

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد لمين دباغين - سطيف 2-
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية و الأرتوفونيا

مطبوعة مقياس:

مدخل إلى التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

لطلبة السنة الثانية مسار علوم التربية (ل م د)
السداسي الرابع.

إعداد الدكتور: صالح عتوته.

الموسم الجامعي 2017/2018م

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع.
ا-ب	المقدمة
/	فهرس المحتويات
المحاضرة الأولى. التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي: النشأة والمفهوم.	
4	01- التطور التاريخي للتوجيه والإرشاد النفسي.
6	02- تعريف التوجيه وخصائصه.
7	03- تعريف الإرشاد وخصائصه.
9	04- العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي
10	05- العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
12	06- علاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى.
13	07- الحاجة إلى التوجيه والإرشاد النفسي.
15	08- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي
المحاضرة الثانية. أسس التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.	
17	01- الأسس العامة.
18	02- الأسس النفسية والتربوية.
18	03- الأسس الأخلاقية.
19	04- الأسس الإجتماعية.
19	05- الأسس العصبية والفسولوجية.
المحاضرة الثالثة. أهداف ومناهج التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.	
21	I - أهداف التوجيه والإرشاد النفسي.
21	1-1- تحقيق الصحة النفسية
21	2-1- تحقيق الذات.
22	3-1- تحقيق التوافق النفسي.
22	4-1- تحقيق التكيف.
22	5-1- تحسين العملية التعليمية التعلمية.
24	II- مناهج التوجيه والإرشاد النفسي.
24	1-2- المنهج الإنمائي.
25	2-2- المنهج الوقائي.
25	3-2- المنهج العلاجي.
المحاضرة الخامسة. وسائل جمع المعلومات في التوجيه والإرشاد النفسي.	
26	01- المقابلة.
28	02- الملاحظة.
29	03- دراسة الحالة.
31	04- الاستبيان.
33	05- مؤتمر الحالة.

35	06- الاختبارات والمقاييس.
المحاضرة الخامسة. نظريات التوجيه والإرشاد النفسي.	
39	01- نظرية التحليل النفسي ل فرويد
41	02- النظرية السلوكية ل سكينر.
43	03- نظرية الذات ل روجرز.
46	04- نظرية الجشطات ل بيرلز.
49	05- نظرية السمات والعوامل ل وليامسون.
51	06- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي ل إيس.
53	07- الاتجاه المعرفي ل بيك.
55	08- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي.
المحاضرة السادسة. التقنيات الأساسية في التوجيه والإرشاد النفسي.	
57	01- المحاضرة.
57	02- دحض الأفكار غير العقلانية.
58	03- الواجب المنزلي.
59	04- المناقشة والحوار.
59	05- النمذجة.
59	06- حل المشكلات.
60	07- العصف الذهني.
60	08- التعزيز الموجب.
61	09- الأحاديث الذاتية.
62	10- الاسترخاء العضلي.
المحاضرة السابعة. مجالات التوجيه والإرشاد النفسي.	
63	01- التوجيه والإرشاد التربوي.
63	02- التوجيه والإرشاد المهني.
64	03- التوجيه و الإرشاد الأسري.
65	04- توجيه وإرشاد الشباب والمراهقين.
65	05- توجيه وإرشاد غير العاديين.
66	خاتمة
67	قائمة المراجع
71	مسرد المصطلحات السيكلوجية.

- المقدمة:

يتسم عالمنا اليوم بأنه عالم علمي التفكير وتكنولوجي التطبيق فنحن نعيش في عصر يتسم بالسرعة الفائقة والاكتشافات العلمية المتراكمة ووفرة المعلومات والتطورات التكنولوجية المتلاحقة أدى لتحولات عميقة الأثر في مجالات الحياة والإنتاج وشعور الإنسان بذاته وقدراته، وهذا راجع لنظرة المجتمع الحديث إلى الثروة فأصبحت نظرة الأمم إلى الثروة لا تقاس بما تملكه من رأسمال مادي (**Physical capital**) بقدر ما تقاس بما لديها من رأسمال اجتماعي (**Social capital**) مؤهل بشكل جيد، له من الصفات والخصائص العلمية ما يجعله قادرا على الإنتاج والاستغلال الأمثل للموارد والإمكانيات المتاحة.

ولما كانت المدرسة تعنى بتنمية الشخصية السوية للمتعلم عنايتها بالمعرفة العلمية، فإن حرصها على تحقيق نمو سوي متكامل شامل لهم من خلال تربية متكاملة تعنى بجميع الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية أصبح من الأولويات ويندرج ضمن فلسفتها وأهدافها، وأن النجاح الأكاديمي هو حجر الزاوية في رسالتها، ليصبح المتعلم أكثر توافقا وتميزا ويتحقق الشعور بالرضا والسعادة. ذلك أن الجودة في التربية ما هي إلا شعور المتعلمين بالمتعة والسرور داخل المدرسة.

إن هذا التطور العلمي والتكنولوجي السريع أدى لانتشار المعلومات غثها وسمينها، ضارها ونافعها في العالم الافتراضية السيبرنطيقية الحرة المتاحة، مما يستوجب توافر جهود إضافية موازية للجهود الرسمية المقدمة في المدرسة ممثلة في برامج وبيداغوجيات مكاملة مساعدة للبرامج والبيداغوجيات المدرسية الرسمية، ذلك أن الوضع العولمي اليوم أصبح يفرض على المدرسة تحديات إضافية تحتم عليها تقديم خدمات أخرى إضافية للمتمدرسين كشرط أساسي موضوعي للبقاء والاستمرار، ذلك أن القوة اليوم مرتبطة بامتلاك المجتمعات للمعرفة والعلم.

وتأسيسا على ما سبق يحتل التوجيه والإرشاد مكانة متميزة في المعرفة الإنسانية والاجتماعية وفي الفعل التربوي بخاصة، أين أصبح هذا العلم التطبيقي منذ مرحلة التركيز على التوجيه التربوي يقدم خدمات إرشادية متنوعة في جميع مراحل التمدرس ويساهم في ترشيد سلوك التلاميذ والطلاب، بهدف مساعدتهم على حل مشكلاتهم النفسية، والدراسية، والاجتماعية والمهنية، وتدريبهم على مهارات الحياة لمواجهة ضغوطات الحياة المختلفة. ذلك أن المتعلم قد يواجه أعباء في المجال الدراسي ويمر بفترات انتقال حرجة، وتعترضه مشكلات دراسية (كضعف مهارات الدراسة وسوء تنظيم العادات الدراسية، وعدم المثابرة في الأداء، وتدني الدافعية للإنجاز، وغياب الاستمرارية في التعلم، وعدم وعيه بمشكلاته التي تعترضه في حياته... إلخ)، إذا لم تجد المساعدة بتدخل مختص يقدم يد العون - شرط موضوعي - من خلال خدمات نفسية تستهدف المحافظة على كيان المتعلم وتهيئ له الظروف التي تؤدي إلى نموه ونضجه، سرعان ما تفضي إلى ضعف في التحصيل الدراسي وعدم القدرة على تعلم مهارات التفكير بأنواعه مما يصعب عليه التعامل مع المشكلات التعليمية الصفية، ومع المشكلات الحياتية ككل.

ينطلق الإرشاد إذن، من فلسفة الإرشاد التي تركز على العافية الكلية وفي سلم أبعادها مفهوم الكفاءة المعرفية وتظم إضافة إلى المهارات الأساسية والتخصصية تنمية القدرة على التعلم الفعال واكتساب مهارة توظيف المعرفة

في بناء مسار مهني، ولقد توسع المفهوم ليشمل تنمية المهارات الذهنية المتعلقة بحل المشكلات واتخاذ القرارات وتحديد الأهداف الحياتية والتعامل مع المعضلات ويكمله تنمية التفكير الإيجابي القادر وحده على تحويل التحديات والصعوبات إلى فرص، فلقد ثبت أن التدريب على التفكير الإيجابي وعلى التفاؤل المتعلم يعزز فرص النجاح التحصيلي بشكل بين إضافة إلى زيادة القدرة المعرفية على إدارة الذات بشكل نمائي وفاعل (حجازي وآخرون، 2005، 84).

لقد حظي التوجيه والإرشاد النفسي بالاهتمام العلمي والأكاديمي على مستوى المعاهد والجامعات في جميع أنحاء العالم، ليصبح علما تطبيقيا قائم بذاته تنال فيه أعلى الشهادات، وتنتج في حقله الكثير من البحوث والدراسات العلمية الجادة، ويبرز التوجيه والإرشاد النفسي كمدخل عام يتم تدريسه للطلبة يتضمن مجموعة من المواضيع الأساسية نصل بالطالب من خلالها في نهاية السداسي إلى اكتساب إطار مرجعي وإلى الإلمام بمحتوياته وتسهيل فهمه له.

من هنا جاء هذا العمل العلمي المتواضع في محاولة لتقديم مادة علمية تحوي مجموعة من المحاضرات العلمية الواضحة والمبسطة قدر الممكن تخص طلبة السنة الثانية مسار علوم التربية في مقياس التوجيه والإرشاد، وسط انتشار كم هائل من المعلومات وتشعبها والذي ولد حيرة وغموض لدى الطالب. ومساعدة الطلبة للتمكن من أبجديات وأساسيات هذا المقياس، وفهم أفضل للمدلول العام لعلم التوجيه والإرشاد النفسي.

سعيًا إلى تقديم ما هو مقرر دراسته في مقياس مدخل التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي، وقد قمنا بتقسيم محتوى هذه المطبوعة إلى سبعة محاضرات، تتضمن المحاضرة الأولى المفاهيم الأساسية لعلم التوجيه والإرشاد، وتتناول المحاضرة الثانية الأسس والمسلمات التي بني عليها التوجيه والإرشاد النفسي، أما المحاضرة الثالثة فقد خصصناها لأهداف ومناهج التوجيه والإرشاد النفسي، في حين تعرضت المحاضرة الرابعة لأدوات جمع المعلومات والبيانات في ميدان التوجيه والإرشاد، تليه المحاضرة الخامسة والتي تتناول أهم المقاربات الإبيستمولوجية داخل هذا الحقل المعرفي، لتتناول في المحاضرة السادسة أهم الفنيات والتقنيات المستخدمة في العمل الإرشادي، تليه المحاضرة السابعة وتناولنا فيها أهم مجالات التوجيه والإرشاد النفسي، وفي الأخير ولأهمية المصطلح في عصرنا الحالي وفي أي تخصص من التخصصات العلمية ولأهميته القصوى بالنسبة للطالب الجامعي، تم إرداف هذه المطبوعة بمسرد للمصطلحات السيكلوجية باللغة الإنجليزية.



الأهداف العامة للمقياس.

✓ عند انتهاء طالب السنة الثانية مسار علوم التربية من دراسة هذا المقياس، سيكون قادرا على أن:

- 1- أن يفهم السيرورة التاريخية لتطور التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.
- 2- أن يتعرف على معاني التوجيه والإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
- 3- أن يبين العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي.
- 4- أن يبين العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.
- 5- أن يبين العلاقة الموجودة بين التوجيه والإرشاد وباقي العلوم الأخرى.
- 6- أن يصف حاجتنا للتوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.
- 7- أن يحدد أسس التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.
- 8- أن يبين أهداف التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.
- 10- أن يعرف أهم المناهج المستخدمة في ميدان التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.
- 10- أن يتعرف على أهم النظريات العلمية الموجودة في ميدان التوجيه والإرشاد.
- 11- أن يبين أوجه الشبه والاختلاف بين هذه النظريات النفسية .
- 12- أن يصف أدوات التقويم الأساسية في التوجيه والإرشاد النفسي.
- 13- أن يتعرف على أهم التقنيات المستخدمة في الإرشاد النفسي.
- 14- أن يحدد مجالات التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.



المحاضرة الأولى:

التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي: النشأة والمفهوم.

- 01- التطور التاريخي للتوجيه والإرشاد النفسي.
- 02- تعريف التوجيه وخصائصه.
- 03- تعريف الإرشاد وخصائصه.
- 04- العلاقة بين التوجيه والإرشاد.
- 05- الإرشاد والعلاج النفسي.
- 06- علاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى.
- 07- الحاجة إلى التوجيه والإرشاد النفسي.
- 08- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي.

التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي: النشأة والمفهوم.

مع أن استخدام التوجيه والإرشاد كان متداولاً منذ أمد بعيد حتى في عصور ما قبل الثقافة الأولى أو ما قبل العلم، حيث كان الإنسان يطلب المساعدة من أخيه الإنسان فيستشير ويستشار في الأمر، ويقدم النصيحة في أمور الحياة العامة، إلا أن مكانة وطبيعة هذا المفهوم آنذاك هي إرشاد لا غير، ولم تكن علاقة مهنية، ولم يكن علمياً بالصورة التي عليها الآن لتطوره ابيستيمولوجيا وإمبيريقيا وهيكلية ومهنية، حتى أصبح هذا الميدان يشمل جميع مجالات الحياة بفضل تشعب مجالاته لتغطي جميع مراحل التطور الإنساني، كما لا تكاد تخلو أي معرفة من الخدمات التخصصية التي يقدمها هذا العلم، وقد مر التوجيه والإرشاد النفسي بعدة مراحل تمثلت في الآتي:

1- التطور التاريخي للتوجيه والإرشاد النفسي:

1-1- مرحلة التركيز على التوجيه المهني: كانت حركة التوجيه المهني التي بدأت في الولايات المتحدة الأمريكية خلال فترة الكساد الاقتصادي في الثلاثينيات تمثل مهد حركة التوجيه والإرشاد. فقد نشأ التوجيه المهني على يد "فرانك بارسونز F.Parsons" وكان يدور حول إيجاد وسائل يمكن بها وضع الرجل المناسب في المهنة المناسبة، وكان الإرشاد في تلك الفترة يعتبر أسلوباً معاوناً في جمع المعلومات عن الفرد وعن المهنة والتوفيق بينهما، (ملحم، 2007، 24)، وهذا ما أوضحه بارسونز في كتابه المعروف (اختيار مهنة Choosing a vocation) الذي نشر سنة 1909، وتتلخص هذه الأفكار في مبدئين أحدهما- التأكيد على دراسة الفرد بهدف التعرف على قدراته وإمكانياته واستعداداته وميوله، والثاني العمل على تزويد الفرد بالمعلومات الصحيحة والكافية عن المهن المختلفة، وطبيعة متطلبات كل مهنة من هذه المهن، بهدف مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تتلائم وظروفه وإمكانياته واستعداداته وميوله (الحلوسي وآخرون، 2002، 16).

1-2- مرحلة التركيز على التوجيه المدرسي: واتجه التفكير بعد ذلك إلى تركيز التوجيه المهني على توجيه الطلبة في المدارس وكذلك إلى الطبيعة التربوية لعملية الإرشاد. واكتشف العاملون في مجالات التوجيه والإرشاد الهوة الفاصلة بين ما يتعلمه الطلبة في مدارسهم وما يواجهونه في حياتهم العملية بعد ذلك، مما أكد على ضرورة سد هذه الثغرة. فأصبح ينظر إلى التربية على أنها نوع من أنواع التوجيه، فالتوجيه التربوي هو توجيه من أجل الحياة (ملحم، 2007، 25). وقد كانت أول محاولة جادة بشأن التوجيه التربوي كانت عام (1914م) حين نشر كيللي (Truman, L.Kelley) رسالة عن الإرشاد التربوي بجامعة كولومبيا، ضمنها الهدف منه، وهو مساعدة الطالب في اختيار نوع الدراسة الملائمة له وفقاً لاحتمال نجاحه فيها، وفي مقال آخر له عام (1918م) رأى أن التوجيه التربوي هو الجهد المقصود الذي يبذل في سبيل تنمية الفرد من الناحية العقلية، ورأى أن كل ما يرتبط بالتدريس أو التعليم يمكن أن يوضع تحت التوجيه التربوي، وفي كتابه الذي نشر عام (1932م) بعنوان "التربية كتوجيه" يرى أن هناك فرقاً بين

عبارتي التربية كتوجيه والتوجيه التربوي، إذ قصد بالأولى ضرورة توجيه الطلبة في جميع الأنشطة التي يقومون بها، أما الثانية فقصد بها ناحية محددة من التوجيه تهتم بنجاح الطالب في حياته المدرسية (الخطيب، 2009، 28).

1-3- مرحلة التركيز على حركة القياس النفسي:

ومن العوامل التي ساعدت في نمو وتطور التوجيه والإرشاد النفسي تطور حركة القياس النفسي حيث كان لحركة القياس النفسي ودراسة الفروق الفردية بين الأفراد وبناء الاختبارات والمقاييس النفسية أثر كبير في تطور التوجيه والإرشاد. فابتكر الفريد بينيه Alfred Binet (1875-1911) أول مقياس عملي للذكاء... كما كان لظهور المقاييس الخاصة بالشخصية في فترة تالية أثر بالغ في نمو وتطور عملية التوجيه والإرشاد النفسي، لما لهذه الاختبارات من أهمية للأخصائيين العاملين في مجال التوجيه والإرشاد في دراسة شخصية المسترشد وسلوكه دراسة موضوعية وتشخيص اضطراباته النفسية وتقديم خدمات التوجيه والإرشاد النفسي الملائمة له. (ملحم، 2007، 25)

1-4- مرحلة التركيز على التوافق والصحة النفسية: أما هذه الحركة فقد كان لها تأثيرها الواضح على مجال الإرشاد، وإضفاء الصفة العلمية عليه في البحث والممارسة، حيث أصبح الإرشاد يهتم بالصحة النفسية بوجه عام للأسوياء وغير الأسوياء، أيما كان موقعهم في مرحلة النمو أو في المجال المهني، كما ازداد اهتمام الإرشاد بفهم الفرد، سعياً لتحقيق توافقه وتكيفه مع مجتمعه المتغير والمتطور سواء على مستوى الأسرة أو العمل أو الدراسة (المالكي، 2005، 16).

لقد شهدت فترة ما بعد الحرب العالمية الثانية تطوراً متسارعاً وطفرة نوعية في ميدان التوجيه والإرشاد، إن في مستوى التأصيل النظري بميلاد مقاربات واتجاهات حديثة مستفيدة من عيوب الأطر والمرجعيات الكلاسيكية، وإن في مستوى تراكم الأساليب والفتيات الإرشادية المنتمية لنظرية بعينها، وإن في مستوى المزاجية بين أطر أخرى ذاتية وموضوعية التأسيس، وإن في مستوى قوة ونوعية الأساليب المنهجية والإحصائية المستخدمة في تحديد المشكلات والاضطرابات النفسية للفرد، مكن ذلك من فهم أوسع لأغوار النفس البشرية ومن تحقيق أكبر قدر من الثقة والموضوعية في النتائج المتوصل إليها مباشرة بإمكانية تعميمها. ولعل من بين هذه الإسهامات الفكرية في هذا الميدان ما جاء به الفكر الوجودي والإنساني... حيث أصدر كارل روجرز K.Rogers كتابه المعنون "علم النفس الإرشادي والعلاج النفسي" سنة (1942)، كما كتب عام (1951) "العلاج المتمركز حول العميل". ومن إسهامات الاتجاه الإنساني ما طرحه إبراهيم ماسلو I.Maslow ضمن ما يعرف بهرم الحاجات الإنسانية مؤكداً على أن للفرد حاجات فسيولوجية ونفسية يحتاج لإشباعها وتعمل كمحرك ودافع للسلوك... وبهذا أصبح التوجيه والإرشاد النفسي نسقاً أساسياً ضمن أنساق الفعل التربوي ومجهود يعمل على تحقيق العافية الكلية للمتمدرس يجعله يتحمل المسؤولية الكاملة لإتمام مشروعه المدرسي ونضجه المهني، وأكثر قدرة على مواجهة الضغوطات والمواقف الصعبة، وتدريبه على اكتساب مهارات الحياة لجودة الحياة في جميع مراحل التعليم.

2- مفهوم التوجيه والإرشاد التربوي

2-1- مفهوم التوجيه التربوي:

- تعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA,2015,476)، التوجيه بأنه: النصح وتقديم المشورة بالتعاون مع المسترشد، وغالبا ما تستخدم البيانات الشخصية والمقابلات والاختبارات النفسية المساعدة على ذلك.
- ويعرف بركات التوجيه بأنه: مجموعة من الخدمات التي تهدف لمساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ويفهم مشاكله وأن يستغل إمكانياته الذاتية من قدرات ومهارات واستعدادات وميول، وأن يستغل إمكانيات بيئية فيحدد أهدافا تتفق وإمكانياته من ناحية وإمكانيات هذه البيئة من ناحية أخرى نتيجة لفهم نفسه وبيئته ويختار الطرق المحققة لها بحكمة وتعقل فيتمكن بذلك من حل مشاكله حلولاً عملية تؤدي إلى التكيف مع نفسه ومجتمعه فيبلغ أقصى ما يمكن بلوغه من النمو والتكامل في شخصيته(أبو حماد،2014، 08).
- ويشير الشناوي(1994) بصفة عامة إلى أن التوجيه هو مساعدة تقدم للأفراد لاختيار ما يناسبهم على أسس سليمة وذلك لتحقيق التوافق في المجالات المختلفة للحياة(الزعيبي،2005، 16)
- ويخلص الزعيبي إلى أن التوجيه هو عملية بناءة تهدف إلى مساعدة التلاميذ والطلاب على فهم أنفسهم فهما صحيحا، بحيث يمكنهم ذلك الفهم من رسم الخطط المستقبلية التي تساعد في اختيار نوع الدراسة المناسبة لهم والاستمرار والنجاح فيها، وحل المشكلات التي تعوق توافقتهم من أنفسهم ومع الآخرين من أجل تحقيق أهدافهم التي يسعون إليها(الزعيبي، 2005، 16)
- وتعرف(الحريري والإمامي،2011، 21) التوجيه بأنه: عملية منظمة تقوم على التخطيط السليم وتحديد الأهداف المراد تحقيقها في مساعدة الطالب على فهم ذاته وإدراك ما يواجهه من صعوبات ومشاكل عن طريق التفاعل الإيجابي معه، وتقديم المساعدة اللازمة التي تدفعه لأن يسخر كل إمكانياته واستعداداته لخدمة أغراضه وشق طريقه في الحياة بما يحقق السعادة والرضا له ولمجتمعه.
- ومن خلال هذه التعاريف يمكن أن نعرف التوجيه التربوي بأنه: عملية مهنية تقوم على مساعدة المتعلم لأجل تحقيق ذاته، وتعريفه بما لديه من قدرات وإمكانيات واستعدادات، وتبصيره بمواطن القوة والضعف في شخصيته، ومساعدته للتغلب على المشكلات النفسية والدراسية والاجتماعية والمهنية التي تعترضه، لتحقيق أكبر قدر ممكن من التوافق والنضج بما يتلاءم مع ميوله وقدراته، للوصول إلى العافية الكلية لديه.

2-2- مفهوم الإرشاد التربوي

2-2-1- الدلالة اللغوية لمصطلح للإرشاد:

أشارت القواميس العربية إلى مفهوم الإرشاد ففي المعجم الوسيط: يقال فلان أرشد فلان بمعنى هداه ودله، والمرشد يعني: الواعظ (إبراهيم، مصطفى وآخرون، 1982، 346)، وإلى مثل ذلك ذهب ابن منظور في لسان العرب حيث جاء أن: الرشد والرشد والرشد: نقيض الغي. رشد يرشد رشدا ورشادا وهو نقيض الضلال إذا أصاب وجه الأمر المطلق. (ملحم، 2014، 60)، وإلى مثل ذلك أيضا أشار قاموس أكسفورد إلى أن الإرشاد يعني تقديم النصح (Oxford, 2010, 181).

فالإرشاد إذن يعني إتباع الطريق الصحيح والسلوك الصحيح وهو يعني إسداء النصح للآخرين والهداية إلى السلوك الأمثل.

2-2-2- الدلالة الاصطلاحية للإرشاد النفسي التربوي:

التعاريف الاصطلاحية للإرشاد النفسي هي الأخرى كثيرة ومتنوعة ولكنها في مجملها تشير إلى شيء واحد وهو المساعدة، مساعدة المتدربين ومعاونتهم على حل المشكلات الأكاديمية والمهنية والشخصية التي تواجههم، ويرجع سبب تعدد التعريفات واختلافها إلى كثرة النظريات والعلماء فيها، فكل عالم أو مدرسة نفسية تحاول تقديم مفهوم للإرشاد بما يناسب مرجعيتها النظرية، النفسية أو التربوية، فمنها ما يركز في تعريف الإرشاد النفسي بدلالة المبادئ والأساليب كالجمعية الأمريكية لعلم النفس حيث تعرف الإرشاد بأنه: دراسة الفرد وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني خلال مراحل نموه المختلفة، وتقديم خدمات لتنمية الجانب الإيجابي في شخصية المسترشد لتحقيق التوافق لديه، وبهدف اكتساب مهارات جديدة تساعد على تحقيق مطالب النمو والتوافق مع الحياة كالقدرة على اتخاذ القرار، ويقدم الإرشاد لجميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة وفي المجالات المختلفة، كالأسرة، والمدرسة، والعمل (العزة، 2006، 12).

ومنها ما يركز في تعريفه بدلالة النتائج والأهداف كما تعرفه المالكي بأنه: ممارسة مهنية متخصصة تتضمن تطبيق مبادئ ونظريات علم النفس في تعديل سلوك المسترشد بهدف مساعدتهم على تحقيق أقصى إشباع ممكن لحاجاتهم وفق إمكاناتهم الشخصية ومعايير المجتمع (المالكي، 2005، 13).

كما تعرف الجمعية الأمريكية للإرشاد (ACA) الإرشاد النفسي بأنه: علاقة مهنية تمكن مختلف الأفراد والأسر والمجموعات بالتمتع بالصحة النفسية، والعافية، والتعليم، والأهداف المهنية (Mclead, 2013, 07).

وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي عبارة عن علاقة مهنية بين مرشد ومسترشد قائمة على المبادئ والقوانين والأساليب المستمدة من النظريات النفسية، الغرض منها مساعدة المسترشد على تعديل سلوكه وتنمية الجانب الإيجابي في شخصيته وإشباع حاجاته المتنوعة للوصول به إلى تحقيق أكبر قدر ممكن من النجاحات العلمية والعملية.

ومنها ما يركز في تعريفه بدلالة العوائق والصعوبات كتعريف الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA,2015,259) الحديث للإرشاد النفسي بأنه: مساعدة مهنية لمعالجة المشكلات الشخصية، بما في ذلك المشكلات العاطفية، والسلوكية، والمهنية، والزواجية، والتعليمية، وإعادة التأهيل، ومشكلات الحياة المختلفة، ويستخدم المرشد تقنيات مختلفة مثل: الاستماع الفعال، والتوجيه، والنصح، والتوضيح، وإدارة الاختبارات.

ويعرف كوتلر و براون (Kottler & Brown)، الإرشاد النفسي بأنه: نشاط... للعمل مع الأفراد العاديين نسبيا الذين يعانون من مشاكل التنمية أو التكيف. (Flanagan & Flanagan,2004,07)

كما يرى مرسى بأن الإرشاد النفسي: يهتم بالفرد السوي لمساعدته في التغلب على مشكلاته التي تواجهه والتي لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده، والإرشاد يهتم بالفرد وليس بالمشكلة التي يعاني منها باعتبار أنه يستطيع أن يعالج مشكلاته إذا لم يكن مضطربا انفعاليا(الرعي، 16.1994).

كما عرّفه منسي بأنه: عملية تشمل كل الجوانب التي تهم الطالب والتي تهتم بالمشكلات التي تتطلب تدخل ذوي الاختصاص لمساعدة الطالب على فهمها سواء كانت مشكلات أكاديمية أو شخصية أو اجتماعية(منسي وآخرون، 2002، 361).

وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي التربوي عبارة عن عملية تشمل جميع جوانب شخصية الممتدس، تقوم على تشخيص لنوعية المشكلات التي يعاني منها، على المستوى الانفعالي والعقلي والاجتماعي، والعمل على إكساب الممتدس مهارات حل المشكلات، والوصول به لتحقيق التوافق النفسي والتفوق الدراسي.

ومنها ما يركز على أهدافه كتعريف روجر (Rogers) حيث يعرفه بأنه عملية تغيير تستهدف إزالة العوائق الانفعالية للفرد تسمح له بالنضج والنمو وإطلاق طاقاته وصولا إلى تحقيق الصحة النفسية لذلك الفرد(الجلوسي وآخرون، 2002، 39).

وإلى مثل ذلك ذهب ملحم في تعريفه للإرشاد بأنه: عملية بناءة تستهدف مساعدة الفرد في أن يفهم ذاته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته في ضوء معرفته وتدريبه كي يصل إلى تحقيق الأهداف المأمولة.

فالإرشاد النفسي يرمي إلى مساعدة الفرد على تحقيق:

- فهمه لذاته عن طريق إدراكه لقدراته ومهارته واستعداداته.
 - فهمه للبيئة التي يعيش فيها.
 - فهمه للمشكلات التي تواجهه.
 - استغلاله لإمكاناته الذاتية وإمكانيات بيئته.
 - أن يتكيف مع نفسه ومع مجتمعه فيتفاعل معه تفاعلا سليما.
 - أن يستخدم ما لديه من إمكانيات واستعدادات وإمكانيات بيئية ويوظفها أحسن توظيف(ملحم، 2007، 53).
- وهو ما يعني أن الإرشاد النفسي هو عملية موجهة غايتها مساعدة الممتدس للوصول إلى تحقيق أهدافه، وأن أهدافه مرتبطة عمليا بالأهداف العامة للإرشاد والتي نجد من بينها الوصول بالمتمدرس إلى تحقيق ذاته دراسيا عن طريق مساعدته لتحقيق للنجاح في حياته الدراسية والمهنية.

