



جمعية البر في الأحساء

مركز التنمية الأسرية

دبلوم الإرشاد الأسري

المعتمد بمركز التدريب وخدمة

المجتمع بكلية المعلمين

بجامعة الملك فيصل

حقيبة تدريبية أكاديمية

أسس التوجيه والإرشاد النفسي

إعداد وتأليف

د. عبد الحميد بن أحمد النعيم

أستاذ علم النفس بجامعة الملك فيصل

تصميم وبناء وتحكيم الحقيبة

فؤاد بن عبد الرحمن الجفيمان

رئيس قسم التدريب بالمركز

عبد المحسن بن عبد العزيز المجهم

مستشار تدريب بشركة خبراء التربية

١٤٢٩هـ - ٢٠٠٨م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الفهرس

٣	الفهرس
٤	مقدمة
٥	دليل البرنامج
٦	إرشادات المتدرب
٧	المنهاج
٨	مدخل (علم النفس الإرشادي)
١٠	الوحدة الأولى (مفهوم التوجيه والإرشاد النفسي)
١٤	الوحدة الثانية (أسس التوجيه والإرشاد)
١٩	الوحدة الثالثة (التوجيه والإرشاد : أهداف ، مناهج ، أطوار)
٢٢	الوحدة الرابعة (العلاقة الإرشادية)
٢٥	الوحدة الخامسة (نظريات التوجيه والإرشاد)
٢٨	الوحدة السادسة (النظرية المعرفية ، النظرية السلوكية)
٣٢	الوحدة السابعة (نظريات الذات ، نظرية المجال)
٣٦	الوحدة الثامنة (الإرشاد المباشر و غير المباشر)
٤١	الوحدة التاسعة (الإرشاد الزوجي)
٤٦	الوحدة العاشرة (الإرشاد الأسري)
٥٢	الملاحق
٥٧	المراجع

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

تقديم بقلم مدير المركز/د. خالد بن سعود الحليبي

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، والصلاة والسلام على خيرة الهداة، وآله وصحبه

أجمعين أما بعد

فقد كان حلما يراود المختصين في العمل الأسري في المملكة العربية السعودية، أن يجد الراغبون في الإسهام في الإرشاد الأسري من أهل الخير من أصحاب التخصصات المختلفة فرصة تأهيل أكاديمية عليا؛ ليكونوا قادرين على القيام بتقديم الاستشارات التربوية والأسرية؛ على أساس علمي مهني.

فانطلق هذا الدبلوم من مركز التنمية الأسرية بالأحساء؛ معتمدا من مركز التدريب وخدمة المجتمع في كلية المعلمين التابعة لجامعة الملك فيصل بالأحساء؛ ليلبي جزءا من هذه الحاجة الماسة جدا.

وقد نجح البرنامج نجاحا منقطع النظير في أول تجربة له عام ١٤٢٨هـ (٢٠٠٧م) في الأحساء، فانطلق في السنة التالية مباشرة لينفذ في عشر مناطق أو أكثر، متأملا أن يرحل في كل عام إلى مناطق جديدة؛ لتتنم منظومة تأسيس الإرشاد الأسري على أيدي أكاديميين مختصين، في كل منطقة ومحافظة بإذن الله، بل ليستمر تخريج الدفعات من الجنسين؛ عشرات ومئات وآلاف، فالاحتياج أكبر من أن يقوم بتغطيته عدد قليل من المختصين من حملة الدكتوراه والمجستير في هذا الاختصاص الحيوي المهم.

أملي أن تكون هذه السلسلة من الإصدارات العلمية التدريبية إسهاما في بناء متكامل لمناهج تجمع بين العلمية والتدريب والمهنية، وقد بذلت فيها جهود وأموال ضخمة؛ فترجو ممن يطلع عليها من أهل الاختصاص أن يجودوا علينا بملاحظاتهم ونصحهم ليطمئئنا بها باستمرار. وهنا أشكر لكلية المعلمين وقفتهم التاريخية مع المركز؛ لنشر هذا العلم والتدريب عليه، وللمؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني تفضلها بفسح البرامج لإقامتها في كل أنحاء المملكة التي طلبها المركز، ولكل من تعاون مع المركز في إنجازها، ولإخواني في المركز الذين يبذلون كل جهودهم لإنجاح هذا المشروع الرائد، الذي يعد الأول من نوعه في بلادنا. والشكر لله أولا وأخيرا، وصلى الله على نبينا محمد وآله.

اسم المادة : أسس التوجيه والإرشاد

الهدف العام :

تهدف الحقيبة إلى تنمية معارف ومهارات الدارسين في دبلوم الإرشاد الأسري بأسس عملية التوجيه والإرشاد النفسي ، ليقدموا استشاراتهم وتوجيههم للآخرين منطلقين من قاعدة علمية ومنهجية .

الأهداف التفصيلية :

- ١- يتعرف على مفهوم التوجيه والإرشاد النفسي .
- ٢- يفرق بين التوجيه والإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
- ٣- يشرح الأسس التي تقوم عليها عملية التوجيه والإرشاد النفسي.
- ٤- يذكر أهداف التوجيه والإرشاد النفسي .
- ٥- يتعرف على مناهج التوجيه والإرشاد.
- ٦- يدرك أهمية دراسة النظريات في عملية التوجيه والإرشاد .
- ٧- يتعرف على نظريات التوجيه والإرشاد .
- ٨- يقترح تطبيقات عملية للنظريات في عملية التوجيه والإرشاد
- ٩- يتعرف على العلاقة الإرشادية ومبادئها التي تقوم عليها.
- ١٠- يتعامل مع بعض المشكلات الزوجية .
- ١١- يطبق عملية الإرشاد الأسري .

أساليب ووسائل التقويم في الحقيبة :

أعمال وأنشطة المادة	٦٠ درجة	الاختبار النهائي	٤٠ درجة	المجموع	١٠٠ درجة
---------------------	---------	------------------	---------	---------	----------

- ١- الحضور والمشاركة .
- ٢- المشاركة والتفاعل في الأنشطة أثناء تنفيذ الجلسات .
- ٣- أوراق العمل والواجبات والبحوث .
- ٤- الاختبار النهائي .

ملاحظة : تقسيم درجات أعمال وأنشطة المادة يرجع لأستاذ المادة ، ويقترح تخصيص سجل متابعة للمتدربين .

تعليمات للمتدرب

أخي المتدرب الكريم :

وفقك الله

- انطلاقاً من الرؤية الواضحة — والتي تدركها تماماً لدورك في تحقيق النجاح لأي برنامج تدريبي — تأمل معي أخي الفاضل في الأسطر التالية بعضاً من الاعتبارات التي نذكرك بها قبل البدء في هذا البرنامج :
- كن متفائلاً وابدأ أعمالك دوماً بطلب العون من الله وتوفيقه .
- تأكد من وجود مذكرة المتدرب معك في كل المحاضرات .
- ليكن هدفك الاستفادة والإفادة ولا تجعل مشاركتك تقتصر على التلقي فقط .
- التزم بالوقت المخصص للأنشطة ، وتذكر دائماً دورك المهم في الأنشطة ، وأنه لا أحد ينوب عنك فيها ؛ فباشرها بنفسك لتحقيق أهداف التدريب لديك ، ولتتمتلك مزيداً من المهارات الفكرية والعملية .
- احرص على الاستجابة السريعة للتعليمات عند تشكيل المجموعات وتوزيع الأنشطة ؛ لتسهم في استثمار وقت النشاط التدريبي بما يحقق أهداف الجلسة التدريبية .
- شارك مجموعتك في الحوار والنقاش بذهن منفتح يبحث عن الحقيقة ، ويتقبل الرأي الآخر ويتفحصه ويضيف إليه من خبرته مرعياً ، الحيادية عند استقبالك للأفكار ، فلا تتعجل في القبول أو الرفض وتمهل حتى نهاية النقاش (الأفكار الجديدة كالوليد فلننتظر عليها ونرى ماذا تصبح) .
- تجنب الأسئلة أو المناقشات أو الأفكار التي لا تخدم موضوع النقاش ، واحترم كل وجهات النظر حتى ولو كنت لا تقبل بها ، وإياك والنقد الغير بناء ، وحذار من الجدل العقيم ؛ فهو سارق للوقت عديم النفع .
- تذكر أن الأفكار المطروحة ملك للجميع ؛ فلا تتعصب لفكرة معينة ، ولا تنبري للدفاع أو المعارضة لأي منها، قبل أن تتجلى لك حقيقتها.
- احذر وتجنب عناصر التشويش ومضيعات الوقت في البرنامج كالجوال والمحادثات الجانبية .
- أفصح عن حاجاتك التدريبية للمدرب ولزملائك المتدربين ، وتبادل معهم أدوار المدربين والمتدربين .
- فكر في مبدأ يحتاج إليه كل من يطمح للرفي ذاته إلى درجات الإتقان والإبداع ، وهو : إني لا أملك كل المعرفة والعلم ، وأحتاج دائماً للتعلم .

المنهاج

١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • تعريف التوجيه والإرشاد • مقارنة بين التوجيه النفسي والإرشاد النفسي • التشابه والاختلاف بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي 	الوحدة (١)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • الأسس التي تقوم عليها عملية التوجيه والإرشاد 	الوحدة (٢)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أهداف عملية التوجيه والإرشاد • مناهج التوجيه والإرشاد • أطوار عملية التوجيه والإرشاد 	الوحدة (٣)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • العلاقة الإرشادية (مفهوم — مبادئ) 	الوحدة (٤)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أهمية دراسة نظريات التوجيه والإرشاد • المبادئ الأساسية لنظرية التحليل النفسي 	الوحدة (٥)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • إجراءات التوجيه والإرشاد في النظرية المعرفية • مفاهيم النظرية السلوكية ومرتكزات عملية الإرشاد وفق النظرية 	الوحدة (٦)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • مكونات نظرية الذات • مفاهيم نظرية المجال وتطبيقها في الإرشاد 	الوحدة (٧)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • مفاهيم نظرية العوامل والسمات وتطبيقها في الإرشاد • مقارنة بين الإرشاد الفردي و الإرشاد الجماعي 	الوحدة (٨)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • تعريف الإرشاد الزوجي • أنواع المشكلات الزوجية • عملية الإرشاد الزوجي 	الوحدة (٩)
١٢٠ دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • تعريف الأسرة ، الأسرة المضطربة • الخدمات الإرشادية في الإرشاد الأسري • عملية الإرشاد الأسري 	الوحدة (١٠)

مدخل

علم النفس الإرشادي (الخدمات الشخصية الاجتماعية): يمكن القول أن بداية الخمسينات شهدت ميلاد علم جديد ، هو الإرشاد النفسي ، بعد أن حدث تطوراً مفاده أن التوجيه ليس عملية ميكانيكية تتمثل في مطابقة قدرات الفرد مع متطلبات المهنة. وقد عبر " سوبر " عام ١٩٥٥م عن ذلك في مقاله : (الانتقال من التوجيه المهني إلى علم النفس الإرشادي) ، وقبل ذلك بعام ١٩٥٤م صدرت مجلة الإرشاد النفسي ، ثم دخل موضوع الإرشاد النفسي ضمن مقررات علم النفس في الجامعات.

لقد كان تركيز اهتمام هذا العلم الجديد على جانبين مهمين ؛ هما : الصحة النفسية ، والتوافق ، بالإضافة إلى التركيز على النمو النفسي ؛ حيث برز هذا الاتجاه في دراسات علم النفس النمو ، وخاصة دراسات " جان بياجيه ، وأريكسون ، وهافجهرست " في مطالب النمو ؛ حيث يرى هذا الاتجاه أن وظيفة الإرشاد هي تسهيل نمو الفرد خلال مراحل نموه ، وذلك بمساعدته على بلوغ وتحقيق مطالب النمو في كل مرحلة.

وعلى ضوء ذلك ظهرت عدة نظريات في الإرشاد النفسي ، تبنت أفكاراً متباينة ، ومقاربة أحياناً أخرى ، في النظر إلى شخصية الفرد ، وفي أسباب اضطرابه وعلاجه. ويمكن تتبع جذور التوجيه والإرشاد إلى تأسيس المكتب المهني على يد **Parson** حيث اهتم خاصة بمشكلات البطالة عند الشباب.

