



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة الشهيد حمه لخضر

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية



مطبوعة بيداغوجية بعنوان :

دروس في علم النفس الأسري

مقدمة إلى طلبة السنة الثالثة علم النفس التربوي (السداسي الثاني)

إعداد الدكتور: مومن بكوش الجموعي أستاذ محاضر قسم أ

معلومات حول المقياس:

كلية : العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم : العلوم الاجتماعية

الفئة المستهدفة : السنة الثالثة ليسانس علم النفس التربوي

عنوان المقياس : علم النفس الأسري

الرصيد: 02

المعامل: 02

معلومات للاتصال: عن طريق البريد الإلكتروني: moumendj@gmail.com

II. ملخص المقياس:

يُقَدِّم هذا المقياس ، دروس في علم النفس الأسري ، إطاراً معرفياً متكاملًا يجمع بين الجوانب النظرية

والتطبيقية لهذا التخصص ، حيث يهدف إلى تمكين الطالب من :

من فهم نظري يتمكن من خلاله تحديد ماهية علم النفس الأسري كفرع علمي مستقل ، وأهدافه ، كتحسين

الصحة النفسية ، وتعزيز التفاعلات الأسرية ، كما يتمكن من استيعاب المفاهيم الأساسية ، الديناميكيات

الأسرية ، النسق الاجتماعي الثقافي ، وأدوار أفراد الأسرة ، وتصبح لديه معارف بعد تحليل التطور

التاريخي لهذا العلم وعلاقته بالفلسفة وعلم الاجتماع والتربية ويصبح قادراً على ، تطبيق ذلك عملياً

ويتمكن من توظيف النظريات في تشخيص المشكلات الأسرية كالعنف ، الطلاق ، الإدمان ، وتصميم

برامج الإرشاد والعلاج الأسري ، وتحليل البحوث الاجتماعية والنفسية المرتبطة بالأسرة ، وفهم تأثير

العوامل الثقافية والاقتصادية على بنيتها.

ويصبح قادراً على معالجة القضايا التربوية المرتبطة بالتنشئة الاجتماعية كالتمتع ، صعوبات التعلم ، عبر

فهم التفاعل بين البيئة الأسرية والمدرسية ، ويتكامل معرفياً من خلال ربط الأبعاد النفسية كالأضطرابات

العاطفية بالاجتماعية كالهجرة ، الفقر ، والتربوية كالتحصيل الدراسي في تحليل الظواهر الأسرية ، كما يتمكن من تطوير مهارات بحثية قائمة على المنهج العلمي لدراسة الظواهر الأسرية المعقدة ، إذ يُمكن هذا المقياس الطالب من تبني رؤية شمولية للأسرة كوحدة تحليل ديناميكية ، تُسهم في صياغة حلول مبتكرة للتحديات المعاصرة في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي.

III. المحتوى:

ينقسم المقياس إلى ثلاثة محاور رئيسية ، يتم التعامل مع كل وحدة من خلال تسلسل تعليمي يسمح باستيعاب المفاهيم المدرجة ، ويتم ذلك من خلال تبسيط الدروس التي تحتوي على تلك المفاهيم الأساسية جميع الدروس المذكورة هنا وفق المخطط المفصل من خلال تصفح الدروس الموضحة بالمخطط التفصيلي :

المحاضرة الأولى

مدخل إلى علم النفس الأسري وعلاقته بالعلوم الأخرى

تمهيد

- 7 1- تاريخ تطور علم النفس الأسري
- 8 2- تعريف علم النفس الأسري
- 9 3- أهمية علم النفس الأسري
- 10 4- أهداف علم النفس الأسري
- 11 5- مجالات وجوانب علم النفس الأسري
- 13 6- موضوعات علم النفس الأسري
- 14 7- علاقة علم النفس الأسري بالعلوم الأخرى

المحاضرة الثانية

النسق والنظام الأسري

تمهيد

- 15 1- الأسرة كنسق نفسي اجتماعي ثقافي
- 16 2- النسق الأسري المفتوح والمغلق
- 19 3- مزايا النسق الأسري المفتوح والمغلق
- 4- الأفضلية بين النسق الأسري المفتوح والمغلق
- 5- النظام الأسري
- 6- الفرق بين النسق الأسري والنظام الأسري
- 7- دراسة التفاعلات بين أفراد النسق السري
- 8- أهمية دراسة التفاعلات والأدوار

المحاضرة الثالثة

الأسر الوظيفية والأسر غير الوظيفية

تمهيد

- 30 1- وظائف الأسرة الأساسية
- 34 2- الأسرة الوظيفية
- 37 3- خصائص الأسرة الوظيفية
- 38 4- جودة العلاقات والقدرة على تلبية احتياجات الأفراد في الأسرة الوظيفية
- 38 5- بعض المصطلحات التي تتعلق بالأسرة الوظيفية
- 39 6- التحديات التي تواجه الأسرة الوظيفية
- 7- الأسر المختلة وظيفياً
- 8- خصائص الأسرة المختلة وظيفياً

المحاضرة الرابعة

دورة حياة الأسرة

تمهيد

- 41 1. تعريف دورة حياة الأسرة
- 43 2. خصائص دورة حياة الأسرة
- 48 3. أهمية دراسة دورة حياة الأسرة
- 50 4. الجوانب التي يدرسها علم النفس الأسري في دورة حياة الأسرة

5 . مراحل دورة حياة الأسرة

المحاضرة الخامسة

التوافق والتكيف الأسري

تمهيد

- 52 1- تعريف التوافق الأسري
- 53 2- عناصر التوافق الأسري
- 56 3- التكيف الأسري
- 61 4- عناصر التكيف الأسري

المحاضرة السادسة

التنشئة والتربية الأسرية

تمهيد

- 1- تعريف التنشئة الاجتماعية
- 2- تعريف التنشئة الأسرية
- 3- تعريف التربية الأسرية
- 4- أهمية التنشئة الأسرية
- 5- الفرق بين التنشئة الأسرية والتربية الأسرية
- 6- حاجات التنشئة الأسرية
- 7- العوامل المؤثرة في التنشئة الأسرية
- 8- الأساليب الوالدية في التنشئة الأسرية
- 52 9- أنماط التنشئة الأسرية

المحاضرة الرابعة

المشكلات والصراعات والأزمات الأسرية

تمهيد

- 41 1- تعريف المشكل الأسري
- 43 2- تعريف الصراع الأسري
- 48 3- تعريف الأزمة الأسرية

- 4 - تصنيفات الأزمات الأسرية 50
- 5 - آلية تطور المشكلة الأسرية إلى أزمة معقدة 41
- 6 - كيفية منع تطور المشكلات الأسرية 43
- 7 - استراتيجيات مواجهة المشكلات الأسرية 48
- 8 - نماذج تطور الصراعات إلى أزمة أسرية 48

IV. المكتسبات القبلية:

أن يكون للطالب على دراية ببعض المصطلحات والمفاهيم في علم النفس وعلم الاجتماع .

V. أهداف التعلم:

في نهاية المقياس تتحقق الأهداف المرجوة :

- ✓ تحليل التطور التاريخي لهذا العلم وعلاقته بالفلسفة وعلم الاجتماع والتربية.
- ✓ تحديد ماهية علم النفس الأسري كفرع علمي مستقل ، وأهدافه كتحسين الصحة النفسية، وتعزيز التفاعلات الأسرية .
- ✓ استيعاب المفاهيم الأساسية كالديناميكيات الأسرية ، النسق الاجتماعي الثقافي ، وأدوار أفراد الأسرة.
- ✓ توظيف النظريات في تشخيص المشكلات الأسرية كالعنف ، الطلاق ، الإدمان ، وتصميم برامج الإرشاد والعلاج الأسري.
- ✓ تحليل البحوث الاجتماعية والنفسية المرتبطة بالأسرة ، وفهم تأثير العوامل الثقافية والاقتصادية على بنيتها .

- ✓ معالجة القضايا التربوية المرتبطة بالتنشئة الاجتماعية كالتمتر ، صعوبات التعلم ، عبر فهم التفاعل بين البيئة الأسرية والمدرسية.

✓ ربط الأبعاد النفسية (كالاضطرابات العاطفية) بالاجتماعية كالهجرة ، الفقر ، والتربوية كالتحصيل

الدراسي في تحليل الظواهر الأسرية .

✓ تطوير مهارات بحثية قائمة على المنهج العلمي لدراسة الظواهر الأسرية المعقدة.

✓ يُمكن هذا المقياس الطالب من تبني رؤية شمولية للأسرة كوحدة تحليل ديناميكية ، تُسهم في صياغة

حلول مبتكرة للتحديات المعاصرة في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي.

VI. مكانة المقياس في البرنامج الدراسي:

يدرس المقياس في السداسي الثاني لطلبة السنة الثالثة علم النفس التربوي ، وهو تابع لوحدات التعليم

الأساسية ، ذلك أنه المقياس الذي يمكن الطالب عند دراسته من اكتساب جملة من المعارف النظرية

والمنهجية المهمة بالدرجة الأولى للتعامل مع المشكلات الأسرية وكيف يمكن أن تتطور إلى صراعات أو

أزمات أسرية بعد تفاقمها يمكن أن يؤثر ذلك على الفرد من جانب الصحة النفسية وكذا في مختلف

جوانب الحياة وخاصة المجال الدراسي .

المحاضرة الأولى

مدخل إلى علم النفس الأسري

أسئلة تقييم أولية : بهدف قياس المعرفة المسبقة للطلاب حول المفاهيم الأساسية

س1 - اختر الإجابة الصحيحة:

- وفقاً لعلم النفس الأسري حدد العوامل التي تعتبر الأكثر تأثيراً في تشكيل شخصية الفرد ؟

- الجينات الوراثية التفاعلات الأسرية البيئة المدرسية وسائل الإعلام

ج1 : يُركِّز علم النفس الأسري على الأسرة كنسق متكامل يؤثر في تشكيل شخصية الفرد من

خلال التفاعلات الأسرية .

س 2 - اجب ب : صح أم خطأ:

- علم النفس الأسري يدرس فقط العلاقات بين الآباء والأبناء (خطأ) .

ج2 : يدرس علم النفس الأسري التفاعلات بين جميع أفراد الأسرة ، بما في ذلك الزوجين الإخوة

والأسرة الممتدة .

تمهيد :

يعيش الإنسان في سياقات عديدة منذ بداية حياته ، ومن بين تلك السياقات وأهمها سياق

الأسرة والذي يعتبر سياق بالغ التفرد والخصوصية ، لأن ما يحدث للإنسان فيه ومن خلاله يؤثر

على طريقة تفاعله في السياقات الأخرى لأجل ذلك كانت الأسرة موضع اهتمام العديد من العلماء

كعلماء النفس وعلماء الاجتماع وغيرهم .

1 - تاريخ تطور علم النفس الأسري :

إن علم النفس الأسري كمجال مستقل نسبياً من الدراسات النفسية والاجتماعية لم يظهر فجأة

بل تطور تدريجياً نتيجة لتراكم الأفكار والنظريات التي اهتمت بالعلاقات الأسرية ودينامياتها ، كل

ذلك يعكس تطور الاهتمام بالأسرة كوحدة اجتماعية ونفسية مؤثرة في حياة الأفراد ، ويمكن تتبع هذا التطور عبر عدة مراحل زمنية ، بدءاً من الاهتمامات المبكرة بالأسرة وصولاً إلى تأسيس علم النفس الأسري كفرع مستقل ، وفيما يلي أبرز المحطات التاريخية التي ساهمت في ظهوره وتطوره :

1-1 - المرحلة الأولى : مرحلة الفكر الفلسفي والاجتماعي (قبل القرن العشرين) :

لقد اهتم الفلاسفة مثل أفلاطون و أرسطو بقضايا الأسرة في سياق دورها في بناء المجتمع وتربية الأفراد حيث اعتبرت الأسرة حجر الزاوية في تحقيق الفضيلة والنظام الاجتماعي ، كما ركزت الأديان الكبرى والمجتمعات التقليدية على دور الأسرة في نقل القيم والتقاليد والحفاظ على الاستقرار الاجتماعي ، في حين نجد اهتمام علماء الاجتماع بالأسرة باعتبارها كوحدة أساسية في المجتمع ، في حين بدأ علماء الأنثروبولوجيا في القرن التاسع عشر دراسة الأسرة في سياقات ثقافية مختلفة ، مما أظهر تنوع أشكال الأسرة ودورها في المجتمع .

1-2 - المرحلة الثانية : بداية الاهتمام العلمي (القرن التاسع عشر)

مع ظهور علم الاجتماع بفضل أعمال مثل **أوجست كونت** ، بدأت الأسرة تُدرس كنظام اجتماعي. ركزت هذه الدراسات على الأسرة بوصفها وحدة اقتصادية واجتماعية مهمة ، في حين نجد تطور علم النفس كعلم مستقل خاصة مع أعمال **فرويد** أين بدأ الاهتمام بدور الأسرة في تشكيل الشخصية ، من خلال نظرياته حول الطفولة والعلاقات مع الوالدين .

1-3 - المرحلة الثالثة: الأساس النظري (أوائل القرن العشرين) :

في بداية القرن العشرين ، بدأ علماء الاجتماع بدراسة ديناميكيات الأسرة وعلاقتها مع المجتمع حيث ركز **تالكوت بارسونز** على وظائف الأسرة في الحفاظ على النظام الاجتماعي أي الأسرة كنسق اجتماعي. حيث رأى **بارسونز** أن الأسرة تلعب دوراً رئيسياً في تنشئة الأطفال ونقل القيم

الاجتماعية ، في حين بدأ علماء النفس مثل **سيغموند فرويد** الذي أكد على دور العلاقات المبكرة بين الطفل وأسرته (خصوصاً مع الوالدين) في تشكيل الهوية النفسية ، وأيضاً **ركز جون بولبي 1940** في نظرية التعلق على الروابط العاطفية بين الطفل ومقدمي الرعاية الأساسيين (الأب والأم) وتأثيرها على النمو النفسي ، ودراسات كل **جان بياجيه** و **إريك إريكسون** حول تأثير الأسرة على النمو النفسي والاجتماعي للأطفال .

1- 4 - المرحلة الرابعة: ولادة علم النفس الأسري (منتصف القرن العشرين)

خلال فترة الخمسينيات والستينيات من القرن العشرين ظهرت نظرية النظم الأسرية ، على يد **موراي بوين** ، حيث بدأت تُفهم الأسرة كمنظومة ديناميكية تتألف من تفاعلات بين الأفراد ، كما ظهرت خلال هذه الفترة تطبيقات الإرشاد والعلاج الأسري مع رواد مثل **فرجينيا ساتير** والتي ركزت على الاتصال داخل الأسرة و قدم **موراي بوين** نظرية نظم الأسرة ، التي تركز على التفاعلات بين أفراد الأسرة ودورها في الصحة النفسية ، وعمل **سالفادور مينوشين** على تطوير مفهوم العلاج البنيوي الأسري لفهم الأدوار والتفاعلات الأسرية ويركز في ذلك على إعادة تنظيم الأدوار والحدود داخل الأسرة ، كما ظهرت نظرية الأدوار الأسرية وأجريت دراسات عن الأدوار المختلفة التي يلعبها أفراد الأسرة (مثل الأب، الأم، الطفل) وتأثيرها على الصحة النفسية والاجتماعية ، وخلال فترة السبعينيات من القرن العشرين توسع مجال العلاج الأسري ليشمل مدارس مختلفة ، مثل العلاج الأسري الاستراتيجي والعلاج الأسري المعرفي السلوكي .

1- 5 - المرحلة الخامسة : توسيع المجال (نهاية القرن العشرين) :

توسع علم النفس الأسري ليشمل دراسات متعددة الثقافات ، مع التركيز على تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية على الأسرة ، كما تمت دراسة الأسرة في سياق متغيرات جديدة وتوسع في النظريات وتطوير نظريات جديدة تركز على الجوانب الثقافية والاجتماعية للأسرة ، مثل تأثير الهجرة على

الأسر ، والعولمة وتأثيرها على الأسرة ، تأثير التغيرات الاقتصادية والاجتماعية مثل عمل المرأة والطلاق ، وتنوع أشكال الأسرة (مثل الأسر أحادية الوالدين أو الأسر المثلية) ، وأصبحت الدراسات تهتم بالتنوع الثقافي وتركز أكثر على كيفية تأثير الثقافة على التفاعلات الأسرية ، مثل دور التقاليد والقيم في تشكيل الأدوار الأسرية ، بالإضافة إلى دراسة تأثير وسائل الاعلام و التكنولوجيا على العلاقات الأسرية حيث أدت التغيرات الحديثة مثل استخدام التكنولوجيا الهواتف الذكية ، وسائل التواصل الاجتماعي ، إلى ظهور تحديات جديدة في التفاعلات الأسرية مثل انخفاض جودة التواصل المباشر بين أفراد الأسر....

1-6 - المرحلة السادسة : النهج الشمولي (القرن الحادي و العشرون) :

خلال هذه المرحلة أصبح علم النفس الأسري أكثر شمولية ، حيث يجمع بين الجوانب النفسية والاجتماعية والثقافية ، ويتناول قضايا عديدة مثل الصحة النفسية والرفاه الأسري ، تأثير الضغوط الحديثة مثل التغير المناخي ، العمل عن بعد ، وتربية الأطفال في العصر الرقمي ، الاهتمام بتطبيقات علم النفس الأسري في العلاج النفسي ، الإرشاد ، والتدخلات الأسرية لتحسين جودة الحياة الأسرية.....

وبذلك يمكن القول أن علم النفس الأسري هو نتاج لتطور طويل يجمع بين علم النفس وعلم الاجتماع و الأنثروبولوجيا والفلسفة بدأ كنظريات مبنية على دراسة العلاقات الأسرية وتطور ليصبح مجالاً مستقلاً يهتم بتحليل ودراسة الأسرة كنسق متكامل و يلعب دوراً مهماً في مساعدة الأسر على التكيف مع التحديات المعاصرة وتعزيز الصحة النفسية لأفرادها .

2 - تعريف علم النفس الأسري :

يعتبر علم النفس الأسري فرع من فروع علم النفس يركز على دراسة الأسرة كوحدة اجتماعية وديناميكية متكاملة ويهتم هذا العلم بفهم العلاقات داخل الأسرة ، بما في ذلك التفاعل بين أفرادها ،

الأدوار التي يلعبها كل فرد ، وتأثير البيئة الأسرية على النمو النفسي والعاطفي والاجتماعي للأفراد.

✓ علم النفس الأسري هو فرع من فروع علم النفس يركز على دراسة التفاعلات والعلاقات داخل الأسرة وتأثيرها على الصحة النفسية والسلوكية لأفرادها ، يعنى هذا العلم بفهم الديناميكيات الأسرية ، وأنماط التواصل وحل النزاعات ، ودور الأسرة في تشكيل شخصية الفرد وسلوكه.

✓ علم النفس الأسري هو دراسة السلوكيات ، الأنماط التفاعلية ، والصراعات داخل الأسرة ، مع التركيز على فهم كيفية تأثير العلاقات الأسرية على الصحة النفسية والعاطفية للأفراد وتحقيق التوازن الأسري .

✓ علم النفس الأسري هو دراسة الأسرة كنظام ديناميكي مترابط ، يتأثر فيه الأفراد ويؤثرون على بعضهم البعض من خلال تفاعلات متبادلة ومعقدة ، يركز هذا العلم على فهم الأنماط التفاعلية ، الأدوار، القيم والمعتقدات المشتركة بين الأفراد ، مع الأخذ في الاعتبار تأثير العوامل البيئية الخارجية والثقافية في تشكيل هذه الديناميات.

✓ علم النفس الأسري هو دراسة الأسرة كمنظومة اجتماعية ثقافية تسهم في تشكيل الهوية النفسية للأفراد يهدف إلى تحليل التفاعلات الأسرية ، الأدوار الاجتماعية داخل الأسرة ، وتأثير القيم والمعتقدات الثقافية على بنية الأسرة وسلوكياتها ، مع التركيز على التحديات والضغوط الناتجة عن التحولات الاجتماعية والاقتصادية .

✓ علم النفس الأسري هو مجال يهتم بفهم تأثير العلاقات والتفاعلات الأسرية على الصحة النفسية والعاطفية للأفراد ، مع التركيز على التكيف الأسري خلال مراحل الحياة المختلفة. يدرس هذا العلم ديناميات القوة ، أنماط التواصل ، واستراتيجيات حل المشكلات داخل الأسرة لتحقيق التوازن العاطفي والاجتماعي

✓ علم النفس الأسري هو دراسة الأسرة كوحدة تطورية تتغير عبر الزمن ، تمر بمراحل مختلفة بدءاً من تكوين الأسرة وحتى تفككها أو انتقالها إلى أجيال جديدة ، يركز على فهم تأثير هذه المراحل على العلاقات الأسرية توزيع الأدوار ، وتأثير الأحداث الحياتية الكبرى على استقرار الأسرة ووظيفتها .

✓ علم النفس الأسري هو تخصص علمي يدرس الأسرة كنظام متعدد الأبعاد يجمع بين الجوانب النفسية

و الاجتماعية والثقافية والبيولوجية ، يهتم بفهم العلاقات بين أفراد الأسرة ، تحليل الأدوار والمسؤوليات ، دراسة تأثير العوامل الخارجية مثل الاقتصاد والسياسة ، وتقديم استراتيجيات لتعزيز الصحة النفسية والعاطفية وتحقيق الاستقرار الأسري في ظل التغيرات المجتمعية المتسارعة .

✓ وهو إحدى فروع علم النفس التطبيقية ويهتم بدراسة الأسرة كوحدة أو كنسق نفسي اجتماعي ثقافي ، ويهتم هذا التخصص بدراسة التفاعلات بين أفراد النسق الأسري والأدوار والمكانات المرتبطة بكل عضو من أعضاء الأسرة النووية أو الأسرة الممتدة .

من خلال التعريفات السابقة نجد أنه يتم النظر إلى الأسرة كوحدة أو كنسق نفسي اجتماعي ثقافي في علم النفس الأسري ، وتعكس هذه التعريفات الطبيعة المتعددة الأبعاد للأسرة ، والتي تشمل الجوانب النفسية والاجتماعية والثقافية ، وعليه باعتبار أن الأسرة كنسق نفسي اجتماعي ثقافي هي وحدة معقدة ومتعددة الأبعاد ، حيث تؤثر التفاعلات والأدوار والمكانات على الصحة النفسية لأفرادها ، و علم النفس الأسري يهدف إلى فهم هذه التفاعلات وتحسينها لضمان بيئة أسرية صحية ومتوازنة .

وبذلك يمكن القول أن علم النفس الأسري ذلك الفرع من فروع علم النفس الذي يركز دراسته على الأسرة كوحدة أو نسق نفسي اجتماعي ثقافي متكامل ، يهتم هذا التخصص بدراسة التفاعلات الديناميكية بين أفراد النسق الأسري ، بما في ذلك الأدوار والمكانات التي يشغلها كل فرد داخل الأسرة النووية أو الأسرة الممتدة ، كما يركز على فهم البنية الداخلية للأسرة ، المراحل التطورية التي تمر بها ، والتأثير المتبادل بين الأسرة والبيئة المحيطة بها ، بما يشمل الجوانب الاقتصادية ، الاجتماعية ، والثقافية ، يهدف هذا العلم إلى تحليل الأنماط التفاعلية داخل الأسرة ، استكشاف تأثيرها على الصحة النفسية والعاطفية لأفرادها ، وتقديم استراتيجيات لتحسين جودة الحياة الأسرية وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي .

3 - أهمية علم النفس الأسري:

- ✓ فهم تأثير الأسرة على الصحة النفسية للأفراد.
 - ✓ تعزيز العلاقات الإيجابية بين أفراد الأسرة.
 - ✓ تقديم استراتيجيات للتعامل مع الأزمات والتحديات الأسرية.
 - ✓ تحسين جودة الحياة الأسرية من خلال تحقيق التوازن بين احتياجات الأفراد والجماعة.
- وبذلك يمكن القول أن علم النفس الأسري يسعى إلى فهم وتحليل البيئة الأسرية لتحسين حياة أفراد الأسرة وتعزيز صحتهم النفسية والعاطفية.

4 - أهداف علم النفس الأسري :

يهدف علم النفس الأسري بصفة عامة إلى معاونة الأسرة على انجاز وظائفها المتعددة ، التوافق الزوجي و الإنجاب ، وتحقيق المطالب المادية الضرورية لحياة أفرادها من غذاء وكساء ومأوى ورعاية صحية ، وإشباع الحاجات النفسية لأفرادها ، وإعدادهم لما يجابههم في الحياة ، من مآسي

أو أزمات ، والاستمتاع بمباهج الحياة ومسراتها بأساليب مشروعة ، وتكوين العلاقات الحسنة مع الآخرين من أفراد ومؤسسات اجتماعية ، والمساهمة في زيادة الإنتاج القومي وخدمة المجتمع .

- كما يهدف علم النفس الأسري بصفة خاصة إلى :

✓ ترشيد دور الأسرة في الالتزام بأساسيات حياتية معينة مثل الولادة والتنشئة الدينية والاجتماعية للطفل ، وتعلم الفرد وتخرجه وأمور الزواج والعمل والتقاعد والوفاء .

✓ تكوين اتجاه المساندة لمن يكون ضعيفا بين أفراد الأسرة أو ناقص النضج أو مريضا أو مصابا بإعاقة جسمية أو عقلية أ، متقاعدا .

✓ معاونة الزوجين على إدراك الصلة الأسرية وعلى تخطيط البيئة الأسرية وتنظيمها .

✓ معاونة أفراد الأسرة على إدراك نواتهم وبيئتهم وتقييمها .

✓ ترقية أسلوب تعامل كل من أفراد الأسرة مع الآخر .

