

الإرشاد النفسي لدى طلبة الجامعة

إعداد

الباحث/ أحمد عبد الرحمن خليفة عبد السيد رضا العلي

إشراف

أ.د/ حسين محمد سعد الدين الحسيني

أستاذ علم النفس

كلية الآداب – جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال - جامعة المنصورة

المجلد الثاني- العدد الاول

يوليو ٢٠١٥

الإرشاد النفسي لدى طلبة الجامعة*

أ/ أحمد عبد الرحمن خليفة عبد السيد رضا العلي**

مقدمة:

يعد الإرشاد النفسي أحد الخدمات النفسية التي تقدم للأفراد والجماعات بهدف تجاوز الصعوبات التي تعترض الفرد أو الجماعة وتعوق توافقهم ، وهي خدمة نفسية توجه إلي الأسوياء الذين يواجهون مشكلات ذات طبيعة انفعالية شديدة تتصف بدرجة من التعقيد والشدة بحيث يعجزون عن مواجهة هذه الصعوبات والمشكلات بدون عون أو مساعدة من الخارج ، ويرتكز الإرشاد النفسي علي الفرد بذاته أو الجماعة ذاتها ، بهدف إحداث التغيير في النظرة والتفكير والمشاعر والاتجاهات نحو المشكلة والموضوعات الأخرى التي ترتبط بها ونحو العالم المحيط بالفرد أو الجماعة مثال جماعات العمل أو الأصدقاء أو البيئة الاجتماعية . وعلي هذا فإن العملية الإرشادية هدفها توفير الاستبصار للفرد بحيث يمكنه من زيادة قدرته علي زيادة تحكمه في انفعالاته وزيادة معرفته بذاته والبيئة المحيطة به ولأن العملية الإرشادية تقوم علي زيادة الاستبصار لدي الفرد ، فإنها تؤكد بذلك علي عملية التعلم من حيث اهتمامها بتعديل فكر الفرد ومشاعره ، وسلوكه نحو ذاته ونحو الآخرين ونحو العالم الذي يعيش فيه ، ويمكن القول أن الفرد يمر بخبرة إرشاد نفسي ناجحة كما يمر بخبرة نمو

* بحث مستخلص من رسالة الدكتوراه للباحث
** باحث دكتوراه كلية الآداب - جامعة المنصورة

وارتقاء نفسي في الوقت نفسه. حيث أصبح الإرشاد مهماً في حياة الأفراد والمجتمعات سواء في المدرسة أو الأسرة أو العمل أو الإدارة وفي كافة النواحي الإنسانية يتمحور حول مساعدة الفرد في تنمية قدراته وإمكاناته ليستطيع حل مشكلاته ومواجهتها بشكل صحيح .

وفيما يلي نستعرض الأطر النظرية لمفهوم الإرشاد التوجيه لتوضيحه بشكل بسيط لخدمة أغراض البحث :

تعريف الإرشاد النفسي :

يعد الإرشاد النفسي علم وفن وممارسة فقد استعمل استعمالات متعددة ليصف مدى واسعاً من النشاطات وتناول الإرشاد النفسي العديد من الكتاب بتعريفات عديدة ، يعبر كل تعريف عن وجهة نظر كاتبه ، ومجال تخصصه ، وميادين خبراته .

ويعرفه روجز (Rogers, 1970) الإرشاد النفسي بأنه عملية يحدث فيها الاسترخاء لبيئة الذات للمسترشد في إطار الأمن الذي توفره العلاقة مع المرشد، والتي يتم فيها إدراك الخبرات المستبعدة في ذات جديدة . (Rogers, c, 1970) أما (حامد زهران ، ١٩٨٠) فقد عرف الإرشاد النفسي بأنه عملية بناءه تهدف إلي مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ، ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي إمكاناته ويحل مشكلاته من خلال توظيف إمكاناته وقدراته واستعداداته وحسن استثماره لطاقاته بطريقة مؤثرة وفعالة وخلاقة تتوافق مع كينونته وتتمشي مع متطلبات الحياة . (حامد زهران ، ١٩٨٠) ويرى (عبد السلام عبد الغفار ١٩٨١) بأن الإرشاد عملية تعلم اجتماعي تقوم علي أساس علاقة مباشرة بين اثنين مرشد ومسترشد بهدف المساعدة في مواجهة الاضطرابات أو المشكل والتخلص منه . (عبد السلام عبد الغفار ،

