

(4)

الأدوار المناسبة

يرتبط مفهوم الدور عادة بمفهوم المركز الاجتماعي الذي يحتله الفرد ضمن المحيط الذي يعيشه، فالأب مثلاً في نظام الأسرة عليه أن يقوم بدور الأبوة مع الأبناء، ومع الزوجة بدور الشريك. وهذا الدور يختلف عن دوره كمتج خارج الأسرة. وبذلك يصبح الدور مجموعة الأنماط الثقافية المرتبطة بشخص ما في مواقف معينة.

ويندر أن يقوم الفرد العادي بدور واحد، بل يقوم بأكثرها خلال مراحل حياته، فيكون الرجل ابناً وأباً وزوجاً وصديقاً وموظفاً وعضواً في نادٍ، وتكون المرأة بالمثل: زوجة، أم، عاملة، وناشطة في جمعية اجتماعية، قد تنجم هذه الأدوار فيما بينها إذا أحسن التوفيق بأدائها وقد تتصارع فتتأزم الحياة عندما لا نحسن التوفيق، كأن نولي اهتماماً أكبر لدور ما على حساب بقية الأدوار، أو حين يتغير اتجاه الفرد في الحياة وتضطره ظروفها إلى الانتقال من

الشخص المناسب

محيط إلى آخر. مما قد يؤدي ذلك إلى أزمات نفسية عنيفة. وحتى لا نصل إلى مرحلة التأزم رغبت في الحديث عن أربعة أدوار رئيسية وما يتطلبه كل منها، سواء لعبنا دور: الشريك أو الصديق أو المربي أو الاجتماعي أو جملتها معاً.

الشريك المفضل

هل أنت شريك زواج مناسب؟ هل تنعم في حياتك العائلية بالسعادة والهناء؟ لنجرّ أولاً هذا الاختبار:

1. هل تنجز بعض المسؤوليات الخاصة بعملك في المنزل إن اضطررت إلى ذلك؟
نعم لا
2. هل تسأل نفسك من حين لآخر: «هل أسرتي سعيدة؟»
نعم لا
3. هل تشعر عموماً بالرضا عن إنجازاتك في الحياة العائلية؟
نعم لا
4. برأيك، ليس هناك فرق بين المرأة والرجل لناحية الواجبات؟
نعم لا
5. هل تحمد الله دائماً في حياتك على ما تتمتع به من قدرات؟
نعم لا
6. هل تعتبر أحلى أوقاتك هي التي تقضيها مع زوجتك؟
نعم لا
7. إذا تركت العمل هل سينعكس ذلك سلباً على طريقة معاملتك لأفراد أسرتك؟
نعم لا
8. هل تعتبر أسرتك وأسرة زوجتك عائلة واحدة؟
نعم لا
9. هل ترحب بأن يقوم الرجل بمشاركة الزوجة في بعض الأعمال المنزلية؟
نعم لا
10. هل تعتقد بأن توفير المال اللازم هو من أسباب الحياة الزوجية؟
نعم لا
11. هل تتمتع بممارسة هوايتك المفضلة بعيداً عن الأسرة؟
نعم لا
12. هل تشعر بأن كثيراً من الأزواج أسعد منك في الزواج؟
نعم لا
13. إن اضطررت الظروف إلى المبيت خارج المنزل، هل تسر بذلك؟
نعم لا
14. هل تفضي بما يضايقك إلى زوجتك؟
نعم لا

الشخص المناسب

إذا كانت إجابتك من (1 - 9) بنعم ومن (10 - 14) بلا، فأنت زوج سعيد وشريك ناجح في حياتك العائلية، أما إذا كانت معظم إجابتك «نعم» على لائحة (1 - 9) و«لا» على معظم الأسئلة الأخرى فأنت تشعر بشيء من السعادة، ولكن في بعض الأوقات هناك مشكلات تحول دون سعادتك البيئية الكاملة، لذلك خصّص وقتاً للحوار الهادىء مع زوجتك لاكتشاف أسباب هذه المشكلات وتوسّلاً طرق التفاهم. أما إذا كانت إجابتك «لا» على كل الأسئلة الواردة من 1 - 9 و«نعم» على الأسئلة الأخرى فثمة ما يعكّر صفو حياتك الزوجية، وربما يعود ذلك إلى نقاط ضعف في شخصيتك أو أنك تفتقد الحنان والحب والتعاون، أو أنك لا تحسن الحوار أو أنك في انشغال دائم حيث ينعكس عندئذٍ إهمالاً في البيت مما يتطلب معها وقفة صادقة مع نفسك لتواجه الأسباب التي تعكّر صفو علاقاتك الأسرية والزوجية ولتغدو بالتالي شريكاً مناسباً.

