4

حل المشكلة معا

4

حل المشكلة معا

بدأت كارين الجلسة حتى قبل أن يتخذ الحاضرون أماكنهم.

خاطبتني قائلة: "لم أطق صبراً للمجيء هنا الليلة. هل تذكرين حين سأل توني في الأسبوع الماضي عما يجب فعله إن لم تفلح أي من بدائل المعاقبة؟ قلتِ شيئاً حينها عن "حل المشكلة". لدي، بكل الأحوال، مشكلة كبيرة مع ابنتي ستايسي، ولا أعرف السبيل إلى حلها".

عقبتُ قائلة: "يتمثل الخبر الجيد في أنك لست مضطرة إلى حلها بمفردك. ستظهر الطريقة التي ستتعلمونها اليوم، والمؤلفة من خمس الخطوات، كيفية جلوس الوالدين مع مراهقيهم لمعالجة مشكلاتهم معاً".

تساءلت لورا قائلة: "الجلوس؟!. من لديه الوقت للجلوس؟!. ينشغل الجميع في منزلي باستمرار، ولا نتحدث إلى بعضنا إلا على عجالة".

عقبتُ قائلة: "تزخر حياة الناس بالمشاغل في يومنا هذا، ولا يعد الحصول على متسع من الوقت بالأمر الهين، ولكن العملية

تستلزم الوقت. لا يمكنكما التفكير معاً بشكل بناء إن كان أحدكما منشغلاً أو في عجلة من أمره. إن أردتم لهذه الطريقة أن تؤتي أكلها، فلا بد من الانتظار حتى يكون الطرفان متفرغين، وهادئين نسبياً".

عقب توني قائلاً: "نعم، ولكن الولد يثور، ما إن يعلم برغبتك في التحدث إليه عما يزعجك من تصرفاته، بغض النظر عن مدى هدوئك".

عقبتُ قائلة: "وهذا هو بالضبط ما يجعل خطوتنا الأولى، عقب إثارة الحديث عن المشكلة، متمثلة في دعوة مراهقيكم إلى رواية القصة من منظورهم، ما يعني وضع مشاعركم جانباً، بصورة مؤقتة، والإصغاء إليهم. سيصبحون أكثر قابلية للاستماع إليكم بمجرد إدراكهم أن وجهة نظرهم قد سمعت، وفهمت".

تساءلت كارين بفارغ الصبر: "وبعد ذلك؟".

أجبتها قائلة: "يعود الأمر إليكما، بعد ذلك، للجلوس معاً، ومحاولة إيجاد ما يرضى عنه الطرفان من حلول. سأوضح عبر ذكر مثال مما حدث في منزلي".

"اكتشف ابني، حين كان في الرابعة عشرة من عمره تقريباً، موسيقى "الهيفي ميتال"، إن جاز لنا دعوتها بالموسيقى. كان يستمع إليها، ويرفع من صوت المسجل، بحيث تهتز النوافذ. طلبت منه، راجية، أن يخفض الصوت دون جدوى. عنفته كي يفعل، فلم يحرك ساكناً. جربت كل المهارات التي تحدثنا عنها في جلستنا حول

الحصول على التعاون: شرحتُ المشكلة، وقدمت النصح، ووفرت الخيارات، وكتبت الرسائل... بل واستخدمت حس الدعابة أيضاً. ظننت أنني كنت ظريفة للغاية عندئذ، ولكنه لم يشاركني الظن".

"فقدت أعصابي ذات ليلة. اندفعت بغضب إلى غرفته، ونزعت شريط المسجل من القابس، وهددت بأخذه، وحرمانه منه نهائياً. يمكنكم، بالطبع، تخيل حفلة الصراخ التي تلت ذلك".

"وجدت صعوبة كبيرة في النوم تلك الليلة. قررت، في اليوم التالي، تجريب الطريقة الوحيدة التي لم أستخدمها بعد، طريقة "حل المشكلة". انتظرت إلى ما بعد الإفطار قبل المجازفة بإثارة الحديث عن المشكلة. ثارت حفيظته، ما إن ذكرت كلمة "موسيقى"، قائلاً: "يا إلهي، ليس مجدداً!". عقبت قائلة: "بلى، سنتحدث عن المشكلة مجدداً، ولكنني أريد رؤية الأمور من منظارك هذه المرة... أريد أن أفهم، حقيقة، وجهة النظر التي تستند إليها".

"أخذ الولد على حين غرة. خاطبني قائلاً: "تأخرتِ في ذلك!"، ثم أطلعني على حقيقة شعوره، قائلاً: "أعتقد أنك حساسة للغاية. ليست الموسيقى صاخبة بالقدر الذي تتصورينه، وإن وجب أن تكون كذلك نوعاً ما، بما يكفل الإحساس بإيقاعها، والاستماع إلى كلماتها. إنها رائعة بالفعل، مع كرهك لها. قد تحبينها إن أنصت إليها باهتمام".

