



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



جمعية سيدات الطفيلة الخيرية

من نحن :

نحن جمعية نسوية تطوعية غير ربحية (خيرية) تأسست عام 2011 بمحافظة الطفيلة تتبع وزارة التنمية الاجتماعية قانونياً ، تستهدف زيادة الوعي لدى الأسر حول التحديات التي قد تواجه النساء ومساعدتهن في علاج المشكلات الأسرية لبناء أسر آمنة .

الرؤيا :

نحو بيئة أسرية آمنة خالية من العنف الأسري في محافظة الطفيلة.

الرسالة :

نشر الوعي بأهمية عملية الإرشاد الأسري من خلال المساهمة في تمكين المرأة والأسرة ورعاية الطفولة .

معلومات التواصل

➤ خط هاتف : 0775772420

➤ التواصل الاجتماعي : الفيسبوك : جمعية سيدات الطفيلة الخيرية

➤ الموقع الإلكتروني www.tafilahwomen.org

➤ البريد الإلكتروني : t_lady_char@yahoo.com





مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



مركز " أمل " للإرشاد الأسري

تأسس المركز عام 2014 ، يعمل به مرشدتين مؤهلتين ذوات خبرة بالإرشاد، ومجموعة مرشدات جامعيات متطوعات خاضعات لبرنامج تدريبي متخصص، من غاياته تقديم خدمة الاستشارات المجانية لأفراد الأسرة، إما من خلال المقابلة الشخصية بمكتب الإرشاد أو من خلال خدمة الخط الإرشادي ضمن آليات محددة .

خط الإرشاد الأسري : 0777149409

نستقبلكم في مكتب الإرشاد بمقر الجمعية الكائن مقابل سلطة المياه / وسط البلد

من الساعة 9.00 صباحا - 1.00 ظهرا خلال أيام الأسبوع

ما عدا يومي الجمعة والسبت

الفيسبوك : مركز " أمل " للإرشاد الأسري



الأشخاص ذوي الإعاقة /إعاقة عقلية

حالة (1)

أعاني من وضع خاص داخل المنزل وهو وجود طفل لديه إعاقة عمره عشر سنوات يعاني من إستسقاء دماغي وأشعر بالتعب النفسي والجسدي جراء العناية المستمرة به كما أن إعاقته تُحمّل الأسرة أعباء مادية كثيرة، ولا أعرف كيف أتصرف .

الإجراءات الإرشادية

1. مساعدة أفراد الأسرة على تقبل حقيقة إعاقة الإبن والتكيف والتعايش معه .
2. قيام أفراد أسرة الطفل المعاق بأدوارهم المطلوبة فيما يتعلق بالتعامل مع الطفل المعاق ورعايته والمشاركة في برامج تأهيلية والأنشطة الترويحية .
3. قيام الأم بتخصيص وقت للترفيه عن نفسها للتخفيف من الضغط النفسي الذي تشعر به مثل الخروج للتنزه وزيارة الصديقات على أن يتم تأمين رعاية الطفل المعاق من قبل أحد أفراد الأسرة .
4. مساعدة الوالدين خاصة الأم على أن يستمدا المواساة من المعتقدات الدينية والروحية .
5. توعية الوالدين وأفراد الأسرة بحاجات الطفل المعاق (الجسمية والعقلية الاجتماعية النفسية والجنسية) حسب نوع إعاقته وعمره .
6. مساعدة أسرة الطفل المعاق على الحصول على المعلومات التي يحتاجونها فيما يتعلق بتربية وتأهيل هذا الطفل وكيفية الحصول على المعلومات.

• مصادر التدخل في المحافظة :

1. مديرية التنمية الاجتماعية / محافظة الطفيلة .
2. مؤسسات المجتمع المدني لرعاية المعاقين / جمعية أبناء الطفيلة للتربية الخاصة .
3. مستشفى الأمير زيد بن الحسين/قسم العلاج الطبيعي .
4. جمعية سيدات الطفيلة الخيرية /مركز أمل للإرشاد الأسري للحصول على الدعم النفسي والاجتماعي لأفراد الأسرة وخاصة الوالدين .



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



نفسية / خجل اجتماعي

حالة (2)

(أنا فتاة عمري 16 سنة أشكو من خجل شديد عند مواجهة الناس في مواقف الحياة الاجتماعية وأتلعثم عند التحدث ولا أستطيع مناقشة أحد أو التماور مع الآخرين فماذا أفعل؟)

الإجراءات الإرشادية:

1. إيضاح خطورة لجوء الفتاه للعزلة الإجتماعية وضرورة مشاركة الفتاه للعائلة في جلساتهم ونشاطاتهم بدل العزلة في غرفتها.
2. التدريب على المهارات الإجتماعية قبل الخوض فيها وذلك لإكساب الفتاه الخبرة وكسر حاجز الخوف من المواجهة ويتم ذلك عن طريق تمثيل الدور كتحليل المواقف وتنفيذها .
3. استخدام اسلوب تقليل الحساسية التدريجي من المواقف التي تشعر فيها الفتاة بالخجل مثل أن تكون مشاركتها في الأنشطة تدريجية كأن تسلم على ضيوف العائلة وتجلس معهم لمدة خمس دقائق ثم تزيد المدة في كل مرة وأن تتحدث إليهم فيما بعد ولو بعبارة قصيرة...وكذا وكذلك أن تكون مشاركتها في الإذاعة المدرسية بجمل قصيرة تدريجيا حتى يخفني الخوف والقلق الاجتماعي وتعتاد هذه المواقف .
4. توسيع دائرة علاقاتها الاجتماعية وصادقاتها ومشاركة الأسرة في زيارتها ومناسباتها الاجتماعية مثل الأفراح زيارة الأقارب....الخ.