كيف تبدأ «الشراكة» المناسبة؟

حين يتقدم شاب لطلب فتاة للزواج، يقف الأهل حائرين بين الرفض والقبول في قضية مصيرية واضعين

أمام أعينهم ظروف الأسرتين الاجتماعية والثقافية، وغالباً ما يطلب أهل الفتاة فترة من الزمن للسؤال عن الشاب، وعن كل ما يتعلق به وبأسرته للخروج بقرار نهائي يعتقدون أنه هو القرار السليم، ولكن ماذا يحدث لو أغفل الأهل بعض الاختلافات القائمة، هل سيستطيع الزوجان تجاهل ما يراه في الشريك من صفات أو سلوكيات لا تتناسب معه؟ ما هي المعايير التي تجمع اثنين في «شراكة الزواج»؟ هل الزواج مجرد علاقة حب تجمع اثنين؟ هل الحب وحده كفيل بالمحافظة على مسيرة الزواج وقادر على حماية الشريكين من انفراط عقد ارتباطهما؟ يبدو أن الحب ليس وحده «السبب الرئيسي للزواج»، فهو على ضرورته وأهميته إلا أن للزواج أسباباً متعددة منها:

- * البحث عن الاستقرار الأسري.
- * تحقيق الأمن العاطفي.
- * الاستجابة لرغبات الوالدين.
- * الهروب من الوحدة.
- * للحصول على رفقة خلال مراحل العمر.
- * طلباً للحماية والشهرة.
- * للوصول إلى منصب اجتماعي أو سياسي رفيع.

الشخص المناسب

يتزوج الناس لأن الزواج هو النمط الاجتماعي الذي يجد قبولاً ومشروعية لإقامة علاقة خاصة بين رجل وامرأة، فافتصار ممارسة الجنس مع شخص واحد والتعاون من أجل الإبقاء على الحياة والرغبة في تحقيق حلم الوالدية والأمومة كل هذا يجذب الأفراد نحو الزواج. لهذا يبحث كل فرد عن الشريك الذي يلائمه ويرضيه، كما يفشل الكثيرون في الحصول على الزواج الذي يستطيعون الاستمرار في احتماله، لكن بين هذين الطرفين المتناقضين يوجد الملايين من الأشخاص يحصلون على نمط زواج يعتبر بالنسبة لهم أفضل من أي بديل حتى وإن لم يصل إلى النموذج المثالي.

في بحث أجرته أستاذة علم الاجتماع المصرية د. سامية الساعاتي على مجموعة من الشباب المقبلين على الزواج وفيما يجب توفره في الشريك تبين أن:

- * 96% رأي ضرورة أن تكون الديانة واحدة (من نفس الدين).
- * 92% فضل أن تكون زوجاتهم أصغر منهم بقليل (معيار السن).
- * 82% لا يفضلون الزواج من فتاة أكثر منهم تعليماً (المستوى التعليمي متفاوت).
- * 66% يفضلون الزواج من الفتاة التي تشبع حاجاتهم العاطفية وتقدر عاداتهم وتقاليدهم (تشابه القيم).

تركز البيانات المستقاة من عينات بحث - إذن - حول معرفة عناصر التجانس بين شريكي الزواج على درجة

التشابه المفترض وجودها بين زوجين، حيث تبين أهمية توافر مجموعة من المتغيرات التي يقوم عليها التجانس وهي: العقيدة، الطبقة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي، السن، درجة التعليم، مكان السكن ومعايير أخرى تلعب دوراً في مسألة الاختيار الزوجي. وظيفة هذه المتغيرات أنها ترشد أو توجه كل فرد إلى «نوع الشريك» الذي يستطيع التفاعل معه.

وحتى يكون الاختيار أكثر توفيقاً ينبغي لكل من الشريكين أن لا يتردد بطرح الأسئلة على نفسه من جهة (ليعرف ماذا يريد بالضبط) ثم على الشريك من جهة أخرى (ليعرف أكثر عنه) كأن يتساءل:

1) هل هناك تفاهم بيننا / هل يفهم كلُّ منا طباع وانفعالات الآخر؟

2) هل يعطي كلُّ منا الآخر العناية الممكنة / هل سيساعد أحدنا الآخر؟

3) هل سيستمتع أحدنا بصحبة الآخر / هل هناك رغبة قوية من الصداقة بيننا؟

4) هل يمكن أن نتشارك الأعباء والمسؤوليات المنزلية؟

5) هل من الممكن أن يتقبل أحدنا أخطاء الآخر؟

الشخص المناسب

6) هل من الممكن أن يتخلى أحدنا عن أشياء معينة لإرضاء الشريك؟

7) كيف سنتعامل مع المشكلات الطارئة وما هي تطلعاتنا للمستقبل؟

الإجابة على هذه الأسئلة بواقعية تفتح الطريق لتفهم مدى توافقك مع الشريك قبل الإقدام على أي ارتباط، إذ من المهم أن يعلم كل منكما عن الآخر مجمل التفاصيل ولا يتوقف فقط عند وسامته أو مكانته أو ثروته، لأن التصنع والتزييف (الأقنعة) لا تبني شراكة طويلة الأمد. كما يشير إلى ذلك علماء النفس الأمريكيين الذين ينصحون بعدم الانبهار بالانطباع الأول عن الشريك (وخاصة المرأة تجاه الرجل) ذلك لأن ليس هناك رجل كامل إلا في الروايات وأفلام السينما، لا تقنع / تقنعي نفسك بأنك قادرة) على إصلاح الشريك وخفض كل منكما مستوى توقعاته.

