

المحاضرة (13): تقنيات الإرشاد الأسري وبرامج الإرشاد والثقافة الزوجية الإرشادية.

في هذه المحاضرة، سنستعرض تقنيات الإرشاد الأسري المختلفة التي يستخدمها المرشدون لمساعدة الأسر، ونتعرف على كيفية تصميم برامج الإرشاد التي تهدف إلى تطوير قدرات الأسرة على التكيف، بالإضافة إلى الثقافة الزوجية الإرشادية التي تركز على تعزيز العلاقة بين الزوجين وبناء أسرة مستقرة ومتكاملة.

أولاً/ تقنيات الإرشاد الاسري:

يعتمد الإرشاد الأسري في ممارسته على مجموعة من التقنيات والأساليب الإرشادية التي يستعين بها المرشد لفهم ديناميكيات الأسرة، وتشخيص مصادر الخلل، واختيار التدخل العلاجي المناسب. ولا يقتصر دور المرشد الأسري على تقديم النصح أو الإرشادات العامة، بل يتجاوز ذلك إلى توظيف تقنيات علمية مدروسة تسهم في تعديل أنماط التفاعل داخل الأسرة، وتنمية مهارات التواصل الإيجابي، وتعزيز الوعي الانفعالي لدى أفرادها.

تتنوع تقنيات الإرشاد الأسري بتنوع النظريات والمداخل التي تستند إليها، فمنها ما ينطلق من المنحى التحليلي، أو السلوكي، أو المعرفي، أو السلوكي المعرفي، وهي المداخل التي سبق تناولها، ومنها ما يركز على المقاربة النسقية التي تنظر إلى الأسرة كوحدة متكاملة، يتم فيها فهم سلوك الفرد في ضوء شبكة العلاقات والتفاعلات المتبادلة بين أفراد النسق الأسري.

في هذه المحاضرة سنستعرض مجموعة من التقنيات الإرشادية التي يمكن استخدامها في الإرشاد الاسري وهي:

1- المقابلة الإرشادية الاسرية:

عرف بترفيس وآخرون (1977) المقابلة الإرشادية بأنها وسيلة اتصال فعالة بين المرشد والمسترشدين تساعدهم على فهم أنفسهم (المصري، 2010، ص. 57)

أما آلين روس (Alan O. Ross) فاعتبرها علاقة ديناميكية وتبادل لفظي بين شخصين أو أكثر، يكون أحدهما المرشد والآخرين مسترشدين يتوقعون الحصول على دعم، وتعتمد العلاقة على الأمانة وبناء تواصل ناجح (العزة، 2007، ص. 87).

فهي عملية فنية إرشادية علاجية للأسرة التي تعاني من اضطراب أو مشكلات أو خلافات أو صدمات مست أحد أفرادها، فهذه العملية تهدف إلى استقرار الأوضاع الاسرية باستخدامها لأساليب فعالة ومتنوعة، وقد تمارس في أسلوبين إما:

– إرشاد أسري فردي: وتكون الجلسات الإرشادية ثنائية بين الفرد والمعالج.

– إرشاد أسري جماعي: وتضم المعالج والفرد بالإضافة إلى الأسرة. (مرسي، 2008، ص 182)

بشكل عام، تعد المقابلة الإرشادية علاقة مهنية مباشرة وجها لوجه بين المرشد والمسترشد، يهدف المرشد من خلالها إلى مساعدة المسترشد في تحقيق هدف يواجه صعوبة في الوصول إليه. وتتم هذه المقابلة في وقت ومكان محددتين، مع ممارسة المرشد لمجموعة من الفنيات لتحقيق الغاية الإرشادية. (العزة والهادي، 2017، ص 78)

2- الجينوغرام:

عبارة عن تمثيل بياني لعائلة معينة يتم فيها عرض بيانات تفصيلية عن العلاقات بين الأفراد ويضم امتدادات العائلة عبر جيلين أو ثلاثة أجيال، وستجاوز الأسرة التقليدية من خلال السماح للمستخدم بتحليل الاتجاهات السائدة في الأسرة والعوامل النفسية التي تنشأ عليها العلاقات، كما يسمح للمعالج بفهم وتحديد السلوكيات السائدة عبر العائلة. (بن قوة، 2018، ص 98)

كما يعرفه كفاقي بأنه: أسلوب أو تقنية تستخدم في رسم تاريخ الأسرة على لوحة تكون شبيهة بشجرة الأسرة تسمى خريطة الأسرة. Family Genogram فهذه الخريطة تمكن المرشد النفسي والأخصائي الاجتماعي في المدرسة والوالدان في الأسرة من أن يروا الأعراض داخل سياق أكثر امتدادا وتأصيلا. (كفاقي، 2006، ص 301)

يتكون الجينوغرام من:

