المحاضرة السادسة: عملية الإرشاد النفسي.

1- العلاقة الإرشادية:

العلاقة الإرشادية (علاقة تقديم المساعدة) هي علاقة مهنية تقوم على تفاعل بين الأخصائي النفسي والطالب، حيث يتم تبادل المعاني التي تتضمن التواصل اللفظي بواسطة الكلام والإنصات والتواصل غير اللفظي بواسطة الإيماءات والنظرات والحركات الجسمية باليدين أو الرأس.

2- الجو الإرشادي:

وهو الجو الذي يسود الجلسة الإرشادية، والتي تدخل ضمن مهام المرشد، ويجب أن تتوفر هذه الجلسة على الجو النفسي الهادئ الذي يساعد المسترشد على الارتياح والتعبير على ما يجول بخاطره وعن أي مشكل يواجهه، أو يعبر عن أفكاره ...الخ.

أما عوامل نجاح الإرشاد فتكمن فيما يلي:

- الثقة: وهذه أمر ضروري يعطي العميل الأمان على نفسه وعلى أسراره ويساعده على الاسترخاء والطمأنينة والبوح والتفكير بصوت عالي، والثقة المتبادلة تشجع المرشد على المساعدة ونجاح العملية يتوقف على الثقة.
- التقبل: تعني التقبل الإيجابي غير المشروط أي تقبله ما هو عليه دون التأثر بأحكام سابقة أو بآراء مسبقة دون لوم أو نقد، فالمسترشد بحاجة للتقبل الإيجابي مما يساعده على تقبل نفسه.
- حسن الإصغاء: إن حسن الإصغاء والاستماع مع الملاحظة وتركيز الانتباه لكل قول وفعل وانفعال، لذلك يجب أن تتاح للمسترشد فرصة الكتم، ويكون تدخل المرشد بقدر محدود وعند الضرورة مما يساعد العميل على الا سترسال والبوح والتفريغ الانفعالي.
- السرية والخصوصية: وهي من أخلاقيات المرشد النفسي الرئيسية وتعتبر دليلا على احترام المرشد لنفسه ولعمله ولمهنته.
- الاحترام: إن الاحترام المتبادل أمر هام بين المرشد والمسترشد ويكون عن طريق الاعتراف بقيمة المسترشد وقدرته على التفكير والسلوك البناء.
- الدفء والحب والحنان: عناصر هامة من عناصر مناخ الإرشاد النفسي ويقصد به أن يشعر المسترشد في ذلك فيستمر بالأخذ والعطاء.

وفي بداية العلاقة الإرشادية يرحب المرشد بالمسترشد ويتعارفان، ومنذ البداية يجب أن يعرف كل من الطرفين حدوده ودوره ومعاييره وإمكاناته.

- الاتصال وعوائقه: يأتي بعض العملاء للإرشاد لأول مرة ولديهم نوع من الحساسية والميل الدفاعي عن النفس يصل أحيانا إلى درجة الإنكار وعدم

الشعور بالمسؤولية ويجب منذ البداية عملية الإرشاد النفسي تنمية مسؤولية المرشد من حيث قبول نفسه وتحملها وأن يكون إيجابيا حتى تحقق عملية الإرشاد أهدافها.

3- تحقيق الأهداف:

لكل عمل إرشادي أهداف، لذا على المرشد تحديد الأهداف التي يصبوا من خلالها إلى تحقيق أغراض العملية الإرشادية، فيحدد الأهداف العامة والأهداف الخاصة والأهداف المبدئية.

3-1- الأهداف العامة:

هناك أهداف عامة عديدة للإرشاد النفسي من أهمها:

- التأثير في المسترشد للبوح بكل مكبوتاته ومشاعره.
- فهم المسترشد لذاته، والتبصر في إمكاناتها وقدراتها واستعداداتها، سواء كان عاديا أو يعاني من مشاكل (متأخر، متفوق...الخ).
- تحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية للمسترشد، والتكيف مع مختلف جوانب البيئة ومتطلباتها مقابل تلبية حاجاته.
- التأثير في المسترشد لتشجيعه على الحديث عن خصوصياته.
- تحقيق التكيف مع متطلبات البيئة المدرسية، والشعور بالرضا عنها.
- مساعدة المسترشد في تخطي مشكلاته.

3-2- الأهداف الخاصة:

وهي معرفة كل من المرشد والمسترشد للأهداف الإجرائية من العميلة الإرشادية، لتقديم العلاج للمشكل الذي يعاني منه المسترشد، ومعرفة كل واحد منهما لمسؤولياته، حتى تنجح العلاقة الإرشادية.

3-3- الأهداف المبدئية:

بعض أهداف عملية الإرشاد النفسي تتحدد بصفة مبدئية وذلك لأن بعض الأهداف تتغير أثناءها أو تتعدى أو يقدم أحدها على الأخر، فالعميل قد يضلل المرشد في المراحل الأولى من الإرشاد بسبب إعطائه معلومات ناقصة أو خاطئة عن قصد أو بدون قصد، ومع تقدم عملية الإرشاد تتضح الأ مور والرؤيا فيقنع العميل بعملية الإرشاد وإخلاص المرشد عندما يبدأ بـ التحسن، عندها يعطي حقائق جديدة وصادقة فيضطر المرشد إلى تغيير الأ هداف أو تعديلها.

