مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية
University of Anbar Journal for Humanities
P. ISSN: 1995-8463 E.ISSN: 2706-6673
المجلد ١٩- العدد ٤ – كانون الأول ٢٠٢٢ | Volume 19- Issue 4- December 2022

دراسة نوعية سردية لمهارات المرشد النفسي في القرن ٢١ وأهداف التنمية المستدامة: نحو علم نفس الاستدامة

أ.د. بشرى إسماعيل أحمد أرنوط
مصر- جامعة الزقازيق- كلية الآداب
المملكة العربية السعودية- جامعة الملك خالد- كلية التربية
beahmad@kku.edu.sa

DOI
10.37653/juah.2022.176878

تم الاستلام: ٢٠٢١/١٢/١٥
قبل للنشر: ٢٠٢٢/٢/١٨
تم النشر: ٢٠٢٢/١٢/١

الكلمات المفتاحية
اد النفسي
المرشد النفسي
مهارات الإرشاد
أهداف التنمية المستدامة
علم نفس الاستدامة

الملخص:

حاول هذا البحث التعرف على مفهوم مهارات المرشد النفسي من وجهة نظر المشاركين في البحث، والكشف عن تصوراتهم حول أهداف الإرشاد والمهارات التي يحتاجها المرشد النفسي بالقرن ٢١، وذلك باستخدام التصميم النوعي السردي على عينة قصدية تكونت من (٢٢) مرشد ومرشدة نفسية تراوحت أعمارهم بين (٣١- ٤٦عام) بمتوسط عمري قدره ٣٧.٨٦ عام وانحراف معياري قدره ٤.٦٢٢. تم جمع البيانات من المشاركين من خلال القصص، والتجارب الفردية باستخدام المقابلة شبه المقننة المتعمقة وتقارير العمل الإرشادي وسجلاته ومجموعات التركز والإطار السردي. توصلت نتائج التحليل الموضوعي باستخدام برنامج MAXQDA لتصورات المشاركين عن أن مهارات المرشد النفسي تُعرف بأنها "آليات مهنية تتضمن سمات ناعمة شخصية ومهارات صلبة فنية يعتمد عليها المرشد النفسي لتحقيق أفضل النتائج في ممارساته المهنية وإحداث تغيير طوعي في شخصية المسترشد وسلوكه وأدائه في الحياة، ومساعدته على حل مشكلاته والتغلب على العقبات وتهيئة فرص نموه الشخصي ووصوله لأقصى مستوى من الصحة النفسية والرفاهية وجودة الحياة والفعالية الشخصية من خلال كسب ثقة المسترشد والحفاظ عليها". كما وجدت النتائج عدة مهارات يجب أن يمتلكها المرشد النفسي في القرن ٢١، منها مهارات: التواصل اللفظي وغير اللفظي الفعال؛

A Qualitative Narrative Study of 21st Century Counsellor's Skills and the Sustainable Development Goals: Towards a Psychology of Sustainability

Prof. Dr. Boshra A. Arnouta
King Khalid University, Abha, Saudi Arabia
Zagazig University, Zagazig, Egypt

Abstract:
This study aimed to identify the concept of the counselor skills from participants' point of view, and to reveal their perceptions about counseling aims and the skills needed by a counselor in the 21st century, using the narrative qualitative design on a purposive sample consisting of (22) psychological counselors, whose ages ranged from (31-46 years), with a mean age of 37.86 years and a standard deviation of 4.622. Data was collected from participants through stories, individual experiences using the semi-structured in-depth interview, counseling work reports, focus groups, and narrative framework. The results of the thematic analysis using the MAXQDA program revealed that the counselor's skills are defined as "professional mechanisms that include personal soft traits and technical hard skills on which the counselor relies to achieve the best results in his professional practices and bring about a voluntary change in the counselor's personality, behavior and performance in life, and help him to solve his problems, overcoming obstacles, creating opportunities for his personal growth, and reaching the maximum level of mental health, well-being, quality of life, and personal effectiveness by gaining and maintaining the client's trust. The results also found several skills that the counselor must possess in the 21st century, including: effective verbal and non-verbal communication; technique, thinking and innovation; problem solving; active citizenship; technical; stress of counseling work administrative; ask smart questions; motivating, encouraging and reassuring the client; maintain confidentiality of information; remembering and others. The results also indicated that counseling in the 21st century seeks to achieve various aims, including: for the individual to live a happy life full of achievement and work, making important decisions, personal development, planning for his future, making a voluntary change in his personality and behavior,

Submitted: 15/12/2021
Accepted: 18/02/2022
Published: 01/12/2022

Keywords:
Counseling
counseling skills
sustainable development goals
a qualitative narrative study.

©Authors, 2022, College of Education for Humanities University of Anbar. This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

مقدمة البحث وخلفيته النظرية:

شهد عالم اليوم تقدم علمي وتكنولوجي هائل، وكذلك تغير في البناء الاجتماعي والتركيبة الأسرية، وفي منظومة القيم لدى أفراد المجتمع واتجاهاتهم وسلوكياتهم وأسلوب حياتهم. كما تغيرت منظومة العلاقات الاجتماعية والمهنية، الأمر الذي أدى إلى زيادة الضغوط والأعباء وما نتج عنها من مشكلات وتوترات واضطرابات. ولا شك في أن هذا كله يؤكد تزايد حاجة الفرد إلى التوجيه والإرشاد النفسي من أجل مواكبة التغيرات المتلاحقة والتخطيط لمستقبل أفضل، وتحقيقاً لصحته ورفاهيته.

فالإرشاد النفسي نشاط مميز يقدم للأفراد بعد موافقتهم على الأدوار والمسؤوليات التي يقوم بها المرشد وكذلك واجباتهم ومسؤولياتهم. فهو مهنة ناشئة وخدمة يسعى إليها الناس في وقت الشدة أو المحنة والارتباك، وفي ضوء علاقة مهنية أكثر انضباطا وسرية من مجرد الصداقة، وربما أقل وصم من المساعدة المقدمة في الطب التقليدي أو الطب النفسي، يناقش المرشد مع المسترشد مشكلته ويحاول حلها والتغلب عليها بالتعاون معه (Gladding, 2004, 6). وأشارت الجمعية الأمريكية للإرشاد النفسي American counseling association (ACA,2010) للإرشاد النفسي بأنه علاقة مهنية تمكن مختلف الأفراد والأسر والمجموعات لتحقيق الصحة النفسية، والرفاهية، والتعليم، والأهداف المهنية. فالإرشاد النفسي جهد تعاوني بين المرشد والمسترشد. يساعد المرشدين المحترفين العملاء على تحديد الأهداف والحلول المحتملة للمشاكل التي تسبب اضطرابات انفعالية، وتحسين مهارات الاتصال والتكيف، وتعزيز الثقة بالنفس، وتعزيز تغيير السلوك والصحة النفسية المثلى.

ومن ثم، فإن الإرشاد والعلاج النفسي مهنة إنسانية عظيمة يقوم بها شخص تتوافر فيه المعرفة العلمية المتخصصة والخبرة وتلقي التدريب الكافي للقيام بهذه العملية التي تستهدف مساعدة الفرد على تغيير سلوكه انطلاقاً من مبدأ أن السلوك الانساني قابل للتعديل تحت ظروف معينة تستخدم فيها أساليب وفنيات محددة مع وجود علاقة مهنية أساسها الثقة والاحترام والتقبل غير المشروط والتفاهم المتبادل وفي إطار القواعد الأخلاقية لمهنة الإرشاد النفسي (أرنوط، ٢٠١٩). وأضاف (Gladding, 2004) أن الإرشاد النفسي يقدم خدماته للأفراد (المسترشدين) ذوي الأداء الطبيعي الجيد، وأولئك الذين تواجههم مشكلات أكثر شدة وخطورة، ويلبي احتياجات طائفة واسعة من الناس. إذ أن المسترشدين لديهم مشكلات نمائية

أو موقفية ويحتاجون للمساعدة المتخصصة من أجل التغيير أو التعديل. وكثيرا ما تتطلب مشاكلهم تدخلا على المدى القصير وفي أحيان أخرى يمكن أن يمتد الإرشاد أو العلاج ليشمل الاضطرابات المدرجة في الدليل الإحصائي والتشخيصي للاضطرابات النفسية (١٩٩٤) للجمعية الأمريكية للطب النفسي.

ومن ثم تختلف أدوار الإرشاد النفسي باختلاف المكان والزمان والأفراد والظروف، ويقدم خدماته لإحداث التغيير الفردي والمجتمعي، وذلك لأنه مهما كانت نظريات أو ممارسات الإرشاد النفسي ثاقبة أو عميقة، فلن تعالج المشكلات بشكل كاف أبدًا إذا كانت تركز على التغيير الفردي وحده وليس على التغيير على المستوى المجتمعي. ويُعَد تسهيل وصول الأفراد والمجتمعات نحو الصحة والعافية والنمو الإيجابي هو حجر الزاوية في الإرشاد النفسي، إذ يُسهم بشكل هادف في رفاهية الأفراد وصحتهم النفسية (Toporek, 2018). ومن هنا يمكن القول بأن الحاجة إلى توفير خدمات الإرشاد النفسي في أي بلد من بلاد العالم، تنشأ عند الاقتناع بضرورة تحسين سلوك الأفراد والجماعات بوصفه أحد الأهداف الهامة لتنمية الانسان، وكذلك إذا وجدت ظروف ثقافية ومجتمعية تسمح بالعمل الجاد القائم على الاقتناع بضرورة تحقيق تنمية هذا الانسان (سليمان، ٢٠١٠). ومن ثم أصبحت الحاجة ماسة للإرشاد والتوجيه في مدارسنا وفي أسرنا ومؤسساتنا التربوية والانتاجية وفي مجتمعنا. من أجل ذلك فإن خدمات التوجيه والإرشاد النفسي يجب أن تتوافر لكل فرد، لتحقيق سعادته في كل ميادين حياته التربوية والشخصية والمهنية. ومما يؤكد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد أن الحاجة إلى الإرشاد من أهم الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى الحب والأمن والانجاز والنجاح...ألخ، إذ أنه في كل مراحل النمو المتتالية يمر الفرد بمشكلات عادية وفترات حرجة يحتاج فيها إلى إرشاد، بالإضافة إلى التغيرات الأسرية والاجتماعية والمهنية التي تؤكد الحاجة الماسة للإرشاد النفسي (الفرخ وتيم، ١٩٩٩).

وبالنظر لما يتسم به القرن ٢١ ككل بالتعقيد (Landy & Conte, 2016)، والتسارع (Rosa, 2013)، والتغيير (Weiten et al., 2014) والعولمة (Guichard, 2013)، في مثل هذا السيناريو، فإن رفاهية الأفراد والمجتمعات بمؤسساتها المختلفة معرضة للخطر (Van den Heuvel et al., 2010)، وكفاءات المرشد النفسي لا تتناسب مع تنوع مشكلات الأفراد والمجتمعات في هذا العصر (Arnout, 2021a, 2021b). وبناء على

ذلك، تظهر الفرص لمجال جديد من البحث والتدخل وهو علم نفس الاستدامة، والذي يهدف إلى التنمية المستدامة لرفاهية الأفراد والمؤسسات أو المنظمات بالمجتمع (Di Fabio, 2016, 2017).

فقد اقترحت الأمم المتحدة في عام ٢٠١٥ سبعة عشر هدفًا من أهداف التنمية المستدامة، منها: القضاء على الفقر، لا جوع، الصحة الجيدة والرفاهية، التعليم الجيد، المساواة بين الجنسين، المياه النظيفة والصرف الصحي، طاقة نظيفة وبأسعار معقولة، العمل اللائق والنمو الاقتصادي، الصناعة والابتكار ونمو البنية التحتية، الحد من عدم المساواة، مدن ومجتمعات مستدامة، الاستهلاك والإنتاج المسؤولان، العمل المناخي، الحياة تحت الماء، الحياة على الأرض بسلام والعدل والمؤسسات القوية. وبتمعن هذه الأهداف، فإنها تؤكد على أهمية زيادة فرص التقدم وتعزيز تنمية الأفراد والأسر والمجتمعات لضمان التنمية المستدامة والنمو العالمي. وتعد الرفاهية أحد أهداف التنمية المستدامة، ومتطلب أساسي للصحة الجيدة، والتي يتم تعريفها بأنها "حالة من الرفاهية الجسدية والعقلية والروحية والاجتماعية الكاملة وليست مجرد الخلو أو غياب المرض أو العجز (Adebowale, 2012; Arnout, 2020; Macik-Frey et al., 2007; WHO, 1998).

ومن خلال هذا التعريف للرفاهية، فإن الأشخاص الأصحاء مزدهرون يتمتعون بالمرونة، ولهذا فإن دور الإرشاد النفسي يتمثل في توفير البيئة الإيجابية التي تعزز صحة الأفراد ورفاهيتهم وزيادة انتاجيتهم، وذلك من خلال التركيز على اكتشاف وتوظيف قدرات الأفراد لتحقيق أدائهم وزيادة رضاهم ورفاهيتهم (Quick, 1999). فقد شهد القرن ٢١ إدخال نهج علم النفس الإيجابي للرفاهية استنادًا إلى تعزيز الموارد الشخصية والمجتمعية والمساعدة في التعامل مع تعقيدات عصر ما بعد الحداثة والحفاظ على رفاهية الأفراد والجماعات والمنظمات. إذ يُسلط علم النفس الإيجابي الضوء على النجاح والتميز بدلاً من التركيز على السلبيات والفشل والاخفاق لتعزيز الرفاهية على مستوى الأفراد والمجتمعات (Di Fabio, 2017; Henry, 2005; Seligman, 2002).

ومن منظور الوقاية الأولية، فإن زيادة موارد الأفراد يعد أمرًا بالغ الأهمية لبناء القوة (Seligman, 2002). إذ تهدف الوقاية الأولية إلى منع تطور المشكلات قبل أن تحدث، وفي نفس الوقت تعزيز الرفاهية النفسية وذلك لا يتحقق إلا من خلال تنمية جوانب القوة

للأفراد في إطار الوقاية الإيجابي (Di Fabio, 2016, 2017; Seligman, 2002). ولهذا، يمكن اعتبار سيكولوجية الاستدامة والتنمية المستدامة بمثابة نهج جديد لتعزيز رفاهية الأفراد والمجتمعات، والاستدامة لا تعني فقط البيئة الطبيعية والاجتماعية والاقتصادية، بل أيضًا تحسين نوعية حياة كل إنسان (Brundtland Report, 1987).

قديمًا، كلمة مستدام لغويًا تعني شيء ما يمكن أن يستمر لفترة من الزمن. كما تشير أيضًا إلى كل شي يمكن دعمه أو تحمله أو تأكيده بمرور الوقت، ويتعلق الأمر بالبناء على الحاضر بطريقة لا تعرض المستقبل للخطر. وفي علوم السياسة والتكنولوجيا والاقتصاد والبيئة، تتعلق كلمة الاستدامة بموازنة الأهداف الحالية مع الأهداف المستقبلية دون تعريض الأخيرة للخطر. وبهذا، فإن الاستدامة تؤكد حق الأجيال الحالية والمستقبلية في التمتع بالبيئة والموارد الطبيعية. بينما من المنظور النفسي، لا يُنظر للاستدامة من منطلق البيئة الطبيعية والاجتماعية فحسب، بل من منظور تعزيز رفاهية جميع الأفراد. ومن ثم فإن هذا التعريف للاستدامة يركز على الإثراء والنمو والتغيير المرن (Di Fabio, 2016, 2017).

في الحقيقة، لكي تتحقق التنمية المستدامة، فإن ذلك يحتاج إلى الانتقال من الموقف الأناني المتمركز حول الذات إلى موقف الإيثار الفوقي الذي يُركز على المكاسب المتبادلة، أي الكسب للآخرين والمكاسب للذات من ناحية، والترابط المركز على الانعكاسية (من المستوى الجزئي إلى المستوى الكلي) بين الناس وعالمهم من ناحية آخرى وذلك من خلال إحداث توازن بين "أنا" و"نحن" و"الناس" و"العالم". ولذلك، نهج الانعكاسية Reflexivity الفوقية للاستدامة ضروري لرفاهية الأفراد والمجتمعات في القرن ٢١ (Guichard, 2013).