وبالنظر إلى إسهامات المسلمين في هذا المجال نجد أن الفكر الإسلامي يحوي صوراً وملامح متعددة للفكر الإرشادي ، فمثلاً في مجال الإرشاد التربوي والأكاديمي عرف المسلمون فكرة توجيه الطلاب إلى الدراسة وفق قدراتهم، حيث كانوا يختبرون قدرة الطالب على التذكر ؛ فإن كان قادراً على الحفظ وجهوه إلى دراسة الحديث ، وإن كان أميل إلى التفكير والتحليل وجهوه إلى علم الجدل والمناظرة ، وفي مجال الإرشاد الأكاديمي فقد أوضح الإسلام ضرورة توجيه الأمة إلى العلوم النافعة، فقد ذكر ابن تيمية أنه يجب توجيه الطلاب إلى أربعة مجالات ، هي : العلوم الدينية ، والعلوم العقلية ؛ مثل الرياضيات والطب والأحياء والعلوم الإنسانية ، والعلوم العسكرية ، والصناعات والمهن.

ومن إسهامات المسلمين في مجال الإرشاد المهني نجد ابن سينا يقول: " ينبغي لمدير الصبي إذا رام اختيار الصناعة أن يزن أولاً طبع الطبي ويسبر قريحته ويختبر ذكاه" ، ومن مظاهر الإرشاد المهني اهتمام الإسلام بالعلاقات الإنسانية بين العامل وصاحب العمل ؛ فقد فرض الإسلام واجبات على أصحاب العمل تجاه

العمال والعكس ، وحدد هذه العلاقة التي تؤدي إلى الصحة النفسية بالعقود الشخصية ؛ يقول الله تعالى :
[يا أيها الذين آمنوا أوفوا بالعقود]. والرسول صلى الله عليه وسلم يقول " أعطوا الأجير أجره قبل أن
يجف عرقه".

وفي العالم العربي يمكن تحديد بداية حركة التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي بإنشاء العيادة النفسية الأولى
في الوطن العربي عام ١٩٣٤ على يد الدكتور/ عبدالعزيز القوصي حيث كانت تعرف بعيادة توجيه الطفل.

مما لا شك فيه أن التقدم في ميدان التوجيه والإرشاد كتخصص وعلم وفن ومهنة يعكس التطور في العلوم
النفسية والتربوية ، والعلوم المعنية بالخدمات الإنسانية ؛ كخدمة الاجتماعية ، والطب النفسي.

كما أن هناك حقيقة يجب أن تُبرز ، وهي أن هذا الميدان صار من الأهمية بمكان ، إلى حد أن صار يخضع
لإشراف ومتابعة هيئات ومؤسسات علمية ومهنية ؛ مثل " الرابطة الأمريكية للإرشاد" ، و" والرابطة
الأمريكية للمرشد المدرسي " ، و" والجمعية النفسية البريطانية" ؛ وغيرها من الجمعيات العالمية.

الوحدة الأولى (التوجيه والإرشاد)

النشاط (١ / ١)

الوحدة الأولى

عزيزي المتدرب : عرف المصطلحات التالية ، ثم قم بمناقشة زملائك في المجموعة في إجاباتهم :
التوجيه :



.....
.....
.....

الإرشاد :

.....
.....
.....

التوجيه والإرشاد :

.....
.....
.....
.....
.....
.....

تعريف التوجيه والإرشاد

١ / ١

يوجد إثراء وتوضيح بملحق رقم (١)

التوجيه:



عملية مساعدة الفرد لفهم نفسه ، وفهم ما حوله ، وما يهيمه ؛ ليصبح قادراً على اتخاذ

القرار.

الإرشاد : عملية مساعدة الفرد للتغلب على المشاكل التي تواجهه.

التوجيه والإرشاد:

عملية تعليمية تساعد الفرد على فهم نفسه وما حوله ، حتى يتمكن من اتخاذ قراراته بنفسه ، وحل مشكلاته بموضوعية ، مما يساهم في نموه الشخصي ، وتطوره الاجتماعي والتربوي والمهني. ويتم ذلك خلال علاقة إنسانية بينه وبين المرشد ، الذي يتولى دفع العملية الإرشادية نحو تحقيق الغاية منها بخبراته المهنية.

الوحدة الأولى

النشاط (٢ / ١)

عزيزي المتدرب : أوجد الفوارق بين عملية التوجيه النفسي والإرشاد النفسي .



مفهوم الإرشاد النفسي	مفهوم التوجيه النفسي
هو عملية بناءة ومخطط لها تهدف لمساعدة الفرد لكي يفهم نفسه ويحدد مشكلاته وينمي إمكانياته ، ويحل ما يواجهه من مشكلاته ، كي يصل إلى تحقيق التوافق في جميع الجوانب الشخصية والتربوية والمهنية .	عملية مساعدة الأفراد للتعرف على قدراتهم ومسؤولياتهم وتنظيم خبراتهم واستخدام هذه المعرفة في تكوين صورة واقعية عن أنفسهم وعن البيئة من حولهم بما يساعدهم على التكيف وتحقيق السعادة لهم ولجتمعتهم .
الإرشاد	التوجيه
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

الفرق بين التوجيه النفسي والإرشاد النفسي

١ / ٢

يوجد إثراء وتوضيح بملحق رقم (٢)

الفرق بين التوجيه والإرشاد :



إن مفهوم التوجيه والإرشاد يعبران عن معنى مشترك يتضمن التوعية والمساعدة والتغيير في

السلوك نحو الأفضل ، ولكن يوجد فرق بينهما ، يمكن أن نجمله فيما يلي :

١ - أن التوجيه أعم وأشمل من الإرشاد وهو يتضمن عملية الإرشاد .

٢- أن التوجيه يسبق عملية الإرشاد ويمهد لها، في حين يأتي الإرشاد بعد التوجيه ، ويعتبر الواجهة الختامية لبرامج التوجيه .

٣- يؤكد التوجيه على النواحي النظرية ، بينما يهتم الإرشاد بالجزء العملي .

٤- أن الإرشاد في أغلب الأحيان يكون عبارة عن علاقة بين المرشد والمسترشد الذي يأتي إليه طالباً مساعدته ، بمعنى أنها عملية فردية تشير إلى علاقة فرد بفرد في المعهد أو المؤسسة أو غير ذلك .

النشاط (٣ / ١)

الوحدة الأولى

العلاج النفسي :

نوع من العلاج تستخدم فيه الطرق النفسية لعلاج مشكلات أو اضطرابات وأمراض ذات صبغة انفعالية ، يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه ، ويقوم المعالج بالعمل على إزالة الأعراض المرضية الموجودة ، أو تعديلها ، أو تعطيل أثرها ، مع مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة ، والتوافق مع بيئته ، واستغلال إمكاناته على خير ، وجه ومساعدته على تنمية شخصيته ، ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي ، حتى يصبح المريض متوافقاً نفسياً في المستقبل .



عزيزي المتدرب :

من التعريفين للإرشاد النفسي و العلاج النفسي يتضح لنا أنه لا يوجد تمييز أو تفريق

بينهما ، ويمكن اعتبارهما توأمين متماثلين ، بالتعاون مع زملائك في المجموعة حدد أهم الاتفاقات بينهما .

أهم الاتفاقات بين الإرشاد النفسي و العلاج النفسي :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

التشابه والاختلاف بين عملية الإرشاد النفسي و العلاج النفسي

يوجد إثراء وتوضيح بملحق رقم (٣)

من التعريفين للإرشاد النفسي و العلاج النفسي



يتضح لنا أنه لا يوجد تمييز أو تفريق بينهما ،

ويمكن اعتبارهما توأمين متماثلين ، وفيما يلي أهم الاتفاقات بينهما :

- ١- يهدفان إلى تحقيق فهم النفس ، وتحقيق الذات ، وحل المشكلات ، والتوافق النفسي
- ٢- يشتركان في الأسس التي يقومون عليها ، ومنها : المقابلة ، ودراسة الحالة .
- ٣- الاستراتيجيات واحدة ، وهي : الاستراتيجية الإنمائية والوقائية والعلاجية .
- ٤- الإجراءات واحدة ، وهي : الفحص ، وتحديد المشكلات ، والتشخيص ، وحل المشكلات ، واتخاذ القرارات ، والتعلم ، والمتابعة ، والإنهاء .
- ٥- يلتقيان معاً في السوية واللاسوية ، أو بين العاديين والمرضى .
- ٦- يحتاج المرشد النفسي والمعالج النفسي إلى مركز إرشاد أو عيادة نفسية .

الوحدة الثانية (أسس التوجيه والإرشاد)

النشاط (٢/١)

الوحدة الثانية

قد يسأل سائل ؛ هل التوجيه والإرشاد ضرورة تربوية واجتماعية ، أو أنه ترف ؟

والجواب على السؤال هو تؤكد البحوث النظرية والميدانية أن التوجيه والإرشاد ضرورة ملحة يحتاجها كل مجتمع من المجتمعات .

عزيزي المتدرب :



بالتعاون مع زملائك في المجموعة اذكر مبررات حاجتنا لعملية التوجيه والإرشاد النفسي .

أهمية التوجيه والإرشاد :

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-

أهمية التوجيه والإرشاد

٢/١

يمكننا القول بأن العوامل كثيرة ، ومن أهمها : التغيرات المتلاحقة في مجالات الحياة . ويُقصد بالتغيرات بوجه عام : تلك التعديلات التي طرأت على أساليب العمل والإنتاج ، وعلى بناء الأسرة ووظيفتها ، وعلى أساليب التربية والتعليم ، وعلى الاتصالات والعلاقات الاجتماعية ، وغيرها ، ومن مظاهر تلك التغيرات :



١ - الظروف الفكرية ، السياسية ، الاقتصادية المتصارعة التي أدت إلى انتشار ظاهرة القلق، نتيجة للتقدم التكنولوجي الهائل في وسائل الاتصال ، وأساليب التفكير ، فنجد الشباب في حيرة ، ما هو الصواب ؟ وما هو الخطأ ؟ ، يتبعون من ؟ ويحاربون من ؟ ... فأصبح القلق العلامة المميزة لهذا العصر ، بالإضافة إلى الخوف وعدم الاستقرار النفسي نتيجة لزيادة الطموح ، وزيادة الضغوط الاجتماعية لحب الدنيا ، ومجارات الشهوات .

٢ - التغيرات التي طرأت على الحياة المهنية (العمل) وتشمل :
_ الانتقال من الأعمال البدائية اليدوية إلى الصناعة المتقدمة والميكنة ، فبسبب الميكنة؛ وبذلك استغنى عن كثير من العمال في المصانع ، فزادت البطالة ، وكثرت الفراغ .

فمثلاً: تجهيز الخبر: استغني عن العامل بالمخابز الأوتوماتيكية، والتي تنتج الكثير من الخبز بأقل عدد من العمال .

وبالتالي يمكن القول أنه قد تغيرت أساليب الإنتاج ووسائله ، واستخدام الثورة المعرفية في مجال العمل .
 _ تعدد مجالات العمل وتباين مطالبها ، فالفرد بحاجة إلى إرشاد من أجل أن يختار من بينها أكثر ملائمة له .
 _ ضرورة حساب جانب المنافسة والفشل الذي قد يعترض الفرد لزيادة الإقبال والنزاحم على بعض المهن ، وذلك لعامل أمن الوظيفة ، أو الراتب ، أو المركز الاجتماعي .
 = قد يواجه الفرد ضغوطاً كثيرة في بيئة العمل ؛ مثل : ضغط الوقت أو أن العمل لا يُحقق طموحاته ، أو أنه يفوق إمكانياته .

٣ _ التغيرات التي طرأت على الأسرة ، مثل : قيم المجتمع كانت من البساطة والوضوح النسبي ؛ بحيث كان على الطفل أن يتبع أنماط معينة من السلوك لا يكاد يجيد عنها، وكذلك ابتعاد الأم والأب في كثير من الأحيان عن المنزل ، وإلقاء العبء في تربيتهم على الخادمة أو المدرسة، بالإضافة إلى ظهور مشكلات أسرية ؛ مثل : السكن ، وتأخر الزواج . بالإضافة إلى ما يُسمى بالضغوط الأسرية ، ففي الأسرة يواجه الأب بمطالب من زوجته و أولاده قد تفوق إمكانياته وقدراته، كما أن مطالب الحياة الأسرية أصبحت كثيرة ، تفوق إمكانيات كثير من الأزواج ، مما نتج عنه عمل الزوج وقتاً إضافياً لمواجهة أعباء الأسرة المتزايدة .

