

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة سعيدة - د. مولاي الطاهر

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

المجلس العلمي للكلية

مستخرج اجتماع المجلس العلمي للكلية

بناء على محضر اجتماع المجلس العلمي رقم 15 المنعقد بتاريخ العاشر من شهر مارس سنة ألفين وأربعة وعشرون بمقر كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية والمتعلق بالسندات البيداغوجية، فقد قدم (ة) الأستاذ (ة) "مصطفى بوعناني" سندا بيداغوجيا بعنوان " مبادئ و نظريات التوجيه والإرشاد -1- " موجه لطلبة السنة الثالثة إرشاد وتوجيه السداسي الخامس.

فقد حدد المجلس العلمي الخبراء الآتية أسماؤهم:

جامعة سعيدة

أ.د- مراحي عبد الكريم

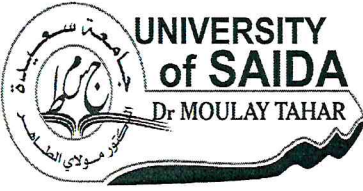
جامعة سيدي بلعباس

أ.د- فلاح احمد

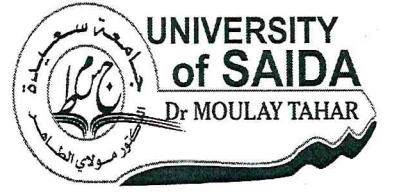
و بناء على التقارير الايجابية التي تضمنتها الخبرة فان المجلس العلمي يعتمد السند المذكور أعلاه ويصادق عليه.

رئيس المجلس العلمي للكلية





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة سعيدة- الدكتور "مولاي طاهر"-
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية



مطبوعة بيداغوجية في مقياس:

مبادئ ونظريات التوجيه والإرشاد -1-

الميدان: العلوم الاجتماعية

الشعبة: علوم التربية

المستوى: السنة الثالثة ليسانس علوم التربية

الوحدة: أساسية

السداسي: الخامس

إعداد الدكتور: مصطفى بوعناني

الرتبة: أستاذ محاضر -ب-

السنة الجامعية: 2024/2023



عنوان الليسانس:

مقياس : مبادئ ونظريات الإرشاد والتوجيه (1)

السداسي: الخامس

الأستاذ المسؤول عن الوحدة التعليمية:

الأستاذ المسؤول على المادة:

أهداف التعليم:

تزويد الطلبة بمعلومات كافية حول نظريات الإرشاد والتوجيه، وتدريبهم من خلال الأعمال التوجيهية على كيفية تطبيقها ميدانياً.

المعارف المسبقة المطلوبة :

يتطلب هذا المقياس معلومات قبلية تتعلق بما درسه الطالب في الجذع المشترك في السنة الثانية حول الإرشاد والتوجيه.

محتوى المادة:

مبادئ الإرشاد النفسي:

1. مدخل حول نشأة الإرشاد النفسي.
2. علاقة الإرشاد النفسي بالعلوم الأخرى
3. أخلاقيات المرشد النفسي
4. مجالات الإرشاد النفسي

نظريات الإرشاد النفسي:

- مفهوم النظرية في التوجيه والإرشاد.
- النظريات السلوكية.
- النظريات المعرفية.
- النظرية الإنسانية.
- الإرشاد الواقعي.
- الاتجاه الوجودي (فرانكل).
- الاتجاه التكاملي في الإرشاد.



طريقة التقييم: إمتحان كتابي في نهاية السداسي بالنسبة للمحاضرات
تقييم متواصل خلال السداسي بالنسبة للأعمال التطبيقية

مراجع المادة :

- سهير كامل أحمد (2008) ، التوجيه والإرشاد النفسي ، الإسكندرية ، مركز الإسكندرية للكتاب.
- حامد زهران (1980) ، التوجيه والإرشاد النفسي. القاهرة، عالم الكتب.
- يوسف القاضي ، لطفي فطيم، محمود عطا حسين، الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، الريض- دار المريخ.
- سامية أبو عطية . مبادئ الإرشاد النفسي . الكويت-دار القلم.
- ممدوحة سلامة (1996). الإرشاد النفسي منظور نمائي. القاهرة - الأنجلو المصرية.
- محمود عطا حسين عقل (1996) ، الإرشاد النفسي والتربوي . الرياض- دار الخرجي للنشر.
- عبد الحميد الهاشمي (1986)، التوجيه والإرشاد النفسي (الصحة النفسية الوقائية) . جدة دار الشروق.
- سيد عبد الحميد مرسي (1984)، الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني. القاهرة- دار النهضة العربية.
- محمد ماهر عمر (1984) ، المرشد النفسي المدرسي . دار النهضة العربية.
- أبو أسعد، أحمد وعريبات، أحمد (2009) ، نظريات الإرشاد النفسي والتربوي (ط1). الأردن، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- باترسون (1992) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي . (ترجمة :حامد الفقي)، الكويت : دار القلم،(سنة النشر الأصلية، 1986).
- الخطيب، محمد جواد (2004) التوجيه والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق (ط3). فلسطين غزة : مكتبة آفاق للنشر والتوزيع.
- الداھري، صالح حسن، (2005)، ط1. علم النفس الإرشادي، نظرياته وأساليبه الحديثة (ط1). الأردن، عمان: دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.
- الزيود ،نادر فهمي ،(2008) . نظريات الإرشاد والعلاج النفسي (ط2). الأردن، عمان : دار الفكر للنشر و التوزيع.

فهرس المحتويات

أ	فهرس المحتويات
01	مقدمة
02	أهداف تدريس الوحدة
	المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي
03	المحاضرة رقم (1) مدخل حول نشأة الإرشاد النفسي ومبادئه.
08	المحاضرة رقم (2) علاقة الإرشاد النفسي بالعلوم الأخرى
12	المحاضرة رقم (3) مناهج التوجيه و الإرشاد
23	المحاضرة رقم (4) صفات و أخلاقيات المرشد التربوي:
26	المحاضرة رقم (5) مجالات التوجيه و الإرشاد
36	المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها
36	المحاضرة رقم (6) مفهوم و أهمية النظرية في التوجيه و الإرشاد
39	المحاضرة رقم (7) الاتجاه الإنساني Person Centered Therap
45	المحاضرة رقم (8) الإرشاد السلوكي Behavior Counseling
50	المحاضرة رقم (9) الإرشاد المعرفي Cognitive Consulting
70	المحاضرة رقم (10) الإرشاد بالواقع Reality Counseling
83	المحاضرة رقم (11) الإرشاد بالمعنى Logo Counseling
87	المحاضرة رقم (12) الإرشاد التكاملي Integrative Counseling
90	المحاضرة رقم (13) الإرشاد العقلاني و الانفعالي Rational Emotive Counseling
97	خاتمة
98	قائمة المراجع

مقدمة:

يعتبر الإرشاد عملية تربوية مهنية متطورة أصبحت لها قيم ومفاهيم محددة وأغراض واضحة وأساليب مقننة تستجيب جميعاً للحاجات الإرشادية المطلوبة فهو مساعدة الفرد في رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه ، وأن يختار نوع الدراسة والمناهج المناسبة والمواد الدراسية التي تساعد في اكتشاف الإمكانيات التربوية فيما بعد للمستوى التعليمي الحاضر ومساعدته في النجاح.

للتوجه والإرشاد أسس عامة تتمثل في عدد من المسلمات والمبادئ التي تتعلق بالسلوك البشري والعميل وعملية الإرشاد، وعلى أسس فلسفية تتعلق بطبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي، وعلى أسس نفسية وتربوية تتعلق بالفروق الفردية والفروق بين الجنسين ومطالب النمو، وعلى أسس اجتماعية تتعلق بالفرد والجماعة ومصادر المجتمع وعلى أسس عصبية وفسولوجية تتعلق بالجهاز العصبي والحواس وأجهزة الجسم الأخرى يهدف تدريس وحدة مبادئ ونظريات الإرشاد والتوجيه في تخصص السنة الثالثة توجيه وإرشاد إلى تحقيق الأهداف التعليمية و المتمثلة في أن يتعرف الطالب على نظريات الإرشاد النفسي وتطبيقاتها ،و تمكين الطالب من توظيف المفاهيم النظرية في الإرشاد، إضافة إلى تمكين الطالب من فهم تقنيات وأساليب الإرشاد والتوجيه واستخدامها في الميدان.

أهداف تدريس الوحدة:

- التعرف على نظريات الإرشاد النفسي وتطبيقاتها.
- توضيف المفاهيم النظرية في الإرشاد.
- الإلمام بتقنيات وأساليب الإرشاد والتوجيه واستخدامها في الميدان.
- التعرف على واقع التوجيه المدرسي والإرشاد النفسي في الجزائر.
- أن يفهم الطالب خصائص و تقنيات المقابلة الإرشادية.
- تدريب الطالب على إجراء المقابلات الإرشادية.
- التعرف على طرق جمع المعلومات.
- أن يتعرف الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي والفرق بينهما

المعارف المكتسبة المطلوبة:

يتطلب هذا المقياس معلومات قبلية تتعلق بما درسه الطالب في الجذع المشترك في السنة الثانية حول الإرشاد والتوجيه

المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي.

المحاضرة رقم (1) مدخل حول نشأة الإرشاد النفسي ومبادئه.

تمهيد:

من المعروف أن مجال الإرشاد النفسي أصبح من التخصصات الهامة في حياة الإنسان في الوقت الحالي وذلك بسبب ازدياد حاجة الإنسان إلى من يأخذ بيده ويساعده على حل مشكلاته ، حيث تزايدت حدة الضغوط النفسية والمشكلات النفسية والاجتماعية نظرا لتغير نمط الحياة وتباعد العلاقات بين الأفراد، وكذلك التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية والتطورات التي تحدث في ميدان التربية والتعليم ، حيث أصبح الفرد اليوم يعيش جملة من الصراعات النفسية الناجمة عن التغيرات الأسرية التي تحدث في مجتمعاتنا كل ذلك يؤكد على ضرورة توجيه الأفراد وإرشادهم نفسيا في عصرنا الحاضر وذلك بهدف الوقاية من الوقوع في الاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية ، وكذلك تقوية ثقته بنفسه وشعوره بالأمن ومساعدته على حل مشكلاته في جميع المجالات التربوية والاجتماعية والأسرية مما يساعد الفرد على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والتمتع بقدر عال من الصحة النفسية والتوافق النفسي والمهني . (الخطيب ، 2004،ص 32)

اصبحت الحاجة إلى الإرشاد النفسي ملحة وضرورية في جميع دول العالم بصفة عامة ولاسيما بعد أن شملها مظاهر حضارية تكنولوجية وتغيرات سريعة ومتلاحقة في جميع جوانب حياة الفرد سواء على الصعيد الأسري أو الاجتماعي أو الثقافي أو المهني.

فالإنسان يعيش في عصر التقدم التكنولوجي والتغيرات والتحديات المليئة بالمشكلات ، فكل فرد يمر خلال مراحل حياته بمشكلات عادية وفترات حرجة ، ومواقف صعبة يحتاج فيها إلى توجيه وإرشاد ، من هنا كانت الحاجة إلى ظهور الإرشاد النفسي (عمر، 1987،ص02)

ولقد ظهرت الحاجة المختلفة إلى الخدمات النفسية بصورة واضحة نتيجة التطور الذي تتناول المجتمع ، فأدى إلى اختلاف الظروف التي يعيش فيها الإنسان وتعدد النظم الاجتماعية التي يخضع لها، وبالتالي صاحب هذا تعدد الالتزامات والمطالب المفروضة على الفرد وتعدد أساليب إشباعها، ثم تعدد أساليب التوافق التي يجب على الفرد تعلمها و إتباعها (مرسي، 1987، ص71)

وسوف نشير هنا الي عدة أمور تجعل الحاجة ماسة للإرشاد النفسي والتي منها :

1- فترات الانتقال :

يمر جميع الأفراد خلال مراحل نموهم بفترات انتقال يحتاجون فيها إلى التوجيه والإرشاد وأهم هذه الفترات :

-الانتقال من الطفولة الوسطى إلى الطفولة المتأخرة ثم إلى مرحلة المراهقة ومرحلة البلوغ
مرحلة الشباب ثم مرحلة الزواج وهكذا

2- التغيرات الأسرية والاجتماعية ومن مظهرها :

-حلول الأسرة الزوجية المستقلة محل الأسرة الكبيرة الممتدة .
-ظهور مشكلات أسرية مثل السكن ، تنظيم الأسرة ومشكلات الزواج ومشكلات الشيوخوخة
-خروج المرأة للعمل لتدعيم الأسرة اقتصادية وما نتج عنه من تغير في دور المرأة في الأسرة ونوع العلاقة السائدة بين أفراد الأسرة (الزوج ، الزوجة ، الأولاد ، الجد ، الجدة) .
-وضوح الصراع بين الأجيال وزيادة الفروق في القيم والمعايير الاجتماعية بين الشباب والشيوخ .

-إدراك أهمية التعليم في تحقيق الارتفاع في السلم الاجتماعي ، الاقتصادي (social mobility) .

-تغيير في بعض المظاهر السلوكية والعادات والقيم ، ورضا الناس بما لم يرضوا عنه سابقا

3- التقدم العلمي والتكنولوجي ومن مظاهره :

- زيادة المخترعات الحديثة .
- سياسة الضبط الآلي في الصناعة.
- تطور الإعلام ووسائله (الراديو والتلفزيون) وتكنولوجيا المعلومات والانفجار المعرفي .
- زيادة الحاجة إلى إعداد صفوة ممتازة من العلماء لضمان التقدم العلمي التكنولوجي .
- زيادة التطلع إلى المستقبل والتخطيط له .
- تغير الاتجاهات والقيم والأخلاقيات وأسلوب الحياة .
- تغير النظام التربوي والكيان الاقتصادي والمجال المهني .

4-عصر القلق :

نحن نعيش في عصر يمكن أن نطلق عليه وبدون حرج اسم " عصر القلق " فلقمة العيش صعبة المنال والبحث عن الأمن والسلامة والوظيفة والكلية أو الجامعة والمستقل السياسي والعلاقات الاجتماعية والمعايير والقيم ، تشكل جميعها مصدر قلق للأفراد . (زهران ، 1998 ، ص34-39)

5- التطور في مجال التعليم :

إن ازدياد أعداد التلاميذ في المدارس وتطور التعليم ومفاهيمه وزيادة مصادر المعرفة، وزيادة التخصصات والمواد جعلت المعلم غير قادر على مواجهة هذا الكم من الأعباء في المؤسسات التعليمية، وخاصة أن المدرسة تضم طلاب متفوقين وطلاب معاقين وجانحين مما أدى إلى بروز بعض المشاكل في التكيف والتوافق المدرسي .

بالإضافة إلى تطور التعليم فقد كان قديما يهتم بتلقين المعلومات والحقائق أما في عصرنا الحالي فأصبح يهتم بالطالب وجعله محور العملية التعليمية وأصبح في مقدوره أن يختار ما يناسب ميوله وقدراته و ارتبط التعليم بحاجات ومطالب الطالب وقدرته على إشباع مثل هذه الحاجات والمطالب .

ومن ملامح تطور التعليم إشراك الأسرة في العملية التربوية من أجل خلق نوع التعاون ما بين الأسرة والمدرسة فضلا عن زيادة أعداد التلاميذ في المدارس مما أدى إلى ضرورة وجود برنامج للإرشاد النفسي في المدارس بجميع مراحلها المختلفة . (الزبادي والخطيب، 2000، ص 15)

6-التغيرات في مجال العمل :

إن التقدم الحاصل في المجال العلمي والتكنولوجي والصناعة أثر على الناس وعلى ما يقومون به من أعمال، فقد تغير البناء الوظيفي والمهني في المجتمع فكثرت الأعمال وتنوعت وسائل الإنتاج وزادت التخصصات في العمل وزالت مهن قديمة وظهرت مهن أخرى جديدة، هذا بالإضافة إلى حلول الماكينة الصناعية محل الأيدي العاملة أدى إلى ظهور حالة من القلق عند الأفراد على أعمالهم وإلى الاضطرار إلى تغيير العمل إلى عمل آخر، ولابد ليتسنى لهم التكيف والتوافق في أعمالهم من أن يواجهوا ما يعترضهم من مشكلات وذلك بمساعدة الإرشاد النفسي. (سمارة والنمر، 1992، ص16)

تعريف الإرشاد النفسي:

ويعرف (روجرز) الإرشاد بأنه هو العملية التي يحدث في ها استرخاء لبنية الذات للمرشد في إطار الأمن الذي توفره العلاقة مع المرشد، والتي يتم في ها إدراك المسترشد لخبراته المستبعدة في ذات جديدة. وعرف (تولبير) الإرشاد بأنه عبارة عن العلاقة الشخصية وجّها لوجه بين شخصين، أحدهما هو المرشد من خلال مهارات، وباستخدام العلاقة الإرشادية يوفر موقفا تعليميا للشخص الثاني للمسترشد، وهو نوع عادي من الأشخاص، حيث يساعده علي تفهم نفس وظروفه الراهنة والمقبلة وعلي حل مشكلاته وتنمية مهارات و إمكانيات، بما يحقق إشباعا ت، وكذلك مصلحة المجتمع في الحاضر والمستقبل

وتشير إيمان الكاشف (1993) إلى أن الإرشاد النفسي ما هو إلا علم خاص بتنمية سلوكيات الجماعات والأشخاص من خلال إعانة الجماعة أو الأشخاص على أن يكون سلوكهم فعالاً.

ويعرّف محمد الشناوي (1996) عملية الإرشاد النفسي بأنها عملية تتسم بالطابع التعليمي، تحدث بين الشخص المسترشد الذي يأمل في اتخاذ قراراته وحل مشاكله والمرشد النفسي المؤهل الذي يقدم له المساعدة مستغلاً مهاراته والعلاقة الإرشادية حيث يصل به إلى أن يستوعب ظروفه ونفسه، وأن يتوصل إلى أفضل القرارات سواء كانت في المستقبل أم في الحاضر.

ويذكر رمضان القذافي (1997) أن عملية الإرشاد النفسي هي عملية قائمة على علاقة مهنية خاصة بين شخصين هما الشخص المسترشد والمرشد النفسي المتخصص، ويسعى المرشد النفسي عن طريق العلاقة الإرشادية إلى استيعاب الشخص المسترشد وجعله يستوعب نفسه، وأن يختار أحسن الفرص المتاحة أمامه استناداً إلى تنمية وعيه باحتياجات بيئته الاجتماعية، وتقييمه لقدراته ونفسه وإمكاناته الواقعية، ومن المتوقع أن يغير الشخص المسترشد سلوكه طوعاً تبعاً لحدود ومسار إيجابي معين.

وقدّم أيضاً حامد زهران (1998) تعريفاً خاصاً بالإرشاد النفسي أشار فيه إلى أن عملية الإرشاد النفسي هي عملية جعل الشخص المسترشد قادراً على مساعدة ذاته، وهذا من خلال تنمية شخصيته واستيعاب ذاته، من أجل أن يصبح متوافقاً مع بيئته، وأن يستغل جميع إمكانياته وقدراته حتى يصير قادراً على التوافق في المستقبل.

ويعرّف علاء الدين كفاقي (1999) الإرشاد النفسي بأنه قناة من قنوات الخدمة النفسية التي يتم تقديمها إلى الجماعات أو الأشخاص من أجل السيطرة على الصعوبات التي تقابلهم في طريقهم وتغوق إنتاجهم وتوافقهم.

ويذكر محمد السيد وآخرون (2001) أن الإرشاد النفسي يعدّ من أحد أفرع علم النفس التطبيقية، وهو عبارة عن عملية تعليم وتعلم اجتماعي يقوم بها شخص متخصص في الإرشاد النفسي من أجل جعل الشخص المسترشد قادرًا على استيعاب ميوله وقدراته والبيئة التي تحيط به وأن يفهم نفسه، كما تساعد على حل مشكلاته والوصول إلى التوافق النفسي والصحة النفسية في المجالات الاجتماعية والمهنية والشخصية والتربوية، وهذا يكون في إطار علاقة إرشادية إنسانية مهنية.

المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي.

المحاضرة رقم (2) علاقة الإرشاد النفسي بالعلوم الأخرى

أن تحديد العلاقة بين التوجيه والأرشاد النفسي وبين العلوم الإنسانية الأخرى أمر ضروري للغاية , إذ يأخذ منها ويعطيها من حيث الاهداف المشتركة والأساليب المتداخلة , فضلاً عن أظهار الفروق الجوهرية بين التوجيه والأرشاد وبين هذه العلوم

-العلاقة بين الارشاد وعلم النفس: يعد علم النفس العام هو المقدمة التي لا غنى عنها لكل الدارسين في المجالات الإنسانية والنفسية، حيث أن السلوك والحاجات والدوافع والميول والاتجاهات هي من المواضيع التي يتضمنها علم النفس العام هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن كل هذه الموضوعات تقع في قلب عملية التوجيه والإرشاد النفسي وأنه من أساسيات عمل المرشد النفسي أن يكون قد أتقن هذه المواضيع كي يكون ناجحاً ونافعاً في عمله.

كما ان علم النفس يدرس السلوك في سوائه وانحرافه , وهو أهم مادة يدرسها المرشد خلال أعداده مهنية , وعلم النفس الإرشادي هو أحد فروع علم النفس التطبيقي , يعتمد في عملية الإرشاد على علم النفس. وفي نفس السياق فإن الإرشاد النفسي يستفيد من:

علم النفس العلاجي : وهو التعرف على الشخص الصحيح نفسياً والمريض نفسياً ... الخ
علم النفس النمو : وهو معرفه مطالب النمو ومعايره التي تحدد تقييم نمو الفرد : هل هو عادي ام غير عادي , متقدم متأخر ... الخ

علم النفس الاجتماعي : معرفه سيكولوجيه الجماعة ودينامياتها وبنائها والعلاقات الاجتماعية ... الخ , ومعنى السيكولوجية (دراسة العلم) , اما الديناميات (فتشير إلى نظام من السلوكيات والعمليات النفسية التي تحدث داخل مجموعة اجتماعية).

علم نفس الشواذ : وهو سلوك غريب لشخص غير عادي.

علم النفس التربوي : وهو الاستفادة من قوانين التعلم , إذ أن عملية الإرشاد هي عملية تعلم وتعليم.

علم النفس الصناعي : ويتضمن مشكلات الصناعة والانتاج.

علم النفس الجنائي : وهو معرفه دوافع السلوك المنحرف المضاد للمجتمع.

علم النفس العام : دراسة الشخصية ودينامياتها.

-العلاقة بين الارشاد وعلم الاجتماع : يهتم علم الاجتماع بدراسة الفرد والجماعة , ويعتد علماً أساسياً في اعداد المرشد , وتأتي أهمية الصلة بينهما لأهتمام كل منهما بالسلوك الاجتماعي والقيم والتقاليد والمعايير ... الخ , والإرشاد الجماعي يعتمد على مفاهيم في علم النفس الاجتماعي وعلم الاجتماع وثيق الصلة بعلم الاجتماع , ويهتم المرشد بدراسة الأسرة باعتبارها أقوى العوامل الاجتماعية تأثيراً في الفرد وفي تنشئة الاجتماعية ... الخ.

وتعتمد طريقة الإرشاد الجمعي على مفاهيم أساسية في علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي، كما يهتم المرشد في مجال الإرشاد الأسري بدراسة الأسرة باعتبارها أقوى العوامل الاجتماعية تأثيراً في الفرد، وفي التنشئة الاجتماعية، بالإضافة إلى الاهتمام بمعرفة الطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد وأسلوب حياته الاجتماعية في إطار هذه الطبقة، والحراك الاجتماعي الرأسي من طبقة إلى أخرى. ويهتم المرشد بدراسة نظام الحياة في الريف والحضر والبدو، كما يهتم بدراسة الحياة في المجتمعات المختلفة.

ويشترك الإرشاد النفسي والخدمة الاجتماعية في أن كلاهما خدمة ميدانية في مجال المشكلات الإنسانية. ويستعير الإرشاد النفسي من ميدان الخدمة الاجتماعية أساليب مهمة مثل دراسة الحالة والمقابلة. ويقدم كل من المرشد النفسي والاختصاصي الاجتماعي خدمات تتناول البيئة الاجتماعية بالتعديل حتى يسهل حل المشكلات. ويشتركان معاً في الاهتمام بمشكلات الأسرة والدراسة والعمل.

-العلاقة بين الارشاد وعلم الإنسان (الإنثروبولوجيا): يدرس علم الإنسان العناصر الحيوية والعناصر الاجتماعية والثقافية للإنسان والأنماط الثقافية في الأجزاء المختلفة من العالم، مثل، الجماعات البدائية، فيدرس ثقافتها وعاداتها وتقاليدها ليفسر الفروق بين الثقافات المختلفة. ويشترك الإرشاد النفسي مع علم الإنسان في الاهتمام بدراسة شخصية الفرد والمجال البيئي والاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه. وهناك فروق بين الثقافات والحضارات على المرشد النفسي أن يحيط بها في أثناء عمله في الإرشاد.

-العلاقة بين الارشاد و الفلسفة: يمكن للمرشد النفسي أن يستفيد من بعض المفاهيم الفلسفية، وعليه أن يحيط بها علماً مثل، مفهوم الحرية والاختيار والمسؤولية، ومفهوم المثالية والواقعية والنفعية والمنطق واختيار فلسفة الحياة وهدف الحياة، ومفهوم الأخلاق.

العلاقة بين الارشاد والتربية والتعليم: تتضمن التربية الحديثة التوجيه والإرشاد النفسي كجزء متكامل لا يتجزأ منها، وهما يمثلان سلسلة من النشاطات المتكاملة.

فالتربية تتضمن عناصر كثيرة من التوجيه، والتدريس يتضمن عناصر كثيرة من الإرشاد، وعملية الإرشاد تتضمن التعلم والتعليم كخطوة مهمة في تغيير السلوك. كذلك فإن المدرسة وغيرها من المؤسسات التربوية هي أكبر الأماكن التي تقدم فيها خدمات التوجيه والإرشاد في جميع أنحاء العالم.

العلاقة بين الارشاد والدين: يعد الإرشاد الديني من أهم طرق الإرشاد النفسي ، لأن العقيدة الدينية السليمة أساس متين للسلوك السوي والتوافق والصحة النفسية ،وقد أجمع المرشدون على اختلاف دياناتهم على أن الإرشاد الديني طريقة تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب روحية وأخلاقية وعقلانية.

لا بد أن يحيط المرشد النفسي علماً بمفاهيم دينية أساسية مثل طبيعة الإنسان كما حددها الله. ومن أسباب الاضطراب النفسي في رأي الدين، الذنوب والضلال والانحراف والشعور بالإثم والخوف والقلق والاكتئاب. أما الوقاية الدينية من الاضطراب النفسي فتتمثل بالإيمان

والسلوك الأخلاقي، وخطوات الإرشاد الديني هي: الاعتراف والتوبة والاستبصار والتعلم والدعاء وابتغاء رحمة الله والاستغفار وذكر الله والصبر والتوكل على الله. كما أن ومن أهم أخلاقيات المرشد النفسي احترام ديانة ومعتقدات المسترشد، وأنه لا يحق للمرشد إجبار المسترشد على تغيير معتقداته الدينية دون رغبته أو رضاه.

