

الإرشاد الأسري ودوره في تحقيق توافق واستقرار الأسرة

د. بولهاش عمر

أ. بوعالية شهرة زاد

جامعة عنابة

ملخص

كان تناول هذا الموضوع لأهميته لما يتخبط فيه المجتمع الجزائري والمجتمعات العربية على حد السواء من مشكلات أسرية هزت كيانه واستقراره وعدم توازنه، والتي أدت بدورها إلى انحراف أبنائه، كل هذا دعا الحاجة الماسة لوجود مراكز لتقديم خدمات إرشادية أسرية بإمكانها مساعدة الأسر التي تعاني من عدم التوافق والاستقرار لإعادة بنائها ونسج قيمها، ومحاولة كبح المشكلات التي قد تعترضها، وعليه ارتأينا في هذه الورقة البحثية إلى تسليط الضوء على الإرشاد الأسري، وأهميته بالنسبة للفرد والمجتمع، ونوعية الخدمات التي يقدمها للأسرة، وهذا يقودنا إلى الخدمات الإرشادية وعلاقتها بالتوافق الأسري إلى محاولة منا الخروج بأهم الخطوات والاقتراحات للوصول إلى النجاح والاستقرار الأسري الذي يضمن للمجتمع نموه وتقدمه.

مقدمة:

مما لا شك فيه أن كثيرا من مظاهر التوافق أو سوء التوافق الأسري ترجع إلى نوع العلاقات السائدة في الأسرة، فضلا عن أنها تعتبر هي الجماعة المرجعية التي تحدد تصرفات وسلوك أفرادها وتشكل حياتهم، فالعلاقات الأسرية التي تتسم بالترابط والحب والاحترام المتبادل بين الوالدين مع بعضهما و بين أبنائهما تجعل الفرد يشعر بالأمن والاستقرار وتساعد على التوافق النفسي السليم في حياته، في حين أن العلاقات التي تسود أجواء الأسرة تغلب عليها الخصومات والاضطرابات تنعكس بشكل سلبي في تكوين شخصية أفرادها ونموهم، لذلك تختلف شخصية الفرد الذي ترعرع في ظل المناخ الأسري الدافئ عن شخصية فرد آخر ترعرع في بيئة أسرية مليئة بالخلافات و سوء المعاملة الوالدية للأطفال وسوء المعاملة الزوجية بين الزوجين. فالتفاعل بين أعضاء الأسرة يخلق نظاما ديناميكيا داخل جماعة الأسرة بحيث أن أي اضطراب نفسي لدى أي عضو من أعضاء الأسرة ينعكس سلبيا على نسق الأسرة ككل. ومن هذا كله يتبين أن للأسرة دورها الخطير في حياة أفرادها في حياة المجتمع و أمنه و استقراره، فهي التي تحدد شخصية أفرادها وشكلها توجهها إلى الصحة أو المرض إلى التوافق أو سوء التوافق. ونظرا لما تشهده الأسرة من بعض الانحرافات التي تسببت فيها عوامل داخلية وخارجية يجعل من الإرشاد الأسري ضرورة ملحة من أجل محاصرة هذه الظواهر التي تهدد كيائها وترابطها، و عليه يتدخل الإرشاد الأسري كأحد الوسائل الإرشادية والإصلاحية في المجتمع من خلال مد الأسرة و جميع أفرادها بالمعلومات والخبرات والتوجيهات للتغلب على مشكلاتها ودعم استقرارها، والتحذير من كل مظاهر التفكك والاضطراب الأسري لما له من دور في أحداث بعض الظواهر السلبية في المجتمع مثل الإدمان والجريمة والانحراف، لاعتبار أن استقرار الأسرة وتماسكها و تقوية نسيجها ينعكس على استقرار المجتمع ونموه وتقدمه. لهذا فالإرشاد يسعى إلى مساعدة أفراد الأسرة على التوافق والتكيف وفهم مشاكلهم مساعدتهم على ردع الصعوبات التي يواجهونها، والعمل على تحسين المناخ الأسري وتدعيم العلاقات فيما بين أفرادها.

