

حقيقية إعداد المدربين

حقيبة المتدرب

بيانات المتدرب

	الاسم
	المسمى الوظيفي
	تاريخ البرنامج

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللهم انفعنا بما علمتنا..
وعلمنا ما ينفعنا.. اللهم افتح لنا بخير
واجعل عواقب أمورنا إلى خير
اللهم أنا نعوذ بك من فواتح الشر وخواتمه
وأوله وآخره وباطنه وظاهره

مع تمنياتنا لكم ببرنامج رائع
والله ولي التوفيق

فهرس البرنامج التدريبي



الصفحة	الموضوع
٧	دليل البرنامج التدريبي العام
٩	البرنامج الزمني للبرنامج
١٠	التعارف
١٢	الوحدة الأولى: الهدي النبوي
٣٨	الوحدة الثانية: سيكولوجية الرجل والمرأة
٨٠	الوحدة الثالثة: تحديد المشاكل الأسرية
١٢٤	الوحدة الرابعة: أسرار الاستقرار الأسري
١٦٦	الوحدة الخامسة: مرحلة الطفولة
١٨٦	الوحدة السادسة: المراهقون
٢٢٦	الوحدة السابعة: الأنماط الأسرية
٢٦٠	استراتيجيات التدريب

دليل البرنامج التدريبي

المودة



اسم البرنامج

خبراء الأسرة

الهدف العام من البرنامج التدريبي

تنمية المعارف والمهارات اللازمة للخبراء والمستشارين والآباء والأمهات في مجال التربية الأسرية.

الأهداف التفصيلية

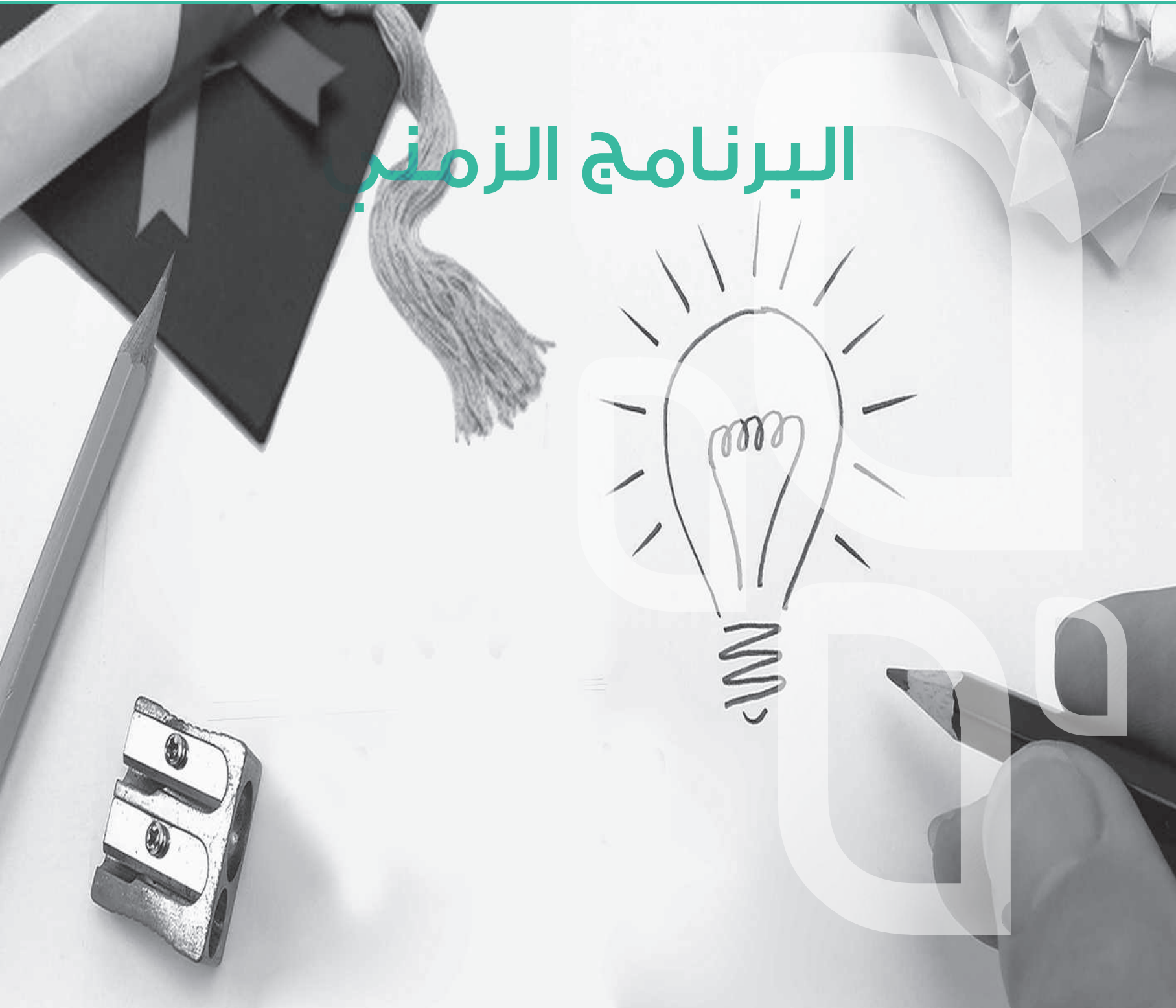
- في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :
- التعرف على الهدى النبوي في التعامل مع الأسرة .
 - الإلمام بالفوارق الجسدية والنفسية بين الرجل والمرأة.
 - معرفة وممارسة المهارات الخاصة بالمشاكل الأسرية .
 - كيفية الوصول إلى الإستقرار الأسري.
 - التعرف على مرحلة الطفولة وطرق التعامل معها.
 - التعرف على مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها.
 - كيفية معرفة الأنماط المختلفة للأسرة.

لمن هذه الدورة

هذا البرنامج يطور من مهارات وخبرات:

- المدربين والمستشارين
- المعلمين والمشرفين والمدربين
- الآباء والأمهات
- مدة البرنامج
- 0٠ ساعة تدريبية موزعة على ١٠ أيام تدريبية

البرنامج الزمني



المحتوى	الوقت
بدء البرنامج	٨,٠٠ صباحاً
استراحة	٩,٤٥-٩,٣٠ صباحاً
استراحة	١١,٤٥ - ١١,٣٠ صباحاً
انتهاء اليوم التدريبي	١٣,٠٠ ظهراً

تعارف

الأرواح جنود مجندة
ما تعارف منها ائتلف

الاسم
الحالة الاجتماعية
العمل الحالي

A chalkboard with a large question mark and thought bubbles. The question mark is drawn in the center of a large oval, with several smaller ovals below it, suggesting a thought process. The background is dark, and the text is in white and teal.

ماذا؟..

ما ذا تتوقع أن تجني في
نهاية هذا البرنامج؟

الوحدة الأولى الهدى النبوي



التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

معرفة الهدى النبوي في احتواء الأسرة المسلمة.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- التعرف على مسؤولية الأب في التنشئة الروحية والجسدية.
- كيفية تعامل النبي الكريم صلى الله عليه وسلم مع البنات.
- خطوات بناء الألفة وتحقيق التناغم الأسري بهذه المعرفة.
- الإلمام بمسؤولية الأب الفكرية للأبناء.
- التعرف على صفات المربي الناجح.
- معرفة كيفية وصول البيت الأسري سكيناً.

مقدمة

لا يخفى أن الهدى النبوي جزء من الرسالة المحمدية ، وفيه من الشمول والكمال والعصمة ما يجعل اتباعه حتم واجب قال تعالى (وما ينطق عن الهوى إن هو إلا وحي يوحى). وفي موضوع التربية الأسرية ، فإن التوجيهات النبوية تبدأ من الوقت الذي يبدأ فيه الرجل بالبحث عن الزوجة.

ولذا أرشد النبي صلى الله عليه وسلم إلى معيار كفيل بتحقيق ذلك وهو : الدين ، ومع بُغْدِ الناس عن هذا الهدى النبوي في اختيار المرأة بات المعيار هو الوظيفة والراتب ، أو القبيلة ، أو الجمال أو المكانة الاجتماعية! فوقعت كثير من المشاكل الأسرية.

وفي المقابل أرشد النبي صلى الله عليه وسلم وليّ المرأة أن يُحسِنَ اختيار الرجل المناسب لموليته . قال صلى الله عليه وسلم: “إذا أتاكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد عريض“.

ثم أثناء الخطبة والزواج وإلى استقبال المولود وتربيته وسيظهر لنا كل ذلك أثناء هذه الوحدة التدريبية.

الجلسة الأولى

الأسرة مصنع الإنسان المتوازن

- المحور الأول: المحور الأول: التربية الروحية.
- المحور الثاني: مسؤولية الأب في التربية الجسمية.
- المحور الثالث: التنشئة الاجتماعية.

هدية صلى الله عليه وسلم في تعامله مع البنات

- المحور الأول: تربيتهن على شرع الله وأمره، وعظم أجر ذلك في حق البنات على وجه الخصوص.
- المحور الثاني: مراعاة حاجاتهن النفسية الخاصة بهن.
- المحور الثالث: هديه صلى الله عليه وسلم في تزويجهن.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الأسرة مصنع الإنسان المتوازن



فضلا بالتعاون مع مجموعتك..
ما هي الروح وما هو غذاؤها؟

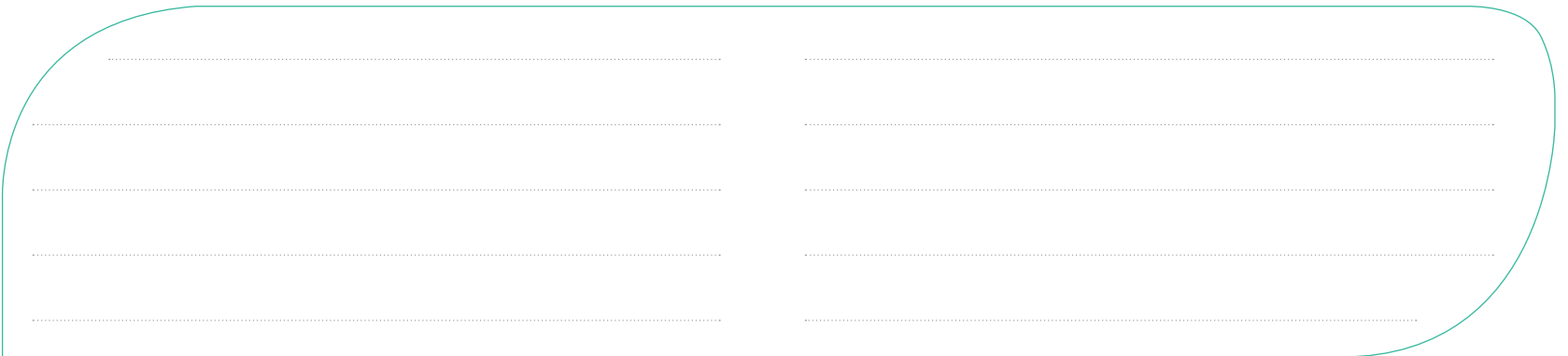
المحور الأول: التربية الروحية

أولاً: من أسس التربية الإسلامية تربية الروح وتغذيتها
قال تعالى: (وتزودوا فإن خير الزاد التقوى).

ثانياً: جعل القرآن أساس تغيير النفس في التطوير الذاتي للفرد وفق ما يحمله من أفكار ومعتقدات.
قال تعالى: (إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم).

ثالثاً: الحرص إلى ما يكسب الروح قرباً من ربها.. واتصالاً بخالقها؛ حتى تسمو تلك الروح وتطمئن، وهي في الوقت عبادة يُجر عليها. مثل:

- الصلاة.. وهي أهم مقومات التربية لدى كل الأنبياء عليهم السلام: لأنها تطهر النفس، وتسمو بالروح، وتنتهي عن الفحشاء والمنكر التي تنزل بالإنسان إلى دركات البهيمية دون أن يشعر.
- التأمل العقلي في مخلوقات الله المبتوثة في الكون الفسيح
- الاستغفار والدعاء ودوام الذكر



المحور الثاني: مسؤولية الأب في التربية الجسمية

أولاً: يرشدنا الإسلام إلى مهمة التوازن بين شقّي الإنسان الجسمي والروحي؛ قال تعالى: (وابتغ فيما آتاك الله الدار الآخرة ولا تنس نصيبك من الدنيا وأحسن كما أحسن الله إليك).
إن المربي ملزماً بتفقد ورعاية ولده من الناحية الجسمية حسب منهج الإسلام لضمان نمو سوي، وللمحافظة على الطاقات الجسمية، وتوجيهها وتنميتها للقيام بأعباء الخلافة في الأرض.
والسنة تمثل هذا التوازن في مراعاة ما يحتاجه الجسم من الغذاء والنوم والزواج قال صلى الله عليه وسلم: إني أخشاكم لله وأتقاكم له، لكن أصوم وأفطر، وأصلي وأرقد، وأتزوج النساء، فمن رغب عن سنتي فليس مني».

ثانياً: الاهتمام بسلامة الجسد :

- اختيار الزوج والزوجة .
- التوجيه والإرشاد في المأكل والمشرب.
- النظافة وطهارة البدن والثياب» عشر من الفطرة .»
- توفير الألعاب المباحة.

المحور الثالث: التنشئة الاجتماعية



اذكر موقفا اجتماعيا شاركت فيه في صغرك رسخ في نفسك مبدأ أو قيمة إنسانية لا زالت عالقة في ذهنك إلى الآن..

A large, rounded rectangular area with a light blue border, containing several horizontal dotted lines for writing.

المحور الثالث: التنشئة الاجتماعية

أولاً: يربي الأب المسلم أولاده على احترام حقوق المجتمع وأفراده

- الفعل الإيجابي
 - مواساة المسلمين لبعضهم
 - مراعاة التكافل
 - المسؤولية المجتمعية
- الكف عن الفعل السلبي
 - عدم أخذ شيء من أحد دون رضاه

ثانياً: مشاركة أفراد المجتمع الأنشطة الجماعية

- الاجتماع مع المسلمين في المناسبات الإسلامية
- مشاركة أفراد مجتمعه هذه الأنشطة الجماعية.
- تبادل الهدية
- تعليم الأبناء طريقة التعامل مع الخدم، فهم جزء من المجتمع

ثالثاً: التحذير من رفقاء السوء

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

هدية صلى الله عليه وسلم في تعامله مع البنات

المحور الأول: تربيتهن على شرع الله وأمره.. وعظم أجر ذلك في حق البنات على وجه الخصوص

أولاً: عظم أجر من أحسن إلى البنات و قام على تربيتهن وتعليمهن:
(ما من رجل تدرك له ابنتان فيحسن إليهما ما صحبتاه أو صحبهما إلا أدخلتاه الجنة).
ثانياً: حملهن على أوامر الشرع.

ماسبق ذكره من الإحسان لهن وملاطفتهن لا يعني تدليلهن لحد الإفساد، وعدم حملهن وتعويدهن على اللاتزام بأوامر الله.

ثالثاً: الحفاظ على عفة وشرف البنات وعدم التفريط في الغيرة عليهن.

يقول الرسول صلى الله عليه وسلم: (من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يدخل الحمام إلا بمئزر، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يدخل حليلته الحمام، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يدخل الحمام إلا بمئزر، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يجلس على مائدة يدار عليها الخمر).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثاني: مراعاة حاجاتهم النفسية الخاصة بهن

أولاً: استخدام أساليب النداء اللطيفة كالتصغير ونحوها ملاطفة لهن
(إن فاطمة بضعة مني وإني أكره أن يسوءها)

ثانياً: التقرب من الابنة وبناتها وأبنائها حتى في كبرها وبعد زواجها
كان صلى الله عليه وسلم يسمى أمامة بنت ابنته زينب رضي الله عنها: «يا بنية». وكان يرافقها إلى المسجد ويحملها في صلاته فإذا سجد وضعها، وإذا قام حملها اهتماماً بها، ورحمة ولطفا ورعاية لها.

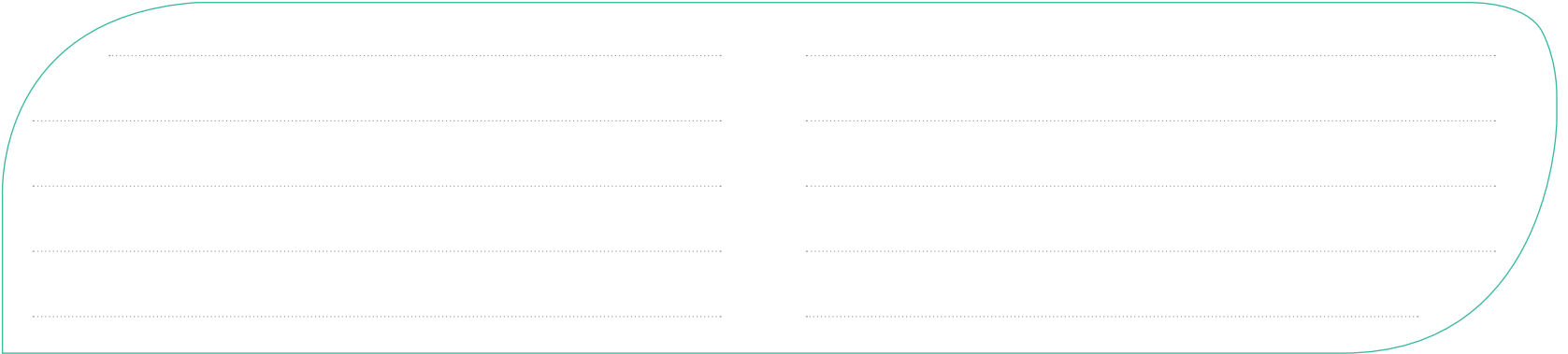
ثالثاً: رفته معهن ومراعاته لهن حتى في كبرهن
بَعَثَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ زَيْدَ بْنَ حَارِثَةَ وَرَجُلًا مِنَ الْأَنْصَارِ فَقَالَ : كُونَا بِبَطْنِ يَأْجَجَ [موضع على مشارف مكة] حَتَّى تَمُرَّ بِكُمْ زَيْنَبُ فَتُضَحِّبَا حَتَّى تَأْتِيَا بِهَا .

المحور الثالث: هديه صلى الله عليه وسلم مع البنات في تزويجهن.

أولاً: ضرورة أخذ رأيها فيمن يتقدم لها، واعتبار رأيها ذا قيمة
«لا تنكح الأيم حتى تستأمر، ولا تنكح البكر حتى تستأذن، قالوا يا رسول الله وكيف إذن؟ قال: أن تسكت».

ثانياً: بيان صفات الخاطب للمخطوبة حتى يكون قبولها أو رفضها على بينة
قال صلى الله عليه وسلم لفاطمة: «لقد أنكحتك أكثرهم علماً، وأفضلهم حلماً، وأولهم سلماً».

ثالثاً: تعاهده لبناته بالزيارة، ومتابعة أمورهن حتى بعد تزويجهن
موقفه صلى الله عليه وسلم لما أراد الخروج إلى بدر أمر عثمان بن عفان أن يبقى مع رقية بنت رسول الله صلى الله عليه وسلم؛ لأنها كانت مريضة.



الجلسة الثانية

مسؤولية رب الأسرة في التربية الفكرية والبناء العقلي لأفراد الأسرة

- المحور الأول: الاهتمام بتعليم الزوجة مكسب حقيقي للأسرة.
- المحور الثاني: التنمية الفكرية في الأسرة المسلمة.
- المحور الثالث: وسائل لتنمية الأولاد فكريا.

مسؤولية رب الأسرة في التربية الفكرية والبناء العقلي لأفراد الأسرة

المحور الأول: الاهتمام بتعليم الزوجة مكسب حقيقي للأسرة

أولاً: أنتج بيت النبوة للأمة الإسلامية أعظم فقيهاً ومحدثات

أم سلمة رضي الله عنها: الحكمة الرشيدة الفقيهة رضي الله عنها.

عائشة رضي الله عنها: أعظم عالمة فقيهة محدثة أنتجتها

وتاريخنا حافل بنساء اشتهرن بالعلم

ثانياً: نص الفقهاء على وجوب تعليم الزوج زوجته

مما يدل على ذلك حديث بن الحويرث قال: أتيت النبي صلى الله عليه وسلم في نفر من قومي فأقمنا عنده عشرين ليلة، وكان رحيماً رقيقاً، فلما رأى شوقنا إلى أهالينا قال: «ارجعوا فكونوا فيهم، وعلموهم، وصلوا، فإذا حضرت الصلاة فليؤذن لكم أحكم وليؤمكم أكبركم».

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثاني: التنمية الفكرية في الأسرة المسلمة

أولاً: المقصود بالتنمية الفكرية في الإسلام

التربية الفكرية في الإسلام تسعى إلى تنمية ذكاء الفرد، وقدرته على التأمل والتفكير، والنظر، إلى جانب تقوية ذاكرته، وإعطائه القدرة على التحليل، وإدراك العلاقات بفهم عظام التاريخ، وربطها بواقع الحياة، وربط العلة بمعلولاتها، والأسباب والنتائج وغيرها من الأنشطة العقلية للإنسان السوي، للوصول إلى الغاية الكبرى من معرفة الله عز وجل وحبه وعبادته

ثانياً: جوانب الاهتمام من الناحية الفكرية

- ملاحظة المربي التحصيل العلمي والتكوين الثقافي لدى الأولاد؛ سواء كان مما يجب تعلمه كالأمر الشرعية الأساسية، أو مما يتعلمه من فروض الكفايات المتمثلة في تحصيله المدرسي وثقافته العامة.
- الاهتمام باستخراج الملكات العقلية عند الولد وتنميتها بالأساليب الصحيحة؛ وهذه القدرات وإن كانت مكونة في الطفل عند ولادته إلا أنها في حاجة إلى استخراج وتنمية.
- ومما يساعد على تنمية هذه الطاقات الفكرية اشراكهم في حل القضايا والمشكلات البسيطة، وحثهم على التدبر وتحليل الأمور، وقد كان ابن شهاب رحمه الله يشجع الأولاد الصغار ويقول لهم: " لا تحتقروا أنفسكم لحدائثة أسنانكم، فإن عمر ابن الخطاب كان إذا نزل به الأمر المعضل، دعا الفتيان فاستشارهم يتبع حدة عقولهم".
- يهتم المربي بالفروق الفردية بين الأولاد ليتمكن من تنمية ملكات الولد العقلية من ذكاء وقدرة على الحفظ وغيرها.

ثالثاً: وسائل التنمية الفكرية:

• التلقين

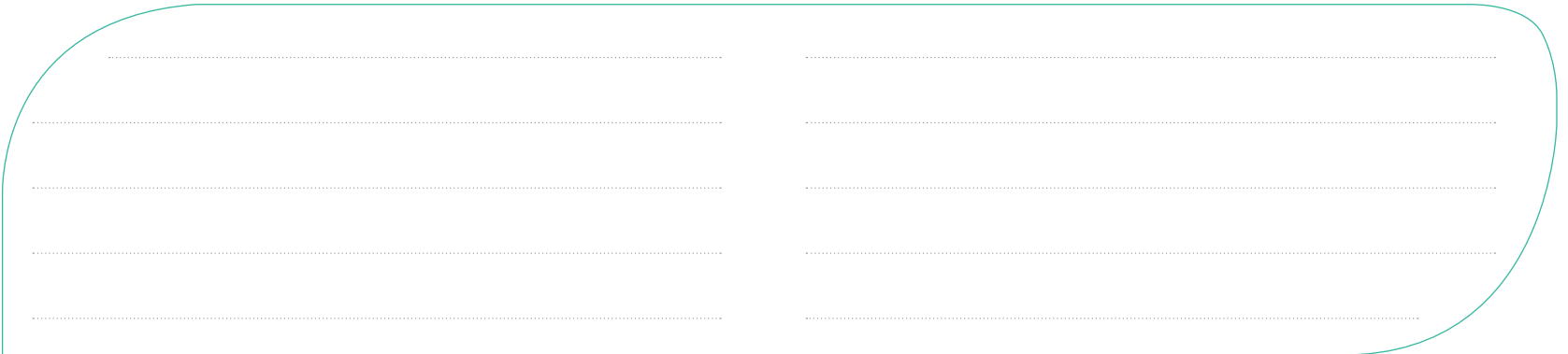
يميل الطفل في طفولته المتأخرة إلى تقبل الآراء والحقائق عن الكبار، وتكون لديه قابلية كبيرة للاستهواء والانقياد ومن سيرته صلى الله عليه وسلم نجد أنه كان يعلم الغلام من بني عبدالمطلب إذا أفصح قوله الله تبارك وتعالى: ” الحمد لله الذي لم يتخذ ولدا ولم يكن له شريك في الملك “ سبع مرات

• تعليم الولد القراءة والكتابة

وتشجيعه على الاطلاع والقراءة، فقد قال صلى الله عليه وسلم: ” حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمية وأن لا يرزقه إلا طيباً“.

• التفكير في الكون:

هذا نوع من أنواع العبادة؛ قال تعالى: (إن في خلق السماوات والأرض واختلاف الليل والنهار و.... لآيات لقوم يتفكرون)



المحور الثالث: الحصانة الفكرية في التربية

أولاً: الحصانة الفكرية ضرورة تربوية:

(والله أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً) إن الحصانة الفكرية شبيهة بالجهاز المناعي الواقى من تسرب شئ من الخلل والعطب فيفسده ويخل به وذلك لسهولة الوصول إلى الشبهات

ثانياً: الهدى النبوي في بناء التفكير السليم:

١- النهي عن الإمعية والتقليد الأعمى: « لا تكونوا إمعة تقولون إن أحسن الناس أحسنا وإن ظلموا ظلمنا، ولكن وطنوا أنفسكم إن أحسن الناس أن تحسنوا وإن أساءوا فلا تظلموا».

٢- النهي عن الهوى: (أفرايت من اتخذ إلهه هواه وأضله الله على علم وختم على سمعه وقلبه وجعل على بصره غشاوة فمن يهديه من بعد الله أفلا تذكرون).

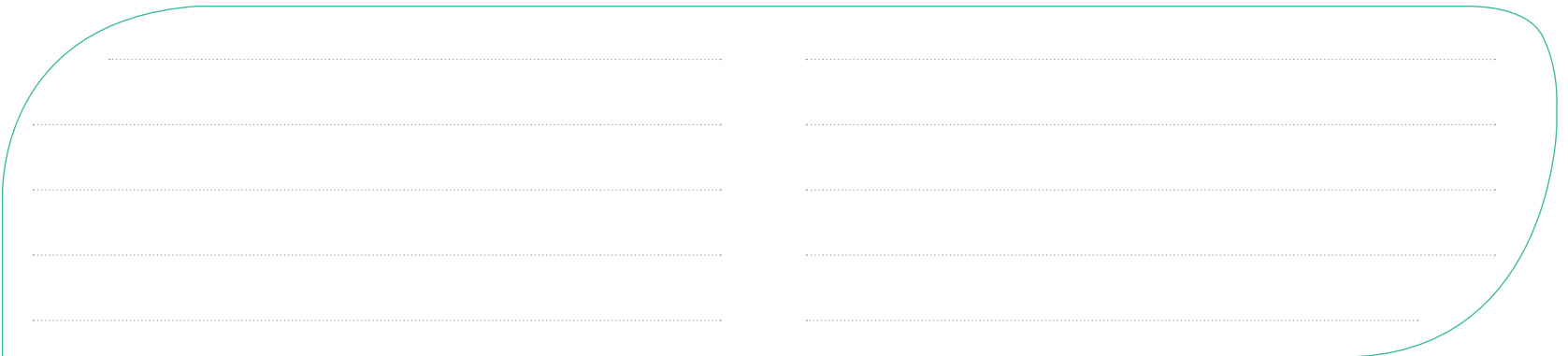
٣- بناء مرجعية: (لا يزال لله نصحاء في الأرض من عباده، يعرضون أعمال العباد على كتاب الله، فإذا وافقوه حمدوا الله، وإذا خالفوه عرفوا بكتاب الله ضلالة من ضل وهدى من اهتدى، فأولئك خلفاء الله).

ثالثاً: آليات ومنهجيات نبوية:

١- التنشئة الإسلامية القوية: (يا غلام إني معلمك كلمات: احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله وإذا استعنت فاستعن بالله، ...).

٢- تعليم الأبناء والتشديد عليهم في البعد عن مواطن الشبهات: (من سمع بالدجال فليناً عنه، من سمع بالدجال فليناً عنه، من سمع بالدجال فليناً عنه، من سمع بالدجال فليناً عنه، فإن الرجل يأتيه وهو يحسب أنه مؤمن، فما يزال به بما معه من الشبه حتى يتبعه).

٣- الانفتاح المتزن: ونعني به تربية الابن على التمسك بالثوابت ففي حديث المسيح الدجال مثلاً؛ نجد أن الرسول عليه الصلاة والسلام تكلم عنه، وتكلم عن صفاته، وفتنه، وأين يخرج، وعلمنا الاستعاذة منه قبل السلام في الصلاة وفي ذلك قوة في المواجهة وأجدر أن يحسن الإنسان التصرف إذا تعرض لفتنه.



الجلسة الثالثة

صفات المربي!

المحور الأول: الجدية في التربية.

المحور الثاني: أحزان الأبناء .. كيف يصنعها الآباء!! .

المحور الثالث: الحكمة في توظيف وتفعليل الأساليب التربوية.

حتى يكون البيت سكونا

المحور الأول: الرفق واللفظ أساس التعامل بين أفراد الأسرة.

المحور الثاني: لا يفقد البيت الرفق والعشرة الحسنة حتى في الأزمات أو الانشغال.

المحور الثالث: تبني سلوكيات راقية وإشاعة ثقافة الاحترام بين أفراد الأسرة.

صفات المربي!

المحور الأول: الجدية في التربية

أولاً: إلقاء الضوء على من يربي جيل المستقبل!! لأنهم الأرضية العامة التي ينطلق منها الجيل الصاعد.

ثانياً: تحصل الجدية في التربية باستشعار المربي بأن الأسرة نعمة وهبة من الله تعالى محروم منها الكثير؛ والولد الصالح أمنية، بل كان أملاً تجيش به صدور الأنبياء.

ثالثاً: احتساب الأجر في التربية:

قال ابن القيم: إن من الذنوب مالا يكفره إلا الهم بالأولاد، فهنئاً لكل من اهتم بالتربية على ما يحبه الله ويرضاه..

A large rounded rectangular box with a green border and a light green background, containing several horizontal dotted lines for writing.

المحور الثاني: أحزان الأبناء كيف يصنعها الآباء:

نتكلم كثيرا عن الأبناء، أخطاء، تمرد، عناد، سطحية في التفكير، ضعف في الثقة في النفس، لكن السؤال: من صنع هؤلاء..؟ الأخطاء الشائعة بين المربين آباء وأمهات:

أولا: دعاء الآباء:

(لا تدعوا على أنفسكم، ولا تدعوا على أولادكم، ولا تدعوا على أموالكم، لا توافقوا من الله ساعة يُسأل فيها عطاء فيستجيب لكم).

ثانيا: أب بوجهين!!

تجد البشاشة ولين الطبع والأدب في الحوار من حق الأصدقاء وخلافه لأهل البيت!!

نشاط:

أحضر زجاجة مملوءة بالماء وكوبا فارغا، ثم قف وقل: أهم شيء عندي أن أملأ هذا الكوب بالماء، ثم قم بصب الماء رويدا رويدا خارج الكأس، واسأل من حولك: ما رأيكم في طريقة ملئي للكوب بالماء؟ ما ذا سيقول عنك؟ وبماذا ستشعر أنت؟ والآن: حاول أن تشرب من الكوب: ماذا ستجد؟ لا شيء لأنك لم تضع فيه شيء!!

ثالثا: أبي.. متى تتوقف عن إهانة أمي!!

هذا السلوك سلوك مؤذي لكل أفراد الأسرة، الأم، الأب نفسه، الأبناء.. كيف يكون ذلك؟ يقول عليه الصلاة والسلام محرجا على حق المرأة: « اللهم إني أخرج حق الضعيفين: اليتيم والمرأة»

المحور الثالث: الحكمة في توظيف وتفصيل الأساليب التربوية:

أولاً: نظريات تربوية تحتاج إعادة نظر:

من أروع النظريات التربوية تلك النظرية التي أطلقها عليّ بن أبي طالب رضي الله عنه: لا تأدبوا أولادكم بأخلاقكم لأنهم خلقوا لزمان غير زمانكم».

لعل هذه النظرية تفسر لنا سر كثير من الإخفاقات التربوية التي نعق فيها، لأننا لم نحسن استقراء مستقبل أولادنا.

ثانياً: الستر والتغافل:

أسلوب تربوي فعال؛ لكنه يحتاج إلى كثير من الحكمة في تطبيقه، حتى لا يكون تغافل نوع من التساهل والاستهتار، ويكون أماناً للمخطئ، فلا تبحث في أخطاء أبنائك وبناتك لتعرف تفاصيل التفاصيل، فقط اطمئن وانصح ووجه برفق، وكن دوماً مفتاحاً للرحمة.

ثالثاً: العقوبة بالضرب.

من الأساليب التربوية النبوية الضرب، لكن متى وكيف وعلى ماذا؟؟

قال صلى الله عليه وسلم: (واضربوهم عليها لعشر) لم يكن الضرب ابتداءً بل كان بعد محاولات وتعويد وترويض وتشجيع استمرت سنوات، وبناء على هذا فإن التأديب بالضرب لا يجوز إلا إذا استنفذت الوسائل التربوية الأخرى، ويكون تعدياً من المربي وظلم للابن إذا كان منه ابتداءً.

حتى يكون البيت سكنا

المحور الأول: الرفق واللفظ أساس التعامل بين أفراد الأسرة

أولاً: الرفق سبب من أسباب صلاح الأسرة، وسعادتها
قال صلى الله عليه وسلم: «إن الله إذا أحب أهل بيت أدخل عليهم الرفق»

ثانياً: التعامل اللطيف سلوك وقاعدة أسسها رسول الله صلى الله عليه وسلم للتعامل مع النساء بوجه خاص لمن يتولى أمورهن
كان رسول الله في بعض أسفاره وغلماً أسود يقال له أنجشه يحدو فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: «يأنجشه رويدك سوقاً بالقوارير».

ثالثاً: من مظاهر الرفق عدم المعاجلة بالعقوبة من أخطأ من أفراد الأسرة بل يعالج الأمر بالتدرج
كما شرع في حق الناشز؛ حيث يبدأ بالموعظة قبل البدء بالعقوبة في قوله تعالى: « واللّٰتِي تَخَافُونَ نَشْوٰزَهُنَّ فِعْزَاهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ».

رابعاً: المعاشرة الطيبة وإظهار الوفاء

حركات بسيطة و تفاصيل دقيقة إلا أنها تترك أثراً كبيراً على العلاقات الأسرية. وترفع مستوى الاحترام بينهم.
وكان مما حكته عائشة رضي الله عنها عن النبي الكريم في بيته أن كان إذا صلى العشاء دخل منزله يسمر مع أهله قليلاً قبل أن ينام، يؤانسهم بذلك

المحور الثاني: لا يفقد البيت الرفق والعشرة الحسنة حتى في الأزمات أو عند الانشغال بأمر خارجي

أولاً: عند الانشغال:

في أحد الاجتماعات الأسرية بصحبة رسول الله صلى الله عليه وسلم تروي لنا زوجته عائشة رضي الله عنها ما دار في ذلك الاجتماع فتقول: (أهدي لرسول الله صلى الله عليه وسلم قلادة من جزع ملمعه بالذهب، ونساؤه مجتمعات في بيت كلهن، وأمامه بنت أبي العاص جارية تلعب في جانب البيت بالتراب، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (كيف ترين هذه؟) فنظرن إليها؛ فقلن: يا رسول الله، ما رأينا أحسن من هذه قط ولا أعجب، فقال: (ارددنها علي)، فلما أخذها قالت عائشة: فأظلمت علي الأرض بيني وبينه خشية أن يضعها في رقبة غيري منهن، ولا أراهن إلا أصابهن مثل الذي أصابني، ووجمنا جميعاً سكوت فأقبل بها حتى وضعها في رقبة أمامه بنت أبي العاص، فسري عنا). لم تشغله مهامه عن مجالسة نسائه بل ويعرض عليهن قلادة، ويسأل عن رأيهن فيها، ثم يفصح عن مشاعره نحو من يهيم بإهدائها إياها.

ثانياً: إدارة المنزل في الأزمات:

ولا شك أن حادثة الإفك أزمة لا توازيها أزمة؛ وبالرغم من هذا نجد في هديه وسيرته ما نتعلم منه حسن إدارة الأزمات العائلية بحلم وحكمة.

ثالثاً: التوجيه واحتواء صاحب المشكلة من الأسرة

ومحاولة إصلاحه، وليس كما هو ديدن الكثير في هذه الأيام التسرع في الانفصال والطلاق وإنهاء العلاقة قبل التدرج في الإصلاح وبذل الوسع في ذلك.

في سورة التحريم كان التوجيه لزوجات النبي صلى الله عليه وسلم بضرب المثل، وهو من فنون التربية.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثالث: تبني سلوكيات راقية، ونشر ثقافة الاحترام بين أفراد الأسرة

أولاً: التهادي بين أفراد الأسرة:

ثانياً: تبادل القصص، وحسن الحوار:

قصة أم زرع وأبي زرع

ثالثاً: مراعاة الأوضاع والظروف والنفسيات..

رابعاً: تجنب كل ما يوقع بين الأبناء الشحناء، ويورث العقوق بالآباء.

المصادر والمراجع

التعامل الأسري وفق الهدى النبوي
الهدى النبوي في تربية الأولاد في ضوء الكتاب والسنة
تربية الأولاد في الإسلام

- القرآن الكريم
- السنة المطهرة
- محمود أبو الفضل
- سعيد بن القحطاني
- عبد الله ناصح علوان



الوحدة الثانية

سيكولوجية الرجل والمرأة



التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

معرفة خصائص الرجل والمرأة وفهم الطرف الآخر من خلال التعرف على سماته النفسية والعقلية والسلوكية والوصول إلى بناء الألفة والتواصل الإيجابي.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- التعرف على طرق التفكير لدى الطرف الآخر.
- تطبيق مهارات التواصل بين الرجل والمرأة بحسب سيكولوجية كلا منهما.
- خطوات بناء الألفة وتحقيق التناغم الأسري بهذه المعرفة.
- طرق حل المشكلات الأسرية واستخدام سيكولوجية الفهم والإدراك للطرف الآخر.
- التعرف على لغة الطرف الآخر وتحقيق الاتصال الفعال.

مقدمة

تشكو الكثير من النساء من أن أزواجهن غير رومانسيين، ويشكو الكثير من الرجال من أن زوجاتهم «رغائيات» وتنقصهم العقلانية، ويبدو الأمر وكأن كلا من الرجل والمرأة يتحدثان بلغتين مختلفتين.