ومن خلال هذه التعاريف يمكن القول أن الإرشاد النفسي هو: عملية بناءة مخططة ومنظمة يقوم بها المرشد ضمن الإرشاد الفردي أو الجمعي مستفيدا من الأطر والمفاهيم والفنيات التي جاءت بها النظريات النفسية المختلفة، بهدف مساعدة المتلمذ لتبصيره بذاته وفهمه لمشكلاته والتغلب عليها، في مستوياتها الانفعالية والعقلية والاجتماعية من خلال إكسابه القدرة على حل هذه المشكلات والتغلب على الصعوبات وتحقيق فهم واقعي للبيئة ومثيراتها والذات وحاجاتها.

3- العلاقة بين التوجيه والإرشاد النفسي

يعبر كل من التوجيه والإرشاد عن معنى مشترك فكل منهما يتضمن من حيث المعنى الحرفي: الترشيد والهداية والتوعية والإصلاح وتقديم الخدمة والمساعدة والتغيير السلوكي إلى الأفضل، وهما مرتبطان ووجهان لعملة واحدة كل منهما يكمل الآخر بالرغم من الفروقات التي يراها بعض الباحثين بين هذين المفهومين (ملحم، 2014، 63). والجدول أدناه يبين أهم هذه الفروق بين مصطلحي التوجيه والإرشاد النفسي:

التوجيه النفسي	الإرشاد النفسي
1- عملية التوجيه تتسم بالانتساع والشمول فهو مجموع خدمات أهمها الإرشاد النفسي، أي أنه يتضمن عملية الإرشاد.	1- هو العملية الرئيسية في خدمات التوجيه، أي أنه لا يتضمن التوجيه.
2- هو ميدان يتضمن الأسس العامة والنظريات الهامة والبرامج وإعداد المسؤولين عن عملية الإرشاد.	2- يمثل الجزء العملي في ميدان التوجيه.
3- التوجيه إلى التربية.	3- الإرشاد إلى التدريس.
4- يشير البعض على أنه جماعي، أي أن لا يقتصر على فرد أو على فصل ولا على مدرسة مثلا، بل قد يشمل المجتمع كله.	4- يشير البعض إلى أنه عملية فرديه تتضمن علاقة إرشادية وجها لوجه.
5- يسبق التوجيه عملية الإرشاد ويمهد لها.	5- يأتي بعد التوجيه، ويعتبر الخدمة الختامية لبرنامج التوجيه.

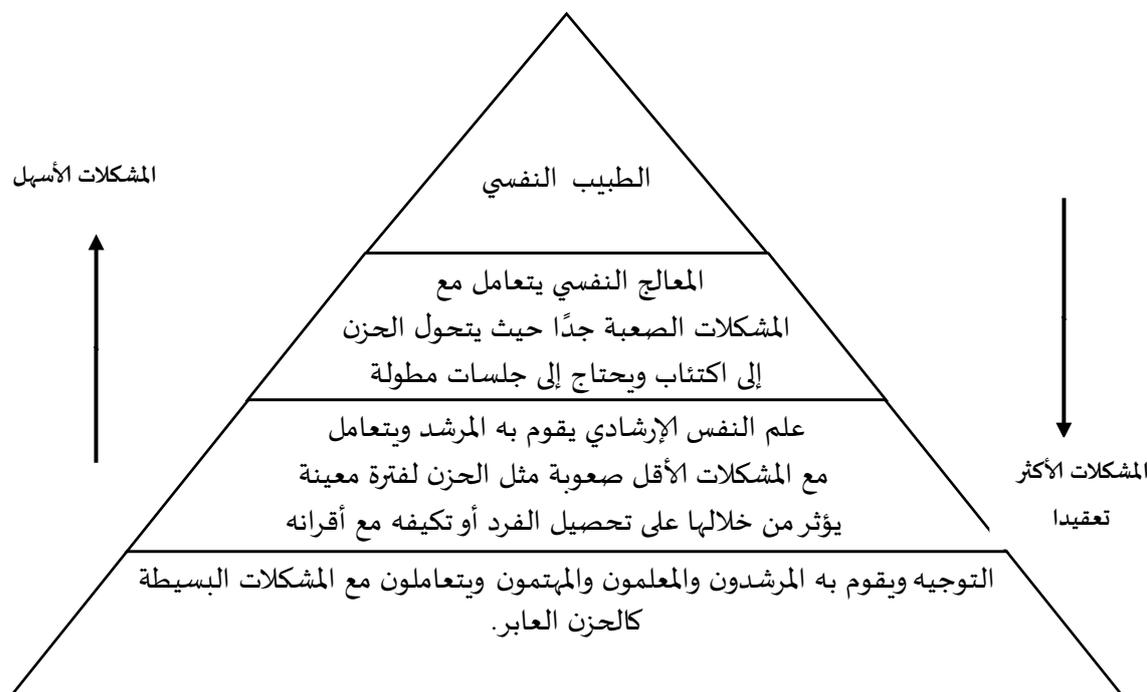
المصدر: زهران، 1977، 11.

4- العلاقة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي

- الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

مع أن العديد من علماء النفس، مثل كوري (Corey,2000) وباترسون (Patterson,1986) استخدموا مصطلح الإرشاد والعلاج النفسي بالتبادل، وخلص باترسون إلى أنه لا توجد اختلافات جوهرية بينهما (Richard,2005,p.05). ويدعم هذا الرأي أيضا ما ذكره شرتزر وستون (Shertzer & Stone) أن الممارسين المهنيين من مرشدين نفسيين أو معالجين نفسيين أقروا أن لا توجد فروق واضحة بين مفهوم الإرشاد النفسي ومفهوم العلاج النفسي، وحتى إن ظهرت أي فروق بينهما فما هي إلا فروق اصطلاحية، ومن ثم، استخدام مصطلحي الإرشاد النفسي والعلاج النفسي بالتبادل بينهما دون أية حساسية تذكر (عطية، 2010، 112). ومع ذلك فإن الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي فرق في الدرجة وليس في النوع وفرق في المسترشد وليس في العملية، ومعنى هذا أن العمل الإرشادي والعمل العلاجي خطوئتهما واحدة مع فرق في درجة التركيز والعمل فالمسترشد في الإرشاد النفسي أكثر استبصارا ويتحمل قدرا أكبر من المسؤولية والنشاط في العملية أكثر من المريض في العلاج النفسي، وهذه الفروق تنعكس في بعض الاختلافات البسيطة في التخصص والممارسة (أبو أسعد، ب-ت، 49). وفيما يلي رسم بياني يوضح عمل المرشد بين العلوم الأخرى المرتبطة به:

شكل يبين: الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.



المصدر: (أبو أسعد، ب-ت، 49).

ويضيف فلاناغان و فلاناغان، بأنه مع أن كل من المرشد النفسي والمعالج النفسي يتشاركان في نفس السلوكيات، وهي: الإستماع، الإستجواب، التفسير، الشرح، وتقديم المشورة، وهلم جرا، ومع ذلك، غالبا ما تكون هذه

السلوكيات بنسب مختلفة. (Flanagan & Flanagan,2004,08)

وبشكل عام فإن عمل المعالج النفسي أقل توجيهها، ويذهب أعمق قليلاً، ويشغل بشكل ملحوظ مع الحالات الفردية. بينما عمل المرشد النفسي أكثر توجيهها ويعمل على السطح، وعلى القضايا التنموية العادية. وهذا ما جعل فاي وفيل (Fay.S & Phil.T,2015,20) يوضحان أن الفرق بين العلاج النفسي والمساعدة يكمن في سبع مجالات رئيسية، هي: (العقد- الحدود- الاتجاه- النصيحة- النقد- المساواة- النتيجة).

وإلى مثل ذلك ذهب (زهران، 1977، 25) في إبرازه لعناصر اختلاف أخرى بين العلاج النفسي والإرشاد النفسي وهو ما يوضحه الجدول أدناه:

العلاج النفسي	الإرشاد النفسي
1- الإهتمام بالمرضى بالعصاب والذهان أو ذوي المشكلات الانفعالية الحادة.	1- الإهتمام بالأسوياء والعاديين وأقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.
2-المشكلات أكثر خطورة وعمقا ويصاحبها قلق عصابي.	2- المشكلات أقل خطورة وعمقا ويصاحبها قلق عادي.
3- التركيز على اللا شعور.	3- حل المشكلات على مستوى الوعي.
4- المعالج مسؤول أكثر عن إعادة تنظيم الشخصية.	4- العميل يعيد بناء تنظيم شخصيته بنفسه.
5- المعالج أنشط ويقوم بدور أكبر في عملية العلاج.	5- العميل عليه واجب ومسؤولية كبيرة في اتخاذ القرارات لنفسه وحل مشكلاته.
6- المعالج يعتمد أكثر على المعلومات الخاصة بالحالات الفردية.	6- المرشد يؤكد نقاط القوة عند العميل واستخدامها في المواقف الشخصية الاجتماعية ويستخدم المعلومات المعيارية في دراسة الحالة
6- تدعيمي بتركيز خاص.	6- تدعيمي تربوي
7- يستغرق وقتاً طويلاً.	7- قصير الأمد عادة.
8- تقدم خدماته عادة في العيادات النفسية والمستشفيات النفسية والعيادات الخاصة.	8- تقدم خدماته عادة في مراكز الإرشاد والمدارس والجامعات والمؤسسات الاجتماعية.

06- علاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى.

ترتبط العلوم والمعارف ببعضها البعض، داخل الحقل الواحد أو ضمن حقول أخرى مغايرة. فالحدود بين العلوم الإنسانية والتقنية بلا شك هي حدود وهمية، وأن أوجه الاستفادة بين هذه العلوم المختلفة هي تكاملية فكل علم ينفع العلم الأخر ويضيف إليه ما توصلت إليه البحوث والدراسات فتتحقق التراكمية، وتزدهر العلوم، وفيما توضيح لعلاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى:

06-1- علاقته بالصحة النفسية: يعد الإرشاد النفسي الشق العملي لعلم الصحة النفسية، حيث يمكن من خلاله مساعدة المسترشد على تجاوز الأزمات النفسية، والتي تقف عائقا أمام تحقيق صحته النفسية، وخاصة المشاكل النفسية المتعلقة بالقلق والاكتئاب وغيرها، فعن طريق الإرشاد يمكن تبصير المسترشد بقدراته وإمكانياته الكامنة... بالإضافة إلى ذلك فإن الإرشاد النفسي يعمل على معالجة الاضطرابات النفسية، وتحسين الجسم بعوامل الوقاية والمقاومة، وتحسين مستوى التفاعل الحالي عن طريق الاستفادة من القدرات والاستعدادات الحاضرة والتدرب على تلافي أسباب الاضطرابات.

06-2- علاقته بالشخصية: تشكل نظريات الشخصية المنهج الذي يتبعه المرشد النفسي في نظريته إلى المسترشد، وفي تقييمه لمستوى الاضطراب، وكذلك تحديد طرق العلاج والإرشاد المناسبة، والهدف الذي يسعى للوصول إليه، وكذلك في معرفة الهيئة والحالة التي يكون عليها المسترشد بعد الانتهاء من الإرشاد والعلاج، ويختلف المرشدون بالنسبة للطرق التي يتبعونها في معالجة المسترشد وذلك وفقا للمدارس الشخصية...، فمثلا أتباع نظرية التحليل النفسي يهتمون بالكبت ومسائل اللاشعور، في حين يهتم أتباع اتجاه أدلر، بالشعور وأسلوب الحياة بالنسبة للعميل (سعيد علي، حسين عباس، 2015، 100)

06-3- علاقته بعلم النفس العام: يعد علم النفس العام المقدمة التي لا غنى عنها لكل الدارسين في المجالات الإنسانية والنفسية، حيث أن السلوك والحاجات والدوافع والميول والاتجاهات من المواضيع التي يتضمنها علم النفس العام من جهة، ومن جهة أخرى فإن كل هذه الموضوعات تقع في لب عملية الإرشاد النفسي، وأن من أساسيات عمل المرشد إتقان هذه المواضيع المتصلة بعلم النفس العام. (سعيد علي، حسين عباس، 2015، 101)

06-4- علاقته بعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية: يشترك الإرشاد مع علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية بدراسة الفرد والجماعة والسلوك الاجتماعي والقيم والعادات والمعتقدات وأساليب التنشئة الاجتماعية، ويقوم المرشد بدراسة المجتمع للتعرف على الأفراد والجماعات فيه وأسلوب حياتهم والتغيرات التي تطرأ على المجتمع وذلك لاختلاف وذلك لاختلاف أفراد المجتمع الحضري مثلا عن غيرهم في المجتمع الريفي، كما أن الإرشاد الجمعي يعتمد على مفاهيم أساسية في علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي، ويهتم الإرشاد الأسري بدراسة الأسرة من حيث تركيبها وتأثيرها على الفرد وتنشئته الاجتماعية. (العزة، 2005، 19)

06-5- علاقته بعلم الإحصاء: يمكن القول أنه لا يوجد مجال علمي اليوم لا يتصل من قريب أو بعيد بعلم الإحصاء، حيث أن هذا العلم يأخذ على عاتقه توضيح وتسهيل الأمور عن طريق أساليبه وتقنياته المتعددة، ويعتمد الإرشاد النفسي اعتمادا كبيرا على العمليات الإحصائية المختلفة في التعرف على احتمالات حدوث

الظاهرة المرضية، ونسبة ذلك الحدوث، وكذلك احتمالات الشفاء منها، كما يقدم الإحصاء للإرشاد النفسي خدمة كبيرة تكمن في توضيح النسب التقريبية لحالات السواء وعدم السواء في المجتمع، وكذلك يدخل كعامل مهم في منهجية إعداد البحوث المتعلقة بالإرشاد النفسي وإبراز نتائجها بشكل أنسب وأقرب إلى الدقة العلمية والموضوعية. (سعيد علي، حسين عباس، 2015، 101).

06-6- علاقتهم بعلوم الأديان: ليس هناك من شك في الرابطة القوية التي تجمع الدين والإرشاد النفسي فالمنحى العلاجي والإصلاحي يجمعهما، فقد جاءت الأديان السماوية لإصلاح البشرية ومعالجة مشكلاتها ولطمأنة القلوب بالثقة واليقين في خالق هذا الكون ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ الرعد الآية 28.

ومما يؤكد الارتباط الكبير بين الإرشاد النفسي والمجال الديني أن كثيرا من المشكلات التي يواجهها المرشد تتمثل أسبابها في خلو حياة المرشد من القيم الروحية والأخلاقية التي جاب بها الدين، مما يترتب عليه قيام المرشد بتعديل سلوكيات المرشد متخذا من المبادئ الدينية مدخلا، ومن الممارسات الإرشادية المتخصصة منها، مع مراعاة احترام العقيدة الدينية للمرشد (المالكي، 2005، 33-34).

06-7- علاقتهم بعلم القانون: ارتبط علم القانون بالعلوم النفسية في كثير من المجالات والاتجاهات، فعلم النفس الجنائي يهتم بالأسباب النفسية للجنوح والإجرام والحالات الانفعالية أو العقلية للمجرم وقت وقوع الجريمة، وهي من العوامل التي وطدت ومهدت للعلاقة بين علم القانون ومجال الإرشاد النفسي، هذا بالإضافة إلى أن كلاً من المجالين يعملان على مقاومة السلوك غير السوي، وبالتالي فهما يسعيان إلى تعديل سلوك المنحرفين، وإعادة تشكيله بالشكل الذي يؤدي إلى تنمية حالة من التوافق النفسي والاجتماعي للعملاء، وبالتالي عدم عودتهم للانحراف ثانية، لأن المجرم مريض ينبغي علاجه لا معاقبته (سعيد علي، حسين عباس، 2015، 102).

06-8- علاقتهم بالتشريعات الاقتصادية: أما علاقة الإرشاد بالتشريعات الاقتصادية فهي علاقة وطيدة، وترجع إلى فرانك بارسونز (Frank Parsons) وجيس ديفيز (Jesse Davis) وكيلفورد بيرز (Clifford Beers) في بدايات ظهور الإرشاد في الولايات المتحدة في العقد الأول من هذا القرن، حيث إن المرشد يدرس فرص العمل المتوفرة في المجتمع وفرص العمل المستقبلية التي يحددها التقدم العلمي والتكنولوجي، ويقوم المرشد بمساعدة المرشد بهدف حمايته من الاستغلال الاقتصادي من ناحية، وحماية المجتمع من البطالة المقنعة، أو الهدر التعليمي، أو سوء توزيع القوة البشرية، من ناحية ثانية، وهذه الأمور ترتبط بعملية الإرشاد الأكاديمي والمهني، والموائمة بين حاجات الأفراد وحاجات المؤسسات الحكومية. (أبو عطية، 2015، 18).

07- الحاجة إلى التوجيه والإرشاد النفسي.

يذكر كل من (الخطيب، 2009، 51-52، زهران، 1977، 32، ملحم، 2014، 56، الزعبي، 2005، 37، العاسمي، 2012، 28) أن هناك حاجة أكيدة إلى الإرشاد النفسي، فهو لا يعد ترفا للحياة العصرية بل ضرورة من ضرورتها، وواحد من مترتبات الحياة الإنسانية المتجددة على مر العصور، بحيث أصبح يشكل نسقا محوريا من أنظمة الخدمات النفسية المدرسية، وأن مهمة المدارس والجامعات في عصرنا الحالي لا تقتصر على تزويد الطالب بالمعلومات

والمعارف العامة المتضمنة في المنهج فحسب (الأساس الاجتماعي فقط)، بقدر ما تعنى بتأهيل المتعلم (الأساس النفسي)، ليصبح أكثر نضجاً وتميزاً في حياته الدراسية وفي حياته العامة كذلك، وقدرته على حل الصراع واكتساب المهارات الاجتماعية والتعبير الذاتي، وأن الحاجة للإرشاد النفسي هي وليدة الأسباب التالية:

7-1- التغيرات المصاحبة لنمو الفرد: يمر الإنسان خلال مراحل نموه بفترات حرجة، كما يتعرض لتغيرات جسمية ونفسية واجتماعية وعقلية وغيرها، وفي كثير من الأحيان يصاحب تلك التغيرات مشكلات يشعر معها أنه بحاجة إلى من يساعده، ويقف إلى جانبه في التغلب عليها، ويواجه الأفراد في مراحل نموهم العادية مشكلات متنوعة، مثل عدم القدرة على اتخاذ القرارات المهمة كاختيار المهنة أو الزوجة أو نوع الدراسة، فتظهر لديهم حاجة أكيدة لمن يساعدهم في ذلك.

7-2- التغيرات التربوية: الحاجة للإرشاد في المدارس والجامعات أكثر إلحاحاً، بسبب ازدياد أعداد الطلبة فيها، وتنوع التخصصات الدراسية... ففي مجال التعليم قد لا يستطيعون التكيف مع التطورات التي تحدث في المناهج، أو في ازدياد أعداد الطلبة وما ينتج عن ذلك من تفاعل بينهم، أو في دخول التكنولوجيا إلى المجال التربوي، أو في تعدد مجالات التخصصات الدراسية، والمجالات المهنية، كل ذلك وغيره أسهم في ازدياد حالات القلق والحيرة لدى الطلبة، وولد لدى البعض منهم عدم القدرة على مسايرة تلك التغيرات المتسارعة، فأصبحوا بحاجة إلى الإرشاد النفسي ليساعدهم في التغلب على آثار تلك التغيرات، ويبعد عنهم ذلك القلق، ويسهل عملية تكيفهم مع هذه المستجدات.

7-3- التغيرات الأسرية: من أهم مظاهر التغيرات الأسرية ما يلي:

- ظهور الأسرة الزوجية الصغيرة المستقلة، وضعف العلاقات بين أفرادها، وأصبح الأولاد يتزوجون ويتركون الأسرة ويستقلون، ويعيش الوالدان وحيدين، وحتى الزيارات أصبحت قليلة وربما اقتصر على المناسبات والأعياد.

- ظهور مشكلات أسرية مثل مشكلة السكن، ومشكلات الزواج ومشكلات تنظيم الأسرة ومشكلات الشيخوخة.

- خروج المرأة إلى العمل لتدعيم الأسرة اقتصادياً مما أدى إلى تغير العلاقات مع الزوج والأولاد وفي المجتمع بصفة عامة وأدى إلى ظهور مشكلات من نوع جديد.

- ظهور مشكلات جديدة مثل تأخر الزواج أو الامتناع عن الزواج أو العنوسة وحالات الأم غير المتزوجة والأب غير المتزوج... إلخ.

7-4- التغيرات الاجتماعية: طرأت على المجتمعات بصورة عامة تغيرات سريعة شملت بعض العادات والتقاليد والمعايير الاجتماعية للسلوك، ووسائل الضبط الاجتماعي، وكذلك التغير في بعض القيم وما ينشأ عنه من صراع قيمى... وصاحب ذلك التغير تقدم سريع في وسائل الاتصال بين الشعوب، وما تحمله من أنماط وعناصر ثقافية مختلفة، وأحياناً متناقضة، كل ذلك أسهم في زيادة القلق والتوتر لدى الأفراد، وجعلهم بحاجة للخدمات الإرشادية أكثر من أي وقت مضى.

7-5- التقدم العلمي والتكنولوجي: ومن أهم معالمه ما يلي:

- زيادة المخترعات الجديدة، واكتشاف الذرة واستخدامها في الأغراض السلمية.
 - سيادة الميكنة والضببط الآلي (السيبرنتيكا) (Cybernetics) في مجال العلم والعمل والإنتاج.
 - تغير الاتجاهات والقيم والأخلاقيات وأسلوب الحياة.
 - تغير النظام التربوي والكيان الاقتصادي والمهني.
 - زيادة الحاجة إلى إعداد صفوف ممتازة من العلماء لضمان التقدم العلمي والتكنولوجي وتقديم الأمم.
 - زيادة التطلع إلى المستقبل والتخطيط له وظهور علم المستقبل **Futurologie**.
- 08- مفاهيم خاطئة عن الإرشاد النفسي.**

المفاهيم الخاطئة	المفاهيم الصحيحة
1- الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى المرضى أصحاب المشكلات فحسب.	1- الإرشاد خدمات أو عملية تقدم إلى العاديين وإلى أقرب المرضى إلى الصحة وأقرب المنحرفين إلى السواء.
2- الإرشاد النفسي مرادف للعلاج النفسي.	2- الإرشاد النفسي ليس مرادفا للعلاج النفسي ولكن يشترك معه في كثير من العناصر والفرق بينهما في الدرجة وليس في النوع وفرق في العميل وليس في العملية.
3- الإرشاد النفسي يقتصر على الجوانب الانفعالية للعميل فحسب	3- الإرشاد النفسي ليس قاصرا على المشكلات الشخصية للعميل. ولكن يتناول جميع مجالات الشخصية ككل (جسديا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا)
4- الإرشاد النفسي يقتصر على المشكلات الشخصية للعميل فحسب	4- الإرشاد النفسي ليس قاصرا على المشكلات الشخصية للعميل ولكن يتناول جميع مجالات حياته (شخصية، تربوية، أسرية، مهنية)
5- الإرشاد النفسي يتضمن تقديم نصائح وخطط جاهزة للعميل	5- الإرشاد النفسي يتضمن مساعدة الفرد في أن يفهم نفسه ويحقق ذاته في ضوء فرص الحياة الواقعية المتاحة أمامه.
6- الإرشاد النفسي خدمة	6- الإرشاد النفسي عملية يشجع فيها المرشد

<p>العميل ويوقظ عنده الدافع والقدرة على أن يعمل شيئاً لنفسه بنفسه.</p>	<p>يقوم بها المرشد ويقدمها للعميل.</p>
<p>7- الإرشاد النفسي خدمات وعملية يقدمها ويقوم بها فريق من الأخصائيين في مجال التربية وعلم النفس والاجتماع..وغيرهم.</p>	<p>7- الإرشاد خدمات أو عملية يقدمها أو يقوم بها أخصائي واحد.</p>
<p>8- الإرشاد النفسي يجب أن يكون جزء لا يتجزأ من البرنامج العام للمؤسسة التي يقدم فيها.</p>	<p>8- الإرشاد النفسي خدمات تضاف إلى نشاط المؤسسة التي يقدم فيها(مثل المدرسة)، أي ليست أساسية.</p>
<p>9- الإرشاد النفسي يقدم في أي مكان مناسب ويضمن نجاحه سواء كان مركز إرشاد أو عيادة نفسية أو مدرسة...</p>	<p>9- الإرشاد النفسي خدمات أو عملية لا بد أن تتم في مركز إرشاد أو في عيادة نفسية.</p>
<p>10- الإرشاد النفسي تخصص لا بد أن يقوم به الأخصائيون المؤهلون علمياً وعملياً.</p>	<p>10- الإرشاد النفسي يمكن أن يقوم به شبيه الأخصائيين.</p>

المحاضرة الثانية:

أسس التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

- 01- الأسس العامة.
- 02- الأسس الفلسفية.
- 03- الأسس النفسية والتربوية.
- 04- الأسس الإجتماعية.
- 05- الأسس العصبية والفسولوجية.

أسس التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

يشير كل من (العزة، 2006، 22، الخطيب، 2009، 27، مورتس وشمولر، 2005، 46، الزعبي، 2005، 47، زهران، 1977، 61، ملحم، 2007، 60، الحريري والإمامي، 2010، 30)، أن أسس التوجيه والإرشاد هي بمثابة المرتكزات والمسلمات وفلسفة العمل الإرشادي التي يجب أن يتخذ منها العاملون في هذا المجال منهجا يستخدمونه أثناء الممارسة اليومية لعملهم لتحقيق أهداف الإرشاد، ذلك أن عدم الوعي بهذه الأسس من قبل المرشد المدرسي والمهني قد يؤدي إلى غياب الإطار المرجعي للعمل الإرشادي بأكمله. وتتعدد أسس التوجيه والإرشاد النفسي التي تستمد مكانتها من طبيعة الإنسان وخصائص سلوكه واجتماعيته، ومن أهم الأسس التي يقوم عليها التوجيه والإرشاد، مايلي:

01- الأسس العامة.

- الثبات النسبي للسلوك الإنساني وإمكان التنبؤ به: فالسلوك الإنساني مكتسب متعلم في معظمه وذلك من خلال التنشئة الاجتماعية ومن خلال التربية والتعليم، ويكتسب السلوك صفة الثبات النسبي الذي يمكن التنبؤ به، ويسعى المعالج إلى تعديل سلوك مرضاه بعد أن يكون درس أوضاعهم واستنتج أسلوب حياتهم ومشكلاتهم وأحاط بمعايير النمو في الشخصية العادية لديهم.
- مرونة السلوك الإنساني: المرونة لا تقتصر على السلوك الظاهر الذي يمكن ملاحظته فحسب، بل يتعدى ذلك ليتضمن التنظيم الأساسي لشخصية الفرد ومفهوم الذات، مما يؤثر في سلوكه.
- السلوك الإنساني فردي- جماعي: السلوك الإنساني سلوك فردي واجتماعي معا. مهما بدا فرديا محتا أو اجتماعيا خالصا. وعندما يكون الفرد وحده يبدو فيه تأثير الجماعة. وسلوكه وهو مع الجماعة تبدو فيه آثار شخصيته وفرديته.
- الاستعداد للتوجيه والإرشاد: إن لدى كل واحد منا استعداد للتوجيه والإرشاد استنادا إلى وجود حاجة أساسية لدينا وهي حاجتنا للتوجيه والإرشاد لمواجهة المشكلات التي نواجهها.
- حق الفرد في التوجيه والإرشاد: التوجيه والإرشاد يعتبران حاجة نفسية هامة لدى الفرد، ومن مطالب النمو السوي للأشخاص إشباع حاجاتهم هذه. مع كل مستويات الأفراد العاديين وغير العاديين، الذين يواجهون مشكلات محددة والمتفوقون في حياتهم أيضا.
- حق الفرد في تقرير مصيره: يعتبر حق الفرد في تقرير مصيره بنفسه من المبادئ الهامة في التوجيه والإرشاد، وهو أمر يتطلب الاعتراف بقيمة الفرد وحقه في الاختيار من بين البدائل الهامة المتوافرة لديه.
- تقبل الطالب المسترشد: إن أحد مبادئ الإرشاد قائمة على تقبل المرشد للطالب المسترشد كما هو دون شروط. والمرشد لا يحقق مع المسترشد ولا يصدر أحكاما فيما يتصل بسلوك طلبته بل عليه أن يكون صبورا واسع الصدر يشعر الطالب المسترشد بالطمأنينة والتفهم.

- عملية التوجيه والإرشاد مستمرة طوال الحياة: عملية التوجيه والإرشاد غير محددة بمراحل وإنما تبدأ في الأسرة قبل دخول الطفل مدرسته. وتستمر على مقاعد الدراسة وفي الجامعة وفي العمل، فهي مستمرة متتابعة من الطفولة إلى الكهولة.

02- الأسس النفسية والتربوية.

هناك العديد من الأسس النفسية التي تعتمد عليها عملية الإرشاد، أبرزها مراعاة مطالب النمو وإشباع حاجات الأفراد في كل مرحلة من مراحل نموهم، فمطالب النمو في الطفولة تختلف عن مطالب النمو في المراهقة... كما أن مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد أهميتها في هذا المجال، ذلك أن كل شخص يدرك ذاته بطريقة تختلف عن إدراك الآخرين لها. كما أن عملية الإرشاد ليست واحدة لكلا الجنسين، إذ أن هناك فروقا جسمية وفسولوجية واجتماعية ونفسية بين كل من الذكور والإناث، وقد تعود هذه الفروقات إلى عوامل بيولوجية أصلا وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية التي تبرز هذه الفروق أو تقلل من شأنها. ولذلك فإن ما ينطبق على الذكور في عملية الإرشاد لا ينطبق على الإناث، فالفرق لها أهميتها في ميدان الإرشاد التربوي المهني والاجتماعي، وعلى المرشد تنمية الثقة الكاملة بينه وبين الطالب المسترشد وتعزيز شعوره بالأمن والطمأنينة والتعامل معه بجديّة تامة.

ومن الناحية التربوية، فإن الإرشاد عملية مساندة لعملية التعليم والتعلم، وأن عملية الإرشاد تعطي للعملية التربوية دفعا لتجعلها أكثر فاعلية، لأن من شروط عملية التعلم الجيد أن تهتم بعملية التوجيه والإرشاد، كما أن عملية الإرشاد يمكن أن يستفاد منها في تطوير المناهج وطرق التدريس عن طريق التأكيد على التكيف الفردي والاجتماعي للطلاب.