إضاءة

مرجع يستفاد منها :

- ✓ غابريلا بوردفسكي ، " الثقة بالنفس وتعزيز القدرات وربط العلاقات".
- ✓ "دليل المرأة الشابة إلى القيادة" ،2010م ،المعهد الديموقراطي الوطني للعلاقات الدولية (NDI).



تحصيل دراسي (ضعف دافعية)

حالة (3)

(كيف أتصرف مع ابني الذي لا يحب الدراسة ولا يهتم بدروسه مما انعكس على أدائه الدراسي وتحصيله وهو طالب في الصف الخامس)

الإجراءات الإرشادية

1. تنظيم برنامج دراسي يومي للطفل يساهم في تحسين وضعه بحيث تحدد أوقات للدراسة وأوقات للترفيه ومتابعتها.
2. معرفة أسباب تدني تحصيل الطفل وضعف دافعيته من خلال متابعته في البيت والمدرسة.
3. تعزيز مبادرات الطفل الايجابية والمتعلقة بالدراسة والتحصيل مهما صغرت وذلك بعد السلوك مباشرة بحيث تقوم الأم بمكافأة الطفل بعد دراستها بالسماح له باللعب أو مشاهدة برامجه المفضلة أو الخروج لممارسة أنشطة ترفيهية واللعب مع أصدقائه .
4. توعية الأم بمفهوم اختلاف القدرات بين طفل و آخر وعدم مقارنته بغيره ،ومراعاة قدرات طفلها وميوله .
5. توعية الأم بمتطلبات مرحلة النمو الخاصة من هذه المرحلة (الطفولة المتوسطة) بحيث تتوسع مدارك الطفل وتظهر أمامه اهتمامات وأنشطة جديدة يرغب بممارستها مثل رياضة كرة القدم والألعاب الإلكترونية و الخروج مع رفاقه ، ويجب أن تراعي الأم هذه الحاجات وعدم حرمانه منها مع الاهتمام بدراسته .
6. تجنب ربط مشاعر الوالدين بنتائج التحصيل الدراسي وتقبل الطفل في كافة الأحوال.

• إضاءه :

الدافعية هي حالة عقلية تحدث عند الإنسان تثير لديه سلوكاً معيناً وتوجهه نحو هدف معين من خلال الانتباه إلى بعض العناصر المهمة في المواقف التعليمية ثم القيام بنشاط موجه نحو ذلك والاستمرار فيه فترة كافية من الزمن حتى يتحقق هدف التعليم.

مرجع يمكن الاستفادة منه :

كتاب "الطفل من الحمل إلى الرشد " جزء(1) السنوات التكوينية . المؤلف : إسماعيل محمد (1995)، دار القلم للنشر والتوزيع .



مشكلات سلوكية / عناد الاطفال

حالة (4)

(طفلي عنيد ولا يستجيب لتوجيهاتي وهو في السنة الرابعة من عمره ويلجأ باستمرار للصرخ مما يضطرنني الاستجابة له و لطلباته لإنهاء الموقف فهل تصرفي صحيح؟ أرشدوني (...).

الإجراءات الإرشادية :

- 1- تلبية مطالب النمو والحاجات الأساسية للطفل بقدر كاف مما يؤدي به إلى الشعور بالرضا والسعادة والأمن .
- 2- استخدام أساليب التنشئة السليمة في التعامل مع الطفل من حيث التقبل والاحترام والتقدير وتوفير الحب والحنان والثبات على أساس واحد في التعامل معه بما يجعله يشعر بالأمن والطمأنينة ويهيئ له فرصة مناسبة للاعتماد على نفسه وتنفيذ التوجيهات والثقة بالنفس .
- 3- تزويد الطفل بمهارات الإتصال مع الآخرين من خلال اللعب وممارسة الأنشطة والألعاب الموجهة .
- 4- إذا كان سلوك الطفل وعناده لا يشكل خطراً على الطفل أو غيره يجب تجاهله .
- 5- إذا كان سلوك الطفل يشكل خطراً على نفسه والآخرين فيجب اللجوء إلى العاطفة أولاً فمثلاً قل له " إذا كنت تريد إرضائي فأفعل ذلك من أجلي " . وإن لم تجد العاطفة يجب اللجوء إلى أسلوب العقاب الإيجابي مثل الإقصاء (العزل) والتوبيخ

مصطلحات مفيدة

الإقصاء (العزل) :إبعاد الفرد عن التعزيز الإيجابي كإرسال الطفل إلى غرفته عندما يقوم بسلوك غير مناسب أو إخراجه من اللعبة عندما يخالف قواعدها ويجب أن يكون مكان الإقصاء آمناً (لا يجوز حبسه في الحمام او غرفة مظلمة مثلاً) ولمدة خمس دقائق تزيد حسب زيادة العمر وضرورة متابعة الطفل أثناء ذلك

التوبيخ:التعبير اللفظي عن عدم الرضا عن السلوك غير المناسب وعدم الموافقة عليه ولا يجوز استخدام الصراخ لإظهار عدم الرضا .

