

## طرق الإرشاد النفسي

تتعدد النظريات والمحاولات وطرق الإرشاد فمثلاً ترتبط نظرية الذات بنظرية الإرشاد غير المباشر، وترتبط بالنظرية السلوكية طريقة الإرشاد المباشر (الإرشاد السلوكي) ، وتتعدد طرق الإرشاد كذلك حسب ارتباطها بنظريات أخرى من نظريات الشخصية فمثلاً ترتبط طريقة الإرشاد باللعب بنظريات اللعب. وتتعدد طرق الإرشاد ونجد بعض المرشدين يوفق بين طريقتين مثل الإرشاد المباشر والإرشاد غير المباشر وبين الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي. وهناك الإرشاد الديني والإرشاد الخياري .

أهمية دراسة طرق الإرشاد المتعددة :  
على المرشد الإلمام بجميع طرق الإرشاد ويقوم العلماء بابتكار طرق جديدة لا تزال تحت الدراسة . وسوف نركز على عدد منها مثل :  
أولاً- الإرشاد الفردي :

هو المرشد عميل واحد وجهًا لوجه في كل مرة . وتعتمد فعاليته أساسًا على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والعميل أي أن العلاقة مخططة بين الطرفين . ويعتبر الإرشاد الفردي أهم مسؤولية مباشرة في برنامج التوجيه والإرشاد . ومن الوظائف الرئيسية للإرشاد الفردي ما يلي :

- ١ . تبادل المعلومات .

- ٢ . إثارة الدافعية لدى العميل .

- ٣ . تفسير المشكلات .

- ٤ . وضع خطط العمل المناسبة .

حالات استخدام الإرشاد الفردي :

يستخدم الإرشاد الفردي مع ما يلي :

أ . الحالات ذات المشكلات التي يغلب عليها الطابع الفردي والخاصة جدًا .  
كما في حالات وجود محتويات ذات طبيعة خاصة في مفهوم الذات،  
وحالات المشكلات والانحرافات الجنسية ... الخ .

ب . الحالات التي لا يمكن تناولها بفعالية عن طريق الإرشاد الجماعي .  
إجراءات الإرشاد الفردي :  
هو تطبيق عملي لكل إجراءات العملية الإرشادية والتي يجب أن تكون  
مفهومة لدى العميل، ابتداء من المقابلة الأولى حتى نهاية عملية الإرشاد  
النفسي وهي :

١ - جمع المعلومات مثل :

أ . المقالة .

ب . الملاحظة .

ج . دراسة الحالة .

د . مؤتمر الحالة .

هـ . الاختبارات .

و . السيرة الشخصية .

٢ - عملية الإرشاد النفسي :

أ . تحديد الأهداف .

ب . تحديد العملية .

ج . جمع المعلومات .

د . التشخيص .

هـ . تحديد المشكلة .

و . تحديد المال .

ز . الجلسات الإرشادية .

ح . التداعي الحر .

- ط . التفسير .
- ي . الاستبصار .
- ك . التعلم .
- ل . تعديل السلوك .
- م . نمو الشخصية .
- ن . اتخاذ القرارات .
- س . حل المشكلة .

أخيراً : التشاور والتقييم والإنهاء والمتابعة .

ثانياً - الإرشاد الجماعي :

إن العميل الذي يأتي للإرشاد النفسي لا يأتي من فراغ إنه يأتي من جماعات ويعود إلى جماعات ومعظم خبرات ومشاكل العميل تحدث في مواقف اجتماعية .

ومهما كانت أهمية الفروق الفردية، فإن دراسة علم النفس الاجتماعي وسيكولوجية الفرد والجماعة تعلمنا أن كل فرد يشترك سلوكياً مع غيره في كثير من خصائص السلوك وأنماطه. فهو فريد في بعض أنماط سلوكه ومثل غيره في بعض أنماط السلوك الأخرى .

والإرشاد الجماعي هو إرشاد عدد من العملاء الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في جماعات صغيرة .