العلاقة بين الارشاد و علم الشخصية: لا يخفى علينا بأن لكل مجال توجد هناك فلسفة وأسس ومسلمات يقوم عليها وتتولى تحديد الإطار الذي ينتهجه المهني الممارس في هذا المجال، وتشكل نظريات الشخصية المنهج الذي يتبعه المرشد النفسي في نظريته إلى الشخص المريض المضطرب وفي تقييمه لمستوى الاضطراب وكذلك تحديد طرق العلاج والإرشاد المناسبة والهدف الذي ينبغي الوصول إليه، وكذلك في معرفة الهيئة أو الحالة التي سيكون العميل عليها بعد الانتهاء من الإرشاد والعلاج. ويختلف المرشدون بالنسبة للطرق التي يتبعونها في معالجة العميل وذلك وفقا لمدارس الشخصية التي يتبنونها حيث أن كل أتباع مدرسة معينة لهم اهتماماتهم الخاصة واتجاهاتهم المهنية والمطبوعة بطابع أو بفلسفة المدرسة التي يتبعونها، فمثلاً أتباع نظرية التحليل النفسي يهتمون بالكبت ومسائل اللاشعور، في حني يهتم أتباع مدرسة (أدلر) بالشعور وأسلوب الحياة بالنسبة للعميل... وهكذا.

العلاقة بين الارشاد وعلم الصحة النفسية: يعتبر التوجيه والإرشاد النفسي الشق العملي لعلم الصحة النفسية، حيث يمكن من خلاله مساعدة العميل على تجاوز الأزمات النفسية والتي تقف عائقا لتحقيق صحته النفسية وخاصة المشاكل النفسية المتعلقة بالقلق والاكتئاب وغيرها، فعن طريق الإرشاد النفسي يمكن تبصري العميل بقدراته وإمكاناته الكامنة والتي من خلالها يمكن التصدي من الوقوع كفريسة لبعض الأمراض النفسية بالإضافة إلى ذلك فإن الإرشاد النفسي يعمل على معالجة الاضطرابات وتحصني الجسم بعوامل الوقاية والمقاومة

وتحسني مستوى التفاعل الحالي عن طريق الاستفادة من القدرات والاستعدادات الحاضرة والتدرب على تلافي أسباب الاضطرابات.

المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي.

المحاضرة رقم (3) مناهج التوجيه و الإرشاد

لكي يحقق الإرشاد الأهداف المرجوة فإنه يستخدم مجموعة من المناهج وهي :

1- المنهج النمائي: Developmental: يطلق على هذا المنهج الإستراتيجية الإنشائية وذلك لكونه يهتم بتعزيز الجوانب الإيجابية للفرد وتنميتها، ويعتبر هذا المنهج عملية الإرشاد عملية نمو ، تقدم إلى الأفراد العاديين بهدف رعاية نموهم السليم والارتقاء بسلوكهم ورفع إمكانياتهم وقدراتهم واستعداداتهم وكفاءتهم لتدعيم توافقهم النفسي والصحي والاجتماعي والتربوي والمهني إلى أقصى درجة ممكنة ، وتؤهلهم للتغلب على الصراعات والمشكلات غير السوية التي تواجههم في حياتهم اليومية .

ويفيد هذا المنهج في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد المدرسي للأخذ بيد التلاميذ والوصول بهم إلى التوافق في جوانبهم الشخصية الاجتماعية والدراسية .

2- المنهج الوقائي: Preventive Method : وتقوم عملية التوجيه والإرشاد في هذا المنهج على وقاية سلوك الفرد من الاضطرابات ومشكلات عدم التوافق ، وتعتمد استراتيجية المنهج الوقائي في التوجيه والإرشاد على الأمور التالية :

-المحافظة على الصحة النفسية للأفراد العاديين .

-العمل على تحقيق التوافق.

-القيام بالدراسات العلمية التي تتعلق بفهم الأفراد (استعداداتهم وميولهم واتجاهاتهم) للكشف المبكر عن أي اضطراب للعمل على مواجهته قبل أن يقوي ويستقل ويصعب التغلب عليه .

3- المنهج العلاجي: Method Treatment: يهدف إلى إعادة التوافق النفسي والصحة النفسية للفرد عندما لا يتوفر لديه توجيه وإرشاد للنمو السليم أو لا تتوفر الوقاية الكافية لمنع

من الوقوع في الاضطرابات ، أو عندما نفشل في الكشف المبكر عن الاضطرابات والمشكلات عند بعض الأفراد، ويحتاج هذا المنهج إلى تخصص دقيق في الإرشاد العلاجي (المحتسب، 2001، ص 31)

نستنتج مما سبق ان :

مناهج الارشاد النفسي متكاملة ومتدرجة من حيث الاستخدام حيث تبدأ بالجانب التنموي مروراً بالجانب الوقائي وانتهاءً بالجانب العلاجي ، حيث أنه من الأهمية التعامل مع هذه المناهج الثلاث عند مواجهة أي ظاهرة أو مشكلة.

اذ ان المنهج التنموي يعتبر منهج مهم و أساسي في عملية الإرشاد النفسي لأنه يسعى إلى العمل منذ البداية على تنمية قدرات الفرد بتوفير كل الإمكانيات والظروف التي يستطيع العيش فيها، وتؤهله للتغلب على الصراعات والمشكلات غير السوية التي تواجهه في حياته اليومية .

لذلك فإذا تم استغلال هذا المنهج بالطريقة الصحيحة من قبل العاملين في مجال الإرشاد النفسي، فإن ذلك سيساعد الأفراد على الارتقاء بسلوكهم وإمكانياتهم وقدراتهم، وزيادة توافقهم النفسي والاجتماعي والتربوي والمهني، وزيادة قدرتهم على التعامل مع الإحباطات والضغوطات التي يواجهونها في حياتهم اليومية، مما يؤدي إلى خفض نسبة المشاكل والاضطرابات النفسية والسلوكية التي من الممكن أن تظهر عند هؤلاء الأفراد .

- مبادئ الإرشاد النفسي:

ذكر (الخطيب،2004) أن عملية الإرشاد تعتمد على ثلاثة مبادئ رئيسة هي:

المبدأ الأول: مبدأ هنا والآن: Now & Here :

ويتضمن هذا المبدأ ما يحدث الآن بالفعل في المكان الذي يتم فيه الإرشاد، حيث يستطيع المسترشد ذكر ما حدث له، وسرد أفكاره وأحاسيسه، ومن ثم يقوم بالتعليق على نماذج سلوكياته ومشاعره والأسباب التي تدفعه للقلق والتوتر، وبذا يكون على المرشد تحويلها إلى

صيغة الحاضر، حتى يستطيع المسترشد إعطاء رأيه في ها من جديد، وذلك فقط عندما يتوفر الإقناع الكامل للمسترشد بمشكلته، ونظرا لأن المرشد مشارك فعلي وليس مستمعا فقط، فلا بد أن يلم بمشاعر وأحاسيس وتفاعلات المسترشد، ويكون قادرا على تقديم صورة متكاملة للمسترشد على كيفية حدوث اضطراباته ومشاكله، ووضع الحلول المناسبة ل ها بالاتفاق معه، بل لا بد أن تتبع الحلول من ذات المسترشد كما يعلم ها أو يفعل ها.

المبدأ الثاني: مبدأ الانتقال (التحويل) : Transference :

ويرتبط هذا المبدأ من قريب أو من بعيد بمبدأ (هنا والآن) فقد يتضمن مبدأ الانتقال انتقال المسترشد من مجرد متحدث إلى مرحلة المشارك الفعلي في العملية الإرشادية، بحيث ينقل الكيفيات التي حدثت ل ه بالفعل، وقد يتضمن أيضا قدرة المرشد على نقل صورة المسترشد من الماضي إلى الحاضر بجميع أبعادها، وليس لمجرد كون ها ذكريات، هذا على اعتبار أن المسترشد لا يستطيع أن يدرك ما حدث له أو صدق مشاعره، والكيفيات التي تم من خلال ها وصوله إلى هذه المرحلة .

المبدأ الثالث: مبدأ السرية : Confidence :

يكمل المبدأين السابقين في إنجاح عملية التوجيه والإرشاد يعتبر مبدأ السرية مبدأ ا وتحقيق ال هدف من ها وهو تخفيف درجة الاضطراب النفسي عند المسترشد بحيث يساعده المرشد على الاستبصار بمشكلته واستكشاف الحل المناسب ل ها، لذا تعتبر السرية من المبادئ الأساسية في عملية التوجيه والإرشاد نظرا لحساسية الموقف الإرشادي الذي تمثل فيه السرية دعامة أساسية لتحقيق ال هدف من ها حيث يتم ذلك بين المرشد والمسترشد وفي إطار الثقة المتبادلة بحيث لا يتم الإفصاح عما يدور بين هما إلا بما يتم الاتفاق عليه فيما بين هما، والسرية في جوهرها من أهم أخلاقيات المرشد التي يجب أن يتمتع ب ها، وإلا فمن المتوقع أن تكون هناك نتائج سلبية للعملية الإرشادية قد تؤدي إلى تفاقم الوضع الإرشادي سوءا بدلا من النتائج الإيجابية التي من المتوقع الحصول على ها، والتي يسعى المرشد إلى تحقيق ها

على أكمل وجه وفي إطار السرية الكاملة هذا وقد ذكر (حسين) ثلاثة مبادئ رئيسة للإرشاد النفسي وهي كالآتي:

١. التعاون بين المرشد والمسترشد:

فالعملية الإرشادية ليست عملية قسرية ولا هي عملية ذات اتجاه واحد، ومن هنا لا يمكن أن تتحقق هذه العملية وتؤدي ثمارها إلا عن طريق إيجاد التعاون بين المرشد والعميل، وهذا يحدث إذا تقبل كل منهما الآخر دون قيد أو شرط وصولاً إلى حل مشكلة المسترشد.

٢. الاهتمام بالنمو الشخصي للفرد:

إن لكل مرحلة من مراحل النمو مطالب ومهام خاصة بها فإذا استطاع الفرد القيام بهذه سلى وإذا فشل في ذلك يكون من المهم خير قيام، واستطاع إشباع هذه المطالب، فإن نموه يكون عرضة لسوء التوافق والمشكلات النفسية. فالإرشاد أولاً وقبل كل شيء يركز على مشكلات الفرد ومساعدته على حلها.

٣. الاعتماد على العمليات السلوكية الفردية .:

فينبغي على العملية الإرشادية أن تراعي الفروق الفردية بين العملاء حيث إن هؤلاء وانفعاليا وعقلي العملاء يختلفون عن بعضهم البعض في مختلف جوانب الشخصية جسمياً، كما يختلفون في المشكلات التي تواجه كلا من هم، ومن ثم ينبغي على المرشد واجتماعي النفسي أن يضع في الاعتبار كل هذه الفروق والنظر إلى كل فرد على أنه شخص فريد في خصائصه المعايير الأخلاقية والمهنية للإرشاد النفسي ، لقد حدد أعضاء الجمعية الأمريكية لرعاية المرشدين معايير وقوانين وأعراف ينبغي على القائم بالعملية الإرشادية العمل والتمسك بها، حيث تترجم هذه المسؤولية بالعلاقة المهنية الجيدة مع العملاء والزملاء والأسرة والمجتمع، وأن يتعهدوا بقبولها والعمل على تحقيق المقدمات المنطقية التالية .:

١- الحفاظ على مسؤوليات الجمعية تجاه المجموعة التي يتعاملون معها أو يعملون من خلالها.

٢. تجنب التمييز ضد شخص ما أو رفض توظيفه أي بمنع آخر توفير الفرص التربوية أو المهنية على أساس قاعدة العرق أو الجنس أو الدين أو الأصل أو أي شكل من أشكال التمييز.

٣. إستمرارية المواصله مع التطورات المهنية الحديثة وتطوير القدرات العملية والتربوية وكذلك الخبرات العيادية

٤. تكوين علاقات مع زملاء العمل والأبتعاد عن العزلة التي تؤدي الى فقدان القدرة على الحكم.

٥. إدارة الحياة الشخصية من خلال نموذج حي والسعي للحصول على المساعدة الملائمة لحل أي مشكلة شخصية.

٦. تشخيص وتقييم الإجراءات العلاجية المناسبة للعملاء والتي تقع ضمن حدود وقدرة المرشد النفسي وكفاءته المهنية.

٧. تأسيس حدود ملائمة للعلاقات المهنية والمحافظة علىها.

أخلاقيات صنع القرار

ينبغي على المرشد التربوي والنفسي أن يضع حاجات العميل قبل حاجاته وأن يتحكم في مسألة الضبط لحاجاته الخاصة وعزلها عن العلاقة الإرشادية مع العميل، وعليه أن يكون واعيا لحاجاته الخاصة وكذلك لمناطق الضعف لديه. وقد قام كل من كيتجنسر و ويلفيل (Welfel & Ketchencer 1992, 1986) بوصف المبادئ الأخلاقية التي تعكس الدستور المهني والمتمثلة في مساعدة الآخرين و عدم الآساءة الىهم وأحترام أستقلاليتهم والأخلاص في العمل ويمكن أجمالها كالآتي:

١- قبول وتحمل مسؤولية ما هو مقيد ضمنا أن ه يعكس ما يعمل لتعزيز الطمأنينة والراحة للعميل وخاصة عندما يدخل العميل مغامرة العلاج وهذا مفيد لتحسين ما هو متوقع من أجل العميل.

٢. عدم الآساءة للآخرين، حيث يتضمن الإرشاد التزام المهنيين ليمارسوا العناية والأهتمام من تجنب العميل الصراعات بالاضافة الى عدم أستغلالهم وتجنب كل ماييسئ الىهم.
 ٣. الأستقلالية التي تعود على نفس العميل من حيث أن ها تخص معتقدات ه وحريته في التنقل وأختيار الأتجاه الذي يناسبه، وهذا يعني أن المرشد ليس له الحق في التدخل أو مشاركة العملاء حياتهم الخاصة وتطلعاتهم.
 ٤. عمل ما هو ممكن للتأكد من أن الناس قد أعطوا الخدمات الإرشادية الكافية دون تمييز فيما يتعلق بالخلفيات الثقافية والأقتصادية والدين....الخ.
 ٥. العمل برغبة لفعل ما هو ضروري لخلق جو الثقة والمناخ العلاجي الضروري والذي من خلال ه يستطيع العميل أن يلمس طريق ه نحو الحلول الممكنة للمشكلة.
- و عليه يمكن القول ان مبادئ الإرشاد هي مجموعة قواعد لابد أن يضعها المرشد في الاعتبار عند البدء في تعديل سلوك الفرد، وهي كالتالي:
- **مرونة السلوك الإنساني:** السلوك ثابت نسبيا وليس ثابت مطلقاً، أى يوجد نسبة مرونة، فمن السهل تعديله وتصحيحه بالتعليم والتوجيه والإرشاد، ويتغير نتيجة لاكتساب الخبرات والمهارات، والتغيير يكون من الداخل أيضا وليس مجرد تغيير خارجي.
- قابلية الإنسان للإرشاد: الإنسان لديه قابلية لاستقبال النصيحة من ذوي الخبرة، بل أنه يحتاج إلى ذلك في معظم الأوقات خلال مراحل النُمو المُختلفة، فطبيعة الإنسان أنه اجتماعي لديه القابلية للتفاعل مع الآخرين وقبول النصيحة.
- **تأثير سلوك الفرد بالجماعة:** كل شخص وله سلوك يتميز به ويتأثر بعقليته وانفعالاته، ولكن ربما يتأثر بالجماعة والعادات والضغط من حوله، أي أن السلوك ناتج عن عوامل فردية وجماعية، لذلك فعلى المرشد أن يضع في اعتباره تأثير الجماعة على المسترشد بالإضافة إلى شخصية الفرد بحيث يصل في النهاية إلى التوافق الشخصي والاجتماعي.

-**تقبُّل واحترام الفرد:** الثقة المتبادلة وتقبل المرشد للمسترشد مهما كانت مشكلته من أهم مبادئ الإرشاد النفسي التي تسهل عملية الإرشاد والتوجيه، وتساعد المسترشد على البوح بكل ما بداخله.

حقُّ الفرد في اتخاذ القرار: الإرشاد لا يعنى اتخاذ القرار مكان العميل، وإنما مساعدة العميل على اتخاذ القرار السليم بنفسه وكيفية مواجهه مشكلاته، فلا يحق للمرشد أن يجبر العميل على قرار معين أو وجهة نظر معينة.

-**حقُّ الفرد في الاستفادة من التوجيه والإرشاد:** أي أن المسترشد له الحق أن يجد من يأخذ بيده ويرشده إلى الطريق الصواب، ويقدم له النصيحة.

-**استمرار الإرشاد:** الإنسان بحاجة إلى النصيحة طوال العمر، عملية التوجيه مستمرة مدى الحياة ويشترك فيها كل من يتعامل مع الفرد من والدان ومرشدين ومعلمين لمساعدة الفرد لحل مشكلاته التي تختلف باختلاف المراحل العمرية.

نشأة الإرشاد النفسي:

إن عملية الإرشاد النفسي لم تكن جديدة بل هي قديمة قدم العلاقات الإنسانية، وقد اعتاد الفرد منا أن ييوح ويكشف بما يشعر به من مشكلات شخصية أو نفسية للفرد القريب منه، سواء كان احد أفراد أسرته أو صديقه، للحصول على دعم عاطفي ومشاركة وجدانية، او إسهاما لتقديم الحلول الملائمة لمشكلاته، ولكن يشير معظم الباحثين إلى إن بداية الإرشاد النفسي تعود إلى زمن العالم الألماني فونت (Font, 1879) عندما قام بإنشاء أول مختبر تجريبي لعلم النفس، إلا إن مصطلح الإرشاد النفسي (Counseling Psychology) لم يستخدم ولم يرد ذكره في الكتب العلمية إلا في عام (1931) حيث كان يسمى قبل ذلك بالتوجيه المهني (Vocational Guidance)

ولقد ذكر حسين مراحل تطور الإرشاد النفسي كالتالي:

1-مرحلة التركيز على التوجيه المهني:

حيث بدأ الإرشاد بالتوجيه المهني الذي يهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تتلاءم مع ما لديه من إمكانيات وقدرات واستعدادات فضلاً عن التغلب على المشكلات المهنية التي تواجههم في مجال العمل أو المهنة. ولقد كان ظهور كتاب يد جون هورت (Huart,J) تحت عنوان (اختبار العقل في القرن السادس عشر) أول محاولة لمناقشة ما يعرف الآن بالتوجيه المهني وكذلك كتاب فرانك باسونز (1980) Persons. F , تحت عنوان (اختيار المهنة) ويعتبر بارسونز الأب الروحي للإرشاد المهني، حيث اهتم بما يعانيه الأفراد من اضطراب وإحباط لما يواجههم في اختيار المهن التي تلائم استعداداتهم وقدراتهم. ثم أنشأ بارسونز مكتب

في مدينة بوسطن بأمريكا (1908) بهدف مساعدة الأفراد على اختيار المهن التي تلائم مهنى ما لدىهم من قدرات واستعدادات وإمكانيات. وفي عام (1910) عقد أول مؤتمر للتوجيه المهني، وأصدرت أول مجلة للتوجيه المهني ثم تلا ذلك انتشار حركة التوجيه المهني في أمريكا، وعلية فقد أصبح التوجيه والإرشاد يهتم بجمع المعلومات عن الفرد والمهنة من خلال استخدام المقاييس والاختبارات والمقابلات الشخصية.

2-مرحلة التركيز على التوجيه التربوي:

في أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين زادت مشاكل التأخر الدراسي والضعف العقلي مما حظي بانتباه علماء النفس وجعلهم يتوافدون على دراستها، ففي فرنسا أنشأ ألفرد بينيه (1905) أول اختبار ذكاء في العالم، وتمت محاولات لدراسة التأخر الدراسي والضعف العقلي، وبدأ بعض الجهد في تعليم وتوجيه وإرشاد هاتين الفئتين من الأفراد. ظهرت هذه المرحلة كامتداد للتوجيه المهني حيث وجهت الخدمات الإرشادية إلى مجال التوجيه التربوي والذي يهدف إلى مساعدة الطلاب على اختيار نوع التعليم الذي يتسق مع ما لدىهم من قدرات واستعدادات وإمكانيات وكذلك مساعدتهم في التغلب على المشكلات التربوية التي تواجههم في المجال المدرسي. ويعتبر كيلي(1941) Truman.K أول من

وصف التوجيه التربوي في رسالته للدكتوراه بأنه نشاط تربوي يهدف إلى مساعدة التلاميذ على اختيار المقررات الدراسية وعلى التكيف مع المشكلات الدراسية ، وتصنيف التلاميذ في المدارس في ضوء قدراتهم واستعداداتهم.

و قام فرانك بارسونز بتأسيس أول مكتب للتوجيه المهني في ولاية بوتسن الأمريكية ، والف كتابا بعنوان (اختيار المهنة) مما أعطى ذلك دفعة قوية الى ظهور الارشاد النفسي في عالم الواقع العملي . بعد ذلك انتقلت خدمات التوجيه والإرشاد المهني إلى مجالات التربية والتعليم على يد المختص "جيسي دافيز" ، وذلك من اجل توجيه الطلبة نحو التخصصات الدراسية والمهنية التي تلائم قدراتهم العقلية وميولهم المهنية ، إذ ان بعض الطلبة يميلون نحو دراسة الطب والبعض الآخر نحو الهندسة او علم الاجتماع.

3-مرحلة التركيز على حركة القياس النفسي:

فمن العوامل التي ساعدت على نمو وتطور الإرشاد النفسي هو تطور حركة القياس النفسي ومن العوامل التي أدت إلى نشأة القياس النفسي هي الحاجة إلى وجود وسيلة للكشف عن ضعف العقول في القرن التاسع عشر، ولقد شهد هذا القرن اهتماماً واضحاً بالمتخلفين عقلي وفي فني الثلاثينيات بدأت تظهر اختبارات ومقاييس عديدة وزادت حركة القياس النفسي، نشاط

الأربعينات ظهرت اختبارات ومقاييس خاصة للإرشاد النفسي .وكان (سترونج) من أوائل الذين أسهموا في هذا المجال، فأنشأ في عام (1943) اختبار الميول المهنية للرجال والنساء . وبعد الحرب العالمية الأولى ظهر العديد من الاختبارات والمقاييس وتأسست مؤسسات للاختبارات والمقاييس لإنشاء وإعداد اختبارات ومقاييس الذكاء والتحصيل والميول والتوافق، وإعداد الأجهزة والاختبارات العملية وفي عام (1950) أعد (بينيه) أول مقياس لقياس الذكاء ثم اتسع مجال القياس بعد ذلك في دراسة الذكاء والقدرات العقلية حيث ظهرت اختبارات الذكاء الجماعية بسبب الحرب العالمية الأولى.

فضلا عن ذلك ساعدت حركة الاختبارات والمقاييس في تطوير الارشاد النفسي ، إذ اعتمد المختصون والمرشدون على الاختبارات النفسية في كشف مشكلات الافراد والتلاميذ والموظفين في بيئة العمل ، كذلك ان هذه الاختبارات ساعد المرشدين على تحديد الشخص المناسب في العمل المناسب.

4-مرحلة التركيز على التوافق والصحة النفسية:

حيث تميزت هذه المرحلة بدراسة الجوانب المرضية في سلوك الفرد، والاهتمام بالمرضى النفسيين والاهتمام بمشكلات التوافق النفسي، حيث بدأت هذه المفاهيم من مصحات الأمراض النفسية واقتترنت بالدعوى على الوقاية من الأمراض النفسية والعناية بالصحة النفسية، حيث شغلت الأمراض النفسية والعقلية اهتمام الناس، كما كان لنظرية التحليل النفسي على يد (فرويد) (في تفسير الأمراض النفسية أثر هام في الإرشاد النفسي، وفي مجال التربية والمدرسة ظهرت مشكلات سوء التوافق بين التلاميذ والمحافظة على صحتهم النفسية، وهكذا أصبحت مهمة الإرشاد مساعدة الناس على التوافق مع البيئة أو المجتمع، ثم تأثرت هذه المرحلة

بمدارس علم النفس المختلفة.ثم أنشا (ويتمر)Witmer عام 1968 أول عيادة نفسية في جامعة بنسلفانيا بأمريكا وبدأت

بعلاج حالات التأخر الدراسي والضعف العقلي، وكذلك التوجيه المهني ثم زاد عدد العيادات النفسية، والتي كانت تهتم بعلاج مشكلات سوء التوافق في كل من المدرسة والأسرة.

5-مرحلة علم النفس الإرشادي:

لقد حدث تطور في بداية الثلاثينيات من هذا القرن، وقد تأثر التطور بحركة الصحة النفسية ومدارس علم النفس المختلفة، وعلى ه يمكن أخذ الإرشاد يركز في الثلاثينيات على المشكلات الشخصية للفرد، ويضاف إلى ذلك جهود (كارل روجرز) في الشخصية والإرشاد والعلاج "عام 1942 كما وضع نظريته في الإرشاد النفسي حيث وضع كتاب " الإرشاد والعلاج النفسي

المتركز حول الشخص التي مازالت تستخدم حتى الآن، ثم شهدت فترة الخمسينيات بداية ميلاد علم جديد وهو الإرشاد النفسي.

وفي عام (1951) ظهر مصطلح علم النفس الإرشادي والمرشد النفسي في المؤتمر الذي عقدته لجنة متخصصة في مينسوتا قبيل انعقاد المؤتمر السنوي للرابطة الأمريكية، وقد تبع ذلك إنشاء قسم الإرشاد النفسي في الجمعية النفسية الأمريكية ومن ثم البريطانية .وفي عام (1945) صدرت مجلة الإرشاد النفسي ثم دخل موضوع الإرشاد النفسي ضمن مقررات علم النفس في الجامعات.

6-مرحلة التركيز على النمو النفسي:

ومن العوامل التي ساهمت في تطور الإرشاد النفسي علم نفس النمو حيث تم الاهتمام " ستانلي هول " ،فى ه بدراسة الأطفال ونموهم ومشكلاتهم النفسية، ويرجع الفضل في ذلك إلى وتلا ذلك الاهتمام بخصائص الطفل النفسية والاجتماعية والمعرفية مع ظهور العديد من النظريات التي تفسر مراحل نمو الطفل المختلفة نحو نظرية فريد وأريكسون ونظرية هافج هروست . وقد نرى أن الإرشاد النفسي قد نشأ نتيجة لالتقاء عدة تيارات مختلفة مثل التوجيه المهني والتربوي والصحة النفسية وغيرها، وقد تطور وأصبح الآن يقوم به أخصائون متخصصون وانتشرت مراكز التوجيه والإرشاد في مختلف البلدان والمؤسسات وبما ان الارشاد النفسي يهدف الى اكتشاف مشكلات الافراد وسماتهم النفسية فأن هذه الوظيفة اصبحت مناسبة جدا للعاملين في المجال المرضي ، إذ اهتم المختصين بتوظيف

مبادئ الارشاد وخدماته في تحديد وارشاد اضطرابات السلوك لدى الاطفال والمراهقين مثل الكذب والسرقة وصعوبات التعلم ، فضلا عن ذلك ساعدت نظرية فرويد في التحليل النفسي (التي فسرت ظهور الاضطرابات النفسية بضعف انا الافراد في التوافق النفسي مع البيئة الخارجية) ونظرية روجرز (التي ترى ان مشكلات الافراد ترجع الى الكيفية التي يقيمون بها ذاتهم مثل انهم فاشلين) في كتابه (الارشاد والعلاج النفسي) على فهم شخصية المسترشد ووضع طرائق خاصة لفهم ذاته وسلوكياته المضطربة وكيفية علاجها.

المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي.

المحاضرة رقم (4) صفات و أخلاقيات المرشد التربوي:

يركز الفلاسفة مثل سارتر Sartre على أهمية الأخلاق Ethics ،ويقول: إن الفرد يجب أن يكون سلوكه حسنا صحيحا يؤدي إلى ما يحقق حريته وأمنه وحرية وأمن الآخرين. ومعظم المرشدين والمعالجين النفسيين يعملون في هدي دستور أخلاقي يحكم سلوكهم ويلتزمون به في المواقف المهيئة لعملية الإرشاد لمصلحة المرشد والعميل والمجتمع والمهنة وتعد القواعد الأخلاقية ذات أهمية كبرى في العمل الإرشادي وهي مسؤولية تقع على عاتق المرشد النفسي . ومن هذه الأخلاقيات:

أولاً: أخلاقيات تتعلق بالمبادئ العامة.

1. أن يتحلى المرشد النفسي بالأخلاق الفاضلة قولاً وعملاً، وأن يكون قدوة حسنة في الصبر والأمانة وتحمل المسؤولية دون ملل أو كلل أو يأس.
2. أن يتحلى المرشد بالمرونة في التعامل مع حالات الطلاب، وعدم التقيد بأساليب محددة في فهم مطالبهم وحاجاتهم الإرشادية، فالمرونة المطلوبة هي الوسيلة التي يمكن للمرشد أن يتقبل ويسمع أصوات الطلاب واحتياجاتهم ومطالبهم.
3. أن يتميز المرشد النفسي بالإخلاص وتقبل العمل في مجال التوجيه والإرشاد كرسالة وليس كوظيفة بعيدا عن الرغبات والطموحات الشخصية. لأن الوظيفة تقود المرشد إلى أداء عمل هو ملزم به دون محاولة الإبداع والتطوير، والرسالة هي التي تبني الشخص لقضية ما، والإيمان بأنها مهمة سامية

وقد وضعت الجمعية المصرية للدراسات: النفسية ميثاقاً أخلاقياً للمشتغلين بعلم النفس في مصر، ويتضمن هذا الميثاق الأخلاقي ما يلي:1:

- **مبادئ عامة:** تتناول أهمية مظهر الأخصائي النفسي، والتزاماته نحو العميل، ونحو المجتمع وإجاداته للطرق والأساليب المهنية، ومحافظة على الأسرار والبيانات الشخصية، وتحمله للمسئولية المهنية، ورفع قيمة المهنة في نظر الآخرين.
- **المقياس النفسي:** يتضمن الميثاق الأخلاقيات الخاصة بإعداد وتأليف وتقنين ونشر الاختبارات والمقاييس النفسية واستخدامها.
- **البحوث والتجارب:** يشتمل الميثاق على الأخلاقيات الخاصة بالبحوث والتجارب وأهدافها العلمية وسلامة إجراءاتها علميا وعمليا.
- **التشخيص والعلاج:** يحتوي الميثاق على الأخلاقيات الخاصة بالتشخيص الدقيق والعلاج السليم في إطار برنامج مخطط، ودون إرهاب العميل في التكاليف.
- **التدريس والتدريب:** يشير الميثاق إلى أخلاقيات التدريس وتدريب الطلاب والأخصائيين الجدد وتوفير الخبرات لهم.
- **العمل في المؤسسات:** يشير الميثاق إلى أخلاقيات العمل في المؤسسات المهنية والإنتاجية بالأسلوب العلمي.
- نظرا لان المرشد سوف يطلع على أسرار الطالب في حياته العامة والخاصة ولأفراد أسرته من خلال التعامل مع دراسة حالته، فعليه المحافظة على سرية المعلومات التي يحصل عليها وعندما يخفق المرشد في المحافظة على سرية المعلومات فقد أخل بشرط أساسي ومهم جدا من شروط وأخلاقيات مهنة التوجيه والإرشاد وتشتمل السرية على تقييد المرشد التربوي بالآتي:

- يلتزم بالأمانة على ما يقدم له أو يطلع عليه من أسرار خاصة بالطالب وبياناته الشخصية ومسؤولية تأمينها ضد إطلاع الغري عليها وبطريقة تصون سريتها.
- يلتزم عدم نشر المعلومات الخاصة بالحالات التي يقوم بدراستها ومتابعتها.
- عدم الإفصاح عن نتائج دراسة حالة الطالب والاكتفاء بإعطاء توصيات لمن يهمه أمر الطالب للتعامل مع حالته.
- في حالة طلب معلومات سرية عن حالة الطالب من قبل الجهات الأمنية أو القضائية فعلى المرشد التربوي الإفصاح عن المعلومات الفردية وبقدر الحاجة فقط وإشعار الطالب بذلك
- إذا طلب ولي أمر الطالب أو مدير المدرسة معلومات سرية عن الطالب فعلى المرشد تقديم المعلومات الضرورية بعد التأكد من عدم تضرر الطالب من إفشائها

المحور الأول: مبادئ الإرشاد النفسي.

المحاضرة رقم (5) مجالات التوجيه و الإرشاد

هناك العديد من مجالات الخدمة النفسية المتنوعة، فمنها إرشاد الأطفال، وإرشاد المراهقين، وإرشاد المسنين، والإرشاد العلاجي، والإرشاد الأسري، والإرشاد المهني، والإرشاد الزواجي، وإرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة.. وغيرها من مجالات الإرشاد، ولقد اتسع استخدام الإرشاد النفسي حتى شمل مختلف أوجه حياة الفرد وجميع مراحلها النمائية، ويمكن تصنيف مجالات الإرشاد النفسي في ما يلي:

أولاً : 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. فالمؤسسات التربوية هي المسؤولة عن توفير ظروف مناسبة للطفل لمساعدته على النمو العقلي والجسدي والانفعالي بشكل سليم، ومساعدة الطلاب على الاستقلالية وعدم الاعتماد على الغير، التعليم في الفصل مشابهاً في أهدافه مع التعليم والتوجيه لذلك فعلى المعلم أن يمارس عملية الإرشاد، والمرشد يمارس عملية التدريس. ويمكن تحديد مجالات الإرشاد النفسي في المجال التربوي في ما يلي:

مشكلات المتفوقين: المتفوقين دراسياً وعقلياً بحاجة لمن يأخذ بيدهم ويساعدهم على تنمية مواهبهم حتى لا تضيع بسبب الإهمال، وقد يشعر المتفوق بالوحدة في الفصل ويشعر بالقلق والتوتر. ربما تفوقه يسبب له مشاكل اجتماعية أو جسدية فيكون ضرره أكثر من نفعه، لأنه يهتم ويركز على نموه العقلي فقط، ويهمل باقي جوانب الحياة.

الضعف العقلي: الطلاب الذين يعانون من مشاكل في التحصيل الدراسي، ونسبة ذكائهم تكون أقل من 70%، ولديهم مشاكل اجتماعية منهم المعنويين والبلهاء والمنغولية وغيرهم.

التخلف الدراسي: ربما يكون ضعف في التحصيل الدراسي بصفة عامة أو في مادة معينة. وبعض المتخلفين دراسيا من بين المتفوقين عقلياً، ولكنهم يعانون من تشتت الانتباه وعدم القدرة على التركيز وضعف الذاكرة والبلادة وقلة الاهتمام بالدراسة مع الغياب المتكرر وعدم حضور دروسهم.

المساعدة في اختيار الدراسة التي تتوافق مع ميول الطالب: في المدارس العادية المقررات واحدة للجميع بغض النظر عن القدرات وال ميول المتفاوتة للطلاب، و إذا وجد مواد اختيارية فالطلاب ينقصهم المعرفة والمعلومات بالتخصصات المفيدة لهم والتي تناسب قدراتهم وميولهم، فتواجههم مشكلة في اختيار الدراسة المستقبلية لعدم المامهم بالمعلومات الكافية.

مشكلات النظام: مشاكل في المنظومة التعليمية كلها ظاهرة الغش في الامتحان التي يكون لها عواقب عديدة على الفرد والمجتمع في المستقبل.

عدم التوافق التربوي: وهي حدوث فجوة بين الطلاب وبعضهم أو بين الطلاب والمدرسين، وتكرار الغياب والرسوب.

التسرب من التعليم: عدم إكمال الطالب مسيرته التعليمية لظروف اجتماعية إما لوفاة الوالد وإعالة الأسرة، أو زواج بعض الطالبات وعدم التمكن من إكمال التعليم.

مشكلات تربوية أخرى: هناك مشكلات تدخل تحت مجالات الإرشاد المختلفة منها صعوبة الكلام، مشكلات تنظيم الوقت والذاكرة، ومشكلة قلق الامتحان ، بالإضافة إلى العديد من المشكلات التي لاتخلو منها مدرسة.

الإرشاد المهني: الإرشاد المهني عملية نمو طويلة لتعطي الفرد المرونة اللازمة والخبرات الكافية لمواجهة أي مشاكل تواجهه في حياته المهنية، ليست مجرد إجراء سريع وينتهي، فالمرشد يساعد العميل على تحديد مصيره واتخاذ قراره بنفسه.و يهدف الإرشاد المهني إلي

مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تناسب قدراته وميوله المراتب لتحقيق التوافق المهني ،
و يمكن تحديد مجالات الارشاد النفسي في المجال المهني في ما يلي: (جودت،
العزة، 2014، ص23)

مشكلات الاختيار المهني : قد يختار الشخص مهنة لمكانتها الاجتماعية أو عائدها
الاقتصادي دون الاستعداد لها بشكل جيد، أو قد يكون التوزيع إجباري من القوى العاملة،
وتوجد الكثير من الأسباب الأخرى المؤدية لاختيار الفرد مهنة غير مناسبة له، لذلك فنحن
بحاجة إلى الإرشاد المهني لاختيار المهنة بشكل علمي.

مشكلات الإعداد المهني : إعداد الأشخاص مهنيا وتربويا وتدريبهم بشكل كافي لتحقيق
التوافق المهني.

مشكلات التوزيع : ربما يحدث سوء توزيع ويعمل أشخاص في أماكن غير مخصصة لهم،
فيتم اختيار ناس غير مؤهلين لذلك، وربما يحدث سوء التوزيع بسبب غياب الإرشاد المهني،
أو يتم الاختيار بناءً على المظهر والسن دون وضع القدرات المهنية في الاعتبار.

سوء التوافق المهني : نحن بحاجة إلى الإرشاد المهني إذا كان العامل لا يتكيف مع ظروف
العمل، أو مع زملائه في العمل، فيحتاج من يأخذ بيده ويوجه إليه النصيحة.

تحليل شخصية العامل : لتحديد مدى استعداد وقدراته وميوله واتجاهاته وخبراته عن طريق
استخدام كل الوسائل العلمية والفنية المتاحة، ويوجد الكثير من الاختبارات لتحديد أبعاد
الشخصية ومعرفة الميول المهنية.

تحليل العمل : لمعرفة متطلبات العمل والمهارات الشخصية والعقلية التي يجب توافرها في
الفرد وتحديد طبيعة العمل وظروفه وتخصصاته الفرعية المتعددة وعلاقتها بالتطور العلمي
والتكنولوجي السريع، بالإضافة إلى معرفة المعدات المستخدمة في العمل وتحديد مدى
خطورتها.

الاختيار المهني: يتم دراسة الشخص وتحديد ميوله واتجاهاته بالإضافة إلى دراسة طبيعة العمل لكي يكون الاختيار موفق، والإناث لهم معايير أخرى عند إختيار المهنة، فهي تتزوج وتكون مسئولة عن أسرة كاملة، فهل تكون قادرة على التوفيق بين المنزل والعمل، أم ستكتفي برعاية أسرتها.

التأهيل المهني: المهنة والتخصص أمر مكتسب وليس بالفطرة، والتأهيل المهني واكتساب المهارات الخاصة بالمهنة سوف تحتاج إلى وقت طويل وهذا ما تتعلمه في المعاهد والجامعات، مثل كليات الهندسة والطب والعلوم والتجارة وغيرها، وحتى في هذه المهن توجد تخصصات فرعية.

التدريب المهني: لكي تصل إلى الكفاءة المطلوبة للقيام بالعمل عليك بالتدريب الجيد للمهنة عن طريق تنظيم برامج ودورات تدريبية، ويقدم المدرب نماذج عملية ليكتسب المتدربون الخبرة العملية.

التشغيل: الإرشاد المهني يساعد الفرد في البحث عن عمل يتوافق مع قدراته، مثل ما يفعله "مكتب العمل". وإذا كان الاختيار موفق تحقق الاستقرار في العمل، وأدي العامل مهمته على أكمل وجه، حتى يحصل على الترقية والوصول إلى أعلى الدرجات والقدرة على المشكلات التي تواجهه في وقتها دون أن يتأثر نفسياً، وبناءً على ذلك يتحقق التوافق المهني والاجتماعي.

الإرشاد النفسي الأسري:

لإرشاد الأسري هو مساعدة أفراد الأسرة كبار وصغار لفهم الحياة الأسرية من واجبات وحقوق لتحقيق التوافق الأسري والسعادة والاستقرار، بالإضافة إلى المساعدة في حل المشكلات. كما يهدف الإرشاد الأسري الى سعادة المجتمع، ويبدأ من سعادة واستقرار الأسرة. و تعليم أفراد الأسرة مبادئ الحياة الأسرية السليمة من اجل المساعدة في حل الاضطرابات الأسرية. و تعليم الآباء قواعد التربية السليمة وطرق رعاية الأبناء. من خلال

تقديم خدمات وقائية وعلاجية تقدم لمن يحتاج إليها من أفراد الأسرة سواء كانت خدمات فردية أو جماعية. وربما تحتاج إلى الاستعانة بطرق الإرشاد الأخرى ومن خدمات الإرشاد الأسري ما يلي (خضر، 2008، ص 14-15)

التربية الأسرية: فهم الحياة الأسرية من خلال البرامج التدريبية في المدارس والمؤسسات التعليمية ووسائل الإعلام المختلفة، وتعليم كل فرد حقوقه وواجباته تجاه أسرته، مع وضع أسس للوقاية من المشكلات الأسرية، وكيفية حلها إذا وجدت.

الخدمات النفسية: لتحقيق التفاهم والتوافق بين كل أفراد الأسرة، وكيفية السيطرة على الانفعالات، وحل الصراعات والتوتر الذي يعكر صفو الحياة الأسرية، مع المساعدة في حل المشكلات الموجودة بالفعل، والتخلص من أسبابها وتقريب وجهات النظر للوصول إلى التوافق الأسري. بالإضافة إلى تعليم الوالدان كل ما يتعلق بتربية الأولاد لينمو بصحة نفسية جيدة.

الخدمات الاجتماعية: ضرورة التواصل مع كل أفراد الأسرة سواء من خلال الزيارات العائلية أو عن طريق حضور الاجتماعات بين أولياء الأمور والمعلمين، والآباء والأمهات لفهم كل الأمور التي تدور حوله.

الإرشاد الجماعي للأسرة: فريق الإرشاد من مرشد نفسي وطبيب نفسي وإخصائي اجتماعي يجتمع مع الأسرة ليدرس كل منهم المشكلة من وجهة نظرة، وفي حالات الإرشاد الجماعي يشترك كل من يستطيع من أفراد الأسرة للإسهام في حل المشكلة وتناول الحالة بطريقة عملية إيجابية.

إرشاد الأطفال: إرشاد الأطفال هو مساعدة الأطفال على النمو السليم سواء نفسياً، جسدياً، أو اجتماعياً، مع حل المشاكل التي تواجههم. فإرشاد هذه الفئة تختلف عن غيرها في كل شيء من حيث أسلوب التوجيه وطريقته، والهدف منه هو تحقيق نمو سليم للطفل مع إشباع حاجاته.

أهمية إرشاد الأطفال:

يتميز الطفل بسرعة نموه العقلي والجسدي عام بعد عام وسيكولوجيته تختلف عن الراشدين والمسنين، فهناك بعض الاحتياجات النفسية التي يطلبها الطفل لينمو بشكل سليم وسوي وإذا لم تتوفر فإنها تسبب بعض المشكلات والاضطرابات، كما توجد بعض المؤثرات التي يكون تأثيرها سيئ على الطفل منها مؤثرات داخلية ومنها مؤثرات خارجية، مما يؤكد الحاجة الماسة لإرشاد الأطفال لتعديل السلوك الغير سوى، لأن التغير في الطفولة أسهل بكثير من التغير في مراحل العمر المتقدمة، فالطفل مازال في مرحلة النمو والتأسيس. وتبرز أهمية الارشاد النفسي للأطفال من خلال العمل على ايجاد حلول لمشكلات الأطفال المتمثلة في ما يلي:

اضطرابات الغذاء: مشكلة تواجهه كل الأمهات، من فقدان الشهية ورفض الأكل، أو يحدث العكس تماما الشراهة والأكل الكثير، وفي كلا الحالتين تحتاج إلى علاج جذري.

اضطرابات الإخراج: عدم التحكم في الإخراج والتبول اللاإرادي، والإسهال العصبي أو الإمساك، ومشكلات التدريب على الإخراج مع العقاب، وغيرها من مشكلات يصاحبها الشعور بالنقص والخجل واضطراب الكلام والنوم.

اضطرابات الكلام: مثل التهتهة واللغات وصعوبة الكلام وتأخر الكلام، وما يصاحبها من قلق وفقدان الثقة بالنفس والعصبية والانطواء.

اضطرابات النوم: قلة النوم أو كثرتة مع الكوابيس والأحلام المزعجة.

الاضطرابات الانفعالية: مثل الخوف والخجل، والانفعال والغيرة من الأخ الأصغر.

مشكلات النظام: مثل اللامبالاة والإهمال والشقاوة والسلوك العدوانى المصاحب له التكسير والتخريب.

الجناح: السلوك السيئ للأطفال والغير مقبول مثل السرقة والكذب والخداع، بالإضافة إلي السلوك الجنسي المنحرف وغيرهم.

الاضطرابات النفسية الجسمية: هناك علاقة قوية بين الاضطرابات النفسية والجسمية مثل بعض حالات الربو وفقدان الشهية والشره واضطرابات الجلد وغيرها.

إرشاد الكبار (إرشاد المسنين):

إرشاد الكبار يعمل على مساعدة الشيوخ للوصول إلى التوافق والصحة النفسية في هذه المرحلة، كما أنه يساعدهم على كيفية حل المشكلات التي تواجههم سواء كانت نفسية أو مهنية أو اجتماعية. حيث يرتبط بالشيوخ عدة تغيرات جسمية ونفسية تحدث بعد مرحلة الرشد، وهي آخر مراحل الحياة، فهي مرحلة الضعف بعد القوة، العجز بعد القدرة، فيصاب المسن بضعف عام جسدي وعقلي والعديد من الاضطرابات النفسية نتيجة لذلك. كما ان خدمات الإرشاد تساعد كبار السن على تحقيق التوافق النفسي مع هذه المرحلة وتقبلها بكل ما فيها من ضعف وتدهور الصحة والتقاعد ونقص الدخل، والتغيرات الأسرية الطارئة، مع ضرورة تكوين علاقات اجتماعية جديدة، وتشمل خدمات الإرشاد النفسي للكبار في ما يلي:

خدمات الرعاية الصحية: علاج المشاكل الصحية والجسدية التي يتعرض لها الشيوخ في بدايتها، مع الفحص الدوري والاهتمام بالوقاية والنظافة الشخصية لعدم التعرض للعدوى والأمراض، مع ضرورة الإقلاع عن التدخين.

خدمات الإرشاد العلاجي: مساعدة الشيخ على تحقيق التوافق النفسي والسعادة، عن طريق تهيئة المناخ المناسب نفسيا واجتماعيا وصحيا لحياة صحية تتمتع بالعزة والكرامة، مع العمل على حل مشكلات الشيوخ أولاً بأول.

خدمات الإرشاد المهني: بعد التقاعد والخروج على المعاش ونقص الدخل والشيخ مازال بصحته فيريد أن يعمل من جديد أو يستمر في مهنته سواء لإشغال وقت الفراغ أو لزيادة الدخل ليستطيع أن يتغلب على مصاريف الحياة، ويساعدهم الإرشاد المهني في اختيار مهنة مناسبة لقدراتهم وميولهم وسنهم.

خدمات الإرشاد الزواجي: إذا كان الزوجان مسنان ولديهم بعض المشاكل فتُقدم لهم خدمات الإرشاد الزواجي لتحقيق التوافق الجنسي وتقييم السلوك، كذلك في حالة العنوسة والعزوبة أو الترمل.

خدمات الإرشاد الأسري: تُقدم لتحقيق التوافق مع الظروف الجديدة في حياة الشيخ، والتغلب على مشكلات العلاقة مع الأولاد بحيث تكون العلاقات ودية ليرضي كل الأطراف.

- الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة:

إرشاد الفئات الخاصة هو تقديم المساعدة لرعاية وتوجيه ذوي الاحتياجات الخاصة ونموهم بشكل سوي نفسياً وتربوياً ومهنياً وأسرياً، مع مساعدتهم على حل مشكلاتهم التي لها علاقة بإعاقاتهم لتحقيق التوافق والصحة النفسية، كما أن إرشادهم يحتاج العمل معهم إلى تعديل طرق الإرشاد لتناسب حالاتهم.

يهدف التغلب على الآثار النفسية التي لها علاقة بإعاقاتهم، وإزالتها مثل الانطواء والعزلة.

وتتحدد المشكلات لذوي الحاجات الخاصة التي تعنى بتقديم خدمات الإرشاد النفسي في:

المشكلة الاجتماعية: مشكلة التواصل الاجتماعي ونظرة المجتمع لهم أخطر عليهم من الإعاقة نفسها، فهناك من ينظر إليهم عبء أو يرونه عاجزاً ويقسون عليه وهناك من يشفق عليهم، في النهاية فصاحب الإعاقة يواجه مشكلة عدم الأمان عند التعامل مع المجتمع.

المشكلات الأسرية: قد ينظر الوالدان للطفل المعاق أنه عبء عليهم وأنه عقاب من الله ويسبب مشكلة مدى الحياة، أو يشعران بالذنب واللوم الشديد ويعتقدان أنهما سبب إعاقته.

المشكلات التربوية: قد لا تجد المدارس أو المؤسسات المجهزة لتعليم وتربيته ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد تواجه مشكلة نقص المعلمين والأخصائيين المؤهلين للتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة، مثل المتخصصين في طريقة بريل أو التعليم بالإشارة أو الطريقة الشفهية.

المشكلات المهنية: أصحاب الإعاقة فرصتهم في العمل أقل بكثير من أقرانهم الأصحاء لاعتقاد أصحاب العمل أنهم أقل إنتاجية، ولولا نسبة 5% التي وفرتها الحكومة لهم للعمل في المؤسسات الحكومية، لكانت مشكلة البطالة أكبر بكثير.

المشكلات الانفعالية: الشعور بالإحباط وعدم الرضا والخوف والشعور بالنقص والعجز والأسى والحسرة والعصبية مما تسبب سوء توافق انفعالي.

مشكلات الزواج: الرغبة في الزواج مع عدم القدرة على إيجاد شريك حياة يوافق عليه وهو في مثل تلك الظروف، أو الزواج من أخرى لديها نفس الإعاقة مع الخوف من العامل الوراثي وتأثيره على الأولاد.

مفهوم الذات السالب: وهو تأثره بالإعاقة الموجود لديه، نتيجة لفقدان حاسة أو طرفاً، كذلك ما يواجهه من معاملة سلبية من البيئة المحيطة به سواء نظرات شفقة أو عجز أو نظرة عبء، كل هذا له تأثيره السلبي على نفسية الفرد.

-إرشاد الصحة النفسية:

هو إرشاد نفسي موجه علاجياً، لمساعدة الفرد أو الجماعات لتحقيق أفضل مستوى من التوافق النفسي، فهو مجال علمي تطبيقي يركز على أسس نظرية، ويهتم بتنمية المهارات، وتشخيص وعلاج الاضطرابات السلوكية، يهتم بكل مراحل الحياة وحل المشكلات النفسية بها من منظور تنموي،

نماذج إرشاد الصحة النفسية:

النموذج الطبي: يتعامل المرشد مع حالات الاضطرابات السلوكية، مثل تعامل الطبيب مع المريض والأمراض الجسدية.

النموذج التنموي: يعمل على النمو الصحي والنفسي السليم، فهو يعمل على مفهوم التنمية السليمة، وهو ما يقوم به المرشدون والمدرسون في بعض الأوقات.

النموذج الوقائي: يهتم بالتربية النفسية وأثرها الإيجابي في عملية الإرشاد للوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية.

النموذج التكاملي التوفيقي: يختار من بين العديد من النماذج المعروفة في الإرشاد النفسي، ويوفق بينها على المستويين النظري والعملي. يختلف إرشاد الصحة النفسية عن مجالات الإرشاد النفسي الأخرى في المشاكل التي يقوم بحلها، في الغالب يتعاملون مع عملاء راشدين، وفي بعض الأحيان يتعاملون مع الأطفال والمراهقين.

الإرشاد النفسي الاجتماعي:

الإرشاد الاجتماعي يحدث لمجموعة من الأفراد المترابطة معا، مثلا الطلاب في المدرسة، أصحاب مهنة معينة لديهم نفس المشكلة، أي يمكن تعريف الإرشاد الاجتماعي أنه مصطلح يشير إلى علاج أي خلل وظيفي في مجموعة تربطهم سمات مشتركة يستغلها المرشد في النصيح والتوجيه.

أهمية الإرشاد الاجتماعي:

الإرشاد الاجتماعي مهم في الوصول إلى الصحة النفسية في مجتمع تنتشر فيه نفس المشكلة والضائقة النفسية. و يعمل المرشد مع مجموعة من الأفراد تربطهم نفس المشكلة ويساعدهم في تحديد الأسباب المؤدية إليها، وكيفية مواجهتها والتخلص منها. لتحسين الصحة العقلية في المجتمعات الفقيرة والمهمشة التي تتعرض للإصابة بالعلل النفسية.

