طرائق وأساليب إرشادية

المرحلة الثالثة

 أعداد الدكتورة غزوة فيصل كاظم

 Individual Counseling وهو يعني " تلك العلاقة المخططة بين الأخصائي النفسي والطالب ، حيث يتم إرشاد فرد واحد وجها لوجه في الجلسات الإرشادية ،و يعتمد في فاعليته على العلاقة الإرشادية المهنية" ويعتبر بعض الأخصائيين أن التعامل مع اثنين أو ثلاثة هو علاج فردي، ويعتبر العلاج الفردي هو نقطة الارتكاز لأنشطة متعددة في كل من برامج التوجيه والإرشاد،

ومن الوظائف الرئيسية للإرشاد الفردي تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى الفرد وتفسير المشكلات ودفع خطط العمل المناسبة، وإن كان يحتاج هذا النوع من الإرشاد إلى توافر عدد كبير من الأخصائيين النفسيين لمواجهة الحاجات الفردية للإرشاد، ويتراوح وقت الجلسة الإرشادية الفردية ما بين (30: 60) دقيقة، ويتحدد طول وقصر الفترة الزمنية على عدة اعتبارات منها
الهدف من الجلسة الإرشادية , طبيعة المشكلة، وخصائص الفرد

حالات استخدام الإرشاد الفردي
يستخدم الإرشاد الفردي مع الطلاب الذين يعانون من المشكلات ذات الطابع الشخصي والتي لا يصلح عرضها أمام الآخرين كما في العلاج الجماعي، أي تلك الحالات التي تتطلب درجة من السرية، ومن بين تلك المشكلات، ما يلي
1\_المشكلات الاجتماعية: كانعكاس المشكلات ذات الطابع الأسري علي ما يعانيه التلميذ من آثار نفسية وتحصيلية، مثل حالات الطلاق، والهجر، ووفاة أحد الوالدين، والخلافات الزوجية الحادة..وغيرها
2\_المشكلات النفسية : مثل التي تحدث بسبب إصابة التلميذ بأحد الأمراض الخطيرة أو إعاقات جسدية أو حسية، أو المشكلات النفسية التي تحدث نتيجة لما يعانيه التلميذ من اضطرابات نفسية كالوحدة النفسية، أو السلوك العدواني، أو المخاوف المرضية
3\_المشكلات المدرسية: ومن بينها مشكلة التسرب المدرسي، والرسوب المتكرر، وصعوبات التعلم، والغياب المستمر، وغيرها من المشكلات ذات الطابع المدرسي. ولقد أوضح محمد سعفان (2001) هناك مجموعة من أنماط الأشخاص الذين يصلح معهم الإرشاد الفردي وهم على النحو التالي
1\_يصلح الإرشاد الفردي مع الطلاب أصحاب التوجه النفسي، أي الذين ينظرون إلى مشاكلهم من زاوية شخصية في المقام الأول، ويرون أنه لا فائدة من التعامل مع الآخرين ولا يكترثون بما يقوله الآخرون، ولديهم استعداد ضعيف للمشاركة الوجدانية، والأغلبية من هؤلاء لديهم ميول للتمركز حول الذات (وإن كان بدرجات مختلفة)
2\_يصلح الإرشاد الفردي مع الطلاب الذين لديهم أسباب مقنعة أو غير مقنعة للغياب المتكرر عن جلسات الإرشاد الجمعي، لأن كثرة الغياب لا يساعد على تحقيق الأهداف الموضوعة، بالإضافة إلى أنه مضيعة للوقت والجهد، ويجعل هناك تفاوت بين أفراد الجماعة في متابعة وتنفيذ خطوات البرنامج الإرشادي
3\_يصلح الإرشاد الفردي مع الطلاب الذين يشعرون بأنهم مرفوضون من الجماعة لاعتبارات تتعلق بالخصائص الجسمية أو العقلية أو الاجتماعية أو الانفعالية، في هذه الحالة يكون الإرشاد الفردي أكثر فعالية في المراحل الأولى لحل المشكلة، ثم يتبعه الإرشاد الجماعي
4\_يصلح الإرشاد الفردي أيضا مع الطالب النرجسي الذي لا يهتم بما يدور في محيطه البينشخصي من ناحية ويحاول جذب انتباه الآخرين إليه بصورة متكررة مبالغ فيها لدرجة تجعله يتجهم على الآخرين وينتقدهم ويفرض آراءه عليهم، مثل هذا السلوك من المفترض أن يثير غضب الجماعة، ولذلك يفضل استخدام الإرشاد الفردي مع الطالب النرجسي، في الخطوات الأولى لحل المشكلة ثم يليه الإرشاد الجماعي
5\_يصلح الإرشاد الفردي أيضا مع الطالب الذي لديه ميول انسحابية، مثل هذا النمط من الأفراد يصعب أن تقدم لهم خدمات إرشادية من خلال الإرشاد الجماعي، لأن هؤلاء كثيرا ما يشعرون بعدم جدوى وجودهم مع جماعة، وربما يكون لديهم مشكلات مرتبطة بوجودهم مع الآخرين مثل رهاب التحدث أمام الآخرين، وفي هذه الحالة يكون الإرشاد الفردي أكثر فعالية
6\_يصلح الإرشاد الفردي أيضا مع الطالب المتململ أو المتهيج لأن هذا النمط يسبب الكثير من الإزعاج والغضب لدى أفراد الجماعة

إجراءات الإرشاد الفردي:
يعتبر الإرشاد الفردي هو تطبيق إجرائي لكل ما تم عرضه من إجراءات تتعلق بالعملية الإرشادية - في الفصل السابق- من بداية تكوين العلاقة الإرشادية مرورا بالتشخيص وتطبيق للفنيات الإرشادية وإنهاء عمليات الإرشاد حتى القيام بعملية المتابعة

عيوب الإرشاد الفردي:-

1- حصر الخبرات بين المرشد و العميل

2- الناحية الاقتصادية بين المرشد و العميل

مزايا الإرشاد الفردي:-

1- يتيح السرية التامة

2- توفير الثقة بين المرشد و العميل

3- الحرية التامة

**تعريف الإرشاد الجماعي:-**

 هو علاقة مهنية يقودها مرشد متخصص وتقوم على عملية ديناميكيه تهف إلى تحقيق أهداف إرشادية محددة من خلال التفاعل بين أعضاء الجماعة.

و يعرفه جازاد:- على أنه عملية تفاعل ديناميكيه متبادلة تقوم على المشاركة اللفظية للأفكار وذات أهداف مشتركة.

