

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



المجلس الوطني لشؤون الأسرة
NATIONAL COUNCIL FOR FAMILY AFFAIRS
أحد مؤسسات جلالة الملكة رانيا العبدالله



Embassy of the
Kingdom of the Netherlands

البرنامج التدريبي لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

إعداد:

د.سهيله بنات/وزارة التربية والتعليم
د.سعاد غيث/الجامعة الهاشمية
د.يوسف مقدادي/جامعة آل البيت
د.نايفه الشوبكي/جامعة البلقاء التطبيقية
د.عز الرشدان/وزارة التربية والتعليم
د.منى درويش/جامعة الحسين

إشراف

أ.د. نزيه حمدي/الجامعة الأردنية
د.هيفاء أبو غزالة/المجلس الوطني لشؤون الأسرة

مراجعة وتنسيق البرنامج والرسوم الفنية
د.سهيله بنات/وزارة التربية والتعليم

متابعة وتنسيق

محمد مقدادي/المجلس الوطني لشؤون الأسرة
خديجه علاوين/المجلس الوطني لشؤون الأسرة

تصميم: مؤسسة دار أوراق للإعلام المجتمعي

البرنامج التدريبي لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

المجلس الوطني لشؤون الأسرة
٢٠١٠

المحتويات

تمهيد
مقدمة

طرق التدريب
أساليب التدريب المتبعة من قبل المدربين
أساليب التدريب المستخدمة
مواد التدريب
نماذج تقييم التدريب
البرامج التدريبية

البرنامج التدريبي الأول: التربية الأسرية/د.عز الرشدان
البرنامج التدريبي الثاني:المهارات الوالدية الفعالة وبرامج تنميتها/د.سعاد غيث
البرنامج التدريبي الثالث:التعامل مع مشكلات الأطفال والمراهقين/د.نايفه الشوبكي
البرنامج التدريبي الرابع: مهارات الإتصال في العلاقات الأسرية/د.يوسف مقدادي
البرنامج التدريبي الخامس: نظريات العلاج الأسري وتطبيقاتها/د.سهيله بنات
البرنامج التدريبي السادس: فنيات الإرشاد الفردي للمشاكل /د.سهيله بنات
البرنامج التدريبي السابع: فنيات الإرشاد الأسري الجمعي الأسري/د.سعاد غيث
البرنامج التدريبي الثامن: إرشاد أسر ذوي الحاجات الخاصة/د.يوسف مقدادي
البرنامج التدريبي التاسع: إرشاد أسر المدمنين على المخدرات/د.منى درويش
البرنامج التدريبي العاشر: مهارات إرشاد كبار السن/د.نايفه الشوبكي
البرنامج التدريبي الحادي عشر: مشكلات العلاقة الزوجية/د.عز الرشدان
البرنامج التدريبي الثاني عشر: التعامل مع العنف الأسري /د.منى درويش

٥
٨
١١
١٢
١٣

١٥
٣٤
٥٣
٨١
٩٥
١٧٥
٢٤٤
٢٥٨
٢٧٦
٢٩٥
٣١٢
٣٢٦

البرنامج التدريبي المقترح

يتم تقديم البرنامج التدريبي على النحو التالي:

الجلسة الأولى: من الثامنة والنصف صباحاً – العاشرة صباحاً
إستراحة صباحية: من العاشرة – العاشرة والرربع
الجلسة الثانية: من العاشرة والرربع – الثانية عشرة إلا ربعاً
إستراحة: من الثانية عشرة إلا ربعاً – الثانية عشر
الجلسة الثالثة: من الثانية عشرة – الثانية
إستراحة غداء: من الثانية – الثانية والنصف

ويتم عمل تقييم يومي في نهاية كل برنامج تدريبي للحصول على معلومات حول مدى الإستفادة من التدريب.

تمهيد

جاء الإعداد للبرنامج التدريبي لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري من خلال تأكيد الإستراتيجية الوطنية للإرشاد الأسري التي أعدها المجلس الوطني لشؤون الأسرة خلال عام 2009؛ على ضرورة العمل على تعميم خدمات الإرشاد الأسري، وتحسين نوعيتها، وتحديد الإحتياجات التدريبية للعاملين في هذا المجال، وبالتالي ضرورة تدريبهم لإكسابهم المعلومات والمهارات اللازمة لتقديم الخدمات على أكمل وجه.

وبأني الهدف من إعداد البرنامج التدريبي لنشر ورفع الوعي بالإرشاد الأسري من خلال تأهيل إستشاريين في مجالات الأسرة المختلفة لسد إحتياجات المجتمع تأهيلاً أكاديمياً مهنيًا، ومساعدتهم على أداء أدوارهم الإجتماعية، وتقديم برامج توعوية وخدمات متخصصة في مجال الإرشاد الأسري. فلا يمكن القيام بعملية الإرشاد والتوجيه الأسري إلا بإيجاد الآليات والوسائل الكفيلة بالقيام بمهمة نشر ورفع الوعي بالإرشاد الأسري، وضرورة إيجاد مرشدين مدربين على عملية الإرشاد الأسري.

وقد تم إعداد البرنامج في إطار مجموعة من المحاور الرئيسية الهامة، والتي تسعى إلى تحقيق الفائدة العلمية والعملية المجتمعية عبر تقديم شرح مفصل ووافر للأبعاد والمفاهيم، وتبادل التطبيقات العملية والمفاهيم بما يتناسب مع إحتياجات المشاركين وممارساتهم العملية، فضلاً عن تنفيذ تدريبات لتنمية المهارات التطبيقية من خلال التركيز على محاور الإرشاد الأسري.

هذا، وتعتبر شخصية المرشد عنصراً أساسياً وجوهرياً في أي علاقة إرشادية وأهم خاصية يجب أن تتوفر في المرشد هي الاهتمام والامان بمهنته، فكما يجب ان يكون المرشد مؤهلاً مهنيًا، ويتمتع بمعرفة واسعة؛ فانه ايضا ينبغي أن يكون شخصاً مهتماً بمساعدة الناس، فيمكن للعديد تعلم المعلومات والمهارات الارشادية، ولكن من الضروري أن تتوفر في المرشد صفة الإيمان برسالته المهنية والاهتمام بها . ولهذا فقد جاء هذا البرنامج التدريبي للعمل على تأهيل الكوادر العاملة في المؤسسات الرسمية والاهلية التي تعنى بشؤون الأسرة، وتوفير كفاءات متخصصة في الإرشاد وتطوير الإمكانات اللازمة لتقديم خدمات تنسجم مع المعايير العالمية في هذا المجال.

الاهلية التي تعنى بشؤون الأسرة وتوف

هذا وقد إستند البرنامج التدريبي الذي تم إعداده ضمن نهج علمي على إجراء دراسة علمية بالتعاون مع الجامعة الأردنية؛ تم من خلالها تحديد اثني عشر موضوعاً يرغب العاملون في الإرشاد الأسري بتناولها بهدف تطوير مهاراتهم الإرشادية، ومن هذه المواضيع التعامل مع العنف الأسري، وإرشاد كبار السن وذوي الحاجات الخاصة، والتعامل مع المراهقين والاطفال، وإستعراض أهم المهارات الوالدية الفعالة، وكذلك تناول النظريات العلاجية، وأساليب الإرشاد الفردي والجمعي. بحيث يتم تناول هذه المواضيع من خلال تناول الاجراءات والأهداف والأنشطة التدريبية والأساليب الفعالة التي يمكن إستخدامها.

وليحقق المجلس الوطني لشؤون الأسرة الغاية المرجوة من إعداد هذا البرنامج، والذي يعد الأول من نوعه، ويستهدف العاملين في الإرشاد الأسري؛ فسيتم تدريب العديد من المؤسسات الحكومية وغير الحكومية والاكاديميين على هذا البرنامج للاستفادة منه. وختاماً لا بد أن نؤكد على شكرنا لجميع الاساتذة من جامعاتنا الأردنية، والذين قاموا بإعداد هذا البرنامج التدريبي، ولكل من ساهم في إخراجه بصورته النهائية.

د.هيفاء أبو غزالة

الأمين العام
المجلس الوطني لشؤون الاسرة

hlaifha

مقدمة

يعد الإرشاد الأسري من العلوم الهامة التي ظهرت حديثاً، ويحتاج للمزيد من الرعاية والاهتمام لما له من أثر بالغ في حياة الأسرة ونموها بالشكل السليم مما يسهم في بناء المجتمع وتطوره، وتمكين الأفراد من الحياة بطريقة تجعلهم أكثر كفاءة وعطاء.

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة المجلس الوطني لشؤون الأسرة بتطوير برنامج تدريبي في الإرشاد الأسري، يتضمن أهم الموضوعات والمهارات التي ينبغي تمكين الأفراد منها، ويسعى هذا البرنامج لتحقيق الأهداف التالية:

١. تعميق الفهم حول موضوعات الإرشاد الأسري المختلفة.
٢. تزويد المشاركين بمهارات تمكنهم من التعامل مع المشاكل الأسرية.
٣. زيادة الوعي بالأساليب والممارسات الوالدية الإيجابية والسلبية.
٤. التدريب على الأساليب العلاجية للتعامل مع المشاكل الأسرية.
٥. التركيز على البعد الوقائي في الإرشاد الأسري.
٦. التركيز على المراحل النمائية المختلفة للأفراد في الأسرة (الطفولة، المراهقة، الرشد، كبار السن).

ومن أجل العمل على تحقيق هذه الأهداف لابد من وجود مدربين فعالين يسهمون في نقل المعارف والمعلومات للمتدربين بطريقة مناسبة تمكنهم من الفهم والمعرفة، وتكسيهم القدرة على ممارسة ما يقدم لهم في المواقف الحياتية. والسؤال الذي يطرح نفسه الآن: من هو المدرب الفعال؟ وما الأساليب التي يستخدمها مع متدريه.

طرق التدريب:

إن من أهم مسؤوليات المدرب/ المدربة أن يشجع الآخرين على أن يشاركوه في المعرفة والمهارات والتجارب والأفكار.

التدريب سلاح ذو حدين يمكن أن يكون له أثر إيجابي أو سلبي على المتدربين والمتدربات. ويتوقف ذلك على كيفية ممارسة التدريب وعلى الذين يمارسونه، فمن الممكن أن يزيد التدريب من ثقة المدربين بأنفسهم، وإمكاناتهم، وقدراتهم، ويحدث العكس في حالة الأثر السلبي.

(أبو غزالة، ٢٠٠٥)

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

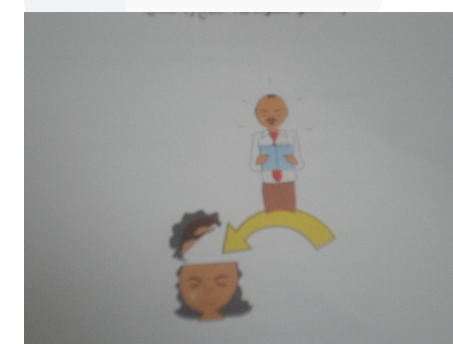
أساليب التدريب المتبعة من قبل المدربين:

١- التدريب التقليدي:
أ. المدرب الملقن: وفيه يرى المدرب المشاركين وليس بالضرورة أن يسمع أصواتهم.



متدربون يسمعون للمدرب جالسين على المقاعد كطلاب مدرسة

ب. خشو المعلومات: إسمع ولا تسأل
وهنا يتم تقديم المعلومات من قبل المدرب دون الحاجة إلى معرفة أثر ذلك على المتدربين، أو الحصول على تغذية راجعة منه أو حتى إتاحة المجال للمتدرب للسؤال عن شيء قد يصعب عليه فهمه.



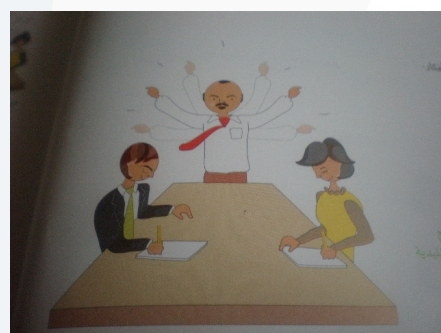
ج. المدرب المسيطر:

وهنا يستخدم المدرب القوة والتهديد أثناء تعامله مع المتدربين. (أبو غزالة، ٢٠٠٥)



٢- التدريب غير التقليدي:

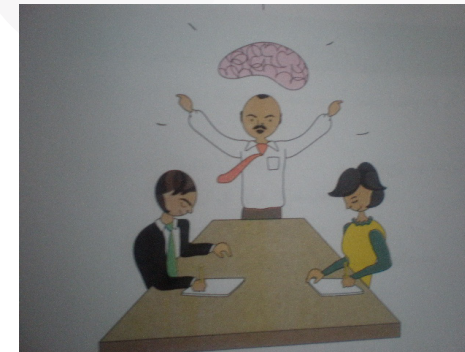
أ- التدريب من أجل التغيير: إستخراج الأفكار.
وفيه يتم العمل على استخراج الأفكار بطرق غير تقليدية.



ب-المدرّب المسهل: التدريب بالمشاركة.
وهنا يشعر المدرّب والمتدربون بالفائدة والمتعة.



ج-استخدام العقل وليس القوة: إثارة التشويق واستدعاء الانتباه.



حيث يعمل المدرّب على تشويق المدرّبين ويستخدم العقل في طريقة شرحه للمعلومات مما يؤدي لنتائج أفضل من التهديد والقوة.
(أبو غزالة، ٢٠٠٥)

لعلك قد كونت فكرة حول الدور الذي يقوم به المدرّب في كل من الطرق التقليدية والطرق غير التقليدية في التدريب، ولتوضيح ذلك نعرض فيما يلي وصفاً لدور المدرّب في كلا الشكلين:

*- دور المدرّب التقليدي:

١. يتحكم المدرّب بالمتدربين.
٢. الدورة التدريبية في غاية الانضباط.
٣. المدرّب يعرف كل شيء.
٤. يترك لدى المتدربين شعوراً بأن الدورة تمثل عبئاً ثقيلاً على المشاركين.

٥. المدرّب يتكلم ولا يسمع للآخرين.
٦. أسلوب التدريب ممل.
٧. موضوع التدريب لا علاقة له بالبرنامج التدريبي.

(أبو غزالة، ٢٠٠٥)

*- دور المدرّب غير التقليدي:

١. المدرّب متواضع ويشعر الآخرين أنه غير متفوق عليهم.
٢. المتدربون/المتدربات منضبطون من تلقاء أنفسهم.
٣. يشعر المدرّب المشاركين بأهميتهم.
٤. ينصت المدرّب للمشاركين ويحترم آراءهم وأفكارهم.
٥. يستمع المدرّب للآخرين ويشاركهم آراءهم.
٦. التدريب مشوق ويشعر الآخرين بالنشاط والحيوية.
٧. يرتبط موضوع التدريب بأهداف البرنامج التدريبي.

(أبو غزالة، ٢٠٠٥)

*- الأساليب المستخدمة في التدريب:

يمكن للمدرّب استخدام العديد من الأساليب أثناء عملية التدريب، ومن الأساليب التي سيتم تطبيقها من خلال المشاغل التدريبية في هذا البرنامج:

١. عمل المجموعات:
وفيه يتم تقسيم الأفراد المشاركين لمجموعات عمل صغيرة، ويتم تخصيص مقرر لكل مجموعة، ويجري أفراد المجموعة مناقشات حول موضوع التدريب، ثم يتحدث مقرر المجموعة نيابة عنهم أمام بقية المشاركين.

٢. لعب الدور:
وهو من الأساليب الفعالة والمثوقة، وفيه يتم التعامل مع ما في عقول وقلوب الأفراد (أي أفكارهم ومشاعرهم)، ويدفعهم نحو البدء بالتحرك لإحداث التغيير في السلوكيات على الصعيد الواقعي.

٣. إعطاء التعليمات:
يقوم المدرّب باعلام المشاركين بسلوكيات معينة متوقع حدوثها، ويجب أن تكون التعليمات واضحة بحيث تساعد المشاركين على فهم المادة التدريبية وممارستها بشكل صحيح.

٤. التغذية الراجعة:
وهي عبارة عن تعليقات يقدمها المدرّب على سلوكيات المشاركين وأقوالهم، وذلك بعد تزويدهم بالتعليمات لإنجاز مجموعة من السلوكيات. وقد أثبتت التغذية الراجعة فعاليتها في إحداث تغيير ملحوظ في السلوك.

٥. المناقشة والحوار:

تتاح الفرصة للمشاركين لعرض آرائهم وملاحظاتهم وطرحها للنقاش مع المشاركين الآخرين. وهي إستراتيجية فعالة في التدريب والتعليم.

٦. العصف الذهني:

وفيها يتم إتاحة الفرصة للمشاركين لطرح أكبر عدد ممكن من الأفكار والاقتراحات، ومساعدتهم على أن لا يقفوا عند فكرة محددة. وتعد هذه الاستراتيجية من خطوات الأسلوب العلمي لحل المشكلات.

٧. دراسة الحالة:

يتم عرض دراسات حالة حول مواضيع مختلفة متعلقة بالإرشاد الأسري، وذلك حرصاً على تعميق الفهم وزيادة الفائدة من خلال عرض حالات واقعية تمثل مواقف وخبرات أسرية مختلفة أو تخص أحد أفراد الأسرة. ودراسة الحالة هي أحد الأساليب المستخدمة في البحث وكذلك التدريب والتعليم.

٨. النمذجة:

حيث يقوم المدرب بعرض السلوك المراد التدريب عليه أو تعليمه للمشاركين أمامهم، ثم يقوم المشاركون بتقليده. وتعد النماذج الحية والمصورة من الأساليب الفعالة في نقل المعلومة والمعرفة، وقد أكدت عدة دراسات فعالية التعليم عن طريق تقليد النماذج. وعلينا أن لا ننسى أن أول النماذج التي يتعرض لها الطفل هي والده ووالدته.

٩. التعزيز الاجتماعي:

يقوم المدرب بتقديم التعزيز الاجتماعي للمشاركين على أدائهم ومشاركتهم في أداء التمارين ومع المجموعات، ويعد التعزيز الاجتماعي من أهم أشكال التعزيز وأكثرها ديمومة، وكذلك إمكانية تطبيقه في أي زمان ومكان

٢٠٠٥. Youth Peer Education :Training trainers manual

*- المواد اللازمة للتدريب:

١- أوراق بيضاء وأقلام

٢- أوراق عمل

٣- بطاقات

٤- شاشة العرض وجهاز حاسوب

*- تقييم البرنامج التدريبي:

التقييم هو عملية تحديد مدى نجاح الأداء أثناء الدورة ولكي يكون التقييم مفيداً فإنه:

- يجب أن يكون بسيطاً مع الأخذ بعين الاعتبار أنه لا يمكن أن يغطي جوانب التدريب بشكل عميق.
- ينبغي أن لا يكتفي التقييم بمعرفة ما إذا كان البرنامج التدريبي قد حقق أهدافه أم لا، وإنما يجب أن يساعد في معرفة ما إذا كانت الأهداف ملائمة في المقام الأول.
- ينبغي أن يتم اشتراك جميع المشاركين في الدورة في عملية التقييم، وبهذه الطريقة يصبح التقييم جهداً تعاونياً من التفكير العميق، والنقد الذاتي، أي عملية ذات اتجاهين (المدرّب والمتدرب، كل منهما يقيّم الدورة مع الآخر).

طرق مقترحة للتقييم:

- مناقشات التقييم القصيرة في نهاية كل يوم، وذلك بالطلب من المشاركين إبداء رأيهم في نهاية كل يوم مع ترحيب المدرب بالنقد الإيجابي.
- التقييم الجماعي اليومي، وذلك بأن يسأل كل مشارك الآخر عما استفاده من البرنامج، وإمكانية تطبيقه، وهذه الطريقة تساعد المدرب على معرفة مدى نجاحه كما أنها ستعرفه بالمواضيع التي تحتاج إلى توضيح أكثر.
- التقييم النهائي، ويمكن أن يغطي الجوانب المختلفة للبرنامج التدريبي ويمكن إعداد قائمة توزع على المشاركين في نهاية الدورة.

نموذج تقييم نهائي للدورة:

١. تقييم أساليب التدريب وطرقه.
٢. تقييم موضوعات التدريب.
٣. مدى الاستفادة من التدريب.
٤. مدى تلبية البرنامج التدريبي لأهداف واحتياجات المتدربين.
٥. مدى الاستفادة مستقبلاً من البرنامج التدريبي لتغيير الاتجاهات والمفاهيم. (أبو غزالة، ٢٠٠٥)

تقييم المادة التدريبية للبرنامج:

أما عن طرق التقييم التي سنعمل على تطبيقها خلال المشاكل التدريبية لهذا البرنامج فهي:

١. مناقشات التقييم القصيرة في نهاية كل يوم تدريبي، ونرى لاحقاً نموذجاً يوضح بعض الأسئلة التي يدور حولها النقاش.
٢. تقييم نهائي: حيث يتم توزيع قائمة على المشاركين بعد نهاية المشاكل التدريبية، ويطلب منهم الإجابة عليها، ويراعى في إعداد القائمة الأمور التي تم الإشارة لها في نموذج التقييم النهائي الذي سبق ذكره.

نموذج حول مناقشات التقييم القصيرة

• كيف شعرت أثناء جلسات البرنامج التدريبي؟

• ما رأيك بموضوع البرنامج التدريبي؟

• هل ترى أن البرنامج التدريبي قد لَبَّى توقعاتك وحاجاتك منه؟

• ما رأيك في أسلوب التدريب؟ هل لديك إقتراحات؟

• سجل ما لديك من ملاحظات حول البرنامج التدريبي؟

البرنامج التدريبي الأول: التربية الأسرية

أهداف الورشة التدريبية:

١. أن يتعرف المشاركون على مفهوم التربية الوالدية.
٢. أن يميز المشاركون دور الآباء في التربية الأسرية.
٣. أن يتعرف المشاركون على نتائج التربية الأسرية الفعالة.
٤. أن يتعرف المشاركون على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمشاعر والسلوك.
٥. أن يتدرب المشاركون على دحض الأفكار اللاعقلانية واستبدالها بأخرى إيجابية.
٦. أن يستخرج المشاركون الأخطاء في سلوك الآباء من خلال عرض حالات معينة.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: التربية الأسرية ودور الآباء فيها

الإجراءات :

١. يُقسم المشاركون الى مجموعات عمل.
٢. يعرض المدرب تعريفات للتربية الأسرية على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءتها بتركيز.
٣. يطلب المدرب من كل مجموعة تعريف التربية الأسرية ، وتحديد الأدوار التي يمارسها الآباء.
٤. تقدم كل مجموعة نتائج عملها أمام باقي المجموعات.
٥. تناقش المجموعات نتائج كل مجموعة.
٦. يقدم المدرب معلومات حول وجود نتائج إيجابية وفعالة للتربية الأسرية تعود على الآباء والأبناء والمجتمع.
٧. يطلب المدرب من كل مجموعة تعريف نتائج التربية الفعالة على الآباء والاطفال والمجتمع.
٨. تقدم كل مجموعة نتائج عملها أمام باقي المجموعات.
٩. تناقش المجموعات نتائج كل مجموعة.
١٠. يقدم المدرب معلومات حول طبيعة العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك وأثر أفكارنا على كل من مشاعرنا وسلوكنا.
١١. يطلب المدرب من كل مجموعة مناقشة العلاقة بين أفكارنا ومشاعرنا وسلوكنا.
١٢. تقدم كل مجموعة نتائج عملها أمام باقي المجموعات.
١٣. تناقش المجموعات نتائج كل مجموعة.
١٤. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم إعطاء تغذية راجعة حولها.

١٥. تتناقش المجموعات ورقة العمل على لسان المقرر أمام باقي المجموعات.
١٦. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل مكونة من شخصين (مرشد ومسترشد).
١٧. يقدم المدرب معلومات حول وجود أفكار لاعتقالية لدى الآباء تؤثر على مشاعرهم وسلوكهم بشكل سلبي.
١٨. يقدم المدرب التعليمات التالية للمشاركين : سيمثل أحدكما لمدة خمس دقائق دور المرشد والآخر دور المسترشد (أم، أب)، من خلال الحوار يقدم المسترشد مشكلة تواجهه مع ابنه، ويشرح المرشد للمسترشد العلاقة بين أفكاره ومشاعره وسلوكه ثم يشجعه على تطبيق مقياس الأفكار الاعتقالية المرتبط بالوالدية ، ثم يتم تبادل الأدوار لمدة خمس دقائق أخرى.

مقياس الأفكار الاعتقالية حول الوالدية :

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على أفكارك تجاه كونك أما أو أبا، أرجو قراءة كل فقرة بدقة والإجابة عليها (بنعم) أو (لا) بناء على مدى ملاءمتها لأفكارك.

الرقم	الفقرة	نعم	لا
1	يكون الآباء دائما على حق		
2	يعصي الأطفال آباءهم لأنهم لا يحبونهم ولا يحترمونهم		
3	عندما يرفض ابني تنفيذ بعض أوامري يوميا فهذا يجعل منه شخصا كسولا وفاشلا		
4	لا يجوز للأطفال إظهار الغضب أو الحزن نهائيا		
5	يجب أن يتبع الطفل تعليماتي كما هي عندما أطلب منه تنفيذ مهام معينة		
6	الآباء الجيدون يفعلون أي شيء لتخفيف الألم والمصاعب التي تواجه أطفالهم		
7	سأكون والدا سيئا إذا شعرت بالغضب من ابني		
8	يجب على الآباء دائما ان يعرفوا كيف يتصرفوا مع أطفالهم		

يوضح المدرب للمشاركين ان كل فقرة يجب عليها المفحوص بنعم بحاجة الى تعديل لانها تمثل فكرة غير عقلانية.

١٩. يتم تطبيق لعب الدور بخروج المشاركين امام المجموعة لعرض التدريب الذي طبقوه.
٢٠. تتناقش باقي المجموعات اداء المشاركين موضحين الالجابيات والسلبيات.

ورقة عمل

*-أذكر موقفاً اختلفت فيه مع أبي عندما كنت في المدرسة

*-كنت أتمنى أن يعاملني أبي

*-أحس بالضيق عندما أتذكر كيف عاملني أبي

*-أحس بالسعادة لأنني أعامل أبنائي

البرنامج التدريبي الأول

٢١. يقدم المدرب معلومات حول إمكانية استبدال الأفكار غير العقلانية بأخرى أكثر عقلانية.
٢٢. يقدم المدرب التعليمات التالية للمشاركين: سيمثل احدكما لمدة خمس دقائق دور المرشد والآخر دور المسترشد (ام،اب)، من خلال الحوار يقدم المسترشد مشكلة تواجهه مع ابنه، تتضمن فكرة لا عقلانية ويحاول المرشد تطبيق فنيات استبدال الأفكار اللاعقلانية بأخرى أكثر عقلانية، ثم يتم تبادل الادوار لمدة خمس دقائق اخرى.
٢٣. يتم تطبيق لعب الدور بخروج كل مشاركين امام المجموعة لعرض التدريب الذي طبقوه.
٢٤. تناقش باقي المجموعات اداء المشاركين موضحين الايجابيات والسلبيات.
٢٥. يقسم المدرب المشاركين الى خمس مجموعات.
٢٦. يوزع المدرب على كل مجموعة حالة تمثل ازمة نفسية في مرحلة عمرية محددة.

الحالة رقم (1)

انجبت السيدة سلمى طفلها الاول رامي قبل (4) اشهر وتشتكي انه كثير البكاء، تقول الام ان ميلاد رامي رتب عليها الكثير من المسؤوليات التي لم تكن مستعدة لها فهو طفل حديث الولادة بحاجة إلى ارضاع مرات عديدة في اليوم والليل لذا فهي لا تأخذ كفايتها من النوم والراحة، كما يحتاج الى تنظيف وتغيير ملابسه بشكل مستمر، وتقول انها لا تغير له ملابسه بشكل منتظم بل تفعل ذلك عندما يبكي ويستمر بالبكاء لفترات طويلة، كما انها لا تهتم بحمله ومداعبته في الاوقات التي يكون هادئا فيها، واذا ضحك في وجهها لا تضحك له وتدعه جانباً ولا تتحدث اليه وتنشغل عنه بأشياء اخرى حتى يعود الى البكاء الطويل.

الحالة رقم (2)

تقول السيدة ليلي انها ام لثلاثة اطفال اصغرهم عمر وعمره سنتان، تعاني معه من معاناة لم تختبرها مع احد من اخوانه، اذ تحاول تدريبه على استخدام الحمام ولكنها، وبعد اسبوعين من المحاولة لا يزال عمر لا يستطيع ضبط عملية الاخراج، ونتيجة لذلك فهي تصاب بالاحباط وتبدأ بالصراخ على عمر وتقول له انت متخلف اخوانك اشطر منك شوف كيف راحوا على الحمام، انت دائما مغلبي واحيانا تضربه لانه وسخ سجادة الغرفة.

البرنامج التدريبي الأول

الحالة رقم (3)

السيد محمد اب لطفل عمره خمس سنوات يقول انه يمسك كل شيء يراه ويلعب به، فقبل يومين مثلاً خرج محمد الى كراج سيارته ليصلح بها بعض الاعطال ووضع بعض الادوات على الارض، فبادر خليل الى اخذ المفك واقترب من الاب وحاول تقليده فاصبح يضع المفك على السيارة ويحركه مما أثار غضب الاب وبدأ بالصراخ عليه قائلاً ولك حط المفك انت شو بعرفك انت بدك تخرب السيارة ويأخذ المفك منه فيذهب خليل ويحضر واحداً آخر ويعيد الكره ويضربه ويأخذه الى امه ويقول لها ابنك غبي رح يخرب دهان السيارة خليه عندك.

*- تعليق على لسان الأب والابن.



كم مرة
حكيتلك
روح من
هون وإلا
بكسر
راسك

بابا بدى
اساعدك
واعمل زيك



*- سجل تعليقاتك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب والابن

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

الحالة رقم (٤)

تعاني السيدة حنان من مشكلة مع ابنها طارق البالغ من العمر (٨) سنوات تتلخص انه في الصف الثالث، ولا يستطيع اتقان القراءة والكتابة لذا يحصل على علامات متدنية في امتحانات الاملاء، وتقول انها تحاول تدريبه على الاملاء لكنه لا يتقن كتابة الكلمات المطلوبة وبعد عشرات المحاولات تفقد اعصابها وتصرخ عليه قائلة انت حمار ليش ما بتعرف تكتب شوف ابن عمك كيف بيكتب بسرعة ويجب علامات عالية وتضربه على كل كلمة لا يستطيع كتابتها.

الجلسة الثانية
عنوان الجلسة: أوصاف الأنماط الوالدية

الاجراءات :

١. يعرض المدرب جدول المهارات الوالدية ووصفها موزعا بشكل عشوائي على شاشة العرض ويوزعه على شكل بطاقات على المجموعات.
زاوج بين الأنماط الوالدية والوصف المناسب لها.

الوصف النمط	النمط الوالدي
يكون الآباء منهمكين بالعمل أو مدمنين أو مطلقيين أو مرضى لا يضعون القوانين وغالبا يكون الإهمال عاطفيا	الديمقراطي والمشجع
يداعب أعضاء الطفل اثناء الاستحمام أو يعامل الطفل وكأنه سلعة جسدية ويجبره على كتم موضوع التحرش	المتساهل جدا
يؤمن بضرورة الانضباط وقد يستخدم القوة الجسدية لتحقيق ذلك	الخانع
يرفض تقبل الطفل مهما كان الطفل جيدا ومن المحتمل أن يكون الآباء أنفسهم قد تعرضوا للرفض أثناء طفولتهم	المتسلط
يحمل الطفل مهام فوق طاقته يعطي الطفل الكثير من الأعمال التي تحرمه من التمتع بطفولته	المثالي
يتقبل الاطفال فقد عندما يكون ادأؤهم مرتفعا ويضع معايير عالية للاداء	يحمل المسؤولية للاطفال بشكل زائد عن الحد
يتقبل تفرد الاطفال ويعبر عن حبه واحترامه لاطفاله ويشعر بالمساواة معهم من الناحية الانسانية	المهمل
يضع الكثير من القوانين والاورام وصارم جدا ولا يقدم اية تنازلات	الرافض
يخضع لرغبات اطفاله ومطالبهم وامزجتهم ويجعل من طفله الرئيس ويكون عبدا لطفله ولا يستطيع ان يقول لا	المعاقب
دائما يشعر بالقلق على الاطفال ويمنعهم من الذهاب إلى المدرسة وممارسة النشاطات العادية لاسباب تافهة	الوسواسي
يغرق الاطفال بالهدايا والامتيازات بسبب ودون سبب ، ولكنه يهتم بدرجة قليلة جدا بحاجات الاطفال الحقيقية	المتحرش جنسيا

٢٧. يطلب المدرب من كل مجموعة دراسة الحالة وتحديد الازمة النفسية والاختفاء التي مارسها الآباء.
٢٨. يطلب المدرب من كل مجموعة استبدال الاختفاء بسلوك اكثر ايجابية.
٢٩. تناقش المجموعات نتائج كل مجموعة.
٣٠. يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المجموعات ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر ويشكر مشاركاتهم.

٢. يطلب المدرب من المشاركين ضمن المجموعات المزاجية بين النمط والوصف المناسب له.
٣. يستمع المدرب لاستجابات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.

البرنامج التدريبي الأول

٤. يوزع المدرب على كل مشارك نموذج قائمة اتجاهات التنشئة الوالدية.

مقياس اتجاهات التنشئة الوالدية

يرجى وضع إشارة (x) في العمود المناسب لبيان مدى انطباق كل فقرة من الفقرات التالية على أسلوبك في تنشئة أبنائك أو بناتك ، مع ملاحظة أن كلمة أبنائي تعني البنين والبنات .

الرقم	الفقرات	تتطبق	لا تتطبق
	أحرص على اتباع نظام دقيق في المنزل		
	أشعر أن كافة أفراد أسرتي ملتزمون بطاقتي		
	أستشير أبنائي في الأمور التي تخصهم قبل أن اتخذ قرارا بشأنها		
	أمنع أبنائي من ممارسة الهوايات والأنشطة التي لا تروقني		
	أبادل الرأي مع أبنائي في أمور الأسرة		
	ألزم أبنائي أن يتصرفوا بالشكل الذي أراه مناسباً		
	أشاور أبنائي في كثير من الأمور التي تخص الأسرة		
	أنزعج إذا جادلني أحد أبنائي		
	أسمح لأبنائي بإبداء الرأي حول الطعام الذي يريدونه		
	أمنع أبنائي من المشاركة في الحديث عند وجود زائرين في البيت		
	أسأل أبنائي عن نوع الملابس التي يرغبونها قبل أن أشتريها		
	أرفض أن يشارك أبنائي في مناقشة الأمور التي تخص الأسرة		
	أترك لأبنائي حرية مشاهدة الأفلام التي يرغبون فيها		
	أحرص على أن أختار لأبنائي الأماكن التي يقضون فيها أوقات فراغهم		
	أمتنع عن الاستماع لمشكلات أبنائي التي أجدها تافهة		
	أدخل في طريقة دراسة أبنائي وتحديد أوقاتها		
	أوجه إلى أبنائي الكثير من الأوامر		
	أعودت أبنائي أن يصارحوني بكل المشكلات التي يواجهونها		
	أدخل في طريقة تعامل أبنائي مع أصدقائهم		
	أتمسك بأرائي ولا أسمح لأبنائي أن يعبروا عن آرائهم		
	أشعر أبنائي أنني صديق لهم		

البرنامج التدريبي الأول

	إنني أعرف مصلحة أبنائي أكثر منهم		
	أختار لأبنائي الكتب والمجلات التي يقرأون		
	أرفض أن يناقش الأبناء آباءهم أو يراجعوهم		
	الوالد هو الشخص الوحيد الذي يمكنه أن يحدد لأبنائه نوع الدراسة والمهنة		
	أرغم أبنائي على التنازل عن حقوقهم لآخوتهم ولو كانوا محقين		
	أطالب أبنائي بطاعة آخوتهم الكبار مهما كانت الظروف		
	أناقش أبنائي في أخطائهم قبل توجيه اللوم والعقوبة اليهم		
	أسمح لأبنائي باختيار أصدقائهم		
	أهتم بالتأكد على التعاون والتضامن داخل الأسرة		
	أحدث لأبنائي بكلمات ملؤها المحبة		
	أكافئ أبنائي عندما يحرزون نجاحاً في دراستهم		
	أعرب عن استحساني لتصرفات أبنائي وأذكرها أمام الآخرين		
	أقلق على صحة أبنائي عندما يكونون مرضى		
	أسمح لأبنائي باستضافة زملائهم في المنزل		
	أشعر أن أبنائي يعتبرونني لطيفاً		
	أثق بأبنائي وأعطيه المصروف الذي يطلبونه		
	أتضايق من التحدث مع أبنائي		
	أقدر الأعمال الناجحة التي يقوم بها أبنائي		
	أعبر لأبنائي عن امتناني بعد كل عمل يقومون به		
	يسعدني أن يرافقني أبنائي إلى زيارة الأقارب		
	أشعر أن أبنائي يحبونني		
	أحرص على تقديم هدايا لأبنائي في المناسبات		
	أقابل أبنائي بكلمات التحريج القاسية عندما يخطئون		
	أذكر أبنائي بما أبدله من عناء في تربيته		
	إذا قام أبنائي بعمل جيد فإنني أذكرهم بأن غيرهم يتفوق عليهم		
	أشعر أن أبنائي غير مرغوب فيهم من جميع رفاقهم		
	أعتقد أن أبنائي يحرموني من الراحة		

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي الأول

		أعتبر أبنائي أفضل من جميع رفاقهم
		أقارن بين سلوك أبنائي وسلوك من أعتقد أنهم خير منهم
		عندما يخطأ أبنائي أعيد على مسامعهم سوابقهم الكثيرة في الخطأ
		أعتقد أن أبنائي سبب سعادتي
		يعتقد أبنائي أنني أقف لهم دائما بالمرصاد
		ألتمس لأبنائي الأعذار عندما يبدر منهم أي خطأ
		أتوقع من أبنائي الرفض لكل ما أطلبه منهم
		أحس أن أبنائي أقل شأنا من الآخرين
		أرى الجانب السيء من سلوك أبنائي
		أحترم حكم أبنائي على الأشخاص الذين نعرفهم
		أشير إلى الجوانب الحسنة من سلوك أبنائي
		استمع لأبنائي بسرور عندما يحدثوني عن أحلامهم وتخيلاتهم

✕ تصحيح القائمة :

تتكون القائمة من مجموعة من الفقرات الايجابية والسلبية، والفقرات الايجابية تمثلها الفقرات ذات الارقام (٣ ، ٥ ، ٧ ، ١١ ، ١٣ ، ١٨ ، ٢١ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٣ ، ٣٤ ، ٣٥ ، ٣٦ ، ٣٧ ، ٣٩ ، ٤٠ ، ٤١ ، ٤٢ ، ٤٣ ، ٤٩ ، ٥٢ ، ٥٤ ، ٥٨ ، ٥٩ ، ٦٠) وهي الفقرات التي تشير الموافقة عليها الى وجود اتجاه ايجابي في تنشئة الاولاد اي تشير الى وجود اتجاه يتسم بتقبل الابناء او البنات والتشاور معهم.

تعطى الفقرات الموجبة الوزن التالي تنطبق (٢) لا تنطبق (١) .

اما الفقرات ذات الاتجاه السالب فهي تحمل الارقام (١ ، ٢ ، ٤ ، ٦ ، ٨ ، ١٠ ، ١٢ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٣٨ ، ٤٤ ، ٤٥ ، ٤٦ ، ٤٧ ، ٤٨ ، ٥٠ ، ٥١ ، ٥٣ ، ٥٥ ، ٥٦ ، ٥٧) وهي الفقرات التي تشير الموافقة عليها الى وجود اتجاه سالب نحو الابناء يتسم بالنبذ وعدم التقبل والميل الى التسلط . تعطى الفقرات ذات الاتجاه السالب الوزن التالي : تنطبق (١) لا تنطبق (٢) .

تفسر النتائج بعد تصحيح القائمة بمقارنتها بالدرجات التالية :

- الدرجة (٦٠-٧٩) تعني أن الممارسات التي تدل على تقبل الآباء للأبناء قليلة وتحتاج إلى زيادة في تكرارها ، ويمكن مراجعة السلوك المتضمن في كل فقرة لمعرفة الجوانب التي يحتاج الآباء التدريب عليها.
- الدرجة (٨٠-٩٩) تعني أن الممارسات التي تدل على تقبل الآباء للأبناء ذات مستوى جيد، ويفضل تحسينها بمراجعة فقرات القائمة وملاحظة الجوانب التي تحتاج الى تعديل .
- الدرجة (١٠٠-١٢٠) تعني أن الممارسات التي تدل على تقبل الآباء للأبناء ذات مستوى جيد جدا ، وتدل على علاقات أسرية مناسبة وصحية.

البرنامج التدريبي الأول

- يطلب المدرب من المشاركين الاستجابة لقائمة اتجاهات التنشئة الوالدية.
- يوضح المدرب للمشاركين كيفية تصحيح القائمة.
- يطلب المدرب من كل مشارك أن يصحح قائمة اتجاهات التنشئة الوالدية.
- يوضح المدرب للمشاركين كيفية تفسير نتائج تطبيق القائمة مطبقاً ذلك على نموذج أمام المجموعات.
- يطلب المدرب من كل مشارك أن يفسر نتائج تطبيقه قائمة اتجاهات التنشئة الوالدية .
- يعرض المدرب جدول المهارات الوالدية والأثر الذي تخلفه موزعا بشكل عشوائي على شاشة العرض وكذلك يوزعه على شكل ورقة عمل على المجموعات.

ورقة عمل

زواج بين الأنماط الوالدية والأثر الذي تخلفه على الأطفال .

النمط الوالدي	أثر النمط على مشاعر الطفل وسلوكه
الديمقراطي والمشجع	يشعر بالذنب وبالحيرة و غالبا يتصف بالطاعة ويعتمد على الآخرين لأنه غالبا مشوش ويميل إلى العدائية في سلوكه
المتساهل جدا	يعاني الأطفال من ضعف قدرتهم في إقامة علاقات مع اقرانهم ، لا يشعرون ان احدا يهتم بهم ومن الطبيعي بالنسبة له أن يغيب الوالدان عنه لفترة طويلة
الخانع	طفل مستسلم : يتقبل التعليمات وينفذها بسهولة يتصرف بتمرد : يواجه الآخرين بشكل علني مقاوم سلبي : يتصف بالتسكع وكثرة احلام اليقظة وينسى كثيرا
المتسلط	يصر الطفل على تحقيق مطالبه ويتجاهل مطالب الآخرين ليس لديه احساس بالقوانين والمسؤولية
المثالي	يبحث عن المكاسب دون أن يقدم اي جهد (اعتمادا) يعتذر او يرفض اداء المهمات حتى البسيطة منها
يحمل المسؤولية للاطفال بشكل زائد عن الحد	يعتبر نفسه معزول عن الآخرين يتطور لديه الشعور بالقلق والسلوك العدواني كما يعاني من تدني مفهوم الذات لديه
المهمل	يشعر الطفل بالملل ويفقد تلقائيته يتوقع ان يحصل على كل شئ بدون جهد ينظر إلى البالغين على انهم مصدر السعادة
الرافض	يفقد الأطفال اهتمامهم باللعب ويتحملون المسؤولية في مرحلة مبكرة من عمرهم
المعاقب	يتطلع دائما إلى الانتقام يشعر بالذنب وينظر إلى نفسه على انه طفل سيئ يمارس الكذب ليتجنب العقاب يكره الذي يعاقبه
الوسواسي	يشعر بعدم الثقة ولا يستطيع تحقيق مطالب الأهل كثيرا ما يستسلم يصاب بأمراض جسدية كالقرحة
المتحرش جنسيا	يشعر بالأمن والتقبل والحب يعبر عن مشاكله بوضوح يبحث عن النجاح والإنجاز لا يخشى الفشل ينظر إلى العالم والآخرين على انهم ودودين

١١. تناقش كل مجموعة ما سجلته أمام باقي المجموعات ويشكر المدرب مشاركاتهم.

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: كيف أتعامل مع ابني

الاجراءات :

١. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل مكونة من شخصين (أب وطفل).
٢. يقدم المدرب معلومات حول أهمية مساعدة الطفل على التعبير عن مشاعره وأثر ذلك على نموه ويركز أيضاً على أهمية تقدير هذه المشاعر والتعاطف معها. ويعرض المدرب جدولاً حول أساليب تساعد الآباء في مساعدة أبنائهم على التعبير عن مشاعرهم.

الرقم	الأسلوب	مثال على ما يقوله الأب
	تسمية المشاعر	أنت تشعر بالغضب ، هذا يشعرك بالحزن
	كن متعاطفا	لقد شعرت أنا أيضا بالغضب، إن هذا مزعج أليس كذلك
	صدق انفعالاته	لو حدث هذا معي لشعرت بنفس المشاعر، إنني غضبان مثلك
	استمع باهتمام شديد	انظر إلى عيني الطفل أنا افهم ما تقول، إن ما تقوله هو
	عبر عن فضولك	هذا مثير أخبرني بالمزيد ، كيف ممكن أن نتعامل مع الموقف في المرات القادمة
	أكد مشاعر الطفل	أنت حزين
	حاول أن تجعله يتحدث	اخبرني بالمزيد ، أحب أن تحكي لي أكثر عن مشاعره

٣. يمثل احد المشاركين دور الطفل ويروي موقفاً حدث معه.
٤. يمثل المشارك الآخر دور الأب ويعمل على مساعدة الطفل في التعبير عن مشاعره.
٥. يتم تبادل الأدوار بين المشاركين.
٦. يخرج بعض المشاركين لتطبيق التمرين أمام المجموعة.
٧. يدير المدرب مناقشة جماعية حول الإيجابيات والسلبيات في التطبيق.
٨. يعرض المدرب تعليقا على لسان الطفلة رهف، ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.

البرنامج التدريبي الأول

١



لما بحكي لماما إني حزينة بتقولني شو
بعرفك بالخرن أنت بعدك صغيرة!

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان رهف

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٩. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل.
١٠. يقدم المدرب العبارة التالية ويوزعها على شكل بطاقات على المجموعات " يعتبر تفاعل الآباء السلبي محركا أساسيا لممارسات الأطفال السلبية مثل القفز على الكراسي ، والاحتفاظ بجهاز التحكم بالتلفاز ، والتأخر في النوم "
١١. يطلب المدرب من المشاركين مناقشتها وشرح العبارة.
١٢. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة النتائج التي توصلوا إليها أمام المجموعة.
١٣. تناقش باقي المجموعات نتائج كل مجموعة.
١٤. يلخص المدرب بقوله "إن وجود قواعد محددة داخل الأسرة تسهم في تحسين السلوكيات الخاصة بالأبناء وتضبط حياة الأسرة.
١٥. يقدم المدرب معلومات حول أهمية وجود مهارات لدى الآباء تمكنهم من التعامل مع أبنائهم بشكل أفضل ومن هذه المهارات الاستماع الفعال.
١٦. يعرض المدرب ورقة العمل التالية على شاشة العرض.

البرنامج التدريبي الأول

١

ورقة عمل
الاستماع الفعال

*-اقرأ الحوار التالي:

- الطفل: إن معلم الرياضيات أحمق .
الأم: اخبرني ما الذي حدث : (.....) .
الطفل : جعلني أقف أمام الصف لحل سؤال لا أعرفه وضحك علي جميع الطلاب ولم يهتم بذلك .
الأم: لا بد أنك شعرت بالخجل عندما ضحك عليك زملاؤك (.....) .
الطفل : عندما أعود إلى المدرسة غدا سأخرب سيارته.
الأم : لم أرك غاضبا هكذا من قبل (.....) (.....) ، أخبرني مألذي حدث عندما أخرجك امام اللوح (.....) .
الطفل: وقفت امام اللوح وبدأ يقرأ علي السؤال لكنني لم أعرف ما الذي علي فعله.
الأم: إذا أنت تعتقد أنه من غير العدل أن يخرجك المعلم لحل سؤال ما دون أن يخبرك بما عليك فعله بالتحديد (.....)
١٧. يعطي المدرب المشاركين مدة (٣) دقائق لقراءة الحوار وتحديد المهارات .
 ١٨. يقرأ المدرب الحوار ويطلب من المشاركين تحديد المهارة .
 ١٩. يقدم المدرب معلومات عن رسائل أنا وأهمية هذه الرسائل في التعبير عن الذات، ويقدم نماذج لذلك "أنا أشعر بالراحة"، "أنا أقدر وجودك معي".
 ٢٠. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم مناقشة الرسائل الواردة فيها ثم يستمع لاستجاباتهم.

البرنامج التدريبي الأول

١

ورقة عمل

*- أحمد حصل على علامة منخفضة في مادة العلوم في الفصل الدراسي الأول، حضر والده للمنزل ووجده يلعب الكرة فقال له:

- ١- أنت ولد فاشل.
- ٢- أنت ما بتفهم غير في اللعب.
- ٣- أنت مهمل، شو رأيك أدرس عنك.
- ٤- أنا متضايق من تدني علامتك في العلوم.
- ٥- أنت كيف صرت كسلان أنا ما بعرف. أكيد غلطة أمك.
- ٦- أنت طالع لحوالك
- ٧- أنا بتمنى أنك ترفع علامة العلوم هذا الفصل.

*-تعليق على لسان الابن.



أنت .. أنت.. وكأني منهم
وقاعد في محكمة

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الابن.

- ١-
- ٢-
- ٣-

البرنامج التدريبي الأول

١

٢١. يوضح المدرب للمشاركين أن رسائل أنا أفضل بكثير من رسائل أنت التي تحمل هجوماً وتهديداً أما رسائل أنا فهي تعبر عن الفرد المتكلم نفسه ومشاعره.
٢٢. يطلب المدرب من كل مشارك صياغة ثلاث رسائل أنا .
٢٣. يطلب المدرب من كل مشارك قراءة الرسائل التي سجلتها.
٢٤. يطلب المدرب من المجموعة ذكر الإيجابيات والسلبيات في الرسائل .
٢٥. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل مكونة من مشاركين مرشد ومسترشد.
٢٦. يقدم المدرب الحالة التالية للمشاركين على أوراق عمل.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي الأول

١

ورقة عمل

*- اقرأ الحالة التالية جيداً:

راجعك في احد الايام السيد محمود وزوجته السيدة سعاد لاستشارتك في مشكلة طفلهما سعيد وملخصها كما يلي :

سعيد هو ابننا البكر ويبلغ من العمر (٦) سنوات وهو في الصف الأول الابتدائي له اخت اسمها مها وعمرها سنة ونصف أشارت الأم أن طفلها لا يعاني من أية مشاكل صحية وهي تهتم جدا بدراسته فهي تدرسه بنفسها وتعمل جاهدة لأن يتقن كتابة الأحرف والأرقام وحفظها بالإضافة الى اتقان القراءة والكتابة فهي تريده طفلاً كاملاً حتى تستطيع القول إنها أم ناجحة ومميزة ، تشتكي الأم من مشكلة تقلقها بشكل كبير وهي أن سعيد دائماً يضرب أخته بعد الانتهاء من الدراسة ويصرخ عليها كما أنه لا يستجيب لتعليماتها، وهي تدرسه لأنه لا يركز معها ويتحرك كثيراً ويتركها ويذهب للعب وهذا يزعجها لأنها تعتقد أن عليه اتقان الكثير من المهمات وأن الوقت لا يكفي فكيف إذا بدأ بالقفز واللعب وأن عليه الدراسة يومياً لفترة لا تقل عن الثلاث ساعات، وتقول حاولت بالأمس جعله يكتب حرف الباء بدأ بالكتابة وبعد قليل بدأت يده ترتجف ورمى القلم وطلبت منه أن يستمر في الكتابة لكنه رفض تنفيذ تعليماتي بشكل علني وبدأ يعاندني ويصرخ علي قائلاً لا اريد فصرت أصرخ عليه قائلة أنت ولد ما بتفهم إذا انت ما تعلمت كل الناس ستقول عني إني أم فاشلة ما بعرف اربي بدك تضحك الناس علي ولك لازم ترد علي، فيصرخ في وجهي ويقول ما بدي أدرس ويحاول الهرب مني فأمسكه بقوة وأضربه فيبدأ بكتابة حرف الباء. وتواصل الأم وتقول كل هذه الحرب بتصير أمام الأب ولا يتدخل في أي شيء لقد تعبت لوحدي ولا أعرف ماذا أفعل. أما الأب فقد علق على ذلك بقوله أنا لا علاقة لي بتربية الأولاد فهي مسؤولية الأم انا مسؤوليتي أن أوّمن متطلبات البيت، احنا هيك اتربينا امي كانت تعمل كل شيء في البيت وتربينا وابوي عمره ما تدخل فينا.

