

[١٠] دور الإرشاد النفسي المنبثق من الشريعة الإسلامية

في معالجة مشكلات الشباب العربي المعاصر (*)

د. حامد زهران

«رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي (٢٥) وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي (٢٦) وَأَحْلِلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي (٢٧) يَقْفُوهَا قَوْلِي»

مقدمة:

في إطار بحث ودراسة مشكلات الشباب في المجتمع العربي المعاصر ، يأتي موضوعنا وهو «دور الإرشاد النفسي المنبثق من الشريعة الإسلامية في معالجة مشكلات الشباب العربي المعاصر» بين عدد من الموضوعات الهامة الأخرى ومتكاملا معها.

ودراسة مشكلات الشباب في المجتمع العربي من حيث طبيعتها وحجمها أمر هام، ونرجو أن تحدد هذه المشكلات على أساس دراسات مسحية ميدانية شاملة، كذلك من الضروري بحث أسباب هذه المشكلات ومظاهرها والعوامل المؤثرة فيها في الحياة اليومية بهدف دراستها وضبطها وحلها، وهنا تأتي أهمية تحديد دور المؤسسات التربوية والدينية والأمنية ووسائل الإعلام ومؤسسات ومراكز الرعاية والتوجيه والإرشاد النفسي.

مفهوم الإرشاد النفسي:

الإرشاد النفسي عملية بناءة ، تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي إمكاناته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه لكي يصل إلى تحديد وتحقيق أهدافه وتحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصيا وتربويا ومهنيا وزوجيا وأسريا (حامد زهران Zahran ، ١٩٦٧). (انظر أيضا تيلور Taylor ، ١٩٧١ ، وتوماس Thomas ، ١٩٧٥).

حاجة الشباب للإرشاد النفسي:

في عالمنا العربي المعاصر نحتاج إلى مراكز للإرشاد النفسي والعيادات النفسية. ومما يؤكد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد أن التوجيه والإرشاد حق لكل مواطن، وأن الحاجة إلى الإرشاد نفسه من أهم الحاجات النفسية مثلها مثل الحاجة إلى الأمن والحب والإنجاز والنجاح.. إلخ.

(*) الحلقة العلمية السادسة عن «مشكلات الشباب في المجتمع العربي المعاصر» ، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب الرياض (نوفمبر ١٩٨٥).

والشباب يمر بمرحلة انتقال حرجة ويحتاج إلى التوجيه والإرشاد. ومرحلة الشباب قد يتخللها مشكلات عادية أو عديدة، وقد يتخللها صراعات وإحباطات، وقد يلونها القلق والخوف من الجهول والاكنتاب عندما ينتقل الشاب من الدراسة إلى ميدان العمل، وعندما ينتقل من حياة العزوبة إلى الزواج، وعندما ينتقل من الطفولة إلى المراهقة، وعندما ينتقل من المراهقة إلى الرشد. وهذا يتطلب إعداد الشباب ضمانا للتوافق مع ظروف مرحلة الشباب، وذلك بتيسير خدمات الإرشاد النفسي حتى تمر مرحلة الشباب بسلام.

وهناك من التغيرات الأسرية ما يضيف إلى مشكلات الشباب، وبالتالي إلى الحاجة للإرشاد النفسي منها: خروج المرأة إلى العمل مما أدى إلى تغير العلاقات مع الزوج والأولاد، وفي المجتمع بصفة عامة، وأدى إلى ظهور مشكلات من نوع جديد، وظهر مشكلات جديدة مثل تأخر سن الزواج أو الإضراب عن الزواج والعنوسة... إلخ.

وهناك من معالم التغير الاجتماعي الحديث ما يؤدي إلى وضوح الصراع بين الأجيال، وزيادة الفروق في القيم والفروق الثقافية والفكرية خاصة بين الكبار والشباب، حتى ليكاد التغير الاجتماعي السريع يجعل كلا من الفريقين يعيش في عالم مختلف.

كذلك فإن التغير في العمل والمهنة بسبب الثورة العلمية والصناعية والتكنولوجية انعكست آثاره على عالم العمل والمهنة والحياة الاجتماعية بصفة عامة، خاصة في عالم الشباب. ويتضح ذلك في نماذج مثل الميكنة. فالصنع الذي كان يحتاج إلى آلاف العمال فيما مضى أصبح الآن يحتاج فقط إلى بضعة عمال للإشراف على الأجهزة الآلية.

ويلاحظ أن انخفاض انتاجية الإنسان العربي بصفة عامة يدعو إلى العمل على رفع إنتاجيته، وهذا يؤكد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد المهني (حامد زهران، ١٩٨٤).

ونحن الآن نعيش في «عصر القلق» حيث تنتشر «أمراض الحضارة». والمجتمع الحديث ملئ بالصراعات ومشكلات المدينة، فعلى سبيل المثال كان الناس فيما مضى يركبون الدواب وهم راضون، والآن لديهم السيارات والطائرات ولكنهم غير راضين، يتظلمون إلى الأسرع حتى الصاروخ ومركب الفضاء.

وفي عالمنا العربي بصفة عامة تأخرنا عن العالم الغربي في تقديم خدمات الإرشاد النفسي العلمي في مدارسنا وسائر مؤسساتنا حوالي خمسة وسبعين عاما كاملة، وهذا يوجب إسراع الخطى حتى نلحق بالركب.

هذه النماذج وغيرها تظهر الحاجة الملحة إلى خدمات الإرشاد النفسي بمجالاته العديدة التي يجب أن تقدم للشباب.

أهداف الإرشاد النفسى:

من أهم أهداف الإرشاد النفسى ما يلى:

تحقيق الذات، إلى أقصى درجة ممكنة، أى حتى ينظر الفرد إلى نفسه فى رضى عما ينظر إليه. وهذا يتضمن تنمية بصيرة الفرد، أى تنمية فهم ذاته ومعرفة وفهم وتحليل نفسه وفهم استعداداته وإمكاناته، أى تقييم نفسه وتقويمها وتوجيه ذاته. ومن الأهداف بعيدة المدى للإرشاد النفسى توجيه الذات، أى تحقيق قدرة الفرد على توجيه حياته بنفسه بذكاء وبصيرة وكفاية فى حدود تعاليم الدين وفى حدود المعايير الاجتماعية، وتحديد أهداف حياته وفلسفة واقعية لتحقيق هذه الأهداف.

تحقيق التوافق، أى تناول السلوك والبيئة الطبيعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته. وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة (حامد زهران، ١٩٧٨)، ويتضمن تحقيق التوافق الشخصى أى تحقيق السعادة مع النفس والرضا، أى اختيار أنسب المواد الدراسية والمناهج فى ضوء القدرات والميول، وبذل أقصى جهد ممكن حتى يتحقق النجاح الدراسى. ويتضمن التوافق المهنى، أى الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد لها علمياً وتدريبياً والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والنجاح، أى وضع الفرد المناسب فى المكان المناسب، ويتضمن تحقيق التوافق الاجتماعى، أى السعادة مع الآخرين خاصة فى نطاق الأسرة والالتزام بأخلاقيات المجتمع وسائر المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعى وتقبل التغيير الاجتماعى والتفاعل الاجتماعى السليم وتحمل المسئولية الاجتماعية والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى الصحة الاجتماعية.

تحقيق الصحة النفسية، وهذا هو الهدف العام الشامل للتوجيه والإرشاد النفسى، أى أن يكون الفرد متوافقاً نفسياً، ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً، بحيث يعيش فى سلامة وسلام (حامد زهران، ١٩٨٠).

مناهج واستراتيجيات الإرشاد النفسى:

هناك ثلاثة مناهج واستراتيجيات لتحقيق أهداف الإرشاد النفسى هى:

المنهج الإنمائى: حيث تقدم خدمات الإرشاد النفسى إلى العاديين أساساً لرعاية وتوجيه النمو السوى والارتقاء بالسلوك طول العمر، حتى يتحقق الوصول إلى أعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية والسعادة والكفاية والتوافق النفسى.

