مجلة الحكمة للدراسات والأبحاث المجلد 05 العدد06 بتاريخ 20-11-2025

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

The Role of Reality Therapy in Addressing Various Counseling Problems

Hedidane Khadra [1]
Echahid Echaikh Larbi Tebessi University-Tebessa
Khadra.hedidane@univ-tebessa.dz
Hedidane Fatima[2]
El hadj Lakhdar University-Batna1
Fatima12hadidane@gmail.com

Received:28/10/2025 Accepted : 18/11/2025

Abstract:

Counseling is considered one of the applied disciplines that has a direct impact on both the individual and society. It is concerned with human happiness, the proper use of one's abilities, the discovery of talents, and achieving satisfaction with oneself and one's reality, which ensures psychological well-being and social adjustment.

Counseling, in carrying out this process and striving to achieve its goals, does not emerge from a vacuum. Rather, it is based on theoretical orientations and diverse foundations that guarantee specialized intervention and professional procedures that ensure success, while providing the counselee with comfort and reassurance throughout the counseling process.

These theories vary widely: some focus on the counselor and his responsibility in directing the counseling process, others place trust in the counselee and give him the lead, while still others rely on reality to guide the individual and lead him to safety -- a method known as Reality Therapy.

This raises several key questions :

What are the foundations of Reality Therapy ? How can it help the individual ? And what counseling problems can it effectively address and resolve ?

Keywords: Reality Therapy – Counseling Problems

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

دور الارشاد الواقعي في معالجة المشكلات الارشادية المختلفة.

حديدان خضرة[1]

جامعة الشهيد الشيخ العربي التبسي

Khadra.hedidane@univ-tebessa.dz

حديدان فطيمة[2]

جامعة الحاج لخضر-باتنة1-

Fatima12hadidane@gmail.com

ملخص:

يعتبر الارشاد تخصصا من التخصصات التطبيقية التي تنعكس آثارها على الفرد و المجتمع ، وذلك لاهتمامه بسعادة الانسان ، و حسن استغلاله لقدراته، و كشف مواهبه ،ورضاه عن نفسه وواقعه بما يضمن صحته النفسية و توافقه النفسي و الاجتماعي.

والارشاد إذ يقوم بهذه العملية، و يسعى الى تحقيق أهدافه فإنه لا ينطلق من فراغ، بل من اتجاهات نظرية و منطلقات مختلفة تضمن له التدخل المتخصص، و الاجراءات الاحترافية التي تضمن النجاح ، و توفر للمسترشد الراحة و الاطمئنان للعملية الارشادية.

تتعدد هذه النظريات و تتنوع: بين تلك التي تركز على المرشد و مسؤوليته على العملية الارشادية، و تلك التي تثق في المسترشد، و تسلمه دفة القيادة، الى تلك التي تعتمد على الواقع لارشاد الفرد و الأخذ به الى شاطيء الأمان،وهو مايعرف بالارشاد الواقعي.

فماهي منطلقات النظرية الواقعية؟ وكيف يمكنها أن تساعد الفرد؟ و ماهي المشكلات الارشادية التي يمكن أن تكون كفؤا في معالجتها و القضاء عليها؟

الكلمات المفتاحية : الارشاد الواقعي-المشكلات الارشادية

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

مقدمة:

يعتبر الارشاد الواقعي نوعا خاصا من الارشاد يسعى الى مساعدة امسترشد لكنه لا يعفيه من المسؤولية بل يعتبره طرفا هاما في العملية الارشادية ، يتحمل مسؤولية أفعاله و يسعى لمساعدة نفسه بتاطير من المرشد يلتزم بالعقد الارشادي و يسعى لتصحيح كل السلوكات غير الواقعية .

يسعى البحث الحالي الى تحقيق الأهداف الآتية:

التعرف على الارشاد الواقعي.

-التعرف على المنطلقات الاساسة لهذا النوع من الارشاد.

-التعرف على اجراءات الارشاد الواقعي.

-التعرف على المشكلات الارشادية التي تكون نظرية الارشاد بالواقع فيها فعالة.

