الجمهورية الجازئرية الديمقراطية
وزارة التعليم العالي
جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية
شعبة علم النفس

محاضرات في مقياس :

علم النفس الاسري

مطبوعة بيداغوجية موجهة لطلبة السنة الاولى ماستر علم النفس المدرسي.

إعداد:

د. بن جديدي سعاد.

السنة الجامعية: 2026/2025

للاطلاع على نسخة الاشكال والصور المرفقة، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة (QR code) أدناه.

(QR code)

للاطلاع على الأشكال المرفقة (الصور بجودة عالية)

برنامج التكوين الوزاري

السداسي: الأول

اسم الوحدة: وحدة التعليم الاستكشافية

اسم المادة: علم النفس الاسري

الرصيد: 01

المعامل: 01

الحجم الساعي خلال السداسي: 22.30 ساعة

الحجم الساعي الأسبوعي: 1سا و30د (محاضرة)

طريقة التقييم: امتحان كتابي (100%)

أهداف التعليم:

1) فهم ومعرفة المفاهيم الخاصة بعلم النفس الاسري والمرجعية النظرية المستند عليها
2) معرفة الطالب لأهمية علم النفس الاسري في تجويد العملية التعليمية التعلمية
3) توظيف الارشاد الاسري وتوعية الاسرة بأهميتها في البناء النفسي والاجتماعي للأبناء.

المعارف المسبقة المطلوبة:

1) التناول النسقي في الاسرة، مشكلات مدرسية ذات منشأ أسري.
2) الارشاد النفسي
3) علم النفس المدرسي، علم النفس الاجتماعي.

القدرات المكتسبة:

1) ان يدرك الطالب أهمية العلاقة بين الاسرة والصحة النفسية
2) ان يدرك الطالب أهمية العلاقة بين الاسرة والتربية.
3) ان يستوعب الطالب مفهوم الارشاد الاسري ودوره في تطوير وتحسين المستوى التعليم لدى التلاميذ.

محتوى المادة:

المحاضرة (01): مدخل الى علم النفس الأسري(المفهوم، الأهمية والأهداف)

المحاضرة (02): علم النفس الأسري (النشأة، علاقته بالعلوم الأخرى)

المحاضرة (03): الاسرة والصحة النفسية (التو افق الأسري والصحة النفسية، التواصل والحوار الأسري، الاسرة والتربية الصحية).

المحاضرة (04): الأسرة و التربية (الاسرة والتنشئة الاجتماعية، أساليب التنشئة الاجتماعية، التربية الأسرية في ظل تعدد مصادر التأثير.

المحاضرة (05): الأسرة والتربية (العلاقة بين الأسرة والمدرسة، أهمية التكامل بين الأسرة والمدرسة، أسباب ضعف العلاقة بين الاسرة والمدرسة، سبل تقوية العلاقة بين المؤسستين).

المحاضرة (06): مشكلات أسرية(التأزم الأسري، فقدان التوازن، ضعف مقومات الأسرة)

المحاضرة (07): مشكلات أسرية (صراع الأدوار داخل الاسر، عمل المرأة و انعكاساته على الحياة الأسرية)

المحاضرة (08): الإرشاد الأسري (المفهوم ، الأهداف والأهمية)

المحاضرة (09): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد التحليلي)

المحاضرة (10): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي)

المحاضرة (11): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي المعرفي)

المحاضرة (12): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد العقلاني الانفعالي)

المحاضرة (13): تقنيات الإرشاد الأسري وبرامج الإرشاد والثقافة الزوجية الارشادية)

المحاضرة (14): الأسرة الجزائرية بين الهوية و المعاصرة

المحاضرة (15): امتحان (تقييم المعارف المكتسبة)

المراجع:

1. الشيخ محمود يوسف(2007). مشكلات تربوية معاصرة . دار الفكر العربي. مصر.
2. عفيفي. عبد الخالق محمد(2000).الخدمة الاجتماعية المعاصرة في مجال الأسرة والطفولة. مكتبة عين شمس، القاهرة.
3. كفافي علاء الدين(2009). علم النفس الأسري، دار الفكر . الأردن.
4. الكندري، أحمد محمد مبارك(2005)، علم النفس الأسري، مكتبة الفلاح.ط3.الكويت.
5. الكندري، أحمد محمد مبارك(1992)، علم النفس الأسري، مكتبة الفلاح، الكويت.
6. الناشف، هدى محمود(2011)، الاسرة وتربية الطفل،ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان الأردن.
7. ناصر، عفاف عبد العليم إبراهيم(1995).التنمية الثقافية والتغير النظامي للأسرة، دار المعرفة الجامعية. الإسكندرية.
8. الهاجري، تهاني منقاش والرشيدي، غازي عنيزان وعبد الغفور محمد(2015).واقع الحوار الأسري بين الوالدين والابناء في دولة الكويت مجلة دراسات تربوية ونفسية،العدد89، ج1.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
مقدمة	01
– المحاضرة (01): مدخل الى علم النفس الأسري(المفهوم، الأهمية والأهداف)	03
– المحاضرة (02): علم النفس الأسري (النشأة، علاقته بالعلوم الأخرى)	06
– المحاضرة (03): الاسرة والصحة النفسية (التوافق الأسري والصحة النفسية، التواصل والحوار الأسري، الاسرة والتربية الصحية).	10
– المحاضرة (04): الأسرة و التربية (الاسرة والتنشئة الاجتماعية، أساليب التنشئة الاجتماعية، التربية الأسرية في ظل تعدد مصادر التأثير).	26
- المحاضرة (05): الأسرة والتربية (العلاقة بين الأسرة والمدرسة، أهمية التكامل بين الأسرة والمدرسة، أسباب ضعف العلاقة بين الاسرة والمدرسة، سبل تقوية العلاقة بين المؤسستين).	31
– المحاضرة (06): مشكلات أسرية(التأزم الأسري، فقدان التوازن، ضعف مقومات الأسرة)	35
– المحاضرة (07): مشكلات أسرية (صراع الأدوار داخل الاسر ، عمل المرأة وانعكاساته على الحياة الأسرية)	41
– المحاضرة (08): الإرشاد الأسري (المفهوم ، الأهداف والأهمية)	46
– المحاضرة (09): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد التحليلي)	50
– المحاضرة (10): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي)	45
– المحاضرة (11): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي المعرفي).	60
– المحاضرة (12): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد العقلاني الانفعالي)	66
– المحاضرة (13): تقنيات الإرشاد الأسري وبرامج الإرشاد والثقافة الزوجية الارشادية.	71
– المحاضرة (14): الأسرة الجزائرية بين الهوية و المعاصرة	89
– خاتمة.	92
– مراجع	93
– الملاحق	

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	خطوات الارشاد المعرفي السلوكي	62
02	فنيات الارشاد الانفعالي العقلاني الاسري	68

قائمة الاشكال

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
01	خريطة ذهنية خاصة ببرنامج مادة علم النفس الاسري	02
02	علم النفس الاسري وفهم الروابط العائلية.	05
03	نظرة شاملة حول نشأة علم النفس الاسري وعلاقته بالعلوم الأخرى	09
04	الاسرة والصحة النفسية	25
05	التنشئة الاسرية.	30
06	التكامل بين الاسرة والمدرسة	34
07	ركائز الاستقرار والتوازن الاسري	40
08	صراع الأدوار وعمل المرأة	45
09	الارشاد الاسري المفهوم والاهمية	49
10	الارشاد الاسري التحليلي	53
11	مبادئ وتقنيات الارشاد الاسري السلوكي	59
12	الارشاد السلوكي المعرفي الاسري	65
13	الارشاد الاسري العقلاني الانفعالي	70
14	تقنيات الارشاد الاسري.	80
15	برامج الارشاد الاسري التصميم والتنفيذ.	85
16	الثقافة الزوجية والإرشاد الزواجي	88
17	تحولات الاسرة الجزائرية	91

قائمة الملاحق

رقم الملحق	العنوان
01	قائمة بمصطلحات مادة علم النفس الاسري (عربي–انجليزي)

مقدمة:

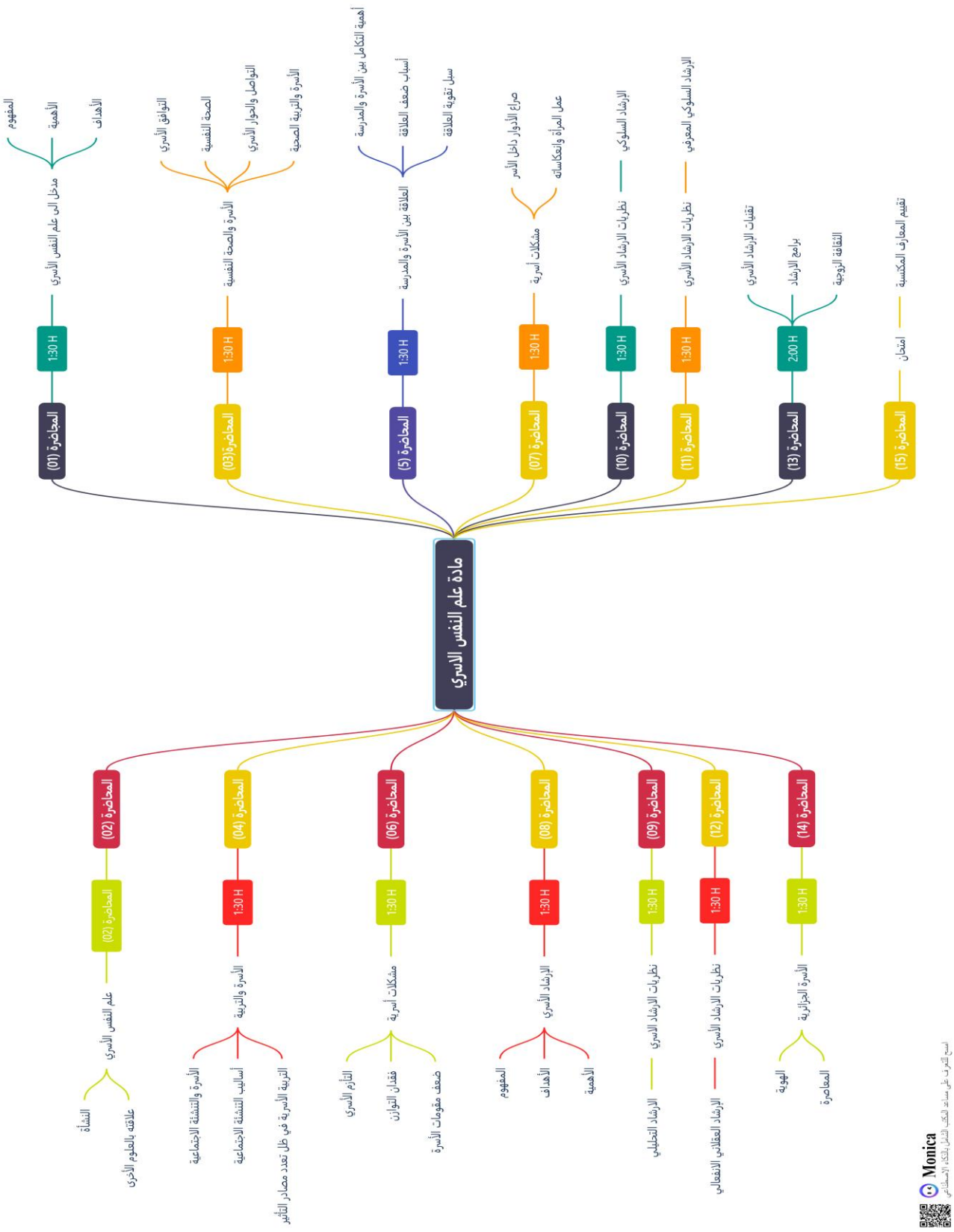
يشكل علم النفس الأسري أحد الفروع الأساسية لعلم النفس التي تعنى بدراسة الأسرة باعتبارها الإطار الأول لتكوين الشخصية وبناء التوازن النفسي والاجتماعي للفرد. فالأسرة ليست مجرد بنية اجتماعية، بل هي نسق تفاعلي تتداخل فيه العلاقات والأدوار وأنماط التواصل، وتتأثر بوظائفها التربوية والصحية والنفسية، كما تتأثر بالتحولات الاجتماعية والثقافية التي يعرفها المجتمع المعاصر.

ولذا جاءت هذه المطبوعة البيداغوجية لتهدف إلى تزويد الطالب بمعارف أساسية حول علم النفس الأسري، انطلاقا من تحديد مفاهيمه، وأهميته، وأهدافه، والتعرف على نشأته وعلاقته بالعلوم الأخرى، وصولا إلى دراسة العلاقة بين الأسرة والصحة النفسية، ودور التواصل والحوار الأسري في تحقيق التوافق الأسري، وأثر الأسرة في التربية والتنشئة الاجتماعية في ظل تعدد مصادر التأثير.

كما تتناول المطبوعة قضايا جوهرية تتعلق بالعلاقة بين الأسرة والمؤسسة المدرسية، وأهمية التكامل بينهما في دعم النمو النفسي والتربوي للطفل، مع تحليل أسباب ضعف هذه العلاقة وسبل تعزيزها. وتخصص محاور مستقلة لدراسة المشكلات الأسرية بمختلف مظاهرها، مثل التأزم الأسري، وفقدان التوازن، وصراع الأدوار داخل الأسرة، وانعكاسات عمل المرأة على الحياة الأسرية، في إطار قراءة نفسية موضوعية تراعي خصوصية السياق الاجتماعي.

وفي بعدها التطبيقي، تسلط المطبوعة الضوء على الإرشاد الأسري من حيث المفهوم والأهداف والأهمية، مع عرض أبرز نظرياته، كالتحليلية، والسلوكية، والسلوكية المعرفية، والعقلانية الانفعالية، إلى جانب تقديم أهم تقنيات الإرشاد الأسري وبرامجه، ودور الثقافة الزوجية الإرشادية في الوقاية من المشكلات الأسرية. وتختتم المطبوعة بدراسة الأسرة الجزائرية في ظل التفاعل بين الهوية والمعاصرة، بما يسمح بفهم التحديات الراهنة التي تواجهها الأسرة في مجتمع يشهد تغيرات متسارعة.

وفي ضوء ما سبق، تسعى هذه المطبوعة البيداغوجية إلى تنمية قدرات الطالب على الفهم والتحليل لقضايا الأسرة، بما يؤهله للتعامل الواعي مع المشكلات الأسرية، وتوظيف معارف علم النفس الأسري في مجالات التربية، المدرسة، الإرشاد النفسي، مع مراعاة خصوصية الأسرة في المجتمع الجزائري ومتطلبات الواقع المعاصر.



الشكل رقم (1): خريطة ذهنية خاصة ببرنامج مادة علم النفس الاسري

المحاضرة (01): مدخل الى علم النفس الأسري(المفهوم، الأهمية والأهداف)

يركز علم النفس الأسري على فهم العلاقات الأسرية وتأثيرها على الصحة النفسية والنمو الاجتماعي للفرد، ويجمع هذا العلم بين النظرية والتطبيق لدعم الأسر والمجتمع. لذا فإن هذه المحاضرة ستهدف إلى التعرف على مفهوم علم النفس الأسري، أهميته، وأهدافه، بما يضع الأساس لفهم ديناميكيات الأسرة وتوجيه التدخلات النفسية الفعالة.

1- مفهوم علم النفس الاسري:

يعد علم نفس الأسرة تخصصا فرعيا من تخصصات علم النفس المعاصر يجمع بين الجوانب النظرية والتطبيقية، ويغطي مجالات التدخل العلاجي والوقائي. ورغم حداثة نشأته، فإن جذوره تمتد في عمق علم النفس، ويوازي تخصصات حديثة أخرى مثل علم النفس الصحي وعلم النفس الشرعي. ويهتم هذا المجال بدراسة العوامل البيولوجية والنفسية الداخلية والعلاقات البينية والسياقات الاجتماعية لفهم وظائف الأسرة والزواج، وبمرور الوقت، تجاوز هذا التخصص المعنى الحرفي لاسمه، ليصبح مجالا يركز على التفاعلات السلوكية والمعرفية والعاطفية التي تحدث داخل الأسرة وبينها وبين الأنظمة الاجتماعية المحيطة بها.(Liddle,2002,p.xxi)

يركز علم النفس الأسري على التفاعلات والعمليات والأنماط التي تحدث داخل النسق الأسري، ويرى أن الأفراد يتأثرون بسياقهم العائلي، وأن ديناميكيات الأسرة تلعب دورا مهما في تشكيل الشخصية والمعتقدات والسلوكات. ومن خلال دراسة ديناميكيات الأسرة، يكتسب علماء النفس فهما أعمق لكيفية اشتغال الأسر، وأنماط تواصلها، وقدرتها على التكيف مع التحديات.

يستند علم النفس الاسري إلى طريقة فريدة في فهم السلوك الإنساني والتدخل من أجل تغييره. فبدلا من التركيز على كل فرد على حدة، ينظر هذا التخصص إلى الروابط والعلاقات بين الأشخاص باعتبارها الوحدة الأساسية للتحليل والطريق الرئيس لإحداث التغيير. وقد أشار سيكستون (2010) إلى أن "المساحة الفاصلة" بين الأشخاص هي التي توفر السياق الضروري لفهم كيف ولماذا يفكر الأفراد والأزواج والأسر ويشعرون ويتصرفون بالطريقة التي يفعلونها. ويستند هذا المنظور السياقي إلى مبادئ علم النفس النسقي.(Thoburn & Sexton, 2015,p.3)

2-أهمية علم النفس الاسري:

يكمن جوهر أهمية علم النفس الأسري في المنظور النسقي الشامل الذي يطبقه على السلوك البشري، مما يمكن الباحثين والممارسين من فهم التفاعل المعقد بين الفرد وبيئته العلائقية والاجتماعية، ويساعد على إجراء تقييمات وتدخلات أكثر فعالية. ويمكن تلخيص أبرز محاور أهميته كما يلي:

- توفير إطار مفاهيمي شامل ونظمي فعلم النفس الأسري يعد توجها واسعا وعاما في علم النفس يستخدم النظرية المعرفية النسقية وهذا ما يميزه عن التوجهات الفردية.
- الاعتراف بالسياق حيث يدرك علم النفس الأسري أن السلوك البشري يحدث ضمن مصفوفة سياقية فهذا المنظور ضروري للتصور العام للسلوك البشري، وللتقييم النفسي، والتدخل العلاجي، والبحث العلمي.
- يمثل علم النفس الأسري تحديا للمنهج الكارتيزي المتطرف الذي يؤدي إلى: الفردية المتطرفة، الاختزال، والتفكير الخطي. ويعمل على تفادي هذه الأخطاء عبر تجنب الاختزال حيث يمنع تبسيط الظواهر المعقدة مثل الإدمان، إذ يرى أن علاج الفرد بمعزل عن بيئته الاجتماعية يؤدي إلى فشل التدخل. بالإضافة الى تجنب التفكير الخطي
- الشمولية في العلاج فيمكن للمعالج رؤية النسق الذي يعيش فيه الفرد، مما يعزز القدرة على العمل مع الأزواج، الأسر، والمنظمات الاجتماعية الأكبر.
- توجيه التدخلات القائمة على الأدلة إذ يؤكد علم النفس الأسري على أهمية منهجيات البحث الحديثة واحترام نتائج الدراسات العلمية والاعتماد على التدخلات العلاجية المستندة إلى أدلة علمية .
- معالجة المشاكل المعقدة واستيعاب الاتجاهات الديموغرافية التي تؤثر على الممارسة العلاجية والمجتمع، مثل التأخر في الزواج(Bray & Stanton,2012) .

3-أهداف علم النفس الاسري:

أهداف علم النفس الأسري تشمل عدة محاور رئيسية تهدف إلى فهم ودعم الأسرة كنظام متكامل، ويمكن تلخيصها كالتالي:

- تحسين التواصل، وحل المشكلات الأسرية، وإدارة المواقف الأسرية الخاصة، وخلق بيئة منزلية أكثر فعالية ووظائفية.

- استكشاف ديناميكيات التفاعل داخل الأسرة وعلاقتها بالاضطرابات النفسية.
- تعبئة القوى الداخلية والموارد الوظيفية للأسرة.
- إعادة هيكلة أساليب التفاعل الأسرية غير التكيفية (بما في ذلك تحسين التواصل).
- تعزيز سلوك الأسرة في حل المشكلات. (Varghes & al ,2020 ,p .193)
- فهم الأداء الأسري والصحي حيث يسعى باحثو علم نفس الأسرة إلى فهم وظيفة الزواج والأسرة، والصحة، والضيق النفسي.
- تعزيز الصحة النفسية والرفاهية للاسرة.
- فهم السياقات الاجتماعية والثقافية كدراسة تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية والبيئية على الحياة الأسرية والعلاقات.
- التركيز على الوقاية والعلاج كعلاج المشكلات الزوجية والأسرية(Liddle,2002,p.xxi) .

وفي نهاية هذه المحاضرة، نستعرض لكم موجزا لأهم ما ورد في هذه المحاضرة، كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم(02): علم النفس الاسري وفهم الروابط العائلية. (تم الاستعانة بأداة .NotebookLM)

المحاضرة (02): علم النفس الأسري (النشأة، علاقته بالعلوم الأخرى)

تكتسب دراسة نشأة علم النفس الأسري أهميتها من كونها تبرز الخلفيات النظرية والتاريخية التي أسهمت في تشكله، كما أن الوقوف عند علاقته بالعلوم الأخرى يوضح طبيعته التكاملية، ويؤكد أنه علم تقاطعي يستفيد من عدة تخصصات. وعليه، تهدف هذه المحاضرة إلى التعريف تتبع نشأة علم النفس الاسري وتطوره، مع تسليط الضوء على علاقته بالعلوم الأخرى، بما يسهم في بناء فهم شامل لدوره في تفسير الظواهر الأسرية ومعالجة مشكلاتها.

1-نشأة علم النفس الاسري:

يقوم علم نفس الأسرة على النظرية الابستمولوجية النسقية التي تسعى إلى تجاوز التركيز الفردي السائد في العديد من الاتجاهات النفسية التقليدية، من خلال اعتماد منظور شامل يفسر السلوك الإنساني في سياقه العام. وقد نشأ هذا التخصص في بداياته ضمن إطار حركة العلاج الأسري، غير أنه تطور لاحقا ليصبح مجالا علميا أوسع يتناول الإنسان ضمن منظومة مترابطة من العوامل المتداخلة. فهو لا يقتصر على الممارسة العلاجية، بل يهتم بفهم السلوك الإنساني ضمن بنية سياقية متكاملة تشمل مستويات متعددة، من العوامل الفردية إلى العلاقات البينشخصية وصولا إلى العوامل البيئية أو الكلية التي تؤثر في التفاعل الأسري والاجتماعي(Bray & Stanton,2012,p.6).

مع مرور الوقت، أصبح علم النفس الأسري أكثر شمولية وعمقا، حيث شهد خلال الربع الأخير من القرن الماضي تطورا وتوسعا في مجال اهتمامه، فقد زاد التركيز على دراسة الأنظمة الفردية والبيولوجية، واتسع نطاق اهتمامه ليشمل القضايا النسقية الأوسع مثل الثقافة والعرق والسياسة. وقد اكتسب بذلك قدرا متزايدا من النضج والوعي العلمي بفضل اعتماد مناهج بحثية حديثة ومتطورة، جعلته لا يقتصر على استكشاف الحقائق النظرية فحسب، بل يتجاوزها ليمارس كعلم إكلينيكي يسعى إلى تعزيز الصحة النفسية والرفاه للأفراد والأسر في إطار فهم شمولي متكامل للعلاقات والسياقات التي تؤثر فيهم.(Pinsof, & Lebow, 2005,p.3-4)

هذا التطور لم يكن عشوائيا، بل جاء كرد فعل على القيود التي فرضتها المناهج النفسية التقليدية، التي كانت تنظر إلى الأفراد ومشكلاتهم بطريقة خطية وفردية. فبينما ركزت التوجهات التقليدية على

التحليل الداخلي للفرد وتجزئة الإدراك والعاطفة، قدم علم النفس الأسري منظورا يرى أن "الكل أكبر من مجموع أجزائه"، مؤكدا أهمية فهم السلوك الإنساني ضمن شبكات العلاقات التي ينشأ فيها.

وعليه يمكن تلخيص الجذور المبكرة لهذا التخصص في عدة نقاط أساسية:

- البداية كانت بظهور التفكير النسقي لأن الفئات الفكرية الأرسطية والأفلاطونية التقليدية، التي تتسم بالخطية والاختزال، لم تكن قادرة على تفسير النتائج الشمولية للأنظمة العلائقية وتأثيرها المعقد على السلوك البشري.
- قدمت المقاربة النسقية فكرة أن النسق هو الوحدة الأساسية للتحليل وليس الفرد وحده، معتبرة أن أنماط السلوك العلائقي متشابك.
- تميزت بدايات هذا التخصص بمجموعة من الرواد الأوائل (مثل مينوشين، بيتسون، هالي...).
- ومع مرور الوقت، تحول المجال تدريجيا من ممارسة العلاج الأسري إلى التخصص العلمي المعروف بعلم النفس الأسري، ليصبح تخصصا مهنيا يمتلك قاعدة معرفية وأساسا علميا يوجه الممارسة والبحث والتدريب.(Thoburn & Sexton, 2015)

2-علاقة علم النفس الاسري بالعلوم الأخرى:

علم النفس الأسري مجال يجمع بين نظريات وأساليب علم النفس مع عدد من العلوم الأخرى لفهم السلوك البشري ضمن الأطر الأسرية والسياقات الاجتماعية والثقافية. فهو لا يدرس الأفراد بمعزل عن بيئتهم، بل يرى الأسرة كنسق اجتماعي مترابط تتداخل فيه العوامل النفسية، الاجتماعية، البيولوجية والثقافية، مما يوسع دائرة ارتباطه بالعلوم التالية:

2-1-علاقة علم النفس الأسري بالسيبرانية:

ارتبط نشوء علم النفس الأسري ارتباطا وثيقا بالتطورات العلمية التي شهدتها العلوم خلال النصف الأول من القرن العشرين، خاصة مع بروز النقد الموجه لمبدأ الاختزال الذي ساد في العلوم التقليدية. فقد أسهمت السيبرانية، التي أسسها عالم الرياضيات نوربرت وينر (Norbert Wiener, 1954) ، في إحداث تحول جذري في فهم الظواهر الإنسانية، إذ ركزت على مفاهيم التغذية الراجعة، والتنظيم الذاتي، والتواصل، والتحكم داخل الأنظمة .وقد وفّرت هذه المفاهيم إطارا نظريا جديدا مكن الباحثين من دراسة

الأسرة بوصفها نسقا ديناميا مفتوحا، لا مجرد مجموعة من الأفراد المنفصلين. (Hecker, & al ,2014,p.44)

وعليه، يمكن القول إن السيبرانية شكلت أحد الأسس النظرية المركزية التي أسهمت في بناء علم النفس الأسري المعاصر، من خلال تزويده بأدوات تحليلية لفهم الأسرة كنظام متكامل.

2-2-علاقة علم النفس الاسري بعلم النفس الاجتماعي:

يمكن تعريف علم النفس الاجتماعى بأنه أحد فروع علم النفس وأنه ذلك الفرع الذي يختص بدراسة السلوك الاجتماعى للفرد والجماعة كاستجابة للمثيرات الاجتماعية. فهو إذن العلم الذي يدرس سلوك الفرد في علاقته بالآخرين، إذ يستطيع هؤلاء الآخرون أن يحدثوا أثرهم في الفرد، إما بشكل فردي أو بشكل جماعي، كما يمكنهم أن يؤثروا فيه إما بصورة مباشرة عن طريق وجودهم في تجاور مباشر مع الفرد، أو بصورة غير مباشرة عن طريق نماذج السلوك التقليدية أو المتوقعة من الناس والتى تؤثر في الفرد حتى ولو كان بمفرده.(آل عبد الله، 2012، ص7)

وعليه فعلم النفس الاجتماعي يوضح كيف تتأثر السلوكات والتفاعلات داخل الأسرة بالأنماط الاجتماعية، القيم الثقافية، والأدوار المتوقعة من الأفراد ضمن المجتمع. فبينما يركز علم النفس الأسري

على دراسة التفاعلات والعمليات والأنماط داخل الأسرة، يدرس علم النفس الاجتماعي السلوك البشري داخل المجموعات الأكبر وتأثير المجتمع على الفرد. العلاقة بينهما تكمن في أن الأسرة تعد أول بيئة اجتماعية يختبر فيها الفرد القيم والمعايير والسلوكيات الاجتماعية، ما يجعل فهم ديناميكيات الأسرة أساسيا لفهم كيفية تكيف الفرد داخل المجتمع.

2-3-علاقة علم النفس الاسري بعلم الاجتماع:

من بين فروع علم الاجتماع نجد علم الاجتماع العائلي وهو أحد فروع علم الاجتماع العام، يعنى بالدراسة النظرية والتجريدية للأسرة والزواج بوصفهما ظاهرتين اجتماعيتين، من خلال تحليل الوقائع والأنماط والعلاقات الأسرية، ودراسة الأسرة كنسق اجتماعي يتفاعل مع الأنساق الأخرى في المجتمع، مع التركيز على نشأة الأسرة وتطورها، ووظائفها، وعوامل ثباتها وتغيرها، بهدف إنتاج المعرفة العلمية التي تسهم في فهم البنية الأسرية وديناميكياتها دون الانخراط المباشر في التطبيق أو التدخل المهني. (العبد الله وآخرون ، 2015، ص ص 9 ،14)

وعليه فعلم الاجتماع العائلي يتقاطع مع علم النفس الأسري في دراسة بنية الأسرة، الأدوار الاجتماعية، العلاقات الأسرية، وأنماط التنشئة الاجتماعية. فالأسر تعد جزءا من المجتمع الأوسع، وتؤثر فيها المتغيرات الاجتماعية مثل الثقافة، الطبقة، والسياسات العامة.

- البحث متعدد التخصصات :تغذي مجالات مثل الصحة العامة، التربية، والسياسات الاجتماعية علم النفس الأسري بمعطيات تساعد على فهم أوسع للتحديات الأسرية وطرق الدعم العملي. وتدعم المجالات العلمية مثل هذه التكاملات بين النظريات والممارسات من زوايا مختلفة .

وفي نهاية المحاضرة، نعرض خلاصة مركزة لأهم الأفكار التي تم تناولها، كما هو مبين في الشكل التالي.



الشكل رقم(03): نظرة شاملة حول نشأة علم النفس الاسري وعلاقته بالعلوم الأخرى (تم الاستعانة بأداة (NotebookLM.

المحاضرة (03): الاسرة والصحة النفسية (التو افق الأسري والصحة النفسية، التواصل والحوار الأسري، الاسرة والتربية الصحية).

تلعب الأسرة دورا محوريا في الصحة النفسية للفرد، حيث يعزز التواصل الجيد والعلاقات الإيجابية التوازن العاطفي. وفي المقابل، قد تؤدي الصراعات والتوترات الأسرية إلى مشكلات نفسية محتملة. ففي هذه المحاضرة سنتطرق الى الصحة النفسية داخل السياق الأسري، مع التركيز على التوافق الأسري، وأساليب التواصل والحوار، وطرق التربية الصحية.

أولا/الأسرة والصحة النفسية :

1- الصحة النفسية:

عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بأنها :تتعدد على أساس تكامل طاقات الفرد الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، بما يحقق له الشعور بالسعادة والرفاهية مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه ، وبالتالي فهي لاتحدد فقط على أساس الشفاء من المرض أو الاضطراب وإنما حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد .

ووفقا لتعريف parsquali (1981) فهي "حالة من السلامة النفسية التي يؤدي الشخص وظيفته معها بتأقلم وراحة ضمن معايير، بحيث يكون مقتنعا بنفسه و بإنجازاته ".(رحماوي ،2022 ، ص227).

كما أكدت التعريفات الحديثة أن الصحة النفسية ليست خلو الفرد من المرض العقلي أو النفسي فقط وإنما هو فوق ذلك حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الأفراد.(طالبي،2023 ،ص 68).

إذ تعني أيضا قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ، وهذا يؤدي غلى التمتع بحياة خالية من التازم والاضطراب مليئة بالتحمس وتعني كذلك أن الفرد يرضى عن نفسه ويتقبل ذاته والآخرين.(بن مهدية ،2018، ص141).

