

المرشد النفسي

كتاب للأطفال

نورة طاع الله

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو المرشد النفسي؟

المرشد النفسي هو شخص يساعد الأطفال والكبار على فهم مشاعرهم والتعامل معها بطريقة صحيحة. يستمع إلى الناس باهتمام واحترام، ويساعدهم عندما يشعرون بالحزن أو القلق أو الغضب أو الخوف، ويشجعهم على التفكير بإيجابية والبحث عن حلول مناسبة للمواقف التي يواجهونها. هدفه أن يشعر الجميع بالراحة والثقة وأن يعيشوا حياة أكثر سعادة وهدوءًا.

يعمل المرشد النفسي في أماكن كثيرة، مثل المدارس والجامعات والمراكز المتخصصة والمستشفيات وبعض المؤسسات. وفي المدرسة يساعد التلاميذ إذا واجهوا صعوبة في التكيف مع زملائهم، أو شعروا بالخجل، أو واجهوا مشكلات في الدراسة أو في تكوين الصداقات. كما يشجعهم على اكتشاف قدراتهم وتنمية ثقتهم بأنفسهم.

عندما يتحدث شخص مع المرشد النفسي، فإنه يستمع إليه
بهذوء ومن دون مقاطعة، ثم يطرح أسئلة تساعد على فهم
المشكلة بشكل أفضل. وبعد ذلك يقدم نصائح وإرشادات
مناسبة، ويعلمه طرقاً تساعد على تنظيم مشاعره، وحل
المشكلات، والتواصل الجيد مع الآخرين، واتخاذ القرارات
المناسبة.

يستخدم المرشد النفسي أنشطة ممتعة مع الأطفال، مثل الرسم،
واللعب، والقصص، والحوار، والألعاب التعليمية، حتى
يساعدهم على التعبير عن مشاعرهم بطريقة سهلة. فبعض
الأطفال يجدون التعبير بالرسم أو اللعب أسهل من الكلام، لذلك
يختار المرشد الطريقة التي تناسب كل طفل.

يحرص المرشد النفسي على احترام خصوصية الأشخاص،
ويتعامل معهم بلطف واهتمام، ويشجعهم على التعبير عن
مشاعرهم من دون خوف أو خجل. كما يتعاون مع الأسرة

والمعلمين عندما يكون ذلك مفيدًا لمساعدة الطفل على النجاح
والشعور بالاستقرار.