✓ وصل الحاجات الشخصية لكل من أفراد الأسرة بحاجات أسرية وحاجات الجماعة والمؤسسات القائمة بالمجتمع .

✓ معاونة الأسرة بأسرها على مجابهة الأزمات والصعوبات والتعامل معها بصورة واقعية ، وهذا يؤدي إلى التقليل من حالات التفكك الأسري ، والطلاق ،/ والحيلولة دون حدوث المشكلات الحادة والجرائم .

✓ اكتشاف المشكلات الأسرية والأمراض الاجتماعية ودراستها وتحديد أسبابها وتخطيط برامج المساعدة والعلاج .

✓ تنمية روح الالتزام والمسؤولية ، والاستعداد للتضحية بالنفس والنفيس في سبيل حماية المجتمع ودرء الأخطار عنه .

✓ فهم التفاعلات الأسرية من خلال تحليل كيفية تفاعل أفراد الأسرة مع بعضهم البعض وتأثير ذلك على الصحة النفسية.

✓ تحسين التواصل من خلال مساعدة الأسر على تطوير مهارات التواصل الفعال لتقليل النزاعات.

✓ دعم الصحة النفسية من خلال تقديم الدعم النفسي للأفراد الذين يعانون من مشاكل أسرية.

✓ تعزيز الروابط الأسرية من خلال العمل على تقوية العلاقات الأسرية وبناء بيئة داعمة.

5- مجالات وجوانب علم النفس الأسري :

لعلم النفس الأسري جوانب نظرية وأخرى تطبيقية :

5-1 – الجوانب النظرية :

وتتمثل في دراسة العديد من الموضوعات منها :

✓ ديناميكيات الأسرة :دراسة الأدوار والسلطات داخل الأسرة.

✓ دورة حياة الأسرة :مراحل تطور الأسرة من التكوين إلى الشيخوخة.

✓ النزاعات الأسرية :أسباب النزاعات وكيفية إدارتها.

✓ التأثيرات الثقافية والاجتماعية :كيف تؤثر الثقافة والمجتمع على الأسرة.

5-1 – الجوانب التطبيقية :

وتتمثل الجوانب التطبيقية لعلم النفس الأسري في الإرشاد الأسري والعلاج الأسري

6- موضوعات علم النفس الأسري :

علم النفس الأسري يركز على مجموعة واسعة من الموضوعات تشمل الجوانب النفسية

والاجتماعية والثقافية والبيولوجية للأسرة والتي تهدف إلى فهم الأسرة كوحدة متكاملة بما في ذلك

العلاقات ، الأدوار ، الصراعات المراحل التطورية ، والتأثيرات الثقافية والاجتماعية ، بهدف

تحسين الصحة النفسية للأفراد وتعزيز الاستقرار والتوازن الأسري ، كما يمكن أن يتوسع علم

النفس الأسري ليشمل موضوعات أخرى يركز عليها خاصة مع ظهور تحديات وتغيرات جديدة تواجه الأسرة في العصر الحديث ، لهذا يمكن القول أن علم النفس الأسري مجال ديناميكي ، يتسع ليشمل موضوعات جديدة تتماشى مع تطورات العصر ، هذه الموضوعات تتيح فهمًا أشمل لديناميات الأسرة وتحدياتها المتنوعة ، مما يساهم في تعزيز استقرار الأسرة ودعم الصحة النفسية والاجتماعية لأفرادها ، ويمكن تلخيص تلك الموضوعات فيما يلي :

6 - 1 - العلاقات الأسرية والتفاعلات :

✓ دراسة التفاعلات بين أفراد الأسرة مثل الآباء والأبناء والزوجين و الإخوة .

✓ دراسة وتحليل أنماط التواصل داخل الأسرة وتأثيرها على جودة العلاقات.

✓ فهم التوازن بين الاعتماد المتبادل والاستقلالية بين أفراد الأسرة.

✓ وكيفية إدارة الخلافات وحل النزاعات داخل الأسرة.

✓ دور الأسرة في تقديم الدعم العاطفي والدعم النفسي لأفرادها.

6 - 2 - الأدوار والمكانة والمسؤوليات الأسرية :

✓ توزيع الأدوار بين أفراد الأسرة مثل دور الأب والأم والأبناء .

✓ تأثير توزيع الأدوار على الصحة النفسية والعاطفية للأفراد .

✓ تأثير تغير الأدوار مع مراحل الحياة المختلفة مثل الشيخوخة ، وفاة أحد الأفراد ، الطلاق، ترك الأبناء للمنزل.

6 - 3 - ديناميات القوة والصراع :

✓ دراسة أنماط الصراع الأسري وأسبابه مثل الصراع بين الزوجين أو بين الآباء والأبناء.

✓ تحليل ديناميات السلطة داخل الأسرة وتأثيرها على التفاعلات الأسرية.

✓ استراتيجيات إدارة الصراع والتفاوض بين أفراد الأسرة.

6 - 4 - دورة حياة الأسرة :

✓ دراسة المراحل المختلفة لتطور الأسرة ، مثل الزواج وتكوين الأسرة ، تربية الأطفال ، مغادرة الأبناء للمنزل شيخوخة الأفراد داخل الأسرة ، تأثير الانتقال بين هذه المراحل على استقرار الأسرة.

✓ التحديات في كل مرحلة مثل إنجاب الأطفال ، مرحلة المراهقة ، أو خروج الأطفال من المنزل.

6 - 5 - التربية والتنشئة الاجتماعية :

✓ تأثير الأسرة على القيم والسلوكيات والمعتقدات لدى الأبناء .

✓ دراسة أساليب التربية وتأثيرها على النمو النفسي والاجتماعي للأطفال .

✓ العلاقة بين التنشئة الاجتماعية والأساليب الثقافية المختلفة .

6 - 6 - الصحة النفسية والعاطفية داخل الأسرة :

✓ تأثير العلاقات الأسرية على الصحة النفسية للأفراد .

✓ دور الدعم العاطفي داخل الأسرة في مواجهة التحديات .

✓ دراسة الاضطرابات النفسية المرتبطة بالأسرة مثل الاكتئاب ، القلق الناتج عن الصراعات الأسرية .

✓ دراسة الاضطرابات الأسرية مثل العنف الأسري ، الإدمان ، أو الإهمال.

6 - 7 - النزاعات والأزمات الأسرية :

✓ كيفية تأثير الأزمات على الأسرة مثل الطلاق ، وفاة أحد أفراد الأسرة ، المشاكل المالية .

✓ استراتيجيات التكيف مع الأزمات وتعزيز المرونة الأسرية.

✓ تأثير الأحداث الكبرى على بنية الأسرة وتفاعلها مثل الهجرة أو الكوارث الطبيعية.

6 - 8 - تأثير العوامل الثقافية والاجتماعية :

✓ دور العوامل الثقافية في تشكيل القيم والأدوار الأسرية.

✓ تأثير التغيرات الاجتماعية على الأسرة مثل العولمة ، التحديث.

✓ دراسة التنوع الأسري في سياقات ثقافية واجتماعية مختلفة.

6 - 9 - العلاقات الأسرية متعددة الأجيال :

✓ دراسة تأثير العلاقات بين الأجيال مثل العلاقة بين الأجداد والأحفاد .

✓ تحليل الأنماط العائلية الموروثة وتأثيرها على الأسرة الحالية .

✓ دور الأسرة الممتدة في تقديم الدعم العاطفي والاجتماعي.

6 - 10 - التكنولوجيا والأسرة :

✓ تأثير التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات الأسرية.

✓ تأثير استخدام الأطفال والمراهقين للتكنولوجيا على ديناميات الأسرة.

✓ التحديات المرتبطة بالعمل عن بعد أو التعليم المنزلي .

6 - 11 - الزواج والعلاقة الزوجية :

✓ دراسة العوامل التي تؤثر على نجاح أو فشل العلاقات الزوجية.

✓ تأثير التوافق الزوجي على استقرار الأسرة .

✓ استراتيجيات تحسين العلاقة الزوجية وحل النزاعات .

6 - 12 - التدخل العلاجي والإرشاد الأسري :

✓ تطوير استراتيجيات للتدخل العلاجي لتحسين العلاقات الأسرية.

✓ تقديم برامج إرشادية لتعزيز التفاهم والتواصل داخل الأسرة.

✓ استخدام العلاج الأسري لحل المشكلات مثل الإدمان أو الاضطرابات السلوكية.

6-13 - الأسرة و تطوير الهوية الشخصية :

- ✓ كيفية تأثير الأسرة على تشكيل الهوية الشخصية والقيم لدى الأطفال والمراهقين .
- ✓ دراسة الهوية العرقية والثقافية من خلال التنشئة الأسرية .
- ✓ دور الأسرة في تعزيز الهوية الجنسية وتقبل التنوع الجنسي .

6-14 - الأسر غير التقليدية :

- ✓ دراسة ديناميات الأسر غير التقليدية مثل: الأسر ذات العائل الوحيد ، الأسر المتعددة الثقافات أو العرقية.

- ✓ تحليل التحديات والفرص التي تواجه هذه الأنواع من الأسر.

6-15 - تأثير العوامل الاقتصادية على الأسرة :

- ✓ دراسة تأثير البطالة و الفقر أو الأزمات الاقتصادية على العلاقات الأسرية.
- ✓ كيفية إدارة الأسرة للضغوط الاقتصادية وتأثيرها على الصحة النفسية.
- ✓ العلاقة بين الوضع الاقتصادي واستقرار الأسرة.

6-16 - الأسرة و الوقاية من السلوكيات الخطرة :

- ✓ دراسة تأثير الأسرة في الوقاية من السلوكيات السلبية مثل: الإدمان و المخدرات و الكحول.
- ✓ العنف أو السلوكيات العدوانية.
- ✓ الانحرافات السلوكية لدى المراهقين .

- ✓ تحليل دور التواصل الإيجابي والأساليب التربوية في الحد من هذه السلوكيات.

6-17 - العنف الأسري والإساءة :

- ✓ دراسة العنف داخل الأسرة وتأثيره على الصحة النفسية للأفراد.
- ✓ أشكال الإساءة (الجسدية ، العاطفية ، الجنسية) وتأثيرها على الضحايا .

✓ استراتيجيات التدخل العلاجي لمساعدة الضحايا ومعالجة المشكلات الأسرية.

6 - 18 - الضغوط الأسرية وإدارة التوتر :

✓ دراسة تأثير الضغوط اليومية على العلاقات الأسرية مثل العمل ، الدراسة ، الأعباء المنزلية.

✓ كيفية تعزيز مهارات التكيف وإدارة الضغوط بين أفراد الأسرة .

✓ استراتيجيات تحقيق التوازن بين الحياة العملية والأسرية.

6 - 19 - تأثير الأحداث الكبرى على الأسرة :

✓ دراسة تأثير الحروب و الكوارث الطبيعية والهجرة على استقرار الأسرة.

✓ تحليل كيفية تكيف الأسر مع هذه الأحداث الكبيرة وتأثيرها على التماسك الأسري.

✓ تقديم استراتيجيات لدعم الأسر المتأثرة بمثل هذه الأحداث.

6 - 20 - الأسرة والصحة البدنية :

✓ العلاقة بين الأسرة والعادات الصحية مثل التغذية وممارسة الرياضة.

✓ تأثير الأسرة على إدارة الأمراض المزمنة أو الإعاقة.

✓ دور الدعم الأسري في تحسين الصحة الجسدية والعلاج.

6 - 21 - الشيخوخة داخل الأسرة :

✓ دراسة تأثير شيخوخة الأفراد مثل الوالدين أو الأجداد على ديناميات الأسرة .

✓ التحديات المرتبطة برعاية كبار السن داخل الأسرة.

✓ تعزيز التفاهم بين الأجيال المختلفة في مرحلة الشيخوخة .

6 - 22 - تأثير وسائل الإعلام والإنترنت :

✓ دراسة تأثير وسائل الإعلام والأجهزة الذكية على تفاعلات الأسرة.

✓ كيف تؤثر عادات استخدام التكنولوجيا على الأطفال والمراهقين .

✓ معالجة الإدمان الرقمي وتعزيز استخدام التكنولوجيا بشكل إيجابي داخل الأسرة.

6 - 23 - الصحة النفسية الإيجابية والأسرة :

✓ دراسة تأثير الصحة الإيجابية والخصوبة على العلاقات الزوجية.

✓ تحديات الإجهاض ، العقم ، أو التخطيط الأسري على العلاقات النفسية داخل الأسرة.

✓ تأثير الولادة وفترة ما بعد الولادة على الصحة النفسية للأم والأسرة ككل.

6 - 24 - التنوع الأسري في مختلف الثقافات :

✓ دراسة الاختلافات الثقافية في الأدوار الأسرية.

✓ تأثير العولمة على القيم العائلية التقليدية.

✓ كيفية تفاعل الأسر مع بيئات ثقافية جديدة في حالات الهجرة.

6 - 25 - الأسرة والتنمية الأخلاقية

✓ دور الأسرة في تشكيل القيم الأخلاقية والسلوكيات الاجتماعية.

✓ كيفية تعزيز التعاطف والمسؤولية الاجتماعية داخل الأسرة.

✓ تأثير القيم الدينية أو الفلسفية على التنشئة الأسرية.

7 – علاقة علم النفس الأسري بالعلوم الأخرى :

علم النفس الأسري يتداخل بشكل وثيق مع العديد من العلوم الأخرى ، مما يعزز فهم الأسرة

كمنظومة نفسية واجتماعية معقدة ، هذه العلاقات المتعددة التخصصات تُساهم في تقديم حلول

شاملة للمشكلات الأسرية وتعزيز استقرار الأسرة والمجتمع

7 – 1 – علاقة علم النفس الأسري بالفلسفة :

علم النفس الأسري والفلسفة مرتبطان معا ارتباطا وثيقا ، لأن كلاهما يساهم في تحسين جودة الحياة

الأسرية وفهم العلاقات بين الأفراد ، حيث يقدم كل منهما منظورا لفهم الأسرة وديناميكياتها ،

فالفلسفة تقدم الاطار النظري والأخلاقي الذي يمكن أن يستند إليه علم النفس الأسري في حين يستفيد علم النفس الأسري من هذه النظريات الفلسفية لتطوير نماذج ونظريات نفسية تفسر التفاعلات الأسرية ودينامياتها ، كما تطرح الفلسفة أسئلة حول القيم الأخلاقية والمعايير التي يجب أن تحكم العلاقات الأسرية في حين علم النفس الأسري يستكشف كيف تؤثر هذه القيم والأخلاق على الصحة النفسية لأفراد الأسرة وكيف يمكن تعزيز العلاقات الأسرية بناء على هذه المبادئ ، كما أن الفلسفة تبحث في طبيعة الذات والهوية وكيف تتشكل من خلال العلاقات الاجتماعية بما في ذلك العلاقات الأسرية في حين يدرس علم النفس الأسري كيف تؤثر الأسرة على تشكيل هوية الفرد وكيف يمكن أن تؤثر التفاعلات الأسرية على مفهوم الذات لدى الفرد ، كما تقدم الفلسفة أدوات لتحليل الصراعات الأسرية في حين علم النفس الأسري يستخدم هذه الأدوات لفهم الصراعات الأسرية وتطوير استراتيجيات لحلها مع التركيز على الصحة النفسية لأفراد الأسرة ، كما تبحث الفلسفة في دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية وكيفية نقل القيم والمعتقدات من جيل إلى آخر في حين يدرس علم النفس الأسري العمليات النفسية التي تحدث خلال التنشئة الاجتماعية داخل الأسرة وكيف تؤثر على نمو الفرد وتطوره ، كما يمكن أن توفر الفلسفة إطار لفهم الأهداف النهائية للعلاج الأسري في حين يستخدم علم النفس الأسري هذا الإطار لتطوير أساليب علاجية تعالج المشكلات الأسرية وتعزز العلاقات الصحية ، كما أن الفلسفة تشجع على التفكير النقدي والتحليلي ، مما يمكن أن يساعد علماء النفس الأسري في تحليل وفهم التعقيدات والتناقضات في العلاقات الأسرية وعلم النفس الأسري يستفيد من هذا النهج النقدي لتطوير نظريات وممارسات أكثر فعالية .

لذا يمكن القول أن الفلسفة توفر الإطار المفاهيمي والأخلاقي الذي يمكن أن يوجه البحث والممارسة في علم النفس الأسري بينما علم النفس الأسري يقدم تطبيقات عملية وفهمًا تفصيليًا للتفاعلات الأسرية بناءً على هذه الأسس الفلسفية.

7 - 2 - علاقة علم النفس الأسري بعلم الاجتماع :

يتقاطع كل من علم النفس الأسري وعلم الاجتماع في العديد من النواحي حيث يدرس كل منهما جوانب مختلفة من الحياة الاجتماعية والأسرية ولكن من زوايا متكاملة ، وبذلك كلا العلمين يكملان بعضهما البعض ، حيث يقدم علم الاجتماع منظورًا واسعًا لفهم تأثير المجتمع على الأسرة بينما يقدم علم النفس الأسري تحليلًا عميقًا للتفاعلات النفسية داخل الأسرة ، وهذا الفهم يساعد على فهم أفضل للعلاقات الأسرية وتأثيرها على الأفراد والمجتمع ككل .

7 - 3 - علاقة علم النفس الأسري بعلم التربية :

علم النفس الأسري وعلوم التربية تربطهما علاقة وثيقة ، حيث يهتم كل منهما بفهم وتطوير العمليات التي تساهم في نمو الأفراد ، خاصة في السياق الأسري والتعليمي ، حيث تهتم علوم التربية بتنشئة الأطفال وتعليمهم ، وهو موضوع مرتبط ارتباطًا وثيقًا بالدور التربوي للأسرة ، ويتقاطع علم النفس الأسري مع علوم التربية في دراسة أساليب التنشئة الصحيحة وتأثيرها على النمو النفسي للأطفال ، كما يقدم علم النفس الأسري رؤى حول تأثير العلاقات الأسرية على الأداء التعليمي للأطفال مما يساعد في تصميم استراتيجيات تربوية فعالة تُراعي الديناميات النفسية للأسرة ، وعلم النفس الأسري يستفيد من نظريات التربية لفهم دور الأسرة في تعليم الأطفال ودعم نموهم الأكاديمي .

7 - 4 - علاقة علم النفس الأسري بعلم الأنثروبولوجيا :

تدرس الأنثروبولوجيا الأسرة في سياقات ثقافية مختلفة ، بما في ذلك العادات والتقاليد المرتبطة بها ويركز علم النفس الأسري على تأثير هذه الثقافات على التفاعلات والأدوار داخل الأسرة ، في حين يتكامل العلمين بحيث يوفر علم النفس الأسري فهماً أعمق للخصائص النفسية للأسر في ثقافات متنوعة ، كما تساعد الأنثروبولوجيا في تحليل التغيرات الثقافية وتأثيرها على الأسرة وتدرس الثقافات والمجتمعات البشرية، وعلم النفس الأسري يستفيد من فهم الأنثروبولوجيا للتنوع الثقافي وأشكال الأسرة في مختلف الثقافات.

تدرس الأنثروبولوجيا الأسرة في سياقات ثقافية مختلفة ، بما في ذلك العادات والتقاليد المرتبطة بها ويركز علم النفس الأسري على تأثير هذه الثقافات على التفاعلات والأدوار داخل الأسرة ، في حين يتكامل العلمين بحيث يوفر علم النفس الأسري فهماً أعمق للخصائص النفسية للأسر في ثقافات متنوعة ، كما تساعد الأنثروبولوجيا في تحليل التغيرات الثقافية وتأثيرها على الأسرة وتدرس الثقافات والمجتمعات البشرية، وعلم النفس الأسري يستفيد من فهم الأنثروبولوجيا للتنوع الثقافي وأشكال الأسرة في مختلف الثقافات.

7 - 5 - علاقة علم النفس الأسري بعلم النفس :

يعتمد علم النفس الأسري على نظريات علم النفس لفهم تأثير شخصية الفرد ، احتياجاته وسلوكياته على التفاعلات الأسرية ، كما يدرس تأثير الصحة النفسية (مثل القلق، الاكتئاب) على الأدوار والعلاقات داخل الأسرة ، كما يستفيد علم النفس الأسري من نظريات النمو النفسي لفهم تطور الأفراد داخل الأسرة ، ويركز على المراحل العمرية المختلفة (الطفولة، المراهقة، الرشد) وتأثيرها على العلاقات الأسرية ، ويبحث في كيفية تأثير الاضطرابات النفسية لدى أحد أفراد الأسرة على باقي أفرادها ، ويتعاون مع العلاج النفسي لتحسين الصحة النفسية داخل الأسرة ، كما

يعتمد علم النفس الأسري على تقنيات العلاج النفسي (مثل العلاج السلوكي أو التحليل النفسي) لفهم مشكلات الأسرة وحلها ، ويطور استراتيجيات علاجية تعزز الصحة النفسية للأسرة ككل.

6-7 - علاقة علم النفس الأسري بعلم النفس الاجتماعي :

علاقة علم النفس الأسري بعلم النفس الاجتماعي علاقة وثيقة ومتداخلة، حيث أن كلا العلمين يهتمان بدراسة التفاعلات بين الأفراد وتأثيرها على السلوك والمشاعر حيث يركزان على كيفية تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض كما يهتمان بفعل تأثير البيئة الاجتماعية على الفرد كما يدرس كل منهما كيفية تشكيل المجموعات (مثل الأسرة أو الأصدقاء لسلوك الأفراد ، ومع ذلك لكل منهما تركيز مختلف فعلم النفس الاجتماعي يركز على التفاعلات بين الأفراد في سياقات اجتماعية أوسع مثل العمل ، المدرسة ، المجتمع ، أما علم النفس الأسري يركز بشكل خاص على التفاعلات داخل الأسرة ، ومن ناحية أخرى علم النفس الاجتماعي يهتم بفهم كيفية تأثير الآخرين على سلوك الفرد مثل الامتثال ، الطاعة ، الإقناع ، أما علم النفس الأسري يهتم بفهم كيفية تأثير التفاعلات الأسرية على الصحة النفسية والسلوكية لأفراد الأسر ، لكن بالمقابل نجد أن هناك مجالات للتكامل بين كلا العلمين فعلم النفس الاجتماعي يقدم نظريات حول كيفية تأثير المجتمع على الفرد ، مما يساعد علم النفس الأسري على فهم تأثير العوامل الاجتماعية مثل الضغوط المجتمعية على الأسرة ، وكذا نجد أن علم النفس الاجتماعي يدرس كيفية تشكيل المجموعات لسلوك الأفراد ، مما يفيد علم النفس الأسري في فهم كيفية تأثير التفاعلات الأسرية على سلوك أفرادها ، كما أن كلا العلمين يهتمان بفهم أنماط التواصل وتأثيرها على العلاقات سواء داخل الأسرة أو في المجتمع الأوسع ، وفي مجال الصحة النفسية نجد أن علم النفس الاجتماعي يدرس كيفية تأثير العلاقات الاجتماعية على الصحة النفسية ، مما يساعد علم النفس الأسري على فهم تأثير التفاعلات الأسرية على الصحة العقلية.

أسئلة تقييم ختامية :

- س 1 : عرّف علم النفس الأسري ، باستخدام عناصر رئيسية من المحاضرة ؟
- ج 1 : علم النفس الأسري هو ذلك الفرع من فروع علم النفس يدرس الأسرة كنسق نفسي اجتماعي ثقافي ، ويركز على تفاعلات أفرادها ، علاقاتهم ، أدوارهم ، وتأثير هذه التفاعلات على الصحة النفسية والعاطفية .
- س 2 - ما المقصود ب النسق الأسري النفسي الاجتماعي الثقافي ؟
- ج 2 - نظام متكامل تتفاعل فيه العوامل النفسية مثل المشاعر ، والاجتماعية مثل العلاقات و الأدوار والثقافية مثل التقاليد لتشكيل ديناميكيات الأسرة.

المحاضرة الثانية

النسق والنظام الأسري

أسئلة تقييم أولية : بهدف قياس المعرفة المسبقة للطلاب حول الدرس .

س 1 - ما الذي تعرفه عن مصطلح النسق الأسري ؟

س 2 : كيف يمكن أن يؤثر سلوك فرد واحد في الأسرة على باقي الأفراد ؟ هات مثالاً من واقعك؟

ج : النسق الأسري هو مفهوم يشير إلى الأسرة كوحدة ديناميكية متكاملة ، حيث يتفاعل أفرادها مع بعضهم البعض بشكل مستمر ، وتؤثر تصرفات أي فرد في الجميع .

ج 2 : يعتمد هذا المفهوم على فكرة أن الأسرة ليست مجرد مجموعة أفراد ، بل نظاماً من

العلاقات المترابطة التي تُشكّل سلوكياتهم ومشاعرهم .

مثال ذلك : إذا غضب أحد الوالدين ، قد ينعكس ذلك على جو الأسرة بأكملها ، مما يؤثر على

تفاعلات الأبناء والزوجة والزوج معا .

تمهيد :

يعتبر موضوع النسق والنظام الأسري من الموضوعات الأساسية في علم النفس الأسري

حيث يساعد على فهم الأسرة كوحدة ديناميكية متكاملة مترابطة ، بدلاً من مجرد مجموعة أفراد

لذا يمكن اعتباره جوهر تحليل التفاعلات الأسرية وتأثيرها على الصحة النفسية والاجتماعية

لأفراد الأسرة ، كما أن دراسته تساعد في تقديم حلول فعالة للمشكلات الأسرية و تعزيز الصحة

النفسية ، ودعم التكيف مع التحديات ، كما أنه يشكل الأساس للعديد من التدخلات العلاجية في علم

النفس الأسري ، مما يجعله أحد المواضيع الأكثر أهمية في هذا المجال .

