

## الفصل الرابع

### طرق الارشاد التربوي والنفسي

- ❖ الارشاد الفردي.
- ❖ الارشاد الجماعي
- ❖ الارشاد المباشر او الموجه
- ❖ الارشاد غير المباشر

## طرق الارشاد التربوي والنفسي:

يعتبر الارشاد الفردي والجماعي وجهين لعملة واحدة او عملية واحدة كل يكما الآخر ولا غنى عن اي منهما في اي برنامج متكامل للتوجيه والارشاد الجماعي قبل الارشاد الفردي وقبل الارشاد الفردي جلسات جماعية وقد يتخلل الارشاد الجماعي جلسات فردية.

### أولاً. الارشاد الفردي: (Individual Counseling)

تعد طريقة الإرشاد الفردي من أشهر الطرق في الإرشاد النفسي، فيها يقابل المرشد والمسترشد على انفراد وجهاً لوجه. والإرشاد الفردي لا شك هو قيمة عمليات الإرشاد على الإطلاق ويعبر نقطة الارتكاز لأنشطة أخرى، وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد أي أنه علاقة مخططة بين الطرفين، فهو يتضمن مقابلة في مكان خاص يستمع فيه المرشد ويحاول فهم المسترشد ومعرفة ما يمكنه تغييره في سلوكه بطريقه او بأخرى يختارها ويقرها المسترشد ، ويجب ان يكون المسترشد لديه مشكلة ، ويكون لدى المرشد المهارة والخبرة للعمل مع المسترشد للوصول الى حل للمشكلة.

### ونستنتج من ذلك ان عناصر الارشاد الفردي هي:

١. مرشد، مسترشد.
٢. ورغبة من المسترشد في عميلة الارشاد .
٣. العلاقة الارشادية الودية بين المرشد والمسترشد تبني على اساس علاقة مهنية

### حالات استعمال الإرشاد الفردي:

- ١- المشكلات التي يغلب عليها الطابع الفردي، وخاصة جداً عندما تتطلب حالة المرشد السرية التامة حيث تنحصر بينه وبين المرشد.
- ٢- الحالات النفسية، ومن أمثلتها عندما يكون المسترشد في حالة من الغربة والانطواء والقلق والسلوك غير المتوافق المخاوف المرضية.
- ٣- حالات تسبب الخجل عند مناقشتها أمام الناس مثل الانحراف الجنسي والشذوذ والسلوك المضطرب
- ٤- حالات صحية حرجة مثل الأمراض المزمنة العصرية) (الإيدز واللويميا) وغيرها، وهنا تندرج تحت الحالات الفردية التي لا يمكن تناولها بفاعلية عن طريق الارشاد الجماعي
- ٥- عندما تكون حالة المسترشد تحتاج الى تركيز خاص واهتمام بالغ من المرشد .

### مراحل عميلة الارشاد الفردي :

- المرحلة الاولى: مرحلة الاستكشاف الاولى .

تُعد هذه المرحلة تعارف وتكوين الالفة وبناء علاقة ارشادية التي تعتمد على تقبل المسترشد واحترامه ومما يساعد في بناء علاقة ارشادية ان يكون المرشد مألوفاً لدى المسترشد اصلاً وان يكون قد شكل اتجاهات ايجابية نحو الارشاد والمرشد وان يُعرف المرشد المسترشد طبيعة عمله والهدف من عملية الارشاد وفي هذه المرحلة يقوم المرشد بعملية استكشاف اولي للحالة وذلك من خلال بناء العلاقة الارشادية مع الحالة.

#### - المرحلة الثانية: مرحلة التشخيص.

في هذه المرحلة يتم التعرف الى العوامل المرتبطة بالمشكلة ومساعدة المسترشد لكي يصبح واعياً بها وحتى يصبح اكثر وعياً بالذات نحو نفسه ونحو الاخرين ومعلومات عن الاهداف الشخصية التي يسعى المسترشد لتحقيقها. وبعبارة اخرى هذه المرحلة هي مرحلة الاستكشاف المتعمق للحالة من خلال العوامل المتعلقة بها، فالتشخيص هو تحديد طبيعة المشكلة التي يواجهها المسترشد حيث يكون المسترشد امام مشكلة ما او وضع غير مرغوب بالنسبة اليه يود الخروج منه الى وضع مرغوب فيه لا يعرف كيف يصل اليه.