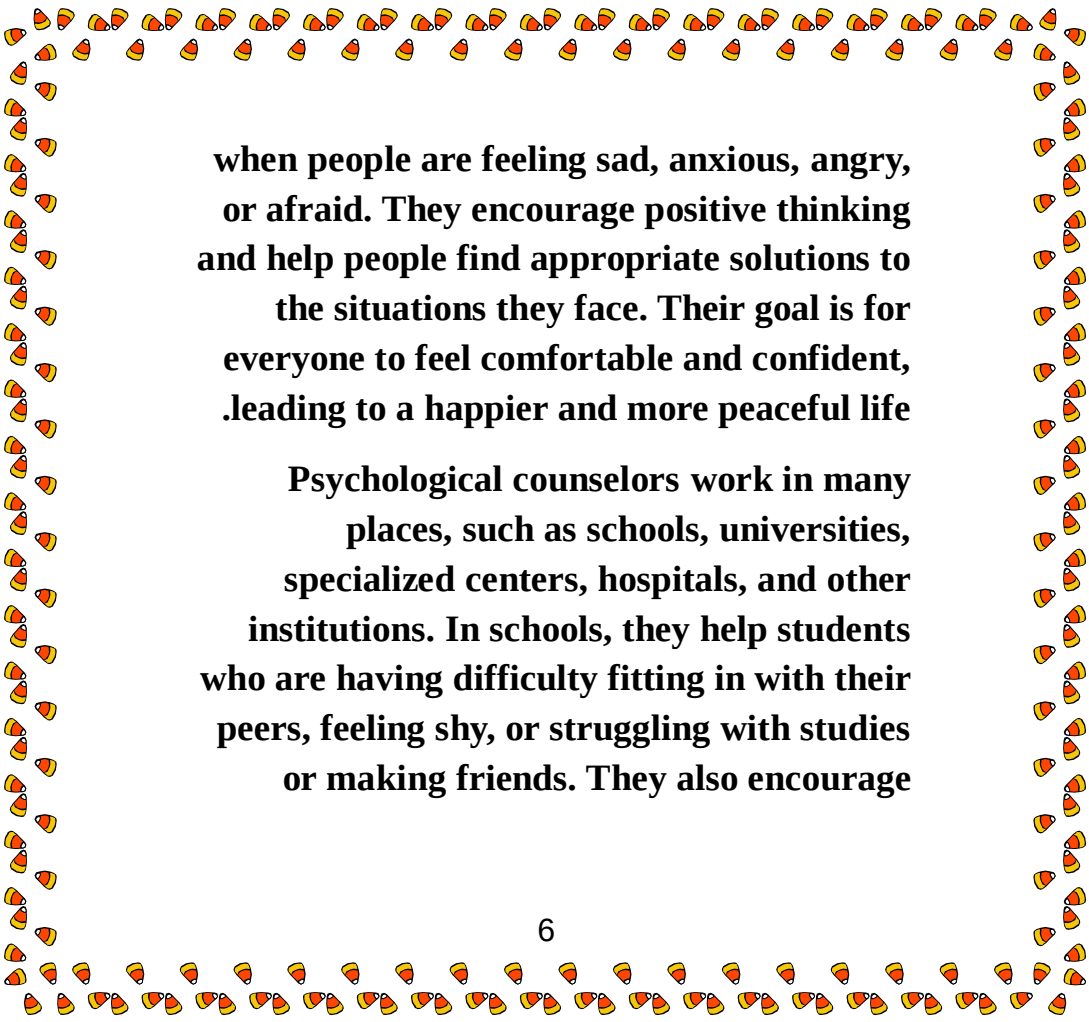
يحتاج المرشد النفسي إلى صفات جميلة، مثل الصبر،
والرحمة، وحسن الاستماع، والهدوء، والاحترام، والقدرة
على فهم مشاعر الآخرين. كما يجب أن يكون محبًا للتعلم، لأن
فهم النفس البشرية يحتاج إلى دراسة ومعرفة مستمرة.

يساعد المرشد النفسي الناس على اكتساب عادات جيدة، مثل
الثقة بالنفس، واحترام الآخرين، والتعاون، وحل الخلافات
بالكلام الهادئ، وتنظيم الوقت، والتعامل مع الضغوط اليومية
بطريقة صحية. كما يشجع الأطفال على طلب المساعدة عندما
يحتاجون إليها، فطلب المساعدة عند وجود مشكلة هو تصرف
شجاع وحكيم.

إن مهنة المرشد النفسي تعلمنا أن المشاعر جزء طبيعي من
حياة كل إنسان، وأن فهمها والتعبير عنها بطريقة مناسبة
يساعدنا على أن نكون أكثر راحة وسعادة. وقد يحلم بعض
الأطفال بأن يصبحوا مرشدين نفسيين عندما يكبرون،
فيساعدون الآخرين، وينشرون الطمأنينة والأمل، ويساهمون
في بناء مجتمع يتعاون أفرادُه ويهتم بعضهم ببعض.
هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