٢٧. يطلب المدرب من المشاركين تحديد الخطوات التي ستفيدنا في مساعدة.

٢٨. يطلب المدرب من كل المشاركين لعب الدور أمام المجموعة.

٢٩. يناقش المدرب مع المجموعة الإيجابيات والسلبيات في التطبيق.

٣٠. يقدم المدرب معلومات حول نظرة الإسلام إلى الأسرة وتربية الأطفال ويعرض نماذجاً حول الحياة الأسرية في الإسلام.

البرنامج التدريبي الأول

١

31. يطلب المدرب من المشاركين تقديم تغذية راجعة حول ما ذكره ومناقشة ذلك في مجموعاتهم.
32. يستمع المدرب لاستجابات المشاركين ويعزز مشاركتهم.
33. يعرض المدرب صوراً تعكس بعضاً مما حدث عليه الإسلام فيما يتعلق بالتربية الأسرية ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة.

- ١- -----
- ٢- -----
- ٣- -----

البرنامج التدريبي الثاني: المهارات الوالدية الفعّالة وبرامج تنميتها

أهداف الورشة التدريبية:

١. أن يتعرف المشاركون على أساليب المعاملة الوالدية.
٢. أن يتعرف المشاركون على كيفية إدراك الأبناء للأساليب الوالدية.
٣. أن يتعرف المشاركون على المهارات الوالدية.
٤. أن يتعرف المشاركون أهمية تعلم المهارات الوالدية.
٥. أن يميز المشاركون دور الوالد المثالي.
٦. أن يميز المشاركون أهداف السلوك الخاطيء لدى الطفل.
٧. أن يتعرف المشاركون على كيفية بناء العلاقة الإيجابية.
٨. أن يمارس المشاركون مهارة التشجيع أثناء الجلسة من خلال لعب الدور.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: المهارات الوالدية وأنماط المعاملة الوالدية

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يعرض المدرب تعريفات لأساليب المعاملة الوالدية على المشاركين ويطلب منهم تسجيل ملاحظاتهم ثم يطلب منهم عرض ما لديهم من تعريفات أخرى.
٣. يقدم المدرب معلومات تتعلق بإدراك الأبناء لأساليب المعاملة الوالدية ويقول أن الأبناء يدركون أساليب المعاملة الوالدية بطريقتهم الخاصة.
٤. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم تقديم تغذية راجعة من خلال مجموعاتهم.

ورقة عمل

أساليب المعاملة الوالدية

*- عد بنفسك للوارة ربما عشرة أعوام أو عشرين لابد أنك تتخيل نفسك الآن تلميذاً أو شاباً في مقتبل العمر، ولكن المهم هو أن تتذكر موقفاً تعامل معك فيه والدك بطريقة أعجبتك ولا زلت تقتخر بذلك الموقف.

*- هل تمنيت يوماً أن يعاملك والدك بطريقة غير تلك التي كان يعاملك بها؟ أيمن أن تصف موقفاً؟

*- إن الزمن لا يعود ولكن التاريخ يعيد نفسه أتحب أن تعامل ابنك كما كان والدك يعاملك؟ لماذا؟

يقرأ المدرب النص التالي ويمكن أن يوزعه على المشاركين والمتضمن الخطاب الذي تلتته سيدة أميركا الأولى – سابقا – باربرا بوش، عندما خاطبت خريجي كلية ويليزلي بقولها:

” بقدر ما تصبح التزامات كل واحد منكم مهمة بالنسبة له، سواء أكان طبيباً أو محامياً، أو رجل أعمال، فلا تنسوا أنكم بشر في المقام الأول، وتلك العلاقات الإنسانية مع الزوجة أو الأبناء هي أهم استثمار لكم في حياتكم، وعندما تأتي خاتمة أحدكم، فلن يندم على فوات فرصة، أو ضياع صفقة، أو بطلان صفقة، بل سيندم على مضي الوقت دون الجلوس مع الزوجة، أو الابن أو الأب... إن نجاحنا كمجتمع لا يعتمد على ما يحدث في داخل البيت الأبيض، بل على ما يحدث داخل بيوتكم أنتم“

١٢. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين.

١٣. يعرض المدرب على المشاركين المبررات التي تدعو لتعلم المهارات الوالديه وأساليب المعاملة الوالدية والتي يمكن استلهاها من النص السابق.

١٤. يؤكد المدرب للمشاركين أن هناك مبررات تدعو لتعلم المهارات الوالدية.

١٥. يعرض المدرب النص التالي على شاشة العرض ويوزعه على أوراق ويطلب من المشاركين قراءته بتركيز ثم تسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم.

٥. يناقش المدرب المشاركين حول ما لديهم من تفسيرات محتملة للفروق في ممارسات الوالدين وأساليب معاملتهم الوالدية، وإدراك الأبناء لهذه الممارسات.

٦. يركز المدرب على أن المهارات الوالدية وأساليب المعاملة الصحية متعلمة أي يمكن تعلمها.

٧. يعرض المدرب على المشاركين النص التالي ويوزعه على بطاقات على المجموعات، ويطلب منهم التعليق عليه بما يتفق مع فكرة قابلية المهارات الوالدية للتعلم:

« كيف أصبحت قادراً على القراءة والكتابة؟ هل حدث ذلك صدفة وبدأت تُقدر على القراءة أم أن أحدهم: معلم، أب، أخ، أم... إلخ، ساعدك بشكل مقصود لكي تتعرف على الحروف والأصوات وتميزها؟

كيف تعلمت قيادة الحاسوب أو السيارة؟ هل أصبحت ماهراً في استخدام أي منهما فجأة وبدون تدريب أو تأهيل، أم أنك تلقيت دروساً وملاحظات وتوجيهات منظمه كي تحولها لممارسة وتطبيق؟

أن يصبح المرء أباً أمر لا يختلف عن قيادة السيارة أو القراءة أو الكتابة، إنها مهارة تحتاج لأن نتعلمها ونمارسها ونطورها».

٨. يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المشاركين حول النص.

٩. يناقش المدرب مع المشاركين درجة وعي الآباء والأمهات في مجتمعنا المحلي بفكرة “ تعلم الأبوة ” والعوامل ذات العلاقة بدرجة هذا الوعي.

١٠. يعرض المدرب تعليقا على لسان الأب حمدان، ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



*-سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان حمدان

١- _____

٢- _____

٣- _____

١١. يقول المدرب أن تعلم المهارات الوالدية أمر هام وأن تكون أباً أمر بالغ الخطورة والأهمية. ثم يوزع على المشاركين النص التالي ويطلب منهم قراءته مع مجموعاتهم ثم تسجيل ملاحظاتهم حوله.

«ســــتحيد عن المسار ٩٠٪ من الوقت وما المشكلة؟»

كتب ستيفن كوفي في كتابه «العادات السبع للأسر الأكثر فعالية» النص التالي:

«الأسر الناجحة- بل والعظيمة منها- تحيد عن المسار ٩٠٪ من الوقت. أهم شيء أن أفرادها لديهم شعور بالاجتهاد أنهم يعرفون «المسار» الصحيح وعندما يحيدون عنه لا يلبثوا أن يعودوا إليه.

إن الأمر يشبه توجيه الطائرة فقبل أن تقلع الطائرة يكون لدى الطيارين خطة للطيران معدة سلفاً وهم يعلمون تماماً إلى أين يتجهون ومن أين يبدؤون طبقاً لخطة. لكن أثناء الرحلة ذاتها كثيراً ما تؤثر عوامل متعددة مثل المطر والرياح والتقلبات الجوية وحركة مرور الطائرات والخطأ البشري على أدائهم. قد يتحركون بالطائرة في مسارات تختلف اختلافاً بسيطاً عن المسار الحقيقي .

أي أن الطائرة لا تسير في المسار المعد لها معظم الوقت، وهناك انحرافات بسيطة تحدث من أول رحلة إلى آخرها. غير أن حالة الجو، أو كثافة مرور الطائرات قد تتسبب في انحرافات كبيرة، لكن مع عدم وجود مشاكل عظمى ستصل الطائرة رغم ذلك إلى محطتها المحددة.

الآن كيف يحدث ذلك؟

أثناء الرحلة يتلقى الطيارون تغذية راجعة مستمرة، منهم من يتلقى المعلومات من الأجهزة التي تسجل حالة الجو، من أبراج المراقبة ومن الطائرات الأخرى وأحياناً من النجوم، وبناءً على هذه التغذية الراجعة يقومون بتعديل المسار مراراً وتكراراً، ويعاودون الرجوع إلى خطة الرحلة الأساسية. والأمل في النجاة لا يتوقف على مدى الانحراف، بل يتوقف على الرؤية السديدة، والخطة السليمة والقدرة على الرجوع إلى المسار الصحيح مرة أخرى.

واعتقد أن توجيه الطائرة بهذه الطريق هو أبلغ تشبيه بالحياة الأسرية، فبالنسبة للأسرة لا يهم إذا ضلت الطريقة، أو إذا انتابتها حالة من الفوضى، المهم هو الرؤية الصحيحة والشجاعة التي تمكنها من العودة إلى المسار الصحيح مراراً وتكراراً إلى الخطة السليمة للتربية والتنشئة التي تريدها للأبناء والعلاقات المتبادلة بينهم.

١٦. يناقش المدرب المشاركين حول إمكانية الربط بين هذا النص ومبررات تعلم وتعليم المهارات الوالدية.

١٧. يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المشاركين ويقدم توضيح لما يصعب فهمه.

١٨. يوضح المدرب للمشاركين أن هناك أنماطاً مختلفة للمعاملة الوالدية وكل نمط يؤثر على الأبناء، وكذلك على طبيعة العلاقة بين الأبناء والآباء.

١٩. يوزع المدرب الحالة التالية على بطاقات على المجموعات ويطلب منهم مناقشتها.

حالة

عندما كان عدي طفلاً في السابعة من عمره كانت أمه تعطيه علبه مياه غازية مقابل أن يبقى هادئاً ولا يزعج أخاه الصغير النائم، ولما أصبح في التاسعة وكانت أمه تعمل في إكمال واجباتها المتعلقة بالمدرسة حيث تعمل مدرسة من تصحيح امتحانات الطالبات كانت توصي له من محل المعجنات على "بيتزا" ليأكلها هو وأخيه إن لعبا مع بعضهم بهدوء وتعاون. ولما أصبح في الحادية عشرة من عمره وطلبت منه رعاية أخيه الصغير ريثما تعود من مدرستها طلب مقابل ذلك مجموعة من الاسطوانات الـ (CD) والجهاز الذي يشغلها وهكذا...

٢١. يستمع المدرب لتعليقات المشاركين وثم مناقشتها بشكل جماعي.

٢٢. يناقش المدرب مع المشاركين المشكلات المترتبة على عدم وجود قواعد أو حدود على سلوك الأبناء مبرزاً الفكرة التالية: أن المجتمع يضع حدوداً، وأن الأطفال الذين لا يحترمون الحدود والقواعد سيواجهون مشكلة في تعلم كيف يتصرفون في المجتمع والمواقف الحياتية. كما أنهم سيواجهون مشكلة تعلم المسؤولية والارتباط بالآخرين حيث سيعجزون عن مراعاة مشاعرهم وحقوقهم، إنهم يحتاجون لتعلم أن آخرين يعيشون معهم في هذا المجتمع وهم مهمون أيضاً!

٢٣. يوزع المدرب الحالة التالية على بطاقات على مجموعات ويطلب من المشاركين مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.

حالة

مريم تتمتع بشعبية كبيرة بين صديقاتها في المدرسة. والعديد منهن يقمن بدعوتها للمنزل للعب ومشاهدة البرامج المفضلة وتناول وجبات لذيذة وحلويات. أخبرت أمها أن خططها لنهاية الأسبوع تتضمن زيارة (رهف) يوم الخميس بعد انتهاء الدوام وزيارة (أشجان) يوم السبت صباحاً. بعد أن استمعت أمها لخططاتها قالت: كم هو جميل أن تخطط لنهاية الأسبوع وكيفية قضاء الوقت. وأنا سعيدة لهذه الدعوات التي تأتيك من صديقاتك لكن زيارتين لصديقتين خلال يومين كثير. اختاري إما الذهاب يوم الخميس أو السبت. قرري أنت ماذا تريدين وسوف نصطحبك لزيارة واحدة منهما.

٢٤. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم توضيحات إن لزم الأمر.

٢٥. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم الاستجابة لما فيها.

*-الآن قم أنت وأفراد مجموعتك بعمل مقارنة بين الوالد المثالي والوالد المسؤول من حيث:

١- الاعتقادات التي يحملها كل واحد منهما.

٢- السلوكات الصادرة عن كل واحد منهما

٣- تأثير السلوكات الصادرة على الأبناء/الأطفال.

٢٦. يركز المدرب على أهمية منح الآباء لأبنائهم للخيارات والبدائل إضافة لوجود الحدود والقوانين في الأسرة.

٢٧. يطلب المدرب من المجموعات التفكير في أمثلة على الخيارات التي يمكن أن تمنح للأبناء تبعاً لعمرهم ونضجهم.

٢٨. يعرض المدرب الأمثلة التالية بعد أن يستمع لما يقدمه المشاركون من أمثلة.

- بإمكانك أن تختار أي قميص بحدود الـ ١٠ دقائق.
 - يمكنك أن تختار معكرونة للغداء أو سمك وبطاطا.
 - لديك واجبان واحد للغة العربية والآخر في الرياضيات بأيهما تحب أن تبدأ كي أساعدك فيهما؟
٢٩. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم.

ورقة عمل

*- اقرأ الحوار التالي:

لقد كنت طفلاً وأصبحت الآن رجلاً وربما أباً، وكذلك ابناً. برأيك كإبن ما هي مواصفات الأب التي تتمنى أن تجدها في أبيك.

*- قم بعمل لعب دور مع أحد أفراد مجموعتك تقوم فيه بدور الأب وهو بدور الابن محاولاً تطبيق صفة أو أكثر من الصفات التي تمنيت وجودها في أبيك، خلال أي من المواقف التالية:

- موقف يدور بين الأب وابنه حول رحلة يريد الابن أن يشارك فيها.
- موقف بين الأب وابنه حول سلوك أحد أصدقاء الابن.
- حصول الابن على علامة أقل من المتوقع، ووالده يبني آمالاً كبيرة لمستقبل الابن.

*- كيف شعرت كأب؟

*- كيف شعرت كإبن؟

*-لو كنت في هذا الموقف حقيقة هل يصدر عنك نفس التصرف؟

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: الوالد المثالي وكيفية فهم السلوك السوي والخطيء للطفل

الإجراءات

1. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات صغيرة.
2. يطلب المدرب من المشاركين التحدث عن تصورهم الشخصي لمفهوم ” الوالد المثالي“، ويناقش معهم الأسباب التي تدعو الوالد للتصرف بهذه الطريقة.
٣. يقدم المدرب معلومات حول من هو الوالد المثالي والفرق بينه وبين الوالد المسؤول.
٤. يعرض المدرب حالة السيدة منتهى التي طلبت خدمة الإرشاد النفسي والتي تتناسب مع الموضوع المطروح للنقاش، ثم يطلب تغذية راجعة بشأن الحالة وعلاقتها بالتدريب المقدم ويوزع الحالة على بطاقات على المجموعات.

منتهى سيدة متزوجة و لديها بنت: سمر و ثلاثة أولاد : ليث و سيف وسامر، زوجها مسافر حيث يعمل في الخارج، وقد جاءت تشتكي من تمرد الأولاد وعصيانهم لها خاصة بعد سفر والدهم :

هذا ما دفعني لطلب المساعدة من المرشدة النفسية.

..... لقد قررت المرشدة أن تخضعني بشكل مكثف للتأمل المستمر لتحقيق ما يسمونه (الاستبصار). وبدأت تدريجيا عبر الجلسات أعي أمورا لم أدركها من قبل: منها وأهمها أنني بدأت أشعر بمدى التأثير القوي الذي تركته تجارب طفولتي على تصرفاتي. بدأت أدرك عمق التأثير النفسي الذي انطبع على نشأتي . لقد كانت طفولتي محطمة في كل أبعادها. لا أتذكر أبدا أنني شاهدت أبي وأمي يتحدثان في مشاكلهما. ويحاولان حلها. فلقد كانا يتشاجران ويلجآن إلى أسلوب الصمت . وقد يستمر الصمت أياما. وبطبيعة الحال كان ينتهي بأن تغادر أُمي المنزل إلى بيت جدي لعدة أسابيع تاركة إيانا مع أبي الذي لا يتقن سوى (الصراخ)! ثم تعود بعد عدة أيام أو أسابيع وهكذا دواليك.....

لهذا عندما تزوجت وجاء علي الدور لكي أتعامل مع نفس المشاكل في محيط أسرتي لم أدري ماذا أفعل.لم يكن لدي نموذج أو مثالا احتذي به. وبدلا من البحث عن نموذج يصلح كقدوة ، او أن أعالج الخلل بداخلي. صببت غضبي على أبنائي - رغم كراهيتي لذلك- إلا أنني وجدت نفسي أتعامل مع أبنائي بنفس الطريقة التي تعامل بها والداي معي.

كما ساعدتني المرشدة من خلال الجلسات واللقاءات على الوعي بدافع آخر يقف وراء سلوكاتي مع أبنائي وهو أنني كنت أحاول الفوز باستحسان المجتمع من خلال سلوك أبنائي: أي أنني كنت أحاول نيل إعجاب الآخرين لحسن تربيتي لهم. كنت دائما أخاف من أن إخفاقي سوف يجلب لي الإحراج أمام الآخرين. لأنني لم أكن أثق بهم بالقدر الكافي: كنت أهدد وأرشو وأرهب الأولاد كي يتصرفوا بالطريقة التي أريدها لهم، خاصة بعد سفر زوجي للخارج كي يعمل. مما زاد الضغط النفسي الواقع علي لقد ساعدتني المرشدة على إدراك أن تعطشي لهذا الرضا والاستحسان من الزوج المسافر و الآخرين سيعيق نمو أبنائي ويلغي الإحساس بالمسؤولية .وان تصرفاتي معهم ساهمت في ما كنت أخشاه: السلوك اللامسؤول والتمرد....

لقد ساعدني الاستبصار على إدراك أنني بحاجة للتغلب على مشكلاتي بدلا من تغطيتها بإجبار الآخرين على تغيير أنفسهم. لقد ولدت طفولتي التعيسة بداخلي ميلا للسلبية :إلا أن الإرشاد علمني أنني لم أكن مجبرة على التصرف بسلبية. بيدي أن اختار الرد بطريقة مختلفة. ولم يكن مجديا أن ألوم أو أنتقد والدي أو ظروف طفولتي على هذا الموقف المؤلم الذي صنعته بيدي.

لم يكن هذا سهلا علي : فلقد كان علي أن أتعامل مع سنوات من الكبرياء المتراكم. لكنني تدريجيا بدأت أستعيد سيطرتي على الأمور. وأصبحت قادرة على الاختيار من بين البدائل المتاحة أمامي خلافا لما كنت اعتقده من وجود حل وحيد لمشكلتي. وأصبحت مسؤولة عن أفعالي وتصرفاتي ولم اعد ألوم أحدا.

٥. يقدم المدرب المعلومة التالية: توجد مهارات والدية مستندة لأفكار العالم درايكرز ضمن برنامج التدريب الوالدي STEP وهذه المهارات أثبتت فائدتها وفعاليتها وسيتم تدريبكم عليها.

٢ البرنامج التدريبي الثاني

٦. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المجموعات ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
٧. يوزع المدرب الورقة التدريبية التالية على المشاركين، ويطلب منهم مناقشة المحتوى الخاص بالورقة بشكل جماعي، ثم تتم مناقشة عامة على مستوى جميع المجموعات.

معجزة شجرة البامبو الصينية

عند زراعة شجرة البامبو ووضعها في التربة، تظل نحو أربع سنوات لن يُرى منها شيء على الإطلاق فيما عدا برعم صغير يخرج من البصلة، وفي تلك السنوات الأربع، تضرب الشجرة بجذورها الليلية في الأرض، وفي السنة الخامسة يصل ارتفاع الشجرة عن سطح الأرض 80 قدماً.

يناقش المدرب مع المشاركين كيف أن كثيراً مما يجري في حياة الأسرة يشبه هذه الشجرة، فالوالد يعمل ويبذل الجهد والوقت، ويقدم كل ما في وسعه، ويتدرب ويتعلم كيف يصبح أباً جيداً ومسؤولاً، كي يرى النمو والنضج على شخصيات الأبناء، ولكنه قد لا يرى شيئاً عدة أسابيع أو شهور أو حتى سنوات، لكنه إن كان صبوراً، وداوم على العمل والرعاية فسوف تأتي "السنة الخامسة" وسوف يندهش من النمو والتغير اللذين سيحدثان.

٨. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم توضيحات إن لزم الأمر ويشكر المشاركين على أدائهم.
٩. يتحدث المدرب عن أهمية فهم السلوك ثم يعرض المدرب على المشاركين الحالة التالية: ويوزعها على شكل بطاقات على المجموعات.

يقول الأب: لفترة ما لم أعلم سبب عدم ذهاب ابني البالغ من العمر خمس سنوات إلى منزل صديقه للعب معه فقد كانا يلعبان معاً وكانت علاقتهما جيدة، وكان الصديق يدعو ابننا للعب معه في حديقة منزله حيث كان هناك كومة كبيرة من الرمل والمراجيح، والشجر الأخضر، وفي كل مرة كان يقول له انه سيذهب لمنزله ويسير لمنتصف الطريق ثم يعود والدموع تملأ عينيه، كنت أسأله عما حدث معه وكان يرفض الإجابة، وكنت مهتماً بمعرفة السبب وراء خوفه ودموعه، تكلم أخيراً وأخبرني، انه يخجل من الذهاب للحمام في منزل صديقه ويخاف أن يتبول فجأة في ملابسه. أخذته من يده ومشينا معاً إلى منزل صديقه، تحدثنا مع أمه، وأخبرت الأم ابني بمكان الحمام وكيف يفتح الباب وعرضت عليه المساعدة إن احتاج لذلك، وبعد أن شعر ابني براحة كبيرة، قرر ان يبقى ويلعب، ولم يعد يواجه تلك المشكلة لقد كنت سعيداً من عدم تورطي في اتهام ابني بالجبن والخجل، والحكم عليه بالفشل في تشكيل العلاقات الاجتماعية والمحافظة عليها، وتعلمت أن أتساءل دوماً عن "الدافع" من وراء السلوك الصادر عنه"

١٠. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة محتوى الحالة المعروضة في ضوء "إن السلوك الإنساني هادف وغرضي" ويطلب منهم عرض خبرات إنسانية مماثلة لما عرض عليهم تؤكد الفكرة السابقة وتدعمها.

١١. يوضح المدرب للمشاركين أن سلوك الطفل الخاطيء يكون وراءه هدف وهذا الهدف يختلف حسب الموقف والطفل، ويعرض أهداف السلوك الخاطيء الأربع على شاشة العرض مع تقديم توضيح لها.

١٢. يعرض المدرب على المشاركين الحالات التالية: ويطلب منهم تحديد الأهداف التي يتوقعونها للسلوكات الخاطئة الصادرة عن الأطفال وكيف توصلو الى ذلك؟

٢ البرنامج التدريبي الثاني

حالة رقم (١)

جواد طفل عمره سبع سنوات. هادئ وخجول. وعندما تصطحبه أمه في زياراتها المنزلية لصديقاتها يبقى مختبئاً وراءها ويبدأ بمص إصبعه. تذكره أمه وتطلب منه التوقف عن المص لشعروها بالخرج يتوقف قليلاً ثم يعاود مص إصبعه وهو يراقب أمه ويجلس إلى جوارها.

س (١) ما هو هدف جواد؟

س (٢) كيف قررت أن هذا هو الهدف؟

س (٣) كيف يمكن أن يكون الخجل تعبيراً عن القوة أو السلطة؟

حالة (٢)

ملاك طالبة في الصف الثاني ثانوي. الفرع العلمي. دخلت إلى هذا الفرع استجابة لضغوط الوالدين - خاصة الأم - التي تخطط لدراساتها الجامعية في احد التخصصات الطبية لتتفاخر بها أمام صديقاتها والعائلة مع أن ملك حب اللغات وترغب بدراساتها.

تركز الأم كثيراً على أهمية أن تدرس ملك الساعات الكثيرة. وتهدها إن لم تتمكن من الحصول على معدل مرتفع. (ساءت العلاقة بين الأم وملك وقررت ملك أن ترسب وان تتظاهر أمام الأم بالدراسة والمثابرة. تعمدت ترك أسئلة بلا إجابات وتقديم إجابات خاطئة وكانت النتيجة أنها رسبت في امتحان التوجيهي. شعرت ملك بالسعادة لأنها خذلت أمها أمام الآخرين الذين كانوا يعنون لها كل شيء ولم تكن ملك ومشاعرها وطموحها يعنى للأم شيئاً. شعرت الأم بالمرارة والألم وقررت تزويجها في أقرب فرصة لمن يتقدم لخطبتها.

س (١) ما هو هدف ملك؟

س (٢) كيف قررت أن هذا هو الهدف؟

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

الجلسة الثالثة

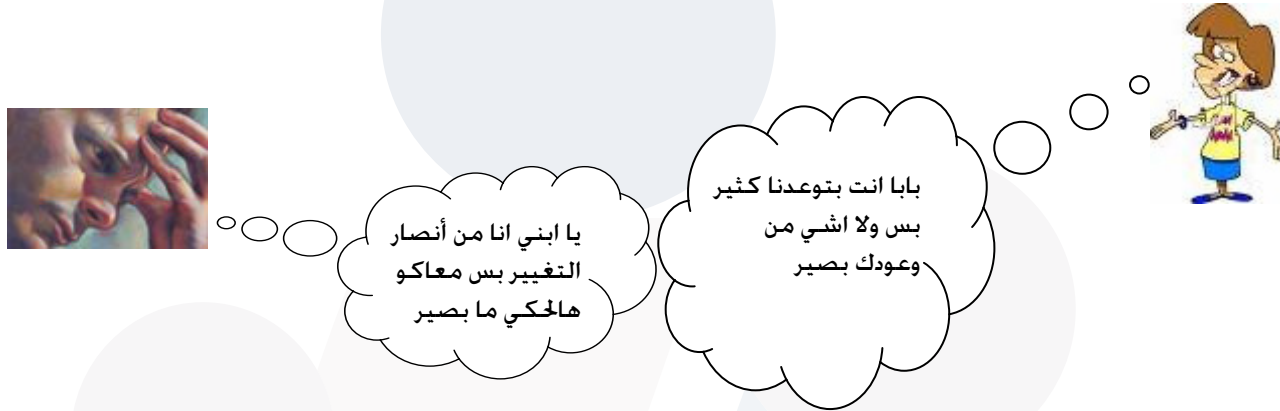
عنوان الجلسة: مهارة بناء العلاقة الإيجابية والتشجيع، والنتائج الطبيعية والمنطقية

الإجراءات

١. يقول المدرب الآن سننتقل لمهارة أخرى وهي مهارة بناء العلاقة الإيجابية.
٢. يطلب المدرب من كل واحد من المشاركين العودة إلى طفولته ومراهقته، وتقييم درجة انسجام خبرته الشخصية مع ما تتضمنه الركائز الأساسية لبناء العلاقة الإيجابية مع الأبناء سواء من تبادل الاحترام أو إيصال الحب أو التشجيع أو توفير وقت للمتعة.
٣. يتيح المدرب للمشاركين فرصة لسرد قصص وذكريات شخصية لهم لها علاقة بالموضوع وتبادل الآراء.
٤. يطلب المدرب من المشاركين القيام بعملية عصف ذهني لكتابة قائمة من السلوكيات التي تعكس الاحترام المتبادل بين الوالد والطفل وقائمة أخرى من السلوكيات التي تعكس الافتقار للاحترام في العلاقة بين الطفل والوالد.
٥. يناقش المدرب مع المشاركين المحتوى التالي وذلك بعد التفكير في الفرق الذي سيحدث داخل الأسرة عند الانتقال من السلوكيات في العمود الأول للسلوكيات في العمود الثاني ويعرض المدرب ذلك على شاشة العرض وكذلك يوزعه على بطاقات على المشاركين.

التحدث بلهجة فيها احتقار أو قلة احترام	المعاملة اللطيفة
الإحجام عن قول «آسف» أو قولها رياءً	الاعتذار
الانتقاد والشكوى والتحدث عن الآخرين سلبياً أثناء تغيبهم	الولاء للغائب وعدم ممارسة الاستغابة
عدم الالتزام قلة الوفاء	قطع العهود والوفاء بها
الإسراع في الهجوم، إضمار الكراهية للآخرين، تذكيرهم بأخطائهم في الماضي، والشكوى	الصفح

٦. يعرض المدرب تعليقاً على لسان الأب وابنه ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأب/ابنه

- ١-
- ٢-
- ٣-

٧. يقول المدرب والآن سنناقش مهارة أخرى هامة للوالدين وهي مهارة التشجيع وما الفرق بين التشجيع والمدح.
٨. يوزع المدرب على المشاركين ورقة العمل التالية ويطلب منهم قراءة النص الموجود على لسان (ابو سامر) ، ومحاولة اكمال الجمل الناقصة من وحي الأفكار التدريبية المقدمة في الجلسات التدريبية....

البرنامج التدريبي الثاني

٢

ورقة عمل

عدت من العمل في أحد الأيام،وقابلني ابني سامر والذي يبلغ من العمر ٤سنوات ونصف لدى الباب. وكان وجهه يشع نشاطا وحيوية ، ويبدو عليه الفرح. وقال لي «بابا أنا طفل مبدع»!!
فاندهشت من عبارته، وتساءلت كيف يعرف هذا المصطلح(مبدع). سألت أمه عما حصل. فأخبرتني أنه وبينما كانت مشغولة في تنظيف غرف النوم، كان سامر يقوم بتفريغ زجاجات الماء من الثلاجة ليضعها في حوض غسل الصحون (المجلى) وبالطبع كان معظم الماء قد انسكب على الأرض.وسألتها:هل ضربتيه على فعلته هذه أو صرختي عليه؟
قالت: لا، أمسكت أعصابي ، وتذكرت ما قالته لنا المرشدة التربوية في مدرسة ابنتنا سمية لما التقت فينا في أحد

الاجتماعات وقالت لنا:

(١)

.....
.....
.....
.....

وبناءا عليه سألت سامر» شو كنت تحاول تعمل في المي؟«

قال لي» كنت بدي أساعدك ياماما زي أختي سمية وأجلي عنك الصحون .

ردبت عليه وسألته«ليش استخدمت المي اللي في الثلاجة؟«

أجاب»ما أنا ما أقدرت اوصل للحنفية. فكرت شو ممكن اعمل وقلت بجيب مي من الثلاجة لأنني بقدر أوصلها.

قلت له:بتعرف انك ياسامر انسان مبدع. حاولت حل مشكلتك بطريقة ما بيستخدمها الناس في العادة. حكيت له وأنا بطّلع

في ارض المطبخ« طيب شو ممكن تعمل المرة الثانية حتى ما تتركب المطبخ زي اليوم؟

أجاب:«بغسلهم في الحمام لأنه سهل عليّ افتح حنفيته»

الأم: يمكن يتكسر والصحون هناك. ويتوسخوا بزيادة من الحمام. شو رأيك بهالفكرة: لما تكون بدك تغسل الصحون تنادي عليّ

وبجيبلك كرسي بتطلع عليه وتساعد في الجلي.

سامر: فكرة حلوة وأنا موافق عليها.

الأم: هلا كيف بدنا ننظف ارض المطبخ؟

سامر: بمسحها بالمسحة، بعرف مكانها. تساعديني؟

الأم: بساعدك علشان نخلص بسرعة .

أخبرتني زوجتي أن هذا ما كلفها أكثر من ١٠ دقائق وأنها لو صرخت وانفعلت لاستغرق الأمر منها أيضا حوالي ١٠ دقائق. ولكن بعد أن تكون قد استنزفت طاقة نفسية عالية. اننا ندين لتلك المرشدة التربوية التي علمت أم سامر أفكارا في التربية والتعامل مع الأولاد

البرنامج التدريبي الثاني

٢

٩ . يستمع المدرب لتعليقات المشاركين حول النموذج الوالدي الذي تم عرضه.

١٠ .يقدم المدرب معلومات حول أهمية استخدام التشجيع أثناء التعامل مع الآباء وليس المدح، ويوضح لهم فوائد التشجيع مقارنة بالمدح.

١١ .يوزع المدرب البطاقة التالية على المشاركين، ويطلب منهم مناقشة محتواها بشكل جماعي داخل مجموعاتهم الصغيرة واستكمال الأسئلة والعبارات التي تحتاج إلى حل.

إرشادات الثناء الفعّال

كن محدداً: حدد الجزء الذي يستحق الثناء من السلوك، ”بحثك منظم بشكل جيد“، ” تبدو الملاحظات القيّمة واضحة ومقتنة“،

مثال على ذلك.....

- لاحظ التحسن ” لقد أصبح خطك أجمل كثيراً الآن“

مثال آخر.....

- تجنب الكلمات التي تحمل في طياتها حكماً على أداء الطفل مثل: جيد، عظيم، ممتاز، رهيب،...إلخ) وعليك استبدالها بعبارات التشجيع. مثل ماذا عبارات التشجيع؟

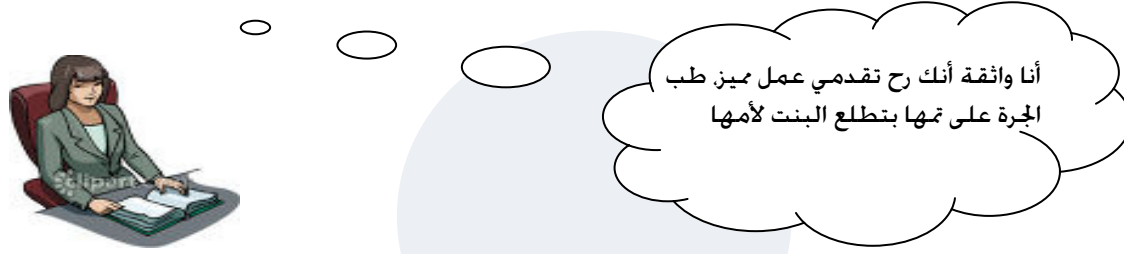
١٢ .يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين، ويطلب منهم إضافة المزيد من الجمل والعبارات التي تعبر عن التشجيع في ورقة مستقلة.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



- يطلب المدرب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم على لسان الأب/ابنه

١- _____
٢- _____
٣- _____

١٢. يوضح المدرب للمشاركين أنه سيتم الآن الحديث عن مهارة ضبط سلوك الطفل نحو تحمل المسؤولية وهي استخدام النتائج الطبيعية والمنطقية للسلوك.
١٣. يناقش المدرب مع المشاركين عن المساوئ والسلبيات المترتبة على ضبط سلوك الأطفال من خلال المكافأة والعقاب؟
١٤. يسأل المدرب المشاركين عن البديل الذي تم اختياره من جانب "وينكيمير" وهو النتائج الطبيعية والمنطقية كي يستخدم مقابل الثواب والعقاب وأهداف تطوير هذا الأسلوب.
١٥. يعرض المدرب مثالين:

ل- الطفل الذي يرفض الأكل يجوع.

م- الطفل الذي يمتنع عن لبس معطفه والجو بارد سيبرد.

١٦. ثم يطلب المدرب من المشاركين إعطاء أمثلة مشابهة ينطبق عليها النتائج الطبيعية.

١٧. يعرض المدرب الحالة التالية على المشاركين ويطلب منهم مناقشتها في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.

دراسة حالة

زيد وطارق شقيقان، يبلغ زيد من العمر 10 سنوات وطارق 7 سنوات وهما دائما الجدل والشجار، وكثيراً ما يتحول بعضها الى عراك بالأيدي والاشتبك، وغالباً ما يلجأ طارق إلى والديه مشتكياً ضرب عمر له، حاول الوالدان بشتى الطرق أن يوقفا هذا النزاع، فمرة يضرب الأب زيد لاعتدائه على أخيه الصغير، ومرة تعاقب الأم الاثنين بشجارهما الدائم، وفي مرات أخرى يحاول الأب البحث عن المذنب والبادئ في الشجار وعقابه، ولكن الولدين لا يزالان مستمرين في جدالهما وشجارهما بالرغم من كل هذه المحاولات من قبل الوالدين، ماذا يستطيع الأب والأم عمله، مستقيداً من الإطار النظري المتعلق بالنتائج المنطقية للسلوك.

١٨. يستمع المدرب لملاحظات المجموعات ويقدم توضيحات إن لزم الأمر.

١٩. يوزع المدرب ورقة عمل حول المشكلات التالية الصادرة عن الأطفال ويطلب منهم مناقشتها في مجموعاتهم.

ورقة عمل

اللغة الخاصة بالتشجيع

*- عبارات تحمل معاني التقبل والاستحسان

- يبدو أنك تحب هذا النشاط.
- أنه أمر جيد أنك مستمتع بالتعلم.
- أرى أنك سعيد بما قمت به.
- بما أنك غير مرتاح، ماذا تعتقد أنه بإمكانك أن تقوم به لكي تشعر بالراحة؟
- تبدو مستمتعاً بما عملت.

*- عبارات تحمل معاني الثقة في قدرة الطفل

- أنا متأكد أنك ستقدر على عمل هذا، إن معرفتي بك تجعلني أقول هذا.
- أنا واثق أنك ستتغلب على الوضع.
- سوف تتمكن من معرفة الطريقة.
- لدي ثقة في حكمك على الأمور.
- لدي إيمان أنك ستصل لما تريد.

*- عبارات تقدر الجهد المبذول والتحسين

- من الواضح أنك بذلت جهداً كبيراً في هذا العمل.
- يبدو أنك قضيت وقتاً طويلاً تفكر في هذا.
- أنني الحظ بوضوح كيف تتحسن.

*- عبارات تركز على المشاركة والمساهمة والتقدير:

- شكراً لقد ساعدتني كثير.
 - كان جميلاً منك أن تتذكر أن.....
 - أنا أقدر جداً ما قمت به لأنه سهل على كثيراً.
- إنك ماهر في هذا هل يمكنك القيام بذلك لأفراد الأسرة

*-تعليق على لسان الأم لابنتها

البرنامج التدريبي الثالث: التعامل مع مشكلات الأطفال والمراهقين

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يدرك المشاركون أهمية مرحلة الطفولة والمراهقة ومشكلاتها.
٢. أن يتعرف المشاركون على ماهية الخصائص النمائية (مظاهر النمو) لمرحلتَي الطفولة والمراهقة.
٣. أن يتعرف المشاركون على حاجات ومطالب النمو لمرحلتَي الطفولة والمراهقة.
٤. أن يتعرف المشاركون على مراحل النمو حسب النظرية الاجتماعية النفسية.
٥. أن يتعرف المشاركون على أهداف إرشاد الأطفال والمراهقين وأساليبهم.
٦. أن يتعرف المشاركون على خدمات الإرشاد المقدمة.
٧. أن يتعرف المشاركون على ماهية الإرشاد الأسري وفنائه وتطبيقاته في مجال خدمة الأطفال والمراهقين.
٨. أن يتعرف المشاركون على المشكلات التي يعاني منها الأطفال والمراهقون والأساليب الإرشادية المستخدمة فيها.
٩. أن يتدرب المشاركون على الأساليب السلوكية والمعرفية في تعديل سلوك الأطفال والمراهقين.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: مرحلة الطفولة ومظاهر النمو، الحاجات والمهمات.

الإجراءات:

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يقدم المدرب المعلومة التالية: إن جوانب النمو مترابطة يؤثر كل منها في الآخر ويتأثر به، فمثلاً: النمو الاجتماعي يتأثر بالنمو العقلي واللغوي وكذلك النمو الجسدي وهكذا، ويعطي مثلاً فالطفل يتفاعل اجتماعياً أكثر عندما يستطيع الكلام وكذلك عندما يكون النمو الحركي الجسمي مناسباً ثم يطلب المدرب من المشاركين مناقشة ذلك في مجموعاتهم.
٣. يناقش المدرب استجابات المشاركين ثم يقدم توضيحاته.
٤. يقول المدرب قد يمارس الطفل سلوكات يصفها الأهل أنها سلوكات خاطئة أو أن الطفل لديه مشكلة ما، ولكن هذا الأمر يحتاج لأن نفرق بين السلوك المشكل والسلوك العادي، ناقش ذلك مع افراد مجموعتك.
٥. يناقش المدرب استجابات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
٦. يعرض المدرب العبارات التالية على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية والإجابة في الأقواس فيما

ورقة عمل

*- منى طفلة تعاني من نسيان كتبها المدرسية أو حاجياتها المتعلقة بحصص التربية المهنية أو الرياضية أو التربية الفنية، أحياناً تتذكر ذلك وهي في السيارة والجميع في طريقة للمدرسة، وأحياناً تتذكر أثناء الحصة.

*- يقاوم ” عبدالعزيز “ الذهاب للاستحمام ويتملص من تنفيذ المهمة بكل الطرق، تذكره الأم، وتدفعه نحو الحمام للقيام بالأمر ويرفض ويصرخ، تصرخ هي الأخرى وتهدهه بإخبار والده وحرمانه من الخروج للعب والذهاب عند بيت جده.

*- كثيراً ما يترك الأبناء أشياءهم الخاصة باللعب في ساحة اللعب الخارجية وحصل أن فقدوا العديد منها، يضطر الأبوان إلى الصراخ والتوبيخ وجمع الأشياء وإعادتها إلى المنزل، كيف يستطيع الأبوان استخدام النتائج المنطقية للسلوك لحل هذه المشكلة.

20. يستمع المدرب لمقترحات المشاركين وثم مناقشتها بشكل جماعي ثم يقدم توضيحات إن لزم الأمر، ويشكر مشاركتهم.

21. بعد انتهاء عرض موضوع الورشة التدريبية يقوم المدرب بإجراء مناقشة صغيرة مع المشاركين من أجل تقييم مدى الفائدة من الورشة التدريبية.

ورقة عمل

حاجات الأطفال

-*لقد كنت طفلاً في يوم من الأيام وكانت لك حاجات وأحلام. وطفل اليوم أيضاً لديه حاجات وأحلام. دعنا من الأحلام الآن ولنركز على الحاجات يمكن أن تكون الحاجات:

-*حاجات فسيولوجية مثل:

-*حاجات نفسية مثل:

-*يهتم الآباء بتوفير الطعام والسكن واللباس ولكنهم يهملون الحاجة للحب والتقبل ما رأيك في ذلك؟

-*الصغار ينشدون رضى الكبار لأنهم؟

-*قم أنت وأحد أفراد مجموعتك بتمثيل دوري الأب والابن ماذا تطلب من أبيك كابن؟ ثم ناقش:

-*مشاعرك كابن في حالة تلبية الحاجات.

-*مشاعرك كابن في حالة عدم تلبية الحاجات

إذا كانت العبارات تشير لوجود سلوك مشكل أو سلوك عادي للطفل.

- يبكي أحمد لمدة ساعتين كل يوم. ()
- يتبول أمجد في ملابسه كل ليلة. ()
- رسب خالد في امتحان الرياضيات الأول. ()
- يضع لؤي اصبعه في فمه. ()
- كلما يشاهد علي البرامج يقضم أظفاره. ()
- يترك حسام ألعابه على الأرض كل يوم. ()
- خافت حياة في الليل ذات ليلة فذهبت لتنام مع والديها. ()
- تقول المعلمة أن سيف يخرج من الصف كل حصة رياضيات. ()
- ٧. يناقش المدرب استجابات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
- ٨. يقدم المدرب معلومات حول وجود حاجات لدى الأطفال على الوالدين مراعاتها والعمل على تلبيةها ويقوم بتوزيع بطاقات على المجموعات بواقع بطاقة لكل مجموعة توضح حاجات أطفال بسن ما قبل المدرسة. وكذلك حاجات الأطفال في المرحلة المتوسطة والمتأخرة ويطلب منهم مناقشة البطاقات وتسجيل ملاحظاتهم.
- ٩. يناقش المدرب استجابات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
- ١٠. يعرض المدرب تعليقا على لسان طفل ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



ماما دائما تقول لي
انت جعان. انت تعب. انت
بس عمرها ما أعطتني
حب وحنان

-*سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الطفل.

_____	١
_____	٢
_____	٣

١١. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم قراءتها بعناية ثم الاستجابة لما يرد فيها.

ورقة عمل

دور الأسرة والمدرسة في نمو الطفل النفسي والاجتماعي

-*اقرأ المواقع التالية ثم ناقشها مع مجموعتك.

-*تامر عمره (4) سنوات تخاف والدته عليه كثيراً إذا أراد أن يلعب تمنعه، وإذا أراد أن يأكل لوحده تمنعه، وإذا أراد أن يتفاعل مع الآخرين لا تدعه يفعل. أثر هذا على تامر وأخذ يشعر بالضيق والألم.

-*هذا الموقف يتحدث عن مرحلة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي لاريكسون هي:

-*ما رأيك بسلوك الأم؟

-*كيف يمكن أن تسهم الأسرة في نمو تامر النفسي والاجتماعي بشكل أفضل؟ اقترح بعض الأمور؟

-*لو كنت مكان تامر بماذا تشعر؟

-*عصام يبلغ من العمر (8) أعوام يشعر بالقهر في مدرسته وخاصة في مادة الرياضيات فالأستاذ يضع أسئلة صعبة جداً ولا يستطيع الإجابة. وهو يشعر أنه أقل من بقية زملائه في الصف ولهذا قرر ترك المدرسة والبحث عن نفسه في مكان آخر ربما سوق العمل. ضايق هذا الأمر المرشد والمدير.

-*يمر عصام بمرحلة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي هي:

-*كيف يشعر عصام؟

١٢. تناقش المجموعات ما توصلت إليه في ورقة العمل وتتبادل المجموعات الحوار ويقدم لهم المدرب تغذية راجعة.
١٣. يركز المدرب على أهمية الأسرة في حياة الطفل ثم يتحدث المدرب عن مرحلة المبادرة مقابل الشعور بالذنب وهي من مراحل النمو النفسي الاجتماعي لاريكسون والتي يمر بها أطفال ما قبل المدرسة. ويقول أن الأسرة تلعب دوراً هاماً في مساعدة الطفل على تطوير مهاراته الاجتماعية خلال هذه المرحلة ويطلب من المشاركين مناقشة ذلك في مجموعاتهم.

١٤. يناقش المدرب استجابات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
١٥. يقدم المدرب معلومات حول أهمية المدرسة للطفل ويوضح للمشاركين “ كيف يمكن أن تسهم المدرسة في تنمية الشعور بالكفاءة لدى الطفل في مرحلة تعلم الاجتهاد مقابل الشعور بالنقص من مراحل النمو النفسي الاجتماعي عند اريكسون.

١٦. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم مناقشة ما يرد فيها وتسجيل ملاحظاتهم.

*- ما الذي أدى لهذه المشاعر؟

*- كيف يمكن للمرشد والمدير أن يساعدوا عصام؟ اقترح خطوات؟

*- تناقش قصة عصام مشكلة تظهر لدى طلبة المدرسة رغم الزامية التعليم هي:



معاك قرش بتسوا قرش معاك مليون
بتسوا مليون. معكاش بتسواش

*- تعليق على لسان عصام

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان عصام.

- ١-
- ٢-
- ٣-

١٧. تناقش المجموعات ما توصلت إليه ويتم تبادل الحوار بين المجموعات ويقدم المدرب تغذية راجعة حول الموضوع.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: مرحلة المراقبة

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول مرحلة المراقبة ويقول أنها مرحلة حاسمة وتظهر فيها تغيرات كثيرة في مجالات النمو المختلفة، الجسمية، والعقلية، والاجتماعية، والانفعالية.
٢. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة ذلك في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.
٣. تعرض كل مجموعة ما لديها من ملاحظات وتعليقات ويقدم المدرب توضيحات للأمور التي يصعب فهمها.
٤. يوزع المدرب ورقة العمل التالية حول مرحلة المراقبة ثم يطلب من المشاركين مناقشتها في مجموعاتهم ومحاولة الاستجابة لما يرد فيها.

*- كيف شعرت يومها.

*- إذا واجهك موقف مماثل الآن مع ابنك ماذا تفعل؟

*- تتذبذب مشاعر المراهق وانفعالاته من الهدوء إلى العاصفة والعكس كيف ترى ذلك في ابنك/طلابك؟

*- عندما يضحكون تسمع صوته في أرجاء المكان وعندما يغضبون يثورون كالبركان. ترى ماذا يمكننا كأخصائيين أن نقدم لهم لنساعدهم؟

٥. يوضح المدرب أن المرحلة المراهقة مهمات نمائية محددة يجب أن يجتازها المراهقون بشكل ويعرض هذه المهمات على شاشة العرض، ويقدم توضيحاً لكل مهمة مدعماً ذلك بأمثلة من حياة المراهقين.

٦. يوزع المدرب بطاقات على المجموعات توضح المهمات النمائية المختلفة، ويطلب من المشاركين قراءتها وتسجيل ملاحظاتهم.

٧. يدير المدرب نقاشاً حول المهمات النمائية بين المجموعات ويستمع لآرائهم وتعليقاتهم، ويقدم لهم تغذية راجعة.

٨. يقول المدرب توجد قضية هامة ضمن مراحل النمو النفسي الاجتماعي لايسكون تظهر في فترة المراهقة وهي الهوية مقابل عدم الهوية ويقوم بإعطاء أمثلة حول ذلك.

٩. يقول المدرب الهوية لدى المراهق تعني هوية جسمية وجنسية وعقلية واجتماعية ونفسية وأخلاقية، وتعد صورة الجسد من الأمور الهامة لديه ولكن قد تتعرض الهوية الجسمية لمشكلة في حالة تأخر البلوغ حيث قد يعاني بعض المراهقين من تأخر ظهور علامات البلوغ فيبدو المراهق أصغر عمراً.

١٠. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة ذلك في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.

١١. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين ثم يعرض التعليق التالي:

ورقة عمل

*- أيمن مراهق عمره (14) عاماً لاحظ والداه تغيراً كبيراً في سلوكه وكذلك مزاجه فقد أصبح عصبياً يثور بسرعة ولكنه يهدأ بسرعة. وكذلك أصبح يحب أن يقضي وقتاً طويلاً مع رفاقه سواء على الهاتف أو خارج المنزل، وبدأ يهتم بجسمه وملابسه وشعره بشكل كبير، ويهتم كثيراً بإبداء رأيه، وإذا اتخذت الأسرة قراراً دون مشاورته يثور غضباً وكذلك يحب أن يشعر أن له خصوصية وأسرار ولا يحب تدخل أحد به.

*- ورد في حالة أيمن العديد من مظاهر التغير في النمو هي:

النمو ويدل عليه

النمو ويدل عليه

النمو ويدل عليه

*- ظهر لدى أيمن مشكلات تواجه المراهقين ولآبائهم هي:

*- أيمن يريد أموراً كثيرة من أسرته ووالديه هي:

*- يلعب الرفاق دوراً هاماً في حياة المراهق ناقش ذلك مع زملائك في المجموعة.

*- هل تتذكر موقفاً من خبرتك وأنت في مرحلة المراهقة اختلفت فيه مع والدك/والدتك؟

*- تعليق على لسان مرافقة لم تظهر عليها سمات البلوغ.



