الفصل الخامس
واجبات الآباء تجاه أبنائهم
في مرحلة المراهقة

يتضمن الفصل:

معنى البلوغ والمراهقة.

التربية الجسمية.

النمو الفسيولوجي.

النمو الجسمي.

مظاهر اهتمام الإسلام بالتربية الجسمية.

التربية الاجتماعية.

خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق.

التربية الاجتماعية في ضوء القرآن الكريم والسنة.

التربية الجنسية.

تنتهي مرحلة الطفولة في حوالي الثانية عشرة، ويدخل بعدها الفرد في طور مرحلة أخرى أكثر تعقيداً وأكثر تأثيراً في حياته المستقبلية، ونقصد بها مرحلة المراهقة، والتي تقابل في نظمنا التعليمية المرحلتين الإعدادية والثانوية، وقد تمتد لأوائل المرحلة الجامعية.

وغالباً ما تبدأ هذه المرحلة بظهور معالم جسمية وفسيولوجية معينة، سواء عند الفتى (تغير الصوت وظهور شعر العانة والشارب، والاحتلام) أو عند الفتاة (بروز الثديين وكبر الأرداف، وبدء نزول الطمث).

ومن الصعب القول بأن المراهقة متشابهة ومطردة وغير متغيرة لجميع الأفراد الذين يمرون بها، فالأبحاث تشير إلى وجود اختلافات من فرد إلى آخر، ومن أسرة لأخرى، ومن وسط ثقافي اجتماعي لآخر، ومن بلد لآخر، وهذا يجعلنا ننظر للمراهق من حيث هو كذلك، وأن نؤكد على ارتباط مظاهر نموه بالبيئة المادية والنفسية، الحاضرة والماضية.

فالمراهقة كمرحلة نهائية تتوسط بين طفولة الإنسان من ناحية، وبين مرحلة النضج كما تتمثل في تحمل المسؤوليات الاجتماعية وإدراك الحقوق والواجبات الاجتماعية والفردية والوطنية ـ هي ظاهرة اجتماعية حيوية أي سلوكية تخضع في قسط كبير من محدداتها للعوامل الثقافية الاجتماعية التي يتواجد فيها الفرد[1].

وتكمن أهمية هذه المرحلة في الطفرة الكبيرة للنمو، والتي تسبب للمراهق والمراهقة وأسرتهما كثيراً من المشكلات الجادة والتي تتطلب من المربين عامة حسن

(1) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 197.

تفهم خصائص تلك المرحلة لكي يساعدوا هؤلاء الشباب على التكيف السليم. فإذا ما عرف المربي ـ مثلاً ـ أن عدم استقرار المراهق، أو عدم انتباهه، أو شرود ذهنه، قد يرجع إلى تقلص في بعض عضلاته، أو قد يرجع إلى فقدان شهيته، أو قد يرجع لبعض الاضطرابات الهضمية، فإنه يستطيع في هذه الحالة أن يواجه الموضوع برؤية وتبصر[1].

وهذا يلقي على الآباء والأمهات تبعات كبيرة ومسؤوليات تجاه أبنائهم المراهقين لحسن رعايتهم وتربيتهم، خاصة في مجتمعنا الذي يمتلئ بالكثير من المثيرات الثقافية والاجتماعية، والتي تشد إليها المراهق، وتملأ عليه حياته. وهنا تكمن أهمية الرجوع إلى تربيتنا الإسلامية التي تجنبنا الكثير من انحرافات الشباب ومشكلاته، وهذا ما سوف نفصله في هذا الفصل ـ إن شاء الله.

وسوف يعالج هذا الفصل عدداً من جوانب التربية المتصلة بتربية المراهق ويبدأ بالتربية الجسمية، ثم يعقبها بالتربية الاجتماعية والتي تتضمن أيضاً في جنباتها الكثير من موضوعات التربية الأخلاقية، إلا أن الجانب الغالب هو الجانب الاجتماعي ولذا أطلقنا عليها التربية الاجتماعية من باب تغليب الكثير على القليل. ثم انتقلنا إلى التربية الجنسية باعتبارها واحدة من أهم أنواع التربية وخاصة في فترة المراهقة.

أما التربية العقلية فقد تركناها جانباً، نظراً لأن دور الآباء يكون محدوداً، خاصة مع المسؤوليات الكثيرة الملقاة على عاتقهم، وإن دورهم يقتصر حالياً على الجوانب الجسمية والاجتماعية والجنسية والإيمانية والاقتصادية (الإنفاق على الأبناء).

وفيما يتعلق بالجانب الإيماني فقد سبق شرحه في الفصل السابق، بصورة عامة، مما ينطبق في كثير من الأحوال على المراهق، كما أن التربية الإيمانية موضوع هام جداً ويحتاج لدراسة منفردة وليس جزءاً من فصل في هذا البحث.

---

(1) عزيز حنا داود، زكريا زكي اثناسيوس: دراسات في علم النفس، مرجع سابق، ص 145.

وقبل البدء في عرض واجبات الآباء تجاه أبنائهم في مرحلة البلوغ من النواحي الجسمية والاجتماعية والجنسية.

يجدر بنا أن نحدد ما المقصود بكل من المصطلحين: البلوغ والمراهقة.

وسوف نتناول كل مصطلح على انفراد:

البلوغ Puberty:

يعني البلوغ من الناحية اللغوية، وكما جاء في القاموس المحيط[1]، معنى «الإدراك»، فهي مشتقة من «بلغ». وجاء في لسان العرب[2]: «بلغ الغلام احتلم، كأنه بلغ وقت الكتاب عليه والتكليف». وبنفس المعاني تقريباً جاء في معجم متن اللغة[3]: «بلغ الغلام والجارية بلوغاً أدركا، وأصله بلغ الحُلُم، وأوان التكليف».

أما ما جاء في المعاجم الأجنبية فكلمة بلوغ Puberty مشتقة من الكلمة اللاتينية Puberbas والتي تعني عمر الرجولة[4]. أما جيرسلد[5] فيرى أن البالغ هو «ذا أشعار»، وهذا يتفق مع رأي منير البعلبكي[6] حيث يذكر أن البلوغ يعني ظهور شعر العانة في المنطقة العانية.

هذا من الناحية اللغوية للكلمة، أما ما تعنيه عملياً، فإن الموسوعة الأمريكية[7]. تفيد أنها تعني: «الفترة التي يصل فيها الفرد إلى النضج الجنسي، ويصبح النشاط الإنساني ممكناً»، وجاء نفس المعنى لدى مصطفى فهمي[8] فعرف

---

(1) الفيروز آبادي: القاموس المحيط جـ3 (المطبعة الحسينية المصرية القاهرة، 133هـ) ص 103.

(2) ابن منظور: لسان العرب، جـ1، (الدار المصرية للتأليف والنشر مصورة عن طبعة بولاق، القاهرة، د.ت.) ص 301.

(3) أحمد رضا: **معجم متن اللغة**، جـ3 (دار مكتبة الحياة، بيروت، 1058) ص 739.

(4) E. B. Hurlock: **Developmental Cytology** (New York, Mc. Graw Hill Book Co., INC,. 1955), P. 171.

(5) A. Jersild: **The Psychology of Adolescence** (New York: The Mac Millan Co., 1958) F.33.

(6) منير البعلبكي: **المورد** (دار العلم للملايين، بيروت، 1967) ص 737.

(7) «Puberty» Encyclopedia Am., 1975, Vol., XXII. P. 753.

(8) مصطفى فهمي: **سيكولوجية الطفولة والمراهقة** (مكتبة مصر، القاهرة، د. ت.) ص 205.

البلوغ بأنه «نضوج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من فترة الطفولة إلى فترة الإنسان الراشد».

أما بشأن علامات النضج الجنسي، ففي الفتاة تأتي علامة الطمث (أو ما يسمى بالعادة الشهرية)، ولكن ذلك لا يعني النضج الجنسي الكامل، فقد ورد في الموسوعة البريطانية: «أن القدرة على الإنجاب لا تكمل لدى البنات إلا بعد مرور بعض الوقت على الطمث الأول»[1] ويحدد ذلك بصورة أكثر دقة ما ذكره مصطفى الخالدي حين قال: «وكثيراً ما يأتي الحيض قبل الإخصاب Fertility وتحتاج الفتاة إلى سنتين أو ثلاث بعد ابتداء حيضها حتى تصبح قادرة على الإنجاب»[2]. وأما علامة النضج الجنسي لدى الفتى فهي إفراز الحيوانات المنوية، ويبدو ذلك في الاحتلام. ويقال نفس الشيء في الفتى ما قد قيل لدى الفتاة، من أن الاحتلام الأول لا يعني النضج الجنسي الكامل، فالأمر يحتاج لفترة زمنية حتى يصبح قادراً على الإنجاب.

المراهَقَة Adolescence:

ففي لسان العرب[3]، «راهق الغلام فهو مراهق: إذا قارب الاحتلام والمراهق: الغلام الذي قارب الحلم». وفي أساس البلاغة[4] نجد «صبي مراهق: مدان للحلم، والحلم يعني إدراك وبلوغ مبالغ الرجال».

وفي المعاجم الأجنبية، تأتي كلمة مراهقة، وكلمة رشد (Adulthood) مشتقتان من نفس الفعل اللاتيني Adolescere الذي يعني التدرج نحو النضج[5].

وبالنسبة للمعنى الاصطلاحي، فيرى أحمد زكي صالح[6] أن «المراهقة مصطلح وصفي يقصد به مرحلة نمو معينة تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء

---

(1) «Adolescence», Encyclopedia Br. 1973, Vol., I. P. 162 .

(2) مصطفى الخالدي: **الحمل والولادة** (منشورات ليلى الخالدي التذكارية بيروت، 1963)، ص 73.

(3) ابن منظور: لسان العرب، مرجع سابق، جـ11، ص 422.

(4) الزمخشري: **أساس البلاغة** (محمد مصطفى الكتبي، القاهرة، 1327هـ) جـ 1، ص 203

(5) Pikunas and E.J. Albrecht: **Psychology of Human Development** (Nark: Mc Graw Hill Book Co., INC., 1961) p. 171.

(6) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 193.

مرحلة النضج أو الرشد، أي إن المراهقة هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ ـ وهو الفرد غير الناضج جسمياً وانفعالياً واجتماعياً وعقلياً ـ نحو بدء النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي».

ويعرفها كل من فوردوبيتش بأنها «هي الفترة التي تمتد ما بين البلوغ والوصول إلى النضوج المؤدي إلى الإخصاب الجنسي، حيث ستصل الأقسام المختلفة للجهاز الجنسي إلى أقصاها في الكفاءة وفي المراحل المختلفة لدورة الحياة. وفي الحقيقة سوف لا تكتمل مرحلة المراهقة إلا عندما تصبح جميع العمليات الضرورية للإخصاب والحمل والإفراز ناجحة»[1].

وعلى ذلك فإن «البلوغ يأتي في بدء المراهقة، ويمثل جزءاً من مرحلة المراهقة»[2]، كما أن «البلوغ يعتبر وجهاً من أوجه النمو العضوي والنضج الجنسي، بينما المراهقة أكثر اتصالاً بالتطورات الانفعالية والعقلية والشخصية الناجمة إلى حد بعيد عن تغيرات البلوغ وحاجاته»[3].

ويبدي أحمد زكي صالح تحفظاً على مفهوم المراهقة، وهو الادعاء بأن سبب المراهقة يرجع إلى نوع من التغيرات العضوية الداخلية والتي تسمى التغيرات الجنسية، ويقول إن «المراهقة هي مرحلة نمو تتأثر بما قبلها من مراحل وتؤثر فيما بعدها من مراحل نهائية، وهي متعددة الجوانب، فكما أن المراهق ينمو جسمياً، فهو كذلك ينمو فسيولوجياً وجنسياً، وينمو عقلياً وينمو انفعالياً وينمو اجتماعياً وينمو مهنياً»[4].

وبالنسبة للسن التي تبدأ عندها مرحلة البلوغ، فترى هيولوك[5] إن «العمر المتوسط لبلوغ الذكور هو بين 13.5 ـ 14.5، وبالنسبة للإناث فيقع قبل ذلك بستة

---

(1) Ford and Beach: **Encyclopedia of Social Science** Vol., I, PP. 171-172.

(2) E.B. Hurloch: Developmental Psychology, Op. Cit., P.172.

(3) J.Pkunas and E.J. Albrecht, Op. Cit. P. 171.

(4) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 194.

(5) E.B. Hurloch: OP. Cit., P. 172.

أشهر أو سنة». وقد يؤثر الطقس على بداية سن البلوغ، ففي المناطق الباردة قد تتأخر البداية، بينما في المناطق المعتدلة تأتي مبكرة بمتوسط 12 ـ 13 سنة للبنات، و14 ـ 15 سنة للذكور. وتمتد فترة المراهقة ـ عضوياً وحيوياً ـ حتى سن العشرين حينما يكتمل النضج الفسيولوجي من حيث القدرة على التناسل. وقد تمتد مرحلة المراهقة من الناحية الاجتماعية في البلاد العربية إلى أخريات العقد الثاني من الحياة، حين ترفع الولاية عن الفتى والفتاة[1].

وبعد تحديد مفهومي البلوغ والمراهقة، يمكننا أن ننتقل إلى دراسة الواجبات الملقاة على عاتق الوالدين تجاه أبنائهم المراهقين، بالنسبة لأهم جوانب عمليات النمو والتي تتصل اتصالاً مباشراً بواجبات الآباء والأمهات تجاه أبنائهم، وهذه الجوانب هي: الجسمية، والاجتماعية والجنسية.

أولاً ـ التربية الجسمية:

ينمو المراهق[2] في أبعاد مختلفة منها البعد الجسمي، ويشمل هذا البعد مظهرين هامين من مظاهر النمو هما: النمو الفسيولوجي أو التشريحي والنمو الجسمي. ويقصد بالنمو الفسيولوجي: النمو في الأجهزة الداخلية غير الظاهرة التي يتعرض لها المراهق أثناء البلوغ وبعده. ويشمل ذلك بوجه خاص النمو في الغدد الجنسية. أما النمو الجسمي، فهو عبارة عن التغيرات في الأبعاد الخارجية للمراهق كالطول والوزن والعرض وتغيرات الوجه. وسوف نتناول كل مظهر من النمو ـ الداخلي والخارجي ـ بالتفصيل ونقف على مشكلاتها وواجبات الآباء والأمهات تجاه تلك المشكلات، سواء من وجهة نظر علماء التربية وعلم نفس النمو، أو من وجهة نظر التربية الإسلامية، بوجه خاص.

---

(1) أحمد زكي صالح: **علم النفس التربوي**، مرجع سابق، ص 196.

(2) عندما نذكر كلمة المراهق أو المراهقين فإننا نعني كلا الجنسين الذكور والإناث، أما عندما نقصر الكلام على أحد الجنسين، فإننا نشير إلى المراهق أو المراهقين باسم الفتى أو الشباب أو البنين وإلى المراهقة أو المراهقات باسم الفتاة أو البنات.

النمو الفسيولوجي[1]:

لعل أهم وأول مظهر من مظاهر النمو الفسيولوجي في المراهقة هي مظاهر النضج الجنسي. وغدة الجنس عند الأنثى هي المبيضان، ووظيفتها إفراز البويضات، ويظهر الطمث نتيجة لانفجار البويضة الناضجة في المبيض، ويبدأ الحيض عادة في السنة الثالثة عشرة، وإن كان ثمة فروق بين الأفراد في السلالة الواحدة، كما أن النضج الجنسي يتأثر بالكثير من العوامل مثل التغذية والأنماط الثقافية المحيطة بالمراهق. ويصاحب النضج الجنسي لدى الفتيات ظهور العلامات الجنسية الثانوية، فتنمو عظام الحوض ويختزن الدهن في الأرداف وينمو الشعر فوق العانة وتحت الإبط، كما تنمو الأعضاء التناسلية المناسبة للرحم والمهبل والثديين.

والغدة التناسلية الأساسية عند الذكر هي الخصية التي تفرز الحيوانات المنوية والهرمونات الجنسية، وتسبح هذه الحيوانات في السائل المنوي الذي تفرزه البروستات، وبالنسبة لبدء أول قذف فقد توصلت الدراسات إلى تحديد سن تقريبي وهو الثالثة عشرة والنصف وأما عن العلامات الجنسية الثانوية عند الفتى فتبدأ بظهور الشعر فوق العانة، وتحت الإبط وفوق الشفة العليا وعلى الذقن، ويتضخم الصوت، ويزداد النمو الجسمي كثيراً.

ويرتبط ارتباطاً وثيقاً النضج الجنسي ومظاهره بما يسمى بجهاز الغدد، ومن هذه الغدد.

ـ **الغدة النخامية**: وهي أهم الغدد في جسم الإنسان وخاصة الفص الأمامي منها، الذي تزيد إفرازاته من الهرمونات المنبهة للجنس وقت البلوغ.

---

(1) يمكن الرجوع إلى عدد من المصادر الأساسية في علم النفس والتي منها:

★ أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص. ص 201 ـ 206.

★ مصطفى فهمي: سيكلوجية الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص. ص 206 ـ 211.

★ عزيز حنا، زكريا اثناسيوس: دراسات في علم النفس، مرجع سابق، ص. ص 148 ـ 153.

★ حامد عبد العزيز الفقي: دراسات في سيكولوجية النمو، مرجع سابق، ص. ص 213 ـ 214.

★ حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، مرجع سابق، ص. ص 297 ـ 310.

★ نوري حافظ: المراهق (المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، 1980).

ـ **الغدد الدرقية**: وهرمونها يؤدي إلى إسراع العمليات الكيميائية في الجسم والمساعدة على نمو الفرد. وزيادة إفراز الغدة الدرقية يسبب للفتيات آلام الحيض واضطرابات في الجلد وزيادة العرق، والإغماء وسرعة دقات القلب.

ـ **الغدة الكظرية**: وهما غدتان فوق الكلى، وهرمونها يؤثر في النمو الجنسي بوجه عام.

ـ **الغدة الليمفاوية (ذات القنوات)**: مثل غدة الصفراء، والغدد اللعابية، والغدد العرقية، وأهم هذه الغدد تأثيراً في مرحلة المراهقة هي الغدد العرقية، التي تنشط جداً وتكون في درجة عالية من الحساسية، مما يجعلها تفرز كميات كبيرة من العرق عند بذل أي مجهود ولو بسيط.

ومن الأجهزة الداخلية التي يحدث بها نمو وترتبط بحالة المراهق:

ـ **الجهاز الدوري**: حيث ينمو القلب بسرعة لا تتمشى مع سرعة الشرايين، وكذلك يرتفع ضغط الدم في فترة المراهقة. وقد يسبب هذا الاضطراب في النمو حالات الإغماء والصداع والقلق والاضطراب والدوخان.

ـ **الجهاز التنفسي**: تنمو الرئتان، ويتسع الصدر تبعاً لذلك، وتكون الرئتان في حالة الأولاد أكبر منها في حالة البنات. وربما يرجع ذلك إلى قلة ممارسة الفتاة للرياضة خصوصاً بعد السادسة عشرة، في الوقت الذي يستمر فيه الولد في ممارسة مختلف ألوان النشاط الرياضي.

ومن خلال العرض السابق للنمو الفسيولوجي يمكننا التوقف عند بعض النقاط أو المضايقات أو المشكلات التي تعترض النمو الطبيعي للمراهق، وذلك بغرض توجيه أنظار الآباء والأمهات والمعلمين لها:

1 ـ فبالنسبة لظهور الطمث عند الفتاة، فإن الفتاة التي لا تعلم شيئاً من والدتها عن الحيض قبل حدوثه قد تشعر بالخجل والاشمئزاز إذا جاءها الحيض. وعندئذ قد لا تشعر بالخوف فقط، بل قد تشعر بالاستياء والمرارة من والديها، لأنهما لم ينبئاها بما سوف يحدث لها[1] وسواء توقعت البنت «حدوث أول حيض» أم لم

(1) هـ. هـ. ريمرز، س. ج. هاكيت: **دعنا نفهم مشكلات الشباب**. ترجمة عطية محمود هنا (مؤسسة فرانكلين، القاهرة، 1961) ص 26.