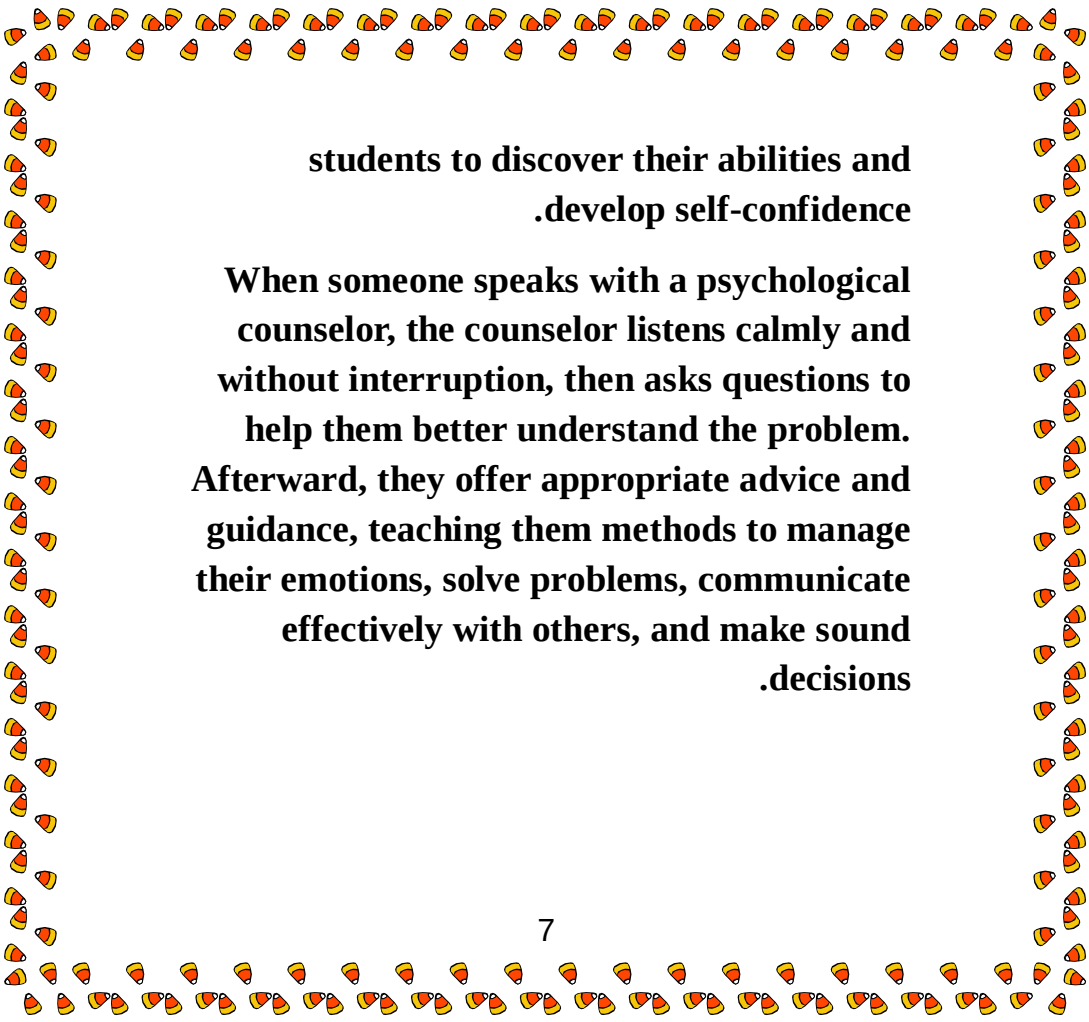
**Do you know, my son, who a psychological
?counselor is**

**A psychological counselor is someone who
helps children and adults understand and
manage their emotions effectively. They listen
attentively and respectfully, offering support**



