

The Impact of Effective Communication in Preventing the Effects of Parental Separation

Mashael Yousef Khamis Yousef Al Tamimi

ma.shael@hotmail.com

Doctorate in Sharia jurisprudence in emerging issues, Mohammed bin Zayed University for Human Sciences

Copyright (c) 2025 Mashael Yousef Khamis Yousef Al Tamimi

DOI: <https://doi.org/10.31973/hqzytv37>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](#).

Abstract:

The issue of parental separation is one of the life experiences that has a profound impact on children, as it may greatly affect their psychological and emotional health. In this context, the research came to study how effective communication between parents and children mitigates the negative effects that result from separation. The research aims to reveal the role of effective communication in enhancing children's emotional adaptation and providing effective strategies that support their well-being. Initially, the research sought to analyze the relationship between the quality of communication between parents and their children after separation. The research methodology included the use of qualitative and quantitative methods to collect data, as questionnaires were distributed to a group of families who had experienced separation, and personal interviews were conducted with specialists in psychology and family psychology. Practical cases were also studied to identify effective communication strategies and their applications. The research results showed that children who experienced effective and sustained communication with both parents after separation were less likely to have psychological problems such as anxiety and depression. This type of communication has contributed to reducing levels of stress and conflict between parents, which has a positive impact on the children. In addition, the results showed that children who received emotional support and active listening from parents were better able to adapt to changes resulting from separation. The research found that there are several strategies that contribute to improving communication between parents. The most prominent of these strategies is maintaining a high level of honesty and transparency in communicating with children about life changes. It also requires a focus on actively listening to children's feelings and needs without prejudice. It is also important to provide consistent and reliable support for children, and to maintain daily routines as much as possible. In conclusion, the research highlights the importance of effective communication as a vital tool in reducing the negative effects of parental separation on children. It shows that improving the quality of communication between parents can play a major role in enhancing children's well-being and facilitating their ability to adapt to life changes. Based on these findings, the study recommends the need to adopt effective communication strategies as part of family support plans, and to conduct further studies to examine the effects of effective communication on other aspects of children's lives after separation.

Keywords: Separation. Parents. Effective communication

***The authors has signed the consent form and ethical approval**

أثر الاتصال الفعال في الوقاية من آثار انفصال الوالدين

مشاعل يوسف خميس يوسف التميمي

الدكتوراه في الاجتهاد الشرعي في القضايا

المستجدة، جامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية

(مُلخَصُ البَحْثِ)

تعدُّ مسألة انفصال الوالدين من التجارب الحياتية التي تترك أثراً عميقاً في الأطفال، إذ قد تؤثر بشكل كبير في صحتهم النفسية والعاطفية. في هذا السياق، جاء البحث لدراسة كيفية تأثير الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال في التخفيف من الآثار السلبية التي تنجم عن الانفصال. يهدف البحث إلى الكشف عن دور الاتصال الفعال في تعزيز التكيف العاطفي للأطفال وتوفير استراتيجيات فعالة تدعم رفاهيتهم.

في البداية، سعى البحث إلى تحليل العلاقة بين جودة الاتصال بين الوالدين وأطفالهم بعد الانفصال. وتضمنت منهجية البحث استخدام أساليب نوعية وكمية لجمع البيانات، حيث تم توزيع استبيانات على مجموعة من الأسر التي عاشت تجربة الانفصال، وإجراء مقابلات شخصية مع مختصين في علم النفس والأسرة. كما تم دراسة حالات عملية لتحديد استراتيجيات الاتصال الفعال وتطبيقاتها.

أظهرت نتائج البحث أن الأطفال الذين شهدوا اتصالاً فعالاً ومستداماً مع كلا الوالدين بعد الانفصال كانوا أقل عرضة لمشكلات نفسية مثل القلق والاكتئاب. وقد ساهم هذا النوع من الاتصال في تقليل مستويات التوتر والصراع بين الوالدين، مما انعكس إيجابياً على الأطفال. فضلاً عن ذلك، أظهرت النتائج أن الأطفال الذين حصلوا على دعم عاطفي واستماع فعال من الوالدين كانوا أكثر قدرة على التكيف مع التغيرات الناتجة عن الانفصال.