وانطلاقاً من التعريف السابق الذي يعتبر الأسرة كنسق نفسي اجتماعي ثقافي ، يمكن التعمق في

ذلك خلال هذه المحاضرة بمختلف تفاصيلها .

1 - الأسرة كنسق :

1-1 - النسق: هو مجموعة من الأجزاء المترابطة والمتفاعلة التي تعمل معاً كوحدة واحدة .

وفي سياق الأسرة ، يشير النسق إلى الأسرة كوحدة ديناميكية تتكون من أفراد (الأب ، الأم ، الأبناء) يرتبطون بعلاقات تؤثر في بعضهم البعض ، ويتميز النسق بخصائص مثل: التوازن ، التفاعل الدائري حيث كل فعل يؤثر في الآخر .

وبهذا فالنسق الأسري يشير إلى التفاعلات الديناميكية والعلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة ، مركزا على الكيفية التي يتفاعل بها أفراد الأسرة مع بعضهم البعض ، وكيف تؤثر هذه التفاعلات على السلوكيات والمشاعر ، بهدف فهم التفاعلات المعقدة داخل الأسرة وكيفية تأثيرها على الصحة النفسية والاجتماعية لأفرادها.

مثال : كيف يؤثر سلوك الأب على الأم ، وكيف يؤثر ذلك بدوره على الأبناء ، فإذا كان الأب يعاني من ضغوط العمل ويصبح عصبياً ، فقد يؤثر ذلك على الأم مما يجعلها متوترة ، وهذا بدوره يؤثر على الأبناء الذين قد يصبحون قلقين أو عدوانيين. أي ننظر إلى مختلف التفاعلات بين أفراد الأسرة .

1-2 - النسق النفسي: يشير إلى الجوانب العاطفية والسلوكية لأفراد الأسرة ، ويتم دراسة كيفية

تأثير المشاعر(مثل الحب ، الغضب ، القلق) على التفاعلات الأسرية

مثل كيف يؤثر قلق الأم على سلوك الطفل ، أو كيف يؤثر الاكتئاب لدى أحد الوالدين على المناخ

الأسري العام

لذا خلال التفاعلات العاطفية والعلاقات بين أفراد الأسرة ، ننظر إلى كيفية تأثير سلوك فرد على

الآخرين وكيفية استجابتهم لهذا السلوك.

مثل تأثير ضغوط العمل على الأسرة :

الوضع: الأب يعاني من ضغوط في العمل ويصبح عصبيًا عند العودة إلى المنزل.

التفاعل: عصبية الأب تؤثر على الأم ، التي تصبح متوترة بدورها، مما يجعل الأبناء يشعرون بالقلق.

النتيجة: الأبناء قد يبدوون في التصرف بعدوانية أو يصبحون انطوائيين بسبب التوتر العام في المنزل.

التحليل: هنا نرى كيف أن سلوك فرد واحد (الأب) يؤثر على المشاعر والسلوكيات داخل الأسرة بأكملها.

مثال : مشكلة بين الأخوة :

الوضع: شجار بين الأخوة بسبب التنافس على اهتمام الوالدين.

التفاعل: الأم تحاول التدخل لتهدئة الوضع ، لكنها تشعر بالإرهاق بسبب تكرار المشكلة.

النتيجة: الأب يبتعد عن المشاركة في حل المشكلة ، مما يزيد من توتر الأم ويخلق جوًا من التوتر العام.

التحليل: هذا التفاعل يظهر كيف أن العلاقات بين الأخوة تؤثر على ديناميكية الأسرة ككل.

1 - 2 - النسق الاجتماعي: يركز على الأدوار والعلاقات بين أفراد الأسرة ، ويتم تحليل كيفية

توزيع الأدوار (مثل دور الأب ، الأم ، الطفل) وكيفية تأثير هذه الأدوار على ديناميكيات الأسرة.

مثال : كيف يتغير دور المرأة في الأسرة عندما تعمل خارج المنزل ، أو كيف يؤثر غياب أحد الوالدين على توزيع المسؤوليات.

1 - 3 - النسق الثقافي : يشمل القيم والتقاليد والمعتقدات الثقافية التي تؤثر على الأسر ، ويتم

دراسة كيف تشكل الثقافة توقعات الأفراد داخل الأسرة ، مثل توقعات الأدوار الجندرية أو طرق التربية.

مثال : كيف تؤثر الثقافة على مفهوم الأسرة الممتدة في بعض المجتمعات مقارنة بالأسرة النووية في مجتمعات أخرى.

2 - النسق الأسري المفتوح والمغلق:

2 - 1 - النسق الأسري المفتوح :

نجد في هذا النوع أن الأسرة تتفاعل مع البيئة الخارجية وتتقبل التغيرات ، وتتميز بالمرونة والانفتاح على الأفكار الجديدة وتُظهر قدرة عالية على التكيف مع الضغوط والتغيرات الاجتماعية.

2 - 2 - النسق الأسري المغلق:

نجد في هذا النوع أن الأسرة ترفض التدخل الخارجي وتعتمد على نفسها بشكل مفرط ، وقد تواجه صعوبات في التكيف مع التغيرات أو التعامل مع الأزمات.

3 - مزايا وعيوب النسق الأسري المفتوح والنسق الأسري المغلق :

لكل منهما مميزات وعيوبه وفيما يلي يمكن توضيح ذلك:

3 - 1 - مزايا وعيوب النسق الأسري المفتوح :

حيث نجد في النسق الأسري المفتوح أن الأسرة تتيح التواصل مع العالم الخارجي وتكون علاقات اجتماعية واسعة مع أفراد من خارج الأسرة ، ومن مزايا وعيوب هذا النسق :

المزايا :

✓ التواصل الاجتماعي بحيث يتيح للأفراد الانفتاح على الآخرين ، مما يعزز المهارات الاجتماعية:

✓ التنوع الفكري بحيث يتعلم الأفراد من تجارب وآراء الآخرين ، مما يساهم في توسيع آفاقهم .

✓ المرونة بحيث تكون الأسرة قادر على التكيف مع التغيرات الاجتماعية والتكنولوجية بسهولة.

✓ الدعم الخارجي بحيث يمكن للأسرة أن تستفيد من مساعدة الأصدقاء والمجتمع في أوقات الأزمات.

العيوب:

✓ التأثير السلبي بحيث قد يتعرض الأفراد لتأثيرات خارجية غير مناسبة أو تتعارض مع قيم الأسرة.

✓ التفكك الأسري بحث يمكن أن تقلل العلاقات الخارجية المفرطة من الروابط الداخلية بين أفراد الأسرة.

✓ فقدان الخصوصية بحيث قد يؤدي الانفتاح إلى تدخل الآخرين في شؤون الأسرة.

3-2 - مزايا وعيوب النسق الأسري المغلق :

حيث نجد في النسق الأسري المغلق الأسرة تركز على العلاقات بين أفرادها فقط وتحد من التواصل مع العالم الخارجي ومن مزايا وعيوب هذا النسق :

المزايا:

✓ الترابط الأسري بحيث يعزز العلاقات القوية بين أفراد الأسرة.

✓ الحماية من التأثيرات السلبية بحيث يقلل من تعرض الأفراد لتأثيرات خارجية قد تكون مضرّة.

✓ الخصوصية بحيث يضمن احتفاظ الأسرة بأسرارها وشؤونها الخاصة.

العيوب:

✓ العزلة الاجتماعية بحيث قد يصبح الأفراد أقل قدرة على التواصل مع العالم الخارجي.

✓ المحدودية الفكرية بحيث قد يؤدي غياب التنوع في الآراء والخبرات إلى جمود فكري.

✓ صعوبة التكيف بحيث يمكن أن تواجه الأسرة مشاكل في التكيف مع التغيرات الاجتماعية أو الثقافية.

4 - الأفضلية بين النسق الأسري المفتوح والنسق الأسري المغلق :

يعتمد ذلك على الظروف ، والثقافة ، والقيم الأسرية ، وكذلك على احتياجات أفراد الأسرة.

حيث يكون النسق الأسري المفتوح أكثر ملاءمة في المجتمعات الحديثة التي تتطلب مرونة وتواصلًا اجتماعيًا وتقبلاً للتنوع.

والنسق الأسري المغلق قد يكون مناسباً في المجتمعات التقليدية أو في بيئات تخشى التأثيرات السلبية للعالم الخارجي.

ولكن الخيار الأفضل هو التوازن بين الاثنين بحيث تكون الأسرة منفتحة على العالم الخارجي بحدود ، مع الحفاظ على الترابط الداخلي والقيم الأساسية للأسرة.

5 - النظام الأسري :

5 - 1 - النظام : هو الإطار الذي ينظم النسق ويحدد كيفية عمله ، حيث يضع القواعد ، الأدوار ، والتوقعات التي تحكم العلاقات والتفاعلات داخل النسق

5 - 2 - النظام الأسري : ويشير إلى القواعد والهياكل التي تنظم الحياة داخل الأسرة بهدف ضمان استقرار الأسرة من خلال تنظيم واضح للأدوار والمسؤوليات ، وينظر للنظام من خلال كيفية توزيع المسؤوليات ووضع القواعد ، ويشمل النظام الأسري ما يلي :

✓ القواعد : التعليمات أو الارشادات أو التوجيهات والتي يتم وضعها داخل الأسرة لتنظيم السلوكيات اليومية لتعزيز الانضباط والاحترام والتعاون بين أفراد الأسرة ، مثل تحديد مواعيد النوم ، المشاركة في الأعمال المنزلية ، احترام خصوصية الآخرين

✓ الأدوار : هي الوظائف أو المهام التي يتوقع من كل فرد في الأسرة القيام بها بناء على موقعه أو سنه أو قدراته أي توزيع المهام وتحديد وظيفة كل فرد بشكل عادل لضمان استقرار الأسرة ، مثل

دور الأب كمعيل رئيسي ، ودور الأم في رعاية الأبناء ، دور الأطفال في الدراسة والمساعدة في المنزل

√ **المسؤوليات** : هي الالتزامات المحددة التي يتحملها كل فرد في الأسرة اتجاه نفسه أو اتجاه الآخرين بهدف ضمان قيام كل فرد بواجباته لتحقيق التوازن الأسري .مثل مسؤولية الأب في توفير الاحتياجات المالية ، مسؤولية الأم في توفير الرعاية العاطفية ، مسؤولية الأطفال في احترام الوالدين ، مشاركة الأطفال في الأعمال المنزلية ...

√ بالإضافة إلى الحدود التي تفصل الأسرة عن العالم الخارجي أو تنظم العلاقات بين الأفراد .
مثال : إذا كانت القواعد في الأسرة تقضي بأن الأب هو المسؤول عن العمل خارج المنزل ، والأم المسؤولة عن إدارة المنزل ، والأبناء هم مسؤولون عن الدراسة ، فهذا يُعتبر جزءاً من النظام الأسري .

مثال حول توزيع المهام المنزلية :

الوضع : الأسرة لديها قواعد واضحة لتوزيع المهام المنزلية.

التفاصيل :الأم مسؤولة عن الطبخ ، الأب مسؤول عن التسوق ، والأبناء مسؤولون عن تنظيف غرفهم.

النتيجة :كل فرد يعرف دوره ، مما يخلق جوّاً من التنظيم والاستقرار.

التحليل :هذا مثال على النظام الأسري الذي يعتمد على قواعد واضحة لتوزيع المسؤوليات.

مثال حول النظام وقواعد تنظيم السلوك من خلال قواعد استخدام الهاتف

الوضع :الأسرة لديها قواعد صارمة بشأن استخدام الهواتف المحمولة.

التفاصيل :لا يُسمح باستخدام الهواتف أثناء الوجبات العائلية ، ويجب إغلاقها بعد الساعة 9 مساءً.

النتيجة :هذه القواعد تساعد في تعزيز التواصل بين أفراد الأسرة وتقليل الإلهاءات.

التحليل: هذا مثال على النظام الأسري الذي يعتمد على قواعد لتنظيم السلوك.

6 - الفرق بين المفهومين النسق والنظام الأسري :

النسق : يركز على العلاقات بين الأجزاء وتفاعلاتها.

النظام يركز على الأدوار ، المسؤوليات ، والقواعد التي تحكم السلوك داخل الأسرة أي القواعد والهيكل التي تنظم عمل النسق

والمفهومان متكاملان بحيث يؤثر كل منهما في الآخر ، حيث أن التفاعلات (النسق) تؤثر على القواعد (النظام) والعكس صحيح .

مثال: تغيير في النظام يؤثر على النسق

الوضع: الأسرة قررت تغيير نظامها اليومي بسبب تغيير في عمل الأب.

التفاصيل: الأب أصبح يعمل في نوبات ليلية ، مما أدى إلى تغيير في أوقات الوجبات والأنشطة العائلية.

التفاعل: الأم أصبحت مسؤولة عن إدارة المنزل بشكل كامل أثناء النهار، مما جعلها تشعر بالإرهاق.

النتيجة: الأبناء بدؤوا يشعرون بالتوتر بسبب غياب الأب وزيادة توتر الأم.

التحليل: هنا نرى كيف أن تغيير في النظام (أوقات العمل) أثر على التفاعلات العاطفية (النسق) داخل الأسرة.

مثال حول مشكلة دراسية :

النسق الأسري:

الوضع: أحد الأبناء يعاني من مشاكل دراسية.

التفاعل: الأب يغضب من الابن ، الأم تحاول الدفاع عنه ، مما يؤدي إلى توتر بين الوالدين.

النتيجة: الابن يشعر بالذنب والقلق ، مما يؤثر على أدائه الدراسي أكثر.

النظام الأسري:

الوضع: الأسرة لديها قواعد محددة للدراسة (مثل ساعتين يومياً للواجبات المدرسية).

التفاصيل: الابن لم يلتزم بالقواعد ، مما أدى إلى تدخل الوالدين.

النتيجة: الوالدين يقرران فرض عقوبات (مثل تقليل وقت اللعب) لضمان التزام الابن بالقواعد.

7 - دراسة التفاعلات بين أفراد النسق الأسري :

يتم تحليل كيفية تفاعل أفراد الأسرة مع بعضهم البعض ، سواء بشكل إيجابي مثل الدعم العاطفي أو بشكل سلبي مثل النزاعات وتشمل التفاعلات أنماط التواصل (مفتوح ، مغلق ، عدواني ، إيجابي) حل النزاعات (هل يتم حلها بشكل بناء أم تتفاقم) ، التعبير عن المشاعر (كيف يعبر الأفراد عن حُبهم ، غضبهم ، أو قلقهم)، الأدوار والمكانات في الأسرة ، حيث تشمل الأدوار والمسؤوليات والوظائف التي يؤديها كل فرد في الأسرة مثل

دور الأب كمُعيل ، دور الأم كراعية للأسرة ، دور الطفل كطالب أو كشخص يحتاج إلى الرعاية ، وتشير المكانات إلى المكانة الاجتماعية أو المكانة التي يحتلها الفرد داخل الأسرة مثل مكانة الجد كرمز للحكمة والخبرة مكانة الطفل الأصغر كمدلل الأسرة .

8 - أهمية دراسة التفاعلات والأدوار :

فهم التفاعلات يساعد على تحديد مصادر التوتر أو الصراع داخل الأسرة. تحليل الأدوار يساعد على تحديد ما إذا كانت الأدوار موزعة بشكل عادل أو إذا كانت تسبب ضغطاً على أحد الأفراد.

دراسة المكانات يساعد على فهم كيفية تأثير الهيكل الأسري على الصحة النفسية لأفرادها.

تطبيقات عملية :

العلاج الأسري :يستخدم لتحسين التفاعلات بين أفراد الأسرة وضمان توزيع عادل للأدوار.

الإرشاد الأسري : يساعد الأسر على التكيف مع التغيرات (مثل ولادة طفل جديد ، أو وفاة أحد الأفراد) .

برامج الوقاية : تهدف إلى تعزيز التفاعلات الإيجابية داخل الأسرة قبل ظهور المشكلات.

9 - أهمية دراسة موضوع النسق الأسري والنظام الأسري :

- فهم العلاقات المتشابكة :يوضح كيف يتأثر كل فرد في الأسرة ببقية أفرادها ، مما يعزز الفهم لديناميات العلاقات بين الأعضاء.

- تحديد أنماط التفاعل :يساعد في الكشف عن الأنماط التفاعلية المتكررة التي تؤثر على التماسك الأسري، مثل الأنماط الإيجابية (الدعم ، التعاون) أو السلبية (الصراعات ، التجاهل).

- تحليل التأثير المتبادل :يظهر كيف تؤثر القرارات أو المشكلات التي يواجهها فرد واحد على بقية أعضاء الأسرة ، والعكس صحيح.

10 - إيجابيات التركيز على النسق والنظام الأسري:

منظور شامل : حيث يوفر رؤية متكاملة للأسرة ككل ، وليس فقط الأفراد فيها.

تحليل ديناميكي : حيث يُظهر كيف تعمل العلاقات والتفاعلات الداخلية.

أساس للتدخل العلاجي : حيث يساعد المعالجين النفسيين على تحديد المشكلات التي تؤثر على الأسرة وتصميم استراتيجيات فعالة لحلها.

تعزيز التفاهم الأسري : حيث يساعد أفراد الأسرة على فهم أدوارهم وديناميكياتهم ، مما يحسن العلاقات بينهم.

التحديات المرتبطة بدراسة النسق والنظام الأسري:

التعقيد : الأنظمة الأسرية معقدة ، وقد يكون من الصعب فهم جميع الأبعاد والعلاقات الداخلية والخارجية.

التغير المستمر : الأسرة ليست ثابتة ؛ فهي تمر بتغيرات ديناميكية تجعل دراستها تحدياً.

التأثيرات الثقافية والاجتماعية : النسق الأسري يختلف بين الثقافات والمجتمعات ، مما يجعل تطبيق النظريات المختلفة تحدياً.

11 - أبرز الجوانب التي يركز عليها موضوع النسق والنظام الأسري:

11 - 1 - الأسرة كنظام مترابط :

تعتبر الأسرة نظاماً يتكون من عدة أجزاء (الأفراد)، وكل جزء يتفاعل مع الأجزاء الأخرى لتحقيق التوازن.

أي تغيير في سلوك أو حالة فرد في الأسرة قد يؤدي إلى إعادة تنظيم في النظام الأسري ككل.

11 - 2 - - النسق الأسري:

ينقسم النظام الأسري إلى أنساق فرعية مثل:

نسق الوالدين: يتعلق بالعلاقة بين الأبوين وكيف تؤثر على بقية الأسرة.

نسق الإخوة: يركز على التفاعلات بين الإخوة والصراعات أو التحالفات بينهم.

نسق الوالد-الطفل: يدرس دور العلاقة بين الوالدين والأبناء وتأثيرها على تطور الطفل.

11 - 3 - الحدود الأسرية:

الحدود الأسرية تشير إلى مدى انفتاح الأسرة أو انغلاقها على التأثيرات الخارجية.

هناك أنواع من الحدود:

الحدود الواضحة: توازن صحي بين الاستقلالية والترابط.

الحدود المتشابكة: تُظهر علاقات أسرية متداخلة جداً ، مما يسبب فقدان الخصوصية.

الحدود الصلبة: تؤدي إلى انعزال أفراد الأسرة عن بعضهم البعض.

11-4 . التوازن الأسري:

الأنظمة الأسرية تسعى للحفاظ على التوازن ، حتى في مواجهة الضغوط أو التغييرات. عندما يحدث اضطراب مثل مشكلة صحية أو مالية ، تحاول الأسرة التكيف للحفاظ على استقرارها.

11-5 . التكيف مع التغيير:

الأسرة كمنسق تحتاج إلى المرونة للتكيف مع الأحداث الحياتية المختلفة ، مثل الانتقال من مرحلة إلى أخرى كالزواج ، الإنجاب ، خروج الأبناء من المنزل.

12 - النسق الأصلي، النسق الفوقي، النسق الفرعي :

تُستخدم هذه المفاهيم في علم الاجتماع وعلم النفس الأسري لفهم كيفية تنظيم العلاقات والتفاعلات داخل الأنظمة المختلفة، خصوصاً الأسر والمجتمعات.

12-1 - النسق الأصلي:

هو النسق المركزي أو الأساسي الذي يشكّل الوحدة الرئيسية في النظام. مثال : في الأسرة ، النسق الأصلي هو الأسرة نفسها كوحدة متكاملة ، بما يشمل الوالدين والأبناء ، حيث تُركز التفاعلات بينهم على تحقيق وظائف الأسرة الأساسية مثل الرعاية ، التنشئة ، والدعم .

12-2 - النسق الفوقي:

هو النظام الأكبر أو الأشمل الذي يحتوي النسق الأصلي ، ويؤثر عليه. مثال : بالنسبة للأسرة ، النسق الفوقي هو المجتمع أو الثقافة العامة التي تنتمي إليها الأسرة ، والتي تضع القوانين القيم ، والأعراف التي توجه سلوك الأسرة.

12 - 3 - النسق الفرعي:

هو جزء من النسق الأصلي يركز على علاقات أو أدوار محددة داخل النظام.

مثال: داخل الأسرة ، يمكن أن تكون العلاقة بين الوالدين (النسق الفرعي الزوجي)، أو العلاقة بين الإخوة (النسق الفرعي للأبناء) ، أو العلاقة بين الوالدين والأبناء.

13 - العلاقة بين هذه المفاهيم:

النسق الأصلي يتوسط النسق الفرعي (الأصغر منه) والنسق الفوقي (الأكبر منه)

كل نسق يتأثر بالآخر ، فالمجتمع (الفوقي) يؤثر على الأسرة (الأصلي) ، والأسرة تؤثر على ديناميكيات العلاقات بين أفرادها (الفرعي).

النسق والنظام الأسري هو موضوع حيوي لفهم الأسرة كوحدة ديناميكية متكاملة ، دراسته تساعد في تقديم حلول فعالة للمشكلات الأسرية ، تعزيز الصحة النفسية ، ودعم التكيف مع التحديات كما أنه يشكل الأساس للعديد من التدخلات العلاجية في علم النفس الأسري ، مما يجعله أحد المواضيع الأكثر أهمية في هذا المجال الأكاديمي .

أسئلة تقييم ختامية :

س 1 : كيف يمكن لتغيير دور الأم مثل عملها خارج المنزل أن يؤثر على النسق الأسري؟

س 2 : تخيل أسرة تواجه مشكلة في التواصل بين الوالدين والأبناء ، كيف يمكن استخدام مفاهيم

النسق الأسري والنظام الأسري لتحليل هذه المشكلة ؟

ج 1 : قد يؤدي إلى إعادة توزيع الأدوار مثل مشاركة الأب في الأعمال المنزلية ، أو تغيير في

التفاعلات العاطفية مثل زيادة ضغوط الأم قد تؤثر على المناخ الأسري العام .

ج 2 : النسق : تحليل أنماط التواصل مثل هل التفاعلات دائرية أم أحادية ؟

النظام : تقييم القواعد مثل هل القواعد المرسومة جامدة أم مرنة تحفز الحوار أم تمنعه ؟.

المحاضرة الثالثة

الأسر الوظيفية والأسر غير الوظيفية

أسئلة تقييم أولية : بهدف قياس المعرفة المسبقة للطلاب حول الدرس .

س - أذكر وظيفتين أساسيتين للأسرة ؟

ج : الوظيفة البيولوجية ، الوظيفة الاقتصادية .

تمهيد :

قال تولستوي (1960) أن كل العائلات السعيدة تبدو متشابهة ، لكن لكل عائلة تعيسة طريققتها الخاصة ، على الرغم من أن المرء قد يتردد في عدم الاتفاق مع تولستوي ، إلا أن الأسر ذات الأداء الوظيفي متشابهة ولكنها متنوعة ، فضلا عن خصائص الأسر المختلة وظيفيا هي أسر فريدة من نوعها ، حيث تُصنف الأسر بناءً على أدائها الوظيفي وديناميكياتها الداخلية إلى نوعين رئيسيين هما :

الأسرة الوظيفية والأسرة غير الوظيفية .

1 - وظائف الأسرة الأساسية :

يمكن تقسيم وظائف الأسرة إلى عدة جوانب رئيسية :

1 - 1 - الوظيفة البيولوجية :

استمرار النسل والحفاظ على المجتمع .

توفير الرعاية الصحية والتغذية للأطفال.

1 - 2 . الوظيفة الاجتماعية والتربوية :

تلعب الأسرة دوراً أساسياً في تعليم الأطفال وتربيتهم ، حيث يتضمن ذلك تربية الأبناء وغرس القيم الأخلاقية والمبادئ السليمة ، وتعليم الأطفال المهارات الاجتماعية وكيفية التفاعل مع المجتمع

1 - 3 . الوظيفة الاقتصادية :

توفر الأسرة الدعم المادي لضمان راحة أفرادها وتحقيق احتياجاتهم الأساسية ، حيث يتضمن ذلك توفير الاحتياجات المالية مثل الغذاء ، المسكن ، والتعليم ، وتوزيع الأدوار بين أفراد الأسرة لضمان الاستقرار المعيشي .

1 - 4 . الوظيفة العاطفية والنفسية :

تعمل الأسرة كمصدر للحب والراحة النفسية ، مما يعزز الشعور بالأمان والاستقرار ، حيث يتضمن ذلك توفير الحب ، الدعم العاطفي ، والإحساس بالأمان ، وتعزيز الصحة النفسية للأفراد عبر التواصل والتفاهم .

2 - الأسرة الوظيفية :

- الأسرة الوظيفية هي الأسرة التي تعمل بشكل صحي وفعال ، حيث تكون العلاقات بين أفرادها قائمة على الاحترام المتبادل والدعم العاطفي والتفاهم .