تطبيقات الإرشاد الاجتماعي:

يطبق الإرشاد الاجتماعي على فئة معينة تربطهم سمات مشتركة:

الأطفال: يستخدم الإرشاد الاجتماعي في المدارس لعلاج الأطفال الذين يعانون من التأخر الاجتماعي والإنمائي بسبب مشاكل نفسية لم تعالج بعد، سوف تساعد جلسات الإرشاد الاجتماعي على حل تلك المشكلات لدى الأطفال ومساعدتهم على تعديل السلوك

البالغون: إذا لم يتلقى الأفراد الإرشاد عند مرورهم بمشاكل نفسية مبكرة مثلاً المعاصرين للحروب في طفولتهم سوف يتعرضون لصدمات في حياتهم نتيجة للآثار السلبية التي تركتها الحرب، فالإرشاد الاجتماعي يكون مفيد في حل تلك المشاكل وتخفيف آثار الصدمة، ومساعدتهم للتكيف مع الواقع.

المدمنين: يستخدم الإرشاد الاجتماعي في علاج مدمني المخدرات، بالإضافة أن للمجتمع دور قوي في مساعد الأفراد التي تعاني من مشكلات الإدمان. ومن خلال الدراسات السابقة وجد أن علاج مدمني الكحوليات من خلال الإرشاد الاجتماعي أعطى نتائج أفضل من العلاج الفردي.

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (6) : مفهوم و أهمية النظرية في التوجيه و الإرشاد

مفهوم النظرية:

تمثل النظرية الأساس الفكري الذي ينطلق منه المرشد الى الواقع ، أنها تمثل إطاراً عاماً يضم مجموعة من الحقائق والقوانين العلمية والافتراضات والتعاريف والتي من خلالها يمكننا تفسير الظواهر النفسية.

ونظريات الارشاد والعلاج النفسي ليست الا وجهات نظر متميزة في مجال تعديل السلوك الانساني المضطرب، وصولاً الى التوافق النفسي والاجتماعي.

ولا بد من الاشارة بأنه لا توجد نظريات خاصة بالارشاد ، ونظريات خاصة بالعلاج فمعظم المؤلفات الرئيسية في هذا المجال تشير الى نظريات الارشاد والعلاج النفسي معاً.

النظرية مجموعة من المسلمات التي ابتكرها صاحب النظرية ، وافترض أن لها مقابل (نظري) في الواقع وتهدف النظرية دائماً إلى مساعدة من يأخذ بها على استنباط الفروض التي تصلح للدراسة وإدراج النتائج الجديدة في النسق النظري للنظرية بهدف إثرائه وتجديده ، كما أنها تعمل على تنظيم وتكامل البيانات والمؤشرات المختلفة المتصلة بالواقع أو بالظاهرة (موضوع النظرية) وكذلك فإنها تعين على تفسير وفهم الوقائع والعلاقات المرتبطة بهذا الواقع من خلال ما تتضمنه من مجموعة القوانين العلمية (أو المبادئ) الثابتة نسبياً .

أهمية نظريات الإرشاد والعلاج النفسي:

- تعد نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الأساس الذي ينطلق منه الواقع العملي .
- تساعدنا على فهم ما يحدث وما يمكن أن نقوم به
- تفيدنا في بناء طرائق جديدة للسلوك في موقف الإرشاد .

- معرفة كيفية تقييم الأساليب القديمة والحكم عليها.
- تمدنا نظريات الإرشاد والعلاج النفسي بفهم مناسب للطبيعة الإنسانية وفهم السلوك السوي والسلوك المضطرب وكيفية علاجه من أجل تحقيق أكبر قدر من الصحة النفسية لصاحبه .

خصائص النظرية الجيدة:

- حدد بانترسون عدداً من المعايير المنطقية التي يمكن من خلالها الحكم على جودة النظرية وهي:
- (1) **الأهمية** : لابد أن تكون النظرية ذات أهمية ودلالة تطبيقية ومحدودة.
 - (2) **الدقة والوضوح**: أي أن تكون متسقة داخلياً ويمكن استيعابها وفهمها .
 - (3) **الاقتصاد والبساطة**: أي أن تتضمن الحد الأدنى من التعقيدات والافتراضات.
 - (4) **الشمولية**: يجب أن تغطي كل البيانات المعروفة في المجال.
 - (5) **الإجرائية**: أي قابليتها لاختصار إجراءاتها بهدف اختبار فروضها، وأن تتصف مفاهيمها بالدقة الكافية لقياسها.
 - (6) **الصدق التجريبي**: أي أن تدعم البحوث التجريبية صدق النظرية يتولد عنها معرفة جيدة.
 - (7) **الإنتاجية**: أي قدرة النظرية على أداء توقعات قابلة للاختبار والتجريب وتطوير معرفة جديدة.
 - (8) **القابلية للتطبيق**: أي أن تكون مفيدة للممارسين في ميدان الإرشاد النفسي فتزودهم بإطار من المفاهيم النظرية.

أهم نظريات الإرشاد والعلاج النفسي.

يتفق المشتغلون بالتوجيه والإرشاد على أن المرشد بحاجة كبيرة للتعرف على النظريات التي يقوم عليها التوجيه والإرشاد وذلك يعود لأهمية تطبيقاتها أثناء الممارسة المهنية للعمل الإرشادي حيث أن هذه النظريات تمثل خلاصة ما قام به الباحثون في مجال السلوك الإنساني والتي وضعت في شكل إطارات عامة تبين الأسباب المتوقعة للمشكلات التي

يعاني منها المسترشد كما ترصد الطرق المختلفة لتعديل ذلك السلوك وما يجب على المرشد القيام به لتحقيق ذلك الغرض.

إن دراسة هذه التصورات تعطي تصوراً للدور الذي يجب على المرشد القيام به، فالنظرية التي يمارس المرشد عمله في إطارها تحدد بدرجة كبيرة سلوكه في العملية الإرشادية، مع إمكانياته الاستعانة بنظريات أخرى تساعد على القيام بدوره في المقابلة مثلاً، أو تشخيص الحالة أو في البرنامج العلاجي المقترح لهذه الحالة، وكما أن النظريات في التوجيه والإرشاد تعطي تصوراً عن الشخصية وخصائص النمو الإنساني ومراحله ومشكلاته فإن على المرشد أن يستفيد منها في ممارسة عمله المهني المتخصص بما لا يتعارض مع عقيدته وقيمه وآداب مجتمعه .

النظريات السلوكية.

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (7) : الاتجاه الإنساني Persone Centered Therap

عرفت أيضًا بنظرية الذات في الإرشاد التربوي، نشأت هذه النظرية عام (1949) على يد عالم النفس والسيكولوجيات الأمريكي كارل روجرز (Carl Rogers) الذي اقترن عمله ببعض الباحثين الكبار مثل ماسلو (Maslow)، ويشير المفهوم الأساسي للنظرية الإنسانية إلى الاهتمام بالنفس واحترام الذات فضلًا عن التركيز على القدرات الشخصية لكل فرد وإمكانية تطويرها لحل جميع المشكلات التي تواجهه وتؤكد هذه النظرية على تجارب وخبرات الإنسان والمشكلات التي تواجهه في حياته اليومية.، وقد ظهرت كردة فعل على هيمنة وسيطرة نظرية التحليل النفسي والنظرية السلوكية منذ بدايات القرن الماضي على نظريات الشخصية.

إذ تؤكد نظرية التحليل النفسي على الجانب اللاشعوري من حياة الإنسان في الإرشاد والعلاج النفسي، بما يحويه من خبرات مؤلمة أو سارة وعقد تكونت خلال مراحل الحياة السابقة له، وتعدده المنطلق الأساس في العلاج، بينما أكدت النظرية السلوكية على المثيرات والاستجابات لها وما يرافق ذلك من عمليات تعلم غير صحيحة تؤدي إلى ظهور مظاهر سلوكية غير مرغوبة تحتاج إلى معالجة شعورية من أجل تعديل السلوك وإبداله بسلوكيات مرغوبة. فاختلقت النظرية الإنسانية عن نظرية التحليل النفسي في أساس هو أن الإنسان خير بطبعه، بينما اختلفت عن النظرية السلوكية في أساس أن السلوك الإنساني واع وعقلي وليس سلوكًا آليًا، فكانت النظرية الإنسانية وفقًا لذلك فكرا ونهجًا جديدًا يختلف في أسسه الفلسفية عن فكري النظريتين العتيدتين.

من أشهر منظري هذه النظرية هما كارل روجرز 1902-1987 و ابراهام ماسلو 1908-1970 الذي اهتم في دراساته بالأفراد الذين يعملون في مجالات حياتيه مختلفة ويعانون من مشكلات نتيجة لهذا العمل. كما حرص في دراسات أخرى على دراسة الشخصيات المشهورة والمبدعة، وذلك لمعرفة الكيفية التي يحققون بها الإنجازات في مجالات أعمالهم. ومن خلال

جملة الدراسات التي أجراها توصل إلى أن الذي يتحكم أو الذي يلعب الدور الأساسي هو السعي لتحقيق الذات Self- actualization. إذ يرى ماسلو أن الشخص الذي يحقق ذاته هو الشخص الذي لديه دافع للإبداع واستخدام جميع إمكانياته في عمله أو مهنته أو وظيفته. ويتفق معه على ذلك كارل روجرز، الذي يرى أن الإنسان لديه دافع فطري لتحقيق ذاته، وأن الفشل أو الاحباطات التي تعترض طريق تحقيق ذاته هو الذي يؤدي إلى ظهور الأعراض أو المشكلات المرضية لديه.

يرى أصحاب النظرية الإنسانية من القدماء والمحدثين أن حل المشكلات والاستبصار بأسبابها والكيفية التي يمكن من خلالها الوصول إلى حلول أو معالجات يعتمد بشكل رئيس على العميل Client أو المسترشد، فهو الذي يضع الحلول لمشكلاته عندما يصل إلى مرحلة الاستبصار بأسبابها، لذلك تسمى الطريقة العلاجية أو الإرشادية لديهم بالإرشاد المتمركز حول العميل Clint-centered therapy or counseling.

المفاهيم الأساسية لنظرية الذات:

الذات: يقصد بها ماهية الفرد التي تنمو نتيجة النضج والتعلم والتفاعل مع البيئة، وهي تشمل الذات المدركة، والذات الاجتماعية، والذات المثالية، التي تسعى إلى التوافق والالتزان. مفهوم الذات: أو صورة الذات وهي تكوين معرفي منظم ومتعلق بالمدرجات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات. وهناك مفهوم الذات الاجتماعي الذي يتكون من المدرجات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها عنه والتي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين. الذات المثالية: تشمل المدرجات التي تحدد الصورة المثالية للشخص أي ما ينبغي أن تكون عليه نفسه.

الخبرة: هي موقف أو مجموعه مواقف يعيشها الفرد في زمان ما أو مكان معين ويتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها.

الفرد: وهو الذي يكون صورته عن ذاته ويحاول تحقيق ذاته بالمثاليه التي ينشدها وهو الذي يتفاعل مع البيئة.

السلوك: أي نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد يسعى من خلاله لاشباع حاجاته.

المجال الظاهري: يوجد الفرد في وسط او مجال شعوري مدرك ويسلك الفرد بناءا على ادراكه في هذا المجال ويتكون المجال الظاهري من عالم الخبرة ويتضمن المدركات الشعورية للفرد في بيئته.

وسائل الارشاد عند روجرز: تشمل وسائل الإرشاد عند روجرز مايلي:

1. مهارة الإصغاء والانتباه والإستماع الجيد بحيث يسمح للمسترشد أن ينفس عن مشاعره وانفعالاته.

2. التعاطف أى يفهم المرشد المسترشد من خلال اطاره المرجعي أو كما ينظر هو إلى نفسه ومشكلاته.

3. الإحترام غير المشروط وذلك بأن يحترم المرشد المسترشد احترام غير مقيد كانسان له قيمته بغض النظر عن مشكلاته الأخلاقية أو سواها.

4. ألا يقيد المرشد المسترشد ويطلق عليه أحكاما.

5. أن تكون العلاقة بينهما علاقة مهنية قائمه على الثقة والاحترام.

6. أن يعكس مشاعر المسترشد بكلماته الخاصة للتأكد من أنه قد فهم فهما عميقا طبيعة المشكلة، وأن يلخص مشاعر المسترشد بما تحتويه من معارف واتجاهات وانفعالات.

تعتبر نظريه روجرز من النظريات التي لاقت رواجاً وشاع استعمالها وذلك لانها:

أ. تجذب المعالجين المستجدين لسماتها.

ب. تتناسب مع الأسلوب الديمقراطي في اعطاء المسترشد تمام الحرية.

ج. طريقه العلاج في البدايه تكون اسرع في اعطاء النتائج.

دور وصفات المرشد في نظريه الارشاد المتمركز حول المسترشد:

يحاول المرشدون بطريقه الإرشاد المتمركز حول المسترشد مساعدة الأفراد على نمو ذواتهم لكي يستطيعوا مواجهه الواقع وتنميه مفاهيم ايجابية عن الذات. ويتجنب المرشدون عملية التقييم أو التشخيص، فهم لا يبدون اهتماما بالتفاصيل المتصلة بماضى المسترشد ومايهمهم هو حاضره. وتتميز هذه العلاقة بثلاثه شروط هي: الصراحة ، وتقبل المسترشد ، والتقبل اللحظي.

تقبل المسترشد : يسعى المرشدون في هذه الطريقة الى قبول كل شئ عن المسترشد، ولا يرتبط هذا القبول بأى شروط، فالإرشاد بهذه الطريقة يركز على الاتجاه الايجابي للمرشد أكثر من الاساليب والطرق الفنية، وهذا الاتجاه الايجابي يسهل عليه الإرشاد مع ملاحظه أن الشئ المهم والأساسى الذى يؤكد ايجابية المرشد هو سلوكه وتعامله مع الآخرين، حيث أن هذه الايجابية تظهر جليا عند مقابلة العميل واشعاره بأن له اهمية، وأنه انسان يستحق المساعدة والحياة والإحترام، وله الحق فى إداره نفسه وأعماله.

التفاهم اللحظى: يشار احيانا الى المرشدين المتمركزين حول المسترشد على أنهم مرايا للشعور، فهم يعكسون لفظيا الخبرات الشعورية ليجعلوا الفرد على اتصال بمشاعره، أى أن المرشد فى ضوء هذه النظرية يتبع طريق التفاهم اللحظى، فتغير السلوك هنا يأتى من خلال تقويم الفرد لقدرته وتجاربه، حيث هذا يوصله الى المعرفة العامة بنموه كشخص فيستطيع أن يتعلم قبوله لنفسه وللآخرين ايضا. والتفاهم اللحظى يجعل المرشد يركز على ادراك وفهم محيط المسترشد بالطريقة التى يدركها أو يراها المسترشد نفسه. والإبتعاد عن المفاهيم الخاصة والتركيز على أهميه ما يبادر به المسترشد وكيف ينظر الى العالم على المرشد أن لايعطى المسترشد حولا بل يقوده إلى اختيار حل مشكلته على ضوء خبرات المسترشد واتجاهاته وقيمه وعاداته وتقاليده.

نقد النظرية:

1. أعطى روجرز للفرد الحريه فى تحقيق أهدافه ناسيا أن هذه الاهداف قد لاتكون مشروعته.
2. يهمل روجرز اللاشعور ويركز فقط على الشعور.
3. لايهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس النفسيه.

تؤكد النظرية الإنسانية في العملية الإرشادية على سعي المرشد إلى الارتقاء بالمسترشد كي يحقق ذاته في أي مجال من مجالات الحياة. فإذا تمكن أو بلغ هذا المستوى من الإنجاز في العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد، فإن شعور المرشد سيتركز أو يتمحور حول تحقيق هذا الهدف، أي بمعنى آخر يعد نقطة الشروع في تحقيق الذات، والتي سيكون لها معنى وليست روتينية أو هامشية، ومن ثم يشعر بالراحة والسعادة والرضى عن النفس، على الرغم من ذلك يجب على المرشد أن يوضح جميع الإمكانيات والظروف التي يمكن له أن

يستخدمها للتغلب على المشكلات أو الاحباطات التي تعترض سير تحقيقه لذاته. ويمكن أن تكون عملية التوضيح في استراتيجية تحقيق الذات تتبع المتطلبات الآتية:

- 1- امتلاك الرغبة في التغيير.
- 2- اختبار الدوافع والتأكد منها.
- 3- الاختبار الصادق والصريح وبطرق مباشرة للحاجات او الرغبات.
- 4- الاستعداد لتحمل المسؤوليات وعدم التهرب منها.
- 5- استخدام وتوظيف التجارب الايجابية في الحياة.
- 6- الاستعداد النفسي لتقبل التغيير.
- 7- المرونة في تقبل الأفكار المخالفة.
- 8- تقويم التقدم الحاصل بشكل مستمر ومتواصل.

تعني هذه المتطلبات أن الإرشاد عند الإنسانيين يستهدف مساعدة العميل أو المسترشد على النمو النفسي السوي، ومحاولة لإحداث التطابق بين الذات الواقعية والذات المدركة (الذات عند الفرد كما يدركها هو) ومفهوم الذات للفرد كما يدركها الآخرون فيه. ويعني أيضا أن الإرشاد يركز على محاولة تغيير الذات للفرد كي تكون متطابقة مع الواقع، أو تحويل الذات المثالية عند الفرد (مثاليات الفرد في الحياة) إلى ذات واقعية (واقع الفرد كما هو عليه في الحياة). فإذا حصل هذا التحويل، حدث التوافق لدى الفرد، وهو دلالة على الصحة النفسية. تنقسم الطريقة الإرشادية وفقاً للنظرية الإنسانية إلى قسمين: الأول هو التلقائية Spontaneity، وهي جعل العميل أو المسترشد يستبصر بالأمر والمشكلات التي يعاني منها، والتي من خلالها تظهر له نتيجة مفهومه عن ذاته ومفهوم الآخرين عنه، ومن خلال هذا الاستبصار Insight يلمس مدى الاختلاف بين مفهوم ذاته وممارساته الفعلية وخبراته. والثاني هو التعاطف Empathy الذي يعني تلقي العميل أو المسترشد التشجيع على الاستمرار في الجلسات الإرشادية والقبول، ويعني هنا القبول، تقبل المرشد للمسترشد بكل عيوبه وسيئاته فضلاً عن استشفاف مشاعر العميل أو المرشد لحظة بلحظة ومشاركته فيها، وإحساسه بالاهتمام في حل مشكلته.

كي يصل العميل أو المسترشد إلى مرحلة الاستبصار بأسباب مشكلته، فانه يحاول أن يفهم ذاته الحقيقية، ويتقرب في التعرف عليها أثناء الجلسات الإرشادية من خلال الإمكانيات والقدرات والظروف التي يتحدث عنها في الجلسات الإرشادية، لان المشكلة ببساطة حسب ما تراه هذه النظرية هو الصراع بين تحقيق الذات (بوصفها حاجة غريزية) وتحقيق الإيجابي للذات (أي تحقيق الذات وفقاً للمعايير الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع).
يمكن أن نستخلص من توظيف النظرية الإنسانية في العملية الإرشادية إلى أن مسارها يتخذ الخطوات الآتية:-

1- العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد يسودها جو التعاطف والتقبل للمسترشد كما هو.

2- يحاول المرشد أن يعطي التوضيحات والتفسيرات ويجيب على أسئلة المسترشد المباشرة إنشاء سير العملية الإرشادية بصورة هادئة ومناسبة، مع تعزيز المسترشد ورفع معنوياته بشكل متواصل على أنه قادر على حل مشكلته، لكن بشرط أن لا يعطيه حلول جاهزة، بل يترك أمر الوصول إلى حل المشكلة للمسترشد نفسه (يحل مشكلته بنفسه بعد الوصول إلى مرحلة الاستبصار بأسبابها).

3- بعد مرور عدة جلسات إرشادية، يحاول المرشد أن يعطي تأويلات لمشاعر المسترشد المتدفقة لاسيما المشاعر الهائمة أو المكبوتة، على الرغم من أن المسترشد يحاول أن يخفي بعض هذه المشاعر، لكن على المرشد أن لا يهتم بذلك تاركاً المجال لزيادة الثقة والاطمئنان بالعلاقة الإرشادية والمرشد إن تمكن المسترشد من البوح والكشف عن أسرار أو خفايا أدق عن أسباب المشكلة، وهو كثيراً ما يحدث بعد مرور عدة جلسات إرشادية والتزام المرشد بمتطلبات العملية الإرشادية وشعور المسترشد أن الهدف العام للعملية الإرشادية هو الحل الجدي لمشكلته.

4- لابد في نهاية الجلسات الإرشادية مهما كان عددها من إجراء تقويم شامل لسير العملية الإرشادية (يقوم بها المرشد نفسه أو بينه وبين المسترشد مباشرة) لرؤية مدى التطور أو التغيير الحاصل على مفهوم الذات لدى المسترشد، فضلا عن معرفة الرؤية المستقبلية التي تكونت لدى المسترشد عن تحقيق ذاته.

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (8) : الإرشاد السلوكي Behavior Counseling

تشكل النظرية السلوكية أحد الأساليب الإرشادية التي تستخدم مبادئ ونظريات التعلم التي تم إثباتها تجريبياً في علاج المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية بطريقه موضوعيه وسريعه وفق أساليب خاصه بهذه النظرية. 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، سكر، ثورندايك، جون دولارد، نيل وميلر، روتر، وبندورا 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 (الزعبي، 2004، ص 61)

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 شرطياً بالموقف الذي أدى إليه (الزعبي، 2004، ص 63)

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 (الخطيب، 2009، ص 371)

-المفاهيم الأساسية للنظرية:

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

2-المثير والاستجابة: بموجب النظرية السلوكية فإن كل سلوك أو استجابة له مثير وإذا كانت الأمور سليمة يكون السلوك سوياً، ففي الإرشاد التربوي لا بد من دراسة المثير والاستجابة وما يتخلل من عوامل الشخصية جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً.

3-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.

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

-وجه السلوك وجهة معينة ليشبع حاجة معينة عند الفرد.

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

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

6-الانطفاء: وهو ضعف وتضاؤل وخمود واختفاء السلوك المتعلم إذا لم يمارس ويعزز أو إذا ارتبط شرطياً بالعقاب بدل الثواب.

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

8-التعميم: إذا تعلم الفرد استجابة، وتكرار الموقف فإن الفرد ينزع لآلى 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.

9-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، وهذه سلسلة من عمليات التعلم تحت في التربية والإرشاد والعلاج النفسي، بمعنى محاولة محو ما تعلمه الفرد ثم إعادة تعليم من جديد(منسي ومنسي، ، ص179-180).

مسلمات النظرية السلوكية فى الإرشاد: تقوم هذه النظرية على مجموعه من المسلمات تم استقاؤها من خلال التجريب والملاحظه وهى على النحو التالى:

1. أن شخصيه الفرد ماهي إلا تنظيم من العادات والأساليب السلوكية يكتسبها الفرد خلال نموه عن طريق عمليه التعلم.
2. تمثل الإضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية عادات متعلمه أو خاطئة أو سلوك غير توافقية تعلمها الفرد ليقفل من قلقه وتوتراته، أو ليتوافق مع محيطه حسب ما يرى.
3. يركز الإرشاد والعلاج السلوكي بوجه عام على مشكله الفرد الحالية وعلى الأعراض المرضية وكيف تبدو ولا تبحث في الأسباب الكامنة وراء الأعراض.
4. يرفض السلوكيون مفاهيم التحليل النفسي مثل اللاشعور والخبره الذاتيه والصراعات الداخليه لأنها غير قابله للدراسه والتحقق.
5. يرى السلوكيون في طبيعه الإنسان، أنه خالٍ من الخير والشر في طبيعته، وإن السلوك هو نتاج البيئه وخبراتها.

ومن أبرز من أسهم في تطبيق النظرية السلوكية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي جون دولارد ونيل ميلر Dollard & Miller ؛ "1950"، فهما اللذان زوجا بين النظرية والتطبيق العلمي، وهما يقبلان استخدام مفاهيم وأساليب التحليل النفسي مثل مفهوم الصراع والعمليات

اللاشعورية ولكنهما يصوغانها في مصطلحات نظرية التعلم الشرطي. وهما يعتبران السلوك العصابي سلوكا ناتجا عن صراع انفعالي عنيف مثل الذي يحدث عندما يدفع الخوف الفرد إلى تجنب استجابة تتعارض مع استجابة هادفة، وعندما تتوقف الاستجابة الهادفة بسبب الخوف يقل الخوف، ومن ثم يعزز السلوك التجنبي، ولكن التوتر الذي يسبق الدافع لا ينخفض، ويحاول الفرد مرة ثانية سلوكا يقربه من الهدف، وهذا يثير الخوف مرة أخرى ويسبب إيقاف الاستجابة نحو الهدف مرة أخرى. ولما كان إيقاف الاستجابة يقلل الشعور القوي بالخوف فإن الحافز نحو الهدف يكبت. وعلى الرغم من أن الحافز للسلوك قد يكتب بهذه الطريقة، فإن الدوافع غير المشبعة تبقى قوية، ويظل الفرد مشغولا مضطربا بسبب الأفكار التي تصحب ذلك. ويؤدي الخوف والدوافع غير المشبعة لدى الفرد إلى ظهور أعراض عصابية في شكل خوف ووسواس وقهر وما شابه ذلك كوسيلة للتخلص من الخوف وإشباع الدافع مؤقتا "ولو بطريقة مرضية". وبمرور الوقت فإن الأعراض تعزز، وحيث أن الكبت يعفي الفرد من التعبير عن مشاعره فإنه لا يستطيع أن يحدد أو يتعرف على أسباب الأعراض العصابية في سلوكه، وحتى لا يحدث تعزيز الخوف، ولكي ينطفئ بدلا من ذلك، فإن الإرشاد أو العلاج النفسي يجب أن يهيئ مناخا نفسيا صحيا بدلا من المناخ السيئ الذي كان في الخوف والخجل والشعور بالإثم مرتبطا بكلمات معينة ثم عمم منها. ويعزز المرشد استجابة العميل عندما يتكلم وهو قلق بتمام إصغائه وتقلبه وفهمه ومشاركته الوجدانية وإتاحة الحرية ومساعدة العميل على استعادة ذكرياته والتخلص من قلقه وخوفه، وانطفاء الخوف يساعد على أن يصبح أكثر نشاطا وابتكارا وأن يعي ويستخدم قدراته في تعامله مع العالم المحيط به.

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 (الخطيب، 2009، ص 384)

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها**المحاضرة رقم (9) : الإرشاد المعرفي Cognitive Consulting****1.نظريه الارشاد المعرفي عند فيكتور ريمي:**

ولد فيكتور شالز ريمي (1913-1987) في مقاطعه هونولولو هاواي بالولايات المتحدة الامريكية، وقد حصل علي الدكتوراه من جامعه ولاية اوهايو الامريكية عام 1943. وتتلذ علي يد كارل روجز، ومن أهم مؤلفاته: التوجيه والتدريب في علم النفس السريري (1950)، مفهوم الذات كعامل في تنظيم الشخصية والإرشاد (1971)، وسوء التوافق النفسي (1975).