لم أجادله. اعترفت بكل ما قاله، ثم سألته الإصغاء إلى حقيقة شعوري.

عقب قائلاً: "أعلم حقيقة شعورك. تظنين أن الصوت مرتفع جداً".

عقبت قائلة: "هذا صحيح. أحاول التأقلم معه، ولكنني لا أستطيع".

عقب قائلاً: "ارتدي سدادات الأذن إذاً".

لم أجادله مجدداً. دونت ما قاله، ثم خاطبته قائلة: "تمثل هذه فكرتنا الأولى لحل المشكلة!. لنر ما يمكن إيجاده من حلول إضافية ترضي كلاً منا".

"حسناً، خرجنا بالعديد من الاحتمالات: وضع السماعات في أذنيه، عزل غرفته بحيث لا يسمع الصوت خارجها، وضع سجادة على أرضها لامتصاص الصوت قليلاً، إغلاق بابي المطبخ وغرفة النوم".

"استبعدنا احتمال وضع سدادات الأذن، حين راجعنا القائمة في نهاية المطاف (لعدم رغبتي في التنقل بأذنين مسدودتين)، علاوة على وضع السماعات في أذنيه (كيلا تؤذي الموسيقى الصاخبة سمعه)، وعزل غرفته (لارتفاع كلفة ذلك). اتفقنا، بجانب ما سبق، على أن وضع السجادة في غرفته، وإغلاق الأبواب، وخفض الصوت، وإن كان قليلاً، يمكن أن يرضي كلا من الطرفين، ولكن تبين في النهاية أن ما يوده حقيقة يتمثل في استماعي إلى الموسيقى برفقته (كفرصة لإعادة النظر فيها على أقل تقدير)".

"حسناً، لم أستمع إليها، ولكنني أدركت إلى حد ما، بعد مرور فترة من الزمن، ما يمكن أن يجعل تلك الموسيقى جذابة بالنسبة له، ويعجبه في

كلماتها - المنفرة في نظري - إلى جانب غيره من الأولاد. أعتقد أن المراهقين يتواصلون مع الكلمات المعبرة عن غضبهم، وإحباطاتهم".

"هل أدى ذلك إلى محبتي لتلك الموسيقى؟ لا، ولكنني أصبحت أكثر تقبلاً لها. أعتقد أن استعدادي لتمضية بعض الوقت مع ولدي في عالمه الخاص، قد جعله أكثر قابلية لمسايرتي، والتواؤم معي. نعم، لقد وصل الأمر به أحياناً إلى سؤالي عما إذا كان الصوت مرتفعاً للغاية بالنسبة لي".

خاطبتُ الحضور قائلة: "حسناً، كانت هذه تجربتي. لنر الآن كيف يمكن تطبيق الطريقة ذاتها على ما يعد مألوفاً من المواقف لمعظمكم: الفوضى، عدم الترتيب، أو أياً كان ما تصفون به غرف مراهقيكم".

ضحك الحاضرون لطرافة ما سيعقبون به:

"أدعوها (مكب النفايات)".

"ندعوها (الثقب الأسود) في منزلنا، فما يدخلها لا يخرج منها أبداً".

سألتهم قائلة: "وماذا تدعون الأولاد؟".

جاءت الإجابات من أنحاء الغرفة كافة: "قذر"... "خنزير"... "تعيش كالحيوانات"... "من سيقبل الزواج بك حين يرى غرفتك؟".

اتجهتُ إلى حقيبتي، قائلة: "هاكم بعض البدائل عن أسلوب المخاطبة هذا"، ثم وزعت الرسوم التي توضح عملية "حل المشكلة"، خطوة بخطوة.

سترون في بضع الصفحات التالية ما وزعته على الحاضرين.