ومن خلال ما سبق، يتضح أن الصحة النفسية والرفاهية تم إدراجها في أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة في سبتمبر عام ٢٠١٥. إذ أنه، في خطوة تاريخية أقرت الأمم المتحدة عبء المرض النفسي، وحددت الصحة النفسية والرفاهية كأولوية للتنمية العالمية. وفي الطريق لإنجاز هذا الهدف، لعبت العديد المؤسسات على مدى الخمس عشر عامًا الماضية دورًا في المساهمة في إدراج الصحة النفسية في أهداف التنمية الجديدة وغاياتها ومؤشراتها، بعد أن كان وضع الصحة النفسية قاتمًا في التنمية العالمية.

إلى جانب ذلك، ذكر Oladele (٢٠٠٠) أن الإرشاد النفسي عملية مساعدة الفرد على فهم نفسه وعالمه، ومن ثم يمكن أن تؤدي برامج التوجيه والإرشاد النفسي إذ أعطي لها

الاهتمام المطلوب وتم تنفيذها بشكل جيد إلى تنمية وطنية مستدامة. إذ من خلال تقديم خدمات الإرشاد النفسي الفردي والجمعي في كافة المجالات الحياتية، يُساعد على اكتشاف مواطن القوة والضعف لدى الأفراد، مما يُساعد هذا في التخطيط للتدخلات المناسبة لتقليل النزعات السلوكية العدوانية والجانحة التي تقلل في النهاية أعمال الشغب واضطرابات سلوك الأطفال والمراهقين في المدارس والجامعات، وكذلك مساعدة الأفراد في اختيارات الأفراد للمهن والتخصصات بما يتلاءم مع قدراتهم واهتماماتهم. كما يُمكن أن يُساعد الإرشاد النفسي الأفراد على تطوير قدراته لإجراء أفضل تعديل ممكن في بيئته الجديدة من خلال تطوير القدرات الفكرية والتطلعات الأخلاقية والاجتماعية والمهنية، إذ لا يمكن تحقيق هذه الالتزامات إلا من خلال خدمات الإرشاد النفسي المناسبة لكافة فئات أفراد المجتمع وباستمرار.

فعليه، أكد كوري (Corey,2009) على أهمية امتلاك المرشد عدة خصائص شخصية ومهنية أساسية ليمارس العمل الإرشادي بفعالية، منها امتلاك هوية، وأن يتحلى بالشجاعة والارادة ويمتلك القدرة على التغيير ويتقبل التغيير، والمرشد الفعال لديه اهتمام حقيقي صادق برفاهية الآخرين، وهذا الاهتمام يركز على الاحترام، واعطاء الآخرين قيمتهم. وذكرت أرنوط (٢٠١٩) إنه نتيجة للتغيرات التي طرأت على المجتمعات من الناحية الاجتماعية والتكنولوجية، زادت الضغوط واشتدت وطأة المشكلات وتنوعت مصادرها، مما زاد من معاناة انسان القرن ٢١، ومن ثم أصبحت مساعدته المهنية المتخصصة تحتاج من المرشد التفكير فيها خارج الصندوق، من أجل تمكينه المهني من جهة ولتقديم أفضل مستوى من الخدمات الإرشادية المتميزة. وفي هذا الإطار، أشارت القطان (٢٠٠٩) إلى أن إعداد المرشد النفسي يجب أن يتغير ليؤكد على التدريب على حل المشكلات بطرق جديدة ومبتكرة نابعة من مرشد نفسي يملك حساً معرفياً وآلية ذاتية لمهارة حل المشكلات.

استخلاصًا مما سبق، فإنه نتيجة لهذه التغيرات التي يشهدها العصر الحالي، فإن المرشد النفسي في القرن ٢١ يحتاج لكفاءات ومهارات تُمكنه من أداء عمله بتميز وإبداع سعيًا لتحقيق أهداف التنمية المستدامة والتي من بينها الرفاهية والصحة النفسية لأفراد المجتمع. لهذا، يسعى البحث الحالي للفهم المتعمق لهذه المهارات من وجهة نظر المرشدين النفسيين والفهم المتعمق لتصوراتهم نحوها.

مشكلة البحث:

إن أحد معضلات القرن ٢١ هي مشكلات الصحة النفسية التي تؤثر على قطاع عريض من أفراد المجتمعات في مختلف أنحاء العالم مع ما يشهده هذا العصر من تغيرات متلاحقة زادت من الأعباء التي تلقى على عاتق الإنسان وأنهكت قواه في مواجهته، بالإضافة لما سببه الانفتاح المعرفي والتطور التكنولوجي من مشكلات، كل هذا زاد من حاجة إنسان اليوم للسعي للخدمات الإرشادية. ومن ثم تنوعت مشكلات الإنسان وتعددت أسبابها وتشعبت تأثيراتها، الأمر الذي يتطلب مرشد نفسي يمتلك مهارات تؤهله لأن يقوم بعمله الإرشادي وتُمكنه من مساعدة أفراد المجتمع بمختلف فئاتهم في التغلب على مشكلاتهم وما يعوق صحتهم ورفاهيتهم.

وبالتأكيد، هناك حاجة أكيدة إلى الإرشاد النفسي، فهو لا يعد ترفاً للحياة العصرية، بل ضرورة من ضروریاتها، وواحد من لوازم الحياة الانسانية المتجددة على مر العصور، وذلك بسبب التغيرات المصاحبة لنمو الفرد حيث أنه يمر بمراحل حرجة، ويتعرض لتغيرات جسمية ونفسية واجتماعية وعقلية قد يصاحبها مشكلات يشعر معها الفرد بأنه بحاجة إلى من يساعده ويقف إلى جانبه في التغلب عليها (الخطيب،٢٠٠٣). ففي عام ٢٠١٩، أظهرت إحصاءات منظمة الصحة العالمية أن شخص واحد من كل ٨ أشخاص في جميع أنحاء العالم، مصابين بالاضطراب نفسي، وكان القلق والاكتئاب هما الأكثر شيوعاً. وارتفعت هذه النسبة ارتفاعًا ملحوظًا في عام ٢٠٢٠ بسبب تفشي جائحة كوفيد- ١٩ في جميع بلدان العالم، إذ زادت اضطرابات القلق بنسبة ٢٦٪ واضطرابات الاكتئاب الرئيسية بنسبة ٢٨٪ خلال عام ٢٠٢٠ فقط. كما أوضحت منظمة الصحة العالمية أن معظم المصابين بالاضطرابات النفسية لا تُتاح لهم رعاية مؤسسية فعالة، بالإضافة لمعاناتهم من الوصم والتمييز وانتهاكات حقوق الإنسان. ولهذا، سعت خطة المنظمة لتعزيز الصحة النفسية ٢٠١٣-٢٠٣٠ إلى السعي لتحقيق أربع أهداف رئيسة تتمثل في تعزيز فعالية القيادة والحوكمة في مجال الصحة النفسية؛ توفير خدمات شاملة ومتكاملة ومتجاوبة في مجال رعاية الصحة النفسية والرعاية الاجتماعية في سياقات مجتمعية؛ تنفيذ استراتيجيات لتعزيز الصحة والوقاية في مجال الصحة النفسية؛ وتدعيم نظم المعلومات والبيّنات والبحوث في مجال الصحة النفسية (www.who.int).

ومن خلال المراجعة المنهجية للأدبيات النظرية حول موضوع البحث الحالي، اتضح للباحثة وجود العديد من البحوث والدراسات حول مهارات المرشدين النفسيين وفاعلية أدائهم.

إذ توصلت دراسة عبد الله (٢٠٠٩) إلى أن أكثر المهارات أهمية واستخدامًا في العمل الإرشادي هي استقبال الطلاب وإجراء المقابلة الأولى الإرشادية، وتشخيص المشكلات، صياغة الأهداف الإرشادية، في حين كانت أقل المهارات أهمية هي استخدام الاختبارات والمقاييس النفسية. وفي السياق نفسه، توصلت نتائج دراسة المحتسب والعبادسة (٢٠١٣) إلى أن مهارات العمل الإرشادي هي مهارة بناء العلاقة الإرشادية، مهارة الإنصات، مهارة طرح الأسئلة، مهارة التلخيص، مهارة المواجهة، مهارة الاتصال غير اللفظي، مهارة إدارة الجلسات الفردية والجماعية، مهارة المناقشة والاقناع، مهارة حل المشكلات، ومهارة تقديم الاستشارات. إلى جانب ذلك، كشفت نتائج دراسة الوليدي وأرنوط (٢٠١٦) عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين مهارة كشف الذات لدى المرشدين النفسيين وإبداعهم في ممارساتهم المهنية. علاوة على ذلك، أجريت دراسات حول أهمية مهارات الإرشاد في أداء المرشدين، فقد أوضحت نتائج دراسة شايب (٢٠٠٥) أن مهارات الإرشاد هي الأكثر قدرة على التنبؤ بفاعلية المرشد النفسي بالإضافة للاتجاهات والقيم. وبالمثل، توصلت دراسة العنزي (٢٠١١) إلى أن الكفايات الشخصية والمهنية للمرشد النفسي منبئات دالة إحصائيًا للدرجة الكلية لنجاح المرشد في العمل. وفي نفس السياق، أظهرت نتائج دراسة البهدل (٢٠١٤) أن مهارة حل المشكلات منبأ دال قوي للأداء الإرشادي للمرشدين بكافة محاوره. وعن أهمية تدريب المرشدين على المهارات الإرشادية فقد توصلت دراسة ابن شامان (٢٠١٦) إلى عدم توافر المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين للطلاب ذوي فرط الحركة وذلك نظرًا لحداثة تجربة الإرشاد مما يؤكد ضرورة تدريب المرشدين على هذه المهارات. وعلاوة على ذلك، أجريت دراسات وبحوث حول محددات المهارات الإرشادية لدى المرشدين، مثل دراسة الشمري (٢٠٢٠) التي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الذكاء الوجداني والمهارات الإرشادية، وقد أوصت هذه الدراسة بضرورة تدريب المرشدين النفسيين على المهارات الإرشادية وكيفية تطبيقها في العملية الإرشادية وتقييم الأداء الوظيفي للمرشدين النفسيين في ضوء امتلاكهم للمهارات الإرشادية. إلى جانب ذلك، وجدت دراسة حسون (٢٠٢١) علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين قوة الأنا والمهارات الإرشادية. كما تناولت دراسات أخرى المهارات الشخصية للمرشد النفسي وتأثيرها على أدائه المهني، فقد اهتمت دراسة الجبوري (٢٠٢١) بمعرفة تأثير اعتقاد المرشدين النفسيين بالاستحقاق أكثر من الأخرين في محيطهم على

تعاملهم وعلاقاتهم وكفاحهم الشخصي الذي يرتبط بنجاحهم في عملهم الإرشادي، وتوصلت النتائج إلى أن المرشدين النفسيين يتمتعون بالكفاح الشخصي الذي يعد أحد المهارات التي يجب تدريب المرشدين عليها ليُسهموا في تحقيق أهداف الإرشاد. وفيما يتعلق بفعالية تدريب المرشدين على مهارات الإرشاد النفسي فقد أوضحت نتائج دراسة الأش ومحمد (٢٠١٢) فاعلية برنامج تدريبي للمرشدين المدرسيين في تنمية مهارات المقابلة الإرشادية واستمرار فعاليته طوال فترة المتابعة. وبالمثل، توصلت نتائج دراسة (Bayne & Jangha, 2016) إلى التحقق من فعالية التدريب على مهارات التعاطف للمرشدين النفسيين. ليس هذا فقط، بل هدفت دراسات أخرى لإعداد مقاييس للمهارات الإرشادية، مثل دراسة (Torres-Rivera et al., 2002).

في ضوء ما سبق ذكره من نتائج الدراسات والبحوث السابقة وما وضعته من توصيات، تتضح الفجوة البحثية في موضوع البحث الحالي إذ أن هذه الدراسات والبحوث لم تهتم بدراسة المهارات الإرشادية في ضوء الرؤية الوطنية أو أهداف التنمية المستدامة في ضوء تطورات ومستجدات القرن ٢١ بما شهده من أزمات وكوارث (منها أزمة كوفيد-١٩) وما فرضته على الأفراد في مختلف دول العالم من ضغوط مرتبطة بإجراءات الحجر المنزلي وأثر على صحتهم النفسية. وما أشار إليه (Maree & Di Fabio, 2018) للحاجة للتكامل بين المهارات الشخصية والمهنية للمرشدين النفسيين لتعزيز التنمية المستدامة والتغير. وكذلك في ضوء أهداف الرؤية الوطنية للمملكة العربية السعودية من تحقيق جودة حياة المواطنين والمقيمين، وأهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠، وأيضًا تماشيًا مع الاتجاه العالمي لتعزيز دور الإرشاد النفسي في تعزيز الصحة النفسية للأفراد في ضوء خطة العمل التي وضعتها منظمة الصحة العالمية، ظهرت أهمية دراسة موضوع هذا البحث. كذلك ما ظهر من وجود فجوة منهجية، إذ استخدمت البحوث والدراسات السابقة تصميمات البحث الكمي منها الارتباطي والسببي المقارن، بينما لم تستخدم أيًا من هذه الدراسات تصميم البحث النوعي للتعمق في دراسة وفهم المهارات الإرشادية من خلال تصورات المشاركين في البحث وجمع البيانات في صورة قصص ومناقشتها معهم لفهم خبراتهم وتجاربهم أو الاهتمام بجلب أصوات المرشدين النفسيين للبحث العلمي من أجل استكشاف تصوراتهم حول مفهوم المهارات الإرشادية وأهداف الإرشاد في القرن ٢١ والمهارات التي يحتاجها المرشدون النفسيون لتحقيق هذه الأهداف التي

تُسهم في تحقيق أهداف الرؤية الوطنية والتنمية المستدامة ٢٠٣٠، ومن هنا ينطلق البحث الحالي كمحاولة للفهم المتعمق لتصورات المرشدين النفسين حول المهارات الإرشادية في القرن ٢١ وأهداف التنمية المستدامة من خلال جلب أصواتهم والسماع لخبراتهم وتجاربهم في الممارسة المهنية للعمل الإرشادي.

أسئلة البحث:

يحاول هذا البحث الإجابة عن الأسئلة الآتية:

١. ما تصورات المشاركين في البحث حول مفهوم مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١؟
٢. ما الأهداف التي يسعى الإرشاد النفسي لإنجازها في القرن ٢١ تحقيقًا لأهداف التنمية المستدامة من وجهة نظر المشاركين في البحث؟
٣. ما تصورات المشاركين حول المهارات التي يحتاجها المرشد النفسي في القرن ٢١ وأهميتها لتحقيق أهداف التنمية المستدامة؟

أهداف البحث:

يسعى هذا البحث إلى:

١. التعرف على وجهات نظر متعددة لدى المشاركين في البحث حول مفهوم مهارات المرشد النفسي.
٢. فهم الرؤى المتعمقة للمشاركين في البحث حول الأهداف التي يسعى الإرشاد النفسي في القرن ٢١ تحقيقًا لأهداف التنمية المستدامة.
٣. بناء صورة شاملة عن المهارات التي يحتاجها المرشد النفسي بالقرن ٢١ لتمكينه من تحقيق أهداف التنمية المستدامة وأهميتها في العمل الإرشادي من وجهة نظر المشاركين في البحث.

أهمية البحث:

١. يتناول البحث الحالي موضوع جدير بالاهتمام البحثي وهو مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١ والتي تساعده على تحقيق أهداف التنمية المستدامة، بما يتماشى مع الاتجاه العالمي في جميع دول العالم المتقدمة والنامية.
٢. يهتم هذا البحث بفئة المرشدين النفسيين ويهتم بجلب أصواتهم وأراءهم داخل البحث لدورهم وأهميتهم في تحقيق أحد أهداف التنمية المستدامة وهو الصحة والرفاهية.

٣. قد تُسهم نتائج هذا البحث في إثراء المكتبة العربية بما تضيفه من معرفة علمية حول مهارات المرشد النفسي من وجهة نظر المرشدين النفسيين أنفسهم ومن خلال خبراتهم وتجاربهم من واقع عملهم في تقديم الخدمات الإرشادية بعيدًا عن التنظير مما يُشكل فهم عميق واسع لموضوع البحث.
٤. قد تفيد نتائج هذا البحث المسؤولين المعنيين بالتطوير المهني للمرشدين النفسيين في القرن ٢١ للتخطيط لبرامج تدريبية تركز على تنمية مهاراتهم النفسية لُيسهموا بفعالية في تحقيق أهداف التنمية المستدامة.
٥. قد تفتح نتائج هذا البحث بما سيتوصل إليه من نتائج، أفاق بحثية حول موضوع البحث أمام الباحثين المختصين في مجال الإرشاد النفسي لدراسة الموضوع مستقبلاً باستخدام منهجيات بحثية أخرى كالتصميم المزجي وغيره، فمن خلال نتائج البحث يُمكنهم إعداد مقياس لمهارات المرشد النفسي بالقرن ٢١ لتحقيق أهداف التنمية المستدامة أو التحقق من فاعلية برنامج تدريبي على هذه المهارات.

