

## علم النفس الأسري

### مفهوم الاسرة

باستعراض معاجم اللغة يتضح أن ( الأُسْرَة ) مشتقة - في أصلها - من ( الأُسْر ) و ( الأُسْر ) لغة يعني : القَيْد ، يقال : ( أُسِرَهُ ) يَأْسِرُهُ أُسْرًا وَإِسَارَةً وَإِسَارًا : قَيْدَهُ ، وَأُسِرَهُ : أَخَذَهُ أُسِيرًا .

قال تعالى: ﴿ نحن خلقناهم وشددنا أسرهم ﴾ أي شددنا خلقهم.

قال ابن فارس : الهمزة والسين والراء أصل واحد ، وقياس مطرد ، وهو الحبس والإمساك وأسرة الرجل رهطه لأنه يتقوى بهم .

فالأُسرة : لون من ألوان الأُسْر أو القيد، إلا أنه أُسِرُ اختياري يسعى إليه الإنسان ؛ لأنه يجد فيه ( الدرع الحصينة )، ويتحقق له من خلاله ( الصالح المشترك ) الذي لا يتحقق للإنسان بمفرده دون أن يضع نفسه - اختياريًا - في هذا الأُسْر أو القيد .

و الأسرة في عرف الناس لا تخرج عن هذا المعنى اللغوي،

فهي تطلق على: كل جماعة بينها رباط من نوع معين، فيقال مثلا: أسرة التعليم، أسرة الفنانين، أسرة الأدباء...

أما الكلمة المرادفة لكلمة أسرة، فهي:(العائلة)، والتي تقوم على أصل لغوي آخر. ففعال المرء هم الذين يتدبّر أمرهم ويكفل عيشتهم.

جاء في لسان العرب: أعال و أعول إذا كثر عياله، و علتة شهرا كفيته معاشه و عال عياله عولا و عؤولا بالكسر كفاهم معاشهم و قاتهم و أنفق عليهم ، و قيل إذا قام بما يحتاجون إليه من قوت و كسوة و غيرهما

وانطلاقا مما سبق فإن الأسرة تطلق ويراد بها :

–الدرع الحصينة وسميت بذلك؛ لإحكام صنعتها حتى كأنها حصن يقي لمن لاذ به واحتتمى فيه من ضربات الأعداء .

–أهل الرجل وعشيرته ورهطه الأذنون ، وسموا بذلك ؛ لقوة الرباط الذي يربطهم ويوفر لهم الحماية والمنعة .

–الجماعة يربطها أمر مشترك وسمُو بذلك؛ للأمر الذي يربطهم ويجمع بينهم .

## الأسرة اصطلاحاً :

من بين التعاريف الاصطلاحية للأسرة نجد :

هي تلك الوحدة الاجتماعية التي تتكون من الزوج والزوجة ، والتي تحكمها مجموعة من الحقوق والواجبات ، وهي الشكل الاجتماعي الشرعي المعترف به لإنجاب الأبناء .

هذا التعريف وضع الأسرة في الإطار الشرعي الذي تحكمه مجموعة من الحقوق والواجبات المتبادلة، كما أنه ركز على الوظيفة الأساسية للأسرة وهي إنجاب الأبناء .

والأسرة هي : جماعة اجتماعية أساسية ودائمة ، ونظام اجتماعي رئيس ، وليست الأسرة أساس وجود المجتمع فحسب ، بل هي مصدر الأخلاق ، والدعامة الأولى لضبط السلوك والإطار الذي يتلقى فيه الإنسان أول دروس الحياة الاجتماعية ، وربما كان ذلك هو مجمل منظور علم الاجتماع إلي الأسرة باعتبارها نظاماً اجتماعياً .

هذا التعريف أضاف وظيفة أخرى للأسرة زيادة على إنجاب الأبناء ، ورعايتهم ، وكونها تدريباً على تحمل المسؤولية ، ومنتفساً مشروعاً للغريزة الجسدية ، أضاف إلي هذا أنها مصدر الأخلاق والدعامة الأولى لضبط السلوك، والإطار الذي يتلقى فيه الإنسان أول دروس الحياة الاجتماعية

والأسرة هي : جماعة نفسية لها خصوصية ، تقوم على روابط الزواج والدم ، ويسودها المودة والرحمة والتضحية والرعاية المتبادلة بين أفرادها.