حل المشكلة معا

الخطوة الأولى

ادع مراهقك إلى إعطاء وجهة نظره

الخطوة الثانية

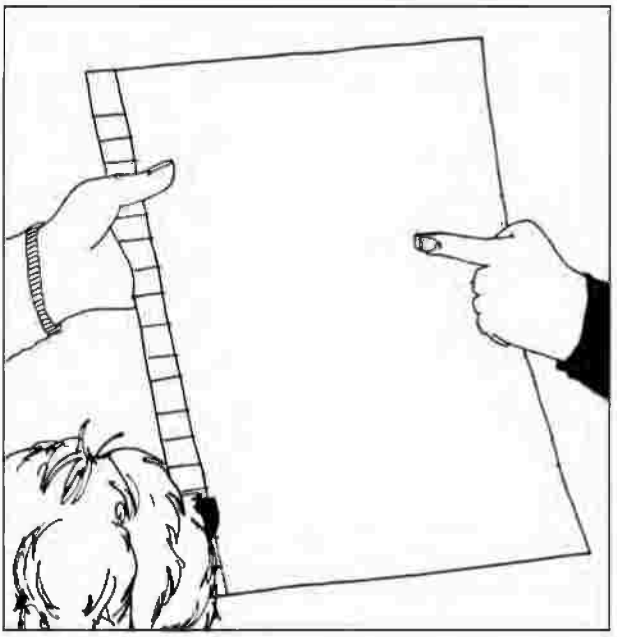
أوضح وجهة نظرك

الخطوة الثالثة

ادع مراهقك للتفكير معك

الخطوة الرابعة

سجل كل الأفكار - معقولة كانت أم سخيفة - دون تقييمها



الأفكار

سدي أنفك حين تمرين بغرفتي.
اشتري ثلاجة خاصة بي.
لا تترك الطعام في غرفتك.
وضع مزيد من الرفوف في غرفتي.
التوجه إلى محل الأدوات المستعملة بحثاً عن خزانة كتب.
إيجاد حيز أكبر في غرفتك عبر وهب ما لا تستعمله.
اسمحي لي بوضع عدة الهوكي في خزانتك.

الخطوة الخامسة

راجع القائمة. قرر ما يتفق عليه كلاكما من الأفكار،

تحدثت كارين قائلة: "لا أقصد أن أكون سلبية، حيث أرى مدى نجاعة هذه الطريقة مع من تعم الفوضى أرجاء غرفهم من المراهقين، ولكن ذلك لا يمثل مشكلة جدية في نظري. لقد قامت ابنتي ستايسي هذا الأسبوع بما أقلقني بالفعل. أدرك أنني ثرت بسبب تلك المشكلة، وأن ذلك أدى إلى تفاقمها، ولكنني لا أرى كيفية تطبيق كل ما ورد في تلك الرسوم عليها".

تساءلت لورا قائلة: "ما الذي فعلته ستايسي. أوضحي لنا".

أجابتها كارين، بعد أن أخذت نفسا عميقا، قائلة: "حسنا، هاكم ما حدث. ذهبت يوم الجمعة الماضي برفقة زوجي لتناول العشاء، وحضور أحد الأفلام. سألتنا ستايسي - ذات الثالث عشر ربيعا - قبل مغادرتنا عما إذا كان بمقدورها دعوة اثنتين من صديقاتها لزيارتها، فوافقنا بالطبع. غادرنا إلى المنزل بعد أن انتهى الفيلم باكرا. فوجئنا، ما إن وصلناه، بفتيين يهربان من الباب الجانبي. جرى زوجي للحاق بهما، بينما دخلت المنزل.

علمتُ، ما إن فتحت الباب، أن شيئا ما لم يكن على ما يرام. كانت النوافذ مشرعة، والمنزل باردا للغاية، ويعج برائحة السجائر، بينما كانت ستايسي وصديقتاها في المطبخ تخبئن علب البيرة الفارغة في قعر سلة المهملات، وتغطينها بورق الجرائد.

قالت البنت ما إن رأتني: "لم تكن غلطتي".

عقبتُ قائلة: "سنتحدث لاحقا"، ثم واكبت صديقتيها إلى باب المنزل. بدأت ستايسي، بمجرد خروجهما، في إخباري بقصتها الطويلة، وسوق الذرائع.

أخبرتها أنني لا أصدق أيا مما قالته، وأنها خرقت قواعد المنزل التي تعلمها جيدا، عامدة متعمدة، وأنني سأتخذ، ووالدها، الإجراءات اللازمة بحقها. هذا ما دفعني إلى القدوم هنا الليلة، ولكنني لست واثقة بشأن طريقة "حل المشكلة". لا أرى، حقيقة، كيف يمكن توظيفها لمساعدتي".

عقبتُ على كلامها قائلة: "لن نعلم السبيل إلى ذلك قبل أن نحاول"، ثم سألتها قائلة: "هل أنت مستعدة لتمثيل هذا الموقف معي؟".

سألتني بتردد، قائلة: "ما الدور الذي سألعبه؟".

أجبتها قائلة: "أي دور تريدين".

فكرتْ للحظة، ثم خاطبتني قائلة: "أظن أنه يجدر بي لعب دور ستايسي لعلمي بما يمكن أن تقوله في مثل هذا الموقف، فكيف أبدأ؟".

أجبتها قائلة: "أنا من سيبدأ الحديث بالنظر إلى أنني أمك التي تشعر بالقلق جراء المشكلة".

