآتي:

١- التطور التاريخي للإرشاد النفسي:

١-١- مرحلة التركيز على الإرشاد المهني:

كانت حركة الإرشاد المهني التي بدأت في الولايات المتحدة الأمريكية خلال فترة الكساد الاقتصادي في الثلاثينيات تمثل مهد حركة الإرشاد، فقد نشأ الإرشاد المهني على يد "فرانك بارسونز F.Parsons" وكان يدور حول إيجاد وسائل يمكن بها وضع الرجل المناسب في المهنة المناسبة، وكان الإرشاد في تلك الفترة يعتبر أسلوباً معاوناً في جمع المعلومات عن الفرد وعن المهنة والتوفيق بينهما، وهذا ما أوضحه بارسونز في كتابه المعروف (اختيار مهنة) الذي نشر سنة ١٩٠٩م، وتتلخص هذه الأفكار في مبدئين أحدهما - التأكيد على دراسة الفرد بهدف التعرف على قدراته وإمكانياته واستعداداته وميوله، والثاني العمل على تزويد الفرد بالمعلومات الصحيحة والكافية عن المهن المختلفة، وطبيعة متطلبات كل مهنة من هذه المهن، بهدف

مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تتلائم وظروفه وإمكانياته واستعداداته وميوله.

٢-١- مرحلة التركيز على الإرشاد المدرسي:

واتجه التفكير بعد ذلك إلى تركيز الإرشاد المهني على توجيه الطلبة في المدارس وكذلك إلى الطبيعة التربوية لعملية الإرشاد، واكتشف العاملون في مجالات الإرشاد الهوية الفاصلة بين ما يتعلمه الطلبة في مدارسهم وما يواجهونه في حياتهم العملية بعد ذلك، مما أكد على ضرورة سد هذه الثغرة، فأصبح ينظر إلى التربية على أنها نوع من أنواع التوجيه، فالتوجيه التربوي هو توجيه من أجل الحياة، وقد كانت أول محاولة جادة بشأن التوجيه التربوي كانت عام (١٩١٤م) حين نشر كيلي (Truman, L. Kelly) رسالة عن الإرشاد التربوي بجامعة كولومبيا، ضمنها الهدف منه، وهو مساعدة الطالب في اختيار نوع الدراسة الملائمة له وفقا لاحتمال نجاحه فيها، وفي مقال آخر له عام (١٩١٨م) رأى أن التوجيه التربوي هو الجهد المقصود الذي يبذل في سبيل تنمية الفرد من الناحية العقلية، ورأى أن كل ما يرتبط بالتدريس أو التعليم يمكن أن يوضع تحت التوجيه التربوي، وفي كتابه الذي نشر عام (١٩٣٢م) بعنوان "التربية كتوجيه" يرى أن هناك فرقا بين عبارتي التربية كتوجيه والتوجيه التربوي، إذ قصد بالأولى ضرورة توجيه الطلبة في جميع الأنشطة التي يقومون بها، أما الثانية فقصد بها ناحية محددة من التوجيه تهتم بنجاح الطالب في حياته المدرسية.

٣-١- مرحلة التركيز على حركة القياس النفسي:

ومن العوامل التي ساعدت في نمو وتطور التوجيه والإرشاد النفسي تطور حركة القياس النفسي حيث كان لحركة القياس النفسي ودراسة الفروق الفردية بين الأفراد وبناء الاختبارات والمقاييس النفسية اثر كبير في تطور التوجيه والإرشاد، فابتكر ألفريد بينيه Alfred

Binet (١٨٧٥ - ١٩١١) أول مقياس عملي للذكاء ... كما كان لظهور المقاييس الخاصة بالشخصية في فترة تالية أثر بالغ في نمو وتطور عملية التوجيه والإرشاد النفسي، لما لهذه الاختبارات من أهمية للأخصائيين العاملين في مجال التوجيه والإرشاد في دراسة شخصية المسترشد وسلوكه دراسة موضوعية وتشخيص اضطراباته النفسية وتقديم خدمات التوجيه والإرشاد النفسي الملائمة له.

٤-١. مرحلة التركيز على التوافق والصحة النفسية:

أما هذه الحركة فقد كان لها تأثيرها الواضح على مجال الإرشاد، وإضفاء الصفة العلمية عليه في البحث والممارسة، حيث أصبح الإرشاد يهتم بالصحة النفسية بوجه عام للأسوياء وغير الأسوياء، أيا كان موقعهم في مرحلة النمو أو في المجال المهني، كما ازداد اهتمام الإرشاد بفهم الفرد، سعياً لتحقيق توافقه وتكيفه مع مجتمعه المتغير والمتطور سواء على مستوى الأسرة أو العمل أو الدراسة.

لقد شهدت فترة ما بعد الحرب العالمية الثانية تطوراً متسارعاً وطفرة نوعية في ميدان التوجيه والإرشاد، إن في مستوى التأصيل النظري بميلاد مقاربات واتجاهات حديثة مستفيدة من عيوب الأطر والمرجعيات الكلاسيكية، وإن في مستوى تراكم الأساليب والفنيات الإرشادية المنتمية لنظرية بعينها، وإن في مستوى المزاجية بين أطر أخرى ذاتية وموضوعية التأسيس، وإن في مستوى قوة ونوعية الأساليب المنهجية والإحصائية المستخدمة في تحديد المشكلات والاضطرابات النفسية للفرد، مكن ذلك من فهم أوسع لأغوار النفس البشرية ومن تحقيق أكبر قدر من الثقة والموضوعية في النتائج المتوصل إليها مبشرة بإمكانية تعميمها، ولعل من بين هذه الإسهامات الفكرية في هذا الميدان ما جاء به الفكر الوجودي والإنساني ... حيث أصدر كارل روجرز K.Rogers كتابه المعنون "علم النفس الإرشادي

والعلاج النفسي" سنة (١٩٤٢)، كما كتب عام (١٩٥١) "العلاج المتمركز حول العميل".

ومن إسهامات الاتجاه الإنساني ما طرحه إبراهيم ماسلو I.Maslow ضمن ما يعرف بهرم الحاجات الإنسانية مؤكداً على أن للفرد حاجات فسيولوجية ونفسية يحتاج لإشباعها وتعمل كمحرك ودافع للسلوك ... وبهذا أصبح التوجيه والإرشاد النفسي نسقاً أساسياً ضمن أنساق الفعل التربوي ومجهود يعمل على تحقيق العافية الكلية للمتمدرس بجعله يتحمل المسؤولية الكاملة لإتمام مشروعه المدرسي ونضجه المهني، وأكثر قدرة على مواجهة الضغوطات والمواقف الصعبة، وتدريبه على اكتساب مهارات الحياة لجودة الحياة في جميع مراحل التعليم.

٢-٢- مفهوم الإرشاد التربوي:

٢-٢-١. الدلالة اللغوية لمصطلح للإرشاد:

أشارت القواميس العربية إلى مفهوم الإرشاد ففي المعجم الوسيط: يقال فلان أرشد فلان بمعنى هداه ودله، والمرشد يعني: الواعظ، وإلى مثل ذلك ذهب ابن منظور في لسان العرب حيث جاء أن: الرشد والرشد والرشد: نقيض الغي. رشد يرشد رشداً ورشاداً وهو نقيض الضلال إذا أصاب وجه الأمر المطلق، وإلى مثل ذلك أيضاً أشار قاموس أكسفورد إلى أن الإرشاد يعني تقديم النصح.

فالإرشاد إذن يعني إتباع الطريق الصحيح والسلوك الصحيح وهو يعني إسداء النصح للآخرين والهداية إلى السلوك الأمثل.

٢-٢-٢. الدلالة الاصطلاحية للإرشاد النفسي التربوي:

التعاريف الاصطلاحية للإرشاد النفسي هي الأخرى كثيرة ومتنوعة ولكنها في مجملها تشير إلى شيء واحد وهو المساعدة، مساعدة المتمدرسين ومعاونتهم على حل المشكلات الأكاديمية والمهنية والشخصية التي تواجههم، ويرجع سبب تعدد التعريفات واختلافها إلى

كثرة النظريات والعلماء فيها، فكل عالم أو مدرسة نفسية تحاول تقديم مفهوم للإرشاد بما يناسب مرجعيتها النظرية، النفسية أو التربوية، فمنها ما يركز في تعريف الإرشاد النفسي بدلالة المبادئ والأساليب كالجمعية الأمريكية لعلم النفس حيث تعرف الإرشاد بأنه: دراسة الفرد وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني خلال مراحل نموه المختلفة، وتقديم خدمات لتنمية الجانب الإيجابي في شخصية المسترشد لتحقيق التوافق لديه، وبهدف اكتساب مهارات جديدة تساعد على تحقيق مطالب النمو والتوافق مع الحياة كالقدرة على اتخاذ القرار، ويقدم الإرشاد لجميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة وفي المجالات المختلفة، كالأسرة، والمدرسة، والعمل.

ومنها ما يركز في تعريفه بدلالة النتائج والأهداف كما تعرّفه المالكي بأنه: ممارسة مهنية متخصصة تتضمن تطبيق مبادئ ونظريات علم النفس في تعديل سلوك المسترشدين بهدف مساعدتهم على تحقيق أقصى إشباع ممكن لحاجاتهم وفق إمكاناتهم الشخصية ومعايير المجتمع.

كما تعرف الجمعية الأمريكية للإرشاد (ACA) الإرشاد النفسي بأنه: علاقة مهنية تمكن مختلف الأفراد والأسر والمجموعات بالتمتع بالصحة النفسية، والعافية، والتعليم، والأهداف المهنية.

وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي عبارة عن علاقة مهنية بين مرشد ومسترشد قائمة على المبادئ والقوانين والأساليب المستمدة من النظريات النفسية، الغرض منها مساعدة المسترشد على تعديل سلوكه وتنمية الجانب الإيجابي في شخصيته وإشباع حاجاته المتنوعة للوصول به إلى تحقيق أكبر قدر ممكن من النجاحات العلمية والعملية.

ومنها ما يركز في تعريفه بدلالة العوائق والصعوبات كتعريف الجمعية الأمريكية لعلم النفس الحديث للإرشاد النفسي بأنه: مساعدة مهنية لمعالجة المشكلات الشخصية، بما في ذلك المشكلات العاطفية،

والسلوكية، والمهنية، والزواجية، والتعليمية، وإعادة التأهيل، ومشكلات الحياة المختلفة، ويستخدم المرشد تقنيات مختلفة مثل: الاستماع الفعال، والتوجيه، والنصح، والتوضيح، وإدارة الاختبارات.

ويعرف كوتلر وبراون (Kottler & Brown) الإرشاد النفسي بأنه: نشاط ... للعمل مع الأفراد العاديين نسبيا الذين يعانون من مشاكل التنمية أو التكيف.

كما يرى مرسى بأن الإرشاد النفسي: يهتم بالفرد السوي لمساعدته في التغلب على مشكلاته التي تواجهه والتي لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده، والإرشاد يهتم بالفرد وليس بالمشكلة التي يعاني منها باعتبار أنه يستطيع أن يعالج مشكلاته إذا لم يكن مضطربا انفعاليا.

كما عرّفه منسي بأنه: عملية تشمل كل الجوانب التي تهم الطالب والتي تهتم بالمشكلات التي تتطلب تدخل ذوي الاختصاص لمساعدة الطالب على فهمها سواء كانت مشكلات أكاديمية أو شخصية أو اجتماعية.

وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي التربوي عبارة عن عملية تشمل جميع جوانب شخصية المتمدرس، تقوم على تشخيص لنوعية المشكلات التي يعاني منها، على المستوى الانفعالي والعقلي والاجتماعي، والعمل على إكساب المتمدرس مهارات حل المشكلات، والوصول به لتحقيق التوافق النفسي والتفوق الدراسي.

ومنها ما يركز على أهدافه كتعريف روجر (Rogers) حيث يعرفه بأنه عملية تغيير تستهدف إزالة العوائق الانفعالية للفرد تسمح له بالنضج والنمو وإطلاق طاقاته وصولا إلى تحقيق الصحة النفسية لذلك الفرد.

وإلى مثل ذلك ذهب ملحم في تعريفه للإرشاد بأنه: عملية بناءة تستهدف مساعدة الفرد في أن يفهم ذاته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته في ضوء معرفته وتدريبه كي يصل إلى تحقيق الأهداف المأمولة.

فالإرشاد النفسي يرمي إلى مساعدة الفرد على تحقيق:

- فهمه لذاته عن طريق إدراكه لقدراته ومهارته واستعداداته.
- فهمه للبيئة التي يعيش فيها.
- فهمه للمشكلات التي تواجهه.
- استغلاله لإمكانياته الذاتية وإمكانيات بيئته.
- أن يتكيف مع نفسه ومع مجتمعه فيتفاعل معه تفاعلا سليما.
- أن يستخدم ما لديه من إمكانيات واستعدادات وإمكانات بيئية ويوظفها أحسن توظيف.

وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي هو عملية موجّهة غايتها مساعدة المتمدرس للوصول إلى تحقيق أهدافه، وأن أهدافه مرتبطة عمليا بالأهداف العامة للإرشاد والتي نجد من بينها الوصول بالمتمدرس إلى تحقيق ذاته دراسيا عن طريق مساعدته لتحقيق للنجاح في حياته الدراسية والمهنية.

ومن خلال هذه التعاريف يمكن القول أن الإرشاد النفسي هو: عملية بناءة مخططة ومنظمة يقوم بها المرشد ضمن الإرشاد الفردي أو الجمعي مستفيدا من الأطر والمفاهيم والفنيات التي جاءت بها النظريات النفسية المختلفة، بهدف مساعدة المتمدرس لتبصيره بذاته وفهمه لمشكلاته والتغلب عليها، في مستوياتها الانفعالية والعقلية والاجتماعية من خلال إكسابه القدرة على حل هذه المشكلات والتغلب على الصعوبات وتحقيق فهم واقعي للبيئة ومثيراتها والذات وحاجاتها.

٣- العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي:

يعبر كل من التوجيه والإرشاد عن معنى مشترك فكل منهما يتضمن من حيث المعنى الحرفي: الترشيد والهداية والتوعية والإصلاح وتقديم الخدمة والمساعدة والتغيير السلوكي إلى الأفضل، وهما مرتبطان ووجهان لعملة واحدة كل منهما يكمل الآخر بالرغم من

الفروقات التي يراها بعض الباحثين بين هذين المفهومين، والجدول أدناه يبين أهم هذه الفروق بين مصطلحي التوجيه والإرشاد النفسي:

التوجيه النفسي	الإرشاد النفسي
١- عملية التوجيه تتسم بالاتساع والشمول فهو مجموع خدمات أهمها الإرشاد النفسي، أي أنه يتضمن عملية الإرشاد.	١- هو العملية الرئيسية في خدمات التوجيه، أي أنه لا يتضمن التوجيه.
٢- هو ميدان يتضمن الأسس العامة والنظريات الهامة والبرامج وإعداد المسؤولين عن عملية الإرشاد.	٢- يمثل الجزء العملي في ميدان التوجيه.
٣- التوجيه إلى التربية.	٣- الإرشاد إلى التدريس.
٤- يشير البعض على أنه جماعي، أي أن لا يقتصر على فرد أو على فصل ولا على مدرسة مثلاً، بل قد يشمل المجتمع كله.	٤- يشير البعض إلى أنه عملية فرديه تتضمن علاقة إرشادية وجهها لوجه.
٥- يسبق التوجيه عملية الإرشاد ويمهد لها.	٥- يأتي بعد التوجيه، ويعتبر الخدمة الختامية لبرنامج التوجيه.

٤- العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

- الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

مع أن العديد من علماء النفس، مثل كوري (Corey, 2000) وباترسون (Patterson, 1986) استخدموا مصطلح الإرشاد والعلاج النفسي بالتبادل، وخلص باترسون إلى أنه لا توجد اختلافات جوهرية بينهما، ويدعم هذا الرأي أيضاً ما ذكره شرتزر وستون (Shertzer & Stone) أن الممارسين المهنيين من مرشدين نفسيين أو معالجين نفسيين أقرروا أن لا توجد فروق واضحة بين مفهوم الإرشاد النفسي ومفهوم العلاج النفسي، وحتى إن ظهرت أي فروق بينهما فما هي إلا فروق اصطلاحية، ومن ثم، استخدام مصطلحي الإرشاد النفسي والعلاج النفسي بالتبادل بينهما دون أية حساسية تذكر، ومع ذلك فإن الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي فرق في الدرجة وليس في

النوع و الفرق في المسترشد وليس في العملية، ومعنى هذا أن العمل الإرشادي والعمل العلاجي خطواتهما واحدة مع فرق في درجة التركيز والعمل فالمسترشد في الإرشاد النفسي أكثر استبصارا ويتحمل قدرا أكبر من المسؤولية والنشاط في العملية أكثر من المريض في العلاج النفسي، وهذه الفروق تنعكس في بعض الاختلافات البسيطة في التخصص والممارسة، وفيما يلي رسم بياني يوضح عمل المرشد بين العلوم الأخرى المرتبطة به:

شكل يبين: الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي

المشكلات الأسهل ↑	الطبيب النفسي	المشكلات الأكثر تعقيدا ↓
	المعالج النفسي يتعامل مع المشكلات الصعبة جدا حيث يتحول الحزن إلى اكتئاب ويحتاج إلى جلسات مطولة	
	علم النفس الإرشادي يقوم به المرشد ويتعامل مع المشكلات الأقل صعوبة مثل الحزن لفترة معينة يؤثر من خلالها علي تحصيل الفرد أو تكيفه مع أقرانه	
	التوجيه ويقوم به المرشدون والمعلمون والمهتمون ويتعاملون مع المشكلات البسيطة كالحزن العابرة	

ويضيف فلاناغان و فلاناغان، بأنه مع أن كل من المرشد النفسي والمعالج النفسي يتشاركان في نفس السلوكيات، وهي: الإستماع، الإستجواب، التفسير، الشرح، وتقديم المشورة، وهلم جرا، ومع ذلك، غالبا ما تكون هذه السلوكيات بنسب مختلفة.

وبشكل عام فإن عمل المعالج النفسي أقل توجيهيا، ويذهب أعمق قليلا، ويشغل بشكل ملحوظ مع الحالات الفردية، بينما عمل المرشد النفسي أكثر توجيهيا ويعمل على السطح، وعلى القضايا التنموية

العادية، وهذا ما جعل "فاي و فيل" يوضحان أن الفرق بين العلاج النفسي والمساعدة يكمن في سبع مجالات رئيسية، هي: (العقد - الحدود - الاتجاه - النصيحة - النقد - المساواة - النتيجة).

وإلى مثل ذلك ذهب (زهران، ١٩٧٧) في إبرازه لعناصر اختلاف أخرى بين العلاج النفسي والإرشاد النفسي وهو ما يوضحه الجدول أدناه:

الإرشاد النفسي	العلاج النفسي
١- الإهتمام بالأسوياء والعاديين وأقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.	١- الإهتمام بالمرضى بالعصاب والذهان أو ذوي المشكلات الانفعالية الحادة.
٢- المشكلات أقل خطورة وعمقا ويصاحبها قلق عادي.	٢- المشكلات أكثر خطورة وعمقا ويصاحبها قلق عصابي.
٣- حل المشكلات على مستوى الوعي.	٣- التركيز على اللا شعور.
٤- العميل يعيد بناء تنظيم شخصيته بنفسه.	٤- المعالج مسؤول أكثر عن إعادة تنظيم الشخصية.
٥- العميل عليه واجب ومسؤولية كبيرة في اتخاذ القرارات لنفسه وحل مشكلاته.	٥- المعالج أنشط ويقوم بدور أكبر في عملية العلاج.
٦- المرشد يؤكد نقاط القوة عند العميل واستخدامها في المواقف الشخصية الاجتماعية ويستخدم المعلومات المعيارية في دراسة الحالة.	٦- المعالج يعتمد أكثر على المعلومات الخاصة بالحالات الفردية.
٧- تدعيمي تربوي	٧- تدعيمي بتركيز خاص.
٨- قصير الأمد عادة.	٨- يستغرق وقتا طويلا.
٩- تقدم خدماته عادة في مراكز الإرشاد والمدارس والجامعات والمؤسسات الاجتماعية.	٩- تقدم خدماته عادة في العيادات النفسية والمستشفيات النفسية والعيادات الخاصة.

٦- علاقة الإرشاد بالعلوم الأخرى:

ترتبط العلوم والمعارف ببعضها البعض، داخل الحقل الواحد أو ضمن حقول أخرى مغايرة، فالحدود بين العلوم الإنسانية والتقنية بلا شك هي حدود وهمية، وأن أوجه الاستفادة بين هذه العلوم المختلفة هي تكاملية فكل علم ينفع العلم الآخر ويضيف إليه ما توصلت إليه البحوث والدراسات فتتحقق التراكمية، وتزدهر العلوم، وفيما توضيح لعلاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى:

٦-١- علاقته بالصحة النفسية:

يعد الإرشاد النفسي الشق العملي لعلم الصحة النفسية، حيث يمكن من خلاله مساعدة المسترشد على تجاوز الأزمات النفسية، والتي تقف عائقا أمام تحقيق صحته النفسية، وخاصة المشاكل النفسية المتعلقة بالقلق والاكتئاب وغيرها، فعن طريق الإرشاد يمكن تبصير المسترشد بقدراته وإمكانياته الكامنة ... بالإضافة إلى ذلك فإن الإرشاد النفسي يعمل على معالجة الاضطرابات النفسية، وتحسين الجسم بعوامل الوقاية والمقاومة، وتحسين مستوى التفاعل الحالي عن طريق الاستفادة من القدرات والاستعدادات الحاضرة والتدرب على تلافي أسباب الاضطرابات.

٦-٢- علاقته بالشخصية:

تشكل نظريات الشخصية المنهج الذي يتبعه المرشد النفسي في نظرته إلى المسترشد، وفي تقييمه لمستوى الاضطراب، وكذلك تحديد طرق العلاج والإرشاد المناسبة، والهدف الذي يسعى للوصول إليه، وكذلك في معرفة الهيئة والحالة التي يكون عليها المسترشد بعد الانتهاء من الإرشاد والعلاج، ويختلف المرشدون بالنسبة للطرق التي يتبعونها في معالجة المسترشد وذلك وفقا للمدارس الشخصية ...، فمثلا أتباع نظرية التحليل النفسي يهتمون بالكبت ومسائل اللاشعور، في حين يهتم أتباع اتجاه أدلر، بالشعور وأسلوب الحياة بالنسبة للعميل.

٦-٣. علاقته بعلم النفس العام:

يعد علم النفس العام المقدمة التي لا غنى عنها لكل الدارسين في المجالات الإنسانية والنفسية، حيث أن السلوك والحاجات والدوافع والميول والاتجاهات من المواضيع التي يتضمنها علم النفس العام من جهة، ومن جهة أخرى فإن كل هذه الموضوعات تقع في لب عملية الإرشاد النفسي، وأن من أساسيات عمل المرشد إتقان هذه المواضيع المتصلة بعلم النفس العام.

٦-٤. علاقته بعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية:

يشترك الإرشاد مع علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية بدراسة الفرد والجماعة والسلوك الاجتماعي والقيم والعادات والمعتقدات وأساليب التنشئة الاجتماعية، ويقوم المرشد بدراسة المجتمع للتعرف على الأفراد والجماعات فيه وأسلوب حياتهم والتغيرات التي تطرأ على المجتمع وذلك لاختلاف أفراد المجتمع الحضري مثلاً عن غيرهم في المجتمع الريفي، كما أن الإرشاد الجمعي يعتمد على مفاهيم أساسية في علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي، ويهتم الإرشاد الأسري بدراسة الأسرة من حيث تركيبها وتأثيرها على الفرد وتنشئته الاجتماعية.

٦-٥. علاقته بعلم الإحصاء:

يمكن القول أنه لا يوجد مجال علمي اليوم لا يتصل من قريب أو بعيد بعلم الإحصاء، حيث أن هذا العلم يأخذ على عاتقه توضيح وتسهيل الأمور عن طريق أساليبه وتقنياته المتعددة، ويعتمد الإرشاد النفسي اعتماداً كبيراً على العمليات الإحصائية المختلفة في التعرف على احتمالات حدوث الظاهرة المرضية، ونسبة ذلك الحدث، وكذلك احتمالات الشفاء منها، كما يقدم الإحصاء للإرشاد النفسي خدمة كبيرة تكمن في توضيح النسب التقريبية لحالات السواء وعدم السواء في المجتمع، وكذلك يدخل كعامل مهم في منهجية إعداد البحوث المتعلقة

بالإرشاد النفسي وإبراز نتائجها بشكل أنسب وأقرب إلى الدقة العلمية والموضوعية.

٦-٦. علاقته بعلوم الأديان:

ليس هناك من شك في الرابطة القوية التي تجمع الدين والإرشاد النفسي فالمنحى العلاجي والإصلاحي يجمعهما، فقد جاءت الأديان السماوية لإصلاح البشرية ومعالجة مشكلاتها ولطمأنة القلوب بالثقة واليقين في خالق هذا الكون (الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب) الرعد الآية ٢٨.

ومما يؤكد الارتباط الكبير بين الإرشاد النفسي والمجال الديني أن كثيرا من المشكلات التي يواجهها المرشد تتمثل أسبابها في خلو حياة المس ترشد من القيم الروحية والأخلاقية التي جاب بها الدين، مما يترتب عليه قيام المرشد بتعديل سلوكيات المسترشد متخذا من المبادئ الدينية مدخلا، ومن الممارسات الإرشادية المتخصصة منها، مع مراعاة احترام العقيدة الدينية للمسترشد.

