



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

# طرائق واساليب الارشاد

استاذ المادة

م.د. علي احمد جاسم

❖ الجماعة الإرشادية:

تضم الجماعة الإرشادية عددا من المسترشدين. 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.

#### ❖ 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 التمرکز حول الذات والانطواء والخجل والصمت والشعور بالنقص.

#### ❖ الإعداد للإرشاد الجماعي

الإعداد للإرشاد الجماعي عملية هامة متعددة الجوانب، تتضمن استعداد المرشد وإعداد أعضاء الجماعة، وإعداد العيادة أو المركز للإرشاد الجماعي.

أما عن استعداد المرشد، فإنه يدور أساسا حول استعداده للقيام بدوره في عملية الإرشاد الجماعي، فالمرشد مسئول عن عملية الإرشاد، وعن تهيئة الجو الإرشادي المناسب ويقوم المرشد بدوره من داخل الجماعة، ويفضل البعض أن يتم الإرشاد بطريقة غير مباشرة أو غير موجهة، بينما بعض المرشدين يميلون إلى اتباع طريقة الإرشاد المباشر، والأفضل هو أن يكون لدى المرشد اتجاه اختياري بالنسبة لطرق الإرشاد .

ويشارك المرشد مع زملائه أعضاء فريق الإرشاد النفسي كأعضاء في الجماعة الإرشادية، وليس كقيادة، ويقوم المرشد بدور الإثارة والضبط والتركيب والتفسير والشرح والتعليق، ويهيئ المجال للتفاعل الاجتماعي الحر بين أعضاء الجماعة ولا يحتكر المناقشة بل يشجع

الأعضاء على النشاط والمشاركة والتعليق، هذا ويجب أن يحيط المرشد علماً وخبرة وعملاً بـسيكولوجية الفرد وديناميات الجماعة لأن الإرشاد الجماعي عملية اجتماعية.

وأما عن إعداد أعضاء الجماعة، فلا بد توفر بعض الشروط وهي كما يلي:

١. يتراوح عدد أعضاء الجماعة الإرشادية عادة بين ٣ - ١٥ مسترشداً. ويرى البعض أن العدد الأمثل هو ٧-١٠ أفراد، إلا أن العدد قد يصل إلى ٥٠ فرداً في بعض الحالات الخاصة.

٢. يحسن أن تتشابه مشكلات أعضاء الجماعة، مما يكون عاملاً مشتركاً بينهم، ويعتبر أساساً لتماسك الجماعة لوجود اهتمام وتعاطف متبادل ومشاركة انفعالية.

٣. يفضل أن تكون الجماعة متجانسة عقلياً واجتماعياً حتى يتمكن المرشد من التعامل مع جميع أعضائها على مستوى يناسب الجميع، ويرى البعض أن من الأفضل عدم تجانس أو تشابه أعضاء الجماعة، ويفضلون أن تتضمن الجماعة أفراداً من الجنسين ومتفاوتين في المستوى الاجتماعي والاقتصادي وتختلف مشكلاتهم، وذلك حتى يتحقق التوازن في التفاعل الاجتماعي في الجماعة، ويقولون إن ذلك أقرب إلى الواقع في الحياة الاجتماعية، ويتيح فرصة تعلم الأعضاء وتدريبهم مشاهدين ومشاركين على كيفية حل مشكلات أخرى غير المشكلات الحالية قد تطرأ عليهم مستقبلاً.

٤. يقوم المرشد بإجراء مقابلة فردية مع كل مسترشد، تخصص لعملية الفحص والتشخيص وإعداده قبل انضمامه إلى الجماعة ويجب تهيئة المسترشد بتعريفه بفائدة الانضمام إلى الجماعة بحيث يشعر بالثقة في رفاقه أعضاء الجماعة ويشعر بالراحة ويتحمل ضغط الجماعة الإرشادية، حتى يستفيد من الجلسات الإرشادية، ويجب تعريفه أنه يستطيع أن يترك الجماعة ويتحول إلى الإرشاد الفردي في أي وقت يشاء.

٥. في المدارس والمؤسسات التي يعرف المسترشدين فيها بعضهم بعضاً، يفضل استخدام مقياس العلاقات الاجتماعية "الاختبار السوسيومتري" في تكوين الجماعة ضماناً لتماسكها.

وأما عن إعداد العيادة والمركز للإرشاد الجماعي، فمنه إعداد حجرات الإرشاد الجماعي المتسعة والأثاث المناسب والأدوات المطلوبة والأجهزة اللازمة حسب أسلوب الإرشاد

الجماعي، مثل إعداد مكان كمسرح في حالة استخدام أسلوب التمثيل النفسي المسرحي ... وهكذا.