ويعتبر الإرشاد الجماعي عملية تربية يقوم أساساً على موقف تربوي

الأسس النفسية الاجتماعية للإرشاد الجماعي :

يقوم على أسس نفسية وهي :

أ . الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية اجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلى الأمن، والنجاح ، والاعتراف ، والتقدير، والمكانة ، والشعور بالانتماء، والإحساس بالمسؤولية، والحب والمحبة، والمسايرة، وتجنب اللوم .

ب . تتحكم المعايير الاجتماعية التي تحدد الأدوار الاجتماعية .

ج . تعتمد الحياة في العصر الحاضر على العمل في جماعات ، وتتطلب ممارسة أساليب التفاعل الاجتماعي السوي واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة

د . يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعي هدفاً من أهداف الإرشاد النفسي .  
و . تعتبر العزلة الاجتماعية سبباً من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية .

الجماعة الإرشادية :

والجماعة الإرشادية تضم عدداً من العملاء . وهي تكون إما جماعة طبيعية قائمة فعلاً مثل جماعة طلاب أو فصل ، أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الإرشاد . وتتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة . ومن ثم فلا بد أن يعرف جميع أفراد المجموعة الأهداف وأسلوب العمل الجماعي ومسؤولياتهم .

ويجب أن يعتني المرشد عناية خاصة بتكوين الجماعة الإرشادية وتنمية العلاقات والتفاعل الاجتماعي بين أعضائها . وإنهاء التفاعل الاجتماعي عند انتهاء عملية الإرشاد الجماعي .

القوى الإرشادية في الجماعة :

- للجماعة قوى إرشادية هائلة يجب استغلالها وتعريف أعضاء الجماعة الإرشادية بهذه القوى حتى يمكن الاستفادة منها . وهذا القوى تعطي فائدة للجماعة الإرشادية وفيما يلي أهم القوى الإرشادية للجماعة.
- أ . الفاعل الاجتماعي : أي الأخذ والعطاء والتأثير المتبادل بين أعضاء الجماعة الإرشادية فهو يجعل الأعضاء يندمجون في النشاط الاجتماعي ويصبح هناك تأثير إرشادي ملحوظ بين الجميع فلا يعتمد الإرشاد على المرشد بل يصبح العملاء أنفسهم من مصادر الإرشاد .
- ب . الخبرة الاجتماعية : تتيح الجماعة فرصة لتكوين علاقات اجتماعية جديدة واكتساب خبرات ومهارات اجتماعية تفيد في تحقيق التوافق الاجتماعي .
- ج . الأمن : يؤدي انتماء العميل إلى جماعة إرشادية إلى الشعور بالتقبل والإقناع بأنه ليس وحده الشاذ والذي يوجد عنده مشاكل نفسية وستحدث عن مشكلة كما يتحدث غيره لأن مشكلته مشتركة مثل غيره . فيزداد أمثله بالتحسن وسيجد في أعضاء الجماعة سندًا انفعاليًا .
- حالات استخدام الإرشاد الجماعي .
- يستخدم في مراكز الإرشاد النفسي في الحالات التالية:
- أ . إرشاد الأطفال والشباب والراشدين والشيوخ .
- ب . الإرشاد الأسري .
- ج . الإرشاد الزواجي .
- د . الإرشاد المهني .
- هـ . المشكلات المشتركة والمتشابهة .
- و . حالات التحويل .
- ز . حالات التمركز حول الذات والانطواء والخجل .

هذا ويجب أن تضم الجماعة الإرشادية الأفراد الذين لديهم مشكلات

متطرفة أو المرضى النفسيين أو الجانحين .

الإعداد للإرشاد الجماعي :

المرشد هو المسؤول ويقوم بما يلي :

أ . الضبط .

ب . التفسير .

ج . الشرح .

د . التفاعل الاجتماعي .

هـ . التشجيع .

و . التعليق .

ز . تحويل المناقشة إلى المشكلة المطروحة .

إعداد أعضاء الجماعة :

أ . عدد الأعضاء من ٣ . ١٥ من ٢ . ٨ .

ب . يجب أن تتشابه المشكلات .

ج . أن يكون الأعضاء متجانسين عقلياً واجتماعياً ( د ) يفضل أن تضم

المجموعة الجنسين .