كى نستطيع أن نفهم رد فعل كل من الرجل والمرأة نحو تقديم المساعدة، لابد من التعرف أولاً على قيم كل منهما، ولكن ما معنى كلمة «القيم»؟ يقصد بالقيم.. الأشياء أو المعاني الهامة لدى الإنسان، والتي تحكم قراراته وتصرفاته.

وأهم الاحتياجات لدى المرأة تختلف عن أهمها لدى الرجل، صحيح أن الرجل له أيضاً نفس احتياجات المرأة، لكنها تأتي فى الأهمية بعد احتياجاته الأصلية، و الأمر نفسه ينطبق على المرأة، فلها أيضاً نفس احتياجات الرجل، لكنها تأتي فى الأهمية بعد احتياجاتها الأصلية.

الجلسة الأولى

التعرف على طرق المساندة لشريك حياتك (الرجل والمرأة)

المحور الأول: رد الفعل نحو تقديم المساعدة.

المحور الثاني: إحتياجات الرجل.

المحور الثالث: إحتياجات المرأة.

سيكولوجية الحالة النفسية للرجل والمرأة

المحور الأول: الدرتياح النفسي للطرف الآخر.

المحور الثاني: فروق ذهنية.

المحور الثالث: اللغة بين الرجل والمرأة.

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

التعرف على طرق المساعدة لشريك حياتك (الرجل والمرأة)

المحور الأول: رد الفعل نحو تقديم المساعدة

كي نستطيع أن نفهم رد فعل كل من الرجل والمرأة نحو تقديم المساعدة، دعونا نلقى نظرة أولاً على قيم كل منهما، ويقصد بالقيم الأشياء أو المعاني الهامة لدى الإنسان، والتي تحكم قراراته وتصرفاته، وهي كالتالي:

قيم المرأة: الحب، المشاركة، الجمال، التواصل.

قيم الرجل: القوة، الكفاءة، الفعالية، الإنجاز.



لذا على المرأة عندما تطلب الدعم من الرجل ألا تستسلم لكلمة لا من أول مرة وتبتعد في طلب المساعدة من الرجل ولكن تحاول مراراً وتطلب المساعدة بشكل مباشر وبطريقة لائقة.

التوقيت المناسب

الأسلوب الخالي من أي إحاح

الإيجاز

الأسلوب المباشر

استخدام الكلمات الصحيحة

أسرار طلب المساعدة من الرجل
بشكل ناجح

كيف تساعد المرأة الرجل؟؟

كثيرات لا يعلمن أن مساعدة الرجل وتشجيعه تكون بطلب مساعدته، دون أي نقد أو نصيحة، فعليك أيتها المرأة أن تفهمي أنه يحاول أن يخدمك وأطفالك، فشجعيه وكوني عوناً له.

كيف يساعد الرجل المرأة؟؟

مساعدة الرجل للمرأة تكون بتقبل شكواها والاستماع لها بدون تقديم أي حلول، فالمرأة تريد من يسمعها وينفس عنها.
1- كهدف الرجل:

يعتزل الناس في كهفه وقت المشاكل

- يفكر في حل مناسب
- وقد يتناساها مؤقتاً
- اذا وجد الحل يخرج من كهفه

لابد من التفهم أن أي ابتعاد للرجل
ليس دليلاً على عدم الحب

2- بئر المرأة:

تنخفض مشاعر المرأة وعواطفها كأنها

- تنزل في بئر عميق
- عند وصولها للقاع تبدأ رحلة الصعود
- خاصة لو شعرت بحب من حولها

عندما تنزل إلى ذلك البئر فإنها لا تحتاج إلى من يخرجها منه، وإنما تحتاج أن تشعر بأن زوجها بجانبها يحبها ويرعاها، وتحتاج أن تسمع منه كلمات الرعاية والعناية وأن تحسن بدفء الحب ولطف المعاملة.

٣- لغة الرجل والمرأة:

الرجل

يختار كلماته بدقة وواقعية ويبتعد عن استخدام لغة العاطفة في حديثه

الرجل

تستخدم لغة العاطفة في كلامها، فغالبا ما نراها تستخدم هذه العبارة: أنا أحسّ، أشعر

حتى وإن كان الرجل والمرأة يتحدثان اللغة نفسها فإنهما لا يتحدثان في سياقات مماثلة.

المحور الثاني: إحتياجات الرجل

١- الثقة:

- يحتاج إلى الحب الذي يحمل معه الثقة به.
- عندما تثق المرأة في قدرة زوجها، فإنه يصبح أكثر رغبة في رعايتها وخدمتها.

عندما يقوم الرجل برعاية زوجته فإنها تصبح أكثر قدرة على الثقة العميقة به وبإمكاناته.

٢- القبول:

- يحتاج الرجل أن تقبله زوجته - دون شروط - وقبول الزوجة لزوجها يعني أن تمنحه الشعور بأنها تحبه وتقبله كما هو. دون أن تحاول تغييره، وتترك له أمر تحسين نفسه إذا احتاج لذلك
- وهذا يستلزم طبقاً عدم انتقاده باستمرار، وعدم التجسس عليه، وعدم إرهاقه بتعليمات مستمرة.

حين يشعر الرجل أنه متقبل فإنه من السهل عليه جدًا أن ينصت للمرأة وأن يمنحها «التفهم»

٣- الإعجاب:

- أن تشعره أنه رجلها.. أنه فارسها.
- الإعجاب يكون بالكلام والأفعال أيضاً.

عندما يشعر الرجل بإعجاب زوجته به، فإن هذا يدفعه للتفاني

المحور الثالث: إحتياجات المرأة

١- الإهتمام والعناية:

- في أعماق كل امرأة قطعة مدللة تريد أن تنال رعاية وتعاطف وتفهم ممن يحبها.
- تحتاج إلي من ينصت لها وهي تعبر عن مشاعرها بغض النظر عن القناعة به.
- تحتاج إلى الإخلاء، وهو أن تشعر بأنها تحتل المرتبة الأولى في حياة زوجها.
- العمل على راحتها من توفير احتياجاتها، وانتهاء بأن تجلس قبل أن يجلس هو.
- وأن يستمع إليها دون أن يحكم على ما تقوله بأنه صواب أو خطأ، أن يقبل الاختلاف دون أن يتفق بالضرورة مع ما تقوله.

كلما تقبلت المرأة زوجها، كلما كان أقدر على الاستماع إليها وتفهمها.

٢- الحب:

- تحتاج المرأة إلى الحب وأنها أهم من في حياته.
- ليس بالأفعال فقط، ولكن بالكلام وتكراره مرة واثنين وثلاثة وإلى ما لا نهاية.
- قراءة أحاسيسها وعواطفها ، فالعيون قادرة على التعبير ولمسة الحنان.

الاهتمام أكثر يسبر الأغوار ليفجر ينابيع المشاعر والأحاسيس في واحة الحب لتحيا علاقة الحب.

٣- الاحترام:

- تفهم مشاعرها واحترامها والتعاطف معها.
- عدم مهاجمة هذه المشاعر أو التهوين من شأنها.
- الاعتراف بحقوق الزوجه وبحقوق المرأة فى المجتمع بشكل عام.
- تذكر المناسبات الهامة لها.

قال النبي صلى الله عليه وسلم (خيركم خيركم لأهله..).

سيكولوجية الحالة النفسية للرجل والمرأة

المحور الأول: الإرتياح النفسي للطرف الآخر

حيث أن الرجل عادة ما يرتاح إلى المرأة الملتزمة ذات الخلق الرفيع والتي تحتوي شخصيتها على أسمى صفات الأنوثة ومعانيها، هذا إلى جانب سمة الحياء التي تزيد المرأة جمالاً وجاذبية في عيني الرجل وفي المقابل فإن المرأة عادة ما ترتاح للرجل الذي يتسم بالحكمة والالتزان وقدرته على تحمل المسؤوليات هذا إلى جانب أهمية أن ترى فيه أنه هو الملاذ العاطفي الآمن لها (وهذا أكثر ما يهتمُّها).

1- العقل والعاطفة



٢- المديح والإطراء



٣- التعليقات والانتقادات

- إن معظم نساء العالم لا يتقبلن الانتقادات أبداً .. بل إن لديهن حساسية مفرطة من أي تعليق أو أي انتقاد يوجّه إليهن، بل يؤثر سلباً عليها، مما ينعكس على نفسية المرأة بشكل كبير جداً، فتشعر بعدم الثقة في نفسها، وجمالها وتبدأ بتأنيب نفسها على ما بذلته لإرضاء زوجها، ولم يقدر كل هذا، وقد تعاني من الاضطرابات التي بدورها قد تصل للأمراض كالإحباط والاكتئاب.
- الرجل الذي غالباً ما تكون (روحه رياضية) نظراً لأنه يعد أكثر تقبلاً للنقد من المرأة.

المحور الثاني: فروق ذهنية

١- قوة الإستيعاب.

المرأة أكثر استيعاباً من الرجل .. حتى أن لديها القدرة على الإلمام بكافة جوانب الموضوع المطروح أمامها .. ومما يساعدها على ذلك هو اهتمامها بتفاصيل الأمور الصغيرة.

٢- التلميح والتصريح.

إن المرأة عادة لا تميل إلى التصريح عن رغباتها وغاياتها .. بل إنها تكتفي بالتلميح عن ذلك وبصورة غير مباشرة وفي المقابل فإن الرجل عادة ما يميل إلى التصريح عن رغباته وغاياته وبصورة مباشرة.

٣- الألوان بين الرجل والمرأة.

حيث أن الرجل عادة ما يميل إلى الألوان الصارخة والقاتمة على عكس المرأة التي غالباً ما تميل إلى الألوان الفاتحة والناعمة والهادئة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثاني: فروق ذهنية

١- قوة الإستيعاب.

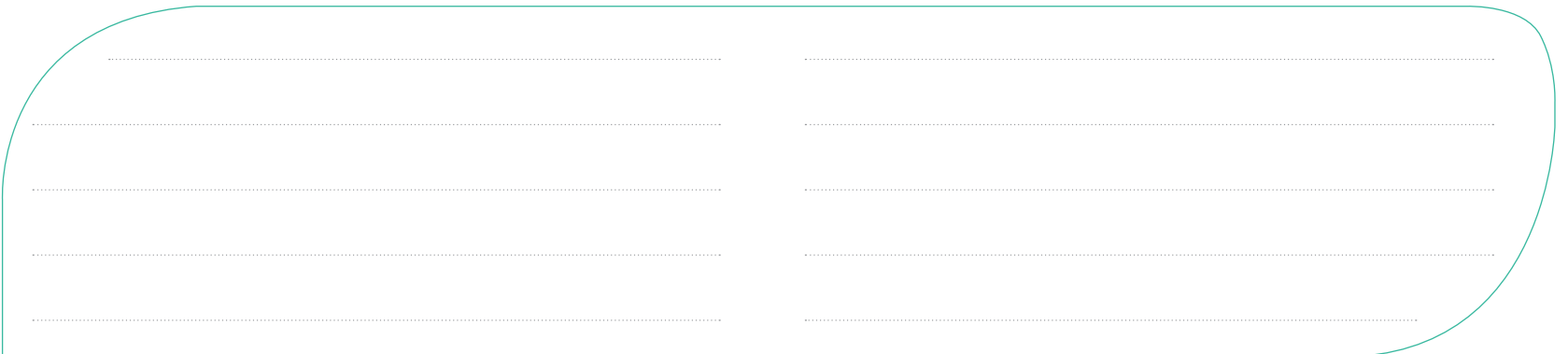
المرأة أكثر استيعاباً من الرجل .. حتى أن لديها القدرة على الإلمام بكافة جوانب الموضوع المطروح أمامها .. ومما يساعدها على ذلك هو اهتمامها بتفاصيل الأمور الصغيرة.

٢- التلميح والتصريح.

إن المرأة عادة لا تميل إلى التصريح عن رغباتها وغاياتها .. بل إنها تكتفي بالتلميح عن ذلك وبصورة غير مباشرة وفي المقابل فإن الرجل عادة ما يميل إلى التصريح عن رغباته وغاياته وبصورة مباشرة.

٣- الألوان بين الرجل والمرأة.

حيث أن الرجل عادة ما يميل إلى الألوان الصارخة والقاتمة على عكس المرأة التي غالباً ما تميل إلى الألوان الفاتحة والناعمة والهادئة.



المحور الثالث: اللغة بين الرجل والمرأة.

- المرأة تتكلم أكثر مما تسمع.
- الرجل يسمع أكثر مما يتكلم.
- قد تختلف مدلولات الألفاظ بينهما.. التعبيرات متشابهة لكن الدلالات مختلفة وهنا يحدث سوء الفهم وتبرز المشكلات.
- يوجد قسمان في الدماغ مسؤولان عن اللغة، نجد أن القسم الأكبر موجود لدى النساء.

١- ترتيب اللغات لدى الرجل.

- الرجل يفضل الصمت غالبًا ولا يستخدم اللغة إلا لنقل حقائق أو لهدف معيّن مثل إثبات الذات، جلب المصالح، المناقشة والمنافسة، كسب العلاقات العامة.
- عندما يتكلم الرجل يختار كلماته بدقة وواقعية، فكل كلمة ينطقها يقصدها ويعنيها بذاتها. لذلك نرى كلامه مرتبًا متسلسلاً منطقيًا.
- الرجل يتكلم خارج المنزل أكثر من داخله، ويستعمل كل أسلحته خارجًا للفوز ولتحقيق أهدافه، ولهذا فهو يستهلك الكثير من الكلام خارج البيت.
- المنزل بالنسبة لمعظم الرجال هو المكان الذي لا يتوجب عليه الكلام فيه، فهو قادم للراحة.

ترتيب اللغات لدى الرجل كما يلي:

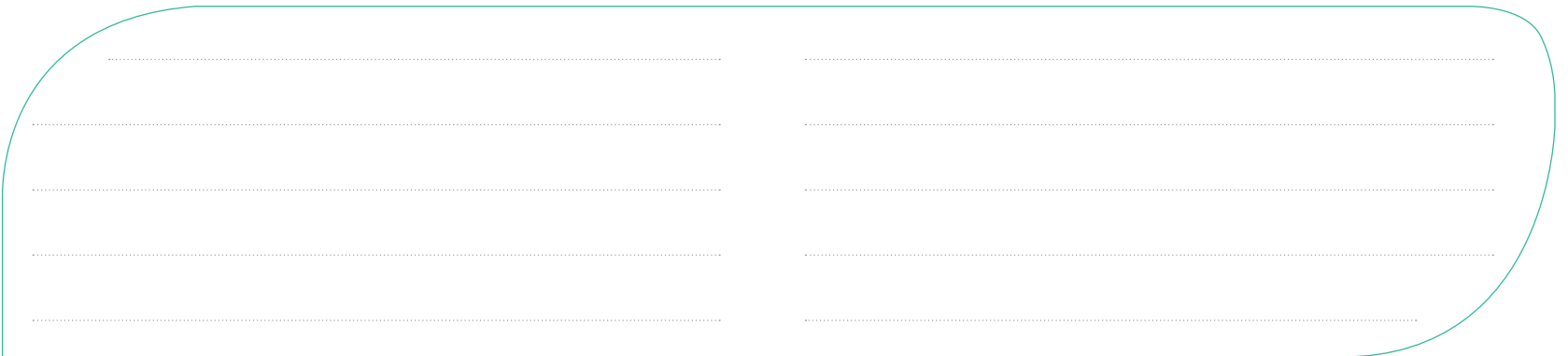
- اللغة المادية (وخصائصها أنها: واقعية، موضوعية، محسوسة).
- اللغة الفكرية (وخصائصها أنها: معرفية، خيالية، معتقدات).
- اللغة الانفعالية (وخصائصها أنها: اتصال، تجاوب، رد فعل).
- اللغة الروحية (وخصائصها أنها: مشاعر، أحاسيس، تواصل).

٢- ترتيب اللغات لدى المرأة.

- تستخدم المرأة اللغة للتعبير عن مشاعرها
- تستخدم الكثير من صيغ التفضيل والمجازات والتعميمات
- يحمل كلامها مطلب معين لا تطلبه مباشرة.
- تفكر ولكن بصوت مسموع، وقد يكون كلامها كي تشعر بتحسن وتوازن عندما تكون متضايقة.
- قد تتحدث لمجرد خلق مودة وتواصل مع الآخرين. لذلك تبدو وكأنها ثرثرة.
- الحوار والتواصل بالنسبة للمرأة حاجة ضرورية وملحة.

ترتيب اللغات لدى المرأة كما يلي:

- الروحية.
- الانفعالية.
- الفكرية.
- المادية.



٣- لغة العيون بين الرجل والمرأة:

- إن النظرات المتصلة لثوان قليلة، يمكن أن تُحدث ما تعجز عنه مجلدات كثيرة.
- إن بعض الباحثين يعتبرون العينين الوسيلة الأولى للتعبير الرومانسي أكثر من غيرهما.
- لون العينين لا يؤثر في التأثير ولكنها مجال للتغزل بها.

لتعلم سحر العيون لابد من:

- ١- توسيع حدقتي عيني كل من الزوجين أثناء الأحاديث الودية.
- ٢- وتبادل الكلمات الرومانسية.
- ٣- لينظر كل منهما ويحدق مباشرة في عيون الآخر وكأنه ينظر إلي بحر شاسع.
- ٤- وليتأمل خلال نظراته أجمل جزء في وجه الآخر كالأنف الدقيق أو تلك الغمازتين الحلوتين فتبدأ العينان تعطيان ذلك الإيحاء بالارتياح والالتساع.
- ٥- تركيز الفكر على مدى جمال شريكك، واكتشاف الصفات التي تميزه عن غيره، وأنت سعيد بها معه وبالقرب منه.
- ٦- وعليك أن تطرد من مخيلتك الخجل وعدم الثقة والعصبية والتفكير السلبي الذي يجعل جبينك مقطباً وبؤبؤ عينيك يتضاءل.

الجلسة الثانية

الأنماط السلوكية (التصرفات)

المحور الأول: النمط السلوكي للزوج.

المحور الثاني: النمط السلوكي للزوجة.

المحور الثالث: مؤشرات الخلافات.

سيكولوجية الحوار بين الرجل والمرأة

المحور الأول: مربع الحوار الفعال.

المحور الثاني: الحاجة للحوار الزوجي.

المحور الثالث: علامات فشل الحوار الزوجي.

A large rounded rectangular area with horizontal dotted lines, intended for notes or a discussion.

الأنماط السلوكية (التصرفات)

الطبيعة الأنثوية في السلوك

الانتظار

الاستماع والتأكد وحساب النفقة قبل الإقدام

المرأة أن تجد ذاتها في الكلام والبوح

تهتم المرأة بالتنوع

المرأة تسلك المسار الدائري قبل أن تصل إلى هدفها

يقدرن الحب والاتصال والجمال والعلاقات

الطبيعة الذكورية في السلوك

الأخذ بزمام الأمور

التحرك واختراق مناطق جديدة دون خوف أو تردد

الصمت

يهتم الرجل بالكم

يذهب الرجل إلى هدفه مباشرة

القوة والكفاءة والفاعلية والإنجاز

واضح أنه إذا أفرطنا في الاستجابة للطبيعة الذكورية، سوف نعاني من التهور والتسرّع، وإذا أفرطنا في الاستجابة للطبيعة الأنثوية تحوّلنا للسلبية والتوقف.

المحور الأول: النمط السلوكي للزوج.

١- الجلوس أو الوقوف.

٢- ليسو لمابين للإشارات الأخرين وتعبيراتهم.

٣- يتغافل عن التفاصيل الشكلية.

المحور الثاني: النمط السلوكي للزوجة.

١- الحركة الجسمانية سلسة وخفيفة.

٢- وضوح المشاعر بشكل جلي.

٣- يدققون في التفاصيل الشكلية.

A large rounded rectangular box with a green border, containing two columns of horizontal dotted lines for writing.

المحور الثالث: مؤشرات الخلافات.

أسباب لتكرار الخلافات التي قد تصل إلى الطلاق أحيانا:

عدم الإنسجام في العلاقة الحميمة

تربية الأطفال

صعوبة التواصل بين الزوجين

الملل

سوء المعاملة

الخيانة والكذب

١- تباين الأفكار وتفسيراتها.

٢- انفعالات سلبية مؤلمة.

٣- تصرفات سلبية منفرقة.

سيكولوجية الحوار بين الرجل والمرأة

المحور الأول: مربع الحوار الفعال

يعتبر الحوار من أهم مقومات التواصل والتفاعل، والتقارب الروحي والعاطفي بين الزوجين، وهو مفتاح التفاهم والانسجام، وهو كذلك القناة التي تعبر من خلالها المشاعر والأحاسيس الدافقة.. فعندما نتحاور نعبر عن شعورنا تجاه الآخر.. كما نعبر عن أنفسنا وأفكارنا وطموحاتنا مع شريك الحياة.. فالحوار ليس فقط لغة للتفاهم، وإنما هو بريد الحب بين الزوجين ومؤشر العلاقة العاطفية، ومن أسس نجاح الحياه الزوجية .

المرأة

إن الحوار والتواصل بالنسبة للمرأة يعتبر حاجة ضرورية وملح

وهي حاجة نفسية فإن لم تشبعها يحدث لديها اضطراب

الزوجة داخل المنزل تكثر الكلام

لأن المنزل هو المكان الأمثل الذي تشعر فيه بحرية الكلام وعدم خوفها من ملاحظات الآخرين

الرجل

نادراً ما يتحدث الرجل عن مشكلاته لا إذا كان يبحث عن حل عند خبير

يقصد الحوار لتحقيق غاية معينة فهو لا يتكلم إلا لهدف معين

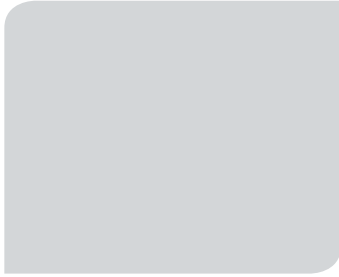
الرجل بتكلم خارج المنزل أكثر من داخله وعند عودته لمنزل فهو قليل الكلام لأنه يبذل جهداً كبيراً في الخارج

إن المنزل بالنسبة لمعظم الرجال هو المكان الذي لا يتوجب عليه الكلام فيه

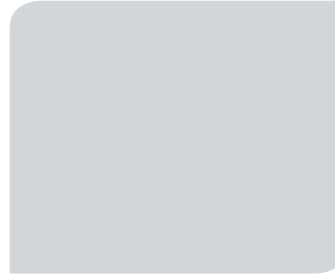
والراحة بالنسبة للرجل هي عدم التكلم بسفاسف الكلام

المحور الثاني: الحاجة للحوار الزوجي

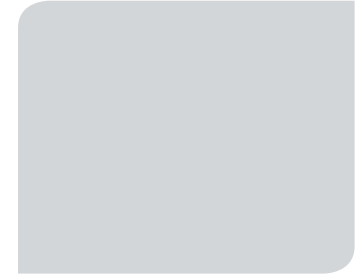
٣- الألفة



٢- التربية

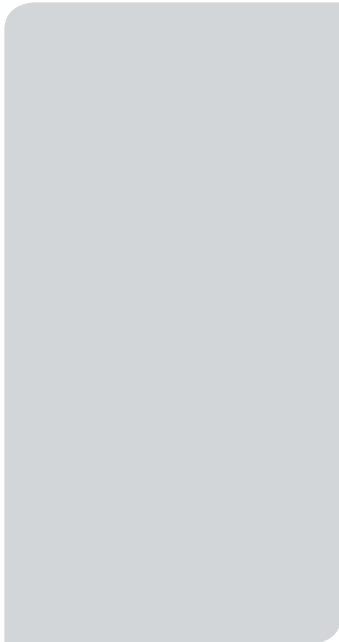


١- المتعة

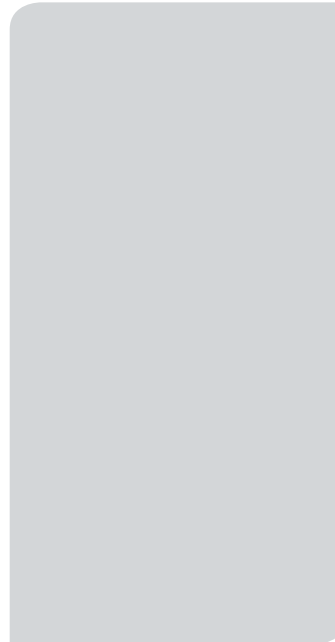


طرق بناء الالفة بين الزوجين:

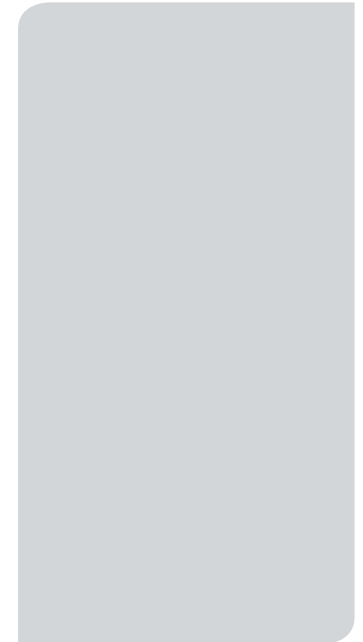
٣- اختيار الكلمات



٢- التوافق الصوتي



١- لغة الجسد



المحور الثالث: علامات فشل الحوار الزوجي.

أولاً أسباب فشل الحوار بين الزوجين

سلبية الزوجة

١. تفترض أن يبادر هو بالتلطف لها والاعتذار
٢. تتعمد مضايقة الزوج بالكلام حتى مع علمها أنه ليس في الوقت المناسب
٣. تهمل رعاية نفسها تجاه كم المشاغل اليومية التي تواجهها
٤. أن تنتظر من الزوج أن يخاطبها ويتفهمها دون أن تفصح عن ما يشغلها لا يروق لها في سلوكيات زوجها.

سلبية الزوج

- ١- تعامل الزوج بلغة العقل فقط.
- ٢- الاستخفاف بما تقدمه من حلول.
- ٣- شعوره بأنه قد أدى ما عليه من واجبات بمجرد سعيه للرزق.
- ٤- ضيق الوقت فهو يأتي من العمل منهكا.

ثانياً علامات فشل الحوار

- ١- التكرار.
- ٢- الصوت.
- ٣- لغة الجسد.

- رفع أحد الحاجبين.
- نفخ الجزء الأمامي من الأنف.
- طوي الشفة السفلى.
- التململ.
- العبث بشعره.
- المحافظة على البقاء قريباً منك.

الجلسة الثالثة

الطبيعة الإنسانية للرجل والمرأة

المحور الأول: طبيعة المرأة.

المحور الثاني: طبيعة الرجل.

المحور الثالث: دماغ الرجل والمرأة.

الطبيعة الإنسانية للرجل والمرأة

المحور الأول: طبيعة المرأة

يمكن فهم الطبيعة النفسية للمرأة من خلال عدة مفاتيح بسيطة نذكرها فيما يلي:

1- **التكشف البيولوجي مقابل التستر النفسي:**

- أضعف عضليا.
- عند بلوغها يسيل دم الدورة الشهرية.
- التركيب الجسماني للمرأة بعد البلوغ.
- الحمل والولادة .
- الترهلات والتجاعيد في سن الشيخوخة تظهر بشكل أكثر وضوحا.

وكرد فعل طبيعي لهذا الفضح البيولوجي تميل المرأة السوية إلى :

- الخجل الفطري والابتعاد عن العيون الفاحصة لهذه المظاهر البيولوجية
- التخفي والتستر فيبدو حجاب المرأة ملبيا لهذه الرغبة الفطرية النفسية

أما محاولات التعري لدي النساء فأنها غالبا بإيعاز من الرجل ورغبة في إرضائه أو جذب انتباهه أي أن: التعري ليس صفة أصلية في المرأة السوية.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- التظاهر بأدوات الزينة والتجمل واستعمال الروائح العطرية لتخفي دخالها بسهولة.
- بل ويمتد إلى ميل المرأة إلى الكذب المتجمل.
- السيولة العاطفية في التغير السريع في المشاعر
- يمكن أن تخفي حبها وكرهها

٢- التبعية:

مهما تظاهرت المرأة بالقوة ومهما تزعمت الحركات النسائية، فهي تشعر في أعماق أعماقها بأنها تابعة للرجل متعلقة في رقبته والحركات النسائية نفسها تعتبر دليلاً على ذلك، لأن المرأة لو شعرت في قرارة نفسها بالمساواة الحقيقية بالرجل لما شغلت نفسها بالإلحاح ليل نهار بأنها (مثل الرجل).

- (ولهن مثل الذي عليهم بالمعروف وللرجال عليهن درجة).
- (الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم).
- المرأة السوية تعرف أنها متعلقة برقبة الرجل طوال مسيرة حياتها، فقد عاشت طفولتها وصباهها متعلقة برقبة أبيها أو أخيها وعاشت شبابها ونضجها متعلقة برقبة زوجها وعاشت بقية حياتها متعلقة برقبة ابنها، وهكذا تشعر المرأة بمحورية دور الرجل سواء أحبته أم كرهته.

وكرد فعل نفسي لهذا الشعور العميق بالتبعية

- فإن المرأة تميل إلى الدهاء و الحيلة لتفادي بطش الرجل،
- تلجأ للأغراء بأن تتزين وتتعرض للرجل وتنتظر سعيه إليها،
- وقد تلجأ إلى الإغواء بالتنبيه والحيلة والدلال،

فهي تملك الإرادة المحركة في حين يملك الرجل الإرادة الفاعلة..

- المرأة بوعيها الفطري بقوة الرجل تسعى لموازنة ذلك بجمال الأنوثة، وهي تستطيع أن تصل من خلال جمال الأنوثة إلى قهر قوة الرجولة وبذلك تشعر أنها حققت مرادها وأكثر.
- وحين تفشل المرأة في أغراء الرجل أو اغوائية أو حين ترفض حتمية التبعية للرجل بسبب استرجالها أو مبالغة الرجل في الاستعلاء عليها فأنها تلجأ للعناد والمخالفة والعصيان.
- المرأة مثل أي تابع مولعة بالممنوعات فقد تبحث للخلاص من التبعية للرجل
- والمرأة حين تفشل في ما سبق لا تجد إمامها إلا الشكوى والألم والتمارض.

٣- المرأة ونوازع الحياة:

- المرأة هي الوعاء الذي يحافظ على بقاء النوع
- هي المنتجة للحياة بأذن ربها و راعية لها
- المرأة هي وعاء اللذة الجنسية
- المرأة هي الوعاء العاطفي الذي يشعر الرجل معه بالسكينة والراحة
- المرأة تذكى روح التنافس بين الرجال
- أذن فالمرأة وعاء الحياة و وعاء البقاء و وعاء اللذة و وعاء العاطفة و السكن و وعاء القوة، أي أن: المرأة تضرب بجذورها في أعرق نوازع الحياة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٤- الوفاء للطبيعة:

المرأة أكثر ميلا نحو:

- الأقوى بكل معاني القوة .
- الأجل بكل معاني الجمال.

فهي مدفوعة لذلك بالفطرة... ولو كانت غير ذلك فقبلت بالأضعف (بكل معاني الضعف) والأقبح بكل معاني القبح, لتدهورت السلالات البشرية. وهذه الصفة رغم انتهازيتها الظاهرية إلا أنها تدفع الرجل ليكتسب:

- مصادر جمال المظهر.
- والأخلاق .
- والسلوك.

وهذا يصب في النهاية في مصلحة الجنس البشري ككل.

٥- الجمع بين النقيضين:

تجمع بين : اللذة والألم

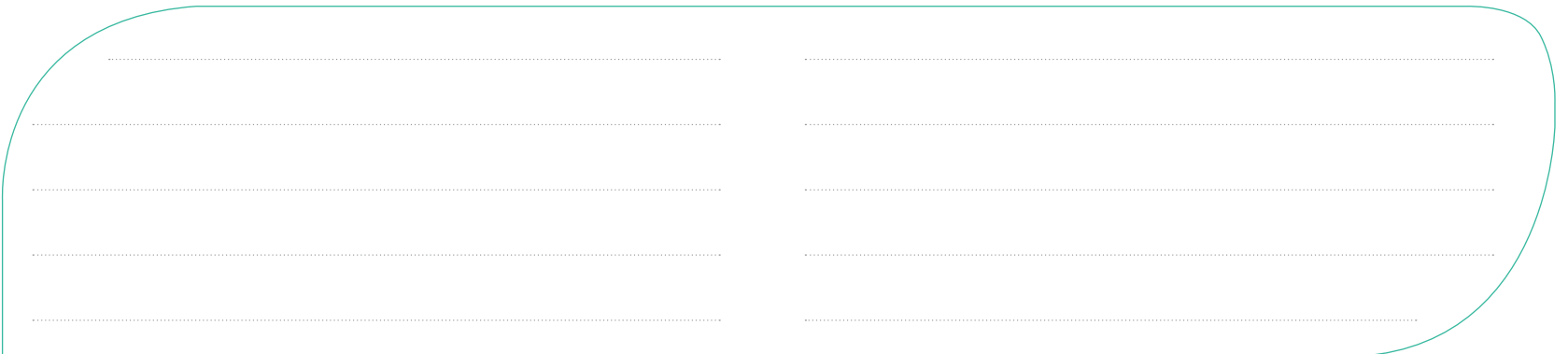
- يتجسد ذلك في حالة الحمل والولادة والرضاعة وتربية الأولاد.
- تتألم الأم من الحمل والولادة و الرضاعة والتربية.
- وفي ذات الوقت تشعر بلذة عارمة أثناء هذه المراحل.

وتجمع بين : الحب بالكره.

- يتجسد ذلك في الأبناء ، الزوج.
 - تكره الأم شقاوة الأبناء، وتحقد على الزوج.
 - وفي ذات الوقت تحبهم، ولا تطيق ابتعاد الزوج.
 - وتضيق من الأب و تدعو له بطول العمر.
- وتجمع بين الضحك والبكاء فيساعدتها تكوينها العاطفي وسيوله مشاعرها على ذلك.

٦- التقلب:

- وهو صفة بيولوجية ونفسية أصلية في المرأة:
- أحداث الدورة الشهرية وما يسبقها وما يصاحبها وما يتبعها.
- الحمل وما يواكبه من تغيرات جسدية وهرمونية ونفسية.
- زلزال الولادة.
- قدوم الطفل تصبح الأم مسئولة عن كائن كثير الاحتياجات شديد التقلب.
- هذا كله يجعل المرأة بين الشوق والرفض وبين الرجاء والخوف (التقلب).



المحور الثاني: طبيعة الرجل

أهم السمات العامة ومفاتيح شخصية الرجل:

١- التمييز الذكوري:

- فكرة التمييز الذكوري يسعد بها الرجل السوي وتسعد بها المرأة السوية.
- الغلو في فكرة التمييز الذكوري أدى إلى حركات التحرر من أيدي الرجال المستبدين.
- جاءت الأديان السماوية تؤكد كشيء فطري لازم للحياة.

٢- القوامة:

- (الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم)
- روح الرجولة وإذا حاولت المرأة انتزاعها فإنها في الحقيقة تنتزع رجولة الرجل.
- المرأة السوية لا تجد مشكلة في التعامل مع قوامة الرجل السوي.
- يستحق الرجل القوامة إذا كان ذا فضل وذا قدرة على الكسب والإنفاق.
- القوامة ليست استعلاء أو استبداداً أو تحكماً أو تسلطاً أو إلغاءً للمرأة.
- القوامة رعاية ومسئولية وقيادة منطقية عادلة واحترام لإرادة المرأة.

٣- تعددية الرجل (مقابل أحادية المرأة):

- التعددية في الرجل مرتبطة بتكوين بيولوجي ونفسي واجتماعي.
- الرجل لديه ميل للارتباط العاطفي وربما الجنسي بأكثر من امرأة.

- لا يعني في كل الأحوال أن الرجل سيستجيب لهذا الميل.
- ربما يكمن خلف هذه الطبيعة التعددية طول سنوات قدرة الرجل العاطفية والجنسية مقارنة بالمرأة.

المرأة ترتبط وظيفية الحب والجنس لديها بالحمل والولادة والاندماج العميق في تربية أطفالها، ثم انقطاع الدورة في سن معين (مبكر نسبياً) وهبوط هرمونات الأنوثة في هذا السن مع تغيرات بيولوجية ملحوظة، هذا يجعل المرأة - السوية - أكثر ميلاً للأحادية العلاقة.

٤- الرجل طفل كبير:

- الرجل يحمل بداخله قلب طفل يهفو إلى من تداعبه.
- بشرط أن لا تصارحه بأنه طفل.
- مما يسعد الرجل تعدد وتغير أدوار المرأة في مرونة وتجدد كأي طفل يسأم لعبه بسرعة ويريد تجديداً دائماً.

٥- الطمع الذكوري:

يريد دائماً المزيد ولا يقنع بما لديه خاصة فيما يخص المرأة
المرأة الذكية هي التي تستطيع سد نهم زوجها وذلك بأن تكون ” متعة للحواس الخمس ”
هذا الميل للاستزادة ربما يكون مرتبطاً بصفة التعددية لدى الرجل.
ربما تكون هاتان الصفتان (الميل للتعددية والطمع الذكوري) خادمتان للطبيعة الإنسانية ولاستمرار الحياة، فنظراً لتعرض الرجل لأخطار الحروب
وأخطار السفر والعمل نجد دائماً وفي كل المجتمعات زيادة في نسبة النساء مقارنة بالرجال.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٦- الرجل يحب بعينه غالباً (والمرأة تحب بأذنها وقلبها غالباً):

- نعني الحاسة الأكثر نشاطاً لدى الرجل، وهي حاسة النظر
- يستدعي اهتماماً من المرأة بما تقع عليه عين زوجها
- كما يستدعي من الرجل اهتماماً بما تسمعه أذن زوجته ويشعر به قلبها.
- (أومن ينشأ في الحلية وهو في الخصام غير مبين » دليلاً على قوة جذب ما تراه عين الرجل على قلبه وبقيته كيانه النفسي).

٧- الرجل صاحب الإرادة المنفذة والمرأة صاحبة الإرادة المحركة:

- نرى المرأة تلعب دوراً أساسياً في التدبير والتخطيط والتوجيه والإيحاء للرجل.
- يقوم الرجل بتحويل كل هذا إلى عمل تنفيذي.
- يعتقد الرجل أنه هو الذي قام بكل شيء، خاصة إذا كانت المرأة ذكية واكتفت بتحريك إرادته دون أن تعلن ذلك أو تتفاخر به.
- حتى في المجتمعات التقليدية مثل المجتمعات البدوية نجد أن المرأة رغم عدم ظهورها على السطح إلا أنها تقوم غالباً بالتخطيط والاقتراح والتوجيه والتدبير، ثم تترك لزوجها فرصة الخروج أمام الناس وهو « يبرم » شاربه ويعلن قراراته ويفخر بذلك أمام أقرانه من رؤساء العشائر والقبائل.