03- الأسس الأخلاقية:

قدمت جمعية علم النفس الأمريكية (APA) مجموعة من الأسس والمبادئ الأخلاقية التي يجب الالتزام بها أثناء ممارسة عملية التوجيه والإرشاد، ومن أهم هذه الأسس:

- كفاية المرشد العلمية والمهنية: لا بد على المرشد النفسي الذي يمارس عمله أن يكون مؤهلا تأهيلا علميا وعمليا بالشكل الكافي، كما يجب على المرشد أن يكون حريصا على التزود المستمر بالمعلومات الجديدة، والدراسات والبحوث في ميدان التوجيه والإرشاد، حتى يتمكن من تطوير قدراته المعرفية والمهارية... والاشتراك في الدورات التدريبية ليتمكن من رفع مستوى كفايته المهنية والاضطلاع بعمله على أكمل وجه.

- الترخيص: وهو إثبات أن من يمارس هذه المهنة هو مؤهل علميا وعمليا، ويجوز له ممارسة هذا العمل، وهذا الترخيص يمنح من قبل الجهات العلمية- الرسمية، لأن المرشد النفسي غير المؤهل قد يسبب للمسترشدين مشكلات وتدهورا في بعض حالات من يتعامل معهم.

- المحافظة على سرية المعلومات: فالمرشد مسؤول مسؤولية تامة عن المحافظة على أسرار المسترشد، وليس له الحق في تسجيلها أو البوح بها لأي جهة كانت إلا بموافقة المسترشد، وأن سرية المعلومات من مكارم الأخلاق.

- العلاقة المهنية بين المرشد والمسترشد: لا بد أن تكون العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد علاقة مهنية محددة، دون أن تتطور هذه العلاقة إلى أي نوع آخر من العلاقات المادية أو المصلحية.

- العمل كفريق (مؤتمر الحالة): تتطلب عملية الإرشاد أحيانا فريق متكامل من المختصين كالمُرشد النفسي والأخصائي الاجتماعي والطبيب النفسي ومعلم الفصل وولي الأمر ليتم تقديم الخدمات اللازمة للمسترشد من الجوانب جميعها.

- إحالة المسترشد: يجب على المرشد إحالة المسترشد إلى متخصص آخر إذا تطلب الأمر ذلك، وبخاصة إذا كانت الحالة لا تقع ضمن حدود اختصاصه، أو تحتاج إلى الاستعانة بمختص آخر، وذلك حفاظا على مصلحة المسترشد وكرامة المرشد.

04- الأسس الإجتماعية.

تؤثر ثقافة المجتمع في أفرادها لأن أي شخص ينظر لجماعته المرجعية وثقافة مجتمعه على أنها هي الأصح من بين كل الثقافات، وعلى المرشد أن يراعي ذلك لكي يتمكن من فهم مسترشده وفهم دوافع سلوكه، ويهتم هذا الجانب بالنمو والتنشئة الإجتماعية السليمة للطالب وعلاقته بالمجتمع، ومساعدته على تحقيق التوافق مع نفسه ومع الآخرين في الأسرة والمدرسة والبيئة الإجتماعية.

يشير غاتس (Gates) أن الشخص الحسن التكيف هو الشخص الذي ينعم بالكفاية والسعادة في بيئة سليمة بدرجة معقولة. ولا ينبغي أن تتوافر للفرد بيئة تمكنه من إشباع حاجاته الأساسية بصورة مرضية فحسب، وأن يكون في وسعه أن يدبر شؤون حياته بحيث لا يحول إشباع إحدى حاجاته دون إشباع حاجة أخرى فقط، بل ولا بد له أيضا من أن يشبع حاجاته بصورة تكفل الحيلولة دون تعطيل إشباع الحاجات المشروعة للآخرين. أو باختصار أن الشخص الحسن التكيف هو الذي تتكامل حاجاته وإشباعها مع الإحساس الاجتماعي وتقبل المسؤولية الإجتماعية.

05- الأسس العصبية والفسولوجية.

الجهاز العصبي هو الجهاز الحيوي الرئيسي المسؤول الذي يسيطر على أجهزة الجسم الأخرى، من خلال الرسائل العصبية الخاصة التي تنتقل له والإحساسات المختلفة الداخلية والخارجية ويستجيب له بإصدار تعليماته إلى أعضاء الجسم مما يؤدي إلى تكييف نشاط الجسم ومواءمته لوظائفه المختلفة بانتظام وتكامل، فإذا كان هناك ما يهدد الفرد بخطر خارجي نقلت الأعصاب الحسية هذا التهديد على شكل إشارات عصبية إلى المخ، ليعطي أوامره إلى الجسم وبواسطة إشارة عصبية أخرى تنقل أعصاب حركية فيبتعد أو يهرب من مكان الخطر. وينقسم الجهاز العصبي إلى قسمين:

- الجهاز العصبي المركزي: ويتحكم هذا الجهاز في السلوك الإرادي للإنسان.

- الجهاز العصبي الذاتي (التلقائي): وهذا الجهاز مسئول عن السلوك اللاإرادي للإنسان، وهو يعمل تلقائيا أو ذاتيا وبشكل لا شعوري ولا إرادي.

وعليه فالمرشد يجب أن يعرف إلى جانب معرفته السيكولوجية عن الفرد شيئاً عن الجسم من حيث تكوينه ووظيفته وعلاقتها بالسلوك بشكل عام. ومادام المرشد يعمل على تغيير وتعديل سلوك العميل، وبذلك فإن عملية الإرشاد تتضمن تعلماً، والتعلم يعتمد على المخ وبقية الجهاز العصبي، والذي له علاقة بأجهزة الجسم والاضطرابات الجسمية والنفسية بشكل كبير، وهو ما يجب على المرشد النفسي أن يكون ملماً به ليتمكن من ممارسة عمله الإرشادي.

المحاضرة الثالثة:

أهداف ومناهج التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

I - أهداف التوجيه والإرشاد النفسي.

1-1- تحقيق الصحة النفسية.

2-1- تحقيق الذات.

3-1- تحقيق التوافق النفسي.

4-1- تحقيق التكيف.

5-1- تحسين العملية التعليمية التعلمية.

II - مناهج التوجيه والإرشاد النفسي.

1-2- المنهج الإنمائي.

2-2- المنهج الوقائي.

3-2- المنهج العيادي.

أهداف ومناهج التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

يعرف العلم بموضوعه ومنهجه، وبأهدافه يعرف كذلك، ذلك أنه لا يمكن الإقرار بعلمية أي علم من العلوم التقنية والإنسانية غير واضح الأهداف والنهيات، وأنه ثمة تكامل بين أهداف الإرشاد التربوي مع أهداف الإرشاد النفسي بصفة عامة، ومع أهداف العملية التعليمية التعلمية بصفة خاصة، وأن أهم هدف للإرشاد التربوي هو العناية بالمتعلم من جميع جوانب شخصيته وتوجيهه دراسياً لاختيار نوع الدراسة أو التخصص بما يشبع حاجاته ورغباته وقابليته للتطور، ويمكن تلخيص أهداف الإرشاد التربوي فيما يلي:

I - أهداف التوجيه والإرشاد النفسي.

1-1- تحقيق الصحة النفسية .

يحدد هادفيلد (Hadfield) الصحة النفسية قائلاً: أن الصحة النفسية هي التعبير الكامل والحر عن كل طاقاتنا الموروثة والمكتسبة، وهي تعمل بتناسق فيما بينها في اتجاهها نحو هدف أو غاية للشخصية من حيث هي كل. (الرفاعي، 2010، 10)

ذلك أن الفرد كثيراً ما يواجه مشكلات وصعوبات وفترات حرجة خلال مراحل حياته المختلفة وهذه المشكلات والصعوبات تبعث في نفسه القلق، والإرشاد النفسي يرمي إلى تبصير الفرد بالمشكلات التي يواجهها والإمكانات المتوافرة لحلها، وهذا يساعد الفرد على إيجاد الحل الملائم الذي يخفف من التوتر والقلق ويساعد الفرد على التمتع بالصحة النفسية. (أبو حماد، 2014، 13)

1-2- تحقيق الذات self-actualization .

من أهم المفاهيم التي جاء بها أبراهام ماسلو ذلك المفهوم الذي سماه تحقيق الذات (self-actualization) والذي يعنى استخدام إمكانياتنا حتى أقصى درجة، فإذا أقنعنا طلبتنا أن بإمكانهم تحقيق قدراتهم معنى ذلك أنهم يسرون باتجاه تحقيق الذات، ذلك أن مفهوم تحقيق الذات هو مفهوم نمائي، حيث يتحرك الطلبة نحو هذا الهدف إذا أشبعوا حاجاتهم الأساسية، هذا وقد تحدث ماسلو عن خمسة حاجات أساسية رتبها هرمياً، وهذه الحاجات هي: الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن، وحاجات الحب والانتماء، وحاجات تقدير الذات، وحاجات تحقيق الذات.

إن هدف المرشد هو العمل مع الفرد لتحقيق ذاته سواء كان هذا الفرد عادياً أو متفوقاً أو ضعيفاً أو متأخراً دراسياً أو ناجحاً، ومساعدته في تحقيق ذاته إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عما ينظر إليه. إن للفرد دافع أساسي يوجه سلوكه وهو دافع تحقيق الذات، ونتيجة لوجود هذا الدافع فإن الفرد لديه استعداد دائم لتنمية معرفة ذاته، وفهم وتحليل نفسه وفهم استعداداته وإمكاناته حتى يقيم نفسه وبالتالي يوجه ذاته ويوجه حياته بنفسه بذكاء وبصيرة وكفاية في حدود المعايير الاجتماعية لتحقيق هذه الأهداف. (شعبان، 1999، 27).

1-3- تحقيق التوافق النفسي.

من أهم أهداف الإرشاد تحقيق التوافق (Adjustment) أي تناول السلوك والبيئة والطبيعة والحالة الاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة ومن أهم مجالات تحقيق التوافق (تحقيق التوافق الشخصي، وتحقيق التوافق النفسي، وتحقيق التوافق المهني، وتحقيق التوافق الاجتماعي). (سعيد علي و حسين عباس، 2015، 25)

1-4- تحقيق التكيف Adaptation.

إن الفرد يسعى لتحقيق التكيف السوي في الجماعة التي يعيش فيها، ومن أشكال التكيف:

- التكيف الشخصي: أي تحقيق الرضا عن النفس وإشباع الدوافع والحاجات ومطالب النمو.
- التكيف التربوي: ويكون ذلك باختيار أنسب المواد الدراسية الملائمة لقدراته.
- التكيف الاجتماعي: ويكون ذلك بتحقيق الانسجام مع الآخرين والالتزام بالمعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي، والعمل لخير الجماعة. (أبو حماد، 2014، 12)

1-5- تحسين العملية التعليمية التعلمية.

ومع أنه يمكن حصر أهداف الإرشاد الطلابي في خمسة أهداف رئيسية هي تحقيق الذات، وتحقيق التوافق، وتحقيق التكيف، وتحقيق الصحة النفسية، وتحسين مستوى العملية التعليمية، إلا أنه يمكن تجزئة هذه الأهداف إلى أهداف أكثر دقة، فلقد قدمت الرابطة الأمريكية للإرشاد المدرسي: **American School Counselor Association 2000** نموذج "المعايير الوطنية للإرشاد المدرسي" **"National standards for school Counseling"** وحددت هذه المعايير ثلاث مجالات يجب أن يحتويها أي برنامج إرشادي (Counseling program) وأن هذه المجالات الثلاثة هي: الأكاديمي، النمو الشخصي والاجتماعي.

وفي ضوء الخصائص النمائية للمتعلمين ومطالب نموهم، وفي ضوء المعايير الثلاثة السابقة تسعى برامج الإرشاد لتحقيق الأهداف التالية:

- 1- تحقيق الاستقلال الوجداني والاجتماعي عن الوالدين والكبار، ومساعدة المتعلمين على تحقيق ذلك.
- 2- اكتساب المهارات الحياتية اللازمة للتعايش مع مواقف الحياة والتصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة.
- 3- تقبل التغيرات الجسمية والجنسية على أنها مظاهر طبيعية للنمو، ومساعدته على فهم الكثير من الحقائق الجنسية في هذه المرحلة.
- 4- تطوير قدرة المتعلمين على التخطيط لمستقبل تعليمي أو مهني وفق طموحاته وقدراته وميوله. وإكسابه مهارات استقصاء عالم العمل في علاقته بمعرفة الذات وطموحها.
- 5- تطوير كفاياته ومهاراته اللازمة لحل مشكلاته والتعامل مع قدراته واتخاذ القرارات المتعلقة بحياته المهنية والتعليمية.
- 6- تنمية مهارات التواصل مع الآخرين وبناء اتجاهات إيجابية عن المؤسسات الاجتماعية المختلفة.

- 7- مساعدة المتعلم على بناء الهوية الذاتية، وتحديد أهدافه ورسم طموحاته وتبني أدوار اجتماعية تمنحه إحساسا بالوجود المستقل المتفرد.
- 8- مساعدة المتعلم في بناء منظومة قيمية تجسد هويتنا وتحفظ لنا وجودا متميزا فاعلا على الساحة العالمية وتمكننا من التعاطي مع متطلبات القرن الحادي والعشرين.
- 9- اكتساب مهارات فهم الذات واحترامها وقبولها، وتحقيقها من خلال إنجازات شخصية في مجالات مختلفة.
- 10- تنمية قدرة المتعلم على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بشكل أكثر اتزاناً، وتقبل النقد والاختلاف مع الآخرين.
- 11- تمكين المتعلم من التعامل مع متغيرات هذا العصر وتحدياته وضغوطاته ومن القدرة على الانتقاء من بين ما تروج به حضارة العصر من مناقضات، مما يعزز قدرتنا على الاحتفاظ بهويتنا، ومواجهة التحديات التي تواجهنا (حجازي، وآخرون، 2005، 79-80).
- وقد أضافت (سليمان، 2010، 51) جملة من الأهداف الخاصة يسعى لتحقيقها الأخصائي النفسي المدرسي داخل المدرسة لخدمة المتعلم وهذه الأهداف هي كالتالي:
- 13- تقليص الاضطرابات الانفعالية والسلوكية والتعليمية.
- 14- علاج المشكلات قبل وقوعها.
- 15- إصلاح الطلاب المضطربين نفسياً ومعالجتهم كي يصبحوا لبنة صالحة في المجتمع.
- 16- تعزيز تكيف الطلاب وتطويرهم.
- 17- تصنيف الطلاب.
- 18- زيادة المعارف وتطوير المهارات.
- 19- ربط المدرسة بالبيت لمعرفة التغيرات الطارئة على الطالب.
- 20- تقويم تطور القدرة العقلية والاجتماعية والانفعالية لدى الأطفال وتفسيرها.
- 21- تشخيص المشكلات الشخصية والتربوية ووضع البرامج العلاجية لها.
- 22- إيجاد بعض الحلول بطريقة علمية للمشكلات التي يواجهها التلاميذ في المدرسة.
- وبناء على ذلك يمكن تحويل هذه الأهداف العامة والخاصة إلى أهداف إجرائية يسعى المرشد المدرسي لتحقيقها، وهي على النحو التالي:
- 1- يسعى المرشد الطلابي إلى إرشاد المتعلمين من خلال عدد من البرامج والخدمات الإرشادية الهادفة إلى تطوير مهارات الاعتماد على النفس وأداء المهام التي تتناسب مع إمكاناتهم وقدراتهم وكيفية اتخاذ القرارات وحل المشكلات الشخصية التي تتطلبها بعض المواقف الحياتية.
- 2- يساعد المرشد الطلابي المتعلمين على الإمام بأساليب ومهارات كيفية التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم واختيار الأساليب المناسبة لظروف وخصوصية ثقافة مجتمعاتهم وذلك كجزء من تأكيد ذواتهم والرفع من مستوى المفهوم

الذاتي.

- 3- يساعد المرشد الطلابي المتعلمين على تحقيق التوافق الشخصي والتكيف الاجتماعي مع المتغيرات والتحوليات المتلاحقة والسريعة في أنساق وقيم المؤسسات المجتمعية.
- 4- يقوم المرشد الطلابي بتوعية المدرسين والإداريين بأهمية الجوانب النفسية في شخصيات الطلبة وأهمية مراعاة ذلك عند اتخاذ القرارات والإجراءات سواء التعليمية أو الإدارية.
- 5- يساهم المرشد الطلابي مع العاملين في المدرسة ويشاركهم في تصميم البرامج وتشكيل اللجان وتنظيم الخدمات التي تخدم حاجات الطلبة وشؤونهم.
- 6- يقوم المرشد الطلابي بتقويم الطلبة من النواحي النفسية والشخصية والاجتماعية والصحية والأكاديمية من أجل أن يتمتعوا بمستوى مناسب من الصحة النفسية.
- 7- يعمل المرشد الطلابي على فتح قنوات الاتصال الإيجابي المستمر مع المؤسسات المجتمعية كالأ أسرة والحي والجامعة ودائرة العمل والمصنع والمستشفى وغيرها وذلك من أجل استثمار ما لديهم من إمكانيات وفرص لتحقيق رغبات وحاجات الطلبة الآنية والمستقبلية.
- 8- يشجع المرشد الطلابي على المشاركة في الأنشطة غير الصفية خارج المدرسة كأسابيع التوعية والتثقيف وما يمثّلها من حملات وفعاليات وذلك من أجل تنمية روح العمل الجماعي والتعاوني والخيري وزيادة مستوى الحس الوطني وغير ذلك من القيم النبيلة.
- 9- يساهم المرشد الطلابي في تصنيف الطلبة وتوزيعهم في شعب ومجموعات وفصول بناء على محكات ومعايير موضوعية تخدم مقاصد وأغراض العملية التعليمية.
- 10- يساعد المرشد الطلابي الطلبة وأولياء أمورهم على فهم مسؤولياتهم وكيفية التعامل مع مختلف المراحل العمرية والتعليمية وفق أساليب وطرق مناسبة.
- 11- يساعد المرشد الطلابي الطلبة في تحديد المسارات التعليمية باختيار التخصصات التي تتناسب مع إمكانياتهم وميولهم وظروف مجتمعاتهم ومستقبلهم المهني (حجازي، وآخرون، 2005، 44-45).

II - مناهج التوجيه والإرشاد النفسي.

يذكر (أبو حماد، 2014، 13-14، زهران، 1977، 44) أن هناك ثلاث مناهج رئيسية لتحقيق أهداف الإرشاد النفسي، وهذه المناهج هي: المنهج الإنمائي والوقائي والعلاجي، وفيما يلي عرض لهذا المناهج:

1-2- المنهج الإنمائي.

ويطلق عليه المنهج الإنشائي أو التكويني ويحتوي على الإجراءات والعمليات الصحيحة التي تؤدي إلى النمو السليم لدى الأشخاص العاديين الأسوياء والارتقاء بأنماط سلوكهم المرغوبة خلال مراحل نموهم حتى يتحقق أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية والتوافق النفسي عن طريق نمو مفهوم موجب للذات وتقبلها، وتحديد أهداف سليمة للحياة، وتوجيه الدوافع والقدرات والإمكانيات التوجيه السليم نفسيا واجتماعيا وتربويا ومهنيًا ورعاية

مظاهر الشخصية الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية. الهدف منه مساعدة الطلاب على النمو السليم ويمكن أن يتحقق ذلك عن طريق:

- تنمية مهارات الطالب عن طريق اكتشافها أولاً وبالتالي إتاحة الفرصة لهذه القدرات والإمكانات للنمو السليم والتطور عن طريق الوسائل المتاحة لدى المدرسة وحسب نوعية هذه القدرة أو الموهبة.
 - إعطاء الطالب حرية كاملة في التعبير عن رأيه والبعد عن القسوة والكبت.
- 2-2- المنهج الوقائي.**

- ويطلق عليه التحصين النفسي ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض، وهي الطريقة التي يسلكها الشخص كي يتجنب الوقوع في مشكلة ما، ويهدف إلى منع حدوث المشكلات أو الاضطرابات ومعرفتها إذا حدثت والتخفيف من أثارها بعد ذلك ويمكن أن يتحقق ذلك عن طريق:
- التوعية التي يجب نشرها بين الطلاب عن طريق النشرات والندوات والمحاضرات والملصقات والإذاعة المدرسية التي تهدف إلى التعريف بأسباب المشكلة أو الاضطراب وأهم الوسائل لتجنبها.
 - العمل على اكتشاف السلوكيات والمشاكل في وقت مبكر.
- 2-3- المنهج العيادي.**

ويتضمن مجموعة من 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 مختصون في مجال التوجيه والإرشاد، ويهدف إلى مساعدة الطالب إلى العودة إلى حالة التوافق ويمكن أن يتم ذلك عن طريق دراسة الحالة. ويلاحظ أن المنهج العلاجي هو أكثر المناهج الثلاث تكلفة في الوقت والجهد والمال، كذلك فإن نسبة نجاح الإستراتيجية العلاجية لا تكون 100% ، وقد يقلت الزمام من يد المرشد أو المعالج إذا ما بدأ العلاج بعد فوات الأوان

المحاضرة الرابعة:

وسائل جمع المعلومات في التوجيه والإرشاد النفسي.

- 01- الملاحظة.
- 02- المقابلة.
- 03- دراسة الحالة.
- 04- الاستبيان.
- 05- مؤتمر الحالة.
- 06- الاختبارات والمقاييس النفسية.

وسائل جمع المعلومات في التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

تتعدد طرق وأساليب جمع المعلومات والبيانات في التوجيه والإرشاد النفسي التي يستخدمها المرشد بعناية لتحقيق أغراض الإرشاد، بموافقة من المسترشد كما هو الحال في الإرشاد غير الموجه عند روجرز، أو غير ذلك كما هو الحال في الإرشاد الموجه عند وليامسون، وبين هذا وذاك فجميع الاختبارات والمقاييس (Tools & Scales)، المفعلة في الإرشاد ما هي إلا مقابلات إرشادية مقننة، وأن الفائدة من استخدامها في الفعل الإرشادي هي مساعدة المرشد لغرض التشخيص والعلاج والتنبيؤ والتقييم... للمشكلات التي يعاني منها المسترشد بشكل دقيق ومحاولة حلها في وقت قصير نسبياً. وفيما يلي نتطرق إلى أهم هذه الوسائل المستخدمة في ميدان التوجيه والإرشاد النفسي:

✓ المقابلة الإرشادية (Interview)

01- تعريف المقابلة

عرفت سترانج (Strang) المقابلة، بأنها: قلب الإرشاد النفسي، حيث تشمل على عدد من الفنيات التي تسهم في نجاحه، وقد ميزت ملامحها الأساسية بقولها أن المقابلة الإرشادية: عبارة عن علاقة مواجهة دينامية وجهها لوجه بين المسترشد الذي يسعى في طلب المساعدة لتنمية استبصاراته التي تحقق ذاته، وبين المرشد النفسي القادر على تقديم هذه المساعدة خلال فترة زمنية معينة وفي مكان محدد (أحمد عمر، 1983، 53).

ويعرف (زهرا، 1977، 189) المقابلة بأنها: علاقة اجتماعية مهنية دينامية وجهها لوجه بين المرشد والعميل في جو آمن يسوده الثقة المتبادلة بين الطرفين بهدف جمع المعلومات من أجل حل مشكلة. أي أنها علاقة فنية حساسة يتم فيها تفاعل اجتماعي هادف، وتبادل معلومات وخبرات ومشاعر واتجاهات ويتم خلالها التساؤل عن كل شيء. وهي محادثة عادية، بل هي نشاط مهني هادف.

ويؤكد العالمان شافر ولازاروس (Schafer & lazarus)، أن الاختبارات ليست في حقيقتها سوى مقابلة مقننة، وأن ليس هناك بديل للمقابلة في الخدمات النفسية فهي المحور الأساسي فيها. (الخطيب، 2009، 102)

2- أهمية المقابلة: تبرز أهمية المقابلة الإرشادية في ما يلي:

- تعتبر عملية تتيح الفرصة للمستجيب للتعبير الحر عن الآراء والأفكار والمعلومات.
- تتحول من أداة اتصال ووسيلة التقاء إلى تجربة عملية، خاصة فيما يتعلق منها بميدان الإرشاد بين الأخصائيين النفسيين والآباء.

- مصدر كبير للبيانات والمعلومات فضلاً عن كونها أداة للتبصير والتوعية والتفاعل الديناميكي.

- تختلف أهداف المقابلة باختلاف الغاية التي تستهدف المقابلة إلى تحقيقها في نهاية المطاف.

03- أنواع المقابلة الإرشادية: تتنوع المقابلة الإرشادية بحسب عدد المفحوصين إلى مقابلة فردية وجماعية، كما تقسم أيضاً من حيث الغرض من إجرائها إلى مقابلة استطلاعية ومقابلة تشخيصية عيادية، كما يمكن تقسيمها

أيضا من حيث طبيعة الأسئلة ودرجة الحرية التي تمنح للمستترشدين إلى مقابلة غير موجهة نصف موجهة وموجهة، والتي نكتفي بها في هذا المقام، ويمكن تحديد أنواعها، كما يلي:

3-1- المقابلة غير الموجهة: لا يتدخل الإكلينيكي ولا يوجه المفحوص أثناء الكلام، ويترك له المجال للتحدث بكل حرية، دون مقاطعته أو توجيه مساره حديثه، وهي الطريقة التي كان يطبقها خصوصا روجرز **Rogers** في أسلوبه العلاجي، انطلاقا من أن المفحوص أدرك بالمشاكل التي تؤرقه ويريد الحديث عنها.

3-2- المقابلة شبه الموجهة: وهنا يعمل الإكلينيكي، على توجيه المفحوص في الوقت المناسب، وجعله دائم الصلة بالوقائع التي لها علاقة بموضوع الحوار. وفي الغالب، تقوم على عدم التدخل في الحوار، وترك المجال للمفحوص كي يعبر عن تجاربه الشخصية، من خلال توجيه الحديث للتركيز على مواضيع بعينها.

3-3- المقابلة الموجهة: وتقوم على توجيه مجموعة من الأسئلة المحددة سلفا، قصد الحصول على معلومات تفيد الفاحص في التشخيص.

وعموما يمكن توظيف هذه التوجهات الثلاثة في المقابلة العيادية وفق المقام الذي تجرى فيه المقابلة، إذ يمكن مثلا في بداية المقابلة استعمال المقابلة الموجهة للحصول على المعلومات الخاصة بالمفحوص، ثم بعد ذلك توظيف المقابلة غير الموجهة لترك المجال للمفحوص للتعبير عن مشاعره بكل حرية، وأثناء بداية الحصص العلاجية الأولى يمكن للفاحص أن يتدخل في الحوار لمناقشة أفكار المفحوص ومعرفياته، ومحاولة رصد تناقضاته وأفكاره غير العقلانية ومعتقداته المشوهة، والعمل على تعديلها أو تليينها. (زغبوش و علوي، 2011، 116).

4- ميزات وعيوب المقابلة:

يشير كاردنر (**Gardner**) إلى للمقابلة محاسن كثيرة منها:

- أنها تتصف بالمرونة عند طرحها للأسئلة أو الفقرات.
- أنها أداة مناسبة للحصول على بيانات في عالم القيم والاتجاهات والآراء والمواقف الحرجة.
- أنها تساعد على خلق حوار ودي بين المفحوصين وبين الباحث.
- أنها تستخدم مع الأشخاص الذين لا يعرفون القراءة والكتابة.
- أنها تمكن الباحث من أخذ تصور واضح عن الشخص الذي ستأخذ منه البيانات وبذلك تساعد الباحث على تكوين بعض الأحكام عن مدى صحة الإجابات المعطاة عن الشخص المفحوص. (العلوي وآخرون، 2002، 132)
- وبالرغم من أن المقابلة تعتبر الوسيلة الأولى في الإرشاد النفسي ولها مميزات الهامة، إلا أن لها بعض العيوب، منها:
- انخفاض معامل الصدق، وذلك لاختلاف الاستعدادات والقدرات والميول وتقدير المشاعر.
- انخفاض معامل الصدق، وذلك لاختلاف مشاعر العميل تجاه خبراته ومشكلاته من يوم لآخر.
- الذاتية في تفسير نتائج المقابلة، حيث قد يختلف المرشدون المختلفون في ذلك، وقد تختلف هذه النتائج مع الحقائق الموضوعية، وقد يخطئ المرشد في تقدير السمات أو يبالغ فيها حسب خبرته واتجاهاته، وقد يكون متحيزا عند تسجيل ملاحظاته أو عند تحليلها.

- عدم جدواها كثيرا في حالات الأطفال الصغار الذين يصعب عليهم التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم. (زهران، 1977، 196).
- تحتاج المقابلة لأشخاص لديهم خبرة وتدريب ومهارات على إجراء المقابلات، ودون ذلك فإن المعلومات التي يتم جمعها بطريقة المقابلة، قد تكون غير حقيقية، إما بتزييف من المستجيب، أو بتحيز من المقابل.
- يصعب مقابلة أعداد كبيرة من الأشخاص، فذلك يحتاج لوقت وجهد كبيرين.
- قد يعطي المجيب إجابات لا تعبر عن رأيه الحقيقي إذا كان خائفا أو خجولا، أو شاعرا بالذنب، أو محاولا الاحتفاظ بكرامته وشعوره. (الخطيب، 2009، 118).