و يعرفه تومبسون:- هو عملية تفاعل متبادلة تجمع أكثر شخصين فما فوق من أجل تحقيق أهداف مشتركة و الجماعة الإرشادية عبارة عن مجموعة من المسترشدين يجتمعون في مكان محدد بمشكلة واحده بتنسيق مع المرشد.

وعرفه روجرز:- هو مكان يأتي إليه الناس لمعرفة أنفسهم بشكل أفضل مما هو متوفر لهم في الحياة العادية

\* كل عملية إرشاد جماعي تتكون من مجموعة من الأفراد لا يقل عددهم عن ثلاث بالإضافة إلى مرشد و يعانون جميعاً من مشكلة أو مشكلات متشابهه و يفتقرون إلى معلومات و مهارات اجتماعية نفسية أو سلوكية لمواجهه ما يعانون منه.

\* لا توجد مجموعة إرشادية تسير بدون قائد " مرشد " يشترك معها في التوجيه و يمدها بالخبرة.

مجالات إستخدام الإرشاد الجماعي:-

 يستخدم الإرشاد الجماعي مع كل من :

أ- الأطفال و المراهقين و الراشدين كل هذه الفئات تصلح معها الإرشاد الجماعي إذا كانت المشكلة واحده

ب- يستخدم مع كبار السن خاصة ممن تظهر لديهم مشكلات إجتماعية كحالة التقاعد و شعور بالوحدة .

ج- الإرشاد الأسري من خلال إلقاء المحاضرات و حول كيفية التعامل مع أبنائهم.

د- الإرشاد المهني في المدارس و المؤسسات .

ه- يستخدم مع أصحاب الحالات المشتركة مثل مشكلات التوافق الإجتماعي و المدرسي.

و- مع الأفراد الذين لديهم مشكلات كالإنطواء و الإكتئاب و الوحدة النفسية و الخجل و حالات التمركز حول الذات .

ز- يعتبر من الأساليب الناجحة في إرشاد المراهقين الذين يلجئون إلى الشغب وممارسه العدوان.

**أساليب الإرشاد الجماعي:-**

1/ أسلوب التمثيل النفسي المسرحي :- حيث يقوم المسترشدون بالتمثيل على المسرح .

2/ السيكودراما:- وتسمى التمثيلية المسرحية للمشكلات النفسية وهو إرشاد عملي واقعي يشاهد بالتمثيليات النفسية حيث تعرض مشكلات إنفعالية يعانيها المسترشدون المشاهدون و تعرض أحداثها و مواقفها حتى تصل إلى نهاية حل عملي لتلك المشكلة .

3/ أسلوب إلقاء المحاضرات :- فالمحاضرات أسلوب تعليمي تربوي في طريقة الإرشاد النفسي الجماعي حيث يتعلم المسترشدون مزيد من المعارف و الأفكار في إطار المشكل التي يعانونها مع بيان لمرحلة التوجيه لمواجهة المواقف و إدراك الذات ، و المرشد هو الذي يلقي المحاضرة و أن تكون ختامه المحاضر أسئلة متبادلة و مناقشات متداولة .

4/ أسلوب المناقشات الجماعية :- و يتم ذلك إبتداء بالمشكلات النفسية العامة المشتركة ثم تتدرج المناقشات النفسية الخاصة المشتركة إذ لابد أن يكون أعضاء المناقشة متجانسين يتشابهون فيما يعانون منه .

5/ أسلوب عرض الوسائل الإيضاحية السمعية و البصرية التي تصور مظاهر إنفعالية سلوكية ذات أثر بعيد في نفسية أعضاء الجماعة المسترشد .

**مــــــــزايا الإرشاد الجماعي:-**

1- الإقتصاد في نفقات الإرشاد و توفير الوقت و الجهد أي خفض عدد المرشدين .

2- يعتبر أنسب الطرق أو طرق الإرشاد بالنسبة للحالات التي تقاوم العلاج الفردي و التي تحل بفاعلية أكثر في المواقف الإجتماعية .

3- يتعلم الفرد من الجماعة جوانب كثيرة فهي تكسبه مزيد من الثقة بالنفس و تضفي عليه روح التعاون و التفاعل مع الآخرين .

4- اشتراك المسترشد في المناقشة و الاستماع يقلل من تمركزه حول نفسه و يشعره بالأخذ و العطاء.

5- تضمن للمسترشد على أنه ليس الوحيد الذي يعاني من هذه المشكلة .

6- أنسب الطرق في البلاد النامية التي تعاني من نقص في المرشدين .

7- ازدواجية دور المسترشد إذ يقوم بتعديل سلوكه بناء على نقده و ملاحظاته لسلوك الآخرين.

8- الشعور بالانتماء للجماعة و احترام رأي الآخرين .

9- يتيح فرصة الاستفادة من أخطاء غيره و الاتعاظ بها حيث يستمع قصصهم و تاريخ مشكلتهم .

**عيوب الإرشاد الجماعي :-**

1- يحتاج الإرشاد الجماعي إلى خبره و تدريب خاص قد لا يتوافر لدى كثير من المرشدين .

2- شعور بعض المسترشدين بالحرج أو الخجل حيث يكشفون عن أنفسهم و يتحدثون عن مشكلاتهم أمام الآخرين .

3- احتمال ظهور بعض المضاعفات حيث قد يتعلم بعض المسترشدين أنماط سلوكية غير سويه لم يكونوا يعرفونها من قبل .

4- قد تضيع المشكلات الخاصة خلف أولوية مناقشة المشكلات العامة قد يتعلم المسترشدين أنماط سلوكية جديدة غير مرغوب فيها .\*

5- اعتبار المسترشد عضو في جماعة إذن حل المشكلة ككل أول أو الإهتمام بها ثم الفرد .

**تعريف الإرشاد الجماعي:-**

 هو علاقة مهنية يقودها مرشد متخصص وتقوم على عملية ديناميكيه تهف إلى تحقيق أهداف إرشادية محددة من خلال التفاعل بين أعضاء الجماعة.

و يعرفه جازاد:- على أنه عملية تفاعل ديناميكيه متبادلة تقوم على المشاركة اللفظية للأفكار وذات أهداف مشتركة.

و يعرفه تومبسون:- هو عملية تفاعل متبادلة تجمع أكثر شخصين فما فوق من أجل تحقيق أهداف مشتركة و الجماعة الإرشادية عبارة عن مجموعة من المسترشدين يجتمعون في مكان محدد بمشكلة واحده بتنسيق مع المرشد.

