

محاضرات مادة الإرشاد الجمعي
المرحلة الرابعة
قسم الإرشاد النفسي
د.حامد قاسم ريشان

الإرشاد الجمعي

تعريف الجماعة : الجماعة هي أكثر من تجمع للناس , فأعضاء الجماعة يشتركون بمواقف وقيم موحدة ويتقبلون بعضهم البعض ويرتبطون فيما بينهم بعدة طرق .

والجماعة الإرشادية تضم عددا من المسترشدين وهي تكون أما جماعة طبيعية قائمة فعلا مثل جماعة الطلاب في الفصل الدراسي أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الإرشاد , وتتم عملية مع الجماعة كوحدة ومن ثم فلا بد أن يعرف جميع أفراد الجماعة أهدافها وأسلوبها في العمل الجماعي ومسؤولياتهم.

الإرشاد الجماعي هو : إرشاد عدد من المسترشدين الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معا في جماعات صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية أو في فصل إرشادي . ويعتبر الإرشاد الجماعي عملية تربوية إذ انه يقوم أساسا على موقف تربوي ومن ثم لفت أنظار المرشدين التربويين إلى ذلك.

يقوم الإرشاد الجماعي على أسس نفسية واجتماعية أهمها ما يأتي:

١. الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية اجتماعية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلى الأمن والنجاح والتقدير والمكانة والشعور بالانتماء والإحساس بالمسؤولية والحب والمحبة والمسايرة والسلطة والضبط والتوجيه.
٢. تتحكم المعايير الاجتماعية التي تحدد الأدوار الاجتماعية في سلوك الفرد وتخضعه للضغوط الاجتماعية.
٣. تعتمد الحياة في الوقت الحاضر على العمل في جماعات تتطلب ممارسة أساليب التفاعل الاجتماعي السوي أو اكتساب مهارات العامل مع الجماعة.
٤. يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعي هدفا مهما من أهداف الإرشاد النفسي .

٥. تعتبر العزلة الاجتماعية سببا من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية.

أهداف الإرشاد الجمعي :

أن الهدف الرئيسي هو إكساب المجموعة مهارات للاتصال والتواصل ومعرفتهم بطرق حل المشكلات ومن خلال هذا الهدف نستنتج الأهداف الآتية :

١. التفاعل الاجتماعي .
٢. التعاون.
٣. احترام الآخرين.
٤. الالتزام بأخلاقيات الجماعة ومعاييرها.
٥. المحافظة على أسرار الناس وتنمية روح القيادة.

الأهداف الفرعية :

١. خلق جو يشعر فيه الأعضاء بالانتماء بحيث يشعر الأفراد الموجودين بأنهم أسرة متماسكة متحابية تسعى إلى التعاون.
٢. نسعى لكي تساهم المجموعة في تطوير شخصية الفرد ونستطيع معرفته من خلال القياس المتكرر.
٣. أن يستطيع الأفراد في المجموعة استكشاف شخصياتهم من خلال التغذية الراجعة.
٤. اتخاذ القرار :يصبح للمجموعة القدرة على اتخاذ القرار المناسب وهي صاحبة القرار.
٥. يجب أن ننمي في المجموعة المسؤولية تجاه الآخرين.

أنواع المجموعات الإرشادية في الإرشاد الجمعي

(١) مجموعة المعالجة النفسية : استخدام الوسائل والنظريات النفسية في المعالجة , وتسعى هذه المجموعات إلى إعادة التعلم لدى الأفراد وزيادة الوعي لديهم وتكون كذلك مصممة لتعديل بعض الاضطرابات السلوكية والاضطرابات العاطفية التي تعوق عمل الشخص . الشيء المهم هو طول الفترة الزمنية لأن عملية إعادة التعلم هدفها الرئيسي إعادة التكيف وتقبل الذات والتحرر من مشاعر الذنب.

٢) مجموعة الحساسية (التحسس من التفاعل الاجتماعي) نقوم بتعليم الأفراد داخل المجموعة عملية التفاعل الاجتماعي وعدم الحساسية من الآخرين.

٣) مجموعات التدريب: تدريب المسترشدين على سلوكيات جديدة ومفيدة في الحياة.

٤) مجموعات العمل: غالبا تستخدم هذه المجموعات في التعليم الجامعي , تهدف إلى التعليم على أسلوب الحياة الجديدة وإدارة بناء علاقات جديدة , وبناء الثقة بالنفس وتطوير قوة الشخصية.

٥) مجموعة الإدمان على الكحول : لأنها تثبت في الجامعة أكثر من مرحلة الإعدادية.

هناك بعض الاعتقادات التي يحملها الأفراد عن المجموعات والإرشاد الجمعي لأنهم يحملون اعتقادات خاطئة عنه منها:

١- أن المجموعة تجعل الفرد ينسى مشكلته وليس حالا لتلك المشكلة بسبب الدفاء والتعاطف الذي يلقاه الفرد في المجموعة , والاعتقاد الآخر الخاطئ بان المجموعة تتبنى الاندفاع وان الفرد يتصرف بعفوية وتلقائية , بينما المجموعات تعمل على تعليم الأفراد أن لا يعتدوا على مشاعر الآخرين.

٢- أن المجموعة هي مكان للتنفيس فقط , والحقيقة أن في المجموعة تعلم جديد.

٣- أن المرضى هم الوحيدون الذين يستفيدون من المجموعات , ولكن حتى الأصحاء يستفيدون من المجموعات.

٤- المجموعة تعلم الأنانية وتهمل الآخرين , ولكن المجموعة تعلم التعاون والمسامحة ونكران الذات.

٥- ما يحدث في المجموعة عبارة عن تصنيع وليس هو الحقيقة.

٦- المجموعة تجعلك تعيسا : يجب أن يكون هناك تشويق وفرح وسرور ومرح وتعزيز في الجلسة الإرشادية .

٧- المجموعة تمارس غسيل الدماغ : وهذا اعتقاد خاطئ لأنها تعمل على تغيير سلوك الفرد دون معرفة.

مساهمات الجماعة لتطوير الفرد

أن الجماعة توفر خبرات متواصلة تمكن الأعضاء من النمو والتطور وإنها تشمل أفراد في الغالب من جماعات عرقية وخلفية اجتماعية وحضارية مختلفة ممن يأتون للاجتماع ببعضهم البعض

لتحقيق أهداف عامة وفردية وتشكيل مفهوم ذات أفضل وتحقيق علاقات أفضل مع الآخرين ومواصلة حياة أكثر إنتاجية , أن مجرد الانتماء للجماعة في الغالب يسهل النمو والتطور لهؤلاء المشاركين ومن ضمن هذه المساهمات:

(١) استكشاف الذات وتوفير الدعم : أن الإرشاد الجماعي يمكن الفرد من تحقيق بعض الحاجات النفسية كالانتماء والتقبل وتصريف المشاعر السلبية والمساهمة في مناخ يوفر الدعم والإسناد , حيث يشجع على كشف الذات , وفي اللقاء الجماعي يقوم الأفراد بالاستجابة للأعضاء الآخرين ويوفرون لهم الدعم المباشر ويمنحون كل منهم فرصة لكي يتعرف على وجهات نظر الآخرين فيه.

أن الفرد في الغالب يشعر بأنه شخص متميز ولديه مشكلات معينة لم يمر بها أي فرد في السابق , وعند طرحه لتلك المشكلات في الجماعة يجد الفرد نفسه في الغالب بأن هناك آخرين قد واجهوا نفس المشكلات المماثلة , وعند المشاركة في هذه المشكلات العامة والمشاعر فمن الممكن مناقشة الخيارات والطرق التي يمكن الاعتماد عليها في تغيير الوضعية بحيث يتمكن الفرد من تحملها بصورة أفضل وهذا ليس معناه بأن هناك مشكلات متميزة ولكن بالرغم من ذلك فمن الممكن مناقشتها والعمل بها من خلال الجماعة عندما يوفر المناخ شعورا بالتفهم والتحسس والمساندة حين ذاك تنتعش قيمة الذات لان ليس هناك فرق بين الأشخاص فمن الممكن تقبل ذلك الفرد والاعتناء به.

(٢) اختبار الحقيقة : تعتبر أقوى مساهمة لتطوير الفرد توفرها الجماعة له هي الفرصة ليس فقط للتحدث عن المشكلات بل الاشتراك في اختبار الحقيقة , ففي الجماعة يتمكن العضو من تقييم أداءه وأفكاره عن طريق التقبل الذي يستلمه من الجماعة. أن التصرف ومحاولة إظهار سلوكيات جديدة متبوعة باختبارات وتقييم من الآخرين تمنح العضو فكرة عن كيف سيتم تقبل سلوكه هذا في العالم الخارجي حينذاك يطور الفرد الثقة بالنفس لنشر ذلك السلوك خارج الجلسة الإرشادية , وجوهر الأمر هو أن القيم التي ترتكز عليها الجماعة الإرشادية هي منح الفرص للأعضاء لكي يحصلوا على وعي أعمق لأهدافهم الاجتماعية وسلوكياتهم والظروف الناتجة عنها.

(٣) تنمية المسؤوليات نحو الآخرين: أن تطوير الشعور بالمسؤولية لذات الفرد قد تم ذكرها سابقا, لكن من المهم أن نلاحظ تطوير الشعور بالمسؤولية نحو الآخرين , فلكي تعمل الجماعة بصورة فعالة والى الحد

الأعلى يجب تطوير شعور بالثقة بين الأعضاء فالعضو حينذاك يأخذ على عاتقه مسؤولية المساهمة في تطوير الجماعة وذلك عن طريق الاستجابة للأعضاء الآخرين والعمل على تحقيق الأهداف الشاملة التي تم اقتراحها في الجماعة.

الفرق بين الإرشاد الفردي والإرشاد الجمعي

الإرشاد الفردي	الإرشاد الجمعي
المشكلات فردية	المشكلات غالباً ما تكون عامة
يحتاج إلى سرية تامة	لا تستدعي المشكلات إلى السرية
التفاعل قوي جداً	التفاعل بين المرشد والمسترشد ضئيل
دور المرشد فاعل ومؤثر	دور المرشد ناصح وموجه في أكثر الأحيان
مدة الجلسة أقصر تتراوح بين ٣٠-٤٥ دقيقة	مدة الجلسة طويلة تتراوح بين ٤٥-٩٠ دقيقة
لا توفر الوقت والجهد	اقتصادية وتوفر وقت وجهد
دور المرشد أسهل وأقل تعقيداً	دور المرشد أصعب وأكثر تعقيداً

حقيقة العملية الإرشادية

العلاقة الإرشادية بين المرشد والمسترشد هي علاقة إنسانية اجتماعية مهنية من نوع خاص وهي ليست علاقة قرابة أو صداقة ولا مريض بطبيب ولا علاقة زوج بزوجه . ولأهمية تلك العلاقة يجب أن نحدد لها عدة جلسات لكي ننجح , ومن الصعب تحقيق العلاقة في جلسة واحدة أو جلستين حيث يكون المسترشد عدوانياً أو رافضاً للعملية الإرشادية أو لديه تعصب , لذلك يتطلب من المرشد جهود لتكوين تلك العلاقة.