ويعد "أدولف ماير" : "وهو أول من استعمل مصطلح الصحة النفسية حيث استخدم هذا المصطلح ليشير إلى نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو السواء وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية ن

فالصحة النفسية تعني تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالزمان كما تجعل الفرد قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة .(مأمون وآخرون، 2023، ص 265).

وعليه فالصحة النفسية حالة دائمة نسبيا تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك ، وليس مجرد غياب أو خلو أو تبرأ من أعراض المرض النفسي فهي حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد عدم وجود المرض .(بليردوح وبجة، 2020، ص 98).

وجاء في تعريف الجمعية الوطنية الأمريكية للصحة النفسية أنها تشير الى مجموعة من مظاهر السلوك التي يتحلى بها المتمتع بالصحة النفسية وتشمل الشعور بالرضا عن النفس، القدرة على تقدير الاخرين ، وأخيرا القدرة على مقابلة متطلبات الحياة.(الداهري ،2010 ،ص 26).

وعرفها شوبن (choben) بأنها "قدرة الفرد على أن يعيش مع الناس ، ويختار حاجاته واهدافه دون أن يثير سخطهم عليه ن ويشبعها بسلوكات تتفق مع معايير وثقافة مجتمعه ".وقد حدد هادفيليد (hadfileld) الصحة النفسية بأنها :" تعبير كامل وحر من طاقتنا الموروثة والمكتسبة وهي تعمل بتناسق فيما بينها في اتجاهها نحو هدف أو غاية شخصية من حيث هي كل ".(غالي ،2014 ، ص 14).

2-الصحة النفسية في السياق الاسري :

تعتبر الاسرة اهم عوامل التنشئة الإجتماعية، وهي الممثلة الأولى للثقافة واقوى الجماعات تاثيرا في سلوك الفرد ، وهي التي تسهم بالقدر الأكبر في الإشراف على النمو الاجتماعي للطفل وتكوين شخصيته وتوجيه سلوكه، ونحن نعلم ان السنوات الأولى من حياة الطفل تؤثر في التوافق النفسي أو سوء التوافق حيث يكون الأطفال شديدي التأثر بالتجارب المؤلمة والخبرات الصادمة .وهكذا نجد أن المناخ الأسري الذي يساعد على النمو النفسي السوي والصحة النفسية يجب أن يتسم بما يلي :

- إشباع الحاجات النفسية وخاصة الحاجة للانتماء والامن و الحب والأهمية والقبول و الاستقرار .
- تعليم التوافق النفسي (الشخصي والاجتماعي).
- تكوين العادات السليمة الخاصة بالتغذية و الكلام و النوم ...الخ.
- تعليم التفاعل الاجتماعي واحترام حقوق الآخرين .

وعليه فالأسرة تؤثر على النمو النفسي (السوي وغير السوي) للفرد وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا و ديناميا ن فهمي تؤثر في نموه الجسمي ونموه الانفعالي ونموه الاجتماعي ، وهي البيئة النفسية الصحية للنمو التي تؤدي إلى سعادة الطفل وصحته النفسية، دون أن ننسى أن الخبرات الأسرية التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى من عمره تؤثر تأثيرا هاما على صحته النفسية،فالاسرة المضطربة تكون بمثابة مرتع خصب للانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية والاجتماعية. (زهران، 2005، ص ص 14، 17).

في هذا السياق نذكر بعض النظريات التي تفسر علاقة الصحة النفسية بالأسرة منها :

- **النظرية التحليلية** :التي يرى مؤسسيها أن الأسرة لها دور في تحقيق الصحة النفسية للفرد في السنوات الأولى في حياته ، فالخبرات المؤلمة كالألم والحرمان الذي يتعرض له الطفل تبرز آثاره على شكل صدمات نفسية يفشل فيها في ارضاء واشباع دوافعه .التي تؤثر في نموه وصحته النفسية تاثيرا بالغا .ومن ثم ، فإن الأطفال الذين تربوا في بيوت خالية من الدفء العاطفي والتفاعلات الحميمية ما بين أفرادها يجدون صعوبة في إرضاء الانا ولا يتمكنون من اقامة علاقات جيدة مع الآخرين وهذا ما يؤدي من إلى ظهور الاضطرابات النفسية لديهم.
- **أما النظرية الإنسانية** :فيؤكد **روجرز** على أهمية معاملة الوالدين وتاثيرها الكبير في تكييف الطفل وتكوين مفهوم ايجابي نحو ذاته ، ويرى أن الذات شيء مكتسب يكتسبه الطفل من خلال تفاعله مع بيئته، وتبرز أهمية وآثار التنشئة وطبيعة التفاعل الاجتماعي في الأسرة والعلاقات الاجتماعية بين أفرادها على تكوين مفهوم الذات الايجابي لدى الطفل ، ويرى أن تكون ذات ايجابي للفرد هو من أكبر دلائل الصحة النفسية والتي يتم ارساء أسسها من قبل الاسرة وفق النوع واسلوب الرعاية والتنشئة التي يتبعها الوالدين معا للطفل كما ان مشاعر الرفض وعدم اشباع حاجات الطفل يهدد ذات الطفل. أما **ماسلو** يرى إشباع الحاجات النفسية أمرا مهما ضروريا لضمان اتزان شخصية الفرد ولتحقيق السلامة والصحة النفسية . وحرمانه منها يؤدي الى شعوره بانعدام الأمن والحب والانتماء ، وهذا ما يجعله شخصا قلقا يعاني من اضطرابات نفسية .(رحماوي ،2022 ،ص ص 236-237).
- **النظرية السلوكية** : من روادها ثروندايك وواطسن ، بافلوف وسكينر ، ترى هذه المدرسة أن السلوك متعلم من البيئة وإن عملية التعلم تحدث لوجود الدافع والمثير والاستجابة ،بمعنى إذا وجد الدافع

والمثير حدثت الاستجابة (السلوك) ولكي يقوم الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز ، أما إذا تكررت الاستجابة دون تعزيز كان عاملا على أضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة ، أضعاف التعلم ، وتقرر هذه المدرسة أن الناس يقومون بسلوك معين لأنهم تعلموا أن يتصرفوا بهذا الشكل نتيجة للتعزيز. ولهذا تعرف المدرسة السلوكية الصحة النفسية "بأن يأتي الفرد السلوك المناسب في كل موقف حسب ما تحدده الثقافة والبيئة التي يعيش في كنفها ".فالمحك المستخدم هنا للحكم على صحة الفرد النفسية محك اجتماعي ، فالسلوكية تعتبر البيئة المنزلة الأولى وتعتبرها من أهم العوامل التي تعمل على تكوين الشخصية .(بن فايد وبن فايد، 2022، ص 28).

3-محددات الصحة النفسية :

إن فحص مساهمة وتفاعل مختلف محددات ومؤشرات الصحة النفسية والرفاه النفسي يتعلق ليس فقط بالحوادث السلبية ، ولكن أيضا بتأثيرها كعوامل وقاية وحماية .

- **العوامل النفسية والبيولوجية** : تعد العوامل النفسية والبيولوجية الفردية مثل المهارات العاطفية وتعاطي مواد إدمان والوراثيات يمكن أن تجعل الأفراد أكثر عرضة لمشاكل الصحة النفسية .كما أن التعرض لظروف اجتماعية واقتصادية وجيوسياسية وبيئية غير مواتية .بما في ذلك الفقر والعنف وعدم المساواة والحرمان البيئي .يزيد من خطر إصابة الأفراد باعتلالات الصحة النفسية .ويمكن أن تظهر المخاطر في أي مرحلة من مراحل العمر .بيد أن تلك التي تحدث خلال فترات النمو الحساسة ، ولا سيما أثناء الطفولة المبكرة .ضارة بشكل خاص .فعلى سبيل المثال ، من المعروف أن التنشئة القاسية والعقاب البدني يقوضان صحة الطفل وأن التخويف يشكل عاملا من عوامل الخطر الرئيسية المسببة لاعتلالات الصحة النفسية .(نقبيل وعلوطي ، 2024، ص ص138-139).
- **السياق الاجتماعي والاقتصادي** : إن قدرة الفرد على التطور والازدهار تتأثر بشكل كبير بمحيطه الاجتماعي ، خاصة نجاحه في اجراء حديث مع أفراد أسرته ، أو أصدقائه ، أو زملائه ، وتحقيق عائد مادي له ولعائلته .
- **العوامل البيئية** : يمكن أن تؤثر كل من البيئة الاجتماعية ، والثقافية على الصحة النفسية للفرد، ولاسيما فيما يتعلق بإمكانية الوصول إلى السلع والخدمات الأساسية (الخدمات الصحة الأساسية وتحقيق العدالة الاجتماعية)وكذلك المعتقدات والمواقف ، أو الممارسات الثقافية السائدة والسياسات الاجتماعية والاقتصادية الموجودة على المستوى الوطني ، ومن المرجح أن يكون للأزمة المالية العالمية المستمرة

عواقب وخيمة على الصحة النفسية ، مما سيؤدي بشكل خاص الى زيادة حالات الانتحار والإكثار من الاستخدام الضار للكحول، والتمييز ، وعدم المساواة الاجتماعية، أو عدم المساواة بين الجنسين والصراعات هي أمثلة على المحددات الهيكلية التي تضر بالسلامة والصحة النفسية .(بن يعقوب،2021، ص 37).

من الضروري أن نضع في حساباتنا أهمية الصحة النفسية في المجتمع بمؤسساته المختلفة : الطبية، الاجتماعية الإقتصادية ،والدينية ....الخ ، وأن نعمل على تحقيق التناسق بين هذه المؤسسات وبصفة خاصة بينها وبين الأسرة والمدرسة، وهذا يحتم تطبيق إتجاهات الصحة النفسية في المجتمع لتجنب أفراده وجماعاته لكل ما يؤدي الى الإضطراب النفسي .وحتى يتحقق الإنتاج والتقدم والتطور والسعادة .(بن رجم ، 2020، ص 26).

4-العوامل الأسرية المساهمة في تعزيز الصحة النفسية :

الاسرة هي الجماعة الأولية المسؤولة شرعا وقانونيا واجتماعيا عن رعاية أبنائها وإشباع حاجاتهم الأساسية والثانوية ، فالاسرة هي المسؤولة عن إشباع الحاجة للطعام ، وتؤثر علاقة الأم بوليدها أثناء الرضاعة الطبيعة على الحماية النفسية والاجتماعية للطفل ، وكذلك التدريب على الإخراج وعملة الفطام .وتضل الأسرة مسؤولة بعد ذلك عن إشباع الحاجات الإقتصادية للفرد من طعام وشراب وملبس ومسكن ورعاية صحية وتعليمية ، ونفقات ترفيهية ...الخ .كما تلعب الأسرة دورا كبيرا في إشباع الحاجات النفسية للفرد لتحقيق الصحة النفسية له ، ومن بين أهم العوامل الاسرية المساهمة في تعزيز الصحة النفسية نجد:

- **الحاجة للشعور بالأمان العاطفي** :بمعنى أن يشعر الابناء بأنهم محبوبون كأفراد ومرغوب فيهم لذاتهم وأنهم موضع حب وإعزاز الآخرين ، ويعمل المناخ الاسري على تدعيم إشباع هذه الحاجة للطفل إذا كان مناخا صحيا يسوده الحب والمودة والعطف والتقدير والاحترام والتعاون والتضحية ، بينما يضطرب إشباع هذه الحاجة في المناخ الأسري المظطرب المشحون بالخوف والقلق والاضطراب والصراع .
- **الحاجة الى الشعور بالمركز الإجتماعي** :حيث تعمل الأسرة خلال اعترافها بالطفل وتقديرها له ،بإعتباره مطلوب فوق أنه محبوب ومرغوب .(دبار وآخرون،2021 ،ص18).
- **الحاجة للشعور بالتبعية والانتماء** :ففي الأسرة يبدأ الطفل تحديد انتماءاته بالشعور بالإنتماء للأسرة ذلك إذا ما عمل المناخ الأسري على تدعيم المرغوبية الاجتماعية للأبناء لذاتهم .واذا كان الترابط

والانسجام والحرص على كيان الاسرة واذا كانت المحبة والتفاهم تسود بين أفرادها وإذا ما تحقق الانتماء للاسرة تحقق فيما بعد الانتماء للمجتمع.

- **الحاجة الى الانجاز** :عن طريق تشجيعه على رسم مستويات طموح معقولة ومساعدته وغتاحة لفرص له لتحقيق انجازات تتفق وقدراته وامكانياته وهذا يأتي من الرعاية التي توليها الأسرة لأبنائها .
- **الحاجة على احترام الذات** :وهي الرغبة في تحصيل المدح والانتباه من الآخرين والحصول على المركز والمكانة الحسنة مع الأقران وأصحاب السلطة وتشبع الأسرة هذه الحاجة عن طريق المدح والثناء وبعث الثقة في نفس الطفل ، ومساعدته بصورة واقعية على قدراته وإمكانياته ومنحه الثقة وإتاحة فرص التعبير عن ذاته .(منايفي،2021، ص28).

5-مظاهر الصحة النفسية واختلالها داخل الاسرة :

كغيره من مفاهيم علم النفس، تعد الصحة النفسية مفهوما افتراضيا لا يمكن الاستدلال على وجوده إلا من خلال بعض الأنماط السلوكية التي تصدر عن الفرد فهي تمكننا من تحديد مظاهر هذه الحالة النفسية ومعرفة درجاتها ومدى التمتع بها .وفيما يلي سنتناول أهم مظاهر الصحة النفسية :

– **التوازن والنضج الانفعالي:** حيث يكون الفرد قادرا على الاتزان في الاستجابات والانفعالات تجاه المثيرات المختلفة والقدرة على مواجهة الضغوط والتغلب عليها ن بالإضافة إلى القدرة على التعبير عن الانفعالات بطريقة واضحة وناضجة بعيدا عن المبالغة .

– **الدافعية:** هي المحفز الداخلي الذي يدفع الفرد إلى الانجازات المختلفة والسعي الداخلي الدائم لتوجيه القدرات والإمكانات لتحقيق الأهداف

– **الشعور بالسعادة** : وهي من ابرز مظاهر الصحة النفسية نظرا للاستقرار النفسي و الأمان والطمأنينة الداخلية .

– **التوافق النفسي** : وهو عبارة عن التقبل الداخلي للذات وقدرتها وإمكاناتها ، والقدرة على الحصول على الدرجة اللازمة من إشباع للحاجات في البيئة ومراعاة المتغيرات المحيطة .(هلال وزين العابدين 2018، ، ص230).

كما أشارت شريت (2001) انه يوجد العديد من المظاهر الخاصة بالصحة النفسية كما يلي :

- **الايجابية** : أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية عادة ما يتمكن من بذل الجهد الموجه البناء في مختلف الاتجاهات كما أنه لا يقف عاجزا أمام العقبات .
- **التفاؤل** : يتصف الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية بالتفاؤل لكن دون ملاغاة أو إفراط لأن الاسراف في التفاؤل قد يدفع الفرد الى عدم أخذ الحيطة والحذر في مواقف حياته ، ومن هنا التفاؤل المعتدل احد مظاهر الصحة النفسية للفرد .
- **القدرة على اقامة علاقات اجتماعية ناجحة** : بعض الافراد اقدر من غيرهم على انشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصداقات والروابط المتينة في الجماعات التي يتصلون بها .
- **اشباع الفرد لحاجاته و دوافعه** : أن اشباع الفرد لحاجاته الأساسية (الفيسيولوجية والنفسية) وطريقة مواجهته لتلك الحاجات يحدد مدى تمتعه بالصحة النفسية .
- **القدرة على ضبط الذات** : أن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته يكون قادرا على ارجاء اشباع بعض حاجته وأن يتنازل عن لذات قريبة عاجلة في سبيل دوافع اجل وأبعد أثر واكثر دوما لأن لديه القدرة على ضبط ذاته وعلى غدراك عواقب الأمور .(الفريجات، 2015، ص ص 71-72).

كما يمكن تلخيص مظاهر الصحة النفسية في مجموعة من النقاط كما أشار إليها نورالدين والعزابي (2022، ص ص 26-27)

- الايجابية
- التفاؤل
- تقبل الفرد الواقعي لحدود امكانياته
- اتخاذ أهداف واقعية .
- القدرة على اقامة علاقات اجتماعية ناجحة
- احترام الفرد لثقافة المجتمع مع تحقيق قدر من الاستقلال عن هذا المجتمع
- القدرة على ضبط الذات
- ارتفاع مستوى الاحتمال النفسي
- نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه

ثانيا /التوافق الأسري :

1-مفهوم التوافق الأسري:

يشير التوافق الاسري إلى سعي جميع أفراد الأسرة الى تحقيق استقرارها وتماسكها ، ومواجهة مشاكلها وأداء وظائفها والتفاعل الايجابي لتحقيق الشعور بالرضا والسعادة لأفرادها ، وتجنب الصراع بينهم، وفي هذا السياق يعرفها القريطي (1998) بأنه مدى انسجام الفرد مع أعضاء أسرته وعلاقات الحب والمودة والمساندة والاحترام والتعاون بينه وبين والديه وأخوته بما يحقق لهم حياة أسرية سعيدة.(عز الدين، 2020، ص ص 220-221).

كما ينظر الى التوافق الاسري على انه تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل الأسرة تقدره وتحبه ، مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة واحترامها له ، وتمتعه بدور فعال داخلها ، وأن يكون أسلوب التفاهم هو الأسلوب السائد في أسرته ، وما توفره له أسرته من إشباع لحاجاته وحل مشكلات الخاصة ، وتساعده في تحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس وفهم ذاته وأن تحسن الظن به وتتقبله وتساعده على إقامة علاقة التواد والمحبة .(آيت حمودة ،2012، ص113).

ومن جهة أخرى يقصد به أن تسود المحبة بين أفراد الأسرة وذلك عن طريق اتفاق الوالدين ووجود علاقة بينهما تتميز بالحب والاحترام والتعاون ، وهذه العلاقات تكون ثلاثة علاقات ود بين الأزواج الأبناء وبين الأبناء بعضهم البعض.(عبد السلام ، 2008 ، ص 99).

ويؤكد بعض الباحثين أن التوافق الأسري يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما وبينهما وبين الأبناء ، وسلامة العلاقة بين الأبناء بعضهم والبعض الآخر حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ، ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية .(البحري وبولفعة ، 2018، ص05).

وفي تعريف قريب من ذلك يرى التكريتي (1989) أن التوافق الأسري يتمثل في شعور الفرد بالارتياح والاطمئنان والحب المتبادل بين أفراد الأسرة وأن تكون حياته الأسرية خالية من المشكلات التي تعكر صفاء الأسرة .(العامري ،2005، ص430).

كما يعرف التوافق الاسري بأنه قدرة أفراد الأسرة على التواؤم والتآلف مع بعضهم البعض ، ومع مطالب الحياة الأسرية ، ونستدل عليه من سلوكيات وتصرفات كل منهم وأساليبه في القيام بواجباته الأسرية وتحقيق أهدافه في الاسرة ، وإشباع حاجاته والتعبير عن انفعالاته ومشاعره نحو أفراد أسرته .كما نستدل عليه من جهود أفراد الأسرة مجتمعين أو منفردين في مواجهة ما يحدث للأسرة من أحداث عادية أو طارئة. (مرسي،2008 ، ص99).

وفي إطار اشمل ينظر الى التوافق الاسري على أنه حالة تتوفر فيها علاقة منسجمة بين الفرد وأسرته ، يستطيع من خلالها إشباع حاجاته البيولوجية والجسمية والعاطفية والنفسية مع قبول ما تفرضه عليه البيئة الأسرية من مطالب .كما وتتضمن شعور الفرد بالسعادة الأسرية .والاستقرار الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة والقدرة على التغيير في وظائف الأسرة بعد حدوث مواقف ضاغطة وأزمات والاستجابة الفعالة والايجابية لهذه المواقف .(الزواهرة والتخاينة، 2022، ص529).

2-أبعاد التوافق الأسري :

تمثلت أبعاد التوافق الأسري فيما يلي :

- **التفاعل الأسري** :وهو يقيس طبيعة العلاقة المتبادلة بين أفراد الأسرة ومدى خلوها من الشقاق والتنافس والشجار.
- **الترابط الأسري** :وهو يقيس تماسك أفراد الأسرة ومتانة علاقتهم من حب وتقبل ودفء عاطفي وتعاون وحرصهم على الاجتماع معا والإلمام والاهتمام بأمور بعضهم البعض.
- **الالتزام الأسري** :وهو يقيس مدى اتباع أفراد الأسرة لنظام وقواعد محددة ودرجة وضوح الأدوار الأسرية لديهم وقيام كل منهم بدوره على النحو المطلوب دون افراط أو تفريط.(شروقي ،2021، ص60).

3-العوامل المؤثرة في التوافق الاسري :

نجد مجموعة من العوامل نذكر منها:

- **العوامل الإجتماعية** :تستجيب الأسرة للأحداث المتشابهة بصورة مختلفة وذلك تبعا للبعد المعنوي .والأحداث تنبعث من مصادر مختلفة ، إما من داخل نطاق الأسرة أو خارجها ، وبالتالي فإن النتائج

والاستجابات تختلف تبعا لمصدرها ، وهذه الأحداث قد تؤدي إلى تماسك الاسرة وتضامن أعضائها حتى يتمكنوا من التغلب عليها، وقد تؤدي إلى انهيارها.(الدعدعي ، 2009، ص36).

- **العوامل الشخصية** :المتعلقة بالأفراد كالسمات المزاجية وحتى الصفات المرتبطة بالوراثة التي تحدد ردود الفعل الانفعالية وأيضا الصراع الداخلي الناتج عن اختلاف السمات المزاجية ، كما تشمل الاستجابات المكتسبة عن طريق الفرد في وضع اجتماعي خاص .(سميو، 2022، ص85).
- **العوامل الاقتصادية:** توفير الإشباع اللازم للحاجات التي يحتاج إليها الفرد في حياته الأسرية ، ويقوم هذا الإشباع على ضرورة توفير الموارد الاقتصادية والمالية ، التي تسمح بتوفير هذه الاحتياجات.(محمد ومصطفى ، 2018، ص172).

4-مؤشرات التوافق الأسري :

- أن يشعر كل فرد بأنه مرغوب ويتعامل معه بالعدل ويكون أسوة لإخوته سواء كانوا أولادا أو بناتا أو مرضى أو معاقين .
- احترام حقوق كل واحد من أفراد الأسرة لحقوق الآخر ومحاولة العيش في جو خالي من الأنانية ، والاتهام وسوء الظن.
- خلق جو روحاني للأسرة من خلال توجيههم جميعا إلى حب الله عز وجل.(فرحات ، 2021، ص101).
- شعور الابناء بالأمن النفسي .
- حصول كل فرد من الاسرة على مطالبه وأهدافه ، مما يعني اتفاق السلوكيات مع التوقعات وكذلك الانسجام والقدرة على حل المشكلات وتقديم المساعدات لبعضهما البعض.(حولي ، 2019،ص68).
- التشويق والترغيب بالمكافأة المادية والمعنوية إذ أنهما ضروريان للتشجيع على رفع المستوى العلمي أو الديني أو غيرهما داخل الأسرة.
- التكامل الاقتصادي داخل الأسرة فالقادر يكفل القاصر ، والمعاق والمريض والضعيف كأن يكون الأب والأم قدوة حسنة لابنائهما إذ يجب أن تكون أقوالهما وأفعالهما مثالا طيبا لأبنائهما.(فرحات ، 2021، ص101).

ثالثا/التواصل والحوار الأسري:

1-مفهوم التواصل الأسري :

يعرف التواصل الأسري بأنه أكثر من مجرد تبادل الكلمات بين أفراد الأسرة فله مكوناته مثل تعابير الوجه ولغة الجسد ونبرة الكلام وهو حالة يتم من خلالها تبادل المعلومات اللفظية والغير اللفظية بين الاسرة ، وفيه الاستماع لا يقل أهمية عن التواصل لكونه يسمح بفهم وجهة نظر أفراد الاسرة التي يعرضونها .(شاهين، 2017، ص 223).

كما يعرف على أنه التفاعل بين أفراد الأسرة الواحدة عن طريق المناقشة، والحديث عن كل ما يتعلق بشؤونها، ومن أهداف ومقومات وعقبات، ويتم وضع حلول لها، وذلك بتبادل الأفكار والآراء الجماعية حول محاور عدة مما يؤدي إلى خلق ألفة ويعتبر التواصل الأسري جوهر العلاقات الأسرية ومحقق تطورها إذ يأتي لنا الحديث عن منظومة اجتماعية متطورة في غيابه.(جديد، جمعة وتيجاني، 2018، ص75).

في حين يرى مسعودان وورام (2012) بأنه تفاعل وتحادث ومناقشات واتصال بين طرفين في عائلة واحدة أو عدة أطراف (الوالدين والأبناء)، ويتخذ عدة أشكال تواصلية كالتفاعل والتحاور والإقناع والإتفاق والذي يساعد على تحقيق هدف مشترك يخص الاسرة ، ويعني بالتواصل ذلك التوحد بين أفراد الأسرة والتفاعل لكي يكون بينهم قاعدة مشتركة ولغة واحدة ومفاهيم موحدة.(عبد الغفار وآخرون، 2021، ص162).

2-مفهوم الحوار الأسري :

يقصد بالحوار الاسري التفاعل بين الأسرة عن طريق المناقشة والحديث في كل ما يتعلق بشؤون الأسرة من اهداف ومقومات وعقبات ، وذلك بتبادل الأفكار وآراء المجموعة حول مجموعة المحاور، مما يؤدي الى خلق الألفة والتواصل .(عامر، 2024، ص 05).

من منظور آخر يعرف الحوار الأسري بأنه رسائل شفهية تقوم بوظيفة التواصل الاجتماعي والذي يتم من خلاله التواصل بين أفراد الاسرة الواحدة من زوجين وابناء ، فهو الطريقة التي يرى بها أفراد الأسرة غيرهم.(عطية محمد، 2018، ص 482).

كما تعرفه "الليحدان" بأنه التحاور بين الآباء والأولاد، أو بين الأولاد وسائر أفراد الأسرة من خلال الإقناع ، وايداء كل طرف وجهة نظره بكل حرية من أجل التوصل لنتيجة مناسبة للمتحاورين ، ولفهم الواقع والتعامل معه بصورة أفضل .(آل صلاح والمغذوي، 2022، ص 194).

2-الفرق بين التواصل والحوار الاسري:

يعتبر التواصل نقل المعلومات من مرسل إلى متلق ، بحيث يستلزم ذلك النقل ، من جهة جودة الشفرة ومن جهة أخرى تحقيق عمليتين اثنتين ، ترميز المعلومات وفك الترميز مع ضرورة الأخذ بعين الاعتبار طبيعة التفاعلات التي تحدث أثناء عملية التواصل ، وكذا أشكال استجابة للرسالة والسياق الذي يحدث فيه التواصل .(شبان وزدك، 2022، ص 14).

بينما الحوار هو محادثة لفظية تتم بين شخصين أو أكثر ويتم من خلالها تبادل الأفكار والآراء وإجراء المناقشات أو المشاورات أو غيرها ولا يشترط في الحوار أن يكون الأطراف متشابهون في الآراء فقد يختلفون فيه ولكن بإمكانهم أن يتناقشو ويستمعوا لبعضهم البعض حتى يصلوا إلى نقطة مشتركة ، مع الإشارة إلى عدم وصولهم إلى رأي مشترك لا يعني تخليهم عن احترامهم لبعضهم.(عامر، 2024، ص09). وعموما فالحوار هو عملية ضرورية لإستمرار الحياة الاجتماعية عامة والحياة خصوصا كما أنه طريقة للتعبير عن مشاعر أفراد الأسرة السلبية منها والايجابية وقد يشمل موضوعات لها علاقة بثقافة الأسرة وعلاقة الآباء مع الأبناء .(مركمال، 2021، ص102).

3- أبعاد التواصل الأسري :

هناك بعدان للتواصل الأسري:

- **البعد التجانسي** : في هذا البعد تتجنب الأسرة الدخول في اي صراع أو جدال ، وتقوم على التجانس في السلوكيات والقيم والاتجاهات ، والتناغم بين أفراد الأسرة .
- **البعد الحواري** : تشجع هذه الأسر التفكير المستقل والإختلاف في الرأي ، وحرية المناقشة في كافة الموضوعات والأمور ، والمشاركة الفعالة بين أفرادها.(عبد الغفار واخرون ، 2021، ص 163).

4-أنماط التواصل الأسري :

- لقد حدد Fitzpatrick أربعة أنماط للأسر وفقا لبعدي التواصل (البعد التجانسي ، والبعد الحواري) وهما:
- **نمط التواصل التوافقي** : تتمتع الأسر في هذا النمط بتوجه حواري وتجانسي عالي ، وهي تشجع الأطفال على الحديث لفترة غير محدودة ما دامت محتفظة على التناغم الداخلي للأسرة ،تخلق هذه الإزدواجية نوعا من التوتر بين الحفاظ على الوضع الراهن وبين الاستكشاف المفتوح لأفكار جديدة ، وحيث أن هذا النوع من الأسر تتوقع أن تحل الاحتياجات الأسرية محل الاحتياجات الشخصية فإن الأطفال الذين ينشؤون فيها أيدولوجية آبائهم أو يهربون الى عالم الخيال .(شاهين ، 2017، ص227).
- **نمط التواصل التعددي:** هي الأسر ذات التوجيه العالي في الحوار ولكنها ذات توجيه منخفض في المطابقة ، ويتميز التواصل في هذه الأسر بالانفتاح والمناقشات غير المقيدة والتي تشمل جميع أفراد الأسرة ، مما يزيد من كفاءة التواصل والأفكار المستقلة لدى أبناء هذه الأسر .ويتيح هذا الأسلوب إمكانية طرح الأفكار الجديدة بين أفراد الأسرة ، حيث تتاح الفرصة للفرد للتعبير بحرية وبكافة المجالات.(شلبي، 2022، ص 252).
- **نمط التواصل الوقائي** : هي أسرة ذات توجه حواري منخفض وتوجه تجانسي مرتفع، فلا تشجع هذه الأسرة الكلام أو التعبير أو التفكير المستقل، فغير مسموح للطفل بالسلوك المستقل، وتشدد الاسرة على التمسك بقوانينها ومعايرها، وترى أن التواصل يجب أن يقوم على الطاعة، فرغبة الطفل في الاستقلال أمر غير مقبول لها، ويكون الهدف الأساسي هو الإنسجام الداخلي للأسرة .(عبد الغفار وآخرون، 2021، ص163).
- **نمط التواصل الحيادي:** هي أسر ذات درجات منخفضة في كلا التوجهين الحواري والتجانسي ، ولا يتم التشجيع على التواصل المنفتح ولا على التناغم الداخلي ، كما أن التواصل بين الآباء والأطفال قليل جدا، والتفاعل بين أعضائها ضعيف جدا ويفتقد إلى العمق ،كما أن عدد المواضيع التي تناقشها قليل جدا، تركز على الشخصية الفردية وعلى الانجازات الفردية ، كما أنها تلجأ الى مصادر

خارجية بدلا من أفراد الأسرة لمساعدة أفرادها على تطوير شخصياتهم الفردية .(شاهين ، 2017، ص ص 227-228).

رابعا/ الأسرة والتربية الصحية :

1-مفهوم التربية الصحية :

لقد عرف "توماس وود" التربية الصحية في أنها :" محصلة الخبرات التعليمية للفرد التي تأثر ايجابا في معلوماته وعاداته واتجاهاته التي ترتبط بصحة الفرد والمجتمع بواسطة الوسائل التعليمية ".(عمارة ، 2022، ص55).

في حين عرفت اللجنة الوزارية للمجلس الأوروبي (1988) التربية الصحية على أنها : "التعريف بالعوامل المؤثرة في الصحة ، وكشف العلاقة بين الصحة والبيئة الطبيعية والاجتماعية ، وإثارة الوعي الشخصي العائلي والجماعي فيما يتعلق بالصحة ، والإحساس بالمسؤولية وتشجيع الاتجاهات المسؤولة عن أنماط الحياة المسيرة للصحة".(المزيد والسميري ، 2018،ص18).

كما يرى "ابراهيم قنديل" أن التربية الصحية"عملية تزويد الفرد بالخبرات والمعلومات بالطرق الايجابية التي تساعده على إدراك مشاكله الصحية وإتباع السلوك الصحي والمحافظة على صحته وصحة عائلته ومجتمعه.(سبع، 2023، ص71).