أولاً: مصطلحات الدراسة

• الإرشاد الأسري:

قبل التطرق إلى مفهوم الإرشاد الأسري علينا أولاً توضيح معنى الإرشاد النفسي الذي يعرف بأنه "العلاقة المهنية التي يتحمل فيها المرشد مسئولية المساعدة الإيجابية للعميل من خلال تغيير أنماطه السلوكية السلبية بأنماط سلوكية جديدة أكثر إيجابية، ومن خلال فهم وتحليل استعداداته وقدراته وإمكاناته وميوله والفرص المتاحة أمامه وتقوية قدراته على الاختيار واتخاذ القرارات وإعداده للمستقبل بهدف وضعه في المكان المناسب له لتحقيق أهداف سليمة وحياة ناجحة ومواطنة صالحة"⁽¹⁾.

حيث أن تكوين الأسرة واستقرارها وسعادتها هو الوضع الذي ارتضاه الله لحياة البشر. لذا أهم عوامل التنشئة الاجتماعية، وهي أقوى الجماعات تأثيراً في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه والحياة الأسرية تؤثر في التوافق النفسي ايجابي وسلبي حسب الخبرات الأسرية.

وعليه فالإرشاد الأسري هو عملية مساعدة أفراد الأسرة (الوالدين والأولاد والأقارب) فرادى أو كجماعة، في فهم الحياة الأسرية ومسؤولياتها لتحقيق الاستقرار والتوافق الأسري وحل المشكلات الأسرية⁽²⁾. بمعنى أن الأسرة هي وحدة العمل الإرشادي وليس الفرد والمرشد يتعامل مع الأسرة ككل. وترتكز مهمة المرشد في تغيير العلاقات بين أفراد الأسرة المضطربة بحيث يختفي السلوك المضطرب عن طريق توثيق العلاقات بين أفراد الأسرة وتحقيق توافق لكل فرد من أفرادها.

كما يمكن تعريفه على أنه عملية يقوم بها المرشد النفسي من أجل تقديم المساعدة بما فيها الوالدان والأبناء للتغلب على المشكلات التي تواجههم ويقوم الإرشاد الأسري على أساس الوحدة الديناميكية المتكاملة للأسرة وما تحويه من عناصر تتفاعل فيما بينها ككيان مستقل ولأجل ذلك يتم الإرشاد الأسري بشكل جماعي بحيث يشمل إرشاد كل أفراد الأسرة وليس فرداً واحداً بعينه⁽³⁾. من خلال ما سبق يتضح لنا بأن الإرشاد النفسي عملية مخططة ومنظمة تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم ذاته ومعرفة قدراته وتنمية إمكانياته وحل مشكلاته ليصل إلى تحقيق توافقه النفسي والاجتماعي والمهني.

• التوافق الأسري:

ذكر عبد الحميد (1998) أن نجاح الأسرة وتكاملها يتوقف على مدى التكيف والتوافق الذي يحدث لأفراد الأسرة، فالتكيف عملية لا بد من أن تتم في مستهل الحياة الزوجية، وإلا فإن الأسرة تستعرض في المستقبل لخطر الانحلال والانفجار كما أضاف أن التكيف والتوافق لا يأتيان عفواً أو تلقائياً، بل هما نتيجة طبيعة لما يبذله جميع أطراف الحياة الأسرية، وأن الإنسان الأكثر تكاملاً في شخصيته يكون أسرع في تحقيق توافقه وتكيفه في حياته الأسرية، وخاصة وأن الإنسان الأكثر تكاملاً في قِي شخصيته يكون أسرع في تحقيق توافقه وتكيفه في حياته الأسرية، وخاصة إذا قام على أسس ثابتة تتمثل في الإقرار بالفروق الفردية، والقبول بهذه الفوارق والاختلافات التي تقوم بين الناس.

فالتوافق الأسري هو قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معاً، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية، والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصاً فعالاً ونافعاً في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى⁽⁴⁾.