٨- بين الذكورة والرجولة:

- ليس كل ذكر رجلاً.
- الرجولة ليست مجرد تركيباً تشريحياً أو وظائف فسيولوجية.
- الرجولة مجموعة صفات تواتر الاتفاق عليها.
- القوة والعدل والرحمة والمروءة والشهامة والشجاعة والتضحية والصدق والتسامح والعفو والرعاية والاحتواء والقيادة والحماية والمسئولية

- كل ذلك من صفات الرجولة.
- قد نفتقد الصفات الرجولية في شخص ذكر
- قد نجدها أو بعضها في امرأة وعندئذ نقول بأنها امرأة بألف رجل

٩- العمل والنجاح بالنسبة للرجل يعادل الأمومة بالنسبة للأنثى:

- لا تستغرب المرأة أن الرجل يعطي كثيراً من وقته وتفكيره وانشغاله لعمله وطموحه ونجاحه.
- كل هذا يحقق له كمال رجولته.
- الرجل السوي يجب أن يكون مميزاً وناجحاً وسباقاً.
- هذا يستدعي بذل الكثير من الجهد في مجال عمله وحياته العامة.

١٠- الغيرة المعقولة صفة أصيلة في الرجل السوي:

وهي تزداد وتصل إلى درجة الشك واللاتهام في حالة الشخصية البارانوية (الجنسية المثلية الكامنة)، وتضعف إلى درجة الانعدام في حالة الجنسية المثلية الظاهرة.

١١- علاقة الرجل بأمه تحدد إلى حد كبير علاقته بالمرأة بوجه عام:

- هي أول بروفة للعلاقة بالمرأة وتنطبع في أعماقه إيجاباً أو سلباً.
- بعض الرجال يبحثون عن صورة الأم في كل امرأة يلقونها.
- وبعضهم الآخر يبحث عن عكس هذه الصورة.
- لكل منهم دينامياته التي تحتاج لكثير من الإيضاح والتفسير يضيق عنه هذا المقام.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثالث: دماغ الرجل والمرأة

١- عقل الرجل صناديق، وعقل المرأة شبكة

عقل الرجل	عقل المرأة
صناديق محكمة الإغلاق	مجموعة من النقاط الشبكية المتقاطعة والمتصلة جميعاً في نفس الوقت والنشطة دائماً
صندوق السيارة وصندوق البيت وصندوق الأهل وصندوق العمل وصندوق الأولاد وصندوق الأصدقاء وصندوق المقهى.. «صندوق اللاشيء»	مثل صفحة مليئة بالروابط على شبكة الإنترنت
وإذا أراد الرجل شيئاً، فإنه يذهب إلى هذا الصندوق ويفتحه ويركز فيه... وعندما يكون داخل هذا الصندوق فإنه لا يرى شيئاً خارجه، وإذا انتهى أغلقه بإحكام ثم شرع في فتح صندوق آخر وهكذا.	يمكن أن تطبخ وهي ترضع صغيرها وتتحدث في التليفون وتشاهد المسلسل في وقت واحد
عندما يكون الرجل في أحد الصناديق فلا ينشغل بغيره	تنتقل من حالة إلى حالة بسرعة ودقة ودون خسائر كبيرة
واحتياجات الرجل الصندوقي محددة وبسيطة وممكنة وفي الأغلب مادية، وهي تتركز في أن يملأ أشياء ويفرغ أخرى	احتياجات المرأة الشبكية فهي صعبة التحديد وهي مركبة وهي متغيرة. قد ترضيها كلمة مرة، ولا تقنع بأقل من عقد ثمين مرة أخرى.. وفي الحاليتين فإن ما أرضاها (ليس الكلمة ولا العقد) وإنما الحالة التي تم فيها صياغة الكلمة وتقديم العقد

٢- الجانب الأيمن والأيسر لدى الرجل والمرأة

١. حجم المخ

يزيد حجم المخ فى الرجل البالغ بنسبة ١١- ١٢ ٪

المادة الرمادية- وهى الجزء المسئول عن الذكاء والتفكير فى المخ- لا يوجد فرق واضح فى كميتها بين المرأة والرجل
المادة البيضاء المسئولة عن نقل المعلومات بين مراكز المخ المختلفة، وهى أكثر عند الرجال وفيها ميزة معرفة الأماكن والاتجاهات والشوارع

٢. التفرعات والتشابكات العصبية:

التفرعات والتشابكات بين النهايات والخلايا العصبية لدى المرأة أكبر وأقوى، وتجعل الاتصال بين الخلايا العصبية والمراكز فى المخ أسرع.

٣. Corpus Callosum:

وهو الجسر المكون من ألياف عصبية للربط بين النصف الأيمن والنصف الأيسر من المخ.. حجم هذا الجسر فى المرأة أكبر منه فى الرجل،
مما يمكنها من نقل المعلومات بين النصفين الكرويين بكفاءة أسرع وأعلى، وبتفاصيل أكبر من الرجل.

٤. اللغة:

هناك منطقتان فى الفص الأمامى والجانبى لهما علاقة باللغة وهى مناطق «بروكا» و«فيرنيك» فى المرأة أكبر حجما عنها من الرجل، مما
يفسر بيولوجيا لماذا تتحدث المرأة أكثر من الرجل فالرجل يقع المركز المسئول عن اللغة فى النصف الأيسر من المخ عند من يكتبون بيدهم
اليمنى، أما عند النساء فمراكز اللغة موزعة بين النصفين الأيمن والأيسر.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٥- الفص السفلى (الجدارى) IPL inferior parietal lobule:

هناك منطقة فى القشرة المخية الجدارية فوق الأذن توجد فى كل من الجانب الأيسر والأيمن عند كل من الرجل والمرأة هذه المنطقة أكبر فى الجانب الأيسر من الرجل عنها فى المرأة، بينما الجانب الأيمن يكون فى المرأة أكبر منه فى الرجل فتربط الإحساس بين أجزاء الجسم المختلفة، وهى المنطقة المسؤولة عن إحساس الأم بطفلها واستيقاظها بمجرد شعورها أن طفلها يبكى فى مكان آخر بعيد.

٦- OAR Orbito frontal amygdale:

تبين أن حجم منطقة القشرة المخية الموجودة فى الفص الأمامى خلف تجويف العين له علاقة بالعواطف والانفعالات، والتحكم فيهما والسيطرة عليهما بالمقارنة بحجم لوزة المخ Amygdala، وقد تبين أن النساء لديهن هذه المنطقة أكبر منها فى الرجال، وبالتالي استنتج العلماء من ذلك أن النساء (فى الغالب) يستطعن التحكم فى انفعالاتهن وعواطفهن أكثر من الرجال، أما الرجل فبمجرد إعجابه بامرأة مثلاً، فإنه يكون أكثر اندفاعاً للتعبير عما يشعر به، لذا يطلق عليه «عينه طويلة او زايغة».

٧- حجم الجهاز الحافى أو الوجدانى Limbic system size:

النساء بشكل عام لديهن جهاز وجدانى أعمق من الرجال، مما يعطيهم مزايا وعيوبا تميزهن عن الرجال، فنتيجة لهذا الفرق فى عمق الجهاز الوجدانى تكون المرأة أكثر عاطفية، وتستطيع التعبير عن هذه العواطف بالكلام الذى تجده أيضا، وتصبح أكثر إخلاصاً فى الارتباط بمن تحب خاصة أولادها. إلا إنه يجعل المرأة أكثر تعرضا للاكتئاب

٣- المشاعر لدى الرجل والمرأة.

إن الفرق التشريحي والفسولوجي لمكونات الجسد بين الرجل والمرأة يفرض آليات وأنظمة تحكم مختلفة في طبيعة عمل ووظائف الهرمونات وسلوك وطريقة تفكير كل منهما.

الحاجات العاطفية:

يمكن أن نذكر تلك الحاجات فيما يلي:

المرأة

بينما تحتاج المرأة للشعور بأن زوجها يتفانى في خدمتها ويسخر نفسه لرعايتها، وحمایتها، وسيزداد إعجاب المرأة بزوجها عندما تشعر بأنها رقم واحد في حياته.

بينما تحتاج المرأة إلى استمرار طمأنة الرجل لها، ويكون ذلك من خلال إظهار رعايته وتفهمه واحترامه لها، وإقراره لمشاعرها وتفانيه في حبها ورعايتها.

الرجل

يحتاج الرجل أن يشعر أن زوجته تقدر ما يبذله من أجلها وما يقدمه لإسعادها.

يحتاج الرجل إلى تشجيع المرأة، وهذا التشجيع يعطي الدافع القوي للبذل والعطاء أكثر.

كيف تحسب النقاط عند الجنسين؟

لا شيء أهم من المشاعر بالنسبة للمرأة، وأي رجل يريد إسعاد زوجته، يجب أن يعرف كيف يدير مشاعرها.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٤- فروق أخرى بين سيكولوجية الرجل والمرأة

قال تعالى في كتابه الكريم : (وَأَيُّسَ الذَّكَرُ كَالْأُنثَى) .. آل عمران الآية: ٣٦

مرحلة البلوغ:

يكون نضج واكتمال الأعضاء التناسلية لدى الفتاة بصورة أسرع من الشاب الذي يتأخر في بلوغه عن الفتاة عادة.

المناصب والترقيات في العمل:

عادة ما يهتم الرجل في عمله بالترقيات والمناصب العليا وكيفية الوصول إليها على عكس المرأة التي لا تهتم كثيراً بذلك بقدر ما تهتم بتكوين الصداقات.

القوة والضعف:

إن الرجل يغلب عليه طابع القوة والشجاعة والإقدام .
على عكس المرأة التي غالباً ما يغلب عليها طابع الأنوثة والحياء وضعف البنية الجسدية.

الاهتمام بتفاصيل الأمور الصغيرة:

إن الرجل عادة لا يهتم بتفاصيل الأمور الصغيرة حيث أنه ينظر إلى الأمور بنظرة شمولية وعامة .
على عكس المرأة التي عادة ما تهتم بتفاصيل الأمور الصغيرة.

الغريزة الجنسية:

إن الرجل عادة ما تستثار غريزته الجنسية بشكل صريح ومباشر وبدون أية مقدمات جنسية.
المرأة غالباً ما تستثار غريزتها الجنسية بشكل غير مباشر .

التحدث والاستماع

الرجل عادة ما يميل إلى الاستماع أكثر من التحدث
المرأة التي غالباً ما تميل إلى التحدث أكثر من الاستماع.

الحيرة والحسم

المرأة عادة ما تحترق ولا تحسم أموراً بسرعة
الرجل غالباً ما يتخذ القرارات الحازمة في الوقت نفسه

الفرق البيولوجي بين الرجل والمرأة

إن الله تعالى قد خلق آدم من تراب (أي من جماد) لذلك فعادة ما يكون الرجل مجبولاً على الخشونة وجمود الإحساس
خلق الله تعالى حواء من ضلع آدم (أي أنها خُلقت من إحساس أصلاً).. لذلك فإن المرأة عادة ما تكون مجبولة على النعومة ورقة الإحساس.

الفشل خوف الرجل الأول والرفض خوف المرأة الأول

- أكثر خوف الرجل من الفشل، ولهذا السبب فإن الرجل يثبت ذاته بالعمل (كسب الرزق؛ البيت؛ الحي؛ المجتمع)
- المرأة بالمقابل تخشى الرفض، أي الشعور بأنها غير مرغوب فيها، وحتى تشعر بكيانها فإنها لا بد وأن تشعر وأنها مرغوبة ومحبوقة.
- إدراك هذين المفهومين عند الرجل والمرأة في غاية الأهمية حتى يمكن التعامل معهما التعامل الصحيح، إن عدم سد هذه الحاجة لدى الرجال والنساء قد يولد الكثير من المشاكل النفسية والأسرية.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المرأة: كيف تتخلص من الخوف من الرفض؟؟

- ١- تأولي للآخرين: فعليك أن تضعي عذراً لمن يرفضك، قد يكون هذا الشخص لا يعرف الحب أصلاً !! لا لأنك لا تستحقين الحب والاهتمام.
- ٢- آمني بمبدأ الوفرة: الدنيا مليئة بالعطايا المادية والمعنوية، فما لا يعطيك هذا الشخص تحصلين عليه من آخرين.
- ٣- ثق بنفسك: فلو كنتي واثقة من نفسك فلن تخافين من الرفض.
- ٤- اهتمي بنفسك: كلما ضحيت أكثر كلما بقي منك أقل إلى أن تصبحي ذات يوم وأنت تشعرين بفرغ، فلم يبق منك شيء.
- ٥- يجب أن تعلم المرأة أنه لا يوجد أي شخص حصل على رضى الجميع إلا شخص واحد، وهو الشخص الذي ولد في جزيرة ومات فيها ولم يقابل أحداً في حياته.

الرجل: كيف تتخلص من الخوف من الفشل؟؟

- ١- تقبل الفشل وأصل في نفسك أن الفشل هو طريق النجاح، وتدبر في سير الذين فشلوا عشرات المرات ونجحوا بعد ذلك.
- ٢- استفد من الفشل: حاول أن تعرف ما الذي جعلك تفشل في تحقيق هدفك حتى تتجنبه في المرات القادمة.
- ٣- لا تفكر في الفشل بل فكر بأنك ستنجح بنسبة ٨٠% على الأقل.

المصادر والمراجع

- الرجال من المريخ النساء من الزهرة
- أسرار حول الرجل يجب على كل امرأة معرفتها
- سيكولوجية الرجل والمرأة
- سيكولوجية الجنس
- المرأة بحث في سيكولوجية الأعماق
- جون غراي
- باربرا دوانجليس
- طارق كمال النعيمي
- يوسف مراد
- بيير داکو



الوحدة الثالثة
تحديد المشاكل
الأسرية



التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

التعرف على المشاكل الأسرية وإيجاد الطرق المناسبة لحلها.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- مساعدة ممارسي دراسة الاسرة على القيام بأدوارهم بمزيد من الفعالية.
- تعريف ممارسي دراسة الاسرة بالعديد من المعلومات عن الاسرة وبنائها ووظيفتها.
- زيادة قدرة ممارسي دراسة الاسرة على التحديد الدقيق لمشكلة الاسرة واحتياجاتها.
- تمكين ممارسي دراسة الاسرة من عدد من مهارات في عملهم مع الاسر المختلفة.
- مساعدة ممارسي دراسة الاسرة على اختيار الاساليب العلاجية المناسبة في التعامل مع المواقف الاشكالية المختلفة للأسرة.
- الارتفاع بمستوى وضع ممارسي دراسة الاسرة للخطط العلاجية للتعامل مع المشكلة الاسرية.
- تدريب ممارسي دراسة الاسرة على عدد من الحالات العملية وورش عمل تتضمن مشكلات اسرية وآلية التعامل معها.
- التعرف على الأساليب المناسبة لتوثيق وتسجيل الحالات.
- تدريب ممارسي دراسة الاسرة على التطبيق لعدد من المداخل والنماذج العلاجية المناسبة في التعامل مع المشكلات الاسرية المختلفة مثل العلاج الاسري، والعلاج المعرفي، والمعرفي السلوكي، ونظرية الدور.
- تمكين ممارسي دراسة الاسرة من الاعتماد على العلاج القصير في التعامل مع حالات الاسر للحصول على افضل نتائج في اقل وقت ممكن.
- تعريف ممارسي دراسة الاسرة على مبادئ واخلاقيات العمل مع المشكلات.

مقدمة

الاسرة هي المكون الرئيس واللبنة الأولى في بنیان أي مجتمع واهميتها لا تتسع السطور القليلة في هذه المقدمة للتعرض لها. لكن يكفي ان نذكر ان أسرة ذات بنیان قوى ينتج عنها مجتمع في مجمله قوى به افراد صالحين اسوياء جسمانيا ونفسيا واجتماعيا قادرين على التقدم والرقى به.

الاسرة مثلها مثل أي مؤسسة اجتماعية في المجتمع قد تتعرض في بعض الأوقات الى عدد من الصعوبات، المشكلات، وقد ينقصها عدد من الاحتياجات حتى تستطيع ان تقوم بالأدوار الهامة المنوطة بها.

وفي هذه الحالة تحتاج الاسرة الى متخصصين للتعامل مع مشكلاتها والمساعدة في توفير او اشباع احتياجاتها ومن اهم هذه التخصصات العاملين في هذا الاطار تخصص ممارسي دراسة الأسرة.

وحتى يتمكن خبراء دراسة الأسرة من القيام بأدوارهم في مساعدة الأسرة والتعامل مع مشكلاتها على الوجه الأكمل كان لابد من ان يلم هؤلاء الخبراء بعدد من المعلومات وان يتمكنوا من عدد من المهارات ويكتسبوا بعض الخبرات والقدرات، وهذا ما تسعى هذه الحقبة التدريبية الى تحقيقه.

الجلسة الأولى

التعريف بالأسرة ومبادئ التعامل مع مشكلاتها



فضلا بالتعاون مع مجموعتك... ضع تعريفا للأسرة...؟
ضع عدد من المبادئ التي ترى ضرورة الالتزام بها اثناء العمل مع الاسر المختلفة...؟

A large, rounded rectangular area with a light blue border, containing several horizontal dotted lines for writing.

التعريف بالأسرة

وتوجد العديد من التعريفات للأسرة منها ان الأسرة: مؤسسة اجتماعية تنشأ نتيجة عقد زواج بين رجل وامرأة. وقد عني الإسلام بها ودعا إلى الحفاظ عليها وحماية حقوق أطرافها، وأقام علاقاتها على قاعدتي المودة والرحمة واعتبرها بيت للسكينة وليس فقط بيت للسكن. وفرض الله سبحانه وتعالى لكل عضو من أعضاء الأسرة حقوقا وواجبات، يستلزم منهم القيام بها من اجل المحافظة على سلامة هذه الأسرة من الانحرافات والمشكلات الداخلية ومن اجل تأمين سعادة أفرادها.

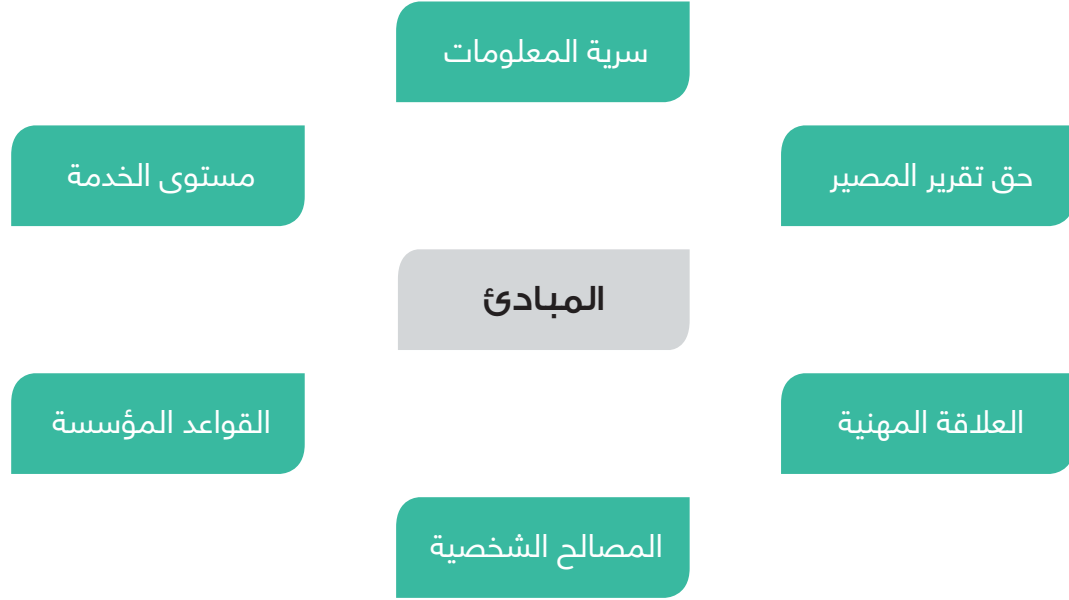
الأسرة بنائيا

مكونات الاسرة او اركانها الاساسية والتي في الغالب تتكون من الأب والأم والابناء في حالة وجودهم. وقد يكون الخلل او المشكلة التي تعاني منها الاسرة راجعا في المقام الاول الى هذا البناء نتيجة غياب احد الالركان السابقة من الاب او الام او الابناء

الأسرة وظيفيا

(مع افتراض سلامة البناء او عدم تأثر البناء بأي غياب).. فتعنى النظر الى الاسرة من منظور الادوار والوظائف المنوطة بكل عضو من اعضائها ومدى القيام بهذه الادوار في شكل متكامل مع باقي الادوار لأعضاء الاسرة. حيث ان الكثير من المشكلات للأسرة تكون في عدم قيام احد اعضاء الاسرة بأدواره او خلل في القيام بها او القيام بها بشكل فيه صراع او تعارض مع ادوار اعضاء اخرين.

المبادئ الاساسية للعمل مع الاسرة



A large rounded rectangular area with a dotted line border, intended for handwritten notes or reflections.

١- سرية المعلومات

التي يحصل عليها الممارس الاسرى من الاسر التي يعمل معها او من احد اعضائها، وهذا يستلزم من الممارس الاسرى من جانب ان يؤكد لأعضاء الاسرة التي يتعامل معها على السرية التامة للمعلومات التي يحصل عليها منهم... ومن جانب اخر ان يراعى الممارس الاسرى كل الاجراءات التي تحفظ المعلومات والبيانات التي يحصل عليها، وألا يستخدمها الى في اطار المشكلة التي تعاني منها الاسرة.

٢- حق تقرير المصير

بمعنى ان الممارس الاسرى يضع دائما عدد من البدائل والمقترحات امام الاسرة واعضائها، والاسرة لها الحق في ان يكون القرار الاول والاخير في الاختيار لها حيث ان ذلك يساعد على ان تختار الاسرة ما يتناسب مع ظروفها وامكانياتها فتكون قادرة على تنفيذه هذا من جانب ومن جانب اخر حتى تتحمل مسؤولية اختيارها.

٣- العلاقة مع الاسرة علاقة مهنية

يجب ان يعلم الممارس الاسرى بأن علاقته مع الاسرة واعضائها علاقة مهنية تماما وان يلتزم بذلك ولا يمتد بهذه العلاقة الى أي علاقات شخصية اخرى. هذا بالإضافة الى الممارس الاسرى ان هذه العلاقة لها مدة زمنية محددة هي مدة تقديم عملية المساعدة للأسرة.

٤- عدم تحقيق مصالح شخصية من التعامل مع الاسرة:

بمعنى ان المهمة الاساسية لممارس الاسرى هي تقديم الخدمة والمساعدة للأسرة صاحبة المشكلة واعضائها وليس العكس.

٥- الالتزام بقواعد ولوائح المؤسسة في التعامل مع الاسرة:

يجب على الممارس الاسرى ان يسعى دائما الى القيام بأدواره المهنية مع الاسرة واعضائها في اطار القواعد و اللوائح المنظمة لعمله دون تعديها.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٦- تقديم الخدمة للأسرة على أعلى مستوى ممكن:

بمعنى التزام الممارس الاسرى بضرورة بذل اقصى مجهود ممكن في التعامل مع المشكلات التي تعاني منها الاسر التي يتعامل معها في حدود الامكانيات والموارد المتاحة سواء كانت مادية او فنية. وان يحاول التعامل مع العقبات التي قد تواجهه في سبيل تحقيق ذلك.

نشاط

فضلا ضع بالتعاون مع مجموعتك أي من التصرفات المهنية الآتية صحيح واياها خطأ؟

يتخذ الممارس الاسرى القرارات المختلفة بالنيابة عن الاسرة واعضائها

يتداول الممارس الاسرى معلومات عن الاسرة التي يعمل معها مع اسرة اخرى

سأل احد اعضاء الاسرة الممارس الاسرى عن احد الخدمات المرتبطة بمشكلته فأجاب ان هذا ليس من شغله

استفسار الممارس الاسرى عن اعمال الاسرة واعضائها للاشتراك معهم فيها

تطورت العلاقة بين الممارس الاسرى واعضاء الاسرة الى علاقة شخصية

يقدم الممارس الاسرى المساعدة للأسرة دون الاهتمام بجودتها

الجلسة الثانية

جمع المعلومات عن مشكلة الاسرة

ما المعلومات المطلوبة..?
(مناطق الدراسة)

من أين الحصول عليها..?
(مصادر الدراسة)

كيفية الحصول عليها..?
(أساليب الدراسة)

أسئلة عملية الدراسة

1- مناطق الدراسة



فضلا بالتعاون مع مجموعتك...
حدد عدد من مناطق الدراسة التي قد يلجأ إليها الممارس الاسرى في الغالب في عمله
مع مشكلات الأسرة وعضائها..؟ (على الاقل خمسة مناطق...)

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

وهي تجيب على السؤال الاول ما طبيعة البيانات والمعلومات المطلوبة عن المشكلة.

- التعرف على وضع الأسرة بنائيا ووظيفيا.
- المكانات التي يشغلها أعضاء الأسرة.
- الادوار المنوطة بالمكانات التي يشغلها الاعضاء والمهام والمسئوليات المرتبطة بهذه الادوار.
- مدى التزام كل عضو في الأسرة بالقيام بأدواره.
- مدى استعداد كل عضو في الأسرة للقيام بأدواره ومسئولياته.
- التحالفات التي توجد بين أعضاء الأسرة اذا كانت موجودة.
- درجة التماسك بين أعضاء الأسرة.
- درجة التوازن الأسرى.
- درجة وضوح الحدود الأسرية داخل الأسرة من عدمه.
- توزيع سلطة القيادة داخل الأسرة.
- البيئة التي تعيش فيها الاسرة وعضائها.

ونظرا لان التاريخ الاجتماعي للأسرة وأعضائها هاما واساسيا في حالات الاسر التي يتم التعامل معها يتم توضيح البيانات التي يتضمنها كالتالي:

١- جدول التكوين الأسري

يتضمن هذا النموذج عدد من البيانات عن الأسرة وأعضائها الذين يتم التعامل معها:
نموذج جدول التكوين الأسري:

ملاحظات	الحالات				السن	النوع	الاسم	م
	المهنية	الصحية	الاجتماعية	التعليمية				

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

٢- بيانات عن شخصية أعضاء الأسرة ويتضمن: (يتم تكراره مع تعدد افراد الأسرة)

- (أ) الجوانب الجسمية.
(ب) الجوانب النفسية.
(ج) الجوانب العقلية.
(د) الجوانب الاجتماعية.

٣- الحالة الاقتصادية للأسرة

يتضمن هذا البيان تحديد وضع الأسرة اقتصاديا خصوصا في حالة الرغبة في تحديد مدى احتياجها لمساعدة اقتصادية، أو أن الناحية الاقتصادية كان لها ارتباط بمشكلاتها التي تعاني منها. البيانات التي يتضمنها هذا الجانب:

- الدخل الإجمالي شهريا: () ريال
- إجمالي الانفاق الشهري: () ريال
- المقارنة بين الدخل والانفاق: () ريال

(يمكن استبدال الارقام في البيان الاول والثاني السابق بمستويات متدرجة مثل ضعيف، متوسط، جيد جدا، ممتاز ... وفي البيان الثالث يستخدم تدرج أكثر، مساوى، أقل)

ملحوظة:

كلما كانت البيانات السابقة دقيقة وتوثقها مستندات كلما كان افضل ولكن من الممكن ان تكون تقريبية.

٤- بيانات عن الظروف البيئية للحالة:

(يتضمن هذا البيان معلومات عن البيئة التي تعيش فيها الأسرة مثل الشارع او الحى، وما قد يرتبط بها من عادات او تقاليد او اعراف يكون لها تأثير بشكل او بآخر على سلوكيات وأخلاقيات وقيم الأسرة وأعضائها).

٢- مصادر الدراسة



فضلا بالتعاون مع مجموعتك...
حدد عدد من مصادر الدراسة التي قد يلجأ إليها الممارس الاسرى في الغالب في عمله
مع مشكلات الأسرة وعضائها..؟ (على الاقل خمسة مناطق...)

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

من اين يحصل الممارس الديرى على المعلومات والبيانات التي يحتاجها عن الاسرة ومشكلاتها...؟

تتضمن مصادر الدراسة:

- مصادر بشرية (العاقلة).
- مصادر غير بشرية (غير العاقلة).



مثل الطبيب، الأخصائي النفسي، الطبيب النفسي،
رجل القانون، رجل الدين.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الثائق والمستندات

مثل الهوية الشخصية، شهادة الميلاد، وثيقة الزواج، شهادة الوفاة، الشهادة الدراسية، عقود ايجار

السجلات

السجلات الخاصة بالأسرة في المؤسسة نفسها او مؤسسات سابقة

تقارير الخبراء والمختصون

المقاييس والاستبانات

التي قد يستخدمها الخبير الاسرى مع الاسرة او احد اعضائها

٣- أساليب الدراسة

اما بالنسبة للسؤال الثالث والمتعلق بكيف يمكن الحصول على معلومات الدراسة عن مشكلة الاسرة...؟ فيجيب على هذا السؤال عدد من الاساليب.

وتعنى اساليب الدراسة مجموعة الوسائل التي يمكن لممارس دراسة الأسرة استخدامها للحصول على المعلومات والبيانات لاستكمال عملية الدراسة من المصادر المحددة في الخطوة السابقة.

ومن اهم الاساليب التي يمكن لممارس الاسرى الاعتماد عليها:

- المقابلة المهنية
- الجلسة الاسرية

حالة دراسية

حالة السيدة المسنة س و م تبلغ من العمر ٦٨ سنة تم تحويلها الى مكتب الخدمة الاجتماعية بدار المسنين، وأن اسرتها وضعتها بالدار منذ شهر وتعانى من انعزال وانطواء عن الآخرين مما اثر على حالتها الجسمية والنفسية.

المسنة كانت تقيم مع زوجها قبل وفاته بعد ذلك ونتيجة لعدم قدرتها علي خدمة نفسها والإقامة بمفردها اضطرت للانتقال للإقامة مع ابنتها، وأن ابنتها لم يكن لديها أي وقت للاهتمام برعايتها فقد كانت مشتتة بين رعايتها لأبنائها وتوفير احتياجاتهم والقيام بمهام الرعاية لأُمها. حدثت العديد من الشجارات بين الام والابنة وبين الام وزوج الابنة ايضا هذا مع العلم انه من جدول التكوين الاسرى اتضح ان المسنة لديها ابن متزوج ويعول ويقوم في مدينة اخرى.

أوضح كيف يمكنك القيام بالدراسة لهذه الحالة في إطار:

- تحديد مناطق الدراسة لهذه الحالة ؟
- تحديد مصادر الدراسة؟
- تحديد أساليب الدراسة؟

الجلسة الثالثة

مهارة المقابلة أو الجلسة الاسرية ومهاراتها الفرعية



فضلا بالتعاون مع مجموعتك...

ضع تعريفا للمقابلة المهنية لممارس دراسة الأسرة مع الأسرة ... ؟
 وحدد كممارس دراسة الأسرة ما اهمية المقابلة المهنية مع الاسرة .. ؟
 (كل مجموعة تحدد 0 جوانب للأهمية)

المقابلة او الجلسة الاسرية

تعتبر المقابلة أحد الأدوات والمهارات الهامة في الممارسة المهنية بصفة عامة والتي لابد ألا يكون الممارس الاسرى على علم بها فقط ولكنه يجب أن يكون متمكن منها ولديه قدرة عالية على ممارستها مع وحدة الاسرة التي يتعامل معها.

ونظرا لأهمية المقابلة او الجلسة الاسرية التي يقوم بها ممارس دراسة الأسرة سوف يتم توضيحها في التالي:

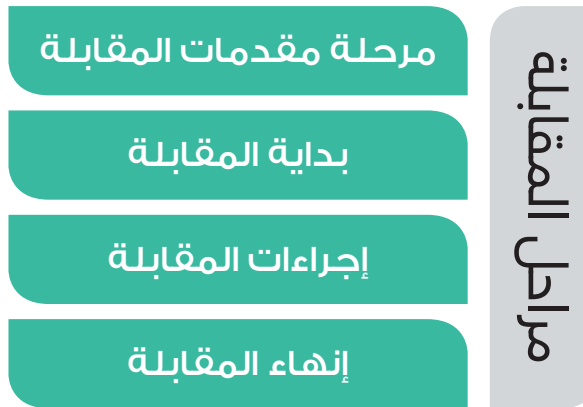
- 1- المقابلة هي الإطار الذي يتصل من خلاله ممارس دراسة الأسرة بالأسرة مستخدماً كل من أساليب الاتصال اللفظي وغير اللفظي .
- 2- تستخدم المقابلة في أحد أنماطها في جمع المعلومات المرتبطة بالموقف الإشكالي الذي تعاني منه الاسرة.
- 3- يوجد هدف علاجي للمقابلة حيث أن اعضاء الاسرة من خلالها يعبرون عن مشاعرهم السلبية ويجدون من يستمع لمعاناتهم.
- 4- يستطيع ممارس دراسة الأسرة من خلال المقابلة استخدام الأساليب العلاجية المناسبة للتعامل مع مشكلة الاسرة وتطبيق أو تنفيذ خطة العلاج بصفة عامة.
- 5- عن طريق المقابلة يستطيع ممارس دراسة الأسرة بناء علاقة مهنية جيدة مع اعضاء الاسرة يمكن من خلالها فيما بعد استكمال باقي دوره المهني معهم.
- 6- المقابلة ليست غاية في حد ذاتها وإنما هي أحد الوسائل والمهارات الأساسية الرئيسية بصفة خاصة للخبير الاسرى ليستطيع القيام بأدواره المهنية مع الاسرة.
- 7- يستطيع ممارس دراسة الأسرة من خلال المقابلة التعرف بشكل جيد على شخصية افراد الاسرة، ونواحي القوة والضعف في شخصيتهم، بما يساعده على استثمار جوانب القوة هذه لصالحهم في خطة التدخل، والتعامل مع جوانب الضعف لتعزيزها وتقويتها.

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

تعريف المقابلة

وتعرف المقابلة في قاموس الخدمة الاجتماعية ل باركر Barker ٢٠٠٣ بأنها: "اجتماع بين الأفراد يحدث من خلاله اتصال لغرض أو لهدف محدد عادة مسبقاً. وعندما تكون المقابلة بين أخصائي اجتماعي وعميل يكون الغرض الأساسي غالباً هو التعامل مع مشكلة هذا العميل، ولتحقيق هذا الهدف يوجد أنماط عديدة من المقابلات في الخدمة الاجتماعية بما تتضمنه من علاج مباشر أو علاج غير المباشر، منها مقابلة جمع الحقائق Fact-gathering Interview والمقابلات العلاجية والتي يمكن أن تكون للأفراد، أو جماعات، أو مجتمعات. هذا ومعظم المقابلات عادة ما تكون خليط من أنماط مختلفة من أشكال الاتصال".

مراحل اجراء المقابلة



مرحلة مقدمات المقابلة

بداية المقابلة

إجراءات المقابلة

إنهاء المقابلة

مراحل المقابلة



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



فضلا بالتعاون مع مجموعتك...
تصور انك ستقوم بمقابلة مع احد الاسر .. ما الاستعدادات الواجب عليك القيام بها
قبل هذه المقابلة ...؟

نشاط

مع نقاش صحة او خطأ تصرفات ممارس دراسة الاسرة التالية:

- توجد إصلاحات في مكتب ممارس دراسة الأسرة فنقل مقابلته مع عميله إلى مكان مزدحم بالعاملين.
- أثناء المقابلة تسأل احد اعضاء الاسرة سؤالاً في اطار مشكلته .. فلم يكن ممارس دراسة الاسرى مستعداً للإجابة.
- أثناء بداية المقابلة لاحظ ممارس دراسة الأسرة قلق احد اعضاء الاسرة فتجاهله دون ان يحاول التعامل معه.
- بدأ ممارس دراسة الأسرة المقابلة دون تحديد لأهدافه.
- اكتفي ممارس دراسة الأسرة بمعرفته لأهداف المقابلة دون علم الاسرة.
- بدأ ممارس دراسة الأسرة عمله ومقابلته مع اعضاء الاسرة بتعريفهم بدوره المهني معهم.

أدوات المقابلة

يستخدم ممارس دراسة الأسرة عدد من الأدوات التي تساعد على القيام بالمقابلة بشكل جيد، والتي لابد أن تتوفر لديه المهارة في استخدامها.

من هذه الأدوات:

أ- الملاحظة.

ب- الأسئلة.

ج- الإصغاء باهتمام.

الجلسة الرابعة

التقدير والعلاج

اولا: التقدير او التشخيص لمشكلة الاسرة

التشخيص عملية تحديد لطبيعة المشكلة والعوامل المسببة لها وكيفية التفاعل بينها حتى حدوث الموقف الإشكالي للعميل. كما يعرف بأنه عملية عقلية لتفسير طبيعة المشكلة وأسبابها حتى يمكن وضع خطة علاج مناسبة.

يهدف الخبير الاسرى من خلال التقدير إلى القيام بما يلي:

- 1- أن يستعرض ممارس دراسة الأسرة المشكلة ويحددها، مثل هذا الاستعراض و التحديد يسمح للخبير الاسرى أن يعرف ويحدد على ماذا سوف يركز اهتمامه وانتباهه.
 - 2- يحدد ممارس دراسة الأسرة الأنساق المختلفة المتداخلة وتفاعلها والتي لها دور في إحداث أو حل المشكلة.
 - 3- ربط كل المعلومات التي تم الحصول عليها معاً، للحصول على شكل نهائي للعوامل المرتبطة بالمشكلة الاسرية.
- ونضع في الاعتبار أن التشخيص او التقدير لا يتم إلا بتعاون الخبير والاعضاء.

الصياغة النهائية للتشخيص:

- يجب مراعاة ما يلي عند صياغة التشخيص:
- ان يصاغ التشخيص على اسس علمية .
- ان يكتب بطريقة منطقية تسلسلية مترابطة.
- ان يكون واضح المعنى.
- ان يصاغ بأسلوب بسيط غير معقد.

ومن اهم طرق صياغة التشخيص العملي او السببي:

وفيه يقوم ممارس دراسة الأسرة باستخلاص العوامل الذاتية، والعوامل البيئية التي لها ارتباط بحدوث المشكلة الاسرية وكتابة كل منها في قائمة على حده مع التوضيح للأهمية النسبية لكل عامل من هذه العوامل في احداث المشكلة.

نشاط عن صياغة التشخيص

مشكلة لزوج مع زوجته تتمثل في خلافات زوجية وشجار مستمر وان هناك عوامل ذاتية وبيئية لهذه المشكلة الاسرية، منها ضعف شخصية الزوج، ضعف الحالة الاقتصادية للزوج، تجاهل الزوج لاحتياجات وطلبات الزوجة. هذا بالإضافة الى انه من جانب الزوجة عدم الطاعة الزوج، عدم تفهم ظروف الزوج، اتاحة الفرصة للآخرين لتدخل في شئون اسرتها، مغالاة الزوجة في طلباتها من الزوج، عدم الاهتمام باحتياجات الزوج والابناء، واتضح ايضا من دراسة مشكلة الاسرة الرسائل غير الواضحة او مفهومة من الزوج الى الزوجة او العكس، الافكار الخاطئة لدى الزوج وزوجته عن الزواج، صراع الادوار بين الزوجين.