4- جمع المعلومات:

حتى يستطيع أن ينجح المسترشد في العملية الإرشادية، عليه جمع معلومات ومعطيات على العميل، من جميع جوانبه الشخصية، الاجتماعية...،

ويتعرف على خصوصياته وعلى إمكاناته وقدراته، واستعداداته، وعلى حاجاته، بمساعدة المسترشد، وضرورة إعلامه بذلك وبأهمية التحدث عن ذاته وعن خصوصياته، حتى يستطيع مساعدته في علاج مشكلاته وتجاوزها، أو بالاعتماد على وسائل وتقنيات الإرشاد وأدواته المتنوعة حسب الحاجة والموقف، والت التي تسمح بجمع بيانات عن المسترشد. أو من مصادر أخرى، ممن يحيطون به (الأولياء، المعلمين، الزملاء، الأ صدقاء...الخ).

5- أسلوب حل المشكلات:

من أساسيات العمل الإرشادي، هو الوصول بالمسترشد إلى حل مشاكله بنفسه وتدريبه على التعامل مع مشكلاته مستقبلا مستفيد من عملية الإرشاد، والعلاقة الإرشادية بينه وبين المرشد، وحت يستطيع الوصول إلى ذلك عليه أن يتبع ما يلي:

- التشخيص وتحديد المشكلة وتفهمها جيدا، وتقتلع أسبابها من جذورها وماتزال أعراضها، لأنها إذا أزلنا الأعراض وتركنا الأسباب والجذور فسوف تنمو مشكلات جديدة.
- يتم استعراض المحاولات السابقة لحل المشكلة وأسباب إخفائها ومدى النجاح الذي تحقق.
- يوجه المرشد العميل إلى اقتراح عدد من الحلول الرئيسية والحلول البديلة الاحتياطية بحيث تكون هذه الحلول ممكنة ومقبولة اجتماعيا ومشبعة للعميل.
- تحدد الحلول المرتضاة وترتب حسب الأولوية، وتوضع الخطط لتنفيذها.
- يقوم المرشد بالمساعدة فقط، ويحرص على توجيه كل شيء نحو الوصول إلى حل للمشكلة مع الاحتياط خشية تورط العميل في اقتراح حلول واضحة غير موفقة أو خاطئة أو ضارة به أو بالأخرين، ويحاول المرشد:

* تشجيع العميل في المحاولة حين يظن أنه يقدر على التعلم عندما لا يعرف.
* عليه التجريب إذا تعلل أن الحل مستحيل.
* أن يكون المرشد حازما ومؤكدا النجاح.

- يقوم العميل بتنفيذ الخطة الموضوعة لحل المشكلة وهو المسؤول عنها.

6- التقييم والإنهاء والمتابعة:

6-1- التقييم: وهو خطوة هامة في عمل الإرشاد النفسي، يهدف إلى معرفة مدى نجاح العملية الإرشادية، وتحقيق أهدافها، والنتيجة المحققة منها ويشترك في عملية التقييم كل من المرشد والمسترشد والذين تربطهم علاقة

به، كالأصدقاء والزملاء والأولياء. ويهدف التقييم إلى الكشف على أثار العملية الإرشادية على المسترشد وعلى توافقه وتكيفه وعلى صحته النفسية ، كما تفيد عملية التقييم في الكشف عن أي الطرق الإرشادية أصلح في العمل الإرشادي.

6-2- الإنهاء: عندما تتوالى الجلسات الإرشادية، ويتم التداعي الحر و التفسير والتنفيس الانفعالي والاستبصار والتعلم وتعديل وتغيير السلوك و النمو وتغير الشخصية واتخاذا القرارات وحل المشكلات والتشاو، وعندما يدل تقييم عملية الإرشاد على نجاحها تنتهي العملية. إن زمن عملية الإرشاد غير محدد، فقد تنتهي العملية في جلسة واحدة وقد تستغرق أسبوعا وقد تستغرق شهرا، وقد تمتد إلى سنة أو أكثر وبعدها يمضي العميل في طريقه، ويتوقف الزمن الذي تستغرقه عملية الإرشاد على عدة متغيرات منها نوع المشكلة وحدتها وكذا شخصية العميل ومدى تجاوبه، وكذا المرشد والطريقة المتبعة في الإرشاد.

6-3 المتابعة: وهي شرط أساسي من شروط العمل الإرشادي، تمكن المسترشد من تقييم عملية الإرشاد، وتتبع مدى تقدم وتحسن حالة المسترشد، والنتيجة التي توصل لها، كما توحي للمسترشد بالاطمئنان وإمكانية طلب المساعدة من طرف المرشد في أي موقف أو مشكل يواجهه