

أسس التوجيه والإرشاد 371 نفس

د. أحمد الشايع

aalshayea@ksu.edu.sa

هاتف المكتب: 4678611

مفهوم التوجيه والإرشاد

- الفروق والمشاركات.
- العلاج النفسي والإرشاد النفسي.
- تقديم النصح والإرشاد النفسي.
- مفاهيم خاطئة.

أهداف التوجيه والإرشاد (1)

1. الاستبصار Insight
2. تحسين علاقات الفرد الاجتماعية مع الآخرين Relating with others
3. معرفة الذات Selfawareness
4. قبول الذات Selfacceptance
5. تحقيق الذات Selfactualisation
6. حل المشكلات Problemsolving
7. التثقيف والتعليم النفسي Psychological education

أهداف التوجيه والإرشاد (2)

1. اكتساب المهارات الاجتماعية. Acquisition of social skills.
2. تغيير وتبديل الأفكار الخاطئة Cognitive change
3. تغيير وتبديل السلوكيات الخاطئة Behavioural change
4. التمكين (زيادة قدرة الفرد في السيطرة على مجريات حياته من خلال تزويده بالمهارات والوعي والمعارف اللازمة لذلك) Empowerment
5. اصلاح اخطاء الماضي (مساعدة الأفراد على اصلاح مايمكن اصلاحه وتعويض نتائج سلوكياتهم الخاطئة السابقة) Restitution
6. الوقاية Prevention

نظريات الإرشاد:

- تختلف في مفاهيمها و مجال تركيزها.
- تتفق في هدفها العام – فهم السلوك الإنساني في سوائه وأضطرابه.
- تعتبر نظريات علمية (هدفها الفهم والتفسير) أساساً، ولها تطبيقات عملية.
- منها على سبيل المثال:
 - ❖ نظرية التحليل النفسي.
 - ❖ النظرية السلوكية (الإشرط الكلاسيكي و الإشرط الإجرائي).
 - ❖ العلاج المعرفي والمعرفي السلوكي.
 - ❖ العلاج العقلاني الإنفعالي.
 - ❖ العلاج المتمركز حول العميل (الشخص).
 - ❖ نظريات التوجيه والإرشاد المهني.

نظريات الإرشاد:

- ماهي النظرية العلمية؟
- لماذا نحتاج إلى النظرية في العلاج النفسي؟
- كيف نعرف أن النظرية المُقترحة جيدة أم لا – كيف نقيمها؟
- ماهي النظريات الأساسية في العلاج النفسي؟
- ماهو تصنيف هذه النظريات – تصنيف مدارس العلاج النفسي؟

نظريات الإرشاد:

- عادةً ما تُقدم المعرفة العلمية على هيئة نظريات علمية.
- فإذن ماهي النظرية العلمية أساساً؟
 - النظرية هي مجموعة من المقترحات و الافتراضات التي تُفسر العلاقات بين الظواهر التي تتناولها هذه النظرية.
 - أداة لتبسيط و فهم تعقيدات الواقع.
 - إطار تنتظم فيه المعارف المختلفة حول الظاهرة أو الظواهر ذات العلاقة.
- بناء النظريات العلمية.
- تقييم النظريات العلمية وتطويرها و تنقيحها.
- النظرية العلمية و القانون العلمي.

نظريات العلاج النفسي

• نحتاج للنظريات في مجال العلاج النفسي لأنها تقدم لنا:

- فهماً للسلوك الإنساني في سواه و اضطرابه.
- فهماً لأسباب الخلل النفسي ، و ظروف تكونه.
- طرقاً للتعامل مع هذا الخلل إما بإزالته أو تقليله بناء على الفهم الذي تقترحه.
- المساعدة تنظيم معارفنا عن الإضطراب النفسي – الفهم السيكولوجي.
- إطاراً عاماً نشق منه الفرضيات (الإحتمالات و التوقعات) الخاصة بأسباب الإضطراب النفسي بهدف دراسته علمياً و التحقق من ذلك.