- قم بصياغة التشخيص لهذه الحالة في صورة تشخيص عملي؟

ثانياً: عملية العلاج

هي الاعتماد على النماذج والمداخل والاساليب العلاجية التي يمكن من خلالها ان يتعامل ممارس دراسة الأسرة مع العوامل الذاتية والبيئية السابق تحديدها في مرحلة التشخيص لما يساعد في النهاية على التعامل مع المشكلة التي تعاني منها الاسرة.

التخطيط لعملية العلاج:

في الغالب ما يسبق عملية التدخل العلاجي مع مشكلة الاسرة واعضائها تخطيط ممارس دراسة الأسرة لهذه العملية والخطوات الاساسية التي ستعتمد عليها ويتضمن ذلك:

- الربط بين كل عامل من العوامل المرتبطة بالمشكلة والاسلوب العلاجي الذي يتناسب معها.
- التمكن من الاسلوب العلاجي الذي ينوي ممارس دراسة الأسرة تنفيذه.
- التعاون مع الاسرة واعضائها في تنفيذ الاسلوب العلاجي.
- التعاقد المهني مع اعضاء الاسرة
- الاستفادة من جوانب القوى في اعضاء الاسرة وعدم التركيز فقط على جوانب الضعف خصوصاً وأن جوانب القوة سوف تكون هناك استفادة كبيرة منها في التعامل مع المشكلة ومواجهتها.

ينتقل بعد ذلك ممارس دراسة الأسرة الى التطبيق للخطة العلاجية التي حدد عناصرها الاساسية، ومن اهم النماذج والاساليب العلاجية التي من الممكن الاعتماد عليها في مرحلة العلاج:

العلاج الأسري

العلاج المعرفي

العلاج السلوكي

أ- العلاج السلوكي



- فضلا... من وجهة نظرك ما اكثر المشكلات الاسرية التي يفضل فيه استخدام العلاج السلوكي؟؟
- فضلا اذكر عدد من الاسباب العلاجية في العلاج السلوكي التي يمكن ان تؤدي الى زيادة السلوك واخرى تؤدي الى انخفاض السلوك..؟

ب- العلاج المعرفي:

استراتيجية إعادة البناء المعرفي: Cognition Reconstruction



- فضلا... من وجهة نظرك ما اكثر المشكلات الاسرية التي يفضل فيه استخدام العلاج المعرفي؟؟
- فضلا... بالتعاون مع مجموعتك اقترح احد الافكار الخاطئة لدى الزوج ... وكيفية وخطوات التعامل مع هذه الفكرة الخاطئة لتعديلها؟؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

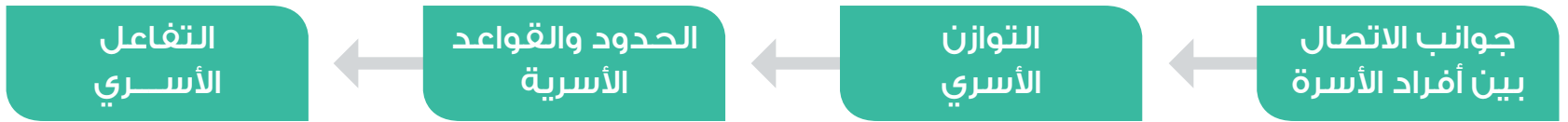
.....

.....

ج- العلاج الأسري
مراحل الممارسة للعلاج الاسري.



الجوانب التي يتم تشخيصها والتعامل معها في العلاج الأسري



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

فضلاً... بالتعاون مع مجموعتك حدد عدد من الجوانب التي يجب على ممارس دراسة الأسرة ان يضعها في اعتباره عند تقدير مشكلة الاسرة من خلال العلاج الاسرى؟؟

نشاط عن العمليات الثلاثة السابقة:

س ص ع تم تحويلها من احد الوحدات الصحية الى الاستشاري وهسيده حسب الأوراق التي توجد في ملفها في منتصف العشرينات من عمرها إلا انها تبدو من الوهلة الأولى في بداية الأربعينات حيث يبدو عليه الإجهاد و الذبول وتنتشر الهالات السوداء في وجهها وآثار لجروح في الجبهة واليد. وكشف وصف الحالة في استمارة التحويل انها تعرضت الى ايذاء بدنى ادى الى كسر في زراعتها اليمين ووجود آثار لكدمات في انحاء متفرقة من جسمها وقاومت الحالة في البداية الاعتراف بالسبب الحقيقي لهذه الاشياء الى ان اقرت بأن هذا نتيجة الشجار المستمر مع زوجها والذي غالبا ما يستخدم فيه الزوج العنف ضدها، وأوضح التقرير ايضا ان الزوجة كانت لديها في بداية الزواج مشكلة في تأخر الانجاب، وان الزوج دائم التوتر والعصبية والانفعال وان الزوجة في مقابل هذا الانفعال تنفعل هي الاخرى وتثور بصراخ وبكاء مما يزيد من تفاقم الموقف وينتهي بنتائج سيئة.....

فضلاً تصور انك الاستشاري الاسرى الذى يتعامل مع هذه الحالة وحاول مع مجموعتك ان:

- تحدد عملية الدراسة المناسب لها؟
- تضع احتمالية التشخيص المناسب لهذه الحالة؟
- تضع احتمالية خطة العلاج المناسبة لها؟

الجلسة الخامسة

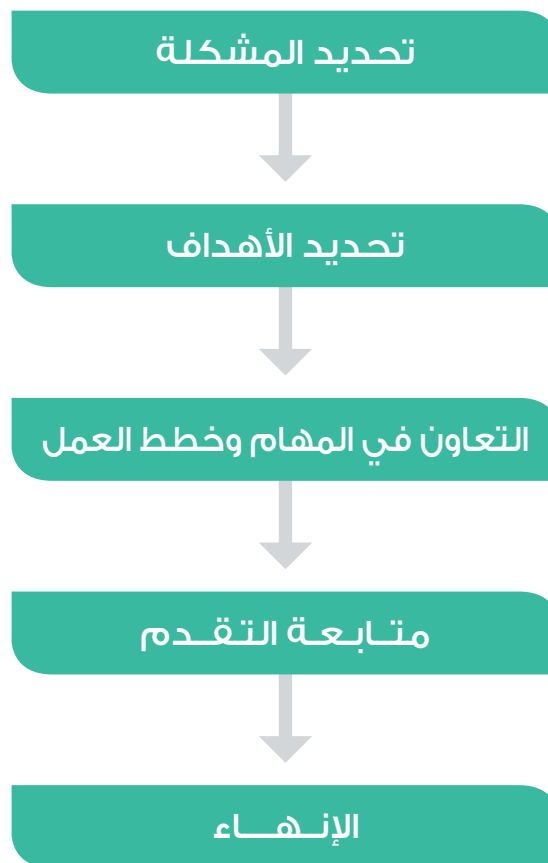
العلاج القصير في المشكلات الاسرية

العلاج القصير هو: العلاج الذي يتضمن عدد من أساليب المساعدة والتدخل، وفيه يتفق الأخصائي الاجتماعي والعميل على تحديد مدة زمنية لإنهاء المشكلة خلالها، وغالبا ما تكون هذه المدة اقل من ثلاثة أشهر أو خلال ١٢ إلى ١٥ جلسة. وفي هذا الأسلوب من التدخل الأهداف والقضايا التي يتم تحديدها لابد أن تكون محددة ومركزة.

توجد العديد من ممارسات Practice العلاج القصير مثل مدخل دافانلو Davanloo ١٩٩٢ للعلاج النفسي الدينامي، وداتيليو وفريمان Dattilio&Freeman ١٩٩٤ للعلاج المعرفي السلوكي القصير، ومدخل براد وبراد Parad&Parad ١٩٩٠ الذي يتناول مدخل الأزيمة، وبصفة عامة يوجد خمسة نماذج رئيسية للعلاج القصير وهي مدخل الأزيمة، العلاج المعرفي السلوكي، التركيز على المهام، التركيز على الحل، والعلاج النفسي الدينامي.

الخطوط الأساسية للممارسة Practice Guidelines

- حدود الوقت.
- حدود المشكلة.
- المشكلات السلوكية الواضحة.
- لهدف المحدد من البداية.
- التعاقدات.
- الشراكة.
- المرونة.
- المتابعة والتقييم.



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



فضلاً... بالتعاون مع مجموعتك اقترح احد المشكلات الاسرية وطبق عليها خطوات
العلاج القصير السابقة؟؟

الجلسة السادسة

التسجيل المهني لأنشطة الخير الاسرى مع الأسر



ضع بالتعاون مع مجموعتك... تعريفا للتسجيل المهني لحالات الاسر
التي تتعامل معها ...؟

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

التسجيل المهني للعمل مع الاسرة:

في اطار عمل ممارس دراسة الأسرة مع الاسرة ومشكلاتها يحتاج الى التوثيق لكل ما يقوم به، ومن هنا تأتي الأهمية الكبيرة لعملية التسجيل المهني، وكلمة المهني هنا لها دلالة كبيرة بمعنى التسجيل على اسس علمية تخصصية وليست أسس عشوائية غير متخصصة.

وتتضمن عملية التسجيل العديد من المقومات والعناصر التي يجب على ممارس دراسة الأسرة ان يكون ملما بها ومتمكنا من تنفيذها.

تعريف التسجيل المهني:

عملية فنية يقوم بها ممارس دراسة الأسرة لحفظ المعلومات والبيانات التي حصل عليها من الأسرة او احد أعضائها، مما يحفظ هذه البيانات والمعلومات من النسيان ويمكن استرجاعها

1- أسلوب التسجيل القصصي:

يتم تسجيل كل المعلومات والبيانات في سياقها الزمني من حيث ذكرها مع الأسرة وأعضائها. ويتضمن التسجيل القصصي ايضا وصف ألوان المشاعر والاتجاهات والسلوكيات الصادرة عن أعضاء الأسرة ورد فعل ممارس دراسة الأسرة حيالها اثناء المقابلة او الجلسة الأسرية، ومما يساعد على نجاح هذا النمط من التسجيل الانتباه التام للحقائق التي يذكرها أعضاء الأسرة وربطها بالمشكلة التي يعانون منها. ويتضمن التسجيل القصصي بالإضافة الى ذلك وصف وتصوير لأنماط الاتصال اللفظي وغير اللفظي، والجو النفسي والتفاعل الحادث بين ممارس دراسة الأسرة وأعضاء الأسرة، والتفاعل بين أعضاء الأسرة وبعضهم، والتحالفات التي قد تكون بين بعضهم ضد الآخرين اثناء المقابلة او الجلسة الأسرية.

عيوب التسجيل القصصي

- يستغرق التسجيل القصصي الكثير من الوقت ويتطلب منه الكثير من المجهود والمال.
- قد لا يتمكن ممارس دراسة الأسرة من مهارة القيام به بمستوى عال في بداية ممارسته المهنية.
- مع كثرة التفاصيل التي يتضمنها التسجيل القصصي قد يكون من الصعب توفير بيانات سريعة منه.
- يصعب الاعتماد علي التسجيل القصصي مع عبء العمل الذي يتعامل معه ممارس دراسة الأسرة.

مزايا التسجيل القصصي

- يصف طبيعة التفاعل بين ممارس دراسة الأسرة وأفراد الأسرة بالتفصيل.
- يكشف عن العمليات النفسية المرتبطة بالنشاط المهني الذي يقوم به ممارس دراسة الأسرة مع أفراد الأسرة.
- يظهر مدى نمو العلاقة المهنية بين ممارس دراسة الأسرة وأفراد الأسرة
- يكشف عن مدى التزام ممارس دراسة الأسرة بمبادئ الممارسة المهنية الأساسية والتصرفات الخطوات المهنية الصحيحة.
- يعرض الاحداث في ضوء ترتيب وقوعها.
- يظهر المجهودات المهنية التي قام بها ممارس دراسة الأسرة.
- وسيلة هامة يمكن بناء عليها تقييم عمل ممارس دراسة الأسرة.
- وسيلة هامة يعتمد عليها ممارس دراسة الأسرة في نقد ذاته وتطوير عمله.

٢- أسلوب التسجيل التلخيصي:

هو التسجيل الذي يعتمد على الاختصار لما دار في المقابلة او الجلسة الأسرية، حيث ان التسجيل التلخيصي يلخص بشكل موجز ما تم في النشاط المهني ممارس دراسة الأسرة مع الحالة، ويضع البيانات والمعلومات في شكل دقيق ومركز دون التقييد بالسرد لكل التفاصيل والاحداث.

عيوب التسجيل التلخيصي	مزايا التسجيل التلخيصي
<ul style="list-style-type: none"> • بشكل عام عيوب التسجيل التلخيصي هو عدم تحقيقه لمميزات التسجيل القصصي. 	<ul style="list-style-type: none"> • يوفر لممارس دراسة الأسرة الكثير من الوقت والمجهود • يتناسب مع المؤسسات التي بها ضغط عمل شديد • يسهل الحصول على المعلومات والبيانات التي يريدها ممارس دراسة الأسرة

٣- التسجيل الموضوعي:

- ا- تسجيل موضوعي من خلال الاستمارات المتنوعة او البطاقات الخاصة باتصال أعضاء الأسرة بالمؤسسة وطبيعة الخدمات التي تقدم لهم في المؤسسة.
- ب- تسجيل موضوعي من خلال المقاييس والاختبارات العلمية الاجتماعية والنفسية المختلفة التي قد يستخدمها ممارس دراسة الأسرة التي توضح سمات أعضاء الأسرة وتكشف عن مناطق القوة والضعف في شخصيتهم.
- تسجيل موضوعي عن طريق الجداول والرسوم البيانية والاحصائية التي قد ترفق مع ملف الحالة (الأسرة):

أسس التسجيل الجيد

- الأمانة في التسجيل للمعلومات والبيانات التي تم الحصول عليها من أعضاء الأسرة.
- الأمانة أيضا في التسجيل للتصرفات المهنية التي قام بها ممارس دراسة الأسرة.
- التسجيل بأسلوب علمي او مهني على أساس ما تنص عليه الأسس المهنية في هذا الإطار.
- الموضوعية في التسجيل بمعنى تسجيل ما تم بالفعل في المقابلة او الجلسة الأسرية ليس ما كان يود ممارس دراسة الأسرة ان يكون.
- ان يكون التسجيل صحيحا من الناحية اللغوية، ويستخدم أساليب لغوية سهلة الفهم واضحة.
- يستخدم ممارس دراسة الأسرة في التسجيل ضمير المتكلم، ويشير الى الحالة او العميل بضمير الغائب.
- ان يتمكن ممارس دراسة الأسرة من كل أنماط التسجيل المهني وتوظيفها بشكل مناسب.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

وسائل التكنولوجيا والتسجيل المهني

- توفير الوقت والمجهود في قيام ممارس دراسة الأسرة بالتسجيل المهني
- توفير الكثير من النواحي المالية وموارد المؤسسة التي كانت تستخدم في التسجيل التقليدي من اوراق ودفاتر واماكن لحفظ ملفات العملاء وغيرها.
- الحفاظ على سرية معلومات العملاء بشكل افضل على الحاسب الآلي.
- سهولة عملية التسجيل في نماذج جاهزة على الحاسب الآلي.
- سهولة الاطلاع على هذه التسجيلات ومراجعتها سواء من ممارس دراسة الأسرة نفسه او من احد المشرفين عليه او ادارة المؤسسة.

ملف الحالة التي يعمل معها ممارس دراسة الأسرة

- غلاف الملف.
- استمارة البيانات الاولية.
- التخطيط لدراسة الحالة.
- التاريخ الاجتماعي لأعضاء الأسرة.
- الجلسات او المقابلات المهنية.
- ملخص المقابلات او الجلسات.
- تسجيل للزيارة البيئية.
- المقاييس او الاختبارات.
- المعاملات والخطابات.
- التشخيص لمشكلة الأسرة وأعضائها.
- التخطيط لعملية العلاج .
- التعاقد المهني.
- كل ما يرى ممارس دراسة الأسرة انه من الضروري ان يحفظ بملف حالة الأسرة.

فضلا بالتعاون مع مجموعتك...

- تصور كخبير اسرى انك عقدت مقابلة مع احد الاسر التي لديها خلافات اسرية وتريد ان تسجل هذه المقابلة قصصيا ...؟
- من وجهة نظركم ما هي الاسباب التي يمكن من خلالها ان يكون التسجيل جيدا...؟
(كل مجموعة تحدد خمسة اسس على الاقل)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المصادر والمراجع

- عوض، احمد محمد(٢٠٠٨): مهارة التقدير في عبدالناصر عوض واخرون، المهارات الاساسية في خدمة الفرد، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
- عوض، احمد محمد (٢٠١١). فعالية اسلوب العلاج القصير في التعامل مع العنف الاسرى، مجلة العلوم الانسانية والخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
- عثمان،عبدالفتاح (١٩٩٧). خدمة الفرد في اطار التعددية النظرية، القاهرة، مكتبة عين شمس. ص ٢٩٠.
- International interviewing and Counseling: Facilitating Client development : (٢٠٠٣) Ivey, A. E& Ivey M.B
10th ed) pacific Grove, CA, Brooks/ Cole'sv\ in a multi cultural society
- Understanding Generalist Practice, Belmont, CA, Thomson Brooks/ (٢٠٠٦) Ashman, K. K, Hull G.H. Jr
.Cole. P111



الوحدة الرابعة

أسرار الاستفزاز

الأسري



التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

الوصول إلى عشرين سراً من الأسرار المؤدية إلى استقرار الأسرة.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- التعرف إلى معنى النشوز وطرق التعامل معه
- الصبر والتصبر في الحياة الأسرية.
- تطبيق المنهج الإسلامي الأسري.
- تنمية الوازع الديني والثقة بالنفس.

مقدمة

الأسرة نواة المجتمع صلاحها صلاح للمجتمع بأسره، وفسادها سبب لفساده ، فمن المهم والمهم جداً أن يكون هناك سعي حثيث لإصلاح الأسر وتقوية الاستقرار فيهم .
لذلك فالاستقرار مطلب رئيسي يرنو إليه كل من الزوجين، وبين أيديكم عشرون استراتيجية جعلناها أسراراً لنعينها وستدارسها في ثنايا هذه الوحدة التدريبية إن شاء الله.

الجلسة الأولى

أولاً: التعامل السليم لنشوز الزوجة
ثانياً : الاستعانة بعبادة الصبر

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



أسرار الاستقرار الأسري

في مجموعات يتم النقاش في:

- معنى النشوز.
- الصبر في الحياة الزوجية.

أولاً: التعامل السليم لنشوز الزوجة

إن طاعة الزوجة لزوجها - في غير معصية الله تعالى- هي من طاعة الله عز وجل وسبيل من السبل الموصلة إلى رضوانه وجنته ، قال صلى الله عليه وسلم: «إِذَا صَلَّتِ الْمَرْأَةُ حُمْسَهَا، وَصَامَتْ شَهْرَهَا، وَحَصَّنَتْ فَرْجَهَا، وَأَطَاعَتْ بَعْلَهَا دَخَلَتْ مِنْ أَيِّ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ شَاءَتْ». (صحيح ابن حبان، حديث: ٤١٦٣)

النشوز هو: العصيان لأمر الزوج والترفع عنه، وكراهيته والخروج عن طاعته. الإجراءات العلاجية لمشكلة النشوز:

أ- بالوعظ:

” تذكيرهن بما أوجب الله عليهن في كتابه من حسن الصحبة وجميل العشرة للزوج، والاعتراف بالدرجة التي له عليها.

كيف يكون وعظك ناجحاً؟

- ١- تذكيرها بما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من وجوب طاعة الزوج في المعروف وحسن معاشرته والتحذير من النشوز .
- ٢- أن يستخدم معها أسلوب الحكمة والموعظة الحسنة ، يقول صلى الله عليه وسلم : «إِنَّ الرُّفُقَ لَا يَكُونُ فِي شَيْءٍ إِلَّا زَانَهُ، وَلَا يُنَزَعُ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا شَانَهُ» (صحيح مسلم، حديث: ٢٥٩٤)
- ٣- بيان الهدف من الوعظ وهو الحرص على بقاء العلاقة الأسرية وعدم تصدعها.
- ٤- مراعاة حال الزوجة من حيث الصحة والمرض ومن حيث الحالات الخاصة.
- ٥- أن يراعي الزمان والمكان المناسبين للوعظ.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ب - الهجر في المضجع:

وهي المرحلة الثانية إذا لم ينفع الوعظ مع الزوجة لأي سبب من الأسباب واستمر نشوزها فهنا ينتقل الزوج إلى العلاج الثاني وهو الهجر في المضجع ، وذلك بالامتناع عن الجماع إشعاراً لها بعظم ما ارتكبته من خطأ في حقه. فيهجر النوم الذي ينامان فيه عادة، بأن يوليها ظهره ولا يجامعها ولا يكلمها إلا بقدر قليل جداً حتى لا يضطر إلى كلامها بعد ثلاثة أيام، لأنه لا يجوز عدم كلامها أكثر من ثلاثة أيام، لحديث الرسول صلى الله عليه وسلم: « ولا يَجُلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثِ لَيَالٍ »(صحيح البخاري،حديث رقم: ٦٠٧٣).

ج- الضرب غير المبرح:

إذا لم تجد الوسيلتان السابقتان في ثني الزوجة عن نشوزها عندها ينتقل الزوج إلى الوسيلة الثالثة من وسائل العلاج وهو الضرب غير المبرح المشروع بنص القرآن الكريم. فلم يكن الضرب هو كل ما شرع في الإسلام من علاج ولا هو أول ما شرع الإسلام من علاج ، وإنما هو واحد من أنواع ثلاثة هو آخرها في الذكر كما هو آخرها في اللاتجاه إليه.

ولكي ينتقل إلى العلاج بالضرب لابد من العلم بـ:

- ١- أن هذا الضرب المنضبط إنما ورد لعلاج حالة نفسية مرضية وهي (النشوز Masochism)، وهذا المرض لا ينفع فيه إلا الضرب المؤدب الذي يعالج ولا يؤذي ولا يجرح وهو الذي وضحت الشريعة صفته ونوعه.
- ٢- أن الضرب هو آخر العلاج إذا استعصت الحالة واستنفذت وسائل العلاج المذكورة في الآلية، وهي الموعظة ثم الهجر.
- ٣- أن الضرب ليس على الإطلاق ، وإنما هو ضرب منضبط له شروطه وآدابه ، فلا يؤذيها، ولذا كان من هديه صلى الله عليه وسلم أن يكون الضرب بالسواك للإصلاح وليس للتعذيب ولا للانتقام، بينما الضرب الذي يمارسه البعض ضد المرأة هو ضرب لا تقره الشريعة الإسلامية أصلاً، بل منعه بقانون العقوبات؛ فالضرب الذي يمثل أذى وعنفاً للمرأة يستحق عليه الرجل (القصاص).

بل إن الإنسان لو لم يستخدم الطريقة السليمة في الضرب لأدى إلى عكس المقصد سيؤدي إلى التجافي أكثر. شرار الأزواج هم الذين يقدمون على ضرب زوجاتهم: «لَقَدْ طَافَ اللَّيْلَةَ بِآلِ مُحَمَّدٍ سَبْعُونَ امْرَأَةً، كُلُّ امْرَأَةٍ تَسْتَكِي زَوْجَهَا، فَلَا تَجِدُونَ أَوْلِيَّكَ خَيْرًا كُمْ». (سنن ابن ماجه، حديث: ١٩٨٥).

الكرماء من الرجال - الذين هم خيار الناس - لا يضربون زوجاتهم: «مَا صَرَبَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَيْئًا قَطُّ بِيَدِهِ، وَلَا امْرَأَةً، وَلَا خَادِمًا..» (صحيح مسلم، حديث: ٣٣٢٨).

وهنا يجب التنبيه إلى أمر مهم وهو أن إقرار الشريعة لفعل ما، لا يعني بالضرورة ايقاع ذلك الفعل؛ ولذلك أعرض النبي صلى الله عليه وسلم مراراً عن المرأة الغامدية التي جاءت معترفة بالوقوع في الزنا بعد الإحصان وعقوبة ذلك الرجم.

وكما يقع النشوز من الزوجة فكذلك يقع من الزوج.

فإن توقعت امرأة {من بعلها نشوزاً} أي تجافياً عنها وترفعاً عن صحبتها كراهة لها ومنعاً لحقوقها {أو إعراضاً} بأن يقل محادثتها ومؤانستها لما يقتضي ذلك من الدواعي والأسباب {فلا جناح عليهما} حينئذ {أن يصلحا بينهما صلحاً} أي في أن يصلحا بينهما.

الإجراءات التي يمكن أن تتبعها الزوجة لعلاج نشوز زوجها ثلاث خطوات:

- ١- المراجعة: بأن تراجع المرأة نفسها فقد تكون مقصرة في زينتها داخل البيت، أو عن أداء واجباتها الزوجية، أو قد تكون مشغولة عنه؛ مما يجعل زوجها يسيء معاملتها ويتطلع إلى غيرها.
- ٢- المكاشفة: وهي مناقشة الزوجة لزوجها بأسلوب لين رقيق لمعرفة أسباب نشوزه وإعراضه.
- ٣- الاسترضاء: فتحاول استرضاء زوجها واستمالة قلبه إليها سواء كان هذا الاسترضاء مادياً أو معنوياً .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

د - التحكيم:

ويلجأ الزوجان إليه عند فشلهما في الحوار المباشر ، فالحكمان لديهما فرصة أكبر لرؤية الأمور على حقيقتها لأنهما لا يعانيان من الضغوط النفسية والمعيشية التي يعانيها الزوجان وتمنعهما من رؤية الحقيقة كاملة بكل جوانبها، وللعلم أنه إذا توافر لدى الزوجين وأهلتهما والحكمين - النية الصادقة والرغبة الحقيقية في الإصلاح وحل المشكلات؛ فإن التوفيق لذلك مضمون بنص الآية الكريمة.

هـ- الطلاق:

وقد ندب الشرع الحكيم الزوج إلى إمساك زوجته وعدم طلاقها ولو كان يكرهها، ووعده على ذلك بالخير الكثير من المولى عز وجل. إن من الأمور الدالة على واقعية الشريعة الإسلامية وكمالها أنها شرعت الطلاق كحل نهائي ؛ فقد يتأزم الخلاف بين الزوجين إلى درجة لا يتحمل فيها أحدهما بقاءه مع الآخر ، وتستنفذ جميع الحلول وتسد جميع الطرق، فيكون إيقاع الطلاق للتفريق بينهما عند إذن خيراً لهما، وذلك لإتاحة الفرصة لهما من جديد لإقامة علاقات أسرية جديدة قد يحالفها التوفيق والنجاح ، وهذه ميزة تتميز بها الشريعة الإسلامية عن كثير من الشرائع.

فهذا الفراق بالطلاق أولى من بقائهما على رباط الزوجية مع التنافر والاختلاف بينهما، ولذا يمكن اعتبار الطلاق في الإسلام بـ « رخصة شرعت للضرورة حين:

تسوء العشرة

- تستحكم النفرة بين الزوجين.
- يتعذر عليهما أن يقيما حدود الله وحقوق الزوجية.
- فهو إذن علاج لأشخاص محددين في ظروف معينة، مُقَرَّ بأوضاع تمكن بعضها الزوجين من الرجعة بعد مراجعة تصرفاتهما والنظر في عواقب الأمور.

ثانياً : الاستعانة بعبادة الصبر

ذكر الصبر في القرآن الكريم في أكثر من تسعين موضعاً توجيهاً من المولى عز وجل إلى القيام بهذه العبادة العظيمة التي يتقرب بها إليه، ورتب على ذلك الأجر الذي لا حد له.

وقد أوضح النبي صلى الله عليه وسلم بأنه مفتاح كل ضائقة وسبب للفرج والنصر.

«وَأَعْلَمَ أَنَّ النَّصْرَ مَعَ الصَّبْرِ، وَأَنَّ الْفَرَجَ مَعَ الْكَرْبِ، وَأَنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا، وَأَعْلَمَ أَنَّ الْقَلَمَ قَدْ جَرَى بِمَا هُوَ كَائِنٌ» (المعجم الكبير للطبراني، حديث: ١١٢٤٣).
فالواجب على الزوجين الصبر على ما يعتري حياتهما الزوجية من مشكلات واحتساب الأجر في ذلك عند الله تعالى قال صلى الله عليه وسلم: «مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ، مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَدَى وَلَا عَمٍّ، حَتَّى الشُّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ». (صحيح البخاري، حديث: ٥٦٤١).

الجلسة الثانية

ثالثاً: القيام المسؤولية الأسرية
رابعاً: تطبيق المنهج الإسلامي في تكوين الأسرة
خامساً: تنمية الوازع الديني
سادساً : أدب الاختلاف



في مجموعات يتم النقاش في:
المسؤولية المجتمعية وعلاقتها بالمنهج الاسلامي

- معنى الوازع الديني.
- أهمية الاختلاف.

A large, rounded rectangular area with a light blue border, containing several horizontal dotted lines for writing or discussion.

ثالثاً: القيام المسؤولية الأسرية

لقد كلف الشرع الحكيم الزوجين بهذه المسؤولية معاً ولم يختص بها أحد الزوجين دون الآخر « الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ بَعْلِهَا وَوَلَدِهَا، وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ » (صحيح مسلم، حديث: ١٨٢٩).

إن قيام الزوجين بمسؤوليتهما الأسرية، إضافة إلى كونها واجباً شرعياً فهو أمر فطري متوافق مع الفطرة التي فطر الله الناس عليها، المقتضية للحرص على تحقيق كل ما يفيد الأسرة أياً كان مصدره ، فالحكمة ضالة المؤمن أنى وجدها فهو أولى الناس بها .

ومع أن كلا الزوجين مسؤول عن بيت الزوجية إلا أن مسؤولية الرجل أكبر بما له من القوامة في البيت. «كَفَى بِالْمَرْءِ إِثْمًا أَنْ يُضَيِّعَ مَنْ يَعُولُ». (السنن الكبرى للنسائي، حديث: ٩١٣١).

والمسؤولية الأسرية تستلزم القيام بالواجبات الأسرية كسبيل وقائي للسلامة من المشكلات الأسرية ويؤدي إلى الاستقرار والسعادة الأسرية، كما أن على كل واحد من الزوجين تحمل المسؤولية حال وقوع الخطأ منه، لأن ذلك يؤدي إلى عدم التماذي في الأخطاء أو اتهام الآخرين بها، بالإضافة إلى أنه يخلق جواً من الألفة والتسامح بين الزوجين.

رابعاً: تطبيق المنهج الإسلامي في تكوين الأسرة

لقد حبانا المولى عز وجل بشريعة اختصت بخصائص الكمال ، وتطبيق ما جاء فيها كفيل بإحداث استقرار ونماء في العلاقات الأسرية وتحقيق السعادة في الدارين .

ما أن تحول فئام من المجتمع إلى طرائق وسنن أخرى نتيجة للانفتاح الثقافي على الغرب - الذي غزى المجتمع بالغث والسمين - حتى أصابهم ما أصابهم من مشكلات كان أكبر المتأثرين بها الأسرة المسلمة ، « فكيف ندع الدواء المجرب الموفور لنبحث عن دواء جديد عند غيرنا، مع أن هذا الدواء الذي يلتمسه لم يشفي أصحابه، ولم يهين لهم العافية، ولم يزد هم إلا خبالاً.»
والتطبيق يشمل مرحلة ما قبل العقد وما بعده:

- ١- **مرحلة ما قبل العقد:** حيث الاختيار المنضبط بتعاليم الشرع الحكيم في مسألة اختيار شريك الحياة، والتيسير في أمور الزواج كالمهر وغيره.
- ٢- **مرحلة ما بعد العقد:** ويشمل ذلك بناء الأسرة على القيم الإسلامية ، مما يعصمها - بإذن الله تعالى- من الأفكار الهدامة التي تغزو الأسرة و تستهدف تغيير ملامحها الإسلامية .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

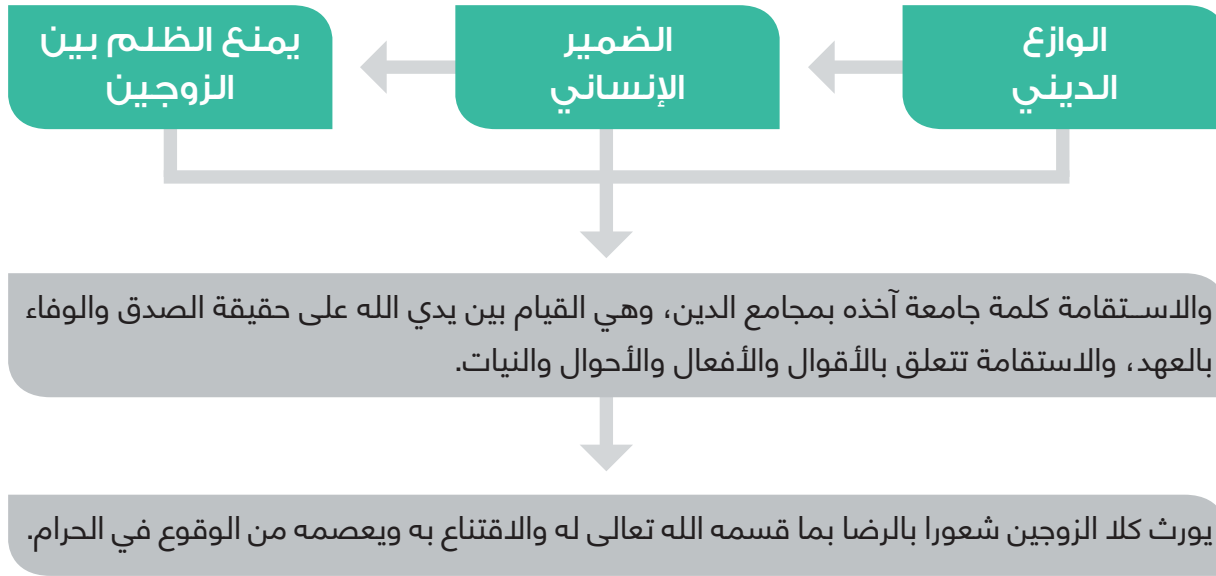
.....

.....

.....

خامساً: تنمية الوازع الديني

المراقبة الدائمة لله تعالى تورث في قلب الفرد المسلم وازعاً دينياً يدفعه للالتزام بأحكام الشرع الحنيف، سواء فيما يتعلق بعلاقته مع خالقه أو بعلاقته مع المخلوقين فلا ينتهك من ذلك شيئاً.



إن ما يشهده المجتمع من غزو فكري وعقدي يجعل المسؤولية مضاعفة على الزوجين لتنمية الوازع الديني لهما وغرسه في نفوس الناشئة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

سادساً : أدب الاختلاف

الاختلاف الذي يقع في الأسرة هو صورة مصغرة لما يقع في المجتمع وحتى بين الأمم ؛ فالاختلاف سنة كونية حتمية الحدوث.

فائدة الاختلاف

اختلاف الرأي بين الزوجين رحمة ؛ لأنه يوفر لهما أكثر من طريقة للحل، وذلك أفضل من حتمية الحل الواحد الذي يحاول أن يفرضه بعض الأزواج.

لقد بعث الله تعالى:

- إبراهيم ولوط عليهما السلام، فاختلفا في طريقة استقبالهم للضيوف من الملائكة.
- داود وابنه سليمان عليهما السلام في زمن واحد كذلك فحدث الاختلاف بينهما.

فإذا كان وقوع الاختلاف متحققاً في حق الأنبياء فهو في حق من دونهم من باب أولى.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نقاط في أدب الاختلاف:

- قولِي صوابٍ يحتمل الخطأ وقول غيري خطأً يحتمل الصواب.
- حتمية الاختلاف توجب الاعتراف بحتمية وجود المشكلات الزوجية وهو أمر طبيعي لم يخلُ منه بيت حتى بيوت النبي صلى الله عليه وسلم.
- الاعتراف بالاختلاف هو أول درجات العلاج .
- التوافق الزوجي لا يستوجب تطابق آراء الزوجين
- السعي لأداء حقوق الآخر وتلبية احتياجاته واحترام رأيه .
- أن يعالج الاختلاف الواقع بعقلانية في التفكير ومرونة في التعامل .
- التعبير عن الرأي بكل صراحة ووضوح ويمنع مصادرة الآراء.
- الانطلاق في الحوار من نقاط الاتفاق لا من نقاط الاختلاف
- الاختلاف لا يفسد للود قضية.

الجلسة الثالثة

سابعاً: توزيع الأدوار
ثامناً: إشباع المشاعر العاطفية وإعلانها
تاسعاً: تفهم حالات الغيرة
عاشراً : البعد عن الغضب

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



في مجموعات يتم النقاش في أدوار الزوجين.

• الزوج:

• الزوجة:

سابعاً: توزيع الأدوار

لقد ابتليت بعض الأسر اليوم بما يسمى بـ «صراع الأدوار» أي التنافس السلبي بين الزوجين لسيطرة كل واحد منهما على الأدوار الأسرية للآخر.

أهم الأسباب في عدم توزيع الأدوار

- التغيير الاجتماعي المتسارع.
- تأثير وسائل الإعلام.

يترتب على ذلك حصول المشكلات الزوجية المتكررة ، مما يمهد الطريق لوقوع تفكك الأسري في هذه الأسر.

الرجل مكلف بمهمة القيام على النساء ، أي أن يقوم بأداء ما يصلح الأمر . ووجه التفضيل في قوله تعالى: (بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ) أن الرجل له الكدح وله الضرب في الأرض وله السعي على المعاش ، وذلك حتى يكفل للمرأة سبل الحياة اللائقة عندما يقوم برعايتها ، فالله سبحانه وتعالى أعطاه المشقة وأعطاه التعب.

المرأة مكلفة بأن تكون السكن حين يستريح عندها الرجل وتقوم بمهمتها ، فمهمتها وإن كانت مهمة عظيمة إلا أنها تتناسب والخصلة المطلوبة أولاً فيها: الرقة والحنان والعطف والوداعة».

فإذا أراد الزوجان حياة أسرية مستقرة وفاعلة فلا بد لهما من توزيع الأدوار الأسرية على كافة أفراد الأسرة كل بحسب قدراته وإمكاناته ، بحيث:

- يعرف كل منهم الأدوار المناطة به.
- الأساليب والوسائل التي تعينه على القيام بذلك.

مما يكون له الأثر الواضح في تكاتفهم وتعاضدهم وشعورهم بالانتماء إلى هذا الكيان الأسري وتجيير كل نجاح لصالحه وليس لصالح فرد بعينه.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ثامناً: إشباع المشاعر العاطفية وإعلانها

فلذلك أثر في شعورهما بالأمن النفسي ، فلا بد من سعي كل واحد منهما لإشباع المشاعر العاطفية لأفراد أسرته عن طريق تلبية عدد من الاحتياجات العاطفية ومنها:

١- إشباع الحاجة إلى الحب.

الحب بين الزوجين أمر فطري ومن مظاهره المودة والرحمة السكن «إِنِّي قَدْ رُزِقْتُ حُبَّهَا». (صحيح مسلم، حديث: ٢٤٣٥) كان صلى الله عليه وسلم يستخدم العبارات اللطيفة مع أزواجه (يا عائش يا حميراء) . كان يعبر عن ذلك بالفعل أيضاً.