#### ❖ معايير تعدد أساليب الإرشاد الجماعي

تتعدد أساليب الإرشاد الجماعي وذلك حسب المعايير الآتية:

١. أعضاء الجماعة ومشكلاتهم النفسية من حيث مدى التشابه أو الاختلاف، ومن

ناحية الجنس والسن والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، ومن حيث نوع المشكلات.

٢. طريقة تكوين الجماعة من حيث كونها عشوائية أو يراعى فيها بناء العلاقات

الاجتماعية.

٣. مدى استغلال دينامية الجماعة في عملية الإرشاد من حيث ترك المجال للتأثير الحر

التلقائي، أو التأثير في شكل تلقين يقوم على إعداد سابق.

٤. حدود الانفتاح أو الانغلاق، من حيث إشراك أشخاص آخرين في عملية الإرشاد، أو

جعل الجلسات مغلقة تضم المسترشدين والمرشد فقط.

٥. نوع النظرية التي يتبعها المرشد من حيث تركيزها على دينامية الجماعة، أو على

شخصيات الأفراد.

٦. المكان الذي تتم فيه الجلسات الإرشادية مثل العيادة أو مركز الإرشاد أو المنزل أو

المدرسة أو مكان العمل أو النادي ... إلخ.

#### ❖ أساليب الإرشاد الجماعي

وفيما يلي تفصيل الكلام عن أساليب الإرشاد الجماعي:-

أولاً: التمثيل النفسي المسرحي "السيكودراما" Psychodrama: التمثيل النفسي المسرحي

أو التمثيلية النفسية، أو المشكلات النفسية، أو الإرشاد بالتمثيلات النفسية من أشهر

أساليب الإرشاد الجماعي، وهو عبارة عن تصوير تمثيلي مسرحي لمشكلات نفسية في شكل

تعبير حر في موقف جماعي يتيح فرصة التنفيس الانفعالي التلقائي والاستبصار الذاتي،

وقد ابتكر هذا الأسلوب يعقوب مورينو Moreno في فيينا سنة ١٩٢١، وأنشأ أول مسرح

علاجي لتقديم السيكودراما سنة ١٩٧٢ في الولايات المتحدة الأمريكية، ويرى مورينو

"١٩٦٦" أن أهم ما في التمثيل النفسي المسرحي هو حرية السلوك لدى الممثلين

"المسترشدين" وتلقائيتهم، بما يتيح التداعي الحر والتنفيس الانفعالي حين يعبرون في حرية

تامة في موقف تمثيلي فعلي عن اتجاهاتهم ودوافعهم وصراعاتهم وإحباطاتهم ... إلخ، بما يؤدي في النهاية إلى تحقيق التوافق والتفاعل الاجتماعي السليم والتعلم من الخبرة الاجتماعية، ويعتبر ويلز (Wells,1962) التمثيل النفسي المسرحي ابتكارا من أهم الابتكارات الثورية في العلاج والإرشاد النفسي.

اما عن موضوع المسرحية فقد يتضمن المواقف التي عاشها المسترشد مع ذويه واهله او التي يعاني منها في الحاضر او التي يخاف من مواجهتها ، وقد تدور المسرحية حول المواقف الخاطئة والاهام والامراض والاتجاهات السالبة المشحونة انفعاليا او ذات دلالة خاصة في مشكلة المسترشد. هناك بعض المرشدين الذين يجمعون مشاكل المسترشدين ويختارون من بينها المادة المسرحية.

أما عن تأليف موضوع أو قصة التمثيلية النفسية، فيقوم به المسترشدين أنفسهم مسبقا، وقد يكون التأليف تلقائيا حسب ما يقتضيه الموقف، وفي بعض الحالات قد يساعد المرشد في التأليف، أما عن الحوار أو السيناريو" فلا يعد لقصة التمثيلية حوار، ولكن يترك ذلك لتلقائية وابتكار المسترشدين أثناء التمثيل.

وفي عملية التمثيل، يفضل أن يختار كل عضو الدور الذي يرغب في تمثيله، وأهم ما يطلب من الممثلين هو الاندماج الكامل في المشاهد التمثيلية، أي ألا يمثلوا ولكن يكون سلوكهم معبرا عن أفكارهم الخاصة الحقيقية بتلقائية، وحرية كاملة، وأن تبتكر المشاهد التمثيلية ابتكارا أثناء التمثيل ومما يلاحظ أن المسترشدين يسلكون سلوكا أقرب إلى الواقع منه إلى التمثيل فهم ليسوا ممثلين محترفين. ويكون المتفرجون غالبا من أعضاء الجماعة الإرشادية وأعضاء فريق الإرشاد.