٦-٧. علاقته بعلم القانون:

ارتبط علم القانون بالعلوم النفسية في كثير من المجالات والاتجاهات، فعلم النفس الجنائي يهتم بالأسباب النفسية للجنوح والإجرام والحالات الانفعالية أو العقلية للمجرم وقت وقع الجريمة، وهي من العوامل التي وطدت ومهدت للعلاقة بين علم القانون ومجال الإرشاد النفسي، هذا بالإضافة إلى أن كلا المجالين يعملان على مقاومة السلوك غير السوي، وبالتالي فهما يسعيان إلى تعديل سلوك المنحرفين، وإعادة تشكيله بالشكل الذي يؤدي إلى تنمية حالة من التوافق النفسي والاجتماعي للعملاء، وبالتالي عدم عودتهم للانحراف ثانية، لأن المجرم مريض ينبغي علاجه لا معاقبته.

٨-٦- علاقته بالتشريعات الاقتصادية:

أما علاقة الإرشاد بالتشريعات الاقتصادية فهي علاقة وطيدة، وترجع إلى فرانك بارسونز (Frank Parsons) وجيس ديفز (Jesse Davis) وكليفورد بيرز (Clifford Beers) في بدايات ظهور الإرشاد في الولايات المتحدة في العقد الأول من هذا القرن، حيث إن المرشد يدرس فرص العمل المتوفرة في المجتمع وفرص العمل المستقبلية التي يحددها التقدم العلمي والتكنولوجي، ويقوم المرشد بمساعدة المسترشد بهدف حمايته من الاستغلال الاقتصادي من ناحية، وحماية المجتمع من البطالة المقنعة، أو الهدر التعليمي، أو سوء توزيع القوة البشرية، من ناحية ثانية، وهذه الأمور ترتبط بعمليتي الإرشاد الأكاديمي والمهني، والموائمة بين حاجات الأفراد وحاجات المؤسسات الحكومية.

٧- الحاجة إلى الإرشاد النفسي:

يذكر أن هناك حاجة أكيدة إلى الإرشاد النفسي، فهو لا يعد ترفاً للحياة العصرية بل ضرورة من ضروراتها، وواحد من مترتبات الحياة الإنسانية المتجددة على مر العصور، بحيث أصبح يشكل نسقا محوريا من أنظمة الخدمات النفسية المدرسية، وأن مهمة المدارس والجامعات في عصرنا الحالي لا تقتصر على تزويد الطالب بالمعلومات والمعارف العامة المتضمنة في المنهج فحسب (الأساس الاجتماعي فقط)، بقدر ما تعنى بتأهيل المتعلم (الأساس النفسي)، ليصبح أكثر نضجا وتميزا في حياته الدراسية وفي حياته العامة كذلك، وقدرته على حل الصراع واكتساب المهارات الاجتماعية والتعبير الذاتي، وأن الحاجة للإرشاد النفسي هي وليدة الأسباب التالية:

٧-١- التغيرات المصاحبة لنمو الفرد:

يمر الإنسان خلال مراحل نموه بفترات حرجة، كما يتعرض لتغيرات جسمية ونفسية واجتماعية وعقلية وغيرها، وفي كثير من

الأحيان يصاحب تلك التغيرات مشكلات يشعر معها أنه بحاجة إلى من يساعده، ويقف إلى جانبه في التغلب عليها، ويواجه الأفراد في مراحل نموهم العادية مشكلات متنوعة، مثل عدم القدرة على اتخاذ القرارات المهمة كاختيار المهنة أو الزوجة أو نوع الدراسة، فتظهر لديهم حاجة أكيدة لمن يساعدهم في ذلك.

٢-٧. التغيرات التربوية:

الحاجة للإرشاد في المدارس والجامعات أكثر إلحاحاً، بسبب ازدياد أعداد الطلبة فيها، وتنوع التخصصات الدراسية ... ففي مجال التعليم قد لا يستطيعون التكيف مع التطورات التي تحدث في المناهج، أو في ازدياد أعداد الطلبة وما ينتج عن ذلك من تفاعل بينهم، أو في دخول التكنولوجيا إلى المجال التربوي، أو في تعدد مجالات التخصصات الدراسية، والمجالات المهنية، كل ذلك وغيره أسهم في ازدياد حالات القلق والحيرة لدى الطلبة، وولد لدى البعض منهم عدم القدرة على مسايرة تلك التغيرات المتسارعة، فأصبحوا بحاجة إلى الإرشاد النفسي ليساعدهم في التغلب على آثار تلك التغيرات، ويبعد عنهم ذلك القلق، ويسهل عملية تكيفهم مع هذه المستجدات.

٣-٧. التغيرات الأسرية:

من أهم مظاهر التغيرات الأسرية ما يلي:

- ظهور الأسرة الزوجية الصغيرة المستقلة، وضعف العلاقات بين أفرادها، وأصبح الأولاد يتزوجون ويتركون الأسرة ويستقلون، ويعيش الوالدان وحيداً، وحتى الزيارات أصبحت قليلة وربما اقتصر على المناسبات والأعياد.

- ظهور مشكلات أسرية مثل مشكلة السكن، ومشكلات الزواج ومشكلات تنظيم الأسرة ومشكلات الشيخوخة.

- خروج المرأة إلى العمل لتدعيم الأسرة اقتصاديا مما أدى إلى تغيير العلاقات مع الزوج والأولاد وفي المجتمع بصفة عامة وأدى إلى ظهور مشكلات من نوع جديد.

- ظهور مشكلات جديدة مثل تأخر الزواج أو الامتناع عن الزواج أو العنوسة وحالات الأم غير المتزوجة والأب غير المتزوج....إلخ.

٤-٧. التغيرات الاجتماعية:

طرأت على المجتمعات بصورة عامة تغيرات سريعة شملت بعض العادات والتقاليد والمعايير الاجتماعية للسلوك، ووسائل الضبط الاجتماعي، وكذلك التغير في بعض القيم وما ينشأ عنه من صراع قيمي ... وصاحب ذلك التغير تقدم سريع في وسائل الاتصال بين الشعوب، وما تحمله من أنماط وعناصر ثقافية مختلفة، وأحيانا متناقضة، كل ذلك أسهم في زيادة القلق والتوتر لدى الأفراد، وجعلهم بحاجة للخدمات الإرشادية أكثر من أي وقت مضى.

٥-٧. التقدم العلمي والتكنولوجي:

ومن أهم معالمه ما يلي:

- زيادة المخترعات الجديدة، واكتشاف الذرة واستخدامها في الأغراض السلمية.

- سيادة الميكنة والضببط الآلي(السيبرنتيك) (Cybernetics) في مجال العلم والعمل والإنتاج.

- تغير الاتجاهات والقيم والأخلاقيات وأسلوب الحياة.

- تغير النظام التربوي والكيان الاقتصادي والمهني.

- زيادة الحاجة إلى إعداد صفوة ممتازة من العلماء لضمان التقدم العلمي والتكنولوجي وتقدم الأمم.

- زيادة التطلع إلى المستقبل والتخطيط له وظهور علم المستقبل .Futurologie

٨- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي:

المفاهيم الخاطئة	المفاهيم الصحيحة
١- الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى المرضى أصحاب المشكلات فحسب.	١- الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى العاديين وإلى أقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.
٢- الإرشاد النفسي مرادف للعلاج النفسي.	٢- الإرشاد النفسي ليس مرادفا للعلاج النفسي ولكن يشترك معه في كثير من العناصر والفرق بينهما في الدرجة وليس في النوع وفرق في العمل وليس في العملية.
٣- الإرشاد النفسي يقتصر على الجوانب الانفعالية للعمل فحسب.	٣- الإرشاد النفسي ليس قاصرا على المشكلات الشخصية للعمل، ولكن يتناول جميع مجالات الشخصية ككل (جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا).
٤- الإرشاد النفسي يقتصر على المشكلات الشخصية للعمل فحسب.	٤- الإرشاد النفسي ليس قاصرا على المشكلات الشخصية للعمل ولكن يتناول جميع مجالات حياته (شخصية، تربوية، أسرية، مهنية).
٥- الإرشاد النفسي يتضمن تقديم نصائح وخطط جاهزة للعمل.	٥- الإرشاد النفسي يتضمن مساعدة الفرد في أن يفهم نفسه ويحقق ذاته في ضوء فرص الحياة الواقعية المتاحة أمامه.
٦- الإرشاد النفسي خدمة يقوم بها المرشد ويقدمها للعميل.	٦- الإرشاد النفسي عملية يشجع فيها المرشد العميل ويوقظ عنده الدافع والقدرة على أن يعمل شيئا لنفسه بنفسه.
٧- الإرشاد خدمات أو عملية يقدمها أو يقوم بها أخصائي واحد.	٧- الإرشاد النفسي خدمات وعملية يقدمها ويقوم بها فريق من الأخصائيين في مجال التربية وعلم النفس والاجتماع وغيرهم.
٨- الإرشاد النفسي خدمات تضاف إلى نشاط المؤسسة التي يقدم فيها (مثل المدرسة)، أي ليست أساسية.	٨- الإرشاد النفسي يجب أن يكون جزء لا يتجزأ من البرنامج العام للمؤسسة التي يقدم فيها.
٩- الإرشاد النفسي خدمات أو عملية لا بد أن تتم في مركز إرشاد أو في عيادة	٩- الإرشاد النفسي يقدم في أي مكان مناسب ويضمن نجاحه سواء كان مركز

نفسية.	إرشاد أو عيادة نفسية أو مدرسة...
١٠- الإرشاد النفسي يمكن أن يقوم به شبه الأخصائيين.	١٠- الإرشاد النفسي تخصص لابد أن يقوم به الأخصائيون المؤهلون علميا وعمليا.



المحاضرة الثانية أسس الإرشاد النفسي والتربوي

- ١- الأسس العامة.
- ٢- الأسس النفسية والتربوية.
- ٣- الأسس الأخلاقية.
- ٤- الأسس الإجتماعية.
- ٥- الأسس العصبية والفسولوجية.



أسس الإرشاد النفسي والتربوي

أن أسس الإرشاد هي بمثابة المرتكزات والمسلمات وفلسفة العمل الإرشادي التي يجب أن يتخذ منها العاملون في هذا المجال منهجا يستخدمونه أثناء الممارسة اليومية لعملهم لتحقيق أهداف الإرشاد، ذلك أن عدم الوعي بهذه الأسس من قبل المرشد المدرسي والمهني قد يؤدي إلى غياب الإطار المرجعي للعمل الإرشادي بأكمله، وتتعدد أسس التوجيه والإرشاد النفسي التي تستمد مكانتها من طبيعة الإنسان وخصائص سلوكه واجتماعيته، ومن أهم الأسس التي يقوم عليها الإرشاد، مايلي:

١- الأسس العامة:

- الثبات النسبي للسلوك الإنساني وإمكان التنبؤ به: فالسلوك الإنساني مكتسب متعلم في معظمه وذلك من خلال التشئة الاجتماعية ومن خلال التربية والتعليم، ويكتسب السلوك صفة الثبات النسبي الذي يمكن التنبؤ به، ويسعى المعالج إلى تعديل سلوك مرضاه بعد أن يكون درس أوضاعهم واستنتج أسلوب حياتهم ومشكلاتهم وأحاط بمعايير النمو في الشخصية العادية لديهم.

- مرونة السلوك الإنساني: المرونة لا تقتصر على السلوك الظاهر الذي يمكن ملاحظته فحسب، بل يتعدى ذلك ليتضمن التنظيم الأساسي لشخصية الفرد ومفهوم الذات، مما يؤثر في سلوكه.

- السلوك الإنساني فردي- جماعي: السلوك الإنساني سلوك فردي واجتماعي معا، مهما بدا فرديا بحتا أو اجتماعيا خالصا، وعندما يكون الفرد وحده يبدو فيه تأثير الجماعة، وسلوكه وهو مع الجماعة تبدو فيه آثار شخصيته وفرديته.

- الاستعداد للتوجيه والإرشاد: إن لدى كل واحد منا استعداد للتوجيه والإرشاد استنادا إلى وجود حاجة أساسية لدينا وهي حاجتنا للتوجيه والإرشاد لمواجهة المشكلات التي نواجهها.
- حق الفرد في التوجيه والإرشاد: التوجيه والإرشاد يعتبران حاجة نفسية هامة لدى الفرد، ومن مطالب النمو السوي للأشخاص إشباع حاجاتهم هذه، مع كل مستويات الأفراد العاديين وغير العاديين، الذين يواجهون مشكلات محددة والمتفوقون في حياتهم أيضا.
- حق الفرد في تقرير مصيره: يعتبر حق الفرد في تقرير مصيره بنفسه من المبادئ الهامة في التوجيه والإرشاد، وهو أمر يتطلب الاعتراف بقيمة الفرد وحقه في الاختيار من بين البدائل الهامة المتوافرة لديه.
- تقبل الطالب المسترشد: إن أحد مبادئ الإرشاد قائمة على تقبل المرشد للطالب المسترشد كما هو دون شروط، والمرشد لا يحقق مع المسترشد ولا يصدر أحكاما فيما يتصل بسلوك طلبته بل عليه أن يكون صبورا واسع الصدر يشعر الطالب المسترشد بالطمأنينة والتفهم.
- عملية التوجيه والإرشاد مستمرة طوال الحياة: عملية التوجيه والإرشاد غير محددة بمراحل وإنما تبدأ في الأسرة قبل دخول الطفل مدرسته، وتستمر على مقاعد الدراسة وفي الجامعة وفي المعمل، فهي مستمرة متتابعة من الطفولة إلى الكهولة.

٢- الأسس النفسية والتربوية:

هناك العديد من الأسس النفسية التي تعتمد عليها عملية الإرشاد، أبرزها مراعاة مطالب النمو وإشباع حاجات الأفراد في كل مرحلة من مراحل نموهم، فمطالب النمو في الطفولة تختلف عن مطالب النمو في المراهقة ... كما أن مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد أهميتها في هذا المجال، ذلك أن كل شخص يدرك ذاته بطريقة تختلف عن إدراك الآخرين لها، كما أن عملية الإرشاد ليست واحدة لكلا الجنسين، إذ أن هناك فروقا جسمية وفسولوجية واجتماعية ونفسية بين كل من الذكور

والإناث، وقد تعود هذه الفروقات إلى عوامل بيولوجية أصلا وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية التي تبرز هذه الفروق أو تقلل من شأنها، ولذلك فإن ما ينطبق على الذكور في عملية الإرشاد لا ينطبق على الإناث، فالفروق لها أهميتها في ميدان الإرشاد التربوي المهني والاجتماعي، وعلى المرشد تنمية الثقة الكاملة بينه وبين الطالب المسترشد وتعزيز شعوره بالأمن والطمأنينة والتعامل معه بحيادية تامة.

ومن الناحية التربوية، فإن الإرشاد عملية مساندة لعملية التعليم والتعلم، وأن عملية الإرشاد تعطي للعملية التربوية دفعا لتجعلها أكثر فاعلية، لأن من شروط عملية التعلم الجيد أن تهتم بعملية التوجيه والإرشاد، كما أن عملية الإرشاد يمكن أن يستفاد منها في تطوير المناهج وطرق التدريس عن طريق التأكيد على التكيف الفردي والاجتماعي للطلاب.

٣- الأسس الأخلاقية:

قدمت جمعية علم النفس الأمريكية (APA) مجموعة من الأسس والمبادئ الأخلاقية التي يجب الالتزام بها أثناء ممارسة عملية التوجيه والإرشاد، ومن أهم هذه الأسس:

- كفاية المرشد العلمية والمهنية: لابد على المرشد النفسي الذي يمارس عمله أن يكون مؤهلا تأهيلا علميا وعمليا بالشكل الكافي، كما يجب على المرشد أن يكون حريصا على التزود المستمر بالمعلومات الجديدة، والدراسات والبحوث في ميدان التوجيه والإرشاد، حتى يتمكن من تطوير قدراته المعرفية والمهارية ... والاشتراك في الدورات التدريبية ليتمكن من رفع مستوى كفايته المهنية والاضطلاع بعمله على أكمل وجه.

- الترخيص: وهو إثبات أن من يمارس هذه المهنة هو مؤهل علميا وعمليا، ويجوز له ممارسة هذا العمل، وهذا الترخيص يمنح من قبل

الجهات العلمية - الرسمية، لأن المرشد النفسي غير المؤهل قد يسبب للمسترشدين مشكلات وتدهورا في بعض حالات من يتعامل معهم.

- المحافظة على سرية المعلومات: فالمرشد مسؤول مسؤولية تامة عن المحافظة على أسرار المسترشد، وليس له الحق في تسجيلها أو البوح بها لأي جهة كانت إلا بموافقة المسترشد، وأن سرية المعلومات من مكارم الأخلاق.

- العلاقة المهنية بين المرشد والمسترشد: لا بد أن تكون العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد علاقة مهنية محددة، دون أن تتطور هذه العلاقة إلى أي نوع آخر من العلاقات المادية أو المصلحية.

- العمل كفريق (مؤتمر الحالة): تتطلب عملية الإرشاد أحيانا فريق متكامل من المختصين كالمرشد النفسي والأخصائي الاجتماعي والطبيب النفسي ومعلم الفصل وولي الأمر ليتم تقديم الخدمات اللازمة للمسترشد من الجوانب جميعها.

- إحالة المسترشد: يجب على المرشد إحالة المسترشد إلى متخصص آخر إذا تطلب الأمر ذلك، وبخاصة إذا كانت الحالة لا تقع ضمن حدود اختصاصه، أو تحتاج إلى الاستعانة بمختص آخر، وذلك حفاظا على مصلحة المسترشد وكرامة المرشد.

٤- الأسس الإجتماعية:

تؤثر ثقافة المجتمع في أفرادها لأن أي شخص ينظر لجماعته المرجعية وثقافة مجتمعه على أنها هي الأصح من بين كل الثقافات، وعلى المرشد أن يراعي ذلك لكي يتمكن من فهم مسترشده وفهم دوافع سلوكه، ويهتم هذا الجانب بالنمو والتنشئة الإجتماعية السليمة للطالب وعلاقته بالمجتمع، ومساعدته على تحقيق التوافق مع نفسه ومع الآخرين في الأسرة والمدرسة والبيئة الإجتماعية.

أن الشخص الحسن التكيف هو الشخص الذي ينعم بالكفاية والسعادة في بيئة سليمة بدرجة معقولة، ولا ينبغي أن تتوافر للفرد بيئة

تمكنه من إشباع حاجاته الأساسية بصورة مرضية فحسب، وأن يكون في وسعه أن يدبر شؤون حياته بحيث لا يحول إشباع إحدى حاجاته دون إشباع حاجة أخرى فقط، بل ولا بد له أيضا من أن يشبع حاجاته بصورة تكفل الحيلولة دون تعطيل إشباع الحاجات المشروعة للآخرين، أو باختصار أن الشخص الحسن التكيف هو الذي تتكامل حاجاته وإشباعها مع الإحساس الاجتماعي وتقبل المسؤولية الاجتماعية.

٥- الأسس العصبية والفسيولوجية:

الجهاز العصبي هو الجهاز الحيوي الرئيسي المسؤول الذي يسيطر على أجهزة الجسم الأخرى، من خلال الرسائل العصبية الخاصة التي تنتقل له والإحساسات المختلفة الداخلية والخارجية ويستجيب له بإصدار تعليماته إلى أعضاء الجسم مما يؤدي إلى تكيف نشاط الجسم ومواءمته لوظائفه المختلفة بانتظام وتكامل، فإذا كان هناك ما يهدد الفرد بخطر خارجي نقلت الأعصاب الحسية هذا التهديد على شكل إشارات عصبية إلى المخ، ليعطي أوامره إلى الجسم وبواسطة إشارة عصبية أخرى تنقل أعصاب حركية فيبتعد أو يهرب من مكان الخطر، وينقسم الجهاز العصبي إلى قسمين:

- الجهاز العصبي المركزي: ويتحكم هذا الجهاز في السلوك الإرادي للإنسان.

- الجهاز العصبي الذاتي (التلقائي): وهذا الجهاز مسئول عن السلوك اللاإرادي للإنسان، وهو يعمل تلقائيا أو ذاتيا وبشكل لا شعوري ولا إرادي.

وعليه فالمرشد يجب أن يعرف إلى جانب معرفته السيكولوجية عن الفرد شيئا عن الجسم من حيث تكوينه ووظيفته وعلاقتها بالسلوك بشكل عام، وما دام المرشد يعمل على تغيير وتعديل سلوك العميل، وبذلك فإن عملية الإرشاد تتضمن تعلمًا، والتعلم يعتمد على المخ وبقية الجهاز العصبي، والذي له علاقة بأجهزة الجسم والاضطرابات الجسمية والنفسية بشكل كبير، وهو ما يجب على المرشد النفسي أن يكون ملما به ليتمكن من ممارسة عمله الإرشادي.



المحاضرة الثالثة أهداف ومناهج الإرشاد النفسي والتربوي

- ١- أهداف الإرشاد النفسي.
- ١-١- تحقيق الصحة النفسية.
- ١-٢- تحقيق الذات.
- ١-٣- تحقيق التوافق النفسي.
- ١-٤- تحقيق التكيف.
- ١-٥- تحسين العملية التعليمية التعلمية.
- ٢- مناهج الإرشاد النفسي.
- ٢-١- المنهج الإنمائي.
- ٢-٢- المنهج الوقائي.
- ٢-٣- المنهج العلاجي.



أهداف الإرشاد النفسي والتربوي

يعرف العلم بموضوعه ومنهجه، وبأهدافه يعرف كذلك، ذلك أنه لا يمكن الإقرار بعلمية أي علم من العلوم التقنية والإنسانية غير واضح الأهداف والنهايات، وأنه ثمة تكامل بين أهداف الإرشاد التربوي مع أهداف الإرشاد النفسي بصفة عامة، ومع أهداف العملية التعليمية التعلمية بصفة خاصة، وأن أهم هدف للإرشاد التربوي هو العناية بالمتعلم من جميع جوانب شخصيته وتوجيهه دراسيا لاختيار نوع الدراسة أو التخصص بما يشبع حاجاته ورغباته وقابليته للتطور، ويمكن تلخيص أهداف الإرشاد التربوي فيما يلي:

١- أهداف الإرشاد النفسي:

١-١- تحقيق الصحة النفسية:

أن الصحة النفسية هي التعبير الكامل والحر عن كل طاقاتنا الموروثة والمكتسبة، وهي تعمل بتناسق فيما بينها في اتجاهها نحو هدف أو غاية للشخصية من حيث هي كل.

ذلك أن الفرد كثيرا ما يواجه مشكلات وصعوبات وفترات حرجة خلال مراحل حياته المختلفة وهذه المشكلات والصعوبات تبعث في نفسه القلق، والإرشاد النفسي يرمي إلى تبصير الفرد بالمشكلات التي يواجهها والإمكانات المتوافرة لحلها، وهذا يساعد الفرد على إيجاد الحل الملئ الذي يخفف من التوتر والقلق ويساعد الفرد على التمتع بالصحة النفسية.

١-٢- تحقيق الذات:

من أهم المفاهيم التي جاء بها أبراهام ماسلو ذلك المفهوم الذي سماه تحقيق الذات (self-actualization) والذي يعنى استخدام إمكانياتنا حتى أقصى درجة، فإذا أقنعنا طلبتنا أن بإمكانهم تحقيق قدراتهم معنى ذلك أنهم يسировون باتجاه تحقيق الذات، ذلك أن مفهوم تحقيق الذات هو

مفهوم نمائي، حيث يتحرك الطلبة نحو هذا الهدف إذا أشبعوا حاجاتهم الأساسية، هذا وقد تحدث ماسلو عن خمسة حاجات أساسية رتبها هرميا، وهذه الحاجات هي: الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن، وحاجات الحب والانتماء، وحاجات تقدير الذات، وحاجات تحقيق الذات.

إن هدف المرشد هو العمل مع الفرد لتحقيق ذاته سواء كان هذا الفرد عاديا أو متفوقا أو ضعيف أو متأخرا دراسيا أو ناجحا، ومساعدته في تحقيق ذاته إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عما ينظر إليه، إن للفرد دافع أساسي يوجه سلوكه وهو دافع تحقيق الذات، ونتيجة لوجود هذا الدافع فإن الفرد لديه استعداد دائم لتنمية معرفة ذاته، وفهم وتحليل نفسه وفهم استعداداته وإمكاناته حتى يقيم نفسه وبالتالي يوجه ذاته ويوجه حياته بنفسه بذكاء وبصيرة وكفاية في حدود المعايير الاجتماعية لتحقيق هذه الأهداف.

٣-١- تحقيق التوافق النفسي:

من أهم أهداف الإرشاد تحقيق التوافق (Adjustment) أي تناول السلوك والبيئة والطبيعة والحالة الاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة ومن أهم مجالات تحقيق التوافق (تحقيق التوافق الشخصي، وتحقيق التوافق النفسي، وتحقيق التوافق المهني، وتحقيق التوافق الاجتماعي).

٤-١- تحقيق التكيف: Adaptation

إن الفرد يسعى لتحقيق التكيف السوي في الجماعة التي يعيش فيها، ومن أشكال التكيف:

- التكيف الشخصي: أي تحقيق الرضا عن النفس وإشباع الدوافع والحاجات ومطالب النمو.