ومن منظور دولي عرفت منظمة الصحة العالمية التربية الصحية (1998): تضم فرص بناء وعي للتعلم تنطوي على بعض أشكال الاتصال التي تهدف إلى تحسين المعرفة الصحية ....وتطوير المهارات الحياتية التي تساعد في الحفاظ على صحة الفرد والمجتمع.(باللموشي، 2021، ص237).

2-أهداف التربية الصحية :

إن للتربية الصحية عدة أهداف ومن بينها :

- ✓ القدرة على المشاركة لمعرفة المشكلات الصحية ، لأجل التطوير والمساهمة في تحسين البيئة.
- ✓ العمل على تغيير مفاهيم الأفراد فيما يتعلق بالصحة والمرض.
- ✓ العمل على نشر الوعي الصحي سواء للفرد أو المجتمع.(بوبعاية ، 2017،ص89).

- ✓ العمل على تغيير اتجاهات وسلوك وعادات الأفراد لتحسين مستوى صحة الفرد والأسرة والمجتمع بشكل عام ، وطرق التصرف في حالات الإصابة البسيطة وفي حالة المرض وجميع الأعمال التي يشارك فيها كل أب وأم من أجل رفع المستوى الصحي في المجتمع .
- ✓ العمل على تنمية وانجاح المشروعات الصحية في المجتمع وذلك عن طريق تعاون الأفراد مع المسؤولين .(حامدي ومبني، 2019، ص690).

3-مكونات التربية الصحية :

وصف مركز ضبط الأمراض والوقاية منها (CDC ;2002) مكونات التربية الصحية وهي :

- صحة المجتمع.
- صحة المستهلك.
- الصحة والبيئة.
- الحياة الاسرية .
- الصحة العقلية والعاطفية.
- الوقاية من الأمراض .
- الوقاية من الاصابات .
- التغذية.
- الصحة الشخصية.
- الإساءة وتعاطي المخذرات.(صالح، 2018،ص31).

4-دور الأسرة في تعزيز التربية الصحية :

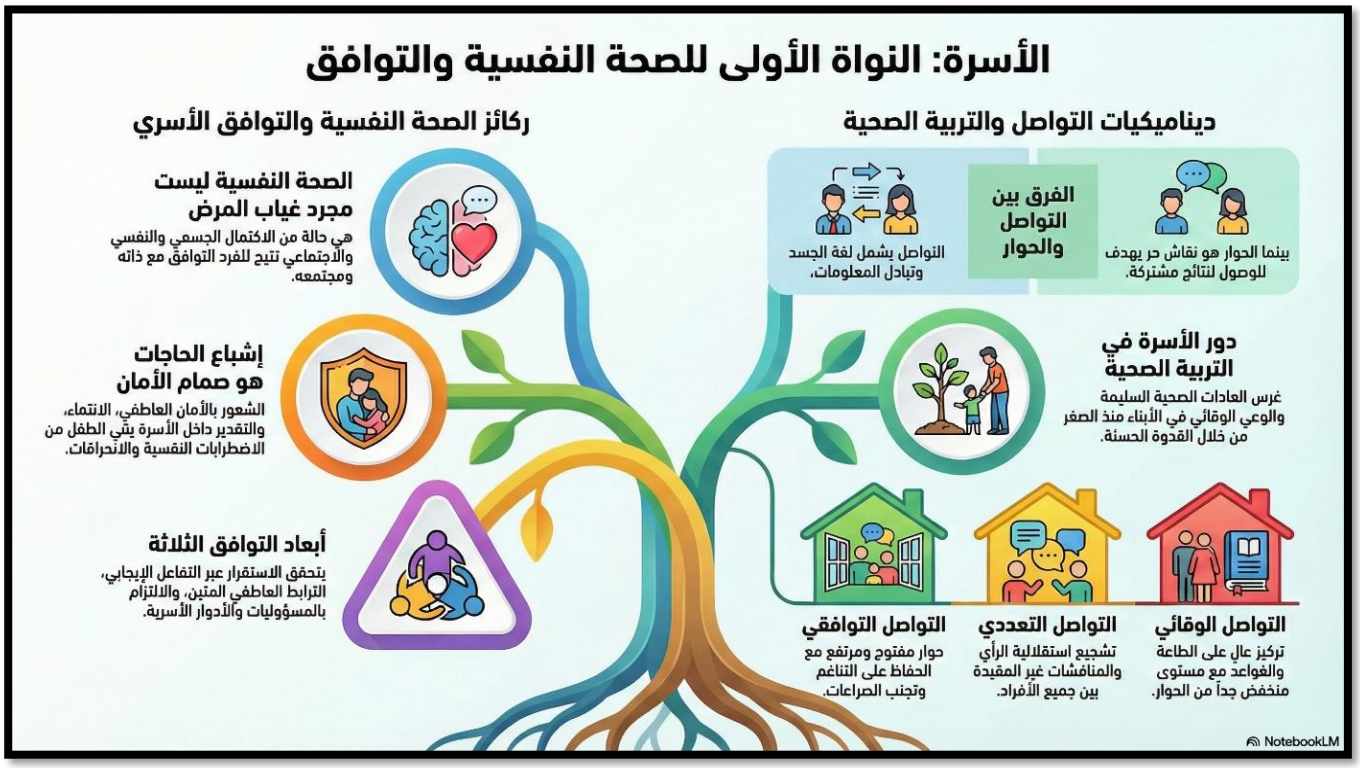
الأسرة هي البنية الأولى التي تتعهد الطفل بالتربية منذ ولادته وعليها يقع العبء الأكبر في عملية التنشئة الإجتماعية ، كما أن الأسرة بشكل تفكير الطفل، ونظرته للأمور الصحية وتعرض عاداته وقيمه ومفاهيمه ، ويتمكن الوالدين من غرس العادات الصحية في الطفل منذ منذ نعومة أظافره وجعلها مرتبطة بوحدانية ومشاعره ، فيشعر بالراحة والطمأنينة إلا حين يمارسها .(صدراته، 2021، ص102). فدور الاسرة يكمن في شعور الأبناء بعمق اقتناع الآباء بذات المبادئ والقيم التي ينادون بها –فكرا وسلوكا ، كذلك ترسيخ الثقافة الصحية لدى الابناء ، كما أن منحهم فرص الحوار والمناقشة في هذا المجال من

جهة أخرى. كما تقوم الأسرة بدور أساسي في تشكيل سلوك الأفراد بطريقة سوية أو غير سوية ، بناءا على النماذج السلوكية التي تقدمها لأبنائها ، وبالتالي فإن أنماط السلوك والتفاعلات التي تدور داخل الأسرة ، هي نماذج تؤثر في تربية الناشئين ، إما سلبا أو ايجابا .(طيبي ومولاي علي ، 2023، ص38).

كما يمكن أخذ دور الأسرة في تعزيز التربية الصحية كالآتي:

- اهتمام الأسرة بصحة أفرادها والعمل على وقايتهم من الأمراض .
- توفير الغذاء المناسب والطرق الصحية لتحضيره وتقديمه وتخزينه .
- استفادة الأسرة بميزانيتها في الإنفاق الوقائي الصحي المناسب.
- أن يكونوا الوالدين ذو قدوة حسنة في جميع أمور حياتهم، مع إتاحة الفرص الأطفال للسلوك الصحي السليم وتكوين العادات الصحية.(صدراته ، 2021،ص102).

ختاما، نقدم لكم موجزا لأبرز ما تضمنته هذه المحاضرة، كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم(04): الاسرة والصحة النفسية (تم الاستعانة بأداة.NotebookLMLM)

المحاضرة (04): الأسرة و التربية (الاسرة والتنشئة الاجتماعية، أساليب التنشئة الاجتماعية، التربية الأسرية في ظل تعدد مصادر التأثير.

تعتبر الأسرة الوحدة الاجتماعية الأولى التي يختبر فيها الإنسان حياته ويبدأ من خلالها فهم العالم من حوله. فيتعلم فيها الطفل القيم والسلوكيات، ويشكل وعيه الاجتماعي والشخصي. ومن هذا المنطلق، تعد الأسرة حجر الزاوية في عملية التنشئة الاجتماعية، حيث تنتقل من خلالها القيم، والمبادئ، والمهارات الأساسية، ويحدد الأسلوب الذي سيتعامل به الفرد مع الآخرين والمجتمع.

في هذه المحاضرة الرابعة، سنتناول مفهوم التنشئة الاجتماعية، ونتعرف على أساليب التنشئة المختلفة، كما سنناقش التربية الأسرية في ظل تعدد مصادر التأثير على الفرد، سواء داخل الأسرة أو خارجها، وكيفية تفاعل هذه المصادر في تشكيل شخصية الطفل.

أولا/ الاسرة والتنشئة الاجتماعية :

1-مفهوم التنشئة الاجتماعية:

يرى الدكتور "أحمد الفينش" أن التنشئة الإجتماعية هي العملية التي يتم بها إدماج الطفل في الإطار الثقافي للمجتمع عن طريقة توريثه أساليب التفكير والمعتقدات والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع وما يرتبط بها من أنماط سلوكية حتى تصير من مكونات شخصيته.(جعفر،2016، ص 84).

كما ينظر إليها أيضا على أنها عملية تشكيل السلوك الاجتماعي للفرد ، وعملية استدخال ثقافة المجتمع في بناء الشخصية ، وتطبيع المادة الخام للطبيعة البشرية في النمط الاجتماعي والثقافة ، وبمعنى آخر هي عملية التشكيل الاجتماعي لخامة الشخصية ، وهي كذلك عملية تحويل الكائن البيولوجي إلى كائن اجتماعي ، وإكتساب الإنسان بصفة إنسانية .(رميشي، 2013، ص46).

وفي تعريف آخر لها فإن التنشئة الاجتماعية هي عملية دينايكية متعددة الأبعاد ، تتفاعل فيها عوامل بيولوجية ونفسية وثقافية واجتماعية ، بهدف إكساب الفرد المهارات والمعارف والقيم التي تمكنه من الاندماج في المجتمع والتكيف مع معاييره ، وهي ليست عملية محدودة ، بمرحلة عمرية معينة ، بل تمتد طوال حياة الإنسان ، تتأثر وتؤثر في كل مرحلة بتغييرات المجتمع وتطوراته ، لذلك ، فإن فهم هذه

العملية يتطلب نظرة شمولية تأخذ في الاعتبار كل هذه العوامل المتشابكة ، دون إغفال أي جانب من جوانبها المتعددة.(حسني، 2025، ص161).

كما يرى "غي روشي GUY ROCHER" فإنها المسار الذي من خلاله يتعلم الفرد ويستنبط طوال حياته العناصر الاجتماعية والثقافية لوسطه ويدمجها في البنية الشخصية ، تحت تأثير التجارب والعوامل الاجتماعية المفسرة لها ومن هذا يتكيف الفرد مع محيطه الاجتماعي.(طعبة ، 2015، ص98).

أما "تالكوت بارسونز" فيرى أن التنشئة الاجتماعية هي عملية تعليم تعتمد على التلقين والمحاكاة والتوحد مع الأنماط العقلية والعاطفية والأخلاقية عند الطفل والراشد ، وهي عملية تعليم تهدف الى دمج عناصر الثقافة في نسق الشخصية وهي عملية مستمرة لا نهاية لها.(لجلط وعزوز،2020، ص498).

2-أساليب التنشئة الاجتماعية :

من بين هذه الأساليب نجد الأساليب السوية وغير السوية منها:

2-1-الأساليب السوية:

أ-**أسلوب الاستقلالية** : هو الأسلوب الذي يشمل العديد من الصور والآليات التي ينتهجها الوالدان وتساعد الابن على إدارة وتدبير شؤونه وهو ما يشعره بتحقيق الذات من منطلق الاعتماد على النفس بالدرجة الأولى وتقليل حاجة الاعتماد على الآخرين ، كما أن إبقاء الوالدين على من حرية التفكير للإبن في سياق إبداء الرأي واتخاذ القرارات الأنسب بحسب ما يعتقده ومناقشة هذا القرار بشكل منطقي لا يتجاوز الحدود والأطر التي يضعها الوالدان كالمعايير الأخلاقية والصحية والدينية وغيرها.(،النعيمي والهلالات، 2024، ص 586).

ب-**أسلوب التقبل والاهتمام** : ويتمثل هذا الأسلوب في تقبل الوالدين ابنهما لذاته ، بشكل يؤكد على أهميته والرغبة في وجوده ، كما يبتدى في الاهتمام بحريته ، وإشباع حاجاته ، وتأكيد استقلاليته ومساعدته على تحقيق ذاته ، مع توفير ذلك لنفسه في المستقبل بشكل يؤدي لشعور الإبن بالمرغوبية الاجتماعية ، وتقبله لذاته ، والمنزلة الاجتماعية مما يحقق له الشعور بالوجود الاجتماعي .(عبد الرحمن ، 2017، ص60).

ج- أسلوب النصح والإرشاد: يستخدم الآباء والأمهات النصح والإرشاد لتوجيه أبنائهم بشكل متوسط ومعتدل، وتحاشي أساليب التنشئة الأسرية حيث يقوم الآباء والأمهات من خلال هذا الأسلوب بتوضيح أسباب السلوك الخاطئ الذي يحصل من أبنائهم ثم يرشدونهم إلى طريق الصواب في ذلك لأن الكشف عن الأخطاء التي يقع فيها الأبناء ومعالجتا بشكل مستمر تمكن من ترسيخ أساس وقائي في شخصية الأبناء، بحيث لا يتجاوزون المعايير الاجتماعية التي يقرها مجتمعهم(الركبان، 2016،ص7)

2-2-الأساليب الغير السوية :

أ-أسلوب القسوة والعقاب: هذين النمطين التربوين ، يظهران في عدة أساليب فرعية ، منها الشتم ، الحرمان من الشيء المفضل ، الضرب الذي يعتبر من أقصى مظاهر العقاب المجحفة في حق الأطفال وغالبا ما تلجأ الأسرة لهذه الأساليب القاسية والمؤلمة ، لأسباب قد تكون إلى حد ما متعلقة لظروفها المعيشية الصعبة وبسبب الاضطرابات المادية والاجتماعية ، المقلقة التي تدفعها إلى القسوة ، وإيذاء أبنائها إما الضرب المبرح أو الحرمان الطفل من اللعب .(زواوي ، 2024، ص10).

ب-أسلوب الإهمال :أسلوب من أساليب التنشئة سمته الرفض والبرود العاطفي تجاه الطفل مع ايداء اللامبالاة بإعطاء الطفل كامل الحرية وعدم إثابة السلوك المرغوب من الطفل وترك الطفل من غير تشجيع على السلوك المرغوب ودون محاسبة على السلوك الغير مرغوب حيث يتصرف الطفل كيفما يشاء دون تدخل في شؤونه أو متابعة سلوكه أو عواقب أعماله.(الروقي ، 2023، ص362).

ج- أسلوب التفرقة في المعاملة :ويعرف هذا الأسلوب بأنه عدم توخي المساواة والعدل بين الابناء في المعاملة، ويتضمن هذا الاسلوب التفضيل والمحاباة والتحيز وعدم المساواة بين الابناء جميعهم في الرعاية /والعناية ويكون التفضيل بينهم على أساس المركز أو الجنس أو السن أو اللون أو المرض ، ويتحلى السلوك الوالدي المتحيز أو المحابي بينهم بأن يبدي الوالدان أو أحدهما حبا أكبر للإبن الأكبر أو الأصغر أو يفضل الذكور على الإناث أو العكس ، أو أن يعطي أحد الأبناء أولوية وامتيازات مادية.(عبد الرحمن ، 2017، ص59).

د-أسلوب الحماية الزائدة: هو الرعاية المفرطة للطفل ، والمغالاة في حمايته ، والمحافظة والخوف عليه ، ويتمثل ذلك في السماح له بكل الإشاعات ، وتدليله بإفراط ، إبداء اهتمام الزائد بالطفل عند مرضه أو عندما يكون في خطر .

إن الحماية الزائدة للطفل يمكن أن تعرضه للأخطار من أي نشاط ولذا قد تمنعه الأسرة من الذهاب في الرحلات ومن أضرار هذا الأسلوب، يخلق مثل هذا الأسلوب من التربية شخصا هيابا يخشى اقتحام المواقف الجديدة – عدم الاعتماد على الذات.(مخلوفي ، 2022، ص 78).

3- تحديات التنشئة الأسرية :

3-1-تحديات اجتماعية :

- تغير القيم الاجتماعية وضعف الروابط الأسرية.
- العنف الاسري والإهمال والإساءة للأطفال ، ظاهرة انتشار المخدرات والجريمة.
- العزلة الاجتماعية وهذا ما يؤدي إلى تراجع التواصل المباشر بين أفراد الاسرة والمجتمع.

3-2-تحديات اقتصادية:

- ارتفاع تكاليف المعيشة .
- تراجع مستوى الدخل.
- ظاهرة البطالة أو عدم الاستقرار الوظيفي مما يؤثر على التوازن الأسري.

3-3-تحديات ثقافية:

- صراع الأجيال واختلاف القيم والمعتقدات بين الأجيال .
- تأثير وسائل الإعلام والتكنولوجيا على سلوك الأبناء .
- تراجع دور الأسرة في نقل التراث الثقافي.

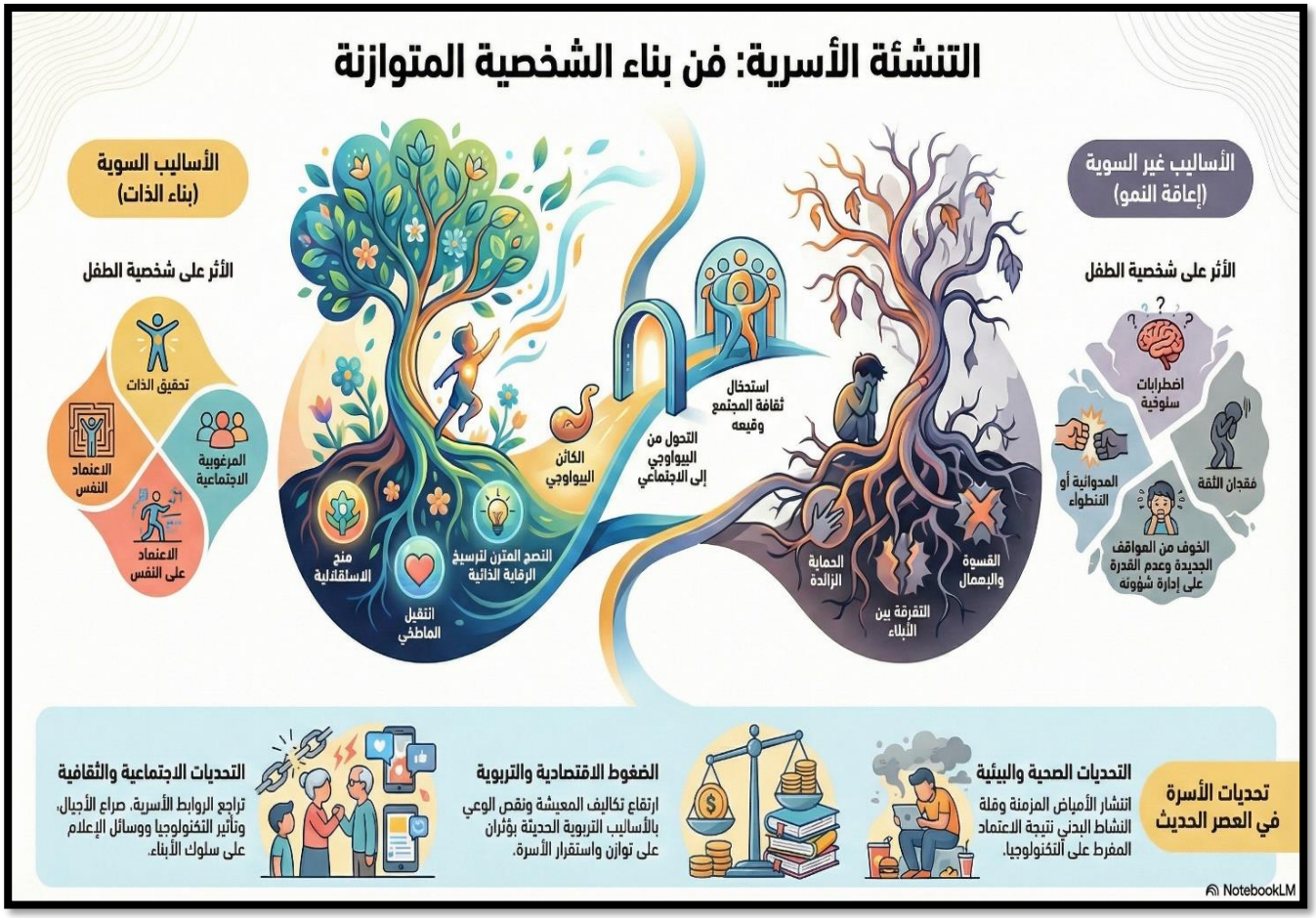
3-4-تحديات تربوية:

- نقص الوعي بالأساليب التربوية الحديثة.
- ضعف التواصل بين الوالدين والابناء.
- تأثير ضغوط الدراسة والتفوق الأكاديمي على صحة الأبناء النفسية.

3-5-تحديات صحية:

- انتشار الأمراض المزمنة .
- تأثير التكنولوجيا على الصحة النفسية والعقلية للأبناء.
- قلة ممارسة الرياضة والتغذية غير الصحية.(فيطس ، 2025 ، ص245-246).

ختام هذه المحاضرة يتضمن عرضا موجزا لأهم مضامينها، كما يوضحه الشكل الاتي:



الشكل رقم(05):التنشئة الاسرية. (تم الاستعانة بأداة NotebookLM.)

المحاضرة (05): الأسرة والتربية (العلاقة بين الأسرة والمدرسة، أهمية التكامل بين الأسرة والمدرسة، أسباب ضعف العلاقة بين الاسرة والمدرسة، سبل تقوية العلاقة بين المؤسستين).

تعتبر الأسرة والمدرسة مؤسستين أساسيتين في تربية الطفل وبناء شخصيته، حيث تقوم كل منهما بدور فريد ومتكامل في تنشئته الاجتماعية والتعليمية. فالأسرة تمثل البيئة الأولى التي يتعلم فيها الطفل، بينما توفر المدرسة فرص التعلم الأكاديمي والاجتماعي وتساعد على تطوير مهاراته الفكرية والشخصية.

ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية العلاقة والتكامل بين الأسرة والمدرسة لضمان تنشئة متوازنة وشاملة، وتجنب الفجوات التي قد تؤثر على نمو الطفل وتحصيله الدراسي. وفي هذه المحاضرة، سنتناول العلاقة بين الأسرة والمدرسة، ونبحث في أهمية تكامل الجهود بين المؤسستين، كما سنستعرض أسباب ضعف هذه العلاقة وسبل تقويتها لتحقيق أفضل النتائج التعليمية والتربوية.

1-العلاقة بين الأسرة والمدرسة :

إن العملية التربوية بكل أبعادها معادلة متفاعلة العناصر تتقاسم أدوارها أطراف عدة أهمها الأسرة والبيت والمجتمع بحيث تتعاون جميعها في تأدية هذه الرسالة على خير وجه للوصول للنتائج المرجوة ولا يتحقق ذلك إلا من خلال توثيق الصلات بين البيت والمدرسة وثمة أسباب تتطلب إقامة مثل هذا التعاون الوثيق ونخص بالذكر الطلاب الذين أسست المدرسة من أجلهم فهم يمثلون أكبر مصلحة أو مسؤولية يعني بها أولياء الأمور وسائر أعضاء المجتمع المحلي.(مدور ودبراسو ،2009، ص61).

فالتواصل بين الأسرة والمدرسة أهمية كبيرة لإنجاح المسار التعليمي للأبناء فرعاية الطفل في نسق التعاون بين المدرسة والأسرة يحتاج إلى نمو كبير وتاريخي في مستوى الوعي الإجتماعي والتربوي بالنسبة للآباء والمعلمين.وهذا يعني أنه يجب على كل المؤسسات التربوية والإعلامية والعلمية أن تنهض بوعي أفراد المجتمع أولياء ومعلمين وقادة وجندا وأطفالا بأهمية التربية القائمة على معطيات المعارف العلمية والنفسية الحديثة في مجال التربية التي تهدف إلى بناء الإنسان الحر المتكامل القادر على بناء الحضارة الإنسانية.(عزاق وعريف ، 2021، ص77).

ومن هنا فطبيعة كل من الأسرة والمدرسة كمؤسستين تفرض عليهما بضرورة التعامل ، وخصوصا أنهما تشتركان في عملية إعداد النشء ، غير أن متطلباتهما تختلف إزاء الطفل ، مما يستلزم التنسيق بينهما ، لأن هذا الوضع "يفرض انصهار كل منهما في بوتقة من التكامل التام ، إذ لو كانتا تؤديان نفس الدور ، وبالتالي لو كانت وظيفة كل منهما تكرارا لوظيفة أخرى لخف مطلب التكامل بينهما ، أما والأمر غير ذلك ، فهو مطلب أساسي.(مومن ، 2017، ص33).

2- أهمية التكامل بين الأسرة والمدرسة :

بما أن العلاقة بين الأسرة والمدرسة أصبحت ضرورة حتمية لنجاح الجميع وضع الحر تصورا لهذه العلاقة حتى يتحقق الهدف المأمول منها يقوم على العناصر التالية:

- وجود عقد اجتماعي واضح بين المدرسة والأسرة يحدد الحقوق والواجبات لجميع الأطراف.
- النظر إلى الأسرة كشريك وليس كمستفيد أو زبون.
- ضرورة وجود برامج توعية مستمرة للأسرة والمدرسة تهدف لتوثيق العلاقة بينهما وتطورها.(مسعي وغربي ، 2023، ص ص337-338).
- يساهم التعاون بين الأسرة والمدرسة في إستدراك التلميذ ما فاته من خلال المراجعة والواجبات المنزلية ، وهذا في حال ضعف التركيز ودرجة الاستيعاب داخل الصف بسبب الضجيج أو أكبر عدد في الصف.
- تقليل الفاقد التعليمي ، والتكيف مع التغيير الثقافي والاجتماعي .
- يلعب التكامل بين الأسرة والمدرسة دورا فعالا في التغلب على المشاكل الأسرية التي تؤثر على التلميذ وتعيق مساره التعليمي وتحصيله الدراسي .(مداح ومسعد ، 2022، ص243).
- تواصل أولياء الأمور مع المدرسة يساعد على توفر الفرص للحوار الموضوعي حول المسائل التي تخص مستقبل الأبناء من الناحيتين العلمية والتربوية.
- الربط بين معطيات المدرسة والبيت أمر ضروري حيث أن ذلك يمكن المدرسة من تقويم المستوى التحصيلي للأهداف التعليمية ويحقق أفضل النتائج العلمية.(مدور ودبراسو ، 2009، ص 61).

3-أسباب ضعف العلاقة بين الأسرة والمدرسة :

- قلة الوعي لدى بعض أولياء الأمور بأهمية التعاون والتواصل مع المدرسة .ففي بعض الأولياء لا يدرك أهمية التعاون ويترك كل شيء للمدرسة ويظنون أن ذلك يكفي.
- قلة اهتمام بعض أولياء الأمور بتعليم وتربية أبنائهم ولا متابعة تعليمهم سواء في البيت أو في المدرسة وتجدهم يعطون أولوية لأعمال أخرى.(عزاق وعريف، 2021، ص76).
- أسباب مادية وعلمية تتجلى في بعد المنزل عن المدرسة ، العمل طيلة اليوم بعيدا عن المنزل ، الظروف الصحية كالأمراض.
- أسباب نفسية اجتماعية كالشعور بالنقص إزاء المدرسة والمدرسين ويتجلى في كون المدرسين يستعملون كلمات ومصطلحات لا يعرفها الآباء مما يجعلهم يشعرون بجهلهم .
- تردد الآباء على المدرسة في حين أن نفس الآباء يذهبون الى المدرسة ليحتجون على أشياء بسيطة كفقدان طفلهم لأدواته المدرسية ، قد يبدو أنهم يعطون أهمية بالغة لأشياء مادية في حين لا يهتمون بالمشاكل التربوية والدراسية لأطفالهم.(مومن ، 2017، ص38).

4- سبل التقوية بين المؤسستين:

عرفت عملية تفعيل العلاقة بين الأسرة والمدرسة تطورات كبيرة في العقود الأخيرة، مع جهود مستمرة لتطوير التشريعات، ووضع إرشادات عامة لضمان نجاح هذا التواصل، أهمها:

- وجوب زيارة المدرسة بشكل دوري، والاستفادة من توجيهات المعلمين ، والطاقم الإداري للمدرسة.
- لابد من إشراك الأهالي في نشاطات المدرسة، بالقدر الذي يخلق جوا من التآلف بين الفاعلين التربوين والأسرة.(مختاري ، 2022، ص40).
- أهمية توعية أولياء التلاميذ بما يتلقاه أبناؤهم داخل المدرسة وضرورة العمل على توفير الجو الملائم.
- توعية التلاميذ أن هذه الفروض لا تقتضي تدخل الأولياء والمساعدة على إنجازها تفاديا لإحراج الأسر التي لم تتلقى تعليما يسمح لها بتقديم المساعدة الدراسية لابنائها.(الجاحشي ، 2024، ص490).
- إنشاء المخيمات الدراسية من الأمور التي تساعد الأهالي على الاهتمام بالتواصل مع المدرسة.
- العمل على الاهتمام بالتراث من خلال الزيارات الى المتاحف أو إنشاء متاحف خاصة داخل المدرسة، هذا يساعد الأهالي على الصلة مع المدرسة بكثرة الزيارات والترابط معها.(مختاري ، 2022، ص40)

وفي الاخير، نعرض تصورا إجماليا لمحتوى المحاضرة، كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم(06): التكامل بين الاسرة والمدرسة (تم الاستعانة بأداة NotebookLM.)

المحاضرة (06): مشكلات أسرية(التأزم الأسري، فقدان التوازن، ضعف مقومات الأسرة)

قد تواجه الأسر العديد من الصعوبات التي تؤثر على استقرارها ووظيفتها التربوية والاجتماعية. وتتجلى هذه المشكلات في صور مختلفة مثل التأزم الأسري، وفقدان التوازن، وضعف مقومات الأسرة، مما قد يؤدي إلى توتر العلاقات بين أفرادها ويؤثر سلبا على نمو الأطفال وتماسك الأسرة ككل.

وفي هذه المحاضرة، سنستعرض أبرز هذه المشكلات، ونحلل أسبابها، ونسلط الضوء على كيفية التعامل معها للحفاظ على استقرار الأسرة ووظائفها الأساسية.

1- تعريف المشكلات الأسرية :

هي حالة من الاختلال الداخلي والخارجي يترتب عليه عدم إشباع الحاجات الأساسية لعضو أو مجموعة من أعضاء الأسرة. ويقصد بالمشكلات هو ظهور عائق يمنع أحد أفراد الأسرة من تحقيق أهدافه ، والحصول على متطلباته الأساسية وعدم إشباعها ، والشعور بعدم الآمان ، وعدم الحصول على حقوقه الشرعية ، مما يسبب القلق والغضب في عملية التواصل بين الزوجين ، وهذا أحد أسباب سوء التوافق الزواجي.(العمودي ، 2023، ص385).

يعرفها " كمال مرسي" بأنها تباين في افكار ومشاعر واتجاهات الزوجين حول أمر من الامور ، ينتج عنه ردود أفعال غير مرغوب فيها ، تظهر الخلاف وتوضحه ، ثم تحوله الى نفور وشقاق وزيادة في ردود الأفعال غير المرغوب فيها ، فيختل التفاعل الزواجي ويسوء التوافق الزوجي وتضعف العلاقات الزوجية .كما تعرف بأنها المعاناة التي تحدث بسبب العلاقات المضطربة كالتواصل السيء ، والجدال المدمر ، والألم النفسي.(زينو، 2017، ص545).

يرى البعض أن المشكلات الاسرية هي المشكلات الاقتصادية والاجتماعية والصحية والنفسية التي تواجه الأسرة وتؤدي الى حدوث خلل في وظائفها الأساسية مما يترتب عليه عدم اسقرارها واحتياجها الى العودة لحالة الاتزان والاستقرار الاسري.

كما تعني أيضا اضطراب في الحالة المستقرة للأسرة مما يتسبب في توتر بالمناخ السائد بالاسرة وزيادة القلق حول الأحداث المستقبلية.(عبد الجليل، 2021، ص01).