المنهج الوقائى، وهو منهج التحصين النفسى ضد المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية، ويهتم بمنع حدوثها بإزالة أسبابها، وكشفها مبكراً للسيطرة عليها ومنع تطورها وتفاقمها.

المنهج العلاجي: حيث يتم حل المشكلات وعلاج الاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

المعلومات اللازمة لعملية الإرشاد النفسي:

«إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه». وإتقان عمل المرشد النفسي يتضمن أن يجمع المعلومات الدقيقة الكافية اللازمة لعملية الإرشاد عن العميل، وعن شخصيته، وعن سلوكه، وعن مشكلته، وعن بيئته بما يمكن من فهم العميل وتحديد مشكلته ليحدد على أساسها تشخيص الحالة مما يؤدي إلى تيسير عملية الإرشاد.

والمرشد يجب أن يدرس سلوك العميل ككل، وأن ينظر إليه نظرة شاملة وباعتباره وحدة متكاملة.

وعملية جمع المعلومات، التي هي عملية فحص ودراسة الحالة لها شروط منها: سرية المعلومات، وبذل أقصى الجهد للحصول عليها من العميل والأسرة والمدرسة والمؤسسات الأخرى، والمهارة في جمع المعلومات، والدقة والموضوعية، ومراعاة شروط الصدق والثبات، وتقدير العوامل المسببة والأعراض وتقييم المعلومات وتنظيمها.

ومن أهم المعلومات اللازمة لعملية الإرشاد النفسي ما يلي:

البيانات العامة: عن العميل وبيئته المباشرة مثل الجنس والسن والمستوى التعليمي والثقافي والحالة الاجتماعية والمهنة والديانة والجنسية.

الشخصية: باعتبارها ميدان العمل في الإرشاد النفسي، وتشتمل هذه المعلومات على بناء الشخصية وظيفياً ودينامياً، وأبعادها وسماتها والعوامل المؤثرة فيها ومدى سوانها وتكاملها واضطرابها.

المعلومات الجسمية: مثل نمط الجسم ومفهوم الجسم، ومعلومات طبية عن أجهزة الجسم والحواس والجهاز العصبي والحالة الصحية.

المعلومات الاجتماعية: عن عملية التنشئة الاجتماعية والأسرة والمدرسة والصحة والاتجاهات والقيم والميول والهوايات والخلفية الاجتماعية الاقتصادية والمهنة.

المعلومات عن الحالة الانفعالية: خاصة مستوى النضج الانفعالي والمشكلات والاضطرابات والصدمات الانفعالية.

المشكلة أو المرض: مثل التشخيص وتحديد الأسباب والأعراض وتاريخ المشكلة أو المرض والجهود الإرشادية أو العلاجية السابقة والتغيرات التي طرأت على الحالة.

معلومات عامة: عن الغرائز والدوافع والحاجات وهدف الحياة وأسلوب الحياة وحيل الدفاع النفسي ومفهوم الذات ومستوى التوافق والصحة النفسية.

وسائل جمع المعلومات في الإرشاد النفسي:

للحصول على المعلومات اللازمة لعملية الإرشاد، هناك العديد من وسائل جمع هذه المعلومات منها:

المقابلة: وتعرف أحيانا باسم المقابلة الشخصية أو الاختبار الشخصي. وهي الوسيلة الرئيسية في الإرشاد النفسي. وقد تكون مبدئية أو قصيرة أو فردية أو جماعية أو مقيدة أو حرة. ويجب تحرى الدقة في إجرائها من حيث الإعداد والزمان والمكان وتكوين الألفة من بدئها حتى إنهاؤها.

الملاحظة: والمقصود بها الملاحظة العلمية المنظمة للوضع الحالي للعميل وسلوكه في مواقف الحياة اليومية. ومن أنواعها الملاحظة المباشرة والملاحظة غير المباشرة والملاحظة الصدفة والملاحظة الدورية. ويجب تحرى الدقة في إجرائها من حيث الإعداد والزمان والمكان وإعداد دليل لها واختيار عينات سلوكية ممثلة للملاحظة.

دراسة الحالة: وهي وسيلة شاملة لتجميع المعلومات عن العميل، وتتضمن دراسة تاريخ الحالة في الماضي والحاضر وحتى تطلعات المستقبل. ويجب تحرى الدقة في إجرائها من حيث التنظيم والاعتدال بين التفصيل الممل والاختصار المحل والاهتمام بالتسجيل والاقتصاد في الوقت والجهد والمال.

مؤتمر الحالة: ويسمى أحيانا «مناقشة الحالة» وهو اجتماع لجمع المعلومات يضم فريق الإرشاد ومن يهمهم أمر العميل. وهو يعقد في حالات الضرورة وبموافقة العميل.

الاختبارات والمقاييس النفسية: وهي من أهم وسائل جمع المعلومات في الإرشاد النفسي. ويجب أن يتوافر في مراكز الإرشاد النفسي والعيادات النفسية مجموعات متكاملة من الاختبارات والمقاييس المقتنة الصادقة الثابتة لقياس الذكاء والقدرات والاستعدادات والتحصيل الدراسي والشخصية والميول والقيم والاتجاهات والتوافق النفسي والصحة النفسية.... إلخ.

الفحوص والبحوث: وهي وسائل متخصصة مثل الفحص النفسي والبحث الاجتماعي والفحص الطبي ويقوم بها الأخصائيون النفسيون والأخصائيون الاجتماعيون والأطباء.

السيرة الشخصية: وتعرف أحيانا باسم «التقرير الذاتي» أو «قصة الحياة». وهي كل ما يكتبه العميل عن نفسه بقلمه، على أساس أنه ليس هناك من هو أعرف بالفرد من نفسه. ومن مصادرها الكتابة المباشرة، والمذكرات الشخصية، والمذكرات اليومية، والمذكرات الخاصة، والمستندات الشخصية، والإنتاج الأدبي والفني.

مصادر المجتمع: وهي مصادر اجتماعية بها معلومات عن العميل ويمكن الاستفادة بها في عملية الإرشاد النفسي. ومن أهمها الأسرة، والمدرسة، والعيادات النفسية، والمؤسسات

الاجتماعية، ومكاتب العمل، وهيئات رعاية الشباب، ونوادي الشباب، والمحاكم والسلطات التنفيذية، والمستشفيات.

السجل القصصى: ويعرف أحيانا باسم «السجل القصص الواقعى» أو «السجل القصصى المشهدى». وهو تسجيل موضوعى لوقائع أو مشاهد من سلوك العميل فى الواقع فى موقف معين كما هو كقصة واقعية، أى أنه صورة كتابية أو عينة سلوكية مكتوبة وقتيا عند حدوث الواقعة السلوكية.

السجل المجمع: ويعرف أيضا باسم «السجل التراكمى»، وهو يجمع ويلخص كل المعلومات التى جمعت عن العميل عن طريق كافة الوسائل فى شكل متجمع تتبعى أو تراكمى فى ترتيب زمنى وعلى مدى بضع سنوات. وهو بهذا يعتبر مخزن معلومات عن العميل يتضمن أكبر قدر من المعلومات فى أقل حيز ممكن.

وهناك شروط عامة لوسائل جمع المعلومات أهمها السرية، والتخطيط، والتنظيم، والدقة، والموضوعية والتسجيل. (انظر هانسين Hansen، ١٩٧٨، وبارى Parry، ١٩٧٥، وبيتروفيسا Pietrofesa، ١٩٧٨).

عملية الإرشاد النفسى:

عملية الارشاد النفسى هى التطبيق العملى للتوجيه النفسى بكل ما له من أسس ونظريات وما يتوافر فيه من وسائل.

وعملية الإرشاد النفسى لها إجراءات أساسية هى:

الإعداد: حيث يستعد المرشد مسبقا ويخطط تخطيطا دقيقا ويحضر للعملية تحضيراً مدروساً. وحيث يستعد العميل ويعد بحيث يكون مقبلاً مقبولا، وبحيث تتوافر الألفة بين المرشد والعمل ويكون كل منهما مستعداً لتحمل مسؤولياته. ويتم التقديم لعملية الإرشاد.

تحديد الأهداف: العامة والمبدئية والخاصة تحديدا إجرائيا.

