

باسمه تعالی

The Beaverse System Model – الگوی سیستمی بی ورس

دبستان طلوع – ۹۴/۱۲/۱۳

آنچه را با هم مرور می کنیم گزاره هائی است از یک رویکرد علمی در شاخه ی مطالعات خانواده که شامل چند بخش است :

۱.

۲.

۳.

* تاکید این الگو بر صلاحیت خانواده

به این معنی که چگونه یک خانواده به عنوان یک واحد تعاملی، وظایف ضروری و پرورش دهنده اش را برای سازمان دادن و اداره کردن خود به انجام می رساند.

* ... برای ارزیابی (۱) :

۱. آیا محیط خانه ی ما یک واحد تعاملی است ؟

۲.

۳.

۴. کدام خانه هاست که خود اداره گر نیست ؟

۴-۱-

۴-۲-

۴-۳-

* هدایتها، مرزبندی ها و پیوستگی ها

توانائی افراد بزرگسال برای هدایت خانواده و بنا کردن مرزهای مشخص نسلها، از نشانه های صلاحیت خانواده است و بالعکس پیوستگی ضعیف بزرگسالان که ممکن است موجب پیوند ضعیف والد-کودک و هدایت ناکارآمد خانواده شود، از مشخصه های عدم صلاحیت نظام خانواده است.

* ... برای ارزیابی (۲) :

۱. ارتباط هدایت و مرزهای لازم در حیطه ی تربیت، چقدر برای من و همسرم روشن است؟ آیا تعارض و اختلاف دیدگاه ما در این عرصه برای فرزندانمان آشکار شده است؟
۲. پیوند من و فرزندم چه معدلی دارد؟

* عزت نفس، اعتماد و ارتباط مستقیم و واضح

آنچه ارتباط زیادی با صلاحیت دارد، تحول قابلیت ها و عزت نفس در افراد خانواده است که سطوح بالای اعتماد، ارتباطات مستقیم و واضح و توانائی حل یا پذیرفتن تفاوتها را به دنبال دارد. خانواده ی شایسته بهتر می تواند تعارضها را حل کند و مستقیم و راحت ارتباط برقرار کند.

* ... برای ارزیابی (۳) :

۱. آیا خانواده ی ما در نقطه ی ایستائی است؟ تحولی در قابلیتهای آن به چشم می خورد؟
۲. احساسهای غالب در افراد خانواده ی ما کدام است؟
۳. پرداختن به عزت نفس فرزندان در برنامه های زندگی من و همسرم هست؟
- ۴.
- ۵.

*خود انگیختگی های مثبت !

خانواده های مثبت اغلب خود انگیخته هستند. دامنه ی وسیعی از عواطف را نشان می دهند و عموماً

رفتار خوش بینانه ای دارند.

* ... برای ارزیابی (۴) :

۱. اتفاقات درون خانواده ی ما چقدر وابسته به عوامل بیرونی است ؟

۲.

۳.

* تک بعدی اما خیلی موفق !

در ارزیابی صلاحیت خانواده مهم است که بدانیم، بعضی خانواده ها در بعضی حوزه ها کارکرد بهتری نشان

می دهند. اما احتمالاً تاکنون دیده نشده خانواده ای در یک حوزه کارکردی فوق العاده خوب و در حوزه ی دیگر،

ناکارآمد باشد (بی ورس و همپسون، ۱۹۹۰).

* ... برای ارزیابی (۵) :

۱.

۲. بخش های ناکارآمد زندگی ما کدام است ؟

۳. بخشی از کارکردهای یک خانواده ی موفق :