- الرموز Symbols : كالمربع، الدائرة، المثلث، ولكل منها دلالاته الخاصة
- الخطوط Lines : تتمثل في الخطوط المستقيمة والمنعرجة والمنقطعة، ولكل منها دلالاته، وتشير لطبيعة العلاقات الاجتماعية، والعاطفية، مثل: علاقة متوترة، زواج، طلاق وغيرها
- أشكال Figures : هي عبارة عن الشكل الذي ينتج عن ربط الرموز والخطوط لتعبر عن وضع ما أو علاقة قائمة، وتختلف طبيعة الوضع الموصوف. فهناك شكل يعبر عن أسرة واحدة فقط، وهناك أشكال تتسع لتعبر عن عدة أسر لهم علاقات مع بعضهم البعض في العادة فإن شبكة العلاقات الأسرية تبدأ بشكل بسيط لتنمو وتتسع مع الوقت، وتوفر المعلومات وتطورها للممارس لتعبر عن نسق العمل محل الدراسة، وتعكس بالتالي التطور الحاصل في دراسة الوضع وصولاً لتقديره ومن ثم إجراء التدخل المناسب. (بومجان ومهمل، 2023، ص4)

ومن بين أهدافه وفوائده نجد مايلي:

- يساعد في التعرف على تاريخ الفرد لتحديد نوعية الخلل أو المشكلة، والكشف عن إمكانيات الفرد وطاقاته، وفي الحالات العيادية يهدف إلى الفهم واقتراح أساليب العلاج.
- يحاول تقديم وصف للشكل الداخلي للعائلة وأعضائها وطبيعة الارتباط بين أفرادها، والعوامل المرتبطة بها. كما يساعد في رؤية الأنماط عبر الأجيال والأدوار الأسرية وتوقيت الأحداث الهامة في حياة الأسرة.
- يكشف البناء الأساسي والأدائي والديمغرافي والعلاقات الأسرية، ويسمح بملاحظة سريعة للديناميكيات العائلية المعقدة على شكل خطي.
- يتيح إمكانية استخراج فرضيات حول أسباب المشاكل التي لها علاقة بالمحتوى العائلي الماضي والحاضر، وينتمي هذا الأسلوب إلى المقاربة النسقية في رؤيتها للفرد الذي يكون في تفاعل متواصل داخل محتوى عائلي معين.
- يساعد على تحديد وضع كل فرد وشكل علاقاته وتفاعلاته الديناميكية ضمن مجموعة العلاقات الداخلية (في جيل لثلاثة أجيال سابقة).
- يساعد في التنبؤ بمخاطر الأمراض المستقبلية والاضطرابات العائلية التي يمكنها التأثير في الأفراد. (بن قوة، 2020، ص92)

3- إعادة التسمية أو إعادة التأطير:

هي تقنية تهدف إلى تغيير معنى حدث أو تجربة من خلال وضعها في إطار مختلف، بحيث يعيد الفرد تفسير المواقف بشكل يساعده على التعامل معها أفضل، مع التركيز على أن الانزعاج ينبع من طريقة إدراكه للموقف وليس الموقف نفسه. (بيروتي وحمدى، 2012، ص286)

فنحن نعرف أننا لا نتعامل مع الوقائع كما هي في الواقع ولكننا نتعامل مع الصور التي ندركها لهذه الوقائع والتفسيرات الخاصة التي نضعها لها ، فإعادة التأطير Reframing هنا تعني أن نغير وجهة النظر المفهومية في علاقتها مع إدراكنا للموقف ووضعها في إطار آخر يناسب الحقائق تماما ولكن يغير المعنى ، ومن هنا فإن القضية في أبسط عباراتها أن إعادة التسمية العلاجية تعني تقديم سلوك المتعالج من زاوية أو في صياغة إيجابية لئلا يتجنب النقد أو اللوم. (كفافي ، 1999، ص369).

وهناك شكلان من إعادة التصور هما:

- **إعادة تصور المعنى**: تحويل السلوك غير المرغوب فيه إلى معنى أو وصف ذو قيمة إيجابية، ويعرف أحيانا بإعادة التسمية.

مثال: الزوج يشعر بالغيرة عندما تتحدث زوجته مع زملاء العمل. يمكن إعادة تصور المعنى باعتباره دليلاً على اهتمامه بالعلاقة ورغبته في الحفاظ عليها، بدلاً من رؤيته مجرد سلوك سلبي أو رغبة في تحكم أو غيره.

- **إعادة تصور السياق**: النظر في موقف حدوث السلوك ومحاولة إيجاد سياق يجعله ذا فائدة، على افتراض أن لكل سلوك قيمة في ظروف معينة.

مثال: نفس المثال السابق زوج يغار على زوجته، بالنسبة للتصور السياقي يكون من خلال مناقشة هل الغيرة تظهر في موقف معين مثل عمل أو اجتماع، حيث يمكن اعتبارها فرصة للتواصل المفتوح ووضع حدود صحية للعلاقة، بدلاً من تصعيد التوتر أو الشجار.