أولا: منطلقات الارشاد بالواقع

يقوم الارشاد بالواقع على أساس ثلاثة مفاهيم أساسة ، يرمز لها ب:

(3Rs)

1Reality:-الواقع

يقصد به الخبرات الواقعية الشعورية في الحاضر، بعيدا عن المثالية أو الخيال، والفرد السوي هو الذي يتقبل الواقع، ويضطرب سلوك الفرد عندما يتم انكار الواقع (جزئيا أو كليا)

2-المسؤولية:Respnsability

والمقصود هو مسؤولية الفرد عن اشباع حاجاته، ومساعدة الآخرين على اشباع حاجاتهم ،ونقص القدرة على اشباع الحاجات الأساسة يسبب اضطراب السلوك(البريثن، ،ص 116).

3-الصواب Right& wrong

:قدرة الفرد على فعل الصواب ، وتجنب الخطأ.

حدد(جلاسر)الحاجات الانسانية الاساسية في:

1-البقاء:تشتمل الحاجة للبقاء الحصول على الطعام و الحماية.

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

2-الحب و الانتماء:يبذل الانسان الكثير من الوقت و الجهد لاقامة علاقات ودية مع الاخرين و توطيدها في الاسرة، مع الرفاق، في المدرسة، في العمل لاشباع هذه الحاجة، واذا لم يجدها سيقوم بالبحث عنها في مكان آخر مع أشخاص آخرين.

3-القوة:ان القوة هي التي تساعدنا على وضع اهداف ؤثرة في العالم و الاخرين: فالثقة بالنفس ،وتقدير الذات و الهوية الذاتية تعكس الشعور بالقوة .

4-المرح:يضمن المرح المتعة النفسية ، وكل انسان يسعى للمرح لأنه مهم جدا للصحة العقلية وللاستمتاع بالتعلم .

5-الحرية:يسعى الانسان دوما ليتحررمن القيود المختلفة،ويبذل الجهد للاختيار بين البدائل الممكنة للسلوك(ئاسو و حسين ،2015 ،ص ص 125-126)

ثانيا:أهداف الارشاد الواقعي

يتمثل الهدف الاسمى للارشاد بالواقع في مساعدة المسترشد على تطوير(نسق أو طريقة للحياة) تساعد الشخص على أن يصبح ناجحا في معظم حالاته (بلان ، 2015 ، ص433).

ثالثا: اجراءات الارشاد الواقعي

1-اقامة علاقة ارشادية:

أساسها المشاركة و الاندماج و الاهتمام وكسب ثقة المسترشد..

2-دراسة السلوك الحاضر:

يتم التركيز على السلوك الحالي ، وخاصة السلوك غير الواقعي ، مع نظرة مستقبلية تسمح بوضع استراتيجية أفضل للمستقبل ، وتأكيد أن المسترشد يستطيع و يجب أن يتغير، ويشجع على كشف الذات الخاصة و التجارب الشخصية(البريثن، 2008،ص119)

3-تقييم السلوك الحاضر:

وذلك بمواجهة ما هو موجود في الواقع ، وتقييم السلوك الحالي ومدى مسايرته للواقع ، ومدى اشباعه للحاجات، وتماشيه مع المعايير الاجتماعية

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

4-التخطيط للسلوك الواقعي:

أي وضع خطة تتضمن تحديد احتمالات السلوك الواقعي، المشبع للحاجات ، ولابد أن تكون الخطة واضحة ، محددة،قابلة للتنفيذ.

5-التعاقد على الالتزام بالخطة:

لدى الفرد القدرة على تحسين واقعه من خلال ضبط تصرفاته ضبطا داخليا يكون مسؤولا عنه، والتعاقد قد يكون شفويا أو كتابيا.

- **6-تقييم جدية الالتزام:**
- الالتزان بالحصص الارشادية وعدم السماح له بتقديم الأعذار..
- **7-تعليم وتعلم السلوك الملتزم:**
- **-**تقديم معلومات، تعزيز السلوك الملتزم،تصحيح السلوك الخاطئ..
- -يمكن استخدام تقنية لعب **الادوار**..

8- المثابرة حتى تحقيق الهدف: عدم الاستسلام، فاذا حدث وفشلت الخطة يمكن المحاولة مرارا و تكرارا.

