سلم امتحان مقرّر الإرشاد النفسي لطلبة السَّنة الرابعة شعبة: معلم الصف ورياض الأطفال
الفصل الثاني من العام الدراسيّ ٢٠٢٤-٢٠٢٥

السؤال الأول: اشرح ما يأتي: (١٠×٥= ٥٠ درجة)

١. طرائق مواجهة المعاناة النفسية.

يختلف البشر فيما بينهم في الطرق التي يمكن أن يسلكونها لمواجهة معاناتهم، فقد يلجأ بعضهم إلى أساليب ذاتية، كاللجوء إلى مواجهتها بشكل مباشر والبحث عن حلول للتخفيف من وطأتها، أو اللجوء إلى استخدام الأساليب الدفاعية، علّهم يلتمسون من خلالها الشعور بالأمن، حتى لو كان أمناً مزيفاً ومؤقتاً.

وإن لم تُجدِ هذه الأساليب الذاتية نفعاً فإن الفرد قد يبحث عن مساندات خارجية علّها تخرجه مما أصابه فيلجأ إلى صديق وفيّ، أو قريب ناضج، أو ربما إلى دجّال مختلس!!

ولكن ماذا لو اشتدت معاناته وأصبحت آلامه النفسية مبرحة ولم تعد تفيد معها محاولات الشخص الذاتية أو المساندات النفسية التي يمكن أن تأتيه من المحيطين من حوله ؟.

في هذه الحالة تكون الحاجة إلى شخص مختص في مجال تقديم المساعدات النفسية حاجة ضرورية وملحَّة.

٢. تحقيق الذات كأحد أهداف الرشاد النفسي.

يرى كارل روجرز أن لدى كل فرد نزعةً لأن يحقق ذاته، فيبدأ بتكوين صورة عن نفسه، ولكن هذه الصورة قد لا تتطابق بالضرورة مع الصورة الموضوعية للذات، ومن هنا تنشأ أغلب المشكلات النفسية. والذات هي كينونة الفرد والركن الأساس في شخصيته، ونستطيع أن نميز بين عدة مفاهيم للذات هي:

- الذات الواقعية: أي الذات كما هي بشكل حقيقي موضوعي.
- الذات المثالية: وهي الذات التي يسعى الفرد إلى بلوغها.
- الذات الاجتماعية: أي الذات كما يراها الآخرون.
- الذات المدركة: أي الذات كما يدركها الشخص نفسه.
- الذات الخاصة: وهي جزء سري من كينونة الفرد، لا يرغب أن يراه أحد، وهي بمثابة العورة النفسية.

ويتحقق التوافق السليم إذا تمكن الفرد من إجراء التطابق بين المفاهيم الأربعة الأولى للذات، وإذا استطاع أن يخفف من ضغط الذات الخاصة في نفس الوقت، أما سوء التوافق فهو عكس ذلك، وتكون مهمة المرشد النفسي مساعدة المسترشد على تحقيق ذلك.

٣. مستويات المنهج الوقائي.

ــ الوقاية الأولية: وتتضمن محاولة منع حدوث المشكلة أو الاضطراب أو المرض، بإزالة الأسباب حتى لا يقع المحظور، وذلك عن طريق وسائل عدة منها:

التشجيع، حرية الاكتشاف، حرية التجريب، حرية التعبير عن المشاعر، المساندة الانفعالية خلال مراحل المشقة، التأكيد على العلاقات الحوارية البناءة، ومحاولة خفض الضغوط التي تؤدي إلى اضطرابات الشخصية. والهدف النهائي هو توافر بيئة صحية لدى الفرد، وصولاً إلى مجتمع صحي من الناحية النفسية والانفعالية.

ــ الوقاية الثانوية: وتتضمن محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بقدر الإمكان، للسيطرة عليه ومنع تطوره وتفاقمه. والهدف المهم لهذا المنهج هو وقف الاضطرابات النفسية والعقلية في مراحلها المبكرة وفي حالاتها الكامنة أو المستترة أو المقنعة.

ــ الوقاية من الدرجة الثالثة: وتتضمن الحد و التقليل من الآثار المترتبة على حدوث المشكلة واستفحالها. ومثال ذلك صعوبة وجود عمل والتوافق معه.

٤. طبيعة الإنسان كأحد الأسس الفلسفية للإرشاد.

إن مفهوم المرشد عن طبيعة الإنسان يعتبر أحد الأسس الفلسفية التي يقوم عليها عمله لأنه يرى نفسه وسيرى المسترشد في ضوء هذا المفهوم، وبالتالي فالعلاقة الإرشادية ستتأثر بصورة مباشرة بهذا المفهوم. . .

