**المحاضرة3**

**أهداف الإرشاد النفسي ومناهجه**

**اولا: أهداف الإرشاد النفسي**

**تحقيق الذات Self – actualization : :**

 إن الهدف الرئيس للإرشاد النفسي هو العمل مع الفرد لتحقيق الذات، ويقصد به العمل مع الفرد حسب حالته سواء أكان عاديا أم متفوقا، أم ضعيف العقل أم متأخرا دراسيا أم متفوّقا أم جانحا، ومساعدته في تحقيق ذاته إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عنها. ويقول كارل روجرز إن الفرد لديه دافع أساسي يوجّه سلوكه وهو دافع تحقيق الذات. ونتيجة لوجود هذا الدافع فإن الفرد لديه استعداد دائم لتنمية فهم ذاته ومعرفة نفسه وتحليلها، وفهم استعداداته وإمكاناته أي تقييم نفسه وتقويمها وتوجيه ذاته. ويتضمن ذلك " تنمية بصيرة المسترشد ". ويركّز الإرشاد النفسي غير المباشر أو الممركز حول المسترشد أو الممركز حول الذات على تحقيق الذات إلى أقصى درجة ممكنة.

**2. تحقيق التوافق Adjustment :**

من أهم أهداف التوجيه والإرشاد النفسي تحقيق التوافق، أي تناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته، ويتضمن هذا التوازن إشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة. ويجب النظر إلى التوافق النفسي نظرة متكاملة بحيث يتحقق التوافق المتوازن في كافة مجالاته. ومن أهم مجالات تحقيق التوافق ما يلي:

**أ. تحقيق التوافق الشخصي:** أي تحقيق السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الفطرية والعضوية والفسيولوجية والثانوية المكتسبة، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة.

**ب. تحقيق التوافق التربوي:** وذلك عن طريق مساعدة الفرد في اختيار أنسب المواد الدراسية والمناهج في ضوء قدراته وميوله، أو بذل أقصى جهد ممكن بما يحقق النجاح الدراسي.

**ج. تحقيق التوافق المهني**: ويتضمن الاختيار المناسب للمهنة، والاستعداد علميا وتدريبيا لها، والدخول فيها، والإنجاز والكفاءة والشعور بالرضا والنجاح.

د. تحقيق التوافق الاجتماعي: ويتضمن السعادة مع الآخرين، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، وقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة وتعديل القيم مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية، ويدخل ضمن التوافق الاجتماعي التوافق الأسري والتوافق الزواجي.

**3.تحقيق الصحة النفسية:** إن الهدف العام الشامل للإرشاد النفسي هو تحقيق الصحة النفسية وسعادة الفرد وهناءه. ويلاحظ هنا فصل تحقيق الصحة النفسية كهدف عن تحقيق التوافق كهدف، ويرجع ذلك إلى أن الصحة النفسية والتوافق النفسي ليسا مترادفين. فالفرد قد يكون متوافقا مع بعض الظروف وفي بعض المواقف ولكنه قد يكون صحيحا نفسيا لأنه قد يساير البيئة خارجيا ولكنه يرفضها داخليا. ويرتبط بتحقيق الصحة النفسية كهدف حل مشكلات العمل أي مساعدته في حل مشكلاته بنفسه، ويتضمن ذلك التعرف على أسباب المشكلات وأعراضها ومحاولة إزالتها.

**4. تحسين العملية التربوية:** إن أكبر المؤسسات التي يعمل فيها الإرشاد النفسي هي المدرسة، ومن أكبر مجالاته مجال التربية. وتحتاج العملية التربوية إلى تحسين قائم على تحقيق جو نفسي صحي له مكونات منها: احترام التلميذ كفرد في حد ذاته وكعضو في جماعة الفصل والمدرسة والمجتمع، وتحقيق الحرية والأمن والارتياح بما يتيح فرصة نمو شخصية التلاميذ من كافة جوانبها ويحقق تسهيل عملية التعليم. ولتحسين العملية التربوية يُوجّه الاهتمام إلى ما يلي:

أ.إثارة الدافعية وتشجيع الرغبة في التحصيل، واستخدام الثواب والتعزيز السالب، وجعل الخبرة التربوية التي يعيشها التلميذ كما ينبغي أن تكون من حيث الفائدة المرجوّة.

ب.الانتباه لمبدأ الفروق الفردية وأهمية التعرف على المتفوقين ومساعدتهم على النمو التربوي في ضوء قدراتهم.

ج. إعطاء كم مناسب من المعلومات الأكاديمية والمهنية والاجتماعية تفيد في معرفة التلميذ لذاته، وفي تحقيق التوافق النفسي، والصحة النفسية، وتلقي الضوء على مشكلاته وتعليمه كيفية حلها.

د. توجيه التلاميذ إلى طريقة المذاكرة والتحصيل السليم بأفضل طريقة ممكنة حتى يحققوا أكبر درجة ممكنة من النجاح.

وهكذا يرى المؤلفون أن تحسين العملية التربوية يُعتبر من أهم أهداف الإرشاد النفسي في المجال التربوي الذي يهمنا بصفة خاصة.

**مناهج الإرشاد:**

**1. المنهج الإنمائي: Developmental :**

 يطلق عليه المنهج الإنشائي أو التكويني، وأحيانا يطلق عليه الاستراتيجية الإنشائية، وترجع أهمية المنهج الإنمائي إلى أن خدمات التوجيه والإرشاد تقدم أساسا إلى الأسوياء لتحقيق زيادة كفاءة الفرد، وإلى تدعيم الفرد المتوافق إلى أقصى حد ممكن. ويحتوي على الإجراءات والعمليات الصحيحة التي تؤدي إلى النمو السليم لدى الأشخاص والارتقاء بأنماط سلوكهم المرغوبة خلال مراحل نموهم حتى يتحقق أعلى مستوى من النضج والصحة النفسية والتوافق النفسي والسعادة والكفاية عن طريق معرفة وفهم وتقبل الذات ونمو مفهوم موجب للذات، وتحديد أهداف سليمة للحياة، وتوجيه الدوافع والقدرات والإمكانات التوجيه السليم نفسياً واجتماعياً وتربوياً ومهنياً، ورعاية مظاهر الشخصية الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية.

**2. المنهج الوقائي Preventive : :**

 يحتل المنهج الوقائي مكانا بارزا في الإرشاد النفسي. ويطلق عليه أحيانا منهج "التحصين النفسي" ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية. وهو الطريقة التي يسلكها الشخص كي يتجنب الوقوع في مشكلة ما .ويقول المثل " الوقاية خير من العلاج ". ونحن نعرف أن الوقاية تغني عن العلاج، وأن جرام وقاية خير من طن علاج، وأن الطن من الوقاية يكلف المجتمع أقل مما يكلفه جرام واحد من العلاج.

 يهتم المنهج الوقائي بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقيهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية

**3.المنهج العلاجي:** يتضمن مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الشخص لعلاج مشكلاته والعودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية، ويهتم هذا المنهج باستخدام الأسإلىب والطرق والنظريات العلمية المتخصصة في التعامل مع المشكلات من حيث تشخيصها ودراسة أسبابها، وطرق علاجها، والتي يقوم بها المتخصصون في الإرشادالنفسي. وهناك بعض المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنبؤ بها فتحدث فعلا. كما أنه من المعلوم أن كل فرد يَخبر في وقت ما مواقف أزمات وفترات حرجة ومشكلات حقيقية يحتاج فيها إلى مساعدة ومساندة لتخفيض مستوى القلق ورفع مستوى الأمل. ويتضمن دور المنهج العلاجي كذلك علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.