التجاهل محو السلوك غير المناسب من خلال إيقاف تعزيره فمثلاً نتوقف عن إصدار التحيات بعد عدة مرات من عدم إجابة من نحياه ومن الأفضل تعزيز السلوك النقيض للسلوك غير المرغوب فيه



حالة أسرية / الثقافة الجنسية للأطفال

حالة (5)

(ابنتي عمرها ثمان سنوات وهي ذكية ودائمة التساؤل عن الأمور الجنسية ولا أعرف كيف أجيبها وأتهرب من الإجابة على تساؤلاتها فهل ما أفعله صحيح؟)

الإجراءات الإرشادية:

1. تقبل الطفلة وعدم توبيخها والإجابة على تساؤلاتها بما يتناسب والمرحلة العمرية للطفلة.
 2. التوضيح للأم بأن الطفلة ستلجأ إلى مصادر أخرى إذا لم تجيبها الأم بصراحة مثل صديقاتها أو الإنترنت.
 3. اللجوء لأساليب غير مباشرة لتوعية الطفلة مثل أسلوب السرد القصصي والتوجيه حول موضوعات واقعية من المجتمع حول قضايا الإساءة للأطفال وخاصة الجنسية .
 4. لجوء الأم إلى مصادر علمية للإجابة عن أسئلة الطفلة والوصول إلى قناعة بأن الطفل القادر على توجيه الأسئلة أيضاً قادر على فهم الإجابة.
 5. التركيز على أمور مهمة بالنسبة للطفلة مثل خصوصية الجسد وما هو مسموح وغير مسموح للآخرين فيما يتعلق بجسدها.
 6. توعية الأم حول الأنواع المختلفة للإساءة الجنسية مثل الاتصال الجسدي المباشر أو الجهورة ومشاهدة الأفلام الإباحية والسفاح (زنا المحارم) .
- إضاعات
- الجهورة : الكشف عن ما لا يليق الكشف عنه من الجسد .
- السفاح : التحرش الجنسي من قبل شخص على شخص آخر(ذكر / انثى) في العائلة ذاتها إذا كان قريب من الدرجة الثانية خال أو عم أو قريب مباشرة في العائلة الواحدة (الأخوة والأخوات والأب).
- ملاحظة : يعاقب القانون مرتكب السفاح (زنا المحارم) بالأشغال المؤقتة لمدة لا تقل عن سبع سنوات حسب قانون العقوبات ، رقم 16 لسنة 1960.



تكيف زوجي / خيانة زوجية

حالة (6)

(زوجي يخونني مع نساء أخريات ويقوم بعلاقات جنسية عبر وسائل التواصل الاجتماعي وأنا لا أستطيع تحمل ذلك فماذا أستطيع أن أفعل؟؟)

الإجراءات الإرشادية

1. أن تهتم الزوجة بمظهرها وبيتها وتخصص وقتا لتقضيته مع زوجها بما يناسب ظروفه وعدم التركيز على العناية بالمنزل والأبناء فقط وتخصيص فترة مسائية تمضيها مع زوجها.
2. التواصل مع الزوج فيما يتعلق باهتماماته وهواياته ليكون هناك موضوعات مشتركة تجمع بينهما وتقربهما عاطفياً.
3. التحاور مع الزوج بعد خطوة التقرب منه عن خطورة ما يقوم به من جرح لمشاعرها وتهدد لمستقبل الأسرة لاحقاً.
4. استغلال الخطاب الديني ما أمكن للتأثير في الزوج للإسهام في إقلاعه عن هذه الأمور بطريقة غير مباشرة.
5. مشاركة زوجها في الأنشطة الاجتماعية داخل وخارج الأسرة وعدم انشغالها عن ذلك لزيادة التواصل بينهما.
6. كسر حالة الروتين والملل في العلاقة الزوجية بتغيير المكان والأوضاع والخروج في إجازات خاصة بهما.

• إضاءات

وسائل التواصل الاجتماعي :

- الفيسبوك :شبكة اجتماعية تديرها شركة فيس بوك للاتصال والتعامل مع الآخرين
- تويتر :يقدم خدمات التدوين المصغر والتي تسمح للمستخدمين ارسال تغريدات عن حالاتهم أو أحداث حياتهم وإبداء آراءهم بحد أقصاه 140 حرف للرسالة الواحدة
- إنستجرام :تطبيق مجاني لتبادل الصور وشبكة اجتماعية أيضا
- واتساب :تطبيق تراسل فوري محتكر للهواتف الذكية



علاقات أسرية (العلاقة مع الحماة)

حالة (7)

حماتي تغار مني وتعتبرني سبب في سوء تعامل إبنها (زوجي) معها، وتفتعل المشاكل لتسيء لي في مواقف متعددة مما جعلني ضائقة من الحياة ولا أدري كيف أتعامل معها؟