- الأسرة الوظيفية هي نموذج يصف كيفية عمل الأسرة كوحدة اجتماعية تؤدي وظائف معينة لتحقيق الاستقرار والرفاهية لأفرادها وفي هذا السياق تعتبر الأسرة الوظيفية تلك التي تحقق التوازن بين احتياجات أفرادها العاطفية والاجتماعية والمادية ، مما يؤدي إلى تعزيز الصحة النفسية والعلاقات الإيجابية بين أعضائها.

- الأسرة الوظيفية هي الأسرة التي تؤدي دورها بفعالية في توفير بيئة صحية ومستقرة لأفرادها ، حيث تلبي الاحتياجات العاطفية ، الاجتماعية ، والاقتصادية لأفرادها ، وتساعدهم على النمو والتطور بطريقة سليمة.

3 - خصائص الأسرة الوظيفية:

هناك العديد من النماذج والدراسات التي ركزت على الأسرة الوظيفية ، حيث كل نموذج يرى أن الأسرة الوظيفية تتميز بجملة من الخصائص وهي :

- حددت واش 1993 Walsh عشر عمليات تميز الأسر الوظيفية :

- √ التواصل والتزام الأعضاء كوحدة رعاية تعتمد على التضامن المتبادل :
- √ احترام الفروق الفردية والاستقلالية والاحتياجات المنفصلة ، وتعزيز تنمية ورفاهية أعضاء كل جيل من الأصغر إلى الأكبر .
- √ بالنسبة للأزواج علاقة تتميز بالاحترام المتبادل والدعم والتقاسم العادل للسلطة والمسؤوليات .
- √ القيادة والسلطة الأبوية أو التنفيذية الفعالة من أجل رعاية الأطفال وحمايتهم وإدماجهم في المجتمع ، ورعاية أفراد الأسرة الضعفاء الآخرين .
- √ الاستقرار التنظيمي الذي يتسم بالوضوح والاتساق والقدرة على التنبؤ بأنماط التفاعل .
- √ القدرة على التكيف والمرونة في تلبية مطالب التغيير الداخلية أو الخارجية والتعامل بفعالية مع الضغوط والمشاكل التي تنشأ ، والتغلب على التحديات والتحويلات المعيارية وغير الطبيعية عبر دورة الحياة .
- √ التواصل المفتوح الذي يتميز بوضوح القواعد والتوقعات ، والتفاعل الممتع ، والتعبير العاطفي والاستجابة التعاطفية .
- √ عمليات فعالة لحل المشاكل وحل النزاعات .

✓ نظام عقائدي مشترك يمكن من الثقة المتبادلة والتحكم في المشكلات والارتباط بالأجيال الماضية والمستقبلية والقيم الأخلاقية والاهتمام بالمجتمع الانساني الأكبر .

✓ موارد كافية للأمن الاقتصادي الأساسي والدعم النفسي الاجتماعي في شبكات الأقارب والصدقة الممتدة ومن النظم الاجتماعية المجتمعية الأكبر .

وهناك نموذج آخر يعتمد على ثلاثة أبعاد فقط تميز الأسر الوظيفية :

✓ حل المشكلات ✓ التنظيم ✓ المناخ العاطفي

وتعتبر هذه الأبعاد أساسية لإعطاء نظرة عامة وسريعة وتمثل جوهر التقييم الشامل لمقياس الأداء الوظيفي للأسر والذي يستخدم الآن في العديد من الاعدادات السريرية .

وهناك العديد من الدراسات التي أجريت في هذا الجانب توصلت إلى أن الأسر الوظيفية تتميز

بالخصائص التالية :

✓ الالتزام اتجاه الأسرة وأفرادها .

✓ تقدير أفراد الأسرة لبعضهم البعض (أي اتصال اجتماعي)

✓ الاستعداد لقضاء بعض الوقت معا .

✓ أنماط الاتصال الفعال .

✓ درجة عالية من التوجه الديني / الروحي .

✓ القدرة على التعامل مع الأزمات بطريقة ايجابية (أي القدرة على التكيف)

✓ تشجيع الأفراد .

✓ أدوار واضحة .

ومن خلال تلك النماذج السابقة يمكن أن نستخلص الخصائص التي تتميز بها الأسر الوظيفية :

√ التواصل الفعال : حيث يتمتع أفراد الأسرة الوظيفية بقدرة على التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بشكل صحي دون خوف من النقد أو الرفض من خلال وجود حوار مفتوح وصادق واحترام لآراء الآخرين.

√ الدعم العاطفي : حيث يشعر كل فرد بالدعم من قبل الآخرين ، مما يعزز ثقته بنفسه وقدرته على مواجهة تحديات الحياة اليومية وتجعله يشعر بالأمان والحب والاهتمام .

√ الاحترام المتبادل وتوزيع الأدوار بوضوح : تكون هناك حدود واضحة وصحية من حيث الأدوار والمسؤوليات ، حيث كل شخص يعرف مسؤولياته دون تحميل أحد فوق طاقته ، مع احترام خصوصية كل فرد دون تسلط أو قمع للآراء .

√ القدرة على التكيف مع التغيرات : الأسرة تتعاون مع الأزمات والتحديات بشكل إيجابي .

√ حل المشكلات بشكل بناء : حيث يتم التعامل مع الخلافات والمشكلات بشكل إيجابي ، مع التركيز على إيجاد حلول بدلاً من اللوم أو الصراع .

√ المرونة : الأسرة الوظيفية قادرة على التكيف مع التغيرات والتحديات التي تواجهها ، مع الحفاظ على تماسكها.

√ التوجيه والإرشاد: حيث تقوم الأسرة بتوجيه أطفالها وتربيتهم بناءً على قيم وأخلاق تساهم في تنمية شخصياتهم بشكل إيجابي .

√ التعاون والتشارك: حيث يتميز أفراد الأسرة بالتعاون في المسؤوليات والأدوار اليومية ، مما يخلق بيئة من التفاهم والاحترام المتبادل.

√ الاستقلالية المناسبة : حيث تشجع الأسرة الوظيفية أفرادها على تحقيق استقلاليتهم الشخصية مع الحفاظ على الروابط الأسرية القوية .

أ - الالتزام :

الالتزام اتجاه الأسرة هو الأساس الذي يجعل أفراد الأسرة يمنحون وقتهم وطاقتهم للأنشطة المتعلقة بالأسرة وينطوي الالتزام على بقاء الفرد مخلصاً للأسرة وأعضائها من خلال أحداث الحياة التي يمكن أن تتعرض لها الأسرة ، و يقوم الالتزام بشكل رئيسي على العاطفة ، في حين أن الأزواج والأفراد الذين لم يفكروا في التزامهم تجاه بعضهم البعض أو المتناقضون حول مدى التزامهم يصعب عليهم الاستمرار في الزواج والعمل مع بعضهم البعض وغالبا ما تكون النتيجة هي الخيانة الزوجية ، مما يزيد الأمور سوءا ويزيد من احتمالات الضائقة الزوجية والصراع والطلاق .

ب - التقدير :

يتعزز التزام أفراد الأسرة تجاه بعضهم البعض عندما يعبرون عن تقديرهم لفظيا أو جسديا ، حيث يميل الأزواج إلى بناء تقدير بعضهم البعض عن طريق الحب المتبادل والاحترام والمجاملات ، وقوم أفراد الأسرة الآخرين بفعل نفس الشيء مع بعضهم البعض ، كما يتجنبون الشجارات التي تتخذ شكل هجمات شخصية أو عنف .

ج - الاستعداد لقضاء بعض الوقت معا :

الوقت الذي يقضيه أفراد الأسرة معا يجب أن يكون وقتا مفيدا ، ولا يقضيه أحد في المشاحنات أو الجدل أو العبث أو التئمر ، ويحتاج هذا الوقت أيضا أن يكون كافيا ، ومن غير المحتمل أن يتطور التفاعل النوعي خلال بضع دقائق معا ، والأحداث التي تشمل كلا من الوقت النوعي والكمي تتراوح بين النزاهات الأسرية على الاجازات إلى السهرات الخاصة التي تشمل الترفيه مثل اللعب أو الأحداث الرياضية أو الحفلات ، وتشمل أيضا الطقوس والتقاليد مثل الاحتفال بأعياد الميلاد واحتفالات الذكرى السنوية والمشاركة في التفاعلات الأسرية في أوقات الوجبات ومشاركة طقوس الفرح والحزن معا مثل التخرج وحفلات الزفاف والجنازات ، والفكرة وراء قضاء الوقت

معا هي مشاركة الأفكار والمشاعر ، وفي هذه العملية يفكر أفراد الأسرة في أنفسهم كوحدة متماسكة وليس مجرد مجموعة من عشوائية من الأفراد .

د - أنماط الاتصال الفعال :

التواصل يهتم بإرسال واستقبال المعلومات اللفظية وغير اللفظية بين أفراد الأسرة ، ويشمل مهارات تبادل أنماط المعلومات داخل نظام الأسرة ، حيث يصغي الأعضاء لرسائل بعضهم البعض ويلتقطونها بصورة دقيقة وواضحة ، حيث يصبح هناك دعم وفهم وتعاطف ، ولا توجد منافسة على وقت التكلم أو الصمت إذ يتم إرسال الرسائل وتلقيها بطريقة حساسة وباهتمام كبير . من ناحية أخرى يميل أفراد الأسر المختلة وظيفيا إلى حجب أو عدم التعبير عن مشاعرهم ورغباتهم وحبهم وكرههم لبعضهم البعض .

هـ - التوجه الديني / الروحي :

تساعد المعتقدات والممارسات الروحية الأسرية على التكيف والمرونة ، وكذلك لإيجاد المعنى والمبادئ الأخلاقية التي يمكن أن تعيش من خلالها .

و - القدرة على التعامل مع الأزمات بطريقة إيجابية :

هناك أنواع مختلفة من الأزمات التي تؤثر على الأسر في دورة حياتها وعادة ما يكون أكثر أنواع الأزمات شيوعا هو الحدث المتوقع ، والحدث المتوقع هو حدث يمكن التنبؤ به ويحدث فعليا ، على سبيل المثال ترك الفرد لأسرته الأصلية من أجل بناء نفسه أو الحصول على عمل أو الزواج ، وفي هذه الحالات تكون الطبيعة العامة للحدث معروفة لكن التفاصيل دائما فريدة من نوعها ومن هنا تأتي الأزمة وتستخدم الأسر الوظيفية في هذه الأوقات استراتيجيات مواجهة مثل التفاوض

وطلب المشورة ممن هم أكثر خبرة واستخدام الفكاهة والتعبير عن المشاعر للتعامل مع مثل هذه التحولات .

هناك ايضا اللاحث الذي يعكس الظروف والنتائج التي تكون مرغوبة ومتوقعة ولكن لا تحدث وهو سلبي بمعنى أنه حدث لا يحدث كما هو متوقع قد يكون عجز الزوجين عن إنجاب أطفال أصحاء أو تحقيق أهداف مالية في الحياة ، وفي مثل هذه الظروف تغرق الأسر في أزمة لا يدركها الآخرون ، لذا تستخدم الأسر الوظيفية هذه المواقف من خلال التعبير عن المشاعر ودعمهم لبعضهم البعض .

ز - تشجيع الأفراد :

الأسر هي المسؤولة عن تشجيع تنمية مواهب وقدرات أفرادها وتتم هذه العملية عادة بشكل منهجي وطوال دورة حياة الأسرة ، والتشجيع مهم بشكل خاص في بعض النقاط في دورة الحياة .

ح - وضوح الأدوار :

توصف أدوار الأسر السليمة بأنها واضحة ومناسبة ومخصصة بشكل مناسب ومتفق عليها بشكل متبادل ومتكاملة ، وتعتبر بعض الأدوار ضرورية مثل توفير الموارد المادية ، والبعض الآخر غير ضروري ، ويتم تحديد الأدوار داخل الأسرة بناء على عدد من العوامل مثل العمر والثقافة والتقاليد ، وتسعى الأسر الوظيفية إلى جعل الأدوار قابلة للتبادل والمرونة قدر الامكان وواضحة ومناسبة وموزعة بشكل مناسب ومتفق عليه .

4 - جودة العلاقات والقدرة على تلبية احتياجات الأفراد في الأسر الوظيفية :

في الأسر الوظيفية ، تعتبر جودة العلاقات والقدرة على تلبية احتياجات الأفراد عاملين أساسيين تميزها عن الأسر غير الوظيفية ، هذه العوامل تعكس مدى صحة البيئة الأسرية وقدرتها على تعزيز النمو النفسي والاجتماعي لأفرادها و فيما يلي تفصيل لهذين الجانبين:

4 - 1 - جودة العلاقات في الأسر الوظيفية : وتتضمن الخصائص التالية :

أ - التواصل الفعّال : ويتضمن

الوضوح : يتم التعبير عن الأفكار والمشاعر بشكل واضح ومباشر .

الاستماع : يتم الاستماع إلى آراء الآخرين باحترام ودون مقاطعة .

التفاهم : يتم حل الخلافات من خلال الحوار والتفاهم بدلاً من الصراع .

ب - الدعم العاطفي : ويتضمن

التشجيع : يشعر الأفراد بالدعم والتشجيع من قبل الآخرين.

التعاطف : يتم فهم مشاعر الآخرين والاستجابة لها بشكل إيجابي.

الاحتواء : يشعر الأفراد بالأمان العاطفي داخل الأسرة.

ج - الاحترام المتبادل : ويتضمن

تقدير الذات : يتم تعزيز ثقة الأفراد بأنفسهم.

احترام الخصوصية : يتم احترام خصوصية كل فرد وحدوده الشخصية.

التسامح : يتم التعامل مع الأخطاء بتسامح وفهم.

د - المرونة : وتتضمن

التكيف : تكون الأسرة قادرة على التكيف مع التغيرات والتحديات.

التوازن : يتم الحفاظ على توازن بين الأدوار والمسؤوليات.

هـ - الترابط العاطفي : ويتضمن

التماسك : يشعر الأفراد بالانتماء إلى الأسرة.

التفاعل الإيجابي : يتم قضاء الوقت معاً في أنشطة تعزز الترابط.

4 - 2 . القدرة على تلبية احتياجات الأفراد في الأسر الوظيفية :

وتتضمن الخصائص التالية :

أ - الاحتياجات الجسدية : وتتضمن

التغذية : يتم توفير الغذاء الصحي والكافي.

السكن : يتم توفير بيئة سكنية آمنة ومريحة.

الرعاية الصحية : يتم الاهتمام بالصحة الجسدية وتوفير الرعاية الطبية عند الحاجة.

ب - الاحتياجات النفسية : وتتضمن

الأمان النفسي : يشعر الأفراد بالأمان والاستقرار النفسي.

تقدير الذات : يتم تعزيز ثقة الأفراد بأنفسهم.

التوجيه : يتم توفير التوجيه والدعم النفسي عند الحاجة.

ج - الاحتياجات الاجتماعية : وتتضمن

الاندماج الاجتماعي : يتم تشجيع الأفراد على بناء علاقات اجتماعية صحية.

الدعم الاجتماعي : يتم تقديم الدعم في المواقف الاجتماعية الصعبة.

د - الاحتياجات التعليمية : وتتضمن

التعليم : يتم توفير فرص التعليم والدعم الأكاديمي.

التنمية المعرفية : يتم تشجيع الأفراد على تنمية مهاراتهم المعرفية.

هـ - الاحتياجات الروحانية : وتتضمن

القيم الروحانية : يتم تعزيز القيم الروحانية والدينية إذا كانت مهمة للأسرة.

التفكير النقدي : يتم تشجيع الأفراد على التفكير النقدي في القيم والمعتقدات.

و - الاحتياجات الترفيهية : وتتضمن

الترفيه: يتم توفير فرص للترفيه والاسترخاء.

الهوايات: يتم تشجيع الأفراد على ممارسة الهوايات والاهتمامات الشخصية.

ز - الاحتياجات الاقتصادية: وتتضمن

الإدارة المالية: يتم إدارة الموارد المالية بشكل مسؤول.

التخطيط المالي: يتم التخطيط للمستقبل المالي وتوفير الاحتياجات الأساسية.

5 - بعض المصطلحات تتعلق بالأسرة الوظيفية:

فيما يلي بعض المصطلحات المتعلقة بالأسرة الوظيفية وغير الوظيفية: ، والتي تُستخدم لوصف

ديناميكيات الأسرة وعلاقاتها:

5-1 - الأداء الأسري:

يفترض منظرو الأنظمة الأسرية أنه عندما تعمل الأسر بشكل جيد وتكون الأدوار قابلة للتكيف ويكون التواصل فعال والتفاعلات والعلاقات إيجابية وتدير الأسرة المطالب وتحقق الأهداف بسهولة يكون أداؤها جيدا .

ويشير الأداء الأسري إلى الخصائص الاجتماعية والبنائية للبيئة الكلية للأسرة ، حيث يشمل التفاعلات والعلاقات داخل الأسرة ، لا سيما مستويات الصراع والتماسك والقدرة على التكيف والتنظيم وجودة الاتصال ويحدث الأداء الصحي للأسرة داخل بيئة عائلية تتميز بتواصل واضح وأدوار محددة جيدا وتماسك وتنظيم جيد للتأثير .

في المقابل يحدث ضعف أداء الأسرة داخل العائلات التي تعاني من مستويات عالية من الصراع وعدم التنظيم وضعف السيطرة العاطفية والسلوكية .

ويعرف أيضا الأداء الأسري على أنه قدرة النسق الأسري على العمل كوحدة والتكيف مع المواقف المختلفة خاصة تلك التي تسبب التوتر .

ويعرف أيضا الأداء الأسري على أنه أنماط العلاقات أو العمليات الأسرية عبر الزمن .
ويتم تعريف أداء الأسرة الايجابي والسلبي من خلال مجموعة متنوعة من السمات العاطفية والمشاركة المعرفية وخصائص التنمية وعادات الصحة البدنية والعلاقات داخل الأسرة والترابط الاجتماعي ، ويتميز الأداء الأسري الايجابي بالتقارب العاطفي والدفئ والدعم والأمان وتوقعات جيدة للتواصل وتفاعلات محفزة وتعليمية واستراتيجيات تعزز الصحة البدنية وعلاقات عالية الجودة بين جميع أفراد الأسرة وإشراك أفراد الأسرة في الأنشطة المجتمعية ، حيث أن مجالات الأداء الأسري ليست متنافية ولكنها تتفاعل وتكمل بعضها البعض

5 - 2 - التواصل الأسري :

يشير إلى كيفية تبادل الأفكار والمشاعر والمعلومات بين أفراد الأسرة.
في الأسر الوظيفية ، يكون التواصل صحياً ومفتوحاً ، بينما في الأسر غير الوظيفية ، قد يكون التواصل سلبياً أو غير موجود.

5 - 3 - الحدود الأسرية :

هي القواعد غير المكتوبة التي تحدد الأدوار والمسؤوليات والخصوصيات داخل الأسرة.
في الأسر الوظيفية ، تكون الحدود واضحة ومرنة ، بينما في الأسر غير الوظيفية ، قد تكون الحدود ضبابية أو صارمة بشكل مفرط .

5 - 4 - الدعم العاطفي :

يشير إلى قدرة أفراد الأسرة على تقديم الراحة والتشجيع لبعضهم البعض .
الأسر الوظيفية توفر دعماً عاطفياً قوياً ، بينما الأسر غير الوظيفية قد تفتقر إلى هذا الدعم .

5 - 5 - التماسك الأسري :

هو درجة الترابط العاطفي بين أفراد الأسرة.

في الأسر الوظيفية ، يكون التماسك متوازناً ، بينما في الأسر غير الوظيفية ، قد يكون التماسك ضعيفاً أو مفترطاً مما يؤدي إلى الاعتماد الزائد على بعضهم.

5-6 - الترابط الأسري :

يشير إلى قوة العلاقات العاطفية بين أفراد الأسرة.

الأسر الوظيفية تتمتع بترابط قوي وصحي ، بينما الأسر غير الوظيفية قد تعاني من انفصال عاطفي.

5-7 - المرونة الأسرية :

تشير إلى قدرة الأسرة على التكيف مع التغيرات والأزمات .

الأسر الوظيفية تكون مرنة وقادرة على التكيف ، بينما الأسر غير الوظيفية قد تكون جامدة أو فوضوية.

5-8 - الصراع الأسري :

هو وجود خلافات أو نزاعات بين أفراد الأسرة.

في الأسر الوظيفية ، يتم إدارة الصراع بشكل بناء ، بينما في الأسر غير الوظيفية ، قد يكون الصراع مستمراً وغير محلول.

5-9 - الأدوار الأسرية:

هي الأدوار التي يلعبها كل فرد في الأسرة مثل دور الأب ، الأم ، الطفل ، الداعم ، المُصلح ، إلخ. في الأسر غير الوظيفية ، قد تكون الأدوار غير واضحة أو غير عادلة مثل تحميل الطفل مسؤوليات تفوق سنه.

5 - 10 - الإساءة العاطفية :

هي شكل من أشكال الإساءة التي تحدث في الأسر غير الوظيفية ، حيث يتم التقليل من شأن الفرد أو إهانته أو تجاهل مشاعره.

5 - 11 - الإهمال الأسري :

هو فشل الأسرة في تلبية الاحتياجات الأساسية لأفرادها ، سواء العاطفية أو الجسدية.

5 - 12 - الاعتماد المتبادل :

هو نمط من العلاقات غير الصحية حيث يعتمد فرد أو أكثر على الآخرين بشكل مفرط ، غالباً في الأسر غير الوظيفية.

5 - 13 - التمكين الأسري :

هو عملية تعزيز قدرة الأسرة على التعامل مع التحديات وتحسين أدائها الوظيفي .

6 - التحديات التي تواجه الأسرة الوظيفية :

الأسرة الوظيفية ، رغم قدرتها على تلبية احتياجات أفرادها والمجتمع ، تواجه العديد من التحديات في العصر الحديث ، هذه التحديات قد تكون ناتجة عن تغيرات اجتماعية ، اقتصادية ، أو ثقافية ، نذكر بعض أبرز التحديات التي تواجهها الأسر الوظيفية :

6 - 1 - التحديات الاقتصادية :

ضغوط مالية : ارتفاع تكاليف المعيشة ، الإسكان ، والتعليم قد يزيد من التوتر داخل الأسرة.
البطالة أو عدم الاستقرار الوظيفي : فقدان الوظائف أو انخفاض الدخل يؤثر على قدرة الأسرة على تلبية الاحتياجات الأساسية.

الديون : تراكم الديون قد يؤدي إلى ضغوط نفسية وصراعات أسرية.

6 - 2 - التحديات الاجتماعية :

التغير في الأدوار التقليدية : مع زيادة مشاركة المرأة في سوق العمل ، قد تظهر صراعات حول توزيع الأدوار داخل الأسرة.

العزلة الاجتماعية : انشغال الأفراد بالعمل أو التكنولوجيا قد يقلل من التفاعلات الأسرية.

التنشئة الاجتماعية للأطفال : صعوبة توفير الوقت الكافي لتربية الأطفال بسبب انشغال الوالدين.

6 - 3 - التحديات التكنولوجية :

إدمان التكنولوجيا : الاستخدام المفرط للهواتف الذكية والألعاب الإلكترونية قد يؤثر على التواصل الأسري.

التأثير السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي : قد تؤدي إلى مقارنات اجتماعية غير واقعية أو تعرض الأطفال لمحتوى غير مناسب .

6 - 4 - التحديات النفسية والعاطفية:

الإجهاد والضغوط النفسية : ضغوط العمل والحياة اليومية قد تؤثر على الصحة النفسية للوالدين، مما ينعكس على الأسرة.

الصراعات الزوجية : الخلافات بين الوالدين قد تؤثر على استقرار الأسرة.

الاكتئاب والقلق : قد يعاني أفراد الأسرة من مشاكل نفسية تؤثر على تفاعلاتهم.

6 - 5 - التحديات التربوية :

صعوبة تربية الأبناء : في ظل التغيرات الثقافية والقيمية، قد يواجه الوالدان صعوبة في نقل القيم والتوجيه.

التنمر أو المشاكل في المدرسة : قد يواجه الأطفال تحديات في المدرسة تؤثر على صحتهم النفسية.

6 - 7 . التحديات الصحية :

الأمراض المزمنة :إصابة أحد أفراد الأسرة بمرض مزمن قد يزيد من الضغوط المالية والعاطفية.
نمط الحياة غير الصحي :قلة الوقت للاهتمام بالصحة بسبب انشغال الوالدين.

6 - 8 . التحديات الثقافية والقيمية :

الصراع بين الأجيال : اختلاف القيم بين الأجيال قد يؤدي إلى توترات داخل الأسرة.
التأثير الثقافي الخارجي : قد يتعارض مع القيم الأسرية التقليدية.

6 - 9 . التحديات القانونية والمجتمعية:

غياب الدعم المجتمعي : عدم وجود برامج دعم كافية للأسرة في مجالات مثل الصحة النفسية أو التربية.

القوانين غير الداعمة :في بعض الحالات ، قد لا توفر القوانين حماية كافية للأسرة.

7 - كيفية مواجهة هذه التحديات :

تعزيز التواصل الأسري : تخصيص وقت للتفاعل العائلي.

التخطيط المالي : إدارة الدخل والمصروفات بشكل فعال.

طلب الدعم النفسي : عند الحاجة ، يمكن اللجوء إلى استشاريين أسريين أو أخصائيين نفسيين.

التعليم والتوعية : تعلم مهارات تربوية وإدارية لتحسين أداء الأسرة.

توازن العمل والحياة : تخصيص وقت للراحة والترفيه.