أهداف العلاقة الإرشادية

١. الدخول إلى عالم المسترشد :وهي عبارة عن انعكاس المشاعر بحيث نعرف أن المسترشد وضح مشاعره ومفهوم ذاته.
٢. تحديد حجم توقعات المسترشد : يشعر المسترشد أن المرشد يملك الحل أو أن المسؤولية تقع على عاتق المرشد , أو أن الحل يقع بيد المرشد لثقة المسترشد بنفسه.

٣. بناء حالة الثقة: يستطيع المرشد أن يترك مشاعر خوف وتردد عند المسترشد كعدم التعاون أو كشف الكثير من المعلومات أو زيادة حدة المقاومة أو الالتزام بالمواعيد والواجبات , وهذه مؤشرات على عدم حالة الثقة. يجب أن يكون المرشد حاصلًا على المعلومات مسبقًا . (أن المقاومة وعدم الحضور إلى الجلسات أو نسيان المواعيد هي مؤشرات عدم الثقة).

٤. تحديد هوية المسترشد: المقصود بالهوية الطريقة التي يرى فيها الشخص نفسه في علاقته مع الآخرين , ويؤكد روجرز على أن هوية الإنسان تحدد من خلال التفاعل مع البيئة , فمن خلال مرور الإنسان في مراحل النمو والتفاعل مع البيئة تتحدد هويته , إذ أن هوية الفرد تتحدد من خلال عوامل فطرية وبيئية مكتسبة وهذا يتطلب من المرشد أن يتعرف على هوية المسترشد إذا أراد أن يبني العلاقة الإرشادية على نحو صحيح.

٥. مساعدة المسترشد على إدراك حقيقة العملية الإرشادية : خلق دافعية للمسترشد بالاستمرار في العملية الإرشادية والعلاقة الإرشادية لأن المسترشد يريد أن يطور ذاته , نوضح له الدور المتوقع الذي سوف يقوم به أثناء العملية الإرشادية أي تحديد وظيفة المسترشد وهو الدور الذي يقوم به.

٦. إجراء تقييم أولي لمشكلة المسترشد : قد يخطئ الكثير من المرشدين بأن يبدأ بعلاج المشكلة قبل أن يبني العلاقة الإرشادية وهذا خطأ. لأن المسترشد قد لا يتقبل من المرشد بسبب طريقة التعامل أو الصوت أو أسلوب آخر . فيجب أن تبني العلاقة أولاً ثم نبدأ بالعلاج.

لماذا نلجأ إلى الإرشاد الجمعي بدلا من الإرشاد الفردي؟

يهدف الإرشاد الجمعي إلى حل مشكلات المجموعة بطريقة مباشرة , فهو يعمل على التوافق بين الأصدقاء أو أفراد الأسرة أو أفراد المجتمع وتعليمهم طرق التفاعل الاجتماعي والتعاون واحترام الآخرين وأخلاقيات الجماعة والمحافظة على أسرار الناس وعلى روح القيادة وعلى الأخذ والعطاء والرأي و الرأي الآخر وعلى الحديث والتحدث , وكذلك يسعى

الإرشاد الجمعي إلى توفير الوقت والجهد للمرشد شرط أن تكون تلك المجموعة من نفس العمر ونفس المشكلة.

وهناك أهمية في توفير جو آمن للمجموعة من خلال ضمان السرية التامة بين أفراد المجموعة وهذه تعتمد على مهارة المرشد , ومن ثم المكان وكذلك من حيث الخصوصية والحرية ويكون للمجموعة درجة من الثقة فيما بينهم.

يستفاد المسترشد من الإرشاد الجمعي بغض النظر عن طبيعة المشكلة أي أن هناك أهدافا يحققها الإرشاد الجمعي بغض النظر عن المشكلة وهي :

- ١ . مهارة الاستماع : نخلق من المسترشد مستمعا جيدا.
- ٢ . أن ينتظر الدور : نخلق وننمي لديه مهارة انتظار الدور في الحديث.
- ٣ . النقاش والتفاعل.
- ٤ . العصف الذهني وتوليد الأفكار.
- ٥ . تلقي الأفكار وإعطاءها.
- ٦ . التحدث بتلقائية وبدون تصنع.
- ٧ . تنمية مهارة التعبير عن الذات.
- ٨ . خلق جو يشعر فيه أفراد المجموعة إنهم منتمين إلى تلك المجموعة.
- ٩ . مساهمة المجموعة في تطوير شخصياتهم.
- ١٠ . تنمية سلوك اتخاذ القرار من قبل المجموعة.
- ١١ . تنمية المسؤولية تجاه الآخرين وان تكون المسؤولية مشتركة بين أفراد المجموعة فكل فرد يجب أن يمثل المجموعة.

طبيعة الإرشاد والعلاج النفسي الجمعي وأهدافه

انه ذلك النوع من الإرشاد الذي يتم بين المرشد أو المعالج النفسي ومجموعة من المسترشدين يتراوح عددهم بين ٣-١٣ شخصا أو ٦-٨ أشخاص لديهم مشكلات عامة أو مشتركة ويرغبون في مساعدة المرشد من اجل التخلص منها وهذه المجموعة الإرشادية متجانسة عقليا وفكريا تلتقي عادة مرة أسبوعيا ولمدة ساعة إلى ساعة ونصف بواقع ١٢-١٤ مرة أو ٥-٦ مرات ضمن جماعات وعادة ما يجلسون على شكل دائرة .

فالإرشاد أو العلاج النفسي الجماعي ينطلق من مسلمة مؤداها أن الموقف الجماعي بعلاقاته المتعددة التي تقوم بين الأفراد يكون اقرب إلى الحياة الواقعية بالمقارنة مع العلاقة الإرشادية في الإرشاد الفردي انه يفيد في دعم الجانب النفسي للأعضاء ويفيد كذلك الأشخاص الانطوائيين وكذلك الانبساطيين من اجل تنظيم حالاتهم بشكل صحيح وسليم .

فتأثير الجماعة في إحداث التغييرات السلوكية لدى الأفراد ثابت علميا منذ قرون عديدة إلا أن الإرشاد الجماعي في حد ذاته يعد ظاهرة خاصة بالقرن العشرين فقد أشار كل من أدلر ويونج في أكثر من مناسبة إلى اعتماد الجماعة في التأثير في الفرد واعتماد عدد من تلامذة أدلر في الربع الثاني من هذا القرن بمعالجات تعتمد على الجماعة ويذكر كورسيني خمسة وعشرين شكلا من المعالجات النفسية الجماعية بأسمائها منذ منتصف الخمسينات فقد استخدمت الجماعات في المجال الطبي والتربوي والمهني والعائدي وأصبح هذا الاستخدام ظاهرة شائعة في أواخر الستينات وأوائل السبعينات .

والواقع أن هذا الاتجاه في الإرشاد والعلاج النفسي ينطلق من كون الإنسان عبارة عن كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية واجتماعية والتي لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلى الحب والأمن والطمأنينة والتقدير والمشاركة الوجدانية والانتماء والنجاح والتكيف كما أن العزلة الاجتماعية والوحدة قد تكون سببا من أسباب المرض النفسي وتدعيمه .

فالإرشاد النفسي الجماعي يهدف إلى مساعدة كل عضو من أعضاء الجماعة على حل مشكلاته وتحقيق التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي وذلك لما تتيحه الجماعة من عمليات الاقتداء بالنموذج وما تهيئه من فرص لكل مسترشد من أن يكشف مشاعره وانفعالاته وما لها من تأثير في الآخرين .

فجماعة الإرشاد ضمن هذه الطريقة تمثل إطارا خاصا يشعر المسترشدون في إطاره بالأمن والأمان مما يتيح لهم القيام بسلوك جيد والتخلي عن سلوك قديم اقل فاعلية في التعامل مع الآخرين (سلامة ١٩٩١) فالإرشاد النفسي الجماعي مجال يطرح فيه الأعضاء كل ما يؤرقهم ويسبب لهم سوء التوافق ويتعلمون كيف يناقشون مخاوفهم وشكوكهم وأنماط فشلهم ويقارنوها بمشكلات الآخرين التي تصبح بمثابة مرآة يرى من خلالها المسترشد نفسه ومشكلاته وبإمكان المسترشد من خلال الجماعة الإرشادية التنفيس عن انفعالاتهم - حتى العميقة منها -

وتكوين علاقات اجتماعية جديدة والوصول إلى استبصار جديد يساعد في الكشف عن بعض الحلول والاستجابات الجدية التي لم تكن تخطر للمسترشد من قبل بحيث يتمكن كل مسترشد من خلال استبصاره أن يرى عاداته السيئة ووساوسه ومخاوفه وما يعانيه من قلق وعدوان ليس وقفا عليه وحده وإنما ليست مدعاة للخجل والعزلة والانطواء وان هناك من يعاني منها أيضا مما يجعله أكثر جرأة وحرية في مناقشة مشكلاته وطرحها للعلاج.

ويرى بعض المرشدين والمعالجين النفسيين ضرورة تجانس أفراد الجماعة خاصة في النواحي العقلية والأعراض المرضية لان هذا التجانس يعتبر من العوامل الهامة في تماسك أفراد الجماعة وفي تفاعلهم خاصة إذا كان المرشد سيعتمد في إرشاده على طريقة الشرح والمحاضرة والمناقشات .

ويرى يالوم Yalom 1975 أن تكوين الجماعة الأفضل هو ذلك التكوين الذي يحتوي على أعضاء يشتركون في أساسيات مشتركة مما يتيح الفرصة لتبادل الثقة بين أعضاء الجماعة ويشجع على توحدهم مع بعضهم البعض وان اختلفوا في وجهات النظر والمشكلات حيث تمثل الجماعة المجتمع الأوسع بشكل عام.

إلا أن سلافسون Slavson الذي اهتم بعلاج الأطفال والأحداث الجانحون يرى ضرورة جعل المجموعة العلاجية تضم عناصر مختلفة من المتعالجين من حيث أعراضهم وأنماط شخصياتهم , فقد كانت المجموعة العلاجية لدى سلافسون تضم خمسة أشكال من الأطفال :

- ١ . أطفال لديهم ميول عدوانية.
- ٢ . أطفال ايجابيون.
- ٣ . أطفال سلبيون.
- ٤ . أطفال سلبيون انسحابيون.
- ٥ . أطفال عاديون تقريبا.

وفي رأي سلافسون فان هذا التشكيل يحقق التوازن داخل الجماعة الإرشادية . ويركز سلافسون على أهمية التقارب في مستوى النضج الاجتماعي والوجداني بين أفراد المجموعة, كما أن على المعالج أن يعيد تشكيل الجماعة متى تبين له أن تشكيلها الراهن يؤدي إلى تدعيم مشكلات بعض أفرادها. ويؤيد (أكرمان) رأي (سلافسون) من حيث

ضرورة اشتمال المجموعة العلاجية على عدد من الخجولين إلى جانب العدوانيين من اجل أن تستفيد كل فئة من اطلاعها على سلوك الفئة الأخرى.