- التكيف التربوي: ويكون ذلك باختيار أنسب المواد الدراسية الملائمة لقدراته.

- التكيف الاجتماعي: ويكون ذلك بتحقيق الانسجام مع الآخرين والالتزام بالمعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي، والعمل لخير الجماعة.

٥-١- تحسين العملية التعليمية التعلمية:

ومع أنه يمكن حصر أهداف الإرشاد الطلابي في خمسة أهداف رئيسية هي تحقيق الذات، وتحقيق التوافق، وتحقيق التكيف، وتحقيق الصحة النفسية، وتحسين مستوى العملية التعليمية، إلا أنه يمكن تجزئة هذه الأهداف إلى أهداف أكثر دقة، فلقد قدمت الرابطة الأمريكية للإرشاد المدرسي: American School Counselor Association نموذج "المعايير الوطنية للإرشاد المدرسي" "National standards for school Counseling" وحددت هذه المعايير ثلاث مجالات يجب أن يحتويها أي برنامج إرشادي (Counseling program) وأن هذه المجالات الثلاثة هي: الأكاديمي، النمو الشخصي والاجتماعي.

وفي ضوء الخصائص النمائية للمتعلمين ومطالب نموهم، وفي ضوء المعايير الثلاثة السابقة تسعى برامج الإرشاد لتحقيق الأهداف التالية:

- ١- تحقيق الاستقلال الوجداني والاجتماعي عن الوالدين والكبار، ومساعدة المتعلمين على تحقيق ذلك.
- ٢- اكتساب المهارات الحياتية اللازمة للتعايش مع مواقف الحياة والتصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة.
- ٣- تقبل التغيرات الجسمية والجنسية على أنها مظاهر طبيعية للنمو، ومساعدته على فهم الكثير من الحقائق الجنسية في هذه المرحلة.

- ٤- تطوير قدرة المتعلمين على التخطيط لمستقبل تعليمي أو مهني وفق طموحاته وقدراته وميوله، وإكسابه مهارات استقصاء عالم العمل في علاقته بمعرفة الذات وطموحها.
- ٥- تطوير كفاياته ومهاراته اللازمة لحل مشكلاته والتعامل مع قدراته واتخاذ القرارات المتعلقة بحياته المهنية والتعليمية.
- ٦- تنمية مهارات التواصل مع الآخرين وبناء اتجاهات ايجابية عن المؤسسات الاجتماعية المختلفة.
- ٧- مساعدة المتعلم على بناء الهوية الذاتية، وتحديد أهدافه ورسم طموحاته وتبني أدوار اجتماعية تمنحه إحساسا بالوجود المستقل المتفرد.
- ٨- مساعدة المتعلم في بناء منظومة قيمية تجسد هويتنا وتحفظ لنا وجودا متميزا فاعلا على الساحة العالمية وتمكننا من التعاطي مع متطلبات القرن الحادي والعشرين.
- ٩- اكتساب مهارات فهم الذات واحترامها وقبولها، وتحقيقها من خلال إنجازات شخصية في مجالات مختلفة.
- ١٠- تنمية قدرة المتعلم على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بشكل أكثر اتزاناً ، وتقبل النقد والاختلاف مع الآخرين.
- ١١- تمكين المتعلم من التعامل مع متغيرات هذا العصر وتحدياته وضغوطاته ومن القدرة على الانتقاء من بين ما تموج به حضارة العصر من متناقضات، مما يعزز قدرتنا على الاحتفاظ بهويتنا، ومواجهة التحديات التي تواجهنا.
- وقد أضاف جملة من الأهداف الخاصة يسعى لتحقيقها الأخصائي النفسي المدرسي داخل المدرسة لخدمة المتعلم وهذه الأهداف هي كالتالي:

١٣- تقليص الاضطرابات الانفعالية والسلوكية والتعليمية.

١٤- علاج المشكلات قبل وقوعها.

١٥- إصلاح الطلاب المضطربين نفسيا ومعالجتهم كي يصبحوا لبنة صالحة في المجتمع.

١٦- تعزيز تكيف الطلاب وتطورهم.

١٧- تصنيف الطلاب.

١٨- زيادة المعارف وتطوير المهارات.

١٩- ربط المدرسة بالبيت لمعرفة التغيرات الطارئة على الطالب.

٢٠- تقويم تطور القدرة العقلية والاجتماعية والانفعالية لدى الأطفال وتفسيرها.

٢١- تشخيص المشكلات الشخصية والتربوية ووضع البرامج العلاجية لها.

٢٢- إيجاد بعض الحلول بطريقة علمية للمشكلات التي يواجهها التلاميذ في المدرسة.

وبناء على ذلك يمكن تحويل هذه الأهداف العامة والخاصة إلى أهداف إجرائية يسعى المرشد المدرسي لتحقيقها، وهي **على النحو التالي:**

١- يسعى المرشد الطلابي إلى إرشاد المتعلمين من خلال عدد من البرامج والخدمات الإرشادية الهادفة إلى تطوير مهارات الاعتماد على النفس وأداء المهام التي تتناسب مع إمكاناتهم وقدراتهم وكيفية اتخاذ القرارات وحل المشكلات الشخصية التي تتطلبها بعض المواقف الحياتية.

٢- يساعد المرشد الطلابي المتعلمين على الإلمام بأساليب ومهارات كيفية التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم واختيار الأساليب المناسبة لظروف وخصوصية ثقافة مجتمعاتهم وذلك كجزء من تأكيد ذاتهم والرفع من مستوى المفهوم الذاتي.

٣- يساعد المرشد الطلابي المتعلمين على تحقيق التوافق الشخصي والتكيف الاجتماعي مع المتغيرات والتحولات المتلاحقة والسريعة في أنساق وقيم المؤسسات المجتمعية.

٤- يقوم المرشد الطلابي بتوعية المدرسين والإداريين بأهمية الجوانب النفسية في شخصيات الطلبة وأهمية مراعاة ذلك عند اتخاذ القرارات والإجراءات سواء التعليمية أو الإدارية.

٥- يسهم المرشد الطلابي مع العاملين في المدرسة ويشاركهم في تصميم البرامج وتشكيل اللجان وتنظيم الخدمات التي تخدم حاجات الطلبة وشئونهم.

٦- يقوم المرشد الطلابي بتقويم الطلبة من النواحي النفسية والشخصية والاجتماعية والصحية والأكاديمية من أجل أن يتمتعوا بمستوى مناسب من الصحة النفسية.

٧- يعمل المرشد الطلابي على فتح قنوات الاتصال الإيجابي المستمر مع المؤسسات المجتمعية كالأ أسرة والحي والجامعة ودائرة العمل والمصنع والمستشفى وغيرها وذلك من أجل استثمار ما لديهم من إمكانيات وفرص لتحقيق رغبات وحاجات الطلبة الآنية والمستقبلية.

٨- يشجع المرشد الطلابي على المشاركة في الأنشطة غير الصفية خارج المدرسة كأسابيع التوعية والتثقيف وما يماثلها من حملات وفعاليات وذلك من أجل تنمية روح العمل الجامعي والتعاوني والخيري وزيادة مستوى الحس الوطني وغير ذلك من القيم النبيلة.

٩- يساهم المرشد الطلابي في تصنيف الطلبة وتوزيعهم في شعب ومجموعات وفصول بناء على محكات ومعايير موضوعية تخدم مقاصد وأغراض العملية التعليمية.

١٠- يساعد المرشد الطلابي الطلبة وأولياء أمورهم على فهم مسؤولياتهم وكيفية التعامل مع مختلف المراحل العمرية والتعليمية وفق أساليب وطرق مناسبة.

١١- يساعد المرشد الطلابي الطلبة في تحديد المسارات التعليمية باختيار التخصصات التي تتناسب مع إمكانياتهم وميولهم وظروف مجتمعهم ومستقبلهم المهني.

٢- مناهج الإرشاد النفسي:

أن هناك ثلاث مناهج رئيسية لتحقيق أهداف الإرشاد النفسي، وهذه المناهج هي: المنهج الإنمائي والوقائي والعلاجي، وفيما يلي عرض لهذا المنهج:

١-٢. المنهج الإنمائي:

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.

٢-٢. المنهج الوقائي:

ويطلق عليه التحصين النفسي ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض، وهي الطريقة التي يسلكها الشخص كي يتجنب الوقوع في مشكلة ما، ويهدف إلى منع حدوث المشكلات أو الاضطرابات

ومعرفتها إذا حدثت والتخفيف من أثارها بعد ذلك ويمكن أن يتحقق ذلك عن طريق:

- التوعية التي يجب نشرها بين الطلاب عن طريق النشرات والندوات والمحاضرات والملصقات والإذاعة المدرسية التي تهدف إلى التعريف بأسباب المشكلة أو الاضطراب وأهم الوسائل لتجنبها.
- العمل على اكتشاف السلوكيات والمشكل في وقت مبكر.

٣-٢. المنهج العيادي:

ويتضمن مجموعة من الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الشخص لعلاج مشكلاته والعودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية، ويهتم هذا المنهج باستخدام الأساليب والطرق والنظريات العلمية المتخصصة في التعامل مع المشكلات من حيث تشخيصها ودراسة أسبابها، وطرق علاجها، والتي يقوم بها مختصون في مجال التوجيه والإرشاد، ويهدف إلى مساعدة الطالب إلى العودة إلى حالة التوافق ويمكن أن يتم ذلك عن طريق دراسة الحالة.

ويلاحظ أن المنهج العلاجي هو أكثر المناهج الثلاث تكلفة في الوقت والجهد والمال، كذلك فإن نسبة نجاح الإستراتيجية العلاجية لا تكون ١٠٠ % ، وقد يفلت الزمام من يد المرشد أو المعالج إذا ما بدأ العلاج بعد فوات الأوان.



المحاضرة الرابعة وسائل جمع المعلومات في الإرشاد النفسي

- ١- المقابلة.
- ٢- الملاحظة.
- ٣- دراسة الحالة.
- ٤- الاستبيان.
- ٥- مؤتمر الحالة.
- ٦- الاختبارات والمقاييس النفسية.



وسائل جمع المعلومات في الإرشاد النفسي والتربوي

تتعدد طرق وأساليب جمع المعلومات والبيانات في التوجيه والإرشاد النفسي التي يستخدمها المرشد بعناية لتحقيق أغراض الإرشاد، بموافقة من المسترشد كما هو الحال في الإرشاد غير الموجه عند روجرز، أو غير ذلك كما هو الحال في الإرشاد الموجه عند وليامسون، وبين هذا وذاك فجميع الاختبارات والمقاييس (Tools & Scales)، المفعلة في الإرشاد ما هي إلا مقابلات إرشادية مقننة، وأن الفائدة من استخدامها في الفعل الإرشادي هي مساعدة المرشد لغرض التشخيص والعلاج والتنبؤ والتقويم ... للمشكلات التي يعاني منها المسترشد بشكل دقيق ومحاولة حلها في وقت قصير نسبياً، وفيما يلي نتطرق إلى أهم هذه الوسائل المستخدمة في ميدان التوجيه والإرشاد النفسي:

١- المقابلة الإرشادية: (Interview)

١- تعريف المقابلة:

المقابلة هي: قلب الإرشاد النفسي، حيث تشمل على عدد من الفنيات التي تسهم في نجاحه، وقد ميزت ملامحها الأساسية بقولها أن المقابلة الإرشادية: عبارة عن علاقة مواجهة دينامية وجها لوجه بين المسترشد الذي يسعى في طلب المساعدة لتنمية استبصاراته التي تحقق ذاته، وبين المرشد النفسي القادر على تقديم هذه المساعدة خلال فترة زمنية معينة وفي مكان محدد.

وتعرف المقابلة بأنها: علاقة اجتماعية مهنية دينامية وجها لوجه بين المرشد والعميل في جو آمن يسوده الثقة المتبادلة بين الطرفين بهدف جمع المعلومات من أجل حل مشكلة، أي أنها علاقة فنية حساسة يتم فيها تفاعل اجتماعي هادف، وتبادل معلومات وخبرات ومشاعر

واتجاهات ويتم خلالها التساؤل عن كل شيء، وهي محادثة عادية، بل هي نشاط مهني هادف.

أن الاختبارات ليست في حقيقتها سوى مقابلة مقننة، وأن ليس هناك بديل للمقابلة في الخدمات النفسية فهي المحور الأساسي فيها.

٢- أهمية المقابلة: تبرز أهمية المقابلة الإرشادية في ما يلي:

- تعتبر عملية تتيح الفرصة للمستجيب للتعبير الحر عن الآراء والأفكار والمعلومات.

- تتحول من أداة اتصال ووسيلة التقاء إلى تجربة عملية، خاصة فيما يتعلق منها بميدان الإرشاد بين الأخصائيين النفسيين والآباء.

- مصدر كبير للبيانات والمعلومات فضلا عن كونها أداة للتبصير والتوعية والتفاعل الديناميكي.

- تختلف أهداف المقابلة باختلاف الغاية التي تستهدف المقابلة إلى تحقيقها في نهاية المطاف.

٣- أنواع المقابلة الإرشادية:

تتنوع المقابلة الإرشادية بحسب عدد المفحوصين إلى مقابلة فردية وجماعية، كما تقسم أيضا من حيث الغرض من إجرائها إلى مقابلة استطلاعية ومقابلة تشخيصية عيادية، كما يمكن تقسيمها أيضا من حيث طبيعة الأسئلة ودرجة الحرية التي تمنح للمسترشدين إلى مقابلة غير موجهة نصف موجهة وموجهة، والتي نكتفي بها في هذا المقام، ويمكن تحديد أنواعها، كما يلي:

٣-١. المقابلة غير الموجهة:

لا يتدخل الإكلينيكي ولا يوجه المفحوص أثناء الكلام، ويترك له المجال للتحدث بكل حرية، دون مقاطعته أو توجيه مسار حديثه، وهي الطريقة التي كان يطبقها خصوصا روجرز في أسلوبه العلاجي، انطلاقا من أن المفحوص أدرى بالمشاكل التي تؤرقه ويريد الحديث عنها.

٣-٢. المقابلة شبه الموجهة:

وهنا يعمل الإكلينيكي، على توجيه المفحوص في الوقت المناسب، وجعله دائم الصلة بالوقائع التي لها علاقة بموضوع الحوار، وفي الغالب، تقوم على عدم التدخل في الحوار، وترك المجال للمفحوص كي يعبر عن تجاربه الشخصية، من خلال توجيه الحديث للتركيز على مواضيع بعينها.

٣-٣. المقابلة الموجهة:

وتقوم على توجيه مجموعة من الأسئلة المحددة سلفاً، قصد الحصول على معلومات تفيد الفاحص في التشخيص. وعموماً يمكن توظيف هذه التوجهات الثلاثة في المقابلة العيادية وفق المقام الذي تجرى فيه المقابلة، إذ يمكن مثلاً في بداية المقابلة استعمال المقابلة الموجهة للحصول على المعلومات الخاصة بالمفحوص، ثم بعد ذلك توظيف المقابلة غير الموجهة لترك المجال للمفحوص للتعبير عن مشاعره بكل حرية، وأثناء بداية الحصص العلاجية الأولى يمكن للفاحص أن يتدخل في الحوار لمناقشة أفكار المفحوص ومعرفياته، ومحاولة رصد تناقضاته وأفكاره غير العقلانية ومعتقداته المشوهة، والعمل على تعديلها أو تليينها.

٤- ميزات وعيوب المقابلة:

أن للمقابلة محاسن كثيرة منها:

- أنها تتصف بالمرونة عند طرحها للأسئلة أو الفقرات.
- أنها أداة مناسبة للحصول على بيانات في عالم القيم والاتجاهات والآراء والمواقف الحرجة.
- أنها تساعد على خلق حوار ودي بين المفحوصين وبين الباحث.
- أنها تستخدم مع الأشخاص الذين لا يعرفون القراءة والكتابة.

- أنها تمكن الباحث من أخذ تصور واضح عن الشخص الذي ستأخذ منه البيانات وبذلك تساعد الباحث على تكوين بعض الأحكام عن مدى صحة الإجابات المعطاة عن الشخص المفحوص.

وبالرغم من أن المقابلة تعتبر الوسيلة الأولى في الإرشاد النفسي ولها مميزات الهامة، إلا أن لها بعض العيوب، منها:

- انخفاض معامل الصدق، وذلك لاختلاف الاستعدادات والقدرات والميول وتقدير المشاعر.

- انخفاض معامل الصدق، وذلك لاختلاف مشاعر العميل تجاه خبراته ومشكلاته من يوم لآخر.

- الذاتية في تفسير نتائج المقابلة، حيث قد يختلف المرشدون المختلفون في ذلك، وقد تختلف هذه النتائج مع الحقائق الموضوعية، وقد يخطئ المرشد في تقدير السمات أو يبالغ فيها حسب خبرته واتجاهاته، وقد يكون متحيزا عند تسجيل ملاحظاته أو عند تحليلها.

- عدم جدواها كثيرا في حالات الأطفال الصغار الذين يصعب عليهم التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم.

- تحتاج المقابلة لأشخاص لديهم خبرة وتدريب ومهارات على إجراء المقابلات، ودون ذلك فإن المعلومات التي يتم جمعها بطريقة المقابلة، قد تكون غير حقيقية، إما بتزييف من المستجيب، أو بتحيز من المقابل.

- يصعب مقابلة أعداد كبيرة من الأشخاص، فذلك يحتاج لوقت وجهد كبيرين.

- قد يعطي المجيب إجابات لا تعبر عن رأيه الحقيقي إذا كان خائفا أو خجولا، أو شاعرا بالذنب، أو محاولا الاحتفاظ بكرامته وشعوره.

٢- الملاحظة العلمية: (Observation)

١- تعريف الملاحظة:

الملاحظة عبارة عن وسيلة علمية منظمة تستخدم لتثبيت فرض ما أو نفيه حول ظاهرة سلوكية معينة، بحيث يكون التركيز على

متضمنات محددة فيها، وتهدف الملاحظة إلى اختبار الأداء السلوكي لفرد ما في موقف معين، ومدى علاقته بسلوكياته الأخرى في المواقف المتباينة، أو سلوكيات أشخاص آخرين تربطهم صلات اجتماعية، وذلك خلال فترة زمنية تختلف مدتها حسب طبيعة الظاهرة السلوكية المراد ملاحظتها، ويشترط أن تتم الملاحظة، بموضوعية ووضوح وتكامل.

تعرف الملاحظة بأنها الانتباه إلى ظاهرة أو حادثة أو شيء ما بهدف الكشف عن أسبابها وقوانينها، وتعرف أيضا بأنها المراقبة المقصودة لرصد ما يحدث وتسجيله كما هو.

كما تعرف بأنها: وسيلة دراسة عقلية يجريها الباحث في البيئة الطبيعية، وفي البيئة الاصطناعية، مستخدما فيها حاسة البصر، للحصول على بيانات ومعلومات، تحقق له غرض الدراسة التي يجريها.

٢- أهداف الملاحظة:

- تهدف الملاحظة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف، وهي:
- تسجيل الحقائق التي تثبت أو تخفي فروضا خاصة بالسلوك الملاحظ.
- تسجيل المتغيرات التي تحدث في السلوك الملاحظ نتيجة النمو.
- تحديد العوامل التي يحرك الملاحظ سلوكيا في مواقف وخبرات معينة.

- دراسة التفاعل الاجتماعي للفرد في مواقفه الطبيعية.

- تفسير السلوك الملاحظ.

٣- أنواع الملاحظة: (Types of Observation)

- (الملاحظة البسيطة - الملاحظة المنظمة - الملاحظة بالمشاركة - الملاحظة من غير مشاركة - الملاحظة الجماعية - الملاحظة الفردية - الملاحظة في الطبيعة - الملاحظة في المختبر - الملاحظة في العيادة).

٤- مزايا الملاحظة وعيوبها:

يذكر أن لاستعمال الملاحظة كأداة في جمع البيانات والمعلومات عدة مزايا، خاصة في دراسة الظواهر الاجتماعية، ودراسة تحليل المضمون والوثائق، وأهم مزاياها:

- ١- دقة المعلومات بسبب ملاحظة الظواهر في ظروفها الطبيعية.
- ٢- الملاحظة من أكثر وسائل جمع المعلومات فائدة للتعرف على الظاهرة أو الحادثة.
- ٣- دقة التسجيل بسبب إجراءه أثناء فترة الملاحظة.
- ٤- أسلوب الملاحظة الأسلوب الأكثر أهمية في حال عدم التمكن من استخدام أسلوب المراقبة والاستبيان لجمع المعلومات.
- ٥- يمكن إجراء الملاحظة على عدد قليل من المفحوصين.
- ٦- تمكّنك كأخصائي نفسي من جمع بيانات تحت ظروف سلوكية مألوفة.
- ٧- تمكّنك كأخصائي نفسي من جمع حقائق عن السلوك في وقت حدوثه.
- ٨- لا تعتمد كثيراً على الاستنتاجات.

أما عيوب الملاحظة فهي:

- ١- يغير الملاحظون من سلوكهم إذا شعروا بإجراء الملاحظة.
- ٢- قد تستغرق الملاحظة وقتاً طويلاً وجهداً وتكلفة مرتفعة من الباحث.
- ٣- تدخل الذاتية ورجوع الملاحظ في ملاحظته إلى إطاره المرجعي الشخصي وإلى خبراته الشخصية.
- ٤- لكي تتم ملاحظة السلوك في إطاره الطبيعي لا يخبر العميل بذلك مسبقاً، وقد يتعارض هذا مع مبدأ رئيسي من أخلاقيات الإرشاد النفسي وهو تعريف العميل بل واستئذانه في ذلك.

٣- دراسة الحالة: (Case Study).

١- تعريف دراسة الحالة:

تعرف دراسة الحالة بأنها: أسلوب منظم لجمع المعلومات عن المسترشد في ماضيه وحاضره والتي يتم الحصول عليها من خلال وسائل جمع المعلومات الأخرى كالملاحظة والمقابلة والاختبارات.. وغير ذلك من الوسائل، بهدف دراسة شخصية المسترشد من جوانبها كلها، وتحديد مشكلاته وتشخيصها ومعرفة أسبابها، والتوصل إلى القرار المناسب بشأنها.

أن دراسة الحالة هي المجال الذي يتيح للأخصائي جمع أكبر وأدق قدر من المعلومات حتى يتمكن من إصدار حكم قيم نحو المريض، وذلك من خلال المعلومات التي يحصل عليها من خلال المناقشة المباشرة مع المريض، والمتضمنة طبيعة المشكلة، وظروفها، ومشاعر صاحبها، واتجاهاته، ورغباته والخبرات المؤلمة التي تعرض لها، وتأتي المعلومات من الأسرة ورفاق العمل، والأساتذة بالمدرسة، وتساهم أيضا الاختبارات النفسية إذا ما استخدمت عند الضرورة بغية الكشف عن القدرات العقلية، والمهارات والميول المرضية، ويقدم الطبيب المعالج تفاصيل الحالة الصحية وإصابات الدماغ، ويضيف الأخصائي الاجتماعي معلومات جديدة عن تاريخ الحالة الاجتماعي، وظروف العائلة ومستواها الاجتماعي.

٢- أهمية دراسة الحالة:

يمكن تلخيص أهمية دراسة حالة المسترشد في الآتي:

- تعطي فكرة شاملة وواضحة عن المسترشد، بحيث تتيح فهم أفضل لحالته.

- تمكن المرشد النفسي من تلخيص المعلومات التي جمعها حول المسترشد وتكاملها.

- تساعد المرشد النفسي في تشخيص حالة المسترشد، ووضع إستراتيجية إرشادية مناسبة من أجل معالجتها.
- تساعد المرشد النفسي على وضع خطة مناسبة بشأن الخطوات التي يمكن إتباعها مع المسترشد.
- تستخدم لتدريب المرشدين المبتدئين، لأنها وسيلة سهلة وواضحة الخطوات.

٣- محتويات دراسة الحالة:

تشمل دراسة الحالة مجموعة من البيانات والمعلومات التي أسهمت في ظهور الحالة، وعليه فإن الإطار المرجعي العام لدراسة الحالة يجب أن يتضمن ما يأتي:

- ١- المعلومات والبيانات العامة: وتتضمن جميع معلومات المسترشد عن نفسه، والمعلومات المتعلقة بالمحيطين به كذلك.
 - ٢- المعلومات الشخصية: وتتضمن (الحالة الجسمية والصحية - معرفة نمط - معلومات عن الحالة العقلية والمعرفية والاجتماعية والنفسية - النمو).
 - ٣- الملخص العام: ويشمل خلاصة المعلومات المهمة ذات العلاقة بالحالة أو المشكلة.
 - ٤- التشخيص: وضع عدة افتراضات قابلة للفحص عن أسباب المشكلة.
 - ٥- التوصيات: وتشتمل على مقترحات للإرشاد، مثل العلاج السريع أو الطويل، أو التوصية بالإحالة.
 - ٦- المتابعة: للتأكد من مدى الفائدة من وراء الجهد الكبير الذي بذل لجمع المعلومات عن الحالة وتوظيفها لتحقيق أهداف العملية الإرشادية.
- ٤- عوامل نجاح دراسة الحالة:
- لكي تنجح دراسة الحالة، ولكي تكون ذات قيمة علمية، يجب مراعاة الشروط الآتية:

٤-١. التنظيم: ويشمل الوضوح والتسلسل، وذلك لكثرة المعلومات التي تشتمل عليها دراسة الحالة، وكثرة الأدوات التي تم بها جمع هذه المعلومات.