تصنيف مدارس (نظريات) الإرشاد:

1 -

■ التصنيف حسب المشاركين في العلاج (الشكل Mode):

■ علاج فردي Individual therapy

■ علاج جمعي Group therapy

■ علاج زواجي Couple\Marital therapy

■ علاج عائلي (أسري) Family therapy

تصنيف مدارس (نظريات) الإرشاد - 2

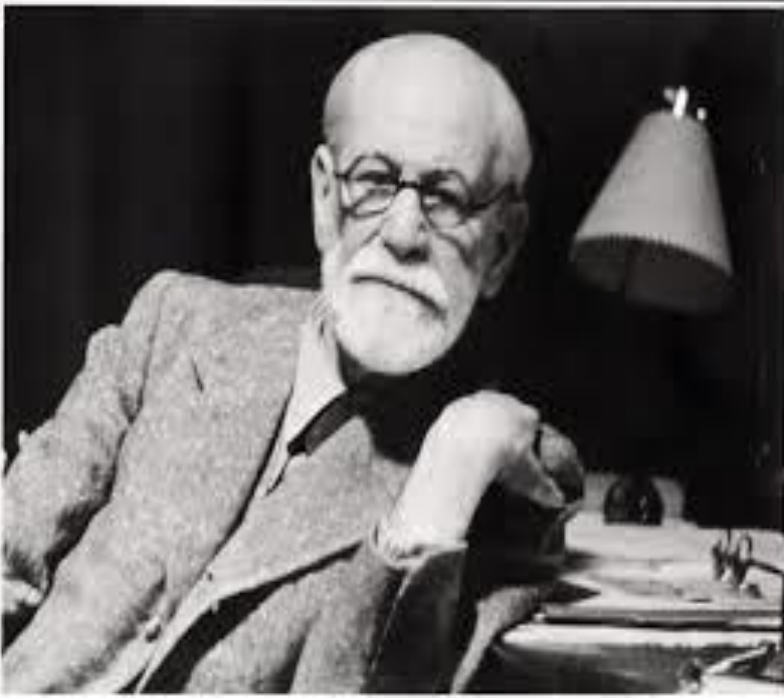
■ التصنيف حسب محتوى و طريقة العلاج:

■ تصنيف عام:

1. العلاجات السيكودينامية (مدارس التحليل النفسي).
2. العلاجات السلوكية.
3. العلاجات المعرفية.
4. العلاجات المعرفية السلوكية.
5. العلاجات الخبروية Experiential
6. العلاجات ذات التوجه الإنساني والوجودي.
7. العلاجات الانتقائية Eclectic.

نظرية التحليل النفسي الكلاسيكي

Psychoanalytic Theory



نمو و تطور الشخصية عند فرويد

1. المرحلة الفمية Oral Stage (السنة الاولى)
 - ترتبط بمشاكل عدم الثقة و الرفض في المراحل اللاحقة للعمر.
2. المرحلة الشرجية Anal Stage (1-3 سنوات)
 - ترتبط بمشاكل القوة و النفوذ الشخصي في المراحل اللاحقة.
3. المرحلة القضيبية Phallic Stage (3-6 سنوات)
 - ترتبط بالتوجهات الجنسية في المراحل اللاحقة للعمر.
4. مرحلة الكمون Latency Stage (6-12 سنة)
 - التنشئة الإجتماعية.
5. مرحلة البلوغ الجنسي GENITAL STAGE (12-60 سنة)
 - تُستثمر و تُصرّف الطاقات الجنسية في شتى مجالات الحياة.

بنية الشخصية عند فرويد

- **الهو ID:** الطفل المُتطلب غير المبالي.
- **محكومة بمبدأ اللذة** pleasure principle
- **الأنا The Ego:** شرطي المرور.
- **محكومة بمبدأ الواقع** reality principle
- **الأنا الأعلى The Super Ego – القاضي.**
- **محكومة بمبدأ الاخلاقيات و القيم.**

الشعور و اللاشعور عند فرويد

الشعور
مانشعر ونحس بوجوده
(عملياتنا العقلية، شعورنا... الخ)



اللاشعور:
مايقع بعيداً وعميقاً عن
مستوى وعينا (الدوافع،
الرغبات، ... الخ).

