

قراءة لنظرية الاتصال في الإرشاد الأسري

أ/نصيرة مین

جامعة المسيلة

ملخص:

إن التغيرات السريعة والمتلاحقة في مختلف جوانب حياة الفرد له أثره الكبير على الأسرة، فقد تغيرت العلاقات الاجتماعية بين الأفراد وكذا أنماط تفكيرهم. كما أدت هذه التغيرات إلى حدوث تفكك في الروابط الأسرية وتفاقم المشكلات الاجتماعية، وقد صاحب كل ذلك، ارتفاع معدلات القلق والاضطرابات النفسية وأصبح الإنسان يعيش مغتربا عن ذاته ومجتمعه وعائلته.

مقدمة:

يصبح الإرشاد الأسري كعملية اتصالية من الضروريات لتقديم خدمات إرشادية تساعد في الكشف عن أسباب الاضطرابات الأسرية ومحاولة التغلب عليها، لتختزل مواقف الصراع والتصادم، ومن بين أهم هذه العلاجات نسلط الضوء على العلاج العائلي عند "ساتير" والمعروف بنظرية الاتصالات.

أولا: مفاهيم الدراسة:

1- مفهوم الإرشاد الأسري: يعرفه طه عبد العظيم 2004، بأنه أسلوب مهني منظم يستهدف تحقيق تغيرات فاعلة في العلاقات القائمة بين أفراد الأسرة، تلك العلاقات القائمة بصورة غير سوية، وذلك بتشجيع قيام تفاعل صحي

وإيجابي بين أفراد الأسرة وتوفير الفرص التي تؤدي إلى ذلك بحيث يتعايش جميع أفراد الأسرة في سلم ووثام.⁽¹⁾

ويعرفه عادل الأشول 1987 بأنه شكل من أشكال الإرشاد النفسي يتم مع أفراد الأسرة كمجموعة بدل من التركيز على العميل وحده حيث ينظر إلى المشكلات على أنها ترتبط بالأسرة بأكملها.⁽²⁾

أما كوسيني 1966 فهو يعرفه على أنه عملية تستهدف تعديل العلاقات داخل نسق الأسرة على اعتبار أن المشكلات الأسرية ما هي إلا نتيجة تفاعلات أسرية خاطئة وليست خاصة بفرد معين في الأسرة.⁽³⁾

ومن هذا المنطلق فإن الإرشاد الأسري أو العائلي ينبغي أن يتم بشكل جماعي وليس بشكل فردي بحيث يشمل إرشاد كل أفراد الأسرة. وعلى هذا فإن الإرشاد العائلي هو تلك العملية التي يقوم بها المعالج الأسري ومعاونوه بغية مساعدة أفراد الأسرة باستخدام ما يناسب من أساليب علاجية سعياً إلى تغيير نظامها ليجعله مرناً وترتيب حدودها وأدوار أفرادها وفقاً لمواقعهم داخلها ويحلل تفاعلاتهم وأنماطها ويعلمهم أساليب الاتصال الجيدة وغيرها من الأساليب لكي تبقى هذه الأسرة وحدة واحدة.⁽⁴⁾

(1) طه عبد العظيم حسين، الإرشاد النفسي: النظرية التطبيقية التكنولوجية (الأردن، دار الفكر ص135-2004).

(2) نفس المرجع، ص131.

(4) سعيد حسيني العزة، الإرشاد الأسري: نظرياته وأساليبه العلاجية (الأردن، مكتبة دار الثقافة، ص61-2005).