الإجراءات الإرشادية:

1. التدريب على مهارات الاتصال مع كبار السن مثل :
 - أ. التغاضي عن سوء المعاملة من طرفهم ما لم يترتب عليها أذى مباشر للزوجة (مثل الإساءة اللفظية أو الجسدية).
 - ب. اغتنام الفرص والمناسبات لتقديم الهدايا لهم حتى لو كانت بسيطة أو رمزية.
 - ت. التواصل مع الزوج لأخذ دوره كوسيط إيجابي في حل الخلافات وعدم اتخاذ موقف الحياد كون الطرفين لهما الدور الكبير في استقرار حياته العائلية
 - ث. عدم اتخاذ كبير السن والتعامل معه بندية للاختلاف بين المراحل العمرية والمتطلبات.
 - أ. يصبح كبار السن أكثر حساسية وانفعال وغضب لأتفه الأسباب بسبب شعورهم بالعزلة بالإضافة لمشاعر القلق والخوف من الموت والمرض ويصعب تغيير إتجاهاتهم وطباعهم وأي محاولة للتغيير يواجهونها بالإنفعالات الحادة ويميلون لتملك أبنائهم والتمسك بهم حولهم.
2. التعريف بمتطلبات وحاجات ومشكلات كبار السن (الحماة) مثلاً يجب أن يراعى هنا :
 - أ. التدهور العام في القدرات العقلية والمعرفية بسبب الكبر وكذلك ضعف الانتباه والتركيز والذاكرة .
 - ب. تدني تقدير كبار السن لأنفسهم بسبب فقدانهم لرفاقهم بسبب الوفاة أو المرض لذلك تصبح حياتهم الإجتماعية معزولة وثقتهم بأنفسهم أقل ، ويتمركزون أكثر حول ذاتهم وتكثر أوقات فراغهم ويسعون إلى شغلها مع أحفادهم مما تعتبره الزوجة تدخلا في أبنائها .



تكيف زوجي / زواج متكرر

حالة (8)

أنا سيدة عمري 40 سنة تزوجت 3 مرات الأولى وأنا عمري 17 من رجل يكبرني كثيرا ثم تطلقت وبعدها تزوجت من رجل متزوج وتطلقت بعد عام من زوجي منه بسبب سوء معاشرته ثم تزوجت من ثالث يكبرني بعشرين سنة وبعد فترة بسيطة لا تتعدى الأشهر تطلقت . لا أستطيع العيش بمفردي وأكره الوحدة وأبحث عن فرص زواج للقضاء على الوحدة والبحث عن السعادة ..فما رأيكم بحالتي؟؟

الإجراءات الإرشادية :

1. تزويد السيدة بالخيارات المتاحة أمامها مثل : إشغال وقت فراغهم بهوايات منزلية أو أشياء محببة لها مثل خياطة الملابس التي تجيدها أو التطريز أو إكمال دراستها ، أو الالتحاق بدورات تشغل وقت فراغها وتزيد من ثقتها بنفسها وتعزز فرص زواج افضل في المستقبل إذا ما زالت مصرة على معاودة الإرتباط .
2. إعطاء نفسها وقتا كافيا للتفكير بشكل أعمق في فرص الزواج القادمة كونها لن تكون أحسن حالا من سابقتها بسبب وضعها كمطلقة أكثر من مرة .
3. الأخذ برأي المقربين ذوي الثقة عند توفر الفرصة أمامها للزواج مرة أخرى لتجنب الخبرات المؤلمة التابعة للفشل في الزواج .
4. . التواصل مع جهات داعمة مثل :
أ. مؤسسة التدريب المهني (دورات متنوعه و مختلفة)
ب. الجمعيات الخيرية التي توفر تمكين للسيدات بعدة اشكال لبناء قدراتها المهنية .



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



علاقات أسرية / عنف أسري

حالة (9)

(زوجي يسئ معاملي ويقوم بضربي وشتمي أثناء غضبه أمام أبنائي وبشكل يومي ولأتفه الأسباب فكيف أتصرف معه .)

الإجراءات الإرشادية والتي تنصح الزوجة بالآتي :

- 1- تجنب الدخول في نقاش مع الزوج أثناء غضبه وتجاوز المواقف والتحاور فيما بعد .
- 2- التواصل مع الزوج والتحاور معه بعد أن يهدأ حول طبيعة العلاقة بينهما وأثرها على الأسرة والأطفال
- 3- الإستعانة بشخص مصدر ثقة ومقبول لدى الزوج للتدخل وحل المشكلات الأسرية
- 4- اهتمام الأم بأطفالها وتجنبهم مواقف العنف داخل الأسرة والتقرب منهم واحتضانهم ومحاولة تفسير ما يحدث لتخفيف الآثار النفسية المترتبة من هذه الموقف .
- 5- توعية الأم حول الخيارات المتاحة إذا استمر الزوج في إيذاؤها باللجوء إلى مؤسسات المجتمع المدني التي تقدم خدمة مجانية مناسبة مثل :
 - أ. إدارة حماية الأسرة/ الطفيلة .
 - ب. جمعية سيدات الطفيلة /مركز أمل للإرشاد الأسري للدعم النفسي و الاجتماعي .
 - ت. الاستشارة القانونية المجانية .
 - ث. مركز المساعدة القانونية :جمعية تطوعية غير ربحية تأسست عام 2008 م تهدف إلى ضمان التمكين القانوني لغير المقتدرين تحت شعار النفاضي حق للجميع .

