

Attitudes of Family Counselling Specialists Toward the Application of Cognitive Behavioural Therapy to Improve Family Stability

Tarifa Abdalla Yousif abdalla

U21100348@sharjah.ac.ae

University of Sharjah - College of Arts, Humanities and Social Sciences

Alaa AL-Taii, (Ph.D.)

aaltaii@sharjah.ac.ae

Associate Professor/Faculty member in the Department of Sociology/ College of Arts, Humanities and Social Sciences/ University of Sharjah

Copyright (c) 2025 Tarifa Abdalla Yousif abdalla, Alaa AL-Taii, (Ph.D.)

DOI: <https://doi.org/10.31973/kts7j269>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract:

This study aims to explore the attitudes of family counselling specialists toward the application of cognitive behavioural therapy (CBT) in the family context, with the objective of improving family stability. The researcher employed a qualitative methodology due to its suitability for the nature of the current study, using a purposeful non-probability sample consisting of five specialists from the Family Development Administration and its branches (Family Counselling Administration). These specialists had undergone various training programs on the mechanisms of applying CBT and leveraged their expertise in CBT to serve families and enhance their stability. This effort is part of the administration's continuous endeavours to develop and train employees through diverse programs, with recent emphasis on applying CBT techniques to empower families. The study utilized interviews as a tool for data collection and analysed the data in light of relevant theories and previous literature. The key findings confirmed the contribution of CBT in alleviating certain family issues, particularly problems stemming from irrational beliefs held by some family members, which contributed to the challenges they faced.

Keywords: Family Counselling - Cognitive Behavioural Therapy - Family Stability

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

إتجاه الأخصائيات في مجال الإرشاد الأسري نحو تطبيق العلاج المعرفي السلوكي لتحسين الاستقرار الأسري

الباحثة طريفة عبدالله يوسف
 جامعة الشارقة - كلية الآداب والعلوم
 الإنسانية والاجتماعية
 الأستاذ المشارك الدكتورة آلاء الطائي
 الأستاذ المشارك الدكتورة - عضو هيئة تدريس
 في قسم علم الاجتماع - كلية الآداب والعلوم
 الإنسانية والاجتماعية / جامعة الشارقة

(مُلخَصُ البَحْث)

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة توجهات المختصين في مجال الإرشاد الأسري نحو تطبيق العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري، وذلك بهدف تحسين استقرارها. حيث استخدمت الباحثة المنهج النوعي نظراً لملاءمته لطبيعة الدراسة الحالية، عن طريق عينة غير احتمالية قصدية مكونة من خمسة مختصين من موظفات إدارة التنمية الأسرية وفروعها (إدارة الإرشاد الأسري)، اللواتي خضعن لتدريبات متنوعة حول آليات تطبيق العلاج المعرفي السلوكي، وتم توظيف خبرتهن حول العلاج في خدمة الأسر وتحسين استقرارها، و ذلك في ظل جهود الإدارة المتواصل و سعيها لتطوير الموظفين و تدريبهم المستمر من خلال البرامج المتنوعة، و التركيز في الآونة الأخيرة على تطبيق فنيات العلاج المعرفي السلوكي في مجال تمكين الأسر. إذ استخدمت الدراسة المقابلة كأداة لجمع البيانات والمعلومات وحللت البيانات في ضوء النظريات والأدبيات السابقة ذات الصلة. وأسفرت أهم النتائج على تأكيد مساهمة العلاج المعرفي السلوكي في التخفيف من بعض المشكلات الأسرية وخاصة المشكلات التي تضمنت وجود الأفكار اللاعقلانية لدى بعض أفراد الأسرة، والتي ساهمت في ظهور التحديات التي يواجهونها.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الأسري - العلاج المعرفي السلوكي - الاستقرار الأسري

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

أولاً: المقدمة و خلفية الدراسة:

تعد الأسرة أول مؤسسة تربوية يتعامل معها الفرد في حياته، إذ إنها كانت و مازالت تعتبر المؤسسة الأهم نظراً للأدوار المتنوعة التي تؤديها، والتي تسهم في تشكيل شخصية الفرد ورسم أبعادها مستقبلاً. (القراله، ٢٠٢٢).

ومع التطورات و التغييرات الاجتماعية والاقتصادية السريعة، ظهرت العديد من التحديات التي تمس كيان الأسرة و استقرارها. و يعد التحول في طبيعة العلاقات التي تشكل أساس التفاعل الأسري و الاجتماعي من أبرز معالم التغيير التي طرأت على المجتمع، إذ أثر هذا التغيير في وظيفة الأسرة في عملية التنشئة الاجتماعية و علاقات أفرادها و الأدوار الاجتماعية التي يقومون بها، لتأخذ أنماطاً تتوافق مع طبيعة التبدل في الحياة المعاصرة (بالحاج، ٢٠١٧).

وبطبيعة الحال فإن الحياة الأسرية لا تخلو من التحديات التي تهدد استقرارها، ومن ثمّ تزداد الحاجة إلى استخدام أساليب علاجية أكثر فاعلية و برامج إرشادية تتواءم مع متطلبات الحياة العصرية و التطورات التي تشهدها المجتمعات، ومن هنا يتجلى دور المؤسسات والجهات المختلفة في دعم الأسر وتعزيز قدرات أفرادها في التعامل مع التحديات المعاصرة، و ذلك من خلال السياسات و البرامج والخدمات التي تدعمها.

وقد حرصت العديد من الدول والحكومات بصب جل اهتمامها لتحقيق الاستقرار الأسري، كونها الخطوة الأولى نحو الوحدة و الاتحاد و التنمية المستدامة التي تنشدها المجتمعات. وترجمت دولة الإمارات هذا الاهتمام منذ قيام الاتحاد من خلال سن القوانين والتشريعات التي تدعم الأسرة و تحافظ على استقرارها ، كما حاولت معالجة التحديات والقضايا التي تمسها من خلال وضع حلول شاملة للفئات الاجتماعية المختلفة كافة ، وفقاً لعمليات منهجية متتابعة راعت وضع كل فرد من أفراد الأسرة (الكربي و أبو الخير ، ٢٠٢٤).

وتعد إدارة التنمية الأسرية و فروعها التابعة للمجلس الأعلى لشؤون الأسرة في إمارة الشارقة، من بين هذه المؤسسات الرائدة التي برز دورها الجلي في تحقيق الاستقرار الأسري، وذلك من خلال اهتمامها بالجانب الوقائي و العلاجي للآفات التي قد تمس الأسرة و تهدد كيانها. إذ حرصت على تطوير البرامج الوقائية و الإرشادية المختصة بالأسرة، فضلاً عن تطوير الأساليب العلاجية التي تتناسب مع التغييرات و التطورات والتحديات المتغيرة التي تواجهها الأسر.

ويرجع الاهتمام بالإرشاد الأسري كونه يعد من اختصاصات الإرشاد النفسي الرئيس، إذ يقوم على العلاج و الوقاية وتنمية المهارات في مجال تقويم عمل الأسرة، وعلاج مواضع الخلل فيها لوضعها في الطريق الصحيح، كما تعزز نماء الشخصية والإمكانات الإيجابية لأفراد الأسرة، فضلا عن جوانبها الوقائية الأخرى المتمثلة في حماية الأسرة و أفرادها ككيان موحد من الأخطار التي تهدد توازنهم و توافقهم الذاتي و فاعليتهم أمام التحولات المتسارعة التي يشهدها المجتمع (الحيسوني، ٢٠٢١).