الأهداف العامة للإرشاد الأسري:

يهدف الإرشاد الأسري إلى تحقيق مجموعة من الأهداف التي تحدد وجهة كل من المرشد والمسترشد وعملية الإرشاد النفسي وهي كالتالي:

1- تحقيق الذات: إن كل فرد من أفراد الأسرة سواء كانوا صغارا أو كبارا، كل يسعى إلى تحقيق ذاته، بأن يكون متحملا لمسؤوليته ويقوم بالواجبات الملقاة على عاتقه، ولكن تتعارض مصالح هؤلاء الأفراد في الأسرة وبالتالي يحاول كل أفراد منهم أن يحقق ذاته على حساب الآخرين، وبالتالي تنتج المشكلات الأسرية والتي قد لا يستطيع هذا الفرد حلها، ومن هنا يكون بحاجة إلى خدمات الإرشاد الأسري.⁽¹⁾

2- تحقيق التكيف: إن من مهام الإرشاد الأسري تناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته. وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومتطلبات البيئة.⁽²⁾

3- مساعدة الأسرة في التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية وتدعيم قنوات التواصل بين أعضائها سواء كان لفظيا أو غير لفظي.

4- مساعدة الأسرة في مواجهة المشكلات التي تعوقها عن أداء وظائفها والتغلب عليها قنوات التواصل بين أعضائها وتحقيق الاستقرار في الحياة الأسرية.

5- تعديل نمط العلاقات القائمة بين أعضاء الأسرة والكشف عن نوع التفاعل الخاطيء في الأسرة وتعليم الأطفال كيفية حل المشاكل وتحمل مسؤولية قراراتهم.

⁽¹⁾ سعيد حسني العزة، الإرشاد الأسري نظرياته وأساليبه الفعالية (الأردن، مكتبة دار الثقافة 2000، ص 64.

⁽²⁾ نفس المرجع، ص 66.

6- تعديل بعض القيم والاتجاهات السلبية بين أفراد الأسرة وهذا بمساعدة أعضاء الأسرة على التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية، ومساعدتهم في فتح قنوات الاتصال بينهم بحيث يمكنهم مناقشة مشكلاتهم بصراحة والتعبير عن انفعالاتهم تجاه بعضهم البعض، ومساعدة الأسرة في تحقيق مزيد من النمو الشخصي ومزيد من الفعالية في الأداء النفسي والفعلي.⁽³⁾

2- مفهوم الاتصال: ترى " فرجينيا ساتير" بأن الاتصال طريقة للتعبير عن مشاعر النقص والدونية أو مشاعر تقدير الذات، وعن مشاعر الفرح والحزن والغضب وغيرها من المشاعر المختلفة عند الفرد، وترى أن الحياة مستحيلة بدون اتصال، حيث أنها السبب الرئيسي لبقاء الفرد واستمرار وجوده في هذا العالم. وترى بأن الطرق التي يوصل كل فرد مشاعره بها للآخرين قد تكون مقبولة لديهم أو غير مقبولة.⁽²⁾

وبناء على هذا فهي تعرف الاتصال على أنه " قيام الأفراد بإرسال معلومات وإعطاء معاني لها والاستجابة لها على المستوى الداخلي والخارجي" وبمجرد أن تصبح المعاني غير متطابقة وغير أكيدة ومشوهة فإن الاتصال يتعرض لخلل وظيفي، ويبقى كذلك ما لم يكن للأفراد المعنيين مناسبات كافية لإيضاحها، من جهة أخرى يتحقق أسلوب الاتصال الوظيفي أو المتطابق عندما يكون هناك تناسب بين النية ونتيجة الاتصال.⁽³⁾

⁽³⁾ طه عبد العظيم حسين، الإرشاد النفسي النظرية التطبيقية التكنولوجية (الأردن، دار الفكر، 2004، ص 132).

⁽²⁾ نفس المرجع السابق، ص 86.

⁽³⁾ كلثوم بلميهوب، الاستقرار الزوجي، دراسة في علم النفس، الجزائر، منشورات الحبر، 2006، ص 172.

فهي إذا تميز بين نوعين من الاتصالات الوظيفية واللاوظيفية في الأسرة، فهي ترى أن الأسرة ذات نظام مفتوح يجب أن تبنى على الحرية والمرونة والاتصالات الوظيفية (المفتوحة) ولا بد أن يكون لكل فرد داخل الأسرة صوتاً يعبر به عن نفسه مما يشجعه على المغامرة والمخاطرة.

