كيف تتعاملين مع ابنتك في فترة المراهقة

تأليف

سوزان عبدالمجيد أغا

دار زاد للنشر والتوزيع

١٣ ميدان التحرير – القاهرة – تليفون: ٥٧٥٨١١ – ٥٧٩٣١٨٨

info@zadmall.com
zadmall.com

رقم الإيداع

١٦٥٨ / ٢٠٠٦

محتويات الكتاب

المقدمة	٥
الباب الأول: المراهـــقة	٧
١ – تعريف الأنثى	٧
٢ – بلوغ الأنثى	٨
٣ – علامات البلوغ	٨
الفصـــــل الأول : أعراض شكلية	٩
الفصـــــل الثاني : أعراض داخلية	١١
الباب الثاني : نمو الإحساس الجسدي والعاطفي والسلوكي	١٥
الفصـــــل الأول : مصادر المعلومات لدى الفتاة الدين – المجتمع – الأم – القراءة	١٧
الفصـــــل الثاني : المراهقة والحب	٢١
الفصـــــل الثالث : المراهقات والتدخين	٣٧
الفصـــــل الرابع : المراهقة واختيار الملابس	٤٥
الفصـــــل الخامس : المراهقة والاختلاط	٤٧
نصائح وتوجيه وإرشاد	٦٠

مقدمة

وا فرحتاه ... مرحى ... مرحى ... لقد بلغت إبنتى وفتاتي ... مبلغ الإناث ... لقـد ودعت مرحلة الطفولة ... لتدخل مرحلة الأنوثة ... والنضوج الأنثوي لقـد أصبح لدى " عروس " يباهى بها ... بارك الله لي فيها فلن أدخر وسعاً ، لأصل بها إلى عشها السعيد فى أجمل صورة ، وأبهى حال .

سوف أصاحبها فى رحلة النضوج هذه ، وهى رحلة يشوبها القرح والقلق ، والمتابعة، والمصادقة .

وبين دفتي هذا الكتاب سأصاحب الأمهات العزيزات من لديهن فتاة مثلي ، فلم أدخر وسعاً فى الاستعانة بالمراجع والمؤلفات ومختلف طرق الحصول على المعلومـات حتى اكتسب الخبرات لأصل إلى أحسن الطرق لمعاملة فتاتي ولن أبخل عليك فى التعامل مع تلك المواقف التى تصاحب عملية النمو والنضوج ، ومـا يطرأ عليك من أسئلة ، بل وما يطرأ على فتاتك من استفسارات قد تجوب بها بين الزميلات ، حتى تتجنب حرج السؤال معك .

سـيدتي .. وعزيزتي أم الفتاة ...لاحظي عوارض وأعراض النمو الشكلي الخارجـي لفـتاتك ، وتابعـي أيضاً النمو الداخلي فى الفتاة بظهور الأعراض الخارجية من "الدورة الشهرية " وغيرها .

لاحظـي نضـوج فـتاتك السـلوكي والعقلي والعاطفي وجهي فتاتك نحو الاستزادة من القيم والمبادئ الدينية دون تطرف .

اجعلـي نفسـك المنبع الأول لثقافة فتاتك ، فأنت خير مرشد ، ومعين لتلك

الفـــتاة حـــتى تنشـــأ فى جو صحي أسرى سليم ، يجنبها السقطات ، والجنوح والانحراف لا قدر الله .

إن النمو الجسدي ليبدو على الفتاة من الظاهر ، فماذا عن النمو العاطفي ، وكيفية توجيهه ، والنمو السلوكي .

ومـــاذا عـــن الحـــب .... وتوجهات الفتاة فى تلك الفترة ماذا عن ثقافتها العلمـــية والعملية، ماذا عن توجهاتها نحو بنات جنسها والجنس الآخر ... ماذا عن السلوكيات الواردة عليها .... من تدخين .... أو ما شابه ذلك .

إن جنبات هذا الكتاب ستكون خير رفيق لك فى تلك الرحلة حتى تصارحي أبنتك إلى أن تصلى بها ومعها إلى بر الأمان .

الباب الأول

المراهقة

- **تعريف المراهقة : للأنثى :**

هـــى الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الأنوثة وتعاصر هذه المرحلة مرحلة البلوغ عند الأنثى.

يعتـــبر البلوغ بالنسبة للأنثى مرحلة انتقالية للجسم من جسم طفله إلى جسم أنثى مكتملة وتصبح الأنثى بعد البلوغ قادرة على الزواج والإنجاب جسمانياً .

ويختلف السن الذى يحدث فيه البلوغ عند الإناث من مكان إلى أخر أو من بلـــد إلى أخر ، حسب الجو الحار أو الدافئ أو الأماكن الجليدية ، وعادة يحدث الـــبلوغ مـــن سن ١٠ إلى ١٣ سنة وقد يكون هناك فرق بين بلوغ الذكر ، فإن بلوغ الأنثى يحدث بداية فى عمر أقل من عمر الذكور ، وهذه طبيعة البشر ولا تدخل لنشأة الإنسان فى هذا إلا قليلاً كما قلنا حسب البلاد والأجواء المحيطة .

فمـــن الملاحـــظ أن الأنثى تبدأ عليها علامات البلوغ قبل الذكر عند بروز النهديـــن، وبداية وجود بعض الاستدارات بالجسد وإن من علامات البلوغ أيضاً لـــدى الفـــتاة الخجـــل والحياء الواضح من الجنس الآخر ، فهي علامات نفسية جسدية تنبئ بالنضوج فى مرحلة الطفولة و الدخول فى مرحلة المراهقة .

○ علامات البلوغ

اشـــرنا سابقا عزيزتي الأم إلى سن البلوغ وهو يختلف من فتاة إلى أخرى ومـــن مـــنطقة إلى أخرى ، ونحن نحيطك علما أننا هنا نتحدث عن بلوغ الفتاة والأعراض الجسدية وهي أعراض شكلية وأعراض داخلية .

الفصل الأول

الأعراض الشكلية

١- بروز الثديين :

يبدأ البلوغ عند معظم الإناث بنمو وبروز الثديين وقد يبدأ هذا بأحد الثديين أو الاثنين معاً ، وقد تلاحظي فى فتاتك أن بروز الثديين يبدأ بالوضوح شيئاً فشيئا حتى يأخذ شكل الثدي الناضج واضح المعالم ، فهو يظهر بشكله العادي ولكن كل فتاة قد يصل ثديها لحد معين فى الكبر حسب طبيعة الجسد وقد تحتاج فتاتك إلى حمالة الثدي بعد أشهر قليلة من بداية نمو الثدي وهى مهمة ولازمة لها ولابد أن تحاولى أن تشجيعها على طلب مثل هذه الأشياء لأن بعض الفتيات يخجلن من ذلك كثيراً ويحتجن إلى معاناة شديدة للتعبير عن احتياجاتهن ، وبعض الفتيات قد يكبر لديهم أحد الثديين أسرع من الآخر لذلك يبدو الشكل مثيراً للحرج جداً ، وقد تنطوي بعض الفتيات لهذا المنظر ، لذلك لا بد أن تكوني سيدتي قوية الملاحظة ولتسارعي بإحضار ما يتطلبه الموقف من مستلزمات (حماية الثدي) حتى تتغلبي على هذا الموقف ولتشارك فتاتك فى الشراء أو التعامل مع الأشياء ، حتى تستطيع الاعتماد على نفسها فى مثل هذه المواقف ولا تدعى الحرج والحياء يسيطر عليها فتصاب بنوع من الانطواء الزائد أو الإنزواء معظم الوقت فى حجرتها حتى لا يراها أحد ، فتصاب بعقدة ما وتشعر أن هذا النمو أو تلك المرحلة بها نوع من الجرم أو المرض أو الأشياء غير الطبيعية.

سيدتي صادقي فتاتك فى تلك الفترة حتى تدنو منك وتجد ماذا لتلك

المواقـف وهذه الأسئلة الحائرة فى جنبات صدرها لأن معظم الفتيات القريبات مـنها قد يتخذن من نضوجها مجالاً للهمز واللمز ومجالاً للمزاح الذى قد يؤتى بثمار غريبة من الخجل والانطواء كما ذكرنا .

٢- نضوج شكل الجسم :

يبدأ الجسم فى التغير بشكل متدرج فتتحول الدهون والتجمعات السيجية إلى الفخذين ، فيأخذ الفخذين شكلاً أعرض من المعتاد عندما كانت فتاتك طفلة .

ويتجه الوسط إلى أن يكون نحيلاً ، ويكون الخصر حسب التكوين الجسدي ويبدأ النسيج الدهنى بالتجمع فى الأرداف والساقين وتصبح لدى الفتاة انحناءات وثنيات ليأخذ جسدها شكل الأنثى المكتملة بالتدريج.

٣- الطول :

فيـنمو جسـد الفتاة تدريجياً فقد تطول الأطراف أو القامة كلها وقد تلعب الوراثـة دوراً فـى هذا وقد يتوقع الشكل النهائي لتكوين فتاتك منذ بداية البلوغ وحتى سن النضوج الكامل ، وهذا حسب المكونات الوراثية ، فلا اختيار لتلافى هذا إلا إذا ظهرت لدى الفتاة سمنة مفرطة .

٤- الجلد :

نجد أن الجلد يصبح دهنيا أكثر من المعتاد لدى فتاتك لذلك شجعى فتاتك أن تسـتعمل بعـض أنواع "شامبو الجلد " المناسب واشتركي فى الإرشاد والتوجيه والملاحظـة حـتى تكون تلك المرحلة قد مضى فتاتك وتصل بها إلى مرحلة النضوج دون معاناة أو مشكلات تذكر .

ويظهـر الشعر فى بعض الأماكن بالجسم وإنه من ضمن العناية بالجلد فى هذه الفترة هى متابعة أماكن ظهور هذا الشعر الخفيف حتى تشعر الأم أن ابنتها تنمو بمعدل طبيعي وشكل أنثوي طبيعي فعلاً .

الفصل الثاني

الأعراض الداخلية

وإذا كانت هناك أعراض للنمو الأنثوي تظهر على الفتاة فى الشكل الخارجي فإن هناك أعراض تظهر وتكون ضمن التكوين الأنثوي للفتاة داخل الجسم وهذه الأعراض تبدو على شكل الطمث أو الحيض أو الدورة الشهرية .

الطمث : يبدأ الطمث مع الفتاة مع نضوج التكوينات الداخلية من تبويض ونضوج المبيض ، وهو يبدأ من سن العاشرة إلى الثالثة عشر ولكن كيف يحدث الطمث؟ خروج الدم من الفتاة وهى ما يسمى الدورة الشهرية بعد حدوث التبويض بداخل الفتاة، ويدل هذا الطمث على إمكانية حدوث الحمل إذا تزوجت الفتاة ، كما يدل أيضـــاً على اكتمال النضوج الداخلي فى جسد الفتاة ، وعليك سيدتي الفاضلة أن تعطـــى لابنتك المراهقة فكرة ولو بسيطة عما سيحدث لها من نزول دم الحيض فـــى القريـــب وعليها ألا تنزعج لهذا وعليك أن تقومي بشرح الموقف ومن أين يأتـــي هـــذا الـــدم وعليك ألا تخجلي من هذا وتقومي بشرح فكرة مبسطة عن التبويض وغيره من ما قد تشكو منه الفتاة وتنزعج منه على أنه قد تكون هناك أعـــراض مرضية ، ولابد أن تفهم الفتاة أن الدورة الشهرية هي عبارة عن الدم الذي يطرح خارج الرحم كل شهر بعد إفراز البويضة . وأن على الفتاة أن تعلم جيداً أن نزول هذا الدم بقدر ما هو ظاهرة صحية فعلاً .

أمـــا كيفية التعامل مع الموقف نفسه ، ولا بد أن تفهم الفتاة كل المعلومات

فلابد أن تعلم أن عدد الأيام التى يمكن أن يحدث فيها الطمث من ٣:٧ أيام وقد يلحقها يومان آخران إلا أن الفتاة لابد أن تراعى النظافة التامة وأن تحاول أن تستخدم الفوط الصحية الماصة .

كمـــا ينبغي أن ترتاح قليلاً فى هذه الأيام وعلى كل فتاة أن تعرف مواعيد الـــدورة الشهرية بالنسبة لها على أن يكون فى حسبانها ذلك حتى إذا كان هناك بعـــض الأنشـــطة الـــتى ينبغي أن تقوم بها ، فلا بد أن تضع تلك الظروف فى الحســـبان ،كما يجب أيضاً أن تعلم الفتاة موعد الدورة الشهرية الخاص بها حتى يتثـــنى لها أن تلاحظ أن هناك شيء على غير ما يرام إذا حدث نزول فى غير موعده لا قدر الله فتقوم على الفور باستشارة الطبيب .

طـــبعا كـــل هذه المعلومات السابقة ذكرها عليك سيدتي وعزيزتي الأم أن تلقنيها لأبنتك مع إحاطتها بمنتهى الرعاية والعناية حتى لا يكون هناك لجوء إلى الغـــرباء لجمع المعلومات ، أو إجابة الاستفسارات لذلك لا بد أن تشجعي فتاتك على أن تنبئك آلامها وهمومها وتساؤلاتها حتى تشعر بالاهتمام والرعاية وحسن المعاملة .

وإذا كان علينا أن ننصح بناتنا فلا بد أن تكون لدينا المعلومات الكافية حتى ، فلا بد أن تعرفي أنت أيضاً أن كمية النزف الموجودة ليست مع كل فتاة بنفس الكمية ونفس الشكل أو الموعد وإنما تتراوح بين كل فتاة وأخرى ، كما يجب أن تعلمي سيدتي الأم أن الدورة فى بدايتها قد تكون غير منتظمة وخاصة فى السنة الأولـــى ، فقد تكثر عدد الأيام وقد تقل وتحدث كل ٢٧ يوم وقد تزيد أو تقل ... وهكـــذا وعليك أيضاً أن تفهمى ابنتك أن أعراض الدورة الشهرية قد تحدث لها فـــى أي مكان فربما يكون ذلك فى المدرسة أو أثناء رحلة أو حتى وجودها فى

المنزل فعليها أن تتعرف على هذه الأعراض حتى لا تنزعج .