حيث يرتكز عمل الإرشاد الأسري على نظم و قواعد و أسس نظرية تهدف إلى تحسين العلاقات بين أفراد الأسرة بما يساعد في استقرارها، و ذلك من خلال استخدام التقنيات و الأساليب العلاجية التي تتناسب مع طبيعة المشكلات التي تواجه الأسرة و تُعيقها من أداء وظائفها. و يعد العلاج المعرفي السلوكي أحد نظريات علم النفس الإرشادي، من الأطر النظرية المهمة لممارسي الإرشاد الأسري، حيث لاقى انتشاراً واسعاً في صفوف المعالجين والمهنيين، بعد أن أثبت فاعليته البالغة في التخفيف من الضغوط النفسية لكونه يركز على العمليات العقلية للفرد التي تؤثر في كيفية إدراكه للمثيرات المختلفة، و تفسيراته للمواقف التي يتعرض لها (بن صالح، ٢٠١٦). فضلا عن أن العلاج يتميز بسهولة إجراءاته، وقابليته للتطبيق في المجتمعات المختلفة، ومنها المجتمعات العربية المسلمة (الشرط، وآخرون، ٢٠٢١).

وفي هذا البحث، تم تسليط الضوء على العلاج المعرفي السلوكي، و ذلك بسبب تركيز إدارة الإرشاد الأسري في الآونة الأخيرة على تطبيق فنيات العلاج المعرفي السلوكي في مجال تمكين الأسرة. إذ سيتم معرفة توجهات مختصي الإرشاد الأسري نحو تطبيق العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري، و خاصة فيما يتعلق بالعلاقات الأسرية و تفاعلات أفراد الأسرة، كونها أساس الاستقرار الأسري. فغالباً ما قد تتخلل الحياة الأسرية تفاعلات قد تكون سلبية نتاجاً لأفكار غير عقلانية تؤثر في علاقات الأفراد مع بعضهم البعض، سواءً في علاقات الأزواج أو العلاقة الوالدية أو قد تظهر أيضاً في علاقات الأبناء.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

تواجه العديد من الأسر تحديات مختلفة تهدد استقرارها و تعيق قيامها بوظائفها الأساسية نتيجة للتغيرات السريعة والمعقدة التي تشهدها مختلف المجتمعات، والتي لامست نسيجها الاجتماعي والثقافي والاقتصادي ومن ثم أثرت في جوانب الحياة اليومية للأفراد. وكما جاء في (القحطاني، ٢٠٢١) أن المشكلات الأسرية تتمثل في وجود اختلال داخلي وخارجي في الأسرة، نتيجة لوجود حاجات غير مشبعة سواءً لدى فرد عضو الأسرة أو

مجموعة أفراد، إذ يترتب عليها سلوكيات يعبر عنها الفرد أو مجموعة الأفراد بطريقة تتنافى مع الأهداف المجتمعية.

فالمشكلات الأسرية غالباً ما تؤثر على أفراد الأسرة وتعيق تنميتهم العاطفية والاجتماعية، وعدم تدارك هذه التحديات ممكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة وانتشار الظواهر السلبية في المجتمع.

وهنا برزت أهمية دور المؤسسات الاجتماعية باعتبارها محورا أساسا لمواجهة هذه التحديات، ودعم الأسر والأفراد للتغلب عليها، حيث يكمن دور ممارسي الإرشاد الأسري في الكشف عن التحديات و الظواهر السلبية المتجددة في المجتمع، و التي تمس من استقرار الأسرة. فمع تزايد مشكلات العصر ازدادت الحاجة إلى تطوير البرامج الإرشادية واستخدام أساليب علاجية أكثر فاعلية و تتلاءم مع التغيرات الحديثة التي يشهدها المجتمع.

ثالثاً: تساؤلات الدراسة:

وفي ضوء ما سبق، تأتي الدراسة كمحاولة للإجابة عن التساؤل الرئيس الآتي:

- ما مدى إمكانية تطبيق العلاج المعرفي السلوكي في التخفيف من المشكلات الأسرية لتحسين استقرارها؟

ولمعرفة فاعلية هذا البرنامج تبنت الدراسة التساؤلات الفرعية الآتية :

- ما أبرز تقنيات وآليات العلاج المعرفي السلوكي الفعالة فيما يخص القضايا الأسرية، من وجهة نظر ممارسي الإرشاد الأسري؟

- ما المجالات المحددة التي أثبت فيه العلاج المعرفي السلوكي فاعليته لتحقيق الاستقرار الأسري؟

- ما أبرز التحديات التي قد تواجه ممارسي الإرشاد الأسري في أثناء تطبيقهم للعلاج المعرفي السلوكي في العلاقات الأسرية؟

- ما مدى إمكانية تعزيز النتائج الإيجابية من تطبيق العلاج المعرفي السلوكي، و ضمان استمراريتها بعد الانتهاء من مدة العلاج؟

رابعاً: أهداف الدراسة

تسعى الدراسة لتحقيق الأهداف الآتية:

- معرفة تقنيات وآليات العلاج المعرفي السلوكي الفعالة في تحسين العلاقات الأسرية.

- معرفة مدى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في حالات محددة للأسرة.

- معرفة التحديات التي تواجه ممارسي الإرشاد الأسري أثناء تطبيق العلاج المعرفي السلوكي مع المتعاملين.

- التعرف على آليات تعزيز النتائج الإيجابية و ضمان استمراريتها بعد انتهاء الجلسات العلاجية.

خامساً: أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تناولته، باعتبار أن الاستقرار الأسري هو الهدف الأهم و الأسمى الذي تسعى إليه العديد من المؤسسات في الدولة لتحقيقها، باعتبارها الخطوة الأساسية لتحقيق تلاحم المجتمع وتعزيز التنمية المستدامة.

١- الأهمية النظرية:

ترجع أهمية هذه الدراسة إلى عدة عوامل، (بحسب علم الباحثة) فالدراسات المتوفرة حول مجتمع الإمارات و التي توضح استخدام برامج الإرشاد الأسري لأسلوب العلاج المعرفي السلوكي عن طريق استخدام تقنياته في تحقيق الاستقرار الأسري تعد محدودة، لذا فقد تكمن أهمية البحث في إثراء المكتبات المحلية والعربية المختصة بالإرشاد الأسري و علم النفس الاجتماعي، فضلا عن تسليط الضوء على الآثار الناجمة عن التفكك الأسري على أفراد الأسرة، و دور برامج الإرشاد الأسري في تحسين استقرارها.

٢- الأهمية التطبيقية:

تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة في كونها تشكل بعداً تطبيقياً ملموساً، من خلال تسليط الضوء على موضوع الاستقرار الأسري، مما يسهل على المؤسسات المعنية تقديم خدماتها للأسرة بأخذ توصيات هذه الدراسة، و تطوير خططها التنموية في مجال الإرشاد الأسري، و كذلك الاستفادة من نتائج الدراسة و تطبيقها في ميدان التربية والتعليم و التنمية الاجتماعية المستدامة .

سادساً: مصطلحات الدراسة:

١- الإرشاد الأسري: "عملية مساعدة مدروسة يقدمها مرشد أسري متخصص في استخدام أسس الإرشاد و تقنياته، لمساعدة الأفراد و الأسر في شكل انفرادي أو جماعي، لحل المشكلات وتحقيق الاستقرار والتوافق و التكيف الأسري" (الحيسوني، ٢٠٢١).

التعريف الإجرائي: نوع من أنواع التدخلات العلاجية، والتي تركز على استخدام خطوات وتقنيات وفق منهجيات مدروسة خاصة بالعملية الإرشادية، تطبقها الأخصائيات بقسم الإرشاد الأسري بدائرة التنمية الأسرية مع المستفيدين تسهم في مساعدة الأفراد و الأسر في التغلب على التحديات التي تواجههم، وتحسين العلاقات بين الأفراد.