توصل البحث إلى أن هناك عدة استراتيجيات تساهم في تحسين الاتصال بين الوالدين. من أبرز هذه الاستراتيجيات الحفاظ على مستوى عالٍ من الصدق والشفافية في التواصل مع الأطفال بشأن التغيرات الحياتية. كما يتطلب الأمر التركيز على الاستماع الفعال لمشاعر الأطفال واحتياجاتهم دون حكم مسبق. ومن المهم أيضاً توفير دعم ثابت وموثوق للأطفال، والحفاظ على الروتين اليومي قدر الإمكان.

في الختام، يُظهر البحث أهمية الاتصال الفعال كأداة حيوية في تقليل الآثار السلبية لانفصال الوالدين على الأطفال. إذ يُظهر أن تحسين جودة التواصل بين الوالدين يمكن أن يؤدي دوراً كبيراً في تعزيز رفاهية الأطفال وتسهيل قدرتهم على التكيف مع التغيرات.

الحياتية. بناءً على هذه النتائج، توصي الدراسة بضرورة تبني استراتيجيات تواصل فعالة كجزء من خطط الدعم للأسرة، وإجراء مزيد من الدراسات لفحص تأثيرات الاتصال الفعال على جوانب أخرى من حياة الأطفال بعد الانفصال.

الكلمات المفتاحية: الانفصال. الوالدين. الإتصال الفعال

*** وقع المؤلفون على نموذج الموافقة والموافقة الأخلاقية الخاصة بالمساهمة البشرية في البحث**

المقدمة:

أظهرت العديد من الدراسات أن العلاقات الأسرية تتنوع في مظاهرها، إذ تشمل روابط حميمة مثل العلاقات بين الوالدين وبين الوالدين والأبناء. تؤدي هذه الروابط دوراً مهماً في استقرار الأسرة وتلبية احتياجاتها. ومع ذلك، هناك عوامل يمكن أن تؤثر سلباً في هذه الروابط، مما يؤدي إلى اضطرابات في الحياة الزوجية قد تنتهي بالطلاق.

يعد طلاق الوالدين من المشكلات الاجتماعية التي تواجه المجتمعات عبر الزمن، وقد شهدت معدلات الطلاق زيادة ملحوظة في العقود الأخيرة بسبب التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية. من تداعيات الطلاق على الأبناء غياب أحد الوالدين في الوقت الذي يكونون فيه بأمر الحاجة لوجودهما معاً. الأم تدمهم بالدفء والحنان، وغيابها يحرمهم من حبها وعطفها، مما قد يسبب لهم الحرمان والاكتئاب والحزن. أما الأب، فهو القدوة، وابتعاده يترك آثاراً سلبية في الأطفال، مما يفقدهم الطمأنينة والشعور بالأمان. هذا الخلل في الأسرة يمكن أن يشوه نفسية الطفل. (بلخماس . دروش . (٢٠٢٣) ٣).

في هذا البحث سنقوم بدراسة الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال ودوره في تقليل الآثار السلبية لهذا الانفصال.

أهمية البحث

١. الحد من الآثار السلبية: يساهم في تقديم فهم أعمق لكيفية تقليل التأثيرات السلبية لانفصال الوالدين في الأطفال.

٢. تعزيز الاستقرار النفسي: يهدف إلى تعزيز الصحة النفسية للأطفال من خلال تقديم استراتيجيات فعالة للاتصال بين الوالدين والأطفال.

٣. دعم الوالدين: يقدم للوالدين أدوات ونصائح لتحسين طرائق التواصل مع أطفالهم بعد الانفصال، مما يساهم في تربية أطفال أكثر توازناً واستقراراً.

٤. المساهمة في البحوث العلمية: يضيف إلى الأدبيات العلمية حول تأثير الاتصال الأسري في حالات الطلاق، مما يفتح الباب لمزيد من الدراسات والبحوث في هذا المجال.
٥. تقديم حلول عملية: يوفر توصيات عملية يمكن تطبيقها من قبل الأسر والمختصين في مجال التربية والصحة النفسية.

أهداف البحث

١. تحليل تأثير الاتصال الفعال: دراسة كيفية تأثير الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال في تقليل الآثار السلبية للانفصال.
٢. تقديم استراتيجيات للتواصل: وضع استراتيجيات عملية لتحسين الاتصال بين الوالدين والأطفال بعد الانفصال.
٣. توعية المجتمع: نشر الوعي بأهمية الاتصال الفعال في حالات الانفصال وكيفية تحقيقه.
٤. تعزيز الأبحاث المستقبلية: وضع أساس لدراسات مستقبلية تتناول موضوع الاتصال الأسري في سياقات مختلفة.