مصطلحات البحث:

الإرشاد النفسي: Counseling

عرفه الداهري (٢٠٠٥، ١١) بأنه مجموعة من الخدمات تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ويفهم مشكلاته، وأن يستغل إمكانياته وقدراته الذاتية، وكذلك إمكانات البيئة المحيطة به، بما يتناسب مع الأهداف التي يضعها الفرد لنفسه من ناحية، ومع إمكانات البيئة ومطالبها من ناحية أخرى. كما عرفه جيز وآلين (Guez&Allen,2016, 18) الإرشاد النفسي بأنه عملية يعبر من خلالها المرشد عن الإهتمام تجاه المسترشد أو الشخص الذي يواجه مشكلة ما، مما يسهل من نموه الشخصي ويحدث التغيير من خلال معرفته بذاته.

المرشد النفسي: Counselor

عرفه (Emmerson,2006,2) بأنه "هو الشخص الذي اختار العمل في مهن المساعدة، ليساعد فرد أو مجموعة على تحقيق شيء ما مطلوب". كما عرفت أرنوط (٢٠١٩، ٧٠) المرشد النفسي بأنه "شخص متخصص متدرب على خطوات العملية الإرشادية وفنياتها ومهاراتها، ولابد أن تتوافر فيه مجموعة من الصفات والخصائص بالإضافة للمعرفة المتخصصة وأن يكون قد تلقى تدريب كاف على العمل الإرشادي".

مهارات المرشد النفسي: Counselor Skills

عرف الصمادي (١٩٩٤، ٣٨٠) مهارات المرشد بأنها " المهارات الإرشادية الأساسية المشتركة بين جميع المرشدين بغض النظر عن النظريات التي يتبنونها في عملهم الإرشادي والتي تشمل: مهارات الإصغاء، والتلخيص، والفهم الوجداني، والأصالة، والإعداد النظري، ومهارات المقابلة، والتشخيص، والمرشدة، والمتابعة ".

ولكون هذا البحث يستخدم التصميم النوعي السردي الذي يتميز بالتنامي، فإن التعريف النهائي لمصطلح مهارات المرشد النفسي سيظهر بعد الانتهاء من تحليل البيانات التي سيتم جمعها من المشاركين في البحث، وسيورد في الجزء الخاص بنتائج البحث تعريف مهارات الإرشاد النفسي.

علم نفس الاستدامة: Psychology of Sustainability

عرف (Di Fabio, 2017, 2) علم نفس الاستدامة أو سيكولوجية الاستدامة بأنه "نهج جديد لتعزيز رفاهية الأفراد والمجتمعات"

دراسة نوعية: Qualitative Study

عرفت أرنوط (٢٠٢٢) الدراسة النوعية بأنها "عملية استقصاء تتضمن جمع وتحليل بيانات غير نوعية كالكلمات أو الصور أو مقاطع الفيديو والسجلات والوثائق وغيرها، لبناء صورة معقدة وشاملة لظاهرة معينة من رؤى متعمقة ووجهات نظر متعددة للحصول على نظرة ثاقبة وفهم شامل للظاهرة موضوع الدراسة في سياقها الطبيعي الذي تحدث فيه، باستخدام تصميمات نوعية متعددة كالتصميم الاثنوجرافي، الفينومنولوجي، دراسة الحالة، النظرية المجذرة، والتصميم السردي أو القصصي".

منهج البحث وإجراءاته:

منهج البحث:

في هذا البحث استخدمت الباحثة تصميم البحث النوعي السردي، الذي عرفته أرنوط (٢٠٢٢) بإنه نهج بحثي شائع يقوم فيه الباحث بجمع البيانات من خلال القصص، والتجارب الفردية، ومناقشة تلك التجارب مع المشاركين في البحث. ويعد التصميم السردي أو كما يسميه البعض القصصي Narrative design هو التصميم المناسب للبحث الحالي لإنه يوفر صورة تحليلية واسعة متعمقة لتجارب المرشدين النفسيين لمهارات المرشد النفسي في

القرن ٢١ لتحقيق أهداف التنمية المستدامة بكل تعقيدات العمل الإرشادي وثراء ممارسته المهنية.

المصداقية والموثوقية:

من أجل تحقيق المصداقية والموثوقية في نتائج البحث ولتعزيز الشفافية في الإجراءات اعتمدت الباحثة على استراتيجيات مختلفة، منها: إعداد بروتوكول للمقابلة وإجراءات جمع البيانات وتحليلها بعناية، كما استخدمت الباحثة استراتيجية التثليث التي أوصى (Creswell, 2012) باستخدامها لتحسين جودة البحث النوعي. إذ جمعت الباحثة البيانات من مصادر متعددة، لجمع بيانات غزيرة وثرية لبناء تبرير متماسك من الموضوعات Themes أثناء عملية التحليل للوصول إلى التشبع في الفئات. وكذلك الاستعانة بمقتطفات من البيانات الأصلية التي جُمعت من المشاركين في البحث خلال المقابلات والأطر السردية كعينات نظرية أثناء عرض النتائج لتسهيل توصيلها ووضوحها للقارئ.

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من جميع المرشدين النفسيين بالمملكة العربية السعودية.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٢) مرشد ومرشدة نفسية (١٢ ذكور، ١٠ إناث)، تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٣١ عام – ٤٦ عام) بمتوسط عمري قدره ٣٧.٨٦ وانحراف معياري قدره ٤.٦٢٢، من مقدمي الخدمات الإرشادية في المؤسسات التعليمية وغير التعليمية والحاصلين على درجات علمية في تخصص الإرشاد النفسي (٧ حاصلين على درجة دبلوم في الإرشاد النفسي بنسبة ٣١.٨٢%، ٩ منهم حاصلين على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي بنسبة ٤٠.٩١%، و٦ منهم حاصلين على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي بنسبة ٢٧.٢٧%) ممن لديهم خبرة مهنية تراوحت بين ٥ – ١٥ سنة بمتوسط ٩.٥٥ سنة وانحراف معياري بلغت قيمته ٣.٤٨ (شكل ١)، تم التواصل معهم جميعًا وأخذ موافقتهم المستنيرة للمشاركة في البحث بعد توضيح غرض البحث لهم.

شكل ١ الخصائص الديموجرافية للمشاركين في البحث

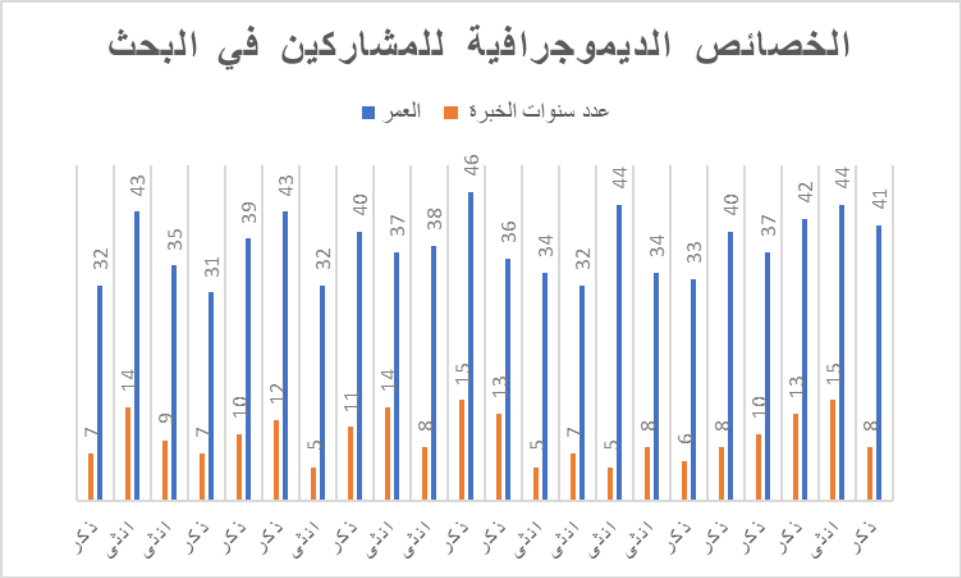

Figure 1: The research sample consisted of (22) male and female psychological counselors (12 males, 10 females), their ages ranged between (31 years - 46 years), with an average age of 37.86 and a standard deviation of 4.622, from counseling service providers in educational and non-educational institutions, with degrees degree in psychological counseling (7 have a diploma degree in psychological counseling with a percentage of 31.82%, 9 of them hold a master's degree in psychological counseling with a percentage of 40.91%, and 6 of them hold a doctorate degree in psychological counseling with a percentage of 27.27%)

أدوات البحث:

اعتمد البحث الحالي في جمع البيانات من المشاركين على مصادر متعددة للبيانات، هي:

١. المقابلات شبه المقننة الفردية (بلغ إجمالي عدد المقابلات ٧٢ مقابلة) باستخدام الأسئلة العريضة Open–ended. إذ طُلب من المشاركين في البحث أثناء المقابلات تقديم تفاصيل عن خلفيتهم في العمل الإرشادي ومجالات اهتماماتهم الإرشادية. واستغرقت المقابلة الواحدة ما بين ٤٥ – ٧٥ دقيقة، وقد تم تسجيل جميع المقابلات ونسخها حرفيًا بعد أخذ موافقة جميع المشاركين في البحث.

٢. سجلات العمل الإرشادي التي يعدها المشاركين في البحث خلال ممارساتهم المهنية.

٣. مجموعة تركز (٥ مرشدين نفسيين بلغت خبرتهم أكثر من ١٠ سنوات في العمل الإرشادي) لمدة ٣ ساعات.

٤.الأطر السردية التي تثير تفكير المشاركين للكتابة حول موضوع البحث، تضمنت البيانات الأقسام الآتية بما يتفق مع أسئلة البحث، وهي: الديموجرافية، مجالات اهتماماتهم الإرشادية، مهارات المرشدين النفسيين، دور المرشد النفسي في تحقيق أهداف التنمية المستدامة. إذ أشار Barkhuizen (2011) أن الإطار السردي هو قالب قصة مكتوب يتكون من سلسلة من الجمل غير المكتملة والمساحات الفارغة متفاوتة الأطوال لمساعدة الأفراد على التفكير في تجاربهم.

تحليل البيانات:

تم تنظيم البيانات التي جُمعت من المشاركين في البحث باستخدام المقابلة شبه المقننة، سجلات العمل الإرشادي، مجموعات التركز، والأطر السردية ثم تقسيمها إلى وحدات وتركيبها معًا بحثًا عن أنماط وأنساق وفئات وتحليلها موضوعيًا Thematic Analysis باستخدام برنامج MAXQDA (2022) للمساعدة في تنظيم وترميز البيانات.

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

أسفرت نتائج التحليل الموضوعي Thematic Analysis باستخدام برنامج MAXQDA (2022) عن النتائج الآتية:

نتائج السؤال الأول ومناقشتها وتفسيرها:

نص سؤال البحث الأول على: **ما تصورات المشاركين في البحث حول مفهوم مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١؟** أسفرت نتائج التحليل النوعي للبيانات التي تم جمعها من المشاركين عن أن لديهم تصورات واضحة حول مفهوم مهارات الإرشاد، فقد أجمع جميع المشاركين أن مهارات الإرشاد آليات وتقنيات يوظفها المرشد للقيام بالعمل الإرشادي بكفاءة وفعالية تُساعد المسترشدين على تحقيق سعادته ورفاهيته؛ فالإرشاد علم وفن (شكل ٢). فقد ذكر المرشد **(م٣، ٤٢ عام، لديه خبرة ١٣ سنة كمرشد نفسي)** أن "مهارات الإرشاد هي سمات شخصية وتقنيات يستخدمها المرشد ليفهم المسترشد ويستمع إليه بشكل أفضل ليتمكن من تقديم المساعدة المهنية المناسبة لمشكلته". كذلك قال المرشد **(م٦، ٣٣ عام، ٦ سنوات خبرة)** أن "مهارات الإرشاد هي تلك التي يستخدمها المرشد المحترف وتمكنه من التعامل مع

استفسارات المسترشدين، لتحقيق أفضل النتائج لهم". وقالت المرشدة النفسية **(م٧، ٣٤ عام، ٨ سنوات خبرة)** أن "الإرشاد النفسي يغطي مجموعة واسعة من المشكلات ويستخدم أساليب إرشاد متنوعة، تتطلب كل منها مهارات فريدة خاصة به، بالإضافة لما لدى المرشد من السمات الشخصية المطلوبة. ومهارات الإرشاد وقود يحرك العملية الإرشادية بدءًا من المقابلة الأولى وجمع البيانات والتقييم للمشكلة وتشخيصها ووضع الخطة المناسبة لحل المشكلة وصولاً إلى الانتهاء ثم تقييم العمل ومتابعة الحالة. وبدون هذه المهارات ينهار العمل الإرشادي ويتوقف حتى لو امتلك المرشد العلم وسمات الشخصية. فالخبرة والمهارة مكمل ضروري يحتاجه المرشد لأن الإرشاد النفسي ممارسته علم وفن أي معرفة وخبرة ومهارات".

وأضافت المرشدة **(م١٤، ٣٧ عام، ١٤ سنوات خبرة)** أن "مهارات الإرشاد هي الأليات التي يستخدمها المرشد النفسي ليكتسب ثقة المسترشد، فيصبح المرشد هو الشخص الجدير بثقة المسترشد وهذا يجعل المسترشد يُشارك المرشد همومه ومشاكله ومعلوماته الشخصية والخاصة بل والخاصة جدًا التي لا يقولها لأقرب الناس إليه. ولذلك يجب على المرشد البارع أن يمتلك هذه المهارات ليبني الثقة مع المسترشدين ويحافظ عليها". وقال المرشد **(م١٥، ٤٠ عام، ١١ سنة خبرة)** أن "مهارات الإرشاد هي مهارات ناعمة (سمات شخصية)، ومهارات صلبة (فنية) يستخدمها المرشد في عمله مع المسترشد لمساعدته على حل مشكلاته والتغلب على العقبات وتهيئة فرص للنمو الشخصي للمسترشدين ويحدث فرق كبير في حياتهم الشخصية بمختلف جوانبها".

وذكر المرشد **(م١٨، ٣٩ عام، ١٠ سنوات خبرة)** تصوره عن مفهوم مهارات الإرشاد أن "لكون المرشد النفسي خبير مدرب مهنيًا يساعد الأفراد على التغلب على مشكلاتهم بعد سلسلة من الجلسات المنظمة والمنهجية الموجهة، فإنه أثناء قيامه بدوره هذا يوظف مهارات هي تمثل تلك الآليات تساعده على سير العمل الإرشادي نحو الوجهة السليمة دون مشاكل أو فشل وتمكنه من التغلب على الصعوبات وتجاوز الضغوط التي تواجهه في عمله مع مسترشديه بفعالية وإيجابية ومرونة". والمرشدة **(م٢٠، ٣٥ عام، ٩ سنوات خبرة)** ذكرت أن "مفهوم مهارات الإرشاد هي أليات مهنية يكتسبها المرشد لتمكنه من مواجهة تحديات العمل وصعوباته بشكل أكثر فعالية لتحقيق أهداف المسترشدين". وأضاف المرشد **(م٢٢، ٣٢ عام، ٧ سنوات خبرة)** أن مهارات الإرشاد النفسي "ما هي إلا تقنيات يكتسبها المرشد لإجراء عمله

مع المسترشدين باحترافية سعيًا منه لتحقيق أهداف المسترشد من حل لمشكلته أو ليُمكنه من اتخاذ قرارات مصيرية في حياته. هذه المهارات هي التي تساعد المسترشدين على أن يشعروا بالراحة أثناء الجلسات ومشاركة المرشد لتحدياتهم ومشاكلهم، وتُحسن من فهم المرشد للمسترشد".