• الاستقرار الأسري:

يقصد باستقرار العلاقات الزوجية الأسرية نجاحها، وسلامتها من الاضطراب والتوتر الزوجي، مما يجعلها في منأى عن التعرض للتهديد بالفشل، وما ينتج عنه من طلاق. فالاستقرار يتضمن التمسك بالعلاقة الزوجية، لأن كلا الطرفين يشعر بالتوافق والرضا والسعادة. أما العلاقة غير المستقرة، فهي العلاقة التي يشعر فيها الطرفان بأحما غير متوافقين، وغير راضين عن علاقتهما، وأنهما تعساء مع

بعضهما. وقد أورد مختار (1997) في دراسته حول عمل المرأة وتأثيره على الاستقرار الأسري تعريفاً بأن عدم الاستقرار الزوجي يميل الزوجين لإنهاء الزواج الحالي، على الرغم من أن إنهاء أو انحلال الزواج، قد لا يحدث في النهاية. بمعنى أنه، تكون هناك رغبة في انحلال الزواج، ولكن يمكن أن لا يحدث كفعل أو إجراء من قبل الزوجين⁽⁵⁾.

ثانياً: أهداف الإرشاد الأسري وأهميته

ترجع أهمية خدمات الإرشاد الأسري إلى الأشخاص العاديين في الأسرة بغية تحقيق كفاءة الفرد الكفاء والعمل على الوصل به إلى أقصى حد من التوافق، الأمر الذي يساعد على تكوين أسرة صالحة، كنواة لمجتمع ناجح وأمن. فاستقرار وأمان المجتمع مرتب باستقرار وأمن الأسرة واستمرارها وعليه يحقق الإرشاد الأسري عدداً من الأهداف المتمثلة في كل من:

- تدعيم قنوات الاتصال والتواصل بين أعضاء الأسرة الواحدة سواء كان ذلك لفظياً أو غير لفظي.
- تعديل بعض القيم والاتجاهات السلبية بين أفراد الأسرة كلها.
- تعديل نمط العلاقات القائمة بين جميع أعضاء الأسرة والكشف عن أساليب التفاعل الخاطئة بين أفرادها.
- تعليم الأبناء كيفية المشاركة وتحمل مسؤولية اتخاذ القرارات داخل الأسرة.
- زيادة درجات التماسك بين أعضاء الأسرة وتحقيق الاستقرار في الحياة الأسرية.
- مساعدة الأسرة في التعرف على نواحي الخلل الوظيفي في العلاقات الأسرية.
- مساعدة الأسرة في مواجهة المشكلة التي تقف عائقاً أمام تحقيق السعادة والوئام بين أعضائها⁽⁶⁾.
- العمل على إعادة التوافق الأسري والتقليل من السلوك الشاذ في المجتمع.
- مساعدة أفراد الأسرة على تحقيق توافقهم النفسي.

ثالثاً: خدمات الإرشاد الأسري

تقدم الخدمات الإرشادية الأسرية لمن يحتاجها في شكل فردي أو جماعي وهي:

1. **التربية الأسرية:** تكون في الأسرة والمدرسة ودور العبادة ووسائل الإعلام لفهم الحياة الأسرية والترغيب فيه ورعايتها وتدعيمها وفي حسن القيادة والقدرة والوقاية.
2. **الخدمات النفسية:** تعمل على تحقيق التفاهم والفهم الأفضل بين جميع أفراد الأسرة والتخلص من التوتر وحل الصراعات والقلق وتحقيق التقارب والتوافق بين الجميع وحل المشكلات المشتركة وتحسين المناخ الأسري وتقريب وجهات النظر.
3. **الخدمات الاجتماعية:** وهي تحتاج إلى جهود الأخصائي الاجتماعي والنفسي وضرورة الاتصال المستمر بالأسر والزيارات والاشتراك في مجالس الآباء.
4. **الإرشاد الجماعي لأسرة:** يجتمع أفراد الأسرة مع فريق الإرشاد الذي يضم الأخصائي النفسي والأخصائي الاجتماعي والطبيب ليتناول كل منهم مشكلة من زاوية اختصاصه والإرشاد هناك إرشاد بيئي ويقتصر على الوعظ والرجاء وأن الوالدين هما الأهم في الإرشاد الأسري⁽⁷⁾.