أسئلة البحث

١. ما الدور الذي يؤديه الاتصال الفعال في تقليل الآثار السلبية لانفصال الوالدين في الأطفال؟
٢. كيف يمكن تحسين جودة الاتصال بين الوالدين والأطفال بعد الانفصال؟
٣. ما الآثار النفسية والاجتماعية لانفصال الوالدين في الأطفال؟
٤. ما هي العوامل التي تعيق تحقيق اتصال فعال بين الوالدين والأطفال بعد الانفصال؟
٥. ما تأثير البرامج والاستراتيجيات التدخلية في تحسين الاتصال بين الوالدين والأطفال؟

فرضيات البحث :

- الفرضية الأولى: الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال يقلل من الآثار النفسية السلبية الناتجة عن انفصال الوالدين
- الفرضية الثانية: الاتصال الفعال يعزز الاستقرار الاجتماعي والعاطفي للأطفال بعد انفصال الوالدين.
- الفرضية الثالثة: تحسين مهارات الاتصال بين الوالدين بعد الانفصال يؤدي إلى تقليل التوتر والصراع بينهم مما يؤثر إيجاباً في الأطفال.

مفاهيم الدراسة :

أثر انفصال الوالدين (الطلاق):

على وفق موسى (٢٠٠٨) فإن الطلاق يمثل تجربة حاسمة بالنسبة للطفل، وقد ينتج عنه اضطرابات نفسية واجتماعية. تؤثر هذه الاضطرابات سلباً في التكيف النفسي والاجتماعي للطفل. من أبرز تلك التأثيرات: التغير في البيئة الاجتماعية حيث يغادر أحد الوالدين منزل الأسرة، وغالباً ما يكون الأب، مما يدفع الأم للعودة إلى منزل أهلها. هذا التغيير يؤدي إلى انتقال الأبناء إلى بيت جديد، وتغيير المدرسة والأصدقاء. فضلاً عن ذلك، قد يؤثر الطلاق في الجانب المالي للأمهات المطلقات، مما يزيد من حدة الضغوط والتحديات التي تواجهها الأسرة.

الإتصال الفعال :

الاتصال الفعال هو التواصل الإنساني، سواء كان منطوقاً أو مكتوباً، الذي يحدث داخل المؤسسة أو خارجها، ويشمل التفاعل على مستوى الأفراد والجماعات. يسهم هذا النوع من الاتصال في تحسين أساليب العمل وتعزيز الروابط الاجتماعية بين الموظفين. (حافظ . ٢٠٠٧) (٤٨)

أثر طلاق الوالدين على مظاهر الصحة النفسية لدى الأبناء :

ينتج عن الطلاق تأثيرات سلبية في الأبناء، ويعد من الأحداث والمواقف الصاغطة لهم، مما يتسبب في مشاكل واضطرابات سلوكية وأكاديمية وانفعالية واجتماعية تؤثر على جوانب الشخصية لديهم بمختلف أعمارهم. بالإضافة إلى ذلك، يعاني هؤلاء الأبناء غالباً من مشكلات سلوكية في المدرسة، وضعف في التحصيل الدراسي، وسوء في العلاقات الاجتماعية، والخوف. تنجم هذه المشكلات والاضطرابات عن الحرمان العاطفي والمادي وشعور الأبناء بنقص الحماية والدعم، إلى جانب نقص التوجيه.

بعد الطلاق، يُنَاط بأحد الطرفين مسؤولية الرعاية الفردية للأبناء، في حين قد يستمر الطرف الآخر في امتلاك حق الرؤية والزيارة، مما قد يخلق أزمات تتعلق بتضارب الولاء لدى الأبناء، حيث قد يعتمد الوالدان إلى إقحامهم في الصراع الدائر بينهما، وقد يرسم كل طرف صورة سلبية عن الطرف الآخر في أذهان الأبناء.