يستخدم الإرشاد النفسي الجماعي على نطاق واسع في مستشفيات الأمراض العقلية وفي العيادات النفسية وعيادات توجيه الأطفال وبعض المؤسسات الإصلاحية , وكذلك توجيه الآباء والأمهات الذين يتبعون أساليب غير صحيحة في تربية أبناءهم خاصة بعد أن تبين لدى المرشدين أن مشكلات الأطفال يصاحبها مشكلات شبيهة لدى الآباء , وهذا النوع من الإرشاد يجعل الآباء يتقبلون أخطاءهم بشكل هادئ , مما يؤدي إلى تغيير علاقاتهم الأسرية أو تعديلها بما يحقق الراحة لهم ولأبنائهم.

كما يستخدم الإرشاد النفسي الجماعي في حالات الإدمان واضطرابات الكلام وجنوح الأحداث والأمراض العصابية والذهانية والأمراض السيكوسوماتية وحالات الكآبة والوساوس والخوف والشعور بالنقص والانبساطية المتطرفة.

في حين أن هناك بعض الحالات لا يستحسن فيها استخدام هذا الأسلوب كما في حالات الشخصية السيكوباتية ومرض الهذاء وحالات الهوس الشديد .

فوائد الإرشاد الجماعي

يركز الإرشاد الجماعي بصفة خاصة على المشاكل الموجودة عند أعضاء الجماعة, ويحرص على أن يشعر كل فرد بانه عضو في الجماعة الإرشادية مما يسهل على المرشد مساعدتهم في حل مشكلاتهم التي تؤرقهم , فالتركيز في الإرشاد الجماعي يكون على نمو الفرد وتكيفه مع ذاته ومع الآخرين , ولهذا يفيد الإرشاد الجماعي أعضاء الجماعة فوائد عديدة من خلال وجودهم وجها لوجه داخل الجماعة الإرشادية , واهم هذه الفوائد ما يأتي:

١. المحافظة على الوقت والتكاليف : فالمرشد يستطيع أن يساعد مجموعة من المسترشدين في الوقت نفسه بدلا من مساعدته كل فرد على حدة , وهذا يوفر وقتا وجهدا على المرشد كما يوفر كثيرا من التكاليف على المسترشد .

٢. يشعر معظم الأفراد داخل المجموعة الإرشادية وكأنهم وحدة اجتماعية حقيقية , وهذا يسهل على المرشد معرفة كل التفاعلات والأحداث التي تدور داخل الجماعة , فالإرشاد الجماعي ضروري ,

حيث يقدم المساعدة للفرد لحل مشاكله التي يتكون نتيجة مشكلات اجتماعية (مشكلات الخجل والتردد والبحث عن العمل).

٣. تدعيم الفهم والإدراك لأفراد المجموعة الإرشادية وذلك من خلال اشتراك عدة أفراد يستندون إلى خلفيات اجتماعية وثقافية مختلفة, فالمجموعة تقدم خبرات ومعلومات واثارات يصعب على مرشد واحد أن يقدمها وحده.

٤. يعتبر الإرشاد الجماعي أكثر واقعية واتصالا بالحياة الاجتماعية بالنسبة إلى المسترشد, مما يجعله مطالباً في النهاية بان يعمل على حل مشاكله من خلال المجموعة التي يعيش فيها, فهذه المجموعة تعتبر حقيقة اجتماعية , والمجتمع يعمل ككل ,وبما أن الفرد جزء من المجتمع فلا بد من أن يعمل في إطاره.

دور المرشد النفسي في الارشاد النفسي الجماعي

يكون دور المرشد النفسي في هذا النوع من الإرشاد دوراً مهماً حيث يبدأ تأثيره منذ الخطوة الأولى من تكوين الجماعة والإجراءات التي يأخذها في اختيار الأعضاء, ففي بعض الأحيان يأخذ المرشد على نفسه كل فعاليات القيادة وتوجيه المناقشات فهو الذي يستقطب الجماعة وينجز أغراض الإرشاد عن طريق التفاعل بينه وبين المسترشدين , وهذا ما يؤدي إلى خفض مظاهر القلق لدى المسترشدين والى شعورهم بالطمأنينة , ولكن هناك احتمال ضئيل بحدوث تحويل لدى مسترشد أو أكثر باتجاه المرشد مما يؤدي إلى عرقلة سير الإرشاد وفي أحيان أخرى تكون فعاليات المرشد اقل من ذلك , يتفاعلون فيما بينهم ويتجمعون حول بعضهم وقد يخالفون ما يذهب إليه المرشد وهنا يبدو أن الجماعة هي التي تقوم بالعملية الإرشادية وتتجزأ أغراضها , وفي هذه الحالة ثمة احتمال في ارتفاع مستوى القلق لدى المسترشدين وفي التشتت وخاصة إذا كان اضطراب احد المسترشدين شديداً.

والواقع فان المرشد الحاذق هو الذي يحدد الهدف من الجلسة ويهيئ جواً إرشادياً يسوده الحب والتقبل والتسامح والفهم والحرية , يوازن بين دوره كقائد للعملية الإرشادية والتي تساعد على بلوغ المناقشات نتائج مثمرة وبين اعتماد المسترشدين على أنفسهم حتى يتبينوا الأوجه المختلفة

للمشكلات التي هي موضوع مناقشة الجماعة. والمرشد هنا يشجع المناقشة دون أن يفرض نفسه , ويحث كل فرد في الجماعة على التعليق على مشكلات الآخرين وتأويلها ويفسر ويشرح ويعلق على ما يقوله المسترشدون في الجلسة الإرشادية دون احتكار أو إسهاب , كما يقوم المرشد بتعليم أعضاء الجماعة كيفية تقديم العون للآخرين , علاوة على كونهم مسترشدين, كما يشجع الحديث الصريح , ويعكس بدقة ما يقوله المسترشد الذي يتولى الحديث , كما يراقب الآخرين أثناء حديث احدهم ليرى كيف يتأثرون به.

وفي الإرشاد الجماعي يقوم المرشد بمساعدة أفراد المجموعة الإرشادية لتكوين علاقة وثيقة بين أفرادها وذلك لتهيئة جو إرشادي داخل المجموعة يتصف بالثقة المتبادلة بين جميع الأعضاء لإتاحة الفرصة لكل عضو داخل المجموعة ليطور إدراكه ومفاهيمه عن نفسه ليحقق هدفه الخاص به وهو التوافق الصحيح مع ذاته.

يقول كارل روجرز أن على المرشد أن يكون منتبها لكل ما يصدر من كل عضو من أعضاء المجموعة مع محاولة تهيئة جو مريح نفسيا يسوده القبول والتقبل والتشجيع لكل عضو داخل المجموعة الإرشادية , مع قبول كل ما يصدر من المجموعة .

ولكن في بعض الأحيان تكون المجموعة أقرب إلى ضعف الاستقرار والتفاعل بين أعضائها مما يوجب على المرشد التدخل المنظم واتخاذ إجراءات تأخذ بعين الاعتبار حاجات أعضاء الجماعة , كما يقدم التغذية الراجعة لسلوك أعضاء الجماعة , وتشجيع تبادل الأعضاء التغذية الراجعة الفعالة . " لقد كنت صامتا طوال الوقت يا....." فالتغذية الراجعة تساعد على تهيئة فرص تعلم أكثر لأعضاء الجماعة . كما تحتل شخصية المرشد مكانة هامة في سير العملية الإرشادية , فقد يغلب في سلوك المرشد سلوك التجنب أو الانسحاب حتى يقتضي الأمر التدخل ومواجهة مواقف الجماعة وما انتهت اليه من مناقشات , وقد يكون قليل التحفظ في مواجهة مشكلات التحويل , وفي مثل هذه الحالات يقتضي العمل المثمر مزيدا من تدريب المسترشدين قبل الانخراط في مسؤوليات الإرشاد.

أسس الإرشاد النفسي الجماعي

الإرشاد الجماعي يعتبر أن معظم المشاكل التي توجد عند الناس مشاكل اجتماعية وشخصية , ولهذا يعمل المرشد على مساعدة المسترشد على فهم نفسه من خلال الاستفادة من التصحيحات والتشجيع من أعضاء الجماعة الآخرين . فأعضاء المجموعة لهم ولهذا فإنهم يشعرون بالانتماء والتقارب نحو بعضهم البعض , ويستطيعون فهم مشاكلهم الخاصة من خلال ملاحظة وفهم مشاكل الآخرين في المجموعة والتني هي مقارنة معهم مما يساعدهم على رؤية المجالات المختلفة لحل مشكلاتهم ورؤية هذه المشكلات بصورة أكثر جدية.

وبناء على ذلك نجد أن أهم الأسس التي يعتمد عليها الإرشاد النفسي الجماعي ما يأتي:

١. يوفر الإرشاد النفسي الجماعي فرص تفاعل اجتماعي أوسع تضم المرشد ومسترشدين يقوم كل منهم بمهمة تشبه مهمة المرشد , ويصبح كل منهم مرسلا ومستقبلا للتأثيرات الإرشادية , وهذا ما يوفر أساسا متينا في انجاز الإرشاد النفسي لمهمته.
٢. يوفر الإرشاد النفسي الجماعي فرصة للمسترشد لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية في إطار اجتماعي مثل الحاجة إلى الأمن والحاجة إلى النجاح والحاجة إلى تقدير الذات والحاجة إلى الإحساس بالمسؤولية تجاه الآخرين والحاجة إلى الحب والمحبة الخ مما يلزم في مستقبل حياة المسترشد وحاضره.
٣. يتيح الإرشاد النفسي الجماعي فرصا غنية لأن يرى المسترشد نفسه ومشكلاته رؤية جديدة , حيث تعتبر الجماعة بمثابة مرآة للمسترشد يرى فيها نفسه , ومن خلال الجماعة يستطيع المسترشد مقارنة نفسه بالآخرين ورؤية نجاحه ونجاحاتهم , كما يرى فيها مشكلاته ومشكلاتهم مما سيخفف لديه إحساسه بخطورة حالته وهذا ما يعزز سلوكه المعدل وذلك من خلال رؤية ما يصل اليه الآخرون بالإضافة إلى أن وجوده بجانب من هم أحسن حالا يساعده على تقييم مشكلته ووضعها موضعها الصحيح.
٤. يتيح الإرشاد النفسي الجماعي للمرشد ملاحظة سلوك المسترشد في مواقف اجتماعية واقعية فيها الكثير من المثيرات والاستجابات وأساليب الدفاع وهذا ما لا يمكن ملاحظته في الإرشاد الفردي.
٥. يعد الموقف الإرشادي في الإرشاد الجماعي بمثابة الحافز للمسترشد , حيث أن ترقب ما يقدمه كل مسترشد في الجلسة الإرشادية الجماعية

يزيد من قوة الحافز التي تستثير المسترشد للبحث عن تحليل لحالته وعن حل لمشكلاته.

