

مناهج الإرشاد:

هناك عدة مناهج للإرشاد النفسي، يوجزها المؤلفون في النقاط التالية:

١. المنهج الإنمائي: Developmental :

يطلق عليه المنهج الإنشائي أو التكويني، وأحيانا يطلق عليه الاستراتيجية الإنشائية Strategy of promotion، وترجع أهمية المنهج الإنمائي إلى أن خدمات التوجيه والإرشاد تقدم أساسا إلى الأسوياء لتحقيق زيادة كفاءة الفرد، وإلى تدعيم الفرد المتوافق إلى أقصى حد ممكن. ويحتوي على الإجراءات والعمليات الصحيحة التي تؤدي إلى النمو السليم لدى الأشخاص والارتقاء بأنماط سلوكهم المرغوبة خلال مراحل نموهم حتى يتحقق أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية والتوافق النفسي والسعادة والكفاية عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات، وتحديد أهداف سليمة للحياة،

وتوجيه الدوافع والقدرات والإمكانات التوجيه السليم نفسياً واجتماعياً وتربوياً ومهنياً، ورعاية مظاهر الشخصية الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية.

٢. المنهج الوقائي : Preventive :

يحتل المنهج الوقائي مكانا بارزا في الإرشاد النفسي. ويطلق عليه أحيانا منهج "التحصين النفسي" ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية. وهو الطريقة التي يسلكها الشخص كي يتجنب الوقوع في مشكلة ما. ويقول المثل "الوقاية خير من العلاج". ونحن نعرف أن الوقاية تغني عن العلاج، وأن جرام وقاية خير من طن علاج، وأن الطن من الوقاية يكلف المجتمع أقل مما يكلفه جرام واحد من العلاج.

يهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية. وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة هي:

الوقاية الأولية: وتتضمن منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرض بإزالة الأسباب حتى لا يقع المحذور.

الوقاية الثانوية: وتتضمن محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بقدر الإمكان للسيطرة عليه ومنع تطوره وتفاقمه.

الوقاية من الدرجة الثالثة: وتتضمن محاولة تقليل أثر إعاقة الاضطراب أو منع تفاقم المرض. وتتركز الخطوط العريضة للوقاية من الاضطرابات النفسية فيما يلي:

الإجراءات الوقائية الحيوية: تتضمن الاهتمام بالصحة العامة، والنواحي التناسلية.

الإجراءات الوقائية النفسية: تتضمن رعاية النمو النفسي السوي، ونمو المهارات الأساسية، والتوافق الزوجي، والتوافق الأسري، والتوافق المهني، والمساندة أثناء الفترات الحرجة، والتنشئة الاجتماعية السليمة.

الإجراءات الوقائية الاجتماعية: تتضمن إجراء الدراسات والبحوث العلمية وعمليات التقويم والمتابعة والتخطيط العلمي للإجراءات الوقائية.

٣. المنهج العلاجي:

يتضمن مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الشخص لعلاج مشكلاته والعودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية، ويهتم هذا المنهج باستخدام الأساليب والطرق والنظريات العلمية المتخصصة في التعامل مع المشكلات من حيث تشخيصها ودراسة أسبابها، وطرق علاجها، والتي يقوم بها المتخصصون في الإرشاد النفسي. وهناك بعض

المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنبؤ بها فتحدث فعلا. كما أنه من المعلوم أن كل فرد يخبر في وقت ما مواقف أزمات Crisis - situation وفترات حرجة ومشكلات حقيقية يحتاج فيها إلى مساعدة ومساندة لتخفيض مستوى القلق ورفع مستوى الأمل. ويتضمن دور المنهج العلاجي كذلك علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

يهتم المنهج العلاجي بنظريات الاضطراب والمرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المرشدين والمعالجين والمراكز والعيادات والمستشفيات النفسية. ويلاحظ أن المنهج العلاجي يحتاج إلى تخصص أدق في الإرشاد العلاجي، إذا قورن بالمنهجين الإنمائي والوقائي. وهو أكثر المناهج الثلاثة تكلفة في الوقت والجهد والمال، كذلك فإن نسبة نجاح الاستراتيجيات لا تكون ١٠٠%.