هذا التعريف يشير إلي الملامح الوظيفية للأسرة باعتبارها :

—أول وسط اجتماعي يتلقى فيه الفرد العطف والحنان .

—يشبع الزوجان من خلال الأسرة الغريزة الجسدية بطريقة مشروعة .

—كما يتحمل كل منهما عبء رعاية ثمرات هذا الالتقاء الزوجي .

## من وجهة النظر الإسلامية هي:

وحدة اجتماعية لها ميول فطرية في أصل التكوين الإنساني تتكون عناصرها من زوج و زوجة أو أكثر تربطهما علاقة جنسية و عاطفية شرعية، و أطفال من نسلهما أو بدون أطفال.

## أهمية الأسرة

تعتبر الأسرة أهم خلية يتكون منها جسم المجتمع البشري إذا صلحت صلح المجتمع كله ، وإذا فسدت فسد المجتمع كله، في كنفها يتكون النوع الإنساني إذ فيها ينشأ الفرد وفيها ، تنطبع سلوكياته ،وتبقى أثارها منقوشة فيه ، يحملها معه ، ويورثها ذريته من بعده  
وتكمن أهميتها في الأمور الآتية :

هي أول لبنة في بناء المجتمع ،لأن الأسرة السوية الصالحة هي أساس الحياة الاجتماعية ، بل هي أساس المجتمع المتكامل، لأنه عبارة عن مجموعة من الأسر المتفاعلة .

تحقيق وظائف الإنسان الفطرية مثل غريزة البقاء، والتوازن في الدوافع الجنسية وتوثيق العلاقات والعواطف الاجتماعية بين أفراد الأسرة الواحدة .

تكسب الفرد اتجاهاته، وتكون ميوله، وتميز شخصيته، وتحدد تصرفاته، بتعريفه بدنيه ، وعادات مجتمعه ولغته ، فيكون لها الأثر الذاتي ، والتكوين النفسي في تقويم السلوك وبعث الطمأنينة في نفس الطفل .

تعلم أفرادها كيفية التفاعل الاجتماعي بما تكسبهم من حرف تمكنهم من العيش في أمان مع المجتمع الذي ينتموا إليه .

الأسرة تستمد أهميتها وعلو شأنها لأنها البيئة الاجتماعية الأولى والوحيدة التي تستقبل الإنسان منذ ولادته ، وتستمر معه مدى حياته، تعاصر انتقاله من مرحلة إلى مرحلة مما يستدعي القول بعدم وجود نظام اجتماعي آخر يحدد مصير النوع الإنساني كله كما تحدده الأسرة .

### التمرد على الاسرة

تعرضت الاسرة للنقد والتجريح من الحركات المناهضة للاسرة والتي دعت الى التخلي عن الاسرة التقليدية واستبدالها بانظمة اسرية مناسبة للحياة العصرية من زعماء هذه الحركة حركات تحرير المرأة وبعض علماء الاجتماع و التيار المضاد للطب العقلي

يرى علماء حركة الطب العقلي المضاد ان الاسرة التقليدية كنظام مخرب لفردية الانسان وشخصيته وارجعوا مشكلات الاطفال والمراهقين وانحرافهم السلوكي وامراضهم النفسية الى الظلم الذي يقع عليهم في الاسرة ،

فالاسرة مولدة للمرض وتنمى الفصام والجناح والاضطراب عند الاطفال

ودعا هذا الفريق الى تخليص الابناء من هذا النظام السيء ورعايتهم في احضان مربيات مؤهلات علميا وتربويا وتنشئتهم كما يريدهم المجتمع وليس كما يريد ابائهم البيولوجيين، فالتربية الجيدة يقوم بها التربويون ولا يقدر عليها الكثير من الالباء والامهات.

## علم النفس الأسري

علم النفس الأسري هو تخصص واسع وعم في علم النفس المهني التطبيقي قائم على مبادئ نظرية النظم (الانساق) يركز على التقييم والتدخل والبحث في نظام العلاقات البينشخصية للأسرة وافراده.