شكل ٢ نتائج تحليل تصورات المشاركين حول مفهوم مهارات المرشد النفسي باستخدام برنامج MAXQDA

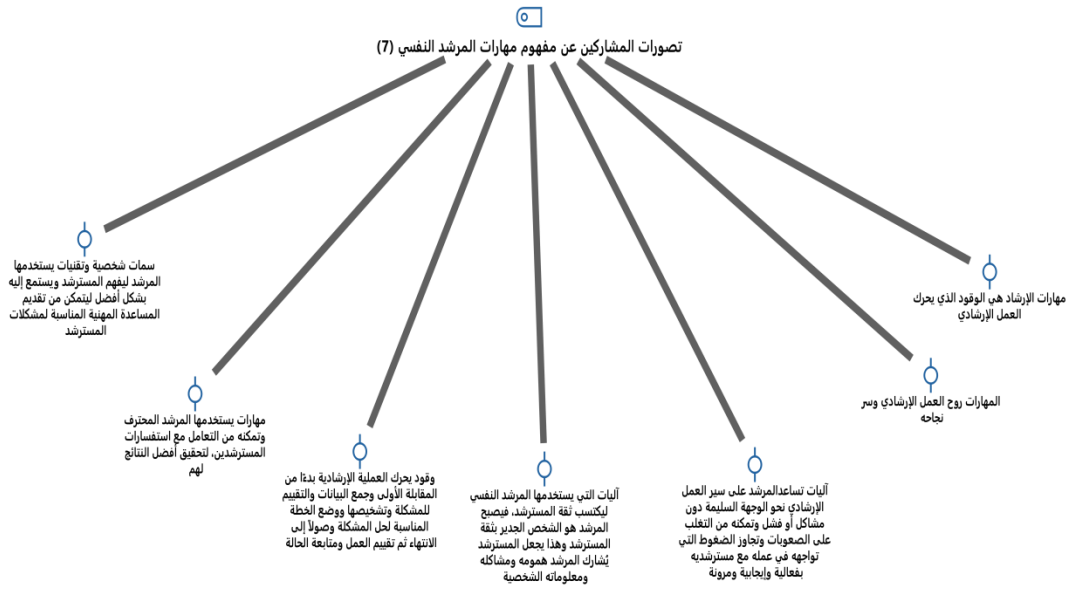

Figure 2 agrees definition of counseling skills as "the basic counseling skills common to all counselors, regardless of the theories they adopt in their counseling work, which include: listening skills, summarizing, emotional understanding, originality, theoretical preparation, interview skills, Diagnosis, guidance, and follow-up

وهذا المفهوم لمهارات الإرشاد والذي عكسه تحليل تصورات المشاركين الموضحة في شكل ٢ يتفق مع تعريف الصمادي (١٩٩٤، ٣٨٠) للمهارات الإرشادية بأنها " المهارات الإرشادية الأساسية المشتركة بين جميع المرشدين بغض النظر عن النظريات التي يتبنونها في عملهم الإرشادي والتي تشمل: مهارات الإصغاء، والتلخيص، والفهم الوجداني، والأصالة، والإعداد النظري، ومهارات المقابلة، والتشخيص، والمرشدة، والمتابعة ". ومع مفهوم العبادسة والمحتسب (٢٠١٢، ١٣) للمهارات الإرشادية بأنها مجموعة الكفايات التي يمتلكها المرشد ويمارسها أثناء المقابلة والعملية الإرشادية، لمساعدة العميل على التوافق مع نفسه وبيئته، وتحقيق ذاته، وتنمية قدرته على حل مشاكله بأقصى درجات الكفاءة والانتاجية. وأيضًا مع

المفهوم الذي وضعته أرنوط (٢٠١٩، ١٨١) لمهارات الإرشاد بأنها "ما يستخدمه المرشد النفسي في عمله الإرشادي لتمكنه من تيسير تقديم الخدمات الإرشادية للأفراد أو للجماعات في المؤسسات المختلفة المنوطة بذلك، بحيث يفي باحتياجات الأفراد والجماعات وتساعد في تحقيق الأهداف الإرشادية واستمرار العملية الإرشادية بفعالية دون أية عراقيل أو عقبات، وذلك لدورها الفعال في تنشيط المسترشد أثناء الجلسات الإرشادية وزيادة ثقته بنفسه وبالمسترشد وفهم المرشد الدقيق لحالة المسترشد مما ينمي لدي المسترشد الرغبة في الإفصاح عن ذاته ومشكلاته وزيادة دافعيته نحو التغيير المطلوب".

إجابة السؤال الثاني ومناقشته وتفسيره:

نص السؤال الثاني للبحث على: **ما الأهداف التي يسعى الإرشاد النفسي لإنجازها في القرن ٢١ تحقيقًا لأهداف التنمية المستدامة من وجهة نظر المشاركين في البحث؟** من خلال أراء المشاركين في هذا البحث ونتائج تحليلها موضوعيًا Thematic Analysis تبين أن الإرشاد النفسي في القرن ٢١ يسعى لتحقيق أهداف متنوعة (شكل ٣) من مساعدة المسترشدين على حل مشكلاتهم، وتنمية قدراتهم ومهاراتهم الشخصية والاجتماعية والدراسية والتقنية، وتعليمهم أساليب لحل المشكلات بطريقة علمية سليمة، وتنمية قدرتهم على اتخاذ القرارات، وإكسابهم أساليب تمكنهم من مواجهة الضغوط بفعالية، مما يُسهم في نموهم وتطورهم الشخصي والاجتماعي والمهني والدراسي والتقني ويعزز صحتهم النفسية ورفاهيتهم وجودة حياتهم الذي يُمثل أحد أهداف الرؤية الوطنية والتنمية المستدامة التي حددتها الأمم المتحدة عام ٢٠١٥ والذي يتمثل في هدف الصحة والرفاه للجميع.

فقد ذكر المرشد **(م١، ٤١ عام، ٨ سنوات خبرة)** أن "المرشد النفسي في عمله مع المسترشد يسعى لأن يجعله قادر على أن يعيش حياة سعيدة مليئة بالإنجاز والعمل وتحقيق الذات وتمكينه من أن يُساعد نفسه على حل ما يواجهه من مشكلات بدلاً من تجنبها حتى تتفاقم وتضر بحياته وصحته الجسمية والنفسية وبحياة من حوله". وأضافت المرشدة **(م٢، ٤٤ عام، ١٥ سنة خبرة)** أن "الإرشاد النفسي يحاول أن يضع الفرد على الطريق الصحيح، وأن يصنع فارق ملحوظ في حياة المسترشدين بأن يجعلهم قادرين على اتخاذ قرارات هامة في حياتهم في مختلف حياتهم في مختلف الجوانب سواء الدراسة أو العمل أو الأسرة وغيرها".

كما ذكرت المرشدة **(م١٠، ٣٤ عام، ٥ سنوات خبرة)** أن "الإرشاد النفسي في ظل متغيرات مجتمع العولمة بتغيراته المتلاحقة في كل شي بالحياة يستهدف إحداث تغيير طوعي وليس إجباري في شخصية أفراد المجتمع وسلوكياتهم وأدائهم في الحياة سواء كانوا طلاب أو موظفين أو أزواج أو آباء، وتزويدهم بكافة المعلومات التي يحتاجون لها ليفهموا ذواتهم وحياتهم، ولنساعدهم على مواجهة مشكلاتهم والتخطيط لمستقبلهم بدلاً من أن يظلوا ضحايا ومكبلين بقيود الماضي وخبراته السيئة فيتجاوزا الماضي إلى الحاضر والمستقبل، وأن يكونوا راضين عن أنفسهم ويتقبلوها مما يُسهم ذلك في زيادة جودة حياتهم ورفاهيتهم الذي هو الهدف الأعلى للإرشاد النفسي عامة وهدف برنامج جودة الحياة كأحد اهداف الرؤية الوطنية للمملكة ٢٠٣٠، فللإرشاد دور كبير وحيوي في عجلة التنمية واستثمار القدرات".

فالإرشاد النفسي له أهداف عظيمة كما ذكر المرشد **(م١١، ٣٦ عام، ١٣ سنة خبرة)** أنه "من خلال عملي كمرشد في أحد المدارس الثانوية، فإن الهدف الأساسي لعملي مع جميع الحالات التي أقوم بإرشادهم هو تشجيع الطلاب على التطور الدراسي والاجتماعي والوجداني وأن يحققوا ذاتهم ونموهم الشخصي، وإيجاد حلول فعالة لمشاكلهم وذلك كله لتحقيق هدف أكبر هو تمتعهم بصحتهم وسعادتهم ورفاهيتهم. وهذا دورنا الأساسي كمرشدين نفسيين بالمدارس أو المؤسسات التعليمية عامة ليُسهم كل مرشد في تحقيق أهداف الرؤية الوطنية وأهدافها، فنقدم برامج توجيهية وتنموية لجوانب شخصية الطلاب، وكذلك علاج الحالات التي تعاني من مشاكل سلوكية أو نفسية لكافة الطلاب في جميع المستويات الدراسية".

كما أشارت تحليل النتائج أن الإرشاد النفسي في القرن ٢١ يهدف لتحسين الفعالية الشخصية لأفراد المجتمع حتى يحقق أهداف التنمية المستدامة، فقد قال **المرشد (م١٥، ٤٠ عام، ١١ سنة خبرة)** أن "المرشد في عمله مع المسترشد يسيران معًا يدًا بيد لتحقيق أهداف متعددة منها مساعدة المسترشد على تحسين فعاليته الشخصية من خلال اكتساب سلوكيات إيجابية مرغوبة، والتخلي عن تلك الغير مرغوبة وتضر بحياته ومن حوله، وتعليمه كيفية حل مشكلاته بطرق مختلفة، وأن يتخذ قرارات حاسمة دون تردد أو عشوائية". وأضاف المرشد **(م١٩، ٣١ عام، ٧ سنوات خبرة)** أن "المرشد يُساعد المسترشد أثناء الجلسات أن يفهم ذاته ويتقبلها ويعرف جوانب قوته وضعفه التي يجب أن يغيرها بمساعدة المرشد فيستبصر بذاته مستنيرًا بتفسيرات المرشد من خلال ما يقدمه له من تغذية راجعة. كما يُساعد المرشد

المسترشد أن يتطور ويستثمر طاقاته وما لديه من إمكانات قد لا توجد لدى غيره من الأشخاص، وأن يكتسب نظرة إيجابية ثاقبة عن نفسه ومن حوله والحية بأكملها، فيسعد ويهنئ بحياته ويرتاح باله. وإذا حقق الإرشاد كل هذا سيُسهم لا شك في تحقيق أهداف الرؤية الوطنية التي من بينها تحقيق جودة الحياة والرفاه".

وأضافت المرشدة **(م١٣، ٣٨ عام، ٨ سنوات خبرة)** أن "الإرشاد النفسي للطلاب هدفه الأساسي من كل البرامج والفعاليات التي يقدمها هو زيادة تحصيلهم الدراسي وتنمية جوانب شخصياتهم الإيجابية من الثقة بالنفس وتقدير الذات والتفكير الإيجابي والتفكير الناقد وغيرها، وتنمية مهاراتهم الاجتماعية بالإضافة لتنمية مهاراتهم التقنية والاستخدام الأمثل للتقنية، وكذلك تنمية وعيهم المهني والوظيفي ليمتلك هؤلاء الطلاب حقًا مهارات تؤهلهم للعمل في القرن ٢١ من حل للمشكلات وتفكير ناقد ومهارات تواصل واتخاذ قرارات وتحمل المسؤولية وغيرها، وبالفعل خطط الإرشاد التي نطبقها بالمدارس تغطي جميع هذه الأهداف ببرامجها المتنوعة". وذكرت المرشدة **(م١٦، ٣٢ عام، ٥ سنة خبرة)** أن "الشغل الشاغل للمرشد النفسي اثناء عمله مع المسترشد هو أنه يحقق رفاهيته وصحته ويُساعده في نموه وتطوره الشخصي، وأيضًا مساعدته على أن يتغلب بنفسه على مشكلاته ويحقق استقراره وسلامته النفسية وطمأنينة في كل جوانب حياته".

كما قال المرشد **(م٢٢، ٣٢ عام، ٧ سنوات خبرة)** أن "الإنسان في القرن ٢١ لن يتمكن من تحقيق ذاته واستغلال الفرص المتاحة أمامه إلا إذا امتلك مهارات تُمكنه من مواجهة الضغوط بفعالية، وأن يكون علاقات اجتماعية هادفة مستمرة من خلال امتلاكه لمهارات التواصل الفعال، وأن تكون لديه مهارات تقنية لأن العصر الحالي يقوم على التكنولوجيا في كل شي، وأن يفكر تفكيرًا ناقدًا وإبداعيًا ليستطيع أن يدخل المنافسة مع من هم في نفس عمره بالوطن وعلى مستوى العالم فيما يمتلكه من مهارات. ولهذا، فإن المرشد النفسي أيًا كان مكان عمله في مدرسة أو جامعة أو مركز رعاية وتأهيل أو دار رعاية الفتيات أو المسنين أو المعاقين لابد أن يعمل جاهدًا ليُحقق ذلك ويُساعد الأفراد على أن يكتسبوا هذه المهارات التي تُمكنهم بحل المشكلات التي تواجههم ويعيشوا بسلام وأمن وسعادة ورفاهية جسمية ونفسية واجتماعية ومهنية ودراسية وزواجية وأسرية".

شكل ٣ نتائج تحليل تصورات المشاركين حول أهداف الإرشاد النفسي في القرن ٢١ باستخدام برنامج MAXQDA

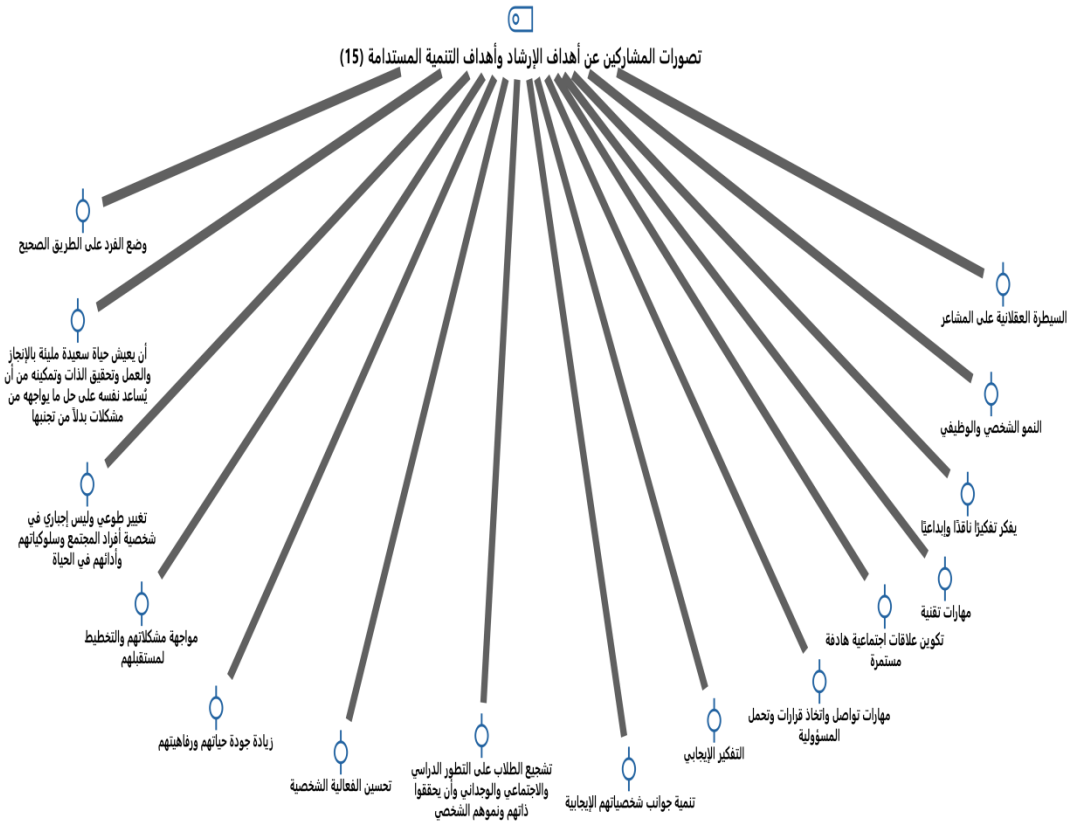

Figure 3: These results shown in Figure 3 agree with the theoretical literature on the importance of guidance and psychological counseling

وتتفق هذه النتائج الموضحة في الشكل ٣ مع الادبيات النظرية حول أهمية التوجيه والإرشاد النفسي. فقد أشارت أرنوط (٢٠١٩) أن الإرشاد النفسي عملية نفسية هادفة موجهة بتحقيق أهداف معينة، يساعد من خلالها فرد آخر على تحقيق ذاته وفهمها واستثمار طاقاته وقدراته الاستغلال الأمثل، وتنمية قدراته على اتخاذ القرار ومن ثم البناء العريض للنفس لتحقيق التوافق والصحة النفسية والسعادة ليتمكن من القيام بمسؤولياته وواجباته تجاه المجتمع والآخرين. كما يتفق مع ما ذكره (Gladding,2004) أن الإرشاد النفسي هو تطبيق لمبادئ الصحة النفسية أو التنمية البشرية، من خلال الاستراتيجيات التدخلية المعرفية، والانفعالية، والسلوكية، من أجل زيادة رفاهية الفرد، ونموه الشخصي، أو تطوره الوظيفي. وهذا ما أشار إليه روجرز Rogers أن الهدف الأساسي للإرشاد النفسي هو البناء العريض للنفس، لكي

تكون أكثر توافقاً وتكيفاً في الحياة على أسس واقعية معبرة، ويجب أن يكون هذا هو هدف الإرشاد هو نفسه (الخطيب،٢٠٠٤).

