

نظريات العلاج والإرشاد النفسي

نظريات العلاج والارشاد النفسي

مفهوم النظرية

يعرف Hall & Lindzy النظرية بأنها مجموعة من الافتراضات يضعها أصحاب النظرية ، وتكون مناسبة وترتبط مع بعضها في شكل نسقي .

والنظرية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي كما يرى فطيم وزملائه :

بأنها خلاصة جهد الباحثين في فهم السلوك البشري وكيفية انحرافه والعوامل المؤثرة فيه ، ورسم الإستراتيجيات لتعديل ذلك السلوك والطرق التي يتبعها المرشد أول المعالج لتحقيق أهداف الإرشاد في ضوء هذه النظرية أو تلك .

دور النظرية فى الإرشاد

تلعب النظرية دوراً هاماً فى الإرشاد ، فهي تمدنا بفهم ملائم عن الطبيعة الإنسانية ، وفهم السلوك السوي والسلوك المضطرب وأساس اضطرابه ، كما تمنحنا طرقاً وأساليب لتعديل السلوك المضطرب وعلاجه ، والتنبؤ بإمكانية علاجه

خصائص النظرية الجيدة

- ١- **الوضوح** : وهي مجموعة من الإجراءات التي تكفل وضوح النظرية وعدم غموضها .
- ٢- **الشمولية** : وهي القدرة على تفسير مختلف الظواهر السلوكية
- ٣- **قابليتها للبحث والتحقق** .
- ٤- **القابلية للتطبيق والدراسة** .
- ٥- **تحقيق الفائدة العلمية "الأثمار"** .

النظرية السلوكية

تشكل النظرية السلوكية أحد الأساليب العلاجية التي تستخدم مبادئ ونظريات التعلم التي تم إثباتها تجريبياً في علاج المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية بطريقة موضوعية وسريعة وفق أساليب خاصة بهذه النظرية .

وهذه النظرية هي ثمرة دراسات قام بها في البداية بافلوف وواطسن وسكندر ثم تبع ذلك وليي وايزنك وشابيرو وغيرهم . ومن النظريات السلوكية الرئيسية نظرية الإشتراط الكلاسيكي بريادة بافلوف ونظرية الإشتراط الإجرائي بريادة سكندر .

مسلمات النظرية السلوكية

- ١- ترى أن شخصية الفرد ماهي إلا تنظيم من العادات والأساليب السلوكية يكتسبها الفرد خلال نموه عن طريق عملية التعلم .
- ٢- أن الإضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية ما هي إلا عادات متعلمة أو خاطئة أو سلوك تكيفي يتعلمها الفرد ليقلل من قلقه وتوتراته .
- ٣- يركز العلاج السلوكي بوجه عام على مشكلة المريض الحالية وعلى الأعراض المرضية وكيف تبدو ولا تبحث في الأسباب الكامنة وراء الأعراض.
- ٥- يرفض السلوكيون مفاهيم التحليل النفسي مثل اللاشعور والخبرة الذاتية والصراعات الداخلية لأنها غير قابلة للدراسة والتحقق .
- ٦- يرى السلوكيون في طبيعة الإنسان ، أنه خالٍ من الخير والشر في طبيعته ، وإن السلوك هو نتاج البيئة خبراتها .

نظرية العلاج المتمركز حول العميل

تنتمي هذه النظرية إلى مجموعة نظريات الذات ، وهي أحدث وأشمل النظريات وذلك لإرتباطها بطريقة من أشهر طرق الإرشاد النفسي . ويعتبر كارل روجرز المؤسس الفعلي لهذا الإتجاه العلاجي ، حيث تقف نظريته في مقدمة صفوف القوة الثالثة في علم النفس بعد المدرسة التحليلية والسلوكية .

مسلمات نظرية العلاج المتمركز حول العميل

- ١- تفترض هذه النظرية أن الكائنات الإنسانية عقلانية واجتماعية وواقعية ولها دوافع تحركها نحو تحقيق اهدافها وإنها تكافح من أجل التقدم نحو الأفضل وبذلك ترفض هذه النظرية الاعتقاد بأن طبيعة الإنسان غير معقولة وإنها تدميرية .
- ٢- ترى أن للإنسان ميل فطري على أن ينمي ذاته ويرتقي بها ويحقق ذاته وأن يسعى جاهداً مهما صادفته المتاعب إلى ذلك .
- ٣- يقيم روجرز نظريته في الشخصية على أساس المفاهيم التالية :
أ- مفهوم الكائن العضوي ب- مفهوم المجال الظاهري ج- مفهوم الذات