سحبتُ مقعدي باتجاهها، ثم خاطبتها قائلة: "آمل أن يكون الوقت مناسبا لك، يا ستايسي، لأننا بحاجة للحديث عما حصل البارحة".

جلست كارين (التي تلعب دور ستايسي الآن) في مقعدها، تحرك عينيها ذات اليمين والشمال بما ينم عن قلقها.

خاطبتني قائلة: "حاولت التحدث إليك، ولكنك لا تصغين إلي!".

عقبتُ قائلة: "أعلم ذلك، وأنه يمكن أن يكون محبطا، ولكنني مستعدة للإصغاء الآن". هاكم ما دار حوارنا عليه:

ستايسي: لم أتوقع، كما أخبرتك من قبل، أن يأتي هذان الفتيان إلى المنزل، بل إنني لا أعرفهما حتى. ليسا في صفي، ويكبرانني سنا.

الأم: إذاً فوجئت بقدومهما تماما.

ستايسي: هذا صحيح!. كانا يقفان خلف صديقتي جيسي وسو حين فتحت الباب لهما. لم أدعهما إلى الداخل أبدا. أخبرت جيسي أن والدي سينزعجان إن فعلت.

الأم: إذاً صرحت بوضوح عن رغبتك برحيلهما.

ستايسي: نعم، ولكنهما قالا إنهما سيمكثان لبضع دقائق فقط.

الأم: فاعتقدت أنهما يعنيان ذلك.

ستايسي: تماما. لم أتوقع أن يدخنا أو يشربا، وقد ضحكا حين أخبرتهما ألا يقوما بذلك. لم أكن أعرف، حتى، أن جيسي تدخن السجائر.

الأم: بذلت، بالتالي، جهداً كبيراً لمنعهم من القيام بذلك، ولكن أحداً لم يصغ إليك، وكنت في موقف صعب للغاية.

ستايسي: بالفعل يا أمي!.

الأم: ستايسي، إليك نظرتي إلى الأمر. صدمت لرؤية الفتيين يهربان من منزلي، واشتمام رائحة السجائر، والعثور على علب البيرة في سلة المهملات، و...

ستايسي: ولكنني أخبرتك للتو يا أمي أنها لم تكن غلطتي!.

الأم: أفهم ذلك، ولكنني أريد ضمان عدم تكراره مجدداً. تتمثل المسألة المهمة بالنسبة لي الآن في إحساسك بالراحة أثناء استضافة أصدقائك في المنزل، مع شعوري، وأبيك، بالثقة في أن قواعدنا تحترم، سواء كنا في المنزل أم لم نكن.

ستايسي: أمي، ليس الأمر بتلك الأهمية. كل ما يتعين علي القيام به هو إخبار جيسي وسو ألا يصطحبا الفتيان إلى منزلنا حين لا تكونين فيه مع أبي.

الأم: حسنا، سأدون ذلك بما أنه يمثل الاقتراح الأول في لائحتنا. لدي فكرة أخرى: وضع "عين سحرية" في الباب، ما يمكنك من رؤية من هم في الخارج قبل فتحه.

ستايسي: وإن أراد أحدهم التدخين، فسأخبره أن يفعل ذلك خارج المنزل.

الأم: يمكننا كتابة لوائح "بعدم التدخين"، وتعليقها في أرجاء المنزل كافة. يمكنك كذلك إخبار الجميع أن أمك الشريرة هي من أجبرك على ذلك... ماذا بعد؟.

توقفت كارين عن تمثيل دورها بصورة مفاجئة، ثم خاطبتني قائلة: "أعلم... أعلم أننا لم ننته بعد، وأن من المفترض بنا وضع الاقتراحات كافة على لائحتنا، ومراجعتها، واختيار أفضلها وما إلى ذلك، ولكن يتعين علي إخبارك بماهية شعوري حين كنت ألعب دور ستايسي: لقد كان في غاية الروعة. شعرت أن أمي تحترمني كثيرا... وتصغي إلي بجدية... وتعطيني الأمان كي أخبرها بما شعرت به حقيقة، دون مقاطعتي، أو تعنيفي... وبأنني ذكية لقدرتي على الخروج ببعض الأفكار، وبأننا نشكل فريقا واحدا".

نظرتُ إلى كارين مبتسمة، فقد عبرتْ بطريقتها الخاصة المتفردة عما كنت أود إيصاله تماما.

شكرتها على اندماجها الكامل في الدور، وإطلاعنا على مكنون شعورها. التهبت أكف الحاضرين بالتصفيق في تلك اللحظة.