٤-٢. الدقة: تجمع المعلومات التي تشتمل عليها دراسة الحالة بطرق متنوعة وهذا يستلزم الدقة في التحري عن هذه المعلومات.

٤-٣. الاعتدال: أي التوسط بين التفصيل الممل وبين الاختصار في تجميع المعلومات.

٤-٤. الاهتمام بالتسجيل: وهذا مهم خاصة مع كثرة المعلومات.

٤-٥. الاقتصاد: إذ ينصح بإتباع أقصر الطرق لبلوغ الأهداف من دراسة الحالة مما يوفر الوقت والجهد.

٥. مزايا دراسة الحالة وعيوبها:

تتميز دراسة الحالة بما يلي:

- تساعد المرشد في فهم حالة المسترشد والتعرف إلى مشكلاته، وتحديد أسبابها وأعراضها وتاريخها وعمقها وارتباطها، مما يساعد في إيجاد الحلول المناسبة.

- تعطي صورة كلية شاملة وواضحة، عن جوانب شخصية المسترشد، لكونها تعتمد على عدة مصادر للحصول على المعلومات.

- تساعد المسترشد في عملية التبصر الذاتي، وتقدم له صورة واضحة عن نفسه، وذلك يساعد في تشخيص حالته.

- فيها فائدة علاجية، ذلك أن المقابلة التي هي إحدى مصادر المعلومات في دراسة الحالة، تتيح للمسترشد نوع من التنفيس الانفعالي.

- يمكن استخدامها لأغراض البحث العلمي وتدريب المرشدين النفسيين في بداية ممارستهم المهنية.

كما أن هناك بعض العيوب عند استخدام دراسة الحالة لجمع المعلومات، منها:

- يستغرق دراسة الحالة وقتاً طويلاً وجهداً كبيراً، قد يؤخر تقديم المساعدة للمسترشد في وقتها المناسب.
- قد يتحول هذا الكم الهائل من المعلومات التي تم تجميعها في دراسة الحالة إلى مجرد تكديس للمعلومات، إذا لم توظف بشكل سليم في العملية الإرشادية.
- وجود صعوبة في ضبط التناقضات في المعلومات والبيانات.

٤- الاستبيان: (Questionnaire)

١- تعريف الاستبيان:

يعرف الاستبيان بأنه أداة يستخدمها المشتغلون بالبحوث التربوية على نطاق واسع، للحصول على حقائق عن الظروف والأساليب القائمة بالفعل، وإجراء البحوث التي تتعلق بالاتجاهات والآراء، وقد يكون الاستفتاء في بعض الدراسات أو جوانب معينة منها الوسيلة العملية الوحيدة الميسرة، لتعريض المستفتين لمثيرات مختارة ومرتبطة بعناية، بقصد جمع البيانات اللازمة لإثبات صدق فرض أو نفيه.

ويعرف الاستبيان بأنه: قائمة من الأسئلة تعد بشكل جيد لمعرفة آراء ومعتقدات واتجاهات الآخرين نحو موضوع معين.

كما يعرف الاستبيان بأنه: أداة لفظية بسيطة ومباشرة تهدف إلى التعرف على ملامح خبرات المفحوصين واتجاهاتهم نحو موضوع معين ومن خلال توجيه أسئلة قريبة من التقنيين في الترتيب والصياغة وما شابه ذلك.

٢- الخصائص العامة للاستبيان:

هناك العديد من الخصائص التي يتميز به الاستبيان عن غيره من أدوات البحث الأخرى، وتجنباً للإسهاب نقتصر على ذكر الخصائص التالية على شكل نقاط:

- ١- من الخصائص أنه من الممكن أن يستفاد بالاستبيان إذا كان أفراد البحث منتشرين في أماكن متفرقة ويصعب الاتصال بهم شخصياً.

٢- الاستبيان قليل التكاليف والجهد والوقت إذا قورن بغيره من أدوات جمع المعلومات الأخرى.

٣- يعطي الاستبيان لأفراد العينة فرصة كافية للإجابة عن الأسئلة بدقة خاصة إذا كان نوع البيانات المطلوبة متعلقا بالأسرة فمن الممكن التشاور معا في تعبئة الإجابات الجماعية.

٤- يسمح الاستبيان للأفراد كتابة البيانات في الأوقات التي يرونها مناسبة لهم دون أن يقيّدوا بوقت معين يصل فيه الباحث لجمع البيانات.

٥- تتوفر للاستبيان ظروف التقنين أكثر مما تتوفر للأدوات جمع البيانات الأخرى وذلك نتيجة للتقنين في الألفاظ وترتيب الأسئلة وتسجيل الاستجابات.

٦- يساعد الاستبيان في الحصول على بيانات حساسة أو محرّجة، ففي كثير من الأحيان يخشى المستجيب إعلان رأيه أو التصريح به أمام الباحث كأن يدلي برأيه في حضور رئيس العمل أو يتحدث في نواح تتعلق بالحياة الزوجية، أما إذا أتيحت له الفرصة لإبداء رأيه في مثل هذه المسائل بطريقة لا تؤدي إلى التعرف عليه كما هو الحال في الاستبيان فإنه قد يدلي برأيه بصدق وصراحة.

٧- لا يحتاج الاستبيان إلى عدد كبير من جامعي البيانات نظرا لأن الإجابة عن أسئلة.

٨- الاستبيان أو عباراته لا يتطلب إلا المبحوث وحده دون الباحث.

٩- يمكن تطبيق الاستبيان على نطاق واسع أو على عينات كبيرة الحجم.

٣- اعتبارات مهمة عند تصميم الاستبيان:

- ضرورة اختيار المفردات المناسبة التي تؤكد على احترام شخصية المفحوص.

- عدم استخدام مصطلحات وألفاظ غير مفهومة أو كلمات عامية.

- البدء بالأسئلة غير المخرجة كي لا تثني المفحوص عن تعاونه في الإجابة على الاستبيان.

- تجنب صياغة فقرات الاستبيان:

- بصيغة توشي للمفحوص بأن الباحث يفضل إجابة معينة.

- أسئلة النفي.

- الألفاظ والمصطلحات والمفاهيم الغامضة.

- السؤال والعبارة التي تضم فكرتين في آن واحد.

- أن لا تكون العبارة قابلة للتأويل.

- إثارة انفعالات المفحوص.

- العبارة أو السؤال ذو الصيغة الطويلة.

- الوضوح والدقة والابتعاد عن العموميات عند صياغة العبارات.

- الابتعاد عن تضمين الاستبيان فقرات أو أسئلة كثيرة مما يؤدي إلى

إصابة المفحوص بالملل أو إهماله للاستبيان.

- أن لا تكون أسئلة الاستبيان ذات نمط واحد من حيث كلها سلبية أو

إيجابية، وإنما يجب أن يمزج بين الاثنين.

٤- مزايا وعيوب الاستبيان:

لاشك أن الاستبيان أداة رئيسية وهامة للعديد من الدراسات،

ويمكن تلخيص أهم المزايا بالآتي:

- توفير الكثير من الجهد والوقت في جمع البيانات، مع إمكانية تغطية

أماكن متباعدة في أقصر وقت ممكن.

- تعطي للمبحوث الحرية في اختيار الوقت المناسب لتعبئة الإستبانة،

وحرية التفكير، والرجوع إلى بعض المصادر التي يحتاجها.

- قد يقلل من التحيز سواء من قبل المبحوث، أو من قبل الباحث.

أما عن عيوب الاستبيان فهي:

- وجود أسئلة غير مجاب عليها من قبل المستجيبين لأسباب تتعلق بنوع

الأسئلة، أو أسباب شخصية تتعلق بالمبحوث.

- عدم فهم المستجيب لبعض الأسئلة، وبالتالي تكون إجاباته مختلفة أو مغايرة لقصد الباحث.
- عدم قدرة الباحث على معرفة بعض الأمور الانفعالية أو العاطفية من قبل المبحوث أثناء الإجابة.

٥- مؤتمر الحالة: (Case conference)

١- تعريف مؤتمر الحالة:

يعتبر مؤتمر دراسة الحالة من الوسائل المهمة لتنسيق المعلومات التي جمعت عن الطالب لتفسيرها، ويتيح مؤتمر دراسة الحالة الفرصة لتبادل الآراء والخبرات ومناقشة جميع الأمور المتعلقة بالحالة، إذ يشترك في هذا المؤتمر الأخصائيون على رأسهم المرشد الذي له الدور الأكبر والأهم في مؤتمر الحالة.

ويعرف مؤتمر الحالة بأنه: اجتماع مناقشة خاصة يضم كل أو بعض من يهتمهم أمر المسترشد ويكون بموافقة المسترشد نفسه. كما يعرف بأنه: اجتماع مناقشة خاص يضم فريق الإرشاد كله أو بعضه، ويضم كل أو بعض من يهتمهم أمر العميل، وكل أو بعض من لديه معلومات خاصة به، ومستعد للتطوع والحضور شخصيا للإدلاء بها والمشاركة في تفسيرها وفي إبداء بعض التوصيات، بموافقة العميل.

٢- أنواع مؤتمر الحالة:

توجد أنواع لمؤتمر الحالة، وهي:

- مؤتمر الحالة الواحدة: الذي يجتمع لمناقشة حالة مسترشد واحد.
- مؤتمر الحالات: الذي يجتمع لمناقشة حالة مجموعة من المسترشدين، كما في حالات المتأخرين دراسيا، أو المتسربين.
- مؤتمر الاختصاصيين: ويتشكل فقط من الاختصاصيين النفسيين، إما لدراسة حالة مسترشد واحد وإما لدراسة أكثر من حالة، ويتم في هذا

المؤتمر تبادل الآراء والتعاون، والاستماع إلى التقارير واقتراح توصيات.

- مؤتمر المرشد والمسترشد والوالد: الذي يضم المرشد، وأحد والدي المسترشد أو كليهما، وأحيانا ينضم المدرس إليهم إذا استدعت الحالة ذلك.

٣- أغراض مؤتمر الحالة:

- مناقشة العلاقة بين الطالب والوالدين وإعطاء الوالدين الفرصة للتحدث مع المؤهلين.

- مناقشة نشاطات الطالب في المدرسة وتقييم نموه وتقديمه.

- مساعدة المعلم في معرفة معلومات عن خلفية أسرة الطالب لفهمه.

- إعطاء فكرة واضحة للآباء حول الأهداف المدرسية ومناقشة زيارتهم المدرسية.

٤- عوامل نجاح مؤتمر الحالة:

توجد عدة عوامل تسهم في نجاح مؤتمر الحالة منها:

- عقده في حالات الضرورة فقط: لا يجوز مؤتمر الحالة إلا في الحالات التي تستدعي ذلك، والمرشد هو الأقدر على تحديد ذلك.

- موافقة المسترشد: موافقة المسترشد على دراسة حالته في المؤتمر شرط مسبق لعقده، فهناك من يرفض أن يطلع آخرون على ما لديه من صعوبات أو مشكلات.

- مراعاة المعايير الأخلاقية: أخلاقيات مهنة الإرشاد دستور أخلاقي يجب على المرشد مراعاته بشكل كامل خاصة سرية المعلومات.

- الحضور الاختياري: يفترض أن يكون حضور المؤتمر اختياريًا وطوعياً، وأن يقوم المرشد بأخذ موافقتهم على الحضور مسبقاً.

- الجو غير الرسمي: ينبغي أن يعم المؤتمر جو غير رسمي يسمح لكل واحد منهم أن يشارك بفعالية.

٥- مزايا مؤتمر الحالة وعيوبه:

- من مزايا مؤتمر الحالة ما يأتي:
- زيادة فهم المشتركين للطالب.
- تجميع أكبر قدر من المعلومات.
- تأكيد العلاقة بين الطالب والمعلم.
- يساعد المعلمين في أداء وظيفتهم.
- يعتبر من الوسائل الجيدة التي تربط البيت بالمدرسة.
- كما أن هناك بعض العيوب لمؤتمر الحالة، منها:
- قد يستغرق وقتا طويلا ويعطي معلومات قليلة.
- يمكن أن تأتي المعلومات مشتتة وأحيانا متضاربة.
- أحيانا تحول صعوبات متعلقة بوقت المؤتمر، أو مكان انعقاده دون حضور أفراد يكون حضورهم أمر له أهمية خاصة في تحقيق نتائج المؤتمر.

٦- الاختبارات والمقاييس: (Tests & Measures)

١- تعريف الاختبارات والمقاييس:

يعرف القياس بأنه: تعيين فئة من الأرقام أو الرموز، مناظرة لفئة من الخصائص أو الأحداث طبقا لقواعد محددة تحديدا جيدا.

ويرى أن الاختبار هو: مجموعة من الخطوات المنتظمة التي تستخدم لاختبار الفرد عن طريق تقديم مجموعة من المنبهات (Stimuli)، التي يستجيب لها الفرد بما يمكن الباحث من تحديد رقم أو مجموعة من الأرقام، لهذا المستجيب يستطيع عن طريقه استنتاج خصائص أفراد آخرين من نفس المجتمع.

ويرى أن عملية القياس هي تلك العملية التي تمكن المرشد من الحصول على معلومات كمية عن ظاهرة ما، أما أداة القياس فأنها أداة منظمة لقياس الظاهرة موضوع القياس والتعبير عنها بلغة رقمية.

أغراض الاختبارات النفسية:

أن الاختبارات تستخدم بشكل واسع في عمليات التوجيه المهني والتربوي والإرشاد النفسي ولأغراض شتى، وهي تستخدم مع الوسائل الأخرى وليست بديلاً عنها ومن بين أهم هذه الأغراض نجد ما يلي:

- **التشخيص:** حيث تعد الاختبارات وسيلة فعالة في حصول المرشد على معلومات حقيقية ودقيقة ومناسبة حول سمات المسترشد ومشكلاته وسلوكه ومجالات أخرى من حياته.

- **العلاج:** كثيراً ما تستخدم الاختبارات الإسقاطية كوسيلة ينفس بها الفرد عن انفعالاته المكبوتة.

- **التنبؤ:** يمكن استخدام الاختبارات لاختيار الأشخاص للوظائف المناسبة، أو اختيارهم للالتحاق ببرامج في الجامعات أو المعاهد، فمثل هذه الاختبارات تساعد في مدى نجاح الأفراد فيما تم اختياره.

- **المراقبة:** يمكن للمرشد أن يلجأ إلى استخدام الاختبارات لمعرفة مدى التغير في السلوك بعد تنفيذ برامج إرشادية معينة.

- **التقويم:** تستخدم الاختبارات في عملية تقويم البرامج الإرشادية، وتقويم مدى تحقق الأهداف الإرشادية، وكل ذلك يعود بالفائدة على العملية الإرشادية وفعالية برامج الإرشاد.

٢- أنواع الاختبارات المستخدمة في الإرشاد:

(اختبارات التحصيل - اختبارات الأداء - اختبارات القدرات العقلية - اختبارات الميول - اختبارات القيم - اختبارات الشخصية).

٣- شروط الاختبارات والمقاييس:

هناك شروط للاختبارات والمقاييس النفسية الجيدة، وفيما يلي هذه

الشروط:

- **الصدق (Validity):** أي قياس الاختبار أو المقياس لما وضع أصلاً لقياسه، وهناك طرق لمعرفة قيمة صدق المقاييس والاختبارات، منها: الصدق الظاهري، والصدق المنطقي، والصدق التجريبي، وصدق

المحتوى، والصدق التلازمي، والصدق التنبؤي، والصدق المرتبط بمحك، والتحليل العاملي لفقرات الاختبار وغيرها.

- **الثبات (Reliability):** ويقصد به ثبات نتائج الاختبار أو المقياس تقريبا في المرات المختلفة التي يجرى فيها على نفس الأفراد، وهناك طرق تستخدم لاستخراج معامل ثبات الاختبارات والمقاييس منها: إعادة تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم بعد فترة زمنية، طريقة التجزئة النصفية، وطريقة الصور المتكافئة.

- **الموضوعية (Objectivity):** ويقصد بها أن لا يكون الاختبار متأثرا بالعوامل الذاتية، والأحكام الشخصية للفرد سواء لمن قام بتصميمه أو من يطبقه ويصححه.

- **إظهار الفروق الفردية:** ويقصد به قدرة الاختبار على التمييز بين المفحوصين الممتازين والعاديين والضعفاء، وقياس الفروق الفردية بينهم، وتحديد كل منهم بدقة.

- **سهولة الاستخدام:** وتتحقق تلك السهولة بوضوح تعليمات الاختبار وطريقة إجرائه، والزمن المناسب، ومفاتيح التصحيح، وجدول للمعايير، ووضوح عباراته للمفحوصين.

٤- مميزات الاختبارات والمقاييس:

تتميز الاختبارات والمقاييس بما يلي:

- تعتبر أسرع وأوضح من غيرها من الوسائل في الكشف عن الشخصية.

- تعتبر أكثر موضوعية إذا ما قورنت بغيرها من الوسائل.

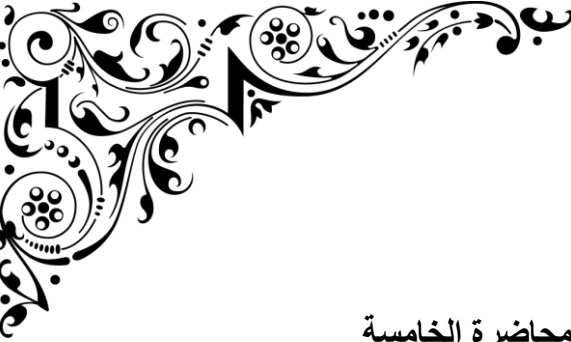
- تعطي تقديرا كميا وكيفيا معياريا لشخصية العميل وقدراته واستعداداته ونقاط قوته ونقاط ضعفه مما يساعد في تحديد التشخيص وطريقة الإرشاد.

- يمكن استخدامها في قياس مدى التقدم أو التغير الذي طرأ على الحالة عند إعادة إجرائها.

- تعتبر وسيلة اقتصادية إذا ما قورنت بغالبية الوسائل الأخرى.
- تعتبر وسيلة فعالة في التقييم والتصنيف والاختيار واتخاذ القرارات والتنبؤ المبني على معلومات كمية أكثر صدقا وثباتا من التقديرات الكيفية.
- تستخدم في تقييم عملية الإرشاد ودراسة النمو والتغير الذي طرأ على الحالة.
- تمهد لاستخدام وسائل أخرى مثل المقابلة ومؤتمر الحالة.

٥- عيوب الاختبارات والمقاييس:

- ورغم المميزات إلا أن للاختبارات والمقاييس بعض العيوب، نذكر منها:
- بعض الخصائص النفسية التي تقيسها بعض الاختبارات المقاييس حتى الآن لا يزال غير واضح وغير محدد.
- قد تعطى صفات للأفراد تظل ملازمة لهم مما قد يحدث أثرا ضارا وخاصة في الوضع الاجتماعي فيما بعد.
- قد تطغي على غيرها من الوسائل، فتقلل من إمكانيات الاتصال الاجتماعي المطلوب في عملية الإرشاد، وتضيع فرصة الحصول على معلومات يصعب التوصل إليها باستخدام الاختبارات والمقاييس.
- قد يكون بها بعض أوجه القصور في إنشائها وتقنيها.



المحاضرة الخامسة

نظريات الإرشاد النفسي والتربوي

- ١- نظرية التحليل النفسي ل فرويد.
- ٢- النظرية السلوكية ل سكينر.
- ٣- نظرية الذات ل روجرز.
- ٤- نظرية الجشطات ل بيرلز.
- ٥- نظرية السمات والعوامل ل وليامسون.
- ٦- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي ل إليس.
- ٧- الاتجاه المعرفي ل بيك.
- ٨- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي.



نظريات الإرشاد النفسي والتربوي

There is nothing so practical as theory.

لا يوجد شيء عملي جدا مثل النظرية

- Kurt Lewin, social psychologist

There is no therapy without theory.

لا يوجد علاج بدون نظرية

- Earl Ginter, counselor educator

Three Forces in psychology

ثلاث قوي في علم النفس

Behavioural theory

النظرية السلوكية

Psychodynamic theo

النظرية السيكدينامية

Humanistic theory

النظرية الإنسانية

يتفق المشتغلون بالإرشاد النفسي والتربوي على أن المرشد النفسي التربوي بحاجة كبيرة للتعرف على النظريات التي يقوم عليها الإرشاد وذلك يعود لأهمية تطبيقاتها أثناء الممارسة المهنية للعمل الإرشادي، حيث أن هذه النظريات تمثل خلاصة ما قام بها الباحثون في مجال السلوك الإنساني، والتي تبين الأسباب المتوقعة للمشكلات التي يعاني منها المسترشد، كما أن هذه النظريات ليست مبنية على التعارض بل جاءت لتكمل بعضها البعض.

أن هناك ثلاث وظائف أساسية لنظريات الإرشاد والعلاج النفسي، هي:

- تزويد المرشدين بالمفاهيم التي تعد إطار مرجعيا لفهم النمو الإنساني، والعملية الإرشادية.

- تزويد المرشدين بالأساليب الإرشادية المناسبة.

- مساعدة المرشدين في إجراء البحوث العلمية وصياغة فروضها.

كما أن دراسة النظريات تساعد في تشكيل معتقدات وقيم المرشد حول العملية الإرشادية، وتساعد في الإجابة عن عدد من التساؤلات منها:

- كيف تتشكل شخصية الإنسان؟
- ما مسؤوليته تجاه الآخرين؟
- ما الذي يدفع الناس للتصرف على نحو ما؟
- كيف وصل الناس إلى ما هم عليه الآن من تصرفات؟
- كيف يتغير الناس؟
- كيف يؤثر التفكير على السلوك؟
- ما العلاقة بين التفكير والمشاعر والسلوك؟
- كيف يعمل الناس اختياراتهم؟
- كيف يتعلم الناس؟
- كيف يستطيع المرشد المساعدة في عملية التغيير؟
- هل الشخصية تتأثر بالبيئة أو العكس؟

١- نظرية التحليل النفسي:

يعتبر العلاج التحليلي واحدا من أقدم النظريات في الإرشاد وعلم النفس، توسع من أوروبا إلى الولايات المتحدة، وضعت للعلاج التحليلي مفاهيم معقدة ومتعددة الأوجه للعقل البشري، وخلق تأثير على الممارسة السريرية والنظرية الأكاديمية، وقد جاء التحليل النفسي من تجارب فرويد المبكرة مع التنويم المغناطيسي، وهو ما سمح للعملاء للكشف عن مشاعرهم الداخلية وأفكارهم.

ينظر فرويد (Freud) إلى الطبيعة الإنسانية نظرة متشائمة محدودة، ويرى أن الناس كائنات بيولوجية، دافعهم الأساسي هو إشباع الحاجات الجسمية بشكل عام، والإنسان مخلوق موجه نحو اللذة، فهو محكوم بقوة غير منطقية مثل: حوافز اللاشعور، والحاجات

البيولوجية، والغريزة، والدوافع، وتسير حياته غريزة العدوان، فهو مدفوع بالشر من داخله.

١- المفاهيم الأساسية في النظرية:

١-١- الغرائز: Instincts

يرى فرويد أن كثيرا من اضطرابات الفرد ومشكلاته، ناجمة عن الغرائز، وبين أن الغريزة قوة داخلية بيولوجية في الفرد، هدفها التصدي لعوامل التوتر الناتج عن الحاجات البيولوجية، ويرى أن هناك غرائز كثيرة يمكن تجميعها في مجموعتين رئيسيتين هما:

- مجموعة إروس (Eros): وهي غريزة الحياة (Life instinct) وتسمى الغريزة الجنسية أيضا، وتعمل على حفظ الذات وحفظ الكائنات الحية.

- مجموعة ثاناتوس: ويطلق عليها غريزة الموت (Death instinct) وتسمى أيضا غريزة التدمير أو التخريب وتشمل العدوان والاندفاعات القهرية المتكررة.

٢- مكونات العقل:

١-٢- الشعور واللاشعور:

نتيجة لدراسة فرويد للأحلام، فقد ميز بين الشعور واللاشعور، لكنه فيما بعد أضاف إليهما ما قبل الشعور.

- **الشعور (Conscious):** يشير الشعور إلى وعي الفرد لمدرجاته الحالية، ومشاعره وأفكاره وذكرياته وأحلامه، أو أي حادثة في عالمه الخارجي، وبهذا فإن مادة الشعور تأتي، إما من العالم الخارجي، وإما من العالم الداخلي للفرد.

- **ما قبل الشعور (Pre-Conscious):** يتصل بكل ما هو غير موجود في منطقة الشعور، ولكن يسهل على الفرد استدعاؤه إلى تلك المنطقة، ومن أمثلته الذكريات والمعارف.

- **اللاشعور (UnConscious):** يكون اللاشعور معظم الجهاز النفسي، ويعد خارج الوعي، لكنه قوة محرّكة للسلوك، ويقوم بخزن التجارب والذكريات والرغبات والأفكار التي لا تتوافق مع الشعور وتحولها إلى اللاشعور إما بسبب كبتها، أو لأن وجودها في الشعور يسبب ألماً للفرد، ويصعب استدعاء هذه الخبرات إلى الشعور، لكنها تحاول التسلّل أو إيجاد منفذ لها نحوه، ولو بصورة رمزية كما يحدث في الأحلام.