يتأثر الأبناء بطلاق الوالدين، وتعد فترة المراهقة من المراحل العمرية الحساسة نظراً للنمو المتسارع في الجوانب المعرفية والنفسية والجسمية، وارتقاء العمليات المعرفية التي تسمح للمراهق بإدراك بعض المواضيع. بغض النظر عن المدة العمرية التي يحدث فيها الطلاق (طفولة أو مراهقة)، فإن سن المراهقة هي المدة التي تزداد فيها الاحتياجات النفسية،

والتي تتحقق في ظل الانتماء إلى الأسرة. الطلاق يعيق تحقيق هذه الاحتياجات، إذ يتأثر المراهقون عادة بالوضع السيئ للحالة الزوجية للوالدين. ففي حين يؤثر الزواج غير الناجح سلباً في المراهقين، فإن الزواج السعيد الناجح يكون تأثيره إيجابياً عليهم. عندما يتشارك الآباء والأمهات في النفوذ الأسري بشكل متكافئ، يكون لذلك تأثير إيجابي على التكيف الأسري والانفعالي للمراهقين، إذ ترتبط الحالة الزوجية للوالدين بسلوك المراهق ووضعه النفسي والاجتماعي. (فريد . (٢٠١٩) (١٧١).

الآثار التربوية والاجتماعية على أبناء المطلقين:

يشير العلم التربوي إلى أهمية دور الوالدين، وخاصة دور الأم، في تنشئة الطفل الاجتماعية منذ سنواته الأولى، إذ يؤدي ذلك دوراً حاسماً في نموه وتطوره البدني والفكري. سلوك الطفل في سنواته الأولى يتأثر بشكل كبير بتربية الوالدين، ويستمر تأثير هذه المدة في حياة الطفل حتى مرحلة البلوغ. بما أن البيئة التي ينشأ فيها الطفل محصورة في الأسرة، فمن الطبيعي أن تؤثر في حياته الاجتماعية وتنعكس على علاقاته عندما يكبر، لتشمل أقربائه وجيرانه (Oshman، ١٩٩٩).

الطفل الذي ينمو في أسرة متماسكة وسعيدة يميل إلى التمتع بنمو طبيعي، وهو ما ينعكس إيجابياً على سلوكه وأخلاقه في المستقبل (Ketehur، ١٩٩٩). في المقابل، إذا كانت الأسرة مفككة بسبب الطلاق، فإن هذا التفكك سينعكس سلباً على الأبناء. يشبه علماء النفس الطفل بالإسفنج التي تمتص السلوك والتصرفات الصادرة من أفراد الأسرة، مما يجعل الأسرة المصدر الأول لنموه النفسي والعقلي. السلوكيات والأمراض النفسية التي تصدر عن الوالدين تؤثر بشكل مباشر في الأطفال، وقد تؤدي إلى مشكلات سلوكية مثل التشنجات والتشرد والانحراف، ولاسيما إذا شهدوا صراعات دائمة بين الوالدين (Pederson، ٢٠٠٤). الطلاق يؤثر على صحة الأطفال النفسية والجسدية، خاصة إذا كانوا في سن الخامسة أو السادسة أو أكبر، نتيجة للإهمال الذي يعانون منه من قبل والديهم، مما يؤدي إلى انخفاض معنوياتهم ويعزز مشاعر اليأس والتوتر والقلق، فضلاً عن قلة الرعاية والحنان. ومع تقدم العمر، تزداد التحديات المالية بسبب فقدان وجود الوالدين معاً.

التفكك الأسري يسبب آثاراً سلبية كبيرة في نمو الطفل وصحته النفسية. التوتر والاضطراب الناتج عن الصراعات بين الوالدين وعدم احترام كل طرف للآخر يؤثر في النمو الانفعالي والاجتماعي للطفل، ويضعف ثقته بنفسه وبالأسرة، مما قد يدفعه إلى الانحراف والسلوك العدواني والاضطرابات النفسية. الدراسات أظهرت أن الأطفال في الأسر غير المستقرة يعانون من مشكلات انفعالية وسلوكية واجتماعية (عبد الهادي. (١٩٩٩)).

التفكك الأسري يلعب دوراً جوهرياً في ظهور الاضطرابات النفسية لدى الأطفال، إذ يعكس التوتر والضغوط اليومية التي يعاني منها الوالدان على الأطفال الذين يعانون من الاكتئاب قد يظهرون رغبة في الانتحار، وغالباً ما تعاني الأسر التي تتسم بالتفكك من مشكلات أسرية مثل الانفصال الأسري والعدوان سواء اللفظي أو الجسدي (Ngauist، ١٩٩٧).