وعرفه روجرز:- هو مكان يأتي إليه الناس لمعرفة أنفسهم بشكل أفضل مما هو متوفر لهم في الحياة العادية

\* كل عملية إرشاد جماعي تتكون من مجموعة من الأفراد لا يقل عددهم عن ثلاث بالإضافة إلى مرشد و يعانون جميعاً من مشكلة أو مشكلات متشابهه و يفتقرون إلى معلومات و مهارات اجتماعية نفسية أو سلوكية لمواجهه ما يعانون منه.

\* لا توجد مجموعة إرشادية تسير بدون قائد " مرشد " يشترك معها في التوجيه و يمدها بالخبرة.

مجالات استخدام الإرشاد الجماعي:-

 يستخدم الإرشاد الجماعي مع كل من :

أ- الأطفال و المراهقين و الراشدين كل هذه الفئات تصلح معها الإرشاد الجماعي إذا كانت المشكلة واحده

ب- يستخدم مع كبار السن خاصة ممن تظهر لديهم مشكلات اجتماعية كحالة التقاعد و شعور بالوحدة .

ج- الإرشاد الأسري من خلال إلقاء المحاضرات و حول كيفية التعامل مع أبنائهم.

د- الإرشاد المهني في المدارس و المؤسسات .

ه- يستخدم مع أصحاب الحالات المشتركة مثل مشكلات التوافق الاجتماعي و المدرسي.

و- مع الأفراد الذين لديهم مشكلات كالانطواء و الاكتئاب و الوحدة النفسية و الخجل و حالات التمركز حول الذات .

ز- يعتبر من الأساليب الناجحة في إرشاد المراهقين الذين يلجئون إلى الشغب وممارسه العدوان.

**أساليب الإرشاد الجماعي:-**

1/ أسلوب التمثيل النفسي المسرحي :- حيث يقوم المسترشدون بالتمثيل على المسرح .

2/ السيكودراما:- وتسمى التمثيلية المسرحية للمشكلات النفسية وهو إرشاد عملي واقعي يشاهد بالتمثيليات النفسية حيث تعرض مشكلات انفعالية يعانيها المسترشدون المشاهدون و تعرض أحداثها و مواقفها حتى تصل إلى نهاية حل عملي لتلك المشكلة .

3/ أسلوب إلقاء المحاضرات :- فالمحاضرات أسلوب تعليمي تربوي في طريقة الإرشاد النفسي الجماعي حيث يتعلم المسترشدون مزيد من المعارف و الأفكار في إطار المشكل التي يعانونها مع بيان لمرحلة التوجيه لمواجهة المواقف و إدراك الذات ، و المرشد هو الذي يلقي المحاضرة و أن تكون ختامه المحاضر أسئلة متبادلة و مناقشات متداولة .

4/ أسلوب المناقشات الجماعية :- و يتم ذلك ابتداء بالمشكلات النفسية العامة المشتركة ثم تتدرج المناقشات النفسية الخاصة المشتركة إذ لابد أن يكون أعضاء المناقشة متجانسين يتشابهون فيما يعانون منه .

5/ أسلوب عرض الوسائل الإيضاحية السمعية و البصرية التي تصور مظاهر انفعالية سلوكية ذات أثر بعيد في نفسية أعضاء الجماعة المسترشد .

**مــــــــزايا الإرشاد الجماعي:-**

1- الاقتصاد في نفقات الإرشاد و توفير الوقت و الجهد أي خفض عدد المرشدين .

2- يعتبر أنسب الطرق أو طرق الإرشاد بالنسبة للحالات التي تقاوم العلاج الفردي و التي تحل بفاعلية أكثر في المواقف الاجتماعية .

3- يتعلم الفرد من الجماعة جوانب كثيرة فهي تكسبه مزيد من الثقة بالنفس و تضفي عليه روح التعاون و التفاعل مع الآخرين .

4- اشتراك المسترشد في المناقشة و الاستماع يقلل من تمركزه حول نفسه و يشعره بالأخذ و العطاء.

5- تضمن للمسترشد على أنه ليس الوحيد الذي يعاني من هذه المشكلة .

6- أنسب الطرق في البلاد النامية التي تعاني من نقص في المرشدين .

7- ازدواجية دور المسترشد إذ يقوم بتعديل سلوكه بناء على نقده و ملاحظاته لسلوك الآخرين.

8- الشعور بالانتماء للجماعة و احترام رأي الآخرين .

9- يتيح فرصة الاستفادة من أخطاء غيره و الاتعاظ بها حيث يستمع قصصهم و تاريخ مشكلتهم .

**عيوب الإرشاد الجماعي :-**

1- يحتاج الإرشاد الجماعي إلى خبره و تدريب خاص قد لا يتوافر لدى كثير من المرشدين .

2- شعور بعض المسترشدين بالحرج أو الخجل حيث يكشفون عن أنفسهم و يتحدثون عن مشكلاتهم أمام الآخرين .

3- احتمال ظهور بعض المضاعفات حيث قد يتعلم بعض المسترشدين أنماط سلوكية غير سويه لم يكونوا يعرفونها من قبل .

4- قد تضيع المشكلات الخاصة خلف أولوية مناقشة المشكلات العامة قد يتعلم المسترشدين أنماط سلوكية جديدة غير مرغوب فيها .\*

5- اعتبار المسترشد عضو في جماعة إذن حل المشكلة ككل أول أو الاهتمام بها ثم الفرد .

الفرق بين الإرشاد الفردي والجمعي

|  |  |
| --- | --- |
| **الإرشاد الجمعي** | **الإرشاد الفردي**  |
| الجلسة الإرشادية عادة أطول حوالي "ساعة ونصف" | الجلسة الإرشادية عادة أقصر حوالي 45دقيقة |
| يتركز الاهتمام على كل أعضاء الجماعة  | يتركز الاهتمام على الفرد |
| التركيز على المشكلات العامة | يتركز الاهتمام على المشكلات الخاصة |
| أكثر فعالية في حالة المشكلات العامة و المشتركة | أكثر فعالية في حاله المشكلات الخاصة |
| يبدو طبيعيا أكثر | يبدو اصطناعيا أكثر  |
| يتيح فرصة التفاعل الاجتماعي مع الآخرين | يتيح فرصه الخصوصية و العلاقة الأقوى بين المرشد و العميل |
| دور المرشد أصعب و أكثر تعقيداً  | يأخذ فيه العميل أكثر من ما يعطي |
| يأخذ غيه العميل ة يعطي في نفس الوقت |  |

**الإرشاد المباشر :-**

 أنه الإرشاد الموجه و الممركز حول العميل و الذي يمثل فيه المرشد حجر الزاوية ، ويقوم بدور أساسي في جمع المعلومات و المقابلة و تطبيق الاختبارات و تفسير المعلومات . و حدد شاكر خطوات الإرشاد المباشر :-

1- التحليل :- وهو تطبيق المقاييس لفهم المشكلة .

