الإرشاد الفردي:  
تعريفه :

هو أحد أساليب الإرشاد النفسي الذي يقوم على علاقة بين مرشد نفسي ومسترشد واحد من أجل تقديم خدمات الإرشاد خلال الجلسات الإرشادية، ويقوم على مبدأ وجود فروق فردية بين الأفراد، وأن بعض المشكلات أسبابها فردية ولا تحل إلا على المستوى الفردي، كما يستخدم في حالات تحتاج إلى تركيز خاص وسرية تامة ويعطي فرصة للمسترشد لعرض مشكلاته الخاصة.

الارشاد الفردي هو ارشاد مسترشد واحد وجها لوجه في كل مرة في مكان يضمن للمسترشد سرية المعلومات وتعتمد فعاليته اساسا على العلاقة الارشادية بين المرشد والمسترشد اي انه علاقة مخططة بين طرفين .

الوظيفة الرئيسية للارشاد الفردي : تبادل المعلومات واثارة الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة .

خصائص الإرشاد الفردي:

* تتراوح الجلسة في الإرشاد الفردي ما بين 45- 55 دقيقة.
* يكون التركيز فيه على شخص واحد وهو المسترشد فقط.
* يكون التفاعل في الإرشاد الفردي بين طرفين ( مرشد- مسترشد(.
* يتميز الإرشاد الفردي بالسرية التامة.
* يتسم الحديث عن المشكلة في الإرشاد الفردي بعمق

أساليب الإرشاد الفردي:  
تختلف عملية الإرشاد الفردي باختلاف الأساليب المستخدمة، وأهم هذه الأساليب:  
الإرشاد المباشر :

( الإرشاد المتمركز حول المرشد ) للعالم الأمريكي ” ويليامسون “ يركز هذا الأسلوب من الإرشاد على مشكلة المسترشد ويتعامل مع الجانب العقلي للمشكلة أكثر من الجانب الإنفعالي، ويقوم المرشد بالدور الإيجابي النشط، ويتحمل المسؤولية كاملة في الإرشاد. وذلك إنطلاقا من الإفتراض بأن ” المشكلات التي يعاني منها المسترشد ناجمة عن نقص في المعلومات المتوفرة لديه. وأنه من خلال تقديم المعلومات المنظمة ذات الصلة بمشكلة المسترشد يمكن مساعدته في التخلص من هذه المشكلات والوصول به إلى التوافق والصحة النفسية “.

والهدف الرئيسي للإرشاد المباشر كما يراه ويليامسون هو مساعدة المسترشد على تنمية التفوق في مجالات الحياة وتحقيق الطاقة الإيجابية الكامنة، وبالتالي فهذا النوع من الإرشاد هو الأنسب للإستخدام في المدارس مع ضرورة مراعاة أن يكون المرشد النفسي ذو تدريب جيد.  
ولهذا النوع من الإرشاد جملة من الخطوات نمها:  
1 ــ جمع المعلومات وتحليلها:

يقوم المسترشد بجمع المعلومات باستخدام مختلف الوسائل كالاختبارات، المقابلة ، ثم يقوم بتحليلها بدقة ثم تنظيمها لتصبح المشكلة واضحة.  
2 ــ تركيب المعلومات:

يتم في هذه الخطوة تلخيص المعلومات وتنظيمها وتركيبها بشكل دقيق، وتصنيفها ضمن مجالات وذلك لتحديد مواطن القوة والضعف لدى المسترشد.

3 ــ التشخيص:

بعد تنظيم المعلومات وتركيبها وتصنيفها من قبل المرشد النفسي، يتم تشخيص المشكلة بدقة وتحديد أسبابها وأعراضها ومدى شدتها.  
4 ــ التنبؤ:

يحدد المرشد مآل المشكلة في ضوء توقعاته حول التطورات المستقبلية لحالة المسترشد في ضوء درجة حدة المشكلة وصعوبتها.  
5 ــ استخدام الإرشاد مع المسترشد للوصول إلى حل لمشكلته:

يقوم المسترشد بتفسير المعلومات التي جمعها وتوضيحها للمسترشد، وتقديم النصح والإرشاد وتحويل السلوك الإنفعالي عند المسترشد إلى سلوك عقلي منطقي. واقتراح الحلول المناسبة وإقناع المسترشد بهذه الحلول لتحقيق التوافق.  
6 ــ المتابعة:

وتعني متابعة المرشد للمسترشد بعد إنتهاء عملية الإرشاد لمعرفة مدى تحسنه ومساعدته على مواجهة المشكلات الجديدة.

الإرشاد الغير مباشرالإرشاد المتمركز حول المسترشد): للعالم الأمريكي” كارل روجرز“  
يعتمد هذا النوع من الإرشاد على المسترشد وما لديه من قدرة في النمو والإرتقاء وتحقيق ذاته، فإذا إستفاد المسترشد من الإمكانات المتوفرة لديه تمكن من حل مشكلته بنفسه والعكس يؤدي لديه إلى الإضطراب ويحتاج بذلك الفرد لمن يحفزه على فهم وإدراك إمكاناته وهذا يكون من خلال إقامة علاقة عميقة بين المرشد والمسترشد يسودها الإحترام والمشاركة الوجدانية والتشجيع حيث يعيش المرشد مع المسترشد مشكلته ويوفر له كل ظروف الإهتمام والتفاعل والتفهم بعيدا عن الوعظ والنصح وإصدار أحكام اللوم أو الإتهام ليتمكن المسترشد من تفريغ إنفعالاته والحديث بطلاقة عن مشكلته وبحرية للوصول إلى الحل المناسب .