وفي نفس النقطة استعمل كل من جلاسر و بولدنك مجموعة من الرموز لوصف الاجراءات المستعملة في الارشاد الواقعي:

- Wantsالارادة:

Direction and doing-التوجهات و العمل:

-Evaluationالتقييم:

-Planningالتخطيط(أبو أسعد،2012،ص ص157-160).

رابعا-أهم فنيات الارشاد بالواقع:قدم بالتعاون مع (زينون) عددا من التقنيات لمساعدة المسترشد في الاندماج ،حيث استخدما اضمير(أنا و نحن) بدلا من (هو وهي)لتوضيح صورة الذات واعطاء المسترشد اهتماما بانجازاته ، و التشجيع على السلوك المتفائل.

4-1:الاحتفاظ بالهنا و الآن: ليس من الضروري ان يعود المرشد الى ماضي الفرد ، وليس من الضروري أن يشرح المسترشد المشكلة ،بل يركز على السلوك الحاضر و يشرح لماذا يشعر بالتعاسة؟ بمعنى لآخر يطلب

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

من المسترشد أن يعايش مشكلاته الآن و في الزمن الحاضر، و أن يركز على تجارب النجاح في هنا و الآن ،بدلا من التركيز على الفشل و الخبرات الماضية التي أدت اليه.

4-2:التعامل مع التفكير الشعوري:الاهتمام بالتفكير الشعوري الحاضر : حيث يصبح المسترشد أكثر ادراكا لما يقوم به الآن ، مع اهمال الأفكار اللاشعورية التي تعطيه أعذارا لمواجهة الحقيقة.

4-3:التجاوب مع تعاسة المسترشدين:يوضح المرشد للمسترشد أنه هو لشخص الوحيد المسؤول عن صنع سعادته لنفسه و الشعور بها من خلال سلوكه المسؤول ،ولا يمكن لأي شخص مهما كانت صفته بأن يقدم السعادة للفرد ما لم يرافقها سلوك شخصي مسؤول ،لأنها ترافق السلوك المسؤول،أما التعاسة فهي نتيجة للسلوك غير المسؤول.

4-4:مساعدة المسترشد على فهم و تقبل نفسه:ان تقبل المسترشد في الوقت الحاضر كشخصية ذات قيمة و امكانيات هو الخطوة الاولى في تعليم المسترشد فهم و تقبل نفسه، و لاشك أن الاندماج بينهما في اطار العلاقة الارشادية يولد الثقة و الفهم وهذا يساعد المسترشد على تبني سلوكات مسؤولة.

4-5:التخطيط لسلوكات مسؤولة:يساعد المرشد الواقعي المسترشد على امتلاك خطة واقعية و ارادةذاتية للسلوك ، ولا يقترح عليه أي خطة،بل يتركه هو الذي يكتشف خطته و يطورها و يعمل عليها .

يمكن البدء بطرح سؤال مباشر للمسترشد حول خطته، أو هل لديه أفكارا عن كيفية حل المشكلة المطروحة؟ يجب أن تكون الخطة التي ينتهدها المسترشد مرنة،طموحة ، قابلة للتنفيذ، قابلة للتعديل ، غير متفائلة الى حد كبير حتى لا يقع المسترشد في الفشل ، وبالتالي تعزز الفشل الحالي .

4-6: الارشاد الجمعي الواقعي:يهدف الارشاد الجمعي الى مساعدة المسترشدين في تعلم كيفية ارضاء حاجاتهم النفسية بأن يحبوا أو يحبوا،ا أو يكونوا ذوي قيمة في نظر أنفسهم و الآخرين و مهمين لأنفسهم و للآخرين.

وحسب (جلاسر) فان المرشد الفعال هو من تتوافر فيه أربعة شروط مهمة هي:

--أن يكون فردا مسؤولا و قادرا على تلبية حاجاته.

-أن يقبل كل عضو من أعضاء الجماعة قبولا غير مشروط.

-أن يكون قويا بحيث يستطيع مقاومة أعذار المسترشد و تبريراته و انحداره نحو السلوك غير المسؤول.