أظهرت الدراسات ارتباطاً وثيقاً بين التفكك الأسري والاضطرابات النفسية والسلوكية لدى الأطفال، بما في ذلك السلوك العدواني، القلق، الاكتئاب، والخوف، فضلاً عن الاضطرابات السلوكية مثل مص الأصابع والتبول اللاإرادي والنشاط الزائد. وهذا يتضح من التأثيرات السلبية للتفكك الأسري على الطفل، والتي تستمر مع تقدمهم في العمر، خاصةً إذا حدث الطلاق في سن مبكر، مما يزيد من مخاطر الحرمان لمدة طويلة (Stratton، ٢٠٠٣).
بالتالي، من الضروري التفكير بعناية قبل اتخاذ قرار الطلاق، نظراً للتأثيرات السلبية الكبيرة التي يمكن أن تتركها في الطفل وتكوينهم النفسي
الوقاية من آثار انفصال الوالدين:

تُظهر الأبحاث أن التفكير الإيجابي بدلاً من التفكير الكارثي يمكن أن يكون له تأثير كبير في كيفية تعامل الأطفال مع الطلاق. يمكن للوالدين مساعدة أطفالهم في تقييم المواقف بشكل واقعي وتجنب التفسيرات المتشائمة التي تفرض الأسوأ.
يصبح الأطفال أكثر مرونة وأقل توتراً عندما تنخفض الصراعات بين الوالدين، لذا من المهم حماية الأطفال من النزاعات قدر الإمكان. إن تقليل الصراعات يمكن أن يساعد الأطفال في التكيف بشكل أفضل مع التغيرات التي تطرأ على حياتهم.
عندما يواصل كلا الوالدين المشاركة الإيجابية في حياة الطفل، سواء كان الوالد يعيش معهم أم لا، يتوفر للطفل مزيد من الدعم. يجب على كلا الوالدين الاستماع إلى أطفالهم، وتقديم الدعم العاطفي، والمساعدة في القضايا اليومية مثل الواجبات المنزلية والحفاظ على قواعد سلوكية واضحة.

الأطفال يزدهرون عندما يتلقون تربية تجمع بين الدفء والحدود. إن اتباع نهج ثابت ومتسق في التربية أثناء الطلاق له تأثير إيجابي كبير في الأطفال. التعاون والتواصل المنتظم بين الوالدين وتقديم قواعد سلوكية متسقة عبر المنازل يعزز الاستقرار في حياة الطفل. الانضباط الأبوي المتسق يضمن وضع حدود واضحة لا تختلف بشكل كبير بين المنازل.

من المهم أن يدعم الآباء سلطات الأبوة الخاصة بالآخرين بدلاً من تقويضها. في أوقات التغيير، من الضروري الحفاظ على أكبر قدر ممكن من الروتين لضمان استقرار الأطفال. (HealthyChildren (٢٠٢٠))

أثر التواصل مع الأبناء على الأبناء بعد الطلاق :

استخدام استراتيجيات مثل التواصل الفعال مع الآباء ومقدمي الرعاية يمكن أن يعزز النتائج الإيجابية للأبناء البالغين بعد الطلاق. إذ إن التواصل الجيد مع الوالدين ومعلميهم وأفراد الأسرة الممتدة يساعد الأبناء على الشعور بالدعم والراحة.

كما أن الأبناء البالغين يفضلون أن يكون الآباء واعين للمعلومات التي يشاركونها معهم، وأن يكون التواصل بين الآباء والأبناء فعالاً ومناسباً لسنهم. كما أنه من المهم طمأنة الأطفال بأن الطلاق ليس خطأهم، وأنهم لا يجب أن يتعرضوا للصراعات اللفظية بين الوالدين.

أكدت الأبحاث على أهمية توفير خدمات استشارية للأطفال لمساعدتهم في التكيف مع الطلاق. فقد تبين أن الاستشارة توفر للأطفال فرصة لمناقشة مخاوفهم وقلقهم مع شخص خارجي، مما يعزز قدرتهم على التعامل بفعالية مع الوضع. هناك استراتيجيتان رئيسيتان تم التركيز عليهما؛ الأولى هي الانشغال بأنشطة شخصية مثل الاهتمامات الأكاديمية أو الرياضية، مما يساعد الأطفال على تحويل انتباههم بعيداً عن الطلاق. الثانية هي أهمية التواصل الفعال مع الأصدقاء وأفراد الأسرة ومستشاريهم، إذ يساهم في تعزيز العلاقات ومساعدة الأطفال على التعامل بشكل أفضل مع التغيرات. (James . (2018)83).

