

## محاضرة 07: الارشاد الأسري.

### تمهيد:

تعرف الأسرة بأنها جماعة من الأفراد المتحدنين بفضل الزواج أو الدم أو التبني، فيكونون سكونا مستقلا و يتفاعلون مع بعضهم البعض على حسب أدوارهم داخل الأسرة (الأب، الأم، زوج، ابن، ابنة و غيرها) الأمر الذي ينشئ لهم ثقافة مشتركة. يعتبر الارشاد الأسري كمساعدة مدروسة يقدمها متخصص في استخدام أسس الارشاد و تقنياته لمساعدة الأفراد بشكل فردي أو جماعي لحل المشكلات و تحقيق الاستقرار و التوافق الأسري.

### 1- أهداف العلاج الأسري:

- المحافظة على الصحة النفسية لأعضاء الأسرة.
- مساعدة أفراد الاسرة على حل المشكلات و اتخاذ القرارات و تحقيق الوعي في التعامل مع ضغوط الحياة.
- تكوين مفهوم إيجابي عن الذات لدى أعضاء الأسرة.
- تنمية التواصل و التفاعل الإيجابي بين أعضاء الاسرة و تحقيق التوافق بينهم.

### 2- خطوات الارشاد الأسري:

2-1 الاعداد و التهيئة: تتم عبر إعطاء أفراد الأسرة الحرية التامة في الجلوس داخل القاعة، لأن طريقة جلوسهم تعبر عن طبيعة العلاقات بينهم أما المسافات بينهم فتعبر عن الاتحادات و الانقسامات. يتم الترحيب بأفراد الأسرة، بداية بالوالدين ثم الأولاد على حسب سنهم، يجب أن يعرف المرشد بنفسه قبل تعريف المفحوصين بأنفسهم.

2-2 إعادة تسمية المشكلة: يقوم الأخصائي هنا بتحفيز أعضاء الأسرة الى تسمية المشكلة و تحديد مطالب كل عضو فيها و غالبا ما يظهر عدم توافق أولي بينهم و بدلا من أن يعلق المرشد مباشرة فانه يمكن أن يستجيب بقوله: " يبدو أن وجهات نظركم مختلفة بعض الشيء حول ماهية المشكلة" و عليه يقوم بإعادة تسمية المشكلة من أجل تجنب الخلاف بينهم.

2-3 تبسيط المشكلة: يتم التركيز فيها على الصراع الموجود في الأسرة و إعادة صياغة المشكلة على شكل فرضية و يدعو الجميع الى التفكير في هذه الفرضية، يعمل المرشد على الرفع من آمال الأفراد في حل المشكلة.

2-4 الحاجة الى التغيير: يقوم الأخصائي بمناقشة الأسرة حول الأساليب التي استعملتها في الماضي من أجل حل هذه المشكلة و هذه الخطوة تفيد الأسرة في تعزيز وعيها في عدم قدرتها على الوصول الى أساليب ناجحة في حل المشكلة و الإشارة الى أنه لا يوجد شيء بناء قد تم عمله لحلها لحد الآن.

2-5 تغيير المسارات: تتم عبر تغيير مسارات الاتصال بين أفراد الاسرة، الوالدين و الأبناء مع التركيز على تمتين العواطف بينهم.

3- نماذج العلاج الأسري: تختلف النماذج النظرية حول العلاج الأسري و من أهمها:

3-1 العلاج الأسري البنائي: صاحب هذا الاتجاه هو "سالفادور مينوشين Minuchin. S" الذي قال بأن البناء الأسري و علاقته بالبيئة هو المحدد الرئيسي للعلاقات الأسرية و على ذلك يقوم التدخل المهني أي مساعدة أفراد الأسرة على كيفية تطوير القواعد و الأدوار بينهم ثم بينهم كأسرة و بين الأسر الأخرى في المحيط الاجتماعي.

3-2 العلاج الأسري النسقي: يعتمد على جوهر العلاقات بين الأفراد على أنه النقطة التي تبدأ من خلالها عملية التغيير.

3-3 العلاج الأسري الاستراتيجي: يقوم على مبدأ مساعدة الأسرة على إيقاف تبادل العلاقات المسببة للأعراض السلوكية الواقعة و على ذلك يقوم المعالج برسم تدخل مهني لحل مشكلات عدة، على أن ذلك يتطلب من النظام الأسري تغيير جميع التفاعلات الأخرى.

4- مهام المرشد الأسري: أهمها

- الاشباع الانفعالي و الدعم العاطفي: أي تعليم الزوجان تقديم و تلقي الحب و المودة من الآخر و تطوير الإحساس بالتعاطف.

- التكيف مع العادات الشخصية: تعليم الأزواج التكيف مع العادات السلوكية للآخر و أسلوب حياته كالتحدث، النوم، الأكل و غيرها.

- التمويل: يفيد في تحمل مسؤولية الدعم المالي و إدارة الأمور المالية.

- العمل و الوظيفة: عن طريق وضع برنامج لتنظيم الوقت بين مسؤوليات البيت و العمل و رعاية الأطفال.

- الحياة الاجتماعية: الاتفاق على النشاطات الاجتماعية و الترفيهية و إقامة علاقات اجتماعية مع الأصدقاء و الجيران و الأقارب و الأصهار و غيرهم.

- الاتصال: من خلال تبادل الأفكار و التعبير عن الاهتمامات و الحاجات الشخصية و حسن الاستماع و التحدث مع الآخر.
- التعامل مع المشكلات: أي إيجاد الوسائل المسالمة لحل المشكلات.
- رعاية الأطفال: تحما مسؤولية الرعاية و جعلهم مركز اهتمام الوالدين.
- الأخلاق و طريقة التفكير: أي التلاؤم و الانسجام مع قيم و أهداف الآخر و المشاركة فيها.