وعليه يمكن تلخيص الخدمات الإرشادية التي يقدمها الإرشاد الأسري فيما يلي:

- العمل على تحقيق التفاهم والتواصل بين أعضاء الأسرة .
- المساعدة في حل المشكلات الأسرية وتشخيصها والوقوف على العوامل التي تكمن وراءها وإيجاد الحلول المناسبة لها.
- تهيئة الجو الأسري السليم الذي يكفل للأطفال تنشئة اجتماعية سليمة.
- حماية الأسرة من عوامل التفكك والانحيار.
- مواجهة عوامل التغيير الاجتماعي والضغط الاجتماعي والنفسي التي تؤثر على درجة استقرار الأسرة وتماسكها.
- تعديل الاتجاهات وأساليب المعاملة الوالدية غير السوية تجاه الأبناء إيجابياً .
- عقد ندوات والمؤتمرات والمناقشات الجماعية حول مهام ومسؤوليات الوالدين والأبناء ودور كل منها تجاه الآخر.

- ضرورة وأهمية تخصيص بعض الوقت من كل أسبوع يجتمع فيه أفراد الأسرة للتعبير عما لديهم من أفكار وآراء وما يتعرضون لهم من مشكلات تضايقهم على أن يتسم ذلك بالحرية والتلقائية في مناقشة الموضوعات والاهتمامات الخاصة بالأسرة.
- دعم الاتصال بين المدارس وبين آباء وأمهات الآباء وذلك للعمل على التعاون في تنشئتهم وحل المشاكل النفسية التي تواجههم.
- مساعدة الأسرة على إشباع الحاجات النفسية لأفرادها حتى يمكنها من الاستمرار في جو يسوده الحب والعلاقات الإيجابية.
- نشر الوعي الديني والقيم الأخلاقية في نفوس الأبناء.
- تقديم برامج وقائية غائية تعمل على زيادة تماسك الأسرة من خلال الاستعانة بعرض نماذج حية للأسرة المتماسكة وعرض نماذج من السلوكات غير السوية كيفية معالجتها والتخلص منها، وعرض نماذج لأساليب تربية الأطفال وكيفية التعامل معهم بشكل سوى⁽⁸⁾.

رابعاً: الخدمات الإرشادية و التوافق الأسري

يعتبر التوافق والتكيف الأسري هو تحقيق توازن بين الفرد (إشباع حاجاته) وبينته ومتطلباتها. فكأن التوافق لا يتحقق هكذا من طلقاء نفسه فلا بد أن يقوم الفرد بدور فاعل في تحقيقه وذلك بالتغيير الإيجابي في سلوكه بجوانبه المختلفة، والتغيير أيضاً في البيئة سواء الطبيعية أو المادية أو الاجتماعية كل ذلك من أجل تحقيق التوازن بينه وبين بيئته.

كأن الفرد هنا يسعى على استبعاد حالات التوتر وإعادة نفسه إلى مستوى معين من المستوى المناسب لحياته وذلك عن طريق إشباع حاجاته المختلفة. فمظاهر السلوك المختلفة والتي تظهر عندما يوجد دافع ما فإنها تختفي عندما يُشبع هذا الدافع.

فعملية الإرشاد تعمل على حصول هذا التوازن الذي يتضمن إشباع حاجات الفرد في مقابل متطلبات البيئة. ونظراً لكون هذا الإشباع يتحقق عادة بالتعامل مع البيئة، والبيئة كما هو معلوم متغيرة وغير ثابتة فهذا التغيير وعدم الثبات ويثير مشكلات يقابلها الإنسان بنوع من التفكير والانفعال لحل هذه المشكلات وقد يوفق الفرد في حلها كلياً وقد يوفق في حلها بطريقة مرضية نوعاً ما. فالحل الأخير هو ما يسمى بالتكيف. ولكن قد تكون هذه التغيرات شديدة إلى حد لا يستطيع الفرد مواجهتها فلذلك يحدث المرض. فالشخص المتوافق/ التكيف هو الذي يتغلب على مشكلاته في حدود إمكانياته. أما الشخص الغير متوافق فهو لا يستطيع ذلك أو يستطيع بإزالة سطحية وليس لأسباب المشكلة أو يخفف من حالات التوتر الناشئ عن المشكلات بطريقة غير سوية⁽⁹⁾.