٦. يوفر الإرشاد النفسي الجماعي فرصة للمسترشد للقيام بدور معين , فقد يسهم في قيادة فعاليات الجماعة , وقد يشارك في تنفيذ ما يطلبه منه الآخرون , وقد يلعب دور الوسيط أو المتحمل لأعباء الآخرين , وهذا ما يوفر للمسترشد فرصة الكشف عن مشعره وتنفيذها واقعياً.

٧. يوفر الإرشاد النفسي الجماعي فرصة لتقديم خدمات الإرشاد لعدد أكبر من المسترشدين يتشابهون في أنماط حياتهم العامة وتنشابه بعض معالم مشكلاتهم واضطراباتهم وحاجاتهم للإرشاد جميعاً في مواقف متشابهة.

٨. يوفر هذا النوع من الإرشاد الفرصة للمرشد ليكون فرضيات تلزم في التشخيص والبحث العلمي.

٩. يوفر الإرشاد النفسي الجماعي تبادل الخبرات والمهارات في التعامل مع الآخرين ومواجهة المواقف المختلفة.

خطوات تكوين الجماعة الإرشادية

يمر تكوين جماعة الإرشاد النفسي بالخطوات الآتية :

١. التقديم والتعريف بالجماعة:

وفي هذه الخطوة يعلن المرشد عن عزمه على تكوين جماعة إرشادية , ويشرح الهدف من تكوينها والذي غالباً ما يكون دعم النمو الشخصي السليم وحل المشكلات بدلاً من تجاهلها ما يؤدي إلى تفاقمها بحيث يصعب حلها فيما بعد , كذلك يتولى المرشد النفسي الإجابة على أية سائلة يوجهها الراغبون في الانضمام والتي غالباً ما تتعلق بدرجة ما يمكن الإفضاء به من مشكلات , وتحديد المفهوم بالثقة والمحافظة على الأسرار , وما الذي يمكن أن يفيد المسترشد من الانضمام للجماعة , ومن الأسئلة التي عادة ما توجه في هذه الحالة : كيف تختلف جلسات الإرشاد الجماعي عن جلسات الأصدقاء ؟ وهل سأتعلم كيف أعبر عن مشكلاتي حقاً؟ وكيف أمكن مساعدة مسترشدين غيري ؟ وأين سنلتقي ؟ وبعد الإجابة عن العديد من الأسئلة تترك الحرية للمسترشد لتقرير ما إذا كان يود الانضمام أم لا .

٢. مقابلة القبول للجماعة :

وتستغرق حوالي الساعة يتاح فيها للمرشد النفسي التعرف على مسترشد المستقبل , كما يختبر قدرة المسترشد على مناقشة مشكلاته بصراحة وخاصة المؤلم منها وكذلك التعرف على ما يقلق المسترشد من علاقات معلقة بينه وبين من يهتمونه , وكذلك مشكلات الوفاء بتوقعات الآخرين أو مواجهة مطالب النمو , وهذه المقابلة تحدد ما سيتبع بعد ذلك كما يحدد فيها المسترشد موقفه من الانضمام إلى جماعة الإرشاد.

٣. اختيار المسترشدين: يقوم المرشد باختيار المسترشد على أساس المعايير الآتية:

أ- هل لديه القدرة على الإنصات للآخرين؟.

ب- هل لديه الاستعداد للتعاطف مع الآخرين والاعتراف بحاجاتهم كما يعترف بحاجاته؟.

ت- هل يمكنه الإفصاح عن مشكلاته ومصادر ألمه أو استفساراته؟.

ث- هل يمكنه تحديد أهداف معينة (كتغيير سلوك غير توافقي بأخر أكثر فاعلية أو التخلص من سلوك أو مواجهة مطلب من مطالب النموالخ) وهل هو مستعد للعمل على تحقيقها كما يمكن أن يقبل العون في ذلك؟.

ج- هل يتأثر حين تعترضه أمور صعبة؟.

ح- هل يتحمل المسؤولية الأكبر في حل مشكلاته؟.

ويميل بعض المرشدين إلى رفض الأشخاص شديدي الخجل أو شديدي الاكتئاب , أو شديدي العدوانية في جماعات الإرشاد هذه وان كان مثل هؤلاء الأشخاص قد أمكن مساعدتهم في جماعات الإرشاد ورغم هذا ينبغي أن يراجع المرشد النفسي كفاءاته في تناول أي الحالات وأي الأشخاص قبل قبوله للمسترشدين.

٤. التعرف على أهداف المسترشدين:

يجب التأكد من أن أهداف المسترشد هي أهداف اختارها هو بنفسه وليست أهدافا اختارها أو حددها له أحد غيره حتى لو كان ذلك مجرد ضغط بسيط من زملاء أو أصدقاء لتشجيعه على القيام بسلوك معين يروونه مرغوبا.

٥. بدء العمل بالجماعة : وتبدأ بقيام المرشد بوصف مختصر لدوره وما يتوقعه من المسترشدين مع تأكيده على أهمية الاتصال المتبادل بينهم , كما يقوم بتسهيل عملية الاتصال في الأوقات التي يتعثر فيها , كذلك

يشجع المرشد المسترشدين الذين لا يتوقع منهم البدء في الحديث عن مشكلاتهم كما يدعم سلوكهم.

٦. تنمية العلاقة داخل الجماعة : يساعد التماسك والإفصاح عن المشكلات في تنمية العلاقة بين أفراد الجماعة وكلما ازداد تماسك الجماعة ازداد معه شعور القبول والتأييد المتبادل بين أفرادها وازداد أيضا الشعور بالأمن اللازم لمناقشة المشكلات والسعي لإيجاد حلول لها, كذلك يتيح تماسك الجماعة لأعضائها أن يعبروا عن انفعالات الغضب أو الخوف العادية في الحياة اليومية وهم على ثقة بان ذلك لن يؤدي إلى الإضرار بالعلاقة بشكل لا يمكن إصلاحه كما قد يحدث في الحياة اليومية .

وهناك عدة عوامل تعكس تماسك الجماعة يجب على المرشد الالتفات إليها واستغلالها في تنمية العلاقات داخل الجماعة :

١. توجيه النظر إلى العضو المتحدث والتقاء النظرات بين الأعضاء .
٢. زيادة التفاعل بين الأعضاء بعضهم مع بعض لا بين كل عضو وقائد الجماعة.
٣. عدم السماح لعضو معين بأن يصبح بؤرة للنقد أو لأية مشاعر سلبية أخرى.
٤. الإفصاح عن مكنون النفس.
٥. الثقة المتبادلة بين الأعضاء.

هذا ويعتبر إفصاح الأعضاء عما يعانونه من انفعالات أو مشكلات أو استفسارات من أهم ما يجب أن يتحقق في الجو العام للإرشاد الجماعي , فكيف يمكن لقائد الجماعة أن يشجع على ذلك ؟ لعل أهم ما يحقق ذلك هو جو الثقة والاتفاق بين الأعضاء على أن ما يقال داخل الجماعة يضل سرا للجماعة ولا يجب ذكره لأي شخص خارجها إلا بعد الاستئذان . وتساعد كروت المشاكل في أن يفصح الأعضاء عما يثير متاعبهم أو قلقهم , وفي هذه الطريقة يطلب من كل عضو قبل كل جلسة أن يكتب على قطعة من الورق مشكلتين حالييتين , الأولى يراها العضو صعبة نسبيا وملحة , والثانية يراها اقل صعوبة لكنها أيضا ملحة. وأثناء الجلسة يطلب قائد المجموعة من كل عضو ما إذا كان يود الإفصاح عن مشكلة ما لكي تناقشها الجماعة . وللعضو مطلق الحرية أن يعرض مشكلة ما حتى وان لم يذكرها في "كارت المشاكل" كما له الحرية أن لا

يعرض أي مشكلة . وقد وجد أن هذه الطريقة تشجع على عرض المشكلات ومناقشتها.

أساليب الإرشاد النفسي الجماعي

تعددت الأساليب المستخدمة في الإرشاد النفسي الجماعي, وقد كان معظمها ذا منحى تعليمي , حيث نجد المرشد يحاضر ويناقش ويوجه , بعد أن يختار جماعة أو جماعات صغيرة متجانسة من حيث العمر والجنس , وأنماط الشخصية , وتشابه الأعراض وبعد تطور الدراسات في ميدان الإرشاد النفسي الجماعي لجأ المرشدون إلى أساليب أخرى تختلف حسب اختلاف المسترشدين وأعراضهم وظروفهم . ويمكن إيجاز أهم هذه الأساليب بما يأتي:

(١) **أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية** : يعد ماكسويل جونز من رواد استخدام هذا الأسلوب في الإرشاد النفسي الجماعي في أثناء الحرب العالمية الثانية . إذ أن هذا الأسلوب يقوم على جهد ينطلق من المرشد الذي يقوم بدور القائد فيلقي محاضرة أو يدير نقاشاً . وقد يستعين بذوي التخصص والخبرة لمساعدته في ذلك. أما الحاضرون فهم المسترشدون الذين يتشابهون في المشكلة ذاتها. ولهذا يجب أن يكون إعداد المحاضرة مناسبة للمسترشدين ليتعلموا مزيداً من المعارف والأفكار فيما يتصل بحياتهم العملية وما يتعلق بالمشكلة التي يعانونها وبطريقة حلها ومواجهة الاضطرابات التي يشكون منها.

فالطرح المناسب للمشكلة من قبل المرشد يعد مثيراً قوياً لاشتراك أعضاء الجماعة في المناقشة . إذ أن سلوك المرشد أثناء المحاضرة ووقوفه عند بعض الحالات وشرحه لها يكون دافعاً للمسترشدين للمساهمة بشكل فعال.

وفي هذا الأسلوب يفضل البدء بمناقشة المشكلات النفسية الاجتماعية العامة ثم ينطلق منها إلى المشكلات الخاصة المشتركة بأعضاء الجماعة. ويكون موضوع المحاضرات والمناقشات متصلاً بجوهر الاضطرابات أو المشكلة ويكون محور المناقشات حالات افتراضية بأسماء عامة وهمية لكنها تلمس الواقع الذي يعاني منه أعضاء الجماعة. ويكون المرشد هو مدير المناقشات فهو يثير الأسئلة ويوزعها على أعضاء الجماعة, ويستمع لأسئلة الحاضرين ويتعاون معهم على الإجابات السليمة وإبداء الرأي في حالات , وفي النهاية تكون النتائج فهم

المسترشد للمشكلة من خلال المناقشة وإجابات الآخرين , ومن خلال رؤية مشكلات الآخرين وما انطوت عليه من عوامل. يستخدم هذا الأسلوب مع عصابيين أو عدوانيين من الراشدين أو الأحداث أو ممن يمرون بمشكلات تكون أقل من ذلك صعوبة ولكنها تزعجهم وتضايق إنتاجهم في عملهم . وفي المناقشة الجماعية هناك عدة خطوات لا بد من إتباعها وهذه الخطوات هي كالآتي:

- السكوت حتى يبدأ بعض أفراد المجموعة بالحديث.
- يقوم المرشد بافتتاح الجلسة الإرشادية اذا لم يبدأ أحد أعضاء المجموعة بالحديث , حيث يقول " هل من الممكن أن نبدأ بالحديث ؟ أو يسأل عن المواضيع التي يرغب أعضاء المجموعة البحث فيها.
- يمكن أن يقول المرشد " هل يستطيع احد منكم البدء بالكلام".
- يمكن البدء بالكلام من خلال تقديم كل فرد لنفسه مع التحدث قليلا عن حياته .
- في حالة عدم الاستجابة من أي عضو في المجموعة يمكن للمرشد أن يتدخل قائلاً " في الظاهر أن السكوت يخيم على كل عضو في المجموعة , وانه لمن الصعب البدء بالكلام".