## التوافق الأسري

### التوافق : تعريف

التوافق في اللغة هو التالف والتقارب واجتماع الكلمة، ونقيضه التخالف والتنافر والتصادم

والتوافق في الاصطلاح يقصد به القدرة على التوائم من النفس

(توافق نفسي) ومع البيئة الاجتماعية (توافق اجتماعي)

الشخص المتوافق مع نفسه : راض عن قدراته، متقبل لشكله ومظهره، قانع برزقه، وصفاته، قادر على ضبط نفسه عند الغضب،

### التوافق النفسي

الشخص المتوافق مع نفسه : راض عن قدراته، متقبل لشكله ومظهره، قانع برزقه، وصفاته، قادر على ضبط نفسه عند الغضب، يشبع حاجاته بسلوكيات مشروعة.

أما الشخص غير المتوافق مع نفسه: فهو يعاني من صراع داخلي بين أفكاره ومشاعره وحاجاته، مما يجعله ساخطا متذمرا قليل الحيوية، سريع الغضب.

### التوافق الاجتماعي

يقصد بالتوافق الاجتماعي:

قدرة الشخص على تكوين علاقات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه، ويعملون معه،

ويعتمد التوافق الاجتماعي على نكاء الفرد، ونضجه الانفعالي، مما يجعله يحسن التصرف خاصة في التوافق مع الازمات.

## التوافق : حالة وعملية

اعتبر علماء النفس التوافق عملية يتم فيها انجاز أعمال معينة لتحقيق اهداف، وإشباع حاجات، ومواجهة العوائق والصعوبات، وتخفيف التهديدات، واحتواء الازمات، والسيطرة عليه، بأساليب ترضى الفرد، ويقبلها المجتمع الذي يعيش فيه. بينما اعتبره بعضهم الآخر حالة هي محصلة عملية تحقيق الأهداف وإشباع الحاجات ومواجهة العوائق

## انماط التوافق :

اهتم علماء النفس بدراسة سلوكيات التوافق و دوافع واهدافه وما تواجهه من صعوبات ، وقسموه الى:

توافق حسن عندما تكون السلوكيات والاهداف التي يحققها مرضية نفسيا ومقبولة اجتماعيا.

وتوافق سيء عندما تكون السلوكيات والاهداف غير مرضية نفسيا او غير مقبولة اجتماعيا.

## التوافق الأسري

التوافق الأسري من التوافقات الاجتماعية.

قدرة أفراد الأسرة على التوائم والتألف مع بعضهم البعض ومع مطالب الحياة الأسرية، الممثلة في سلوكياتهم وتصرفاتهم وأساليبهم في القيام بواجباتهم الأسرية وتحقيق أهدافهم وإشباع حاجاتهم والتعبير عن انفعالاتهم ومشاعرهم عن بعضهم، وجهودهم مجتمعين او منفردين في مواجهة أحداث الأسرة العادية او الطارئة .

يمكن تقسيم التوافق الاسري الى:

توافق أسري حسن عندما تكون سلوكيات افراد الاسرة واهدافهم مرضية لهم نفسيا ومقبولة اجتماعيا

وتوافق اسري سيء عندما تكون السلوكيات والاهداف غير مرضية نفسيا وغير مقبولة اجتماعيا

ينظر الى التوافق الاسري من زاويتين:

زاوية فردية يقصد بها توافق كل فرد مع اسرته وقيامه بواجباته، وحصوله على حقوقه وفق ادوار ه الاجتماعية

وزاوية جماعية : يقصد بها توافق الاسرة باعتبارها جماعة مع احداث الحياة اليومية والطارئة السارة والمحزنة

والزاويتان مرتبطتان ومتداخلتان ولا يمكن الفصل بينهما

### أهمية التوافق الأسري

تأتي اهمية التوافق الاسري من جوانب مختلفة منها:

تأثير التوافق الاسري على تنشئة الفرد وتنمية شخصيته، وتكوين مفهومه عن نفسه، وتحديد قيمه ومعتقداته واتجاهاته وميوله، واكسابه الاساليب التي يتوافق بها مع نفسه ومع مواقف الحياة في المجالات المختلفة لاسيما في المجالات الاجتماعية والتربوية والمهنية

### مجالات التوافق الأسري

التوافق الاسري ليس توافقا واحدا، وانما هو توافق متعدد الانواع او متعدد الابعاد والمجالات وفق حجم الاسرة وتنوع العلاقات بين افرادها وتعدد الادوار الاجتماعية فيها

فمجالات التوافق الاسري في الاسرة الممتدة اكثر من مجالات الاسرة النووية لوجود الاقارب وتنوع الادوار التي لا توجد في الاسرة النووية

