

مبادرة كيف تخطط لعام 1448

محور التخطيط الشخصي

المحاضرة الثانية: التفاعل الأسري



د. عبيد نداء العنزي



أهمية دور الأسرة

تتمثل أهمية دور الأسرة في الآتي:

 الأسرة هي الوحدة الاجتماعية الأولى للنشأة، وهي المسؤولة الأولى عن التطبيع ذاتياً وأسرياً واجتماعياً.

 تعتبر الأسرة النموذج الأمثل للجماعة الأولية التي يتفاعل الفرد مع أعضائها وجهاً لوجه، ويتوحد معهم ويعتبر سلوكهم نموذجياً.

 من العوامل التي تسير عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي في الأسرة اعتماد الفرد على الكبار لفترة زمنية طويلة، وحاجة الفرد -لا سيما في طفولته- إلى موافقة الكبار وتقبلهم له واعترافهم به واحترامهم له ورضاهم عنه.

 يشارك الفرد في عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي، بل أن شخصيته وسماته والعوامل الأخرى في المجال النفسي الاجتماعي تحدد بمدى تقبله لتأثير الأسرة في سلوكه، مما يجعله صورة مشابهة في بعض السمات، ويختلف عن غيره في بعض السمات أيضاً؛ وللأسرة وظيفة أخرى، فعن طريقها يتعلم الكثير من العقائد والمخاوف والأفكار التي تدل على التسامح أو التعصب.

الأساليب النفسية الاجتماعية التي تتبعها الأسرة في التنشئة:

المشاركة والتوجيه

المشاركة في المواقف والخبرات :بقصد تعليم الطفل السلوك الاجتماعي الصحيح في بيئته.

التوجيه المباشر المريح لسلوك الطفل ، وتعليمه المعايير الاجتماعية للسلوك والأدوار الاجتماعية والقيم والاتجاهات.

الاستجابة والتعزيز

الاستجابة لسلوك الطفل ، مما يؤدي إلى إحداث تغير في هذا السلوك.

الثواب المادي أو المعنوي ، حيث تثيب الأسرة الطفل على السلوك السوي وتعززه.

العقاب المادي والمعنوي ، حيث تعاقب الأسرة الطفل على السلوك غير السوي.

خطوات هامة لكي تقلل الفجوة في العلاقة بين الآباء والأبناء:

(2/1)



تشجيع الأبناء

لا بد من التشجيع لا السيطرة. الاهتمام بنشاطاتهم، وإظهار الاهتمام بأصدقائهم، مع توجيه اهتمام خاص إذا كانت هناك مشكلة ما.



عدم المغالاة في ردود الأفعال

لا بد من الصبر، والصبر هو قبول الآباء لمشاعر أبنائهم، ويعني الاستماع إليهم بالقلب إلى جانب الأذن، وأن تفتح الباب لأرائهم. غالباً ما ينتاب الآباء القلق على أبنائهم فلذلك يلجئون إلى العقاب عند الخروج عن القواعد المرسومة لهم. والعقاب مطلوب لكنه لا يعطي الابن الفرصة على أن يسيطر على تصرفاته.



إعطاء الأبناء قواعد واضحة

ينبغي أن تكون هناك قواعد محددة يضعها الآباء لكي يلتزم بها الأبناء بصفة مطلقة، ولا بد من الإصرار عليها. ولكن في نفس الوقت على الآباء احترام آراء أبنائهم، وأن تتوفر لديهم الرغبة في مناقشة قراراتهم معهم. ولا يأتي ذلك إلا بالالتزام الأبناء واحترام هذه العادات المطلقة.

خطوات هامة لكي تقلل الفجوة في العلاقة بين الآباء والأبناء

(2/2)



تشجيع استقلاليتهم

الاستقلال والانفصال وتحقيق الهوية هو ما يسعى الأبناء لتحقيقه، ويبدأ ذلك منذ سن الطفولة عندما يبدأ الطفل بالزحف والبعد عن أمه، ثم تظهر عند تصميمه لعمل بعض الأشياء بنفسه. لابد من إعطاء الفرصة لهم للخطأ للتوصل إلى كل ما هو صحيح.



عدم معاملة الأبناء على أنهم أطفال

لا تعاملهم بصيغة الأمر، فلا تستعمل الكلمات التالية: "أنت لا تأكل على ما يرام، لابد أن تنام مبكراً، لن تستخدم السيارة حتى تظهر نتائج الامتحان".



التدقيق في الأمور الهامة

ويعني ذلك إهمال الأمور الصغيرة أو التافهة مثل الملابس والموضة مع الالتزام بالحدود المسموح بها. لأنه إذا دقق الآباء على كافة الأمور سيولد ذلك شعور بالتمرد عند الأبناء.

الخلاصة

الأسرة هي البيئة الأولى للتنشئة، ونجاح التفاعل الأسري يعتمد على التوازن بين القواعد الواضحة والمرونة، وبين الحزم والرحمة، وبين التوجيه وتشجيع الاستقلالية.