صار عمري ١٤ والناس يفكرونني في
الرابع. يا ربي متى بدي أكبر وأحكي لهم
إنني جالتاسع مش بالرابع

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: مشكلات الطفولة والمراهقة

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول وجود مشكلات كثيرة في مرحلة الطفولة وأخرى في مرحلة المراهقة، ولكننا سنعرض في هذا التدريب أهمها وأكثرها شيوعاً، وسنبداً أولاً بمشكلات الطفولة وهي (البدانة، الاعتمادية الزائدة، الفوضوية وعدم الترتيب، الخوف).
٢. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات بواقع مشكلة لكل مجموعة ويطلب من أفرادها مناقشة المشكلة والإجابة على الأسئلة الواردة، وتسجيل ملاحظاتهم لكي يتم مناقشتها بشكل جماعي.

١٢. يعرض المدرب العبارة التالية على شاشة العرض أمام المشاركين ويطلب منهم مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.

تلعب الأسرة دوراً هاماً في تشكيل هوية المراهق من خلال أساليب التنشئة والرعاية التي يمارسها فالأسرة الديمقراطية تختلف عن الأسرة المتساهلة وكذلك عن الأسرة المتسلطة.

١٣. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم توضيحات لما يصعب فهمه.

١٤. يعرض المدرب العبارات التالية على لسان المراهقين على شاشة العرض ويوزعها كذلك على أوراق على المجموعات، ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية والتعليق عليها العبارات:

- لو أنني أطول قليلاً مما أنا عليه.
- قيادة السيارة من مهام الرجل وليس المرأة.
- أحب قضاء وقتي بين أصدقائي.
- يعاملني والدي كطفل.
- أتمنى أن يثق بي والدي.
- والدي يطلب مني أن لا أدخن وهو يدخن.
- والدي يعلق كثيراً على ملابسي وتسريحة شعري.
- يطلب والدي مني القيام بأعمال لا أحبها.
- يضايقتني مزاجي المتقلب.
- أستطيع أن أقوم بالكثير من الأعمال لوحدي.
- ١٥. يستمع المدرب لتعليقات المشاركين حول عبارات المراهقين ويقدم لهم تغذية راجعة.
- ١٦. يقدم المدرب معلومات حول وجود شكلين من أشكال اضطراب هوية الأنا وهما اضطراب الدور وتبني هوية سلبية، ويعرض أمثلة ومعلومات عن ذلك على شاشة العرض.
- ١٧. يناقش المدرب مع المشاركين أثر ودور الأسرة والمدرسة في تكوين هوية إيجابية لدى المراهقين، ويستمع لآراء وتعليقات المشاركين ثم يقدم معلومات إضافية عن ذلك تساهم في فهم المشاركين.
- ١٨. يشكر المدرب إنجازات ومساهمات المشاركين في الجلسة.

نجدّه لا ينتظم بوجبات الطعام الرئيسية بل يأكل بين الوجبات وفي أوقات مختلفة وليس بالضرورة أن يكون جائعاً عندما يأكل، فضلاً على أنه مغرّم بتناول الشيبس والببسي والمكسرات والحلوى، ولا يمارس أي نشاط رياضي أو حركي، ويستمتع كثيراً بجلوسه أما التلفاز لمشاهدة أفلام الكارتية لساعات طويلة، ويفتقد البرنامج الغذائي لعامر باحتوائه على المصادر الغذائية الهامة وفي الآونة الأخيرة أصبح عامر يأكل كثيراً ولا يمارس أي رياضة في البيت والمدرسة، وليس له أصدقاء يشاركونه أي نشاط كونه يعتبر نفسه منبوذاً لا أحد يحبه لأن شكله غير مقبول".

*- أثرت البدانة سلباً على حياة عامر من خلال؟

*- ناقش مع زملائك الأسباب التي أدت لبدانة عامر.

*- كمرشد تربوي للطفل عامر، ضع خطة إرشادية علاجية لمساعدة عامر وأسرته في إنقاص وزنه والتخلص من البدانة وإعادة التكيف الاجتماعي مع أسرته ورفاقه في المدرسة.

*- تعليق على لسان عامر



ماما بتقول لي لما تفرح كل ولما تزعج
كل ولما تغضب كل ولما تخاف كل وكمان
لما جوع كل شو راككم أكيد جعتوا ولا
بهمكم ماما بتقول كلوا

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان عامر

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

البدانة

المجموعة الأولى: مشكلة البدانة:

*- يعتقد الكثيرون أن البدانة موروثية، فيما يعتقد البعض الآخر أنها ليست كذلك بل هي مكتسبة ومتعلمة. ما رأيك في ذلك؟

*- برأيك ما الآثار السلبية للبدانة؟

*- اقرأ حالة (عامر) بتمعن وأجب عن الأسئلة التي تليها:

”عامر في الصف السادس، عمره (12) سنة، يعاني من البدانة، ويتعرض باستمرار للنقد والسخرية من قبل أسرته ورفاقه في المدرسة لازدياد وزنه، فهم يضحكون ويسخرون منه باستمرار، مما أدى به إلى الشعور بالتعاسة والضيق والملل، والانسحاب وعدم مشاركته في اللعب أثناء حصّة الرياضة، لأنه حقيقة كان يخاف المشاركة معهم حتى لا يضحكوا على شكله وكان يتابعهم من بعيد، وأصبح يميل إلى العزلة والوحدة حتى في البيت، وأحياناً يكون عدوانياً مع إخوانه، إن نظرة رفاقه ووالديه وأشقائه له بعدم الإعجاب والجاذبية أدى إلى شعوره بالحق والكراهية والتفكير بكيفية الانتقام منهم، أما عامر فقد تعلم منذ صغره أكل كميات كبيرة من الطعام، لأن والدته كانت دائماً ولأن تطلب منه ذلك وتقول له باستمرار: ”عشان تكبر لازم تاكل كثير لأنك رح إضلك صغير وبعدين تموت“ وكانت تشجعه على ذلك، وتطلب منه المزيد من الأكل خوفاً عليه، وبالمقابل نجد والد عامر وإخوانه عندما يجلسون لتناول الطعام يرددون على مسامع عامر: الدبدوب أكيد جوعان اعتقادهم منهم تنفيره من الأكل، لكن عامر يستمر بأكل الطعام وبشكل أكثر ليثيرهم، وكرد فعل لتوبيخهم له والتعليق عليه، كما حدثنا بذلك، وعند متابعة عادات عامر في الأكل

ورقة عمل الفوضوية وعدم الترتيب

المجموعة الثالثة: مشكلة الفوضوية وعدم الترتيب:

*- أنت مرشد في مدرسة الأميرة عالية الأساسية، لديك مجموعة من الأطفال من طلبة الصف السادس الأساسي، يعانون من مشكلة الفوضوية وعدم الترتيب والتنظيم، قم بدراسة حالة الطلبة أعلاه وفي ضوء ذلك حدد ما يلي:

*- ما المظاهر السلوكية التي يبديها الطلبة وتشير إلى الفوضوية وعدم الترتيب؟

*- ابحث مع أولياء أمور الطلبة والمعلمين أسباب مشكلة الفوضوية لديهم؟

*- ضع قائمة تتضمن السلوكيات السلبية التي يستخدمها الوالدان في التعامل مع مشكلة الفوضوية وعدم الترتيب لدى الطفل، وتعزز سلوك الفوضوية لديه؟

ورقة عمل الاعتمادية الزائدة

المجموعة الثانية: مشكلة الاعتمادية الزائدة:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً ثم ناقش ما يلي:

ناصر في الصف الثالث يعود من مدرسته يلقي بكتبه وملابسه على الأرض ويذهب لوالدته ويطلب منها وضع الطعام له وبعد ذلك يترك كل شيء وراءه. ثم عند الدراسة لا يدرس إلا إذا درّسته والدته. وإذا طلب منه والده أداء عمل ما فهو لا يقوم به بل يطلب ذلك من والدته أو أخته الكبرى فهو يعتمد كثيراً على الآخرين في حياته.

*- كيف شعرت أن ناصر يعاني من مشكلة الاعتمادية؟

*- برأيك ما هي أسباب اعتمادية ناصر على والديه؟

*- ماذا يمكنك أن تقدم من الأساليب لمساعدة ناصر لتقليل الاعتمادية؟

*- ما الأساليب الإرشادية العلاجية المستخدمة للحد من مشكلة الاعتمادية الزائدة لدى الأطفال؟

ورقة عمل
الخوف

المجموعة الرابعة: مشكلة الخوف:

*- ادرس حالة الطفلة "فرح" بتمعن، ثم أجب عن الأسئلة التي تليها:

"فرح طفلة عمرها (7) سنوات، وهي أصغر إخوانها وأخواتها، إن ارتباط فرح بوالدتها عاطفياً لدرجة التعلق، فهي تقضي معظم وقتها مع والدتها، ولا تشارك أخوتها كثيراً، تحب والدتها بشكل كبير، فهي تنام بجوارها باستمرار، بدأت الأم تحاول أن تجعلها تنام في غرفة أشقائها، فرح تخاف من أشياء عديدة، فهي تخاف من الظلام والليل، وكثيراً ما تستيقظ مفزوعة وتروي لوالدتها أنها تشاهد حيوانات كبيرة الحجم تهاجمها، وتصرخ وفي وجهها، لذلك تخاف أن تبقى وحيدة، تشاهد برامج الكرتون التلفزيونية كثيراً، وأحياناً تشاهد مع أخوانها أفلام الرعب الخيالية، وبالتالي تشعر باستمرار بالخوف والتوتر والتهديد، لذلك تصر على إبقاء نور غرفة نومها مضيئة طيلة الليل، مما يثير مشكلة مع أخوانها اللواتي ينمن معها، وقد حاولت الأم مساعدتها على التغلب على خوفها من الظلام، فكانت تقوم بإطفاء نور الغرفة عندما تتأكد أن فرح قد استغرقت في نومها، إلا أن الطفلة سرعان ما كانت تستيقظ من نومها صارخة بفزع "ماما ، ماما" وكانت الأم تستجيب لطفلتها وتقول لها: "لن أتركك وحدك، وعندما تطلب الطفلة من أمها أن يظل نور غرفتها مضيئاً، وأن تظل الأم بجانبها، وبالفعل كانت الأم تستجيب لطلبات الطفلة، وأحياناً تأخذها للنوم معها، إلا أن "فرح" كانت تستيقظ في الليلة الواحدة عدة مرات للتأكد من أن أمها ما تزال باقية بجانبها، وأن نور الغرفة ما زال مضيئاً، وقد تكرر هذا السلوك من الطفلة فرح وتكرر سلوك الاستجابة من قبل أمها، إلا أن فرح وبالإضافة لخوفها من الظلام فهي تخاف البقاء وحدها حتى في النهار، وعندما تفقد وجود أمها في البيت سواء في المطبخ أو عند الجيران، تصرخ بشدة وتخرج من البيت بعصبية باحثة عن أمها، فهي متعلقة بوالدتها، وتخاف من الناس الغرباء.

*- تعليق على لسان أم غاضبة من ابنها



أنا مش عارفة هذا الولد
طالع لمن دابها راسه
مخكوش وسريره منفوش
وكتب ودفاتر معهوش

ماما شكلها زعلانة من بابا



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأم/الابن

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

*- تعليق على لسان أم لابنتها



طالما انا معاك يا
ماما لا تخافي من
إشي

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأم

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٣. يستمع المدرب لاستجابات وملاحظات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويقوم بعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
٤. يعرض المدرب أهم المشكلات التي سيتم تناولها ضمن مرحلة المراهقة وهي (السلوك العدواني، ضعف الدافعية للدراسة، الصحة السيئة، والسلوك الجنسي غير المناسب).
٥. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات بواقع مشكلة لكل مجموعة ويطلب من أفرادها مناقشة المشكلة وتسجيل ملاحظاتهم لكي يتم مناقشتها بشكل جماعي.

إن والدة فرح هي خوافة بطبعها، فقد فقدت والدتها وهي في عمر فرح، وعاشت مع والدها وزوجته، وعانت من المخاوف المتعددة، فهي حساسة جداً وتخاف على زوجها وأولادها بطريقة لافتة للنظر، وتحاول باستمرار تلبية حاجاتهم وحمايتهم بشكل متطرف على حساب راحتها ونومها، فهي أيضاً تخاف من الظلام واعتادت فرح النوم والضوء مشتعل، فوالدة فرح منظمة ومنتزعة في نمط حياتها اليومية وشخصيتها أميل إلى الجدية وقلة الدعابة والفكاهة، وخوفها الزائد على أطفالها يخلق لديهم التوتر والقلق والانزعاج، وتستجيب لفرح بخوف وانزعاج بنفس استجابة فرح للموقف، أما والد فرح فهو شخص لا أبالي، ولا يتدخل بشيء، وهو منشغل بما يقوم به من مهام خاصة بعمله، ولا يقلق بشيء داخل البيت.

أما أشقاء فرح فهم يستغلون هذه المخاوف لديها، ويقومون برواية القصص المخيفة لها من أجل الدعابة والفكاهة، وليس القصد من ذلك إخافتها فهم أيضاً يكبرونها بسنوات قليلة ولذلك لا يدركون ما يقومون به، فيتحدثون لها عن "الغولة" و "أبو رجل مقطوعة" و "حرامي الليل" مما يثير فزعها وخوفها.

*- ما الأعراض والمشاكل السلوكية التي تبديها الطفلة فرح وتدل على أنها تعاني من مشكلة الخوف؟

*- ما أسباب الخوف عند فرح؟

*- ما الإجراءات الإرشادية الوقائية التي يمكن استخدامها في معالجة مشكلة الخوف عند فرح؟

ورقة عمل
السلوك العدواني

المجموعة الأولى:

*- اقرأ المشكلة التالية بتمعن وادرس الشخصية الواردة فيها، ثم ناقش مع مجموعتك الأمور التالية.

*- علي هو أحد طلاب الصف العاشر، وعمره (١٦) سنة، وهو كثير الشجار مع والده وزوجة والده وإخوته وأقرانه في المدرسة، ويتميز خالد بنمو جسمي أقل من زملائه من نفس جيله، وهو قصير القامة وسمين، أما بالنسبة لعلاقته بوالده، فوالده يعمل ميكانيكي سيارات وقد أكمل الصف الثالث وأخرجه والده من المدرسة حتى يعمل معه في مشغل للسيارات، فثقافته بسيطة ووالد علي يعامله معاملة قاسية جداً ويصدر له الأوامر حول ما ينبغي ولا ينبغي أن يفعله، وكيف يلعب وأين يذهب ومتى ينام، وإذا خالفه يقوم بضربه بشكل مؤلم مع الركل والصفع، ويستخدم كراباجاً مبلولاً بالماء ويضربه بشكل مستمر، ويقول له «إنت ما بتخاف إلا لما أجيبك الكراباج وأريبك انت تعودت عليه»، ولا يسمح له بالحديث ولا يسمع منه شيئاً، ويعيش علي مع زوجة أبيه ووالدته متوفية وعمره سنة، أما زوجة أبيه فهي تشجع الأب على ضرب علي والاستمرار في تربيته وإخوانه بهذه الطريقة، لأنها تعتبر علي وأشقائه عبئاً عليها، هذا ما يقوله علي.

أما علي في المدرسة فهو محبب ويكره المعلمين والطلبة والمدرسة، ويفرح كثيراً عندما يأتي يوم الجمعة وهي عطلة من المدرسة التي يمقتها، لكنه يجد نفسه في البيت الذي يكرهه أيضاً ويتمنى أن يكون هناك عطلة من البيت ليعيش وحده مرتاحاً، إن علي من ذوي التحصيل المتدني هذه السنة مع أن نتائجه في السنوات السابقة كانت أفضل من الآن، ليس لديه دافعية للدراسة أو تحقيق أي هدف بحياته، كل ما يفكر به هو الخلاص من والده ومعلميه وأقرانه، ويتمنى الموت لهم وينتظر الفرصة عندما يكبر للانتقام منهم، ففي المدرسة يتعرض علي للسخرية والاستهزاء من قبل المعلمين والطلبة لصغر حجم جسمه وقصر قامته وسمنته وباستمرار يلقيه المعلمون وينادوه على حد قوله (بالقرعة) حتى لو لم يقوم بسلوك سيء، أو إيذاء لهم، كما أنه ينادونه «تعال يا ابننا الصغير» مما يستثيره ويجعله غاضباً ويكره نفسه، وكاستجابة لسلوكهم يقوم علي بضربهم أو مشاكسة المعلمين أو تكسير كل ما يصادفه كالمقاعد وحتى في أحد المرات أحضر ثلاثة من زملائه ممن يعانون من نفس وضعه وأحضروا أدوات حادة (إزميل) وحفروا اللوح الصفي الخاص بهم حتى لا يستطيع معلم الرياضيات إعطاء الحصة، وتم إبلاغ أهله بسلوكه المتمرد عدة مرات

ولكن بدون نتيجة، لأن الوالد يحضر ويشتم علي ويحقره أمام المعلمين، دون أن يفهم أسباب ودوافع سلوك علي، ويفكر علي كثيراً بترك المدرسة والعمل بأي شيء حتى يعتمد على نفسه حتى لا يكون بحاجة إلى والده، وعلى الأقل يعيش وحده مرتاحاً بعيداً عن جو البيت والمدرسة غير المحبوب بالنسبة له. كما لوحظ تغييه عن المدرسة كثيراً وعودته إلى البيت إما متأخراً بعد نهاية دوام المدرسة أو يعود في نفس الوقت دون أن يكون ملتزماً بدوام مدرسته.

أما حالة علي النفسية فهو عصبي وحساس جداً ومتوتر باستمرار ويعتدي على زملائه بالشتيم والضرب وتلفظ الألفاظ السيئة وكثير الشجار لأتفه الأسباب، وأصبح يفسر أي سلوك تجاهه هو ضده، وغالباً ما يكون دفاعياً تجاه التعليقات التي توجه إليه من قبل والده وأقرانه ومعلميه، وقد اعتاد أن يفهم كثيراً من التعليقات بطريقة خاطئة، وأصبح منزعجاً عندما يوجه إليه أي نقد بأي شكل من الأشكال ويثور لأتفه الأسباب، كما يشعر بأنه مرفوض وغير مقبل ممن حوله، وأنه فاشل لأنه يسمع ذلك مراراً من والده ومعلميه (أنت فاشل) وأصبح مقتنعاً تماماً بأنه شخص فاشل لا جدوى منه الآن ولا مستقبلاً، كون تحصيله الدراسي سيئاً، فضلاً عن ذلك هو لا يعبر عن رأيه ومشاعره خوفاً من اللوم والتوبيخ مع أنه بنفس الوقت يجاهد من أجل الحصول على رضى الآخرين، لكنه لا يعرف كيف يرضي الآخرين وكيف يكون صداقات مع الآخرين، «لا أحد يقبل عليه بسبب شكله الذميم» علي حد ما يقوله لنفسه، ولا يثق بنفسه «إنه يكره علي» ويتمنى أن يكون شخصاً آخر، وغالباً ما تجده وحيداً لا يشارك الآخرين. ولكنه في الآونة الأخيرة أصبح علي يقضي معظم وقته مع مجموعة الشباب ممن بنفس صفه، خارج المنزل وعندما يعود متأخراً يسأله والده أين كان وتنشب مشاجرة عنيفة ضحيتها علي ويضرب، ويستجيب علي بالصراخ وتكسير الأشياء ودرجة أنه كسر زجاج النافذة وسال دمه دون أن يشعر بالألم، ورد والده عليه: «اطلع من البيت ما بدي أشوفك، يا فاشل يا هامل، لا فائدة منك، بدي أعتبرك مت» ثم يترك علي البيت ويخرج.

*- صف السمات الشخصية لعلي كما وردت في المشكلة؟

*- يمارس علي السلوك العدواني بسبب؟

*- يشعر علي اتجاه نفسه بـ:

*- شعر علي اتجاه أسرته بـ:

*- يشعر علي اتجاه مدرسته بـ:

*- يتوقع أن يعاني من أزمة في عمره هذا هي:

*- أنت مرشد للطالب علي، وتم تحويله لك لدراسة حالته، ضع برنامجاً إرشادياً علاجياً لمساعدة علي للتخلص من سلوكه العدوانى بالتعاون مع أسرته ومعلميه :

ورقة عمل ضعف الدافعية للدراسة

المجموعة الثانية: ضعف الدافعية للدراسة:

*- اقرأ المشكلة التالية بتمعن وادرس الشخصية الواردة فيها ، ثم ناقش الأمور التالية:
« ماجد طالب في الصف الثامن الأساسي ، عمره (١٤) سنة ، يعيش مع والديه وإخوته محمد وخالد ويأتي ترتيبه الثاني (المتوسط) بين إخوته، يعاني من تدني تحصيله الدراسي وفي معظم الموضوعات المدرسية، وهو غير مثابر، ويكره الدراسة والمدرسة، ولا يبذل الجهد الكافي والمناسب لكي ينجز مهامه الدراسية وحل واجباته ، ولا ابالي ولا يتحمل المسؤولية، وكثيرا ما يهرب من المدرسة، لأن المدرسة لا تلبي احتياجاته كما يقول، كما أنه غير قادر على القيام بأي جهد، ويشعر أن الدراسة مملة وفوق قدرته، وماذا سيستفيد منها.

أما بالنسبة لأسرة ماجد فوالداه على مستوى عال من التعليم ، فالأب يعمل مهندسا في إحدى الشركات الخاصة ، وتعمل الأم طبيبة، ويعيش ماجد مع إخوته خالد ومحمد المتفوقين في دراستهما والمحبوبين من والديهما لأنهم كما يقول ماجد «شاطرين» وأنا «كسلان» ، اما ماجد فهو يعيش في جو أسري مشحون بالتوتر بسبب الخلافات والشجار المستمرين والديه بسبب إهماله وتدني تحصيله الدراسي، كما أنه الوحيد سبب المشاكل في البيت وان اخوانه أفضل منه، ولذلك يعامله والداه بشدة وقسوة وتسلط ويعاقب بالضرب والحبس داخل البيت في عديد من المرات وعدم اصطحابه في المناسبات العائلية او في الرحلات الترفيهية ، لأنه لا يستحق ذلك ، بسبب عدم قيامه بواجباته الدراسية. وتتسم طريقة تربية والد ماجد لأبنائها بالحماية والتدليل الزائد والخوف من الفشل، فهي تعلق كثيرا على أهمية الإنجاز المرتفع والتفوق على حساب كثير من الحاجات الأساسية لها ولأبنائها ، فهي متعبة وقلقة باستمرار ، وتطلب من ماجد وإخوته الحصول على أعلى العلامات في دروسهم ، مطالبها باللامنطقية واللاواقعية وتضع أهدافا أعلى من مستوى قدرات

*-تعليق على لسان علي



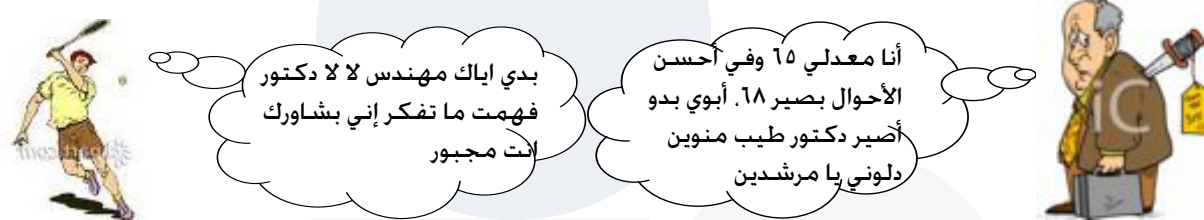
ما شفت بحياتي غير الضرب
والتكسير. وما عرفت غير الاهانة
والتحقير. كيف بدهم اباني أصير؟ نيو
مكن أعمل يا وجوه الخير

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان علي

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- ضع برنامجا ارشاديا يتضمن أساليب وقائية وعلاجية لمساعدة ماجد وأسرته على تحسين مستوى الدافعية للدراسة لديه من خلال إدراكه لوجود أهداف أكثر منطقية وواقعية في حياته ؟

*-تعليق على لسان الأب وابنه



*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأب وابنه

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ابنائها، وهي بالمقابل لا تسمح لهم بممارسة مهامهم باستقلالية وتتابع كل ما يخصهم ولا تترك لهم مجالا لبذل أي جهد أو وضع أية أهداف هم يرغبون في تحقيقها، وتتحمل مسؤولية كل شيء يخصهم . أما والد ماجد فيهتم فقط بالعلامة ويؤنب الأم لعدم متابعة ذلك وأنها السبب . مع قناعة والدي ماجد أنه ذكي لكنه مهمل، هم متألمان و يتحدثان باستمرار عن وضعه لأي شخص يصادفونه، وأصبح حديث العائلة ماجد وضعفه الدراسي.

وحاولت الأم مناقشة ماجد حول ماذا يريد أن يكون مستقبلا وماذا يريد أن يحقق، فأجابها: « لا يريد ان يتعلم ويكفي أنه يعرف الكتابة والقراءة ، ويرغب أن يعمل مثل أبو محمد صاحب السوبرماركت لأنه يحصل على (٥٠) ديناراً كل يوم بدون تعب ودراسة وهم وضرب وعقاب . إنني سأحصل على نقود كثيرة ، لماذا يتعلمون الناس حتى يجيبوا مصاري ، اذا لماذا أتعب بدون نتيجة؟ » . كما حاولت أن تجعل شقيقه خالد يقوم بتدريسه ، لكن خالد وجد صعوبة في إقناع ماجد بالدراسة، انه لا يريد أن يدرس بل يريد أن ادرس عنه وأقدم امتحاناته بدلا منه، انه لا يقوم بأي جهد. اما المعلمون في مدرسته لا يهتمون الا بالطالب المتفوق والطالب الضعيف يعاقب بدنيا ويهزئ أمام الطلبة ، وإخراجه من الصف .

أما ماجد فأصبح لا يحب الدراسة والمدرسة ويكره والديه وخاصة أمه والذي يسميها بـ « الشرطي الذي لا يرحم » إنه يشعر بالملل والإحباط والفشل، وعدم القدرة على إنجاز واجباته الدراسية ولا يسعى لتحقيق أي نجاح في المستقبل، وينظر لذاته نظرة تشاؤمية، إنه يكره نفسه ، ولا يقدرها ، إنه يخاف الفشل ، والنقد الجارح.

*- المشكلة التي يعاني منها ماجد هي:

*- يتصف الطالب ماجد ذو الدافعية المتدنية للتحصيل بصفات مثل:

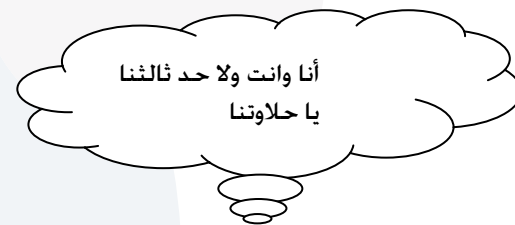
*- دافعية ماجد منخفضة للدراسة بسبب:

*- كمرشد تربوي قم بمساعدة أولياء الامور والذين يعانون من اتجاهات سلبية ونقص في المعلومات حول كيفية مساعدة أبنائهم المراهقين في بناء صداقات ناجحة وإيجابية لتحقيق النمو الاجتماعي السليم والذي هو أحد من متطلبات النمو الهامة في مرحلة المراهقة.

*- ورد في القرآن الكريم والسنة النبوية العديد من الآيات والأحاديث التي تركز على أهمية الصديق وأخلاقه أذكر ما تحفظه أو تعرفه؟

*- تغنى شعراؤنا بالصديق الصدوق أذكر ما تحفظ أو تعرف؟

*-تعليق على لسان الصديقين محمد وأحمد



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الصديقين

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل الصحة السيئة

المجموعة الثالثة: الصحة السيئة:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً ثم ناقش الأمور التالية:

*- يعيش أحمد في أسرة مليئة بالصراعات والمشاحنات، فوالده لا يعرف إلا الأوامر والنواهي، ووالدته مغلوب على أمرها. وهو في عمر حرج ولديه آمال وطموحات، ولكن لا أحد يهتم به أو يسمع لرأيه. تعرّف في المدرسة على أصدقاء ضموه لشللتهم وأصبح يقضي أغلب وقته معهم ويتأخر عن المدرسة صباحاً ويذهب معهم، ويلبس كما يلبسون. اختلف مع والده بشأنهم فطرده والده من البيت، وأصبح ينام في منزل أحد هؤلاء الأولاد. تراجع أدائه المدرسي وتجاوز نسبة الغياب المسموح بها.

*- برأيك كيف يؤثر أسلوب الرعاية الوالديه في حياة المراهق؟

*- تقوم جماعة الرفاق بدور هام في عملية التنشئة الاجتماعية للمراهق وفي نموه النفسي في كافة جوانب شخصيته الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، برأيك ما الأثر الإيجابي للصحة الجيدة في عملية التنشئة الاجتماعية لدى المراهق ؟

*- للصحة السيئة آثار سلبية مثل:

البرنامج التدريبي الرابع: مهارات الاتصال في العلاقات الأسرية

أهداف الورشة التدريبية:

١. إكساب المشاركين مهارات الاتصال والتعامل مع الآخرين.
٢. التعرف على مبادئ وأسس الاتصال في العلاقات الأسرية ، ومهارات تنمية الشعور الإيجابي والعلاقات الإنسانية تجاه الآخر.
٣. التطبيق العملي لمهارات الاتصال مع الآخرين وكيفية إدارة العلاقات الأسرية.
٤. تحليل المبادئ الأساسية التي تحكم الاتصال ، وتفهم الاتصال اللفظي وغير اللفظي لعملية الاتصال، والتعرف على أساليب الإصغاء الفردية والتطرق لأساليب مختلفة لتحسين مهارات الإصغاء.
٥. استخدام طرق فعالة للاتصال أثناء حصول النزاعات في الأسرة.
٦. تحسين مهارات المشاركين في الاتصال مع الآخرين ، وتنمية شخصياتهم من أجل تحقيق أهدافهم.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: معوقات الاتصال

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل.
٢. ويطلب المدرب من المشاركين مناقشة البطاقات التالية وإعطاء أمثلة لتوضيح تطبيقاتها في العلاقات الأسرية ويتم مناقشتها أمام باقي المجموعات من قبل مقرر كل مجموعة .

البطاقة الأولى «الاستماع لما نرغب في الاستماع إليه»

ما نسمعه أو ما نفهمه عندما يتحدث إلينا أي شخص يعتمد بدرجة كبيرة على تجربتنا وخلفيتنا. فبدلاً من أن نسمع ما يقوله لنا الناس نسمع ما نتوقع أنهم قالوه. إن لدينا أفكاراً مسبقة لما سيقوله الناس وإذا لم يتفق ما يقولونه مع الإطار الذي نقيم به أحوالهم فأننا نقوم بضبطه إلى أن يتفق معه.

ورقة عمل

السلوك الجنسي غير المناسب

المجموعة الرابعة: السلوك الجنسي غير المناسب:

* - يظهر السلوك الجنسي غير المناسب على شكل؟

١ -

٢ -

٣ -

* - كيف يمكن أن تستدل الأسرة على وجود مشكلة جنسية لدى أبنائها وبناتها المراهقين ؟

* - ما أسباب لجوء المراهق الى ممارسة الانحرافات الجنسية كالعادة السرية والجنسية المثلية؟

* - ما وجهة النظر الدينية والقانونية بشأن ممارسة العادة السرية والجنسية المثلية ؟

* - كيف يمكن أن تتصرف الأسرة عند ملاحظة وجود سلوك العادة السرية أو الجنسية المثلية لدى أبنائها المراهقين ؟ ضع خطة إرشادية وقائية وعلاجية لمساعدة الأسرة على حل المشكلة ؟

٦. يستمع المدرب لاستجابات وملاحظات المشاركين ثم يقدم توضيحاته ويقوم بعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.

٧. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم وانجازاتهم.

٨. يدير المدرب مناقشة صغيرة مع المشاركين حول مدى الفائدة من الورشة التدريبية.

البطاقة الثانية «تجاهل المعلومات المتضاربة»

نحن نتجاهل أو نرفض الاتصالات التي تتعارض مع آرائنا. فإن لم نرفضها يتم تحريف معانيها لتتفق مع أفكارنا المسبقة عنها. وعندما تتعارض أي رسالة مع الآراء الموجودة فإن المتلقي يرفض مصداقيتها ويتجنب مواجهتها وسرعان ما ينساها ويحرف في ذاكرته ما سمعه عنها.

البطاقة الثالثة «مشاعرنا نحو المتصل»

من الصعب أن نفصل ما نسمعه عن أحاسيسنا تجاه الشخص الذي يقوم بالاتصال، فقد تنسب للمتصل دوافع غير قائمة. لأننا إذا أحببنا الناس فمن المحتمل أن نتقبل ما يقولونه، سواء كان صحيحاً أو غير صحيح.

البطاقة الرابعة «تأثير الجماعة»

المقصود بالجماعة هنا هي الجماعة التي نتعرف من خلالها على تأثير مواقفنا ومشاعرنا. وإن ما نسمعه الجماعة يتوقف على مصالحها. لأنه من المحتمل أن يستمع أفراد الأسرة للأشخاص الذين يشاركونهم حياتهم أكثر مما يستمعون لمن يخرجون عن نطاق الجماعة.

البطاقة الخامسة «اختلاف معاني الكلمات باختلاف الأفراد»

اللغة أساساً هي طريقة تستخدم فيها الرموز لتعبر عن الحقائق والأحاسيس. فإذا تحرينا الدقة فنحن لا نستطيع أن ننقل المعنى، لكننا نستطيع أن ننقل الكلمات ولكن إذا كانت إحدى الكلمات هذه تحمل لك معنى معيناً فلا تقترض أن هذه الكلمة تحمل نفس المعنى لشخص آخر.

البطاقة السادسة «الاتصال غير الشفهي»

عندما نحاول فهم معنى ما يقوله الناس فنحن نستمع إلى الكلمات لكننا نستخدم مفاتيح أخرى ننقل المعنى. نحن لا ننتبه فقط لما يقوله الناس ولكننا ننتبه للطريقة التي يقولون بها أيضاً. نحن نكون انطباعات عن طريق ما يسمى بلغة الجسد – العيون وشكل الفم وعضلات الوجه ووضع الجسم. وقد نشعر أن هذه الأشياء تفيدنا في الحقيقة أكثر من الكلمات التي يستخدمها الناس. وفي هذه الحالة يكون هناك مجالاً كبيراً لسوء الفهم.

البطاقة السابعة «الانفعالات»

الانفعالات تشوه قدرتنا على نقل أو تلقي الرسالة الحقيقية. فما نسمعه ونحن منفعلون يبدو أكثر تهديداً لنا من الأوقات التي نسمع فيها ونحن مطمئنون. وعندما نشعر بالحزن أو الغضب فإننا نرفض ما يبدو معقولاً من المطالب والأفكار المفيدة. أثناء المناقشات الحامية قد لا تفهم كثير من الأشياء التي تقال وربما يتم تحريفها.

البطاقة الثامنة «الضوضاء»

التشويش على الاتصال يعتبر ”ضوضاء“ وقد يكون التشويش تشويشاً لفظياً يحول دون سماع الرسالة أو يكون تشويشاً مجازياً على شكل معلومات محرفة أو مشوشة تشوه المعنى أو تحجبه.

٣. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات ثلاثية ويتم إجراء مقابلة بين شخصين في المجموعة يتم فيها تناول موضوعات عامة وتكون مهمة الشخص الثالث هي الملاحظة وتسجيل حصول السلوكيات التالية التي يوزعها المدرب على شكل بطاقات على المجموعات، حيث يتم وضع إشارة (x) في الفراغ بجوار السلوك في حالة حصوله.

عدد مرات انقطاع الاتصال البصري	
عدد الحركات والإشارات غير اللفظية التي تشتت الانتباه	
عدد مرات التغيير أو التردد الصوتي الذي يشتت الانتباه	
عدد مرات القفز من موضوع إلى آخر	
النسبة المئوية التقريبية للوقت الذي تم فيه إبقاء الاتصال البصري	
عدد الإيماءات والإشارات غير اللفظية المشجعة والمسهلة للحديث	
عدد حالات التغيير والتركيز والتشديد الصوتي المساعدة	
عدد المرات التي يبقى فيها الشخص على نفس الموضوع	

٤. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأم.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٥. بعد الانتهاء يتم إجراء مناقشة حول النقاط التالية التي يعرضها المدرب على شاشة العرض ويوزعها أيضاً على شكل بطاقات على المجموعات.

١	الاتصال البصري: هل هو مسهل؟ محقق، متحاشي؟ في أي المواضيع (إن وجدت) قطع المقابل الاتصال البصري؟ وكيف فعل ذلك؟
٢	لغة الجسم: متى؟ استخدام الإشارات والإيماءات، والتعبيرات الوجهية؟ في أي المواضيع أبدى المشاركون تغيراً ملحوظاً في لغة الجسم. ما هو عدد الحركات الجسمية التسهيلية؟
٣	الخصائص الصوتية: النبرات الصوتية، سرعة الكلام، علو الصوت، اللكنة، المواضيع التي شهدت تغييراً في هذه المجالات راداً على تصرفات الطرف الآخر. ما هو عدد مرات التغيير أو التردد الرئيسي في الحديث؟
٤	المتابعة اللفظية: باق على نفس الموضوع، ما هو عدد القفزات في الموضوع الرئيسي؟ هل أشارت القفزات إلى أنماط الاهتمام لدى الطرف الآخر؟

٦. يستمع المدرب لردود فعل المجموعات المختلفة حول ما يعرض أمامهم ثم يقدم المدرب توضيحاته إذا لزم الأمر.

٧. يوزع المدرب أوراق العمل التالية ويطلب من المجموعات مناقشتها.

ورقة عمل

*- يقوم المشاركون من خلال مجموعاتهم بالحديث من خبراتهم عن موقف مرّ معهم على نطاق أسرته لم يتواصلوا فيه بنجاح، وموقف آخر تواصلوا فيه مع أفراد أسرته بنجاح.

*- بعد أن تعرض كل مجموعة أحد المواقف الناجحة وكذلك غير الناجحة يناقش المدرب المشاركين أسباب نجاح التواصل في حالة النجاح، وأسباب فشل التواصل. ويستمع لردود فعل المشاركين وكذلك يقدم لهم التغذية الراجعة.

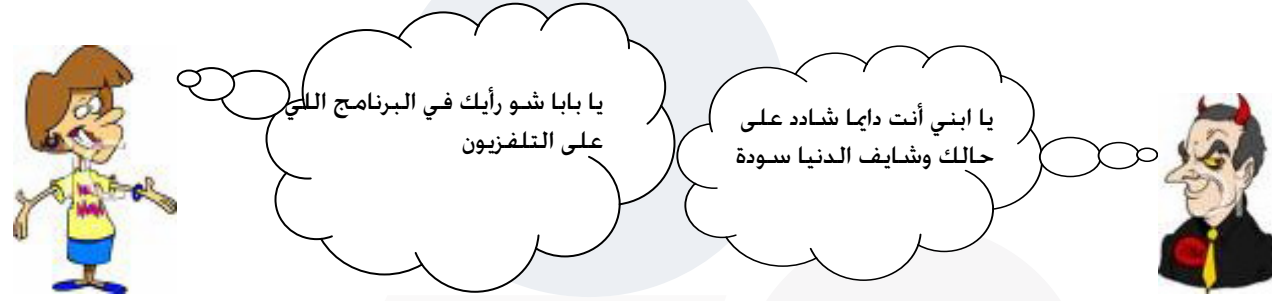
*- يطلب المدرب من المشاركين تسجيل ثلاثة مقترحات بحيث يمكن لكل واحدة منها أن تقود إلى فاعلية أكبر في الاتصال بين أفراد الأسرة.

*- يعرض المدرب تعليقاً على لسان السيدة هادية، ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



ماما ماما جنتوني نفسي أسمع الناس
ويسمعوني

٨. يعرض المدرب تعليقا على لسان الأب وابنه ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب والابن.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

*- "أنت فرد في أسرتك سواء كنت متزوجاً أو تعيش مع أهلك أي أعزب"، برأيك ما هي الأمور التي تصغي لها أسرتك باهتمام؟

*- هل تحدثت يوماً مع أسرتك حول موضوع وتجاهلت أسرتك ذلك؟ كيف شعرت؟

*- تخيل لو أنك كنت تتحدث مع والدك، أخيك، زوجتك، وحصلت الأمور التالية ماذا تفعل؟

١- كان يجول بنظره بعيداً بين الحين والآخر.

٢- يستمع لك وهو جالس وجسمه مشدود ومتوتر.

٣- أنت منهمكاً في الحديث حول أمر ما ويقوم هو بتغيير الموضوع.

*- يعرض المدرب تعليقاً على لسان زوجة.



نفسى أحكي مع زوجي ويطلع فيّه. الله
يرحم أيام الخطبة ما كان ينزل عينيه
حتى

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوجة/ الزوج

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٢. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات ثنائية يعرف كل منها الآخر جيداً.
٣. يقول المدرب «قد يمارس الأفراد حركات معينة أثناء حديثهم، نجد أحدهم يهز رأسه وآخر يحرك يديه، ... لا بد وأنك الآن تخيلت أفراداً تعرفهم وهم يتحدثون. ترى هل فكرت بنفسك وأنت تتحدث ماذا تفعل: دعني أساعدك، أنظر للعبارة التالية وضع في الفراغ كلمة (نعم) إذا كنت تمارس السلوك الموجود فيها، وكلمة (لا) إذا لم تكن تمارس السلوك (يوزع المدرب العبارات على بطاقات).
٤. في نفس الوقت يطلب المدرب من الطرف الآخر في المجموعة الإجابة عن نفس العبارات عما يعرفه عن زميله في المجموعة الثانية.
٥. تناقش كل مجموعة ما لديها من تعليقات وإجابات.

()
()

- ١- أتكىء على أحد الوركين عندما أتحدث في مجموعة صغيرة.
- ٢- أضع ساقاً على ساق عندما أقف وتحدث بشكل غير رسمي.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: الاتصال البصري وحركات الجسم

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات ثنائية ويطلب من كل مشارك الحديث عن موضوع يحبه لمدة دقيقة ثم يترك المجال لزميله للحديث هو عن موضوع يحبه لمدة دقيقة وهو يستمع له، ثم يطلب المدرب من المشاركين بعد إنهاء حديثهم إعطاء تغذية راجعة حول الأمور التالية:
- *- يكون نظري عندما أتحدث لشخص آخر.

*- عندما أستمع لشخص آخر فإن نظري يكون.

*- عندما أتحدث إلى مجموعة أشخاص فإنني أنظر إليهم.

*- عندما أتحدث مع شخص آخر ويشيح بنظره بعيداً فإنني.

*- أكتب ما تخطط أن تقوم به لتعديل أو تقوية أو تغيير كل عادة من هذه العادات.

- ٣- يكون الجزء الأعلى من جسمي منتصباً. ()
 ٤- تكون أكتافي مقوسة للداخل باتجاه صدري عندما أتحدث. ()
 ٥- عندما أتكلم في مناسبة رسمية أضع نفسي وراء طاولة. ()
 ٦- أعبر عن نفاذ صبري بنقرة قدمي أو نقرة قلبي عندما أستمع إلى أحد. ()
 ٧- لدي حركات عصبية أو عادات لازمة عندما أتحدث في مجموعة كبيرة. ()
 ٨- أتحدث في أرجاء المكان عندما أتحدث بشكل غير رسمي. ()

٦. يدير المدرب نقاشاً حول الوضعيات والحركات التي يمارسها الفرد أثناء حديثه.
 *- أيمكنك أن تصف وضعية أو حركة معينة تمارسها ترغب في تعديلها؟ ووضعية أو حركة تحب استمرارها؟

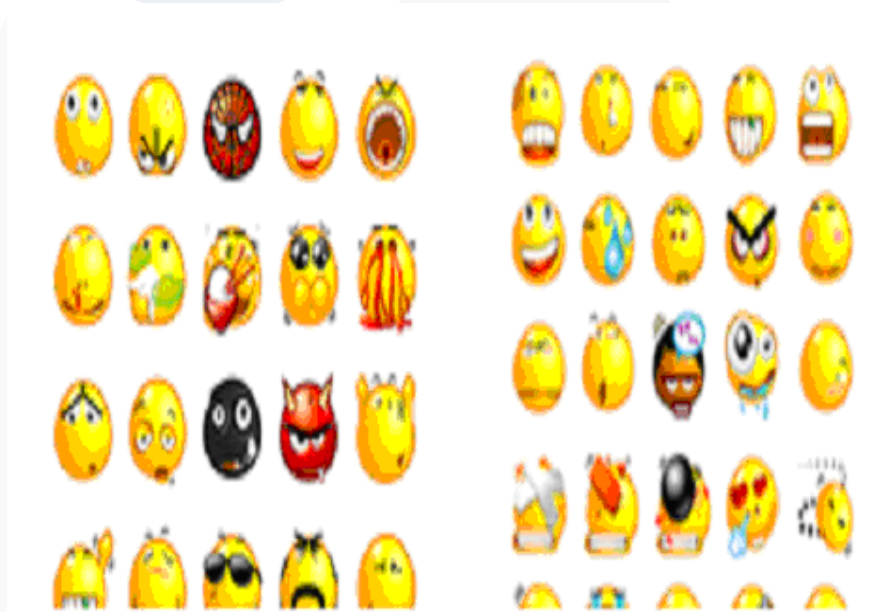
*- ماذا يمكنك أن تفعل لتعديل أو تقوية أو تغيير هذه الوضعية أو الحركة؟

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: تعابير الوجه، والصوت

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول وجود إيماءات تصدر على الوجه تمثل رسائل معينة دون أن يتكلم الفرد.
٢. يعرض المدرب صوراً توضح تعابير وجوه مختلفة تصور كيف يبدو الفرد في المواقف المختلفة ويوزعها على المجموعات.



٣. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم الإجابة عليها.

ورقة عمل

*- اكتب بعضاً من الإشارات وتعابير الوجه التي تستعملها أثناء الحديث مع الآخرين؟ هل لديك تعابير وإشارات تحب التخلص منها أذكرها؟

*- أكتب ما تخطط لفعله لتعديل كل عادة أو تعزيزها.

*- تعليق على لسان الزوج.



انا بعرف شو بدها زوجتي من غير ما
تحكي لأنه وجهها بيحكى

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج

١-

٢-

٣-

٤. يقدم المدرب معلومات حول أهمية الصوت في التواصل ويقول إن نغمة الصوت وشدته واستمراريته كلها تمثل رسائل مختلفة تصل للمستمع.

٥. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات من ثلاثة أفراد ويوزع على المجموعات بطاقات ويطلب من أحد أفراد المجموعة

٦. أن يقرأ ما في البطاقة مغيراً نغمة صوته وقوته طوال قراءته للفقرة، ثم يطلب من باقي أفراد المجموعة تسجيل ملاحظاتهم حول الأمور التالية الواردة في ورقة العمل التي يوزعها عليهم ورقة عمل

*- شعرت أثناء قراءة زميلي للمادة بـ

*- ضايقتني زميلي أثناء قراءته عندما

*- صوت زميلي

*- تمنيت لو أن صوتي

*- لم اكن أعرف أن الصوت العالي

*- عندما تتحدث بسرعة فإن الآخرين

*- عندما تتحدث ببطء فإن الآخرين

*- برايك كيف يمكن أن تجذب انتباه المستمع لك؟

*- أعط موقفاً من خبرتك تصف فيه يوماً قدمت فيه عرضاً أو بحثاً أو محاضرة أو حواراً كان ممتعاً موضحاً سبب كونه ممتعاً.

*- أكتب ثلاثة من أمطك الصوتية المألوفة التي تريد تعديلها أو تقويمها أو التخلص منها :

*- أكتب ما تخطط لفعله لتعديل أو تقوية أو التخلص من كل عادة ؟

البرنامج التدريبي الخامس: نظريات العلاج والإرشاد الأسري وتطبيقاتها

أهداف الورشة التدريبية:

١. أن يتعرف المشاركون على نظرية النظم العامة في الإرشاد الأسري.
٢. أن يتعرف المشاركون على نظرية العلاج الأسري البنائي.
٣. أن يتعرف المشاركون على نظرية العلاج الأسري الاستراتيجي.
٤. أن يتعرف المشاركون على نظرية العلاج الأسري عبر الجيلي لبوين.
٥. أن يتعرف المشاركون على نظرية العلاج الأسري السلوكي المعرفي.
٦. أن يتعرف المشاركون على نظرية العلاج الأسري الخبراتي.
٧. أن يتعرف المشاركون على نظرية عربية إسلامية في العلاج والإرشاد الأسري.
٨. أن يطبق المشاركون نظريات العلاج الأسري على حالات مختلفة خلال الجلسات.
٩. أن يميز المشاركون الفروق بين نظريات العلاج الأسري المختلفة.
١٠. أن يعرف المشاركون أهمية تبني نظرية في العلاج الأسري أثناء التعامل مع الأسر.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: نظرية النظم/نظرية العلاج الأسري البنائي.

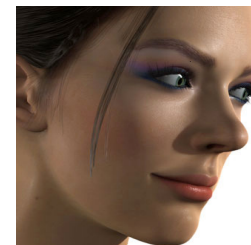
الإجراءات:

- ١- يقوم المدرب بتقسيم المشاركين إلى مجموعات مكونة من خمس مشاركين ثم يقدم معلومات حول وجود نظريات مختلفة في العلاج والإرشاد الأسري وسيتم عرض أهمها خلال هذه الورشة التدريبية وسنبدأ أولاً بنظرية النظم العامة، ثم يعرض المدرب المادة التالية على شاشة العرض.

إن نظام الأسرة هو المسؤول عن وجود المشاكل في الأسرة أو هو مصدر السلوك المشكل داخل الأسرة.