✓ الملاحظة العلمية. (Observation)

1- تعريف الملاحظة

الملاحظة عبارة عن وسيلة علمية منظمة تستخدم لتثبيت فرض ما أو نفيه حول ظاهرة سلوكية معينة، بحيث يكون التركيز على متضمنات محددة فيها، وتهدف الملاحظة إلى اختبار الأداء السلوكي لفرد ما في موقف معين، ومدى علاقته بسلوكياته الأخرى في المواقف المتباينة، أو سلوكيات أشخاص آخرين تربطهم صلات اجتماعية، وذلك خلال فترة زمنية تختلف مدتها حسب طبيعة الظاهرة السلوكية المراد ملاحظتها، ويشترط أن تتم الملاحظة، بموضوعية ووضوح وتكامل. (أحمد عمر، 1983، 104)

ويعرفها كل من (أبو أسعد والغريب، 2009، 41) الملاحظة بأنها الانتباه إلى ظاهرة أو حادثة أو شيء ما بهدف الكشف عن أسبابها وقوانينها. وتعرف أيضا بأنها المراقبة المقصودة لرصد ما يحدث وتسجيله كما هو. ويعرفها خليفة نقلا عن (شاكر جودت، 2007، 335)، بأنها: وسيلة دراسة حقلية يجريها الباحث في البيئة الطبيعية، وفي البيئة الاصطناعية، مستخدما فيها حاسة البصر، للحصول على بيانات ومعلومات، تحقق له غرض الدراسة التي يجريها.

2- أهداف الملاحظة: تهدف الملاحظة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف أشار إليها زهران، وهي:

- تسجيل الحقائق التي تثبت أو تخفي فروضا خاصة بالسلوك الملاحظ.
- تسجيل المتغيرات التي تحدث في السلوك الملاحظ نتيجة النمو.
- تحديد العوامل التي يحرك الملاحظ سلوكيا في مواقف وخبرات معينة.
- دراسة التفاعل الاجتماعي للفرد في مواقفه الطبيعية.
- تفسير السلوك الملاحظ. (شاكر جودت، 2007، 336).

3- أنواع الملاحظة (Types of Observation)

(الملاحظة البسيطة- الملاحظة المنظمة- الملاحظة بالمشاركة- الملاحظة من غير مشاركة- الملاحظة الجماعية- الملاحظة الفردية- الملاحظة في الطبيعة- الملاحظة في المختبر- الملاحظة في العيادة).

4- مزايا الملاحظة وعيوبها: يذكر كل من أبو أسعد والغريب أن لاستعمال الملاحظة كأداة في جمع البيانات والمعلومات عدة مزايا، بخاصة في دراسة الظواهر الاجتماعية، ودراسة تحليل المضمون والوثائق، وأهم مزاياها:

- 1- دقة المعلومات بسبب ملاحظة الظواهر في ظروفها الطبيعية.
 - 2- الملاحظة من أكثر وسائل جمع المعلومات فائدة للتعرف على الظاهرة أو الحادثة.
 - 3- دقة التسجيل بسبب إجراءه أثناء فترة الملاحظة.
 - 4- أسلوب الملاحظة الأسلوب الأكثر أهمية في حال عدم التمكن من استخدام أسلوب المقابلة والاستبيان لجمع المعلومات.
 - 5- يمكن إجراء الملاحظة على عدد قليل من المفحوصين.
 - 6- تمكّنك كأخصائي نفسي من جمع بيانات تحت ظروف سلوكية مألوفة.
 - 7- تمكّنك كأخصائي نفسي من جمع حقائق عن السلوك في وقت حدوثه.
 - 8- لا تعتمد كثيرا على الاستنتاجات.
- أما عيوب الملاحظة فهي:

- 1- يغير الملاحظون من سلوكهم إذا شعروا بإجراء الملاحظة.
- 2- قد تستغرق الملاحظة وقتا طويلا وجهدا وتكلفة مرتفعة من الباحث. (أبو أسعد والغري، 2009، 46)
- 3- تدخل الذاتية ورجوع الملاحظ في ملاحظته إلى إطاره المرجعي الشخصي وإلى خبراته الشخصية.
- 4- لكي تتم ملاحظة السلوك في إطاره الطبيعي لا يجبر العميل بذلك مسبقا، وقد يتعارض هذا مع مبدأ رئيسي من أخلاقيات الإرشاد النفسي وهو تعريف العميل بل واستئذانه في ذلك (زهران، 1977، 202).

✓ دراسة الحالة (Case Study)

1- تعريف دراسة الحالة

يعرف (الزعيبي، 2005، 113) دراسة الحالة، بأنها: أسلوب منظم لجمع المعلومات عن المسترشد في ماضيه وحاضره والتي يتم الحصول عليها من خلال وسائل جمع المعلومات الأخرى كالملاحظة والمقابلة والاختبارات.. وغير ذلك من الوسائل، بهدف دراسة شخصية المسترشد من جوانبها كلها، وتحديد مشكلاته وتشخيصها ومعرفة أسبابها، والتوصل إلى القرار المناسب بشأنها.

ويؤكد العالم جوليان روتر (Rotter) أن دراسة الحالة هي المجال الذي يتيح للأخصائي جمع أكبر وأدق قدر من المعلومات حتى يتمكن من إصدار حكم قيم نحو المريض، وذلك من خلال المعلومات التي يحصل عليها من خلال المناقشة المباشرة مع المريض، والمتضمنة طبيعة المشكلة، وظروفها، ومشاعر صاحبها، واتجاهاته، ورغباته والخبرات المؤلمة التي تعرض لها، وتأتي المعلومات من الأسرة ورفاق العمل، والأساتذة بالمدرسة، وتساهم أيضا الاختبارات النفسية إذا ما استخدمت عند الضرورة بغية الكشف عن القدرات العقلية، والمهارات والميول المرضية، ويقدم الطبيب المعالج تفاصيل الحالة الصحية وإصابات الدماغ، ويضيف الأخصائي الاجتماعي معلومات جديدة عن تاريخ الحالة الاجتماعي، وظروف العائلة ومستواها الاجتماعي (الخالدي، 2006، 78).

2- أهمية دراسة الحالة:

يمكن تلخيص أهمية دراسة حالة المسترشد في الآتي:

- تعطي فكرة شاملة وواضحة عن المسترشد، بحيث تتيح فهم أفضل لحالته.
- تمكن المرشد النفسي من تلخيص المعلومات التي جمعها حول المسترشد وتكاملها.
- تساعد المرشد النفسي في تشخيص حالة المسترشد، ووضع إستراتيجية إرشادية مناسبة من أجل معالجتها.
- تساعد المرشد النفسي على وضع خطة مناسبة بشأن الخطوات التي يمكن إتباعها مع المسترشد.
- تستخدم لتدريب المرشدين المبتدئين، لأنها وسيلة سهلة وواضحة الخطوات.

3- محتويات دراسة الحالة:

تشمل دراسة الحالة مجموعة من البيانات والمعلومات التي أسهمت في ظهور الحالة، وعليه فإن الإطار المرجعي العام لدراسة الحالة يجب أن يتضمن ما يأتي:

1- المعلومات والبيانات العامة: وتتضمن جميع معلومات المسترشد عن نفسه، والمعلومات المتعلقة بالمحيطين به كذلك.

2- المعلومات الشخصية: وتتضمن (الحالة الجسمية والصحية- معرفة نمط - معلومات عن الحالة العقلية والمعرفية والاجتماعية والنفسية- النمو).

3- الملخص العام: ويشمل خلاصة المعلومات المهمة ذات العلاقة بالحالة أو المشكلة.

4- التشخيص: وضع عدة افتراضات قابلة للفحص عن أسباب المشكلة.

5- التوصيات: وتشتمل على مقترحات للإرشاد، مثل العلاج السريع أو الطويل، أو التوصية بالإحالة.

6- المتابعة: للتأكد من مدى الفائدة من وراء الجهد الكبير الذي بذل لجمع المعلومات عن الحالة وتوظيفها لتحقيق أهداف العملية الإرشادية. (الخطيب، 2009، 144)

4- عوامل نجاح دراسة الحالة

لكي تنجح دراسة الحالة، ولكي تكون ذات قيمة علمية، يجب مراعاة الشروط الآتية:

4-1- التنظيم: ويشمل الوضوح والتسلسل، وذلك لكثرة المعلومات التي تشتمل عليها دراسة الحالة، ولكثرة الأدوات التي تم بها جمع هذه المعلومات.

4-2- الدقة: تجمع المعلومات التي تشتمل عليها دراسة الحالة بطرق متنوعة وهذا يستلزم الدقة في التحري عن هذه المعلومات.

4-3- الاعتدال: أي التوسط بين التفصيل الممل وبين الاختصار في تجميع المعلومات.

4-4- الاهتمام بالتسجيل: وهذا مهم خاصة مع كثرة المعلومات.

4-5- الاقتصاد: إذ ينصح بإتباع أقصر الطرق لبلوغ الأهداف من دراسة الحالة مما يوفر الوقت والجهد. (زهرا، 1977، 205)

5- مزايا دراسة الحالة وعيوبها: تتميز دراسة الحالة بما يلي:

- تساعد المرشد في فهم حالة المسترشد والتعرف إلى مشكلاته، وتحديد أسبابها وأعراضها وتاريخها وعمقها وارتباطها، مما يساعد في إيجاد الحلول المناسبة.
- تعطي صورة كلية شاملة وواضحة، عن جوانب شخصية المسترشد، لكونها تعتمد على عدة مصادر للحصول على المعلومات.
- تساعد المسترشد في عملية التبصر الذاتي، وتقدم له صورة واضحة عن نفسه، وذلك يساعد في تشخيص حالته.
- فيها فائدة علاجية، ذلك أن المقابلة التي هي إحدى مصادر المعلومات في دراسة الحالة، تتيح للمسترشد نوع من التنفيس الانفعالي.
- يمكن استخدامها لأغراض البحث العلمي وتدريب المرشدين النفسيين في بداية ممارستهم المهنية.
- كما أن هناك بعض العيوب عند استخدام دراسة الحالة لجمع المعلومات، منها:
- يستغرق دراسة الحالة وقتاً طويلاً وجهداً كبيراً، قد يؤخر تقديم المساعدة للمسترشد في وقتها المناسب.
- قد يتحول هذا الكم الهائل من المعلومات التي تم تجميعها في دراسة الحالة إلى مجرد تكديس للمعلومات، إذا لم توظف بشكل سليم في العملية الإرشادية.
- وجود صعوبة في ضبط التناقضات في المعلومات والبيانات. (الخطيب، 2009، 146)

✓ الاستبيان (Questionnaire).

1- تعريف الاستبيان

يعرف فان دالين الاستبيان، بأنه أداة يستخدمها المشتغلون بالبحوث التربوية على نطاق واسع، للحصول على حقائق عن الظروف والأساليب القائمة بالفعل، وإجراء البحوث التي تتعلق بالاتجاهات والآراء، وقد يكون الاستفتاء في بعض الدراسات أو جوانب معينة منها الوسيلة العملية الوحيدة الميسرة، لتعريض المستفتين لمثيرات مختارة ومرتبطة بعناية، بقصد جمع البيانات اللازمة لإثبات صدق فرض أو نفيه (فان دالين، 2010، 439)

ويعرف جود (Good)، الاستبيان بأنه: قائمة من الأسئلة تعد بشكل جيد لمعرفة آراء ومعتقدات واتجاهات الآخرين نحو موضوع معين (فرحاتي، 2012، 281)

كما يعرف عبد المعطي الاستبيان بأنه: أداة لفظية بسيطة ومباشرة تهدف إلى التعرف على ملامح خبرات المفحوصين واتجاهاتهم نحو موضوع معين ومن خلال توجيه أسئلة قريبة من التقنين في الترتيب والصياغة وما شابه ذلك. (الجرجاوي، 2010، 16).

2- الخصائص العامة للاستبيان:

هناك العديد من الخصائص التي يتميز به الاستبيان عن غيره من أدوات البحث الأخرى، وتجنّباً للإسهاب نقتصر على ذكر الخصائص التالية على شكل نقاط:

- 1- من الخصائص أنه من الممكن أن يستفاد بالاستبيان إذا كان أفراد البحث منتشرين في أماكن متفرقة ويصعب الاتصال بهم شخصيًا.
 - 2- الاستبيان قليل التكاليف والجهد والوقت إذا قورن بغيره من أدوات جمع المعلومات الأخرى.
 - 3- يعطي الاستبيان لأفراد العينة فرصة كافية للإجابة عن الأسئلة بدقة خاصة إذا كان نوع البيانات المطلوبة متعلقًا بالأسرة فمن الممكن التشاور معًا في تعبئة الإجابات الجماعية.
 - 4- يسمح الاستبيان للأفراد كتابة البيانات في الأوقات التي يرونها مناسبة لهم دون أن يقيدوا بوقت معين يصل فيه الباحث لجمع البيانات.
 - 5- تتوفر للاستبيان ظروف التقنين أكثر مما تتوفر للأدوات جمع البيانات الأخرى وذلك نتيجة للتقنين في الألفاظ وترتيب الأسئلة وتسجيل الاستجابات.
 - 6- يساعد الاستبيان في الحصول على بيانات حساسة أو محرجة، ففي كثير من الأحيان يخشى المستجيب إعلان رأيه أو التصريح به أمام الباحث كأن يدلي برأيه في حضور رئيس العمل أو يتحدث في نواح تتعلق بالحياة الزوجية، أما إذا أتيحت له الفرصة لإبداء رأيه في مثل هذه المسائل بطريقة لا تؤدي إلى التعرف عليه كما هو الحال في الاستبيان فإنه قد يدلي برأيه بصدق وصراحة.
 - 7- لا يحتاج الاستبيان إلى عدد كبير من جامعي البيانات نظرًا لأن الإجابة عن أسئلة.
 - 8- الاستبيان أو عباراته لا يتطلب إلا المبحوث وحده دون الباحث.
 - 9- يمكن تطبيق الاستبيان على نطاق واسع أو على عينات كبيرة الحجم.
- 3- اعتبارات مهمة عند تصميم الاستبيان**
- ضرورة اختيار المفردات المناسبة التي تؤكد على احترام شخصية المفحوص.
 - عدم استخدام مصطلحات وألفاظ غير مفهومة أو كلمات عامية.
 - البدء بالأسئلة غير المحرجة كي لا تثني المفحوص عن تعاونه في الإجابة على الاستبيان.
 - تجنب صياغة فقرات الاستبيان:
- ✓ بصيغة توحى للمفحوص بأن الباحث يفضل إجابة معينة.
 - ✓ أسئلة النفي.
 - ✓ الألفاظ والمصطلحات والمفاهيم الغامضة.
 - ✓ السؤال والعبارة التي تظم فكرتين في آن واحد.
 - ✓ أن لا تكون العبارة قابلة للتأويل.
 - ✓ إثارة انفعالات المفحوص.
 - ✓ العبارة أو السؤال ذو الصيغة الطويلة.
- الوضوح والدقة والابتعاد عن العموميات عند صياغة العبارات.

- الابتعاد عن تضمين الاستبيان فقرات أو أسئلة كثيرة مما يؤدي إلى إصابة المفحوص بالملل أو إهماله للاستبيان.
- أن لا تكون أسئلة الاستبيان ذات نمط واحد من حيث كلها سلبية أو إيجابية، وإنما يجب أن يمزج بين الاثنين. (شاكور جودت، 2007، 375)

4- مزايا وعيوب الاستبيان

لا شك أن الاستبيان أداة رئيسية وهامة للعديد من الدراسات، ويمكن تلخيص أهم المزايا بالآتي:
- توفير الكثير من الجهد والوقت في جمع البيانات، مع إمكانية تغطية أماكن متباعدة في أقصر وقت ممكن.
- تعطي للمبحوث الحرية في اختيار الوقت المناسب لتعبئة الإستبانة، وحرية التفكير، والرجوع إلى بعض المصادر التي يحتاجها.

- قد يقلل من التحيز سواء من قبل المبحوث، أو من قبل الباحث.

أما عن عيوب الاستبيان فهي:

- وجود أسئلة غير محاب عليها من قبل المستجيبين لأسباب تتعلق بنوع الأسئلة، أو أسباب شخصية تتعلق بالمبحوث.

- عدم فهم المستجيب لبعض الأسئلة، وبالتالي تكون إجاباته مختلفة أو مغايرة لقصد الباحث.

- عدم قدرة الباحث على معرفة بعض الأمور الانفعالية أو العاطفية من قبل المبحوث أثناء الإجابة. (دويدري، 2012، 336)

✓ مؤتمر الحالة (Case conference).

1- تعريف مؤتمر الحالة

يعتبر مؤتمر دراسة الحالة من الوسائل المهمة لتنسيق المعلومات التي جمعت عن الطالب لتفسيرها، ويتيح مؤتمر دراسة الحالة الفرصة لتبادل الآراء والخبرات ومناقشة جميع الأمور المتعلقة بالحالة، إذ يشترك في هذا المؤتمر الأخصائيون على رأسهم المرشد الذي له الدور الأكبر والأهم في مؤتمر الحالة.
ويعرف مؤتمر الحالة بأنه: اجتماع مناقشة خاصة يضم كل أو بعض من يهمهم أمر المرشد ويكون بموافقة المرشد نفسه (الفرج وتيم، 1999، 102)

كما يعرفه (زهران، 1977، 208) بأنه: اجتماع مناقشة خاص يضم فريق الإرشاد كله أو بعضه، ويضم كل أو بعض من يهمهم أمر العميل، وكل أو بعض من لديه معلومات خاصة به، ومستعد للتطوع والحضور شخصياً للإدلاء بها والمشاركة في تفسيرها وفي إبداء بعض التوصيات، بموافقة العميل.

2- أنواع مؤتمر الحالة: توجد أنواع لمؤتمر الحالة، وهي:

- مؤتمر الحالة الواحدة: الذي يجتمع لمناقشة حالة مسترشد واحد.
- مؤتمر الحالات: الذي يجتمع لمناقشة حالة مجموعة من المرشدين، كما في حالات المتأخرين دراسياً، أو المتسربين.

- مؤتمر الاختصاصيين: ويتشكل فقط من الاختصاصيين النفسيين، إما لدراسة حالة مسترشد واحد وإما لدراسة أكثر من حالة، ويتم في هذا المؤتمر تبادل الآراء والتعاون، والاستماع إلى التقارير واقتراح توصيات.
- مؤتمر المرشد والمسترشد والوالد: الذي يضم المرشد، وأحد والدي المسترشد أو كليهما، وأحيانا ينضم المدرس إليهم إذا استدعت الحالة ذلك. (الخطيب، 2009، 148).

3- أغراض مؤتمر الحالة:

- مناقشة العلاقة بين الطالب والوالدين وإعطاء الوالدين الفرصة للتحدث مع المؤهلين.
- مناقشة نشاطات الطالب في المدرسة وتقييم نموه وتقديمه.
- مساعدة المعلم في معرفة معلومات عن خلفية أسرة الطالب لفهمه.
- إعطاء فكرة واضحة للآباء حول الأهداف المدرسية ومناقشة زيارتهم المدرسية (الفرج، وتيم، 1999، 102)

4- عوامل نجاح مؤتمر الحالة: توجد عدة عوامل تسهم في نجاح مؤتمر الحالة منها:

- عقده في حالات الضرورة فقط: لا يجوز مؤتمر الحالة إلا في الحالات التي تستدعي ذلك، والمرشد هو الأقدر على تحديد ذلك.
- موافقة المسترشد: موافقة المسترشد على دراسة حالته في المؤتمر شرط مسبق لعقده، فهناك من يرفض أن يطلع آخرون على ما لديه من صعوبات أو مشكلات.
- مراعاة المعايير الأخلاقية: أخلاقيات مهنة الإرشاد دستور أخلاقي يجب على المرشد مراعاته بشكل كامل خاصة سرية المعلومات.
- الحضور الاختياري: يفترض أن يكون حضور المؤتمر اختياريًا وطوعياً، وأن يقوم المرشد بأخذ موافقتهم على الحضور مسبقاً.

- الجو غير الرسمي: ينبغي أن يعم المؤتمر جو غير رسمي يسمح لكل واحد منهم أن يشارك بفعالية.

5- مزايا مؤتمر الحالة وعيوبه

من مزايا مؤتمر الحالة ما يأتي:

- زيادة فهم المشتركين للطالب.
- تجميع أكبر قدر من المعلومات.
- تأكيد العلاقة بين الطالب والمعلم.
- يساعد المعلمين في أداء وظيفتهم.
- يعتبر من الوسائل الجيدة التي تربط البيت بالمدرسة. (الفرج، وتيم، 1999، 103)
- كما أن هناك بعض العيوب لمؤتمر الحالة، منها:
- قد يستغرق وقتاً طويلاً ويعطي معلومات قليلة.
- يمكن أن تأتي المعلومات مشتتة وأحيانا متضاربة.

- أحيانا تحول صعوبات متعلقة بوقت المؤتمر، أو مكان انعقاده دون حضور أفراد يكون حضورهم أمر له أهمية خاصة في تحقيق نتائج المؤتمر. (الخطيب، 2009، 151).

✓ الاختبارات والمقاييس (Tests & Measures).

01- تعريف الاختبارات والمقاييس

يعرف علام القياس، بأنه: تعيين فئة من الأرقام أو الرموز، مناظرة لفئة من الخصائص أو الأحداث طبقا لقواعد محددة تحديدا جيدا. (علام، 2000، 13)

ويرى النعيمي والبياتي أن الاختبار هو: مجموعة من الخطوات المنتظمة التي تستخدم لاختبار الفرد عن طريق تقديم مجموعة من المنبهات (Stimuli)، التي يستجيب لها الفرد بما يمكن الباحث من تحديد رقم أو مجموعة من الأرقام لهذا المستجيب يستطيع عن طريقه استنتاج خصائص أفراد آخرين من نفس المجتمع (النعيمي والبياتي، 2009، 189)

ويرى مهrenz أن عملية القياس هي تلك العملية التي تمكن المرشد من الحصول على معلومات كمية عن ظاهرة ما، أما أداة القياس فيعرفها بأنها أداة منظمة لقياس الظاهرة موضوع القياس والتعبير عنها بلغة رقمية. (أبو أسعد، ب-ت، 318)

أغراض الاختبارات النفسية

يذكر (الخطيب، 2009، 120)، أن الاختبارات تستخدم بشكل واسع في عمليات التوجيه المهني والتربوي والإرشاد النفسي ولأغراض شتى، وهي تستخدم مع الوسائل الأخرى وليست بديلا عنها ومن بين أهم هذه الأغراض نجد ما يلي:

- التشخيص (Diagnosis): حيث تعد الاختبارات وسيلة فعالة في حصول المرشد على معلومات حقيقية ودقيقة ومناسبة حول سمات المسترشد ومشكلاته وسلوكه ومجالات أخرى من حياته.

- العلاج (Therapy): كثيرا ما تستخدم الاختبارات الإسقاطية كوسيلة ينفس بها الفرد عن انفعالاته المكبوتة.

- التنبؤ (Prediction): يمكن استخدام الاختبارات لاختيار الأشخاص للوظائف المناسبة، أو اختيارهم للالتحاق ببرامج في الجامعات أو المعاهد، فمثل هذه الاختبارات تساعد في مدى نجاح الأفراد فيما تم اختياره.

- المراقبة (Monitoring): يمكن للمرشد أن يلجأ إلى استخدام الاختبارات لمعرفة مدى التغيير في السلوك بعد تنفيذ برامج إرشادية معينة.

- التقويم (Evaluation): تستخدم الاختبارات في عملية تقويم البرامج الإرشادية، وتقويم مدى تحقق الأهداف الإرشادية، وكل ذلك يعود بالفائدة على العملية الإرشادية وفعالية برامج الإرشاد.

2- أنواع الاختبارات المستخدمة في الإرشاد

(اختبارات التحصيل - اختبارات الأداء - اختبارات القدرات العقلية - اختبارات الميول - اختبارات القيم - اختبارات الشخصية).

3- شروط الاختبارات والمقاييس

هناك شروط للاختبارات والمقاييس النفسية الجيدة، وفيما يلي هذه الشروط:

- الصدق (**Validity**): أي قياس الاختبار أو المقياس لما وضع أصلاً لقياسه، وهناك طرق لمعرفة قيمة صدق المقاييس والاختبارات، منها: الصدق الظاهري، والصدق المنطقي، والصدق التجريبي، وصدق المحتوى، والصدق التلازمي، والصدق التنبؤي، والصدق المرتبط بمحك، والتحليل العاملي لفقرات الاختبار وغيرها.
- الثبات (**Reliability**): ويقصد به ثبات نتائج الاختبار أو المقياس تقريباً في المرات المختلفة التي يجري فيها على نفس الأفراد، وهناك طرق تستخدم لاستخراج معامل ثبات الاختبارات والمقاييس منها: إعادة تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم بعد فترة زمنية، طريقة التجزئة النصفية، وطريقة الصور المتكافئة.
- الموضوعية (**Objectivity**): ويقصد بها أن لا يكون الاختبار متأثراً بالعوامل الذاتية، والأحكام الشخصية للفرد سواء لمن قام بتصميمه أو من يطبقه ويصححه.
- إظهار الفروق الفردية: ويقصد به قدرة الاختبار على التمييز بين المفحوصين الممتازين والعاديين والضعفاء، وقياس الفروق الفردية بينهم، وتحديد كل منهم بدقة.
- سهولة الاستخدام: وتتحقق تلك السهولة بوضوح تعليمات الاختبار وطريقة إجرائه، والزمن المناسب، ومفاتيح التصحيح، وجدول للمعايير، ووضوح عباراته للمفحوصين.
- 4- مميزات الاختبارات والمقاييس:** تتميز الاختبارات والمقاييس بما يلي:
 - تعتبر أسرع وأوضح من غيرها من الوسائل في الكشف عن الشخصية.
 - تعتبر أكثر موضوعية إذا ما قورنت بغيرها من الوسائل.
 - تعطي تقديراً كمياً وكيفياً معيارياً لشخصية العميل وقدراته واستعداداته ونقاط قوته ونقاط ضعفه مما يساعد في تحديد التشخيص وطريقة الإرشاد.
 - يمكن استخدامها في قياس مدى التقدم أو التغير الذي طرأ على الحالة عند إعادة إجرائها.
 - تعتبر وسيلة اقتصادية إذا ما قورنت بغالبية الوسائل الأخرى.
 - تعتبر وسيلة فعالة في التقييم والتصنيف والاختيار واتخاذ القرارات والتنبؤ المبني على معلومات كمية أكثر صدقاً وثباتاً من التقديرات الكيفية.
 - تستخدم في تقييم عملية الإرشاد ودراسة النمو والتغير الذي طرأ على الحالة.
 - تمهد لاستخدام وسائل أخرى مثل المقابلة ومؤتمر الحالة.
- 5- عيوب الاختبارات والمقاييس:** ورغم المميزات إلا أن للاختبارات والمقاييس بعض العيوب، نذكر منها:
 - بعض الخصائص النفسية التي تقيسها بعض الاختبارات المقاييس حتى الآن لا يزال غير واضح وغير محدد.
 - قد تعطي صفات للأفراد تظل ملازمة لهم مما قد يحدث أثراً ضاراً وخاصة في الوضع الاجتماعي فيما بعد.
 - قد تطغى على غيرها من الوسائل، فتقلل من إمكانيات الاتصال الاجتماعي المطلوب في عملية الإرشاد، وتضيق فرصة الحصول على معلومات يصعب التوصل إليها باستخدام الاختبارات والمقاييس.
 - قد يكون بها بعض أوجه القصور في إنشائها وتقنينها. (زهرا، 1977، 220).



المحاضرة الخامسة:

نظريات التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

- 01- نظرية التحليل النفسي ل فرويد.
- 02- النظرية السلوكية ل سكينر.
- 03- نظرية الذات ل روجرز.
- 04- نظرية الجشطالت ل بيرلز.
- 05- نظرية السمات والعوامل ل وليامسون.
- 06- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي ل إليس.
- 07- الاتجاه المعرفي ل بيك.
- 08- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي.

نظريات التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

There is nothing so practical as theory.

لا يوجد شيء عملي جدا مثل النظرية

— Kurt Lewin, social psychologist

There is no therapy without theory.

لا يوجد علاج بدون نظرية.

— Earl Ginter, counselor educator

Three forces in psychology

Behavioural theory

Psychodynamic theory

Humanistic theory

ثلاث قوى في علم النفس

النظرية السلوكية

النظرية السيكدينامية

النظرية الإنسانية

يتفق المشتغلون بالإرشاد النفسي والتربوي على أن المرشد النفسي التربوي بحاجة كبيرة للتعرف على النظريات التي يقوم عليها الإرشاد وذلك يعود لأهمية تطبيقاتها أثناء الممارسة المهنية للعمل الإرشادي، حيث أن هذه النظريات تمثل خلاصة ما قام بها الباحثون في مجال السلوك الإنساني، والتي تبين الأسباب المتوقعة للمشكلات التي يعاني منها المسترشد، كما أن هذه النظريات ليست مبنية على التعارض بل جاءت لتكمل بعضها البعض.