أعراض الدورة الشهرية :

١- الصداع وتقلب المزاج والعصبية والحدة فى التعامل والبكاء

٢- انتفاخ فى الثديين

٣- آلام أسفل البطن قد لا تزول إلا بالمسكنات الخفيفة

٤- إنتفاخ منطقة البطن قليلاً

ولكن ليس هناك علاج لتلك الأعراض إلا بحدوث النزف والتعامل مع الموقف على انه أمر واقع إلى أن ينتهي .

الباب الثاني

المراهقة

ونمو الإحساس الجسدي والعاطفي

عزيزتي الأم ، لابد أن تلاحظي فتاتك ولتعرفي أن نمو الأحاسيس ليس إلا أمـر طبيعى وأن فتاتك لم تخرج عن حدود الأدب واسمحي لها أن تسألك فهي تعـانى مـن الخجـل والتعبير عن نفسها بشكل مفرط فى تلك الفترة فعليك أن تشـجعيها والـتحاور معك بخصوص ما يصاحب تلك الفترة ، فهي مثلاً تشعر بأنهـا بقـدر ما تخجل من التعامل مع الجنس الآخر إلا أنها تريد التعامل معه ورؤيته والظهور أمامه بشكل حسن والاهتمام بمظهرها أمام الجنس الآخر بشكل زائـد ، وعلـيك أن تفهمى ابنتك الإجابة عن بعض تساؤلاتها من خلال الدين الإسلامي فهو يمنع الاختلاط بين الجنسين فى هذه المرحلة إلا فى حدود ضيقة و فـى الضـرورة القصـوى ، فـإن الدين لا يسمح بالتلامس والقرب ، لان الأحاسـيس تكون ملتهبة عارمة فى تلك الفترة وعليك أن توجيهها إلى ممارسة الرياضـة لاسـتنفاذ بعض الطاقات لديها أو القراءة أو الكتابة أو الاشتراك فى ممارسة بعض الأعمال المنزلية مثل الطهي وصنع الحلوى ورعاية الأخوة أو ما شابه ذلك حتى تستفطب بعض هذه الطاقات فيما يفيد .

الفصل الأول

مصادر المعلومات لدى الفتاة

تكون مصادر المعلومات لدى المراهقة من أكثر الأمور خطورة على الفتاة والفتى إذا كانت مصادر غير علمية أو طبيعية وإنما تقوم على استعراض الصور وإثارة الشهوات لأن المراهق يكونا فى اشد حالات سرعة الإثارة فى ذلك الوقت .

١- **الأصدقاء** : الأصدقاء من أقرب الناس إلى المراهق وهم يكونون فى أحيان كثيرة من نفس السن أو أكبر قليلاً وهنا تكمن الخطورة الشديدة فالمراهق يتعلق بصديق أكبر منه قليلاً فيكون التعلق شديداً وبالتالي تكون سرعة الاستجابة لإرشاداته فحذار أن يكون ذلك الصديق أو الصديقة ممن عرفوا بالاستهتار أو عدم التمسك بالخلق الحميد فتكون الكارثة كالإدمان والسهر والانحراف السلوكى ... هكذا .

٢- **الأفلام ووسائل الإعلام** : لا يستطيع أحد منا أن ينكر خطورة وجود تلك الوسائل سيدتي الفاضلة وعليك أن توجهي فتاتك وترافقيها فى الوقت الذى تعطيها المعلومة مع الثقة بالنفس فإن فتاتك سيدتي لديها الشراهة فى حب الاستطلاع والتعامل مع المعلومات وقد تدنو من بعض التجارب التى يحكى عنها الفتيات لذلك سيدتي لا بد أن تتابعي المجلات والصحف اللاأخلاقية التى قد تدخل البيت وتحاولى أن تغنيها عن استسقاء المعلومات من وسائل الإعلام هذه وتكتفي بالمعلومات والنصائح التى تعطيها أنت لها بشكل به تحاور وجديه وسرور فى نفس الوقت

حتى لا تشعر الفتاة أنك تلقينها دروساً فى الأخلاق بشكل ممل .

فجميع وسائل الأعلام تتفنن فى إعطاء المعلومات بشكل يحمل الكثير من إضرار والجذب وخاصة لهذه السن الحرجة ،وهى تلون وسائل عرض المعلومة من صور غريبة وفاضحة إلى أفلام ذات طابع صارخ أو حتى أفلام تدنو من التدنى الأخلاقي لابد أن تشعريها بخطورة التعامل مع هذه النوعيات حتى لا تشارك زميلاتها ذلك .

٣- **الدين الإسلامي** : وجهى ابنتك ناحية الدين فهي قادرة على القراءة والمناقشة ولا تجعلي مصدر المعلومات أنت فقط أو أن تكون المعلومات علمية فقط لكن يجب أن تكون دينية أيضاً وأن تكون لديها شعور ديني ، ويقول علماء النفس أنه فى هذه الفترة تلجأ الفتاة للدين وتجد فيه ملجأ الأمان وسط غمار القلق والنفسي الذى يعتريها وعندما تلجأ الفتاة للدين تشعر بالأمان وتهدأ اضطراباتها الانفعالية فتبدأ باستعادة الأفكار والمبادئ الدينية التى تلقنها منذ طفولتها ومع شعور الفتاة المتزايد بالسكينه يزداد تعلقها بالصلاة وتلاوة القرآن وارتداء الحجاب وفى نفس الوقت تميل لأن يكون لها أكثر من هواية مثل الرسم أو القراءة أو جمع الطوابع وتدريجياً تتحدد هذه الهوايات مع سن الرشد وقد تتوقف عنها جميعاً ومن الناحية العقلية يصبح تفكير الفتاة أعمق وأكثر نضجاً وتتكون لديها تدريجيا القدرة على اتخاذ القرارات والتفكير النقدي فيما يقوله الآخرون .

٤- **المجتمع** : عزيزتى الأم ستتجه فتاتك إلى المجتمع المحيط بها كرد فعل لعوامل النمو والنضوج فهي تريد أن تقابل المجتمع وتتعامل معه على أنها فتاة وليست طفلة ، ويشير لك عزيزتي الأم خبراء التربية أي أنه من الناحية الاجتماعية تسعى الفتاة المراهقة لتأكيد ذاتها وسط المجتمع الذى تعيش فيه سواء البيت أو المدرسة وتحرص على لفت الإنتباه إليها بأشكال مختلفة وأحد هذه

الأشكال هى التحرر من سلطة الأبويين أو المدرسة أو حتى الأشقاء الأكبر سناً.

وتــزداد رغبتها فى الاستقلال والتحرر ويتحول ذلك إلى شكل من أشكال الــتمرد أو الغضــب أو الجدل مع من حولها إلا أن أكثر ما يعيق المراهقة عن تحقــيق ذاتها فى هذه الظروف هو شعورها الزائد بالخجل وفى بعض الأحيان يقــترب هــذا الشعور من إحساس غير حقيقي يدفعها إلى إحاطة نفسها بالسرية والكتمان وتضطر طوال فترة الطمث إلى الانسحاب من المجتمع ويتقلب مزاجها بســرعة فأحــياناً تكــون سعيدة ومزهوة بنفسها ، وأحياناً تكون مكتئبة ويائسة وحزيــنة بــدون سبب واضح إلا أن ذلك لا يمنعها فى نفس الوقت من العناية بنفسها مدفوعة للوقوف أمام المرآة لفترات طويلة .

ولــك عزيزتي الأم بعض النصائح التى ينصح بها علماء النفس والاجتماع والتــي جمعــناها من عدة مصادر ، أنه على الفتاة المراهقة فى هذه الفترة أن تــدرك أن مــا يمر بها من تغيرات نفسية وعضوية وحتى الأفكار الجديدة التى تنتابها هى تغيرات طبيعية تمر بها كل فتاة ومن الأمور الهامة فى هذه المرحلة أن تــتعلم الفتاة الأفكار الشرعية المتعلقة بفترة البلوغ والمراهقة ومن أهمها أن الفــتاة بمجرد دخولها إلى هذه المرحلة صارت مكلفة شرعا بالحجاب والصلاة والصــيام وســائر العبادات .. كما من الضرورى أيضاً أن تتعلم الفتاة فى هذه الفترة أحكام الحيض والطهارة وصفة الغسل الشرعية ولا حرج عليها أن تسأل وتتفقه فى أمور دينها .

كما ينبغي أن تعلمي ابنتك عزيزتي الأم فى هذه المرحلة الاهتمام بالنظافة الشخصية مثل الاستحمام والطهارة بعد قضاء الحاجة وتقليم الأظافر ونزع شعر الإبــط والعانة وأن تفكر الفتاة جيداً قبل أن تختار صاحباتها لان الصحبة الطيبة

الصالحة هى التى تساعد على تنمية الشخصية وكسب الأخلاق خاصة وأن الفتاة فى هذه الفترة تتأثر كثيراً بمن تصاحبهن فالصحبة الطيبة هى التى تساعد على تنمية الشخصية .

٥- **الأسـئلة حول الجنس** : إذا كانت فتاتك تتخذ منك صديقة حقاً فلا بد أن توجـه لك أنت بعض الأسئلة التى تسميها أنت أسئلة حرجة . فقد تطرح سؤالاً عـن علاقة الذكر بالأنثى فى تلك المرحلة وإلى أين يجب أن تصل أو تقف إنها الحـياة العملية بالنسبة للفتاة وعليك أن تجيبيها بدون أن تنهريها أو تصيحي فى وجهها بـأن ذلك من أكبر الكبائر عند الله فى الدين الإسلامي ولكن عليك أن تحدثيها بالإقناع والهدوء قضية التعامل مع الجنس الآخر بشكل مفرط ، أو تكون مـتحررة مـن الملابس أو تكون مستهترة بتلك التعاملات حتى لا تقع فى مغبة الخطأ وعليها أن تطلع على سلوكيات المسلمات المرغوبات المتمسكات بالكتب الدينـية حـتى لا تكون نهباً لأحاسيس تلك المرحلة من فوران وهيام وتخيل أن جميع هذه الأحاسيس يمكن أن تكون حباً صادقا هادفاً ، وإنما لا بد أن تفهم الفتاة أن تلك المرحلة ستمر مرور الكرام إلى أن يحل العقل محل الاندفاع ، ولا بد أن تشيري سيدتي على فتاتك أن لديها ظاهرة "الكف الجنسي " وقد حباها الله للأنثى حتى تكف عن الاندفاع نحو الجنس الآخر فى لحظة ما وهذه الظاهرة هى نوع مـن الحـياء الذى يقلب العقل فى لحظة ما ويؤثر الابتعاد وعدم الانسياق وراء الهفوات وذلات الاندفاع العاطفى، ولا بد أن تفهم الفتاة أن هذه مجرد مرحلة فى حـياتها فقـط وليست هى الطبيعة العادية إلى أن تصل إلى سن النضوج حتى تكـون جميع الأمور لديها فى نصابها السليم ، فيكون العقل وما يميزه والعاطفة وما يميزها والاتزان والهدوء والانضباط فى جميع التصرفات .

الفصل الثاني

المراهقة والحب

عزيزتـــي وصـــديقتى .... أم الفـــتاة ، مـــاذا سيدتي عن الحب أثناء فترة المـــراهقة وماذا عن الأسئلة التى توجهها لك ... ثم ماذا عن شرود الفتاة دائما ... ماذا عن الاستغراق فى أحلام اليقظة ... ثم ماذا عن الحب فعلا إذا توجهت فـــتاتك فعـــلا بقلبها وعواطفها إلى أحد الشباب من الجيران أو الأقارب أو حتى أصدقاء النادي أو قد تعرفت فيها على شاب أثناء بعض الرحلات أو المناسبات سيدتي لا بد أن تفتحي أنت الموضوع مع فتاتك حتى تشعر أن هذه أعراض أو عـــوارض عاديـــة جـــداً والـــنمو الجسدي والمظهري يصاحبه اضطربات فى العواطف والانفعالات والأحاسيس .

ما هو موقف الأم من الأسئلة عن الحب ؟

علـــيك ســـيدتي أن تفهمي ابنتك جيدا أن الحب فى حد ذاته ليس عيباً ولا حراماً .. وأن العواطف الإنسانية خلقت لكي تنطلق ولكن يجب أن توجه قبل أن تنطلق ، ولابد أن تعطيها بعض الأمثلة من الحياة حولها ، فهي مثلا تحب والدها وأنـــت تحبي والدها ، وأخيها ، وهى تحبك ، وأنت تحبينها وأنتم جميعا تحبون الجد والجدة أو بعض الأصدقاء أو الجيران وهكذا .... إذا لن تنكري عليها هذه الكلمـــة فى حد ذاتها كلمة "الحب " والله سبحانه وتعالى قد أشار إلى كلمة الحب وعاطفة الحب فى كتابه العزيز فقد جعل الله سبحانه وتعالى الحب عنوان علاقته بأفضـــل مخلوقـــات وأقربهم إليه وهو الإنسان فحين أخبر عن حالهم ووصف

علاقـــته بهـــم وعلاقتهم به سبحانه وتعالى قال سبحانه وتعالى فى سورة المائدة "يحـــبهم ويحبونه " سورة المائدة أية ٥٤ ، وقد جاءت كلمة الحب فى الأحاديث النبوية الشريفة كثيراً واليك هذا الحديث كي تستشهدي به على أبنتك العزيزة فقد جعـــل الرســـول عليه الصلاة والسلام الحب أساس الإيمان به جل شأنه فقد قال صلى الله عليه وسلم فى حديثه " **لا يؤمـــن أحدكم حتى أكون أحب إليه من ولده ووالـــده والناس أجمعين** " فلا بد سيدتي أن تؤكدى لفتاتك أن الحب ليس حراما بـــأي حال من الأحوال فالإسلام والدين والأخلاق لا تحرمها حقها الطبيعي فى الحـــب ولكن ... كيف توجهه تلك العاطفة الجياشة التى تتعرض لها أثناء فترة المـــراهقة ؟ وكيف تهذب من اندفاعاتها وكيف تتعامل مع الجنس الآخر وكيف تدخـــر تلك العاطفة لحين النضوج الكامل النضوج العقلى والجسدي والعاطفي ، كـــل هـــذه الاتجاهـــات الفكـــرية لابد أن تتعاملي بها مع فتاتك حتى لا تكبتي مشاعرها بشكل مرضى حق أن هناك بعض الأمهات يهربن من هذا الموضوع باعتـــباره عيـــب ودرب من الحرام ، وهو نوع من اللهو الذى ينهي عنه الدين والفقه .

