

الحوار والتناغم الاسري

للمدربة

فاطمة الخليوي

ماهو الحوار؟

(هو نوع من الحديث بين طرفين يتم فيه تداول الكلام بطريقة متكافئة فلا يستأثر أحدهما دون الآخر ويغلب عليه الهدوء والبعد عن الخصومة والتعصب)

.....

.....

.....

.....

.....

الحوار الأسري

هو التفاعل بين أفراد الأسرة الواحدة عن طريق المناقشة، والحديث عن كل ما يتعلق بشؤون الأسرة من أهداف ومقومات وعقبات و يتم وضع حلول لها، وذلك بتبادل الأفكار والآراء الجماعية حول محاور عدة ، مما يؤدي إلى خلق الألفة والتواصل

.....

.....

.....

.....

.....

.....

تدريب -1-

- أجيب على الأسئلة التالية :

1- كيف كان نوع الحوار بين والديك؟

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

3- هل كان أحدهما مسيطرا والآخر مسالما؟

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

4- هل تتبعين طريقه والديك أم تحاولين تجنبها؟

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

5- هل تعتقد أن هذا اثر في تواصلك مع أسرتك ,زوجك؟

.....

.....

.....

.....

.....

مفاهيم لا غنى عنها !!

يكون الحوار في أفضل حالاته عندما يؤمن كل طرف بأن له حقوقا وعليه واجبات ولا بد

أن يتقن مهارات معينه كما يلي :

الحق	الواجب	المهارة المطلوبة
1- لك الحق أن تُعرف بنفسك.	-عليك أن تتقبل أسئلة الآخرين	- يتطلب ذلك سعه الصدر وعدم الضيق
2- لك الحق أن تعبر عن رأيك وأفكارك بحريه .	-عليك أن تسمح للآخرين أن يعبروا عن رأيهم بحريه.	-كن موضوعيا .
3- لك الحق أن تسأل لتفهم .	-عليك أن تسأل أسئلة تحترم قيم ومشاعر الآخرين	-أجب عن الأسئلة الموجهة لك بطريقة تعين الآخرين على فهمك.
4- لك الحق ألا تغير رأيك.	-عليك أن تتقبل الآخرين كشركاء وتعترف لهم بحقهم في ألا يجبروا على تغيير رأيهم.	-تعلم كيف تتعامل مع وجهات النظر المتباينة .
5- لك الحق أن تضمن أن كل مايطرح سيؤخذ بجديده.	-عليك أن تأخذ كل مايقال بجديده أيضا.	-تعلم كيف تبني جسور الثقه بينك وبين الآخرين.

فروق بين الحوار والجدل

الجدل :

نوع من الحوار إلا إنه ينجو منحي الخصومة في الغالب.
قال صلى الله عليه وسلم (أنا زعيم بيت في ربض الجنة لمن ترك الجدل وإن كان مُحققا)

الجدال المذموم	الجدال المحمود
<p>-منهيون عنه يتجه إلى الخصومة والانتصار للنفس يصل إلى العناد والاستكبار وعدم الإنصياع للحق. قال تعالى (وجادلوا بالباطل ليدحضوا به الحق فأخذتهم فكيف كان عقاب)</p>	<p>-مأمورون به. لقوله تعالى (ولاتجادلوا أهل الكتاب إلا بالتي هي أحسن)</p>

فروق بين الحوار والجدال

الحوار	الجدال المذموم
المحاور لا يخرج عن الموضوع	المحاور
الهدف هو	الهدف هو الانتصار للنفس.
المحاور يؤيد الحق حتى على لسان غيره	المحاور يرفض الرأي الآخر شكلا وموضوعا .
يقوم على شرف الوسيلة وسمو الغايه.

لماذا نتحاور؟

- 1- فهم الآخر .
- 2 -عرض أفكارك .
- 3-إقناع الآخر .
- 4- دفاع ومجابهة .
- 5- معرفه من يتفق ومن يختلف معنا .
- 6- معرفه أنماط الشخصية .
- 7- تبادل الخبرات .

معوقات الحوار الخمسة

- 1- سماع ما لانتوقع .
- 2- عدم القدرة على الملاحظة الجيدة .
- 3-عدم اتقان فن الحوار.
- 4-أن تحاور فيما لاتعلم.
- 5-عدم مراعاة ظروف من نحاور.

الحوار الأسري

(إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ) سورة فاطر آية 10

- ماهي الفريضة الغائبة عن بيوتنا؟

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

- هل الحوار الأسري ضرورة؟

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

-هل هناك علاقة بين الصحة النفسية للأبناء و بين ثقافة الحوار في الأسرة؟

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

أنواع الحوار الأسري

❖ حوار إيجابي

.....
.....

❖ حوار سلبي

.....
.....

الحوار الإيجابي .

1- النقاش :

منطوق - مكتوب

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

2- الحوار العابر .

تلقائي, شائع, مدخل لتمرير معلومات هادفة .

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

3- الحوار عن طريق العيون.

النظرة جزء من الحوار .

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

4- الحوار الشعري الايجابي :

- بين الزوجين .

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

- بين الآباء والأبناء .

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

5- حوار مرآة الآخر :

- من أهم أنواع الحوار ويعني وضع الذات في مكان الشخص الآخر، ويرتبط ذلك إيجابياً بالرضا عن العلاقة ، والعكس صحيح . هاهم

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

-ينتج عن ذلك أن يعدل أفراد الأسرة سلوكهم في المواقف الاجتماعية المختلفة كنتيجة لفهم وجهة نظر الآخر.