٢- إشباع الحاجة إلى تقدير الذات.

فكل واحد من الزوجين بحاجة لتقدير الآخر لذاته الإنسانية ، مما يولد لديه شعوراً بالثقة بنفسه ويحفزه لأن يكون أكثر تفاعلاً مع أسرته ومع الآخرين. قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لصفية رضي الله عنها: «إِنَّكَ لَأَبْنَةُ نَبِيٍِّّ، وَإِنَّ عَمَّكَ لِنَبِيٍِّّ، وَإِنَّكَ لَتَحْتِ نَبِيٍِّّ قِيمَ تَفَخَّرَ عَلَيْكَ؟». أثبتت إحدى الدراسات وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين التوافق الزوجي وبين تقدير الذات لدى النساء المتزوجات.

٣- التواصل الوجداني.

وهو مرهون بمدى قدرة الفرد على إظهار المشاعر الإيجابية للآخرين ، وقدرته كذلك على تفهم مشاعرهم وتقديرها بل ويسهل على الزوجان القادران على التواصل الوجداني الجيد فهم الرسائل الانفعالية لبعضهما البعض، « أَمَّا إِذَا كُنْتِ عَنِّي رَاضِيَةً، فَإِنَّكَ تَقُولِينَ: لَا وَرَبِّ مُحَمَّدٍ، وَإِذَا كُنْتِ عَلَيَّ غَضَبِي، قُلْتِ: لَا وَرَبِّ إِبْرَاهِيمَ».

تاسعاً: تفهم حالات الغيرة

- الغيرة تقع من كلا الزوجين، إلا إن وقوعها من الزوجة أكثر.
- الغيرة غريزة طبيعية من الغرائز التي جُبلت عليها المرأة.
- لم يسلم منها أحد؛ حتى نساء النبي صلى الله عليه وسلم.

عائشة رضي الله عنها : « أَنْ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَرَجَ مِنْ عِنْدِهَا لَيْلًا، قَالَتْ: فَغِرْتُ عَلَيْهِ، فَجَاءَ فَرَأَى مَا أَصْنَعُ، فَقَالَ: مَا لَكَ؟ يَا عَائِشَةُ أَغْرَتِ؟ فَقُلْتُ: وَمَا لِي لَا يَغَارُ مِثْلِي عَلَى مِثْلِكَ؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَقْدُ جَاءَكَ شَيْطَانُكَ» قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أَوْ مَعِيَ شَيْطَانٌ؟ قَالَ: «نَعَمْ» قُلْتُ: وَمَعَ كُلِّ إِنْسَانٍ؟ قَالَ: «نَعَمْ» قُلْتُ: وَمَعَكَ؟ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: «نَعَمْ، وَلَكِنْ رَبِّي أَعَانَنِي عَلَيْهِ حَتَّى أَسْلَمَ».

(صحيح مسلم، حديث: ٢٨١٥)

علاج الغيرة السلبية:

- تفهم كل واحد من الزوجين لحالات الغيرة التي تنتاب شريك حياته.
- تقبل ذلك.
- معرفة الأسباب الدافعة إليها.
- التعامل مع ذلك بحكمة وصبر.
- تعزيز لغة الحوار والتفاهم بين الزوجين.
- العمل على تقوية الثقة بينهما، وأن يزيلا ما يعتريهما من شكوك وظنون.

عاشراً : البعد عن الغضب

تحرص الشريعة الإسلامية على تهذيب النفس من كل الشوائب وإبعادها عن كل الصفات الذميمة، ومنها الغضب الذي يحدث كردة فعل سريعة لأي خلاف يقع بين الزوجين بسبب التراكمات النفسية لأحدهما أو نتيجة للضغوط الخارجية عليهما ؛ فقد يعتمد أحدهما إلى تنفيس تلك الضغوط في الآخر. «لَا تَغْضَبْ» قَرَدَدَ مِرَارًا، قَالَ: «لَا تَغْضَبْ».

لا تغضب .. فتخطئ.. فتقع المشكلات.. فتندم .. فتبرر بأن هذا خُلقك، وقد قال صلى الله عليه وسلم: «إِنَّمَا الْعِلْمُ بِالتَّعَلُّمِ، وَإِنَّمَا الْجِلْمُ بِالتَّحَلُّمِ، مَنْ يَتَحَرَّى الْحَيْرَ يُعْطَهُ، وَمَنْ يَتَّقِ الشَّرَّ يُوقَهُ».

فالواجب على الزوجين التحلي بالحلم ، والنظر في عواقب الأمور قبل الإقدام على أمر لا تحمد عقباه بسبب الغضب ، فإن حصل منه بسببه إساءة فلا بد أن يتحمل المسؤولية وأن يعتذر ممن أخطأ بحقه.

نقاط هامة:

- إن معرفة الزوجين للأسباب الحقيقية الدافعة للغضب يسهل عليهما معالجتها.
- إن على الزوجة ألا تقابل زوجها بالمثل إذا غضب ، وأن تحاول تهدئته.
- وإذا نظرنا إلى حال بيوت النبي صلى الله عليه وسلم نجد أن علاقته بأزواجه مبنية على اللين الرفق في المعاملة.

أ- كظم الغيظ والعفو عن الآخريين والإحسان إليهم

ب - الاستعادة بالله تعالى من الشيطان الرجيم

ج-تغيير الهيئة أو المكان

د-الوضوء

هـ-الدفع للمسيء بالتي هي أحسن، والإعراض عنه

و-عدم اتخاذ أي قرار والسكوت حال الغضب

ي-أن يعلم الزوجان بأن الغضب صفة نقص لا صفة كمال
إلا في حالة الغضب لانتهاك حرمت الله تعالى

قواعد تسهم في
ضبط مشاعر
الزوجين وإبعادهما
عن الغضب ومنها

الجلسة الرابعة

الحادي عشر: عدم الاستسلام للأمراض النفسية
 الثاني عشر: القيام بحق العلاقة الحميمة بين الزوجين
 الثالث عشر: التواجد الفعال للزوجين في البيت
 الرابع عشر: التشاور والتعاون بين الزوجين

الحادي عشر: عدم الاستسلام للأمراض النفسية

تعتبر الصحة النفسية من أكثر القضايا المهملة في البلدان النامية . ووفقاً لدراسة أجريت أن بتزايد شدة الاكتئاب ترتفع مستويات الضعف في أداء الدور العائلي للمصاب، وهناك ثمة علاقة واضحة بين معالجة الاكتئاب وتحسن حالة الاضطراب الوظيفي.
من أسباب تعرض أحد الزوجين لهذه الأمراض:

- التطلع إلى ما في أيدي الناس.
- المحاولة إلى تحقيق أهداف تفوق قدراتنا العقلية والمادية.

فينتج:

- الشعور بالنقص الذي قد يسبب أزمة نفسية.
- محاولة تحقيق ما تحقق للغير من أمور الدنيا بطرق غير مشروعة.
- ولو تأمل في حقيقة الأمر لوجده على خلاف ما يظن، فهو لا يعلم الجزء الآخر من حياة ذلك الإنسان الذي يتطلع إلى الوصول إلى مستواه المادي ، فقد يكون لديه من الابتلاءات ما لو علم بها لحمد الله تعالى على حاله الذي لم يكن مقتنعاً به ، فالجميع خُلق ليكابد في هذه الحياة الدنيا. فإن لم تتحقق للزوجين بعض التطلعات التي يؤملانها في الحياة فيجب ألا يسيطر عليهما القلق أو الحزن وإنما عليهما تقبل الأمر كما هو لعله أن يكون خيراً لهما.
- فالإيحاء النفسي له دور واضح في تبسيط أو تضخيم الأفكار التي تنتاب الفرد، فعلى الزوجين ألا يستسلموا للأفكار السلبية التي يبثها الشيطان في روعهما ليفرق بينهما.
- كما أن العمل الصالح والمتعدي للآخرين وذكر الله تجعل المسلم في غاية الطمأنينة والراحة النفسية.
- والبحث عن وسائل للترفيه والترويح عن النفس، ومن ثم تكون العودة بنفس هادئة ومستقرة للنقاش حول تلك المشكلات والبحث عن حلول ناجعة لها، فذلك خير من مناقشتها بأنفس مشحونة متوترة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الثاني عشر: القيام بحق العلاقة الحميمة بين الزوجين

تعد العلاقة الحميمة بين الزوجين أمراً غريزياً مشتركاً وعاملاً مؤثراً في استقرار الأسرة وتماسكها وإحسان أفرادها، وقد حذر النبي صلى الله عليه وسلم المرأة من التقصير في هذا الحق- بغير عذر شرعي- ورتب على ذلك الوعيد الشديد. وقد حفظت لنا السيرة النبوية اهتمام النبي صلى الله عليه وسلم بهذا الجانب، فكان صلى الله عليه وسلم حريصاً على إشباع تلك الغرائز والعواطف لزوجاته إذ هو سبب من أهم الأسباب لاستمرار المودة والمحبة بين الزوجين، ومن ذلك علاقته مع أزواجه في الصيام يجد أن نهار الصوم وإن كان للتعب والانشغال عن المفطرات لكنه يتخلله نوع مداعبة للزوجة. فالواجب على كل واحد من الزوجين أن يحرص على إعفاف الآخر بكل الوسائل المشروعة، وإن كان في بعض الأوقات غير راغب في ذلك إلا أن عليه تلبية رغبات شريك حياته.

كيف حرص الشارع الحكيم على إبعاد الزوجين عن الانحراف:

- طريق التوجيه المباشر بتشديده العقوبة على المحصن الزاني.
- طريق غير مباشر وذلك بتحريم الطرق التي قد تؤدي إلى الفاحشة.

إن حرص الزوجين على القيام بحق العلاقة الحميمة لا يعني السماح بالشذوذ في تلك العلاقة

الثالث عشر: التواجد الفعال للزوجين في البيت

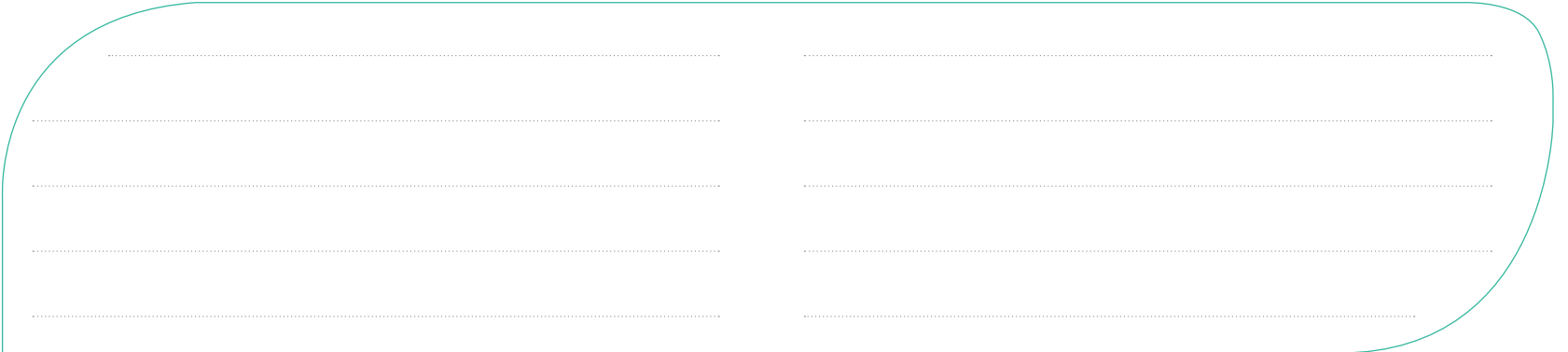
فقد يقضي الزوج وأحياناً الزوجة أوقاتاً طويلة خارج المنزل بسبب التزاماتهما العملية والمجتمعية، لكن عليهما إلا يُغفلا أهمية تواجدهما وبفعالية في البيت لما لذلك من مردود إيجابي على كافة أفراد الأسرة .

تواجد الزوجين معاً يتيح لهما:

- الفرصة لإشباع حاجاتهما وخاصة النفسية منها.
- عمليه التوجيه والإصلاح الأسري.

قد يتعذر بعض الأزواج بأسباب كثيرة للغياب عن البيت ككثرة اللتزامات العملية أو العلمية ، أو الانشغال بالجلوس مع الأصدقاء أو غير ذلك إلا إن ذلك لا يعتبر مبرراً مقبولاً للتقصير في التواجد بفعالية في البيت .

فالتوازن أمر مطلوب في شتى شؤون الحياة ومنها الحياة الأسرية، فعن « إن لربك عليك حقاً، ولنفسك عليك حقاً، ولأهلك عليك حقاً، فأعط كل ذي حق حقه».



الرابع عشر: التشاور والتعاون بين الزوجين

إن من أبرز صفات المجتمع المسلم أن اتخاذ القرار فيه يتم بشكل جماعي معتمداً على مبدأ الشورى، فقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يشاور زوجاته حتى في عظام الأمور التي تواجهه :

- مشاورة أم المؤمنين خديجة رضي الله تعالى عنها في أمر عظيم وهو أمر نزول الوحي فكان لرأيها ولموقفها منه دور كبير في تثبيت النبي صلى الله عليه وسلم.
- كان الرأي الذي قدمته أم المؤمنين أم سلمة رضي الله تعالى عنها حينما استشارها النبي صلى الله عليه وسلم سبباً في الحيلولة دون وقوع العذاب على الصحابة رضوان الله عليهم في صلح الحديبية.
- إن التشاور والتعاون بين الزوجين أمر مهم لتسيير سفينة الحياة الزوجية بأمان متجاوزة أمواج المشكلات التي تعترض طريقها ؛ فلا يتخذ أحدهما قراراً أسرياً بصورة فردية دون الرجوع للآخر.

ويمكن أن يحدد الزوجان يوماً في الأسبوع لعقد "مجلس الشورى العائلي" ليتشاوروا فيما يتعلق بحياتهم الأسرية مثل:

- اتخاذ قرارات أسرية مشتركة.
 - حل المشكلات التي تعترض الأسرة.
 - التخطيط لمستقبلها.
 - طريقة تربية الأطفال.
 - إدارة ميزانية الأسرة.
- مما يؤدي إلى تقوية العلاقات الأسرية وتكاملها ، ففي التشاور بين الوالدين ميدان فسيح للتراضي والألفة وتوثيق حبال الصلة بينهما. وقد يقع بعض الأزواج في مشكلات لا يجدون لها حلاً ؛ فيحتاجون إلى المستشار الأمين المتخصص ولو كان من خارج الأسرة.

الجلسة الخامسة

الخامس عشر: التخطيط الأسري
السادس عشر: الاستقرار المالي للأسرة
السابع عشر: الوضوح والمصارحة بين الزوجين

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



في مجموعات يتم النقاش في:

- أهمية الثقة في النفس.
- أهمية الثقة في الآخر.

الخامس عشر: التخطيط الأسري

يعد التخطيط الجيد وسيلة من أهم الوسائل لإنجاح أي مهمة أو مشروع، إذ يحقق أفضل النتائج بأقل التكاليف.

والتخطيط بشكل عام:

هو تحديد الأهداف المستقبلية وتعيين وسائل تحقيقها في مدة زمنية محددة. أما التخطيط الأسري فهو: عملية توقع مدروسة وبشكل علمي للكيفية التي يستطيع الإنسان معها أن يتعامل مع مشاكله الداخلية والخارجية على نطاق الأسرة.

إن عملية البناء الأسري يتطلب ما يلي:

- ١- أن يكون التخطيط جماعياً .
- ٢- أن يكون التخطيط متعلقاً .
- ٣- أن يكون التخطيط متوازناً .
- ٤- أن يكون منضبطاً بالأحكام الشرعية.

كما يتطلب التخطيط الأسري السليم أن يكون لدى الزوجين فقه للواقع الذي يجري من حولهم مما يسهم في تجاوز العقبات التي تعترض طريقهم.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

فوائد التخطيط الأسري:

- ١- ربط الأسرة بأولوياتها التربوية من خلال وضوح الأهداف وسلامة الأساليب والوسائل الموصلة إليها.
- ٢- تحقيق أكبر قدر من السعادة الأسرية من خلال الإلتزام بالواجبات وأداء المسؤوليات من أفراد الأسرة.
- ٣- اتخاذ الاحتياطات اللازمة والوسائل المناسبة لتأمين مستقبل الأسرة وبنائه وفق تنظيم يضمن لها حياة سعيدة.
- ٤- تعريف الأزواج بمهامهم التخطيطية التي أنيطت بهم لرعايتها والاهتمام بها.

التخطيط الأسري لحياة زوجية ناجحة يشمل مرحلتين:

مرحلة ما قبل الزواج :

وتتطلب هذه المرحلة ما يلي:

- ١- توافر الباءة لدى الشباب المقبلين على الزواج : وهي القدرة على مؤن الزواج
- ٢- الاختيار الزوجي السليم: فقد كفلت الشريعة الإسلامية لكلا الزوجين حقه في اختيار شريك حياته

مرحلة ما بعد الزواج :

وفي هذه المرحلة يشترك كافة أفراد الأسرة في التخطيط ، حيث يتم وضع الخطط بحسب المدة الزمنية، وفقاً للآتي:

- ١- خطط بعيدة المدى ترتبط بالغايات الكبرى وبالرسالة التي تسعى الأسرة إلى تحقيقها.
- ٢- خطط متوسطة المدى هي الأهداف التي يمكن تحقيقها خلال خمس إلى عشر سنوات.
- ٣- خطط قصيرة المدى هي الأهداف التي يمكن تحقيقها خلال سنة واحدة.

فالتخطيط الأسري يسهل المهام المنوطة بأفراد الأسرة ويساعدهم على السير في طريق واضح المعالم ، توضع فيه تصورات مسبقة للوقائع وطرق التعامل معها.

السادس عشر: الاستقرار المالي للأسرة

استقرار الوضع المالي للأسرة ينعكس أثره على الاستقرار الأسري بشكل عام.

بعض الأزواج لا يتعامل بواقعية مع وضعه المالي من أمثلة ذلك:

- أن بعض الأزواج فقد يأتي لزوجته -وخاصة في فترة الخطوبة- بهدايا غالية الثمن لا تتوافق مع وضعه المالي فيترسم في ذهن الزوجة صورة مغايرة للحقيقة ، ثم تفاجأ بعد الزواج بأن الوضع مختلف تماماً عمّا في ذهنها فتقع المشكلات بينهما بسبب ذلك .
- وبعض الأزواج قد ينشغل بجمع المال عن رعاية أسرته أو يستخدمه لقضاء شهوات محرمة، أو يبذل على أسرته مما يجعلهم في وضع معيشي سيئ، وقد يدفع ذلك أحد أفراد أسرته إلى الوقوع في شيء من المحرمات ولا يشعر بذلك.

إن الرجل الذي يبذل على أفراد أسرته إنما يحرّم نفسه من الأجر: «دِينَارٌ أَنْفَقْتَهُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَدِينَارٌ أَنْفَقْتَهُ فِي رَقَبَةٍ، وَدِينَارٌ تَصَدَّقْتَ بِهِ عَلَى مُسْكِينٍ، وَدِينَارٌ أَنْفَقْتَهُ عَلَى أَهْلِكَ، أَغْظَمَهَا أَجْرًا الَّذِي أَنْفَقْتَهُ عَلَى أَهْلِكَ».

فالواجب على الرجل أن ينفق على أهل بيته وفقاً للقاعدة الشرعية المنظمة للتعامل المالي الأسري بالتوسط في الإنفاق

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

كيف نتعامل الزوجة مع التقصير:

- أن ترفع أمره للقضاء لإجباره على القيام بواجب الإنفاق عليها وعلى أبنائه.
- أن تأخذ من ماله سرّاً ما يكفيها وأولادها بالقدر المتعارف عليه.

وأحياناً تظهر المشكلات الأسرية بسبب خروج المرأة للعمل ، فقد يدخل إلى قلب الزوج شيء من الطمع في أموالها فينازعها فيما تتقاضاه مقابل العمل والجهد الذي تبذله، وهذا ظلم بيّن. ويمكن للمرأة إعطاء زوجها نصيباً من المال عن طيب نفس أو تتكفل ببعض الاحتياجات المنزلية مساعدة منها وحفاظاً على تماسك الأسرة فهو أمر حسن. وبالمقابل نجد أن بعض الزوجات يرهقن أزواجهن بكثرة الطلبات أو بعدم اختيار الوقت المناسب لذلك، وذلك مظهر من مظاهر سوء العشرة الزوجية .

السابع عشر: الوضوح والمصارحة بين الزوجين

الصراحة تعني عدم إخفاء أحد الزوجين عن الآخر أمراً يخصه ، وهو مما يزيد المودة والمحبة بينهما ويرفع من مستوى الثقة المتبادلة. إن من أهم مميزات التربية الإسلامية حرصها على الوضوح في كل شيء، فقد كان ذلك دأب النبي صلى الله عليه وسلم ، بل كان يعطي الصحابة رضوان الله عليهم دروساً عملية في الحرص على الوضوح والبعد عن مواطن الشبهات : «تَعَالَى إِنَّهَا صَفِيَّةٌ بِنْتُ حَيٍّْ». قد يحيط بعض الأزواج نفسه بسياج منيع من الغموض؛ إضافة إلى عدم المصارحة وقلة الحوار مما يجعل تلك البيوت قائمة على الريبة والشك . وقد يلجأ أحد أفراد الأسرة إلى بث همومه وأحزانه خارج نطاق الأسرة فيتعرض للاستغلال أو الابتزاز أو التشهير أو غير ذلك ، فينبغي على الزوجين إشاعة ثقافة الوضوح والمصارحة في البيت، والبدء بأنفسهم. لكن من الخطأ الحديث عن الماضي السلبي ، لأنه أمر في غاية الخطورة .

ينبغي على الزوجين:

- اختيار الزمان والمكان المناسبين لعرض الآراء والأفكار (حتى لو كان في فترة الخطوبة).
- عقد مجلس للمصارحة والمكاشفة من وقت لآخر

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الأمر التي تساعد على نجاح المصارحة والوضوح بين الزوجين:

١- حفظ الأسرار وعدم إشاعتها :

”لَعَلَّ رَجُلًا يَقُولُ: مَا يَفْعَلُ بِأَهْلِيهِ، وَلَعَلَّ امْرَأَةً تُخْبِرُ بِمَا فَعَلَتْ مَعَ زَوْجِهَا فَأَرَمَّ الْقَوْمُ“، إن نقل الأسرار الزوجية خارج البيت وخاصة تلك التي تتعلق بالمشكلات القائمة بينهما يزيد من حدتها وتفاقمها، فعلى الزوجين أن تعاهدا على عدم فعل ذلك .

٢- إحسان الظن والتركيز على الإيجابيات:

فإن ذلك يبعث الاطمئنان في النفس يورث الثقة بين الزوجين مما يدفعهما إلى المزيد من تلك الحوارات، ومن إحسان الظن أن ينظر كل واحد من الزوجين إلى إيجابيات الآخر «لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ أَوْ قَالَ: غَيْرُهُ».

٣- عدم التذكير بالماضي المزعج:

لأن تذكير أحدهما للآخر بأخطاء الماضي والتركيز على ذلك يعوق المصارحة ويفكك الروابط الأسرية ويوغر الأنفس ويورثها حالة من الشحنة والبغضاء دون فائدة مرجوة .

٤- عدم مقارنة الزوجين لبعضهما بالآخرين :

فلا يصح أن يقارن الزوج بين زوجته وبين الأخريات ولا العكس ، ولو كان الغرض من وراء ذلك دفع أحدهما للآخر باتجاه تطوير ذاته وتحسين قدراته إلا إن نتاج ذلك سيكون عكسياً بتحطيم الذات وتعطيل القدرات، فعلى الزوجين الرضى بما قسم الله تعالى لهما.

الجلسة السادسة

الثامن عشر: توطيد العلاقة مع أقارب الزوجين
التاسع عشر: حسن التعامل مع الأخطاء
العشرون : بناء العلاقة المتينة بين الزوجين

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

الثامن عشر: توطيد العلاقة مع أقارب الزوجين

إن من حق كل واحد من الزوجين أن يحسن الآخر إلى أقاربه وبخاصة الوالدين اللذين يجب أن يعاملا كوالدين لكلا الزوجين ، وذلك من حسن العشرة بين الزوجين ، فعن أنسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ، حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ». (صحيح البخاري، حديث: ١٣).

ويكون ذلك بالثناء عليهم والتودد إليهم وحسن استقبالهم، وبذل المعروف والإحسان إليهم وزيارتهم، وأن يحث زوجه على بر والديه وصلة ذوي رحمه ، فهذه أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها تثني على فاطمة الزهراء رضي الله عنها أمام الآخرين، فعن جُمَيْع بن عمير قال: دخلت مع عمتي على عائشة فقلت: (يا أم المؤمنين، أي الناس كان أحب إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم؟ قالت: فاطمة).

بل كانت رضي الله عنها تقول: «ما رأيت أحداً من الناس أشبه كلاماً برسول الله صلى الله عليه وسلم ولا حديثاً ولا جلسة من فاطمة قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا رآها قد أقبلت، رحب بها، ثم قام إليها، فقبَّلها، ثم أخذ بيدها فجاء بها حتى يجلسها في مكانه، وكانت إذا رأت النبي صلى الله عليه وسلم، رحبت به، ثم قامت إليه فقبَّلته، وإنها دخلت على النبي صلى الله عليه وسلم في مرضه الذي قبض فيه، فرحب بها، وقبَّلها، ثم أسرَّ إليها فبكت، ثم أسرَّ إليها فضحكت فقلت للنساء: ما كنت أرى إلا أن لها فضلاً على النساء.» (السنن الكبرى للنسائي، حديث: ٩١٩٣).

التاسع عشر: حسن التعامل مع الأخطاء

جعل المولى سبحانه وتعالى العصمة من خصائص الأنبياء والمرسلين، أما بقية البشر فالخطأ حتمي الوقوع منهم ؛ إذ هو صفة ملازمة لبني آدم ولذا شرع الاستغفار.

«إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يَبْسُطُ يَدَهُ بِاللَّيْلِ لِيَتُوبَ مُسِيءَ النَّهَارِ وَيَبْسُطُ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيَتُوبَ مُسِيءَ اللَّيْلِ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا» فإذا كان الخالق سبحانه وتعالى يعفو عن المسيء من عباده، فإن عفو المخلوق عن مثله من باب أولى.

وتشير إحدى الدراسات الخليجية إلى أن سوء المعاملة بين الزوجين كان سبباً أساسياً في ٧٩٪ من حالات الطلاق.

على كل واحد من الزوجين أن يحسن التعامل مع أخطاء الآخر وفقاً للآتي:

١. التركيز على النواحي الإيجابية في حياتهما وعلى نقاط الاتفاق بينهما.

٢. الحرص على تحجيم الخطأ واستخدام أسلوب التهوين بدلاً من أسلوب التهويل، خلافاً لردة الفعل العنيفة وغير المتناسبة مع الخطأ والتي تقع من قبل البعض الأزواج.

٣. التغافل، وهو من المهارات المهمة في معالجة الأخطاء وخاصة مع من لم يعهد منه الخطأ وهو خلق نبوي كريم. قال الحسن البصري: "ما استقصى كريم قط،

يقول الإمام سفيان الثوري: «ما زال التغافل من فعل الكرام»

٤. استخدام أسلوب التعريض ، وذلك بذكر الخطأ وعلاجه دون ذكر لصاحبه ، وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يكرر عبارة (ما بال أقوام) عند إرادته تعديل سلوك معين.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

العشرون : بناء العلاقة المتينة بين الزوجين

يحمل الأفراد في قلوبهم أرصدة للآخرين من المحبة والمودة والرضى أشبه ما تكون بالأرصدة البنكية من حيث الزيادة والنقصان ؛ فإن كان ذلك الرصيد مرتفعاً فإنه سيغطي على أخطاء صاحبه والعكس صحيح ، كما إن لها دوراً في تقوية العلاقة الزوجية أو إضعافها الواجب على كلا الزوجين تغذية تلك الأرصدة لما لها من أثر إيجابي ومن ذلك:

- القيام بالحقوق الزوجية.
- التودد والتلطف والدعم.
- إزالة الوحشة.
- بعث النشاط والتجديد.
- التصبير.

«مَا أَبَدَلَنِي اللَّهُ بِهَا خَيْرًا مِنْهَا، صَدَّقْتَنِي إِذْ كَذَّبَنِي النَّاسُ، وَوَأَسْتَنِي بِمَالِهَا إِذْ حَرَمَنِي النَّاسُ، وَرَزَقَنِي اللَّهُ مِنْهَا الْوَلَدَ إِذْ لَمْ يَزُرُقْنِي مِنْ غَيْرِهَا.»

المصادر والمراجع

ابراهيم العبيدي
سميرة الجهني
كلثوم بلميهوب
عبدالحميد الكرّاني

- اهمية التخطيط المالي في الاستقرار الاسري
- عدم الاستقرار الأسري في المجتمع السعودي
- الاستقرار الزوجي
- القوامة وأثرها في استقرار الأسرة



الوحدة الخامسة

مرحلة



الجلسة الأولى

خصائص نمو الطفل



فضلا بالتعاون مع مجموعتك...
اذكر العوامل المؤثرة في النمو

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

خصائص النمو في مرحلة الطفولة من (٣-١٢)

- ليس عشوائيًا.
- هناك عوامل تؤثر عليه.
- له فترات حاسمة.

- الشمولية.
- الاستمرارية.
- ليس منتظمًا.

الطفولة من سن ٣-١٢ سنة

الجانب الاجتماعي

الجانب الانفعالي

الجانب اللغوي

الجانب العقلي

الجانب الحركي

الجانب الجسمي

العوامل التي تؤثر في النمو

التعلم

النضج

الغذاء

الغدد

البيئة

الوراثة

مميزات مراحل النمو

الطفولة المتأخرة (٩-١٢ سنة) المرحلة الابتدائية الصفوف الثلاثة الأخيرة

- ببطء معدل النمو بالنسبة لسرعته في المرحلة السابقة والمرحلة اللاحقة.
- زيادة التمايز بين الجنسين بشكل واضح.
- تعلّم المهارات اللازمة لشؤون الحياة.
- تعلّم المعايير الخلقية والقيم وتكون الاتجاهات.
- الاستعداد لتحمل المسؤولية وضبط الانفعالات.
- قد تكون من أنسب المراحل لعملية التطبيع الاجتماعي.

الطفولة الوسطى (٦-٩ سنوات) المرحلة الابتدائية الصفوف الثلاثة الأولى

- إتقان المهارات الحركية واللغوية التي اكتسبها في السنوات السابقة.
- اتساع الآفاق العقلية والمعرفية وتعلم القراءة والكتابة والحساب.
- اتساع البيئة الاجتماعية والخروج للمدرسة والمجتمع .
- توحيد الطفل مع دوره الجنسي
- زيادة الاستقلال عن الوالدين واكتساب اتجاه سليم نحو الذات.

الطفولة المبكرة (٣-٦ سنوات) قبيل المدرسة

- استمرار النمو بسرعة ولكن أقل من المرحلة السابقة.
- الاتزان الفسيولوجي والقدرة على التحكم في عملية الإخراج.
- نمو الذات والتمركز حولها بحيث لا يستطيع رؤية الأشياء من وجهة نظر الآخرين.
- كثرة الحركة والنشاط وحب الاستكشاف والتعرف على البيئة.
- السرعة العالية في اكتساب المهارات ونموها والتطور اللغوي.
- تكوين الضمير والتفرقة بين الصواب والخطأ والخير والشر.
- بداية التنميط الجنسي وتكون المفاهيم الاجتماعية.

النمو العقلي في الطفولة المبكرة (٣-٦ سنوات)

مظاهره

مخ طفل الثالثة أكثر نشاطا بمرتين من مخ الإنسان البالغ ويظل نشطا للغاية حتى سن العاشرة

يدرك الكليات قبل الجزئيات والتباين قبل التشابه

يلاحظ أن اللعب الخيالي وأحلام اليقظة تميز هذه المرحلة ويلاحظ فيها قوة خيال الطفل حيث يطغى خياله على الحقيقة

يصنف الأشياء على أساس بعد وفي نهاية المرحلة يصنفها على أساس بعدين

احتياجاته

تدريبه على زيادة مدى التركيز وإتاحة الفرصة ليستكشف والحرية ليحرب وذلك بتوفير ألعاب التفكير والألغاز وأوعية القياس

مساعدة الطفل في ردم الهوة بين عالمه الخيالي والعالم الواقعي

استغلال حب الطفل للأناشيد والقصص في تقوية ذاكرته

الاهتمام بالإجابة عن تساؤلات الطفل بما يتناسب مع عمره العقلي وتعليمه كيف ومتى يسأل وتدريبه على صياغة الأسئلة الجيدة

ملاحظة ان تشجيع الطفل يؤثر في نفسه ويدفعه لتعلم الخبرات الجديدة بحيوية ونشاط

الفروق

لا توجد فروق تذكر في هذه المرحلة بين النمو العقلي للذكور والإناث

النمو العقلي في الطفولة المبكرة (٦-٩ سنوات)

مظاهره

نمو المفاهيم بشكل ملحوظ, التقدم من التمرکز حول الذات إلى الموضوعية, التقدم من المفاهيم المحسوسة إلى المجردة والمعنوية

نمو الخيال من الإيهام إلى الواقعية والابتكار والتركيب

نمو الانتباه والتركيز على أكثر من موضوع بشكل ملحوظ

يميل الطفل إلى استماع الحكايات والقصص ويتضح فهم الطفل للألغاز والطرائف

احتياجاته

الاستمرار في توفير المثيرات التربوية المناسبة للنمو العقلي السليم

جعل مستوى طموح الطفل متناسبا مع قدراته

مراعاة الفروق الفردية بين الاطفال

مراعاة ان إدراك الطفل العقلي لا يزال مرتبطا بالمحسوس

التدريب على التفكير وتنمية مهارة اكتشاف العلاقات بين الأشياء

الفروق

في بداية هذه المرحلة تتميز الإناث عن الذكور في الذكاء بحوالي نصف سنة

النمو العقلي في الطفولة المبكرة (٩-١٢ سنوات)

مظاهره

يستمر التفكير المجرد في النمو ويستطيع الطفل تفسير الاحداث بدرجة افضل من ذي قبل كما يستطيع التقييم وملاحظة الفروق

يتعلم الطفل المعايير والقيم الخلقية والخير والشر بغض النظر عن الموقف أو الظروف التي تحدث فيها

يزداد استعداد الطفل لدراسة المناهج الأكثر تقدما وتعقيدا ويمكنه استيعاب الدراسات الاجتماعية

يتطلع الطفل لمعرفة الكثير من أوجه النشاط الخارجة عن المنهج وعن البيئة الخارجية والعالم من حوله

توفير العلاقة السليمة بين المعلم والطفل

تنمية المواهب والميول وتشجيعها بالإجابة عن كل أسئلة الطفل وتوفير الأدوات والألعاب والمناشط المختلفة

مراعاة الفروق الفردية بين الاطفال

العمل على نمو المفاهيم والمهارات قبل تكديس المعلومات والتدريب على استعمال الافكار المعنوية غير المحسوسة

تنمية قدرة الطفل على توجيه سلوكه الخاص وإصدار قراراته وتكوين قيمه

احتياجاته

يتفوق الذكور على الإناث خاصة في التاسعة والعاشره

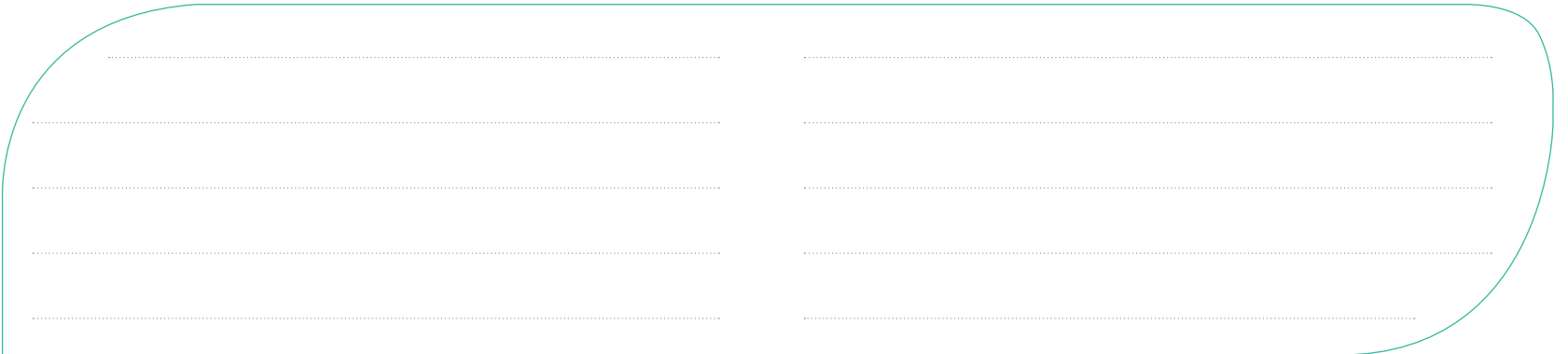
الفروق

خصائص عامة تتعلق بالجانب العقلي:

- أن التفكير لديهم محدود بالمحسوس.
- كثرة الأسئلة.
- التفكير غير المنطقي.
- التمرکز حول الذات من حيث الإدراك.
- إدراك الزمن.
- معرفة اليمين واليسار بالنسبة لليدين.

الفروق الكمية والنوعية بين ذاكرة الأطفال والكبار:

- من الناحية الكمية ذاكرة الكبار أكبر من ذاكرة الأطفال.
- ضعف الوعي بالذاكرة عند الأطفال.
- حفظ الأطفال حفظ آلي .
- الطفل لا يستخدم فنيات التذكر.
- الطفل لا يستفيد من مفاتيح التذكر.
- الطفل يعيش انفعاليا الموقف الذي يتذكره.
- التداخل بين ما يسمعه الطفل وما يعيشه.
- ذاكرة الأطفال غير انتقائية.



الجلسة الثانية

القيم وأساليب غرسها



كيف أغرس القيم الحسنة في طفلي؟
فضلاً بالتعاون مع مجموعتك...
ضع تعريفاً مبسطاً لمعنى القيم!

أهمية غرس القيم

وإذا وجدت الأرض الطيبة الخصبة ثم تركت وأهملت في موسم الزرع؛ فإن الرياح والعواصف ستثير بذور الأشجار المجاورة وربما الضارة أو التي لا فائدة منها فتنتثرها في تلك الأرض الطيبة ويصبح من العسير على الفلاح تنقيتها وحرثها من جديد. كذلك الطفل منذ نعومة أظفاره إذا لم يجد مربيًا حسيقًا يغرّس فيه قيمًا إيجابية وحسنة، ويستخدم معه أرقى الأساليب والوسائل لغرسها في الوقت المناسب الذي يكون فيه الطفل على استعداد تام لتقبلها؛ تنازعته الأهواء واحتوشته الفتن وقضى عليه الفراغ وقرناء السوء.