بادلت كارين ذلك بابتسامة عريضة، قائلة: "لا تصفقوا، فوقت الأداء الحقيقي لم يحن بعد. يتعين على الأم الحقيقية الآن التوجه إلى المنزل، وتطبيق ذلك على ستايسي الحقيقية. تمنوا لي التوفيق جميعا".

جاءت أصوات الحاضرين، من أرجاء الغرفة كافة، تدعو لها بالتوفيق، منهية بذلك لقاءنا.

الروايات

خـرج الحـاضـرون، بعـد تـأمين الوقت الكافي للجلوس مع مراهقيهم، ومحاولة تطبيق المهارات الجديدة المتعلقة بطريقة "حل المشكلة"، خرجوا ببعض العبر والخلاصات من تلك التجربة. هاكم أبرز ما جاء في رواياتهم، والاستنتاجات التي توصلوا إليها:

كارين: يمكن أن تساعد طريقة "حل المشكلة" في فهم ما يدور حقيقة.

لم أكن أعـرف، حين غـادرت جلسـة الأسـبـوع المـاضي، مـا إذا كانت ستايسي مستعدة لمجرد الاستماع إلي، بالنظر إلى تأزم الأمور بيننا. تحـولت الفـتـاة، مع ذلك، إلى شـخص آخـر مـا إن طبـقتُ الخطوة الأولى من الطريقة (الاستـمـاع إلى وجهـة نظرها، وتقبل مشـاعـرها كـافـة)، وأطلعـتني، بصـورة مـفـاجـئـة، على مـا لـم تكن مستعدة لإخباري به فيما مضى.

اكتشـفتُ أن أحد الفتيين كـان صديق جيسي الجـديد، وأنهـا كـانت تمازحـه وتلاعـبـه طيلة الوقت، وأنهـا دخنت السيـجـارة التي قدمها لها.

لم أنبس ببنت شفة. اكتفيت بـالإصغـاء إليهـا، والإيماء برأسي مسايرة لحديثها. أخبرتني فيمـا بعد أن الفتيين أحضرا ستا من علب البيرة معهما، وأنهما بدأا في البحث عما يشربانه بعد الانتهاء من احتسائها. عثر أحدهمـا على خزانة المشروبات، ودعا صديقه

لاحتساء أحد أصنافها. حاولا، فيما بعد، إقناع الفتيات بشرب كأس صغيرة، حيث رفضت جميعهن ذلك باستثناء جيسي.

عجبا، كان من الصعب أن أضبط نفسي عند سماع ذلك!، ولكنني سعيدة لأنني فعلت، بالنظر إلى أن استمرارنا في الحديث قد ساعدني على فهم وجهة نظر ستايسي بصورة أكبر. لاحظت أن التجربة حملت بعض الإثارة بالنسبة لها، وإن غلب الخوف والارتباك عليها في تقديري.

سهلت معرفة ذلك بقية حديثنا كثيرا. لم أكن بحاجة إلى تمضية الوقت كي أشرح لها حقيقة شعوري (تعلم ستايسي سلفا رأيي في التدخين والشرب)، ولم يستلزم الأمر طويلا كي نخرج بلائحة للحلول. هاكم ما اتفقنا عليه معا:

- لا يسمح للفتيان بدخول المنزل ما لم يكن الوالدان فيه.
- لا يسمح باحتساء المشروبات الكحولية.
- ينبغي على كل من يضطر إلى التدخين أن يفعل ذلك في الخارج.
- ستخبر الوالدة سو وجيسي عن القواعد الجديدة (بصورة ودية).
- سيضع الوالد قفلاً على خزانة المشروبات.
- إن اقتضت الضرورة طلب المساعدة من الكبار، ولم يكن الوالدان موجودين في المنزل، فيمكن الاتصال بأي من الأرقام الموضوعة على باب الثلاجة.

تملك كلانا شعور جيد للغاية عند الانتهاء من وضع تلك اللائحة، فقد نجحنا في الخروج بها، وترتيب الأوضاع معاً. قالت ستايسي كلمتها في القوانين الموضوعة هذه المرة، عوضاً عن أن تسن من قبلي، وتفرض عليها فرضا.

لورا: ليس من الضرورة اتباع كل من خطوات طريقة "حل المشكلة" بغية الوصول إلى حل ما.

جاءت ابنتي كيلي إلى غرفتي، متمايلة، مزهوة، تعرض ملابسها الجديدة أمامي. خاطبتني قائلة: "أمي، انظري إلى ما اشتريت بنقود عيد ميلادي!، أو ليس رائعا؟. إنه مغرق في الأناقة!، ألا يعجبك؟".