وعليه فهذه الأساليب يطبقان في الإرشاد الأسري لمساعدة الفرد على إدراك الأبعاد السلبية والإيجابية للسلوك وملاحظة السياق، مثل توضيح أن عناد الطفل قد يعكس ميله للاستقلالية. (بيروتي وحمدى، 2012، ص287)

4-وصفات الاعراض:

يقوم هذا الأسلوب على فكرة التناقض، وهي صورة من الرابطة العلاجية المزدوجة والتي يطلب فيها من المتعالج أن يفعل المزيد من الأعمال التي يدركها كأعراض متعبة أو مزعجة تعتمد على زيادة السلوك المزعج أو العرض الظاهر لدى الفرد بطريقة مفرطة، حتى يدرك أنه غير ممتع أو مؤلم ويتوقف عنه. يتم ذلك بعد تحديد الأعراض وترتيبها حسب الشدة والتكرار، وممارسة كل عرض على حدة بشكل متعمد، مايجعل من العرض سلوك لا يحقق الاشباع المراد منه، ليتخلى عنه الفرد. هذه التقنية مناسبة للأطفال، خاصة لأن سلوكياتهم المزعجة غالبا ما تهدف لجذب الاهتمام، وبالتالي يصبح التعامل معها وفق هذه الطريقة فعال. (كفاي ، 1999،ص370).

5-التظاهر:

ويقصد بهذا الاسلوب التخلص من الاعراض الحقيقية للسلوك أو المشكل من خلال طلب المعالج أو المرشد من الفرد التظاهر بحدوث ذلك العرض، وهنا تقوم الأسرة بمساعدته على حلها والهدف هنا هو التعرف على السلوك المشكل وتطوير أنماط سلوكية تكيفية، ولمساعدة الأسرة على التخلي عن أنماطها السلوكية غير المناسبة والمسؤولة عن حدوث ذلك السلوك أو العرض المشكل لدى الفرد.(بنات وآخرون،2010، ص237)

6-اسناد المهمات العلاجية:

يقترح المرشد خلال الحصص مهمات معينة تتضمن طريقة اتصال أعضاء الاسرة مع بعضها، بالإضافة الى التحكم المكاني خلال التقيد بهذه المهمات (تغيير مكان او توجيه المشتركين ، ...)الذي يهدف لإحداث التغيير، كما يعطي المعالج واجبات للأسرة للقيام بها في المنزل خارج الحصص.(لكحل وحتوي،2016، ص83)

7-وضع الحدود:

هو أسلوب يهدف إما إيجاد أو فتح الحدود أو تضيقها، فيسهم المعالج بإيجاد أبنية جديدة تمكن الأسرة من حل مشكلاتها، قد يرغب المعالج بإيجاد حدود من خلال جعل الوالدين يعملان معا دون

مقاطعة الأطفال لهم، أو فتح الحدود الجامدة وذلك من خلال مساعدة الأب الذي يضع مسافة بينه وبين أبنائه على أن يشارك أبنائه ويندمج معهم. (بنات وآخرون، 2010، ص 228).

8-التجسيد الأسري :

يتمثل المضمون التطبيقي لهذه التقنية في التعرف على طبيعة أداء النسق السري ، وطريقة التواصل ، والعلاقات البين شخصية ، من خلال تجسيد بعض المواقف الموجودة داخل النسق الأسري ، وبالتالي يتمثل الهدف الإرشادي لهذه الفنية في العمل على زيادة وعي أعضاء الأسرة وخاصة الوالدين بطريقة تواصلهم ، والصورة التي ينظرون بها إلى عضو الأسرة. (خليل ، 2021 ، ص729).

9-استخدام الاعراض:

يركز المعالج هنا على العرض الذي يعتبر كنواة للضغوط الاسرية، فإعادة البناء تكون ممكنة اذا استطاع المعالج تعزيز العرض من خلال الرفع من حدته، لكن يستطيع المعالج تطبيق تدخلات اخرى في ظروف معينة، يستطيع المعالج ايضا استخدام العرض مثلا بتقليص أهميته من خلال إعادة تعريفه أو الاهتمام بعرض آخر. (لكحل وحوتي، 2016، ص83)

10-ابطال المثلثات:

يتشكل المثلث حسب "بوين" عند عدم استقرار العلاقات الثنائية والتي تكون مليئة بالتوتر والقلق فالعلاقة الانفعالية بين الفردين تجعلهما يحاولان استدراج شخص ثالث ليكونا معهما ثالثا أو مثلثا. ففي الغالب يستخدم الاطفال كطرف ثالث في الصراعات الزوجية، وفي بعض الاحيان أثناء الجلسات العلاجية يتم استدراج المعالج نفسه ليكون مثلثا فيرغب كل فرد أن يكون الفرد الثالث في صفه وقد تحتوي الاسرة من عدة مثلثات متداخلة تظهر بظهور التوتر بين عضوين في الاسرة.

عليه فالأسلوب العلاجي في عدم عمل المثلثات يساعد العميل على معرفة مكانهم ووضعهم ضمن الأنظمة الانفعالية والتفكير في تفاعلاتهم، وعليه يستطيع التحضير لتفاعلات أسرية جديدة. . (كفافي، 1999، ص376)

11-إعادة الصياغة :

يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في إعادة تشكيل المواقف التي تواجهه عضو الأسرة وسبل حلها من زوايا مختلفة وبالتالي يتمثل الهدف التطبيقي لهذه الفنية في إعادة صياغة الأفكار اللاعقلانية لعضو النسق الأسري تجاه الطفل وسلوكه مثلاً، وتبنى رؤية جديدة تجاهه. (خليل ، 2021 ، ص729).