٤ - الإحباطات ، والتي تتمثل في مجموع العوائق المادية والاجتماعية ، التي تعوق إشباع حاجات لدى الفرد أو تحقيق أهداف معينة ، فينتج عن ذلك التوتر والقلق . وما أكثر الإحباطات التي تواجهها في حياتنا اليومية ، فعلى سبيل المثال لا الحصر موظف لديه طموحات كبيرة ، ولكن رئيسه يقف بينه وبين تحقيقها . أو طالب يريد الدراسة في الجامعة ، وإمكانياته لا تحقق له ذلك .

نشاط (٢/٢)

الوحدة الثانية

يُقصد بالأسس : أن الخدمات النفسية الفردية تقوم على افتراضات وقاعدة ينطلق منها المسترشد ، ويأخذ بها الأخصائي في عمله في ميدان الخدمات الإرشادية .

عزيزي المتدرب :



اشرح أحد الأسس التالية ، والتي تقوم عليها عملية التوجيه والإرشاد وتتعلق بطبيعة

عملية التوجيه والإرشاد ، ثم ناقش ذلك مع زملائك في المجموعة .

أسس عملية التوجيه والإرشاد :

٣- الحاجة للتوجيه والإرشاد .

١- التوجيه والإرشاد علم وفن .

٤- الدين ركن أساسي .

٢- أن الإرشاد هو من اسمه إرشاد وليس إجبار .

الشرح :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

أسس التوجيه والإرشاد (أ)

٢/٢

التوجيه والإرشاد علم وفن: فهو علم ؛ لأن الإرشاد فرع من فروع علم النفس التطبيقي ، والإرشاد يقوم على أساس نظريات علمية راسخة ، وهذه النظريات تستند إلى مناهج البحث العلمي ، فلذلك فكل مرشد لا بد أن يُعد الإعداد العلمي ، وأن يدرس الأساس العلمي الذي تقوم عليه عملية الإرشاد.. والإرشاد فن ؛ لأنه يحتاج إلى مهارة وخبرة.



• أن الإرشاد هو من اسمه إرشاد وليس إجبار: فليس فيه أوامر ، ولا وعظ ، ولا حلول جاهزة ، وإنما مساعدة الفرد — أياً كان هذا الفرد بغض النظر عن جنسه ولونه. — ، وذلك في إتاحة فرصة للقوى الإيجابية عنده أن تعمل ، فيستطيع أن يتعلم كيف يحل مشكلاته بالطريقة التي يراها مناسبة " حق الفرد في تقرير مصيره". فقد تمثل الإرشاد بمثل مساعدة الفرد الجائع في الحصول على الطعام الذي يحبه ويختاره ، ويجهزه بالطريقة التي يُفضلها ، ويأكلها ؛ فهو أدرى بحاله، ولكن تأتي له بطعام ممزوج ؛ فهذا لا يقبله إنسان عادي يعاني من مشكلة ما جاء بطواعيه يطلب المساعدة. يقول الله عز وجل ل [بل الإنسان على نفسه بصيرة].

• الحاجة للتوجيه والإرشاد: السؤال الذي يطرح نفسه ما هي العوامل التي أدت إلى الحاجة الماسة للتوجيه والإرشاد النفسي في الوقت الحاضر؟ فالجواب على هذا السؤال هو القول بأن العوامل كثيرة ، ومن أهمها : التغيرات المتلاحقة في مجالات الحياة ، ويُقصد بالتغيرات بوجه عام تلك التعديلات التي طرأت على أساليب العمل والإنتاج ، وعلى بناء الأسرة ووظيفتها ، وعلى أساليب

التربية والتعليم ، وعلى الاتصالات ، والعلاقات الاجتماعية ، وغيرها .

- الدين ركن أساسي : الدين عنصر أساسي في حياة الإنسان ، والمعتقدات الدينية لكل من المرشد والمسترشد هامة و أساسية ؛ لأنها تعتبر ضوابط للسلوك ، ومعايير مقدسة ، وتؤثر في العملية الإرشادية، خاصة إذا عرفنا أن كمال الصحة النفسية تشمل السعادة في الدنيا والآخرة ، كما أن عملية الإرشاد يجب أن تقوم على فهم كامل لطبيعة الإنسان ، وهذه الطبيعة للإنسان نفهما عن طريق الدين ، المتمثل بالنسبة للمسلمين في القرآن والسنة.

النشاط (٢/٣)

الوحدة الثانية

عزيزي المتدرب :



اشرح أحد الأسس التالية والتي تقوم عليها عملية التوجيه والإرشاد وتتعلق بالفرد ، ثم ناقش ذلك مع زملائك في المجموعة .

أسس عملية التوجيه والإرشاد :

- ١- مرونة السلوك الإنساني وثباته نسبياً .
- ٢- استعداد الفرد للتوجيه والإرشاد .
- ٣- حق الفرد في التوجيه والإرشاد .
- ٤- التأكيد على الفروق الفردية .

الشرح :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



• مرونة السلوك الإنساني وثباته نسبياً: ولوا هذه الخاصية في السلوك الإنساني ، وهي تعني قابلية السلوك الإنساني للتعديل والتغيير ، لكان ليس لنا حاجة بالتوجيه والإرشاد ، وليس لنا حاجة بالمراكز الإرشادية ، ومراكز الصحة النفسية. وكما نعلم أن عملية الإرشاد تسعى في مجملها إلى التغيير والتعديل في السلوك إلى الأفضل ، وبالتالي ظهرت النظريات المختلفة في التوجيه والإرشاد ، التي كل منها يرى كيف يتم هذا التغيير. أما فيما يتعلق بالثبات النسبي للسلوك، فعندما تستقر منظومة القيم والمعتقدات والعادات ، وبالتالي تأخذ شخصيتنا شكلها شبه النهائي ، عندها نصبح أكثر مقاومة للتغيير ويصبح سلوكنا أقرب إلى الثبات والاستقرار ، سواء أكان هذا السلوك إيجابياً أم سلبياً. ويمكن القول : إن الثبات النسبي للسلوك سلاح ذو حدين، فهو مهم جداً ، فلولا هذا الثبات النسبي لما أمكن لأي فرد منا أن يتعامل مع غيره من الناس ، فمن خلال معرفتنا بنظام القيم لدى الفرد واتجاهاته وميوله وشخصيته نستطيع أن نتنبأ بما سيفعله في المستقبل، وأصعب الأفراد تعاملًا هم أولئك المتقلبون والمتبدلون في أنماط سلوكهم. ، والجانب الآخر للثبات النسبي أن معظم مشكلاتنا الاجتماعية منشؤها هذا الثبات ؛ لأن كلاً منا يتوقع من الآخرين أن يُجروا التعديلات المطلوبة في سلوكهم ؛ لكي يتناسب هذا السلوك مع ما نريده نحن، وحين يختلف الناس نجد أن معظم هذه الخلافات تنبع من فكرة الثبات للسلوك. فالزوج يرى أن زوجته لم تفعل ما يريد هو، وترى هي أنه يقصد فعل ما يُزعجها ، فلا هذا راغب في تغيير ما عنده للتوافق معها ، ولا هي راغبة أيضا.

- استعداد الفرد للتوجيه والإرشاد: وذلك مبني على وجود الدافعية والرغبة للفرد في التغيير فنحن لا نستطيع أن نقدم شيئاً للإنسان لا يتقبله أو ليس مستعداً لأن يتقبله.
- حق الفرد في التوجيه والإرشاد: إن لكل فرد في المجتمع له الحق في الحصول على المساعدة الإرشادية و أن تُقدم له المعونة اللازمة للتغلب على مشكلاته ، فمن واجب الدول توفير وتيسير خدمات التوجيه والإرشاد لكل فرد يحتاج إليه فهو حق لكل من يمر بمراحل حرجة ولمن يتعرض لمشكلات شخصية أو تربوية أو مهنية أو زواجه أو أسرية ...
- التأكيد على الفروق الفردية: صحيح أن الأفراد متشابهون في الصفات والسمات والقدرات من حيث الوجود لكنهم يختلفون فيها من حيث الدرجة، فالاختلاف في التكوين والدرجة يتطلب تفرد في المعاملة ، فما يصلح لفرد قد لا يصلح لفرد آخر. و أكبر دليل على ذلك قد يمر أشخاص بنفس المشاكل مثل مشكلة الفقر لكنها لا تؤدي إلى النتائج نفسها لدى الجميع. فالمرشد الواعي يختار لكل فرد الأسلوب الأمثل للمساعدة بما يتفق مع سمته وقدراته. وبما نحن في صدد الحديث عن الفروق الفردية فسوف نلقي نظرة على بعض الموضوعات المتعلقة بهذا المصطلح.

الوحدة الثالثة (أهداف التوجيه والإرشاد)

النشاط (٣/١)

الوحدة الثالثة

يعرف التوجيه والإرشاد النفسي بأنه :

عملية تعليمية تساعد الفرد على فهم نفسه وما حوله حتى يتمكن من اتخاذ قراراته بنفسه وحل مشكلاته بموضوعية مما يساهم في نموه الشخصي وتطوره الاجتماعي والتربوي والمهني. ويتم ذلك خلال علاقة إنسانية بينه وبين المرشد الذي يتولى دفع العملية الإرشادية نحو تحقيق الغاية منها بخبراته المهنية. ويعرف أيضاً بأنه :

عملية مساعدة الفرد في فهم حاضره وإعداده لمستقبله بهدف وضعه في مكانه المناسب له وللمجتمع ومساعدته في تحقيق التوافق الشخصي والتربوي والمهني و الاجتماعي حتى يحقق الصحة النفسية و السعادة في نفسه ومع الآخرين في المجتمع المحيط به .

عزيزي المتدرب :



من خلال التعريفين السابقين ، وبالتعاون مع زملائك في المجموعة استنتج أهداف عملية

التوجيه والإرشاد النفسي .

أهداف عملية التوجيه والإرشاد :

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-
- ٥-

أهداف التوجيه والإرشاد

٣/١

من التعريفان السابقان نستنتج أن أهداف عملية التوجيه والإرشاد النفسي :

١- تحقيق التوافق أو التكيف

٢- تحقيق الصحة النفسية

٣- تحقيق الذات



يوجد شرح وتوضيح للأهداف

بملحق رقم (٤)

الوحدة الثالثة

نشاط (٣/٢)

عزيزي المتدرب :

اذكر المناهج و الاستراتيجيات التي تحقق عملية التوجيه والإرشاد النفسي ، ثم ناقش أحد هذه المناهج مع زملائك في المجموعة .



المناهج التي تحقق عملية التوجيه والإرشاد النفسي :

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-
- ٥-

مناهج التوجيه والإرشاد

٣/٢



توجد ثلاث مناهج واستراتيجيات لتحقيق أهداف التوجيه والإرشاد وهي :

يوجد شرح وتوضيح للمناهج
بملحق رقم (٥)

- ١- المنهج الإنمائي .
- ٢- المنهج الوقائي .
- ٣- المنهج العلاجي .

أطوار عملية التوجيه والإرشاد

النشاط (٣ / ٣)

عزيزي المتدرب :

اذكر الأطوار الأربعة التي تمر بها عملية التوجيه والإرشاد النفسي ، وقارنها مع ما ذكره زملائك في المجموعة .



الأطوار الأربعة لعملية التوجيه والإرشاد هي :

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-

أطوار عملية التوجيه والإرشاد

٣/٣



الأطوار الأربعة لعملية التوجيه والإرشاد هي :

الطور الأول : بناء العلاقة الإرشادية:

وهي علاقة تفاعلية تعاونية تشاركية محورها المسترشد ويتشارك فيها المرشد والمسترشد في تحديد الأهداف المنشودة.

الطور الثاني : الفحص :

هنا يستخدم المرشد أساليب وأدوات لاستكشاف الموقف الحياتي كما يراه المسترشد اعتمادا على المعلومات المتجمعة باستخدام أساليب وأدوات جمع المعلومات كالمقابلة والملاحظة ومقاييس التقدير الذاتي.

الطور الثالث : التفسير :

يركز المرشد في تفسيراته للحالة على الأهداف،

الطور الرابع : التوجيه :

هنا يتخلى المسترشد عن المفاهيم والأفكار والمعتقدات الغير صحيحة ليتعلم مفاهيم وأفكار ومعتقدات أكثر دقة وعقلانية.

الوحدة الرابعة (العلاقة الإرشادية)

الوحدة الرابعة

نشاط (٤/١)

- تعتبر العلاقة الإرشادية دعامة الإرشاد النفسي والتي هي عبارة عن عملية تتم بين فردين (مرشد ومسترشد)
- العلاقة الإرشادية هي قلب عملية الإرشاد وهي علاقة شخصية اجتماعية مهنية دينامية هادفة وثيقة تتم بين المرشد والمسترشد في حدود معايير اجتماعية تحدد ماهو جائز وماهو غير جائز وتحدد دور كل منهما وتهدف إلى تحقيق الأهداف العامة و الخاصة للعملية الإرشادية .