جمع المعلومات اللازمة: كما سبق تحديدها.

التشخيص: ومنه التشخيص الموجب أى تحديد الخصائص الإيجابية وسماوات وديناميات شخصية العميل والتشخيص السالب، أى تحديد مشكلات واضطرابات العميل فى ضوء الفحص الدقيق وفى ضوء الأعراض.

تحديد المآل: أى تحديد مستقبل المشكلة أو الاضطراب ومدى النجاح المحتمل إن شاء الله فى ضوء الفحص الذى يتناول ماضى وحاضر العميل والمشكلة وعلى هدى التشخيص، وعلى التشخيص الذى يتناول حاضر العميل، والمشكلة مع نظرة مستقبلية.

الجلسات الإرشادية: حيث يتم فيها كل إجراءات العملية الإرشادية التالية.

التداعى الحر: أو الترابط الطليق حيث يطلق العميل العنان لأفكاره وخواطره واتجاهاته وصراعاته ورغباته وإحساساته تسترسل من تلقاء نفسها، دون تخطيط ودون اختيار أو تحفظ ودون قيد أو شرط، متناولاً تاريخ حياته وخبراته الماضية والحاضرة مع الاهتمام بفلتات اللسان. قال على رضى الله عنه: «ما أضر أحد شيئاً إلا ظهر فى فلتات لسانه وصفحات وجهه».

التفسير: وهو إعطاء معنى للمعلومات فى وضوح ودقة وإقناع.

التنفيس الانفعالى: أو التفرغ أو التطهير الانفعالى عن المواد والخبرات المشحونة انفعالياً.

الاستبصار: أى فهم النفس ومعرفة الذات والقدرات والاستعدادات وفهم الانفعالات ومعرفة دوافع السلوك والعوامل المؤثرة فيه ، ومعرفة مصادر الاضطراب والمشكلات وإمكانات حلها ومعرفة الإيجابيات والسلبيات ونواحي القوة ونواحي الضعف.

التعلم: واكتساب العادات السلوكية السليمة.

تعديل وتغيير السلوك: من السىء إلى الأحسن، ومن الغريب إلى المألوف، ومن الشاذ إلى العادى ومن اللاتوافق إلى المتوافق. قال الله تعالى: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾. وقال الرسول ﷺ: «إذا أمرتكم بشئ فأتوا منه ما استطعتم ، وإذا نهيتكم عن شئ فاجتنبوه». ومن دعاء الحكماء: «اللهم هبني القوة لتغيير ما أستطيع تغييره من الأمور، والصبر على ما لا أستطيع تغييره من الأمور، والحكمة للتمييز بين هذه وتلك».

النمو وتغيير الشخصية: نحو النضج الانفعالى والاجتماعى والعقلى والجسمى ونحو التكامل والاستقلال.

اتخاذ القرارات: أى مساعدة العميل فى اتخاذ القرارات المناسبة الخاصة بتعليمه ومهنته وزواجه... إلخ.

حل المشكلات: حيث يعتبر حل المشكلة التى جاء بها العميل كنموذج أو عينة أو تدريب له لكى يستطيع حل مشكلاته بنفسه مستقلاً مستقبلاً بخبرة عملية الإرشاد. قال الله تعالى: ﴿فَإِنْ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ ويقول الشاعر: عقدة حلها عسير ولكن... رب عسر حاله الله يسرا

التشاور: حيث يتم الحصول على المشورة بخصوص ما يجب أن يتبعه العميل فى حل مشكلته مثلاً. وقد يشترك فى ذلك عدد من الأخصائيين من أجل مصلحة العميل . قال الله تعالى: ﴿... وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾

التقييم: أى تقييم عملية الإرشاد النفسى فى ضوء أهدافها ونتائجها . ويتضمن ذلك تقدير نتائج الإرشاد وظروف عملية الإرشاد وجهود كل من المرشد والعميل . ويشترك فى عملية التقييم

كل من المرشد والعميل. وقد يشترك الأخصائيون الآخرون من أعضاء فريق الإرشاد والوالدان ومن يهمهم أمر العميل.

الإنهاء: ويتحدد إنهاء عملية الإرشاد النفسى بتحقيق أهدافها، وشعور العميل بقدرته على الاستقلال والثقة بالنفس، والقدرة على حل مشكلاته مستقلا مستقبلا، وشعوره العام بالتوافق والصحة النفسية.

المتابعة: ويقصد بها تتبع مدى تقدم وتحسن حالة العميل الذى يتم إرشاده. وتهدف المتابعة إلى التأكد من استمرار تقدم الحالة، وتلمس أى فرص أكثر للمساعدة، وتحديد مدى وأثر قيمة ونجاح عملية الإرشاد، وتحديد نسبة التقدم، ومدى استفادة العميل من الخبرات الإرشادية.

الأسس الدينية للإرشاد النفسى:

من أهم طرق الإرشاد النفسى، طريقة الإرشاد النفسى الدينى حيث يدخل الدين فى ديناميات عملية الإرشاد لأن التدين والعقيدة الدينية السلمية أساس متين للسلوك السوى والتوافق والصحة النفسية، والإرشاد النفسى الدينى طريقة تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية أخلاقية.

ولابد أن يعرف المرشد النفسى المفاهيم الدينية الأساسية مثل: طبيعة الإنسان كما حددها الله، وأسباب الاضطراب النفسى ومشكلات الشباب فى رأى الدين، وأعراض الاضطراب النفسى والمشكلات فى رأى الدين، والوقاية الدينية من الاضطراب النفسى والمشكلات، وإجراءات الإرشاد النفسى الدينى (حامد زهران، ١٩٧٥).

وهناك اعتبارات دينية يجب عمل حسابها فى الإرشاد النفسى. فهناك «رقابة» الدين، حيث يجب أن تستعرض كل النظريات والطرق المستوردة من الخارج بحيث تجاز كما هى إذا كانت خالية من التعارض أو الضرر، أو تعدل إذا كان بها بعض الاختلاف، أو تمنع إذا كانت من الممنوعات، قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَبَابِ﴾.

ويلاحظ أن الشباب قديسألون أسئلة تتصل بالدين والعقيدة، ويتناولون مشكلات تتصل بالدين، وعلى المرشد أن يكون محيطا بذلك.

ولا شك أن الإرشاد النفسى يحتاج إلى المرشد الذى يعرف الله ويخشاه ويراقبه فى عمله (حامد زهران، ١٩٨٠).

طريقة الإرشاد النفسى الدينى:

تتعدد طرق الإرشاد النفسى، وترتبط بنظريات الإرشاد النفسى. فمثلا ترتبط طريقة الإرشاد

غير الموجه بنظرية الذات ، وترتبط طريقة الإرشاد السلوكى بالنظرية السلوكية. وترتبط طرق الإرشاد النفسى أيضا بنظريات الشخصية . فمثلا ترتبط طريقة الإرشاد باللعب بنظريات اللعب. ومن طرق الإرشاد ما يوفق بين طريقتين مثل الإرشاد الفردى والإرشاد الجماعى، وكذلك الإرشاد الموجه وغير الموجه، أو تجمع بين عدد من الطرق وعدد من النظريات مثل طريقة الإرشاد الحيارى أو التوفيقى. ومن الطرق ما يقوم على أساس بحوث علمية حديثة مثل الإرشاد المختصر. ومنها ما يرتبط بمجال معين من مجالات الإرشاد النفسى مثل طريقة الإرشاد خلال العملية التربوية. ومنها ما يرتبط بأسلوب معين مثل طريقة الإرشاد النفسى الدينى. وهذه الطريقة هى الأمل والأنسب للمجتمع العربى الإسلامى.

ومعروف أن من أهم أهداف التربية والتعليم والصحة النفسية والعلاج النفسى والتوجيه والإرشاد النفسى فى مجتمعنا العربى تنمية الإنسان العربى المسلم الصالح، والإنسان الحر صاحب الإرادة والعقيدة والإيمان، والفرد الذى يعيش فى سلامة وسلام. والإرشاد النفسى الدينى يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية وأخلاقية، مقابل الإرشاد الدنيوى، الذى يقصد به بقية طرق الإرشاد النفسى التى تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب وضعها البشر.