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

ب- الحوار السلبي

وهو التواصل اللفظي الخاطئ ؛ حيث يكون التعبير غير واضح وغير كامل مشحون بالتصيد على كلمات الطرف الآخر ، ويكون ذلك بالطرق التالية :

1. الحوار التعجيزي :

وفيه لا يرى أحد طرفي الحوار أو كلاهما إلا السلبيات والأخطاء والعقبات وينتهي الحوار إلى أنه "لا فائدة".

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

2. حوار المناورة (الكر والفر):

حيث ينشغل الزوجان (أو أحدهما) بالتفوق اللفظي في المناقشة بصرف النظر عن الثمرة الحقيقية والنهائية لتلك المناقشة وهو نوع من إثبات الذات بشكل سطحي .

3. الحوار المبطن:

وهنا يعطي ظاهر الكلام معنى غير ما يعطيه باطنه وذلك لكثرة ما يحتوي من التورية والألفاظ المبهمة، وهو يهدف إلى إرباك الطرف الآخر.

4. الحوار التسلطي (السمع واستجب):

هذا الحوار هو نوع شديد من العدوان حيث يلغي طرف كيان الطرف الآخر ويعتبره أدنى من أن يجاور، بل عليه فقط الاستماع للأوامر الفوقية والاستجابة دون مناقشة أو تضجر.

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

5. الحوار المغلق :

كثير ما تتكرر تلك العبارة فيه (لا داعي للحوار فلن نتفق وهو نوع من التعصب والتطرف الفكري وانحسار مجال الرؤية).

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

6. الحوار العدواني السلبي :

وهو اللجوء إلى الصمت والعناد والتجاهل رغبة في مكايدة الطرف الآخر بشكل سلبي دون التعرض لخطر المواجهة . - حوار القشور .

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

8- حوار الإمعة .

ذوبان شخصيه أحد المتحاورين في الآخر .

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

9- حوار البرج العاجي.

❖ يُبتلى فيه المثقفين

❖ مناقشه قضايا لا تمت للواقع بصله.

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

تدريب -2-

*برأيك ماهي الأسباب التي تؤدي لانعدام الحوار في أسرتك؟

-1

.....

-2

.....

-3

.....

-4

.....

-5

.....

التراكمات السلبية لانعدام الحوار الأسري

المسار الخارجي .

- الأحياط _____ غضب .
- الغضب _____ حنق مكتوم .
- الحنق _____ رغبة في الإنتقام. من الطرف الآخر....

الإنتقام قد يكون -لفظي (نقد -شتم)

- جسدي. (ضرب).

-نفسي (صمت - إحتقار _ تجاهل)

المسار الداخلي .

- ❖ بصورة أمراض نفس جسمية (كارتفاع الضغط , الصداع المزمن , القولون العصبي , الحكة الجلدية العصبية) .
- ❖ أمراض نفسية كالقلق أو الاكتئاب.
- ❖ رغبة في الانتحار .

قواعد الحوار الفعال

	-1
-10	-2
-11	-3
-12	-4
-13	-5
-14	-6
-15	-7
-16	-8
-17	-9
-18	

تدريب -3-

إستبانة الحوار الأسري.

لا	نعم	السؤال	
		هل تحاور زوجتك أو زوجك عندما تكون غاضباً ؟	1.
		هل تحاور زوجتك أو زوجك عندما تكون مرتاحاً ؟	2.
		هل تحاور زوجتك أو زوجك في كل وقت ؟	3.
		ها تستشير زوجتك زوجك في كل الأمور ؟	4.
		هل تحاور(ين) أبناءك الذكور في كل أمر ؟	5.
		هل تستشير (ين) بناتك الإناث في كل أمر ؟	6.
		هل تقتنع برأي زوجتك (زوجك) إذا حاورتها ؟	7.
		هل تأخذ برأي أحد أبنائك الذكور عندما تحاوره ؟	8.
		هل تأخذ برأي إحدى بناتك الإناث عندما تحاورها ؟	9.
		الحوار مع زوجي (زوجتي) له فائدة ايجابية على حياتنا الزوجية ؟	10.
		الحوار مع أبنائي له فائدة على علاقتنا إيجاباً ؟	11.
		تؤثر عملية التحوار في نفسيتي ايجابياً ؟	12.
		تؤثر عملية التحوار مع أبنائي في نفسيتهم إيجاباً ؟	13.
		أحب أن أحاور أفراد أسرتي دائماً ؟	14.
		هل تؤمن بأهمية الحوار الأسري ؟	15.
		هل ترى أن الحوار ضروري من أجل أسرة سعيدة ؟	16.

		17. هل ترى إن الحوار يمكن أن يكتسب ؟
		18. هل ترى أن هناك حوار مفيد و آخر ضار ؟
		19. هل ينتهي الحوار بينك وبين زوجتك بشجار أو غضب ؟
		20. هل تفرض رأيك على أبنائك ؟
		21. هل تعتبر إن أسرتك أسرة محاوره ؟
		22. هل تعتبر إن أسرتك سعيدة ؟
		23. هل ترى إن أسرتك تعاني من الصمت ؟
		24. هل علاقتك الزوجية تعاني من الصمت ؟

التناغم الأسري

المدرسه فاطمه الخليوي .