وبالتالي يمكن تلخيص الإرشاد الغير مباشر في ” إقامة علاقة إرشادية وتهيئة أجواء نفسية تمكن المسترشد من أن يحقق أفضل نمو نفسي أي أن الهدف ليس مجرد حل مشكلة معينة وعليه تتحدد أهداف الإرشاد الغير مباشر في:

* مساعدة المسترشد على الوصول إلى نمو نفسي سليم.
* الوصول بالمسترشد إلى إعتماد كبير على ذاته وتحمل أكثر للمسؤولية.
* الوصول إلى تقدير الذات وتقبلها .
* مساعدة المسترشد على تعلم المواجهة الذاتية للمشكلات والإتخاذ الفردي للقرار.

ويتلخص دور المرشد هنا كونه أداة للتغيير أساسا في إقامة علاقة طيبة تساعد على توجيه عملية نمو المسترشد وتسهل له الحديث عن نفسه وعن مشكلاته دون عوائق، ويمكن إيجاز هذا الدور فيما يلي:  
1 ــ الترحيب بالمسترشد والعمل على تشجيعه للحديث بصدق وصراحة وبث الثقة في نفسه والتعهد بسرية المعلومات وتهيئة جو إرشادي آمن.  
2 ــ تهيئة بيئة إرشادية مناسبة من خلال التقابل في الجلوس، الإنصات والمشاركة الوجدانية وينبغي أن تكون العلاقة بين الطرفين علاقة مهنية ترسم لها حدود لا يجوز تخطيها. كما ينبغي تحديد زمن الجلسات إلى غير ذلك من العوامل المساعدة على تهيئة بيئة مناسبة.  
3 ــ إقامة علاقة جيدة مع المسترشد من خلال إضفاء جو يسوده الثقة والتعاطف والإحترام والتفاعل الإيجابي حتى يصل المرشد بالمسترشد إلى التحرر من كل أشكال القلق والتهديد.  
4 ــ السماح للمسترشد بالتعبير عن مشاعره وإنفعالاته المتمركزة حول المشكلة التي يعانيها فكلما أصبح المسترشد أكثر وعيا بمشاعره وخبراته أصبح مفهومه عن ذاته أكثر تطابقا مع الواقع.  
5 ــ الإهتمام بالمشاعر الإنفعالية السلبية التي تظهر عند المسترشد ككراهيته لذاته أو لأبيه وعلى المرشد أن لا يدافع عن المسترشد ولا أن يقبل بتبريراته، بل يجعله يواجه هذه المشاعر بصراحة.

**فنيات الارشاد الفردى:**

**ان**فنيات الارشاد الفردى تكون من خلال العلاقة الارشادية ومن خلال المقابلات الارشادية والاسلوب المستخدم فى الارشاد والنظريات .

**اولا : العلاقة الارشادية:**

ولبناء هذه العلاقة فعلى الاخصائى ان يكون:

* مخلصا وفيا وامينا مع الطالب .
* محترما ومتقبلا ومتفاهما مع الطالب.
* ملتزما بالسرية المطلقة للمعلومات التى يصرح بها .
* مظهرالثقة من حيث قدرته على القيام بعملية الارشاد.
* مظهر الاهتمام الصادق بمشاعر الطالب .
* متعاطفا بصدقة وامانته مع احاسيس ومشاعر الطالب.

**ثانيا : المقابلات الارشادية**:

الملاحظات التى يهتم بها الاخصائي اثناء المقابلة:

* سلوك الطالب:ويقصد بها انفعالات الطالب من فرح وسرور وحزن وبكاء.
* مظهر الطالب وتصرفاته:ويقصد بها الملابس والنظافة والمظهر العام وجميع اللوازم الحركية.
* حديث الطالب :ويقصد به طلاقة الحديث والاقتصاد فى الكلام من حيث الكذب ومواقفه والنسيان.

وكذلك يجب الاهتمام بالاتى :

1. موعد المقابلة.
2. مكان المقابلة.
3. مدة المقابلة.
4. تسجيل المقابلة.

هناك العديد من الحالات التي يمكن استخدام الارشاد الفردي معها وهي

* الحالات ذات المشكلات التي يغلب عليها الطابع الفردي والخاصة جداً ولا يريد المسترشد أن يعلم بها أحد .
* الحالات التي لا يمكن تناولها بفاعلية وبنجاح عن طريق الارشاد الجماعي .
* يستخدم في المشكلات ذات الطابع الاجتماعي ومنها العنوسة لدي الفتيات ،الطلاق ،الهجرة، المشكلات الاسرية، وغيرها من المشكلات.
* مشكلات تتعلق بالمدرسة ويقوم بها المرشد داخل المدرسة ومنها،التسرب من المدرسة ،كثرة الغياب،التسرب والمشاغبة المستمرة،ضعف التركيز للطالب وغيرها من المشاكل .
* الارشاد الفردي مفيد للحالات التي تجد الحرج في طرح مشكلتها خاصة للفتيات،مثل العلاقة مع الزوج .
* تقديم الارشاد لفردي اللمنحرفين والاحداث والمجرمين والتعرف علي دوافهم من الاعمال،كالسرقة والقتل وغير ذلك .
* يستخدم في المشكلات السلوكية مثل العنف , السرقة, الكذب
* يستخدم قي حالات الطلاق والتدخين والتعاطي والانحراف