٣- **بنية الشخصية (Structure of Personality):**

تتكون الشخصية من ثلاثة أجزاء لكل جزء منها خصائصه ومميزاته، وهي:

- **الهو (Id):** أن الهو تمثل الحقيقة النفسية الصحيحة، حيث تمثل عالم الخبرات الداخلية للفرد وليس لديها أي معرفة بالحقيقة الموضوعية وتعمل على تحقيق الرغبات دون الاهتمام بالقيم أو العادات والتقاليد والأعراف، أو بما هو خير أو شر ولا يحكمها المنطق.

- **الأنا (The Ego):** أن الأنا هي الجزء المنفذ في الشخصية وتحول احتياجات الهو القوية (الغريزية - الفطرية) بمساعدة الأنا الأعلى إلى حاجات ضعيفة مقبولة، عن طريق إعادة تنظيمها لكي تتماشى مع متطلبات الأنا الأعلى، ويظهر من ذلك أن الأنا تستمد طاقتها من الهو وتعمل لخدمته.

- **الأنا الأعلى (Super Ego):** يمثل الجانب الأخلاقي للشخصية ويمثل ما هو مثالي وواقعي ومحاولة الوصول بالفرد إلى الكمال بدل اللذة، عن طريق:

- كبح جماح الهو وخاصة العدوانية والجنسية.
- محاولة الوصول بالفرد إلى الكمال.
- تعمل الأنا الأعلى على إمكانية إقناع الأنا بأن تحل الأهداف الأخلاقية محل الأهداف الواقعية.

٤- النظرة إلى الاضطراب النفسي:

يرجع فرويد الاضطرابات النفسية والعصاب إلى الصراع بين الأنا والهو، فالأنا يحاول أن يقمع بعض أجزاء الهو بما يتناسب مع متطلبات العالم الخارجي، ويرى فرويد كذلك أن التكوين البيولوجي والوراثي والنفسي للطفل يمثل العوامل التي تسهم في نشأة الاضطراب النفسي، وتعود أسباب الاضطرابات النفسية إلى ما يلي:

- إحباط الرغبات الجنسية عن طريق الأنا الذي مازال ضعيفا في مقابل الرغبات الجنسية، وينشأ الإحباط كرد فعل للقلق، حيث يتوقع الأنا أن إشباع الرغبة الجنسية البازغة سيؤدي للخطر فيكبت هذه الرغبة الخطيرة في الطفولة، وعن طريق الكبت يستعيد الأنا جانبا من تنظيمه، وتبقى الرغبة المكبوتة غير متاحة.

- التحويل الممكن للرغبات الجنسية المحيطة إلى أعراض عصابية، والتي تعتبر إشباعات بديلة للرغبات الجنسية المحبطة.

- عدم ملائمة الكبت مع استيقاظ وشدة الجنسية عند البلوغ بعد أن كان فعالا خلال الطفولة وفي أثناء فترة الكمون، وبذلك يعيش الفرد صراعا عصابيا مركزا.

- الطريقة غير المرضية التي ينظم بها المجتمع الأمور الجنسية ومن شأن الأخلاق أو الأنا الأعلى أن يطلب التضحية بالرغبات الجنسية لصالح المجتمع.

- الصراع بين الأنا والأنا الأعلى والهو، وتقع مسؤولية القيادة على الأنا التي تحاول حل الصراع بين الهو والأنا الأعلى وإقامة التوازن بينهما.

- أساليب التعلم الخاطئة في مرحلة الطفولة (الخمس سنوات الأولى من عمر الطفل).

٥- آليات الدفاع:

ومن أبرز هذه الآليات:

(الكبت - الإسقاط - الإزاحة- التبرير - النكوص - الإنكار - التقمص - التعويض - التحويل العكسي - التسامي).

٦- نقد نظرية التحليل النفسي:

التحليل النفسي كنظرية وكطريقة علاج له مزايا أهمها:
- الاهتمام بعلاج أسباب المشكلات والاضطرابات.
- تناول الجوانب اللاشعورية إلى جانب الشعورية في الحياة النفسية للعميل.

- تحرير العميل من دوافعه المكبوتة وإعلانها واستثمار طاقتها.
- الاهتمام بالسنوات الأولى من حياة العميل.
- الاهتمام بأثر الوسط الاجتماعي والثقافي للفرد في نموه وسلوكه.
ومع ذلك فقد لاقى هذا الاتجاه معارضة ونقدا شديدين خاصة في ميدان الإرشاد، على أساس:

- أن التحليل النفسي يهتم بالمرضى والمضطربين أكثر من اهتمامه بالأسياء والعاديين.
- أن عملية طويلة وشاقة ومكلفة في الوقت والجهد والمال ويحتاج إلى خبرة واسعة.
- أن هناك خلافات نظرية ومنهجية بين طريقة التحليل النفسي الكلاسيكي وبين طرق التحليل النفسي الحديث والمعدل.

٢- النظرية السلوكية Behavior theory:

تعود جذور النظرية السلوكية إلى العالم الفسيولوجي الروسي إيفان بافلوف (Ivan Pavlov) صاحب نظرية الإشرط الكلاسيكي من خلال تجاربه على الكلاب، كما يرتبط اسم هذه النظرية باسم كل من العلماء: واطسن، سكنر، ثورندايك، جون دولارد، نيل وميللر، روتر، وبنديورا ووالتر ...، فقد حاول هؤلاء تفسير السلوك، وكيفية حدوث التعلم، فسلوك الإنسان من وجهة نظرهم متعلم، وأن لدى الفرد دوافع

فسيولوجية هي الأساس في سلوك الإنسان، وعن طريق التعلم يكتسب الفرد دوافع جديدة تستند إلى الدوافع الفسيولوجية وتسمى بالدوافع الثانوية، وهذه الدوافع هي التي توجه سلوك الإنسان للوصول إلى أهدافه.

٢-١- تفسير الاضطرابات النفسية:

يرى السلوكيون أن الاضطرابات النفسية، والمشكلات السلوكية، ما هي إلا عادات متعلمة خاطئة، أو سلوكيات غير متكيفة، يحتفظ بها الفرد لفاعليتها كوسيلة دفاعية لتجنب مواقف غير مرغوبة، أو ليقفل من قلقه وتوتراته، مما جعلها ترتبط شرطيا بالموقف الذي أدى إليه. إن الشخصية السوية في نظر السلوكيين رهن بتعلم عادات صحيحة وسليمة، وتجنب اكتساب عادات سلوكية غير صحيحة، وتتحدد الصحة والسلامة بناء على المعايير الاجتماعية السائدة بالفرد، وبذلك فإن مظاهر الشخصية السوية عند السلوكيين هي أن يأتي الفرد بالسلوك المناسب في كل موقف بحسب ما تحدده الثقافة التي يعيش في ظلها.

٢-٢- المفاهيم الأساسية في هذه النظرية:

١- سلوك الإنسان متعلم: أي أن الفرد يتعلم السلوك السوي ويتعلم السلوك غير السوي وأن السلوك المتعلم يمكن تعديله.

٢- المثير والاستجابة: بموجب النظرية السلوكية فإن كل سلوك أو استجابة له مثير وإذا كانت الأمور سليمة يكون السلوك سويا، ففي الإرشاد التربوي لابد من دراسة المثير والاستجابة وما يتخلل من عوامل الشخصية جسمية وعقلية واجتماعية وانفعالية.

٣- الدافعية: لا يوجد هناك تعلم بدون دافع، والدافع طاقة كامنة قوية بدرجة كافية تدفع الفرد وتحركه إلى السلوك، ووظيفة الدوافع في عملية التعلم ثلاث هي:

- يحرر الطاقة الكامنة الانفعالية في الفرد.

- يملئ على الفرد أن يستجيب ويهتم لموقف معين ويمهل المواقف الأخرى.

- يوجه السلوك وجهة معينة ليشبع حاجة معينة عند الفرد.

٤- الشخصية: هي التنظيمات السلوكية المتعلمة الثابتة نسبيا التي تميز الفرد عن غيره من الناس.

٥- التعزيز: هو التقوية والتدعيم والتثبيت بالإثابة والسلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيزه.

٦- الانطفاء: و هو ضعف وتضاؤل وخمود واختفاء السلوك المتعلم إذا لم يمارس ويعزز أو إذا ارتبط شرطيا بالعقاب بدل الثواب.

٧- العادة: والعادة هي رابطة تكاد تكون وثيقة بين مثير واستجابة، وتتكون العادة عن طريق التعلم وتكرار الممارسة ووجود رابطة قوية بين المثير والاستجابة و هي في معظمها مكتسبة وليست موروثة.

٨- التعميم: إذا تعلم الفرد استجابة، وتكرار الموقف فإن الفرد ينزع لإلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات أخرى تشبه الاستجابة المتعلمة، وإذا مر الفرد بخبرات في مواقف محدودة فإنه يميل إلى تعميم حكم يطبقه على المواقف الأخرى بصفة عامة.

٩- التعلم ومحو التعلم وإعادة التعلم: التعلم و تغيير السلوك نتيجة للخبرة والممارسة، ومحو التعلم يتم عن طريق الانطفاء، وإعادة التعلم تحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد، و هذه سلسلة من عمليات التعلم تحدث في التربية والإرشاد والعلاج النفسي، بمعنى محاولة محو ما تعلمه الفرد ثم إعادة تعليم من جديد.

٢-٣- أهمية النظرية السلوكية في المؤسسات التعليمية:

تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية بأنها أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة بارتباطها بمثيرات منفردة، ويحتفظ بها الفرد في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوب فيها، ويركز الإرشاد النفسي على ما يلي:

- تعزيز السلوك السوي المتوافق.
- مساعدة الطالب في تعلم سلوك جديد مرغوب والتخلص من سلوك غير مرغوب ومساعدته في أن الظروف الأصلية قد تغيرت بحيث تصبح الاستجابات غير المرغوبة غير ضرورية لتجنب المواقف غير السارة التي سبق أن ارتبطت بها.
- تغيير السلوك غير السوي أو غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف والشروط التي يظهر فيها والعوامل التي تكتنفه وتخطيط مواقف يتم فيها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغيير المنشود، من خلال إعادة تنظيم الظروف البيئية.
- ضرب المثل الطيب والقذوة الحسنة سلوكيا أمام العميل علّه يتعلم أنماط مفيدة من السلوك عن طريق محاكاة المرشد خلال الجلسات الإرشادية المتكررة.

٢-٤- نقد النظرية السلوكية:

- من الانتقادات الموجهة للإرشاد السلوكي ما يلي:
- الإرشاد السلوكي لا يعالج الأسباب، وإنما يتعامل وبصورة سطحية مع الأعراض.
- لا يمكن استخدام الإرشاد السلوكي مع الأفراد الذين لديهم مستوى ثقافي مرتفع، لأنه يهتم فقط بمستوى القدرة على التحمل، فالأفراد الذين يبحثون عن معنى في الحياة، أو الوصول بطاقتهم إلى أعلى حد، فإن الإرشاد السلوكي لا يمكن أن يساعدهم في ذلك.
- إن حرية المسترشد ومسؤوليته قد تقل، لأن المرشد ينظر إلى نفسه على أنه مهندس لسلوك المسترشد، مما يعني سيطرته عليه.
- قد يغير الإرشاد السلوكي سلوك المسترشد، لكنه لا يغير مشاعره، وهناك من يرى أنه لا بد أن يتغير الشعور إذا أردنا تغيير السلوك.
- لا يزود الإرشاد السلوكي المسترشد بالقدرة على التبصر الداخلي.
- يتجاهل الإرشاد السلوكي الأسباب التاريخية للسلوك الحالي.

٣- نظرية الذات Self theory:

تعتبر هذه النظرية من أهم نظريات الإرشاد النفسي وأقدمها، إذ تعود في تاريخها إلى الفكر اليوناني عند أفلاطون وأرسطو، كما أنها تعتبر حديثة، إذ جدد مفهومها ودعا إليها في القرن العشرين كارل روجرز (Carl Rogers)، وترى هذه النظرية أن البشر: عقلانيون، اجتماعيون، يتحركون للأمام وواقعيون، وأن البشر بطبيعتهم متعاونون ويمكن الوثوق بهم، وعندما يتحررون من الدافعية فإن استجاباتهم تكون ايجابية ومتقدمة للأمام وبناءة، وحينئذ لا تكون هناك حاجة للانشغال بضبط دوافعهم العدوانية والمضادة للمجتمع لأنها سوف تنظم ذاتيا ومحدثة توازنا للحاجات في مقابل بعضها البعض، وأن الميل نحو التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات.

٣-١- المفاهيم الأساسية في النظرية:

تتكون النظرية من مجموعة من المفاهيم منها: المجال الظاهري والكائن العضوي وتحقيق الذات، والانسجام والتنافر.

١- المجال الظاهري: إن الفرد مركز لعالم كثير التغير من خلال الخبرة، والخبرة تعني الظواهر الداخلية والخارجية، وأن ما يدركه الفرد في المجال الظاهري هو الشيء المهم بالنسبة له وليس الواقع الفعلي أن ما يدرك الفرد هو واقعه.

٢- الكائن العضوي: و هو الفرد ككل، و هو يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري لإشباع حاجاته المختلفة، كما أن تحقيق الذات وصيانتها وترقيتها هي دافع هذا الكائن العضوي الأساسي، وبعبارة أخرى أن الدافع الأساسي لكل نشاط الكائن هو رغبته في الوصول إلى أقصى نمو والتحرر من كافة القيود التي تعوق هذا النمو.

٣- تحقيق الذات: إن السلوك هو محاولة غرضيه موجهة لتحقيق حاجات الكائن كما يفهمها أو يدركها، كما أن الانفعالات التي يعاني منها الفرد تسهل عملية النمو في حين أن نكرانها أو تشويهاها تؤدي إلى الهدم

والتخريب لحياة الفرد، وأن تحقيق الذات كما يرى روجرز يظهر بحرية أكثر عندما يكون الشخص متقبلاً ومدركاً بجميع خبراته الحسية أو الداخلية أو الانفعالية، ويرى روجرز أن الكبت ليس ضرورياً فالشخص الذي يستخدم حواسه وانفعالاته ويثق فيهم إلى حد كبير هو الشخص الذي يتيح لعملية تحقيق الذات أن تتطور.

٤- الذات: تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدرجات الشعورية ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدرجات والتصورات التي تحدد خصائص الذات والتي تنعكس في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو "مفهوم الذات المدرك"، والمدرجات أو التصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يمثّلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين "مفهوم الذات الاجتماعي"، والمدرجات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون "مفهوم الذات المثالي".

٣-٢. أشكال الذات:

ومن أنواع الذات كما يراها كارل روجرز:

- الذات الحقيقية **The Real Self**: وهي الذات كما يدركها الفرد فعلاً، أي كما هي في الواقع دون أي تغيير أو تشويه.

- الذات المدركة **Perceived Self**: وهي صورة الفرد عن ذاته كما يراها تنمو من خلال التفاعل مع الآخرين ومع البيئة، فإذا كان الفرد محبوباً أو مكروهاً، فإن الذات ترى كذلك، وإذا وصف الفرد بأنه مجتهد أو ذكي أو غبي، فإنه يري نفسه كذلك.

- الذات الاجتماعية **Social Self**: وتعني إدراك الفرد لتقييم الآخرين له، أو أفكار الآخرين عن الفرد كما يتصورونها، فالفرد يحاول أن يعيش في مستوى توقعات الآخرين منه، فقد يتوقعون منه أن ينجح

إنجازا كبيرا أو إنجازا ضعيفا، وتنشأ الصراعات الداخلية والاضطرابات النفسية عندما تكون الفجوة واسعة بين الذات المدركة والذات الاجتماعية.

- **الذات المثالية Idéal Self:** وهي تمثل طموحات الفرد والمستويات التي يرغب في الوصول إليها، أو ما يود الفرد أن يعملها أو يتمنى أن يكون عليه، فالشخص يتمنى أن ينجز إنجازا معيناً، أو يدرس تخصصاً محدداً.

٣-٣. تطبيقات نظرية الذات في الميدان المدرسي:

من منظور نظرية الذات، تؤدي عملية الإرشاد إلى فهم واقعي وإلى زيادة التطابق بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي الذي يعني تقبل الذات وتقبل الآخرين والتوافق النفسي والصحة النفسية، وأن الأفراد ذوي مفهوم الذات الموجب يكونون أحسن توافقاً من الأفراد ذوي مفهوم الذات السالب، يشير كوري (Corey) من بين أهداف استخدام هذه النظرية في الإرشاد المدرسي، ما يلي:

- مساعدة الطالب لأن يصبح أكثر نضجا وتحقيق لذاته.

- مساعدة الطالب على أن يتقدم بطريقة ايجابية بناءة.

- يستطيع المسترشد تقبل نفسه وذاته.

- يصبح أكثر مرونة وتعقلا بأفكاره.

- يعرف نفسه أكثر، فيتخلص من تدخل الآخرين.

- يتقبل الآخرين.

ويمكن للمرشد التربوي إتباع الإجراءات التالية:

١- اعتبار المسترشد كفرد وليس مشكلة ليحاول المرشد التربوي فهم اتجاهاته وأثرها على مشكلته من خلال ترك المسترشد يعبر عن مشكلته بحرية حتى يتحرر من التوتر الانفعالي الداخلي.

٢- المراحل التي يسلكها المرشد في ضوء هذه النظرية تتمثل في الآتي:

١-٢. مرحلة الاستطلاع والاستكشاف:

ومن خلالها يمكن التعرف على الصعوبات التي تعيق المسترشد وتسبب له القلق والضيق والتعرف على جوانب القوة لديه لتقويمها والجوانب السلبية من خلال الجلسات الإرشادية، ومقابلة ولي أمره ومدرسيه وأصدقائه وأقاربه وتهدف هذه المرحلة إلى مساعدة المسترشد على فهم شخصيته واستغلال الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه كما يريد.

٢-٢. مرحلة التوضيح وتحقيق القيم:

وفي هذه المرحلة يزيد وعي المسترشد ويزيد فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانة لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد والتي يمكن معها إزالة التوتر لدى المرشد.

٢-٣. المكافأة وتعزيز الاستجابات:

تعتمد على توضيح المرشد لمدى تقدم المسترشد في الاتجاه وتأكيد المرشد بأن ذلك يمثل خطوة أولية في التغلب على الاضطرابات الانفعالية.

٣-٤. نقد نظرية الذات:

يوجه إلى نظرية الذات بعض الانتقادات، ومن هذه الانتقادات ما يلي:

- أن النظرية لم تبلور تصورا كاملا لطبيعة الإنسان وذلك لتركيزها الكامل على الذات ومفهوم الذات.
- يرى روجرز أن الفرد له وحده الحق في تحقيق أهدافه وتقرير مصيره، ولكنه نسي أن الفرد ليس له الحق في السلوك الخاطئ.
- يؤكد روجرز أن الفرد يعيش في عالمه الخاص ويكون سلوكه تبعا لإدراكه الذاتي أي أنه يركز على الأهمية الذاتية وذلك على حساب الموضوعية.

- يضع روجرز أهمية قليلة أو ثانوية للاختبارات والمقاييس كوسيلة لجمع المعلومات للإرشاد النفسي وأشار أن الاختبارات يمكن استخدامها حين يطلبها المسترشد.

٤- نظرية الجشطالت Gestalt theory:

إن السيكلوجيا الجشطالتية تعتبر ثورة على الثنائية الديكارتية التي ظهرت في القرن السابع عشر والتي قسمت العقل إلى جزئيات أولية من الأحاسيس والصور ... لقد قاد فريتمر وكوفكا وكوهلر بصفتهم أقطاب هذه المدرسة تمردا على ذلك الضرب من التحليل العقلي، وكانت حركتهم تمثل نوعا جديدا من التحليل للخبرة الشعورية انطلاقا من المجال الإدراكي، حيث تسلك العضوية دائما ككل واحد وليس كأجزاء متميزة، فالعقل والجسم ليسا كيانين منفصلين، كما أن العقل لا يتكون من ملكات أو عناصر مستقلة وكذلك لا يتكون الجسم من أعضاء وعمليات منفردة، فالكائن العضوي وحدة واحدة، وما يحدث للجزء يؤثر في الكل، وهناك قوانين للكل تحكم أداء الجزء لوظائفه، ولا يمكن فهم الكيفية التي يؤدي وفقها الجزء لوظائفه إلا بكشف القوانين التي يؤدي وفقها الكائن العضوي الكلي لوظائفه حسب قوانين لا يمكن استخلاصها من الأجزاء، وهذا يعني أن الكل أكثر من مجرد مجموعة الأجزاء وهذا يعني كمحصلة أن الجزء لا يعني شيء خارج الكل الذي يحتويه.

٤-١. ماذا يقصد بكلمة جشطالت؟

تعني كلمة جشطالت (Gestalt) في الألمانية الشكل أو الهيئة التي تميز شيئا ما على حد قول كوهلر، وقد استخدمها بيرلز بمعنى الجوهر، وفي أحيان أخرى استخدمها بمعنى الشعور، وقد فسر بيرلز كلمة جشطالت بأنها شيء منظم للخبرة، وفي موضع آخر تشير كلمة جشطالت إلى الكل (Whole) أو التكامل (Integration) أو نموذج (Pattern) أو الشكل (Form)، وكلمة الجشطالت عند بيرلز تشير أيضا إلى كلية

الأنظمة المتكاملة بين الأجزاء المنفصلة في الشخصية وجمعها في كلية واحدة لتحقيق الذات.

٤-٢. ما هو العلاج الجشطلتي؟

يلخص سميكن (Smikin) مغزى العلاج الجشطلتي فيقول إن العلاج الجشطلتي عبارة عن نظام إدراكي قائم على التفسير يستبعد الجانب التاريخي للفرد (الماضي) من خلال اهتمامه بوعي الفرد بالتركيز على فكرة هنا والآن أثناء التفاعل بين المعالج والمريض على أساس أنا وأنت، ومن هنا فإن هدف العلاج الجشطلتي هو تسهيل تحرك المريض من الاعتماد على البيئة وتلقي المساندة منها إلى الاعتماد على الذات والنمو النضج وتكامل الشخصية وإعادة توحيد وإدماج الأجزاء المنفصلة من الشخصية.

رفض بيرلز الاعتقاد بأن الإنسان محكوم بعوامل خارجية أو عوامل داخلية ... وأن رفضه هذا منبثق من فكرتين أساسيتين، وهما:

- أن الإنسان مسؤول عن نفسه وعن أفعاله وحياته، وإن المهم عن خبرة الإنسان وسلوكه هو ليس لماذا (Why) وإنما هو كيف (How)، وإن هذا يؤكد أن الإنسان حر ولديه القدرة على التغيير.

وفي سياق متصل، ولكي يكتمل وعي الشخص بذاته وبالأخرين أشار نارانجوا (Naranjo) إلى عدد من القيم والتي تمثل تكامل الوعي عند الشخص، وهي:

١- عش الآن وكن منصبا على الحاضر بأكثر منك على الماضي أو المستقبل.

٢- عش هنا وتعامل مع ما هو حاضر بأكثر منك مع ما هو غائب.

٣- توقف عن التخیل وعش الواقع.

٤- توقف عن التفكير فهو ليس بالضروري لكن فحسب تذوق وانظر.

٥- عبر بأكثر أن تقوم بالتفسير أو التبرير أو الحكم.

٦- انفتح للكدر والألم تماما كما تنفتح للذة، ولا تقوم بالحد من وعيك.

٧- لا تقبل (أي ينبغي) أو (كان ينبغي) إلا أن تصدر عنك، ولا تعبد أية صورة مغروسة.

٨- تحمل المسؤولية كاملة لأفعالك ومشارعك وأفكارك.

٩- سلم بأن تكون على النحو الذي أنت عليه.

٤-٣. المفاهيم الأساسية في النظرية:

هناك مجموعة من المفاهيم جاءت بها هذه النظرية، منها ما يأتي:

١- **مبدأ التكوين الكلي:** يؤدي الإنسان وظائفه في وحدة كاملة، فهو كائن كلي متحد يشعر ويفكر ويتصرف، فالجوانب العقلية والانفعالية والجسمية لا توجد مستقلة عن الإنسان، أو عن بعضها البعض.

٢- **مبدأ القاعدة الثنائية للتوازن:** انبثقت هذه القاعدة من مفهوم التفكير المتميز، أو التفكير في متقابلات أو أقطاب ثنائية، فكل حادث يبدأ من نقطة الصفر، ثم يبدأ منها التمايز إلى متقابلات أو متعاكسات، وهذا التمايز هو خاصية أساسية لأداء الإنسان العقلي وللحياة نفسها، ويؤدي إلى التوازن.

٣- **الغرائز:** يرى بيرلز أن هناك غريزتين ضروريتين للمحافظة على الفرد هما: الجنس، وغريزة الجوع، وان جميع الغرائز الأخرى يمكن أن تصنف تحت إحدى هاتين الغريزتين.

٤- **العدوان والدفاع:** العدوان عملية ديناميكية لاشعورية، بها يتصل الكائن مع البيئة لإشباع حاجاته، وليست وظيفتها التدمير، بل محاولة التغلب على المعوقات التي تمنعه من إشباع حاجاته، أما الدفاع فيمثل نشاط بيولوجيا للمحافظة على الذات، وله أشكال مختلفة لدى الكائنات الحية مثل هرب الكائن لدى مواجهته موقفا يهدده.