فضلا عن ذلك، أظهرت دراسة كمية أجراها (Kalmijn (٢٠١٥)) أن الأطفال الذين يحافظون على علاقات وثيقة مع آبائهم بعد الطلاق يواجهون نتائج سلبية أقل. فالأطفال الذين كان آبائهم نشطين في تربية الأطفال واستمروا في التواصل معهم بانتظام خلال وبعد الطلاق كانت لديهم تجارب أقل سلبية. بينما في الحالات التي كان فيها الآباء أقل مشاركة في أثناء الزواج، كان من الصعب عليهم الحفاظ على علاقات إيجابية مع أطفالهم بعد الطلاق، مما استدعى الاعتماد على الطرف الآخر للحفاظ على هذه الروابط.

الآباء الذين حافظوا على علاقات نشطة ووثيقة مع أطفالهم خلال فترة الزواج كانوا أقل عرضة لفقدان الاتصال بأطفالهم أو مواجهة عواقب سلبية أخرى مرتبطة بالطلاق. كما أظهرت الدراسة أن الأبناء البالغين كانوا أكثر قدرة على الحفاظ على تواصل إيجابي مع آبائهم عندما لم يكونوا معرضين لمستويات عالية من الصراع بين والديهم. هذه النتائج،

بالإضافة إلى الدراسات السابقة التي تم ذكرها، تدعم أهمية التواصل المفتوح بين الوالدين وأبنائهم في الحفاظ على علاقات إيجابية بعد الطلاق.

تأثير المحادثات المتعلقة بالطلاق على الأطفال هو موضوع قيد اهتمام واسع من قبل الباحثين في السنوات الأخيرة. وقد تركزت الدراسات على كيفية تأثير أساليب التواصل التي يتبعها الآباء خلال هذه المحادثات في نتائج الأبناء.

تشير الأبحاث إلى أن أساليب التواصل المستخدمة في المحادثات حول الطلاق يمكن أن تتنوع بشكل كبير، بناءً على نية الرسالة التي يتم نقلها والمعلومات التي يرغب الآباء في توصيلها. من بين الأساليب التي تمت دراستها، يتمتع التواصل الفعال بأهمية خاصة. يتضمن ذلك استخدام لغة واضحة وصادقة، مع التأكيد على دعم الأبناء وتوجيههم خلال هذه المدة الصعبة.

علاوة على ذلك، هناك أساليب أخرى مثل العلاقات الغامضة، يجري تقديم معلومات غير محددة أو ملتبسة، وأسلوب التثليث، الذي يشمل تدخل أطراف ثالثة في المحادثات. كلا هذين الأسلوبين يمكن أن يؤثر سلباً في نتائج الأبناء، حيث قد يشعرون بالحيرة أو الارتباك أو عدم الأمان. تسعى الدراسات إلى توضيح كيف يمكن أن تؤثر هذه الأنماط المختلفة من التواصل في العلاقة بين الوالدين والأبناء، وعلى قدرة الأطفال على التكيف مع التغيرات التي يجلبها الطلاق. بشكل عام، يبدو أن التواصل الواضح والداعم يعد من العوامل الأساسية التي تساعد الأطفال على التكيف بشكل أفضل والمروءة بمرحلة الطلاق بأقل قدر من الأضرار النفسية. (James . 2018)83

التواصل الفعال يُعرّف التواصل الفعال بأنه ضمان دعم الأطفال ومحبتهم، وتأكيد أنهم ليسوا سبب الطلاق، والحد من كمية المعلومات السلبية التي يناقشها الآباء حول الطلاق (du Plooy & van Rensburg، ٢٠١٥، ٢٠١٦). يشمل التواصل الفعال أيضاً التفاعل وجهًا لوجه، وتطوير وصيانة التعاطف، وعدم ترك الأطفال عالقين بين صراعات الوالدين أو مضطربين لتفسير المحادثات الغامضة (du Plooy & van Rensburg، ٢٠١٥)، (٢٠١٦/١٣٩).