عزيزي المتدرب :



اشرح أحد خصائص العلاقة الإرشادية ، وناقش ذلك مع زملائك في المجموعة .

خصائص العلاقة الإرشادية :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

خصائص العلاقة الإرشادية

٤/١

العلاقة الإرشادية (علاقة تقديم المساعدة) هي علاقة مهنية تقوم على تفاعل بين المرشد والمسترشد حيث يتم تبادل المعاني التي تتضمن التواصل اللفظي بواسطة الكلام والإنصات والتواصل غير اللفظي بواسطة الإيماءات والنظرات والحركات الجسمية باليدين أو الرأس .



- خصائص العلاقة الإرشادية :

- ١- الإرشاد علاقة تشاركية تسمح للمسترشدين بأن يعبروا بحرية عن أنفسهم وأن يكشفوا عن ذواتهم دون حواجز أو دفاعات.

- ٢- يهتم الإرشاد بالتأثير في التغيير الإرادي للسلوك من قبل المسترشد.
- ٣- الغرض من الإرشاد هو تهيئة الظروف التي تيسر من التغيير الإرادي للمسترشد.
- ٤- تنظم العلاقة الإرشادية على أساس حدود مقررة لهذه العلاقة.
- ٥- تتوافر الظروف أو الشروط التي تيسر التغيير السلوكي من خلال المقابلات.
- ٦- الإنصاف ركن أساسي من أركان العلاقة الإرشادية.
- ٧- يتم الإرشاد في إطار من الخصوصية.

نشاط (٤/٢)

الوحدة الرابعة

عزيزي المتدرب :

إن نجاح العلاقة الإرشادية مرهون بمجموعة من المبادئ التي تقوم عليها من خلال ما تعلمته عن عملية التوجيه والإرشاد ، اذكر المبادئ التي تقوم عليها عملية التوجيه والإرشاد النفسي . و اشرح واحداً منها لزملائك بالمجموعة .



مبادئ العلاقة الإرشادية :

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-
- ٥-
- ٦-

عوامل نجاح العلاقة الإرشادية

٤/٢

عوامل نجاح العلاقة الإرشادية :

- ١- الثقة : وهي أمر ضروري يعطي العميل الأمان على نفسه وأسراره ويساعده على الاسترخاء و الطمأنينة والبوح والتفكير بصوت عال ، والثقة المتبادلة تشجع المرشد على المساعدة ونجاح العملية يتوقف على الثقة .
- ٢- التقبل : تعني التقبل الايجابي غير المشروط أي تقبله ما هو عليه دون التأثير بأحكام مسبقة أو بآراء مسبقة دون لوم أو نقد ، فالمسترشد بحاجة للتقبل الايجابي مما يساعده على تقبل نفسه .



- ٣- الاتصال وحسن الاصغاء : إن حسن الاصغاء و الاستماع مع الملاحظة وتركيز الانتباه لكل قول وفعل وانفعال ، لذلك يجب أن تتاح للمسترشد فرصة الكلام ويكون تدخل المرشد بقدر محدود وعند الضرورة ممايساعد المسترشد على الاسترسال والبوح و التفريغ الانفعالي .
- ٤- السرية والخصوصية : وهي من اخلاقيات المرشد الرئيسية وتعتبر دليلاً على احترام المرشد لنفسه ولعمله ومهنته .
- ٥- الاحترام : إن الاحترام المتبادل أمر هام بين المرشد والمسترشد ويكون عن طريق الاعتراف بقيمة المسترشد وقدرته على التفكير والسلوك البناء .
- فمنذ بداية العلاقة بالتعارف بين المرشد والمسترشد وهما يعرفان حدود ودور كل منهما .
- ٦- العطف : الدف و الحب و الحنان عناصر هامة من عناصر مناخ الإرشاد النفسي ويقصد به أن يشعر المسترشد بذلك فيستمر في الأخذ والعطاء

الوحدة الخامسة (نظريات التوجيه والإرشاد)

نشاط (٥/١)

الوحدة الخامسة

كما نعرف أن التوجيه والإرشاد علم وفن فهو علم يقوم على نظريات علمية وكما نعرف أن النظرية في العلوم الإنسانية هي وسلة وليست غاية أي أنها ليست نهاية المطاف و أن البحث العلمي في هذا المجال يتوقف. وهكذا تظهر نظريات جديدة ويتوقف العمل بنظريات قديمة.

عزيزي المتدرب :

لنظريات العلمية أهمية بالغة في عملية التوجيه والإرشاد ، هل يمكنك أن تبين أين تكمن أهمية دراسة نظريات التوجيه والإرشاد النفسي ، في عملك كمرشد نفسي وأسري .



أهمية دراسة نظريات التوجيه والإرشاد تكمن في :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

دراسة نظريات التوجيه والإرشاد

٥/١

أهمية دراسة نظريات التوجيه والإرشاد تكمن في :



١- تعتبر النظريات مصدر من مصادر الفهم للآخر ، والمرشد أشد حاجة لفهم الآخر

لأن عمله يقوم على مساعدته .

٢- تُقدم نموذجاً تشير إلى تنظيم المعرفة الخاصة بالموضوعات المهمة في الإرشاد

٣- توفر إطار مرجعي لتمييز السلوك العادي أو السوي عن السلوك الغير عادي أو المضطرب.

٤- فهم العوامل أو الأسباب المتعلقة بهذا السلوك

٥- إيجاد أنسب الأساليب والفتيات والإجراءات لمساعدة المسترشد على التغيير والتحسين

لا شك أن على المرشد النفسي أن يعمل في ضوء نظرية التي تفسر السلوك وكيفية تعديله. كما أن دراسة النظريات تؤدي إلى فهم أوجه الشبه والاختلاف بين طرق الإرشاد، ونحن عندما نقارن بين النظريات لا نقصد التفضيل بينها ذلك لأن التركيز هنا يكون على أهمية الإرشاد ككل في شمول وتكامل آخدين من كل نظرية ما يفيد ، وبالتالي فإن إتباع نظرية واحدة والتمسك بها يُعتبر نوع من الجمود العلمي الغير مرغوب فيه.

إن تعدد نظريات التوجيه والإرشاد يفيد في مواجهة تعدد المشكلات التي يتناولها في شخصيات العملاء والمرشدين أنفسهم. وفيما يلي بعض نظريات التوجيه والإرشاد النفسية الهامة التي ترتبط ارتباطاً مباشراً بطرق الإرشاد النفسي.

نظرية الإرشاد: تعني نموذجاً يهتم بتنظيم المعرفة العلمية الخاصة بالموضوعات موضوع الاهتمام في الإرشاد — تهم بتوفير إطار مرجعي لتمييز السلوك العادي أو السوي عن السلوك غير العادي أو المضطرب — تهم بفهم العوامل أو الأسباب المتعلقة بالسلوك المضطرب — اتخاذ أنسب الأساليب والفتيات والإجراءات لمساعدة الشخص على التغيير والتحسين.

نشاط (٥/٢)

الوحدة الخامسة

نظرية التحليل النفسي (المنحنى النفسي الدينامي): الذي تمثله نظرية التحليل النفسي لفرويد. وسمي دينامي إشارة إلى الصراع المحتدم داخل الفرد بين جوانبي شخصيته المختلفة: الغرائز والدوافع والدينامية هنا محصلة الصراع بين قوتين متعارضتين مكبوتتين تريد أن تخرج ودفاعات تعترض طريقها في صورة مقاومة.

عزيمي المتدرب :



من خلال دراستك لهذه النظرية في مقرر علم نفس النمو ، حاول أن تذكر المبادئ

الأساسية التي تقوم عليها هذه النظرية .

مبادئ نظرية التحليل النفسي :

.....

.....

.....

.....

مبادئ نظرية التحليل النفسي :



- ١- الدينامية: مفهوم أساسي في التحليل النفسي تشير إلى صراع القوى المتعارضة في داخلنا وهي الحوافز الغريزية ذات الأصل البيولوجي وحوافز مضادة لها ذات أصل اجتماعي.
 - ٢ - البائية : أي أن الصراع لا بد و أن يتم بين منطقتين الهي و الأنا.
 - ٣ - الاقتصادات النفسية: ويقصد بها أن هناك قدر من الطاقة يضيع في صورة مكبوتات والبعض يضيع في صورة دفاعات والمتبقي من الطاقة تكون تحت تصرف الشعور فكما كانت هذه الطاقة المتبقية كبيرة كلما كانت قوة الأنا كبيرة وكانت قدرته على مواجهة الإحباطات والتوافق مع الواقع أشد فاعلية وقدرة.
 - ٤ - النمو: يفترض " فرويد" وجود مناطق لذة بشهوة في البدن و أن للأطفال حياة جنسية كالرضاعة والإخراج والأعضاء التناسلية.
 - ٥ - الوعي: يفترض فرويد أن للوعي ثلاث مستويات هي الشعور وقبل الشعور واللاشعور.
 - ٦ - الدافعية: تقوم على مفهوم الغريزة أيضا وتحتاج إلى تفريغ وهما غريزة الحياة والموت
 - ٧ - القلق: يعتبر القلق بأنه يعمل كإشارة إنذار للأنا بخطر وشيك الحدوث وبالتالي تسعى الأنا للبحث عن ميكانزمات الدفاع لمواجهة الخطر مثل الكبت والإسقاط والتبرير .. الخ.
- وبالتالي يمكن أن نستنتج بأن التحليل النفسي تمثل نظرية في الشخصية ومنهجها في البحث ووسيلة في الإرشاد والعلاج النفسي مع بعض التحفظات.

الوحدة السادسة (النظرية المعرفية - النظرية السلوكية)

الوحدة السادسة

نشاط (٦/١)

المنحنى المعرفي (النظرية المعرفية)

من أشهر النظريات في هذا المجال هي نظرية الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي للعالم " ألبرت إليس " يركز أصحاب هذه النظرية على دور الأفكار والمعتقدات والتصورات والإدراكات في انفعالاتنا وسلوكنا . فالمعارف والأفكار المتعلقة بالذات وعن الآخرين والعالم توجه الانفعالات والسلوك. وبالتالي فإن الاضطرابات النفسية تُعزى في جوهرها إلى أفكار خاطئة أو إدراكات مشوشة أو غير صحيحة.

عزيزي المتدرب :



من خلال ما عرفته عن النظرية المعرفية ، حدد الاجراءات التي يتبعها المرشد مع

المسترشد عند تطبيقه لهذه النظرية .

إجراءات الإرشاد وفق النظرية المعرفية :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

النظرية المعرفية

٦/١

تحدد مهمة الإرشاد وفق النظرية المعرفية بالإجراءات التالية:



١ - تحديد الأحداث أو المواقف أو الخبرات التي تقلق المسترشد.

٢ - مساعدة المسترشد على اكتشاف الأفكار والمعتقدات الكامنة التي تشكل الاستجابة الداخلية لهذه الأحداث والتي تؤدي إلى انفعالات سلبية.

٣ - مساعدة الفرد على تغيير هذه الأفكار والمعتقدات

الوحدة السادسة

نشاط (٦/٢)

مفاهيم النظرية السلوكية:

- معظم السلوك الإنساني مُتعلّم .
- المثير والاستجابة - الشخصية
- الدافع - التعزيز - الإنطفاء - العادة - التعميم

عزيزي المتدرب :



اشرح اثنين من مفاهيم النظرية السلوكية السابقة ، وناقشهما مع زملائك في المجموعة .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

النظرية السلوكية

٦/٢

مفاهيم النظرية السلوكية:

- معظم السلوك الإنساني مُتعلّم و أن الفرد يتعلّم السلوك السوي وغير السوي ، والسلوك المتعلّم يمكن تعديله.
- المثير والاستجابة: تعتقد النظرية أن كل استجابة لها مثير و إذا كانت العلاقة بين المثير والاستجابة سليمة كان السلوك سوي والعكس وبالتالي يحتاج الفرد إلى دراسة و مساعدة.
- الشخصية: حسب هذه النظرية فالشخصية عبارة الأساليب السلوكية المتعلّمة الثابتة نسبياً التي تميز فرد غيره من الأفراد.