يرى جونز (Jones) نقلا عن (الخطيب، 2009، 325) أن هناك ثلاث وظائف أساسية لنظريات الإرشاد والعلاج النفسي، هي:

- تزويد المرشدين بالمفاهيم التي تعد إطار مرجعيا لفهم النمو الإنساني، والعملية الإرشادية.
- تزويد المرشدين بالأساليب الإرشادية المناسبة.
- مساعدة المرشدين في إجراء البحوث العلمية وصياغة فروضها.
- وأشار باروت (Parrott) إلى أن دراسة النظريات تساعد في تشكيل معتقدات وقيم المرشد حول العملية الإرشادية، وتساعد في الإجابة عن عدد من التساؤلات منها:
- كيف تتشكل شخصية الإنسان؟
- ما مسؤوليته تجاه الآخرين؟
- ما الذي يدفع الناس للتصرف على نحو ما؟
- كيف وصل الناس إلى ما هم عليه الآن من تصرفات؟
- كيف يتغير الناس؟
- كيف يؤثر التفكير على السلوك؟
- ما العلاقة بين التفكير والمشاعر والسلوك؟
- كيف يعمل الناس اختياراتهم؟

- كيف يتعلم الناس؟

- كيف يستطيع المرشد المساعدة في عملية التغيير؟

- هل الشخصية تتأثر بالبيئة أو العكس؟

01- نظرية التحليل النفسي (S.Freud)

يعتبر العلاج التحليلي واحدا من أقدم النظريات في الإرشاد وعلم النفس. توسع من أوروبا إلى الولايات المتحدة، وضعت للعلاج التحليلي مفاهيم معقدة ومتعددة الأوجه للعقل البشري، وخلق تأثير على الممارسة السريرية والنظرية الأكاديمية. وقد جاء التحليل النفسي من تجارب فرويد المبكرة مع التنويم المغناطيسي، وهو ما سمح للعلماء للكشف عن مشاعرهم الداخلية وأفكارهم. (Chu - Chao, 2015, 58)

ينظر فرويد (Freud) إلى الطبيعة الإنسانية نظرة متشائمة محدودة، ويرى أن الناس كائنات بيولوجية، دافعهم الأساسي هو إشباع الحاجات الجسمية بشكل عام، والإنسان مخلوق موجه نحو اللذة، فهو محكوم بقوى غير منطقية مثل: حوافز اللاشعور، والحاجات البيولوجية، والغريزة، والدوافع، وتسير حياته غريزة العدوان، فهو مدفوع بالشر من داخله. (الخطيب، 2009، 328)

1- المفاهيم الأساسية في النظرية:

1-1- الغرائز (Instincts):

يرى فرويد أن كثيرا من اضطرابات الفرد ومشكلاته، ناجمة عن الغرائز، وبين أن الغريزة قوة داخلية بيولوجية في الفرد، هدفها التصدي لعوامل التوتر الناتج عن الحاجات البيولوجية، ويرى أن هناك غرائز كثيرة يمكن تجميعها في مجموعتين رئيسيتين هما:

- مجموعة إروس (Eros): وهي غريزة الحياة (Life instinct) وتسمى الغريزة الجنسية أيضا، وتعمل على حفظ الذات وحفظ الكائنات الحية.

- مجموعة ثاناتوس: ويطلق عليها غريزة الموت (Death instinct) وتسمى أيضا غريزة التدمير أو التخريب وتشمل العدوان والاندفاعات القهرية المتكررة.

2- مكونات العقل:

2-1- الشعور واللاشعور:

نتيجة لدراسة فرويد للأحلام، فقد ميز بين الشعور واللاشعور، لكنه فيما بعد أضاف إليهما ما قبل الشعور.

- الشعور (Conscious): يشير الشعور إلى وعي الفرد لمدرجاته الحالية، ومشاعره وأفكاره وذكرياته وأحلامه، أو أي حادثة في عالمه الخارجي، وبهذا فإن مادة الشعور تأتي، إما من العالم الخارجي، وإما من العالم الداخلي للفرد.

- ما قبل الشعور (Pre-Conscious): يتصل بكل ما هو غير موجود في منطقة الشعور، ولكن يسهل على الفرد استدعاؤه إلى تلك المنطقة، ومن أمثله الذكريات والمعارف.

- اللاشعور (UnConscious): يكون اللاشعور معظم الجهاز النفسي، ويعد خارج الوعي، لكنه قوة محركة للسلوك، ويقوم بخزن التجارب والذكريات والرغبات والأفكار التي لا تتوافق مع الشعور وتحولها إلى اللاشعور إما

بسبب كبتها، أو لأن وجودها في الشعور يسبب ألماً للفرد، ويصعب استدعاء هذه الخبرات إلى الشعور، لكنها تحاول التسلسل أو إيجاد منفذ لها نحوه، ولو بصورة رمزية كما يحدث في الأحلام (الخطيب، 2009، 330)

3- بنية الشخصية (Structure of Personality):

تتكون الشخصية من ثلاثة أجزاء لكل جزء منها خصائصه ومميزاته، وهي:

- الهو (Id): أشار باترسون (Patterson) إلى أن الهو تمثل الحقيقة النفسية الصحيحة، حيث تمثل عالم الخبرات الداخلية للفرد وليس لديها أي معرفة بالحقيقة الموضوعية وتعمل على تحقيق الرغبات دون الاهتمام بالقيم أو العادات والتقاليد والأعراف، أو بما هو خير أو شر ولا يحكمها المنطق.

- الأنا (The Ego): يشير باترسون (Patterson) إلى أن الأنا هي الجزء المنفذ في الشخصية وتحويل احتياجات الهو القوية (الغريزية - الفطرية) بمساعدة الأنا الأعلى إلى حاجات ضعيفة مقبولة، عن طريق إعادة تنظيمها لكي تتماشى مع متطلبات الأنا الأعلى، ويظهر من ذلك أن الأنا تستمد طاقتها من الهو وتعمل لخدمته.

- الأنا الأعلى (Super Ego): يمثل الجانب الأخلاقي للشخصية ويمثل ما هو مثالي وواقعي ومحاولة الوصول بالفرد إلى الكمال بدل اللذة. عن طريق:

- كبح جماح الهو وخاصة العدوانية والجنسية.

- محاولة الوصول بالفرد إلى الكمال.

- تعمل الأنا الأعلى على إمكانية إقناع الأنا بأن تحل الأهداف الأخلاقية محل الأهداف الواقعية. (الزويد، 2008،

24-23)

4- النظرة إلى الاضطراب النفسي:

يرجع فرويد الاضطرابات النفسية والعصاب إلى الصراع بين الأنا و الهو، فالأنا يحاول أن يجمع بعض أجزاء الهو بما يتناسب مع متطلبات العالم الخارجي، ويرى فرويد كذلك أن التكوين البيولوجي والوراثي والنفسي للطفل يمثل العوامل التي تسهم في نشأة الاضطراب النفسي، وتعود أسباب الاضطرابات النفسية إلى ما يلي:

- إحباط الرغبات الجنسية عن طريق الأنا الذي مازال ضعيفا في مقابل الرغبات الجنسية، وينشأ الإحباط كرد فعل للقلق، حيث يتوقع الأنا أن إشباع الرغبة الجنسية البازغة سيؤدي للخطر فيكبت هذه الرغبة الخطيرة في الطفولة، وعن طريق الكبت يستعيد الأنا جانبا من تنظيمه، وتبقى الرغبة المكبوتة غير متاحة.

- التحويل الممكن للرغبات الجنسية المحيطة إلى أعراض عصابية، والتي تعتبر إشباعا بديلة للرغبات الجنسية المحبطة.

- عدم ملائمة الكبت مع استيقاظ وشدة الجنسية عند البلوغ بعد أن كان فعالا خلال الطفولة وفي أثناء فترة الكمون، وبذلك يعيش الفرد صراعا عصابيا مركزا.

- الطريقة غير المرضية التي ينظم بها المجتمع الأمور الجنسية ومن شأن الأخلاق أو الأنا الأعلى أن يطلب التضحية بالرغبات الجنسية لصالح المجتمع.

- الصراع بين الأنا والأنا الأعلى والهوى، وتقع مسؤولية القيادة على الأنا التي تحاول حل الصراع بين الهوى والأنا الأعلى وإقامة التوازن بينهما.

- أساليب التعلم الخاطئة في مرحلة الطفولة (الخمس سنوات الأولى من عمر الطفل). (بلان، 2015، 94).

5- آليات الدفاع: ومن أبرز هذه الآليات:

(الكبت- الإسقاط- الإزاحة- التبرير- النكوص- الإنكار- التقمص- التعويض- التحويل العكسي- التسامي)

6- نقد نظرية التحليل النفسي: التحليل النفسي كنظرية وكطريقة علاج له مزايا أهمها:

- الاهتمام بعلاج أسباب المشكلات والاضطرابات.

- تناول الجوانب اللاشعورية إلى جانب الشعورية في الحياة النفسية للعميل.

- تحرير العميل من دوافعه المكبوتة وإعلائها واستثمار طاقتها.

- الاهتمام بالسنوات الأولى من حياة العميل.

- الاهتمام بأثر الوسط الاجتماعي والثقافي للفرد في نموه وسلوكه.

ومع ذلك فقد لاقى هذا الاتجاه معارضة ونقدا شديدين خاصة في ميدان الإرشاد، على أساس:

- أن التحليل النفسي يهتم بالمرضى والمضطربين أكثر من اهتمامه بالأسوياء والعاديين.

- أن عملية طويلة وشاقة ومكلفة في الوقت والجهد والمال ويحتاج إلى خبرة واسعة.

- أن هناك خلافات نظرية ومنهجية بين طريقة التحليل النفسي الكلاسيكي وبين طرق التحليل النفسي الحديث

والمعدل. (زهران، 1977، 136)

02- النظرية السلوكية (Behavior theory):

تعود جذور النظرية السلوكية إلى العالم الفسيولوجي الروسي إيفان بافلوف (Ivan Pavlov) صاحب نظرية

الإشراط الكلاسيكي من خلال تجاربه على الكلاب. كما يرتبط اسم هذه النظرية باسم كل من العلماء:

واطسن، سكينر، ثورندايك، جون دولارد، نيل وميللر، روتر، وبندورا ووالتر...، فقد حاول هؤلاء تفسير السلوك،

وكيفية حدوث التعلم، فسلوك الإنسان من وجهة نظرهم متعلم، وأن لدى الفرد دوافع فسيولوجية هي الأساس في

سلوك الإنسان، وعن طريق التعلم يكتسب الفرد دوافع جديدة تستند إلى الدوافع الفسيولوجية وتسمى بالدوافع

الثانوية، وهذه الدوافع هي التي توجه سلوك الإنسان للوصول إلى أهدافه (الزعي، 2004، 61)

2-1- تفسير الاضطرابات النفسية:

يرى السلوكيون أن الاضطرابات النفسية، والمشكلات السلوكية، ما هي إلا عادات متعلمة خاطئة، أو سلوكيات

غير متكيفة، يحتفظ بها الفرد لفاعليتها كوسيلة دفاعية لتجنب مواقف غير مرغوبة، أو ليقفل من قلقه وتوتراته، مما

جعلها ترتبط شرطيا بالموقف الذي أدى إليه (الزعي، 2004، 63)

إن الشخصية السوية في نظر السلوكيين رهن بتعلم عادات صحيحة وسليمة، وتجنب اكتساب عادات سلوكية غير

صحيحة، وتحدد الصحة والسلامة بناء على المعايير الاجتماعية السائدة بالفرد، وبذلك فإن مظاهر الشخصية

السوية عند السلوكيين هي أن يأتي الفرد بالسلوك المناسب في كل موقف بحسب ما تحدده الثقافة التي يعيش في ظلها (الخطيب، 2009، 371).

2-2- المفاهيم الأساسية في هذه النظرية:

1- سلوك الإنسان متعلم: أي أن الفرد يتعلم السلوك السوي ويتعلم السلوك غير السوي وأن السلوك المتعلم يمكن تعديله.

2- المثير والاستجابة: بموجب النظرية السلوكية فإن كل سلوك أو استجابة له مثير وإذا كانت الأمور سليمة يكون السلوك سوياً، ففي الإرشاد التربوي لا بد من دراسة المثير والاستجابة وما يتخلل من عوامل الشخصية جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً.

3- الدافعية: لا يوجد هناك تعلم بدون دافع، والدافع طاقة كامنة قوية بدرجة كافية تدفع الفرد وتحركه إلى السلوك، ووظيفة الدوافع في عملية التعلم ثلاث هي:

- يجر الطاقة الكامنة الانفعالية في الفرد.

- يملئ على الفرد أن يستجيب ويهتم لموقف معين ويجهل المواقف الأخرى.

- يوجه السلوك وجهة معينة ليشبع حاجة معينة عند الفرد.

4- الشخصية: هي التنظيمات السلوكية المتعلمة الثابتة نسبياً التي تميز الفرد عن غيره من الناس.

5- التعزيز: هو التقوية والتدعيم والتثبيت بالإثابة والسلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيره.

6- الانطفاء: وهو ضعف وتضاؤل وخمود واختفاء السلوك المتعلم إذا لم يمارس ويعزز أو إذا ارتبط شرطياً بالعقاب بدل الثواب.

7- العادة: والعادة هي رابطة تكاد تكون وثيقة بين مثير واستجابة، وتتكون العادة عن طريق التعلم وتكرار الممارسة ووجود رابطة قوية بين المثير والاستجابة وهي في معظمها مكتسبة وليست موروثية.

8- التعميم: إذا تعلم الفرد استجابة، وتكرر الموقف فإن الفرد ينزع لإلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات أخرى تشبه الاستجابة المتعلمة، وإذا مر الفرد بخبرات في مواقف محدودة فإنه يميل إلى تعميم حكم يطبقه على المواقف الأخرى بصفة عامة.

9- التعلم ومحو التعلم وإعادة التعلم: التعلم و تغيير السلوك نتيجة للخبرة والممارسة، ومحو التعلم يتم عن طريق الانطفاء، وإعادة التعلم تحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد، وهذه سلسلة من عمليات التعلم تحث في التربية والإرشاد والعلاج النفسي، بمعنى محاولة محو ما تعلمه الفرد ثم إعادة تعليم من جديد (منسي ومنسي، ، 179-180).

2-3- أهمية النظرية السلوكية في المؤسسات التعليمية

تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية بأنها أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة بارتباطها بمثيرات منفردة، ويحتفظ بها الفرد في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوب فيها. ويركز الإرشاد النفسي على ما يلي:

- تعزيز السلوك السوي المتوافق.

-مساعدة الطالب في تعلم سلوك جديد مرغوب والتخلص من سلوك غير مرغوب ومساعدته في أن الظروف الأصلية قد تغيرت بحيث تصبح الاستجابات غير المرغوبة غير ضرورية لتجنب المواقف غير السارة التي سبق أن ارتبطت بها.

-تغير السلوك غير السوي أو غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف والشروط التي يظهر فيها والعوامل التي تكتنفه وتخطيط مواقف يتم فيها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغير المنشود، من خلال إعادة تنظيم الظروف البيئية.

-ضرب المثل الطيب والقذوة الحسنة سلوكيا أمام العميل عله يتعلم أنماط مفيدة من السلوك عن طريق محاكاة المرشد خلال الجلسات الإرشادية المتكررة

2-4- نقد النظرية السلوكية

من الانتقادات الموجهة للإرشاد السلوكي ما يلي:

- الإرشاد السلوكي لا يعالج الأسباب، وإنما يتعامل وبصورة سطحية مع الأعراض.
- لا يمكن استخدام الإرشاد السلوكي مع الأفراد الذين لديهم مستوى ثقافي مرتفع، لأنه يهتم فقط بمستوى القدرة على التحمل، فالأفراد الذين يبحثون عن معنى في الحياة، أو الوصول بطاقتهم إلى أعلى حد، فإن الإرشاد السلوكي لا يمكن أن يساعدهم في ذلك.
- إن حرية المسترشد ومسؤوليته قد تقل، لأن المرشد ينظر إلى نفسه على أنه مهندس لسلوك المسترشد، مما يعني سيطرته عليه.
- قد يغير الإرشاد السلوكي سلوك المسترشد، لكنه لا يغير مشاعره، وهناك من يرى أنه لا بد أن يتغير الشعور إذا أردنا تغيير السلوك.

- لا يزود الإرشاد السلوكي المسترشد بالقدرة على التبصر الداخلي.

- يتجاهل الإرشاد السلوكي الأسباب التاريخية للسلوك الحالي (الخطيب، 2009، 384)

03- نظرية الذات (Self theory)

تعتبر هذه النظرية من أهم نظريات الإرشاد النفسي وأقدمها، إذ تعود في تاريخها إلى الفكر اليوناني عند أفلاطون وأرسطو، كما أنها تعتبر حديثة، إذ حدد مفهومها ودعا إليها في القرن العشرين كارل روجرز (Carl Rogers)، وترى هذه النظرية أن البشر: عقلانيون، اجتماعيون، يتحركون للأمام وواقعيون، وأن البشر بطبيعتهم متعاونون ويمكن الوثوق بهم، وعندما يتحررون من الدافعية فإن استجاباتهم تكون إيجابية ومتقدمة للأمام وبناءة، وحينئذ لا تكون هناك حاجة للانفعال بضبط دوافعهم العدوانية والمضادة للمجتمع لأنها سوف تنظم ذاتيا ومحدثة توازنا للحاجات في مقابل بعضها البعض، وأن الميل نحو التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات (منسي ومنسي، 189)

3-1- المفاهيم الأساسية في النظرية:

تتكون النظرية من مجموعة من المفاهيم منها: المجال الظاهري والكائن العضوي وتحقيق الذات، والانسجام والتنافر.

- 1- المجال الظاهري: إن الفرد مركز لعالم كثير التغير من خلال الخبرة، والخبرة تعني الظواهر الداخلية والخارجية، وأن ما يدركه الفرد في المجال الظاهري هو الشيء المهم بالنسبة له وليس الواقع الفعلي أن ما يدرك الفرد هو واقعه.
- 2- الكائن العضوي: وهو الفرد ككل، وهو يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري لإشباع حاجاته المختلفة، كما أن تحقيق الذات وصيانتها وترقيتها هي دافع هذا الكائن العضوي الأساسي، وبعبارة أخرى أن الدافع الأساسي لكل نشاط الكائن هو رغبته في الوصول إلى أقصى نمو والتحرر من كافة القيود التي تعوق هذا النمو.
- 3- تحقيق الذات: إن السلوك هو محاولة غرضية موجّهة لتحقيق حاجات الكائن كما يفهمها أو يدركها، كما أن الانفعالات التي يعاني منها الفرد تسهل عملية النمو في حين أن نكرانها أو تشويهها تؤدي إلى الهدم والتخريب لحياة الفرد، وأن تحقيق الذات كما يرى روجرز يظهر بحرية أكثر عندما يكون الشخص متقبلاً ومدركاً بجميع خبراته الحسية أو الداخلية أو الانفعالية، ويرى روجرز أن الكبت ليس ضرورياً فالشخص الذي يستخدم حواسه وانفعالاته ويثق فيهم إلى حد كبير هو الشخص الذي يتيح لعملية تحقيق الذات أن تتطور.
- 4- الذات: تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات والتي تنعكس في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو "مفهوم الذات المدرك"، والمدركات أو التصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين "مفهوم الذات الاجتماعي"، والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون "مفهوم الذات المثالي (منسي ومنسي، 190-191)

3-2- أشكال الذات:

ومن أنواع الذات كما يراها كارل روجرز:

- الذات الحقيقية **The Real Self**: وهي الذات كما يدركها الفرد فعلاً، أي كما هي في الواقع دون أي تغيير أو تشويه.
- الذات المدركة **Perceived Self**: وهي صورة الفرد عن ذاته كما يراها تنمو من خلال التفاعل مع الآخرين ومع البيئة، فإذا كان الفرد محبوباً أو مكروهاً، فإن الذات تُرى كذلك، وإذا وصف الفرد بأنه مجتهد أو ذكي أو غبي، فإنه يرى نفسه كذلك.
- الذات الاجتماعية **Social Self**: وتعني إدراك الفرد لتقييم الآخرين له، أو أفكار الآخرين عن الفرد كما يتصورونها، فالفرد يحاول أن يعيش في مستوى توقعات الآخرين منه، فقد يتوقعون منه أن ينجز إنجازاً كبيراً أو إنجازاً ضعيفاً، وتنشأ الصراعات الداخلية والاضطرابات النفسية عندما تكون الفجوة واسعة بين الذات المدركة والذات الاجتماعية.

- الذات المثالية **Idéal Self**: وهي تمثل طموحات الفرد والمستويات التي يرغب في الوصول إليها، أو ما يود الفرد أن يعملها أو يتمنى أن يكون عليه، فالشخص يتمنى أن ينجز إنجازا معيناً، أو يدرس تخصصاً محددًا (الزعي، 2005، 83)

3-3- تطبيقات نظرية الذات في الميدان المدرسي.

من منظور نظرية الذات، تؤدي عملية الإرشاد إلى فهم واقعي وإلى زيادة التطابق بين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي الذي يعني تقبل الذات وتقبل الآخرين والتوافق النفسي والصحة النفسية، وان الأفراد ذوي مفهوم الذات الموجب يكونون أحسن توافقاً من الأفراد ذوي مفهوم الذات السالب. يشير كوري (Corey) من بين أهداف استخدام هذه النظرية في الإرشاد المدرسي، ما يلي:

- مساعدة الطالب لأن يصبح أكثر نضجاً وتحقيق لذاته.

- مساعدة الطالب على أن يتقدم بطريقة إيجابية بناءة.

- يستطيع المسترشد تقبل نفسه وذاته.

- يصبح أكثر مرونة وتعقلاً بأفكاره.

- يعرف نفسه أكثر، فيتخلص من تدخل الآخرين.

- يتقبل الآخرين. (أبو أسعد و عريبات، 2012، 267)

ويمكن للمرشد التربوي إتباع الإجراءات التالية:

1- اعتبار المسترشد كفرد وليس مشكلة ليحاول المرشد التربوي فهم اتجاهاته وأثرها على مشكلته من خلال ترك المسترشد يعبر عن مشكلته بحرية حتى يتحرر من التوتر الانفعالي الداخلي.

2- المراحل التي يسلكها المرشد في ضوء هذه النظرية تتمثل في الآتي:

2-1- مرحلة الاستطلاع والاستكشاف: ومن خلالها يمكن التعرف على الصعوبات التي تعيق المسترشد وتسبب له القلق والضيق والتعرف على جوانب القوة لديه لتقويمها والجوانب السلبية من خلال الجلسات الإرشادية، ومقابلة ولي أمره ومدرسيه وأصدقائه وأقاربه وتهدف هذه المرحلة إلى مساعدة المسترشد على فهم شخصيته واستغلال الجوانب الإيجابية منها في تحقيق أهدافه كما يريد.

2-2- مرحلة التوضيح وتحقيق القيم: وفي هذه المرحلة يزيد وعي المسترشد ويزيد فهمه وإدراكه للقيم الحقيقية التي لها مكانة لديه من خلال الأسئلة التي يوجهها المرشد والتي يمكن معها إزالة التوتر لدى المرشد.

2-3- المكافأة وتعزيز الاستجابات: تعتمد على توضيح المرشد لمدى تقدم المسترشد في الاتجاه وتأكيده للمسترشد بأن ذلك يمثل خطوة أولية في التغلب على الاضطرابات الانفعالية. (سعيد صالح، حسين عباس، 2015، 120).

3-4- نقد نظرية الذات

يوجه إلى نظرية الذات بعض الانتقادات (زهران، 1977، 104)، ومن هذه الانتقادات ما يلي:

- أن النظرية لم تبلور تصورا كاملا لطبيعة الإنسان وذلك لتركيزها الكامل على الذات ومفهوم الذات.
- يرى روجرز أن الفرد له وحده الحق في تحقيق أهدافه وتقدير مصيره، ولكنه نسي أن الفرد ليس له الحق في السلوك الخاطئ.
- يؤكد روجرز أن الفرد يعيش في عالمه الخاص ويكون سلوكه تبعا لإدراكه الذاتي أي أنه يركز على الأهمية الذاتية وذلك على حساب الموضوعية.
- يضع روجرز أهمية قليلة أو ثانوية للاختبارات والمقاييس كوسيلة لجمع المعلومات للإرشاد النفسي وأشار أن الاختبارات يمكن استخدامها حين يطلبها المسترشد.

4- نظرية الجشطالت (Gestalt theory)

إن السيكولوجيا الجشطالتية تعتبر ثورة على الثنائية الديكارتية التي ظهرت في القرن السابع عشر والتي قسمت العقل إلى جزئيات أولية من الأحاسيس والصور... لقد قاد فريتمر وكوفكا وكوهلر بصفتهم أقطاب هذه المدرسة تمردا على ذلك الضرب من التحليل العقلي، وكانت حركتهم تمثل نوعا جديدا من التحليل للخبرة الشعورية انطلاقا من المجال الإدراكي، حيث تسلك العضوية دائما ككل واحد وليس كأجزاء متميزة، فالعقل والجسم ليسا كيانين منفصلين، كما أن العقل لا يتكون من ملكات أو عناصر مستقلة وكذلك لا يتكون الجسم من أعضاء وعمليات منفردة، فالكائن العضوي وحدة واحدة، وما يحدث للجزء يؤثر في الكل، وهناك قوانين للكل تحكم أداء الجزء لوظائفه، ولا يمكن فهم الكيفية التي يؤدي وفهما الجزء لوظائفه إلا بكشف القوانين التي يؤدي وفهما الكائن العضوي الكلي لوظائفه حسب قوانين لا يمكن استخلاصها من الأجزاء، وهذا يعني أن الكل أكثر من مجرد مجموعة الأجزاء (العزة، 2005، 226) وهذا يعني كمحصلة أن الجزء لا يعني شيء خارج الكل الذي يحتويه.

4-1- ماذا يقصد بكلمة جشطالت؟

تعني كلمة جشطالت (Gestalt) في الألمانية الشكل أو الهيئة التي تميز شيئا ما على حد قول كوهلر، وقد استخدمها بيرلز بمعنى الجوهر، وفي أحيان أخرى استخدمها بمعنى الشعور، وقد فسر بيرلز كلمة جشطالت بأنها شيء منظم للخبرة، وفي موضع آخر تشير كلمة جشطالت إلى الكل (Whole) أو التكامل (Integration) أو نموذج (Pattern) أو الشكل (Form)، وكلمة الجشطالت عند بيرلز تشير أيضا إلى كلية الأنظمة المتكاملة بين الأجزاء المنفصلة في الشخصية وجمعها في كلية واحدة لتحقيق الذات.

4-2- ما هو العلاج الجشطالتي؟

يلخص سميكن (Smikin) مغزى العلاج الجشطالتي فيقول إن العلاج الجشطالتي عبارة عن نظام إدراكي قائم على التفسير يستبعد الجانب التاريخي للفرد (الماضي) من خلال اهتمامه بوعي الفرد بالتركيز على فكرة هنا والآن أثناء التفاعل بين المعالج والمريض على أساس أنا وأنت، ومن هنا فإن هدف العلاج الجشطالتي هو تسهيل تحرك المريض من الاعتماد على البيئة وتلقي المساندة منها إلى الاعتماد على الذات والنمو النضج وتكامل الشخصية وإعادة توحيد وإدماج الأجزاء المنفصلة من الشخصية (حافظ وآخرون، 2012، 12).

رفض بيرلز الاعتقاد بان الإنسان محكوم بعوامل خارجية أو عوامل داخلية... وأن رفضه هذا منبثق من فكرتين أساسيتين، وهما:

- أن الإنسان مسؤول عن نفسه وعن أفعاله وحياته، وإن المهم عن خبرة الإنسان وسلوكه هو ليس لماذا (Why) وإنما هو كيف (How)، وإن هذا يؤكد أن الإنسان حر ولديه القدرة على التغيير (أبو أسعد و عريبات، 2012، 276) وفي سياق متصل، ولكي يكتمل وعي الشخص بذاته وبالأخرين أشار نارانجوا (Naranjo) إلى عدد من القيم والتي تمثل تكامل الوعي عند الشخص، وهي:

1- عش الآن وكن منصبا على الحاضر بأكثر منك على الماضي أو المستقبل.

2- عش هنا وتعامل مع ما هو حاضر بأكثر منك مع ما هو غائب.

3- توقف عن التخيل وعش الواقع.

4- توقف عن التفكير فهو ليس بالضروري لكن فحسب تذوق وانظر.

5- عبر بأكثر أن تقوم بالتفسير أو التبرير أو الحكم.

6- انفتح للكدر والألم تماما كما تفتح للذة، ولا تقوم بالحد من وعيك.

7- لا تقبل (أي ينبغي) أو (كان ينبغي) إلا أن تصدر عنك، ولا تعبد أية صورة مغروسة.

8- تحمل المسؤولية كاملة لأفعالك ومشارعك وأفكارك.

9- سلم بأن تكون على النحو الذي أنت عليه. (حافظ وآخرون، 2012، 13)

3-4- المفاهيم الأساسية في النظرية:

أشار (باترسون، 1973، والشناوي، 1994) نقلا عن (الخطيب، 2009، 418) إلى مجموعة من المفاهيم جاءت بها هذه النظرية، منها ما يأتي:

1- مبدأ التكوين الكلي: يؤدي الإنسان وظائفه في وحدة كاملة، فهو كلن كلي متحد يشعر ويفكر ويتصرف، فالجوانب العقلية والانفعالية والجسمية لا توجد مستقلة عن الإنسان، أو عن بعضها البعض.

2- مبدأ القاعدة الثنائية للتوازن: انبثقت هذه القاعدة من مفهوم التفكير المتمايز، أو التفكير في متقابلات أو أقطاب ثنائية، فكل حادث يبدأ من نقطة الصفر، ثم يبدأ منها التمايز إلى متقابلات أو متعاكسات، وهذا التمايز هو خاصية أساسية لأداء الإنسان العقلي وللحياة نفسها، ويؤدي إلى التوازن.

3- الغرائز: يرى بيرلز أن هناك غريزتين ضروريتين للمحافظة على الفرد هما: الجنس، وغريزة الجوع، وان جميع الغرائز الأخرى يمكن أن تصنف تحت إحدى هاتين الغريزتين.

4- العدوان والدفاع: العدوان عملية ديناميكية لاشعورية، بها يتصل الكائن مع البيئة لإشباع حاجاته، وليست وظيفتها التدمير، بل محاولة التغلب على المعوقات التي تمنعه من إشباع حاجاته، أما الدفاع فيمثل نشاط بيولوجيا للمحافظة على الذات، وله أشكال مختلفة لدى الكائنات الحية مثل هرب الكائن لدى مواجهته موقفا يهدده.

5- الواقع: يرى بيرلز أن الإنسان يتفاعل باستمرار مع بيئته، ليصل إلى حالة التوازن، ويفترض أن هناك عالما موضوعيا يشتق منه الفرد عامله الذاتي باختيار أجزاء من العالم المطلق تبعاً لميوله، وبذلك فهي تعود إلى ما أسماه بيرلز بالشكل والخلفية.

6- حد الاتصال: يتفاعل الفرد مع بيئته بصور شتى كي يشبع حاجاته، وهذا الاتصال مع البيئة ضروري للتغيير والنمو، ويكون الاتصال فعالاً عندما يتفاعل الفرد مع الطبيعة أو مع الأفراد الآخرين دون أن يفقد فرديته، ونقطة التفاعل بين الفرد والبيئة يطلق عليها حدود الاتصال.