٢- العلاج المعرفي السلوكي (CBT): أحد نظريات علم النفس الإرشادي الذي طوره آرون بيك Aaron T. Beck، والذي يقدم إطار نظري لفهم السلوك البشري و من ثم توجيه عملية العلاج. ويعد من النظريات الحديثة نسبياً، حيث دمج ما بين فنيات العلاج المعرفي المتعددة وفنيات العلاج السلوكي. ويركز هذا العلاج على كيفية إدراك الفرد وتفسيره للمثيرات المختلفة، ويتعامل مع الاضطرابات من منظور ثلاثي الأبعاد معرفياً وانفعالياً وسلوكياً، بحيث يربط ما بين الأفكار (المعتقدات) و المشاعر التي تثيرها هذه الأفكار وتسهم في تشكيل السلوك (محمد، ٢٠٠٠).

التعريف الإجرائي: أسلوب علاجي يستخدم في مجال الإرشاد الأسري والعلاج النفسي، تستخدمه الأخصائيات في قسم الإرشاد الأسري التابعة لإدارة التنمية الأسرية بهدف مساعدة المستفيد على تغيير الأفكار و المعتقدات اللاعقلانية التي يحملها الفرد حول ذاته و حول الأفراد الآخرين، والتي تسهم في خلق مشاعر سلبية و بالتالي سلوكيات غير سوية تؤثر على علاقاته الاجتماعية.

٣- الاستقرار الأسري: "العلاقة الأسرية الناجحة التي تقوم على التفاعل الدائم بين أفراد الأسرة، والتي تهين للأبناء الحياة الاجتماعية و الثقافية والدينية اللازمة لإشباع احتياجاتهم في مراحل النمو المختلفة، و تتسم العلاقة بسيادة المحبة والتعاون والديمقراطية بين أفراد الأسرة، مما يدعم العلاقة ويحقق أكبر قدر من التماسك والاستقرار الأسري". (القراله، ٢٠٢٢).

التعريف الإجرائي: قدرة أسر المستفيدين من خدمات العلاج السلوكي المعرفي التي يقدمها قسم الإرشاد الأسري بإدارة التنمية الأسرية من حالة من التوازن والانسجام داخل الأسرة، والتي يشعر فيها أفراد الأسرة بالأمان و الدعم من خلال العلاقات الأسرية المتوازنة، سواء أكانت العلاقة بين الزوجين أم بين الوالدين و أبنائهم، أم بين الأبناء.

سابقاً : دراسات سابقة

١- دراسات تناولت العلاج المعرفي السلوكي

- وفي دراسة (الشطرات، وآخرون، ٢٠٢١) المعنونة بـ "فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الذكور في مرحلة الطفولة المتوسطة (المراهقين) المساء إليهم جسدياً"، إذ استخدم الباحثون المنهج شبه التجريبي على عينة من الذكور المراهقين بلغ عددهم (١٨) من المساء إليهم جسدياً، للتحقق من فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق، و

توصلت الدراسة إلى نتائج تؤكد فاعلية البرنامج المستخدم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للمراهقين المساء إليهم جسدياً، كما امتدت لما بعد مدة التطبيق.

- وبينت دراسة (الأطروني، ٢٠١٧) المعنونة بـ "فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تحسين بعض المهارات الاجتماعية وأثره على اضطراب الانتباه لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد"، إمكانية تطبيق العلاج المعرفي السلوكي لتحسين المهارات الاجتماعية، إذ استخدمت الباحثة المنهج التجريبي عن طريق عينة مكونة من ١٠ أطفال ممن تتراوح أعمارهم بين ٦-٩ سنوات، وأشارت نتائج الدراسة بوجود تحسناً واضحاً في كل مظاهر اضطراب الانتباه التي يعاني منها الأطفال.

- وأشارت دراسة (إبراهيم، ٢٠١٦) بعنوان "فاعلية برنامج تدريبي قائم على فنيات العلاج المعرفي السلوكي في خفض حدة الفوبيا الاجتماعية لدى عينة من المراهقين الموهوبين" والتي استخدم فيها الباحث المنهج التجريبي على عينة مكونة من (١١) من المراهقين الموهوبين بالمرحلة الإعدادية و الثانوية بالقاهرة، تراوحت أعمارهم بين (١٣-١٧) عاماً، من الذين ثبت لديهم ارتفاع بمستوى الفوبيا الاجتماعية، و توصلت الدراسة إلى نتائج تفيد بوجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد العينة في المقياسين القبلي والبعدي لمستوى الفوبيا الاجتماعية، مما يدل وجود تغييرات إيجابية لأفراد العينة.

٢- وفي دراسة أخرى أجريت بعنوان " CBT for Prolonged Grief in Children and Adolescents: A Randomized Clinical Trial"، حيث أجرى الباحثون الدراسة على عينة عشوائية مكونة من (١٣٤) من الأطفال والمراهقين في هولندا تراوحت أعمارهم بين (١٠-١٣) سنة، من الذين فقدوا شخصاً عزيزاً عليهم و يعانون من اضطراب الحزن المطول، و اشتملت الجلسات العلاجية ٩ جلسات فردية للعينة و ٥ جلسات استشارية مع الآباء أو مقدمي الرعاية، و تم إجراء تقييمات مباشرة بعد مُدد مختلفة من العلاج تراوحت من ٦ إلى ١٢ شهراً، أثبتت الدراسة أن العلاج المعرفي السلوكي كان له الأثر الأكبر في التخفيف من أعراض الاكتئاب و أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال و المراهقين، مما أثبت أن العلاج ناجح في تقوية الأطفال و المراهقين في مواجهة التحديات التي تجلب إليهم.. (Boelen, et al., 2018))

٢- دراسات تناولت موضوع الاستقرار الأسري

- وهدفت دراسة (القراله، ٢٠٢٢) المعنونة بـ "فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى نظرية بيت العلاقات السليمة في تحسين الاستقرار الأسري و تخفيض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء المراجعات لمراكز الإرشاد الأسرية في العاصمة عمان" التحقق من فعالية

البرنامج الإرشادي لتحقيق الاستقرار الأسري، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة تكونت من (٢٣) امرأة من النساء المراجعات لمركز إرشادي أسري في العاصمة عمان، تم تقسيمهن على مجموعتين ضابطة (١١) امرأة، و تجريبية (١٢) امرأة. و توصلت الدراسة إلى نتائج تفيد بفعالية البرنامج الإرشادي المطبق في تخفيض الطلاق العاطفي و تحسين الاستقرار الأسري بالإضافة إلى أن البرنامج حافظ على نجاحه والأثر الذي حققه بعد شهر من المتابعة.

- وفي دراسة (همت، ٢٠٢٢) المعنونة بـ " دور السياسة الاجتماعية في دعم الاستقرار الأسري في إمارة الشارقة: دراسة تحليلية للمدة (٢٠٠٠-٢٠٢٠)" حيث استخدمت الباحثة المنهج التحليلي الوصفي للتعرف على دور السياسات الاجتماعية في تحقيق الاستقرار الأسري في إمارة الشارقة، و توصلت إلى أهم النتائج التي تشير إلى وجود أولوية و رعاية بقضايا الأسرة و تلبية كل احتياجاتها المادية و المعنوية توفير الظروف المعيشية الكريمة من خلال قانون الضمان الاجتماعي و المساعدات التي تصرفها الجهات المختصة في الإمارة للأسر الضعيفة.