- ٢- يطلب المدرب من المشاركين مناقشة ما تم عرضه داخل مجموعاتهم بشكل جماعي ثم يتم عرض رأي كل مجموعة من قبل مقرر المجموعة.
- ٣- يقدم المدرب توضيحاً للمادة التي تم عرضها للمشاركين.
- ٤- يقوم المدرب بإعطاء المشاركين معلومات أن كل نظرية في الإرشاد الأسري لها مفاهيم خاصة وسيتم تعريفهم بها

*- تعليق على لسان الزوجة



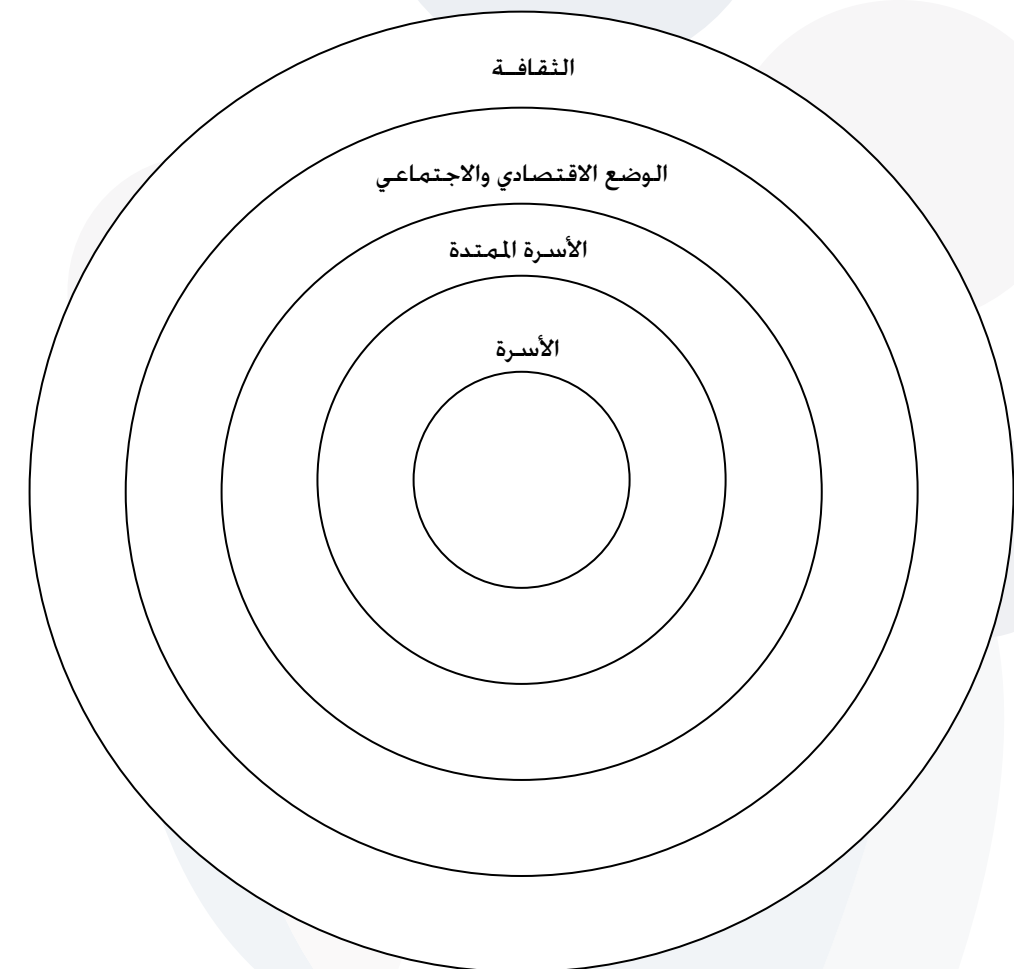
صوتي الجميل بخلي زوجي يقول يا ريتك
تسكتني على طول طبعاً علشان يضل
صوتي حلو

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوجة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

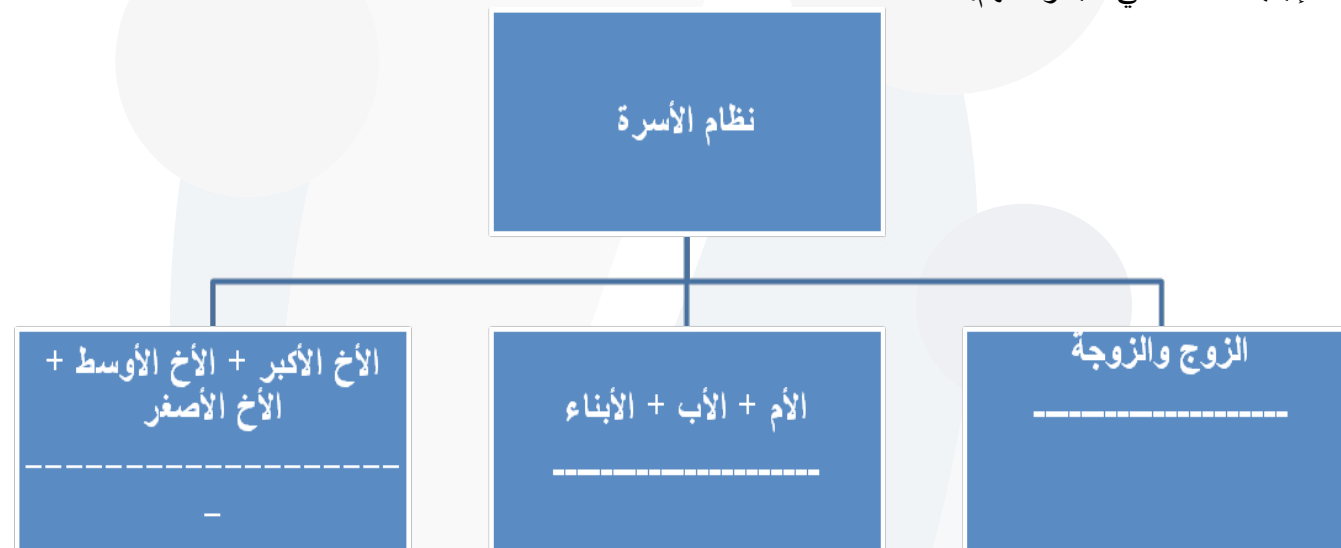
من خلال التدريب.

- ٥- يوزع المدرب بطاقات على المجموعات المختلفة كل بطاقة تتضمن توضيحاً لأحد المفاهيم في نظرية النظم (كل مجموعة بطاقة)، (النظام، نظام الأسرة، تأثير الأنظمة الكبرى، الأنظمة الفرعية).
- ٦- تعرض كل مجموعة ما فهمته حول المفهوم الذي تضمنته البطاقة، ويتم الاستماع لتعليقات المجموعات الأخرى، ويتدخل المدرب لإعطاء تعليقات وتوضيحات حول ما يصعب فهمه.
- ٧- يعرض المدرب الشكل التالي على شاشة العرض ويطلب من المشاركين إمعان النظر في الشكل. القيم الدينية



٨- يطرح المدرب على المشاركين الأسئلة التالية ويطلب منهم مناقشتها في مجموعاتهم:

- ١- ماذا ترى في الشكل السابق.
- ٢- ما طبيعة العلاقة بين الأنظمة المختلفة في الشكل.
- ٣- أعط مثلاً يوضح العلاقة بين الأنظمة المختلفة في الشكل.
- ٩- يناقش المدرب استجابات المشاركين ويقدم توضيحات لما يصعب فهمه.
- ١٠- يعرض المدرب الشكل التالي على شاشة العرض ويوزعه على شكل ورقة عمل على المجموعات، ويطلب منهم إجابة الأسئلة في مجموعاتهم.



- ١- ضع اسماً للشكل المعروض أمامك.
- ٢- ما هي الأنظمة التي يتضمنها نظام الأسرة.
- ٣- سجل اسم كل نظام في الفراغ المحدد.
- ٤- ما أهمية كل نظام فرعي في حياة الأسرة؟

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:
مجموعة رقم (١)

إن فريق كرة السلة يتكون من لاعبين مميزين، ولكن لن يصبح فريقاً فائزاً إلا إذا اندمج اللاعبون بشكل جيد.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٢)

أحمد يتصرف بإهمال مع والده، وكلما تصرف أحمد بإهمال كلما أصبح والده أكثر ضبطاً له، مما يؤدي لأن يتصرف أحمد بإهمال أكثر.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٣)

جاءت سيدة للمعالج الأسري تشتكي من زوجها الذي لا يفعل شيئاً ولا يهتم بالأطفال، فسلوك زوجها أدى لعدم سعادتها.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٤)

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٥)

باسم وبسمة زوجان سعيدان يقضيان أوقاتاً ممتعة معاً، ويتواصلان باستمرار ويناقشان أي موضوع حول أسرتهما بكل هدوء ويستطيع باسم أن يفهم زوجته بسمة، ويقرأ تعبيرات وجهها، وتؤكد بسمة ذلك وتقول أنها تشعر بزوجها حتى دون أن يتكلم.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٦)

سلمى تتعرض للضرب المبرح من قبل زوجها باستمرار، ومع ذلك فهي لا ترغب بالطلاق فهي تخشى على أولادها من الضياع، وكذلك فهي لا تستطيع أن تعولهم إذا تركت زوجها، وتقول أن الزواج رابطة مقدسة، وليس من السهل عليها إنهاؤها.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

ورقة عمل

*- اقرأ المثال التالي ثم أجب عن الأسئلة التالية:

مجموعة رقم (٧)

عمار وإيمان زوجان منذ ١٦ عاماً ولديهما ثلاثة بنات وولدان، يقوم الزوجان بأنشطة وزيارات معاً، كما أنهما مهتمان بالأبناء وتلبية احتياجاتهم، وكثيراً ما يقوم الأبناء فيما بينهم بأنشطة ومسابقات معاً ويتواصلون بود فيما بينهم، يهتم الكبير بالصغير، ويقدم الصغير الاحترام والاهتمام بالكبير.

*- ما هو المبدأ الذي تم عرضه من خلال المثال؟

*- قم أنت وزملاؤك في المجموعة بإعطاء مثال حول نفس المبدأ.

١٣. يستمع المدرب لإجابات المجموعات ويقدم تصويبات وتوضيحات لما يصعب فهمه.

١٤. يقدم المدرب معلومات حول وجود نظريات في العلاج الأسري تعتمد على نظرية النظم وسنقوم بعرضها على التوالي وهي: نظرية العلاج الأسري البنائي لمنيوشن، ونظرية العلاج الأسري الاستراتيجي لهالي، ونظرية العلاج الأسري عبر الجيلي لبوين.

ورقة عمل

المثلثات

*- أنظر إلى الأشكال التالية ثم حدد نوع الاتحاد الحاصل.



- *- أمامك مجموعة من المواقف قم بقراءتها جيداً، ثم ناقش ماذا حصل ولماذا؟
- *- تعيش الجدة أم علي مع ابنها علي وزوجته وأولاده، وهي ترى أن ابنها علي غير مرتاح مع زوجته، دائمة الطلبات وتحث ابنها على أن لا يهتم بزوجته كثيراً ولا يلبي طلباتها.
- *- الذي حصل في العائلة هو: عبر عن ذلك من خلال الرسم أيضاً.

*- تعليق على لسان الجدة

- ١٥. يقول المدرب الآن سنتحدث عن نظرية أخرى وهي: نظرية العلاج الأسري البنائي لمنيوشن.
- ١٦. يقوم المدرب بعرض العبارة التالية حول نظرية العلاج الأسري البنائي لمنيوشن على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بتمعن، ومن ثم مناقشتها مع زملائهم في المجموعة وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم على الأوراق البيضاء.

العلاج الأسري البنائي هو من النظريات التي تعتمد في أساسها على نظرية النظم. وهي تركز على رؤية المشكلات من منظور أسري وليس من منظور فردي.

- ١٧. تناقش كل مجموعة ما لديها من ملاحظات حول العبارة ويقوم المدرب بتصحيح أو توضيح ما يصعب فهمه.
- ١٨. يقدم المدرب معلومات حول وجود مفاهيم مشتركة بين نظرية العلاج الأسري البنائي لمنيوشن، ونظريات سنتحدث عنها لاحقاً لأنها تشترك في اعتمادها على نظرية النظم، مثل مفاهيم: (المثلثات، الهرمية)، وهناك مفاهيم خاصة بنظرية منيوشن وهي (بناء الأسرة، الأنظمة الفرعية، الحدود).
- ١٩. يوزع المدرب بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة، تتحدث كل بطاقة عن أحد المفاهيم، التي ورد ذكرها ولكن بشيء من التفصيل، ويطلب من أفراد المجموعة مناقشة محتويات البطاقة بشكل جماعي وتسجيل ملاحظاتهم.
- ٢٠. تعرض كل مجموعة تعليقاتها وملاحظاتها حول المعلومات الواردة عن المفاهيم أمام المجموعات الأخرى، ويقدم المدرب توضيحاته إذا لزم الأمر.
- ٢١. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات تحوي كل ورقة تمارين حول أحد المفاهيم ويطلب من كل مجموعة الإجابة على الأسئلة الواردة في ورقة العمل الخاصة بهم بشكل جماعي بعد مناقشة محتواها.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان عبير/ الابن

-١

-٢

-٣



اسمع يا علي
خليك رجال. من كل ١٠٠ طلب لبيلها واحد ورُجِها
العين الحمراء

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الجدة (الحماة).

-١

-٢

-٣

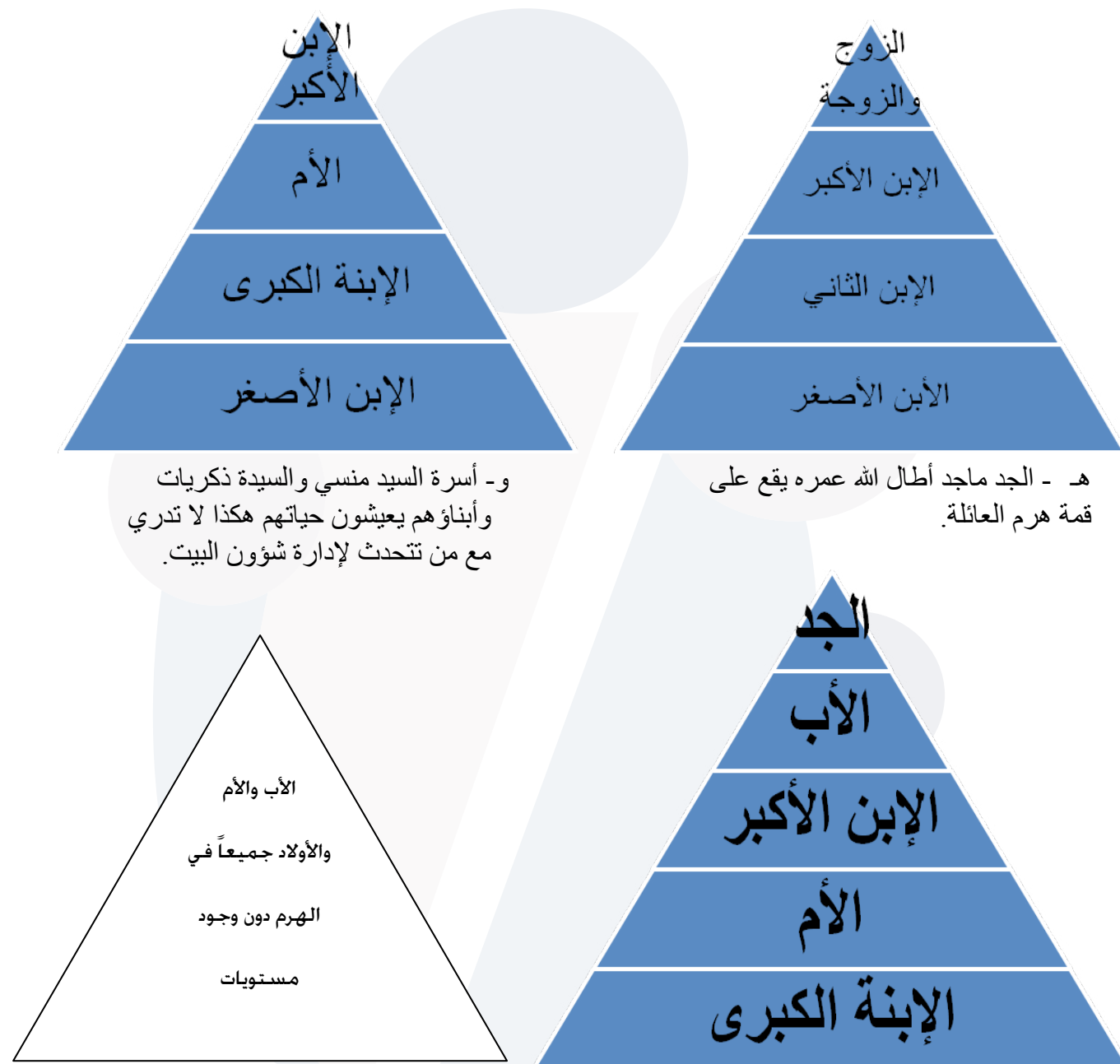
*- عبير ووديع زوجان منذ (١٢) عاماً، ولديهما ولدان شذى وربيع، وديع يقضي وقتاً طويلاً في عمله، يحب أن يعرف ما يجري في المنزل، و بدلاً من الحديث مع عبير، فهو يجلس مع ربيع ويتحدثان معاً، حتى عندما يريد أن يطلب شيئاً يطلبه من ربيع، أما عبير فهي تحاول أن تجذب ربيع لها وتبعده عن والده.

*- عبر عما حصل في الأسرة من خلال رسم المثلث.

*- تعليق على لسان الأم عبير.

ربيع يا ابني
أنا أمك. بحبك أكثر من أبوك. خليك
معي بتكسب أكثر.





٢. أنت تعيش في أسرة هل لديك تصور عن سلم الهرمية في أسرتك؟ عبر عنه من خلال الرسم؟
*- أين موقعك أنت؟

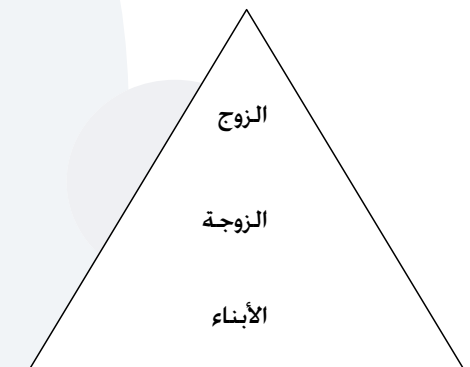
ورقة عمل

حول
الهرمية

١. أي من الأشكال التالية تمثل هرمية تعكس حياة أسرية صحية وسعيدة ولماذا. سجل إجابتك في الفراغ أسفل الشكل.

أ. الزوج نادر يقع في قمة الهرم تليه الزوجة ثم الأبناء.

ب. الأم حلا تمسك بزمام الأمور وتقع في قمة الهرم.



د- أحمد سافر للعمل وترك مسؤولية البيت بيد ابنه أمجد

ج- الزوج والزوجة مشتركان في قمة الهرم

ورقة عمل

حول
الحدود

١. اقرأ المواقف التالية ثم أجب عن الأسئلة التالية:-
- * أسيل طالبة مميزة في المدرسة، تشارك في الأنشطة والمسابقات المدرسية، وكل مسابقة أو نشاط تشارك فيه تدعو والديها للحضور، ولكن دون جدوى. حتى مجالس الآباء والأمهات لا يشاركان بها. أسيل متضايقه جداً من عدم اهتمام الوالدين.
- * كيف تصنف طبيعة الحدود في هذه الأسرة ولماذا؟

- * سجل بكلمات وصفا لشعور أسيل لو كنت مكان أسيل.
- ١- ٢- ٣- ٤-
- * تعليق على لسان أسيل.



يا سامعين الصوت أنا حاسة إنني عايشة
لخالي ... وينكم

* هل تشعر بالراحة في موقعك؟

* هل تتمنى أن تغير موقعك على سلم الهرمية؟

* إن لم يعجبك من يجلس على قمة الهرم فمن تتمنى أن يكون مكانه؟

* ما رأيك أن لا يكون هناك سلم للهرمية في الأسرة وكل شخص يقود نفسه؟

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان أسيل؟

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- أمني فتاة لطيفة جداً وحساسة، عندما تعود للمنزل من المدرسة تحضر والدتها وتسألها عما دار معها وتريد أن تعطيه معلومات بالتفصيل، في اليوم التالي تحضر الأم للمدرسة وتناقش المعلمات حول أداء أمني، كل أسبوع تحضر والد أمني للمدرسة وتسأل كافة المعلمات، حتى لا تحتاج لدعوة للحضور، وليس هناك أمر مُلح للحضور، أمني تشعر وكأنها في سجن فهي تريد أن تتنفس في البيت تدخل زائد وفي المدرسة

*- كيف تصف ما يحصل في أسرة أمني؟

*- سجل بكلمات وصفا لمشاعرك لو كنت مكان أمني.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____
- ٤- _____

*- تعليق على لسان أمني.



أف
أنا مين أمني واللا أمني أمني واللا أمني.
معلش خكولي ما بحس أنه في أشي
خاص في. كل أموري مشاع لكل ابعدها
عني بدي أتنفس.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان أمني؟

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- عادل واعتدال زوجان منذ ١٥ عاماً ولديهما طفلان، ناصف وإنصاف، يعيشان حياةً وصفوها جميعاً أنها متوسطة الحال ما بين السعادة والمعاناة يسمعون لأبنائهم ويقدمون لهم آراءهم، ولكن لا يجبرونهم على شيء، ويتركون لهم مسافة من الحرية ولا يطلقون لهم العنان. يشعرون بأبنائهم ويحترمون خصوصياتهم.

وأنت يا من تقرأ هذا المثال أعجبك الحال أم تراه في الخيال؟

*- سجل بكلماتك وصفاً لمشاعرك لو كنت في هذه الأسرة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____
- ٤- _____

*- برأيك أيهما أفضل التباعد أم التشابك ولماذا؟

ورقة عمل

حول
بناء الأسرة

- *- أسرة زياد وزهرة وولديهما زيد ونسرين ، لديها مشاكل كثيرة، يرى الوالدان أن ابنيهما زيد هو المتسبب في حصول كل المشاكل في الأسرة، فهو ولد مشاكس يؤذي أخته، ولا يطيع والديه في شيء، حضرت الأسرة للعلاج فأخبرها المعالج أن المشكلة في تنظيم الأسرة وليس في زيد، وأن طبيعة ما يتم في الأسرة أمر مهم، وليس المهم هو من المتسبب في المشكلة بقدر أهمية إيجاد حلول للمشكلات.
- *- من خلال المثال السابق وردت ٣ نقاط أساسية حول موضوع بناء الأسرة؟ أذكرها؟

١-

٢-

٣-

- *- يركز مفهوم بناء الأسرة على طبيعة العلاقات والأدوار التي يقوم بها الأفراد في الأسرة من خلال أسرتك، سجل أهم الأفراد وأهم الأدوار التي يقومون بها.

الفرد	الدور
١- _____	_____
٢- _____	_____
٣- _____	_____

١-

٢-

٣-

- *- هل ترى أن هناك حاجة لتبديل دور (س) من الأفراد بدور (ص) ولماذا؟

١- _____	بدلاً من _____
٢- _____	بدلاً من _____
٣- _____	بدلاً من _____

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

حول
التحالف والاتحاد

- *- سمر وقمر أختان تحبان الذهاب للتسوق معاً.
هذا مثال على
لأن

- *- سمير وعبير يحبان مشاهدة أفلام الكرتون، يذهبان معاً لحضورها في السينما.
هذا مثال على
لأن

- *- منى ومنير يتفقان دائماً على أخيهما الصغير سمير، ويقومان بالعمل معاً ولا يدعان سمير يشاركهما.
هذا مثال على
لأن

لأن

ورقة عمل

حول

الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية

*- سليم و سلمى تزوجا منذ سبعة أشهر ومع ذلك تظهر لديهم مشكلات كثيرة، وخاصة عندما يدخلان في نقاش أمور علاقتهما الزوجية والأدوار التي يقوم بها كل واحد، وكذلك علاقتهما بالأقارب الآخرين، وفي كل مرة ينتهي النقاش دون فائدة، وكل واحد متمسك برأيه وطريقته التي تعلمها من أسرته الأصلية.

لماذا يحصل ذلك في هذه الأسرة الصغيرة؟

*- ورد في المثال ثلاث نقاط هامة تخص الحياة الزوجية ويحصل فيها صراع.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- من منظور بنائي كيف يمكن معالجة هذه الأمور حتى تصبح هذه الأسرة صحية وسعيدة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

* لو كنت تعيش في مثل هذه الأسرة ماذا تفعل؟ لماذا.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٢٥. يقدم المدرب معلومات حول وجود أساليب علاجية خاصة بنظرية العلاج البنائي لمنيوشن ويقدم عرضاً لها على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءة ذلك بإمعان ثم يطلب منهم مناقشة ذلك في مجموعاتهم الصغيرة وتسجيل ملاحظاتهم.
٢٦. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات كل مجموعة ثم يقدم توضيحات للأمور التي يصعب فهمها.
٢٧. يوزع المدرب بطاقات على المجموعات تحوي كل بطاقة تفصيلاً حول أحد الأساليب العلاجية ، ويطلب منهم مناقشة محتويات البطاقة فيما بينهم والإجابة على الأسئلة التالية:-

* ما هي الفكرة الأساسية التي يقوم عليها الأسلوب؟

* دور المعالج في الأسلوب؟

٢٨. يقدم المدرب ملاحظة للمشاركين أنه سيتبع هذا التدريب، تدريب موسع حول الأساليب العلاجية، يساعدهم في فهم وممارسة هذه الأساليب بفعالية.

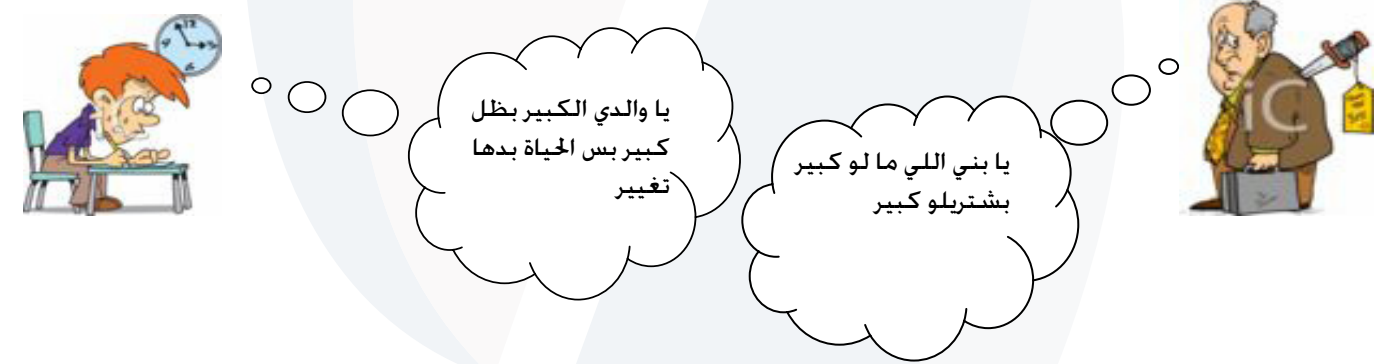
اقرأ العبارة التالية-

الأسرة الصحية هي التي لديها القدرة على تغيير الأنبيات لتلائم متطلبات مراحل حياة الأسرة

حتى تكون الأسرة صحية يجب أن:-

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

* تعليق على لسان الجد والابن (تأثير الأسرة الأصلية على حياة الزوجين) الابن الزوج:-



* سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الجد والزوج الابن.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: نظرية العلاج الأسري الاستراتيجي لهالي/نظرية العلاج الأسري عبر الجيل لبوين.

الإجراءات:

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يقدم المدرب معلومات حول نظرية العلاج الأسري الاستراتيجي لهالي، ويقول أن هالي تأثر بمنيوشن وأن نظريته من النظريات التي تهتم بطبيعة التفاعلات والاتصالات بين الأفراد. ثم يعرض العبارة التالية على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة المادة بتركيز وتسجيل ملاحظاتهم.
٣. **إن العلاقات وأنماط الاتصالات داخل النظام الأسري تعد أمراً هاماً في العلاج الاستراتيجي الأسري، وحتى تصبح الأسرة أفضل علينا أن نعمل على تغيير أنماط التفاعل فيها.**
٤. يطلب المدرب من المشاركين عرض ما سجلوه من ملاحظات ويفتح مجالاً للنقاش بين المشاركين، ويقوم بإعطاء توضيحات لما يصعب فهمه.
٥. بعد ذلك يقدم المدرب معلومات حول وجود مفاهيم خاصة بنظرية هالي (الحماية، الوحدة، سلسلة التفاعلات)، وكذلك مفاهيم مشتركة مع نظرية العلاج البنائي لمنيوشن (الهرمية) سبق عرضها. ويقوم بعرض معلومات حول هذه المفاهيم على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة ذلك بتركيز.
٦. يوزع المدرب بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة تتحدث عن أحد المفاهيم التي ورد ذكرها ولكن بشيء من التفضيل.
٧. يطلب من المشاركين مناقشة ذلك بشكل جماعي في مجموعاتهم، وتسجيل ملاحظاتهم ثم يقوم مقرر المجموعة، بعرض الملاحظات والتعليقات أمام بقية المجموعات.
٨. ثم يقوم المدرب بتوزيع أوراق عمل حول المفاهيم الخاصة بالنظرية على المجموعات ويطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة الواردة في ورقة العمل.

ورقة عمل

حول الحماية

*- عماد وعلياء يشعران أنهما زوجان فاشلان وكثيراً ما يناقشان هذا الأمر، ابنتهما عبلة تبدو قلقة وخائفة بشكل، وهذا الأمر شغل الوالدين وجعلهما يهتمان برعاية عبلة والتسابق على تلبية حاجاتها والاهتمام بها، بدلاً من الاستمرار في الجدل حول علاقتهما.

١- ماذا حصل في الأسرة؟

٢- تؤدي الأعراض المرضية وظائف مختلفة أذكرها.

ج-

ب-

أ-

*- تعليق على لسان عبلة تحكي لصديقتها.

يا سلام
يا ريتني مرضت من زمان علشان نقل
المشاكل بين ماما وبابا



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الطفلة عبلة.

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

حول سلسلة التفاعلات

*- اقرأ المثال التالي جيداً.

سامر وسمراء كان لديهما أنماط من التفاعل تؤدي لحصول مشكلات بينهما، حيث كان حديثهما صراخاً، ونقاشهما جدالاً ينتهي بمشكلة ولكنهما التحقا بتدريب حول العلاقات وأصبحا قادرين على الحوار والنقاش، وكذلك استخدام أساليب مختلفة أثناء التعامل فيما بينهما، وأصبحا زوجين مثاليين ليس على مستوى حياتهما الشخصية، بل أيضاً في مواجهة الصعوبات المالية.

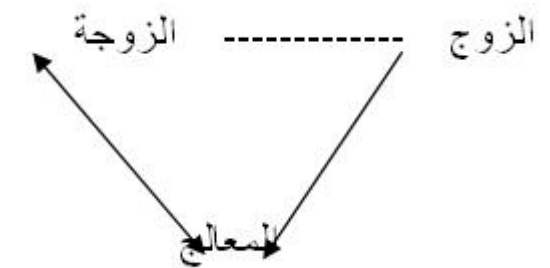
١- ماذا حصل في الأسرة؟

٢- ما علاقة الحياة الزوجية الفعالة بالقدرة على مواجهة المشكلات المادية؟

ورقة عمل

حول الوحدة

*- أنظر إلى المثلث التالي جيداً ثم أجب عن الأسئلة.

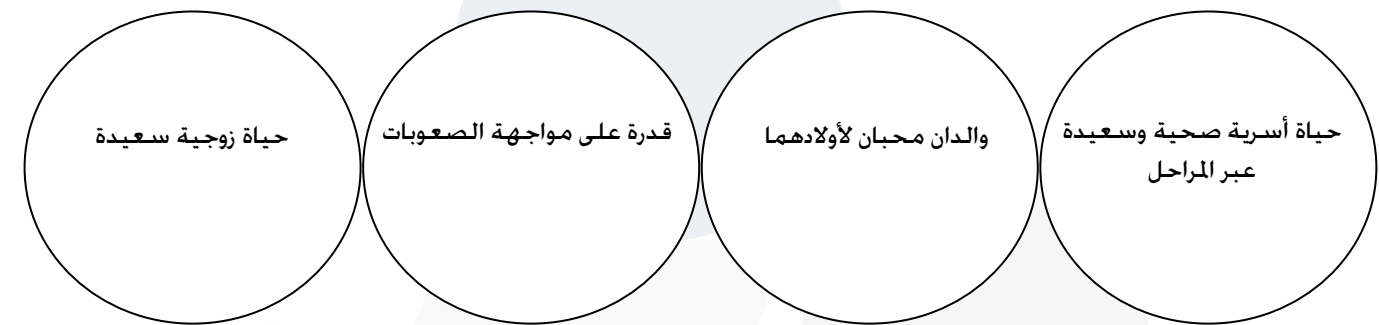


*-ماذا ترى في الرسم؟ ما طبيعة العلاقات؟

*- ما هو الدور الذي يلعبه المعالج؟

*- ما هي الوحدة التي اهتم بها هالي؟

٣- ناقش سلسلة التفاعلات المعروضة أمامك؟



٤- هل تعتقد أن التحسن في سلسلة يقود لتحسن في أخرى؟ أعط مثلاً؟

٨. يقدم المدرب معلومات حول الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية أو المرضية عند هالي، ويقدم عرضاً محوسباً على شاشة العرض حول ذلك، ثم يطلب من المشاركين مناقشة ما تم عرضه في مجموعاتهم، وإبداء ملاحظاتهم وتعليقاتهم وتسجيلها على الأوراق ومن ثم يقوم مقرر كل مجموعة بعرض هذه الملاحظات أمام بقية المجموعات.
٩. يقدم المدرب توضيحات لما يصعب على المشاركين
١٠. يوزع المدرب أوراق عمل حول الأسرة الصحية والأسرة المرضية، ويطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة الواردة فيها.

ورقة عمل

حول الأسرة الصحية والأسرة المرضية.

*- نعيم وأنعام زوجان منذ ٢٥ عاماً ولديهم ثلاث بنات و أربعة أولاد، وبرغم من كون حجم الأسرة كبير إلا أن الزوجين يعبران عن سعادتهما، حيث يتذكran كيف مرت هذه الأعوام سريعاً، ورغم كل ما حصل فيها من ولادة أطفال جدد، وكذلك وجود أبناء آخرين في فترة المراهقة، وسفر الابن الأكبر للدراسة، وخطوبة البنت الكبرى إلا أن هذه التغيرات لم تزد حياتهما إلا سعادة، وتقول الزوجة أن هذا يعود لأننا كنا دائماً نشترك في القرارات والمسؤوليات ونوزع الأدوار على أبنائنا مع مراعاة أعمارهم وحاجاتهم. هذا جعلنا نرى المشكلات أصغر مما هي عليه ونتغلب عليها.

١- لا بد أنك قد استمتعت بقراءة هذا المثال وتمنيت لو كنت فرداً في عائلة النعيم هذه، والآن ما هي مواصفات الأسرة الصحية من منظور هالي (استخرجها من المثال)؟

-
-
-
-
-

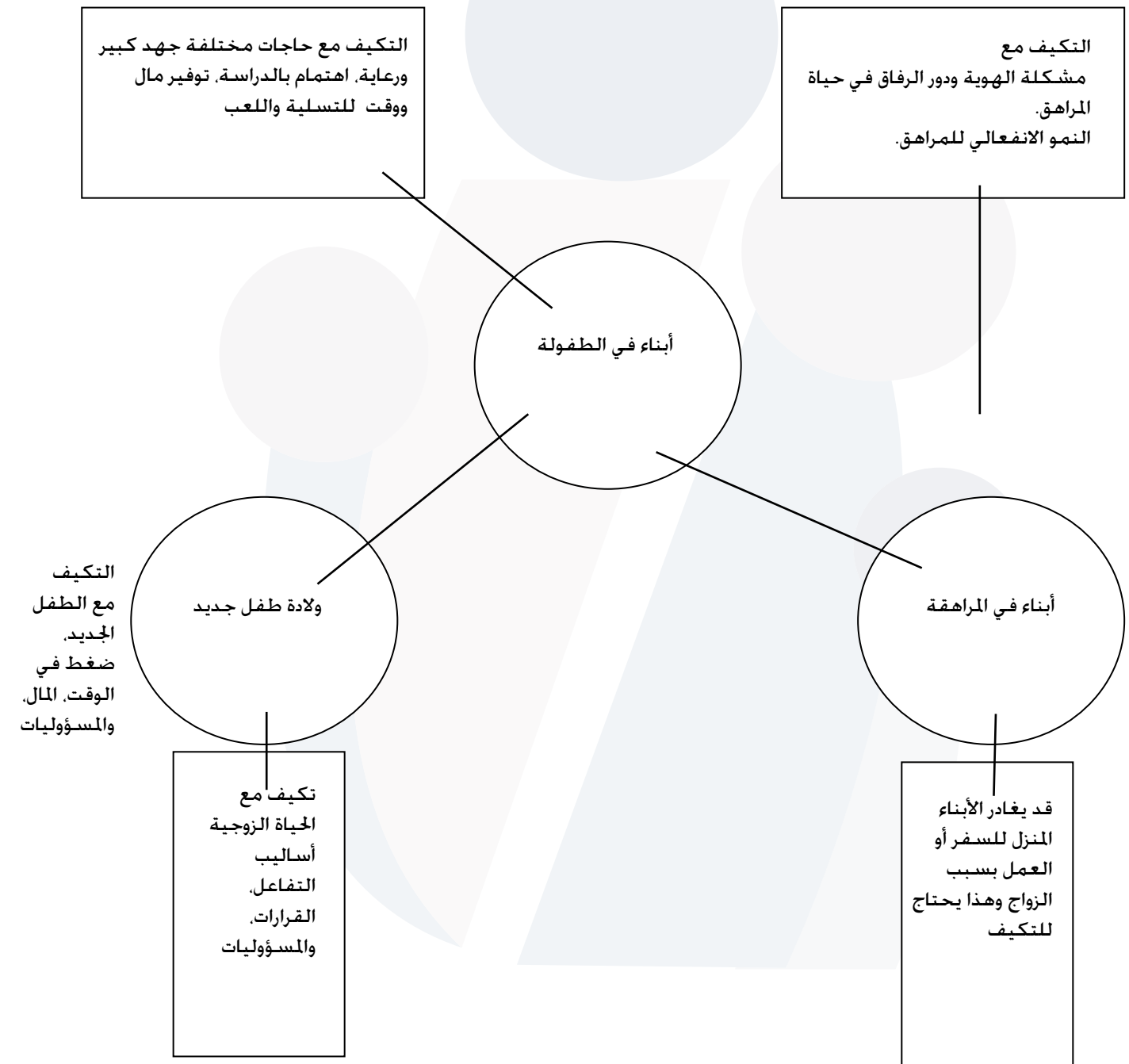
٢- كيف ترى الهرمية في هذه الأسرة؟ أعط دليلك على الإجابة؟

٣- لو كنت فرداً في هذه الأسرة بماذا تشعر؟ صف شعورك بكلمات محددة؟

١- ٢-

٣- ٤-

*- ناقش مع زملائك الشكل التالي:



الأسرة الصحية السعيدة والتكيف مع التغيرات في مراحل الحياة المختلفة.

*- حازم وحنان لا يتفقان على رأي، حازم يتخذ قراراته دون مشاورة حنان، وحتى عندما يسافر أو يغيب عن المنزل فإن حازم لا يثق بحنان وقدرتها على إدارة المنزل، بل يولي الأمر لابنه الأكبر حاكم، ويجعله المسؤول عن المنزل حتي يعود. وحنان عليها أن تطيع ذلك، عانت الأسرة من صعوبات كثيرة، وما زالت وأهمها أن حنان وابنتها حياة اتفقتا معا على أن تكونا معا في وجه الوالد والأخ الأكبر حاكم، وهذا الأمر خلق صراعات كثيرة.

١. وضح الهرمية في هذه الأسرة من خلال الرسم

٢. ما أثر ذلك على الأسرة؟

٣. لو كنت مكان حنان بماذا تشعر؟ صف ذلك بكلمات محددة.

١- ٢-

٣- ٤-

٤. ما هي صفات الأسرة المرضية أو ذات المشاكل من وجهة نظر هالي؟

-
-
-

يرى بوين أن هناك قوتين طبيعيتين تعملان في مجال العلاقات الإنسانية وهما التفرد والاستقلال من ناحية، والمودة والاندماج من ناحية أخرى. وعلى الأسر أن تحدث توازناً بين هاتين الحاجتين، وهما الحاجات الاتصالية وتضم المودة والاندماج، والحاجات الاستقلالية وتضم التفرد والاستقلال.

١٨. تعرض كل مجموعة عن طريق مقرر المجموعة الملاحظات والتعليقات التي تم تسجيلها أمام المجموعات الأخرى. وتتبادل المجموعات الأخرى التعليق والمناقشة.
١٩. يقدم المدرب توضيحات حول الأمور التي يصعب فهمها.
٢٠. يقدم المدرب معلومات تتعلق بوجود مفاهيم خاصة بنظرية بوين وعددها ثمانية، ويعرض مختصرات لهذه المفاهيم على شاشة العرض.
٢١. يوزع المدرب بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة، تصف كل بطاقة أحد المفاهيم بشكل مفصل، ويطلب من المجموعات تسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم على الأوراق، ثم يتم مناقشة المفاهيم من قبل كل مجموعة أمام بقية المجموعات ويتدخل المدرب للتصحيح أو التوضيح عندما يلزم الأمر.
٢٢. يوزع المدرب أوراق عمل حول المفاهيم السابقة على المجموعات ويطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة المطروحة في الأوراق.

-
-

١١. يطلب المدرب من المشاركين إعداد جدول يقارنون فيه بين الأسرة الصحية والأسرة المرضية من وجهة نظر هالي، بحيث تقدم كل مجموعة جدولاً، ويتم مناقشة ذلك الجدول من قبل مقرر المجموعة أمام بقية المجموعات.
١٢. يقدم المدرب معلومات حول وجود أساليب علاجية خاصة بنظرية العلاج الأسري الاستراتيجي لهالي، ويقدم عرضاً محوسباً على شاشة العرض حول هذه الأساليب، ويطلب من المشاركين قراءة العرض بتمعن، وتسجيل ملاحظاتهم حوله.
١٣. تناقش كل مجموعة ما تم عرضه ويتم عرض الملاحظات من قبل مقرر المجموعة.
١٤. يقدم المدرب توضيحات لما يصعب فهمه على المشاركين.
١٥. يوزع المدرب بطاقات (مطابقة لكل مجموعة) على المجموعات، تحوي كل واحدة شرحاً مفصلاً لأحد الأساليب، ويطلب منهم مناقشة محتوى البطاقة ومن ثم الإجابة عن الأسئلة التالية:-

١- ما الفكرة الأساسية التي يقوم عليها العلاج الاستراتيجي؟

٢- ما دور المعالج في الأسلوب؟

١٦. يقول المدرب الآن سنتحدث عن نظرية العلاج الأسري عبر الجيلي لبوين.
١٧. يقدم المدرب معلومات حول العلاج الأسري عبر الجيلي لبوين ثم يعرض المدرب الفقرة التالية: على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة الفقرة بتركيز، ومن ثم مناقشة ذلك مع أفراد المجموعة وتسجيل ملاحظاتهم.

*- تعليق على لسان الابن



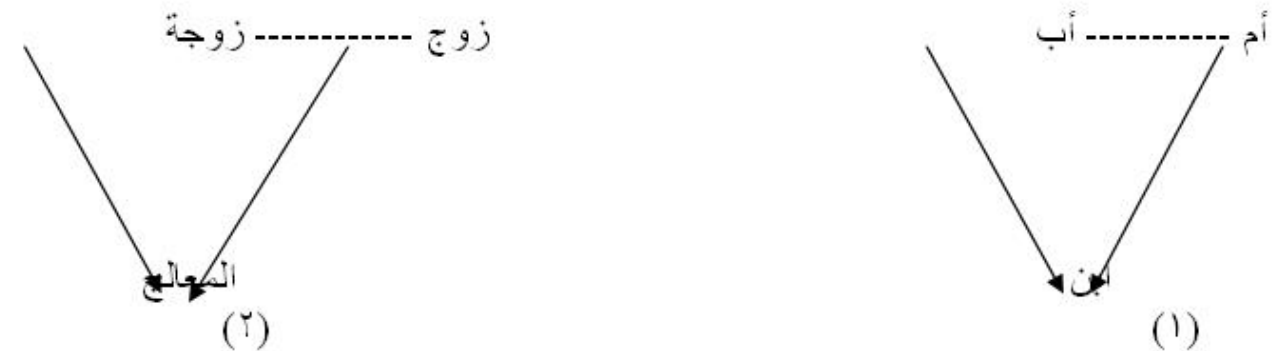
إحكولي من أرضي
أمي واللا أبوي
أنا زي المتعلقين
بين السماء والأرض

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الابن..

- ١-
- ٢-
- ٣-

ورقة عمل

حول مفهوم المثلثات



١. ما طبيعة العلاقة بين الأم والأب في الشكل رقم (١)

٢. كيف تفسر ما يصوره الشكل رقم (١)؟ ولماذا؟

٣. ما طبيعة العلاقة بين الزوجين في الشكل رقم (٢)

٤. كيف تفسر ما حصل في الشكل رقم (٢)؟ ولماذا؟

*- مريم وعمر زوجان غريبان، تراهما أحياناً يتواصلان بود، ويميلان للقيام بأنشطة ومهام متعددة معاً، وأحياناً أخرى تراهما يتعاركان ويتمنيان أن لا يرى الواحد منهما الآخر، وعلى رأي المثل: «ياريت الأرض تنشق وتبلعه».

*- ماذا حصل في هذه الأسرة؟

*- تعليق على لسان الزوجة



آه
شو هالزلة
زي نشرة الجو
كل يوم بحال

*- سجل تعليقك أو تعليقاتكم الخاصة على لسان أي من الزوجين.

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل

حول العمليات الانفعالية في الأسرة التووية

*- اقرأ المواقف التالية: ثم حدد ما العملية الانفعالية التي حصلت.

*- عادل ورشا زوجان ولكن لا يتواصلان أبداً، عندما يكونان في المنزل يجلس كل واحد منهما بعيداً عن الآخر. وكان الآخر غير موجود.

ما حصل في الأسرة هو :

*- تعليق على لسان الزوج



هي من
جهة وأنا من جهة
بتقول يمين بقول شمال. أصلاً
هية وين أنا مش لاقيتها.

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوج/ الزوجة.

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل

البتر الانفعالي

عمار يشعر أنه يستطيع العيش دون الحاجة لأفراد أسرته، فهو شخص ناضج ويتمتع بقدرة على الاستقلالية، وكذلك لم يعد يستمتع بأي شيء تقدمه له الأسرة حتى المشاعر الايجابية، كالشعور بالمودة والاهتمام.

*- ماذا حصل لعمار؟

*- تعليق على لسان عمار وزميلته:-



اللي بطلّك بعين
اقلّله الثنتين

اللي بطلّك بعين
اطلّله بالثنتين

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان عمار

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

حول عملية إسقاط الأسرة

ليلي لديها طفلان أيمن وأيسر، أيسر ولد يوم توفيت والدتها، ليلي تشعر أنها غير ناجحة في حياتها الزوجية، وبنفس الوقت دائماً ترى ابنها أيسر على أنه فاشل في حياته، ولا ينجز شيئاً، هذا الأمر ألحق الضرر بأيسر، وأصبح يرى نفسه على أنه شخص غير مفيد وفاشل.

*- ماذا حصل في الأسرة؟

*- تعليق على لسان الأم:-



أنا منش عارفة
هذا الولد الفاشل
كيف صار إبني؟!

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأم/ أيسر

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

الترتيب الولادي

وداد لديها ثلاثة أولاد ذكور عماد وجهاد وعواد، عماد وهو الأكبر مهتم بأخويه وتعليمهم، أما عواد الصغير فهو دائماً يلعب ولا يفكر بشيء، جميع طلباته ملباه فهو حبيب الأم. وجهاد حائر بين الاثنين عماد وعواد.

تزوج عماد من فتاة تدعى رناد وهي أصغر شقيقاتها، ولكن عماد يحضر دائماً يشكو لوالدته من رناد، ويتمنى لو أنه لم يتزوج من امرأة غير مسؤولة ولا تهتم بأمور زوجها وبيتها.

* ما الموضوع الهام الذي يدور حوله المثال السابق؟

* لماذا لم تكن حياة عماد الزوجية سعيدة مع أنه شخص يعتمد عليه؟

* تعليق على لسان الزوج عماد:



شو هالورطة
هاي بدما مين يعلمها
احنا حكينا بنجوز وبنرتاح

* سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوج عماد/ الزوجة

١-

٢-

٣-

٢٣. يقوم المدرب بتقديم معلومات من منظور بوين للأسرة الصحية وكذلك الأسرة غير الصحية أو المرضية، ثم يعرض مادة عن ذلك على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة ذلك بتركيز.

٢٤. يطلب المدرب من المجموعات عمل جدول للمقارنة فيه بين الأسرة الصحية والأسر المرضية عند بوين.

٢٥. تناقش كل مجموعة ما سجلته من فروقات أمام بقية المجموعات، وهكذا يستمر النقاش حتى تنهي كل المجموعات عرضها لما تم تسجيله من فروقات.

٢٦. يوزع المدرب ورقة عمل حول الأسرة الصحية والأسرة المرضية على المجموعات ويطلب منهم إجابة الأسئلة وتسجيل الإجابات.

ورقة عمل

الأسرة الصحية والأسرة المرضية

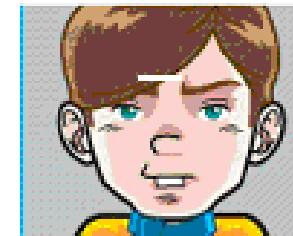
اقرأ المثال التالي بتمعن ثم أجب عن الأسئلة التي تليها:-

سعيد ومرح زوجان منذ ١٥ عاماً ولديهما ولدان وبنتان، سعد وسعود، وفرح وأفراح، يشوب التوتر والنزاع علاقة سعيد ومرح فهما لا يتواصلان معاً، وإنما يلجأ سعيد لإبنة سعد لتلبية طلباته فهو الابن الأكبر، وكذلك يطلب منه أن يتابع أخبار أمه ويوصلها له، ومرح كذلك تحاول أن تجذب سعد لها وتتقرب له، فهو مرافق والده وتريد أن تعرف ما يجري مع والده منه وهكذا ، أما سعد فهو متألم مما يحصل ولا يدري ماذا يفعل.

*- ماذا يحصل في هذه الأسرة؟ لماذا؟

*- كيف تعمل على مساعدة هذه الأسرة لتصبح أسرة صحية؟

*- تعليق على لسان سعد.



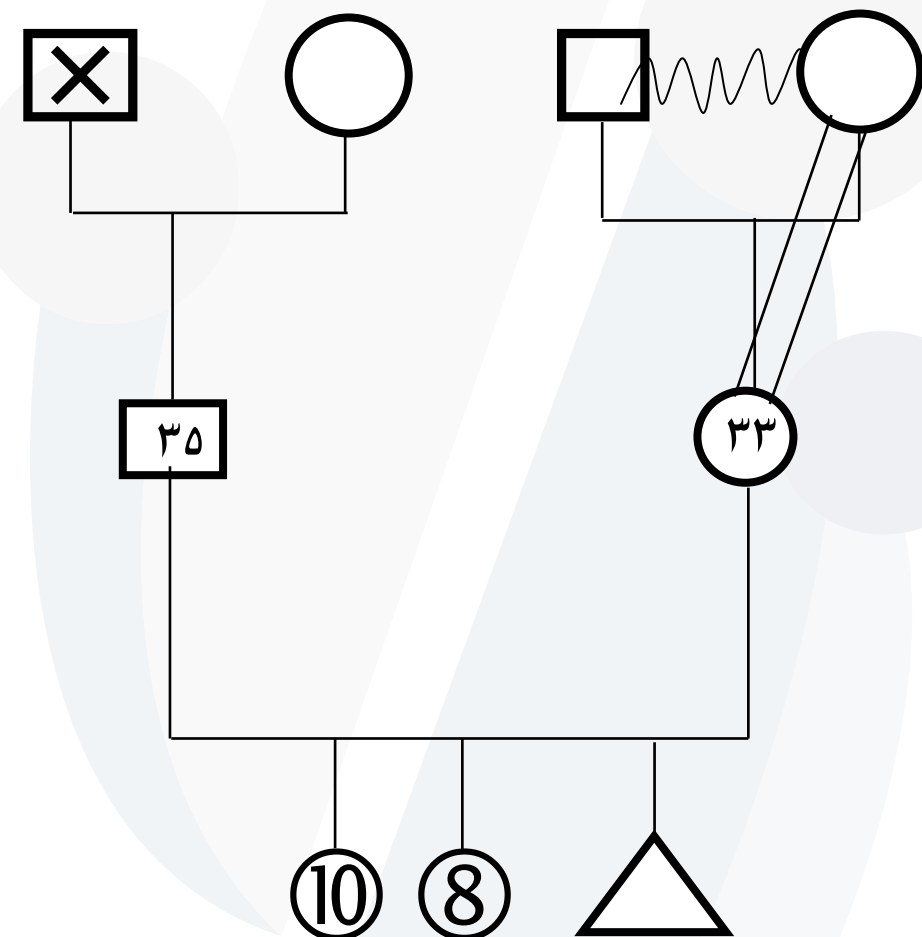
سكابا يا دموع العين سكابا ضعنا بين
الماما والبابا

*- تمثل الرموز ما يلي:-



*- يمثل الشكل خريطة جينية لأسرة زوجين عمرها 33 و 35 عاماً، قم برسم خريطة جينية لأسرتك.

ورقة عمل
الخريطة الجينية



الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: نظرية العلاج الأسري السلوكي المعرفي/نظرية العلاج الأسري الخبراتي/نظرية عربية إسلامية في العلاج الأسري.