١٩٨١) وعرفه (مختار حمزة، ١٩٨٢) الإرشاد النفسي بأنه عملية تساعد الفرد علي فهم نفسه وحل مشكلاته وتنمية إمكاناته وهي علاقة بين الطرفين المرشد والمسترشد. (مختار حمزة ، ١٩٨٢)

والإرشاد النفسي عند باترسون (paterson) يهدف إلي تحقيق الذات وتقويتها وعند (حامد مهران ١٩٨٥) يحقق الصحة النفسية وسعادة ورضاء الفرد وتشير (عزة حسين ١٩٨٩) إلي أن الإرشاد النفسي عملية بناءة تبصر الفرد بذاته وتساعده في حل مشكلاته من خلال تدريبه علي اتخاذ القرارات والمواجهة وتنمية المهارات الشخصية لتحقيق الذات وإثبات وجوده ومكانته. (أحمد نايل الغرير ، ٢٠١٠) ويعرفه (عاصم الحياتي ١٩٨٩) بأنه عملية مركز خلالها العميل والمسترشد حول مشكلة يعاني منها الأول وهي علاقة إنسانية وجها لوجه بين الأول والثاني يساعد فيه المرشد المسترشد علي حل مشكلاته . (عاصم الحياتي ، ١٩٨٩) ويعرفه (فاروق عبد السلام ١٩٩٢) بأن الإرشاد النفسي هو عبارة عن المساعدة المتقدمة من فرد إلي آخر لحل مشكلاته ورفع إمكانياته على حسن الاختيار والتوافق. (فاروق عبد السلام وآخرون ، ١٩٩٢) وعرفه (عبد الله عبد المنعم ١٩٩٦) بأنه يعني تحقيق توافق الفرد مع الحياة وذلك عن طريق مساعدته في استخدام إمكاناته وقدراته استخداماً سليماً. (عبد الله عبد المنعم ، ١٩٩٦).

ويعرفه علاء الدين كفاي الإرشاد النفسي بأنه : أحد قنوات الخدمة النفسية التي تقدم للأفراد . بهدف التغلب علي بعض الصعوبات التي تعترض سبيل الفرد أو الجماعة وتعوق توافقهم وإنتاجيتهم وهو يرتكز علي الفرد ذاته أو الجماعة ذاتها ، بهدف إحداث التغيير في النظرة والتفكير والمشاعر والاتجاهات نحو المشكلة ونحو الموضوعات الأخرى التي ترتبط بها ونحو العالم المحيط

بالفرد أو الجماعة . (علاء الدين كفاي ، ١٩٩٩) ويضيف في تعريف آخر للإرشاد عملية بناء تهدف إلي مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويتعرف علي خبراته ، ويحدد مشكلاته وينمي إمكاناته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته وخبرته وتعليمه وتدريبه ، لكي يصل إلي تحديد وتحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصياً وتربوياً ومهنياً وأسرياً . (حامد زهران ، ٢٠٠٢)