خامساً: خطوات الإرشاد الأسري

أ. المقابلة الأولى: تعتبر هذه الجلسة أهم جلسات الإرشاد لأنها تحدد مسار الإرشاد، وبصفة خاصة فإنها تحدد من الذي يحكم العملية. ولأنها تتصل بمسألة التعاقد الإرشادي. ويجب أن يحدد بوضوح المقصود بالإرشاد الأسري وكذلك أهدافه. ويمكن تحديد هدفين من المقابلة هما: نعيد تسمية المشكلة، والثاني أن نشرك الأسرة في الإرشاد. ويكون الإرشاد في هذه المقابلة على شكل خطوات أو مواقف ومنها:

ب. التهيئة: يطلق على هذه المرحلة أيضاً بالتسخين وفيها يسمح المرشد لأفراد الأسرة الذين يدخلون إلى الغرفة التي يجلس فيها أن يجلسوا حيث يشاءون، وينبغي على المرشد أن يجهز عدد من المقاعد تزيد على عدد الحاضرين مع إعطائهم الفرصة لحرية الجلوس. ويعتبر هذا أول اتصال حيوي مع الأسرة ومع كيفية تنظيم الحاضرين مع إعطائهم حرية الجلوس. ويعتبر هذا أول اتصال حيوي مع الأسرة ومع كيفية تنظيم لأنفسهم حيث تعرف من هذا الترتيب الكثير من علاقاتهم بعضهم البعض، وكيف يشعرون اتجاه المرشد في علاقته بالأسرة و إلى درجة ستسمح العملية الإرشادية. في هذه المقابلة يتم التعرف على كيف توزع الأسرة نفسها؟ هل يجلس الأبوين بجوار بعضهما البعض؟ هل يجلس احد الأطفال بينهما؟ هل يبعد أحد

الأطفال مقعده ويجلس بعيدا عن الآخرين؟ إن هذه الكيفيات التي يجلس بها أفراد الأسرة في تجمعهم تعطي المرشد صورة للمشكلات والترابطات والانشغافات الموجودة في الأسرة.

ج. إعادة تسمية المشكلة: تبدأ المرحلة هذه بعد أن يكون قد قابل كل أفراد الأسرة. وفي هذه المرحلة يبدأ المرشد بأن يقول للأب ماذا يمكن أن أقدمه لكم؟ مثل هذا التساؤل يدفع الوالد إلى أن يُحدد طلبه في صورة معينة كأن يحدد شخص ما أو مشاعر معينة أو سلوك معين على أن يمثل مشكلة الأسرة، لأنه بعض أفراد الأسرة قد لا يوافقون على ما قرره الوالد حول المشكلة، وبدلاً من أن يعلق المرشد بشكل مباشر فإنه يُمكن أن يلخص هذه المرحلة بقوله: يبدو أن وجهات نظركم مختلفة بعض الشيء حول ماهية المشكلة القائمة في الأسرة، فتبدأ الخطوة الثانية في إعادة تسمية المشكلة. وبإتباع هذا الأسلوب فإن المرشد يتفادى الخلاف مع أفراد الأسرة حول ما هي المشكلة الحقيقية.

د. الحاجة للتغيير: تبدأ هذه المرحلة بسؤال يوجهه المرشد للأسرة عن الحلول التي تمت محاولتها في الماضي، وهذه القضية تدفع الأسرة للتركيز على التغيير. وقد يوجه المرشد السؤال التالي: ماذا فعلتم حول هذه المشكلة؟ أو هل فعلتم شيئاً إزاء هذه المشكلة؟ وتفيد هذه الأسئلة لتعزيز وعي الأسرة بعدم قدرتها على الوصول إلى أساليب ناجحة للتعامل مع المشكلة الإشارة إلى أنه لا يوجد شيء بناء تم عمله بالنسبة للمشكلة حتى الآن. وبذلك يمكن التركيز على الحاجة إلى جهود أو محاولات جديدة لحل المشكلة أو تنمية أساليب جديدة للحل. ورغم اختلاف الأساليب في الإرشاد الأسري فإنها تشترك في أن المرشد ينجح الأسرة أن كل فرد فيها جزء من عملية الإرشاد. وأن أي مشكلة لا ينظر إليها إطلاقاً على أنها خاصية شخصية لهذا الفرد. فالتغيير في إطار الإرشاد الأسري يبدأ بنقله من الطريقة التي تنظر بها الأسرة إلى الطريقة التي يرى المرشد هذه المشكلة. في بعض الحالات مثل حالة إدمان المخدرات، قد يكون الفرد صاحب المشكلة الذي عُرف على أنه المدمن أو الجانح هو في الواقع ضحية للأسرة أكثر من كونه ضحية لتصرفاته.