تتوقعه فإنها عادة تنتبه لحدوثه. ويجب إعداد البنت لهذا الحدث لأن بعض البنات ينظرون في رعب وهلع إلى الحيض على أنه نزيف لا يمكن إيقافه. وقد يرتبط الحيض في هذه الحالة بعدم السرور أو بالخبرات المؤلمة باقترانها معاً في الدوام مما قد يصبغ وقت حدوثه بصبغة غير سارة[1].

هذا بالإضافة إلى أن الطريقة التي تواجه بها الأم ابنتها المراهقة عند معرفتها بظهور دم الحيض، من التكتم الشديد والسرية التامة وعدم التحدث مع أخوتها أو أبيها أو صديقاتها في هذا الشأن، قد يسبب للفتاة الكثير من الاضطرابات النفسية. وقد أورد مصطفى فهمي نتائج إحدى الدراسات على 745 فتاة فكانت النتيجة كالآتي[2]:

51٪ من الحالات أحسسن بأنهن أصبن بالدهشة عند ظهور الحيض لأول مرة.

24٪ من الحالات كن غير مباليات.

12٪ من الحالات أصابهن الحزن.

7٪ من الحالات كن منزعجات.

6٪ من الحالات كن فخورات.

وأورد البعض أن بعض الدراسات[3] أشارت إلى أن البنات يختلفن كثيراً بالنسبة لمدى إعدادهن نفسياً لظهور الحيض عندهن لأول مرة ـ بالنسبة لردود الفعل والانفعالات التي يتعرضن لها آنذاك. فالانفعالات التي تتعرض لها البنت نتيجة لظاهرة الحيض ستكون في كثير من الأحيان استناداً إلى استعداد البنت للقلق أو الشعور بالخطيئة حول وظائفها الجسمية، بالإضافة لمدى الشعور بالثقة في نفسها، كما تعتمد على مجالات الحرية والانفتاح والقيود المحيطة بها.

وتؤكد إحدى النظريات أن هذه الظاهرة ترتبط بقبول البنت أو رفضها لمكانتها ودورها في المجتمع. فالمرأة التي تجد في الحيض ظاهرة صعبة وحرجة في

---

(1) حامد عبد السلام زهران: **علم نفس النمو**، مرجع سابق، ص 302.

(2) مصطفى فهمي: **سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، مرجع سابق، ص 210.

(3) نوري حافظ: المراهق، مرجع سابق، ص 66.

حياتها، قد تجد صعوبة في تكييف حياتها مع الأوجه الأخرى لدورها في المجتمع، مثل إنجاب الأطفال وتنشئتهم وتربيتهم وملازمتهم حتى اعتمادهم على أنفسهم[1].

ويجب أن تتفهم الفتاة أسباب الحيض والعمليات الجسدية التي تقود إليه بصورة واضحة. يجب أن تفهم أن هذه هي حكمة الله تعالى من أجل حفظ النوع الإنساني، وأن أمومتها متوقفة على نمو هذه الوظائف. هذا ولا يمكن التجاهل بأنه من وجهة نظر الفرد بأن الحيض مزعج، وكثيراً ما يكون مصحوباً بانزعاج جسدي بالغ. ولذلك فإنه من الأهمية بمكان عظيم أن تشعر الفتاة بأن للحيض غاية مفيدة وأنه ليس مجرد شيء يجب تحمله أو التنكر له. وقبل كل شيء يجب أن تتحقق الفتاة من أنه لا يوجد سبب لخجلها من الحيض أو استشعار المهانة بسببه وذلك على اعتباره واسطة لتحقيق واحدة من أهم وظائفها كامرأة[2].

وانزعاج الفتاة من ظهور الطمث الأول يجب ألا يمنعها من مزاولة نشاطاتها المعتادة بما في ذلك الألعاب الرياضية، بالرغم من أن بعض الفتيات يفضلن عدم الانخراط في التمرينات الجسدية العنيفة في اليوم الأول أو اليومين الأولين. ولكن الدراسات والأبحاث الطبية أكدت أنه من الأفضل للفتاة أن تكون فعالة ونشيطة حتى منذ بداية الحيض، وأن هذا بالذات يقلل من الألم والانزعاج[3].

وفي حالة شكوى الفتاة من الألم وعدم الراحة فإنه من المناسب استشارة طبيب، حيث إن الفتاة السوية الصحيحة غالباً ما تعلق أهمية بالغة على آلام الطمث.

2 ـ وبالنسبة للفتى، فإن مظهر البلوغ الأول هو إفراز المني، والذي ينظر إليه الفتى باهتمام حيث إن هذا المظهر يعبر عن «الذكورة» والتي تتضمن معنى المكانة والقيمة بين أقرانه من الذكور.

ومن الأهمية بمكان عظيم أن يهيأ الفتى لقذفه الأول، فيجب أن يشرح للفتى مسبقاً أن السائل المنوي يحتوي على الحيوانات المنوية التي إذا ما التقت بالبويضة

---

(1) نوري حافظ: المرجع السابق، نفس الصفحة.

(2) درويس أودلم: رحلة عبر المراهقة. ترجمة فاخر عاقل، ط2 (دار طلاس، دمشق، 1987) ص 43.

(3) نفس المرجع السابق، ص 42.

التي تفرزها الأنثى تقود إلى الحمل، وأن السائل المنوي لا وظيفة أخرى له، وأنه لا يحتوي على أية مواد كيماوية ذات أهمية.

وقد يشعر الفتى أنه حين يقذف السائل المنوي فإنه يضيع قوته، ولقد كان هذا في الواقع اعتقاد الأقدمين[1].

ولا تقل أهمية تحضير الأبوين ابنهما لعلامات بلوغه من تحضيرهما ابنتهما لعلامات حيضها. والمراهقون الذين لا يكون لهم علم مسبق، أو الذين يسمعون إشاعات غامضة لا يصابون بالارتباك فحسب، وإنما قد يصابون بالهلع خاصة وأن الوالدين يريان أنه من الصعب أن يناقشا الأمر مع الفتى حين يلاحظون لأول مرة المني الذي يلطخ منامته (بيجامته) أو بياضات سريره.

3 ـ وبالنسبة لمظاهر النمو الجنسي الثانوية لدى الفتاة، فقد تشعر بالحرج عندما تجد أن أجزاء جسمها النامية (خاصة الثديين والردفين قد أخذت شكلاً جديداً لافتاً للأنظار بطريقة تختلف عن ذي قبل، لأنها أجزاء خارجية تظهر من الملابس ويمكن أن تتحرك. وقد يدفعها ذلك لعدم ممارسة الألعاب الرياضية أو الجري لخجلها، ومن ثم تعمل جاهدة على التقليل من الطعام، أو تناول ألوان خاصة منه «عمل الريجيم»، كل ذلك بقصد التقليل من وزنها، متخيلة أن ذلك يساعدها على عدم تزويد الثديين والأرداف، مع أن السبب الحقيقي يرجع إلى النمو العظمي، وبدء نشاط الغدة النخامية[2].

وهنا يجدر الإشارة إلى أن الإسلام حدد معالم عورة المرأة وفرض عليها تغطيتها، فقال تعالى: ﴿ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَٰتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَٰرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ۖ وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ ۖ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ ... ﴾[3].

---

(1) درويس أودلم: رحلة عبر المراهقة، مرجع سابق، ص. ص 45 ـ 46. وأيضاً حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، مرجع سابق، ص 305.

(2) راجع حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، [مرجع سابق، ص 305. وأيضاً مصطفى فهمي:] سيكولوجية الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص 210.

(3) سورة النور، آية: 31.

ـ وقال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِيُّ قُل لِّأَزْوَٰجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَآءِ ٱلْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِن جَلَٰبِيبِهِنَّ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰٓ أَن يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَكَانَ ٱللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾[1].

وألزمها بتغطية الصدر وعدم تحديد معالم جسمها بارتداء الملابس الضيقة التي تظهر مفاتنها أمام الرجال[2].

ومن بين الأسباب الأخرى التي تضايق الفتاة ظهور بعض الشعيرات على الشفة العليا والذقن والساقين، كل ذلك يجعلها تطيل النظر في المرأة وتعمل جاهدة على إزالة هذه الشعيرات، أو تفكر في طريقة لتخفي بها هذه الشعيرات .

وقد أباح الإسلام للمرأة إزالة هذه الشعيرات من جسدها لعدم تشبهها بالرجال أما إزالة شعر الحاجبين أو تغيير معالمها، فإن ذلك مما نهى عنه رسول الله ﷺ: فعن ابن مسعود أنه قال لعن الله الواشمات والمستوشمات، والمتنمصات والمتفلجات للحسن، المغيرات خلق الله. فقالت له امرأة في ذلك، فقال: وما لي لا ألعن من لعنه رسول الله ﷺ وهو في كتاب الله، قال تعالى ﴿ وَمَآ ءَاتَىٰكُمُ ٱلرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَىٰكُمْ عَنْهُ فَٱنتَهُوا ﴾ (الحشر: 7)[3].

4 ـ وبالنسبة لنمو الأجهزة الداخلية، ففي الجهاز الدوري ينمو القلب بسرعة لا تتمشى مع سرعة نمو الشرايين، مما ينتج عنه ازدياد ضغط الدم في فترة المراهقة، ويترتب على ذلك كثرة حالات الإغماء والصداع والقلق والاضطراب والدوخان، وعلى المربي أن يوفر قدراً كافياً من الراحة، ويقدر تلك الأعراض لعلمه بالمسببات.

وبالنسبة للجهاز الهضمي فإن الزيادة المستمرة في طول وزن المراهق تحتاج إلى تغذية مستمرة منوعة، وتظل شهية المراهق مفتوحة لمدة حوالي ثلاثة أو أربعة أعوام.

---

(1) سورة الأحزاب، آية: 59.

(2) سوف نعالج هذه النقطة بتفصيل أكثر في هذا الفصل.

(3) رواه البخاري ومسلم وأبو داود والترمذي وابن ماجة. مذكور في: محمد صديق حسن خان البخاري، مرجع سابق، ص 530. النامصة: التي تنقش الحاجب حتى ترققها. وقيل هو من النمص، وهو نتف الشعر عن الوجه.

وقد يعاني المراهق من بعض الاضطرابات المعوية والتي قد ترجع إلى عدم انتظام سرعة النمو بين أجزاء الجهاز الهضمي وملحقاته، وهنا تتضح أهمية الغذاء البروتيني وأهمية الفيتامينات.

وبالنسبة للغدد، فالغدة العرقية تنشط جداً، وتكون في درجة عالية من الحساسية، مما يجعلها تفرز كميات كبيرة من العرق في مقابل أي مجهود ولو بسيط، مما يضايق المراهق بدرجة كبيرة. وفي حالة استثارة المراهق انفعالياً نجده يتصبب عرقاً ويزداد حرجاً، وهذا يستدعي من المربين مراعاة ذلك.

5 ـ بالنسبة للنضج الجنسي المبكر، ففي الإناث قد يكون مصدر قلق وإزعاج لهن، وعلى العكس قد يكون لبعضهم مصدر سرور وبهجة. فقد يؤدي بالفتاة إلى ابتعادها عن رفيقاتها وشعورها بالغربة بينهن، ومما يزيد الأمر صعوبة أن هذا النضج الفسيولوجي لا يصاحبه نضج عقلي أو اجتماعي. وقد يسبب النضج الجنسي المبكر للفتاة نزاعاً مع والديها اللذين لا يزالان ينظران إليها بعين الطفولة، مما يؤدي إلى ثورتها لاعتقادها بأنها قد بلغت حداً من النضج يؤهلها للانخراط في مجتمع الكبيرات من الإناث.

وكذلك الحال للذكور، فالولد الذي ينمو بصورة مبكرة سوف ينعم بكثير من الامتيازات، وقد يتمتع بالمكانة الاجتماعية بسبب طوله الفارع ووزنه الثقيل، إذا ما قورن برفاقه الذين لا يزالون صغاراً أو يبدون كالأقزام بالنسبة له. وهو يمارس التمرينات الرياضية العنيفة دونهم، ويتمتع بالامتيازات التي كانت وقفاً على الكبار[1].

النمو الجسمي:

يمثل النضج الجنسي خطوة نحو اكتمال الشخصية بوجه عام، ولكن لا تقل التغيرات الجسمية الخارجية (العضوية) في أهميتها السيكولوجية والاجتماعية عن النمو الفسيولوجي. والواقع أن المراهق والآخرين من حوله الذين يلتصق بهم

(1) نوري حافظ: المراهق، مرجع سابق، ص 67.

يشعرون بالتغيرات الجسمية أكثر من شعورهم وإدراكهم بالتغيرات الجنسية ولعل الوالدين هما أوائل الناس في ملاحظة النمو السريع في العقد الثاني من الحياة نظراً لما يتضمنه هذا النمو من ملابسات اقتصادية تقع على كاهلهما فملابس الصيف الماضي لم تعد صالحة لهذا الصيف،.. الأمر الذي يجعلهما يفكران إزاء هذه المشكلة تفكيراً خاصاً[1].

مظاهر النمو الجسمي[2]:

يحدث في هذه الفترة من النمو ما يسمى بـ«طفرة النمو» Growth Spurt حيث تزداد سرعة النمو لمدة ثلاث سنوات (10 ـ 14 عند البنات، 12 ـ 16 عند البنين) وذلك بعد فترة النمو الهادئ في المرحلة السابقة. على أن النمو يستمر إلى حوالي 18 سنة عند البنات، وإلى 20 سنة عند البنين، وتصل أقصى سرعة للنمو الجسمي عند البنات في سن 12 سنة وعند البنين في سن 14.

ويتغير شكل الوجه إلى حد كبير وتزول ملامحه الطفولية، ويزداد الوزن زيادة سريعة، ويتسع الكتفان ومحيط الأرداف ويزداد طول الجذع، وطول الساقين مما يؤدي إلى زيادة الطول والقوة. ويزداد أيضاً نمو العضلات والقوة العضلية بصفة عامة، ويزداد الوزن زيادة سريعة نتيجة لنمو العضلات والعظام.

وتوجد فروق بين الجنسين في مظاهر النمو الجسمي: فالبنين أقوى جسمياً نسبياً من البنات حيث تنمو عضلاتهم أسرع، أما عند البنات فيتراكم الدهن في أماكن معينة. ويتزايد نمو النشاط العضلي عند البنات حتى سن 16 سنة بينما تصل القوة العضلية أقصاها عند البنين في سن 15 سنة وتستمر في الزيادة حتى سن 18 سنة.

وتنمو عظام الحوض عند الفتاة بشكل أوضح منه عند الفتى تمهيداً لوظيفة الحمل والولادة. وتهتم الفتاة أكثر من الفتى بالمظهر الشخصي من حيث الطول

(1) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 206.

(2) راجع أحمد زكي صالح: المرجع السابق، ص. ص 207 ـ 213.

والوزن والمظهر العام وتسعى دائماً لكي تبدو «أكثر جمالاً وجاذبية» لذلك فإنها تقضي وقتاً طويلاً أمام المرآة.

هذه أهم مظاهر النمو الجسمي للمراهق بصفة عامة وسوف نقف عند بعض هذه المظاهر لنتعرف على مشكلاتها النفسية الاجتماعية بهدف توجيه الآباء والأمهات والمربين إلى أدوارهم ومواقفهم السليمة إزاءها.

1 ـ تسبب الزيادة المفاجئة والتغيرات الجسمية السريعة التي تحدث في فترة ما قبل البلوغ مباشرة وتستمر بدرجة أقل بعد الخامسة عشرة والمعاملة المتناقضة التي يلقاها ممن حوله حساسية للمراهق نحو جسمه أو ذاته، ويؤدي اختلاف الأعضاء الجسمية في درجة وسرعة النمو إلى عدم التوازن الجسمي.

فحركاتهم تكون قليلة التناسق والتناغم. إنهم دائمو الاصطدام بالأشياء ويكثرون من إسقاطها وتكسيرها. وهم يبدون عاجزين تماماً عن إغلاق باب دون ضربه بعنف. وهم يقولون بأنهم يشعرون وكأنهم كلهم أيادي وسيقان ولا يعرفون مطلقاً ماذا يفعلون بأيديهم وأرجلهم. حينما يجلسون يبسطون أذرعتهم وسيقانهم وحينما يقفون يترنحون. ويجد الوالدان صعوبة كبيرة في عدم الثورة على هذه المخلوقات الصعبة المراس وكثيراً ما ينتقدون مظهرهم غير المناسب وسلوكهم بنوع من «التريقة والتنكيت» على المراهق، ولكن الأمر عند المراهق أبعد ما يمكن أن يكون موضوع سخرية واستهزاء. إذ إنه يشعر بشيء كبير من القلق والانزعاج الذي يثير لديه جواً من عدم الاطمئنان وخللاً في الأمور التي تعود عليها[1].

إن لسرعة التغيرات الجسمية آثاراً سيئة بالنسبة لتصرف المراهقين، فقد يزداد نمو القدمين والذراعين بسرعة مذهلة مما قد يظهرها بعيدة كل البعد عن التناسق بالنسبة لأعضاء الجسم الأخرى، وسيصبح حذاؤه ضيقاً لا يتسع لضخامة قدمه. وقد يدفع حرص المراهق على جاذبيته وحبه لمظهره إلى لبس أحذية تضغط على قدمه وتشوهها، ولذلك كان من واجب الأبوين أن يلاحظا الدمامل التي تنمو على أقدام

(1) درويس أودلم: رحلة عبر المراهقة، مرجع سابق، ص 47.

أبنائهم ويعالجوها، لا سيما وإن علاجها أصبح ميسوراً اليوم وإن الكثيرين من شباب اليوم مصابون بأقدام مشوهة.

وكثيراً ما يدفع التفاخر البنات، وأحياناً البنين، إلى الامتناع عن لبس نظاراتهم حالما يتركون المدرسة دون أن يدركوا مقدار الأذى الذي يلحقونه بأبصارهم.

2 ـ لعل أكثر فئات المراهقين تعرضاً لسوء التكيف الاجتماعي بسبب النمو الجسمي هما فئة المراهقات المبكرات في النضج، وفئة المتأخرين من الجنسين كذلك. فقد تصبح الفتاة المبكرة في النمو الجسمي حساسة وقد تؤدي بها هذه الحساسية إلى الانطواء أو إلى كراهية الذات أما فئة المتأخرين من الجنسين عن أقرانهم في النمو الجسمي فكثيراً ما يعانون من ضعف البنية وفقر العضلات، وقد يؤدي ذلك إلى الشعور بالنقص ثم إلى سوء التكيف الاجتماعي.

وتحتاج هاتان الفئتان إلى التوجيه وإلى القيام ببعض ألوان النشاط العقلي والاجتماعي الذي يعوضهم عن النقص الجسمي، أو يحقق لهم التقبل والتكيف.

أما المبكرون في النمو الجسمي من الذكور فهم أسعد الفئات كلها حظاً في هذه المرحلة، حيث يحقق لهم تفوقهم الجسمي تفوقاً في المنزلة الاجتماعية بين أقرانهم، وتولي مواضع الزيادة والقيادة وخاصة في الأنشطة التي تحتاج إلى البنية النامية والعضلات القوية.

كل هذه الحالات تلقي على الآباء والأمهات والمربين أعباء تفهم هذه الحقائق عن التغيرات الجسمية وآثارها النفسية والاجتماعية حتى يستطيعوا على الأقل أن يوجهوهم التوجيه السليم، وأن يقابلوا اضطرابهم باتزان وثورتهم بصبر، وارتباكهم بالتشجيع وخلق الثقة فيهم حتى يجتازوا المرحلة بسلام ويواجهوا المرحة التالية وهم أكثر استعداداً لها.

3 ـ تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بصحة جيدة، وعندما يحل دور البلوغ يلاحظ تغير عام في صحة الفتى أو الفتاة. ويتميز هذا الدور بأنه فترة أقرب إلى المرض منها إلى الصحة، ويرجع سبب ذلك إلى سرعة النمو وما يصاحبه من

تغيرات داخلية. من أجل ذلك يلاحظ سرعة تعرض المراهق للإصابة بالأنيميا، التي تجعل الجسم أقل مقاومة للأمراض التي يتعرض لها.

بالإضافة إلى ما سبق فإن سرعة النمو في السنوات الأولى من مرحلة المراهقة، تؤدي إلى أن يشعر المراهق في كثير من الأحيان بالإجهاد، والميل إلى التراخي، وعدم الرغبة في اللعب، كما يفقد الشهية، ويشعر من وقت لآخر بآلام في المعدة (عند البنات) كما يكون عصبياً، قلقاً دائم الشكوى من الصداع[1].