## مجال الزواج

وهو المجال الأول ويقصد به توافق الزوجين معا ومع مطالب الزواج، كما يظهر في سلوك الزوجين معا ومشاعرهما نحو بعضهما البعض وقيامهما بواجباتهما وحصول كل منهما على حقوقه الزوجية وجهودهما في تحقيق اهداف الزواج

ويكون التوافق الزوجي حسنا اذا كانت سلوكيات كل من الزوجين مقبولة من الطرف الآخر وتشبع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية والروحية

ويكون التوافق الزوجي حسنا اذا كانت سلوكيات كل من الزوجين مقبولة من الطرف الآخر وتشبع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية والروحية

ويمكن ان يكون التوافق الزوجي سيئا اذا كانت سلوكيات كل من الزوجين مزعجة للطرف وتحرمه من اشباع حاجاته وتجعله ينفر منه ولا يطمئن اليه وتتعدم المحبة والمودة والرحمة بينهم.

يتفق خبراء الارشاد والعلاج الأسري على أن التوافق الزوجي هو أهم مجالات التوافق الأسري فاذا توافق الزوجان معا توافقا حسنا كانت الاسرة متماسكة ومترابطة وسادها الوئام والانسجام

اما اذا توافقا توافقا سيئا تفككت الاسرة واضطربت العلاقات فيها وساء توافق افرادها مع بعضهم البعض وكانت الاسرة مهددة بالتصدع والتفكك وكان أفرادها معرضين للانحراف

## مجال الوالدية

مجال الوالدية هو المجال الثاني من التوافق الزوجي

ويراد به توافق كل من الوالدين مع واجبات الوالدية وحقوقها، ويبرز في سلوكيات كل من الاب والام نحو ابنائهم ومعاملتهم لهم وفهمهم لحاجاتهم ومطالب نموهم واسلوبهم في علاج مشكلاتهم ومدى تقبلهم لدورهم الوالدي في التنشئة وتعاونهم في الرعاية وحرصهم على حمايتهم وعلاج مشكلاتهم بمودة ورحمة.

يرتبط التوافق الوالدي بالتوافق الزوجي ويتأثر به فالوالدان المتوافقان زواجيا توافقا حسنا قادران على العطاء لابنائهم ومعاملتهم معاملة جيدة، اما الوالدان المتوافقان

توافقاً سيئاً فقد لا يقبلان أطفالهما من هذا الزواج وتدفعهما دوافع شعورية أو لا شعورية إلى إهمال رعايتهم أو الإساءة إليهم  
ودراسات الجنوح تبرز أن الأطفال الجانحين عاشوا في كنف آباء وأمّهات سيئين في توافقهم الزوجي تكثر بينهم الخلافات

### مجال البنوة

يقصد به توافق الآباء مع واجبات البنوة وحقوقها وسلوكياتهم نحو والديهم وإدراكهم لمعاملتهم خاصة في مرحلتها الطفولة والمراهقة  
ويرتبط بتوافق الوالدين فهما وجهان لعملة واحدة  
وإن كان الأول يظهر في سلوك الآباء والثاني في سلوك الآباء  
وبينهما تأثير متبادل فالتوافق الوالدي الحسن يسهم في جعل التوافق الآباء حسناً

### مجال الأخوة

يقصد به توافق الآباء مع واجبات الأخوة وحقوقها وسلوكياتهم نحو إخوتهم وإدراكهم لمعاملتهم  
ويكون توافقاً حسناً إذا ساد الاحسان المتبادل والاحترام والمساندة داخل الأسرة وخارجها  
ويكون سيئاً إذا سادته الإساءة المتبادلة والنفور والغيرة والحسد  
وهو مرتبط بالتوافق الوالدي يحسن إذا حسن أسلوب المعاملة (الاحسان والعدل) ويسوء إذا ساد التذبذب وسوء المعاملة (التمييز)

## العلاج الأسري

يشير العلاج الأسري إلى مفهوم واسع يضم في طياته العديد من النظريات والتقنيات التي يتم إتباعها عند التعامل مع الزوجين والأسر التي تعاني صعوبات نفسية تتطلب تشخيصا وتدخلا مهنيا متخصصا.

يجمع بين أفراد الأسرة الواحدة بهدف إحداث تغييرات تتعلق بالبعد الأسري وليس بالبعد الفردي.