اللاشعور The Unconscious

■ أدلة إكلينيكية على وجود اللاشعور – ليست إمبريكية:

■ الأحلام

■ زلات اللسان

■ الإيحاء التنويمي

■ نواتج جلسات التداعي الحر Free association

■ نواتج تطبيق المقاييس الإسقاطية

■ المحتوى الرمزي في الأعراض الذهانية

■ تنبيه: يرى فرويد بان «الشعور» لا يشكل سوى قشرة ضعيفة من شخصياتنا ككل.

ميكانيزمات الدفاع Defense Mechanisms

- تُخفّض القلق، ولكنه غير تكيفية – مفيدة – في الغالب!
- ميكانيزمات (آليات) الدفاع عن الانا:
- تهدف إجمالاً إلى الحفاظ على الانا عند الشخص.
- سلوكيات «طبيعية» متأسسة على مستوى لاشعوري، وتميل إلى إنكار الواقع أو تحريفه.
- تساعد الشخص على التكيف مع القلق، وتحول دون تضرر الانا.
- من الممكن لها أن تكون مفيدة للشخص في تكيفه مع حياته و دعم تمتعه بصحة نفسية جيدة، إذا لم تتحول إلى أسلوب حياة لتجنب الواقع.

فنيات و طرق العلاج بالتحليل النفسي الكلاسيكي (1)

■ التداعي الحر Free Association

■ يذكر العميل كل مايدور في ذهنه من مشاعر أو أفكار دون رقابة.



فنيات و طرق العلاج بالتحليل النفسي الكلاسيكي (2)

■ التداعي الحر Free Association

■ يذكر العميل كل مايدور في ذهنه من مشاعر أو أفكار دون رقابة.

■ التفسير Interpretation

■ يقوم المحلل النفسي (المعالج بالتحليل النفسي) بتوجيه الإنتباه نحو مذكره العميل، ويشرحه، و يُفسر معناه.

■ تحليل الاحلام Dream Analysis

■ و صف فرويد الاحلام بأنها: الطريق الملكي إلى اللاشعور!

■ يستخدم المحلل النفسي محتوى الأحلام للتعرف على محتوى اللاشعور و الإستدلال عليه؛ وذلك بهدف جلب المحتوى اللاشعوري إلى الضوء – إلى مستوى الشعور!

فنيات و طرق العلاج بالتحليل النفسي الكلاسيكي (3)

■ تحليل الطرح و الطرح المضاد.

■ الطرح:

■ يتعامل العميل مع المحلل النفسي بنفس الطريقة التي كان يتعامل بها مع أشخاص سابقين في حياته (أب، أم ...مثلاً).

■ هذا يساعد العميل على الشعور بإنفعالات و حالات مزاجية ربما ماكان له أن يشعر بها في الظروف العادية.

■ يسمح تحليل الطرح للعميل بان يكتسب الإستبصار بتأثير الماضي عليه.

■ الطرح المٌضاد: إستجابة المحلل النفسي للعميل والتي ربما لا تتوافق مع شرط الموضوعية – لذا يُشترط أن يخضع المحلل للتحليل النفسي.

فنيات و طرق العلاج بالتحليل النفسي الكلاسيكي (4)

■ المقاومة Resistance

■ أي شيء يعيق من تقدم العلاج، و يمنع ظهور المحتوى اللاشعوري.

■ تحليل المقاومة Analysis of Resistance

■ يساعد العميل على معرفة أن المواعيد التي قام بإلغائها أو تلك التي تغيب عنها أو حتى الانسحاب مبكراً من الجلسات العلاجية؛ ماهي إلا طرق لاشعورية لمقاومة القلق.

■ تعيق المقاومة قدرة العميل على تقبل التغيير و إكتساب الإستبصار؛ وهو ما يعيق بالتالي الوصول إلى حياة هانئة و سواء نفسي.

Psychoanalysis

ملخص نظرية التحليل النفسي

- السلوك الأنساني تحكمه دوافع لاشعورية – لانشر بها.
- الكبت – آلية تحويل الدوافع والرغبات الغير مقبولة الى اللاشعور.
- الشعور – القبشعور (ماقبل الشعور) – اللاشعور.
- حياتنا العقلية التي نشعر بها لاتمثل الا جبل الجليد فقط!
- الهو – الأنا – الأنا الأعلى.
- ينشأ الاضطراب النفسي كنتيجة للصراع اللاشعوري بين المكبوتات التي تحاول الخروج وبين الأنا الذي يحول دون ذلك.
- ميكانيزمات الدفاع – الإسقاط مثلاً.
- العلاج: تفسير الأحلام و التداعي الحر – يستغرق وقت طويل وجهد.