8 - الأسرة المختلة وظيفيا :

لا يوجد تعريف دقيق لمصطلح الأسرة المختلة وظيفيا وفي الاستخدام الشائع يميل المصطلح إلى

جذب جميع أنواع اضطرابات العلاقة التي تحدث في نسق الأسرة وأنساقها الفرعية (الآباء ،

الأطفال) ، إذ تشير الأسرة المختلة وظيفيا إلى نمط الأسرة المرتبطة عموما بانخفاض مستويات

الصحة والرفاهية والسعادة والنتائج الايجابية مقارنة بالأسر الأخرى ، لكن يجب أن لا يكون تصور الأسرة المختلة وظيفيا عبارة عن انقسام مزدوج إلى قسمين منفصلين بل سلسلة متصلة من حيث درجات الخلل الوظيفي .

إذا فالأسرة غير الوظيفية (أو الأسرة المضطربة) هي أسرة تعاني من خلل في أداء أدوارها الأساسية ، مما يؤدي إلى تأثيرات سلبية على أفرادها ، وخاصة الأطفال ، وتتميز هذه الأسر بعدة خصائص.

9 - خصائص الأسرة المختلة وظيفيا :

9 - 1 - ضعف التواصل : ويتضمن

انعدام الحوار : يفتقر أفراد الأسرة إلى التواصل الفعال ، مما يؤدي إلى سوء الفهم وتراكم المشكلات.

التواصل السلبي : يتميز التواصل بالانتقاد الدائم ، الصراخ ، أو التجاهل بدلاً من التفاهم والحلول الإيجابية.

9 - 2 - غياب الدعم العاطفي: ويتضمن

عدم الاهتمام بمشاعر الأفراد : لا يتم توفير الدعم العاطفي أو التشجيع لأفراد الأسرة ، مما يؤدي إلى شعورهم بالعزلة وعدم الأمان.

التفكك العاطفي : يشعر الأفراد بعدم الارتباط العاطفي ببعضهم البعض.

9 - 3 - عدم وضوح الأدوار والحدود: ويتضمن

تضارب الأدوار : قد تكون الأدوار غير محددة أو غير متوازنة ، مثل تحميل الطفل مسؤوليات أكبر من سنه.

غياب الحدود الصحية: قد تكون الحدود بين الأفراد غير واضحة ، مما يؤدي إلى تداخل غير صحي في العلاقات.

9 - 4 - العنف أو الإساءة: ويتضمن

الإساءة الجسدية أو العاطفية : قد تكون الأسرة بيئة غير آمنة بسبب العنف أو الإهمال.
التنمر أو التهديد : قد يسود جو من التخويف أو التهديد داخل الأسرة.

9 - 5 - عدم الاستقرار المالي أو الاجتماعي: ويتضمن

الفقر أو التقلبات المالية : قد تعاني الأسرة من ضغوط مالية تؤثر على قدرتها على تلبية الاحتياجات الأساسية.

عدم الاستقرار الاجتماعي : قد تكون الأسرة معزولة اجتماعياً أو تعاني من مشكلات مع المجتمع المحيط.

9 - 6 - الإدمان أو السلوكيات المدمرة:

تعاطي المخدرات أو الكحول : قد يكون أحد أفراد الأسرة يعاني من الإدمان ، مما يؤثر على الجميع.

السلوكيات الخطرة : مثل القمار أو العنف المنزلي .

9 - 7 - عدم القدرة على حل المشكلات:

التجنب أو الإنكار : قد تتجنب الأسرة مواجهة المشكلات أو تنكر وجودها.

الصراعات المستمرة : قد تكون الصراعات دائمة دون وجود حلول فعالة وتفتقر إلى آليات حل المشكلات ، مما يؤدي إلى استمرار الخلافات وتراكمها.

9 - 8 - تأثير سلبي على الأطفال:

مشكلات نفسية وسلوكية : قد يعاني الأطفال من القلق ، الاكتئاب ، أو السلوك العدواني.

ضعف التحصيل الدراسي : قد يتأثر أداء الأطفال في المدرسة بسبب البيئة الأسرية المضطربة.

9.9 - غياب القيادة الأسرية: ويتضمن

ضعف السلطة الأبوية : قد تكون السلطة الأبوية غائبة أو غير متوازنة ، مما يؤدي إلى فوضى في اتخاذ القرارات.

عدم وجود قواعد واضحة : قد تكون القواعد الأسرية غير موجودة أو غير متناسقة.

9.10 - التفكك الأسري: ويتضمن

الانفصال أو الطلاق : قد تكون الأسرة مهددة بالتفكك بسبب الخلافات المستمرة.

الانفصال العاطفي : حتى وإن كانت الأسرة متماسكة ظاهرياً ، قد تكون هناك فجوة عاطفية بين أفرادها.

أسئلة تقييم ختامية : كيف يمكن لغياب الدعم العاطفي في الأسرة أن يؤثر على نمو الأطفال نفسياً واجتماعياً ؟

ج : نفسياً انعدام الأمان العاطفي حيث يشعر الطفل بالقلق الدائم وعدم الاستقرار ، مما يزيد احتمالية الإصابة بالاكتئاب أو اضطرابات القلق ، وضعف الثقة بالنفس ، حيث لعدم تلقي التشجيع أو المدح يقلل من تقدير الذات ، ويجعل الطفل يشك في قيمته وقدراته ، وصعوبة التنظيم العاطفي مما قد يطور الطفل سلوكيات عدوانية أو انطوائية كوسيلة للتعامل مع المشاعر المكبوتة.

اجتماعياً: صعوبة تكوين العلاقات لأن الطفل يعاني من عدم الثقة في الآخرين ، مما يعيق بناء صداقات أو علاقات صحية في المستقبل ، والانسحاب أو العدوانية فقد يصبح الطفل انطوائياً أو عدوانياً في التفاعلات الاجتماعية بسبب عدم تعلم مهارات التواصل الفعال ، وضعف المهارات الاجتماعية ، لأنه يفتقر إلى القدرة على التعاطف أو حل النزاعات ، مما يعرضه للرفض من قبل الأقران .

المحاضرة الرابعة

دورة حياة الأسرة

أسئلة تقييم أولية :

س : ما ذا تعرف عن دورة حياة الأسرة ؟

ج : دورة حياة الأسرة هي مجموعة المراحل التي تمر بها الأسرة منذ تكوينها وحتى انتهاء دورها أو تفككها .

تمهيد :

يدرس علم النفس الأسري دورة حياة الأسرة من منظور نفسي واجتماعي ، بهدف فهم التحديات التي تواجه الأسرة في كل مرحلة ، وتقديم الدعم المناسب لتعزيز الصحة النفسية لأفرادها ، وذلك من خلال فهم هذه المراحل حتى تتمكن الأسرة من التكيف مع التغيرات بفعالية أكبر ، وتحافظ على تماسكها وقوتها .

1 - تعريف دورة حياة الأسرة :

دورة حياة الأسرة هي مجموعة المراحل التي تمر بها الأسرة منذ تكوينها وحتى انتهاء دورها أو تفككها ، وهي عملية ديناميكية تتغير فيها الأدوار والمسؤوليات بين أفراد الأسرة مع مرور الزمن مما يؤثر على العلاقات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية للأفراد داخل الأسرة

2 - خصائص دورة حياة الأسرة :

التغير المستمر : حيث تتميز دورة حياة الأسرة بالتغير المستمر نتيجة للنمو والتقدم في العمر .
التعاقب الزمني : حيث تأتي المراحل بشكل متسلسل ومتتالي .

الاختلاف الفردي : تختلف دورة حياة الأسرة من أسرة لأخرى بناءً على العوامل الثقافية والاجتماعية والاقتصادية .

التفاعل الاجتماعي : حيث كل مرحلة لها تأثيرات على المجتمع وعلى الأفراد والعكس صحيح.

التكيف : حيث تتطلب كل مرحلة أن يتكيف أفراد الأسرة مع المتغيرات الجديدة .

3 - أهمية دراسة دورة حياة الأسرة :

- دورة حياة الأسرة ليست مجرد مجموعة من المراحل ، بل هي عملية ديناميكية ومعقدة تتطلب فهماً عميقاً للتحديات والفرص المتاحة في كل مرحلة ، من خلال الاهتمام بهذه العناصر المختلفة ، ويمكن للأسرة أن تحقق استقراراً وسعادة طويلة الأمد ، مما يساهم في بناء مجتمعات صحية ومزدهرة .

- فهم العلاقات الأسرية : معرفة دورة حياة الأسرة تساهم في فهم كيفية تطور العلاقات بين أفرادها .

- التخطيط المستقبلي : تساعد الأسرة على التكيف مع التغيرات المختلفة ووضع خطط لمواجهة التحديات .

- تعزيز الاستقرار : توفر إطاراً واضحاً لتحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي والاقتصادي للأسرة .

- تنمية القيم : تتيح الفرصة لتربية الأجيال الجديدة على القيم والأعراف المجتمعية .

- دعم التنمية الاجتماعية : تلعب الأسرة دوراً محورياً في بناء المجتمعات الصحية والتماسكة .

4 - الجوانب التي يدرسها علم النفس الأسري في دورة حياة الأسرة :

التغيرات في الأدوار والمسؤوليات : كيف تتغير أدوار أفراد الأسرة مع تقدمهم في المراحل المختلفة

التفاعلات العاطفية: كيف تؤثر التغيرات في دورة الحياة على المشاعر والعلاقات داخل الأسرة
الصراعات وحل النزاعات: ما هي أنواع الصراعات التي تنشأ في كل مرحلة ، وكيف يمكن إدارتها

المرونة: كيف يمكن للأسرة أن تتعافى من التحديات التي تواجهها

التواصل الفعال: كيف يمكن تعزيز التواصل بين أفراد الأسرة في كل مرحلة

5 - مراحل دورة حياة الأسرة :

هناك عدة تقسيمات لمراحل دورة حياة الأسرة في علم النفس الأسري ، حيث تختلف النظريات والمناهج في تحديد هذه المراحل بناءً على الزاوية التي يتم النظر منها إلى تطور الأسرة ، هذه التقسيمات تعكس تنوعاً في المنظورات النظرية والتطبيقية ، وكل مرحلة من مراحل دورة حياة الأسرة تأتي مع تغيرات نفسية واجتماعية فريدة ، وتتطلب من الأسرة التكيف مع هذه التغيرات وعلم النفس الأسري يهدف إلى فهم هذه التحديات وتقديم الدعم المناسب لمساعدة الأسر على تجاوزها بنجاح ، ومن بين أهم تلك التقسيمات نجد :

5 - 1 - تقسيم إيفلين دوفال وروبرت هيل (Duvall & Hill) :

يعتبر هذا التقسيم الأكثر شهرة وانتشاراً ، ويُعتبر الأساس الذي بنيت عليه العديد من النظريات ، ويركز بشكل أساسي على التغيرات الوظيفية في الأسرة ، ويتكون من ثمانية مراحل:

√ **مرحلة الزواج (بدون أطفال) :** وتتضمن:

التغيرات النفسية : بناء الهوية الزوجية المشتركة .

التكيف مع الأدوار الجديدة كشريكين.

إدارة الاختلافات الشخصية والثقافية.

التغيرات الاجتماعية: تحديد الحدود بين الأسرة الأصلية والزوجية.

بناء شبكة اجتماعية جديدة كزوجين.

التحديات : التكيف مع الحياة المشتركة.

إدارة النزاعات حول القرارات المالية أو الاجتماعية.

√ مرحلة تربية الأطفال الصغار (من الولادة حتى 2.5 سنة) : وتتضمن .

التغيرات النفسية: الانتقال من العلاقة الزوجية إلى العلاقة الأبوية.

الشعور بالمسؤولية الكبيرة تجاه الطفل.

التغيرات الاجتماعية: إعادة تنظيم الأدوار والمسؤوليات داخل الأسرة.

تقليل الوقت المتاح للأنشطة الاجتماعية أو الشخصية.

التحديات: إدارة الإرهاق الجسدي والنفسي .

التكيف مع التغيرات في العلاقة الزوجية.

√ مرحلة الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة (2.5 - 6 سنوات) : وتتضمن

التغيرات النفسية: تعزيز الثقة بالنفس لدى الطفل.

تعلم كيفية وضع الحدود والانضباط.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الأطفال الآخرين في الحضانة أو الروضة.

بناء علاقات مع أسر أخرى لديها أطفال في نفس العمر.

التحديات: إدارة نوبات الغضب أو السلوكيات الصعبة.

تحقيق التوازن بين العمل وتربية الأطفال.

√ مرحلة الأطفال في مرحلة المدرسة (6 - 13 سنة) : وتتضمن

التغيرات النفسية: دعم الطفل في بناء الثقة بالنفس وتطوير المهارات الاجتماعية.

مساعدة الطفل على التكيف مع الضغوط الدراسية.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع المدرسة والمعلمين والأصدقاء.

زيادة مشاركة الطفل في الأنشطة الاجتماعية والرياضية.

التحديات: إدارة الصراعات بين الأشقاء.

التعامل مع الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي.

√ مرحلة المراهقون (13 - 20 سنة) : وتتضمن

التغيرات النفسية: دعم المراهق في البحث عن الهوية والاستقلالية.

التعامل مع التغيرات العاطفية والهرمونية.

التغيرات الاجتماعية: زيادة التفاعل مع الأصدقاء وتقليل الاعتماد على الأسرة.

بدء العلاقات العاطفية الأولى .

التحديات: إدارة الصراعات حول الاستقلالية والحدود.

التعامل مع المخاطر المحتملة (مثل التدخين ، الكحول ... إلخ).

√ مرحلة انطلاق الأبناء (من مغادرة الأبناء حتى التقاعد) : وتتضمن

التغيرات النفسية: إعادة تعريف الهوية الذاتية بعد مغادرة الأبناء.

التكيف مع مشاعر الفراغ أو الوحدة.

التغيرات الاجتماعية: إعادة التركيز على العلاقة الزوجية.

زيادة الوقت المتاح للأنشطة الشخصية أو التطوعية.

التحديات: التكيف مع التغيرات في الأدوار والمسؤوليات.

إعادة بناء الحياة الاجتماعية بعد انشغال سنوات التربية.

√ مرحلة منتصف العمر (التقاعد حتى الشيخوخة).

التغيرات النفسية: التكيف مع فقدان الأدوار الاجتماعية (مثل التقاعد).

التفكير في الإنجازات والأهداف التي لم تتحقق.

التغيرات الاجتماعية: زيادة الاعتماد على الأبناء أو الأحفاد.

المشاركة في الأنشطة التطوعية أو المجتمعية.

التحديات: إدارة التغيرات الصحية.

التعامل مع مشاعر القلق حول المستقبل.

√ مرحلة الشيخوخة (ما بعد التقاعد) : وتتضمن

التغيرات النفسية: التكيف مع فقدان الأصدقاء أو الشريك.

التفكير في الماضي وتقييم الحياة.

التغيرات الاجتماعية: الاعتماد على الآخرين في الرعاية اليومية.

تقليل المشاركة في الأنشطة الاجتماعية بسبب الصحة.

التحديات: إدارة الأمراض المزمنة أو الإعاقات.

التعامل مع مشاعر الوحدة أو الاكتئاب.

5 - 2 - تقسيم كارتر وماكغولدريك (Carter & McGoldrick) :

هذا التقسيم يُعتبر أكثر تفصيلاً ويركز على التغيرات العاطفية والنفسية داخل الأسرة. يتكون من

ست مراحل:

√ مرحلة الأسرة الشابة (الزواج دون أطفال) : وتتضمن

التغيرات النفسية: بناء الهوية الزوجية: يتعلم الزوجان كيفية العمل كفريق واحد.

التكيف مع الأدوار الجديدة: الانتقال من دور الفرد المستقل إلى دور الشريك.

إدارة الاختلافات: التعامل مع الاختلافات في الشخصية ، القيم ، أو التوقعات.

التغيرات الاجتماعية: تحديد الحدود: تحديد العلاقة مع الأسرة الأصلية (الآباء ، الأخوة).

بناء شبكة اجتماعية جديدة: تكوين صداقات مشتركة كزوجين.

التحديات: التكيف مع الحياة المشتركة.

إدارة النزاعات حول القرارات المالية أو الاجتماعية.

√ **مرحلة الأسرة مع الأطفال الصغار : وتتضمن**

التغيرات النفسية: الانتقال إلى الأبوة: الشعور بالمسؤولية الكبيرة تجاه الطفل.

التكيف مع الإرهاق: التعامل مع قلة النوم والإجهاد الجسدي.

التغيرات الاجتماعية: إعادة تنظيم الأدوار: تقسيم المهام بين الوالدين.

تقليل الوقت الاجتماعي: تقليل الأنشطة الاجتماعية بسبب انشغال الوالدين بالطفل.

التحديات: تحقيق التوازن بين العمل وتربية الأطفال.

الحفاظ على العلاقة الزوجية رغم الضغوط.

√ **مرحلة الأسرة مع المراهقين : وتتضمن**

التغيرات النفسية: البحث عن الهوية: دعم المراهق في اكتشاف ذاته وقيمه.

التغيرات العاطفية: التعامل مع التقلبات المزاجية والهرمونية.

التغيرات الاجتماعية: زيادة التفاعل مع الأصدقاء: تقليل الاعتماد على الأسرة.

بدء العلاقات العاطفية: تعلم كيفية إدارة العلاقات الرومانسية.

التحديات: إدارة الصراعات حول الاستقلالية والحدود.

التعامل مع المخاطر المحتملة (مثل التدخين ، الكحول ... إلخ).

√ **مرحلة انطلاق الأبناء (العش الفارغ):** وتتضمن

التغيرات النفسية: إعادة تعريف الهوية: التكيف مع الحياة بدون أطفال في المنزل.

التفكير في الإنجازات: تقييم ما تم تحقيقه في الحياة.

التغيرات الاجتماعية: إعادة التركيز على العلاقة الزوجية: قضاء المزيد من الوقت مع الشريك.

زيادة الوقت الشخصي: المشاركة في الأنشطة التطوعية أو الهوايات.

التحديات: التكيف مع مشاعر الفراغ أو الوحدة.

إعادة بناء الحياة الاجتماعية.

√ **مرحلة الأسرة في منتصف العمر (بعد انطلاق الأبناء):** وتتضمن

التغيرات النفسية: التكيف مع التقاعد: فقدان الدور المهني والبحث عن معنى جديد للحياة.

التفكير في الماضي: تقييم الإنجازات والأهداف التي لم تتحقق.

التغيرات الاجتماعية: زيادة الاعتماد على الأبناء: الحاجة إلى الدعم العاطفي أو المادي.

المشاركة المجتمعية: التطوع أو المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

التحديات: إدارة التغيرات الصحية.

التعامل مع مشاعر القلق حول المستقبل.

√ **مرحلة الأسرة في مرحلة الشيخوخة:** وتتضمن

التغيرات النفسية: التكيف مع الفقد: فقدان الأصدقاء أو الشريك.

التفكير في الماضي: تقييم الحياة والاستعداد للنهاية.

التغيرات الاجتماعية: الاعتماد على الآخرين: الحاجة إلى الرعاية اليومية.

تقليل المشاركة الاجتماعية : بسبب التغيرات الصحية.

التحديات: إدارة الأمراض المزمنة أو الإعاقات.

التعامل مع مشاعر الوحدة أو الاكتئاب.

5 - 3 - تقسيم جيرسون (Gerson) :

هذا التقسيم يركز على الأدوار والعلاقات داخل الأسرة ، ويتكون من خمس مراحل:

√ **مرحلة التكوين (الزواج): وتتضمن**

التغيرات النفسية: بناء الهوية الزوجية: يتعلم الزوجان كيفية العمل كفريق واحد.

التكيف مع الأدوار الجديدة: الانتقال من دور الفرد المستقل إلى دور الشريك.

إدارة الاختلافات: التعامل مع الاختلافات في الشخصية ، القيم ، أو التوقعات.

التغيرات الاجتماعية: تحديد الحدود: تحديد العلاقة مع الأسرة الأصلية (الآباء ، الأخوة).

بناء شبكة اجتماعية جديدة: تكوين صداقات مشتركة كزوجين.

التحديات: التكيف مع الحياة المشتركة.

إدارة النزاعات حول القرارات المالية أو الاجتماعية.

√ **مرحلة التوسع (الإنجاب وتربية الأطفال) : وتتضمن**

التغيرات النفسية: الانتقال إلى الأبوة: الشعور بالمسؤولية الكبيرة تجاه الطفل.

التكيف مع الإرهاق: التعامل مع قلة النوم والإجهاد الجسدي.

التغيرات الاجتماعية: إعادة تنظيم الأدوار: تقسيم المهام بين الوالدين.

تقليل الوقت الاجتماعي: تقليل الأنشطة الاجتماعية بسبب انشغال الوالدين بالطفل.

التحديات: تحقيق التوازن بين العمل وتربية الأطفال.

الحفاظ على العلاقة الزوجية رغم الضغوط.

√ مرحلة الاستقرار (تربية المراهقين) : وتتضمن

التغيرات النفسية: البحث عن الهوية :دعم المراهق في اكتشاف ذاته وقيمه.

التغيرات العاطفية: التعامل مع التقلبات المزاجية والهرمونية.

التغيرات الاجتماعية: زيادة التفاعل مع الأصدقاء :تقليل الاعتماد على الأسرة.

بدء العلاقات العاطفية: تعلم كيفية إدارة العلاقات الرومانسية.

التحديات: إدارة الصراعات حول الاستقلالية والحدود.

التعامل مع المخاطر المحتملة (مثل التدخين ، الكحول... إلخ)

√ مرحلة الانكماش (انطلاق الأبناء) : وتتضمن

التغيرات النفسية: إعادة تعريف الهوية :التكيف مع الحياة بدون أطفال في المنزل.

التفكير في الإنجازات :تقييم ما تم تحقيقه في الحياة.

التغيرات الاجتماعية: إعادة التركيز على العلاقة الزوجية :قضاء المزيد من الوقت مع الشريك.

زيادة الوقت الشخصي :المشاركة في الأنشطة التطوعية أو الهوايات.

التحديات: التكيف مع مشاعر الفراغ أو الوحدة.

إعادة بناء الحياة الاجتماعية.

√ مرحلة الانحلال (وفاة أحد الزوجين) : وتتضمن

التغيرات النفسية: التكيف مع الفقد :فقدان الشريك والتعامل مع الحزن.

التفكير في الماضي :تقييم الحياة والاستعداد للنهاية.

التغيرات الاجتماعية: الاعتماد على الآخرين :الحاجة إلى الدعم العاطفي أو المادي.

تقليل المشاركة الاجتماعية :بسبب التغيرات الصحية.

التحديات: إدارة الأمراض المزمنة أو الإعاقات .

التعامل مع مشاعر الوحدة أو الاكتئاب .

4 - 5 - تقسيم ريدل (Rodgers) :

هذا التقسيم يُركز على التغيرات الهيكلية في الأسرة ، ويتكون من سبعة مراحل:

√ مرحلة الأسرة الشابّة (الزواج) : ويتضمن

التغيرات النفسية: بناء الهوية الزوجية: يتعلم الزوجان كيفية العمل كفريق واحد.

التكيف مع الأدوار الجديدة: الانتقال من دور الفرد المستقل إلى دور الشريك.

إدارة الاختلافات: التعامل مع الاختلافات في الشخصية ، القيم ، أو التوقعات.

التغيرات الاجتماعية: تحديد الحدود: تحديد العلاقة مع الأسرة الأصلية (الآباء ، الأخوة)

بناء شبكة اجتماعية جديدة: تكوين صداقات مشتركة كزوجين.

التحديات: التكيف مع الحياة المشتركة.

إدارة النزاعات حول القرارات المالية أو الاجتماعية.

√ مرحلة الأسرة الممتدة (الإنجاب) : وتتضمن

التغيرات النفسية: الانتقال إلى الأبوة: الشعور بالمسؤولية الكبيرة تجاه الطفل.

التكيف مع الإرهاق: التعامل مع قلة النوم والإجهاد الجسدي.

التغيرات الاجتماعية: إعادة تنظيم الأدوار: تقسيم المهام بين الوالدين.

تقليل الوقت الاجتماعي: تقليل الأنشطة الاجتماعية بسبب انشغال الوالدين بالطفل.

التحديات: تحقيق التوازن بين العمل وتربية الأطفال.

الحفاظ على العلاقة الزوجية رغم الضغوط.

√ مرحلة الأسرة مع الأطفال في سن المدرسة : وتتضمن

التغيرات النفسية: بناء الثقة :دعم الطفل في تطوير مهاراته الأكاديمية والاجتماعية.

التكيف مع الضغوط :مساعدة الطفل على التعامل مع التوقعات الدراسية.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع المدرسة :التواصل مع المعلمين والمشاركة في الأنشطة المدرسية.

زيادة الاستقلالية :بدء الطفل في تكوين آرائه الخاصة.

التحديات: إدارة الصراعات بين الأشقاء.

التعامل مع الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي.

√ مرحلة الأسرة مع المراهقين : وتتضمن

التغيرات النفسية: البحث عن الهوية :دعم المراهق في اكتشاف ذاته وقيمه.

التغيرات العاطفية :التعامل مع التقلبات المزاجية والهرمونية.

التغيرات الاجتماعية: زيادة التفاعل مع الأصدقاء :تقليل الاعتماد على الأسرة.

بدء العلاقات العاطفية :تعلم كيفية إدارة العلاقات الرومانسية.

التحديات: إدارة الصراعات حول الاستقلالية والحدود.

التعامل مع المخاطر المحتملة (مثل التدخين ، الكحول... إلخ).

√ مرحلة انطلاق الأبناء : وتتضمن

التغيرات النفسية: إعادة تعريف الهوية :التكيف مع الحياة بدون أطفال في المنزل.

التفكير في الإنجازات :تقييم ما تم تحقيقه في الحياة.