2- التركيب :- ويعني تجميع المعلومات للتخطيط للعملية الإرشادية .

3- التشخيص :- و يقصد به تحديد و صياغة المشكلة .

4- التنبؤ :- أي تحديد المآل و التطور المحتمل و النتائج المتوقعة .

5- ........:- وتعني ما يتوصل إليه كل من المرشد و المسترشد من حلول للمشكلة.

6- التتبع :- أي متابعه المسترشد و مساعدته في المشكلات الجديدة التي قد يتعرض لها .

خصائص الإرشاد المباشر :-

1/ إن العبء الأكبر في حل المشكلات يقع على عاتق المرشد .

2/ المرشد هو الذي يقرر الوسائل المناسبة لمساعدته في حل المشكلة .

3/ مشكلة العميل تمثل المركز الأول في الإرشاد النفسي المباشر .

 \* ويرتبط الإرشاد المباشر بعالم النفس وليامسون و قد سماها بالأسلوب الإكلينيكي .

4/ جديه الوصول للهدف بالتركيز على حل المشكلة

عيوب الإرشاد الموجه " المباشر "

1- إيجابية المرشد كطرف مرسل وسلبية المسترشد كطرف مستقبل .

2- تقديم الحلول الجاهزة دون أي محاولة من الفرد لإبداء رأيه.

3- فيه شيء من تسلط وعرض الحل على المسترشد.

 **\*** وهو أصعب طرق الإرشاد و يهتم بكل المعلومات التي تتعلق بالمسترشد .

**\*** و يعتمد على التحليل أي تحليل البيانات و المعلومات .

**\*** و نجد أن المرشد هو الذي يفسر البيانات و المعلومات وهو الذي يسدي النصائح وهو الذي يقترح أساليب العلاج لها وهو الذي يتحمل المسؤلية أكثر و إحتكار المرشد للعملية الإرشادية .

**\*** وهو أسلوب إرشادي يقدم حلول جاهزة للعميل تحت شعار أن المرشد أكثر علماء أوسع أفق من العميل وهو قادر على حل مشكلته بطريقه صحيحة أكثر من المسترشد .

**\*** ويحتاج إلى جمع معلومات دقيقة جداً ويحتاج إلى توفير جميع صفات المرشد .

**الإرشاد النفسي غير المباشر:-**

 أرتبط بعالم النفس كارل روجرز صاحب نظرية الإرشاد المتمركز حول العميل أو الإرشاد غير الموجه .

وترى وجهه النظر التي :-

 تتبنى طريقة الإرشاد غير المباشر أن الفرد يمتلك القدرة على اتخاذ قراراته بنفسه بعد إزالة التوتر الذي يعاني منه نتيجة المشكلة التي يواجهها من أجل الوصول إلى التكيف السليم في حياته و إلى حاله من الفهم و الإدراك و البصيرة لمشكلته و صراعاته و قيمته و اتجاهاته مما يساعده في الوصول إلى حل مشكلته بنفسه .

 **خصائص الإرشاد غير المباشر:-**

 - يتميز الإرشاد غير الموجه بعدد من الخصائص التي تدور حول العلاقة المميزة بين المرشد و المسترشد تلك العلاقة التي تنظر إلى العميل بأنه أعرف الناس بنفسه وله الحق في تقرير مصيره بنفسه .

 - من أهم ما يقرر إستخدام الإرشاد غير المباشر هو نضج العميل و تكامل شخصيته بدرجة تمكنه من أن يمسك هو بذمام مشكلته و أن يتحمل مسؤولية حلها بتوجيه غير مباشر من مرشد.

- وقد أشار حامد زهران إلى ملامح الإرشاد غير المباشر و قال :-

1- وضوح النظرية التي يستند إليها "نظريه الذات "

2- يهدف إلى تحقيق الصحة النفسية و التوافق النفسي .

3- فهم العميل في الإطار المرجعي الداخلي له وبالتالي فهم سلوكه هو بنفسه .

4- أفضل أسلوب لتغير السلوك هو التغيير من مفهوم الذات .

5- خلوه من التهديد لذات العميل وذلك بخلق المناخ الإرشادي المناسب الذي يتميز بالحرية و التقبل و الثقة و الاطمئنان .

 6- يزيد الثقة المتبادلة بين المرشد و العميل .

7- يتقبل العميل خبراته كجزء من ذاته و يحاول إسقاطها على غيره .

8- يصبح أكثر و واقعية و يزداد استبصاره .

مــــــــــــزايا الإرشاد غير المباشر :-

1/ مكاسبه كثيرة و تتجلى في الإستبصار و فهم الذات الثقة في النفس حل المشكلات و إتخاذ القرارات .

2/ يتمشى و يتسق مع أسس الفلسفة الديمقراطية القائم على مبدأ إحترام الفرد و حقه في تقرير مصيره بنفسه .

**عيـــوب الإرشاد غير المباشر :-**

أ- قد يغالي المرشد في ترك العميل و شأنه فيغوص العميل في متاهات لا حصر لها .

ب- قد يطلب العميل النصيحة أحياناً و يشعر بالضيق .

ج- يهمل عمليه التشخيص رغم ............

|  |  |
| --- | --- |
| ***الإرشاد غير المباشر*** | ***الإرشاد المباشر*** |
| ممركز حول العميل | ممركز حول المرشد  |
| تقدم خدماتها لمن يطلبها فقط | تقدم خدمات لمن يطلبها حتى إذا لم يطلبها |
| يستغرق وقتاً نسبياً | يستغرق وقتاً أقل نسبيا ً |
| يوجه العميل جلسات الإرشاد حسب ما يراه مناسبا ً لحل مشكلته  | يقود المرشد عملية الإرشاد مما له من مركز وما ليه من علم وخبره |
| يتعلم العميل كيف يعمل مستقلاً  | يعتمد العميل أكثر على المرشد من تحديد وحل المشكلة |
| يعتبر أن العميل لديه قوى ودوافع للتعبير و وتوصله لتوافق مع بيئة .....الذي يعرف كيف يستخدمها . | يعتبر أن العميل ذاتي في نظرته متحيز إلى نفسه خاصة عند إخفاق التوافق المرشد أقدر منه على الرؤية الموضوعية |
| يركز أكثر على الجوانب الإنفعالية من الشخصية  | يركز أكثر على الجوانب العقلية من الشخصية  |
| يرى أن التشخيص غير ضروري لأنه يزيد من إعتماد العميل على المرشد  | يهتم بعملية التشخيص التي يقوم بها المرشد |
| يهتم بنمو شخصيه العميل كفرد و مساعدته على فهم نفسه  | يهتم بمشكلات العميل التي جاء بها و تشخيصها و حلها  |
| يحترم المرشد التقدير الذاتي للعميل الذي يحدد مشكلته | يهتم المرشد بإجراء الإختبارات و المقاييس |
| يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على العميل و على مسؤوليته . | يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على المرشد و مسؤوليته . |