النظريات السلوكية Behaviouralism

- نشأت غالباً كرد فعل على مدرسة التحليل النفسي.
- تركز على السلوك القابل للملاحظة العيانية فقط.
- الإنسان ككائن ميكانيكي آلي !
- الإشرط الكلاسيكي.
- الإشرط الإجرائي.

نظرية الإشراف الكلاسيكي

Classical Conditioning

نظرية الإشراف الكلاسيكي

Classical Conditioning

مصطلحات أساسية:

- المثير الطبيعي (م ط).
- الإستجابة الطبيعية (س ط).
- المثير الشرطي (م ش).
- الإستجابة الشرطية (س ش).
- التشريط – الإقتران.
- التعميم.
- التمييز.
- الإنطفاء.

نظرية الإشراف الكلاسيكي

Classical Conditioning

النظرية:

□ إذا اقترن ظهور مثير محايد ما مع المثير الطبيعي الذي يقود الى ظهور سلوك ما، وتكرر هذا الإقتران لعدة مرات متتالية، فإن هذا المثير المحايد يصبح قادراً عندها على إنتاج السلوك حتى في غياب المثير الأصلي.

□ تسمى عملية الإقتران: الإشراف. ويسمى المثير الذي تم تشريطه: مثير شرطي (م ش). بينما تسمى الإستجابة المرتبطة به: الإستجابة الشرطية (س ش).

في الظروف العادية

إستجابة طبيعية
(اللعاب)



مثير طبيعي
(رؤية الطعام)

في الظروف العادية

إستجابة طبيعية
(اللعاب)



مثير طبيعي
(رؤية الطعام)

خلال عملية الإشرط

إستجابة طبيعية
(اللعاب)

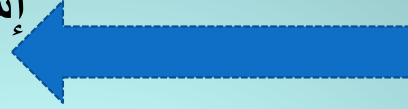


مثير طبيعي
(رؤية الطعام)

+ مثير محايد
(صوت جرس)

ظروف عادية

إستجابة طبيعية
(اللعاب)



مثير طبيعي
(رؤية الطعام)

عملية الإشرط

إستجابة طبيعية
(اللعاب)

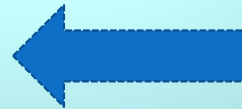


مثير طبيعي
(رؤية الطعام)

+ مثير محايد
(صوت جرس)

بعد الإشرط

إستجابة شرطية
(اللعاب)



مثير محايد (مثير شرطي)
(صوت الجرس)

تجارب تطبيقية

- ❖ تجربة واطسون مع البرت الصغير (تشكيل الخوف).
- ❖ تجربة جونز (علاج الطفل من الخوف المرضي).
- ❖ استخدام مبادئ الإشراف الكلاسيكي لعلاج التبول اللاإرادي.

(فيديو) تجربة بافلوف

المدة: 3:55

- http://www.youtube.com/watch?v=hhqumfpxuzl&feature=player_detailpage

أمثلة

□ صياح الطفل عند رؤية أمه بملابس الخروج (العباءة).

□ الخوف من الظلام.

أي أمثلة أخرى ؟

إِعتبارات عامة

- كي تتم عملية الإشارات بنجاح، يجب ان يظهر المثير المحايد (الشرطي) قبل المثير الطبيعي مباشرة أو يتزامن معه.
- في الحياة الطبيعية، تتم عملية الإشارات بشكل مستمر وغير ملحوظ.
- التعميم – يقود أي تشابه بين المثير ومثيرات أخرى الى إصدار الإستجابة الشرطية ذاتها (تجربة واطسون).
- التمييز – قصر الإستجابة على مثيرات بعينها.

نشاط منزلي

أختر أي سلوك تشاء ، وقدم له تفسيراً بناءً على نظرية الإشراف الكلاسيكي.