لهذا سيدتي نحن نوجه إليك رسالة كيفية التعامل مع هذا الموضوع وكيفية توجـــيه فـــتاتك وكيفية التعامل مع تلك العواطف الجياشة وما هى ملامح توجه فـــتاتك إلـــى الحب حتى أننا لنرى ونسمع هذه الأيام أن بعض الفتيات يتوجهن بالحـــب إلى فتاة مثلهن لشدة تحذير الأم من التعامل مع الجنس الآخر لذلك نجد الاتجاهات والسلوكيات الخاطئة والتعاملات الشاذة ، حتى لأنك إذا وجدت ابنتك لديها أحد الهدايا فتطمئني أن صديقتها قد أهدتها إليها ثم تزداد هذه الصداقة حتى لـــتجدي أن فـــتاتك تقضى أوقاتاً كبيرة جداً مع صديقتها حتى تجدي أنها تسمع كلامهـــا وتطـــيعها طاعة عمياء حتى لتجدي ابنتك منقادة إليها بشكل مرضى،

وللأسف تجد بعض الأمهات أن هذا الانقياد لا مانع منه بل أنك ترتاحين دائماً إلى توجهات فتاتك حتى تنصرف عن التعلق بالجنس الآخر، فيحدث مالا يحمد عقباه وللأسف نجد أن هذه الظاهرة منتشرة فى بعض المدارس أو تجمعات الفتيات وعليك عزيزتي أن توجهي نصائحك إلى فتاتك ومتابعتها بكل عقلانية وتفتح واعتدال .

ما هي صعوبات التعامل مع حب الفتاة ؟

إن هذا الأمر ليس صعبا على الإطلاق فيجب أن توضحى لفتاتك أن الحب قد أشير إليه فى القرآن والأحاديث النبوية الشريفة وأن بعض الأنبياء أشاروا إليه فإن إبراهيم عليه السلام الذى كان يحب زوجته السيدة سارة حبا شديداً حتى أنه عاش معها ثمانين عام رغم أنها كانت عاقراً ، إذا فالحب والتمسك لا خلاف على وجوده وكان مشهوداً للنبى محمد صلى الله عليه وسلم حبه للسيدة عائشة وتعلقه بها أكثر من باقي زوجاته ، رغم أنه كان يعدل بينهن إلا أن قلبه قد تعلق بالسيدة عائشة ، كما أحب أيضاً فى مقتبل عمره السيدة خديجه رضي الله عنها .

إذا فإن الدين لم ينكر علينا الحب ، ولكن فى عصرنا الحديث قد اختلطت بعض الأمور بسبب توجه بعض وسائل الأعلام للكسب السريع عن طريق استقلال هذا القطاع السني من المراهقين واستغلال طاقتهم العاطفية فى التلاعب بأفكارهم وتوجيهاتهم وإرشادهم إلى الشذوذ أو التعاملات والتوجيهات الشاذة أو حتى التوجيهات العادية ولكنها فاضحة الشكل والمظهر حتى لتصل الأمور إلى التعاملات غير الشرعية، باعتبار أنه لابد من التجربة والإشباع والممارسة الجنسية والعاطفية دون أن تراعى الشكل الاجتماعى والديني والأدبي ، فلا تتركى سيدتي العزيزة فتاتك تهبا لتلك الوسائل الغريبة حتى لا تفقدي فتاتك ،

فنحن نوجه إليك ألا تغلقي عليها النوافذ باعتبار أن الحب شيء غير مرغوب فى وجوده على الإطلاق وإنما الحب موجود بدليل حبك لوالدها ولكن لابد أن يوجه وإذا كانت فتاتك تسأل عن الحب فى فترة المراهقة المبكرة من سن العاشرة حتى سن الخامسة أو السادسة عشر فالأمر هنا سهل وبسيط لأن أبنتك لديها ما يسمى " الكف الجنسي " أو الحياء فالتوجه إلى الجنس الآخر إلى حد كبير هى تعتبره نوع من أنواع " العيب " وهى نفسها تجعل التعامل مع أقرانها من الجنس الآخر فى حدود ضيقة حتى وإن كانت فى مدارس التعليم المشترك فهي تخجل من تلقاء نفسها وهى تضع الحواجز بينها وبين الجنس الآخر بشكل تلقائي إلى جانب بعض نصائحك فى المنزل فأنت غالبا ما توجهي إليها النصح بعدم الاختلاط المبالغ فيه مع الجيران من الجنس الآخر ، أو المكوث لدى الجيران وقتاً طويلاً بحجة المذاكرة ، طبعاً كل هذه النصائح توجه إلى الفتاة لكيفية التعامل مع الجنس الآخر من الأولاد أو الفتيان من الأقارب والأصدقاء والجيران فكل هذه لنصائح لا تبخلي بها على فتاتك ولا تتجاهلي مثل هذه الأمور بحجة إنها مازالت صغيرة ولن تتعرض لمثل هذه النصائح أو المواقف، .... لا سيدتي فكل ذلك يحدث فى لحظات فان جسم الفتاة يشتعل ناراً بمجرد ملامسه الجنس الأخر ونفس الشيء ينطبق على الفتى أو الكبار ولن أحول القول لأقوال ما يحدثه الموقف الذى قد يدمر حياتها ولكن ينبغي أن أقول ، أن الحب قد يصل إلى حد التعامل الجنسي وأن الجنس قد يترجم على أنه مشاعر من الحب الملتهب ، فأنا هنا لابد أن أوضح لك أنني أتحدث عن الحب ولكن الفتاة نفسها لا تستطيع أن تفرق بين الحب والاندفاع العاطفي نتيجة المرحلة السنية التى تعيشها وهنا يكون دورك بدوام متابعه فتاتك ومصاحبتها وعدم تركها وحيدة فترة طويلة حتى لا تلعب بها الهواجس باعتبار أن ابنتك (متربية) لا سيدتي فإن الخطأ قد يكون لحظة ... مجرد لحظة .... ولا تتم المعالجة بالعقل

والحكمة فيصبح الخطأ الصغير أو مجرد الخطأ انغماس كامل فى دنيا الأخطاء فمـــثلاً إذا حدث وأخطأت إحدى الفتيات الصغيرات أو من صغيرات المراهقات أو اللاتـــي يعشن مرحلة المراهقة المبكرة وجدت تلك الفتاة نفسها فى موقف ما واندفعت إلى موقف خاطئ ولم تجد من حولها من يستوعب الموقف من الكبار والكل تخلى عنها ماذا تفعل تلك الفتاة ؟؟؟؟

ستندفع تلك الفتاة إلى الخطأ بكل قوتها وعواطفها فتكون كمن نسمع عنهن مـــن المـــندفعات فـــى طريق الخطأ من فتيات الملاهي وغيرها من المهن غير المحـــترمة أو الفتـــيات المستهترات ، كل هذا يكون تحت مسميات كثيرة لذلك راعى أن تحتوى ابنتك حتى لو أشارت إلى بعض الأخطاء التى وقعت فيها أما إذا تحدثـــت عن الحب فقد أشرنا إليك بما يجب أن تفعليه ،لكن ماذا عن مرحلة المراهقة المتأخرة ، فلنجعل ذلك عنوان الفقرة القادمة .

مرحلة المراهقة المتأخرة :

ولكن ماذا سيدتي الأم الحبيبة إذا كانت فتاتك فى مرحلة المراهقة المتأخرة أي بعـــد ســـن السادســـة عشر إلى سن الرشد مثلاً ماذا إذا علمت أنها تحب أو تسألك مثلاً عن الحب باعتبار أن كل فتاة تعدت السادسة عشر تعتبر نفسها أنثى كاملـــة الأنوثـــة ومن حقها الحب ، فهي تعتبر نفسها من النضوج بما كان حتى لتعطى نفسها الحق فى التفكير فى الزواج .

فالأمر فى هذه الحالة قد يكون السهل الممتنع حيث أنك فى مرحلة المراهقة المبكرة فتستطيعي إقناع فتاتك أنها غير مؤهلة للزواج لذلك فان الحب درب من اضطرب العواطف .

أما الفتاة بعد السادسة عشر فهي قد تكون مؤهلة للزواج أو ترى نفسها أنها

وصـــلت لحالة من النضوج العاطفي بحيث نجد أن الحب الذى تتوجه إليه يمكن هـــى أن تنـــتظره قليلاً أو تتوجه إلى هذا الحب بالإفراط فى العواطف وبالتالى الانفـــلات الأخلاقـــي لتصـــل إلى درجة اللقاءات الخفية التى تغلب عليها طابع الاندفـــاع أو الـــتعامل مع الجنس الآخر تحت خديعة الزواج العرفي أو ما شابه ذالـــك ، ولكن كل هذه التصرفات تحمل فى مضمونها أن فتاتك تخلط بين الحب والـــنداء الجســـدي وهو الجنس ، وهى غالبا تكون فى هذا التصرف مستجيبة للطـــرف الآخـــر لأن الشاب فى هذا العمر يتخيل أن الحب هو اللقاء الجسدي والكلام الجسدي بأي وضع من الأوضاع ، فالشاب لا يجد أن الحب مجرد لقاء طاهر برئ وإنما معظم الشباب الحب لديهم يعنى أكثر من المراسلة أو المشاهدة أو متابعة أخبار الحبيب لذلك سيدتي أرجو أن تناقشي دائما فتاتك بأنك لا تنكري علـــيها الحـــب ولا العاطفة ، وإنما بحسن الابتعاد لوقت ما وعليك أن تطرحي عليها الأسئلة الآتية :-

- هل الحبيب أو المحبوب فى حالة يسر مادي يسمح له بالزواج ؟
- هل أنت يا فتاتي تستطيعي تحمل أعباء ومسئولية الزواج ؟
- هل العاطفة وحدها تكفى لبناء منزل سعيد وإنجاب أطفال ؟
- هل جسدها يتحمل أعباء المنزل والواجبات الزوجية ؟
- وأيـــن خوفك على الحبيب إذا كان شاباً صغيرا مثلك ألا تريدين له أن يكون زوجاً بكل أعباء الزواج فى هذا السن ؟
- ألن يستطيع الحبيب أن ينتظرك حتى تنتهي دراستك ؟
- ألن تستطيعي انتظاره حتى ينتهي من دراسته وتستقر عواطفه ومشاعره لـــيكون اختيارك له واختياره لك به شيء من النضوج والمحبة العميقة

التى تنم عن الحب الصادق وليس إندفاع شهوات الجسد ؟

- ألن تحاولى أن تمرحي وتقضى هذه المرحلة من حياتك بحرية وانطلاق بـــرزانة وخفه دون أن تعيش مراحل الحب من سهر وسهاد وانصراف الحبيـــب ولهـــوه بحـــبك فلتكونـــي تلك الفتاة العاقلة المتزنة التى تدخر عواطفها لزوج المستقبل حتى يكون حبك ناضجاً راسخاً مستقراً ؟

وعلـــيك بعد بعض جلسات المناقشة التى تصاحبن فيها فتاتك أن تشجعيها على الحديث معك والفضفضة لك حتى لا تنشأ لديها قصة حب فى الظلام دون أن تجـــد لها قبلة تتوجه إليها فى حيرتها سوى الصديقات أو الحبيب نفسه ، وقد يكـــون الحبيـــب رجـــلاً يافعاً يلعب بعقل ابنتك وليس شاباً مثلها فتكون الطامة الكـــبرى لأنه لديه عوامل إقناع الفتاة بما لديه من حجة ونضوج سني لذلك لابد أن تكوني عزيزتي الأم صديقة حميمة لفتاتك حتى تحميها فى الوقت المناسب إذا كانت تلجأ لك .

- كما أنني أردت أن أتحدث فى نقطة أخرى قد تكون غافلة عنك أنك لابد أن تدققـــي على فتاتك الكثير من مشاعر الحب والاهتمام وتحاشى عدم الاهـــتمام والتوبيخ الدائم ، ولا بد أن يتبع ذلك السلوك والدها وأخواتها من البنين والبنات فلا تكثرى من العتاب والتأنيب فى كل كبيرة وصغيرة ولا تدللـــي بالشـــكل المبالغ فيه ولا تنتقدي دائما مظهرها ، حتى بعض أولياء الأمور كالوالد والأخ مثلاً غالبا ما ينتقدون شكل الفتاة ، فحاذري من مضي هذا التصرف أثناء مرحلة المراهقة المتأخرة ، فنجد أن الأبنه أو الفتاة تستجيب سريعاً لأي من عبارات الإعجاب والاستحسان ، فنجد أن المصدر الأوحد للإطراء هو الاتجاه الخاطئ.