#### - المرحلة الثالثة: مرحلة اتخاذ الاجراءات اللازمة :

يتم فيها التخطيط لاتخاذ اجراءات عملية في التعامل مع المشكلة وقد تكون اسباب المشكلة تقع خارج قدرة المرشد كالظروف الاقتصادية او الاجتماعية الصعبة او الشجار بين الابوين وفي حالات كهذه يعمل المرشد على تدريب المسترشد على التكيف مع المشكلة والتعامل معها ضمن الامكانيات المتاحة.

#### دور المرشد النفسي في الارشاد الفردي :

يختلف دور المرشد في عملية الارشاد الفردي باختلاف النظرية التي يتبناها المرشد ، ويتبعها في عملية الارشاد وتعتمد فاعلية العملية الارشادية بشكل رئيسي على العلاقة الارشادية التي تحدث بين كل المرشد والمسترشد وتبادل المعلومات وادارة الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل ، خاصة وان المرشد يعطي للمسترشد حرية عرض مشكلته والكشف عما لديه من افكار ومشاعر وخبرات.

#### ثانياً. الارشاد الجماعي: Group Counseling

من المعروف بان الانسان اجتماعي بطبعه وهذا يعني انه لا غنى له عن العيش مع الجماعة والانصهار والتفاعل معها ولذلك نراه منذ القدم قد الف حياة الجماعة وهذا ما تنادي به الفطرة فعاش في الاسرة والقبيلة وقد تعلم الانسان من المعيشة الجماعية كيفية التوافق مع متطلباته الذاتية ومتطلبات البيئة الخارجية المتمثلة بالجماعة التي يعيش فيها وكيف يطوع سلوكه ويعدله ويعيد تشكيله .

وقد انتشر الارشاد الجماعي في السنوات الاخيرة على وجه الخصوص بسبب الاعتقاد السائد بان المجموعات الارشادية ذات الحجم المحدد تكون اكثر فائدة في بعض الاحيان وافضل من طريقة

الارشاد الفردي الشائعة خاصة وان كثير من المشاكل النفسية هي وليدة اضطراب العلاقات الانسانية بين الناس وعدم قدرتهم على ممارسة الاتصال بينهم بشكل سليم .

#### - فوائد الارشاد الجماعي :

ان المجموعة الارشادية في الارشاد الجماعي توفر للفرد شعوراً غالباً ما يهون عليه المشاكل التي يعاني منها بانه ليس وحيداً في معاناته وانما الذين يشاركونه لديهم معاناة ايضاً وهذا ما يخفف من وقع المشكلة عليه كما تشكل المجموعات الارشادية بيئة محمية وامنة تسمح للفرد ان يتعلم مهارات اجتماعية جديدة وتطبيقها بشكل عملي وواقعي داخل الجماعة دون تردد وخوف كما تسمح نشاطات المجموعة للمرشد بملاحظة ما يبديه افراد المجموعة من مظاهر عدوانية او انقياد او قلق وما هي الوسائل التي يستخدمونها عندما يشعرون بالتهديد والاحباط خلال عمليات اتصالهم ببعض، وتوفر المجموعة لأعضائها جواً من الخبرة الاجتماعية التي تساعد العضة على اختبار نموه من خلال العلاقات الاجتماعية التي يقيمها داخل المجموعة فضلاً عن ذلك تساعد المجموعات الارشادية في تعديل وتحسين بعض انماط السلوك غير التوافقي لأعضائها وتجربة البدائل التي يمكن ان تحل محلها حيث يقوم اعضاء المجموعة بمساعدة المرشد بالتفاعل معاً ومساعدة بعضهم البعض للوصول الى مرحلة الاستبصار بمشاكلهم وصراعاتهم والعمل على تحسين مستويات تفاعلهم كما يسمح الارشاد الجماعي لكل مسترشد ان يشارك ويساهم بطريقته الخاصة ويعبر عن رايه في حل المشكلات وبالسريعة المناسبة له مما يقلل من حدوث المقاومة.

اما عن اعداد اعضاء الجماعة فيلاحظ ما يلي:

١. عدد الأعضاء من ٣- ١٥ من ٢-٨
٢. يجب أن تتشابه المشكلات.
٣. أن يكون الأعضاء متجانسين عقلياً واجتماعياً) د (يفضل أن تضم المجموعة الجنسين.

يقوم المرشد بإجراء مقابلة شخصية فردية مع كل عميل تخصص لعملية الفحص والتشخيص وإعداده قبل انضمامه للجماعة وتجهيزته للإرشاد، وبعدها يقوم المرشد بتعريف أعضاء المجموعة بعضهم ببعض، ويطلب منهم المحافظة على السرية التامة، وإذا رأى المرشد وجود خطر من معرفة الأسماء، فلا ضرورة لمعرفة اسم المشترك وعائلته.

