

أساليب الاتصال الأسري والاضطرابات السلوكية والنفسية لدى الأبناء المراهقين.

الأستاذة: واضح غنية

جامعة الجزائر 2

مقدمة:

تعد عملية الاتصال ظاهرة إنسانية اجتماعية، وحاجة أساسية للفرد وللجماعة. ويرى أندرسون ونوتال (1987) Anderson & Nuttall أن الاتصال من الحاجات الاجتماعية والنفسية الهامة التي يصعب على الإنسان الاستغناء عنها، حيث أن الاتصال يحقق للإنسان الحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى التقدير، والحاجة إلى المعلومات، والحاجة إلى تحقيق الذات. (نايفة الشوبكي 2008 ص 110)

وتعتبر جماعة الأسرة من بين الجماعات المهمة التي تنمي وتغذي عملية الاتصال لدى أفرادها بطريقة مستمرة وتفاعلية وذلك منذ الارتباط الأول بين الوالدين إلى غاية ميلاد الأولاد ومنذ حياتهم الجنينية إلى غاية حياتهم الراشدة.

ويقصد بالاتصال الأسري لغة التفاهم والحوار بين أفراد الأسرة التي تنقل أفكار كل منهم ومشاعره ورغباته واهتماماته وهمومه إلى الآخرين من الأسرة، وتشمل هذه اللغة: الكلام والحركات والتعبيرات والإرشادات والإيماءات وغيرها من الرموز اللفظية وغير اللفظية التي يقوم عليها التفاعل والتوافق بين أفراد الأسرة، وتجعلهم سعداء أو أشقياء بحياتهم الأسرية، لما للاتصال الأسري من خصائص تجعله يتسم بالحدة أو الشدة الانفعالية التي تفوق أي اتصال آخر، فبقدر ما يكون الاتصال سوياً يكون مناخ العلاقات في الأسرة سوياً كذلك، وتكون الأسرة عاملاً من عوامل سواء الأبناء، أما إذا كان هناك أخطاء في الاتصال الأسري فإن الأسرة في هذه الحالة تتحول من كونها ضمن عوامل السواء لتصبح ضمن عوامل اللأسواء، أي لتكون عاملاً باثولوجياً مولداً للمرض والانحراف ويظهر ذلك بصفة خاصة على أولادها في سن المراهقة. (علاء الدين 2006 ص 51)

فالمراهقة من أدق وأهم المراحل التي يمر بها الإنسان، ذلك لأنها المرحلة التي يتحول خلالها الفرد من طفلٍ غير كامل النمو إلى كائنٍ بالغٍ ناضجٍ، و التغيرات التي تحدث للمراهق أثناءها لا تقتصر على جانب أو بعض جوانب شخصيته و إنما تشملها جميعها، كما أن الكثير من الآباء لا يدركون طبيعة التغيرات التي طرأت على أبنائهم المراهقين، فيشعرون بضعف تأثيرهم عليهم وتنخفض قدرتهم على الاتصال الايجابي معهم، مما يزيد من درجة الضغط النفسي الذي يخضع له الوالدان وفرص حدوث الصراع بينهما؛ إذ يسعى الآباء من جهة إلى فرض سيطرتهم على المراهقين بحجة أنهم أكثر خبرة ومعرفة منهم، بينما يسعى المراهقون جاهدين إلى تحقيق الشعور بالاستقلالية من خلال رفض جميع مظاهر السلطة التي يفرضها الآباء عليهم.

ومرحلة المراهقة لا تؤثر على المراهق فقط بل على كل النظام الأسري وقدرة الأسرة في الحفاظ على تماسك أفرادها داخل النظام الأسري تعتمد بدرجة أكبر على عنصر الاتصال السائد خلال قيام الأسرة بوظائفها، فإذا كان هذا الاتصال منفتح و الحدود مرنة يستطيع النظام الأسري الحفاظ على تماسكه و بالتالي ازدهار النمو النفسي للأفراد داخل هذا النظام حيث يستطيع المراهق حل الصراع القائم بين الحاجة إلى التقرب من الوالدين والحاجة إلى الاستقلال الذي يطمح إليه دون قلق، أما إذا كان هناك خلل في الاتصال و الحدود متشابكة فإن البيئة الأسرية ستصبح مرتعا خصبا لظهور العديد من المشكلات النفسية و السلوكية لدى أفرادها.

ففي هذا الصدد قام كل من كروتفون و كوبر (Grotevant and Cooper , 1983) بدراسة دور الاتصال الأسري في عملية استقلال المراهق عن أسرته حيث أكدوا على أهمية الاتصال في مساعدة أفراد الأسرة في الحفاظ على التوازن بين التقارب والتباعد عن بعضهم البعض.