12-السيكودراما:

مصطلح ذا شقين "السيكو" وهي النفس و"الدراما" تعني الحركة، وعليه تعني إعادة تمثيل الواقع لا محاكاته، وإعادة تمثيل مواقف بعينها وأحداث حدثت في الماضي والحاضر والتنبؤ بأحداث عن المستقبل. إن الدراما النفسية شكل من أشكال العلاج النفسي أين يستخدم التمثيل في مساعدة العميل في حل مشكلاته، لنجاح هذه التقنية توجب توفر الركائز وهي:

- وجود المشكلة القابلة للتجسيد.
- جماعة علاجية.
- بطل الرواية.
- المعالج.
- كاتب السيكودراما. (سليمان، 1994، ص397)

في الارشاد الاسري يستخدم هذا الاسلوب من خلال تمثيل أعضاء الاسرة لمشكلاتهم، فيكون هناك تفرغ انفعالي وتعبير عن المشاعر، وبالنسبة لنص الدراما فيشارك أعضاء الاسرة في كتابته من أجل معايشة الاحداث بشكل جماعي أسري، ويحدث التواصل والتفاعل ليصلوا الى مرحلة تفهم مشاعر بعضهم البعض، واختبار خبرتهم الانفعالية، ورؤية الاحداث من زاوية أخرى.

13-الاصغاء :

سنتحدث عن الاصغاء كمهارة يجب أن يستخدمها المرشد أثناء العملية الارشادية، وكأسلوب ارشادي يتم تعليمه للمسترشد من أجل تدريبه على التعامل مع المواقف الانفعالية، فالاصغاء كمهارة يعتبر الطريقة الاولى لنجاح العلاقة الارشادية، فيساعد المسترشد ويعزز لديه الرغبة في التحدث عن معاشه ومشكلاته، ليشعر أن المرشد هو شخص متعاون ومتفهم له، فالتركيز في هذه المهارة ضروري

خاصة في المقابلات الاولى من أجل تحديد أدق للمشكلة. قد يجد المرشد صعوبة في اتقان هذه المهارة ليترتب عنها مايلي:

- احباط المسترشد.
- المناقشة الخاطئة لمشكلة المسترشد.
- اتخاذ قرار خاطئ لنوع الاستراتيجية المستخدمة في العملية الارشادية.

أما لو تحدثنا عن الإصغاء كأسلوب ارشادي أسري يتم تدريب الأسرة عليه، فالهدف منه المساعدة على مواجهة المشكلات الانفعالية ومناقشتها، فمثلا في المشكلات الاسرية الزوجية فإن ضرورة اتقان الزوجين لمهارة الاصغاء يقلل من التصادم بينهما، وحتى في تعاملات الوالدين مع أبنائهم توجب الانصات والاستماع لهم، لإعطاء الفرصة للحوار والنقاش بطريقة هادئة وغير متسرفة بين أعضاء الأسرة، وإحساسهم بالفهم والحب والقبول.

14- الخيال الموجه :

تعتمد هذه الطريقة على أن يطلب المرشد من أفراد الأسرة أن يسترخوا ، ومن ثم أن يتخيلوا بأكبر درجة من الحيوية أحد المواقف المشكلة وأن يركزوا فيما يفكرون فيه ، ويطلب من أفراد الأسرة أن يصفوا المشهد ، وحينئذ يشجعهم على أن يتواصلوا عن طريق أفكارهم المرتبطة بالموقف.(الطائي ، 2018 ، ص65).

15- عكس المشاعر:

هي فنية تهدف إلى تقليل المشاعر السلبية لدى المسترشد تجاه العملية الارشادية ، وتقليل الصراع الذي يحصل بينه وبين المرشد فيما يتعلق بالكلام والإصغاء لكلا الطرفين ، كما تساعد في تقليل حدة الغضب لدى المسترشد عندما يعرف أن مشاعره مفهومة وبالتالي يصبح أكثر استقبالا ويهيئ الفرص للمرشد لاستخدام الأساليب الإرشادية. كما مساعدة المسترشد على التعامل مع مشاعره ، وهو أمر هام في الانفعالات والمشاعر الشديدة مثل الخوف والغضب.(صالح ، 2013ص146).

فمن خلال هذه الفنية يعكس المرشد أحاسيس ومشاعر وانفعالات المسترشد، لذلك تعد مهارة الانعكاس استجابة تفسيرية تستعمل كرد فعل هادف، يعبر به الفرد عن نفسه وعن مشاعره وأحاسيسه،

وكأنه يرى نفسه في مرآة عاكسة لما يحتويه تواصله اللفظي وغير اللفظي مع المرشد النفسي. وعند تطبيق هذه الفنية بشكل متقن يحقق المرشد ما يلي:

- يشعر المسترشد بالتفهم والقبول.
- التقليل من المقاومة الناتجة عن الخوف من العملية الارشادية.
- تشجيعه على التعبير عن المشاعر دون تردد أو خجل.
- مواجهة المسترشد لانفعالاته ومشاعره أثناء الجلسة.