الإجراءات:

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يقدم المدرب معلومات حول العلاج الأسري السلوكي المعرفي.
٣. يعرض المدرب العبارة التالية على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بتركيز، ثم تسجيل ملاحظاتهم على الأوراق.
٤. يتعلم الفرد السلوكيات المشككة أو المرضية من خلال تفاعله مع الآخرين ومن خلال خبراته، وكذلك يكون أفكاراً ومعتقدات حول نفسه والآخرين والعالم تؤثر على سلوكه ومشاعره.
٥. يتيح المدرب الفرصة لكل مجموعة أن تعرض ما لديها من ملاحظات وتعليقات على لسان مقررهما، وبعد أن يستمع المدرب لملاحظات كافة المجموعات، يقدم هو توضيحاته وتعليقاته حول العبارة.
٦. بعد ذلك يقدم المدرب معلومات حول أهم المفاهيم في النظرية، ويقوم بعرض مادة محوسبة حول هذه المفاهيم (الأفكار الآلية، التشوهات المعرفية، الأبنية المعرفية)، ويطلب من المشاركين تسجيل ملاحظاتهم.
٧. يقوم المدرب بتوزيع بطاقات على المجموعات تتناول كل بطاقة أحد المفاهيم بتفاصيل أكثر مما سبق، ويطلب منهم المدرب تسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم حول المفهوم الذي تناولته المجموعة.
٨. تعرض كل مجموعة ما فهمته حول المفهوم الذي تناولته البطاقة، أمام بقية المجموعات ويستمع المدرب لكل مجموعة ويقدم تعليقاته وتوضيحاته عند الحاجة.
٩. بعد الانتهاء من عرض المجموعات يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات كل مجموعة ورقة عمل ويطلب منهم قراءتها والإجابة عن الأسئلة التي تحويها.

ورقة عمل

عدم عمل مثلثات

١. المثلث هو عبارة عن

٢. يسهم المثلث في إحداث التوازن لكن

٣. يمكن إنهاء المثلث إذا استطاع

٤. يؤدي المثلث لحصول

للإبن

الزوج

الزوجة

العلاقة

ورقة عمل

حول التشوهات المعرفية

*- اقرأ المواقع التالية ثم أجب عن الأسئلة.

١- إبراهيم وآية لديهما بنت تدعى رند تبلغ من العمر ثمانية أعوام، رند تحضر دروسها وعندما تجلس لمشاهدة برنامجها الكرتوني المفضل تراها الأم وتقول لها أنت دائماً تشاهدين برامج الكرتون. هذا الموقف يعكس تشوهاً معرفياً هو: لأن

٢- السيد خالد وزوجته إيمان وأولادهما قرروا الذهاب في رحلة يوم الجمعة، ولكن اتصل المدير بخالد وطلب منه الحضور للعمل يوم الجمعة بسبب تراكم العمل، عند انتهاء المكالمة عبر خالد أنا بعرف حظي لأنني أنا طالع في الرحلة هيك صار. تعبير السيد خالد يعكس تشوهاً معرفياً هو: لأنه

هذا تعليق على لسان السيد خالد.



أنا لو بروح على البحر بنشفه

ما قالتة سمية يعكس تشوهاً معرفياً هو: لأنها

*- هذا تعليق على لسان السيد سامي.

شو هالزوجة اللي عندي
بتسأل وبتجاوب خالها.
عاملة حالها أبو العريف
بتعرف كل شي

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان السيد سامي.

- *- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان السيد خالد.
- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____
- ٣- سمية تتحدث مع زوجها سامي عن رغبتها في الذهاب للتسوق وهي منهكة في الحديث، وسامي يستمع دون تعليق، وفجأة تقول سمية أنا عارف شو رح تحكي طبعاً ما بدك صح.



- ٤- علاء طالب في الرابع لم يكن يحل واجباته المدرسية، ولكنه أصبح عندما يعود يقوم بحل واجباته، ومع ذلك لم تلحظ أمه ذلك، وعندما سألها الزوج هل شجعت علاء على ذلك وعزرتيه، قالت «يعني وهو شو عمل أصلاً هو لازم يدرس».

ما قالته الأم يعكس تشوهاً معرفياً

لأنها

٥-تذهب رنا وأولادها كل يوم خميس لقضاء العطلة في بيت أهلها، هذا الخميس أخبرها زوجها أنه سيستضيف أهله، غضبت الزوجة رنا وقالت له «أنت بتعمل الأشياء اللي على كيفك»، مع أنه يشاورها في أمور العائلة.

ما قالته رنا يعكس تشوهاً معرفياً هو
لأنها

هذا تعليق على لسان الزوج.



شو هالحياة بس مرة غيرنا الترتيب صرنا
دائماً متحكمين فيها

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج.

١-

٢-

٣-

٦-أم عصام متزوجة منذ خمسة أعوام، وفي كل عام تعود لبيت أهلها لأنها تتعرض لمعاملة سيئة وضرب من زوجها، ومع ذلك تعود لزوجها وتستمر الحياة، وعندما تسألها جارتها تقول «في الحقيقة أنا السبب بغلط كثير وبسأهل الضرب»، جارتها لم تصدقها لأنها تعرف كل القصة.

*- أم عصام قالت تعبير بدل على تشوه معرفي هو

لأنها

*- هذا تعليق على لسان الجارة.



جارتني أم عصام مسكينة. مش عارفة
مصلحتها وبين. مش عارفة شو أعملها.
بس هي لازم تغير تفكيرها لأنها مش
دايماً هي المسؤولة

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الجارة.

١-

٢-

٣-

٧- محمد ومجدل وابنها مؤيد يعيشان حياة أسرية جميلة، لولا ما يدور بذهن مجدل من أمور، تعكر صفو هذه العائلة فهي تقول سوف لن تستمر حياتنا سعيدة هكذا، أخشى حصول مكروه لأبننا.

*- إن ما تقوله مجدل هو تشوه معرفي

لأنها

*- هذا تعليق على لسان مجدل.



دوام الحال من الحال. أكيد رح يصيرلنا
اشي أنا متأكدة

*- سجل تعليقك وزملائك في المجموعة على لسان مجدل.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

• بعد أن استعرضت المواقف السبعة السابقة قم بإعطاء أمثلة على كل تشوه معرفي بالتعاون مع زملائك.

- ١- التعميم الزائد.
- ٢- الشخصنة.
- ٣- قراءة ما في عقول الآخرين.
- ٤- التقليل من قيمة الشيء.
- ٥- الانتباه الانتقائي.
- ٦- العزو.
- ٧- التوقعات.

ورقة عمل

حول الأبنية المعرفية

*- اقرأ المواقف التالية وأجب عن الأسئلة.

*- يقول الزوج عن زوجته وعلاقته معها وحياته:

أنت زوجة فاشلة حياتي الزوجية تعيسة. لا أذكر يوماً شعرت فيه بالحب.

- تعكس هذه الجمل أبنية معرفية متعلقة بـ:
- لو كنت مكان الزوجة بماذا تشعر؟ ولو كنت مكان الزوج بماذا تشعر؟
- ما اثر هذه الجمل على سلوك الزوج؟

*- سمر طالبة في السادس تعيش في أسرة مع والدين لديها معتقدات حول سمر وأدائها الدراسي، تجعلها دائماً في حالة من التوتر الدائم. هذه المعتقدات هي:-

- ١- يجب أن تكون سمر الأولى في كل المواد وفي كل الأعوام.
- ٢- يجب أن تعجب جميع المدرسات بأداء سمر الأكاديمي.

*- هذه المعتقدات أصبحت موجودة أيضاً لدى سمر، حيث أنها اقتنعت بها وأصبحت تعمل من أجل تحقيقها.

*- اشتمل الموقف السابق على فئة من فئات الأبنية المعرفية هي:

لأن

*- هذا البناء المعرفي خاطيء لأن:

- ما أثر وجود مثل هذه الأبنية المعرفية لدى الوالدين على سلوكهما ومشاعرهما؟ وعلى سلوك ومشاعر سمر الوالدين:

سمر:

- *- سناء وسامح زوجان يختلفان أكثر مما يتفقان، ولديهما ابنة في الحادية عشرة من عمرها. سناء تندب حظها باستمرار، وتقول لأبنتها الرجال أنانيون، والنساء مظلومات.
- ما تقوله سناء من الأبنية المعرفية حيث أنها قامت بعمل؟

- ما أثر وجود هذه الأبنية على سلوك سناء؟

*- هذا تعليق على لسان الزوجة سناء.

كان مالي ما كنت في حالي متهنهي
بقلبي الخالي

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان سناء.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- قم أنت وأفراد مجموعتك بإعطاء أمثلة على الأبنية المعرفية.

١- أبنية معرفية حول الأدوار الجنسية للرجال والنساء (الذكور والإناث)

٢- أبنية معرفية تتضمن معايير غير واقعية.

- أبنية معرفية تتضمن وضع افتراضات حول الناس والعالم.

- ٩- بعد الانتهاء من أوراق العمل ومناقشة إجابات المشاركين وتصحيح الأخطاء إن وجدت، يقوم المدرب بإعطاء المشاركين معلومات حول وجود خصائص تتميز بها الأسرة الصحية وتميزها من الأسرة غير الصحية من منظور العلاج الأسري السلوكي المعرفي، ويقوم بعرض مادة على شاشة العرض توضح هذه الفروق، ويطلب من المشاركين قراءة ذلك بإمعان.
- ١٠- يطلب المدرب من المشاركين في مجموعاتهم إعداد جدولاً يقارنون فيه بين الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية، ثم يفتح المجال لكل مجموعة أن تقدم ما سجلته.
- ١١- يقوم المدرب بتقديم توضيحات وتصويبات لما تناقشه المجموعات إن لزم الأمر.
- ١٢- يوزع المدرب ورقة عمل حول الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية على المجموعات ويطلب منهم مناقشتها والإجابة على الأسئلة الواردة فيها.

ورقة عمل

حول الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية

اقرأ المواقف التالية ثم أجب عن الأسئلة .

*- طارق مراهق عمره ١٥ عاماً، لم يعد كالسابق يحب المشاركة مع الأسرة في الزيارات والرحلات، وبدلاً من ذلك يحب الخروج مع رفاقه، هذا الأمر جعل والداه يفكران بإيجاد حلول تمكنه من الاستمتاع مع رفاقه، وكذلك الانتماء لأسرته.

*- ورد في الموقف السابق ثلاثة صفات للأسرة الصحية

١-

٢-

٣-

*- لو كنت مكان طارق بماذا تشعر وكيف تسلك.

*- هذا تعليق على لسان الأب.

صحيح إن كبير ابنك خاويه



*- هذا تعليق على لسان الأب.

مفكرين حالكو رجال. انتو أصلاً فاشلين
في البيت والمدرسة



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب/ طارق.

١-

٢-

٣-

*- يطلب زيد وعمرو وهما شقيقان في الرابعة عشرة والسادسة عشرة من العمر من والديهما أن يعطياهما حرية أكبر واستقلالية أكبر مما هو متوفر حالياً، وهذا الأمر يقلق الوالدين، ويخلق خلافات دائمة بين زيد وعمرو ووالديهما، مما دفع والدهما لأن يردد عبارات عنهما وعن سلوكهما، أنهما ولدان عاقان، وفاشلان في حياتهما ودراستهما.

*- ورد في المثال السابق عدة خصائص للأسرة غير الصحية أذكرها.

١-

٢-

٣-

٤-

*- لو كنت مكان زيد وعمرو بماذا تشعر؟ وكيف تسلك؟

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب؟ الأبناء زيد وعمرو.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

١٣. بعد الانتهاء من أوراق العمل ومناقشة الإجابات والتعليقات، يقوم المدرب بإعطاء المشاركين معلومات حول وجود أساليب علاجية خاصة بنظرية العلاج الأسري السلوكي المعرفي (إعادة البناء المعرفي، حل المشكلات، مهارات الاتصال). ويقوم بعرض مادة توضيحية حول ذلك على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة ذلك بإمعان وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم على الأوراق البيضاء.

١٤. يوزع المدرب بطاقات على المجموعات تحوي كل بطاقة تفصيلاً حول أحد الأساليب العلاجية، ويطلب منهم مناقشة محتويات البطاقة فيما بينهم والإجابة على الأسئلة التالية:-

*- ما هي الفكرة الأساسية التي يقوم عليها الأسلوب؟

*- ما هو دور المعالج في الأسلوب؟

١٥. يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المشاركين ثم يقوم بتقديم توضيحات وأمثلة أكثر لتوضيح الموضوع. ويقدم تصويبات إن لزم الأمر.

١٦. ثم يقدم ملاحظة إنه سيتم تدريبهم بشكل أوسع على الأساليب من خلال المادة التدريبية اللاحقة.

١٧. يقول المدرب الآن سنتحدث عن نظرية أخرى هي: نظرية العلاج الأسري الخبراتي لساتير.
١٨. يقدم المدرب معلومات حول نظرية العلاج الأسري الخبراتي لساتير، ثم يعرض المدرب العبارة التالية على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين التركيز عليها، وكتابة تعليقاتهم على الأوراق.

١٩. يستمع المدرب لتعليقات المشاركين على ما تم عرضه، ويقوم هو بإعطاء توضيحات إن لزم الأمر.

٢٠. بعد ذلك يقدم المدرب معلومات حول الافتراضات التي تقوم عليها نظرية العلاج الخبراتي الأسري لساتير، ويوزع هذه الافتراضات على شكل أوراق عمل على المجموعات.

٢١. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة هذه الافتراضات ومن ثم وضع ملاحظاتهم وتعليقاتهم حولها، وبعد ذلك تعرض كل مجموعة ما لديها من ملاحظات، وتتم مناقشة جماعية، ويشارك المدرب بالتوضيح إذا لزم الأمر.

٢٢. يقدم المدرب عرضاً لأهم المفاهيم التي تركز عليها النظرية (نمو الفرد وتطوره، الذات، وتقدير الذات، الاتصال).

٢٣. يوزع بطاقات تعرض وصفاً وتوضيحاً لهذه المفاهيم على كل مجموعة، ويطلب من المشاركين مناقشتها بشكل جماعي.

٢٤. يقوم المدرب بعرض أوراق عمل حول المفاهيم، ويوزعها على المجموعات، ويطلب منهم الإجابة على الأسئلة في الورقة.

ورقة عمل
نمو الفرد وتطوره

- ١- يتأثر النمو الإنساني بعدة عوامل:
١.
٢.
٣.

*- لقد ذكرت من التمرين السابق الخريطة الجينية هل لديك تصوراً حول المقصود بالخريطة الجينية؟ سجله من فضلك.

ورقة عمل
الذات وتقدير الذات

أكمل العبارات التالية:-
ترى سائير أن الذات تتألف من ثمانية أبعاد هي:-

- ١- الجسدي ويمثله
٢- العقلي ويمثله
٣- الانفعالي ويمثله
٤- الحسي ويمثله
٥- التفاعلي ويمثله
٦- البيئي ويمثله
٧- النضج ويمثله
٨- الروحي ويمثله

ناقش هذه العبارة:

”يمكن تعلم تقدير الذات من خلال الرسائل اللفظية، وغير اللفظية في الأسرة“.

الأسرية، وعندما تحاوره نهى يبدو وكأنه لا يعيش في البيت. وحينما يشتد الحوار يغير الموضوع. هذا الأمر يزج نهى ويسبب لها الألم.

ورقة عمل

الاتصال

١. الأفراد الذين لديهم تقدير ذات عالي يتواصلون

بشكل ١ - ٢ - ٣

٢. الأفراد الذين لديهم تقدير ذات متدني يتواصلون

بشكل ١ - ٢ - ٣

٤

٣. اقرأ المواقف التالية جيداً ثم صنف أسلوب الاتصال الوارد فيها.

*- أحمد وخالد شقيقان رغم ما يحصل بينهما من خلافات إلا أن أحمد دائماً يعتذر عما حصل لخالد ويوافق في النهاية على رأي خالد، وعندما يسأله أحد حول علاقته بخالد فهو دائماً يمدح العلاقة ولا يظهر أن هناك صراعات.

*- وليد وعمار أخوان، يتصرف وليد دائماً على أنه المحق في كل ما يقول. وحتى عندما يخطيء لا يرى نفسه مخطئاً، بل ويلقي باللوم على عمار، ويحملة مسؤولية ما يحصل.

*- منى وأحلام شقيقتان ولكن منى تسلك بطريقة تحير أحلام، فهي لا تعبر عن مشاعرها، وتحاول إخفاءها، وتميل لأن تستخدم عقلها بدلاً من البوح بما تشعر به، وحينما تناقشها أحلام في أمرها فهي دائماً تحكم على الأمور من منطق القيم والمبادئ المثالية:-

*- أيمن ونهى زوجان منذ خمس سنوات ولكن نهى دائماً تشكو من أيمن فهو لا يظهر اهتماماً بالمشكلات

٤- تشترك هذه المواقف الأربعة في:

١.

٢.

٣.

*- يعرض المدرب رسوماً توضح أشكال التواصل غير الفعال التي تحدثت عنها سائير

*- المسترضي



انت رقوق وكل شي بدك اياه بصير

*- المؤنب اللوام



أنا دايماً صح. كل شي
بحكيه صحيح. أنا ما
بغلط مثلكو

*- العقلاني جداً

قال مشاعر قال. ما في
أحسن من اللي بشغل
عقله.



*- غير متصل ولا علاقة له بالموضوع

أنا مش عارف هم ليش منزعين .
مكبرين الأمر



٢٥. يناقش المدرب استجابات المشاركين، ثم يقدم المدرب ملاحظاته حول الإجابات، ويقدم توضيحات وتصحيحات إن لزم الأمر.

٢٦. يعرض المدرب العبارتين التاليتين:

تتنظر سائير لحياة الإنسان من النصف الممتلئ للكاس وليس الفارغ.

تري سائير أن ظهور المرض في الأسرة دليل على نقص في النمو.

ثم يطلب من المشاركين محاولة إيجاد العلاقة بين هاتين العبارتين، ثم الإجابة على الأسئلة التالية:-

*- على ماذا تدل العبارة الأولى؟

*- على ماذا تدل العبارة الثانية؟

*- هل تعرفت على طبيعة العلاقة بين العبارتين أذكرها؟

٢٧. يقدم المدرب معلومات حول العلاقة بين العبارتين أنهما تتعلقان بكيف تنظر سائير للأسرة الصحية، وللأسرة غير الصحية، ثم يطلب من المشاركين المقارنة بين الأسرة الصحية والأسرة المرضية عند سائير بعد قراءة ما يوزعه عليهم من بطاقات تصف كلا الشكليين من أشكال الأسرة. ثم يقوم مقرر كل مجموعة بعرض ما توصلوا إليه.

٢٨. يقدم المدرب معلومات حول الأساليب العلاجية لنظرية العلاج الأسري الخبراتي لسائير ثم يقوم بعرض مادة على شاشة العرض تتحدث حول كل أسلوب، ويطلب من المشاركين قراءة كل أسلوب بتركيز.

٢٩. يوزع المدرب بطاقات على المجموعات تحوي كل بطاقة تفصيلاً حول أحد الأساليب العلاجية ، ويطلب منهم مناقشة محتويات البطاقة فيما بينهم والإجابة على الأسئلة التالية:-

*- ما هي الفكرة الأساسية التي يقوم عليها الأسلوب؟

*- دور المعالج في الأسلوب؟

٣٠. يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المشاركين ثم يقوم بتقديم توضيحات وأمثلة أكثر لتوضيح الموضوع. ويقدم تصويبات إن لزم الأمر.

ورقة عمل

حقوق الزوجة على الزوج

*- تشكو سهام من معاملة زوجها لها ولأولادها فهو لا يهتم بأمرهم أو تلبية حاجاتهم، وعندما تطلب منه شيء فهو دائماً يتذمر، ويظهر على العكس من ذلك عند تعامله مع أصحابه، فهو دائماً مبتسم ويتباهى بكرمه.

*- أذكر دليلاً من الكتاب أو السنة ينطبق تماماً على حال هذه العائلة.

*- تعليق على لسان الزوج مع زوجته وأولاده.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوجة سهام.

- ١- _____
- ٢- _____

٣١. يقدم المدرب ملاحظة أنه سيتم تدريبهم بشكل أوسع على الأساليب من خلال المادة التدريبية اللاحقة.

٣٢. يقول المدرب الآن سنتحدث عن نظرية أخرى وهي: نظرية عربية إسلامية في العلاج الأسري.

٣٣. يقدم المدرب معلومات حول إمكانية وجود نظرية عربية إسلامية في العلاج والإرشاد الأسري، ثم يقوم بعرض الآية الكريمة التالية حول النظرية الإسلامية على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بتمعن، ومن ثم مناقشتها مع زملائهم في المجموعة وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم على الأوراق البيضاء.

قال تعالى: ((ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون)). (سورة الروم، آية 21)

٣٤. تناقش كل مجموعة ما لديها من ملاحظات حول الآية الكريمة ويقوم المدرب بالاستماع لملاحظاتهم.

٣٥. يقدم المدرب معلومات حول وجود قضايا هامة ركز عليها الدين الإسلامي تتعلق بالأسرة (العلاقة بين الزوجين، وعلاقة الآباء بالأبناء، وعلاقة الأبناء بأبائهم).

٣٦. يوزع المدرب بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة، تتحدث كل بطاقة عن أحد القضايا، التي ورد ذكرها ولكن بشيء من التفصيل، ويطلب من أفراد المجموعة مناقشة محتويات البطاقة بشكل جماعي وتسجيل ملاحظاتهم.

٣٧. تعرض كل مجموعة تعليقاتها وملاحظاتها حول المعلومات الواردة عن القضايا أمام المجموعات الأخرى، ويقدم المدرب توضيحاته إذا لزم الأمر.

٣٨. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات تحوي كل ورقة تمارين حول إحدى القضايا ويطلب من كل مجموعة الإجابة على الأسئلة الواردة في ورقة العمل الخاصة بهم بشكل جماعي بعد مناقشة محتواها.

ورقة عمل

علاقة الأبناء بآبائهم

*- أيمن ابن كسول يزعج أمه دائماً خاصة عندما تريد إيقاظه صباحاً. ولكن الأم دائماً الاهتمام به وتفقد حاله صباحاً ومساءً، وتصر على أن تحنو عليه وتهتم بأموره.

*- تعليق على لسان الأم.



قلبي على ولدي انفطر وقلب
ولدي علي من حجر

٣-

*- جمال ومنال ليسا على وفاق، وخاصة جمال فهو يثير غضب زوجته دائماً، مع هذا تتحمل إلا أنها في النهاية ملّت منه، وقررت الذهاب للمحكمة لتشكوه



وعدني زوجي أنو رح أطبق تعاليم
الدين ويعطيني حقوقي الشرعية. بس
هالكلام ما في منو

*- ناقش ما يحصل بين الزوجين مع أفراد مجموعتك.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان.

الزوج

الزوجة

١-	_____	٢-	_____
٣-	_____	٤-	_____
٥-	_____	٦-	_____

*- صف مشاعرك حول الموقف السابق؟

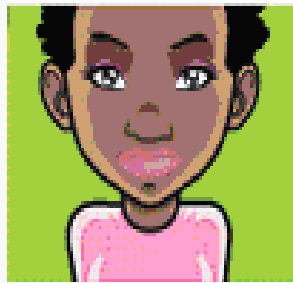
*- أذكر موقفاً من خبرتك كزوج/كزوجة اختلفت فيه مع الطرف الآخر؟

ورقة عمل

علاقة الآباء بأبنائهم وبناتهم

*-يوسف وبلقيس متزوجان منذ زمن ولديهما مجموعة أولاد وهما يهملان الأولاد ويهتمان بحاجاتهما فقط وهذا الأمر يضايق الأبناء.

*- تعليق على لسان أحد الأبناء.



مين حكالكو تخلفونا

*- كيف سيكون شعورك لو كنت فرداً في هذه العائلة ؟

*- ناقش وأفراد مجموعتك المثال السابق موضحاً الفكرة الأساسية فيه.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأم.

١-

٢-

٣-

*- دون أنت وأفراد مجموعتك أدلة من الكتاب والسنة حول المثال السابق.

١-

٢-

*- اكتب من خبرتك موقفاً لك مع والدك/ والدتك شعرت فيه بالراحة تجاه تعاملك معهما؟ وآخر لا زلت نادماً على ما بدر منك تجاههما.

*- خبرة إيجابية مع الوالدين:

*- خبرة سلبية مع الوالدين:

*- آيات وزوجها إيراد دائماً يناقشان مشكلاتهم دون مراعاة ابنهم جهاد الذي كثيراً ما يسمع جدال والديه.

*- تعليق على لسان الابن.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان جهاد.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- دون أنت وأفراد مجموعتك أدلة من الكتاب والسنة حول المثال السابق.

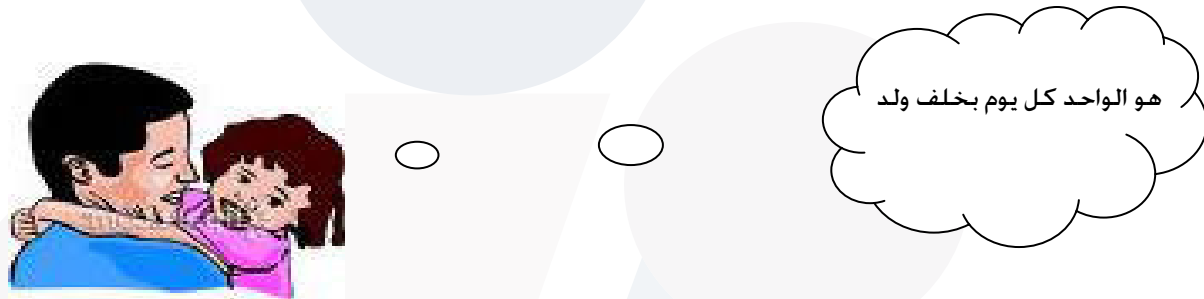
- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- سليم يحب أبنائه ويعبر لهم عن مشاعر الحب حتى وهم صغار.

*- لو كنت ولداً لسليم بماذا تشعر؟

*- دون أنت وأفراد مجموعتك أدلة من الكتاب والسنة تعكس الحب والرفق بالأبناء.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب/الابن.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٣٩. يقدم المدرب معلومات حول الفرق بين الأسرة الصحية من منظور إسلامي وكذلك الأسرة غير الصحية، ويعرض ذلك على شاشة العرض. ثم يطلب من المشاركين قراءة المادة المعروضة بتعمق ثم يطلب منهم مناقشة ذلك في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.

٤٠. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات كل مجموعة، ثم يقدم توضيحاته حول ما يصعب فهمه.

٤١. يوزع المدرب ورقة عمل حول الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية من منظور إسلامي، ويطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة الواردة في الورقة.

ورقة عمل

الأسرة الصحية والأسرة غير الصحية

*- محمد ومريم زوجان سعيدان ويهتمان بأولادهما وعندما تواجههما مشكلة يناقشان ذلك بهدوء ويستمعان لبعضهما.

*- من خلال المثال وردت مواصفات عدة للأسرة الصحية من منظور إسلامي أذكرها أنت وأفراد مجموعتك.

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

*- تعليق على لسان الأولاد



وينكم إحنا بنحب ماما وبابا وكمان
بنحبكم

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج/الزوجة.

الزوج	الزوجة
_____	1- _____
_____	3- _____
_____	5- _____

*- صف مشاعرك لو كنت مكان الأبناء/ الزوجة/الزوج.

*- عاصم شديد الغضب سريع الانفعال وخاصة عند حديثه مع أولاده. وتحاول الزوجة هادية التهدة، ولكن دون فائدة فقد حوّل عاصم حياة الأسرة لجحيم. فهو لا يسمع لأحد وإذا تكلم تراه يصرخ أو يعطي أوامر مما جعل أبنائه يخافون منه.

*- من خلال المثال السابق وردت عدة مواصفات للأسرة غير الصحية سجلها وأفراد مجموعتك؟

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

البرنامج التدريبي السادس: فنيات الإرشاد الفردي للمشاكل الأسرية

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يتعرف المشاركون على أهم فنيات الإرشاد الفردي.
٢. أن يطبق المشاركون فنيات الإرشاد الفردي خلال التدريب.
٣. أن يتعرف المشاركون على المشاكل الأسرية العامة.
٤. أن يمارس المشاركون فنيات الإرشاد الفردي في حل المشاكل الأسرية العامة.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: فنيات الإرشاد الفردي

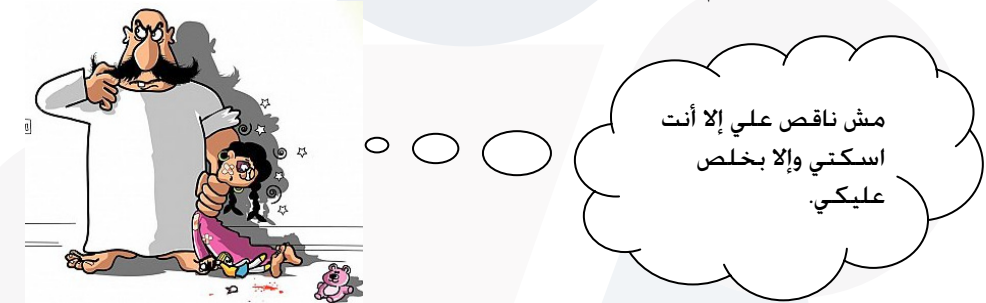
الإجراءات:

١. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات صغيرة.
٢. يقدم المدرب معلومات تتعلق بوجود فنيات للإرشاد الفردي يمكن استخدامها للمشاكل الأسرية، ويعرض مختصرات لهذه الفنيات على شاشة العرض. (الإصغاء، التساؤل، إعطاء المعلومات، التغذية الراجعة). ويقوم المدرب بإعطاء أمثلة على كل فنية.
٣. يعرض المدرب الفقرة التالية على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين قراءة الفقرة بتركيز، ومن ثم مناقشة ذلك مع أفراد المجموعة، وتسجيل ملاحظاتهم.

عندما نتحدث مع إنسان، وتشعر باهتمامه بما نقول، وسماعه لما نخبره إضافة إلى اندماجه معك بالحديث، يشعرك بالراحة. ومما يزيد هذا الشعور تعامله معك، وفهمه لك، وإشعارك بهذا الفهم من خلال ما يقوله لك.

٤. تعرض كل مجموعة عن طريق مقرر المجموعة الملاحظات والتعليقات التي تم تسجيلها أمام المجموعات الأخرى، وتتبادل المجموعات الأخرى التعليق والمناقشة.
٥. يقدم المدرب توضيحات حول الأمور التي يصعب فهمها.
٦. يوزع المدرب بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة تصف كل بطاقة أحد الفنيات بشكل متصل، ويطلب من المجموعات تسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم على الأوراق، ثم يتم مناقشة الفنيات من قبل كل مجموعة أمام بقية المجموعات، ويتدخل المدرب للتصحيح، أو التوضيح عندما يلزم الأمر.
٧. يوزع المدرب أوراق عمل حول فنيات الإرشاد الفردي من أجل زيادة الفهم بواقع ورقة عمل لكل مجموعة، ويطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة المطروحة في أوراق العمل.

*- تعليق على لسان الأب عاصم.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الطفلة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

- صف مشاعرك لو كنت تعيش في مثل هذه الأسرة؟- دون أنت وأفراد مجموعتك أدلة من الكتاب والسنة تنطبق على المثال السابق.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٤٢. يقدم المدرب معلومات حول فعالية المنهج الإسلامي في الوقاية من المشكلات الأسرية وكذلك العلاج منها، وذلك من خلال عرضه لآيات وأحاديث نبوية ومواقف تعرض مدى فعالية هذا الدين في شفاء القلوب والنفوس.

٤٣. بعد انتهاء الورشة التدريبية يدير المدرب مناقشة مصغرة حول مدى الفائدة من الورشة التدريبية.

ورقة عمل حول

الإصغاء

*- اختر فرداً من مجموعتك، وقم بالتحدث معه عن نفسك لمدة دقيقة، في حين يستمع هو لك، ثم دعه يتحدث عن نفسه لمدة دقيقة، واستمع أنت له. بعد ذلك ناقشوا الأسئلة الآتية:

*- كيف وصلت الشعور بأن زميلك مهتم بما تقول؟

-١

-٢

*- كيف شعرت وزميلك يبدي اهتمامه بما تقول؟

-١

-٢

*- هل تستطيع أن تعطينا فكرة عن زميلك الذي تحدثت معه (ماذا عرفت عنه)، إذا كانت الإجابة نعم؟

-١

-٢

*- إذا كانت الإجابة لا برأيك ما هو السبب؟

-١

-٢

*- هل عرفت قيمة الإصغاء؟

-١

-٢

*- إصغائك للشخص المتحدث يجعله:

-١

-٢

*- يكون الإصغاء فعالاً عندما:

-١

-٢

*- يشتمل الإصغاء على أربع استجابات هي:

-١ استجابة:

-٢ استجابة:

-٣ استجابة:

-٤ استجابة:

*- تقول الزوجة للمرشد: أنا وزوجي نحاول أن يكون لدينا طفل منذ أشهر، ولكن دون جدوى، وذهبنا للطبيب، وأشار أنه لا يوجد سبب عضوي، أنا متألّمة، وأتمنى أن يكون لدي طفل.

*- أعط استجابة استيضاح:

*- استجابة إعادة صياغة:

*- استجابة عكس مشاعر:

*- استجابة تلخيص:

ورقة عمل

حول التساؤل

*- قم بعمل حوار مع زميل لك في المجموعة، واستخدم أكبر عدد ممكن من الأسئلة معه بعد ذلك صنف الأسئلة:

*- تقسم الأسئلة لـ:-

١. وتبدأ بـ

٢. وتبدأ بـ

*- نستفيد من السؤال في :-

١.

٢.

٣.

*- السؤال بماذا يعني:

*- السؤال بمتى يعني:

*- السؤال بكيف يعني:

*- السؤال بمن يعني:

*- السيدة رويدة تدعى «السيدة استفسار» فهي دائماً تسأل ولا تتوقف عن السؤال، تسأل زوجها أين كنت؟ لماذا تأخرت؟ متى ستعود؟ أين الطلبات التي أريدها؟ حتى أنها لا تترك فرصة للزوج أن يتحدث.

*- ضع نفسك مكان الزوج بماذا تشعر؟

ورقة عمل

حول تقديم المعلومات

*-قم أنت مقرر المجموعة بدور المرشد الذي يريد تقديم معلومات لمستشاريه (أفراد المجموعة) حول كيفية التعامل مع الأبناء: «عليكم إتباع الأساليب الفعالة في التعامل مع الأبناء والتوقف عن الأوامر والنواهي، وكذلك لا بد من استخدام الحزم».

*-ما هي تعليقات أفراد المجموعة تجاه ما قدمته من معلومات؟

١-

٢-

٣-

*-ما هي السلوكيات غير اللفظية الصادرة عن أفراد المجموعة اتجاه ما قلت؟

١-

٢-

٣-

*-كيف شعرت بعد تقديمك للمعلومات ولماذا؟

١-

٢-

*- استخدمت السيدة رويده عدداً من الأسئلة، قم بتصنيف هذه الأسئلة؟

١.

٢.

٣.

٤.



الإجابة على أسئلة التوجيهي أسهل
بكثير من الإجابة على أسئلة زوجتي
لأنها ما بتخلص

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوج:

١-

٢-

٣-

*-هل يمكن تقديم المعلومات بطريقة أخرى؟

١-

٢-

*- متى يقدم المرشد المعلومات؟

١-

٢-

٣-

*- ما فائدة تقديم المعلومات؟

١-

٢-

٣-

*- بالتعاون مع أفراد مجموعتك ما هي المعلومات التي تحتاج إليها السيدة رشا وهي أم لرامي الذي يعاني من قلة تواصل والدته معه، و إذا تحدثت معه فهي دائمة الغضب والعصبية.

*-تعليق على لسان أم رامي



*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الابن رامي:

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

حول التغذية الراجعة

*-أنت مقرر للمجموعة قم بتقديم تغذية راجعة لأفراد المجموعة حول أدائهم في هذه الورشة: «أنتم مترددون في تقديم إجاباتكم وكذلك دافعيتم منخفضة في المشاركة لو كنت أعلم أنكم هكذا ما عملت معكم، من الأحسن لكم أن تتركوا الورشة».

*-ما هي ردود فعل أفراد المجموعة؟

١-

٢-

*-ما هي السلوكيات اللفظية الصادرة عن أفراد المجموعة؟

١-

٢-

*-هل تشعر أنك مرتاح الآن بعد ما قلته؟ لماذا؟

١-

٢-

*- تقدم التغذية الراجعة لـ:

١-

٢-

*- أي من العبارات التالية يمثل تغذية راجعة؟

١. أنت تقوم بعمل جيد.

٢. ما قمت به عمل بسيط ليس فيه إضافة.

٣. أداؤك لهذا العمل فيه إتقان.

٤. أتمنى أن لا يتكرر ما حصل.

٥. توجيه اليمين قليلاً.

٦. استمر سيكون العمل أفضل.

٨. بعد الانتهاء من عرض أوراق العمل ومناقشة ما جاء فيها يقدم المدرب توضيحات لما يصعب فهمه إذا لزم الأمر.

٩. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم وانجازاتهم.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: تطبيق فنيات الإرشاد الفردي على المشاكل الأسرية

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات تتعلق بوجود مشكلات عامة تشترك فيها الأسر على اختلاف أنواعها، أو عدد أفرادها، أو مكان تواجد هذه الأسر. وهذه المشاكل هي مشاكل المهمات ومشاكل في الاتصال، ومشاكل في الدور، ومشاكل في التعبير عن الانفعالات، ومشاكل في الضبط، ومشاكل في الحدود.
٢. يعرض المدرب مادة محوسبة على شاشة العرض تتحدث عن هذه المشاكل، ويطلب من المشاركين قراءتها بتركيز ومن ثم تسجيل ملاحظاتهم مع أفراد مجموعاتهم.
٣. يقوم المدرب بتوزيع بطاقات بواقع بطاقة لكل مجموعة، تتحدث هذه البطاقات عن المشاكل العامة في الأسر التي ورد ذكرها سابقاً بالتفصيل حيث تناقش كل مجموعة إحدى المشكلات.
٤. يطلب المدرب من المشاركين تسجيل ملاحظاتهم حول المشكلة التي بين أيديهم ومن ثم يقوم مقرر كل مجموعة بعرض الملاحظات والتعليقات أمام بقية المجموعات، ويستمع المدرب لهم ويقوم بتوضيح الأمور التي يصعب فهمها.
٥. تستمر المجموعات بعرض ما لديها حتى يتم مناقشة كافة المشاكل.
٦. يقدم المدرب معلومات أنه سيتم الآن تطبيق ما تعلمناه في بداية الورشة من فنيات إرشادية على كل واحدة من هذه المشاكل من خلال عرض أوراق عمل تناقش هذا الموضوع.
٧. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل المهمات على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل المهمات. وبنفس الوقت يتم عرض المثال "الأسرة" موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.
٨. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنهي كافة المجموعات.
٩. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين، ويعزز مشاركتهم.

ورقة عمل

حول تطبيق استجابات الإصغاء على مشاكل المهمات.

اقرأ المثال التالي جيداً :

*- زياد ونهاد لديهما ثلاثة أولاد وبنت اسمها زينب في الصف الخامس. وزيد في الثالث وزهير في التاسع وزيدون الأمور عمره شهر.

نهاد متضايق جداً من كثرة الأعمال والأعباء عليها وزياد غير راض أيضاً عن الأسرة، أما الأولاد فهم يشكون دائماً نريد طعاماً أفضل، وملابس أحسن. ويلومون والديهم على ذلك، وزهير بالذات لديه طلبات خاصة. مما سبب التوتر في الأسرة. وزينب لا يعجبها المنزل، وتريد منزلاً آخر. وأما الأمر الذي زاد من هموم هذه الأسرة ودفع الأم للحضور للإرشاد فهو إصابة ابنها زيد بمرض خطير مما حول الحياة في الأسرة لجحيم.

*- ورد في المثال السابق ما يدل على وجود مشاكل في المهمات الأساسية في هذه الأسرة هي:

- ١- -----
- ٢- -----
- ٣- -----
- *- ورد في المثال السابق ما يدل على وجود مشاكل في المهمات التطورية في هذه الأسرة هي:
- ١- -----
- ٢- -----
- ٣- -----

*- ورد في المثال السابق ما يدل على مشاكل مهمات الأزمات في هذه الأسرة هي:

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- تقول الأم للمرشد: أنا أتعس امرأة في العالم، لا يوجد في حياتي شيء يجعلني سعيدة، أحس بقهر شديد وألم كبير.

*- قم وأفراد مجموعتك بتقديم:
١- استجابة استيضاح للأم:

٢- استجابة إعادة صياغة (عكس محتوى):

٣- استجابة عكس مشاعر:

٤- استجابة تلخيص لما قالته الأم:

٥- ما هي الاستجابة التي تحتاجها الأم هنا وقبل أي استجابة أخرى؟ سجلها؟

*- ورد في المثال السابق أكثر من كلمة تدل على المشاعر أذكرها؟

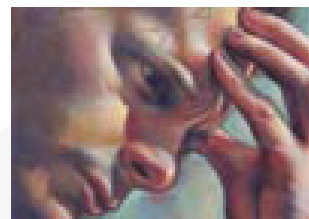
- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- ما هي الأمور التي يجب الاهتمام بها عند التعامل مع المشاكل الأساسية، ناقش ذلك مع أفراد مجموعتك؟

*- ما هي الأمور الهامة التي تركز عليها كمرشد عند التعامل مع المشاكل التطورية، ناقش ذلك مع أفراد مجموعتك؟

*- ما هي الأمور الهامة التي تركز عليها عند التعامل مع مشاكل الأزمات، ناقش ذلك مع أفراد مجموعتك؟

- *- أيمكنك أن تحدد أهم المشاعر والمعلومات التي قدمتها الأم؟
- ١
- ٢
- ٣
- ٤
- *- تعليق على لسان مرشد لا يعرف ماذا يفعل!



منش عارف
شيو والا نشو أسأل هاي الأسرة بتسأل
فيها عن كل شيء

- *- لو كنت مكان هذا المرشد فماذا تسأل وعن ماذا تسأل؟
- ١ -١
- ٢ -٢
- ٣ -٣
- *- لو كنت مثل هذا المرشد لا تدري ماذا تفعل سجل تعليقك وزملاءك؟
- ١
- ٢
- ٣

ورقة عمل

حول تطبيق التساؤل على مشاكل المهمات

- *- بالرجوع للمثال السابق قمت أنت وأفراد مجموعتك بالإجابة على ما يلي:
ما هي الأسئلة التي يمكن للمرشد أن يوجهها لهذه الأسرة. اكتب أكبر عدد ممكن؟

- ١
- ٢
- ٣
- ٤
- ٥
- ٦

- *- قم بتصنيف هذه الأسئلة لأسئلة مفتوحة وأخرى مغلقة؟

أسئلة مغلقة

أسئلة مفتوحة

- ١
- ٢
- ٣

- *- كيف تشعر تجاه هذه الأسرة؟ الأم؟ الأب؟

- ١
- ٢
- ٣

*- تعليق على لسان الأم



لازم يسموني المرأة الحديدية حتى
التسوق صار من اختصاصي

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأم

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل

حول تطبيق تقديم المعلومات على مشاكل المهمات

بالرجوع للمثال السابق قم أنت وأفراد مجموعتك بالإجابة على الأسئلة التالية:

*- ما هي المعلومات التي تحتاج هذه الأسرة أن تعرفها؟

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- ما هي المعلومات الأكثر أهمية التي يجب أن تعرفها الأسرة أولاً؟

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- كمرشد لهذه الأسرة عليك أن تركز على تقديم معلومات يمكن أن تنطبق على كافة المشاكل (مهمات أساسية، تطويرية، أزمات) وهذه المعلومات تتعلق بـ:

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل المهمات.

*- شريف وشريفة زوجان منذ ثلاثة أعوام. رزقهما الله بمولود جديد غير حياتهما، فأصبحت شريفة مشغولة بابنها عن زوجها مما أثر على علاقتهما الزوجية، فأصبح يعود للمنزل لا يجد طعاماً، ولا تهتم به زوجته كما كانت في السابق. وكذلك أصبحت شريفة عصبية أكثر من السابق. خاصة عندما يذكرها شريف بالماضي، وكيف كانت حياتها، وأصبح حوارهما صراعاً وخلافاً، حتى أنها لم تعد تستقبله عندما يعود من عمله كالسابق.

*- من خلال المثال السابق كيف توجه كمرشد تغذية راجعة لشريفة حول سلوكها مع زوجها.

*- قدم تغذية راجعة لشريف حول لما يقوله لزوجته.

*- ورد في المثال مشكلة المهمات:

والتي تحتاج لـ

*- بماذا تشعر شريفة عندما يذكرها بالماضي؟ ولماذا؟

- *- شريف يستخدم الجمل التالية، قم بقراءتها ثم حدد أيها منها تغذية راجعة.
١. أنت أصبحت ست فاشلة.
 ٢. أنت بتتعمدي تتجاهليني.
 ٣. حاولي ترجعي زي أول.
 ٤. أنت بتقدري تكوني أم وكمان زوجة.

*- تعليق على لسان شريف.



قل للزمان ارجع يا زمان

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوج/الزوجة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

١٠. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل الاتصال على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل الاتصال. وبنفس الوقت يتم عرض المثال «الأسرة» موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.
١١. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنتهي كافة المجموعات.
١٢. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين. ويعزز مشاركتهم.

يكرهني».

٣- استجابة التلخيص:

٤- استجابة إعادة الصياغة لما تذكره الزوجة للمرشد: يضايقني تعامل زوجي بلا مبالاة وعدم اهتمام بي وبأولادي.

٥- استجابة استيضاح لما يذكره الزوج للمرشد أنها زوجة فاشلة.

٦- لو كنت مكان أحد الأبناء في هذه الأسرة بماذا تشعر؟

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

حول تطبيق استجابات الإصغاء على مشاكل الاتصال في الأسرة

*-اقرأ وزملاءك المثال التالي جيداً.

*-مازن وعرين تزوجا منذ (٢٠) عاماً، وكونا أسرة من خمسة أبناء، ولدين و ٣ بنات، ولكن هذه الأسرة كثيرة المشاحنات، قليلة الحوار، وإذا تحدث الوالد أمر ونهى، ولا يستمع لأحد، وعلى الجميع أن ينفذوا، وفي حالة الخطأ هناك عقاب، وعند سلوك الأبناء بشكل جيد هناك تجاهل، أما عرين فهي دائمة اللوم على زوجها لما يفعل، وإن دخلت معه في حوار تركها وذهب بعيداً، وهو يقول لها «أنت زوجة فاشلة، وأم فاشلة».

*- ورد في المثال عدد من معوقات الاتصال موجودة في هذه الأسرة؟ أذكرها؟

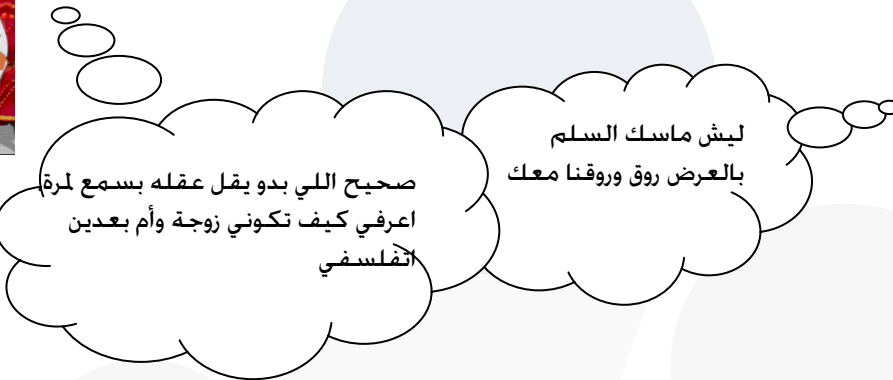
- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____
- ٤- _____
- ٥- _____

*- حضرت هذه الأسرة إليك كمرشد قم بتسجيل الاستجابات التالية:-

١- استجابة عكس مشاعر الزوجة عرين

٢- استجابة عكس مشاعر لأحد الأبناء يعبر عن استجابة حول معاملة والده له: «أنا أشعر أن أبي

*- تعليق على لسان عرين ومازن.



صحيح اللي بدو يقل عقله بسمع لمرة
اعرفي كيف تكوني زوجة وأم بعدين
اتفلسفي

ليش ماسك السلم
بالعرض روق وروقنا معك

*- سجل وزملاءك تعليقاتكم على لسان كل من عرين ومازن.

١-	-----	١-	-----
٢-	-----	٢-	-----
٣-	-----	٣-	-----

*- من خلال استعراضك لهذه الأسرة لا بد أنك لاحظت وجود الكثير من معوقات الاتصال بين أفرادها. كمرشد أطلب من أفراد مجموعتك تمثيل هذه الأسرة (المقرر: المرشد)، (أفراد المجموعة كل واحد يختار لأحد الأفراد في الأسرة). ثم اطلب منهم أن يديروا حواراً يشبه ما ورد في المثال وبعد الانتهاء.

*- اطلب من كل فرد أن يصف مشاعره تجاه الدور الذي قام به، وتجاه من كان يتحدث معه. شعوره تجاه نفسه

الابن
الزوج
الزوجة
الابنة

ورقة عمل

حول تطبيق التساؤل على مشاكل الاتصال في الأسرة

*- بالرجوع للمثال السابق، ثم وأفراد مجموعتك بتسجيل أكبر عدد ممكن من الأسئلة التي يمكن أن تطرحها كمرشد على أفراد هذه الأسرة؟

- ١- -----
- ٢- -----
- ٣- -----
- ٤- -----

*- قم وأفراد مجموعتك بتصنيف هذه الأسئلة لأسئلة مفتوحة وأخرى مغلقة؟

أسئلة مفتوحة	أسئلة مغلقة
١- -----	١- -----
٢- -----	٢- -----
٣- -----	٣- -----
*- بماذا تصف الاتصال في هذه الأسرة؟	

*- لو كانت هذه الأسرة أسرتك كيف تتصرف؟

ورقة عمل

حول تطبيق استجابة تقديم المعلومات على مشاكل الاتصال في الأسرة

- *- بالرجوع للمثال السابق قم أنت وأفراد مجموعك بالإجابة عن الأسئلة التالية:-
- *- ما هي المعلومات التي تحتاجها هذه الأسرة؟

- *- ما هي المعلومات الأكثر أهمية التي تحتاج الأسرة لأن تعرفها أولاً؟

- *- كمرشد ما هي الأمور التي ستعلمها لهذه الأسرة؟

- *- ضع كلمة نصيحة أو تقديم معلومات بين الأقواس إزاء الاستجابات التالية:-
- ١- يا مازن لا بد أن تصالح زوجتك وتكلمها بلطف. ()
- ٢- إن احترام رأي ومشاعر الآخرين أمر مفيد في العلاقات الإنسانية. ()
- ٣- أنا لو محلك يا عرين ما بظل في البيت. ()
- ٤- المفروض أنك تسمع أولادك مش تهملهم، روح صالحيهم. ()

- *- هل استطعت التعرف على مشاكل الاتصال في هذه الأسرة؟ أذكرها؟

- *- لو كنت المرشد الذي سيتعامل مع أفراد هذه الأسرة ما هي الأمور التي ستدربهم عليها؟

- *- اسأل نفسك ماذا لو غيرت الأسرة من أساليب الاتصال بينها؟ سجل تعليقك وزملاءك؟

٥- استماع ما يقوله الآخرون يجعلنا نعرف مشاعرهم وأفكارهم. ()

*- صف موقفاً من خبرتك تعرضت فيه لخبرة أن تتحدث ولا يسمعك أحد، أو تعرضت فيه لأحد معيقات الاتصال السابقة الذكر.

*- كيف شعرت؟

*- كيف كنت تتمنى أن يعاملك من تحدثت معه؟

*- لو تكرر معك الموقف الآن وحصل معك ما حصل؟ ماذا تفعل؟

*- صف موقفاً من خبرتك شعرت فيه بالاهتمام والقبول ممن تحدثت معهم، ولازلت تفخر بذلك الشكل من أشكال الاتصال الذي قمت به.