أما في المرحلة الأخيرة من المراهقة نجد أن صحة المراهق تأخذ في التحسن، وقد أثبتت بعض الإحصاءات أن قلة من المراهقين في هذا السن هي التي تستلزم أمراضهم استدعاء الطبيب. إن الكثير من الأمراض التي يشكو منها المراهقون والمراهقات في هذه السن تكون أمراضاً وهمية، فهم يلجؤون إلى الشكوى من المرض كوسيلة دفاعية للهروب من المسؤوليات وخاصة ما يتعلق منها بالمدرسة.

وتضيف إحدى الباحثات أن الإمساك شائع عند الفتيات والفتيان، ولذلك يجب تعويد الطفل الصغير على إخراج فضلاته بانتظام، لأهمية هذا الأمر. وقد يحدث أحياناً أن يهمل المراهقون والمراهقات إخراج فضلاتهم فيبدون فاتري النشاط مثقلي الأجفان، بل قد يستشعرون المرض، وهم كثيراً ما يستنكرون سؤال الوالدين عن هذه الناحية ويرفضون أكل الخضار والثمار الطازجة التي تساعد على تنظيم جهازهم الهضمي[2].

4 ـ وتوجد بعض المنغصات للمراهقين والتي تسمى بـ «حَبْ الشباب» والتي تظهر على الوجه والظهر والصدر، وتنتج عن زيادة فعالية الغدد الجلدية التي تنتج عادة مادة دهنية تحفظ الجلد صحيحاً وتمنعه من الجفاف فإذا ما أفرزت هذه الغدد المزيد من المادة الدهنية سدت المسام، فإذا ما علقت ذرة من غبار في المسامة المتوسعة ظهرت بثرة ملتهبة تكون سوداء في قمتها.

---

(1) مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص. ص 224 ـ 225. وأيضاً حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص 221.

(2) درويس أودلم: رحلة عبر المراهق، مرجع سابق، ص 50.

ومن الأسباب التي تهيئ الفرصة لظهور بثور الشباب البشرة الدهنية، وإهمال غسل الوجه ونظافته، وعدم التمتع بالشمس والهواء، والإفراط في تناول المواد النشوية والدهنية، واضطراب الهضم، واضطراب الغدد الصماء، ونقص فيتامين «أ». وينصح علماء النفس بتجنب القلق أو الخجل من مواجهة الناس، كما ينصح الأطباء بغسل الوجه عدة مرات يومياً بالماء الدافئ والصابون الطبي، والمثابرة على الرياضة والتمتع بالشمس والهواء، وعدم عصر البثور الموجودة بالوجه حيث إن ذلك يلهبها أكثر، والإقلال من تناول المواد النشوية والدهنية[1] و....

ويجب أن يطمئن الشباب أن هذه البثور شيء طبيعي في هذه المرحلة، فقليلاً ما يستمر وجودها بعد سن السابعة عشرة أو الثامنة عشرة.

وبعد استعراضنا لجوانب التربية الجسمية في فترة المراهقة والتوقف عند بعض مشكلاتها، نختتم هذه النقطة بتلخيص أهم التوجيهات التي على المربين بصفة عامة مراعاتها:

1 ـ يجب الاهتمام بإعداد المراهقين للنضج الجسمي والتغيرات الجسمية التي تطرأ في هذه المرحلة: معناها، والفروق الفردية فيها، وتقبلها والتوافق معها... إلخ، وإعداد البرامج التربوية المخططة الخاصة بذلك.

2 ـ يجب مراعاة الفروق الفردية بين الجنسين بصفة عامة.

3 ـ يجب عدم التركيز على النمو العقلي على حساب النمو الجسمي.

4 ـ يجب العمل على استثمار طاقة المراهقين في أوجه النشاط الرياضي والكشفي والصحي والثقافي والفني والعلمي والاجتماعي داخل المدرسة وخارجها.

5 ـ يجب الاهتمام بالتربية الصحية والقضاء على الأمية الصحية وزيادة الوعي الغذائي والعادات الصحية الخاصة بالنوم والراحة لمواجهة النمو الجسمي السريع، والالتزام بالجانب الصحي لعلاج حَبْ الشباب.

6 ـ توجيه المراهقين إلى الابتعاد عن الإفراط في السهر والتدخين واللهو وكل ما يستنفذ طاقتهم وحيويتهم.

---

(1) راجع حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص 311.

وبالرغم من أن علم نفس النمو الحديث قد أفاض الكثير في توجيه الشباب والمراهقين بالنسبة للنواحي الجسمية والاهتمام بها وحسن رعايتها، إلا أننا نجد أن التربية الإسلامية قد قدمت الكثير أيضاً في هذا المجال.

وتتميز توجيهات التربية الإسلامية بشمولها لجميع مراحل النمو، مع التركيز على مرحلة المراهقة والرشد.

وتتباين وتتعدد مجالات التربية الجسمية في الإسلام، ابتداء من الاهتمام بالجسد بحسن التغذية الطيبة والحلال، إلى مراعاة حاجات الجسم من النوم، والاهتمام بأمور النظافة الشخصية، ومروراً بميدان التربية البدنية. وسوف نتوقف عند بعض هذه المجالات كأمثلة لبقية المجالات الأخرى، ونتعرف فيها على توجيهات مصادر التربية الإسلامية الرئيسة، وهما القرآن الكريم والسنة النبوية، بشأن التربية الجسمية بصفة عامة سواء لمن هم في مرحلة المراهقة والرشد، أم مرحلة الطفولة المتأخرة، أم مرحلة الطفولة المبكرة.

مظاهر اهتمام الإسلام بالتربية الجسمية:

ويمكن تتبع أهم هذه المظاهر من خلال النقاط الآتية:

1 ـ التغذية.

2 ـ النظافة الشخصية.

3 ـ التربية البدنية.

ونبدأ بالمظهر الأول للتربية الجسمية وهو:

1 ـ التغذية:

يتفق فقهاء المسلمين على أن كل ما يحفظ الجسم فهو مصلحة، وكل ما يضره فهو مفسدة يجب دفعها. ففي القرآن الكريم آيات صريحة تؤكد أن الله سبحانه وتعالى لم يحرم على الإنسان التمتع والانتفاع بما خلق في السموات والأرض، ولا يجوز لأحد أن يحرم الجسد من ملذات الحياة وطيباتها، حتى ولو كان بدعوى التقرب إلى الله. حيث يقول الله تعالى:

﴿ يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمۡ عِندَ كُلِّ مَسۡجِدٖ وَكُلُواْ وَٱشۡرَبُواْ وَلَا تُسۡرِفُوٓاْۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلۡمُسۡرِفِينَ ٣١ قُلۡ مَنۡ حَرَّمَ زِينَةَ ٱللَّهِ ٱلَّتِيٓ أَخۡرَجَ لِعِبَادِهِۦ وَٱلطَّيِّبَٰتِ مِنَ ٱلرِّزۡقِۚ قُلۡ هِيَ لِلَّذِينَ ءَامَنُواْ فِي ٱلۡحَيَوٰةِ ٱلدُّنۡيَا خَالِصَةٗ يَوۡمَ ٱلۡقِيَٰمَةِۗ كَذَٰلِكَ نُفَصِّلُ ٱلۡأٓيَٰتِ لِقَوۡمٖ يَعۡلَمُونَ ﴾[1].

كذلك يؤكد رسول الله ﷺ حقوق الجسد من العناية والرعاية فهذا عقبة بن عامر يقول: قلت: يا رسول الله، إن أختي نذرت أن تمشي إلى البيت حافية غير مختمرة، فيقول له رسول الله ﷺ: «إن الله لا يصنع بشقاء أختك شيئاً، لتحج راكبة، ولتكفر يمينها»[2].

وكذلك هذا عبد الله بن عمرو بن العاص يريد أن يبالغ في صومه لزيادة سموه الروحي. فيقول له رسول الله ﷺ: «فإن بحسبك أن تصوم من كل شهر ثلاثة أيام، قال: يا نبي الله إني أطيق أفضل من ذلك، قال: فإن لزوجك عليك حقاً، ولزوارك عليك حقاً، ولجسدك عليك حقاً»[3]...

فهذا اعتراف من الإسلام بحاجات الجسد ومطالبه من مأكل ومشرب حلال طيب، يقول الله تعالى:

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُلُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا رَزَقۡنَٰكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِلَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ﴾[4]، ويقول أيضاً:

﴿ فَكُلُواْ مِمَّا رَزَقَكُمُ ٱللَّهُ حَلَٰلٗا طَيِّبٗا وَٱشۡكُرُواْ نِعۡمَتَ ٱللَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ﴾[5].

ويقول: ﴿ وَإِنَّ لَكُمۡ فِي ٱلۡأَنۡعَٰمِ لَعِبۡرَةٗۖ نُّسۡقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمۡ فِيهَا مَنَٰفِعُ كَثِيرَةٞ وَمِنۡهَا تَأۡكُلُونَ ﴾[6].

---

(1) سورة الأعراف، آية: 31 ـ 32.

(2) السيوطي: جمع الجوامع، ج1، مج 2، (مجمع البحوث الإسلامية، القاهرة، 1393هـ، 1973م) ص1653.

(3) مسلم، جـ8، ص. ص 41 ـ 43.

(4) سورة البقرة، آية: 172.

(5) سورة النحل، آية: 114.

(6) سورة المؤمنون، آية: 20 ـ 21.

وبالرغم من هذه الدعوة الصريحة لتناول الطعام والشراب الحلال الطيب، إلا أن الإسلام نبه إلى عدم الإسراف في المأكل والمشرب، وبين أضرار ذلك على صحة الجسد والعقل. فقال تعالى:

﴿ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾[1]. ويقول:

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾[2].

ومن الأحاديث النبوية: يقول رسول الله ﷺ: «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة: فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه»[3].

وحذر رسول الله ﷺ من السمنة والبطنة والتي تأتي من الإسراف في الطعام والشراب، فقال: «إياكم والبطنة فإنها مكسلة عن الصلاة، ومفسدة للجسم، ومؤدية إلى السقم، وعليكم بالقصد في قوتكم فهو أبعد من السرف وأصح للبدن، وأقوى على العبادة»[4] ويقول أيضاً: «أخشى ما خشيت على أمتي كبر البطن ومدوامة النوم والكسل»[5].

هذا بالإضافة إلى أن الإسلام أرشد إلى بعض العادات الصحية التي تتعلق بالمأكل والمشرب حماية للإنسان من الأمراض. فقد «نهى رسول الله أن يتنفس في الإناء أو ينفخ فيه»[6]، ويقول ﷺ: عن سليمان قال: قرأت في التوراة أن بركة الطعام الوضوء قبله، فذكر ذلك، وهو بذلك يشير إلى أهمية غسل الأيدي قبل تناول الطعام وبعده[7]، وذلك لكثرة تعرضها للتلوث.

---

(1) سورة الأنعام، آية: 141.

(2) سورة الأعراف، آية: 31.

(3) البخاري ج،7، ص. ص 40 ـ 41.

(4) طه عبد الله عفيفي: **من وصايا الرسول ﷺ** (دار الاعتصام، القاهرة د. ت.) جـ1، ص 109.

(5) السيوطي: **الجامع الصغير**، جـ1، (مطبعة بولاق، القاهرة، 1286هـ)، ص 24.

(6) أبو داود: السنن، جـ3، ص 338.

(7) المرجع السابق نفسه، جـ3، ص. ص 345 ـ 346.

هذه هي بعض من شواهد السنة النبوية التي تثبت التجارب الطبية والعلمية الحديثة أهميتها، بل وضرورتها لحفظ الجسم ورعايته ووقايته من الأمراض، وأولى باتباع هذه القواعد الصحية الشاب المسلم بصفة خاصة حتى يصون جسمه من الأمراض، ويتعود عليها لتصبح عادة سلوكية يلتزمها في بقية مراحل عمره.

2 ـ النظافة الشخصية:

للنظافة دورها الهام والفعال في صحة البدن وبالتالي نموه النمو السوي. ويهتم الآباء والمربون الواعون المخلصون دوماً بإرشاد الناشئين والشباب إلى الأخذ بأسباب النظافة الشخصية في أبدانهم وملابسهم وغذائهم وجعل ذلك عادة راسخة في طبعهم يمارسونها في حياتهم اليومية دون إهمال أو نسيان.

والسنة النبوية أرشدت إلى صحة البدن، وبدأت بتأكيد الالتزام «بالطهارة» في البدن والثياب ونحوها وجعلتها شرطاً لازماً لصحة الصلاة التي هي عماد الدين. قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ﴾[1].

ويقول رسول الله ﷺ: «إن الإسلام نظيف فتنظفوا، فإنه لا يدخل الجنة إلا نظيف»[2].

ويقول رسول الله ﷺ: «لا تقبل صلاة بغير طهور، ولا صدقة من غلول»[3] وإعلاء من شأن الطهور والنظافة وتأكيد أهميتها للإنسان جعلها رسول الله ﷺ نصف الإيمان، حيث قال: «الطهور شطر الإيمان، والحمد لله تملأ الميزان، وسبحان الله والحمد لله تملآن (أو تملأ) ما بين السموات والأرض، والصلاة نور، والصدقة برهان، والصبر ضياء، والقرآن حجة لك أو عليك، كل الناس يغدو فبائع نفسه فمعتقها أو موبقها»[4].

---

(1) سورة البقرة، آية: 222.

(2) السيوطي: الجامع الصغير، جـ1، ص 196.

(3) مسلم، جـ1، ص 140.

(4) مسلم، جـ1، ص 140.

وحددت السنة النبوية تفاصيل النظافة الشخصية، حيث اهتمت بتنظيف الأسنان والفم:

* عن حذيفة أن رسول الله ﷺ «كان إذا قام من الليل يشوص فاه بالسواك»[1].
* وسئلت عائشة بأي شيء يبدأ النبي ﷺ «إذا دخل بيته، قالت: بالسواك»[2].
* وقال النبي ﷺ: «لولا أن أشق على أمتي، أو على الناس لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة»[3].
* عن ابن عباس رضي الله عنهما: أن رسول الله ﷺ شرب لبناً فمضمض وقال: «إن له دسماً»[4].

من ذلك يتبين حرص النبي عليه الصلاة والسلام على استعمال السواك لما فيه من نظافة للفم والأسنان وتقوية للثة، كما أنه كان يغسل فمه بعد الأكل لطرد فضلات الطعام المتعلقة بالفم حتى لا تتعفن وتسبب الأمراض، فعلى المؤمن عند كل وضوء وغسل أن يغسل فمه (يتمضمض) ثلاث مرات وهذا يكفي لاستمرار طهارة الفم وحسن رائحته طوال اليوم.

الاهتمام بتنظيف الأنف:

عن أبي هريرة أن النبي ﷺ قال: «إذا استيقظ أحدكم من منامه فليستنثر ثلاث مرات فإن الشيطان يبيت على خياشيمه»[5] كما أن الرسول عليه الصلاة والسلام أمر في الوضوء بالاستنثار ثلاث مرات، وهذا من شأنه إزالة الأتربة والأوساخ والجراثيم التي تعلق بالأنف.

الاهتمام بالاستحمام:

فقد أوجب الإسلام على المسلم الاستحمام في حالات كثيرة منها: وقوع الحدث الأكبر للرجل (المجامعة أو الاحتلام)، والتطهر من الحيض والنفاس

---

(1) البخاري، كتاب الوضوء، جـ1، ص 71.

(2) مسلم، جـ1، ص 152.

(3) البخاري، كتاب الجمعة، جـ2، ص 5.

(4) البخاري، كتاب الوضوء، جـ1، ص 63.

(5) مسلم، جـ1، ص. ص 151 ـ 152.

للمرأة، والغسل في العيدين ، ويوم الجمعة. فقال رسول ﷺ: «الغسل يوم الجمعة واجب على كل محتلم[1] ووضع حداً أقصى لفترة الغسل وهو سبعة أيام لا يتعداها، وأوضح الرسول ﷺأن على المسلم أن يغسل رأسه وجسده جيداً، فقال: «حق على كل مسلم أن يغتسل في كل سبعة أيام يوماً يغسل فيه رأسه وجسده»[2]. وعن ابن عباس قال: كان رسول الله ﷺ «يغتسل يوم الفطر. ويوم الأضحى»[3].

الاهتمام بغسل اليدين:

فقد أوجبت السنة النبوية غسل اليدين عقب الاستيقاظ من النوم مباشرة، فقال رسول الله ﷺ: «إذا استيقظ أحدكم من نومه فلا يغمس يده في الإناء حتى يغسلها ثلاثاً، فإنه لا يدري أين باتت يده»[4].

واهتم رسول الله ﷺ بنظافة اليد اليمنى بالذات، وأوصى بعدم استعمالها في الاستنجاء، فقال: «لا يمسكن أحدكم ذكره بيمينه وهو يبول، ولا يتمسح من الخلاء بيمينه، ولا يتنفس في الإناء»[5].

الاهتمام بغسل الوجه واليدين والرجلين:

وأشار رسول اللهﷺ إلى إطالة حدود الغسل أثناء الوضوء زيادة في الاهتمام بنظافة البدن وأجزائه، وأوضح ذلك في أكثر من موضع، فقال: «أنتم الغر المحجلون يوم القيامة من إسباغ الوضوء، فمن استطاع منكم فليطل غرته وتحجيله»[6] كما أنه عليه الصلاة والسلام أشار إلى ضرورة إتقان الوضوء، وشجع على ذلك ووعد من يفعل ذلك بغفران الذنوب. فعن عمر بن الخطاب أن رجلاً توضأ فترك موضع ظفر على قدمه، فأبصره النبي عليه السلام فقال: «ارجع فأحسن

---

(1) مسلم، جـ3، ص 3.

(2) البخاري، جـ2، ص 7.

(3) ابن ماجة: السنن، جـ1، تحقيق محمد عبد الباقي (مؤسسة البابي الحلبي، القاهرة، 1953) ص417.

(4) مسلم، جـ1، ص 160.

(5) مسلم، جـ1، ص 155.

(6) مسلم، جـ1، ص 149

وضوءك فرجع ثم صلى»[1]. وعن أبي هريرة أن رسول الله ﷺ قال: «إذا توضأ العبد المسلم أو المؤمن فغسل وجهه خرج من وجهه كل خطيئة نظر إليها بعينيه مع الماء أو مع آخر قطرة من الماء فإذا غسل يديه خرج من يديه كل خطيئة كان بطشتها يداه مع الماء أو مع آخر قطر الماء، فإذا غسل رجليه خرجت كل خطيئة مشتها رجلاه مع الماء أو مع آخر قطر الماء، حتى يخرج نقياً من الذنوب»[2].

الاهتمام بغسل الأعضاء التناسلية والإخراجية:

فعن سلمان قال: قيل له: قد علمكم نبيكم ﷺ كل شيء حتى الخراءة. قال: «أجل، لقد نهانا أن نستقبل القبلة لغائط أو بول، أو نستنجي باليمين، أو أن نستنجي بأقل من ثلاثة أحجار، أو نستنجي برجيع أو عظم»[3].

وفي هذا الحديث دعوة لحسن تنظيف الأعضاء التناسلية، وكذلك فتحة الإخراج، وأن نستخدم في التطهير ما هو نظيف وطاهر مثل الماء ولا نستخدم العظم وما شابهه من أشياء غير طاهرة قد تساعد على نقل الأمراض لهذه الأماكن الحساسة.

كما أن الرسول عليه السلام لم يهمل توجيه المرأة إلى حسن تطهرها ونظافتها من دم الحيض: فعن عائشة رضي الله عنها أن امرأة سألت النبي ﷺ عن الحيض كيف تغتسل منه. فقال: «تأخذين فرصة ممسَّكة فتوضئين بها». قالت عائشة: فعرفت الذي يريد رسول الله ﷺ فجذبتها إليّ فعلمتها»[4].

الاهتمام بالتطيب:

ودعا رسول الله ﷺ إلى التطيب بالروائح العطرة التي ترتاح إليها الأنفس، وتجعلهم محل القبول، ونهى عن انبعاث الروائح المنفرة، مثل رائحة العرق، والتي تأتي من الإهمال في النظافة. فعن عائشة قالت: «كنت أطَيّب النبي ﷺ

---

(1) مسلم، جـ1، ص 148

(2) مسلم، جـ1، ص. ص 148 ـ 149.