إن استخدام عكس المشاعر أثناء الجلسات الارشادية الاسرية يسمح للمرشد بفحص المشاعر الحقيقية للفرد، وتشجيعهم على التعبير عن الانفعالات خاصة لو تم التعامل مع الاطفال أو المراهقين لذا فإن أسلوب عكس المشاعر يساعد على تحفيز المسترشدين في التحدث. (اسماعيل، 2010، ص 142، 146)

16-التثقيف النفسي:

نقصد به تزويد الاسرة بمعلومات وشروحات مهمة تساعدهم في التعامل مع ضغوطات الحياة وإدارة مشاعرهم وتعليمهم التواصل الايجابي، وتوظيف انفعالاتهم بشكل مناسب مع المواقف، ومساعدة الاسرة لعضوها من خلال التفهم والمساندة والدعم.

تستخدم هذه الاستراتيجية مع الاسر التي تم تشخيص أحد أفرادها باضطراب معين أو مشكل تفاعلي داخل النسق الاسري، فيعمل المرشد على تزويد الأسرة بالمعلومات العلمية حول الاضطراب وبشكل مبسط، في كيفية التعامل مع المشكل، بالإضافة الى طرق الدعم والمساندة وحل المشكلات، ويكون ذلك في جلسات يتم فيها تقديم مواد مكتوبة أو محاضرات ومناقشات جماعية أسرية من أجل تحسين مهارات التعامل والتواصل.

كما يمكن استخدام التكنولوجيا في عملية التثقيف النفسي وذلك من خلال تقديم فيديوهات نفسية تثقيفية حول المشكل الذي جاءت بسببه الاسرة، ومحاولة تزويدهم بكل الشروحات المناسبة لمستواهم العلمي.

يركز المرشد عند تقديمه التثقيف النفسي على التواصل اللفظي وغير اللفظي أثناء الجلسات للتحفيز وضمان الاستجابات الإيجابية، ويعمل التثقيف النفسي في التركيز على نواحي القوة لدى أعضاء الاسرة، وتدعيم معنوياتهم والتقليل من الاحباط وتساعدهم على بناء حوارات شخصية أسرية لحل مشكلاتهم. (غيث، 2010، ص266)

في ختام هذه المحاضرة، يتضمن الشكل الموالي مختصراً لاهم تقنيات الارشاد الاسري.



الشكل رقم (14): تقنيات الارشاد الاسري. (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

ثانيا/ برامج الإرشاد الأسري:

1-تعريف برامج الإرشاد الأسري :

يعد البرنامج الإرشادي إطارا عاما يضم مجموعة من الخبرات والتعليمات المصممة بطريقة متكاملة ومتابعة تخضع لمدة زمنية محددة .يهدف هذا الإطار إلى تنمية الوعي واكتساب المهارات لتأدية الأدوار بفعالية (الصوافي، البوسعيدي، والصوافي ،2022، ص38).

ويرى حامد عبد السلام زهران (2005) أن البرنامج الإرشادي هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية التي تهدف إلى تنمية الأفراد وتحقيق التوافق النفسي للذين أعد البرنامج لأجلهم. بذلك، فإن البرنامج الإرشادي لا يقتصر على كونه مجموعة أنشطة فقط، بل يحدد عملية الإرشاد النفسي من حيث الزمان والمكان والفئة المستهدفة والأسلوب والغاية، من خلال الإجابة عن تساؤلات :كم؟ متى؟ أين؟ من؟ كيف؟ لماذا؟ ولمن؟ وهو ما يمنحه طابعا تنظيميا ومنهجيا واضحا (زهران، 2005، ص499).

وانطلاقا من هذا الإطار العام، يندرج برنامج الإرشاد الأسري كأحد التطبيقات المتخصصة للبرامج الإرشادية، حيث يقصد به مجموعة من الخطوات أو المراحل المتتابعة، التي من خلالها يقدم المرشد للمسترشد بشكل تعاوني العملية الإرشادية التي تحول الإرشاد الأسري من مجرد النصائح والآراء غلى جهود مهنية تطبيقية تبدأ مع إحالة المسترشد حتى إقفال وإنهاء الحالة وتحقيق عائد الإرشاد الأسري ، لذلك بعد تصميم البرامج الإرشادية هو النشاط المستمر المشترك بين مؤسسة الإرشاد الأسري والمسترشد ، الذي تتخذ فيه الإجراءات ، بمعنى ذلك أن التصميم هو الإجراء التطبيقي لتخطيط برامج الإرشاد الأسري .(نخبة من المختصين والمختصات، 2018، ص68).

وفي هذا السياق يعرف برنامج الارشاد الاسري بأنه برنامج مخطط ومنظم ، يتضمن مجموعة من الأنشطة والتدريبات والخبرات المحددة بجدول زمني معين ، والتي تهدف إلى تنمية القيم الأسرية ، وتحسين التواصل اللفظي ، وخفض العنف الأسري.(الحارثي ونصر ، 2017،ص55) .كما ينظر إليه بأنه مجموعة الأنشطة المخططة المتتالية المتكاملة المترابطة التي تقدم خلال فترة زمنية محددة وتعمل على تحقيق الهدف العام للبرنامج.(خليل ، 2021 ، ص728).