وإذا كانت اتصالاتها لا وظيفية فإن العلاقات داخلها غير مريحة ومنتعبة والأفراد فيها تابعين وغير مستقلين.⁽⁴⁾

ثانياً: الميكانزمات التي تسمح بالمواجهة:

إن لكل فرد داخل نظام أسري معين طريقة خاصة للرد على التهديدات أو الضغوط التي تواجهه فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات منخفض يلجأون إلى أشخاص آخرين ذوي ثقة عالية بذاتهم حتى يعوضوا النقص الذي عندهم وفي نفس الوقت يستخدمون طرق غير متطابقة في التواصل.

في حين أن الأشخاص الذين يتمتعون بشعور قوي بقيمة الذات يلجأون إلى ميكانزمات تسمح بوضع نموذج متطابق في التواصل.

الميكانزمات ذات الخلل الوظيفي تتضمن محاولة التهدة، التنديد، والمبالغة في العقلانية، والسلوكات غير الملائمة.

في حين التطابق هو الميكانيزم الذي يسمح بمواجهة المواقف بطريقة وظيفية.

تظهر هذه الميكانزمات بداية في المثلث البدائي لمواجهة الضغط العائلي:

⁽⁴⁾ سعيد حين العزة، الإرشاد الأسري ونظرياته وأساليبه الفعالية (الأردن، مكتبة دار الثقافة 2000، ص 90.

ميكانيزم التهدئة : Apaisement :

فهو أحد أساليب الاتصال في الأسرة حيث يحاول بعض أفراد الأسرة ترضية الفرد الآخر فيها إذا كان يشعر بالضيق، وذلك لإدخال السرور عليه. الأمر الذي لا يساعد على النمو ولا يحل المشكلة التي يعاني منها ويضعفه في اتخاذ حلول مناسبة وبديلة، والذي لا يجعله مستقلا ويمحو ذاته Self Effacing لأنه سيشعر بالعجز بدون الآخرين، وسوف ينشأ على تقبل ما يقوله الآخرون. هذا النوع من الميكانزمات يعطي مشاعر عدم التقدير المرتبطة عادة باستجابة التهدئة على مستوى الجسم، وغالبا ما نلاحظ اضطرابات في الجهاز الهضمي كالقرحة والإمساك.⁽¹⁾

ميكانزمات الإدانة : Condamnation :

يتميز هذا الميكانيزم الأشخاص الذين يستخدمون اللوم كوسيلة من رسائل الاتصال يحاول السيطرة على الآخرين عن طريق إبراز أخطائهم. حيث يواجهون أصابع الاتهام لهم ولا يريدوا أن يتحملوا المسؤولية الملقاة عليهم. هذا النوع من السلوك يتميز عادة بالكراهية، التحرش والغطرسة ويشخص عادة بالبارانويا والانحراف.⁽²⁾

إن عدم التطابق في الاتصال يكمن في تجاهل مشاركة الآخرين لحساب الذات. والسياق. يؤدي هذا الميكانيزم على المستوى العضوي إلى مشكلات عضلية أو في الأنسجة مثل "ارتفاع ضغط الدم وآلام الظهر"

(1) كلثوم بلميهوب، الاستقرار الزواجي، دراسة في علم النفس، الجزائر، منشورات الحبر، 2006، ص 173.

(2) نفس المرجع، ص 173-174.

ميكانيزمات المبالغة في العقلانية:

في هذه الحالة يظهر نقص تقدير الذات وإنكار المشاعر وعقلنة الحوار ويوصف السلوك المميز لهذه الاستجابة بأنه متصلب دماغي واستغلالي، ويشخص في هذه الحالات على أنه وسواس قهري، ومضاد للمجتمع، وتعطي الأولوية في هذه الحالة للسياق على حساب الذات والآخر، على المستوى العضوي ويظهر السرطان أو نقص في افراز الغدد. (1)

السلوكات غير الملائمة:

يشخص على انه مفرط الحركة وفي بعض الحالات فصامي يكون نوع التواصل غير متطابق، بحيث يكون هناك إنكار للذات، هذا الميكانيزم الذي يخفي مشاعر القلق والوحدة يؤدي غالبا إلى اضطراب في الهضم والجهاز العصبي مثل الصداع والدوران .