٥- **الواقع:** يرى بيرلز أن الإنسان يتفاعل باستمرار مع بيئته، ليصل إلى حالة التوازن، ويفترض أن هناك عالما موضوعيا يشتق منه الفرد عالمه الذاتي باختيار أجزاء من العالم المطلق تبعا لميوله، وبذلك فهي تعود إلى ما أسماه بيرلز بالشكل والخلفية.

٦- **حد الاتصال:** يتفاعل الفرد مع بيئته بصور شتى كي يشبع حاجاته، وهذا الاتصال مع البيئة ضروري للتغيير والنمو، ويكون الاتصال فعالا عندما يتفاعل الفرد مع الطبيعة أو مع الأفراد الآخرين دون أن يفقد فرديته، ونقطة التفاعل بين الفرد والبيئة يطلق عليها حدود الاتصال.

٧- **الأنا:** الأنا عند بيرلز ليس غريزة ولا يحتوي على غرائز بداخله وليس مادة محددة أو متغيرة، وتعمل الحدود ونقاط الإتصال على تكوينه، أما وظائف الأنا فتتلخص في:

- تنظم اتصال الكائن بالبيئة.

- تنظم المجال أو البيئة المحيطة بالكائن بشكل يتناسب مع درجة إلحاح الحاجة على الإشباع.

٨- **التقدير:** وهو عملية يكتشف الفرد ذاته من خلالها، فالطفل يسعى للحصول على تقدير والديه من خلال لعبه، لأنه بحاجة إلى تقدير الآخرين.

٤-٤- أساليب الإرشاد المستخدمة في هذه النظرية:

هناك مجموعة من الأساليب الإرشادية التي يشتمل عليها الإرشاد الجشطالتي، وأهمها:

(الوعي ب "هنا والآن" - تكوين المسؤولية في المسترشد - استخدام الدراما والتخيل - أسلوب المكوك - الصوت العالي والصوت السفلي - أسلوب المقعد الخالي - العمل مع الأحلام - الواجبات المنزلية).

٤-٥- التطبيقات النفسية والتربوية للعلاج الجشطالتي:

يمكن الاستفادة من العلاج الجشطالتي في المجال النفسي والتربوي من خلال محورين هامين هما:

أولاً: فيما يتعلق بإنماء قدرة الطالب على الوعي بالذات والمجال:

حيث يتعين إنماء قدرة الطالب على تأمل ذاته وتقبلها، ويمكن أن يتم ذلك من خلال كتابة اليوميات والمذكرات وتسجيل الأحداث الهامة في حياة الطالب والتي تمثل خبرات هامة بالنسبة له، مثل التفوق أو

التحول من تخصص إلى تخصص آخر أو الانضمام إلى فريق الكرة أو التمثيل بالمدرسة أو الاشتراك في أي مسابقة، وكذلك محاولة التعرف على دلالة أحلام الطالب وتفسيرها، وتوعية الطالب بكيفية التعامل مع البيئة والمجال الذي يعيش فيه.

ثانياً: فيما يتعلق بدور المدرسة في دعم قدرة الطالب على الوعي بالذات والمجال:

وإذا كان العلاج الجشطالتي يعترف بكلية الشخص ووحدة الذات مع المجال، فيتربط على ذلك أن المدرسة عليها أن تغير من نظرتها إلى المنهج المدرسي بحيث لا يقتصر على الوحدات الجزئية، وتجزئة المنهج إلى فصول ووحدات، بل يكون المنهج وحدة كلية متكاملة وتتكامل المناهج الدراسية معاً، وهنا لا بد وأن يقوم المدرس بدور الموجه والمرشد للطلاب وحل مشكلاتهم المختلفة التي يواجهونها سواء التي ترتبط بالدراسة أو التي لا ترتبط بالدراسة، وربط المقررات الدراسية بخبرة ووعي الطلاب، كذلك يقوم المدرس بتعويد الطالب حل مشكلاته بنفسه في ذات الوقت والوعي بذاته والمجال الدراسي.

٤-٦. نقد نظرية الجشطالت:

- الإرشاد الجشطالتي لا يحاول أن يعالج الماضي عن طريق التحليل، ويركز العلاج على السلوك في هنا والآن.
- إغفال الإرشاد الجشطالتي لجانب الهو في شخصية الإنسان.
- إن طابع نظرية الجشطالت ضبابي، حيث تعتمد على التنظير أكثر من اعتمادها على الجانب العملي.
- إن التجريب عند الجشطالتين قليل الضبط وغير كمي ولا إحصائي.
- لا ينفع الإرشاد الجشطالتي مع الأفراد المفقدين للسلوك الاجتماعي مثل السيكوباتية.

٥- نظرية السمات والعوامل وليامسون (E.G.Williamson):

٥-١. التعريف بنظرية السمات والعوامل:

صاحب هذه النظرية آدموند وليامسون حيث عبرت هذه النظرية عن افتراضات أساسية أن الإنسان عقلاني ولديه قدرة كامنة يمكن توجيهها نحو الخير والشر وتشير إلى تكوين الشخصية من خلال التفاعل بين جوانبها المختلفة مع البيئة الخارجية، ومن أهداف الإرشاد تزويد الفرد بالمعلومات اللازمة والقدرة على اتخاذ القرارات.

تسمى نظرية السمات والعوامل في بعض الأحيان بالإرشاد المباشر ونظرية الإرشاد المتمركز حول المرشد، وهذا يعني أن الإرشاد في هذه النظرية يعتمد اعتمادا كاملا على المرشد لأنه يستطيع أن يختار الحل المناسب لمشكلة المسترشد الذي لا يستطيع أن يختار الحل المناسب لمشكلته.

٥-٢. المفاهيم الأساسية لنظرية السمات والعوامل:

من أهم مفاهيم نظرية السمات والعوامل ما يلي:

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

٢- **الشخصية:** كما أن الشخصية وفقا لهذه النظرية عبارة عن نظام يتكون من مجموعة من السمات وعوامل مستقلة تمثل مجموع أجزائها.

٣- **السمات:** والسمات أنماط سلوكية عامة دائمة نسبيا وثابتة نسبيا تصدر عن الفرد في مواقف كثيرة، وتعبر عن توافقه مع البيئة... والسمة هي الوحدة المناسبة لوصف الشخصية، وليست في رأيه صفة مميزة لسلوك الفرد فقط، بل أنها أكثر من ذلك، أنها استعداد أو قوة أو دافع داخل الفرد يدفع سلوكه ويوجهه بطريقة معينة.

وتقسم السمات بصفة عامة، على النحو التالي:

- سمات مشتركة: يتسم بها جميع الأفراد أو على الأقل جميع الأفراد الذين يشتركون في خبرات اجتماعية معينة.
- سمات فريدة: لا تتوافر إلا لدى فرد معين ولا توجد على نفس الصورة بالضبط لدى الآخرين.
- سمات سطحية: وهي السمات الواضحة والظاهرة.
- سمات مصدرية: وهي السمات الكامنة التي تعتبر أساس السمات السطحية.

- سمات مكتسبة: تنتج عن فعل العوامل البيئية وهي سمات متعلمة.
- سمات وراثية: وهي سمات تكوينية تنتج عن العوامل الوراثية.
- سمات دينامية: تهئ الفرد وتدفعه نحو الأهداف.
- سمات قدرة: تتعلق بمدى الفرد على تحقيق الأهداف.

٤- العوامل: العامل مفهوم رياضي إحصائي يوضح المكونات المحتملة للظواهر، وتفسيره النفسي يسمى القدرة، والتحليل العملي أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد القدرات الأولية للسلوك بتحديد القدرات الأولية في النشاط العقلي والعلاقة القائمة بين تلك القدرات.

يرى وليامسون أنه يجب أن تتوفر في المرشد الذي يستخدم أسلوب الإرشاد المباشر القدرة على تشخيص الحالة، واستخدام أساليب جمع البيانات المتعلقة بها، والقدرة على تقييم هذه البيانات، ثم تدريب أو تعليم المسترشدين على أن يتفهموا أنفسهم، بهدف الوصول إلى حياة منتجة، ويرى وليامسون أن الإرشاد الواقعي المباشر يتم باتباع الخطوات التالية:

- ١- التحليل: يتضمن جمع البيانات من مصادر متعددة واسعة، تساعد على فهم المسترشد، وذلك باستخدام أساليب الإرشاد المختلفة من مقابلة وملاحظة وتطبيق اختبارات ودراسة السيرة الذاتية وغير ذلك.

٢- **التركيب والبناء:** يتضمن تلخيص البيانات وتنظيمها بما يوضح جوانب القوة والضعف لدى المسترشد.

٣- **التشخيص:** تعرف أسباب المشكلة ومواصفاتها، وذلك بناء على المعلومات التي تم جمعها في عملية التحليل، وتنظيمها وتصنيفها في عملية التركيب والتأليف.

٤- **التكهن والمآل:** وهي مرحلة التنبؤ بمستقبل المسترشد لمساعدته على تقبل العملية الإرشادية بالتوافق أو إعادة التكيف.

٥- **الإرشاد:** وهو الأسلوب الذي يستخدمه المرشد لمساعدة المسترشد ليصل لمرحلة التوافق أو إعادة التكيف، أي تحقيق مرحلة المآل.

٦- **المتابعة:** وتتضمن وقاية المسترشد من الرجوع إلى الحالة التي يشتكي منها، أو بهدف الوقاية من مشكلات مستجدة، وكذلك لتقييم فعالية العملية الإرشادية.

٣-٥- إسهامات النظرية في ميدان الإرشاد:

تفترض هذه النظرية نقص المعلومات لدى المسترشد وصعوبة حل مشكلاته بنفسه ووفرة المعلومات لدى المرشد والخبرة التي يتحلى بها في حل المشكلات، لذا يفضل استخدام هذا النوع من الإرشاد مع المسترشدين ذوي المشكلات الواضحة المحددة... كما يرى البعض أن أسلوب الإرشاد المباشر أكثر ارتباطاً في حقل التربية والتعليم لأنه يتضمن قدراً كبيراً من التوجيه وتقديم المعلومات.

ويتم استخدام الاختبارات والمقاييس في هذا النوع من الإرشاد في التشخيص وتحديد المشكلة وبكثرة، ويقوم المرشد باستشارة المسترشد للحصول على المعلومات ويقدمها له بالمساعدة المباشرة والنصح المباشر ويناقش معه قراراته، ويقدم له حلولاً جاهزة ويعلمه ويخطط له، ويكون المسترشد بهذه الحالة مستقبلاً للمعلومات ويأخذ الحوار ويتلقى التعليمات وهو سلبي نسبياً.

٤-٥- نقد نظرية السمات والعوامل:

- رغم الإسهامات الواضحة لنظرية السمات والعوامل في الإرشاد النفسي، فإنه يوجه إليها بعض الانتقادات، أهمها:
- لا يوجد اتفاق عام حول معاني السمات والعوامل.
 - التحليل العامل أسلوب إحصائي كثيرا ما أحسن استخدامه، وكذلك أسيء استخدامه في بعض الأحيان.
 - لم تتمكن النظرية حتى الآن من تقديم وصف كامل للشخصية على كل أبعادها.
 - بالنسبة لوحدة وتكامل الشخصية الإنسانية وضرورة فهمها متكاملًا فإن البعض يشكون في قيمة نظرية السمات والعوامل كنظرية أساسية في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي.

٦- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي (Ellis):

أن الإرشاد العقلاني الانفعالي كأحد أساليب الإرشاد المعرفية يقوم على افتراض أن الإنسان يولد ولديه الفرصة لأن يكون عقلانيا مستقيما في تفكيره، أو لاعتقانيا معوجا في التفكير، إن لدى الإنسان نزعة فطرية للحفاظ على بقاءه، وعلى النمو وتحقيق الذات، وعلى السعادة والحب والعيش الجماعي مع الآخرين، إلا أنه أيضا يمتلك ميلا طبيعيا لتدمير الذات وتجنب التفكير، والتسويق ومعاودة الوقوع في الأخطاء والتفكير الخرافي، وعدم الصبر أو الاحتمال والنزعة إلى الكمال، ولوم الذات، وتجنب تنمية الإمكانات التي تحقق الذات، هذا الميل يوجد لدى جميع الناس بغض النظر عن مستوى تعليمهم وثقافتهم.

٦-١- الفروض والتصورات النظرية:

ويقدم إيليس (Ellis) بعض الأفكار والتصورات والفروض حول طبيعة الإنسان والاضطرابات الانفعالية ويخلصها باترسون (Patterson) فيما يلي:

- ١- الإنسان كائن عاقل متفرد في كونه عقلانيا وغير عقلاني، وحين يفكر ويتصرف بعقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.
- ٢- إن الاضطراب الانفعالي والنفسي هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي، ويصاحب الانفعال التفكير.
- ٣- ينشأ التفكير غير العقلاني في أصله إلى التعلم المبكر غير المنطقي والذي يكون والفرد مهياً له من الناحية البيولوجية والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه ومن المجتمع.
- ٤- إن البشر هم كائنات ناطقة، وفي المعتاد أن يتم التفكير عن طريق استخدام الرموز واللغة، وطالما أن التفكير يصاحب الانفعال فإن التفكير غير المنطقي من الضروري أن يثابر إذا استمر الاضطراب الانفعالي، ويبقى الشخص المضطرب على اضطرابه محافظاً على السلوك غير المنطقي عن طريق الكلام الداخلي والأفكار غير المنطقية.
- ٥- إن استمرار حالة الاضطراب الانفعالي نتيجة لحديث الذات لا يتقرر بفعل الظروف والأحداث الخارجية فقط، وإنما يتحدد أيضاً من خلال إدراكات الفرد لهذه الأحداث واتجاهاته نحوها.
- ٦- ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار والانفعالات السلبية أو القاهرة للذات، وذلك بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً وعقلانياً، وهدف الإرشاد والعلاج النفسي هو أن يوضح للمسترشد أن حديثه مع ذاته (حديث النفس) هو المصدر الأساسي للاضطراب الانفعالي، وأن يبين له كيف أن هذه الأحاديث الذاتية غير منطقية، وأن يساعده على تعديل تفكيره، بحيث يصبح أكثر عقلانية وبالتالي تقل الانفعالات السلبية أو قهر الذات أو تنتهي تماماً.
- ٧- الإنسان ليس ضحية لظروفه أو لماضيه، ولكن الطريقة التي يتحدث بها الفرد إلى الآخرين أو يحدث بها نفسه هي التي تحدد مدى تكيفه.
- ٨- تأثير توقع الفرد على انفعاله وسلوكه: يؤدي توقع الفرد الذي تسيطر عليه الأفكار اللاعقلانية إلى حدوث الاضطراب الانفعالي، وإلى

الاستجابة بطريقة خاطئة، بينما عندما يستخدم الفرد توقعات تعتمد على الأفكار العقلانية عن نفسه وعن الآخرين، يساعده في التخلص من الاضطراب الانفعالي وتعديل السلوك.

٩- الوعي والاستبصار وتنبيه الذات: وهى من العمليات المعرفية التي لها دور هام في القيام بسلوك معين أو العمل على تغيير هذا السلوك وتعديله إلى الأفضل.

١٠- التصور والتخيل: إن تفكير الأفراد فيما يحدث حولهم يكون بطريقة لفظية بالكلمات والجمل، وأيضاً بطرق غير لفظية كالصور والتخيل والأحلام، وهى تلعب دور الوسيط المعرفي، الذي يؤثر في انفعال الفرد وسلوكه.

١١- تأثير خصائص الفرد من دافعية وغرضيه، وسببية على الانفعال والسلوك: إن هذه الخصائص عندما تكون قائمة على أفكار لاعقلانية، فإنها تؤدي إلى زيادة الاضطراب الانفعالي لدى الفرد، وعندما يعمل الفرد على فهم وتغيير هذه الخصائص وملائمتها لقدراته فإنه يقلل من اضطرابه ويعدل من سلوكه.

٦-٣. تطبيق الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي:

أن تطبيق الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، يتم في أربع خطوات أساسية، وهي:

- **الخطوة الأولى:** أن يثبت المرشد للعميل أنه غير منطقي، ثم يساعده على أن يفهم لماذا هو غير منطقي.

- **الخطوة الثانية:** أن يوضح للعميل العلاقة بين أفكاره غير المنطقية وبين ما يشعر به من تعاسة واضطراب، مع التأكيد على أن الاضطراب سيستمر إذا استمر المسترشد في التفكير بصورة غير منطقية، أي أن تفكيره غير المنطقي الحالي هو المسؤول عن حالته وليس استمرار تأثير الأحداث المبكرة.

- **الخطوة الثالثة:** فهي أن يجعل العميل يغير أفكاره ويترك الأفكار غير المنطقية. وبينما تترك الأساليب الأخرى هذه الخطوة للعميل دون تدخل فيها، فإن العلاج العقلاني الانفعالي يدرك أن التفكير غير المنطقي يعتبر طبعا من طباع العميل الثابتة التي لا يمكن التخلص منها أو تغييرها معتمدا على نفسه وإنما لابد من مساعدته بواسطة المرشد.

- **الخطوة الرابعة:** فتذهب أبعد من مجرد التعامل مع مجموعة معينة من الأفكار غير المنطقية إلى التعامل مع الأفكار الأكثر عمومية ومع فلسفة العميل ونظراته إلى الحياة، وبذلك تعده لتجنب الوقوع ضحية للأفكار الخاطئة مرة ثانية... وعندما تحقق ذلك فإنه يتخلص من الانفعالات السلبية ومن السلوك المهدد للذات والمبني على تلك الانفعالات السلبية والسلوكيات المدمرة.

٦-٤. سلبيات (REBT):

- عدم تأكيدها على العلاقة العلاجية بين العميل والمرشد أو على الألفة الواجب تكوينها.

- يؤكد أنصار (REBT) على أن يجب مواجهة العميل منذ البداية بالأفكار اللاعقلانية التي يحملها دون اعتبار لعامل الزمن.

- تأكيدها على أن المرشد يجب أن يكون مهاجما قويا منذ البداية وحتى النهاية على العميل، وهذا يؤدي إلى أن يعرف المرشد المشكلة تعريف خاطئا.

- تأكيدها التام والكلي على تغير عواطف وانفعالات الشخص عن طريق تغيير طريقة تفكيره نحو الايجابية.

- أنها تؤثر بشكل فعال مع الأشخاص الأدكياء والنشطين ليس مع من يعانون من اضطرابات عنيفة.

٧- الاتجاه المعرفي (Beck):

من بين نماذج الإرشاد نموذج بيك (Beck) حيث يرى أن الهدف من الإرشاد المعرفي هو تصحيح نمط التفكير لدى المسترشد أو

المريض بحيث تصحح صورة الواقع في نظره ويصبح التفكير منطقياً، ويركز الإرشاد المعرفي على حل المشكلات.

يرى المعرفيون أن الإنسان نفسه هو المسؤول عما يقوم به من أعمال وليس الناس من حوله، وأن الإنسان قادر على التخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح الاستنتاجات الخاطئة، وأن الفرد قادر أيضاً على أن يحل مشكلاته ولكنه بحاجة إلى من يوجهه.

٧-١. الفروض والتصورات النظرية:

ويمكن تحديد أهم الافتراضات الأساسية التي يستند عليها الإرشاد المعرفي، بما يلي:

١- الاضطرابات الانفعالية هي نتاج نماذج وأساليب خاطئة ومختلفة وظيفياً، أي أن الأفكار والاعتقادات لدى الفرد هي المسؤول الأول عن حدوث انفعالاته وسلوكه.

٢- هناك علاقة تبادلية بين الأفكار والمشاعر والسلوك، فهي تتفاعل مع بعضها بعضاً، ولهذا فالعلاج يشمل التعامل مع المكونات الثلاث معاً.

٣- أن المعارف السلبية الخاطئة وأنماط التشويه المعرفي متعلمة يتعلمها الفرد من الخبرات السابقة وأحداث الماضي.

٤- أن الأبنية المعرفية للفرد (الأفكار والصور العقلية والتخيلات والتوقعات والمعاني) ذات علاقة وثيقة بالانفعالات والسلوكيات المختلفة وظيفياً.

٥- أن المعارف المختلفة وظيفياً قد تبدو غير منطقية للآخرين، ولكنها تعبر عن وجهات نظر العميل الشخصية عن الواقع.

٦- التحريفات المعرفية تعكس وجهات نظر غير واقعية وسلبية للعميل عن الذات والعالم والمستقبل.

٧- تعديل الأبنية المعرفية للعميل يشكل أسلوباً هاماً لإحداث تغيير في انفعالاته وسلوكه.

٨- التحريفات المعرفية يتم استثارها غالبا عن طريق أحداث الحياة غير الملائمة بالإضافة إلى أنه قد تم الإبقاء عليها عن طريق الإدراك الثابت للقواعد والمخططات.

٩- المخططات المعرفية هي الأساس المسؤول عن انتظام وتصنيف وتقييم الخبرات الجديدة للفرد وذاكرات الأحداث الماضية والحكم عليها.

١٠- إن المخططات غالبا ما تنمو مبكرا في الحياة ويتم تشكيلها عن طريق الخبرات الملائمة.

١١- إن المخططات المعرفية المختلة وظيفيا هي المسؤولة عن الاضطرابات الانفعالية للفرد.

١٢- إن تغيير الأفكار والاعتقادات السلبية للفرد يترتب عليها تغيرات جوهرية في الانفعالات والسلوك.

٢-٧- مستويات الأفكار عند بيك:

ويركز بيك (Beck) على ثلاثة مستويات من المعرفة:

- **الأفكار الأوتوماتيكية (Automatic Thoughts):** ويطلق عليها أيضا الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي أي الحديث داخل النفس وما يدور بها من حوار داخلي وهو الذي لا يلاحظه الشخص غالبا وعادة ما تعكس فيه الأفكار التي تسبب ضغطا أو عدم قدرة على التكيف والنظرة السلبية للمستقبل والشك في الذات والتشويش والانزعاج بشأن الحياة وقد أشار بيك إلى هذه الاعتبارات نحو الذات والعالم والمستقبل على أنها ثالوث معرفي (Cognitive Triad).

- **العمليات المعرفية:** وتشتمل على كيفية وأسلوب تفاعل الفرد مع المثير.. أي طرق تقديم المعلومات عن البيئة والذات وأسلوب التنبؤ وتقييم أحداث المستقبل، فعندما ينجم عن العمليات المعرفية نتائج لا تتفق مع المقاييس الموضوعية للواقع فإنها تكون محرفة، وعندما ينتج عنها نتائج سلبية تؤدي إلى التوتر عن الذات فإنها تكون مشوهة، وهذه

الانحرافات المعرفية تشمل على عدة عمليات منها:

- **لوم الذات:** نظرا لوعي الفرد بنقائصه والتي تعطي له مفهوم غير إيجابي عن الذات وانخفاض المستوى النقدي للذات.
- **التفكير المتجمع:** التفكير في الحصول على كل شيء أو لا شيء.
- **الاختيار التجريدي:** والذي يشير إلى الوصول إلى النتائج السلبية من أحد التفاصيل مع تجاهل السياق والجوانب الإيجابية.
- **الاستنتاج العشوائي:** والذي يشير إلى الوصول للنتائج دون أن تدعمه أدلة ثابتة.
- **التعميم الزائد:** والذي يشير إلى اعتناق معتقدات متطرفة قائمة على بعض الأحداث وتطبيقها على مواقف مختلفة.
- **المبالغة:** وتشير إلى تقييم معنى مبالغ فيه للأحداث السلبية.
- **التركيبات المعرفية أو المخططات:** وتتضمن المعتقدات أو الافتراضات التي تؤثر في ما يعتني به الفرد من تأويله للأحداث فهي تكون الهيكل الأساسي الذي يستخدمه الفرد للإدراك والفهم والتفكير والتذكر في العالم.

٨- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي:

إن أوجه التشابه بين النظريات أكثر من أوجه الاختلاف، وهذه النظريات وإن اختلفت فهي تختلف بدون تعارض، فالأسس واحدة خاصة فيما يتعلق بالعلاقة بين المرشد والعميل، وعلينا أن نعلم أن الاختلاف أساسا هو أن كل نظرية تقوم على ملاحظات ودراسات تجريبية وممارسات إكلينيكية تختلف عن بعضها البعض، وأن الاختلاف بين النظريات يفيد في أن النظريات مجتمعة، تعلمنا الكثير وأن كلا منها منفردا، تعلمنا شيئا ونستطيع انتقاء ما يفيدنا.

٨-١. أوجه الشبه بين نظريات الإرشاد:

- ١- جميع النظريات تؤكد أن على المرشد أو المعالج إعطاء التقبل والأمان والاطمئنان للعميل وهدفها واحد هو تحقيق الذات.

٢- كل النظريات تحاول فهم كيف ينشأ القلق وكيف تهب وسائل الدفاع وأساليب التوافق وكيف يمكن تعديل السلوك.

٣- أن الفرد لديه دوافع وحاجات وقوى حيوية تتحكم في سلوكه.

٤- أن التعلم خطوة أساسية من أجل تحقيق التوافق النفسي عن طريق تغيير وتعديل السلوك.

٥- أن أهم ما في عملية الإرشاد هو العلاقة الإرشادية التي تتسم بالجو النفسي المتقبل الخالي من التهديد، الذي يحرر قوى النمو والتوافق لدى الفرد لتحقيق الصحة النفسية.