ويهدف الإرشاد النفسى الدينى إلى أن يكون السلوك متمشيا ومتكاملا مع المعتقدات الدينية، مما يؤدي إلى توافق الشخصية والسعادة والصحة النفسية.

وتؤكد البحوث عن القيم السائدة والقيم المرغوبة فى سلوك الشباب فى المجتمعات العربية الإسلامية أن القيمة الدينية تأتى فى المقدمة دائما على رأس نسق القيم من حيث الترتيب لدى شباننا العربى المسلم (حامد زهران وإجلال سرى، ١٩٨٥).

أما عن أسس الإرشاد النفسى الدينى، فإنه يقوم على أسس دينية راسخة وهى أن الله سبحانه وتعالى خلق الإنسان، والله يعلم من خلق. قال الله تعالى: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾، وقال تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (٧٨) وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ (٧٩) وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾. والله يعرف كيف يصير الإنسان سويا مستقيما. والله يعرف أسباب فساد الإنسان وانحراف سلوكه. وهو سبحانه يعرف طرق وقاينه وصيائمه. وهو بحكمته حدد الحاجات النفسية للإنسان ودبر لها الإشباع عن طريق الحلال. وهو جل شأنه يعرف طرق علاجه وصلاحه.

والمرشدون يجب أن يستفيدوا من الدين فى الإرشاد النفسى، وأن يلتزموا بقوانين الحق سبحانه وتعالى. قال جل شأنه: ﴿وَنَزَّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ...﴾. وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾. وقال تعالى: ﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ...﴾. وقال تعالى: ﴿... إِنَّا سَمِعْنَا

قُرْآنًا عَجَبًا ﴿١﴾ يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ... ﴿٢﴾. وقال رسول الله ﷺ: «إني تركت فيكم ما أن تمسكتم به لن تضلوا بعدي: كتاب الله وسنتي».

أما عن أسباب الاضطراب النفسى فى رأى الدين، فتتلخص فيما يلى:

* الذنوب: واتباع هوى النفس الأمارة بالسوء مما يضعف القلب. قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَى نَفْسِهِ﴾. وعن على بن أبى طالب رضى الله عنه: «وأيم الله ما كان قوم قط فى خفض عيش فزال عنهم، ألا بذنوب اقترفوها، لأن الله ليس بظلام للعبيد».

* الضلال: عن سبيل الله، والبعد عن الدين، ومعصية الله ورسوله مما يؤدى إلى اضطراب السلوك. قال الله تعالى: ﴿مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا﴾. وقال الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا بَعِيدًا﴾. وقال تعالى: ﴿وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ﴾.

* الصراع: خاصة الصراع بين قوى الخير وقوى الشر فى الإنسان وبين الحلال والحرام، وبين النفس اللوامة والنفس الأمارة بالسوء، مما يؤثر فى اطمئنان النفس المطمئنة ويحيلها إلى نفس مضطربة، ويؤدى إلى القلق (شمس الدين بن قيم الجوزية، ١٩٥٧). وكما يقابل الفرد من صراعات نتيجة للفرق بين القيم المتعلمة والقيم الفعلية، والفرق بين المثل التى يتبناها الفرد وبين الواقع الفعلى (حامد زهران، ١٩٧٧).

* ضعف الضمير: ويصاحبه الضعف الأخلاقى والانحراف السلوكى، وأمراض الضمير كحيله هروبية من تأنيب الضمير (مصطفى فهمى، ١٩٧٦).

* أسباب أخرى: مثل الأناية وإيثار الحياة الدنيا والتكالب عليها، واتباع الغرائز والشهوات والتبرج والإغراء، والغيرة والحقد وحسد الناس على ما آتاهم الله من فضله والشك والارتياب.

أما عن أعراض الاضطراب النفسى فى رأى الدين، فمن أهمها ما يلى:

* الانحراف: وعلى رأس القائمة تأتى الانحرافات الجنسية والانحرافات الاجتماعية مثل الكذب والسرقة، والعدوان والتمرد والإدمان، وغير ذلك من أشكال السلوك المنحرف.

* الشعور بالإثم: نتيجة لما ارتكبه الفرد من أعمال وسوس إليه بها الشيطان، وكان يود ألا يرتكبها، وهذا يهدد الذات وبسبب عدم الاتزان النفسى وسوء التوافق الاجتماعى ويؤدى إلى العصاب. قال الله تعالى: ﴿لِكُلِّ أُمَّرٍ مِنْهُمْ مَا أَكْتَسَبَ مِنَ الْإِثْمِ﴾.

* الخوف: الذى يملك سلوك الإنسان المخطئ ويحكمه ويصاحبه سلوك عصابى قهرى.

* القلق: وهو آفة عصرنا الذى أصبح يطلق عليه «عصر القلق».

* الاكتئاب: والكدر والغم والحزن الشديد والتشاؤم.

أما عن الإرشاد الديني الوقائي فإن المرشدين يوجهون اهتماما كبيرا إلى الوقاية الدينية من الاضطراب النفسي أو ما يطلق عليه «التحصين النفسي». ولأغراض الوقاية وتحقيق التوافق والصحة النفسية يجب الاهتمام ببناء ونمو شخصية المسلم كما حددها الدين. (انظر مصطفى عبدالوحد، ١٩٧٠). وفيما يلي أهم معالم الوقاية من الاضطراب النفسي من وجهة نظر الدين:

* الإيمان (التربية الدينية): ويتضمن الإيمان والتربية الدينية ما يلي:

- الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله والقدر واليوم الآخر: وهذا هو مصدر طمأنينة النفس وسلامة السلوك. قال الله تعالى: ﴿وَإِنَّ اللَّهَ لَهَادِ الَّذِينَ آمَنُوا إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾.

- حب الله: وحب الرسول، وهو الإيمان الحق الذي تبدو آثاره في سلوك الإنسان، حيث يجد حلاوة الإيمان. قال رسول الله ﷺ: «ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان: أن يكون الله ورسوله أحب إليه مما سواهما، وأن يحب المرء لا يحبه الله، وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف في النار». ومن أحب الله أحبه الله وأحبه الملائكة وأهل السماء وأهل الأرض. والله يحب من عباده ذوى السلوك السوى ويزيدهم هدى إلى الطريق المستقيم.

- تقوى الله: وتتضمن أن يتقى الإنسان ما يضره أو يضر غيره، وما يفضبه ربه مما يجعله في وقاية من عذاب الله وسخطه في الدنيا والآخرة، وأن يطيع الله. والتقوى تنير البصيرة وتجعل الإنسان قادرا على التفريق بين الحق والباطل. ومن ثمرات التقوى الأمن النفسي والتوفيق والتأييد والنصر في الدنيا والثواب والرحمة في الآخرة. والتقوى تفرج الأزمت وتحل المشكلات. قال الله تعالى ﴿وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ﴾

- خشية الله: والخوف من الله يؤدي إلى طاعته والبعد عن الشر والشهوات، وتربى الضمير وتؤدي بالإنسان إلى السلوك السوى. قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَخْشِ اللَّهَ يَتَّقْهُ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْفَائِزُونَ﴾

- الشكر لله: وهذا يعنى حمد الله. والشكر يتضمن كل خير يصلح به سلوك الإنسان. قال الله تعالى: ﴿وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾.

* التدين (السلوك الديني): من المؤكد أن الإنسان المتدين حقا الذى يترجم الإيمان إلى سلوك ديني يرضاه الله تعالى لا يعانى قط من الاضطراب النفسى. والسلوك الذى يخرج على الدين، والذى يأخذ شكل عبادة آلية، والذى يحاكي السلوك المستورد دون تنقية، قد يؤدي إلى نكسة سلوكية وسلوك منحرف يؤدي إلى تشويه الشخصية الفردية والاجتماعية (محمد كامل النحاس، ١٩٦٤). قال الله تعالى: ﴿وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ﴾. ويتضمن التدين والسلوك الديني ما يلي:

- عبادة الله : وهنا سبيل السعادة والطمأنينة النفسية . قال الله تعالى : ﴿إِنَّ اللَّهَ رَبِّي وَرَبُّكُمْ فَاعْبُدُوهُ هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ﴾ . وعبادة الله تتضمن إقامة دعائم الدين وهى الصلاة والصوم وإيتاء الزكاة والحج .