وكل نظرية من النظريات الفلسفية والنفسية والاجتماعية تحاول تحديد طبيعة الإنسان ولكل منها وجهة نظر خاصة بها. ولقد بينا في الأسس العامة السابقة أهم الجوانب والأسس حول طبيعة الإنسان والتي لابد للمرشد النفسي أن يكون مقتنعاً بتلك الأسس.

ونحن الآن لسنا في صدد بيان وجهة نظر لكل مدرسة حول طبيعة الإنسان لكن الأمر الذي يجب التأكيد عليه هو أن عملية الإرشاد النفسي يجب أن تقوم على أساس فهم كامل لطبيعة الإنسان ذلك أنها عملية فنية معقدة عميقة عمق الطبيعة البشرية نفسها، وتستحق فعلاً من المرشد النفسي أن يبحث جيداً ويدرس جيداً ويعتمد أكثر من مصدر في تكوين مفهومه عن طبيعة الإنسان ليكون أقرب ما يكون للصواب.

٥. أساليب المقابلة.

١ــ المقابلة المباشرة: وهي التي تركز على تحديد خطوات معينة لابد من إتباعها كما أنها تركز على عملية التشخيص بجميع الوسائل، ويكون الدور الإيجابي فيها للمرشد وليس للمسترشد.

٢ــ المقابلة غير المباشرة: وهي المقابلة التي تركز على الفرد موضع الدراسة، بينما يتجلى العمل الذي يقوم به المرشد النفسي في هذه المقابلة مساعدة الفرد على فهم ذاته، وتحديد مشكلاته وقيمه واتجاهاته.

السؤال الثاني: عدد أنواع الملاحظة، واشرح اثنين منها. **(٢٠ درجة)** (شرح اثنين فقط/ للتعداد ١٢ درجة... وللشرح ٨ درجات)

١ــ الملاحظة المباشرة:

تمثِّل الملاحظة المباشرة خطوة إلى الأمام من ناحية الضبط التجريبي إذا ما قورنت بمقاييس التقدير الرقمية. فتقييم سمات الشخص عن طريق الملاحظة المباشرة يتم في العادة في المكان ونحن نقوم بملاحظة سلوك الفرد أو بعده مباشرة، ثم إن الملاحظة المباشرة تتم لدراسة أغراض معينة محددة، ونواحي خاصة من السلوك كاللغة أو الحركة أو السلوك العدواني، أو العلاقات المتبادلة والتفاعلات بين الأفراد. ولإجراء الملاحظات المباشرة يكون القائم بعملية الملاحظة مهتماً برؤية ودراسة السلوك وهو يحدث في موقف طبيعي، وفي نفس الوقت لا يحدث مقاطعة أو تشويشاً لهذا السلوك بقدر الإمكان. وعلى الرغم من اعتبارات الدقة والموضوعية قد تكون هامة إلا أنها ثانوية، ويثير تجميع الملاحظات الطبيعية مشكلة صعبة عند البداية. فكيف يمكن إخفاء أو حجب وجود القائم بالملاحظة بحيث يتفادى تشويه السلوك المراد مشاهدته إلى أقل حد ممكن ؟

فقد تتم مراقبة السلوك من مكان مجاور للذي يحدث فيه مثلاً، ملاحظة استجابة الأفراد الملاحظين الذين هم قيد الملاحظة وذلك أثناء جلوسهم وحركاتهم، ولعبهم، وعملهم. وفي بعض المواقف يقوم القائم بالملاحظة بوضع كاميرات تصوير في أي زاوية من زوايا القاعة أو المكان الذي تتم فيه الملاحظة من أجل تسجيل الأحداث السلوكية ذات أهمية بالنسبة للملاحظ.

٢ــ الملاحظة بالمشاركة:

يستخدم هذا النوع من أنواع الملاحظة في الدراسات الاستطلاعية لدراسة البناء الاجتماعي لدى الأفراد لمعرفة العلاقات المتبادلة بينهم أو لدراسة الأطفال لمعرفة أسباب الجنوح وخاصة الأطفال الجانحين.

ويتضمن أسلوب الملاحظة بالمشاركة مدى واسعاً من درجات المشاركة لمجتمع الدراسة، إذ يهتم الملاحظ باختيار طريقة المشاركة لتكوين علاقات بينه وبين أفراد عينة البحث (الذين هم موضع الملاحظة)، ويحرص أن يكون الملاحظ موضوعياً في ملاحظته ليتمكن من الإجابة على أسئلة الدراسة. وقد تكون المشاركة أكثر إيجابية حيث يتطلب الأمر أن يعيش القائم بالملاحظة مع الأفراد الذين هم قيد الملاحظة وخاصة إذا كان مجتمع الدراسة غريباً بحيث لا يمكن للقائم بالملاحظة أن يجمع معلوماته بغير هذه الطريقة، مثل دراسة العادات والتقاليد لدى سكان المناطق النائية أو دراسة السلوك العدواني لدى المرضى النفسيين القاطنين في المستشفيات النفسية.

