

المحاضرة الرابعة : خطوات بناء البرامج الإرشادية :

تمهيد :

يشير مفهوم البرنامج الإرشادي بأنه برنامج منظم ومخطط لتقديم مجموعة من الخدمات ، فرديا أو جماعيا لمجموعة من المسترشدين أو التلاميذ داخل المدرسة أو خارجها ، ولتصميم أو بناء البرنامج الإرشادي فانه يجب إتباع الخطوات التالية:

خطوات بناء البرامج الإرشادية :

1. **تحديد الأهداف :** إن أول خطوة في بناء البرنامج الإرشادي هو تحديد الأهداف التي يسعى البرنامج الإرشادي إلى تحقيقها ويقصد بها التغيرات المحتملة أو المتوقعة للمسترشدين أو المستفيدين من البرنامج، بعد تعرضهم للخبرات والمهارات التي يحتوي عليها البرنامج ، وإن غياب الأهداف يعني فقدان الاتجاه ، والتخطيط والعشوائية ، فوجود أهداف يساعدنا في :

- 1 - تحديد أساليب وأنشطة تمكننا من السعي لتحقيقها .
 - 2 - تحديد محتوى البرامج التي تساعد على تحقيق الأهداف .
 - 3 - تحديد وسائل التقويم وأدواته للتمكن من قياس مدى التقدم .
- والأهداف بشكل عام تنقسم إلى ثلاثة مستويات هي :

أ) **أهداف عامة للإرشاد:** وتتحقق بطريقة غير مباشرة ، وقد اتفق على أن من أهم الأهداف العامة للإرشاد النفسي هي : تحقيق الذات ، تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والمهني ، تحقيق الصحة النفسية ، تحسين العملية التربوية .

ب) **أهداف خاصة :** تتحدد الأهداف في ضوء طبيعة المشكلة ، وتتحقق هذه الأهداف بطريقة مباشرة من خلال برامج الإرشاد النفسي الموجهة ، وهذه الأهداف قد تكون أهداف معرفية تتعلق بالتغيير في التركيب المعرفي أو تغيير في طريقة التفكير أو أهداف سلوكية وهي تختلف باختلاف المستفيدين من البرنامج ونوعية المشكلات النفسية التي يعاني منها الأفراد .

ج) **أهداف فرعية :** تشتق الأهداف الفرعية من الأهداف الخاصة ، وتتحقق بطريقة مباشرة من خلال البرنامج الإرشادي ، كما يتم تحقيق واحد أو أكثر في الجلسة الإرشادية الواحدة .

أمثلة :

مثال 1 : اضطراب انفعال الغضب :

1) **الأهداف المعرفية :**

أ) **الهدف الخاص :** أن يزداد استبصار المسترشد بانفعال الغضب لديه والآثار المترتبة عليه .

ب) **الأهداف الفرعية :**

- 1- وعي المسترشد بأتماط تعبيره عن الغضب .
- 2 - أن يعاد استبصار المسترشد بالمواقف التي تثير غضبه .
- 3 - أن يكلف المسترشد بقراءة كتاب عن الغضب .
- 4 - أن يناقش المسترشد في البدائل السلوكية في غضبه .
- 5 - أن يناقش المسترشد في أهمية التسامح وقبول الآخر .

2) الأهداف السلوكية :

أ) الهدف الخاص : أن يستطيع المسترشد السيطرة على غضبه والتحكم فيه .

ب) الأهداف الفرعية :

- 1- أن يتم تدريب المسترشد على ممارسة فنية لعب الدور، حيث يلعب دور الشخص الغاضب مرة ، والشخص الذي سبب الغضب مرة أخرى .
- 2- أن يستطيع المسترشد التعبير الكلامي عن غضبه بطريقة كلامية ، مع سيطرته على غضبه بطريقة تؤكد ذاته .

مثال رقم 2 : مشكلة الاعتمادية :

1- الأهداف المعرفية :

أ) الهدف الخاص : أن يتم استبصار المسترشد بذاته ، والحدود التي يجب أن تكون بين الذات والآخر

ب) الأهداف الفرعية :

- 1- أن يتعرف المسترشد على حاجاته الشخصية والاجتماعية .
- 2- أن يقلل المسترشد من حساسيته للنقد .
- 3- أن ينمي المسترشد وعيه بالحدود التي تفصل بين حاجاته وحاجات الآخرين .
- 4- أن يزداد فهم المسترشد لمشكلة الاعتمادية عن طريق قراءة كتاب عن الاعتمادية ، ومناقشة الأفكار التي وردت فيه .

2 - الأهداف السلوكية :

أ) الهدف الخاص : أن يلي المسترشد احتياجاته بنفسه لإعادة بناء الثقة في نفسه .

ب) الأهداف الفرعية : 1- أن يعبر المسترشد عن ذاته لفظيا .

- 2 - أن يتدرب المسترشد على أداء بعض الأدوار ليكتسب الشعور بتحمل المسؤولية.
- 3 - أن يبدي المسترشد رأيه للآخرين في بعض القضايا للتدرب على تأكيد الذات .
- 4 - أن يتعلم المسترشد رفض مطالب الآخرين إذا كانت غير منطقية .