- الإخلاص لله : وهذا يتضمن أن يكون سلوك الإنسان سويا خالصا لله . قال الله تعالى : ﴿فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ﴾ .

- المسئولية : خاصة مسئولية الاختيار . فالإنسان بنعمة العقل مخير . قال الله تعالى : ﴿وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ﴾ .

- البعد عن الحرام : وهذا أمر ضرورى وصریح ، ويتضمن الالتزام بالسلوك الحلال .

- العزة والقوة : وفيهما كسب كبير لشخصية المسلم . قال الله تعالى : ﴿وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ﴾ . وقال رسول الله ﷺ : «المؤمن القوى خير من المؤمن الضعيف ، وفى كل خير» .

* الأخلاق (السلوك الأخلاقى) : الدين هو أساس بقاء القيم الأخلاقية التى تعتبر إطارا مرجعيا للسلوك القويم والتفاعل الاجتماعى السليم . ومن أصول التربية الإسلامية تربية الأخلاق المستمدة من الدين . ولقد وصف الله تعالى رسوله محمدا ﷺ بقوله : ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ . وقال ﷺ : «إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق» .

ويقول شوقى : وإنما الأمم الأخلاق ما بقيت فإن هم ذهب أخلاقهم ذهبوا

ويقول أيضا : ومن طلب الخلق من كنزه فإن العقيدة كنز عتيده

والأخلاق الفاضلة كما يدعو إليها الدين تقوم على أسس ودعائم أهمها ما يلى :

- الاستقامة : على طريق الهدى . قال الله تعالى : ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ . وجاء رجل إلى الرسول ﷺ فقال يا رسول الله قل لى فى الإسلام قولاً لا أسأل عنه أحدا غيرك ، قال : «قل آمنت بالله ثم استقم» .

- إصلاح النفس : وهذا يؤدى إلى صلاحها . قال الله تعالى : ﴿فَمَنْ اتَّقَى وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ .

- تزكية النفس : أى الطهر من الدنس ، والسمو عن النقائص ، وترفع النفس وارتفاع قدرها .

قال الله تعالى : ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى﴾ .

- معارضة هوى النفس : وخاصة النفس الأمارة بالسوء . قال الله تعالى : ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ﴾ . وقال تعالى : ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ (٤٠) فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾ .

- ضبط النفس: ويتضمن الحلم والتحكم فى انفعال الغضب وكظم الغيظ. قال الله تعالى: ﴿... وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ . وقال رسول الله ﷺ: «ليس الشديد بالصرعة إنما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب».
- الصدق: وهو يؤدي إلى الثقة والتعاون الاجتماعى. قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ﴾.
- الأمانة: وهى فضيلة اجتماعية . قال الله تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا﴾.
- التواضع: وهو فضيلة هامة. ومن تواضع لله رفعه.
- معاشرة الأخيار: وهذه تؤدي إلى الخير والنعمة. قال بعض الحكماء: نبنتى من تصاحب أنبؤك من أنت.
- الكلام الحسن: وهو مصدر النجاح الاجتماعى ، وتعبير عن الذكاء الاجتماعى ، ومصدر لمحبة الناس وكثرة الأصدقاء. قال الله تعالى: ﴿وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ﴾.
- احترام الغير: وهذا يؤدي إلى وحدة الجماعة وتماسكها ونشر المودة فيها.
- الإصلاح بين الناس: وهو صفة أخلاقية فاضلة تصدر عن إنسان نبيل يحب الخير. قال الله تعالى: ﴿وَإِنْ طَائِفَتَانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ اقْتُلُوا فَأَصْلِحُوا بَيْنَهُمَا﴾.
- حسن الظن: وهو أفضل من سوء الظن. قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ﴾.
- التعاون: أى التعاون على الخير للنهوض بالحياة الاجتماعية مما يؤدي إلى سعادة الفرد ورفاهية الجماعة. قال الله تعالى: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ﴾.
- الاعتدال: ويتضمن القناعة والحد من الإسراف فى الشهوات من طعام وجنس وغير ذلك من متع مادية.
- الإيثار: وهو صفة كريمة تعبر عن السعى لخير الناس وخدمة المجتمع . قال الله تعالى: ﴿وَيُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَن يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾.
- العفو: ويتضمن التسامح والرحمة. وهو يطيب النفوس ويؤدي إلى الصداقة . قال الله تعالى: ﴿وَإِن تَعَفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾.

- العفة : ويحث الدين على العفة . قال الله تعالى : ﴿وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾ .

- الإحسان: أى السلوك الحسن . ومن صفات المحسن حسن عبادة الله، واتباع هدى رسوله، والجهاد فى سبيله، والتصدق، والصبر، ورعاية ذوى القربى واليتامى والمساكين والجيران والأصدقاء .

- السلام: وهو تحية الإسلام . والسلام والتحية والاستئذان من أفضل الآداب الاجتماعية والأخلاق العالية . قال الله تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْذِنُوا وَتَسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا﴾ .

- الضمير: والضمير الحى هو الوازع النفسى القوى الذى يرشد الإنسان للسلوك السوى ويصيره بعواقب السلوك .

أما عن معالم طريقة الإرشاد النفسى الدينى فهى باعتبارها طريقة توجيه وإرشاد وعلاج وتربية وتعليم، تقوم على معرفة الفرد لنفسه ولربه ولدينه والقيم والمبادئ الدينية والأخلاقية .

وهدف الإرشاد النفسى الدينى هو تحرير الشخص المضطرب من مشاعر الإثم والخطيئة التى تهدد طمأنينته وأمنه النفسى .

ويحتاج الإرشاد النفسى الدينى إلى المرشد المؤمن ذى البصيرة القادر على الإقناع والإيحاء والمشاركة الانفعالية . الذى يتبع تعاليم دينه ويحترم الأديان السماوية الأخرى .

هذا ويمكن أن يمارس الإرشاد النفسى الدينى كل من المرشد النفسى والمربى وعلماء الدين، وحبذا لو كان ذلك فى فريق متكامل .

والإرشاد النفسى الدينى عملية يشترك فيها المرشد والعميل . والمرشد يتناول مع العميل موضوع الاعتراف والتوبة والاستبصار، ويشتركان معا فى عملية تعلم واكتساب اتجاهات وقيم . والعميل يلجأ إلى الله بالدعاء مبتغيا رحمته مستغفرا إياه ذاكرا صابرا على كل حال متوكلا على الله مفوضا أمره إليه .

وفيما يلى أهم معالم طريقة الإرشاد النفسى الدينى :

* الاعتراف: ويتضمن الاعتراف بالذنب وظلم النفس أمام الله طلبا للخلاص والغفران . والاعتراف يزيل مشاعر الخطيئة والإثم ويخفف من عذاب الضمير ويظهر النفس المضطربة ويعيد إليها طمأنينتها . ويظهر محتوى مفهوم الذات الخاص حيث يكشف الفرد عن «عورته

النفسية» بقصد الإرشاد . ولذلك يجب على المرشد مساعدة العميل على الاعتراف بخطاياہ وتفريغ ما بنفسه من انفعالات ومشاعر الإثم المهدة ، وتقبل المرشد ذلك فى حياد. ويتبع الاعتراف التكفير عن الإثم والرجوع إلى الفضيلة . وضرب القرآن الكريم مثلا من الاعتراف بالذنب بما صدر عن آدم وحواء عليهما السلام عندما خالفا أمر الله ، إذ قالوا كما جاء فى قوله تعالى: ﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾. ويقول المثل العامى: «من أقر بذنبه غفر الله له».