الأسرة وسط علاجي يتطلب الحضور الفعال للأسرة.

العلاج الأسري والمقاربات التي تركز على الجوانب العلائقية في المشكلات في بداياته في المجتمعات العربية.

انه اقرب أنواع العلاجات إلى الثقافة العربية مقارنة بالثقافة الغربية المبنية على الفردانية،

فالأسرة في الثقافة العربية لها من الأهمية في حياة الفرد الدرجة العليا، وغالبا ليس للفرد وجود اجتماعي خارج نطاق الأسرة، وفي الجانب العيادي بشكل عام.

وفي جانب الصحة النفسية، فإن الأعراض المرضية تظهر في ظل الأسرة، و فيها تتطور وتنمو، وفيها يتم الاعتراف بها او عدم الاعتراف، والأسرة هي من يتخذ قرار طلب التشخيص والعلاج، وهي أيضا من يشرف على متابعة.

## تعريف العلاج الاسري

كل محاولة علاجية تركز بشكل ظاهر على إحداث تغيير في التفاعلات بين أفراد الأسرة وتسعى لتحسين وضع الأسرة كوحدة كلية والأنساق التابعة لها واداء الأفراد.

ولما كان التركيز في العلاج الأسري منصبا على الجوانب العلائقية فان التسمية بالعلاجات الأسرية غير دقيق، و الأولى منه تسميتها بالعلاجات العلائقية.

يمكن اعتبار التوجه الأسري اتجاه عيادي له طريقته الخاصة في النظر إلى المشكلات العيادية الفردية في إطار الوسط الأسري.

ما يستدعي نمطا خاصا من التدخل، يتم فيه تقييم وتشخيص ووصف وتفسير أعراض الفرد ومشكلته ، والعمل على تعديله وتغييره في ضوء انماطه العلائقية بحضور فعال لأعضاء بيئته الأسرية.

### الاتجاه الاسري

شهدت سنوات الخمسينيات مجموعة من العيادين الذين لم يكونوا راضين عن بطء عملية تطور عند تعاملهم مع بعض الأفراد وكان يحبطهم أن يكون التغيير لدى عملائهم يتراجع وينتكس بسبب أعضاء أفراد أسرهم الآخرين، فبدأ النظر إلى الأسرة على أنها مصدر المرض .

فجنحوا إلى إحداث قطيعة مع طريقة النظر القديمة وتوجهوا إلى ابتكار عددا من المناهج التي ركزت على الأسرة في جمع وفهم سوء التوافق الشخصي للفرد.

ظهور العلاجات الأسرية كبراديجم جديد ونقله في الفهم والتدخل العلاجي أدت ببعض المؤرخين للعلاج النفسي اقترح تسميتها بالقوة الرابعة، إلى جانب التحليل النفسي والسلوكية والإنسانية المدارس الكبرى المعروفة في العلاج النفسي التي كانت مسيطرة ومشكلة للقوة الثلاث الأولى

### مسلمات الاتجاه الاسري

أن السلوك المشكل له وظيفة وهدف لصالح الأسرة

أن الأسرة تحافظ على استمرار السلوك المشكل وتعمل على تثبيته من خلال السيرورات والعمليات الأسرية المختلفة

أن السلوك المشكل وظيفي بالنسبة للأسرة التي ليست لها القدرة على العمل بشكل جيد ومنتج خاصة خلال فترات الأزمات و المراحل الحرجة و مراحل الانتقال

انه عرض على أنماط غير وظيفية متوارثة عبر الأجيال

إن إحداث أي تغيير سيكون أكثر سهولة وأضمن من حيث النتيجة إذا تم داخل الأسرة وعبرها، باعتماد مجموعة العلاقات بشكل كلي.

فالعامل مع الأسرة مهم وأساسي واقتصادي.

الأسرة عبارة عن وحدة متفاعلة لها خصوصيتها، ومن الصعب الكشف عن مناحي السواء و اللاسواء في سلوك الفرد في معزل عن دراسة تفاعله مع باقي أفراد أسرته، وحدودها أوحى ما وراء الأسرة من أنساق عامة.

## تصنيف العلاج الأسري:

### الاتجاه الأول

وتشمل هذا الاتجاه نظرية التحليل النفسي لفرويد و نظرية تعديل السلوك لسكينر و العلاج المتمركز حول المتعالج لروجرز ونظرية العلاج السلوكي العقلائي الانفعالي لأليس والعلاج الواقعي لجلاسر وغيرها من المدارس العلاجية المعروفة.