7- الأنا: الأنا عند بيرلز ليس غريزة ولا يحتوي على غرائز بداخله وليس مادة محددة أو متغيرة، وتعمل الحدود ونقاط الإتصال على تكوينه، أما وظائف الأنا فتتلخص في:

- تنظم اتصال الكائن بالبيئة.

- تنظم المجال أو البيئة المحيطة بالكائن بشكل يتناسب مع درجة إلحاح الحاجة على الإشباع.

8- التقدير: وهو عملية يكتشف الفرد ذاته من خلالها، فالطفل يسعى للحصول على تقدير والديه من خلال لعبه، لأنه بحاجة إلى تقدير الآخرين.

4-4- أساليب الإرشاد المستخدمة في هذه النظرية:

هناك مجموعة من الأساليب الإرشادية التي يشتمل عليها الإرشاد الجشطالتي، وأهمها:

(الوعي بـ " هنا والآن" - تكوين المسؤولية في المسترشد - استخدام الدراما والتخيل - أسلوب المكوك - الصوت العالي والصوت السفلي - أسلوب المقعد الخالي - العمل مع الأحلام - الواجبات المنزلية).

4-5- التطبيقات النفسية والتربوية للعلاج الجشطالتي

يمكن الاستفادة من العلاج الجشطالتي في المجال النفسي والتربوي من خلال محورين هامين هما:

أولاً: فيما يتعلق بإنماء قدرة الطالب على الوعي بالذات والمجال:

حيث يتعين إنماء قدرة الطالب على تأمل ذاته وتقبلها، ويمكن أن يتم ذلك من خلال كتابة اليوميات والمذكرات وتسجيل الأحداث الهامة في حياة الطالب والتي تمثل خبرات هامة بالنسبة له، مثل التفوق أو التحول من تخصص إلى تخصص آخر أو الانضمام إلى فريق الكرة أو التمثيل بالمدرسة أو الاشتراك في أي مسابقة، وكذلك محاولة التعرف على دلالة أحلام الطالب وتفسيرها، وتوعية الطالب بكيفية التعامل مع البيئة والمجال الذي يعيش فيه.

ثانياً: فيما يتعلق بدور المدرسة في دعم قدرة الطالب على الوعي بالذات والمجال:

وإذا كان العلاج الجشطالتي يعترف بكلية الشخص ووحدة الذات مع المجال، فيترتب على ذلك أن المدرسة عليها أن تغير من نظرتها إلى المنهج المدرسي بحيث لا يقتصر على الوحدات الجزئية، وتجزئة المنهج إلى فصول ووحدات، بل يكون المنهج وحدة كلية متكاملة وتتكامل المناهج الدراسية معاً، وهنا لا بد وأن يقوم المدرس بدور الموجه والمرشد للطلاب وحل مشكلاتهم المختلفة التي يواجهونها سواء التي ترتبط بالدراسة أو التي لا ترتبط بالدراسة،

وربط المقررات الدراسية بخبرة ووعي الطلاب، كذلك يقوم المدرس بتعويد الطالب حل مشكلاته بنفسه في ذات الوقت والوعي بذاته والمجال الدراسي. (حافظ وآخرون، 2012، 71)

4-6- نقد نظرية الجشطالت

- الإرشاد الجشطالتي لا يحاول أن يعالج الماضي عن طريق التحليل، ويركز العلاج على السلوك في هنا والآن.
- إغفال الإرشاد الجشطالتي لجانب الهو في شخصية الإنسان.
- إن طابع نظرية الجشطالت ضبابي، حيث تعتمد على التنظير أكثر من اعتمادها على الجانب العملي.
- إن التحريب عند الجشطالتين قليل الضبط وغير كمي ولا إحصائي.
- لا ينفع الإرشاد الجشطالتي مع الأفراد المفتقدين للسلوك الاجتماعي مثل السيكوباتية. (بلان، 2015، 185)

5- نظرية السمات والعوامل وليامسون (E.G. Williamson)

5-1- التعريف بنظرية السمات والعوامل:

صاحب هذه النظرية آدموند وليامسون حيث عبرت هذه النظرية عن افتراضات أساسية أن الإنسان عقلائي ولديه قدرة كامنة يمكن توجيهها نحو الخير والشر وتشير إلى تكوين الشخصية من خلال التفاعل بين جوانبها المختلفة مع البيئة الخارجية، ومن أهداف الإرشاد تزويد الفرد بالمعلومات اللازمة والقدرة على اتخاذ القرارات (الداهري، 2011، 584)

تسمى نظرية السمات والعوامل في بعض الأحيان بالإرشاد المباشر ونظرية الإرشاد المتمركز حول المرشد. وهذا يعني أن الإرشاد في هذه النظرية يعتمد اعتمادا كاملا على المرشد لأنه يستطيع أن يختار الحل المناسب لمشكلة المرشد الذي لا يستطيع أن يختار الحل المناسب لمشكلته (أبو أسعد و عريبات، 2012، 238).

5-2- المفاهيم الأساسية لنظرية السمات والعوامل

من أهم مفاهيم نظرية السمات والعوامل ما يلي:

01- السلوك: تفترض هذه النظرية أن سلوك الإنسان يمكن أن ينظم بطريق مباشر وأنه يمكن قياس السمات والعوامل المحددة لهذا السلوك باستخدام الاختبارات والمقاييس للوقوف على الفروق والسمات المميزة للشخصية، وترى النظرية أن السلوك يتقدم من الطفولة إلى الرشد من خلال نضج السمات والعوامل.

02- الشخصية: كما أن الشخصية وفقا لهذه النظرية عبارة عن نظام يتكون من مجموعة من السمات وعوامل مستقلة تمثل مجموع أجزائها. (زهرا، 1977، 122)

03- السمات (Traits): والسمات أنماط سلوكية عامة دائمة نسبيا وثابتة نسبيا تصدر عن الفرد في مواقف كثيرة، وتعبّر عن توافقه مع البيئة... والسمة هي الوحدة المناسبة لوصف الشخصية، وليست في رأيه صفة مميزة لسلوك الفرد فقط، بل أنها أكثر من ذلك، أنها استعداد أو قوة أو دافع داخل الفرد يدفع سلوكه ويوجهه بطريقة معينة (كامل، 2000، 101)

وتقسم السمات بصفة عامة. (زهرا، 1977، 124) على النحو التالي:

- سمات مشتركة: يتسم بها جميع الأفراد أو على الأقل جميع الأفراد الذين يشتركون في خبرات اجتماعية معينة.
- سمات فريدة: لا تتوافر إلا لدى فرد معين ولا توجد على نفس الصورة بالضبط لدى الآخرين.
- سمات سطحية: وهي السمات الواضحة والظاهرة.
- سمات مصدرية وهي السمات الكامنة التي تعتبر أساس السمات السطحية.
- سمات مكتسبة: تنتج عن فعل العوامل البيئية وهي سمات متعلمة.
- سمات وراثية: وهي سمات تكوينية تنتج عن العوامل الوراثية.
- سمات دينامية: تهيم الفرد وتدفعه نحو الأهداف.
- سمات قدرة: تتعلق بمدى الفرد على تحقيق الأهداف

04- العوامل (Factors): العامل مفهوم رياضي إحصائي يوضح المكونات المحتملة للظواهر، وتفسيره النفسي يسمى القدرة. والتحليل العملي أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد القدرات الأولية للسلوك بتحديد القدرات الأولية في النشاط العقلي والعلاقة القائمة بين تلك القدرات.

يرى وليامسون أنه يجب أن تتوفر في المرشد الذي يستخدم أسلوب الإرشاد المباشر القدرة على تشخيص الحالة، واستخدام أساليب جمع البيانات المتعلقة بها، والقدرة على تقييم هذه البيانات، ثم تدريب أو تعليم المسترشدين على أن يفهموا أنفسهم، بهدف الوصول إلى حياة منتجة، ويرى وليامسون أن الإرشاد الواقعي المباشر يتم باتباع الخطوات التالية:

- 1- التحليل: يتضمن جمع البيانات من مصادر متعددة واسعة، تساعد على فهم المسترشد، وذلك باستخدام أساليب الإرشاد المختلفة من مقابلة وملاحظة وتطبيق اختبارات ودراسة السيرة الذاتية وغير ذلك.
- 2- التركيب والبناء: يتضمن تلخيص البيانات وتنظيمها بما يوضح جوانب القوة والضعف لدى المسترشد.
- 3- التشخيص: تعرف أسباب المشكلة ومواطنها، وذلك بناء على المعلومات التي تم جمعها في عملية التحليل، وتنظيمها وتصنيفها في عملية التركيب والتأليف.
- 4- التكهن والمآل: وهي مرحلة التنبؤ بمستقبل المسترشد لمساعدته على تقبل العملية الإرشادية بالتوافق أو إعادة التكيف.
- 5- الإرشاد: وهو الأسلوب الذي يستخدمه المرشد لمساعدة المسترشد ليصل لمرحلة التوافق أو إعادة التكيف، أي تحقيق مرحلة المآل.
- 6- المتابعة: وتتضمن وقاية المسترشد من الرجوع إلى الحالة التي يشتكي منها، أو بهدف الوقاية من مشكلات مستحدة، وكذلك لتقييم فعالية العملية الإرشادية (أبو عطية، 2015، 97).

3-5- إسهامات النظرية في ميدان الإرشاد

تفترض هذه النظرية نقص المعلومات لدى المسترشد وصعوبة حل مشكلاته بنفسه ووفرة المعلومات لدى المرشد والخبرة التي يتحلّى بها في حل المشكلات، لذا يفضل استخدام هذا النوع من الإرشاد مع المسترشدين ذوي

المشكلات الواضحة المحددة... كما يرى البعض أن أسلوب الإرشاد المباشر أكثر ارتباطا في حقل التربية والتعليم لأنه يتضمن قدرا كبيرا من التوجيه وتقديم المعلومات.

ويتم استخدام الاختبارات والمقاييس في هذا النوع من الإرشاد في التشخيص وتحديد المشكلة وبكثرة، ويقوم المرشد باستشارة المسترشد للحصول على المعلومات ويقدمها له بالمساعدة المباشرة والنصح المباشر ويناقش معه قراراته، ويقدم له حلولاً جاهزة ويعلمه ويحفظ له، ويكون المسترشد بهذه الحالة مستقبلاً للمعلومات ويأخذ الحوار ويتلقى التعليمات وهو سليلي نسبياً. (أبو أسعد، عريبات، 2012، 246)

5-4- نقد نظرية السمات والعوامل

رغم الإسهامات الواضحة لنظرية السمات والعوامل في الإرشاد النفسي، فإنه يوجه إليها بعض الانتقادات، أهمها:

- لا يوجد اتفاق عام حول معاني السمات والعوامل.

- التحليل العامل أسلوب إحصائي كثيراً ما أحسن استخدامه، وكذلك أسيء استخدامه في بعض الأحيان.
- لم تتمكن النظرية حتى الآن من تقديم وصف كامل للشخصية على كل أبعادها.
- بالنسبة لوحدة وتكامل الشخصية الإنسانية وضرورة فهمها فهما متكاملان فإن البعض يشكون في قيمة نظرية السمات والعوامل كنظرية أساسية في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي. (زهران، 1977، 126)

6- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي (Ellis)

يذكر كوري (Corey, 1996) أن الإرشاد العقلاني الانفعالي كأحد أساليب الإرشاد المعرفية يقوم على افتراض أن الإنسان يولد ولديه الفرصة لأن يكون عقلانياً مستقيماً في تفكيره، أو لاعتقانياً معوجاً في التفكير، إن لدى الإنسان نزعة فطرية للحفاظ على بقاءه، وعلى النمو وتحقيق الذات، وعلى السعادة والحب والعيش الجماعي مع الآخرين، إلا أنه أيضاً يمتلك ميلاً طبيعياً لتدمير الذات وتجنب التفكير، والتسويف ومعاودة الوقوع في الأخطاء والتفكير الخرافي، وعدم الصبر أو الاحتمال والنزعة إلى الكمال، ولوم الذات، وتجنب تنمية الإمكانيات التي تحقق الذات، هذا الميل يوجد لدى جميع الناس بغض النظر عن مستوى تعليمهم وثقافتهم (شاهين وحمدي، 2007).

6-1- الفروض والتصورات النظرية:

ويقدم إيليس (Ellis) بعض الأفكار والتصورات والفروض حول طبيعة الإنسان والاضطرابات الانفعالية ويلخصها باترسون (Patterson) فيما يلي:

1- الإنسان كائن عاقل متفرد في كونه عقلانياً وغير عقلاني، وحين يفكر ويتصرف بعقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.

2- إن الاضطراب الانفعالي والنفسي هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي، ويصاحب الانفعال التفكير.

3- ينشأ التفكير غير العقلاني في أصله إلى التعلّم المبكر غير المنطقي والذي يكون والفرد مهياً له من الناحية البيولوجية والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه ومن المجتمع.

4- إن البشر هم كائنات ناطقة، وفي المعتاد أن يتم التفكير عن طريق استخدام الرموز واللغة، وطالما أن التفكير يصاحب الانفعال فإن التفكير غير المنطقي من الضروري أن يثابر إذا استمر الاضطراب الانفعالي، ويبقى الشخص المضطرب على اضطرابه محافظا على السلوك غير المنطقي عن طريق الكلام الداخلي والأفكار غير المنطقية.

5- إن استمرار حالة الاضطراب الانفعالي نتيجة لحديث الذات (Self-Verbalization) لا يتقرر بفعل الظروف والأحداث الخارجية فقط، وإنما يتحدد أيضا من خلال إدراكات الفرد لهذه الأحداث واتجاهاته نحوها.

6- ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار والانفعالات السلبية أو القاهرة للذات، وذلك بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقيا وعقلانيا، وهدف الإرشاد والعلاج النفسي هو أن يوضح للمسترشد أن حديثه مع ذاته (حديث النفس) هو المصدر الأساسي للاضطراب الانفعالي، وأن يبين له كيف أن هذه الأحداث الذاتية غير منطقية، وأن يساعده على تعديل تفكيره، بحيث يصبح أكثر عقلانية وبالتالي تقل الانفعالات السلبية أو قهر الذات أو تنتهي تماما (الشناوي، 1994، 97).

7- الإنسان ليس ضحية لظروفه أو لماضيته، ولكن الطريقة التي يتحدث بها الفرد إلى الآخرين أو يحدث بها نفسه هي التي تحدد مدى تكيفه (الغامدي، 2009، 24).

8- تأثير توقع الفرد على انفعاله وسلوكه: يؤدي توقع الفرد الذي تسيطر عليه الأفكار اللاعقلانية إلى حدوث الاضطراب الانفعالي، وإلى الاستجابة بطريقة خاطئة، بينما عندما يستخدم الفرد توقعات تعتمد على الأفكار العقلانية عن نفسه وعن الآخرين، يساعده في التخلص من الاضطراب الانفعالي وتعديل السلوك.

9- الوعي والاستبصار وتنبيه الذات: وهي من العمليات المعرفية التي لها دور هام في القيام بسلوك معين أو العمل على تغيير هذا السلوك وتعديله إلى الأفضل.

10- التصور والتخيل: إن تفكير الأفراد فيما يحدث حولهم يكون بطريقة لفظية بالكلمات والجمل، وأيضا بطرق غير لفظية كالتصور والتخيل والأحلام، وهي تلعب دور الوسيط المعرفي، الذي يؤثر في انفعال الفرد وسلوكه.

11- تأثير خصائص الفرد من دافعية وغرضيه، وسببية على الانفعال والسلوك: إن هذه الخصائص عندما تكون قائمة على أفكار لاعقلانية، فإنها تؤدي إلى زيادة الاضطراب الانفعالي لدى الفرد، وعندما يعمل الفرد على فهم وتغيير هذه الخصائص وملائمتها لقدراته فإنه يقلل من اضطرابه ويعدل من سلوكه. (دردير، 2010، 17-18).

6-3- تطبيق الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي:

يذكر باترسون (Patterson, 1992)، أن تطبيق الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، يتم في أربع خطوات أساسية، وهي:

- الخطوة الأولى: أن يثبت المرشد للعميل أنه غير منطقي، ثم يساعده على أن يفهم لماذا هو غير منطقي.

- الخطوة الثانية: أن يوضح للعميل العلاقة بين أفكاره غير المنطقية وبين ما يشعر به من تعاسة واضطراب، مع التأكيد على أن الاضطراب سيستمر إذا استمر المسترشد في التفكير بصورة غير منطقية، أي أن تفكيره غير المنطقي الحالي هو المسؤول عن حالته وليس استمرار تأثير الأحداث المبكرة.

- الخطوة الثالثة: فهي أن يجعل العميل يغير أفكاره ويترك الأفكار غير المنطقية. وبينما تترك الأساليب الأخرى هذه الخطوة للعميل دون تدخل فيها، فإن العلاج العقلاني الانفعالي يدرك أن التفكير غير المنطقي يعتبر طبعاً من طباع العميل الثابتة التي لا يمكن التخلص منها أو تغييرها معتمداً على نفسه وإنما لابد من مساعدته بواسطة المرشد.

- الخطوة الرابعة: فتذهب ابعده من مجرد التعامل مع مجموعة معينة من الأفكار غير المنطقية إلى التعامل مع الأفكار الأكثر عمومية ومع فلسفة العميل ونظراته إلى الحياة، وبذلك تعده لتجنب الوقوع ضحية للأفكار الخاطئة مرة ثانية...وعندما تحقق ذلك فإنه يتخلص من الانفعالات السلبية ومن السلوك المهدد للذات والمبني على تلك الانفعالات السلبية والسلوكيات المدمرة. (المالكي، 2005، 79)

6-4- سليات (REBT)

- عدم تأكيدها على العلاقة العلاجية بين العميل والمرشد أو على الألفة الواجب تكوينها.
- يؤكد أنصار (REBT) على أن يجب مواجهة العميل منذ البداية بالأفكار اللاعقلانية التي يحملها دون اعتبار لعامل الزمن.

- تأكيدها على أن المرشد يجب أن يكون مهاجماً قوياً منذ البداية وحتى النهاية على العميل، وهذا يؤدي إلى أن يعرف المرشد المشكلة تعريف خاطئاً.

- تأكيدها التام والكلي على تغير عواطف وانفعالات الشخص عن طريق تغيير طريقة تفكيره نحو الإيجابية.
- أنها تؤثر بشكل فعال مع الأشخاص الأذكياء والنشطين ليس مع من يعانون من اضطرابات عنيفة. (الزويد، 2008، 270)

7- الاتجاه المعرفي (Beck)

من بين نماذج الإرشاد نموذج بيك (Beck) حيث يرى أن الهدف من الإرشاد المعرفي هو تصحيح نمط التفكير لدى المسترشد أو المريض بحيث تصحح صورة الواقع في نظره ويصبح التفكير منطقياً، ويركز الإرشاد المعرفي على حل المشكلات (بلان، 2015، 360).

يرى المعرفيون أن الإنسان نفسه هو المسؤول عما يقوم به من أعمال وليس الناس من حوله. وأن الإنسان قادر على التخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح الاستنتاجات الخاطئة. وأن الفرد قادر أيضاً على أن يحل مشكلاته ولكنه بحاجة إلى من يوجهه. (أبو أسعد وعريبات، 2012، 220)

7-1- الفروض والتصورات النظرية:

ويمكن تحديد أهم الافتراضات الأساسية التي يستند عليها الإرشاد المعرفي (بلان، 2015، 359)، بما يلي:

- 1- الاضطرابات الانفعالية هي نتاج نماذج وأساليب خاطئة ومختلة وظيفيا، أي أن الأفكار والاعتقادات لدى الفرد هي المسؤول الأول عن حدوث انفعالاته وسلوكه.
- 2- هناك علاقة تبادلية بين الأفكار والمشاعر والسلوك، فهي تتفاعل مع بعضها بعضا، ولهذا فالعلاج يشمل التعامل مع المكونات الثلاث معا.
- 3- أن المعارف السلبية الخاطئة وأنماط التشويه المعرفي متعلّمة يتعلمها الفرد من الخبرات السابقة وأحداث الماضي.
- 4- أن الأبنية المعرفية للفرد (الأفكار والصور العقلية والتخيلات والتوقعات والمعاني) ذات علاقة وثيقة بالانفعالات والسلوكيات المختلة وظيفيا.
- 5- أن المعارف المختلة وظيفيا قد تبدو غير منطقية للآخرين، ولكنها تعبر عن وجهات نظر العميل الشخصية عن الواقع.
- 6- التحريفات المعرفية تعكس وجهات نظر غير واقعية وسلبية للعميل عن الذات والعالم والمستقبل.
- 7- تعديل الأبنية المعرفية للعميل يشكل أسلوبا هاما لإحداث تغيير في انفعالاته وسلوكه.
- 8- التحريفات المعرفية يتم استثارها غالبا عن طريق أحداث الحياة غير الملائمة بالإضافة إلى أنه قد تم الإبقاء عليها عن طريق الإدراك الثابت للقواعد والمخططات.
- 9- المخططات المعرفية هي الأساس المسؤول عن انتظام وتصنيف وتقييم الخبرات الجديدة للفرد وذكريات الأحداث الماضية والحكم عليها.
- 10- إن المخططات غالبا ما تنمو مبكرا في الحياة ويتم تشكيلها عن طريق الخبرات الملائمة.
- 11- إن المخططات المعرفية المختلة وظيفيا هي المسؤولة عن الاضطرابات الانفعالية للفرد.
- 12- إن تغيير الأفكار والاعتقادات السلبية للفرد يترتب عليها تغيرات جوهرية في الانفعالات والسلوك.

7-2- مستويات الأفكار عند بيك

ويركز بيك (Beck) على ثلاثة مستويات من المعرفة:

• **الأفكار الأوتوماتيكية (Automatic Thoughts):** ويطلق عليها أيضا الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي أي الحديث داخل النفس وما يدور بها من حوار داخلي وهو الذي لا يلاحظه الشخص غالبا وعادة ما تعكس فيه الأفكار التي تسبب ضغطا أو عدم قدرة على التكيف والنظرة السلبية للمستقبل والشك في الذات والتشويش والانزعاج بشأن الحياة وقد أشار بيك إلى هذه الاعتبارات نحو الذات والعالم والمستقبل على أنها ثلوث معرفي (Cognitive Triad).

• **العمليات المعرفية:** وتشتمل على كيفية وأسلوب تفاعل الفرد مع المثير.. أي طرق تقديم المعلومات عن البيئة والذات وأسلوب التنبؤ وتقييم أحداث المستقبل، فعندما ينجم عن العمليات المعرفية نتائج لا تتفق مع المقاييس الموضوعية للواقع فإنها تكون محرفة، وعندما ينتج عنها نتائج سلبية تؤدي إلى التوتر عن الذات فإنها تكون مشوهة وهذه الانحرافات المعرفية تشمل على عدة عمليات منها:

- لوم الذات: نظرا لوعي الفرد بنقائصه والتي تعطي له مفهوم غير إيجابي عن الذات وانخفاض المستوى النقدي للذات.

- التفكير المتجمع: التفكير في الحصول على كل شيء أو لا شيء.

- الاختيار التجريدي: والذي يشير إلى الوصول إلى النتائج السلبية من أحد التفاصيل مع تجاهل السياق والجوانب الإيجابية.

- الاستنتاج العشوائي: والذي يشير إلى الوصول للنتائج دون أن تدعمه أدلة ثابتة.

- التعميم الزائد: والذي يشير إلى اعتناق معتقدات متطرفة قائمة على بعض الأحداث وتطبيقها على مواقف مختلفة.

- المبالغة: وتشير إلى تقييم معنى مبالغ فيه للأحداث السلبية.

• التركيبات المعرفية أو المخططات: وتتضمن المعتقدات أو الافتراضات التي تؤثر في ما يعني به الفرد من تأويله للأحداث فهي تكون الهيكل الأساسي الذي يستخدمه الفرد للإدراك والفهم والتفكير والتذكر في العالم (عطية، 2010، 76).

08- أوجه التشابه والاختلاف بين نظريات الإرشاد النفسي.

إن أوجه التشابه بين النظريات أكثر من أوجه الاختلاف، وهذه النظريات وإن اختلفت فهي تختلف بدون تعارض، فالأسس واحدة خاصة فيما يتعلق بالعلاقة بين المرشد والعميل، وعلينا أن نعلم أن الاختلاف أساسا هو أن كل نظرية تقوم على ملاحظات ودراسات تجريبية وممارسات إكلينيكية تختلف عن بعضها البعض، وأن الاختلاف بين النظريات يفيد في أن النظريات مجتمعة، تعلمنا الكثير وأن كلا منها منفردا، تعلمنا شيئا ونستطيع انتقاء ما يفيدنا.

8-1- أوجه الشبه بين نظريات الإرشاد

1- جميع النظريات تؤكد أن على المرشد أو المعالج إعطاء التقبل والأمان والاطمئنان للعميل وهدفها واحد هو تحقيق الذات.

2- كل النظريات تحاول فهم كيف ينشأ القلق وكيف تمب وسائل الدفاع وأساليب التوافق وكيف يمكن تعديل السلوك.

3- أن الفرد لديه دوافع وحاجات وقوى حيوية تتحكم في سلوكه.

4- أن التعلم خطوة أساسية من أجل تحقيق التوافق النفسي عن طريق تغيير وتعديل السلوك.

5- أن أهم ما في عملية الإرشاد هو العلاقة الإرشادية التي تتسم بالجو النفسي المتقبل الخالي من التهديد، الذي يجرى قوى النمو والتوافق لدى الفرد لتحقيق الصحة النفسية.

8-2- أوجه الاختلاف بين نظريات الإرشاد

- 1- نمت بعض النظريات في معامل المعالجين وبعضها خرج من معامل علم النفس وبعضها نتج عن الدراسات الإحصائية.
- 2- توجد اختلافات حول الأهمية النسبية للمحددات الشعورية والمحددات اللاشعورية للسلوك.
- 3- تختلف النظريات حول الدور الذي يلعبه التعزيز.
- 4- تختلف النظريات حول أهمية الحياة الماضية بالنسبة للمريض في الطفولة.
- 5- تختلف النظريات حول أهمية البيئة وعضوية الجماعة في السلوك.
- 6- تتفاوت النظرة إلى أهمية الخبرات الخاصة والذاتية، فالبعض يؤكد أهمية السلوك الملاحظ، والبعض يؤكد أهمية الخبرات الداخلية.
- 7- تحترم بعض النظريات الاختبارات النفسية وتعلمها، بينما تؤكد بعضها أن الأساس الأهم هو مفهوم الفرد عن ذاته الذي يحدد سلوكه بصرف النظر عن درجات الاختبار.
- 8- تؤكد بعض النظريات أن الماضي يؤثر في الحاضر ويشير إلى المستقبل.
- 9- تؤكد بعض النظريات على (Now & Here) ، أي هنا والآن. (الفرخ وتيم، 1999، 77)

المحاضرة السادسة:

التقنيات الأساسية في التوجيه والإرشاد النفسي.

- 01- المحاضرة.
- 02- المناقشة والحوار.
- 03- إعادة البناء المعرفي.
- 04- التحصين التدريجي.
- 05- الأحاديث الذاتية.
- 06- الاسترخاء العضلي.
- 07- الضبط الذاتي.
- 08- النمذجة.
- 09- الواجب المنزلي.
- 10- العصف الذهني.
- 11- حل المشكلات.

التقنيات الأساسية في التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي.

يزخر مجال الإرشاد والعلاج النفسي بالعديد من الأساليب والفنيات المستقاة من نظريات الإرشاد والعلاج النفسي المختلفة ، يستخدمها المرشد أثناء البدء في الجلسات الإرشادية، لمواجهة مشكلات الفرد والتخفيف منها من جهة، وكذا تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد من جهة أخرى ومن بين هذه الفنيات، نجد:

01- فنية المحاضرة:

تعتمد فنية المحاضرة في جوهرها على تقديم معلومات سيكولوجية بطريقة منظمة لأفراد المجموعة الإرشادية لزيادة استبصارهم بأنفسهم بطريقة موضوعية، مما ينمي لديهم اهتمامات بمدى حاجتهم ورغبتهم في تلقي المعلومة المتضمنة في المحاضرات، والتي يراعى فيها أن تكون ذات صلة وثيقة بمشكلاتهم الخاصة، ويهيئ لديهم موقف تعليمي يبدأ من شعورهم بأن مشكلاتهم الخاصة هي نقص معلومات عن أنفسهم، فيدفعهم ذلك إلى متابعة المحاضرات واستثارة نشاطهم العقلي والانفعالي، مما يساعد في خلق أهداف جديدة تتمثل في الرغبة في حل المشكلات التي يعانون منها(سوخو،2014، 225).

02- فنية دحض الأفكار غير العقلانية:

إن حجر الزاوية في العلاج المعرفي السلوكي مبدأ مؤداه أن الأفكار هي التي توجّه السلوك وتستثير الانفعالات، والاستجابات الفسيولوجية و يستخدم المعالجون عمليات التساؤل السقراطي، حيث يشجع العميل على البحث عن جوهر اعتناقه لهذا التفكير غير المساعد وغير المنطقي، ومن المهم فحص معنى معتقدات العميل قبل البدء في العمل عليها(هوفمان،2012: ص44).

ويقصد بها تلك الأفكار التي تعطلّ قدرة الفرد على التعامل مع خبرات الحياة، وتعطلّ التناغم الداخلي للفرد، وينتج عنها ردود فعل انفعالية زائدة وغير ملائمة، وقد لا يكون الفرد على علم بما حتى يستطيع أن يحددها وبالتالي التعامل معها بغرض تصحيحها وتعديلها، ولكن مع التدريب والتعليم يصبح لديه وعي بما ويمكنه التركيز عليها.(الشناوي،1994: ص152).

وقد أكد ألبرت إليس (A.Ellis)، ومن قبله أدلر (Adler)، أن العلاج يجب أن يتضمن التحوار مع العميل بكل الضروب المنطقية من الحوار، حيث يزود العميل بالمعلومات التي لم تكن متوفرة لديه، لكي يبين له الجانب الخاطئ في تفكيره مع دفعه مباشرة إلى استنتاج طرق التفكير الصحيحة وتطبيقها.(الشناوي، 1994: ص168).