٢) أسلوب التمثيل النفسي المسرحي (السيكودراما) Psychodrama

يعد هذا الأسلوب من أشهر الأساليب في الإرشاد النفسي الجماعي , وهو إرشاد عملي واقعي يشاهد بالتمثيلات النفسية , حيث تعرض مشكلات انفعالية شبيهة بالتي يعاني منها المسترشدون , حيث تعرض أحداثها ومواقفها ضمن تسلسل منطقي حتى تصل إلى نهاية تكون هي الحل العملي لتلك المشكلة بصورة واقعية عملية في حياة الناس السوية الصحيحة.

يعد يعقوب مورينو (Moreno) رائداً لهذا الأسلوب , حيث أسس هذا الأسلوب في فيينا (١٩٢١) وأنشأ أول مسرح علاجي لتقديم السيكودراما سنة (١٩٢٧) في الولايات المتحدة الأمريكية. ويرى مورينو أن أهم ما في التمثيل النفسي المسرحي هو حرية السلوك لدى الممثلين (المسترشدين) وتلقائيتهم بما يتيح التداعي الحر والتنفيس الانفعالي حتى يعبروا في حرية تامة في موقف تمثيلي فعلي عن اتجاهاتهم ودوافعهم

وصراعاتهم واحباطاتهم الخ . وذلك بما يؤدي إلى حل المشكلة وإعادة التوافق السليم.

يكون موضوع التمثيل المسرحي عادة قصة تدور حول خبرات المسترشدين وماضيهم ومشكلاتهم الحاضرة وآمالهم المستقبلية. أن في هذا النوع من الإرشاد التنفيسي تعليماً ومشاركة وجدانية في إدراك الذات , ومعرفة مواطن القوة والضعف وتوجيهها إلى الحياة السوية بأسلوب عملي جماعي.

يعد المسترشدون موضوع التمثيلية النفسية وقد يساعدهم المرشد في هذا الإعداد ويؤدي كل مرشد دور الذي يمثل دوره العادي في الحياة العملية الواقعية " كدور الوالد , أو الأخ , أو الزوج , أو المدرس , أو التلميذ , أو الأم , أو الرئيس , أو الطبيب" . كما يمثل المسترشد دور شخص معاكس مثل قيامه بدور مسالم إذا كان عدوانياً أو بدور انبساطي إذا كان انطوائياً أو بدور الرئيس إذا كان مرئوساً , أو الإبن بدور الأب الخ ويترك للمسترشدين حرية اختيار الدور الذي يرغبون في تمثيله , وقد يلجأ المسترشد إلى ما يسمى بالحانوت السحري (Magic Shop) حيث يقوم بشراء صفة جديدة يتمنى لو اتصف بها مع التخلص مؤقتاً من صفة لديه يراها غير مرغوبة.

والمهم في هذا الأسلوب هو اندماج المسترشدين شكل كامل في المشاهد التمثيلية , بحيث يكون سلوكهم معبراً عن أفكارهم الحقيقية بتلقائية وحرية كاملة . وبعد الانتهاء من التمثيل يبدأ المسترشدون (الممثلون) وباقي أعضاء المجموعة من مناقشة أحداث التمثيلية والتعليق عليها . ويقوم المرشد النفسي بتفسير ديناميات التمثيلية وإظهار الشحنات الانفعالية والصراعات الداخلية ومظاهر القلق مما من شأنه أن يزيد في استبصار المسترشدين بهدف تعديل السلوك في الحياة العملية.

ويحرص المرشدون حالياً على تسجيل التمثيليات على أشرطة فيديو ليتسنى للمسترشدين أن يشاهدوها أكثر من مرة , ويستطيع مشاهدتها جماعة مسترشدة أخرى لها المشكلة نفسها , كما أن مشاهدة التمثيلية من قبل المسترشدين يتيح لهم معرفة أنماط سلوكهم , ومدى التحسن الذي يطرأ على سلوكهم بالمقارنة مع الحياة العملية التي يعيشونها.

٣) الأسلوب الذي يعتمد على النوادي الاجتماعية العلاجية : تأتي أهمية هذا الأسلوب في توفيره فرصاً خاصة لفئات خاصة من الأشخاص مثل النوادي التي تهتم بالمتخلفين عقلياً , وتوفير فرص تأهيل لهم ,

لتنمية مهارات لديهم تساعدهم على التكيف الأفضل , وفي إقامة علاقات اجتماعية بناءة , ومثل تلك النوادي توفر للمعوقين فرص اللقاء , والتدريب والألعاب والاندماج الاجتماعي والإسهام في أنشطة اجتماعية وثقافية متنوعة وبهذا توفر هذه الأندية للمسترشدين وبتدخل من المرشدين فرص مواجهة حالات سوء التكيف التي تكونت لديهم بسبب ظروف وعوامل مختلفة.

٤) أسلوب عرض الوسائل السمعية والبصرية: أن هذا الأسلوب يساعد في عرض مظاهر انفعالية وسلوكية , إنها أفلام تعليمية ذات أثر بعيد في نفسية أعضاء الجماعة, ويشترط في هذه الوسائل أن تكون ذات صلة وثيقة بمشكلات المسترشدين التي يعانون منها.

٥) الأسلوب المختلط : أن الأسلوب الأفضل في أساليب الإرشاد الجماعي هو ذلك الذي يستطيع المزج والتوازن بين الأساليب المذكورة سابقاً , بحيث تكون المحاضرة ذات طول معقول , يعقبها ويتخللها نقاشات بناءة , مع عرض لبعض جوانب تمثيلية مسرحية . فالهدف أولاً وأخيراً هو المسترشد الذي نسعى لجعله يتبنى أساليب سلوكية صحيحة تجاه نفسه وتجاه الآخرين من حوله.

متى يفضل استخدام الإرشاد الفردي على الإرشاد الجماعي؟.

- إذا تطلبت حالة المسترشد ومشكلته انتباها وتركيزا شديدا لا يتوافر أو يتاح من خلال الإرشاد الجماعي.
- عندما يكون موضوع الإرشاد أو العلاج انحرافا جنسيا أو إدمانا للمخدرات.
- إذا كان المسترشد في حالة تتطلب التدخل السريع كما هو في حالات الهستيريا والاكتئابية.
- عندما لا يكون لدى المسترشد القدرة على تكوين علاقات اجتماعية وتنقصه مهارات التفاعل مع الآخرين كما هو في حالات الفوبيا الاجتماعية.
- عندما يرفض المسترشد الجماعة لأن مشكلته على درجة من الخصوصية.

مبررات الإرشاد الجمعي:

١. معظم مشكلات الأفراد اجتماعية أو علاقاتية, والإرشاد الجمعي يعطي فرصة للتفاعل الاجتماعي معاً.
 ٢. سمات شخصية الأفراد يتم اختبارها في المواقف الاجتماعية بشكل أفضل , والإرشاد الجمعي يعطي فرصة لفهم الآخرين , ويعطي الآخرين فرصة لفهم أنفسهم والآخرين والمرشد.
 ٣. يحتاج الأفراد للتقبل وهم يحصلوا عليه من خلال أعضاء المجموعة , وعند حصولهم عليه يصبحوا مستعدين لإحداث أي تغيير يطلب منهم.
 ٤. يحتاج الأفراد إلى تطوير اهتمامات وميول اجتماعية , وفي الجماعة يستطيع الأفراد إظهار اهتمامهم للآخرين , وان يحس الآخرين بهم.
 ٥. الإحساس بالقرب من الآخرين مهم جدا , والإرشاد الجمعي يشعر الفرد ويجعله يدرك بانه ليس وحيدا , وان هناك أشخاص آخرين يعانون من نفس مشكلته.
 ٦. إحداث التغيير والتعديل المطلوب في سلوك الفرد ومشاعره وطرقه في التفكير يحتاج إلى بعض الوقت , والإرشاد الجمعي يعطي الأفراد فرصة ليسيروا ضمن سرعته الخاصة وبتشجيع من الجماعة.
 ٧. تتوفر في الإرشاد الجمعي قنوات عديدة لتقديم التغذية الراجعة من قبل الأعضاء والمرشد وهذا مما يحتاجه الأعضاء.
 ٨. يحتاج المرشد إلى فهم سلوك الأفراد ضمن السياق الاجتماعي , والإرشاد الجمعي يوفر له هذه الفرصة.
 ٩. تمثل المجموعة بيئة آمنة , مما يتيح للفرد تعلم مهارات اجتماعية جديدة وممارستها بشكل واقعي داخل الجماعة دون تردد أو خوف , فالمجموعة هي مجتمع مصغر يساهم في كسر حاجز العزلة , ويشعر الفرد بأنه ليس وحيدا في معاناته.
- لقد أكد روتن بيك ١٩٧٠ أن الرغبة في التآلف والانتماء والرعاية والمودة هي اشياء طبيعية وعادية , فالناس في السابق يلتقون بصورة طبيعية للتحدث والمشاركة في المشاعر بطريقة تلقائية وغير منظمة , والحاجة في الوقت الحاضر لتشكيل جماعات للالتقاء بصورة منظمة هي دليل على أن المجتمع قد تغير وأصبح غير قادر على مجابهة حاجات الناس وأسباب هذه الإعاقة عديدة وقد طرح علماء الاجتماع عدة اعتقادات لانهيال المجتمع (تغير العلاقات الاجتماعية)
١. التقدم العلمي والتكنولوجي.

٢. الانتقال بين الناس في الوقت الحاضر واختراع الوسائل المتعددة للانتقال.

٣. التحضر وتباعد الأماكن بين السكان.

٤. انخفاض في ممارسة الحياة الاجتماعية وسبب ذلك يعود إلى استنزاف وقت الإنسان في كسب العيش وتطوير المستوى الشخصي.

٥. التغيير في العلاقات الأسرية فنظام الأسرة قد تغير عما سبق فلم تعد تلك المجموعات الكبيرة التي تضم أفراد كثيرين.

٦. ويرتبط بكل ما تقدم التقدم المادي الذي حققه الأفراد أدى إلى خسارة التقارب بين الناس.

ولهذا يرى روت نبيك بان هناك حاجة للخبرات التي توفرها الجماعة والفرص التي توفرها لمناقشة الأمور التي تخص الأفراد وخلق علاقة مخصصة وذات معنى .