فقد أشارت الأدبيات النظرية إلى أن الهدف العام للإرشاد هو تحقيق الصحة النفسية وسعادة وهناء الفرد. أما أهم أهداف عملية الإرشاد هو حل مشكلات المسترشد وذلك بأن يساعده المرشد على إيجاد الحلول الذي يقترحها بنفسه، وكذلك تعليمه كيفية حل مشكلاته مستقبلاً، كما يسعى إلى تحقيق الذات إلى درجة يستطيع فيها أن ينظر إلى نفسه فيرضى عما ينظر إليه، وتحقيق التكيف والصحة النفسية سواء كان هذا الفرد عادياً أو متفوقاً أو ضعيف العقل أو متأخراً دراسياً. كما يهدف أيضًا إلى نمو مفهوم ذات إيجابي يتحقق عند تطابق مفهوم الذات الواقعي مع مفهوم الذات المثالي (زهران، ١٩٩٨؛ الفرخ وتيم، ١٩٩٩).

وأضاف (الداهري، ٢٠٠٨؛ كامل، ٢٠٠٣) أن عملية الإرشاد النفسي تستهدف تحسين قدرة المسترشد على مواجهة ما يعانيه من مشكلات والتصدي لعلاجها على أساس واقعي، وتسهيل توافقه مع ظروف حياته وأن يستغل ما لديه من قدرات وإمكانات واستعدادات، ومن ثم تحقيق الصحة النفسية وتحقيق التوافق من خلال تحقيق الذات وفهمها وتحويل نظره من خارج نفسه إلى داخلها مع استبصار أكثر (كامل، ٢٠٠٣؛ الداهري، ٢٠٠٨). كما ذكر جيز وآلين (Guez&Allen,2016) أن أهداف الإرشاد واسعة، منها مساعدة المسترشدين على اكتساب نظرة ثاقبة لأسباب ظهور المشكلات الانفعالية، مما يؤدي إلى زيادة القدرة على السيطرة العقلانية على المشاعر والأفعال، تغيير السلوك غير المرغوب فيه والمراد تعديله، والتحرك في اتجاه تحقيق إمكاناتهم، أو تحقيق التكامل بين العناصر المتضاربة داخل أنفسهم، كما يهدف أيضًا إلى تزويد المسترشدين بالمهارات والوعي والمعرفة التي تمكنهم من مواجهة نقص الكفاية الاجتماعية.

فالإرشاد النفسي يهتم بالرفاهية، والنمو الشخصي والوظيفي. بمعنى أخر، المرشدون النفسيون يعملون في المجالات التي تنطوي على علاقات، وتشمل هذه المجالات مشكلات الأفراد الذاتية المتعلقة بإيجاد المعنى والتكيف كما في المدارس، والأسر، والمهن. والمرشد النفسي يسعى في عمله الإرشادي إلى تحسين حالة العميل وتخفيف آلامه في أسرع وقت ممكن، وتهدئة روعه (Gladding,2004).

ولهذا، فإن الإرشاد النفسي بما يخدمه من خدمات وبرامج تنموية ووقائية وعلاجية سيُسهم في تحقيق أهداف الرؤية الوطنية ٢٠٣٠ والتي تهدف لتحقيق جودة الحياة لجميع أفراد المجتمع وبمختلف فئاتهم، وأيضًا سيساعد في تحقيق أهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠ من تحقيق الصحة والرفاهية.

إجابة السؤال الثالث ومناقشته وتفسيره:

نص السؤال الثالث للبحث على: **ما تصورات المشاركين حول المهارات التي يحتاجها المرشد النفسي في القرن ٢١ وأهميتها لتحقيق أهداف التنمية المستدامة؟** أوضحت نتائج تحليل البيانات التي جُمعت من المشاركين إلى أن جميع المشاركين أشاروا إلى أن للإرشاد النفسي مجموعة كبيرة ومتنوعة من المهارات التي يجب أن يمتلكها كل مرشد نفسي في القرن ٢١ وأن يتلقى تدريبًا عليها قبل ممارسته للمهنة وبدون هذه المهارات لن يتمكن المرشد من القيام بعمله ولن تسير العملية الإرشادية في مسارها الصحيح ولن يُسهم الإرشاد النفسي في تنمية شخصية أفراد المجتمع وتعديل سلوكياتهم وأفكارهم غير المناسبة ومن ثم لن تتحقق أهداف التنمية المستدامة أو تحقيق أهداف الرؤية الوطنية (شكل ٤، ٥).

فقد ذكر المرشد **(م١، ٤١ عام، ٨ سنوات خبرة)** أن "إذا أراد المتخصص في الإرشاد النفسي أن يُمارس المهنة فإنه يحتاج بشدة لمهارات معينة ليتميز في مهنته، ولتجعله يُحافظ على سمعة مهنية جيدة كممارس للإرشاد، وتكوين علاقة مع المسترشدين والعمل بكفاءة ومهنية عالية جدًا واحتراف في حل مشكلات المسترشدين. وهذه المهارات لحسن الحظ أنه يُمكن تطويرها وتحسينها فلا ينزعج أي مرشد مبتدئ ولا يشعر بالقلق، فمع التدريب والممارسة تزداد مهارات المرشد يومًا بعد يوم، فالممارسة والميدان خير مُعلم". وذكرت المرشدة **(م٢، ٤٤ عام، ١٥ سنة خبرة)** أن "مهارات الإرشاد أحد الأضلع الرئيسة للعمل الإرشادي، إذ أنها تدعم العمل الإرشادي وتحافظ عليه وتجعله يسير للأمام ويسير بهدوء مهما ارتفعت الأمواج، وهذه المهارات يمكن تعلمها والتدريب عليها جميعها لتعزيز نجاح العملية الإرشادية في تحقيق أهدافها. فمهارات المرشد أمرًا حيويًا في تكوين علاقة قوية واندماج بين المرشد والمسترشد. فهذه المهارات أحد أركان الكفاءات التي يحتاجها المرشد النفسي في ممارستهم المهنية لأنها تساعد المسترشدين للوصول لأهدافهم وتُمكنهم من التغلب على مشكلات الحياة الحديثة وأن يحيا حياة طيبة أكثر رضاء".

وقال المرشد **(م٣، ٤٢ عام، ١٣ سنوة خبرة)** أن "مهارات الإرشاد هي المحرك للعملية الإرشادية فلا يمكن أن تسير السفينة دون ماء، ولا يمكن أن تنتقل العمل الإرشادي من خطوة لخطوة دون مهارات يمتلكها المرشد. هذه المهارات تساعده على التغلب على عقبات العمل التي تقف حجر عثرة أمام عمله، وكذلك تُساعد المسترشد على التوافق في حياته ومواجهة الصعوبات بكل كفاءة وخاصة تلك التي تمنعه من أن يحيا حياة سعيدة هانئة". كما أضاف المرشد **(م٤، ٣٧ عام، ١٠ سنوات خبرة)** أنه " لينجح المرشد في عمله مع مسترشديه يحتاج معرفة وخبرة أي مهارة والتزام بالأخلاقيات المهنية. فالمرشد يعاني من كثير من الضغوط أثناء ممارسته للعمل الإرشادي بشكل لا يُصدق، ومع ذلك يحتاج أن يساعد المسترشدين على تجاوز مشكلاتهم وتحقيق رفاهيتهم، وليقوم بدوره العظيم هذا، فإنه يحتاج لأن تكون لديه مهارات متنوعة شخصية ومهنية من استماع وانصات جيد، صمود وصبر، لين جانب وتواضع، احترام حدود العلاقة المهنية مع المسترشد والالتزام بالسرية، ومهارة إعداد خطة المساعدة للمسترشد، وتطبيق مقاييس واختبارات وتفسير معنى الدرجة التي حصل عليها المسترشد، مهارة ليكتسب ثقة المسترشد واحترامه، مهارة إدارة وقت الجلسة واستثمارها في تحقيق أهدافها، كما يحتاج للرحمة والتعاطف مع المسترشد، والمرونة في عمله وإجراءاته وجميع ممارساته المهنية، يحتاج لمهارات اتصال ممتازة تساعده على توجيه الجلسة لصالح أهداف العمل الإرشادي. في النهاية أقول أن المهارات روح العمل الإرشادي وسر نجاحه. إذ لا يوجد عمل مهني دون مهارات بما فيها من مهنة الإرشاد، فلكل مهنة مهارات يجب أن يمتلكها القائمين بها، وهي التي تميز العامل الناجح المحترف عن غيره في ذات المهنة. هذه المهارات تجعله يقوم بالعمل الصحيح بأقل جهد ووقت وكذلك تزيد من ثقة المستفيدين من خدمات الإرشاد فيه وتجعلهم يرون المرشد على أنه قادر على مساعدتهم، ومن أهم هذه المهارات التواصل الفعال من احترام وتقبل ومشاركة وجدانية وتعاطف، ومهارة حل المشكلات، والتعاون مع المسترشدين ومع زملاؤه في المهنة".

وقال المرشد **(م٥، ٤٠ عام، ٨ سنوات خبرة)** أن "المهارات التي يجب أن يمتلكها المرشد قبل أن يمُارس العمل مع المسترشدين وأن يتدرب عليها لأن المعرفة النظرية وحدها لا تكفي. وهناك مهارات كثيرة جدًا يحتاجها المرشد القرن ٢١ ليتمكن من مساعدة مسترشديه ويُساعدهم على أن يعيشوا أصحاء نفسيًا وأهمها التعاطف الذي يُشعر المسترشد أن المرشد

يفهمه ويفهم مشكلته، ومهارة إعادة الصياغة لكلمات المسترشد وأفكاره بصيغة إيجابية ومختصرة الأمر الذي يجعل المسترشد يشعر أن المرشد يفهمه وبعمق ومهتم بالاستماع له بتركيز، وأن المرشد يتقبله رغم مشكلته وسلوكه. ومن المهارات التي يحتاجها العمل الإرشادي في هذا العصر الحديث المليء بالتغيرات والتحولات كثيرة جدًا، ومن أهمها التواصل الجيد، حل المشكلات، تحديد الأهداف، إدخال تقنيات المواجهة مثل الحديث الذاتي والتخيل، التفكير الناقد، صنع القرار، التفاوض، ومهارة التعاطف مع المسترشد ليتمكن من مساعدته في حل مشكلته التي أتى بها للإرشاد طالبًا المساعدة". وقالت المرشدة **(م٨، ٤٤ عام، ١٠ سنوات خبرة)** "إن أهم المهارات التي يحتاجها مرشد القرن ٢١ يمكن أن نقسمها في عدة مهارات رئيسة مهارات تواصل من استماع نشط وطرح أسئلة وإعادة الصياغة والمواجهة وعكس المشاعر. وأيضًا مهارات بشرية منها مهارة تحديد أنماط التفكير الخاطئ وغير المنطقي لدى المسترشد، ومساعدته على استبدالها بغيرها من الأفكار المنطقية، ومهارة تحديد الأهداف وإنشاء خطط عمل مناسبة مع أهداف العميل، ومهارة طمأنة العميل وتحدي خوفه من الفشل في مساعدته على حل مشكلته التي أتى بها للإرشاد، مهارة العمل مع المسترشد المقاوم والصامت والعدواني". وأضافت المرشدة **(م٩، ٣٢ عام، ٧ سنوات خبرة)** قائلة "أن المرشد النفسي الناجح في القرن ٢١ يحتاج لمهارات التفكير الناقد فيما يقوله العميل فلا يصدق ما يقوله دون إمعان وتحقق وتفكير فيه، وعليه أن يبحث في حديث المسترشد عن التناقضات فيما يقوله وأن يتحقق من مصادر أخرى. ومن المهارات الضرورية أيضًا لمرشد القرن ٢١ مهارة التذكر لما قاله المرشد وما جرى بالجلسة السابقة وتم الاتفاق عليه خاصة مع الإيقاع السريع والضغوط التي تعق على عاتق المرشد وكثرة المهام والواجبات في هذا العصر قد ينسى بدون قصد".

وذكرت المرشدة **(م١٠، ٣٤ عام، ٥ سنوات خبرة)** أن "مهارات الإرشاد كالأكسجين الذي يتنفسه الإنسان ويموت إذ حُرم منه أو فقده، هكذا المهارات بالنسبة للعمل الإرشادي هو الذي يُسهم في أن يستمر بقاء العمل مع المسترشد حتى النهاية وتحقيق الأهداف وحل مشكلته سواء تغيير سلوك أو مساعدته على اتخاذ قرار؛ وإذا فقد المرشد المهارات توقفت وانهارت عملية الإرشاد. ومن أهم هذه المهارات وخاصة في القرن ٢١ المرونة والإبداع في الممارسة المهنية أثناء العمل، والعمل خارج الصندوق، وفهم الخلفية الثقافية والخبرات

والمشكلات لكل مرشد، لذلك يحتاج المرشد أن يتنقل أثناء الممارسة المهنية بين النماذج النظرية للإرشاد النفسي. كما أن المرشد يحتاج لمهارة العمل بروح الدعابة المشتركة بينه وبين المسترشد وخاصة أن العمل الإرشادي شاق ومجهد لكلا الطرفين وبه الكثير من التعثرات في بداية بصفة خاصة".

وذكر المرشد **(م١١، ٣٦ عام، ١٣ سنة خبرة)** أن "العمل الإرشادي لا يمكن أن يتم بالطريقة الصحيحة ولا يصل لتحقيق أهدافه إلا إذا امتلك المرشد النفسي مهارات المواطنة الفعالة من مشاركة وتعاطف واحترام الفروق بين الأفراد، وكذلك التنوع الثقافي بين مختلف الفئات. كما ان المرشد النفسي في هذا القرن الذي تسود فيه المشكلات المتنوعة الأسباب يحتاج لمهارات الابتكار في الممارسة، وأساليب حل المشكلات وأن يفكر فيما يسمعه أو يقرأه ولا يصدقه بل يتحقق من صحته حتى يستطيع أن يُسهم المرشد في تحقيق الرؤية الوطنية ٢٠٣٠، وأن يفكر خارج الصندوق إذا واجهته مشكلات في العمل مع المسترشدين ويستخدم أساليب جديدة مبتكرة تُمكنه من أن يسير العمل بكل يُسر وسهولة، ويقيه من الانزلاق في متاهات القضايا الأخلاقية للمهنة". أما المرشد **(م١٢، ٤٦ عام، ١٥ سنة خبرة)** ذكر قائلاً "لابد أن يتمتع المرشد النفسي بمهارة الملاحظة الدقيقة ليراقب سلوك المرشد غير اللفظي فضلاً عن اللفظي، التعاطف والصبر، وأن تكون لديه مهارة تسجيل الملاحظات الهامة أثناء الجلسات دون أن يشتت انتباه المسترشد أو يثير شكوكه أو يُشعره بالتجاهل والإهمال. كما يحتاج المرشد في القرن ٢١ احترام الاختلافات الثقافية واحترام السرية وحفظ أوراق المسترشد أو كل ما يخصه في أماكن آمنة لا يمكن لأي أحد أن يصل إليها أو يطلع عليها".

وذكر المرشد **(م١٥، ٤٠ عام، ١١ سنة خبرة)** "أن من أراد أن يكون رائد في عمله ويقود العملية الإرشادية بنجاح وبسهولة عليه أن يتدرب ليكتسب مهارات الإرشاد وأهمها الانصات الجيد والتواصل والانتباه للمسترشد سواء لكلامه أو للغة جسده من إيماءات وتعبيرات وجه وحتى طريقة جلوسه بل كذلك كيفية دخوله لغرفة المرشد من الباب، كذلك التواصل البصري، ويحتاج المرشد أيضًا لمهارة طرح أسئلة ذكية بالوقت المناسب". وأضاف المرشد **(م١٩، ٣١ عام، ٧ سنوات خبرة)** بقوله "إن مهارات الإرشاد هي الوقود الذي يحرك العمل الإرشادي وإلا سيتوقف عند المقابلة الأولى مع المسترشد، إذ أنه بما يمتلكه المرشد من مهارات يُمكنه أن يبني علاقة وثقة وينقل للمسترشد أن المرشد يخاف على مصلحته ويسمعه

باهتمام ويفهمه ويشاركه وجدانيًا، وهذا كفيل بالوصول للعمل الإرشادي لبر الأمان والنجاح بل والتميز".