وللملاحظة بالمشاركة ميزة واحدة هامة، وهي الاحتكاك المباشر بالمفحوصين. ولكن يؤدي اندماج ومشاركة الباحث مع المفحوصين إلى فقده القدرة على تسجيل الأحداث السلوكية المراد دراستها بطريق غير متحيزة. وقد تواجه الملاحظة بالمشاركة مشكلة أخرى، فالقائم بالملاحظة قد يؤثر على سلوك

المفحوصين، حيث وجد علماء الاجتماع الصادقون في ولائهم للجماعة الدينية المتعصبة، أن وجودهم قد دعم ثقة المفحوصين بذاتهم.

٣ــ الملاحظة المضبوطة:

وهي طريقة في البحث تقوم على ملاحظة المفحوص ملاحظة مقصودة متعددة تتم في ظروف بيئية مضبوطة يختارها الباحث (الفاحص)، ويقوم فيها بتسجيل ردود فعل المفحوص. فمثلاً يجهز (الفاحص) جزءاً من المختبر ويقسم إلى زوايا مثل زاوية المطبخ أو زاوية الرسم أو زاوية اللعب بالرمل خاصة إذا كان المفحوصين أطفالاً، ويلاحظ مدى تكرار تردد الطفل على كل زاوية والوقت الذي يقضيه فيها.

وهذه الطريقة هي أكثر دقة حيث تتيح للفاحص دراسة سلوك أكثر من فاحص في وقت واحد. كما تضمن تحكماً في ظروف الدراسة، وقد يستخدم الفاحص أدوات قياس تحكماً في ظروف الدراسة، وقد يستخدم الفاحص أدوات قياس لضبط ملاحظاته كإعداد القوائم، أو مقياس الفئات أو مقاييس التقدير.

فمثلاً في مقياس الفئات الخاص بالسلوك الحركي:

يقفز عن ارتفاع نصف متر.

يقذف الكرة إلى الأعلى.

يقف على رجل واحدة لمدة خمس دقائق.

يكتب لمدة خمس دقائق.

ــ مقاييس التقدير: وتتضمن

أ ــ مدى شعور المسترشد بالسعادة (سعيد جداً، سعيد، لا أدري، غير سعيد. . غير سعيد في الغالب).

ب ــ اتجاه المسترشد نحو الناس. (شديد التعاون مع الآخرين – لطيفاً ومتعاوناً – متعاوناً – يضبط نفسه يصعب العمل معه – مشاكس وغير متعاون).

٤ــ الملاحظة السردية:

وهو أسلوب يتبعه المدرس أو المدرب لملاحظة سلوك طلابه سواء أكان هذا السلوك إيجابياً أم سلبياً. ويعتبر هذا النوع من أنواع الملاحظة من الوسائل الهامة التي يعتمد عليها التوجيه التربوي والنفسي، لأنَّه يقوم على تسجيل جانب هام من السلوك، إنها تسجيل لقصة من قصص حياة الفاحص، وهو صورة لفظية لسلوكه، إنها أفضل أسلوب يمكن الفاحص من التعرف على فترة مهمة من حياة الفرد بهدف الكشف عن ناحية هامة من شخصيته.

ومن هنا نلاحظ أن الملاحظة السردية تتصف بأنها وصفية لأنها:

ــ تصف السلوك عند حدوثه.

ــ تصف السلوك في مكان وزمان معينين.

ــ تهتم بسلوكيات لها دلالة في حياة الأفراد.

ـــ واقعية السلوك، أي تعكس ما يحدث فعلاً في الواقع لدى الفرد.

وهنا نجد من خلال عرضنا السابق أن الملاحظة قد تكون موجهة لسلوك يجري دون تدخل من الشخص القائم بالملاحظة، كأن يلاحظ المدرب على سبيل المثال سلوك العسكري وهو يقوم بالتدريب على قطعة لسلاح معين (فك وتركيب)، وقد تكون ملاحظة سلوك يجري بتدخل من الملاحظ، فإذا أراد المدرب ملاحظة التعبير الانفعالي كالخوف عند المقاتلين مثلاً، عرض عليهم فيلماً عن المعركة، ثم يلاحظ ما يظهر عند بعضهم من خوف أو هلع. وقد تكون الملاحظة حرة يطالع فيها الملاحظ ما يحدث ويسجل وصفاً له. ويغلب أن يكون هذا الحال عندما يقوم المدرب بملاحظة سلوك المقاتلين أثناء إعطائهم درساً نظرياً أو عملياً، وقد تكون الملاحظة موجهة يطالع فيها القائم بالملاحظة أوجهاً معينة من السلوك.

مدرس المقرر
أ. د. محمد الموسى الصالح