الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

يرى البعض أن التمييز أو التفريق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي تمييز وتفريق اصطناعي، ويعتقد في هذا معظم المرشدين والمعالجين النفسيين أنفسهم. وهم يستخدمون المصطلحين بالتبادل بدون تمييز عملي، ويقصرون التمييز على المستوى الاصطلاحي اللفظي فقط "بروس شيرترز، وشيلي ستون Schertzer & StoneK؛ ١٩٧٦."

ويعتبر كل من التوجيه والإرشاد والصحة النفسية والعلاج النفسي توأمين. وعلى الرغم من أنهما ليسا توأمين مماثلين فإنهما متشابهان جدا، أي أن أوجه الاتفاق بينهما أكثر من أوجه الاختلاف، وعناصر الائتلاف والتقريب أكثر من عناصر الاختلاف والتفريق.

وقد أكد "ويليامسونWilliamson ؛ ١٩٣٩" الطبيعة العلاجية للإرشاد النفسي، ومن بين أقطاب الميدانين "الإرشاد النفسي والعلاج النفسي" كارل روجرزRogers ؛ ١٩٤٢ في كتابه الإرشاد والعلاج النفسي.Counseling and Psychotherapy

ويلاحظ أن عددًا كبيرا من الكتب في ميداني الإرشاد النفسي والعلاج النفسي أصبحت تجمع بينهما.

ولنأخذ على سبيل المثال لا الحصر كتاب لورانس برامر وإفريت شوستروموBrammer & Shostrom ؛ "١٩٧٧" "علم نفس العلاجي: أسس الإرشاد والعلاج النفسي :Therapeutic Psychology " Fundamentals of Coiunseling and Psychotherapy، وكتاب هيلين كولير Collier ؛ "١٩٨٢" "إرشاد النساء: دليل للمعالجين."

Counseling Women: A Guide for Therapists.

ويعرف المؤلف العلاج النفسي Psychotherapy بأنه نوع من العلاج تستخدم فيه الطرق النفسية لعلاج مشكلات أو اضطرابات أو أمراض ذات صبغة انفعالية يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه، وفيه يقوم المعالج بالعمل على إزالة الأعراض المرضية الموجودة أو تعديلها أو تعطيل أثرها، مع مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة والتوافق مع بيئته واستغلال إمكاناته على خير وجه ومساعدته على تنمية شخصيته ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي بحيث يصبح المريض أكثر نضجا وأكثر قدرة على التوافق النفسي في المستقبل.

والمستعرض لتعريف كل من التوجيه والإرشاد من ناحية والصحة النفسية والعلاج النفسي من ناحية أخرى يلمس اتصالهما الوثيق وتقاربهما الكبير.

ويقترب الإرشاد النفسي والعلاج النفسي داخل علم النفس العلاجي ويميز بينهما داخل هذا الإطار.

وفيما يلي أهم عناصر الاتفاق بين الإرشاد النفسي من ناحية وبين العلاج النفسي من ناحية أخرى:

-كلاهما عملية مساعدة وخدمة الفرد نفسيا بهدف تحقيق فهم النفس وتحقيق الذات وحل المشكلات وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية.

-المعلومات المطلوبة لدراسة الحالة ووسائل جمع هذه المعلومات واحدة في كل منهما.

-يشتركان في الأسس التي يقومان عليها ويستخدمان لغة مشتركة وأساليب مشتركة مثل المقابلة ودراسة الحالة ... إلخ.

-استراتيجيات وأهداف كل منهما واحدة وهي: الاستراتيجية التنموية والوقائية والعلاجية.

-إجراءات عملية الإرشاد وعملية العلاج النفسي واحدة في جملتها، فمنها في كل من الميدانين: الفحص وتحديد المشكلة، والتشخيص، كحل المشكلات، واتخاذ القرارات، والتعليم، والمتابعة، والإنهاء.

-يلتقي كل منهما في الحالات الحدية Borderline Cases بين السوية واللاسوية أو بين العاديين والمرضى.

هناك مجال من مجالات الإرشاد النفسي Clinical Counselling يعتبر توأما لطريقة من أشهر طرق العلاج النفسي هي طريقة العلاج الممركز حول العميل.

-يضم علم النفس العلاجي كلا من الإرشاد العلاجي والعلاج النفسي، ويضم مفاهيم ومهارات مشتركة بين عمليات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي.

-المرشد النفسي والمعالج النفسي لا يخلو منهما مركز إرشاد أو عيادة نفسية.

وعلى الرغم من وجود عناصر الاتفاق الكثيرة بين الإرشاد النفسي والعلاد النفسي فإن البعض يحاولون تحديد الحدود الفاصلة أو المميزة بين الميدانين ولو على وجه التقريب مع اعترافهم بصعوبة هذا لأنهم لا يعرفون أين ينتهي هذا وأين يبدأ ذلك. وفيما يلي أهم عناصر الاختلاف بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي:

-الفرق بين الإرشاد النفسي والعلاج النفسي فرق في الدرجة وليس في النوع وفرق في العميل وليس في العملية، ومعنى هذا أن عملية الإرشاد النفسي وعملية العلاج النفسي خطواتها واحدة مع فرق في درجة التركيز والعمل، وأن هناك فرقا في العميل. فالعميل في الإرشاد النفسي أكثر استبصارا ويتحمل قدرا أكبر من المسئولية والنشاط في العملية أكثر من المريض في العلاج النفسي.

-هذه الفروق البسيطة تنعكس في بعض الاختلافات البسيطة في التخصص والممارسة.

-يوضح الجدول التالي بعض عناصر الاختلاف الأخرى.

(حامد زهران، ١٩٨٠: ٢١-٢٤)

الإرشاد النفسي	العلاج النفسي
الاهتمام بالأسوياء والعادين الذين لم تظهر لديهم بعض أنماط عصابية واضحة.أي أن خدمات الإرشاد توجهإلى أقرب المرضى للصحة وإلى أقرب المنحرفين إلى السواء	-الاهتمام بالمرضى بالعصاب والذهان أوذوي المشكلات الانفعالية الحادة.
-المشكلات أقل خطورة وعمقاً،ويصاحبها قلق عادي.	-المشكلات أكثر خطورة وعمقاً، ويصاحبها قلق عصابي.
-حل المشكلات على مستوى الوعي	-التركيز على اللاشعور
-العميل يعيد تنظيم بناء شخصيته هو.	-المعالج هو المسئول عن إعادة تنظيم الشخصية.
-العميل عليه واجب ومسؤلية كبيرة في عمل الاختبارات ورسم الخطط واتخاذ القرارات لنفسي وحل مشكلاته	-المعالج أنشط ويقوم بدور أكبر في عملية العلاج .
-المرشد يؤكد نقاط القوة عند العميل واستخدامها في المواقف الشخصية والاجتماعية ويستخدم المعلومات المعيارية في دراسة الحالة.	-المعالج يعتمد أكثر على المعلومات الخاصة بالحالات الفردية.
-تدعيمي تربوي.	-تدعيمي بتركيز خاص.
-قصير الأمد في العادة	-يستغرق وقتاً أطول
-تقم خدماته عادة في المدارس والجامعات والمؤسسات الاجتماعية.	-تقدم خدماته عادة في العيادات النفسية والمستشفيات النفسية والعيادات الخاصة