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

-القدرة على الاندماج العاطفي مع كل أعضاء الفريق الارشادي.(بلان، 2015، ص ص457-460)

خامسا: ايجابيات الارشاد الواقعي:

-الاهتمام بتكوين علاقة ارشادية مع المسترشد تتسم بالدفء و الطمأنينة.

-وضوح المفاهيم التي ترتكز عليها النظرية.

-الشعور بالقيمة الذاتية ، والاهمية كحاجتين اساسيتين و النجاح في اشباعهما بالشكل المناسب لتكوين (هوية النجاح) والاخفاق في اشباع أحدهما يؤدي الى تكوين(هوية الاخفاق).

-المسترشد هو من يتولى عملية تقويم سلوكه الشخصي و الحكم على هذا السلوك(سلوك مسؤول أ وسلوك غير مسؤول)

-التركيز على السلوك وعدم الاهتمام كثيرا بالمشاعر.

-يقوم المسترشد بوضع الخطط و تعديلها بناء على واقعه و ظروفه وقدراته (بمساعدة المرشد).

-الاهتمام بالحاضروعدم التركيز على الماضي.

-التقنيات المستخدمة في الارشاد الواقعي واضحة عقلانية لا توجد فيها جوانب غامضة أو رمزية.

-يمكن الاستفادة من الارشاد الواقعي في المستوى الوقائي و العلاجي و الفردي و الجماعي(بلان، 2015، ص462).

سادسا:المشكلات الارشادية التي تعتبر هذه النظرية فعالة في معالجتها:

انطلاقا من مميزات هذا النوع من الارشاد، فإنه يصلح لعلاج العديد من المشكلات الفردية و الجماعية ، وسنذكر البعض منها على سبيل المثال لا الحصر:

أكثر مجال يمكن تطبيق الارشاد الواقعي فيه : هو الأسرة و المدرسة ،لأنهما من أهم المؤسسات التي تساهم في تعليم الفرد المسؤولية و السلوك المسؤول.وهو فعال جدا في هذه المشكلات:

-الاعتمادية و افتقاد الاستقلالية الذاتية.

-الاكتئاب.

-االمشكلات الزواجية المختلفة.

-ضعف ادارة الوقت.

ISSN print/ 2769-1926 ISSN online/ 2769-1934

-ضعف الدافعية نحو الانجاز.

- -المشكلات العلائقية.

-ضعف مستوى الطموح(الحارثي و الغامدي،2024،ص8)

خاتمة:

يسعى الارشاد بالواقع الى انخراط المسترشد في العملية الارشادية انطلاقا من مفاهيم اساسة تتمثل في الواقع، المسؤوولية ، الصواب و الخطأ ، واستناد الى اجراءات عملية يعمل المرشد على وضعها و امسترشد على الالتزام بها.

يصلح الارشاد الواقعي لكل المشكلات الارشادية لفئة لمراهقين و الشباب و الرجال و النساء مثل الادمان، و الاعتمادية و كل مشكلة ارشادية تسلب المسترشد حريته و تجعله يتملص من مسؤوليته بحجة تراكمات الماضي أو كثرة الأعباء و غيرها من المشكلات المشابهة.

و يبقى الارشاد بجميع نظرياته ملاذا آمنا للانسان يحتمي به عندما تدلهم عليه الخطوب و تضيع سفينته في أمواج الحياة المتضاربة.

قائمة المراجع:

ئاسو صالح سعيد علي،حسين وليد حسين عباس،2015،الارشاد النفسي:الاتجاه المعاصر لادارة السلوك الانساني،دار غيداء للنشر و التوزيع،الاردن.

البريثن عبد العزيز عبد الله، 2008 ، الارشاد الاسري ،عمان، الاردن.

أحمد عبد اللطيف أبو أسعد،2012نعلم النفس الارشادي،دار المسيرة، عمان، الاردن.

كمال يوسف بلان،2015،نظريات الارشاد و العلاج النفسي،دار الاعصار العلمي،عمان، الاردن.

الحارثي سامي و الغامدي صالح يحيى،2024،نظرية العلاج بالواقع، المجلة العربية للقياس و التقويم ،المجلد:6، العدد:11.