وفي هذا الأسلوب الإدراكي يسعى المرشد إلى مجادلة المسترشد حول الأفكار الخاطئة غير العقلانية التي ساهمت في نشأة المشكلات التي يعاني، والمرشد لا يقف موقفا سلبيا في هذه العملية بل إنه يعلم المسترشد كيف يقوم بذلك لوحده من خلال اكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبيّن عليها أنماط سلوكه ومشاعره، ومن الأسئلة التي يوجهها المرشد للعميل ليجيب عنها.(أين الدليل على ما تقوله أو ما تشعر به؟ ولماذا تكون الحياة مأساوية إذا لم تبحر الحياة بالشكل الذي تريد؟ وهل هو نهاية العالم إذا لم تتحقق أحلامك في الحياة؟)، إن

مثل هذه الأسئلة الجدلية والحوارية تجعل المسترشد يعيد التفكير في الأفكار التي يتخذها مسلمات وحقائق وبالتالي يبدأ في إعادة التفكير بها واختبار مصداقيتها ومدى تأثيرها على حياته. (أبو أسعد وعريبات، 2012: ص210).

لقد صنف (Wallen & Dryden, 1992) ثلاثة أنماط من التنفيذ على شكل استفسارات، وهي كالآتي:

- التنفيذ المنطقي (Logical Disputation)، ويتم ذلك من خلال التساؤلات: هل هذا المعتقد منطقي؟ وهل هذا المعتقد حقيقي؟ ولماذا هذه الفكرة حقيقية؟

- التنفيذ العلمي (Scientific Disputation)، ويتم ذلك من خلال التساؤلات: أين البرهان على صحة هذا المعتقد؟ وأين الدليل على ذلك؟ وكيف يكون هذا الأمر قطعياً؟

- التنفيذ العملي (Practical Disputation)، ويتم ذلك من خلال التساؤلات: هل يساعد هذا المعتقد على حل المشكلات الخاصة؟ وهل يساعد على إنجاز الأهداف وتحقيق الطموحات؟ وهل يزود الفرد بنتائج إيجابية؟ (شاهين وحمدي).

وعليه فإن نجاح أي شخص في الإرشاد، يجب أن يكون مصحوباً بتحسين في طريقة تفكيره وإدراكه لنفسه والعالم فالتفكير المشوّه هو العامل الرئيس في ظهور المشكلات النفسية لدى المتعلم، الناتج عن نقص في المعلومات والأفكار الصحيحة لديه، وأن هذه المشكلات النفسية تؤدي أيضاً إلى ظهور مشكلات أكاديمية تمنع تميّز الطالب في التحصيل الدراسي. ذلك أن الإرشاد يؤكد على الأداء (القيام بالعمل) وليس مجرد الحديث عن المشاكل وتجميع إستبصارات، وأنه يهتم بكيف يتعلم المتعلم وكيف يتغير السلوك وأن عملية الإرشاد تتضمن عملية تعلم ومحو التعلم وإعادة التعلم.

03- فنية الواجبات المنزلية:

تلعب الواجبات المنزلية دوراً هاماً في كل العلاجات النفسية، ولها دور خاص في زيادة فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي، حيث أنها الفنية الوحيدة التي يبدأ ويختتم بها المعالج المعرفي السلوكي كل جلسة إرشادية تساهم في تحديد درجة التعاون والألفة القائمة بين المعالج والمتعالج، ويستطيع المعالج تقوية العلاقة العلاجية بتكليف الفرد بعمل الواجبات المنزلية، ويقدم كل واجب منزلي على أنه تجربة مناسبة لاكتشاف بعض العوامل المعرفية المتعلقة بالمشكلة التي يواجهها الفرد حديثاً (بلميهوبي، وآخرون، 2014، ص84).

سبب آخر لأهمية الواجب المنزلي، هو أنه يرفع وعي العميل بقدرته على الاستمرار حتى بعد انتهاء الجلسات، ذلك أنه بالفعل قد تعلّم عدداً من المهارات، وأصبح على قدر عالٍ من الكفاءة والخبرة من خلال أداء الواجب المنزلي، يشير لي (Ley, 1979) أن الناس عموماً يحتفظون بقدر ضئيل فقط من المعلومات المقدمة لهم في الاستشارات وأحد أهداف المهام أو الواجبات المنزلية بين الجلسات هو المساعدة في إعادة جمع وتثبيت المعلومات، ومن المهم الاعتراف للعميل أن التغيير يأتي عن طريق التمرين والممارسة. (هوفمان، 2012: ص93).

ويشير (العاسمي، 2012، ص272) إلى أن هناك العديد من الشروط التي يجب على المرشد الأخذ بها عندما تتضمن خطته الإرشادية تدريبات منزلية، أهمها:

- أن يكون المرشد متمكنا من النظريات النفسية الخاصة بتعديل السلوك، وأن تكون له قدرة كافية بمعرفة ديناميات المسترشد.

- أن يعرض المرشد الواجبات المنزلية على المسترشد حتى يتمكن من اختيار منها ما يمكنه تنفيذها.

- يجب أن تصمم الواجبات المنزلية في ضوء قدرات المسترشد وأن تعرض بطريقة سهلة التنفيذ.

- الاتفاق على الفترة الزمنية المطلوبة لإنجاز الواجب المنزلي.

- أن تقدم المشكلات المطلوب حلها في الواجبات المنزلية حسب الأولوية. (العاسمي، 2012، 272)

04- فنية المناقشة والحوار:

إن استخدام فنية المناقشة والحوار والتي تكون على شكل حوار شفهي وعلى شكل وجهات نظر مختلفة أو إضافات أو مداخلات أو تعقيبات أثناء القيام بالعمل الإرشادي، يمكن أن تدفع المسترشدين إلى المشاركة والاستمتاع بالجلسات الإرشادية، تزيد من مساهمتهم مع المرشد في التفكير وإبداء الرأي في حل مشكلات معينة مما يجعلهم يشعرون كأفراد فاعلين، وهذا ما يمنحهم الثقة بأنفسهم وأن التعلم فيها أكثر ثباتا وديمومة، وتنمي القدرات الفكرية والمعرفية لدى المسترشدين وتدريبهم على التحليل والاستنتاج، وتحرك دوافعهم وتثير اهتمامهم، وتؤمن التغذية الراجعة الضرورية لتصحيح مسار عملية التعلم، وتعود المسترشدين على التفكير والاكتشاف، وتوقظ انتباههم، وتزيد من شغفهم بما هو مطروح في الجلسات الإرشادية، وتدفع الطلبة إلى استخدام النقد بدلاً من السلبية في تقبل الآراء أو رفضها بدون أي تحليل منطقي، كما تنمي فيهم حب التعاون والعمل الجماعي.

05- فنية النمذجة:

تعد النمذجة جزءاً أساسياً ضمن برامج كثيرة لتعديل السلوك، وهي تستند إلى افتراض مؤداه أن الإنسان قادر على التعلم عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين، وتعرضه بصورة منتظمة للنماذج ويعطى الشخص فرصة لملاحظة نموذج ويطلب منه أداء العمل نفسه الذي يقوم به النموذج. (مليكة، 1994:ص104).

وتستخدم النمذجة لمساعدة المسترشد في تحقيق استجابات مرغوبة فيها، أو التخلص من المخاوف من خلال مشاهدة سلوك شخص آخر، ويمكن أن تكون بمشاهدة نموذج واقعي للسلوك، أو من خلال نماذج مكتوبة أو مسجلة، أو بتخييل المرشد لذلك السلوك، أو من خلال لعب الدور، وتكون النماذج الحية (Model Live) هي أكثر الأنواع فاعلية. لأنها قد تزيد الدافعية، وتسهل عملية تعلم السلوك المرغوب (الشناوي و محمد السيد، 1998: 389). ويفضل اختيار النموذج من عمر مماثل لعمر المسترشد وجنسه ومركزه الاجتماعي وخلفيته الثقافية. (الخطيب، 2009: 382)

للمنمذجة أربع وظائف أساسية، فبملاحظة النموذج السلوكي يمكن للمسترشد أن يتعلم سلوكاً جديداً مناسباً وكذلك فإن ملاحظة النموذج ينتج عنه أثر اجتماعي تسهيلي (Facilitative) وذلك بمساعدة المسترشد على أداء سلوكيات كان بوسعها أن يقوم بها فيما مضى وذلك في أوقات أكثر ملائمة وبطرق أكثر ملائمة وتجاه أشخاص ملائمين، وكذلك قد تؤدي النمذجة إلى إنهاء كف سلوكيات كان المسترشد يتحاشاها بسبب الخوف أو القلق

وحيث يرفع الكف عن هذه السلوكيات فإن النمذجة قد تزيد الانطفاء المباشر والانطفاء بالإجابة (التعويضي) للمخاوف المرتبطة بالشخص أو الشيء الذي كان السلوك موجها نحوه (الشناوي والسيد، 1998، 156).

06- فنية حل المشكلات:

حل المشكلات هو عملية يحاول بها الشخص أن يخرج من مأزق أو موقف ضاغط، وفي رأي جاني (Gagne,1977) أن حل المشكلات هو نوع من السلوك المحكوم بقواعد، وحل المشكلات عند جاني هو عملية يستحضر فيها الأشخاص مفاهيم وقواعد من معرفتهم السابقة ويستخرجون منها قواعد من مستوى أعلى تساعدهم على حل المشكلات وهي أعلى صور التعلّم وقمته. (الشناوي ومحمد السيد، 1998: ص 229).

طرح نزو وآخرون (Nezu et,al,2000) مفاهيم إرشادية خاصة بحل المشكلات التي تعترض حياة الفرد حيث يركز التدريب على تحقيق الأهداف الإرشادية التالية:

- رفع الاتجاه الإيجابي نحو المشكلة، ومساعدة العميل على تبني توجهها إيجابيا ومتكيفاً نحو المشكلة.
 - القدرة على إعادة تنظيم المشكلة بشكل مضبوط وصحيح حين تحدث.
 - اعتقاد أن المشكلات تعتبر عادية وجزء من الحياة لا يمكن تجنبها.
 - القدرة على تحديد وإسناد سبب المشكلات بشكل مضبوط.
 - الميل إلى تقييم المشكلات الجديدة كتحديات بدلا من تهديدات أو كوارث أو وضعيات يتم تجنبها.
 - الاعتقاد في القدرة الذاتية للتعامل الفعّال مع المشكلات الضاغطة.
 - معرفة أن المشكلات المعقّدة، يمكن أن تتطلب الوقت والجهد لحلّها.
 - الرغبة في حل المشكلات بالطريقة المناسبة.
 - التخفيف أو خفض الاتجاه السلبي للفرد نحو المشكلة.
 - تحسين مهارات حل المشكلة، العقلانية للعميل.
 - خفض ميل العميل للاندفاعية واللامبالاة.
 - خفض ميل الفرد لتجنب المشكلات حين تحدث (بلميهوبي وآخرون، 2014، 152-155).
- فحل المشكلات هو قدرة الطالب على تمييز المعارف والمهارات والخبرات اللازمة وتوظيفها للوصول إلى تحقيق الهدف.

07- فنية العصف الذهني:

يرتبط مفهوم العصف الذهني بمفهوم حفز أو إثارة العقل، ويقوم على تصور حل المشكلة على أنه موقف به طرفان يتحدى أحدهما الآخر، العقل البشري (المخ) في جانب، والمشكلة التي تتطلب الحل في جانب آخر، ولا بد للعقل من الالتفاف حول المشكلة والنظر إليها من أكثر من جانب، ومحاولة تطويقها واقتحامها بكل الطرق الممكنة (أبو رياش و قريط، 2008، 221-222).

ويمكن الاستفادة من هذه الفنية في بناء برنامج إرشادي للتمييز في التحصيل وجودة التفكير العلمي، ذلك أن جميع الدراسات والتجارب تؤكد أهمية العصف الذهني في توليد الأفكار الجديدة والمتعددة، ذلك أن الكم يُولد النوع.

08- فنية التعزيز الموجب:

عبارة عن إجراء يتم فيه تقديم مثير بعد الاستجابة حيث يؤدي هذا التقديم للمثير لزيادة تكرار حدوث تلك الاستجابة، وللتعزيز وظيفتان هامتين الأولى إخبارية للمتعلم بمجرد حصوله على التعزيز يعرف أن استجابته كانت في الاتجاه الصحيح، والثانية هي وظيفة دافعية ذلك أن الحصول على التعزيز هو القوة الدافعة المسيطرة التي تعمل على الحفاظ على التعلم (قطامي و قطامي، 2000، 60).

فهو تعزيز بمعنى أنه قد ترتب عليه ازدياد السلوك (الاستجابة)، وهو إيجابي لأنه اشتمل على إضافة (شيء مرغوب فيه بالنسبة للشخص)، مثال ذلك إذا وجه المعلم سؤالاً للطلاب أثناء الدرس ثم اختار أحدهم ليجيب على السؤال فأجاب الإجابة الصحيحة، فوجه إليه المعلم الشكر والثناء وكان من نتيجة ذلك أن ازداد معدل إجابات هذا الطالب على الأسئلة التي وجهها المعلم في المرات التالية، اعتبرنا أن كلمات الشكر والثناء التي وجهها له المعلم قد عملت كمعززات إيجابية لسلوك الإجابة على الأسئلة فهي معززات لأنها ساعدت على تكرار الاستجابة، وهي إيجابية لأنها اشتملت على إضافة شيء مرغوب (الثناء). (الشناوي ومحمد السيد، 1998، 133)

09- فنية الحديث الذاتي:

تقوم فكرة التدريب على الأحاديث الذاتية أو التعليمات الذاتية على فرض مؤداه أن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تحدد باقي الأشياء التي يفعلونها، فسلوك الإنسان يتأثر بالجوانب المختلفة لأنشطته والتي توجه بتكوينات متنوعة مثل الاستجابات الفيزيولوجية، وردود الأفعال الوجدانية، والجوانب المعرفية، والتفاعلات الاجتماعية، وتعتبر الأحاديث الداخلية أحد هذه الأنشطة أو التكوينات. (الشناوي، 1994، 126).

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه تشير بريشا مايك (Breshia Mike) أنه قد ظهر في الآونة الأخيرة العديد من البرامج التي تساهم في رفع كفاءة الأفراد تحت عناوين مختلفة منها برامج القوة الداخلية **Internal Power Programs**، ويرى فوكيت (Vocate, 1994) أنها تمثل ميكانيزما داخليا يصل من خلالها الفرد إلى التحدث المعلن والموجه لذات الفرد، ويرى مارتن (Martin Alaing, 1993) أنها ميكانيزم تتوسط الوعي الذاتي، حيث تسمح هذه الحوارات للفرد بتوجيه انتباهه لنفسه، وإعطاء فرصة لملاحظة ما يدور في الذات الداخلية.

وقد أشار ويفر وآخرون (Weaver et.al, 1988) إلى نوع من التواصل الداخلي والحوارات الهدامة **Destructive Dealogues** تمثل عمليات الاتصال الداخلي ذات النغمة السلبية، حيث يركز فيها الفرد على الأحداث الحرجة والجوانب الضعيفة، التي يواجه بها نفسه على المستوى العقلي، فيقوم بالتقليل من تدعيم الجوانب الإيجابية لذاته. (العززي)

كما أوضح باندورا، أنه كلما كان الفرد على درجة عالية من الوعي ازدادت فعاليته لذاته "Self- Efficacy" التي يراها على أنها مجموعة من الأفكار الصادرة عن الفرد التي تعبر عن معتقداته حول قدراته على القيام بسلوكيات معينة، ومرونته في مواجهة المواقف الصعبة والمعقدة، وتحديه لها، ومدى مثابته لإنجاز المهمات المكلف بها. (غولي، العبيدي، 2013، 11)

ويعد التدريب على الحديث الذاتي من الفنيات المهمة التي يتضمنها اتجاه ميتشنيوم (Meichenbaum) وهي تتضمن التعرف على الأفكار والتعبيرات الذاتية السلبية المرتبطة بالضغط التي تسبب الضيق والكدر والمشقة للفرد ومساعدة العميل على تعديل التعبيرات الذاتية السلبية لديه واستبدالها بتعبيرات ذاتية إيجابية، وهكذا من خلال التدريب على التعليم الذاتي يتعلم العميل أن ما يعانيه من قلق وضغوط هو نتيجة سوء تفسيره وتأويله للمواقف التي يتعرض إليها، وأيضا نتيجة لأحداث ذات السلبية لديه (الحوار الداخلي السلبي) ومن ثمة لا بد من ضرورة استبدالها بأحداث ذات إيجابية ومنطقية. (أبو غالي، 2013، 60)

وأوضح (الشناوي، 1994، 128) أن عملية العلاج تشتمل على ثلاث مراحل أساسية:

- أن يدرك المسترشد، أو يصبح واعيا بسلوكياته غير الملائمة.
- يؤخذ هذا الوعي كمؤشر يولد حديثا داخليا معيناً.
- يكون هناك تغيير في طبيعة الحديث الداخلي عن ذلك الذي كان موجودا لدى المسترشد قبل العلاج.

10- فنية الاسترخاء العضلي:

طور هذا الأسلوب من قبل جاكبسون (Jacobson)، موضحاً أن الاسترخاء يعد من العوامل الكامنة للقلق، فلا يمكن للشخص أن يكون مسترخيا وقلقا في الوقت نفسه، وتعد الأساليب الحديثة في الاسترخاء من أشهر أساليب العلاج السلوكي ويحتاج إجراءه إلى تدريب منظم (أبو غالي، 2011، 59).

ويمكن الاستفادة من هذه الفنية في بناء برامج إرشادية لحل مشكلات كثيرة لدى المتعلمين، ذلك أن تدريبات الاسترخاء العضلي مفيدة لإزالة التوتر وإعادة الانتعاش للمتعلم، حيث الاسترخاء لمجموعة من عضلات الجسم وللجسم كله مهارة يتعلمها المتعلم ويتحسن فيها مع الممارسة ولكن من المهم استخدام الاسترخاء العضلي أثناء القلق والمواقف الضاغطة التي تواجهه.

المحاضرة السابعة:

مجالات التوجيه والإرشاد النفسي.

- 01- التوجيه والإرشاد التربوي.
- 02- التوجيه والإرشاد المهني.
- 03- التوجيه والإرشاد الأسري.
- 04- توجيه وإرشاد الشباب والمراهقين.
- 05- توجيه وإرشاد غير العاديين.

مجالات التوجيه والإرشاد النفسي.

تتعدد مجالات الإرشاد النفسي بتعدد مناحي الحياة المختلفة وتنوعها فنجد في المدارس والجامعات وفي عالم المهن وداخل الأسرة، بحيث أصبح الإرشاد نسقا جوهريا لكل مجال من هذه المجالات يقدم خدمات أساسية تسعى لاستيعاب المشكلات المتنوعة، كما يمكن أن تغطي مجالات الإرشاد كذلك مراحل العمر المختلفة للإنسان - الاتجاه القائم على تقسيم خدمات الإرشاد بحسب مراحل النمو - مرحلة الطفولة ومشكلاتها، والمراهقة وتغيراتها، وجميع المراحل الأخرى، لمساعدة الفرد للتخلص من اضطراباته ومشكلاته والسعي لتأهيله لتحقيق التكيف المناسب على المستويين الشخصي والاجتماعي، ولعل هذا يعود أساسا إلى أنه من بين المسلمات العامة للإرشاد حق الفرد في الإرشاد، وأن الإرشاد عملية مستمرة عبر مراحل العمر، اعتبارا أن الإرشاد خدمة مستمرة. وفيما يلي أهم مجالات التوجيه والإرشاد النفسي:

01- التوجيه والإرشاد التربوي.

الإرشاد التربوي هو عملية مساعدة الطلاب على معرفة إمكاناتهم وقدراتهم حتى يتم استخدامها بشكل مناسب في اختيار الدراسة المناسبة لهم، والالتحاق بها، والنجاح فيها، والتغلب على الصعوبات الدراسية التي تعترضهم في حياتهم الدراسية لتحقيق التوافق مع الذات ومع الآخرين في الأسرة والمدرسة والمجتمع، وذلك من أجل تحقيق أفضل إنتاجية أكاديمية ممكنة.

- أهداف التوجيه والإرشاد التربوي

- الهدف الرئيس الخاص بالتوجيه والإرشاد التربوي هو تحقيق النجاح تربويا، ويمكن تحقيق هذا الهدف من خلال:
- مساعدة التلاميذ والطلاب على اكتشاف قدراتهم وميولهم ليتمكنوا من اتخاذ القرارات المناسبة بشأن المشكلات التي تواجههم.
- مساعدة الطلاب على الاختيار السليم لنوع الدراسة، من خلال معرفة مؤهلات الطالب وعرفة استعداداته وقدراته وميوله التي تعتبر بمثابة محددات أساسية لاختيار نوع الدراسة المناسب.
- مساعدة الطلاب على الاستمرار في الدراسة والنجاح فيها من خلال مساعدتهم على التوافق الحسن مع دراستهم ومساعدتهم في حل المشكلات التي تعترضهم أثناء دراستهم.
- مساعدة الطلاب غير العاديين: من خلال العناية الجادة بالموهوبين والمتميزين، والعمل على تنمية مواهبهم، وقدراتهم وتوجيه طاقاتهم الكامنة توجيهها سليما. (الزعي، 2005، 212-214)

02- التوجيه والإرشاد المهني.

يعرف سوبر (Super)، التوجيه المهني، بأنه: عملية مساعدة الفرد على إنماء وتقبل صورة لذاته متكاملة ومتلائمة لدوره في عالم العمل، وكذلك مساعدته على أن يختبر هذه الصورة في العالم الواقعي وأن يحولها إلى حقيقة واقعة بحيث تكفل له السعادة ولجتمعه المنفعة.

ذلك أن وضع الفرد المناسب في المكان المناسب، يؤدي إلى الكثير من الفوائد النفسية والاقتصادية والصحية، ومن ذلك نجد:

- ارتفاع نسب النجاح والتقدم والتفوق في مجالات الدراسة والعمل ومن ثم تقليل الفشل الدراسي.
- شعور الفرد بالرضا والسعادة عن دراسته أو مهنته، وأن لا شك أن هذا الشعور ينعكس على حياته العملية والأسرية والاجتماعية والنفسية.
- يؤدي التوجيه السليم إلى زيادة الإنتاج كما وكيفا، بمعنى زيادة حجم الإنتاج وجودته.
- يؤدي التوجيه السليم إلى انخفاض معدلات البطالة، وحماية المجتمع والأفراد من أضرارها.
- أظهرت الدراسات أن وضع الفرد المناسب في مكانه المناسب يقلل من نسب تمارض الأفراد.
- يؤدي التوجيه السليم إلى انخفاض معدلات حوادث العمل وإصاباته.
- يؤدي وضع الطالب في دراسة لا تناسبه إلى المعاناة و العقدة والأزمات والأمراض والاضطرابات النفسية العقلية والسلوكية.
- يؤدي التوجيه المهني إلى زيادة الإنتاج ومهارة العامل مما يساعد على ارتفاع مستوى المعيشة. (جودت، العزة، 2014، 19-22)

03 - التوجيه و الإرشاد الأسري.

يعرف الأشول الإرشاد النفسي الأسري بأنه مساعدة أفراد الأسرة (الوالدين الأولاد) فرادى أو جماعة على فهم الحياة الأسرية ومسؤولياتها، وتكوين وجهة نظر إيجابية وتعلم تحقيق الأهداف الذاتية والأسرية من خلال اختيارات ذات معنى لتحقيق الاستقرار، والتوافق الأسري، وحل المشكلات الأسرية.

ومن هذا الهدف العام يمكن تحديد أهداف فرعية نذكر منها:

- مساعدة العملاء من أعضاء الأسرة على التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية والزوجية.
- مساعدة أعضاء الأسرة على فتح قنوات للاتصال الفاعل بينهم وبين أعضاء أسرهم، بحيث يمكن مناقشة مشكلاتهم بصراحة، والتعبير عن انفعالاتهم تجاه بعضهم البعض.
- مساعدة أفراد الأسرة في تحديد السلوك الجيد الذي يروونه مناسباً لعلاج مشكلاتهم، وتدريبهم على كيفية القيام به، مع تعرفهم على الاختيارات الانفعالية المتاحة أمامهم.
- مساعدة أفراد الأسرة في اتخاذ قراراتهم المتعلقة بالمستقبل وتقوم ما تقدمه الأسرة لأفرادها لتعلم المفاهيم والقيم الدينية، وفلسفة الأدوار والمكانة الاجتماعية.
- مساعدتهم على تنمية علاقاتهم بالآخرين، ولاسيما عن طريق التعبير عن المشاعر الإيجابية، ومشاعر التقدير تجاه الآخرين من أعضاء الأسرة.
- مساعدة الزوجين في تبين حاجات الأبناء الأسوياء والمعوقين في مواجهة مطالب النمو وظروف التغيير والانتقال. (خضر، 2008، 14-15).

05- توجيه وإرشاد الشباب والمراهقين.

يعرف أوزي (أوزي، 2011، 16)، المراهقة بأنها: مرحلة نمو معينة تقع بين سن الطفولة وسن الرشد، فهي طور نمائي ينتقل فيه الناشئ، وهو طفل غير ناضج جسدياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، أي من طور أوضح سماته الاعتماد والإتكالية على الغير، إلى فرد إنساني متدرج نحو بدء النضج، ومحاولة الاستقلال والاكتفاء بالذات.

ومرحلة الشباب تعتبر مرحلة الإرشاد التربوي والمهني، ويمكن المستوى العقلي النامي للشباب من إنجاز عملية الإرشاد النفسي... ومن أهم خصائص النمو في مرحلة الشباب بصفة عامة أنها مرحلة انتقال حرجة تبدأ بالبلوغ الجنسي الذي يصاحبه تغيرات جسمية وانفعالية واجتماعية... وفي مرحلة الشباب تنمو الانفعالات وتتميز بالسيولة والعنف والتذبذب والتناقض والقوة والحساسية إلى أن تصل إلى الاستقلال والاستقرار والنضج الانفعالي، وخلال هذه المرحلة ينمو الشاب اجتماعياً ويستقل ويؤكد ذاته ويتصل برفاق سنه وأصدقائه، ويتعلم تحمل المسؤولية وينمو ذكائه الاجتماعي، ويختار مهنة ويستعد لها وتتحدد فلسفته في الحياة. (زهران، 1977، 487)

ومن بين مشكلات الشباب والمراهقين التي تحتاج إلى خدمات الإرشاد، نجد:

(المشكلات الجنسية- مشكلات المستقبل المهني- المشكلات الدراسية- المشكلات الأسرية- المشكلات النفسية- المشكلات الاجتماعية- المشكلات الصحية- المشكلات الأخلاقية- مشكلات وقت الفراغ)

06 - توجيه وإرشاد غير العاديين.

يعرف الزعبي (الزعبي، 2007، 30) الفرد غير العادي بأنه: ذلك الفرد الذي ينحرف عن المتوسط في صفاته العقلية أو الحسية أو الجسمية أو الانفعالية أو الاجتماعية إلى درجة يستدعي استخدام خدمات خاصة لتنمية قدراته وصفاته إلى أقصى حد ممكن، ليتمكن من تحقيق التوافق في البيئة التي يعيش فيها.

وتتمثل أهداف توجيه وإرشاد الأفراد غير العاديين، فيما يلي:

- الكشف المبكر عن الأفراد غير العاديين (موهوبين- معوقين)، من خلال أدوات القياس والتشخيص المناسبة.
- مساعدتهم على النمو نمواً متكاملًا في جوانب شخصياتهم الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، واستثمار ما لديهم من إمكانيات.

- توفير الرعاية النفسية والاجتماعية لهم، بما يمكنهم من تحقيق النمو النفسي والاجتماعي بشكل سليم.
- العمل على نشر الوعي بين أفراد المجتمع، وتعديل الاتجاهات الخاطئة نحو الأفراد غير العاديين، والعمل على تقبلهم ضمن إطار المجتمع الذي يعيشون فيه.

- إعداد برامج التوجيه والإرشاد المناسبة لكل فئة من فئات الأفراد غير العاديين.

خاتمة:

لقد أصبح إعداد التلاميذ في القرن الحادي والعشرين يتطلب نقلة نوعية واهتماما خاصا، إن في مستوى تطوير المناهج الدراسية، وإن في مستوى العناية بمتطلبات وحاجات المتعلم بما يمكن كل متعلم من تنمية قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، وأن العناية بالمعرفة والمنطق والتفكير ليست لوحدها كافية لإنجاح التلاميذ وتأمين مستقبلهم، بل الأمر يتطلب أيضا توفر خدمات إرشادية معينة على ذلك لتأمين مهارات حياتية أخرى لمواجهة تحديات الحياة، فعصرنا اليوم هو عصر قلق وضغوط ومشكلات نفسية في جميع مجالات الحياة، عصر أصبحنا فيه أكثر اهتماما بالظاهرة النفسية. عصر يحتاج فيه الطالب إلى من يحدد له معالم الطريق.

تستدعي الحاجة إذن العمل على توفير أخصائيين ممارسين يعملون على تقديم يد المساعدة للتخفيف من هذه المشكلات والضغوط، ذلك أن تجاوز المشكلات التي يعاني منها المتعلم في الوسط المدرسي مرتبط بجودة الخدمات التي يقدمها المرشد، وأن هذا الحقل العلمي المتمثل في التوجيه والإرشاد يستحق العناية والاهتمام والانتقال من ما ما هو ممكن - ما سيكون - إلى ما هو كائن. وأن تأمين هذه الخدمات يقلل الكثير من المشكلات الدراسية التي مازلت الأنظمة التعليمية تعاني من تبعاتها.



قائمة المراجع.