٢-٨- أوجه الاختلاف بين نظريات الإرشاد:

١- نمت بعض النظريات في معامل المعالجين وبعضها خرج من معامل علم النفس وبعضها نتج عن الدراسات الإحصائية.

٢- توجد اختلافات حول الأهمية النسبية للمحددات الشعورية والمحددات اللاشعورية للسلوك.

٣- تختلف النظريات حول الدور الذي يلعبه التعزيز.

٤- تختلف النظريات حول أهمية الحياة الماضية بالنسبة للمريض في الطفولة.

٥- تختلف النظريات حول أهمية البيئة وعضوية الجماعة في السلوك.

٦- تتفاوت النظرة إلى أهمية الخبرات الخاصة والذاتية، فالبعض يؤكد أهمية السلوك الملاحظ، والبعض يؤكد أهمية الخبرات الداخلية.

٧- تحترم بعض النظريات الاختبارات النفسية وتعظمها، بينما تؤكد بعضها أن الأساس الأهم هو مفهوم الفرد عن ذاته الذي يحدد سلوكه بصرف النظر عن درجات الاختبار.

٨- تؤكد بعض النظريات أن الماضي يؤثر في الحاضر ويشير إلى المستقبل.

٩- تؤكد بعض النظريات على (Now & Here)، أي هنا والآن.



المحاضرة السادسة التقنيات الأساسية في الإرشاد النفسي

- ١- المحاضرة.
- ٢- دحض الأفكار غير العقلانية.
- ٣- الواجب المنزلي.
- ٤- المناقشة والحوار.
- ٥- النمذجة.
- ٦- حل المشكلات.
- ٧- العصف الذهني.
- ٨- التعزيز الموجب.
- ٩- الأحاديث الذاتية.
- ١٠- الاسترخاء العضلي.



التقنيات الأساسية في الإرشاد النفسي والتربوي

يزخر مجال الإرشاد والعلاج النفسي بالعديد من الأساليب والفنيات المستقاة من نظريات الإرشاد والعلاج النفسي المختلفة، يستخدمها المرشد أثناء البدء في الجلسات الإرشادية، لمواجهة مشكلات الفرد والتخفيف منها من جهة، وكذا تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد من جهة أخرى، ومن بين هذه الفنيات، نجد:

١- فنية المحاضرة:

تعتمد فنية المحاضرة في جوهرها على تقديم معلومات سيكولوجية بطريقة منظمة لأفراد المجموعة الإرشادية لزيادة استبصارهم بأنفسهم بطريقة موضوعية، مما ينمي لديهم اهتمامات بمدى حاجتهم ورغبتهم في تلقي المعلومة المتضمنة في المحاضرات، والتي يراعى فيها أن تكون ذات صلة وثيقة بمشكلاتهم الخاصة، ويهيئ لديهم موقف تعليمي يبدأ من شعورهم بأن مشكلاتهم الخاصة هي نقص معلومات عن أنفسهم، فيدفعهم ذلك إلى متابعة المحاضرات واستثارة نشاطهم العقلي والانفعالي، مما يساعد في خلق أهداف جديدة تتمثل في الرغبة في حل المشكلات التي يعانون منها.

٢- فنية دحض الأفكار غير العقلانية:

إن حجر الزاوية في العلاج المعرفي السلوكي مبدأ مؤداه أن الأفكار هي التي توجه السلوك وتستثير الانفعالات، والاستجابات الفسيولوجية ويستخدم المعالجون عمليات التساؤل السقراطي، حيث يشجع العميل على البحث عن جوهر اعتناقه لهذا التفكير غير المساعد وغير المنطقي، ومن المهم فحص معنى معتقدات العميل قبل البدء في العمل عليها.

ويقصد بها تلك الأفكار التي تعطل قدرة الفرد على التعامل مع خبرات الحياة، وتعطل التناغم الداخلي للفرد، وينتج عنها ردود فعل

انفعالية زائدة وغير ملائمة، وقد لا يكون الفرد على علم بها حتى يستطيع أن يحددها وبالتالي التعامل معها بغرض تصحيحها وتعديلها، ولكن مع التدريب والتعليم يصبح لديه وعي بها ويمكنه التركيز عليها. وقد أكد ألبرت إليس (A.Ellis)، ومن قبله أدلر (Adler)، أن العلاج يجب أن يتضمن الحوار مع العميل بكل الضروب المنطقية من الحوار، حيث يزود العميل بالمعلومات التي لم تكن متوفرة لديه، لكي يبين له الجانب الخاطئ في تفكيره مع دفعه مباشرة إلى استنتاج طرق التفكير الصحيحة وتطبيقها.

وفي هذا الأسلوب الإدراكي يسعى المرشد إلى مجادلة المسترشد حول الأفكار الخاطئة غير العقلانية التي ساهمت في نشأة المشكلات التي يعاني، والمرشد لا يقف موقفا سلبيا في هذه العملية بل إنه يعلم المسترشد كيف يقوم بذلك لوحده من خلال اكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبنى عليها أنماط سلوكه ومشاعره، ومن الأسئلة التي يوجهها المرشد للعميل ليجيب عنها، (أين الدليل على ما تقوله أو ما تشعر به؟ ولماذا تكون الحياة مأساوية إذا لم تجر الحياة بالشكل الذي تريد؟ وهل هو نهاية العالم إذا لم تتحقق أحلامك في الحياة؟)، إن مثل هذه الأسئلة الجدلية والحوارية تجعل المسترشد يعيد التفكير في الأفكار التي يتخذها مسلمات وحقائق وبالتالي يبدأ في إعادة التفكير بها واختبار مصداقيتها ومدى تأثيرها على حياته. لقد صنفت ثلاثة أنماط من التقنيد على شكل استفسارات، وهي

كالاتي:

- **التفنيد المنطقي (Logical Disputation):** ويتم ذلك من خلال التساؤلات: هل هذا المعتقد منطقي؟ وهل هذا المعتقد حقيقي؟ ولماذا هذه الفكرة حقيقية؟

- **التفنيد العلمي (Scientific Disputation):** ويتم ذلك من خلال التساؤلات: أين البرهان على صحة هذا المعتقد؟ وأين الدليل على ذلك؟ وكيف يكون هذا الأمر قطعياً؟

- **التفنيد العملي (Pratical Disputation):** ويتم ذلك من خلال التساؤلات: هل يساعد هذا المعتقد على حل المشكلات الخاصة؟ وهل يساعد على إنجاز الأهداف وتحقيق الطموحات؟ وهل يزود الفرد بنتائج إيجابية؟

وعليه فإن نجاح أي شخص في الإرشاد، يجب أن يكون مصحوباً بتحسين في طريقة تفكيره وإدراكه لنفسه والعالم فالتفكير المشوه هو العامل الرئيس في ظهور المشكلات النفسية لدى المتعلم، الناتج عن نقص في المعلومات والأفكار الصحيحة لديه، وأن هذه المشكلات النفسية تؤدي أيضاً إلى ظهور مشكلات أكاديمية تمنع تميز الطالب في التحصيل الدراسي، ذلك أن الإرشاد يؤكد على الأداء (القيام بالعمل) وليس مجرد الحديث عن المشاكل وتجميع إستبصارات، وأنه يهتم بكيفية تعلم المتعلم وكيف يتغير السلوك وأن عملية الإرشاد تتضمن عملية تعلم ومحو التعلم وإعادة التعلم.

٣- فنية الواجبات المنزلية:

تلعب الواجبات المنزلية دوراً هاماً في كل العلاجات النفسية، ولها دور خاص في زيادة فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي، حيث أنها الفنية الوحيدة التي يبدأ ويختم بها المعالج المعرفي السلوكي كل جلسة إرشادية تساهم في تحديد درجة التعاون والألفة القائمة بين المعالج والمتعالج، ويستطيع المعالج تقوية العلاقة العلاجية بتكليف الفرد بعمل الواجبات المنزلية، ويقدم كل واجب منزلي على أنه تجربة مناسبة لاكتشاف بعض العوامل المعرفية المتعلقة بالمشكلة التي يواجهها الفرد حديثاً.

سبب آخر لأهمية الواجب المنزلي، هو أنه يرفع وعي العميل بقدرته على الاستمرار حتى بعد انتهاء الجلسات، ذلك أنه بالفعل قد تعلم عديدا من المهارات، وأصبح على قدر عال من الكفاءة والخبرة من خلال أداء الواجب المنزلي، أن الناس عموما يحتفظون بقدر ضئيل فقط من المعلومات المقدمة لهم في الاستشارات وأحد أهداف المهام أو الواجبات المنزلية بين الجلسات هو المساعدة في إعادة جمع وتثبيت المعلومات، ومن المهم الاعتراف للعميل أن التغيير يأتي عن طريق التمرين والممارسة.

كما إلى أن هناك العديد من الشروط التي يجب على المرشد الأخذ بها عندما تتضمن خطته الإرشادية تدريبات منزلية، أهمها:

- أن يكون المرشد متمكنا من النظريات النفسية الخاصة بتعديل السلوك، وأن تكون له قدرة كافية بمعرفة ديناميات المسترشد.
- أن يعرض المرشد الواجبات المنزلية على المسترشد حتى يتمكن من اختيار منها ما يمكنه تنفيذه.
- يجب أن تصمم الواجبات المنزلية في ضوء قدرات المسترشد وأن تعرض بطريقة سهلة التنفيذ.
- الاتفاق على الفترة الزمنية المطلوبة لإنجاز الواجب المنزلي.
- أن تقدم المشكلات المطلوب حلها في الواجبات المنزلية حسب الأولوية.

٤- فنية المناقشة والحوار:

إن استخدام فنية المناقشة والحوار والتي تكون على شكل حوار شفهي وعلى شكل وجهات نظر مختلفة أو إضافات أو مداخلات أو تعقيبات أثناء القيام بالعمل الإرشادي، يمكن أن تدفع المسترشدين إلى المشاركة والاستمتاع بالجلسات الإرشادية، تزيد من مساهمتهم مع المرشد في التفكير وإبداء الرأي في حل مشكلات معينة مما يجعلهم يشعرون كأفراد فاعلين، وهذا ما يمنحهم الثقة بأنفسهم وأن التعلم فيها

أكثر ثباتاً وديمومة، وتنمي القدرات الفكرية والمعرفية لدى المسترشدين وتدريبهم على التحليل والاستنتاج، وتحرك دوافعهم وتثير اهتمامهم، وتؤمن التغذية الراجعة الضرورية لتصحيح مسار عملية التعلم، وتعود المسترشدين على التفكير والاكتشاف، وتوقظ انتباههم، وتزيد من شغفهم بما هو مطروح في الجلسات الإرشادية، وتدفع الطلبة إلى استخدام النقد بدلا من السلبية في تقبل الآراء أو رفضها بدون أي تعليل منطقي، كما تنمي فيهم حب التعاون والعمل الجماعي.

٥- فنية النمذجة:

تعد النمذجة جزءاً أساسياً ضمن برامج كثيرة لتعديل السلوك، وهي تستند إلى افتراض مؤداه أن الإنسان قادر على التعلم عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين، وتعرضه بصورة منتظمة للنماذج ويعطى الشخص فرصة لملاحظة نموذج ويطلب منه أداء العمل نفسه الذي يقوم به النموذج.

وتستخدم النمذجة لمساعدة المسترشد في تحقيق استجابات مرغوبة فيها، أو التخلص من المخاوف من خلال مشاهدة سلوك شخص آخر، ويمكن أن تكون بمشاهدة نموذج واقعي للسلوك، أو من خلال نماذج مكتوبة أو مسجلة، أو بتخيل المرشد لذلك السلوك، أو من خلال لعب الدور، وتكون النماذج الحية (Model Live) هي أكثر الأنواع فاعلية، لأنها قد تزيد الدافعية، وتسهل عملية تعلم السلوك المرغوب. ويفضل اختيار النموذج من عمر مماثل لعمر المسترشد وجنسه ومركزه الاجتماعي وخلفيته الثقافية.

للمنمجة أربع وظائف أساسية، فبملاحظة النموذج السلوكي يمكن للمسترشد أن يتعلم سلوكاً جديداً مناسباً وكذلك فإن ملاحظة النموذج ينتج عنه أثر اجتماعي تسهيلي (Facilitative) وذلك بمساعدة المسترشد على أداء سلوكيات كان بوسعها أن يقوم بها فيما مضى وذلك في أوقات أكثر ملائمة وبطرق أكثر ملائمة وتجاه أشخاص ملائمين،

وكذلك قد تؤدي النمذجة إلى إنهاء كف سلوكيات كان المسترشد يتحاشاها بسبب الخوف أو القلق وحين يرفع الكف عن هذه السلوكيات فإن النمذجة قد تزيد الانطفاء المباشر والانطفاء بالإنابة (التعويضي) للمخاوف المرتبطة بالشخص أو الشيء الذي كان السلوك موجهًا نحوه.

٦- فنية حل المشكلات:

حل المشكلات هو عملية يحاول بها الشخص أن يخرج من مأزق أو موقف ضاغط، وأن حل المشكلات هو نوع من السلوك المحكوم بقواعد، وحل المشكلات عند جاني هو عملية يستحضر فيها الأشخاص مفاهيم وقواعد من معرفتهم السابقة ويستخرجون منها قواعد من مستوى أعلى تساعد على حل المشكلات وهي أعلى صور التعلم وقمته.

كما أن هناك مفاهيم إرشادية خاصة بحل المشكلات التي تعترض حياة الفرد حيث يركز التدريب على تحقيق الأهداف الإرشادية التالية:

- رفع الاتجاه الإيجابي نحو المشكلة، ومساعدة العميل على تبني توجهها إيجابيا ومتكيفاً نحو المشكلة.

- القدرة على إعادة تنظيم المشكلة بشكل مضبوط وصحيح حين تحدث.
- اعتقاد أن المشكلات تعتبر عادية وجزء من الحياة لا يمكن تجنبها.
- القدرة على تحديد وإسناد سبب المشكلات بشكل مضبوط.
- الميل إلى تقييم المشكلات الجديدة كتحديات بدلا من تهديدات أو كوارث أو وضعيات يتم تجنبها.

- الاعتقاد في القدرة الذاتية للتعامل الفعال مع المشكلات الضاغطة.
- معرفة أن المشكلات المعقدة، يمكن أن تتطلب الوقت والجهد لحلها.
- الرغبة في حل المشكلات بالطريقة المناسبة.
- التخفيف أو خفض الاتجاه السلبي للفرد نحو المشكلة.
- تحسين مهارات حل المشكلات، العقلانية للعميل.
- خفض ميل العميل للدفاعية واللامبالاة.

- خفض ميل الفرد لتجنب المشكلات حين تحدث.
فحل المشكلات هو قدرة الطالب على تمييز المعارف والمهارات والخبرات اللازمة وتوظيفها للوصول إلى تحقيق الهدف.

٧- فنية العصف الذهني:

يرتبط مفهوم العصف الذهني بمفهوم حفز أو إثارة العقل، ويقوم على تصور حل المشكلة على أنه موقف به طرفان يتحدى أحدهما الآخر، العقل البشري (المخ) في جانب، والمشكلة التي تتطلب الحل في جانب آخر، ولا بد للعقل من الالتفاف حول المشكلة والنظر إليها من أكثر من جانب، ومحاولة تطويقها واقتحامها بكل الطرق الممكنة.

ويمكن الاستفادة من هذه الفنية في بناء برنامج إرشادي للتميز في التحصيل وجودة التفكير العلمي، ذلك أن جميع الدراسات والتجارب تؤكد أهمية العصف الذهني في توليد الأفكار الجديدة والمتعددة، ذلك أن الكم يولد النوع.

٨- فنية التعزيز الموجب:

عبارة عن إجراء يتم فيه تقديم مثير بعد الاستجابة حيث يؤدي هذا التقديم للمثير لزيادة تكرار حدوث تلك الاستجابة، وللتعزيز وظيفتان هامتين الأولى إخبارية فالمتعلم بمجرد حصوله على التعزيز يعرف أن استجابته كانت في الاتجاه الصحيح، والثانية هي وظيفة دافعية ذلك أن الحصول على التعزيز هو القوة الدافعة المسيطرة التي تعمل على الحفاظ على التعلم.

فهو تعزيز بمعنى أنه قد ترتب عليه ازدياد السلوك (الاستجابة)، وهو إيجابي لأنه اشتمل على إضافة (شيء مرغوب فيه بالنسبة للشخص)، مثال ذلك إذا وجه المعلم سؤالاً للطلاب أثناء الدرس ثم اختار أحدهم ليجيب على السؤال فأجاب الإجابة الصحيحة، فوجه إليه المدرس الشكر والثناء وكان من نتيجة ذلك أن ازداد معدل إجابات هذا الطالب على الأسئلة التي وجهها المدرس في المرات التالية، اعتبرنا أن

كلمات الشكر والثناء التي وجهها له المدرس قد عملت كمعززات ايجابية لسلوك الإجابة على الأسئلة فهي معززات لأنها ساعدت على تكرار الاستجابة، وهي ايجابية لأنها اشتملت على إضافة شيء مرغوب (الثناء).

٩- فنية الحديث الذاتي:

تقوم فكرة التدريب على الأحاديث الذاتية أو التعليمات الذاتية على فرض مؤداه أن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تحدد باقي الأشياء التي يفعلونها، فسلوك الإنسان يتأثر بالجوانب المختلفة لأنشطته والتي توجه بتكوينات متنوعة مثل الاستجابات الفيزيولوجية، وردود الأفعال الوجدانية، والجوانب المعرفية، والتفاعلات الإجتماعية، وتعتبر الأحاديث الداخلية أحد هذه الأنشطة أو التكوينات.

أنه قد ظهر في الآونة الأخيرة العديد من البرامج التي تساهم في رفع كفاءة الأفراد تحت عناوين مختلفة منها برامج القوة الداخلية، أنها تمثل ميكانيزما داخليا يصل من خلالها الفرد إلى التحدث المعلن والموجه لذات الفرد، وأنها ميكانيزم تتوسط الوعي الذاتي، حيث تسمح هذه الحوارات للفرد بتوجيه انتباهه لنفسه، وإعطاء فرصة لملاحظة ما يدور في الذات الداخلية.

وقد أشار إلى نوع من التواصل الداخلي والحوارات الهدامة Destructive Dealogues تمثل عمليات الاتصال الداخلي ذات النغمة السلبية، حيث يركز فيها الفرد على الأحداث الحرجة والجوانب الضعيفة، التي يواجه بها نفسه على المستوى العقلي، فيقوم بالتقليل من تدعيم الجوانب الإيجابية لذاته.

كما أوضح باندورا، أنه كلما كان الفرد على درجة عالية من الوعي ازدادت فعاليته لذاته "Self- Efficacy" التي يراها علي أنها مجموعة من الأفكار الصادرة عن الفرد التي تعبر عن معتقداته حول قدراته على القيام بسلوكيات معينة، ومرونته في مواجهة المواقف

الصعبة والمعقدة، وتحديه لها، ومدى مثابرتة لإنجاز المهمات المكلف بها.

ويعد التدريب على الحديث الذاتي من الفنيات المهمة التي يتضمنها اتجاه ميتشنبوم (Meichenbaum) وهي تتضمن التعرف على الأفكار والتعبيرات الذاتية السلبية المرتبطة بالضغوط التي تسبب الضيق والكدر والمشقة للفرد ومساعدة العميل على تعديل التعبيرات الذاتية السلبية لديه واستبدالها بتعبيرات ذاتية ايجابية، وهكذا من خلال التدريب على التعليم الذاتي يتعلم العميل أن ما يعانيه من قلق وضغوط هو نتيجة سوء تفسيره وتأويله للمواقف التي يتعرض إليها، وأيضاً نتيجة لأحاديث الذات السلبية لديه (الحوار الداخلي السلبي) ومن ثمة لا بد من ضرورة استبدالها بأحاديث ذات إيجابية ومنطقية.

أن عملية العلاج تشتمل على ثلاث مراحل أساسية:

- أن يدرك المسترشد، أو يصبح واعياً بسلوكياته غير الملائمة.
- يؤخذ هذا الوعي كمؤشر يولد حديثاً داخلياً معيناً.
- يكون هناك تغيير في طبيعة الحديث الداخلي عن ذلك الذي كان موجوداً لدى المسترشد قبل العلاج.

١٠- فنية الاسترخاء العضلي:

طور هذا الأسلوب من قبل جاكبسون (Jacobson) موضحاً أن الاسترخاء يعد من العوامل الكامنة للقلق، فلا يمكن للشخص أن يكون مسترخياً وقلقاً في الوقت نفسه، وتعد الأساليب الحديثة في الاسترخاء من أشهر أساليب العلاج السلوكي ويحتاج إجراءه إلى تدريب منظم. ويمكن الاستفادة من هذه الفنية في بناء برامج إرشادية لحل مشكلات كثيرة لدى المتعلمين، ذلك أن تدريبات الاسترخاء العضلي مفيدة لإزالة التوتر وإعادة الانتعاش للمتعلم، حيث الاسترخاء لمجموعة من عضلات الجسم وللجسم كله مهارة يتعلمها المتعلم ويتحسن فيها مع الممارسة ولكن من المهم استخدام الاسترخاء العضلي أثناء القلق والمواقف الضاغطة التي تواجهه.



المحاضرة السابعة مجالات الإرشاد النفسي

- ١- الإرشاد التربوي.
- ٢- الإرشاد المهني.
- ٣- الإرشاد الأسري.
- ٤- إرشاد الشباب والمراهقين.
- ٥- إرشاد غير العاديين.



مجالات الإرشاد النفسي

تتعدد مجالات الإرشاد النفسي بتعدد مناحي الحياة المختلفة وتنوعها فنجد في المدارس والجامعات وفي عالم المهن وداخل الأسرة، بحيث أصبح الإرشاد نسقا جوهريا لكل مجال من هذه المجالات يقدم خدمات أساسية تسعى لاستيعاب المشكلات المتنوعة، كما يمكن أن تغطي مجالات الإرشاد كذلك مراحل العمر المختلفة للإنسان - الاتجاه القائم على تقسيم خدمات الإرشاد بحسب مراحل النمو - مرحلة الطفولة ومشكلاتها، والمراهقة وتغيراتها، وجميع المراحل الأخرى، لمساعدة الفرد للتخلص من اضطراباته ومشكلاته والسعي لتأهيله لتحقيق التكيف المناسب على المستويين الشخصي والاجتماعي، ولعل هذا يعود أساسا إلى أنه من بين المسلمات العامة للإرشاد حق الفرد في الإرشاد، وأن الإرشاد عملية مستمرة عبر مراحل العمر، اعتبارا أن الإرشاد خدمة مستمرة.

وفيما يلي أهم مجالات الإرشاد النفسي:

١- الإرشاد التربوي:

الإرشاد التربوي هو عملية مساعدة الطلاب على معرفة إمكاناتهم وقدراتهم حتى يتم استخدامها بشكل مناسب في اختيار الدراسة المناسبة لهم، والالتحاق بها، والنجاح فيها، والتغلب على الصعوبات الدراسية التي تعترضهم في حياتهم الدراسية لتحقيق التوافق مع الذات ومع الآخرين في الأسرة والمدرسة والمجتمع، وذلك من أجل تحقيق أفضل إنتاجية أكاديمية ممكنة.

- أهداف الإرشاد التربوي:

الهدف الرئيس الخاص بالإرشاد التربوي هو تحقيق النجاح تربويا، ويمكن تحقيق هذا الهدف من خلال:

- مساعدة التلاميذ والطلاب على اكتشاف قدراتهم وميولهم ليتمكنوا من اتخاذ القرارات المناسبة بشأن المشكلات التي تواجههم.
- مساعدة الطلاب على الاختيار السليم لنوع الدراسة، من خلال معرفة مؤهلات الطالب وعرفة استعداداته وقدراته وميوله التي تعتبر بمثابة محددات أساسية لاختيار نوع الدراسة المناسب.
- مساعدة الطلاب على الاستمرار في الدراسة والنجاح فيهما من خلال مساعدتهم على التوافق الحسن مع دراستهم ومساعدتهم في حل المشكلات التي تعترضهم أثناء دراستهم.
- مساعدة الطلاب غير العاديين: من خلال العناية الجادة بالموهوبين والمتميزين، والعمل على تنمية مواهبهم، وقدراتهم وتوجيه طاقاتهم الكامنة توجيهها سليما.

٢- الإرشاد المهني:

- يعرف التوجيه المهني، بأنه: عملية مساعدة الفرد على إنماء وتقبل صورة لذاته متكاملة ومتلائمة لدوره في عالم العمل، وكذلك مساعدته على أن يختبر هذه الصورة في العالم الواقعي وأن يحولها إلى حقيقة واقعة بحيث تكفل له السعادة ولمجتمعه المنفعة.
- ذلك أن وضع الفرد المناسب في المكان المناسب، يؤدي إلى الكثير من الفوائد النفسية والاقتصادية والصحية، ومن ذلك نجد:
- ارتفاع نسب النجاح والتقدم والتفوق في مجالات الدراسة والعمل ومن ثم تقليل الفشل الدراسي.
- شعور الفرد بالرضا والسعادة عن دراسته أو مهنته، وأن لاشك أن هذا الشعور ينعكس على حياته العملية والأسرية والاجتماعية والنفسية.
- يؤدي التوجيه السليم إلى زيادة الإنتاج كما وكيفا، بمعنى زيادة حجم الإنتاج وجودته.
- يؤدي التوجيه السليم إلى انخفاض معدلات البطالة، وحماية المجتمع والأفراد من أضرارها.