لم يتطلب الأمر أكثر من نظرة واحدة إليها، لأفكر قائلة لنفسي: "حمداً لله أن لمدرستها زياً رسمياً. حسناً، ربما حان الوقت للأم وابنتها لاتباع طريقة "حل المشكلة". بدأت بالخطوة الأولى: مراعاة مشاعرها. خاطبتها قائلة: "كيلي، أعلم أنك تحبين مظهر هذا القميص والسروال، وتعتقدين أنهما يليقان بك".

عبرتُ فيما بعد عن مشاعري: "أعتقد أن هذا المظهر غير محتشم. لا أريد لابنتي أن تسير في العلن، وجسمها مكشوف بهذا الشكل، وصرتها ظاهرة. أعتقد أن ذلك يعطي انطباعا خاطئا".

لم يعجبها ما سمعت. جلست في مقعدها، وكأنها تنزلق نحو الأسفل، بما ينم عن إحباطها، ثم خاطبتني قائلة: "آه، أمي، لا تحبيه مطلقاً".

عقبتُ قائلة: "قد يكون ذلك صحيحاً، ولكن بمقدورنا الخروج بحل يرضي..."، قاطعتني، قبل أن أتم الجملة، قائلة: "حسناً، لن ألبس هذه الثياب في العلن، بل في المنزل فقط، حين أكون مع صديقاتي. موافقة؟".

أجبتها قائلة: "موافقة"، مما أنهى الحديث في الموضوع، مؤقتاً على أقل تقدير، لعلمي بما يحدث في أيامنا هذه. تخرج الفتيات من المنزل بمظهر يماثل ما تدعوه أمي: "السيدات الصغيرات المحترمات"، ولكن ما إن ينعطفن عند أول زاوية، حتى يرفعن قمصانهن، ويخفضن سراويلهن بحيث تنكشف أجسادهن، وتظهر صررهن مجددا".

جيم: لا ترفض أيا من اقتراحات المراهق، فأسوأ الأفكار يمكن أن تقود في بعض الأحيان إلى أفضلها.

بدأ ولدي جاريد، ذو الرابع عشر ربيعاً، في التذمر من أخته، ذات الاثني عشر ربيعاً، قائلاً إنها تدفعه إلى حافة الجنون، حيث تتعمد الذهاب إلى غرفته، كلما قدم أصدقاؤه إلى المنزل، تحت أي ذريعة، لإثارة الانتباه إليها. أتفهم ما يجري، ولكنه يثير حنق جاريد. يعنفها في كل مرة كي تغادر الغرفة، ويعنف زوجي كي تبقيها خارجها.

قررتُ، في إحدى الليالي، أن أجرب طريقة "حل المشكلة" معه. تطلبت الخطوة الأولى ضبط النفس من قبلي، حيث تعين علي

الجلوس، والاستماع إلى كل ما أبداه من تذمر. لم يتوقف الولد، ما إن بدأ الحديث، عن انتقاد أخته، قائلاً: "يالها من مزعجة... تأتي إلى غرفتي على الدوام، حيث يكون أصدقائي، متعللة بأي من الأسباب... كالحاجة إلى ورقة، أو إطلاعي على أمر ما. لا تقرع الباب أبداً... وتقف كالبلهاء حين أطلب منها الانصراف".

أقررت بما يسببه ذلك من إزعاج له، ولكنني قررت عدم التحدث عما شعرت به من إحباط جراء حديثه عن أخته بتلك الطريقة، لعلمي أن مزاجه لا يسمح له بالاستماع إلى حقيقة مشاعري.

تمثلت ردة فعله الأولى، حين أخبرته بضرورة الخروج ببعض الحلول المبتكرة للمشكلة، تمثلت في قول التالي: "أرسلها إلى المريخ!".

دونت ذلك، فرسم ابتسامة كبيرة على وجهه. جاءت بقية اللائحة على الشكل التالي:

- تعليق لائحة "بالبقاء خارجا" على باب غرفتي. (جاريد).
- يتعين على والدي إخبارها بعدم دخول غرفتي دون إذن مني. (جاريد).
- يتعين على جاريد أن يخبر أخته بنفسه، بهدوء ولباقة، أنه يرغب احترام خصوصيته حين يكون أصدقاؤه في غرفته. (الأب).
- عقد صفقة معها: إن تركتني بمفردي مع أصدقائي، فلن أضايق أصدقاءها حين يزورونها. (جاريد).

انتهى الحديث عند تلك النقطة. كان ذلك منذ بضعة أيام خلت. قام جاريد، في تلك الأثناء، بالتحدث مع أخته نيكول، كما فعلت أنا، ولكن الاختبار الحقيقي لم يحن بعد، بالنظر إلى أن أصدقاءه سيأتون الأحد المقبل للتمرن على العزف.

مايكل: من المرجح أن يحاول مراهقوك، حين تستخدم طريقة "حل المشكلة" معهم، استخدام الطريقة ذاتها معك.