إضاءات :-

إدارة حماية الأسرة : قسم استحدث من عام 2011 م في منطقة العيص /محافظة الطفيلة قرب الجامعة ويتخذ الطابع المدني ولديهم كوادر مؤهلة لحل قضايا العنف ضد المرأة والطفل بشكل سلمي مباشر



التكيف الزوجي / التواصل داخل الأسرة

الحالة (10).

"زوجي يُحملني مسؤولية كل شيء في الأسرة خاصة سلوكيات أبنائي ، فأبني الأكبر مُدخن والثاني يتأخر دائماً خارج المنزل وهو يلومني على كل تصرفاتهم فهل هذا عدل ؟ .

الإجراءات الإرشادية :

1. إشراك الأب في مسؤولية تربية الأبناء بشكل دائم وليس عند حدوث المشكلة فقط .
2. إقامة علاقات ايجابية وتواصل بين الزوجة وزوجها من جهة وبين الوالدين و الأبناء وخاصة الأب من جهة وذلك بالتقرب منهم ومعرفة اهتماماتهم وميولهم وتقبلهم .
3. اعتماد أسلوب الحوار بين الوالدين ومع الأبناء لتعديل السلوكيات الخاطئة مثل : التدخين والتأخر عن المنزل واللجوء إلى تعزيز السلوك المرغوب فيه وتجاهل السلوك غير المرغوب فيه مثل: معاقبة السلوك غير المرغوب فيه بالأساليب المختلفة مثل: تكلفة الاستجابة والإقصاء والعزل والتصحيح الزائد والتوبيخ.
4. عمل قوانين وأنظمة خاصة بالأسرة يتفق ويلتزم بها الجميع مثل : مواعيد الطعام، مواعيد العودة للمنزل.
5. اعتماد أسلوب التعزيز والثواب عند تكرار السلوك الإيجابي لدى الأبناء ولكن بشروط؟. أن يعقب التعزيز السلوك مباشرة. وأن يحظى السلوك المرغوب فيه بالتعزيز في أغلب الأحيان فلا يهمل أو يتجاهل . أن تكون كمية المعزز كافية وذات قيمة بالنسبة للفرد ولا تصل إلى درجة الإشباع لأنه يفقد قيمته ، التنوع في المعززات واستخدام المعززات الطبيعية المتاحة مثل تشجيع الأهل والأصدقاء .

✓ مصطلحات مفيدة :

تكلفة الاستجابة : وهي الغرامة أو المخالفة التي تؤدي إلى فقدان الفرد لبعض المعززات المتوافرة لديه مثل: غرامة النقود أو خصم الإجازات .

التصحيح الزائد: الطلب من الفرد أن يزيل الأضرار التي نتجت عن سلوكه غير المقبول ويقوم بسلوك مناقض مثل: تنظيف الطفل لغرفته بأكملها عند سكب العصير على الأرض بعد تنظيف المنطقة التي اتسخت.

التوبيخ : التعبير عن عدم الرضا عن السلوك غير المناسب ولا يتم بصوت مرتفع ويجب أن يتم إظهار عدم الرضا.

الإقصاء والعزل : وهو إبعاد الطفل لمكان معزول آمن عند قيامه بسلوك غير مناسب لفترة زمنية محددة.



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



إرشاد زوجي / زوج مبكر

الحالة (11)

"ابنتي في الصف العاشر وتحصيلها الدراسي متدني ، وتقدم شاب لخطبتها وأنا أفضل تزويجها ولكني مترددة... دلوني ماذا أفعل؟؟"

الإجراءات الإرشادية

1. تعريف الأم بخصائص مرحلة المراهقة من حيث المتطلبات الأساسية والحاجات المتعلقة بها.
2. توعية الأم حول قصور الفتاة عن اتخاذ قرار مصيري (الزواج).
3. توعية الأم حول خطورة الزواج المبكر على الفتاة نفسياً وصحياً واجتماعياً .
4. أن تحاول الأم اكتشاف ميول وقدرات الفتاة وتعزيزها لمساعدتهم على اتخاذ القرار المهني المناسب.

مصطلحات مفيدة :

تزويد الأم بمعرفة حول الخيارات المتاحة امام ابنتها مثل :

1. مسارات التعليم بعد الصف العاشر (أكاديمية والمهنية).
2. دورات مؤسسة التدريب المهني (المشاركة بدورات تدريبية مهنية).