- فوائد (المجموعة الارشادية) في الارشاد الجماعي هي :

أولا الثقة :

وتعني ازدياد ثقة عضة المجموعة بنفسه وبالأخرين وبالعلم المحيط وكذلك الثقة بمشاعره الشخصية واحاسيسه .

ثانياً. التفتح :

وهي قيام عضو الجماعة بفتح المزيد من قنوات الاتصال مع الآخرين وبشكل معمق فالشخص المتفتح يتعامل مع البيئة المحيطة عن طريق ذاته الداخلية مما يسمح له بالتعبير عن نفسه ومشاعره للآخرين بصدق وعمق وبعيداً عن التصنع والسطحية .

ثالثاً. تقرير المصير:

تساهم المجموعة الارشادية على زيادة وعي الفرد بنفسه وتبصر جوانبها وكذلك على زيادة قدرته على التعرف على ما يريد وتحديد ما يؤدي ذلك للتعرف على مدى التطابق او الاختلاف بين صورته الواقعية وصورته المثالية التي يسعى لتحقيقها اي بمعنى اخر ان يتمكن من التعرف على نقاط القوة والضعف لديه.

رابعاً. الشعور بالاستقلال:

ولا نعني هنا البعد عن الناس وعدم التفاعل معهم وانما الذي نعنيه هو الحساس بالقدرة على الاستقلال وان يكون للإنسان كيان خاصاً بذاته مع الاعتماد في ذات الوقت على الآخرين والعيش معهم وتطوير عمليات الاتصال مع الآخرين وبصورة مختصرة فان المطلوب من الفرد هو الوعي بمدى الاعتماد على الآخرين من ناحية والشعور بتحقيق الحرية من ناحية أخرى.

- مراحل عملية الارشاد الجماعي :

المرحلة الاولى : تتضمن أ. وضوح روح الجماعة ب. تأرجح المشاعر والقلق والدافعية تجاه المرشد ج. تبادل الخبرات ونمو الثقة د. تصبح الانماط للمسترشدين واضحة

المرحلة الثانية : تتضمن أ. التفاعل لكل مسترشد يكون بإيجابية ومشاركة وجدانية ورؤية نفس المسترشد للآخرين وفهم واعتراف بالمشاعر المكنونة ب. قد يظهر نوع من التنافس في الكشف عن المخاوف والقلق وبعض الصراعات ج. من المحتمل ان تظهر عمليات مضادة للإرشاد والاعتماد على الدفاعات

المرحلة الثالثة: تتضمن أ. ممكن الاستفادة من جميع خبرات الآخرين وتطبيقها على حالة المسترشد. ب. من المحتمل وجود حاجة لبعض المسترشدين الى علاج نفسي مكمل.

دور المرشد في الارشاد الجماعي:

يكن دوره في مساعدة اعضاء المجموعة على التعبير عما في داخلهم من خلال استخدام تقنيات متعددة في هذا المجال والتي تشمل النشاطات الحركية الجماعية والالعاب المشتركة والتعبير بالرسم او الطرق التشكيلية الاخرى ، وعادة ما يعقب تلك النشاطات حلقات نقاش يساهم فيها جميع اعضاء المجموعة للتعبير عن انفعالاتهم واحاسيسهم، وكما يستخدم المرشد خبراته المهنية والعلمية من اجل مساعدة المجموعة على فحص دوافعهم والكشف عن مصادر سلوكها وتفحصها بشكل شعوري وواعي بعيداً عن المخاوف او التهرب ، وينبغي على المرشد ان يتولى تفسير سلوك اعضاء المجموعة وفقاً للأسس والاصول المهنية من اجل تشجيعهم على تحليل سلوكهم واكتشاف اساليب التعامل الزائفة التي تعزلهم عن الآخرين او تمنعهم من رؤية ذاتهم بشكل واقعي وكما يقوم المرشد بحث اعضاء المجموعة على المشاركة الفعالية والمجدية وان يكسر حاجز الخوف والعزلة لدى بعض افراد المجموعة من اجل دفعهم للمشاركة وزيادة درجة تفاعلهم مع باقي افراد المجموعة .

وعليه نستنتج مما تم عرضه اعلاه ان هناك بعض اوجه شبه بين الارشاد الفردي والجماعي وتتمثل في :

١ . كلاهما يهدف الى مساعدة وتربية الفرد على حل مشكلاته وفهمها .

٢ . كلاهما يتعامل مع الاشخاص العادين .

٣ . كلاهما عرضة لحدوث طوارئ في عملية الارشاد .