التغيرات الاجتماعية: إعادة التركيز على العلاقة الزوجية :قضاء المزيد من الوقت مع الشريك.

زيادة الوقت الشخصي: المشاركة في الأنشطة التطوعية أو الهوايات.

التحديات: التكيف مع مشاعر الفراغ أو الوحدة.

إعادة بناء الحياة الاجتماعية.

√ **مرحلة الأسرة في منتصف العمر : وتتضمن**

التغيرات النفسية: التكيف مع التقاعد : فقدان الدور المهني والبحث عن معنى جديد للحياة.

التفكير في الماضي : تقييم الإنجازات والأهداف التي لم تتحقق.

التغيرات الاجتماعية: زيادة الاعتماد على الأبناء : الحاجة إلى الدعم العاطفي أو المادي.

المشاركة المجتمعية : التطوع أو المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

التحديات: إدارة التغيرات الصحية.

التعامل مع مشاعر القلق حول المستقبل.

√ **مرحلة الأسرة في مرحلة الشيخوخة : وتتضمن**

التغيرات النفسية: التكيف مع الفقد : فقدان الأصدقاء أو الشريك.

التفكير في الماضي : تقييم الحياة والاستعداد للنهاية.

التغيرات الاجتماعية: الاعتماد على الآخرين : الحاجة إلى الرعاية اليومية.

تقليل المشاركة الاجتماعية : بسبب التغيرات الصحية.

التحديات: إدارة الأمراض المزمنة أو الإعاقات.

التعامل مع مشاعر الوحدة أو الاكتئاب.

5 - 5 - تقسيم بوهرلر (Bühler) :

هذا التقسيم يركز على النمو النفسي والاجتماعي لأفراد الأسرة ، ويتكون من أربعة مراحل:

√ مرحلة التكوين (الزواج): وتتضمن

التغيرات النفسية: بناء الهوية الزوجية: يتعلم الزوجان كيفية العمل كفريق واحد.

التكيف مع الأدوار الجديدة: الانتقال من دور الفرد المستقل إلى دور الشريك.

إدارة الاختلافات: التعامل مع الاختلافات في الشخصية ، القيم ، أو التوقعات.

التغيرات الاجتماعية: تحديد الحدود: تحديد العلاقة مع الأسرة الأصلية (الآباء ، الأخوة).

بناء شبكة اجتماعية جديدة: تكوين صداقات مشتركة كزوجين.

التحديات: التكيف مع الحياة المشتركة.

إدارة النزاعات حول القرارات المالية أو الاجتماعية.

√ مرحلة التوسع (الإنجاب): وتتضمن

التغيرات النفسية: الانتقال إلى الأبوة: الشعور بالمسؤولية الكبيرة تجاه الطفل.

التكيف مع الإرهاق: التعامل مع قلة النوم والإجهاد الجسدي.

التغيرات الاجتماعية: إعادة تنظيم الأدوار: تقسيم المهام بين الوالدين.

تقليل الوقت الاجتماعي: تقليل الأنشطة الاجتماعية بسبب انشغال الوالدين بالطفل.

التحديات: تحقيق التوازن بين العمل وتربية الأطفال ، الحفاظ على العلاقة الزوجية رغم الضغوط.

√ مرحلة الاستقرار (تربية الأطفال): وتتضمن

التغيرات النفسية: تعزيز الثقة بالنفس: مساعدة الطفل على تطوير مهاراته الاجتماعية.

تعلم الانضباط: وضع الحدود وتعليم الطفل السلوكيات المقبولة.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الآخرين: بدء الطفل في تكوين صداقات في الحضانة أو

الروضة.

بناء علاقات مع أسر أخرى: التفاعل مع أسر لديها أطفال في نفس العمر.

التحديات: إدارة نوبات الغضب أو السلوكيات الصعبة.

تحقيق التوازن بين تربية الأطفال والحياة الشخصية.

√ **مرحلة الانكماش (انطلاق الأبناء والشيخوخة):** وتتضمن

التغيرات النفسية: إعادة تعريف الهوية: التكيف مع الحياة بدون أطفال في المنزل.

التفكير في الماضي: تقييم ما تم تحقيقه في الحياة.

التغيرات الاجتماعية: إعادة التركيز على العلاقة الزوجية: قضاء المزيد من الوقت مع الشريك.

زيادة الوقت الشخصي: المشاركة في الأنشطة التطوعية أو الهوايات.

التحديات: التكيف مع مشاعر الفراغ أو الوحدة.

إعادة بناء الحياة الاجتماعية.

5 - 6 - تقسيم إريكسون (Erikson) :

على الرغم من أن إريكسون اشتهر بنظريته عن مراحل النمو النفسي - اجتماعي للأفراد ، إلا أن

هذه النظرية يمكن تطبيقها على الأسرة أيضًا ، تتكون من ثمانية مراحل تركز على الصراعات

النفسية - الاجتماعية التي يواجهها الأفراد في كل مرحلة :

√ **مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة (الطفولة المبكرة):** وتتضمن

الصراع النفسي: الثقة مقابل عدم الثقة : يتعلم الطفل الاعتماد على والديه لتلبية احتياجاته

الأساسية.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالأمان والثقة في العالم من حوله.

التغيرات الاجتماعية: بناء علاقة قوية مع الوالدين أو مقدمي الرعاية.

التحديات: إذا لم يتم تلبية احتياجات الطفل بشكل كافٍ ، قد يتطور لديه شعور بعدم الثقة.

√ مرحلة الاستقلالية مقابل الشك (الطفولة): وتتضمن

الصراع النفسي: الاستقلالية مقابل الشك: يتعلم الطفل القيام بالأشياء بنفسه (مثل الأكل ، اللبس) .

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالاستقلالية والثقة في قدراته.

التغيرات الاجتماعية: تشجيع الطفل على استكشاف العالم من حوله.

التحديات: إذا تم تقييد الطفل بشكل مفرط ، قد يتطور لديه شعور بالشك في قدراته.

√ مرحلة المبادرة مقابل الذنب (ما قبل المدرسة) : وتتضمن

الصراع النفسي: المبادرة مقابل الذنب: يتعلم الطفل اتخاذ المبادرة في الأنشطة واللعب.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالمسؤولية والرغبة في تحقيق الأهداف.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الأطفال الآخرين وتعلم المشاركة.

التحديات: إذا تم توبيخ الطفل بشكل مفرط ، قد يتطور لديه شعور بالذنب.

√ مرحلة المثابرة مقابل الدونية (سن المدرسة) : وتتضمن

الصراع النفسي: المثابرة مقابل الدونية: يتعلم الطفل العمل الجاد وإكمال المهام.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالإنجاز والثقة في القدرات الأكاديمية.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع المعلمين والأقران في المدرسة.

التحديات: إذا لم يحصل الطفل على الدعم الكافي ، قد يتطور لديه شعور بالدونية.

√ مرحلة الهوية مقابل تشوش الأدوار (المراهقة) : وتتضمن

الصراع النفسي: الهوية مقابل تشوش الأدوار: يبحث المراهق عن هويته وقيمه.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالهوية والاستقلالية.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الأصدقاء وبدء العلاقات العاطفية.

التحديات: إذا لم يتمكن المراهق من تحديد هويته ، قد يتطور لديه تشوش في الأدوار.

√ مرحلة العلاقة الحميمة مقابل العزلة (الشباب): وتتضمن

الصراع النفسي: العلاقة الحميمة مقابل العزلة: يتعلم الفرد تكوين علاقات حميمة مع الآخرين.

التغيرات النفسية: تطوير القدرة على الحب والالتزام في العلاقات.

التغيرات الاجتماعية: بناء علاقات زوجية وصدقات قوية.

التحديات: إذا لم يتمكن الفرد من تكوين علاقات حميمة ، قد يشعر بالعزلة.

√ مرحلة الإنتاجية مقابل الركود (منتصف العمر) : وتتضمن

الصراع النفسي: الإنتاجية مقابل الركود: يركز الفرد على الإنتاجية في العمل وتربية الأطفال.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالإنجاز والمساهمة في المجتمع.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الأبناء والمشاركة في الأنشطة المجتمعية.

التحديات: إذا لم يشعر الفرد بالإنجاز ، قد يتطور لديه شعور بالركود.

√ مرحلة السلامة مقابل اليأس (الشيخوخة) : وتتضمن

الصراع النفسي: السلامة مقابل اليأس: يتأمل الفرد في حياته وإنجازاته.

التغيرات النفسية: تطوير الشعور بالسلامة والرضا عن الحياة.

التغيرات الاجتماعية: التفاعل مع الأحفاد والمشاركة في الأنشطة التطوعية.

التحديات: إذا لم يشعر الفرد بالرضا عن حياته ، قد يتطور لديه شعور باليأس.

أسئلة تقييم ختامية :

س : ما الدور الذي يلعبه فهم دورة حياة الأسرة في تحسين الصحة النفسية لأفرادها ؟

ج : يساهم فهم دورة حياة الأسرة في توقع التحديات النفسية والاجتماعية في كل مرحلة ، مما

يُسَهِّل اتخاذ إجراءات وقائية أو علاجية مبكرة ، مثل صراعات المراهقة أو أزمة منتصف العمر

مما يُسَهِّل اتخاذ إجراءات وقائية أو علاجية مبكرة .

كذلك يُعزز التكيف مع التغيرات ، عبر إعداد الأفراد ذهنياً وعاطفياً لمراحل جديدة ، كفقْدان الأدوار بعد مغادرة الأبناء .

وكذا يدعم تعزيز التواصل بين الأفراد عبر التركيز على احتياجات كل مرحلة مثل إعادة بناء العلاقة الزوجية بعد انطلاق الأبناء

المحاضرة الخامسة

التكيف والتوافق الأسري

تمهيد :

التكيف والتوافق الأسري يعتبران من أهم العوامل التي تُسهم في استقرار الأسرة وتماسكها وتعني قدرة أفراد الأسرة على التفاهم والتعاون فيما بينهم ، وتقبُّل الاختلافات ، والعمل معًا لتحقيق التوازن والسعادة في الحياة الأسرية ، وهما مفهومان مهمان جدًا في دراسة العلاقات الأسرية وصحة الأسرة كوحدة اجتماعية ، ويعكسان كيفية تعامل أفراد الأسرة مع بعضهم البعض ومع التحديات التي تواجههم ، مما يؤثر بشكل كبير على استقرارهم النفسي والعاطفي .

1- تعريف التوافق الأسري :

- هو حالة من الانسجام والتفاهم بين أفراد الأسرة ، حيث يسود جو من المحبة والاحترام المتبادل ، والتعاون في حل المشكلات .

يشمل التوافق الأسري القدرة على تلبية احتياجات جميع أفراد الأسرة ، وتحقيق التوازن بين احتياجات الفرد واحتياجات الجماعة.

- التوافق الأسري يشير إلى وجود تفاهم مشترك بين أفراد الأسرة ، حيث يتمتع كل فرد بالقدرة على التعبير عن مشاعره واحتياجاته بصراحة ، مع احترام مشاعر الآخرين .

- ويعرف التوافق الأسري بأنه درجة الارتباط العاطفي والتآزر بين أفراد الأسرة حيث يشعر كل فرد بأنه جزء لا يتجزأ من الأسرة ويعمل مع الآخرين لتحقيق الأهداف المشتركة.

- ويعرف التوافق الأسري بأنه نظامًا اجتماعيًا مستقرًا يعتمد على العلاقات القوية بين أفراد الأسرة مما يؤدي إلى تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي داخل الأسرة.

- ويعرف التوافق الأسري بأنه القدرة على خلق بيئة أسرية داعمة تسهم في تنمية الأطفال نفسياً واجتماعياً وتعليمياً من خلال توفير الحب والاحترام المتبادل.

- ويعرف التوافق الأسري من منظور الدين الإسلامي بأنه التآلف بين أفراد الأسرة بناءً على القيم الإسلامية مثل الرحمة ، التعاون ، والصبر ، مما يؤدي إلى تحقيق الاستقرار الأسري.

لذا يمكن تعريف التوافق الأسري بأنه حالة من التفاهم والتآزر بين أفراد الأسرة ، حيث يتمتعون بعلاقات صحية قائمة على الاحترام المتبادل ، والدعم العاطفي ، والتعاون في تحقيق الأهداف المشتركة .

وبشكل عام يمكن القول إن التوافق الأسري يتجلى في قدرة الأسرة على خلق بيئة صحية ومستقرة لأفرادها حيث يشعرون بالأمان والدعم والتقدير ، والأسر التي تتمتع بالتوافق تكون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط الخارجية والحفاظ على استقرارها الداخلي .

2 - عناصر التوافق الأسري :

2 - 1 - التواصل الفعال : من خلال وجود قنوات مفتوحة للتواصل بين أفراد الأسرة يساعد على فهم احتياجات كل فرد وتقليل سوء الفهم ، ويتضمن :

الوضوح : يتم التعبير عن الأفكار والمشاعر بشكل واضح ومباشر .

الاستماع : يتم الاستماع إلى آراء الآخرين باحترام ودون مقاطعة .

التفاهم : يتم حل الخلافات من خلال الحوار والتفاهم بدلاً من الصراع.

2 - 2 - الاحترام المتبادل : حيث يشعر كل فرد بالتقدير والاعتراف بقيمه وقدراته ، مما يعزز الثقة بالنفس والاحترام المتبادل ويتضمن :

تقدير الذات : يتم تعزيز ثقة الأفراد بأنفسهم.

احترام الخصوصية : يتم احترام خصوصية كل فرد وحدوده الشخصية.

التسامح : يتم التعامل مع الأخطاء بتسامح وفهم.

2 - 3 - حل المشكلات : من خلال القدرة على إدارة الخلافات بطريقة بناءة دون اللجوء إلى العنف

أو الإساءة وتتضمن :

التعامل مع المشكلات بطريقة بناءة .

الوصول إلى حلول ترضي جميع الأطراف.

تجنب الصراعات والتصعيد.

2 - 4 - الدعم العاطفي : من خلال تقديم الدعم النفسي والمعنوي لأفراد الأسرة في الأوقات

الصعبة ويتضمن :

التشجيع : يشعر الأفراد بالدعم والتشجيع من قبل الآخرين.

التعاطف : فهم مشاعر الآخرين والاستجابة لها بشكل ايجابي.

الاحتواء : يشعر الأفراد بالأمان العاطفي داخل الأسرة

2 - 5 - المرونة : وتتضمن

التكيف : القدرة على التكيف مع التغيرات والظروف المختلفة.

التوازن : تقبل وجهات النظر المختلفة ، وتعديل الخطط والأهداف عند الضرورة للحفاظ على

توازن بين الأدوار والمسؤوليات .

2 - 6 - القيم المشتركة : ويتضمن

وجود مجموعة من القيم والمبادئ التي يتفق عليها أفراد الأسرة.

الالتزام بالقيم الأخلاقية والدينية.

احترام التقاليد والعادات.

2 - 7 - المناخ الأسري الإيجابي : ويتضمن

- انتشار روح الدعابة والمرح بين أفراد الأسرة.

- القدرة على حل المشكلات بطريقة بناءة .

- القدرة على اتخاذ القرارات وحل المشاكل .

3 - أهمية التوافق الأسري :

- يساهم في تحقيق الاستقرار النفسي والعاطفي لأفراد الأسرة.

- يعزز الشعور بالأمان والانتماء.

- يحسن العلاقات بين أفراد الأسرة.

- يساعد الأبناء على النمو السليم.

4 - التكيف الأسري:

- وهو قدرة الأسرة على التكيف مع التغيرات والضغوط التي تواجهها ، سواء كانت داخلية أو خارجية.

- ويشمل التكيف الأسري القدرة على تغيير الأدوار والمسؤوليات ، وتعديل الخطط والأهداف ، وتطوير استراتيجيات جديدة للتعامل مع المشكلات.

- ويعني التكيف الأسري قدرة الأسرة على التغلب على التحديات والتغيرات التي تواجهها ، سواء كانت داخلية (مثل الخلافات بين الأفراد) أو خارجية (مثل الضغوط الاقتصادية أو الاجتماعية)

- ويعرف التكيف الأسري بأنه قدرة الأسرة على التعامل مع التغيرات الداخلية والخارجية بطريقة مرنة ومبتكرة بما يحافظ على استقرارها ووحدتها.

- ويعرف التكيف الأسري بأنه عملية إعادة تشكيل الأدوار والعلاقات داخل الأسرة لمواجهة التحديات الجديدة مثل الزواج ، الطلاق ، الوفاة ، أو التغيرات الاقتصادية .

- ويعرف التكيف الأسري بأنه القدرة على تغيير الأنماط السلوكية والتنظيمية داخل الأسرة لمواكبة المتغيرات البيئية والاجتماعية دون فقدان الهوية الأسرية

- ويعرف التكيف الأسري بأنه آلية دفاعية للأسرة للتعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية من خلال تعديل استراتيجياتها لتلبية الاحتياجات الجديدة .

لذا يشير التكيف الأسري إلى قدرة الأسرة على التعامل مع التغيرات والتحديات التي تطرأ عليها سواء كانت داخلية (مثل ولادة طفل جديد أو فقدان أحد الأفراد) أو خارجية (مثل مشاكل اقتصادية أو اجتماعية) ، فالأسرة المتكيفة قادرة على إعادة تنظيم نفسها واستعادة توازنها بعد تعرضها للأزمات .

5 - عناصر التكيف الأسري:

5-1 - المرونة : وتتضمن

قدرة الأسرة على التغيير والتأقلم مع الظروف الجديدة دون أن تفقد هويتها أو قيمها الأساسية.

القدرة على تعديل الأدوار والمسؤوليات وفقاً للظروف.

تقبل التغييرات والتكيف معها.

5-2 - توزيع الأدوار والمسؤوليات: وتتضمن

إعادة توزيع المهام عند حدوث تغييرات (مثل مرض أحد الأفراد أو فقدان وظيفة).

ضمان عدم تحميل فرد واحد عبء المسؤوليات.

5-3 - التخطيط المشترك: ويتضمن

وضع خطط لمواجهة التحديات المالية أو الاجتماعية.

إدارة الموارد المتاحة بشكل فعال.

5-4 - إدارة الضغوط: ويتضمن

تعلم مهارات إدارة الضغوط والتوتر.

البحث عن طرق صحية للتغلب على التحديات.

5 - 5 - التعامل مع الأزمات: ويتضمن

التضامن والوقوف معاً في الأوقات الصعبة.

طلب المساعدة الخارجية (من الأقارب أو المتخصصين) عند الحاجة.

5 - 6 - التفكير الإيجابي في التحديات: ويتضمن

التركيز على الحلول بدلاً من المشاكل.

تعزيز الإيجابيات حتى في الأوقات الصعبة.

5 - 6 - التكيف مع التغييرات الخارجية: ويتضمن

التكيف مع تغييرات مثل الانتقال إلى مكان جديد أو تغيير المدارس.

التعامل مع الضغوط الاقتصادية أو الاجتماعية.

5 - 7 - التعليم والتوجيه: ويتضمن

تعليم الأفراد مهارات جديدة للتكيف مع الظروف.

توجيه الأبناء لمواجهة التحديات بشكل إيجابي.

5 - 8 - الاستجابة للتحديات : وتتضمن

القدرة على تحديد المشكلات وإيجاد حلول لها بطريقة إبداعية .

5 - 9 - التكامل الوظيفي : وتتضمن

توزيع المسؤوليات والأدوار بين أفراد الأسرة بما يتناسب مع الظروف المتغيرة.

5 - 10 - الدعم الاجتماعي : ويتضمن

الاستفادة من شبكة الدعم الخارجي (مثل الأقارب والأصدقاء) عند الحاجة

5- 11 - التفاؤل والإيجابية : ويتضمن

النظر إلى التحديات كفرص للنمو والتعلم بدلاً من اعتبارها عقبات.

6 - العلاقة بين التوافق والتكيف الأسري:

التوافق الأسري والتكيف الأسري مفهومان مرتبطان ارتباطاً وثيقاً ، ولكنهما ليسا متطابقين ، في

حين هناك تداخل بين أبعاد التوافق والتكيف الأسري وتتكامل مع بعضها البعض .

التوافق الأسري يساهم في تعزيز التكيف الأسري ، عندما تكون العلاقات الأسرية صحية ومستقرة

، يكون أفراد الأسرة أكثر قدرة على التعامل مع التحديات والتغيرات .

في حين التكيف الأسري يمكن أن يؤدي إلى تحسين التوافق الأسري ، عندما تتمكن الأسرة من

التكيف مع التحديات ، يمكن أن يؤدي ذلك إلى تقوية العلاقات الأسرية وزيادة الانسجام .

بمعنى آخر ، التوافق الأسري يمثل حالة الاستقرار والانسجام ، بينما التكيف الأسري يمثل القدرة

على التغيير والتأقلم .

التوافق الأسري يوفر الأساس المتين الذي يساعد الأسرة على التكيف مع التحديات.

التكيف الأسري الناجح يعزز التوافق الأسري ويحافظ على استقرار العلاقات.

بشكل عام ، يمكن القول إن التوافق الأسري والتكيف الأسري وجهان لعملة واحدة ، كلاهما

ضروريان لصحة الأسرة وسعادتها .

التوافق الأسري :يركز على بناء علاقات إيجابية ومستقرة بين أفراد الأسرة في الأوقات العادية.

التكيف الأسري :يركز على قدرة الأسرة على التعامل مع التحديات والتغيرات المفاجئة أو

الطارئة.

باختصار ، التوافق الأسري هو الأساس الذي تُبنى عليه العلاقات الأسرية الصحية ، بينما التكيف الأسري هو القدرة على الحفاظ على هذه العلاقات في مواجهة التحديات وكلاهما مكمل للآخر وضروري لأسرة قوية و متماسكة.

سؤال : هل يمكن القول أن كل أسرة متوافقة بالضرورة تكون متكيفة وكل أسرة متكيفة تكون بالضرورة متوافقة ؟ .

الإجابة : لا يمكن القول بأن كل أسرة متوافقة بالضرورة تكون متكيفة ، والعكس صحيح. العلاقة بين التوافق الأسري والتكيف الأسري ليست تلقائية أو مباشرة ، لأن كل مفهوم يركز على جانب مختلف من حياة الأسرة ، ويمكن توضيح العلاقة بينهما :

أ - أسرة متوافقة ولكنها غير متكيفة

التوافق : قد تكون الأسرة متوافقة في الأوقات العادية ، حيث تسود المشاعر الإيجابية والتفاهم بين أفرادها.

عدم التكيف : لكنها قد تواجه صعوبات في التكيف مع التحديات أو التغيرات المفاجئة ، مثل الأزمات المالية أو فقدان أحد الأفراد ، مما يؤدي إلى توتر العلاقات.

مثال : أسرة تتمتع بعلاقات قوية وحوار مفتوح ، ولكنها تفشل في إدارة ضغوط العمل أو الانتقال إلى مكان جديد.

ب - أسرة متكيفة ولكنها غير متوافقة :

التكيف : قد تكون الأسرة قادرة على التكيف مع التحديات الخارجية ، مثل الضغوط الاقتصادية أو التغييرات الاجتماعية.

عدم التوافق : لكنها قد تفتقر إلى الانسجام العاطفي أو التفاهم بين أفرادها في الأوقات العادية.

مثال : أسرة تدير أزماتها المالية بفعالية ، ولكنها تعاني من غياب الحوار أو التفاهم بين أفرادها.

ج - أسرة متوافقة ومتكيفة :

التوافق: تتمتع بعلاقات إيجابية وتفاهم بين أفرادها.

التكيف: قدرة على مواجهة التحديات والتغيرات بمرونة.

مثال: أسرة تتواصل بشكل جيد ، تحترم بعضها ، وتتعامل مع الأزمات بتضامن وتعاون.

د - أسرة غير متوافقة وغير متكيفة

عدم التوافق: تعاني من صراعات دائمة وغياب التفاهم.

عدم التكيف: غير قادرة على التعامل مع التحديات أو التغيرات.

مثال: أسرة تعاني من خلافات مستمرة وتفشل في إدارة الأزمات.

استنتاج عام :

التوافق الأسري: يركز على جودة العلاقات بين أفراد الأسرة في الأوقات العادية.

التكيف الأسري: يركز على قدرة الأسرة على التعامل مع التحديات والتغيرات.

لذلك ، لا يلزم أن تكون الأسرة المتوافقة متكيفة ، ولا أن تكون المتكيفة متوافقة ، ومع ذلك ، فإن

الأسرة المثالية هي التي تجمع بين التوافق والتكيف ، حيث تكون قادرة على الحفاظ على علاقات

إيجابية في الأوقات العادية والتعامل بفعالية مع التحديات عند حدوثها.

المحاضرة الخامسة

التنشئة والتربية الأسرية

تمهيد :

لقد حظي مفهوم التنشئة الاجتماعية باهتمام بالغ من قبل الباحثين الاجتماعيين والنفسيين والانثروبولوجيين والتربويين وغيرهم من الباحثين .

1 – تعريف التنشئة الاجتماعية Socialisation:

- يمكن تعريف التنشئة الاجتماعية على أنها علاقة تفاعلية بواسطتها يتعلم الفرد المتطلبات الاجتماعية والثقافية التي تجعل منه عضواً فعالاً في المجتمع ، وتتضمن هذه العلاقات من الناحية النفسية العادات والسمات والأفكار والاتجاهات والقيم .

- وهي عملية تعلم وتعليم وتربية ، تقوم على التفاعل الاجتماعي وتهدف إلى اكساب الفرد سلوكاً ومعايير واتجاهات مناسبة لأدوار اجتماعية معينة تمكنه من مسايرة جماعته والتوافق الاجتماعي معها ، وتكسبه الطابع الاجتماعي وتيسر له الاندماج في الحياة الاجتماعية .