مقومات المربي (غارس القيم)

١. الاحتواء العاطفي وإزالة الحواجز.

٢. التحلي بالصبر وطول النفس.

٣. اختيار الوقت المناسب لغرس القيمة الحسنة.

٤. فطنة المربي.

وسائل وأساليب غرس القيم الحسنة في الطفل

- ١- الفهم الصحيح.
- ٢- التطبيق السليم.
- ٣- التكرار والبرمجة.
- ٤- التشجيع والتعزيز.
- ٥- تحويل القيمة إلى مهارة ليستوعبها الطفل:
- ٦- القدوة المؤثرة.
- ٧- القصة:
- ٨- استخدام أكثر من حاسة.
- ٩- المنهج الخفي.
- ١٠- عن طريق الترفيه واللعب.

مثال توضيحي لما سبق:

قيمة الإنفاق .. كيف نطبق عليها الخطوات السابقة؟

الفهم الصحيح: يقوم المربي ببيان معنى الإنفاق للطفل والأجر المترتب عليه وتذكيره بالنعمة التي وهبها الله له، وأن هذا المال هو مال الله وضعه في أيدي بعض عباده لينظر ماذا يصنعون فيه.

التطبيق السليم: يصطحب المربي طفله إلى دار الأيتام أو لمنزل أحد الفقراء؛ ليرى الطفل بؤس الفقير وعوزة ثم يتصدق المربي على الفقير، ويجعل الطفل يتصدق كذلك من مصروفه الخاص.

التكرار: يحاول المربي ألا تكون هذه الحالة هي المرة الوحيدة، بل يستحسن أن يضع برنامجًا متكررًا للإنفاق مصطحبًا معه طفله.

التشجيع والتعزيز: ينبغي تفتن المربي لكلمات التشجيع ونظرات التشجيع، ولا بأس بالتشجيع المادي أحيانًا، قبل الفعل وأثناءه وبعده.

لماذا يفشل الأب المتعلم وينجح غير المتعلم في التربية أحياناً

- لأن أبناء المتعلمين والمثقفين _ في بعض الأحيان _ أفكارهم وقراراتهم تصطدم بسلطوية أفكار وقرارات آبائهم مما يخفض سقف أفكارهم ويؤد إبداعهم ويُقرّم ذواتهم.
- بينما أقرانهم من أبناء غير المتعلمين ممن وهبهم الله جدًا وطموحًا تلقى أفكارهم وقراراتهم احترام آبائهم وثقتهم ولو من غير قصد أو تكلف فلا سقف ولا حد لأفكارهم وطموحهم.

خصائص التقدير عند الأطفال

خصائص الطفل الذي يمتلك تقديرًا منخفضًا لذاته

- يتجنب المواقف الصعبة ولا يحب التحدي.
- يحط من قيمته وإمكاناته.
- يشعر بأن الآخرين لا يقدرونه.
- يلوم الآخرين على فشله.
- يتأثر بالآخرين ليس له شخصية مستقلة.
- يشعر بالعجز.
- يعبر عن مدى ضيق من المشاعر والانفعالات.

خصائص الطفل الذي يتمتع بتقدير عالٍ لذاته

- يفخر بإنجازاته.
- يتمتع بالاستقلالية.
- يمتلك القدرة على التأثير.
- لديه القدرة على التعبير عن مشاعره.
- يقبل على الخبرات الجديدة بحماس.
- سريع الاندماج.
- لديه القدرة على التحدي.
- حريص على وقته.
- أكثر قدرة على السيطرة على مشاعره.

وسائل وأساليب تنمية التقدير الذاتي لدى الطفل

- ١- تلبية حاجاته بشكل كافٍ.
- ٢- إكسابه المهارات.
- ٣- تنمية الاستقلالية لديه منذ الصغر.
- ٤- الثبات في معاملته.
- ٥- الإعجاب بذاته ومنجزاته.
- ٦- غرس أهداف سامية يسعى لتحقيقها.
- ٧- بناء الشعور بالطمأنينة والأمان.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الجلسة الثالثة

المهبة عند الطفل وتنميتها تعديل السلوك

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

كيف أنمي موهبة طفلي وإبداعه؟

إن تنمية إبداع الطفل لا تتم بطريقة تلقين المعارف التي هي عطاءً مشتركاً، وإنما تأتي عن طريق اكتشاف الإبداع أولاً في مرحلة الطفولة المبكرة، ثم العمل على تنميته وفق طرق علمية وعملية وتشجيع أصحابه، وتوفير الشروط المساعدة على جعله إبداعاً يرقى بأصحابه من جهة، وبالمجتمع من جهة أخرى.

ويمكن تعريف الإبداع والموهبة بكل بساطة، وبعيداً عن الجدل أو ذكر أوجه الاتفاق أو الاختلاف بينهما بأن:

الإبداع: اختراع أو ابتكار شيء على غير مثال سابق.

الموهبة: هي قدرة استثنائية أو استعداد فطري غير عادي لدى الفرد.

بعض صفات وخصائص الطفل الموهوب:

- 1- يتميز الطفل الموهوب عن أترابه بسرعة المشي والكلام، ويستخدم حصيلته اللغوية الوفيرة بسهولة ويسر ودقة حتى وإن تأخر في الكلام، فما إن يبدأ بالكلام حتى يظهر قدرة متطورة فيه.
- 2- مستواه في القراءة أعلى من مستوى الصف الذي يدرس فيه، كما أنه ينجذب للقراءة مبكراً ويصبح من القراء.
- 3- يمتلك مجموعة كبيرة من المفردات اللفظية التي يستخدمها.
- 4- يتمتع بذاكرة جيدة للأشياء التي يسمعها.
- 5- انتباهه أو اهتمامه يمتد لفترة طويلة.
- 6- يتعلم بسرعة وسهولة.
- 7- محب للاستطلاع والتعلم، ويسأل أسئلة دقيقة وذكية.

- ٨- يقوم بإنتاج أشياء أو أفكار جديدة مبتكرة أو فريدة من نوعها.
- ٩- يبدي رأياً سليماً ومنطقيًا.
- ١٠- لديه معرفة واسعة واطلاع كبير على كثير من الموضوعات.
- ١١- يفهم العلاقات القائمة بين الأشياء، ويدرك ما تحمله من معانٍ ومضامين.
- ١٢- كثير الأسئلة، ويسعى إلى المزيد من المعرفة عن أشياء مختلفة.

مبادئ لتشجيع الصغار على الابتكار

- ١- احترام أسئلة الصغار.
- ٢- احترام خيالات الطفل التي تصدر منه.
- ٣- إظهار أن لأفكارهم قيمة.

تعليم الطفل فنون التفكير السليم

- ١- النقد الذاتي بدلاً عن التبريري.
- ٢- التفكير الشامل بدلاً عن الجزئي.
- ٣- التفكير التجديدي بدلاً عن التقليدي.
- ٤- التمييز بين الحقيقة والرأي.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

وسائل وأساليب تنمية الموهبة والإبداع لدى الطفل

- ١- تزويد الطفل بالأدوات واللوازم التي تنمي فيه ملكة الخيال وتثريه.
- ٢- عدم إشغال الطفل كل الوقت، وإتاحة له مساحات من التفكير الحرّ والاستغراق في أحلام اليقظة.
- ٣- تشجيع الطفل على تدوين أفكاره في أوراق يتم حفظها في ملفات أو سجلات، كذلك يمكن أن يشجع الوالد طفله على رواية قصة ويقوم هو بدور الكاتب.
- ٤- ينبغي تقبُّل والاستفادة كذلك من ميل الطفل إلى اتخاذ نظرة مختلفة للأشياء.
- ٥- ينبغي تقدير الشخصية الفردية الحقيقية للطفل، وعدم معاقبتها.
- ٦- الحذر أثناء تنقيح ما ينتجه الطفل من أعمال.
- ٧- تشجيع الطفل على التلاعب بالكلمات، ويمكن أن يتم ذلك من طريق التغني بالأسجاع المقفاة، والألفاظ المتضادة.
- ٨- تنمية الاستقلالية في التفكير واتباع أسلوب الحوار والمناقشة مع الطفل.
- ٩- تقديم المثيرات المتنوعة التي تتيح للطفل فرص الابتكار.
- ١٠- تنمية حب الاستطلاع عند الطفل وجعله يكتشف الأفكار بنفسه.
- ١١- تشجيع أي نشاط يقوم به الطفل يؤدي إلى الابتكار والإبداع، ولو كان صغيراً، فالأفكار الكبيرة منبعها الأساس فكرة صغيرة.
- ١٢- تخليص الجو الأسري من الأساليب غير السوية.
- ١٣- تعديل سلوك الطفل

تعديل سلوك الأطفال

١- تعديل السلوك بمدح الإيجابيات

- أن يكون حقًا.
 - أن يكون بالقدر الذي يحقق الهدف.
- عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: يا رسول الله! من أسعد الناس يوم القيامة؟ قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لقد ظننتُ يا أبا هريرة أن لا يسألني عن هذا الحديث أحدٌ أول منك، لما رأيت من حرصك على الحديث..." (صحيح البخاري / ٩٩).
- يعتقد بعض الأطفال أنهم غير ناجحين، وعادة يكون هذا الاعتقاد غير صحيح. قم بتصحيح هذا الاعتقاد بإلقاء الضوء على مواطن القوة والتميز، وأظهر فعاليتها وشجعها؛ لتنمية ثقة الأطفال بأنفسهم. فهذا يساعد على إيجاد شعور بالنجاح. والنجاح يولد نجاحًا آخر.

حكمة

لو كانت السلبيات والعيوب والنقائص مرضًا يسري في جسد بكامله إلا عضوًا واحدًا منه. لكان دواء ذلك الجسد امتداح العضو الصحيح والثناء عليه!

٢- تعديل سلوك الطفل عن طريق منحه فرصة اختيار التوقف عن الخطأ

إذا أقدم ابنك على فعل خاطئ فبدل أن تكفه بين له مساوئ ذلك الفعل، وأتركه هو يختار الكف عن الخطأ. إن الفعل أو الترك إذا كان ذاتيًا وعن قناعة، كان أبلغ، وكانت المحافظة عليه أديم.

تأمل هذا الحديث ! روى البخاري عن حكيم بن حزام t قال: سألت رسول الله صلى الله عليه وسلم فأعطاني، ثم سألته فأعطاني، ثم سألته فأعطاني، ثم سألته فأعطاني، ثم قال : (يا حكيم إن هذا المال خضرة حلوة فمن أخذه بسخاوة نفس بورك له فيه، ومن أخذه بإشراف نفس لم يبارك له فيه، كالذي يأكل ولا يشبع، اليد العليا خير من اليد السفلى). قال حكيم: فقلت يا رسول الله! والذي بعثك بالحق لا أرزأ أحدًا بعدك شيئًا حتى أفارق الدنيا، فكان أبو بكر t يدعو حكيمًا إلى العطاء فيأبى أن يقبله منه، ثم إن عمر رضي الله عنه دعاه ليعطيه فأبى أن يقبل منه شيئًا فقال عمر : إني أشهدكم يا معشر المسلمين على حكيم أنني أعرض عليه حقه من هذا الفيء فيأبى أن يأخذه . فلم يرزأ حكيم أحدًا من الناس بعد رسول الله ٢ حتى توفي. معنى يرزأ: يسأل . (صحيح البخاري / ٢٧٥٠)

إن حوار الآباء الهادي الحنون العقلاني مع أبنائهم حول مشكلاتهم يثمر نتائج باهرة، منها:

- توسيع مدارك الطفل ودائرة اهتمامه مهما كان صغره، وجعله أكثر قدرة على العطاء والتحكم في مشاعره وتصرفاته في المستقبل.
- الإسهام - بشكل كبير - في تبصير الطفل بمشكلاته وأبعادها، ومدى تأثيرها في حياته.
- زيادة منسوب الثقة والقرب والألفة بينه وبين والديه؛ مما يساعد في تقريب وجهات النظر بينهما.
- تنمية القدرة على الاختيار، واتخاذ القرار والتفريق بين الصواب والخطأ لدى الأبناء لا ليكونوا مجرد أدوات نملي عليهم ما يجب فعله وما لا يجب.

أساليب راقية ولبقة في الأمر والنهي:

- رواية قصة بدل استخدام كلمة «لا» أو إشغاله وصرف ذهنه لشيء محبب آخر.
- التفريق بين الذات والسلوك عند تعديل الخطأ.
- استخدام (افعل) بدلا من (هل فعلت). في الامور المستقبلية.
- إعطاء الطفل حرية الاختيار يساعد كثيرا في استجابته لوالديه.

المصادر والمراجع

عادل الأشول
محمود ميلاد
عبدالعلي الجسماني
السيد شهاب الحسيني

- علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة
- علم نفس النمو
- علم التربية وبيكولوجية الطفل
- تربية الطفل في الإسلام



الوحدة السادسة
المراهقون

المودة

التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

معرفة خصائص المراهقين وفهمهم وطرق التعامل معهم.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- أن يتعرف المربي بعمق على مرحلة المراهقة.
- أن يستكشف المشكلات التي يمر بها المراهق.
- أن يتعلم فنون التعامل مع مرحلة المراهقة.
- أن يتمكن من إرشاد المراهق و توجيهه بالطرق التربوية الحديثة.
- أن يمتلك مهارات بناء و تطوير شخصية المراهق.

مقدمة

مرحلة المراهقة هي مرحلة الشباب المتدفق، مرحلة عنفوان شباب المستقبل، وهي مرحلة التطورات السريعة تطراً على كيان المراهق جسمياً ونفسياً... ومرحلة المراهقة لها خصائصها وميزاتها ومشكلاتها، شأن كل مرحلة. لذلك لا بد من التعامل مع هذه المرحلة على أسس علمية بعيداً عن التخبط. وتعد المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، والترقي في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد، ومكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد، هي التغيرات في مظاهر النمو المختلفة (الجسمية والفسولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية)، ولما يتعرض الإنسان فيها إلى صراعات متعددة، داخلية وخارجية.

الجلسة الأولى

مفهوم المراقبة
مراحل المراقبة
علامات بداية مرحلة المراقبة وأبرز
خصائصها وصورها الجسدية

المراقون



في مجموعات يتم النقاش في:
ماهي مرحلة المراهقة؟
هل هي مرحلة سلبية أم إيجابية؟

مفهوم المراهقة

المراهقة

راهق

الاقترب من
الشيء

راهق الغلام:
قارب الاحتلام

الاقترب من
النضج والرشد

أما المراهقة في علم النفس فتعني: "الاقترب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي"، ولكنه ليس النضج نفسه؛ لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي، ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى ١٠ سنوات.

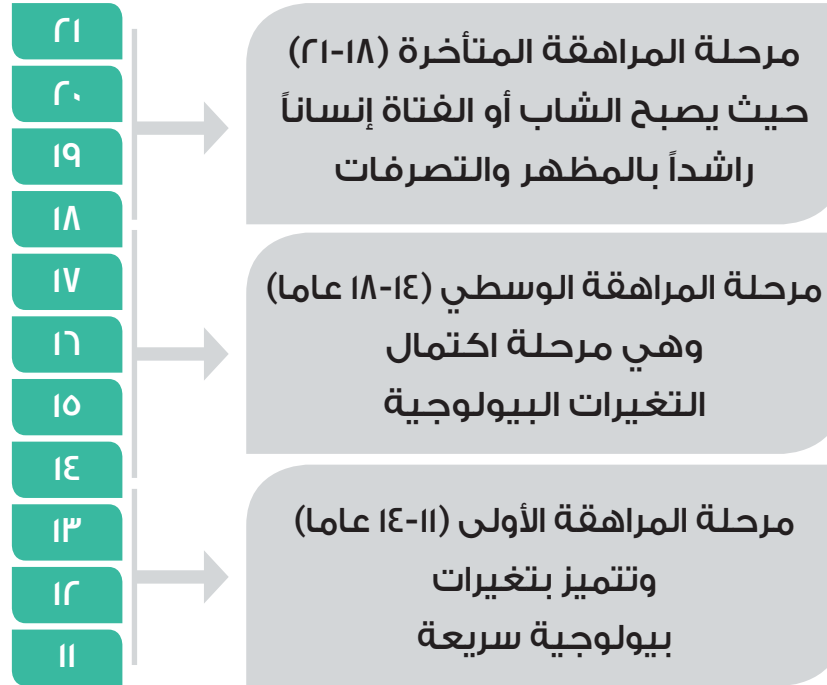
النمو لا ينتقل من مرحلة إلى أخرى فجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقاً بين عشية وضحاها، ولكنه ينتقل انتقالاً تدريجياً، ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه.

مهم : النضج الجنسي لا يعني الوصول إلى النضج العقلي، وإنما عليه أن يتعلم الكثير والكثير ليصبح راشداً ناضجاً.

ويمكن القول بأن المراهقة النمو المتفجر في عقل المراهق وفكره وجسمه وإدراكه وانفعالاته، فهو نوع من النمو البركاني، حيث ينمو الجسم من الداخل فسيولوجياً وهرمونياً وكيمياوياً وذهنياً وانفعالياً، ومن الخارج والداخل معاً عضوياً.

مراحل المراهقة

والمدة الزمنية التي تسمى «مراهقة» تختلف من مجتمع إلى آخر، ففي بعض المجتمعات تكون قصيرة، وفي بعضها الآخر تكون طويلة، ولذلك فقد قسمها العلماء إلى ثلاث مراحل، هي:



علامات بداية مرحلة المراهقة وأبرز خصائصها وصورها الجسدية والنفسية

بوجه عام تطرأ ثلاث علامات أو تحولات بيولوجية على المراهق، إشارة لبداية هذه المرحلة عنده، وهي:

١- النمو الجسدي:

حيث تظهر قفزة سريعة في النمو، طولاً ووزناً، تختلف بين الذكور والإناث، فتبدو الفتاة أطول وأثقل من الشاب خلال مرحلة المراهقة الأولى، وعند الذكور يتسع الكتفان بالنسبة إلى الوركين، وعند الإناث يتسع الوركان بالنسبة للكتفين والخصر، وعند الذكور تكون الساقان طويلتين بالنسبة لبقية الجسد، وتنمو العضلات.

٢- النضوج الجنسي:

يتحدد النضوج الجنسي عند الإناث بظهور الدورة الشهرية، ولكنه لا يعني بالضرورة ظهور الخصائص الجنسية الثانوية (مثل: نمو الثديين وظهور الشعر تحت الإبطين وعلى الأعضاء التناسلية)، أما عند الذكور، فالعلامة الأولى للنضوج الجنسي هي زيادة حجم الخصيتين، وظهور الشعر حول الأعضاء التناسلية لاحقاً، مع زيادة في حجم العضو التناسلي، وفي حين تظهر الدورة الشهرية عند الإناث في حدود العام الثالث عشر، يحصل القذف المنوي الأول عند الذكور في العام الخامس عشر تقريباً.

٣- التغير النفسي:

إن للتحولات الهرمونية والتغيرات الجسدية في مرحلة المراهقة تأثيراً قوياً على الصورة الذاتية والمزاج والعلاقات الاجتماعية، فظهور الدورة الشهرية عند الإناث، يمكن أن يكون لها ردة فعل معقدة، تكون عبارة عن مزيج من الشعور بالمفاجأة والخوف والانزعاج، بل والابتهاج أحياناً، وذات الأمر قد يحدث عند الذكور عند حدوث القذف المنوي الأول، أي: مزيج من المشاعر السلبية والإيجابية. ولكن المهم هنا، أن أكثرية الذكور يكون لديهم علم بالأمر قبل حدوثه، في حين أن معظم الإناث يتكلن على أمهاتهن للحصول على المعلومات أو يبحثن عنها في المصادر والمراجع المتوافرة.

الجلسة الثانية

مشاكل المراهقة
أبرز المشكلات والتحديات السلوكية في حياة المراهق
طرق علاج المشاكل التي يمر بها المراهق
حلول عملية

مشاكل المراهقة

إن المراهقة تختلف:

- من فرد إلى آخر.
- ومن بيئة جغرافية إلى أخرى.
- ومن سلالة إلى أخرى.
- باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق.
- في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر.
- تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي.
- تختلف من المجتمع المتمتذ ذو القيود والأغلال عنها في المجتمع الحر .

كذلك فإن مرحلة المراهقة ليست مستقلة بذاتها استقلالاً تاماً، وإنما هي تتأثر بما مر به الطفل من خبرات في المرحلة السابقة، والنمو بل هي عملية مستمرة ومتصلة».

ولأن النمو الجنسي الذي يحدث في المراهقة ليس من شأنه أن يؤدي بالضرورة إلى حدوث أزمات للمراهقين، فقد دلت التجارب على أن النظم الاجتماعية الحديثة التي يعيش فيها المراهق هي المسؤولة عن حدوث أزمة المراهقة، فمشاكل المراهقة في المجتمعات الغربية أكثر بكثير من نظيرتها في المجتمعات العربية والإسلامية، وهناك أشكال مختلفة للمراهقة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

أبرز المشكلات والتحديات السلوكية في حياة المراهق

١- الصراع الداخلي.

٢- الاغتراب والتمرد.

٣- الخجل والانطواء.

٤- السلوك المزعج.

٥- العصبية وحدة الطباع.

طرق علاج المشاكل التي يمر بها المراهق

قد اتفق خبراء الاجتماع وعلماء النفس والتربية على:

- أهمية إشراك المراهق في المناقشات العلمية المنظمة التي تتناول علاج مشكلاته.
- تعويده على طرح مشكلاته.
- مناقشتها مع الكبار في ثقة وصرامة.
- إحاطته علماً بالأمر الجسدية عن طريق التدريس العلمي الموضوعي.
- تشجيع النشاط الترويحي الموجه والأندية والقيام بالرحلات.
- توجيههم نحو العمل بمعسكرات الكشافة.
- المشاركة في مشروعات الخدمة العامة والعمل الصيفي... إلخ.

كما أكدت الدراسات العلمية أن أكثر من ٨٠٪ من مشكلات المراهقين في عالمنا العربي نتيجة مباشرة لمحاولة أولياء الأمور تسيير أولادهم بموجب آرائهم وعاداتهم وتقاليدهم مجتمعاتهم، ومن ثم يحجم الأبناء، عن الحوار مع أهلهم؛ لأنهم يعتقدون أن الآباء إما أنهم لا يهتمون أن يعرفوا مشكلاتهم، أو أنهم لا يستطيعون فهمها أو حلها.

فالأذن المصغية في تلك السن هي الحل لمشكلاتها.. كما أن إيجاد التوازن والخروج من زي النصح والتوجيه بالأمر، إلى زي الصداقة وتبادل الخواطر. وقد أثبتت دراسة قامت بها الـ (GSSW) أن المراهقين في الأسرة المتماسكة ذات الروابط القوية التي يحظى أفرادها بالترابط واتخاذ القرارات المصيرية في مجالس عائلية محبة يشارك فيها الجميع، ويهتم جميع أفرادها بشؤون بعضهم البعض، هم الأقل ضغوطاً، والأكثر إيجابية في النظرة للحياة وشؤونها ومشاكلها، في حين كان الآخرون أكثر عرضة للاكتئاب والضغط النفسية.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

حلول عملية

ولمساعدة الأهل على حسن التعامل مع المراهق ومشاكله، نقدم فيما يلي نماذج لمشكلات يمكن أن تحدث مع حل عملي، سهل التطبيق، لكل منها.

المشكلة الأولى:

وجود حالة من «الصدية» أو السباحة ضد تيار الأهل بين المراهق وأسرته، وشعور الأهل والمراهق بأن كل واحد منهما لا يفهم الآخر.

الحل المقترح:

المشكلة الثانية:

شعور المراهق بالخجل والاندواء، الأمر الذي يعيقه عن تحقيق تفاعله الاجتماعي، وتظهر عليه هاتين الصفتين من خلال احمرار الوجه عند التحدث، والتلعثم في الكلام وعدم الطلاقة، وجفاف الحلق.

الحل المقترح:

المشكلة الثالثة:

عصبية المراهق واندفاعه، وحدة طباعه، وعناده، ورغبته في تحقيق مطالبه بالقوة والعنف الزائد، وتوتره الدائم بشكل يسبب إزعاجاً كبيراً للمحيطين به.

الحل المقترح:

المشكلة الرابعة:

ممارسة المراهق للسلوك المزعج، كعدم مراعاة الآداب العامة، والاعتداء على الناس، وتخريب الممتلكات والبيئة والطبيعة، وقد يكون الإزعاج لفظياً أو عملياً.

الحل المقترح:

المشكلة الخامسة:

تعرض المراهق إلى سلسلة من الصراعات النفسية والاجتماعية المتعلقة بصعوبة تحديد الهوية ومعرفة النفس يقوده نحو التمرد السلبي على الأسرة وقيم المجتمع، ويظهر ذلك في شعوره بضعف الانتماء الأسري، وعدم التقيد بتوجيهات الوالدين، والمعارضة والتصلب في المواقف، والتكبر، والغرور، وحب الظهور، وإلقاء اللوم على الآخرين، التلطف بألفاظ نابية.

الحل المقترح:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الجلسة الثالثة

أنواع النمو خصائص النمو فى مرحلة المراهقة

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

أنواع النمو

النمو البدني

يتميز بكونه سريعاً وغير متناسق ، فيزداد الطول و الوزن بشكل ملحوظ (يزداد حجم العضلات في الذكور و تزداد الطبقة الدهنية في الاناث).
البلوغ: ويكتمل فيه النمو الجسدي والجنسي.

النمو العقلي

- يزداد النمو العقلي و الذكاء في الطفولة المتأخرة، أما في المراهقة فتظهر القدرات الخاصة :
- تزداد القدرة على الانتباه وبالتالي يستطيع المراهق حل المشكلات المعقدة أو الطويلة
- يتعدى الادراك الأشياء الحسية إلى المعنوية ، و الاحتمالات المستقبلية
- يكون التذكر في الطفولة آلياً أمّا في هذه المرحلة فيقوم التذكر مع الربط و الفهم
- يزداد التخيل و تزداد معه احلام اليقظة للتخلص من الاحباطات اليومية أو التخطيط للمستقبل

النمو العاطفي (الإنفعالي)

- تكون الانفعالات متقلبة و متطرفة وحادة و قوية ، ويرجع ذلك إلى :
- التغيرات الجسدية السريعة.
 - عوامل بيئية إذ ينظر لنفسه رجلاً و يُنظر إليه طفلاً.

مظاهر النمو الإنفعالي :

- التذبذب في المشاعر و السلوكيات و التوجهات
- الاندفاعية وركوب الخطر
- سرعة الغضب و الانفعال و عدم ضبط العواطف و بذاءة اللسان
- تعجل المراهقة : وذلك بفعل بعض الأمور مثل :
 - أ- تضخيم الصوت.
 - ب- الشارب.
 - ت- اللحية.
 - ث- لبس الاحذية ذات الكعب العالي.
 - ج- المبالغة في الزينة.

A large rounded rectangular box with a green border, containing several horizontal dotted lines for writing.

خصائص النمو فى مرحلة المراهقة

تعد فترة المراهقة من أهم مراحل النمو لأنها على درجة كبيرة من الأهمية فى التكوين الشخصى للفرد وتتميز خصائص مرحلة المراهقة فى الانتقال تدريجيا بالمراهق من مرحلة تتصف بالاعتمادية إلى مرحلة تتصف بالاستقلالية فى جميع النواحي استعدادا للعب دور رئيسى فى منظومة المجتمع, وبما إننا نعمل فى مجال يجعلنا على اتصال مباشر مع المراهقين وهذا المجال له دور كبير فى مساعدتهم على تخطى هذه المرحلة بدرجة كبيرة من النجاح والوصول الى مرحله من النضج سوية.

خصائص النمو فى مرحله المراهقه وكيفية التعامل معها من الوالدين والمربين

1- التقدم نحو النضج الجسمي

هو سبب الازمات كلها فى حياة المراهق , لحدوث طفره سريعه فى النمو فى هذه المرحلة هذه الطفره تبدأ قبل عمليه الاحتلام , او تأتى معها, والمراهقه تبدأ بأول عمليه احتلام, أو حيض بالنسبه للفتاه
فعمليه النمو الجسمي السريع تجعل:

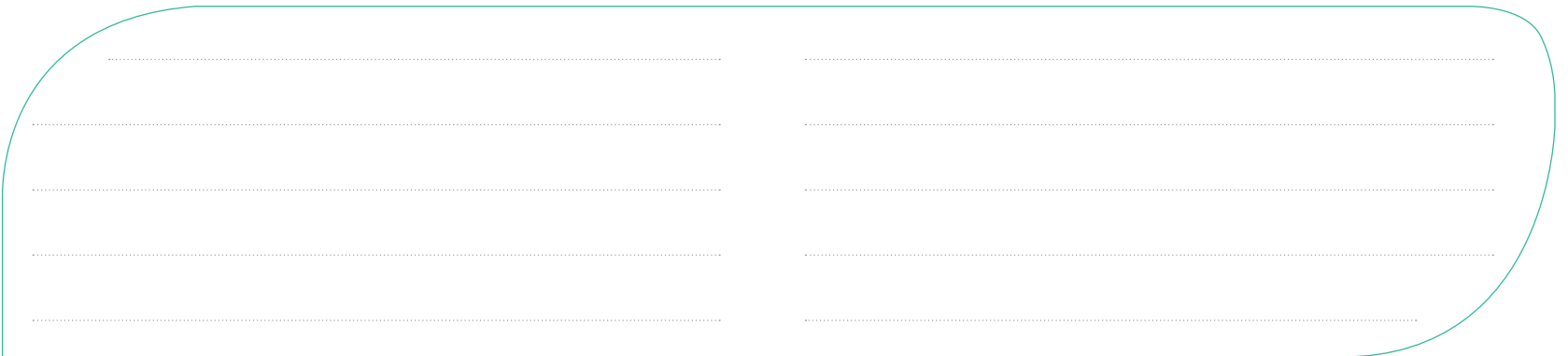
- معظم الطاقات النفسيه تتأثر بمثل هذا النمو مما يوجد حاله من القلق و التوتر لدى المراهقين و من ثم فقدان الاتزان الحركى.
 - كذلك تظهر البثور على وجه المراهق وبعض أجزاء جسمه بسبب اضطراب افرازات الغدد.
 - كما أن حالته الصحيه تتراجع وذلك للجهد والطاقة المبذولة.
- وبالتالى الجوانب الأخرى تتأثر بمثل هذا النمو مثل: الجانب الانفعالي, والاجتماعي , والعقلي.

دور الوالدين :

- ١- العناية بالتربية الصحية والجانب الوقائي .
- ٢- تهيئة المراهق للنضج الجسمي والتغيرات الجسمية .
- ٣- عدم التركيز على النمو العقلي على حساب النمو الجسمي.

دور المربين:

- ١- اعداد برامج تربوية مخططة لإعداد المراهقين لمرحلة النضج الجسمي.
- ٢- استثمار طاقة المراهق في أوجه النشاطات الرياضية و الثقافية والعلمية والاجتماعية داخل المدرسة.



٢- التقدم نحو النضج الانفعالي:

من مظاهر هذا الجانب :

أ- عنف الانفعالات و المبالغة في الردود:

وهي ترتبط بالكبار، فهو حساس جداً أو يشك في قدراته، وغير واثق في نفسه، فأى كلام موجه من الكبار للمراهق، فهو يأخذه على أنه نقد موجه لشخصه، فلو أحبك المراهق لا توجه إليه نقداً مباشراً أبداً لأنك بذلك تكون قد انضمت لباقي أفراد الأسرة.

ب- عدم الثبات في السلوك ما بين سلوك الأطفال و تصرفات الكبار :

وذلك لأنه لم يتخلص بعد من طفولته وما زال يسعى في تكوين شخصيته فعندما لا يعرف كيف يتصرف يعود الى طفوليته لأنه لا يريد ان يسأل ويغلب عليه عناده وذلك يظهر في أنه يتخذ مواقف تدل على الصلابة وتحمل المسؤولية في مواجهة بعض المشاكل بينما يميل إلى الضعف والبكاء في بعضها الآخر .

ج- الخجل و الميل إلى العزلة و الانطواء بسبب عدم الثقة بالنفس ، ضعف العلاقات الاجتماعية:

لأن المراهق عندما ينمو جسمه بسرعة، يصبح غير متآلف مع الآخرين، بسبب ما طرأ على نموه الجسمي من تغير في مظهره و ظهور حاجات لم يألفها من قبل ولعدم قدرته على مواجهة الآخرين.

د- أحلام اليقظة و الخيال الخصب:

المراهق دائماً يتصور أن كل الناس ضده، وهو دائماً يشعر أنه مظلوم مسلوب الحق، فداًئماً يتخيل أنه بطل وهو يجد متعة في أحلام اليقظة، وبالتالي يضيع فيها وقتاً ليس بالقليل فأول ما تواجهه مشكلة أو عندما لا يجد ما يفعله، يسرح في أحلام اليقظة.

ذ- الحب من أهم الخصائص الانفعالية فالمراهق يحب الآخرين ويحتاج إلى حبهم ويظهر هنا الميل نحو الجنس الآخر:
تبدأ هناك مرحلة التنميق الجنسي، ويبدأ كل جنس يعرف عن نفسه الكثير، حتى يعيش الدور سواء أكان رجلاً أو بنتاً، وهناك يبدأ العداء واضحاً بين الجنسين، فتبدأ المشاكسات بينهما والمضايقات، فالواقع ليست هذه مضايقة من بعضهم البعض، وإنما هي تعبير عكسي، فهو بينه وبين نفسه يهتم بهذه الأمور، ويود أن يعرف الكثير عن الجنس الآخر.

ر- الغضب و الثورة و التمرد على مصادر السلطة في الأسرة و المدرسة و المجتمع:

ويزداد هذا السلوك في حالة وجود شعور بعدم تقبل المراهق والموافقة على سلوكه و إنكاره، هو في الحقيقة أصبح رجلاً، وفي الأسرة يريد أن يثبت لهم أنه أصبح رجلاً ؛ ولابد أن يعملوا له ألف حساب، فالمراهق طبيعته في هذه الفترة رفض الأوامر - خصوصاً مع الكبار - وخاصة الأم لأنها هي التي تظل معه فترة طويلة وهي التي كانت تعطيه الأوامر وهو طفل ؛ لعدم وجود الأب، فهو يريد أن يفهمها أنها مهما كانت فهي امرأة وهو رجل، والحوار الهادئ دون إرغام على فعل معين، فمثلاً هناك مشكلة اعترضتك، فلا بأس من عرضها عليه، واعرض كل أبعادها ونفكر معه ولا تنتظر منه أن يختار الحل الصحيح، ولكن المفروض أن يثق بك، ثم يطرح مشاكله أمامك، وحتى عندما يكون في مواقف فيها عند ومكابرة، وتطلب تفسيراً لموقفه فلن يجد حجة، وبالتالي ينصاع، لأنه تعود معك المنطقية.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

دور الوالدين :

- ١- الانتباه إلى ظهور أية مشكلة انفعالية عند المراهق و المبادرة إلى حلها وعلاجها قبل أن تستفحل.
- ٢- مساعدة المراهق على التخلص من الاستغراق الزائد في أحلام اليقظة.
- ٣- تنمية الثقة بالنفس لتهديب الانفعالات من أجل تحقيق التوافق الانفعالي السوي.
- ٤- إشغال وقت الفراغ بالمفيد من الأعمال و الهوايات.

دور المربين:

- ١- مساعدة المراهق على التخلص من الاستغراق الزائد في أحلام اليقظة.
- ٢- تنمية الثقة بالنفس لتهديب الانفعالات و تحقيق مستوى جيد من التوافق الانفعالي السوي .
- ٣- مساعدة المراهق في تحديد فلسفة ناجحة في الحياة و هنا يلعب الدين دوراً هاماً حيث يوفر للفرد حلولاً جذرية لا ٤- يشوبها الشك لكل ما يواجهه الفرد من تساؤلات ، وهذا يوفر الوقت و الجهد على المراهق ويجنبه الأخطاء أثناء عملية البحث من أجل الانتقاء واختيار الأفضل من الأفكار.

الجلسة الرابعة

تكملة خصائص النمو فى مرحله
المراهقه وكيفية التعامل معها من
الوالدين والمربين

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

مستويات النضج

- المستوى الشخصي.
- المستوى الاجتماعي.
- المستوى الفكري.

تكملة خصائص النمو فى مرحلة المراهقه وكيفيه التعامل معها من الوالدين والمربيين

٣- التقدم نحو النضج الاجتماعي:

هذا الجانب من جوانب النضج واسع و متشعب كونه لا يقتصر على المراهق بل يدخل في دائرته أفراد المجتمع و المواقف المتخذة منهم ونمط العلاقة مع كل فئة منهم.

دور الوالدين:

- ١- توفير النموذج السوي من خلال أفراد الأسرة للاقتداء بهم.
- ٢- إتاحة الفرص للمراهق لممارسة المسؤوليات الاجتماعية لمساعدته على الاندماج في المجتمع .
- ٣- فتح باب الحوار مع المراهق بعقل متفتح و تقبل آرائه و مناقشته حول موضوعاته الهامة ، بدلاً من استخدام أسلوب الزجر أو الوعظ والإرشاد قال تعالى ” فبما رحمة من الله لنت لهم و لو كنت فظاً غليظ القلب لانفضوا من حولك ”.
- ٤- الاهتمام بالتربية الاجتماعية في الأسرة و ترسيخ القيم الروحية والخلقية والمعايير السلوكية التي تساعد المراهق على تحقيق الانسجام مع المجتمع.
- ٥- تشجيع التعاون بين أفراد الأسرة.
- ٦- إشراك المراهق في النشاطات الاجتماعية.
- ٧- ويشترك هنا ولي الامر (الاب والام) مع المراهق في اختيار الصديق والصحة حتى لا يقعوا في الضلال . كما قال عز وجل ” ويوم يعرض الظالم على يديه يقول يا ليتني اتخذت مع الرسول سبيلا * يا ويلتي ليتني لم اتخذ فلانا خليلا * لقد اضلني عن الذكر بعد اذ جاءني وكان الشيطان للإنسان خذولا ”.

معايير اختيار الصديق :

- المؤمن بالله عز وجل.
- اللامين كاتم الاسرار.
- الناجح المتقن في عمله.
- الخلق في المعاملة.
- البار بوالديه.
- المتوافق في الشكل والعمر.
- الصادق في النصيحة.

وانصح كل اب - كن صديق صديق ابنك وانصح كل ام - كوني صديقة صديقة ابنتك.. وانصح الجميع - اجمل الصداقة هي الصداقة من خلال التجمع الاسري.. فسارعوا بالتعرف على اسر واصدقاء ابناؤكم ووطدوا هذا التعارف ووفروا لهم جوا صحيا للعلاقات من خلالكم .
٨- احترام رغبة المراهق في التحرر والاستقلال دون إهماله مع مراعاة توجيهه بشكل غير مباشر و عدم إشعاره بفرض الإرادة عليه.