مساهمة الجماعة لتطوير الفرد

أن الجماعة توفر خبرات متواصلة تمكن الأعضاء من النمو والتطور وإنها تشمل أفراد في الغالب من جماعات عرقية مختلفة وخلفية اجتماعية وحضارية مختلفة ممن يأتون للاجتماع ببعضهم لتحقيق أهداف عامة وفردية وتشكيل مفهوم ذات أفضل وتحقيق علاقات أفضل مع الآخرين ومواصلة حياة أكثر إنتاجية , أن مجرد الانتماء للجماعة في الغالب يسهل النمو والتطور لهؤلاء المشاركين ومن ضمن هذه المساهمات ما يأتي :

١. استكشاف الذات وتوفير الدعم : أن الارشاد الجماعي يمكن الفرد من تحقيق بعض الحاجات النفسية كالانتماء والتقبل وتصريف المشاعر السلبية والمساهمة في مناخ يوفر الدعم والإسناد حيث يشجع على كشف الذات . وفي اللقاء الجماعي يقوم الأفراد بالاستجابة للأعضاء الآخرين الذين يوفرون لهم الدعم المباشر ويمنحون كل منهم فرصة لكي يتعرف على وجهات نظر الآخرين فيه .

إن الفرد في الغالب يشعر بانه شخص متميز ولديه مشكلات معينة لم يمر بها أي فرد في السابق , وعند طرحه لتلك المشكلات في الجماعة يجد في الغالب بان هناك آخرين قد واجهوا نفس المشكلات المماثلة وعند المشاركة في هذه المشكلات العامة والمشاعر فمن الممكن مناقشة الخيارات والطرق التي يمكن الاعتماد عليها في تغيير الوضعية بحيث يتمكن الفرد من تحملها بصورة أفضل , وهذا ليس معناه بان هناك

مشكلات متميزة , ولكن بالرغم من ذلك فمن الممكن مناقشتها والعمل بها من خلال الجماعة عندما يوفر المناخ شعورا بالتفهم والتحسس والمساندة حينذاك تنتعش قيمة الذات لأن ليس هناك فرق بين الأشخاص فمن الممكن تقبل ذلك الفرد والاعتناء به .

٢. اختبار الحقيقة : تعتبر أقوى مساهمة لتطوير الفرد توفرها الجماعة له هي الفرصة ليس فقط للتحدث عن المشكلات بل الاشتراك في اختبار الحقيقة , ففي الجماعة يتمكن العضو من تقييم أداءه وأفكاره عن طريق التقبل الذي يستلمه من الجماعة. إن التصرف ومحاولة إظهار سلوكيات جديدة متبوعة باختبارات وتقييم من الآخرين تمنح العضو فكرة عن كيف سيتم تقبل سلوكه هذا في العالم الخارجي , حينذاك يطور الفرد الثقة بالنفس لنشر ذلك السلوك خارج الجلسة الجماعية , وجوهر الأمر هو أن القيم التي تركز عليها الجماعة الإرشادية هي منح الفرص للأعضاء كي يحصلوا على وعي أعمق لأهدافهم الاجتماعية وسلوكياتهم والظروف الناتجة عنها.

٣. تنمية المسؤوليات نحو الآخرين : أن تطوير الشعور بالمسؤولية لذات الفرد قد تم ذكرها سابقاً , لكن من المهم أن نلاحظ تطوير الشعور بالمسؤولية نحو الآخرين , فلكي تعمل الجماعة بصورة فعالة والى الحد الأعلى يجب تطوير شعور بالثقة بين الأعضاء , فالعضو حينذاك يأخذ على عاتقه مسؤولية المساهمة في تطوير الجماعة وذلك عن طريق الاستجابة للأعضاء الآخرين والعمل على تحقيق الأهداف الشاملة التي تم اقتراحها في الجماعة.

مميزات الإرشاد الجمعي

(١) تساعد المجموعة الإرشادية الأفراد على الشعور بالارتياح وذلك عند معرفة أن هناك الكثير من الأفراد يعانون من صعوبات وهموم مماثلة.

(٢) أن الإرشاد الجمعي يوفر للمسترشد فرصة للشعور بالانتماء للجماعة واحترام الرأي الآخر حتى ولو اختلف مع وجهة نظره خلال التفاعل والتعاون معهم.

- ٣) يمكن أن توفر المجموعة نوعا من العلاج الوقائي , حيث يمكن للأعضاء أن يسمعون تجارب الآخرين وهم يناقشون مشاكلهم , تلك المشاكل التي لم يواجهوها من قبل في حياتهم.
- ٤) توفر الجماعة ميزة إخراج انفعالات معينة يمكن التعامل معها في الواقع في إطار الجماعة.
- ٥) يتعلم الفرد من الجماعة جوانب كثيرة , فهي تكسبه مزيدا من الثقة بالذات وتضفي عليه روح التعاون والتفاعل والانسجام مع الآخرين.
- ٦) أن المناقشة الجماعية لموضوع مشترك تقلل من الخوف وتشعر بالأمن فتفتح فرص التنفيس والتفريغ الانفعالي.
- ٧) تتولد في اطار الجماعة الكثير من الاقتراحات التي تتعلق بمشكلة ما مما لو تواجد المرشد مع فرد واحد فقط , ويمكن للطلبة تلقي قدرا من المعلومات حول ذاتهم وسلوكهم.
- ٨) أن اشتراك المسترشد في المناقشة والاستماع يقلل من تمركزه حول ذاته ويشعره بالأخذ والعطاء واختيار الأنماط السلوكية البديلة وتعميمها إلى مواقف الحياة اليومية .
- ٩) تتيح نشاطات المجموعة للمرشد ملاحظة ما يبديه أفراد المجموعة من مظاهر العدوانية أو الانسحاب أو القلق.
- ١٠) في الغالب تحقق المجموعات نجاحا في تعديل سلوكيات غير توافقية لبعض أعضائها من خلال التفاعل أو التواصل مع بعضهم البعض.
- ١١) أن الإرشاد الجمعي كفاء من حيث التكلفة , فالمرشد يستطيع أن يرى العديد من الطلبة في وقت واحد.
- ١٢) يعمل على توفير جهد المرشد في التعامل مع المسترشدين حيث أن عدد المسترشدين في المدارس يعتبر كبيرا ولا يستطيع المرشد التعامل معهم على انفراد.

وتشمل جلسات الإرشاد الجمعي في المدرسة على المشكلات التالية على سبيل المثال:

- ❖ مشكلات نفسية: كنقص التكيف النفسي والقلق البسيط والعزلة والخجل وتشنت الانتباه وتدني مفهوم الذات وتقدير الذات وتوكيد الذات والتعامل مع الضغوط النفسية , وتهيئة الأطفال لدخول سن المراهقة وما يترتب عليه من مشكلات مختلفة .

- ❖ مشكلات سلوكية : كالتدخين والإدمان على التلفاز والانترنت.
 - ❖ مشكلات دراسية : كنقص الدافعية للدراسة والتأخر الدراسي و تكرار الرسوب والإعادة والغياب والتسرب واضطراب العادات الدراسية والاستعداد للامتحان وتنظيم الوقت وسوء التكيف الدراسي.
 - ❖ مشكلات أسرية: مثل التفكك الأسري الناجم عن انفصال الزوجين أو طلاقهما وحالات الشجار بينهما والحاجة لمعرفة طرق في التعامل الفعال مع أفراد الأسرة وطرق التعامل مع الإساءة الوالدية والتعامل مع الإهمال الأسري.
 - ❖ مشكلات اجتماعية: كسوء العلاقة مع الرفاق والمعلمين والأسرة نتيجة نقص المهارات الاجتماعية , والتعامل مع النقد بطريقة أكثر بناءة وتنمية مهارات الاتصال.
 - ❖ مشكلات صحية :التكيف عند الإصابة ببعض الأمراض العصرية أو المزمنة , والوقاية من بعض الأمراض الشائعة .
 - ❖ مشكلات مهنية : كعدم القدرة على التخطيط الدراسي والمهني وعدم القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات ومعرفة الميول المهنية والنضج المهني.
- كما يمكن أن تتضمن برامج الإرشاد الجمعي خارج المدرسة على مواضيع مختلفة منها على سبيل المثال لا الحصر : التعامل مع النساء المطلقات ومساعدتهم على التكيف , والتعامل مع النساء المعرضات للإساءة , والتعامل مع الزوجات اللاتي لم تنجب أطفال, التعامل مع الفتيات المقبلات على الزواج وتهيئتهن للزواج, التعامل مع الشباب المقبلين على الزواج وتهيئتهم للزواج, التعامل مع الزوجات في فترة الحمل وتهيئتهن لطرق رعاية أطفالهن , التعامل مع الكبار في السن ومساعدتهم على التكيف مع أوضاعهم الجسمية والاجتماعية والانفعالية الجديدة التعامل مع مرضى السرطان ومساعدتهم على التكيف, التعامل مع مرضى الإيدز ومساعدتهم على التكيف معه , التعامل مع الإعاقة الطارئة الجديدة لدى الأفراد وتأهيلهم مهنيًا, التعامل مع الأفراد الذين لم يجدوا مهنة ومساعدتهم في تعليمهم مهارات النجاح الوظيفي , التعامل مع الشباب الذين لم يتزوجوا وتأخروا في ذلك ومساعدتهم في التكيف مع واقعهم , التعامل مع أفراد لم ينجحوا في أعمالهم و يواجهوا مشاكل متواصلة في العمل ومساعدتهم على التكيف والنجاح في العمل, التعامل مع أفراد سيدخلوا سن التقاعد ومساعدتهم على التعامل مع هذه السن وطبيعة وتغيرات المرحلة الجديدة.

عيوب الإرشاد الجمعي:

- عدم وجود فرصة لعرض المشكلات الخاصة التي يرى المسترشد عدم عرضها أمام الآخرين مما يضعف إمكانية إحداث تغييرات في بناء شخصية المسترشد.
- عدم استفادة الحالات القصوى من المرضى والمنحرفين من الجلسات الإرشادية الجماعية.
- قد تضيع المشكلات الخاصة خلف أولوية مناقشة المشكلات العامة , وقد تتضاعف المشكلات فقد يتعلم ذوي المشكلات الخاصة أنماطا سلوكية جديدة غير مرغوب فيها .
- اعتبار المسترشد عضو في جماعة يجعله يلتزم باقتراحاتها ومرئياتها مما يعوق حاجته الشخصية.
- قد ينتاب بعض المسترشدين شعور بالخوف أو القلق أو الخجل في كشف مشكلاتهم للآخرين وقد ينتابهم شعور بالقنوط والندم والتوتر إذا ما كشفوا فعلا . وبذلك يرون أن الإرشاد الجماعي مهدد لمكانتهم وواقعهم الاجتماعي.
- ويحذر أن ينضم إلى الجماعة الإرشادية الطلبة الذين لديهم مشكلات سلوكية ونفسية متطرفة كحالات الجنوح والعنف والإيذاء الذاتي والأمراض النفسية.