2-التأزم الأسري :

يعرف التأزم الاسري بأنه الموقف الذي يتطلب علاجا وإصلاحا لمواطن الخلل في العلاقة الزوجية أو الأسرية ، وهذه المواقف نتائج الظروف الاجتماعية والاقتصادية للأسرة ، حيث تتطلب هذه المواقف التعاون والتنسيق بين كافة الجهود والأساليب العملية والعلمية للتصدي ، من أجل إعادة التوازن للكيان الأسري.(العمودي، 2023، ص393).

كما ينظر اليه على أنه مجموعة من المشكلات ناتجة عن أسباب متعددة داخل الأسرة مثل الصراعات الأسرية ، التفكك الأسري ، غياب الزوج ، إهمال الزوج ، الاختلاف في نمط تربية الأطفال ، الخلافات مع أهل الزوج ...الخ.(الحلبي وناصيف ، 2011، ص806).

وفي سياق آخر يشير بعض الباحثين إلى أن التأزم الأسري تعني سوء العلاقات الزوجية الناتجة عن عجز الأسرة في عدم قدرتها بالقيام بتربية نشئها .وهذا ما يطرأ على كيانها من خلل يشوه دورها ويعرف أيضا التفكك الأسري.كما يعني نشوب شجار دائم بين الوالدين ، ويكون أحدهما أو كلاهما قدوة سيئة للأبناء ، كإدمان الأب أو الأم على المخدرات .وفي جميع هذه الحالات تكون العناية بالأبناء وتهذيبهم وإرشادهم وتوجيههم مهملة .(بن قاسمي ،2016، ص06).

وعليه يمكن القول أن التأزم الاسري يمثل المواقف السلبية التي تنشأ بين أفراد الأسرة ويؤدي تفاقمها إلى نتائج وآثار وسلوكيات مؤثرة على ترابط النسيج الأسري.(بن عميرة ، 2009،ص11).

3-فقدان التوازن الأسري :

يعرف التوازن الأسري بأنه حالة الاستقرار المرن للنسق الأسري في أداء الأدوار والمهام بفاعلية للوصول إلى حالة الاستقرار الأسري، والمحافظة على الأنماط والسلوكيات القويمة في مواجهة المتطلبات البنائية والوظيفية، واستثمار الطاقات والموارد في أداء المهام، والثبات، ومواجهة المتغيرات، وفقا لمحددات التوازن النفسي والانفعالي، والتوازن الاقتصادي، والتوازن العائلي، مع الالتزام بالمسؤولية والفاعلية في الحفاظ على الكيان الأسري من التصدع والانهيار.(أبو سكينة وآخرون، 2019، ص7)

إن تحقيق التوازن الأسرى يعني معالجة الضغوطات القوية التي تواجهها الاسر، التى يمكن ان تؤثر سلبا على أداء الاسرة، من خلال التأثير على عملية الاتصال بين اعضائها وتماسك الاسرة،

والممارسات الوالدية، وبذل المحاولات الرامية الى مساعدة الاسر للتصدي لهذه الضغوطات بصورة كبيرة، ولتمكين الاسر خلال تفاعلها مع الانظمة الاجتماعية الأكبر، وللعمل على مواجهة نقاط الضعف الكامنة في الاسرة التي تعرضها لهذه الضغوطات.(الكردي،2021، ص492)

وعليه هناك العديد من المحددات والمقومات التي يجب توافرها لتحقيق التوازن الاسري حتى تصل الأسرة الى حالة من التماسك والتوازن البنائي وهذه المحددات هي :

- **التوازن الاقتصادي:**

هو أحد أشكال التوازن الاسري بل ويمثل ركنا جوهريا في صمود الأسرة. فهو الحالة المالية أو الاقتصادية التي تتعادل فيها المدخلات والمخرجات في ضوء الضغوط الاقتصادية المتاحة، إذا ما توفر شروط وظروف محددة بحيث أن نقص أو زيادة إحداهما قد يؤدي إلى اختلال في التوازن قد يطول أو يقصر أجله إلى أن تستحدث عوامل أخرى ليعود التوازن الاقتصادي في مسيرته الأولى (حافظ،2020 ،ص661)

وهو قدرة الأسرة على مواجهة المتطلبات الاقتصادية المختلفة، وإدارة الموارد المالية المتاحة بشكل يضمن استقرارها ويحد من الأزمات التي قد تهدد كيان الأسرة.

- **التوازن الصحي:**

يعرف التوازن الصحي بأنه قدرة الأسرة على الحفاظ على حالة صحية جيدة لأفرادها، سواء على المستوى الجسدي أو النفسي. (معروف، 2022، ص ص 1580-1581)

فهو القدرة والفاعلية علي توظيف معطيات البيئة المتاحة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتركيز علي تغيير الأفكار السلبية والتحكم بالإنفعالات والمشاعر السلبية والقيام بأفعال سلوكية صحية من شأنها التحسين من نفسية وصحة الفرد

- **التوازن الاجتماعي :**

يعرف التوازن الاجتماعي بأنه عامل هام في مواجهة الأحداث الضاغطة وذلك بتضافر جهود أفراد الأسرة في تحقيق أهدافها وإشباع إحتياجاتها المتنوعة لضمان توافر مناخ جيد من العلاقات والتفاعلات

الأسرية وذلك من خلال العلاقات التي يحددها ويؤثر فيها نمط الإتصال بين أفراد الأسرة بعضهم البعض والتي تحدد أسلوب إستجابتهم للأمور الحادثة داخل الأسرة. (عامر وفرحات،2022،ص547)

كما أنه القدرة على المشاركة الفعالة في الأنشطة الاجتماعية داخل وخارج الأسرة، من خلال مساندة أفراد الأسرة وتلبية احتياجاتهم المعنوية والاجتماعية، بما يعزز الاندماج الاجتماعي ويحمي الأسرة من العزلة أو التهميش.(معروف، 2022، ص ص 1580-1581)

وعليه ففقدان التوازن الأسري يحدث عندما تواجه الأسرة صعوبات وضغوطات نفسية وعاطفية تؤثر على استقرار الأسرة. والتي تنعكس على الجوانب الاقتصادية والصحية والاجتماعية، والتي تؤدي الى زيادة الصراعات الداخلية وفقدان الاستقرار والتماسك داخل الاسرة.

6-ضعف مقومات الأسرة :

تعرف مقومات الأسرة بأنها الأسس والدعائم الأساسية المسؤولة عن تعزيز نجاح واستقرار الأسرة، من خلال رفع مستوى الوعي بأركان الأسرة الناجحة وضمان قدرة الأسرة على مواجهة التحديات وتحقيق أهدافها المشتركة.(عبد الحكيم، الزهري وعلي، 2023،ص6).

يشير ضعف مقومات الأسرة إلى القصور أو النقص في الأسس والدعائم التي تضمن نجاح واستقرار الأسرة، مثل المقوم الاقتصادي، الصحي، والاجتماعي، ويؤدي ضعف هذه المقومات إلى صعوبة مواجهة التحديات اليومية، وزيادة الضغوط النفسية والصراعات بين أفراد الأسرة، وتقليل مستوى الرضا الأسري. كما ينعكس ضعف المقومات على قدرة الأسرة على تحقيق أهدافها المشتركة والحفاظ على استقرارها، مما يؤكد أهمية تعزيز هذه المقومات لضمان استدامة الأسرة واستقرارها الاجتماعي والنفسي وفيما يل أهم المقومات:

- **المقومات الاقتصادية:** من بين أهم وظائف الأسرة هو توفير الغذاء والملبس والمأوى لأفرادها(بوفولة ويركو،2009، ص53).

إلا أن بعض المشكلات الاقتصادية كالفقر قد تزعزع الاسرة وتؤثر على إشباع حاجاتها الأساسية المتغيرة مما قد ينعكس على بنائها المادي والنفسي والاجتماعي، آثارا سلبية خطيرة على الجوانب الصحية والثقافية، كما يعتبر المسكن السيء سببا من أسباب الانحراف الاجتماعي .فالمسكن الرديء عامل

وفعال في كل مظاهر السلوك المنحرف ، وبالأخص انحراف الأحداث الذي ينعكس على الاستقرار الأسري، فحرص الاسرة بتقدير الدخل الذي تحصل عليه و محاولة توزيعه بين أوجه الإنفاق أو بين السلع والخدمات التي يتضمنها الاستهلاك بصورة تحقق أقصى منفعة ممكنة .(بالحاج ، 2025، ص 137).

- **المقومات الثقافية والأخلاقية:** تعد الأسرة مكان نشأة العقائد الدينية واستمرارها وهي البيئة الأولى لتعليم اللغة القومية، وهي المؤسسة التي تكون الطفل وتعمل على تكامل شخصيته وتربطه بأفراد مجتمعه، ولذلك من المطلوب أن تعد الطفل أخلاقيا من النواحي النظرية والتطبيقية، فالأخلاق ليست مفاهيم وشعارات فحسب بل هي سلوكات ولذلك ينبغي على الأسرة تعليم الأطفال تلازم الأقوال بالأفعال، وذلك من خلال القدوة الحسنة للأب والأم بدلا من الأمر والنهي والعقاب.(غواشرية،2005،ص ص115، 116)

- **المقومات الاجتماعية:** إن الاسرة مسؤولة على الحفاظ عن العادات والقيم الخاصة بالمجتمع الايجابي والمحافظة عليها جيدا (أبو شدار،2023، ص37) فلها دور في عملية التطبيع الاجتماعي ، او التنشئة الاجتماعية ويمكن وصف هذه العملية بانها العملية التي تتشكل خلالها معايير الفرد ، ومهاراته ودوافعه ، وتبدا هذه العملية الحيوية منذ الحظة ولادة الفرد.(السيد،2013، ص184)

- **المقومات النفسية والتربوية:** من أهم مهام الاسرة هو تزويد الفرد بالإحساس بالأمن والاستقرار والتوافق النفسي واشباع حاجاته المختلفة لحمايته نفسيا وجسديا، وتنمية ثقته بذاته، وإعطاءه شعورا بالقيمة والاهمية داخل الأسرة. كما تلعب الأسرة دورا كبيرا في تربية الأطفال وإكسابهم العادات والمعتقدات والأخلاق، وأيضا الاتجاهات، وأيضا تكوين شخصياتهم، كما أنها تقدم لهم الرعاية والخدمات الأساسية والضرورية.(العزة، 2015،ص ص46، 48)

وفي نهاية هذا المحور، نعرض ملخصا مركزا لمضامينه الأساسية، كما يتضح في الشكل التالي:



الشكل رقم(07): ركائز الاستقرار والتوازن الاسري. (تم الاستعانة بأداة.NotebookLM)

-

المحاضرة (07): مشكلات أسرية (صراع الأدوار داخل الاسر، عمل المرأة و انعكاساته على الحياة الأسرية)

من بين المشكلات الاسرية أيضا نجد:

أولا/ صراع الأدوار داخل الأسر:

1-تعريف صراع الدور:

صراع الدور هو الصراع الذي يحدث عندما يقل الأداء الفعلي للفرد مع الأداء المتوقع منه إجتماعيا فيترتب على ذلك نقص وانعدام إشباع الحاجات الفردية بما يؤدي إلى حدوث عدم توازن في المواقف. وهو ما يشعر به الفرد من ارتباك عندما يشغل أكثر من منصب أو وظيفة لا تتشابه اختصاصاتها وطبيعتها بل تتعارض في بعض الأحيان.(محمود ، 2022، ص872).

يرى ايزنك Eysenck صراع الأدوار بأنه مشكلة تبرز عندما يشغل شخص ما دورين اجتماعيين في نفس الوقت .

وعرفه ""غرين هوس و بيتا" بأنه مظهر من المظاهر صراع الدور الداخلي حيث يكون الضغط الناتج عن مجال الدور الأسري والمهني متعارضا بشكل المتبادل في بعض الأحيان.

2-أسباب صراع الأدوار:

إن عملية صراع الأدوار تبرز بصفة خاصة عندما يحدث تغيير اجتماعي في حياة الفرد كأن ينتقل الفرد من طبقة إلى طبقة أدنى نتيجة لانخفاض مستواه الاقتصادي، ومن أمثلة صراع الأدوار أيضا دور المراهق حين ينتقل من مرحلة إلى مرحلة أخرى. ومن أسباب صراع الأدوار إدراك الفرد لنفسه أنه يقوم بدورين أو عدة أدوار، وكلاهما يناسب مواقف معينة، ولا يناسب مواقف معينة، ولا يناسب مواقف أخرى.(أبو شنار،2023، ص215)

تتمحور أهم الأسباب التي أدت إلى بروز ظاهرة صراع الأدوار في الأسرة العصرية حول:

- تنصل أحد الآباء أو كليهما من المهام الأسرية الواجبة تجاه أفراد الأسرة.

- خروج المرأة للعمل وزيادة مسؤوليتها.
- الانسحاب الاجتماعي للرجل.
- الخلافات الزوجية وتأثيرها على الأبناء.
- تدخل أحد الزوجين في مجال عمل الآخر.
- انتقاد الزوج الدائم لتأخر الزوجة في تلبية حاجات الأسرة.
- الاتهام المتبادل بين الزوجين إزاء تربية الأولاد.
- السماح للأطراف الخارجية بالتدخل في الحياة الأسرية.
- غياب الحوار بين أفراد الأسرة ككل.
- إهمال دور الأبوة والأمومة بشكل عام، مما يجعل الأبناء يبحثون خارج البيت عن الحب المفقود.
- إهمال الحاجات المادية والدراسية للأبناء.
- الصراع الصامت الذي يحاول الوالدان إخفاءه ظاهرياً عن الأبناء، والذي قد يكون أشد تأثيراً عليهم من الخلاف الصاخب
- إدخال الأطفال في الخلافات، مما يرسخ انطباعاً سلبياً بأنهم أحد أطراف المشكلة، أو إرغامهم على الانحياز إما للأب أو للأم. (زيوش،2021،ص ص357-358)

ثانيا/عمل المرأة وانعكاساته على الحياة الأسرية :

شهدت العقود الأخيرة تغيرات اجتماعية واقتصادية كبيرة أدت إلى زيادة مشاركة المرأة في سوق العمل، مما أثر بشكل مباشر وغير مباشر على الديناميات الأسرية. فعمل المرأة لم يعد مجرد وسيلة لإعانة الأسرة ماديا، بل أصبح مرتبطا بتحقيق الاستقلالية الشخصية وتطوير المهارات والخبرات. هذه التغيرات أثارت اهتمام الباحثين بدراسة انعكاسات عمل المرأة على العلاقات الزوجية، تربية الأطفال، وتوزيع المسؤوليات داخل الأسرة، مع التركيز على التوازن بين الدور المهني والواجبات الأسرية، وتأثيره على الصحة النفسية والاجتماعية لكل فرد من أفراد الأسرة.

1-الانعاكسات السلبية:

1-1-انعكاسات عمل المرأة على حالتها النفسية :

إن عمل المرأة قد يصاحبه جانب سلبي محتمل، إذ تزداد مسؤوليتها المزدوجة، مما قد يؤدي إلى:

- الضغط والإرهاق النفسي والجسدي بسبب زيادة المهام بتعدد الأدوار وصعوبة التوافق بينها.
- الإحباط وفقدان الاستقرار.
- الشعور بالتقصير والتوتر المستمر إذ تعيش المرأة العاملة صراعا نفسيا كبيرا بسبب مسؤوليتها المزدوجة، وقد تشعر بأنها مقصرة في حق أطفالها وزوجها.
- المؤاخذة الاجتماعية :بالرغم من الحماية والرعاية التي توفرها لها التشريعات والمواثيق، فإن تعدد مهامها وأدوارها قد يجعلها عرضة للمؤاخذة الاجتماعية أحيانا.(بن عوالي،2022،ص 195)

1-2-انعكاسات عمل المرأة على علاقتها بزوجها :

من الممكن ملاحظة وجود اختلاف في العلاقة الزوجية بين الأسر التي تعمل فيها الزوجة خارج المنزل وتلك التي لا تعمل فيها. وقد أجريت عدة أبحاث لتقييم التوافق الزواجي لدى الزوجات العاملات، من بينها دراسة جامعة كولومبيا حول مشكلات الأمهات العاملات، والتي أظهرت أن حوالي ثلثي المشاركات لاحظن تغييرات في مستوى الرضا عن العلاقة مع أزواجهن نتيجة خروجهن للعمل (محامدية وبوطوطن، 2013، ص. 07).

في بعض الحالات، يكون عمل المرأة خارج المنزل مرتبطا بأهداف شخصية مثل الاستقلال المادي، مما قد يؤدي إلى اختلافات في توزيع المسؤوليات الأسرية. وقد يؤثر ذلك على ديناميكية العلاقة الزوجية أحيانا، ويزيد احتمالية حدوث توترات بين الزوجين. بالمثل، قد يعتمد بعض الرجال على الدخل الذي توفره الزوجة العاملَة، مما قد يساهم في ظهور خلافات داخل الأسرة (بن عوالي، 2022، ص. 197)

1-3-انعكاسات عمل المرأة على الأطفال:

إن انعكاسات عمل المرأة على الأبناء ترتبط ارتباطا وثيقا بقلة الوقت المتاح للتنشئة الأسرية، ودخول عوامل جديدة على عملية التربية، بالإضافة إلى الحالة النفسية للأم العاملة ويمكن ذكر بعض الانعكاسات فيما يلي:

- خروج المرأة اليومي للعمل يجعلها أكثر مسؤولية، ويؤدي إلى عدم بقائها مع أفراد أسرتها لفترة طويلة، وخاصة الأبناء .

- قلة التواجد المباشر للام إذ يقضي الأبناء وقتا كبيرا مع أشخاص آخرين، أو حتى مع وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي .وفي بعض الأحيان، تكون هذه الأوقات بدون أي مراقبة.
- صراع الأدوار والتوتر حيث تواجه الأم العاملة تحديات في موازنة متطلبات العمل والمنزل، مما قد يسبب قلقا وتوترا.
- الاعتماد على مصادر التنشئة الخارجية لتعويض غياب الأم، تتجه الأسر إلى الاستعانة بجهات خارجية لتوفير الرعاية والتنشئة للأبناء.
- تأثير محتمل على سلوك الأبناء في حال ضعف الروابط الأسرية، قد يسهم ذلك في ظهور بعض المشكلات السلوكية أو العاطفية لدى الأبناء.(كرابية،2023)

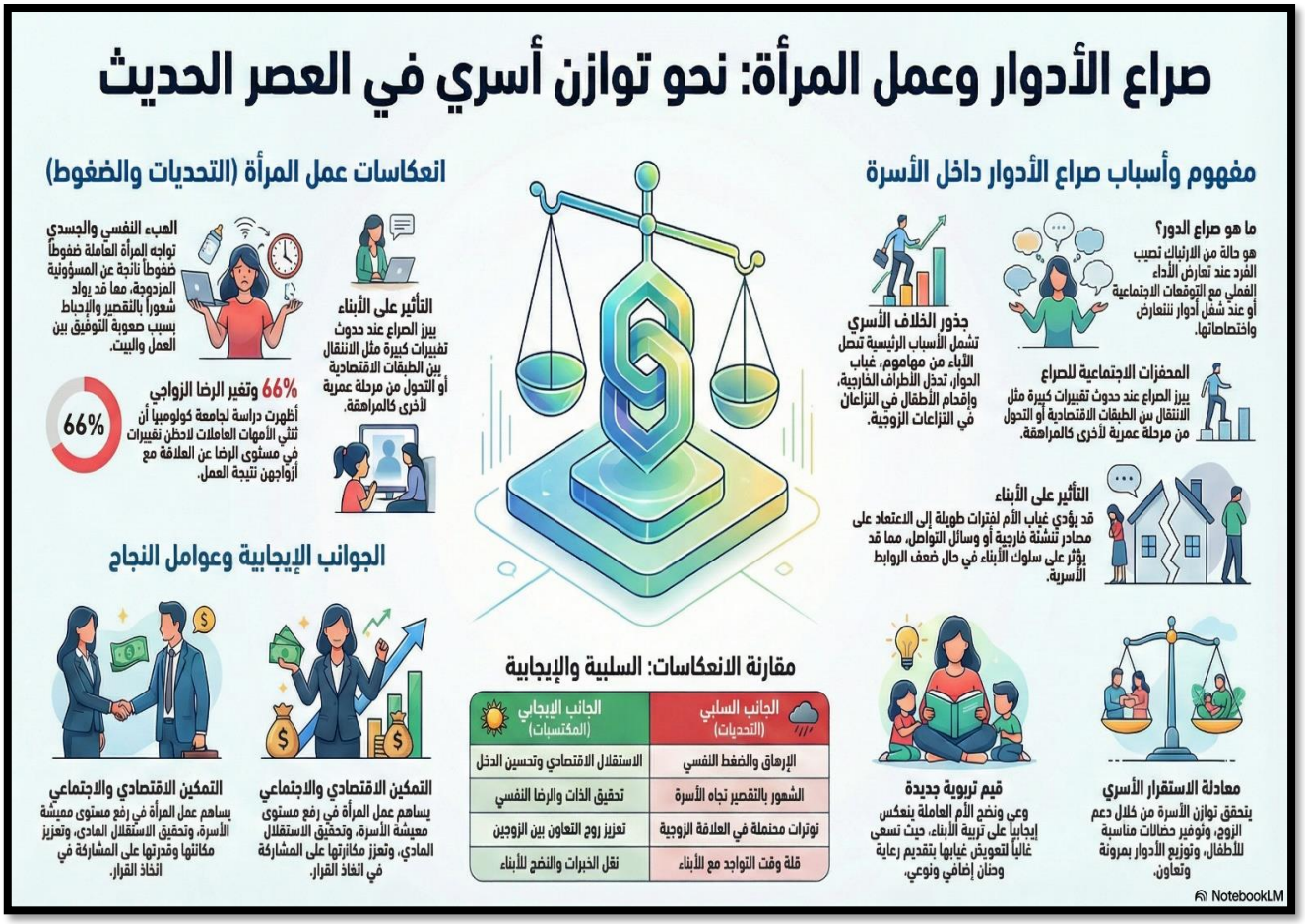
2-الانعكاسات الإيجابية:

بالرغم من بعض التحديات المرتبطة بعمل المرأة، يجدر أيضا التركيز على الآثار الإيجابية للعمل على المرأة وأسرتها، ويمكن تلخيص أبرز هذه النواحي فيما يلي :

- الاستقلال الاقتصادي وتحسين المستوى المادي والمساهمة في ميزانية الأسرة.
- أصبحت المرأة عونا للرجل. ورفع المستوى المعيشي لأسرتها.
- عمل المرأة يعد عملا تقدميا ينطوي على تعبئة كل طاقات المجتمع البشري وخدماته الإنتاجية.
- تحقيق الذات والمكانة الاجتماعية والرضا النفسي.
- المشاركة في اتخاذ القرارات داخل الأسرة
- أصبحت العلاقة بين الزوجين تقوم على أساس التعاون المتبادل.
- تنظيم وإدارة الوقت.
- . على الرغم من شعور الأم العاملة أحيانًا بالتقصير تجاه أبنائها، إلا أنها غالبًا تسعى لتعويض هذا الغياب من خلال تقديم رعاية وحنان إضافي لهم، فقد وجد الباحثان هوفمان وهاملين أن عمل المرأة قد يسهم في ظهور قيم جديدة تتعلق بتنشئة الأطفال، إذ أن شعور المرأة العاملة بالنضج والخبرة والوعي يمكن أن يؤثر إيجابيا على تعاملها مع أبنائها، ويظهر ذلك في سلوكياتهم اليومية.(الذهبي ومكاك، 2015)

وعليه فإن خروج المرأة للعمل لا يؤثر سلبا بالضرورة على استقرار وتماسك أسرتها، بل في الكثير من الحالات قد يساعد في ذلك شريطة توفر جملة من الشروط، أهمها توفير الدعم الأسري خاصة من طرف الزوج ومساعدته لها، وتوفير البدائل المكملة مثل دور الحضانة المناسبة للأطفال وغيرها من المتطلبات التي تسهم في تحقيق احتياجات أسرتها.

وفي نهاية هذا الدرس، نقدم ملخصا بصريا لأهم الأفكار الأساسية، كما يظهر في الشكل التالي:



الشكل رقم(08): صراع الأدوار وعمل المرأة (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

المحاضرة (08): الإرشاد الأسري (المفهوم ، الأهداف والأهمية)

تواجه الأسر في الوقت الحاضر تحديات وضغوطات متعددة على المستويين الاجتماعي والنفسي، مما قد يؤثر على استقرارها ووظائفها التربوية والاجتماعية. ومن هنا تنبع الحاجة إلى الإرشاد الأسري كأداة داعمة تساعد الأسرة على مواجهة هذه المشكلات، وتعزيز قدراتها على التعامل مع ضغوط الحياة اليومية، وتحقيق التوازن والتماسك بين أفرادها.

في هذه المحاضرة، سنستعرض مفهوم الإرشاد الأسري، ونتعرف على أهدافه وأهميته في دعم الأسرة، وتعزيز استقرارها وتحسين جودة الحياة الأسرية.

1-تعريف الارشاد الاسري:

ينظر إلى الإرشاد الأسري بوصفه عملية دعم موجهة تهدف إلى مساعدة أفراد الأسرة على فهم ديناميات الحياة الأسرية وما يرتبط بها من مسؤوليات، بما يسهم في تعزيز الاستقرار والتوافق داخل الأسرة ومعالجة المشكلات التي قد تواجهها (الغزة، 2015، ص 120).

كما يعرف أيضا بأنه عملية مهنية مخططة يقوم بها مرشد أسري متخصص، تعتمد على استخدام مبادئ الإرشاد وتقنياته بهدف مساعدة الأفراد أو الأسرة ككل في التعامل مع مشكلاتهم الفردية أو الجماعية، والعمل على تحقيق التكيف الأسري وتعزيز التوافق والاستقرار(البربثن، 2011، ص 17).

فهو عملية يقوم بها المرشد أو فريق العمل الإرشادي) لمساعدة أفراد الأسرة على فهم إمكانياتهم وتنمية علاقاتهم الاجتماعية، واستبصار الحلول السليمة لمشكلاتهم، لتحقيق الاستقرار الأسري والتوافق النفسي والصحة النفسية والسعادة للفرد والأسرة و المجتمع.(بن مريم ومنصوري،2017،، ص87)

ويشير الإرشاد الأسري إلى مصطلح واسع يضم العديد من الطرق والأساليب التي تتبع عند العمل مع أسر التي تعاني من صعوبات نفسية واجتماعية، ومن ضمنها الإرشاد النفسي الذي يساعد أفراد الأسرة على تطوير مهاراتهم وحل الخلافات الأسرية (الجنابي، 2020، ص 53).

2-أهداف الارشاد الاسري:

يهدف الإرشاد الأسري إلى تحقيق السعادة والاستقرار للأسرة وبالتالي للمجتمع من خلال نشر وتعليم أصول الحياة الأسرية السليمة للأولاد وطرق رعايتهم وتربيتهم والمساعدة في حل مشكلاتهم الأسرية وعلاجها وتحقيق الصحة النفسية للأسرة يوجد عدة أهداف للإرشاد الأسري من أهمها:

- السعي إلى إيجاد طريقة فعالة في حل مشاكل العائلة الخاصة وبمساعدة المرشد.
- الاهتمام بالمحافظة على وحدة وتكامل الأسرة.
- أن ينظر كل فرد من أفراد الأسرة لنفسه على أنه عنصر فعال في الأسرة.(عودة،2020، ص56)
- مساعدة الأسرة وأعضائها على حل المشكلات واتخاذ القرارات وتحقيق الوعي في التعامل الأمثل مع ضغوطات الحياة المختلفة.
- تحقيق الذات مع تكوين مفهوم إيجابي عن الذات لدى أعضاء الأسرة، ثم تكوين اتحاد ذاتي للأسرة ككيان واحد مترابط.
- تنمية التواصل والتفاعل الإيجابي بين أعضاء الأسرة وتحقيق التكيف الاجتماعي للأسرة ككل. (البريثن، 2022، ص17)
- العمل على معرفة نقاط الضعف التي تؤثر في العلاقات داخل الأسرة.
- العمل على تقوية القيم الإيجابية للأسرة ومساعدتها في وضع حدود وقواعد تسري عليها.
- مساعدة الأسرة على رفع مستوى أدائها الاجتماعي وتأدية وظائفها بتكامل مع المجتمع الأكبر.
- العمل على تحقيق التوازن والتماسك في العلاقات بين أفراد الأسرة.(جمعي،2021، ص263)
- سلامة بناء الأسرة واستمرارها واستقرارها لأن الأسرة أساس المجتمع.
- تجنب المشكلات قبل وقوعها من خلال إصلاح الأسباب الداعية للاضطراب أو توتر العلاقات الأسرية وتداركها.
- تقوية وتحصين الأسر ضد الاضطرابات النفسية.
- تحقيق الصحة النفسية في الأسرة كجماعة وأفراد.
- تحقيق الانسجام والتوازن في العلاقات بين أعضاء الأسرة الواحدة.
- تقوية القيم الأسرية الإيجابية وإضعاف السلبية منها لدى أعضاء الأسرة.

- مساعدة المسترشدين في التعرف على نواحي الاضطرابات في العلاقات الأسرية وتأثيرها على سلوك أعضائها وكذا فتح قنوات الاتصال حيث يمكنهم مناقشة مشكلاتهم بصراحة وحرية.(عودة،2020، ص56)

كما يمكن تقسيم الأهداف التي يسعى المرشد الأسري إلى تحقيقها كما يلي:

- **الهدف العلاجي:** مساعدة الأسرة على تحديد مشاكلها وحلها أو التخفيف من حدتها والحفاظ على وحدتها وضمان استقرارها وديمومتها.
- **الهدف الوقائي:** تحديد المكان الذي قد ينجم عنه خلل في العلاقات بين الأسرة والمحيط الاجتماعي تفاديا للحصول على أي خلل.
- **الهدف الإنمائي:** البحث عن الطاقات والقدرات القصوى والكامنة في الأسرة والعمل على تنميتها.(القرني والغالي، 2004، ص 117).

3-أهمية الارشاد الاسري:

يعمل الإرشاد الأسري كحل لمعالجة المشكلات الاسرية والوقاية منها قبل وقوعها. وتتعدد استراتيجيات هذا التدخل وتتنوع مثل الإرشاد العقلي السلوكي الوجداني، حيث يركز التدخل الإرشادي فيه على النظرة الشمولية للإنسان، من خلال السعي إلى تعديل الأفكار، والتحكم في الانفعالات، وتقويم السلوك. (حديدان، 2023، ص 450)

كما تعتبر منظومة الإرشاد الأسري من الآليات الوقائية التي تمكن الأسرة من التكيف مع التحولات الاجتماعية الحديثة، وتحقيق توازن نفسي واجتماعي بين أعضائها من خلال تعزيز التوافق الأسري والتناغم فيشير جاي هيلي Haley Jay أن التغيرات السريعة تجعل الأسرة تبحث عن النصح والتوجيه عند ذوي الخبرة، وينبه إلى أن هذه التغيرات المتلاحقة تؤثر على الأسرة و بالتالي على أفرادها وهذا ما ينبغي على المرشدين و المعالجين أن يضعوه في اعتبارهم إذا أرادوا أن ينجحوا في علاج المسترشدين (رفسي وبن عبد الله، 2018، ص 32)

بالإضافة إلى ذلك، يساهم الإرشاد الأسري في الوقاية من المخاطر الكبرى مثل التطرف والغلو، من خلال غرس القيم الأسرية الإيجابية والتواصل المفتوح بين الوالدين والأبناء كخط دفاع أول في المجتمع (الحيسوني، 2021، ص 10)

وأخيرا، فإن الإرشاد الأسري يساعد الأسر التي تواجه ضغوطا خاصة، مثل أمهات أبناء ذوي الإعاقة، على التكيف مع التحديات النفسية والاجتماعية، من خلال تقديم دعم استشاري مستمر يمكن أن يحسِّن جودة الحياة ويخفّف العزلة النفسية (الاقنم والأشي، 2021، ص 80)



الشكل رقم (09): الارشاد الاسري المفهوم والاهمية (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

المحاضرة (09): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد التحليلي)

يمثل الإرشاد الأسري إطارا علميا يساعد الأسرة على مواجهة مشكلاتها وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي لأفرادها، لكن فعالية هذا الإرشاد تعتمد على النظريات التي يستند إليها المرشد في فهم ديناميات الأسرة وتحديد استراتيجيات التدخل المناسبة.