وأشار المرشد **(م١٧، ٤٣ سنة، ١٢ سنة خبرة)** قائلاً "أن المرشدون النفسيون اليوم يعملون مع مسترشدين يحملون ثقافات واسعة متنوعة فنحن في عصر العولمة والانفتاح، ولديهم احتياجات متنوعة، يواجهون مشكلات مختلفة نوعًا ما عن تلك التي كان يواجهها المسترشدون بالأمس القريب، ولذلك يجب على كل مرشد نفسي مهما كانت خبرته بالعمل الإرشادي، أو مكان عمله، أن يشحذ همته وينمي مجموعة من المهارات الأساسية اللازمة لتمكينه من إشباع حاجات هؤلاء المسترشدين الذين يعيشون في عالم يتميز بالإيقاع السريع والمتلاحق في تغيراته، منها مهارات شخصية مثل الاهتمام بالآخرين والاستعداد للعمل على مساعدتهم في حل مشكلاتهم والالتزام بذلك، التأمل في ذاته، وتبني التفكير الناقد فيما يسمعه من المسترشدين أو من الأطراف المشاركين في العملية الإرشادية، وأن يكون لدى المرشد مهارة ليس للاستماع وفقط بل الاستماع الفعال لما يقال، وكيف يقال، ولماذا يقال، ومعنى ما يقال والقصد منه، بمعنى أن يكون المرشد لديه المهارة لمعرفة محتوى ما يُقال وسياقه والاستماع لما بين السطور وما تعنيه الوقفات أثناء الحديث، أو التباطؤ أو التحدث بسرعة أثناء الحوار مع المسترشد بالجلسات".

وأضافت المرشدة **(م٢٠، ٣٥ عام، ٩ سنوات خبرة)** قائلاً "لأجل ممارسة مهنية شفافة وناجحة لازم أن يلتزم المرشد النفسي باستخدام مهاراته وتوظيفها السليم ولا يشارك معلومات مسترشده مع زملاء العمل حفاظًا على سريتها، ولا يفصح عن أي معلومات منها، إذ يُمكن له أن يستخدم رموز. كما أنه من بين مهارات المرشد ليبني ثقة مسترشده فيه ألا يسأله عن أمور خاصة لا علاقة لها بمشكلة المسترشد ولن تفيد في حلها، ومهم جدًا أن يكون لدى المرشد مهارات لملاحظة لغة الجسد من تعبيرات للوجه وغيرها، وأن تكون لديه مهارة أن يُشعر المسترشد بالطمأنينة من خلال ابتسامة دافئة توصل له أن المرشد يفهمه ويشاركه ومهتم به، فضلاً عن مهارات التعامل التقني والرقمي". أما المرشد **(م٢٢، ٣٢ عام، ٧ سنوات خبرة)** أضاف قائلاً "إن المرشد النفسي لابد أن يكون لديه مخزون من المهارات اللازمة لممارسة مهنته ومن أهمها مهارة الحضور بمعنى أن يضع نفسه أمام المسترشد على أنه ذو دراية بمشكلته وأنه مهتم به ومنتبه انتباه كامل معه. وما يجعله يستطيع ذلك أن يعتمد

على لغة العيون والايماءات بالرأس في الوقت المناسب. كما أن من أهم مهارات الإرشاد خاصة في القرن ٢١ مهارة الحديث الإيجابي مع المسترشد إذ على المرشد أن يستخدم كلمات مُشجعة ليشعر المسترشد بالراحة، كما يجب أن يكون لدى المرشد تواضع ولين جانب فهذه كلها مهارات تواصل مهمة في القرن ٢١، وذلك لأن ٨٠% من التواصل أثناء الجلسات يعتمد بشكل كبير على التواصل غير اللفظي، ولذلك يحتاج مرشد القرن ٢١ خاصة لمهارة الحضور".

شكل ٤ نتائج تحليل تصورات المشاركين حول أهم مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١ باستخدام برنامج MAXQDA

شكل ٥ نتائج تحليل تصورات المشاركين حول أهمية مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١ باستخدام برنامج MAXQDA

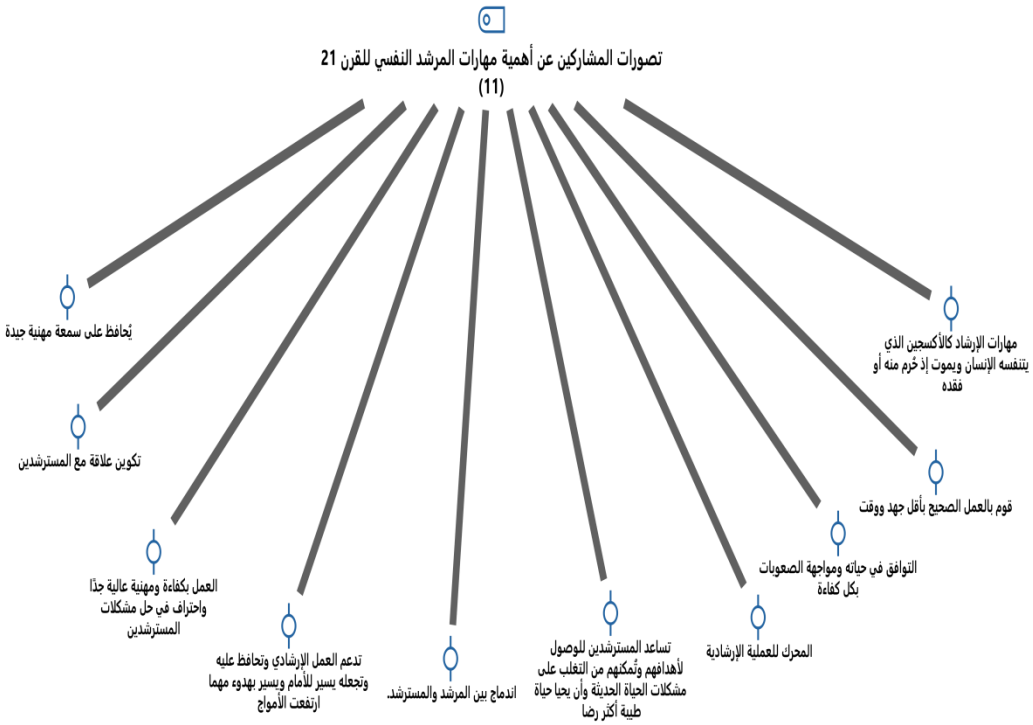

Figure 4 and 5: The results of the objective analysis of the opinions of the participants in the research (Figure 4, 5) agree that the most important thing that the psychological counselor possesses are two basic aspects, namely the theoretical aspect represented in the mental cognitive framework that acts as a scientific background from which he proceeds in his work, and the skillful application aspect represented in many basic skills Which is useful to him, whether on a personal level in his self-development, or on a professional level during his interaction with the mentor

تتفق نتائج التحليل الموضوعي لآراء المشاركين في البحث (شكل ٤، ٥) مع ما ذكره أبو أسعد (٢٠٠٩) من أن أهم ما يمتلكه المرشد النفسي جانبين أساسيين، هما الجانب النظري المتمثل في الإطار المعرفي الذهني الذي يعمل كخلفية علمية ينطلق منها في عمله، والجانب التطبيقي المهارى المتمثل في العديد من المهارات الأساسية والتي تفيده سواء من الناحية الشخصية في تطوير ذاته، أو من الناحية المهنية أثناء تفاعله مع المسترشد. ولهذا أشار (Guez&Allen,2016) أن تقديم الإرشاد النفسي الفعال يعتمد بدرجة كبيرة على مهارات المرشد وأساليبه. وعلى الرغم من أن الناس يمكن أن تتعلم من خلال القراءة والكتابة والتحدث عن الإرشاد، إلا إذا كان لهم أن يصبحوا مرشدين متخصصين، لا يكفي ما لديهم

من تعلم ومعرفة من خلال القيام بذلك، إذ أنهم يحتاجون للتدريب أيضا من أجل تطوير مهاراتهم الإرشادية العملية، قبل أن يتم إعطائهم مسؤولية القيام بالإرشاد. وفي نفس هذا السياق، ذكر زهران (١٩٩٨) أنه يكون المرشد فعالاً وتنجح العملية الإرشادية التي يقوم بها، لابد أن يتوافر لديه الاستعداد والاعداد المهني المناسب من حيث امتلاكه لمجموعة من السمات أو الخصائص، وتدريبه على مجموعة من المهارات الإرشادية والفنية، وتعاونه مع الاطراف المختلفة في المؤسسة وخارجها. وتعتمد فاعلية المرشد على خصائصه وسماته وخلفيته المعرفية وامتلاكه لمجموعة من المهارات، وتعتمد أيضاً على مدى التزامه بالقواعد والاعتبارات الأخلاقية والمهنية. وهذا ما أشار إليه العزة (٢٠٠٩) أنه من بداية العملية الإرشادية إلى نهايتها يتطلب المرشد مجموعة من المهارات. إذ تبدأ العملية بالتحضير والاعداد وجمع البيانات لتشخيص وتحديد مشكلة المسترشد لتبصير ذاته وتحديد أهدافه التي يريد تحقيقها خلال عملية الإرشاد، وكذلك من واجب المرشد مساعدة المسترشد على خفض توتره النفسي لزيادة قدرته على الاستبصار، ليدرك قدراته وأسباب مشكلاته التي يعاني منها، وصولاً إلى تقويم العملية الإرشادية عن طريق مدى التحسن الذي حققه المسترشد للتكيف المطلوب. وقد صنف الشناوي (١٩٩٦) مهارات المرشد النفسي في ست مجالات رئيسة، هي: مهارات العلاقة الإرشادية، ومهارات التشخيص، ومهارات وضع الأهداف الإرشادية، ومهارات اختيار الطريقة الإرشادية، ومهارات تقويم النتائج، ومهارات اقفال الحالة. أما (Guez & Allen, 2016) حددوا عدد من المهارات الإرشادية منها: السمات الموقفية، مهارات الاستماع، مهارات الاتصال اللفظي، العطاء. أما أرنوط (٢٠١٩) فقد قسمت مهارات الإرشاد إلى ثلاث فئات أساسية للعمل الإرشادي، هي: مهارات إدراكية فكرية من فهم واعي وانتباه وتحليل دقيق وابتكار لحلول جديدة؛ ومهارات إنسانية وهي مهارات التواصل الفعال وفهم أنماط الشخصية والتفكير للمسترشدين والقدرة على التحفيز والتشجيع؛ ومهارات فنية تخصصية.

ورأى كوري (Corey,2009) أن المرشدين يجب أن يحصلوا على خبرات واكتساب مهارات، وهذه الخبرة يمكن الحصول عليها بالتدريب، لأن هذه الخبرات يمكن أن تنير وتسلط الضوء على ما يمكن أن نصبح حاصلين عليه عندما نساعد الآخرين ونقدم لهم الإرشاد. وذكر (Nystul,2016) أنه بالإضافة إلى كون الإرشاد النفسي علم، يجب على المرشد أن

يعزز لديه المهارات التالية: الملاحظة والاستنتاج، اختبار الفروض والتحقق منها، بناء النظرية، استخدام الاختبارات النفسية كمدخل لتشخيص مشكلة المسترشد، مناهج البحث.

وقد ذكر (المصري، ٢٠٠٩) أن من أهم هذه المهارات التشخيص والعلاقة الإرشادية، وإدارة الجلسة وقيادتها، وتفهم نمط تفكير المسترشد وسلوكه الاجتماعي، والتقويم وإصدار الأحكام، ومعرفة الأساليب السلوكية واستخدامها في تعديل السلوك والأساليب المعرفية لإدراك السلوك، وإعداد البرنامج الإرشادي، واتخاذ القرارات، وعكس المشاعر، وعكس المحتوى، والتعاطف، والمواجهة وتحديد السلوك. ولابد للمرشد من تعلم مهارات إرشادية والتدريب عليها قبل البدء بالعملية الإرشادية، حيث تعد محركاً وموجهاً للمرشد أثناء الجلسة الإرشادية تمكنه من الاهتداء بها، ولأهميتها لابد من التدريب عليها، لمساعدة المرشد على تنمية مهارات الإرشاد حتى يكون فعالاً وأكثر مساعدة للآخرين على التعامل مع آلامهم ومشكلاتهم. وعندما تتبع هذه المهارات بالتدريب ويتعلمها المرشد تصبح جزءاً من طريقة تفاعله واتصاله وتزداد فاعليته بشكل ملحوظ.

إذ أنه من خلال هذه المهارات، يتاح للمرشد الفرصة ليتعمق في العالم الداخلي للمسترشد، ويتشرف بأن يكون موضع ثقته بما فيه الكفاية، ليشارك المسترشد مخاوفه، ومساعدته بجدية وأن يكون معاون حقيقي للمسترشد (أرنوط، ٢٠١٩). فقد أشار جوردن ألبورت إلى أن للمرشد عيوناً، كما أنه يرتدي نظارات. والعيون هنا تمثل ما اكتسبه المرشد من قراءاته وخبرات حياته من معرفة عن الانسان وكيفية التعامل معه. أما النظارات فتمثل الدراسة المنظمة والتدريب المحدد لاكتساب المعرفة الإرشادية وممارسة الإرشاد النفسي تطبيقاً. فالعيون هنا تعني قدرة المرشد على البصر والتبصر إذ أنه على مر الأيام يتكون لدى المرشد صيغاً وأطراً فكرية يفهم من خلالها سلوك عميله. أما النظارات فهي تلك العدسات المهنية التي أنفق المرشد وقتاً وجهداً ومالاً لاكتسابها والتدريب على استخدامها، ليرى من خلالها جوهر عميله ويعمل على مساعدته على تحقيق ذاته (سليمان،٢٠٠٨). لذلك فان امتلاك المرشدين للمعارف – رغم أهميتها– لا تكفي بمفردها وإنما يجب أن تكملها المهارات، لأن امتلاك المهارات الأساسية للممارسة دون المعارف والنظريات التي بنيت عليها هذه المهارات لن تجعلهم مؤهلين ومعدين لأداء عملهم، لذلك على المرشدين أن يعملوا على تحقيق التكامل بين المعارف والمهارات في ممارستهم المهنية (علي، ٢٠١٠). فعملية الإرشاد النفسي تتطلب

إعداداً يتضمن استعداد المرشد لها وإعداده للعميل ومعرفة توقعاته وتقديم عملية الإرشاد النفسي له وتنمية المسؤولية إزاء نجاح هذه العملية، إذ أن أساس عملية الإرشاد هو الإقبال والقبول والتقبل (سليمان،٢٠١٠).

وقد أشارت نتائج عديد من الدراسات إلى أهمية مهارات الإرشاد، فقد أكدت دراسة هلال (١٩٩٨) على أهمية امتلاك المرشد لمجموعة من المهارات التي تمكنه من القيام بعمله على خير وجه، ومنها القدرة على الإنصات الواعي وتقديم المعلومات، والتفاؤل والتشجيع، واكتشاف البدائل. وكذلك ما توصلت إليه دراسة أبو يوسف (٢٠٠٨) من ضرورة الإهتمام بالمهارات الإرشادية وطرق تنميتها نظريا وعملياً، وكذلك أهمية وجود دراسات تهتم بطرح برامج تدريبية لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين والتربويين. إذ أن المرشد لا يكون مرشداً مهنياً إلا بامتلاكه للعديد من المهارات المهمة والضرورية لنجاح العمل الإرشادي من بينها: مهارات طرح التساؤل، والإنصات، عكس المشاعر، المواجهة، التلخيص، اعادة الصياغة، وغيرها.