يقوم المرشد بإجراء مقابلة شخصية فردية مع كل عميل تخصص

لعملية الفحص والتشخيص وإعداده قبل انضمامه للجماعة وتهيئته للإرشاد

وبعدها يقوم المرشد بتعريف أعضاء المجموعة بعضهم ببعض ويطلب

منهم المحافظة على السرية التامة وإذا رأى المرشد وجود خطر من معرفة

الأسماء فلا ضرورة لمعرفة اسم المشترك وعائلته ويكتفي بتسمية ( أبي

فلان ) .

أساليب الإرشاد الجماعي :

أ . التمثيل النفسي المسرحي : ( السيكودراما ) أو التمثيلية النفسية . وقد ابتكر هذه الطريقة ( يعقوب مورينو Moreno ) ويرى أن أهم ما في التمثيل المسرحي هو حرية السلوك لدى العملاء عند تمثيلهم لمسرحية نفسية .

يقوم العملاء بتأليف القصة أو التمثيلية مسبقاً وموضوعها يدور حول خبرات العملاء الماضية والحالية والمستقبلية والهدف هو التنفيس الانفعالي. أما الحوار فيتترك للعملاء ليقوموا فيه بتلقائية أثناء التمثيل ويجب أن يختار كل عميل الدور الذي يناسبه وهم يعملون أن ذلك سيؤدي إلى الإقلال من القلق والإحباط والصراع في مواقف تشبه مواقف حياتهم وسيحققون ذاتهم في موقف اجتماعي. وبعد التمثيل يقوم العملاء بمناقشة أحداث التمثيلية والفائدة تكمن في أنها تكشف عن نواح خامة في مشكلات العملاء وطرق حلها .

ب . التمثيل الاجتماعي المسرحي ( السوسيو دراما ) لعب الدور Role playing : يعالج هذا النوع مشكلة عامة لعدد من العملاء أو المشكلات الاجتماعية بصفة عامة ويعتبر توأماً للتمثيل النفسي المسرحي .

ج . المحاضرات والمناقشات الجماعية، وهي أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التصليحي حيث يغلب عليه الجو شبه العلمي. ويلعب فيه عنصر التعليم وإعادة التعليم دوراً هاماً حيث يقوم المرشد بإلقاء محاضرات سهلة على العملاء يتخللها ويبيها مناقشات وتهدف إلى تغيير اتجاه العملاء ، والموضوعات تكون عن الاضطرابات النفسية والعلاقات المتبادلة بين العقل والجسم، وتأثير الحالة الانفعالية على الجسم ومشكلات التوافق النفسي والإرشاد الديني وتكون هذه المحاضرات للعملاء أفراد المجموعة

فقط. فهم الذين يناقشون ما دار في المحاضرة وفائدتها أنها تغير اتجاهات العملاء .

مزايا الإرشاد الجماعي :

أ. الاقتصاد في النفقات .

ب . يحتاج لعدد أقل من المرشدين .

ج . مفيد في الحياة اليومية .

د . ينمي العلاقات الاجتماعية

هـ . يحل المشكلات بفعالية أكبر .

و . يعدل الاتجاهات .

ز . يقلل من انطواء العميل .

ح . يشعر العميل بالثقة بالنفس .

ط . يشعر العميل أنه ليس الوحيد الذي يعاني من المشكلات .

ي . يستفيد العملاء من أخطاء غيرهم .

عيوب الإرشاد الجماعي :

أ . صعوبة العملية الإرشادية الجماعية .

ب . عدم التمكن من إحداث تغير في شخصية العميل .

ج . شعور العملاء بالحرج أمام غيرهم .

د . احتمال ظهور بعض المضاعفات .



