وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة المستنصرية
كلية التربية الاساسية
قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
الدراسات الاولية/ المرحلة الثالثة

طرق واساليب ارشادية

استاذ المادة

م.د. علي احمد جاسم

❖ **تعدد طرق الإرشاد النفسي**

عرفنا أن نظريات التوجيه والإرشاد النفسي متعددة، وأن من أهمها نظرية الذات، والنظرية السلوكية، ونظرية المجال، ونظرية السمات والعوامل، ونظرية التحليل النفسي. وترتبط بالنظريات المتعددة طرق متعددة للإرشاد، فمثلا ترتبط بنظرية الذات طريقة الإرشاد غير المباشر أو الممركز حول الذات، وترتبط بالنظرية السلوكية طريقة الإرشاد السلوكي, ونظرية السمات والعوامل بأسلوب الارشاد المباشر.

وتتعدد طرق الإرشاد كذلك حسب ارتباطها بنظريات أخرى من نظريات الشخصية غير ما ذكرنا فمثلا ترتبط طريقة الإرشاد باللعب بنظريات اللعب، وتتعدد الطرق كذلك، فنجد منها ما يوفق بين طريقتين مثل الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي، وكذلك الإرشاد المباشر وغير المباشر، أو أن تجمع بين عدد من الطرق وعدد من النظريات مثل طريقة الإرشاد الخياري، ومن طرق الإرشاد النفسي، ما يرتبط بأسلوب معين مثل طريقة الإرشاد الديني ومنها ما قام على أساس بحوث علمية حديثة مثل الإرشاد المختصر، ومنها ما يرتبط بمجال معين من مجالات الإرشاد النفسي مثل طريقة الإرشاد خلال العملية التربوية.

❖ **أهمية دراسة طرق الإرشاد المتعددة:**

يتحمس بعض المرشدين الطريقة دون أخرى ويعتبرونها طريقة الطرق، وأن ما سواها يعتبر لا شيء وفي الواقع، لا توجد طريقة عامة شاملة، أو جامعة مانعة، ومن ثم فعلى الدارس والممارس أن يعرف كل الطرق.

ومما تجدر الإشارة إليه هو أن العلماء يتابعون دراسة طرق الإرشاد النفسي المعروفة، ويبتكرون طرقا جديدة لا تزال تحت الدراسة، والبحث فعلى سبيل المثال درس هاريس Harris,1971؛ أساليب ثلاثة مستقلة مشتقة من طريقة الإرشاد الجماعي أطلق عليها تأثير الخبير، والتقليد الاجتماعي، وتأثير المعايير الاجتماعية، وقارنها بطريقة جديدة وهي الإرشاد بالمراسلة أي عن طريق الخطابات، وبدون اتصال شخصي بين المرشد والعميل، ولكنه وجد أن الأساليب الثلاثة المشتقة من طريقة الإرشاد الجماعي أجدى من الإرشاد بالمراسلة، ورغم هذه النتيجة فإن طريقة الإرشاد بالمراسلة جديرة بالمزيد من البحث والدراسة. وفي تناولنا لطرق الإرشاد النفسي سوف نركز على عدد منها وهي كالاتي:-

الإرشاد الفردي

الإرشاد الفردي هو إرشاد عميل واحد وجها لوجه في كل مرة، وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والعميل، أي أنه علاقة مخططة بين الطرفين، تتم في إطار الواقع وفي ضوء الأعراض وفي حدود الشخصية ومظاهر النمو.

ويعتبر بعض المختصين أن التعامل مع اثنين أو ثلاثة هو ارشاد فردي، ويعد الإرشاد الفردي نقطة الارتكاز لأنشطة متعددة في برامج التوجيه والإرشاد، ويحتاج الإرشاد الفردي إلى توافر عدد كبير من الأخصائيين لمواجهة الحاجات الفردية للإرشاد، ويتراوح وقت الجلسة الإرشادية الفردية بين ٣٠-٦٠ دقيقة، ويتحدد طول الفترة الزمنية أو قصرها وفقا لعوامل عديدة منها الهدف من الجلسة، وطبيعة المشكلة، وخصائص المسترشد وعمره، ويستخدم الإرشاد الفردي مع الطلبة الذين يعانون من المشكلات ذات الطابع الشخصي والذي لا يصلح عرضها أمام الآخرين. ومن الجدير بالذكر أن الإرشاد الفردي يحتاج إلى الجهد والوقت والمال، وذلك لأنه يختص بالطلبة كأفراد ويتم إرشادهم على انفراد. ولذلك يحتاج الإرشاد الفردي إلى توافر أعداد كافية من المرشدين النفسيين، بحيث يقابلون الحاجات الفردية للإرشاد.