إن الارتباط الناجح لا يقوم على اتحاد بين شخصين متشابهين، بل إن على الشريكين أن يكمل أحدهما الآخر، وإذا حدث ثمة اختلاف فيجب أن لا يفسد - هذا الاختلاف - في الود أية قضية، وإذا كنت لا تمتطع تقبل

عيوب شريك حياتك فمن الأفضل أن لا ترتبط به حيث من الصعب إجراء تعديلات في عاداته وطباعه، خاصة وأن بعضهم يأمل بأن الأطباع قد تتغير مع الأيام، لذا لا يعمل أحدكما على إخفاء أية معلومات عن الآخر أو التظاهر بعكس ما هو عليه حقيقة بأقنعة مزيفة كي لا تنهار الثقة بينكما بعد خطوات الارتباط.

بينما أنا أُعدُّ هذا المحور من الكتاب أرسل لي صديق عبر بريدي الإلكتروني كلمات رائعة وجدت من المناسب أن أذكرها في السياق، ومما ترجمته:

- لا تؤذ أحداً.. عندما تؤذي من يجب لي لحظات، قد يستغرق ذلك سنوات لكي نلتئم ما جرحنا!
- لا تزوج من يمكن العيش معه، بل ذاك الشخص الذي نשמرك لا تستطيع الحياة بدونها!
- لا تفرط بشفتك، إنها تأخذ سنوات لتبني ودقائق لتنتهي!

أي شريك تفضل؟

لو سألت أي فتاة ماذا تتمنى في شريك حياتها من مواصفات لأشارت: «أتمنى في شريك حياتي أن يكون ذكياً، يتحمل المسؤولية، يعتمد على نفسه، له شخصيته، طيب القلب؛ يهتم بشؤون الأسرة والمنزل، حنوناً ومحبباً ويقدر ما تقوم به شريكته...». ولو سألنا أي شاب فيما يريد من فتاته

الشخص المناسب

لأشار إلى جملة صفات منها: «أن لا تكون مغرورة، أنيقة، مشاركة، متفهمة لعملية، تتحدث بلباقة، ناضجة في سلوكها، واعية في تصرفاتها، صادقة في محبتها ومدبرة». في مجمل هذه الصفات نرى أن كلاً منهما يرغب في أن يرى بالآخر: التعاون والنجاح والمسؤولية والإدراك. ويمكن النظر إلى مسألة «تحديد المواصفات» على أنها نصف المعركة، أي بداية التوافق الزوجي وليس نهايته لأنه وفق «التحديد» يبني الشريك مؤسسته (الأسرية). إنه لمن المثير للاهتمام أن نستعرض جميع الخواص المطلوبة أو المفضلة في شريك الزواج، إلا أنه من غير المعقول بأن تبقى خواص معينة ثابتة ونهائية في شخصية الآخر، إذ أن الفرد قد يظهر سمة معينة تحت ظروف خاصة بينما لا تظهر نفس السمة في ظروف أخرى (قد يضبط - مثلاً - انفعالاته في المنزل بينما لا يستطيع أثناء تأديته الرياضات..). ومعنى ذلك أن الصفات نسبية وتختلف باختلاف فهم الناس لها واتجاهاتهم عنها. وللدلالة على ذلك أسوق معطيات استطلاع للرأي أجرته إحدى المجلات العربية على عينة من الشباب والفتيات في المجتمع العربي حول صفات الزوجة المثالية بنظر الرجل، وصفات الزوج المثالي بنظر المرأة، فذكر

الرجال أكثر من خمسين صفة متنوعة يفضلون وجودها عند المرأة ومنها أن:

- تتميز باللباقة.
- لا تخرج زوجها في أي موقف.
- لا تفشي أسرار زوجها.
- تتحمل ثورة غضب زوجها.
- تكون دائمة الابتسامة.
- تتقبل النصيحة.
- تكون صاحبة حضور وشخصية.
- تكون رقيقة بمعنى الكلمة.

وبالمثل أشارت الفتيات في مواصفاتهن للرجل المثالي بأكثر من خمسين صفة حيث يرغب بالرجل الذي يودون الاقتران به أن يكون:

- مثقفاً.
- هادئ الطبع.
- صبوراً.
- متفاهماً.
- متديناً.
- مستعداً للتضحية.