- الدافع: في تركز على موضوع أن لا تعلم بدون دافع و الدافعية عبارة عن حالة داخلية تؤدي إلى استثارة الفرد وتوجيهه نحو هدف معين. والدافع إما أولي أي موروث فسيولوجي كما الجنس أو ثانوي مُتعلم مثل الإنجاز.
 - التعزيز: هو التقوية والتدعيم والتثبيت بالثواب والسلوك يُتعلم و يُقوى و يُدعم إذا تم تعزيره ويؤدي التعزيز إلى التزعة لتكرار السلوك المعزز. ويؤكد العالم " سكينر أن الثواب أكثر فاعلية في التعلم من العقاب. فالإصغاء وتقبل العميل هو نوع من التعزيز للعميل وهو يتكلم عن سلوكه المضطرب.
 - الإنطفاء: هو ضعف وتضاؤل واختفاء السلوك المُتعلم إذا لم يمارس.
 - العادة: هي علاقة وثيقة بين مثير واستجابة وتتكون عن طريق التعلم وتكرار الممارسة.
 - التعميم: عملية عقلية تؤدي إلى تكرار نفس الاستجابة في المواقف المتشابهة.
- طبقاً لهذه المفاهيم فإن النظرية السلوكية تفسر المشكلات السلوكية بأنها أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المُتعلمة بارتباطها بمثيرات منفردة ■

الوحدة السادسة

نشاط (٦/٣)

عزيزي المتدرب :



بعد التعرف على النظرية السلوكية ومفاهيمها ، بين كيف يمكن تطبيق هذه النظرية في عملية التوجيه والإرشاد .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مرتكزات الإرشاد في النظرية السلوكية

٦/٣

عند تطبيق نظرية السلوك في الإرشاد فإنه يجب أن نركز على :



١ - تعزيز السلوك السوي المتوافق

٢ - مساعدة العميل في تعلم سلوك جديد مرغوب فيه والتخلص من سلوك غير مرغوب.

٣ - تغيير السلوك غير السوي أو غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف التي يظهر فيها

وتخطيط مواقف يتم فيها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغيير المنشود ويتضمن ذلك إعادة تنظيم ظروف البيئة

٤ - العمل على تجنب العميل لتعميم قلقه على مثيرات جديدة.

الوحدة السابعة (نظرية الذات - نظرية المجال)

الوحدة السابعة

نشاط (٧/١)

تعتبر نظرية الذات للعالم " كارل روجر " أحدث و أشمل نظريات الذات و ذلك لارتباطها بطريقة من أشهر طرق الإرشاد والعلاج النفسي وهي طريقة الإرشاد و العلاج "المتركز حول العميل". أو الإرشاد غير المباشر.

مكونات النظرية: هناك مكونات رئيسية في نظرية الذات لكارل روجر وهي : الذات – مفهوم الذات – الخبرة – الفرد – السلوك – المجال الظاهري.

– الذات: الذات هو جوهر الشخصية و يمثل قلب النظرية، واختلف العلماء في تعريفهم للذات وكلن الخلط كثيرا بين مصطلح الذات ومصطلح الأنا تارة على أنهما مختلفان وتارة على أنهما مترادفان. ويعرفه محمود زهران بأنه كينونة الفرد وتتكون نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة وتشمل الذات المدركة والذات الاجتماعية والذات المثالية.

– مفهوم الذات: تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد عن ذاته. فإن وصف الفرد لذات كما يتصورها هو تسمى " مفهوم الذات المدركة" أما التصورات التي تُحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال تفاعله الاجتماعي مع الآخرين تسمى " مفهوم الذات الاجتماعي" والتصورات التي تُحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون يسمى " مفهوم الذات المثالية" ووظيفة مفهوم الذات تنظيم وتحديد السلوك، وبالرغم أنه ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله وتغييره تحت ظروف معينة. والفرد يحتاج إلى مفهوم موجب للذات.

– الخبرة: موقف يمر به الفرد ويتأثر به. والخبرات التي لا تتفق مع قيم الفرد ومع مفهوم الذات يدركها الفرد على أنها تهديد وعندما تُدرك الخبرة على هذا النحو تؤدي إلى إحباط والتوتر والقلق وتهدد مركز الذات وتؤدي إلى سوء التوافق.

– الفرد: الفرد توجد له حاجات مهمة تتعلق بتقدير الذات وتحقيق الذات أيضا.
– السلوك: هو أي نشاط يصدر من الإنسان سواء كان هذا النشاط عقلي أو وجداني أو حركي. وبعض السلوكيات تتفق مع الذات ومع المعايير الاجتماعية والبعض لا يتفق وعندما يحدث العارض يحدث عدم التوافق النفسي.

– المجال الظاهري: المجال الظاهري هو عالم الخبرة المتغير باستمرار وهو كل الخبرات أو مجموعها

عزيزي المتدرب :



بالتعاون مع زملائك في المجموعة ، وضح على ماذا تركز هذه النظرية في عملية الإرشاد .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نظرية الذات

٧/١

مرتكزات نظرية الذات في الإرشاد :



تركز نظرية الذات على أن الأهداف الرئيسية للإرشاد هو تنمية مفهوم واقعي عن الذات و أن معظم حالات سوء التوافق هو نتيجة فشل الفرد في تنمية هذا المفهوم الواقعي لذاتي أي عن نفسه ورسم الخطط التي تتلاءم مع هذا المفهوم فالمفهوم السلبي للذات لا يخالف في حدته عن المفهوم المبالغ فيه عن الذات. وبالتالي فإن عملية الإرشاد هنا تسعى إلى تحقيق فهم واقعي للذات و إلى زيادة التطابق بين مفهوم الذات المدرك والمثالي يعني تقبل الذات وتقبل الآخرين والتوافق النفسي والصحة النفسية .

نشاط (٧/٢)

الوحدة السابعة

ترتبط نظرية المجال في علم النفس بالعالم " كيرت ليفين " . ويعرف المجال بأنه جماع الوقائع الموجودة معا والتي تُدرك على أنها تعتمد على بعضها البعض. وتؤكد نظرية المجال على أن السلوك هو وظيفة المجال الذي يوجد في الوقت الذي يحدث فيه السلوك ونتيجة لقوى دينامية محرّكة.

مفاهيم نظرية المجال :

- الشخص: يذهب ليفين إلى أن بناء الشخص بناء متفاضل متمايز أي ينقسم إلى أجزاء منفصلة ومتصلة في نفس الوقت.
- المجال النفسي: يوجد الشخص في مجال أو بيئة نفسية خارج عن حدوده ويحدث تفاعل بين الشخص وهذا المجال.

- حيز الحياة: هي حاجات وخبرات وإمكانيات الفرد كما يدركها هو والتي تحدد سلوك الفرد، أي أن السلوك هو حيز الحياة ، ويحيط بحيز الحياة " العلم المادي " الخارجي الذي يؤثر في البيئة النفسية للفرد كما أن الفرد يؤثر في هذا العالم المادي.
- المجال الموضوعي أو البيئة الموضوعية : وهذه البيئة تؤثر في سلوك الفرد وهي خارج من حيز الحياة مثل نظام التعليم في الدولة ليس هو حيز الحياة للفرد (أي ليس الحاجات والخبرات .. الخ) يؤثر على الفرد لأنه يحدد نوع التعليم الذي يتلقاه في المدرسة.
- المناطق: ينقسم المجال الكلي إلى مناطق والذي يحدد عدد المناطق هو عدد السمات النفسية أو الوقائع التي توجد في أي وقت ما. مثال إذا كان هناك أنواع مختلفة من وقائع العمل مثل العمل الحكومي والعمل الحر تنقسم منطقة العمل عند الفرد إلى منطقتين جزئيتين ومثل ذلك منطقة التوتر والفرع.
- الاتصال بين المناطق: تتصل هذه المناطق ويحدث بينهما تفاعل وتأثير متبادل ينتج منه " حدث " مثال: الكتاب واقعة والشخص واقعة بينهما قراءة الشخص في الكتاب هو " حدث " وقد يكون الاتصال بين المناطق سهل أو صعب وقد يتغير السهل يصعب والعكس وبالتالي فإن ليفين لا يثق بالسمات الثابتة أو العادات الجامدة في الشخصية.
- الزمن: يذكر ليفين أن السلوك الذي يحدث لا يتأثر بالماضي أو الحاضر و أن الوقائع الحاضرة وحدها هي التي تستطيع أن تحدث سلوكا حاضرا أما الوقائع الماضية لا تؤثر في الحاضر. فوقائع الطفولة لا تؤثر على سلوك الراشد مالم وجودها مؤثر طوال رحلة النمو من الطفولة إلى الرشد.

عزيزي المتدرب :

من خلال دراستك لمفاهيم نظرية المجال ومناقشتها مع زملائك ، اشرح كيف يمكن

تطبيق هذه النظرية في عملية التوجيه والإرشاد .



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نظرية المجال

٧/٢

تطبيق نظرية المجال في الإرشاد النفسي:



- تؤكد نظرية المجال على أهمية تغيير الإدراك لأن طبيعة ما يدركه الشخص تقرر حالة مجاله الإدراكي و لأن السلوك هو وظيفة لحالة الإدراك أثناء لحظة الإدراك.
- أهمية مساعدة العميل لجعل العوائق الموجودة في شخصيته أكثر مرونة ومساعدته في وضع أهداف ومستويات طموح واقعية حتى لا يتعرض للإحباط.
- أهمية تغيير مفاهيم الرد واتجاهاته على أن يكون التغيير خطوة بخطوة
- أهمية الاستبصار بمساعدة العميل على استرجاع خبراته الماضية وتنظيم خبراته الحاضرة وتعديل مجاله الإدراكي حتى يتم التوصل إلى الحل

الوحدة الثامنة (نظرية السمات - أنواع الإرشاد)

الوحدة الثامنة

نشاط (٨/١)

تستند هذه نظرية السمات و العوامل على تحديد سمات الشخصية وتحليل عواملها لتصنيف الناس والتعرف على السمات والعوامل التي تُحدد السلوك والتي يمكن قياسها و تُمكن من التنبؤ بالسلوك. وقد استفادت هذه النظرية من حركة القياس النفسي التي ازدهرت بعد الحرب العالمية الأولى. وقد حاول علماء النفس حصر سمات الشخصية فكان عددها بالآلاف وعندما لجؤوا إلى التحليل العملي حصلوا على توزيع للسمات العامة مثل سمات مشتركة وسمات فريدة وسمات سطحية ومكتسبة ووراثية ...

ومن أبرز من أسهموا في نظرية السمات والعوامل " هانز أيزنك" حيث قدم وصفا منظما للشخصية حيث تكون العادات أساسا يقوم عليه سمات الشخصية. أما العلم " كاتيل" فقد توصل إلى وصف العديد من السمات للشخصية الإنسانية. ويعتبر " ويليامسون" أشهر من طبق هذه النظرية في الإرشاد النفسي

مفاهيم النظرية: من أهم مفاهيم نظرية السمات والعوامل هي:

- السلوك: تفترض النظرية أن السلوك الإنساني يمكن أن يُنظم بطري مباشر و أنه يمكن قياس السمات والعوامل المحددة لهذا السلوك باستخدام الاختبارات والمقاييس للوقوف على الفروق والسمات المميزة للشخصية . وترى النظرية أن نمو السلوك يتقدم من الطفولة إلى الرشد من خلال نضج السمات والعوامل.
- الشخصية: ترى النظرية أن الشخصية عبارة عن نظام يتكون من مجموعة سمات وعوامل.
- السمات: تعرف السمة بأنها الطبائع الداخلية للفرد كالكرم والانبساط والانطواء وغيرها الفطرية أو المكتسبة التي يتميز بها الشخص وتُعبّر عن استعداد ثابت نسبيا لنوع معين من السلوك. وتؤكد هذه النظرية أن الفرد يُمكن أن يُفهم في ضوء سمات شخصيته التي تُعبّر عن سلوكه.
- العوامل: العامل مفهوم رياضي إحصائي يوضح المكونات المحتملة للظواهر والتحليل العاملي هو أسلوب إحصائي للتوصل إلى أقل عدد ممكن من العوامل المشتركة اللازمة لتفسير مجموعة من الارتباطات.