*- كيف شعرت؟

*- هل أثر ذلك الموقف في تعاملك مع الآخرين؟ كيف؟

*- لا بد وأنت توصلت إلى أن هذه الأسرة بحاجة لأن تقدم لها معلومات حول مهارات الاتصال، والاتصال الفعال. من خلال هذا الفهم. قم أنت وأفراد مجموعتك بإعادة تمثيل أدوار أفراد الأسرة، ولكن الآن بإعطاء نماذج فعالة في التواصل. ثم

*- أطلب من كل فرد في المجموعة أن يصف شعوره تجاه الدور الذي قام به، وتجاه من كان يتحدث معه.

شعوره تجاه نفسه شعوره تجاه من كان يتحدث معه

الابن

الزوج

الزوجة

الابنة

*- أسرة تستخدم الحوار والنقاش.
تعليق



هيك الحكي واللا بلاش

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل الاتصال

- *- بالرجوع للمثال السابق قم وزملاءك بالإجابة على الأسئلة التالية:
- *- ورد في المثال عدد من المعوقات في الاتصال بين الزوجين أذكرها؟
 - ١
 - ٢
 - ٣
- *- يمكن إعطاء تغذية راجعة حول أسلوب تواصل الزوجة مع الزوج مثل:
 - ١
 - ٢
 - ٣
- *- يمكن إعطاء تغذية راجعة حول أسلوب تواصل الزوج مع الزوجة.
 - ١
 - ٢
 - ٣
- *- يمكن ملاحظة سلوكيات غير لفظية تدل على وجود مشكلة بين الزوجين هي:
 - ١
 - ٢
 - ٣

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان أفراد الأسرة.

- ١
- ٢
- ٣

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: تطبيق فنيات الإرشاد الفردي على المشاكل الأسرية

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل صغيرة.
٢. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل الدور على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل الدور. وبنفس الوقت يتم عرض المثال "الأسرة" موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.
٣. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنهي كافة المجموعات.
٤. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين، ويعزز مشاركتهم.

*- يمكن تقديم تغذية راجعة حول هذه السلوكيات غير اللفظية مثل:

- ١
- ٢
- ٣

*- لو كنت مكان الزوج بماذا تشعر؟

- ١
- ٢

*- كمرشد ما هي التغذية الراجعة التي تقدمها للزوجين لتحسين التواصل؟

- ١
- ٢
- ٣

ورقة عمل

حول تطبيق استجابات الإصغاء على مشاكل الدور في الأسرة

- * يقول خالد: منذ أن توفي والدي وأنا أحس بارتباك شديد في حياتي، لقد كان والدي كل شيء في حياتنا، يتحمل المسؤوليات، ويتخذ القرارات، لقد تغيرت كل حياتنا، وأصبحت شديد الانشغال وقل نومي، وضعف بدني، وأخشى أن تتدهور دراستي، عندي مسؤوليات كثيرة لازم أعملها للأسرة.
- * استجابة المرشد: هل تقصد القول بأن إحدى المصاعب الكبيرة التي تواجهك الآن هي خوفك من تحمل المسؤولية بعد وفاة والدك.

هذه الاستجابة هي:

لأن

- * استجابة المرشد: فهمت من كلامك أنه منذ وفاة والدك أصبحت أنت الذي تتحمل مسؤولية أسرتك وتقع على عاتقك اتخاذ القرارات الهامة في حياتها.

هذه الاستجابة هي:

لأن

- * استجابة المرشد: أنت تشعر بالانشغال حول مدى قدرتك على تحمل مسؤولية هذه الأسرة.

هذه الاستجابة هي:

لأن

- * استجابة المرشد: الآن بعد أن توفي والدك فإنك تواجه بعض الصعوبات والانشغال حول ما ينتظرك من مسؤوليات بالنسبة للأسرة.

هذه الاستجابة هي:

لأن

- * من خلال عرض المثال السابق سجل أنت وأفراد مجموعتك وصفاً للوضع الذي يمر به خالد.

١-

٢-

- * بماذا تشعر لو كنت مكان خالد أطل الله عمر والديك؟

١-

٣-

٢-

٤-

- * تعليق على لسان خالد



لازم يعملوا مني خمس ... عشر
لا لا عشرين نسخة

- * سجل تعليقك وزملاءك على لسان خالد.

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

حول تطبيق التساؤل على مشاكل الدور الأسرة

بالرجوع المثال السابق لخالـد.

*- ما هي الأسئلة التي يمكن أن توجهها كمرشد لخالـد؟ سجل عدداً من الأسئلة مع أفراد مجموعتك؟

١-	-----	٣-	-----
٢-	-----	٤-	-----
٥-	-----	٦-	-----

*- صنف الأسئلة التي قدمتها مجموعتك أي أسئلة مغلقة/ أسئلة مفتوحة.

أسئلة مغلقة

أسئلة مفتوحة

١-	١-
٢-	٢-
٣-	٣-

*- كيف تشعر تجاه خالـد؟

*- لماذا تشعر تجاه خالـد؟

*- أيمكنك أن تحدد مشاعر خالـد؟

ورقة عمل

حول تطبيق تقديم المعلومات على مشاكل الدور في الأسرة

يتم عرض المثال السابق "مثال خالـد".

*- هل تعتقد أن خالـد يحتاج لمعلومات؟

*- ما هي المعلومات التي يمكن تقديمها لخالـد، ناقش ذلك مع أفراد مجموعتك ثم سجلوا الإجابات؟

١-	-----
٢-	-----
٣-	-----

*- رتب المعلومات التي قمت بتسجيلها مع أفراد مجموعتك حسب الأهمية.

١-	-----
٢-	-----
٣-	-----

*- ضع بين الأقواس كلمة نصيحة أو إعطاء معلومات إزاء العبارات التالية:-

- ١- لو كنت مكانك يا خالـد لما سألت عن أحد. ()
- ٢- أنت تحمل الأمر أكثر مما يستحق أنت سهلها بتصير سهلة. ()
- ٣- أنت محتاج تتعلم كيف تتصرف لما بتحس بالضغط مثـل هيك. ()
- ٤- أنت كثير متضايق علشان هيك أنا بدي أعلمك كيف تحل مشاكلك. ()
- ٥- يا خالـد روق وهونها وهيه بتهون أنا لو محلك برمي كل شي وراي. ()

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل الدور

*- بالرجوع للمثال السابق قم وزملاءك بالإجابة على الأسئلة التالية:

*- تقوم الزوجة بأدوار مختلفة هي:

١-

٢-

٣-

*- ما حصل لدى الزوجة هو:

١-

٢-

٣-

*- يمكن تقديم تغذية راجعة للزوجة حول الأدوار التي تقوم بها مثل:

*- يمكن تقديم تغذية راجعة للزوج حول الأدوار التي تقوم بها الزوجة مثل:

*- من مشكلات الدور في هذا المثال:

١-

٢-

*- تعليق على لسان الجار لخالد.



أنا حاسس الدنيا بتصغر حولي
حتى الهواء قل

أنت لازم تشد حيلك وتصير رجال

*- سجل استجابتك وزملاءك على لسان المرشد موجهة لاستجابة خالد الواردة أعلاه.

١-

٢-

٣-

٤-

*- عندما يقوم الفرد بأكثر من دور وتتداخل هذه الأدوار قد يؤدي لحصول ضغط أو صراعات بين أفراد الأسرة. ولكن ليس للحد الذي وصلت له الزوجة لطيفة مع زوجها عناد.

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوجة/الزوج.



٥. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل الضبط على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل الضبط. وبنفس الوقت يتم عرض المثال «الأسرة» موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.
٦. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنتهي كافة المجموعات.
٧. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين، ويعزز مشاركتهم.

*- يتوقع شريف من شريفة أن تكون أمّاً مثالية، وزوجة مثالية، وموظفة مثالية وزوجة ابن (كنة) مثالية، وشريفة تتوقع من شريف أن يكون أباً متعاوناً، و زوجاً حنوناً، ومصدراً للمال لا ينضب، ...

*- يمكن أن تقدم تغذية راجعة على ما تقدم مثل:

- *- قدم أنت وأفراد مجموعتك تغذية راجعة لما ورد أعلاه.
- ١-
٢-
٣-
*- تخيل نفسك والداً لعدد من الأبناء، وابناً لأبوين، وأخاً لخمس أخوة، و رئيساً لعشرة موظفين في مدرسة، أو مؤسسة، أو ...، وعضواً في جمعية خيرية، وزوجاً تحب زوجتك.
- *- كيف ترى نفسك؟

*- بماذا تشعر؟

*- كيف تتكيف مع هذه الأدوار؟

ورقة عمل

حول تطبيق استجابات الإصغاء على مشاكل الضبط

اقرأ المثال التالي جيداً:

*- نذير ونذيرة زوجان منذ (٢٠) عاماً لديهم ولدان وبنت. تتسم هذه الأسرة بأن الأب نذير هو الذي يضع القواعد والقوانين في الأسرة دون مشاورة أحد، أو مراعاة ظروف أفراد الأسرة الآخرين. من أهم القواعد التي وضعها للأسرة.

ممنوع التأخر خارج المنزل بعد الثامنة مساءً، على الرغم من دراسة ابنه الأكبر عصام في كلية الهندسة وتأخر موعد محاضراته، مما خلق صراعاً بينه وبين والده، مما دفع الأم للاتصال بالمرشد وطلب الإرشاد. ورد في المثال السابق ما يدل على أسلوب الضبط في هذه الأسرة هو:

*- كمرشد سنتعامل مع هذه الأسرة، قم أنت وأفراد مجموعتك بتسجيل الاستجابات التالية:
*- استجابة إعادة صياغة (عكس محتوى) للأم أه، زوجي نذير يخلق الكثير من المشاكل في الأسرة بسبب عدم احترامه لنا ولظروف الأسرة.
المرشد:

*- استجابة عكس المشاعر للأم.
الأم: أحس أن البيت أصبح جحيماً والحياة فيه مستحيلة.
المرشد:

*- استجابة عكس المشاعر للابن عصام.
عصام: أنا بحس حالي ولد صغير حتى الولد الصغير إله قيمة، بس أنا لأ.
المرشد:

*- استجابة استيضاح للأم:
الأم: أه زوجي نذير يخلق الكثير من المشاكل في الأسرة بسبب عدم احترامه لنا ولظروف الأسرة.

المرشد:

*- استجابة التلخيص لما قالته الأم.

المرشد:

*- لو كنت مكان الابن عصام بماذا تشعر؟

*- تعليق على لسان عصام.



اللي حاسني على
الهندسة يجي يشوف
من بره هالله هالله ومن
جوه يعلم الله !!

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان عصام/ الأم.

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- من خلال استعراضك لهذه الأسرة لابد أنك لاحظت وجود أسلوب ضبط قائم على تسلط الوالد بوضع أنظمة وقوانين للأسرة تنسجم مع رغباته وظروفه وحده، ولا يراعي زوجته وأبنائه. قم أنت وأفراد مجموعتك بتمثيل أدوار أفراد هذه الأسرة من خلال إجراء حوار عائلي يشبه ما ورد في المثال وبعد ذلك يعبر كل شخص عن مشاعره تجاه الدور الذي مثله، وتجاه الفرد الذي كان يتحدث معه.

شعوره تجاه نفسه شعوره تجاه من كان يتحدث معه

الابن

الأب

الأم

ورقة عمل

حول تطبيق التساؤل على مشاكل الضبط في الأسرة

- * بالرجوع للمثال السابق قم وأفراد مجموعتك بتسجيل أكبر عدد ممكن من الأسئلة التي يمكن أن تطرحها كمرشد مع أفراد هذه الأسرة؟

- ١- _____
٢- _____
٣- _____
٤- _____
* قم وأفراد مجموعتك بتصنيف الأسئلة لأسئلة مفتوحة وأخرى مغلقة.

أسئلة مفتوحة

- ١- _____
٢- _____
٣- _____
* بماذا تصف أسلوب الضبط في هذه الأسرة؟

- * لو كانت هذه الأسرة أسرتك كيف تتصرف؟

أسئلة مغلقة

- ١- _____
٢- _____
٣- _____

- * هل استطعت التعرف على مشاكل الضبط في هذه الأسرة؟ أذكرها؟
١- _____
٢- _____
٣- _____
* لو كنت المرشد الذي سيتعامل مع هذه الأسرة ما هي الأمور التي ستدربهم عليها؟

- * هل تعتقد أن مشاكل الضبط داخل الأسرة هي فقط ما ورد في هذا المثال؟ إذا كانت إجابتك لا أذكر مشاكل أخرى بالتعاون مع زملائك في المجموعة؟
١- _____
٢- _____
٣- _____
* ماذا لو غيرت هذه الأسرة من أسلوب الضبط المستخدم فيها؟ سجل ملاحظاتك وتعليقاتك مع زملائك؟

ورقة عمل

حول تطبيق استجابة تقديم المعلومات على مشاكل الضبط في الأسرة

*- بالرجوع للمثال السابق قم أنت وأفراد مجموعتك بالإجابة عن الأسئلة التالية:

*- ما هي المعلومات التي تحتاجها هذه الأسرة؟

*- ما هي المعلومات الأكثر أهمية التي تحتاج الأسرة لأن تعرفها أو لا؟

*- كمرشد ما هي الأمور التي ستعلمها لهذه الأسرة؟

*- ضع كلمة نصيحة أو إعطاء معلومات بين الأقواس إزاء الاستجابات التالية:

١- يا ست نذيرة روجي احكي لأمك عنه. ()

٢- يا عصام أنا لو محلك ما بزعل، أبوك بده مصلحتك. ()

٣- يا نذير مراعاة ظروف اللي حولك بتخليك أنت وإياهم ترتاحوا ()

٤- أنت يا سيد نذير لازم تسمع وتراعي ظروف أهل بيتك ما بصير هيك ()

٥- يا نذير لما بتكون القوانين في الأسرة واضحة وبتنطبق على الجميع بتكون

مفيدة أكثر. ()

*- صف موقفاً من خبرتك تعرضت فيه لصراع مع أحد أفراد أسرتك بسبب وجود قاعدة أو نظام معين تم وضعه من قبل أحدهم (الأم، الأب، الأخ الأكبر) دون مشاورتك أو مراعاة حاجاتك وظروفك كيف شعرت؟

*- كيف كنت أن تتمنى أن يتم وضع القواعد والأنظمة في الأسرة؟

*- لو تكرر الموقف معك الآن، وبعد هذا التدريب ماذا تفعل؟

*- صف موقفاً من خبرتك تم فيه وضع بعض القواعد والقوانين والأنظمة في الأسرة بشارورك ومع مراعاة حاجاتك وظروفك؟

*- كيف شعرت؟

*- هل أثر ذلك الموقف على تعاملك مع أفراد الأسرة مدى تطبيق القاعدة أو ؟ كيف؟

*- بعد عرض المواقف السابقة بطلب المدرب من مقرر المجموعة أن تمثل موقفاً تم فيه مراعاة ظروف الآخرين وحاجاتهم في وضع القوانين والأنظمة والقواعد داخل الأسرة، ثم مناقشة الأسئلة التالية:

*- صف شعورك تجاه الدور الذي قمت به/وتجاه من كان يتحدث معهم.

شعوره تجاه نفسه

الابن

الأب

الأم

الابنة

* تعليق على لسان الأب.

شعوره تجاه من كان يتحدث معه



أنا مزاجي هيك اللي
بعجبه أهلاً وسهلاً واللي
ما بعجبه

يا بابا طوّل بالك الله
خلق الدنيا في ست
أيام مش يوم



* سجل تعليقك وزملاءك على لسان الأب/ الابن.

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل الضبط

- * عامر محب لأولاده، وسعيد في حياته، ويقوم بمتابعة أمور المنزل والأسرة باستمرار، ويساعد زوجته في أمور المنزل، ويشاور أولاده وزوجته في قراراته، وكذلك يناقش أسرته في الأمور التي تحدث وكذلك في وضع الأنظمة والقواعد (هناك موعد لنوم الأطفال، موعد للعودة مساءً، أوقات للطعام، ...)، عندما تتعامل مع هذه الأسرة تشعر أنها تسير وفق هدف محدد.
- * بماذا تصف أسلوب الضبط في هذه الأسرة؟

* لو كنت عضواً في هذه الأسرة كيف تشعر؟ كيف تسلك؟

* كمرشد قدم تغذية راجعة للأب عامر.

* كمرشد قدم تغذية راجعة حول الأسرة بشكل عام.

* - ورد في المثال أكثر من جملة تؤكد على ممارسة عامر للتغذية الراجعة، أذكرها؟

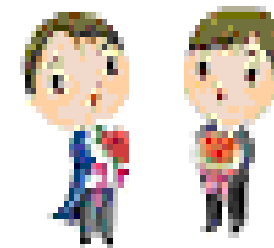
- ١

- ٢

- ٣

* - تعليق على لسان أولاد عامر يعبران عن سعادتهما بهذه الأسرة.

أنا وانت في الهوا سوا وهيك بتكون
الحياة أحلى



* - سجل تعليقك وزملاءك على لسان أولاد/زوجة عامر.

- ١

- ٢

- ٣

٧. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل الحدود على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل الحدود. وبنفس الوقت يتم عرض المثال «الأسرة» موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.
٨. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنتهي كافة المجموعات.
٩. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين. ويعزز مشاركتهم.

ورقة عمل

حول تطبيق استجابات الإصغاء على مشاكل الحدود في الأسرة

*- اقرأ المثال التالي جيداً ثم قم وزملاءك بالإجابة عن الأسئلة:
 *- محمود وخلود متزوجان منذ (٢٢)، ولديهم ستة أولاد وبنت هي الكبرى، محمود دائم الغياب عن المنزل، بسبب طبيعة عمله، وهو لا يعرف أعمار أولاده، يعود متأخراً يأكل وينام، أما خلود فهي ربة بيت ولكنها تقضي أغلب وقتها خارج البيت. أما الأولاد فهم لا يعرفون من هو المسؤول في المنزل، يخرجون ويعودون كما يشاؤون، أما البنت عزة فهي لا تشعر أنها تعيش في أسرة، ولا تجد من تتحدث معه، تقضي وقتها في غرفتها تكتب في دفتر مذكراتها، وهذا ما دفعها للحضور للمرشد.

*- ورد في المثال السابق أكثر من نقطة توضح طبيعة الحدود في الأسرة أذكرها.

١-

٢-

٣-

*- هل تعتقد أن هذا يمثل مشكلة؟ لماذا؟

*- كمرشد قم بتقديم استجابة استيضاح لما تقوله عزة «أنا أعيش وحيدة في بيت يعج بالناس، ولكن أنت تراهم وهم لا يرونك».
 المرشد:

*- قم بتقديم استجابة إعادة صياغة لما تقوله عزة: «أنا أعيش وحيدة في بيت يعج بالناس، ولكن أنت تراهم وهم لا يرونك».
 المرشد:

*- قم بتقديم استجابة عكس مشاعر لما قالت عزة:
 المرشد:

*- قم بتقديم استجابة تلخيص لما قالت عزة:
 المرشد:

*- ورد في المثال أكثر من سلوك غير لفظي في هذه الأسرة يدل على عدم الاهتمام أذكره؟

١-

٢-

٣-

*- لو كنت مكان عزة بماذا تشعر؟

*- كيف ترى دور الأنظمة الفرعية في هذه الأسرة؟
 النظام الزواجي:

الأبوي:

الأخوي:

* - تعليق على لسان عزة



أم وأب وأخوان بس ما في
اهتمام وحنان شو بتسوي يا
إنسان

* - سجل تعليقك وزملاءك على لسان عزة

- ١

- ٢

- ٣

* - بالرجوع للمثال السابق قم وزملاءك بتسجيل أكبر عدد ممكن من الأسئلة التي يمكن أن تسألها لهذه الأسرة؟

- ١

- ٢

- ٣

- ٤

* - قم بتصنيف هذه الأسئلة: لأسئلة مغلقة وأخرى مفتوحة؟

أسئلة مفتوحة

- ١

- ٢

- ٣

أسئلة مغلقة

- ١

- ٢

- ٣

* - أيمكنك وصف مشاعر عزة بكلمات أخرى رديفة لما ذكرته هي؟

- ١

- ٣

- ٥

- ٢

- ٤

*- ما هي أهم مشاكل الحدود التي تم ذكرها في المثال؟

-١

-٢

-٣

*- هل هناك مشاكل أخرى في الحدود في الأسرة لم يتم عرضها خلال المثال، أذكرها؟

-١

-٢

-٣

*- كمرشد ما هي الأمور التي تدرب عليها مثل هذه الأسرة؟

-١

-٢

-٣

ورقة عمل

حول تطبيق تقديم المعلومات على مشاكل الحدود في الأسرة

*- بالرجوع للمثال السابق ما هي المعلومات التي تحتاجها مثل هذه الأسرة؟

*- ما هي المعلومات الأكثر أهمية التي يجب أن تفيد بتقديمها المرشد؟

*- ضع كلمة نصيحة أو تقديم معلومات بين الأقواس إزاء العبارات التالية:

١. أنا لو محلك يا عزة ما بزعل من هيك أسرة. ()

٢. أنت مكبرة الأمر. ()

٣. يا عزة إشعار الآخرين بالاهتمام والاحترام شيء مهم. ()

٤. حاولي أنت تحكي مع أمك أو أخوتك. ()

٥. يا عزة كل إنسان بحب يشعر أنه في حد بسأل عنه. ()

*- لو كنت مكان عزة ما هي الأمور التي تهتمك أن تعرفها؟

-١

-٢

-٣

*- كمرشد ما هي الأمور التي ستعلمها لهذه الأسرة؟

-١

-٢

-٣

*- هل تعتقد أن هذه الأسرة من السهل أن تحضر للعلاج؟ لماذا؟

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل الحدود في الأسرة

*- بالرجوع للمثال السابق هل تعتقد أن هذه الأسرة تمارس تقديم التغذية الراجعة، ما هو دليلك على ذلك؟

*- كمرشد قدم تغذية راجعة لما تقوله عزة عن أسرتها؟

*- اسأل عزة بماذا تشعر تجاه ما قدمته لها من تغذية راجعة؟

*- كمرشد قم بدور الأم المهتمة بابنتها واطلب من عزة أن تحاور أمها في موضوع ما، ثم ناقش عزة كيف شعرت؟

*- هل كنت تتوقعين من والدتك ما فعلته الآن؟

*- لو كنت مكان والدتك كيف تفعلين مع ابنتك؟

*- كمرشد قم بتقديم تغذية راجعة للأم حول تعاملها مع ابنتها؟

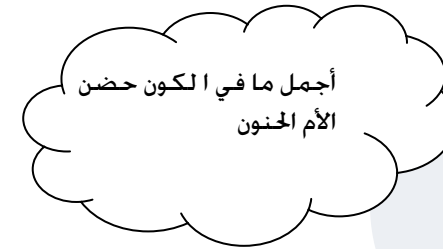
*- كمرشد قم بلعب دور الأم غير المهتمة بابنتها، واطلب من الأم لعب دور الابنة لأحد المواقف الذي ذكرتها (عزة)، ثم ناقش الأم كيف شعرت؟

*- كيف يدفعك سلوكي كأُم لأن تفعلي وتشعري كإبنة؟

*- قم بلعب دور الأم المهتمة والداعمة لابنتها والمحبة لعزة، واطلب من الأم لعب دور الابنة المحبة لأمها، ثم ناقش الأم كيف شعرت؟

*- لماذا يدفعك سلوكي كأُم لأن تفعلي؟ تشعري؟

*- تعليق على لسان عزة.



*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان عزة

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

١١. يوزع المدرب أوراق العمل المتعلقة بمشاكل الانفعالات على المجموعات بحيث تناقش كل مجموعة واحدة من الفنيات الإرشادية مطبقة على مشاكل الانفعالات. وبنفس الوقت يتم عرض المثال «الأسرة» موضوع النقاش أمام الجميع على شاشة العرض، ونسخة أخرى معهم على الطاولة.

١٢. يطلب المدرب من أفراد كل مجموعة الإجابة على ورقة العمل المقدمة لهم، وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم. ثم يستمع المدرب لمقرر المجموعة الذي سيعرض رأي المجموعة وتستمر المجموعات بالعرض إلى أن تنهي كافة المجموعات.

ورقة عمل

حول تطبيق استجابة الإصغاء على مشاكل الانفعالات

اقرأ المثال التالي جيداً ثم أجب مع أفراد مجموعتك عن الأسئلة التالية:

- *- (مي) طفلة في الصف الثالث ولديها أخ (أمجد) في الصف الأول، ويعيشان مع والديهما، تبدو مي حزينة ومتألّمة فهي تشكو من عدم السماح لها بالتعبير عن مشاعرها وخاصة المفرحة، وتسمع والدتها دائماً تقول مي صغيرة، لا تحس أو تشعر بشيء. حتى أخوها أمجد يشعر نفس الشعور وعند حضور هذه الأسرة للعلاج قالت الأم أن (مي) دائماً حزينة وتؤثر على الجميع. وعندما تحدث المرشد مع (مي) قالت: أنا وحيدة ما حد بحس فيّه أو شايفني، أنا حزينة كثير.
- *- قم بتسجيل استجابة عكس مشاعر لمي

*- قم بتسجيل استجابة استيضاح للأم.

*- قم بتسجيل استجابة استجابة عكس محتوى لمي

*- قم بتسجيل استجابة استيضاح لمي

*- قم بتسجيل استجابة تلخيص لما قالته مي.

*- ورد في استجابة مي أكثر من كلمة تعبر عن مشاعر أذكرها؟ وأعط رديفاً لكل واحدة.

١- _____ يقابلها _____

٢- _____ يقابلها _____

٣- _____ يقابلها _____

*- مي لا تعرف أن تعبر عن المشاعر الإيجابية لأنها

*- سجل أكبر عدد ممكن لكلمات تعكس مشاعر إيجابية.

السرور، _____، _____، _____، _____

*- تعليق على لسان مي



والله أنا إنسانة بحس
وبشعر زي الناس. يجب
أفرح وأفرحكم كمان بس!!

*- صف مشاعرك لو كنت مكان مي؟

*- سأل المرشد أمجد كيف تحب أن تعاملك أمك فقال هكذا.



*- سجل تعليقك وزملاءك على استجابة أمجد .

١- _____

٢- _____

٣- _____

ورقة عمل

حول تطبيق التساؤل على مشاكل الانفعالات

بالرجوع إلى المثال السابق قم أنت وأفراد مجموعتك بالإجابة عن الأسئلة التالية:

* لو كنت المرشد الذي سيتعامل مع هذه الأسرة سجل أكبر عدد ممكن من الأسئلة يمكن أن تسأله

للأسرة

١-

٢-

٣-

٤-

* قم بتصنيف الأسئلة التي سجلتها إلى أسئلة مفتوحة وأسئلة مغلقة؟

أسئلة مفتوحة

١-

١-

٢-

٢-

٣-

٣-

* كيف تشعر تجاه مي؟

* لو كانت مي ابنتك كيف تعاملها؟

أسئلة مغلقة

*-

هل استطعت التعرف على مشكلة مي؟ أذكرها.

*-

هل بإمكانك أن تميز بين ما ذكرته الأم وما ذكرته مي؟ أعط مثالاً على ذلك

*-

ما هي الاستجابة التي تحتاجها مي أكثر من غيرها؟

*-

ما هي الأمور التي ستدرب الأسرة عليها في هذا المثال؟

٤- يا مي التعبير عن المشاعر شيء جميل وهذا الأمر بدنا ندرب عليه خلال

الجلسات. ()

٥- أنا رأيي تروحي تغسلي وجهك وبطلتي دلح. ()

*- لا بد أنك عرفت أن هذه الأسرة بحاجة لأن تتعلم أهمية الانفعالات والمشاعر في حياتها، وأن يعبر الكبار والصغار عن انفعالاتهم ومشاعرهم الإيجابية مثلما يعبرون عن السلبية.

*- من خلال هذا الفهم صف موقفاً من خبراتك مررت فيه بمشاعر إيجابية وعبرت عن ذلك لأفراد أسرتك؟ كيف شعرت؟ كيف شعروا هم؟ كيف تشعر أنت الآن؟

*- صف موقفاً من خبراتك مررت فيه بمشاعر سلبية وعبرت عن ذلك لأفراد أسرتك؟ كيف شعرت؟ كيف شعروا هم؟ كيف تشعر أنت الآن؟

ورقة عمل

حول تطبيق استجابة تقديم المعلومات على مشاكل الانفعالات

بالرجوع للمثال السابق قم أنت وأفراد مجموعتك بالإجابة عن الأسئلة التالية:

*- ما هي المعلومات التي تحتاجها هذه الأسرة؟

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- ما هي المعلومات الأكثر أهمية التي تحتاج الأسرة لأن تعرفها أولاً؟

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- ما هي الأمور التي ستعلمها لهذه الأسرة؟

١- _____

٢- _____

٣- _____

*- ضع كلمة نصيحة أو تقديم معلومات بين الأقواس إزاء الاستجابات التالية:

١- أنت يا مي مكبره الموضوع أنا لو محلك ما بسأل عنهم كلهم. ()

٢- يا أم مي بنتك بتشعر وبتفهم وأنت بحاجة إنك تساعدوها أنها تعبر عن مشاعرها. ()

٣- أنا مش عارف أنت ليش زعلانة أصلاً كلهم ما بستاهلوا ردي عليّ وضحكي. ()

ورقة عمل

حول تطبيق التغذية الراجعة على مشاكل الانفعالات

*- سامر وسمر زوجان سعيدين، ومتفقان فيما بينهما، عندما تغضب سمر من سامر تخبره بماذا فعل، ويستجيب سامر ويغير من سلوكه، وكذلك عندما ينزعج سامر من سلوك سمر أو ما تقوله سمر يعبر لها عن ذلك تستجيب له. وليس هذا فقط بل فهما دائماً يتبادلان المشاعر الجميلة، ويعبرا عنها. وهذا هو ما جعل حياتهما سعيدة.

*- ورد في المثال السابق نقاط هامة حول التعبير عن الانفعالات، أذكرها؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- عبر عن مشاعرك تجاه هذه الأسرة.

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- من أسباب سعادة هذه الأسرة؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- ورد في المثال ما يدل على تقديم تغذية راجعة أعط أمثلة؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- قدم تغذية راجعة حول علاقة الزوجين.
للزوج:

للزوجة:

*- هل تعتقد أن هذه الأسرة يمكن أن تكون موجودة؟ لماذا؟

*- نستفيد من التعبير عن المشاعر السلبية في:

- ١-
- ٢-
- ٣-

*- من خبرتك تحدث عن موقف تلقيت فيه تغذية راجعة سلبية؟ بماذا شعرت؟

*- من خبرتك تحدث عن موقف تلقيت فيه تغذية راجعة إيجابية؟ بماذا شعرت؟

١٣. يقدم المدرب توضيحات وتصحيحات لما قدمته كل مجموعة من استجابات، ويستمع لردود أفعال ومشاعر المشاركين حول هذا التمرين. ويعزز مشاركتهم.

١٤. بعد الانتهاء من مناقشة كافة أوراق العمل يقدم المدرب توضيحاً لما يصعب فهمه.

١٥. يستمع لأية أفكار أو اقتراحات لدى أفراد المجموعات حول المشغل ويشكر مشاركتهم وإسهاماتهم.

١٦. يدير المدرب مناقشة صغيرة مع المشاركين لمعرفة مدى الفائدة من الورشة التدريبية

البرنامج التدريبي السابع: فنيات الإرشاد الجمعي الأسري

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يتعرف المشاركون على فنيات الإرشاد الجمعي الأسري.
٢. أن يتدرب المشاركون على فنيات الإرشاد الجمعي الأسري.
٣. أن يمارس المشاركون فنيات الإرشاد الجمعي الأسري أثناء الجلسة.
٤. أن يطبق المشاركون فنيات الإرشاد الجمعي الأسري أثناء تعاملهم مع الأسر.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: فنيات التعامل مع الخبرة الانفعالية

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
٢. يقدم المدرب معلومات حول وجود فنيات متعلقة بالإرشاد الجمعي الأسري سيتم تناولها هنا وهي (فنيات التعامل مع الخبرة الانفعالية، فنيات إعادة تنظيم تركيب الأسرة، إعادة التسمية والصياغة، فنيات بوين للتفاعل ما بين الأجيال، فنيات الإرشاد الأسري الاستراتيجي، العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي).
٣. يعرض المدرب أهمية التعامل مع الخبرة الانفعالية ثم يقدم التمرين التالي:
٤. يناقش المدرب مع المشاركين مسألة المشاعر والتعبير عنها في ثقافتنا المحلية من حيث:
 - أ. وعي الناس عموماً بالانفعالات المختلفة والكلمات التي يستخدمونها لوصف مشاعرهم المختلفة.
 - ب. درجة ارتياح كل من النساء والرجال للتعبير عن المشاعر.
 ٥. يستمع المدرب لأراء المشاركين ويقدم لهم تغذية راجعة.
 ٦. يعرض المدرب على المشاركين الورقة التالية، ويطلب منهم انطباعاتهم حول ما ورد فيها، واستكمال الامثلة على كل فئة من الفئات:

الانفعالات السبعة	
يمكن تصنيف الانفعالات الأساسية التي مختبرها البشر إلى سبع فئات كالتالي	
١. الضعف	٢. السعادة
عديم القوة	منتعش
مرهق	مبتهج
تألف	مسرور
عاجز	سعيد
غير قادر	متحمس
.....	
.....	
٣. الغضب	٤. الحزن
غاضب جداً	بائس
حانق	قأنط
مجروح المشاعر	مضغوط
ممتعض	تعييس
متألم	كنيب
.....	
.....	
٥. عدم التأكد	٦. القوة
مضطرب	قوي
مرتبك	متسلط
مرتاب	نشط
متردد	واثق
.....	ماهر
.....	
.....	
٧. الخوف	
خائف	
مذعور	
مرعوب	
قلق	
متوتر	
.....	
.....	
.....	



البرنامج التدريبي السابع

٧. يناقش المدرب انطباعات واستجابات المشاركين.

٨. يعرض المدرب الصور التالية ويطلب من المشاركين الاستجابة لها.



اشعر بحزن بالغ. فحياتي مليئة بالألم



تغمرنني سعادة فائقة فكل أحبائي حولي



أنا معصبة كثير ابعدوا عني أحسن

*- سجل مشاعرك تجاه الصور والتعليقات الواردة على لسان

الطفلة

الطفل

السيدة

٩. يستمع المدرب لاستجابات وتعليقات المشاركين.

١٠. يعرض المدرب الحالة التالية على المشاركين، ويطلب منهم استقصاء المشاعر التي تختبرها السيدة غيداء.



البرنامج التدريبي السابع

أتذكر حينما كنت طفلة مشاعر السعادة والأمان التي كانت تحف بأسرتي. أتذكر رحلاتنا ولهونا أمام الساحة الأمامية للمنزل، واشترانا في رعاية الحديقة، كنت أشعر بأن أبي وأمي يحبان بعضهما بعضا، ويحبان أطفالهما أيضا. لكن عندما بلغت مرحلة المراهقة بدأت الأمور تتغير، فقد كان والدي يذهب إلى رحلات عمل كثيرة، وبدأ يتأخر في العمل حتى أيام العطلات والإجازات، وخيم التوتر على علاقته بأمي، ولم يعد يمضي الوقت الكثير معنا كما كان، وأذكر أنني تقربت من أُمي- أكثر من أي وقت مضى - خلال تلك الفترة، وزاد ارتباطي بها و توطدت علاقتنا حيث كنت أعتقد أن من واجبي أن أدعمها وقد كانت تقدر ذلك عاليا.

انتهى الأمر بالطبع إلى انفصال أبي وأمي ومن ثم طلاقهما، وكان الأمر بمثابة طامة كبرى بالنسبة لنا نحن الأبناء، خاصة عندما اكتشفنا أن أبي لم يكن مخلصا لأمي، وخيانتة هذه بدأت في إحدى رحلات سفره.

بعد سنوات التقيت بشاب رائع، وتزوجنا وأحببنا بعضنا بعضا، والتزم كل واحد منا نحو الآخر، مرت الحياة بنا على خير ما يرام إلى أن تمت ترقية زوجي ليصبح مديرا إقليميا للشركة التي يعمل بها مما يضطره للسفر أياما أو أسابيع خارج البلد، أخبرني بذلك، وفجأة بدأت استرجع الذكريات المريرة، فقد تغير والدي في رحلات السفر هذه ولم يكن لدي ما يجعلني أرتاب في زوجي. لم يكن لدي ما يبرر تلك المخاوف، لكن القلق بدأ ينشب أظافره في أعماقي بالفعل.

أمضيت معظم الوقت أثناء غياب زوجي في البكاء والخوف، وعندما فكرت في تبرير مخاوفي لزوجي، اكتشفت أنه لن يتفهم حقيقة موقعي، فقد كان ملتزما بعهده معي، ولم يكن يدرك سفره على أنه مشكلة، لكن وجهة نظري كانت مختلفة وقد كنت اعرف أنه لن يتفهم رغبتني في أن يكون دائما بقربي، شعرت أنه لن تنتابه أية مخاوف كذلك التي كانت تنتابني فلا أحد من عائلته فعل ما فعله أبي!

وفي الشهور التالية قام زوجي بالعديد من رحلات السفر، وحاولت ان أكون ايجابية في علاقتي معه، وأن أفرح بالهدايا التي كان يغرقني بها كتعويض عن غيابه. حاولت قدر استطاعتي أن أتحكم في مشاعري وأفكاري، ولكن في كل مرة كان يسافر فيها كان ينتابني فزع شديد، ويستبد بي القلق لدرجة أنني لم أكن أستطيع أن أكل أو اشرب أثناء غيابه، ومهما حاولت لم يكن هناك تحسن يذكر.

وأخيرا وبعد فترة طويلة من التعامل مع هذا الألم العميق بالداخل طلبت المساعدة من إحدى المرشحات النفسيات التي ساعدتني على أن أصل إلى المرحلة التي استطعت فيها أن أصفح عن والدي. وتمكنت من أسامحه وان أحبه وأتخلص من الخوف والألم: لقد كانت تلك الخدمة الإرشادية نقطة تحول كبيرة في حياتي: فجأة اكتشفت أن التوتر قد زال عن زواجي، لقد تعلمت من الإرشاد أن أقول «كان هذا أبي، ولكن ليس زوجي» «لا يوجد دليل على أن ما حدث مع أبي سيحدث مع زوجي» «أبي شخص و زوجي شخص آخر مختلف تماما».

ووجدت نفسي قادرة على أن أودعه بارتياح قليل كل سفر، ثم أبدأ في التركيز على ما أود أن أنجزه في فترة غيابه. لا أقول أن كل شيء عاد إلى أصله في ليلة واحدة، فقد أخذ هذا وقتا ولكنني تعلمت إدراك الأمور بطريقة مريحة أكثر.

12. يناقش المدرب آراء وملاحظات المشاركين حول الحالة وما توصلوا إليه ثم يشكر مشاركاتهم وإسهاماتهم.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: فنيات إعادة تركيب الأسرة، إعادة التسمية، ومقابلة الجينو غرام)

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
٢. يناقش المدرب المشاركين حول المقصود بمفهوم تركيب الأسرة والمضامين التي يشتمل عليها. وذلك بهدف زيادة وعيهم بهذا المفهوم الأساسي عند العمل مع الأسر ومساعدتها على التفسير والتطور، ويستمتع لملاحظاتهم واستجاباتهم ثم يعرض المعلومة التالية على شاشة العرض، ويطلب من المشاركين تسجيل ملاحظاتهم
- (من أشهر التصورات التي وضعت لمفهوم تركيب الأسرة ما قدمه مينيوش (Minuchin) والتي تطورت عبر السنين لتحديد من يتفاعل مع من، وهذه التصورات قد تكون آنية وقد تكون طويلة الأمد فمثلاً قد يشكل الأخوين الأولاد انتلافاً ضد الأخت الصغرى لفترة قصيرة أو طويلة من الزمن. ويدخل ضمن تركيب الأسرة توزيع القوة داخلها والسلطة، والأدوار والحدود، وقد يطرأ تغيير على تركيب الأسرة اثر زواج احد الأبناء أو سفره للعمل أو الدراسة وهذا يفرض على الأسرة تكيف لبنائها وتركيبها).
٣. يناقش المدرب ملاحظات وتعليقات المشاركين.
٤. بعد أن يقدم المدرب المادة النظرية المتعلقة بالرسوم التمثيلية لتركيب الأسرة، يطلب من المشاركين التعبير عن الأشكال التالية من التراكييب الأسرية بواسطة الاشكال والرسومات التمثيلية (Graphics) وبذلك بعد أن تعرفوا على الرموز المستخدمة في الرسم.
٣. الأسرة الناجحة أو الوظيفية (Family Functional).
٤. أسرة مفككة أو غير مترابطة
٥. أسرة بتحالف ثلاثي
٦. أسرة بتحالف ثنائي
٧. أسرة بتحالف بين الأشقاء ويستثنى الابوين
٨. أسرة منقسمة بتحالف ما بين الأجيال مع الابناء من الجنس الآخر
٩. أسرة منقسمة بتحالف ما بين الأجيال مع الابناء من نفس الجنس
٥. يتيح المدرب الفرصة للمشاركين بعرض ما قدموه أمام بقية المجموعات ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.

٦. يقدم المدرب المثال التالي المتعلق بمساعدة الأسرة على إعادة تسمية سلوك ابنتهم ذات ال19 عاما والتي تعاني من فقدان الشهية العصبي "anorexia" حيث قام المرشد بإعادة صياغة التسمية "لسلوك" الفتاة بان اسماء سلوك "عنيد" (stubborn) وليس سلوك مريض (sick). وهنا فان الأسرة تمتلك العديد من الطرق للتعامل مع سلوك العناد، في حين أن تسمية مشكلتها بأنها مريضة يترتب عليها أن المشكلة تخص الفتاة، وأنها مشكلة خارج سيطرتها، وإرادتها كونها مريضة. ولأنه من المحتمل جدا أن يعتبر الوالدان وينظران لفقدان الشهية العصبي بأنها مشكلة الفتاة لوحدها فان "إعادة التسمية" تسمح للمرشد الأسري بأن يقدم فقدان الشهية العصبي، بوصفهما مشكلة أسرية يمكن الخوض فيها، والتعامل معها من خلال تغيير الأنظمة الفرعية والحدود والتفاعلات.
٧. يطلب المدرب من المشاركين تصور حالة أسرهم تعاني من مشكلة ما، وكيف يمكن (إعادة تسمية) المعاناة بطريقة تدفع الأسرة نحو التغيير.

٨. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم تقديم إعادة صياغة للمواقف الواردة ورقة عمل

- (١) الزوجة: انه أناني ولا يفكر إلا بنفسه، يتركني وسط الواجبات والأعباء الأسرية التي لا تنتهي، ويذهب وينام!!
لقد أصبح يعتمد علي في إدارة المنزل وتدبير شؤونه لقد تعبت جدا ولم اعد أطيق الأمر!
المرشد مستجيبا باستخدام "إعادة الصياغة":

- (٢) الأم: آخر ما كنت أتوقعه أن يكون أحد أبنائي متعاطيا للكحول وللدخان، ويذهب بنا إلى الشرطة ويجرنا إلى المحاكم والسجون، انه صغير وتعرض إلى الاستغلال من أصدقاء السوء ما ذنبي؟ وما ذنب زوجي المسكين الذي ضحى بحياته وتغرب من أجلنا ولما عاد يرى ابنه ليسلك سلوكيات المنحرفين الذين لا قيم عندهم ولا تربية. سيقتلني ذلك الولد ويقضي على حياتي
المرشد

- (٣) الأب: إنني حقا أحقق واغبي أب في العالم، إنني نادم على كل لحظة قضيتها وأنا أعمل وأكد من أجل الأولاد، لكنهم لا يستحقون كل ما صنعتهم من أجلهم ضاع عمري وضاعت صحتي وأنا ممزق بين المناوبات الليلية والوظائف الإضافية كي أصنع منهم رجالا وآخر المطاف يقررون أن يتصرفوا كما يريدون تصور سامر سوف يتزوج من بنت عرفها في الجامعة وأنا وعدت أخي بأن أزوجه لابنته، ومجدي لا يريد دراسة الهندسة ومصر على المحاسبة والعلوم المصرفية، وسمر تريد ترك المدرسة لأنها فاشلة ولن تنجح في التوجيهي "هاي عيلة هاي"، هدول ولاد ولا لاء؟!
المرشد مستجيبا باستخدام إعادة الصياغة



البرنامج التدريبي السابع

*- يعرض المدرب نماذج الإجابات الممكنة للأسئلة السابقة على شاشة العرض.

الإجابات الممكنة للأسئلة السابقة:

١-يقول المرشد شيئا من مثل:

”على ما يبدو أن هناك حالة من عدم الرضا المتعلقة بتوزيع الأدوار والمسؤوليات بينكما كشريكين، حيث يشعر كل منكما انه محبط وخاسر، دعوني أقول أنكما تشعران بان العديد من حاجاتكما العاطفيه والنفسية من الشريك غير مشبعة كالدعم والمساندة المتبادلة. إن إحساس الخسارة المتأتية من علاقتهما ببعضكما يدفعكما لقول ما سمعته والآن هل ما قلته يعتبر مناسباً للحالة التي تعيشانها سوياً؟

٢-يستجيب المرشد قائلا شيئا من مثل:

يبدو لنا واضحا أن سلوكيات ابنكم مخيبة للآمال حيث كنتمما تعملان من أجل أن ينشأ إنسانا سويا مستقيما بعيدا عن الجنوح، واعتقد كما فهمت منكما انه منذ عرفتم بالمشكلة وانتم تبذلون جهدكم لمساعدته على أن يسلك سلوك الإنسان الناضج المسؤول، لاتزال لديه فرصة للاستقامة وتعلم السلوك المقبول والأخلاقي الذي ترضونه له كأبوين قدمتما له ما بوسعكما، واعتقد انه لا يزال بوسعكما التكاتف معا لمساعدته، انه بحاجة إليكما كي ينضج وليسلك بطريقة مسؤولة، هل ما قوله لكما يبدو منطقيا؟

٣- يستجيب المرشد قائلا شيئا من مثل:

شعرت من كلامك مدى الحسرة على ما تمر به حاليا مع أولادك الذين يبدو إنهم يحاولون الاستقلالية، واتخاذ قرارات هامة تتعلق بمستقبلهم وحياتهم الشخصية، ويبدو لي كم هم هامين بالنسبة لك، وانك حريص على نجاحهم وحسن اختيارهم، إنهم يمارسون حقا من حقوقهم، وهم يحتاجون لحكمته في الحياة وتوجيهك أنت وأهم لتتبرع عليهم طريق الاختيار الذي يفترض أن يكون من صنع أيديهم. هل ما أقوله يبدو منسجما معك؟

٩. يقدم المدرب معلومات حول وجود مقابلة الجينو غرام ضمن فنيات بوين للتفاعل ما بين الأجيال ويعرض ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم مناقشتها خلال مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.

ورقة عمل

الاسئلة التي تطرح في مقابلة الجينو غرام

يدرب المشاركون على الأسئلة التي يمكن طرحها في مقابلة الجينو غرام هي:

١-هل يمكنك أن تخبرني عن أسماء وأعمار أفراد الأسرة التي تنتمي إليها كزوج/زوجة لثلاث أجيال على الأقل والذين لا يزالون على قيد الحياة ؟

٢-أين ومتى ولد أولئك الأشخاص، وتزوجوا؟ وانفصلوا؟ أعط تواريخ محددة باليوم والسنة إن كان ذلك ممكنا.

٣-من هم الأشخاص الذين ارتحلوا من هذه الأسرة؟ كيف؟ متى ولدوا، تزوجوا أو تطلقوا؟

٤-ماهي المهن التي امتهنها أفراد الأسرة؟

٥-ما المستوى التعليمي الذي وصل إليها أفراد الأسرة؟

٦-ما هي الديانة التي كان ينتمي إليها أفراد الأسرة؟

٧-أين يعيش أفراد الأسرة ؟ في أي المدن أو القرى ؟ وهل تنقلوا من مكان إلى آخر، أين؟ وما هي أسباب ترحالهم؟

٨-كيف كانت علاقة أفراد الأسرة ببعضهم وما شكل صلة الرحم بينهم؟ من كان قريبا من من؟ هل توجد قطيعة بين أفراد الأسرة؟ بين من؟ كيف حصلت هذه الخصومات والقطيعة؟

٩-من من أفراد الأسرة كان ناجحا وبارعا في عمله؟

١٠-هل يوجد أفراد من الأسرة يتعاطون الكحول أو المخدرات؟ هل تعرضوا للاعتقال؟ هل عانى احد أفراد العائلة من أمراض عقلية؟ أو هل من حاول الانتحار؟

١١-ماهي الأمراض التي وجدت في الأسرة ؟ كيف يتعامل أفراد الأسرة معها وكيف يتوافقون؟

١٢-هل يمكنك أن تخبرني بأية أحداث حياتية خاصة حدثت في الماضي ذات معنى أو مغزى؟ نقل من إحداث ايجابية؟ أيها لم يترك أثرا ايجابيا؟ أيها لم يترك أثرا وكان محايدا؟

١٣-هل توجد قضايا معينه تميل للتكرار والظهور في الأسرة؟

(Thomas, ١٩٩٢)

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: فنيات الإرشاد الأسري الاستراتيجي والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول فنيات الإرشاد الأسري الاستراتيجي.
٢. يطلب المدرب من المشاركين التفكير في أمثلة تتعلق بمهمات محددة ومباشرة يمكن أن يطلبها كمرشد أسري يتبنى المنحى الاستراتيجي في العمل مع الأسر تبعاً للحالات التالية التي يعرضها على أوراق عمل يوزعها على المجموعات.

١٠. تناقش كل مجموعة ما لديها من تعليقات وملاحظات ويقدم المدرب توضيحات لما يصعب فهمه.
١١. يعرض المدرب التعليق التالي على لسان الزوج ويطلب من المشاركين تسجيل تعليقاتهم.

*- تعليق على لسان الزوج.



علشان أعرف مررتي فعدت سنين. وإذا
بدي أعرف شجرة العيلة تبعنها أكيد
بدي فريق من المختصين آخ. إحنا الرجال
مساكين

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الزوج.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

الحالة الأولى: تقوم الجدة باصطحاب حفيده واحد من أحفادها دون بقية أشقائها الثلاثة الآخرين، والأم غير راضية حيث تحدث نزاعات بين الأشقاء بعد ذهاب "هنادي" مع جدتها.

الحالة الثانية: يمر الزوجان بفترة عصبية وضغط نفسي قوي اثر مجيء طفل صغير يعاني من الشلل الدماغي، والزوجة حساسة للتفاعلات الاجتماعية مع العائلة الممتدة ولديها ميل لتجنب اللقاءات وعمل الزيارات العائلية التي كانت تحب القيام بها.

الحالة الثالثة: يقترض وليد من طلاب صفه أموالاً ولا يعيدها لأصدقائه، ويقومون بالتشكي للأُم والتي بدورها تدفع لهم ما يقترضه منهم، أنها مستاءة من تصرفه، وتصب غضبها عليه باستخدام عبارات مسيئة تشتمل على حكم عليه أنه "نصاب وحرامي".

*- يستمع المدرب لاستجابات وملاحظات المشاركين ثم يعرض نماذج لاجابات مقترحة على شاشة العرض

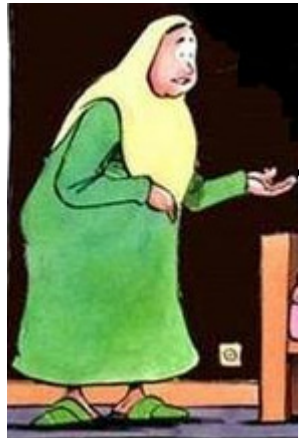
الحالة الأولى: يمكن للمرشد أن يقدم المهمة التالية للأُم وهي الطلب من الجدة أن تصطحب بقية الأبناء، في كل مرة واحد منهم وبجدول معين والتوقف عن اصطحاب "هنادي" في كل مرة وإلا فأنها لن تسمح لهذا بالتكرار.