الشخص المناسب

- اجتماعياً.
 - مجداً في عمله.
 - متزناً في تصرفاته.
 - خفيف الظل.
 - قوي الشخصية.
 - مهذباً.
 - صادقاً.
 - قدوة حسنة ويشارك في تربية الأبناء.
- رغم أن هذه الصفات يندر وجودها في شريك واحد إلا أننا جميعاً نتطلع إلى أن نتمثل أدوار الحياة بما تمليه الظروف على شكل أفضل، بهدف أن ننعم بشراكة مناسبة في زواجنا. وهذا يعني أننا في حاجة دائمة لإعادة اختبار النظرة التقليدية عن شروط الاختيار بضرورة وجود مواصفات عديدة مطلوبة. إذ لا يمكن أن نسير في معادلة حتمية بخيارين: إما ما أريد وإما لا زواج، لأن الدراسات الحديثة التي أجريت في ميدان الاختيار الزواجي كشفت عن وجود ميول تتغير عبر الزمن، حيث اتضح أن مفضلات الشباب أو البنات تتغير تبعاً لسنوات العمر، فما تفضله الفتاة في عمر العشرينات يختلف عما تفضله فتاة الثلاثينات مثلاً.. فضلاً

عن مسائل أخرى مرتبطة بالاختيار نفسه مثل الظروف التي سيعيش في ظلها الزوجان ومتطلبات مهنتهم ومكان السكن وغط العلاقات التي يرغبان بإنشائه، وأشياء أخرى ترتبط أكثر باختيار الشريكة لشريكها أكثر مما ترتبط باختيار الشريك لشريكته، حيث نجد في الوقت الحالي - مع التغير الاجتماعي السريع - أن طبيعة مهنة الزوج هي التي تؤثر إلى أبعد مدى في حياة أسرته وإلى حد كبير في مكان إقامتهم ومكانتهم في المجتمع المحلي وحتى في نوع المدرسة التي سيدرس فيها أولادهما.

إزاء ذلك يبرز التساؤل: من هو الشريك المفضل إذن؟

الشريك المناسب... أن تكون رجلاً:

ماذا يعني أن تكون رجلاً؟ رغم أن هناك أحكام مسبقة يُحكم بموجبها على الرجولة بعدد من الصفات والتصرفات، تلخّص في بعض مقاييمها: أن يسيطر الرجل على آلامه، فلا يصرخ ولا يبكي أو يكذب في أداء الأعمال الشاقة، إلا أن ذلك غير صحيح. ذلك أن معيار الرجولة لا يتحدد بأحكام يقررها الناس في ظروف خاصة، لأن ما كان سائداً في العصور الغابرة عن الرجل

الشخص المناسب

الشهم / المقدام هو من يمتطي الفرس ويصارع عشرة مقاتلين، تبدل مفهومه في عصرنا لسبب اختلاط الأدوار وتبدل ظروف الحياة، أصبح من الصعب معها على الرجل أن يحدد نفسه بعمله أو بدوره، فخروج المرأة (زوجته) إلى العمل يجعله مساوياً لها وشريكة مشاركة له في تحمل الأعباء المادية كونه أصبح - ومع معطيات عصرية جديدة - غير قادر على بناء عائلته وإعالتها بمفرده. أمام هذا التحول تبدلت القيم وأصبح مطلوباً من الرجل كي يكون شريكاً مقبولاً بحده الأدنى أن يمتاز بـ:

- الواقعية: كن واقعياً، لا تسير الأمور برؤية خاطئة بينك وبين شريكك، لذلك من الضروري أن يعرف الشريك بما تطلبه شريكته، بماذا تفكر؟ بمَ ترغب؟

- تقدير النصف الآخر: ترغب المرأة باهتمام الرجل الدائم بها، وهي تقدر كثيراً الرجل الذي يقوم بما تريد دون أن تطلب منه، لذلك من الضروري أن يتنبه الرجل لهذا الأمر فيقوم بتصرفات تجعله مهماً في نظرها.. لذا قدر شريكك.

- توسيع الأفق: بمعنى على الرجال ألا يقلقوا مما تطلبه المرأة، بل عليه أن يكتشف الإمكانيات المتاحة لتأمين تلك المتطلبات.

- تبيد المخاوف: تحدّث إلى شريكك / صارعها /
تعلمًا كيف تصغيان إلى بعضكما البعض، فتكتشفان أن
ما تخافان منه ليس إلا وهماً.

- الشجاعة: وهي مطلوبة لمواجهة المواقف الصعبة
والتغيرات الطارئة وليس بالضرورة أن تكون جسدية - بدنية
بقدر ما ينبغي أن تكون ذهنية وانفعالية، فالرجل الشجاع
هو الرجل القادر على مواجهة ما يخشاه، رجل القرن
الحالي هو الرجل الذي يملك شجاعة القول والفعل كي
يعيد تحديد شخصيته.

يقول "تشارلز ديكنز": المرأة الفاضلة كتاب مغلق لا
يقرؤه إلا الرجل الذي اختارته ليشاركها حياتها. فحاول أن
تصفّح هذا الكتاب باهتمام ولا تفسد عليك متعة قراءته
من حين لآخر.

الشريكة المناسبة.. أن تكوني امرأة:

ماذا يعني أن تكوني امرأة؟ في إحدى استطلاعات
الرأي الأمريكية الحديثة حول: ماذا يجذب الرجل في
المرأة؟ وردت صفات مثل: الثقة بالنفس، تفهّم الآخر،
الاهتمام بالشريك، الحيوية، الأنوثة، الفطنة، الاعتناء

الشخص المناسب

باللباس والجاذبية الجنسية. يلاحظ من هذه الصفات أن منها ما يتطرق إلى مسألة العلاقة مع الشريك وخاصة لجهة تفهمه والاهتمام به، فلكي تكوني امرأة أمام الشريك يفضل أن:

- أ - تتخلي عن دور «الناشطة كلامياً»، رغم الاعتقاد الشائع بأن الرجل هو «قليل الكلام» والمرأة هي نقيض ذلك (ثرثارة) فإننا على العكس ننصح بأن تنقلب الأدوار قليلاً بين الحين والآخر، فكثيراً ما تسكت المرأة كي يقال لها شيئاً، ترغب بأن تصغي وأن تستمع، فما رأيك بأن تدعي له فرصة للتكلم / التعبير كي لا تفوت عليه رغبة التعبير عن مشاعره نحوك.

