

الجزء الأول

لمحة عامة عن الإرشاد النفسي والعملية الإرشادية

يقدم الجزء الأول إطار عمل مفاهيمي لفهم الإرشاد النفسي والعملية الإرشادية. ويتناول هذا الجزء الفصول التالية:

الفصل الأول: لمحة عامة عن الإرشاد النفسي

الفصل الثاني: الإعداد المهني والقضايا الأخلاقية والقانونية

الفصل الثالث: العملية الإرشادية

الفصل الرابع: التقويم والتشخيص

الفصل الخامس: البحوث والتقييم في الإرشاد النفسي

الفصل 1

لمحة عامة عن الإرشاد النفسي

إطالة على الفصل

يقدم هذا الفصل العديد من النماذج التي يمكن استخدامها لصياغة مفاهيم الإرشاد النفسي، ويشتمل هذا الفصل على ما يلي:

- فن وعلم الإرشاد النفسي والعلاج النفسي
- مهنة المساعدة
- الإرشاد النفسي كسرد للقصص
- الإرشاد النفسي من منظور تاريخي
- الإرشاد النفسي مقابل العلاج النفسي
- الاتجاهات المستقبلية في الإرشاد النفسي
- المساعدة الرسمية مقابل المساعدة غير الرسمية
- الصفات الشخصية لمقدمي المساعدة الأكفاء.

مرحباً بك في مجال الإرشاد النفسي WELCOME TO THE FIELD OF COUNSELING

من الممكن أن يصبح الإرشاد النفسي محل اهتمامك حتى وإن لم تكن لديك الرغبة في أن تكون مرشداً نفسياً متخصصاً، حيث إن الإرشاد النفسي يوفر أدوات للفهم، والربط، والمساعدة يمكن استخدامها لتعزيز الوعي الذاتي، والتحسين الذاتي، وتعزيز كل مظاهر الحياة، بما فيها العلاقات الينشخصية، ومواجهة الضغوط، وحل المشكلات.

من الممكن أن يكون الإرشاد النفسي كأسلوب حياة مشيراً، ومُحبباً، ومن ثم فإن هناك أسباب عدة تجعلك ترغب في أن تكون مرشداً نفسياً. ربما ترى أن مساعدة مسترشد يمر بأزمة ما، أو مساعدته في تنمية أسلوب حياة فعال وذو معنى - شئ يرضيك شخصياً. ربما تجد الناس ممتعين، أو قد تكون أنت لديك الشوق لتعرف كيف يعمل الدماغ، أو ربما تستهويك بعض الحالات غير العادية مثل الفصام. ربما ترى التحدي للعمل في مهنة جديدة نسبياً يروق لك، ويستهويك. فالإرشاد النفسي يعطى فرصاً عديدة لممارسة ليسهموا إسهاماً عظيماً في مهنة الإرشاد. من الممكن أن تطوّر مداخل جديدة للإرشاد النفسي أو، قد تصبح منشغلاً بقضايا الترخيص المهني. هناك طرق عديدة لإدخال نفسك في مهنة الإرشاد النفسي، وهذا الكتاب يحاول مساعدتك في تحديد بعض أوجه الإرشاد النفسي التي ترغب في استكشافها والتعرف عليها.

ما هو الإرشاد النفسي؟ WHAT IS COUNSELING

ليست هناك إجابة بسيطة على هذا السؤال: "ما هو الإرشاد النفسي؟". من الممكن فهم الإرشاد النفسي بشكل مناسب كعملية ديناميكية ترتبط بمهنة جديدة. فالإرشاد النفسي ينطوي على مرشد نفسي مدرب تدريباً مهنيًا لمساعدة المسترشدون الذين يعانون من مشكلات معينة، وفي هذه العملية، من الممكن أن يستخدم المرشد النفسي العديد من الاستراتيجيات الإرشادية مثل الإرشاد الفردي، أو الإرشاد الجمعي، أو الإرشاد الأسري لمساعدة المسترشد على تحقيق تغيرات مفيدة، والوصول إلى نتائج عدّة - مثل تغيير السلوك، تعزيز مهارات المواجهة، دعم وتشجيع إتخاذ القرار، وتحسين العلاقات.

هذا الفصل يقدم العديد من النماذج المعرفية المفاهيمية لفهم الأوجه المختلفة للإرشاد النفسي. نصفُ الإرشاد النفسي أولاً بأنه فن وعلم، ثم من منظور علم النفس الروائي، والسرد القصصي. كما أن هذا الفصل يميز بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، والمساعدة الرسمية وغير الرسمية، ويصف الصفات الشخصية لمقدمي المساعدة الفعالين الأكفاء، ويحدد أعضاء مهنة المساعدة، ويقدم معلومات عن الإتجاهات الماضية والحاضرة والمستقبلية عن الإرشاد النفسي.

فن علم الإرشاد النفسي والعلاج النفسي

The art and science of counseling and psychotherapy

الإرشاد النفسي فن وعلم. يشير نموذج (علم - وفن) المعروف في هذا الكتاب إلى أن الإرشاد النفسي يحاول أن يوازن بين الأبعاد الشخصية والموضوعية لعملية الإرشاد النفسي. من هذا المنظور - فإن المرشد النفسي - مثل الفنان يمكنه أن يصل إحساساً إلى عالم المسترشد، ومع ذلك يبقى على قدر من الموضوعية العلمية والمهنية. يمكن أن تعود الأصول النظرية لفن وعلم الإرشاد النفسي والعلاج النفسي إلى نموذج العالم - الممارس، الذي وضعه باولدر في عام 1949. يشير نموذج العالم - الممارس، أو نموذج باولدر (Raimy, 1950) إلى أن جزء من العلم ينبغي أن يمثل الأساس أو القاعدة للممارسة العيادية. هذا النموذج ما زال له تأثيره الرئيسي على بنية برامج الجامعات لتعلم من هم في مهنة المساعدة (Baker & Benjamin, 2000, Peterson, 2000). ومع ذلك، لاحظ بيوتلاروررفاقه (Beutler et.al 1995) أن الممارسين للإرشاد أصبحوا غير راضين على المنهج البحثية التقليدية، وأصبحوا مهتمين بالمدخل البديلة للبحوث المرتبطة مباشرة بالممارسة العيادية التي تحدث بشكل يومي. على سبيل المثال، دراسة الحالة (الفصل الخامس) يلقى إهتماماً كأداة قابلة للتطبيق لمساعدة المرشدين النفسيين للتقريب بين البحث والممارسة (Murray, 2009, Sharpley, 2007).

يمثل نموذج الفن والعلم للإرشاد النفسي والعلاج النفسي إمتداداً لنموذج العالم - الممارس. من هذا المنظور، فإن علم الإرشاد النفسي يؤد قاعداً معرفية تعزز الكفاءة والفعالية في الإرشاد النفسي. أما فن الإرشاد النفسي، فينطوي على إستخدام هذه القاعدة المعرفية لتنمية المهارات التي

يمكن تطبيقها على المسترشدين في المجتمع متعدد الثقافات، يرتبط فن الإرشاد النفسي ببعده الشخصية، أما علم الإرشاد النفسي، فيعكس بعض الموضوعية. إن تركيز الإرشاد النفسي يمكن أن يتحول للخلف أو للأمام بين هذين البعدين أثناء تقدم الفرد خلال عملية الإرشاد. على سبيل المثال، أثناء الجلسات الأولى، من الممكن أن يعمل المرشد النفسي مثل الفنان، يستخدم مهارات الإستماع لفهم المسترشد. وبعد ذلك، يتحول التركيز إلى بُعد العلم، حيث يستخدم المرشد النفسي الإختبارات النفسية للحصول على الفهم الموضوعى عن المسترشد. من الممكن لكل من الفن والعلم -معاً- أن يخلقا مدخلاً متوازناً للإرشاد النفسي. فيما يلي، نقدم وصفاً تفصيلياً لهذين البعدين.

فن الإرشاد النفسي THE ART OF COUNSELING. الإرشاد النفسي فن، إلى حد بعيد. نقصد بفن الإرشاد النفسي بأنه عملية إبداعية، مرنة يكيّف المرشد النفسي من خلالها المدخل وفقاً للإحتياجات التي تظهر على المسترشد. إن الملحوظة الشخصية التي تتبع ذلك تقدم توضيحاً للكيفية التي يكون بها المرشد النفسي مرناً، ومبدعاً في العمل مع المسترشد.

ملحوظة شخصية A personal Note

طلب منى - كأخصائي نفسي أعمل لصالح الخدمة الصحية العامة أن أعمل مع طفل توحيدي كجزء من عملي كإستشاري للمدار الحكومية. فقد وضعت هيئة المدرسة طفلة في حجرة دراسة للمتخلفين عقلياً من قبيل عدم معرفتهم بأنها توحيدي. تم إحالة الطفلة إلى مكتبي، كان عندي مجموعة من الدُمى جاهزة لاستخدامها معها. هذه الدُمى عبارة عن جزء من برنامج مفهوم الذات يُطلق عليه تسمية فهم الذات والآخرين (Dinkmeyer, 1982). لقد أدركت على الفور أنها بدت غير واعية لىّ والدُمى، ومن ثم أصبحت خطتي الإرشادية عديمة النفع.

أردت أن أتواصل مع الطفلة، وأن أجد طريقة للوصول إلى عالم الطفلة، وأن أنمى علاقة خاصة معها. قررت أن أجعلها هي المرشدة، وأنا أتبعها. تحركت الطفلة في الغرفة وألقت بالدُمى في كومة مرتبة () . لو أخطأت الكومة، فإنها سوف تلقى بالدُمى إلى أن يقع بعضها فوق الأخرى. كانت الطفلة بارعة في إلقاء الدُمى في الكومة، كما كانت تستمتع بذلك. لقد توصلت إلى أحد مصادر القوة لديها - شيئاً ما تشعر بأنها جيدة فيه، شيئاً ما تشعر بالأمان وهي تفعله، فهو امتداد لعالمها، طريقته في فعل الأشياء. فقد كان هذا الشئ له معنى بالنسبة لها.

لقد أردت أن أصبح جزءاً من عالمها بأن أصل إليه. مشيت ووضعت ذراعي على كومة الدُمى، وأصبحت أنا شبكة كرة السلة للدومى. استمرت الطفلة في إلقاء الدُمى في الكومة، ومن خلال شبكتي. وخلال العشرين دقيقة الماضية، ألقت الطفلة الدُمى في الكومة. وعندما كانت تنتهي، تجمعهم مرة ثانية وتبدأ من جديد في إلقاء الدومى في الكومة. كنت أحرك الشبكة إذا دعت الضرورة لذلك. أثناء هذا الوقت، لم تتصل بى بصرياً، كما أنها لم تقل لى كلمة واحدة. شعرت بالإحباط وعدت إلى مقعدي. وأثناء عودتي، لاحظت عينيها تتابعني، وعندئذ عرفت أن هناك تواصل، لقد وجدت طريقاً إلى عالمها.

وخلال العام التالي، سمحت لى بالدخول إلى عالمها. ولقد كانت هي - في معظم الأوقات - المرشد، وأنا التابع - ضيف في بيتها. وكلما أصبحت العلاقة قوية، كلما رغبت في استكشاف عالمى أنا. ومن

خلال علاقتنا، ساعدتها على الوصول إلى عوالم الآخرين. على سبيل المثال، ساعدتها في النمو اللغوي، وشجعتها على الابتعاد عن الأنماط السلوكية التكرارية (هذه القصة موجودة تفصيلاً في: (1986,Nystul).