حيث نجد الكثير من الشباب يوقعن بالفتيات بهذا الأسلوب حيث يتجهن إلى إلقاء عبارات الإطراء أو الإعجاب أو التركيز على ملاحظة مفاتن الفتاة واطلاق عبارات الغزل والانبهار حتى لتصدق الفتاة أو لتكون هى كذلك جميلة فعلاً فتندفع وراء هذه العبارات مستجيبة له لأنها لا تسمع هذا الكلام من المحيطين بها فيكون الاستهتار وسرعة الاستجابة فنجد أن المرأة أو الأنثى تحب بأذنيها والرجل يحب بعينيه .

ماذا إذا وقعت المشكلة فعلاً :

لابد أن توجهي لفتاتك إجابات قد تدور أسئلتها فى رأسها فيجب ألا تهرب من المشكلة فإذا أحست بقرب وجود مشكلة ، وليس وقوع المشكلة فعليك أن تضعي الأسئلة أمامها وتجيبي عليها لكي تعطيها معلومة غير مباشرة قد ترجعها عن طريقها:

- ليس كل أصناف الحب يُتهم ويدان عزيزتي إنما يتهم فقط ذلك النوع الذى ينشأ ويستمر فى الظلام ولعلك تعلمت أن كل ما ينشأ فى الظلام يختنق ولا ينتهي إلا فى ظلام أشد منه .
- وما المشكلة عزيزتي ؟ إنها علاقة خاصة جداً ومن حقي الاحتفاظ بخصوصياتي !

نعم عزيزتي إنها علاقة خاصة جداً ومن حقك الاحتفاظ بها لنفسك وإن استطعتي ألا تتعدى الحدود .

- وما هى الحدود ؟ عزيزتي

ألا تتصلي بالحبيب أو تقابليه فى غفلة من والديك (أو ولى أمرك) فهذه

أميرتـــي خـــيانة لهما وعقوق فى نفس الوقت ، وألا تتعمدي مقابلته على إنفراد بحيث تحدث بينكما خلوة ، فيكون الشيطان ولا قدر الله هو ثالثكما .

- وماذا يحدث صغيرتي عندما تتعدى هذه الحدود ؟
- تحدث أضرار عديدة سلمك الله وعافاك منها

وعندما تسألين صغيرتي ما هى هذه الأضرار ؟

أقـــول لك ستفقدين احترامك لنفسك ، وبمرور الوقت ستكرهينها وما أقساه مـــن شـــعور وستنتقدين احترامه لك .... ولكن لن يعلن ذلك بالطبع لأنه يؤثر قـــربك ويشبع شهواته وستفتقدين أيضاً احترام أهله لك لو حدث أن تزوجتما فى المستقبل .

وعـــندما يحدث هذا سيغضب منك الله سبحانه وتعالى لأنك خالفت تعليماته الـــتى بينها لنا من أجل مصلحتنا وليس من أجل التضييق علينا ... وغضب الله مـــنك معـــناه إمـــا أن يمهلك إلى حين لعلك تتوبين ، أو يجعل لك العقوبة ، أو يتركك لنفسك والشيطان .... ثم يحاسبك يوم القيامة .

وستبدأ اتجاهاتك فى أن تأخذ شكلاً جديداً يغلب عليه التوتر والقلق والترقب والخـــوف من أن يكتشف أمرك ، والخوف من أن يغدر بك الحبيب ، أن يوقع الشـــيطان بينكما مالا تحمد عقباه .... ونتيجة لذلك تبدأين بتفضيل العزلة والبعد عن أقرب الناس إليك حتى والديك .

وســـتكونين صغيرتي قد بدأت فى حكاية أشبه بلعبه التزحلق للأطفال ، من بدأهـــا كان من الصعب عليه أن يقف قبل أن ينهيها وستصبح سمعتك أيضاً فى هـــذا الوقت فى خطر لأن الكثير من الشباب يتفاخرون بعلاقاتهم العاطفية أمام أقرانهم ... وهل تحتمل فناه فاضلة مثلك أن تعيش بسمعة سيئة .

وقد يكون حبك كله مخاطرة لأن غرض الحبيب منك قد لا يكون هو الحب والعواطف كما هو غرضك ، وإنما قضاء شهوة ملحة أو مجرد التسلية ، أو الانتقام لنفسه من حبيبته السابقة فعلت به ما فعلت !

وإذا كان لا يرضى أن يحدث هذا مع أخته أو أمه فلماذا يرضاه لك ... وكيف ترضينه أنت لنفسك لماذا يفعل معك الفاحشة ؟ فان احتمال زواجه منك فى المستقبل ضعيف للغاية ، وأنا أعتقد صديقتي أنك ستسألين لماذا؟

وأنا سأجاوبك لأنه سيفكر كثيراً فى خيانتك لثقة والديك وكذبك عليهم كي تاقبليه ، ولن ينسى خلوتك به دون علمهم ومن ثم فإنه سيفقد ثقته بك ولن يصدقك أبداً ، حتى لو تزوجتما فإن الحياة الوردية التى كنت تحلمين بها ستنقلب إلى جحيم من الشك والغيرة والمشكلات التى لا تنتهي ولك أن تراجعي نسب الطلاق بين من تزوجوا بعد علاقة حب خفي قبل الزواج .

وسأذكر لك صديقتي إحصائية منها أجريت فى جامعة القاهرة كان مفادها أن ٨٨% من هذه الزيجات ينتهي بالإخفاق

وكيف نتجنب الخطر ؟

يجب يا صغيرتي هو أن توقفي الخطر قبل بدايته .

فإن الأمر يبدأ بنظرة ، فإن غضضت بصرك عن كل من ينظر إليك بإعجاب أو محاولة الحصول على السماح له بالاقتراب منك ففي هذه الحالة ستنجو أنت بنفسك.

فإذا رأى إصرارك على غض البصر والسير فى الطريق الصحيح فإما أن يبحث عن غيرك من المتساهلات فى أعراضهن ، وإما أن يكون قد أحبك بالفعل

وفى هذه الحالة ، فإنه سيزداد لك احتراما وسيرى أنك جديرة بأن تفوزي بلقب زوجته وأم لأولاده فى المستقبل .

صـــديقتي الأم الغالـــية ، لا شك أن فتاتك تهمنا كمفكرين وكتاب لأنها وإن تعلقـــت باتجاه شاب أو رجل وإن اتجهنا فى حياتها اتجاهات سلبية ، كانت هذه عدوى استشرت بين فتيات جيلها وهن أمهات المستقبل والمؤمنات على مستقبل أجـــيال قادمـــة ، فالفتاة ليست فتاتك وحدك وعلى الصعيد الآخر فالشاب أيضاً يصول ويجول فى جنبات الحيرة والتخبط ويدنو من ساحات الانهيار ، فالرجل أو الشـــاب الذى يستجيب أثناء مرحلة المراهقة لعواطفه وانفعالاته الجسدية ولا يجد من يوجهه فهو شاب قد يصل إلى حد الفساد الاخلاقى وإذاً هنا هى عملية مـــزدوجة فإن فتاتك عندما تكون فى خطر فإنه على الصعيد الآخر يكون هناك شـــاب آخر على حافة الخطر أيضاً ، فما بالك بانتشار المفاسد فى المجتمع على مســـتوى الشـــباب والفتـــيات إنها طامة كبرى تصيب قطاعا عريضا من نسيج المجـــتمع ، وبالتالي ينشأ الشباب على الاستهتار والاستهانة واللامبالاة ، ولذلك اسمحي لي عزيزتي وصديقتي أن أوجه أنا الحديث لفتاتك بنفسى وعليها أن تقرأ هـــى نصـــائحي لأن قطاعا عريضا من الشباب والفتيات يثقن أكثر بما هم فى الخـــارج كالصديقة أو الصديق ، ونجد أن الصديق ليس بأكثر علما منه وليس بأكثر حبا لفتاتك أكثر منك ولكن للأسف فإن شبابنا يعطى اهتماما أكبر لأقرانهم أكـــثر من والديهم وهذا لفقدان الثقة بين الجيلين ، لهذا اتركى لي فرصه التعامل ومناقشـــة فتاتك بنفسي ، فإن المجتمع بحاجة إلى هذا الجيل فهو عماد المستقبل ولا بـــد أن يتقبل هذا الجيل بمختلف المجهودات والآراء حتى يكون صلباً قوياً بثقافـــته الدينية والمجتمعية الصحيحة حتى لا يكون نهبا لتيارات الغرب الفكرية التى تدنو بنا من عالم التخلف والتشتت والانهيار ، فلتعطيني أذني فتاتك .... ،

لأن حديثى ألا تقع الفتاة فى الحب ، ولكن ماذا إذا حدث هذا فعلاً ؟

* همسة فى أذن المراهقة (مرحلة المراهقة المتأخرة)

فتاتـــي وصديقتي إنني أم مثل والدتك تماما وقد آليت على نفسي الاستماع إلـــيك و إلـــى نبضات قلبك ، و استنفار عقلك حتى أكون لك منارا ونبراساً من خـــلال ثقافتـــي الدينية والمجتمعية فلدى شابة مثلك يتسع لها صدري فى معظم الأحيان وأدنو منها لأحتويها ، وابتعد عنها وأراقبها دون ضيق لتشعر بالمتابعة فقط وليس الاختناق ، فهي تشعر أنى أساندها وأحيط بها بخيوط من حرير حتى تنضـــج وتشب ونقترب من عالم الأنثى الكاملة الهادئة الأنيقة العاقلة الرزينة ، فلتـــثق بنفسها ولتوجه عواطفها لمن يستحقها على سنه الله ورسوله حينما تكون لديها المقدرة على تحمل المسئولية فإليك أذني يا فتاتي أسألي وأنا أجيب .

١- أنـــا دائما ما اسمع نصح أمي ولكن ماذا أفعل إذا كنت أنا وقعت فى حـــب صـــديق من أصدقاء النادي وهو يبادلني حبه وإعجابه جيئة وذهابا فماذا أفعل وأنا قاربت أن أستجيب له ؟

أختـــي وابنتي إن كنتما فى مقتبل الشباب وطريق الزواج لا يزال طويلاً ، فتحدثـــي مـــع أمك أو من يقوم مقامها عنه ، ويمكنكما أن تتحدثا إليه معاً عن المســـتقبل، فـــإذا أبدى رغبته فى أن تكوني رفيقة عمره وشريكة حياته ، كان جديـــراً بحبك له ومن هنا تبدأ رحلة كفاحكما من أجل تحقيق هذا الهدف السامي وذلـــك الغرض النبيل وفى هذه الحالة يمكنكما الاطمئنان ومعرفة أحوالكما من خلال أخته أو باتصاله بوالداتك مثلاً .

واعلمـــي يـــا فتاتي أنكما إذا سرتما فى هذا الطريق ،فإن الله يكون معكما

ويـــبارك لكما خطواتكما ويكلل سعيكما بالسعادة والهناء والتوفيق (فمن كان الله معه ... فمن عليه ؟ ومن كان الله عليه فمن معه)

أما إذا هرب وأختلق الأعذار . فاعلمي أنه لا يستحق حبك ولا اهتمامك ولا احـــترامك ، وانك لو تمسكت به فلن تتزوجيه إلا بأمر الله مهما فعلت ، وهل يا فتاتي تتوقعين أن يربط بينكما الله بالسعادة والبركة وأنتما تعصيانه ؟؟.

ولكن يا صغيرتى احذري . احذري أن يوهمك بأنه محتاج إليك ... أو أنه لا يستطيع الحياة بدونك .. أو غير ذلك مما يحتال به الشاب المراوغ على الفتاة البريـــئة ، وأعلمي تماما أنه لا يوجد أحد لا يستطيع الحياة بدون أحد . كما أننا يـــوم القيامة سوف يحاسب كل منا على حدى فهل سيرضى أن يحمل عنك من أوزارك يوم القيامة ؟

٢- فماذا لو تعرفت على شاب دون علم أهلك ؟

صـــغيرتي فـــى هـــذه الحالة يمكنك بعد إلحاح منه ــ أن تخبرينه دون أن يخـــتلى بـــك بأنك ستنتظرينه حتى يستطيع التقدم إلى ولى أمرك خاطباً ، وأنه يستطيع الاطمئنان عليك بطريقته بدون أن تغضبا الله ، وعليك دائماً بالدعاء له بأن يهئ الله له من أمره رشداً ، وأن يجمع بينكما على خير وتذكري دائما وعد الله تعـــالى "ومـــن يتق الله يجعل له مخرجا ويرزقه من حيث لا يحتسب "ومن أوفى بعهده من الله؟؟!!.

فـــيا صغيرتي الفتاة العاقلة مثلك لا تؤمن بالحب من أجل الحب ... ولكنها تؤمن بالحب كمقدمة للزواج !!.

والله سبحانه وتعالى يقول فى الحديث القدسي : " كن لي كما أريد أكن لك

كما تريد !!.

ولكن يا فتاتي كيف تتغلبين على المحنة إذا طالبتك أمك بقطع هذه العلاقة ؟ أو اكتشفت أنت نفسك أن هذه العلاقة درب من الهراء وعدم الجدية ؟

حيـــن ذلـــك إلجئي يا فتاتي إلى الله واطلبي منه المعونة وأن يلهمك الصبر والمصابرة ، فهو خير المستعان .

واصـــطحبي يـــا فتاتـــي الصـــاحبات الطاهرات العفيفات الفاضلات مثلك لتتعاونوا جميعاً على الفضيلة وابتعدي عن مصاحبه رفيقات السوء ، ولا تلتمسى لهـــن الأعـــذار فـــإن لم تفعلى مثلهن فإن سمعتهن السيئة تصيبك ولا تنسى أن الشيطان صنفان : شياطين الإنس ، والجن .

وابتعدي بقدر الإمكان عن قصص الحب الملتهبة التى تبثها وسائل الإعلام من إذاعة وتليفزيون ومجالات صاخبة بصور شباب وفتيات فى أوضاع عاطفية مغـــرقه فى الإباحية فأنت فى هذه الفترة تكون مرهفة الحس شديدة الرومانسية رقـــيقة القلـــب مشـــتتة العقل ... ولا ترى عينك سوى الحبيب فأنت تريه فى شخصـــية أبطـــال هذه الأفلام على أنه هو الفتى الأوحد أو قد يصور لك خيالك هذا، صديقينى يا فتاتي إنها مرحلة سوف تنتهى بكل تبعاتها ومعاناتها على شرط أن تسمعي نصيحة والديك .