وعلى وجه العموم يرى الباحثون أن المراهقين الذين ينحدرون من أسر تمارس الاتصال المنفتح هم أكثر سعادة و صحة و أكثر رضا في حياتهم. (Jackson, Bijstro, , 1998)

Oostra, & Bosma, 1998

في حين تشير بعض الأبحاث إلى أن معظم المشكلات الزوجية والأسرية والعلاقات بين المراهقين و آبائهم تنشأ من خلال سوء الاتصال أو الاتصال غير الفعال بينهم، فنقص مهارات الاتصال من أهم المشكلات التي يعاني منها الأبناء في علاقاتهم مع أسرهم في مختلف المراحل و الفئات العمرية حيث تؤدي مشكلات التواصل إلى وجود فجوة في

العلاقة بين الطرفين، و إلى الشعور بالإحباط و الغضب و التوتر لدى الآباء و الأبناء (يوسف مقدادي 2010 ص 206)

فقد بين العديد من الباحثين أن ضعف الاتصال داخل الأسرة يمكن أن يؤدي للعديد من المشكلات كالصراعات الأسرية الحادة، الحل الغير فعال للمشكلات، نقص الألفة و المودة بين أعضاء الأسرة، ضعف الروابط العاطفية و كذلك المشكلات السلوكية لدى الأبناء. (Bray and Heatherington, 1993)

وقد استطاعت بومريند (Baumrind 1983) أن تستخلص ثلاث أساليب للاتصال بين الآباء و الأبناء من خلال الادركات المتبادلة للأساليب الوالدية و سلوك الأبناء، فالأسلوب الديمقراطي يؤدي إلى سلوك سوي و إيجابي للطفل، بينما يؤدي الأسلوب التسلطي إلى سلوك الاندفاع و العدوان، و يؤدي الأسلوب التساهلي إلى سلوك الصراع والانفعال.

و قد ذكرت بومريند أنه قد ساد في العقود الأخيرة تراخٍ في الضبط و تزايد في التساهل بالإضافة إلى عمل الأم و عزل الأبناء في الحضانه و المدرسة، و حالات عديدة من الإهمال التام تؤدي إلى نقص شعور الأبناء بالمسؤولية و إحساسهم بالاغتراب و عدم الامتثال للمعايير الاجتماعية.

وقد ينعكس استخدام الأسرة لأي من هذه الأساليب على الأبناء المراهقين فالأسلوب الديمقراطي بما فيه من تفاعل و تفاهم قد يؤدي إلى جعل العلاقات الأسرية حاضنة جاذبة متفهمة لأبنائها، أما الأسلوب التسلطي بما فيه من سيطرة و احتكار للسلطة قد يخلق اغتراباً بين الآباء و الأبناء، و يجعل من الأسرة عاملاً من عوامل الطرد، مما قد يؤدي إلى اعتماد المراهق على جماعة الأقران و التي من الممكن أن تكون مرتعاً خصباً للانحرافات السلوكية بدءاً من إثارة الشغب في حصص الدراسة و الهروب من المدرسة و التدخين و المشاكسات العدوانية و انتهاءً إلى الجناح.

أما الأسلوب التساهلي فإنه قد يؤدي إلى خلق مراهق يتسم بالسلبية و تجنب اتخاذ قرار أو موقف حاسم أو معارض مما قد يجعله منقاداً لأي جماعة قد توجهه إلى سلوكيات تتسم بعدم السوية مثل الإدمان أو الإرهاب أو التمرد على القوانين. (سهير إبراهيم 2001 ص 3)

1 . أهمية الاتصال و حاجة الناس إليه:

تعتبر الاتصالات أساس حياتنا اليومية فنحن نتبادل كميات و نوعيات ضخمة من البيانات و المعلومات فمن السؤال عن الأحوال إلى تبادل المشاعر و نقل الأفكار و

استعراض الأخبار و تناقل وجهات النظر و توفير المعلومات و الرقابة، و أن القدرة على انجاز الأهداف تتوقف على كفاءة الاتصالات التي يمارسها الفرد، حيث أوضحت الدراسات أن النجاح الذي يحققه الإنسان في عمله يعتمد على (85%) منه على البراعة الاتصالية بينما (15%) فقط تعتمد على المهارات العملية أو المتخصصة المهنية.

و قد أشار " جون ديوي" لثلاثة أسباب رئيسية يتضح منها أهمية الاتصال لحياة الجماعة وهي:

. إن وجود المجتمع ومن ثم استمراره متوقف على نقل عادات العمل و التفكير و الشعور من الكبار إلى الناشئين و لا يمكن للحياة الاجتماعية أن تدور بغير هذا النقل الشامل للمثل العليا و الأمني و القيم و الآراء من الأفراد الراحلين عن الحياة إلى أولئك الوافدين عليها.

. الناس يعيشون جماعة أفضل بفضل ما يشتركون فيه من أهداف و عقائد و أماني و معلومات و معارف و الاتصال هو وسيلة اكتسابهم إياها.

. إن الحياة الاجتماعية و اتصال الأفراد متلازمان يتغير عن طريقهما الناس بتغير خبرات الأطراف المشتركة في عملية الاتصال.(أحمد وحيد 2009ص6)

فالإنسان في كل حالته في حاجة إلى أن يتصل بالآخرين من البشر، فالحاجة للاتصال تولد معه طوال حياته، فالوليد يحتاج إلى أن يلمس و هي الصورة الأولية للاتصال مع الآخرين، ثم تأخذ الحاجة إلى التشبع بالاتصال من خلال قنوات مختلفة حسب مراحل النمو.