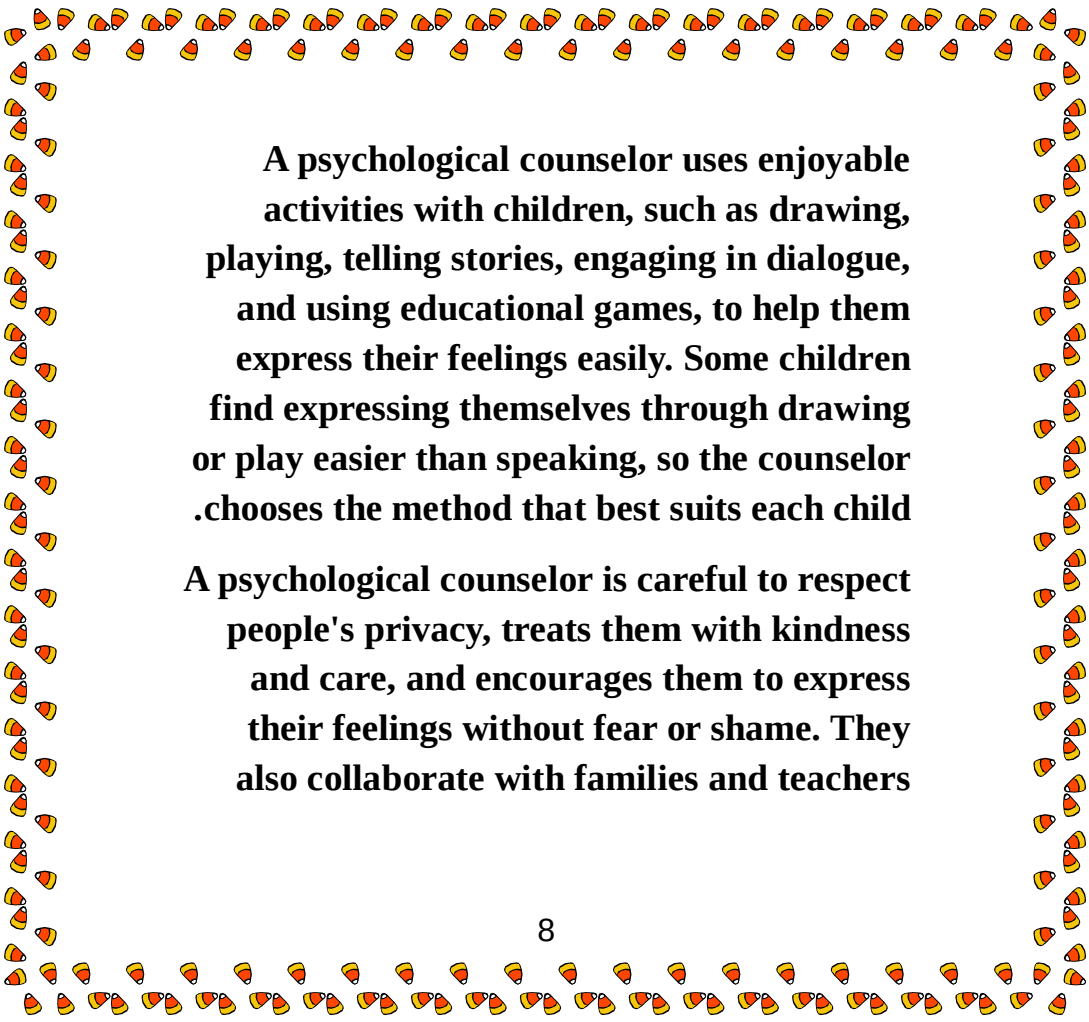
**when people are feeling sad, anxious, angry,
or afraid. They encourage positive thinking
and help people find appropriate solutions to
the situations they face. Their goal is for
everyone to feel comfortable and confident,
.leading to a happier and more peaceful life**

**Psychological counselors work in many
places, such as schools, universities,
specialized centers, hospitals, and other
institutions. In schools, they help students
who are having difficulty fitting in with their
peers, feeling shy, or struggling with studies
or making friends. They also encourage**