الإرشاد النفسي الديني:

أسلوب توجيه وإرشاد وتربية وتعليم ، يقوم على معرفة الفرد لنفسه ولدينه
ولربه والقيم الروحية والأخلاقية ، وقد بنى محمود إبراهيم عبد العزيز فرج
تعريفه على هذا التعريف، فأشار إلى أن الإرشاد النفسي
الديني بأنه عملية توجيه وإرشاد وعلاج وتربية وتعليم ، تتضمن تصحيح
وتغيير تعلم سابق خطأ ، وهو إرشاد تدعيمي يقوم على استخدام القيم
والمفاهيم الدينية والخلقية ، ويتناول فيه المرشد مع العميل موضوع
الاعتراف والتوبة والاستبصار ، وتعلم مهارات وقيم جديدة تعمل على وقاية
وعلاج الفرد من الاضطرابات السلوكية والنفسية

الإسلامي في النقاط التالية: أسس الإرشاد النفسي الديني
1-الإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في الإرشاد النفسي الديني.
الأخذ بما توصل إليه علم النفس الحديث في مجال الإرشاد النفسي الديني 2-
3-الإفادة من التراث الإسلامي ، وما تركه علماء المسلمين من آراء ونظريات نفسية في الإرشاد النفسي الديني.
4-قابلية السلوك للتعديل والتغيير ، حيث يؤكد الإسلام على أهمية العقل والتفكير وقابلية الإنسان للتعلم.
5-التدرج في تعديل السلوك من البسيط إلى الصعب، حيث يقر الإسلام بمبدأ التدرج في التخلص من العادات والسلوكيات السيئة وتعلم سلوكيات جديدة بدلاً منها.

حالات استخدام الإرشاد الديني
الدعاء: وهو سؤال الله القريب المجيب والاستعانة به والتضرع إليه والالتجاء في كشف الضر عند الشدائد، قال الله تعالى: {وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ}، وقال تعالى: {وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلا كَاشِفَ لَهُ إِلاَّ هُوَ}، وقال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((إذا سألت فأسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله)). وفي الدعاء سمو روحي يقوي الفرد بالإيمان، وهو علاج أكيد للنفس التي أشرفت على الهلاك حين يطلب الإنسان العون من القوي القادر فيشعر بالطمأنينة والسكينة ويزول عنه الخوف ويتخلص مما هو فيه من الهم والتوتر والضيق والقلق، قال الله تعالى: {وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ}، ويجب أن يستمر الدعاء في السراء والضراء. روى عن النبي -صلى الله عليه وسلم- أنه قال: ((دعوة ذي النون إذ دعا ربه وهو في بطن الحوت: {لا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ}، لم يدعُ بها رجل مسلم في شيء قط إلا أستجيب له)).
ابتغاء رحمة الله: وفي ذلك قوة روحية تؤدي إلى التفاؤل والأمل وتدخل إلى النفس المعذبة المتشائمة العزاء وتخلصها من الآلام والمتاعب. وبالإيمان والأمل يعالج الفرد ما يعتريه من مشكلات متذرعًا بالحكمة والصبر مترقبًا رحمة الله وانفراج الأزمة. قال الله تعالى: {وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ}، وقال تعالى: {إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِين}.
الاستغفار: إن الإنسان غير المعصوم من الخطأ إذا أخطأ وشعر أنه ظلم نفسه وصحا ضميره لا يقنط من رحمة الله بل يذكره ويستغفره ويسترحمه، واثقًا في قوله تعالى: {اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا}، وقال تعالى: {وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا}، وقال تعالى: {قُلْ يَا عِبَادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ}، وقال تعالى: {وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ \* أُوْلَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ}. وقال الله -عز وجل- في حديث قدسي: ((يا عبادي إنكم تخطئون بالليل والنهار، وأنا أغفر الذنوب جميعًا، فاستغفروني أغفر لكم)). وروى عن النبي -صلى الله عليه وسلم- أنه قال: ((من لزم الاستغفار جعل الله له من كل هم فرجًا ومن كل ضيق مخرجًا، ورزقه من حيث لا يحتسب)).
ذكر الله: وذكر الله غذاء روحي يبث الطمأنينة والهدوء والسعادة في الإنسان، ويبعد الهم والقلق ويبعد الأفكار الوسواسية والسلوك القهري. ويبعد الشيطان الرجيم وقال الله تعالى: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}، وقال تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا \* وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا \* هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا}، وقال تعالى: {إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ}.
**وقد أشار كلاً من مارتن و كارلسون (Martin & Carlon, 1988) إلى أن الصلاة تعد من أقدم الفنيات التي تستخدم في التدخلات العلاجية، وقد أُشير أيضاً إلى أن الصلاة هي فنية علاجية مناسبة لخفض القلق لدى الأفراد, فيتعلم الفرد منها الاسترخاء الذي يسهم كفنية للعلاج النفسي الروحي (الديني) في تخفيف أزمات الحياة الصعبة، وتكوين اتجاهات جيدة و مناسبة للتعامل مع ظروف هذه الحياة، والاقتناع بأن الأمر كله بيد الله (Corey, 2005)**

استخدامات الإرشاد الديني

يستخدم الإرشاد الديني بصفة خاصة في مجالات الإرشاد العلاجي والزواجي وإرشاد الشباب في الحالات التي يتضح أن أسبابها وأعراضها تتعلق بالسلوك الديني والأخلاقي للعميل كما سبق أن أوضحنا. ويفيد الإرشاد الديني في حالات القلق، والوساوس، والهستيريا، وتوهم المرض، والخواف، والاضطرابات الانفعالية، ومشكلات الزواج والإدمان، والمشكلات الجنسية، ويرى البعض أن أفضل استخدام للإرشاد الديني هو في تناول المشكلات ذات الطابع الديني.