هناك مظهر آخر من مظاهر فن الإرشاد النفسي وهو بذل الجهد والوقت بسخاء في الإرشاد النفسي. هذا المفهوم مأخوذ من علم النفس الإنساني، ويؤكد على أهمية أن يكون المرشد النفسي واقعياً، و"إنساناً" في مدخله. فمن الممكن أن يصرف المرشد النفسي وقته وجهده عند مستويات متعددة. فمن الممكن أن يقدم الدعم والاهتمام عند التعاطف مع المسترشد، أو عند مستوى أقوى، وهو الاندماج في مواجهة وجودية، ففى هذه الخبرة، ينتقل المرشد النفسي إلى أبعد من الذات، ويشعر بالاندماج مع المسترشد (Nystul,1987a). هذه الخبرة من الممكن أن تساعد المسترشد على التغلب على مشاعر الوحدة والعزلة.

ربما يكون بذل الوقت والجهد بسخاء في الإرشاد النفسي مناسباً في المواقف التي تتطوي على العمل مع الأطفال المهملين أو المساء معاملتهم. هؤلاء الأطفال قد يكونوا قُصراً، أو بدون والدين، أو آخرين، ربما يشعرون بعدم الحب، والضياع، ويفتقدون إلى أسباب الحياة. ففى هذه الحالات، قد يحاول المرشد النفسي أن يوصل إليهم التعاطف، والحنان، والعطف، وربما الحب. الملحوظة الشخصية الثانية التالية توضح مفهوم بذل الجهد والوقت بسخاء في الإرشاد النفسي. ينبغي على المرشد النفسي أن يستخدم الإجراءات الوقائية عند التعبير عن المشاعر الانفعالية للمسترشد. كما ينبغي عليه أن يفهم أن دوره كمرشد نفسى وليس والد، ومن ثم ينبغي على المرشد النفسي أن يتجنب الاندماج التام لدرجة أنه ينسى أو يفقد الموضوعية المهنية. أيضاً، ينبغي أن يكون المرشد على وعى بأن الإفراط في القلق على المسترشد يؤدي إلى الاحتراق النفسي. إن بذل الوقت والجهد بسخاء في الإرشاد النفسي عملية دقيقة جداً، فربما كانت ثرية ومكافئة للمرشد النفسي والمسترشد، إلا أنها ربما تكون مرهقة أيضاً. إن التعاطف القوي قد يمارس بشكل علمي من قبل بعض المرشدين النفسيين أما بالنسبة لآخرين، فإنه فن ينبغي تميته طول الوقت.

ملحوظة شخصية A personal Note

تخلى الوالدان عن طفلة تبلغ الخامسة من عمرها، وأودعها مسكناً للإيواء للأطفال المهملين والمسء معاملتهم. في أحد المناسبات، أصبح الشخص المتولي الإشراف والرعاية في المؤسسة مهتماً عندما ظلت الطفلة طول الليل تصرخ وتتقيئ. أخذت الطفلة إلى المستشفى صبيحة اليوم التالي. لم يجد طبيب الأطفال أى إعياء جسيمي، وبالتالي أحالها إلى خدمات الصحة النفسية. بعدما قدمت نفسى إلى الطفلة، سألتها عن مشاعرها. جلست الطفلة، ووضعت وجهها بين قدميها، وبدأت في الصراخ. كان صراخها أعمق حزناً، حيث لم أسمع في حياتى بمثله. انحنيتُ عليها ووضعت يدي بلطف على رأسها، محاولةً أن أهدئ من روعها. لقد شعرتُ بألمها، نظرتُ الطفلة إلىّ، شعرتُ بالخوف والوحدة. تقدمتُ نحوها، وأمسكتُ بيديها، وأخبرتُها أنني أريد أن أساعدها. لقد أشفقتُ عليها. نظرتُ إليها وقلتُ لها أنها جميلة، وأريد أن نكون معاً كل يوم. أوامتُ الطفلة برأسها قبولاً، بدأتُ معها العلاج النفسي باللعب لعدة أسابيع. أثناء هذه الفترة بدأ الاكتئاب يختفي من عندها.

علم الإرشاد النفسي THE SCIENCE OF COUNSELING. علم الإرشاد النفسي يوفر توازناً لفن الإرشاد النفسي من خلال ايجاد بُعد موضوعي لعملية الإرشاد النفسي. يذكر كلايبون Claiborn (1987) أن العلم مهنة هامة لهوية المرشد النفسي في التطور العلمي يميز المرشد النفسي المحترف عن مقدم الخدمة غير المحترف، ويقترح كلايبون أن المرشد النفسي ينبغي أن يكافح ليصبح مرشداً نفسياً كعالم (شخص يعمل مرشداً نفسياً ويفكر مثل العالم). إن التفكير كعالم يحتاج من المرشد النفسي أن تكون لديه مهارة صياغة الملاحظات والإستنتاجات الموضوعية، وأيضاً إختبار الفروض، وبناء النظريات (Claiborn, 1987). كما يقترح كلايبون أيضاً أن نموذج العالم - الممارس - الذى وضعه بيبنسكى & بيبنسكى (1954) من الممكن أن يقدم خطوطاً إرشادية مفيدة للمرشد النفسي المعاصر. هذا النموذج يضع العلم والممارسة في قالب واحد، كما يرى أن أنشطتهما متكاملة، ومتداخلة، وتعتمد على بعضها بعضاً بشكل متبادل، كما أن هذه العلاقة المتبادلة بين النظرية، والبحوث، والممارسة توضح الطبيعة التكاملية للعلم والممارسة. على سبيل المثال، من الممكن إختبار أى نظرية إرشادية في الممارسة. كما يمكن بعد ذلك تقييمها من خلال البحوث.

بالإضافة إلى ذلك، فإن السمة العلمية للإرشاد النفسي تشجع أيضاً المرشد النفسي على تنمية المهارات التي يمكن أن تعزز الموضوعية المهنية في عملية الإرشاد. هذه المهارات تشمل على : الملاحظة، الإستنتاج، إختبار الفروض، وبناء النظرية، والتي رأى كلايبورن (1987) انها ضرورية للمرشد النفسي ليفكر كعالم. إن إستخدام الإختبارات النفسية، كمدخل للتشخيص للتشخيص، ومناهج البحث للوصول إلى الفعالية والمسئولية التربوية للإرشاد هي سمات أخرى للنموذج العلمى. لا ينبغي أن ننظر إلى هذه أنها هويات منفصلة للإرشاد ولكن ينبغي على المرشد النفسي أن يدمج هذه المهارات والإستراتيجيات في دوره وعمله بوجه عام.

الإرشاد النفسي كسر قصصي Counseling as storytelling

الإرشاد النفسي كسرد قصصي نموذج معرفى واضح. يشير هوارد (1991)، وسيكستون وويستون (1994) إلى أن الطرق السردية (سرد القصة) لفهم السلوك الإنساني أصبحت مألوفاً، ولها شعبيتها في علم النفس، على سبيل المثال، نمو الهوية يمكن أن يمثل بناء لقصة الحياة، والعلاج النفسي الذى يرتبط بالخلل الوظيفى لقصة الحياة، من الممكن أن يصلح قصة الحياة (Howard, 1991).

علم النفس الروائى، وتطبيقاته في الإرشاد النفسي كشكل من من أشكال السرد القصصي يرتبطان بتوجهين معاصرين واضحين في الإرشاد النفسي - النظريات المرتبطة بمدخل ما بعد المعاصرة، ومدخل الإرشاد النفسي الموجز والمرتكز حول الحل (نعرض في هذا الكتاب معلومات أخرى عن هذين الإتجاهين). إن المداخل الروائية للإرشاد النفسي تحاول تبسيط الإرشاد النفسي من خلال التركيز على لغة المسترشد الخاصة كمقابل للهجة النفسية (Eron & Lund, 1993). يتمثل دور المرشد النفسي في الإنخراط في علاقة تشاركية غير تطفلية مع المسترشد. ففى هذه العملية، يعمل

المُرشد النفسي والمُسترشد معاً من أجل ابتكار أو إحداث روايات جديدة (أو قصص بديلة) كوسيلة لتعزيز السعادة النفسية للمُسترشد.

يقدم هوارد (1991) وصفاً تفصيلياً لدور السرد القصصي في الإرشاد :

"إن المُسترشد - خلال سرده لمشكلته - يزوّد المُرشد النفسي بفكرة غير مصقولة عن توجهه نحو الحياة، أو نحو خطته، وأهدافه، وطموحاته، وبعض الأفكار عن الأحداث والضغوط المحيطة بالمشكلة المعروضة. ومع الوقت، ينبغي على المُرشد النفسي أن يقرر ما إذا كانت هذه المشكلة المعروضة تمثل إنحرافاً عن قصة الحياة الصحية المعاكسة. هل هذه قضية تكيف عادية، ومناسبة من الناحية النمائية؟ أم أن المُرشد النفسي يستشف علامات على مشكلات متطرفة في قصة حياة المُسترشد؟ هل العلاج النفسي سوف يقوم بدور دقيق وداعم للفرد الذي يمر بمرحلة فشل ما في حياته؟ لو أن الأمر كذلك فإن توجه الحياة والموضوعات الرئيسية فيها سوف تتغير بشكل كبير في العلاج النفسي. ولكن إذا كان مسار قصة الحياة إشكالي بطريقة أساسية، إذاً ينبغي القيام ببعض الإصلاحات الهامة والضرورية طويلة المدى (أو ما نسميه إعادة سرد سيرة الحياة). لذا، من هذا المنظور - يمكن النظر إلى جزء من العمل بين المُسترشد والمُرشد النفسي على أنه إسهاب، أو تكيف، أو إصلاح لقصة الحياة" (P. 194).

في حين يقدم ميكينوم & فيترباتريك (1992) معلومات إضافية عن سرد القصة بلغة من خلال كيفية مواجهة الناس للضغوط:

- ينظم الناس المعلومات عن طريق جمعها في قصص عن أنفسهم
- الأحداث السلبية، والضاغطة للحياة تؤثر على اعتقادات الأفراد، وبالتالي تغير من طبيعة قصصهم.
- إن الكيفية التي يعيد بها الناس كتابة قصصهم (الإنخراط في الإصلاح الروائي) سوف تؤثر في مدى قدرتهم على مجابهة الضغوط بشكل جيد
- يبدأ الإرشاد في تحديد ماهية الروايات التكيفية وغير التكيفية، وكيف يمكن مساعدة المُسترشد على بناء قصص تكيفية لأحداث الحياة الضاغطة، من أجل علاج الضغوط النفسية.

إن الإرشاد النفسي كسرد قصصي مفهوم مثير، يبدو أنه واعد في فهم الإرشاد النفسي. كما أوضح روسيل و لوكاليرو (1992)، فإن هناك حاجة كبيرة لبحوث تجريبية للكشف عن تأثير السرد القصصي على عملية الإرشاد النفسي. الملحوظة الشخصية التالية تقدم توضيحاً لدور السرد القصصي في الإرشاد النفسي.