ومن هذه الممارسات:

- ١- عدم إعطاء الابن المراهق الفرصة للتعامل مع مشاكله و تصريف أموره وذلك بالقيام بالأعمال بدلاً منه.
- ٢- متابعة الأب المستمرة و المباشرة للمراهق.
- ٣- الاستهانة بالقيم و المعايير الأخلاقية و الدينية التي يحض عليها الإسلام.
- ٤- إهمال الابن المراهق دون مراقبة أو علاج عند بداية الانحراف .
- ٥- وجود نموذج سلبي في الأسرة مثل المدخنين و غيرهم .

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ٦- التسلط و القسوة على الابن .
- ٧- الحماية الزائدة.
- ٨- التدليل الزائد.
- ٩- عدم التوجيه و الرعاية.
- ١٠- التفريق بين الأبناء.
- ١١- القنوات الفضائية و غياب الرقابة الأسرة.

دور المربين:

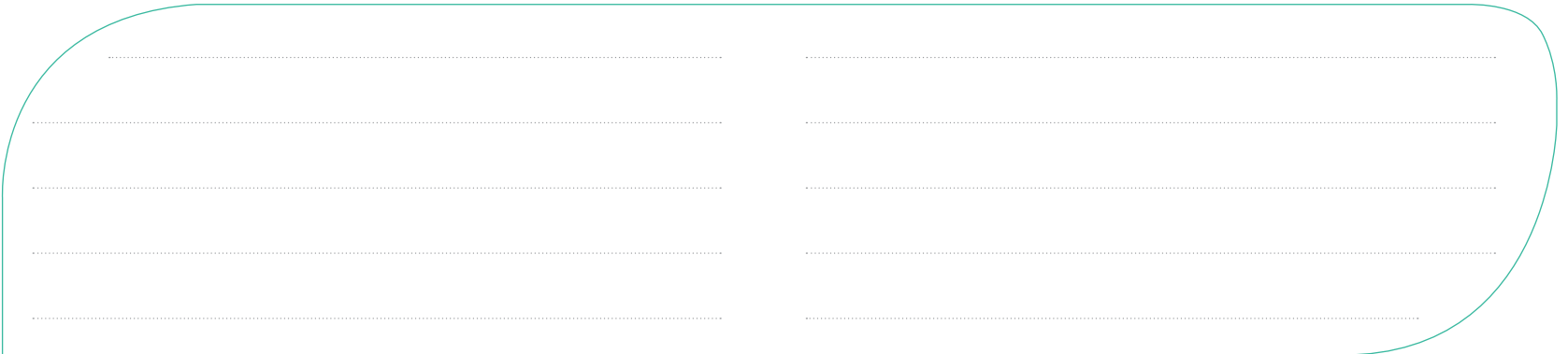
- ١- تشجيع صفة القيادة واستغلال ميول المراهق في تنمية شخصيته.
- ٢- تشجيع الحوار بين المربين و المراهقين و مناقشة المشكلات والموضوعات التي تهم المراهق.
- ٣- ترسيخ القيم الروحية و الخلقية و المعايير السلوكية التي تساعد المراهق على الانسجام مع المجتمع متمثلاً في فتح أبواب الثقافة والنشاطات المكتبية و التركيز على نماذج من الشخصيات الإسلامية التي تعزز هذا الجانب.
- ٤- إشراك المراهق في النشاطات الاجتماعية والرياضية.

٤- التقدم نحو النمو الجنسي:

- يبدأ النضج الجنسي بنضج الغدد التناسلية.
- ومن ثم الاستجابة للمثيرات الجنسية.
- ثم الاهتمام بالجنس الآخر.
- وبناء العلاقات العاطفية.
- والاهتمام بكل ما يتعلق بالجنس الآخر.

هذا الموضوع سوف يجمع بين المراهقين، فما المانع من تعليم المجتمع التربية الجنسية الصحيحة ؟ وهذا الجانب - بالذات - حالياً يتغلغل في الخفاء مثل الداء، فلو استطعت أن تسيطر على المراهقين، ونعطيهم فكرة عملية صحيحة عن هذه الأجهزة وطرق العلاج والممارسات الصحيحة، فأفضل من أن يترك للآخرين.

ومعظم المراهقين يقعون فريسة للعادة السرية، والتي تكمن في شلل الأقران، فيجب عليك أن تتقرب من المراهق، ليس فقط ليحكي لك عن علاقاته، وإنما ليطلب منك العلاج، فلو مر المراهق بظروف تربوية مناسبة في مرحلة الطفولة المتأخرة وفي بداية المراهقة فسيمر بمراهقة طبيعية .



الجلسة الخامسة

كيف عالج الإسلام مرحلة المراهقة؟
النظرية الإسلامية في التربية
فهم المرحلة.. تجاوز ناجح لها

التعامل مع المرحلة وفق النظرية الإسلامية

كيف عالج الإسلام مرحلة المراهقة؟
(وفرّقوا بينهم في المضاجع)

يقول الدكتور أحمد المجدوب (المستشار بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية بالقاهرة)، أن الرسول _صلى الله عليه وسلم_ قد سبق الجميع بقوله: «علموا أولادكم الصلاة لسبع، واضربوهم عليها لعشر، وفرّقوا بينهم في المضاجع»، ويستطرد قائلاً: «هناك دراسة أجريت في مطلع الأربعينيات، تقول بأن الإرهافات الجنسية تبدأ عند الولد والبنت في سن العاشرة»، ويعلق المجدوب على نتائج الدراسة قائلاً: (هذا ما أثبتته نبينا محمد _صلى الله عليه وسلم_ قبل ألفريد كنسي بـ ١٤ قرناً من الزمان! ولكننا لا نعي تعاليم ديننا).

ويقول المجدوب: «أن معظم حالات زنا المحارم كانت بسبب النوم المشترك في نفس الفراش مع الأخت أو الأم أو...، وهو ما حذرنا منه الرسول _صلى الله عليه وسلم_ بقوله: «وفرّقوا بينهم في المضاجع».

ويرجع المجدوب هذه الظاهرة إلى «الزخم الجنسي وعوامل التحريض والإثارة في الصحف والمجلات والبرامج والمسلسلات والأفلام التي يبثها التلفاز والسينما والدش فضلاً عن أشرطة الفيديو»، منبهاً إلى خطورة افتقاد القدوة وإلى أهمية «التربية الدينية في تكوين ضمير الإنسان». ويضيف المجدوب أنه «وفقاً لآخر بيان صادر عن الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء بمصر يؤكد أن هناك ٩ مليون شاب وفتاة من سن ٢٠ سنة إلى ٣٥ سنة لا يستطيعون الزواج، كما أن هناك ٩ مليون آخرين ممن تعدو سن ٣٥ سنة قد فاتهم قطار الزواج وأصبحوا عوانس!!!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

النظرية الإسلامية في التربية

وتقوم النظرية الإسلامية في التربية على أسس أربعة هي: (تربية الجسم، وتربية الروح، وتربية النفس، وتربية العقل)

- لقد قدم الإسلام عدداً من المعالم التي تهدي إلى الانضباط في مرحلة المراهقة، مثل: «الطاعة: بمعنى طاعة الله وطاعة رسوله _ صلى الله عليه وسلم_ وطاعة الوالدين ومن في حكمهما، وقد أكد القرآن الكريم هذه المعاني في وصية لقمان الحكيم لابنه وهو يعظه قال: «يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشُّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ» (لقمان: من الآية ١٣).
- أيضاً هناك: «الافتداء بالصالحين وبالرسول الكريم صلى الله عليه وسلم فالافتداء به واتباع سنته من أصول ديننا الحنيف، قال الله _عز وجل_: ” لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة لمن كان يرجو الله واليوم الآخر وذكر الله كثيراً ” [الأحزاب: ٢١].
- كما اعتبر الإسلام أن أحد أهم المعالم التي تهدي إلى الانضباط في مرحلة المراهقة: «التعاون والتراحم والتكافل؛ لأنه يجعل الفرد في خدمة المجتمع، ويجعل المجتمع في خدمة الفرد، « مثل المؤمن كمثل الجسد إذا اشتكى الرجل رأسه تداعى له سائر جسده».
- وأكد الإسلام على دور الأب في حياة ابنه، وكذلك تأثير البيئة التي ينشأ فيها الفتى في تربيته ونشأته: «كل مولود يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه». والمراهق يحتاج إلى الأم الصديقة والأب المتفهم». وأن يكون الأب قدوة حسنة ومثلاً أعلى.

فهم المرحلة.. تجاوز ناجح لها

إن المشاكل السابقة الذكر، سببها الرئيس هو عدم فهم طبيعة واحتياجات هذه المرحلة من جهة الوالدين، وأيضاً عدم تهيئة الطفل أو الطفلة لهذه المرحلة قبل وصولها.

ولمساعدة الوالدين على فهم مرحلة المراهقة، فقد حدد بعض العلماء واجبات النمو التي ينبغي أن تحدث في هذه المرحلة للانتقال إلى المرحلة التالية، ومن هذه الواجبات ما يلي:

- ١- إقامة نوع جديد من العلاقات الناضجة مع زملاء العمر.
- ٢- اكتساب الدور المذكر أو المؤنث المقبول دينياً واجتماعياً لكل جنس من الجنسين.
- ٣- قبول الفرد لجسده أو جسده، واستخدام الجسم استخداماً صالحاً.
- ٤- اكتساب الاستقلال الانفعالي عن الوالدين وغيرهم من الكبار.
- ٥- اختيار مهنة والإعداد اللازم لها.
- ٦- الاستعداد للزواج وحياة الأسرة.
- ٧- تنمية المهارات العقلية والمفاهيم الضرورية للحياة الاجتماعية.
- ٨- اكتساب مجموعة من القيم الدينية والأخلاقية المؤثرة في سلوكه.

ويرى المراهق أنه بحاجة إلى خمسة عناصر في هذه المرحلة، وهي:

- ١- الحاجة إلى الحب والأمان.
- ٢- الحاجة إلى الاحترام.
- ٣- الحاجة لإثبات الذات.
- ٤- الحاجة للمكانة الاجتماعية.
- ٥- الحاجة للتوجيه الإيجابي.

الجلسة السادسة

تهيئة المراهق
التعامل مع المراهق علم وفن
قواعد وتوجيهات عامة في التعامل
مع الأولاد في مرحلة المراهقة

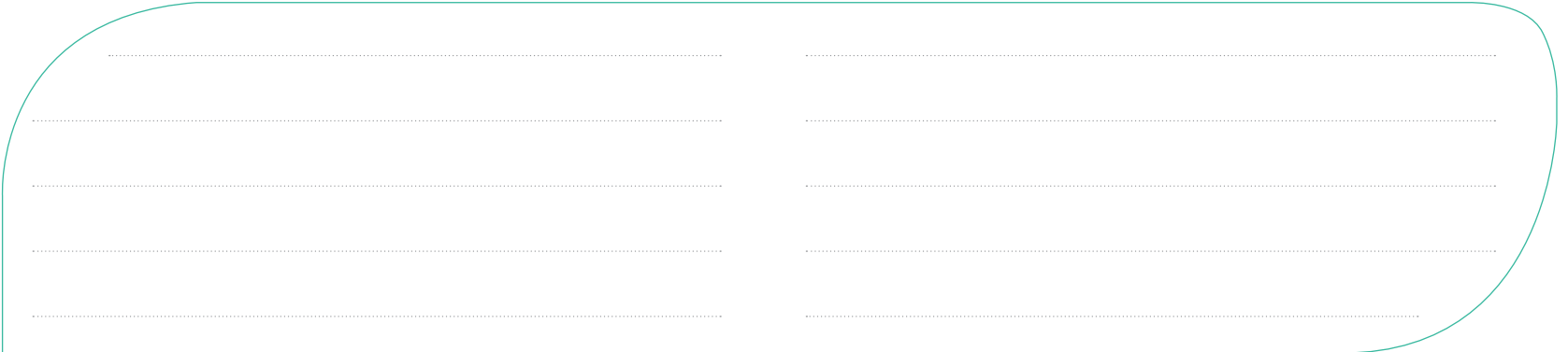
تهيئة المراهق

ولتحقيق واجبات النمو، وحاجات المراهق على الأهل تهيئة ابنهم لدخول هذه المرحلة، وتجاوزها دون مشاكل، ويمكن أن يتم ذلك بخطوات كثيرة، منها:

١- إعلام المراهق أنه ينتقل من مرحلة إلى أخرى: فهو يخرج من مرحلة الطفولة إلى مرحلة جديدة، تعني أنه كبر وأصبح مسؤولاً عن تصرفاته، وأنها تسمى مرحلة التكليف؛ لأن الإنسان يصبح محاسباً من قبل الله تعالى؛ لأنه وصل إلى النضج العقلي والنفسي الذي يجعله قادراً على تحمل نتيجة أفعاله واختياراته. وأنه مثلما زادت مسؤولياته فقد زادت حقوقه، وأصبح عضواً كاملاً في الأسرة يشارك في القرارات، وتوكل له مهام يؤديها للثقة فيه وفي قدراته.

٢- تعريفه بالتغيرات الجسدية، والعاطفية، والعقلية، والاجتماعية التي تحدث في نفسيته وفي بنائه، لذا فإن إحساسه العاطفي نحو الجنس الآخر أو شعوره بالرغبة يجب أن يوظف لأداء هذا الدور، فالمشاعر العاطفية والجنسية ليست شيئاً ضيقاً أو مستقذراً؛ لأن له دوراً هاماً في إعمار الأرض وتحقيق مراد الله في خلافة الإنسان. لذا فنحن عندما نقول: إن هذه العواطف والمشاعر لها طريقها الشرعي من خلال الزواج، فنحن نحدد الجهة الصحيحة لتفريغها وتوجيهها.

٣- أن يعلم المراهق الأحكام الشرعية الخاصة بالصيام والصلاة والطهارة والاعتسال، ويكون ذلك مدخلاً لإعطائه الفرصة للتساؤل حول أي شيء يدور حول هذه المسألة، حتى لا يضطر لأن يستقي معلوماته من جهات خارجية يمكن أن تضره أو ترشده إلى خطأ أو حرام.



٤- التفهم الكامل لما يعاني منه المراهق من قلق وعصبية وتمرد، وامتصاص غضبه؛ لأن هذه المرحلة هي مرحلة الإحساس المرهف، مما يجعل المراهق شخصاً سهل الاستثارة والغضب، ولذلك على الأهل بث الأمان والاطمئنان في نفس ابنهم، وقد يكون من المفيد القول مثلاً: «أنا أعرف أن إخوتك يسببون بعض المضايقات، وأنا نفسي أحس بالإزعاج، لكن على ما يبدو أن هناك أمراً آخر يكدرك ويغضبك، فهل ترغب بالحديث عنه؟» فهذا يشجعه للحديث بما في نفسه.

٥- إشاعة روح الشورى في الأسرة؛ لأن تطبيقها يجعل المراهق يدرك أن هناك رأياً ورأياً آخر معتبراً لا بد أن يحترم، فيعلم من ذلك أيضاً كيفية عرض رأيه بصورة عقلانية منطقية، ويجعله يدرك أن هناك أموراً إستراتيجية لا يمكن المساس بها، منها على سبيل المثال: الدين، والتماسك الأسري، والأخلاق والقيم.

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

التعامل مع المراهق علم وفن

توجيهات عملية لأولياء الأمور في فنون التعامل مع أبنائهم وبناتهم المراهقين:

- إياكم أن تنتقدوهم أمام الآخرين.
- أنصتوا لهم باهتمام شديد عندما يحدثوكم.
- لا تقاطعوهم، ولا تسفهوا آراءهم.

عبارات المديح المحببة إلى قلوب المراهقين

- بارك الله فيك.
- ما شاء الله، رائع، يا لك من فتاة.
- أحسنت، لقد تحسنت كثيراً.
- ما فعلته هو الصواب.
- هذه هي الطريقة المثلى.
- أفكارك رائعة.
- إنجاز رائع.
- يعجبني اختيارك لملابسك.
- استمر، إلى الأمام، أنا فخور بك.
- يا سلام، عمل ممتاز.
- لقد أحسست برغبتك الصادقة في
تحمل المسؤولية.
- أنت محل ثقتي، أنت ماهر في هذا
العمل.

العبارات المحببة بل والمحطمة لقلوب المراهقين

- أنا أعرف ما ينفعك.
- لا داعي لأن تكلمي حديثك.
- أستطيع توقع ما حدث.
- فلتنصتي إليّ الآن دون أن تقاطعيني.
- اسمعي كلامي ولا تناقشيني.
- يا للغباء.. أخطأت مرة أخرى!
- يا كسولة، يا أنانية، إنك طفلة لا
تعرفين مصلحتك.

الحرص على استعمال أساليب التشجيع والثناء الجسدية

المسح على الرأس

مسك الأيدي

الابتسامة

اربط على كتفه

الاحتضان

قواعد وتوجيهات عامة في التعامل مع الأولاد في مرحلة المراهقة:

- اهتم بإعداده لمرحلة البلوغ، وضح له أنها من أجمل أوقات حياته.
- اشرح له بعض الأحكام الشرعية بشكل بسيط.
- أظهر الاهتمام والتقدير لما يقوله عند تحدّثه إليك.
- اهتم بمظهره، واترك له حرية الاختيار.
- استصف أصدقاءه وتعرف عليهم عن قرب، وأبد احتراماً شديداً لهم.
- امدح أصدقاءه ذوي الصفات الحسنة مع مراعاة عدم ذم الآخرين.
- شجّع على تكوين أصدقاء جيدين، ولا تفرضهم عليه، ولا تشعره بمراقبتك.
- احرص على لم شمل الأسرة باصطحابهم إلى الحدائق أو الأماكن الممتعة.
- احرص على تناول وجبات الطعام معهم.
- أظهر فخرك به أمام من يحترمهم، فهذا سيشعره بالخجل من أخطائهم.
- اصطحبه في تجمعات الرجال وحل مشاكل الناس، ليعيش أجواء الرجولة ومسؤولياتها؛ فتسمو نفسه، وتطمح إلى الانتماء إلى ذلك العالم.
- شجّع على ممارسة رياضة يحبها، ولا تفرض عليه نوعاً معيناً منها.
- اقترح عليه عدّة هوايات، وشجّع على القراءة لتساعده في تحسين سلوكه.
- كافئه على أعماله الحسنة.
- تجاهل تصرفاته التي لا تعجبك.

- تاور معه كأب حنون وحادثه كصديق مقرب.
- احرص على أن تكون النموذج الناجح للتعامل مع أمه.
- قم بزيارته في المدرسة، وقابل معلميه وأبرز ما يقولونه عن إجابياته.
- اختيار الوقت المناسب لبدء الحوار مع الشاب.
- محاولة الوصول إلى قلب المراهق قبل عقله.
- الابتعاد عن الأسئلة التي إجاباتها نعم أولاً، أو الأسئلة غير الواضحة .
- العيش قليلاً داخل عالمهم لنفهمهم ونستوعب مشاكلهم ومعاناتهم ورغباتهم.

A large, rounded rectangular box with a green border and a white background, containing several horizontal dotted lines for writing.

المصادر والمراجع

عبد الكريم بكار
ابراهيم محمود
ياسر نصر
عبدالله الطارقي
محمد رفعت

- المراهق كيف نفهمه وكيف نوجهه
- المراهقة خصائصها ومشكلاتها
- فن التعامل مع المراهقين
- دعه فإنه مراهق
- المراهقة وسن البلوغ



الوحدة السابعة الأنماط الأسرية



التعريف بالبرنامج

الهدف العام للوحدة التدريبية

هذا البرنامج يساعدك على التواصل والتأثير الناجح مع الآخرين من خلال فهم شخصياتهم ومعرفة طرق الاتصال بهم ومن ثم تحسين بناء العلاقات مع من حولنا.

الأهداف التفصيلية

في نهاية البرنامج يتوقع أن يكون المشاركون مدركاً وقادراً على :

- تزويد المتدربين بالمعلومات المعرفية عن الشخصية وتعريفها وأهميتها وأنماطها.
- فهم شخصياتنا وشخصيات من نعرف.
- تزويد المتدربين بمهارات التعامل مع الناس وفق أنماطهم وشخصياتهم.
- التعرف على نقاط القوة والضعف في شخصياتنا وشخصيات الآخرين.
- زيادة التواصل مع من حولنا من الناس بمرونة وسلاسة.
- القدرة على التكيف مع حياتنا الاجتماعية.

الجلسة الأولى

ورشة عمل
المدخل
الأسئلة

ورشة عمل



في مجموعات بعد النقاش اذكروا
ماهي الأنماط الشخصية؟

A large, rounded rectangular area with a light green border, containing several horizontal dotted lines for writing.

المقدمة

اختبار الشخصية المعتمد على ستة عشرة عاملاً طوره ونشره عام ١٩٤٩ العالم النفسي الإنكليزي كاتل، وقد تمت مراجعته وتعديله عدة مرات وصار منه خمسة طبعات منقحة ومعدلة .. وهو اختبار مفيد ويتم استخدامه في مجالات عديدة.. ويصنف الاختبار الأشخاص ضمن ١٦ شخصية لها صفاتها المحددة اعتماداً على أساليب إحصائية وعلى نظرية العوامل الأساسية في الشخصية التي ترتبط بصفات معينة .

وقد وجه لنظرية العوامل الأساسية الستة عشرة نقداً متعدداً ، وهناك تساؤلات حول صحة هذه العوامل وثباتها في دراسات لاحقة ولكن الاختبار في طبعاته الحديثة والمنقحة لازال يلقي رواجاً وهو يستعمل لأغراض متعددة ومنها التوجيه المهني والعلاقات الزوجية وغير ذلك.

والاختبار الحالي يعتمد على هذا الاختبار الأصلي ولكنه مبسط ويحتوي على اختياريين فقط لكل سؤال ..وهو سريع ومفيد ولكن تبقى صحته العلمية تقريبية ، ويتضمن الاختبار ٢٨ سؤالاً وهي مقسمة إلى ٤ أقسام من الأسئلة في كل منها ٧ أسئلة .

أجب على الأسئلة التالية بصراحة وببساطة ، ولديك دائماً اختيار العبارة (أ) أو (ب) فقط ..سجل إجاباتك عن الأسئلة السبعة.
(لديك ٤ أقسام من الأسئلة وستسجل حرفاً واحداً لكل قسم ، وفي نهاية الاختبار ستحصل على أربعة أحرف بالإنكليزية)

م	أسئلة القسم الأول	أ أو ب
١	أنا أميل إلى أن أكون أكثر نشاطاً عندما	أ- أكون مع الآخرين ب- أفكر في نفسي
٢	عندما أكون في نشاطات اجتماعية فإن نشاطي وحيويتي تزداد	أ- في نهاية اللقاءات وقد أكون آخر شخص يغادر. ب- في بداية اللقاء ثم أشعر بالتعب وأود الذهاب إلى المنزل للراحة
٣	أي العبارات أقرب إليك	أ- أفضل الذهاب مع الأصدقاء إلى مكان فيه كثير من الأشخاص مع فرصة للتفاعل معهم مثل الأندية أو الحفلات ب- أفضل الجلوس في البيت وأن أقوم بعمل شيء خاص مع أصدقائي مثل مشاهدة فيديو أو التلفاز أو تناول وجبة عشاء معهم
٤	عندما أكون مع الأصدقاء فأنا	أ- أتكلم كثيراً ب- أكون منصتاً ومتحفظاً إلى أن أشعر بالراحة وعندها أبدأ بالحديث معهم
٥	المكان الذي تعرفت فيه على أغلبية أصدقائي هو	أ- في الأماكن العامة عندما كنت أقوم بإنجاز بعض الأعمال مثل الحفلات أو الأندية أو العمل والنشاطات الترويحية وغيرها أو عندما يقدمني الآخرون لهم. ب- عن طريق بعض النشاطات الخاصة مثل الإعلانات أو التلفاز أو في اللقاءات الخاصة عندما يقدمني أصحابي الحميمين أو أفراد عائلتي لهم
٦	لدي	أ- كثير من المعارف والأصدقاء الخصوصيين (وأحياناً القليل منهم). ب- قليل من الأصدقاء الخصوصيين
٧	أصدقائي يقولون عني أنني	أ- كثير الكلام وقليلاً ما أجلس صامتاً. ب- قليل الكلام وأميل للاستماع لهم

الحرف الذي تحصلت عليه هو =

احسب كم إجابة (أ) وكم إجابة (ب) ، إذا كانت إجاباتك الأكثر أ اختر حرف E وإذا كانت الأكثر ب اختر حرف I
وسجل ذلك الحرف أسفل القسم الأول من الأسئلة (أ) = introverted (I) و (ب) = Extroverted (E)

م	أسئلة القسم الثاني	أ أو ب
١	أنا أجمع المعلومات أفضل عن طريق	أ- خيالي وتوقعاتي لما يمكن أن يكون. ب- إحساسي بالواقع وبالمكان الحالي والزمن الحاضر.
٢	أنا أثق أكثر	أ- بالحدس وفهم معاني الأمور ب- بالملاحظة الدقيقة والمباشرة للأشياء والتجارب العملية الواقعية.
٣	عندما أكون مع أصدقائي فأنا أفضل أن أتحدث عن	ب- الأمور الواقعية والمادية والعملية (الزمن الحاضر والمكان الحالي) . مثال : قد أتكلم عن تفاصيل رحلة جميلة قمت بها أو تفاصيل ملابس أو طعام أو غيره. أ- المستقبل وكيفية ابتكار الأشياء وتطويرها واحتمالات الحياة. مثال : أتكلم عن الاختراعات العلمية الحديثة أو عن أفضل الطرق للتعبير عن مشاعري وأحاسيسي.
٤	أنا من الأشخاص الذين يفضلون أن يفهموا	أ- الصورة الكلية أولاً ب- التفاصيل أولاً
٥	أنا من الأشخاص الذين يفضلون	أ- العيش في عالم من الخيال والأحلام بدلاً من الواقع ب- التركيز على واقع الأشياء بدلاً من تخيلها
٦	أنا في العادة	أ- أبالغ كثيراً في وصف الأشياء ب- لا أميل للمبالغة أو ترك الأمور تسير على طبيعتها
٧	عندما أقوم بعمل علاقة مع الآخرين فأنا أعتقد أنه :	أ- هناك مكان للتطوير وللتحسين دائماً. ب- إذا لم يكن هناك خلل في العلاقة، فلا داعي للإصلاح.

الحرف الذي تحصلت عليه هو =

سجل إجاباتك عن كل سؤال أ أو ب وإذا كانت إجاباتك أ أكثر اكتب N وإذا كانت ب أكثر اكتب S
Sensor (S) = (ب) و iNtuitive (N) = (أ)

م	أُسئلة القسم الثالث	أ أو ب
١	أنا أتخذ قراراتي عن طريق	أ- قلبي أساساً (ما أحب أو أكره) وأحياناً مع استخدام القليل من المنطق. ب- عقلي أساساً وأحياناً ما أحب أو أكره.
٢	أنا شديد الملاحظة للأمور التالية	أ- عندما يحتاج الآخرون للدعم وللتعاطف ب- عندما يكون الآخرون غير منطقيين
٣	عندما أقوم بقطع العلاقة مع شخص ما فأنا	أ- أترك لمشاعري العنان وأجد قطع العلاقة صعباً ب- عندما أقرر ذلك فأنا أقطع العلاقة بدون تردد رغم أن ذلك قد يضايقني
٤	عندما أكون في علاقة مع شخص آخر فأنا أقدر	أ- التوافق العاطفي والقدرة على التعبير عن المشاعر والأحاسيس وحاجات الطرف الآخر ب- التوافق العقلي والقدرة على التواصل الفطري والنقاش بصورة منطقية ومرتنة
٥	عندما أختلف مع صديقي فأنا	أ- أقوم بكل ما أستطيع حتى لا أخرج مشاعره وقد لا أقول شيئاً إذا كان ذلك سوف يؤذي ب- أعبر عن رأيي فيه بصراحة وبطريقة مباشرة لأن الحق حق.
٦	الناس الذين يعرفونني يصفونني بأنني	أ- حساس ودافئ المشاعر. ب- منطقي وصريح في كلامي.
٧	أنا أرى أن غالبية خلافاتي ونقاشاتي مع الآخرين تحدث:	أ- بصورة ودية ب- إذا كان هناك سبب منطقي لها

الحرف الذي تحصلت عليه هو =

سجل إجاباتك وإذا كانت إجاباتك الأكثر أ أكتب F وإذا كانت إجاباتك الأكثر ب أكتب T

Feeler (F) = (ب) Thinker (T) = (أ)

م	أسئلة القسم الرابع	أ أو ب
١	أنا من الأشخاص الذين يفضلون أن	أ- يستمروا في العمل حتى إتمامه.
		ب- الاستمتاع بعمل أكثر من شيء واحد في الوقت نفسه.
٢	أنا من الأشخاص الذين يفضلون أن	أ- أحسم أمري وأصل إلى قرارات محددة.
		ب- أترك خياراتي مفتوحة وأن أجمع المعلومات.
٣	أكثر الأمور التي تحدث لي أنني :	أ- أحضر في الموعد والآخرين يتأخرون.
		ب- أحضر متأخراً ويكون الآخرون قد حضروا في الموعد.
٤	أنا أفضل أن يكون مجرى حياتي بناءً على	أ- جدول مواعيد وتنظيم مسبق.
		ب- التلقائية والعفوية .
٥	أنا أفضل	أ- أن أعرف مسبقاً بتفاصيل اللقاء (أين سأذهب، من سوف يسكن هناك ، المدة التي سأقضيها هناك وماذا سألبس ..).
		ب- أترك الأمور تسير على طبيعتها وبدون تخطيط مسبق.
٦	عندما أذهب للقاء صديقي فأنا :	أ- أتضايق كثيراً إذا تأخر عن الموعد.
		ب- لا أشغل بالي كثيراً لأنني أتأخر في العادة عليه.
٧	إذا كان لدي مال ووقت وقام صديق يدعوني للسفر معي فأنا في العادة :	أ- أقوم بالتأكد من جدول أعمالي أولاً.
		ب- أحزم حقائبي فوراً وأسافر معه بدون تفكير.

الحرف الذي تحصلت عليه هو =

سجل إجاباتك وإذا كانت إجاباتك الأكثر أ أكتب ل وإذا كانت إجاباتك الأكثر ب أكتب P

Perceiver (P) = (ب) Judger (J) = (أ)

الجلسة الثانية

النتيجة الأنماط الأساسية

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

النتيجة

أكتب الحروف الإنكليزية التي حصلت عليها وهي أربعة حروف .. حرف لكل قسم من أقسام الأسئلة الأربعة
ابحث عن وصف شخصيتك ضمن الشخصيات الستة عشرة التالية وفقاً للحروف الأربعة التي حصلت عليها:
سنضع أمام أعينكم المقارنات بين الأنواع..

المنطوي الى الذات introverted

- يكون أكثر حيوية مع نفسه... تفاعله مع الناس محدود.
- يجلس في الطرف ويتجنب أن يكون تحت الأضواء
- لا يبادر بالكلام.
- يفكر بعمق داخل نفسه.
- لا يشارك الآخرين تفاصيل حياته الشخصية.
- غامض وقليل الأصدقاء.
- يستمع أكثر مما يتكلم... عميق الفكرة عميق التركي.
- له مستوى ثابت من الحيوية ويحتفظ بالحيوية لنفسه.
- يتفاعل مع الحدث بعد أن يفكر بعمق. لا يستعجل ويتأني .
- يتحدث عن الأمور بعمق... ويركز في قضية واحدة.

المنفتح على العالم Extroverted

- يكون أكثر حيوية مع الناس.
- يحب أن يكون في اهتمام الآخرين.
- يفكر بصوت عال ومن السهل معرفة أفكاره.
- حلو المعشر، سهل التعامل معه.
- يشارك الآخرين تفاصيل حياته الشخصية.
- صادق جداً مع نفسه.
- يبدأ الكلام دائماً.
- يتفاعل مع الآخرين.
- مستوى الحيوية في ارتفاع وانخفاض دائم.

الحدسي iNtuitive

- يثق بالإلهام والاستنتاج والاستنباط، ينظر للصورة العامة... دون الدخول في التفاصيل.
- يفضل الجديد فقط لأنه جديد... ويثير إبداعه واهتمامه.
- مبدع يحب الخيال والابتكار... يبحث في المعاني والارتباط بين الأمور.
- ينتقل من نقطة إلى أخرى... ويربط بينها (الكليات).
- يستخدم القياس والرموز... والتشبيه والمجاز.
- يعيش في المستقبل أكثر من الحاضر.
- يتكلم في أكثر من موضوع في وقت واحد.

الحدسي Sensor

- يثق في الحقائق المؤكدة ولا يثق في الخيال.
- واقعي، موضوعي ومنطقي... يفضل العملي المفيد من الحقائق.
- يتعلم ويتقن المهارات التي يحتاجها في حياته العملية.
- محدد، واضح الكلام ملتزم بكلمته، يشرح بالتفصيل... دقيق في وصفه.
- منظم منهجي، مرتب ولديه القدرة على التكيف مع الواقع.
- يعيش اللحظة الحالية.

العاطفي او المشاعري feeler

- ينحني للأمام كأنه يقول أنا أحتويك في قلبي... يحب أن يسعد الآخرين ويشكرهم ويثنى عليهم.
- دبلوماسي ومناور ولا يتضايق منه أحد... لين ويقدر مشاعر الآخرين.
- عاطفي مرهف الحس صاحب أخلاق عالية... يحب أن يشكره الناس ويمدحونه.
- المشاعر عنده مهمة سواء كانت منطقية أم لا... الانسجام والجمال هو الهدف الأسمى لديه.
- يتحمس إذا نال رضا الناس من حوله.
- يفضل أن يكون المرء بارعاً على أن يكون صادقاً.

المفكر أو العقلاني thinker

- ظهره مستوى للخلف (يسمع ويحلل ما يسمعه) محايد المشاعر، عقلاني ومنطقي.
- عادل ومنصف... ناقد يرى الخطأ والخلل دائماً ولا يعجبه أي شيء.
- يقول الحق ولو على نفسه... صادق جداً وليس لديه أي نوع من الدبلوماسية.
- يراه الآخرون بلا قلب وهذا غير صحيح... فهو يرى المشاعر مهمة فقط إذا كانت منطقية.
- متحمس ولديه طاقة كبيرة للعمل.
- يفضل أن يكون المرء صادقاً على أن يكون بارعاً.

المدرک بحواسه المنظم Perceiver

- يترك الاختيارات مفتوحة دائماً... يحب التحري وأخذ المعلومات.
- غير حاسم ويغير من أهدافه كلما حصل على معلومات جديدة.
- مبدؤه: استمتع أولاً ثم قم بالعمل لاحقاً فالوقت طويل أمامك.
- تلقائي مرن... يتكيف بسرعة مع الظروف المحيطة ومع أي وضع جديد.
- يهتم بمراحل التنفيذ وليس النتيجة النهائية للعمل
- بطيء في التنفيذ... يستمتع بأن يبدأ في المشروعات لا أن ينهيها.
- يترك حياته مرنة لكل الاحتمالات... المواعيد مرنة جداً.
- يحب المفاجآت ويؤخر كل شيء لآخر لحظة... تلقائي وعفوي.

الحكم judger

- يحب أن يحسم الأمور .. ويشعر بسعادة كبيرة بعد اتخاذ القرارات.
- العمل أولاً ثم الراحة والاستجمام... يصنع الأهداف ثم يسعى إلى تحقيقها.
- حاسم لا يتردد كثيراً... يرى الوقت ضيق باستمرار، صارم في مواعيده.
- يحب معرفة تفاصيل الأحداث.

الجلسة الثالثة

الأنماط الشخصية الستة عشر

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

ولكي نصل إلى نمط الشخص تجمع الحروف وسوف تكون إحدى الاحتمالات التالية:

<p>ENFJ Teacher Smooth talking charmers. Very inspiring & motivational. Charisma. People leaders & persuaders. Great salespeople. Very relationship-oriented. Like to motivate groups.</p>	<p>INFJ Counselor Works to to inspire others to achieve great things. Great awareness of human possibilities. Serious and sincere. Offer professions or offer themselves to a religious order.</p>	<p>INTJ Mastermind If they say they are going to do something, they do it. Likely to be corporate leaders, scientists. Believe everything has room for improvement. Superior planners and innovators of systems.</p>	<p>ENTJ Field Marshall Like leadership roles. Likely to be top executives, business persons. Big on reducing inefficiency, reflections. Like change (kicks). Can be over-whelming to less-logical folks.</p>
<p>ENFP Champion Social only in ENFPs to fun. What does need with excitement and romance. Very enthusiastic and creative. Often teachers, actors, writers. Great need for diversity and change.</p>	<p>INFP Healer Appeal wherever acting society. Different from GFFPs, they try to tackle long term problems. Often psychologists or counselors. Want to save the whales and rainforests.</p>	<p>INTP Architect Deepest analysts of problems to be solved. Often physicists, scientists. Most aloof of types. Critical thinkers.</p>	<p>ENTP Inventor Want one exciting challenge after another. Love to problem solve. Great at analysis, creative. Penetrates lot of rigidity and ideas. Often involved in computer, systems analysis, design.</p>
<p>ESFP Performer Nurture one in fun and enthusiasm. Always into ESPPs to your party. The most generous of all types. Warm, friendly, vibrant people. Excellent at customer service.</p>	<p>ISFP Composer Quietly harmonious with world. Very observant, dependent. Inclined toward work with people in need. Work to solve problems of the immediate such as homeless, stopping hunger.</p>	<p>ISTP Operator Ready to try anything once. Pushed with the rest of the. Saw excitement. A love of both and the utility they offer. Inclined toward mechanical devices, can take apart & reassemble anything.</p>	<p>ESTP Promoter Excitement seekers. Have less time sleep than when taking class. Great negotiators on the front end. Excellent practicalist & interpersonal capabilities if someone else takes through.</p>
<p>ESFJ Provider Hosts & hostesses. Good cook. One of this type makes them excellent at entertaining, coordinating. May be teachers, nurses. Very conscious of appearance. WHOAS/WHOADITS.</p>	<p>ISFJ Protector A high sense of duty. Upholders of family tradition. Often found in traditional helping professions including nursing, elementary education, etc.</p>	<p>ISTJ Inspector Does of what should be done. Masters at compiling practical details and solving tedious issues. Get it done people. Super administrators. Duty bound & organized, often military.</p>	<p>ESTJ Supervisor Administrative, always pillars of strength in community. Loyal, honest, parents, employees. Offer protection to management problems. Dependable, consistent, straightforward.</p>

١- أخصائي العلاقات العامة (ENFJ)

منفتح .. حدسي ..مشاعري .. حكم

صفاته

- لديه قدرة عجيبة على فهم الآخرين وقيادتهم.
- أهم شيء في حياته هو علاقته بالآخرين والاهتمام بهم.
- يستطيع بسهولة قراءة الآخرين ويؤثر فيهم بالتالي بسهولة أيضاً.
- يستطيع أن يقود الأنواع المختلفة من الناس أثناء النقاش بكل سهولة.
- لديه مشاعر فطرية فياضة ومتأججة... رقيق ومرهف الحس .
- سريع الاستجابة للثناء والمدح وأيضاً النقد ويأخذ النقد بصورة شخصية وأحياناً يسبب ذلك نفور الناس منه.
- يساعد الآخرين على الوصول إلى ذواتهم ويذكر لك حقائق عن نفسك قد لا تعرفها أنت ويذكر لك كيف تستخدمها.
- سمعته طيبة مع الجميع لا يتقاتل مع أحد ، طاهر وطيب القلب.
- سلامه رقيق ولا تكاد تحس بيده عندما يصافحك.
- يساعد الآخرين ويدعمهم ويطورهم ويوظف قدراتهم، قائد ملهم وتابع مخلص أيضاً.
- مميز ومشهور خصوصاً في المسائل النفسية.
- مبدع قوي وذو بصيرة ثابتة ونظرته مستقبلية ومثالي.
- محاضر ممتاز خصوصاً فيما يتعلق بالاستشارات النفسية والعلاقات.