(3) مسلم، جـ1، ص 154.

(4) البخاري، جـ9، ص. ص 134 ـ 135.

بأطيب ما يجد، حتى أجد وبيض الطيب في رأسه ولحيته»[1]. وعن أبي هريرة أن رسول الله ﷺ قال: «من يعرض عليه طيب فلا يرده، فإنه خفيف المحمل، طيب الرائحة»[2].

ونختتم هذه الجوانب المتعددة للنظافة الشخصية بحديث يحدد أمور الفطرة السليمة في النظافة. عن عائشة قالت: قال رسول الله ﷺ: عشر من الفطرة: قص الشارب، وإعفاء اللحية، والسواك، واستنشاق الماء، وقص الأظافر، وغسل البراجم، ونتف الإبط، وحلق العانة، وانتقاص الماء «قال زكريا: قال مصعب ونسيت العاشرة إلا أن تكون المضمضة»[3].

تلك ومضات من نور السنة النبوية الشريفة تهدينا إلى الأخذ بأسباب الصحة الذاتية المتكاملة، وتأصيلها في نفوسنا حتى يصبح سلوكاً يومياً ملازماً لنا، وصدق رسول الله ﷺ حين قال: «الطهور شطر الإيمان...» حثا منه للمسلمين عامة على أن يحرصوا على طهارة أبدانهم وأعضائهم المختلفة، وتحفيزاً لهم على القيام بذلك بصورة مستمرة في حياتهم اليومية، إذا ما أرادوا استكمال «إيمانهم» الذي هو تصديق وعمل. «وعقيدة وتطبيق»[4].

3 ـ التربية البدنية:

اهتمت السنة النبوية اهتماماً فائقاً بالتربية البدنية، بأشكالها وعناصرها المختلفة، إدراكاً منها لفعاليتها في تكوين الجسم السليم، وإعداده إعداداً سوياً لمجابهة أعباء الحياة ومشاقها وتكاليفها، فكل عمل أو جهد أو نشاط أو حركة أو تنقل يقوم به الإنسان في حياته إنما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بحالة جسده الصحية.

ويمكن معالجة التربية البدنية من خلال ما ورد في السنة النبوية، تحت عناوين الموضوعات الآتية:

---

(1) البخاري، جـ7، ص. ص 210 ـ 211.

(2) النسائي: جـ1، ص 189.

(3) مسلم، جـ1، ص. ص 153 ـ 154.

(4) عبد الحميد الصيد الزنتاني: أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية، مرجع سابق، ص 276.

(أ) سباقات الخيل والإبل:

فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «لا سبق إلا في خف أو حافر أو نصل»[1]. ويقصد بالخف: الإبل، وبالحافر: الخيل، وبالنصل: السهم. وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: «سابق رسول الله ﷺ بين الخيل التي أضمرت فأرسلها من الحفياء وكان أمدها ثنية الوداع، فقلت لموسى: فكم كان بين ذلك، قال: ستة أميال أو سبعة، وسابق بين الخيل التي لم تضمر فأرسلها من ثنية الوداع وكان أمدها مسجد بني زريق. قلت: فكم بين ذلك، قال: ميل أو نحوه»[2].

وحث رسول الله ﷺ على تعلم الفروسية لما لها من فوائد كثيرة، فقال: «الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيامة»[3].

وعن قيس بن جرير قال: ما حجبني النبي ﷺ منذ أسلمت ولا رآني إلا ابتسم في وجهي، ولقد شكوت إليه إني لا أثبت على الخيل، فضرب بيده في صدري، وقال: «اللهم ثبته واجعله هادياً مهدياً»[4].

كما كان رسول الله ﷺ قدوة لشباب المسلمين في ركوب الخيل، فعن أنس رضي الله عنه قال: «استقبلهم النبي ﷺ على فرس ما عليه سرج وفي عنقه السيف»[5].

(ب) الرمي بالحراب:

عن عقبة بن عامر أن رسول الله ﷺ قرأ هذه الآية على المنبر: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ﴾[6] قال: «ألا إن القوة الرمي ثلاث مرات، ألا إن الله سيفتح لكم الأرض وستكفون المؤنة، فلا يعجز أحدكم أن يلهو بأسهمه»[7].

---

(1) أخرجه أصحاب السنن (الشيباني، جـ2، ص 154) طبعة البابي الحلبي.

(2) البخاري، كتاب الجهاد والسير، جـ4، ص 38.

(3) المرجع السابق، ص 34.

(4) البخاري، كتاب الأدب، جـ8، ص 29.

(5) البخاري، كتاب الجهاد والسير، جـ4، ص 37.

(6) سورة الأنفال، آية: 60.

(7) مسلم، جـ6، ص 52.

وعن خالد بن يزيد الجهني قال: كان عقبة بن عامر بمر بي فيقول يا خالد أخرج بنا نرمي، فلما كان ذات يوم أبطأت عنه فقال: يا خالد تعالى أخبرك بما قال رسول الله ﷺ: «إن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة نفر الجنة: صانعه يحتسب في صنعه الخير، والرامي به، ومنبله، وارموا واركبوا وإن ترموا أحب إلي من أن تركبوا، وليس اللهو إلا في ثلاثة: تأديب الرجل فرسه، وملاعبته امرأته، ورميه بقوسه ونبله، ومن ترك الرمي بعد ما علمه رغبة عنه، فإنه نعمة كفرها أو قال كفر بها»[1].

* وعن ابن عمر أن رسول الله ﷺ افتقد رجلاً فقال: أبن فلان، فقال قائل ذهب يلعب، فقال رسول الله ﷺ: «ما لنا وللعب فقال رجل يا رسول الله ذهب يرمي، فقال رسول الله ليس الرمي بلعب، الرمي خير ما لهوتم به»[2].

* وعن يزيد بن أبي عبيدة، قال سمعت سلمة بن الأكوع رضي الله عنه قال: مرَّ النبي ﷺ على نفر من اسلم ينتضلون، فقال النبي ﷺ ارموا بني إسماعيل فإن أباكم كان رامياً، ارموا وأنا مع بني فلان قال: «فأمسك أحد الفريقين بأيديهم، فقال الرسول عليه السلام: ارموا فأنا معكم كلكم»[3].

وفي الباب أمثلة كثيرة من السنة النبوية تحض على ممارسة الرمي لما فيها من رياضة وقوة للجسم، وأيضاً إعداد لشباب المسلمين لمواجهة أعداء الدولة الإسلامية وتأمين سلامتها.

(جـ) رياضة السباحة:

احتلت السباحة مكانة مرموقة في السنة النبوية، وحث عليها رسول الله ﷺ حتى جعلها حقاً من حقوق الأبناء على الآباء، والأحاديث منها:

* عن أبي سلمة مولى بن نافع «قال: قلت يا رسول الله للولد علينا حق كحقنا عليهم، قال: نعم حق الولد على الوالد أن يعلمه السباحة والرمي والكتابة وأن يورثه طيباً»[4].

---

(1) النسائي، جـ6، ص. ص 222 ـ 223.

(2) المتقي الهندي: كنز العمال،ن جـ2، ص. ص 289 ـ 290.

(3) البخاري، جـ4، ص. ص 45 ـ 46.

(4) جلال الدين السيوطي: الباحة في فضل السباحة، مخطوطة، د. ت. ص 1.

* وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: «علموا أبناءكم السباحة والرمي، والمرأة المغزل»[1].

(د) حمل الأثقال:

كذلك رياضة رفع الأثقال مارسها المسلمون وأقرها الإسلام فقد ورد «أن النبي ﷺ مر بقوم يرفعون حجراً ليعرفوا الأشد منهم، فلم ينكر عليهم»[2].

(هـ) رياضة المصارعة:

وهي رياضة تجعل الفرد مؤهلاً للدفاع عن نفسه وأهله ومجتمعه ودينه، وقد ضرب لنا رسول الله ﷺ القدوة الحسنة بمصارعته «ركانة» وهو أحد رجالات قريش الأقوياء وأبرز مصارعيها: كان ركانة بن يزيد بن هاشم بن عبد المطلب أشد قريش فخلا يوماً برسول الله ﷺ في بعض شعاب مكة فقال له الرسول: «يا ركانة، ألا تتقي الله وتقبل ما أدعوك إليه؟» فقال: إني لو أعلم أن الذي تقوم حق لا تبعتك. فقال رسول الله ﷺ: «أفرأيت إن صرعتك، أتعلم أن ما أقول حق»، قال: نعم «فقم حتى أصارعك» قال: فقام إليه ركانة يصارعه، فلما بطش به رسول الله ﷺ أضجعه وهو لا يملك من نفسه شيئاً. ثم قال: عد يا محمد: فعاد فصرعه فقال: يا محمد والله إن هذا للعجب أتصرعني[3].

(و) سباقات الجري والعدو:

عن عائشة قالت: خرجت مع النبي ﷺ في بعض أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبدن، فقال للناس «تقدموا، فتقدموا». ثم قال لي: «تعالي حتى أسابقك»، فسابقته فسبقته، فسكت عني حتى حملت اللحم وبدنت ونسيت خرجت معه في بعض أسفاره، فقال للناس «تقدموا» فتقدموا، ثم قال لي: «تعالي حتى أسابقك» فسابقته فسبقني، فجعل يضحك وهو يقول: «هذه بتلك»[4].

---

(1) المرجع السابق، ص 1.

(2) الهيثمي، جـ5.

(3) ابن إسحاق، سيرة النبي، جـ1، ص 262.

(4) أحمد بن حنبل: المسند، جـ6، ص 264، طبعة دار المعارف.

مما سبق عرضه عن أهم مظاهر اهتمام الإسلام بالتربية الجسمية، سواء في جانب التغذية، أو في جانب النظافة الشخصية، أو التربية البدنية، يتضح بجلاء أن الإسلام قد وضع الأسس السليمة والصحية للاهتمام والرعاية بالبدن وصحته. وقاية من الأمراض، وحفاظاً لمظهر المسلمين وقوتهم.

وما أجدر أن يتمثل الشباب المسلم بهذه الآداب الإسلامية الرفيعة، ويقتدوا بها في حياتهم اليومية، حتى يبرؤوا من الأسقام والأوجاع التي يعانون منها في مرحلة المراهقة، والتي سبق عرضها في بداية شرحنا للتربية الجسمية.

يقول الله تعالى:

﴿ لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴾[1].

ثانياً ـ التربية الاجتماعية:

يعالج الباحث في هذا الجانب الهام من حياة المراهق، السمات أو الخصائص العامة التي توضح السلوك الاجتماعية للمراهق، والتي قد يسميها البعض «خصائص السلوك الاجتماعي» ويسميها البعض الآخر «حاجات المراهق الاجتماعية»، وقد تكون بين هذه الأسماء فروق، خاصة لمن يعالجها في مجال «علم نفس النمو»، ولكن في مجال علم «أصول التربية» فإن الأصوب أن نحاول تجميعها في مجموعة واحدة، ونصفها «بسمات أو خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق». وفي كل سمة أو خاصية سوف نعطي فكرة عامة عنها ثم نُتْبعها بواجبات الآباء تجاهها، ثم بعد ذلك نعقب على هذه الخصائص الاجتماعية من وجهة التربية الإسلامية بمصدريها (القرآن الكريم والسنة النبوية).

خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق:

1 ـ الاستقلال والتحرر من السلطة وخاصة سلطة الوالدين:

يتسم النظام الأسري في المنطقة العربية بأنه نظام متماسك قوي، يحتل فيه السلطة العليا الأب عادة، تعاونه الأم، والأبناء والبنات ما هم إلا لرعية في هذه الدولة الصغيرة.

---

(1) سورة الأحزاب، آية: 21.

وكسلطة عليا، يعطي الوالد أو الوالدة، أو كلاهما، نفسه حق السؤال والاستفسار عن كل ما يتعلق بأبنائه المراهقين، وهما في غمرة الأحداث اليومية، لا يتنبهان إلى أن الصبي أو الفتاة لم يعودا ما كان عليه. فمثلاً: «لماذا تلبس هذا القميص؟»، أين أنت ذاهب في هذا اليوم؟ لماذا تأخرت حتى الساعة المتأخرة من الليل؟ ما سبب خروجك في هذا الوقت؟ وما إلى ذلك من أساليب إما بالقول أو بالفعل، وهي تهدف ـ بنية حسنة ـ إلى توجيه الأبناء الوجهة التي تتفق مع ما يراه مجموع الآباء في مجتمعنا الشغوف بمستقبل أبنائه[1].

ولكن المراهق لا يشعر بأن للأسرة كل هذه الحقوق عليه، فليس لها حق النقد المطلق، أو النهي دون إبداء الأسباب، أو التعليق الذي يمس الكرامة والشخصية، أو التهديد المستمر.. إن المراهق لديه شعور صادق بأنه يحتاج إلى نوع من الاستقلال، وخاصة الأمور التي تخصه مثل: نوع الملابس، تسريحة الشعر، انتقائه لأصدقائه، التصرف في مصروفه، قراءة قصة أو مجلة، محادثة تليفونية، الفترات التي يقضيها خارج المنزل دون سؤال،.. وما إلى ذلك[2].

وعادة لا يقف المراهق ساكناً أمام هذه المعاملات الأسرية، إنما يأخذ في تنمية نوع من الاستجابات التي يعتبرها هو رد فعل طبيعي لهذا السلوك الأمر الذي قد يسبب، في أخف صورة، نوعاً من سوء التفاهم المستمر بينه وبين السلطات العليا في الأسرة.

ومن الصور والمظاهر الحادة والقوية التي يتخذها المراهق كرد فعل لمعاملات الوالدين: ثورة وتمرد واحتجاج، وغضب وتهديد بالهرب من المنزل أو محاولة إيجاد عمل وترك الأسرة والتطوع في سلك الجندية أو الجمعيات الهدامة. وتكون الفتيات أقل مقاومة من الفتيان لتقاليد وسلطات الأسرة، وهن في الغالب يكن أقل ثورة من الصبيان عند إبداء احتجاجهن على القيود المفروضة عليهن، وتبدو هذه الصورة

---

(1) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص. ص 252 ـ 253.

(2) المرجع السابق، نفس الصفحات، وكذلك عزيز حنا داود، زكريا اثناسيوس: دراسات في علم النفس، مرجع سابق، ص 168.

واضحة في فتيات الأسر ذات التقاليد المرعبة أو من كانت حالتهن الاجتماعية والاقتصادية ملائمة، وتأخذ أحياناً مقاومة الفتيات لسلطة الأسرة بعض الصور غير المباشرة، كتفضيل الزواج المبكر أو إيجاد عمل لهن يحققن بواسطته ما ينشدن من حرية واستقلال، أو يتركن أنفسهن هدفاً لأحلام اليقظة[1].

ويعتبر المراهق كل تدخل من والديه في شؤونه الخاصة، أو إهمال مطالبه، نوعاً من السيطرة، ومن ثم فهو يقابل ذلك بالثورة والعصيان أو الشعور بالغيظ وعدم الطمأنينة. وكلما زادت رغبة الوالدين في الحد من حرية المراهق واستقلاله، كلما زاد المراهق عناداً ونفوراً، والنتيجة المنطقية لهذه المعاملة، هي شعور المراهق بعدم السعادة، كما يفقد الثقة بنفسه، ويميل إلى التكاسل، ويبدو وجهه شاحباً وجسمه ضامراً، وصحته العامة عليلة، وهذه كلها تؤثر بلا شك على حيويته[2].

وهذا السلوك من المراهق يطلق عليه علماء النفس «الفطام النفسي» والذي يعني «العملية التي يتم بها انتقال الصبي أو الفتاة من المرحلة التي يعتمد فيها على أسرته، إلى المرحلة التي يعتمد فيها على نفسه، لتكوين علاقات اجتماعية معينة، وقيم عن الموضوعات الخارجية العامة بطريقة خاصة»[3].

وموقف الآباء من معاملة ابنهما المراهق قد يكون راجعاً من الخوف على المراهق، أو الإشفاق عليه من مواجهة المواقف، أو حبهم الزائد له، وكل هذا يدفعهم لمزيد من الحرص عليه وفرض القيود على تصرفاته مما يسبب الخلافات وعدم الثقة بين الطرفين.

وقد دلت الأبحاث أنه توجد علاقة بين شخصية الآباء وشخصية الأبناء، فالآباء التسلطيون يميلون إلى القسوة في تنشئة أولادهم وإلى أن أولادهم يميلون إلى أن يشبوا تسلطيين مثلهم. ويعتقد أن الشخصية التسلطية تتصف بالجمود وعدم التسامح والمبالغة في الحب والولاء نحو الوالدين والأسرة مع عدوان كامن

---

(1) مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص 238.

(2) مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص 239.

(3) أحمد زكي صالح: مرجع سابق، ص 255.

نحوهم، وعدوان ظاهر نحو الجماعات الخارجية. وتدل العديد من الدراسات على أن الآباء التسلطيين يثيبون أولادهم على مطابقة سلوكهم مع المعايير الاجتماعية ويعاقبونهم على الفردية والانحراف عن المعايير الاجتماعية. وقد وجد أن الآباء التسلطيين يحبون اعتراف أولادهم بفضلهم دائماً، وأنهم يهتمون بالمكانة والقوة أكثر من الحب والحنان. ويلاحظ كذلك أن تغيير سلوك الأولاد التسلطيين المتعصبين أصعب من تغيير سلوك غيرهم من الأولاد[1].

وبالنسبة للنمو المتقدم والمستمر في الاستقلال عن الأسرة والتحرر من سلطتها والاعتماد على النفس (خاصة في المرحلة العمرية 18 ـ 21 سنة) فقد يلاحظ ما يلي[2]:

* قد تتدخل ظروف أخرى تجعل المراهق يعتمد على الوالدين والكبار ويبدو ذلك في اتجاهات وسلوكه غير الناضج.
* ومما يكف نمو الاستقلال، اختلاف المعايير والعادات بين جيل الكبار وجيل المراهقين والحب الظاهر في اتجاهات الوالدين، وخاصة إذا كان من النوع الذي ظاهره فيه الرحمة وباطنه من قبله العذاب.
* مما يساعد على الاستقلال، الدوافع الجنسية الغيرية عند المراهق والرغبة في تكوين أسرة، مما يجذبه بعيداً عن الروابط الأسرية.
* المرَاهَقَة تنتهي إما بالاستقلال أو سوء التوافق.

وللتخفيف من مشكلة «النزعة إلى الاستقلال والاعتماد على النفس» أو ما يسمى مشكلة «الفطام النفسي»، فإن علماء النفس والاجتماع قد قدموا مجموعة من التوجيهات الهامة للآباء ومن يتعاملون مع المراهقين، ومنها:

1 ـ يجب أن يعلم الآباء أن النزعة إلى الاستقلال والاعتماد على النفس ظاهرة طبيعية لا تسبب كل هذا الانزعاج، بل على العكس يجب عليهم تشجيعها، حيث

---

(1) حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، مرجع سابق، ص. ص 371 ـ 374.

(2) المرجع السابق، ص. ص 353 ـ 354.

إنه من الضروري أن يتدرب المراهق خلال هذه الفترة على تحمل المسؤوليات، وعلى القيام بالأدوار التي سيتقلدها في المستقبل.

2 ـ يجب على الآباء أن يبدؤوا بأنفسهم، فلا يتدخلون في كل شيء دون تميز بين الأمور الهامة والأمور العادية. فمثلاً قراءة مجلة، أو جريدة، أو الحديث في التليفون لمدة طويلة،.. كلها أمور ثانوية بالنسبة للهدف الهام الذي تسعى الأسرة لتحقيقه وهو المستقبل العلمي أو التعليمي وما يتبعه من تنظيم أوقات الاستذكار وأوقات الراحة. «فالأجدر بالآباء مناقشة موضوع الاستذكار والنجاح الدراسي، كموضوع عام، وأن الأمر يتطلب جانباً من تنظيم العمل اليوم، فقراءة الصحف والمجلات ومشاهدة بعض البرامج التليفزيونية قد يكون في الأوقات التي يتعب فيها المراهقون من حل مسائل الطبيعة أو الرياضيات»[1]...