في هذه المحاضرة التاسعة، سنتناول نظريات الإرشاد الأسري مع التركيز على الإرشاد التحليلي، الذي يهدف إلى فهم الجوانب اللاواعية للصراعات الأسرية، وتحليل أنماط العلاقات بين الأفراد، لكشف الأسباب العميقة للمشكلات، ووضع أساليب تدخل تساعد الأسرة على التكيف، وتحقيق التوافق والاستقرار.

1-الارشاد التحليلي:

اهتمت النظرية التحليلية بالأسرة والعلاقات الوالدية بالأبناء، لذا تعد رائدة في حركة علاج الأسرة، وقد بدأ فرويد بالعمل مع الأطفال بالفهم والتشخيص للأسرة موضحا النظام الأسري وأبعاده، وأكد على أن مستوى العلاقات تتجسد بوظائف دائمة داخل الشخصية (الهو، والأنا، والأنا الأعلى، والتفاعلات بينها)، وهي ناتجة عن تفاعلات الفرد في الأسرة التي تعد النموذج الأول للحياة الجمعية.

لقد وضع فرويد الأساس للمدخل الفردي، إذ تناول مشكلات الفرد من خلال الأسرة التي يعيش فيها، ونوعية العلاقات التي تنشأ بين الفرد والآخرين، وهو يتبنى أسلوب عمل متمركز على الأسرة، ويضع الأسرة في اعتباره في جميع مراحل عملية التحليل، وهناك توازن بين حياة الفرد الداخلية والأسرة، كما أن نمو الشخصية يتطلب تحسين المناخ الأسري. التعمق بالديناميات النفسية؛ الهو والأنا، والأنا الأعلى إذ إن الهو يمثل العمليات النفسية المرتبطة بالدوافع التي يصدر عنها دافع نشاطات الفرد أي وقود الشخصية، وتعطيها النظرية التحليلية طابعا جنسيا وعدوانيا.(أبو عيطة، 2019، ص174)

بالرغم من أن نظرية التحليل النفسي ركز على علاج الأفراد المضطربين، ولكن هناك قواسم مشتركة بينه وبين الإرشاد الأسري أهمها:

- كثير من مرشدي الأسرة بدأوا كمحللين نفسيين، ومارسوا التحليل النفسي قبل التحول إلى الإرشاد الأسري، مما ساهم في تطوير هذا النوع من الإرشاد والعلاج.

- النظرية التحليلية تبرز الدور الحاسم للأسرة والعلاقات الوالدية في نمو شخصية الطفل واستقرارها أو انحرافها.

- فرويد ركز في البداية على الفهم والتشخيص الأسري، لكنه انتهى إلى العلاج الفردي، نظرا لعدم نضج شروط الإرشاد والعلاج الأسري في زمنه.

- مدرسة التحليل النفسي ترى أن تأثيرات الأسرة تتجاوز العلاقات الظاهرية لتصبح وظائف دائمة داخل شخصية الفرد (الهو، الأنا، والأنا الأعلى)، وبالتالي يعمل المعالج مع الأسرة عبر الفرد، حيث تعكس سمات الفرد الأسرية المبكرة بصماتها على الأسرة ككل. (عدوان وبن عامر،2014، ص198)

تعتبر النظرية التحليلية في الإرشاد الأسري إحدى الركائز الأساسية لفهم الديناميات النفسية للأسرة، حيث تركز على النزاعات اللاواعية التي تؤثر في السلوكيات والعلاقات بين أفراد الأسرة.

2-أهداف الارشاد التحليلي الاسري:

- تحرير أفراد الاسرة من سلطة قيود الانفعالات اللاشعورية.
- العمل على تمايز الذات لدى كل أفراد الاسرة.
- اتاحة فرص الاستقلالية وتحرير كل منهما من التبعية.
- إتاحة ظروف التغيير من خلال الاستبصار. .(أبو عيطة، 2019، ص178)

3-فنيات نظرية التحليل النفسي الاسري:

تعد الأسرة مصدرا أصليا للصراعات النفسية، حتى وإن لم تعد تمارس تأثيرا مباشرا في الحاضر ففي المشكلات الزوجية (كالغيرة، فقدان الثقة، صراع الأدوار)، لا ينظر إلى السلوك الظاهر فقط، بل إلى الدوافع اللاشعورية الكامنة خلفه، فالمنحى التحليلي يرى أن الصراعات الزوجية تعكس صراعات نفسية داخلية تعود جذورها إلى مرحلة الطفولة المبكرة وتعود هذه الصراعات إلى دوافع جنسية وعدوانية لاشعورية كما طرحها فرويد، والتي تؤدي إلى استخدام الميكانزمات الدفاعية. لذا فالارشاد التحليلي يركز على كيفية إثارة الشريك للخبرات الانفعالية، وعلى طبيعة التفاعل والتحويل داخل العلاقة العلاجية حيث تسهم العلاقة العلاجية في إيقاظ صراعات قديمة مرتبطة بالوالدين من خلال ميكانيزم التحويل.

ولتحقيق النتائج المطلوبة يعتمد المعالج في العلاج النفسي التحليلي على الاستماع، التعاطف، الحياد، والتفسيرات التحليلية لفهم الانفعالات والعواطف والخبرات الداخلية وتاريخها. ويركز على التحويل أكثر من التدخل المباشر في العلاقات الزوجية. كما يتم العلاج بصورة فردية وبأثر رجعي، دون تدخل مباشر في العلاقات الشخصية أو في العلاقة بين المحلل والمريض.(أبو عيطة، 2019، ص178)

ولعل أكثر الفنيات استخداما نجد ما يلي:

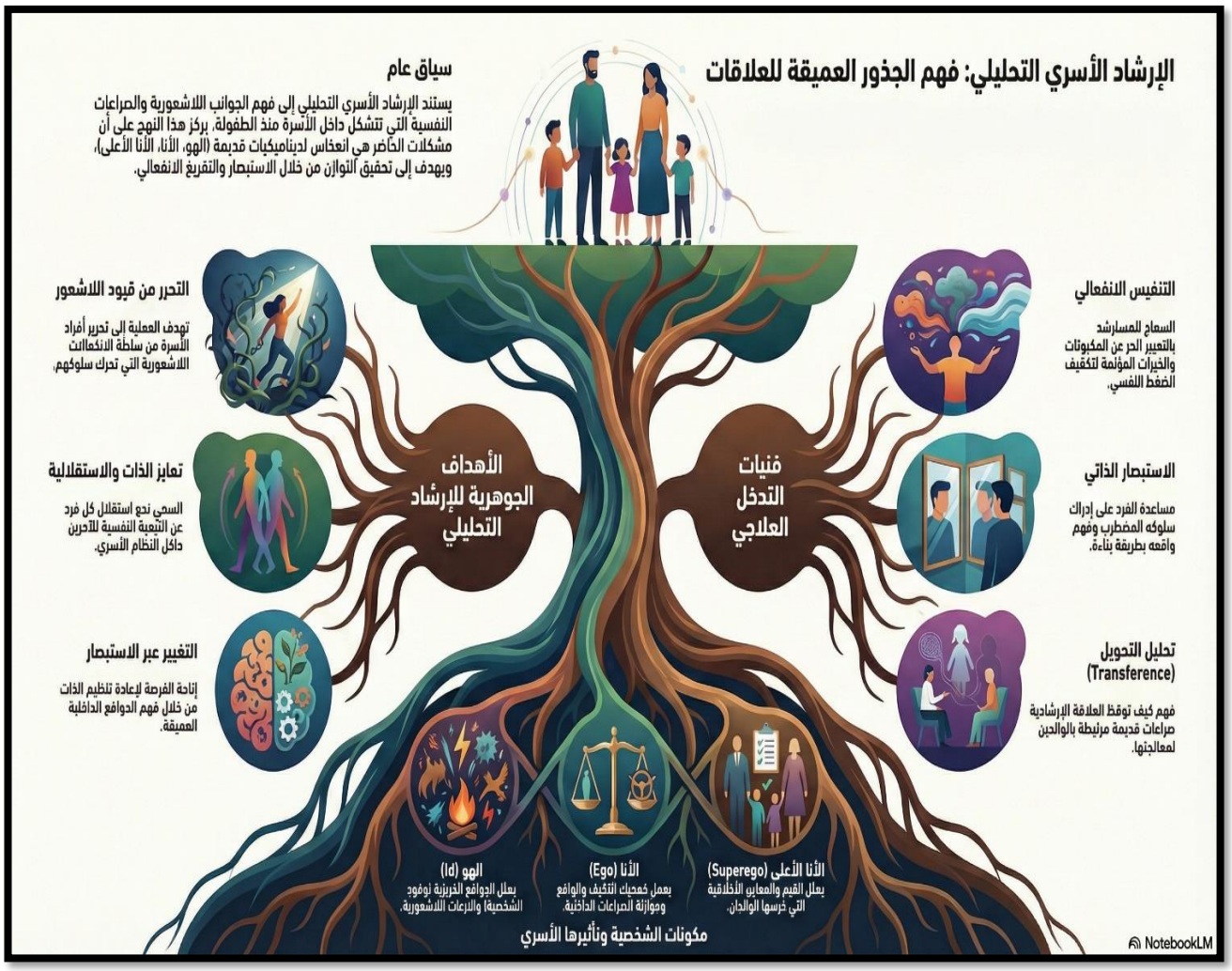
- **التنفيس الإنفعالي:**

يقصد بها التحرر من الخبرات المشحونة إنفعاليا ، ويتضمن تفريغ المسترشد ما يحمله من خبرات مؤلمة وإنفعالات ومكبوتات ، حيث يسمح هذا الاسلوب الإرشادي للمسترشيدين التعبير بكل حرية عن مشكلاتهم وصراعاتهم وانفعالاتهم وإحباطاتهم ومعاناتهم النفسية .ويهدف هذا الأسلوب إلى مساعدة المسترشد في التخفيف من الضغط النفسي والكبت الذي يعاني منه وبالتالي تحقيق راحته النفسية.

- **الإستبصار:**

يتيح هذا الأسلوب الإرشادي للمسترشد التعرف على دوافعه الداخلية والعومل المؤثرة فيه، وللمرشد دور مهم في هذه العملية حيث يمثل دور المرأة التي يرى فيها المسترشد نفسه ، ويساعد الإستبصار ايضا المسترشد على فهم ذاته وتقبلها ، ويتيح له إعادة تنظيمها ويساعده على إدراك سلوكه المضطرب والتحكم فيه ن مما يساعد الفرد على تقبل الواقع وفهمه والتوافق معه بطريقة بناءة .(يسية ، 2025، ص ص69، 70).

في نهاية هذه المحاضرة، نستعرض لكم موجزا لأهم ما ورد فيها، كما يتضح في الشكل الآتي:



الشكل رقم (10): الارشاد التحليلي الاسري (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

المحاضرة (10): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي)

في هذه المحاضرة سنتعرف على نظرية الإرشاد السلوكي كأحد أهم النظريات التي يستند إليها الإرشاد الأسري، والذي يركز على تعديل السلوكيات غير المرغوبة وتعزيز السلوكيات الإيجابية لدى الأفراد، من خلال تطبيق مبادئ التعلم، وتقنيات التعزيز، والنمذجة، بهدف تحقيق التكيف الأسري، وتعزيز التوافق والاستقرار داخل الأسرة.

1-تعريف الإرشاد السلوكي :

يعرف بأنه أسلوب في الإرشاد يعتمد على مفاهيم النظرية السلوكية الخاصة بتشكيل واكتساب السلوك ، حيث يرى أصحاب هذه النظرية أن السلوك الإنساني السوي منه والشاذ حدثان قابلان للتعلم ، بمعنى أنه يمكن تشكيله وإكسابه للأفراد وكذلك محوه أو إطفائه وينظرون إليه مباشرة دون البحث في الأسباب التي أدت إلى حدوثه ويتعاملون معه وفقا لأهم قاعدة في قواعد السلوك والتي نادى بها العالم الكبير "سكنر" ألا وهي : السلوك محكوم بنتائجه.(أبو الفضل ، 2010، ص431).

يعتبر الإرشاد السلوكي واحدا من أنواع الإرشاد النفسي .والذي يعد تطبيقيا عمليا لقواعد وقوانين التعلم والنظرية السلوكية وعلم النفس التجريبي بصفة عامة في ميدان الإرشاد النفسي .وبصفة خاصة في محاولة حل المشكلات السلوكية على أسس نظريات التعلم بصفة عامة ، والتعلم الشرطي بصفة خاصة ، ويطلق على الإرشاد السلوكي أحيانا "إرشاد التعلم "أو "علاج التعلم".(الحربي، 2021، ص56).

ويقوم على أساس نظريات التعلم ، ويشتمل على مجموعة كبيرة من فنيات العلاج التي تهدف إلى إحداث التغيير والتعديل في سلوك الإنسان وبصفة خاصة السلوك غر المتوافق .(بلان ، 2015، ص109).

إن الأسرة عند السلوكيين تمثل بيئة طبيعية لتعلم السلوك، وهي شبكة متداخلة من المواقف والمشاعر والأساليب الموجهة من فرد إلى آخر داخل الأسرة. وقد يدعم سلوك أحد أعضاء الأسرة عضوا آخر فيها، وقد يعارضه ثالث ويتحداه الرابع، وهكذا يتعلم الفرد كيف يتصرف تجاه باقي أفراد الأسرة، وينتقل عن طريق التعميم هذا السلوك في معاملة الآخرين خارج نطاق الأسرة.

يفترض السلوكيون بأن الإرشاد السلوكي للأسرة يرى أن أنماط السلوك تتعلم خلال نوبات متكررة من المحاولة والخطأ في حل المشكلة، وأيا كان نمط سلوك الأسرة فإنه يمثل الاستجابات القصوى لكل فرد في محاولته لحل المشكلة بالطريقة التي تحقق أكبر قدر من المكافأة أو التي تضمن للأسرة أقل قدر من المعاناة أو الألم. (أبو عيطة،2019،ص 625)

2-خصائص الإرشاد السلوكي :

- معظم سلوك الإنسان متعلم ومكتسب سواء كان سوي أو مضطرب.
- السلوك المضطرب يتعلمه الفرد نتيجة التعرض المتكرر للخبرات التي تؤدي اليه وحدوث ارتباط شرطي بين تلك الخبرات وبين السلوك المضطرب.
- زملة الأعراض النفسية تعتبر تجمعا لعادات سلوكية خاطئة متعلمة.
- السلوك المتعلم يمكن تعديله.
- السلوك المضطرب المتعلم لا يختلف من حيث المبادئ عن السلوك العادي المتعلم ، إلا أن السلوك المضطرب غير متوافق.
- يولد الفرد ولديه دوافع فيزيولوجية أولية ، وعن طريق التعلم يتعلم دوافع جديدة.(زهران ، 1980، ص ص336-337).
- تعزيز السلوك السوي المتوافق.
- مساعدة العميل في تعلم سلوك جديد مرغوب فيه والتخلص من سلوك غير مرغوب.
- تغيير السلوك غير السوي أو غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف التي يظهر فيها وتخطيط مواقف يتم تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغيير المنشود ويتضمن ذلك إعادة تنظيم ظروف البيئة
- العمل على تجنب العميل لتعميم قلقه على مثيرات جديدة.(النعيم ، 2008، ص31).

3-أهداف الإرشاد السلوكي :

- يحدد العلماء السلوكيون الهدف النهائي الشامل للارشاد الأسري السلوكي، بأنه تغيير بشكل نمط التعزيز السابق بهدف أن يتعلم أعضاء الأسرة أن يقدموا الدعم الاجتماعي المناسب للسلوك المرغوب فيه بدلا من دعم السلوك غير المناسب والمسبب لعدم التكيف.

- مساعدة الوالدين أو أحد أعضاء الاسرة على اختيارهم للاستجابة الأفضل بالنسبة لظروف معينة لديهم. (أبو عيطة،2019،ص625)
- التخلص من المشكلات المحددة التي تتدخل أو تؤثر سلبا على آداء المسترشد .لذلك فهو لا يهدف على إعادة بناء أو تنظيم شخصية المسترشد وإنما يقوم المرشد السلوكي بإعداد طريقة الإرشاد بما يناسب مشكلة المسترشدين.
- التركيز على السلوك الموجود الآن وعلى البيئة والظروف التي تحدث فيها، دون تكريس أو تخصيص وقت طويل لفهم طفولة المريض مع والديه أو مع أصدقائه .
- معاونة المسترشدين على النظر الى مسؤولياتهم في صورة أهداف يمكن تحقيقها.(بلان ،2015، ص129).

4-تقنيات الإرشاد السلوكي :

يعتمد الإرشاد الأسري السلوكي على التحليل السلوكي للنظام الأسري وعلى تحليل وظائف الأسرة، وهو ما يتطلب عددا من الجلسات يقوم المرشد بها ويحاول :

- عقد اتفاقية علاج مع كل أفراد الأسرة
- استخدام المشكلة الظاهرة كنقطة بداية لتحليل وظائف الأسرة
- الحصول على معلومات مفصلة عن ملاحظات كل فرد من أفراد الأسرة وأفكاره ومشاعره حول المشكلة
- الحصول على معلومات حول تفاعل كل فرد في الأسرة داخل نظام الأسرة واتجاهاته ومشاعره وسلوكه نحو أعضاء الأسرة الآخرين وكذلك دافعيته.(أبو عيطة،2019،ص 626).

وهنا مجموعة من التقنيات التي يمكن أن يستخدمها المرشد السلوكي في الارشاد الاسري وهي:

5-1-التعزيز : هو عملية تقديم مثير مرغوب فيه أو إزالة مثير غير مرغوب فيه بعد القيام بالسلوك المرغوب فيه مباشرة مما يزيد من احتمال تكرار السلوك المرغوب فيه.

ويعرف أيضا على أنه السلوك أو الاستجابة التي يلحقها حدث ما يؤذي بها إلى التكرار أو الزيادة ، يسمى هذا الحدث بالتعزيز إذن عملية ينتج عنها تقوية أو زيادة للإستجابة التي جاء بعدها المعزز .(عياد وتلمساني ، 2023، ص226).

إذ يوجد شكلان للتعزيز :

أ- تعزيز ايجابي : ويعرف بأنه :"إضافة مثير محبب لاحق للسلوك يعتبر تعزيزا ايجابيا ، فضحك الأب لطفله الصغير بعد محاولاته للمشي يعتبر تعزيزا إذا أدى الى ذلك إلى زيادة استمرار الطفل بمحاولة للمشي".

ب-تعزيز سلبي :ويعرف على أنه :"سحب مثير غير مرغوب فيه بعد القيام باستجابة مرغوب فيها مثال : على سعيد أن يأكل العسل كل يوم وهو يكره ذلك ، ولكن والدته تقوم بارغامه على أكله لأنه مفيد ، وتقوم بمعالجة ذلك من خلال قولها له ، استيقظ مبكرا وكن جاهزا على مائدة الطعام في الساعة السابعة وبذلك فإنه ليس عليك أكل العسل.(بورصاص ومعاش ، 2021، ص840).

5-2-الاقتصاد الرمزي:

هو استخدام مثيرات كتحفيز وتدعيم للسلوك المرغوب أو انقاص السلوك غير المرغوب ويستخدم هذا الاسلوب في العلاج الأسري ويطبق مع أحد أفراد الأسرة بعد أن يكون قد حدد المعالج السلوك أو أساليب السلوك المرغوبة ، وحدد لكل منها عددا من النقاط أو العملات. ويمكن أن يستبدل بها تشكيلة من المكافآت ، على أن يكون محددا مثل كم هو عدد النجوم أو النقاط المطلوب جمعها حتى يحصل الفرد على المكافأة.(كفافي ، 1999، ص 298).

5-3-التدريب على التوكيدية:

يشرح لازاروس(Lazarus) السلوك التوكيدي في أنه سلوك يتكون من أربعة استجابات تتمثل في: قدرة الفرد على قول لا، القدرة على فعل المتطلبات، القدرة على التعبير على المشاعر الايجابية والسلبية، والقدرة على بدء واستمرار وإنهاء المحادثات. فالتدريب على التوكيدية هدفه استرجاع ثقة الفرد بنفسه، وقدرته على التعبير عن انفعالاته الايجابية والسلبية ومقاومة الضغوط التي يماريها الاخرون لاجباره على فعل شيء لا يرغبه، والدفاع عن حقوقه واحترام حقوق الاخرين.(بلوم وحلاسة،2016،ص ص 140،143).

فمن خلال هذه الفنية يتم مساعدة أفراد الأسرة على التعبير عن مشاعرهم بطريقة صحيحة ، كما يهدف إلى تغيير سلوكيات الأفراد واعتقاداتهم حتى يكونوا قادرين على التغيير بشكل أفضل عن

احتياجاتهم ورغباتهم ، وآرائهم للآخرين .ويتضمن التدريب التوكيدي تغيير اعتقادات الفرد حول ذاته ، وفيما يتعلق بالتفاعل الاجتماعي ، إضافة الى تعلم أنماط سلوكية جديدة.(مصطفي ، 2025، ص118).

يشير علاء الدين كفافي (1999) أن المدخل السلوكي الاسري ركز على أهمية ممارسة الاتصال المباشر بين أفراد الاسرة، فالتعبير عن الافكار والمشاعر يساعدهم على ايجاد حلول فعالة لمشكلاتهم وتحقيق الاهداف الاسرية، فالاتصال المباشر الايجابي هو النقطة الاولى في التدريب على التوكيدية من خلال النمذجة، التعزيز الايجابي، التدريب على مهارات الاتصال، من أجل مساعدة الفرد على التعبير عن مشاعره اتجاه أسرته وشعوره بأن له دور فعال في الحياة الاسرية.

وعليه فإن تدريب الاسرة على مفهوم التوكيدية يساعدها على استقلالية أفرادها عاطفيا وانفعاليا، فتجعل من شخصياتهم قوية، فالأم التي تربي ابنها على أسلوب التدليل والرعاية المفرطة، أو أساليب التخويف والعقاب قد تنعكس على سلوكاتهم ليصبحوا أفرادا يخافون من المواجهة، لايستطيعون التعبير عن مشاعرهم الحقيقة، غير قادرين على رفض مالايريدون القيام به، لذا فالتدريب على السلوك التوكيدي في جلسات الارشاد الاسري يسمح للفرد أن يعيش داخل الاسرة وخارجها دون خوف من الآخرين قادر على اتخاذ قرارته لاستقلال شخصيته عن الآخر.

5-4-حل المشكلة :

حل المشكلة من المنظور السلوكي هو عملية مساعدة تهدف إلى تمكين الأسرة من أن تتعامل بكفاءة أكبر مع مدى عريض من المشكلات الموقفية .وعلى الرغم من أن حل المشكلة يبدأ من قضية معينة إلا أن المعالج الأسري عليه أن يعمل من خلال مواجهة هذه القضية على ترقية مهارة حل المشكلة بحيث يمكن أن تستخدمها الأسرة في المواقف الأخرى بدون مساعدة من أحد.

وعلى ذلك فإن معالج الأسرة ينمى مناخ الثقة والتفهم بينه وبين أعضاء الأسرة وعليه ألا يبدأ العمل إلا بعد التحليل السلوكي ودراسة أبعاد المشكلة التي تلم بالأسرة .وقد تحرك معالجو الأسرة السلوكيون حديثا نحو تدريب الأسر لتبنى استراتيجيات لحل المشكلة ، وأن تتعلم الأسرة في هذه البرامج كيف تضوغ المشكلة على النحو الذي يساعد على حلها ، لأن فهم المشكلة الخاطئ ووضعها غير المنطقي أو غير الواقعي عند الأسرة جزء من المشكلة ذاتها.(كفافي ، 2009، ص367).

وفي نهاية المحاضرة، نعرض خلاصة مركزة لأهم الأفكار التي تم تناولها، كما هو مبين في الشكل التالي:



الشكل رقم (11): مبادئ وتقنيات الارشاد الاسري السلوكي (تم الاستعانة بأداة NotebookLM.)

المحاضرة (11): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد السلوكي المعرفي)

يركز الإرشاد السلوكي المعرفي الأسري على فهم العلاقة بين الأفكار، والمشاعر، والسلوكيات لدى أفراد الأسرة، والعمل على تعديل الأفكار الخاطئة أو السلوكيات غير الفعالة. ويهدف إلى تعزيز مهارات التكيف، وتحسين التواصل، وتقوية التوافق الأسري لتحقيق استقرار الأسرة ورفاهية أعضائها

1-تعريف الإرشاد السلوكي المعرفي:

يعرف "كندول" الإرشاد السلوكي المعرفي بانه "محاولة دمج الفنيات المستخدمة في الإرشاد السلوكي، التي ثبت نجاحها في التعامل مع السلوك ومع الجوانب المعرفية لطالب المساعدة ، بهدف إحداث تغييرات مطلوبة في سلوكه ، بالإضافة إلى ذلك يهتم الإرشاد المعرفي السلوكي بالجانب الوجداني للمريض ، وبالسياق الاجتماعي من حوله ، من خلال استخدام استراتيجيات معرفية ، سلوكية ، انفعالية ، اجتماعية ، وبيئية لإحداث التغيير المرغوب فيه.(جابر وبومجان ، 2013، ص211).

كما يعرف على انه أحد المناهج العلاجية التي تهدف الى تعديل السلوك الظاهري للفرد وذلك من خلال التأثير في عمليات التفكير عن طريق التدريب على مواجهة الذات من خلال تغيير الأفكار غير المنطقية وحثه على استبدالها بأخرى أكثر منطقية وإيجابية.(العرفي ، 2024، ص16).

وعرفه عبد الستار (1993) بأنه أسلوب علاجي يحاول تعديل السلوك والتحكم في الإضطرابات النفسية من خلال تعديل أسلوب تفكير المنتفع و إدراكاته لنفسه و بيئته.(عبد الله ، 2021، ص249).

كما أشار عبد الوهاب خالد (2006) بأن الإرشاد السلوكي المعرفي هو واحد من بين المداخيل الإرشادية والعلاجية التي تركز على إشراك العميل في العملية الإرشادية حيث يعمل على تعليمه مختلف الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية التي تساعده على التخلص من المشكلة ومواجهتها بدلا من الهروب منها وذلك بالإعتماد على مجموعة متنوعة من الأساليب والفنيات السلوكية والمعرفية .(يسية ، 2025، ص55).

وعليه فالإرشاد المعرفي السلوكي يعد اتجاها حديثا نسبيا يعمل على الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة ، والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات تهدف الى التعامل مع الاضطرابات المختلفة

من منظور ثلاثي الأبعاد ، إذ يتعامل معها معرفيا ، وانفعاليا ، وسلوكيا .(الحسيني وأحمد، 2024، ص177).

2-أهداف الإرشاد السلوكي المعرفي :

- يهدف الى مساعدة المسترشدين على تقبل ذواتهم كأشخاص غير كاملين في هذه الحياة ، والحكم على ذواتهم بصورة منفصلة عن الآداءات التي يقومون بها في مواقف الحياة المختلفة .
- مساعدة المسترشدين على القيام بأنشطة تساعدهم على مواجهة تلك المعتقدات غير العقلانية واستبدالها بأخرى عقلانية .(جابه ، 2023، ص456).
- مساعدة المسترشد على تحديد وملاحظة الأفكار التلقائية اللاتوافقية التي يتبناها لنفسه.
- تعليم المتعالجين تقييم أفكارهم وتخيلاتهم التي ترتبط بالاحداث والسلوكيات المضطربة.
- تدريب المسترشدين على الحوار الذاتي الداخلي الايجابي .
- تدريب المسترشدين على استراتيجيات وفنيات معرفية وسلوكية تفيدهم في تعديل أفكارهم و سلوكاتهم النابعة من الواقع خلال مواقف حياتية جديدة.(يسية ، 2025، ص ص62-63).

3-خصائص الإرشاد السلوكي المعرفي :

- يستند على افتراض أساسي يؤكد على أهمية العمليات العقلية في تنمية السلوك المرغوب فيه والإبقاء عليه.
- يسمح للمعالج أن يعلم المفحوص كيف يناقش افتراضاته الخاطئة ويقوم بإصلاحها .
- يركز على العمليات المعرفية وتصريحات الذات التي تلعب دورا هاما في حدوث الإضطراب.
- يتسم بوجود علاقة مباشرة بين الفاحص و المفحوص .
- يعتمد عبى أسلوب إعادة البنية المعرفية .
- يعتمد على تقنيات علمية للسيطرة على تفكير الفرد و إبعاد تفكيره اللاعقلاني.(الرويلي ، 2023، ص323).
- يستجيب الأفراد الى التمثيلات المعرفية الخاصة بالأحداث البيئية أكثر من الأحداث نفسها.
- إجراءات تعديل السلوك وتعديل العمليات المعرفية اجراءات مرغوبة ويمكن دمجها مع بعض.

- تتوسط العمليات المعرفية الأنماط غير الوظيفية السلوكية و الإنفعالية.(الحسيني وأحمد، 2024، ص182).

4-خطوات الارشاد المعرفي السلوكي الاسري:

للمرشد دور فعال لانه ينظر لعمله كأداة لاحداث تغيرات في السلوك لدى أفراد الاسرة ويهتم المرشد بالمعارف والابنية المعرفية الموجودة لدى الأزواج وافراد الاسرة وكذلك يساعد المسترشدين على الوعي بالتشوهات المعرفية الموجودة لديهم ويساعدهم على فحص مدى واقعيتها وهنا مجموعة من الخطوات التي يجب القيام بها في الارشاد المعرفي السلوكي الاسري وهي كما موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (01): خطوات الارشاد المعرفي السلوكي(أبو عيطة،2019،ص ص666-667)

الخطوة	المحتوى
1- كشف الأبنية المعرفية	تحديد الأبنية المعرفية المشتركة والأفكار التلقائية المختلة وظيفيا، والتحقق من درجة اتفاق أفراد الأسرة حولها
2- تتبع الجذور الأسرية	التعرف على أثر الأسرة الأصل وخلفيات الوالدين والأساليب الوالدية في تشكل الأبنية المعرفية المشوهة
3- الإشارة إلى الحاجة للتغيير	توضيح أهمية إعادة بناء الأبنية المعرفية لتقليل التوتر وخفض الصراع الأسري وتحسين التكيف
4- الاعتراف والتعاون	إقرار الأسرة بضرورة التغيير، وبناء أهداف مشتركة، وتعزيز العمل التعاوني مع المرشد
5- تقييم القدرة والمقاومة	تقدير قدرة الأسرة على التغيير، وتحديد المعوقات والمقاومة ومستوى مهارات التكيف
6- تسهيل التغيير	تعديل المعتقدات الأساسية عبر الخبرات التعاونية والعصف الذهني وتغيير أنماط التفاعل
7- سن سلوكيات جديدة	تطبيق سلوكيات بديلة باستخدام التمارين الأسرية والواجبات المنزلية لتحقيق تغيير دائم
8- ترسيخ التغيير	تثبيت الأبنية المعرفية والسلوكيات الجديدة كنمط أسري مستمر مع المرونة المستقبلية

5-تقنيات الإرشاد السلوكي المعرفي الاسري :

يتميز الارشاد السلوكي المعرفي بمحاولة المزج بين الأساليب المعرفية من ناحية ، و أساليب العلاج السلوكي من ناحية أخرى ، كما أنه يتضمن العديد من الأساليب الانتقائية التي يصعب حصرها ، نظرا لتعددها وتنوعها كي تلائم كل عملية تدخل علاجي ، طبقا لما تمليه الظروف الخاصة للموقف ، ويمكن عرض هذه الفنيات كما يلي :

5-1-إعادة البناء المعرفي : توجد مجموعة من الطرق العلاجية توضع تحت مسميات العلاج بإعادة البنية المعرفية أو العلاج بالدلالات اللفظية ، وتركز هذه الطرق على تعديل تفكير المسترشد واستدلالاته وافتراضاته ، والاتجاهات التي تقف وراء الجوانب المعرفية.وفيما يلي بعض التصورات حول الجوانب المعرفية لدى المسترشدين:

- العمليات المعرفية باعتبارها أنظمة تفكير غير عقلاني.
- العمليات المعرفية باعتبارها أنماط تفكير خاطئ.
- الجوانب المعرفية كأدلة على القدرة في حل المشكلات ومهارات التعامل.(روينة ، 2022، ص306).