- ب - تعمدي لغة الحوار الهادئ كما كنتما خلال فترة التواعد واللقاءات الحميمة، عليك أن تتذكري أدبيات هذا المحك، بأن لكل شخص طريقته في التكلم، ذوقه في الأحاديث وأسلوبه في المناقشة.. فالبعض يعرض ما لديه فوراً ثم يتابع الحديث، البعض الآخر لا يفصح عن مشكلته إلا ما ندر، لذا يجب أن تعرفي شيئاً عن الوقت المناسب للتكلم، للإصغاء، للطلب أو الامتناع، التقرب منه أو الابتعاد عنه.

- ج - نميَّ حدسك: تبين أن للنساء قدرة فطرية على التقاط الإيماءات وفك رموزها أكثر من الرجال، ويعود هذا إلى ما يعرف بحدس النساء، فضلاً عن تمتعهن بعين دقيقة تجاه أدق التفاصيل، تأملي / فكري / استشعري ما يريده شريكك فهو كثيراً ما يعجب بمن «يفهمه عالطائر».

قررت إحدى الصحفيات الأمريكيات استفتاء عدد كبير من الرجال عن التقوا بنماذج متعددة من النساء خلال مراحل حياتهم، ليعبروا عما ينفرهم في شخصية المرأة: فأشار بعضهم في المرأة التي تعيش بطريقة واحدة سواء في مظهرها أو تفكيرها أو سلوكها، وتعيش حياة عملة تبعث على الضجر. وأشار آخر بأنه لا يميل إلى المرأة / الشريكة التي لا تستمتع بالحياة ولا تدع غيرها يستمتع بها. وقال بعضهم أنه ينفر من المرأة التي لا تلتزم بمواعيد سواء عن تعمد أو غير تعمد (إذا تعمدت فهي متكلفة وإذا كانت غير متعمدة فهي مهملة لا تعي مشاعر الآخرين)، وقال آخر أنه لا يحترم السيدة التي لا تعرف آداب المائدة، وعبر بعضهم عن نفورهم من المرأة التي تتحدث وتضحك بصوت عالٍ أو التي تعتقد أن من حقها أن تتكلم طوال الوقت ولا تدع

الشخص المناسب

لغيرها فرصة للكلام، والتي لا تخجل من إصلاح زينتها أمام الناس.

قرأت مرة في كتاب أدبي مأثور عن حكماء العرب القدامى وصية أم لابنتها حين زفافها توصيها: «يا بنيتي إياك ثم إياك والضحك إن كان مغتماً والكآبة لديك إن كان هو فرحاً». وأوصى آخر ابنته وهي تُزفّ قائلاً: «يا بنية إياك والغيرة فإنها مفتاح الطلاق وإياك والمعاتبة فإنها تورث البغضاء وعليك بالزينة والتطيب له».

أعظم إمانة تلحقها
امرأة برجل قولها له:
إنها تزوجت منه
شفقةً عليه لا حباً
فيه.

جبران خليل جبران

إن التوافق بين الشريكين وبخاصة في الأمور الشخصية من شأنه خلق تجانس قوي بينهما، مما يسهل عملية التكافؤ في حياتهما، وعادة ما تتأسس هذه الأمور بعد الزواج إزاء ما يبيده كل من الزوجين من تقبل وتقدير متبادل، لهذا ننصح ختاماً: ليكن حبكما أقوى من الضغينة، وتعلموا حكمة التسوية، وآمنوا بالأفضل وليس بالأسوأ، تذكروا أساس علاقتكم فلا تفسدوها، وأنعموا على شركاء حياتكم بالمجاملة واللفظ بالشكل الذي تغدقانه على أصدقائكم.

الصديق الحق

«أنا شاب في العشرين من عمري، مشكلتي أنني أحب الصداقة لدرجة لا حدود لها، لكنني دائماً لا أختار الصديق المناسب، وأنا بصراحة أغضب لأي سبب تافه جداً، وهذه المشكلة تكاد تفقدني جميع أصدقائي، إنني لا أضبط نفسي في الكلام، فهل أجد عندكم الحل؟».

أخوكم الذي كاد أن يفقد صوابه

٢٠٤٠٢

«أنا طالبة في كلية الحقوق، أعاني من مشكلة عدم الانسجام مع الآخرين والحساسية المفرطة من الزملاء، أشك في نفسي ولا أعرف أن أميز في كلامي: هل هو صائب أو لا؟ وأعاني أحياناً من اضطراب في التفكير ولا أستطيع اختيار «الصديق الحق».