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



إرشاد زواجي / مشكلات جنسية

الحالة (12)

"أنا سيدة أعاني من البرود الجنسي عند زوجي منذ ثلاث سنوات وأتحمل ذلك ولكن زوجي رغم ذلك يقيم علاقات عبر الفيسبوك مع أخريات مما جعلني أفكر فعلياً بالطلاق فماذا تنصحوني أن أفعل؟"

الإجراءات الإرشادية :

1. أن تواجه الزوجة الزوج بما تشعر به ومعاناته من جراء وضعه .
 2. التواصل والتحاوور مع الزوج بشكل صريح ومباشر لمساعدتها على مراجعة الأطباء بخصوص هذه المشكلة.
 3. توضيح الخيارات المتاحة أمام الزوجة وتوجيهه بخصوص المشكلة أو توسط أطراف خارجية لإقناع الزوج .
 4. الابتعاد عن مهاجمة الزوج وتذكيره الدائم بعجزه.
 5. إذا وصلت الزوجة إلى طريق مسدود مع الزوج ولم يتقبل ضرورة حل المشكلة تستطيع اللجوء إلى
1. جمعية سيدات الطفيلة /مركز أمل للإرشاد الأسري للدعم النفسي
 2. مركز عدل للمساعدة القانونية.



سلوكيات عدوانية+ألفاظ بذيئة

حالة (13)

"أرشدوني كيف أتعامل مع طفلي الذي يبلغ من العمر خمس سنوات ويتلفظ بألفاظ بذيئة ويضرب الأولاد ويعتدي عليهم ويكسر ممتلكات الآخرين ويكرر ذلك وأقوم بضربه ولكن دون جدوى".

الإجراءات الإرشادية:

1. توعية الأم بالحاجات النمائية لمرحلة الطفولة المبكرة و مشكلات هذه المرحلة .
2. الابتعاد عن أسلوب الضرب لان ذلك سيزيد من عنفه ولجؤه للضرب كأسلوب لحل المشكلات
3. إيجاد بيئة أسرية آمنة بعيدة عن التهديد والقلق ويشعر به الطفل بالأمان من خلال اشعاره بالحب والثقة والاحترام ويقلل فرص عدوانيته.
4. تعزيز سلوكيات الطفل غير العدوانية التي تظهر لديه كاللعب التعاوني واللعب بدون شجار.
5. تدريب الطفل على المهارات الاجتماعية مثل اللعب مع الآخرين واحترامهم ضمن أنشطة يتم متابعتها من قبل الكبار .
6. استخدام الخطاب الديني في تصحيح سلوكيات الطفل العدوانية واستخدامه للألفاظ النابية (كأن يقول للطفل أن هناك مكان في الجنة للأطفال الذين لا يسبوا ولا يضربوا الآخرين وأن من يفعل السلوك الخاطيء لا يدخله الله للجنة) .
7. تدريب الطفل على كيفية التعبير عن عدم الرضا عن الآخرين بشكل إيجابي وليس بالعدوان والألفاظ البذيئة.
8. استخدام أسلوب (العزل)وهو إبعاد الطفل وحرمانه من التعزيز الإيجابي كإرسال الطفل إلى غرفته عندما يقوم بسلوك غير مناسب او إخراجها من اللعبة عندما يخالف قواعدها ويجب أن يكون مكان الإقصاء آمناً (لا يجوز حبسه في الحمام أو غرفة مظلمة مثلاً) ولمدة خمس دقائق تزيد حسب زيادة العمر وضرورة متابعة الطفل اثناء ذلك.
9. استخدام أساليب تعديل السلوك ومبدأ التعزيز والعقاب من خلال طرق علمية في التعامل مع الأطفال) .



مشكلات سلوكية /سن المراهقة

حالة (14)

"ابنتي في المرحلة الثانوية واكتشفت أنها على علاقة مع شاب عبر الهاتف وعاقبتها أكثر من مرة ولكن دون جدوى فتكرر السلوك مع شاب آخر مما أثر على تحصيلها فماذا أفعل؟؟"

الإجراءات الإرشادية

1. بناء جسور الثقة بين الأم من خلال محاولة الأم التقرب من الفتاة وسماع مشاكلها وعدم فرض الحلول عليها واستخدام أسلوب النقاش والحوار معها وممارسة أنشطة مشتركة داخل المنزل وخارجه بين الطرفين مثل الطبخ او الخروج للتسوق.
2. الابتعاد عن أسلوب النقد الجارح والمقارنة مع الآخرين وترصد الأخطاء أثناء تعامل الام مع ابنتها.
3. التحاور حول الآثار السلبية لسلوك الفتاة على مستقبلها.
4. استغلال الجانب الديني في توعية الفتاة حول عدم مشروعية مثل هذه العلاقات.
5. تعزيز الفتاة والتركيز على الجوانب الإيجابية في شخصيتها لزيارة تفتتها بنفسها وحبها للأم وبالتالي تقبل توجيهاتها.
6. إشغال وقت فراغ الفتاة بأشياء مفيدة وتبعاً لرغباتها وهواياتها.
7. توعية الفتاة بمفهوم العادات والتقاليد السائدة في المجتمع وما قد يعود عليها من أضرار شخصية .
8. توعية الفتاه بتأثر هذه العلاقات على تحصيلها ومستقبلها الدراسي حيث أن هذه العلاقات تعمل على تشتيت تفكيرها.
9. احتواء الفتاة عاطفياً من قبل الأم والأب وإبداء مشاعر المحبة والتقبل دائماً حتى لا تبحث الفتاة عن البدائل خارج المنزل.



أسرية /التعامل مع الأبناء .

