حـــوار مـــع الاختصـــاصيـــة النفسيـــة بـالجـامعـة:

الإرشاد النفسي في الأصل فهم للسلوك الإنساني

علم النفس هو العلم الذي يهتم بدراسة السلوك الإنساني بهدف فهمه وتحليله، والاختصاصي النفسي هو الشخص القادر على فهم السلوك الإنساني وتحليله والوقوف على أهم المشكلات التي تواجه المحيطين به ومحاولة حلها بأسلوب علمي، وتحقيق أكبر قدر من التوازن والتوافق والصحة النفسية في تعامل الإنسان مع واقعه المحيط به، من أجل ذلك استضفنا الاختصاصي النفسي بوحدة الإرشاد النفسي والاجتماعي بشؤون الطالبات للتعرف عن قرب بمهام واختصاصات هذه الوحدة وخططها المستقبلية، فتفضلوا معنا في ضيافة الأستاذة الفاضلة فاطمة الزهراء الاختصاصي النفسي بجامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية بمركز الطالبات.

نقوم بتنفيذ برامج لتدعيم السلوكيات الحميدة عند الطالبات

حوار: أ.نهى حامد عبد الرحمن تصوير: بحيرة الضو

عملي في الوحدة يعتمد على المجهود الشخصي

○ في البدء نرحب بك أستاذة فاطمة الزهراء ونحمد الله على سلامتك ونشكرك على هذه السانحة على الرغم من كثرة أعمالك أولاً حدثينا عن تاريخ إنشاء وحدة الإرشاد النفسي بالجامعة؟

أنشئت هذه الوحدة في العام سبعة وألفين مع عودتي للجامعة فقد كنت مشرفة على طالبات معهد مبارك قسم الله في برنامج الدبلوم الوسيط بتعاون بين كلية الدعوة والإعلام ومنظمة الدعوة الإسلامية، وعدت للجامعة والتحقت بشؤون الطالبات، وعندها وجدت الحاجة ماسة جدًا لوحدة الإرشاد النفسي فقمت بحمد الله بإنشائها.

هل واجهتك صعوبات عند إنشاء هذه الوحدة؟

نعم بالطبع واجهتني الكثير من الصعوبات أهمها غياب مفهوم الإرشاد النفسي للطالبات إذ لم يكن معروفًا أو غير محدد لهن، ثم كثرة العمل بشؤون الطالبات يدعوني للتعاون مع الأخوات الزميلات على حساب عملي الأساس «الإرشاد النفسي» وكذلك المكان إذ لم يكن هنالك مكان مخصص لهذه الوحدة على الرغم من أهميتها.

○ بخصوص المكان كيف تجهز وحدة الإرشاد النفسي؟

أجابت: مثلاً من ناحية الكوادر باعتبار الكادر هو الأساس في عمل الوحدة فالإرشاد النفسي في الأصل فهم للسلوك الإنساني وإذا لم يتم ذلك لن تحل المشاكل، لذلك الكوادر هم الأهم في وحدة الإرشاد النفسي، ولتقوم الوحدة بدورها بصورة مثلى لا بد من توافر ثلاث موظفات «طبيب نفسي، اختصاصي نفسي، واختصاصي اجتماعي» هذا أقل تقدير، وثلاثة مكاتب لهؤلاء لكن في نطاق واحد وهذا لأن عملهم مكمل لبعض ويمر على ثلاثة مكاتب ليخرج بنتيجة نهائية، نتيجته تبين ما يعاني منه العميل وتحليله للتوصل لحلول.

○ أستاذة فاطمة الزهراء ماذا عن الأجهزة والمعدات؟

للأسف الشديد لا أمتلك أية معينات عمل فعملي في هذه الوحدة يعتمد على مجهودي الشخصي، وينبغي توفير كنبة مريحة للعميل، وجهاز تسجيل، وكمبيوتر، ودواليب لحفظ الملفات بمواصفات معينة حتى تحفظ أسرار العمل والعميل بصورة منتظمة ومأمونة، ثم أحتاج للمعدات التقليدية التي يحتاجها أي مكتب.