سمعت ولدي جيف مصادفة، حين كان يتحدث مع صديقه على الهاتف حول حفلة موسيقى الروك "المثيرة" التي كانا يعتزمان الذهاب إليها. خاطبني، بعد أن أغلق السماعة، قائلا: "أبي، أحتاج التحدث إليك".

فكرت قائلا لنفسي: "آه، ها نحن ذا نعيد الكرة مجددا. ستحدث المجادلة القديمة الممجوجة ذاتها بيننا: لا تسمح لي بالذهاب إلى أي مكان. لن يحدث أي مكروه لي. لا يفعل هذا غيرك من الآباء... الخ".

أدهشني الولد، مع ذلك، حين خاطبني قائلاً: "أبي، يريد كيث أن أرافقه إلى الحفلة مساء هذا السبت، ولكنني أريد - قبل أن تقول أي شيء - سماع اعتراضاتك كافة على الأمر، وكل الأسباب الموجبة لرفضك. سأكتبها، كما فعلتَ معي الأسبوع المنصرم".

حسناً، عددت قائمة طويلة من الأسباب للولد: قلقي من وقوف فتيين، لا يتجاوزان الخامسة عشرة من عمرهما، في وقت متأخر

وحدهما، انتظارا لإحدى الحافلات، ومن المخدرات التي يتم تمريرها، وتعاطيها في الحفلات، والنشالين ومن يسرقون الناس بالقوة، والإصابات التي تقع نتيجة الزحام والتدافع، ناهيك عن اعتراضي على كلمات الكراهية التي تحط من قدر المرأة، ورجال الشرطة، والأقليات.

نظر جيف إلى لائحة أسبابي واعتراضاتي، التي وضعها على عجل، وبدأ في الرد على كل منها.

أخبرني أنه سيحرص على انتظار الحافلة مع صديقه في موقف آهل بالركاب، وسيبقي محفظته في جيب سترته الداخلي، مع رفع سحابها، وأنه لن يقترب مطلقا من أي مخدرات يمكن أن يصادفها، أو يقف حيث يحدث التدافع بين الجماهير، وأنه ليس بذلك الغبي أو المغفل كي تؤثر فيه بعض الكلمات الفارغة، وتحيله إلى متعصب ما.

تأثرت بمدى النضج الذي أبداه لدرجة الموافقة على ذهابه، تحت شرط واحد: قيامي، مع أمه، بإيصاله وصديقه إلى الحفلة، عوضا عن ركوبهما الحافلة، وحضور أحد الأفلام، بينما تنتهي حفلتهما، ثم العودة لإقلالهما. خاطبته قائلا: "إن وافقت على شرطي هذا، فلا يتعين عليك سوى الاتصال بمنظمي الحفلة لمعرفة توقيت بدئها".

شكرني على ذلك، وشكرته بدوري على اهتمامه بدواعي قلقي. أخبرته كذلك أن طريقة تعامله مع المسألة قد ساعدتني في التفكير بروية، والتوصل إلى ما يرضى الطرفين من حلول.

جوان: يوجد ما يتجاوز طريقة "حل المشكلة" من المشكلات. يشكل اللجوء إلى المختصين أمرا ضروريا في بعض الأحيان.

ظننت بادئ الأمر أن رايتشل تفقد وزنها نتيجة التمرينات التي تقوم بها مؤخرا، ولكنني لم أفهم سبب تعبها الدائم، أو نقص شهيتها. لا تتناول سوى ملعقة أو اثنتين، مهما طهوت من أطعمتها المفضلة، ولا ترد علي، حين أحثها على تناول المزيد، إلا بقول التالي: "لست جائعة"، أو "يكفيني هذا مع كل بدانتي".

دخلت عليها، صبيحة أحد الأيام، مصادفة حين كانت خارجة من الحمام، ولم أصدق ما رأته عيناي في تلك اللحظة. لقد كانت نحيلة للغاية، وكأن جسدها جلد وعظم.

أسقط في يدي، وشعرت بعجز تام. لم أكن أدري ما إذا كان بالإمكان حل هذه المشكلة عبر الجلوس مع ابنتي، والتوصل إلى حلول مرضية للطرفين، ولكن تعين علي المحاولة بأية حال. أعطت الخطوة الأولى - الاعتراف بمشاعر الفتاة - عكس النتائج المرجوة منها. خاطبتها قائلة: "حبيبتي، أعلم أنني لاحقتك في المدة الأخيرة لعدم تناولك الطعام بالقدر الكافي، وأن ذلك يمكن أن يكون مزعجا لك، وأفهم السبب الذي يجعلك...".