- وهي عملية تشكل السلوك الاجتماعي للفرد ، وعملية إستدخال ثقافة المجتمع في بناء الشخصية .
- كما أنها عملية تطبيع المادة الخام للطبيعة البشرية في النمط الاجتماعي والثقافي ، وبمعنى آخر هي عملية التشكيل الاجتماعي لخامة الشخصية .

- وهي عملية تحول الكائن الحيوي (البيولوجي) إلى كائن اجتماعي ، ذلك الكائن الذي مكث في رحم الأم ينمو حيويًا إلى قدر علوم وخرج منه لا يعلم شيئاً ليلتقطه (رحم الجماعة) ينمو فيه اجتماعياً .

- وهي عملية اكتساب الانسان صفة الانسانية ، فالإنسان لا يكتسب هذه الصفة بفضل خصائصه التشريحية البيولوجية وحدها ولكن بفضل عملية التنشئة الاجتماعية .

- وهي عملية تعلم اجتماعي يتعلم فيها الفرد عن طريق التفاعل الاجتماعي التي تحدد هذه الأدورا ، فهو يكتسب الاتجاهات النفسية ويتعلم كيف يسلك بطريقة اجتماعية توافق عليها الجماعة ويرتضيها المجتمع ، ولهذا يرادف **نيوكمب** بين مصطلح التنشئة الاجتماعية ومصطلح التعلم الاجتماعي

- وهي عملية نمو يتحول خلالها الفرد من طفل يعتمد على غيره متمركز حول ذاته لا يهدف في حياته إلا اشباع حاجاته الفسيولوجية إلى فرد ناضج يدرك معنى المسؤولية الاجتماعية وكيف يتحملها ويعرف معنى الفردية والاستقلال يسلك معتمدا على ذاته ، لا يخضع في سلوكه إلى حاجاته الفسيولوجية فحسب ، ويستطيع أن يضبط انفعالاته ويتحكم في اشباع حاجاته بما يتفق والمعايير الاجتماعية ويدرك قيم المجتمع ويلتزم بها ويستطيع أن ينشئ العلاقات الاجتماعية السليمة مع غيره .

- وهي عملية مستمرة لا تقتصر فقط على الطفولة ولكنها تستمر في المراهقة والرشد وحتى الشيخوخة ، فالفرد خلال مراحل نموه ينتمي باستمرار إلى جماعات جديدة يتعلم دوره الجديد فيها ويعدل سلوكه ويكتسب أنماطا جديدة من السلوك .

- وهي عملية دينامية تتضمن التفاعل والتغير ، فالفرد في تفاعله مع أفراد الجماعة يأخذ ويعطي فيما يختص بالمعايير والأدوار الاجتماعية والاتجاهات النفسية والشخصية الناتجة في النهاية هي نتيجة لهذا التفاعل .

- وهي عملية معقدة ومتشعبة تستهدف مهام كبيرة وتتوسل بأساليب ووسائل متعددة لتحقيق ما تهدف إليه.

2- تعريف التنشئة الأسرية :

- التنشئة الأسرية هي العملية الأساسية التي يتعلم من خلالها الفرد (خاصة الأطفال) القيم ، العادات والمهارات الاجتماعية داخل محيط الأسرة ، والتي تُشكّل شخصيته وسلوكه في المستقبل ، تلعب الأسرة دورًا محوريًا في بناء الهوية الاجتماعية والنفسية للفرد ، وتختلف أساليب التنشئة من أسرة إلى أخرى حسب الثقافة ، المستوى التعليمي ، والبيئة الاجتماعية.

أي أن التنشئة الأسرية عملية متخصصة في نقل القيم ، المعايير الاجتماعية ، والهوية الثقافية من الأسرة إلى الطفل لتسهيل عملية التكيف الاجتماعي وغرس الانتماء المجتمعي حتى يندمج في الحياة الاجتماعية .

3- تعريف التربية الأسرية :

- عملية شاملة تشمل رعاية الطفل وتنميته جسديًا ، عقليًا ، أخلاقيًا ، وعاطفيًا تحت إشراف الأسرة أي تشمل البناء المتكامل للفرد من كافة الجوانب .

4- الفرق بين التنشئة الأسرية والتربية الأسرية :

هناك فرق دقيق بين مصطلحي التنشئة الأسرية والتربية الأسرية ، رغم تداخلهما في كثير من الأدبيات

من حيث التعريف :

التنشئة الأسرية : تركّز على غرس القيم الاجتماعية والثقافية وتكوين الهوية النفسية للفرد داخل المحيط الأسري.

مثال : تعليم الطفل احترام الآخرين ، التفاعل مع الأقارب ، أو تبني عادات المجتمع .

التربية الأسرية: تشمل كل الممارسات الوالدية الموجهة لرعاية الطفل وتنميته جسديًا ، عقليًا ، أخلاقيًا ، وعاطفيًا .

مثال : تعليمه القراءة ، تأديبه عند الخطأ ، أو توفير الغذاء الصحي .

من حيث المدى (الاتساع) :

التنشئة الأسرية: أضيق نطاقاً ، فهي جزء من التربية ، وتهتم بالبعد الاجتماعي والنفسي .

تُعنى بـ كيف يصبح الفرد عضواً في المجتمع

التربية الأسرية: أوسع نطاقاً ، تشمل كل ما يقدمه الوالدان للطفل من رعاية صحية إلى تعليم ديني

إلى ضبط سلوكي .

من حيث الفاعل:

التنشئة: قد تشمل أطرافاً خارج الأسرة مثل المدرسة ، الأصدقاء ، الإعلام ، لكن بدور ثانوي

مقارنة بالأسرة .

التربية : تبقى مسؤولية الوالدين الأساسية ، رغم مشاركة مؤسسات أخرى مثل المدرسة .

5 - أهمية التنشئة الأسرية :

الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الطفل ويتلقى من خلالها القيم والمبادئ

الأساسية التي توجه سلوكه ، و تؤثر التنشئة الأسرية على جوانب متعددة من حياة الطفل ، بما في

ذلك :

- النمو النفسي والعاطفي

- تنمية المهارات الاجتماعية

- بناء الثقة بالنفس وتقدير الذات

- اكتساب القيم والمبادئ الأخلاقية

- تكوين العادات السلوكية

- التوجيه الديني والروحي

6 - حاجات التنشئة الأسرية:

للطفولة حاجات يجب على الأسرة أن تعيها وتستجيب لها وتعمل على اشباعها ، وقد أجمع الباحثون على الحاجات الآتية :

6 - 1 - الحاجة إلى الحب :

الطفل في أمس الحاجة إلى أن يحظ بحب الأفراد المحيطين به ، لا سيما الأم التي تعد هي مصدر الحب والحنان بالنسبة له ، فالطفل يحتاج إلى غذاء العاطفة والمشاعر كاحتياجه إلى الطعام والشراب ، فالطفل بحاجة إلى أن يُحب ويُحب ، فإذا شعر أنه محبوب فإن ذلك يمثل قمة سعادته ، والأسرة التي توفر لأفرادها الحب والدفئ العاطفي فإن ذلك يساهم في وجود أفراد أسوياء ، أما إذا كان الجو الأسري مضطربا فإنه يحرم الأطفال ن حقهم في الحب والحنان ويجعلهم يعيشون حالة من القلق والتوتر .

6 - 2 - الحاجة إلى الأمان :

تظهر حاجة الطفل إلى الحنان حينما يحتمي بوالده من الخطر والأذى والبرد ، وتمثل الأسرة الحصن الذي يحتمي به أفرادها ، فيجدون فيها راحة البال والأمن والاستقرار ، فإذا ترعرع الطفل في مثل هذا الجو الأسري يكون قد ادخر لنفسه قسطا من السعادة والصحة النفسية ، أما إذا حرم من الأمان فإنه يترك بصمات سلبية على شخصيته فتجعله يشعر بضيق النفس والقلق والتوتر وقد لا يهتم بتحصيله الدراسي وقد يترك المدرسة نهائيا .

6 - 3 - الحاجة إلى الاحترام والتقدير :

كل فرد صغيرا أو كبيرا ذكرا أو أنثى ، يسعى للحصول على تقدير وإعجاب المحيطين به ، والطفل هو الآخر يسعى لينال إعجاب وتقدير والديه أو معلميه أو من هم أكبر منه سنا لأنه بحاجة

دائمة إلى من يحترمه ويقدره ويذكر محاسنه ، فهذا يمنح الطفل قدرا من الثقة في النفس ، لذلك فإن الطفل يعمل على كل ما من شأنه أن يؤدي إلى كسب رضا الآخرين ويتجنب سخطهم .

6 - 4 - الحاجة إلى الاستقلال:

الطفل بحاجة إلى الاستقلال عن والديه والاحتفاء بهما في نفس الوقت ، ودور الوالدان ألا يحققا واحدة على الأخرى بل عليهما أن يتدرجا مع الطفل للانتقال من حالة الاتكالية إلى الاستقلالية ، والطفل بحاجة إلى قدر من الحرية في تصرفاته والتعبير عن حاجاته ، فمنحه قدرا من الحرية يجعله يتحمل المسؤولية وتمنحه الثقة في نفسه ، في هذه الحالة يحقق الطفل ذاته وقد يجد نفسه في هواية ما كالرسم أو الشعر أو القصة أو اللعب الحر وهنا يبرز دور الأسرة في اكتشاف تلك المواهب والعمل على تنميتها .

6 - 5 - الحاجة إلى الانتماء:

الفرد بحاجة إلى أن يكون عضوا في جماعة تساعده وقت الحاجة ، فالطفل في أيامه الأولى يكون مرتبطا بأمه ويحاول أن يكون قريبا منها ، ثم في السنة الثانية يوسع اهتماماته فيقبل على والده ، وإخوته ، والأقارب ، وعندما يخرج يتفاعل مع المجتمع يحتاج إلى الانتماء إلى جماعات اجتماعية مختلفة كالمدرسة أو الرفاق .

6 - 6 - الحاجة إلى النجاح:

على الولدين ألا يحمّلان الطفل ما لا يطيق ، وما لا يتفق مع سنه ، لأن ذلك يسيء إليه ويحرمه من سعادة الطفولة وبراعتها ، والطفل بحاجة إلى أن ينجح في الأعمال التي توكل إليه ، لذلك يجب أن نتدرج مع الطفل من السهل إلى الصعب ، لأن الطفل إذا فشل في المهام الموكلة إليه قد يشعر بالفشل والإحباط .

6 - 7 - الحاجة إلى المغامرة:

يحاول الطفل أن يتعرف على كل جديد ليكتشف أسرارهِ وخفاياه ، قد يعتبر هذا السلوك باعثاً على الضجر والضيق عند بعض أفراد الأسرة ، ويسود الاعتقاد بأن الطفل لديه ميول تدميرية ونزعة تخريبية ، لكن الأمر على عكس ذلك تماماً إنما هي محاولة استكشاف وتعريف فقط ، ومن جهة ثانية قد تكثر أسئلة الطفل ، في هذه الحالة يجب على الوالدين الإجابة على كافة استفساراته وتقديم الإجابة بصورة صحيحة مبسطة حسب عمره حتى يتسنى له استيعابها .

7 - العوامل المؤثرة في التنشئة الأسرية:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر على طبيعة سير عملية التنشئة الاجتماعية ومن بين أهم تلك العوامل نذكر:

7 - 1 - الطبقة الاجتماعية:

وتعرف الطبقة الاجتماعية أنها مجموعة من الناس يعيشون أوضاعاً متشابهة من حيث المهنة والدخل والمكانة الاجتماعية ، وعلى الرغم من أن المجتمع له ثقافة عامة واحدة إلا أن هذه الثقافة تنقسم إلى ثقافات فرعية حسب الانتماء الطبقي ، ففي التقسيم التقليدي ينقسم المجتمع إلى ثلاثة طبقات رئيسية هي (الفقيرة ، المتوسطة ، الغنية) وهذا التقسيم الطبقي يؤثر على طبيعة الأفكار والقيم الاجتماعية والسلوكيات التي تعلم للناشئة ، وعليه فأساليب التنشئة الاجتماعية عند أبناء الطبقة الفقيرة تختلف عن أساليب الطبقة الوسطى ، وهاتان الطبقتان أساليبهما تختلفان عن أساليب الطبقة العليا ، فالطبقة الفقيرة يغلب عليها الأساليب السلبية مثل العقاب الجسدي والنفسي والإهمال ، أما فترة الطفولة عند الطبقة الوسطى تمتد أكثر مما عليه عند أبناء الطبقة الفقيرة ، وأن أكثر الأساليب استخداماً الأساليب الإيجابية وفي مقدمتها التسامح ومنح الثقة في النفس والديمقراطية .

7 - 2 - حجم الأسرة :

كلما كبر حجم الأسرة كلما تعقدت العلاقات الأسرية وتضعف قدرة الوالدين على ضبط الأمور فيلجئان إلى استخدام القسوة والتسلط أو الإهمال واللامبالاة ، ومن جهة ثانية قد يوجد نوع من الصراع بين الإخوة أو بين الأبناء ووالديهم ، أما إذا كان عدد أفراد الأسرة صغيراً فوضعها مختلف تماماً حيث تكون العلاقات الأسرية واضحة ، ويسود الحوار الأسري ، ويستطيع الوالدان إشباع حاجات الأبناء المختلفة .

7 - 3 - المستوى الاقتصادي والاجتماعي :

المستوى الاقتصادي والمكانة الاجتماعية للأسرة ينعكسان على أساليب التنشئة الاجتماعية ، لذلك تجد سلوك الأبناء يختلف من أسرة إلى أسرة ، فأبناء الطبقة العليا سلوكهم مغاير عن سلوك أبناء الطبقة الفقيرة ، وكذلك طريقة تنشئة الأبناء في البادية تختلف عن الريف وكلاهما تختلفان عن الحضر .

7 - 4 - المستوى التعليمي للوالدين :

مما لا شك فيه أن المستوى التعليمي للوالدين له تأثير على طريقة التنشئة الاجتماعية ، فالوالدان غير المتعلمان يختلفان عن الوالدان المتعلمان ، فالأولان قد يتبعان أسلوب الشدة والقسوة أو الإهمال واللامبالاة في حين المتعلمين تكون طريقة تعاملهما مع الأبناء مختلفة وهما أقدر على إشباع حاجات الأبناء .

8 - الأساليب الوالدية في التنشئة الأسرية :

وتعرف الأساليب الوالدية على أنها مجموعة من السلوكيات التي يتبعها الوالدان بشكل مقصود أو غير مقصود لتعليم أو تعديل أو تغيير قواعد سلوكية معينة عند الأبناء ، ويمكن تصنيف الأساليب الوالدية إلى نوعين :

8 - 1 - الأساليب السلبية :

هناك جملة من الأساليب السلبية التي يتبعها الوالدان وهي :

8 - 1 - 1 - التسلط :

يتبع الآباء أسلوب التسلط بالرعب والوعد والوعيد لأنه غالباً ما ينتمي الآباء المتسلطون إلى بيئة تربوية متسلطة وإلى أسر متسلطة تمارس العنف والإكراه في العملية التربوية ، وهم تحت تأثير هذه التربية مشبعون بقيم التسلط وممارسته ومفاهيمه وقيمه .

ومن بين الأسباب المؤدية إلى انتهاج هذا الأسلوب :

√ أن يكون الأب قد تربى على الحزم والشدّة في طفولته ويريد أن يربي أطفاله على ما تربى عليه
√ أن تكون الأم قد فقدت أمها وهي في سن صغيرة وألقيت عليها مسؤولية رعاية اخوتها قد جعلها تتبع أساليب متشددة في معاملة أطفالها .

√ رغبة الآباء في أن يحقق الأبناء ما فشلوا هم في تحقيقه في صغرهم .

ومن بين مظاهر التسلط نجد :

√ تحديد نوع وكية الطعام أو الملابس أو الرفاق أو طبيعة الألعاب أو المستقبل التعليمي وقد يمتد إلى اختيار شريك الحياة .

ومن بين النتائج المترتبة عليها :

√ تزييف الواقع الاجتماعي ، تشويه الوعي الذاتي والاجتماعي ، قتل الروح النقدية ، الرضا بالخنوع ، يستوطن الخوف في نفسه ، فقدان الثقة في النفس ، الانطوائية ، الخجل ، التردد ، القلق الشك ، عدم القدرة على التكيف ، تنمية النزعة الاتكالية ، سيطرة الروح الانهزامية ، الافراط في الخيال هرباً من الواقع .

8 - 1 - 2 - الحماية الزائدة :

تتمثل في قيام أحد الوالدين أو كليهما بالأعمال التي يفترض أن يقوم بها الطفل لوحده ، وحرمانه من حرية التصرف في كثير من الأمور البسيطة ، والتدخل في كافة شؤون حياته .

ومن بين الأسباب لانتهاج هذا الأسلوب :

√ أن يكون الطفل وحيدا في الأسرة ،

√ أن يكون الطفل وحيدا في جنسه كأن يكون ذكرا جاء بعد مجموعة من الإناث .

√ أن يكون الطفل جاء بعد طول انتظار .

√ إصابة الطفل بعاهة مستديمة أو مرض مزمن وحاجته للرعاية أكثر من غيره .

√ قد تكون الحماية الزائدة تعويض عن مشاعر الكراهية نحو الحمل والإنجاب وتصبح الرعاية الزائدة تعويضا عن كراهية لا شعورية للطفل .

√ عدم توافر الحب للوالدين في طفولتهما .

ومن بين مظاهر الحماية الزائدة نجد :

√ ارتداء الطفل الملابس الكثيرة حتى لا يمرض ، اعطائه الطعام بكثرة حتى يكبر بسرعة ، اغراقه بالألعاب حتى لا يلعب مع الآخرين ويمس بسوء ، عند دخوله إلى المدرسة يقوم أحد الوالدين بإيصاله وإرجاعه ، يقوم أحد أفراد الأسرة بأداء واجباته المدرسية ، يتدخل الوالدان في كل شارة وواردة في حياته .

ومن بين النتائج المترتبة عليها :

√ اختلال التوازن في علاقات الطفل الاجتماعية ولا يعتمد على نفسه ، وعديم الطموح وغير قادر على اتخاذ القرارات المهمة في حياته ، ولا يتحمل النقد ، وتنعدم عنده روح النافسة ، والشعور

بالاحباط والفشل عندما يتفاعل مع المجتمع لأنه ينتظر منهم أن يعاملوه بنفس الطريقة التي يعامل بها في البيت .

8 - 1 - 3 - الاهمال:

يتمثل في اهمال الوالدين للطفل وكأنه ليس من أفراد الأسرة ، وعدم منحه القدر الكافي من الرعاية الاجتماعية مما يجعله يفقد حاجة من حاجات التنشئة الاجتماعية وهي الأمن .

ومن بين صور الاهمال نجد :

عدم توفير الاحتياجات الضرورية ، ترك الطفل دون رقابة أو توجيه ، عدم الاستماع إلى شكواه أو طلباته ، إرغام الطفل على ترك المنزل ، الفشل في اشباع حاجات الطفل النفسية ، عدم تسجيل الطفل في المدرسة ، عدم متابعة تحصيله الدراسي ، عدم توفير مستلزمات المدرسة كالكتب والرسوم الدراسية .

ومن بين الأسباب لانتهاج أسلوب الاهمال :

✓ حالات التفكك الأسري تجعل الطفل يفقد الحنان و الرعاية .
✓ الأم الموظفة التي تترك طفلها عند المربيات أو الخادمة أو الأقارب وتجعل اهتمامها بالعمل مقدم على الاهتمام بأطفالها .

✓ كبر حجم الأسرة يجعل الوالدان لا يستطيعان الايفاء بكل الاحتياجات .

✓ عدم رغبة الأم في الانجاب أو أن الأسرة لم تكن مهياً لاستقبال مولود جديد .

✓ ضيق مساحة السكن مما يجعل الآباء يدفعون بأبنائهم إلى الشارع .

✓ عدم الإدراك الوالدين للمسؤولية الاجتماعية الملقاة عليهم اتجاه الأبناء.

ومن بين النتائج المترتبة على الاهمال :

✓ فقدان الطفل الشعور بالأمن والانتماء ، والتخبط ، الانتماء إلى جماعة يجد نفسه فيها قد تكون تلك الجماعة منحرفة ، تنمو لديه نزعة تدميرية قد تمتد إلى تدمير الممتلكات العامة ، قد يمارض ، قد يكثر بكائه ليجذب انتباه الأسرة إليه ، فقدان الاحساس بالكرامة ، فقدان الثقة في النفس ، لا يستطيع تكوين صداقات .

8 - 1 - 4 - التذليل:

هذا الأسلوب على النقيض تماما من أسلوب التسلط ويقوم على التساهل والتهاون والتراخي في المعاملة ، وقد يكون بإشباع جميع رغبات الطفل سواء أكانت تقدر الأسرة على اشباعها أم لا .
ومن بين الأسباب التي يرجع إليها أسلوب التذليل :

✓ التنافس بين الزوجين من أجل التقرب إلى الطفل ، لا سيما في حالات الطلاق ، فكل منهما يريد أن يجذب الطفل في صفه ولكي يتحقق له مراده يلجأ إلى تذليله وإغراقه بالألعاب والكماليات والنزهات والمصروف ...

✓ عدم التفرغ لمسؤوليات الأبوة والأمومة الكاملة بسبب انشغالهما أعمالهما ، فيعوضان هذا الإهمال بتذليل الطفل .

✓ مجيء الطفل بعد طول انتظار ومن شدة تلهف الوالدين على الطفل يلجئان إلى تذليله .
✓ أن يكون الطفل وحيدا في جنسه ، ومن شدة تلهف الوالدين على الطفل يلجئان إلى تذليله .
✓ تعويض ما فقده الوالدان من حب في طفولتهما .

ومن بين النتائج المترتبة على التذليل :

✓ شعور الطفل بالغرور ، كثرة طلباته ، تضخيم صورة الطفل عن ذاته ، التواكل ، تنمو عنده النزعة الأنانية وحب التملك .

8-1-5 – الايذاء النفسي :

ويقصد به كل تصرف خاطئ يمكن أن يترك أثراً سيئاً في نفسية الطفل ويأخذ الايذاء النفسي صوراً عديدة منها :

الرفض ، الخزي ، الاهانة ، الرعب والتخويف ، العزل والحبس ، الافساد ، الاستغلال ، الحرمان من العاطفة .

ومن بين النتائج المترتبة على الايذاء النفسي :

✓ فقدان الثقة في النفس ، التخبط ، الانطواء ، الخشية من المبادرة ، التغيير المفاجئ في السلوك
التغيب عن المدرسة ، عدم الرغبة في العودة إلى المنزل ، التفاعل السلبي مع المواقف الاجتماعية
النزعة التدميرية ، الشعور بالذنب .

8-1-6 – العقاب :

يوجد نوعان من العقاب ، عقاب بدني ، عقاب معنوي وهذا الأخير يترك أثراً في النفس أشد من النوع الأول حيث أن كثير من الأسر تعتبر العقاب هو الأسلوب الأفضل في التنشئة الاجتماعية لذا تجد الكثير من الآباء والأمهات دوماً عابسي الوجوه ، لا يعرفون الابتسامه ولا يوجد لين في قلوبهم ، وهم يجهلون أن التنشئة تقوم على التجربة والخطأ ، وعليهم أن يحسنوا الثواب قبل العقاب
ومن بين الأسباب التي يرجع إليها أسلوب العقاب :

✓ الوالدان غير راضين عن نفسيهما وتصرفاتهما .

✓ تعرض الوالدين لمثل هذه التجربة في صغرهما .

حيث يجب على الوالدين أن يوضحا للطفل الخطأ الذي عوقب من أجله كي يتجنبه في المرات القادمة ، كذلك يجب ألا يقدم الوالدان على العقاب وهما في حالة غضب شديد ، فكم من والد عاقب

ولده وهو غضبان فأصمه أو سبب له عاهة جسدية أو نفسية ، كما بينت الأبحاث العلمية أن استخدام الأب للعقاب أو التهديد له تأثير سلبي على الأسلوب المعرفي عند الأبناء .

8-1-6 – التذبذب:

يعد التذبذب من أسوأ أساليب التنشئة الاجتماعية ، ويقصد به عدم اتفاق الوالدان على منهج ثابت وموحد في التعامل مع الأبناء ، فهناك صنف من الآباء يوقع العقاب بطفله لأتفه الأسباب ، وهناك صنف ثان يتغاضى عن أخطاء أبنائه وربما يشجعه عليها في بعض الحالات ، وهناك صنف ثالث يتأرجح بين الصنفين السابقين ، تارة تجده شديدا وقاسيا وتارة أخرى تجده رحيما ودودا وهذا ما يجعل الطفل في حيرة من أمره لا يستطيع التمييز بين المقبول والمرفوض اجتماعيا ، لا يعرف الصحيح الذي يثاب عليه و لا الخطأ الذي يعاقب عليه .

ومن بين النتائج المترتبة على أسلوب التذبذب

√ تكوين شخصية متذبذبة ومتقلبة ، فقدان الثقة في النفس وفي الوالدين ، الكف عن التعبير الصريح عن الأفكار والمشاعر.

8-1-7 – التفرقة أو التمييز :

من الصعوبات التي تواجه الأسرة في التنشئة الاجتماعية اللامساواة في معاملة الأبناء ، فهناك أسر تميز بين الأبناء حسب النوع أو حسب الترتيب في الأسرة ، فالمولود الأول يحظى بالرعاية الكاملة ويكون محط اهتمام الوالدين ومع مجيء الطكفل الثاني تنصرف الأنظار كلية نحوه وبذلك يتراجع منسوب الاهتمام بالطفل الأول وقد يشعر بالحقد والكراهية نحو الطفل الثاني لأنه خطف الأنظار من حوله .