أعيدي ثقتك بنفسك وأعزى نفسك ولا تكوني فتاة مستهترة سريعة الاستجابة للحظـــات لهو الشباب اعتقادا أنه رجل مكتمل الرجولة فلا تكوني حقل تجارب للآخريـــن كالشيء الذى يستعمل لمرة واحدة ثم يلقى به مهملاً ولا تهينى نفسك وأعـــزى نفســـك مرة أخرى ولتجعلي لنفسك وجهه تستطيع بها توجيه طاقاتك للمرور بتلك المرحلة بسلام اكتسبي مهارات جديدة ضعي فيها اهتمامك وأرتقي

بمستواك الفكري والعقلي .

بأن تمارسى الهوايات المختلفة سواء رياضية أو ثقافية أو يدوية أو غيرها ... مـــع الحرص على التفوق فى الدراسة بنية وأن تكوني مسلمة فطنه واعية ، قويـــة ، وبرك بوالديك فتتالي الأجر والثواب عن كل ما تقومين به من مجهود وتعب .

الفصل الثالث

المراهقات والتدخين

آه مـــن تلـــك الآفة سيدتي .. آه وألف آه إنها مشكلة من مشكلات العصر الجوهرية، فهي مشكلة انتشرت فى معظم مدارس البنات وا أسفاه إننا نقول ذلك عن البنات وليس البنين ، وليس معنى ذلك أن البنين لا يدخنون وإنما كان ينبغي أن تولى عنايتنا لمنع التدخين بمدارس البنين على أساس أن بناتنا بمنأى عن تلك الظاهـــرة الخطيرة ، ولكن للأسف الشديد فإن تجمعات الفتيات لم تسلم من تلك الظاهـــرة الخطيرة ..... ولكن هل من مغيث لمنع تلك الظاهرة أو تلك العادة ؟ أن تنتقل إلى ابنتك ؟؟ .

إنـــنا لا نجزم بأن بناتنا كلهم على شاكلة واحدة وأنهن جميعهن يتجهن إلى التدخيـــن ولكننا فقط نشير إلى تلك المشكلة على أنها يمكن أن تكون لازمة من لـــوازم فتاتك الصغيرة فلذة كبدنا ، ولكن هل يمكن لك أن تشيري إلى ذلك على ابنـــتك وتوجهـــي لها بعض النصح والإرشاد حتى تتجنب الوقوع فى الخطأ أو ســـتتجهن إلـــى التجاهل ووضع رأسك فى الرمال على اعتبار أنك قمت بتربية ابنتك تربية فاضلة لا يمكن أن تكون فتاتك من المدخنات ؟

لا ســـيدتي إن الأمر الذى ساعد على استشراء ذلك المرض أو تلك العادة السخيفة هو تجاهلها بالنسبة للبنات فالكل يخاف أن يدلى بتصريحات واضحة أو يقوم بعمل دراسات واضحة حتى يستطيع الوقوف على أسباب المشكلة وبالتالي وضـــع الحلول لها وإنما اكتفى المسئولين بالهروب من الواقع واقتعال المواقف

الدفاعية حتى لا تنسب لبناتنا تلك الصفات المذمومة على أساس أن بناتنا وفتياتنا فضـــليات زاهـــدات عاقلات يتوجهن إلى دراستهن بكل احترام متمسكات بالقيم والخلق القويم .

ســـيدتي وإذا كـــان تجـــاهل تلك الظاهرة بشكل عام قد أدى وجود الفتيات بـــبعض أماكن التدخين والمقاهي الفاخرة والشعبية أيضاً يقمن بشكل عادى جداً غـــير ملفـــت للأنظـــار وأصبح هذا المنظر منظرا مألوفاً عاديا وان كانت هذه الظاهرة آخذة فى الازدياد جداً إلا أن وسائل الأعلام تشير إليها بنوع من التندر أو الســـبق أو لفـــت النظر إلى بعض البرامج ، ولا تشير إلى طرق المنع ، أو المعالجة الاجتماعية والنفسية والطبية لهؤلاء الفتيات المستهترات ، طبعاً ستقول فتاتنا إنها حرية شخصية .... !!! .

ماذا يا فتاتي عن الحرية الشخصية ماذا عن رؤية والديك لك وأنت تدخنين الســـيجارة فـــى الخفـــاء وفى الأماكن المنزوية بالمدرسة أو بالكلية أو بأماكن الدراسة ؟ وماذا أيضاً عن توجهك إلى التدخين بشكل فاضح فى الأماكن العامة، والنوادي بحجة أنها حرية شخصية ؟

ولأذكـــر لـــك تعلـــيقا خفيفاً قاله لي أحد أبنائي ونحن نتناول العشاء بأحد الأماكـــن العامـــة أو الفنادق العائمة عندما رأى بعض الشابات والفتيات يجلسن على أحد الموائد المجاورة وكل واحدة لديها " الشيشة " الخاصة بها وكن يعبرن بشكل فظ عن حجر الشيشة وأن كل واحدة تبارى كيف تصل إلى عمل دماغ .

هـــل حجر أو أثنين أو ثلاثة ، فلم يعلق أبني ذو الواحد والعشرين عاما إلا بكلمـــة واحـــدة " هل هؤلاء هن أمهات المستقبل ؟ كيف يكون هذا ولكن كان تعليقي أنا شخصياً هل أهل هؤلاء الفتيات يعرفن ما وصل إليه حال بناتهن ؟؟؟.

إنهـــا ليســـت دعـــوه للرجعية والتخلف ولو أنى متأكدة أنهن لو كن سمعن اندهاشـــنا من ذلك المنظر فقد كان التعليق أن هذا تقدم وتحضر وأننا دقة قديمة ودعـــاة التخلف والرجعية ، إن الذى قام بالتعليق على تصرفاتهن هو من نفس الجـــيل ولكـــن مع اختلاف كونه شاب وهن فتيات ولكن كيف نصل إلى أسباب الظاهـــرة وهـــل هـــؤلاء الفتيات والداتهن موجودات داخل البلاد أم هن يعملن بالخارج ويتركن فى صحابة الجدات والخالات والعمات وهل تلائمهن الأمهات والآبـــاء أم ماذا ما هى طبيعة حياتهن العائلية وما هو موقفهن الاجتماعى حتى نعلـــم مـــا هـــى الإجابـــة حتى تصدر اللوائح والقوانين لمنع الظاهرة للحد من الفوضى الاجتماعية التى نعيشها .

ومـــنع استشراء الظواهر الدخيلة وبالتالي الأمراض الصدرية وغيرها من الأمراض التى تضعف من أجساد فتياتنا بسبب التدخين أياً كان نوعه .

وسواء السجائر أو غيرها من أصناف المواد التى تستخدم فى هذا لا داعي لذكرها فى هذا المؤلف وإنما نحن نكتفي بالإشارة إلى التدخين بالنسبة للسجائر فقط.

وإذا كنـــت ســـأترك الحديث عن البنات والمخدرات " أو الإدمان " للفصل القـــادم ولكني لا بد أن أفيض فى هذا الكتاب أو هذا الفصل إلى التدخين العادي كما أشرت من قبل .

علـــيك ســـيدتي أولاً عـــدم الابتعاد عن إبنتك لفترات طويلة ، فلا بد من مصـــاحبتها، فلا ينبغي أن تكونى على سفر لفترات طويلة أكثر من أسبوع فلا تتركـــي فـــتاتك نهـــباً للوحدة والفردية ، ولا تتركيها نهباً للصديقات بحجة أنك تتركيـــن الابنة مع الأب والأخوات أو إحدى القريبات هذا يمكن لمدة أيام قليلة

معـــدودة مـــع علمك أن أبنتك وأبناءها على خلق فلا تجازفي سيدتي بهذا مهما كانـــت أسباب ابتعادك عن أبنتك ، ولا تجعلي وجودك أيضاً وجوداً لصيقاً خانقاً وإنما اجعلي وجودك بالملاصقة الروحية بحيث نجد الفتاة فى حاجة إلى وجودك دائمـــا لأنـــك صديقتها المحبوبة الأولى ، ولا بديل عنك فى الوجود . لا بد أن يكون هذا فعلاً داخل فتاتك.

اكتســـبي ثقتها حيث لا تستطيع أن تفعل شيئاً بدون مشورتك أو من خلف ظهـــرك غـــذى ابنتك روحياً واجعلي لها كل الشبع الوجداني بحيث لا تستطيع الفكاك من منبع الحب والحنان والاحتواء هذا .

- **لماذا تدخن الفتاة :**

تدخن الفتاة لمشاركة صديقاتها الوقت والعادات والتقاليد وكل ما يمكن أن يكـــون جامعـــاً لها مع صديقاتها بصحبة مشبعة لأي رغبة من الرغبات وهى المرح أو المشاركة الوجدانية ، فى جلسة مع قريباتها قد تشعر فيها بالانطلاق .

لذلـــك أطلـــب منك سيدتي أن تملائى مساحات الفراغ لدى أبنتك فلتكوني مـــرحة معها قد تصل بك إلى النزول إلى سنها ولا داعي لمقارنه ظروف جيلك بجـــيلها وأن جـــيلك هو الأجمل والأوحد حتى لا تكره جلستك فكيف تهرب من صـــديقاتها أو من عصرها لكن تعيش عصرك فهذا غير منطقي لابد أن تعيش واقعها من خلال عصرها فلا داعي أن تتركي لها منفذاً لمرور وجود الصديقات بشكل مبالغ فيه فى حياتها ، حتى تشعر أن الصديق مجرد وجود عادى له جزء مخصـــص بســـيط جداً من مساحة حياتها وبالتالي فإن وجودها مع الصديقة لا يغنى عن وجودها معك لذلك لابد أن تشعر الفتاة أنها فى يد أمينة .

طبعاً لعلى قد أصل إلى ما أريد أن أنصحك به وهو ألا تدعى فتاتك أن

تكون نهباً لأي عادة من العادات .

فمصـــاحبة الصديقات لأوقات كبيرة عادة ، وإذا تركت لها العنان فى هذا كـــان هـــذا عادة لديها ولا تستطيع الجلوس بغير صديقتها فما بالك بالتدخين أو الصـــديقات المدخنات فيصبح لديها التدخين عادة وتصبح فتاتك عبدة لتلك العادة أو التعود وهى أقسى أنواع العادات قسوة ، فلك أن تتخيلى ابنتك أنها عبدة لذلك الشيء التافه. فيحكم عليها بأنها أكثر تفاهة.

كيف تجنبي ابنتك عادة التدخين :

ســـيدتي لابد أن تعلمي أن الوقاية خير من العلاج هو قول محمود وواقعي جداً ومنطقي ، لذلك حاولي ألا تتجنب ابنتك إلى تلك العادة الرزيلة ، وأن تبتعد عـــنها وعـــن أجواءها بقدر الإمكان وإيثار السلامة خير من أن تصبح الطامة الكبرى وتحاولى معالجتها من عادة التدخين وآثاره وإليك سيدتي بعض النصائح التى تبعد بابنتك عن تلك العادة المقيتة .

* **النصائح الموجهة للأم لمنع التدخين :**

١- حاولي أن تملأ أوقات الفراغ لدى ابنتك بشيء خفيف ومحبب ومرح

٢- حاولي إشراكها فى الأعمال المنزلية كأن توكلي أليها المهام بالمطبخ أو غيره.

٣- حاولي أن تشغلي بالها بميزانية المنزل على ألا ترهقيها

٤- حاولـــي جذبها دائماً إلى مجال محيط الأسرة ولا تقضي أوقاتاً كثيرة خارج المنزل مع الصديقات .

٥- حاولي أن تحيطيها بالاهتمام والرعاية والاحتواء دون تدليل زائد .

٦- تابعي صديقاتها وحاولى مصادقتهن وأمهاتهن

٧- زيلـــي العقـــبات أمامهـــا فى الدراسة ولكن ليس بالحد الذى نجد فيه فراغاً كبيراً ، ولتحببي إليها العلم والقراءة والدراسة والتفوق .

٨- اجعلـــيها جادة فى غير تكلف مرحة فى غير استهتار حتى لا يكون التدخين ملجأ لها من الجدية المفرطة أو الاستهتار الواضح .

٩- لابد أن تبيني لها أخطار التدخين الصحية من وقت لأخر حتى ولو لم تلاحظى أنها تدخن .

١٠- لابـــد أن توضـــحى لها آثار التدخين السلبية على الصوت والأنوثة والـــرقة والنعومة ولا داعي للتعلق بمقولات " البرستيج " وما شابه ذلـــك ، فالبرســـتيج يمكن أن يصنعه التسلح بالعلم والأدب والتذوق والإتيكيـــت والملابـــس البسيطة الأنيقة والرقة والعذوبة ، والحديث المثقف الرائع الذكي البعيد عن التكلف والتصنع .

١١- حاولـــي تجنب الخلافات فى الرأى أمام فتاتك الصغيرة حتى لا نجد موضوعاً يؤرقها أو يعكر صفوها فتلجأ إلى الصديقات وبثها همومها لصديقات فيجدن موضوع يتجهون عنده وهن يدخن السجائر .

١٢- الحديـــث عـــن الظواهـــر الدخيلة داخل مجتمعنا وتعلق الفتيات بهذه الظواهر حتى يطلق عليها ظواهر من كثرة انجذاب الفتيات لها حتى نجد إقبالاً من تجمعات كثيرة تفسد أخلاق فتياتنا لشدة التأثر بها وهى طـــبعاً كلهـــا ظواهـــر سلبية خلقياً واجتماعياً وصحياً إنه الانحراف السلوكي والانقياد وراء العادات والتقاليد الغريبة التى بدأ هم أنفسهم يكتشفون سلبياتها والابتعاد عنها .