* التوبة: وهى طريق المغفرة، وأمل المخطئ الذى ظلم نفسه وانحرف سلوكه وحطمت الذنوب وهو فى حالة جهالة، أى اندفاع وطغيان شهوة، وصحاح ضميره ، وعاد إلى الطريق المستقيم. والتوبة تحرر المذنب من آثامه وخطاياہ وتشعره بالتساؤل والراحة النفسية . والتوبة تؤكد الذات وتجعل الفرد يتقبل ذاته من جديد بعد أن كان يحتقرها. والتوبة كما يقول الإمام أبو حامد الغزالي (فى إحياء علوم الدين) لها أركان ثلاثة: علم وحال وفعل. فالعلم هو معرفة ضرر الذنب المخالف لأمر الله ، والحال هو الشعور بالذنب ، والفعل هو ترك الذنوب والتزوع نحو فعل الخير. والتوبة لا بد أن يتبعها تغير السلوك المنحرف إلى سلوك سوى صالح . ومن شروط التوبة العزم على عدم العودة إلى المعاصى والذنوب . قال الله تعالى: ﴿وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ﴾. وفى الحديث القدسى ، قال الله عز وجل : «أنا عند ظن عبدي بى، وأنا معه حيث يذكرنى، والله، لله أفرح بتوبة عبده من أحدكم يجد ضالته بالفلاة، ومن تقرب إلى شبرا تقربت إليه ذراعا، ومن تقرب إلى ذراعا، تقربت إليه باعا، وإذا أقبل إلى يمشى أقبلت إليه أهراول». وقال رسول الله ﷺ: «التائب حبيب الرحمن ، والتائب من الذنب كمن لا ذنب له».

* الاستبصار: وهو الوصول بالفرد إلى فهم أسباب شقائه النفسى ومشكلاته النفسية والدوافع التى أدت إلى ارتكاب الخطيئة والذنوب ، وفهم العميل لنفسه وطبيعته الإنسانية ومواجهتها، وفهم ما بنفسه من خير ومن شر، وتقبل المفاهيم الجديدة والمثل الدينية العليا. ويتضمن هذا نمو الذات التى تحكم السلوك السوى للإنسان فى ضوء بعدين رئيسيين: البعد الرأسى الذى يحدد علاقة الإنسان بربه، والبعد الأفقى الذى يحدد علاقة الإنسان بأخيه الإنسان. قال الله تعالى: ﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾.

* التعلم: ويتضمن تغير السلوك نتيجة خبرة التوجيه والإرشاد واكتشاف مهارات وقيم واتجاهات جديدة. ومن خلال ذلك يتم تقبل الذات وتقبل الآخرين، والقدرة على ترويض النفس وعلى ضبط الذات وتحمل المسئوليات، وعلى تكوين علاقات اجتماعية مبنية على الثقة المتبادلة،

وعلى التضحية وخدمة الآخرين ، واتخاذ أهداف واقعية مشروعة فى الحياة مثل القدرة على الصمود وعلى العمل والإنتاج. وهكذا يتم تكوين وتنمية النفس اللوامة أو الضمير أو الأنا الأعلى كسلطة داخلية أو رقيب نفسى على السلوك. ويتم تطهير النفس وإبعادها عن الرغبات المحرمة واللاأخلاقية والاجتماعية . قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ﴾.

* الدعاء : وهو سؤال الله القريب المجيب والاستعانة به والتضرع إليه والالتجاء إليه فى كشف الضر عند الشدائد . وفى الدعاء سمو روحى . وهو علاج أكيد للنفس التى أشرفت على الهلاك حين يطلب الإنسان العون من القوى القادر فيشعر بالطمأنينة والسكينة ويزول عنه الخوف ويتخلص مما هو فيه من الهم والتوتر والضيق والقلق. قال الله تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾.

* ابتغاء رحمة الله: وفى ذلك قوة روحية تؤدى إلى التفاؤل والأمل وتخلص من الآلام والمتاعب. وبالإيمان والأمل يعالج الفرد ما يعتره من مشكلات متذرعا بالحكمة والصبر مترقبا رحمة الله وانفراج الأزمة. قال الله تعالى: ﴿وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ﴾.

* الاستغفار: الإنسان المخطئ الذى ظلم نفسه وصحا ضميره لا يقنط من رحمة الله بل يذكره ويستغفره ويسترحمه. قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا﴾. وقال الله تعالى فى حديث قدسى : «ياعبادى إنكم تخطئون بالليل والنهار ، وأنا أغفر الذنوب جميعا، فاستغفرونى أغفرلكم». وقال رسول الله ﷺ: «من لزم الاستغفار جعل الله له من كل هم فرجا ومن كل ضيق مخرجا، ورزقه من حيث لا يحتسب».

* ذكر الله : وذكر الله غذاء روحى يبث الطمأنينة والهدوء والسعادة فى الإنسان ويبعد الهم والقلق ويبعد الأفكار الوسواسية والسلوك القهرى ويبعد الشيطان الرجيم. قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾.

* الصبر: الصبر مفتاح الفرج. والصبر وتفويض الأمر إلى الله فضيلة خلقية يعتصم بها الإنسان فيهدأ ويسكن قلبه ويطمئن . والصبر يبعد الشيطان ويرضى الرب ويسر الصديق ويسوء العدو. والصبر عون نفسى هائل يقى الإنسان من الانهيار أمام الشدائد والبلايا والمصائب. ومن الصبر المثابرة على العبادة، ومنه الشجاعة على المكاره، ومنه كتمان الأسرار، ومنه تحمل

أذى الناس . قال الله تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴾ .

* التوكل على الله : والتوكل على الله وتفويض الأمر إليه والرضا بمشيئته والإيمان بقضائه وقدره زاد روحى مطمئن ومسكن ، يمد الفرد بقوة روحية تخلصه من القلق والخوف من المستقبل . قال الله تعالى : ﴿ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴾ .

وأما عن استخدامات الإرشاد النفسى الدينى: فأكثرها فى مجالات الإرشاد العلاجى والزواجى وإرشاد الشباب فى الحالات التى يتضح أن أسبابها وأعراضها تتعلق بالسلوك الدينى والأخلاقى للعميل . ويفيد الإرشاد النفسى الدينى فى حالات القلق والوسواس والهستيريا وتوهم المرض والخوف والاضطرابات الانفعالية ومشكلات الزواج والإدمان والمشكلات الجنسية . ويرى البعض أن أفضل استخدام للإرشاد النفسى الدينى هو فى تناول المشكلات ذات الطابع الدينى .

وهكذا نرى أن الدين وسيلة لتحقيق الإيمان والأمان والسلام النفسى . وهو هبة من الله لخير الإنسان، يعينه على الحياة السوية . وهو الطريق إلى الخلاص والسعادة والسلام . والإرشاد النفسى الدينى يحقق الهدف السامى وهو النفس المطمئنة التى توفق بين النفس الأمارة بالسوء وبين النفس اللوامة ، وتنمية البصيرة .

إرشاد الشباب:

يعتبر إرشاد الشباب واحداً من مجالات الإرشاد النفسى (حسب مراحل النمو) مثل إرشاد الأطفال وإرشاد الكبار . وهو يتداخل مع مجالات الإرشاد الأخرى مثل الإرشاد العلاجى والإرشاد التربوى والإرشاد المهنى والإرشاد الزواجى والإرشاد الأسرى .

ومرحلة الشباب: مرحلة نمو عادى لها خصائصها المتميزة عما قبلها وما بعدها . ولكن قد تكتنفها المشكلات والأزمات النفسية وصعوبات التوافق والمعاناة بسبب الإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية فى الأسرة والمدرسة والمجتمع . وهذا يجعل الحاجة ملحة إلى إرشاد الشباب .

وإرشاد الشباب هو عملية المساعدة فى رعاية وتوجيه نمو الشباب نفسياً وتربوياً ومهنيًا واجتماعياً، والمساعدة فى حل مشكلاتهم اليومية .

ويهدف إرشاد الشباب: إلى مساعدتهم لتحقيق نمو سليم متكامل ، وتوافق سوى شامل، وتحقيق أفضل مستوى ممكن من الصحة النفسية .