ملحوظة شخصية

فيما يبدو أن كل إنسان لديه قصة يرويها إذا وجد من يستمع إليه. أنا أذكر رجل بريد (لم أكن أعرفه) أوقفني عندما كنت أسير في الفناء الخلفي، فقد كان هذا الرجل غاضباً بشكل واضح جداً، وتقدّم نحوي ليخبرني كيف أن الشرطي وقف في طريقه عندما كان يسلم تذكرة. يقول رجل البريد هذا "طلبت منه أن يفسح لي الطريق لكي أؤدي عملي، ولكنه لم يفعل، لذا إقتحمت الطريق، يا إلهي، هناك من لا يفكر إلا في نفسه".

أثناء ما كان هذا الرجل يروي قصته، فكرت أن هذا الرجل سوف يخبر هذه القصة لأي إنسان مهما كان ليعبر عن شكواه، من أجل أن يفهمه الآخرون. تذكرت العديد من الأمثلة الأخرى (مثل بعض الرحلات الجوية والبرية بالباصات والتي مررت بها)، والتي عبّر فيها الناس عن رغبتهم في الحديث وسرد القصص.

أنا شخصياً كنت في حاجة إلى أن أسرد قصصي من آن لآخر. لقد أدركت مؤخراً دور السرد القصصي في الإرشاد النفسي. فمن خلال خبرتي، تبين أن معظم المسترشدون لديهم قصص يريدون سردها والتحدث عنها. فكثير من هؤلاء المسترشدون سردوا قصصهم إلى الآخرين (مثل الأصدقاء، أفراد الأسرة)، وكانت النتائج مخيبة للأمل، أما في الإرشاد النفسي، فإن قصص المسترشد سوف تلاقى الإحترام والرعاية التي تستحقها.

أحد القصص التي تعرضت لها، هي قصة لمسترشد ملؤها الألم، والكفاح، والشجاعة. هذه القصة لسيدة تدعى "بات" وتبلغ من العمر 40 عاماً، وهي أم لأربعة أولاد. وقع لبات حادث سيارة خطير قبل أن أتقى معها في أول جلسة للإرشاد النفسي بعام. معظم وقت الجلسة الأولى كان عن قصة الحادث، وغضبها من ذلك السائق المخمور الذي صدمها، وقلة الدعم الذي شعرت به من شركة التأمين.

لقد كانت قصة "بات" أحد قصص الكفاح من أجل البقاء الجسدي والوجداني. لقد كان عليها إجراء العديد من العمليات لإصابتها الجسمية، وكانت غير قادرة على العودة إلى العمل بسبب إصابتها، كما مرت بمشكلات نفسية متعددة مثل الأرق، الاكتئاب، والقلق. ومن ثم، كان من الضروري العمل مع معالج نفسي ليدمج بين العلاج الطبي والإرشاد النفسي في برنامجها العلاجي.

لحسن الحظ كان "بات" نظام دعمي قوى يتمثل في الأصدقاء وأفراد العائلة، الذين كان لهم دور في شعورها بالأمان والشجاعة وساعدها في التغلب على بعض مشاعر القلق والاكتئاب. وبالتدرج، كانت "بات" قادرة على التغلب على الحزن، والاكتئاب، ورأت بصيصاً من الأمل في المستقبل. أثناء كفاحها من أجل التحكم في حياتها، بدت على أنها تتخبط في عملية إصلاح روائى، وتستبدل كلمات الحزن بمشاعر الأمل.

الإرشاد النفسي والعلاج النفسي Counseling and psychotherapy

لكي تفهم ماهية الإرشاد النفسي، فمن المهم بمكان فهم المصطلحات الرئيسية والمفاهيم الأساسية مثل الإرشاد النفسي، والعلاج النفسي. لم تميز أدبيات الإرشاد النفسي بين هذين المفهومين (Corini & Wedding, 2000)، وقد يرجع ذلك إلى أن هذين المفهومين أقرب للتشابه منه للاختلاف. من الممكن أن نفهم العلاقة بينهما من خلال وضعهما على متصل الإرشاد النفسي على أحد طرفيه.

والعلاج النفسي على الطرف الآخر. من الممكن أن يقوم المرشد النفسي بالإرشاد النفسي والعلاج النفسي في جلسة واحدة. ومن ثم يمكن المزج بين العمليتين. من الممكن أن نحدد بعض أوجه الاختلاف البسيطة والدقيقة جداً بين العمليتين. يتمثل الاختلاف الرئيسي في أن الإرشاد النفسي يخاطب الحالة العقلية الواعية، بينما يصل العلاج النفسي إلى العمليات اللاشعورية للمسترشد - حيث يوصل المسترشد إلى درجة من التبصّر. كما أن هناك العديد من الاختلافات بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي من حيث التركيز، مشكلات المسترشد، الأهداف، والعلاج، والمكان. هذه الفروق نعرض لها في الجدول (1).

جدول (1) المقارنة بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي		
العلاج النفسي	الإرشاد النفسي	
علاجي - يهدف إلى مساعدة المسترشد في التغلب على المشكلات الموجودة مثل القلق والاكتئاب.	نمائي - ويعزز مهارات المواجهة لتسهيل النمو ومنع المشكلات.	التركيز
مشكلات المسترشد معقدة، وربما تحتاج إلى إجراءات التشخيص الرسمي لتحديد ما إذا كان هناك اضطراب عقلي أم لا.	يميل المسترشد إلى أن يكون لديه "مشكلات في المعيشة مثل الصعوبة في العلاقات، أو الحاجة للمساعدة في مشكلات معينه، مثل اختيار الحياة العملية.	مشكلات المسترشد
التركيز منصّب على الأهداف قصيرة المدى والأهداف طويلة المدى، قد تنطوي الأهداف طويلة المدى على عمليات مثل مساعدة المسترشد في التغلب على اضطراب عقلي معين.	التركيز منصّب على الأهداف قصيرة المدى (حل المشكلات).	الأهداف
مداخل العلاج النفسي معقدة، كما أنها تستخدم إستراتيجيات ترتبط بالعمليات الشعورية، والعمليات اللاشعورية .	من الممكن أن يشتمل البرنامج العلاجي على مداخل وقائية، والعديد من إستراتيجيات الإرشاد النفسي للمساعدة في حل مشكلات المسترشد.	مداخل العلاج
أيضاً يُقدّم العلاج النفسي في مواقع مثل العيادات الخاصة، مراكز الصحة العقلية، والمستشفيات .	من الممكن تقديم خدمات الإرشاد النفسي في العديد من المواقع مثل المدارس المساجد، الكنائس، وعيادات الصحة العقلية.	

كما هو واضح من الجدول (1) فإن تركيز الإرشاد النفسي يميل إلى أن يكون نمائياً في طبيعته، بينما تركيز العلاج النفسي علاجي في طبيعته. يحاول الإرشاد النفسي مساعدة المسترشد في إشباع الحاجات النمائية المختلفة خلال دورة الحياة. ومن ثم فإن الإرشاد النفسي وقائي في طبيعته، ويُيسّر

النمو وعلى الجانب الآخر، فإن العلاج النفسي موجه نحو مساعدة المسترشدون في التغلب على الألم والمعاناة المرتبطة بمشكلات موجودة مثل القلق، والاكتئاب. يُستخدم الإرشاد النفسي مع المسترشدون الذين لديهم مشكلات تكيفية في الحياه أو في المعيشة مثل الصراع بين الوالد - والطفل، أو المشكلات الزوجية. تتمثل أهداف الإرشاد النفسي في التغلب على حل المشكلات الآتية، مثل مساعدة المسترشد في التغلب على المشكلات في العلاقات، وإتخاذ القرار بشأن الحياة العملية المستقبلية. تتباين البرامج العلاجية في الإرشاد النفسي وفقاً لمشكلة المسترشد. المداخل الإرشادية عادة مداخل قصيرة المدى، تتطوي على جلسة واحدة كل أسبوع لمدة 12 إلى 13 أسبوعاً، كما أن الخدمات الإرشادية من الممكن أن تُقدّم في العديد من الأماكن مثل المدارس، وعيادات الصحة النفسية.

أما العلاج النفسي، فهو عملية يمكن استخدامها لمساعدة المسترشد الذي يمر بمشكلات عقلية مثل الإضطراب العقلي، ومن الممكن أن ينطوي على أهداف طويلة المدى، وأهداف قصيرة المدى. ربما تركز الأهداف قصيرة المدى على المشكلات التي تشبه تلك المشكلات في الإرشاد النفسي، على سبيل المثال التعامل مع المشكلات الزوجية. أما الأهداف طويلة المدى فتربط بالمشكلات العميقة المتأصلة مثل الفصام. العلاج النفسي معقد ويحتاج إلى خبرة في مجالات عديدة. كما أنه مرتبط بالعمليات الشعورية، واللاشعورية، على سبيل المثال، قد تنطوي العملية على أساليب التويم المغناطيسي، الاختبارات الإسقاطية، تفسير الأحلام لدراسة العمليات اللاشعورية. استراتيجيات العلاج النفسي عادة طويلة المدى، وتتطوي على جلسات مرة في الأسبوع لمدة 3-6 أشهر، وقد تستمر أطول من ذلك في بعض الأحيان. الأماكن التي يحدث فيها العلاج النفسي تتمثل في مراكز الصحة النفسية، والمستشفيات.

التمييز بين المساعدة الرسمية وغير الرسمية

Differentiating Formal from Informal Helping

هناك طريقة أخرى للإجابة عن السؤال "ما هو الإرشاد النفسي"؟ وتتمثل في التمييز بين الإرشاد النفسي، والمساعدة غير الرسمية التي يمكن أن تحدث بين الأصدقاء بعض الأفراد الذين لم يحظوا بأي تدريب رسمي في الإرشاد يمكن أن يقدموا مساعدات قيّمة. هؤلاء المساعدون غير الرسميين لديهم في العادة صفات شخصية تشبه تلك التي لدى المرشد الفعّال مثل مهارات الرعاية والاهتمام، ومهارات عدم فرض الآراء الشخصية على الآخرين، ولديهم القدرة على الإستماع. ومع ذلك، ربما يختلف المرشد النفسي المتخصص عن مقدّم المساعدة غير الرسمي بعدة أوجه.

أولاً، من الممكن أن يحافظ المرشد النفسي على درجة من الموضوعية لأنه ليس له علاقة مباشرة بحياة المسترشد. أما مقدّم المساعدة غير الرسمي، فعادة ما تكون له علاقة شخصية - على الرغم من وجود إستثناءات - مع الفرد، وبالتالي فإن المساعدة التي يقدمها من المحتمل أن تعكس تحيزاً شخصياً. هناك حقيقة ذات علاقة بهذا الموضوع وهي أن المرشد النفسي ليست لديه عادة فكرة مسبقة عن الطريقة التي سوف يتصرف بها المسترشد. نظراً لعدم خبرته السابقة به لذا فإن المسترشد حر في تجربة أساليب جديدة من التصرف والإرتباط. هذا لا

يحدث في الغالب مع مقدمي المساعدة غير الرسميين، والذين من الممكن أن يتوقعوا الكيفية التي سوف يتصرف بها الشخص.