في حين تنعكس الاستجابة المتطابقة في الإدراك الايجابي للذات، وتظهر من خلالها التناسب بين الاتصال والمشاعر التي تكون في هذه الحالة واضحة، ونادرا ما تكون مشوهة ومفتوحة على الشك والسماح بالاختلاف والوصول إلى الحفاظ على التوازن بين الذات والآخر. (2)

ثالثا: نظرية ساتير في الاتصال الأسري:

نشأة وتطور نظرية ساتير:

أمضت فرجينيا ساتير (1916-1988) حياتها تراقب وتبحث عما يحدث بين بني البشر أثناء اتصالهم ببعضهم البعض، حتى سميت بـ"معالجة كل

(1) المرجع نفسه، ص 174.

(2) المرجع نفسه، ص 174.

أسرة" و"كولومبس العلاج العائلي" وأم العلاج العائلي". ولقد بدأ بحثها منذ أكثر من 60 سنة عندما بدأت حياتها المهنية بتعليم المعوقين والموهوبين الذي أدى بدوره إلى البحث في أسر -عائلات- هؤلاء المعوقين والموهوبين عن معلومات نفسية واجتماعية وعلاجية تساعدها في مهمتها.

ولقد خلصت ساتير إلى أن الإنسان معجزة وأنه دائم التطور ودائم الاستعداد للنمو والتغيير والفهم. وخلصت أيضا إلى أهمية الاتصال الإنساني القائم على اللمس والنظرة والصوت، وأن كل هذا أهم من الكلمات. وخلصت أيضا إلى أن المشكلة ليست هي المشكلة بقدر ما هي كيف نتعامل مع المشكلة، وهذا بدوره مبني على تقديرنا لذواتنا والقوانين التي تعيش العائلة وفقها وارتباط العائلة بالعالم الخارجي، وكانت تركز على ما ينعش الإنسان وما يجعله سعيدا وفعالا وأيضا ما يمرضه ويجعله مضطربا وغير فعال.

واهتمت ساتير بعرض مفاهيم علم النفس الإنساني على جمهور الناس بشكل واضح ومباشر.⁽¹⁾

وقد ألقت وشاركت في تأليف 12 كتابا وترجم بعض كتبها إلى 8 لغات. وآخر كتاب ألفته هو The New Peoplemaking عام 1988. كما قدمت مئات المحاضرات وورش العمل حول مفهوم الاتصال في عالمنا الحديث.

كما كتب عنها مؤلفات عدة منها ما ألفه ستيف أندرياس بعنوان "فرجينيا ساتير: أنماط سحرها Virginia Satir: The Patterns of Her Magic" وهذه ترجمة حرفية لكلمة magic والمؤلف أراد المعنى المجازي.

⁽¹⁾ <http://vb.maharty.com/showthread.php?t=14927> www.google.ac جولة في كتاب

وتحدث فيه عن 16 مفتاح ونمط كانت تستخدمه ساتير في عملها لمساعدة الناس في الوصول إلى الحالة النفسية التي يرغبون، فكانت تستخدم لغة العين واللمس ونغمة الصوت كما كانت تختار الكلمات المناسبة وكانت قوية الملاحظة وتستخدم الدعابة كذلك. ومما يميزها أنها لم تكن تركز على المرض بقدر تركيزها على قدرة الإنسان على النمو والنضج والتغيير نحو الأحسن.

ويستمد مدربو البرمجة منها موضوع الأنماط الخمسة لسلوك الناس أمام المحن والتوتر.

تلقت ساتير تعليمها في جامعة وسكانسن وشيكاغو وحصلت على دكتوراه فخرية من جامعة وسكانسن ومنحت الميدالية الذهبية لخدماتها الرائعة للإنسان من قبل جامعة شيكاغو.

ونجد في الجزء الثاني من "بنية السحر" أو "تركيب السحر" The Structure of Magic فصلاً عنوانه "العلاج العائلي" وواضح أن المؤسسين يستخدمان كلمة السحر بمعناها المجازي ومن يقرأ أو يتصفح "تركيب السحر" يظهر له ذلك بوضوح وخاصة إذا قرأت فصل "تركيب السحر" Magic The Structure of في الجزء الأول من الكتاب.