- **التدخين واثبات الذات :**

ولكـــن هل سيدتي هل فتاتك فى حاجة إلى التدخين لكي تثبت ذاتها وتلفت الـــنظر إليها ، بل وتجذب الأنظار إلى هذا المنظر الذى يدعون أنه أرستقراطى يثير نظرات التعجب والاستغراب لا سيدتى إن عليك أن تفهمي فتاتك أنها يجب أن تكـــون قوية الشخصية قيادية التكوين لا تستطيع إحدى الصديقات السيطرة علـــيها والدخـــول لهـــا من باب المشاركة فى تلك العادة السيئة وهى التدخين ، وينبغى أن تشيري أليها أن النظرات التى تستطيع جذبها إليها وهى تدخن ليست نظـــرات إعجاب وإنما هى نظرات تعجب وأن النظرات التى تترجمها هى على أنهـــا نظرات انبهار إنما هى نظرات استغراب وقد تصل إلى حد النقد اللاذع ، ناهيك عن تلك الرائحة الغريبة التى تنبعث فمها كأنثى جميلة رقيقة أنيقة بسيطة، قوية الشخصية ، قوية المراس ، تندفع وراء أهواء رخيصة مدمرة تبعد بها عن العزة والكرامة وإنما تقودها إلى الامتهان والانجراف إلى عالم الإدمان والتعاسه والخواء .

عزيزتـــي الأم الفاضـــلة إذا كان منطلق الكلام لدينا يدل على شيء وإنما مبعـــثه الوقاية خير من العلاج فلتذكري لها تلك المساوئ وقصص الانحراف ، لأن كـــل قصة تفصيلها تحمل موعظة يقابلها ألف قصة وقصة تجرها إلى عالم الاســـتهتار والمـــتعة الرخيصة ، والرومانسية المتحيزة فى عالم اليقظة التى لا تنتهي .

سيدتي خاطبى ابنتك بغير أن تكونى مملة ، خطاباً دينياً سهلاً بسيطا ولكن غـــير ســـطحي فخـــير الكلام ما قل ودل " وقل أدعوا إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظـــة الحســـنة وجـــادلهم بالتى هى أحسن " وإذا كان هذا رأى الدين فى المعاملة والمناقشة فعليك أن تكونى كذلك ولا تكوني ملحة مملة .

الفصل الرابع

المراهقة واختيار الملابس

سيدتي العزيزة أم الفتاة المراهقة من سن العاشرة أو أكثر إلى سن الحادية والعشـــرين ، أي فى مرحلة المراهقة المبكرة والمرحلة الأخرى وهى المرحلة الـــتى تليها إلى سن الرشد أياً كان زمن هذه المرحلة ، فنحن نريد أن نعلق هنا سيدتي على مسألة وظاهرة خطيرة أيضاً هى ملابس الفتيات وما نراه دائما على جنـــبات الطريق وفى النوادي وفى المدارس أو المصايف أو أي مكان يمكن أن نلاحظ فيه الفتيات وملابسهن وما وصلت إليه درجة الخلاعة والتقليد الأعمى ، والـــبعد عـــن الاحتشـــام وحدود الأدب فأنا هنا لا أتحدث عن الخمار ولا عن الحجـــاب (مع أنه ليس دربا من الخطأ لمن فعلت هذا) ولكني أتحدث فقط عن عـــدم الاحتشـــام فـــى الملابس لدرجة لم أعد أجد مبرراتها ، فنحن عندما كنا بالماضـــي نلاحـــظ أن هـــناك فتاة تغالي فى التزين أو تتجه إلى لفت الأنظار بملابس غير محتشمة كنا نعيب عليها فإنها ليست لها أم وكنا دائما نتجه إلى الأم لنعاتبها ونوجه نظرها إلى عدم احتشام أبنتها حتى لتنتبه وتتجه إلى توجيه ابنتها وإرشادها وتساعدها فى اختيار ملابسها .

ولكـــن مالنا اليوم وكأن بنات اليوم ليس لهن أمهات على الإطلاق أو ليس لديهـــن أي ثقافة دينية وأنا طبعاً لا أشير إلى القليلات المحجبات وإنما أشير ما هـــو فيه شيء من التزيد حتى لنجد أن الشباب أنفسهم فى حالة من التشبع التام فلـــيس لديهـــم لهفة على الزواج أو تعطش لرؤية الجنس الآخر وخاصة بهدف

الــزواج والاستقرار والمظلة الحلال ، إنما هو ممتلئ ولديه تخمة من جراء ما يراه من عرى صريح وغير صريح من عدم احتشام فى السلوك والتصرف إن ملابــس الفــتاة لابــد توليها عناية خاصة فلا بد أن تصطحبي ابنتك عند شراء الملابس ، ولابد من الانتقاد الشديد إذا وجدت ما هو ملفت للغاية وإذا كنا سيدتى العزيزة بصدد الحديث عن سلبيات السلوك والانحرافات السلوكية سنجد أن أولها قــد يكون الاستهتار والابتعاد عن الاحتشام فى الملابس ومحاولة إظهار المفاتن الجسدية بشتى الطرق ، من ملابس معبرة أو ضيقة أو عادية أو مفتوحة .

إنها كلها مظاهر تدل على وجود شيء ما فى حياة ابنتك لديها حياء طبيعى غريــزي وخاصــة فــى مراحل المراهقة المبكرة لذلك يعتبر ارتكاب مثل هذه الســلوكيات وإنما يدل على انحراف المؤشر عن الطبيعية ؟ فلا بد أن نلجأ إلى البحث عن السبب وليكن أول الأشياء التى تبحثى فيها هو ملابسك أنت شخصياً، فــلا بــد أن تبحثي عن الأسباب فى محيط الأسرة نفسها ثم تعزى الأسباب إلى الصــديقات أو أسباب أخرى ، قد يكون تعلقها المرضى بأحد الفنانات ومحاولة تقلــيدها ، أو أياً كانت الأسباب يجب محاربتها باللين مرة وبالعنف أخرى حتى تستعيد فتاتك اتزانها والتزامها بالانضباط والاتزان وحسن التصرف .

ســيدتي إذا وجــدت فــتاتك تلبس تقليداً لإحدى الصديقات أو المغنيات فلا تــنظري إلــيها بإعجــاب وفرحة وزهو ، وإنما لا بد أن تشيري إليها أن هذه التصرفات لا تصلح للسهرة لأن دائماً ما ترى هذه الفنانة فى سيرة ما ، وعليك أن تكونى محتشمة عملية رقيقة بسيطة ، فأنت سوف تقابلين المدرس أو المعيد أو الــرائح والغــادي فلما يكون جسدك نهباً لنظراتهم الجائعة المستثيرة للشهوة البعيدة عن الاحترام أو التقدير.

الفصل الخامس

المراهقة والاختلاط

سيدتى وعزيزتي أم الفتاة طبعا أنت تريدي أن تكونى رأى سديد فى طريق معاملة فتاتك ، وحتى نجد أن الأمهات كلهن مثاليات فأسمحى لي أن أسألك سؤالاً قد يبدو غريباً .

كـــل الأمهات مثاليات يحافظن على بناتهن ويوجهن إليهن النصح والإرشاد ويراعين الله فيهن ويحافظن على مظهرهن وجديتهن ولكن من أين تأتى الفتيات فاضـــحات الملابـــس ، مدخـــنات السجائر والشيشة ؟ من أين تأتى تلك الفتيات اللائى يملأن الحانات الليلية ؟ من أين تأتي الفتيات واضعات الماكياج الصارخ الـــذى لا يناســـب الســـن أو المركز الاجتماعى على الإطلاق من هن الفتيات المدمنات فالإدمان لا يعرف مركز اجتماعي أو فقر أو غنى فكلها دوافع واحدة ؟ من أين تأتى الفتيات المستهترات اللائي نسمع عنهن من زواج عرفى ، ومعاملة غير شرعية ، أو أنماط سلوكى معين ؟؟

أفيقـــي سيدتي واجعلى نصب عينيك فتاتك إن كانت مراهقة ، أفيقي سيدتى ولـــتحذري ابنتك من الاختلاط المبالغ فيه بين ابنتك والمحارم ، أو الأقارب أو الجـــيران ولـــتحذريها من التحرش الجنسي الذى يجره عليها ملابسها الصارخة الملفتة للنظر .

ســـيدتي إن أعطاء الأمان لأبن العم والخال وأبن الجيران وزميل الدراسة وأصـــدقاء الوالد ، وأصدقاء النادي لم يعد له مجال فى حياتنا ودنيانا هذه ، فكنا

فى عصرنا غير البعيد قد تعودنا فى الريف مثلاً أو بعض المناطق الحضرية أن ابن الخال وأبن العم والجيران يقومون بحماية فتياتنا من الغرباء ، ولكن أين نجد هـذا الآن مـع استقلال الأسرة كل فى منزله ولكن هل هذا الاستقلال يصاحبه الصحبة الصحية الناجحة الصحيحة ؟ اعتقد لا !!!.

طبعاً لا أخفيك القول أن هذه العلاقات الاجتماعية المتشابكة يمكن أن تكون صـحية إن لم يكن هناك فوضى أخلاقية ، وإنما اختلفت الأمور واختلط الحابل بالنابل كما يقولون ، فإن لم يكن لدى فتاتك تلك الثقافات التى تثقلها وتجعلها هى الحامـى الوحـيد لذاتهـا لصارت نهباً لمواقف كثيرة كلها للأسف الشديد ذات عواقب سلبية ، لا حول ليا.

وإذا كنت سيدتي من هواة الاقتناع بالقصة لأخذ الموعظة فلدى الكثير منها فى "بيت الخبرة الذي يقدم الاستشارات التربوية لدينا " (إنها قصة جاءت على لسـان إحـدى الفتيات الصغيرات الذى يبدو صوتها أقرب إلى الطفلة منها إلى الأنـثى أو الفـتاة الناضجة إنها تسأل عن إلى أي مدى يمكن أن تؤدى العلاقة الجنسية إلى الحمل ؟ وهل هى مجرد مرة أو أكثر وإلى أي حد يمكن أن يحدث هذا .؟؟

وإذا كان هذا السؤال يحمل الكثير من السذاجة والقلق والترقب والحيرة إلا أنه جعلنا نسألها سؤالاً للاستفسار أكثر حتى نستطيع الإجابة على سؤالها .

ما الذى تقصدين يا فتاة ؟ وما هى دوافعك للسؤال ؟ وكم يكون عمرك فأنت تبدين طفلة من خلال صوتك بالتليفون وهل يمكن أن تأتى إلينا أم ماذا ؟

فعـلاً أخذت الفتاة العنوان وجاءت إلينا يا للهول ، بالطامة الكبرى إنها فتاة

نحيلة وضئيلة على وجهها مسحة من البراءة والذهول والاستغراب والإمعان فى الخـــوف إلا أن طريقة روايتها تدل على جرأه غريبة ، وكأنها تتكلم عن واحدة من عالم آخر وليس واقعها للأسف.

وتقدمت الأخصائية الاجتماعية إلى الفتاة قائلة :

- أحكى لى يا فتاة عن قصتك

أجابت الفتاة فى استهتار

- إنهـــا ليســـت قصـــة فنحن أسرة واحدة نقيم فى منزل مكون من أربعة طوابق وكل منا له مكان مستقل داخل هذا المنزل أي له طابق خاص .
- وسارعت الأخصائية بالاستفسار منها عن سنها قبل أن تخوض فى لب المشكلة وأسبابها وطرق علاجها .

فقالت الفتاة دون انفعال واضح أو لا مبالاة مفرطة

- ابلغ من العمر ١٥ عاما وأنا طالبة بالإعدادية وها أنا ذا أحضر بملابس المدرسة وأحمل حقيبتي فوق ظهري كما ترين

وصاحت الأخصائية

- نعم استمري صديقتى
- قلـــت لـــك إننا نسكن الطابق العلوي بهذا المنزل وأنا أعيش مع والدي ووالدتـــي وولديـــن صغيرين هم توأم فى الثالثة من العمر ويسكن أسفل شـــقتنا عمـــى الـــذى نحبه ونقدره ويسعى دائما للتعامل معنا بحب وود ومحـــبه وكذلك زوجته ، فهما يعملان فى شركة ما سويا أما والدي فهو يعمـــل بـــأحد الوظائف العادية ووالدتي ربة منزل وقد خرجت فى أحد

الأيـــام بصـــحبة أخوى الصغيرين لإجراء بعض الفحوصات وكنت أنا نائمـــة بالمـــنزل وحدي أما والدي فكان فى فترة العمل . وفوجئت بمن يطـــرق الـــباب فقمت على الفور اعتقدت أنها والدتي قد حضرت ففمت لأفتح لها الباب ولكنها لم تكن والدتي ، وإنما كان ابن عمى الذى يقطن بالشقة أسفل شقتنا ، فسألته ماذا يريد ، فأجابنى أنه يريد بعض المفاتيح ، لأنه حضر من الخارج لتوه ولم يجد أحد وطلب منى أن أبحث له عن مفـــتاح يصلح أن يجربه على باب شقتهم . ووافقت على الفور ودخلت إلـــى حجـــرة والدتى لأبحث وجاء ورائي ليشرب قدر من الماء ، وأخذ يبحث معي فى حجرة والدتي وسألني عنها فقلت له أنها ليست موجودة .