وبعد التمثيل، يبدأ الممثلون والمتفرجون في مناقشة أحداث التمثيلية من ناحية السلوك وليس من الناحية الفنية، والتعليق عليها ونقدها، واستعراض ما يمكن استنتاجه من مواقف الممثلين وخبراتهم ومشكلاتهم، وما يظهر من اتجاهات وتجارب. إلخ ....

ويقوم المرشد بتفسير ديناميات التمثيلية وإظهار الشحنات الانفعالية والصراعات الداخلية ومظاهر القلق، مما يزيد استبصار المسترشدين بهدف تعديل السلوك في الحياة العملية.

وقد دأب الباحثون على تطوير التمثيل النفسي المسرحي، ومن ذلك تسجيل أحداث التمثيلية النفسية صوتيا على شريط أو تسجيلها صوتا وصورة على شريط فيديو، وهذا يتيح للمرشد

والمسترشدين فرصة سماعها ومشاهدتها مرة أخرى للاستزادة والنقد الذاتي وتحديد مدى التقدم في عملية الإرشاد، كذلك يستخدم البعض مساعدات إضافية للتحكم في سلوك المسترشدين وإضعاف مقاومتهم أثناء التمثيل مثل استخدام بعض العقاقير بإشراف الطبيب، وفي بعض الأحيان تستخدم أشكال مساعدة في الأداء التمثيلي مثل ما يسمى "الرقص النفسي".

ثانياً: التمثيل الاجتماعي المسرحي " السوسيو دراما" Sociodrama: أو التمثيل الاجتماعي المسرحي "السوسيو دراما"، والتي تعالج مشكلة عامة لعدد من المسترشدين، أو المشكلات الاجتماعية بصفة عامة، يعتبر بمثابة توأماً للتمثيل النفسي المسرحي، ويطلق عليها أحياناً اسم لعب الأدوار .

ثالثاً: المحاضرات والمناقشات الجماعية: أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التعليمي، حيث يغلب فيها المناخ شبه العلمي، ويلعب فيها عنصر التعليم وإعادة التعليم دوراً رئيسياً، حيث يعتمد أساساً على إلقاء محاضرات سهلة على المسترشدين يتخللها ويليها مناقشات. وتهدف المحاضرات والمناقشات الجماعية أساساً إلى تغيير الاتجاهات لدى المسترشدين.

ومن رواد استخدام أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية علاجياً مكسويل جونز Jones أثناء الحرب العالمية الثانية، الذي استخدم أسلوب المحاضرات المكتوبة التي يقرأ كل مسترشد منها فقرة ويلخصها ويعلق عليها ويناقشها الجميع مناقشة حرة. وقد أدت تجارب بعض الباحثين إلى نتائج تدل على أن المناقشات والقرار الجماعي بين أعضاء الجماعة يؤدي إلى قرار جماعي أكثر صدقاً واتزاناً من تقدير ورأي فرد واحد مما يؤثر في دقة وكفاية الحكم على إدراك أعضاء الجماعة.

ويفضل أن يكون أعضاء الجماعة الإرشادية في حالة استخدام أسلوب المحاضرة والمناقشة الجماعية متجانسين، بمعنى أن يكونوا جميعاً يعانون من مشكلات متشابهة مثل المشكلات التربوية والاجتماعية والمهنية.

أما عن موضوعات المحاضرات والمناقشات فقد تكون الموضوعات عن الصحة النفسية والمرض النفسي وأسباب وأعراض المشكلات والاضطرابات النفسية. أما المحاضرون، فأهمهم عادة المرشد، وهو يعتمد على تأثيره الشخصي على المسترشدين، ويلقي بعض المحاضرات محاضرون مدعوون لهذا الغرض من تخصصات مختلفة مثل الأطباء

والأخصائيين الاجتماعيين والموجهين التربويين وبعض المسؤولين في عالم المهنة وبعض علماء الدين ... إلخ، ويمكن أن يقوم بإلقاء بعض المحاضرات أو المشاركة فيها بعض أعضاء الجماعة أنفسهم، مع أقل تدخل من جانب المرشد. ويدعى بعض المسترشدين الذين تلقوا خدمات الإرشاد من قبل واستفادوا منه لإلقاء محاضرات على المسترشدين الحاليين تتناول خبراتهم أثناء عملية الإرشاد وخلال تقدمهم نحو حل مشكلاتهم.