ويعرفه (يوسف مصطفى القاضي) إلي أن الإرشاد النفسي ، علم تطبيقي في المقام الأول ومهنة تستمد جذورها من تلاقي وتداخل معارف كثيرة نابعة من مجالات علم النفس الاجتماعي والأنثروبولوجيا والتربية والاقتصاد والفلسفة ، فكل علم من هذه العلوم له إسهاماته في الإرشاد.(يوسف مصطفى القاضي ، ٢٠٠٢) ويعرفه (أبو بكر موسي) بأن تلك العملية التي تستهدف وقاية الذات وإنمائها عبر علاقة بين مرشد معد مهنيًا ، يتمتع بصفات مثل الوفاء والتعاطف والمودة والثقة وبين مسترشد ينشد إعادة التوازن والإنسجام بين هويته الذاتية والوعي بها بجانب الواقع وصولاً إلي علاقة متناغمة ، ومنسجمة تحقق الارتقاء النفسي والاجتماعي ، ويتم عبر المقابلة الإرشادية والقياس النفسي وتطبيق الاختيارات . (أبو بكر موسي ، ٢٠٠٢) كما عرفته (عائشة مصلح ، ٢٠٠٣) الإرشاد النفسي بأنه عملية بناءه بين مرشد ومسترشد تهدف إلي مساعدة المسترشد لكي يفهم ذاته ويعرف خبراته وقدراته للتغلب علي المشكلات التي تواجهه حتى يصل إلي تحقيق أهدافه ، وتحقيق التوافق النفسي والمهني.(عائشة مصلح ، ٢٠٠٣)

تعرف رابطة علم النفس الأمريكية American psychiatric Association الإرشاد النفسي بأنه الخدمات التي يقدمها أخصائي علم النفس الإرشادي ، الذي يستخدم مبادئ، ومناهج وإجراءات لتسيير السلوك الفعال

للإنسان من خلال عمليات نموه علي امتداد حياته كلها ، وفي أدائه لهذه الخدمات يقوم الأخصائي بممارسة أعماله مع تأكيد واضح على الجوانب الإيجابية للنمو والتوافق ، في إطار منظور النمو ، وتهدف هذه الخدمات إلي مساعدة الأفراد على اكتساب أو تغيير المهارات الشخصية والاجتماعية وتحسين التوافق لمطالب الحياة المتغيرة ، واكتساب عديد من قدرات حل المشكلات واتخاذ القرارات.(سحر محمد سيد شعبان ، ٢٠٠٥)

فقد حدد (Good, 1945) الإرشاد النفسي بأنه عملية قائمة علي أساس فردي وشخصي للمساعدة في حل المشكلات الشخصية والتعليمية والمهنية والبحث عن حلول لها، بمساعدة أخصائيين في ضوء مقابلة إرشادية يتعلم فيها المسترشد كيفية اتخاذ قراراته .(أحمد نايل الغرير ، ٢٠١٠) ويعرفه انجليشوانجليش (English , English, 1985) بأن الإرشاد علاقة بين شخص مهني وآخر يعاني من مشكلات ولا يستطيع التغلب عليها ، بحيث يقوم الشخص الواعي بمساعدة الشخص الآخر علي فهم وحل مشكلاته والإرشاد النفسي يشمل النصيحة والتحليل النفسي وجمع المعلومات واستخدام الاختيارات وتفسير البيانات وتشجيع المسترشد علي التفكير في حل مشكلاته وتحديد انفعالاته . (أحمد نايل الغرير ، ٢٠١٠) كما تشير (نبيلة عباس الشوربجي) إلي أن الإرشاد النفسي يقصد به معالجة المشكلات الانفعالية التي تحول دون تحقيق التوافق السليم وأن لم يصل إلي حدة المرض النفسي أو المرض العقلي ، أو هو عبارة عن علاقة إنسانية أو علاقة علاجية مهنية - واقعية بين شخصين - إحداهما يحتاج إلي مساعدة لحل مشكلاته التي تؤرقه ويعاني منها ، ويسمي هذا الشخص المسترشد أو مريضا أو عميلا ، أما الشخص الآخر فيقدم للآخر هذه المساعدة التي يحتاج إليها علي أسس علمية مهنية ويسمي المرشد النفسي أو المعالج

النفسي والإرشاد النفسي يتم في صورة مقابلات تجري فيها مناقشات ذات طبيعة انفعالية ، ويقوم فيها الأخصائي النفسي بتكوين علاقة مهنية مع المريض ، الذي يسعى إلي إزالة أعراض مرضية معينة أو تعديلها أو تخفيفها أو تغيير أنماط سلوكية تهدف إلي تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصيته وتقويتها .(نبيلة عباس الشوربجي ، ٢٠٠٦) ومن خلال عرض عديد من التعريفات للإرشاد النفسي رغم تنوعها إلا أن معظمها اتفق على ما يلي:-