- اما اوجه الاختلاف بين الارشاد الفردي والجماعي تتمثل في :

ت	الارشاد الفردي	ت	الارشاد الجماعي
١ .	يركز الاهتمام على مشكلات خاصة	١ .	يركز على مشكلات العامة

٢.	تكون المواقف فيه مصطنعة	٢.	تكون المواقف فيه طبيعية
٣.	دور المرشد يسير وغير معقد	٣.	دور المرشد صعب وفيه نوع من التعقيد
٤.	تكون مدته اطول .	٤.	تكون مدته اقصر.
٥.	يأخذ فيه المسترشد اكثر مما يعطي	٥.	يأخذ فيه المسترشد يعطي في نفس الوقت
٦.	يتركز الاهتمام على الفرد	٦.	يتركز الاهتمام على كل اعضاء الجماعة
٧.	اكثر فعالية في حالة المشكلات الخاصة	٧.	اكثر فعالية في حالة المشكلات العامة والمشتركة
٨.	خصوصية وعلاقة ارشادية اقوى بين المرشد والمسترشد	٨.	تفاعل اجتماعي مع الاخرين ويستغل القوى الارشادية في الجماعة وتأثيرها على الفرد.

### أساليب الارشاد الجماعي :

١ - التمثيل النفسي المسرحي) :السيكو دراما (أو التمثيلية النفسية .) وقد ابتكر هذه الطريقة يعقوب مورينو ( Moreno ) ويرى أن أهم ما في التمثيل المسرحي هو حرية السلوك لدى العملاء عند تمثيلهم لمسرحية نفسية.

يقوم المسترشدين بتأليف القصة أو التمثيلية مسبقاً وموضوعها يدور حول خبرات العملاء الماضية والحاضرة والمستقبلية والهدف هو التنفيس الانفعالي .أما الحوار فيترك للمسترشدين ليقوموا فيه بتلقائية أثناء التمثيل .ويجب أن يختار كل عميل الدور الذي يناسبه وهم يعلمون أن ذلك سيؤدي إلى الاقلال من القلق والإحباط، والصراع في مواقف تشبه مواقف حياتهم، وسيحققون ذاتهم في موقف اجتماعي وبعد التمثيل يقوم العملاء بمناقشة أحداث التمثيلية والفائدة تكمن في أنها تكشف عن نواحي هامة في مشكلات العملاء وطرق حلها.

مثال/ في مركز للإرشاد النفسي، يجتمع مجموعة من النساء اللواتي مررن بتجربة الطلاق، ويطلب منهن المرشد أن يولفن قصة تمثل تجاربهن في الماضي والحاضر والمستقبل بعد الانفصال.

خلال التمثيل، تقوم إحداهن بتمثيل دور الزوجة، وأخرى دور الزوج، وثالثة دور أحد أفراد العائلة، بينما يتحدثن بتلقائية عن المشاعر والمواقف التي واجهنها.

أثناء الأداء، يعبرن بحرية عن الغضب أو الحزن أو الأمل، مما يساعدهن على التنفيس الانفعالي وتقليل القلق والإحباط.

بعد انتهاء التمثيل، يجلسن مع المرشد لمناقشة أحداث القصة، فيكتشفن أن بعض مشاكلهن متشابهة، ويتوصلن معاً إلى طرق للتعامل مع المواقف المستقبلية بشكل أفضل

٢ - التمثيل الاجتماعي المسرحي (السوسيو دراما ) لعب الدور : يعالج هذا النوع مشكلة عامة لعدد من المسترشدين او المشكلات الاجتماعية بصفة عامة ويعتبر توأماً للتمثيل النفسي المسرحي.

مثال / إذا كانت هناك مجموعة من الطلاب في مدرسة يعانون من مشكلة التنمر بينهم، يمكن للمرشد النفسي أن ينظم تمثيلاً اجتماعياً مسرحياً (السوسيو دراما)، حيث يقوم الطلاب بتمثيل مشاهد تحاكي مواقف التنمر التي تحدث في المدرسة، لكن من منظور مختلف، مع تبادل الأدوار بين المتنمر والضحية والمراقب.

هذا التمثيل يساعد جميع المشاركين على فهم مشاعر الآخرين، والتفكير في حلول بديلة، مما يجعله مثلاً عملياً على معالجة مشكلة اجتماعية عامة بطريقة تشبه التمثيل النفسي المسرحي.

