

الفصل الخامس

المناهج المستخدمة في عملية الإرشاد النفسي

مناهج الإرشاد النفسي:

هناك ثلاثة مناهج لتحقيق التوجيه والإرشاد النفسي هي:

١ - المنهج الإنمائي Development :

ويطلق عليه أحيانا الاستراتيجية الإنشائية Strategy of promotion وترجع أهمية المنهج الإنمائي إلى أن خدمات التوجيه والإرشاد تقدم أساسا إلى العاديين لتحقيق زيادة كفاءة الفرد الكفاء وإلى تدعيم الفرد المتوافق إلى أقصى حد ممكن.

وستضمن المنهج الإنمائي الإجراءات التي تؤدي إلى النمو السوي السليم لدى الأسوياء والعاديين، خلال رحلة نموهم طول العمر حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية والسعادة والكفاية والتوافق النفسي. ويتحقق ذلك عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات وتحديد أهداف سليمة للحياة وأسلوب حياة موفق بدراسة الاستعدادات والقدرات والإمكانات، وتوجيهها التوجيه السليم نفسيا وتربويا ومهنيا، ومن خلال رعاية مظاهر نمو الشخصية جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا.

إن خدمات التوجيه والإرشاد تقدم أساسا إلى العاديين لتحقيق زيادة كفاءة الفرد الكفاء وإلى تدعيم الفرد المتوافق إلى أقصى حد ممكن، ويتضمن المنهج الإنمائي الإجراءات التي تؤدي إلى النمو السوي السليم لدى الأسوياء والعاديين، والوصول بهم خلال رحلة نموهم إلى أعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية، ويتحقق ذلك عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات وتحديد أهداف سليمة للحياة، ومن خلال رعاية مظاهر نمو الشخصية جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا.

ويعتبر هذا المنهج عملية الإرشاد عملية نمو، وتقدم إلى الأفراد العاديين بهدف رعاية نموهم السليم والارتقاء بسلوكهم ورفع إمكاناتهم وقدراتهم واستعداداتهم وكفاءاتهم لتدعيم توافقهم النفسي والصحي والاجتماعي والتربوي والمهني إلى أقصى درجة ممكنة، وتوهم في التغلب على الصراعات والمشكلات غير السوية التي تواجههم في حياتهم اليومية، ويفيد هذا المنهج في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد المدرسي للأخذ بيد التلاميذ والوصول بهم إلى التوافق في جميع جوانبهم الشخصية والاجتماعية والدراسية .

ومن الطبيعي أن يكون دور المعلم هاما وأساسيا في هذا الصدد، والخبرات التي يستطيع أن يوفرها لطلابه في سياق العملية التعليمية بشكل تلقائي يمكن أن تأتي بأفضل النتائج. ونظرا لأن

النمو عملية ممتدة فإن المعلم يصبح أكثر المحيطين بالطلاب قدرة على متابعة وتقييم اتجاهات النمو لديهم بحيث يدرك في فترة مبكرة ما إن كان الطالب يمضي في الاتجاه الطبيعي، أم يعاني من بعض المشكلات والصعوبات؛ مما ييسر عملية مواجهتها في الوقت المناسب من قبل المرشد النفسي .

- ويعتمد المرشد النفسي في عمله على تحقيق هذا الهدف النمائي على المعلومات التي تتوفر من دراسات علم نفس النمو.
- ويسعى هذا المنهج في تحقيق أهدافه إلى مراعاة مطالب النمو لكل مرحلة نمائية يمر بها الفرد.
- ويتمثل هذا المنهج في تقديم مجموعة من الخدمات النفسية والخدمات الإرشادية للأفراد العاديين من خلال مراكز الإرشاد.
- ودور المعلم هام وأساسي في هذا المنهج، من خلال الخبرات التي يوفرها لطلابه أثناء العملية التعليمية.
- ولأن النمو عملية ممتدة، فإن المعلم يصبح أكثر المحيطين بالطلاب قدرة على متابعة وتقييم اتجاهات النمو لديهم، بحيث يدرك في فترة مبكرة ما إن كان الطالب يمضي في الاتجاه الطبيعي، أم يعاني من بعض المشكلات والصعوبات مما ييسر عملية مواجهتها في الوقت المناسب.

٢- المنهج الوقائي Preventive:

يحتل المنهج الوقائي مكانا في التوجيه والإرشاد النفسي. ويطلق عليه أحيانا منهج " التحصين النفسي " ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية. ويقول المثل " الوقاية خير من العلاج ". ونحن نعرف أن الوقاية تغني عن العلاج، وأن غرام وقاية خير من طن علاج، وأن الطن من الوقاية يكلف المجتمع أقل مما يكلفه غرام واحد من العلاج.

ويهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية.