ومن الوظائف الرئيسية للإرشاد الفردي، تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى العميل وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة.

❖ حالات استخدام الإرشاد الفردي

١. إذا تطلبت حالة المسترشد ومشكلته انتباها وتركيزا شديدا لا يتوافر أو يتاح من خلال الإرشاد الجماعي .

٢. عندما يكون موضوع الإرشاد أو العلاج انحراف جنسيا أو إدمانا المخدرات.

٣. إذا كان المسترشد في حالة تتطلب التدخل السريع كما هو في الحالات الهستيرية والإكتئابية .

٤. عندما لا يكون لدى المسترشد القدرة على تكوين علاقات اجتماعية وتنقصه مهارة التفاعل مع الأخرين كما هو في حالات الفوبيا الاجتماعية .

٥. عندما يرفض المسترشد الجماعة لأن مشكلته على درجة من الخصوصية.

الإرشاد الجماعي

هو ارشاد عدد من المسترشدين الذين يُفضّل ان تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معا في جماعات صغيرة. ويتعامل الإرشاد الجماعي مع مشكلات التكيف والتوافق اليومية ومن أمثلة ذلك تغيير السلوك وتطوير مهارات العلاقات الشخصية والاجتماعية.

وللإرشاد الجماعي فائدة مزدوجة، فهو اولاً ارشاد اقتصادي، لان ارشاد عدة مسترشدين في وقت واحد يمكن أن يكون ذا أهمية اجتماعية كبيرة، والفائدة الثانية لهذا الإرشاد هو أنه قد يكون في حد ذاته أكثر فاعلية فيما يخص قسم من المشكلات.

وفي الإرشاد الجماعي يستحسن أحيانا أن تكون الجماعة متجانسة عقليا واجتماعيا حتى يتمكن المرشد من التعامل مع جميع أعضائها في مستوى يناسب الجميع.

❖ الأسس النفسية والاجتماعية للإرشاد الجماعي

يقوم الإرشاد الجماعي على أسس نفسية واجتماعية أهمها ما يلي:

١ – الإنسان كائن اجتماعي، لديه حاجات نفسية واجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلى الأمن، والنجاح، والاعتراف، والتقدير، والمكانة، والشعور بالانتماء، والشعور بالمسئولية، والحب والمحبة، والمسايرة، وتجنب اللوم، والانقياد والسلطة والضبط والتوجيه ... إلخ.

٢ – تتحكم المعايير الاجتماعية التي تحدد الأدوار الاجتماعية في سلوك الفرد وتخضعه للضغوط الاجتماعية.

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

٤– يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعي هدفا هاما من أهداف الإرشاد النفسي.

٥ – تعتبر العزلة الاجتماعية سبباً من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية.

❖ الجماعة الإرشادية:

تضم الجماعة الإرشادية عددا من العملاء. وهي تكون إما جماعة طبيعية قائمة فعلا مثل جماعة طلاب في فصل، أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الإرشاد، وتتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة، ومن ثم فلا بد أن يعرف جميع أفراد الجماعة أهدافها وأسلوب العمل الجماعي ومسئولياتهم.

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

❖ القوى الإرشادية في الجماعة:

للجماعة قوى إرشادية هائلة يجب استغلالها، وتعريف أعضاء الجماعة الإرشادية بهذه القوى حتى يمكن الاستفادة منها. وتعبر القوى الإرشادية في الجماعة عن فائدة الجماعة الإرشادية، وفيما يلي أهم القوى الإرشادية في الجماعة:-

١. التفاعل الاجتماعي: للتفاعل الاجتماعي أي الأخذ والعطاء والتأثير المتبادل بين أعضاء الجماعة الإرشادية تأثيره الفعال فهو يجعل الأعضاء يندمجون في النشاط الاجتماعي، ويصبح للإرسال والاستقبال الاجتماعي تأثير إرشادي ملموس بين جميع أعضاء الجماعة، فلا يعتمد الإرشاد على المرشد وحده بل يصبح العملاء أنفسهم مصدرا من مصادر الإرشاد.