أوضح فيكتور ريمي من خلال نظريته فرضيه التصور الخاطئ، ويرى ريمي أن التصورات الخاطئة تصحح لدي معظم الاشخاص عن طريق الخبرة، إما الاشخاص من ذوي السلوك المضطرب فإن مثل هذه التصورات تمتع عن التصحيح عن طريق الخبرة والتدريب أو عن طريق التعليل المنطقي من قبل الآخرين، ونتيجة لذلك يَكون الشخص تصوراتهِ الدفاعية الخاطئة، ولا يتمكن من التعرف علي التصورات الخاطئة الأكثر تهديداً. فالتصورات الخاطئة تتجمع في شكل سلم هرمي، وعندما يتم التخلص من تصور خاطئ مركزي، فإنه من المحتمل أن تتغير تصورات أخرى نتيجة لذلك.

عمل المرشد النفسي:

يتمثل الإرشاد النفسي القائم علي فرض التصورات الخاطئة في العثور علي التصورات الخاطئة التي تحكم السلوك والعمل علي تغييرها. فالمرشد بعد ان يشخص المشكلات الرئيسيه للمسترشد، ويحدد المجموعات الأساسية من التصورات الخاطئة، ينتقل بعدها إلي مهمة تغيير هذه التصورات الخاطئة الاساسية، عن طريق مهاجمتها بالطريقة ذاتها. ومن

الطرائق التي يستخدمها المرشدون بطريقة ريمي لتقديم الأدلة او البراهين للمسترشدين مايلي:

اختبار الذات: يقوم المرشد النفسي حسب هذه النظرية بتشجيع المسترشد بالتحدث عن نفسه، أي أن ينشغل في اكتشاف ذاته، وهو إجراء يتيح فيه المرشد للمسترشد بشكل غير مباشر فرصه التعرف علي الدليل من خلال تشجيع انعكاس المشاعر واستجلائها لتسهيل عملية اكتشاف المسترشد لذاته، ويمكن ان تؤدي عملية اكتشاف المسترشد لذاته الي استبعاد التصورات الدفاعية الخاطئة وتحل محلها تصورات صحيحة حول علاقاته بذاته وبالأخرين. **الإيضاح أو التفسير:** يشتمل التفسير علي مجموعة من الاساليب التي تساعد المسترشد علي تحديد التصورات الخاطئة، وتوجيهه في عملية إظهار الذات. ففي التفسير يعطي المرشد المسترشد المعلومات التي لاتكون متوفره له عن طريق عكس المشاعر. وتركز عملية عكس المشاعر علي المعاني التي عبر عنها المسترشد بما فيها الجوانب المعرفية والانفعالات.

إظهار الذات: تعتمد عليه اظهار الذات علي مواقف واقعية تدفع المسترشد الي مراقبة ذاته ومعايشة قناعاته وافكاره الخاطئة حول نفسه في علاقاته مع الآخرين.

التعليم بالنموذج: يتضمن هذا الاسلوب النمذجة، حيث يقوم المسترشد بملاحظته نموذج معين من النشاط، ويتخيل نفسه يقوم بالنشاط ذاته.

الجدير بالذكر إن هذه الاساليب تستخدم في معظم الاحيان متداخلة مع بعضها البعض، ولا يستخدم كل أسلوب في معزل عن الاسلوب الاخر.

عمل المسترشد: يتمثل عمل المسترشد في هذا النوع من الارشاد في القيام بالآتي:

المراجعة المعرفية: إن القاعده الاساسية في المراجعة هي: لكي يغير فرد ما تصوراً او مفهوماً من أي نوع فإنه ينبغي ان تتاح له الظروف لفحص الأدله المتوفرة حول هذا التصور أو المفهوم. فمع وجود علاقه بين المرشد والمسترشد في عملية الارشاد، تكون

المراجعة المعرفية سهلة لامكانية اسهام المرشد فيها من جهة، ولأن المسترشد يقوم بتنظيم افكاره ويتبنى اتجاهاً أكثر موضوعيه نحو مشكلاته، ولذلك ينجح كثير من الأفراد في حل مشكلاتهم النفسية اليومية من خلال عمليه المراجعة المعرفية. أما التصورات المعقدة (الصعبة) فإنه يكون من النادر تغييرها من اختبار واحد. أما المرشد الذي يشترك في مراجعة معرفية متكررة مع المسترشد فإنه يتمكن من الوصول الي حلول معرفية مناسبة. ومن أساليب المراجعة المعرفية مثلاً: المراجعة اللفظية البسيطة، والمراجعه المعرفيه بالتخيل، ففي هذه الحالة يتم توجيه المسترشد ليشترك بشكل متكرر في تخيل التفاعل مع الأشخاص أو الأشياء التي تمثل مصدر للتصورات الخاطئة.

الإستبصار: يكون الإستبصار في اعتراف المسترشد بأن لديه مجموعة من التصورات الخاطئة المرتبطة ببعضها البعض. مما يمثل تغيراً في الإدراك يساعد المسترشد علي نبذ تصوره الخاطئ. ولذلك يكون الإرشاد النفسي حسب هذه الطريقة سلسلة من الإستبصارات.

2-نظريه الإرشاد المعرفي عند بيك:

يقرر بيك صاحب أكثر نظريات الارشاد المعرفي شيوعاً أن منهجه نسق إرشادي يقوم علي أساس نظرية في السيكيوباثولوجيا ومجموعة من الاسس والاساليب الارشادية والمعارف المستمدة من البحوث الأمبيريقية. ويقوم الإرشاد حسب بيك علي اساس نظري عقلاني، وهو الطريقه التي يحدد بها الافراد أبنيه خبراتهم كيف يشعرون وكيف يسلكون، فإذا فسروا موقفاً بأنه خطر فإنهم يشعرون بالقلق ويريدون الهروب.

أسس النموذج المعرفي :

يستند النموذج المعرفي إلي عدد من الأسس هي كما يلي طبقاً لبيك:

1. الطريقه التي يشكل بها الأفراد بنيه الموقف تحدد كيف يشعرون ويسلكون.

2. تفسير موقف يحمل في طياته مكامن الضغط, عملية نشطة ومستمرة تشتمل علي تقديرات متتابعة للموقف الخارجي وقدرات الشخص علي مواجهة الموقف والمخاطر والتكلفة والكسب.

3. لكل فرد حساسيته الفردية التي تميل به إلى المعاناة السيكولوجية كما أن الحساسية الخاصة للشخص المعين يستثيرها عادة نوع من الضغوط الخاصة بها.

4. تؤدي الضغوط في النشاط العادي للتنظيم المعرفي، وحين تكون المصالح الحيوية للفرد مهددة، فإن النظم المعرفية البدائية والمميزة للفرد تنشط، وينزع الفرد الي إصدار أحكام متطرفة ومطلقة ومنحازة وشمولية إلي جانب واحد.

5. تفسر الفروق في تنظيم الشخصية بعض التباين الكبير في حساسيات الافراد للضغوط.

6. تتكون زمالات مثل اضطرابات القلق والاكتئاب من مخططات Schemas منشطة بقدر زائد وذات مضمون خاص بالزملة المعينة.

7. تحدث تفاعلات المعاناة مع الأفراد الآخرين في دورة من الاستجابات المعرفية اللاتوافقية التي تتبادل التدعيم، وتؤدي ميكانزمات معينه مثل الطراز المعرفي المتمركز حول الأنا، والتشكيل framing والاستقطاب الي زياده تنشيط الميكانزمات المرتبطة بالاكتئاب والقلق والبارانويا والاضطرابات النفسية الأخرى .

8. قد يُظهر الشخص نفسه الاستجابة البدنية للتهديدات السيكولوجية الاجتماعية أو الرمزية التي يظهرها للتهديدات الفيزيائية. وتتضمن تعبئه مسلسل (القتال - الهروب - التجمد) نفس النظم المعرفية الحركية سواء أكان مستوي التهديد أو التحدي هو هجوم فيزيقي أو نقد اجتماعي.

بدأ بيك بالأسلوب السلوكي المعرفي فهو لاينفي أثر البيئه علي السلوك كما أنه أقرب الي السلوكيين في علاجه المعرفي. مهمه العلاج عند بيك في علاج القلق هو أن يعلم المسترشد قدرات السيطره علي القلق وليس كيف يضع حداً للقلق او محوه نهائياً.

الخطه الارشاديه: يتم فيما يلى إستعراض ارشاد القلق كمثال حيث يسير بيك في علاجه للقلق وفق خطوات أساسيه كالآتي :

أولاً: يقوم بيك فى خطته الارشادية بتشخيص وتمييز الاضطرابات المصاحبه للقلق، إذ أن DSM-4 يميز بين ثمانية اضطرابات مرتبطة بالقلق.

ثانياً: بعد تمييز الإضطراب المصاحب للقلق يسير الإرشاد في الخطوات التاليه:

1. لابد في البدء أن يميز المرشد بين القلق والإضطراب المصاحب. والتحقق من درجة وشدة كل منهما قياساً أيهما ظهر أولاً، ففي حاله إكتئاب والقلق هنالك مقياس H.A.D.S المقياس العيادي للقلق والاكتئاب.

2. أن يعطي المرشد المسترشد شرحاً لخطوات العلاج وأن يكون مفصلاً ومبرراً كتابياً علي الورق مثل عدد الجلسات، تحديد الهدف، خطوات العلاج.

قدم عالم النفس والمعالج النفسي بتلر (Butler 1985) نموذجاً لمعالجه القلق العام يشمل تصوراً لأسباب القلق وكيفية التعامل معه من منظور معرفي، حيث أن هنالك عوامل متداخله لظهور القلق العام وهي تنقسم إلي قسمين أولهما في شكل ضغوط شديده يدركها ويحسها الفرد (الظرف)، وثانيهما في شكل قابلية للإستجابة القلقية (إستعداد). وضح أن للقلق مستويان الأول نتاج للعاملين (الظرف والاستعداد) والثاني نتاج للأول، وفي كل منهما يظهر القلق في أربعة مظاهر كالآتي:

المستوي الأول:

أ. مظاهر فيزيولوجيه (توتر , قلق , ألم ظهر ...الخ)

ب. مظاهر معرفيه (تفكير مضطرب).

ج. مظاهر سلوكيه (عدم القدره علي التركيز)

د. مظاهر عاطفيه (الحركه الزائده، عدم القدره علي الجلوس في مكان واحد) .

المستوي الثاني:

أ. الهروب والتفادي أى التهرب من كل أشكال الصراع.

ب.شده اليقظة والمراقبة أكثر من اللازم.

ج. التفسير الخاطئ للأحداث المحيطة.

د.الإحباط وتثبيط الهمه يدخل المريض في سلسلة من تأنيب الضمير والنفس.

ثالثاً: وضع بتلر أيضاً من أين يبدأ المرشد علاج القلق، وذلك بعد تحديد المستوي مع الأخذ في الاعتبار الفروقات الفردية، كما أكد بتلر أن الهدف الأساسي هو التركيز علي تدريب المسترشد علي كيفية السيطرة علي القلق، وأن يبدأ المرشد في معالجته لاضطراب القلق العام بالإحباط Demoralization الذي يعبر عن الهمة المثبطة، وتأنيب الضمير، ولوم النفس، وهذه أكثر المراحل تعقيداً فيجب أن يغير المسترشد اتجاهه وفكرته عن نفسه ويقوم المرشد بـ :

1. استخدام أمثله لاثبات ان ليس للمسترشد ذنب فيما حدث.
 2. توضيح أن المريض فقط يحتاج الي قوه عزيمه.
 3. يوضح المسترشد كيفيه التعامل في الظروف التي يحدث فيها القلق.
 4. أن ينتقل من الافكار التي تتعارض مع المهمه إلي الفكره التي تساعد علي إنجاز المهمه. أي عندما تأتيه فكره محبطه يجب أن يذكر فكره ترفع الهمه.
- ثانياً: المظهران الثاني والثالث معاً (شده اليقظه، والتفسير الخاطئ) يري بيك أن علي المسترشد أن يسأل المريض ثلاثه أسئلة الهدف منها المساعدة علي التعامل مع إعاده بناء الشخصية وهي:

1. ما الدليل على الأفكار الخاطئة ؟
2. ما الطريقة التي يمكن أن يقيم بها الموقف؟
3. ماذا سيحدث ؟

بعد مناقشه الأفكار الخاطئة وتحديدھا يطلب بيك من المريض أن يملأ اليوميات - واجب منزلي معرفي- أن يسجل المريض الأفكار السالبة، وبعد مناقشة هذه الجلسات يري بيك أن تبدأ طريقه جديدة تهدف إلي الكشف عن أهداف المريض. وفي الغالب أفكار المريض تكون سالبة لأنها ناتجة عن تفكير مريض، وهنالك كما يري بيك ثلاثة أهداف شائعة تمثل الخارطة في حياة الفرد المريض وهي:

أ. السعي لتحقيق القبول.

ب. تقبل جميع الناس.

ج. التحكم في الاشياء غير المتوقعه وهي تحوي أفكار غير عقلانيه.

ثالثاً: المظهر الأول: الهروب من كل اشكال الصراع واستراتيجيه بيك في هذه الحاله تتمثل في المواجهه بالتدرج مصحوباً بالتحدث مع النفس وهذا هو المحتوى الفكري المعرفي. رابعاً: المظهر الفيسيولوجي: واستراتيجية بيك في هذه الحاله الاسترخاء العضلي Muscles (Relaxation) لأن الاسترخاء في الجلسات الاولى يعطي المريض الفرصة للسيطرة علي الموقف والاطمئنان قليلاً.

خامساً: المظهر السلوكي: تسمى استراتيجيه بيك بـ (Wasp) وهذه الحروف تمثل البداية لكلمات: التمثل والتمعن والاستمرار بالهدوء مثال : مهلك، تمعن، أستمّر، بهدوء.

نظريه الإرشاد السلوكي المعرفي لمتشنبوم :

دونالد هيربرت ميتشنبوم امريكي الأصل ولد في مدينه نيويورك عام 1940. حصل علي البكالوريوس من الكليه المدنيه عام 1962، ثم التحق بجامعة إلينوي وحصل علي درجة الماجستير عام 1965 والدكتوراه في علم النفس الكلينيكي عام 1966. وقد عمل في جامعة واترلو في أونتاريو بكندا منذ عام 1966 . وقد كتب ميتشنبوم مجموعه من المراجع حول الارشاد والعلاج السلوكي المعرفي، وكذلك كتب عن طريقته التي أشتهر بها التحصين ضد الضغوط النفسية.

يؤكد ميتشنيوم علي الإتجاه المعرفي السلوكي كما عند البرت أليس وآرون بيك وغيرهما، حيث أشار بأن عملية التعلم لايمكن أن تنحصر في مثير واستجابة كما تري النظرية السلوكية، لأن إمكانية حدوث أستجابات مختلفة لنفس المثير واردة، كما أنه يمكن حدوث استجابات متشابهة لمثيرات مختلفة، مما يشير إلي أن هناك عوامل أخرى غير المثير والاستجابة تلعب دوراً في عملية التعلم وهي :

أ. التفكير.

ب. الإدراك.

ج. البناءات المعرفية.

د. حديث الفرد الداخلي مع نفسه.

هـ. كيف يعزو الفرد الاشياء.

وهذه كلها تتدخل في عملية التعلم وتتوسط بين المثير والاستجابة، ولها دور في التأثير علي سلوك الفرد، لذلك فمن المفيد معرفه مايدور في تفكير الفرد، وكيف يدرك الموقف؟ وماهو مفهومه عنه؟....الخ.

يعتبر التركيز علي فهم الفرد كمسئول عن إحداث سلوكياته أساس نظرية ميتشنيوم، وقد استنتج بأن للتفكير والمعتقدات والمشاعر والحديث الإيجابي مع النفس وتوجيهات الفرد لنفسه (إعطاء اوامر لنفسه) لها دور كبير في عملية التعلم. فعندما كان ميتشنيوم يقوم بتجاربه وهو يعد للدكتوراه في جامعه الينوي كان يقوم بتدريب المرضى الفصامين بتعليمهم الكلام الصحي Healthy Talk عن طريق الاشراف الاجرائي وقد علم المرضى بأن يقوموا بتوجيه تعليمات لانفسهم بصوت عالي Self-Instructions كأن يقول الفرد منهم: (كن واضحاً وصريحاً، وتحدث في صلب الموضوع). أما التجربة الثانية فكانت علي احد المعاقين الذي كان يخرج لسانه للعاملين في المصحة، وقد نجح في تعديل سلوكه عن طريق الاشراف المنفر (Aversive Conditioning) أي يقوم المرشد باخراج لسانه للمريض لكي ينفر

المريض هذا السلوك، وفي احدي المرات قال المسترشد (لماذا لاتطلب مني مباشرة ألا أخرج لساني - إعطاء اوامر لانجاز المهمه - بدلا من ان تخرج لسانك لي) وعندها أتبع ميتشنيوم نصيحة المسترشد وطلب منه الكف عن إخراج لسانه فتعدل سلوكه ولم يعد يخرج لسانه.

وقد أدت الخبرات التي عاشها ميتشنيوم في تدريبه مع المرضى الفصامين وغيرهم في أن يفكر في تدريبهم علي أن يتحدثوا إلي أنفسهم بطريقه تؤدي إلي تغيير سلوكهم. وقد ركز علي الحديث الداخلي Inner-Speech أوالمحادثه الداخليه Inner-dialogue حديث الذات أو الحوار الداخلي Self-Talk وكذلك اهتم بالتخيلات Images . كما بدأ في تطوير تفسير نظري لوظيفة هذه العوامل في تغير السلوك. ثم استخدم ميتشنيوم أسلوب التوجيه الذاتي (Self-Instruction) علي الأطفال ذوي النشاط الزائد من أجل ضبط سلوكهم، كما استخدم أسلوب التقليد والنمذجة لتحقيق هذه الغاية بالاضافه للتعزيز والعلاج المعرفي.

افتراضيات النظرية ومفاهيمها:

انطلق ميتشنيوم من الفرضيه التي تقول (بأن الاشياء التي يقولها الناس لأنفسهم Verbal Libations تلعب دورا مهما في تحديد السلوكيات التي سيقومون بها، وأن السلوك يتأثر بنشاطات عديده يقوم بها الأفراد تعمم بواسطه الأبنيه المعرفيه المختلفه) . يخلق الحديث الداخلي الدافعيه عند الفرد، ويساعده علي تصنيف مهاراته وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبه. ويرى ميتشنيوم بأن تعديل السلوك يمر بطريق متسلسل في الحدوث ويبدأ بالحوار الداخلي والبناء المعرفي. إن السلوك الناتج عن الاتجاه المعرفي يركز علي كيفيه تقييم الفرد لسبب إنفعاله والي طريقه عزوه لسبب هذا الانفعال، هل هو سببه أم هم الآخرون؟ ويرى ميتشنيوم إن هنالك هدفاً من وراء تغيير الفرد لحواره الداخلي. ويجب تحديد

حاجه الفرد للشئ الذي يريد أن يحققه، والشئ الذي يرغب في إحداثه في البيئه وكيف يقيم المثيرات والي أى سبب يعزي سلوكه وتوقعاته.

يؤثر إدراك الفرد علي فسيولوجيته ومزاجه. ويرى ميتشنبوم إن الانفعال الفسيولوجي ليس هو المعيق بحد ذاته الذي يقف في وجه تكيف الفرد، ولكن مايقوله لنفسه حول المثير هو الذي يحدد انفعالاته الحاليه. ويرى ميتشنبوم حدوث تفاعل بين الحديث الداخلي عند الفرد وبناءاته المعرفيه هو السبب المباشر في عمليه تغيير سلوك الفرد، كما يرى أن عمليه التغيير تتطلب أن يقوم الفرد بعمليه الامتصاص - أى أن يمتص الفرد سلوكاً جديداً بدلاً من السلوك القديم - وأن يقوم بعمليه التكامل بمعنى أن يبقي الفرد بعض بناءاته المعرفيه القديمة إلي جانب حدوث بناءات جديده لديه. ويشير ميتشنبوم إلى أن البناء المعرفي Cognitive Structure يحدد طبيعه الحوار الداخلي، والحوار الداخلي هذا يعتبر أساسيا في البناء المعرفي الذي يسميه ميتشنبوم بالدائرة الخيرة (Virtuous Cycle). علي المرشد أن يعرف المحتويات الادراكية التي تمنع حدوث سلوك تكيفي جديد عند المسترشد، وماهو الحوار الداخلي الذي فشل الفرد في أن يقوله لنفسه، ويجب علي المرشد أن يعرف حجم ومدي المشكله، وماهي توقعات المسترشد من الإرشاد؟، وأن يسجل المرشد أفكار المسترشد قبل واثاء وبعد مرور المسترشد بالمشكله التي يواجهها. ثمه وظيفه ثانية للحوار الذي يتم داخل الفرد وهي التأثير علي الأبنية المعرفية وتغييرها، والبنية المعرفية هي التي تعطي نسق المعاني أو المفاهيم (التصورات) التي تمهد لظهور مجموعة معينة من الجمل أو العبارات الذاتية. يقول ميتشنبوم (ما أقصده بالبنية المعرفية هو ذلك الجانب التنظيمي من التفكير الذي يبدو يراقب ويوجه الاستراتيجية للأفكار، وأقصد أن أستفيد من نوع من المشغل التنفيذي (Executive Processor) يمسك بخراط التفكير ويحدد متي نقاطع أو نغير أو نواصل التفكير. إن التغييرات تحدث بدون تغيير في البنيه المعرفية، ولكن تعلم مهاره جديده

يتطلب تغييراً في هذه البنية.) وتحدث التغييرات البنائية عن طريق التشرب Absorption أو الاحلال أو الإزاحة أو التكامل والاندماج .

أساليب الإرشاد:

1. **إشراط إبدال القلق**: Anxiety-Relief Conditioning : يتمثل هذا التكتيك في اقتران المثير المنفر مع تعبير الفرد وحديثه الداخلي مع نفسه كأن يقول " اهدأ واسترخ " ، اذا تحمل الفرد مثيرا غير مستحب لمدة قليلة ثم توقف أو أوقف المثير مباشرة بعد إشارة معينة فان هذه الإشارة تصبح مشروطة مع التغيرات التي سوف تلحق وهي ايقاف المثير غير المستحب.

2. **أسلوب تقليل الحساسيه** Systematic desensitization: هذا الأسلوب مأخوذ من نظريه الكف بالنقيض Reciprocal inhibition ويطلب المرشد من المسترشد أن يكتب هراً بالأشياء التي تخيفه ويطلب منه أن يبدأها من الأقل أخافه الي الأكثر أخافه ، بعد أن يكون المرشد قد وضعه في حاله استرخاء فعندما يتخيل اشياء مخيفه في جو استرخاء فإن هذه الاشياء المخيفه سوف تتطفيء وسيكون الفرد أكثر قدره علي التحكم في مشاعر هو أفكاره المخيفه.

3. **النمذجة** Modeling :هي طريقه يحصل فيها المسترشد علي معلومات من الشخص الأنموذج ويحولها إلي صور ومفاهيم معرفية ضمنية وإلي حوار داخلي عنده ليعبر عنها بسلوك خارجي وهو تقليد النموذج، ويعطي تعليمات وأوامر لتوجيه المسترشد ليقوم بالعمل المطلوب منه.

4. **الإشراط المنفر** Aversive Condition: ومثال ذلك تعريض الشخص المتبول الي لسعة كهربائية لتنفره من عمليه التبول. وعندما يقترن ويرتبط التبول بالعقاب وهو الصدمة الكهربائية مع تكرار عبارات : " أن التبول شئ غير محبب " "أنا لا أحب أن أكون غير محبوب".

التطبيقات أو الطرق والأساليب الفنية:

أولاً: طريقه التقدير السلوكي المعرفي: من المعتاد في العمل مع حالات الإضطرابات النفسية والعقلية أن يستخدم أحد أسلوبين:

المقابله الاكلينيكية: تبدأ المقابله الاولى باستكشاف مشكله المسترشد علي النحو الذي يعرضها المسترشد نفسه وكذلك التعرف علي توقعات المسترشد من الارشاد.

الاختبارات السلوكية: يشترك المسترشد في هذا النوع من الاختبارات في سلوكيات تشتمل علي مشكلته سواء في المختبر أو في موقف حياه واقعي ويتبع ذلك استكشاف الافكار والمشاعر خلال هذه الخبرة.

ثانياً: مرحله التدريب التطبيقي:

يستخدم المرشد اساليب المواجهه فيعرض للمسترشد سلسله من الضغوط المهدده للأننا والمهدده بالألم بما في ذلك وجود صدمات كهربائية غير متوقعة. يقوم المرشد بنمذجة استخدام مهارات المواجهه يكون التدريب في صور متعدده حيث يشتمل علي مجموعه من الأساليب الإرشاديه والتي تشتمل علي التدريب والمناقشة والنمذجة وتعليمات للذات وعملية تكرار السلوك وكذلك التعزيز.

ثالثاً: أساليب إعادة البنية المعرفية:

هناك مجموعه من الطرق الإرشاديه توضع تحت مسميات الإرشاد بإعادة البنية المعرفية أو الإرشاد بالدلالات اللفظيه (Semantic Therapy) وتركز هذه الطرق علي تعديل تفكير المسترشد واستدلالاته وافتراضاته والإتجاهات التي تقف وراء الجوانب المعرفيه لديه. وينظر في هذه الحالات الي المرض العقلي علي أنه اختلالات محرفة في التفكير تؤدي الي رؤية تحريفية للعالم، وإلي انفعالات غير ساره وصعوبات ومشكلات سلوكية، وتسمى هذه الطرق بإسم الارشاد الموجه (Insight Oriented counseling) وفي الواقع فإن هذه المجموعه الواسعه من الطرق لاتمثل طريق أونظريه واحدة للإرشاد وإنما طرق مختلفه. ورغم

كونها تهتم بالجوانب المعرفية لدى المسترشد فإن المرشدين يصورون هذه الجوانب المعرفية للمسترشدين بطرق تختلف من مرشد لآخر مما يؤدي إلي أساليب إرشادية متنوعة. وفيما يلي بعض التصورات حول الجوانب المعرفية لدى المسترشدين:

العمليات المعرفية باعتبارها انظمه تفكير غير عقلاني: يدخل في هذا التصور ذلك النموذج الذي وصفه ألبرت إليس الذي يري أن الافكار غير العقلانية هي التي تؤدي الي الاضطراب السلوكي والاضطراب الانفعالي.

العمليات المعرفية باعتبارها أنماط تفكير خاطئ: ويدخل في هذه المجموعة ذلك النموذج الذي قدمه وارون بيك والذي يركز علي أنماط التفكير المشوه أو المنحرف الذي يتبناه المسترشد أو المريض. وتشتمل التحريفات علي استنتاجات خاطئة لايقوم عليها دليل وكذلك علي مبالغات في أهمية الاحداث ودلالاتها أو رؤية الاشياء علي انها ابيض واسود، خير أوشر، صحيح أوخطأ، دون وجود نقطة وسط، وكذلك المبالغة في التعميم. ويدرب المسترشدون علي التعرف علي هذه التحريفات من خلال الاساليب السلوكية واستخدام الدلالات اللفظية.