- في دراسة (يونس، ٢٠٢١) المعنونة بـ " فعالية العلاج الأسري متعدد الأبعاد في تعزيز التسامح لدى أسرة مهددة بالانفصال: دراسة حالة "، إذ هدفت الدراسة إلى التدخل مع أسرة مهددة بالانفصال و تعاني من الصراع الزوجي، بالاعتماد على العلاج الأسري متعدد الأبعاد (التكاملي) متضمناً مدخل العلاج الزوجي المعرفي السلوكي، حيث أسفرت الدراسة عن نتائج تشير إلى تحسن مؤشرات التسامح الزوجي مقارنة بالقياس القبلي بالبعدي، كما أن المتابعة الأولى بعد شهرين أشارت بعدم حدوث انتكاسه، و المتابعة الثانية بعد عامين من التدخل أشارت إلى استمرار التوافق والاستقرار الأسري والزوجي.

- واستهدفت دراسة (علي، ٢٠٢١) المعنونة بـ " دور مكاتب الاستشارات الأسرية في تحقيق الاستقرار الأسري لدى المرأة: دراسة تنبؤية على عينة من سيدات المجتمع المصري" عن طريق استخدام المنهج الوصفي التنبؤي على عينة تكونت من (١٦٠) من السيدات في المجتمع المصري، و توصلت الدراسة إلى نتائج تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين دور مكاتب الاستشارات الأسرية و بين الاستقرار الأسري.

٣- مناقشة الدراسات السابقة

اتفقت الدراسات السابقة في استخدامها للعلاج المعرفي السلوكي في تصميم برامجها العلاجية وإثبات فاعلية العلاج كما استهدفت عينات مختلفة من مجتمع الدراسة تمثلت في فئات عمرية متنوعة مثل: الأطفال و المراهقين و البالغين الذين طبق عليهم العلاج المعرفي السلوكي، إلا أن الدراسة الحالية مختلفة كونها استهدفت عينة من المختصين في مجال الإرشاد الأسري؛ لمعرفة توجهاتهم حول تطبيق العلاج المعرفي السلوكي لتحسين الاستقرار الأسري.

وتنوعت المناهج في الدراسات السابقة مثل تطبيق المنهج التجريبي وشبه التجريبي، إلا أن الدراسة الحالية استخدمت المنهج الكيفي من خلال مقابلة المختصين في الإرشاد الأسري، والتي ساعدت في جمع البيانات والتعرف على مشكلة الدراسة و فهمها فهماً واضحاً للحصول على معلومات كافية من مصادرها.

ووفقاً لنتائج الدراسات السابقة أثبت العلاج المعرفي السلوكي فاعليته في مواضع مختلفة مثل: التخفيف من أعراض الاكتئاب وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، و خفض القوبيا الاجتماعية، و تحسين المهارات الاجتماعية، إلا أن الدراسة الحالية ركزت على تطبيق العلاج لتحسين الاستقرار الأسري من خلال التركيز على العلاقات الأسرية و مدى إمكانية تطبيق العلاج في السياق الأسري وفقاً لتجارب المختصين في الإرشاد الأسري.

كما اتفقت الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الاستقرار الأسري مع الدراسة الحالية في إبراز أهمية الاستقرار الأسري بوصفه من الركائز الأساسية لبناء مجتمع متماسك، حيث تنوعت أساليب تحقيق الاستقرار الأسري في هذه الدراسات من خلال استخدام وسائل تمثلت في برامج إرشادية متنوعة و إبراز أهمية دور مكاتب الاستشارات الأسرية و أثرها في تحقيق الاستقرار الأسري، فضلاً عن دور السياسات الاجتماعية التي تتبناها إمارة الشارقة لتضمن الحياة الكريمة لأفراد الأسرة بما يحقق استقرارهم.

إلا أن الدراسة الحالية اختلفت بتركيزها على أحد أهم المؤسسات المختصة بالأسرة المتمثلة في إدارة التنمية الأسرية و فروعها في إمارة الشارقة، كما تميزت بإجراء المقابلات مع المختصين في إدارة الإرشاد الأسري لعرض تجاربهم حول استخدام العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري بما يؤدي إلى تحسين الاستقرار الأسري.

ثامناً: الاتجاهات النظرية المفسرة للدراسة

١- نظرية العلاج المعرفي السلوكي:

تستند الدراسة إلى تطبيق نظرية العلاج المعرفي السلوكي الذي طوره آرون بيك Aaron T. Beck، باعتباره من النظريات الحديثة نسبياً، حيث دمج ما بين فنيات العلاج المعرفي المتعددة و فنيات العلاج السلوكي. و يركز هذا العلاج على كيفية إدراك الفرد وتفسيره للمثيرات المختلفة، حيث يتعامل مع الاضطرابات من منظور ثلاثي الأبعاد معرفياً و انفعالياً وسلوكياً، بحيث إنه يربط ما بين الأفكار (المعتقدات) و المشاعر التي تثيرها هذه الأفكار وبالتالي تساهم في تشكيل السلوك (محمد، ٢٠٠٠).

تتشترك التدخلات العلاجية الخاصة بالعلاج المعرفي السلوكي على مسلمة رئيسية مؤداها أن الاضطرابات تستمر لدى الأفراد بسبب عوامل معرفية، باعتبار أن المعارف الغير تكيفية تسهم في استمرار الكدر الانفعالي و المشكلات السلوكية. حيث تتكون لدى الأفراد المعارف و المخططات المعرفية عن الذات و العالم، و لتغيير الحالة الانفعالية السلبية و المشكلات السلوكية ينبغي تغيير هذه الافتراضات المعرفية الغير تكيفية (إبراهيم، ٢٠١٨).

كما وضح كل من ((Kennerly, et al)، ٢٠١٨ المبادئ الأساسية التي يقوم عليها

العلاج المعرفي السلوكي أهمها:

١- المبدأ المعرفي، باعتبار أن المعرفة التي تتولد لدى الأفراد نتيجة لخبراتهم تؤثر على ردود الأفعال الانفعالية لديهم و سلوكياتهم، حيث تتكون المعاني التي يعطونها للأحداث في حياتهم؛ فالناس ينفعلون بشكل مختلف تجاه الأحداث.

٢- المبدأ السلوكي، باعتبار أن السلوك مهم أيضاً في الحفاظ على الحالات النفسية أو تغييرها، حيث إن له تأثير بالغ الأهمية على الأفكار و الانفعالات، و في الغالب يعتبر تغييره طريقة قوية لتغيير الأفكار و الانفعالات.

٣- مبدأ النظم المتفاعلة، ينبغي أن ينظر إلى المشكلات باعتبارها تفاعلات بين نظم مختلفة، داخل الشخص و في بيئته، و تشمل: المعرفة، الوجدان و الانفعال، السلوك، والفسولوجيا. حيث تتفاعل النظم مع بعضها و مع البيئة أيضاً، و لا بد من فهم البيئة بشكل أوسع.

وتتعدد الأساليب والفنيات المستخدمة في العلاج المعرفي السلوكي كونها أساسية في عملية العلاج، حيث يتضمن العلاج أساليب معرفية و فسيولوجية تساهم في تعديل السلوك، ويستخدمها المرشد وفقاً لوضع وحاجة العميل:

١- الأساليب المعرفية: تستخدم لتقدير الأفكار المرتبطة بمشكلات العميل، حيث أن استخدامها لا بد أن يكون جزء من خطة علاجية مترابطة و تتناسب مع وضع العميل. و يقوم المرشد بتوضيح العلاقة و الارتباطات بين أفكار العميل، و كيف أنها تؤثر على مشاعره و بالتالي تؤدي إلى سلوكه الغير توافقي، فتغيير الفكرة يتضمن خطوات منهجية تساعد العميل على تبني أفكاراً عقلانية وأكثر منطقية (معالي و الشريف، ٢٠١٨).

