

الفصل الخامس

برنامج التوجيه والإرشاد النفسي

- خطوات إعداد برنامج التوجيه والإرشاد.

- تحديد الأهداف.
- تخطيط البرنامج.
- تحديد الامكانيات.
- تحديد الميزانية.
- تحديد الخدمات.
- تنفيذ البرنامج.
- تقييم البرنامج.

برنامج التوجيه والإرشاد النفسي

ان برامج التوجيه والإرشاد لا غنى عنها فى جميع المجالات، ولكل الفئات، ولكى تحقق تلك البرامج الهدف منها فلا بد أن يتم تصميمها فى ضوء العديد من الأسس. ويرى «حامد زهران» (١٩٩٨) ان هذه الأسس تمثل فى «الأسس العامة»، وهى تشمل: ثبات السلوك الإنسانى نسبياً مع إمكان التنبؤ به، ومرونة السلوك الإنسانى، والسلوك الإنسانى فردى - جماعى، واستعداد الفرد للتوجيه والإرشاد، وحق الفرد فى التوجيه والإرشاد، وحقه فى تقرير مصيره، ومبدأ تقبل المبحوث، ومبدأ استمرار عملية الإرشاد، وان الدين ركن أساسى.

كذلك توجد «الأسس الفلسفية»، والتى تشمل: مراعاة طبيعة الإنسان، وأخلاقيات الإرشاد النفسى. وهناك أيضاً «الأسس النفسية والتربوية»، والتى تشمل: مراعاة الفروق الفردية، والفروق بين الجنين، وتحقيق مطالب النمو. كما توجد «الأسس الاجتماعية»، والتى تشمل: الاهتمام بالفرد كعضو فى جماعة، والاستفادة من كل مصادر المجتمع. كذلك توجد «الأسس العصبية والفيولوجية» والتى تتعلق بالنفس والجسم، والجهاز العصبى للفرد.

وعلى الرغم من ضرورة مراعاة الأسس السابقة عند وضع برنامج التوجيه والإرشاد إلا أنه يجب بالإضافة إلى ذلك ضرورة العمل على توفير كافة الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج، واتباع الأسلوب السليم فى تخطيطه وتنظيمه وتمويله وتنفيذه وتقييمه. كذلك يجب تحديد مسئوليات كل من لهم صلة بالعملية الإرشادية سواء كانوا الاختصاصيين المسئولين عن تلك العملية أو الأفراد المستفيدين منها.

خطوات إعداد برنامج التوجيه والإرشاد

توجد العديد من الخطوات التي يجب على القائمين بالعملية الإرشادية اتباعها عند إعداد برنامج التوجيه والإرشاد، ويمكن تحديد تلك الخطوات في النقاط التالية :

- ١ - تحديد الأهداف
- ٢ - تخطيط البرنامج
- ٣ - تحديد الإمكانيات
- ٤ - تحديد الميزانية
- ٥ - تحديد الخدمات
- ٦ - تنفيذ البرنامج
- ٧ - تقييم البرنامج

أولاً : تحديد الأهداف :

ان الهدف الأساسي لعملية التوجيه والإرشاد في المجال الرياضي هو مساعدة الرياضي على مواجهة مشكلاته، ومساعدته على حلها، وفهم ذاته على نحو جيد، كذلك تحقيق التوافق النفسي، وتحسين السلوك والتمتع بالصحة النفسية. ويجب أن يكون كل من الاختصاصي النفسي الرياضي أو المدرب واللاعب على علم تام بطبيعة الهدف وكيفية تحقيقه ودور كل منهم في تلك العملية الإرشادية.

ويجب أن يتم تحديد أهداف البرنامج الإرشادي بما يتفق مع الفلسفة العامة، والظروف الخاصة بالمؤسسة الرياضية أو المكان الذي ينفذ فيه. فعلى سبيل المثال إذا كان البرنامج خاص بطلاب الجامعات فيجب أن يراعى في تخطيطه أن يتمشى مع الأهداف التربوية بالجامعة، وأن يؤدي إلى إشباع حاجات الطلاب النفسية والاجتماعية والرياضية والترويحية والثقافية. . . الخ.