وفيه تعالج المدركات والأفكار السلبية لدى أفراد الأسرة، فيطلب منهم تحديد المواقف التي تشكلت نتيجة الادراكات الخاطئة، ويعمل المعالج على شرح الاثر الناجم عن هذا الادراك على المستوى الانفعالي والأسري والاجتماعي، ومن ثم يتم تدريب الافراد على تحدي هذه الادراكات ومناقشتها بشكل منطقي.(بنات وآخرون،2010، ص 248)

5-3- تنمية المهارات الإجتماعية : طور التدريب على المهارات الاجتماعية كتقنية لتعليم مهارات اجتماعية سلوكية للأشخاص الذين يعانون من نقص في مثل هذه الاستجابات ، ومعظم التفاعلات الحديثة للتدريب على المهارات الاجتماعية تجمع التدريب على المهارات المصغرة ، مثل الاتصال بالعين ودرجة الصوت وضع الجسم بالإضافة إلى المهارات الشاملة الأكثر تعقيدا مثل الإطراء أو رفض طلب عقلاني.(اسماعيل ، 2012، ص14).

5-4- فنية ملء الفراغ : احدى الفنيات التي تساعد المسترشد على توضيح أفكاره التلقائية من خلال التدريب على ملاحظة سلسلة الأحداث الخارجية وردود أفعاله تجاهها.وقد يذكر المسترشد أحيانا عدد من المواقف التي أحس فيها بكدر وضيق لا مبرر له ، وفي هذه الحالة تكون هناك دائما فجوة ما بين المثير والاستجابة الانفعالية .وقد يكون باستطاعة العميل أن يفهم سر كدره الانفعالي إذا أمكنه ان يتذكر ويسترجع الأفكار التي وقعت له خلال هذه الفجوة.(الحسيني وأحمد، 2024، ص187).

5-5-النمذجة : يعد التعلم بالنمذجة أحد أهم الأساليب الإرشادية التي يمكن استخدامها مع الفرد لتدريبه على تجاوز العديد من المشكلات السلوكية مثل فقدان الثقة بالنفس والخوف المرضي ونقص المهارات الإجتماعية ، وذلك من خلال الإقتداء بعض المهارات الإجتماعية وذلك من خلال الإقتداء ببعض النماذج السلوكية المرغوبة. ويؤكد "باندورا" على أن معظم السلوك يتم اكتسابه خلال ملاحظة الآخرين ومطابقة سلوكنا على سلوكهم ، وهذه الفرضية التي تعتبر فرضية مركزية في تنظير"باندورا" فالكثير من تعلم الإنسان يحدث بالعبوة من خلال الملاحظة لسلوك نموذج ما ، ومراقبة ما يترتب على ذلك السلوك من نتائج.(روينة ، 2022، ص 308).

وباعتبار أن النمذجة هي عملية اكتساب ونقل المهارات والخبرات السلوكية المرغوبة من خلال ملاحظة نماذج معبره ترتبط بموقف التعلم ، فمن خلالها يمكن التعديل السلوكيات الخاطئة للمتعلم.(احمد، 2023، ص230).خاصة وان من المعروف أن لدى الأشخاص ميولا فطرية ومكتسبة لأن يقلدوا الآخرين في أفكارهم وانفعالاتهم وسلوكهم شعوريا ولا شعوريا ، والمرشد الفعال يقدم لهذه العملية نموذجا جيدا من أفكار ومعتقدات وسلوكيات وانفعالات ، ليكون قدوة صالحة يحتذي به المسترشد في تصحيح أفكاره واعتقاداته ومسار حياته.(حسين وآخرون،2021، ص730).

والشكل الموالي يشرح موجزا لأهم الأفكار التي وردت في هذه المحاضرة:



الشكل رقم (12):الارشاد الاسري السلوكي المعرفي (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

المحاضرة (12): نظريات الارشاد الأسري(الإرشاد العقلاني الانفعالي)

يبرز دور الإرشاد العقلاني الانفعالي الأسري كأحد الأساليب الإرشادية التي تساعد الأسرة على التعرف على أفكارها غير العقلانية ومعتقداتها، والعمل على تعديلها لتحسين استجاباتها الانفعالية والسلوكية.ويهدف هذا الإرشاد إلى مساعدة أفراد الأسرة على مواجهة المواقف الصعبة بطريقة عقلانية، والتقليل من التأثير السلبي للمشاعر المفرطة أو المعتقدات غير الواقعية، بما يعزز التكيف الأسري، والتوافق النفسي، والاستقرار الأسري بشكل عام.

1-تعريف الارشاد العقلاني الانفعالي:

تمثل نظرية ألبرت إليس (Ellis) أحد أهم التوجهات النظرية في الإرشاد العقلاني الانفعالي، إذ يرى إليس أن أساس الاضطرابات النفسية يكمن في طريقة التفكير، حيث أن تكوين أفكار غير عقلانية يؤدي إلى معاناة الفرد. كما أن التشوهات المعرفية الناتجة عن الخبرات المؤلمة تفضي إلى تغيرات سلوكية غير صحية. (الفيلكاوي وآخرون، 2014، ص. 256).

يرى «إليس» أن الأسرة عندما تتعرض لأزمة أو مشكلة فإن واحدا أو أكثر من أفرادها يتبنون أفكارا غير عقلانية قد تكون جزءا من طريقة تفكيرهم، مما يعقد المشكلة. فإذا ظن أفراد الأسرة أنه لا يوجد إلا حل واحد كامل ودقيق لكل مشكلة، فإن هذا الاعتقاد يجعلهم يفرطون التفكير في مواجهة المشكلة. وإذا ما كان الحل الذي يتصورونه لا يمكنهم القيام به، فهو نمط من التفكير الذي يهدر الاستفادة من الإمكانيات المتاحة بالفعل عند أفراد الأسرة لمواجهة مشكلاتهم، انتظارا للحل المثالي أو النموذجي. فالأساس الذي يقوم عليه هذا المنحى يتضمن أن الأفكار التي يحملها الفرد هي التي تقوده نحو المشاعر التي يشعر بها والسلوك الصادر عنه. (أبو عيطة،2019، ص630)

يقوم الإرشاد العقلاني الانفعالي على تمكين الإنسان من التحكم في أفكاره ومعتقداته اللاعقلانية لتغيير مسار حياته، كما يوضح نموذج إليس (ABCDE/F)، الذي يتضمن:

- A : الحدث المنشط أو المثير الذي يتعرض له الفرد.
- B : المعتقدات أو التفسيرات التي تتوسط الحدث والاستجابة.

- C : النتيجة أو الاستجابة الصادرة عن الفرد.
- D : الجدل أو المناقشة لتحدي المعتقدات غير العقلانية.
- E : القيام بالفعل بناءً على التفكير العقلاني.
- F : التغذية الراجعة لمراجعة النتائج وتحسين الاستجابات المستقبلية.

إن الهدف من الإرشاد العقلاني الانفعالي هو تغيير نمط التفكير غير الواقعي وغير الناضج، نمط واقعي من التفكير والسلوك الناضج والمنطقي والعملي، وذلك من خلال تشجيع المسترشد على التخلي عن أفكاره اللاعقلانية، واستبدالها بأفكار عقلانية، من خلال تعليمه العلاقة بين هذه الأفكار وما يعانيه من اضطراب عاطفي. (شاهين وحمدي،2008،ص26)

2-أهداف الارشاد العقلاني الانفعالي:

قد أوضح إليس (1979) أن الهدف من العلاج والإرشاد العقلاني الانفعالي هو تقليل نزعة هزيمة النفس لدى الفرد والوصول إلى فلسفة حياتية أكثر واقعية، وذلك لتحقيق الأهداف التالية:

- تعليم الفرد أساليب مراقبة الذات وتقديرها، مع التأكيد على استمرارية تحسن حالته النفسية.
- تقليل القلق والتخلص من لوم الذات أو لوم الآخرين.
- تدريب الفرد على الأساليب العقلانية التي تساعده على التغلب على شعور الانكسار، وتمكينه من إصدار أحكام منطقية وحكيمة في مختلف المواقف (الفيلكاوي وآخرون، 2014، ص. 256).

3-فنيات الارشاد العقلاني الانفعالي الاسري:

في الإرشاد العقلاني الأسري، غالبا ما تأتي الأسر بطلب المساعدة مصحوبة بأحكام مسبقة ومشاعر سلبية مثل الإحباط واليأس، وهي في حد ذاتها معتقدات معرفية سلبية .لذلك، يعتبر بناء علاقة إيجابية بين المرشد والأسرة خطوة أساسية لإحداث التغيير المعرفي. فيقوم المرشد بتحديد معتقدات أفراد الأسرة وفهم طريقة تفكير كل عضو لاستنباط القناعات الأسرية، عبر تطبيق مجموعة من الفنيات:

- **الفنيات المعرفية** :تهدف إلى تغيير الأفكار اللاعقلانية وتعديل الحوار الداخلي للفرد باستخدام عبارات إيجابية جديدة.
- **الفنيات الانفعالية** :تركز على تحويل المشاعر السلبية إلى إيجابية باستخدام تمثيل الأدوار، التخيل العقلاني العاطفي، ومواجهة الخجل.
- **الفنيات السلوكية** :تعتمد على التعزيز، العقاب، الاسترخاء، التدريب التوكيدي، والنمذجة لدعم التغيير السلوكي، إضافة إلى المحاضرات والمناقشات والواجبات المنزلية.(القضاة، 2017، ص ص 29-30)

كما يشير كل من بلاك وديهارت (1995) وكرومير وكرومير (1991) إلى مجموعة من الأساليب المستخدمة في الإرشاد العقلاني الانفعالي، منها:

- أسلوب وقف التفكير، والعلاج العقلي العاطفي.
- حل المشكلات والضبط الذاتي.
- الإقناع الجدلي التعليمي :تهدف لإقناع المسترشد بالالتزام بتطبيق ما يطلبه المرشد، عبر توضيح العلاقة بين الأفكار العقلانية والمعاناة الشخصية، مستفيدًا من العلاقة العلاجية.
- التحصين ضد التوتر، والاسترخاء العضلي، وضبط المثير.(القرعان والعتيلي، 2016، ص. 2106)

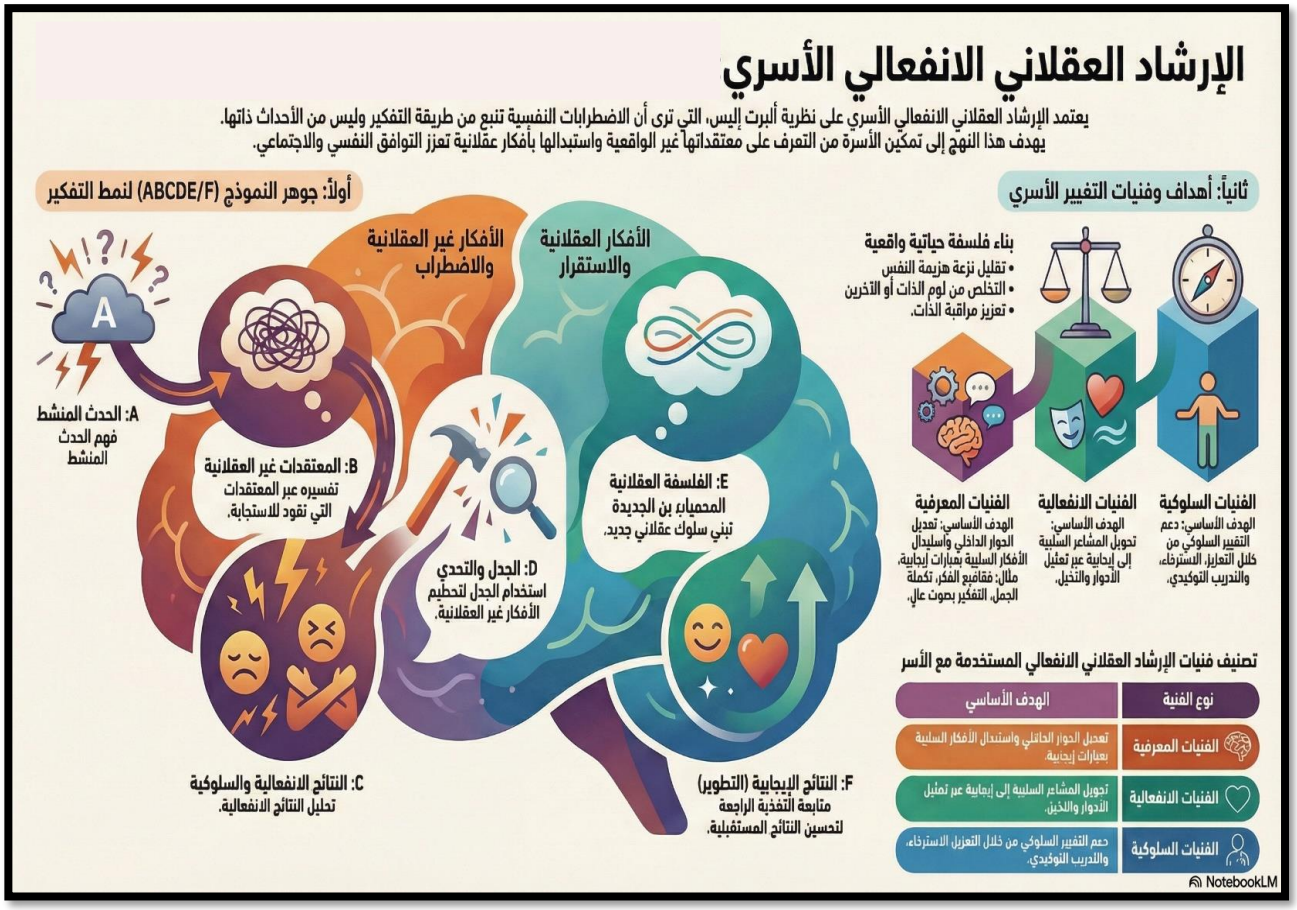
وقد ورد عن (أبو عيطة،2019) مجموعة من الفنيات قمنا بتلخيصها في الجدول التالي:

الجدول رقم (02): فنيات الارشاد الانفعالي العقلاني الاسري (أبو عيطة،2019)

المحور	الأسلوب / الفنية	الوصف المختصر
أولًا: استخلاص أفكار الأسرة	استخلاص أفكار أعضاء الأسرة	توجيه أسئلة تساعد على كشف أنماط التفكير والمعتقدات واتخاذ القرار لدى أفراد الأسرة، مثل: ما الذي يشغل تفكيركم؟ وما الأفكار التي ترددونها داخليا؟
ثانيًا: تقييم أفكار الأسرة	توضيح القضايا	مساعدة الأسرة على فهم القضايا الأساسية وبناء اتجاهات جديدة نحو الذات والآخرين

	زيادة الأمل والدافعية	تعزيز الإحساس بالأمل والثقة بالنفس وتشجيع الأسرة على المشاركة الفعالة في عملية التغيير
	بناء الألفة	إقامة علاقة علاجية قائمة على الثقة والمصداقية بين المرشد وأفراد الأسرة
	توفير معنى أكبر	مساعدة الأسرة على فهم أعمق لمشكلاتها ودور المرشد الداعم في العملية الإرشادية
ثالثًا: أساليب توضيح الأفكار غير العقلانية	فقاقيع الفكر	كشف الأفكار السلبية أو الفارغة التي تقود إلى سلوكيات غير ناجحة وانفعالات مزعجة.
	فنية تكميل الجمل	استخلاص المعتقدات من خلال جمل ناقصة تعكس التفكير الأسري (مثل: نكون غير سعداء عندما...)
	التفكير بصوت عالٍ	مطالبة أفراد الأسرة بالتعبير عن أفكارهم بصوت مسموع أثناء أداء مهمة أو مناقشة موقف
	إعادة عرض الأحداث	تتبع تسلسل الأحداث التي أدت إلى انفعالات سلبية بين الجلسات
	الخيال الموجه	استحضار موقف مشكل بطريقة تخيلية بعد الاسترخاء، للكشف عن الأفكار والانفعالات المرتبطة به
	التوجه الشبيه باختبار تفهم الموضوع	استخدام صور أسرية غامضة وطلب سرد قصص تركز على الأفكار والمعتقدات

وفي الاخير، نضع بين أيديكم خلاصة مركزة لمضامين المحاضرة، كما يتضح في الشكل الآتي:



الشكل رقم(13): الارشاد الاسري العقلاني الانفعالي (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

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

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

أولا/ تقنيات الارشاد 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 يرتكز 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 الارشادية التي يمكن استخدامها في الارشاد الاسري وهي:

1- المقابلة الارشادية 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 والآخرون 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 الى استقرار الاوضاع الاسرية باستخدامها لأساليب فعالة ومتنوعة، وقد تمارس في أسلوبين إما:

- إرشاد أسري فردي: وتكون الجلسات الارشادية ثنائية بين الفرد والمعالج.
- إرشاد أسري جماعي: وتضم المعالج والفرد بالإضافة إلى الاسرة.(مرسي،2008، ص182)

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 محددين، مع ممارسة المرشد لمجموعة من الفنيات لتحقيق الغاية الإرشادية. (العزة والهادي،2017، ص78)

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، وستتجاوز 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،ص98)

كما يعرفه كفافي 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 يرو الأعراض داخل سياق أكثر امتدادا وتأصيلا. (كفافي،2006، ص301)

يتكون الجينوغرام من:

- الرموز Symbols : كالمربع، الدائرة، المثلث، ولكل منها دلالته الخاصة
- الخطوط Lines : تتمثل في الخطوط المستقيمة والمنعرجة والمتقطعة، ولكل منها دلالته، 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 العميل محل الدراسة، وتعكس بالتالي التطور الحاصل في دراسة الوضع وصولا 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 وحمدي، 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 ليتجنب 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 دليلًا على اهتمامه بالعلاقة ورغبته في الحفاظ عليها، بدلا من رؤيته مجرد سلوك سلبي أو رغبة في تحكم او غيرة.

- **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، بدلا من تصعيد التوتر أو الشجار.

وعليه فهاذين الاسلوبين يطبقان في الإرشاد الأسري لمساعدة الفرد على إدراك الأبعاد السلبية والإيجابية للسلوك وملاحظة السياق، مثل توضيح أن عناد الطفل قد يعكس ميله للاستقلالية. (بيروتي وحمدي، 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. (كفافي ، 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 وحوتي ،2016، ص83)

7-وضع الحدود:

هو أسلوب يهدف إما إيجاد أو فتح الحدود أو تضييقها، 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 أبناءه 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. .(حسين وآخرون ، 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 ثالوثا 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 تواجه عضو الأسرة وسبل حلها من زوايا مختلفة وبالتالي يتمثل الهدف التطبيقي لهذه الفنية في إعادة صياغة الأفكار اللاعقلانية لعضو النسق الأسري تجاه الطفل وسلوكه مثلا، وتبنى رؤية جديدة تجاهه .(حسين وآخرون ، 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 تفريغ انفعالي وتعبير عن المشاعر، وبالنسبة لنص الدراما فيشترك 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 متسرعة بين أعضاء الاسرة، وإحساسهم بالتفهم 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 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 مختصرا 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 ومتتابعة 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.(حسين وآخرون ، 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 تساعدها 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 دليلا مرشدا 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 أولا 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 الإقتناع بأهمية الاستمرار في البرنامج الإرشادي.
- يساعد تصميم البرامج الارشادية 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، 69).
- 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 الزواجي.
- يمنح للمسترشدين حلولا 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 نسبيًا ومرونته، وحق الفرد في التوجيه والإرشاد وتقرير مصيره.
- **الأسس الفلسفية** :مثل مراعاة طبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي.
- **الأسس العصبية والفسيولوجية**: كل ماهو متعلق بدراسة الجسم والجهاز العصبي (زهران،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، وتحديدها 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.(زهران،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 المسترشد 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 وتقويم البرنامج الإرشادي: ويشمل** التقييم هو عملية قياس التغيرات المترتبة على تنفيذ البرنامج أما التقويم فهو أحد خطوات البرنامج لضمان تصحيح مساره.(زمرة،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 الارشادية:

1-الثقافة الزواجية :

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

2- الإرشاد الزواجي :

تعرفه الجمعية الأمريكية للإرشاد الزواجي 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 أثنائه ويحقق التوافق الزواجي.(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 أثنائه، 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 الزواجي :

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

فهو عملية تهدف إلى تقديم المعلومات للشريكين عن طرق النهوض بعلاقتهما 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 وآل مظف ،2013، ص03).

كما يقصد بالبرامج التأهيلية مجموعة من البرامج المخططة لتنفيذ أسس علمية لتقديم خدمات توعوية مباشرة وغير مباشرة بشكل جماعي وفردي ، 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 الارشادية 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 وإدراكه 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 تساعهم على خلق الاستقرار الزواجي 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، ص25).

تجدون في الشكل الموالي مختصرا حول ماجاء في المحاضرة:



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

المحاضرة (14): الأسرة الجزائرية بين الهوية و المعاصرة

عرفت الأسرة الجزائرية، على امتداد العقود الأخيرة، سلسلة من التحولات العميقة مست بنيتها وادوارها ووظائفها نتيجة التغيرات التي شهدها المجتمع في مختلف المجالات الاجتماعية الاقتصادية والسياسية، وكان لهذا التغير الأثر الكبير في تحديد وتوجيه سلوكات الأفراد والجماعات، مما نتج عنه انقلابات وتغيرات في المكانات داخل المجتمع وفي كل المستويات، خاصة ما تشهده عمليات التنشئة الاجتماعية التي تتعرض حتما إلى تغيرات جوهرية تكون لها آثار كبيرة على عمليات تكوين الشخصية وإعادة ترتيب القيم، مما يؤدي بالطبع إلى إعادة رسم وتشكيل هوية المجتمع الجزائري.(العماري، 2004، ص154)

إن هذا التغير الذي شمل جميع النواحي الاجتماعية والإنتاجية والتكنولوجية... إلخ، أثر ومس بالدرجة الأولى الأسرة.إذ يرى "مصطفى بن تفنوشت" أن الأسرة الجزائرية أبوية بمعنى أن الأب أو الجد هو القائد المنظم لأمورها، كما تتسم بطابعها الاغنوصي بمعنى أن النسب فيها للذكور، والانتماء أبوي. كما تتميز بخاصيتين هما: أن العائلة الجزائرية غير منقسمة وموسّعة.تعني الأولى أن الأب له مهمة ومسؤولية على الممتلكات، ويغادر أبناؤه وبناته المنزل بعد الزواج. وتعني الثانية أن الأسرة تجمع عددا من الأسر النووية.

أما بالنسبة لأدوار أفراد العائلة الجزائرية، فنجد أن دور الأب والأم في التنشئة له أهمية بالغة؛ إذ يربى الذكور على الرجولة والسلطة والجلَد والمسؤولية، وتربى الإناث على الحسن والحياء والحب والعطف (بركو، 2002، ص17). فحسب سالمي وآيت أحمد "Mohand Aït et Salmi" قديما بمجرد بلوغ الطفل يستبعد من تجمعات النساء والاختلاط بهن، وبداية لبس "الحايك" للفتاة البالغة وخضوعهما لنفس التزامات الكبار.فالمجتمع الجزائري التقليدي مجتمع ذكوري قائم على اختلاف المعاملة بين الذكر والأنثى؛ إذ تزوج الفتاة بعد بلوغها مباشرة، وتهيأ للحياة الزوجية وتربية الأطفال، وكانت في الكثير من المناطق تحرم من حقها في الميراث(Sebaa, 2009, p.40).

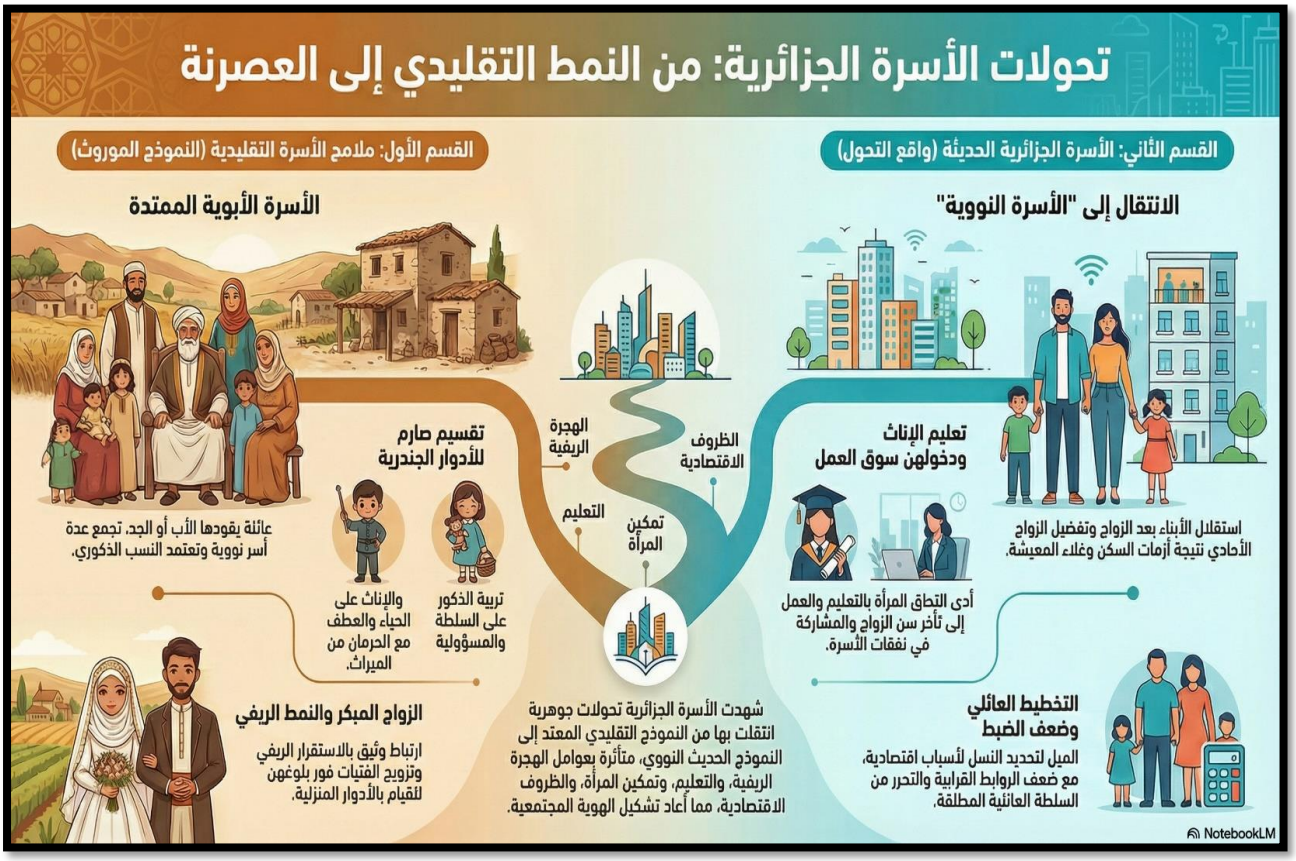
غير أنّ التحولات السوسيوثقافية التي عرفتها الجزائر بعد الاستقلال أحدثت تغيرات وتطورات مست توازن التنظيم الاجتماعي للأسرة التقليدية. فبالعودة إلى تلك الفترة، نجد أن البلاد شهدت حالة من عدم الاستقرار في مؤسساتها السياسية، وكانت في طور تنشيط التنمية، خاصة خلال مرحلة تأميم البترول. وبعد سنة 1975، عرفت الجزائر ارتفاعا في أسعار النفط وانتعاشا اقتصاديا ملحوظا، الأمر الذي أدى إلى تحولات اجتماعية واقتصادية عميقة أثرت مباشرة في البنية الأسرية.وكانت النتيجة التوسع السكاني غير المنضبط تحت ضغط الهجرة الريفية إلى المدن على أمل حياة أفضل، والانفجار السكاني من حيث زيادة عدد المواليد.وفي ذلك الوقت كان الهيكل المعماري للمدن من تصميم الاستعمار ومخططا حسب سكانه وحاجاتهم، إلا أن الهجرة الريفية أدت إلى اختلال البنية التحتية للمدينة. ومع عدم مواكبة التصنيع لحاجات الشعب الجزائري، انتشرت البطالة والسكن الفوضوي، لتكون أكثر العواقب المباشرة لهذا النزوح هو اختلال التنظيم الاجتماعي للأسرة التقليدية.(بن جديدي،2016، ص86)

ومع هذه التحولات البنيوية للاسرة، برزت تغيرات واضحة نذكر منها مايلي:

- التحول البنيوي والسكني للأسرة كالتحول من الأسرة الممتدة إلى النووية.
- التغيرات في أنماط الزواج والإنجاب
- حرية اختيار الشريك.
- ارتفاع سن الزواج عند الذكور والإناث، ويعزى ذلك بشكل أساسي إلى التحاق الإناث بمختلف المراحل التعليمية ودخولهن الحياة الاجتماعية والاقتصادية.
- تحديد النسل إذ تميل الأسرة الحديثة إلى استعمال وسائل تحديد النسل رغبة منها في تقليل عدد الأطفال، وذلك بسبب الظروف الاقتصادية والاجتماعية الصعبة.
- ميل نحو النظام الأحادي للزوجات (الزواج الأحادي) لغلاء المعيشة وأزمة السكن.
- التغيرات في الأدوار والوظائف الأسرية
- ضعف الوظائف التقليدية حيث أصبحت الأسرة تتقاسم وظائفها مع مختلف المؤسسات الاجتماعية.
- دخول الزوجة لميادين العمل والمشاركة في النفقات.
- تحرر الشباب وضعف الضبط الاجتماعي.
- تغير نموذج السلطة الأسرية:

- ظهرت عوامل ساعدت على التحرر من سلطة العائلة، مثل زيادة فرص التعليم والالتحاق بوظائف حكومية مستقرة.
- ضعف الروابط القرابية.(لغريبي وصباط، 2022)

في ختام هذه المحاضرة، تجدون موجزا لأهم ما جاء فيها، كما هو مبين في الشكل التالي:



الشكل رقم(17): تحولات الاسرة الجزائرية. (تم الاستعانة بأداة NotebookLM)

خاتمة:

في ختام هذه المطبوعة البيداغوجية يمكننا القول أن الاسرة ليست مجرد مجموعة من الأفراد يعيشون تحت سقف واحد، بل هي منظومة متكاملة تتشكل فيها الشخصية الإنسانية، وتبنى القيم والاتجاهات، وتتحدد من خلالها القدرة على التكيف مع التحديات الداخلية والخارجية، وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي للفرد.

ولذلك، فإن دراسة علم النفس الأسري لم تعد مجرد خيار أكاديمي، بل ضرورة حتمية لفهم طبيعة التفاعلات الأسرية، والتغيرات الاجتماعية والثقافية التي تؤثر فيها .ففهم العلاقات الداخلية للأسرة، وكيفية توازن الأدوار والتواصل والحوار بين أفرادها، يمكن من استشراف أثر هذه العوامل على الصحة النفسية والنمو الاجتماعي للأبناء، وعلى استقرار الأسرة ككل.

كما سعت هذه المطبوعة إلى تقديم رؤية شاملة وعلمية للطالب حول مختلف جوانب علم النفس الأسري، بدءا من المفاهيم الأساسية وصولا الى مختلف المشكلات الأسرية، كما تتيح للطالب تطوير مهارات التحليل والنقد، وفهم العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر في الأسرة، ووضع استراتيجيات للتدخل الإرشادي أو الوقائي. كما تسعى إلى توعية الطالب بأهمية الحفاظ على الأسرة واستقرارها، ودورها في تعزيز التماسك الاجتماعي وصيانة الهوية الثقافية، خصوصا في سياق الأسرة الجزائرية التي تواجه تحديات التحديث والمعاصرة مع الحفاظ على خصوصيتها الثقافية والاجتماعية.

وفي ضوء ذلك، فإن هذه المطبوعة تمثل مادة تعليمية متكاملة تساعد الطالب على بناء قاعدة معرفية وتطوير قدراته العلمية والتطبيقية في مجال علم النفس الأسري، وتمكنه من المساهمة بوعي ومسؤولية في معالجة المشكلات الأسرية. وهي بذلك تشكل خطوة أساسية نحو إعداد طلبة من المتخصصين القادرين على التعامل مع الواقع الأسرى المعقد، وفهم التغيرات الاجتماعية، وتوظيف المعرفة النفسية في خدمة الفرد والأسرة والمجتمع بأسره، بما يسهم في بناء مجتمع متماسك، يحافظ على استقراره النفسي والاجتماعي، ويرتقي بجودة الحياة الأسرية.