بعض فنياته:

- إعادة البناء المعرفي: عن طريق مساعدة العميل على تحديد الأفكار الآلية المشوهة و الغير عقلانية و تقييمها و تبني وجهات نظر جديدة أكثر فاعلية و منطقية، حيث تساعد على تعزيز التواصل و التفاعل بين الفرد و أسرته بما يزيد من توافقه النفسي و الاجتماعي (الشطرات، وآخرون، ٢٠٢١).
- الحوار السقراطي: يساعد العميل على تغيير معتقداته من خلال توجيه المرشد له بطريقة غير مباشرة لمراجعة الأفكار السلبية و اكتشاف طرق جديدة للتفكير (دايلي، ٢٠١٧). حيث تستخدم الأسئلة السقراطية لمساعدة العميل على التعلم من خلال عملية أسئلة واعية، يكتشف من خلالها معتقداته التي ساهمت في ظهور التحديات التي يواجهها، و تكمن فعاليتها في تشجيع العميل على المراجعة الشخصية للمواقف و التعلم على تقييمها بطريقة أكثر فاعلية (معالي و الشريف، ٢٠١٨).
- التنفيس الانفعالي: تعدُّ عملية معرفية و عضوية ، تهدف إلى مساعدة العميل على التعبير عن مشاعره و انفعالاته المكبوتة بطريقة صحية، و يرافق التعبير وسيلة عضوية يستخدمها العميل سواء أكانت عن طريق الضحك أو البكاء أو الصراخ، حيث أن استمرارية وجود الانفعالات المكبوتة غالباً ما تسبب وجود تشوهات في البنية المعرفية تثير شعور العميل بالذنب لوجود شكوك و تساؤلات حول الحدث الضاغط الذي يعاني منه العميل (دايلي، ٢٠١٧).
- إعادة العزو: تعديل طريقة تفسير العميل لأسباب الأحداث و المواقف التي يتعرض لها، والتي يفسرها العميل بطريقة سلبية و غير واقعية بما يؤدي إلى ظهور المشاعر السلبية و السلوكيات الغير متوافقة، حيث يرى العميل أن الأمور السلبية التي تحدث في حياته نتيجة لوجود نقص أو عجز شخصي لديه، دون وجود سبب واقعي بما يزيد من شعوره بالذنب و القلق و الاكتئاب. (دايلي، ٢٠١٧).

٢- الأساليب الفسيولوجية: تستخدم لمساعدة العميل للتحكم في الاستجابات الفسيولوجية، حيث تشتمل على تدخلات تقوم على الأعراض الجسمية باستخدام طرائق معرفية سلوكية، وتشمل بعض فنياته: - الاسترخاء، التحكم في التنفس، والتدريب الجسمي، حيث تساعد هذه الفنيات في التخفيف من حدة المشكلات التي يعاني منها العميل مثل: اضطرابات القلق، و الاكتئاب، و مشكلات النوم، ونوبات الهلع، و يعتمد تطبيقها على خطوات معينة يستخدمها المرشد لمساعدة العميل في التقليل من التوتر والقلق وبالتالي تحسين صحته النفسية (معالي و الشريف، ٢٠١٨).

فالعلاج المعرفي السلوكي يساعد على معرفة و تحديد الأفكار غير التكيفية والتي تؤدي إلى تفاعلات سلبية بين أفراد الأسرة، بالإضافة إلى أنه يساهم في تعزيز التواصل الفعال عن طريق التعلم و التدريب على تحسين طرق التواصل من خلال جعلها أكثر فاعلية ووضوحاً، إذ يساعد ذلك في التقليل من النزاعات التي قد تحدث بين أفراد الأسرة نتيجة سوء الفهم و التفسير الخاطئ للمواقف، فضلاً عن أنه يساعد الأفراد على تكوين فهم أعمق لأفكارهم التي تثير انفعالاتهم بما يساعد على التحكم بها بدلاً من الاستجابة الانفعالية السريعة للمواقف التي من شأنها أن تحدث النزاعات و تضر بالعلاقة الأسرية.

بالإضافة إلى أن النظرية لا تهمل الجانب البيئي، حيث يعتقد البعض أن العلاج المعرفي السلوكي يعنى بأن التفكير المشوه هو وحده يؤدي إلى الاضطرابات التي قد يعانيها الفرد، كونه المسؤول عن مشكلاته بسبب تفكيره الخاطئ حيال المواقف التي يتعرض لها، إلا أن العلاج في الواقع يهتم بالعوامل الاجتماعية و البيئية للفرد، حيث يقوم المعالج بتقييم العالم الداخلي و الخارجي للمريض بما يساعده و يزيد من قدرته على التكيف في ظل التحديات التي تواجهه (نينيا و درايدن، ٢٠١٩).

تاسعاً: منهجية الدراسة

تبنت الدراسة الحالية استراتيجية واضحة لتحقيق أهداف البحث، حيث تم تصميم أدوات الدراسة لجمع البيانات عن طريق إجراء مقابلات مقننة، من أجل التعرف على توجهات موظفات إدارة الإرشاد الأسري نحو تطبيق العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري ، إذ يوضح هذا الجزء النموذج الذي اعتمدت عليه الدراسة وفق متغيراتها، وهو المنهج النوعي (الكيفي) سعياً لتحقيق أهداف الدراسة، و الحصول على فهم عميق وشامل حول موضوع الدراسة.

١- أداة الدراسة:

استخدمت الباحثة أداة الدراسة (المقابلة) ، التي ساعدت في جمع البيانات و التعرف على مشكلة الدراسة و فهمها فهماً واضحاً، و الحصول على معلومات كافية من مصادرها، و ذلك عن طريق إجراء مقابلات فردية ل(٥) من الأخصائيات في إدارة الإرشاد الأسري، إذ اعتمدت على الأسئلة المقننة المفتوحة؛ و ذلك لجمع أكبر قدر من البيانات و المعلومات، بما يساعد في إثراء البحث لتحقيق أهداف الدراسة و عدم الحياد عنها.

- بناء أداة الدراسة:

تم إعداد دليل المقابلة والتي تضمّ البيانات الشخصية للمبحوث (الاسم، المسمى الوظيفي، سنوات الخبرة، المدة الزمنية التي استغرقتها المقابلة)، كما اشتملت المقابلة على ٥ محاور رئيسية تضمنت:

● المحور الأول (الخبرة المهنية):

يتعلق المحور الأول بمحورين فرعيين، يتمثلان في الكفاءات و الخبرات الوظيفية بالإضافة إلى معارف و تصورات موظفات إدارة الإرشاد بأهمية العلاج المعرفي السلوكي في الإرشاد الأسري، و مدى استخدام الممارس المختص لهذا النوع من العلاج.

● المحور الثاني (أسس و تقنيات العلاج المعرفي السلوكي):

يختص المحور الثاني بأهم الأسس النظرية التي ينطوي عليها العلاج المعرفي السلوكي في تعزيز الاستقرار الأسري من وجهة نظر الأخصائي، و أبرز التقنيات أو الآليات التي يراها الأخصائي فعالة في تحسين العلاقات الأسرية.

● المحور الثالث (التجارب العملية):

يتعلق المحور الثالث بالمجالات التي أثبتت فيه العلاج المعرفي السلوكي فاعليته في حالات محددة في الأسرة مثل: (المشكلات الزوجية / العلاقة الوالدية / العلاقات بين الأبناء).

● المحور الرابع (التحديات):

يتعلق هذا المحور بأبرز التحديات التي قد تواجه الأخصائي أثناء تطبيقه للعلاج المعرفي السلوكي في العلاقات الأسرية، و كيفية التغلب عليها من وجهة نظر الأخصائي.