حالة (15)

"أنا أرملة لدي أربعة من البنات، ثلاثة في مرحلة المراهقة والرابعة طالبة جامعية أعاني كثيراً في التعامل معهن وخاصة من ناحية تلبية الاحتياجات المادية لهن فقد تعودن على وضع مريح جداً قبل وفاة الوالد...فماذا ننصحوني أن اعمل؟ علماً بأن تقاعد الوالد لا يكفي وأنا سيدة غير عاملة؟.

الإجراءات الإرشادية:

1. إشراك البنات في وضع خطة أو ميزانية للأسرة بحيث يتم توزيع دخل الأسرة بحيث يتضمن الحاجات الرئيسية في البداية وما تبقى على الاحتياجات الأخرى لأفراد الأسرة.
2. توزيع الأدوار داخل الأسرة والذي يتضمن تحمل المسؤولية من كافة الجوانب الخاصة بالأسرة مثل: الأعمال المنزلية، تغطية احتياجات الأسرة، والاهتمام بالأولويات (ترتيب الأمور حسب أهميتها).
3. تعريف الأم بالمطلبات النمائية والحاجات المرتبطة بمرحلة المراهقة لتسهيل تعاملها مع بناتها.
4. البحث عن مصادر دخل إضافية بالتواصل مع جهات محلية مانحة أو قروض للعمل بمشاريع صغيرة منزلية مثل:

1. صندوق المرأة.
2. صندوق التنمية والتشغيل.
3. الجمعيات التعاونية.
4. الجمعيات الخيرية .
5. مديرية التنمية الاجتماعية.



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



المخدرات/ادمان

حالة (16)

"زوجي يتعاطى المخدرات منذ أربع سنوات ووصل إلى درجة الإدمان ونتيجة ذلك يقوم بضربي وضرب أبنائه وأنا رغب بالطلاق.... أنا حائرة... ماذا أفعل؟؟ ولمن اتجه؟؟"

الإجراءات الإرشادية :

1. توعية الزوجة حول طبيعة الشخص المتعاطي من حيث امتلاكه للوعي والتحكم بتصرفاته و عدم قدرته على الإقلاع عن المخدرات بدون مساعدة الآخرين.
2. اللجوء إلى أفراد من الأسرة يثق بهم الزوج لإقناعه بضرورة العلاج وتسليم نفسه لقسم مكافحة المخدرات لمساعدته حيث انه يُعفى من العقوبة القانونية ويعامل بسرية تامة بمركز تأهيل متخصص.
3. تحاشي الزوج عند تعاطيه المخدرات لحماية الزوجة لنفسها ولأبنائها من الأذى.
4. توضيح الخيارات المتاحة أمام الزوجة في حالة استمرار المعاناة والإيذاء من قبل الزوج.

مصادر تدخل :

- ✓ جمعية سيدات الطفيلة/ مركز أمل للإرشاد الأسري لتقديم الاستشارات المجانية (الأسرية والقانونية).
- ✓ إدارة حماية الأسرة.
- ✓ مركز عدل للاستشارات القانونية .
- ✓ قسم مكافحة المخدرات/ مديرية الشرطة.



علاقات أسرية / طلاق قبل الدخول

حالة رقم (17)

"أنا فتاة جامعية أبلغ من العمر 26 عاما ، أطلق علي لقب مطلقة قبل أن أتزوج فعلا ، لإصرار والدي على عقد القران مباشرة بعد أسبوع من تقدم شاب لخطبتي، وأثناء فترة الخطوبة لم يحدث توافق بيننا بأمر كثيرة فحدث الإنفصال ، والآن يعزف الشباب عن التقدم لخطبتي كوني مطلقة . أعانى نفسياً من هذا الوضع ولا أعرف كيف أحل هذه المشكلة ."

الإجراءات الإرشادية :

1. توعية الفتاة بمفهوم الزواج والتبعات الخاصة المترتبة عليه قبل التسرع بإتخاذ قرار الزواج .
2. تدريب الفتاة على مهارات شخصية منها مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات .
3. التواصل مع أفراد أسرتها وخاصة الأب و الأم وتوعيتهم حول مخاطر استعجال عقد القران قبل الزواج .
4. توجيه الفتاة لأهمية تنمية قدراتها والإنخراط بالعمل والأنشطة المجتمعية والتطوعية ، وحضور دورات تنمية ذاتية لتؤهل نفسها لسوق العمل .