الحالية الثانية: يمكن للمرشد الأسري اقتراح مهمة لينفذها الزوجان تتضمن معاودة مزاوله النشاط الاجتماعي بالقيام بزيارة منزلية لأسرة تحبها الزوجة وترتاح لها "وبذلك تكسر حاجز اللقاءات الاجتماعية"، وقد يقترح للتخفيف من الضغط النفسي قيام الزوجين بزيارة أحد الأماكن التي كانوا يترددون عليها أيام خطوبتهم أو بداية زواجهم يستعيدا ذكريات جميلة حيث الخبرات السعيدة والمبهجة مما يعطيهم شحنة وطاقة إيجابية كي يستثمرانها في التعامل مع الحدث الضاغط (ميلاد ابن بإعاقه) .

الحالة الثالثة: يقدم المرشد الأسري مهمة للأُم تشتمل على التوقف عن تسديد " القروض" التي يقترضها

وليد من أصدقائه، وإجباره على " إدارة أمواله ومصروفاته" ضمن إمكانياته وموارده المالية وتحمل مسؤولية تصرفه.

٣. يعرض المدرب تعليقا على لسان الجدة لوالدة هنادي



كني يا كنتي واهدي أنا ما
بحب غير هنادي وشو ما
بدك تعملي عادي

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الجدة (الحماة) وأم هنادي (الكنة).

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٤. يقدم المدرب معلومات حول فنية المهمات المتناقضة ويعطي أمثلة على ذلك.

٥. يطلب المدرب من المشاركين صياغة تصور لحالة أسرية تعاني من مشكلة ما وتقاوم التغيير ويقترح استخدام المهمات المتناقضة محددين طبيعة هذه المهمات، ثم تعرض بشكل جماعي بعد العمل ضمن مجموعات.

٦. يناقش المدرب ما سجله المشاركون ويقدم توضيحاته.

٧. يقدم المدرب معلومات حول العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.

٨. يطلب المدرب من المشاركين قراءة النص التالي على لسان السيدة منتهى حول خبرتها وما أنجزته في الإرشاد الأسري على طريقة الارشاد العقلي الانفعالي، وتطبيق الوظائف الأربعة للاستبصار على السيدة منتهى، علما بأنها سيدة متزوجة ولديها بنت: سمر و ثلاثة أولاد : ليث و سيف وسامر، زوجها مسافر حيث يعمل في الخارج، وقد جاءت تشتكي من تمرد الأولاد وعصيانهم لها خاصة بعد سفر والدهم ويطلب منهم مناقشة هذه الحالة مع أفراد المجموعة وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم.

٩. تناقش كل مجموعة ما لديها من ملاحظات وتعليقات ويقدم المدرب تغذية راجعة حول استجابات المشاركين.
١٠. يشكر المدرب مساهمات وإنجازات المشاركين ثم يدير مناقشة صغيرة حول مدى الفائدة التي حصلوا عليها من التدريب.

حاولت كثيرا أن أغير لكنني في كل مرة كنت أعود إلى نفس الأنماط السلوكية السلبية. كرهت نفسي والحياة. وصبت جام غضبي على الأولاد. وجعلني ذلك أشعر بالذنب. أشعر بأنني في دوامة تشدني دوما للأسفل انها من تأثير الطفولة ولم يعد بإمكانني الإفلات منها .

هذا ما دفعني لطلب المساعدة من المرشدة النفسية.

..... لقد قررت المرشدة أن تخضعني بشكل مكثف للتأمل المستمر لتحقيق ما يسمونه (الاستبصار).

وبدأت تدريجيا عبر الجلسات أعي أمورا لم أدركها من قبل: منها وأهمها أنني بدأت أشعر بمدى التأثير القوي الذي تركته تجارب طفولتي على تصرفاتي. بدأت أدرك عمق التأثير النفسي الذي انطبع على نشأتي .

لقد كانت طفولتي محطمة في كل أبعادها . لا أتذكر أبد أنني شاهدت أبي وأمي يتحدثان في مشاكلهما. ويحاولان حلها. فلقد كانا يتشاجران ويلجآن إلى أسلوب الصمت . وقد يستمر الصمت أياما. وبطبيعة الحال كان ينتهي بأن تغادر أُمِّي المنزل إلى بيت جدي لعدة أسابيع تاركة إيانا مع أبي الذي لا يتقن سوى (الصراخ)! ثم تعود بعد عدة أيام أو أسابيع وهكذا دواليك....

لهذا عندما تزوجت وجاء علي الدور لكي أتعامل مع نفس المشاكل في محيط أسرتي لم أدري ماذا أفعل. لم يكن لدي نموذج او مثلا احتذي به. وبدلا من البحث عن نموذج يصلح كقدوة ، او أن أعالج الخلل بداخلي. صبت غضبي على أبنائي - رغم كراهيتي لذلك- إلا أنني وجدت نفسي أتعامل مع أبنائي بنفس الطريقة التي تعامل بها والداي معي.

كما ساعدتني المرشدة من خلال الجلسات واللقاءات على الوعي بدافع آخر يقف وراء سلوكياتي مع أبنائي وهو أنني كنت حاول الفوز باستحسان المجتمع من خلال سلوك أبنائي؛ أي أنني كنت أحاول نيل إعجاب الآخرين لحسن تربيتي لهم. كنت دائما أخاف من ان إخفاقي سوف يجلب لي الإحراج أمام الآخرين. لأنني لم أكن أثق بهم بالقدر الكافي: كنت أهدد وأرشو وأرهب الأولاد كي يتصرفوا بالطريقة التي أريدها لهم. خاصة بعد سفر زوجي للخارج كي يعمل. مما زاد الضغط النفسي الواقع علي لقد ساعدتني المرشدة على إدراك أن تعطيني لهذا الرضا والاستحسان من الزوج المسافر و الآخرين سيعيق نمو أبنائي ويلغي الإحساس بالمسؤولية .وان تصرفاتي معهم ساهمت في ما كنت أخشاه: السلوك اللامسؤول والتمرد....

لقد ساعدني الاستبصار على إدراك أنني بحاجة للتغلب على مشكلاتي بدلا من تغطيتها بإجبار الآخرين على تغيير أنفسهم. لقد ولدت طفولتي التعيسة بداخلي ميلا للسلبية : إلا أن الإرشاد علمني أنني لم أكن مجبرة على التصرف بسلبية. بيدي أن اختار الرد بطريقة مختلفة. ولم يكن مجديا أن ألوم أو أنتقد والدي أو ظروف طفولتي على هذا الموقف المؤلم الذي صنعه بيدي.

لم يكن هذا سهلا علي ؛ فلقد كان علي أن أتعامل مع سنوات من الكبرياء المتراكم. لكنني تدريجيا بدأت أستعيد سيطرتي على الأمور. وأصبحت قادرة على الاختيار من بين البدائل المتاحة أمامي خلافا لما كنت أعتقد من وجود حل وحيد لمشكلتي. وأصبحت مسؤولة عن أفعالي وتصرفاتي ولم أعد ألوم أحدا.

التقت المرشدة بي وبالأولاد



البرنامج التدريبي الثامن



البرنامج التدريبي الثامن

البرنامج التدريبي الثامن: إرشاد أسر ذوي الحاجات الخاصة

أهداف الورشة التدريبية

١. التعرف على مفهوم إرشاد أسر ذوي الحاجات الخاصة.
٢. التعرف على العوامل التي تتسبب في اضطرابات التفاعلات الشخصية.
٣. التعرف على مفهوم الأطفال ذوي الحاجات الخاصة وتصنيفهم .
٤. التعرف على اتجاهات الأسرة نحو الطفل ذوي الحاجات الخاصة.
٥. التعرف على الاستراتيجيات الإرشادية للأسر التي تحوي أطفال ذوي حاجات خاصة.
٦. ممارسة الاستراتيجيات الإرشادية للتعامل مع أسر ذوي الحاجات الخاصة.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: الطفل ذو الاحتياجات الخاصة وأثر وجوده على أفراد الأسرة

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. إنهم يشملون فئات الإعاقات المختلفة، وكذلك الموهوبين والتميزين.
٢. يطرح المدرب على المشاركين فئات الاحتياجات الخاصة ويناقش مع المشاركين ما لديهم من معلومات حول هذه الفئات.
 - مفهوم الأطفال ذوي الحاجات الخاصة
 - الإعاقة العقلية
 - الإعاقة البصرية
 - الإعاقة السمعية
 - الإعاقة الحركية
 - الإعاقة الانفعالية
 - صعوبات التعلم
 - اضطرابات النطق
٣. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته حول ما يصعب على المشاركين معرفته. ويصحح ما لديهم من أخطاء في المعلومات أو نقصها.
٤. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات ويتم طرح العبارة التالية وعمل نقاش حولها «إن الاهتمام والعناية

والشفقة لم تعد كافية لمساعدة أسر ذوي الاحتياجات الخاصة، بل لابد أن يتمتع المرشد بمهارات عديدة».

٥. يوزع المدرب على المشاركين الحالة التالية على أوراق عمل ثم يطلب منهم قراءتها بتركيز ثم الاستجابة لما فيها.

٦. ورقة عمل

كيف أصف لكم حياتي، ليس لدي أكثر من قول أنا أتعس إنسانة في العالم. أنا البنت الكبرى لأسرة تتألف من خمسة أولاد، هم أخوتي الثلاثة وأختي سلمى وأنا ووالداي. أختي سلمى تبلغ من العمر (١٢) عاماً تعاني من إعاقة حركية وهي بحاجة لاهتمام تام ورعاية مستمرة وأنا المرافقة الدائمة لها. جميع أفراد المنزل يغادرون ويعودون وأنا الوحيدة التي لا يسمح لها بذلك حتى لا تؤذي أختي نفسها. أما والدتي فهي تعود من عملها متعبة وكذلك والدي. وهما دائماً الشجار حول مصير أختي ويلقيا اللوم كل منهما على الآخر، ويعتقدان أن الله يعاقبهما من خلال هذه البنت.

أما أخوتي فهم يحاولون مساعدة سلمى ولكن سلمى شديدة الحساسية خاصة من أخي ماجد الذي يصغرها بعام وهو الأول على مدرسته، وبطل في السباقات الرياضية، مع أن ماجد لا يذكر ذلك أو يتباهى بما لديه من مهارات ومواهب أمام سلمى حتى لا يضايقها. أنا أحب أختي سلمى وأشفق عليها ولكن أنا أصبحت حبيسة البيت معها. أليس هذا أمراً مؤلماً.

*- اشتملت الحالة على ذكر الكثير من الآثار المترتبة على وجود طفل ذي احتياجات خاصة في الأسرة هي:

*-تحتاج هذه الأسرة للمساعدة في أمور مختلفة هي:

*-تعليق على لسان سلمى.



الناس ما بتشوف عقلي
ولا فعلي بس بشوفوا أنني
قاعدة على كرسي.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



البرنامج التدريبي الثامن



علشان ما تتأثر مشاعر أخوي أخفيت
كل مواهبي وقدراتي بس ما في فائدة هو
دايم شاعر بالنقص

*- سجل تعليقك وزملاءك على لسان الطفلة

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

١٠. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين ثم يشكر مشاركاتهم. ويقدم توضيحات لما يصعب فهمه.
١١. يقدم المدرب المعلومة التالية "مهما شعرنا بألم الطفل ذي الاحتياجات الخاصة فإننا لن نستطيع أن نصف شعوره هو". ثم يطلب من المشاركين العمل كثنائيات من أجل عمل لعب دور بحيث يقوم أحد الطرفين بلعب دور طفل معاق يتحدث عن همومه وحاجاته، ويقوم الطرف الآخر بالاستماع له والاهتمام بما يقول محاولاً معرفة هذه الهموم والحاجات.
١٢. يطلب المدرب من المشاركين تمثيل الأدوار أمام المجموعات.
١٣. يناقش المدرب المشاركين أفكارهم ومشاعرهم تجاه الدور الذي قاموا به.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي الثامن



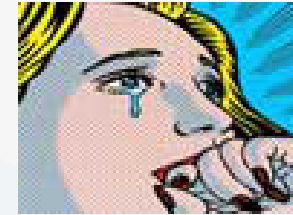
*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان سلمى/الأخت.

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

٦. يستمع المدرب لاستجابات المشاركين ويقدم توضيحاته إذا لزم الأمر.
٧. يقول المدرب يعاني آباء ذوي الاحتياجات الخاصة من الكثير من المشكلات وتصدر عنهم العديد من الأفكار والعبارات التي تدل على مشاعرهم وطريقة تفكيرهم حول وجود هذا الطفل. اقرأ العبارات التالية ثم ناقشها مع أفراد مجموعتك مشيراً إلى أي العبارات استوقفك وتحب أن تساعد هؤلاء الآباء بشأنها.

- زواجي من ابنة عمي هو السبب بولادة هذا الطفل أنا المسؤول عن ذلك.
- إن الله غاضب علي لهذا عاقبني بهذا الطفل.
- لا أحد يعرف ما أشعر به إلا من يجرب الأمر.
- هذا قدرتي وإنها مشيئة الله وأستحمل ذلك.

*- تعليق أم متشائمة



العاديين ويا دوب عارفين يعيشوا كيف
المعاقين

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأم

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

٨. يستمع المدرب لآراء وملاحظات المشاركين ويقدم لهم تغذية راجعة حول الموضوع.
٩. يقول المدرب للمشاركين "ليس فقط الآباء هم الذين يعانون من وجود طفل معاق في الأسرة ولكن الأخوة والأخوات". ثم يتيح مجالاً للنقاش حول الموضوع مركزاً على كيفية مساعدة هؤلاء الأخوة والأخوات لتجاوز الصعوبات التي تمر بهم أثناء تعاملهم مع الأخ المعاق.

*- تعليق على لسان أخت لطفل معاق

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



البرنامج التدريبي الثامن

- اتجاهات سلبية نحو المعاقين

١. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
٢. يناقش المدرب استجابات المشاركين ويقدم لهم تغذية راجعة ثم يناقش معهم الأمور التالية:

- بالاعتماد على دراستك للطرق الإرشادية التي تم بحثها . أي الطرق تبدو أكثر تنظيماً ؟ ولماذا ؟

-أي الطرق الإرشادية قد تكون أفضل لإفراد يتسمون بطبيعة تتميز بالخل والتخوف الكبير من طلب المساعدة من الآخرين أو الخوف من المشاركة الفعالة في العلاقة الإرشادية ولماذا ؟

٤. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
٥. يطرح المدرب الحالة التالية على المشاركين من خلال توزيعها على أوراق عمل لمناقشتها في الجلسة وتسجيل أهم الأمور التي تحتاجها هذه الأسرة.



البرنامج التدريبي الثامن

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: كيف نتعامل مع الآثار المترتبة على وجود طفل معاق في الأسرة

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
 ٢. يقول المدرب: فيما يلي قائمة من الأمور التي يجب الانتباه إليها. راجع القائمة وضع دائرة حول تلك النواحي التي قد تحتاج إلى انتباه وحاول إعطاء أمثلة أو مواقف تظهر حاجتك إلى التحرر من هذه الأمور.
- الشفقة ورثاء الذات

- القرارات المتسرفة

- المزاج المتقلب

- الافتقار لمهارات الاتصال مع الأسر

- التركيز على الذات

- قلة المعلومات

- الحساسية الزائدة



البرنامج التدريبي الثامن

٧. يطلب المدرب من المشاركين تمثيل أدوار لأفراد أسرة الطفل رامي بحيث يلعب أحدهم دور الأخ وآخر دور الأم ثم مناقشة الأمور التالية في مجموعاتهم.

*-كيف شعرت عندما قمت بدور شقيق الطفل المعاق.

*-كيف تصف أهم همومك كأخ للطفل المعاق وكذلك الإحباطات التي تتعرض لها؟

*-كأأم لهذا الطفل المعاق بماذا تشعرين؟

*- ردة فعلك كأأم تجاه الطفل المعاق؟

*- أثر وجود هذا الطفل على الأسرة؟

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي الثامن



ورقة عمل

يبلغ رامي ١٠ سنوات ويعاني من إعاقة عقلية شديدة وشلل دماغي وهو لا يتكلم ولا يمشي ويستخدم طرقاً محدودة لتلبية حاجاته

وفي اللحظة الأولى لمعرفة الأسرة بالضرر الذي أصاب طفلهم فإن غريزة التدليل والحب صدمت بالألم الذي يعانونه وبمرور الوقت والظهور الواضح لعجز رامي بدأت اتجاهات الأسرة تميل إلى الاعتقاد بأن هذا الطفل قد يدمر بقية الأطفال الآخرين؟

.....

.....

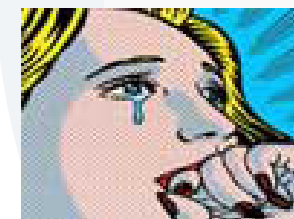
.....

.....

.....

٦. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.

*- تعليق على لسان والد رامي



أجبت الحزينة تفرح ما لقبت إلهها مطرح
زوج مفلس وابن معاق

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان أم رامي

١-

٢-

٣-

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



البرنامج التدريبي الثامن

٨. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
٩. يقول المدرب قد يكون هناك وجهات نظر مختلفة نحو الإعاقة وقد تصدر عبارات عن الآباء تعكس اتجاهاتهم نحو الإعاقة وردود فعلهم أيضاً، ناقش الأمور التالية مع أفراد مجموعتك وسجلوا ملاحظاتهم.

*- "إن الإعاقة ليست شيئاً موضوعياً في الشخص، وإنما هي حكماً يتعلق بالقيمة الاجتماعية".

*- افترض أنك تقوم بإرشاد الأطفال ذوي الإعاقة العقلية الشديدة وقال لك أحد الآباء ((إن لي حياتي الخاصة لأعيشها)) ما المعاني والإشارات التي تعكسها هذه العبارة ؟ وكيف يمكنك الاستجابة لهذه العبارة ؟ ناقش بعض الاستجابات المناسبة وغير المناسبة . وما العوامل التي يجب أن تؤخذ بالاعتبار ؟

١٠. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
١١. يقدم المدرب معلومات للمشاركين عن أهمية تكيف أفراد الأسرة مع الإعاقة التي يعاني منها أحد أفرادها، ويشير إلى أهمية تقديم وسائل المساعدة التي تناسب الإعاقة بحيث تسير أمور الأسرة بشكل أسهل ويوضح أن معرفة ذلك أمر مهم.
- *- مثلاً الطفل ذو الإعاقة البصرية يحتاج لتفعيل حاسة السمع من خلال استعمال وسائل تعليم أو ترفيه داخل الأسرة تعتمد على السمع ...
- *- يطلب المدرب من المشاركين من خلال مجموعاتهم مناقشة وسائل المساعدة التي يمكن تقديمها لأسر الأطفال ذوي الإعاقات الحركية:

السمعية:

البصرية:

١٢. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحات ومعلومات إضافية إن لزم الأمر.
١٣. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم قراءتها والاستجابة لما يرد فيها من تمارين.



البرنامج التدريبي الثامن

ورقة عمل

*- كثير من الآباء يقف عند الإعاقة ويشعر أن الحياة قد توقفت ويرى أن العالم أسوداً ولكن بوجودك أنت وأمثالك من الأخصائيين يمكن لهؤلاء الآباء أن يشعروا بالأمل وخاصة إذا أخبرناهم "أن هذا الطفل المعاق يشعر بالحزن والألم لما هو فيه، وإذا قمنا نحن الآباء برفضه أو التشاؤم لحاله فإننا نزيد الأمر سوءاً". وبدلاً من ذلك دعنا نفكر بطريقة نشعرهم بطفولتهم رغم إعاقاتهم.

ترى ماذا يمكن أن نقدم لتلاعبهم وتسليهم بما يناسب إعاقاتهم.

*- الطفل ذو الإعاقة البصرية:

*- الطفل ذو الإعاقة السمعية:

*- الطفل ذو الإعاقة الحركية:

*- الطفل ذو اضطرابات النطق:

١٤. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
١٥. يوزع المدرب ورقة العمل التالية ويطلب من المشاركين مناقشتها.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: الموهبة والتفوق

الإجراءات

١. يعرض المدرب العبارة التالية حول الموهوبين والمتفوقين ويدير مناقشة مع المشاركين ويستمع لآرائهم وتعليقاتهم حولها، " أدمغة كبيرة فوق أكتاف صغيرة".
٢. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة المعلومات التالية التي يوزعها على بطاقات على المجموعات.
٣. "إن الطفل الموهوب والمتفوق كغيره من بني جنسه لديه حاجات ويعاني من مشكلات ولكن اختلف الباحثون في ذلك فمنهم من يرى أن الموهوب والمتفوق قادر على التعامل مع مشكلاته نتيجة لقدراته العالية، ومنهم من يرى أنه يعاني من مشكلات رغم تميزه وتفوقه".
٣. يعرض المدرب الحالة التالية على المجموعات على أوراق عمل ويطلب منهم قراءتها بتركيز وتسجيل ملاحظاتهم حولها خلال مجموعاتهم.

حالة الطفل ماهر

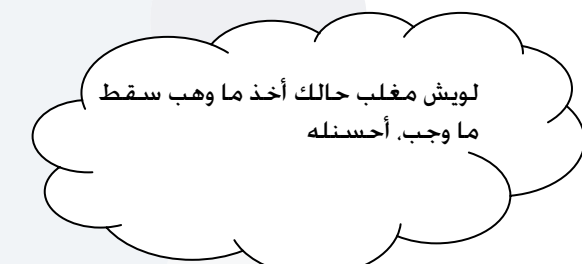
أنا في الصف السابع، أشعر بملل كبير أثناء الحصة، وعندما أرغب بإعطاء معلومات أو طرح فكرة جديدة يقول لي المعلم أسكت واجلس مكانك أعرف أنك بتفهم. وليس هذا فقط بل وفي المنزل أيضاً يعاملني والداي بطريقة تضايقني فأنا الأول في الصف ومتفوق ولا يجب أن أسأل أو أطلب المساعدة من أحد. ومع ذلك فهم دائماً يتفاخرون بي أمام الناس ويغيظون أخوتي وأولاد عمومتي مما جعلهم لا يحبون مصادقتي ويحسدونني. ماذا أفعل ساعدوني؟

ورقة عمل

- *- إن التعامل مع أسر ذوي الحاجات الخاصة أمر يحتاج لتدريب وفهم لحاجات هذه الأسر وكذلك لابد من وجود تعاون ما بين الأخصائيين وهذه الأسر. مع أفراد مجموعتك ناقش الأمور التالية:
- *- إلى أي مدى يجب على المرشد أن يتوقع الفهم الكامل لحاجات أسر ذوي الحاجات الخاصة ؟ ولأي درجة يتوقع المرشد تطور هذا الفهم خلال العلاقة الإرشادية؟

- *- هل من الصواب الافتراض بأن معظم آباء الأطفال ذوي الحاجات الخاصة سيكونون على استعداد للتعاون إذا أحسوا برغبتك في مساعدة أطفالهم؟

- *- تعليق على لسان والد طفل معاق للمرشد



- *- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأب/المرشد

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

١٦. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
١٧. يشكر المدرب على المشاركين على اسهاماتهم ومشاركاتهم.



البرنامج التدريبي الثامن

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان ماهر.

١- _____

٢- _____

٣- _____

٤. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويشكر مساهماتهم.

٥. يناقش المدرب العبارات التالية على لسان آباء ومعلمين لأطفال متفوقين وموهوبين، سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة.
*- لا نتفلسف، بدنا نكمل الحصة.

البرنامج التدريبي الثامن



*- لابد أنك قرأت حالة ماهر لقد تحدثت عن مشكلاته وضغوط كثيرة تواجهه:
*- ضغوط الأهل مثل:

*- ضغوط المعلمين مثل:

*- ضغوط الأخوة مثل:

*- لو كنت مكان ماهر فإنني أشعر بـ

*- لو كان ماهر إبني لقلت:

وفعلت

*- تعليق على لسان ماهر



أريد أباً متفهماً ومعلماً
متعاوناً وصديقاً حقيقياً وأماً
تحمل قلباً حنوناً



البرنامج التدريبي الثامن

ورقة عمل

*- شخصية شعرت أنها موهوبة أو متفوقة يمكن أن أصفه بكلمات مثل:

-----، -----، -----

*- كان يعجبني فيه أنه:

*- تمنيت لو أنني:

*- كان يشكو من:

*- والان لابد أنك تتعامل مع طلبة أو لديك أبناء متفوقون أو موهوبون.

*- كيف تصفهم.

*- ما الأمور التي تختلف معهم فيها.

*- ما هي الأمور التي تحب أن تعرفها عن الموهوبين والمتفوقين كأب.

*- لو قلنا لك أن من أهم مشكلاتهم عدم فهم من حولهم لتفوقهم وموهبتهم وطبيعة حاجاتهم، ماذا تقول أنت؟

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري



البرنامج التدريبي الثامن

*- أنت متفوق كيف بتغلط؟

*- اسكت لسنا بحاجة لأفكارك الغريبة.

*- لسانك بده قص.

*- أنت متفوق لازم تطلع دكتور.

*- معقول متفوق وما بتعرف تحل مشاكلك.

٦. يستمع المدرب لتعليقات وآراء المشاركين.

• والآن لابد أنك قد كونت فكرة جيدة حول المشكلات والصعوبات الأكاديمية والاجتماعية التي يعاني منها الطفل الموهوب والمتفوق. ونخص بالأهمية الآباء. برأيك ما هي الأمور التي ستركز عليها عند التعامل مع آباء هؤلاء الأطفال.

٧. يطلب المدرب من المشاركين العودة للماضي قليلاً وتذكر صديقاً أو أخاً متفوقاً أو موهوباً ويطلب منهم إكمال الفراغات التالية: الواردة في ورقة العمل بالتعاون مع زملائهم.

البرنامج التدريبي

لتعزيز مهارات العاملين في الإرشاد الأسري

٩. يستمع المدرب لآراء وملاحظات المشاركين ويقدم توضيحات إن لزم الأمر.
١٠. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة الفروق في الطريقة التي يقوم بها المرشد بالعمل مع آباء الأطفال الموهوبين مقارنة مع آباء الأطفال المعاقين.

*- هل المهارات الإرشادية في كلتا الحالتين متماثلة ؟

*- وإذا كانت الإجابة بالنفي فكيف يختلفون ؟

١٠. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر.
١١. يطلب المدرب من المشاركين محاولة الانتباه لبعض التحديات الشخصية التي تعيقهم على أن يكونوا مرشدين قادرين على مساعدة أسر ذوي الحاجات الخاصة مثل الأمور التالية ويطلب منهم الإجابة عن الفقرات التالية:

..... أعطي الأولوية لذاتي وحاجاتي على حساب الاهتمام بأسر ذوي الحاجات الخاصة

..... أفكر إلى الأهداف المفعمة بالأمل

..... أركز بشكل أكبر على التحكم بتوقيت الجلسة الإرشادية على حساب الاهتمام بالناحية الانفعالية للأسر ذوي الحاجات الخاصة.

..... لا أهتم ببناء الأمان في علاقتي بالأسر ذوي الحاجات الخاصة

..... لا أتحكم بإخفاء سرعة الإنفعال عندما تطرح الأسرة حاجاتها ومشكلاتها

..... أشعر بأنني غير مستقر حول الطريقة الإرشادية التي أتعامل بها مع الأسر ذوي الحاجات الخاصة

..... أشعر بتقلب مزاجي أثناء الجلسات الإرشادية مع الأسر ذوي الحاجات الخاصة .

..... لا أستطيع إخفاء مخاوفي من وجود طفل ذو حاجات خاصة في عائلتي مستقبلاً

١٢. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحاته إن لزم الأمر، ويشكر مساهماتهم وأدائهم ويجري مناقشة صغيرة حول الورشة التدريبية ومدى الفائدة منها.

*- والآن بعين الأخصائي الذي سيتعامل مع الآباء ما هي الأمور التي ستركز عليها لعمل برنامج لتعليم الآباء من أجل التعامل مع أبنائهم المتفوقين والموهوبين، ناقش ذلك مع أفراد مجموعتك وسجلوا ملاحظاتهم.

*-تعليق على لسان طفل موهوب.



عقلي كبير وإجازاتي
كثير بس أهلي شايفيني
صغير.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الطفل.

- ١-
- ٢-
- ٣-

البرنامج التدريبي التاسع: إرشاد أسر المدمنين على المخدرات

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يتعرف المشاركون على تعريف المخدرات والمصطلحات المرتبطة بتعاطيها وإدمانها.
٢. أن يميز المشاركون بين أنواع المخدرات وأنواع المتعاطين .
٣. أن يناقش المشاركون النظريات المفسرة لتعاطي وإدمان المخدرات .
٤. أن يتعرف المشاركون على أسباب تعاطي وإدمان المخدرات .
٥. أن يميز المشاركون أضرار تعاطي وإدمان المخدرات .
٦. أن يتعرف المشاركون على الأسرة ودورها في تعاطي وإدمان المخدرات.
٧. أن يميز المشاركون أهمية التنشئة الأسرية ودورها في تعاطي المخدرات وإدمانها.
٨. أن يتعرف المشاركون على دور الأسرة في الكشف عن المتعاطين والمدمنين.
٩. أن يناقش المشاركون دور الأسرة في الوقاية من المخدرات.
١٠. أن يتعرف المشاركون على كيفية علاج تعاطي وإدمان المخدرات.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: المخدرات، أنواعها، وأسبابها والنظريات المتعلقة بها

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
 ٢. يبدأ المدرب بالتعريف بنفسه وبالبرنامج التدريبي وأهدافه ويطلب المدرب من المشاركين التعريف بأنفسهم.
 ٣. يطلب من المشاركين كتابة أسمائهم على بطاقات ووضعها أمامهم .
 ٤. يتم تقسيم المشاركين الى مجموعات عمل(للمدرب الحرية في تقسيم المجموعات : حسب الألوان، الأرقام، أسماء الأزهار).
 ٥. يبدأ المدرب بعرض مقدمة تاريخية عن المخدرات.
 ٦. يوزع المدرب أوراق العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم الاستجابة لها على النحو التالي.
- أ- المجموعة الأولى : تبحث في التعريفات الخاصة بالمخدرات.
- ب – المجموعة الثانية تبحث في المصطلحات المرتبطة بتعاطي وإدمان المخدرات.
- ج – المجموعة الثالثة : تبحث في أنواع المخدرات.
- د- المجموعة الرابعة : تبحث في أنواع المتعاطين .

ورقة عمل

المجموعة الأولى:

قدمت جهات متعددة تعريفات للمخدرات , بالتعاون مع مجموعتك قدموا تعريفكم الخاص بالمخدرات.

المجموعة الثانية :

يرتبط بتعاطي وإدمان المخدرات عدد من المصطلحات المتخصصة، شارك زملائك في المجموعة وحدد المصطلحات المرتبطة بالتعاطي والإدمان.

المجموعة الثالثة :

للمواد المخدرة تصنيفات متعددة وحسب أسس معينة، أذكر هذه التصنيفات بالتعاون مع أعضاء مجموعتك.

المجموعة الرابعة :

يقال أن المتعاطين يختلفون عن بعضهم البعض من حيث البدء بالتعاطي والاستمرار في هذا السلوك، ناقش هذه العبارة مع زملائك في المجموعة مبينا صحتها.

٧. يعطي المدرب المجموعات الوقت الكافي لأوراق العمل.
٨. تختار كل مجموعة مقررا لها ليعرض ما توصلت له المجموعة من أفكار تتعلق بالمهمة.
٩. يقوم المدرب بالتعليق على ما توصلت له المجموعة ويذكر الجوانب التي أغفلتها المجموعة ويتم ذلك مع بقية المجموعات.
١٠. يقوم المدرب بعرض مادة توضح الإجابة النموذجية لأوراق العمل.
١١. يقدم المدرب معلومات حول وجود نظريات مختلفة فسرت التعاطي والإدمان.
١٢. يطلب المدرب من المشاركين الاستجابة لورقة العمل التالية:

ورقة عمل

النظريات التي فسرت تعاطي المخدرات

*- لقد قمنا باستعراض النظريات النفسية والاجتماعية التي فسرت تعاطي المخدرات. برأيك ما هي النظرية التي تشعر أنك تؤيدها أكثر من غيرها؟ لماذا؟

١٣. يقوم المدرب باستعراض النظريات والتركيز على التفسير الخاص بالتعاطي والإدمان ويوزع ذلك على شكل بطاقات على المجموعات.
١٤. يقوم المدرب بتقسيم المشاركين الى مجموعات ويوزع أوراق عمل تتضمن حالة تورطت بالمخدرات ويطلب من كل مجموعة استخراج الأسباب المؤدية للإدمان حسب الحالة التي تدرسها كل مجموعة.

ورقة عمل

أسباب تعاطي المخدرات

المجموعة الأولى:

*- سامي شاب يبلغ من العمر ثلاثين عاما متزوج ويعمل خارج الوطن، استطاع جني ثروة كبيرة من أعماله التجارية. في إحدى الإجازات عند عودته التقى بصديق قديم وعرف هذا الصديق عن أعمال سامي التجارية ووضع المادي، عرض عليه هذا الصديق الالتقاء بمجموعة الأصدقاء القدماء فرتب سهرة قدمت في آخرها مادة وطلبوا منه تجربتها، بعد عدة جلسات شعر بحاجته لهذه المادة وبدأ هو بالبحث عن هذا الصديق.
بعد قراءة الحالة شارك زملاءك في المجموعة بالإجابة عن الأسئلة التالية :
*- ما السبب وراء دخول سامي في عالم التعاطي والإدمان على المخدرات ؟

*- برأيك ما هي أسباب دخول الأفراد في عالم المخدرات ؟

*- ما الأساليب التي يتبعها المروجون للإيقاع بضحاياهم ؟

*-تعليق على لسان سامي



يا ريتني ما رحت معهم.
بس كلمة يا ريت ما
بتعمر بيت

*-سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان سامي.

- ١-
- ٢-
- ٣-

ورقة عمل

أسباب تعاطي المخدرات

المجموعة الثانية:

تعرض سليم لحادث سير أدى إلى إصابته بجروح شديدة احتاج على إثرها لعملية جراحية، واستدعى علاجه استخدام مواد طبية مخدرة، استمر سليم في استخدام هذه المواد على مسؤوليته ليتخلص من الألم إلا أنه اكتشف بعد فترة عدم قدرته على الانقطاع عن هذه المادة .
بعد قراءة الحالة شارك زملاءك في المجموعة بالإجابة عن الأسئلة الآتية :
*- ما السبب المباشر لدخول سليم في حالة تعاطي وإدمان المواد المخدرة ؟

*- برأيك هل هناك أسباب أخرى تدفع الأفراد لتعاطي وإدمان المخدرات؟

ورقة عمل

أسباب تعاطي المخدرات

المجموعة الثالثة:

فؤاد شاب يبلغ من العمر خمسة عشر عاما يعيش في أسرة مؤلفة من عشرة أفراد، الوالد فيها عاطل عن العمل مما اضطر فؤاد لترك المدرسة والالتحاق بورشة لتصليح ودهان السيارات، أثناء عمله في الورشة يتعرض لاستنشاق المواد الطيارة التي كانت تعطيه الإحساس بالخدر مما دفعه إلى شراء هذه المادة والاحتفاظ بها لاستنشاقها .
بعد قراءة الحالة شارك زملاءك في المجموعة بالإجابة عن الأسئلة الآتية :
*- ما السبب وراء دخول فؤاد عالم تعاطي وإدمان المواد الطيارة؟

*- ما عوامل الخطورة المرتبطة بحالة فؤاد؟

*- تعليق على لسان فؤاد يتحسر على وضعه



رضينا بالهم والهم
مش راضي فينا

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان فؤاد

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

- ١٤ . يحدد المدرب الوقت اللازم لعمل المجموعات .
- ١٥ . تختار كل مجموعة مقررا لها يقوم باستعراض ما توصلت له مجموعته .
- ١٦ . يقوم المدرب باستعراض ما توصلت له المجموعات ويذكر الأسباب المؤدية للإدمان .
- ١٧ . يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم وإنجازاتهم.

ورقة عمل

أضرار تعاطي المخدرات المرتبطة بصحة الفرد

*- اقرأ الحالة التالية:

زهير يبلغ من العمر (١٨) عاماً يتعاطى المخدرات منذ ثلاثة أشهر وقد أثر ذلك عليه حيث لم يعد يهتم بنفسه كالسابق، وبدى عليه هزال في الجسم واصفرار في الوجه واحمرار العينين. وأصبح قليل التركيز، وعصبي المزاج، وتراجع وزنه عن السابق.
*- من خلال حالة زهير فإن الأضرار الصحية تتمثل بـ:

*- وهناك أضرار نفسية مثل:

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: أضرار المخدرات، ودور الأسرة والرعاية الوالدية وعلاقتها بالتعاطي

الإجراءات:

١. يقوم المدرب بتقسيم المشاركين إلى مجموعات.
٢. يقدم المدرب معلومات حول وجود أضرار ناجمة عن تعاطي المخدرات على الفرد والأسرة والمجتمع.
٣. يقوم المدرب بتوزيع أوراق العمل التالية حيث تتناول كل مجموعة جانباً محدداً من الأضرار ويحدد الوقت اللازم لعمل المجموعات.

ورقة عمل

الأضرار في الجوانب الاجتماعية لتعاطي المخدرات

*- اقرأ الحالة التالية:

منذر كان مميزاً بعلاقاته وشعبيته في المدرسة لكن وبعد أن تبين أنه أصبح يتعاطى المخدرات أصبح يقضي الكثير من الوقت لوحده في غرفته ولم يعد يهتم بعلاقاته الاجتماعية كالسابق، وكذلك لا يرغب بمشاركة الأسرة في مناسباته أو الرحلات العائلية. كثير الشكوى والتذمر من اهتمام الوالدين به وسؤالهم عن دراسته.

*- من حالة منذر يتضح أن الجاني الاجتماعي في حياته قد تأثر من خلال:

*- هل تعتقد أن هناك أمور أخرى تتعلق بالجانب الاجتماعي في حياة المدمن تتأثر بإدمانه؟

ورقة عمل

أضرار تعاطي المخدرات على المجتمع

*- لا تقتصر الأضرار المترتبة على تعاطي وإدمان المخدرات على الأفراد فقط، بل تتعدى ذلك لتؤثر على حياة المجتمع. من خلال مشاركتك لأفراد المجموعة، وضح الأضرار التي سيعاني منها المجتمع نتيجة لتعاطي بعض أفرادهم للمخدرات.

٤. تقدم كل مجموعة ما توصلت له من خلال المقرر.

٥. يقوم المدرب بالتعليق على ما توصلت له المجموعات ويسأل المجموعات إن كان لديهم أي إضافة.

٦. يركز المدرب على أهمية الأسرة في حياة الفرد بشكل عام وحياة الفرد المدمن بشكل خاص ويوضح أثر أسلوب الرعاية الوالدية في وجود استمرار الإدمان أو الوقاية من تعرض أفراد الأسرة لتعاطي المخدرات أو الإدمان عليها.

٧. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات بواقع ورقة لكل مجموعة ويطلب من المشاركين مناقشة محتواها والاستجابة لما يرد بها وتقديم تغذية راجعة.

ورقة عمل

الأسرة

- * أنت كمتدرب تعيش في أسرة وفي حالة كونك متزوجاً ستكون قد جئت من أسرة والآن أنت تكون أسرة أخرى. من خبرتك وبالتعاون مع زملائك في المجموعة.
- * ماذا تقدم للأسرة أي بكلمات أخرى برأيك ما هي وظيفة الأسرة؟

* تتكون أسرتي من:

* وأسرة زميلي من:

* هذا يعني أن الأسر تظهر بأشكال منها:

- ١- الأسرة
- ٢- الأسرة
- ٣- الأسرة
- ٤- الأسرة
- ٥- الأسرة
- ٦- الأسرة

ورقة عمل

أنماط الرعاية الوالدية وعلاقتها بتعاطي المخدرات

- * توجد أنماط مختلفة للرعاية الوالدية، اقرأ الأمثلة التالية وحاول التعرف على نمط الرعاية المستخدم بالتعاون مع زملائك.
- * السيد شديد كثير التهديد والوعيد لأبنائه. وعندما يتحدث معهم فهو دائماً يأمر وينهى وعلى الأبناء السمع والطاعة. لا يهتم بحاجات أبنائه أو مشكلاتهم مما جعل ابنه الأكبر وهو يبلغ من العمر (١٧ عاماً) الإدمان على المخدرات.
- * نمط الرعاية الوالدي هو:

* أدى هذا النمط لإدمان الابن بسبب:

- * السيد سامر والسيدة سمر لديهم اهتمامات كثيرة ومشغل كبيرة أبعدهما عن المنزل حتى أنهما لا يعرفان أو يميزان أعمار أبنائهم. ويعاني الأبناء من عدم اهتمام الأب والأم بهم. هذا الأمر أدى لأن يتعلق ابنهم الأكبر برفاقه الذين دفعوه ليجرب المخدرات لكي يشعر بالراحة والسعادة.
- * إن نمط الرعاية الوالدية المتبع هو:

* أدى هذا النمط لإدمان الابن بسبب:

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: الكشف عن التعاطي داخل الأسرة وكيفية الوقاية من التعاطي، كيفية التعامل مع المدمن في الأسرة وطرق علاج الإدمان.

الإجراءات:

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
٢. يقدم المدرب معلومات حول وجود مؤشرات تساعد الأسرة على معرفة احتمالية وجود متعاطي داخل الأسرة.
٣. يوزع المدرب أوراق عمل على المجموعات ويطلب من كل مجموعة مناقشة موقفاً أسرياً وتسجيل ملاحظاتهم وتعليقاتهم.

ورقة عمل

دور المناخ الأسري في التوجيه نحو المخدرات

*- يشعر فريد بأنه يعيش وحيداً رغم تواجده داخل أسرته ، حيث لا يوجد تواصل بين أفراد الأسرة. العلاقة بين والديه شبه مقطوعة ، وإذا اجتمع الاثنان فإن الشجار والخلاف يعم أرجاء المنزل ، فبدأ فريد بالبحث عن مخرج له من هذا المناخ المزعج فكان ذلك طريق المخدرات.

*- يلعب المناخ الأسري دوراً في توجيه فريد نحو المخدرات.

*- المناخ الأسري المولد للإدمان يتسم؟

٨. تستعرض كل مجموعة ما توصلت له من خلال مقرر المجموعة.
٩. يقوم المدرب بالتعليق على الإجابات ويقدم ملخصاً مترابطاً حول الأسرة ودورها في حدوث التعاطي والإدمان.

ورقة عمل

الكشف عن وجود تعاطي المخدرات في الأسرة

المجموعة الاولى:

- * أثناء تنظيف الأم لغرفة أحد أبنائها وجدت بعض المواد والأدوات الغريبة التي لم ترها من قبل، وبالبحث والمتابعة عرفت الأم أن هذه المواد والأدوات ترتبط بتعاطي المخدرات .
- شارك أعضاء مجموعتك في النقاش حول :-
- المؤشرات على وجود متعاط داخل الاسرة ؟
- مؤشرات أخرى تدلل على تورط الأبناء بتعاطي المخدرات.

المجموعة الثانية:

- * لاحظ الأب تكرار تأخر أحد أبنائه في العودة للمنزل ، كما لاحظ كثرة المكالمات الهاتفية من أشخاص غير معروفين للأسرة يطلبون فيها الاتصال بهذا الابن ، من خلال مشاركتك زملائك في المجموعة بين:
- المؤشرات الدالة على تعاطي هذا الابن للمخدرات .
- هل يوجد مؤشرات أخرى تدلل على تورط الأبناء بتعاطي المخدرات؟

المجموعة الثالثة:

- يقع على عاتق الأسرة الدور الكبير في حماية ووقاية أبنائها من خطر تعاطي وإدمان المخدرات . ناقش أعضاء مجموعتك في الأمور الآتية :-
- مفهوم الوقاية ومراحلها .
- كيف تعمل الأسرة على وقاية الأبناء من خطر المخدرات ؟

٤. تبدأ المجموعات باستعراض ما توصلت له من خلال مقرر المجموعة.
٥. يقوم المدرب بالتعليق على الإجابات التي قدمتها المجموعات ويفتح باب الحوار والمناقشة.
٦. يوضح المدرب للمشاركين أنه بعد اكتشاف فرد مدمن على المخدرات في الأسرة فإن هذه الأسرة تمر بأوضاع مختلفة ويصدر عن أفرادها ردود فعل مختلفة.
٧. يناقش المدرب مع المشاركين أهم ردود الفعل هذه ويقوم باستعراض تلك الردود أمام المشاركين على شاشة العرض.
٨. يركز المدرب على أنه ورغم ظهور ردود الفعل المختلفة إلا أن هذه الأسرة بحاجة لمساعدة من أجل التكيف مع الوضع وكذلك محاولة الخروج مما وصلت إليه.
٩. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم مناقشة ما بها وتسجيل استجاباتهم.

ورقة عمل

*- يؤدي وجود فرد متعاطٍ للمخدرات إلى قيام الأسرة بعدد من ردود الفعل، ناقش مع زملائك في المجموعة ردود الفعل المتوقعة من الأسرة تجاه تعاطي أحد أفرادها للمخدرات .

*- إن وجود فرد متعاطٍ للمخدرات في الأسرة يتطلب منها القيام ببعض الخطوات لمساعدة ابنها المتعاطي في تجاوز هذه المشكلة .
شارك زملاءك في المجموعة في طرح بعض الأفكار التي تساعد الأسرة في التعامل مع الابن المتعاطي للمخدرات .

- ١٠ . يستمع المدرب لتعليقات وملاحظات المشاركين ويقدم توضيحاته للأمور التي يصعب فهمها ويعرض أهم الأمور التي يمكن أن تقدمها الأسرة لمساعدة ابنها المتعاط.
- ١١ . يبين المدرب أهمية علاج الأفراد المتعاطين وضرورة اقتناع الأسرة بذلك وكذلك حث وتشجيع الابن المتعاطي مع ذلك.
- ١٢ . يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم تقديم تغذية راجعة بالتعاون مع زملائهم في المجموعة.

ورقة عمل

علاج الإدمان

*- من المعروف أن هناك أكثر من طريقة لعلاج المتعاطين والمدمنين على المخدرات لمساعدتهم في التخلص من المخدرات . شارك زملاءك في المجموعة في مناقشة الطرق المستخدمة في علاج تعاطي وإدمان المخدرات.

*-تعليق لأم فقدت ابنها بسبب الإدمان



ربيته كل شبر بنذر وبعد ما كبر راح مني
في شهر وكل هذا لأنني فكرت ابني كبير.
وما عاد بده مين يحكيو قبل ما تخطي
أي خطوة فكر

*-قدمت الأم رسالة لنا أذكرها.

البرنامج التدريبي العاشر: مهارات إرشاد أسر كبار السن

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يدرك المشاركون أهمية مرحلة كبر السن ومشكلاتها.
٢. أن يتعرف المشاركون على واقع كبار السن واحتياجاتهم في الأردن.
٣. أن يتعرف المشاركون على ما هية مرحلة كبر السن وبداياتها وأسباب تزايد أعداد كبار السن.
٤. أن يتعرف المشاركون على مراحل النمو حسب النظرية الاجتماعية النفسية.
٥. أن يتعرف المشاركون على مظاهر النمو.
٦. أن يتعرف المشاركون على حاجات ومطالب النمو لمرحلة الكبر.
٧. أن يتعرف المشاركون على أهداف إرشاد كبار السن وأسرههم.
٨. أن يتعرف المشاركون على خدمات الإرشاد المقدمة لكبار السن.
٩. أن يتعرف المشاركون على ما هية الإرشاد الأسري وفنائه وتطبيقاته في مجال خدمة كبار السن.
١٠. أن يتعرف المشاركون على المشكلات التي يعاني منها كبار السن.
١١. أن يتدرب المشاركون على الأساليب السلوكية والمعرفية في تعديل سلوك كبار السن وذويهم.
١٢. أن يتعرف المشاركون على المضامين والتطبيقات الإرشادية للنمو النفسي لدى كبار السن.

*-سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الأم

١-

٢-

٣-

١٣. يستمع المدرب لمشاركات المجموعات ثم يقوم بعرض أهم الطرق العلاجية وكيفية معالجة

الإدمان على شاشة العرض.

١٤. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم ثم يدير مناقشة صغيرة حول مدى الفائدة الممكنة من الورشة التدريبية.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: كبار السن

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول مرحلة كبار السن ثم يركز على أهمية التعامل مع المسنين بطريقة إيجابية ويركز على أهمية مهارات إرشاد أسر كبار السن.
٢. يناقش المدرب مع المشاركين أهمية التدريب على مهارات إرشاد أسر كبار السن كمهارات اجتماعية حياتية.
٣. يعرض المدرب التعريف التالي على شاشة العرض ثم يطلب من المشاركين مناقشته مع مجموعاتهم.

«مرحلة الكبر هي المرحلة العمرية الأخيرة للإنسان، والتي تحدد بدايتها بإحالة الفرد على التقاعد عند بلوغه سن (65) أو (70) عاماً . كما تعرف بأنها التراجع التدريجي للقدرة الحيوية في الجسم الذي ينتهي بالموت».

٤. يناقش المدرب استجابات وملاحظات المشاركين.
٥. يوضح المدرب للمشاركين أن الاحساس بالهرم أو الكهولة أمرًا شخصيًا يختلف من فرد إلى آخر بعد سن التقاعد الرسمي ، ناقش ذلك مستشهداً بأمثلة من الشخصيات الإنسانية في الماضي والحاضر مطبقاً ذلك على ورقة العمل التالية:

ورقة عمل

كبار السن

-* لا بد وأنك تعرف جاراً أو قريباً أو ربما لديك جداً أو والداً كبيراً في السن) فوق ٧٠ عاماً (يمكنك وصفه بـ:

-* أتذكر موقفاً أثار إعجابك به رغم كبر سنه؟

-* عندما تكبر أتحب أن تكون مثله؟ لماذا؟

-* كثيراً ما نسمع شيخ الشباب ما رأيك؟ هل دار بذهنك شخص معين حدثنا عنه؟

-* تعليق على لسان مُسنٍ معجب بنفسه



الشباب شباب القلب

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان هذا المُسن.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٦. يعرض المدرب المعلومة التالية على شاشة العرض ويطلب من المشاركين تسجيل ملاحظاتهم.

لقد بلغ عدد كبار السن (60 سنة فأكثر) في العالم عام 2006 حوالي (688) مليون ، ومن المتوقع أن يصل عددهم الى ملياريين بحلول عام 2050 ، مما سيؤدي إلى زيادة عدد كبار السن عن عدد الأطفال دون 15 من العمر وهذا يعني ضرورة وجود اهتمام ورعاية بهم بشكل أفضل.

٧. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين.
٨. يوضح المدرب للمشاركين أن أساليب التربية التي تعرض لها كبير السن في مرحلة الطفولة والتي تهيء للانطواء والعزلة وفقدان الثقة بالنفس لاحقاً ، ويعرض أمثلة على ذلك ثم يطلب من المشاركين مناقشة ذلك في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.
٩. يناقش المدرب استجابات وملاحظات المشاركين.
١٠. يقدم المدرب معلومات حول مرحلة كبار السن كأحد المراحل النمائية لها خصائص معينة ، ويركز على مراحل اريكسون للنمو النفسي والاجتماعي ويقول أن المسنين يمرون بمرحلة التكامل مقابل اليأس عند اريكسون.
١١. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم قراءتها وتسجيل ملاحظاتهم.

ورقة عمل

مرحلة اليأس مقابل التكامل

*اقرأ الحالة التالية جيداً:

*السيد وحيد يبلغ من العمر ٧٥ عاماً (يعيش وحده رغم كثرة أولاده ، فلا يوجد من يهتم به أو يحترمه . حتى لا يجد المال الذي يعيش به . مما دفعه لأن يحصل على المال عن طريق التسول .
*يشعروني هذا الموقف بـ:

*يمكن تفسير ما حصل لوحيد بأنه:

*كيف يمكن مساعدة وحيد؟

ورقة عمل
مرحلة التكامل مقابل اليأس

*اقرأ الحالة التالية جيداً:

*السيد ماجد رغم تقدمه في السن حيث يبلغ من العمر ٧٦ عاماً (إلا أنه ما زال يترك بصماته في كل مكان، و يصر على أن يستمر في التأليف وانتاج أروع الكتب ليهدئها لأحفاده أطال الله عمره وزاده من نعمه.