الحائرة آمال

هذا بعض مما يردُّ إلى المجلات الاجتماعية يسأل فيها أصحابها حلاً لمشكلة أو نصيحة لموقف يرون به، وتتنوع مسألهم بتنوع الغايات، فذاك الذي يسأل عن الحب وذاك عن الدراسة وذاك عن العمل وآخر عن الجيرة وغيرها من

الشخص المناسب

المتاعب يبدو معها الناس حيارى، يسترشدون المجلات المتخصصة خياراً لما يودون اتخاذه، لكن الذي لفت نظري وأنا أطلع هذه المجلات هو سؤال بعضهم لبعض عن: مقومات الصداقة المطلوبة، آلية التواصل المفترضة، سبل الانسجام والتوافق العاطفي المرغوب ما جعلني أتساءل: هل أصبح فعلاً من الصعب إيجاد صديق مخلص؟ هل صحيح قول الناس بأن من بين المستحيلات الثلاث: الصديق الوفي؟

قد يبدو العثور على صديق مناسب ومتوافق وأطباع صاحبه أمراً صعباً للوهلة، ذلك أن الأصدقاء لا يُختارون وفق كتالوغ أو عبر باب المراسلة إلى المجلات الشبابية أو من خلال غرفة التعارف على الأنترنت - كما هو الحال الآن مع الدردشة (CHATTING) - بل يتطلب بناؤها تفاهماً وتقارباً ووقتاً، مما يغدو معها وجود الصديق ممكناً وليس مستحيلاً، لأن صعوبة الصديق لا تكمن في الآخر بقدر ما تكمن فينا أيضاً، إن افتقاد الصديق لا يعود إلى فقدان القدرة على الاختيار وإنما يعني انتفاء القدرة على تقبل الآخر كما هو، بتقبل مبادراتهم نحونا وتقربهم منا. وعندما يفعل أحدنا ذلك بكل شجاعة يصبح قادراً على تخطي

أزماته وعزله ويصبح صديقاً لنفسه، راضياً عن ذاته، يهدد الطريق لمد جسور علاقات الصحة والمودة مع الآخرين.

- فهل تحاول دائماً أن تهتم بالآخرين؟

- هل تشارك الناس جلساتهم وتترك لهم فرصة الحديث

وتسهم في تقدير ما يتحدثون عنه؟

- هل أنت أكثر صفحاً لأخطاء الغير وهل تدرك أنك

لست معصوماً عن الخطيأ؟

- هل لديك كلمات طيبة مملوءة بالرفق واللين تريح

محدثك؟

- هل تحسن الثناء والتشجيع؟

إذا كانت إجابتك على ما ورد «نعم» فأنت ببساطة

متناهية صالح للصداقة، وأكثر من ذلك تعتبر صديقاً مميزاً،

تقدّر كل علاقة، إيماناً منك بأن الإنسان لم يخلق لوحده ولا

يمكن أن يعيش بمفرده بل يقاس بكثرة أصحابه، وأن الفقير

هو من لا صديق له. لا تستطيع أن تكسب صديقاً صدوقاً

ما لم تكن أنت صديقاً صدوقاً، وأنعس الناس من كان دون

صديق وأنعس منه من كان له صديق وخسره.

لذلك قدر الصداقة أن لا تلزم بيتك منتظراً من يسعى

إليك طالباً ودك، بل اسع أنت إليهم، تقدم نحوهم بإقبالك

أعجز الناس من أعجز
عن اكتساب الإخوان
وأعجز منه من ضيع
من ظفر به منهم

(الإمام علي بن أبي
طالب عليه السلام)

الشخص المناسب

واهتمامك وبشاشتك. واعلم أن الناس ثلاثة: معرفة
وصداقة وأخوة، فالمعرفة بين الناس كثيرة، وبين الأصدقاء
عزيزة أما الأخ صاحب فلما يوجد. فهل تحرص على أن
تكونه؟

ماذا يعني وجود صديق في حياتك؟

لمن تتوجه عندما تواجه مشكلة؟ على هذا السؤال
أجابت عينة من الناس في دراسة استطلاعية بالمعطيات
التالية:

- 50٪ إلى أفراد الأسرة.

- 43٪ إلى الأصدقاء.

- 22٪ إلى الكتب (خاصة الدينية).

- 16٪ إلى رجل الدين.

- 6٪ إلى مدير العمل.

- 4٪ إلى مستشاري الاجتماعي.

بتحليلنا لهذه النسب نجد أهمية مؤشر الصداقة بعد
الأسرة في الأزمات التي تحل بنا، فهم بمثابة العامل الحاسم
في تخفيف المعاناة عبر الدعم الاجتماعي، حيث يشعر
الفرد بأن هناك من يهتم به اهتماماً عميقاً ويقدره، أو

شخصاً موثوقاً يمكن أن يحدثه عن مشاكله وهمومه. لهذا لتكن سفينة حياتك عامرة بأشخاص تحبهم ويحبونك، حاول الإبقاء على صديق يتحقق هذه التسمية، لأن الاختبار الحقيقي للصداقة هي بصعوبة استغنائكما عن بعضكما البعض، في مدى تمتعكما معاً بلحظات الحياة البسيطة، تلك اللحظات التي يختزنها الناس ويرجعون إليها في أواخر أيامهم ويعتبرونها أقدس خبراتهم.