و يوضح علماء نفس الطفل أنَّ الطفل و حتى نهاية مرحلة المراهقة يخاف من الوحدة، و يتشوق إلى الألفة و العلاقات البينشخصية الحميمة التي تربطه بالكبار المحيطين به من ذوي الأهمية لديه، وعلى رأسهم الآباء بالطبع، و هذه الجوانب المتعددة من التعبير عن الألفة تشير إلى حاجة الإنسان إلى الاتصال.

و الفشل في تحقيق هذا الاتصال في أي مرحلة يكون له في معظم الحالات نتائج غير مرغوبة، و أحياناً ما تكون كارثية على النمو النفسي للفرد.(محمد بن عبد العزيز 2008ص12)

فقد أظهرت الدراسات التي تمت على الأطفال في عامهم الأول، أن الأطفال حديثي الولادة الذين لم يُحملوا أو يلمسوا بالأيدي بدرجة كافية في الأيام الأولى بعد الولادة يصابون بحالة من الاكتئاب الفسي، و يظهرون ميلاً نحو التدهور الجسدي، مع

معدل وفيات أعلى قياساً من الأطفال الآخرين ممن توافر لهم اللمس و الاتصال الجسدي.

وإن كان الاتصال اللمسي مع الوليد و الطفل يمثل أقصى درجات الإشباع النفسي و الجسدي له فإن الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة (6 . 12) بعد اكتسابه للغة و التعبير بها عن نفسه، و فهمه الآخرين عندما يتحدثون معه فقد ظهرت لديه قنوات أخرى غير اللمس للتعبير عن الحاجة للاتصال مع بقاء الوسيلة القديمة، فنجد لديه الرغبة الشديدة في الحصول على رضا الكبار و موافقتهم على ما يفعل، و خير دليل على ذلك محاولات الطفل التصرف طبقاً لقواعد الأسرة، كل ذلك يعكس الحاجة النفسية للاتصال مع الكبار و التمتع بالأمن و الحماية و السلامة التي وفرها التأييد و الموافقة الوالدية، مما يجعله يستمر في هذا السلوك، و إذا لم يحقق رضا الكبار ربما تحول إلى سلوك كراهية هجومي يسمى التحول الحاقد.

و الفرق بين المراهق و الطفل فيما يتعلق بالحاجات الاتصالية بالآخرين هو أن المراهق يبحث عن تحقيق اتصاله بالآخرين عن طريق الدخول إلى جماعة الأقران و حصوله على تقبلها و رضاها و تجنب الانتقادات من جانب رفاقه، ولأول مرة تصبح الأسرة أقل أهمية بالنسبة للمراهق في الوقت الذي تزيد فيه أهمية جماعة الأقران، و لكن تظل الأسرة كعامل مؤثر، و كثيراً ما تعرقل الأسرة نشاط المراهق مع جماعته و تحد من درجة اندماجه في نشاطها، و تسبب هذه الأسر كثيراً من المشكلات لأبنائها بحرصها على أن يبقى المراهق مثلما كان طفلاً تحت أعين الآباء في المنزل طوال الوقت، لعدم اعترافها بالوقت و بالحقائق الجديدة.

و الحاجة للاتصال في صورتها التبادلية تظهر قبل سن المراهقة (6 . 10) سنوات و قبل هذه السن يكون الطفل مشغولاً بإشباع حاجاته فقط و لا ينتبه إلى حاجات الآخرين، و لكن منذ نهاية الطفولة المتأخرة يبدو عليه الاهتمام بالآخرين ليس من زاوية ما يقدمونه له بل من زاوية ما يقدمه هو لهم.

و حتى في الحياة الراشدة يظل الفرد عرضةً للخوف من الوحدة و الانفصال و يمكن أن يشعر بالقلق الشديد إذا ما واجهته حالة من شأنها أن تفصله عن الآخرين بشكل مفاجئ، فكل شخص يحتاج إلى أن يرى الناس و يسمعهم و يتكلم و يتصل بهم عبر حواسه الخمس، و في بعض الحالات التي تتضمن قطع العلاقات الإنسانية أو الاجتماعية كفقدان العمل و تغييره أو التقاعد أو تغيير مكان الإقامة في بعض الحالات يعاني الناس الذين يتعرضون لمثل هذه القواعد إلى اكتئاب شديد.

مما لا شك فيه أنه بقدر ما يحقق الفرد من إشباع لحاجاته الاتصالية بقدر ما يكون متوافقاً وراضياً وشاعراً بالارتياح و السعادة و العكس صحيح.
(المرجع السابق 2008 ص 14)

2. تعريف الاتصال الأسري:

يعرف الاتصال الأسري على أنه ذلك التفاعل الاجتماعي المتمثل في جملة من العلاقات الاجتماعية بين الفرد والآخرين داخل مجتمع الأسرة، وتربط الأفراد هنا يكون عن طريق الاتصال بين الآباء والأبناء وبهذا ينشأ الاتصال الأسري الذي له تأثير قوي على أطراف العملية الاتصالية نتيجة للترابط والصلة الشديدة التي تربط أطراف الأسرة بعضهم ببعض، إذن الاتصال الأسري عبارة عن إستراتيجية ينتهجها الوالدين في التواصل مع أبنائهم . (علاء الدين كفاي 1999 ص5)

و يعرف أيضاً بأنه طريقة تبادل المعلومات اللفظية و غير اللفظية بين أعضاء الأسرة، و الاتصال الأسري جد مهم لأنه يسمح لأعضاء الأسرة بالتعبير عن حاجاتهم و رغباتهم لبعضهم البعض، فعن طريق الاتصال يستطيع أعضاء الأسرة إيجاد حلول للمشكلات المختلفة.(Aneesa, Najma, Noreen, 2013p 1)

و يتضمن الاتصال الأسري مجموعة معقدة من التفاعلات و الاتصالات المتبادلة و المستمرة و هذا ضمن شبكة تسمى بشبكة الاتصال الأسري.