**٣- المحاضرات والمناقشات الجماعية:** وهي أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التفسيري حيث يغلب عليه الجو شبه علمي. ويلعب فيه عنصر التعليم وإعادة التعليم دوراً هاماً، حيث يقوم المرشد بإلقاء محاضرات سهلة على المسترشدين، يتخللها ويليها مناقشات، وتهدف إلى تغيير اتجاه المسترشدين والموضوعات تكون عن الاضطرابات النفسية والعلاقات المتبادلة بين العقل والجسم وتأثير الحالة الانفعالية على الجسم ومشكلات التوافق النفسي والإرشاد الديني وتكون هذه المحاضرات للعملاء أفراد المجموعة فقط، فهم الذين يناقشون في المحاضرة وفائدتها أنها تغيير اتجاهات المسترشدين.

مثال/ في إحدى جلسات الإرشاد الجماعي داخل مركز الصحة النفسية، يخصص المرشد موضوع المحاضرة عن تأثير القلق المستمر على صحة القلب والجهاز الهضمي. يبدأ المرشد بشرح مبسط مدعوم بالأمثلة العلمية حول العلاقة بين التوتر المزمن وارتفاع ضغط الدم، مع توضيح كيف تؤثر الحالة الانفعالية على وظائف الجسم، بعد المحاضرة، يفتح المجال لأعضاء المجموعة وجميعهم يعانون من مشكلات مرتبطة بالتوتر لطرح أسئلتهم ومناقشة تجاربهم الشخصية، مثل الأرق أو فقدان الشهية أو آلام المعدة. وخلال النقاش، يربط المرشد بين المظاهر الجسدية والانفعالية، ويقترح أساليب عملية للاسترخاء وإدارة القلق. تكون الفائدة هنا في تغيير اتجاهات المسترشدين نحو تبني ممارسات صحية تقلل من التوتر وتساعد على التوافق النفسي.

**٤- أسلوب إلقاء المحاضرات:** فالمحاضرات أسلوب تعليمي تربوي في طريقة الإرشاد النفسي الجماعي حيث يتعلم المسترشدون مزيد من المعارف والأفكار في إطار المشكل التي يعانونها مع بيان لمرحلة التوجيه لمواجهة المواقف، وإدراك الذات، والمرشد هو الذي يلقي المحاضرة، وأن تكون ختامه المحاضرة أسئلة متبادلة ومناقشات متداولة.

مثال/ عندما يواجه عدد من الطلاب مشكلة القلق من الامتحانات، يقوم المرشد النفسي بإلقاء محاضرة توضيحية حول طبيعة القلق وأسبابه النفسية والفسولوجية، ويعرض استراتيجيات عملية للتعامل معه، مثل تنظيم الوقت، وتقنيات الاسترخاء، والتفكير الإيجابي.

بعد المحاضرة، يفتح المجال للأسئلة من الطلاب حول تجاربهم الشخصية، ويطرحون مواقف محددة واجهوها، ليقوم المرشد بمناقشتها معهم، وتشجيع تبادل الآراء بين أفراد المجموعة

**٥- أسلوب عرض الوسائل الإيضاحية السمعية والبصرية:** التي تصور مظاهر انعكاس سلوكية ذات أثر بعيد في نفسية أعضاء الجماعة المسترشدين.



مثال/ عند تنفيذ جلسة إرشاد جماعي لطلاب يعانون من ضعف التواصل الاجتماعي، يقوم المرشد النفسي بعرض فيلم قصير أو مقطع فيديو توعوي يظهر مواقف من الحياة اليومية تبرز آثار الانعزال أو السلوكيات السلبية الناتجة عن ضعف التواصل، مثل فقدان فرص العمل أو الصداقات. بعد مشاهدة المادة، يتم مناقشة المشاهد مع الطلاب، وطرح أسئلة حول ما لاحظوه، وكيف يمكنهم تعديل سلوكياتهم لتجنب النتائج السلبية، مع ربط ذلك بخبراتهم الشخصية.

(وهناك تصنيف آخر لطرق أو أساليب الإرشاد النفسي تقوم على وفق الدور الذي يؤديه المرشد فإذا كان دوره فعالاً سمي الإرشاد المباشر أو الموجه أو الإرشاد المتمركز حول المرشد وإذا كان دور المرشد محايداً ودور المسترشد فعالاً سمي الإرشاد غير المباشر أو الإرشاد المتمركز حول المسترشد وإذا كان بين هذا وذاك سمي (خيارياً) )

وسيتم توضيح بصورة مختصرة كل أسلوب من هذه الأساليب التي يتبعها المرشدون في المقابلة الإرشادية :

### – الإرشاد المباشر أو الموجه ( Directive Counseling ) مفهوم الإرشاد المباشر أو الموجه :

هو الإرشاد المتمركز حول المرشد و المتمركز حول الحقيقة وفيه يقوم المرشد بدور إيجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير المعلومات، وتوجيه العميل نحو السلوك الموجب المخطط، مما يؤدي إلى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك، وفيه يتحمل المرشد مسؤولية أكبر من تلك التي يتحملها العميل، وهو بهذا يعتبر نوعاً من الإرشاد المفروض على المسترشد.