وعلى الأبناء أن يكونوا مصدر سعادة للأسرة ممثلة في الآباء والإخوة في السلوك الصحيح ، والأفعال التي تثبت نجاح تنشئتهم ، وتكافئ بعض جهودهم وديون برهم.

أمثلة تطبيقية للتفاعل الأسري

⚠ في التعامل مع المشاكل

- ✓ تجنب "الحب القاسي" الزائد والحماية الزائدة
- ✓ اتركه يجرب عواقب تصرفاته ليتعلم.
- ✓ التدخل الدائم يضره.
- ✓ لا تقسو ولا تتهاون
- ✓ لا تتشاجر أمام الأبناء ، ولا أمام الأسرة: الشجار يخوفهم ويرسم صورة ذهنية غير جيدة.
- ✓ أوف حقوق الأسرة كلها ، فلك حقوق ، وعليك واجبات. وكذلك الأبناء
- ✓ حقوق الآباء: بيت، احترام، تعاون، راحة، نوم بدون قلق.
- ✓ واجبات الآباء: حب، توجيه، قدوة، وقت.
- ✓ كن قدوة "صورة إيجابية": اهتم بصورتك كأسوة لهم . الأبناء يقلدونك ، ويعتبرونك قدوة ويتعلموا منك.

👤 في التعامل مع الأبناء

- ✓ ضع قواعد واضحة + ناقشها معهم واسمع رأيهم فيها.
- ✓ لا تدقق في كل صغيرة وكبيرة
- ✓ شجع ولا تسيطر: اهتم بهواياتهم وأصدقائهم. امدح الجهد قبل النتيجة.
- ✓ علمه الاستقلالية بالتدريج: دعه يخطئ ويتعلم. من سن صغير خليه يتحمل مسئوليات بسيطة تناسب عمره.
- ✓ عاملهم كأنهم كبار: قلل من صيغة الأمر "لازم " "ممنوع كذا". واستبدلها بحوار: "ما رأيك نتفق على وقت النوم؟"

الفرق بين النقد البناء والقسوة:

القسوة " = أنت فاشل "أو استخدام العنف.

النقد البناء " = هذا التصرف لم ينجح، كيف أتصرف في المرة القادمة لأنجح؟"

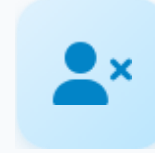


أخطاء على الأسرة تجنبها



ترك المشاكل تتراكم

الحل: معالجة المشكلة قبل أن تكبر.



جلد الذات للابن

يجعل الابن يخاف ويهرب بدلاً من أن يتعلم من الخطأ.
الحل: زرع الثقة في نفسه وإعطائه الفرص.



صراع السيطرة

"أنا الكلمة كلمتي" "أنا حر".
الحل: توزيع مسؤوليات واضحة حسب العمر لتقليل الصدام.

معادلة الأسرة الناجحة

قواعد واضحة + حب غير مشروط
+ مساحة للاستقلالية +
احترام متبادل + تحفيز ومساندة

سلوكيات احترام الوالدين

احترام الوالدين

- ★ السمع والطاعة ، والتقرب لله بذلك (وبالوالدين إحساناً).
- ★ الحرص الشديد على نيل رضاهم ودعائهم.
- ★ حسن الإنصات: تجنب مقاطعتهم أو إظهار الضجر والتأفف أثناء حديثهم.
- ★ لين الجانب: التحدث معهم بنبرة صوت منخفضة واستخدام ألطف الكلمات العبارات.
- ★ الطاعة بالمعروف: تلبية طلباتهم وسد احتياجاتهم بمسؤولية وسرور.
- ★ الدعاء الدائم: التضرع إلى الله لهم بالرحمة والمغفرة في حياتهم ومماتهم.
- ★ الإكرام المادي: الإنفاق عليهم وتوفير الرعاية الصحية والنفسية الكاملة لهم.

سلوكيات احترام الأقارب

احترام الأقارب

- ♥ الصلة المستمرة: التواصل الدوري معهم عبر الزيارات أو المكالمات الهاتفية للطمأنينة، والمواساة والمساندة.
- ♥ الوقوف بجانبهم في الأزمات ومشاركتهم الأفراح والأحزان ، وسلامة الصدر.
- ♥ العفو عن زلاتهم وتجنب نقل الشائعات أو القيل والقال بينهم.
- ♥ تقديم العون: مساعدة المحتاج منهم بالمال أو الجهد مادياً ومعنوياً.
- ♥ توقير الكبير: إظهار الاحترام لكبار السن في العائلة والعطف على صغارهم.

وقس على ذلك الإخوة والأخوات والأرحام، ثم العشيرة، ثم القبيلة، ثم بقية الناس.



حوار ونقاش

ما دور كل منا في البناء الأسري؟



لماذا الاهتمام بالأسرة؟



هل تؤيد الثواب أم العقاب؟ ولماذا؟



ما طرق التنشئة السائدة في مجتمعنا؟



ما أهمية التحفيز في البيئة الأسرية؟





تم،، وشكرًا لكم....