وهكذا تتحدد فعالية الإرشاد في تحقيق أهداف الرؤية الوطنية وأهداف التنمية المستدامة ٢٠٣٠ أي تحقيق الصحة والرفاهية للجميع، على توافر مهارات الإرشاد لدى المرشدين الممارسين للمهنة، وإعدادهم وتدريبهم جيداً. فمهارات الإرشاد لها العديد من الوظائف في الممارسة المهنية. فقد ذكرت أرنوط (٢٠١٩) أن المهارات الإرشادية لها العديد من الفوائد في: تكوين علاقة إرشادية تقوم على أساس الثقة والاحترام والقبول غير المشروط والحرص على مصلحة المسترشد، إشاعة جو الألفة والمحبة والفكاهة والمرح في الجلسة الإرشادية، جمع بيانات عن مشكلة المسترشد لتشكل خط الأساس لتحديد المشكلة وتشخيصها والتعرف على أسبابها، طمأنة المسترشد النفسية ومساعدته على الإفصاح عن ذاته والوصول إلى المناطق العمياء في مشاعره وتفكيره التي يخفيها، تحديد وصياغة أهداف الإرشاد طبقاً لمواصفات الأهداف الجيدة وفي ضوء معايير الصياغة الدقيقة، اختيار المرشد للنظرية والأسلوب الإرشادي والفنيات في ضوء طبيعة مشكلة المسترشد والأهداف المراد تحقيقها، في تنفيذ الأساليب والفنيات الإرشادية، في تطبيق الاختبارات والمقاييس في المقابلة التحضيرية، في إعداد دراسة الحالة للمسترشد من أجل التشخيص التكاملي لمشكلته، في التقويم والانهاء والمتابعة، في كتابة التقرير النهائي عن العملية الإرشادية ايجابياتها وسلبياتها.

وهكذا، تتضح الحاجة لعلم نفس الاستدامة أو سيكولوجية الاستدامة والذي يعد كأحد فروع علم النفس الحديثة الذي يدرس الجوانب السيكولوجية للاستدامة والتنمية في المجتمعات وتنمية الوعي لدى أفراد المجتمع بالحاجة إلى تحقيق الرفاهية المستدامة من وجهة نظر الوقاية الأولية، من خلال تصميم وبناء التطوير المجتمعي للوصول إلى الرفاهية من خلال تعزيز العلاقات والخبرات الإيجابية في السياقات المجتمعية والمؤسسية في الحياة اليومية. كما تتضح الحاجة لتطبيق مبادئ سيكولوجية الاستدامة في مجال الإرشاد النفسي لتمكين المرشدين من مساعدة أفراد المجتمع ومنظماته على تحقيق الرفاهية والصحة، والمشاركة الفعالة والنشطة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة للمجتمعات من خلال استثمار القدرات البشرية والحفاظ على صحتها وجودة حياتهم.

فالاستدامة تتحقق من خلال مساعدة الأفراد على خلق حياة هادفة، وخبرات حياتية هادفة لها قيمة في خضم هذه التغيرات والتحديات التي يعيش فيها انسان القرن ٢١ حتى يتحقق له الرضا عن حياته وتعزيز رفاهيته. ولذلك، يعد نهج الوقاية الأساسي الذي يهدف لضمان الرفاهية هو مفتاح الاستدامة والنمو والنجاح للأفراد والمجتمعات على حد سواء (Di Fabio, 2017). ومن ثم، نحن نحتاج لخدمات نفسية مستدامة تتاح لجميع أفراد المجتمع بمختلف فئاته للحفاظ على الموارد البشرية قدر الإمكان من جهة وتجنب التدهور الشخصي والاجتماعي من جهة ثانية، وكذلك التعامل مع تحديات الحياة ومشكلاتها التي يواجهها الأفراد والمجتمعات بفعالية، وهنا تتجلى دور الإرشاد النفسي والقائمين عليه في تحقيق أهداف التنمية المستدامة في المجتمعات.

توصيات البحث:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج، أوصي بما يلي:

١. إعداد برامج تدريبية للمرشدين النفسيين لتنمية مهاراتهم الإرشادية بعد تحليل الوضع الراهن لتمكين المرشدين النفسيين من تحقيق أهداف الرؤية الوطنية والتنمية المستدامة.
٢. إعداد ورش عمل حول أهداف الإرشاد النفسي في القرن ٢١ لزيادة وعي المرشدين بأهمية الخدمات الإرشادية في تحقيق الصحة والرفاه لأفراد المجتمع في كافة مجالات الحياة.

خلاصة البحث:

حاول هذا البحث التعرف على مفهوم مهارات المرشد النفسي من وجهة نظر المشاركين في البحث وتصوراتهم حوله، واكتشاف تصور المشاركين في البحث حول الأهداف التي يسعى الإرشاد النفسي في القرن ٢١ لتحقيقها، كذلك تحديد المهارات التي يحتاجها المرشد النفسي في القرن ٢١ لتمكينه من تحقيق أهداف التنمية المستدامة. استخدمت الباحثة التصميم النوعي السردي، إذ تم جمع البيانات من خلال القصص، والتجارب الفردية باستخدام المقابلة شبه المقننة المتعمقة وتقارير العمل الإرشادي وسجلاته ومجموعات التركز فضلاً عن الإطار السردي، ثم ناقشت الباحثة تلك التجارب مع المشاركين في البحث. توصلت نتائج التحليل الموضوعي Thematic Analysis باستخدام برنامج MAXQDA عن أن مهارات الإرشاد تُعرف بأنها "آليات مهنية تتضمن سمات ناعمة شخصية ومهارات صلبة فنية يعتمد عليها المرشد النفسي لتحقيق أفضل النتائج في ممارسته المهنية لإحداث تغيير طوعي في شخصية المسترشد وسلوكه وأدائه في الحياة، ومساعدته على حل مشكلاته والتغلب على العقبات وتهيئة فرص نموه الشخصي ووصوله لأقصى مستوى من الصحة النفسية والرفاهية وجودة الحياة والفعالية الشخصية من خلال كسب ثقة المسترشد والحفاظ عليها". كما أوضحت نتائج التحليل أن هناك مهارات عديدة يجب أن يمتلكها المرشد النفسي في القرن ٢١ لتمكينه من أداء دوره المهني بكفاءة وإبداع وتيسير تحقيق أهداف الرؤية الوطنية ٢٠٣٠ والتنمية المستدامة، منها: مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي الفعال، مهارات تقنية، مهارات التفكير والابتكار، مهارات حل المشكلات، مهارات التفكير الناقد، مهارات المواطنة الفعالة من المشاركة الوجدانية والتعاطف والتقبل غير المشروط واحترام التنوع الثقافي والفكري، مهارات فنية منها التعاون وصنع القرار والتأثير والاقناع والتفاوض وتطبيق الاختبارات والمقاييس وتفسير درجاتها وتحديد الأهداف وإعداد خطة التدخل، مهارات إدارية واستثمار وقت الجلسة في تحقيق أهدافها، مهارات العمل مع المرشد المقاوم والصامت والعدواني وإدارة الجلسة الإرشادية مع مثل هذه الحالات، مهارة تحمل ضغوط العمل الإرشادي ومواجهتها بفعالية والمرونة وتحمل المسؤولية والالتزام بالأخلاقيات، مهارة طرح الأسئلة الذكية في الوقت المناسب، مهارات التحفيز والتشجيع وطمأنة العميل وتحدي خوفه من الفشل، مهارة الحفاظ على سرية المعلومات وملفات المسترشد وبناء الثقة، ومهارات التذكر وغيرها من المهارات التي ذكرها المشاركين في هذا البحث من واقع ممارساتهم المهنية وتعاملهم مع المسترشدين

من مختلف الأعمار. كما أشارت النتائج أن الإرشاد النفسي له أهداف عامة تتمثل في تحقيق الذات والتوافق في جميع مجالات الحياة، وأن الإرشاد في القرن ٢١ يسعى لتحقيق أهداف متنوعة ليُسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، من بين هذه الأهداف التي ذكرها المشاركين في هذا البحث أن يعيش الفرد حياة سعيدة مليئة بالإنجاز والعمل وتحقيق الذات وأن يحل مشكلاته بدلاً من تجنبها، أن يكون قادر على اتخاذ القرارات المهمة في حياته، النمو والتطور الشخصية والدراسي والمهني والاجتماعي، مساعدته على أن يخطط لمستقبله، إحداث تغيير طوعي في شخصيته وسلوكه، فهم الذات وتقبلها، الرضا عن حياته، زيادة جودة حياته ورفاهيته وصحته الجسمية والنفسية، تعزيز السلوكيات المرغوبة والتخلص من غير المرغوبة، الاستبصار بجوانب القوة والضعف في ذاته، اكتساب نظرة إيجابية ثاقبة نحو ذاته ومن حوله، تنمية المهارات الاجتماعية والتواصل، الاستخدام الأمثل للتكنولوجيا، تنمية مهارات التفكير الناقد والتفكير العلمي، تنمية تحمل المسؤولية. كما اتفق جميع المشاركين في هذا البحث على أهمية الدور الذي تلعبه مهارات الإرشاد في العمل الإرشادي وأنها أمر حيوي في تكوين علاقة مهنية قوية والاندماج بين المرشد والمسترشد، وتيسير العمل الإرشادي والسير به بسهولة وتعزيز ثقة المسترشد في المرشد من خلال شعوره أن المرشد يفهمه ويستطيع مساعدته في حل مشكلاته، الوصول لتحقيق أهداف المسترشد، تعزيز نجاح العمل الإرشادي، الوقاية من الانزلاق في متاهات القضايا الأخلاقية لمهنة الإرشاد، وأن يقوم المرشد بالعمل الصحيح الناجح المحترف بأقل وقت وجهد.

جوانب قصور البحث والتوجهات المستقبلية:

من جوانب قصور هذا البحث هو استخدامه للتصميم السردي كأحد التصميمات النوعية التي تهدف إلى التعمق في فهم خبرات وتجارب الأفراد من خلال جمع القصص عن موضوع البحث، ومن ثم لا يمكن تعميم نتائج هذا البحث إذ أن البحوث النوعية لا تهدف لتعميم النتائج بل للتعمق في دراسة وفهم الظاهرة. كما أن من جوانب قصور البحث أنها اعتمدت على عينة قصدية بلغ عددها (٢٢) مرشد ومرشدة نفسية من الذي لهم خبرة في مجال العمل الإرشادي، والعينة القصدية تتناسب مع طبيعة التصميم النوعي السردي ومع الهدف من البحث وهو فهم الظاهرة من خلال أراء وتصورات المشاركين في البحث. ولزيادة المصداقية والموثوقية في نتائج هذا البحث استخدمت الباحثة استراتيجيات متعددة منها التثليث

في مصادر وأدوات جمع البيانات وأخذ عينات نظرية، فضلاً عن أن الباحثة بعد الانتهاء من تحليل البيانات طلبت من زميل خبير في التحليل النوعي إعادة التحليل لضمان دقة التحليل والتأكد من الوصول للتشبع في الفئات. ونوصي الباحثين المهتمين بموضوع البحث الحالي أن يستخدموا تصميمات بحثية نوعية أخرى مثل تصميم النظرية المجذرة، أو استخدام التصميم المزجي الذي يجمع بين تصميم البحوث الكمية والنوعية معًا في نفس البحث، وعلى عينات أكبر ليتمكن من تعميم النتائج. كما يمكن للباحثين إعداد مقياس مهارات المرشد النفسي في القرن ٢١ لتحقيق أهداف التنمية المستدامة بناء على ما توصلت إليه نتائج البحث الحالي والتحقق من الخصائص السيكومترية لهذا المقياس. كما يمكن إجراء نفس البحث في دول عربية أخرى لتحديد المهارات اللازمة لتمكين المرشد النفسي من أن يُشارك في تحقيق صحة ورفاهية أفراد المجتمع، ومن ثم تفعيل دور الإرشاد النفسي في تحقيق التنمية المستدامة وتنمية الموارد البشرية.

ومن خلال ما سبق، فإن علم الإرشاد النفسي خاصة ليتمكن من القيام بالدور المنوط به والذي يُلقى على عاتق المرشدين النفسيين لابد وأن نهتم بتطبيق المبادئ التي تقوم عليها التنمية أو ما يُسمى علم نفس الاستدامة أو سيكولوجية الاستدامة كذلك من خلال نتائج هذا البحث أوصي الباحثين العرب بالتأليف حول علم نفس الاستدامة أو سيكولوجية الاستدامة وإجراء الدراسات والبحوث الكمية والنوعية والمزجية حوله، إذ أنه لازال بكرًا ولم يلق الاهتمام البحثي في البيئة العربية من المختصين في علم النفس عامة والإرشاد والعلاج النفسي خاصة.

قائمة المراجع:

أولاً المراجع العربية

١. ابن شامان، صالح بن هادي (٢٠١٦). المرشد النفسي المدرسي كفايته ومهاراته في المملكة السعودية. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، ٧، ٣٤-٤٦. مسترجع من http://search.mandumah.com/MyResearch/Home?rurl=%2FRecord%2F769722

٢. أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠٩). المهارات الإرشادية. دار الميسر للنشر والتوزيع والطباعة.

٣. أبو يوسف، محمد مجدوع (٢٠٠٨). فعالية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين في مدراس وكالة الغوث بقطاع غزة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

٤. أرنوط، بشرى إسماعيل أحمد أرنوط (٢٠١٩). الموسوعة المتكاملة في الإرشاد والعلاج النفسي. الجزء الأول. مكتبة مدبولي.

٥. أرنوط، بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٢٢). سينراما البحث العلمي. شركة تكوين للنشر والتوزيع.

٦. الأش، منصور عبد القادر؛ محمد، محمد درويش (٢٠١٢). فعالية برنامج تدريبي لتنمية فنيات المقابلة لدى المرشد النفسي. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣٦(٣)، ٣٩٢-٤٢٦.

٧. البهدل، دخيل محمد حمد (٢٠١٤). مهارة حل المشكلات لدى المرشد النفسي وعلاقته بأدائه الإرشادي. مجلة العلوم التربوية، جامعة الملك سعود، ٢٦(١)، ٢٢١- ٢٢٥. مسترجع من http://search.mandumah.com/MyResearch/Home?rurl=%2FRecord%2F747630

٨. الجبوري، جلال عبد زيد. (٢٠٢١). الاستحقاق النفسي وعلاقته بالكفاح الشخصي لدى المرشدين التربويين. مجلة الآداب، ملحق، ١٤٣ - ١٧٨. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1194727

٩. الخطيب، صالح أحمد (٢٠٠٣). الإرشاد النفسي في المدرسة (أسسه- نظرياته- تطبيقاته). دار الكتاب الجامعي.

١٠. الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. دار الكندي للنشر والتوزيع.

١١. زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). التوجيه والإرشاد النفسي. عالم الكتب.

١٢. سليمان، على (٢٠١٠). علم النفس الإرشادي والعلاج النفسي. مركز ابداع للتدريب والتطوير.

١٣. شايب، معروف عبد الرحيم سالم (٢٠٠٥). فاعلية المرشد النفسي المدرسي كما يدركها المربون والطلاب في المدارس الثانوية الفلسطينية. رسالة دكتوراه منشورة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١٩، ٣٦٥- ٣٧٢.

١٤. الشمري، أحمد سراي حماد (٢٠٢٠). الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الإرشادية لدى المرشدين الطلابيين بمدينة حائل. مجلة القراءة والمعرفة، جامعة عين شمس، ٢٢٥، ٢٤١- ٢٨٢. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1119355

١٥. الشناوي، محمد محروس (١٩٩٦). العملية الإرشادية والعلاجية. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

١٦. الصمادي، أحمد (١٩٩٤). أثر برنامج تدريبي على مهارات المرشدين. أبحاث اليرموك، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٠ (١)، ٣٧٣- ٤١٠.

١٧. العزة، سعيد حسني (٢٠٠٩). دليل المرشد التربوي في المدرسة. دار الثقافة للنشر والتوزيع.

١٨. العقاد، عصام عبد اللطيف عبد الهادي (٢٠١٦). تطوير دور المرشد الأكاديمي في ضوء مهارات الذكاء الوجداني. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ١٦(٤)، ٧٩- ١١٨. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1003799

١٩. علي، علي إسماعيل (٢٠١٠). المهارات الأساسية في ممارسة خدمة الفرد. ط٤. دار المعرفة الجامعة.

٢٠. الفرخ، كاملة؛ وتيم، عبد الجابر (١٩٩٩). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. دار صفاء للنشر والتوزيع.

٢١. القطان، سامية (٢٠٠٩). كيف تقوم بالدراسة الاكلينيكية. مجلد ١، ط٣. مكتبة الانجلو المصرية.

٢٢. المحتسب، عيسى محمد حسن؛ العبادسة، أنور عبد العزيز (٢٠١٣). مهارات الاتصال الإرشادي لدى المرشدين النفسيين في قطاع غزة من منظور تكاملي. المجلة التربوية المتخصصة، دار سمات للدراسات والأبحاث، الأردن، ٢(١٢)، ١٢٤١- ١٢٦١. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/842670

٢٣. المصري، إبراهيم سليمان موسى (٢٠٠٩). المرشد النفسي بين المهارة والتطبيق. مجلة دراسات نفسية، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر، ٢، ٤٦-٦٧.