فالشباب الجامعي وخاصة المتحقين بها حديثاً يحتاجون إلى خدمات التوجيه والإرشاد، فهم في مرحلة انتقال حرجة ونقطة تحول هامة في حياتهم، وهي المرحلة التي تحدد مصيرهم المهني مستقبلاً. كذلك فإن الشباب في هذه المرحلة يتطلعون إلى إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية والصحية والبدنية، ولذلك فهم

فى حاجة شديدة إلى برامج التوجيه والإرشاد حتى يتمكنوا من إشباع تلك الحاجات فى ضوء المعايير التى يرتضيها المجتمع . ولنأخذ طلاب كليات التربية الرياضية كنموذج لتوضيح مدى حاجتهم لبرامج التوجيه والإرشاد، حيث نجد أن معظم هؤلاء الطلاب يلتحقون بتلك الكليات دون أن تكون لديهم القدرات البدنية أو المهارية العالية، ودون أن يكون لديهم الميل والرغبة للالتحاق بها، بل أن التحاق هؤلاء الطلاب بتلك الكليات كان نتيجة لانخفاض الحد الأدنى لدرجات القبول فيها عن الكليات الأخرى، حيث أن طبيعة الدراسة فيها تتطلب توافر صفات بدنية ومهارية معينة فى الطالب المتقدم إليها، ولذلك تعقد اختبارات شخصية ورياضية لاختيار الطلاب المتقدمين للالتحاق بهذه الكليات، ويشترط لنجاح الطالب حصوله على ٥٠٪ كحد أدنى فى هذه الاختبارات، ويتم اختيار الطلاب فى ضوء اجتيازهم لهذه الاختبارات بالإضافة إلى تحقيق الحد الأدنى للمجموع الكلى للدرجات والذى يحدده مكتب تنسيق القبول بالجامعات . وهكذا نجد أن الغالبية العظمى من الطلاب المتقدمين بتلك الكليات من المستويات الرياضية المتواضعة ويمتلكون فقط الحد الأدنى من المهارات الرياضية والقدرات البدنية، ولذلك فإنه من غير المتوقع أن يحقق هؤلاء الطلاب تفوقاً مهارياً وتحصيلياً بتلك الكليات . وفى ضوء ذلك فإنهم يكونون أحوج ما يكون لبرامج التوجيه والإرشاد لكى نحقق لهم التوافق الدراسى، وهكذا فإنه يمكن تحديد أهداف البرنامج الإرشادى لهؤلاء الطلاب فى النقاط التالية :

- ١ - التغلب على المشكلات الانفعالية التى يعانى منها الطلاب .
- ٢ - التغلب على المشكلات التى تتعلق بالتحصيل المهارى للطلاب نظراً لتأثيرها البالغ على توافقهم الدراسى .
- ٣ - مساعدة الطلاب على الاختيار السليم لشعبة الدراسة «رياضة مدرسية، إدارة رياضية وترويح، تدريب»، وكذلك اختيار الرياضة التى يرغب فى التخصص فيها، وذلك فى ضوء قدراتهم واستعداداتهم وميولهم وأهدافهم المستقبلية .

٤ - مساعدة الطلاب على فهم ذواتهم على نحو أفضل ، والعمل على تنمية مفهومهم الإيجابي نحو الذات مما يؤدي إلى زيادة توافقهم النفسي وتمتعهم بالصحة النفسية .

٥ - مساعدة الطلاب على تحسين مستوى أدائهم واستخدام أقصى ما لديهم من قدرات وطاقات لتحقيق الرضا النفسي لديهم .

ثانياً : تخطيط البرنامج :

لنجاح البرنامج الإرشادي يجب الاهتمام بتخطيطه ، فالتخطيط الجيد المبني على أسس علمية سليمة يؤدي إلى نتائج إيجابية وملموسة ، وعلى قدر النجاح في تخطيط البرنامج على قدر ما نصل إليه من تحقيق للأهداف . وعند التخطيط للبرنامج الإرشادي لطلاب كليات التربية الرياضية يجب مراعاة أن تكون الأهداف متمشية مع الأهداف التربوية بالجامعة ، وأن تتم عملية التخطيط بشكل تعاوني بحيث يتم التعاون مع مختلف المؤسسات التربوية والرياضية التي تتعامل مع الشباب مثل مكاتب رعاية الشباب بالجامعة ، والأندية الرياضية ، ومراكز الشباب . كذلك يجب أن يكون التخطيط واقعياً وفي حدود الإمكانيات المتاحة ، ويقوم على الأسس النفسية والتربوية ، ويتم في ضوء احتياجات الطلاب المستفيدين من البرنامج ، كما يجب أن يراعى في التخطيط أن يكون للطلاب دوراً إيجابياً في عملية تخطيط وتقييم البرنامج .

ثالثاً : تحديد الإمكانيات :

يجب أن يراعى عند تخطيط البرنامج تحديد الإمكانيات المادية المطلوبة والعمل على توفير الإمكانيات الناقصة حتى يحقق البرنامج الأهداف المحددة له . ولا يقتصر الأمر على الإمكانيات المادية فقط ، بل يجب تحديد الإمكانيات البشرية ، والتي تتمثل في المسؤولين عن العملية الإرشادية ، وتحديد مسؤوليات كل منهم حتى يمكن تنفيذ البرنامج على نحو مرض . ومن الإمكانيات المادية التي يحتاجها البرنامج السجلات ، والاختبارات والمقاييس ، واستمارات التقييم ، أما الإمكانيات البشرية فتتمثل في الاختصاصيين العاملين بمكتب رعاية الشباب ، وأعضاء هيئة التدريس بالكلية .