من أقوالها:

كثيراً ما أقول للآخرين أنه من حقي أن أكون بطيئة التعلم ولكن قابلة للتعلم. وما يعنيه هذا بالنسبة لي كمعالجة هو أنني أحمل فكرة واحدة وهي أن أساعد الناس الذين يأتون إلي بالأمهم على التغيير. وأدواتي التي استخدمها هي - فقط - جسمي وصوتي وعيني ويدي بالإضافة إلى كلماتي وكيفية استخدامي لها. ولأن هدفي هو أن أجعل التغيير ممكناً لأي شخص فإن كل إنسان يمثل تحدياً جديداً.

رابعاً: أدوار الأسرة في الاتصال والإرشاد:

إن السلوك غير المتكيف بين أفراد الأسرة يفرض أدواراً مختلفة تؤثر على التفاعلات داخلها. فهناك الضحية والمحافظ على الأمن والسلامة العامة داخل الأسرة، والمرشد في حالات الضيق والمشكلات عند وقوعها والأب المنظم والأم الحريصة التي تتقبل كل فرد داخل الأسرة ولكل فرد علاوة على ذلك دوره الذي يتميز به سلوكه، والوالدان دورهما بالنسبة لجميع أفراد الأسرة. وإن الأدوار هذه يجب أن تكون مرنة وقابلة للتغير، بحيث يسمح للأفراد بالخطأ ويجب أن تتاح الفرصة للأطفال لسماع أصواتهم وإن يعترف بوجودهم وأن يعطوا المعلومات اللازمة والهامة لهم للتعامل مع الحياة داخل الأسرة وخارجها. (1)

كما وصفت سائر عناصر أساسية لا بد أن يتمتع بها كل فرد داخل الأسرة وبكل حرية وهي كالتالي :

1. حرية الرؤية والسمع لما يوجد، وليس ما يجب أن يكون أو ما سيكون.
2. حرية الكلام عن مشاعرنا الحقيقية وليس ما يجب أن نشعر به.
3. حرية الإحساس كما نحس وليس كما يجب أن نحس به.
4. حرية طلب ما نريد وليس الانتظار دائماً للأمر بأن تأتي إلينا
5. الحرية في اتخاذ القرارات الخطيرة وليس فقط البحث عن الأمن.

(1) سعيد حسيني العزة، الإرشاد الأسري نظرياته وأساليبه الفعالية (الأردن - مكتبة دار الثقافة، 2000، ص91).

خامسا: أهداف الإرشاد الأسري حسب ساتير:

إن أهداف الإرشاد حسب ساتير تتمثل فيما يلي :

- يهدف أولا إلى تعليم أفراد الأسرة طرق الاتصال السوية التي تبعدهم عن استمرار السلوكات غير المتكيفة . (1)
- اتساع الوعي: بمعنى أن يقدم الإرشاد المزيد من التبصر بأسباب سلوك المشكل.
- تشجيع القدرات على النمو : بمعنى أن المعالج الأسري يجب أن يشجع القدرات الظاهرة والكامنة عند أفراد الأسرة واستثمارها للمساعدة على النمو السليم واحترام الذات والتكيف مع الحاجات والتغير . (2)
- تغيير نظام الأسرة والقوانين غير النافعة .
- تشجيع الانفتاح بين أفراد الأسرة ومع الآخرين وتسهيل إحداث التغير وتبادل التجارب والخبرات المفيدة داخل الأسرة.
- إيجاد بدائل وخبرات جديدة أمام أعضاء الأسرة تساعدهم على التغلب على الصعوبات التي يواجهونها.
- توليد مهارات تكيف عند أعضاء الأسرة
- أن يكون العضو آمينا وصادقا في نقل كل ما يقول أو يسمعه.
- المساعدة على اتخاذ قرارات بحسب حاجات الفرد وليس بناء على موقع الفرد في هرم القوة.