3. تعريف شبكة الاتصال الأسري:

وهي عبارة عن النموذج الأسري الذي يمثل أساليب الاتصال من خلال الإدراكات المتبادلة لأفراد الأسرة لهذه الأساليب، و توجد عوامل عديدة تتدخل في تكوين إدراك الفرد مثل حالته النفسية و الفيزيولوجية و الانفعالية و دوافعه و اتجاهاته المسبقة، و من ثم لا يمكن أن نلغي أثر التنشئة الاجتماعية و المجتمع في عملية الإدراك الاجتماعية، فقد سبق الإشارة إلى أن هناك تأثير متبادل بين الاتصال الأسري و بين التنشئة الاجتماعية. (سهير إبراهيم 2001 ص 14)

4. أشكال الاتصال الأسري:

و تتضمن شبكة الاتصال الأسري الاتصال بين الأب و الأبناء، الاتصال بين الأم و الأبناء، الاتصال بين الأب و الأم، و الاتصال بين الوالدين و الأبناء، و الاتصال بين الأخوة.

◀ الاتصال بين الأب والأبناء:

إن الأبوة الرشيدة من أهم مقومات الصحة النفسية للأبناء، فمنها يتعلم الأبناء مقومات السلوك الاجتماعي وتكوين الذات العليا لديه عن طريق النصح والإرشاد، والقُدوة الصالحة والتهديد بالعقاب إن أخطأ، كما أنها عامل هام في رفع مستوى طموح الأبناء عن طريق تشجيعهم على القيام بأعمال تتناسب مع قدراتهم العقلية. وقد أورد " إلدِر " (Elder, G, 1971) ثلاثة أساليب للاتصال بين الأب و المراهق وهي:

☞ الأسلوب الأوتوقراطي أو السلطوي: Autocratic Style

وفي هذا الأسلوب لا يسمح الأب للابن بأن يعبر عن آرائه أو يتصرف بمفرده في الأمور التي تخصه، فالأبناء ذوو الآباء الأوتوقراطيين يتسمون بأنهم منخفضو العاطفة لا يتمتعون بالاستقلالية، و يرى أن هذا الأسلوب لا يساعد على ارتفاع مستوى الإنجاز الأكاديمي.

☞ الأسلوب الديمقراطي: Democratic Style

وفي هذا الأسلوب يشجع الأب الابن على المشاركة في مناقشة القضايا التي تتصل بسلوكه على أن يتخذ القرار النهائي بموافقة الأبناء، فالدفء الوالدي هو عامل مساعد على الالتزام بالمعايير والقيم الوالدية، إن الأبناء ذوو الآباء الديمقراطيين أكثر اعتزازاً وثقة، و يتمتعون بالاستقلالية، و يساعد هذا الأسلوب على ارتفاع مستوى الإنجاز الأكاديمي للمراهق.

☞ الأسلوب المتساهل: Permissive Style

في هذا الأسلوب يتبع الأب سياسة عدم التدخل فالابن يستأثر بصنع القرار في الأمور التي تخصه، و يتمتع باستقلالية كبيرة، و انخفاض في العاطفة والثقة في النفس في تحقيق الأهداف الشخصية، و لكنها تقل عن الثقة التي يتمتع بها الأبناء ذوو الآباء الديمقراطيين.

معنى ذلك أن كل ما يحدث داخل الأسرة ويحسه الطفل ويدركه يترك أثره وصداه في نفسه، خاصة وأن الأبناء في الأسرة ليسوا مستقبلين فقط لمشاعر الآباء وحبهم وطموحهم، و إنما لهم سماتهم الشخصية وقيمهم وإدراكاتهم وخبراتهم وعلاقاتهم المتعددة.

◀ الاتصال بين الأم والأبناء:

الأم هي الشخص الأول الذي يبدأ الطفل في التعامل معه، فرعاية الأم وحبها وحنانها ليست مسألة عاطفية فقط، وإنما هي حيوية وضرورية للنمو الفسيولوجي والعقلي والانفعالي للطفل، فالأمومة هي علاقة إنسانية معقدة وراقية لها تأثير قوي على سلوك الأبناء، فإذا كان التفاعل بين الأم والابن يتسم بالمساندة والدفع والألفة والتشجيع فإن ذلك يساعد على نمو السمات السوية لدى الأبناء مثل الشعور بالاستقلالية والاجتماعية والتوافق، في حين أنه إذا اتسم بالتباعد وعدم التشجيع يصبح الأبناء عرضة لسوء التوافق ونقص الكفاءة النفسية. (المرجع السابق 2001 ص 25)

وهناك ثلاثة أساليب للاتصال بين الأم والأبناء وهي الديمقراطي، والمتساهل، والأوتوقراطي وهي نفس الأساليب المشار إليها في الاتصال بين الأب والمراهق.