2. محتوى البرنامج الإرشادي :

يعد المحتوى هو صلب البرنامج الإرشادي، إذ يتوقف نجاح هذا البرنامج الإرشادي ومدى الأثر الذي يحدثه في نفس المسترشد على ما يحتويه هذا البرنامج من مادة علمية، حيث يمكن الاعتماد في اختيار وإعداد المحتوى على مصادر متعددة ومتنوعة منها الإطلاع على الدراسات السابقة والكتب والمراجع والدوريات والمؤتمرات والأبحاث المرتبطة بموضوع المشكلة المراد بناء برنامج إرشادي لمعالجتها سواء باللغة العربية أو الأجنبية؛ وذلك بدراسة دقيقة لمحتوى البرامج السابقة وفهمها وتحليلها بغية الاستفادة مما تحتوي عليه من معلومات وفتيات ومقاييس وأدوات وخبرات تفيد في إعداد البرنامج.

ويتكون محتوى البرنامج الإرشادي من ثلاثة أبعاد هي :

1) المعارف والعمليات العقلية : حيث يكون هدف المرشد هو مساعدة المسترشد على إعادة البناء

المعرفي لديه بمعارف ايجابية جديدة، تتعلق بالمشكلة أسبابها وآثارها وفهم البدائل السلوكية المتاحة التي لم تستغل من قبل، وتكوين اتجاهات ايجابية نحو نفسه ونحو الآخرين، ونحو مواقف الحياة ، وفي ضوءها التوجه يجب أن يتضمن محتوى البرنامج الإرشادي ما يلي :

أ) استخلاص الأفكار والأحاسيس والمشاعر السلبية وتعديلها.

ب) التعامل مع الاتجاهات الخاطئة أو المشوهة وتعديلها.

ج) استخراج الدوافع والاتجاهات اللاشعورية الكامنة، وفهمها ثم تعديلها.

د) استخراج ذكريات خاصة لإعادة فهمها بطريقة أخرى.

ه) إعادة تكوين معنى جديد اتجاه مواقف الحياة، مثل الألم والمرض والذنب والموت.

2) الأنشطة : الأنشطة التي يتضمنها البرنامج الإرشادي قد تكون أنشطة صفية أو لا صفية، تؤدي بشكل فردي

أو جماعي ومنها : تمارين المشي والاسترخاء والجلوس، الأنشطة الترفيهية والرياضية وتمرينات المقعد الخالي... الخ

3) المهارات : يقوم أداء المهارات على المعارف والأنشطة، ومن أمثلة المهارات التي يمكن أن يتضمنها البرنامج

الإرشادي مهارات : مهارة حل المشكلات ، مهارة التحدث أمام الآخرين، مهارة اتخاذ القرار، مهارة التعبير

عن الأفكار.

3. تحكيم البرنامج الإرشادي:

لتطبيق البرنامج وتنفيذه بشكل رسمي ينبغي التحقق من صدقه وثباته ، ومدى قدرته على تحقيق الأهداف التي

وضع من أجلها، ومناسبته لسن العينة ولثقافة البيئة التي يستخدم فيها وذلك عبر عرضه على مجموعة من

المختصين في مجالات الإرشاد والصحة النفسية، كما يمكن أن يقوم بتطبيقه على عينة استطلاعية مشابهة

للمجتمع الأصلي الذي سوف يطبق عليه البرنامج للتأكد من مدى مناسبته للعينة، ومن خلال ردود الفعل

للعينة الاستطلاعية يقوم بإجراء التعديلات ومعالجة الصعوبات حتى يصل إلى إعداد الصورة النهائية للبرنامج.

4. تحديد الخطوط العريضة لتنفيذ البرنامج:

وفي هذه الخطوة يتم التحقق من كيفية البدء في التنفيذ، كما يتم التأكد من توزيع المهام والمسؤوليات ووضع طريقة فعالة لإدارة الجلسات الإرشادية وتهيئة مكان تنفيذ البرنامج، وتهيئة المسترشدين للمشاركة في البرنامج وتوفير التجهيزات والتأكد من سلامة أجهزة العرض.

5. تحديد إجراءات تقييم البرنامج :

في هذه الخطوة يجب تحديد إجراءات التقييم المرحلي والنهائي والتتبعي هو عملية تكشف عن مدى فعالية البرنامج الإرشادي ومدى نجاحه أو فشله في تحقيق أهدافه ، ما تحقق وما لم يتحقق ، وأسباب عدم تحقيقه، وتحديد وسائل وأدوات التقييم والتي تشمل الملاحظات والمقاييس والإختبارات، والذي يجب أن يخضع للموضوعية المطلقة والحياد التام.ويمكن تقييم البرامج الإرشادية من خلال القياسات التالية:

- 1) التقييم القبلي أو القياس القبلي: ويتم قبل البرنامج.
- 2) التقييم المرحلي: ويتم خلال البرنامج من خلال تسجيل الملاحظات عن مشاركة أفراد العينة، وإجراء الواجبات المتزلية، وتنفيذ التعليمات في كل جلسة.
- 3) التقييم الختامي أو القياس البعدي: ويتم بعد انتهاء البرنامج.
- 4) التقييم التتبعي: حيث يتم التقييم أو تطبيق المقياس بعد مرور مدة زمنية معينة تكون عادة شهر أو شهرين من انتهاء البرنامج. ويقصد بالمتابعة التحقق من تحسن حالة المسترشد، والتأكد من استمرار تقدمه ، وتحديد مدى وأثر وقيمة نجاح البرنامج الإرشادي، وتحديد مدى استفادة العميل من الخبرات الإرشادية.