ورائد الإرشاد المباشر هو (وليامسون )

الافتراض الرئيسي للإرشاد المباشر (وهو نقص معلومات المسترشد وعجزه عن حل مشكلاته من ناحية، وزيادة معلومات المرشد وخبرته في حل المشكلات من ناحية أخرى).

إجراءات أو ( خطوات الإرشاد المباشر )

١. التحليل Analysis: أي جمع المعلومات المفصلة اللازمة لدراسة العميل وفهمه وفهم مشكلته، وتحليل هذه البيانات.

٢- التركيب Synthesis: أي تجميع وتنظيم وتلخيص المعلومات التي تم جمعها وتحليلها.

٣. التشخيص Diagnosis: أي تحديد مآل المشكلة في ضوء مدى حدتها وسهولة أو صعوبة حلها ... إلخ.

٤. التنبؤ: وهي تكهنات المرشد حول التطورات المستقبلية للمسترشد من خلال معرفة المشكلة هل هي حادة معقدة أم بسيطة.

٥- الإرشاد Counseling: أي تقديم الخدمات الإرشادية الرئيسية حسب إجراءات عملية الإرشاد للوصول إلى حل المشكلة.

٦- المتابعة: Follow- up أي متابعة تطور الحالة بعد إنهاء عملية الإرشاد.

دور المرشد في الإرشاد المباشر:

- ١- جمع المعلومات من مصادر مختلفة: وهو يتضمن جمع أية بيانات عن المسترشد ومشكلته.
- ٢- تطبيق الاختبارات النفسية: والاختبارات النفسية تتضمن أيضا جمع معلومات عن المسترشد فجميع البرامج الإرشادية يجب أن تستخدم فيها الاختبارات النفسية، فلا يجب الاعتماد على المعلومات التي تم جمعها فقط أو من خلال المقابلة، ولكن لابد من استخدام الاختبارات النفسية للتأكد من صحة المعلومات التي تم جمعها ليتم بعد ذلك تحليلها وتقييمها.
- ٣- تكوين العلاقة الإرشادية: ويجب أن تتوفر فيها خصائص مهمة تقوم على القبول والإقبال والقبول.
- ٤- النصيح والإرشاد: وهي توجيه المسترشد للحلول المناسبة الخاصة.
- ٥- مناقشة العميل في الحل المقترح: كما أنه على المسترشد أن يلتزم بواجباته في العملية الإرشادية، وما يتم من إجراءات في الجلسة الإرشادية والالتزام بمواعيد الجلسات.
- ٦- معظم أعباء العملية الإرشادية تقع على عاتق المرشد: فهو الذي يضع المخطط الأساسي للعملية الإرشادية، وهو الذي يختار طرق الوسائل والأدوات التي تحقق أهداف العملية الإرشادية، ويحدد الفنيات المستخدمة في العملية الإرشادية. فمثلاً: قد يحدد المرشد أن الإرشاد بالمعنى هو الأنسب، وقد يرى مرشد آخر أن الإرشاد السلوكي أو الإرشاد المعرفي هو الأنسب، وقد يرى أنه من الضروري أن يتدخل المعلم للمساعدة في العملية الإرشادية بقدر محدد، وهو الذي يقرر أن أولياء.
- ٧- التركيز على مشكلة المسترشد وليس على المسترشد .

شروط الإرشاد المباشر:

- ١- القدرة على تحديد المشكلة التي يعاني منها العميل تحديدا دقيقا.
- ٢- تحليل المعلومات: أي أن يقوم المرشد بتحليل العوامل والمعلومات التي تم التوصل إليها.
- ٣- عرض الحلول على العميل: حتى يستطيع العميل أن يشارك في العملية الإرشادية.
- ٤- افتقار العميل للمعلومات: أي أن العميل لديه نقص في المعلومات السابقة مما يساعده على تحديد المشكلة بالنسبة للأعراض والمسببات.

مثال تطبيقي على شروط الإرشاد المباشر ودور المرشد في العملية الإرشادية

الموقف:

تقدمت إحدى الطالبات الجامعيات (ليلى) إلى وحدة الإرشاد النفسي بالجامعة، تشكو من تدني مستواها الأكاديمي خلال الفصل الدراسي الحالي.