◀ الاتصال بين الأب والأم:

ذكر " كول " و " هول " (Cole, L, & Hall, I, 1970) أن هناك ثلاثة أساليب للاتصال بين الوالدين هي:

☞ سيطرة الأم و خضوع الأب: وهي تثير لدى الأبناء اتجاهات واستجابات التمرد واضطرابات في توافق الشخصية وانخفاض مستوى الانجاز الأكاديمي.

☞ سيطرة الأب و خضوع الأم: وهي تثير لدى الأبناء اتجاهات واستجابات التمرد الثورة والاستقلال المبكر هرباً من الحماية الزائدة.

☞ تساوي الأب و الأم في علاقة كل منهما بالآخر: وهي تثير لدى الأبناء اتجاهات واستجابات التعاون والمشاركة والمساهمة في التخطيط والتفاهم والرضا بين جميع الأطراف.

وقد يتأثر أسلوب الاتصال بين الأب و الأم بثقافة المجتمع كما يختلف تأثير أسلوب الاتصال بينهما على الأبناء وفقاً لثقافة المجتمع.

◀ الاتصال بين الأخوة:

إن العلاقة المنسجمة بين الأخوة والخالية من تفضيل طفل على طفل والخالية من التنافس تؤدي إلى النمو السليم للطفل، وإن العلاقة الأخوية المضطربة تؤثر على العلاقات الأسرية من جهة وعلى الفرد وعلاقاته الاجتماعية خارج الأسرة من جهة أخرى، وأيضاً فإن العلاقة الضعيفة بين الأخوة في مرحلة ما قبل المدرسة تنبئ

بظهور سلوك غير اجتماعي نحو الآخرين خارج الأسرة مثل الأصدقاء و المعلمين في سنوات المدرسة الابتدائية.

و من الممكن تصور أساليب الاتصال بين الأخوة على أساس أسلوب ديمقراطي قائم على الحب و التفاهم، و أسلوب تسلطي قائم فرض أحد الإخوة رأيه على الآخرين، و أسلوب اللامبالاة قائم على عدم الاهتمام و الإفراط في التسامح بين الأخوة.

◀ الاتصال بين الوالدين والأبناء:

يتأثر الطفل بنوع العلاقة القائمة بينه و بين والديه، فالطفل الذي ينشأ في أسرة يسودها الحب و الحنان ينمو سوياً، و يتمتع بشخصية تكيفية سوية، و يملك استعدادات يطور فيها مشاعر الحب للآخرين، بينما ينشأ في أسرة تسلطية طفل عدواني غيور لأن هذه الأسرة تأمر الطفل بكل ما تريد، و إن عملية إصغاء الطفل و استماعه لما يقوله الوالدان عامل مهم في نوع العلاقة التي تسود الحياة الأسرية؛ لذلك يتوقف على الوالدين مهمة تنمية مهارة الإصغاء و الاستماع لدى أطفالهم، و ذلك من خلال الإصغاء للطفل في أثناء حديثه و تساؤلاته و إشعاره بأنه محبوب، كما أن النقاش و الحوار المفتوح بين الطفل و والديه يجعله مفهوماً لديهما و يجعلهما مفهومين لديه. (يوسف مقداد 2010 ص 206)

5. أساليب الاتصال الأسري:

استطاعت " بومريند" Baumrind, D أن تلخص ثلاثة أساليب رئيسية للاتصال بين الوالدين و المراهقين و هي:

◀ الأسلوب المتساهل المتسامح: Indulgent – Permissive

يعبر عنه بالسلوكات اللفظية و غير اللفظية التي تتسم بعدم وضوح المعايير التي يضعها الوالدان للتعامل مع الأبناء، و عدم اتساق الضبط فتارةً يعاقب الوالدان الابن على سلوك معين و تارةً لا يعاقبانه على نفس السلوك أو سلوك مشابه، علاوةً على ذلك فإن هذا الأسلوب يتسم بإخفاء الغضب الوالدي و محدودية الدفء، كما يتسم باحترام التعبير عن الرغبات، و قد يؤثر هذا الأسلوب لدى الأبناء اتجاهات و استجابات دفاعية و عدوانية، و عدم طاعة أوامر الكبار، كما أنه قد يؤدي إلى نقص الثقة بالنفس، قلة الإنجاز، نقص ضبط الذات، سرعة الغضب و الفرح، و الاندفاع و التهور، علاوةً على السلوكيات غير السوية الناتجة عن الإفراط في التسامح. (سهير إبراهيم 2001 ص 29)

◀ الأسلوب التسلطي: Authoritarian style

يعبر عنه بالسلوكيات اللفظية و غير اللفظية التي تتسم بوضع قواعد سلوكية صارمة للطفل يجب عليه إتباعها و عدم الحياد عنها، ويستهن الآباء بآراء ورغبات الطفل و ينظرون إليه على أنه شخص تسيطر عليه دوافع غير سوية، كما تتسم العلاقة بين الآباء و الأبناء بانخفاض الدفء الوالدي، و ضعف الاتصال الإيجابي بينهم، و عدم وجود أنشطة متبادلة و مخططة، و بالتالي قد تثير هذه السلوكيات اتجاهات و استجابات الخوف و القلق لدى الأبناء، كذلك سرعة الغضب و الكآبة، كبث العدوانية، و العزلة و الانسحابية، كما تؤدي إلى عدم وجود هدف محدد و تقل قدرة الأبناء على تحمل المسؤولية.