3 ـ وبالنسبة للفتاة المراهقة، فإن الموضوع الهام بالنسبة لها هو «ارتداء الزي المناسب». فالأم هي عادة صاحبة الدور الأول في تنفيذ أوامر السلطات العليا، فالأب يحدث الأم فيما يراه، وهي تنفذ تعليماته بطريقتها الخاصة التي لا تخرج، في أغلب الأحايين، عن مجموعة من النواهي وعبارات النقد، بأسلوب قد يشوبه الألفاظ الجارحة بالنسبة للفتاة الحساسة في هذه الفترة من النمو، وهنا يحسن بالأسرة أن تقلع عن هذا الأسلوب، وتتبع أسلوب المناقشة الهادئة في مجتمع يضم بعض الكبيرات ممن تطمئن إليهن الأسرة، حتى تعطي الناشئة فكرة عامة عن الملابس والمناسب منها للأوقات والمناسبات الاجتماعية المختلفة.

وبصفة عامة على الآباء أن يدركوا أن عملية «الفطام النفسي» يجب أن تتم تدريجياً، تبدأ من الأمور البسيطة، وأساليب السلوك الخاصة، إلى العام منها. كما تجدر الإشارة إلى ضرورة تحمل بعض صغار كبار الأسرة أو كبار صغارها ـ وهم المراهقون ـ بعض المسؤوليات الاجتماعية في توجيه من غير عنف، وفي إرشاد من غير نهي، وفي تشجيع من غير لوم[2].

---

(1) أحمد زكي صالح: مرجع سابق، ص 255.

(2) المرجع السابق، ص. ص 256 ـ 257.

وصدق الله العظيم الذي يقول في وصف طريقة معاملة رسول الله ﷺ للمؤمنين: ﴿ فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمْ ۖ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلْقَلْبِ لَٱنفَضُّوا۟ مِنْ حَوْلِكَ ۖ فَٱعْفُ عَنْهُمْ وَٱسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِى ٱلْأَمْرِ ﴾[1].

2 ـ تكوين جماعات الرفاق:

يؤدي التعارض بين الحاجات المختلفة إلى أن يشعر المراهق بعدم الأمان فرغبته في الاستقلال تعارض حاجته للاعتماد على دعم من الأبوين والأسرة، ويؤدي عدم الشعور بالأمان إلى ظهور دافع جديد هو الحاجة إلى الانتماء، أي إلى أن يكون له من ينتمي إليه، ويعتز به، ويفخر بانتسابه إليه، وعن طريق هذا الدافع يمكن تعليم المراهق الولاء للوطن وللأسرة ولجماعة الأقران، وهذا الإحساس بالحاجة إلى أن يكون فرداً في جماعة أو عضواً في تنظيم لها أهمية اجتماعية وآثار إيجابية على سلوك المراهق، حيث يخلق فيه روح الجماعة، وحب التبعية لقوانينها، والإذعان لرأيها، والخضوع لما تراه وتقرره، وهذا يخلص المراهق من الأنانية والعزلة[2].

وعندما يتجه المراهق لاختيار أفراد جماعته أو أصدقائه المقربين له، فإنه يتسم هنا بالإيجابية، بعكس الطفل، الذي لا يمانع مطلقاً في أن يختار له الوالدان بعض الأصدقاء، أو أن يشار عليه بقطع علاقته بهم.

ولما كان المراهق يصر على اختيار أصدقائه دون توجيه من الكبار، فإن الحظ كثيراً ما يخطئه، إذ يثبت له بعد الخبرة والتعامل معهم أن الكثيرين منهم غير جديرين بصداقته، وهنا يدب النزاع بينهم وتنفصم عرى الصداقة بينهم، ويتبع ذلك شعور بخيبة الأمل.

ولذا يسعى المراهق فيما بعد إلى تحري بعض المواصفات في صديقه أو أصدقائه. فيختار المراهق أصدقاءه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاته الشخصية والاجتماعية، ويشبهونه في السمات والميول ويكملون نواحي القوة والضعف فيه. وقد يتطلب المراهق في صديقه أن يكون قادراً على فهمه وأن يظهر الحب والود بما

---

(1) سورة آل عمران، آية: 159.

(2) حامد عبد العزيز الفقي: دراسات في سيكولوجية النمو، مرجع سابق ص 231.

يساعده على التغلب على حالات الضيق التي تؤرقه من وقت لآخر. وقد يحدث أن يكون الصديق أكبر منه سناً (أحد مدرسيه أو أقاربه مثلاً). ويشترط في هؤلاء ألا يكون لهم عليه سلطة مباشرة، وتكون علاقة المراهق بهم قائمة على الود والاحترام، ومن ثم يجد الجو الذي يسمح بالحديث عن همومه وأفكاره بغير تكلف[1].

وتتسم هذه الصداقات باستمراريتها ودوامها فترة زمنية كبيرة، بعكس ما كان يحدث في فترة الطفولة. كما أن صداقات المراهق تميل إلى الجنس الآخر، خصوصاً في مرحلة المراهقة الوسطى والمتأخرة (15 ـ 21 سنة).

وفي مرحلة المراهقة يزداد ولاء المراهق لجماعة الأصدقاء وتمسكه بالصحبة، ويحاول مشاركتها في جميع مجالات نشاطها، وأن يخضع لنظمها، حتى ولو كان هذا النشاط لا يقره الكبار من الآباء. فالمراهق يثق في جماعته ويحترمها ويقدرها، أكثر من احترامه وتقديره للكبار من حوله. لذلك فهو يرفض أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه. وقد يصاحب تكوين تلك الجماعات (الشلل أو الثلة) الابتعاد المؤقت عن المنزل والاهتمام بجماعات أخرى في النادي أو الحي أو المدرسة. وهم يفضلون التخطيط لنشاطهم الجماعي بعيداً عن مشاركة الكبار وفي منأى عن رقابتهم. وإذا لم تباشر تلك الجماعات بعين متيقظة من الكبار فإنها قد تجنح وتتكون العصابات، ويحدث ما يسمى بالجناح، حيث تقوم تلك الجماعات بالثورة ضد النظم والقوانين الموضوعية والمعترف بها من مجتمع الكبار[2].

ومما تجدر الإشارة إليه إلى أن جماعة الرفاق يفوق تأثيرها على المراهق تأثير الوالدين عليه، فهي ستؤثر على كلامه، على فكرته على ما هو جميل وما هو قبيح، وما هو صحيح، وغير صحيح، وماذا يجب أن يرتدي من الملابس وماذا يجب أن يفعل في أوقات فراغه وقد يرتدي المراهق أحياناً ألبسة غير مريحة، لكي ينسجم

---

(1) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 351. وأيضاً مصطفى فهمي، مرجع سابق، ص246.

(2) حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص 352. وأيضاً عزيز داود حنا، زكريا اثناسيوس: مرجع سابق، ص 167.

ويتكيف لعادات جماعته، وقد يتفوه بألفاظ بذيئة أو غير مألوفة وتعبيرات نابية لا يقرها أفراد العائلة[1].

وفيما يتعلق بتوجيهات الآباء تجاه جماعات الرفاق وأصدقاء أبنائهم المراهقين، فإننا سنعالج هذه النقطة بالتفصيل في نقطة منفصلة حين نتحدث عن التربية الاجتماعية في الإسلام.

3 ـ الحاجة إلى التقبل الاجتماعي:

حيث يعتبر شعور المراهق بتقبل الأبوين والأسرة له من أهم عوامل النجاح، كما يعتبر شعوره بالنبذ والكراهية منهما من أهم أسباب الفشل. فالتقبل الاجتماعي يحقق الأمان النفسي للمراهق، ويشعره بأنه يتحرك على أرض صلبة، وأن وراءه سنداً ورصيداً من المحبة والتأييد. وقد يرجع الفشل الدراسي في كثير من الحالات إلى اهتزاز هذا الشعور لدى المراهقين، أو الحرمان من إشباع وتحقيق الدافع إلى التقبل الاجتماعي[2].

ويلعب الاستحسان والاستهجان دوراً هاماً في التقبل الاجتماعي، حيث يتأثر المراهق بالاستحسان وكذلك بالاستهجان ممن حوله لأنه شديد الحساسية ويعاني كثيراً من القلق، ولذا فإن الحاجة للتقبل الاجتماعي تعتبر من أقوى حاجات المراهق.

4 ـ الاستعداد لتكوين أسرة:

فقد اتضح من دراسة ميدانية على مائتي فتى وفتاة من المدارس الثانوية المصرية[3]. أن الشباب المراهق من الجنسين يريد أن يعرف كيف يجعل أفراد الجنس الآخر يهتمون به، كما أنهم لا يعرفون السلوك الاجتماعي الصحيح في حضرة الجنس الآخر، كما أنهم لا يعرفون إلا القيل عن الزواج والحياة الزوجية المقبلة.. ومن نتائج هذا البحث وضع الباحث توصيته بضرورة تنظيم مجموعة من الدروس تهدف إلى:

---

(1) نوري الحافظ: مرجع سابق، ص 154.

(2) حامد عبد العزيز الفقي: مرجع سابق، ص 233.

(3) أحمد زكي صالح: مرجع سابق، ص. ص 260 ـ 263.

(أ) مساعدة الشباب عامة على تحديد دور كل من الزوج والزوجة في مجتمعنا الحديث.

(ب) تشجيع الشباب على الكثير من الإشباع في الحياة الأسرية وأن يوضح لهم أن التعاون المثمر بين الزوج وزوجته هو الأساس في الحياة الأسرية وفي السعادة المنزلية.

ويشدد الباحث على ضرورة تنظيم هذه المحاضرات العلمية عن الناحية الأسرية (نفسياً واجتماعياً واقتصادياً) بين طلاب التعليم الثانوي والتعليم الجامعي، لأننا إن لم نفعل ذلك خاطرنا بزهرة شبابنا وشاباتنا في إبعادهم عن الحياة الأسرية التي لا يمثلون فيها دور التابع، إنما يمثلون فيها دوراً أساسياً كزوج وزوجة وآباء وأمهات.

5 ـ الميل إلى الزعامة:

إن الزعيم هو ذلك الشخص الذي يستطيع أن يكوِّن له أتباعاً ومريدين، نتيجة تأثيره عليهم. ولما كانت أنواع النشاط والميول في مرحلة المراهقة مختلفة ومتعددة، ولما كانت كل ناحية تحتاج إلى زعيم تتوفر فيه شروط خاصة، وجب أن توجد أنواع مختلفة من الزعامات، وهي: زعامة اجتماعية، زعامة عقلية، زعامة رياضية.

ومن خلال نتائج بعض الأبحاث تبين أن الخصائص الآتية ـ بصفة عامة ـ لازمة لتكوين الزعيم في مرحلة المراهقة[1].

(أ) خصائص جسمية تتصل بالوزن والطول والقوة البدنية.

(ب) خصائص تتصل بالملبس والمظهر الخارجي، كأن يكون هندامه نظيفاً وشكله غير قبيح.

(ج) خصائص عقلية وأهمها الذكاء.

(د) المركز الاجتماعي الذي يوفر الكثير من الخبرات لهؤلاء المراهقين.

(هـ) خصائص شخصية كاعتماده على نفسه وقدرته على الابتكار وإصدار الأحكام.

---

(1) مصطفى فهمي: مرجع سابق، ص. ص 248 ـ 250.

6 ـ النقد والرغبة في الإصلاح:

فمن الشائع لدى المراهقين أنهم كثيراً ما يبحثون في أخطاء الآخرين ونقدها، وبطريقة علنية، ويكون النقد في بعض الأحيان مصحوباً باقتراحات عملية للإصلاح. ويوجه هذا النقد لمختلف الجماعات كالأسرة والمدرسة والمجتمع بصفة عامة. وهو في نقده المستمر قد يلجأ إلى العنف، وقد يتحمل في سبيل ذلك مشاق ومتاعب تسبب له فقد بعض أصدقائه مع إغضاب الأهل[1].

ويبدأ المراهق توجيه نقده إلى والديه، من حيث مظهرهما كاللبس والسلوك وطريقة تربيتهما لإخوته الصغار. وهو دائماً يقارن بين عادات وسلوكيات ومظهر آباء وأمهات أصدقائه ووالديه، أو ما يراه في السينما والتلفزيون والفيديو والمجلات. فإذا لم تتطابق المستويات التي رآها مع سلوكيات والديه، فإنه يتضايق كثيراً، ويوجه لهما نقداً حماسياً، ويصل أحياناً لحد الاحتجاج الشديد.

كما يوجه المراهق نقده للمنزل من حيث موقعه وأثاثه وتنظيم هذا الأثاث، والطعام وطريقة طهيه ومواعيد الأكل.

ويفسر ذلك النقد بأن المراهق قد يكون اقترب من النضج الاجتماعي وتمسكه ببعض المثل والقيم والاتجاهات نحو الخير والعمل الصالح، وقد يرجع إلى افتقار المراهق للتقدير الاجتماعي وعدم الاعتراف بشأنه، وسعيه إلى الشهرة والظهور وإثبات ذاته بطريقة «خالف تعرف»[2].

7 ـ الاهتمام بالمظهر الخارجي[3]:

(أ) الملابس: من ناحية انتقاء الأنواع والألوان وأحدث الموديلات وأكثرها لفتاً للأنظار، ويتمركز اهتمام كل من الفتى والفتاة على إرضاء الجنس الآخر، والإعجاب بنفسه والتفاخر بمظهره وملبسه.

---

(1) المرجع السابق، ص. ص 244 ـ 245.

(2) حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص 354.

(3) عزيز حنا داود، زكريا اثناسيوس: مرجع سابق، ص. ص 165 ـ 166.

(ب) **الشعر**: يهتم كل منهما بتصفيف شعره، ويزداد الأمر لدى الفتيات ويتفنن في تصفيفه ودهانه كي يلفت الأنظار، كما أن الفتى يطيل شعره أو يقصه تبعاً للموضة بين أقرانه، ويلاحظ طول الوقت الذي يمضيه الفتى والفتاة أمام المرآة لتصفيف ودهان الشعر.

(جـ) **الأظافر**: خصوصاً من جانب الفتيات، حيث تطيل أظافرها وتهتم بطلائها وتنظيفها لكي تكسبها جمالاً.

(د) **البشرة وخصوصاً بشرة الوجه**: حيث يستعمل المراهقون أنواعاً عديدة من المساحيق وخاصة الفتيات. ويتألم المراهق كثيراً في حالة ظهور «حَبْ الشباب» في وجهه.

بعد تناول أهم خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق، من وجهة نظر علماء النفس والاجتماع، وتوجيهاتهم للآباء والمربين باتخاذ الإجراءات والسلوكيات المناسبة لمعالجة المشكلات الاجتماعية التي تنجم عن مرور الفتى والفتاة في هذه المرحلة الحرجة من النمو، وحتى يضمنوا حسن إعداد هؤلاء لاحتلال أدوارهم في المجتمع فيما بعد. بعد تلك الملاحظات نعقب بما جاء به القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة من توجيهات لرعاية أبنائنا، ومنها نتبين دور التربية الإسلامية في هذا المقام.

وقبل البدء في التعليق المفصل لدور الآباء في حسن رعاية أبنائهم، فإن الباحث يرى، من خلال ما عرض في النقاط السبع السابقة، أن أهم توجيه أو نصيحة نضعها أمام الآباء والمربين، وتعتبر بمثابة القاسم المشترك الأعظم لعلاج كل المشكلات والسلوكيات السلبية التي تصدر من فتياننا وفتياتنا، هو تأديبهم وتنشئتهم على حسن الخلق.

فالأخلاق في الإسلام تحتل المرتبة الثانية بعد الإيمان، بل هي أهم ثمرات الإيمان الصحيح والعبودية الخالصة لله تعالى والطاعة الصادقة، ولا يتم إيمان المسلم ولا يكتمل إسلامه إلا إذا حسنت أخلاقه. ولارتفاع مكانة الأخلاق في الإسلام، فقد «ورد في القرآن الكريم ألف وخمسمائة وأربع آيات تتصل بالأخلاق، سواء في

جانبها النظري أو في جانبها العملي، وهذا المقدار يمثل ما يقرب من ربع عدد آيات القرآن الكريم»[1]. فمن هذه الآيات قوله تعالى في معرض ثنائه على نبيه محمد ﷺ: ﴿ وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾[2]. فقد جعلت هذه الآية الكريمة الخلق من أجَلِّ صفات النبي الكريم وأعلى ثناء يمكن أن يثني به عليه.

وإذا تتبعنا أحاديث الرسول ﷺ: عن مكانة الأخلاق في الإسلام فسوف نجد منها الكثير، ولكننا سوف نقدم أمثلة لعل الآباء والمربين يأخذون بها.

* قال رسول الله ﷺ: «حسن الخلق نصف الدين»[3].

* وعن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ: «الحياء من الإيمان، والإيمان في الجنة. والبذاء من الجفاء، والجفاء في النار»[4].

* عن مسروق قال: كنا جلوساً مع عبد الله بن عمر يحدثنا إذ قال: لم يكن رسول الله ﷺ فاحشاً متفحشاً، وإنه كان يقول: «إن خياركم أحاسنكم أخلاقاً»[5].

* عن أبي الدرداء أن النبي ﷺ قال: «ما شيء أثقل في ميزان المؤمن يوم القيامة من خلق حسن، وإن الله ليبغض الفاحش البذيء»[6].

* وعن جابر أن رسول الله ﷺ قال:

«إن من أحبكم إليّ وأقربكم مني مجلساً يوم القيامة أحاسنكم أخلاقاً، وإن أبغضكم إليّ وأبعدكم مني مجلساً يوم القيامة الثرثارون والمتشدقون والمتفيهقون، قالوا: يا رسول الله، ما المتفيهقون؟. قال: المتكبرون»[7].

---

(1) عمر محمد التومي الشيباني: فلسفة التربية الإسلامية. ط2 (الشركة العامة للنشر والتوزيع، طرابلس، ليبيا، 1978م) ص 222.

(2) سورة القلم، آية: 4.

(3) المتقي الهندي: كنز العمال جـ1، مرجع سابق، ص 130 (رواه الديلمي في الفردوس عن أنس).

(4) الترمذي، جـ8، ص 171.

(5) البخاري، جـ8، ص 16.

(6) الترمذي، جـ 8، ص 167 ـ 168.

(7) المتقي الهندي: كنز العمال، جـ8، ص 130 (رواه الترمذي عن جابر، كتاب البر).

* وقال رسول الله ﷺ: «خياركم أحاسنكم أخلاقاً»[1].

هذا جانب بسيط مما أوضحته السنة النبوية من مكانة الأخلاق وحسن خلق المسلم سواء في رفعة مكانته في الدنيا أو الآخرة. وهو ما ندعو إليه الآباء والمربين أن يتخلقوا به في سلوكهم وتعاملاتهم حتى يكونوا قدوة حسنة لأبنائهم.

وننتقل لمناقشة تفصيلات وجوانب التربية الاجتماعية والأخلاقية في ضوء ما جاء بالقرآن الكريم والسنة النبوية. وسوف يضع الباحث في اعتباره، ما جاء من خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق، عند شرح المبادئ الإسلامية. وعليه فإن الباحث سوف يعالج النقاط الآتية:

التربية الاجتماعية في ضوء القرآن والسنة:

1 ـ معاملة الأبناء باللين والرفق والرحمة:

يوجه الإسلام نظر الآباء إلى حسن معاملتهم لأبنائهم، والتحلي بالأخلاق الفاضلة، والمعاملة الرحيمة، والملاطفة الرصينة، فهذا مما يكسب الأبناء شخصية سوية فيشعروا بحسن التقدير والمكانة، واحترام ذاتيتهم، وبساعدهم على تخطي عقبة «الفطام الاجتماعي».

ومن توجيهات القرآن الكريم في هذا المجال:

قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ يَأْمُرُ بِٱلْعَدْلِ وَٱلْإِحْسَٰنِ وَإِيتَآئِ ذِى ٱلْقُرْبَىٰ﴾[2].

وقال أيضاً: ﴿وَٱلْكَٰظِمِينَ ٱلْغَيْظَ وَٱلْعَافِينَ عَنِ ٱلنَّاسِ ۗ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلْمُحْسِنِينَ﴾[3]. وقال كذلك: ﴿وَقُولُوا۟ لِلنَّاسِ حُسْنًا﴾[4].

وأرشد الآباء إلى ضرورة توجيه النصح لهم، خاصة في مرحلة الشباب، فجاء على لسان سيدنا لقمان وهو يعظ وينصح ابنه: ﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَٰنُ لِٱبْنِهِۦ وَهُوَ يَعِظُهُۥ يَٰبُنَىَّ

---

(1) رواه الأربعة. ناصف، جـ5، ص 62.