ومن منظور نظري تطبيقي، ترى عارف (2003) أن البرنامج الإرشادي الأسري يعمل وفق نظريات الإرشاد النفسي، بهدف مساعدة الأفراد على فهم مشكلاتهم التي تؤدي إلى سوء التوافق، وتبصيرهم بطرق حلها بما يحقق السعادة والتوافق النفسي والاجتماعي، ويقود إلى أعلى مستوى من الرضا والصحة النفسية (ولد محي الدين، 2021، ص437).

وفي بعده العملي، ينظر إلى برنامج الإرشاد الأسري بوصفه مجموعة من التمارين والتوجيهات العملية التي تُقدم للأسرة، وتهدف إلى تدريبها على اكتساب المهارات والخبرات التي تساعد على مواجهة مشكلاتها المختلفة، أو تلبية حاجاتها النفسية، وتحسين تعاملها مع ظروف أطفالها، بما يسهم في تحقيق التكيف النفسي الأسري (منصوري، 2021، ص114).

2- أهمية تصميم برنامج للإرشاد الأسري:

- يعد دليلاً مرشداً لكل من المرشد والمسترشدين، ويجب الاتفاق على الخطة قبل تنفيذها.
 - مهمة في التعرف إلى مدى ما تحقق من الأهداف المرحلية والنهائية.
 - تساعد في تحليل التدخلات الإرشادية ونقدها لتتناسب مع تحقيق الأهداف المرحلية بأفضل صورة.
 - توفر حماية للمرشد من احتمالية قيام المسترشدين بمقاضاتهم مستقبلاً
 - تساعد في حل المشكلات أولاً بأول حتى لا تتفاقم وتزداد حدتها (علي وعباس، 2015 ص ص23-
- (24)

- تحديد أولويات التدخل وفق وجهة نظر مشتركة بين المرشد والمسترشد ، لتحديد أولوية تقديم كل تدخل في وقت معين من مراحل تطور العمل مع المسترشد.
- تحديد مهام وآليات تنفيذها سواء الخاصة بالمرشد أو المسترشد.
- مساعدة المسترشد على الإقناع بأهمية الاستمرار في البرنامج الإرشادي.
- يساعد تصميم البرامج الإرشادية على منع الارتجال والعشوائية في الإرشاد الأسري إذ يساعد التصميم على تحديد إجراءات الإرشاد وتنفيذها.
- يساعد تصميم البرامج الإرشادية على تحديد الحدود وإطار الإرشاد الأسري. (نخبة من المختصين والمختصات، 2018، ص69).

- يوضع البرنامج الإرشادي على أساس فهم وإلمام كامل بالموضوع والظروف المحلية .
- اختيار المشكلات الحقيقية المعبرة عن حاجات الأفراد.

- يتضمن أهداف جوهرية ومحددة.
- يتناسب مستوى الأفراد الاجتماعي والاقتصادي.
- يكون له صيغة موجهة تجاه تحسين قدرة الأفراد على حل مشكلاتهم بطريقة فردية أو جماعية.
- يمهد البرنامج إلى الطريقة التي تقيم نتائجه.
- يكون للبرنامج خطة محددة للعمل بحيث تكون أهدافه واضحة ومحددة على كافة مستوياته.(نخبة من المختصين والمختصات ، 2018 ، ص118-119).

3-أهداف برامج الإرشاد الأسري:

يهدف البرنامج الإرشادي الأسري إلى تحقيق جملة من الأهداف نذكر منها :

- تحقيق سعادة واستقرار وإستمرار الأسرة.
- تحقيق التوافق الأسري والتوافق الزوجي.
- يمنح للمسترشدين حلولاً مناسبة لمشكلاتهم المختلفة .
- منح القدرة للأفراد على توجيه أنفسهم لرؤية مستقبلهم بطريقة واعية.(ولد محي الدين ، 2023 ، ص76).

4-الأسس التي تقوم عليها برامج الإرشاد الأسري:

يستند تصميم البرامج الإرشادية إلى أسس نظرية فالبرامج الإرشادية ماهي إلا الصورة التطبيقية العلمية المنظمة التي ترسم استراتيجياتها أو تكتيكاتها بالاستناد إلى نظرية الارشاد النفسي بمختلف توجهاتها مثل:

- نظرية التحليل النفسي.
- نظرية العلاج المعرفي السلوكي
- نظرية الإرشاد العقلي الانفعالي السلوكي.
- نظرية الإرشاد المتمركز حول العميل (كارل روجرز).
- النظرية النسقية.