ثانياً، المرشد النفسي يقوده أو يوجهه أخلاقيات المهنة، أخلاقيات المهنة ومعايير الممارسة في الإرشاد النفسي (2005)، والذي صمم لحماية حقوق المسترشدين. على سبيل المثال، لا بد أن تُحاط المعلومات التي ينقلها المسترشد إلى المرشد النفسي بالسرية، إلا في الحالات المتطرفة، مثلاً، عندما يخطط المسترشد إلى إلحاق الأذى بنفسه أو بالآخرين. عندما يعرف المسترشد ذلك، فإنه ربما يشعر بالحرية في أن يشارك المرشد النفسي المتخصص في الأفكار والمشاعر أكثر من مقدم المساعدة غير الرسمي.

ثالثاً، بعد تحقيق علاقة الألفة، ربما يجد المرشد النفسي أنه من الضروري مواجهة المسترشد بقضايا أو موضوعات مؤلمة. أما مقدم المساعدة غير الرسمي، فربما يتفادى المواجهة ليتفادى تعرض الصداقة للخطر. وبهذه الطريقة، فإن مقدم المساعدة غير الرسمي ربما يحرم الشخص من الفرصة للتواصل مع، أو للاحتكاك مع مشاعره.

رابعاً، أما الفرق الأخير فيتمثل في ذخيرة إستراتيجيات الإرشاد، والأساليب المتاحة للمرشد النفسي المتخصص، وقدرته على الاستفادة من هذه الإستراتيجيات والأساليب لتعزيز نمو المسترشد. نظراً لأن مقدمي المساعدة غير الرسميين يفتقدون إلى التدريب الرسمي على الإرشاد النفسي، فإنهم لا يألفونه، ومن ثم فهم غير قادرين على الاستفادة من هذه الإستراتيجيات. بدلاً من ذلك، فإنهم يعتمدون على تقديم النصيحة كإستراتيجية رئيسية الرئيسية للمساعدة.

الصفات الشخصية لمقدم المساعدة الفعال Personal Qualities of Effective Helpers

تقدم صيغة المساعدة التي وضعها برامر (1999) نموذجاً معرفياً آخر للإجابة عن السؤال: "ما هو الإرشاد النفسي؟"

شخصية مقدم المساعدة + مهارات المساعدة = الظروف الميسرة للنمو - نواتج معينة.

تشير هذه الصيغة إلى أن إضافة بعض المهارات لشخصية المرشد أو المعالج والأساليب الإرشادية من الممكن أن تولد ظروف ميسرة للنمو. إن ما يميز هذه الظروف أو الحالات هو الشعور المتبادل بالثقة، والاحترام، والحرية بين المرشد النفسي والمسترشد (Brammer, 2000)، وعندما توجد هذه الظروف، فإن النتائج المرغوب فيها تظهر من العملية الإرشادية. إن صيغة المساعد تؤكد على أهمية شخصية مقدم المساعدة (Brammer, 2000). تشير الأدلة الواضحة إلى أن الصفات الشخصية للمرشد النفسي تلعب دوراً حاسماً في فعالية الإرشاد النفسي (Corey et al., 2007; Herman, 1993)

اقترح كومبس ورفاقه (Combs et al. 1969) أن الأسلوب الرئيسي في الإرشاد النفسي يتمثل في استخدام "الذات كأداة" للتغيير. بمعنى آخر، يستخدم المرشد النفسي شخصيته لإيجاد ونقل التشجيع للمسترشد، والاعتقاد فيه، والدعم له. كما علق روجرز (1981) أيضاً على أهمية الصفات الشخصية

للمرشد النفسي، فقد ذكر أن إدراك المسترشد لإتجاه المرشد النفسي أكثر أهمية من نظريات وطرق المرشد النفسي. وجهه نظر روجرز تؤكد على الحقيقة التي مؤداها أن المسترشدون يهتمون ويتأثرون بالأسلوب الشخصي للمرشد النفسي.

هناك عدة محاولات لتحديد الصفات الشخصية التي تعزز النتائج الإيجابية في الإرشاد النفسي. يشير سترونج (1968) إلى أنه يتم النظر إلى المرشدين النفسيين على أنهم خبراء، جذابين، ومحل ثقة. كما أن كورى ورفاقه (2003) على قناعة بأن المرشد النفسي الفعال يقدم نموذجاً موجِباً للمسترشدون من خلال انخراطهم الفعال في نموهم الذاتي، وتوسيع وعيهم الذاتي حيث ينظرون بأمانة إلى حياتهم واختياراتهم المرتبطة بالنمو والتنمية الشخصية. ووجد بوتلر ورفاقه (1994) بعض التأييد التجريبي للصفات الأخرى للمرشد النفسي، مثل السعادة الوجدانية، الإفصاح الذاتي، والتفاؤل.

من المنطقي القول بأن المرشد النفسي الفعال لا بد أن يكون نوع خاص من البشر. وفي الوقت نفسه، تشير الأدبيات إلى صفات أساسية معيَّنة هامة لعملية الإرشاد النفسي؟ وهي:

1- مشجع: صفة مشجع من أكثر الصفات أهمية في المرشد النفسي الفعال. فالمشجع يساعد المسترشدون على تعلم الإيمان بقدرتهم على النمو والتنمية. وقد كتب عدد من المرشدين النفسيين أتباع آلدن عن قوة التشجيع (Dinkmeyer & Losoncy, 1980).

2- فنان: إن المرشد النفسي الفعال يميل إلى أن يكون حساساً ومستجيباً لمسترشديه. إن صفة فنان توحى بأن المرشد النفسي مبدع، ومرن ويكيّف أساليب الإرشاد للاحتياجات الفردية للمسترشد. مثلما يقدم الفنان الحقيقي شيئاً عن نفسه لكل عمل يقوم بابتكاره، فإن على المرشد النفسي أن يبذل الوقت والجهد بسخاء في العملية الإرشادية.

3- ثابت عاطفياً: المرشد النفسي غير المتوازن عاطفياً يضر المسترشد أكثر من نفعه. لسوء الحظ، بعض المرشدين النفسيين يدخلون مهنة الإرشاد النفسي من أجل التعامل مع مشكلاتهم الخاصة، فهؤلاء المرشدون النفسيون ربما يحاولون الوفاء بإحتياجاتهم الخاصة على حساب مسترشديهم. ذهب لانجر (1985) إلى أبعد من ذلك حيث يقترح بأن عدد كبير من المسترشدون يقضون جهداً كبيراً في التكيف للمزاج المتقلب لمرشديهم النفسيين. في بعض الحالات، قد يعتقد المسترشدون أنهم لا بد أن يقدموا الإرشاد النفسي المؤقت للمرشد النفسي (Langs, 1985). فالمرشد النفسي غير الثابت سوف يضيع الوقت الثمين، وأيضاً يحدث الحيرة وعدم الشعور بالأمان داخل المسترشد.

4- متعاطف مهتم: المرشد النفسي الفعال يهتم ويرعى الآخرين ولديه الرغبة في مساعدتهم لتحقيق إحتياجاتهم. كما أن المرشدين النفسيين الفعالين لديهم احساس بمشاعر الآخرين ويمكنهم إبداء تفهماً لكفاحهم من أجل الحياة. فالمسترشدون يمرون بخبرة الشعور بالدعم والتأييد من هؤلاء المرشدين النفسيين، وهذا يمكن أن يساعد المسترشد على أن تكون لديه الشجاعة لمواجهة الحياة بواقعية، ويستكشف الإتجاهات أو الإحتمالات الجديدة.

5- **الوعي الذاتي:** إن صفة الوعي الذاتي لدى المرشد النفسي تمكنه من أن يصبح على وعي بنواحي القصور لديه. كما أن الوعي الذي يمكن أن يساعد المرشد النفسي في مراقبة احتياجاته بحيث يشبع هذه الاحتياجات بطريقة لا تتداخل مع العملية الإرشادية. الوعي الذاتي يحتاج من المرشد النفسي جهداً مستمراً. هناك طرق عديدة يمكن للمرشد النفسي من خلالها أن يعزز الوعي الذاتي لدية، وتشتمل هذه الطرق على استخدام أساليب التأمل، وأخذ الوقت اللازم للتفكير والتدبير.

فيما يبدو أن الوعي الذاتي يرتبط بعدد من المفاهيم الأخرى ذات الصلة بالذات، مثل التقبل الذاتي، تقدير الذات، الإدراك الذاتي. ومن هذا المنظور، فإنه كلما أصبح الناس أكثر وعياً بذواتهم، كانوا في موقع أفضل لقبول ذاتهم. إن التقبل الذاتي يمكن أن يؤدي إلى تعزيز صورة الذات، أو تقدير الذات، والذي بدوره يحرر الشخص لينتقل إلى الإدراك الذاتي.

6- **التقبل الذاتي:** يفترض التقبل الذاتي أن يكون المرشد النفسي راض عن نفسه. ويعمل على تعزيز نموه وتتميته الشخصية.

7- **تقدير الذات الإيجابي:** إن تقدير الذات الإيجابي من الممكن أن يساعد المرشد النفسي على مواجهة الحياة المهنية والشخصية، ويحافظ على الثبات العاطفي لديه أيضاً المرشد النفسي الذي لا يشعر بالإيجابية نحو نفسه ربما يبحث عن المناحي السلبية لدى المسترشدين. هؤلاء المرشدون النفسيون ربما يحاولون إهانة المسترشد لتعويض صورة الذات لديهم.

8- **الإدراك الذاتي:** يمثل الإدراك الذاتي رحلة إلى النمو والإكتشاف الشخصي. مُقدّم المساعدة الفعال يسعى في اتجاهات جديدة، ويستكشف آفاقاً جديدة. وأثناء قيامة بذلك، فإنه يدرك أن النمو يحتاج إلى التزام، ومخاطرة، ومعاناه. وفي هذه العملية، يُقدم النموذج للمسترشدين بحيث يعلم المرء أن عليه أن يتسع من أجل النمو. المرشدون النفسيون يرحبون بخبرات الحياة ويتعلمون منها. إن حماسة المرشد النفسي للحياة يمكن أن يخلق الطاقة والتفاؤل، واللذان بدورهما يقويان ويخلقان الأمل لدى المسترشد.

9- **الإفصاح الذاتي:** المرشدون النفسيون الفعالون مُفتحون بشكل بنّاء على الأفكار والمشاعر. عندما يقوم المرشدون النفسيون بنمذجة الإنفتاحية، فإنهم يشجعون مسترشديهم على أن يكونوا منفتحين. هذه الصراحة الناتجة عن ذلك من الممكن أن تكون حاسمة، وضرورية لعملية الإرشاد.

10- **شجاع:** على الرغم من أهمية أن يرى المسترشدين مرشديهم النفسيين على أنهم أكفاء، فإن المرشد النفسي ليس بكامل ولا يمكن أن يكون كذلك. بدلاً من ذلك، فإن عليه أن يحاول نمذجة الشجاعة ليكون غير كامل (Nystul, 1979 c) فالمرشدون النفسيون الذين لديهم الشجاعة للتصريح بمناحي الضعف، بالإضافة إلى مناحي القوة يكشفون عن صورة حقيقية عن ذاتهم. كما أنهم يمثلون نظرة واقعية عن الحالة الإنسانية، ويمكنهم مساعدة المسترشدين على تجنب الهزيمة الذاتية، والميول الكمالية. هناك وجه آخر للشجاعة حتى لا يكون الفرد تاماً أو مكتملاً وهي الرغبة التي لدى المرشد النفسي للبحث في طلب الخدمات الإرشادية لنفسه إذا دعت الحاجة لذلك. لا ينبغي أن يستشعر المرشدون النفسيون أنهم "كماليون"، ليس لهم حاجة للإرشاد النفسي، أو ينمّون اتجاهها هابطاً عن

الإرشاد النفسي ينتج عنه النظر إلى المسترشدون نظرة دونية. إن الحصول على الإرشاد النفسي يمكن أيضاً أن يساعد المرشد النفسي على فهم معنى أن يكون في موقف المسترشد، مما يساهم في فهم أفضل للعملية الإرشادية.