(2) سورة النحل، آية: 90.

(3) سورة آل عمران، آية: 134.

(4) سورة البقرة، آية: 83.

لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ ﴾[1]. وجاء على لسان سيدنا يعقوب وهو يعظ أبناءه: ﴿ أَمْ كُنتُمْ شُهَدَاءَ إِذْ حَضَرَ يَعْقُوبَ الْمَوْتُ إِذْ قَالَ لِبَنِيهِ مَا تَعْبُدُونَ مِن بَعْدِي قَالُوا نَعْبُدُ إِلَٰهَكَ وَإِلَٰهَ آبَائِكَ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِلَٰهًا وَاحِدًا وَنَحْنُ لَهُ مُسْلِمُونَ ﴾[2].

وقال رسول الله ﷺ: «ما نَحَل (أي أعطاه) والد ولداً من نحل أفضل من أدب حسن»[3]، وقال أيضاً: «أكرموا أولادكم وأحسنوا أدبهم»[4].

وقال: «حق الولد على والده أن يحسن اسمه، ويحسن موضعه، ويحسن أدبه»[5].

وعن أنس رضي الله عنه، عن النبي ﷺ قال: «الغلام يعق عنه (أي يذبح عنه) يوم السابع، ويسمى، ويماط عنه الأذى، فإذا بلغ ست سنين أدب، فإذا بلغ تسع سنين عزل عن فراشه، فإذا بلغ ثلاث عشرة سنة ضرب على الصلاة والصوم، فإذا بلغ ست عشرة زوجه أبوه، ثم أخذ يديه وقال: قد أدبتك وعلمتك وأنكحتك، أعوذ بالله من فتنتك في الدنيا، وعذابك في الآخرة»[6].

وأما عن الرفق واللين في معاملة الأبناء، فقد جاء عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ قال: «يا عائشة إن الله رفيق يُحب الرفق، ويعطي على الرفق ما لا يُعطي على العنف، وما لا يعطي على ما سواه»[7].

وقال أيضاً: «إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه»[8].

---

(1) سورة لقمان، آية: 13.

(2) سورة البقرة، آية: 133.

(3) أخرجه الترمذي (الشيباني، جـ1، ص 48).

(4) رواه ابن ماجة عن ابن عباس، ص 79. عبد الله علوان، مرجع سابق، جـ1.

(5) المتقي الهندي: كنز العمال، جـ6، ص. ص 428 ـ 429 (رواه البيهقي في شعب الإيمان).

(6) رواه ابن حبان، ص 179 في عبد الله علوان، مرجع سابق، جـ1.

(7) مسلم، جـ8، ص 22.

(8) النووي: ص 422.

والباب فيه الكثير من الأحاديث التي تحض على الرفق واللين في معاملة الأبناء والمساواة بينهم في كل شيء، من غير إسراف[1].

«كما أن الرسول عليه الصلاة والسلام أشار إلى ضرورة التعامل بالرحمة مع الأبناء،و عدم الغلظة والشدة والقسوة معهم، والصبر على أذاهم حتى يشبوا ويكبروا وتستوي أخلاقهم وشخصياتهم»[2].

2 ـ حسن اختيار الأصدقاء:

من العوامل ذات الأثر الكبير في جنوح الشباب، رفاق السوء، ولا سيما إن كان زمام الفتى والفتاة على الغارب (بدون قيد)، فإن كان المراهق ضعيف العقيدة، متميع الخلق، فهو سرعان ما يتأثر بعادات وطبائع الجماعة التي ينتمي لعضويتها، قال رسول الله ﷺ: «المرء على دين خليله، فلينظر أحدكم من يخالل»[3] وهذا يحذرنا من مرافقة الصديق سيئ الطبع والأخلاق والإيمان. فهو شؤم على صاحبه. سوف تجره صحبته هو وصاحبه إلى نار جهنم. يقول الله تعالى:

﴿ وَيَوْمَ يَعَضُّ ٱلظَّالِمُ عَلَىٰ يَدَيْهِ يَقُولُ يَٰلَيْتَنِي ٱتَّخَذْتُ مَعَ ٱلرَّسُولِ سَبِيلًا ﴿٢٧﴾ يَٰوَيْلَتَىٰ لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا ﴿٢٨﴾ لَّقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ ٱلذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَآءَنِي ۗ وَكَانَ ٱلشَّيْطَٰنُ لِلْإِنسَٰنِ خَذُولًا ﴾[4].

وتقديراً لهذه الآثار، وحماية للخلق الحسن أمر رسول الله بتخير الجليس. فقال: «مثل الجليس الصالح كمثل صاحب المسك إن لم يصبك منه شيء أصابك من ريحه. ومثل الجليس السوء كمثل صاحب الكير إن لم يصبك من سواده أصابك من دخانه»[5].

وهذا حال الصديق العابر في الطريق، فكيف الحال بصديق العمر أو الذي يستمر لفترة طويلة تمتد سنوات؟ إن صداقة الأذكياء الأتقياء قد ترفع إلى القمة، أما صداقة السفهاء البُله فهي منزلق سريع إلى الحضيض.

---

(1) راجع الفصل الثالث، تحت عنوان (معاملة الأطفال بالرفق واللين دون إشراف).

(2) راجع ما جاء بالبحث في الفصل الثالث، تحت عنوان (التعامل بالرحمة مع الأبناء).

(3) أبو داود، جـ4، ص 407.

(4) سورة الفرقان، آية: 27 ـ 29.

(5) مسلم، جـ8، ص. ص 37 ـ 38.

يقول الله تعالى: ﴿ وَإِنَّ ٱلظَّٰلِمِينَ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَآءُ بَعْضٍ وَٱللَّهُ وَلِيُّ ٱلْمُتَّقِينَ ﴿١٩﴾ هَٰذَا بَصَٰٓئِرُ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّقَوْمٍ يُوقِنُونَ ﴾[1]. وقال أيضاً: ﴿ ٱلْأَخِلَّآءُ يَوْمَئِذٍۭ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا ٱلْمُتَّقِينَ ﴾[2].

وإذا كان الإسلام يحث الوالدين على متابعة واختيار رفاق أبنائهم حتى يسلموا من شرهم، فإنه في نفس الوقت حض على إقامة وتوثيق عرى الصداقة القائمة على طاعة وحب الله. يقول الشيخ محمد الغزالي «إذا نشأت الصداقة لله فلن تبقى إلا بطاعته، ولن تزكو إلا ببعد الصديقين معاً عن النفاق والفساد، فإذا تسربت المعصية إلى سيرة أحدهما أو سيرتهما، تغيرت القلوب وغاض الحب: وفي الحديث.. والذي نفسي بيده ما تواد اثنان فيفرق بينهما إلا بذنب يحدثه أحدهما». من أجل ذلك كان أصحاب رسول الله ﷺ «يتواصون بالحق والتعاون على فعل الخير حفظاً لما بينهم من ود»[3].

وأرشد الرسول المربي لكيفية توثيق الصداقة بين المسلمين، فقال: «إذا أحب أحدكم أخاه فليخبره إنه يحبه»[4] وفي حديث آخر عن أنس كان رجل عند النبي ﷺ، فمر رجل، فقال: «يا رسول الله إني أحب هذا، قال: أعلمته؟ قال: لا. قال: فأعلمه. فلحقه، فقال: إني أُحبُك في الله. فقال: أحبك الذي أحببتني له»[5]. وفي حديث ثالث يرشد الرسول عليه السلام إلى ضرورة التعرف على الأصدقاء بذكر الاسم والعمل وما شابه ذلك تأكيداً للمودة بينهم. فقال: «إذا آخى الرجل الرجل فليسأله عن اسمه واسم أبيه وممن هو، فإنه أوصل للمودة»[6].

كما أشار الرسول ﷺ إلى عيادة الصديق إذا مرض، وأيضاً أشار إلى تبادل الهدايا في المناسبات الاجتماعية والدينية، وأيضاً أباح تناول الطعام في بيت

---

(1) سورة الجاثية، آية: 19 ـ 20.

(2) سورة الزخرف، آية: 67.

(3) محمد الغزالي: خلق المسلم، ط 7 (دار الكتب الحديثة، القاهرة، 1964) ص 236.

(4) أحمد: مذكور في: محمد الغزالي، المرجع السابق، ص 237.

(5) أبو داود، مذكور في المرجع السابق.

(6) الترمذي، مذكور في المرجع السابق.

الصديق، فهذا كله مما أرشد إليه الإسلام في حق الصديق واختياره وتوثيق الصلة ودعمها.

فما أجدر الآباء والمربين أن يأخذوا بهذه التوجيهات الكريمة، حتى تنصلح أحوال أولادهم، وتسمو أخلاقهم، ويظهر في المجتمع أدبهم، وحتى يكونوا في الأمة أداة خير، ورسل إصلاح، ودعاة هداية، فينصلح المجتمع بصلاحهم وتفتخر الأمة بكريم فعالهم.

3 ـ مراعاة الآداب الاجتماعية العامة:

سبق أن ذكرنا في تناولنا لخصائص السلوك الاجتماعي للمراهق، أن ـ المراهق يتجه إلى الاستقلال الاجتماعي والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس، ويتضمن هذا تطلع المراهق إلى تحمل بعض المسؤوليات الاجتماعية والقيام بدوره الاجتماعي. وتلعب الأسرة دوراً هاماً في مساعدة المراهق على القيام بدوره الاجتماعي وتحقيق علاقات ودية وصحيحة مع من حوله من أفراد الأسرة أو أقربائه أو جيرانه. وقد يكون اكتساب هذه الخبرات مباشرة عن طريق استغلال المناسبات الاجتماعية واجتماعات الأسرة لإشراك المراهق فيها مع حسن التوجيه السليم. وقد يكون اكتساب هذه الخبرات الاجتماعية بطريقة المحادثات التوجيهية والتي تتسم بالإخلاص في القول، والبساطة في العرض، وألا تكون مركزة بشكل يمل منه المراهق.

وقد اهتم الإسلام بتربية النشء على مراعاة الآداب الاجتماعية وغرسها في نفوسهم، حتى تصبح جزءاً من شخصياتهم ومعاملاتهم اليومية.

ومجالات الآداب الاجتماعية العامة التي أشارت إليها التربية الإسلامية متعددة منها: آداب الأكل والشراب، وآداب اللباس والزينة، وآداب التحية والسلام، وآداب الزيارة، وآداب المجالس، وآداب العطاس والتثاؤب، وآداب التهَنئة، وآداب الاستئذان، وآداب التغذية.

وقد تناولها بالشرح والتفصيل كثير من الكتاب، ولذا فإننا سوف نختار منها نموذجين. وهذان النموذجان هما آداب الاستئذان، وآداب التحية والسلام.

آداب الاستئذان:

وهو واجب ملقى على الآباء يبدؤون تعليمه في مراحل النمو الأولى وحتى مرحلة المراهقة. والقرآن يعطي للآباء الدرس الأول في الاستئذان ثم يأتي رسول الله ﷺ ليفصل لنا هذا الدرس ويبينه لنا بسنته التطبيقية.

يقول الله تعالى في سورة النور:

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لِيَسْتَـْٔذِنكُمُ ٱلَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَٰنُكُمْ وَٱلَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا۟ ٱلْحُلُمَ مِنكُمْ ثَلَٰثَ مَرَّٰتٍ ۚ مِّن قَبْلِ صَلَوٰةِ ٱلْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُم مِّنَ ٱلظَّهِيرَةِ وَمِنۢ بَعْدِ صَلَوٰةِ ٱلْعِشَآءِ ۚ ثَلَٰثُ عَوْرَٰتٍ لَّكُمْ ۚ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌۢ بَعْدَهُنَّ ۚ طَوَّٰفُونَ عَلَيْكُم بَعْضُكُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ ۚ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ ٱللَّهُ لَكُمُ ٱلْـَٔايَٰتِ ۗ وَٱللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾ وَإِذَا بَلَغَ ٱلْأَطْفَٰلُ مِنكُمُ ٱلْحُلُمَ فَلْيَسْتَـْٔذِنُوا۟ كَمَا ٱسْتَـْٔذَنَ ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ ... ﴾[1].

وقد شرع الله في هذه الآيات الاستئذان من جانب الأولاد الذين لم يبلغوا سن الحلم في ثلاثة أوقات، خشية أن يكون الأب أو الأم في حالة لا يحبان أن يطلع عليها أحد من أولادهما، بالإضافة إلى أنها أوقات راحة ونوم. وهذا الأمر بالاستئذان ينطبق أيضاً على الأولاد الذين بلغوا سن الحلم، والذين يكونون قد تربوا على هذه الآداب الإسلامية الكاملة.

وللاستئذان آداب أخرى، نذكر منها:

1 ـ أن يسلم ثم يستأذن:

فقد جاء رجل يستأذن على النبي ﷺ في الدخول وهو في بيت، فقال: أ ألج.؟ فقال رسول الله ﷺ لخادمه: «اخرج إلى هذا فعلمه الاستئذان، فقل له، قل: السلام عليكم، أ أدخل؟ فسمعه الرجل فقال: السلام عليكم أ أدخل؟ فأذن له النبي ﷺ فدخل»[2].

---

(1) سورة النور، آية: 58 ـ 59.

(2) أبو داود، عبد الله علوان، مرجع سابق، جـ1.

2 ـ أن يعلن عن اسمه أو كنيته:

فعن أبي موسى لما جلس النبي ﷺ على بئر البستان، وجاء أبو بكر فاستأذن، فقال أبو موسى من؟ قال: أبو بكر، ثم جاء عمر فاستأذن، فقال: من؟ قال: عمر، ثم عثمان كذلك»[1].

وعن جابر قال: «أتيت النبي ﷺ فدققت الباب فقال: من ذا؟ فقلت: أنا. فقال: أنا. أنا؟ كأنه كرهها»[2].

3 ـ أن يستأذن ثلاث مرات:

قال رسول الله ﷺ: «الاستئذان ثلاث، فإن أذن لك وإلا فأرجع»[3] وهذا تأكيد لقوله تعالى: ﴿...وَإِن قِيلَ لَكُمُ ٱرْجِعُوا۟ فَٱرْجِعُوا۟ هُوَ أَزْكَىٰ لَكُمْ ۚ وَٱللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾[4].

4 ـ أن يتحول عن الباب عند الاستئذان:

وذلك خشية خروج امرأة أجنبية لا تحب أن يراها أحد في أي مظهر، أو أن يكون الرجل لم يكن لباسه مهندم. فقال رسول الله عليه الصلاة والسلام: «إنما جعل الاستئذان من أجل البصر»[5] وفي حديث آخر «كان رسول الله ﷺ إذا أتى باب قوم لم يستقبل الباب من تلقاء وجهه، ولكن من ركنه الأيمن، أو الأيسر، ويقول: السلام عليكم، السلام عليكم»[6].

آداب التحية والسلام:

وبعد أن يستأذن الرجل للدخول إلى بيت صديقه أو بيته، فعليه أن يبدأ بإلقاء السلام، وكيفيته أن يقول المبتدئ «السلام عليكم ورحمة الله وبركاته» ويرد المجيب

---

(1) البخاري ومسلم، عبد الله علوان، مرجع سابق.

(2) البخاري ومسلم، عبد الله علوان، مرجع سابق، جـ1.

(3) البخاري ومسلم، المرجع السابق.

(4) سورة النور، آية: 38.

(5) البخاري ومسلم: المرجع السابق.

(6) أبو داود، المرجع السابق.

بصيغة: «وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته»، وإفشاء السلام بين الإخوة من الإسلام، قال رسول الله ﷺ «لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابوا، أولا أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم، أفشوا السلام بينكم»[1].

وعن عبد الله بن عمرو، أن رجلاً سأل النبي ﷺ أي الإسلام خير؟ قال: «تطعم الطعام، وتقرأ السلام على من عرفت وعلى من لم تعرف»[2].

وكذلك على المسلم أن يَعْلَم أن يسلم الصغير على الكبير والماشي على الواقف والقليل على الكثير. فقال رسول الله ﷺ: «يسلم الراكب على الماشي، والماشي على القاعد، والقليل على الكثير»[3].

وأن يعلم الأب ابنه أن رد السلام واجب، قال تعالى: ﴿ وَإِذَا حُيِّيتُم بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا۟ بِأَحْسَنَ مِنْهَآ أَوْ رُدُّوهَآ ﴾[4]، وقال رسول الله ﷺ: «خمس تجب للمسلم على أخيه المسلم: رد السلام، وتشميت العاطس، وإجابة الدعوة، وعيادة المريض، واتباع الجنائز»[5].

وأن يتعلم الابن أن يلقى صديقه بالبشر والابتسام وطلاقة الوجه، قال رسول الله ﷺ: «ما من مسلمين يلتقيان فيتصافحان إلا غفر لهما قبل أن يفترقا»[6]، وقال أيضاً: «لا تحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تلقى أخاك بوجه طلق»[7].

وعلى الآباء أن يعلموا أبناءهم أن هناك أحوالاً يكره فيها السلام مثل: المتوضئ، ومن في الحمام، ومن يأكل، وتالي القرآن، وذاكر الله، وخطيب في الجمعة أو غيرها، ومؤذن أو مقيم للصلاة..

---

(1) مسلم، جـ7، ص 53.

(2) البخاري، جـ8، ص 65.

(3) مسلم، جـ7، ص 2.

(4) سورة النساء، آية: 76.

(5) مسلم، جـ7، ص 3.

(6) البخاري، جـ8، ص 63.

(7) مسلم، جـ7، ص 5.

4 ـ مظاهر الانحراف الاجتماعي للشباب:

من خلال تناولنا لمظاهر السلوك الاجتماعي لدى الفتيات والفتيان، تبين تأثير جماعة الرفاق على سلوكيات وأخلاقيات هؤلاء المراهقين، كما اتضح الدور الهام والخطير للأسرة في عمليات التطبيع الاجتماعي، سواء في مراحل النمو الأولى (الطفولة المبكرة، والطفولة المتأخرة) أو في مرحلة المراهقة (المبكرة والوسطى). وهذا الدور المتعاظم للأسرة يلقي عليها تبعات جساماً خصوصاً في زمان كثرت فيه وانتشرت جماعات الإجرام، والأخلاقيات الوضيعة (كذب، ونفاق وخيانة الأمانة، و...) وذاعت بين الشباب أفكار خاطئة تدعو إلى التشبه بالجنس الآخر وتقليد أخلاقيات الأمم الأخرى الساقطة. وساعد على ذلك كله انتشار وذيوع وسائل الإعلام والثقافة المتقدمة والمليئة بالغث الكثير والسمين.

وقد عالجت التربية الإسلامية بمصدريها الرئيسين، الكتاب والسنة، صور الانحراف الاجتماعي ودعت الآباء والمربين إلى الحذر منها، سواء للآباء أنفسهم، أو لأبنائهم بتقليدهم واتباع هديهم إن خيراً أو شراً.

وسوف نتناول جانباً من مظاهر الانحراف الاجتماعي، ونركز على البعض منها لخطورته على أفكار وقيم واتجاهات الشباب والشابات.

ظاهرة الكذب:

وهي ظاهرة منتشرة بين أبنائنا كثيراً، وقد قبحها رسول الله ﷺ في كثير من أحاديثه فقال: «أربع من كن فيه كان منافقاً خالصاً، ومن كان فيه خصلة منهن كان فيه خصلة من النفاق حتى يدعها: إذا اؤتمن خان، وإذا حدث كذب، وإذا عاهد غدر، وإذا خاصم فجر»[1]. وفي حديث آخر يقول: «... إياكم والكذب، فإن الكذب يهدي إلى الفجور، وإن الفجور يهدي إلى النار، وما يزال العبد يكذب، ويتحرى الكذب، حتى يكتب عند الله كذاباً»[2].

---

(1) البخاري، جـ4، ص 239، طبعة دار إحياء الكتب العربية.

(2) البخاري: جـ8، ص 3.

وعادة الكذب قد يتبعها الولد أسوة بأبيه أو أمه أو من مجتمع الكبار من حوله، وهنا تكمن أهمية القدوة الصالحة داخل الأسرة، وأهمية تحرّي الآباء الصدق في كل ما يقولون لأولادهم. وأوصى الرسول عليه الصلاة والسلام بضرورة الصدق حتى عندما يمزح الأب مع طفله الصغير.