 .

وقد أشار كلاً من مارتن و كارلسون (Martin & Carlon, 1988) إلى أن الصلاة تعد من أقدم الفنيات التي تستخدم في التدخلات العلاجية، وقد أُشير أيضاً إلى أن الصلاة هي فنية علاجية مناسبة لخفض القلق لدى الأفراد, فيتعلم الفرد منها الاسترخاء الذي يسهم كفنية للعلاج النفسي الروحي (الديني) في تخفيف أزمات الحياة الصعبة، وتكوين اتجاهات جيدة و مناسبة للتعامل مع ظروف هذه الحياة، والاقتناع بأن الأمر كله بيد الله

[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747)
يعتبر الإرشاد السلوكي تطبيقاً عملياً لقواعد ومبادئ وقوانين التعلم والنظرية السلوكية وعلم النفس التجريبي بصفة عامة في ميدان الإرشاد النفسي وبصفة خاصة في محاولة حل المشكلات السلوكية بأسرع ما يمكن وذلك بضبط وتعديل السلوك المضطرب المتمثل في الأعراض

[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747)   أسس
يقوم الإرشاد السلوكي على أسس نظريات التعلم بصفة عامة ولا تعلم الشرطي بصفة خاصة ، ويطلق على الإرشاد السلوكي أحياناً " إرشاد التعلم " أو " علاج التعلم "

[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747):   خصائص
1-معظم سلوك الإنسان متعلم ومكتسب
2-السلوك المضطرب المتعلم لا يختلف من حيث المبادئ عن السلوك العادي المتعلم
 3-السلوك المضطرب يتعلمه الفرد نتيجة لتعرض المتكرر للخبرات التي تؤدي إليه.
4-أن الأعراض النفسية تعتبر تجمعاً لعادات سلوكية خاطئة متعلمة
 5-السلوك المتعلم يمكن تعديله

:[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747) إجراءات
تحديد السلوك المضطرب المطلوب تعديله أو تغيره أو ضبطه
تحديد الظروف والخبرات والمواقف التي يحدث فيها السلوك المضطرب
تحديد العوامل المسئولة عن استمرار السلوك المضطرب
اختيار الظروف التي يمكن تعديلها أو تغيرها أو ضبطها
إعداد جدول التعديل أو التغير أو الضبط
تنفيذ خطة التعديل أو التغير أو الضبط

: [الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747)   أساليب
1-التخلص من الحساسية أو التحصين التدريجي
2-الغمر وهو عكس التحصين التدريجي
3-الكف المتبادل ويقصد به كف كل من نمطين سلوكيين غير متوافقين ولكنهما مترابطان وإحلال سلوك متوافق محلهما
4-الإشراط التجنبي ويعني تعديل سلوك المسترشد من الإقدام الى الإحجام والتجنب
التعزيز الموجب " الثواب "
6-التعزيز السالب ويعني العمل على ظهور السلوك المطلوب
العقاب " الخبرة المنفرة "7-
 8-الثواب والعقاب
تدريب الإغفال " الإطفاء "9-
 الإطفاء والتعزيز.10

:[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747)   أهم مزايا
 1-يقوم على أساس دراسات وبحوث تجريبية معملية قائمة على نظريات التعلم
متعدد الأساليب لتناسب تعدد المشكلات والاضطرابات 2-
3-يركز على المشكلة أو العرض وهذا يوفر وجود محك لتقييم نتائجه
 4-عملي أكثر منه كلامي ويستعين بالأجهزة العلمية
5-نسبة الشفاء عالية قد تصل إلى 90 % من الحالات
 6-أهدافه واضحة
7-يوفر الوقت والجهد والمال
 8-يمكن أن يعاون فيه كل من الوالدين بعد التدريب اللازم

أهم عيوب:[الإرشاد السلوكي](http://forums.yallagroup.net/34747)
يحول ميكنة الانسان
لا يركز على مصدر المشكلة العميق
أحياناً يكون الشفاء وقتياً وعابراً
الاضطرابات السلوكية يصعب تفسيرها جميعاً في شكل نموذج سلوكي مبني على أساس الإشراط
يهتم بالسلوك المضطرب فقط ويركز على التخلص من الأعراض الظاهرة دون المصدر الحقيقي

العلاج السلوكي المعرفي

الإرشاد باللعب طريقة شائعة الاستخدام في مجال إرشاد الأطفال على أساس أنه يستند إلى أسس نفسية وله أساليب تتفق مع مرحلة النمو التي يمر بها الطفل وتناسبها وأنه يفيد في تعليم الطفل وفي تشخيص مشكلاته وفي علاج اضطرابه السلوكي.

أسس الإرشاد باللعب
يقوم الإرشاد باللعب على أسس نفسية لها أصولها في ميادين علم النفس العام وعلم نفس النمو وعلم النفس العلاجي.
فاللعب بصفة عامة هو أي سلوك يقوم به الفرد دون غاية علمية مسبقة

استخدام التشخيص في اللعب:
يمكن دراسة سلوك الطفل عن طريق ملاحظته أثناء اللعب بهدف تشخيص مشكلاته ، وإثناء اللعب الجماعي يمكن معرفة الكثير عن المشكلات وأسبابها.

استخدام اللعب في الإرشاد:
يلجأ المرشد إلى اللعب كطريقة هامة لضبط وتوجيه وتصحيح سلوك الطفل ، ويستخدم اللعب لدعم النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي المتكامل المتوازن للطفل ، فهو يقويه جسمياً ويراوده بمعلومات عامة ومعايير اجتماعية ويضبط انفعالاته.

[أساليب الإرشاد باللعب](http://forums.yallagroup.net/34747):
 1-اللعب الحر : وهو غير محدد تترك الحرية للطفل لاختيار اللعب وإعداد مسرح اللعب وتركه يلعب بما يشاء وبالطريقة التي يريدها دون تهديد أو لوم أو استنكار أو رقابة أو عقاب
 2-اللعب المحدد : وهو لعب موجه مخطط وفيه يحدد المرشد مسرح اللعب ويختار اللعب والأدوات بما يتناسب مع عمر الطفل وخبرته وبحيث تكون مألوفة له حتى تستثير نشاطاً واقعياً أو أقرب إلى الواقع.
 3-اللعب بطريقة الإرشاد السلوكي : ويكون في حالات مثل حالات الخواف من حيوانات معينة يمكن تحصين الطفل تدريجياً بتعويده على اللعب بدمى هذه الحيوانات في مواقف آمنة سارة متدرجة ومتكررة حتى تتكون ألفة تذهب بالحساسية والخواف مبدئياً.