حيث يتم تعديل استراتيجياتها وتقنياتها لتتلاءم مع طبيعة وخصائص الأسرة والزواج.

### الاتجاه الثاني

يمثل نظريات علاجية قائمة بذاتها متخصصة في مجال العلاج الزوجي والأسري دون غيرها من المجالات الأخرى وتتضمن كل نظرية منها إستراتيجياتها ومهارتها وتقنياتها الخاصة بها والتي تشمل:

العلاج الأسري البنائي لسلفادور منوشن، والعلاج الأسري الاستراتيجي لجاي هيلي وكلو مادانس، والعلاج الأسري متعدد الأجيال لموراي بوين وغيرها.

## تصنيف العلاج الأسري

### الفرق بين العلاج الفردي والعلاج الأسري

#### حالة نورة

تبلغ نورة 22 سنة من العمر، لجأت إلى المعالج طلباً للشفاء من حالة الاكتئاب، التي تعانيتها منذ ما يزيد عن سنتين، والتي تؤثر على قدرتها في المحافظة على علاقاتها مع الأصدقاء، وأدت إلى تراجع أدائها في العمل، وهي تسعى إلى أن يتحسن شعورها، إلا أنها متشائمة حول فرصتها في تحقيق ذلك.

السؤال هو كيف يمكن للمعالج أن يقدم لها يد المساعدة ؟

#### المعالج الفردي

يركز على اعداد تشخيص تصنيفي للحالة، ويمكن ان يعتمد على الدليل التصنيفي الخامس او دليل المنظمة العالمية للصحة

يبدأ العلاج مباشرة مع الحالة

يركز على الاسباب والجوانب المعرفية والعاطفية والسلوكية للحالة الاكتئابية وطريقة تعامل نورة مع الضغوط

يهتم بالتجربة الذاتية الفردية لنورة وطموحها ونظرتها للمستقبل

ويتدخل لمساعدة نورة على التعامل الكفاء بطرق علاجية مصممة

الفرق بين العلاج الفردي والعلاج الأسري

#### المعالج الأسري

يسعى إلى الكشف عن البناء الأسري و سيرورته وقواعده ويمكن ان يعتمد في ذلك على الجينوغرام

دعوة اب وام وأخت نورة للجلسات العلاجية

يركز على العلاقات الأسرية التي تعطي معنا للحالة الاكتئابية  
يهتم بالمعنى الفروق الجنسية الجندرية كما هي ما بين الاجيال وقواعده وثقافته و  
التي تؤثر في النسق الأسري  
يتدخل بطريقة مصممة لمساعدة وسط نورة على التغير

المعالج الأسري يهتم بكيفية تأثير الاكتئاب على باقي أفراد الأسرة وعملياتها فاكتئاب  
نورة قد يرمز إلى معاناة غير المعبر عنها لأسرتها

يتهم بعض المعالجين الأسريين بكيفية استفادة أفراد آخرين من الأسرة من اكتئاب  
نورة، أو كيف يعكس حاجتهم للتكيف مع قواعد الأسرة وتقاليدها والثقافية المرتبطة  
بالجانب النوعي الجندي أو تطور دورة الحياة الأسرية.

لا يستطيع المعالج الاسري اختيار أفراد المجموعة العلاجية او اختيار نمط  
المشكلات،

في العلاج الجمعي الجماعة مؤقتة ومصطنعة، بينما الجماعة الأسرة دائمة وتجمعها  
روابط متنوعة، وفي العلاج الجمعي تبقى المشكلات فردية ويمكن للمعالج لقاء  
الأفراد خارج الجلسات الجماعية للحديث عن بعض الجوانب الخاصة لدى الفرد، في  
العلاج الجمعي جميع الأفراد غرباء اما في الأسري فالمعالج هو الغريب.