حصلت على دبلوم العلاج بخط الزمن ودبلوم التفكير الإيجابي في القاهرة

○ حدثينا عن الدور الذي تلعبه وحدة الإرشاد النفسي ممثلة في شخصك وأنت اختصاصية نفسية؟

في الحقيقة أقوم وأنا اختصاصية نفسية باستقبال الحالات التي تحتاج لعلاج نفسي سواء أكانت قادمة من تلقاء نفسها أم محولة من الأساتذة بالجامعة أو من الموظفات بالكليات أو المرابطات فهن يحولن الكثير من الحالات التي تعاني من ضغوط نفسية وأحيانًا تحول بعض الحالات من البيت حيث تشعر بأن الطالبة تعاني من مشاكل لا يمكن حلها في نطاق الأسرة فتحول لنا لنقوم بالعلاج النفسي.

نقـــدم محاضـرات بصورة دورية في أمور تهم الطـالبـات

○ هل يمكن القول إن عمل الوحدة يقتصر على ما ذكرت فقط؟

أجابت: لا طبعًا ما ذكرت على سبيل المثال لكن دور الاختصاصي النفسي ووحدة الإرشاد النفسي هو إرشاد الطالبات وتوجيههن لمساعدتهن على حل المشكلات وعمل برامج تعديل السلوك لأكثر المشاكل انتشارًا في الجامعة وكذلك اكتشاف الموهوبات والمتفوقات ومساعدة المتأخرات دراسيًا وعمل محاضرات وندوات وبرامج توعية لتعديل السلوكات غير المرغوب فيها وكذلك من مهام وحدة الإرشاد النفسي مساعدة الطالبات على تكوين شخصية قوية قادرة على التعامل مع الواقع.

○ هل نلتي التدريب الكافي لتصبحي اختصاصية نفسية؟

أحسب ذلك والحمد لله فدراستي الأكاديمية كانت بجامعة الخرطوم كلية التربية شعبة علم النفس التطبيقي والتدريب العملي سنة كاملة والآن حُول ليصبح التربية الخاصة، وحصلت على الماجستير في علم النفس الاجتماعي من جامعة الخرطوم، ومن خلال التعاون مع الصندوق القومي لرعاية الطلاب حصلت على ثلاث دورات وفي المساء أعمل في العيادات النفسية المتنقلة بالمجمعات السكنية وكذلك حصلت على دبلوم الإرشاد الأسري ودبلوم العلاج بخط الزمن ودبلوم التفكير الإيجابي في القاهرة.

○ هل استفدت من مثل هذه الدورات؟

نعم فقدت ساعدتني في عملي كثيرًا لأنها تعطي نماذج حية لمشاكل تم حلها عبر تقنيات وفنيات حديثة.

○ فضلاً الاحظ أن هنالك تعاونًا في العمل بإدارة شؤون الطالبات؟

نعم هنالك قمة في التعاون فمثلاً إذا كانت هنالك حالات يتطلب التعجيل في علاجها نفسيًا يتم إعفائي من التكليفات الأخرى ويتم مدى بالمعلومات اللازمة عن هذه الحالات.

○ حدثيني عن أصعب حالة مرت بكِ وكيف تم التعامل معها؟

أصعب الحالات التي مرت بنا محاولة انتحار طالبة في الفرقة الأولى وبعد جلسة العلاج تعرفت على أسباب الإقدام على مثل هذا السلوك، وفي المرحلة الثانية أصبحت العميلة أكثر عقلانية وعرفت عقوبة سلوكها في الدنيا والآخرة، وفي المرحلة الثالثة استعادة العميلة توازنها وتم القضاء على جوانب الضعف في شخصيتها، ومن ثم أعطيناها تمرينات وتقنيات مع شرح كيفية استخدامها وذلك يعينها في تقوية شخصيتها المستقلة.

○ هل هناك محاضرات تقدمها وحدة الإرشاد النفسي للطالبات؟

نعم فهذا من صميم عملنا، نقدم المحاضرات بصورة دورية في القضايا التي تهم الطالبات مثل التخطيط للمستقبل وكيفية اختيار شريك الحياة وكذلك كيفية التعامل مع الآخرين، وكيفية المذاكرة الفاعلة وتقوية الذاكرة وكيفية تفادي السرحان أثناء المحاضرات ومعالجة إدمان المكالمات التلفونية وإدمان التعامل مع الشبكة العنكبوتية وكيفية التعامل مع الأزمات العاطفية.