11- صبور : صفة "صبور" صفة جيدة وذات قيمة كبيرة في العملية الإرشادية. إن مساعدة شخص ما على التغيير عملية معقدة، وتحتاج إلى جهد كبير. ربما يحقق المسترشدون بعض التقدم، ثم يحدث لهم نكوص إلى العادات القديمة، ومن ثم ينبغي أن يكون المرشد النفسي صبور.

12- لا يصدر الأحكام بناء على آراءه الشخصية: ينبغي أن يكون المرشد النفسي حذراً، وألا يفرض قيمة، ومعتقداته على المسترشد، على الرغم من أنه قد يرغب في بعض الأوقات أن يعرض على المسترشد أفكاراً جديدة. إن الإحجام عن إصدار الأحكام بناءً على الآراء الشخصية لإحترام المسترشد، وإعطائه الفرصة لتحقيق قدراته الفريدة.

13- تحمل الغموض: من الممكن أن يرتبط الغموض بفن الإرشاد النفسي. على سبيل المثال، لا يعرف المرشد النفسي بشكل أكيد ما هو الأسلوب الأفضل ليستخدمه مع المسترشد أو ما تم تحقيقه أو إنجازته بالضبط أثناء جلسة الإرشاد. على الرغم من أن علم الإرشاد النفسي يساهم في فهم الموضوع لعملية الإرشاد، إلا أنه ينبغي أن يكون المرشد النفسي قادراً على تحمل بعض الغموض.

14- الروحانية: إن الروحانية تقدّر قيمة مخاطبة البعد الديني - الروحاني في عملية المساعدة. تشتمل خصائص الروحانية على أن يكون المرشد النفسي حساساً للقضايا الدينية - الروحانية لديه ولدى الآخرين (مثل مفاهيم الأخلاق والروح)، وأن يكون قادراً على العمل من العالم الروحاني كعالم يختلف عن العالم المادي.

مهنة المساعدة The Helping Profession

من الممكن أيضاً فهم الإرشاد النفسي ضمن السياق العام لمهن المساعدة. إن مصطلح مهن المساعدة يشتمل على مجالات مهنية عديدة، منها علم النفس، الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، علم الأمراض النفسية، وكل منها يتميز ببرامجه التدريسية الفريدة، والمتخصصة. وقد تتشابه الخدمات المقدمة في بعض المجالات مثل الإرشاد النفسي، والعلاج النفسي.

غالباً ما يعمل العاملون في مهن المساعدة معاً ضمن فريق. على سبيل المثال، المرشد النفسي المدرسي، والأخصائي النفسي المدرسي يقدمان الخدمات الإرشادية في المواقع المدرسية. المتخصصون في الأمراض النفسية، والمرضة في الأمراض النفسية، والأخصائي الاجتماعي في الأمراض النفسية، والأخصائي النفسي، ومرشد الأمراض العقلية يندمجون معاً لتقديم خطة علاجية شاملة في مداخل الصحة العقلية.

جدول (2) يقدم استعراضاً لمتطلبات الدرجة، المهارات المتخصصة، مراكز العمل لأعضاء مهنة المساعدة.

الإرشاد النفسي: الماضي، الحاضر، المستقبل

AND FUTURE ، PRESENT.COUNSELING: PAST

خضعت مهن المساعدة للتطور الديناميكي. هذا الجزء يصف بعض الأفراد والأحداث الرئيسية، وكذلك المحاولات الرئيسية للتنبؤ ببعض الاتجاهات المستقبلية للإرشاد النفسي.

جدول (2) أنواع مقدمي المساعدة			
موقع العمل	المهارات والمسؤوليات	الدرجات والتراخيص المطلوبة	نوع المساعدة
مراكز الصحة النفسية، المستشفيات، المراكز الإرشادية الخاصة	استخدام استراتيجيات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي	درجة الماجستير في الإرشاد النفسي أو مجال مرتبط به.	مرشد الصحة النفسية
العيادات الخاصة	إرشاد الطفل، الأسرة، الأزواج	ماجستير في إرشاد الطفل، الأسرة، والزواج، أو أي مجال ذي صلة	مرشد الأزواج، الطفل، الأسرة
معظم العمل في المستشفيات ووكالات الخدمات الإجتماعية.	الإرشاد النفسي، والعلاج النفسي، عادةً من منظور أسرى، المعرفة عن خدمات الأمراض النفسية، القدرة على تقديم المساعدة من خلال الخدمات الإجتماعية (الطعام، المأوى، الرعاية في الروضة)	ماجستير في العمل الإجتماعي .	الأخصائي الإجتماعي للأمراض النفسية
والبعض لهم ممارساته الخاصة	الإرشاد النفسي والعلاج النفسي من منظور ديني، البعض يركز على القضايا التي تحافظ على الزواج والأسرة .	ماجستير في الإرشاد النفسي أو أي مجال ذي صلة .	المرشد النفسي الديني
المستشفيات والمراكز ذات الصلة بها	الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، القياس والإختبارات النفسية، المتخصص في الصحة العقلية.	دكتوراه الفلسفة في التربية، أو علم النفس .	الأخصائي النفسي الكلينيكي

الطبيب النفسي	درجة طبية، و3-4 سنوات تدريبية في الطب النفسي في برنامج إقامة تامة. كل الولايات تتطلبها.	علاج الاضطرابات العقلية الخطيرة، تتطوي دائماً على استخدام العلاجات الطبية، بعض مهارات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي، والإستشارة، والإشراف على أخصائي الصحة النفسية.	مراكز الإرشاد النفسي، مراكز الصحة العقلية، المستشفيات، والعيادات الخاصة
ممرض الطب النفسي	درجة في التمريض.	المساعدة في العلاج النفسي للإضطرابات النفسية من خلال مراقبة العلاج الدوائي وتقديم الإرشاد النفسي والعلاج النفسي	المستشفيات، مراكز الصحة النفسية.
المُرشد النفسي المدرسي	درجة الماجستير في الإرشاد النفسي . شهادة في الإرشاد النفسي المدرسي	الإرشاد النفسي الشخصي والحياتي والإستشاري مع هيئة المدرسة والوالدين	
الأخصائي النفسي المدرسي	درجة الماجستير في علم النفس المدرسي أو المجال ذي الصلة .	الاختبارات النفسية، الإرشاد النفسي، الاستشارة	

الإرشاد النفسي من المنظور التاريخي Counseling from a Historical Perspective

أرجع كوتلر و براون (2000) أصول الإرشاد النفسي إلى العديد من العلماء الذين قدموا تفسيرات في الحالة الإنسانية والذين مازالوا يؤثرون في تطوّر الإرشاد النفسي والممارسة العيادية الحديثة.

- إبقراط (عام 400 قبل الميلاد). أعدّ نظام التصنيف للمرض العقلي وأنواع الشخصية.
- سقراط (عام 400 قبل الميلاد) أفترض أن الوعي الذاتي أنقى حالة للمعرفة.
- أفلاطون (عام 350 قبل الميلاد) وصف السلوك الإنساني كحالة داخلية.
- أرسطو (عام 350 قبل الميلاد) قدّم منظوراً نفسياً للوجدانيات، بما فيها الغضب.
- س. ت. أوجستين (عام 400 بعد الميلاد) رأى أن الاستبصار ضروري للتحكم في الوجدانيات.

- ليورانندو دافنشي (عام 1500) وصف الحالة الإنسانية بلغة الفن والعلم.
- شكسبير (عام 1600) أبتكر شخصيات معقدة من الناحية النفسية في أعماله الأدبية.
- فيليب بينيل (عام 1800) وصف الحالات غير العادية بلغة الذهان والعصاب.
- أنتون ميسمر (عام 1800) استخدم التتويم المغناطيسي لعلاج الحالات النفسية.
- تشارلز دارون (عام 1850) افترض أن الفروق الفردية تشكلها الأحداث الإرتقائية المرتبطة ببقاء المخلوقات.
- سورن كيركيجار (عام 1850) ربط الافكار الوجودية بالمعنى الشخصي للحياة.

كما أن هناك عدد من الأفراد البارزين الذين قدموا إسهامات فريدة ومستمرة لمهنة الإرشاد النفسي. من الممكن أن تكون أعمال فرويد، ألدنر، وينج (أنظر الفصل السابع) قد قدمت الأساس لممارسة العيادية الحديثة، هؤلاء الثلاثة - الذين درسوا معاً في فينينا عام 1900، قدم كل منهم مدرسة فريدة في الإرشاد والعلاج النفسي، فقد طوّر فرويد التحليل النفسي، والذي يؤكد على دور الجنس في نمو الشخصية. أما ألدنر، فقد طوّر مدرسته الفريدة في علم النفس والذي يُطلق عليها علم النفس الفردي، والتي تؤكد على دور الاهتمامات الاجتماعية في الصحة النفسية. أما ينج، فمعروف بإنشاءه مدرسة علم النفس المسماه علم النفس التحليلي. لقد تأثرت أعمال ينج بأفكار عديدة من أفرع العلاج بما فيها اللاهوت، الفلسفة والأنثروبولوجي، وتشير نظريته لتعريفها على اللاشعور الجمعي، والذي يشير إلى أن الناس يشتركون في بعض الذكريات المألوفة.

كما أن هناك العديد من مدارس الإرشاد الأخرى التي ظهرت منذ الأعمال الرائدة لفرويد، ألدنر، وينج. ربما يكون روجرز - أكثر من غيره - قد أثر في نمو المداخل الإرشادية المعاصرة. فقد أسس مدخله الذي يركز حول الشخص على الإيمان بقيمة الفرد (Rogers, 1981)، وقد لاقى تأييداً كبيراً في وسط مهن المساعدة. ولروجرز تأثير كبير في نمو القوة الثالثة - أو مدرسة الإرشاد النفسي والعلاج النفسي الإنسانية. كما أن هناك نظريات أخرى في الإرشاد النفسي لاقت استحساناً وذاع صيتها، وهي المعرفية السلوكية، والتي طوّرها آلبرت إليس (1994) وآرون بيك (1993). هذه المداخل لاقت ترحاباً من منظمات الرعاية الصحية لأنها تركز على التخفيف من حدة الأعراض (مثل القلق، والإكتئاب)، ويمكن إنجازها في فترة زمنية محدودة.

هناك أيضاً اتجاهات حديثة في الإرشاد النفسي وتظهر في النظريات ما بعد المعاصرة للبنائية (Mahoney, 1995a)، والبنائية الاجتماعية (Gergen, 1999b)، والمداخل التي تركز حول الحل (de shazer, 1994)، والعلاقات ذات الدعم التجريبي (Norcross & Hill, 2003). هذه النظريات قد احدثت فرصه لنقله نوعية في الإرشاد النفسي. كما أن المداخل التي تركز حول الحل قد أوجدت،

وأحدثت قوة للتحوّل النموذجي من خلال تركيزها على القدرات والحلول مقابل المشكلات، والضعف، وأسباب الاضطرابات.