◀ الأسلوب الديمقراطي: Democratic style

و يعبر عنه بالسلوكيات اللفظية و غير اللفظية التي تتسم بوضع معايير سلوكية حازمة، و احترام رغبات الأبناء و توجيه الأبناء غير المطيعين، و عدم إجبار الأبناء على سلوكيات معينة، و إظهار الوالدين للاستياء عند قيام الأبناء بسلوك غير سوي، و إظهار الرضا و التأييد للسلوك السوي، يتسم الأسلوب الديمقراطي بقوة الاتصال بين الوالدين و الأبناء، و الدفء و الحنان و التجاوب و القبول و الحب، احترام السلوك الناضج و الاستقلالية التي تتماشى مع عمر الأبناء، و وضع أنشطة مشتركة للأبناء في ضوء معايير تربوية و قد تثير هذه السلوكيات لدى الأبناء استجابات الثقة في النفس، و ضبط الذات، و زيادة النشاط، و التغلب على الضغوط، و حب الاستطلاع كما تؤدي إلى التعاون مع الكبار، و العزيمة و التصميم، و السلوك الهادف، و ارتفاع مستوى الإنجاز، و إقامة علاقات سوية مع جماعة الرفاق. و يمكن تلخيص الاتصال بين الآباء و الأبناء من خلال الإدراكات المتبادلة للأساليب الوالدية و سلوك الأبناء على النحو التالي:

الأسلوب الديمقراطي ← سلوك سوي إيجابي للطفل
الأسلوب التسلطي ← سلوك الإندفاع و العدوان
الأسلوب المتساهل ← سلوك الصراع و سرعة الانفعال
و قد أوضحت " زينب عبد الرزاق " أن للاتصال ثلاثة أساليب هي:

🔗 الأسلوب التدعيمي: ويعبر عنه بالسلوكيات اللفظية و غير اللفظية التي تتسم بالمرونة و التعاون و الرغبة الحقيقية في حل المشكلات بطريقة واقعية تتميز بالتفاهم و الرضا بين الأطراف.

🔗 الأسلوب الدفاعي:

و يعبر عنه بالسلوكيات اللفظية و غير اللفظية التي تتسم بالتهديد و التشدد و العقاب، و بالتالي تثير اتجاهات و استجابات دفاعية مضادة من الآخرين.

🔗 الأسلوب الإنسحابي: و هو يتسم بتجنب مواجهة و حل المشكلات بشكل ايجابي، حيث ينكر الفرد مسؤوليته في أي خلاف، و تسود اللامبالاة و عدم الاهتمام.

6 . الاتصال الجيد داخل الأسرة:

تعتمد سعادة الأسرة بدرجة كبيرة على وجود اتصال صحيح و منفتح بين أفرادها، وتظهر مهارة الاتصال في السلوك اللفظي، أي في الكلمات و العبارات التي يستخدمها أفراد الأسرة في الحديث مع بعضهم البعض، كما تظهر في السلوك غير اللفظي والإصغاء، فالاتصال يعني نقل لرسالة من شخص إلى آخر في الأسرة. (يوسف مقداد 2010 ص 205)

و على هذا الأساس يتطلب الاتصال الجيد بين عضوين في الأسرة أن يكون أحدهما متكلماً و الآخر مستمعاً، و أن يكون المتكلم مجيداً للتعبير عن الرسالة التي يريد توصيلها، و أن يكون المستمع حسن الإنصات دقيق الملاحظة حتى يفهم الرسالة و ما تحمله من معانٍ مباشرة أو ضمنية.

فالأسرة السعيدة تتمتع باتصال أكثر و أفضل في تفاعلاتها، فهم يتحدثون عن مدى واسع من الموضوعات و يبدو عليهم المزيد من الفهم لما سمعوه، و يبدوون حساسية عالية إزاء مشاعر بعضهم البعض و يدعمون تواصلهم اللفظي بكثير من الإشارات غير اللفظية. (داليا مؤمن 2004 ص 26)

7 . الاتصال المضطرب داخل الأسرة:

في حين أن الاتصال اللفظي مهم في فهم اتجاهات و سلوك الطرف الآخر فإن الاتصال اللفظي الخاطئ يعد مصدراً لكثير من المشكلات الزوجية و الأسرية، حيث يكثر في الأسرة المضطربة الاتصال غير اللفظي المقنّع و الذي يتسم بأنه غير مباشر و يدور حول أوامر الانفعالية اللاشعورية دون الاهتمام بالرسائل اللفظية، مما يؤدي لزيادة الاضطراب داخل الأسرة إذ أنه كلما كانت الرسائل غير واضحة زاد التوتر و

الخلط داخل الأسرة، و اضطراب عملية الاتصال لا يعكس فقط مرض الأسرة بل يساهم ويؤدي إلى ذلك المرض.