هـ. إعادة التمثيل: أي يطبق موضوع المشكلة في الجلة مثلاً إذا كانت المشكلة هي عدم قدرة الأب و الابن الحديث مع بعضهما فإن المرشد هنا يطلب منهما أن يتحدثا معا في الجلسة الإرشادية. والميزة الواضحة في هذه الطريقة هي أن المرشد يمكنه أن يتأكد بنفسه ما يجري في الأسرة بدلاً من أن يعتمد على التقارير أو العرض وحده. ويُعتبر هذا الأسلوب من الأساليب الفعالة.

ويوصي كل واحد منهما ببر الآخر، بدلاً من التحرش، وإيغار الصدور، وتبادل التهم، وتأييب الأولاد، فإن ذلك كله يؤثر على استقرار الأسرة ونجاحها في أداء دورها من جهة ونجاحها في أمن المجتمع من جهة أخرى⁽¹⁰⁾.

سادساً: أهم الإرشادات للوصول إلى النجاح الأسري والاستقرار:

1. ضرورة الإيمان بأن البيوت السعيدة لا تحدث بالصدفة البحتة، بل أنها تتكون عن طريق التفاهم والتعاون وعن طريق تحمس الناس الذين يعيشون في هذه البيوت.
2. في الأسرة تتجمع وتتجانس جميع الأشياء والأحداث والانسجام الجنسي، والاهتمامات المشتركة، المساعدة العملية والفعلية والعبادة والصدق والمحادثات المنسجمة أو المتجانسة وتترك بصمتها في الأسرة.
3. ممارسة الحب بصدق وقوة، ولكن لا تطلبه كل الوقت، نتاج الروح المتحررة أو لا تطلب التعبير عنه طوال الوقت لأنه لا يوجد من يجب شخصاً آخر 100% كل الوقت.
4. لا تتخيل أن الزوجين متجانسين متطابقين كحبة الفول عند انقسامهما. فيجب أن تكون هناك اهتمامات مشتركة بينكما وهناك اهتمامات فردية لأي منكما. و لذلك على كل فرد أن يساعد الطرف الآخر في تنمية هواياته الخاصة وإيجاد ذاته.

5. عش اليوم تماماً، وإن كان لا يمنع من التفكير في الغد، ولكن دون أن يكون هذا التفكير سبباً في إزعاجك. ذلك لأن هناك من الأزواج (زوج - زوجة) من يدمن على اجترار الماضي.

6. حاول تقبل شريك حياتك بكل صفاته الإيجابية والسلبية لأن السلبي منها قد يختفي أو تعوضه الإيجابيات⁽¹¹⁾.

المراجع:

1. سهير كامل احمد: التوجيه والإرشاد النفسي، مركز الإسكندرية للكتاب، د ط، 2000، ص7.
2. كاملة الفرخ شعبان، عبد الجابر تيم، مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، دار الصفاء، عمان، ط1، 1999، ص169.
3. سامي محمد ملحم: مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، دار المسيرة، الأردن، ط1، 2006، ص391.
4. غزلان شمسي محمد الدعدي: الضغوط النفسية والتوافق الاسري والزواجي لدى عينة من أبناء وأمهات الاطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الاعاقة وبعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية، اطروحة ماجستير السعودية، 2009، ص34.
5. كلثوم بلميهوب: الاستقرار الزواجي، سلسلة الكتاب الالكتروني، اصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، العدد24، 2012، ص16-17.
6. سامي محمد ملحم: مرجع سابق، ص391.
7. كاملة الفرخ: مرجع سابق، ص 171 - 172.
8. طه عبد العظيم حسين: الإرشاد النفسي النظرية التطبيق التكنولوجية، دار الفكر، دط، 2004، ص 135.
9. عبد الحميد بن أحمد النعيم: حقيبة تدريبية أكاديمية أسس التوجيه والإرشاد النفسي، جمعية البر في الإحسان - مركز التنمية الأسرية، دط، 2008، ص54 - 56.
10. نفس المرجع: ص 50 - 51.
11. محمد عبد الرحمن العيسوي: مجالات الإرشاد والعلاج النفسي، موسوعة علم النفس الحديث، المجلد الرابع، دار الراتب الجامعية، بيروت، ط1، 2001، ص 276.