- ١- إن عملية الإرشاد النفسي عبارة عن علاقة بين طرفين أحدهما مقدم الخدمة وهو المرشد والآخر متلقي الخدمة وهو المسترشد أو العميل الذي يحتاج إلي خدمات الإرشاد النفسي .
 - ٢- لا يعمل الإرشاد النفسي علي تقديم حلول جاهزة للمسترشد وإنما يعمل على تنمية قدرات ومهارات المسترشد لمواجهة وحل مشكلاته .
 - ٣- الهدف من عملية الإرشاد التعلم الفاعل للمسترشد لحل مشكلاته وتنمية قدراته الذاتية وتنمية العلاقات الاجتماعية لديه .
 - ٤- إن الإرشاد النفسي يقدم للفرد كما أنه يقدم للجماعة والتي تسعى بالجماعة الإرشادية بهدف إحداث التغيير المطلوب .
- وبالتالي فإن الباحث يعرف الإرشاد النفسي بأنه عملية فاعلة مخططة تهدف إلي مساعدة الاطلاب القطاع التعليمي، على حل مشكلاتهم وتخطي معوقاتهم وذلك من خلال تنمية مهاراتهم وقدراتهم التي تساعدهم بدورها إلي مواجهة أو التخفيف من حدة الضغوط النفسية لديهم وتحقيق التوافق النفسي وتخفيف الاكتئاب وتنمية الصلابة النفسية لديهم من خلال البرنامج الإرشادي موضوع الدراسة.

أهداف الإرشاد النفسي :

تتنوع أهداف الإرشاد النفسي بتنوع نظريات الإرشاد ولكن يمكن إجمال هذه الأهداف العديدة للإرشاد النفسي علي الوجه التالي :

- بناء مفهوم إيجابي للذات : حيث يعمل الإرشاد النفسي على تنمية مفهوم الذات الإيجابي لدي الفرد المسترشد والتي تمثل حجر الزاوية في شخصية كل إنسان .

- تعديل السلوك الإنساني : حيث إن معظم النظريات الإنسانية تتفق علي أن غاية الإرشاد هي الوصول إلي تعديل السلوك بحيث يعيش الفرد راض عنه نفسه في الجماعة ويرتضي المجتمع سلوكه .

- زيادة مهارات المواجهة والتعامل مع المواقف الضاغطة التي تواجه الفرد .
- مساعدة الفرد المسترشد في عملية اتخاذ القرارات الهامة والحاسمة في حياته .

- تحسين العلاقة الشخصية مع الآخرين في الأسرة أو العمل أو المجتمع بشكل عام ، وبالتالي يصبح الفرد أكثر فاعلية .

- ويهدف الإرشاد النفسي إلي تحسين العملية التربوية - وتحقيق التوافق ويحقق الصحة النفسية . (عائشة مصلح ، ٢٠٠٣)

وللإرشاد النفسي أهداف إستراتيجية تعمق من فاعليته ويقوم عليها بشكل

رئيسي وهي:

- **الهدف الإنمائي** : ويهتم بتوفير النمو المتكامل المتوازن للجوانب النهائية المختلفة لكل مرحلة من المراحل العمرية من أجل تحقيق أعلي مستوي من النضج والصحة النفسية.

- **الهدف الوقائي :** وهو خطوة تسبق العلاج وتعمل علي تقليل الحاجة له ، وهي محاولة لمنع حدوث المشكلة أو الصعوبة بإزالة الأسباب المؤدية إليها والكشف عنها في مراحلها الأولى والتغلب عليها .
- **الهدف العلاجي :** يهتم بعلاج المشكلات والاضطرابات التي يتعرض لها الفرد من أجل تحقيق التكيف الاجتماعي والنفسي ونستخلص أهداف الإرشاد النفسي في موضوع الدراسة هي تحسين العملية التعليمية، تحقيق الذات لطلاب في القطاع التعليمي، تحقيق التوافق النفسي، وبالتالي تحقيق الصحة النفسية وهي غاية الإرشاد النفسي .