٢. الخبرة الاجتماعية: تتيح الجماعة كنموذج مصغر للمجتمع فرصة لتكوين علاقات اجتماعية جديدة، واكتساب خبرات ومهارات اجتماعية تفيد في تحقيق التوافق الاجتماعي وتعمل الجماعة على إظهار أنماط السلوك الاجتماعي العام إلى جانب السلوك الفردي الخاص، وأنماط السلوك المعياري إلى جانب أنماط السلوك الشاذ.

٣. الأمن: يؤدي انتماء العميل إلى جماعة إرشادية إلى الشعور بالتقبل، والتخلص من الشعور بالاختلاف، والاقتناع بأنه ليس وحده الشاذ وأن المشكلات النفسية تواجه الناس جميعا كذلك فإن سماع العميل غيره وهم يتحدثون عن مشكلاتهم، يزيد من اطمئنانه ويقلل من مقاومته للتحدث عن مشكلاته وخاصة عندما يجد أنها مشكلات مشتركة، فهو يرى من هو أسوأ منه حالا فيهدأ روعه، ومن هم أحسن منه حالا فيزداد أمله في التحسن كذلك فإن العميل يجد في رفاقه من أعضاء الجماعة سندا انفعاليا ومجالا مناسبا للتنفيس والتفريغ والتطهير الانفعالي وهذا كله يشعره بالأمن.

٤. الجاذبية: للجماعة جاذبيتها الخاصة لأعضائها، وذلك بتوفيرها لأنشطة جماعية تتيح إشباع حاجات أعضائها وإشعارهم بالأمن وتحقيق الأهداف.

٥. المسايرة: الجماعة يكون لها معاييرها التي تحدد السلوك الاجتماعي المتوقع، وتعتبر المعايير بمثابة "نورموستات" Normostat السلوك الفردي "منظم السلوك الفردي" التي

توقفه عند الحدود المقبولة اجتماعيا. ويلتزم أعضاء الجماعة بمسايرة هذه المعايير ومن أهم المعايير في الجماعة الإرشادية الكلام عن المشكلات في تعبير حر صادق وإتاحة الفرصة لمناقشتها بهدف الوصول إلى حلها وتغيير السلوك، هذا وتضغط الجماعة على أعضائها لمسايرة هذا المعيار وعدم مغايرته. ومما يبرز أهمية القوى الإرشادية للجماعة، دراسة فيرنر Werner؛ ١٩٧٢ عن مدى تأثير ونجاح عملية الإرشاد الجماعي في جماعات بدون قائد ومن المتخلفين دراسيا، وأظهرت دراسة عملية الإرشاد الجماعي " عن طريق شرائط التسجيل المسموعة والمرئية فعالية القوى الإرشادية للجماعة حتى بدون قائد في نجاح عملية الإرشاد.

❖ حالات استخدام الإرشاد الجماعي

يستخدم الإرشاد الجماعي في عيادات ومراكز الإرشاد النفسي في الحالات الآتية:

- إرشاد جماعات الأطفال والشباب والراشدين والشيوخ والمغتربين ... إلخ.

- توجيه الوالدين للمساعدة في إرشادهم أولادهم.

- الإرشاد الأسري.

- الإرشاد المهني في المدارس والمؤسسات.

- أصحاب الحالات ذات المشكلات العامة المشتركة مثل مشكلات التوافق الاجتماعي والمدرسي.

- حالات التمركز حول الذات والانطواء والخجل والصمت والشعور بالنقص.

- حالات التحويل الذي يطرأ في عملية الإرشاد الفردي، حيث تساعد الجماعة في فطام العميل نفسيا من علاقة التحويل ذات البعد الواحد بينه وبين المرشد فتشعبها وتحيلها إلى علاقة متعددة الأبعاد بينه وبين أعضاء الجماعة، وبذلك يسهل التخلص التدريجي من التحويل. هذا ويجب ألا تضم الجماعة الإرشادية الأفراد الذين لديهم مشكلات متطرفة، أو المرضى النفسيين أو الجانحين.