الأحداث التاريخية الرئيسية: هناك العديد من الأحداث الهامة في تاريخ وإرتقاء الإرشاد النفسي. من بين هذه الأحداث حركة التوجيه المهني، حركة الإختبارات النفسية، حركة الصحة النفسية، والقوانين التشريعية الرئيسية. لقد كانت لحركة التوجيه المهني جذورها في جهود فرانك بارسونز، وهو تربوي من بوسطن، وبدأ العمل المهني عام 1908. لقد كان بارسونز على قناعة بأن الفرد الذي يأخذ وقته لاختيار المهنة من المحتمل أن يحقق نجاحاً، ويحصل الرضا عن العمل (Brown & Brooks., 2002). ومن ثم ظهر الإرشاد النفسي في العمل والذي يركز على مساعدة المسترشدون في استكشاف قدراتهم الفريدة في علاقتها بعالم العمل ٤٩.

يمكن أن تعود حركة الإختبارات إلى فرانسيس جالتون، وهو عالم بيولوجيا، ودراسته عن الوراثة. فقد أعدّ جالتون اختبارات بسيطة لتمييز خصائص الأفراد المرتبطين وغير المرتبطين وراثياً (Anastasi, 1997) هناك أيضاً آخرون لهم إسهامات جلية في حركة القياس. فقد وضع جيمس كاتل مفهوم القياس العقلي في عام 1890 (Anatasi & Urbau, 1997). كما أعد ألفريد بينيه القياس الأول للذكاء في عام 1905.

ولقد لعبت الحرب العالمية الأولى، والحرب العالمية الثانية أدواراً هامة في حركة القياس. إن حاجة الجيش إلى تصنيف المتطوعين لبرامج التدريب قد نتج عن إعداد إختبارات القدرة والذكاء، ومن أمثلتها إختبارات الحرب العالمية الأولى "ألفا"، و "بيتا"، وإختبار التصنيف العام للحرب العالمية الثانية. بعد الحرب العالمية الثانية، أصبح استخدام الإختبارات معروفاً في إنحاء المجتمع الأمريكي وبعد فترة من الزمن أصبحت جزءاً تكملياً للنظم المدرسية العامة. كما أُستخدمت الإختبارات في العديد من المواقع الأخرى، بما فيها خدمات الصحة النفسية، ووكالات التوظيف أثناء الستينات، انحصرت حركة الإختبارات إلى حد ما عندما إتضح أن بعض الإختبارات تعكس تحيزاً ثقافياً (Min-ton & Schneider., 1981). ومنذ ذلك الوقت، تطورت حساسه متزايدة للقضايا الثقافية أدت إلى تطور في الإختبارات من حيث اللغة والاستخدام والبنية. ظهرت حركة الصحة النفسية كنتيجة لقوى عديدة. ففي عام 1908، كتب كليفورد بيرز : العقل الذي وجد نفسه، يصف فيه رعبه في ثلاث سنوات قضاها كمرضى في مستشفى للأمراض العقلية. وبعد ذلك أسس بيرز مجتمع الصحة النفسية، والذي كان له دور في التشجيع على البرامج العلاجية الشاملة للمرضى النفسيين (Baruth & Robinbinson., 1987).

هناك عامل آخر رئيسي في حركة الصحة النفسية وهو نمو العلاجات الدوائية في عام 1952، والتي كان لها دور في علاج الاضطرابات الخطيرة مثل الفصام (Robinson & Seligman., 1995) أما اليوم، فمن غير المؤلف لمرضى الأمراض النفسية أن يبقوا في المستشفى لأكثر من أسبوعين.

على الرغم من أن العلاجات الدوائية لا تعالج الإضطرابات النفسية، إلا أن بإمكانها ضبط الأعراض إلى الحد الذي يمكن عنده للفرد أن يؤدي دوره في المجتمع. لسوء الحظ، من الصعب إعداد برامج متابعة فعالة لمرضى الأمراض العقلية بعد شفائهم.

الاتجاهات المعاصرة Present Trends

هذا الجزء يحاول التنبؤ بالاتجاهات التي سوف يأخذها الإرشاد النفسي في المستقبل، حيث سيغطي اتجاهات معاصرة في البحوث، والأخلاق، والإرشاد النفسي متعدد الثقافات، والخدمات المتعلقة بالصحة النفسية، والعلاجات المثبتة بحدوثها وتجريبياً، والإرشاد النفسي المتمركز حول الحل، والإضطرابات العقلية، وما بعد المعاصرة والروحانية، والإرشاد النفسي من خلال الإنترنت، والتكنولوجيا، والطلاب الإشكاليين - المضطربين.

البحوث: قدّم جيلسو و فسينجر (1990) مراجعة شاملة لبحوث الإرشاد النفسي التي تم إجراؤها أثناء الثمانينات. فقد ذكر أن هذا العقد من الزمن يتسم بالاهتمام الكبير بالمناهج البحثية البديلة التي تدمج المنهجيات التي تقوم على العمل الميداني، وقليل من المنهجيات التي تقوم على العمل المعملّي أو المختبري. فقد رأى جيلسون & فسينجر أن الاهتمام بالتصميمات البحثية البديلة سوف يستمر.

فيما يبدو أن نموذج العالم-الممارس-الذي يؤكد على أهمية أن يدمج الإكلينيكيون البحوث العلمية في الممارسة العيادية قد فقد شعبيته (Stricker & Trierweiler, 1995). كما أن الفصل للعلم عن الممارسة لم يحدث بسبب عدم اهتمام الممارسين ولكن انبثق من الآراء التي تشير إلى أن البحوث تميل إلى أن تكون قليلة الاستخدام أو قليلة الارتباط بالممارسة اليومية للمرشدين النفسيين (Edelson, 1994 & Havens, 1994). يشير مالينج و هوارد (1994) إلى أن الملخصات الإحصائية المرتبطة بالبحوث الكمية قليلة النفع بالنسبة للمرشدين النفسيين الذين يسعون من أجل القضايا الفردية للمسترشدون. ومع ذلك فإن البحوث البديلة (النوعية) تلاقى اهتماماً كبيراً. هذه البرامج البحثية البديلة تميل إلى التركيز على استخدام المقابلات الشخصية مع المسترشدين لاكتشاف المعلومات ذات الصلة الإكلينيكية (وهي موازية للإرشاد النفسي).

حديثاً ظهرت تصميمات بحثية ذات طرق مختلفة كمحاولة لدمج البرامج البحثية الكمية والكيفية (Hanson, et al., 2005). تسمح تصميمات الطرق المختلطة بجمع البيانات، وتحليلها من جوانب متعددة، وبالتالي توسع من آفاق الاستفسار العلمي، كما أنها تدرك قيمة الأبعاد الموضوعية والشخصية، ومن خلال ذلك تعكس مفهوم الإرشاد النفسي كفن وعلم وهو ما نسعى لإثباته في هذا الكتاب.

القضايا الأخلاقية - القانونية: يذكر لورنيس & كوربيوس (2000) أن القضايا الأخلاقية - القانونية التي تتعلق بإرشاد القاصرين قد ظهرت ولاقت اهتماماً. إن الإرشاد النفسي للأطفال والمراهقين له خصوصيته ويحتاج إلى كفاءات فريدة - مثل اتخاذ القرارات الأخلاقية / القانونية - في الممارسة العيادية. كما أن القضايا الأخلاقية - القانونية ذات الصلة بالسرية، والإخبار عن إساءة معاملة الأطفال وإهمالها تمثل تحدياً خاصاً للمرشد النفسي. بالإضافة إلى ذلك، فإن السرية أصبحت قضية فريدة عند إرشاد القاصرين، كما أن القوانين تتباين فيما يتعلق باختلاف الأماكن، والقضايا الأخلاقية. ومن ثم، ينبغي أن يكون المرشد النفسي على وعي بهذه المعلومات لتحديد الحقوق التي تتعلق بسرية المعلومات، وكيف أن هذه القضايا تؤثر على العملية الإرشادية.

الإرشاد النفسي متعدد الثقافات: يمكن اعتبار الإرشاد النفسي متعدد الثقافات القوة الرابعة في علم النفس، بعد الإتجاه السيكودينامي، الإتجاه الوجودي - الإنساني، والاتجاه المعرفي السلوكي (Sue et al., 1996, Pedersen, 1991a). إن الإرشاد النفسي متعدد الثقافات موجّه نحو إعادة صياغة المفاهيم في النظرية والممارسة للإرشاد النفسي التقليدي. ومن هنا يرى سو ورفاقه (2008 a) أن الإرشاد النفسي متعدد الثقافات قد أصبح مؤخراً يحتل مركز الوسط في مهنة الإرشاد النفسي.

لقد تم تحديد السمات المميزة لممارسة الإرشاد متعدد الثقافات والمرتبطة بمدى واسع من المتغيرات ذات الصلة بالمرشد النفسي والمسترشد، بما في ذلك الوعي الذاتي للمرشد النفسي، والمعرفة الثقافية، وتدخلات المرشد النفسي، والحساسية للثقافة (Arredondo et al., 2008) وهذا ما يبرر الحاجة لوجود العديد من الدراسات التي تبحث في المتغيرات المرتبطة بالإرشاد متعدد الثقافات.

الخدمات المنظمة للصحة النفسية:

بدأت الخدمات المنظمة للصحة النفسية الناجحة في أواخر الثمانينيات (Freeman, 1995)، ومازالت مستمرة كجزء رئيسي من الرعاية الصحية المعاصرة. تركز الرعاية الصحية الناجحة على إدارة الرعاية وليس على إدارة الأرباح (Freeman, 1995)، وهناك العديد من المنظمات والجمعيات المعنية بتنظيم هذه الخدمات وبالتالي من الأهمية بمكان لممارسي مهن المساعدة والمرشدين تحديداً أن ينتسبوا إلى هذه المنظمات حتى يصبحوا جزءاً من نظام الرعاية الصحية ويصبحوا قادرين على تقديم الخدمات.

بعض الاهتمامات الرئيسية الناتجة عن حركة الرعاية النفسية الناجحة تشمل على عدد الزيارات (عدد من 3-7 جلسات)، مشكلات السرية، تفكك الشخصية، التدريب محل الشك للأفراد الذين يشخصون مشكلات الصحة النفسية، والقيود المفروضة على اختيار مقدمي خدمات الصحة النفسية (Solomon, 1996). أشارت نتائج دراسة روبرت & بيرد (2004) أن الرعاية النفسية الناجحة مصدر ضغط على الممارسين، خصوصاً بالنسبة إلى العمل الورقي والقيود الخارجية، مثل قضايا تعويض النفقات. كما أن درجة الاشتراك في الرعاية مرتبطة أيضاً بالضغط والاحتراق النفسي حيث يكون المشتركون في الرعاية النفسية عرضة للاحتراق النفسي المرتبط بالضغط.