الحاجة إلي الإرشاد النفسي :

- يشير (حامد زهران ، ٢٠٠٣) إلي أن الحاجة إلي الإرشاد النفسي من أهم الحاجات لدي الفرد ومثلها مثل الحاجة إلي الأمن والحب والإنجاز والنجاح . فكل فرد يمر بمشكلات عادية وفترات حرجة خلال مراحل نمو التي تجعله بحاجة إلي الإرشاد. (حامد عبد السلام زهران ، ٢٠٠٣)
- ويضيف (هشام الزيايدي وأحمد الخطيب ٢٠٠١) إلي ذلك أن التغيرات الأسرية والتي تعتبر من أهم ملامح التغيير الاجتماعي ، إضافة إلي التقدم العلمي والتكنولوجي والتطور في مفهوم التعليم ومناهجه وزيادة عدد المتعلمين والتغيرات التي حصلت في العمل والمهنة أدت إلي الاهتمام بالإرشاد النفسي . (أحمد الزيايدي ، وهشام الخطيب ، ٢٠٠١)
- ويشير (أحمد الزعبي ١٩٩٤) إلي أن الفرد يواجه بمشكلات ويعجز عن اتخاذ القرار بشأنها فإنه عادة ما يسعى في طلب خدمات الإرشاد النفسي وأهم هذه المشكلات :

• العجز في اتخاذ قرار هام - حيث يجد الفرد صعوبة في الاختيار بين بدائل متاحة .

• عدم الثقة بالمقدرة علي النجاح في مواجهة بعض متطلبات النمو الخاصة بالمرحلة التي وصل إليها الفرد وخاصة في مرحلتي المراهقة والشيوخوخة.

• المواقف المفاجئة التي تتطلب من الفرد إعادة توافق من جديد مثال المشاكل الاقتصادية والأمراض تصيب الفرد . (أحمد الزعبي ، ١٩٩٤)

ويري الباحث أن الحاجة للإرشاد النفسي تكمن في إمكانية وفاعلية الإرشاد النفسي كمرجعية لمساعدة الفرد في بيئته الاجتماعية أو في بيئة العمل أو غيرها . الإرشاد النفسي يمثل أهمية وحاجة ماسة للعاملين في القطاعات الخدمية والإنتاجية وذلك لأن برامج الإرشاد تعتمد علي أسلوب تنمية المهارات والقدرات وتستخدم أساليب التعزيز المستمر للأنماط السلوكية المطلوبة . ويساعد الأفراد علي تحقيق قدر كبير من فهم للإمكانيات المتاحة لديه لتحقيق التوافق النفسي وبالتالي تحقيق الصحة النفسية بجميع مظاهرها الاجتماعية والنفسية والإنفعالية والعاطفية . وغيرها . كما يساعد في رفع الروح المعنوية للطالب وخاصة في بيئتها التعليمية من خلال تحسين ظروف الطالب للأنماط السلوكية التي تساعده علي الرقي بأفكاره وتحقيق الكفاءة.

وتكمن الحاجة للإرشاد النفسي بالنسبة للمسئولين لخفض حدة القلق وخفض حدة الاكتئاب لدى الطلاب .

الإرشاد الجماعي :

وحيث أن الفرد كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية واجتماعية لا يبد من إشباعها في إطار الجماعة ومعاييرها وما هو بداخله ، وحيث أن الفرد يتحكم في سلوك معايير وقيم ونظم، فهذا يمكنه من الاستعانة بالجماعة كوسط إرشادي

يتغير في سلوكه ويحقق التوافق الاجتماعي النفسي والشخصي وهذا هو الهدف الذي يعمل من أجله الإرشاد النفسي الجماعي.