في دراستهم التي شملت ١١٨ زوجاً من الوالدين والأبناء، جادل (Afifi et al. ٢٠١٥). (١٠١٠) بأن العلاقات الضعيفة كانت نتيجة لزيادة الاستجابات الفسيولوجية (التوتر) وانخفاض القدرة على التكيف الإيجابي بعد المحادثة. طُلب من المشاركين إكمال استبيان قبل التفاعل، والمشاركة في نقاش مرهق، ثم إكمال استبيان بعد التفاعل. استخدم الباحثون المحادثات المجهددة لإثارة التوتر والقلق حول مواضيع النقاش التي قد تحدث بشكل

طبيعي. طُلب من المشاركين الاستمرار في المحادثة لمدة لا تقل عن ٢٠ دقيقة أو حتى يشعروا بعدم الراحة في مناقشة الموضوع. بعد الانتهاء من المحادثات، تم جمع الألعاب من كل مشارك لقياس مستويات الكورتيزول والأدرينوكورتيكويد. تم جمع الألعاب أربع مرات خلال الدراسة (قبل المحادثة، مباشرة بعد المحادثة، بعد ٢٠ دقيقة من المحادثة، وبعد ٤٠ دقيقة من المحادثة). استخدم الباحثون الألعاب لقياس كيفية تفاعل المشاركين واستعادتهم من التوتر الذي حدث خلال المحادثة. أشاروا إلى أنه عندما كان الأبناء يعتقدون أن آباءهم يتواصلون بفعالية، كانوا بحاجة إلى وقت أقل للتعافي من المحادثة لأن الآباء كانوا قادرين على العمل كعازل للتوتر والقلق المرتبط بالمحادثة. في المقابل، كان الأبناء الذين لم يكن آباؤهم قادرين على التواصل بفعالية (كانوا غامضين عند التواصل أو إدخال أطفالهم في صراعات) يواجهون صعوبة أكبر في التعافي من المحادثة (Afifi (٢٠١٥) (١٠٣٠).

وبالتالي، تدهورت جودة العلاقات بين الوالدين والأبناء، والذي تم نسبه إلى عدم قدرة الأبناء على التعافي من المحادثات التي عدّوها عدائية ومرهقة (Afifi et al., ٢٠١٥, ١٠٣٦). تعتبر هذه النتائج ذات صلة بالدراسة الحالية لأنها تدعم الفرضية القائلة بأن أنماط التواصل التي يُنظر إليها خلال المحادثات المتعلقة بالطلاق بين الآباء وأبنائهم تؤثر في العلاقة بين الوالدين والأبناء

النتائج والتوصيات :

النتائج:

يُظهر البحث أن الاتصال الفعّال بين الوالدين بعد الانفصال يؤدي دوراً حاسماً في تقليل الآثار السلبية على الأطفال. إذ يمكن أن يحسن من رفاهية الأطفال ويعزز قدرتهم على التكيف مع التغيرات الحياتية. توصي الدراسة بضرورة تبني استراتيجيات تواصل فعالة ضمن خطط الدعم للأطفال وأسرهم في مدة ما بعد الانفصال.

التوصيات:

تدريب الوالدين على مهارات الاتصال الفعّال وكيفية التعامل مع الأطفال خلال مدة الانفصال.

توفير موارد ومراكز دعم للأسرة تساعد على تحسين جودة التواصل بين الوالدين. إجراء دراسات إضافية لفحص تأثيرات الاتصال الفعّال على جوانب أخرى من حياة الأطفال بعد الانفصال.

الخاتمة :

في ختام هذا البحث، يمكننا التأكيد على أن الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال يؤدي دورًا حاسمًا في تقليل الآثار السلبية لانفصال الوالدين. أظهرت نتائج الدراسة أن الأطفال الذين يحظون بتواصل مستمر وفعال مع والديهم يتمتعون باستقرار نفسي واجتماعي أفضل، ويظهرون قدرة أكبر على التكيف مع التغيرات الأسرية الناتجة عن الانفصال..

كما أظهرت الدراسة أن هناك حاجة ملحة لتقديم برامج تدريبية وتوعوية للوالدين حول أهمية الاتصال الفعال وكيفية تحقيقه بعد الانفصال. يمكن لهذه البرامج أن توفر للوالدين الأدوات اللازمة للتعامل مع تحديات الانفصال بشكل إيجابي وداعم للأطفال.