وفي المحاضرات تستخدم الوسائل المعينة الممكنة مثل الأفلام والكتيبات مثل كيف تذاكر دروسك، كيف تنجح في الامتحان، عالم الوظائف والمهن ... إلخ، وغير ذلك مما يساعد في الإيضاح.

هذا وتتم أحيانا المزوجة بين المحاضرات والمناقشات الجماعية وبين الترفيه والسمر والنشاط الفني وغير ذلك من أوجه النشاط التلقائي الحر، حتى لا تأخذ العملية شكلا أكاديميا أكثر من اللازم.

ويلاحظ أن أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية يستخدم بنجاح وعلى نطاق واسع في الإرشاد الوقائي وخاصة في المدارس والمؤسسات.

رابعاً: النادي الإرشادي: أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي القائم على النشاط العملي والترويحي والترفيهي بصفة عامة، أي أن النشاط العملي يحل محل الكلام.

ويستخدم أسلوب النادي الإرشادي بصفة خاصة مع المسترشدين الذين يخطون بين العيادة النفسية أو مركز الإرشاد النفسي وبين مستشفى الأمراض النفسية، ولا يحبون التردد عليها، فوقع كلمة "عيادة" غير مريح عند هؤلاء، وينفع هذا الأسلوب كذلك مع بعض المسترشدين الذين يحتاجون إلى تكوين علاقات شخصية بناءة مع أقرانهم، وإلى خبرات جماعية، ومع الذين يحتاجون إلى تكوين علاقات شخصية بناءة مع أقرانهم، وإلى خبرات جماعية، ومع الذين يعانون من الرفض والحرمان والإحباط في الأسرة أو في المدرسة أو في المجتمع بصفة عامة، ومن الرواد في هذا الأسلوب سلافسون Slavson ، وتسير الجلسات الإرشادية في النادي في جو اجتماعي نفسي مناسب، وتبدأ عادة بنشاط رياضي مثل ألعاب الكرة أو ألعاب السمر ، أو نشاط فني مثل الموسيقى والغناء، أو مشاهدة فيلم أو تمثيلية وتعد غرف خاصة للأنشطة الترويحية المختلفة المتنوعة وممارسة الهوايات بما يناسب

المسترشدين المنطويين والمنبسطين والعدوانيين ... إلخ. وفي نهاية الجلسات يجتمع الجميع لتناول الطعام والشراب معا ويتناقشون فيما يرون من موضوعات.

أما عن دور المرشد، فيكون في معظم الأحيان محايدا، ويكون ما يريده المسترشدين أن يكون، فقد يشاركونهم لعبهم وطعامهم ومناقشتهم ... إلخ، ويتناول ما قد يظهر خلال النشاط الاجتماعي من سلوك منحرف بالتعديل والتصحيح.

وهناك ميزات ينفرد بها أسلوب النادي الإرشادي، ففيه يسلك المرشد على سجيته كما يسلك عادة في حياته اليومية، مما يتيح لقطات ذات قيمة من سلوكه الاجتماعي، تفيد في التنفيس الانفعالي كما في الملاكمة أو المصارعة في حالة الرغبة في تفرغ النزعات العدوانية، وتنمو من خلال النشاط في النادي الاهتمامات ويتحسن التوافق الاجتماعي، وتنمو الصداقات الاجتماعية داخل وخارج الجماعة، ويتضاءل الخجل والانطواء والانسحاب. وهذا كله يؤدي إلى تقليل وتخفيف السلوك العدواني والتخريبي والهدام في إطار الجماعة، ويؤدي إلى اختفاء التوتر والخوف وزيادة الثقة بالنفس والآخرين.

خامساً: جماعة المواجهة: ابتكر كارل روجرز Rogers, 1970 أسلوب جماعة المواجهة في الإرشاد والعلاج النفسي الجماعي، حيث تتاح فرصة "مواجهة أساسية" في إطار خبرة جماعية مكثفة معظم الوقت" تستمر فترة تتراوح من يومين إلى ثلاثة كعطلة نهاية الأسبوع مثلاً، لمدة أسبوعين أو ثلاثة، ويستغرق إجمالي الجلسات الإرشادية من ٢٠ - ٦٠ ساعة وهذا الأسلوب يمكن استخدامه في مراكز الإرشاد أو العيادات النفسية أو المدارس أو النوادي أو في أماكن قضاء العطلات وتضم جماعة المواجهة من ٥-١٠ أفراد، لديهم مشكلات متشابهة مثل المشكلات الزوجية". ويكون التركيز على الحاضر "هنا والآن". ويقوم المرشد بدور "الميسر" Facilitator للتفاعل الجماعي، وتنشيط دينامية الجماعة في مناخ آمن نفسياً.