قائمة المراجع :

- أبو الفضل، م. ع. س. (2010). فاعلية الإرشاد السلوكي في رفع تقدير الذات لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد المسيءَ معاملتهم: برنامج للتلاميذ والآباء والمعلمين .*المجلة المصرية للدراسات النفسية*،20(68)، 411–474
- أبو سكينة، ن. ح. م. والكردي، أ. ص. و السيد، ن. أ. (2019). آليات تسوية المنازعات بمحاكم الأسرة وانعكاساتها على إعادة التوازن الأسري .*مجلة الاقتصاد المنزلي، 35 (35)* ، 1–40
- أبو شنار، ف. أ .(2023) .*الإرشاد الأسري الزواجي*. دار اليازوري للنشر والتوزيع.
- أبو عيطة، س.د.(2019). الارشاد الزواجي والاسري.(ط1). دار الفكر ناشرون.
- أحمد، إ. ع. ر. إ. س. (2023). فاعلية برنامج تعليمي باستخدام أسلوب النمذجة على تعلم رفعة الخطف في رياضة رفع الأثقال .*المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة*،74(4)،226–249.
- إسماعيل، م. ع. م .(2012) .*العلاج السلوكي المعرفي واستراتيجياته*.دار الكتاب الحديث.
- الاقنم، أ. أ. و الأشي، أ. ع. (2021). فعالية الإرشاد الأسري في دعم الأمهات ذوات الأبناء ذوي الإعاقة .*مجلة العلوم التربوية والنفسية، 9*(3)، 75–90
- آل صلاح، ح. م. والمغذوي، ت. ع. (2022). مهددات الحوار الأسري وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين في المدينة المنورة ومحافظة جدة .*المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات، 3*(28)، 188–227
- آل عبد الله، م. ب. م. (2012) .*علم النفس الاجتماعي ودور الأسرة في التنشئة الاجتماعية*. دار المنهل ناشرون.
- –الطائي ، ا. م.(2018).تقنيات الإرشاد الأسري في مواجهة المشكلات الزوجية والأسرية. *مجلة البحوث التربوية والنفسية* ، (56)، ص ص 53–71.
- آيت حمودة، ح. (2012). التوافق الأسري والاجتماعي لدى فئة من الشباب محاولي الهجرة غير الشرعية .*مجلة دفاتر علم الاجتماع، 1* (1) ، 108–127
- بالحاج، م. ع. ح. (2025). معالم الاستقرار الأسري ومقوماته .*مجلة كلية الآداب*، (9)، 121–156
- باللموشي، ع. ر. (2021). واقع التربية الصحية في منهاج التعليم الجزائري: دراسة تقييمية في منهاج التربية العلمية في المرحلة الابتدائية .*مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية،5*(2). 234–251
- البحري، ف. الز. وبولفعة، م. (2018). التوافق الأسري: البنية التنموية القاعدية للإرساء معالم جودة الحياة .*ملتقى الدولي السادس "نموذج التنمية الجديد وجودة الحياة"* ، المدرسة الوطنية العليا للعلوم السياسية، جامعة بشار.
- البريثن، ع. ع. أ .(2011) .*الإرشاد الأسري* .دار الشروق للنشر والتوزيع.
- بلان، ك. ي .(2015) .*نظريات الإرشاد والعلاج النفسي* (ط. 1). دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- بلوم، م.، وحلاسة، ف. (2016). أثر برنامج تدريبي قائم على السلوك التوكيدي في رفع مستوى التوكيدية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة: دراسة ميدانية بمتوسطة أبو بكر مصطفى ابن رحمون بسكرة .*مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، 5(3)،139–167.

- بليردوح، ك. ز. و بجة، ح. (2021). التوافق النفسي والصحة النفسية: دراسة نظرية تحليلية. *مجلة العلوم الاجتماعية*، *15*(2)، 96-103
- بن جديدي، س .(2016). *علاقة مستوى النرجسية بالإدمان على شبكة التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى المراهق الجزائري: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بمدينة بسكرة* [أطروحة دكتوراه منشورة]، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- بن رجم، م. وفايزي، م. (2020). *الصحة النفسية لدى المراهقات المسعفات*[رسالة ماجستير منشورة].جامعة الجزائر .
- بن عميرة، ع. ب. غ .(2009). *إدارة الأزمات الأسرية* (ط01). مكتبة الملك فهد الوطنية.
- بن عوالي، ع. (2022). عمل المرأة وانعكاساته على الأسرة. *مجلة قانون العمل والتشغيل*، *7*(1)، 186-201
- بن فايد، ف. و بن فايد، ف. الز. (2022). *الشعور بالأمن الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الأزواج*. [رسالة ماجستير منشورة].جامعة الجزائر.
- بن قاسمي، ض. (2016). تأزم العلاقات الزوجية في الأسرة الجزائرية كمتغير مهيكل لظهور وانتشار العنف الجسدي ضد الأبناء. *مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية*،*4(8)*، 201-216
- بن قوة، ج .(2018). *الجينوغرام كأداة تشخيصية في علم النفس*. *الساورة للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، 4(2)، 97-108.
- بن مريم، ح. و منصوري، ع. (2017). الإرشاد الأسري بين الواقع والمأمول في المجتمع الجزائري: دراسة استطلاعية للمؤسسات العاملة في حقل الإرشاد الأسري بغليزان. *مجلة التنمية البشرية*، *2*(9)، 79-101
- بن مهدية، س. (2018). الصحة النفسية عند الفتيات العانسات. *مجلة دراسات في التنمية والمجتمع*، *5*(1)، 138-148
- بن يعقوب، ن .(2021). *علم النفس الصحي من التعب العصبي إلى الكاروشي (الموت المفاجئ)* (ط01).المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية.
- بنات، س.، مقدادي، ي.، غيث، س.، الشوبكي، ن.، الرشدان، ع.، ودرويش، م .(2010). *الإرشاد الأسري*. دار أوراق للإعلام المجتمعي؛ المجلس الوطني لشؤون الأسرة.
- بوبعاية، ي. (2017). دور الإدارة المدرسية في تفعيل أهداف التربية الصحية وفقا لحاجيات وميول التلاميذ. *مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية*، *2*(5)، 87-96
- بوتة، ن .(2022). *تحديد المشكلة الإرشادية في البرامج الإرشادية الفردية: صعوباتها وانعكاساتها*. في ل. مدور *(إشراف)*، الاتجاهات الرائدة في تصميم البرامج الإرشادية وأساليب تقويمها (ص ص 11-22). منشورات مخبر بنك الاختبارات النفسية والمهنية والمدرسية، جامعة باتنة.
- بورصاص، ف. ز، ومعاش، ي. (2021). التعزيز كأسلوب فعال وبديل للعقاب. *مجلة المعيار*، *25*(9)، 834-857
- بوفولة، ب. ومزوز، ب. (2009). وظائف الأسرة التربوية: توافق أم تنافر مع القيم المدرسية؟ *دفاتر المخبر*، *4*(1)، 39-58

- بومجان.ن، ومهمل. ع .(2023) .*أدوات التشخيص في الإرشاد النفسي الأسري (الجينوغرام نموذجًا)* .مداخلة مقدمة في: الملتقى الدولي الافتراضي الأول حول إشكالية التشخيص النفسي وآليات التدخل العلاجي المبكر في ظل الأزمات والأوبئة (بين التنظير والممارسة الميدانية)، المركز الجامعي أفلو، الأغواط، الجزائر.
- جابر، ن. ا، وبومجان، ن. (2013). الاتجاهات الرائدة في الإرشاد المعرفي السلوكي .*مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، 2(2)، 205–234
- جابه، ف. ص. (2023). فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض الإحساس بالوحدة النفسية لدى عينة من الأيتام في دار الرعاية الاجتماعية بمدينة مصراته .*مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية*، *4*(2)، 449–474
- الجاحشي، م. (2024). علاقة الأسرة والمدرسة وانعكاساتها على التحصيل الدراسي .*مجلة المعرفة*، *13*، 485–496
- جديد، ع. ح. جمعة، أ. ح. وبن طاهر، ت. (2018). مستوى الاتصال الأسري ومظاهر الانتقال من عصر الأدوار إلى عصر العلاقات .*مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*،*10*(2)، 71–84
- جعفر، ص. (2016). *أنماط التنشئة الأسرية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة*[أطروحة دكتوراه منشورة]، جامعة الجزائر.
- جميعي، س. (2021). تفعيل خدمات الإرشاد الأسري للحد من المشكلات الزوجية في المجتمع الجزائري .*مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية*، *8*(2)، 260–275
- الجنابي، ص. ع. م .(2020) .*الإرشاد الأسري والزواجي* . دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- جوابرة، م.، وسلامة، ك. (2024). تحليل احتياجات الأزواج وتوقعاتهم نحو الإرشاد الزواجي .*مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، *15*(45)،212–226.
- الجويسر، غ. ع، وآل مظف،ع.ع.ب (2013). دور برامج التأهيل في التوعية بالتخطيط للزواج .*مجلة جامعة الملك عبد العزيز: الآداب والعلوم الإنسانية*،*21*(1)،127–163.
- الحارثي، ف. م، ونصر، ف. م. م. (2017). برنامج إرشادي تدريبي لتنمية القيم الأسرية وتحسين التواصل اللفظي وخفض العنف الأسري لدى طلاب وطالبات برامج الدراسات العليا بجامعة الباحة .*مجلة الإرشاد النفسي*، 50(2)، 50–141.
- حافظ، د. م. ذ. (2020). الوعي بالإدارة الخضراء وعلاقته بالتوازن الأسري لدى ربات الأسر أثناء العزل المنزلي لمصاب فيروس كورونا .*مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية*، *6*(28)، 653–716
- حامد، س. ح. (2017). فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الزواجي في تنمية الوعي بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعي .*مجلة الدراسات التربوية والإنسانية*، 9(4) 375–418.
- حامدي، ك. ومبني، ن. (2019). واقع التربية الصحية في المناهج التعليمية الجزائرية .*مجلة آفاق علمية*،*11*(4)، 683–707
- حديدان، خ. (2023). الارشاد الأسري والخدمات التي يقدمها للأسرة و فق استراتيجيات الارشاد العقلي السلوكي الوجداني. *مجلة العلوم الإنسانية*، 34(1)،463–449

- الحربي، ع. م. (2021). تأثير الإرشاد السلوكي في تنمية توكيد الذات لدى عينة من الجانحين الملتحقين بدار الملاحظة الاجتماعية بالمدينة المنورة. *المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث*، *5*(10)، 52–64
- حسني، ح. (2025). أهمية مؤسسات التنشئة الاجتماعية في بناء الأمن الاجتماعي. *مجلة الحقوق والعلوم الإنسانية*، *18*(2)، 157–187
- حسين،أ.خ. سيد، م.أ.خ. وخليل.ي.س. (2021). فعالية برنامج قائم على فنيات الإرشاد الأسري لتنمية المساندة الاجتماعية لدى عينة من المراهقين ضحايا التنمر الإلكتروني. *مجلة كلية التربية*، (36)، 724–743
- الحسيني، م. ح. م. س.، وأحمد، د. ع. إ. (2024). الإرشاد المعرفي السلوكي لتلاميذ المدارس. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، 11 (1)، 171–194
- الحلبي، ح. وناصيف.خ (2011). الأزمات المهنية والأسرية وأساليب الزوجات في التعامل معها. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*، *27 (3-4)*، 799–845
- حولي، ف. (2019). *التوافق الزواجي للوالدين كما يدركه الأبناء وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط*. [أطروحة دكتوراه منشورة]، جامعة الجزائر .
- داهري، ص. ح. أ .(2017). *مبادئ الصحة النفسية* (ط04).دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.
- دبار، ح. جلول، أ. وعمامرة، س. (2021). دور الأسرة والمدرسة في رفع مستوى الصحة النفسية للطفل. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، *13*(2)، 15–26
- الدعدعي، غ. ش. م. (2009). *الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعا لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات* [رسالة ماجستير منشورة]، المملكة العربية السعودية.
- رحماوي، س. (2022). العلاقات الأسرية والصحة النفسية للأبناء. *مجلة مجتمع تربية وعمل*، *7(1)*، 222–238
- رفسي، ع. و بن عبد الله، س. (2018). الإرشاد الأسري ووقاية الأسرة من المخاطر الاجتماعية. *المجلة الجزائرية للعلوم الاجتماعية*، *5*(1)، 25–40
- الركبان، أ. ب. غ. (2016). أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بالقيم الاجتماعية لطلاب المرحلة الابتدائية من وجهة نظر مديري المدارس والمعلمين والمرشدين التربويين بمدينة الرياض. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، *2*(6)، 1–41
- رميشي، ر. (2013). العوامل المؤثرة في عملية التنشئة الاجتماعية والأسرية. *مجلة آفاق علمية*، *5(1)*، 42–63
- الروقي، خ. م. (2023). علاقة أساليب التنشئة الاجتماعية لذوي الظروف الخاصة بالتحصيل الدراسي. *مجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي*، *51*، 356–383
- الرويلي، ح. ر. (2023). فعالية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لتنمية المهارات الاجتماعية والمهارات الشخصية لذوي الإعاقة الفكرية. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية*، *30*(4)، 317–349
- روينة، س. (2022). الإرشاد المعرفي السلوكي لـ"بيك" ودوره في رفع تقدير الذات لدى المراهقين: مقاربة نظرية. *مجلة الأسرة والمجتمع*، (1)، 299–315

- زمرة، ن. (2023). نماذج مقترحة في المعالجات البعدية لتقويم نتائج البرامج الإرشادية. *المجلة الجزائرية للأمن الإنساني*، *8*(2)، 63–90
- زهران، ح .(1980). *التوجيه والإرشاد النفسي* (ط. 2). علم الكتب للنشر والتوزيع.
- زهران، ح .(2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط4). دار عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- زهران، ح. (2005). *التوجيه والإرشاد النفسي* (ط4). عالم الكتب.
- الزواهرة، أ. ع. ع.، والتخاينة، ص. خ. (2022). التوافق الأسري وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية. *مجلة التربية – جامعة الأزهر*، (193)،524–544.
- زواوي، ن. (2024). أساليب التنشئة الاجتماعية ودورها في تحديد سلوك الطفل. *مجلة البحوث والدراسات العلمية*،*18*(1)، 1055–1071.
- زينو، س. ح. أ. ح. (2017). الخلافات الأسرية وأثرها على تشتت الانتباه عند الأطفال. *المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال*،*4*(1)، 544–573.
- زيوش، س. (2021). الأسرة الجزائرية الحديثة وصراع الأدوار: الأسباب والحلول. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، *14*(2)، 346–363
- سبع، م. (2023). التربية الصحية في الوسط المدرسي: مقاربة تشخيصية ومحاولة لاقتراح الحلول. *مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع*،*7*(1)، 69–91
- سميو، أ. س. (2022). التوافق الأسري وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لطالب الدراسات العليا. *مجلة الساتل العلمية المحكمة*،*16*(28)، 70–97
- السيد، إ. ج .(2013). *التفكك الأسري*. دار التعليم الجامعي.
- شاهين، إ. ف. (2017). أنماط التواصل الأسري وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف . *مجلة الإرشاد الأسري*، *49*، 218–258
- شاهين، م. أ.، وحمدي، م. ن. (2008). العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين، وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفضها. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات*، (14)،12–62.
- شلبي، هـ. إ. إ. (2022). أنماط التواصل الأسري وعلاقتها بفعالية الذات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. *مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية*،*(57)*، 241–274
- الشويكي، ن. ر. م. (2025أ). الحاجات الإرشادية للشباب المقبلين على الزواج في فلسطين. *المجلة الدولية للبحوث ودراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية*،*15*(22)،2–50.
- الشويكي، ن. ر. م. (2025ب). *الاتجاهات وعلاقتها بالحاجات الإرشادية للشباب الجامعيين الفلسطينيين المقبلين على الزواج* [مذكرة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية.
- صالح، ص. ح .(2018). *التربية الصحية في المدارس الأساسية* (ط01).مركز ديبونو لتعليم التفكير للنشر والتوزيع.

- صالح، ع. إ .(2010) .*فنيات وأساليب العملية الإرشادية* .دار المناهج للنشر والتوزيع.
- صدراته، ف. (2021). التربية الصحية المدرسية ورهانات التنمية .*مجلة التغير الاجتماعي،6(2)*، 91– 112
- الصوافي، ج. ب. م.، البوسعيدي، هـ. ب. ن.، والصوافي، م. ب. ن. (2022). الخطوات العلمية لتصميم وتنفيذ البرامج الإرشادية. في ل. مدور (إشراف)، *الاتجاهات الرائدة في تصميم البرامج الإرشادية وأساليب تقويمها* (ص ص 37–49). منشورات مخبر بنك الاختبارات النفسية والمهنية والمدرسية، جامعة باتنة.
- طالبي، م. (2023). مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة المصابين بكوفيد–19 .*مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية،15(1)*، 65–76
- طعبة، س. (2015). التنشئة الاجتماعية ودورها في توجه بعض الأفراد نحو السلوك الانحرافي المتمثل في الشعوذة . *مجلة تطوير العلوم الاجتماعية،8(2)*، 97–118
- طيبي، ح. و مولاي علي، ز. (2023). التربية الصحية في إطار العلاقة بين الأسرة والمدرسة: دراسة ميدانية على عينة من الأسر وأساتذة التعليم الابتدائي بمدينتي البليدة والجزائر العاصمة .*مجلة آفاق لعلم الاجتماع،13(2)*، 35–44
- عامر، أ. س. ع. ع. (2024). الحوار الأسري الواقع والمأمول .*مجلة دراسات الإنسان والمجتمع، 24*، 1–36
- عامر، ن. ع. م. س. و فرحات، ش. ع. ب. م. (2022). وعي ربات الأسر بممارسات إدارة الموارد البشرية الخضراء أثناء التعايش مع جائحة كورونا كمداخل للاستدامة البيئية وعلاقته بالتوازن الأسري .*مجلة بحوث التربية النوعية، 68*، 595–533
- العامري، ن. ق. ع. (2005). التوافق الأسري وعلاقته بالصحة النفسية للطالب الجامعي .*مجلة كلية الآداب، 70/69*، 447–428
- عبد الحكيم، ع. ع. الزهري، ف. م. أ. وعلي، س. م. م. (2023). مقومات الأسرة الناجحة وعلاقتها بتحقيق التوافق الزواجي لدى الفتيات حديثات الزواج .*مجلة حوار جنوب–جنوب، 17*، 1–49
- عبد الرحمن، ط. ع. (2017). الأساليب السائدة للتنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأمهات الريفيات بمحافظة كفر الشيخ . *مجلة العلوم الزراعية المستدامة، 1*، 58–72.
- عبد السلام، و. (2008). التوافق النفسي الأسري والاجتماعي .*مجلة التربية والصحة النفسية، 2(1)*، 95–114.
- عبد الغفار، ن. م. ويوسف، م. و.، والصواف، م. م.م. (2021). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتواصل الأسري كما يدركها الأبناء في مرحلة المراهقة .*مجلة بحوث العلوم الإنسانية والاجتماعية،ج1(4)*، 155–177.
- عبد الله، ص. ق. (2021). أثر الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض الإدمان على التدخين لدى طلاب المرحلة المتوسطة .*مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية،29*(9)، 245–261
- العبد الله، م.، عقيل، أ.، وتركية، ب. خ. (2015). *علم الاجتماع العائلي*. منشورات جامعة دمشق.
- عبده، م. س.، بركة، س.، درويش، س.، وحورية، م. (2025). دور الإرشاد الزواجي في تأهيل الشباب للزواج في مدينة القاهرة: دراسة في الأنثروبولوجيا الاجتماعية .*مجلة الدراسات الأفريقية*،47 (1)،77–108.

- عتوتة، ص .(2018) .*مطبوعة مقياس التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي لطلبة السنة الثانية مسار علوم التربية .(LMD)* جامعة محمد لمين دباغين – سطيف 2.
- عتوته، ص. (2023). البرامج الإرشادية المدرسية والمهنية الشاملة من أسئلة التقويم إلى نتائج التقويم .*مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، 7*(4)، 74–92
- عدوان، ي. وبن عامر. و. (2014). الإرشاد الأسري الوظيفي وفعاليته في التكفل بالأطفال والمراهقين ذوي المشكلات السلوكية (قراءة وتقييم) .*دفاتر المخبر، 9*(1)، 191–204.
- عز الدين، ر. ن. (2020). التوافق الأسري وعلاقته بتوكيد الذات عند الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة في محافظة ريف دمشق .*مجلة الآداب، 133*، 215–240
- عزاق، ف. وعريف، ع. ر. (2021). الأسرة والمدرسة نحو التأسيس لشراكة فاعلة .*مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية،13*(4)، 63–78
- العزة، س. ح .(2015) .*الإرشاد الأسري: نظرياته وأساليبه العلاجية*.دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- عطية، م. و هويدا، أ. (2018). الحوار الأسري: مفهومه وأهميته وأساليب تفعيله داخل الأسرة .*مجلة الإنسانيات، 50*، 477–504
- عقر، إ. م. س. (2023). فاعلية البرامج التأهيلية للشباب المقبلين على الزواج لبناء الأسرة المصرية .*مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية*، 63(4)،729–766.
- علي، ئ. ص. س.، وعباس، ح. و. ح .(2015) .*الإرشاد النفسي: الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني* (ط. 1). دار غيداء للنشر والتوزيع.
- عمارة، ص. (2022). دور التربية الأسرية والصحية في رفع مستوى الوعي الصحي من أجل تحقيق الأمن الصحي في المجتمع .*مجلة جودة الخدمة العمومية للدراسات السوسيولوجية والتنمية الإدارية*،5(1)، 50–75
- العماري، ط. (2011). التحولات السوسيو ثقافية في المجتمع الجزائري وأثرها على الهوية .*مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية – جامعة قاصدي مرباح ورقلة*، (عدد خاص: أعمال الملتقى الدولي الأول حول الهوية والمجالات الاجتماعية في ظل التحولات السوسيو ثقافية)، 15–30.
- العمودي، أ. ب. ع. ب. ع. (2023). المشكلات الأسرية المتكررة وكيفية الحد منها .*المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات، 46*، 379–423
- عواشرية، س. (2005). الأسرة الجزائرية... إلى أين؟ *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 6*(12)، 111–132
- عودة، د. (2020). الإرشاد الأسري: الأهداف، طرق التشخيص والعلاج .*المجلة المغاربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، 12*(2)، 52–68
- عياد، ح، وتلمساني، ف. (2023). أثر أسلوب التعزيز الرمزي وتكلفة الاستجابة في تعديل سلوك فرط الحركة وضعف الانتباه لدى الطفل المتمدرس .*مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية*،7(3)، 217–241.

- غالي، م. (2014). *الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة بين طلبة العلوم الإجتماعية وطلبة علوم وتكنولوجيا* . [رسالة ماجستير منشورة]، جامعة الجزائر.
- فرحات، ن. (2021). تأثير المشكلات الأسرية على التوافق الأسري .*مجلة الأسرة والمجتمع*،*9*(1)، 97–113
- الفريجات، ح. ع. (2015). المناخ الأسري وعلاقته ببعض مظاهر الصحة النفسية لدى مجموعة من طلبة وطالبات كلية الدراسات الإسلامية والعربية في دبي .*مجلة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية*،*34*(164)، 67–87
- فيطس، س. (2025). التنشئة الأسرية في المجتمع المعاصر: التغيرات والتحديات .*مجلة الجزائرية للمالية الإسلامية*، *3*(1)، 239–249.
- الفيلكاوي، ح. إ. أ.، عيسى، أ. م.، ومعاذ، ي. ج. (2014). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لتنمية مفهوم الذات لدى بعض من المراهقات بدولة الكويت .*مجلة العلوم الإنسانية*،*15*(3)،246–279.
- القرعان، ج. س.، والعتيلي، خ. ش. (2016). فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى العلاج المعرفي السلوكي في خفض سلوك العناد لدى طالبات مرحلة المراهقة المبكرة .*دراسات: العلوم التربوية*،43(5)،2105–2117.
- القضاة، ز. م .(2017) .*فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من الأيتام في قرى الأطفال العالمية (SOS)* (ط. 1). دار زهران للنشر والتوزيع.
- كرابية، أ. (2023). خروج المرأة للعمل وانعكاساته على العلاقات الأسرية وتنشئة الأبناء: دراسة ميدانية مع نساء عاملات بمدينة وهران .*آفاق فكرية*، *11*(2)، 246–262
- الكردي، أ. س. ج. ح. (2021). محددات التوازن الأسري كما تدركها الزوجة وعلاقتها بالمهارات الإدارية .*المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي*، *37*(1)، 491–534
- كفافي ، ع.ا.(1999).الإرشاد والعلاج النفسي الأسري ، ط 01، دار الفكر العربي.
- كفافي ، ع.ا.(2009).علم النفس الأسري ، ط01، دار الفكر ناشرون وموزعون.
- لجلط، ف. أ. و عزوز، ع. ن. (2020). دور التنشئة الاجتماعية الأسرية في تنميط دور الفتاة في الأسرة الجزائرية . *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*،*10*(1)، 459–508
- لغريبي، ن. و بوصباط، أ. (2022). الأسرة الجزائرية والتغيرات المعاصرة: قراءة سوسيولوجية في تغير بنية الأسرة الصحراوية .*دراسات في علوم الإنسان والمجتمع*، *5*(2)، 10–19
- مأمون، ع. ك. خلفاوي، ف. الز. وخنفور، ه. (2023). جودة الصحة النفسية لدى الراشد المتقاعد من القطاعين: الصحة والتعليم .*مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية*،*6*(1)، 263–278.
- محامدية، إ. وبوطوطن، س. (2013). المرأة العاملة والعلاقات الأسرية. الملتقى الوطني الثاني: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- محمد، م. ومصطفى، الز. (2018). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لدى طفل ما قبل المدرسة . *مجلة البحث العلمي في التربية*، (19)، 160–172

- محمود، أ. أ. ع. وغربي، خ. (2022). صراع الأدوار الأسرية وعلاقتها بجودة المرأة العاملة. *مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، 1(28)*، 859–926
- مختاري، ع. (2022). واقع التواصل والتفاعل بين الأسرة والمدرسة. *مجلة المجتمع والرياضة، 5*(1)، 35–44
- مخلوفي، ع. (2022). أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. [أطروحة دكتوراه منشورة]، جامعة الجزائر.
- مداح، س. ومسعد، ف. (2022). التكامل بين الأسرة والمدرسة وأثره على التحصيل الدراسي للتلميذ. *مجلة الحوار الثقافي، 11(2)*، 232–254
- مدور، م. و دبراسو، ف. (2009). طبيعة العلاقة بين الأسرة والمدرسة في المنظومة التربوية الجزائرية. *دفتر المخابر، 4(1)*، 59–71
- مرسي، ك. إ. (2008). *الأسرة والتوافق الأسري* (ط. 1). دار النشر للجامعات.
- مركمال، ع. س. (2021). سوسيولوجيا الحوار الأسري. *مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 8*(3)، 100–111
- مزوز، ب. (2009). التنشئة الاجتماعية في الأسرة الجزائرية. *مجلة شبكة العلوم النفسية العربية*، (22–21)، 156–165.
- المزيد، ل. س. ع. و السميري، ل. ص. م. (2018). مدى تحقيق محتوى كتاب التربية الصحية والنسوية المطور للصف الأول والثانوي لأهدافه التعليمية العامة. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 3(2)*، 13–41
- مسعي، أ. م. و غربي، خ. (2023). العلاقة بين الأسرة والمدرسة في ضوء التشريع المدرسي الجزائري. *مجلة المجتمع والرياضة*، 6(2)، 336–345
- مصطفى، ع. ح. ح. ع. (2025). فعالية استخدام فنية التدريب التوكيدي في تحسين الكفاءة الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية لدى طلاب كلية التربية جامعة المنوفية. *مجلة كلية التربية – جامعة المنوفية*، 40(1)، 92–164.
- معروف، و. ع. (2022). الصلابة النفسية للمرأة العاملة وانعكاسها على التوازن الأسري في ظل جائحة كورونا. *مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية*، (39)، 1493–1561
- مكاك، ل. و الذهبي، إ. (2015). عمل المرأة وأثره على الاستقرار الأسري. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، 3*(2)، 175–188
- منايفي، ي. (2021). دور الأسرة والاتجاهات الوالدية في الصحة النفسية للطفل. *مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية*، 7(2)، 22–38
- منصوري، ن. (2021). استراتيجيات التعامل لدى أولياء الأطفال التوحديين. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 7(4)، 107–125
- مومن، م. (2017). إشكالية العلاقة بين الأسرة والمدرسة وآثارها على التحصيل الدراسي. *مجلة علوم التربية، 68*، 31–42
- نخبة من المختصين والمختصات. (2018). *دليل الإرشاد الأسري* (الجزء 8).مكتبة الملك فهد الوطنية للنشر والتوزيع.

- النعيم، ع. ب. أ .(2008) .*أسس التوجيه والإرشاد النفسي* .مركز التنمية الأسرية جمعية البر.
- النعيمي، ن. ر. م. والهلالات، خ. إ. (2024). أنماط التنشئة الأسرية وتأثيراتها على شخصية الأبناء .*مجلة الآداب*، *149*، 555-604
- نقبيل، ع. م. وعلويطي، ع. (2024). الصحة النفسية والمخاطر السيكو اجتماعية. مركز اليقظة البيداغوجية للنشر والتوزيع.
- نور الدين، ح. ع. والعزابي، أ. ع. (2022). الصحة النفسية ودورها في العملية التعليمية. مجلة *التكامل*، *6(13)*، 22-47.
- نوري، م. (2017). برامج التأهيل الزواجي في مواجهة ظاهرة الطلاق. *مجلة الساورة للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، 3(1)،351-367.
- ولد محي الدين، س. (2021). فاعلية برنامج إرشادي أسري لتعديل مهارات التواصل لدى الزوجات .*مجلة الجامع للدراسات النفسية والعلوم التربوية*،*6*(2)، 433-467
- ولد محي الدين، س .(2023) .*فاعلية برنامج إرشادي أسري لتعديل مهارات التواصل وحل المشكلات لدى الزوجات* [رسالة دكتوراه منشورة] .جامعة الجزائر
- يسية، ز .(2025) .*فاعلية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات الإرشاد المعرفي السلوكي لتنمية فعالية الذات الاجتماعية لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا* [رسالة دكتوراه منشورة] .جامعة بسكرة.
- Bray, J. H., & Stanton, M. (2012). *The Wiley-Blackwell handbook of family psychology*. John Wiley & Sons.
- Hecker, L. L., Mims, G. A., & Boughner, S. R. (2014). *General systems theory, cybernetics, and family therapy*. In J. L. Wetchler & L. L. Hecker (Eds.), An introduction to marriage and family therapy (2nd ed., pp. 39–58). Routledge
- Liddle, H. A. (2002). *Family psychology: Science-based interventions*. American Psychological Association.
- Pinsof, W. M., & Lebow, J. L. (2005*). Family psychology: The art of the science*. Oxford University Press.
- Sebaa, F. Z. (2009). L'adolescence en question(s). *Insaniyat: Revue algérienne d'anthropologie et de sciences sociales*, (46), 11–24.
- Thoburn, J. W., & Sexton, T. L. (2015*). Family psychology: Theory, research, and practice*. Praeger.
- Varghese, M., Kirpekar, V., & Loganathan, S. (2020). Family interventions: Basic principles and techniques. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(8), 192-200 doi:10.4103/psychiatry.indianjpsychiatry_770_19

الملحق رقم(1) قائمة بمصطلحات مادة علم النفس الاسري (عربي-انجليزي)

حرصا منا على تسهيل استيعاب المفاهيم الأساسية، تم إدراج أهم المصطلحات الواردة في هذه المطبوعة البيداغوجية باللغتين العربية والإنجليزية مع تعريف موجز ومختصر، بهدف مساعدة الطالب على توحيد المفاهيم، وتعزيز الفهم العلمي الدقيق، وربط المصطلحات النفسية بسياقها النظري والتطبيقي في علم النفس الأسري.

