

الفصل الثلاثون

كيفية التعامل مع القلوب المكسورة

قد لا يعمدون إلى إخباركم ولكن دلالات ذلك ستبدو واضحة في نبرة صوتهم الحزينة ومزاجهم السيئ وعدم رغبتهم في تناول الطعام - وكل الأشياء الأخرى التي تبدو عليهم وكنتم قادرين على معالجتها عندما كانوا في سن الثالثة عشرة وفي الحقيقة، سيصعب على الأهل التعامل مع ابنهم الجامعي المصدوم عاطفياً كونه يعيش بعيداً عنهم، وحتى لو كان قريباً منهم فقد لا يلجأ إلى إخبارهم ظناً منه بعدم قدرتهم على فهمه.

والطريقة الوحيدة للتعامل مع هذا الأمر هو التوضيح لهم بأنكم على استعداد لمساعدتهم في حال رغبتهم بذلك، ولا تحاولوا الإكثار من انتقادهم، فإذا أخبرتم ابنكم كم كنتم تشعررون بالاشمئزاز من صديقها السابق فسيكون الأمر محرراً للغاية في حال عودتها إليه.

تقول (دينيس نوليز - مستشارة العلاقات الاجتماعية): «لابد أن يحتكم هذا الأمر على ركوب السيارة والانطلاق فوراً لرؤيتها»، ولكن إذا لم تستطيعوا ذلك فسيكون الاتصال بها والإصغاء إليها

والتعاطف معها أمراً مهماً وأساسياً، ودعوها تبكي ثم اسألوها ما الذي ترغب فيه الآن، هل تريد العودة للمنزل أو هل تريد منكم الذهاب إليها في عطلة نهاية الأسبوع المقبل؟ وقدموا لها الحلول فذلك سيجعلها تشعر بالأمان - الذي هو حتماً موجود .

وفي حال عدم رغبتها بمصارحتكم، سيكون عليكم احترام خصوصياتها، أو يمكنكم التواصل معها والقيام بزيارتها مع الحلوى الشهية والتحدث معها على الهاتف عن أشياء عادية، فقد تتجح هذه الطريقة في جعلها تبوح لكم بمكنوناتها، وقوموا بتذكيرها بأصدقاء مرّوا بالتجربة نفسها أو ذكروها بعلاقاتها الفاشلة التي سبق ومرت فيها قبل عثورها على السعادة مرةً أخرى، وإذا لم تستطع التحدث إليكم فقد يكون بإمكانها التحدث مع أخٍ أو أختٍ أو صديق .

وبأسلوبٍ مشابه، حاولوا أن تبينوا لها - دون الإكثار من المواعظ - المبادئ الأخلاقية الواجب اتباعها في الحياة، كأن لا تلجأ إلى قطع صلتها بشخصٍ ما دون إظهار الأسباب، وألا تعتمد إلى الإكثار من صداقاتها فذلك لن يجعلها سعيدة، ونأمل أن تكون هذه المبادئ هي ذاتها التي تربيوا عليها واكتسبوها في أثناء مراهقتهم، ولكن بمقدور الحياة الجامعية تغيير الناس من خلال تعرّفهم على الجوانب الكثيرة الأخرى للحياة الاجتماعية التي لم يسبق لهم الاطلاع عليها .

إن هذا الفصل مقتضب لأنه لن يكون بوسعكم فعل أي شيء لهم عندما يتعرضون لصدمة عاطفية، وبعد ذلك ضرباً من ضروب الحياة التي سبق لكم أن مررتم به، وبالأحرى يمكنكم إخبارهم عن ذلك الأمر الذي سيجعلهم يبتسمون بالرغم من مشاعر الألم.