فوائد: [الإرشاد باللعب](http://forums.yallagroup.net/34747)
 1-هو انسب الطرق لإرشاد الطفل
 2-يستفاد منه تعليمياً وتشخيصياً وعلاجياً في نفس الوقت
 3-يتيح خبرات نمو بالنسبة للطفل في مواقع مناسبة لمرحلة نموه
 4-يساعد الطفل على الاستبصار بطريقة تناسب عمره
5 -يعتبر مجالاً سمحاً يتيح فرصة التنفيس الانفعالي ويخفف عن الطفل التوتر الانفعالي
 6 -يمثل فرصة لإشراك الوالدين والتعامل معهما في عملية الإرشاد

**الإرشاد المتعدد الوسائل:**

تقوم طريقة العلاج متعدد الوسائل على أساس أن المسترشدين الذين يأتون للعلاج تكون لديهم اضطرابات نتيجة للمشكلات متعددة التكوين , مما يجعلنا بحاجه إلى مواجهتها بعلاجات متعددة الوسائل , و يركز هذا النوع من العلاج على مدى استدامة اثر العلاج و التي يتناسب مع كمية بذل المجهود باستخدام الإبعاد السبع للشخصية , و كلما زادت الاستجابات التكيفية و استجابات المواجهة التي يتعلمها المسترشد في الإرشاد كلما قل معدل الانتكاس بعد ذلك .

و يرى لازاروس آن العلاج متعدد الوسائل يدخل مع العلاج السلوكي المعرفي , و مع العلاج العقلاني الانفعالي في كثير من الجوانب حيث تشترك في الخصائص التالية :

1\_ افتراض أن معظم المشكلات تنشأ عن تعلم اجتماعي خاطئ.

2\_ أن العلاقة بين المعالج و المسترشد هي أكثر من علاقة مدرب و متدرب .

3\_ نقل اثر التعليم من العلاج إلى البيئة التي يحيا فيها المسترشد لا يتم بشكل تلقائي و أنما برؤية و تأني عن طريق الواجبات المنزلية.

 أن العلاج متعدد الوسائل يهتم بوجود خبرات جديدة في حياة المريض , فلا تغير بدون خبرات جديدة في حياة المريض , و يأتي التغير نتيجة استخدام طرق تعتمد على الأداء , إما الطرق المعرفية أو اللفظية تكون اقل فاعليه , و لذلك فإن بعض المسترشدين يحتاجون قبل ان يتصرفوا تصرفات فعاله إلى مساعدة إزالة الحواجز القائمة في سبيل تكوين علاقات شخصيه , و كذلك في ردود الفعل لحواسهم و تخيلاتهم العقلية و في عملية التشغيل المعرفي , أن معظم الاستبصارات التي تتم في العلاج متعدد الوسائل يحصل عليها المسترشد عندما ينمي الوعي و التفهم للمحتوى و العلاقات التفاعلية للإبعاد السبع لشخصياتهم المتمثلة في السلوك و الوجدان و الإحساس و التخيل و المعرفة و العلاقات الشخصية و العقاقير. ولا تنحو طريقة العلاج المتعدد الوسائل ذلك المنحنى الذي يرى ان الاهميه الكبرى في الإرشاد و العلاج تتركز في تكوين علاقة طيبة بين المرشد و المسترشد فهذا لا يكفي وحده في وجهة نظر لازاروس حيث يرى انه من الضروري ان يكون المعالج محترما من جانب المسترشد و ان تكون بينهما ثقة كافية و في نفس الوقت يجب ان يكون لدى المعالج مهارة فنيه يضيف بها الى خبرات المسترشد خبرات جديدة تساعده على التغير , اما العلاقات فلا داعي للوقوف عندها الا اذا وجدت مبررات تدعو الى ذلك كأن تكون سببا في اعاقة العملية الارشادية , اما عندما يكون العلاج ماضيا بشكل طيب فلماذا يضيع الوقت في تحليل المشاعر التي تجري في علاقة وجها لوجه بين المرشد و المسترشد .

ويقوم العلاج متعدد الوسائل على افتراض انه كلما زاد اضطراب المسترشد زادت التجاوزات و النواقص في الجوانب السبع لشخصية الفرد , و يمكن النظر الى النموذج الارشادي المستخدم على انه نموذج للتحديد الذاتي اكثر من كونه نموذجا يبنى على المرض النفسي,وكل فرد يمكن ان يستفيد من التغير في السلوك الذي يأتي نتيجة استبعاد ردود الفعل الزائده, بينما يزيد من تكرار و شدة و مدة الاستجابات الابتكارية و المفيده, كذلك فإن ضبط او استبعاد الانفعالات الغير ساره و زرع المشاعر الايجابية يعتبر هدفا ذا قيمه فالإرشاد , كذلك فإنه من المناسب أن نطفئ الاحاسيس السالبة و يصحب ذلك فوائد اشتقاق مزيد من الاحساس و المعنى من كل من الحواس الخمسة , اما تخيلنا العقلي , و هو تلك الصورة العقلية التي تنتج عنها صور الذات فإن لها اثرا مباشر على ايقاع و شكل تصرفاتنا و مشاعرنا , و بذلك يمكن ان نركز في العلاج على تخيلات المواجهة بصورها المختلفة,و محاولة جعلها ايجابيه ,ان الافتراضات و التصرفات الخاطئة و الجوانب المعرفية غير المنطقية تفسر الحياة الفعالة , و يجب ان تحل محلها افتراضات قائمه على اساس الواقع , و منطقيه على قدر الامكان , كذلك يمكن لكل شخص ان يؤدي اداء طيبا في تنمية المهارات الخاصة و التفاعلات الموالية للمجتمع و التي ينتج عنها علاقات شخصيه جيده و وثيقة و مشجعه .

عملية الارشاد:

يركز العلاج المتعدد الوسائل على مبدأ الفردية , و يرتب على هذا المبدأ تنوع الأساليب العلاجية التي تستخدم , و عدم الاعتماد على صيغه واحده, و قد ينظر المرشد إلى خصائص و توقعات و حاجات احد المسترشدين فيختار ان يكون سلبيا و مترويا على حين قد يكون مع مسترشد اخر نشطا و مباشرا و مستخدما لأسلوب المواجهة بشكل زائد.