وقاطعتها الأخصائية الاجتماعية

- ولكن كم من العمر يبلغ هذا الفتى
- ردت الفتاة على الفور أنه يبلغ حوالي الثامنة عشر وهو بالصف الثالث الـــثانوي وحضر لتوه كي يبحث عن المفتاح وأخذت تتلامس أيدينا فى رحلة البحث فى الأدراج ثم تلامست أجسادنا ، وهلم جراً إلا أن خلعت ملابســـي دون أن أدرى وذهبـــت فـــى عالم آخر فى دقائق معدودة لا أســـتطيع منه فكاكاً أو مقاومه فهو لم يجبرنى ولم يدع لي مجالاً للفكاك فقـــد حاولت قليلاً ولكنني أنهرت سريعاً ، فقد تعودت أن أبن عمى هو مجرد أخ . أو ماذا ؟؟ لا أعرف لا أعرف ولكنى تعودت أن ألعب معه وأسأل عنه وادخل عندهم وأشاركهم جلساتهم بغير تكلف فهو أصبح منا ولـــيس غريـــباً عـــنا ، لذلـــك لم أشعر أنني أقترف خطأ فأنا أبنة عمه وتعـــودت أن يكون هو مصدراً للهو واللعب والدفء والحنان والحماية والرجولة ، فلم أفرق بين أحاسيس اللعب أثناء الطفولة وتلك الأحاسيس

الجارفـــة الغريـــبة ، ولم أدر كم من الوقت مضينا ولكن أعتقد أنه مر القلـــيل أو الكثـــير لســـت أدرى ولكن تنبهت فجأة وقد وصل إلى باب الغـــرفة، قاصداً الخروج منها إلى الخروج من الشقة ، ولم أكن أدر ما الـــذى حدث إنيا أشياء غريبة إنها انفعالات غريبة وحاولت ألا يبدو أي شيء غير طبيعي عندما حضرت والدتي

وردت الأخصائية الاجتماعية

- أكملي يا فتاتي ألم تخبري والدتك بشيء مما حدث

أجابت الفتاة وهى فى حالة من الاستغراب الغريب

- لا لم أخبر والدتى لأنني أنا نفسي لم أكن أعرف ما الذى حدث لقد طرق ابن عمى الباب ، وأنا شبه نائمة وذهبت مسرعه معتقده أنها والدتي فلم أكن لأستجمع قواي العقلية حتى أتبين ماذا حدث ، وفى المساء خرجت إليهم ، فوجدته ينظر إلى خلسة نظرة غريبة ساحرة تشدني بأقصى قوة وطلـــب مـــن والدتـــي أن أرافقه فى الغد إلى مكان ما وكان عام حتى نتحدث فيما حدث ، وطلب منى أن يكون هذا سراً بيني وبينه ولا أطلع عليه أحد بالمرة ، ثم أخذ يبثني عبارات الحب والإعجاب والهيام ، حتى دارت رأسي بشكل كأنني فى حالة نوم مغناطيسي عجيب .

وردت الأخصائية الاجتماعية

- وهل طاوعته فى إخفاء السر وعدم البوح به فعلاً لوالدتك أو والدته .
- أجابـــت الفتاة كيف أفضح له سراً وأنا شريكة معه ، إنني طاوعته على الفـــور واســـتجبت للقاء فى اليوم التالي فقد كنت ذاهبة إلى موعده فى خـــيلاء غريب ووجدته بأحد الأماكن العامة كما اتفقنا ولكنه اصطحبني

إلى شقة جدتي المغلقة منذ أعوام فقد أستطاع أن يحضر المفتاح ولم يكن المكان بغريب على ، وجدت ما حدث فى المرة الأولى ، إلى أن تكرر هـذا اللقاء حوالي أربعة مرات بنفس الصورة ، ولكنى كنت هذه المرة أفـتعل المقاومة والمراوغة التى تزيده عناداً وانفعالاً ولكنني فى المرة الـرابعة أصـابني القلـق والتوتر والاستغراق فى حالة غريبة ما الذى يحـدث ، لا أدرى هل هو خطأ أم صواب أم ماذا فلم تتعود والدتي أن تحدثني فى مثل هذه الأمور ولم تتعود أن تصادقني فحينما كنت قد بلغت وأخـذ جسدي فى النضوج فكانت أمي فى حالة حمل ثم ولادة ثم رعاية للـتوأم الجديـد وقـد كانا ذكرين كما ذكرت لك لهذا وجهت لهما كل الـرعاية والحب والاهتمام وأنحسر عنى الاهتمام تماما لأن والدي كان يتمـنى ولـداً ذكـراً ، وقد رزقه الله سبحانه وتعالى ولدين وليس ولداً واحـداً، فكانـا الفـرحة والاهـتمام والمحبة والإغداق ، والانصراف واللامـبالاة موجهيـن لـي ، وأنا كنت فى أمس الحاجة لجزء من هذا الاهتمام لأنني كنت على أعتاب سن المراهقة .

وردت الأخصائية الاجتماعية بهدوء

- ولكـن صـغيرتي إنك تتحدثين بفهم واسع حتى إنك لتجدي المبرر لما حدث .

- لا سـيدتي صـدقيني أنا لم أجد المبرر ولكني فقط شرحت لك ما حدث بالضـبط وأنـا هـنا لأسأل سؤال واحد قد سألته بالتليفون وطلبت منى الحضـور إلـى هـذا المركز ألا وهو هل يحدث حمل ولقد سألت أحد صـديقاتى أو بالأصـح فأنـا كنت أحكى لها عما حدث على أنه مجرد

واقعة، فحذرتني أنه يمكن أن يحدث حمل فأنا أريد أن أعرف هل يمكن هـــذا ، أم هـــى توجه لي نصحاً خطأ وإن حدث هذا فما هى علاماته ، الداخلية والخارجية وكيف أواجه الموقف ؟؟

وردت الأخصائية الاجتماعية :

- أنهـــا قصة غريبة يا فتاة وإنك لتتحدثين بجرأة لا تنطبق على ملامحك الصغيرة وجسدك الطفولى .

أولا : لابـــد أن أقـــدم لـــك النصح لابد أن تقطعي علاقتك هذه تماما تماماً ولا تحـــاولى أن تتحدثي إليه إطلاقاً ولا تجتمعي معه فى مكان على انفرد بأي شكل مـــن الأشـــكال أو حـــتى مع ذويكم حتى أنك لتنهاري وتستجيبي إلى إشاراته ، اجتنبي تماماً التعامل معه .

ثانياً : لابد أن تصارحي والدتك أو إحدى أخواتها المحببات إليها لكى تنقل لها ما حدث بحكمة وهدوء وذوق وتساعدها فى اتخاذ القرار .

ثالـــثاً : اصطحبي والدتك أو أختها إلى مركز للمتابعة الصحية وإلى أي مدى وصلت العلاقة بينكم لحساب الدورة الشهرية وغيرها من توابع هذا اللقاء .

رابعاً : على الطبيب أن يقدم لوالدتك النصح والإرشاد الصحي والطبي .

خامساً : عليك أن توجهي والدتك إلى تحسس الموقف بالنسبة لوالدته وهل يمكن أن تتقـــبل هذه الأخبار حتى يكون هناك ارتباط فى المستقبل أم أن ولدها مازال طالباً أو ما هو موقفه من الحياة عموماً.

سادساً : نساعد والدتك على اتخاذ القرار هل تداوى الموقف على ما هو عليه

وتطوى أحزانك وأحزانها معك أم سيتطور الموقف إلى أمور عصبية .

سابعاً : ما هو الموقف الاجتماعي بالنسبة لكم إذا تركتم المكان ابتعاداً عن مصدر جلب المشكلات ؟

أعود إليك سيدتى لأخاطبك ولنكتفي بهذا القدر من قصة هذه الفتاة الصغيرة، إنها الطامة الكبرى أنه الجهل وعدم الوعي ، وإنه التحرش الجنسي ، إنها علاقات غريبة إنها الأنوثة المختلطة بالطفولة والسذاجة الذى يصل إلى حد الاستهتار والبلاهة .

إنها النية الحسنة من جهة الوالدين وقلة الوعي والثقة الزائدة فى حدود الأهل والأقارب إنها اندفاعات الشباب ، بدون قائد ، ولا موجه ، ولا مربى.

سيدتي الفاضلة .... عزيزتي الأم الحانية على بناتها وأبناءها ، لقد آثرت أن أورد لك القصة السابقة ، لأن جميع عناصرها العبرة والموعظة والدروس المستفادة متجمعة، لتكون لنا تصور عن الاختلاط ، وعواقبه وعلاقتنا بالآخرين سواء كانوا أقارب ، أو جيران ، أو شباب ، لقد سمحت لنفسي أن أساعدك فى استخلاص عناصر التجربة لأصل بك إلى رأى مكون من جميع معطيات هذه القصة .

ولتعيدي قراءة القصة مرة أخرى من فضلك ستجدي بها

- الفتاة المراهقة
- الفتى المراهق
- صلة القرابة
- الجيرة
- أم الفتاة
- أم الفتى
- معاملة الأنثى
- الفكر الموروث (عادات تقاليد)
- الصديقة ومعلومات علمية
- الموروث البيتي

كـــل هذه العناصر إذا تفكرت بيا ستجدي أن أم الفتى نفسه لم تضع بداخله حدود للتعامل مع الآخر ، إن قبول الآخر لديها ما هو إلا صلة الرحم والتعامل معـــه لدرجة الملاصقة الغافلة عن وجود عنصر النضوج الجنسى والعاطفى ، فأصـــبح من حق الشاب أن يدوس حرمة بيت العم والجار دون غض البصر أو إعطاء الأخوة حق المحافظة على تلك الفتاة وليس الخطأ معها .

إن انـــتهاك حـــرمات الآخر وارداً فى هذه الحقبة من الزمان ، لدرجة أننا نســـمع عـــن " علاقـــات المحـــارم " والاتجاهات الجنسية الشاذة ، إن كل هذه العلاقـــات تثـــير الفوضـــى والســـلبية داخل الشخصية الواحدة ، وبالتالي نسيج المجـــتمع ككـــل لأن عنصر تكوين المجتمع ما هو إلا عنصر فاسد يعانى من الانحـــراف الســـلوكي الغبي غير المحدد ، إن التربية عملية لابد أن تقوم على أســـاس مـــن الدين والخلق والعلم والحياء ، إن صاحبه القصة لدينا لم تكن إلا مجـــرد فتاة صغيرة لاهية بسيطة لا تدرك حجم المشكلة ولا تدرك حجم موقف الأهل من تلك المشكلة والمورث من العادات والتقاليد .

أيـــن الـــثقافة الدينية والاجتماعية لدى هذه الفتاة ، بل أم الفتاة نفسها ، أين وجـــود الـــثقافة الدينية لدى الفتى ؟ وأين توجيه الأم والأب له ، أين المعلومات العلمـــية لدى هذه الفتاة ، أين فكرة الحرام والحلال ، إن لحظة الخطأ قد تكون مجرد لحظة ، وإنما تأتينا الفتاة راغبة فى مواصلة الخطأ والاستمرار فيه ، فإن وجـــه تســـاؤلها قد كان موجهاً إلى كيفية الاستمرار مع تلافى السلبيات إن هذه الفتاة لا تجد غضاضة فى هذا التعامل الخفي اللهم إلا افتضاح الأمر فقط حسب توصية الطرف الآخر وليس الوازع الداخلي، إن هذه الفتاة ومثيلاتها مجرد قطع هلامية تمشى على الأرض دون هوية أو انتماء أو رسوخ فكرى أو ذهني ، ولا

رســوخ شخصــية علمية حتى وإن كان فى مرحلة البناء إلا أنه ليس له أساس متيــن من حسن التعامل والتفاعل مع المحيطين أو المقربين أو المجتمع ككل ، إنها كارثة .

أفيقي سيدتي والدة كل فتاة لا بد أن يصاحب اهتمامك بفتاتك جسدياً فلا بد أن تكــون هناك توجيهات معنوية دينية وتثقيفية فأنت إن كنت تحديثيا مثلاً عن أعراض الدورة الشهرية ، أو بعض التكوينات الجسدية نتيجة النضوج الجسدي فــلا بــد أن تساعديها فى تكوين وبناء الشخصية ؛ وإثقالها بالمعلومات العلمية والنصائح الدينية والاجتماعية .

لا بــد أن تــرجع إلــى فكرة الشرف ، وشرف العائلة لأننا الجيل الأسبق ســيعامل الجــيل الحالــي بهــا ، ولن يقبل أن تكون الحياة بهذه الفوضى وهذا الاخــتلاط الجنســي الشــارد إن من حقك على فتاتك أن تراعى شرف الأسرة والعائلــة وإن التندر والمباهاة بأنك أم عصرية لا تعنيها مثل هذه المقولات إنما هى مجلبة للمشكلات والأمراض .. وهكذا .

° فكرة شرف الأسرة :

لابــد أن تعــودي ســيدتي إلى فكرة شرف البنت وشرف الأسرة والبنت المحافظة والأسرة المحافظة والحياء داخل الأسرة .

° الثقافة الدينية :

أن من حق الأم هذه الأيام أن تساهم فى المكون الفكري والنفسى للفتاة ولا نــتركها نهــباً للصــديقات ووسائل الإعلام والمورث النفسى والاجتماعي من العــادات والتقاليد ، فإنني عندما أتحدث عن العودة إلى فكرة الشرف ، لابد أن

نتناولها بشكل يختلف قليلاً عن ذي قبل وهى الحرام والحلال ولابد من التركيز على الثقافة الدينية بالنسبة للبنت ، فلابد أن يكون من واجب فتاتك الحفاظ على شـــرفها وعرضـها وأسرتها وأنها تحمل هذه المسؤولية ، وأنها ليست حره تماما أو لـــيس لديهـــا تمـــام الحرية فى جسدها كما نسمع بعض الفتيات ينطقن بتلك العـــبارات ، فـــلا بـــد من توضيح قول الله تعالى لفتاتك " والحافظين فروجهم والحافظات والذاكرين الله كثيراً والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجراً عظيما " .