العلاج المثبت تجريبياً : لاحظ نوركروس & هيل (2003) حركة دولية في مهن الرعاية الصحية نحو العلاجات المثبت تجريبياً. لقد أدركت منظمات الرعاية النفسية ميزات التدخل المؤيدة تجريبياً كوسيلة لتحديد السياقات العلاجية المعتمدة، والمرتبطة بحالات تشخيصية معينة (Wampold et al., 2002). حاول قسم علم النفس العيادي في الجمعية الأمريكية لعلم النفس تحديد والتعرف على العلاجات المؤيدة تجريبياً، كاقتراحات للعلاج في بعض اضطرابات الصحة النفسية، وتوصيل هذه المعلومات إلى الآخرين، وإلى أعضاء لم يقس مهن المساعدة، إلا أن هناك نقاشات خلافية تتعلق بالأدلة على فعالية هذه العلاجات (Wampold et al., 2002). ونتيجة لذلك، ظهرت نماذج عديدة لتقييم النماذج أو الصور العلاجية.

على سبيل المثال، حدد وامبولد ورفاقه (2002) سبعة مبادئ يمكن استخدامها لمراجعة الأدلة على التدخلات المؤيدة تجريبياً - اقترح شواليز (2003) أن تقييم العلاقات المؤيدة تجريبياً ينبغي أن يتسع ليشتمل مراعاة واعتبار القضايا الفلسفية، والسياسية، والاجتماعية. ذكر نوركروس و هيل (2003) أن حركة العلاجات المؤيدة تجريبياً لا بد من ايصالها إلى المعالجين بأسلوب لطيف (سهل الوصول إليه، وسهل الاستيعاب، وسهل التطبيق). كما اقترح موراي أيضاً ضرورة تقديم تأكيداً إضافياً في البحوث التطبيقية ضمن برامج تعليم المرشدين النفسيين.

فيما يبدو أن العلاجات المؤيدة تجريبياً واعدة لخدمات الصحة النفسية. فمن الممكن أن تعزز المسؤولية التربوية، وتقدم سياقاً مميزاً لبحوث وتنمية علاجات الصحة النفسية. ينبغي أيضاً أن تشتمل الإستراتيجيات البحثية المستقبلية التي تتعلق بالعلاجات المؤيدة تجريبياً على مراعاة أو اعتبار العوامل الإنسانية مثل العلاقة الإرشادية.

علم النفس الإيجابي: يؤكد علم النفس الإيجابي على دور القدرات والوجدانيات الموجبة مثل السعادة، الأمل، التدفق، والتسامح على السعادة النفسية (Harris et al., 2007)، فهو يمثل نقلة من التأكيد على أسباب المرض إلى السعادة النفسية ومن المشكلات إلى الحلول. يوصي هاريس ورفاقه (2007) بأن على المرشد النفسي مراعاة علم النفس الإيجابي عند صياغة أهداف الإرشاد النفسي. كما يشجع المرشد النفسي على استخدام لغة القدرات والحلول عند صياغة التدخلات (مثلاً: سؤال الطفل "ماذا سيقول لك المدرس عندما تقوم بواجباتك في وقتها؟") هناك علاقة وثيقة بين اتجاهات ما بعد المعاصرة في علم النفس مثل علم النفس الروائي، وعلم النفس الإيجابي بتعزيز التنبؤ بالنجاح.

الإرشاد النفسي ذو الحلول المختصرة: يبدو أن حركة الإرشاد النفسي ذات الحلول المختصرة تلاقي رواجاً كبيراً. إن ضغوط الميزانية، الزمن والتحول نحو الرعاية المضبوطة قد ساهم في هذا الاهتمام. يتم الآن إعادة تفسير كثير من نظريات الإرشاد الرئيسية من منظور الإرشاد النفسي ذي الحلول المختصرة (Friedman., 1997). بالإضافة إلى ذلك، بعض نماذج الإرشاد النفسي الموجز تركز

على حل المشكلات (Nystul, 1995)، في حين تركز أخرى على الحل (de shazer, 1994). تقدم نماذج الإرشاد النفسي الموجز اتجاهاً لإعادة صياغة مفاهيم نظريات الإرشاد النفسي. ما من شك في أن الاتجاه نحو الإرشاد النفسي الموجز المتمركز حول الحل، وعلم النفس الإيجابي سوف يلعبان دوراً رئيسياً في مستقبل الإرشاد النفسي.

الاضطرابات العقلية: وضع ياجر (1989) وبينيكس ورفاقه (1989) تصورات عن تأثير التطورات العلمية في العلوم على تشخيص علاج الاضطرابات العقلية. هذه التصورات مستمرة في التنبؤ - بدقة - بالاتجاهات المستقبلية. نعرض فيما يأتي ملخصاً لهذه التصورات:

- تلعب الجينات دوراً هاماً في تشخيص وعلاج الاضطرابات العقلية. على سبيل المثال، من الممكن أن يستخدم العلماء الهندسة الوراثية لتغيير البنية الوراثية " الجينية " للوقاية من، أو علاج الاضطرابات العقلية، مما يمكن الممارسين من تحديد والتعرف على الأطفال المعرضين لخطر نشوء الاضطرابات العقلية.

- سوف يكتسب علماء الأعصاب البيولوجيين فهماً أكثر تعقيداً عن دور الناقلات العصبية، أو العوامل التي تسهل التواصل بين الأعصاب، في نمو وعلاج الاضطرابات العصبية.

- الباحثون في مجال علم النفس الدوائى سوف يمتون علاجات دوائية أكثر فعالية، ذات آثار جانبية قليلة لعلاج الاضطرابات العقلية. سوف يقوم العلماء أيضاً بتطوير علاجات دوائية جديدة تعالج بنجاح الاضطرابات العقلية التي لم تكن مستجيبة للأدوية. ومن أمثلة ذلك اضطراب المواد المسكرة بما فيها الكحوليات، واضطرابات الشخصية، والاضطرابات الجنسية.

- علماء البيولوجيا الاجتماعية سوف يحددون العوامل التي تحفز ظهور الاضطرابات العقلية. التطورات في تكنولوجيا الحاسب سوف تمكن الإكلينيكين من الاستخدام الأفضل للكمبيوتر في تشخيص وعلاج الاضطرابات العقلية.

- النظرة المستقبلية: النظرة المستقبلية مستمر في التأثير على تطور نظرية الإرشاد النفسي، وكذلك البحوث، والممارسة. تشير هذه النظرة إلى أن الحقيقة، المعرفة، والواقعية تظهر من الناحية السياقية بلغة القوى الاجتماعية، والثقافية، والسياسية، والقوى الأخرى، التي من الممكن أن يكون لها تأثير على الخبرة الشخصية. ومن ثم فإن النظرة المستقبلية تبدو على أنها تقدم فرصاً لدمج قضايا التنوع مثل دور الثقافة، والقوى الاقتصادية في الإرشاد النفسي والصحة النفسية. كما أنها ترتبط بوجهة النظر المتطورة عن الذات (Gergen . , 1994b) (Smith , 1994). فهي تقترح حركة بعيدة عن الذات المستقلة التكاملية إلى النفس الاجتماعية التي تتسع إلى أبعد من الفرد لكل سمات المجتمع.

الاتجاهات المستقبلية ترتبط بظهور نظريتين في علم النفس (البنائية، البنائية الاجتماعية)، اللتين لهما أثراً رئيسية في إعادة الصياغة المفاهيمية لعملية الإرشاد النفسي. تؤكد البنائية

(Mahoney,1988) على دور المعرفة في تفسير الأحداث الخارجية، بينما تؤكد البنائية الاجتماعية (Gergen,1944B) على تأثير القوى الاجتماعية في بناء الواقع. كلا النظريتين يدركان الدور الذي تلعبه الروايات في ابتكار قصص يستخدمها الأفراد في تحديد المعنى الشخصي في الحياة. فيما يبدو أن الاتجاهات المستقبلية تقدّم فرصاً متعددة لبناء النظرية، خصوصاً في دمج قضايا التنوع في الإرشاد النفسي. تبغي دراسة آثار هذين الاتجاهين الجديدين من خلال البحوث لتحديد دورهما الإيجابي.

- الروحانية : إن إدراك الروحانية في الإرشاد النفسي اتجاه بارز في الإرشاد النفسي (Richards & Bergen,1997,2004).

هناك عدد من العوامل التي لها دور في الاهتمام المتزايد بالمجال الروحاني للإرشاد النفسي. يمكن تعريف الروحانية بأنها خاصية إنسانية عامة تظهر في البحث عن المعنى في الوجود (Hasse et al.,1992, Ingersoll,1995)، حيث يقدّم الدين البناء الذي من خلاله يمكن التعبير عن الروحانية. مع الأخذ في الاعتبار أن الروحانية ظاهرة واسعة الانتشار لذلك على المرشدين النفسيين أن يدركون أهميتها في عملية الإرشاد النفسي (Miranti & Burke,1995).

من الممكن أن تكون الروحانية قوى هامة في كل مراحل عملية الإرشاد النفسي، من تكوين العلاقات، مروراً بالتقويم، ووضع الأهداف، والعلاج (Richards & Bergen, 1997). كما أن المنظور الروحاني يتفق مع الحركة نحو الإرشاد النفسي ذي الحلول الموجزة. على سبيل المثال، من المؤلف أن يلجأ الناس إلى الصلاة، وإلى الله أثناء أوقات الحاجة لاكتساب القوة والدعم في العلاج (Miranti & Burke,1995). يشير كثير من المسترشدون إلى عدم قدرتهم على الحصول على المساعدة بفعالية إلا إذا تم مخاطبة القضايا الروحانية لديهم (Richards & Bergin, 1997, 2004, Shafranske, 1996). بالإضافة إلى ذلك، هناك أدلة على أن الصحة الروحانية تلعب دوراً هاماً في الصحة الجسمية والنفسية، والسعادة النفسية (Bergin,1991,Richards,2004). هذه الدراسات تعطي الروحانية المصداقية العلمية التي سوف تساعد في هدفها في مجال الإرشاد النفسي.

الإرشاد النفسي عبر الإنترنت: الإرشاد النفسي عبر الإنترنت وسيلة مألوفة ومحبية لتقديم الخدمات الإرشادية (Wiggins - Frames,1998). من الممكن أن يتخذ الإرشاد النفسي على الإنترنت أشكالاً عديدة، ولكن يغلب عليه إعداد أو إنشاء المرشد النفسي موقعاً على الشبكة مثل المركز النفسي (Hannon,1996). هذه المواقع يتم من خلال البريد الإلكتروني، حيث يقوم المسترشد بإرسال أسئلة لا تزيد عن 200 كلمة للمرشد النفسي، ويستجيب المرشد النفسي خلال من 1-3 أيام (Wiggins - Frames, 1998). حدد هالي (2005) عدداً من الأشكال البارزة للإرشاد النفسي على الإنترنت، وتشتمل على ما يأتي :

- الإرشاد النفسي بالبريد الإلكتروني: يستخدم المرشد النفسي والمسترشد البريد الإلكتروني كملتقى للإرشاد النفسي.
- الإرشاد النفسي من خلال لوحة البيانات: يصدر المسترشد أسئلة على لوحة البيانات، مستخدماً اسماً مستعاراً، لضمان السرية. ثم يكتب المرشد النفسي الاستجابة التي قد تكون مرئية للجميع.
- الإرشاد النفسي من خلال غرف المحادثة (الشات): ينخرط المرشد النفسي والمسترشد في تواصل حقيقي خلال الإنترنت عبر غرف المحادثة.
- الإرشاد النفسي عبر الحديث التليفوني على الإنترنت: يستخدم المرشد النفسي والمسترشد المايكروفون (السماعات) والتحدث معاً عبر الإنترنت (مثلاً: في غرف الشات).
- الإرشاد النفسي المدار بالكمبيوتر: الإرشاد النفسي المدار بالكمبيوتر يجيب على أسئلة المسترشد.
- التدريب الإلكتروني: يقدم المرشدون النفسيون أنشطة موجهة للمسترشدون تتعلق بالمشكلات الخاصة مثل: كيف يجابهون القلق والاكتئاب. غالباً ما يُقدّم للمسترشدون معلومات ومهام ترتبط بهذه الموضوعات، ثم يتلقون تغذية راجعة من المرشد النفسي.