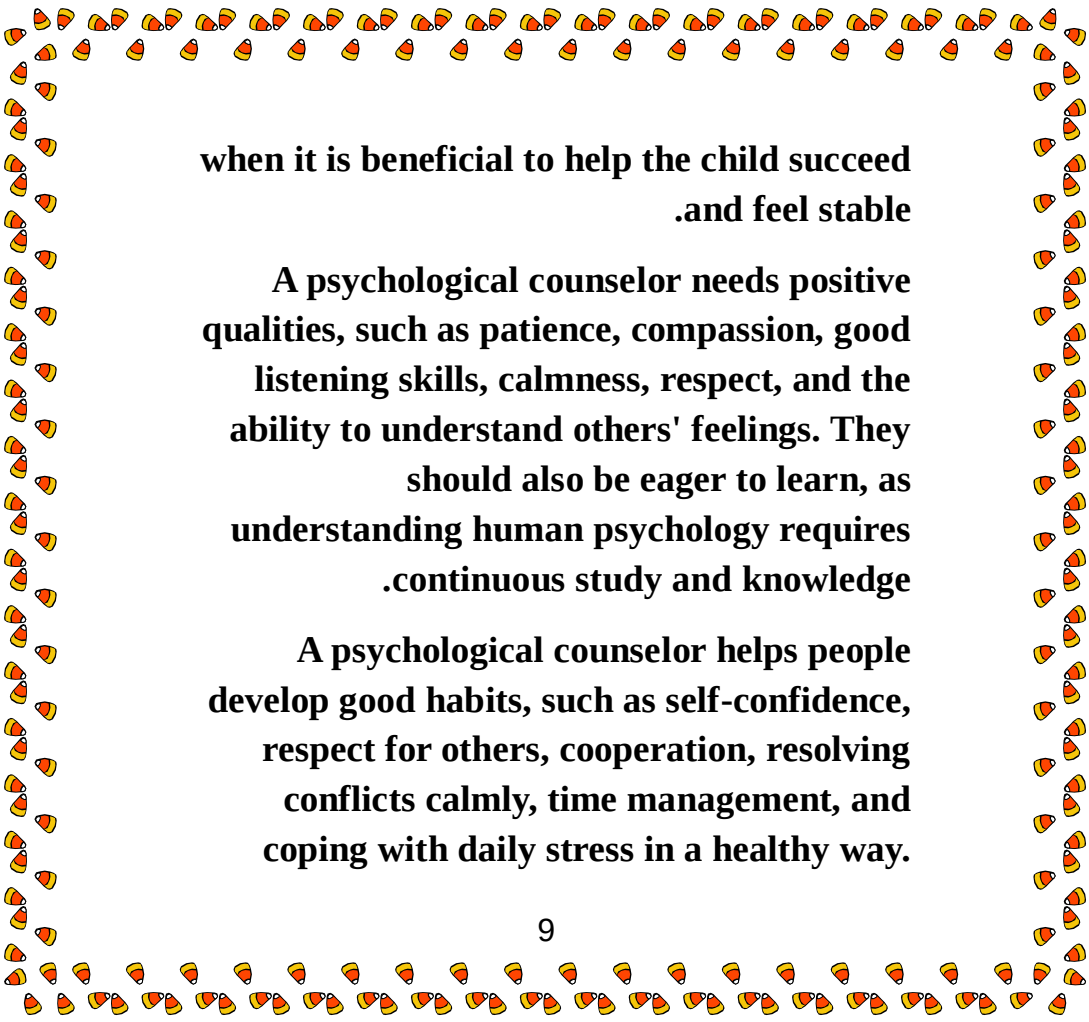
**students to discover their abilities and
.develop self-confidence**

**When someone speaks with a psychological counselor, the counselor listens calmly and without interruption, then asks questions to help them better understand the problem. Afterward, they offer appropriate advice and guidance, teaching them methods to manage their emotions, solve problems, communicate effectively with others, and make sound
.decisions**



A psychological counselor uses enjoyable activities with children, such as drawing, playing, telling stories, engaging in dialogue, and using educational games, to help them express their feelings easily. Some children find expressing themselves through drawing or play easier than speaking, so the counselor chooses the method that best suits each child