ظاهرة السباب والشتائم:

وترجع إلى القدوة السيئة في المنزل، وأيضاً رفاق السوء، ولذا على الآباء أن يتخلقوا بالقدوة الحسنة في حسن الخطاب، وتهذيب اللسان، وجمال التعبير كما عليهم أن يجنبوا أولادهم رفاق السوء، ويبصروهم بعواقب زلات اللسان وبذاءاته، ومن الأحاديث النبوية: قوله عليه الصلاة والسلام «سباب المسلم فسوق، وقتاله كفر»[1]، وقوله «إن من أكبر الكبائر أن يلعن الرجل والديه»، قيل: يا رسول الله كيف يلعن الرجل والديه؟ قال: «يسب الرجل أبا الرجل فيسب أباه، ويسب أمه فيسب أمه»[2].

وقوله ﷺ «إن العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله لا يلقي لها بالاً يهوي بها في جهنم»[3] ويقول: «ما من شيء أثقل في ميزان المؤمن يوم القيامة من خلق حسن، وإن الله ليبغض الفاحش البذيء»[4].

ظاهرة الميوعة والاختلاط والتبرج:

بالرجوع إلى أهم مظاهر النمو الجنسي لدى المراهقين خاصة في فترة المراهقة الوسطى (15 ـ 17 سنة)، يتضح ما يأتي[5]:

1 ـ تزداد «الانفعالات الجنسية» في شدتها، وتكون موجهة عادة نحو الجنس الآخر، ويلاحظ الإكثار من الأحاديث والقراءات والمشاهدات الجنسية.

---

(1) مسلم، جـ1، ص 58.

(2) البخاري.

(3) البخاري.

(4) الترمذي، جـ8، ص 169 (قال عنه حديث حسن صحيح).

(5) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 358 ـ 360، 380 ـ 382.

2 ـ يمر المراهق بمرحلة انتقال من «الجنسية المثلية»[1] إلى «الجنسية الغيرية» ويلاحظ الاهتمام بأعضاء الجنس الآخر والحديث عنهم والاطلاع على حياتهم الخاصة، والالتقاء معهم والتسامر معهم، ويلون هذا كله الرغبة الجنسية ويميل الفتى للنظر إلى مفاتن المرأة وإلى أعضاء جسمها، وتكون نظرته كلها رغبة وشهوة.

3 ـ في نهاية مرحلة المراهقة الوسطى يصل جميع البنين والبنات إلى «النضج الجنسي»، وفي المرحلة التالية للمراهقة، وهي المراهقة المتأخرة والتي تمتد من 18 سنة إلى 21 سنة، تنمو الجنسية الغيرية أكثر ويبدأ المراهق في البحث عن رفيق يكمل شخصيته ويشبع حاجاته العاطفية مع الميل إليه بنظرة مثالية. كما يلاحظ الاتجاه نحو الزواج والاستقرار العاطفي والأسري.

هذا ما يقرره علماء النفس من خلال نتائج دراساتهم، والإسلام لم يخرج كثيراً عن القواعد العامة للنمو الجنسي لدى المراهقين، فالقرآن الكريم يقرر أن من آيات الله في خلقه أن جعلهم زوجين، ذكراً وأنثى، في جميع المخلوقات، ومنها بني آدم يقول تعالى: ﴿وَمِن كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾[2]، ويقول: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا﴾[3]، وحتى تكتمل الصورة فقد أوجد الله تعالى بين الذكر والأنثى المشاعر العاطفية الإنسانية حتى يرتبط بعضهما ببعض، وتتكون الأسرة ويستمر الإنسان على الأرض، ليعمرها. فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً﴾[4]، وقال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾[5]. كذلك فإن السنة النبوية قد أكدت على هذه

(1) تعني أن يتوجه المراهق انفعالياً بدرجة تزيد عما هو مألوف نحو أفراد جنسه.

(2) سورة الذاريات، آية: 49.

(3) سورة الحجرات، آية: 13.

(4) سورة النساء، آية: 1.

(5) سورة الروم، آية: 21.

المشاعر والاتجاهات تجاه الجنس الآخر، ودعت الشباب إلى إشباعها بالطرق المشروعة، ومن لم يستطع، فعليه بغض البصر عن المحارم، وكذلك بالصوم، يقول رسول الله ﷺ: «يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء»[1].

وحددت السنة مجال نظر الرجل للمرأة الأجنبية عنه، وكذلك الحال بالنسبة للمرأة، فقال تعالى: ﴿ قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ ... ﴾[2].

كما اعترف الإسلام بتعدد درجات الإيمان لدى المسلمين فمنهم المسلم التقي الورع الذي يخشى الله تعالى في السر والعلانية ولا يأتي ما حرم الله ويصون فرجه عن الفحشاء، ومنهم الفاسق الفاجر الذي مات قلبه ويرتكب ما حرم الله من منكر وفحشاء وزنى، وبين أولئك درجات متعددة.

«مما سبق يتضح أن الإسلام اعترف بالرغبة الجنسية لدى الذكر والأنثى، وجعلها ضرورة لاستمرار النوع الإنساني، وحدد طرق إشباعها، وأرشد لطرق التحكم فيها صيانة لقيم المجتمع وتقاليده، والحفاظ على الحرمات، ووجه الشباب إلى الزواج، وحذرهم من مغبة الانسياق وراء إشباع رغباتهم الجنسية»[3].

ولكن إذا ما نظرنا إلى واقع حال المجتمع الإسلامي اليوم، فسوف نجد فيه الكثير من صور الانحراف الاجتماعي، وخاصة لدى الشباب، وفي محاولة لتشخيص جانب من هذا الواقع الأليم، يمكن القول:

---

(1) مسلم، جـ9، ص 172.

(2) سورة النور، آية: 31.

(3) يمكن الرجوع إلى تفاصيل ذلك في بداية الفصل الثاني من هذا البحث، كما توجد الكثير من الكتابات الإسلامية المستفيضة حول هذا الموضوع.

1 ـ إن المجتمع الإسلامي تأثر كثيراً بأخلاقيات وقيم واتجاهات وعادات المجتمعات الأجنبية، وسلك طريقها، واتبعها شبراً بشبر، لدرجة تقليده لهم في تسريحات الشعر وتفصيلات ملابس الرجال والنساء، وطريقة الكلام ورد السلام وأداء التحية،.. والكثير من المظاهر التي تخالف عقيدتنا الإسلامية[1].

والله يحذرنا من اتباع أهل الكفر ومجاراتهم في عاداتهم وملابسهم، ﴿ وَلَن تَرْضَىٰ عَنكَ ٱلْيَهُودُ وَلَا ٱلنَّصَٰرَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ... ﴾[2].

﴿ وَقَالُوا۟ كُونُوا۟ هُودًا أَوْ نَصَٰرَىٰ تَهْتَدُوا۟ ۗ قُلْ بَلْ مِلَّةَ إِبْرَٰهِـۧمَ حَنِيفًا ۖ وَمَا كَانَ مِنَ ٱلْمُشْرِكِينَ ﴾[3]، ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا تَتَّخِذُوا۟ عَدُوِّى وَعَدُوَّكُمْ أَوْلِيَآءَ تُلْقُونَ إِلَيْهِم بِٱلْمَوَدَّةِ وَقَدْ كَفَرُوا۟ بِمَا جَآءَكُم مِّنَ ٱلْحَقِّ ﴾[4]. ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا تَتَوَلَّوْا۟ قَوْمًا غَضِبَ ٱللَّهُ عَلَيْهِمْ ﴾[5]، ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓا۟ إِن تُطِيعُوا۟ فَرِيقًا مِّنَ ٱلَّذِينَ أُوتُوا۟ ٱلْكِتَٰبَ يَرُدُّوكُم بَعْدَ إِيمَٰنِكُمْ كَٰفِرِينَ ﴾[6]، ﴿ هَٰٓأَنتُمْ أُو۟لَآءِ تُحِبُّونَهُمْ وَلَا يُحِبُّونَكُمْ وَتُؤْمِنُونَ بِٱلْكِتَٰبِ كُلِّهِۦ ۖ وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوٓا۟ ءَامَنَّا ۖ وَإِذَا خَلَوْا۟ عَضُّوا۟ عَلَيْكُمُ ٱلْأَنَامِلَ مِنَ ٱلْغَيْظِ ۚ قُلْ مُوتُوا۟ بِغَيْظِكُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَلِيمٌۢ بِذَاتِ ٱلصُّدُورِ ﴾[7].

كما أن الرسول ﷺ يأمرنا بأن نخالف أهل الكتاب في عاداتهم فيقول: «إن اليهود والنصارى لا يصبغون فخالفوهم»[8]، كما أن الله يأمر نساء المؤمنين جميعاً بأن يتميزن عن نساء الكفار والإماء في ثيابهم، يقول الله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِىُّ قُل لِّأَزْوَٰجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَآءِ ٱلْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِن جَلَٰبِيبِهِنَّ ۚ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰٓ أَن يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ ۗ وَكَانَ ٱللَّهُ

---

(1) يمكن مراجعة الفصل السادس من البحث التالي: نبيل عبد الحليم متولي: أخطار الإيديولوجية الصهيونية والإيديولوجية الأخرى على المجتمع العربي الإسلامي (منشورات كلية الدعوة الإسلامية طرابلس، 1990).

(2) سورة البقرة، آية: 120.

(3) سورة البقرة، آية: 135.

(4) سورة الممتحنة، آية: 1.

(5) سورة الممتحنة، آية: 13.

(6) سورة آل عمران، آية: 100.

(7) سورة آل عمران، آية: 119.

(8) متفق عليه، النووي، ص 582.

غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾[1]. ويؤكد هذا المعنى رسول الله فيقول: «صنفان من أهل النار لم أرهما: قوم معهم سياط كأذناب البقر يضربون بها الناس، ونساء كاسيات عاريات مميلات مائلات رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة لا يدخلن الجنة ولا يجدن ريحها، وإن ريحها ليوجد من مسيرة كذا وكذا»[2].

ولا شك أن مجتمعاتنا الإسلامية مليئة بهذه الصور البذيئة في الشوارع والأماكن العامة وأماكن اللهو والعمل ومؤسسات التعليم، مما تعتبر نسخاً منقولة طبق الأصل من المجتمعات الغربية والشيوعية من خلال المجلات المتخصصة في نشر أحدث خطوط الموضة. ولعل آخر صيحة هي دخول الأجانب في رسم خطوط أزياء ملابس البنات والسيدات المحجبات، وتقام لها المعارض المتخصصة في الفنادق الكبرى (الهيلتون، والشيراتون، والمرديان، وصالات الأندية الرياضية الكبرى)، وينقلها لنا إلى داخل منازلنا أجهزة التليفزيون. وكل هذا بهدف مسخ الشخصية المسلمة في مجتمعاتها وإبعادها عن دينها، وبالتالي يسهل السيطرة عليها وقيادتها.

2 ـ ومن المظاهر التي يتصف بها المجتمع الإسلامي حالياً، هي صفة الاختلاط بين الجنسين في مجالات العمل والتعليم والشارع والأندية، داخل البيوت، وما تبع ذلك من مظاهر الانحراف الأخرى مثل ارتكاب الفاحشة (الزنا)وخطف البنات واغتصابهن، ولهو الشباب بمتابعة الأفلام والأغاني العربية والأجنبية وخاصة المثيرة للعنف والجنس.

فهذه القضية من أهم وأخطر القضايا التي يحذرنا الله منها، يقول تعالى: ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَىٰٓ إِنَّهُۥ كَانَ فَٰحِشَةً وَسَآءَ سَبِيلًا ﴾[3].

---

(1) سورة الأحزاب، آية: 59.

(2) معنى «كاسيات» أي من نعمة الله «عاريات» من شكرها، وقيل معناها: تستر بعض بدنها وتكشف بعضه إظهاراً لجمالها ونحوه. وقيل تلبس ثوباً خفيفاً رقيقاً يصف لون بدنها. معنى «مائلات» قيل عن طاعة الله وما يلزمهن حفظه (مميلات) أي يعلمن غيرهم فعلهن المذموم، وقيل مائلات يمشين متبخترات مميلات لأكتافهن وقيل مائلات: يمتشطن المشطة الميلاء وهي مشطة البغايا. مسلم، النووي، مرجع سابق، ص 581.

(3) سورة الإسراء، آية: 32.

ويقول تعالى: ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ﴾[1] فيحرم على المسلمين القرب من الزنا، فما بالك بارتكاب الزنا نفسه؟ ويقول الرسول ﷺ «كتب على ابن آدم نصيبه من الزنا مدرك ذلك لا محالة: العينان زناهما النظر، والأذنان زناهما الاستماع، واللسان زناه الكلام، واليد زناها البطش، والرجل زناها الخطا، والقلب يهوى ويتمنى، ويصدق ذلك الفرج أو يكذبه»[2]. فالزنا له مقدمات وعلى مستويات متدرجة، وله أنواع، ولعل النظر باعتباره من مقدمات الزنا، هو أخطر هذه الأنواع، فعن طريقه يدرك الإنسان ما حوله دون أن يلمسه أو يشمه أو يمشي إليه. لذلك يحذرنا الله ورسوله من إطلاق النظر، فيقول تعالى: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ﴾[3]، وقال تعالى: ﴿إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾[4].

أما أحاديث الرسول ﷺ فهي كثيرة في هذا المجال، فيقول في شأن حق الجلوس في الطرقات: «غض البصر، وكف الأذى، ورد السلام، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر»[5]، وقال أيضاً: «لا ينظر الرجل إلى عورة الرجل، ولا المرأة إلى المرأة، ولا يفضي الرجل إلى الرجل في ثوب واحد، ولا تفضي المرأة إلى المرأة في الثوب الواحد»[6]، ويحدد الرسول عليه السلام عورة المرأة فيقول: «المرأة عورة، فإذا خرجت استشرفها الشيطان»[7].

وأما عن الاختلاط بين الجنسين فيقول الله تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِن وَرَاءِ حِجَابٍ﴾[8]. ويقول الرسول: «لا يخلون أحدكم بامرأة إلا مع ذي

---

(1) سورة الأنعام، آية: 151.

(2) متفق عليه، النووي (طبعة بيروت) مرجع سابق، ص 578.

(3) سورة النور، آية: 31.

(4) سورة الإسراء، آية: 36.

(5) متفق عليه، النووي، مرجع سابق، ص 579.

(6) رواه مسلم، النووي، مرجع سابق، ص 580. ومعنى لا يفضي الرجل إلى الرجل: أي لا يضطجعان متجردين في ثوب واحد.

(7) رواه الترمذي، مذكور في ابن الأثير الجزري: جامع الأصول من أحاديث الرسول، جـ7، ط1 (مطابع السنة المحمدية، القاهرة، 1951) ص 425.

(8) سورة الأحزاب، آية: 37.

محرم»[1]، «ونهى رسول الله ﷺ أن يمشي الرجل بين المرأتين»[2]، وكان الرسول عليه السلام في طريقه وأمامه امرأة فقال لها: «تنحي عن الطريق». فقالت: «الطريق واسع». فقال: «دعوها فإنها جبارة»[3].

وبالرغم من هذا البيان الواضح، فإن الكثير من المسلمين سلكوا طريقاً غير ذلك، وتابعوا الشيطان وأعوانه. فترى من المسلمين من يطالب بالاختلاط بين الجنسين وخاصة بين الشباب في سني التعليم.

ففي مقالة بمجلة الوحدة يقول الكاتب[4]: «إن مجتمعنا العربي المعاصر إذ يطرح مسألة الاختلاط ويطالب بها، إنما يطرح مسألة مطروحة منذ القدم، ويزداد الإلحاح عليها في مرحلة المراهقة»، ويستشهد الكاتب برأي ذوي النفوس الضعيفة، فيقول إن المفكر العربي سلامة موسى في كتابه «الشخصية الناجحة» يرى أن الاختلاط ضرورة كبيرة للتكيف الاجتماعي، كما يعرض لرأي د. خليل ميخائيل معوض الذي يرى (أن الاختلاط بين الجنسين ضرورة اجتماعية ونفسية لما في ذلك من توجيه للميول الجنسية نحو الاتجاه السليم).

وتبين لنا إحدى الدراسات الميدانية[5] المقارنة بين طلاب جامعة الخرطوم والتي تطبق مبدأ الاختلاط، وطلاب جامعة أم درمان الإسلامية والتي تلتزم بمنع الاختلاط، تبين أن طلاب الجامعة الإسلامية أكثر التزاماً بالقيم الخلقية الإسلامية من طلاب جامعة الخرطوم. وهذا يؤكد ما ناقشناه في الفقرات السابقة من دعوى الالتزام بعدم الاختلاط بين الجنسين، حتى لا يكون ذلك بداية لمقدمات الزنا.

---

(1) رواه أبو داود. مذكور في ابن الأثير الجزري، مرجع سابق، ص 425.

(2) رواه أبو داود. مذكور في ابن الأثير الجزري، مرجع سابق، ص 425.

(3) أخرجه رزين، ابن الأثير الجزري، ص 424.

(4) علي نوح: التعليم المختلط من خلال رؤية اجتماعية تربوية «مجلة الوحدة»، الرباط السنة (2)، العدد (14)، نوفمبر، 1985، ص. ص 62 ـ 28.

(5) نبيل عبد الحليم متولي، مرجع سابق، ص. ص 155 ـ 156.

«وقد تنبهت دول كثيرة إلى خطورة دعوى الاختلاط بين الجنسين، حيث ذاقت من ويلاته الكثير، سواء أكانت دولاً شرقية أم غربية، علمانية أم إلحادية. فقد أصدر التليفزيون الهندي»[1] قراراً بمنع الفتيات اللاتي يقدمن الإعلانات على شاشته من الغمز بعيونهن، وقال مدير التليفزيون إن غمز فتاة تقدم إعلاناً عن أحمر الشفاه مثلاً، يثير كل أنواع الإيحاءات المريبة. ومما يذكر أن التليفزيون الهندي كان قد منع من قبل ظهور السيقان والأذرع العارية والقبلات على شاشته.

هذا بشأن «غض البصر» وقيوده في بلاد يدين معظمها بديانات غير سماوية، فما بالك بالدول الإسلامية والتي يظهر على شاشات تليفزيوناتها الممثلات والفنانات والمذيعات في أبهى صورة، وفي مواقف غير أخلاقية.

ومما يزيد الأمر سوءاً ظهور وانتشار القنوات الفضائية التي تبث عبر أجهزة التليفزيون الحديثة والتي تزيد جمال الصورة ودقتها مع إمكانية إعادة عرضها مرة أخرى أو تثبيت الصورة المطلوبة، وكذلك أجهزة (الموبايل) التي أصبحت بمتناول كل فرد.

ثالثاً ـ التربية الجنسية:

الحديث عن التربية الجنسية حديث يشوبه شيء من الحرج، خاصة في مجتمعاتنا العربية، تبعاً للعرف والتقاليد السائدة في هذه المجتمعات، ولكن تجنب الحديث عن التربية الجنسية مثله كمثل تجنب الحديث عن التربية القومية أو التربية الاجتماعية أو التربية الخلقية أو التربية الدينية. فما من شك أن تجنب مثل هذا الحديث يؤدي بنا إلى مخاطر تجنب مشكلة موجودة أمامنا فعلاً ونود الهروب منها لسبب أو لآخر[2].

فالسلوك الجنسي مشكلة هامة في الطفولة بصفة عامة والمراهقة بصفة خاصة، حيث يبلغ النشاط الجنسي أعلى قمة. ويحس المراهق بالتناقض بين ما يسمع وما يرى بخصوص الجنس. ويتساءل: هل الجنس خير أم شر؟ مقدس أم مدنس؟ يؤدي إلى السعادة أم إلى الشقاء؟[3].

---

(1) جريدة الأهرام، بتاريخ 14/ 3/ 1987ن ص 2.

(2) أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 279.

(3) حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، مرجع سابق، ص 407.

وتفرض التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الخلقية قيوداً على النشاط الجنسي للشباب بما يحقق مصلحة الفرد والجماعة، ورغم ذلك، فإنه يبدو أن المجتمع لم ينجح تماماً في محاولاته بفرض التكتم الشديد والمنع التام للسلوك الجنسي.