والإرشاد النفسي الجماعي يهدف إلى دعم الفرد ومساعدته على فهم ذاته وعالمه المحيط وبيئته ، فالفرد بطبعه يهتم ببناء شبكة علاقات اجتماعية تتفاعل في ضوء معايير وقيم واتجاهات مكتسبة في مجتمعه المحيط ويعمل الفرد على تغير وتعديل السلوك في ضوء مواقف الحياة في محيطه الاجتماعي . والإرشاد الجماعي هو علاقة نفسية حوارية تفاعلية بين عدد من الأفراد والمرشد النفسي ، وقد يكون هؤلاء الأفراد مرضي أو أصحاء أو مضطربين نفسياً أو شواذاً أو جانحين كما يمكن أن تتفاوت أعمارهم أو جنسهم بحسب هذا البرنامج وتوجهه الإرشادي ، وقد تكون الجماعة الإرشادية كبيرة أو صغيرة ، متجانسة أو غير متجانسة وفقاً لطبيعة المشكلات الإرشادية التي يتناولها ، كما تطول فترة الإرشاد الجماعي أو تقتصر وفقاً للأسلوب الإرشادي وكذلك مهارة المرشد النفسي وطبيعة المشكلة . (أحمد نايل الغرير ، ٢٠١٠)

وفيما يلي سنعرض مجموعة من تعريفات الإرشاد الجماعي :

ويحدد شيرتر وستون (Shertzer&stonl, 1981) إلى أن الإرشاد النفسي الجماعي علاقة بين مرشد ومسترشدين يكون الاهتمام بينهم على المواقف التي تشكل الاتجاهات والانفعالات والقيم ويتم التفاعل بين الأعضاء في الجماعة لتأسيس علاقة متبادلة تمكنهم من مساعدة بعضهم وتحسين الاستبصار والاستعانة بالمفاهيم والخبرات التي تعود على الجماعة بالفائدة .

(Shertzer&stonl, 1981)

يعرف (حامد عبد السلام زهران، ١٩٨٥) الإرشاد الجماعي بأنه إرشاد عدد من المسترشدين الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في

جماعات صغيرة ، كما يحدث في جماعة إرشادية أو صف دراسي . (حامد عبد السلام زهران ، ١٩٨٥)

ويري (جبر الكوري 1995, Gerald, corey) إن الإرشاد الجماعي عملية تفاعل بين أعضاء الجماعة تضعهم في إطار جديد يشعر فيه الفرد بالطمأنينة ، للقيام بأساليب سلوكية جديدة أكثر فاعلية في تحقيق الذات والاستبصار بالسلوك المقبول اجتماعيا ، وفي مواجهة المشكلات المختلفة والتفاعل السوي مع الآخرين . (Gerald, corey, 1995)

ويقوم الإرشاد الجماعي على أسس نفسية واجتماعية أهمها :

- ١- أن الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية واجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلي الأمن والنجاح والاعتراف والتقدير والمكانة والشعور بالانتماء والإحساس بالمسئولية والحب .
 - ٢- تتحكم المعايير الاجتماعية التي تجدد الأدوار الاجتماعية في سلوك الفرد وتخضعه للضغوط الاجتماعية .
 - ٣- تعتمد الحياة في العصر الحالي علي العمل في جماعات ، وتتطلب ممارسة أساليب التفاعل الاجتماعي السلوكي ، واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة .
 - ٤- تعد العزلة الاجتماعية سبباً من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية ، ويعد التوافق الاجتماعي ، هدفاً من أهداف الإرشاد النفسي.
- (Gerald, corev, 1995)

ولقد أشار برون (Brown, 1981) أن الإرشاد النفسي الجماعي ، يمر في مراحل هي المرحلة التمهيديّة (Initial . stage) وتتمثل في توجيه المجموعة ومقابلة الأعضاء وتحديد وظائفهم وأهدافهم وتكوين الثقة وتوطيد