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

وسيط - مستشار - عالم نفس - مدرس - متخصصون شرعيون - مدراء - مندوب مبيعات - موارد بشرية - منسق أحداث - سياسي
دبلوماسي - كاتب.

٢- الملهم (ENFP) صاحب الابداع

منفتح .. حدسي .. مشاعري .. تلقائي

صفاته

- شعاره في الحياة: كل شيء ممكن. يعتقد أنه يستطيع أن يفعل أي شيء وهذا صحيح إلى حد كبير
- علاقته طيبة مع الناس فهو لا يستطيع العيش بدون الناس. يحس بالملل واللاكتئاب إذا جلس وحيداً
- عنده قدرة عجيبة على رؤية الاحتمالات والتنبؤ بالمستقبل
- مبدع ولديه مليون بديل واحتمال ويستطيع وصفها بدقة متناهية
- عنده حس راقي ويفهم الناس، صاحب مشاعر دافئة ، رقيق القلب
- يفهم تعقيدات النفس البشرية والنظريات العلمية بمنتهى البساطة لكنه يميل إلى الجانب الإنساني أكثر
- حماسي جداً وحماسه مُعدٍ سرعان ما ينتشر ليصيب الآخرين
- منطقي خصوصاً فيما يتعلق بالناس
- شرطه الوحيد للتعامل مع المشكلات: هو أن تحوز على اهتمامه، وأما ما لا يتفاعل معه فثق تماماً أنه لا يفهمه
- كلمة السر في التعامل معه: أن تسأله ماذا يمكن أن نفعل في...؟
- حياته اليومية مع الناس ولا يستطيع العيش دونهم
- يضع أسباب منطقية لأي شيء يريد وأساببه وجيهة للاعتذار
- لا يُحضر لأي موضوع بل يرتجل دائماً
- سريع الكلام والحركة والمشى وطاقته جبارة
- من السهولة قيادته والتعامل معه

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية:

مستشارون - نفسا نيون - رجال أعمال - ممثل - مدرس - سياسي- كاتب صحفي - مراسل تلفزيوني - مبرمج محلل أخصائي كمبيوتر - مهندس - عالم.

٣- قائد ملهم (ENTJ)

منفتح .. حدسي .. مفكر .. حكم

صفاته

- علاقاته عريضة مع الناس وله بصمات ساحرة على من حوله
- صاحب قدرات هائلة ، مبدع عبقرى وملهم ويتخيل المستقبل
- قوته في تفكيره فهو منطقي عقلاني ومنظمو يستمتع بالتحدي
- لسان حاله دائماً: كل شيء على ما يرام... كل شيء تحت سيطرتي كل شيء يحتاج إلى إدارة وقيادة إلى أن يحقق الأهداف المرجوة منه
- صريح جداً يقول ما يعتقد بصراحة ولا يقصد بذلك الإهانة .
- حاسم صارم وقوي لا يؤجل ولا يسوف، يقود الجميع .
- قيادي في أي مكان وفي أي نشاط ، يطور من حوله ويفهمهم
- عبقريته في الإدارة ، يفهم دقائق الأمور وينظمها
- قدرته عجيبة على مخاطبة الجماهير
- اهتماماته متعددة... يجب أن يضيف معلومة جديدة لخبرته كل يوم وبالتالي فهو دائماً في تطور مستمر
- يجلس مع الجميع الصغير والكبير، الغنى والفقير... ويخرج منهم بالحكمة
- لديه ميل فطري للقيادة والتنظيم والتقاط الخلل ومحاولة إصلاحه
- يصنع النظريات من خياله ويطبّقها في الواقع العملي
- هو رجل بأمة كاملة... (وحده)

الوظيفة التي تناسب المدير التنفيذي (القائد الميداني)

مسئول تجاري تنفيذي - مؤسس أنظمة - رجل أعمال - مستشار كمبيوتر - محامي - قاضي - إدارة أعمال - أستاذ أو إداري جامعي.

٤- المبدع (ENTP)

منفتح .. حدسي .. مفكر .. تلقائي

صفاته

- علاقته بالناس واسعة ويستمد طاقته من التفاعل مع الناس
- مبدع من الطراز الأول ويتكلم في أكثر من موضوع في وقت واحد
- تلقائي سريع الكلام ، يتكيف مع أي وضع وتفكيره منطقي
- يجيد عمل أشياء كثيرة ويربط بينها جميعاً بخيط واحد وبسهولة
- يستمتع بوجوده مع الآخرين ويستمتع الآخرون بوجوده بينهم
- يستمتع بالنقاش المنطقي وقدرته فائقة في الحديث والإقناع
- واسع الحيلة ولديه حلول كثيرة خصوصاً في المشاكل الجديدة والصعبة
- يكره الروتين والنظام لأنه يقيد حركته
- يتحرك من أمر مثير إلى أمر مثير آخر بسرعة و كفاءة
- لديه الأسباب المنطقية المقنعة لأداء أي عمل يريد
- يرى العلاقات والارتباطات بين الأشياء (الكليات) وينظر للعالم من حوله نظرة عامة... يبحث عن الفرص والبدائل
- يتنبأ بالأشياء ولديه رؤية مستقبلية واضحة
- لديه قدرة كبيرة على أن يفهم كيف يعمل النظام بالتفصيل وبالترتيب خطوة بخطوة... ويفهم أيضاً التداخلات بين الخطوات
- يحب المغامرة والتحدي ولديه قدرات إبداعية هائلة

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

علماء/ فيزياء ، كيمياء - مصورون - مخططون استراتيجيون - علماء رياضيات - أساتذة جامعيون - محللو نظم ، مبرمجون ، رسوم متحركة -
أخصائيو كمبيوتر - كتاب تقنيون - مهندسون - محامون - قضاة - البحث الشرعي.

٥- مقدم العناية للآخرين (ESFJ)

منفتح .. حسي .. مشاعري .. حكم

صفاته

- مشاعره فياضة وقلبه رحيم... يتفاعل مع الناس، شعبي يحس بمعاناة الناس
- صاحب ضمير حي وله نظرة صائبة... همه أن يساعد الناس في كل مكان
- يحتاج إلى الانسجام مع من حوله، وإذا وجد في مجموعة لا ينسجم معها فإنه يتضايق ولا يستطيع أن يعبر عن نفسه
- لا يحب أن يضايق أحداً أبداً، ولديه قدرة عجيبة على صنع الانسجام والتناسق
- قدرته مذهلة على ربط الناس بعضهم ببعض وصنع الانسجام فيما بينهم
- دائماً مشغول بعمل الخير للناس ويعمل بشكل أفضل إذا قدره الآخرون
- حازم صارم ينظم الأمور وينظم الآخرين لتحقيق الأهداف في الوقت المحدد
- صاحب ولاء شديد ووفاء نادر حتى في أحلك الظروف
- يتوقع من الآخرين أن يكونوا مثله
- يحب الثبات ويكره التغيير ويحب أن يحس بالأمان وثابت على مبادئه دائماً
- اجتماعي منطلق وأصحابه كثيرون ، يهتم بأهله القريبين والجيران
- لا يطلب أكثر من كلمة ثناء أو شكر من الآخرين على ما قدمه لهم
- حسن المظهر أنيق ولبق
- يتأقلم مع النظام الإداري والروتين
- يحب التعامل مع الجانب الإنساني ويتعد عن الأمور المادية

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

اقتصاد منزلي - تمريض - تدريس - مديرون - العناية بالطفل - طب أسرة ومجتمع - العمل الديني والخيري والخدمة الاجتماعية - مدير مكتب - مستشارون - محاسبون - مساعد مدير.

٦- المنجز للعمل (ESFP)

منفتح ..حسي ..مشاعري ..تلقائي

صفاته

- علاقات عريضة مع الآخرين... تلقائي مرح ويتأقلم مع الناس
- واقعي بحت يثق بالتجربة ولا يحب التغيير
- إحساس مرهف... قلبه طيب لين ومرن ودود ومرح يستمتع بأي شيء
- يبحث عن الإنجاز في العمل والنتيجة الواقعية
- لا يحب الخيال ولكن يحب ما يراه بعينه ويحسه بحواسه
- ماهر في الأوضاع التي تتطلب بديهة
- خبرته عريضة في الحياة ، عملي ، يتذكر الوقائع ولا يحب النظريات
- ذوقه عالي ويرى الجمال في ما حوله
- النظام الإداري يضايقه (يكره الروتين) لأنه يحب الحرية ويكره القوانين
- يستمتع بما يعمل به (صاحب مزاج عالي جداً)
- قليل الفوضى لأن الفوضى تقلل من المتعة عنده
- يتعلم بالممارسة العملية وليس بالقراءة والمحاضرات (يتعلم بيده)
- واقعي... يرى الحقائق ويراقب الأحداث والأوضاع من حوله
- يتخذ القرار من خلال قيمه الشخصية ومبادئه هو لا غير
- رسول السلام بين المتخاصمين
- لديه مهارة في تحريك الناس للتعامل مع المشاكل بإيجابية

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

فنانون / ممثلون / منشدون - مندوب مبيعات - مستشار / الخدمة العامة - العناية بالطفل - مهندس ديكور- مصورون - دعوة - أعمال خيرية.

٨-الفعال (ESTP)

منفتح .. حسي .. مفكر .. تلقائي

صفاته

- علاقاته عريضة مع الناس.. يستمد طاقته وحيويته من التعامل مع الآخرين
- واقعي صاحب تجربة عملية... ويعيش اللحظة الحالية
- الخيال ليس له معنى عنده مادام ليس منه فائدة.
- منطقي وعقلاني ومرن متكيف مع الأوضاع الجديدة
- مرح وتلقائي... لا للملل في الحياة وفي العلاقة مع الآخرين
- لديه مهارة طبيعية في حل المشاكل ويستمتع بحلها
- يجمع بين المشاكل ويربط بينها ثم يحلها بشكل منطقي
- يجمع بين المتناقضات ويوفق بينها بلا تناقض
- يفضل الإثارة والحركة... مجازف ويستمتع بما هو آت... يفضل الأمور الرياضية والأشياء اليدوية
- يستطيع أن يرى دقائق الأمور ويلفت للتفاصيل وتثير اهتمامه
- صاحب ذوق فني عالي ويحب الهدوء والصوت الخافت والرائحة الحلوة
- يبحث عن النتائج ويحب أن يراها
- لديه قدرة عالية على التحمل والتأقلم مع الواقع كما هو
- عنده مهارات يدوية وصاحب حرفة
- يكره الشرح ويفضل المختصر المفيد، ثم بعد أن يسمع يعطيك اقتراح في كلمتين... يكره الجدل والنقاش
- لديه لطافة وسماحة ورقة ولذلك يميل الناس للتعامل معه والتقرب إليه... وأيضا لأنه مرح ويحب اللعب
- لا يحب الروتين والقوانين ويفضل الحرية
- عبقرى ومخترع
- لديه رغبة قوية في الحياة ويحب أن يستمتع بالحياة ومباهجها

الوظيفة التي تناسب هذه الشخصية

مندوب مبيعات - موظف تسويق - شرطي/ مخبر - مساعد طبيب/فني طوارئ طبية - فني كمبيوتر شخصي/ شبكات - رجال أعمال - مهندس - أستاذ جامعي - محامي

٩- الحامي (INFJ)

متحفظ .. حدسي .. مشاعري .. حكم

صفاته

- محافظ... يفكر أولاً ثم يتفاعل مع الحدث
- لا يبدأ الكلام ولكنه يرد عليه... غامض وقليل الكلام... علاقاته محدودة، يميل للهدوء وللجلوس وحيداً
- صاحب حس راقى يشعر بالناس ويفضل أن يخدم الآخرين
- يحمى الناس من الوقوع في الخطأ
- يحقق النجاح عن طريق الإصرار والثبات على المبدأ ومبادئه واضحة
- أفكاره من فهمه وليست تقليدياً لأحد ولديه خصوصية في شخصيته .
- يحب أن يعمل ما ينبغي عمله (المفروض أن نعمل كذا)
- يضع كل جزء من اهتمامه في العمل
- قوى للغاية وصاحب ضمير حي
- يحترمه الناس لصلابة مبادئه ولوضوح الرؤية لديه
- صاحب مهارة في تقييم أي موقف وخصوصاً فيما يتعلق بالناس
- يستطيع أن يفهم ما في داخل نفسك وهو متأكد من قدراته هذه
- يفهم الأشياء المعقدة بكل وضوح خصوصاً ما يتعلق بالنفس البشرية
- الحدس والإلهام من أهم قدراته
- عنده قدرة كبيرة على تحفيز الناس في العمل
- لا يحب التفاصيل ولكن يفضل الصورة العامة للأمور
- ولاؤه كبير لأصدقائه ولعمله والتزامه عميق بمبادئه وعقيدته
- عنده نظرة مستقبلية وبصيرته نافذة وخياله خصب
- القياس والتشبيهات والأمثلة كثيرة في حياته
- حساس عاطفي طيب القلب

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

طلاب العلم الشرعي والعمل الشرعي – مدرسون – أطباء بشريون أو أسنان – مقدمو الرعاية الأولية – أخصائون نفسا نيون – مستشارون – مصور – ممثل – العناية بالطفل والطفولة المبكرة.

١٠-المثالي (INFP)

متحفظ..حدسي .. مشاعري .. تلقائي

صفاته

- غامض ومحافظ... كتوم وهادئ...علاقاته محدودة... ولا يبادر الكلام
- صاحب الهام وخيال لديه عمق في التفكير الإبداعي ولكن في داخل نفسه
- صاحب قلب رقيق وهذه هي مشكلته مع الآخرين لأنهم يظنون أنه ضعيف ولكنه ليس ضعيفاً بل يفضل ألا يضايق أحداً... قوى جداً ولكن داخل نفسه
- يفهم الناس ويفهم تعقيدات النفس البشرية جيداً
- مثالي في رؤيته وتصرفاته وحياته لا يضايق أحداً ولا يتقاتل مع أحد
- يراقب الأوضاع من حوله في هدوء
- صاحب ولاء ووفاء عالي جداً ، دافئ المشاعر وذو قلب رحيم
- يحب الناس في داخله ويحمل في داخله مبادئ وقيم عالية، والناس لا يحملون مثل هذه المحبة وهذه المبادئ توقعه
- في صراع مع نفسه ومع الناس لأنهم يتصرفون عكس ما يتوقع
- متكيف مرن هادئ ولكنه فضولي جداً وسريع في الوصول إلى الاحتمالات
- لا يميل إلى القيادة بل إلى الإلتباع ويفضل أن يكون مع الجماعة
- عميق التفكير داخل نفسه وشديد التركيز فيما يفكر فيه
- يلاحظ الفروق الدقيقة بين كلام الناس وأفعالهم و يقيم الناس تقييماً صائباً
- يتحمل أكثر من طاقته ويتكيف مع كل الضغوط
- يميل إلى الشعر والأدب وعلوم الإنسان والنفس البشرية
- لديه طاقة جبارة على التركيز في العمل ولكن داخل نفسه يعمل بصفة مستمرة
- محافظ لا يتحدث كثيراً عن خصوصياته وأموره الشخصية
- يقدر وبشدة العلاقات مع الناس ولا يحب العلاقات السطحية
- يحب تبادل المنفعة (ساعدي وأساعدي)

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

كاتب - مستشارون - مدرسون - علماء نفس - أطباء نفسانيون - علماء في الدين - موظفون في الأعمال الخيرية.

١١- العالم (INTJ)

متحفظ .. حدسي .. مفكر .. حكم

صفاته

- محافظ، علاقاته قليلة... يستمع أكثر مما يتكلم ولا يبادر بالكلام
- صاحب رؤية إبداعية ويثق بالإلهام، يرى المستقبل ولديه نظرة بعيدة
- يقدر المنطق والعقلانية ويفهم الارتباطات بين الأمور والعلاقات بينها
- يقدر وبشدة المهارة والإتقان والإبداع والمكانة الاجتماعية ويكره الإهمال
- أفكاره وآراؤه تنبع من داخله ولا يقلد أحداً، يتميز بالاستقلالية عن الآخرين
- أفكاره دائماً متطورة ويحب الحديث عنها
- لديه قوة في تنظيم العمل بدقة عجيبة
- ناقد بطبعه... يرى الخلل ويسعى لإصلاحه
- لديه عزيمة قوية ولديه مستوى عال من الكفاءة والإتقان
- رؤيته جلية للاحتتمالات المستقبلية وهو ناجح في إنزالها على أرض الواقع وتنفيذها بصورة دقيقة
- يستمتع بالتحديات الفكرية المعقدة والمتشابكة لأنه يستطيع استخدامه قدرته
- يضع تصوراً كاملاً للخطة المستقبلية، صاحب مهارة عالية في التخطيط البعيد
- يقدر المعرفة والعلم في نفسه و عند الناس
- يتوقع من الآخرين الكفاءة ويتضايق من التسبب والإهمال
- يكره الغموض ويحب الوضوح
- يثق في نظريته للأمور وحكمه عليها
- قدرته عالية على اتخاذ القرارات الصعبة
- هادئ الوجه والمعاني وكذلك هو في تفاعله مع الأمور
- حازم حاسم واثق من نفسه
- يميل إلى أن يسمع ولا يبدأ الكلام... يفكر بعمق داخل نفسه
- يكره الروتين والنظام البيروقراطي لأن ذلك يقيد قدراته الإبداعية ولا يستطيع أن يعبر عن نفسه

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

علماء - مهندسون - أساتذة مدرسون - أطباء بشريون أو أسنان - خبراء استراتيجيون في التجارة وبناء المؤسسات - إدارة ومدراء أعمال - محامون - قضاة - محللون ومبرمجون كمبيوتر.

١٢- المفكر (INTP)

متحفظ .. حدسي .. مفكر .. تلقائي

صفاته

- عبقرى من الطراز الأول وحلال المشاكل بطريقة عبقرية إلى أبعد الحدود
- من أفضل الناس في التخطيط الاستراتيجي
- محافظ بطبعه قليل الأصدقاء، لا يحب التدخل في أموره الخاصة
- صاحب خيال وإبداع ورؤية مستقبلية
- هادئ في حياته قليل الكلام عن أسراره الشخصية
- متعته ملاحقة النظريات العلمية وتحليلها والتفكير فيها
- يحل المشاكل عن طريق المنطق والعقلانية والتحليل العلمي المنهجي
- يهتم بالأفكار ولا يحب المنتديات والمجتمعات المفتوحة
- واضح مع نفسه ويعرف ما يريد جيداً
- غير غامض واضح الملامح في حياته
- يعشق الإتقان والكفاءة ويكره الإهمال والتسبب
- يتوقع من الناس أن يكونوا مثله
- ناقد لكل شيء تقريباً، ويبحث عن إصلاح الأخطاء، مستقل بذاته ولا يعتمد على أحد وفضولي يهتم بالجديد دائماً
- يتفاعل مع الأحداث ويتفجر حيوية ونشاطاً
- لديه رؤية منطقية قوية بحيث يصل إلى لب الموضوع وأساس المشكلة
- قدرته فائقة على حل المشكلات الصعبة بصورة مختصرة وطريقة عقلانية
- يسأل أسئلة قوية وصعبة لأنه يتحدى نفسه قبل أن يتحداك
- يكره بشدة الروتين ويحس أنه في سجن
- يفضل قول الحقيقة ويكره اللف والدوران
- يفضل عدم السيطرة على الآخرين وعدم فرض وجهة نظره عليهم

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

علماء/ فيزياء ، كيمياء - مصورون - مخططون استراتيجيون - علماء رياضيات - أساتذة جامعيون - محللو نظم ، مبرمجون ، رسوم متحركة -
أخصائيو كمبيوتر - كتاب تقنيون - مهندسون - محامون - قضاة - البحث الشرعي.

١٣- المرابي (ISFJ)

متحفظ .. حسي .. مشاعري .. حكم

صفاته

- لا يمكن الاستغناء عنه لا في البيت ولا في العمل ولا في أي مكان
- كلمتي عهدي وأهم من أي قانون والكرم عنده أسطوري
- خدمة الآخرين قبل المصلحة الشخصية وإحساسه بالمسؤولية فطري
- محافظ قليل الكلام عميق الفكرة داخل نفسه... عملي مرتب ويحب التفاصيل
- أهم مميزاته أنه واقعي يعيش الواقع بحواسه ولا يحب الخيال
- حازم صارم وصاحب قرار يميل أن يكون في موقع القيادة
- ودود عطوف وصاحب ولاء ضميره حي بصورة فطرية
- إذا قال نفذ ما قال مهما كان ويمكن الاعتماد عليه إلى أقصى درجة
- يعمل بلا كلل ولا ملل، يتحمل الألم والضغط، يقدر مشاكل الآخرين وأحاسيسهم
- يعتبر عنصر ثبات في أي مكان يوجد فيه لا يتغير ولا يتلون، واضح ومستقيم
- لا يهتم بالأمور العلمية الفنية... يهتم بالتفاصيل الدقيقة المادية والإنسانية مثل نبرة الصوت وتعبير الوجه وحركة الجسم
- يحب الدين والأصول والثبات في الأمور... يحب المبادئ والقيم بشكل كبير
- عنده خزينة كبيرة من المعلومات والخبرات العريضة، وتعرفها إذا سألته
- متواضع هادئ الطباع صلب من الداخل وقوي
- يحب أن يتعلم وأن يعلم
- لديه آراء واعتقادات قوية لأنها مبنية على أساس متين من المبادئ والقيم
- يحترم نظام العمل المتعارف عليه لأن هذا هو المنطق في رأيه
- قوته في أن يعرف هل الذي أمامه صادق أم كاذب وفي ثوان، وقد لا يظهر ذلك لك ولكنه يعرف (لا يخدعه أحد ويعرف أعماق الناس)

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

مهندس ديكور - مصممون - ممرضون - مدراء مكاتب أو إداريون - مساعد إداري - العناية بالطفل أو الطفولة المبكرة - مستشارون بالخدمة الاجتماعية - مدخل حسابات - كاتب - اقتصاد منزلي.

١٤- الفنان (ISFP)

متحفظ.. حسي .. مشاعري .. تلقائي

صفاته

- محافظ يعيش في عالمه الداخلي... يفضل التركيز والهدوء والسكينة
- لا يبادر بالكلام ويستمتع أكثر مما يتكلم
- يفضل التفاصيل ويحب أن يلمس الأشياء بيديه
- صاحب قلب رقيق المشاعر إلى أبعد حد... مرهف الحس خجول بطبعه.
- الآخرين يقللون من شأنه ويستخفون به ولا يعرفون مواهبه
- يتكيف مع الواقع ، مرن تلقائي وعفوي
- لا يحب السيطرة على الناس... لا يحب أن يكون في موقع القيادة
- يرى الجمال في الواقع ويدركه بحواسه في كل شيء حوله
- لا يفتعل مشكلة مع أحد... يتنازل عن حقه من أجل أن يتجنب الخلاف
- لطيف المعشر وطيب القلب، متواضع جداً رغم قدراته العالية ويرضى بالقليل
- عنده ولاء عظيم... تابع مخلص ووفى، يمكن الثقة فيه لأنه لا يخون أبداً
- ينجز الأعمال بهدوء وتروٍ وعدم استعجال
- يستمتع باللحظة التي يعيشها ولا يفضل أن يستنزف طاقته... حسي و واقعي
- دمه خفيف ومرح ولكن في هدوء
- يحب أن يسمع كلمة طيبة من الآخرين... يفهم الناس ويشعر بهم
- إحساس عميق بالالتزام بواجباته تجاه الآخرين
- حس عميق بالمبادئ والقيم... عفيف أمين... لا يسأل شيئاً من أحد
- يفضل أن يضيف السعادة على الآخرين في العمل ولكن في هدوء
- يكره الروتين فهو قاتل بالنسبة له
- مراقب للأوضاع و للواقع من حوله.
- عملي ولا يحب الخيال ويركز على الحقائق الملموسة
- ذو قدرة كبيرة على الاحتمال

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

فنان - موسيقار - ملحن - منشد - مصمم - عناية بالطفل أو الطفولة المبكرة - مستشار - مدرس - عالم نفس - طبيب بيطري - طبيب أطفال.

١٥- المؤدى للواجب المتقن (ISTJ)

متحفظ .. حسي .. مفكر .. حكم

صفاته

- يظلمه كثيرون لأنهم لا يعرفونه حق المعرفة ويعتقدون أنه معقد
- محافظ كتوم وهادئ... يستمع أكثر مما يتكلم ولا يبادر بالكلام
- واقعي حسي يرى الواقع بحواسه ويعيش اللحظة الحالية
- يفضل تفاصيل التفاصيل والإلتقان هام عنده... يتعامل مع الأرقام والحقائق بسهولة
- عادل محايد صارم... حاسم وجاد جداً جداً... المرح في حياته قليل جداً
- حياته منظمة إلى أبعد حد... هادئ يركز بشدة وبدقة في عمله
- يقصد ما يقول، ويقول ما يقصد... واضح إلى أبعد الحدود
- صارم في تطبيق خطة العمل مهما كانت، ولأنه ثابت قوي للغاية
- عنده كلمة شرف فإذا قال يلتزم بكلامه مهما حدث
- يفضل أن ينظم الأمور من حوله
- قوته في التزامه بمبادئه وإحساسه بمسئوليته... ولاؤه صلب لا يتزعزع
- مخلص جداً يقوم بالمهام الموكلة إليه على أكمل وجه وباستمرار وبلا كلل
- يستطيع مواجهة المعترضين بكل قوة وصلابة ولا يهاب أحداً
- يفضل أن يعمل لوحده ولكن أيضاً يعمل ضمن فريق عمل
- يقيم الناس على نتائج أعمالهم وليس على مكانتهم وأشخاصهم
- احترامه بالغ للحقائق ولا يحب الخيال
- واقعي... عملي... ومنظم للغاية
- عاقل جداً ومتزن... مستقل في رأيه ولا يقلد الآخرين
- لا يميل للمرح ويلتزم بالأصول والنظام والقانون ، يلتزم بالمواعيد
- قوته في صلابته وهذا ما يكرهه الناس فيه
- متين متماسك ولا تثنيه المشاكل

الوظائف التي تناسب هذه الشخصية

مدراء تنفيذيون تجاريون - إداريون تنفيذيون - محاسب - مراقب مالي - ضابط - شرطي - مخبر - قضاة - محامون - أطباء بشريون - أطباء أسنان - محلل أو مبرمج كمبيوتر - قادة عسكريون

١٦- صاحب المهارات اليدوية (ISTP)

متحفظ .. حسي .. مفكر .. تلقائي

صفاته

- هادئ جداً ومحافظ، لا يبادر بالكلام... عميق التفكير داخل نفسه
- يتناقش بأقل جهد وأقل عدد من الكلمات
- يراقب الواقع... يعيش اللحظة
- لديه قدرة فائقة على التفكير... مرن وتلقائي... متكيف مع الأحداث
- يشاهد الأحداث من حوله بكل برود لكنه يقرأ ما بين السطور
- لا يتكلم عن نفسه... غامض وصارم
- عقله يعمل كالكمبيوتر في الدقة والاستمرارية
- محايد وموضوعي... منصف عادل عقلاني ومنهجي
- أحياناً يكون مرح بشكل غير متوقع
- ممتاز في استنباط أصل المشكلة وتحليلها بشكل منهجي ثم يعطيك خطة
- يهتم بالسبب والنتيجة ويهتم بالأمور المادية والمهارات اليدوية
- لديه مهارات فائقة على مراقبة الأحداث من حوله
- لا يحب النظريات ولا الخيال فهو عملي لأبعد الحدود
- يكره الروتين والنظام الذي يقيد الحركة
- يستمتع بالتحدي خصوصاً المشاكل المعقدة والكبيرة ويستمتع أيضاً بلها
- تغلب عليه المصلحة الذاتية الشخصية دون أنانية ولكن بعقلانية
- يتحمل الظروف ويتعامل مع أنماط مختلفة من البشر ويؤمن بالمساواة
- يغضب من الناس عندما يضيعون وقته ويكون شديداً صارماً معهم
- يعشق الاستقلالية في حياته ولا يحب أن يتطفل عليه أحد
- يقرر حياته بنفسه... قراره ملكه فقط
- كثير النقد بطبعه، قوته في عقله... نبيه ذكي لمام ولا يخدعه أحد
- مفتاح شخصيته في أن تسأله بصورة منطقية عقلانية
- كلامه عقلاني... جاف محايد، ولكن لا يقصد أن يجرح أحداً
- يثق في التجربة... أصحابه قليلون

الوظائف التي تصلح لهذه الشخصية

ضباط - شرطي - مخبر - طبيب شرعي - مبرمج أو محلل كمبيوتر - مهندس - نجار - فنان في النحت - ميكانيكي - طيارون - رياضيون - رجال أعمال.

المصادر والمراجع

- من أسرار النفس البشرية
- إنا لست مجنوناً إنما أنا لست أنت
- أنماط الشخصية
- بوصلة الشخصية
- قراءة الناس
- شخصيتك بين يديك
- أنماط الشخصية ومهارات التعامل
- كيف تعرف شخصيتك وشخصية الآخرين
- د. موسى الجويسر
- روجر وساره سي / تعريب: محمد شموط
- د. محمد الكبيسي
- دايان تيرنر / ترجمة: د حمود الشريف
- محي الدين الصبان
- سعد الحمودي / عهد الهيف
- ناصر اللقماني
- م. سلمان الشمراني



استراتيجيات التدريب



١- استراتيجية فكر، اكتب، ناقش زميلك، شارك الجميع

- من الأفضل عرض خطوات هذه الاستراتيجية أمام المتدربين في العرض التقديمي مع استخدام مؤقت تنازلي والخطوات هي:
- يفكر المتدرب في السؤال الموجه.
 - يكتب استجابته وأفكاره، ومن المناسب اختيار أحد استراتيجيات حل المشكلات مثل إجراء جلسة عصف ذهني.
 - يناقش مع زميله أفكاره بحيث يضيف أو يعدل.
 - ثم يستعد للمشاركة أمام جميع المتدربين في حال تم توجيه السؤال له.

السؤال	أفكاري	أفكار زميلي	المشاركة التي ستقدمها

اسمي:..... اسم زميلي:..... التاريخ:.....
ملاحظة: هذه الاستراتيجية لا تأخذ وقت طويل لتطبيقها في التدريب وتصلح للتقييم القبلي أو الإضافة.

٢- استراتيجية المواجهة (اكشف أوراقك)

تستخدم في نهاية الدورة التدريبية أو خلال الدورة.

الخطوات:

- يصمم المدرب أو المتدربين بطاقات تحتوي على الأسئلة وإجاباتها حول المحتوى التدريبي وتوضع هذه البطاقات في منتصف الطاولة.
- يتم تقسيم المتدربين إلى مجموعات بحيث تحتوي المجموعة على (٤) متدربين.
- يحدد المتدربين قائد في كل مرة وظيفته اختيار بطاقة الأسئلة ويقرأ السؤال ثم يكتب مع زملائه الآخرين الإجابة سواء في ورقة أو سبورة صغيرة.
- عندما ينتهي المتدربين من كتابة إجاباتهم يطلب منهم القائد كشف أوراقهم بكلمة مثلا (اكشف أوراقك).
- يهنئ القائد المتدربين اللذين أصابوا ويشرحون للمخطئين.
- تعاد الطريقة بتغيير قائد كل مجموعة.

٣- استراتيجية المساجلة الحلقية (التعاقب الحلقي)

جميلة هذه الطريقة لمعرفة المعلومات القبلية وتصلح كذلك لمراجعة المحتوى كتحقييم أخير.
الطريقة:

الشفهية

- يجيب المتدرب الأول.
- الثاني (يضيف أو يعدل).
- الثالث وهكذا (عصف ذهني).

- يمكن تطبيقها بشكل فردي أو جماعات.
- يطرح المدرب المشكلة أو المفهوم أو الفكرة.
- تصلح هذه الطريقة خاصة الكتابية لاستخراج معلومات المتدربين ومن الجيد أن يكتب كل متدرب اسمه...
- يمكن استخدامها لكتابة الحكم والأمثال والتجارب...

الكتابية

- توزع ورقة يشارك فيها الجميع بالكتابة.
- يقرأ المتدرب الإجابات السابقة فإما يضيف أو يعدل حسب رؤيته مع كتابة السبب.
- تمرر الورقة على كل المتدربين.

٤- استراتيجية المراسل المتنقل

المهارات: الملاحظة، الاستنتاج، القياس، تفسير البيانات.
الطريقة:

- يتم تقسيم المتدربين إلى مجموعات.
- تكلف كل مجموعة بعمل نشاط أو تطبيق.
- تعيين أحد المتدربين ليكون المراسل المتنقل.
- ينتقل المراسل بين المجموعات بحيث يطلع على عمل كل مجموعة.
- يعود المراسل إلى مجموعته الأصلية لينقل لهم المعلومات والأفكار والعمليات التي لاحظها خلال تنقله ويتناقشون حول الأفكار الجديدة وهكذا.
- تصلح هذه الاستراتيجية لتطبيق مايلي:
- عمل يدوي كصناعة صندوق أو ماشابه.
- حل المشكلات.

٥- استراتيجية حوض السمك

تتألف من مجموعتين من المتدربين تكون على شكل حلقتين داخلية وخارجية. **الحلقة الداخلية:** تسمى مجموعة النقاش ويفضل أن يكون المدرب بينهم ومن الأفضل ألا تزيد حلقة النقاش عن ٣٠ دقيقة. **الحلقة الخارجية:** تسمى مجموعة الملاحظين وهم يلاحظون بصمت ويدونون ملاحظاتهم وآراؤهم أو أسئلتهم. **الخطوات:**

- ١- تكوين الحلقة الداخلية (قليلة).
- ٢- تكوين الحلقة الخارجية (الأكثرية).
- ٣- المدرب يدير النقاش وليس عشوائيا بل من خلال أسئلة مخطط لها وتحقق الأهداف.
- ٤- يمكن لشخص من الملاحظين أسرة النقاش لطرح فكرة ما ثم الرجوع لحلقاته.
- ٥- يتعلم المدربون من المدرب فن القيادة عند إدارة النقاش.

٦- استراتيجية جكسو

الهدف منها المساواة التامة بين أفراد المتدربين **خطوات الاستراتيجية:**

- تقسيم المتدربين إلى مجموعات ليست اقل من ٤ ولا أكثر من ٦
- يكون عدد افراد المجموعة داخلها يساوي عدد المجموعات فعلى سبيل المثال ٤ مجموعات في كل مجموعة ٤ افراد وهكذا
- يقسم المحتوى أيضا على عدد الافراد والمجموعات في أوراق واضحة
- اوزع ارقام على افراد المجموعة من ١-٤ على سبيل المثال
- ثم اطلب أصحاب الرقم ١ ان يتجمعوا على طاولة ومن أصحاب الرقم ٢ وهكذا.. فتنكون مجموعات جديدة
- اوزع عليهم المحتوى وأجعلهم يتناقشون فيه ويتبادلون حوله الآراء والمفاهيم ويستوعبوه جيدا.
- وبعد انتهاء الزمن المحدد للمناقشة اطلب من كل فرد الرجوع الى مجموعته الأساسية.
- على كل متدرب ان يشرح لزملائه في المجموعة ماناقشه وفهمه مع المجموعة السابقة ونلاحظ هنا بأن المجموعة في فرد واحد فقط يحمل معلوماته هو التي اخذها من مجموعة الأرقام المتشابهة فأصبح عليه لزاما ان يتحمل مسؤولية تلك المعلومات وينقلها
- يتم اما اختبارهم او اجراء مسابقة لهم علنية ونعلن الفريق الفائز لاحقا.

٧- ارسم أفكارك

- أن يرسم المتدرب أي محتوى بحيث يحتوى على مدلولات تشير الى المحتوى بسهولة
- أو أن يرسم المدرب المدلول (تشبه لعبة بدون كلام)

٨- لعبة الأدوار

- تقمص الدور وتمثيله بمحاكاة الشخصية المطلوبة

٩- حلقة الحكيم

- يبحث المدرب بين المتدربين عن لديه خبرة في محتوى ما ثم يوظف تلك المعرفة باشراكها بنشاط جماعي معين، ويمكن تفسير إجابة لسؤال ما في محتوى ما.

١٠- داخل وخارج الدائرة

- يقسم المدرب المتدربين إلى مجموعتين داخلية وخارجية ويقفون في دائرة في مواجهة بعضهم لبعض
- يعطي مجموعة الدائرة الداخلية بطاقات عليها أسئلة وأجوبة
- يوجه متدرب من الدائرة الداخلية السؤال لمتدرب من الدائرة الخارجية ويجب ويصح
- يتم تدوير متدربي الدائرة الخارجية على متدربي الدائرة الداخلية

11- فجوة المعلومات

عبارة عن جداول توزع بين المتدربين ومتبادلة المعلومات المكتوبة والمخفية.

			مهارات التأثير	المتدرب الأول
			احتياجات القيادة	
			شروط الالقاء	

			مهارات التأثير	المتدرب الثاني
			احتياجات القيادة	
			شروط الالقاء	

ونسأل الله لكم
التوفيق والإستفادة

المشرف العام

محمد بن علي آل رضي

تنفيذ وتطوير

الكفاءات التدريبية

الإشراف العام

د. عوض مرضاح

مراجعة وتدقيق لغوي ومهارات

د. إبراهيم جلالين ابراهيم

د. جعفر بن خالد المدني

المشاركون في تصميم الحقبة

أ. فهد عمر باجبير

أ. شادي محمد الجندي

فريق الإعداد والتحكيم

د. خالد برقاوي

د. أحمد عوض

د. عوض مرضاح

د. خالد السهلي

د. نايف القرشي

أ. نوف فيروزي

أ. هالة المهدي



المودة
almawaddah

جمعية المودة للتنمية الأسرية
Almawaddah Society for Family Development

saudi arabia : P.o.Box : 132735 Jeddah 21382

Tel.: +966 (12) 619 4444

Fax: +966 (12) 674 4316

Mob. : +966 (50) 0436655

info@almawaddah.org.sa

Web : www.almawaddah.org.sa

@almawaddah_j

علم ينتفع به
Useful Science