كما أن هناك أسس أخرى يقوم عليها البرنامج الارشادي تشمل:

- **الأسس العامة:** مثل ثبات السلوك الإنساني نسبياً ومرونته، وحق الفرد في التوجيه والإرشاد وتقدير مصيره.
- **الأسس الفلسفية:** مثل مراعاة طبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي.
- **الأسس العصبية والفسولوجية:** كل ما هو متعلق بدراسة الجسم والجهاز العصبي (زهرا، 2005، ص503)
- **الأسس النفسية والتربوية:** مثل الفروق الفردية والفروق بين الجنسين والفروق في الفرد الواحد، ومطالب النمو. (علي وعباس، 2015 ص ص 23-24)
- **الأسس الاجتماعية:** التي تهتم بالنمو الاجتماعي والتنشئة السليمة للفرد وعلاقته بالمجتمع.
- **الأسس الأخلاقية:** والتي تتطلب الكفاية العلمية والمهنية للمرشد، والحصول على الترخيص، والمحافظة على سرية معلومات المسترشد. (عنوتة، 2018، ص18)

5- خطوات بناء وتصميم برنامج الإرشاد الأسري:

- **تحديد المشكلة الإرشادية:** تعد هذه هي القاعدة الرئيسية في تصميم البرامج الإرشادية. يتم ذلك بالوقوف على طبيعة المشكلة وأسبابها وظروفها، وتحديدتها وتصنيفها، مما يسهل على المرشد وضع وتحديد أهداف العمل الإرشادي. (بوتة، 2022، ص14)
- **تحديد الفئة المستهدفة:** يجب تحديد خصائص الفئة العمرية والظروف المحيطة بها. يُحدد نوع البرنامج الإرشادي حسب الفئة المستهدفة، حيث تختلف متطلبات إرشاد الأطفال عن المراهقين والبالغين
- **تحديد المحتوى والاستراتيجيات والفنيات والوسائل:** المحتوى هو المعرفة والمعلومات المفيدة المقدمة للمسترشدين.

- **أبعاد المحتوى (ثلاثة):** المعارف والعمليات العقلية (لتحقيق الأهداف المعرفية)، والأنشطة (التي يتم تنفيذها في مكان انعقاد البرنامج أو في البيت)، والمهارات.
- يتم اختيار الفنيات (مثل لعب الأدوار، والنمذجة، والتسجيلات، والواجبات المنزلية) بناء على ما يناسب سن العينة واهتماماتهم وميولهم. (الصوافي، البوسعيدي، والصوافي، 2022، ص41)
- **تأمين التجهيزات والمستلزمات التي يحتاجها البرنامج الإرشادي مثل:** وسائل الايضاح السمعية والبصرية، ودوائر التلفزيونية المغلقة وكذلك توفير أماكن التدريب والتجهيزات المكتبية المناسبة. (نخبة من المختصين والمختصات، 2018، ص74-75).

- **تحديد الأهداف:** تحديد أهداف البرنامج الإرشادي له موقع الصدارة في أي برنامج إرشادي.
 - **التنفيذ:** بعد التخطيط والميزانية، يتم اتخاذ الإجراءات مثل: تحديد اختصاصات فريق الإرشاد، وضع خطة زمنية، وتحديد كيفية بدء عملية التنفيذ، وعقد اجتماعات دورية للفريق ومن مسؤوليات المرشد في مرحلة التنفيذ إدارة الجلسات بفاعلية والاهتمام ببناء العلاقات الإنسانية وتدعيم الإيجابيات وتعديل السلبيات لدى المسترشدين. (زهرا، 2005، ص508)
 - بالنسبة لتحديد مدة البرنامج فهي تختلف باختلاف طبيعة البرنامج وهدفه والأسلوب المستخدم وبشكل عام ، يجب أن يكون مدة البرنامج كافية لتحقيق التوازن، وألا تؤدي إلى ترك المرشد لعمله مدة طويلة، وألا تؤدي إلى شعوره بالملل. وتحديد الجدول المنزلي لتنفيذ برامج الإرشاد الأسري، بحيث يتم ربط كل عملية بتوقيت (نخبة من المختصين والمختصات، 2018، ص74-75).
 - **تقييم وتقييم البرنامج الإرشادي:** ويشمل التقييم هو عملية قياس التغيرات المترتبة على تنفيذ البرنامج أما التقييم فهو أحد خطوات البرنامج لضمان تصحيح مساره. (زمره، 2023، ص72)
- في ختام هذه المحاضرة، تجدون موجزا لأهم ما جاء فيها، كما هو مبين في الشكل التالي:



الشكل رقم (15): برامج الارشاد الاسري التصميم والتنفيذ. (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

ثالثا/ الثقافة الزوجية الإرشادية:

1-الثقافة الزوجية :

هي ما يملكه للمقبلين على الزواج ذكورا أو إناثا من معلومات ومعرفة تتعلق بكيفية اختيار شريك الحياة وكيفية تحقيق التواصل الزوجي بمختلف أنواعه. "العاطفي والاجتماعي والحميمي" ومعرفة كيفية التعامل مع المشاكل الزوجية والأسرية المستقبلية. (كويسي ،2024، ص06).

2- الإرشاد الزوجي :

تعرفه الجمعية الأمريكية للإرشاد الزوجي بأنه نوع من أنواع الإرشاد النفسي يهدف إلى مساعدة المقبلين على الزواج للاستعداد للحياة الزوجية قبل الشروع في إقامتها.

كما أنه عملية مساعدة الفرد على إختيار الزوجة أو الزوج والإستعداد للحياة الزوجية بحيث يحقق السعادة والاستقرار وحل ما يطرأ من مشكلات سواء قبل الزواج أو بعده أو أثناءه ويحقق التوافق الزوجي. (حامد، 2017، ص391).