تطبيق شروط الإرشاد المباشر:

## ١. القدرة على تحديد المشكلة بدقة:

قام المرشد النفسي بإجراء مقابلة فردية مع الطالبة، وطرح أسئلة منظمة تتعلق بتاريخها الدراسي، ونمط حياتها اليومية، وظروفها العائلية، وحالتها النفسية. وبناءً على المعلومات المستخلصة، توصل إلى أن المشكلة الأساسية ليست ضعف القدرة الأكاديمية، وإنما ضعف مهارات إدارة الوقت والانشغال المفرط بوسائل التواصل الاجتماعي.

## ٢. تحليل المعلومات:

قام المرشد بتحليل المعطيات التي جمعها من المقابلة والاستبيانات النفسية والسلوكية، وربط بين مجموعة من العوامل المسببة للمشكلة، مثل: الإرهاق، قلة النوم، التشتت الذهني، وغياب خطة واضحة للمذاكرة.

## ٣. عرض الحلول على المسترشد

عرض المرشد على الطالبة خطة زمنية منظمة لإدارة وقتها، شملت تحديد أوقات ثابتة للمذاكرة، وأوقات للراحة، وتقليل استخدام الهاتف في فترات الدراسة. كما أوضح لها أهمية الالتزام بالخطة لتحقيق نتائج إيجابية.

## ٤. افتقار العميل للمعلومات:

تبين للمرشد أن الطالبة تفتقر إلى المعرفة بأساليب تنظيم الوقت واستراتيجيات التركيز، الأمر الذي أعاق قدرتها على تحديد المشكلة بدقة. ومن ثم، قام بتزويدها بمعلومات وأدوات عملية، مثل تقنيات تدوين الملاحظات الفعالة، مما ساعدها على تحسين مهاراتها الدراسية.

## النتيجة:

بعد تطبيق الخطة ومتابعة الجلسات الإرشادية، أظهرت الطالبة تحسناً ملحوظاً في تنظيم وقتها وزيادة قدرتها على التركيز، مما انعكس إيجاباً على أدائها الأكاديمي.

## رابعاً. الارشاد غير المباشر (Nondirective Counseling)

ويطلق عليه أيضاً الارشاد المتمركز حول المسترشد، هو من أهم طرق الإرشاد النفسي وهو الأقرب إلى العلاج النفسي وصاحب هذه الطريقة هو كارل روجرز، يعتمد على نظرية الذات فهو يركز على المسترشد، حيث يساعد المسترشد على التطور النفسي السوي، وفهم ذاته، والموازنة بين مفهوم الذات الاجتماعية والواقعية والمثالية ويغير مفهوم الذات حتى يتطابق مع الواقع للوصول إلى التوافق النفسي، هو الأسلوب الأسهل لحل مشاكل الشباب متوسطي الذكاء، ويستخدم لحل مشاكل الزواج، وفهم الذات السلبية وتغييرها، ويعتمد على فهم سلوك العميل، وفهم عالمه الخاص.

بإتباع هذا الأسلوب فإن الثقة تزداد بين المرشد والمسترشد، ويزداد فهم المسترشد لذاته عن طريق تلخيص المشكلة وتعريف المسترشد عليها.

بما أن مفهوم الذات هو المسيطر الأساسي على السلوك، فتغيير السلوك يعتمد بشكل أساسي على تغيير مفهوم الذات، ولابد من وجود مناخ إرشادي آمن، ليتغير مفهوم الذات من سلبي إلى إيجابي، وبعد عقد الجلسات يتقبل المسترشد ذاته ولا يحاول أن يسقط مشاكله على غيره سواء أشخاص أو البيئة وغيره، ويزاد التطابق بين مفهوم الذات الواقعية والمثالية، ويزداد التوافق النفسي والصحي.

تعتمد هذه الطريقة على إزالة التوتر عن الشخص وهو يقوم باتخاذ القرار بنفسه، والمرشد ما هو إلا مستمع ولا يصدر أحكام عليه لذلك لابد أن يكون مستمع جيد

### دور المرشد في الإرشاد غير المباشر

١- تقبل ما يقوله المسترشد وما يعبر عن مشكلاته دون إصدار أحكام معينة عليه

٢- إعادة صياغة عبارات المسترشد التي يوضح بها أفكاره ومشاعره بطريقة موضوعية فيكون كالمرأة ينعكس عليها انفعالات المسترشد فيراها واضحة ويتقبلها كجزء من ذاته اطارك المرجعي ,اي ان ترى بعيون المسترشد وتشعر وتحس بتجاربه وخبراته.