استشاطت الفتاة غضبا، قبل أن أضيف أي كلمة أخرى، وانفجرت في وجهي قائلة: "لا أريد التحدث عن الأمر، الذي لا يعنيك في المقام الأول. إنه جسدي، وما أتناوله هو شأني!"، ثم دلفت إلى غرفتها، بعد أن أغلقت الباب بعنف.

اتصلت بطبيب العائلة على الفور، وأخبرته عما كان يجري، فأوصاني بضرورة إحضارها إليه كي يفحصها. خاطبتها، حين خرجت من غرفتها أخيرا، قائلة: "رايتشل، أعلم أن مأكلك هو أمر لا يعنيني في نظرك، ولكنني قلقة بشأنه في الحقيقة. أنت ابنتي التي أحب، وأريد مساعدتك، ولكنني أجهل الكيفية، وهو ما دفعني إلى تحديد موعد مع الطبيب".

حسنا، سببت لي الكثير من المتاعب حينها ("لا أحتاج المساعدة!، أنت من لديها مشكلة، لا أنا")، ولكنني لم أستسلم. أكد الطبيب أسوأ مخاوفي حين عاينها أخيرا: رايتشل مصابة بسوء التغذية، وقد فقدت اثني عشر رطلا من وزنها، وانقطعت دورتها الشهرية لبضعة أشهر خلت، علاوة على انخفاض ضغط دمها.

كان الطبيب صريحا للغاية معها، وأخبرها باحتمال تعرضها لمشكلات صحية جدية تتطلب عناية مباشرة، وأن اكتشاف ذلك في وقت مبكر يمثل أمرا جيدا للغاية، وأنه سيحيلها إلى برنامج طبي خاص. وضح الطبيب طبيعة البرنامج، حين سألته الفتاة عنها، قائلاً إنها تمثل جهداً مشتركاً: توليفة من العلاج الفردي، والجماعي، والغذائي.

بدت رايتشل متأثرة للغاية حين كنا نهم بالمغادرة. ابتسم الطبيب في وجهها، وأمسك يدها، قائلا: "رايتشل، عرفتك منذ كنت طفلة صغيرة. أنت فتاة قوية وشجاعة، وأثق تماما بقدرتك على توظيف البرنامج لصالحك حين تنضمين إليه، وتجاوز هذه المشكلة".

لا أعلم إن تفهمت رايتشل ما قاله الطبيب، ولكنني كنت ممتنة للغاية له، وشعرت براحة كبيرة عقب سماع كلمه الطيب. لن أكون مضطرة لمواجهة الأمر وحدي، فهنالك من هو على استعداد لتقديم العون.

تذكرة

حل المشكلة معاً

الوالد: عدت متأخراً للبيت عن الحد المسموح به للمرة الثانية!. حسناً، أخرج من حساباتك الذهاب إلى أي مكان مساء الأحد القادم. لن تبرح المنزل خلال عطلة نهاية الأسبوع.

عوضاً عن القيام بذلك:

الخطوة الأولى: ادع مراهقك إلى إعطاء وجهة نظره.

الوالد: أعتقد بوجود ما يمنعك من الالتزام بالحد المسموح به للبقاء خارج المنزل.

المراهق: إنني الوحيد من بين رفاقي الذي يتعين عليه العودة إلى البيت بحلول العاشرة. أضطر دائماً إلى المغادرة بينما يلهو جميعهم ويمرح.

الخطوة الثانية: أوضح وجهة نظرك.

الوالد: أقلق حين لا تعود إلى البيت في الموعد المحدد، ويجمح بي خيالي نحو أسوأ الاحتمالات.

الخطوة الثالثة: ادع مراهقك للتفكير معك.

الوالد: لنر ما إذا كان بإمكاننا الخروج بأي من الأفكار التي تمنحك المزيد من الوقت لتمضيه مع أصدقائك، وتشعرني بالاطمئنان عليك.

الخطوة الرابعة: سجل كل الأفكار - دون تقييمها.

1 - دعني أبقى في الخارج بقدر ما أريد، ولا تنتظرني. (المراهق).

2 - لن أسمح لك بالخروج ثانية حتى تتزوج. (الوالد).

3 - ارفع الحد المسموح به إلى الحادية عشرة. (المراهق).

4 - تمديد الوقت المسموح به إلى العاشرة والنصف - مؤقتاً. (الوالد).

الخطوة الخامسة: راجع القائمة، وقرر ما تود تنفيذه من الأفكار.

المراهق: أوافق على توقيت العاشرة والنصف، ولكن لم مؤقتاً؟.

الوالد: يمكن أن نجعله دائماً. كل ما يتعين عليك فعله هو إثبات قدرتك على الوفاء بهذا الموعد.

المراهق: اتفقنا إذاً.