المصطلحات

- 1) الشيخوخة: وهي المرحلة العمرية الأخيرة والتي تحدد بدايتها بإحالة الفرد على التقاعد عند بلوغه سن 65 او 75 عاما كما تعرف بأنها التراجع التدريجي للقدرة الحيوية في الجسم الذي ينتهي بالموت .
- 2) مهارات الاتصال : مجموعة من المهارات اللفظية وغير اللفظية التي يستخدمها الفرد في تواصله مع الآخرين .
- 3) العناد : هو عصيان الطفل للأوامر وعدم استجابته لمطالب الكبار وهو من اضطرابات السلوك الشائعة وقد يحدث لفترة وجيزة او مرحلة عابره وقد يكون خطأ متوصلا أو صفة ثابتة في سلوك وشخصية الطفل .
- 4) الطفولة المبكرة : هي المرحلة العمرية للطفل والممتدة من 3-5 سنوات
- 5) تكيف زوجي : هو الاستعداد للحياة الزوجية والاندماج معها والتوافق النسبي على الأشياء المشتركة بين الزوجين لتحقيق السعادة الزوجية .
- 6) التعزيز : هو أي فعل أو قول يؤدي إلى زيادة حدوث سلوك معين وقد يكون ايجابيا مثل كلمات المديح أو سلبيا يقوم على إنهاء وضع مزعج (مثل إخراج طفل من غرفة يعتبرها مزعجة له) .
- 7) الأطفال ذوي الإعاقة : هم أولئك الذين تختلف صفاتهم كثيرا عن اغلب الأطفال وهم عاجزين عن تحقيق طاقتهم الإنسانية الكاملة دون برامج خاصة مصممة لتنمية قدراتهم ومساعدتهم على التغلب على إعاقاتهم .
- 8) العنف الأسري : الاستخدام المفرط والمتعمد للقوة ، يقوم به احد الأفراد تجاه احد أو كل أفراد الأسرة نتيجة وجود عدد من العوامل المرتبطة بالشخص الذي يقوم بالعنف او يقع عليه العنف أو نتيجة الظروف الاجتماعية المحيطة .
- 9) متطلبات النمو : مهمات سلوكية يتطلبها نمو الفرد في كل مرحلة من مراحل النمو وإذا تعلمها الفرد أثرت ايجابيا على تكيفه مع ذاته والآخرين .
- 10) المراهقة : هي مرحلة انتقائية يعيشها الإنسان بين الطفولة والرشد تقع ما بين 11 و 21 أي تبدأ بالبلوغ الجسمي وتنتهي بالرشد والوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة .
- 11) العدوان : هو السلوك الذي يؤدي إلى إلحاق الأذى الشخصي بالغير وقد يكون جسما أو نفسيا .
- 12) وسائط التواصل الاجتماعي هو استخدام الشبكة العنكبوتية (الانترنت) بشكل تفاعلي على المواقع الاجتماعية مثل الفيسبوك وتويتر وانستجرام وواتساب وهي تتيح للأشخاص التواصل مع بعضهم البعض عبر المحادثة أو الفيديو .
- 13) الإساءة الجنسية : تعرض الطفل لنشاطات جنسية وتمثل هذه النشاطات بالاتصال الجنسي أو مشاهدة الأفلام الإباحية أو التصوير الفوتوغرافي في أوضاع غير ملائمة مما يؤدي إلى مشكلات جسمية واضطرابات سلوكية وانفعالية لدى الضحية .



- 14) الخجل الاجتماعي : نوع من الاضطراب والخوف غير المبرر يظهر عند قيام الشخص بالحديث أو عمل شيء أمام مجموعة من الناس فتظهر عليه علامات الخجل والخوف والتلعثم عند التحدث .
- 15) البرود الجنسي : هو عدم رغبة أحد الزوجين في الجماع أو ضعف تفاعله أو تهربه منه .
- 16) الميلول : هو شعور عند الفرد يدفعه للاهتمام والانتفاء بصورة مستمرة لموضوع معين يشعره بنوع من الراحة.
- 17) القدرات : هي المهارات البدنية والعقلية التي يحتاجها الفرد للعمل في مهنة أو الدراسة .
- 18) الإدمان : الحالة التي يظهر عليها الفرد المتعاطي فيها الانشغال الشديد لتوفير المادة التي يتعاطاها ويظهر لديه العجز أو الرفض للانقطاع عنها .
- 19) المخدرات : المواد الطبيعية أو المصنعة التي تعمل على تنشيط أو تثبيط الجهاز العصبي ويؤدي تكرار تعاطيها إلى ظهور أنماط سلوكية تبعاً لنوع المادة وكميتها التي يتم تناولها وتترك هذه المواد أثراً ضاراً على الفرد من الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية والخلفية والاقتصادية .
- 20) الأشخاص ذوي الإعاقة : هو ذلك الشخص الذي لا يمكنه تأمين احتياجاته الأساسية بشكل كامل أو جزئي بسبب عاهة اثرت في اهليته العقلية أو الجسدية¹

¹تعريف المؤتمر العربي الأول للتربية الخاصة /1995م



مركز أمل للإرشاد الأسري

جمعية سيدات الطفيلة الخيرية
مركز أمل للإرشاد الأسري
كتيب " حكايتي "



المراجع

1. المجلس الوطني لشؤون الأسرة /2010م/ الإرشاد الأسري/ مؤسسة دار اوراق للإعلام المجتمعي .
2. اللجنة الوطنية الأردنية لشؤون المرأة 2014م/ سلسلة التوعية القانونية للمرأة (المرأة والزواج / المرأة والعنف / المرأة والطلاق) .
3. مؤسسة نهر الأردن – مركز الملكة رانيا للام والطفل / خط المساعدة 110 (مطبوع حول التعامل مع المشكلات الشائعة في مرحلة الطفولة) .
4. المجلس الوطني لشؤون الأسرة ، دليل التشريعات الأردنية المتعلقة بالأسرة ، الجزء الأول (القوانين) ، اب 2007م