٣- مساعدة المسترشد على تركيز أفكاره عن طريق تلخيصها او التعليق تعليقاً عرضياً سريعاً خال من المدح او الاستهجان فيتيح للمسترشد ان يفهم نفسه كما هو ويعني ذلك ان المرشد في هذه الطريقة لا يعطي سلطة اقتراح حلول للمشكلة وانما يصل بالفرد الى اقتراح الحلول بنفسه وتوجيه نفسه توجيهها ذاتياً وتحمل مسؤوليته في حل مشاكله وتقرير مصيره.

### مثال تطبيقياً يوضح كيفية استخدام الإرشاد غير المباشر (المتمركز حول المسترشد) وفق ما وضعه كارل روجرز:

الحالة:

طالب جامعي جاء إلى المرشد ويشكو قائلاً:

"أشعر أنني فاشل، كل جهودي في الدراسة تذهب سدى، ولا أحد من أسرتي يثق بي، حتى أصدقائي يتفوقون عليّ دائماً."

أسلوب المرشد (تطبيقي):

١. تقبل مشاعر المسترشد دون إصدار حكم

المرشد: "أنت ترى نفسك وكأنك تفشل دائماً ولا تجد الدعم من أسرتك أو من المحيطين بك."

- هنا لم يحكم المرشد على كلام الطالب، بل أعاد صياغة مشاعره بموضوعية.

٢. إعادة صياغة الأفكار ليعكس له ما يشعر به

- المرشد: "تشعر أن جهدك لا يُقدّر، وهذا يجعلك تفكر بأنك أقل من الآخرين."

- هذه الصياغة تظهر للطالب أن المرشد يفهم عالمه الداخلي كما يراه هو.

٣. مساعدة المسترشد على التركيز والتفكير في ذاته

- المرشد: "برأيك، ما أكثر موقف جعلك تحس بهذا الشعور بالفشل؟"

- هنا يُتيح المرشد للمسترشد إعادة النظر في خبراته والتعبير عنها بوضوح.

٤. عدم إعطاء حلول مباشرة

المرشد: "وكأنك تقول إنك تحتاج إلى أن تجد طريقة مختلفة لرؤية نفسك ولإثبات نجاحك... كيف ترى أن بإمكانك البدء بذلك؟"

- المرشد لا يقترح الحل، بل يوجه المسترشد للتفكير في الحل بنفسه.

النتيجة المتوقعة:

المسترشد يبدأ في فهم ذاته بشكل أعمق.

يدرك أن مشاعره بالفشل مرتبطة بتصويراته الذاتية، لا بالواقع وحده.

يقترح بنفسه خطوات عملية مثل تنظيم وقته أو طلب الدعم من شخص يثق به.

يخرج من الجلسة وهو يشعر بأنه مسؤول عن قراراته، ما يزيد من ثقته بذاته ويقربه من التوافق النفسي.

#### أوجه الاختلاف بين الارشاد المباشر وغير المباشر

ت	الارشاد المباشر	الارشاد غير المباشر
١.	مركز حول المرشد	مركز حول المسترشد
٢.	تقدم خدمات لمن يحتاجها حتى ولو لم يطلبها	يقدم خدمات لم يطلبها ويسعى إليها
٣.	تستغرق وقت أقل نسبياً	تستغرق وقت أطول نسبياً
٤.	يقدم للمسترشد مساعدة مباشرة في حل مشكلاته	يقدم للمسترشد مساعدة غير مباشرة في تعليمه
٥.	يعتمد المسترشد على المرشد في تحديد المشكلات وحلها ووضع الخطط لها	يتعلم المسترشد من المرشد على حل المشكلات وتحديدها ووضع الخطط لها

٦.	يعتبر أن المرشد أقدر من الميل على الرؤية الموضوعية وتقديم المساعدة	يعتبر إن المسترشد الدافع القوي نحو تغير ليس هناك من يعرف مصلحته أكثر منه
٧.	المرشد يقوم ويوجه عملية الإرشاد بما لديه من علم وخبره	المسترشد يوجه جلسات الإرشاد حسب ما يراه مناسباً لحل المشكلة
٨.	يركز على الجوانب العقلية في الشخصية	يركز على الجوانب الانفعالية في المشكلة
٩.	يهتم بالمشكلة التي جاء بها المسترشد ويحلها	يهتم بنمو شخصية العميل لمساعدته في حل مشكلاته لاحقاً
١٠.	يقوم المرشد بتقييم السلوك ويتدخل المرشد في اتخاذ القرارات	يقوم العميل بتقييم السلوك واتخاذ قراراته دون تدخل المرشد
١١.	يقع العبء الأكبر في حل المشكلات والمسئولية على عاتق المرشد	يقع العبء الأكبر والمسئولية في حل المشكلات على عاتق المسترشد