وهكذا يتضح لنا أن الاتصال سواءً أكان لفظياً أو غير لفظياً فإن له وظيفة ودوراً هاماً جداً داخل الأسرة سواءً أكان في نقل الأفكار أم في نقل المشاعر والوجدان، كما أن اضطراب هذا الاتصال يؤدي يؤثر على باقي جوانب العلاقات الأسرية من قدرة على حل المشكلات، أو المشاركة في الاهتمامات والأنشطة والأدوار التي يلعبها كل فرد في الأسرة، وعلى العلاقات الجنسية بين الزوجين، بل قد يتسبب مع عوامل أخرى في ظهور اضطرابات نفسية لدى الزوجين والأبناء ويهدم الحياة الأسرية.

8. طرق تفعيل الاتصال داخل الأسرة:

توجد الكثير من الأشياء التي يمكن للأسرة أن تقوم بها لتفعيل الاتصال و بالتالي تحسين نوعية العلاقات الأسرية و فيما يلي بعض الاستراتيجيات التي يمكن أن تساعد الآباء في تحسين مهارات الاتصال مع أبنائهم:

.فكر في الشخص الذي تتواصل معه:

إن الاتصال مع الأبناء خاصة الصغار منهم يتطلب مجموعة من المهارات و فهم جيد لمراحل نمو الأطفال، فالأطفال يمكن أن يتصلوا بفعالية لكنهم محددون بقدراتهم النمائية فمثلا الطفل الحديث الولادة لا يستطيع أن يعبر عن رغبته في الأكل لكنه يعبر عن هذه الحاجة بواسطة البكاء، فعلى الآباء أن ينزلوا لنفس مستوى أبنائهم حتى يستطيعوا الاتصال معهم بفعالية فاستعمال اللغة التي يفهمها الأبناء يسهل عملية الاتصال بين الآباء والأبناء.

.الانتباه للرسائل الغير لفظية:

يرسل الآباء و الأبناء رسائل جد قوية بواسطة سلوكهم الغير اللفظي كتعبيرات الوجه، هيئة الجسم، حركات اليد و شدة الصوت، و يمكن للآباء أن يعززوا من قدراتهم في الاتصال مع أبنائهم و ذلك بانتباههم للرسائل الغير اللفظية لأبنائهم، فكثيراً ما يفضل الأبناء استعمال الرسائل غير اللفظية للتعبير عن مشاعرهم لهذا يجب على الآباء أن يتعلموا ترجمة السلوك غير اللفظي لأبنائهم، و على الآباء أن يدركوا مدى تأثير رسائلهم الغير لفظية على أبنائهم فمثلا نظرة غضب من الأب يمكن أن يكون لها نفس تأثير الكلمة القاسية.

.الاستماع الفعال:

القدرة و أو الرغبة في الاستماع في ماذا يريد الأبناء قوله هو جانب مهم للاتصال الفعال بين الآباء و الأبناء و عند الاستماع للأبناء يجب الانتباه لرسائلهم اللفظية وغير اللفظية فالأب الذي يستمع بفعالية لأبنائه يمكن أن يفهم و يحترم وجهة نظرهم فمثلا هز الرأس أو قول لقد فهمت يبين للابن أن ما قاله مهم و الجانب الآخر من الاستماع الفعال هو طلب التوضيح من الأبناء عندما تكون رسائلهم غير مفهومة و يمكن أن يتم ذلك بالسؤال مثلا ماذا كنت تعني عندما قلت....أو ساعدني لأفهم ماذا تقول.

.التواصل باستمرار:

حتى تطور الآباء علاقة قوية مع أبنائهم يجب أن يتصلوا معهم بصفة منتظمة، فالتواصل المستمر يمكن الآباء من معرفة حاجات أبنائهم يجب على الآباء سواء كانوا يعيشون مع أبنائهم أو لا أن يخلقوا فرصاً للتكلم و الاستماع لأبنائهم و يمكن أن يكون الاتصال في مواقف مختلفة على طاولة الغداء أو في السيارة أو عبر الهاتف أو وقت النوم و حتى بواسطة الرسائلالخ

.الاتصال بوضوح و بطريقة مباشرة:

الآباء الذين يتصلون بفعالية مع أبنائهم هم الذين يتصلون بشكل واضح و مباشر وهذا يعني أن يفهم المستمع بوضوح المراد قوله من الرسالة و أنها موجه للهدف المراد تحقيقه و يمكن للأبناء أن يطوروا من مهاراتهم في الاتصال بفعالية إذا ما كان آباؤهم نموذجا لهم و ذلك بتشجيعهم على الوضوح و المباشرة في الكلام.