عزيزي المتدرب :



اشرح كيف يمكن تطبيق نظرية السمات في عملية الإرشاد ، وناقش ذلك مع زملائك بالمجموعة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نظرية السمات و العوامل

٨/١



تطبيقات نظرية السمات والعوامل في الإرشاد النفسي:

- أهم ما تفرقه النظرية أن الناس يختلفون في سماتهم وتعتبر نظرية السمات هي الأساس النظري الذي تقوم عليه طريقة الإرشاد المباشر أو الإرشاد المتمركز حول المرشد.
- تؤكد النظرية على أهمية تحليل المعلومات الخاصة بالعميل وتركيبها بحيث تظهر سماته المميزة وتشخيص المشكلة بالاستعانة بالاختبارات والمقاييس الموضوعية والتبؤ بالتطور المتوقع في المستقبل.
- تفترض هذه النظرية أن عملية الإرشاد النفسية عملية عقلية معرفية.
- كما تفترض أن المرشد مسئول عن تحديد المعلومات المطلوبة وعن جمعها وتقديمها للعميل و أن المرشد لديه معلومات وخبرة أكثر وقدرة على تقديم النصح وحل المشكلات بطريقة الإرشاد المباشر، ومن ثم ينظر إلى المرشد نظرة المعلم الذي يوجه عملية التعلم لدى العميل.
- يعتبر البعض أن تقدير سمات شخصية العميل يحتل مكان القلب في عملية الإرشاد.

نشاط (٨/٢)

الوحدة الثامنة

الإرشاد الفردي : هو إرشاد عميل واحد وجهاً لوجه في كل مرة ، وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والعميل أي ن العلاقة مخططة بين الطرفين ويعتبر الإرشاد الفردي أهم مسؤولية مباشرة في برنامج التوجيه والإرشاد .

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

عزيزي المتدرب :

بالتعاون مع زملائك في المجموعة ، قارن بين الإرشاد الفردي و الإرشاد الجماعي .



الإرشاد الجماعي	الإرشاد الفردي

الإرشاد الفردي و الإرشاد الجماعي

٨/٢

مقارنة بين الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي

الإرشاد الجماعي	الإرشاد الفردي
<ul style="list-style-type: none"> — الجلسة أطول وهي ساعة ونصف — يتركز الاهتمام على كل عضو في الجماعة الإرشادية — يتركز الاهتمام على المشكلات العامة — أكثر فاعلية في حالة المشكلات العامة والمشاركة — يبدو طبيعياً أكثر 	<ul style="list-style-type: none"> — الجلسة أقصر وهي ٤٥ دقيقة — يتركز الاهتمام على الفرد — يتركز الاهتمام على المشكلات الخاصة — أكثر فاعلية في حالة المشكلات الخاصة — يبدو اصطناعياً أكثر — يتيح فرصة الخصوصية و العلاقة الإرشادية

<p>— يتيح فرصة التفاعل الاجتماعي مع الآخرين</p> <p>ويستغل القوى الإرشادية في الجماعة وتأثيرها على الفرد</p> <p>— يتيح وجود الجماعة ممارسة السلوك الاجتماعي المتعلم من خلال عملية الإرشاد</p> <p>— دور المرشد أصعب وأكثر تعقيداً</p> <p>— يأخذ المرشد فيه و يعطي في نفس الوقت</p> <p>— يتقبل الحلول الجماعية باعتبارها صادرة منه ومن رفاقه</p>	<p>الأقوى بين المرشد والمرشد</p> <p>— ينقص المرشد وجود الجو الاجتماعي</p> <p>— دور المرشد أسهل وأقل تعقيداً</p> <p>— يأخذ المرشد فيه أكثر مما يعطي</p> <p>— ينظر إلى ما يأخذه من المرشد على أنه مأخوذ من السلطة .</p>
---	---

نشاط (٨/٣)

الوحدة الثامنة

الإرشاد المباشر :

هو الإرشاد الموجه و المركز حول المرشد ويقوم فيه بدور ايجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير السلوك وتوجيه المرشد نحو السلوك الموجب المخطط له مسبقاً مما يؤدي إلى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك .

الإرشاد غير المباشر :

هو إرشاد غير موجه أو الإرشاد الممرکز حول المرشد ويستخدم بنجاح مع أنواع معينة من المرشدين وخاصة أولئك الذين ذكأؤهم متوسطاً أو أكثر ويكون لديهم طاقة لفظية .

عزيزي المتدرب :



من خلال مفهومي الإرشاد المباشر و الإرشاد غير المباشر ، حدد متى يستخدم كل منهما في العملية الإرشادية ، ثم ناقش إجابتك مع زملائك في المجموعة .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الإرشاد المباشر و الإرشاد غير المباشر

٨/٣



الإرشاد المباشر أكثر استخداماً في مجال الإرشاد ويستخدم عادة مع المسترشدين الذين

يتميزون بما يلي :

- السرعة في إيجاد الحل
- نقص المعلومات
- المشكلات الواضحة والمحددة

يستخدم الإرشاد غير المباشر في :

- الإرشاد العلاجي
- الإرشاد الزواجي
- المشكلات الشخصية للشباب
- حالات يكون فيها مفهوم الذات سالباً

الوحدة التاسعة (الإرشاد الزواجي)

الوحدة التاسعة

النشاط (٩/١)

إن الزواج طريق من طرق السعادة البشرية فيه سكن و أمن ومودة ورحمة بين الزوجين يقول تعالى في سورة الروم [ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون]. وعيه فإن الحفاظ على استقرار و استمرار الحياة الزوجية مطلب رئيسي لتحقيق أهداف الزواج.

ومن مجالات الإرشاد البارزة الإرشاد الزواجي ومما يدل على أهميته أنه أُفرد له مجالات علمية دورية هي "مجلة الإرشاد الزواجي" و"مجلة الإرشاد الزواجي والأسري" تضم البحوث والدراسات في هذا المجال.

عزيزي المتدرب :

اكتب بأسلوبك الخاص تعريفاً للإرشاد الزواجي .



يمكن تعريف الإرشاد الزواجي بأنه :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الإرشاد الزواجي

٩/١

يمكن تعريف الإرشاد الزواجي بأنه : مجموع من الخدمات الإرشادية التي تُقدم

للراغبين في الزواج بهدف اختيار الشريك المناسب ومن ثم تحقيق الاستقرار والتوافق وحل

المشكلات التي تعترض الحياة الزوجية قبل الزواج و أثناءه وبعده.



الوحدة التاسعة

نشاط (٢ / ٩)

قد يحدث قبل الزواج أو بعده أو أثناءه بعض المشكلات وعظمتها تدور حول محاور رئيسية من نقص التفاهم بين الزوجين وعم القدرة على استمرار الحياة الزوجية وحدوث ما يؤدي إلى إنهائها.

عزيمي المتدرب :



اذكر بعض الخدمات التي يمكن تقديمها للزوجين في عملية الإرشاد الزواجي .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الخدمات الإرشادية في الإرشاد الزواجي

٩/٢

خدمات الإرشاد الزواجي يُمكن تلخيصها في الآتي:



- تقديم المعلومات المتكاملة عن طبيعة الحياة الزوجية، وواجباتها ، وشروط صيانتها، وبيان أن الزواج ليس لقاء مؤقتاً تحكمه الغريزة الجنسية ، وإنما هو حياة مشاركة و التزام وعطاء. والزواج الناجح يؤكد على أهمية أن الشريك (سواء الزوج أو الزوجة) يأتي في المقام الأول وما بعد ذلك يأتي في المرتبة الثانية بما فيهم الأولاد
- المساعدة في اختيار الشريك المناسب، ويتضمن ذلك الفحص الطبي المعمول به الآن في المملكة العربية السعودية وذلك للتحقق من القدرة على الإنجاب والسلامة الجسدية للزوجين والأبناء فيما

- بعد، كما يُفترض أن يكون هناك فحصا نفسيا للتحقق من مدى التقارب بين الزوجين في القيم والاتجاهات والنظرة إلى الحياة.
- المساعدة في حل الخلافات والمشكلات الزوجية وتتضمن ذلك المساعدة في مواجهة بعض الاضطرابات ومن الأمثلة للاضطرابات وليس الحصر الاضطرابات الجنسية مثل عدم التكافؤ الجنسي والإفراط فيه والممارسة الجنسية الشاذة والقلق والخوف من الجنس.
 - المساعدة في اتخاذ القرارات الزوجية المختلفة المتعلقة بتربية الأبناء أو تعليمهم وأساليب التعامل معهم باعتبارها أحد أسباب الخلافات بين الزوجين. وقد يتدخل الإرشاد في حالات الطلاق للمساعدة في اتخاذ قرار الطلاق من عدمه، ومن ثم اتخاذ قرار الزواج من جديد والمساعدة في تخفيف الآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على هذه القرارات. والبعض يرى أفضلية الإرشاد للزوجين معا لإمكانية الحوار الهادئ أمام المرشد دون تشنج وإمكانية التفاعل والفهم المشترك. بينما البعض يرى أن هناك ظروف تؤكد الإرشاد الفردي خاصة إذا كانت هناك مشكلات على درجة عالية من الخصوصية، أو أن أحد الزوجين يتمتع بشخصية عدوانية أو حساسة. وعلى المرشد دوما أن يكون حذرا عند التعامل معها.
 - إن قدرة الزوجين على أن يغلقا بإهما على أنفسهما في خلافتهما أمر هام للزواج الصحيح من وجهة نظر العلاج الأسري. كما يجب أن تكون حياتهما مظلمة بالود بحيث تظل أسرارهما محصورة بينهما.

نشاط (٩/٣)

الوحدة التاسعة

عزيزي المتدرب :



بالتعاون مع زملائك في المجموعة قم بتصنيف المشكلات الزوجية التالية في الجدول ، مع اختيار أحد المشكلات وذكر الخدمة الإرشادية التي تقدم لها .

الطلاق	تنظيم النسل	اختيار الزوج	الترمل	العقم	الإحجام عن الزواج
تدخل الأقارب	الزوجة الثانية	عمل الزوجة	التفاوت بين الزوجين	العنوسة	المشكلات الجنسية

	مشكلات قبل الزواج
	مشكلات أثناء الزواج
	مشكلات بعد الزواج

المشكلة :

الخدمة الإرشادية لها :

.....

.....

.....

.....

.....

المشكلات الزوجية

٩/٣

أولاً : مشكلات قبل الزواج:



- مشكلة اختيار الزوج: وقد يحدث اختيار الزوج عن طريق الصدفة التي كثيرا ما تُخطئ وقد يكون نتيجة للحب من أول نظرة وقد يحدث نتيجة لأول طارق نتيجة لتأخر الزواج.
- العنوسة: أي تأخر الزواج بالنسبة للإناث والذكور. وترتبط بمشكلة العنوسة مشكلات فرعية مثل مشكلة تزويج الأخت أو الأخوات الأصغر قبل الأخت الكبرى .
- الإحجام عن الزواج: وأسبابه كثيرة منها وجود عيب أو عجز أو خبرة عاطفية أليمة أو فقدان ثقة معممة على الجنس الآخر أو عدم القدرة على تحمل المسؤولية أو الانشغال غلاء المهور الخ

- التفاوت بين الزوجين: قد يكون هناك عدم تكافؤ بين شخصيتي الزوجين فقد يكون التفاوت في العمر أو المستوى التعليمي أو الاجتماعي أو الثقافي أو الإقتصادي .
- الاختلاط الزائد والتجارب بينهما قبل الزواج: إن الاختلاط الزائد بين الخطيبين وما يحدث من خبرات اجتماعية أو عاطفية قد يؤدي إلى الشك المتبادل في السلوك الأخلاقي و الأمانة.

ثانياً: مشكلات أثناء الزواج (بعد الدخول): مثل

- مشكلات تنظيم النسل: الاختلاف بين الزوجين حول تنظيم النسل قد يؤدي إلى خلافات ، وقد يؤدي إلى اضطرابات نفسية جنسية وردود فعل عصبية.
- العقم: وهي مشكلة لا ينكرها أحد قال تعالى في كتابه العزيز [ويجعل من يشاء عقيماً]. والعقم من أكبر مهددات الحياة الزوجية بالانفصال أو على الأقل بتعدد الزواج بالنسبة للزوج.
- تدخل الأقارب في الحياة الزوجية: فقد يستمر التوجيه كما كانوا يعاملونه قبل الزواج، وقد يصاحب هذا مشاعر الأسى والغيرة والخصومة والمكيدة أحياناً.
- المشكلات الجنسية: قد تكون شاذة أو غير متكافئة.