حدد وجينز - فريم (1998) مميزات وعيوب الإرشاد النفسي على الإنترنت. اشتملت المميزات على تقديم خدمات إرشادية للأفراد الذين لن يكونوا قادرين على تلقي هذه الخدمات إلا من خلاله (مثل الأفراد الذين يعيشون في المناطق النائية). قد يكون الإرشاد النفسي على الإنترنت أكثر جاذبية للأفراد ذوي الصعوبات، مثل ذوي الاضطرابات السمعية، أما عيوب الإرشاد من خلال الإنترنت، فتتمثل في عدد من المشكلات الأخلاقية مثل عدم ضمان السرية، عدم ضمان تحسن المسترشد، وصعوبة الموازنة بين الجانبين الشخصي والعملية.

كما أعطى هينلن ورفاقه (Heinlin et al, 2003) معلومات إضافية تتعلق بالإرشاد النفسي على الإنترنت. فقد قاموا بدراسة مسحية لـ 136 موقفاً على الإنترنت تقدم خدمات إرشادية من خلال قاعات الشات، والبريد الإلكتروني. أشارت النتائج إلى مدى واسع من الخدمات، والجداول الزمنية للأجرة، ومقدمي الخدمات المعتمدين. حافظ مقدمو الخدمات المعتمدين على مستويات عليا من التوافق مع المعايير الأخلاقية مقارنة بمقدمي الخدمات غير المعتمدين. كما تبين أيضاً أن الإرشاد النفسي على الإنترنت مصدر غير ثابت للإرشاد النفسي، حيث حُذفت ثلث مواقع الشبكة بعد إجراء الدراسة بثمانية أشهر. عبر هينلن ورفاقه (2003) عن قلقهم بشأن جودة ومجال الخدمات المقدمة، عدم ثبات مواقع الشبكة، والاختراق الأخلاقي واسع النطاق (خصوصاً بين مقدمي الخدمات غير المعتمدين).

- التكنولوجيا : قدّمت هالي (2005) استعراضاً للتكنولوجيا والإرشاد النفسي. فقد رأت أنه بحلول عام 2008، سوف يكون 90% من المرشدين النفسيين. قد استخدموا التكنولوجيا في العديد من مهام الإرشاد النفسي، بما فيهم ما يأتي:
- الحاسوب كمرشد نفسي : المثال الأول على الكمبيوتر الذي يعمل كمرشد نفسي يرجع إلى 30 عاماً عندما ابتكر جوسيف ويزينبوم برنامج كمبيوتر يُسمى إليزا. فقد كان برنامج إليزا نوعاً غير موجهاً من المرشدين النفسيين الذي يستجيب لمشكلات المسترشدون.
- نظم الحاسوب المنشط للصوت : هذا الشكل الجديد المثير من أشكال الإرشاد النفسي ينطوي على تطبيق للفن على التكنولوجيا حيث ينشئ تواصلًا وهمياً مشابهاً للواقع حيث أصبح بإمكان المسترشدون ذوي المخاوف المرضية أن يستخدموه
- الاختبارات على الإنترنت : تُستخدم هذه الاختبارات (بما في ذلك تفسير الاختبار ووضع درجاته) لكل أنواع القياس. (مثلاً : قوائم الاهتمامات والميول، قياس الشخصية، وقياس الظروف المهنية).
- قواعد البيانات : قواعد البيانات يمكن أن تقيس أو تقيّم المسترشدون في العديد من الموضوعات مثل درجة المخاطرة للسلوك الانتحاري أو سلوك القتل. قواعد البيانات هذه تتطلب استجابات لما يقرب من ألف سؤال ترتبط بمتغيرات لها علاقة بمجالات التقييم. على سبيل المثال، قواعد البيانات التي تتعلق بتشخيص العنف قد تشتمل على أسئلة عن تاريخ الفرد في العنف، والخلفية الأسرية، والميول الشخصية.
- المساندة في التدخلات من أجل المسترشد : يمكن أن يلجأ المرشد النفسي إلى الإنترنت للحصول على مواد العلاج النفسي. على سبيل المثال، تم اعداد العديد من المواقع الإلكترونية لمساعدة ضحايا الضعف وضحايا عمليات المخ من الأطفال في خلق عالم حقيقي يمكن من خلاله الفرد عيش المواقف الحياتية الصعبة لكن بأمان.
- الخدمات المعلوماتية المنتديات: هناك العديد من المواقع على شبكة الإنترنت، تقدّم معلومات عن كل قضايا الإرشاد النفسي، من نظم العلاج الحديثة للاضطرابات العقلية (مثل العلاجات المؤيدة تجريبياً للاكتئاب لدى الأطفال). أما المنتديات، فمن الممكن أن تسمح بالتواصل المشترك الذي يتعلق بالتطورات على سبيل المثال دور الموافقة في اتخاذ القرار الأخلاقي - القانوني.
- المجموعات الواقعية للمساعدة الذاتية: لقد أصبحت مجموعات المساعدة الذاتية على الإنترنت باستخدام البريد الإلكتروني، وغرف الشات، والأشكال الأخرى من التواصل الإلكتروني مألوفة وأكثر شعبية. فقد وجدت مجموعات المساعدة الذاتية الإنترنت طريقة مريحة لمخاطبة مدى واسع من المشكلات (مثل: اضطراب النشاط الزائد المصحوب بنقص الانتباه). غالباً ما تشتمل هذه المواقع على التوجيه، وأشكال أخرى من الدعم للمشاركين.

- مراجع المعالج النفسي والمسترشد: كثير من مواقع الإنترنت تُقدِّم معلومات عن ماهية الإرشاد النفسي، وكيفية تلقي المساعدة من أجل الحصول على الخدمات الإرشادية.
- الإشراف على المرشد النفسي: إن الأشكال المعقدة من التكنولوجيا قد تم دمجها سريعاً في عملية الإشراف. تشمل بعض الأمثلة على الإشراف على المرشدين النفسيين الطلاب على الشبكة (مثلاً: تقديم جلسات إشراف لمجموعات غرف الشات). هناك شكل آخر من أشكال الإشراف - التغذية الراجعة البيولوجية - والذي يساعد المشرف على مراقبة الحالة العاطفية لطالب الإرشاد النفسي من خلال التغييرات في درجة حرارة الجلد، ومستويات توصيل الجلد وتجهيز هذه المعلومات أثناء شريط مسجل، أو إشراف حيّ.

طلاب الإرشاد النفسي ذوو الاضطرابات والمشكلات: هناك اهتمام كبير بالقضايا التي تتعلق بالطلاب الذين يظهر عليهم قصور مهني نتيجة لعدد من المشكلات مثل المشكلات العاطفية، خلل في مهارات الاتصال، وسلوكيات غير أخلاقية (Johnson & Campbell, 2004). هناك مهن أخرى مثل القانون، لها تاريخ في اعتبار القضايا مثل الشخصية الباقية، ولكن نفس الدقة أو الصرامة لا تُطبق في مهن المساعدة (Johnson & Campbell, 2004). يقدم فاتشا - هاس كيروسكي وودافينورت (2004) استعراضاً لمصطلحات مثل مشكل (أو غير مقبول)، ومضطرب التي تُستخدم لوصف القضايا الشخصية للطلاب في البرامج التدريبية. يرتبط الاضطراب بالمرض العقلي، التوتر الوجداني، والصراعات الشخصية الأخر التي من الممكن أن تقوِّض العمل المهني. أما "الإشكالي"، فيرتبط بسلوكيات غير مقبولة مثل السلوك التواصلي مع الآخرين غير المناسب أثناء التدريب الأكاديمي أو الممارسة الإكلينيكية.

يوصي فاتشا - هاس ورفاقه (2004) بأن تقدم برامج التدريب خطوطاً إرشادية لما يمكن اعتباره مقبولاً ومشكل (غير مقبول) من السلوكيات، وما يجب فعله عندما ينخرط الطلاب في سلوك غير مقبول إنَّ القضايا التي تتعلق بما هو عادي من الناحية النمائية (مثل: المرشدون في التدريب يمرون بمرحلة من القلق عندما يرون المسترشدون لأول مرة) ينبغي أن تُميز عن الاستجابات الوجدانية غير العادية. كما ينبغي تمييز السلوك المشكل للطلاب عن الاضطراب المرتبط بالصعوبات، قدّم إلمان وفورست (2004) خطوطاً إرشادية للعلاج النفسي للطلاب في البرامج التدريبية. ذكر هذان الباحثان عدداً من التحديات، بما فيها إحداث التوازن بين الحاجة لحماية السرية في العلاج النفسي والحاجة للتعرف على تقدم الطالب في القضايا المراد مخاطبتها.

الملخص

الإرشاد النفسي عملية معقدة لا تتحمل تعريفاً بسيطاً على سبيل المثال، الإرشاد النفسي، فن، وعلم، ولذا فهو يؤكد على أهمية الأبعاد الشخصية والموضوعية. كما أن للإرشاد النفسي أساس في

علم النفس الروائي، أو الإرشاد النفسي كشكل من أشكال السرد القصصي. يختلف الإرشاد النفسي عن العلاج النفسي من حيث المسترشدين، الأهداف، العلاج، والمواقع. كما أنه أيضاً جزء من مهن المساعدة، التي تشتمل على المعالجين النفسيين، الأخصائيين النفسيين، المرشدين النفسيين في الصحة النفسية والمرشدين النفسيين في المدارس.

والمرشدين النفسيين في المدارس، الاتجاهات المعاصرة في الإرشاد النفسي تتضمن قضايا البحوث في مجالات: القضايا الأخلاقية - القانونية، الإرشاد النفسي متعدد الثقافات، خدمات الصحة النفسية المضبوطة، العلاج المؤيد تجريبياً، علم النفس الإيجابي، الإرشاد النفسي المرتكز حول الحل، الاضطرابات العقلية، ما بعد المعاصرة، الروحانية، الإرشاد النفسي على الإنترنت، التكنولوجيا، والطلاب ذوي السلوك المشكل والمضطربون.

الاستكشاف الشخصي

- 1- ما هو أكثر شئ أعجبك في الإرشاد النفسي؟
- 2- هل فكرت أن تكون مرشداً نفسياً؟ ولماذا؟
- 3- من هم الأفراد المعنيون بظهور الإرشاد النفسي وما أكثر شئ أعجبك في هؤلاء الناس؟
- 4- ما هي بعض الصفات الشخصية التي لديك وتعتقد أنها تجعلك مرشداً نفسياً فعلاً، ولماذا هذه الصفات مهمة؟