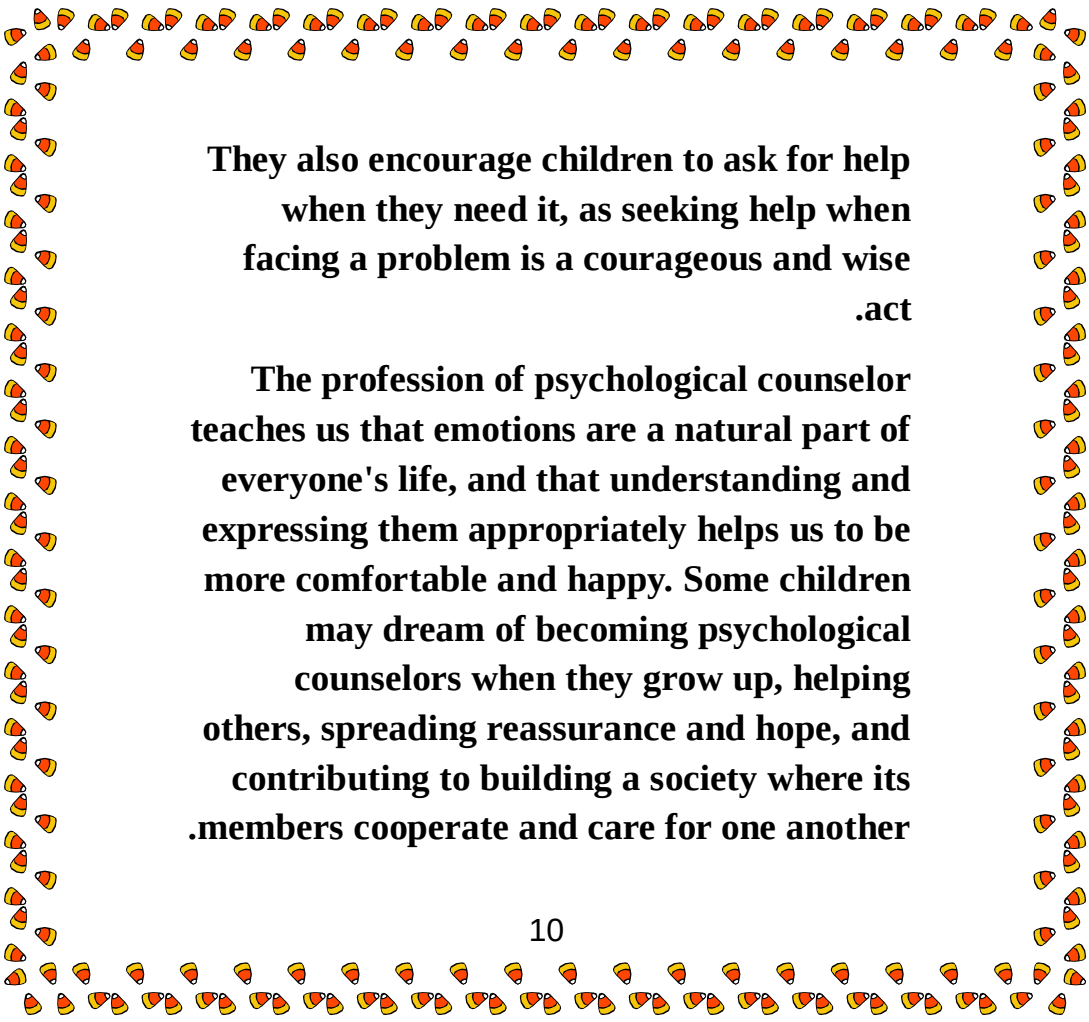
A psychological counselor is careful to respect people's privacy, treats them with kindness and care, and encourages them to express their feelings without fear or shame. They also collaborate with families and teachers



**when it is beneficial to help the child succeed
.and feel stable**

**A psychological counselor needs positive
qualities, such as patience, compassion, good
listening skills, calmness, respect, and the
ability to understand others' feelings. They
should also be eager to learn, as
understanding human psychology requires
.continuous study and knowledge**

**A psychological counselor helps people
develop good habits, such as self-confidence,
respect for others, cooperation, resolving
conflicts calmly, time management, and
coping with daily stress in a healthy way.**



**They also encourage children to ask for help
when they need it, as seeking help when
facing a problem is a courageous and wise
.act**

**The profession of psychological counselor
teaches us that emotions are a natural part of
everyone's life, and that understanding and
expressing them appropriately helps us to be
more comfortable and happy. Some children
may dream of becoming psychological
counselors when they grow up, helping
others, spreading reassurance and hope, and
contributing to building a society where its
.members cooperate and care for one another**