ثالثاً: مشكلات بعد إنهاء الزواج:

- الطلاق: هو وسيلة لإنهاء الزواج غير الناجح.
- الترميل أو العزوبة بعد الزواج: مشكلة الترميل تشعر المرأة خاصة أنها عجوز في وسط مجتمع الشباب
- الزواج من جديد (الزوجة الثانية)

الوحدة العاشرة (الإرشاد الأسري)

نشاط (١٠/١)

الوحدة العاشرة

الإرشاد الأسري يدل على أن اعتبار الأسرة وحدة العمل الإرشادي وليس الفرد، بمعنى أن المرشد يتعامل مع الأسرة ككل. وتتركز مهمة المرشد في تغيير العلاقات بين أفراد الأسرة المضطربة بحيث يختفي السلوك المضطرب عن طريق توثيق العلاقات بين أفراد الأسرة وتحقيق توافق أفضل لكل فرد من أفراد الأسرة بما في ذلك المرشد المقصود أصلاً بالإرشاد .

عزيزي المتدرب :



في حديثنا عن الإرشاد الأسري يجب أن نحدد مفهومين هامين هما مفهوم الأسرة ومفهوم الأسرة المضطربة ، اكتب بأسلوبك الخاص مفهوماً للأسرة وآخر للأسرة المضطربة .

مفهوم الأسرة :

.....

.....

.....

.....

مفهوم الأسرة المضطربة :

.....

.....

.....

.....

الأسرة

١٠/١

أولاً : الأسرة : الأسرة وحدة اجتماعية يقوم فيها الناس عن طريق الاختيار المتبادل بمحاولة إشباع حاجاتهم المتمثلة في الحاجة البيولوجية والأمن و الانتماء وتقدير الذات وتحقيقها وهذه الحاجات وضعها " ماسلو " في مدرجه و أنا أضيف عليها الخلاصة من إشباع تلك الحاجات ألا وهي السعادة في الدنيا والآخرة.



وتتكون الأسرة بنائياً من الأب والأم والأولاد وتتكون وظيفياً من نمط من العلاقات تحكم كيان الأسرة وتضمن استمرارها وتوافقها. وهي أقوى الجماعات تأثيراً في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه، والحياة الأسرية تؤثر في التوافق النفسي إيجاباً أو سلباً حسب نوع التجارب والخبرات الأسرية. وتقوم الأسرة على الزواج ومن هنا يقترب الإرشاد الزواجي من الإرشاد الأسري ويُجمع بينهما أحياناً. والفرق بين الإرشاد الزواجي والأسري هو أن الزواجي يهتم بالزوجين فقط بينما الأسري يهتم بالأسرة بكاملها. ونجد أن مشكلات الأولاد أو الآباء ما هي إلا عينة من مشكلات الأسرة ونتاج اضطراب أسري شامل.

ثانياً : الأسرة المضطربة : عدم قدرة أفراد الأسرة على الوصول إلى الأهداف أو عدم القدرة في إشباع الحاجات. ومن مظاهر اضطراب الأسرة مشكلات الخلافات الوالدية ومشكلة التسلط من أحدهما على الآخر ومشكلة الاختلاف على أساليب تربية الأولاد ومشكلة التدخل الخارجي في شئون الأسرة، حيث أكد الباحثون أن من أسباب المشكلات الأسرية إقحام الآباء أنفسهم في شئون حياة أبنائهم.

نشاط (١٠/٢)

الوحدة العاشرة

عزيزي المتدرب :

اذكر بعض الخدمات التي يمكن تقديمها للأسرة في عملية الإرشاد الزواجي ، وناقش ذلك مع زملائك في المجموعة .



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الخدمات الإرشادية في الإرشاد الأسري

١٠/٢



الخدمات الإرشادية للأسرة:

- المساعدة في توعية أفراد الأسرة عن طبيعة الحياة الأسرية و شروط نجاحها والواجبات والمسؤوليات الملقاة على عاتق كل فرد.
- المساعدة في حل الخلافات الأسرية و إزالة أسباب الاختلاف والعمل على تقريب وجهات النظر وزيادة الفهم والقبل مما يزيد من التماسك الأسري.
- إن تغيير السلوك هو لب الإرشاد.
- مع استمرار نمو الأطفال فإنه ينبغي أن نراعي الفروق الفردية، وتصبح الخصوصية للأولاد أمراً ضرورياً لنمو الشخصية. وهنا نراعي بعض الجوانب مثل عدم قراءة الخطابات الخاصة، وضرورة طرق الباب قبل دخول غرفة الآخر، والتعدي على هذه الجوانب يمثل قضايا داخل الأسرة.
- وما يلاحظ في نمو الأبناء أنهم لا يتطورون بسرعة واحدة سواء من الناحية البدنية أو الذهنية أو الانفعالية، فلكل فرد ولكل جانب من الجوانب تفرد. وهنا قد تنشأ بعض المشكلات حول المساواة في المميزات.
- في العلاج الأسري، المعالج ينظر إلى أنماط السلوك في الأسرة باعتبارها آليات لتوازن المنظومة أكثر من كونها خصائص فردية لأفراد الأسرة. مغلى سبيل المثال فإن التعامل مع حالة فرد مدمن للمخدرات من وجهة نظر العلاج الأسري لا يُركز على الفرد بقدر تركيزه على منظومة الأسرة كلها وبحث الجوانب التي أدت بالفرد إلى هذا السلوك، وبذلك يكون الهدف من العلاج الأسري هو إيجاد نوع من التوازن الجديد أو طريقة جديدة للعلاقات داخل الأسرة. وقد تقاوم الأسرة في تغيير بعض العلاقات لكن المرشد الماهر هو الذي يستطيع أن يُغير وجهة نظر الأسرة (في حصر المشكلة في فرد واحد) إلى وجهة نظره (أن الأمر متعلق بعلاقات الأسرة كلها). رغم أنه صحيح أن المرشد يحاول تغيير الفرد صاحب المشكلة ولكن بشكل غير مباشر عن طريق تغيير تركيب نسيج العلاقات في الأسرة.
- لا يمثل الاهتمام بتاريخ اضطراب الأسرة والتشخيص في الإرشاد الأسري جانبا أساسيا و لا يمثل نفس الأهمية التي يلقاها في الطرق التقليدية للعلاج النفسي.

الوحدة العاشرة

نشاط (١٠/٣)

عزيزي المتدرب :



بالتعاون مع زملائك في المجموعة ، حدد خطوات عملية الإرشاد الأسري

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

خطوات الإرشاد الأسري

١٠/٣

خطوات الإرشاد الأسري :



المقابلة الأولى: تعتبر هذه الجلسة أهم جلسات الإرشاد لأنها تحدد مسار الإرشاد، وبصفة خاصة فإنها تحدد من الذي يحكم العملية. و لأنها تتصل بمسألة التعاقد الإرشادي . ويجب أن يُحدد بوضوح المقصود بالإرشاد الأسري و كذلك أهدافه. ويمكن تحديد هدفين من هذه المقابلة هما: نعيد تسمية المشكلة – والثاني أن نشرك الأسرة في الإرشاد. ويكون الإرشاد في هذه المقابلة الأولى على شكل خطوات أو مواقف ومنها:

* التهيئة: يُطلق على هذه المرحلة أيضا التسخين وفيها يسمح المرشد لأفراد الأسرة الذين يدخلون إلى الغرفة التي يجلس فيها أن يجلسوا حيث يشاءون ، وينبغي على المرشد أن يُجهز عدد من المقاعد تزيد على عدد الحاضرين مع إعطائهم الفرصة لحرية الجلوس. ويعتبر هذا أول اتصال حيوي مع الأسرة ومع كيفية

تنظيمهم لأنفسهم حيث تعرف من هذا الترتيب الكثير من علاقاتهم بعضهم البعض، وكيف يشعرون اتجاه المرشد في علاقته بالأسرة و إلى درجة ستتيح العملية الإرشادية. في هذه المقابلة يتم التعرف على كيف توزع الأسرة نفسها؟ هل يجلس الأبوين بجوار بعضهما البعض؟ هل يجلس أحد الأطفال بينهما؟ هل يُبعد أحد الأفراد مقعده ويجلس بعيدا عن الآخرين؟ هل تجلس البنات قريبا من بعضهن؟ والبنين كذلك؟ إن هذه الكيفيات التي يجلس بها أفراد الأسرة في تجمعهم تُعطي المرشد صورة للمشكلات والترابطات والانشاقات الموجودة في الأسرة.

وفي المعتاد فإن أحد الوالدين يعرض أحد أبناءه على أنه هو المشكلة، وبذلك يُصبح هذا الفرد المعروف أنه مريض. يبدأ المرشد بالترحيب بالأسرة ثم يُقدم نفسه للآخرين. إن الاجتماع الأول يكون عبارة عن مرحلة الإعداد أو التسخين وهذه المرحلة هامة لسببين: الأول أنها تُظهر شخصية المرشد والثاني أنها تقول بشكل غير مباشر إن مشكلة الأسرة ليست هي القضية أو الحقيقة الوحيدة في حياة الأسرة. كما لها أهمية لأن المرشد هو في الواقع شخص خارجي بالنسبة للأسرة وهو خاضع لحكم الأسرة عليه فيما إذا كان يُسمح له أن يشترك معها أي أن يكون ضمن حدودها. وعليه مواءمته لذاته مع ظروف الأسرة تمكنه من أن ينضم لمنظومتها.

* إعادة تسمية المشكلة: تبدأ المرحلة الثانية هذه بعد أن يكون قد قابل كل أفراد الأسرة. وفي هذه المرحلة يبدأ المرشد بأن يقول للأب ماذا يمكن أن أقدمه لكم؟ مثل هذه العبارة أو التساؤل يدفع الوالد إلى أن يُحدد طلبه في صورة معينة كأن يُحدد شخص ما أو مشاعر معينة أو سلوك معين على أن يمثل مشكلة الأسرة، لأنه بعض أفراد الأسرة قد لا يوافقون على ما قرره الوالد حول المشكلة، وبدلا من أن يعلق المرشد بشكل مباشر فإنه يُمكن أن يُلخص هذه المرحلة بقوله: يبدو أن وجهات نظركم مختلفة بعض الشيء حول ماهية المشكلة القائمة في الأسرة. فتبدأ الخطوة الثانية فتكون إعادة لتسمية المشكلة. و يتابع هذا الأسلوب فإن المرشد يتفادى الخلاف مع أفراد الأسرة حول ما هي المشكلة الحقيقية.

* الحاجة للتغيير: تبدأ هذه المرحلة بسؤال يوجهه المرشد عن الحلول التي تمت محاولتها في الماضي في التعامل مع آلامها، وهذه القضية تدفع الأسرة للتركيز على التغيير. وقد يوجه المرشد السؤال التالي: ما ذا فعلتم حول هذه المشكلة؟ أو هل فعلتم شيئا إزاء هذه المشكلة؟ وتفيد هذه الأسئلة لتعزيز وعي الأسرة بعدم قدرتها على: الوصول إلى أساليب ناجحة للتعامل مع المشكلة — الإشارة إلى أنه لا يوجد شيء بناء تم عمله بالنسبة للمشكلة حتى الآن. وبذلك يمكن التركيز على الحاجة إلى جهود أو محاولات جديدة لحل المشكلة أو

تنمية أساليب جديدة للحل. وبهذه الصورة فإن المشكلة تُختصر إلى سلوك وتبقى في حدود الأسرة. ورغم اختلاف الأساليب في الإرشاد الأسري فإنها تشترك في أن المرشد يُخبر الأسرة أن كل فرد فيها جزء من عملية الإرشاد. و أن أي مشكلة لا يُنظر إليها إطلاقاً على أنها خاصة شخصية لهذا الفرد. فالتغيير في إطار الإرشاد الأسري يبدأ بنقله من الطريقة التي تنظر بها الأسرة للمشكلة إلى الطريقة التي يرى المرشد هذه المشكلة. في بعض الحالات مثل حالة إدمان المخدرات ، قد يكون الفرد صاحب المشكلة الذي عُرف على أنه المدمن أو الجانح هو في الواقع ضحية للأسرة أكثر من كونه ضحية لتصرفاته.

– إعادة التمثيل: أي يطبق موضوع المشكلة في الجلسة مثلاً إذا كانت المشكلة هي عدم قدرة الأب والابن الحديث وع بعضهما فإن المرشد فبدلاً من أن يطلب إعطاء مثال لذلك، فإنه يطلب منهما أن يتحدثا معا في الجلسة الإرشادية. والميزة الواضحة في هذه الطريقة هي أن المرشد يمكنه أن يتأكد بنفسه مما يجري في الأسرة بدلاً من أن يعتمد على التقارير أو العرض وحده. ويُعتبر هذا الأسلوب من الأساليب الفعالة.