● المحور الخامس (النتائج والتوصيات):

يتعلق هذا المحور بكيفية تعزيز النتائج الإيجابية من تطبيق العلاج المعرفي السلوكي، و ضمان استمراريتها بعد الانتهاء من فترة العلاج. و أهم التوصيات التي يقدمها الأخصائي للموظفين الجدد، حول تطبيق العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري.

٢- مجتمع الدراسة و عينته:

تمثل مجتمع الدراسة ممارسي مهنة الإرشاد الأسري في إدارة التنمية الأسرية و فروعها التابعة للمجلس الأعلى لشؤون الأسرة في إمارة الشارقة، حيث أخذت عينة غير احتمالية قصدية مكونة من (٥) من الموظفين اللواتي تلقين تدريبات عديدة حول العلاج المعرفي السلوكي، و طبقن العلاج أثناء عملهن مع الأسر المستفيدة من خلال الجلسات الإرشادية.

٣- مجالات الدراسة :

المجال المكاني: إدارة الإرشاد الأسري التابعة لإدارة التنمية الأسرية و فروعها في المجلس الأعلى لشؤون الأسرة في إمارة الشارقة.

المجال البشري: اقتصرت الدراسة على عينة قصدية من ممارسي الإرشاد الأسري.

المجال الزمني: تم جمع البيانات الميدانية للبحث في الفترة الزمنية ابتداءً من ٢٩ إبريل ٢٠٢٤ و حتى ١٣ مايو ٢٠٢٤.

عاشراً : نتائج المقابلة

- المحور الأول (الخبرة المهنية)

تمثلت طبيعة عمل المختصين في مجال الإرشاد الأسري في تقديم الخدمات الإرشادية للمتعاملين، إذ إن جميع المبحوثين اشتركوا في مقابلة المتعاملين، و تقديم الخدمة الإرشادية لمختلف الفئات في المجتمع، إلا أن الاختلاف جاء وفق طبيعة العمل الخاصة برؤساء الأقسام و موظفيهم و المستشارين في الإدارة، باعتبار أن رؤساء الأقسام لهم المهام الإشرافية و الإدارية التي يقومون بها فضلاً عن أعمالهم الأساسية من تقديم الاستشارات لمختلف شرائح المجتمع، و المستشارين لهم أيضاً مهام إضافية تمثلت في إعداد المقاييس النفسية. وجاءت أبرز الممارسات في مهنة المختصين وفقاً للأقسام التي ينتمون إليها، حيث تمثلت مشكلات المتعاملين في قسم التمكين الاجتماعي في تناول المشكلات الاقتصادية و الخلافات الأسرية، في حين قسم الاستشارات النفسية و الأسرية تمثلت أبرز مشكلات المتعاملين في الضغوط النفسية، المشكلات الزوجية، و مشكلات ما قبل الطلاق و بعد الطلاق، و العلاقة الوالدية.

اتفق جميع المبحوثين حول طريقة اكتساب معارفهم عن العلاج المعرفي السلوكي من خلال الدراسة الجامعية و الدورات التدريبية التخصصية التي قدمتها لهم جهة العمل في سعيها لتطوير مهارات الموظفين، بالإضافة إلى المواد العلمية من خلال المطالعة و القراءة. اختلفت ردود الموظفين حول مدى استخدام و توظيف العلاج المعرفي السلوكي في مجال العمل، حيث اتفق بعض المبحوثين أنها تمثل الجزء الأكبر في تقديم الخدمة الإرشادية

للمتعاملين، بينما اتفق آخرون على أنها تمثل جزءاً بسيطاً من طبيعة العمل الذي يقومون به ونوع الاستشارات، حيث يركز عملهم في تقديم الاستشارات الاقتصادية، إلا أن تطبيق العلاج غالباً يكون في حال وجود الخلافات بين أفراد الأسرة نتيجة للأفكار اللاعقلانية التي قد يتبناها الأفراد.

- المحور الثاني (أسس و تقنيات العلاج المعرفي السلوكي)

اتفق جميع الباحثين على أن العلاج المعرفي السلوكي ساهم في تطوير الخدمات الإرشادية التي يقدمونها للمتعاملين بشكل ملحوظ، كما أن وجهة نظر الغالبية تمثلت في تفضيل استخدام الحوار السقراطي باعتباره يساعد في تبصير العميل لمشكلته و التفكير فيها بطريقة أكثر وضوحاً، والتي تنعكس على سلوكياته و قراراته بطريقة أفضل. ويعد الحوار السقراطي أحد الفنيات المعرفية الخاصة بالعلاج المعرفي السلوكي، كونه وسيلة تعليمية بطريقة فلسفية تتميز ببساطتها، و تسعى لتوليد الحقائق لتحسين الأفكار و تصحيحها، إذ يتفادى من خلالها المرشد الوعظ و الإرشاد و تقديم المعرفة الجاهزة للعميل. (دايلي، ٢٠١٧) وأضافوا أن التنوع في استخدام الفنيات مطلوب على وفق طبيعة حالة المتعامل.

- المحور الثالث (التجارب العملية)

بناءً على التجارب العملية و تطبيق العلاج المعرفي السلوكي على المتعاملين، اتفق الباحثون على أن العلاج فعال في حل الخلافات الزوجية، و لكن بدرجات متفاوتة، حيث يعتمد على مدى رغبة طالب الخدمة في حل الخلاف و طبيعة الخلافات الزوجية أيضاً، إذ يساعد العلاج المعرفي السلوكي العميل في إدارة انفعالاته إن كانت نتيجة لأفكار لاعقلانية يتبناها حول العلاقة الزوجية. و يتم استخدام الحوار السقراطي أيضاً بالإضافة إلى تدريب المتعامل على مهارات حل المشكلات و التواصل الفعال في حل الخلافات الزوجية. ويمكن تطبيق العلاج أيضاً في تعزيز التواصل الفعال بين أفراد الأسرة من خلال الجلسات الفردية مع المتعامل. و يعد العلاج من الطرق المساعدة للوالدين في معالجة الأفكار السلبية التي تؤثر على تعاملهم مع أبنائهم، حيث يساعدهم على فهم احتياجات الأبناء و استيعاب طريقة التفكير الخاصة بهم بدلاً من تبني أفكار خاطئة حولهم، و التي تؤثر في تعاملهم مع الأبناء مثل: وسم الأبناء بصفات معينة، أو اعتبار أن التربية يجب أن يكون بالضرب، و كذلك عندما يعتقد الوالدان أن الأبناء يجب أن ينفذوا أوامرهم دون نقاش أو حوار حولها، فالعلاج يساعد في تغيير هذه الأفكار اللاعقلانية و التي لها تأثير كبير في عملية التربية.

المحور الرابع (التحديات)

تمثلت التحديات التي يتعرض لها الأخصائيات في أثناء تطبيقهم للعلاج المعرفي السلوكي في اختلاف الوعي و الثقافة للمتعاملين، والتي قد تتطلب جهداً أكبر من المرشد لمساعدة المتعامل، و عدم اكتراث المتعامل بأهمية تغيير الأفكار اللاعقلانية في عملية العلاج أو مقاومته لتغييرها، فضلا عن عدم استكمال الجلسات العلاجية و توقع حدوث التغيير من أول جلسة. وأضافوا حول إمكانية التغلب على هذه التحديات من خلال تطوير برامج إرشادية تتناسب مع ثقافة و قدرات العميل، والتخلي بالصبر و تقبل العميل و تفهم وضعه، حتى تتلاشى مقاومته، و نشر الوعي و الثقافة حول أهمية الجلسات التخصصية للحفاظ على التماسك الأسري و العلاقات السوية بين أفراد الأسرة.