بناء الجماعة ودينامياتها

مقدمة : أن لفظة الجماعة مع قلة قدمها النسبي أصبحت إحدى أكثر الألفاظ استعمالا في قاموسنا اليومي وهي بهذه الصفة قد اكتسبت معنى يبدو في الظاهر واضحا , وغدت اصطلاحا شائعا والواقع إنها تنطوي على المجموعات اجتماعية كثيرة التنوع في الحجم والبناء انطلاقا من النشاطات الجماعية القومية إلى أكثر الجماعات سرعة في الزوال , والصفة الوحيدة المشتركة بين هذه المجموعات تقوم على وفرة الأشخاص وتكافلهم الضمني , بغض النظر عن قوة هذا التكافل أو ضعفه.

معنى الجماعة وخصائصها

عرف جورج هومانز الجماعة بأنها: مجموعة أشخاص يتواصلون معا لمدة من الزمن , وتمكنهم قلة عددهم من أن يتواصلوا معا وجها لوجه وليس عبر أناس آخرين.

ويعرفها الكاتبان (كاست و روزنويج) بأنها مجموعة أو تجمع أشخاص تربطهم معا بطريقة أو بأخرى روابط أو مصالح مشتركة قد تتمثل في طبقة اجتماعية أو جنس أو مهنة أو ما إلى ذلك.

وعرفها فورسيث ١٩٩٣" أنها علاقة شخصان أو أكثر يؤثرون ببعضهم البعض من خلال التفاعل الاجتماعي .

وعرفها زهران ١٩٨٤" بأنها وحدة اجتماعية تتكون من مجموعة من الأفراد (اثنان فما فوقهما) بينهما تفاعل اجتماعي متبادل (تتميز الجماعة الإنسانية بوجود اللغة وهي أداة اتصال رئيسية وعلاقة صريحة وقد تكون اقتصادية وجادة ولها أهداف مشتركة) ويتحدد فيها للأفراد أدوارهم الاجتماعية ومكانتهم ولهذه الوحدة الاجتماعية مجموعة من المعايير والقيم الخاصة بها والتي تحدد سلوك أفرادها على الأقل في الأمور التي تخص الجماعة سعيا لتحقيق هدف مشترك بصورة يكون فيها وجود الأفراد مشبعا لبعض حاجات كل منهم.

وبعد دراسة هذه التعريفات وتعريفات أخرى أوردها عدد من كتاب الإدارة وعلماء النفس الاجتماعي فانه يمكن القول أن الجماعة تتميز بالخصائص الآتية:

١. وجود مصالح أو أهداف مشتركة : أن وجود هدف واحد على الأقل أمر ضروري لتكوين الجماعات الصغيرة في المنظمات والمجتمعات.
٢. الانسجام والتفاهم بين أعضاء الجماعة: أن وجود التفاهم والانسجام بين أعضاء الجماعة أمر ضروري لتحقيق الأهداف التي تسعى إليها المجموعة.
٣. التفاعل : أن التفاهم بين أعضاء المجموعة ينبثق عن التفاعل بينهم , هذا التفاعل الذي يتمثل في أنشطة ومشاعر وأفكار ومفاهيم يقومون بها ويتعاملون معها.
٤. وجود هيكل للمجموعة : ينشأ بين أعضاء المجموعة هيكل يتمثل في العلاقات التي تقوم بين القادة والتابعين وفي نظام متدرج من المراكز الاجتماعية في المجموعة.

٥. وجود معايير وقيم : نظرا لوجود أهداف ومصالح مشتركة بين أعضاء المجموعة تتطور بينهم أنماط سلوكية ومعايير يتوقع من أولئك الأعضاء مراعاتها والمحافظة عليها.
٦. القرب الجغرافي: لا بد للمجموعة من أن تتواجد في مكان جغرافي واحد ليسهل اتصالهم وتفاعلهم معا.
٧. الديناميكية : تتميز الجماعة بأنها كل ديناميكي والتغير الذي يصيب أي جزء من الجماعة يؤدي إلى تغيير في أي جزء آخر.

وتعتبر الجماعة فعالة إذا حددت الأمور الآتية:

- ◆ إذا عرفت لماذا هي موجودة , معرفة سبب التكوين.
- ◆ إذا خلقت جوا مناسباً يمكن العمل من خلاله.
- ◆ تطوير منهج معين يساعد على اتخاذ القرار أي تطوير خطوط مواجهة ومرشدة لاتخاذ القرار .
- ◆ تكوين أوضاع ومواقف بحيث أن كل عضو يستطيع أن يسهم بطريقته وأسلوبه الفريد.
- ◆ تحقيق الاتصال بين الأعضاء.
- ◆ عندما يتعلم الأعضاء أن يقدموا أو يتلقوا المساعدة (مبدأ الأخذ والعطاء).
- ◆ عندما يتعلم الأعضاء التعامل مع الصراع.
- ◆ عندما يتعلم الأعضاء تشخيص سلوكياتهم وتطوير وظائفها.

ديناميات الجماعة Group Dynamic

أن لكل جماعة قوى تتدخل وتحاول من خلالها المجموعة تحقيق أهدافها, وموضوع ديناميات الجماعة يهتم بدراسة تلك القوى التي تساهم في تحسين فعالية الجماعة, ومن غير الكافي أن يفهم القائد وحده تلك القوى الموجودة في الجماعة بل يجب عليه مساعدة أفراد الجماعة في فهم تلك القوى , وان يكون قادرا على مساعدة الأفراد في تحديد موارد الجماعة واستخدامها لتساعدهم في تحقيق أهدافهم , وان يدركوا السلوك الذي يوحى بالصعوبة, وان يشخصوا الصعوبات وان يقدموا المساعدات لكل فرد لحل المشكلات في المجموعة , لذا كان لا بد من دراسة هذه الديناميات ومعرفة كيفية تأثيرها على أعضاء الجماعة.

يعرف بونر (H.Bonner) ديناميات الجماعة بأنها ذلك الفرع من علم النفس لاجتماعي الذي يبحث في تكون وتغير بناء الجماعة ووظائفها بحيث تصبح ذاتية التوجيه, ولا تتكون الجماعة في نظره بصورة آلية, ولكن نتيجة لجهود أعضائها في حل مشكلاتهم وفي إشباع حاجاتهم, ويرى كارتر وايت وزاندر أن علم ديناميات الجماعة هو فرع من فروع المعرفة أو هو تخصص في العلوم الاجتماعية يتصل بالسلوك الإنساني والعلاقات الإنسانية وفي نظرها انه يصعب تحديد ميدان ديناميات الجماعة تحديدا يجعله فرعا أو جزء من أي علم من العلوم الاجتماعية المعروفة , والواقع انه يمكن حصر ثلاثة منظورات نظر من خلالها الباحثون إلى ديناميات الجماعة :

- فقد نظر إليها فريق على أنها علم يصف كيفية تنظيم الجماعة وإدارتها وهذا الفريق معياري في نظره يتحدث عما يجب أن يكون ومن ثم يركز على القيادة الديمقراطية.

- وتناولها فريق آخر من حيث إنها تتكون من عدد من الأساليب والطرق ومن ثم يركز على أساليب وطرق مثل تمثيل الأدوار وجلسات الوصف الفكري والجماعات التي لا قيادة لها والتدريب على الحساسية والمعالجة بواسطة المجموعات.

- أما الفريق الثالث فانه يعالج ديناميات الجماعة من حيث طبيعة الجماعة وعوامل تكوينها وتركيبها وعملياتها ونواحي تأثيرها على الفرد والمجموعات الأخرى والتنظيمات, وفي نظر هذا الفريق انه يجب أن نفرق بين ديناميات الجماعة كحقل من حقول الدراسة وبينها كقوى وحقائق وعوامل تتصل بماهية الجماعة ووجودها الواقعي.

إذا فديناميات الجماعة هي مجموعة القوى المتفاعلة معا داخل المجموعة والتي تنظم وترتب وتدير عمل المجموعة من اجل مساعدة المجموعة على تحقيق أهدافها والوصول لمبتغاهها.

مفاهيم فهم ديناميات الجماعة:

١. الأهداف : Goals تشترك جميع المجموعات في ميزة مشتركة وهي وجود هدف مشترك أو مجموعة أهداف وبغض النظر عن الطبيعة المحددة للهدف فانه أكثر احتمالا لأن يتحقق إذا ما نتج عن الاجتماع المتبادل لأعضاء الجماعة.

٢. البناء والتركيب Structure كما أن الشخص لا يستطيع أن يبقى دون اتصال في سياق معين فان المجموعة لا يمكن أن تبقى بلا بناء,

فكل المجموعات لها بناء وتركيب ذلك لأنها تطور طرق وإجراءات وقواعد مميزة وطرق التفاعل وطقوسا وتقاليد وادوار وأنظمة اتصال , ويمكن استنتاج التركيب من الأنماط والعلاقات , ومن الجدير بالذكر أن القادة يشاركون في تطوير بناء المجموعة وخاصة في المراحل الأولى من حياة الجماعة.

٣. المعايير Norms إن قواعد السلوك للمجموعة سواء أكانت صامتة أو مسموعة رسمية أو غير رسمية , مرئية أو غير مرئية , فإنها تزود الأعضاء بمقاييس للسلوك المقبول , وتسمى المعايير بالتهيئة الاجتماعية , ذلك انه عبر مراحل حياتنا المختلفة ومنذ ولادتنا نتعلم وننسجم مع المجتمع وفق قواعد معينة.

٤. الأدوار Roles وتوضح أدوار أعضاء المجموعة المتوقعة حول الذات والآخرين , بمعنى كيف يتوقع كل عضو أن عليه أن يسلك وماذا يتوقع من الأعضاء الآخرين والقائد.

٥. التماسك Cohesiveness :

شروط عند تشكيل الجماعة الإرشادية :

وهناك عدة شروط يجب مراعاتها عند تكوين جماعة إرشادية منها ما يلي:

○ اختيار الأعضاء للجماعة : أكد كل من وسلاسون على أن المهارة في تشكيل المجموعات هي أهم عنصر في المجموعة وتأتي شخصية المرشد في المقام الثاني من حيث الأهمية , كما يلعب العمر أهمية بالغة في تشكيل المجموعات , وعلى المرشد مراعاة اختيار مسترشديه من نفس العمر تقريبا ولكن الأكثر أهمية هو النضج الاجتماعي للمسترشد , كما يؤثر في اختيار الأعضاء الجنس , حيث يفضل اولسون في الصف الخامس مثلا معاملة الأولاد والبنات بشكل منفصل . وتؤثر خصائص الأفراد في عملية الجماعة من ناحيتين:

الأولى : إن خصائص كل عضو في الجماعة إنما تحدد إلى درجة معينة ماذا سيكون عليه سلوكه في الجماعة والكيفية التي سيستجيب بها الآخرون له.

والطريقة الأخرى : التي تؤثر بها الخصائص الفردية في سلوك الجماعة أمر متوقف على التركيبية المتميزة لخصائص الأفراد وفي هذه الحالة لا تكون القضية هي مجرد معرفة الفرد الخاصة بالعمل , ولكن الأمر هو إذا كان لديه معرفة أكثر أو أقل مما يملكه الأفراد الآخرين في الجماعة , وقد

يكون تأثير العلاقات بين أفراد الجماعة أكثر من تأثير الصفات في حد ذاتها.