ويوصي كل واحد منهما الأولاد ببر الآخر، بدلاً من التحريش، وإيغار الصدور، وتبادل التهم، وتأليب الأولاد، فإن ذلك كله يؤثر على استقرار الأولاد نفسياً واجتماعياً.

العلاج

إيضاح وإثراء : ١/١

ملحق (١)

وفيما يلي سوف أناقش بعض المفاهيم الواردة في التعريف السابق على النحو التالي:

"التوجيه والإرشاد عملية " : تشير إلى أن الإرشاد :

- ليس حدثاً عارضاً يحدث فجأة .
- ولا هو وقفة قصيرة مع المسترشد في مكان ما بالمؤسسة لحل مشكلته التي يعاني منها في دقائق معدودة.
- ولا هو نصيحة تُعطى للمسترشد خلال فترات الفسحة
- ولكن مفهوم العملية يتصف بالاستمرارية ، فهو عملية تحتاج إلى فترات من الزمن ، قد تكون منتظمة ، حتى تتاح فرصة للمرشد أن يلاحظ ما يطرأ من التغيرات في سلوك المسترشد خلال زيارته المتكررة في مكتبه.
- " تعليمية " : لم يكن دور المرشد في يوم من الأيام
- إعطاء المسترشد نصيحة ما خلال جلسات الإرشاد.
- ولا تقديم حل جاهز لمشكلة معينة
- وإنما دوره الأساسي مساعدة المسترشد على



- تعلم كيفية عرض مشكلته التي يحس بها ويعاني منها بصراحة وصدق ، دون خوف أو خجل.

- يتعلم كيفية التعرف على جوانب شخصيته الكلية المتعلقة بالنواحي الشخصية والاجتماعية والتربوية والمهنية

وبالتالي : - يتعلم كيف يفكر في حل مشكلاته بموضوعية وإيجابية

- ويتعلم كيف يتخذ قراراته بنفسه في المواقف المتشابهة والمتكررة.

إيضاح وإثراء : ١/٢

ملحق (٢)

مفهوم الإرشاد النفسي	مفهوم التوجيه النفسي
هو العملية الرئيسية في خدمات التوجيه النفسي ويشمل الإرشاد إلى العلاج النفسي والإرشاد إلى التدريس ، وهو عبارة عن إرشاد فردي - أي وجهاً لوجه - ، وجماعي ، وهو يمثل الجزء العملي في ميدان التوجيه ، وقد يكون مباشراً ، أو غير مباشر	هو مجموع خدمات نفسية أهمها الإرشاد النفسي ، فهو يسبقها ويعد ويمهد لها ، ويتضمن الأسس والنظريات والبرامج وإعداد المسئولين عن عملية الإرشاد ، ويشمل المجتمع كله ، وقد يكون مباشراً أو غير مباشر

الخدمات والوسائل والبيادين للإرشاد النفسي	الخدمات والبيادين للتوجيه النفسي
يعتمد على وسائل متعددة ؛ كالملاحظة و المناقشة وإجراء الاختبارات ، وقد يكون إرشاداً تربوياً ، أو مهنياً ، أو إرشاداً لحل المشكلات النفسية ، وأهم خدمة للإرشاد هي العمل على إسعاد الفرد ، وميادينه : - غرفة الإرشاد في المدرسة - العيادات النفسية - مركز الإرشاد	هو مجموع الخدمات التربوية والنفسية والمهنية التي تمكن الأفراد من التخطيط لمستقبلهم وفقاً لإمكاناتهم وقدراتهم العقلية والجسمية وميولهم ، بأساليب تحقق حاجاتهم . ميادينه : في المدرسة ، والأسرة والمهنة ، وتقديم المعلومات ، والخدمات الإرشادية ، والتوافق المهني .

ملحق (٣)

إيضاح و إثراء : ١/٣

العلاج النفسي	الإرشاد النفسي
— الاهتمام بمرضى العصاب وذوي المشكلات الانفعالية الحادة	— الاهتمام بالأسوياء والعاديين أي الأقرب للشفاء
— المشكلات أكثر خطورة وعمقاً	— المشكلات أقل خطورة
— التركيز على اللاشعور واللاوعي	— حل المشكلات على مستوى الوعي والشعور
— المعالج هو المسؤول عن إعادة تنظيم شخصية المريض وحل مشكلاته	— العميل يعيد تنظيم بناء شخصيته وحل مشكلاته
— تدعيمي بتركيز خاص ويستغرق وقتاً أطول	— تدعيمي تربوي ويستغرق وقتاً أقل
— تقدم خدماته في العيادات النفسية والمستشفيات النفسية والعيادات الخاصة	— تقديم خدماته عادة في المدارس والجامعات والمؤسسات الاجتماعية .

ملحق (٤)

إيضاح و إثراء : ٣/١

أولاً : التوافق و التكيف النفسي:

هو تحقيق توازن بين الفرد (ياشباع حاجاته) وبيئته ومتطلباتها. فكأن التوافق لا يتحقق هكذا من تلقاء نفسه فلا بد أن يقوم الفرد بدور فاعل في تحقيقه وذلك بالتغيير الإيجابي في سلوكه بجوانبه المختلفة، والتغيير أيضاً في البيئة سواء الطبيعية أو المادية أو الاجتماعية كل ذلك من أجل تحقيق التوازن بينه وبين بيئته.

فكأن الفرد هنا يسعى على استبعاد حالات التوتر و إعادة نفسه إلى مستوى معين من المستوى المناسب لحياته وذلك عن طريق إشباع حاجاته المختلفة. فمظاهر السلوك المختلفة و التي تظهر عندما يوجد دافع ما فإنها تختفي عندما يُشبع هذا الدافع.

فكأن عمليتي التوجيه والإرشاد تعمل على حصول هذا التوازن الذي يتضمن إشباع حاجات الفرد في مقابل متطلبات البيئة. ونظرا لكون وهذا الإشباع يتحقق عادة بالتعامل و مع البيئة والبيئة كما هو معلوم متغيرة بطبيعتها وغير ثابتة فهذا التغيير وعدم الثبات يثير مشكلات يقابلها الإنسان بنوع من التفكير والانفعال لحل هذا هذه المشكلات وقد يُفقد الفرد في حلها كليا وقد يُوفق في حلها بطريقة مرضية نوعا ما. فالحل الأخير هو ما يُسمى بالتكيف. ولكن قد تكون هذه التغييرات شديدة إلى حد لا يستطيع الفرد مواجهتها فلذلك يحدث المرض. فالشخص المتوافق/التكيف هو الذي يقف من المشكلات في إشباع حاجاته موقف إيجابي بأن يزيل هذه العوامل أو التغلب عليها في حدود إمكانياته. أما الشخص الغير متوافق فهو لا يستطيع ذلك أو يستطيع بإزالة سطحية وليس لأسباب المشكلة أو يخفف من حالات التوتر الناشئ عن المشكلات بطريقة غير سوية

ثانياً: تحقيق الصحة النفسية:

البعض يقول أن الهدف العام الشامل للتوجيه والإرشاد هو الصحة النفسية. في الحقيقة لا يوجد تعريف متفق عليه بين المختصين للصحة النفسية ولكن قد توجد مؤشرات للحكم على الصحة النفسية للفرد ومنها:

- الخلو من المرض العقلي: هناك اتفاق عام بين المختصين على أن الخلو من المرض النفسي ضرورة لازمة لتوفر الصحة النفسية.
- تقبل الذات وتقديرها بموضوعية ومن ثم تحديد أهداف واقعية في إطار الإمكانيات.
- القدرة على التعرف على نواحي القصور وبذل الجهد للتغلب عليها أو تحسينها.
- يتصف الفرد بالمرونة.
- القدرة على حل المشكلات بدلا من الهروب منها والالتجاء إلى الحيل الدفاعية.
- القدرة على التفاعل البناء مع الآخرين.

وباختصار يمكن القول أن الصحة النفسية تشمل توفر التوافق النفسي بالإضافة إلى استغلال الفرد لطاقاته وقدراته إلى أقصى حد ممكن للحصول على السعادة مع نفسه ومع غيره.

كما يمكن القول أن الصحة النفسية أمر نسبي وليس مطلق لأن الإنسان قد يواجه صعوبات ومشاكل ومواقف تثير غضبه وخاصة إذا عرفنا أن كل شخص منا لا بد أن يغضب في بعض الظروف، أما الشخص الذي لا يغضب أو يغضب لأتفه الأسباب لا شك أنه غير طبيعي أو غير سوي. فالتأكيد هنا بالنسبة للغضب مثلا لا يوجد حد فاصل بين السوي وغير السوي أي أمر نسبي وهكذا فإن التوازن النفسي يكون أيضا في جوانب كثيرة من السلوك مثل (الخوف — التدين — الضحك — الأكل — حب الظهور) فكل من هذه الجوانب لها مظهر صحي ومظهر مرضي.

من الملاحظ أن الصحة النفسية والتوافق مصطلحين متقاربين وبينهما كثير من التشابه إلا أنهما غير مترادفين وذلك لأننا كما ذكرنا أن التوافق جزء من الصحة النفسية. البعض مثل حامد زهران يضيف أهداف أخرى للتوجيه والإرشاد مثل:

ثالثاً: تحقيق الذات:

وهو أن ينظر الفرد إلى نفسه فيرضى بما ينظر إليه. ويتضمن تحقيق الذات مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته (فهم إيجابي) و إمكاناته واستعداداته أي تبصير العميل بنفسه يقول تعالى { بل الإنسان على نفسه بصيرة } وذلك من أجل وضع أهداف له في الحياة ويعمل على تحقيقها ليحصل على السعادة والرضا. وهذا قد الهدف في اعتقادي تم التطرق إليه في الحديث عن الصحة النفسية.

ملحق (٥)

إيضاح وإثراء : ٣/٢

- المنهج الإنمائي : وترجع أهمية هذا المنهج إلى أن خدمات التوجيه والإرشاد تُقدم أساساً للعاديين لتحقيق زيادة كفاءة الفرد و إلى تدعيم الفرد المتوافق والمتكيف إلى أقصى حد ممكن. ويتحقق ذلك عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات وتحديد أهداف في الحياة تتناسب مع الاستعدادات والقدرات وتوجيهها التوجيه السليم
- المنهج الوقائي: ويُعرف بالتحصين النفسي ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية. ويهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى وللمنهج الوقائي ثلاث مستويات:
 - ١ - يتضمن محاولة منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرض النفسي بإزالة الأسباب حتى لا يقع الخطور.
 - ٢ - تتضمن محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بقدر الإمكان للسيطرة عليه ومنع تطوره وتفاقمه
 - ٣ - محاولة تقليل أثر الاضطراب أو منع إزمان المرض.
- المنهج العلاجي: ويتضمن تخفيض مستوى القلق ورفع مستوى الأمل عندما يقع اضطراب كما يتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية. ويلاحظ أن المنهج العلاجي يحتاج إلى تخصص أدق في الإرشاد العلاجي إذا ما قورن بالمنهجين النمائي والوقائي كما يعتبر أكثر المناهج تكلفة في المال والوقت والجهد كذلك فإن نسبة نجاح الإستراتيجية العلاجية لا تكون ١٠٠%.

قائمة المراجع

- أحمد محمد الزعبي. (١٩٩٤). الإرشاد النفسي: نظرياته – اتجاهاته – مجالاته. دار الحكمة اليمنية للطباعة والنشر والتوزيع والإعلان. صنعاء: الجمهورية اليمنية.
- حامد، عبدالسلام زهران. (١٩٨٠م). التوجيه والإرشاد النفسي. عالم الكتب. القاهرة: جمهورية مصر العربية.
- فاروق عبدالسلام ، ميسرة طاهر ، يحيى مهني. (١٤١٢هـ). مدخل إلى الإرشاد التربوي والنفسي. دار الهدى للنشر والتوزيع. الرياض: المملكة العربية السعودية.
- محمد جعفر جمل الليل. (١٤١٩هـ). المساعدة الإرشادية. الفردوس للطباعة والنشر والتغليف. جدة: المملكة العربية السعودية.
- محمد محروس الشناوي. (بدون). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع. القاهرة: جمهورية مصر العربية.
- محمد مصطفى زيدان. (١٩٩٢). التوجيه الديني والتربوي والنفسي للشباب. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة: جمهورية مصر العربية.
- محمود عطا حسين عقل. (١٤١٧هـ). الإرشاد النفسي والتربوي: مداخل نظرية، الواقع، الممارسة. دار الخريجي للنشر والتوزيع. الرياض: المملكة العربية السعودية.