8 - 1 - 8 - اختلاف وجهة نظر الوالدين:

هذا الأسلوب يستخدمه الوالدين كسلاح يشهره كل منهما في وجه الآخر خاصة إذا كانت العلاقة بينهما متازمة

ومن بين صور الاختلاف بين الوالدين في التنشئة نجد ، أن يؤمن الأب بالشدة والحزم في حين تأخذ الأم بالليونة والرقّة .

8 - 2 - الأساليب الايجابية :

3 - 1-2 - الإستقلال:

الاستقلال مفهوم نسبي يختلف مضمونه باختلاف المواقف الاجتماعية التي يمر بها الفرد كما يختلف باختلاف المرحلة العمرية مثلا يتوقع الوالدان من الطفل الاستقلالية في المشي والحركة وعمره سنة ونصف فاستقلال الطفل في هذه الحالة نسبي ومرتبطة بنموه الجسمي وليس بالضرورة كل طفل يصل سن السنة ونصف يجب أن يكون مستقلا في حركته .

ويعد تدعيم أسلوب الاستقلال هاما في بناء شخصية سوية لأنه يعطي الطفل القدرة على اتخاذ القرارات الخاصة به ، والجرأة في التعبير عن رأيه ومواجهة المواقف الاجتماعية دون هيبة ، لكن استقلال الطفل يجب أن يرافقه قدرا من النصيحة والتوجيه والرقابة ، ولا يجوز للوالدين إزالة كل العقبات التي تعترض الطفل كما لا يجوز التدخل في كافة شؤون حياته بل يجب أن تقوم على أساس الاحساس بالأمن والتحرر من القلق والكبت والإحباط

8 - 2-2 - التسامح:

يقصد بالتسامح منح الطفل قدرا من الحرية في اتخاذ قراراته مصحوبة بقدر من التوجيه والإرشاد حتى يستطيع مواجهة مشكلات الحياة ، ويعد التسامح أمرا ضروريا للطفل حتى يجعله يشعر

بمكانته الاجتماعية في الأسرة ويسهم في بناء شخصية متسامحة بعيدة عن التشدد ، ويمنح الطفل حرية التعبير ، رغم ذلك قد يحتاج الطفل إلى قدر من الحزم حتى لا يترك دون رقابة .

8 - 2- 3 - مساعدة الطفل على تقبل ذاته:

من حق الطفل على والديه مساعدته على تقبل صورته وهيئته الخارجية مثل تقبله لجنسه وملامح وجهه ولون بشرته ولون شعره وطول قامته أو قصرها ونحافته أو سمته وطريقة نطقه ومخارج الحروف وترتيبه في الأسرة ، لذا يجب على الوالدين أن يكونا عوناً للطفل على ذلك ولا يعيرانه على صفاته ويجب تشجيعه بدلاً من انتقاص قدره مع الأخذ في الحسبان أن يكون التشجيع موضوعياً بعيداً عن المبالغة التي تصل إلى حد الكذب والخداع وعدم مقارنته بأطفال آخرين من إخوته أو أقاربه أو أقرانه في الحي أو المدرسة وأن يدرك الوالدان مسألة الفروق الفردية .

أما فهم الطفل لذاته يكون بتعريف الطفل على مهاراته والعمل على تهذيبها وتنميتها وتطويرها لأن الطفل بحاجة إلى تقبل وتقدير الآخرين المحيطين به ، وألا يكون الطفل موضع سخرية أو استهزاء أو اشعاره بأنه غير مرغوب فيه .

8 - 2- 4 - الأخذ بزمام المبادرة:

عندما يصل الطفل إلى ثلاثة سنوات من عمره يستوعب التجارب الاجتماعية من خلال اتصاله بالكبار ، وفي سن الرابعة يبدأ في تنفيذ رغباته التي تتأرجح بين الواقع والخيال ، ويعد هذا عاملاً أساسياً في احساس الطفل بذاته وقد يلجأ الطفل في هذه المرحلة إلى التصرف الهجومي الذي يجعله عرضة للتوبيخ والضرب ، لذا يتوجب على الوالدين توفير الألعاب المتنوعة للممارسة هواياته ، وفي مرحلة ما قبل المدرسة يبدأ الطفل في تشكيل أهدافه وهنا يجب تعليم الطفل الأفعال النافعة ويجب تشجيع الطفل على الأخذ بزمام المبادرة إذا لمسنا عنده الدافع الذاتي لتطوير مهاراته .

8 - 2- 5 - التوجيه عن طريق الثواب والعقاب:

يستخدم هذا الأسلوب على نطاق واسع في التنشئة الاجتماعية لتعليم الطفل السلوك الجيد ودفعه إليه وتجنبيه السلوك الخاطئ ودفعه عنه ، فإذا قام الطفل بفعل خيّر قوبل بالتشجيع والثناء ، وإن أتى بسلوك غير مرغوب عوقب عليه ، ويعتبر العقاب وسيلة لتعويد الطفل على الطاعة والامتثال شريطة أن لا يكون قاسياً إلى درجة أن يشكل رد فعل عكسية .

إن الثواب والعقاب أمران ضروريان لا مناص منهما في التنشئة الاجتماعية ، لكن يجب أن يكون باعتدال وتوازن في استخدامهما ، وأن يستخدم في الوقت المناسب ، وأن لا يقتصر العقاب على الجانب الجسدي فقط بل له صور عديدة منها اللوم أو التأنيب أو التوبيخ أو الحرمان .
أما بالنسبة إلى الثواب ليس بالضرورة إثابة الطفل على عمل من المفروض أن يعمل ويسهل تنفيذه وقد يكون الثواب بالكلمة الطيبة أو الثناء والكلمات التشجيعية أو الهدايا الرمزية .

8-2-6 – تكوين القيم :

وتعرف القيم بأنها الموجهات الإدراكية العليا للسلوك ومن صور القيم الاجتماعية العدل ، المساواة الحرية ، الكرم ، الكرامة ، النظام ... الخ ، وعليه فإن التنشئة الاجتماعية تهدف إلى غرس القيم الاجتماعية والدينية والأخلاقية الحسنة في نفوس الأفراد وهم صغارا حتى يشبوا عليها

8-2-7 – الاتزان في معاملة الأبناء:

كي يتحقق للتنشئة الاجتماعية هدفها في بناء شخصية سوية قادرة على التكيف الاجتماعي وجب على الوالدين الاتفاق على طريقة التنشئة ، لا أن يكون الب حازماً شديداً في المقابل تكون الأم لينة رقيقة أو العكس ، ويجب أن تكون معاملة الأبناء بالتساوي قدر الامكان ، وأن لا يتم التفريق بينهم على اساس الجنس أو الترتيب في الأسرة .

8 - 2 - 8 - الديمقراطية:

يعد الأسلوب الديمقراطي من أفضل أساليب التنشئة الاجتماعية إلا أنه قد يساء استخدامه في حالة استخدامه دون ضابط فتكون نتائجه لا تقل خطراً عن الأساليب السلبية ، فالديمقراطية المطلوبة تكون في حدود المعقول يتخللها نوع من الحزم والشدة إذا اقتضت الحاجة لذلك ، يجب إعطاء الأبناء ساحة من الحرية للتعبير آرائهم واتخاذ القرارات الخاصة بهم ، فهذا يجعل الابن يشعر بالثقة في نفسه وقادراً على الأخذ بزمام المبادرة وتحمل المسؤولية .

8 - 2 - 9 - الاستخدام الرشيد للسلطة:

يرى إفرام أن السلطة ليست صفة يملكها الشخص فهي تشير إلى علاقة بين الأشخاص ، فيما يتطلع الشخص إلى الآخر على أنه إنسان أعلى منه .

ويرى ميلغرام السلطة هي القوى الاجتماعية المحيطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد وتكون ذات تأثير على شخصيته وأخلاقه .

تمثل السلطة والمحبة نقطة الانطلاق الصحيحة في بناء الشخصية السوية بحيث يكون كل منهما مكمل للآخر ، فالسلطة الحقيقية لا توجد من غير محبة (بسام محمد أبو عليان، 2013، ص 128) .

9 - أنماط التنشئة الأسرية :

ويمكن تصنيفها إلى ثلاثة أنماط رئيسية :

9 - 1 - النمط المتشدد (الاستبدادي ، الصارم) :

يعتمد هذا النمط الطاعة العمياء والعقاب وفرض السيطرة والقوانين الصارمة على الطفل ، مع قليل من التواصل والحوار

ومن خصائصه ، فرض القواعد دون نقاش ، واستخدام العقاب البدني أو النفسي ، وقلة التشجيع والمدح ، وتوقعات عالية دون مراعاة قدرات الطفل .

غالباً ينتج هذا النمط أفراد خائفين وغير واثقين بأنفسهم خاضعين للسلطة ، وقد يتمردون في مرحلة المراهقة ، ويعانون من صعوبة في اتخاذ القرارات

9-2 . النمط المهمل (المتساهل):

وفي هذا النمط يُترك الطفل دون توجيه أو متابعة ، مع منحه حرية زائدة غير مناسبة لعمره ومن خصائصه ، قلة القواعد والحدود ، وعدم الاهتمام الكافي بسلوكيات الطفل ، وغياب المتابعة والتوجيه ، وانشغال الوالدين عن الطفل .

غالباً ينتج عن هذا النمط أفراداً غير منضبطين ، يعانون من صعوبة في احترام القواعد والحدود غير قادرين على تحمل المسؤولية ويجدون صعوبة في مواجهة تحديات الحياة ، وقد تتطور لديهم سلوكيات عدوانية تفتقر للمسؤولية .

9-3 . النمط المرن (الديمقراطي ، المتزن) :

يعتمد هذا النمط على التوازن بين الحزم والتسامح ، ويقوم على الحوار والتواصل والتفاهم مع الطفل ، وتشجيع الاستقلالية مع وضع حدود واضحة

ومن خصائصه ، وضع حدود واضحة مع شرح أسبابها ، والاستماع إلى رأي الطفل واحترام مشاعره ، وتشجيعه على الاستقلالية وتحمل المسؤولية والتوجيه الإيجابي بدلاً من العقاب .

غالباً ما يُنتج هذا النمط أفراداً واثقين بأنفسهم وقادرين على اتخاذ القرارات ، قادرين على التعبير عن رأيهم متوازنين نفسياً واجتماعياً وتتمتعون بمهارات اجتماعية جيدة .

المحاضرة السابعة

المشكلات والصراعات والأزمات الأسرية

تمهيد :

إن الأسرة القوية لا تنشأ من غياب المشكلات ، بل من القدرة على دراسة تلك المشكلات وفهمها ثم اجتيازها معًا ، و الأسرة الناجحة ليست التي تخلو من المشكلات ، بل التي تتعلم كيف تُحوّل الأزمات إلى فرص لتعميق الروابط ، لذا تعد الصراعات والأزمات الأسرية جزء طبيعي من ديناميكية العلاقات داخل الأسرة ، لكنها قد تتفاقم بسبب عوامل مختلفة مثل الضغوط المالية وسوء التواصل ، والاختلافات الثقافية أو الجيلية ، أو حتى المشكلات الصحية النفسية أو الجسدية

1 - تعريف المشكل الأسري (المشكلة الأسرية) :

تعرف المشكلة الأسرية على أنها موقف أو خلاف قابل للحل ضمن الإطار الطبيعي للأسرة ، ناتج عن اختلافات يومية أو سوء تفاهم مؤقت .

وتتميز المشكلة الأسرية بجملة من الخصائص وهي :

- تحدث بشكل متكرر وطبيعي في العلاقات (مثل نزاع على تقسيم المهام المنزلية).

- لا تهدد استقرار الأسرة ، وغالبًا ما يُحل بالحوار أو التنازلات البسيطة .

- قد تكون فرصة لتعلم مهارات جديدة ، مثل التفاوض أو التواصل.

أمثلة : - خلاف بين الزوجين حول اختيار مكان لقضاء العطلة.

- مشاجرة بين الأبناء بسبب استخدام الهاتف.

- توتر مؤقت بسبب ضغوط العمل.

2 - تعريف الصراع الأسري :

تعرف الصراعات الأسرية على أنها خلافات ونزاعات تنشأ بين أفراد الأسرة نتيجة لاختلاف الآراء ، المصالح ، القيم ، أو التوقعات أو الاحتياجات ، وهي تعتبر جزءاً طبيعياً من ديناميكية العلاقات الأسرية .

ويتميز الصراع الأسري بجملة من الخصائص وهي :

- قد تكون هذه الصراعات إيجابية إذا أُديرت بشكل بناء .
- قد يكون مؤقت : مثل نزاع على قرار يومي أو مزمن : مثل صراع مستمر بين الأشقاء .
- قد يكون ظاهر : مثل مشاجرات علنية ، أو مكبوت مثل توتر غير مُعلن بين الزوجين .
- يحدث بشكل يومي أو متكرر(مثل الخلاف على القرارات البسيطة)
- يكون محدود في تأثيره ولا يهدد تماسك الأسرة بالكامل .
- غالباً ما يحل عبر الحوار ، التفاوض ، أو التنازلات المتبادلة.
- قد يؤدي إلى تعزيز العلاقات إذا تمت إدارته بذكاء.
- أمثلة: - نزاع بين الزوجين حول طريقة تربية الأبناء.
- خلاف بين الأشقاء على استخدام الأجهزة الإلكترونية.
- توتر بسبب توزيع المهام المنزلية.
- منافسة بين الأشقاء على اهتمام الآباء.
- نزاع بين الزوجين حول المسؤوليات المالية .

3 - تعريف الأزمة الأسرية :

تعرف الأزمة الأسرية على أنها حدث مفاجئ أو تراكمي يحدث صدمة للأسرة ، ويعيق قدرتها على العمل بشكل طبيعي ، مما يتطلب تدخلاً استثنائياً

وهي مواقف مفاجئة أو تراكمية تهدد استقرار الأسرة وتوازنها ، وتتطلب حلولاً سريعة أو تدخلاً خارجياً

وتتميز الأزمة الأسرية بجملة من الخصائص وهي :

- غير متوقعة أو خارجة عن السيطرة (مثل وفاة ، طلاق ، إفلاس).

- تحدث تغييراً جذرياً في أدوار الأفراد أو هيكل الأسرة.

- تسبب اضطراباً كبيراً في الأداء الطبيعي للأسرة .

- تتجاوز قدرة الأسرة على التكيف دون مساعدة .

- قد تؤدي إلى تغيير هيكل الأسرة مثل الطلاق ، الوفاة ، الإفلاس .

أمثلة: - أزمة مالية مفاجئة تفقد الأسرة مصدر دخلها .

- اكتشاف خيانة زوجية تهز ثمار الزواج .

- مرض خطير لأحد الأفراد يغير أدوار الأسرة.

- عنف أسري مزمن أو انهيار الثقة بين الزوجين .

- إدمان أحد الأفراد وتأثيره على الأسرة.

- فقدان أحد الوالدين لوظيفته بشكل مفاجئ.

- كارثة طبيعية تُدمر منزل الأسرة.

4 - تصنيفات المشكلات والأزمات الأسرية :

4 - 1 - تصنيف المشكلات الأسرية : يمكن تصنيف المشكلات الأسرية إلى :

4 - 1 - 1 - حسب مجالها:

- مشكلات زوجية

- سوء التواصل

- الخيانة الزوجية

- اختلاف أساليب التربية

- مشكلات الأبناء

- المشاكل الدراسية

- السلوكيات الخطرة

- التمرد والعناد

- مشكلات بين الأجيال

- صراع القيم بين الأجداد والأحفاد

- اختلاف التقاليد بين الأجيال

- مشكلات صحية

- الأمراض المزمنة

- الإعاقات

- المشاكل النفسية

4-1-2 - تصنيف حسب الشدة :

- مشكلات بسيطة

- قابلة للحل الذاتي ولا تترك أثراً دائماً

- مشكلات متوسطة تحتاج لتدخل خارجي محدود ، قد تترك بعض الآثار المؤقتة

- مشكلات حادة : تحتاج لتدخل متخصص وتترك أثراً عميقة ودائمة

4-1-3 - تصنيف حسب المدة :

- مشكلات حادة مفاجئة وقصيرة المدى

- مشكلات مزمنة طويلة الأمد ومتكررة

4-1-4 - تصنيف حسب عدد الأفراد المتأثرين:

- مشكلات فردية تؤثر على فرد واحد

- مشكلات ثنائية بين زوجين أو شقيقين

- مشكلات جماعية تؤثر على الأسرة بأكملها

4-2 - تصنيف الأزمات الأسرية : تنقسم الأزمات الأسرية إلى عدة أنواع حسب طبيعتها

ومصدرها :

4-2-1 - أزمات تطويرية (نموذجية) :

ترتبط بمراحل النمو الطبيعي للأسرة ، مثل أزمة المراهقة ، أزمة ما بعد الزواج ، أزمة خروج الأبناء من المنزل .

4-2-2 - أزمات عرضية (غير متوقعة) :

وتحدث فجأة دون سابق إنذار ، مثل الوفاة المفاجئة لأحد الأفراد - الكوارث الطبيعية - الحوادث المفاجئة .

4-2-3 - أزمات هيكلية :

وتتعلق ببنية الأسرة ذاتها مثل الطلاق - الهجرة - الزواج الثاني

4-2-4 - أزمات اقتصادية :

وترتبط بالضغوط المالية ، مثل الإفلاس - البطالة الطويلة - الديون المتركمة

5 - آلية تطور المشكلة الأسرية إلى أزمة معقدة : (مراحل تطور المشكلة الأسرية) :

5-1 - مرحلة التراكم (المرحلة الكامنة) :

تبدأ بخلافات صغيرة غير محلولة ، تكرار المشكلات اليومية دون حل جذري ، تراكم المشاعر السلبية (الغضب المكبوت ، الإحباط)

5-2 - مرحلة التصعيد:

إن زيادة حدة النزاعات وتكرارها ، تحول الخلافات من موضوعية إلى شخصية ، ويكون خلالها استخدام لغة اتهامية وعنف لفظي ، وتؤدي إلى ظهور أعراض جسدية (أرق ، توتر) .

5-3 - مرحلة الأزمة (نقطة التحول) :

حدث صادم يفجر الموقف (خيانة ، عنف جسدي ، انهيار مالي) ، يؤدي إلى فقدان القدرة على الحوار الطبيعي ، ومن ثم انهيار آليات التكيف الأسري ، وشعور عام بالعجز واليأس

5-4 - مرحلة العواقب:

انهيار البنية الأسرية (طلاق ، انفصال) ، ينجم عنه آثار نفسية عميقة (اكتئاب ، قلق) ، وتغير دائم في ديناميكيات الأسرة .

6 - عوامل تسرع من تحول المشكلة الأسرية إلى صراع و أزمة أسرية :

6-1 - العوامل الداخلية:

- غياب مهارات التواصل

- الإدمان (مخدرات ، كحول)

- الأمراض النفسية غير المعالجة

6-2 - العوامل الخارجية :

- ضغوط اقتصادية حادة

- تدخل الأهل السلبي

- أزمات مجتمعية (حروب ، كوارث)

7 - آليات منع تطور المشكلات الأسرية إلى أزمة أسرية :

- التدخل المبكر عند تكرار الخلافات

- تعلم مهارات حل النزاعات

- اللجوء للاستشارات الأسرية في المراحل المبكرة

- إقامة حدود صحية بين الأفراد

ويمكن توضيح ذلك أكثر من خلال التالي :

7 - 1 : حلول للصراعات الأسرية اليومية :

- تحسين مهارات التواصل .

- ممارسة الإصغاء الفعال من خلال إعادة صياغة كلام الطرف الآخر للتأكد من الفهم وتحديد

أوقات منتظمة للحوار الأسري بعيداً عن ضغوط الحياة .

- إدارة الغضب من خلال الاتفاق على استراحة غضب ، عندما تتصاعد الأمور .

- استخدم تقنيات التهدئة من خلال ممارسة التنفس العميق ، العد التنازلي ، الاسترخاء .

- تخصص مكاناً هادئاً في المنزل للتهدئة .

- حل المشكلات المشتركة ، من خلال وضع قواعد عائلية واضحة ومتفق عليها .

- استخدم أسلوب العصف الذهني لإيجاد حلول إبداعية .

- أسلوب المفاوضة لأنه يربح الجميع من خلال تقديم تنازلات في جوانب معينة .

8 - نماذج تطور الصراعات إلى أزمة أسرية :

8 - 1 - التسلسل الطبيعي للتطور (النموذج الكلاسيكي)

مشكلة → صراع → أزمة

أ. المشكلة الأولية:

حدث أو موقف يسبب إزعاجاً مؤقتاً

مثال : تأخر أحد الأفراد عن موعد عائلي مهم

ب. التحول إلى صراع:

عندما تُترك المشكلة دون حل أو تتكرر

تدخل العوامل العاطفية (اتهامات ، شعور بالإهانة)

مثال : اتهامات متبادلة بعدم الاهتمام بالأسرة

ج. التصعيد إلى أزمة:

عند فشل آليات الحل وتراكم المشاعر السلبية

فقدان القدرة على إدارة الموقف ذاتياً

مثال : قرار مفاجئ بالانفصال بسبب تراكم الخلافات

8 - 2 - نموذج الأزمة المفاجئة : قد تنشأ الأزمة دون مقدمات (حالات الوفاة ، الكوارث)

8 - 3 - نموذج الحل الذاتي : بعض المشكلات تذوب تلقائياً دون تصعيد

8 - 4 - نموذج التحول الإيجابي : قد يؤدي الصراع البناء إلى تحسين العلاقات

9 - العوامل المسرعة للتحول :

- غياب المهارات الحوارية

- التعامل السلبي

- الحلول الخاطئة

هناك عدة تصورات أخرى تختلف عن النموذج الخطي التقليدي (مشكلة ← صراع ← أزمة)

منها :

8-5 - نموذج الدائرة المفرغة (النموذج التكراري)

التصور:

الأزمات قد تنشأ دون تسلسل خطي ، حيث تتحول المشكلات والصراعات إلى حلقة مغلقة متكررة الآلية:

مشكلة → صراع → حل مؤقت → عودة المشكلة → تصعيد → أزمة دورية
مثال:

خلافات مالية متكررة → مصالحات سريعة دون حل جذري → تراكم الديون → أزمة مالية دورية

كسر الحلقة: معالجة الأسباب الجذرية بدلاً من الأعراض ، تغيير أنماط التفاعل الراسخة

8-6 - نموذج البركان (النموذج الكامن)

التصور: بعض الأزمات تنفجر فجأة رغم عدم ظهور صراعات ظاهرة ، بسبب مشكلات مكبوتة .
الآلية: مشكلات غير معبر عنها ← تراكم ← انفجار مفاجئ (أزمة دون مرحلة صراع واضحة)

مثال: تجاهل مشاعر الزوجة لسنوات ← انهيار عصبي مفاجئ دون مقدمات

الوقاية: تشجيع التعبير العاطفي المنتظم ، وملاحظة المؤشرات غير اللفظية

8-7 - نموذج النافذة المكسورة (النموذج التراكمي)

التصور: إهمال المشكلات الصغيرة يؤدي لتفاقمها تدريجياً حتى مع غياب صراعات كبرى.

الآلية: مشكلات بسيطة مستمرة ← تآكل الثقة ← أزمة مفاجئة

مثال: إهمال صيانة المنزل → تدهور تدريجي → أزمة سكن مفاجئة

الحل: سياسة الصيانة الدورية للعلاقات ، ومعالجة المشكلات فور ظهورها

8 - 8 - نموذج الأزمة كفرصة (النموذج التحويلي) :

التصور: قد تنشأ الأزمات دون مقدمات وتكون نقطة تحول إيجابية.

الآلية : حدث صادم ← صدمة ← إعادة تنظيم ← تحسن غير متوقع

مثال: مرض خطير لأحد الأفراد ← يقظة الأسرة ← تعزيز الترابط

الاستفادة: تحويل الأزمات إلى فرص للتغيير الإيجابي ، وتعلم المرونة الأسرية

8 - 9 - نموذج السلسلة المقطوعة (النموذج غير المتصل):

التصور: قد تظهر الأزمات بمعزل عن المشكلات اليومية بسبب عوامل خارجية.

الآلية: ضغوط خارجية (اقتصادية/اجتماعية) ← أزمة دون صراعات داخلية سابقة

مثال: جائحة عالمية ← أزمة تواصل أسري رغم علاقات جيدة مسبقاً

المواجهة: التمييز بين مصادر الضغط الداخلية والخارجية ، وتطوير آليات تكيف جماعية

قائمة البيليوغرافيا

- علاء الدين كفاقي (2009) علم النفس الأسري ، ط1 ، دار الفكر، عمان
- أحمد محمد مبارك الكندري (1996) علم النفس الأسري ، مكتبة الفلاح ، الكويت .
- مصطفى حجازي (2015) الأسرة وصحتها النفسية ، ط1 ، المركز الثقافي العربي ، المغرب .
- علاء الدين كفاقي (2009) علم النفس الأسري ، ط1 ، دار الفكر، عمان
- أحمد محمد مبارك الكندري (1996) علم النفس الأسري ، مكتبة الفلاح ، الكويت .
- مصطفى حسن باهي (2002) الصحة النفسية في المجال الرياضي ، مكتبة الأنجلو ، مصر .
- إيريش فروم ، (2013) الصحة النفسية للمجتمع المعاصر ، ترجمة، محمد حبيب ، ط1 ، دار الخوار ، سورية .
- محمود كاظم ، محمود التميمي (2013) الصحة النفسية ، ط1 ، دار صفاء عمان .
- زينب ، إبراهيم العزبي (دت) علم الاجتماع العائلي ، جامعة بنها،
- بسام ، محمد أبو عليان (2013) الحياة الأسرية ، ط1 ، خانيونس .