٢٤. منظمة الصحة العالمية. الاضطرابات النفسية. مسترجع من https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders

٢٥. هلال، محمد (١٩٩٨). مهارات الإرشاد أثناء الاشراف. مكتبة الألفي.

٢٦. الوليدي، علي؛ أرنوط، بشرى اسماعيل (٢٠١٦). كشف الذات وعلاقته بالإبداع الإرشادي لدى المرشدين النفسيين بالمملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، مصر.

ثانيًا: المراجع الأجنبية

1. Adebowale, T. (2012). Guidance and Counselling in the Sustainability of Educational System. An International Multidisciplinary Journal, Ethiopia, 6(2), 215-225.
2. American Counseling Association (ACA). (2010). Definition of counseling. Alexandria, VA: Author.
3. Arnout, B. A. (2020). Predicting psychological service providers' empowerment in the light of the COVID-19 pandemic outbreak: A structural equation modelling analysis. Counseling and Psychotherapy Research, 20 (3), 406-4018.
4. Arnout, B. A. (2021a). Application of Structural Equation Modeling to Develop a Conceptual Model for Entrepreneurship for Psychological Service Workers During the COVID-19 Pandemic. WORK,69(4), 1127 – 1141.
5. Arnout, B. A. (2021b). The Role of Positive Psychology interventions to Reduce Psychological Problems Associated With COVID-19 Pandemic: Prevention and Therapy Approach. Sohag University International Journal of Educational Research, 4, 7- 26.
6. Barkhuizen, G. (2011). Home tutor cognitions and the nature of tutor-learner relationships. In P. Benson, & H. Reinders (Eds.). Beyond the language classroom (pp. 161-174). London: Palgrave Macmillan.
7. Bayne, H.B. & Jangha, A. (2016), Utilizing Improvisation to Teach Empathy Skills in Counselor Education. Counselor Education and Supervision, 55: 250-262. https://doi.org/10.1002/ceas.12052
8. Brundtland Report (1987). Our Common Future. New York, NY: Butterworth. Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. JSAS Cat. Sel. Doc. Psychol. 10, 85.
9. Corey, G. (2009). Theory and practices of counseling and psychotherapy.8th(ed). Thomson Higher Education, Belmont, USA.
10. Creswell, J.W & Creswell, J.D. (2018). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approach (5th ed.). Los Angeles, CA: Sage Publications.

11. Di Fabio, A. (2016). Constructing and Managing Personal Project, Career Project، Life Project: The Challenge of Sustainability. Invited lecture

at the seminar organized by the Faculty of Health Sciences, Hokkaido University, Sapporo، Japan.
12. Di Fabio, A. (2017). Promoting Sustainable Development and Well-Being in a Culturally Diverse World. Keynote at the First international cross-cultural conference "Healthier societies fostering healthy organizations: A cross-cultural perspective" organized by the Department of Education and Psychology، University of Florence, May 26–27, 2017, Florence. Co-presidents F. Cheung، J.-M. Peirò, D. H. Saklofske, and F. van de Vijver.
13. Gladding, S. (2004). Counseling: A Comprehensive Profession (5th edition). Upper Saddle. https://lms.su.edu.pk/download?filename=1588563431-counseling-a-comprehensive-profession-by-samuel-t.pdf&lesson=24501
14. Guez, W& Allen, J. (2016). Counseling. UNESCO: France.
15. Guichard, J. (2013). Career Guidance, Education, and Dialogues for a Fair and Sustainable Human Development. Inaugural conference of the UNESCO chair of Lifelong guidance and counseling, University of Wroclaw، Wroclaw.
16. Henry, J. (2005). The healthy organization, in Research Companion to Organizational Health Psychology, eds A. S. G. Antoniou and C. L. Cooper (Cheltenham: Edward Elgar), 382–391.
17. Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx). https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/ (Access in 29 September 2022).
18. Landy, F. J., and Conte, J. M. (2016). Work in the 21st Century, Binder Ready Version: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
19. Macik-Frey, M., Quick, J. C., and Nelson, D. L. (2007). Advances in occupational health: from a stressful beginning to a positive future. J. Manag, 33, 809–840. doi: 10.1177/0149206307307634
20. Maree, J.G. & Di Fabio, A. (2018). integrating personal and career counseling to promote sustainable development and change. Sustainability, 10, 4176, 2-10.
21. MAXQDA. Program for qualitative and quantitative data analysis. https://www.maxqda.com/arabiC
22. Nystul, M. (2016). introduction to counseling, An Art and Science prespective.5th(ed). SAGE Publication Inc., USA.
23. Oladele, J.O. (2000). Guidance and Counselling: A functional approach. Lagos: Johns- Lad Publishers Ltd
24. Quick, J. C. (1999). Occupational health psychology: historical roots and future directions. Health Psychol, 18, 82–88. doi: 10.1037/0278-6133.18.1.82

25. Rosa, H. (2013). Social Acceleration: A New Theory of Modernity. New York, NY: Columbia University Press. doi: 10.7312/rosa14834
26. Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy, in Handbook of Positive Psychology, eds C. R. Snyder and S. J. Lopez (New York, NY: Oxford University Press), 3–9.
27. Toporek, R.L. (2018). Strength, Solidarity, Strategy and Sustainability: A Counseling Psychologist's Guide to Social Action. The European Journal of Counselling Psychology, 7(1), 90–110.
28. Torres-Rivera, E., Wilbur, M.P., Maddux, C.D., Smaby, M.H., Phan, L.T. and Roberts-Wilbur, J. (2002). Factor Structure and Construct Validity of the Counselor Skills Personal Development Rating Form. Counselor Education and Supervision, 41: 268-278. https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2002.tb01290.x
29. Van den Heuvel, M., Demerouti, E., Bakker, A. B., and Schaufeli, W. B. (2010). Personal resources and work engagement in the face of change, in Contemporary Occupational Health Psychology: Global Perspectives on Research and Practice, eds J. Houdmont and S. Leka (Chichester: Wiley), 124–150. doi: 10.1002/9780470661550.ch7
30. Weiten, W., Dunn, D. S., and Hammer, E. Y. (2014). Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century. Boston, MA: Cengage Learning.
31. World Health Organization (1998). World Health Organization Definition of Health. Available at: http://www.who.ch/aboutwho/definition.htm

- **Arabic Sources**
- Ibn shaman, Saleh bin Hadi (2016). The school psychological counselor has his sufficiency and skills in the kingdom of Saudi Arabia. Al-Hikma Journal of educational and psychological studies, treasures of wisdom publishing and distribution Foundation, 7, 34-46. Retrieved from http://search.mandumah.com/MyResearch/Home?rurl=%2FRecord%2F769722
- Abu Asaad, Ahmed Abdul Latif (2009). Extension skills. Al-mayseer publishing, distribution and Printing House.
- Abu Yusuf, Mohammed majdou (2008). The effectiveness of a training program to develop counseling skills among psychological counselors in UNRWA schools in the Gaza Strip. Master's thesis (unpublished), Faculty of Education, Islamic University, Gaza.
- Arnout, Bushra Ismail Ahmed Arnout (2019). The integrated encyclopedia in counseling and psychotherapy. The first part. Madbouly library.
- Arnout, Bushra Ismail Ahmed (2022). Cinerama scientific research. Takween publishing and distribution company.
- Al-ash, Mansour Abd al-Qadir; Muhammad, Muhammad Darwish (2012). The effectiveness of a training program to develop interview techniques for the

psychological mentor. Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, 36(3), 392-426.

- Al-bahdal, Dakhil Muhammad Hamad (2014). The problem-solving skill of the psychological mentor and his relationship with his counseling performance. Journal of Educational Sciences, King Saud University ،26(1) ،221- 225. Retrieved from http://search.mandumah.com/MyResearch/Home?rurl=%2FRecord%2F747630
- Al-Jubouri, Jalal Abd Zeid. (2021). Psychological maturity and its relationship to the personal struggle of educational mentors. Journal of literature, supplement, 143-178. Retrieved from http://search.mandumah.com/Record/1194727
- Khatib, Saleh Ahmed (2003). Psychological counseling at school (its foundations - theories - applications). University Book House.
- Dahri, Saleh Hassan (2005). Principles of guidance and psychological counseling. Al-Kindi publishing and distribution house.
- Zahran, Hamid Abdelsalam (2005). Psychological guidance and counseling. The world of books.
- Solomon, Ali (2010). Counseling psychology and psychotherapy. Ibdaa Center for training and development.
- Shayeb, Ma'ruf Abdul Rahim Salem (2005). The effectiveness of the school psychological counselor as recognized by educators and students in Palestinian secondary schools. Published doctoral thesis, Journal of psychological counseling, Ain Shams University, 19, 365-372.
- Al-Shammari, Ahmed Saray Hammad (2020). Emotional intelligence and its relationship with the guiding skills of student guides in Hail city. Journal of reading and knowledge, Ain Shams University, 225, 241-282. Retrieved from http://search.mandumah.com/Record/1119355
- El Shenawy, Mohamed mahrouz (1996). The indicative and therapeutic process. Dar Gharib for printing, publishing and distribution.
- Al-Samadi, Ahmed (1994). The impact of a training program on the skills of mentors. Yarmouk research, humanities and Social Sciences series ،10 (1) ،373- 410.
- Al-Azza, said Hosni (2009). The guide of the pedagogical mentor at school. House of culture for publishing and distribution.
- Akkad, Essam Abdullatif Abdulhadi (2016). Develop the role of the academic advisor in the light of the skills of emotional intelligence. Journal of the Faculty of Education, Kafr el Sheikh university ،16(4) ،79- 118. Retrieved from http://search.mandumah.com/Record/1003799
- Ali, Ali Ismail (2010). Basic skills in the practice of serving an individual. I4. Dar Al-marefa University.
- Al-farkh, Kamila; and Tim, Abdul Jaber (1999). Principles of guidance and psychological counseling. Safa publishing and distribution house.
- Kattan, Samia (2009). How to conduct a clinical study. Volume 1, Vol. 3. The Anglo-Egyptian library.
- Al-Muhtasib, Isa Mohammed Hassan; al-abadseh, Anwar Abdulaziz (2013). Counseling communication skills of psychological counselors in the Gaza Strip from an integrative perspective. Specialized educational magazine, Samat house for studies and research, Jordan ،2(12) ،1241- 1261. Retrieved from http://search.mandumah.com/Record/842670

- Al-Masri, Ibrahim Suleiman Musa (2009). The Psychological Guide between skill and application. Journal of psychological studies, Kassidy meriahuh University, Algeria, 2,
- World Health Organization. Mental disorders. Retrieved from https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders
- Hilal, Mohammed (1998). Guidance skills during supervision. The millennial library.
- Al-Walidi, Ali; Arnout, Bushra Ismail (2016). Self-disclosure and its relationship with the guiding creativity of psychological counselors in the kingdom of Saudi Arabia in the light of some demographic variables. Journal of the psychological counseling center, Ain Al-Shams University, Egypt.

- **English Sources**
- Adebowale, T. (2012). Guidance and Counselling in the Sustainability of Educational System. An International Multidisciplinary Journal, Ethiopia, 6(2), 215-225.
- American Counseling Association (ACA). (2010). Definition of counseling. Alexandria, VA: Author.
- Arnout, B. A. (2020). Predicting psychological service providers' empowerment in the light of the COVID-19 pandemic outbreak: A structural equation modelling analysis. Counseling and Psychotherapy Research, 20 (3), 406-4018.
- Arnout, B. A. (2021a). Application of Structural Equation Modeling to Develop a Conceptual Model for Entrepreneurship for Psychological Service Workers During the COVID-19 Pandemic. WORK,69(4), 1127 – 1141.
- Arnout, B. A. (2021b). The Role of Positive Psychology interventions to Reduce Psychological Problems Associated With COVID-19 Pandemic: Prevention and Therapy Approach. Sohag University International Journal of Educational Research, 4, 7- 26.
- Barkhuizen, G. (2011). Home tutor cognitions and the nature of tutor-learner relationships. In P. Benson, & H. Reinders (Eds.). Beyond the language classroom (pp. 161-174). London: Palgrave Macmillan.
- Bayne, H.B. & Jangha, A. (2016), Utilizing Improvisation to Teach Empathy Skills in Counselor Education. Counselor Education and Supervision, 55: 250-262. https://doi.org/10.1002/ceas.12052
- Brundtland Report (1987). Our Common Future. New York, NY: Butterworth. Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. JSAS Cat. Sel. Doc. Psychol. 10, 85.
- Corey, G. (2009). Theory and practices of counseling and psychotherapy.8th(ed). Thomson Higher Education, Belmont, USA.
- Creswell, J.W & Creswell, J.D. (2018). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approach (5th ed.). Los Angeles, CA: Sage Publications.
- Di Fabio, A. (2016). Constructing and Managing Personal Project, Career Project, Life Project: The Challenge of Sustainability. Invited lecture at the seminar organized by the Faculty of Health Sciences, Hokkaido University, Sapporo, Japan.
- Di Fabio, A. (2017). Promoting Sustainable Development and Well-Being in a Culturally Diverse World. Keynote at the First international cross-cultural conference "Healthier societies fostering healthy organizations: A cross-cultural perspective" organized by the Department of Education and Psychology, University of Florence, May 26–27, 2017, Florence. Co-presidents F. Cheung, J.-M. Peirò, D. H. Saklofske, and F. van de Vijver.

- Gladding, S. (2004). Counseling: A Comprehensive Profession (5th edition). Upper Saddle. https://lms.su.edu.pk/download?filename=1588563431-counseling-a-comprehensive-profession-by-samuel-t.pdf&lesson=24501
- Guez, W& Allen, J. (2016). Counseling. UNESCO: France.
- Guichard, J. (2013). Career Guidance, Education, and Dialogues for a Fair and Sustainable Human Development. Inaugural conference of the UNESCO chair of Lifelong guidance and counseling, University of Wroclaw, Wroclaw.
- Henry, J. (2005). The healthy organization, in Research Companion to Organizational Health Psychology, eds A. S. G. Antoniou and C. L. Cooper (Cheltenham: Edward Elgar), 382–391.
- Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx). https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/ (Access in 29 September 2022).
- Landy, F. J., and Conte, J. M. (2016). Work in the 21st Century, Binder Ready Version: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Macik-Frey, M., Quick, J. C., and Nelson, D. L. (2007). Advances in occupational health: from a stressful beginning to a positive future. J. Manag, 33, 809–840. doi: 10.1177/0149206307307634
- Maree, J.G. & Di Fabio, A. (2018). integrating personal and career counseling to promote sustainable development and change. Sustainability, 10, 4176, 2-10.
- MAXQDA. Program for qualitative and quantitative data analysis. https://www.maxqda.com/arabiC
- Nystul, M. (2016). introduction to counseling, An Art and Science prespective.5th(ed). SAGE Publication Inc., USA.
- Oladele, J.O. (2000). Guidance and Counselling: A functional approach. Lagos: Johns-Lad Publishers Ltd
- Quick, J. C. (1999). Occupational health psychology: historical roots and future directions. Health Psychol, 18, 82–88. doi: 10.1037/0278-6133.18.1.82
- Rosa, H. (2013). Social Acceleration: A New Theory of Modernity. New York, NY: Columbia University Press. doi: 10.7312/rosa14834
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy, in Handbook of Positive Psychology, eds C. R. Snyder and S. J. Lopez (New York, NY: Oxford University Press), 3–9.
- Toporek, R.L. (2018). Strength, Solidarity, Strategy and Sustainability: A Counseling Psychologist's Guide to Social Action. The European Journal of Counselling Psychology, 7(1), 90–110.
- Torres-Rivera, E., Wilbur, M.P., Maddux, C.D., Smaby, M.H., Phan, L.T. and Roberts-Wilbur, J. (2002). Factor Structure and Construct Validity of the Counselor Skills Personal Development Rating Form. Counselor Education and Supervision, 41: 268-278. https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2002.tb01290.x
- Van den Heuvel, M., Demerouti, E., Bakker, A. B., and Schaufeli, W. B. (2010). Personal resources and work engagement in the face of change, in Contemporary Occupational Health Psychology: Global Perspectives on Research and Practice, eds J. Houdmont and S. Leka (Chichester: Wiley), 124–150. doi: 10.1002/9780470661550.ch7
- Weiten, W., Dunn, D. S., and Hammer, E. Y. (2014). Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century. Boston, MA: Cengage Learning.

- World Health Organization (1998). World Health Organization Definition of Health. Available at: http://www.who.ch/aboutwho/definition.htm