الصديق الحميم هو الذي يعضدك إن أنت أخطأت لأن كل الناس تقريباً يساندونك إذا كنت على صواب ولكن حين تقع في مأزق من يقف إلى جانبك؟ قليلون! وربما هذه هي حسنة المصائب أنها تُريك معادن الأصدقاء، إذ منهم من يكون ذهباً، ومنهم من يكون فضة، ومنهم من يكون برونزياً ومنهم لا يقدر بـشمن، لأن الأصدقاء الحقيقيين هم الذين يأتون في الأوقات الحلوة حين ندعوهم، لكن أفضلهم من يأتي في الأزمات العسيرة دون أن نكلمهم.

تشير بحوث كثيرة إلى أن من لهم عدد أكبر من القرناء أو ممن يقضون وقتاً أطول مع أصدقائهم يميلون إلى أن يكونوا أكثر سعادة، فالصداقة تصل إلى أقصى درجات أهميتها عند

الصديق الحق هو من
تجده إلى جانبك في
الشدائد والصاحب
الشمين هو من يكون
عضدك في اللحظات
الصعبة.

(مثل لاتيني)

الشخص المناسب

الشباب بدءاً من المراهقة وحتى الزواج حيث تكون هي العلاقة الأساسية التي تربط اثنين معاً بكل مودة، وتزداد أهمية الصداقة مرة أخرى مع التقدم في العمر حيث يؤدي التقاعد عن العمل وفقد صحبة الزمالة إلى انحسار العلاقات الاجتماعية، فتأتي إعادة الاندماج عبر تأسيس شبكة جديدة من الأصدقاء أو تنمية العلاقات الحميمة أمراً متطلباً.

ولعل أول ما يوفره الأصدقاء لبعضهم البعض هو التحسن الفوري للحالة المعنوية ويكون ذلك إما بتوفير جو من المرح كما في مرحلة الناشئة، أو بنوع من الإشباع الاجتماعي الهادئ بالنسبة للكبار، وتكشف بعض البحوث التي تدور حول «الخبرات الاجتماعية السارة» عن أن: عقد الصداقات الجديدة ورؤية الأصدقاء القدامى يتصدران قائمة هذه الخبرات. لهذا عندما نتساءل عن السبب الذي يجعل الناس يحتاجون فيه لأصدقاء، نجد أن هناك أكثر من سبب:

- * للمساعدة العملية والمعلومات أكثر مما يوفره أفراد الأسرة أو أناس آخرون.
- * دعم اجتماعي في صورة نصائح أو تعاطف كون الأصدقاء محلاً للثقة.

- * تماثل الاهتمامات والمشاركة في الأنشطة وممارسة الألعاب معاً.
- أما الأشخاص الذين ليس لديهم صداقات أو يعانون سوء تكيف - حسبما تبين من نتائج بعض الدراسات النفسية - تظهر عليهم الملامح التالية:
 - * يضيقون ذرعاً بمن حولهم / يتدمرون.
 - * لا يطيقون النقد.
 - * يثورون لأتفه الأسباب.
 - * لا يجارون الآخرين طرائفهم أو يعتقدون أنها موجهة إليهم.
 - * يتهورون في المواقف الصعبة.

لهذا يبحث علماء الاجتماع والنفس والتربية على أهمية الروح الاجتماعية، وعلى توفر الصحة وإنشاء الصداقات، لأن الذاتية لا تحقق إلا في جو اجتماعي ولا تنمو إلا إذا تمكنت من معرفة كيف تلائم نفسها مع الآخرين. والدليل على ذلك ما يعمد إليه الأهل عندما يحاولون أن يربوا أولادهم بطريقة مثالية عبر تأمين جميع الظروف الخارجية لفرص إمتاعهم في المنزل (ألعاب / وسائل تسلية وترفيه / وسائل تعلم / إنترنت..)

الشخص المناسب

بهدف حمايتهم - حسب زعمهم - من الاختلاط برفاق
السوء أو البيئة الفاسدة، لكن جهودهم بالملاحظة والتجربة
لم يكتب لها النجاح لأن مثل هؤلاء الأولاد نشأوا وهم
يشعرون بخواء نفسي وانفعالي لا يستطيعون التكيف مع
الآخرين إلا بصعوبة بالغة، هذا يعني أنه لا بد من عملية
تكيف اجتماعي بعالم آخر غير الأسرة ومحيطها تبدأ مع
الأقرباء ثم رفاق الحي ثم صحبة المدرسة والجامعة، ثم
زملاء النادي والأنشطة الاجتماعية التي من المفترض أن
يشارك بها.