- أظهرت الدراسات أن وضع الفرد المناسب في مكانه المناسب يقلل من نسب تمارض الأفراد.
 - يؤدي التوجيه السليم إلى انخفاض معدلات حوادث العمل وإصاباته.
 - يؤدي وضع الطالب في دراسة لا تناسبه إلى المعاناة والعقد والأزمات والأمراض والاضطرابات النفسية العقلية والسلوكية.
 - يؤدي التوجيه المهني إلى زيادة الإنتاج ومهارة العامل مما يساعد على ارتفاع مستوى المعيشة.
- ٣- الإرشاد الأسري:

يعرف الإرشاد النفسي الأسري بأنه مساعدة أفراد الأسرة (والدين الأولاد) فرادى أو جماعة على فهم الحياة الأسرية ومسؤولياتها، وتكوين وجهة نظر إيجابية وتعلم تحقيق الأهداف الذاتية والأسرية من خلال اختيارات ذات معنى لتحقيق الاستقرار، والتوافق الأسري، وحل المشكلات الأسرية.

ومن هذا الهدف العام يمكن تحديد أهداف فرعية نذكر منها:

- مساعدة العملاء من أعضاء الأسرة على التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية والزوجية.
- مساعدة أعضاء الأسرة على فتح قنوات للاتصال الفاعل بينهم وبين أعضاء أسرهم، بحيث يمكن مناقشة مشكلاتهم بصراحة، والتعبير عن انفعالاتهم تجاه بعضهم البعض.
- مساعدة أفراد الأسرة في تحديد السلوك الجيد الذي يروونه مناسباً لعلاج مشكلاتهم، وتدريبهم على كيفية القيام به، مع تعريفهم على الاختيارات الانفعالية المتاحة أمامهم.
- مساعدة أفراد الأسرة في اتخاذ قراراتهم المتعلقة بالمستقبل وتقويم ما تقدمه الأسرة لأفرادها لتعلم المفاهيم والقيم الدينية، وفلسفة الأدوار والمكانة الاجتماعية.

- مساعدتهم على تنمية علاقاتهم بالآخرين، ولاسيما عن طريق التعبير عن المشاعر الإيجابية، ومشاعر التقدير تجاه الآخرين من أعضاء الأسرة.

- مساعدة الزوجين في تبين حاجات الأبناء الأسوياء والمعوقين في مواجهة مطالب النمو وظروف التغيير والانتقال.

٥- إرشاد الشباب والمراهقين:

تعرف المراهقة بأنها: مرحلة نمو معينة تقع بين سن الطفولة وسن الرشد، فهي طور نمائي ينتقل فيه الناشئ، وهو طفل غير ناضج جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا، أي من طور أوضح سماته الاعتماد والإتكالية على الغير، إلى فرد إنساني متدرج نحو بدء النضج، ومحاولة الاستقلال والاكتفاء بالذات.

ومرحلة الشباب تعتبر مرحلة الإرشاد التربوي والمهني، ويمكن المستوى العقلي النامي للشباب من إنجاح عملية الإرشاد النفسي... ومن أهم خصائص النمو في مرحلة الشباب بصفة عامة أنها مرحلة انتقال حرجة تبدأ بالبلوغ الجنسي الذي يصاحبه تغيرات جسمية وانفعالية واجتماعية... وفي مرحلة الشباب تنمو الانفعالات وتتميز بالسيولة والعنف والتذبذب والتناقض والقوة والحساسية إلى أن تصل إلى الاستقلال والاستقرار والنضج الانفعالي، وخلال هذه المرحلة ينمو الشاب اجتماعيا ويستقل ويؤكد ذاته ويتصل برفاق سنه وأصدقائه، ويتعلم تحمل المسؤولية وينمو ذكائه الاجتماعي، ويختار مهنة ويستعد لها وتحدد فلسفته في الحياة.

ومن بين مشكلات الشباب والمراهقين التي تحتاج إلى خدمات الإرشاد، نجد:

(المشكلات الجنسية - مشكلات المستقبل المهني - المشكلات الدراسية - المشكلات الأسرية - المشكلات النفسية - المشكلات الاجتماعية - المشكلات الصحية - المشكلات الأخلاقية - مشكلات وقت الفراغ).

٦- إرشاد غير العاديين:

يعرف الفرد غير العادي بأنه: ذلك الفرد الذي ينحرف عن المتوسط في صفاته العقلية أو الحسية أو الجسمية أو الانفعالية أو الاجتماعية إلى درجة يستدعي استخدام خدمات خاصة لتنمية قدراته وصفاته إلى أقصى حد ممكن، ليتمكن من تحقيق التوافق في البيئة التي يعيش فيها.

وتتمثل أهداف إرشاد الأفراد غير العاديين، فيما يلي:

- الكشف المبكر عن الأفراد غير العاديين (موهوبين - معوقين)، من خلال أدوات القياس والتشخيص المناسبة.
- مساعدتهم على النمو نموا متكاملا في جوانب شخصياتهم الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، واستثمار ما لديهم من إمكانيات.
- توفير الرعاية النفسية والاجتماعية لهم، بما يمكنهم من تحقيق النمو النفسي والاجتماعي بشكل سليم.
- العمل على نشر الوعي بين أفراد المجتمع، وتعديل الاتجاهات الخاطئة نحو الأفراد غير العاديين، والعمل على تقبلهم ضمن إطار المجتمع الذي يعيشون فيه.
- إعداد برامج الإرشاد المناسبة لكل فئة من فئات الأفراد غير العاديين.



المحاضرة الثامنة الإرشاد النفسي عبر الانترنت

- ١- مفهوم الإرشاد عبر الانترنت.
- ٢- طرق استخدام الارشاد عبر الانترنت.
- ٣- مزايا الإرشاد النفسي الإلكتروني.
- ٤- عيوب الإرشاد النفسي الإلكتروني.



الإرشاد النفسي عبر الإنترنت

١- مفهوم الإرشاد عبر الإنترنت:

يعرف الإرشاد الإلكتروني للأطفال على أنه: "عملية توظيف الاتصال الاجتماعي عبر الإنترنت بين طرفين هما المرشد والطفل بهدف التغلب على مشكلات الأطفال النفسية وباستخدام وسائط مثل البريد الإلكتروني أو غرف المحادثة الإلكترونية أو الرسائل النصية أو مواقع التواصل الاجتماعي".

كما يعرف بأنه: "كافة الاستشارات والخدمات الاكلينيكية التي تقدم من خلال التطبيقات المختلفة للإنترنت مثل الرسائل، التحدث عبر الإنترنت، البريد الإلكتروني، والمقابلات باستخدام الفيديو".

وأيضا عرف على أنه: "أحد التطبيقات الحديثة نسبياً سواء على مستوى الخدمات النفسية ووسائل تقديمها أو على مستوى حداثة اهتمام التكنولوجيا بعمل تطبيقات تسهل على المرشدين النفسيين عملهم وتيسر على العملاء الحصول على الخدمات الإرشاد النفسي عبر الإنترنت وتحديد أبعاده".

ويعرف على أنه: "تدخلات مهنية محكومة بعدد من القواعد والإجراءات الفنية والأخلاقية، تقوم على تأسيس علاقة تفاعلية عبر الإنترنت بين المرشد والمسترشد، تتضمن دمج مجموعة من أساليب الإرشاد، السلوكية، والمعرفية، والإنسانية بهدف تخفيض أعراض الخوف الاجتماعي لدى المسترشد ، وإحداث تغيير إيجابي في سلوكياته ونظام اعتقاداته".

كما يعرف الإرشاد النفسي بأنه: "علاقة مهنية تلزم المرشدين بتقديم المساعدة وتمكين الأطفال وأسرهم والمجتمعات لتفادي أو مواجهة التحديات الحياتية من ناحية، أو حفز التطور الانساني لتحقيق

الرفاهية والكرامة والعدالة الاجتماعية في ظل مجتمع صحي من ناحية أخرى".

٢- طرق استخدام الإرشاد عبر الإنترنت:

- البريد الإلكتروني: حيث يرسل المسترشد مشكلته عبر البريد وينتظر الرد من المرشد النفسي، أي أن التواصل لن يكون متزامناً.

- غرف التحدث: حيث يتحدث المرشد النفسي مع العميل صوتاً فقط بدون صورة، وتكون متزامنة أي في نفس الوقت.

- الرسائل النصية: وهي طريقة متزامنة يتواصل فيها المرشد والمسترشد عن طريق كتابة الرسائل.

- التحدث عبر الفيديو: وهي طريقة يتم فيها التواصل بينهما صوتاً وصورة، وهي أقرب الطرق للإرشاد العادي حيث تضمن للطرفين رؤية تعبيرات الوجه، والتعبيرات غير اللفظية، فهي تحسن عملية التواصل والعملية الإرشادية.

- المنتديات الإرشادية: حيث يجتمع بها مجموعة من المسترشدين لمناقشة مشكلة بعينها وإيجاد حلول لها بمساعدة المرشد النفسي.

- الموبايل: حيث يمكن استخدامه كوسيلة لتبادل الرسائل النصية أو مكالمات الفيديو لإجراء المقابلة الإرشادية.

- مواقع التواصل الاجتماعي: كالفايس بوك – تويتر – لنكدن.....

وفي الإرشاد الإلكتروني يمكن إرشاد فرد واحد أو مجموعة أفراد كما في الإرشاد النفسي الجماعي.

٣- مزايا الإرشاد النفسي الإلكتروني:

أشارت بعض الدراسات لأهمية الإرشاد النفسي الإلكتروني ومزاياه مقارنةً بالإرشاد النفسي التقليدي سواء للأطفال أو أولياء الأمور، وتم تلخيص هذه المزايا في النقاط التالية:

- إن مجال الإرشاد الإلكتروني يفتح الطريق أمام الباحثين لتناول قضايا بحثية جديدة لم تكن مألوفة في الإرشاد التقليدي كدراسة طبيعة عملية

التواصل الإرشادي الإلكتروني وفعاليتها، ومنها بحوث فرعية مثل (المتغيرات المرتبطة بطبيعة العمل - الآمال والتوقعات المرجوة من الإرشاد الإلكتروني - الفنيات الجديدة - العلاقة العلاجية بين العميل والمرشد - المعالجات المقترحة للإرشاد الإلكتروني - البيئة الإلكترونية - العلاج الإلكتروني).

- أن جلسات الإرشاد الإلكتروني تعتبر مصدراً يمثل درجة عالية من المصادقية لتقييم عملية الإرشاد وأثارها على مخرجات العلاج الإرشادي.

- يبسر على أولياء الأمور والمسترشدين التعرف على مواقع الإرشاد النفسي والخدمات التي تقدمها واختيار الأنسب لهم.
- يعتبر أكثر تقبلاً وارتياحاً لبعض المسترشدين من الإرشاد التقليدي، نظراً لأنه متاح في أي وقت، وفي أي مكان فقد يكون المرشد والمسترشد من بلدين مختلفين.

- يكون ميسراً للمرضى أو المعاقين ، حيث يمكنهم من إجراء المقابلة الإرشادية من المنزل دون الحاجة للذهاب إلى المرشد.

- يسهل عملية التدريب للمرشدين نظراً لوفرة البرامج التدريبية ونماذج المرشدين المتميزين الذين يستخدمون استراتيجيات وفنيات الكترونية حديثة تمكن الراغبين في العمل بالإرشاد النفسي من التمكن من هذه المهارات بطريقة أكثر سهولة مقارنة بالإرشاد التقليدي.

- توفير المال، فعادة ما يكون الإرشاد النفسي الإلكتروني أقل تكلفة من الإرشاد العادي من حيث تكلفة الجلسة الإرشادية نفسها، بالإضافة إلى توفير تكلفة المواصلات.

- يوفر للعميل فرص عدم الافصاح عن هويته إذا كان من الشخصيات المرموقة أو لأسباب أخرى خاصة به، كما أنه يعفي المسترشد في بعض الاحيان من الحرج عند التحدث عن أمور يخجل منها.

- يتيح الفرص أمام أولياء أمور الأطفال الذين هم بحاجة للخدمة الإرشادية للاستفادة من المرشدين ذوي الخلفيات الثقافية المتعددة والمختلفة.

- تمكن المرشد من أن يصمم موقع ارشادي الكتروني يسهل على العملاء الاستفادة منه.

٤- عيوب الإرشاد النفسي الإلكتروني:

وكما للأساليب التكنولوجية من مزايا فبالتأكيد لها عيوب، ومن عيوب الإرشاد النفسي الإلكتروني، ما يلي:

- الأعطال الفنية أو التقنية التي قد تطرأ وقت تقديم الخدمة الإرشادية وتوقف تقديمها، مثل انقطاع النت أو ضعف إشارته، أو انقطاع الكهرباء، مما قد يصيب البعض بنوع من الاحباط إذا ما انقطع التواصل قبل الحصول على الخدمة بالشكل المرضي لهم.

- عدم توافر وسائل التواصل غير اللفظي في بعض طرق الإرشاد الإلكتروني كالبريد الإلكتروني أو المراسلات النصية... وغيرها مما يؤثر على كفاءة العملية الإرشادية.

- ضعف الامكانيات المادية لبعض المسترشدين وبالتالي عدم توفر أجهزة الحاسب أو الإنترنت أو الموبايل.

- إتاحة الإرشاد النفسي الإلكتروني لفئة ذات مستوى ثقافي أو تعليمي معين، في حين أنه قد يكون مهمة صعبة على الكثير من العملاء وبخاصة في العالم العربي والتي ترتفع فيها نسبة الأمية.

- قضايا السرية حيث أن الحصول على موافقة عند جمع البيانات عبر الإنترنت من المشاركين أصبحت إحدى التحديات التي تواجه الإرشاد الإلكتروني.

- اختلاف التوقيت بين الدول وبعضها البعض قد يصعب الاتفاق على موعد مناسب للمرشد والمسترشد .

- اختلاف جودة وسائل التكنولوجيا من منطقة أو من دولة وأخرى يمكن أن يؤثر على وضوح الصوت وجودة الخدمة.

خاتمة:

لقد أصبح إعداد التلاميذ في القرن الحادي والعشرين يتطلب نقلة نوعية واهتماما خاصا، إن في مستوى تطوير المناهج الدراسية، وإن في مستوى العناية بمتطلبات وحاجات المتعلم بما يمكن كل متعلم من تنمية قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، وأن العناية بالمعرفة والمنطق والتفكير ليست لوحدها كافية لإنجاح التلاميذ وتأمين مستقبلهم، بل الأمر يتطلب أيضا توفر خدمات إرشادية معينة على ذلك لتأمين مهارات حياتية أخرى لمواجهة تحديات الحياة، فعصرنا اليوم هو عصر قلق وضغوط ومشكلات نفسية في جميع مجالات الحياة، عصر أصبحنا فيه أكثر اهتماما بالظاهرة النفسية، عصر يحتاج فيه الطالب إلى من يحدد له معالم الطريق.

تستدعي الحاجة إذن العمل على توفير أخصائيين ممارسين يعملون على تقديم يد المساعدة للتخفيف من هذه المشكلات والضغوط، ذلك أن تجاوز المشكلات التي يعاني منها المتعلم في الوسط المدرسي مرتبط بجودة الخدمات التي يقدمها المرشد، وأن هذا الحقل العلمي المتمثل في التوجيه والإرشاد يستحق العناية والاهتمام والانتقال من ما هو ممكن - ما سيكون - إلى ما هو كائن، وأن تأمين هذه الخدمات يقلل الكثير من المشكلات الدراسية التي مازلت الأنظمة التعليمية تعاني من تبعاتها.

قائمة المراجع

١- المراجع باللغة العربية:

- ١- الجرجاوي، زياد بن علي محمود (٢٠١٠): القواعد المنهجية التربوية لبناء الاستبيان، ط٢، مطبعة الجراح، غزة، فلسطين.
- ٢- الحريري، رافدة والإمامي، سمير (٢٠١١): الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٣- الحلبوسي، سعدون سلمان نجم وآخرون (٢٠٠٢): التوجيه التربوي والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق. منشورات ELGA، فاليتا، مالطا.
- ٤- الخالدي، محمد أديب (٢٠٠٦): مرجع في علم النفس الإكلينيكي (المرضى): الفحص والعلاج، ط١، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- ٥- الخطيب، صالح أحمد (٢٠٠٩): الإرشاد النفسي في المدرسة - أسسه ونظرياته وتطبيقاته، ط٣، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
- ٦- الداهري، صالح حسن أحمد (٢٠١١): علم النفس الإرشادي نظرياته وأساليبه الحديثة، ط٢، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- ٧- الرفاعي، نعيم (٢٠١٠): الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية الشخصية، ط١٠، جامعة دمشق، سوريا.
- ٨- الزعبي، أحمد محمد (٢٠٠٧): التربية الخاصة للموهوبين والمعوقين وسبل رعايتهم وإرشادهم، ط٢، دار الفكر للنشر والتوزيع، دمشق، سوريا.
- ٩- الزعبي، أحمد محمد (٢٠٠٥): التوجيه والإرشاد النفسي أسسه - نظرياته - طرائقه - مجالاته - برامج، ط٢، دار الفكر، دمشق، سورية.
- ١٠- الزيود، نادر فهمي (٢٠٠٨): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط٢، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.
- ١١- الشناوي، محمد محروس والسيد، محمد عبد الرحمن (١٩٩٨): العلاج السلوكي الحديث، أسسه وتطبيقاته، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ١٢- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٤): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- ١٣- العاسمي، رياض نايل (٢٠١٢): المبادئ العامة في تخطيط وإدارة برامج الإرشاد النفسي، دمشق، دار العرب، سوريا.

- ١٤- العزة، سعيد حسني (٢٠٠٦): دليل المرشد التربوي في المدرسة، ط١، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.
- ١٥- العنزي، يوسف محيلان سلطان: أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي في دولة الكويت، متاح علي الموقع: <https://kenanaonline.com>، آخر إطلاع بتاريخ: 2015/03/15
- ١٦- الغامدي، غرم الله بن عبد الرزاق بن صالح (٢٠٠٩): التفكير العقلاني وغير العقلاني ومفهوم الذات والدافعية للإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة جدة و أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- ١٧- الفرخ، كاملة شعبان وتيم، عبد الجابر (١٩٩٩): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، ط١، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١٨- المالكي، موزة عبد الله (٢٠٠٥): مهارات الإرشاد النفسي وتطبيقاته، ط١، المجلس الوطني للثقافة والفنون والتراث، الدوحة، قطر.
- ١٩- النعيمي، محمد عبد العال والبياتي، عبد الجبار توفيق (٢٠٠٩): طرق ومناهج البحث العلمي، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٢٠- إبراهيم مصطفى، الزياد، أحمد حسن، وآخرون (١٩٧٢): المعجم الوسيط، ج١، ج٢، القاهرة، مجمع اللغة العربية، جمهورية مصر العربية.
- ٢١- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف والغريز، أحمد نايل (٢٠٠٩): التشخيص والتقييم في الإرشاد، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٢٢- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، عريبات، أحمد عبد الحليم (٢٠١٢): نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والإشهار، الأردن.
- ٢٣- أبو أسعد، عبد اللطيف (ب - ت): علم النفس الإرشادي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والإشهار، عمان، الأردن.
- ٢٤- أبو حماد، ناصر الدين (٢٠١٤): الإرشاد النفسي والتوجيه المهني، ط١، عالم الكتب الحديث، عمان، الأردن.
- ٢٥- أبو عطية، سهام درويش (٢٠١٥): مبادئ الإرشاد النفسي، ط٢، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.
- ٢٦- أبو غالي، عطا ف محمود (٢٠١١): فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى عينة من طالبات الثانوية العامة بمحافظة رفح، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد ١٢، العدد ٣، جامعة البحرين، البحرين.

- ٢٧- أوزي، أحمد (٢٠١١): المراهق والعلاقات المدرسية، ط٣، مطبعة النجاح الجديدة، الدار البيضاء، المغرب.
- ٢٨- بلان، كمال يوسف (٢٠١٥): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط١، دار الإصدار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٢٩- بلميهوبي كلثوم وآخرون (٢٠١٤): تقييم فعالية العلاج المعرفي السلوكي في علاج الاضطرابات النفسية، مركز البحث في الأنثربولوجيا الاجتماعية والثقافية، المؤسسة والوطنية للفنون المطبعية، الجزائر.
- ٣٠- جودت، شاكر محمود (٢٠٠٧): البحث العلمي في العلوم السلوكية، ط١، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، جمهورية مصر العربية.
- ٣١- جودت، عزت عبد الهادي والعزة، سعيد حسني (٢٠١٤): التوجيه المهني ونظرياته، ط٢، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٣٢- حافظ، نبيل عبد الفتاح وآخرون (٢٠١٢): العلاج الجشطلتي: تيار متميز في العلاج الحديث، ط١، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة جمهورية مصر العربية.
- ٣٣- حجازي، وآخرون (٢٠٠٥): الإطار المرجعي للإرشاد المدرسي في الدول الأعضاء بمكتب التربية العربي لدول الخليج، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ٣٤- خضر، عبد الباسط متولي (٢٠٠٨): الإرشاد الأسري في عصر القلق والتفكك: الخلفية النظرية والدراسات السابقة، دار الكتاب الحديث، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ٣٥- دردير، نشوة كرم عمار أبو بكر (٢٠١٠): فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم الإرشاد النفسي، جامعة القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ٣٦- دويدري، رجاء وحيد (٢٠٠٢): البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العملية، ط١، دار الفكر، دمشق، سوريا.
- ٣٧- زغبوش، بنعيسى وعلوي، سماعيل (٢٠١١): الإرشاد النفسي المعرفي والوساطة التربوية: تقنيات المقابلة والإنصات وتدبير الحوار، ط١، عالم الكتب الحديث، عمان، الأردن.
- ٣٨- زهران، حامد عبد السلام (١٩٧٧): التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ٣٩- سخسوخ، حسان (٢٠١٤): فاعلية برنامج إرشاد مصغر للتعامل مع بعض المشكلات النفسية لدى بعض طلاب وطالبات الجامعة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة فرحات عباس سطيف - ٠٢ - ، الجزائر.

٤٠- سعيد علي، ناسو صالح وحسين عباس حسين وليد (٢٠١٥): الإرشاد النفسي الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني، ط١، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٤١- شاهين، محمد أحمد وحمدي، محمد نزيه (٢٠٠٧): درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين: علاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفعالية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي في تحسينها، متاح على الموقع: www.acofps.com/vb/showthread.php?t=13895، آخر إطلاع بتاريخ 2013/08/17.

٤٢- عطية، محمود (٢٠١٠): ضغوط الشباب والمراهقين وكيفية مواجهتها، ط١، مكتبة الأنجلو المصرية: جمهورية مصر العربية.

٤٣- علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠): القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

٤٤- غولي، حسن أحمد سهيل القرة والعبيدي، مظهر عبد الكريم (٢٠١٣): أثر برنامج إرشادي (مقترح) لتنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية، مجلة دراسات تربوية، العدد (٢٢)، بغداد.

٤٥- فان دالين، ديوبلد ب (٢٠١٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة: نوفل محمد نبيل وآخرون، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

٤٦- فرحاتي، بلقاسم العربي (٢٠١٢): البحث الجامعي بين التحرير والتصميم والتقنيات، ط١، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٤٧- قطامي، يوسف وقطامي، نايفة (٢٠٠٠): سيكولوجية التعلم الصفي، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.

٤٨- كامل، مليكة لويس (١٩٩٤): العلاج السلوكي وتعديل السلوك، ط٢، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

٤٩- محمود عمر، ماهر (١٩٨٣): المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، ط٢، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.

٥٠- ملحم، سامي محمد (٢٠٠٧): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.

٥١- ملحم، سامي محمد (٢٠١٤): التقويم في الإرشاد النفسي والتربوي، ط١، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٥٢- منسي، حسن ومنسي، إيمان (٢٠٠٤): التوجيه والإرشاد النفسي نظرياته، ط١، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.

٥٣- منسي، محمود عبد الحليم وآخرون (٢٠٠٢): الصحة المدرسية النفسية للطفل، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب، جمهورية مصر العربية.

٥٤- مورتسن، ج. دونالد وشمولر ألن.م (٢٠٠٥): التوجيه والإرشاد المدرسي بين النظريات والإجراءات، ط١، ترجمة لجنة التعريب والترجمة، دار الكتاب الجامعين العين، الإمارات العربية المتحدة.

٥٥- هوفمان، إس جي (٢٠١٢): العلاج المعرفي السلوكي المعاصر - الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية، ترجمة مراد علي عيسي، ط١، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

٢- المراجع باللغة الأجنبية:

56- Gary R. VandenBos (2015), dictionary of psychology, Second Edition, American Psychological Association, United States of America.

57- American Counseling Association (2009), encyclopedia of counseling, United States of America.

58- Oxford University Press (2010), Third Edition, Uk.

59- McLeod J. (2013), An Introduction to Counselling, Fifth Edition, Open University Press London, UK.

60- Flanagan. J & Flanagan. R (2004), Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies, and techniques .published by john wiley & sons, inc., new jersey. USA.

61- Richard .Nelson-Jones. (2005). Practical counselling and helping skills, text and activities for the life skills counselling model, fifth edition, sage publications london, new delhi, India.

62- Ruth Chu-Lien Chao, (2015) Counseling Psychology: An Integrated Positive Psychological Approach, first published, John Wiley & Sons, UK.