ولذلك عليك سيدتي أم الفتاة أن تكوني دائمة الإشارة إلى تلك الآية واعتبار انتهاك الحرمات ما هو ألا درب من الحرام والإغراق فى الحرمات سواء على مستوى الشاب أو الشابة فكل مسئول عن طهارة فرجه ، واحترام ذاته ، وليس السعي إلى شهوة سريعة ، تجر علينا الكثير من الأهوال الجسدية والاجتماعية .

لذلـــك كـــان علـــيك دائما أن تنبهي على إبنتك ألا تدخل أحداً المنزل وهى وحـــيده مهمـــا كانت درجة القرابة أو الجيرة أو الاحتياج أو الارتياح له ، فإن وجـــود الـــرجل مع المرأة قد يوجد الشيطان بينهما إذا واتتهم الفرصة والتواجد بمفردهما .

وعليك أنت أيضاً سيدتي ألا تستقبلي أحدا بالمنزل دون الرجوع إلى الزوج أو محاولـــة وجـــوده لكي يشارك استقبال الغرباء ، فإن هذا التصرف قد يكون تصرفاً مكتسباً سيدتي لدى فتاتك فتحرص على عدم السماح للغرباء أو الإذن لهم بالدخول وهى بمفردها حتى لا تكون هناك خلوة قد تحسب عليها ، فيما بعد .

وإذا كـــان موضـــوع هـــذا الكـــتاب هو الفتاة المراهقة وكيفية التعامل مع المـــراهقة فإن من واجبنا أن نوجه عنايتك إلى توجيه الفتى الشاب أو المراهق أيضـــاً لكـــي يـــتربى على الخلق الحميد وغض البصر عن النساء حتى ليغض

بصـــره عـــن أخـــته وجارتـــه ، وقريبته وزميلته فى الدراسة أو النادي أو فى المجتمع ، فإن حياء الرجل لابد أن يكون من ضمن تكوين شخصية الفتى ، فلا يكون " التبجح " هو سيد الأخلاق فتقع المرأة فريسة للذئاب البشرية .

فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إياكم والدخول على النساء " ومن قوله صلى الله عليه وسلم " لا يخلو أحدكم بامرأة إلا مع ذي محرم " فلا بد أن نراعى حدود الفواصل بين البنات والأولاد على أن نراعى أنه ليس هناك فصل مؤيد بين الجنسين بشكل عدائي وإنما لابد أن تعلم الفتاة والفتى ، أنه منع مؤقت ولـــه ضوابط و الاختلاط أيضاً له ضوابط وحدود التعامل بها ضوابط وهكذا ، فلا بد أن تتعلم فتاتك علم الحياة، ولابد أن تعرف أن المنع المؤقت قد يزول فى وقت الزواج الحلال الرسمي المشهر .

لابـــد أن تعـــرف فـــتاتك وفتاك الصغير أن يعرف أو تعرف أن العلاقات المحـــرمة تكـــون فى حيز الغرباء ، كالزملاء والجيران وأصدقاء النادي وأبناء العم والخال وهكذا التحريم يكون مؤقتا إلا إذا كان مظللاً بالزواج .

وهـــناك تحريم تام للعلاقة بين الجنسين إذا كانت درجة القرابة كما جاءت بالآيـــة الكـــريمة فى كتاب الله العزيز بسورة (النساء ٢٣) قال تعالى " **حرمت عليكم أمهاتكم وأخواتكم وعماتكم وخالاتكم وبنات الأخ وبنات الأخت وأمهاتكم اللاتـــي أرضـــعنكم وأخواتكم من الرضاعة وأمهات نسائكم وربائبكم اللاتي فى حجوركـــم مـــن نسائكم اللاتي دخلتم بهن فإن لم تكونوا دخلتم بهن فلا جناح علـــيكم ، وحلائل أبنائكم الذين من أصلابكم وأن تجمعوا بين الأختين إلا ما قد سلف إن الله كان غفوراً رحيماً** "

° يتضح من الآية الكريمة :

من هم المحارم أي المحرمون تماما تحريماً مؤبداً وهذا الكلام موجه إلى الابن والابنة على السواء :

الأمهات	البنات	الأخوات
العمات	الخالات	بنات الأخ
بنات الأخت	الأمهات بالرضاعة	الأخوات فى الرضاعة
ابنة الزوجة التى دخل	ابنه الزوجة التى دخل بها	زوجـــة الابن لأن الحلائل
بها (تحرم على الأب)		جمع حليلة وهى الزوجة

وقد أضافت الآية الكريمة " ولا تنكحوا ما نكح ءاباؤكم من النساء إلا ما قد سلف إنه كان فاحشة ومقتاً وساء سبيلا " .

ولابد أن تعي ابنتك علم الحياة ولابد أن تبثيها الثقافة الحياتية وما هو موقفها من الجنس الآخر وما هو الاختلاط وحدوده وما هو التحريم وحدوده ، وما هو التحريم المؤقت ، وما هو التحريم المؤبد ، وما هى علاقات المحارم ، وكيفية تجنب المواقف المحرجة وكيفية تلافيها وتجنبها فلابد أن تسدى لفتاتك بعض النصائح التالية ولا تبخلي عليها بالتفسير والمتابعة والمعايشة بجميع الأشكال

نصائح غالية

لابد أن تفهم فتاتك أن غض البصر والحياء هم لازمة من لوازم روعة وجمال وأناقة ورقة الفتاة ، فإن العفة والشرف لا يمكن أن يكونا دلالاً مؤقتاً وإنما لابد أن تكون هذه الصفات لازمه من لوازم احترام الفتاة لنفسها ، فإن قول الله تعالى " قل للمؤمنين أن يغضوا من أبصارهم ويحفظوا فروجهم ذلك أزكى لهم إن الله خبير بما يصنعون ، وقل للمؤمنات يغضضن من أبصارهن ويحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن إلا ما ظهر منها وليضربن بخمرهن على جيوبهن سورة النور .

فإن غض البصر يؤدى بنا لحفظ الشرف والفرج والأمان فى المحافظة على احترامنا لأنفسنا .

وعلى الفتاة أيضاً أن تكون متحفظة رقيقة هادئة غير مراوغة تحفظ لنفسها ماء وجهها ولا تكون تلك الناعمة المتبرجة الآثمة ، فلها أن تكون رقيقة فى غير تكلف ، هادئة فى غير سكون ، ناعمة فى غير تبرج ، فلا تكون تملك الرخوة المنكسرة فيطمع الذى فى قلبه مرض قال تعالى " إن اتقين فلا تخضعن بالقول فيطمع الذى فى قلبه مرض ، وقلن قولاً معروفاً " سورة الأحزاب .

* **توجيه وإرشاد المراهقين**

إن إشباع حاجات المراهقين بالطرق التربوية السليمة أمر ضروري إذ أن عدم إشباعها يجر إلى ازدياد متاعبهم ومشكلاتهم ، وتكون مواجهة هذه الحاجات بالتوجيه والإرشاد وتقديم الخدمات المناسبة فى البيت والمدرسة وكافة المؤسسات المعنية بذلك، سواء كانت خدمات إرشادية وقائية تهيئ الظروف المناسبة لتحقيق النمو السوي لهم ، مبنية على العلاقات الاجتماعية الايجابية أو خدمات إنمائية تنمى قدرات المراهقين وطاقتهم وتحقيق أقصى درجات التوافق أو كانت خدمات علاجية تتعامل مع المشكلات الانفعالية والتربوية ومشكلات التوافق التى تواجه بعض المراهقين بتقديم الحلول العلاجية المناسبة وفق الأسس العلمية للتوجيه والإرشاد .

إن تفهم حاجات المراهقين ومطالب نموهم يسهل التعامل معهم ويخفف من متاعبهم ويحل مشكلاتهم ولذا فإن من الواجب توفير الرعاية لهم فى جميع المجالات الصحية ، البدنية والحركية والعقلية والاجتماعية والفسيولوجية والانفعالية بشكل علمي مدروس .

وبذلك فإن من حق المراهقين على التربويين وعلى الأسرة وعلى الجهات التى لها علاقة أن يقدموا لهم كل ما من شأنه مساعدتهم على تجاوز هذه المرحلة الحرجة بسلام وبأقل قدر ممكن من آثار المشكلات والتناقضات التى يمرون بها وذلك وفق ما يلي :-

١- الأخذ بمبادئ التربية الإسلامية باعتبارها الإدارة الرئيسة فى تنمية الإنسان وإصلاح سلوكه وتكثيف الإرشاد الديني كمنهج وفق الأسس العلمية للتوجيه والإرشاد فى جميع المجالات مع الابتعاد عن الوعظ العابر ، وتوظيف

٥- توجيه المناقشة التي تقوم بين المراهقين توجيهاً سليما حتى لا تتحول إلى صراع وتوتر وخلق العداوات .

٦- تقديم المعلومات الدقيقة الكاملة عن حقيقة التغيرات الجسمية وما قد يصاحبها من آثار نفسية ، وغرس اتجاهات إيجابية نحو هذه التغيرات ليقبلها المراهقون على أنها مظاهر طبيعية للنمو .

وذلك تلافياً للاتجاهات السلبية التى تؤكد الرغبة فى الانطواء ونقص الثقة بالنفس وعدم الاستقرار واحترام المراهقين (الأولاد والبنات) ومناقشتهم وتقدير حساسيتهم النفسية ، وذلك بالابتعاد عن التجريح والانتقاد وإظهار العيوب ، بل التوظيف والتشجيع المناسب والتقرب إليهم وحوارهم ورفع معنوياتهم وإشعارهم بمكانتهم فى الحياة الاجتماعية ، لأن فى ذلك إشباعاً لحاجة نفسية من أهم ما تتوق إليه أنفسهم وذلك بإعطاء الفرص لكل مراهق أن يمارس جهداً ذاتياً يشعره بقيمته النفسية فى نظر الآخرين فى جو ملائم يتيح فرصة للاستقلالية والتعبير عن الذات، والتخلص من تبعات الصراع النفسي للمراهقين ، تدريبهم وتعويدهم على التفكير المنطقي المنظم فى حل مشكلاتهم .

٧- تخليصهم من آثار القلق المنصبة على الجانب الدراسي والمهني بالتوجيه والإرشاد المناسب .

٨- إعطائهم فرصة مناسبة للاختلاء بأنفسهم بقدر مناسب لينظروا إلى أعماقهم ويفكرون فى حياتهم فى مثل أعمارهم حيث أن التقاء الآخرين يثرى خبرات المراهقين.

٩- التعامل مع النوبات الانفعالية الحادة التى تعتريهم كالبكاء والضحك والصراخ سواء فى المدرسة أو المنزل بالصبر والفهم والمداراة بالتعاطف معهم

تأملات المراهقين الروحية فى توجيه سلوكهم الوجهة السليمة ، مع تزويدهم بالمعايير الاجتماعية والقيم الدينية ، وتوضيح خطورة العلاقات الغير شرعية والتسامي بالدافع ، وتحويل الطاقة الجنسية إلى مسالك أخرى كالصوم والرياضة البدنية وممارسة الهوايات وشغل وقت الفراغ بالمفيد .

٢- نغرس الثقة بأنفسهم وذلك بتبصرهم بذواتهم وتعويدهم حسن المناقشة والإنصات مع احترام ذواتهم وتقبل حديثهم وتعويدهم تقبل النقد بموضوعية والموائمة بين الضبط والمرونة فى قيادتهم ، وتمكينهم على مخاوفهم وخجلهم .

٣- الكشف عن قدراتهم وهوايتهم وميولهم وتوجيهها مهنياً تبعاً للفروق الفردية، وغرس الاتجاهات الايجابية والمفاهيم المجردة كالعدالة والفضيلة وتوظيف الأنشطة المختلفة لذلك وتوظيف ثقة المراهقين فى بعض من الأقارب والمرشدين والمعلمين والمشرفين لتغريز تلك الاتجاهات والمفاهيم .

٤- إيجاد موازنة منطقية بين رغبات المراهقين الشخصية وبين واجباتهم الاجتماعية وتعزيز التعاون بدلاً من النزعة الفردية ، تأكيداً للتكيف الاجتماعي وتبصيراً بالحقوق والوجبات .

توفير القدوة الصالحة وتوفير جو أمن للمراهقين من قبل الوالدين ومسئولي المدرسة والمؤسسات ذات العلاقة ، وذلك بالتقبل وإشعارهم بأنهم (محببون ومحترمون) بتقديرهم وعدم التدخل فى خصوصياتهم وأسرارهم وإعطائهم الحق فى التعبير عن الرأى فى قضايا أسرية أو مدرسية وفهم طبيعة المرحلة ومظاهر نموها وما يصاحب ذلك من ميل إلى التمرد على السلطة الوالدية والمدرسية .

للتخفيف من حدة التوتر والقلق .

١٠- إعدادهم لمواجهة الحقائق ، والواقع ليألفوه وليعيشوه كما هو بغرس الثقة والتهيئة اللازمة ، مع عدم التهاون فى التنبيه عن الأخطاء المتوقعة منهم ولكن بأسلوب تربوي حذر يراعى حساسيتهم .

١١- غرس المواطنة والقيم الصالحة فى نفوسهم ليشاركوا فى التنمية بإيجابية .

١٢- تعميق العلاقة بين البيت والمدرسة والجهات ذات العلاقة ، والتفاهم التام والمستمر حول طبيعة التعامل التكاملى مع المراهقين انطلاقاً من فهم المتغيرات التى تمليها طبيعة المرحلة .

معاملة المراهقين معاملة الراشدين فى المراهقة المتأخرة لحاجتهم الماسة لذلك وعدم وضع المراهقين فى مواقف متعارضة (كأن يسمح لهم الوالدين بحرية الحركة ثم يحاسبونهم على الخروج من المنزل) الابتعاد عن وصف المراهقين بأوصاف معيبة ، خاصة أمام الآخرين والابتعاد كذلك بالحديث عن صفاتهم وسماتهم عندما كانوا صغار لأن ذلك يؤذيهم أشد الأذى .