و يهتم المرشد في الجلسه الاولى بالتعرف على انشغالات و مشكلات المسترشد و العوامل التي أدت إلى ترسيبها , و يجري تقديرا للأحداث القبلية بشكل دقيق , و كذلك للنواتج المرتبة على السلوك, كما يحاول التعرف على رغبات المسترشد من العلاج و على ما لديه من جوانب قوه و ضعف , ثم يطلب المرشد من المسترشد ان يحدثه عن ما يشكو او يعاني , و بينما يوضح المسترشد ذلك فإن المرشد يحاول ان يحدد أي من الوسائل السبعة (السلوك , الوجدان , الإحساس , التخيل , المعرفة , العلاقات , الشخصية , العقاقير و الجوانب البيولوجيه) تستخدم في هذه المشكلات او الإغراض و كذلك العوامل التي أدت إلى المشكلة الراهنة و من هم الأشخاص او الأشياء التي تساعد على استمرارها , و ربما يبدأ المعالج بعض الإجراءات الإرشادية في الجلسة الاولى و في نهاية هذه الجلسه يعطي المسترشد استبانه حول تاريخ حياته تشتمل على اسئلة حول الاحداث السابقة , و المشكلات , و العوامل المبقية على المشكلات و تصنف الإجابات تبعا للعوامل السبعة السابق الإشارة إليها , و يطلب المرشد من المسترشد أن يحضر الاستبانة معه في الجلسة التالية.

و حول بداية الجلسة الثالثة فإن المعالج تكون لديه معلومات كافيه جميعها خلال المقابلتين الأولى و الثانية بالإضافة إلى المعلومات التي سجلها المسترشد في استبانه تاريخ الحياة , و يصبح في وسع المرشد ان يحدد بروفيل للمسترشد على المشكلات المحددة في المجالات السبعة :

و فيما يلي وصف لبروفيل خاص بشخص عمره 33 سنه يعاني من حالة اكتئاب .

أ- السلوك: انسحاب- تجنب , عدم النشاط

ب- الوجدان : اكتئاب , تأثم , تجريم للذات

ج- الإحساس : ثقيل و مختلط , متنفرز

د- التخيل : تخيلات الموت , صور لرفض الاسرة

هـ - المعرفة : حديث ذاتي حول الفشل السابق ,تقريرات ذاتيه حول عدم الاهميه الذاتية

و-العلاقات الشخصية : سالبه , غير توكيدية

ز-العقاقير و البيولوجيا : سبق العلاج بأدوية ثلاثية الحلقات و قد تم تغيير العلاج الدوائي الى دواء اخر

اساليب العلاج:

تنوع الأساليب في العلاج متعدد الوسائل حيث يمكن استخدام اكثر من وسيله و اكثر من طريقه و ذلك على النحو التالي :

1- في الجانب السلوكي:B

الانطفاء , الممارسة السالبة , منع الاستجابة , الغمر الاشراط المضاد: التخلص التدريجي من الحساسية التعزيز الايجابي بصوره، التعزيز السلبي بصوره ،العقاب

2- في الجانب الوجداني :

التنفيس : التعبير عن الجوانب الانفعالية المخزونة في وجود علاقة مساندة , استعادة المشاعر و التعبير عنها.

3- في جانب الإحساس : S

تحرير التوتر من خلال التغذية الراجعة الحيوية , الاسترخاء, التدريبات البدنية.

4- في جانب التخيل : I

تغيير صورة الذات , تخيلات المواجهة الايجابية للمواقف و الضغوط.

5- في الجوانب المعرفية :C

إعادة البنية المعرفية.

زيادة الوعي بالإحداث السابقة و علاقتها بالسلوكيات الراهنة.

6- العلاقات الشخصية : I

النمذجة , التقبل غير المشتمل على النقد.

7- العقاقير :

بالاضافة إلى الفحوص و العلاجات الطبية يمكن استخدام التمرينات الرياضية و التغذية و الاقلاع عن تعاطي المواد الضارة , كما قد تستخدم في بعض الاحيان الادوية النفسية و بصفه خاصة في حالات الفصام و الاكتئاب و في بعض حالات القلق .

الإرشاد الانتقائي(الخياري)
وهو أسلوب اختياري توفيقي بين أساليب الإرشاد المختلفة يأخذ منها بحياد ما يناسب ظروف المرشد والمسترشد والمشكلة والعملية الإرشادية بصفة عامة ويبدو أنّ أسلوب الانتقائي وجدت للتوفيق بين الإرشاد المباشر والإرشاد غير المباشر بما يخدم عملية الإرشاد
والمرشد التربوي على وفق أساليب الإرشاد الخياري لابد أن يعرف أساليب الإرشاد كلها وأن يكون قادراً على التوفيق بينها إذا اقتضى الأمر
خطوات إجراء الإرشاد الخياري:
‌ 1-تجميع كل ما هو معروف في مجال أساليب الإرشاد
 2-وضع تعريف إجرائي عملي لكل أسلوب
 3-التعرف على أفضلية استعمال أسلوب معين في موقف ما دون غيره
 4-تحقيق الصدق التنبؤي أو إثبات الصدق في أثناء التطبيق العملي
مزايا الإرشاد الخياري:
تتلخص أهم مزايا الإرشاد الخياري فيما يأتي:
 1-أداء أكبر فائدة إرشادية وبأي أسلوب
 2-يمثل الانفتاح العقلي من دون تحيّز أو جمود فكري
3-يوسع أفق المرشد ويجعله يحترم الأساليب كلها، ويجعلها أكثر حرية من الناحية المنهجية
 4-يمكّن المرشد من تقديم خدمات الإرشاد بأسلوب أكثر فاعلية

:ــ عيوب الإرشاد الانتقائي
1-يرى البعض بأنّ هذا النوع من الإرشاد ليس له فلسفة واضحة وأسس ثابتة ولا تتخذ فيه بوضوح معالم عملية الإرشاد
2-يرى البعض أنّه عبارة عن عملية توفيق بين أساليب الإرشاد الأخرى، والواقع أنّه أسلوب غريب غير متكامل
ــ أنواع الإرشاد الخياري:
 1-الاختيار بين الأساليب: يتعامل المرشد التربوي مع أساليب متعددة ومختلفة بحياد ولا يتحيّز لأسلوب معين دون آخر، ولذا عليه أن يختار بمرونة وذكاء الأسلوب المناسب للحالة أو المشكلة.
2-الجمع بين الأساليب: قد يجمع المرشد التربوي بين الأساليب فيختار من كل أسلوب أفضل ما فيه ويمزجها معاً ليخرج أسلوباً جديداً يكون مناسباً لحل المشكلة**.**