المحور الخامس (النتائج و التوصيات)

اتفق ممارسو الإرشاد الأسري حول مساهمة العلاج المعرفي السلوكي في تطوير جودة الخدمة المقدمة للمتعاملين، باعتبار أن العلاج يساعد المتعاملين في التفكير بطريقة أكثر وضوحاً حول التحديات التي تواجههم و يطور مهاراتهم في حل المشكلات بما يساعد في تقليص احتياج المتعامل للجلسات العلاجية بعد تمكينه. كما توجد طرق مساعدة لتشجيع المتعاملين على تطبيق ما تعلموه بعد الانتهاء من الجلسات العلاجية من خلال تدريبات منع حدوث الانتكاسة وفقاً للمشكلة التي يعاني منها العميل، بالإضافة إلى تعليم المتعاملين و تدريبهم على تقنيات مساعدة و توضيح آثارها الإيجابية و الآثار المترتبة على عدم تطبيق هذه التقنيات بما يساعد في رفع مستوى الوعي لدى العميل، و تقديم نماذج مطبوعة تسهل على العميل تطبيق هذه التدريبات. و من النماذج الناجحة التي أثبتت فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين الاستقرار الأسري، هو تحسين العلاقة الوالدية والعلاقة بين الأزواج مما ساعد في تحقيق الاستقرار الأسري و التخلي عن فكرة الطلاق لعدد من الحالات، و تمثلت التوصيات التي يوجهها ممارسو الإرشاد الأسري للمختصين الجدد ممن يرغبون بتطبيق العلاج المعرفي السلوكي في السياق الأسري، بضرورة الانضمام للدورات التدريبية المتنوعة و الاطلاع و القراءة حول العلاج و التدرب على تطبيق العلاج في الحياة اليومية أولاً و من ثم تطبيقه على المتعاملين بعد التأهل و الممارسة، و أن يكون العلاج ضمن طريقة الإرشاد الانتقائي و التكاملي حيث يتم اختيار تطبيق نظريات الإرشاد النفسي في مواضعها الصحيحة و في الوقت المناسب، و كذلك تعلم كافة تقنيات و فنيات العلاج و استخدام ما يتناسب مع المتعامل و مشكلته ووضعه في الخطة العلاجية على وفق احتياج العميل.

حادي عشر: النتائج العامة للدراسة:

- ١- أظهرت النتائج أن العلاج المعرفي السلوكي ساهم في التخفيف من بعض المشكلات الأسرية و خاصة المشكلات التي تضمنت وجود الأفكار اللاعقلانية لدى بعض أفراد الأسرة سواءً بين الزوجين أو في العلاقة بين الوالدين و الأبناء، والتي أسهمت في ظهور التحديات التي يواجهونها.
- ٢- استخدام تقنيات و فنيات العلاج المعرفي السلوكي يساعد أفراد الأسرة في فهم التحديات التي يواجهونها، و يعزز من طريقة إدراكهم للمشكلات بحيث يجعلها أكثر وضوحاً، و من ثم يسهل من عملية إيجاد الحلول العملية لها.
- ٣- يتطلب تطبيق العلاج المعرفي السلوكي الفهم التام لوضع العميل و قدراته، و استخدام فنيات العلاج في مواضعها الصحيحة و بالوقت المناسب؛ لتجنب ظهور التحديات التي قد تواجه المرشد أثناء تطبيقه للعلاج.
- ٤- أثبت العلاج المعرفي السلوكي فاعليته في مختلف المشكلات الأسرية مثل: المشكلات الزوجية والعلاقة الوالدية.
- ٥- يتطلب تطبيق العلاج المعرفي السلوكي الفهم التام لوضع العميل و قدراته، و استخدام فنيات العلاج في مواضعها الصحيحة و بالوقت المناسب.
- ٦- يمكن تعزيز النتائج الإيجابية من تطبيق العلاج المعرفي السلوكي من خلال رفع وعي أفراد الأسرة وتشجيعهم على تطبيق ما تعلموه بعد الانتهاء من الجلسات العلاجية، وتوضيح آثار العلاج الإيجابية و الآثار المترتبة عن عدم استكمال الجلسات أو تطبيق التدريبات العلاجية.

ثاني عشر: التوصيات

- من خلال النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، توصي الدراسة بما يلي:-
- ١- إستدامة عمل الجهات و المؤسسات المختصة بالأسرة خاصة ما يتعلق ببرامجها الإرشادية، بحيث جعلها تتناسب مع مختلف التحديات التي تواجهها الأسر المعاصرة.
 - ٢- إعتناء تقنيات العلاج المعرفي السلوكي في الجلسات الإرشادية و تفعيلها من قبل مراكز التوجيه الأسري؛ لما له من أثر في تصحيح الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية التي تنشأ عنها سلوكيات غير متوافقة تؤثر على العلاقات الأسرية بشكل عام و العلاقات الزوجية بشكل خاص.

٣- مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي الرسمية ووسائل الإعلام في نشر الوعي و الثقافة في المجتمع حول أهمية الجلسات التخصصية للحفاظ على التماسك الأسري و العلاقات السوية بين أفراد الأسرة.

الخاتمة:

في ضوء ما تناولته الدراسة، تعد العلاقات الأسرية والاجتماعية من أهم العلاقات؛ لكونها خطوة أساسية لتحقيق الاستقرار الأسري، و تلاحم المجتمع. إلا أنه غالباً ما قد تشوب العلاقات الأسرية تحديات تستدعي وجود تدخلات علاجية فعالة تتناسب مع المتغيرات التي تؤثر في الحياة الأسرية. و يعد دور الإرشاد الأسري أساسياً و محورياً في تطوير الآليات والخطط العلاجية بما يتناسب مع التطورات و التحديات التي تشهدها الأسر المعاصرة.

وأوضحت الدراسة أن العلاج المعرفي السلوكي يتمتع بفعالية في علاج العديد من المشكلات و الاضطرابات النفسية و السلوكية بالإضافة إلى أنه فعال في تغيير المعتقدات اللاعقلانية حول العلاقات الأسرية و الاجتماعية التي قد يتبناها الأفراد و تؤثر في تعاملاتهم مع الأفراد المحيطين بهم، و يعكس توجه المختصين في مجال الإرشاد الأسري نحو تبيينهم لهذه الطريقة ضمن الإرشاد الانتقائي و التكاملي، بسبب تجاربهم و إيمانهم بقدرة العلاج في التعامل مع التحديات الأسرية وفق طريقة منهجية و علمية باعتباره أحد نظريات الإرشاد النفسي الفعالة ، حيث يساهم العلاج المعرفي السلوكي في حل الصراعات بين أفراد الأسرة و يحسن من تواصلهم مع المحيطين بهم. و نجاح تطبيق العلاج يعتمد بدرجة كبيرة على مهارات الممارس ومدى وعيه و إدراكه لوضع العميل و قدراته.