➤ ۱. حمایت و مراقبت

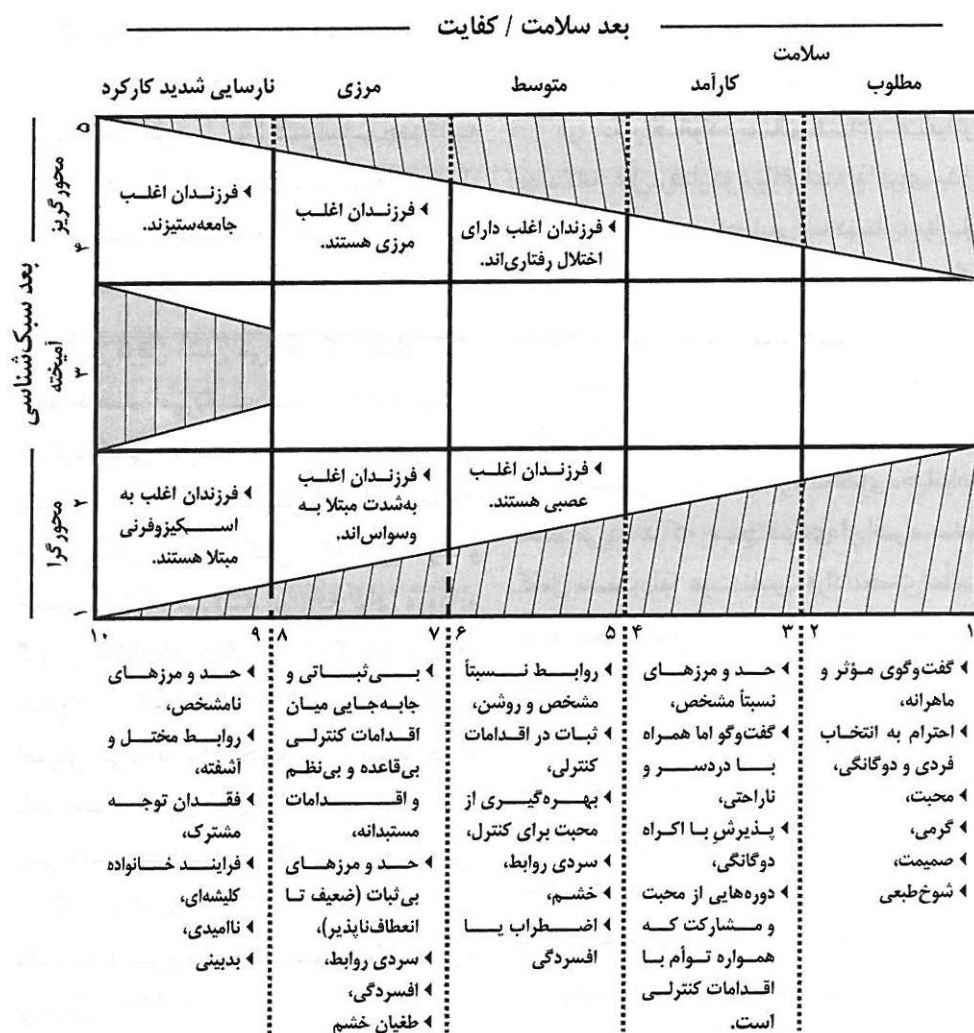
➤ ۲. تعاملات صحیح اجتماعی

➤ ۳. عاطفه و همراهی

➤ ۴. آموزش

- ۵. تربیت دینی
- ۶. کنترل اجتماعی
- ۷. تامین نیازهای اقتصادی
- ۸. گذراندن اوقات فراغت
- ۹. رشد و تثبیت شخصیت اجتماعی

* انواع خانواده در نظام بی ورس



* سبکهای بسیار شدید و خانواده های بسیار ناکارآمد !

یافته های تجربی و بالینی در پیکان نمودار، نشانه ی میزان **انعطاف، تعامل و گرمی** در یک خانواده است، خانواده ای که می تواند رفتارهای خود را با نیازهای تحولی و فردی در شرایط مختلف سنی انطباق دهد. خانواده های آشفته، رفتارها و سبک هایی **غیر نظام مند و نامعتدل** دارند.

* ... برای ارزیابی (۶) :

۱. تعریف ما از انعطاف چیست ؟

۲. نظام مندی چه رابطه ای با رفتار معتدل دارد ؟

* راه کارهای عملی این بحث برای پیگیری و افزایش صلاحیت های نظام خانواده :

۱. تلاش برای تمرین تعامل و گفتمان آرام در محیط خانواده

۲. تلاش برای توجه به مرزها و حریمهای بین نسلی در کنار توجه به صمیمیت ها و یک رنگی ها

۳. چه برنامه هائی می تواند پیوند من و فرزندم را عمیق تر سازد؟

۴. ارزیابی فهرستی از احساس ها در محیط خانواده :

عشق یا علاقه، امید، میل، احترام، لذت، آرامش یا آسایش، شادی، دوستی، امنیت، ایمان، رضایت، انگیزه، جرأت، قدرشناسی، احساس تعلق، محبت، خود بزرگ بینی، سربلندی، با ارزش بودن، دوست داشتنی بودن، رضایت و خرسندی، نشاط، اعتماد، ...

درد و رنج، شرم، غم، افسردگی، ترس و ناامنی، دلتنگی، خشم یا عصبیت، خستگی، تنفر یا انزجار، نگرانی یا دلهره، دشمنی، ناامیدی یا دلسردی، حسادت (رشک)، غبطه خوردن، نارضایتی، تقصیر و گناه، پشیمانی، دلشکستگی، دلخوری، حقارت و خودکم بینی یا خوارشدگی، بی انگیزگی، سردرگمی، رنجیدگی یا آزرده گی، بی عدالتی، دلسوزی و تأسف، خودباختگی، بی میلی، بی ایمانی، خجالت، بدبختی، تأسف به حال خود، تأسف به حال دیگران، دل خوری، قربانی شدن، بی اعتمادی،

۵. تلاش برای استفاده از جملات مثبت در توصیفات، به عنوان اولین گامهای غلبه ی مثبت اندیشی و مثبت گوئی!

۶. صرف وقت مشترک با همسر، برای ارزیابی گستره ی کارکردهای خانواده ی ما

۷. جایگاه ما در نظام بی ورس کجاست ؟ آیا این بهتر نقطه ای است که می توانیم باشیم؟

۸. خانواده ی ما نیازمند برنامه ی تربیتی است!