نظرية العلاج العقلاني العاطفي

لقد استقطبت نظرية العلاج العقلاني العاطفي اهتمام علماء النفس بوجه عام وعلم النفس الإرشادي والعلاجي باعتبارها نظرية في الشخصية وطريقة في الإرشاد والعلاج النفسي. وتكمن بذور هذه النظرية في كتابات الفلاسفة والعلماء اليونانيين الذين رأوا أن الطريقة التي ندرك بها الأشياء وليس الأشياء نفسها هي التي تسم سلوكنا بالاضطراب او السواء . يعتبر ألبرت أليس مؤسس هذه النظرية ، فقد حصل على درجة الماجستير والدكتوراه في علم النفس الإكلينيكي .

مسلمات نظرية العلاج العقلاني العاطفي

- ١- إن الإنسان يولد ولديه على القدرة على التفكير العقلاني المستقيم وغير العقلاني ، بمعنى أن الإنسان كائن عقلائي ولا عقلائي في آن واحد .
- ٢- ترى هذه النظرية أن أساليب تفكيرنا ومعتقداتنا اللاعقلانية تكمن وراء اضطراباتنا النفسية
- ٣- أن الأفراد مهينون بيولوجياً على أن يفكروا بطريقة ملتوية في مناسباتٍ عديدة أو أن يهزموا أنفسهم وأن يبالغوا في كل شي ، وأن يشعروا بالإنثارة الشديدة ويتصرفوا بغرابة لأتفه الأسباب .
- ٤- يفترض أن هناك تفاعلاً بين تفكير الإنسان وإنفعاله وسلوكه .

النموذج الإسلامي للإرشاد النفسي

كانت هناك محاولات لبعض الباحثين العرب لوضع تصور للإتجاه الإسلامي في الإرشاد بوجه عام والإرشاد النفسي بوجه خاص ومنهم عمر ونجاتي والشناوي وغيرهم .

مسلّمات النموذج الإسلامي للإرشاد النفسي

- ١- يولد الإنسان في طبيعته خيراً ويقبل الشر في طبيعته . وفي هذا يقول الرسول الكريم "كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه" .
- ٢- أن الإنسان أفضل الكائنات الحية خلقاً ، خلقه الله في أحسن تقويم ، جعله الله خليفته في الأرض.

قال تعالى: "لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم"

٣- الإنسان مخلوق واع وقادر على التمييز .

قال تعالى " كل امرئ بما كسب رهين "

٤- أن الإنسان يحمل معه عنصر الضعف البشري .

قال تعالى " زين للناس حب الشهوات من النساء والبنين والقناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسومة والأنعام والحرث ذلك متاع الحياة الدنيا والله عنده حسن المآب"

ال عمران الآية ١٤

العلاج متعدد الأبعاد

مما سبق نلاحظ أن كل نظرية انطلقت من مسلمات معينة وقد رأى بعض الباحثين تبني وتجميع نواحي القوة في النظريات السابقة والجمع بينها بطريقة متكاملة ومتسقة .
يعتبر انولد لازاروس من أوائل من تبني هذا الأسلوب وهو عالم نفس إكلينيكي كان من مؤيدي العلاج السلوكي إلا أنه انفصل عنه .

مسلمات العلاج متعدد الأبعاد

- ١- إن سلوك الإنسان يتأثر بعوامل وراثية وبيولوجية وبيئية تتمثل في العلاقات الشخصية مع الآخرين وفي الظروف البيئية الثقافية والاجتماعية المحيطة به ، وفي عملية التعلم من خلال الآخرين .
- ٢- إن الإضطراب النفسي يرجع إلى تعلم غير مناسب وإدراك لنماذج سلوكية غير سوية ونقص في المعلومات او الخبرات .
- ٣- كل مريض فريد من نوعه فقد تصلح طريقة علاجية لشخص ما ولا تصلح لشخص آخر يعاني نفس المرض .

سبحانك اللهم وبحمدك أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك

دبلوم التوجيه والارشاد
مادة اسس التوجيه والارشاد
المجموعة (أ)

نظريات العلاج والارشاد النفسي

قام بالعمل كل من :-

• حمدان عبدالله العدواني

• تركي عبدالله الحمد

• فهد عتيق الغامدي

• ثامر محمد عبداللطيف

• سعيد عبدالله الزهراني

• نواف سعد العتيبي

• اشرف الدكتور / عبدالله عواد الحربي