○ المكان : يجب عقد اللقاءات الجماعية في أي مكان يوفر درجة من الراحة والخصوصية وخال من الاضطرابات والمشتتات وفي جو رسمي كأن يكون في مدرسة أو مستشفى أو دار للدولة.

○ حجم الجماعة : ينبغي أن يكون عدد أفراد الجماعة الإرشادية معقولاً فلا يقل عن ثلاثة ولا يزيد عن خمسة عشر حتى لا تشكل عبئاً ثقيلاً على كاهل المرشد وحتى تستفيد الجماعة من فوائد الإرشاد الجمعي . بالإضافة إلى قائد أو قائدين من الاختصاصيين النفسيين . وتلتقي المجموعة الإرشادية أسبوعياً ولمدة ساعة ونصف للجلسة الواحدة أو وفق ما يتم الاتفاق عليه . والمجموعات الإرشادية قد تكون صغيرة أو كبيرة وتمتاز بما يأتي:

المجموعات الصغيرة العدد : ينخرط فيها العضو بشكل أعمق , وقد تكون بين ٤-٨ أعضاء وتساعد الأعضاء أن يتفاعلوا وجها لوجه .

المجموعات الكبيرة العدد: توفر لأعضائها فرصة للتفاعل مع أشخاص أكثر لهم نفس الاهتمامات , تنظيم المشكلات قد يصبح أصعب وتزايد الأعضاء يؤدي لزيادة الاتصال مع الأعلى أي مع القائد , وقد تقل عدد النشاطات , ويقل انتباه القائد على كل الأعضاء ولا يستطيع القائد تلبية حاجات جميع أعضائه الانفعالية , ويصبح هناك فرصة لأن ينقسموا إلى جماعات صغيرة , ويصبح المرشد أكثر استعداداً لأن يكون استبدادي وقد تحدث صعوبات في التواصل.

وعدد أفراد الجماعة له نتائج عديدة وهامة بالنسبة لعملية الجماعة , ويتزايد نطاق القدرات وطبيعة المعارف والمهارات المتاحة للجماعة بزيادة حجم الجماعة , وكذلك فإن العدد الأكبر يتيح فرصة أكبر لمقابلة الآخرين من ذوي الإثارة والجاذبية الذين يمكن أن يكون التفاعل معهم مثيباً , وبالنسبة للأشخاص الخجولين فإن الجماعة ذات الحجم الكبير تعطيها الإحساس بأنهم مجرد ملفتين للأنظار , ولذلك فقد تكون تلك الجماعة أكثر جاذبية لهم , ومن ناحية أخرى فإنه كلما زاد حجم الجماعة فإن المشكلات المتعلقة بالتنظيم تزداد صعوبة وتتوازن زيادة العدد المحتمل للعلاقات بين الأشخاص بعضهم وبعض أعضاء الجماعة سريعاً مع زيادة الحجم , فتميل الجماعات الفرعية لأن تتشكل في جماعات أكبر , وبالتالي يتزايد احتمال الصراع , وكلما زاد الحجم فإن عدداً أقل نسبياً من

أعضاء الجماعة يشارك في أنشطتها , ويكون الأعضاء أكثر ميلا لمجاراة الضغوط المعيارية للجماعة.

وفيما يتعلق بمشاركة العضو في الجماعة فإنه كلما تزايد حجم الجماعة فإن حجم الوقت المتاح لكل عضو للمشاركة في أنشطة الجماعة يتناقص , فكلما كان الحجم كبيرا كانت الفرصة أقل لكل عضو لكي يشارك في المناقشة ولكي يعبر عن رأيه . أكثر من هذا فإن أعضاء الجماعة غالبا ما يشعرون بتهديد أكبر وكف أكبر للدوافع الخاصة بالمشاركة في جماعات أكبر عما يحدث بالنسبة للجماعات الأصغر , وكنتيجة لذلك فإن هناك تناقصا في القدر الكلي من المشاركة كلما تزايد حجم المشاركة.

أن الحجم المناسب للمجموعة يعتمد على عوامل منها : عمر المسترشدين , نمط المجموعة , خبرة مرشد المجموعة , كون المجموعة لها قائد واحد أو أكثر , فبالنسبة لمجموعة الأطفال الصغار فإن الحجم المناسب هو (٣-٤) أطفال , ونأخذ بعين الاعتبار عامل قدرة المرشد على ضبط الأطفال الصغار .

○ عمر الجماعة :

يعتبر الإرشاد الجمعي ذا فائدة لكل من الأطفال (في عمر المدرسة الابتدائية) والمراهقين, ولكن عند تكوين الجماعة الإرشادية يفضل أن يكون هناك تقارب في عمر الأعضاء وذلك لاختلاف طبيعة كل مرحلة عمرية وحاجاتها وخصائصها والمشكلات التي تميزها عن المرحلة العمرية الأخرى.

○ جنس الجماعة :

أن التجانس أو عدم التجانس في جنس المجموعة الإرشادية يتوقف على العمر الزمني للأعضاء , ففي مرحلة الطفولة يمكن أن يشترك البنين والبنات معا في المجموعة الإرشادية , أما في مرحلة الطفولة المتأخرة ومع بداية مرحلة المراهقة يفضل أن يتم الفصل بين الجنسين عند تكوين الجماعة الإرشادية وذلك لاختلاف طبيعة واهتمامات كل جنس , هذا إلى جانب أن هناك موضوعات عند إثارتها قد تسبب الشعور بالخجل أمام الجنس الآخر وخاصة في مرحلة المراهقة مما قد يكون له تأثير سلبي على العملية الإرشادية.

○ الذكاء :

لاشك أن وجود طالب بين مجموعة إرشادية معظم أفرادها أعلى منه في مستوى الذكاء سوف تؤثر عليه سلباً , أما إذا كان المستوى العقلي لأحد الطلبة أعلى من معظم أفراد المجموعة الإرشادية فقد يؤدي ذلك إلى نبذه من باقي زملائه في المجموعة , لذلك يفضل أن يتم التجانس في الذكاء إلى حد ما بين أفراد المجموعة الإرشادية.

مكونات الجماعة : هناك سؤال مطروح هو " هل يفضل أن تكون الجماعة متجانسة (من جنس واحد وعمر واحد وثقافة واحدة) أم مختلفة؟

إن الجماعة المتجانسة تصبح أكثر مترابطة وبصورة أسرع ويحققون حضوراً أفضل وصراعاً أقل ويوفرون دعماً لبعضهم البعض وشعوراً مباشراً بالراحة , ومع ذلك فيعتقد بان الجماعة المتجانسة تبقى غير متطورة وبمستوى محدود و أقل فاعلية وتأثيراً في السلوك.

إن بعض الجماعات ربما تصبح أكثر إنتاجية عندما تكوّن على جنس واحد , فخلال مرحلة معينة من التطور تكون الفتيات أكثر نضجاً من الفتيان ولديهن القدرة على تحمل المواضيع في المناقشة الجماعية بصورة أكثر فاعلية . وحتى مع ذلك ستكون خبرة الجماعة ممتازة وتوفر فرصة ممتازة للبنين كي يتعلموا مهارات تكيفيه من الجنس الآخر لأن معظم المراهقين والراشدين يحتاجون إلى ردود فعل من الجنس المعاكس.

بعض المرشدين يقترحون أن تكون الجماعة مختلفة قدر الإمكان للتأكد من حصول التفاعل حتى ولو كان في مستوى متوسط , فهذه الجماعات سيتم اختيار الأعضاء من أنماط سلوكية مختلفة ومشكلات مختلفة ومن جنس أو خلفية اجتماعية مختلفة وتحصيل تربوي مختلف كما يمكن أن تكون أيضاً من أعمار مختلفة ومن أفراد الجنسين لأن في الجماعات المختلفة كل عضو يستلم إثارة أعظم ويفرض عليه أن يختبر معلوماته ويفهم الشيء المختلف عند العضو الآخر. فالجماعة المختلفة توفر فرصة لاختبار الحقيقة والواقع.

مراحل حياة الجماعة الإرشادية

هناك خمس مراحل لتطور الجماعة الإرشادية ولكل مرحلة مميزات ومؤشرات ولها نماذج مطروحة في الكثير من المؤلفات وهي كالآتي:

١. مرحلة البدء: من المعتاد أن تبدأ الجماعة بعدم الاطمئنان , الحذر, عم التأكد حول السلوك وحول نظام الجماعة , الشعور بالاعتماد على المرشد في توجيههم. ففي هذه المرحلة يبدأ الفرد بالارتباط بعملية الإرشاد عن طريق تقبل التأثير من الآخرين لكي يحصل على ردود أفعال مرغوبة , وهذه مميزات اللقاءات الأولية وتحتوي على التعارف بين الأعضاء.

٢. مرحلة الصراع والمواجهة: هذه المرحلة تشمل الاستجابات العاطفية السلبية نحو الموقف الذي يجمعهم ونحو الأعضاء الآخرين , وربما تشكل تهديدا للتطور الأبعد وتكون مناخا للتنفيس الانفعالي عن صراعات مكبوتة سابقا وفرصة لإسقاط ما بداخل كل عضو على الأعضاء الآخرين وحتى المرشد وهي مرحلة تشكل خطرا على تطور الجماعة لذا يكون المرشد حذرا في السيطرة عليها.

٣. مرحلة الترابط: إذا تمكن الأعضاء من التقلب على المشاعر المتوترة واستطاعوا أن يطوروا تحسسا نحو بعضهم البعض (أي فهم الإطار المرجعي للأعضاء) فتبدأ روح العمل مع بعضهم البعض . خلال هذه المرحلة الترابطية يتطور الأعضاء هوية مع القائد والجماعة وتصبح لديهم مشاعر الالتزام لتحقيق أهداف الجماعة.

٤. مرحلة الإنتاج: في هذه الحالة أصبحت الجماعة عاملة وقد خصص الأعضاء طاقاتهم للتقييم الواقعي للأهداف بالنسبة للفرد والجماعة والعمل على تحقيقها , وهنا يصبح الأفراد قادرين على استدخال الاستبصار من علاقاتهم التفاعلية ويبدؤون بتحويل وتعديل سلوكهم.

٥. مرحلة الإنهاء: عندما يتمكن أعضاء الجماعة من تعميم سلوكهم خارج اللقاءات الجماعية يصبحون مستعدين للإنهاء لأن هؤلاء الأعضاء قد حققوا ارتباطات شخصية وبلغوا جانبا من أهدافهم فتصبح لديهم مشاعر مختلفة حول الانفصال من الجماعة , فالبعض منهم يشعرون بالسعادة لهذه النتيجة والبعض الآخر يتألمون لهذا الفطام النفسي , إذ أن قسما منهم يصاب بالنكوص وهؤلاء يفضل إشراكهم في جماعات إرشادية أخرى.