يهدف هذا المنهج إلى تحصين الأفراد من الاضطرابات وعدم التوافق، وذلك بتوفير التوجيه والرعاية اللازمين، ويهتم هذا المنهج بالأفراد الأسوياء لوقايتهم من التعرض للاضطرابات والمشكلات المختلفة. فهو يعمل على اكتشاف حالات سوء التكيف في مراحلها الأولى ويوجهها وجهة سليمة كما يعمل على إزالة الأسباب التي تؤدي إلى سوء التوافق أو الاضطراب؛ لتجنب الفرد الوقوع في المشكلات، كذلك فهو يهتم أيضًا بالأفراد غير الأسوياء، فيعمل على تقليل أو منع إزمان المرض ويهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة هي :

- الوقاية الأولية: محاولة منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرضى، بإزالة الأسباب حتى لا يقع المحذور.
- الوقاية الثانوية: وتتضمن محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بقدر الإمكان؛ للسيطرة عليه ومنع تطوره وتفاقمه.
- الوقاية من الدرجة الثالثة: وتتضمن محاولة تقليل أثر الاضطراب أو منع إزمان المرض.

ومن الخدمات الإرشادية التي تقدم لتحقيق أهداف المنهج الوقائي الخدمات التي تقدمها مراكز رعاية الطفولة والأمومة أو تلك التي تقدمها وسائل الإعلام والمتمثلة في التأكيد على القيم الدينية والاجتماعية والاقتصادية أو خدمات تربوية تهتم بتحديد وتشخيص مشكلات التعليم المرتبطة بالمدرسة والمنهج الدراسي ونظام الامتحانات والمشكلات السلوكية والاضطرابات الانفعالية والمشكلات الاجتماعية لدى الطلاب

ويقوم المنهج الوقائي على:

- المحافظة على الصحة النفسية للأفراد الأسوياء العاديين.
- رعاية النمو النفسي السوي عند الأفراد.
- العمل على تحقيق التوافق الزوجي والأسري والتربوي والاجتماعي والمهني.
- القيام بالدراسات العلمية التي تتعلق بالتعرف على استعدادات وإمكانات وميول واتجاهات الأفراد العاديين.
- التقويم المستمر لمستوى التوافق والتكيف عند الأفراد من أجل الكشف المبكر عن أي اضطراب للعمل على مواجهته قبل أن يصعب التغلب عليه

هذا وقد ذكر (عبد المنعم ، ١٩٩٦) عدة مجالات للمنهج الوقائي :

- المجال الحيوي :ويهتم بالصحة العامة الجسمية والعقلية والوظائف الحيوية للجسم.
- المجال النفسي :ويهتم برعاية التوافق النفسي والاجتماعي والمهني والأسري والتربوي والميول والاتجاهات، والاستعدادات والقدرات.
- المجال التبعي :ويهتم بالتقويم المستمر لمستوى تكيف الفرد، والكشف عن الاضطرابات المشكلات التي تواجه الفرد والتعامل معها في وقت مبكر قبل استفحالها وتأزمها.

٣- المنهج العلاجي:

هناك بعض المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنبؤ بها فتحدث فعلا. وكل فرد يخبر في وقت ما مواقف أزمت Crisis – situation وفترات حرجة ومشكلات حقيقية يحتاج فيها إلى مساعدة ومساندة لتخفيض مستوى القلق ورفع مستوى الأمل.

هناك بعض المشكلات يصعب التنبؤ بها فتحدث فعلا، ويتضمن دور المنهج العلاجي علاج هذه المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

ويهتم المنهج العلاجي بنظريات الاضطراب والمرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه، وتوفير المرشدين والمعالجين والمراكز والعيادات والمستشفيات النفسية .

والعلاج في عملية الإرشاد النفسي يعتمد على التشخيص الدقيق للمشكلة، ثم اختيار أفضل الأساليب الإرشادية الملائمة للتعامل معها. والتشخيص الدقيق يعني عدم الاقتصار على وصف المشكلة والتعرف على أهم أعراضها ودرجة خطورتها، وإنما يمتد لتقصي أسبابها وظروف نشأتها وتطورها كمشكلة نفسية.

ويتضمن دور المنهج العلاجي كذلك علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

ويهتم المنهج العلاجي بنظريات الاضطراب والمرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المرشدين والمعالجين والمراكز والعيادات والمستشفيات النفسية.

هذا التشخيص المحدد والدقيق يمهد السبيل لاختيار الأسلوب الإرشادي الملائم ويتحدد في ضوءه الأفراد والجماعات التي سوف تقدم لهم الخدمة الإرشادية. فقد يقدم الإرشاد النفسي بصور فردية أو جماعية أو يقدم للأسرة التي ينتمي إليها الحال .

ويلاحظ أن المنهج العلاجي يحتاج إلى تخصص أدق في الإرشاد العلاجي إذا قورن بالمنهجين الإنمائي والوقائي. وهو أكثر المناهج الثلاثة تكلفة في الوقت والجهد والمال. كذلك فإن نسبة نجاح الاستراتيجية لا تكون ١٠٠% وقد يفلت الزمام من يد المرشد أو المعالج إذا بدأ العلاج بعد فوات الأوان.

ولذلك وجد أنه على المرشد النفسي أن يكون على علم ومعرفة بهذه المناهج، واستخدامها حسب الحاجة إليها؛ لكي يساعد الأفراد على تحقيق الرضا والسعادة والتوافق النفسي والصحة النفسية.