أوجه الاختلاف بين الإرشاد الفردي والجماعي

الإرشاد الفردي	الإرشاد الجماعي
١ . الجلسة أقصر وهي ٤٥ دقيقة.	١ . الجلسة أطول وهي ساعة ونصف .
٢ . يتركز الاهتمام على الفرد	٢ . يتركز الاهتمام على كل عضو في الجماعة الإرشادية
٣ . يتركز الاهتمام على المشكلات الخاصة	٣ . يتركز الاهتمام على المشكلات العامة
٤ . أكثر فعالية في حالة المشكلات الخاصة	٤ . أكثر فعالية في حالة المشكلات العامة والمشاركة
٥ . يبدو اصطناعياً أكثر	٥ . يبدو طبيعياً أكثر
٦ . يتيح فرصة الخصوصية والمرشد والعميل	٦ . يتيح فرصة التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ويستغل القوى الإرشادية في الجماعة وتأثيرها على الفرد
٧ . ينقص العميل وجود الجو الاجتماعي	٧ . يتيح وجود الجماعة ممارسة السلوك الاجتماعي المتعلم من خلال عملية الإرشاد .
٨ . دور المرشد أسهل وأقل تعقيداً.	٨ . دور المرشد أصعب وأكثر تعقيداً .
٩ . يأخذ فيه العميل أكثر مما يعطي.	٩ . يأخذ فيه العميل ويعطي في نفس الوقت.
١٠ . ينظر إلى ما يأخذه من المرشد على أنه مأخوذ من السلطة.	١٠ . يتقبل الحلول الجماعية باعتبارها صادرة منه ومن رفاقه.

ثالثاً - الإرشاد المباشر :

هو الإرشاد الموجه والمركز حول المرشد أو المركز حول الحقيقة ويقوم فيه المرشد بدور ايجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير السلوك وتوجيه العميل نحو السلوك الموجب المخطط له مسبقاً مما يؤدي إلى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك. وفيه يتحمل المرشد مسؤولية أكبر من تلك التي يتحملها العميل. وهو بهذا يعتبر نوعاً من الإرشاد المفروض .

ويقوم الإرشاد المباشر على أساس افتراضي رئيسي وهو نقص معلومات العميل وعجزه عن حل مشكلات من ناحية، وزيادة معلومات المرشد وخبرته في حل المشكلات من ناحية أخرى .

ويهدف الإرشاد المباشر إلى حل مشكلات العميل التي جاء بها ويعتقد فيه أنه بحل المشكلات يكتسب العميل بالتدريج القدرة على التوافق وهذا سيزيد من ثقة العميل بنفسه وبالمرشد وبعملية الإرشاد .

يستخدم الإرشاد المباشر عادة مع العملاء الذين يتميزون بما يلي :

١ . السرعة في إيجاد الحل .

٢ . نقص المعلومات .

٣ . المشكلات الواضحة المحددة .

إن الإرشاد المباشر أكثر استخداماً في مجال الإرشاد

أسلوب الإرشاد المباشر .

هو أسلوب علاجي ( كلينيكي ) ويتميز بما يلي :

١ . يرتبط بميدان التربية والتعليم .

٢ . يقوم بالتعلم وإعادة التعلم والخبرة والنمو .

- ٣ . أسلوب لحل المشكلات .
  - ٤ . استخدام الاختبارات والمقاييس .
  - ٥ . التركيز على الحقائق الموضوعية .
  - ٦ . يقوم المرشد بدور ايجابي .
  - ٧ . العميل يأخذ الحلول ويتلقى المعلومات .
  - ٨ . يكون العميل سلبياً نسبياً .
- إجراءات الإرشاد المباشر :
- هو بسيط لأنه محدد المشكلات وخطواته هي :

- ١ . التحليل : أي جمع المعلومات .
  - ٢ . تنظيم وتلخيص المعلومات .
  - ٣ . التنبؤ : أي تحديد مال المشكلة .
  - ٤ . الإرشاد الفردي .
  - ٥ . التقييم .
  - ٦ . المتابعة : أي متابعة تطور الحالة .
- نقد الإرشاد المباشر :
- من عيوبه أن يقدم المرشد حلاً جاهزاً للعميل إذ أنه لا يصلح للجميع كذلك ففيه شيئاً من السلطة للمرشد .

رابعًا - الإرشاد غير المباشر :  
هو الإرشاد غير الموجه أو الإرشاد الممركز حول العميل أو حول  
الذات ويستخدم الإرشاد غير المباشر بنجاح مع أنواع معينة من العملاء  
وخاصة أولئك الذين يكون ذكاؤهم متوسطاً أو أكثر لديهم طاقة لفظية ويفيد  
في الحالات من هذه الأنواع .

١ . الإرشاد العلاجي .

٢ . الإرشاد الزوجي .