الجوانب المعرفية وسيلة لحل المشكلات ومهارات التعامل: اقترح دى زوريلا وجولد فرايد وغيرهم التركيز علي التعرف علي غياب مهارات تكيفية ومعرفية معينة وعلي تعليم المسترشدين مهارات حل المشكلات عن طريق التعرف علي المشكلة، وتوليد البدائل الخاصة بالحلول، واختيار واحد من هذه الحلول ثم اختبار كفاءة هذا الحل. ويركز معالجون آخرون ومن بينهم ميتشنيوم علي مهارات المواجهة. وفي أسلوب حل المشكلات فإن المسترشدين يتعلمون كيف يواجهون ويحلون مشكلة ما، في مواقف مستقبلية، بينما في مهارات المواجهة فإنهم يتعلمون حل مشكلة في موقف أزمة أو موقف مشكلة حقيقية. يقول باترسون 1986 إن الارشاد السلوكي المعرفي عند ميتشنيوم ليس مجرد إرشاد سلوكي مضافا إليه بعض الاساليب المعرفية كما حدث في مجموعه من الطرق التي اقترحها بعض المعالجين

السلوكيين الذين قرروا أهمية الأساليب المعرفية مثل: جولد فرايد، ودافيسون، وكذلك أوليري، وويلسون. وإنما طريقة ميتشنوم تتجه نحو المعرفية أكثر من اتجاهها نحو السلوكية، وتهتم نظرية ميتشنوم بما يقوله الناس لأنفسهم ودوره في تحديد سلوكهم. وبذلك فإن محور الإرشاد يركز علي تغيير الأشياء التي يقولها المسترشد لنفسه - أى التي يحدث بها نفسه - وذلك بشكل مباشر أو بشكل ضمني الأمر الذي ينتج عنه سلوك وإنفعالات تكيفيه بدلا عن السلوك والإنفعالات غير المتكيفة. وبذلك فإن الإرشاد ينصب علي تعديل التعليمات الذاتية التي يحدث بها المسترشدون أنفسهم بحيث يمكنهم ذلك من التعامل مع المشكلات التي يواجهونها. وبالإضافة إلي إمكانية استخدام الأساليب الخاصة كنموذج ميتشنوم بشكل منفرد فإنه يمكن إدماجه مع الأساليب السلوكية المعروفة، وكذلك مع الطرق الخاصة بإعادة البناء المعرفي.

النظرية الإنسانية في الإرشاد :

عرفت أيضًا بنظرية الذات في الإرشاد التربوي، نشأت هذه النظرية عام (1949) على يد عالم النفس والسيكولوجيات الأمريكي كارل روجرز (Carl Rogers) الذي اقترن عمله ببعض الباحثين الكبار مثل ماسلو (Maslow)، ويشير المفهوم الأساسي للنظرية الإنسانية إلى الاهتمام بالنفس واحترام الذات فضلاً عن التركيز على القدرات الشخصية لكل فرد وإمكانية تطويرها لحل جميع المشكلات التي تواجهه وتؤكد هذه النظرية على تجارب وخبرات الإنسان والمشكلات التي تواجهه في حياته اليومية.، وقد ظهرت كردة فعل على هيمنة وسيطرة نظرية التحليل النفسي والنظرية السلوكية منذ بدايات القرن الماضي على نظريات الشخصية.

إذ تؤكد نظرية التحليل النفسي على الجانب اللاشعوري من حياة الإنسان في الإرشاد والعلاج النفسي، بما يحويه من خبرات مؤلمة أو سارة وعقد تكونت خلال مراحل الحياة السابقة له، وتعدده المنطلق الأساس في العلاج، بينما أكدت النظرية السلوكية على المثيرات

والاستجابات لها وما يرافق ذلك من عمليات تعلم غير صحيحة تؤدي إلى ظهور مظاهر سلوكية غير مرغوبة تحتاج إلى معالجة شعورية من أجل تعديل السلوك وإبداله بسلوكيات مرغوبة. فاختلقت النظرية الإنسانية عن نظرية التحليل النفسي في أساس هو أن الإنسان خير بطبعه، بينما اختلفت عن النظرية السلوكية في أساس أن السلوك الإنساني واع وعقلي وليس سلوكا آليا، فكانت النظرية الإنسانية وفقا لذلك فكرا ونهجاً جديداً يختلف في أسسه الفلسفية عن فكري النظريتين العتيدتين.

من أشهر منظري هذه النظرية هما كارل روجرز 1902-1987 و أبراهام ماسلو 1908-1970 الذي اهتم في دراساته بالأفراد الذين يعملون في مجالات حياتيه مختلفة ويعانون من مشكلات نتيجة لهذا العمل. كما حرص في دراسات أخرى على دراسة الشخصيات المشهورة والمبدعة، وذلك لمعرفة الكيفية التي يحققون بها الإنجازات في مجالات أعمالهم. ومن خلال جملة الدراسات التي أجراها توصل إلى أن الذي يتحكم أو الذي يلعب الدور الأساسي هو السعي لتحقيق الذات Self- actualization. إذ يرى ماسلو أن الشخص الذي يحقق ذاته هو الشخص الذي لديه دافع للإبداع واستخدام جميع إمكانياته في عمله أو مهنته أو وظيفته. ويتفق معه على ذلك كارل روجرز، الذي يرى أن الإنسان لديه دافع فطري لتحقيق ذاته، وأن الفشل أو الاحباطات التي تعترض طريق تحقيق ذاته هو الذي يؤدي إلى ظهور الأعراض أو المشكلات المرضية لديه.

يرى أصحاب النظرية الإنسانية من القدماء والمحدثين أن حل المشكلات والاستبصار بأسبابها والكيفية التي يمكن من خلالها الوصول إلى حلول أو معالجات يعتمد بشكل رئيس على العميل Client أو المسترشد، فهو الذي يضع الحلول لمشكلاته عندما يصل إلى مرحلة الاستبصار بأسبابها، لذلك تسمى الطريقة العلاجية أو الإرشادية لديهم بالإرشاد المتمركز حول العميل Clint-centered therapy or counseling.

المفاهيم الأساسية لنظريه الذات:

الذات: يقصد بها ماهية الفرد التي تنمو نتيجة النضج والتعلم والتفاعل مع البيئة، وهي تشمل الذات المدركة، والذات الاجتماعية، والذات المثالية، التي تسعى الى التوافق والالتزان .

مفهوم الذات: أو صورة الذات وهي تكوين معرفي منظم ومتعلق بالمدرجات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات. وهناك مفهوم الذات الاجتماعي الذي يتكون من المدرجات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها عنه والتي يمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

الذات المثالية: تشمل المدرجات التي تحدد الصورة المثالية للشخص أي ما ينبغي أن تكون عليه نفسه.

الخبرة: هي موقف أو مجموعه مواقف يعيشها الفرد في زمان ما أو مكان معين ويتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها.

الفرد: وهو الذي يكون صورته عن ذاته ويحاول تحقيق ذاته بالمثالية التي ينشدها وهو الذي يتفاعل مع البيئة .

السلوك: أي نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد يسعى من خلاله لاشباع حاجاته .

المجال الظاهري: يوجد الفرد في وسط أو مجال شعوري مدرك ويسلك الفرد بناء على ادراكه في هذا المجال ويتكون المجال الظاهري من عالم الخبرة ويتضمن المدرجات الشعورية للفرد في بيئته.

وسائل الارشاد عند روجرز: تشمل وسائل الإرشاد عند روجرز مايلي:

1. مهارة الإصغاء والانتباه والاستماع الجيد بحيث يسمح للمسترشد أن ينفس عن مشاعره وانفعالاته.

2. التعاطف أي يفهم المرشد المسترشد من خلال اطاره المرجعي أو كما ينظر هو إلى نفسه ومشكلاته.

3. الإحترام غير المشروط وذلك بأن يحترم المرشد المسترشد احترام غير مقيد كانسان له قيمته بغض النظر عن مشكلاته الأخلاقية أو سواها.

4. ألا يقيد المرشد المسترشد ويطلق عليه أحكاما.

5. أن تكون العلاقة بينهما علاقة مهنية قائمه على الثقة والاحترام.

6. أن يعكس مشاعر المسترشد بكلماته الخاصة للتأكد من أنه قد فهم فهما عميقا طبيعة المشكلة، وأن يلخص مشاعر المسترشد بما تحتويه من معارف واتجاهات وانفعالات .
تعتبر نظريه روجرز من النظريات التي لاقت رواجاً وشاع استعمالها وذلك لانها:
أ. تجذب المعالجين المستجدين لسماتها.

ب. تتناسب مع الأسلوب الديمقراطي في اعطاء المرشد تمام الحرية.

ج. طريقه العلاج في البدايه تكون اسرع في اعطاء النتائج .

دور وصفات المرشد في نظريه الارشاد المتمركز حول المسترشد:

يحاول المرشدون بطريقه الإرشاد المتمركز حول المسترشد مساعدة الأفراد على نمو ذواتهم لكي يستطيعوا مواجهه الواقع وتنميه مفاهيم ايجابية عن الذات. ويتجنب المرشدون عملية التقييم أو التشخيص، فهم لا يبدون اهتماما بالتفاصيل المتصلة بماضي المسترشد ومايهمهم هو حاضره. وتتميز هذه العلاقة بثلاثه شروط هي: الصراحة ، وتقبل المسترشد ، والتقبل اللحظي .

تقبل المسترشد : يسعى المرشدون في هذه الطريقه الى قبول كل شئ عن المسترشد، ولايرتبط هذا القبول بأي شروط، فالارشاد بهذه الطريقه يركز على الاتجاه الايجابي للمرشد أكثر من الاساليب والطرق الفنية، وهذا الاتجاه الايجابي يسهل عليه الإرشاد مع ملاحظه أن الشئ المهم والأساسي الذي يؤكد ايجابية المرشد هو سلوكه وتعامله مع الاخرين، حيث أن هذه الايجابية تظهر جليا عند مقابلة العميل واشعاره بأن له اهمية، وأنه انسان يستحق المساعدة والحياة والإحترام، وله الحق في إداره نفسه وأعماله .

التفاهم اللحظي: يشار احيانا الى المرشدين المتمركزين حول المسترشد على أنهم مرايا للشعور، فهم يعكسون لفظيا الخبرات الشعورية ليجعلوا الفرد على اتصال بمشاعره، أى أن المرشد فى ضوء هذه النظرية يتبع طريق التفاهم اللحظي، فتغير السلوك هنا يأتى من خلال تقويم الفرد لقدرته وتجاربه، حيث هذا يوصله الى المعرفة العامة بنموه كشخص فيستطيع أن يتعلم قبوله لنفسه وللآخرين ايضا. والتفاهم اللحظي يجعل المرشد يركز على ادراك وفهم محيط المسترشد بالطريقة التى يدركها أو يراها المسترشد نفسه. والإبتعاد عن المفاهيم الخاصة والتركيز على أهميه ما يبادر به المسترشد وكيف ينظر الى العالم على المرشد أن لايعطى المسترشد حولا بل يقوده إلى اختيار حل مشكلته على ضوء خبرات المسترشد واتجاهاته وقيمه وعاداته وتقاليده .

نقد النظرية:

1. أعطى روجرز للفرد الحرية فى تحقيق أهدافه ناسيا أن هذه الاهداف قد لاتكون مشروعته.
2. يهمل روجرز اللاشعور ويركز فقط على الشعور .
3. لايهتم روجرز بالاختبارات والمقاييس النفسية.

تؤكد النظرية الإنسانية في العملية الإرشادية على سعي المرشد إلى الارتقاء بالمسترشد كي يحقق ذاته في أي مجال من مجالات الحياة. فإذا تمكن أو بلغ هذا المستوى من الإنجاز في العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد، فإن شعور المرشد سيتمركز أو يتمحور حول تحقيق هذا الهدف، أي بمعنى آخر يعد نقطة الشروع في تحقيق الذات، والتي سيكون لها معنى وليست روتينية أو هامشية، ومن ثم يشعر بالراحة والسعادة والرضى عن النفس، على الرغم من ذلك يجب على المرشد أن يوضح جميع الإمكانيات والظروف التي يمكن له أن يستخدمها للتغلب على المشكلات أو الاحباطات التي تعترض سير تحقيقه لذاته. ويمكن أن تكون عملية التوضيح في استراتيجية تحقيق الذات تتبع المتطلبات الآتية:

- 1- امتلاك الرغبة في التغيير .

- 2- اختبار الدوافع والتأكد منها.
 - 3- الاختبار الصادق والصريح وبطرق مباشرة للحاجات او الرغبات.
 - 4- الاستعداد لتحمل المسؤوليات وعدم التهرب منها.
 - 5- استخدام وتوظيف التجارب الايجابية في الحياة.
 - 6- الاستعداد النفسي لتقبل التغيير.
 - 7- المرونة في تقبل الأفكار المخالفة.
 - 8- تقويم التقدم الحاصل بشكل مستمر ومتواصل.
- تعني هذه المتطلبات أن الإرشاد عند الإنسانين يستهدف مساعدة العميل أو المسترشد على النمو النفسي السوي، ومحاولة لإحداث التطابق بين الذات الواقعية والذات المدركة (الذات عند الفرد كما يدركها هو) ومفهوم الذات للفرد كما يدركها الآخرون فيه. ويعني أيضا أن الإرشاد يركز على محاولة تغيير الذات للفرد كي تكون متطابقة مع الواقع، أو تحويل الذات المثالية عند الفرد (مثاليات الفرد في الحياة) إلى ذات واقعية (واقع الفرد كما هو عليه في الحياة). فإذا حصل هذا التحويل، حدث التوافق لدى الفرد، وهو دلالة على الصحة النفسية.
- تنقسم الطريقة الإرشادية وفقاً للنظرية الإنسانية إلى قسمين: الأول هو التلقائية Spontaneity، وهي جعل العميل أو المسترشد يستبصر بالأمور والمشكلات التي يعاني منها، والتي من خلالها تظهر له نتيجة مفهومه عن ذاته ومفهوم الآخرين عنه، ومن خلال هذا الاستبصار Insight يلمس مدى الاختلاف بين مفهوم ذاته وممارساته الفعلية وخبراته.
- والثاني هو التعاطف Empathy الذي يعني تلقي العميل أو المسترشد التشجيع على الاستمرار في الجلسات الإرشادية والقبول، ويعني هنا القبول، تقبل المرشد للمسترشد بكل عيوبه وسيئاته فضلاً عن استشفاف مشاعر العميل أو المرشد لحظة بلحظة ومشاركته فيها، وإحساسه بالاهتمام في حل مشكلته.

كي يصل العميل أو المسترشد إلى مرحلة الاستبصار بأسباب مشكلته، فانه يحاول أن يفهم ذاته الحقيقية، ويتقرب في التعرف عليها أثناء الجلسات الإرشادية من خلال الإمكانيات والقدرات والظروف التي يتحدث عنها في الجلسات الإرشادية، لان المشكلة ببساطة حسب ما تراه هذه النظرية هو الصراع بين تحقيق الذات (بوصفها حاجة غريزية) وتحقيق الإيجابي للذات (أي تحقيق الذات وفقاً للمعايير الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع).

يمكن أن نستخلص من توظيف النظرية الإنسانية في العملية الإرشادية إلى أن مسارها يتخذ الخطوات الآتية:-

1- العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد يسودها جو التعاطف والتقبل للمسترشد كما هو.

2- يحاول المرشد أن يعطي التوضيحات والتفسيرات ويجيب على أسئلة المسترشد المباشرة إثناء سير العملية الإرشادية بصورة هادئة ومناسبة، مع تعزيز المسترشد ورفع معنوياته بشكل متواصل على أنه قادر على حل مشكلته، لكن بشرط أن لا يعطيه حلول جاهزة، بل يترك أمر الوصول إلى حل المشكلة للمسترشد نفسه (يحل مشكلته بنفسه بعد الوصول إلى مرحلة الاستبصار بأسبابها).

3- بعد مرور عدة جلسات إرشادية، يحاول المرشد أن يعطي تأويلات لمشاعر المسترشد المتدفقة لاسيما المشاعر الهائمة أو المكبوتة، على الرغم من أن المسترشد يحاول أن يخفي بعض هذه المشاعر، لكن على المرشد أن لا يهتم بذلك تاركاً المجال لزيادة الثقة والاطمئنان بالعلاقة الإرشادية والمرشد إن تمكن المسترشد من البوح والكشف عن أسرار أو خفايا أدق عن أسباب المشكلة، وهو كثيراً ما يحدث بعد مرور عدة جلسات إرشادية والتزام المرشد بمتطلبات العملية الإرشادية وشعور المسترشد أن الهدف العام للعملية الإرشادية هو الحل الجدي لمشكلته.

4- لابد في نهاية الجلسات الإرشادية مهما كان عددها من إجراء تقويم شامل لسير العملية الإرشادية (يقوم بها المرشد نفسه أو بينه وبين المسترشد مباشرة) لرؤية مدى التطور أو التغيير الحاصل على مفهوم الذات لدى المسترشد، فضلا عن معرفة الرؤية المستقبلية التي تكونت لدى المسترشد عن تحقيق ذاته.

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (10) : الإرشاد بالواقع Reality Counseling

نظريه الإرشاد الواقعي لويليام جلاسر:

ولد ويليام جلاسر William Glasser عام 1925 في كليفلاند بمدينة أوهايو Cleveland, Ohio، وحصل علي درجه البكالوريوس في الهندسه الكيماوية، ودرجتي الماجستير والدكتوراه في علم النفس الإكلينيكي. في عام 1956 أصبح جلاسر طبيب استشاري بكلية فنتور للبنات، وفي عام 1957 اصبح رئيس المعالجين النفسيين في مركز جنوح الأحداث. عمل جلاسر في الستينيات كمرشد عام في مجال التعليم، وفي ذلك الوقت طبق مفاهيمه الأساسية للإرشاد بالواقع علي وسائل التعليم والتعلم، وكان اهتمامه ينصب على تفاعل الطلاب مع المعلمين وكيفية ربط الحياة بالتعليم. أسس مركز تعليمي تدريبي يتلقى من خلاله المعلمون تدريباً حول هذا النوع من الإرشاد ولقد أشترك جلاسر في تأليف عدد من الكتب.

طور جلاسر طريقه في الإرشاد أسماها الارشاد الواقعي Reality Counseling عام 1965، تقوم هذه الطريقة علي إستخدام منهج خاص يقوم علي مبادئ التدريب والتعليم، ويهدف إلي بناء ماكان يجب بناؤه خلال مراحل نمو الفرد السابقة، ويقوم هذا الإتجاه علي أساس تعميق مبادئ المسؤولية، ويرى أنه كلما قلت المسؤولية أصبح سلوك الفرد أكثر اتجاها نحو الخطأ. كما طور نظرية أخرى في الإرشاد أسماها الإرشاد الإنتخابي عام 1996.

لقد استفاد جلاسر بشكل مباشر من العالم بول دودوس- صاحب الطريقة المسماة بالتفسير الاخلاقي الطبي، وهذه الطريقة تعمل علي تعليم المرضى فلسفه الحياة، وتركز علي الصحة وليس علي المرض - وقد تأثر جلاسر بطريقه غير مباشرة بالعالمين ادلر وموهلر، كما تأثر

وتبني نظرية الضبط للعالم ويليام باور والتي تشرح عمل الدماغ الإنساني كنظام ضابط للسلوك الإنساني 1977.

نظريه جلاسر في الشخصية:

يعتقد جلاسر إن هناك حاجة نفسية واحدة يمتلكها كل الناس في كل الثقافات ومن المهد الي اللحد وهي الحاجة الي الهوية (من أنا؟). وقد حدد أربع حاجات نفسيه لتحقيق هذه الهوية وهي الإنتماء، القوة، والحرية، والحاجة إلي المتعة . ويرى جلاسر أن الفرد يسعى للاستفادة من طاقة الشخصية في التعليم والنمو، ويمتلك التصميم النفسي بكامل أبعاده أكثر من اعتماده علي الموقف.

ويشير جلاسر إلي أن هدف الواقعية هو تعليم الأفراد أفضل الطرق وأكثرها فعالية للحصول علي ما يريدون من الحياة. مع أن المسترشد ين يعيشون في الخارج الا إنهم يحاولون التحكم به ليكون أقرب للعالم الداخلي لهم، ويؤكد جلاسر علي أن قيمة الفرد فيما يفعله وهو الا يفعل إلا ما يقرره أو يميل إليه عقله.

ويؤكد جلاسر إنه إذ قام الأفراد ببذل مجهود ذاتي فإنهم سوف يستطيعون إجراء التغيير بفاعلية أكبر، ويمكن لهم تحديد هدف عام وهو تشكيل بيئتهم بحيث تتناسب مع صورهم التي يريدونها. وعندما يقوم الأفراد بعمل خيارات قد تتعدي علي حرية الآخرين، فإنهم يسلكون بطريقه غير مسؤولة. وتساعد الواقعية الأفراد علي تعلم تحقيق الحريه بحيث لا يكون هناك آخرون يعانون من هذه الحرية (Gorey1977).

ويرى جلاسر أن السلوك البشري هادف وينبع من داخل الفرد لامن قوه خارجية، علي الرغم من تأثير القوى الخارجية. وكل سلوك الفرد هو محاوله أفضل للحصول علي ما يريد وذلك لاكتساب سيطره فاعلة على حياته. ثم أن سلوك الفرد موجه في الأساس لإشباع حاجاته. ويشير جلاسر إلي أن البحث عن الماضي ليس ذا أهمية وذلك لأن المرشد لا يستطيع تغيير

الماضي وإنما يعمل في ضوء الحاضر والمستقبل، وإن إحياء الماضي في التعلم يقلل من قيمة الإرشاد، وقد ركز جلاسر علي الماضي بالقدر الذي يخدم الحاضر.

المفاهيم الأساسية للنظرية:

المسؤولية Responsibility : هي جوهر العلاج بالواقع فقد قال عنها جلاسر: بأنها قدرة الفرد علي تحقيق حاجاته وأهدافه بطريقه لاتحرم الآخرين من قدراتهم علي تحقيق أهدافهم وحاجاتهم. والشخص المسؤول هو الشخص المستقل فردياً، ولديه دعم نفسي داخلي كافي لتحديد ماذا يريد من الحياه. وجوهر العلاج في الواقع يقوم علي تعليم الناس المسؤولية وكيف يصلون إلي أهدافهم وغاياتهم دون إيذاء الآخرين، ويرى جلاسر أنه من الضروري أن نعلم المسترشدين كيف يصيغون أهدافهم ويشبعون حاجاتهم بطريقه مسؤولة، دون أن يتضرر الآخرون من ذلك

الاستقلالية Autonomy : يرتبط هذا المفهوم بالنضج حيث يشير إلي قدرة الفرد على استعمال الدعم الذاتي أي أن يقوم الفرد بتحمل المسؤولية الشخصية، وأن يكون مندمجاً، وأن يعطي وأن يحب وأن يتخلي عن دعم البيئة المحيطة به وخصوصاً الأسرة (Gorey1977).

الاندماج Involvement يقترب هذا المفهوم من مصطلح التعاطف ولكنه يختلف عنه في أنه يتضمن التواصل مع الآخرين وليس مجرد عاطفه، ويرى جلاسر أن هذه المهارة يجب أن توجد لدي المرشد، وهي أساس نجاح العلاقة بينهما، كما أنها مهمة من أجل نجاح العلاقات مع المجتمع المحيط بالفرد مثل: الأم، الأب الأخوة، المعلمين ، الطلاب وغيرهم (نبيل سفيان , 2018, ص 43)

الحاجات (إشباع الحاجات) Needs : يرى جلاسر إن السلوك غير المسؤول ينتج عندما يفشل الأفراد في أن يتعلموا القدرة علي إشباع حاجاتهم بطريقة صحيحة، فيلجأون لأي وسيلة لإشباعها - أي تصبح الغاية تبرر الوسيلة- وبغض النظر عن نوعية السلوك الذي

يختارونه، فمثلاً: هناك من يخاف من الأماكن المزدحمة أو الضيقة أو الطائرات أو المصاعد مع أنهم يعرفون عدم عقلانية مخاوفهم، ويختار البعض الهروب بدلاً من مواجهه الواقع مع أنهم كان بمقدورهم مواجهة مشكلاتهم من خلال سلوك أكثر مسؤوليه. صنف جلاسر أربعة حاجات أساسية نفسية عند الإنسان هي التي تقوده الي البقاء وهي:-

1. **الحاجة إلي الانتماء:** تتضمن الحاجة إلي الأهل والأصدقاء والحب أي مجتمع يحبه الفرد ويعيش فيه ويحس إنه ينجذب إليه دائماً، أي يحب ويُحب مما يستدعي إقامة علاقات مع الآخرين لتحقيق هذه الحاجة ولو بأقل شكل ممكن.

2. **الحاجة إلي القوة:** وهي تتضمن إحترام الذات وتقدير المنافسة أي أن يستمد الفرد قوته من احترامه لذاته ومن تقدير الآخرين له، ومن منافسة الآخرين والتفوق عليهم.

3. **الحاجة إلي المتعة:** و تتضمن المتعة: اللعب، والضحك، وكذلك المتعة في الأكل، والجنس وهي أكثر مايجذب الفرد إلي الحياة مع أن هناك من يري أن الحياة نفسها متعة.

4. **الحاجة إلي الحرية:** أن يكون الفرد حراً في تحديد مصيره. (زهران، 2005، ص377) حين يفشل الفرد في تحقيق هذه الحاجات النفسية فانه دائماً ما يلجأ إلي استخدام سلوكيات سلبية مثل: شرب الكحول والإدمان والعدوان وغيرها. وبالتالي يكون هدف الإرشاد الوقائي هو تعلم طرق مناسبة لتحديد الأهداف وتحقيق الحاجات بطريقة فعالة.

الهوية Identity: وهي حاحه نفسيه يسعى إلي تحقيقها كل فرد وتميزه عن غيره، وتنتج الهوية من الكيفية التي يري الانسان نفسه بالنسبة للآخرين، وقد ميز جلاسر بين نوعين من الهوية وهما:

1. **هوية النجاح:** تري أن الفرد يعرف نفسه ويرى نفسه مقتدراً وقادر علي كل شئ وله أهمية فالأشخاص الذين لديهم هوية ناجحة يشعرون بأهميتهم بالنسبة للآخرين ولديهم القدرة علي التأثير في بيئتهم، ويستطيعون التحكم في المجتمع والاندماج مع الآخرين وتحقيق حاجاتهم .

2. هويه الفشل: هي الهوية التي يكونها الأشخاص الذين لم تكن لهم علاقات وثيقة مع الآخرين، والذين لا يتصرفون بمسؤولية، ويرون أنفسهم غير محبوبين ولا أهمية لهم ولديهم شعور دائم بخيبة الأمل (الزيود1998).

الواقع Reality : وهو السلوك الحالي للفرد و يركز جلاسر في نظريته علي السلوك الحالي للفرد أكثر من تركيزه علي السلوكيات الماضية، ويرى أن السلوك الحاضر هو الذي يعمل المرشد علي تغييره والتحكم به.