والحاجة إلى إرشاد الشباب: ماسة لأن مرحلة الشباب مرحلة انتقال حرجة وتعتبر بمثابة مفصل فاصل واصل بين مرحلة اللانضج فى الطفولة ومرحلة النضج فى الرشد، وهنا نقطة ضعف وفترة، ويحتاج الشباب إلى مساعدة للأخذ بيده وهو يعبرها حتى يصل إلى مرحلة الرشد والنضج بسلام.

ويلاحظ أن من الحاجات الأساسية للشباب، الحاجة إلى التوجيه والإرشاد.

ومشكلات الشباب متنوعة ، وفيما يلي أهم مشكلات الشباب:

* المشكلات الصحية: مثل نقص الرعاية الصحية ، ووجود بعض مظاهر النمو المنحرف عن معايير النمو بالزيادة أو النقصان كما فى حالات السمنة المفرطة، وظهور بثور الشباب... إلخ.

* المشكلات الانفعالية : ومنها الحساسية والتهيجية وسهولة الاستثارة وثنائية المشاعر والتناقض الانفعالى ومشاعر الغضب والثورة والتمرد وحالات الاكتئاب واليأس والقنوط والخجل والانطواء والقلق والخوف والتوتر.... إلخ.

* المشكلات الأسرية: مثل الخلافات والانفصال والطلاق بين الوالدين ، وزواج أحد الوالدين أو كليهما من جديد، وموت أحد الوالدين أو كليهما ، والوالدين العصبيين المتسلطين.. إلخ.

* المشكلات المدرسية : مثل التأخر الدراسى وعدم الانضباط فى الفصل ومناوأة المدرسين وسوء التوافق المدرسى وعدم ملاءمة المواد الدراسية والفشل والرسوب والتسرب.

* المشكلات المهنية : ومنها نقص التعليم والتدريب والتأهيل المهنى وعدم معرفة الفرص المهنية المتاحة وكيفية الدخول فيها والتوافق والنمو مما يؤدي إلى سوء التوافق المهنى.

* المشكلات الاجتماعية: وعلى رأسها الاغتراب، ومن مظاهره اللامعيارية واللاأهداف واللامعنى واللاقوة والتشويؤ والاغتراب عن الذات واحتقارها واحتقار الجماعة وكراهية الذات وكراهية الجماعة والتفكك والتشاؤم والتمرد والعزلة . ومنها زيادة وقت الفراغ وعدم شغله بما يفيد ، ومصاحبة أقران السوء والانحراف (حامد زهران وآخرون، ١٩٧٨).

* المشكلات الدينية والأخلاقية : وتتمثل فى عدم أداء الشعائر الدينية والضلال ، وما يصاحب ذلك عادة من صراع وقلق ومشاعر الذنب وتأييب الضمير. ويرتبط بالمشكلات الدينية مشكلات أخلاقية مثل عدم الالتزام بالقيم الأخلاقية السائدة فى المجتمع.

* المشكلات الجنسية : ومنها مشكلات البكور الجنسى وما يصاحبه من مشكلات مثل الخجل والميل إلى الاستعراض والنشاط الجنسى المبكر، ومشكلات التأخر الجنسى وما يصاحبه من

مشكلات مثل القلق والشعور بالنقص، ونقص التربية الجنسية، والنشاط الجنسي الذاتى، والانحرافات الجنسية.

أما عن خدمات أرشاد الشباب، التى يجب تتوافر فى العيادات النفسية ومراكز الإرشاد النفسى ومراكز رعاية الشباب، فأهمها ما يأتى:

* رعاية النمو: وتتضمن رعاية نمو الشباب فى كافة مظاهره بما يحقق مطالبه ويصل بالشباب إلى النضج فى كافة المظاهر فى توازن وتواز.

* خدمات الإرشاد الصحى: وتشمل الاهتمام بالتربية الصحية للشباب، والقضاء على الأمية الصحية، والعناية بالطب الوقائى، وتوفير الرعاية الصحية، وتقديم الخدمات الصحية، وتوجيه الشباب إلى الابتعاد عن كل ما يبدد صحته.

* خدمات الإرشاد العلاجى: وتتضمن مساعدة الشباب فى التغلب على المصاعب وحل المشكلات التى قد تطرأ خاصة فى الحالة الانفعالية والعمل على ضبط الانفعالات، وحل المشكلات الشخصية، والتربية الانفعالية من أجل تحقيق التوافق الانفعالى والنضج الانفعالى.

* خدمات الإرشاد التربوى: وتهتم بتحديد سلم التعليم المناسب والتخطيط التربوى الذكى للمستقبل واختيار المناهج وتنمية القدرات والمهارات وتشجيع الرغبة فى التحصيل وتحقيق التوافق الدراسى.

* خدمات الإرشاد المهنى: وتتضمن التربية المهنية وتوفير المعلومات المهنية والمساعدة فى اتخاذ القرارات المهنية والإعداد والتأهيل المهنى.

* خدمات الإرشاد وقت الفراغ: ويدور محورها حول شغل وقت الفراغ بما يفيد والاستفادة منه إرشادياً فى الأنشطة والرحلات والمعسكرات ونوادر الشباب.

* خدمات الإرشاد الزوجى والأسرى: وتشمل الاختيار الزوجى والخطوبة والزواج، والإمداد بالمعلومات عن الحياة الزوجية والحياة الأسرية، والمساعدة فى حل المشكلات الزوجية والأسرية.

* خدمات الإرشاد الدينى: وتهتم بنشر الثقافة الدينية والاهتمام بتعليم الدين والسلوك الدينى والسلوك الأخلاقى ونمو الضمير مع الاستعانة بعلماء الدين ودعم مناهج التربية الدينية وتوجيه الشباب إلى أهمية اللجوء إلى الله كعون لهم فى اجتياز مرحلة الشباب.

* التربية الاجتماعية: وتتضمن توفير الرعاية الاجتماعية فى الأسرة والمدرسة والمجتمع والاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية وتعلم المعايير الاجتماعية السليمة وتنمية المسئولية الاجتماعية

الحاجة إلى البرنامج:

- يحتاج الشباب إلى البرنامج لأنهم يمرون بمرحلة المراهقة وهى مرحلة حرجة.
- يحتاج الشباب إلى رعاية النمو بأسلوب علمى.
- التوجيه والإرشاد النفسى حق للشباب.
- توجد مشكلات نمو عادية فى مرحلة المراهقة، ويحتاج الشباب إلى المساعدة فى حلها.
- بعض الشباب طلاب فى مراحل التعليم المختلفة ويحتاجون إلى خدمات البرنامج فى مجالته المختلفة.
- بعض الشباب أنهوا مراحل التعليم ودخلوا ميدان العمل والزواج والأسرة ويحتاجون إلى خدمات الإرشاد.

أسس البرنامج:

- مراعاة الخصائص العامة للنمو فى مرحلة الشباب وطبيعة هذه المرحلة التى تتميز عن غيرها من المراحل.
- الاهتمام بالفرد ومراعاة الفروق الفردية والفروق بين الجنسين، وهى واضحة فى مرحلة الشباب.
- وضع أهمية جماعة الرفاق فى الحسبان لما لها من تأثير خاص فى مرحلة الشباب.

تخطيط البرنامج:

- يجب أن يكون تخطيط البرنامج بحيث تتكامل أهدافه مع أهداف المؤسسة التى يوجد فيها الشباب سواء كانت تعليمية أو إنتاجية.
- يعمل حساب المجتمع المحلى، والاستفادة من كافة المؤسسات الاجتماعية التى تتعامل مع الشباب مثل مراكز رعاية الشباب وجمعيات الشباب والنوادر الرياضية... إلخ.
- يعمل حساب ظروف المؤسسة وإمكاناتها المتاحة والمطلوبة مثل الميزانية وعدد الشباب ومدى توافر المختصين فى الإرشاد.
- يجب التخطيط لتحميل الشباب مسئولية فى تنفيذ وإنجاح البرنامج والاشتراك فى عملية التقييم.

الأهداف:

- تحقيق أهداف التوجيه والإرشاد النفسى بصفة عامة.

- الإرشاد العلاجى لتحقيق التوافق الشخصى .
- الإرشاد التربوى لتحقيق التوافق الدراسى .
- الإرشاد المهنى لتحقيق التوافق المهنى .
- الإرشاد الزوجى لتحقيق التوافق الزوجى .
- الإرشاد الأسرى لتحقيق التوافق الأسرى .