### الفرق بين العلاج الجمعي والعلاج الأسري

من حيث الاستمرارية فان الحياة بالنسبة للأسرة تبقى مستمرة بينما أعضاء مجموعة  
العلاج الجمعي كل فرد له حياته الخاصة التي يعيشها خارج الإطار العلاجي ، وهذه  
الاستمرارية يمكن ان تمد المعالج الأسري بفرص للعلاج المستمر كما يمكن ان  
تشكل صعوبة إذا تعلق الامر بمشكلات غير معالجة حيث يلزم المعالج انتظار  
الجلسات الموالية لمناقشتها بينما في العلاج الجمعي فما لم يتم حله يمكن ان يتم  
تأجيله إلى جلسة موالية حيث يمكن للمشكل من زواية جديدة، والأسرة بين الجلسات  
يمكن ان يطرا عليها تغير وتعديل في الاتجاهين السلبي والايجابي.

## الفرق بين العلاج الأسري والعلاج الزوجي

يتعامل العلاج الزوجي مع الزوجين فقط دون إشراك أي فرد آخر من داخل أسرتهما سواء كانت أسرة نووية أو ممتدة.

أما العلاج الأسري فإنه يشمل التعامل مع كل أفراد الأسرة من الزوجين وأولادهما في الأسرة النووية أو التعامل مع كل أفراد الأسرة الممتدة الكبيرة والتي تشمل أقارب الزوج والزوجة وأولادهما وأقاربهما

وقد يركز الإرشاد الزوجي على الزوجين خاصة في بداية حياتهما الزوجية لمساعدتهما على مواصلة مسيرتهما وتدعيم علاقتهما.

وهناك من لا يفرق بين النوعين

## إطار العلاج النفسي الأسري

تتم الممارسة العلاجية الأسرية في غرفة مخصصة للممارسة النفسية المهنية، تعتمد على الإضاءة غير المباشرة والموزعة توزيعاً متساوياً على مساحة الغرفة، وذات ألوان في جدرانها وستائرهما ومعلقاتها هادئة وفاتحة وخالية من أية رسومات أو تشجير أو رموز . ومجهزة بمكتب وخزانة لحفظ المستندات محكمة الإغلاق، تتسع لملفات المتعالجين، وشرائط تصوير وتسجيل الجلسات، والاستمارات الرسمية والمقاييس والاختبارات النفسية، وكراسي متحركة على عجل مريحة ومتساوية في الحجم، وتوضع بينها منضدة صغيرة.

## الفريق العلاجي

يتم العمل بفريقيين مختلفين، حيث يتولى الفريق الأول مقابلة الأسرة أو الزوجين ، ويسمى غالباً المعالج الرئيسي، بينما يراقب الفريق الثاني خلف مرآة من جانب واحد التفاعل العلاجي ويمكنه ان يتدخل اشرافياً، ويطلق عليه اسم المعالج المساعد.

وقد يتم تصوير هذه الجلسة بواسطة الفيديو، للتمكن من تقويم الجلسة مرة أخرى بشكل افضل والاستفادة منها في تسيير ما ياتي من جلسات

## الجلسات العلاجية

تستمر الجلسة العلاجية بين 60 الى 120 دقيقة، بمتوسط بين 80 و 90 دقيقة، سواء كانت جلسة أسرية أو زوجية

المدة فاصلة بين الجلسات تكون عادة طويلة نسبيا، 4 أسابيع على الأقل بعد الجلسات الأولى قد يمتد الفاصل بين ستة أسابيع إلى حتى ثلاثة أشهر.

تمكن المتعالجين من تطوير الثقة بكفاءة بالذات والالتزام.

عند تغير المتعالجين، فانهم يستطيعون أن يعرفوا بشكل غير مباشر انهم هم الذين كانوا وراء هذه التغيرات.

تسهيل ادراك سيرورة التعديل والفروق بين الجلسة والآخرى ومدى تحقق الاهداف

انخفاض التعلق الانفعالي بالمعالج، وارتفاع الاستقلالية الذاتية

انخفاض الإرهاق المادي للمتعالجين والتعلق الاقتصادي للمعالج بالمتعالجين

تسهيل انهاء العلاج

يتم تحديد عدد الجلسات العلاجية منذ البداية، ما يرفع من فعاليتها، ويؤكد على المرحلة الانتقالية للعلاج النفسي، الذي يجب ان يكون محدودا وله نهاية منذ البداية، يتم تحديد عدد الجلسات بعشر جلسات على الأكثر، وان كانت قد تدوم باعتبار الفواصل وتستمر الى السنتين او اكثر. وفي المتوسط تتراوح الجلسات بين 5 الى 7 جلسات. وهذا التحديد لعدد الجلسات يقف دون تحول العلاج النفسي الى هدف في حد ذاته.