المصطلح بالعربية	المصطلح بالإنجليزية	تعريف موجز
علم النفس الأسري	Family Psychology	فرع من فروع علم النفس يدرس الأسرة كنظام متكامل، ويحلل العلاقات والتفاعلات داخلها وتأثيرها في الصحة النفسية والنمو الاجتماعي للأفراد.
النسق الأسري	Family System	منظومة ديناميكية مترابطة من الأفراد والعلاقات، يؤثر أي تغيير في أحد عناصرها على بقية عناصر النسق ككل.
المنظور النسقي	Systemic Perspective	اتجاه يفسر السلوك الإنساني في ضوء العلاقات المتبادلة داخل الأسرة والسياق الذي يحدث فيه السلوك.
ديناميكيات الأسرة	Family Dynamics	أنماط التفاعل والعمليات والعلاقات التي تحكم سلوك أفراد الأسرة وتؤثر في توازنها ووظائفها.
التفاعل الأسري	Family Interaction	أشكال التواصل والتبادل السلوكي والانفعالي بين أفراد الأسرة داخل النسق الأسري.
التدخل العلاجي الأسري	Family Therapeutic Intervention	مجموعة من الأساليب النفسية الموجهة لتحسين التفاعل الأسري ومعالجة المشكلات داخل الأسرة.
اللتدخل الوقائي	Preventive Intervention	إجراءات تهدف إلى الحد من ظهور المشكلات الأسرية والنفسية قبل حدوثها.
الوقاية الأسرية	Family Prevention	إجراءات نفسية وتربوية تهدف إلى الحد من ظهور المشكلات الأسرية قبل تفاقمها.
السياق الاجتماعي	Social Context	الإطار الاجتماعي والثقافي الذي تعيش فيه الأسرة ويؤثر في علاقاتها وأنماط تفاعلها.
المصفوفة السياقية	Contextual Matrix	مجموعة العوامل السياقية التي يحدث ضمنها السلوك البشري، وتشمل الأسرة والمجتمع والثقافة.
الشمولية في العلاج	Holistic Approach	أسلوب علاجي ينظر إلى الفرد ضمن النسق الأسري والاجتماعي، وليس بمعزل عن محيطه.

العلاج القائم على الأدلة	Evidence-Based Practice	تدخلات علاجية تستند إلى نتائج البحوث العلمية والدراسات التجريبية.
حل المشكلات الأسرية	Family Problem Solving	مهارات واستراتيجيات تساعد الأسرة على التعامل الفعال مع الأزمات والصراعات.
السياق	Contextual Matrix	الإطار العلائقي والاجتماعي والثقافي الذي يحدث فيه السلوك الإنساني ويؤثر في تفسيره وتقييمه والتدخل العلاجي المرتبط به.
التفكير الخطي	Linear Thinking	نمط تفسير يربط السبب بالنتيجة بشكل مباشر وبسيط، ويتجاهل تعقيد التفاعلات والعلاقات المتبادلة داخل النسق الأسري.
الاختزال	Reductionism	تبسيط الظواهر النفسية المعقدة من خلال دراستها بمعزل عن سياقها الأسري والاجتماعي
المنهج الكارتيزي	Cartesian Method	توجه فلسفي يعتمد التحليل التجزيئي والفردي في تفسير السلوك، ويُنتقد في علم النفس الأسري لقصوره عن فهم الظواهر المعقدة.
الأداء الأسري	Family Functioning	مستوى كفاءة الأسرة في القيام بوظائفها النفسية والاجتماعية والتربوية.
النظرية الابستمولوجية النسقية	Systemic Epistemology	نظرية تفسيرية تؤكد دراسة السلوك الإنساني ضمن سياق نسقي شامل، متجاوزة التركيز الفردي التقليدي.
الأنظمة الفردية	Intra-Individual Systems	العوامل النفسية والبيولوجية داخل الفرد والتي تؤثر في سلوكه وتفاعله الأسري.
العلاقات البينشخصية	Interpersonal Relationships	التفاعلات بين فرد وآخر داخل الأسرة أو خارجها والتي تؤثر في السلوك والديناميكيات الأسرية.
الأنظمة الكلية	Macrosystemic Factors	العوامل البيئية والاجتماعية والثقافية الأوسع التي تؤثر على التفاعل الأسري والاجتماعي.
السيبرانية	Cybernetics	علم يدرس التغذية الراجعة، التنظيم الذاتي، التواصل والتحكم داخل الأنظمة، وأسهم في تطوير علم النفس الأسري كنظام ديناميكي.
التغذية الراجعة	Feedback	عملية استلام معلومات حول نتائج الفعل أو التفاعل بهدف تعديل السلوك أو التنظيم داخل النظام.
علم النفس الاجتماعي	Social Psychology	فرع من فروع علم النفس يدرس السلوك الاجتماعي للفرد والجماعة وكيفية تأثير الآخرين على الفرد.
علم الاجتماع العائلي	Family Sociology	فرع من علم الاجتماع يهتم بدراسة الأسرة والزواج كوحدة اجتماعية وتحليل البنية والأدوار والعلاقات الأسرية.
البحث متعدد التخصصات	Multidisciplinary Research	دراسة الظواهر الأسرية مستفيدة من معطيات علوم متعددة مثل الصحة العامة والتربية والسياسات الاجتماعية.
التكامل بين العلوم	Interdisciplinary Integration	الربط بين علم النفس الأسري والعلوم الأخرى لفهم شامل للظواهر الأسرية وتطوير التدخلات العلمية.

الصحة النفسية	Mental Health	حالة تكامل طاقات الفرد الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، بما يحقق له الشعور بالسعادة والرفاهية، وليس مجرد خلوه من المرض.
محددات الصحة النفسية	Determinants of Mental Health	العوامل النفسية والبيولوجية والاجتماعية والاقتصادية والبيئية والثقافية التي تؤثر على الصحة النفسية للفرد.
مظاهر الصحة النفسية	Manifestations of Mental Health	التوازن والانضباط الانفعالي، الدافعية، الشعور بالسعادة، التوافق النفسي، التفاؤل، القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، ضبط الذات.
التوافق الأسري	Family Cohesion / Family Harmony	سعي أفراد الأسرة لتحقيق استقرارها وتماسكها، مواجهة المشاكل، أداء وظائفها، والتفاعل الإيجابي لتجنب الصراع وتحقيق الرضا والسعادة.
أبعاد التوافق الأسري	Dimensions of Family Cohesion	التفاعل الأسري، الترابط الأسري، الالتزام الأسري.
مؤشرات التوافق الأسري	Indicators of Family Cohesion	شعور كل فرد بالقبول، الاحترام المتبادل، الأمن النفسي، تحقيق المطالب والأهداف، التكامل الاقتصادي، التوجيه الديني.
التواصل الأسري	Family Communication	تبادل المعلومات اللفظية وغير اللفظية بين أفراد الأسرة، مع الاستماع لفهم وجهة نظر الآخرين وخلق ألفة داخل الأسرة.
الحوار الأسري	Family Dialogue	التفاعل والمناقشة بين أفراد الأسرة حول شؤونها وأهدافها ومشكلاتها، لتبادل الأفكار وإيجاد حلول وبناء الألفة.
الفرق بين التواصل والحوار الأسري	Difference between Communication & Dialogue	التواصل: نقل المعلومات من مرسل إلى متلقٍ مع الانتباه للسياق واستجابة الطرف الآخر. الحوار: محادثة لفظية لتبادل الأفكار والآراء والمناقشات دون ضرورة الاتفاق الكامل.
أبعاد التواصل الأسري	Dimensions of Family Communication	البعد التجانسي: تجنب الصراع والتناغم بين أفراد الأسرة. البعد الحواري: تشجيع التفكير المستقل والمناقشة والمشاركة الفعالة.
التربية الصحية	Health Education	محصلة الخبرات التعليمية التي تؤثر إيجابًا في معلومات الفرد وعاداته واتجاهاته المرتبطة بالصحة الفردية والمجتمعية.
أهداف التربية الصحية	Goals of Health Education	القدرة على المشاركة لمعرفة المشكلات الصحية، تغيير مفاهيم وسلوكيات الأفراد، نشر الوعي الصحي، تحسين البيئة الصحية.
مكونات التربية الصحية	Components of Health Education	صحة المجتمع، صحة المستهلك، الصحة والبيئة، الحياة الأسرية، الصحة العقلية والعاطفية، الوقاية من الأمراض والإصابات، التغذية، الصحة الشخصية، الإساءة وتعاطي المخدرات.
التنشئة الاجتماعية	Socialization	العملية التي يتم بها إدماج الطفل في الإطار الثقافي للمجتمع عبر تعليمه أساليب التفكير والمعتقدات والعادات والتقاليد، لتصبح جزءا من شخصيته.
أساليب التنشئة الاجتماعية	Socialization Methods	طرق توجيه الأطفال والسلوكيات التي ينتهجها الوالدان لتشكيل شخصية الطفل، وتشمل الأساليب السوية وغير السوية.
الأساليب السوية	Positive Methods	تشمل الاستقلالية، التقبل والاهتمام، النصح والإرشاد، وتساعد الطفل على الاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته والشعور بالمرغوبية الاجتماعية.

الأساليب الغير السوية	Negative Methods	تشمل القسوة والعقاب، الإهمال، التفرقة في المعاملة، الحماية الزائدة، وتؤثر سلبًا على النمو النفسي والاجتماعي للطفل.
أسلوب الاستقلالية	Autonomy Method	منح الطفل حرية التفكير واتخاذ القرار مع توجيه الوالدين، ما يعزز شعور الطفل بالاعتماد على النفس وتحقيق الذات.
أسلوب التقبل والاهتمام	Acceptance & Care Method	تقبل الوالدين للطفل ودعم استقلاليته، مما يعزز شعوره بالمرغوبية الاجتماعية وتقبله لذاته.
أسلوب النصح والإرشاد	Guidance Method	توجيه الأطفال لتصحيح السلوكيات الخاطئة بشكل معتدل ومتوازن، مع مراعاة المعايير الاجتماعية.
أسلوب القسوة والعقاب	Harshness & Punishment Method	أسلوب يشمل الشتم والضرب والحرمان، يؤثر سلبًا على الطفل وقد يكون مرتبطًا بظروف الأسرة الصعبة.
أسلوب الإهمال	Neglect Method	البرود العاطفي وترك الطفل دون متابعة أو تشجيع، مما يؤدي إلى تصرف الطفل بحرية دون محاسبة على السلوك غير المرغوب.
أسلوب التفرقة في المعاملة	Unequal Treatment Method	التمييز بين الأبناء في الرعاية أو الحب أو المزايا، حسب المركز أو الجنس أو العمر، ويؤثر على العدالة والمساواة.
أسلوب الحماية الزائدة	Overprotection Method	رعاية مفرطة وخوف زائد على الطفل، مما يخلق شخصية خائفة وتعتمد على الآخرين.
تحديات التنشئة الأسرية	Challenges in Family Socialization	تشمل التحديات الاجتماعية، الاقتصادية، الثقافية، التربوية، والصحية التي تؤثر على نمو الطفل وسلوكه.
المشكلات الأسرية	Family Problems	حالة من الاختلال داخل الأسرة تؤدي إلى عدم إشباع حاجات أفرادها الأساسية، وتسبب توتر العلاقات وضعف التوافق الأسري.
التأزم الأسري	Family Crisis	وضعية أسرية حرجة ناتجة عن تراكم مشكلات وضغوط تؤثر على العلاقات والوظائف الأساسية للأسرة وتتطلب تدخلًا لإعادة التوازن.
فقدان التوازن الأسري	Family Imbalance	اختلال في استقرار الأسرة وأدائها الوظيفي نتيجة ضغوط نفسية أو اجتماعية أو اقتصادية تؤثر على تماسكها.
التوازن الأسري	Family Balance	حالة من الاستقرار المرن للأسرة في أداء أدوارها ووظائفها بكفاءة مع القدرة على التكيف مع الضغوط والمتغيرات.
التوازن الاقتصادي	Economic Balance	قدرة الأسرة على إدارة مواردها المالية بما يحقق التوازن بين الدخل والإنفاق ويضمن الاستقرار المعيشي.
التوازن الصحي	Health Balance	قدرة الأسرة على الحفاظ على الصحة الجسدية والنفسية لأفرادها ومواجهة الضغوط بأساليب صحية.
التوازن الاجتماعي	Social Balance	قدرة الأسرة على بناء علاقات إيجابية داخلية وخارجية قائمة على التواصل، التعاون، والدعم المتبادل.
ضعف مقومات الأسرة	Weak Family Foundations	قصور في الأسس الاقتصادية أو الاجتماعية أو النفسية التي تضمن استقرار الأسرة وقدرتها على مواجهة التحديات.

المقومات الاقتصادية	Economic Foundations	الموارد المالية والمادية التي تتيح للأسرة إشباع حاجاتها الأساسية وتحقيق الاستقرار.
المقومات الثقافية والأخلاقية	Cultural and Moral Foundations	القيم، المعتقدات، والمعايير الأخلاقية التي تنقلها الأسرة لأفرادها وتشكل سلوكهم الاجتماعي.
المقومات الاجتماعية	Social Foundations	الأدوار والعلاقات التي تقوم بها الأسرة في التنشئة الاجتماعية والحفاظ على القيم والعادات المجتمعية.
المقومات النفسية والتربوية	Psychological and Educational Foundations	قدرة الأسرة على توفير الأمن النفسي، التربية السليمة، وتنمية شخصية الأبناء وتوافقهم النفسي.
صراع الأدوار	Role Conflict	حالة من التوتر والارتباك تنتج عن تعارض الأدوار الاجتماعية التي يشغلها الفرد، مما يؤدي إلى ضعف الأداء وعدم إشباع الحاجات.
تعدد الأدوار	Multiple Roles	قيام الفرد بأكثر من دور اجتماعي في الوقت نفسه، قد يؤدي إلى ضغط أو صراع إذا تعارضت متطلبات هذه الأدوار.
التغير الاجتماعي	Social Change	التحولات الاقتصادية أو الثقافية أو الاجتماعية التي تؤثر على أدوار الأفراد داخل الأسرة والمجتمع.
عمل المرأة	Women's Employment	مشاركة المرأة في سوق العمل خارج المنزل بهدف تحقيق الاستقلال الاقتصادي وتطوير الذات والمساهمة في دخل الأسرة.
الازدواجية الدورية للمرأة	Dual Role of Women	الجمع بين الدور المهني والدور الأسري، وما ينتج عنه من ضغوط نفسية وتنظيمية.
التوافق الزواجي	Marital Adjustment	مستوى الانسجام والرضا المتبادل بين الزوجين في العلاقة الزوجية.
الاستقلال الاقتصادي	Economic Independence	قدرة المرأة على تأمين دخل خاص بها يساهم في تعزيز مكانتها ودورها داخل الأسرة.
اتخاذ القرار الأسري	Family Decision-Making	مشاركة أفراد الأسرة، وخاصة الزوجين، في تحديد الخيارات والقرارات المتعلقة بالحياة الأسرية.
الإرشاد الأسري	Family Counseling	عملية دعم موجهة تهدف إلى مساعدة أفراد الأسرة على فهم ديناميات الحياة الأسرية ومسؤولياتها، بما يسهم في تعزيز الاستقرار والتوافق ومعالجة المشكلات الأسرية.
المرشد الأسري	Family Counselor	مختص يقوم بعملية مهنية مخططة تعتمد على مبادئ وتقنيات الإرشاد لمساعدة الأسرة أو أفرادها على التعامل مع مشكلاتهم وتحقيق التكيف والاستقرار الأسري.
الاستقرار الأسري	Family Stability	قدرة الأسرة على الحفاظ على وحدتها وتماسكها وأداء وظائفها التربوية والاجتماعية بصورة سليمة رغم الضغوط والتحديات.
الصحة النفسية الأسرية	Family Mental Health	حالة من السلامة النفسية لأفراد الأسرة تتحقق من خلال خفض التوتر والصراعات وتعزيز التوافق والدعم المتبادل بين أفرادها.

التدخل الإرشادي	Counseling Intervention	استخدام المرشد لأساليب واستراتيجيات إرشادية لمساعدة الأسرة على حل مشكلاتها أو التخفيف من حدتها وتحقيق التوازن الأسري.
الإرشاد الوقائي	Preventive Counseling	عملية تهدف إلى تجنب المشكلات الأسرية قبل وقوعها من خلال إصلاح أسباب الاضطراب وتداركها وتعزيز الوعي الأسري.
الإرشاد العلاجي	Therapeutic Counseling	مساعدة الأسرة على تحديد مشكلاتها وحلها أو التخفيف من حدتها مع الحفاظ على وحدة الأسرة واستقرارها.
الإرشاد الإنمائي	Developmental Counseling	السعي إلى اكتشاف الطاقات والقدرات الكامنة داخل الأسرة والعمل على تنميتها وتعزيز أدائها الاجتماعي.
الإرشاد التحليلي الأسري	Psychoanalytic Family Counseling	مدخل إرشادي يهدف إلى فهم الجوانب اللاواعية للصراعات الأسرية وتحليل أنماط العلاقات بين أفراد الأسرة لكشف الأسباب العميقة للمشكلات وتحقيق التكيف والتوافق والاستقرار.
النظرية التحليلية	Psychoanalytic Theory	نظرية تركز على فهم الديناميات النفسية والصراعات اللاواعية التي تنشأ داخل الأسرة، وتؤثر في تكوين الشخصية والسلوك والعلاقات الأسرية.
اللاشعور	Unconscious	مستوى نفسي يحتوي على الدوافع والانفعالات المكبوتة التي تؤثر في سلوك الفرد والعلاقات الأسرية دون وعي مباشر.
الهو	Id	يمثل العمليات النفسية المرتبطة بالدوافع الغريزية، ويعد وقود الشخصية، ويأخذ طابعا جنسيا وعدوانيا حسب التحليل النفسي.
الأنا	Ego	يعمل على التوازن بين مطالب الهو وضغوط الواقع، ويتشكل من خلال تفاعلات الفرد داخل الأسرة.
الأنا الأعلى	Superego	يمثل القيم والمعايير الأخلاقية المتكونة من خلال التنشئة الأسرية والعلاقات الوالدية.
الصراعات اللاواعية	Unconscious Conflicts	نزاعات نفسية داخلية تعود جذورها إلى الطفولة المبكرة، وتنعكس في السلوكيات والعلاقات الأسرية الراهنة.
التحويل	Transference	آلية نفسية يتم من خلالها إحياء مشاعر وصراعات قديمة مرتبطة بالوالدين داخل العلاقة العلاجية أو الزوجية.
الميكانيزمات الدفاعية	Defense Mechanisms	أساليب نفسية لاشعورية يستخدمها الفرد للتعامل مع القلق والصراعات الداخلية الناتجة عن الدوافع المكبوتة.
الاستبصار	Insight	عملية تمكّن المسترشد من فهم دوافعه الداخلية والعوامل المؤثرة في سلوكه، وتساعده على إعادة تنظيم ذاته والتوافق مع واقعه.
التنفيس الانفعالي	Emotional Catharsis	أسلوب إرشادي يسمح للمسترشد بالتعبير الحر عن الانفعالات والخبرات المؤلمة بهدف تخفيف الضغط النفسي والكبت.
التمايز الذاتي	Differentiation of Self	قدرة أفراد الأسرة على التمييز بين ذواتهم وانفعالاتهم، وتحقيق قدر من الاستقلال النفسي داخل النسق الأسري.

العلاقة العلاجية	Therapeutic Relationship	علاقة مهنية تعتمد على الاستماع والتعاطف والحياد، وتستخدم كوسيلة لإظهار الصراعات النفسية القديمة وفهمها.
الإرشاد السلوكي الأسري	Behavioral Family Counseling	أسلوب إرشادي يركز على تعديل السلوكيات غير المرغوبة وتعزيز السلوكيات الإيجابية داخل الأسرة من خلال تطبيق مبادئ التعلم وقواعد التعزيز لتحقيق التكيف والتوافق الأسري.
النظرية السلوكية	Behavioral Theory	نظرية ترى أن السلوك الإنساني السوي والشاذ سلوك متعلم قابل للاكتساب والتعديل أو الإطفاء، وأن السلوك محكوم بنتائجه.
التعلم السلوكي	Behavioral Learning	عملية يتم من خلالها اكتساب السلوك أو تعديله نتيجة التفاعل مع البيئة، وفق المحاولة والخطأ والتعزيز.
التعزيز	Reinforcement	عملية تقديم مثير مرغوب فيه أو إزالة مثير غير مرغوب فيه بعد السلوك مباشرة مما يزيد من احتمال تكرار السلوك المرغوب فيه.
التعزيز الإيجابي	Positive Reinforcement	إضافة مثير محبب بعد السلوك المرغوب فيه بهدف زيادة احتمالية تكرار هذا السلوك.
التعزيز السلبي	Negative Reinforcement	سحب مثير غير مرغوب فيه بعد القيام بسلوك مرغوب فيه مما يؤدي إلى تقوية هذا السلوك.
الاقتصاد الرمزي	Token Economy	أسلوب علاجي يعتمد على تقديم رموز أو نقاط مقابل السلوك المرغوب، يتم استبدالها لاحقًا بمكافآت يحددها الفرد.
التدريب على التوكيدية	Assertiveness Training	أسلوب يهدف إلى تمكين الفرد من التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية، والدفاع عن حقوقه، ورفض ما لا يرغب فيه دون خوف.
السلوك غير المتوافق	Maladaptive Behavior	سلوك متعلم لا يتلاءم مع متطلبات التكيف الأسري والاجتماعي، ويحتاج إلى تعديل أو إطفاء.
الاتفاق العلاجي	Therapeutic Contract	اتفاق يتم بين المرشد وجميع أفراد الأسرة لتحديد السلوكيات المستهدفة وأساليب تعديلها.
التعميم	Generalization	انتقال السلوك المتعلم داخل الأسرة إلى مواقف وعلاقات أخرى خارج الإطار الأسري.
السلوك المتعلم	Learned Behavior	سلوك يكتسبه الفرد نتيجة التفاعل مع البيئة والتجارب المتكررة ويمكن تعديله أو تغييره.
الإرشاد السلوكي المعرفي	Cognitive Behavioral Counseling	مدخل إرشادي علاجي يقوم على دمج الفنيات السلوكية والمعرفية بهدف إحداث تغييرات مرغوبة في السلوك من خلال تعديل عمليات التفكير والاهتمام بالجوانب الانفعالية والسياق الاجتماعي.
الإرشاد السلوكي المعرفي الأسري	Family Cognitive Behavioral Counseling	شكل من الإرشاد السلوكي المعرفي يركز على فهم العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات لدى أفراد الأسرة، والعمل على تعديل الأفكار الخاطئة والسلوكيات غير الفعالة لتحسين التكيف والتواصل والتوافق الأسري.

الأفكار غير العقلانية	Irrational Thoughts	أفكار غير منطقية يتبناها الفرد وتؤثر في سلوكه وانفعالاته، ويعمل الإرشاد السلوكي المعرفي على مواجهتها واستبدالها بأفكار أكثر عقلانية وإيجابية.
الأبنية المعرفية	Cognitive Schemas	منظومات معرفية مشتركة لدى أفراد الأسرة تتشكل بفعل الخبرات السابقة والخلفيات الأسرية، وقد تكون مختلة وظيفيًا وتحتاج إلى إعادة بناء.
إعادة البناء المعرفي	Cognitive Restructuring	فنية علاجية تهدف إلى تعديل تفكير المسترشد واستدلالاته وافتراضاته والاتجاهات التي تقف وراء الجوانب المعرفية غير التوافقية.
الأفكار التلقائية	Automatic Thoughts	أفكار سريعة وغير واعية نسبيًا يتبناها المسترشد تجاه ذاته والمواقف الحياتية، وقد تكون غير توافقية وتؤدي إلى اضطرابات سلوكية وانفعالية.
الحوار الذاتي الداخلي	Internal Self-talk	أسلوب معرفي يتم فيه تدريب المسترشد على استخدام حديث داخلي إيجابي للمساعدة في تعديل الأفكار والانفعالات والسلوك.
التشوهات المعرفية	Cognitive Distortions	أخطاء في التفكير أو الإدراك لدى المسترشدين تتطلب الوعي بها وفحص واقعيتها والعمل على تعديلها.
تنمية المهارات الاجتماعية	Social Skills Training	تقنية إرشادية تهدف إلى تعليم مهارات اجتماعية سلوكية مثل الاتصال البصري، وضبط الصوت، ووضع الجسم، ومهارات التفاعل الاجتماعي المعقدة.
فنية ملء الفراغ	Gap Filling Technique	فنية تساعد المسترشد على التعرف على الأفكار التلقائية الواقعة بين المثير والاستجابة الانفعالية من خلال استرجاع ما حدث في تلك الفجوة.
النمذجة	Modeling	أسلوب إرشادي يعتمد على تعلم السلوك من خلال ملاحظة سلوك نماذج مرغوبة وتقليدها، حيث يكتسب الفرد سلوكيات جديدة بالملاحظة.
الإرشاد العقلاني الانفعالي الاسري.	Rational Emotive Family Counseling	أسلوب إرشادي أسري يهدف إلى التعرف على الأفكار غير العقلانية والمعتقدات وتعديلها لتحسين الاستجابات الانفعالية والسلوكية وتعزيز التكيف والتوافق النفسي للأسرة.
نموذج إليس ABCDE/F	Ellis ABCDE/F Model	نموذج يوضح تسلسل التعامل مع الأفكار غير العقلانية: الحدث المنشط (A)، المعتقدات(B) ، الاستجابة(C) ، مناقشة المعتقدات(D) ، الفعل العقلاني(E) ، التغذية الراجعة.(F)
الأفكار غير العقلانية	Irrational Thoughts	أفكار وتصورات غير واقعية أو غير ناضجة تقود إلى مشاعر سلبية وسلوكيات غير صحية داخل الأسرة.
التحكم في المعتقدات اللاعقلانية	Managing Irrational Beliefs	قدرة المسترشد على التعرف على معتقداته غير العقلانية واستبدالها بأخرى عقلانية لتغيير مسار حياته.
استخلاص أفكار الأسرة	Extracting Family Thoughts	توجيه أسئلة لمساعدة أفراد الأسرة على كشف أنماط التفكير والمعتقدات الداخلية واتخاذ القرارات.
تقييم أفكار الأسرة	Evaluating Family Thoughts	مساعدة الأسرة على فهم القضايا الأساسية وبناء اتجاهات جديدة نحو الذات والآخرين.

فقاقيع الفكر	Thought Bubbles	كشف الأفكار السلبية أو الفارغة التي تؤدي إلى سلوكيات غير ناجحة وانفعالات مزعجة.
فنية تكميل الجمل	Sentence Completion Technique	استخلاص المعتقدات من خلال جمل ناقصة تعكس التفكير الأسري.
التفكير بصوت عالٍ	Thinking Aloud	مطالبة أفراد الأسرة بالتعبير عن أفكارهم بصوت مسموع أثناء أداء مهمة أو مناقشة موقف.
الخيال الموجه	Guided Imagery	استحضار موقف مشكل بطريقة تخيلية بعد الاسترخاء للكشف عن الأفكار والانفعالات المرتبطة به.
التوجه الشبيه باختبار تفهم الموضوع	Projective-like Technique	استخدام صور أسرية غامضة وطلب سرد قصص تركز على الأفكار والمعتقدات.
المقابلة الإرشادية الأسرية	Family Counseling Interview	هي مقابلة تتم بين المرشد والأسرة تساعد على فهم الديناميكيات الأسرية، وتشخيص المشكلات، ويمكن أن تكون فردية أو جماعية.
الجينوغرام	Genogram	تمثيل بياني لشجرة الأسرة عبر أجيال متعددة، يوضح العلاقات الأسرية، الأنماط السلوكية، ويساعد في تحليل المشكلات والتنبؤ بها.
إعادة التسمية / إعادة التأطير	Reframing	تغيير معنى حدث أو تجربة من خلال وضعها في إطار جديد لتعديل إدراك الفرد والسلوكيات المرتبطة بها.
مناقضة الأعراض	Symptom Contradiction	زيادة السلوك المزعج أو العرض الظاهر بشكل مفرط ليدرك الفرد عدم رغبيته ويتوقف عنه.
التظاهر	Acting Out	تقنية نطلب من الفرد التظاهر بسلوك معين لفهمه وحل المشكلات المرتبطة به.
إسناد المهمات العلاجية	Assignment of Therapeutic Tasks	إعطاء الأسرة مهام عملية للتطبيق خارج الجلسات لإحداث تغيير في التفاعل الأسري.
وضع الحدود	Setting Boundaries	أسلوب لتحديد أو تعديل الحدود بين أفراد الأسرة لتحقيق توازن وظيفي في العلاقات.
استخدام الأعراض	Utilizing Symptoms	التركيز على العرض المزعج كعنصر للتدخل العلاجي، إما بتكبيره أو تصغيره لإعادة التفسير.
إبطال المثلثات	Triangle Intervention	معالجة الديناميكيات الثلاثية بين الأفراد في الأسرة لتقليل التوتر والصراعات بين الزوجين والأبناء.
السيكودراما	Psychodrama	إعادة تمثيل المواقف الأسرية بشكل جماعي لمساعدة الأسرة على التعبير عن المشاعر وحل المشكلات.
الإصغاء	Active Listening	مهارة استماع فعّال يستخدمها المرشد لتفهم المسترشدين وتعليم الأسرة كيفية التواصل الهادئ والمباشر.
عكس المشاعر	Reflection of Feelings	إظهار المرشد لمشاعر المسترشد ليشعر بالتفهم ويعبر عن انفعالاته بحرية.

التثقيف النفسي	Psychoeducation	تزويد الأسرة بمعلومات ومعارف لإدارة المشكلات والتواصل وتحسين التعامل مع الضغوط النفسية.
برنامج الإرشاد الأسري	Family Counseling Program	إطار منظم ومخطط زمنيًا يتضمن أنشطة وتمارين تهدف إلى تنمية القيم الأسرية وتحسين التكيف النفسي.
الثقافة الزوجية	Marital Culture	المعلومات والمعرفة التي يمتلكها المقبلون على الزواج حول اختيار الشريك والتواصل وحل المشكلات الزوجية.
الإرشاد الزواجي	Marital Counseling	عملية مساعدة الأزواج أو المقبلين على الزواج لتحقيق الاستقرار والتوافق وحل المشكلات الزوجية.
برامج التأهيل الزواجي	Marital Preparation Programs	دورات تعليمية لتزويد الأزواج بالمعلومات والمهارات اللازمة لبناء علاقة زوجية صحية ومستقرة.
الأسرة الجزائرية التقليدية	Traditional Algerian Family	أسرة أبوية ذكورية، يمتلك الأب أو الجد سلطة تنظيمية، النسب للأب، الأسرة موسعة وغير منقسمة، تجمع عدداً من الأسر النووية.
الدور الأبوي	Paternal Role	مسؤولية الأب في القيادة واتخاذ القرارات، والتنشئة على الرجولة والسلطة والمسؤولية لدى الذكور.
الدور الأمومي	Maternal Role	تربية الإناث على الحسن والحياء والحب والعطف، والمشاركة في إدارة الأسرة ورعاية الأطفال.
المجتمع الذكوري التقليدي	Traditional Patriarchal Society	مجتمع يقوم على اختلاف المعاملة بين الذكر والأنثى، حيث تتحمل الفتيات مسؤوليات الزواج والحياة الأسرية مبكرًا، مع حرمانهن أحيانًا من الميراث.
التحولات السوسيوثقافية	Socio-cultural Transformations	التغيرات بعد الاستقلال في الجوانب السياسية والاقتصادية والاجتماعية، التي أثرت على الأسرة التقليدية وتنظيمها الاجتماعي.
الهجرة الريفية	Rural Migration	نزوح السكان من الريف إلى المدن بحثًا عن حياة أفضل، ما أدى إلى اختلال البنية التحتية وضغط على التنظيم الاجتماعي للأسرة.
التحول البنيوي للأسرة	Structural Transformation of Family	تحول من الأسرة الممتدة إلى الأسرة النووية.
النظام الأحادي للزوجات	Monogamous System	ميل الأسرة الحديثة إلى الزواج الأحادي بسبب الظروف الاقتصادية وأزمة السكن.
التغيرات في الأدوار الأسرية	Changes in Family Roles	مشاركة الزوجة في العمل والنفقات، تقلص الوظائف التقليدية للأسرة، ضعف ضبط الشباب، تغير نموذج السلطة الأسرية.
الأسرة الحديثة	Modern Family	أسرة تتسم بالحرية في اختيار الشريك، المشاركة الاقتصادية للزوجة، وضعف الوظائف التقليدية، وارتفاع مستوى التعليم لدى الأبناء.