رابعاً : تحديد الميزانية :

ان البرنامج الإرشادي يتطلب القيام بدراسات مسحية ودراسات للتقييم والمتابعة، لذلك فهو يتطلب توافر إمكانيات معينة من أجهزة وأدوات مختلفة كالسجلات والاختبارات والمقاييس وغيرها، وتوفير تلك الإمكانيات يتطلب تحديد الميزانية اللازمة لإعداد وتجهيز تلك الإمكانيات، لذلك يجب تحديد مصادر تمويل البرنامج، وعمّا إذا كان التمويل سيتم من ميزانية الجامعة فقط، أم أن هناك مصادر أخرى خارجية «مثل أولياء الأمور، رجال الأعمال».

كذلك يمكن للمسؤولين توفير مصادر أخرى لتمويل البرنامج مثل إقامة عروض فنية أو إقامة مباريات، أو معارض ويخصص الدخل لتوفير احتياجات البرنامج الإرشادي، بالإضافة إلى ما توفره الجامعة من ميزانية للصرف على البرنامج. ويجب مراعاة نقطة هامة عند تحديد ميزانية البرنامج وهي عدم المغالاة فيها حتى لا تقف حائلاً دون تنفيذ البرنامج.

خامساً : تحديد الخدمات :

ان البرنامج الإرشادي لطلاب كليات التربية الرياضية يتضمن العديد من الخدمات، فهو يقدم للطلاب الخدمات النفسية والتربوية والاجتماعية والصحية والرياضية وغيرها مما يحتاجه هؤلاء الطلاب في ضوء حالتهم، ويجب مراعاة أن تكون تلك الخدمات مستمرة ومتكاملة مع بعضها حتى تحقق الأهداف المنشودة.

سادساً : تنفيذ البرنامج :

بعد الانتهاء من تخطيط البرنامج وتحديد إمكانياته وميزانيته والخدمات التي يتضمنها يبدأ تنفيذ البرنامج. ويراعى في تلك الخطوة أن يتم تحديد موعد بدء التنفيذ بكل دقة حيث يتوقف عليه النجاح في الخطوات التالية، كذلك يجب الاهتمام بالتنسيق بين خطوات التنفيذ حتى لا يحدث تعارض بينها مما يؤدي إلى إعاقة العملية الإرشادية.

وعلى ذلك فالبرنامج الإرشادي لطلاب كليات التربية الرياضية يتطلب

التعاون التام بين جميع العاملين بالجهاز الإدارى بالكلية حيث يشترك اعضاء هيئة التدريس، والاختصاصيين العاملين بمكاتب رعاية الشباب فى عملية الإرشاد. فالعملية الإرشادية ليست عملية فردية يقوم بها الاختصاصى الاجتماعى فقط، بل هى عملية تعاونية تتطلب تكاتف جهود جميع العاملين المتعاملين مع هؤلاء الطلاب من أجل العمل على تحقيقها لأهدافها. كذلك يجب الاهتمام بمتابعة تنفيذ البرنامج للتأكد من تغطيته لجميع الخدمات النفسية والتربوية والاجتماعية والرياضية والإرشادية للطلاب.

سابعاً: تقييم البرنامج :

انه من المسلم به أن التقييم عملية ضرورية للتعرف على مدى نجاح البرنامج فى تحقيق أهدافه، وتحديد فعالية الطرق والأساليب المستخدمة. ولكى تتمكن من الحكم على مدى ما حققه البرنامج من أهداف فلا بد من اجراء عملية تقييم للبرنامج من خلال أساليب موضوعية مقننة وفى ضوء معايير محددة، لذلك يجب وضع خطة منظمة للتقييم تعتمد على الأسلوب العلمى حتى يمكن من خلالها التعرف على نقاط الضعف فى الخدمات التى يتضمنها البرنامج وأساليبه وطرقه. وبذلك يمكن تقويم البرنامج فى ضوء نتائج التقييم، وذلك عن طريق تحديد عناصر البرنامج التى تحتاج إلى تدعيم أو تعديل أو تغيير مما يساهم فى تحقيق أقصى استفادة من البرنامج.

ويجب أن تكون عملية التقييم مستمرة وتتم فى كل خطوة من خطوات البرنامج، فالعملية الإرشادية دينامية وتحتاج إلى تطوير مستمر فى الوسائل والإجراءات.

كذلك يجب تحديد المسئولين عن عملية تقييم البرنامج الإرشادى للطلاب سواء من داخل الكلية أو خارجها مع مراعاة عدم إغفال رأى الطلاب بالنسبة لمدى استفادتهم من البرنامج.