هل هنالك جدول زمني محدد لتقديم مثل هذا المحاضرات؟

لا فأحيانًا تقدم في فترة فراغ الجدول ويتم تنظيم المحاضرات حسب أولوية طلب الطالبات، وأقوم بالتنسيق مع الأخوات مسجلات الكليات لإعطائي عشر دقائق من زمن المحاضرة أقدم فيها إرشادًا للطالبات.

وحدة الإرشاد النفسي ينبغي الخـروج بهـا للمجتمـــع وتحويلها لمركز للإرشاد النفسي

○ حدثينا عن نوعية الدورات التي تقدم للطالبات؟

مثلاً دورة دعم الأقران أي الطالبات يقدمن الخدمة والدعم النفسي لبعضهن بعضًا وذلك بتدريبهن على دعم زميلاتهن نفسيًا وفكرة المشروع هي تقديم خدمة لأكبر عدد من الطالبات، والإقبال على التسجيل في هذه الدورة كبير لكن لم تنفذ.

○ لماذا لم تنفذ؟

لعدم توافر الميزانية وضعف التمويل لطباعة ر المادة العلمية وتصويها علمًا بأن المادة العلمية جاهزة والمكان جاهز فيمكن تنفيذها في أية قاعة في محيط المركزين»أ،ب» فقط نحتاج ميزانية للطباعة وتصوير المادة العلمية واستحقاقات المدربين وضيافتهم، فالعمادة لا تملك ميزانية منفصلة ونحن نقوم برفع التصورات لكن لا نتحصل على المطلوب، فتبعية المالية المركزية أكبر مشاكل العمادة بصورة عامة والوحدة بصورة خاصة، فلو كان لدينا في عمادة شؤون الطالبات ميزانية منفصلة لاختلف الوضع تمامًا.

○ أتوجد لديكم مشاريع لدورات أخرى؟

لا شك لدينا الكثير من الدورات معدة من حيث المادة العلمية مثل استعمال الخريطة الذهنية في المذاكرة، ودورة في التفكير الإيجابي.

○ أستاذة فاطمة الزهراء نتساءل لماذا عمل الوحدة يقتصر على الطالبات فقط؟

في رأي وحدة الإرشاد النفسي ينبغي الخروج بها للمجتمع مثل عمل كلية المجتمع أي جعل وحدة الإرشاد النفسي مركزًا قائمًا بذاته تحل فيه جميع مشاكل المجتمع على اختلافها مثل مشاكل الطلاق والمترتب عليه مشاكل الشباب والمراهقين، وينبغي الإسراع في تنفيذ هذه الفكرة فهي تخدم رسالة الجامعة.

○ في رايك متى يمكن تنفيذ هذه الفكرة؟

يمكن جعل الوحدة مركزًا قائمًا بذاته للعلاج النفسي والاجتماعي عند إدراج قسم للإرشاد النفسي في كلية التربية وللإرشاد الاجتماعي والخدمة الاجتماعية في كلية العلوم الاجتماعية حتى يخرج جيلاً تأصيليًا يحمل رسالة الجامعة للمجتمع يعمل في المدارس والمراكز متخصصين في العلاج النفسي والاجتماعي تم صقلهم عمليًا بالتدريب في المركز» مركز الإرشاد النفسي والاجتماعي» عندها تكون جامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية تسهم بشكل أكبر في حل جميع مشاكل المجتمع السوداني وعندها تدمج برامج الجامعة في المجتمع لتشكل رؤية واقعية للجامعة في المجتمع ولا مانع عندي بل أرحب بتبني هذا المشروع ليصبح واقعًا معيشًا .

الميـــزانية المستقلـة تعين على تنفيذ الدورات والبـرامج

○ حدثينا عن خططك المستقبلية؟

أكبر هذه الخطط وأهمها هي تنفيذ فكرة المركز وإعداده بصورة متكاملة من ناحية المعدات ووسائل النقل والكوادر في المقام الأول والتدريب العملي لطالبات في كلية التربية وكلية العلوم الاجتماعية واستقلال الميزانية حتى نقوم بتنفيذ الدورات التدريبة.

○ هل من كلمة أخيرة؟

أشكرك الأخت نهى وأشكر صحيفة نور المشاني لإتاحتها هذه الفرصة للوحدة ومزيدًا من التقدم والنجاح.