(1) المرجع نفسه، ص 92.

(2) المرجع نفسه، ص 92.

- الاعتراف بالفروقات الفردية بين أعضاء الأسرة لكي تحدث عملية النمو فلكل فرد قدراته وإمكانياته التي تختلف عن غيره .

سادسا: علاج العلاقات الأسرية:

ترى ساتير بأن الشفاء يحدث في العلاقات الأسرية من خلال حضورهم لجلسات الإرشاد الأسري وترى بأن المسؤول عن عملية التغيير هو الفرد نفسه وليس المرشد .

تؤكد ساتير على التاريخ العاطفي والأصالة والفهم من قبل المرشد للأسرة وعلى ضرورة فهم خرائط الأسرة . وفيما يلي المراحل الخمسة للعلاج:

1. بناء الثقة مع العائلة ووضع خطة للتقدير والعلاج مبكرا لكسب ثقة العائلة وتسميه ساتير بالقيام بالاتصال .

2. تطوير الوعي من خلال التجربة يساعد المعالج العائلة على تطوير وعي جديد حول طريقة سيرها عن طريقة سيرها عن طريق طرح أسئلة محددة واستخدام تقنيات محددة.

3. خلق فهم جديد عند أفراد العائلة من خلال زيادة الوعي بديناميكية العائلة.

4. جعل أفراد العائلة يعبرون ويطبّقون هذه المفاهيم الجديدة من خلال سلوكيات متنوعة أثناء الحصص .

5. جعل أفراد العائلة يستخدمون السلوكيات الجديدة خارج المحيط العلاجي وتسميه ساتير بالاندماج.

التقنيات المستخدمة في العلاج:

خرائط العائلة: هي عبارة عن جمع حقائق عن الأسرة وتاريخها لثلاثة أجيال حيث ترسم ساتير ثلاث خرائط للعائلة هي: عائلة الأم، الأب، والعائلة الحالية⁽¹⁾.

اللامسة: تستخدم ساتير اللمس مع أفراد العائلة، مصافحة كل فرد من العائلة في بداية العلاج رغم حرصها على عدم انتهاك حدود الأفراد لأن بعضهم يعتبرون اللمس كذلك.

الدعابة: تستعمل مسحة من الدعابة للحفاظ على جو مريح يساعد على التعلم ويسهل التواصل بين المعالج وأفراد العائلة وبين بعضهم البعض ويزيل التوتر ويخفض الدفاعات.

التعبير عن المسلمات: يذكر المعالج بشكل واضح المسلمات التي تكون أكيدة في سلوك العائلة، حيث تعبر ساتير لفظيا عن الأمل والتوقعات فيما يخص التغيير الذي دفع العائلة لطلب العلاج؟

تحدي المعاني: حصول على معاني محددة لبعض الكلمات مثل: الحب، الاحترام، ومعرفة المطلوب من الطرف الآخر كي يشعر الشخص أنه محبوب أو محترم.

الكناية: تستعمل هذه الكلمة لتمثيل فكرة والتي تناقش في حد ذاتها بتمائل مثل تستعمل كلمة قدم ككناية لتقدير الذات عند شخص ما ثم تسأل ما مدى امتلاء قدم شخص ما في وقت معين؟

(1) كلثوم بلميهوب، الاستقرار الزوجي، دراسة في علم النفس، الجزائر، منشورات الحبر، 2006، ص 178.

جمع الأجزاء: إن تقنية جمع الأجزاء، لها تأثير خاص في إطار العلاقة الزوجية، بحيث تسمح لكل طرف من معرفة مكونات ذاته وكيف تتفاعل مع مكونات قرينه وملاحظة كيف أن مكونات الذات تتأثر ببعضها البعض، مما يسمح بتحويل نمط التفاعل غير الفعال إلى نمط فعال مبني على التقدير والتفاهم

وضعية الأنا : تشجع سائير أفراد العائلة على امتلاك مشاعرهم، فغالبا ما يستخدم الأفراد عبارة إنه : أمر مبرك بدل من القول : أنا مرتبك

السيكو دراما : إن السيكو دراما طريقة من طرق التنفيس عن مشاعر الأفراد المكبوتة حتى يشعروا بأنها تطلق لها العنان وتجد فرصة للانطلاق. كما أن لعب الدور يخلق جوا من التفاعل بين الأفراد ويفرض نوعا من الاتصال بينهم ويعلم الفرد أساليب وطرق حل المشكلات ويشجع على العفوية وعدم التكلف في التعبير عن الانفعالات ويخلق جو من التوحد والألفة .