(Stephen D Green, 2000)

. استعمال وضعية " أنا " :

الرسائل التي تبدأ ب " أنا " تعكس ما يفكر و يشعر به المرسل في هذه اللحظة بالذات، هذه الوضعية لا تحمل طابع التهديد و التوبيخ و إصدار الأحكام. و وضعية أنا تقف في مقابل وضعية أنت و التي تحمل طابع التوبيخ و النقد و التهديد للأطفال مثلا كأن يقول الأب لابنه: " لقد قمت بعمل ضعيف في واجبك المنزلي " و أب آخر يستعمل وضعية أنا في نفس السياق يقول: " أعتقد أنه كان بإمكانك بدل مجهود أكثر في واجبك المنزلي " هذه الوضعية هي أكثر إيجابية و تشجع على التعاون.

شجع الجانب الايجابي:

بينت الأبحاث أن العلاقات الأسرية غير السعيدة هي في كثير من الأحيان نتيجة أساليب الاتصال السلبية كالنقد و الدفاع و السخرية، فالأزواج الغير راضون عن علاقاتهم الزوجية يميلون لاستعمال الاتصال السلبي أكثر من الاتصال الايجابي وهذا المبدأ يمكن أن يطبق على العلاقة بين الآباء و الأبناء فالرسائل الايجابية تساعد على بناء العلاقات في حين أن الرسائل السلبية تهدم هذه العلاقات.

. كن نموذجاً يقتدى به:

إذا أراد الآباء أن يطورَ أبنائهم مهارات اتصال فعالة فيجب أن يكون على استعداد لتعليم أبنائهم هذه المهارات، فإذا أراد الأب أن يستمع إليه أبنائه يجب أن يستمع هو أيضاً لهم وإذا أراد أن يعبروا بطريقة واضحة و مباشرة يجب عليه أن يعبر هو أيضاً عن أفكاره و مشاعره بطريقة واضحة و مباشرة.

الخاتمة:

يعد عنصر الاتصال أحد العمليات الأساسية في العلاقات الإنسانية، فهو عملية تفاعلية تبادلية لإيصال رسالة ما عبر وسيلة محددة لتحقيق هدف معين، حيث تعد عملية الاتصال ظاهرة إنسانية اجتماعية، و حاجة أساسية للفرد و للجماعة، وهو من الحاجات الاجتماعية و النفسية الهامة التي يصعب على الإنسان الاستغناء عنها، حيث أن الاتصال يحقق للإنسان الحاجة إلى الانتماء، و الحاجة إلى التقدير، و الحاجة إلى المعلومات، و الحاجة إلى تحقيق و تأكيد الذات. و يتمتع الاتصال بأهمية بالغة في حياة الأفراد عامةً و حياة الأسرة خاصةً، ذلك أن الاتصال داخل الأسرة هو الركيزة الأساسية التي تبنى عليها شخصية الأفراد، لما للاتصال الأسري من تأثير كبير و بالغ الأهمية حيث أنه يعد من مؤشرات الصحة النفسية و السلامة العقلية للأفراد.

المراجع:

. أحمد وحيد مصطفى، 2009، مدخل في التصميم و المعرفة، كلية العلوم التطبيقية، جامعة حلوان، مصر.
. داليا مؤمن، 2004، الأسرة و العلاج الأسري، الطبعة الأولى، دار السحاب للنشر و التوزيع، القاهرة، مصر.
. محمد بن عبد العزيز العقيل، 2008، مهارات الاتصال، مركز التنمية الأسرية بالأحساء للنشر، المملكة العربية السعودية.

- . يوسف مقدادي، 2010، مهارات الاتصال في العلاقات الأسرية، المجلس الوطني لشؤون الأسرة، مؤسسة دار أوراق للإعلام المجتمعي، عمان، الأردن.
- . سهير إبراهيم محمد إبراهيم، 2001، العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الأسرة و بين اختيار المراهق لجماعة الرفاق غير السوية، مذكرة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في التربية، جامعة عين الشمس، مصر.
- . نايفة الشوبكي، نزيه حمدي، 2008، فاعلية برنامج لتدريب الوالدين على مهارات الاتصال في خفض الضغوطات النفسية و تحسين مستوى التكيف لدى الآباء و الأبناء، مجلة البصائر، المجلد 12 العدد 1.
- . علاء الدين كفاي، 2006، الإرشاد الأسري، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، مصر.
- . علاء الدين كفاي، 1999، الإرشاد والعلاج النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- Aneesa Akhlaq, Najma Iqbal Malik, Noreen Aslam Khan, 2013, Family Communication and Family System as the Predictors of Family Satisfaction in Adolescents, Science Journal of Psychology, Volume 2013
- Stephen D. Green, 2000. Keys to Effective Father-Child Communication, The Texas A&M University System, College Station, Texas
- Bray, J.H., and Heatherington, E.M, 1993, Families in transition: Introduction and overview. Journal of Family Psychology, 7
- Howard L. Barnes and David H. Olson, 1985, Parent-Adolescent Communication and the Circumplex Model, Child Development, Vol 56, No 2
- Jackson, S., Bijstro, J., Oostra, L., & Bosma, H. (1998). Adolescents' perceptions of communication with parents relative to specific aspects of relationships with parents and personal development In Tatiana M. Davidson, Esteban V. Cardemil, 2009, Parent-Child Communication and Parental Involvement in Latino Adolescents, Journal of Early Adolescence Volume 29 Number 1
- Stephen D. Green, 2000. Keys to Effective Father-Child Communication, The Texas A&M University System, College Station, Texas