الوسائل:

- تجهيز وسائل جمع المعلومات مثل السجلات والاختبارات والمقاييس المقننة محليا .
- تيسير دراسة الحالة وعقد المقابلات ومؤتمرات الحالة والاجتماع مع الوالدين والاتصال بالمؤسسات الخارجية .

تمويل البرنامج:

- تحديد مصادر التمويل وإعداد ميزانية مدروسة تمكن من تنفيذ البرنامج .
- تحديد نسبة ميزانية برنامج الإرشاد بالنسبة للميزانية العامة للمؤسسة .

خدمات البرنامج:

- تقديم الخدمات الإنمائية مثل رعاية النمو والتربية الوقائية ، وتقديم الخدمات العلاجية لمن يحتاجها .
- تيسير خدمات البرنامج فى كافة مجالات الإرشاد العلاجى والتربوى والمهنى والزوجى والأسرى وإرشاد الشباب والفئات الخاصة منهم .
- تيسير إمكانات الإرشاد الفردى والجماعى وإمكانات كافة طرق الإرشاد وخاصة الإرشاد غير الموجه والإرشاد وقت الفراغ ، وهذه تناسب مرحلة الشباب بصفة خاصة .
- الاهتمام بتقديم الخدمات الإرشادية للطلاب الجدد فى مختلف مراحل التعليم والمتجهين إلى العمل .
- استغلال كافة الوسائل المتاحة، وإعداد الرحلات وإقامة المعسكرات وتيسير خدمات نوادى الشباب .
- الاتصال بالأسرة وبالوالدين .
- الاهتمام بخدمات رعاية الشباب مثل توفير خدمات التشغيل فى الأجازات وأوقات الفراغ .

- متابعة الذين تركوا المدرسة وانتقلوا إلى التعليم العالى أو إلى ميدان العمل.
- الاهتمام بخدمات البحوث العلمية كجزء لا يتجزأ من البرنامج وخاصة الدراسات المسحية لمشكلات الشباب.

تنفيذ البرنامج:

- تعاون إدارة المؤسسة وإسهام جميع العاملين بها فى تنفيذ البرنامج كل حسب تخصصه، وتوفير الوقت اللازم لتنفيذ البرنامج.
- تخصيص أوقات معينة لاجتماعات مجلس أو لجنة الإرشاد دوريا لمتابعة التنفيذ.
- توجيه العناية الخاصة لعملية الإرشاد النفسى الفردى والجماعى باعتبارها قلب البرنامج.

تقييم البرنامج:

- إعداد خطة منظمة لتقييم البرنامج مع الاهتمام برأى الشباب ومتابعة درجة استفادتهم الفعلية من البرنامج.
- عمل حساب البحوث والدراسات المسحية.
- إعداد برنامج التقييم وتحديد معاييرها الخاصة بالمؤسسة.
- تحديد المسئولين عن عملية التقييم داخل المؤسسة وخارجها.
- وضع خطة للتقويم قائمة على نتائج التقييم يشارك فيها الجميع.

المسئولون عن البرنامج:

- يتولى مسئولية البرنامج فريق متكامل (مجلس التوجيه والإرشاد). ويأتى على رأس المسئولين عن البرنامج مدير المؤسسة ثم المرشدون وغيرهم من الأخصائيين مثل الأخصائى النفسى والأخصائى الاجتماعى والمعالج النفسى والطبيب.
- تحديد عدد الأخصائيين المتفرغين والعاملين منهم لبعض الوقت والمبتدئين ودور كل منهم فى البرنامج.
- تحديد اختصاص كل مسئول بحيث يعمل فى حدود هذا الاختصاص ، ومع احترام اختصاص زملائه.
- تحديد المساعدين والسكرتارية وغيرهم من المسئولين عن السجلات والحفظ.

والله الموفق،،،

المراجع

- حامد زهران (١٩٧٥). العلاج النفسي الدينى. مجلة التوثيق التربوى (وزارة المعارف بالمملكة العربية السعودية). العدد ٩، ص ٢١ - ٣٨.
- حامد زهران (١٩٧٧). علم نفس النمو، الطفولة والمراهقة، (ط ٤). القاهرة: عالم الكتب.
- حامد زهران (١٩٧٧). مفهوم الذات والسلوك الاجتماعى للشباب بين الواقع والمثالية. مجلة كلية التربية جامعة الملك عبدالعزيز. العدد ٣، ص ١٥٥ - ١٩٤.
- حامد زهران (١٩٧٨). الصحة النفسية والعلاج النفسى. (ط ٢). القاهرة: عالم الكتب.
- حامد زهران (١٩٨٠). التوجيه والإرشاد النفسى. (ط ٢). القاهرة: عالم الكتب.
- حامد زهران (١٩٨١). الإرشاد النفسى فى مرحلة التعليم الأساسى. دراسات وبحوث مؤتمر التعليم الأساسى بين النظرية والتطبيق (أبريل ١٩٨١) جامعة حلوان. ص ٤٠٧ - ٤١٧.
- حامد زهران (١٩٨٣). مشكلات الشباب. فى كتاب أسس التدريس الجامعى إعداد سيد خير الله ومحمد عبد الغفار. (ط ٤) جامعة القاهرة معهد الدراسات والبحوث التربوية، وحدة إعداد المعلم الجامعى ص ٢٥٧ - ٢٦٥.
- حامد زهران (١٩٨٤). الإرشاد المهنى ورفع إنتاجية الإنسان المصرى. مؤتمر رفع إنتاجية الإنسان المصرى. جامعة الأسكندرية (أغسطس ١٩٨٤).
- حامد زهران وآخرون (١٩٧٨). الأوقات الحرة لدى الشباب السعودى: المنطقة الغربية. مكة المكرمة: مطبوعات مركز البحوث التربوية والنفسية بكلية التربية جامعة الملك عبدالعزيز بالتعاون مع الرئاسة العامة لرعاية الشباب.
- حامد زهران وإجلال سرى (١٩٨٥). القيم السائدة والقيم المرغوبة فى سلوك الشباب: بحث ميدانى فى البيئتين المصرية والسعودية. المؤتمر الأول لعلم النفس (الجمعية المصرية للدراسات النفسية) القاهرة (أبريل ١٩٨٥) ص ٧٢ - ١١٣.
- شمس الدين بن قيم الجوزية (مراجعة وتعليق عبدالغنى عبدالحالى وآخرون، ١٩٥٧)، الطب النبوى. القاهرة: دار إحياء الكتب العربية.
- محمد علم الدين (١٩٧٠). التربية الجنسية بين الواقع وعلم النفس والدين. القاهرة: الهيئة العامة للتأليف والنشر.
- محمد كامل النحاس (١٩٦٤). الدين والصحة النفسية. مجلة الصحة النفسية. العدد ٢، ص ١ - ٥.
- محمد عبدالواحد (١٩٧٠). شخصية المسلم كما يصورها القرآن. (ط ٣). القاهرة: مكتبة عمار.
- مصطفى فهمى (١٩٧٦). الصحة النفسية: دراسات فى سيكولوجية التكيف. القاهرة: مكتبة الخانجى.

- **HANSEN, J.C. (1978).** Counseling Process and Procedures. New York: Macmillan.
- **PARRY, Richard (1975).** A Guide to Counseling and Basic Psychotherapy. Edinburgh: Chuchill Livingstone.
- **PIETROFESA, John et al. (1978).** Counseling: Theory, Research, and Practice. Chicago: Rand McNally College Publishing Co..
- **SHERTZER, Bruce and STONE,Shelley (1976).** Fundamentals of Cuidance. (3rd Ed.) Boston: Houghton Mifflin.
- TAYLOR, H. J. F. (1971).** School Counselling. London: Macmillan.
- **THOMAS, J. B. (1975).** The concept of self in teaching. New Era.56,86-89.
- ZAHRAN, Hamed (1967).** The self - Concept in the Psychological guidance of adolescents. British Journal of Educational Psychology. 37, 225 - 240.