٣ . المشكلات الشخصية للشباب .

٤ . حالات يكون فيها مفهوم الذات سالباً .

خصائص الإرشاد غير المباشر :

١ . التمرکز حول العميل في حالة نضجه وتكامل شخصيته ورغبته في

تقبل الإرشاد غير المباشر .

٢ . دور المرشد هو الاخلاص في العمل وتقبل العميل وأن لا يتخذ موقف

الناصح أو الواعظ .

٣ . العلاقة بين المرشد والعميل : تكون في جو حيادي سمح خال من

التهديد والرقابة وتركز على السرية المطلقة وفهم سلوك الفرد وعليه تقع

المسؤولية .

ملامح الإرشاد غير المباشر :

أهم ما يميز به الإرشاد غير المباشر ما يلي :

١ . يعتمد على نظرية الذات

٢ . هدفه التوافق النفسي .

٣ . الاهتمام بالإطار المرجعي .

٤ . فهم العميل لسلوكه من وجهة نظره .

- ٥ . العمل ليفهم العميل نفسه .
  - ٦ . التغيير في مفهوم الذات .
  - ٧ . الجو الإرشادي خال من التهديد .
  - ٨ . عدم وجود شروط .
  - ٩ . يزداد استبصار العميل
- مزايا الإرشاد غير المباشر :
- تتلخص أهم مزايا الإرشاد غير المباشر بما يلي :
- ١ . يزيد الاستبصار وفهم الذات والثقة في النفس .
  - ٢ . يتعلم العميل حل المشكلات .
  - ٣ . يتمشى مع أسس الفلسفة الديمقراطية .
  - ٤ . احترام الفرد في تقرير مصيره .
- عيوب الإرشاد غير المباشر :
- أهم العيوب ما يلي :
- ١ . يراعي الإنسان على حساب العلم .
  - ٢ . قد يضيع العميل في متاهات ولا يصل للحل .
  - ٣ . يشعر بالعميل بالضيق لرفضه إعطاؤه النصيحة .
  - ٤ . يهمل عملية التشخيص والاختبارات

أوجه الاختلاف بين الإرشاد المباشر والإرشاد غير المباشر

الإرشاد المباشر	الإرشاد غير المباشر
١ . ممرکز حول المرشد الذي يقوم بتعليم العميل	١ . ممرکز حول العميل الذي يستبصر بحل لمشكلته
٢ . يقدم خدماته لمن يحتاجها ولمن لا يحتاجها .	٢ . يقدم خدماته لمن يطلبها ويسعى إليها فقط .
٣ . يستغرق وقت أقل .	٣ . يستغرق وقت أطول .
٤ . يقدم المرشد ما يراه لازمًا من المعلومات للعميل	٤ . يقدم المرشد المعلومات للعميل حين يطلبها فقط .
٥ . يعتمد العميل على المرشد في حل مشكلاته .	٥ . يقوم العميل هو بحل مشكلاته .
٦ . يعتقد المرشد أنه أقدر على تقديم المساعدة .	٦ . يعتقد المرشد أن العميل أقدر على مساعدة نفسه .
٧ . يركز المرشد على الجوانب العقلية للعميل .	٧ . يركز المرشد على العوامل الانفعالية من شخصية العميل
٨ . يهتم المرشد بإجراء الاختبارات والمقاييس .	٨ . يحترم المرشد التقرير الذاتي ولا يهتم بالاختبارات .
٩ . يهتم المرشد بعملية التشخيص .	٩ . لا يهتم المرشد بعملية التشخيص لأنها غير ضرورية .
١٠ . يقوم المرشد بتقييم سلوك العميل ويتدخل في اتخاذ قراراته .	١٠ . يقوم العميل بتقييم سلوكه ويتخذ قراراته دون تدخل أو رقابة من المرشد
١١ . يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على عاتق المرشد وعلى مسؤوليته .	١١ . يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على عاتق العميل وعلى مسؤوليته .
١٢ . يهتم المرشد بالمشكلات التي جاء بها العميل ويعمل على تشخيصها وحلها .	١٢ . يهتم بنمو شخصية العميل كفرد ومساعدته على فهم نفسه وتحديد مشكلاته وحلها .