التعلم Learning : التعلم يظهر من خلال الحياه وهو مفهوم أساسي في الإرشاد الواقعي (رمضان2002) والإطار النظري في الإرشاد الواقعي يحدد هوية الفرد بسلوكياته المتعلمه وغير المتعلمه فالأفراد يعرفون بما يفعلونه أو يتعلمون فعله.

البدائل Alternatives : يصعب على الأشخاص الذين يعانون من مشاكل انفعاليه من ايجاد حلول وبدائل لمشاكلهم. وهنا تأتي مهمه المسترشد في شرح وتفسير البدائل ويساعد علي وضع قائمة تشتمل علي عده بدائل محتمله للمشكلة، ومن غير أي حكم مبدئي علي أهميتها ثم يساعده المسترشد علي اختيار وتقييم أكثر هذه البدائل موضوعية ومنطقية وأكثرها توافقا مع الهدف.

الحب Love : الحب عند جلاسر هو مانفعله وليس مانشعر به، وهو الإهتمام أكثر والمركز في الشئ والذي لا ينقطع ويستحوذ علي مجمل إهتمام الفرد.

فرديه الفرد: فرديه الفرد ترتبط مباشرة بالهويه الناجحه وتعتبر الفرديه ضروريه لتحقيق الدافعيه.

القوه النمائيه Growth Force : يرغب كل فرد بأن يكون لديه هويه ناجحة وأن يكون علاقات جيده مع الآخرين. وعندما يعجز الفرد عن ذلك عليه أن يغير هويته وشعوره وتفكيره وسلوكه، ويقول جلاسر نحن كما نعمل وإذا إردنا تغيير مانحن عليه علينا تغيير مانعمله ونبدأ بطريق جديد لسلوكنا.

بناء الشخصية وتفسير السلوك الإنساني لدى جلاسر:

لتوضيح تكوين الشخصية أو تركيبها قال جلاسر: أهم حاجات الإنسان هو أن يحب غيره وأن يحبه غيره، وبالتالي لابد من وجود شخص أو أكثر يشاركونه حياته رغم أن الحاجتين منفصلتين إلا أن بينهما عناصر مشتركة، حيث أن تحقق أحدهما يساعد علي تحقق الآخر. ودمج جلاسر هاتين الحاجتين بحاجه واحده اسمها الهوية. ويفسر جلاسر مفهوم السلوك الكلي بعمل السياره فهناك أربعة مكونات للسلوك يتحدد بها اتجاه الفرد في الحياه وقد شبهها بعجلات السياره الأربعة وهي:

1. العمل (مثل النهوض من النوم والذهاب الي العمل).

2. التفكير (الأفكار والجمال الذاتيه).

3. الشعور (الفرح , القلق , الغضب , الإحباط).

4. السلوكيات الفسيولوجيه (التعرق).

ومن هذه المكونات الأربعة يتم تشكيل السلوك المتكامل، إلا إنه قد تبرز سلوكيات أكثر من غيرها وقد قامت النظرية الواقعية علي أساس انه من الصعب اختيار سلوك كلي من غير اختيار مكوناته أو عناصره، وقال جلاسر إن العمل والتفكير هما العجلات الأماميه اللتان تقودان السيارة وتوجهاتها. وإن المفتاح الكلي للسلوك هو اختيار مايفعله أو يفكر في فعله أو فيه. والسلوك هو هدف ونحن نقوم به منذ الولادة وحتى الموت. وتركز الواقعية علي السلوك لأنه هو الأمر الذي نستطيع تغييره ونسعى الي تغييره لأنه يسهل ضبط السلوك وتغييره والتحكم به ومنع ارتباطه مع المشاعر، كما أنه من السهل للمسترشد ضبط سلوكياته مع ضبط عواطفه ومشاعره. ويركز الإرشاد بالواقع علي السلوكيات الحالية للفرد ولا يركز علي الفشل السابق للفرد، فلو كان المسترشد ناجح في السابق لما احتاج الي الإرشاد.

مراحل تطور الشخصيه لدى جلاسر :

تتطور شخصية الفرد من خلال محاولاته لإشباع الحاجات النفسية الأساسية، فالأفراد الذين يستطيعون تلبية هذه الحاجات بالطريقة الطبيعية تتشكل لديهم شخصية ناجحة، في حين أن الأفراد الذين لا يستطيعون تلبية هذه الحاجات تتشكل لديهم شخصية فاشلة. أكد جلاسر علي أهمية مرحلتين في حياة الطفل تؤثر علي تطور الشخصية هما:

1. المرحلة الأولى: وهي من 2-5 سنوات، وهنا يكون للأسرة تأثير واضح علي عملية تطور الشخصية، وعلي الآباء في هذه المرحلة تعليم ابنائهم المهارات الضرورية، وكذلك تدريبهم علي تحمل جزء من المسؤولية وألا يستخدمون العقاب في تربية ابنائهم، وأن يسمحوا لهم بأن يتعلموا من تجاربهم الخاصة، وهذا كله يخلق البيئة المناسبة التي تمكن الطفل من ترسيخ هويته ناجحة.

2. المرحلة الثانية: وهي من 5-10 سنوات وهنا تلعب المدرسة دور مهم في عملية تكملة بناء الشخصية، وهذا يكون من خلال تفاعل المعلمين مع الطفل وتقديره بحيث يفسح له المجال لتعلم تحمل المسؤولية، وكيفية إشباع حاجاته بطرق مناسبة. فعندما يتم توفير التنشئة السليمة للطفل وكذلك البيئة المدرسية الداعمة فهذا يساعده في تكوين هويته.

الإضطرابات النفسية:

يري جلاسر إن السلوك اللا تكيفي ينشأ في حاله فشل الفرد في إشباع حاجته للحب وتقدير الذات. ويبدأ الفرد في هذه الحالة بالشعور بالقلق والتوتر والألم والضرر ويتصرف حيال هذا الفشل بمحاولته الاندماج مع الآخرين، وينجح في ذلك إذا حافظ علي هذا الاندماج وإذا لم يستطع فإن شعوره بالألم سوف يزداد. الإخفاق في الاندماج مع الآخرين يؤدي إلي أن يندمج الفرد مع ذاته، هذا النوع من الاندماج يأخذ شكل أعراض نفسيه اجتماعية وجسميه مثل: الكبت، الإكتئاب، الخوف المرضي، الإدمان علي المخدرات، والأمراض الجسمية وذلك لان مثل هذا النوع من الاندماج الذاتي يحل محل الاندماج مع الآخرين. هؤلاء المندمجين ذاتيا يعتبرون أنفسهم فاشلين لأنهم لم يتعلموا كيف يلبوا حاجاتهم

بطرق واقعية، ولعدم قدراتهم علي تحمل مسؤولية سلوكياتهم. تبدأ مرحلة الهوية الفاشلة عندما يذهب الطفل إلي المدرسة في سن 4-5 سنوات حيث يصر الكبار علي طلبات معينة دون إعطاء أي تفسير للطفل. وإذا فشل الطفل في تحقيق هذا يبدأ عندها بمواجهة هوية فاشلة. (بشير صالح , 2008, ص 98)

العملية الإرشادية:

يري جلاسر إن السلوك يمكن تغييره والإنسان غير المندمج يمكن أن يندمج والشخص الذي يذهب إلي المرشد بنفسه هو شخص يسعى لتغيير إنكاره لذاته وعدم، مسؤوليته وللتخلص من الألم النفسي. فكل شخص يسعى إلي أن يري نفسه ناجحاً ومسؤولاً. والهدف الرئيسي للإرشاد بالواقع هو تخفيض السلوك غير المسئول والانتهزامي ووضع صورته إيجابية عن الذات. ويعتبر منهج جلاسر في الإرشاد الواقعي منهجاً تعليمياً يؤكد علي الحوار العقلاني بين المرشد والمسترشد حيث يقوم المرشد بطرح أسئلة عن حياة المسترشد وميوله وسلوكياته من أجل وضع خطه تتضمن سلوكيات أكثر مسؤوليه.

أهداف العملية الإرشادية:

الهدف الأساسي من الإرشاد الواقعي هو أن يتعلم الفرد كيف أن يكون مسئولا عن سلوكه وأن يكون قويا عاطفيا وعقليا وأن يزيد وعيه وقدرته بمواطن القوه لديه دون أن يلتفت إلي مواضع الضعف. ويمكن تلخيص هذه الأهداف فيما يلي:

1. تخفيض أو إزالة السلوكيات غير المسئولة واستبدالها بسلوكيات مسئولة وهادفة ومقبولة إجتماعيا.
2. تزويد المسترشد بمهارات تمكنه من التعايش والاندماج مع الآخرين ومواجهة الواقع الذي يعيشه.
3. مساعده المسترشد على إمتلاك القدرة علي السيطرة علي ظروفه، وإمتلاك مهارات عملية تساعده على إتخاذ القرارات وحل المشكلات.

4. مساعدة المسترشد علي تقييم أهدافه وسلوكياته وقراراته، ومعرفة مايريده.

العلاقة الإرشادية:

علي المرشد أن يشعر المسترشد بأنه مهتم بقضيته وموضوعه، ويسعي جاهداً إلي مساعدته. ركز جلاسر علي الشخصية القوية للمرشد وقال (إن الراحة والفهم والقبول والاحترام والاهتمام أقدر علي تطوير علاقه جيده مع المسترشد مع الاستماع والتفاعل مع المواضيع الخاصة جداً أو المهمة للمسترشد)

دور المرشد:

يعتبر المرشد مربيا ومعلما وصديقا وأبا للمسترشد، فهو يهدف إلي إعادة تربية المسترشد ليصبح أكثر مسؤوليه ويساعده ويدربه ويعلمه كيف يضبط ذاته حتي يتمكن من تحقيق صوره ذهنية واقعية. لم يحدد جلاسر أي استراتيجيات إرشادية بل ترك الحرية للمرشدين للاستفادة من كافة التقنيات المتوفرة ضمن الإطار الذي حددته العملية الإرشادية. وهناك مجموعه من الخصائص التي وضعها جلاسر عن المرشدين الواقعيين:-

1. أن يكون مسئولا وقويا ومهتما وإنسانيا وحساسا.
2. أن يكون قادرا علي تحقيق حاجاته الخاصة ولديه رغبة في مشاركة الآخرين.
3. قادر علي الاندماج شعوريا مع المسترشد لتسهيل الأمور.
4. قادر علي التركيز علي نقاط القوة لدى المسترشد.
5. قادر علي مساعده المسترشد على تحمل المسؤولية الشخصية والقدرة علي التصرف بطرق تحقق حاجاته.

مبادئ الإرشاد الواقعي: (عبد الفتاح الخواجة , 2002, ص 65)

هنالك أربعة مبادئ للإرشاد الواقعي علي المرشد الالتزام بها من أجل تسير الخطة بكل دقة وكفاءة وهي:

1. بناء علاقه بناءه بين المسترشد والمرشد في حدود العملية الإرشادية.

2. التركيز علي السلوك الحاضر.
3. تشجيع المسترشد لتقييم سلوكه لكي يحدد إلي مدى كان سلوكه محبباً ومفيداً أو غير ذلك
4. مساعده المسترشد لبناء خطه جديده ومن سماتها:
 - أ. أن تكون في إطار حدود وإمكانيات المسترشد.
 - ب. ذات بداية ونهايه محدده في المكان والزمان.
 - ج. قابله للتقييم والتفسير والإعادة.
 - د. بسيطة وسهله ، قصيره وقابله للتجزئة.
 - هـ. أن يستطيع المسترشد أن ينفذها في الحال.
 - ز. أن تعتمد علي ما يفعله المسترشد مما يقتضي معرفه دقيقه بسلوك المسترشد وقدراته.
 - و. أن تكون قابله للتكرار وأن ينفذها في اليوم أكثر من مره.
 - ح. الالتزام من المسترشد بتنفيذ الخطه.
- إستراتيجيات الإرشاد: إن إستراتيجيات الإرشاد الواقعي مرتبطة بالمبادئ الأربعة السابقة وهذه الإستراتيجيات هي: (الخواجه ، 2002 ، ص65)
1. الإندماج.
2. هنا والآن.
3. العيش مع خبره الواقعيه.
4. الإيجابيه.
5. التجاوب مع تعاسه العميل.
6. استخدام الدعابه.
7. مواجهه العميل.
8. التعامل مع التفكير الشعوري.

9. مساعده المسترشد علي فهم وتقبل ذواته و السلوك المسئول.

تطبيقات النظرية:

على الرغم ان جلاسر يؤكد ان طريقة العلاج بالواقع يمكن استخدامها لكل حالات الاضطرابات النفسية و العقلية الا انه يرى فى نفس الوقت ان اكثر استخداماتها تكون مع المؤسسات التعليمية و المؤسسات الاصلاحية , و يمكن استخدامه على اساس فردى او على اساس جمعى فيمكن استخدامه لمواجهة حالات التأخر الدراسى و اضطرابات العلاقات و الخجل و القلق الاجتماعى و العدوان و الاضطرابات فى العادات و يعتقد جلاسر ان المدارس الابتدائية تستطيع معاونة الاطفال فى ان يصبحو اكثر تحمل للمسؤولية اذا :

- ركزت على التفكير و حل المشكلات اكثر من التركيز على الحفظ.
- ان يكون ما يتعلمه الاطفال فى المدرسة يكون وثيق الصلة بعالمهم الحقيقى الذى يعيشون فيه.

- علمت الاطفال كيف يتخذون قرارات و كيف يخططون.
 - اعطت اهمية لمهارات الاتصال عبر مهارات القراءة و الكتابة و الحوار .
 - فهمت التوقيت الذى يحتاج فيه الاطفال الى معاونة .
- ان مفهوم المسؤولية الشخصية يشكل اساس تفكير جلاسر عن المدارس و هو لا يعتقد فى صحة الافتراض الذى يقرر ان الشباب يحال بينهم و بين النجاح لان بيوتهم غير مواتية او وجود ظروف اجتماعية او اقتصادية معاكسة .

يسهم العلاج الواقعى فى تغيير الاشخاص الذين يحتاجون الى تعلم سلوكيات و مهارات من شأنها مساعدتهم فى الخروج من ذواتهم و الوصول الى الهوية الناجحة, حيث ان الشخص غير المسئول يغير و يحول العالم الواقعى الى عالم من الوهم يصنعه بنفسه كي يجعله يشعر بالراحة, و هذا الانكار للواقع يؤدى الى استمرار الهوية الفاشلة و التى تكمن اسباب الوصول لها فى النظام المدرسى و تصل بالفرد احيانا الى الادمان او الجنوح , و

يرى جلاسر ان كافة انماط السلوك العدوانى هى نتاج للشعور بالوحدة النفسية و الفشل الشخصى.

و يمكن القول ان العلاج النفسى الواقعى هو منحى يتبنى استراتيجية وقائية اكثر من كونه يستخدم استراتيجيات علاجية و اصبحت مبادئ هذا المنحى تطبق بشكل موسع فى المدارس الحكومية, كما يمكن للمؤسسات الاجتماعية هى انسب المواقع التى يظهر فيها المجهودات الوقائية فى مجال الصحة النفسية .(بشير صالح, 2008, ص 43)

و يمكن القول ان المربين و التربويين فى المرحلتين الابتدائية و الثانوية قد اخذوا بافتراضاته و اهتموا بمفاهيمه و حاول العاملون فى مجال جناح الاحداث الاستفادة من تصوراته خاصة فى نظام العدالة, و يرجع الحماس الكبير لهذا النوع من العلاج النفسى الى تأكيد جلاسر على ضرورة الوقاية من السلوك المنحرف اكثر من تاكيدده على علاجه .

نقد النظرية:

لقد انطوت نظرية العلاج بالواقع لوليام جلاسر على جوانب من القوة والضعف ، وفي البداية سأذكر جوانب القوة التي تتميز بها نظرية العلاج بالواقع:

أولاً. جوانب القوة:

1- نظرية العلاج بالواقع ، نظرية سهلة التطبيق ، وتتصف بالمرونة التي تلائم المرشد ، والمسترشد على السواء

2- يكون الإرشاد فيها متمركزاً حول المسترشد ، ودور المرشد هنا مساعد

3- نظرية العلاج بالواقع لا تنظر إلى ماضي العميل أو المسترشد، لأن الماضي لا يمكن تغييره في ضوء هذه النظرية وهي في هذه النقطة تخالف نظرية التحليل النفسي التي تهتم بالماضي .

4- تتصف نظرية العلاج بالواقع بالجدية في إجراءات تطبيقها مع زرع ثقة العميل بنفسه ،

لكي يقوم هو بحل مشكلاته.

- 5- نظرية العلاج بالواقع ، صالحة كجانب وقائي ، وعلاجي على حد سواء .
- 6- اعتمادها بصورة رئيسية على المعرفة والحقيقة في الإرشاد .
- 7- يمكن استخدامها في عدد من الجلسات ومع أعداد مختلفة من الأفراد ، أي في الإرشاد الجمعي
- 8- يمكن استخدامها مع جماعات صغيرة أو كبيرة ، كما هو الحال في غرفة الفصل الدراسي
- 9- يمكن استخدامها في حل المشاكل التعليمية ابتداء من الروضة ، وحتى المدارس الثانوية
- 10- يمكن استخدامها من قبل الآباء والمعلمين خلال وقت قصير وبفاعلية
- 11- تعتبر فعالة في معالجة الأفراد الذين صنفوا على أنهم يصعب التعامل معهم ، مثل : الجنوح ، والمنحرفين ، والفصامين ، والمكتئبين ، والمدمنين على المخدرات ، والصراعات الزوجية ، والذهان ، وفي حالات التوتر . (محمد قاسم, 2018 , 45)

ثانيا . جوانب الضعف:

- 1- صعوبة استخدام العلاج بالواقع مع بعض حالات التخلف العقلي ، وحالات الاجترارية الذاتية في الأطفال ، وكذلك مع حالات الأمراض الذهانية ، وحيث توجد اضطرابات في الجوانب المعرفية
- 2- تركز نظرية العلاج بالواقع على السلوك وتقلل أهمية المشاعر وترى أن السلوك هو الأهم في الاهتمام وفي التغيير ، وهذا التركيز يتعارض مع رؤية نظريات نفسية أخرى
- 3- لا توجد أساليب محددة يستند إليها المرشد في محاولاته لتغيير السلوك بخلاف مساعدة المسترشد على الوفاء بخطة التغيير
- 4- التعارض الذي تشتمل عليه النظرية بين الدور الذي تلعبه المسؤولية ، والدور الذي يلعبه الاندماج في تكوين هوية النجاح ، أو تكوين هوية الفشل فعلى حين ترى أن الاندماج

شرط مبدئي للوفاء بالحاجات ، فإنها تقرر أن الفرد لديه القدرة على الوفاء بحاجاته بمسؤولية ، ودون شروط مسبقة

5- ترى النظرية أنه يمكن توجيه النقد من جانب المسترشد للمرشد ، وإمكانية أن يطرح المرشد مشكلاته على المسترشد لا يتسق مع ما تفرضه معظم النظريات من وجود حدود مهنية بين المرشد والمسترشد ، وضرورة أن تكون العلاقة مهنية

6- ما أشار إليه (جلاسر) على أنه صحيح أو الحق ، لم يحدد لنا معياره ، وإنما تركه للمعايير الأخلاقية التي يراها المرشد ، ولاستبصارات المسترشد بمعايير المجتمع وبهذا فإنها يمكن أن تشتمل على جوانب ذاتية للمرشد قد لا تكون هي الصحيح دائما

7- المدى الواسع الذي يقرره (جلاسر) لإمكانيات طريقته في العمل مع عديد من الحالات

0 بينما نجد أن الاستخدامات الحقيقية للإرشاد بالواقع ، أو العلاج بالواقع لا تخرج عن إطار المدارس والمؤسسات الإصلاحية والتعليمية بصفة خاصة

8- إن ترك الحكم على السلوك للمسترشد وحده قد يستغرق وقتا طويلا ، وربما لا يحدث إطلاقا إذا كانت هناك مشكلات معرفية (عقلية) لدى هذا الشخص (كمال بلان, 2015,

ص440)

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها**المحاضرة رقم (11) : الإرشاد بالمعنى Logo Counseling****الاتجاه الوجودي(فرانكل):**

يرجع الفضل الأول في ظهور نظرية العلاج بالمعنى إلى فيكتور فرانكل الذي ولد عام 1905 م ، و بدأ في السادسة عشرة من عمره يرأسل فرويد،يركز العلاج بالمعنى على أهمية وجود نسق قيمي ابتكاري يحفز على العمل و الانجازو نسق آخر اتجاهاتي يحفز على الشجاعة في مواجهة الألم و المعاناة ، و نسق ثالث خبراتي يشتمل على معاني الحب و الفهم و الفلسفة ، و جميعها يدعمها وجود مبدأ المسؤولية و الايمان بحرية اتخاذ القرار .
(منصور ، 2000، ص 130)

أي أن العلاج بالمعنى يؤكد على استكشاف الجوانب ذات المعنى في حياة الإنسان و كيف يمكن تجميعها و تعميقها و تحويلها إلى مصدر من مصادر السعي و الفاعلية و الحيوية و الاستمرارية ، يعين الفرد على أن يستلهم من الماضي انعكاساته على الحاضر و المستقبل .

يعتمد العلاج الوجودي على مجموعة واسعة من الرؤى والقيم والمبادئ المستمدة من الفلسفات الظاهرية والوجودية ، وتؤكد فلسفات الوجود هذه على بعض الاهتمامات النهائية مع بعضها البعض مثل حرية الاختيار ، والبحث عن المعنى أو الهدف ، ومشكلات الشر والعزلة ، والمعاناة ، والشعور بالذنب ، والقلق ، واليأس ، و الموت ،يرى فرانكل أن سعي الإنسان إلى البحث عن معنى في حياته هو قوة دافعية أولية وليس تبريراً ثانوياً لحوافزه الغريزية. وإذا كان الإنسان عند سارتر «يخترع» نفسه ويخلق ماهيته، فإن فرانكل يميل إلى أن معنى وجودنا ليس أمراً نبتدعه ونبرؤه، بل هو أمر نكتشفه ونستبينه. وقد تتعرض إرادة

المعنى عند الإنسان إلى الإحباط، وهو ما يعرف باسم «الإحباط الوجودي». عندئذ ينشأ ما يسمى بالعصاب المعنوي noogenic neurosis وهو لون من العصاب يختلف عن العصاب النفسي الشائع Psychogenic neurosis. فالعصاب المعنوي لا يكمن في البعد النفسي، بل في البعد العقلي أو الروحي. فهو لا يتولد من الصراعات بين الدوافع والغرائز، وإنما يتولد من الصراعات بين القيم المختلفة. وحين يكون المرض روحياً بالدرجة الأساس يكون العلاج بالعقاقير تخديراً مُضِراً، ويكون العلاج التحليلي خلطاً خارجاً عن الموضوع. إن «العلاج بالمعنى» يعتبر الإنسان كائناً معنياً في المقام الأول بتحقيق القيم لا بمجرد إرضاء أهواء وإشباع غرائز، أو مجرد تحقيق تسوية بين المطالب المتصارعة للأننا والهو والأننا الأعلى، أو مجرد التوافق مع المجتمع والتكيف مع البيئة.

أسس العلاج بالمعنى (المبادئ):

أكد فرانكل (2004، ص 22) أن العلاج بالمعنى يستند إلى ثلاث ركائز أساسية، تتمثل في:

- 1- حرية الإرادة والتي تتضمن موضوع الحتمية في مقابل الحتمية الشاملة
- 2- إرادة المعنى، وتشمل نظرية الواقعية، والتي بدورها تتمايز عن إرادة القوة واللذة لدى فرويد وأدلر.

3- معنى الحياة، وهي تتضمن موضوع النسبية في مقابل الذاتية، وفيما يلي وصف موضوعي لأسس العلاج بالمعنى.

1- حرية الإرادة:

فالعلاج بالمعنى كما يرى فرانكل (1986، ص 275) يجعل المريض واعياً بالتزامه بمسئوليته، وأن تترك له حرية اتخاذ القرار بشأن إدراكه لنفسه كشخص مسئول يتحمل مسئوليته باختياره لأهدافه في الحياة كما وضح فرانكل (2004، ص 62) أن للحرية قيود وأن للحرية مفهوم سلبي يتطلب تكمله إيجابية وهي المسؤولية التي تتضمن معنى أمامه، ولذلك فإن إدراك الفرد للحرية يكون قاصراً إذا كانت بلا مسؤولية.

2- إرادة المعنى :

تشير إرادة المعنى كما يقرر فرانكل (2004، ص 45) إلى القوة الأولية لدى الإنسان، والتي تقيد محاولته الدائمة في البحث عن المعنى وقد أوضح فرانكل (1978) أن إرادة المعنى هي محاولة لإنسان الدائمة للبحث عن المعنى، وهي القوة الأساسية في حياته، وإن بحث الإنسان عن المعنى يشير إلى إرادة المعنى Will to Meaning.

3- معنى الحياة:

فيرى فرانكل (1966) أن معنى الحياة يجعل الحياة غنية بالمعاني Meaningfulness، وأن الحياة بدون معنى يشعر الفرد بالقيمة أو الإحساس بالخواء أو الفراغ الوجودي ويؤكد كيم (Kim) (2000، ص 13) أن معنى الحياة يشير إلى معنيين: الأول هو كل ما له أهمية أو دلالة ويشمل الأفكار التي تتعلق بشئ ما، أو حدث ما أو خبرة ما وهنا معنى الحياة يشير إلى تفسير أحداث الحياة بشكل عام، أما المعنى الثاني: فيشير إلى أهداف ودوافع الفرد المرتبطة بأحداث الحياة، وعليه يمكن فهم معنى الحياة على أنه تفسير لحياة الفرد ودوافعه وأهدافه.

خطوات الإرشاد والعلاج النفسي بالمعنى

-تحديد المشكلة (التقييم الذاتي):تبصير العميل بمجموعة المعاني التي يفتقر إليها كسبب المشكلة.

-إيجاد المعنى عن طريق المواجهة تعويد صاحب المشكلة على تحمل المعنى، و الانفتاح نحو اتجاهات جديدة نحو نفسه و الحياة.

-التخفيف من المشكلة توظيف الإرادة كتحمل المسئولية.