العلاقة بين الأطراف وهي مرحلة بناء الثقة ثم المرحلة الانتقالية (Transl at stage) وتتمثل في توجيه المجموعة ومقابلة الأعضاء وتحديد وظائفهم وأهدافهم وتكوين الثقة وتوطيد العلاقة بين الأطراف وهي مرحلة بناء الثقة ثم مرحلة العمل (work, stage) وتتمثل في التفاعل بين أعضاء المجموعة والمشاركة في الحوار ووضع الحلول والبدائل للمشكلات التي تعترضهم وهذا يحتاج إلي التعاون والمساندة والتشجيع والتقبل بينهم ثم المرحلة النهائية (Final , Stage) وتتمثل هذه المرحلة في تقييم خبرات أعضاء الجماعة وتثبيت قراراتهم عن السلوكيات الجديدة التي تعلموها وانتقالها إلي حياتهم ثم مرحلة المتابعة (Flow up- stage -) وتتمثل في التأكيد علي أن سلوك أعضاء المجموعة الإرشادية قد تغير حوار تجاه ظروفهم الداخلية أو البيئة . (Brown. 1981)

مميزات الإرشاد الجماعي :

- يساعد الطالب لأن يجد في المجموعة ما يشابهه في المشكلات وربما يعمل على مقارنة نفسه بغيره وبالتالي يستبصر مشكلته .
- يساعد الطالب على التنفيس الانفعالي في جو اجتماعي .
- قد يجد الطالب في المجموعة فرصة تشجيعه على التحدث عن مشاكله إذا ما وجد غيره كذلك ، فيخفف بذلك شعوره بالذنب والقلق .
- يساعد الطالب أن يعبر عما يدور في نفسه في وجود الجماعة مما يهيئ له النجاح في علاقاته الاجتماعية جميعها . (جلال كايد ، ١٩٩٨)
- وبالتالي فإننا نجد أن الإرشاد الجماعي هو أفضل من الإرشاد الفردي بما فيه من مميزات وأن يكسر حواجز الخوف والخجل والتردد لدي المسترشدين ويساعدهم على تخطي مشاكلهم دون حرج.

أما (حامد عبد السلام زهران، ١٩٨٥) فقد أكد على أن ما يميز الإرشاد النفسي الجماعي بأن يقدم ويوفر مميزات عديدة منها أنه أنسب الطرق لإرشاد الجماعة التي تواجه مشكلات مماثلة مثل الضغط النفسي والقلق والعزلة . كما يتضمن خبرات وأنشطة اجتماعية متنوعة ومتعددة وبتيح الفرص لنمو العلاقات الاجتماعية. وينمي الثقة بالنفس ويعدل من مفهوم الذات ويقلل من الشعور بالانزعاج واليأس .ويطمئن المسترشد إلي أنه ليس الوحيد الذي يعاني من مشكلة نفسية ويشجع الآخرين على الإقدام على عملية الإرشاد . ويوفر الفرصة لزيادة خبرات المسترشدين وتعديل الاتجاهات والسلوك ونمو مفاهيم جديدة ومهارات وأنماط سلوكية سوية . (حامد عبد السلام زهران ، ١٩٨٥)

والنجاح في العملية الإرشادية الجماعية فذلك يتطلب توفير إستراتيجيات وأساليب تستند عليها برامج إرشادية يخطط لها مسبقاً وهذه تتمثل في الكفاءة والقدرات التي يتمتع الأخصائي في الإرشاد النفسي الجماعي إضافة إلي خصائص البرنامج ومشكلاته واحتياجاته والإجراءات التنفيذية التي يسير فيها البرنامج والتي تكفل نجاح العملية الإرشادية حال قيامها.

أهمية الإرشاد الجماعي :

تتلخص أهمية الإرشاد الجماعي كأسلوب من أساليب وطرق الإرشاد النفسي في عدة أسباب منها ما يساعد الفرد علي معرفة حقيقة ذاته وما يريد لها. كما ينمي الاحترام ويعمق الصلة ، خاصة بين اللذين يتباينون في ذواتهم .و ينمي لدي الفرد مهارات اجتماعية كثيرة . ومن خلاله يتضح ارتباطات الفرد ومشاكله وقيمه وأفكاره ، بواسطة المناقشة الجماعية مع أقرانه ذوي المشاكل المشابهة لمشكلة في المجال نفسه . كما ينمي ثقته في إدراكات الآخرين له للمجتمع من حوله . ومن خلاله تكامل مشاعر الفرد وأفكاره نحو ذاته ونحو

الآخرين . كما يتعلم الفرد من خلاله أن يكون ذا فاعلية نشطة من خلال المشاركة في المواقف الاجتماعية ، بحيث لا يخشى مقابلة الناس ، ومشاركتهم الحديث .