إن هذا البحث يساهم في تسليط الضوء على أهمية الاتصال الأسري في حالات الانفصال، ويقدم توصيات عملية يمكن أن تساعد الأسر والمجتمع بشكل عام في التعامل مع هذه القضية. نتمنى أن تكون هذه الدراسة نقطة انطلاق لمزيد من الأبحاث المستقبلية التي تهدف إلى تحسين جودة الحياة للأطفال المتأثرين بانفصال الوالدين، وتوفير الدعم اللازم للأسر لتحقيق تواصل فعال ومستدام.

في الختام، نؤكد أن تعزيز الاتصال الفعال بين الوالدين والأطفال ليس فقط وسيلة للوقاية من الآثار السلبية لانفصال الوالدين، بل هو أيضًا استثمار في بناء جيل قوي ومستقر نفسيًا واجتماعيًا، قادر على مواجهة تحديات الحياة بثقة وإيجابية.

المراجع :

١. بلخماس ي . مروش ق. (٢٠٢٣). أثر طلاق الوالدين على تقدير الذات لدى الطفل المتمدرس المدمن على الألعاب الالكترونية. مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، ٨(١)، ١٠٣-١١٨.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/222005>

٢. حافظ. أ . (٢٠٠٧) . مبادئ الإدارة العامة، ط١، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة<
٣. عبد الهادي . ج . (١٩٩٩) . مدخل لدراسة المجتمع. الهيئة العامة للكتاب . القاهرة.
٤. فريد ب. (٢٠١٩). أثر طلاق الوالدين على مظاهر الصحة النفسية لدى عينة من أبناء المطلقين. مجلة القيس للدراسات النفسية والإجتماعية 170-202. (1)، 1

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/149190>

٥. موسى ، ع . (٢٠٠٨). سيكولوجية القهر الأسري . عالم الكتاب . القاهرة .

المراجع الأجنبية:

1. Afifi, T. D., Granger, D. A., Joseph, A., Denes, A., & Aldeis, D. (2015). The influence of divorced parents' communication skills on adolescents' and young adults' stress reactivity and recover. *Communication Research*, 42(7), 1009-1042. doi:10.1177/0093650213509665
2. du Plooy, K., & van Rensburg, E., (2015). Young adults' perception of coping with parental divorce: A retrospective study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(6), 490-512. doi:10.1080/10502556.2015.1058661
3. du Plooy, K., & van Rensburg, E., (2016). What do the true experts say? Young adults' recommendation for coping with parental divorce. *The Social Work PractitionerResearcher*, 28(2), 138-156. doi:10.25159/2415-5829/1477
4. Healthy Children. How to Support Children after Their Parents Separate or Divorce. (2020). HealthyChildren.org. <https://www.healthychildren.org/English/healthy-living/emotional-wellness/Building-Resilience/Pages/How-to-Support-Children-after-Parents-Separate-or-Divorce.aspx>
5. James, C. L. (2018). Communication in Divorced Families with Children: A Review of the Literature. *THE HILLTOP REVIEW*, 83.
6. Ketehur (1999): Handy Gapped Children, Medical Books, London.
7. Naguist KH, Edwaldu (1997) : Successful Breast Feeding In spite of Early Mother–Baby And Parathion For Neonatal Care – Midwifery, Vol(13), No(1), New York.
8. Oshman (1999): Guidance Services In The Modern School Brace, New York, U.S.A.
9. Pederson, D. M. (2004): Identification Of Levels Of Self-Identity Perceptual And Motor Skills, New York.
10. Stratton, Phages N. (2003): Students Dictionary Of Psychology, Closct Private Company, London.
11. Belkhamas Y. Maroush Q. (2023). The impact of parental divorce on self-esteem of school-aged children addicted to electronic games. *Journal of Studies in the Psychology of Deviance*, 8(1), 103-118. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/222005>
12. Hafez. A. (2007). Principles of Public Administration, 1st ed., Dar Al Fikr Al Arabi for Publishing and Distribution, Cairo>
13. Abdul Hadi. J. (1999). Introduction to the Study of Society. General Egyptian Book Organization. Cairo.
14. Farid B. (2019). The impact of parental divorce on mental health aspects of a sample of children of divorcees. *Al Qabas Journal of Psychological and Social Studies*, 1(1), 170-202. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/149190>
15. Musa, A. (2008). Psychology of Family Oppression. World of Books. Cairo .