- التوجه نحو إدراك المعنى: اتخاذ القرارات والاشتراك فيه و في الأنشطة المختلفة كإكتساب الخبرات (كوري، 2011، ص2012)

دور المرشد في الإرشاد والعلاج النفسي الواقعي:

يعتبر المرشد في العلاج الواقعي مربيا ومعلما وصديقا وأبا للمسترشد فهو يهدف إلى إعادة تربية المسترشد ليصبح أكثر مسؤولية وليساعده ويدربه ويعلمه كيف يضبط ذاته حيث يتمكن من تحقيق صورة ذهنية، فهو يساعده على رسم الخطط كما أن " جالسر " من تحديد استراتيجيات إرشادية بل ترك الحرية للمرشدين للاستفادة من كافة التقنيات المتوفرة ضمن الإطار الذي حددته العملية الإرشادية، وهناك مجموعة من الخصائص التي يريدها " جالسر " أن تتوفر في المرشد النفسي الواقعي:

- أن يكون مسؤولا وقوي ومهتما وإنسانيا وحساسا.
 - أن يكون قادرا على تحقيق حاجاته الأساسية ولديه رغبة لمشاركة الآخرين في صراعاتهم قادرا على الاندماج شعوريا مع المسترشد لتسهيل الأمور
 - التركيز على قوى المسترشدين وإمكانياتهم التي تؤدي إلى النجاح
 - على المسترشد تحمل المسؤولية الشخصية والمسؤولية تعين القدرة على التصرف بطرق تحقق حاجات الفرد.
 - أن يكون المسترشد متعاوننا بشكل كبري مع المرشد لتحقيق الأهداف الإرشادية.
- (الرواشدة، 2021)

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (12) الاتجاه التكاملي Integrative Counseling

الإرشاد التكاملي: Counseling Integrative : يعد الإرشاد التكاملي أحد أشكال الإرشاد النفسي التي نالت اهتماما الأخيرة، حيث يتميز بإمكانية الاستفادة من الاستراتيجيات الفعالة في علاج مشكلة ما، ويعتمد على انتقاء فنيات من مختلف النظريات لتتكامل بشكل متناسق لتحقيق غايات العملية الإرشادية.

ويعرف فرج عبد القادر طه (1992، ص126) الإرشاد التكاملي بأنه منهج نظري يقوم على الاختيار والتوفيق بين العناصر المتعارضة بالتفسير والفهم الشامل للظواهر، ويتطلب ذلك جهداً أجل الوصول إلى عناصر صادقة وغير متعارضة من ثانياً نظريات مختلفة، لكي ينتظم ذلك في وحدة منسجمة

مراحل العملية الإرشادية في الاتجاه التكاملي:

- تكوين العلاقة المهنية.
- تعريف أو تحديد المشكلة.
- تحديد البدائل.
- التخطيط (إعداد الخطة الإرشادية)
- التنفيذ
- التقييم والتغذية الراجعة (عبد العظيم، 2010، ص213)
- لفنيات التي اعتمد عليها البرنامج الإرشادي التكاملي:
- وقد قسم الباحث الفنيات إلى فنيات معرفية وأخرى سلوكية:

أ - الفنيات المعرفية والانفعالية:

-حديث الذات **Self talk**: تقوم هذه الفنية على افتراض أن الأحاديث السلبية عن الذات تنثير القلق والمخاوف أو الاضطراب، وأن التعديل إلى الحديث الإيجابي عن الذات يؤدي إلى إحلال الشعور بالكفاءة والاقتدار. (عقل، 2000، ص327)

-ضبط الذات **Control-Self**: يمثل ضبط الذات ما يبذله الفرد من جهد بفرض التحكم في انفعالاته ومشاعره وأفكاره، ويتوقف نجاح الفرد في ذلك على جهده ومهاراته بما يسهم ويزيد من قدراته وكفاءته في التعامل مع الأحداث، إضافة إلى مساعدة المرشد له بتدريب على التحكم في انفعالاته عن طريق المراقبة الذاتية، والتقييم الذاتي والتعزيز الذاتي. (شند، 2005، 173،

التدريب على أسلوب حل المشكلات: تتطلب هذه الفنية أعمال العقل وتنظيم الفكر بما يمكن الفرد من إدراك المشكلة وصياغتها دقيقة واقتراح الحلول الممكنة وتبني استراتيجية لحلها، وتعد فنية مناسبة لتنمية الثقة بالنفس وضبط الذات. (شند، 173، 2005)

-المحاضرات والمناقشات الجماعية: discussion and Presentation يرى (1999 Preskill & Brookfield) أن المحاضرات والمناقشة الجماعية استراتيجية تستخدم لتعزيز دقة التفكير وتحفيزه وتشجيع الفكر وشحذ المهارات والقدرات بما فيها القدرة التعبيرية، وتضيف سري (2000، ص131) أن المحاضرات أسلوب سهل وبسيط وغير مكلف يتم من خلالها نقل المعلومات والحقائق والمفاهيم وثبت فاعليتها في العديد من البرامج الإرشادية.

-التخيل **Fantasy**: يتم فيها تدريب الفرد على رسم صورة ذهنية، واستدعاء تصورات إيجابية أو سلبية، وهو ما يفيد في التحكم في الانفعالات والمشاعر التي ال يرغب فيها الفرد، ويقوم المسترشد بتصور منظر حقيقي يجده إيجابيا أو سارا، وعند ذلك يعزز المرشد هذا التصور العصري مع الحث على التركيز على تصو ارت معينة. (كورني وآخرون، 2008، ص180)

- **التنفيس الانفعالي Discharge**: يرى روتر (1984، ص 154) أن التنفيس الانفعالي هو اظهار للموارد المكبوتة أو اللاشعورية، وإدراكه لها كأسباب لسلوكه، وعندما يدرك الفرد ذلك يصبح قادرا على التعامل معها؛ مما يخفف من الأغراض ويؤدي إلى التوافق.

ب- الفنيات السلوكية:

- **لعب الدور: Playing Role**: يتم من خلالها إعادة تنظيم المجال النفسي والاجتماعي وبناءه من جديد، وتحقيق الاستبصار بالمشكلة، ومن ثم تعلم السلوك الجديد، ويتم خلال التمثيل الكشف عن مشاعره فيسقطها على شخصيات الدور التمثيلي وينفس عن انفعالاته ويستبصر بذاته. (محمود عقل، 2000، ص 326)

- **النمذجة: Modeling**: هو تمثيل أحد الأدوار بهدف المحاكاة أو التجسيد أحد الشخصيات بهدف اكساب المسترشدين لمهارات تهدف لها الجلسة الإرشادية ويصنفها الشناوي (1996، ص 372) إلى نمذجة مباشرة حيه أو نمذجة ضمنية تخيلية أو نمذجة بالمشاركة بمعنى عرض النموذج ويقوم المسترشد بأداء سلوك النموذج مع توجيهات تقويمية من المرشد.

- **الاسترخاء اللفظي: Verelaxation**: يتم اعطاء المرشد تعليمات للمسترشد بأن يعطي تعليمات ذاتية لنفسه عند الانفعال أو المواقف الضاغطة وسط الآخرين بتأجيل رد الفعل والعد مثال من 1-10 وعلى المسترشد ملاحظة نفسه عند العد وشعوره بتسرب التوتر. (شند، 2017، ص 147) هو تقديم مثير مرغوب عقب أداء السلوك المرغوب ، مما يؤدي إلى زيادة معدل حدوث هذا السلوك.

- **الاسترخاء: Relaxation**: من الفنيات المهمة في تعديل السلوك بكل أنواعها سواء الاسترخاء العضلي، التأملي أو التفريغ (وذلك لممارسته في مواقف الاستثارة الانفعالية التي تتطلب ضبط الذات، ويتم التدريب عليه داخل غرفه الإرشاد تمهيدا لممارسته خارجها. (شند، 2017، ص 174)،

المحور الثاني: نظريات التوجيه و الإرشاد و تطبيقاتها

المحاضرة رقم (13) الإرشاد العقلاني و الانفعالي Rational Emotive Counseling

طريقة الإرشاد العقلي الانفعالي :

هذه الطريقة مستمدة من نظرية ألبرت أليس الذي بدأ بممارسة العلاج النفسي عام 1943 م وسميت طريقته في الإرشاد العلاج العقلي الانفعالي، وقد بدأ أليس حياته العملية كمختص في مجال العلاج الأسري ثم حول اهتمامه إلى التحليل النفسي ولكنه ترك التحليل النفسي لاعتقاده أنه بطيء في تحقيق الأهداف وغير فعال، ثم استخدم أسلوب أو طريقة السلوك الشرطي لمدة ولكنه في النهاية اقتنع بأن صلب المشكلة أو أصلها ليس بسبب السلوك نفسه ولكن بسبب أفكار الشخص عن الحادثة والسلوكيات المختلفة ومن ثم طور طريقته التي عرفت بالعلاج العقلي الانفعالي التي تفترض أن الاضطرابات والمشكلات النفسية إنما تنشأ عن أنماط خاطئة أو غير منطقية في التفكير

وملخص هذه النظرية أنه إذا تعلم الفرد كيف يفكر بطريقة مختلفة عن الأشياء أو الجوانب التي تسبب الإزعاج أو الضيق يمكن أن يتصرف بطريقة أكثر عقلانية.

تعريف الإرشاد العقلاني الانفعالي:

أسلوب أو نظرية من نظريات الإرشاد النفسي تستخدم فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة العملاء (المسترشدين) في التغلب على ما لديهم من أفكار ومعتقدات خاطئة وغير عقلانية والتي يصاحبها اضطراب في سلوك وشخصية الفرد واستبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر عقلانية تساعد على التوافق مع المجتمع.

تعني العقلانية : الأسلوب المنسق والمنطقي والمرن في التعامل مع الواقع.

تعني اللاعقلانية : الأسلوب غير المنسق وغير المنطقي والجامد في التعامل مع الواقع.

أهداف هذه الطريقة:

ترى هذه الطريقة ان الناس بشكل عام يملكون القدرة على أن يكونوا غير عقلانيين فهم أيضا أنفسهم يملكون القدرة على أن يكونوا أكثر عقلانية ، ومن هنا فإن أهداف هذه الطريقة تتمثل في مساعدة الناس لتعلم كيف يكونوا عقلانيين ، وتجنب سلوكيات دحض النفس ، واكتساب فلسفة تتميز بالمرونة والواقعية في الحياة

كما أن الهدف الأساس من العلاج العقلي الانفعالي هو الحد من نظرة المسترشد الدونية لنفسه واكتساب نظرة واقعية نحو الذات والحياة

وايضا هناك مجموعة من الأهداف التي يسعى المرشد لتحقيقها مع المسترشد أهمها:

- 1-زيادة الاهتمام بالنفس.
- 2 -زيادة الاهتمام بالمجتمع.
- 3 -الاعتماد على النفس وتوجيهها.
- 4 -التسامح.
- 5 -المرونة.
- 6 -تقبل مستوى مقبول من النظام.
- 7 -الالتزام.
- 8 -التفكير المنطقي العلمي.
- 9- تقبل النفس وتحمل المخاطر.

مسلمات نظرية العلاج العقلاني الإنفعالي:

- 1.إن الإنسان يولد ولديه على القدرة على التفكير العقلاني المستقيم وغير العقلاني ، بمعنى أن الإنسان كائن عقلائي ولا عقلائي في آن واحد.
- 2.ترى هذه النظرية أن أساليب تفكيرنا ومعتقداتنا اللاعقلانية تكمن وراء اضطراباتنا النفسية
- 3.أن الأفراد مهئون بيولوجياً على أن يفكروا بطريقة ملتوية في مناسباتٍ عديدة أو أن

يهزموا أنفسهم وأن يبالغوا في كل شي ، وأن يشعروا بالإثارة الشديدة ويتصرفوا بغرابة لأتفه الأسباب.

4. يفترض أن هناك تفاعلاً بين تفكير الإنسان وإنفعاله وسلوكه.

المفاهيم الأساسية للنظرية:

تقوم نظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي على عدة مسلمات:

1. الفكر والانفعال مترابطان ومتداخلان، ويؤثر كل منهما في الآخر، والتفكير والانفعال والسلوك أضلاع مثلث واحد تصاحب بعضها بعضاً تأثيراً وتأثراً.
 2. الإنسان ما بين عقلائي وغير عقلائي، والتفكير العقلاني يؤدي إلى الصحة والسعادة.
 3. أن الاضطرابات النفسية التي يعانيها الفرد هي نتاج أفكار ومعتقدات خاطئة وسلبية تشكل البناء المعرفي لديه.
 4. ينبع التفكير غير العقلاني من التعلم غير المنطقي من الوالدين والثقافة.
 5. يجب مهاجمة ومحاربة الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد من خلال المناقشة والإقناع وتزويده بالأفكار العقلانية والمنطقية.
 6. أن الأفراد في بعض الأحيان يميلون إلى إعطاء أحكام كاذبة لنيل رضا الآخرين واستحسانهم.
 7. يعزو الأفراد مشكلاتهم واضطراباتهم الانفعالية إلى الآخرين وإلى الأحداث الخارجية ، ومن ثم تكون الاضطرابات الانفعالية لديهم قائمة على إعزاءات خاطئة.
- يميل الأفراد إلى استخدام بعض الحيل الدفاعية ضد أفكارهم وسلوكهم وذلك حفاظاً على ذواتهم، بمعنى أنهم يميلون إلى عدم الاعتراف لأنفسهم أو للآخرين بأن سلوكهم وتفكيرهم خاطئ وأكثر سلبية.

بعض الأفكار الشائعة غير العقلانية: يعتقد أليس أن معظم المشكلات التي يقع فيها الناس هي نتاج لأفكارهم اللاعقلانية والتي تعودوا عليها وتشربوها خلال تنشئتهم الاجتماعية ومن

واقع الثقافة التي يعيشون فيها،ولهذا حدد أليس أحد عشرة فكرة يعتقد أنها تؤدي إلى انتشار المشكلات النفسية وهي:

- 1 -اعتقاد الفرد بضرورة أن يكون محبوباً ومرضياً عنه من كل شخص هام في بيئته.
 - 2 -اعتقاد الفرد أن من الضروري أن يكون كفؤاً وملائماً ومنجزاً في جميع مجالات الحياة وأن هذا الأمر يؤدي إلى إحساسه بقيمته.
 - 3 -اعتقاد الفرد أن من الضروري لوم ومعاقبة الأشخاص السيئين والوقحين والمزعجين.
 - 4-الفرد أن الأمور يجيب أن تسير حسب رغبته اعتقاد
 - 5- اعتقاد الفرد بأن شقاءه وبؤسه وعدم سعادته هي نتاج للأحداث والأشخاص، ويرى أن كل ذلك خارج عن إرادته وهو غير قادر على التحكم فيه.
 - 6 -اعتقاد الفرد بأن الحالات التي تمثل خطراً عليه ينبغي الاهتمام بها والتفكير فيها باستمرار.
 - 7 -اعتقاد الفرد بأن الهروب من المواقف الصعبة وعدم تحمل المسؤولية يعتبر أفضل من مواجهتها.
 - 8 -اعتقاد الفرد بحاجته إلى الاعتماد على شخص أو أشخاص أقوى منه.
 - 9 -اعتقاد الفرد بأن الأحداث الماضية في حياته هي التي تحدد السلوك الحالي وأنه لا يمكن تغييرها.
 - 10 - اعتقاد الفرد بأن عليه أن يهتم ويحزن ويقلق من مشاكل الآخرين.
 - 11-اعتقاد الفرد بوجود إجابات صحيحة وحلول مثلى لكل مشكلة وإلا فهي المصيبة.
- هذه الأفكار لخصها أليس في:

يجب أن يكون أدائي ممتازاً على الدوام وأن أكون محبوباً من الجميع.

يجب أن يعاملني الآخرون برفق وعدل وإن لم يفعلوا ذلك فلن أتحمل سلوكهم وسيكونوا أشخاصاً سيئين يجب أن يتعامل العالم بشكل طيب وأن يمنحني كل شيء أريده فوراً وإلا

فإنه يصبح عالما كريها..

ومن الأمثلة للأفكار غير المنطقية:

- * اعتقاد الفرد أنه يجب أن يكون على درجة عالية من الكفاءة
- * أنا حظي سيء كلما ضربت طريقا لم يحالفني الحظ
- * الناس كلهم أشرار لذا يجب علي ان أبقى في بيتي ولا أتصل بأحد
- * مادمت انني أصبت بهذا المرض فإن نهايتي قريبة
- * لقد فشل زواجي ، إذن لا يوجد رجل صالح أقترن به ويستحقني فالأفضل لي أن ابقى بدون زواج

- * الرجال كل طبعهم حد مثل أبي ، لذا فإنني لن اتزوج
- * إذا أعتقد الشخص أنه يستطيع ان يطفئ الشمس فهو غير عقلاني وغير منطقي

أساليب التدخل:

لا توجد أساليب محددة لهذه الطريقة إنما تركز على تكوين العلاقة المهنية مع المسترشد وقيام المرشد بأخذ دور فاعل لتوجيه عملية التعلم. وتتضمن العملية الإرشادية استنادا لهذه الطريقة تعليم المسترشد لكي يفكر بطريقة أكثر عقلانية عن طريق:

- 1- الإقناع اللفظي بمنطق العلاج العقلاني.
- 2 - التعرف على الأفكار غير العقلانية لدى المسترشد من خلال مراقبة المسترشد لذاته وتزويده بردود الفعل عليها.
- 3 - تحد مباشر للأفكار غير العقلانية مع إعادة التفسير العقلاني المنطقي للأحداث.
- 4 - تكرار المقولات الذاتية العقلانية وإحلالها محل التفسيرات غير العقلانية.
- 5 - تكليف المسترشد بأداء سلوكيات عقلانية لتحل بالتالي محل الاستجابات غير العقلانية والتي كانت سببا في استمرار المشكلة.

وتنقسم أساليب العلاج العقلي الانفعالي حسب الأهداف التي يسعى أليس لتحقيقها إلى ثلاثة أنواع رئيسة هي:

1- الأساليب المعرفية: وتتضمن الحوار والمناقشة والتحليل للأفكار غير المنطقية واللاعقلانية، ومساعدة العميل على تكوين أفكار منطقية وعقلانية. كما تتضمن الوعي والاستبصار ومراقبة الذات حيث يشجع العميل على التعبير عن نفسه في هدوء وتعليمه بعض الأفكار والعبارات المنطقية فضلا عن تشجيعهم على تغيير سلوكهم وانفعالاتهم ومراقبة سلوكهم واعتراف العميل بأنه يعاني من أفكار خاطئة مما يؤدي ذلك إلى تغيير في الإدراك ورفض الأفكار الخاطئة.

وتتضمن الأساليب المعرفية أيضا وقف الأفكار ، وفي هذا الأسلوب يطلب من العميل أن يغمض عينيه وأن ينخرط في أفكاره غير المرغوبة ثم يصرخ المرشد بصوت عال قف ويؤدي ذلك بالعمل إلى وقف الأفكار غير المرغوبة، ويكرر ذلك مرة أخرى، ثم يطلب من العميل أن يقوم بذلك بنفسه بصوت عال وأن يكرر ذلك في المنزل. ومن الأساليب المعرفية الأخرى التي يستند إليها الإرشاد العقلاني الانفعالي أسلوب التخيلات العقلية والانفعالية، حيث يطلب من العميل أن يتخيل نفسه في موقف الانفعال المؤلم، فإذا فعل ذلك فإن المرشد يطلب منه أن يتخيل نفسه وقد غير من هذا الانفعال إلى انفعال أقل في المستوى منه، وفي كل مرة يسأله المرشد عن شعوره، ثم يعود فيطلب منه أن يحدث نفسه بعبارات تخفف من انفعاله، وبعد ذلك يطلب منه المرشد أن يكرر ذلك التخيل الانفعالي العقلاني لمدة أسبوع أو أكثر، ويسمى هذا الأسلوب بالاسترخاء التخيلي الذاتي الموجه Self guided imagery

relaxation ويقصد به مساعدة العميل على تخيل أصعب المواقف التي مر بها مع أصعب الأشخاص الذين تعامل معهم في حياته وإظهار مشاعره السلبية حول هذه المواقف وهذا الشخص وكأنه يعيش فعلا مع ذلك الشخص في ذلك الموقف أثناء تخيله هذا معبرا عن كل اضطراباته الانفعالية بسببها ثم يطلب منه أن يغير هذه المشاعر ويستبدلها بأخرى أقل حدة

ليهدأ ثم يسأله عما فعله لتهدئة نفسه حتى وصل إلى هذه الحالة الأقل توترا مما كان عليه في بداية استرخائه التخيلي.

2 - الأساليب الانفعالية: التي تتمثل في التقبل، ولعب الأدوار الانفعالية، والنمذجة، والعبارات الشخصية، وتمارين دحض العيوب.

3 - الأساليب السلوكية: يستخدم المرشد العقلاني الانفعالي مجموعة من الأساليب السلوكية وتتمثل في الواجبات المنزلية، حيث يكلف المرشد العميل ببعض التدريبات المنزلية مثل حصر المرشد، أو قراءة بعض الكتب التي تدعو إلى التفكير العلمي. ومن الأساليب السلوكية أيضا التدريب على الاسترخاء وكذلك أسلوب ضبط المثيرات حيث يعلم المرشد في بعض الأحيان العميل على كيفية التحكم في مثيرات معينة مما يجعل احتمالية تصرفاتهم الغير مقبولة قليلة. وبهذا فإن هذا الأسلوب يهدف إلى إعادة بناء الوسط المحيط بالعمل حتى لا يتعرض العميل لأي مثير يحفزه على التصرف بشكل غير مقبول، مثل العميل السمين يمكن أن يرشده إلى تجنب أماكن بيع الشوكولاتة. وهنالك أسلوب تعزيز المعارف العقلانية بحيث يقوم العميل بمناقشة وتنفيذ أفكاره اللاعقلانية يوميا حتى تصبح العملية شبه آلية، ومن أمثلة هذا التعزيز الإدراكي المعرفي قراءة كتاب معين أو سماع شريط معين أو مشاهدة فيلم حول مبادئ الإرشاد العقلاني الانفعالي وأساليبه.

خاتمة:

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

تعتبر وحدة "مبادئ ونظريات الارشاد من بين الوحدات التعليمية الأساسية والهامة والمتضمنة في عروض التكوين للسنة الثالثة "توجيه وإرشاد تربوي" والهادفة إلى تزويد الطلبة بالمعارف والخبرات المرتبطة بعملية التوجيه والإرشاد سواء النظرية والتطبيقية، و التي تسمح لهم بالإلمام بمختلف النظريات الإرشاد واهتماماتها وطرائقها وإيجابياتها وسلبياتها، وكذا خصوصية تطبيقاتها في الإرشاد.

ولقد حاولنا من خلال هذه المطبوعة التطرق لمجموعة من أهم النظريات وأكثرها استخداما الإرشاد.

المراجع باللغة العربية:

01. أبو السعد، أحمد عبد اللطيف. (2011). المهارات الإرشادية. ط2، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
02. أحمد، سهير كامل. (2000). التوجيه والإرشاد التربوي. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
03. باترسون، س، ه. (1992). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ترجمة: حامد عبد العزيز الفقي، ط2، الكويت: دار القلم.
04. الببلاوي، إيهاب. (2005). الإرشاد النفسي المدرسي. مصر: دار الكتاب الحديث.
05. بلان، كمال يوسف. (2015). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ط1 عمان الأردن: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
06. زهران، حامد عبد السلام. (1977). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.
07. زهران، حامد عبد السلام. (1980). التوجيه والإرشاد النفسي. القاهرة: عالم الكتب.
08. الزغبى، أحمد محمد. (1994). الإرشاد النفسي _نظرياته، إتجاهاته، مجالاته_. عمان: دار زهران للنشر والتوزيع.
09. حناش فضيلة. (2011). الإرشاد والتوجيه المدرسي والمهني من منظور إصلاحات التربية الجديدة. سند خاص بالتكوين المتخصص، وزارة التربية.
10. الحياوي، عاصم محمود ندا. (1989). الإرشاد التربوي والنفسي. جامعة الموصل: مديرية دار الكتب.
11. الطراونة، عبد الله. (2007). مبادئ التوجيه والإرشاد التربوي. ط1، عمان، الأردن: دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.
12. يوسف، عصام. (2006). التوجيه والإرشاد التربوي. ط1، عمان، الأردن: دار أسامة للنشر والتوزيع.
13. كمال، علي. (1994). العلاج النفسي قديما وحديثا. بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
14. محمد عبد الحميد، الشيخ حمود. (1999). الإرشاد المدرسي. دمشق، سوريا: منشورات جامعة دمشق.

15. محمد عبد الحميد، الشيخ حمود. (2015). التوجيه والإرشاد المهني. عمان. الأردن: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
16. ملحم، سامي محمد. (2007). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
17. ملحم، سامي محمد. (2015). الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر. ط1. الأردن، عمان: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
18. مرسي، عبد الحميد. (1975). الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني. القاهرة: مكتبة الخانجي.
19. النوايسة، فاطمة عبد الرحيم. (2013). الإرشاد النفسي والتربوي. ط2، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.
20. سليمان، عبد الله محمود. (1986). الإرشاد النفسي تطور مفهومه وتميزه. جامعة الكويت: حليات كلية الآداب، الحولية السابعة.
21. سعد، جلال. (2015). التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي والمهني. مصر: دار النهضة المصرية القاهرة.
22. سعيد، عبد العزيز جودت. (2009). التوجيه المدرسي. عمان: دار الثقافة للنشر.
23. سعفان، محمد أحمد إبراهيم. (2005). العملية الإرشادية. ب.ط، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
24. عبد الهادي، جودت عزت. والعزة، سعيد حسني. (1999). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. عمان، الأردن: دار المسيرة.
25. عطية محمود. (1999). التوجيه التربوي. مصر، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
26. فرانكل، فيكتور. (1998). إرادة المعنى _أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى_. ترجمة: إيمان فوزي، القاهرة: دار زهراء الشرق.
27. القاضي، يوسف وآخرون. (1981). الإرشاد النفسي والتوجيه النفسي التربوي. السعودية: دار المبدع.
28. القذافي، رمضان محمد. (1992). التوجيه والإرشاد النفسي. مصر الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
29. رجال، ماريو. (1998). مدى فعالية برنامج إرشادي قائم على نظرية الإرشاد بالمعنى في خفض مستوى العصابية والفراغ الوجودي. رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، مصر.

30. رضوان، سامر جميل. (1999). مستقبل العلاج النفسي. منشورات وزارة الثقافة في الجمهورية العربية السورية، دمشق.
31. الشناوي، محمد محروس. (1994). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. القاهرة، مصر: دار غريب.
32. الشناوي، محمد محروس. (1996). العملية الإرشادية. ط1، القاهرة: دار غريب.
33. الخطيب، محمد جواد. (1998). التوجيه والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
34. الخطيب، صالح أحمد. (2003). الإرشاد النفسي في المدرسة. ط1، الإمارات العربية المتحدة: دار المسيرة.
35. خضرة، عواطف محمود. (2004). التوجيه والإرشاد التربوي المعاصر. ط1، الأردن، عمان: الأكاديميون للنشر والتوزيع.
36. غراوة، كلاوس، وآخرون. (1999). مستقبل العلاج النفسي. ترجمة: سامر جميل رضوان، الجمهورية العربية السورية، دمشق: منشورات وزارة الثقافة.
37. Dzurillo, T & Goldfried, M (1971): Problem solving and behavior modification. Journal of Abnormal psychology.
38. Ellis, A. (1985): Emotional Disturbance in a Nutshell, NY, Institute of Rational Emotive Therapy. Carl Rogers on Encounter Groups. New York.
39. Glasser, W. (1984): Control Theory, A New Explanation of How we Control our Lives. New York. Harper & Row Publisher.
40. Rcarlson, Nell, (2000): Psychology The Science Of Behavior. Allen and Bacon. London.