قائمة المراجع:

I - المراجع باللغة العربية:

- 01- الجرحاوي، زياد بن علي محمود(2010): القواعد المنهجية التربوية لبناء الاستبيان، ط02، مطبعة الجراح، غزة، فلسطين.
- 02- الحريري، رافدة و الإمامي، سمير(2011): الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية، ط01، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 03- الحلبوسي، سعدون سلمان نجم وآخرون(2002): التوجيه التربوي والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق. منشورات ELGA.فالتيا، مالطا.
- 04- الخالدي، محمد أديب(2006): مرجع في علم النفس الإكلينيكي(المرضي): الفحص والعلاج، ط01، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- 05- الخطيب، صالح أحمد(2009): الإرشاد النفسي في المدرسة- أسسه ونظرياته وتطبيقاته، ط03، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
- 06- الداھري، صالح حسن أحمد(2011): علم النفس الإرشادي نظرياته وأساليبه الحديثة، ط2، دار وائل للنشر، عمان الأردن.
- 07- الرفاعي، نعيم(2010): الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية الشخصية، ط10، جامعة دمشق، سوريا.
- 08- الزعي، أحمد محمد(2007): التربية الخاصة للموهوبين والمعوقين وسبل رعايتهم وإرشادهم، ط2، دار الفكر للنشر والتوزيع، دمشق، سوريا.
- 09- الزعي، أحمد محمد(2005): التوجيه والإرشاد النفسي أسسه- نظرياته- طرائقه- مجالاته- برامجيه، ط2، دار الفكر دمشق، سورية.
- 10- الزبود، نادر فهمي(2008): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط2، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان الأردن.
- 11- الشناوي، محمد محروس والسيد، محمد عبد الرحمن(1998): العلاج السلوكي الحديث، أسسه وتطبيقاته، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 12- الشناوي، محمد محروس(1994): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- 13- العاسمي، رياض نايل(2012): المبادئ العامة في تخطيط وإدارة برامج الإرشاد النفسي، دمشق، دار العرب، سوريا.
- 14- العزة، سعيد حسني(2006): دليل المرشد التربوي في المدرسة. ط1، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.
- 15- العنزى، يوسف محيلان سلطان: أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي في دولة الكويت. متاح على الموقع: <https://kenanaonline.com>، أحرر إطلاع بتاريخ: 2015/03/15.
- 16- الغامدي، غرم الله بن عبد الرزاق بن صالح(2009): التفكير العقلاني وغير العقلاني ومفهوم الذات والدافعية للإنجاز لدي عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة جدة و أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- 17- الفرخ، كاملة شعبان و تيم، عبد الجابر(1999): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، ط01، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

- 18- المالكي، موزة عبد الله (2005): مهارات الإرشاد النفسي وتطبيقاته، ط01، المجلس الوطني للثقافة والفنون والتراث، الدوحة، قطر.
- 19- النعيمي، محمد عبد العال و البياتي، عبد الجبار توفيق (2009): طرق ومناهج البحث العلمي، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 20- إبراهيم مصطفى، الزيات، أحمد حسن، وآخرون (1972): المعجم الوسيط. ج 1، ج 2، القاهرة، مجمع اللغة العربية، جمهورية مصر العربية.
- 21- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف و الغرير، أحمد نايل (2009): التشخيص والتقييم في الإرشاد، ط01، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 22- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، عريبات، أحمد عبد الحليم (2012): نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، ط01، دار المسيرة للنشر والتوزيع والإشهار، الأردن.
- 23- أبو أسعد، عبد اللطيف (ب-ت): علم النفس الإرشادي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والإشهار، عمان، الأردن.
- 24- أبو حماد، ناصر الدين (2014): الإرشاد النفسي والتوجيه المهني، ط01، عالم الكتب الحديث، عمان، الأردن.
- 25- أبو عطية، سهام درويش (2015): مبادئ الإرشاد النفسي، ط02، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.
- 26- أبو غالي، عطف محمود (2011): فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى عينة من طالبات الثانوية العامة بمحافظة رفح، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 12، العدد 03، جامعة البحرين، البحرين.
- 27- أوزي، أحمد (2011): المراهق والعلاقات المدرسية، ط3، مطبعة النجاح الجديدة، الدار البيضاء، المغرب.
- 28- بلان، كمال يوسف (2015): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط01، دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 29- بلميهوبي كلثوم وآخرون (2014): تقييم فعالية العلاج المعرفي السلوكي في علاج الاضطرابات النفسية، مركز البحث في الأثرولوجيا الإجتماعية والثقافية، المؤسسة الوطنية للفنون المطبعية، الجزائر.
- 30- جودت، شاکر محمود (2007): البحث العلمي في العلوم السلوكية، ط01، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، جمهورية مصر العربية.
- 31- جودت، عزت عبد الهادي و العزة، سعيد حسني (2014): التوجيه المهني ونظرياته، ط02، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 32- حافظ، نبيل عبد الفتاح وآخرون (2012): العلاج الجشطلتي: تيار متميز في العلاج الحديث، ط01، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة جمهورية مصر العربية.
- 33- حجازي، وآخرون (2005): الإطار المرجعي للإرشاد المدرسي في الدول الأعضاء بمكتب التربية العربي لدول الخليج، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- 34- خضر، عبد الباسط متولي (2008): الإرشاد الأسري في عصر القلق والتفكك: الخلفية النظرية والدراسات السابقة، دار الكتاب الحديث، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 35- دردير، نشوة كرم عمار أبو بكر (2010): فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم الإرشاد النفسي، جامعة القاهرة، جمهورية مصر العربية.

- 36- دويدري، رجاء وحيد(2002): البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العملية، ط01، دار الفكر، دمشق، سوريا.
- 37- زغبوش، بنعيسى و علوي، سماعيل(2011): الإرشاد النفسي المعرفي والوساطة التربوية: تقنيات المقابلة والإنصات وتدريب الحوار، ط01، عالم الكتب الحديث، عمان، الأردن.
- 38- زهران، حامد عبد السلام(1977): التوجيه والإرشاد النفسي: عالم الكتب، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 39- سخسوخ، حسان(2014): فعالية برنامج إرشاد مصغر للتعامل مع بعض المشكلات النفسية لدى بعض طلاب وطالبات الجامعة، رسالة دكتوراه(غير منشورة)، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة فرحات عباس سطيف-02، الجزائر.
- 40- سعيد علي، ناسو صالح و حسين عباس حسين وليد(2015): الإرشاد النفسي الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني، ط01، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 41- شاهين، محمد أحمد و حمدي، محمد نزيه(2007): درجة تقدير الذات لد عينة من طلبة الجامعة في فلسطين: علاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفعالية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي في تحسينها. متاح على الموقع: www.acofps.com/vb/showthread.php?t=13895، أخر إطلاع بتاريخ 17-08-2013.
- 42- عطية، محمود(2010): ضغوط الشباب والمراهقين وكيفية مواجهتها، ط01، مكتبة الأنجلو المصرية: جمهورية مصر العربية.
- 43- علام، صلاح الدين محمود(2000): القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، ط01، دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 44- غولي، حسن أحمد سهيل القره و العبيدي، مظهر عبد الكريم (2013): أثر برنامج إرشادي (مقترح) لتنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية، مجلة دراسات تربوية، العدد(22)، بغداد.
- 45- فان دالين، ديوبلد ب(2010): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة: نوفل محمد نبيل وآخرون، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 46- فرحاتي، بلقاسم العربي(2012): البحث الجامعي بين التحرير والتصميم والتقنيات، ط01، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 47- قطامي، يوسف و قطامي، نايفة(2000): سيكولوجية التعلم الصفي، ط01، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.
- 48- كامل، مليكة لويس (1994): العلاج السلوكي وتعديل السلوك، ط02، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- 49- محمود عمر، ماهر(1983): المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، ط02، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
- 50- ملحم، سامي محمد(2007): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، ط01، دارا لمسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- 51- ملحم، سامي محمد(2014): التقويم في الإرشاد النفسي والتربوي، ط01، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 52- منسي، حسن ومنسي، إيمان(2004): التوجيه والإرشاد النفسي نظرياته، ط1: دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.
- 53- منسي، محمود عبد الحليم وآخرون(2002): الصحة المدرسية النفسية للطفل، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب، جمهورية مصر العربية.

54- مورتسن، ج.دونالد وشمولر ألن.م(2005):التوجيه والإرشاد المدرسي بين النظريات والإجراءات، ط01، ترجمة لجنة التعريب والترجمة، دار الكتاب الجامعين العين، الإمارات العربية المتحدة.

55- هوفمان، إس جي(2012):العلاج المعرفي السلوكي المعاصر- الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية، ترجمة مراد علي عيسى، ط01، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

II – المراجع باللغة الأجنبية:

56-Gary R. VandenBos(2015), dictionary of psychology, Second Edition, American Psychological Association, United States of America.

57- American Counseling Association (2009), encyclopedia of counseling,United States of America.

58-Oxford University Press(2010), Third Edition,Uk.

59- McLeod J.(2013), An Introduction to Counselling, Fifth Edition, Open University Press, London, UK.

60- Flanagan. J & Flanagan.R (2004), Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies, and techniques .published by john wiley & sons, inc., new jersey.USA

61- Richard .Nelson-Jones. (2005). Practical counselling and helping skills, text and activities for the life skills counselling model, fifth edition, sage publications london, new delhi, India.

62-Ruth Chu-Lien Chao, (2015) Counseling Psychology: An Integrated Positive Psychological Approach, first published, John Wiley & Sons, UK.

مسرء المصطلحات السيكولوجية.

(A)

Ability	قدرة
Abnormality	اللاسواء
Achievement	إنجاز
Achievement Motive	دافع التحصيل
Acquired	مكتسب
Adaptation	تكيف
Addiction To Drug Or Alcohol	إدمان العقاقير أو الكحول
Adjustable	قابل للتعديل
Adjustment	توافق
Adjustment Psychological	التوافق النفسي
Adolescence	المراهقة
Adult	راشد
Aggression	عدوان
American Counseling Association	جمعية الإرشاد الأمريكية
American Psychological Association	جمعية علم النفس الأمريكية
Ammensia	فقدان الذاكرة
Anxiety	قلق
Aptitude	استعداد
Aspiration	طموح
Aspiration Level	مستوى الطموح
Attitude	اتجاه
Autism	التوحد
Applied Psychology	علم النفس التطبيقي

(B)

Basic needs	احتياجات أساسية
Basic research	البحوث الأساسية
Basic skills	المهارات الأساسية
Behavior modification	تعديل السلوك
Behavioral counseling	الإرشاد السلوكي
Behavioral family therapy	العلاج الأسري السلوكي
Behavioral feedback	التغذية الراجعة السلوكية
Behavioral healthy	السلوك الصحي
Behavioral therapy techniques	فنيات العلاج السلوكي
Belief	معتقد
Belongness and love needs	حاجات الانتماء والحب
Biblio counseling	الإرشاد بالقراءة
Bilateral	ثنائي الاتجاه
Biological age	العمر البيولوجي

Biological factor	عامل بيولوجي
Birth trauma	صدمة الميلاد
Blood phobia	رهاب الدم
Borderline personality	الشخصية الحدية
Brain	دماغ
Brief counseling	الإرشاد المختصر

(C)

Creative	إبداع
Criminality	الإجرام
Counseling psychologist	أخصائي الإرشاد النفسي
Correlations	الارتباط
Client-centered counseling	الإرشاد المتمركز حول المسترشد
Counseling	إرشاد نفسي
Crise	أزمة
Counseling strategies	استراتيجيات الإرشاد
Classical conditioning	الاشتراط الكلاسيكي
Conditional	اشتراطي
Confession	اعتراف
Counseling research	البحث الإرشادي
Counseling programs	البرامج الإرشادية
Constructivism	البنائية
Case history	تاريخ الحالة
Confirmatory factor analysis	التحليل العاملي التوكيدي
Content analysis	تحليل محتوى
Classification of mental diseases	تصنيف الأمراض العقلية
Child-centered education	تعلم متمركز حول الطفل
Compensation	تعويض
Creative thinking	تفكير إبداعي
Critical thinking	التفكير الناقد
Case report	تقرير الحالة
Constitution	تكوين
Competiton	تنافس
Catharsis	التنفيس الانفعالي
Culture	ثقافة
Cognitive state	الحالة العقلية الإدراكية
Curiosity	حب الاستطلاع
Chance error	خطأ الصدفة
Correlation studies	دراسات ارتباطية
Comparative studies	الدراسات المقارنة
Chronological	زمني
Cooperative behavior	السلوك التعاوني
Collective behavior	سلوك جمعي
Common traits	سمات مشتركة
Contexts	السياق
Consciousness	شعور

Conflict	صراع
Control	ضبط
Control of variables	ضبط المتغيرات
Childhood	طفولة
Castration complex	عقدة الخشاء
Client-centered therapy	العلاج المتمركز حول العميل
Cognitive behavior therapy	العلاج المعرفي السلوكي
Counseling psychology	علم النفس الإرشادي
Chronological age	العمر الزمني
Client	عميل
Child guidance clinic	عيادة توجيه الأطفال
Charismatic	كاريزمي
Clinical	كلينيكي
Control group	المجموعة الضابطة
Content	محتوى
Constitutional determinants	المحددات الجبلية
Conduct problems	مشكلات متعلقة بالسلوك
Cognitive	معرفي
Concept	مفهوم
Clinical interviewing	المقابلة العيادية
Clinical interview	مقابلة إكلينيكية
Capacity	مقدرة
Conditional reflex	المنعكس الشرطي
Comparative method	المنهج المقارن
Cognitive theory	النظرية المعرفية

(D)

Death instinct	غريزة الموت
Data collection	جمع البيانات
Day dreams	أحلام اليقظة
Deductive	استنباط
Defense mechanisms	ميكانيزمات الدفاع
Dependent variable	المتغير التابع
Depression	اكتئاب
Description	وصف
Descriptive statistics	الإحصاء الوصفي
Desire	رغبة
Despair	يأس
Destructive instinct	غريزة الهدم
Development	تطور
Developmental program	البرامج النمائية
Developmental psycho-educational model	نموذج تنموي نفس-تربوي
Deviant behavior	سلوك منحرف
Deviation	انحراف
Df	درجة الحرية

Diagnosis	التشخيص
Difficult client	المسترشد الصعب
Direct aggression	عدوان مباشر
Directive programs	برامج إرشاد مباشر
Disintegration	تفكك وانحلال
Displacement	نقل
Divergent thinking	تفكير تباعدي
Dominance	سيطرة
Drama therapy	العلاج بالدراما
Drug	عقار
Dyslexia	صعوبة القراءة
Dyssomnia	اضطراب النوم

(E)

Early childhood	الطفولة المبكرة
Educational counseling	إرشاد تربوي
Educational procedures	طرائق تربوية
Effectiveness	فعالية
Ego	الأنا
Ego defense	دفاع الأنا
Ego development	نمو الأنا
Ego function	وظائف الأنا
Ego ideal	الأنا المثالي
Emotion	انفعال
Emotion disorder	اضطراب انفعالي
Emotion maturity	نضج انفعالي
Emotional stability	ثبات انفعالي
Emotive imagery	التخيل الانفعالي
Empirical	امبريقي
Encouragement	تشجيع
Energy	طاقة
Enuresis	التبول اللاإرادي
Environment	بيئة
Epistemology	ابستمولوجيا
Eros	غريزة الحب
Erotic zones	مناطق شبقية
Esteem needs	حاجات التقدير
Ethical issues	القضايا الأخلاقية
Examination	اختبار
Experience	خبرة
Experimental design	تصميم تجريبي
Experimental group	المجموعة التجريبية
Exploratory factor analyses	التحليل العامل الاستكشافي

Exploratory studies	دراسات استكشافية
External reinforcement	تعزيز خارجي
Extinction	انطفاء

(F)

Face-to-face counseling	الإرشاد وجها لوجه
Factor analysis	التحليل العاملي
Factor theory	نظرية العامل
Family counseling	الإرشاد الأسري
Family psychology	علم النفس العائلي
Family therapy	العلاج الأسري
Family values	القيم الأسرية
Fear	خوف
Feedback	تغذية راجعة
Feeling	شعور
Feminine	أنثوي
Fidelity	الإخلاص
Fields of counseling	مجالات الإرشاد
Fitness	اللياقة البدنية
Fixation	تثبيت
Flasehood	الكذب
Flexibility	مرونة
Flooding	الغمر
Focus	التركيز
Folow-Up	المتابعة
Free-association	التداعي الحر
Frequency	التكرارات
Freudian approach	المقاربة الفرويدية
Friendship	الصدقة
Frigidity	فتور جنسي
Frustration	الكبت
Function social	الوظيفة الإجتماعية
Functionalism	النزعة الوظيفية
Fundamental symptoms	الأعراض الأساسية

(G)

General knowledge test	اختبار المعرفة العامة
General psychology	علم النفس العام
Generalisability theory	نظرية التعميم
Généralisation	تعميم

Génération	جيل
Genetic error	خطأ جيني
Genetic theory	نظرية الوراثة
Gestalt theory	نظرية الجشطات
Global intelligence	الذكاء العام
Globalisation	العولمة
Gratification	الإشباع
Group behavior	سلوك جماعي
Group consciousness	الشعور الجمعي
Group counseling	المجموعة الإرشادية
Group discussion counseling	الإرشاد بالمناقشة الجماعية
Group dynamics	ديناميات الجماعة
Group micro counseling	الإرشاد المصغر الجماعي
Group mind	عقل جمعي
Group therapy	علاج جماعي
Growth studies	دراسات النمو
Guid	دليل
Guidance	توجيه
Guidance programs	برامج التوجيه
Guilt	ذنب

(H)

Habilitation	التأهيل
Habit	عادة
Habit disorder	عادة مضطربة
Handicap	إعاقة
Handicap principal	إعاقة أساسية
Happiness	السعادة
Harmony	انسجام
Health counseling programs	برامج الإرشاد الصحي
Health mental	الصحة العقلية
Health professional	الصحة المهنية
Hedonism	مذهب اللذة
Heredity	وراثة
Histogram	المدرج التكراري
Historical method	المنهج التاريخي
Homeostasis	التوازن الحيوي
Homophobia	الجنسية المثلية
Honesty	الأمانة
Hostility	العداوة
Human nature	الطبيعة البشرية
Human relations theory	نظرية العلاقات الإنسانية
Human resources	الموارد البشرية
Humanistic psychology	علم النفس الإنساني

Humiliation	إذلال
Hyper aggression	فرط العدوانية
Hyperactivity	فرط النشاط
Hypnotism	التنويم المغناطيسي
Hypo activity	قصور النشاط
Hypothesis	فرضية
Hypothesis testing	اختبار الفرضيات
Hysteria	هستيريا

(I)

Idea	فكرة
Identity	هوية
Impetus	باعث
Improve	تحسن
Incarnation	تقمص
Inclination	نزعة
Independent variable	متغير مستقل
Individual differences	فروق فردية
Individual micro counseling	الإرشاد الفردي المصغر
Individual psychology	علم النفس الفردي
Individualism	فردية
Inductive	استقراء
Infancy	مرحلة الرضاعة
Inferential statistics	الإحصاء الاستدلالي
Inferiority complex	عقدة النقص
Inquiry	استقصاء
Insight	الاستبصار
Instinct	غريزة
Instrumental learning	التعلم الوسيلى
Intelligence	ذكاء
Intelligence tests	اختبارات الذكاء
Intensive counseling	الإرشاد المكثف
Internal conflicts	الصراعات الداخلية
Internal control	الضبط الداخلى
Internal reinforcement	تعزيز داخلى
Internal validity	الصدق الداخلى
Internalization	التمثل
Interpretive psychotherapy	العلاج النفسى التأويلي
Interview	مقابلة
Interview non-directive	مقابلة غير موجهة
Interview standardized	مقابلة مقننة
Intrinsic factors	عوامل ذاتية
Introspection	الاستبطان
Introverted	انطواء

Intuition	حدس - بديهية
Item	فقرة
Item analysis	تحليل البند

(L)

Laboratory experiment	تجربة معملية
Latency	كمون
Latency phase	مرحلة الكمون
Law of effect	قانون الأثر
Leadership	القيادة
Learned helplessness	عجز متعلم
Learning	التعلم
Learning difficulties	صعوبات التعلم
Learning disorder	اضطراب التعلم
Learning model	نماذج التعلم
Learning skills	مهارات التعلم
Learning style	أسلوب التعلم
Learning Theories	نظريات التعلم
Learning types	أنماط التعلم
Level of measurement	مستوى القياس
Level of significance	مستوى الدلالة
Levels of consciousness	مستويات الشعور
Levels of intelligence	مستويات الذكاء
Libido	الليبيدو
Life crisis	أزمات الحياة
Life cycle	دورة الحياة
Life events	أحداث الحياة
Life instinct	غريزة الحياة
Likert scale	مقياس ليكرت
Linear correlation	الارتباط الخطي
Linear relationship	العلاقة الخطية
Listening	الاستماع
Loading	التشبع

(M)

Modeling effect	أثر النمذجة
Mental testing	اختبار عقلي
Malingering	ادعاء المرض
Mental health counseling	إرشاد الصحة النفسية
Micro counseling	الإرشاد المختصر
Media counseling	الإرشاد بالوسائط
Marital counseling	إرشاد زواجي

Multicultural counseling	الإرشاد ضمن ثقافات متعددة
Moral fundamentals	الأسس الأخلاقية
Memory disorder	اضطراب الذاكرة
Micro training	التدريب المصغر
Modifying test anxiety	تعديل قلق الامتحان
Mastery learning	التعلم للإتقان
Meta need	الحاجة الماورائية
Movement	حركة
Measurement error	خطأ القياس
Motivation	الدافعية
Memory	ذاكرة
Malediction	سوء التكيف
Maladjustment	سوء التوافق
Misbehaviour	سوء السلوك
Mental health	الصحة النفسية
Method	طريقة
Modernization	العصرنة
Musical therapy	العلاج بالموسيقى
Mental age	عمر عقلي
Mental process	عملية عقلية
Materialism	الفلسفة المادية
Mathematics anxiety	قلق الرياضيات
Measurement	قياس
Masochism	المازوشية
Multifactoral	متعدد العوامل
Multifunction	متعدد الوظائف
Mean deviation	متوسط الانحراف
Mean	المتوسط الحسابي
Mean square	متوسط المربعات
Mean effect size	متوسط حجم التأثير
Matrix	مصفوفة
Meta cognitive	المعرفة الماورائية
Methodology	منهجية البحث
Mode	المنوال
Maturity	نضج
Measurement theory	نظرية القياس
Modeling	النمذجة
Motor development	النمو الحركي
Measurement model	نموذج القياس
Motivational hierarchy	هرم الدوافع
Median	الوسيط

Need	حاجة
Need for affiliation	الحاجة إلى الانتماء
Need for recognition	لحاجة إلى التقدير
Need satisfaction	إشباع الحاجة
Needs assessment	تقدير الحاجات
Negative reinforces	معززات سلبية
Neuropsychology	علم النفس العصبي
Neurotic anxiety	قلق عصابي
Neurotic depression	اكتئاب عصابي
Neurotic symptomlogy	علم الأعراض العصبية
Nevrosis	عصاب
Nominal measurement	مقياس اسمي
Non directive counseling	الإرشاد الغير مباشر
Non linear relationship	علاقة غير خطية
Non parametric regression	انحدار لابارامتري
Non parametric statistics	الإحصاء اللابارامتري
Non-directive counseling	إرشاد غير مباشر
Norm	معيار
Normal curve	المنحنى الجرسى
Normal distribution	توزيع اعتدالي
Null hypothesis	فرضية صفرية

(O)

Objectivity	الموضوعية
Obligation	التزام
Observation	ملاحظة
Observe	الملاحظ
Oedipus complex	عقدة أوديب
Oedipus phase	المرحلة الأوديبية
Old age	مرحلة الشيخوخة
One- tailed Hypothèse	فرض ذو اتجاه واحد
Open-ended questions	أسئلة مفتوحة
Operationnel definition	التعريف الإجرائي
Operationnel design	تصميم إجرائي
Opinion	رأي
Oral phase	المرحلة الفمية
Ordinal measurement	قياس رتبي

(P)

Panel analysis	التحليل التتبعي
----------------	-----------------

Paradigm	نموذج
Paranoia	بارانويا
Parental participation	المشاركة الأبوية
Participant observation	الملاحظة بالمشاركة
Percent	النسب المئوية
Perception	إدراك
Performance assessment	تقدير الأداء
Personality	الشخصية
Personality components	مكونات الشخصية
Personality disorders	اضطرابات الشخصية
Personality organization	تنظيم الشخصية
Personality test	اختبار الشخصية
Personality theory	نظريات الشخصية
Personality types	أنماط الشخصية
Phallic phase	المرحلة القضيبية
Phantasy	خيال
Philological fundamentals	الأسس الفيزيولوجية
Philosophical fundamentals	الأسس الفلسفية
Physiological needs	الحاجات الفسيولوجية
Pilot group	جماعة تجريبية
Planning	تخطيط
Play therapy	العلاج باللعب
Population	مجتمع البحث
Positive psychology	علم النفس الإيجابي
Positive reinforcement	تعزيز موجب
Positivism	الفلسفة الوضعية
Preconscious	قبل الشعور
Preventive programs	البرامج الوقائية
Primary reinforcers	المعززات الأولية
Process research	البحوث العلمية
Program evolution	برامج التقويم
Progress	تقدم
Projection	إسقاط
Projective techniques	طرق إسقاطية
Pschic trauma	صدمة نفسية
Psychiatry	الطب النفسي
Psycho analysis	التحليل النفسي
Psychodrama	السيكودراما
Psychodynamics	الديناميات النفسية
Psychological & educational fundamentals	الأسس النفسية والتربوية
Psychological types	الأنماط السيكولوجية
Psychosis	ذهان
Public fundamentals	الأسس العامة

Randomization	العشوائية
Ratio measurement	مقياس نسبي
Rational – emotive counseling	الإرشاد العقلاني الإنفعالي
Rationalism	العقلانية
Raw score	درجة خام
Reaction	رد فعل
Real self	الذات الواقعية
Realistic anxiety	قلق واقعي
Reality ego	أنا الواقع
Reality therapy	العلاج بالواقع
Reevaluation counseling	إعادة تقييم الإرشاد
Reflexive behaviour	السلوك الانعكاسي
Regression	نكوص
Rehabilitation programs	برامج إعادة التأهيل
Reinforcement	التعزيز
Reinforcement counseling	تعزيز الإرشاد
Reinforcement therapy	العلاج بالتعزيز
Reinforcer effect	اثر المعزز
Relapses	الانتكاسات
Relational research	البحث العلائقي
Relationship variables	متغيرات العلاقة
Relativity	النسبية (نظرية)
Relaxation	الاسترخاء
Relaxation therapy	العلاج بالاسترخاء
Relaxation technique	تقنية الاسترخاء
Relearning	محو التعلم
Reliability	ثبات
Religious programs	برامج الإرشاد الديني
Religious therapy	العلاج بالدين
Remedical programs	البرامج العلاجية
Repression	كبت
Resistance	مقاومة
Resistant client	المسترشد المقاوم
Responsibility	مسؤولية
Reward	مكافأة
Rivalry	منافسة
Role	دور
Role determinants	محددات الدور

(S)

Sadism	السادية
Safety needs	حاجات الأمن

Sample	عينة
Sample random	عينة عشوائية
Sample stratified	عينة طبقية
Schedule evaluation	استمارة التقييم
School counseling	الإرشاد المدرسي
Science	علم
Scientific attitude	الاتجاه العلمي
Self – denial	نكران الذات
Self – destruction	تدمير الذات
Self- actualization needs	حاجات تحقيق الذات
Self- concept	مفهوم الذات
Self confidence	الثقة بالنفس
Self -control	ضبط النفس
self- efficacy	الفاعلية الذاتية
Self esteem	تقدير الذات
Self –help	مساعدة الذات
Self-counseling	الإرشاد الذاتي
Sentiment	العاطفة
Sexual orientation	التوجيه الجنسي
Short- term counseling	الإرشاد قصير الأمد
Social and cultural foundations of counseling	الأسس الاجتماعية والثقافية للإرشاد
Social identity theory	نظرية الهوية الاجتماعية
Social learning	التعلم الاجتماعي
Social learning theory	نظرية التعلم الاجتماعي
Socio- psychological model	النموذج النفسي- الاجتماعي
Solution Learning	تعلم الحل
Special education	التربية الخاصة
Sports counseling	الإرشاد الرياضي
Standard error	الخطأ المعياري
Standardisation	تقنين
Std déviation	الانحراف المعياري
Stimulus	مثير
Stimulus control	ضبط المثير
Stress	ضغط
Structural equation modeling	النمذجة بالمعادلة البنائية
Study anxiety	قلق الدراسة
Study problems	المشكلات الدراسية
Style of life	أسلوب حياة
Sublimation	تسامي
Suffering	المعاناة
Super ego	الأنا الأعلى
Supervision	الإشراف
Survey studies	دراسات مسحية
Symptoms	أعراض
Systematic desensitization	خفض الحساسية المنظم

(T)

Talent	موهبة
Teacher- counselor	المعلم – المرشد
Teaching model	نموذج التدريس
Teaching style	أسلوب التدريس
Tension	توتر
Test	اختبار
Test anxiety	اختبار القلق
Test theory	نظرية الاختبار
Theoretical sampling	نظرية المعاينة
Thinking	تفكير
thinking model	نموذج تفكير
Thinking style	أسلوب التفكير
Time- out	إستراتيجية الإقصاء
Training group	المجموعة التدريبية
Training systems model	تصميم أنظمة التدريب
Traits	سمات
Transitory period	فترة انتقالية
Trial and error	المحاولة والخطأ
True experimental design	التصميم التجريبي الحقيقي
Twins	التوائم
Two- tailed hypothesis	فرض ذو اتجاهين
Type 1 error	خطأ من النوع الأول
Type 2 error	خطأ من النوع الثاني

(V)

Validity	الصدق
Value	قيمة
Values social	القيم الاجتماعية
Values education	القيم التربوية
Values system	نسق القيم
Variable	متغير
Variable error	خطأ المتغير
Variance	تباين
Violence	العنف
Visual learning	التعلم البصري
Vocational counselor	مرشد مهني
Vocational education	التوجيه التربوي
Vocational guidance	التوجيه المهني
Vocational rehabilitation	إعادة التأهيل المهني