

أهمية التكيف النفسي

إعداد

الأستاذ/ عبداللطيف بن يوسف المقرن

ذو الحجة 1427 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام
على خاتم النبيين

الحاجة للدعم النفسي

التوافق النفسي

التوافق النفسي

■ توائم بين الفتاة و نفسها .

■ بينها و بين بيئتها .

تتضح في :

■ ارضاء أغلب حاجتها بتصرف جيد .

التوافق النفسي

■ تجاه مطالب البيئة .

✓ المادية .

✓ الاجتماعية .

■ مع الاعتدال في الاشباع .

التوافق النفسي

■ توافق شخصي .

■ توافق اجتماعي .

■ توافق دراسي .

التوافق النفسي

■ كم مقدار الثقة بالنفس ؟

■ ما مدى نضج الشخصية ؟

■ ما مدى توافق الطالبات ؟

التوافق النفسي

■ كم مقدار فهمهن لذواتهن؟

■ ما نسبة الاضطراب لديهن؟

واقع الطالبات

واقع الطالبات

- المشكلات الأسرية .
- المشكلات الدراسية .
- نقص مهارات التحصيل .
- مشكلات التركيز و ضعف الانتباه .

واقع الطالبات

- مشكلات مادية .
- مشكلات صحية .
- مشكلات إدارة الذات
- مشكلات إدارة الوقت .

واقع الطالبات

- المشكلات الدراسية .
- اضطراب العلاقات .
- حوادث و أزمات .

واقع الطالبات

- اضطرابات نفسية .
- فقدان الهوية .
- ضعف الدافع .
- قلق الاختبارات .

واقع الطالبات

■ القلق العام .

■ الاكتئاب .

■ مخاوف .

■ وسواس قهري .

النتائج

النتائج

- احباط
- ردود أفعال تعويضية / تنفيسية .
- فقدان للسيطرة الذاتية .

النتائج

- تدني التحصيل الدراسي ,
- ✓ مع التفوق في الثانوية .
- تكرار الغياب .
- مخالفات سلوكية (مصدر ازعاج) .

النتائج

- لا مبالاة
- ✓ دينياً .
- ✓ اجتماعياً .
- ✓ دراسياً .
- دخين / معاكسات / علاقات .

النتائج

- اضطرابات نفسية سلوكية .
- اضطراب التكيف .
- قلق .
- اكتئاب .

ما هو التوجيه و الارشاد ؟

■ مساعدة الفرد على

■ فهم

■ تنمية

■ قدراته و امكانياته ,

ما هو التوجيه و الارشاد ؟

■ التعرف على الظروف المحيطة به .

■ لیتخذ قرارات لحل مشكلة ما .

■ التكيف مع وضع قائم .

■ لیتمكن من حل مشكلاته مستقبلا .

أهداف التوجيه و الارشاد

الحاجة للتوجيه و الارشاد

■ ما هو موقف التعليم ؟

■ معلم و متعلم و خبرة متعلمة .

■ نقل الخبرة من الكبير الى !!!

التمكن من المهارات الإرشادية

التمكن من المهارات الإرشادية

■ اشراف و ليس تفتيش .

■ مشاركة و ليس سيطرة .

■ دعم و ليس تحطيم .

التمكن من المهارات الإرشادية

- مساندة و ليس تجريد .
- تطوير وليس تتبع عثرات .

التمكن من المهارات الإرشادية

- التحلي بالأخلاق الإسلامية .
- التخصص أو الحصول على دبلوم توجيه وإرشاد .
- الميل الإيجابي لممارسة المهنة .

التمكن من المهارات الإرشادية

- الإلمام بأخلاقيات المرشد (ميثاق الإرشاد) .
- امتلاك مهارات الاتصال (مستمع جيد ومتحدث مقنع , الحوار الراقى) .
- مهارات التعزيز.

التمكن من المهارات الإرشادية

- مهارات إدارة الوقت .
- امتلاك مهارات المتابعة .
- التمتع بالاستقرار النفسي , الوظيفي و الأسري.

التمكن من المهارات الإرشادية

- أسس صياغة الأهداف .
- مهارات التخطيط .
- مهارات تنمية و إدارة الذات .

التمكن من المهارات الإرشادية

- النظريات الإرشادية .
- أسس الإرشاد التربوي المدرسي .
- التفريق بين التوجيه و الإرشاد .
- استراتيجيات دراسة الحالة .

التمكن من المهارات الإرشادية

- فنيات المقابلة .
- الفروق الفردية .
- فنيات تعديل السلوك .
- مهارات حل المشكلات .

التمكن من المهارات الإرشادية

- مهارات التحصيل الفعال .
- فنيات مواجهة قلق الاختبار .
- فنيات التعامل مع الضغوط .
- الإلمام بوسائل التكيف النفسي والتوافق الاجتماعي .

التمكن من المهارات الإرشادية

- مهارات التعامل مع الظواهر الاجتماعية .

خدمات التوجيه و الارشاد

- فهم المشكلة
- تحديد أسبابها.
- دور الطالبة في الحل .
- دور الآخرين .

عوامل الاضطراب

- فترات الانتقال العُمرية
- التغيير الاجتماعي
- الصراع بين الأجيال
-

فكرة التوجيه



- بدأت فكرة إنشاء مركز التوجيه والإرشاد عندما وجد أن هناك طلاباً لا يتلاءم أداؤهم الأكاديمي مع قدراتهم المرتفعة ، والذي يدل على أن لديهم صعوبات تحتاج تدخل جهات تربوية عليا، تساعد الطالب على التغلب على هذه الصعوبات ، وأصبح حتمياً أن يتم تناول مشكلاتهم من خلال الاعتماد كلياً على واقع يعيش هؤلاء الطلاب فيه أنفسهم .

أهداف

- تحقيق التوافق (الشخصي ، والأكاديمي، والاجتماعي)
- تحقيق الصحة النفسية
- تحسين العملية الأكاديمية
- الرقي بالمستوى السلوكي عند الطالب
- استخدام التقنية لتسهيل خدمة الطلاب

م	نوع الحالة	عدد الحالات	النسبة
1	دراسية	535	%25.59
2	نفسية	520	%25.76
3	مالية	225	%10.76
4	عمل جزئي	130	%6.22
5	اجتماعية	493	%23.58
6	صحية	188	%8.99