*يشعروني هذا الموقف بـ:

*يمكن تفسير ما حصل مع السيد ماجد بـ

*كيف تحب أن تكون عندما تبلغ الـ ----- من عمرك؟

*لقد قرأت الحالتين والآن برأيك كيف تسهم الأسرة في تحقيق الصحة النفسية لكبير السن في مرحلة التكامل مقابل اليأس؟

١٢. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين.

١٣. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم وإنجازاتهم.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: مظاهر النمو/حاجات ومطالب النمو للمسنين

الإجراءات

١. يعرض المدرب الفقرة التالية على شاشة العرض.

إن مظاهر النمو في مرحلة الكبر عبارة عن مجموعة من التغيرات الجسمية والنفسية التي تحدث بعد مرحلة الرشد ومع تقدم العمر على اعتبار أن مرحلة الكبر هي الحلقة الأخيرة في الحياة.

٢. يناقش المدرب مع المشاركين مظاهر النمو الجسدي والعقلي والاجتماعي والإنفعالي لمرحلة الكبر، ويقوم بإعطاء أمثلة على ذلك.

٣. يقول المدرب "إن مظاهر النمو المختلفة تنمو كوحدة متماسكة في انسجام وتوافق لشخصية الفرد كبير السن" ثم يعرض أمثلة عن مدى تأثر وتأثير جوانب النمو المختلفة ببعضها.

*- الضعف الجسدي يؤثر على التفاعل الاجتماعي والعلاقات.

*- ضعف الذاكرة يتأثر ويؤثر بالتفاعل الاجتماعي والعلاقات.

٤. يطلب المدرب من المشاركين من خلال مجموعاتهم تسجيل أمثلة أخرى وعرض مواقف توضح ذلك.

٥. يطلب المدرب من المشاركين التفكير أو تذكر شخص كبير في السن تعاملوا معه ، ويطلب منهم الحديث عن جوانب النمو المختلفة لديه (الجسمية ، والعقلية ، والاجتماعية ، والانفعالية) واصفا مشاعره وسلوكه.

٦. يقدم المدرب معلومات عن وجود حاجات ومطالب للنمو لكبار السن ، والعواقب التي تترتب على إحباط كل حاجة منها ، ثم يعرض هذه الحاجات ومطالبها على شاشة العرض أمام المشاركين ويوزعها على شكل بطاقات على المجموعات ويطلب منهم مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.

٧. يناقش المدرب استجابات وملاحظات المشاركين.

٨. يوزع المدرب ورقة العمل التالية حول حاجات ومطالب النمو لكبار السن.

ورقة عمل

حاجات ومطالب النمو لكبار السن

*- اقرأ الحالة التالية جيداً:

يقول أحد المسنين: مر العمر سريعاً كنت أستعرض سنوات حياتي لأرى ما فيها أجد نفسي أستعرض لقطات من فلم ربما لا يزيد عن ساعتين. يمر في أحداث كثيرة منها المفرحة ومنها المحزنة. كنت شاباً يافعاً ممتلئاً بالحيوية والنشاط وهكذا سارت الأيام إلى أن صرت شيخاً كبيراً. ولكن عندما كنت شاباً كان الجميع يراني ويهتم بي وأنا كذلك ولكن الآن أحس أنني أرى الجميع ولا أحد يراني. ربما يقولون ”ماذا يريد من الحياة بعد“، ”عاش عمره بطوله وعرضه“، لو يعطينا شوي من عمره“. لكن هل وضعوا أنفسهم مكاني أي تشعر أن عمرك وراءك وليس أمامك. أن تشعر أنك ستفارق من تحب من الناس، أن تشعر أنك لا تستطيع أن تلبي حتى احتياجاتك الشخصية بنفسك. من قال لكم أنني لست بحاجة لشيء بل عليكم أن تعلموا أنني أحتاج وأحتاج وأحتاج.

*- كيف تشعر بعد قراءة هذه الحالة؟

*- يحتاج هذا المسن لأمر كثيرة منها؟

*- ورد في الحالة الحديث عن مشاعر كثيرة لدى المسن.

*- لابد أنك تخيلت نفسك مكانه أو فكرت للحظة بذلك، بماذا تشعر؟

*- ماذا تتمنى لنفسك في آخر عمرك؟

*- هذا المسن لا يحتاج فقط لأمر مادية بل لديه حاجات نفسية وهو يشعر بالتغير ليس فقط الجسدي بل النفسي ناقش ذلك مع مجموعتك.

*-تعليق على لسان أحد المسنين

١١. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويتيح مجالاً لتبادل المجموعات بالحوار ثم يقدم توضيحاته للأمور التي يصعب فهمها.
١٢. يركز المدرب على أن المرشد الأسري له دور إيجابي وفعال في التعامل مع الأسرة وكذلك كبار السن، ولكن لا بد أن يتصف بصفات شخصية تؤهله لذلك. ويفتح مجالاً لنقاش هذا الأمر مع المشاركين ويستمع لتعليقاتهم ثم يعرض مادة على شاشة العرض حول أهم صفات وخصائص المرشد الأسري الفعال الذي يتعامل مع كبار السن.
١٣. يقول المدرب "كبار السن يحبون الحديث عن ذكرياتهم والقصص والمواقف الشخصية لهم عندما كانوا صغاراً ولكن قلما يستمع لهم الآخرون" ولكن استماعك أنت لهم كمرشد أو أخصائي أو ابن له قيمة كبيرة لديهم، تذكر موقفاً لك مع أحد كبار السن الذي كان يتحدث وأنت لم تسمع له/أو سمعت له. ثم قم بتمثيل ذلك مع أحد أفراد مجموعتك (دور المسن والمستمع).

*- كمسن بماذا تشعر عندما استمع لك الشخص الآخر؟

*- كمسن بماذا تشعر عندما لا يستمع لك الشخص الآخر؟



مر العمر وانحنى الظهر وضعف البصر
والدعاء لرب البشر يرحمنا آخر العمر

*-قدم لنا هذا المسن العديد من خصائص المسنين هي:

*-سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان المسن

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٩. تناقش كل مجموعة ما توصلت له حول ورقة العمل وتبادل المجموعات الحوار والنقاش ثم يقدم المدرب توضيحات لما يصعب فهمه.
١٠. يتحدث المدرب عن أهمية المرشد ودوره في التعامل مع الآخرين ثم يطلب من المشاركين مناقشة الأمور التالية من خلال مجموعاتهم.

*- تأمل أسلوبك كمرشد في التعامل مع الآخرين ، لاحظ الى أي مدى تظهر خصائص المرشد الفعال لديك أثناء تعاملك مع الناس :-

*- ما الخصائص التي تشعر أنها موجودة لديك؟

*- ما الخصائص التي تشعر أنها ليست موجودة لديك ، وكيف يمكنك أن تعمل على تنميتها؟

ورقة عمل
مشكلات المسنين

- *- يواجه المسنون مشكلات:
- *- الجسمية الصحية مثل:

*- تؤثر هذه المشكلات على المسنين ومن يعيشون معهم، كيف يمكن التكيف مع ذلك؟

*- يواجه المسنون مشكلات عقلية مثل:

*- تؤثر هذه المشكلات على المسنين ومن يعيشون معهم، كيف يمكن التكيف مع ذلك؟

*- يواجه المسنون مشكلات اجتماعية وانفعالية مثل:

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: مشكلات كبار السن

الإجراءات

١. يقدم المدرب معلومات حول وجود مشكلات خاصة بكبار السن لها علاقة بالجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية ويقوم بتوزيع أوراق عمل على المجموعات حول هذه المشكلات ويطلب منهم مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.

*- تؤثر هذه المشكلات على المسنين ومن يعيشون معهم كيف يمكن التكيف مع ذلك؟

٢. يناقش المدرب استجابات وملاحظات المشاركين ثم يعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض
٣. يعرض المدرب الحالة التالية على شاشة العرض ويوزعها على بطاقات على المجموعات ويطلب من المشاركين مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.

”محمد يبلغ من العمر سبعين عاماً ، يعاني من مرض السكري وتصلب الشرايين ينسى ولا يتذكر الأحداث سوى القديم منها ، هادئ أحياناً ، كثير الحركة والتجوال أحياناً وعدواني غالباً، يسأل ويكرر المعلومات ذاتها ، يخاف النوم لوحده ، يكره رؤية الآخرين سوى عدد قليل ممن يعرفهم في البيت ، ويعاني من هشاشة العظام ، لا أحد يهتم به من أسرته ، بل يخلون من وضعه مما حدا بهم إلى فصله في غرفة لوحده فقط ، يتم إطعامه ثم إغلاق الباب عليه. لا احد يتواصل معه يشعر بالوحدة والاكتئاب وعدم الشعور بالانتعاش والسرور ، إضافة إلى عدم قيامه بأية أنشطة واهتمامات سوى تناول وجبات الغذاء والذهاب إلى النوم في المواعيد المحددة ، يشعر بعدم جدوى الحياة، يشكو من ضعف الذاكرة وقلة الانتباه والنسيان والإحساس بالخوف وقرب النهاية والموت ، دائم الشكو والتذمر ، كما لاحظت عدم تواصل أسرة أبو محمد معه“.

*- يعاني محمد من مشكلات هي:

*- حدد المشاعر والانفعالات التي تتعايش بها الشخصية وما أثر ذلك على حياة محمد وأسرته؟

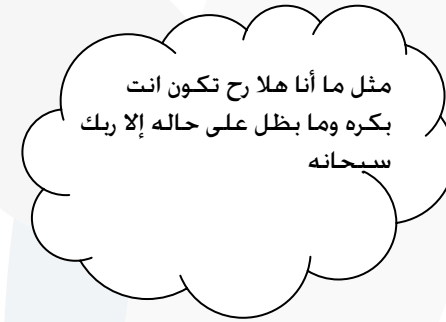
*- كيف يمكن مساعدة محمد وأسرته على مواجهة مشكلاته مبينا فيها الاجراءات الوقائية والعلاجية السلوكية والمعرفية المستخدمة فيها؟

٤. يناقش المدرب استجابات وملاحظات المشاركين ثم يعرض الإجابة النموذجية على شاشة العرض.
٥. يبين المدرب إمكانية تقديم الإرشاد لذوي كبار السن وكذلك للمسنين أنفسهم وذلك لمساعدتهم على التكيف، والتعامل مع المشكلات المختلفة ويوزع على المشاركين ورقة العمل التالية ويطلب منهم مناقشتها.

ورقة عمل

*- هناك مشكلات اجتماعية ونفسية أخرى يعاني منها كبار السن وتنشأ من سوء ظروف الحياة مع الأبناء المتزوجين ، ناقش ذلك.

*-تعليق على لسان أحد المسنين لابنه العاق



*-قدم لنا هذا المسن حكمة أذكرها؟

*-سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان المسن

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- كأخصائي ماذا يمكن أن تقدم لهذا المسن؟

*- كيف يمكن أن نساعد مثل هؤلاء الأبناء على التعامل مع آبائهم المسنين؟

٦. افترض أنك تعمل في مؤسسة مع المسنين وتريد أن تعد برنامجاً لهم لابد أنك ستركز على أمور عدة منها:

- الجانب الصحي.
- الجانب الاجتماعي
- الجانب الانفعالي
- الجانب العقلي

*- قم مع أفراد مجموعتك بإعطاء أمثلة توضيحية لكل جانب من الجوانب وتسجيل ذلك من أجل مناقشته.

٧. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين ويقدم لهم تغذية راجعة.

٨. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم وإنجازاتهم.

٩. يدير المدرب مناقشة صغيرة مع المشاركين حول الفائدة من الورشة التدريبية.

البرنامج الحادي عشر: مشكلات العلاقة الزوجية وأساليب المساعدة فيها

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يتعرف المشاركون إلى معنى الزواج وأهدافه.
٢. أن يميز المشاركون مفهوم التكيف الزوجي.
٣. أن يتعرف المشاركون على العوامل المؤثرة في التكيف الزوجي.
٤. أن يتعرف المشاركون على أهم الضغوط التي يتعرض لها الأزواج.
٥. أن يناقش المشاركون أسباب الصراع بين الزوجين.
٦. أن يميز المشاركون كيف يشعر الأزواج خلال الصراعات.
٧. أن يتدرب المشاركون على أهم المهارات التي يحتاجها الزوجين.
٨. أن يطبق المشاركون مهارات مختلفة تساعد الأزواج على التكيف.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: التكيف الزوجي والضغوط الزوجية

الإجراءات :

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يناقش المدرب مع المشاركين مفهوم الزواج وأهميته.
٣. يقدم المدرب معلومات حول وجود أهداف للزواج ويطلب من المشاركين تسجيل ما يعرفون من أهداف للزواج.
٤. يناقش المدرب مع المشاركين إجاباتهم .
٥. يقول المدرب أن الزواج هو تغير في حياة الأفراد ويحتاج لتكيف.
٦. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة مفهوم التكيف الزوجي ومظاهره وتسجيل إجاباتهم.
٧. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها .
٨. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة .
٩. يطلب المدرب من المشاركين المتزوجين تذكر الأيام الأولى في حياتهم الزوجية، ولا بد أنها كانت جميلة ولكن صعبة، ويتيح لهم الفرصة للتعبير عن الصعوبات التي واجهتهم. وكيف تعاملوا معها.
١٠. يركز المدرب على وجود عوامل تساعد الزوجين على التكيف ثم يطلب من المشاركين مناقشة العوامل المؤثرة في التكيف الزوجي وتسجيل إجاباتهم.
١١. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها .
١٢. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة .
١٣. يناقش المدرب إستجابات المشاركين .

١٤. يعرض المدرب أهم الضغوط التي يتعرض لها الزوجان .

١٥. يتحدث المدرب عن تعرض الزوجين لضغوط مختلفة في حياتهما الزوجية ثم يطلب من المشاركين إكمال الجملة التالية التي يعرضها على شاشة العرض «لا بد أنك واجهت كزوج/زوجة ضغوطاً في حياتك مثل:

١٦. يعرض المدرب الفقرة التالية على شاشة العرض أمام المشاركين ويوزعها على أوراق على المجموعات ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية.

يبدأ الزوج والزوجة علاقتهما الزوجية وكل منهما يمتلك منظومة أفكاره الخاصة حول طبيعة العلاقة الزوجية . تسهم هذه الأفكار بشكل أساسي في رسم أدوار كل من الزوج والزوجة ؛ فالزوج يتوقع من نفسه ممارسة مجموعة من المهام والأدوار تجاه نفسه وزوجته وأسرته ، كما يتوقع من الزوجة ممارسة مجموعة من الأدوار تجاهه وأسرته و نفسها ، كذلك الزوجة فإنها تتوقع من نفسها ممارسة مجموعة من الأدوار تجاه الزوج وأسرته ونفسها ، كما تتوقع من الزوج ممارسة مجموعة من الأدوار تجاهها وأسرته ونفسه. يبدأ الصراع عادة بين الزوجين عندما يظهر الاختلاف في توقعات الزوج أو الزوجة للمهام الواجب ممارستها من قبل الطرف الآخر تجاهه أو تجاه نفسه أو تجاه أسرته ، ويزداد عمق الصراع بينهما عندما تقل أو تنعدم فرص التواصل بينهما ، مما يؤدي إلى ميل أحد الزوجين أو كلاهما إلى استخدام أساليب معاملة تتصف بالقسوة والإهمال والتجاهل والتسلط .

١٧. يطلب المدرب من المشاركين تحديد الأسباب التي تؤدي إلى الصراع وتسجيلها على الأوراق.

١٨. تناقش كل مجموعة نتائجها .

١٩. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة .

٢٠. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم قراءتها والاستجابة لما ورد فيها.



زوجتي ما بتشوف غير حالها هي بس
اللي بتشعر بالضيق والملل وأنا لازم
أخفف عنها

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٢١. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها .

٢٢. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة.

٢٣. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب من المشاركين تقديم تغذية راجعة حول كيف يتعامل الأزواج في المواقف التالية مع الصراعات؟ ما رأيك؟

ورقة عمل

*- تذكر موقفاً اختلفت فيه مع زوجك/زوجتك.

*- كيف شعرت؟
والآن عندما تذكرت ذلك الموقف كيف تشعر؟

*- ماذا فعلت يومها؟

*- والآن ماذا تتمنى لو أنك فعلت يومها؟

*- برأيك ما هي آثار الصراع بين الأزواج؟
*- السلوكية
*- الانفعالية
*- تعليق على لسان أحد الأزواج

ورقة عمل

*- السيدة أمال تتحدث مع زوجها سمعان حول المشكلة المادية وتراكم أجرة المنزل والفواتير وهي منهكة في الحديث وفجأة تجد نفسها لوحدها فقد خرج الزوج وتركها.



الهربة ثلثين المراحل

*- الزوجة أمنيات دائمة التمني والطلبات ولا يهتمها التكاليف والمصروفات زوجها مطيع يطلب منها التقليل من الطلبات وهي تقول له باستمرار "إلي ما معه ما يتجوز بنات الناس أنا بدي أروح رحلة وأنت بدك تدفع" كل شيء يهون علشان زوجي وأولادي بضحي بالقلب والعيون



إن لم تكن ذنباً
أكلتك الذئاب

رضينا بالهم
والهم مش
راضي فينا



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج/الزوجة

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- الزوجة حنان طيبة القلب تحب زوجها وأولادها لدرجة أنها تضحي بما لديها من أجل التفكير بزوجها وبسعادته أكثر من سعادتها هي وعندما يناقشان أي أمر أو يختلفان فهي دائماً تتنازل وتوافق على رأي زوجها عدنان.

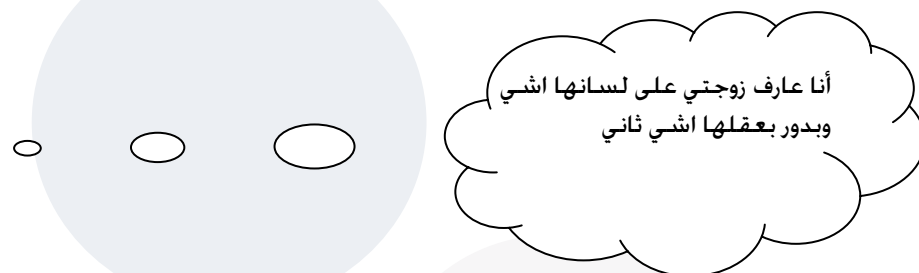


كل شيء يهون علشان
زوجي وأولادي بضحي
بالقلب والعيون

٢٣. يستمع المدرب لآراء وتعليقات المشاركين.

٢٤. يقدم المدرب معلومات وتوضيحات حول استراتيجيات حل الصراع غير الملائمة التي تم استخدامها في المواقف الواردة في ورقة العمل ثم يشكر المشاركين على مساهماتهم

١٧. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
١٨. يعرض المدرب تعليقاً على لسان الزوج.



*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج

- ١- -----
٢- -----
٣- -----

١٩. يشرح المدرب خطوات مهارة استخدام الأفكار الإيجابية للمشاركين .
٢٠. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين.
٢١. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٢٢. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
٢٣. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع .
٢٤. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
٢٥. يشرح المدرب خطوات مهارة وقف الأفكار الهدامة للذات للمتدربين.
٢٦. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين.
٢٧. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٢٨. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: إعادة البناء المعرفي

أنا عارف زوجتي على
لسانها اشي وبدور
بعقلها اشي ثاني

الإجراءات :

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل.
٢. يقدم المدرب معلومات حول إعادة البناء المعرفي ويقول إن تدريب الأزواج على إعادة البناء المعرفي يساهم في مساعدتهم على التعامل مع الصراعات والضغوط بشكل أفضل ويجعل الحياة الزوجية أجمل ويقول إن هذا الأسلوب يتكون من خطوات يعرضها على شاشة العرض.
٣. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة الخطوات من خلال مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.
٤. يستمع المدرب للمشاركين ثم يقدم توضيحات للأمور التي يصعب فهمها.
٥. يتحدث المدرب عن أهمية مهارة التبرير ثم يشرح المدرب خطوات مهارة التبرير للمتدربين .
٦. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين .
٧. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة .
٨. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار .
٩. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع .
١٠. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
١١. يوضح المدرب أهمية معرفة أفكار الزوجين أثناء الصراعات وأثر ذلك على حل الصراع أو تفاقمه.
١٢. يشرح المدرب خطوات مهارة استكشاف أفكار الزوجين للمشاركين .
١٣. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين باستخدام النموذج التالي:

الموقف	الأفكار التلقائية ١٠٠-٠	المشاعر ١٠-٠	السلوك	ما الدليل على صحتها	أفكار تلقائية إيجابية ١٠٠-٠	مشاعر ١٠-٠	سلوك

١٤. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة .
١٥. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
١٦. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: مهارات التواصل والتقبل والتعاطف والحوار/التكيف
الزواجي من منظور إسلامي.

الإجراءات :

١. يقسم المدرب المشاركين إلى مجموعات عمل.
٢. يطلب من المشاركين مناقشة مفهوم التواصل الزواجي ومواضيعه.
٣. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها.
٤. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة.
٥. يلخص المدرب ما توصل إليه المشاركون.
٦. يطلب المدرب من المشاركين ذكر موقف تواصلوا فيه مع زوجاتهم وأزواجهن وشعروا أنه تواصل فعال. ثم يناقش أفراد المجموعة المواقف ويشجلوا ملاحظاتهم.
٧. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها.
٨. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة.
٩. يلخص المدرب ما توصل إليه المشاركون ويركز على وجود مهارات أساسية سيتم الحديث عنها في هذه الورشة.
١٠. يقول المدرب أن من هذه المهارات الاستماع الفعال ويشمل إعادة الصياغة وهي إعادة محتوى رسالة المتحدث بطريقة تشعره أنك تفهمه دون إعادة نفس كلماته.
١١. يوزع المدرب المشاركين لثنائيات ويطلب من أحدهم الحديث والآخر الاستماع ومحاولة عمل إعادة صياغة لما قال الأول. مثال س: أنا أقوم بأعمال كثيرة كل تجعلني أشعر بالتعب.

٢٩. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٣٠. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
٣١. يشرح المدرب خطوات مهارة تعزيز الذات .
٣٢. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين.
٣٣. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٣٤. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
٣٥. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٣٦. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
٣٧. يشرح المدرب خطوات مهارة الواجب البيتي.
٣٨. يطبق المدرب المهارة مع أحد المتطوعين.
٣٩. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٤٠. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
٤١. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٤٢. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.

ورقة عمل

التقبل

*- أنت تجلس الآن في هذه الورشة ولديك شعور معين ربما بالفرح أو الملل أو الضيق، ولكن إذا علمت أن وجودك مهم وأن المدرب يتقبل ما يصدر عنك ومنك من إشارات وتعليقات مهما كانت ويراعي ظرفك الصحي أو النفسي بماذا تشعر الآن؟

*- أيمكنك وصف كيف تعبر عن تقبلك للآخرين؟

*- أذكر موقفاً تقبلت فيه زوجتك/زوجك ولم يكن يتوقع منك ذلك؟ وكيف شعرت؟ كيف شعر هو؟

*- أذكر موقفاً انتظرت فيه التقبل من زوجك/زوجتك لوم تجده وكيف شعرت؟

ص:-----

١٢. يعرض المدرب خطوات إعادة الصياغة على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية ومناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.
١٣. تعرض كل مجموعة نتائج مناقشتها .
١٤. يناقش باقي المشاركون نتائج المجموعة .
١٥. يلخص المدرب ما توصل إليه المشاركون.
١٦. يطبق المدرب مهارة إعادة الصياغة مع أحد المتطوعين.
١٧. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
١٨. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
١٩. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٢٠. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرّب.
٢١. يقول المدرب الآن سنتحدث عن مهارة اخرى هي التقبل ويركز على أهميتها ويوزع ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم تقديم تغذية راجعة.

٣٨. يقدم المدرب معلومات حول دور الإسلام في الحديث عن التكيف الزوجي والتركيز على أهمية الزواج والحياة الزوجية وضرورة وجود الألفة والمودة بين الزوجين.
٣٩. يطلب المدرب من المشاركين من خلال مجموعاتهم مناقشة التكيف الزوجي من منظور إسلامي وتسجيل ذلك. ثم تقوم كل مجموعة بعرض ما لديها.
٤٠. يناقش المدرب مع المشاركين كيف تعامل الإسلام مع المشكلات الزوجية.
٤١. يطلب المدرب من المشاركين تسجيل ما يعرفونه من الكتاب والسنة حول كيفية التعامل مع بعض المشكلات الزوجية.

*- تعليق على لسان الزوجة.



الكلمة الطيبة كالشجرة
الطيبة أصلها ثابت
وفرعها في السماء

*- تعليق على لسان أحد الأزواج



المرأة الصالحة أجمل ما
في الدنيا

- يناقش المدرب تعليقات واستجابات المشاركين ويقدم توضيحات لما يصعب فهمه.
٢٢. يقول المدرب والآن سنتحدث عن مهارة أخرى هامة تسهم في تحسين العلاقة بين الزوجين وتقويتها وهي مهارة التعاطف وهي أن تشعر المتحدث أنك تفهمه وتحس معه وتعكس ذلك من خلال استجاباتك له.
٢٣. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة مواقف مرت بهم في علاقتهم بزواجهم أو أزواجهم، شعروا فيها أن الطرف الآخر يبدي تعاطفاً معهم.
٢٤. تعرض كل مجموعة ما لديها من مواقف.
٢٥. يطبق المدرب مهارة التعاطف مع أحد المتطوعين.
٢٦. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٢٧. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
٢٨. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٢٩. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
٣٠. يقدم المدرب معلومات عن مهارة الحوار، ويركز على أهمية تطبيق مهارة الحوار بين الزوجين.
٣١. يطبق المدرب مهارة الحوار مع أحد المتطوعين.
٣٢. يشجع المدرب المشاركين للعمل بشكل ثنائي لتطبيق المهارة.
٣٣. يطلب من كل ثنائي عكس الأدوار.
٣٤. يسمح المدرب لبعض المشاركين تأدية المهارة أمام الجميع.
٣٥. يزود المدرب المشاركين بتغذية راجعة عن أدائهم من قبل زملائهم والمدرب.
٣٦. يعرض المدرب تعليقا على لسان عائلة يتحاور أفرادها معا



احلى شيء فيك يا
زوجي إنك محاور
ممتاز

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوجين

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

البرنامج التدريبي الثاني عشر: التعامل مع العنف الأسري

أهداف الورشة التدريبية

١. أن يتعرف المشاركون على مفهوم العنف الأسري وأشكاله.
٢. أن يتعرف المشاركون على النظريات التي فسرت العنف.
٣. أن يتعرف المشاركون على المقصود بالإساءة للطفل وأشكالها.
٤. أن يميز المشاركون مؤشرات الإساءة للأطفال وآثارها.
٥. أن يتعرف المشاركون على المقصود بالعنف ضد المرأة وأشكاله.
٦. أن يميز المشاركون مؤشرات العنف ضد المرأة وخصائص المرأة المعنفة.
٧. أن يربط المشاركون بين الإساءة للطفل والعنف ضد المرأة.
٨. أن يتعرف المشاركون على طرق مواجهة العنف الأسري، والتعامل معه.

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: العنف الأسري تعريفه، أسبابه، النظريات التي فسرت العنف الأسري

الإجراءات

١. يرحب المدرب بالمشاركين ويقوم بتقسيمهم لمجموعات ويتيح لهم فرصة التعرف على بعضهم.
٢. يقوم المدرب بإعطاء معلومات حول المقصود بالعنف الأسري ثم يعرض بعض التعريفات على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية ثم مناقشة ذلك في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.
٣. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم لهم تغذية راجعة.
٤. يتحدث المدرب عن وجود مفاهيم أخرى لها علاقة بمفهوم العنف الأسري ثم يقوم بعرضها على شاشة العرض وتوزيع بطاقات على المجموعات تتحدث عن هذه المفاهيم ويطلب من المجموعات مناقشتها وتسجيل تعليقات وملاحظات.
٥. يستمع المدرب لملاحظات وتعليقات المشاركين على لسان مقرر كل مجموعة.
٦. يتحدث المدرب عن وجود أسباب مختلفة لحصول العنف الأسري ثم يوزع ورقة العمل التالية على المشاركين ويطلب منهم الاستجابة لما يرد فيها.

ورقة عمل

أسباب العنف الأسري

*- اقرأ الحالة التالية جيداً:

السيدة عاقلة تعمل مدرسة وتعود للبيت منهكة ومنذ أن تصل البيت تبدأ بالعمل تنظيف، وطبخ، وتلبية حاجات أولادها السبعة، وعندما يعود الأب من عمله يجب أن يكون البيت نظيفاً والطعام جاهزاً والأولاد في وضع ممتاز، وألا يقع مالا تحمد عقباه.

ذات يوم عاد السيد ثائر للبيت ولم تكن عاقلة قد أنهت الطعام وسمع صوت صراخ الأولاد، وفجأة صرخ بصوت عال عاقلة "وين الأكل كم مرة حكيتلك جهزيه قبل ما أرجع"، فردت عليه الزوجة المنهكة من التعب "أنا مش آلة اليوم تأخرت شوي في المدرسة". وإذا بالزوج يغضب ويضربها هي والأولاد.

*- ورد في الحالة العديد من أسباب حصول العنف الأسري هي:

*-بماذا تشعر لو كنت مكان الزوجة؟ الأولاد؟
الزوجة:

الأولاد:

*- لو كنت مكان الزوج ماذا تفعل؟

*- ماذا تقترح على الزوج أن يفعل؟ الزوجة؟

*- ليست الأسباب الواردة في الحالة فقط هي أسباب حصول العنف الأسري؟ هل بإمكانك أن تضيف أسباب أخرى؟

*-تعليق على لسان أحد الأزواج



بدك تشتغلي برة البيت
وداخله وإذا مش عاجبك دار
أبوك قريبة

*-سجل تعليقاتك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوج/الزوجة

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

٧. يستمع المدرب لاستجابات وتعليقات المشاركين ويقدم توضيحات إن لزم الأمر.
٨. يعرض المدرب الأسباب المؤدية لحصول العنف الأسري على شاشة العرض أمام المشاركين ويناقش ذلك مع المشاركين.
٩. يقدم المدرب معلومات حول وجود العديد من النظريات التي فسرت العنف الأسري ويعرض مادة من ذلك على شاشة العرض وكذلك يوزع تفسيرات لهذه النظريات على بطاقات على المجموعات ويطلب منهم مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.
١٠. يناقش المدرب ما سجلته المجموعات من تعليقات وملاحظات، ويقدم توضيحات لما يصعب فهمه.
١١. يوزع المدرب ورقة العمل التالية على المجموعات ويطلب منهم الاستجابة لها.

ورقة عمل

*- لديك مجموعة من العبارات حول تفسيرات النظريات للعنف الأسري قم بالتوصليل بين التفسير والنظرية التي فسرت ذلك.

التفسير	النظرية
1- يتعلم الأفراد العنف من خلال النماذج الموجودة حولهم	أ- النظرية المعرفية
2- الإنسان عدواني بطبعه وبالغريزة	ب- النظرية السلوكية
3- يمكن تعلم العنف الأسري من خلال تعزيزه أي تعزيز السلوك العنيف يؤدي لتكراره	ج- النظرية التحليلية
4- تسهم التنشئة الأسرية في تعلم العنف	د- نظرية التعلم الاجتماعي
5- يصبح الفرد عدوانياً عندما تحبط حاجاته الأساسية	هـ- النظرية الإنسانية
6- إن الطريقة التي يفسر بها المواقف وتعالج بها الأمور قد تدفعنا لأن نكون عدوانيين أو نمارس العنف	
7- مشاهدة العنف في الأسرة قد تؤدي لممارسته	

١٢. يتيح المدرب الفرصة للمجموعات لعرض ما توصلوا إليه أمام بقية المجموعات.
١٣. يقدم المدرب توضيحات وتصويبات للأخطاء إن وجدت ثم يشكر المشاركين على مساهماتهم وإنجازاتهم.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: الإساءة للأطفال

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات صغيرة.
٢. يقدم المدرب معلومات حول الإساءة للطفل ويعرض مادة عن ذلك على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءتها بعناية وتسجيل ملاحظاتهم.
٣. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم تغذية راجعة حول أداء المشاركين.
٤. يعرض المدرب صوراً مختلفة عن الإساءة للأطفال ويطلب من المشاركين مشاهدتها وتسجيل تعليقاتهم وملاحظاتهم.
٥. يتيح المدرب الفرصة للمشاركين بعرض ملاحظاتهم وتعليقاتهم. وتعرض كل مجموعة ما لديها من إضافات.
٦. يوزع المدرب أوراق العمل التالية حول أشكال الإساءة للأطفال على المجموعات بواقع ورقة لكل مجموعة ويطلب منهم الاستجابة لها.

*- لابد أن لديك أطفالاً ربما أبنائك أو طلابك أو أخوتك، ولابد أنهم يزعمونك ويضايقونك ولكنهم بنفس الوقت مصدر من مصادر السعادة ومن متع الحياة، تذكر موقفاً شعرت فيه بالغضب من أحد هؤلاء الأطفال ماذا فعلت؟

*- ماذا تتمنى لو أنك فعلت؟

*- برأيك ما الأسباب التي أدت إلى إساءة الأم لنسيم؟

*- تعليق على لسان نسيم



ماما أجمل كلمة باللسان. وماما
أقسى منها ما في إنسان. وأنا ما
بقول غير رحمة يا رحمن.

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان نسيم.

١-

٢-

٣-

ورقة عمل

أشكال الإساءة للأطفال

المجموعة الأولى:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً ثم ناقش الأسئلة مع زملائك .
نسيم طالبة في الخامس تأتي للمدرسة متأخرة وتبدو عليها ملامح الحزن والألم وتقضي أغلب وقتها لوحدها. لاحظت المرشدة وجود جروح ودماء على ساقها وكذلك حروق في وجهها. استدعتها المرشدة وتحدثت معها، في البداية كانت نسيم خائفة ولكن بعد أن شعرت أن المرشدة محلاً للثقة أخبرتها أن والدتها تضربها وأن الحروق أيضاً سببها الوالدة. وعندما سألت المرشدة الوالدة عن ذلك قالت: نعم أنا أفعل ذلك لأنها لا تلبى مطالبي.

*- تعرض الحالة شكلاً من أشكال الإساءة للأطفال هو:

*- كيف تشعر تجاه نسيم؟

*- لقد ضربت الأم وحرقت ابنتها برأيك أتحل المشاكل بهذه الطريقة؟

*- يكون الأطفال ضحايا للعنف والإساءة أكثر من غيرهم لأنهم؟

ورقة عمل

أشكال الإساءة للأطفال

المجموعة الثانية:

* - اقرأ الحالة التالية جيداً.

سامح طالب في الرابع الابتدائي، ممتاز في دروسه، ولكن هذا لا يعجب والده فهو يريد منه علامات أعلى. وإذا حصل على علامة ١٠/٩ فهو يوبخه دائماً ويقول له الأب عبارات مثل: "أنت غبي"، "أنت فاشل"، ويحرمه والده من المصروف. سامح أصبح وحيداً ولا يحب رؤية والده. وأصبح يخاف كلما كان لديه امتحان، فوالده يريد منه أن يكون الأول ليصبح طبيباً كعمه.

* - ظهر في هذه الحالة شكل من أشكال الإساءة للأطفال هي:
الإساءة:

* - كيف تشعر تجاه سامح؟

* - برأيك أتحل المشاكل بالتوبيخ؟

* - أذكر موقفاً من خبرتك مع أولادك أو طلابك غضبت فيه وقمت بتوبيخهم بماذا شعرت؟

* - كيف كانت استجابتهم؟

* - ماذا تتمنى لو أنك فعلت؟

* - برأيك ما هي الأسباب التي دفعت الأب لممارسة مثل هذه الإساءة؟

* - قم أنت وأحد أفراد المجموعة بلعب دور الأب والآخر دور الابن ومثلاً الموقف أمام بقية الأفراد ثم ناقشوا الأسئلة التالية:

* - بماذا تشعر كإبن؟

* - بماذا تشعر كأب؟

ورقة عمل

أشكال الإساءة للأطفال

المجموعة الثالثة:

* - أمل ليس لديها أمل بشيء فهي تشعر أنها مخلوقة لكي تتعذب. تبلغ من العمر (١١) عاماً ولا تجد أي اهتمام من أسرتها فهي تشعر بوحدة بالغة عندما تعود من المدرسة لاتجد أحداً في البيت. ولا تجد طعاماً، وعليها أن تنظف المنزل وتعتني بأخيها الصغير، تقضي أغلب وقتها في البكاء فهي صغيرة ولا تعرف كيف تدبر أمرها مع أخيها. ذات يوم كانت تريد عمل حليب لأخيها فأشعلت النار ولم تستطع التحكم بالغاز فاحترقت أمل وأنقذها الجيران، والأم ما زالت خارج المنزل والأب كذلك.

* - لقد ورد في الحالة شكل من أشكال الإساءة هو:

* - كيف تشعر تجاه أمل؟

* - برأيك أتحل المشاكل بهذه الطريقة؟

* - لو كنت لا قدر الله مكان أمل ماذا تفعل؟

* - أذكر موقفاً من خبرتك شعرت أنك قصرت قليلاً أثناء تعاملك مع أحد أولادك أو طلابك ماذا فعلت؟

ورقة عمل
أشكال الإساءة

المجموعة الرابعة:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً:

أسرة السيد جمعة تتألف من خمسة أولاد ذكور وثلاث بنات وزوجته، وأعمار أولاده متقاربة وبينهم صغير. يتحرش الأخ الأكبر بأخته الوسطى ليلاً أكثر من مرة وتخبر الفتاة والدتها بذلك ولكن الأم تهمل الأمر، وتقول لها أخوك بمزح معك. ولكن الأمر ازداد سوءاً وأخذ الأخ يستغل غياب الأهل ويعتدي على أخته البالغة من العمر (٩) سنوات. أصبحت الفتاة تشعر بحزن بالغ ولا تحب أن تتحدث مع أحد وتخاف كثيراً عندما يتركونها لوحدها في البيت.

*- ورد في الحالة شكل من أشكال الإساءة هو:

*- كيف تشعر تجاه الفتاة؟

*- لو كنت مكان الأم ماذا تفعل؟

*- برأيك ما هي الأسباب التي أدت لذلك؟

*- بماذا تشعر الآن

*- ماذا تتمنى لو أنك فعلت؟

*- ناقش مع مجموعتك الأسباب التي قد تؤدي لحصول مثل هذه الإساءة؟

*- تعليق على لسان أمل.



سموني أمل وصار فيه
هيك. لو سموني عذاب شو
كان صار؟!

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان أمل.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: العنف ضد المرأة

الإجراءات

١. يقسم المدرب المشاركين لمجموعات عمل صغيرة.
٢. يعرض المدرب صوراً حول العنف ضد المرأة.
٣. يوضح المدرب للمشاركين أن موضوع هذه الجلسة هو العنف ضد المرأة تعريفه، أسبابه، أشكاله، آثاره، وكيفية علاجه.
٤. يعرض المدرب أهم تعريفات العنف ضد المرأة على شاشة العرض ويطلب من المشاركين قراءته بعناية ويطلب منهم مناقشته في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظاتهم.
٥. تناقش كل مجموعة ما توصلت له حول تعريف العنف ضد المرأة ويتم تبادل الحوار بين المجموعات.
٦. يستمع المدرب للمناقشات ويقدم لهم تغذية راجعة.
٧. يقول المدرب أن العنف ضد المرأة يظهر على أشكال عدة منها الجسدي، واللفظي، والاجتماعي، والصحي، وكل شكل من هذه الأشكال له آثار على المرأة سواء كانت آثار جسدية أو نفسية، ويعرض مادة على شاشة العرض توضح أشكال العنف ضد المرأة والآثار الناجمة عن كل شكل.
٨. يوزع المدرب أوراق العمل التالية على المجموعات بواقع ورقة عمل لكل مجموعة حول أشكال العنف ضد المرأة وآثاره.

٧. تناقش كل مجموعة ورقة العمل الخاصة بها أمام المجموعات الأخرى ويتم عمل مناقشة جماعية والاستماع لمداخلات المجموعات الأخرى. ويقدم المدرب توضيحات لما يصعب فهمه.
٨. يقدم المدرب معلومات حول وجود مؤشرات تدل على وجود أو احتمالية حصول الإساءة في الأسرة ويقدم أمثلة على ذلك.
٩. يطلب المدرب من المشاركين مناقشة هذه المؤشرات في مجموعاتهم وتسجيل ملاحظات حول ذلك، موضحاً أن لكل شكل من أشكال الإساءة مؤشرات خاصة بها.
١٠. يستمع المدرب للمناقشات المجموعات ويقدم لهم تغذية راجعة.
١١. يشكر المدرب المشاركين على مساهماتهم ومشاركاتهم.

*- تعليق على لسان الأب.



أولاد اكثار وأجار دار وادفع يا --- وكان
عندي عقل وطار والله لأخلص عليك
كبار وصغار

*- سجل تعليقك وزملائك في المجموعة على لسان الأب.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

*- لابد أنك قد كونت فكرة عن اسباب حصول العنف ضد المرأة. استخرجها من الحالة.

ورقة عمل

العنف ضد المرأة

المجموعة الأولى:

*- السيدة نعمات والسيد زعلان لديهم تسعة أولاد والزوجة نعمات لا تعمل. وعندما يعود الزوج للبيت يشعر بالضيق من طلبات الزوجة والأولاد. ورغم ما تحاوله الزوجة من توفير الراحة له إلا أن زعلان يثور غضباً من أي طلب وعندما تناقشه الزوجة في ذلك يضربها، ويأتي الأولاد ليدافعوا عن أمهم فيضربهم أيضاً. وهكذا هو الحال باستمرار. والزوجة لا تدري ماذا تفعل فهي تشعر أنها خادمة في البيت ومضطرة للبقاء من أجل أولادها.

*- ورد في الحالة شكل من أشكال العنف ضد المرأة هو:

*- يرتبط العنف ضد المرأة بـ الإساءة للأطفال:

*- هناك آثار ناجمة عن هذا العنف هي:

*- لو كنت مكان الزوجة نعمات بماذا تشعر؟

*- تعليق على لسان الزوجة.



زوجي بغار وأنا شوي بنهار

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان الزوجة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

العنف ضد المرأة

أولاد اكثار وأجار دار وادفع يا
--- وكان عندي عقل وطار والله
لأخلص عليكو كبار وصغار

المجموعة الثانية:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً ثم ناقش ما يلي:

شاكِر وشكران زوجان منذ ثلاثة أعوام رزقهما الله بمولود أسموه حامد. ولكن شكران غير سعيدة فهي تقول أن زوجها لا يدعها تذهب لبيت أهلها، وكذلك يمنعها من الاختلاط مع الجيران، حتى الحديث بالهاتف. وهي تشعر وكأنها في سجن وإذا عاد للمنزل ولم يجدها يا ويلها، يدور بينهما شجار يؤدي للضرب.
*- ورد في الحالة شكل من أشكال العنف ضد المرأة هو:

*- يؤدي هذا العنف لآثار كثيرة منها.

*- لو كنت مكان شكران بماذا تشعر؟

*- لابد أنك قد كونت فكرة عن أسباب حصول العنف ضد المرأة؟ استخرجها من الحالة؟

*- تعليق على لسان روعة.



اسمي روعة وشغلي روعة وحياتي
الزوجية لوعة بلوعة

*- سجل تعليقك وزملاءك في المجموعة على لسان روعة.

- ١- _____
- ٢- _____
- ٣- _____

ورقة عمل

العنف ضد المرأة

زوجي بغار وأنا شوي بنهار

المجموعة الثالثة:

*- اقرأ الحالة التالية جيداً ثم ناقش ما يلي:

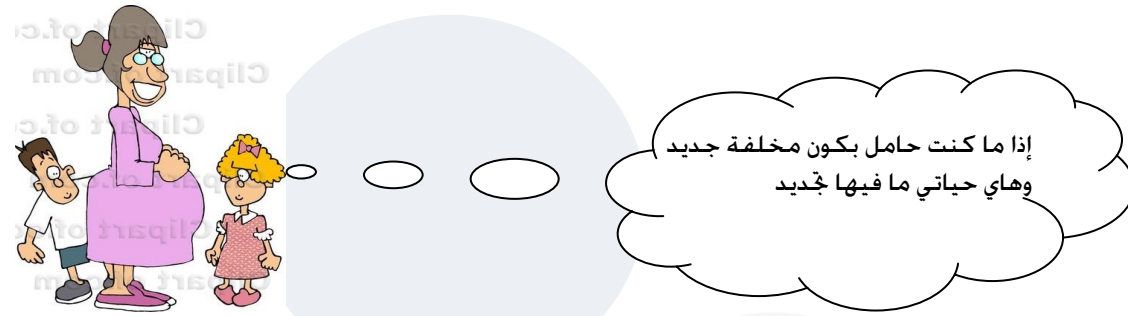
تروي السيدة روعة قصتها فتقول أن حياتي يمكن أن أخصها لكم بسطرين إذا عملت اشي برأي زوجي دائماً غلط وإذا حكيت فأنا ما بعرف أحكي وإذا طبخت فأنا ما بعرف أطبخ، أنا أم فاشلة وزوجة غبية حتى أمام صديقاتي بنادي عليّ بالأقاب وتسميات تدعو للسخرية مع أنني رئيسة قسم محترمة وبشتغل تحت ايدي خمسة موظفين، ومعني ماجستير وكلمتي ورأي مسموع إلا عند زوجي. نفسي تي تعبتي، صرت أشك بحالي، بطلت أحب حد يزورني علشان ما يكسفي أمامهم.

*- ورد في الحالة شكل من أشكال العنف ضد المرأة هو:

*- يؤدي هذا العنف لآثار كثيرة منها؟

*- لو كنت مكان السيدة روعة بماذا تشعر؟

*- لابد وأنك قد كونت فكرة عن أسباب حصول العنف ضد المرأة؟ استخرجها من الحالة؟



٩. تناقش كل مجموعة ما توصلت إليه على لسان مقرر المجموعة وتتبادل المجموعات النقاش والتعليقات.
١٠. يقدم المدرب تغذية راجعة للمجموعات ويعرض توضيحات وإضافات إن لزم الأمر.
١١. يقول المدرب أن العنف ضد المرأة له أسباب وأنكم توصلتم لعدد من هذه الأسباب من خلال الحالات التي عرضت عليكم، ثم يعرض على شاشة العرض أسباب العنف ضد المرأة ويناقشها مع المشاركين.
١٢. يستمع المدرب لتعليقات ومناقشات المشاركين حول الأسباب ويجيب عن أي أسئلة لديهم.
١٣. يوضح المدرب للمشاركين أن المرأة المعنفة لها خصائص معينة أو صورة معينة تظهر عليها، فليس كل النساء معنفات ثم يعرض الصورة التي تبدو عليها المرأة المعنفة على شكل نقاط على شاشة العرض.
١٤. يوزع المدرب صفات المرأة المعنفة على بطاقات على المجموعات ويطلب منهم مناقشتها وتسجيل ملاحظاتهم.
١٥. يستمع المدرب لمناقشات المجموعات ويقدم لهم تغذية راجعة.
١٦. يقول المدرب أن مشكلة العنف الأسري بحاجة لأن يتم التعامل معها بطرق وأساليب فعالة لكي نقلل من ظهورها في مجتمعنا لما لها من آثار سلبية على الأسرة والأفراد والمجتمع بأكمله.
١٧. يعرض المدرب أهم الطرق والأساليب في التعامل مع هذه المشكلة ثم يوزع أوراق عمل على المجموعات بواقع ورقة لكل مجموعة ويطلب منهم الإجابة عليها.

ورقة عمل

العنف ضد المرأة

المجموعة الرابعة:

- *- السيدة سليمة تشكو من زوجها عادل الذي يحب الإنجاب كثيراً ويريدها أن تنجب كل عام طفلاً دون أن يراعي صحتها أو طبيعته عملها. وليس هذا فقط بل هو أيضاً لا يحب الأطباء ولا يتركها تراجع أثناء الحمل عند الطبيب أو الطبيبة، وسليمة أصبحت تشكو من تراجع صحتها وعدم مقدرتها على تحمل الحمل وكذلك الأولاد. فعادل يرى أن الأولاد "عزوة له"، ويقول دائماً لزوجته "والدتي أنجبت عشرة أولاد دون أن تذهب لطبيب وأنت مش أحسن منها".
- *- ورد في الحالة شكل من أشكال العنف ضد المرأة هو:

*- هناك آثار ناجمة عن هذا العنف هي:

*- كيف تشعر تجاه سليمة؟

*- لابد أنك قد كونت فكرة عن أسباب حصول العنف ضد المرأة، استخرجها من الحالة؟

ورقة عمل

التعامل مع العنف الأسري

المجموعة الثانية

*- أنت مرشد /مرشدة تربوية في إحدى المدارس واجهت خلال عملك حالة عنف أسري، ما هي الأساليب الواجب عليك إتباعها للتعامل مع هذه الحالة؟

ورقة عمل

التعامل مع العنف الأسري

المجموعة الأولى:

*- أنت موظف في قسم الأسرة والطفولة في إحدى مديريات التنمية ، طلب إليك إعداد خطة خاصة بالتعامل مع حالات العنف الأسري؟ ماذا تفعل؟

ورقة عمل

التعامل مع العنف الأسري

المجموعة الثالثة:

*- أنت ناشط اجتماعي في مجال حقوق الإنسان طلب إليك إلقاء محاضرة حول أساليب التعامل مع حالات العنف الأسري، ما هي الأساليب التي تتبعها؟

ورقة عمل

التعامل مع العنف الأسري

المجموعة الرابعة:

*- أنت مرشد أسري حضرت لك سيدة تعاني من العنف الجسدي والنفسي، كيف تتعامل مع هذه السيدة؟

١٨. تناقش كل مجموعة ورقة العمل الخاصة بها ويتم تبادل الحوار بين المجموعات حول الأساليب التي نتعامل بها مع العنف الأسري.
١٩. يقدم المدرب تغذية راجعة لكل مجموعة حول ما قدمته ويضيف معلومات ومقترحات إن لزم الأمر.
٢٠. يشكر المدرب المجموعات على المشاركة والمساهمة الفعالة في الورشة.
٢١. يدير المدرب مناقشة صغيرة حول مدى الفائدة من الورشة التدريبية.

المراجع

أبو غزالة، هيفاء (٢٠٠٥). معاً لمشاركة شبابية فاعلة: دليل تدريبي يختص بأساليب وطرق محددة للتدريب على النوع الاجتماعي. ط١، صندوق الأمم المتحدة الإنمائي للمرأة.

United Nations Population fund .Youth Peer Education Toolkit :Training of trainers manual. ٢٠٠٥ .

مراجع الصور

www.clipartrevie.com

www.montada.com

www.lovelyosmil.com

www.zilfaw.com

www.different_des.com/cs/pop_emotions.jpg

www.cu_g.com/vbuploaded/١١٢٢٣٧٧٥٢٦٨ ٢٩٩١.gif

http://i١٢٩.photobucket.com/albums/p٢٣٣/Ryuu_٠٧/Anime/family.jpg

http://١١١princess١١١.jeeran.com/shinichi.gif

rabea@alrivadh.com

http://www.fubiz.net/wp-content/uploads/٠٦/٢٠٠٩/alarm550-١x280.jpg

http://i26.tinypic.com/2cg1saa.jpg

http://www.istockphoto.com/file_thumbview_approve/10155243/2/istockphoto_10155243-big-family-cartoon.jpg

http://msa6el.com/m5zn/uploading/mznah-E5-2.jpg

http://3.bp.blogspot.com/_euBMz7Cq2vQ/SdNG-Fd5OZI/AAAAAAAAAAM/RCXWaG9j_rc/s320/SimpsonsFamily1.gif

http://www.hafralbatin.org/upme/hafralbatin66e4f3e43b.jpg

http://i129.photobucket.com/albums/p233/Ryuu_07/Anime/family.jpg

http://www2.istockphoto.com/file_thumbview_approve/9231488/2/istockphoto_9231488-sad-dad-cartoon.jpg

http://images.google.jo/

http://www.sizzledcore.com/wp-content/uploads/2008/08/manga1.png