ويؤكد (محمد الشناوي، ١٩٩٤) إن الإرشاد النفسي الجماعي يوفر مميزات تتمثل في أنه عملية تتم من خلالها إتاحة الفرصة للأفراد لحل مشكلاتهم وتنمية الثقة بالنفس وتقوية العاطفة واحترام الذات والشعور بأن الفرد له مكانته وقيمه ويخفف الضغوط النفسية .(محمد محروس الشناوي ، ١٩٩٤) أما رو (Rao, 1989) فيؤكد أن عملية الإرشاد النفسي توفر الثقة والأمن لأعضاء الجماعة بشكل فاعل وجدانيا ومعرفيا وتعزز من مقدرة الفرد في الجماعة على اتخاذ القرارات بنفسه وحل مشكلاته . وتوفر المرونة والحركة داخل الجماعة لإيجاد الأسلوب المناسب لمواجهة المشكلة ، مما يتيح الفرصة أمام الفرد لتعليم مهارات وفنيات يوظفها في التعامل مع أية مشكلات بمساعدة الجماعة . (Rao, 1984)

المراجع:

- ١- أبوبكر موسى محمد (٢٠٠٢) أزمة الهوية فى المراهقة والحاجة للإرشاد النفسى، الطبعة الاولى، مكتبة النهضة العربية، جمهورية مصر العربية.
- ٢- احمد نايل الغرير(٢٠١٠) برنامج ارشاد نفسى نموذج فى التربية الخاصة . دار الشروق الطبعة الاولى -عمان الاردن.
- ٣- جمال الخطيب (٢٠٠٠) التوجيه والإرشاد النفسى، غزة: مطبعة مقدار.
- ٤- حامد عبد السلام زهران(١٩٩٨): التوجيه والإرشاد النفس ، ط٣ ، القاهرة: عالم الكتب.

- ٥- حامد زهران (٢٠٠٢). دراسات فى الصحة النفسية والإرشاد النفسى، القاهرة: عالم الكتب.
- ٦- ربيع شعبان يونس (٢٠٠٩): الصحة النفسية والإرشاد النفسى ، الدمام المملكة العربية السعودية ، مكتبة المتنبى .
- ٧- عاصم الحياتى (١٩٨٩) الإرشاد التربوى والنفسى .مديرية دار الكتب،جامعة الموصل ،الجمهورية العراقية .
- ٨- عبد الرحمن عيسوي (١٩٩٩): فن الإرشاد والعلاج النفسى، موسوعة كتب علم النفس الحديث، دار الراتب الجامعية.
- ٩- عبد الكريم سعيد رضوان (٢٠٠٨) فاعلية برنامج ارشادى تدريبيى لخفض الضغوط النفسية وتحسين التوافق النفسى لدى مرضى السكرى ،رسالة دكتوراة ،تخصص التوجيه والارشاد النفسى ،معهد البحوث الدراسات العربية ،القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
- ١٠- عبد الله عبد المنعم (١٩٩٦) التوجيه والارشاد النفسى والاجتماعى والتربوى ،دار مطبعة منصور ،الطبعة الاولى ،غزة فلسطين.
- ١١- فاروق عبد السلام واخرون (١٩٩٢)مدخل الى الارشاد التربوى والنفسى، دار المهدي للنشر والتوزيع ،الرياض .الممكة العربية السعودية .
- ١٢- محمد محروس الشتاوى (١٩٩٦)العملية الارشادية والعلاجية ، دارغريب للطباعة والنشر والتوزيع ،الطبعة الاولى .القاهرة ،جمهورية مصر العربية.
- ١٣- نزية حمدى وصابر أبو طالب (١٩٩٩) الارشاد والتوجيه والارشاد فى مراحل العمر، منشورات جامعة القدس المفتوحة ،عمان الاردن .