في حين عرفه محمود عقل (1996) بأنه مجموع الخدمات الإرشادية التي تقدم للأزواج بهدف اختيار الشريك المناسب وتحقيق الاستقرار وحل المشكلات التي تعصف بالحياة الزوجية.

بالإضافة الى أنه يعرف بتقديم مساعدة متخصصة من قبل المعالج الأسري للزوجين لكي يكونا متوافقين من الناحية الزوجية ، حيث يدرس أسبابه من حيث العملية الجنسية واختلاف الثقافات والعادات والتقاليد بين الزوجين والسمات الشخصية وغيرها من أسباب تؤدي الى عدم التوافق. (عبده وآخرون ، 2025، ص83).

فهو عملية مساعدة الأزواج في اختيار شريك الحياة المناسب ، وذلك بناء على فهم ، ومعرفة بأنفسهم وقدراتهم ، وإمكاناتهم ، وظروفهم الإجتماعية ، والاقتصادية ، وذلك للدخول الى الحياة الزوجية، وتحقيق الاستقرار، والمساعدة في حل المشكلات التي تعرقل الحياة الزوجية قبل الزواج ، أو في أثناءه، أو بعده ، وهو يشمل الزوجين في جلسة واحدة، أو كل منهما على انفراد، وهو حديث نسبيا في الغرب، وبدأ بالظهور في مجتمعنا العربي. (جوابرة وسلامه ، 2024، ص216).

3-برامج التأهيل الزوجي :

يعتبر التأهيل الزوجي بأنه دورة تكوينية هادفة تسعى إلى إمام كل من الطرفين بالمعلومات المتعلقة بجوانب العلاقة الزوجية كالواجبات والحقوق وكيفية التعامل إلى جانب الجوانب الأخرى من الحياة الزوجية كالأمر المتعلقة بتسيير الأسرة إقتصاديا وروحيا. (نوري، 2017، ص356).

فهو عملية تهدف إلى تقديم المعلومات للشريكين عن طرق النهوض بعلاقتهم بعد الزواج .وهي توفر معلومات مصممة لمساعدة المقبلين على الزواج على تحقيق زواج سعيد وناجح ومستمر لفترة طويلة .وهي عملية تهدف إلى نقل المعرفة والاتجاهات وإكساب المهارات والسلوكيات التي تحتاجها العلاقة الزوجية الناجحة والحميمة.(الجويسر ،2025، ص03).

كما يقصد بالبرامج التأهيلية مجموعة من البرامج المخططة لتنفيذ أسس علمية لتقديم خدمات توعوية مباشرة وغير مباشرة بشكل جماعي وفردى ، هدفها مساعدة المقبلين على الزواج والمتزوجين على الإختيار السوي والذي يحقق الاستمرار والنجاح في الحياة الزوجية والتدريب على تحمل المسؤوليات وتعلم أصول الحياة الزوجية ، كما تهدف إلى مساعدة الفرد على حل مشكلاته الأسرية وتحقيق التوافق في حياته الزوجية والأسرية .(عقر ، 2023 ، ص741).

4-الحاجات الإرشادية للمقبلين على الزواج :

الحاجات الإرشادية هي مجموعة من المهارات والمعارف النفسية والاجتماعية والصحية والشرعية والقانونية المرتبطة بتكوين الحياة الزوجية والتي يحتاجها الشباب المقبلين على الزواج.(الشويكي ، 2025 أ، ص257).

- تعزيز مفاهيم تتعلق بحل الخلافات وتشجيعهم على الحديث عن قضايا حساسة ومناقشتها بسلاسة ضمن مهارات يكتسبونها من البرامج التي تخدم تلبية حاجاتهم الإرشادية.
- الحرص على تحقيق التوافق الزوجي بين الزوجين وبناء أسرة سليمة ومجتمع سليم ، وبالتالي يمكن عبر هذه البرامج تعزيز مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي وتشجيعهم على التواصل بهدف تجاوز العراقيل التي قد تتسبب بحالات الطلاق.

- تسليط الضوء على الاختلاف لتنمية الوعي لدى الزوجين بأهمية إدراكه والتأقلم مع الاختلاف ، بحيث تساعد بعض البرامج على اكتشاف نقاط القوة ونقاط الاختلاف لتحضيرهم للتحديات الناجمة عن الاختلاف مستقبلا.
- تحقيق السعادة على مستوى الفرد والمجتمع والأسرة ، عبر إكتساب المقبلين على الزواج مهارات تساعدهم على خلق الاستقرار الزوجي وجعله أكثر فاعلية.
- اختيار الشريك المناسب واتخاذ الكثير من القرارات المرتبطة بالزواج التي في الغالب تكون سببا في النزاعات وبالتالي إدارتها والقدرة على حلها. (الشويكي ، 2025 ، ب، ص 25).

تجدون في الشكل الموالي مختصرا حول ماجاء في المحاضرة:



الشكل رقم (16): الثقافة الزوجية والإرشاد الزوجي (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)