المصادر والمراجع:

١. إبراهيم، زيزي السيد. (٢٠١٨) مهارات العلاج المعرفي السلوكي في سياق الممارسة العلاجية والحياة اليومية. مج ٢٨. 93-25 ,
٢. إبراهيم، محمد علي. (٢٠١٦) فاعلية برنامج تدريبي قائم على فنيات العلاج المعرفي السلوكي في خفض حدة القوبيا الاجتماعية لدى عينة من المراهقين الموهوبين. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات التربوية و النفسية. 415-373 ,
٣. الأطروني، أمل محمد. (٢٠١٧) فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تحسين بعض المهارات الاجتماعية وأثره على اضطراب الانتباه لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد. مجلة التربية. 680-652 ,
٤. الحيسوني، عبدالله سالم. (٢٠٢١) الإرشاد الأسري و دوره في حماية الشباب من الغلو و التطرف. المجلة العلمية لكلية التربية-جامعة اسيوط. 20-1 ,
٥. الشطرات، وليد الكريميين، رائد. & جريسات، سمر. (٢٠٢١) فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الذكور في مرحلة الطفولة المتوسطة (المراهقين) والمساء إليهم جسدياً. العلوم الانسانية و الاجتماعية. 301 - 282 ,
٦. القحطاني، رفان حمد. (٢٠٢١) تحديات الخدمة الاجتماعية في مواجهة المشكلات الأسرية المعاصرة في المجتمع السعودي دراسة ميدانية لعينة من الاخصائيين بمدينة الرياض. مجلة الدراسات الإنسانية , 79-130.
٧. الفراله، عبدالناصر موسى. (٢٠٢٢) فعالية برنامج إرشادي مستند إلى نظرية بيت العلاقات السليمة في تحسين الاستقرار الأسري و تخفيض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء المراجعات لمراكز الإرشاد الأسرية في العاصمة عمان. مؤته للبحوث و الدراسات. 144-111 ,
٨. الكربي، شيخة ناصر & أبو الخير، أميمة محمد. (٢٠٢٤) دور القوانين و السياسات الإماراتية المتعلقة بالتماسك الأسري والتلاحم المجتمعي دراسة اجتماعية تحليلية. مجلة الآداب. 360-331 ,
٩. بالحاج، مفتاح علي. (٢٠١٧) معالم الاستقرار الأسري و مقوماته. مجلة كلية الآداب. 156-121 ,
١٠. بن صالح، هداية. (٢٠١٦) العلاج المعرفي السلوكي للضغوط النفسية. دار المنظومة - 146 pp. , 158.
١١. دايلي، ناهية. (٢٠١٧) بعض الفنيات المعرفية الخاصة بالعلاج المعرفي السلوكي. مجلة جيل العلوم الإنسانية و الاجتماعية. 79-65 ,
١٢. علي، أماني زاهر. (٢٠٢١) دور مكاتب الاستشارات الأسرية في تحقيق الاستقرار الأسري لدى المرأة: دراسة تنبؤية على عينة من سيدات المجتمع المصري. مجلة كلية الآداب. 3621-3565 ,
١٣. محمد، عادل عبدالله. (٢٠٠٠) العلاج المعرفي السلوكي أسس و تطبيقات. القاهرة: دار الرشاد.
١٤. معالي، إبراهيم باجس & الشريف، بسمة عيد. (٢٠١٨) مقدمة في العلاج المعرفي السلوكي المهارات والتطبيقات. عمان: دار الفكر.
١٥. نينا، مايكل & درايدن، ويندي. (٢٠١٩) العلاج المعرفي السلوكي ١٠٠ نقطة أساسية و تكتيك. مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٦. همت، مكية جمعه. (٢٠٢٢) دور السياسة الاجتماعية في دعم الاستقرار الأسري في إمارة الشارقة: دراسة تحليلية للفترة (٢٠٠٠-٢٠٢٠). مجلة الآداب. 411-454 ,
١٧. يونس، إبراهيم يونس. (٢٠٢١) فعالية العلاج الأسري متعدد الأبعاد في تعزيز التسامح لدى أسرة مهددة بالانفصال: دراسة حالة. رابطة التربويين العرب. 139-191 ,
18. Boelen, P. A., Lenferink, L. I. M., & Spuij, M. (2021). CBT for Prolonged Grief in Children and Adolescents: A Randomized Clinical Trial. *American Journal of Psychiatry*, 178(4), 294–304. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.20050548>
19. Kennerly, Helen, Kirk, Joan & Westbrook, David (2018). العلاج المعرفي السلوكي. عمان: دار الفكر. المهارات و التطبيقات
20. references
21. Ibrahim, Zizi El-Sayed. (2018) Cognitive Behavioral Therapy Skills in the Context of Therapeutic Practice and Daily Life. Vol. 28, pp. 25-93.
22. Ibrahim, Mohamed Ali. (2016) The Effectiveness of a Training Program Based on Cognitive Behavioral Therapy Techniques in Reducing Social Phobia in a Sample of Gifted Adolescents. *Al-Quds Open University Journal of Educational and Psychological Research and Studies*, 373-415.
23. Al-Atrouni, Amal Mohamed. (2017) The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Program in Improving Some Social Skills and Its Impact on Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children. *Journal of Education*, pp. 652-680.
24. Al-Haisouni, Abdullah Salem. (2021) Family Counseling and Its Role in Protecting Youth from Extremism and Radicalism. *Scientific Journal of the Faculty of Education, Assiut University*, pp. 1-20.
25. Al-Shatarat, Walid Al-Karimeen, Raed. & Jarisat, Samar. (2021) The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Therapy Program in Improving Psychological and Social Adjustment in a Sample of Physically Abused Middle-Cold Males (Adolescents). *Humanities and Social Sciences*, 282-301.
26. Al-Qahtani, Rafaan Hamad. (2021) Challenges of Social Work in Confronting Contemporary Family Problems in Saudi Society: A Field Study of a Sample of Specialists in Riyadh. *Journal of Humanities*, 79-130.
27. Al-Qaraleh, Abdul Nasser Musa. (2022) The Effectiveness of a Counseling Program Based on the Healthy Relationships House Theory in Improving Family Stability and Reducing Emotional Divorce among a Sample of Women Visiting Family Counseling Centers in the Capital, Amman. *Mu'tah Journal of Research and Studies*, 111-144.
28. Al-Karbi, Sheikha Nasser & Abu Al-Khair, Umaima Muhammad. (2024) The Role of Emirati Laws and Policies Related to Family Cohesion and Social Solidarity: A Social Analytical Study. *Journal of Arts*, 331-360.
29. Balhaj, Miftah Ali. (2017) Features and Components of Family Stability. *Journal of the Faculty of Arts*, pp. 121-156.
30. Ben Saleh, Hedaya. (2016) Cognitive Behavioral Therapy for Psychological Stress. *Dar Al-Manzomah*, pp. 146-158.
31. Daily, Nagia. (2017) Some Cognitive Techniques Specific to Cognitive Behavioral Therapy. *Journal of the Generation of Humanities and Social Sciences*, pp. 65-79.

32. Ali, Amani Zaher. (2021) The Role of Family Counseling Offices in Achieving Family Stability for Women: A Predictive Study on a Sample of Women from Egyptian Society. *Journal of the Faculty of Arts*, pp. 3565-3621.
33. Mohammed, Adel Abdullah. (2000) *Cognitive Behavioral Therapy: Foundations and Applications*. Cairo: Dar Al-Rashad.
34. Maali, Ibrahim Bajis & Al-Sharif, Basma Eid. (2018) *Introduction to Cognitive Behavioral Therapy: Skills and Applications*. Amman: Dar Al-Fikr.
35. Nina, Michael & Dryden, Wendy. (2019) *Cognitive Behavioral Therapy: 100 Key Points and Techniques*. Egypt: Anglo-Egyptian Library.
36. Hemat, Makkia Juma. (2022) The Role of Social Policy in Supporting Family Stability in the Emirate of Sharjah: An Analytical Study of the Period (2000-2020). *Journal of Arts*, 411-454.
37. Younes, Ibrahim Younes. (2021) The Effectiveness of Multidimensional Family Therapy in Promoting Tolerance in a Family Threatened with Separation: A Case Study. *Arab Educators Association*, 139-191.