ومن المسلم به أنه إذا أحيط السلوك الجنسي بغلاف من التحريم والتكتم والتمويه، وإذا أغمض الوالدان أو المربون أعينهم وصموا آذانهم ولم يقوموا بواجبهم في التربية الجنسية نحو أبنائهم، بحث هؤلاء الأطفال والمراهقون عن «مصادر أخرى» لإشباع حاجتهم إلى المعرفة في هذا الشأن. و ربما اتجهوا إلى أدعياء المعرفة، وربما تطوع هؤلاء بهذه المعلومات في غير أوانها، وربما اتجهوا إلى الأفلام الجنسية والصور الجنسية والكتب المثيرة. والنتيجة المؤسفة هي «المعلومات الخاطئة والوقوع في التجريب أو الخبرات الحقيقية، والشعور بالاشمئزاز والإثم والخوف والقلق والاستغراق في أحلام اليقظة والانحراف الجنسي»[1].

لذا فإن الحاجة ماسة وضرورية للتربية الجنسية: فموضوع التربية الجنسية يهم ولاة الأمور من حيث التربية الجنسية السليمة، وتنظيم النسل، وآداب العلاقات الجنسية ومعاييرها وقوانينها. كما أن هذا الموضوع يهم المربين الذين طالما يسألهم التلاميذ عن موضوع الجنس. والموضوع يهم المراهقين الذين تم بلوغهم الجنسي ويميلون للجنس الآخر ولا يعلمون ماذا يفعلون[2].

والدين الإسلامي يقوم على إدراك فكرة الإنسان، وفطرته هذه، وهي إشباع الدافع الجنسي، اعترف بها الإسلام وأمر بتفريغها وإشباعها بالطرق المشروعة، كما حدد لها القواعد، حتى لا يصطدم إشباعها مع مصالح وقيم بقية أعضاء المجتمع. والطريق الذي رسمه الإسلام لإشباع الرغبة الجنسية هو الزواج، وخاصة الزواج المبكر. يقول الله تعالى:

---

(1) المرجع السابق، ص 408.

(2) المرجع السابق، ص 409.

﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾[1].

ومن هنا أوجب الإسلام الزواج، وحرم الرهبانية والزهد فيه بدعوى التقرب إلى الله، ودعا كذلك إلى تبسيط إجراءات الزواج من مهر، وشروط في الزوجة أو الزوج[2].

وهذا التشجيع من الإسلام لشبابه في الإقبال على الزواج حفاظاً لفروجهم وأخلاقهم وعقيدتهم، لم يجعله أكبر همهم، وشغلهم، بل دعا إلى التوسط في إشباع الرغبات الجنسية، بحيث لا يشغل ذلك عن مصالح الدنيا والجهاد في سبيل الله بكل صوره.

وخير مثال على ذلك قصة الصحابي حنظلة بن أبي عامر، الذي خرج لداعي الجهاد يوم عرسه وكان جنباً، وجاهد مع صحابة رسول الله ﷺ واستشهد في غزوة أحد، فأطْلَع الله نبيه على حال حنظلة فقال الرسول لأصحابه: «إني رأيت الملائكة تغسل حنظلة بين السماء والأرض بماء المزن في صحاف الفضة»، ويسرع الصحابة إلى حنظلة ينظرون إليه فإذا رأسه يقطر ماءً، فأرسلوا إلى امرأته يسألونها فأخبرتهم أنه سمع هيعة الحرب حتى خرج وهو جنب لم يغتسل فغسلته الملائكة[3].

هذا بشأن الإسلام وموقفه من حفظ الرغبات الجنسية وإشباعها بالطرق المشروعة، ودعوته الصريحة إلى الزواج. أما فيما يتعلق بشأن التربية الجنسية، فقد شجع الرسول عليه الصلاة والسلام نساء المؤمنين وكذلك الشباب المسلم على الاستفسار عن كل ما يعن لهم من أسئلة واستفسارات بشأن المشكلات الجنسية التي تصادفهم.

والأحاديث في هذا الباب كثيرة، ومن ذلك:

---

(1) سورة الروم، آية: 21.

(2) راجع تفصيل ذلك في الفصل الثاني تحت عنوان (الزواج في الإسلام والهدف منه).

(3) الحديث رواه الترمذي والإمام أحمد. عبد الله علوان، مرجع سابق، ص 556، جـ1.

* عن المقداد «أن علياً رضي الله عنه، أمره أن يسأل رسول الله ﷺ عن الرجل إذا دنا من امرأته فخرج منه المذي، ماذا عليه، فإن عندي ابنة رسول الله ﷺ، وأنا أستحي أن أسأله. قال المقداد فسألت رسول الله ﷺ، فقال: إذا وجد أحدكم ذلك فلينضح فرجه بالماء، وليتوضأ وضوءه للصلاة»[1].

* وعن عائشة رضي الله عنها «سُئِلَ النبي ﷺ عن احتلام الرجل؟ فقالت أم سليم: وكذا المرأة إذا احتلمت، أعليها غسل؟ قال: نعم، النساء شقائق الرجال»[2]. (الشقيق: المثل والنظير).

* وعن عائشة «أن أسماء بنت شكل سألت النبي ﷺ عن غسل المحيض؟ فقال: تأخذ إحداكن ماءها وسدرها فتطهر فتحسن الطهور، فتصب على رأسها فتدلكه دلكاً شديداً، حتى تبلغ شؤون رأسها. ثم تصب عليها الماء. ثم تأخذ فرصة ممسكة فتطهر بها. قالت أسماء: وكيف تطهر بها؟ قال: سبحان الله! تطهري بها. قالت عائشة: كأنها تخفي ذلك؟ تتبعين أثر الدم. فقالت عائشة: نِعْمَ النساء نساء الأنصار، لم يكن يمنعهن الحياة أن يتفقهن في الدين»[3] (الفِرصة: قطعة من صوف أو قطن أو غيره).

ننتقل بعد تلك المقدمة لمناقشة أبعاد موضوع التربية الجنسية، ونتناول فيها النقاط الآتية:

1 ـ تعريف التربية الجنسية.

2 ـ أهداف التربية الجنسية.

3 ـ برنامج التربية الجنسية.

---

(1) أخرجه مالك وأبو داود. محمد صديق حسن خان البخاري: حسن الأسوة، باب ما ورد في الاستحياء من المسألة، ص 379.

(2) أخرجه أبو داود والترمذي، مذكور في تيسير الوصول، جـ3، ص 90، وكذلك المرجع السابق، ص 382.

(3) رواه مسلم. محمد صديق خان البخاري، مرجع سابق، باب ما ورد في غسل الحائض والنفساء، ص 385.

ـ مسلمات معرفية.
ـ من الذي يقوم بالتربية الجنسية.
ـ الشروط اللازمة في المربي.
ـ المرحلة العمرية التي تقدم فيها.
ـ أسلوب التقديم (فردي أم جمعي).
ـ نوعية المعلومات.

1 ـ تعريف التربية الجنسية Sex Education:

يعرف حامد عبد السلام زهران التربية الجنسية بأنها. «ذلك النوع من التربية التي تمد الفرد بالمعلومات العلمية والخبرات الصالحة والاتجاهات السليمة إزاء المسائل الجنسية، بقدر ما يسمح به نموه الجسمي والفسيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، وفي إطار التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية السائد في المجتمع، مما يؤهله لحسن التوافق في المواقف الجنسية ومواجهة مشكلاته الجنسية في الحاضر والمستقبل مواجهة واقعية تؤدي إلى الصحة النفسية»[1].

ويعرفها أحمد زكي صالح بأنها «هي ذلك النوع من التربية التي تساعد الطفل على مواجهة مشاكله الجنسية مواجهة واقعية، وأن يطلع على تطورات الحياة الجنسية عند الحيوان والإنسان بطريقة علمية عقلية على قدر ما يسمح به نموه العقلي والجنسي»[2].

كما يعرفها حامد عبد العزيز الفقي بأنها «تهدف ـ في البيت والمدرسة ـ إلى تحقيق فهم أفضل لطبيعة الجنس، وتكوين الاتجاهات الإيجابية لدى كل من الجنسين نحو الآخر تمهيداً لحياة زوجية سعيدة تقوم على الحب، وتحقق الإشباع الجنسي والنفسي للزوجين»[3].

---

(1) حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو، مرجع سابق، ص 406.
(2) أحمد زكي صالح: مرجع سابق، ص 282.
(3) حامد عبد العزيز الفقي: مرجع سابق، ص 258.

ومن استعراض التعاريف السابقة يتضح أن التعريف الأول هو التعريف الأشمل، حيث جمع في طياته أبعاداً متعددة، مثل نوعية المعلومات، ومناسبة المعلومات مع المراحل العمرية المتعددة للفرد بصفة عامة، وليس الطفل فقط، ومراعاة الجانب الديني والاجتماعي، وأيضاً الهدف المرجو منها سواء حالياً أو مستقبلياً.

2 ـ أهداف التربية الجنسية:

في ضوء تعريف التربية الجنسية، والذي سبق عرضه، يتضح أننا في حاجة لبرامج علمية مدروسة ومخططة للتربية الجنسية تهدف إلى[1]:

(أ) تزويد الفرد بالمعلومات الصحيحة عن ماهية النشاط الجنسي.

(ب) تعليمه الألفاظ العلمية المتصلة بأعضاء التناسل والسلوك الجنسي، مسترشداً بما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية، وأيضاً الأصول العلمية الحديثة.

(جـ) إكسابه التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية الخاصة بالسلوك الجنسي.

(د) تشجيعه على تنمية الضوابط الإرادية لدوافعه ورغباته الجنسية، وشعوره بالمسؤولية الفردية والاجتماعية، ومعرفة خطورة الحرية الجنسية على الفرد والمجتمع.

(هـ) ضمان إقامة علاقات سليمة بين الجنسين قائمة على فهم دقيق واتجاهات صحية، ومراعاة للقواعد الدينية والأخلاقية الإسلامية.

(و) تصحيح ما قد يكون هناك من معلومات وأفكار واتجاهات خاطئة نحو بعض أنماط السلوك الجنسي الشائع.

(ز) تزويد الفرد، حسب مراحل العمر المختلفة، بالمعلومات الصحيحة واللازمة، في ضوء الفقه الإسلامي، فيما يخص ألوان النشاط الجنسي.

---

(1) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 410.

3 ـ برنامج التربية الجنسية:

يتناول هذا البرنامج عدداً من الأبعاد، نعرض لها من وجهة نظر علم النفس والتربية، وأيضاً التربية الإسلامية. وقبل البدء في عرض هذه الأبعاد، تجدر الإشارة إلى أن المعالجة سوف تكون بشيء من العمومية، دون الدخول في تفاصيل ذلك البرنامج، حيث إن الهدف هنا ليس تقديم برنامج علمي عن التربية الجنسية، بقدر ما هو توجيه أنظار الآباء والمربين إلى أهمية هذا النوع من التربية، وكذلك توجيههم إلى ضرورة التعرف على الحقائق والمعلومات الصحيحة والكاملة بشأن التربية الجنسية، حتى يكونوا على علم ودراية عند تربية أبنائهم جنسياً، فالمثل يقول (فاقد الشيء لا يعطيه). وبرنامج التربية الجنسية يقوم في أساسه على مسلمات معرفية، يفترض أن الآباء والمربين على علم واقتناع تامين بها.

وهذه المسلمات المعرفية هي[1]:

(أ) يجب أن ينظر الآباء والمربون إلى التربية الجنسية باعتبارها جزءاً من العملية التربوية، والتي هي عملية حياة يتعلم فيها الفرد الحياة وتنمو فيها شخصيته نمواً سليماً.

(ب) أن الأطفال لا يظلون أطفالاً بل يكبرون ويبلغون جنسياً.

(جـ) بالرغم من أن التغيرات الفسيولوجية المشاهدة للبلوغ الجنسي تقع في فترة المراهقة، إلا أن القوى الجنسية الضرورية تعمل منذ الطفولة.

(د) المراهقون لديهم حب استطلاع شديد خاصة عما يحدث أثناء الاتصال الجنسي.

(هـ) الغريزة الجنسية لها قوتها ولا يمكن تجاهلها، وهي من أهم الغرائز، وهي التي تدعو كلاً من الذكر والأنثى أن يتصلا جنسياً بهدف التكاثر.

(و) ظهور الدوافع والميول الجنسية عملية حيوية سوية لا بد أن تقع خلال نمو الطفل ونضجه.

(ز) التربية الجنسية تمثل حجر الزاوية في الزواج الموفق والسلوك الجنسي المتوافق.

---

(1) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 412.

ولنا أن نتساءل:

ـ من الذي يقوم بعبء برنامج التربية الجنسية؟

فالبعض يرى[1] أن الآباء يتعذر عليهم في أغلب الآحايين القيام بهذه المهمة، خاصة في مرحلة المراهقة المتوسطة (المدرسة الثانوية)، لأنهم يعتبرونها شائكة، ولعدم اتساع وقتهم لذلك،وخاصة إذا كانت المسؤوليات العائلية الملقاة على عاتقهم كثيرة متشعبة كما هو الحادث فعلاً، لذلك يجب أن نبحث فيمن يقوم بهذه المهمة على الوجه الصحيح. ويقترح لذلك المدرس أو رائد الفصل أو المشرف أو المدرب الرياضي، وذلك لعاملين: أنه يكتسب ثقة المراهق واحترامه وشعوره بالأمن لديه والعطف عليه، ولأن المدرس هو الشخص الذي يتصل بالمراهق اتصالاً وثيقاً في جو حر مطلق من القيود والالتزامات.

ويرى آخرون[2] أن المسؤولية تقع بشكل رئيس على الوالدين، خاصة في مراحل النمو الأولى (الطفولة المبكرة والمتأخرة، والمراهقة المبكرة).

أما البعض[3] فيرى أن العملية يجب أن تتعاون فيها عدة أطراف بشكل متناسق ومتكامل، وهذه الأطراف هي:

* **الوالدان:** إذا توافرت النية وصدق العزم واتسع الوقت وتوفرت المعلومات العلمية والإعداد للقيام بهذه المهمة.
* **المربون:** سواء أكانوا معلمين أو أخصائيين اجتماعيين بالمدرسة.
* **علماء النفس:** خاصة المرشدون والمعالجون النفسيون، حيث يقومون بمهام وقائية وعلاجية.
* **الأطباء:** في عملهم العلاجي وبعض المحاضرات.
* **رجال الدين:** في الوعظ والإرشاد الديني.

---

(1) أحمد زكي صالح، مرجع سابق، ص 285.

(2) حامد عبد العزيز الفقي، مرجع سابق، ص 260 ـ 263 ـ وأيضاً نوري حافظ، مرجع سابق، ص. ص 202 ـ 203.

(3) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 412.

ويضيف بإمكانية دعوة بعض أو كل هؤلاء لإلقاء محاضرات بالمدرسة، وإجراء مناقشات وندوات تتناول الموضوع من عدة زوايا.

ويؤكد كثير من علماء النفس على أهمية توفر الشروط اللازمة فيمن يتولى مهمة التربية الجنسية، والتي من بينها[1]:

أن يكون ذا إلمام تام بمميزات المراهقة النفسية، وذا فهم واضح لما هو في سبيل معالجته، وأن يكون مقدراً لمشاكل المراهق مهما بدت تافهة، وأن يكون صاحب أفق عقلي متسع بمعنى أن يكون رحب الصدر للآراء المختلفة، طويل البال في المناقشة، يمكنه أن يتفاهم بالمنطق السليم وأن يكون خالياً من الآراء المتزمتة. وأن يكون قد تغلب على مشاكله بنجاح.

وبالنسبة للمرحلة العمرية التي تبدأ عندها التربية الجنسية:

فالبعض يرى[2] أن تبدأ عقب الولادة مباشرة، بل إن الميول والاتجاهات الجنسية لدى الطفل قد تتأثر باتجاهات الوالدين وميولهما نحوه قبل أن يولد، فقد تؤدي رغبة الوالدين في إنجاب أنثى إلى معاملة المولود الذكر على أنه أنثى.

والبعض الآخر[3] يرى أن التربية الجنسية «عملية مستمرة» ولا تقتصر على سن معينة، بل تبدأ من الطفولة ثم تستمر خلالها وفي مرحلة المراهقة حتى الرشد، وقبل الزواج وبعده.

أما البعض[4] فيرى أن التربية الجنسية يجب أن يركز عليها المربون خلال أربع مراحل متتالية هي: (7 ـ 10) سنوات ويلقن فيها الطفل آداب الاستئذان

---

(1) أحمد زكي صالح، مرجع سابق، ص 286. وأيضاً حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص. ص 412 ـ 413.

(2) حامد عبد العزيز الفقي، مرجع سابق، ص 250.

(3) حامد عبد السلام زهران: مرجع سابق، ص 413.

(4) عبد الله علوان، مرجع سابق، جـ1، ص. ص 503 ـ 504.

والنظر، (10 ـ 14) سنة ويجنب الولد (المراهق) كل الاستثارات الجنسية، (14 ـ 16) سنة ويعلم فيها الولد (البالغ) آداب الاتصال الجنسي إذا كان مهيأً للزواج، وفي سن ما بعد البلوغ (الشباب) يعلم فيه آداب الاستعفاف إذا كان لا يقدر على الزواج.

والرأي عندنا أن التربية الجنسية عملية مستمرة تبدأ مع الطفولة وتستمر لما بعد الزواج، ونتفق في هذا مع الرأي الثاني.

وفيما يتعلق بأسلوب تقديم المعلومات الجنسية (فردي أم جماعي):

فيتفق الكثير من الباحثين[1] أن تكون المشاورة فردية وليست جمعية، بمعنى أنه يجب أن يناقش المربي مع المراهق مشكلاته على حدة حتى يكسب ثقته، فيسر له ما يشاء من أسرار، أو ما يعتقد أنها أسرار، كما يجب أن تكون الإجابة على قدر السؤال لا أكثر ولا أقل، لأنها إن كانت أكثر من اللازم اعتقد المراهق أنه أمام شخص نظري يتكلم أكثر مما يعمل، وإذا كانت أقل مما ينبغي اعتقد أنه أمام شخص جاهل مخطئ لا يدري شيئاً عن مشاكله. ويجب أن تكون الإجابة في منتهى الصراحة والإخلاص.

ويضيف البعض[2] أنه في أجزاء معينة من البرنامج يحسن أن يكون التوجيه جميعاً للتغلب على الخجل وأخذ المسألة مأخذاً علمياً صريحاً، كما يحسن فصل البنين عن البنات.

وبالنسبة لنوعية المعلومات الجنسية:

فيمكن أن تنقسم إلى مجموعتين: المجموعة الأولى تتعلق بالجوانب الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية. وهذه الموضوعات يمكن أن تبدأ بأبسط المسائل الأولية المتعلقة بالصحة الجنسية وتمتد إلى أعقد المشكلات الجسمية

---

(1) أحمد زكي صالح، مرجع سابق، ص 286.

(2) حامد عبد السلام زهران، كرجع سابق، ص 413.

والاجتماعية والنفسية التي تتعلق بالسعادة الزوجية وحياة الأسرة. ويمكن الرجوع إلى المراجع المختصة للتعرف على تفاصيل ذلك[1].

وأما المجموعة الثانية من المعلومات الجنسية فتتعلق بالمسائل الفقهية الإسلامية. ويمكن في هذا الرجوع إلى كتب الفقه الإسلامي، وكذلك ما كتبه، ملخصاً، الأستاذ عبد الله علوان في كتابه «تربية الأولاد في الإسلام، ج1» حيث وضع برنامجاً متكاملاً للتربية الجنسية يقوم على الروح الإسلامية والمنهج الإسلامي.

---

(1) حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص. ص 416 ـ 419.

★ أحمد زكي صالح: مرجع سابق، ص 283 ـ 286.

★ محمد علم الدين: التربية الجنسية بين الواقع وعلم النفس والدين (الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، القاهرة، 1970).

★ مصطفى عبد الواحد: الإسلام والمشكلة الجنسية، ط2 (مكتبة المتنبي، القاهرة، 1972).

★ منيرة حلمي: مشكلات الفتيات المراهقات وحاجاتها الإرشادية (دار النهضة العربية، القاهرة، 1966).

★ فرانسيس ل. ايلغ، لويز ب. ايمز: سلوك الطفل، مرجع سابق، ص. ص 372 ـ 384.