تقنيات السيكو دراما في العلاج الأسري:

- لعب الدور: من خلال المسرحية الفنية العلاجية يعرض كل فرد دوره فيها كزوج أو زوجة أو ابن... إلخ ويبين الصعوبة التي يواجهها في التكيف مع الآخرين من خلال هذا الدور المرسوم له بحيث يحافظ على نظام الأسرة وعلى هرميتها واحترام الوالدين وحقوق الآخرين .

- التلقائية: يتحدث كل عضو عن معاناته من خلال دوره بدون تكلف وبصدق والتركيز هنا والآن والمشكلات الحالية؟

- الاتصال: هو طريقة تعبير أفراد الأسرة عن مشاعرهم السلبية والايجابية بشكل متقبل ولا يحتوي على تجريح للآخرين وقد يشمل موضوعات لها علاقة بالثقافة الأسرية والشعور بالظلم والعلاقات بين الآباء والأبناء .

-التنفيس: إن السيكودراما تعطي الأفراد فرصة للتعبير عما يدور في أنفسهم من صراعات. الأمر الذي يساعدهم على الشعور بالاسترخاء وتنفيس بالون التوتر والذي يساعد أفراد الأسرة أيضا على فهم شخصياتهم وحاجاتهم في جو صريح وغير مكبوح .

-البصيرة: هي وسيلة من وسائل تشكيل التعلم وتعطي فهم جديد للمشكلة وحلها بشكل مباشر وهي تتحدد مع تحرير المشاعر (التنفيس) وكلاهما يكمل بعضهما البعض.

-المناجاة: يناجي صاحب المشكلة نفسه ويسأل نفسه عن أسباب المشكلة، ودوره في تكوينها ونشوتها وتطورها وقد يناجي غيرها من الأطراف الأسرية التي قد تكون مسؤولة عنها مثل الأب أو الزوج وينشد الحل لها ويفكر في الحلول المتوفرة لديه ويطلب المساعدة من الآخرين في الأسرة في إيجاد حلول ثم يعكس اتجاهه نحوها بالقبول أو التعديل أو الرفض باحثا عن حلول منافسة وأكثر ملائمة له ولأسرته.

دور المعالج الأسري في السيكودراما :

- يعمل المعالج الأسري على تحديد نوع المشكلة الأسرية المراد تمثيلها.
- ويحدد ادوار أفراد الأسرة في عرضها وبيان أسبابها.
- كما يعطي فرصة لكل فرد في أن يعبر بشكل عفوي وتلقائي عن مشكلته كما يراها.
- وأيضا يعمل على تسهيل عملية الاتصال بين أفرادها ويحاول ضبط انفعالاتهم ويضمن عدم حدوث مقاطعة بينهم أثناء أداء الدور.

- كما يعمل على تشجيع كل فرد على طرح حلول وبدائل مناسبة للمشكلة الأسرية.

- وأخيرا يشجع أحد الأفراد على تلخيص المشكلة وعرض طرق الوقاية والعلاج لها.

المراجع:

1- طه عبد العظيم حسين(2004)، الإرشاد النفسي: النظرية التطبيق التكنولوجيا، دار الفكر، الأردن.

2- سعيد حسين العزة(2000)، الإرشاد الأسري ونظرياته وأساليبه الفعالة، مكتبة دار الثقافة، الأردن.

3- كلثوم بلميهوب(2006)، الاستقرار الزوجي، دراسة في علم النفس، منشورات الخبر، الجزائر.

4- <http://vb.maharty.com/showthread.php?t=14927> www.google.ac

The new people Making. جولة في كتاب