كيف تختار أصدقاءك؟

مما يروى عن الرئيس رياض الصلح (رئيس حكومة
لبناني سابق) قوله: «الحكمة هو أن تعرف كيف تختار
أصدقائك والعظمة هي أن تعرف كيف تختار أعدائك»
يبدو أن مسألة اختيار الأصدقاء ليست بالأمر السهل، ذلك
أن الأصدقاء طبقات: حيث هناك أصحاب لا يستغنى
عنهم أبداً (كالحاجة إلى الهواء)، وصديق لا يعيش إلا به
(كالطعام) وصاحب لا بد منه أحياناً مطلوب في أوقات
الشدة (كالدواء) وصديق تؤذيك معرفتك به ويصبح أمر

تقريبك منه كالبلاء. لهذا من الحكمة أن نجهد في اختيار أصدقائنا من هم؟ لأن الإنسان يعرف كثيراً بما يصاحب ومن يرافق على قاعدة: قل لي من تعاشر أقل لك من أنت. أو عملاً بالمثل الإنكليزي: «إذا أردت أن تتعرف إلى إنسان راقب أصدقاءه فكما يكونون.. يكون»، وكأن «المماثلة والمشابهة» معيار لقياس الأصدقاء عند تصادقهم بعضهم البعض، فهم لم يلتقوا إلا لأن هناك قواسم مشتركة قائمة بينهم، فحري بك أن تتروى عند اختيار صديق من يكون؟ كيف أجد نفسي معه؟ أين نتفق / أين نختلف؟ ما ردة فعله حين يغضب؟ كيف تسير الأمور عندما نكون معاً أو حين نفترق؟ لأن المرء يحفظ صديقه في حضوره وغيابه، يكون معه في رخائه وشدته، ويقف إلى جانبه في كل المواقف. لذا كن على حذر من الصديق:

- * البخيل (الانتهازي / الوصولي) الطامع في مالك.
- * الكاذب، الذي يقرب البعيد ويبعد القريب.
- * الأحمق الذي يضمرك كل خبث.
- * المراوغ الذي يناولك من طرف اللسان حلوة ثم...
- * الجاهل الذي يأخذك إلى مسالك غير محمودة بجهله.

الشخص المناسب

* المتلاعب الذي يستغل عواطفك الحساسة لتحقيق حاجاته الآنية.

* الحقود: الذي يجد متعة في آلام الآخرين.

من الأهمية بمكان ألا يعلم صاحب هذه الأصناف بنقاط الضعف التي لدينا حتى لا نكون ضحية تصرفاتهم، بل لنحافظ ونبحث عن أصدقاء يمتازون بالإخلاص والوفاء، لأن أجمل ما يكتشفه الأصدقاء المخلصون هو أنهم يستطيعون العيش منفصلين دون أن يفترقوا، وأحسن ما يوصف به الأصدقاء الأوفياء بأنهم النقد الذهبي في بورصة الحياة. وعندما يجتمع صديقان مخلصان يكون الله ثالثهما.

صداقة الأنترنت: أية معايير؟

في دراسة ميدانية حديثة (2006) أجرتها طالبات من الجامعة اللبنانية على عينة من الشباب اللبناني حول تأثير مقاهي الإنترنت، تبين أن ما نسبتهم 23% يستخدمون الإنترنت من أجل محادثة الأصدقاء والتعرف على آخرين، وأكد 61% من أفراد العينة على أن الحوار اليومي (chatting) أدى إلى تعارف مباشر تجلّى في المجالات التالية:

صداقة (42%) علاقة حب (31%) أخوة (10%) علاقة جنسية (9%) تبادل ثقافي (6%)، أما عن هوية المتواصلين معهم عبر شبكة الإنترنت فكان أكثرهم لبنانيون 40%، يليهم أجنبي 35% أو من أبناء الدول العربية بما نسبته 24%، مما يتبين أن الدوافع الرئيسية لاستخدام الإنترنت من قبل شباب اليوم هي التعارف من أجل إقامة علاقة صداقة أو حب في أغلبها. وإن الاختراعات التكنولوجية التي تبتكر يوماً تسمع لنا بالتواصل على نحو أسرع وأسهل، فمحادثة الناس بواسطة الإنترنت وغرف المحادثة أخذت تهيئ لنا دخول شبكات كبيرة فيها أشخاص من كافة أرجاء العالم يشاركوننا اهتماماتنا وأحلامنا وقد يصبحون أصدقاء لمجرد البدء بمحادثة إلكترونية معهم بالصدفة.

يبدو ومع دخولنا عصر الكمبيوتر قد انقلبت حياة الناس رأساً على عقب، بات لهذا الجهاز تأثير واضح على مسار حياتهم المهنية والاجتماعية وأدى التطور الهائل في تكنولوجيا الاتصالات والمعلومات إلى بروز الإنترنت كتقنية - تواصلية جديدة تقوم بمهام متعددة: التواصل، الثقاف، التفاعل، الشابك، التراسل، الاستعلام وغيرها

الشخص المناسب

من المهمات. ويعتبر التعارف من أبرز المهمات التي تجري على هامش تواصل الإنترنت وفق طريقتين:
الأولى: عبر ما يعرف بالبريد الإلكتروني (E-mail) حيث من خلاله عليك أن تتخذ عنواناً ورمز إقامة، وعند المراسلة ينبغي أن تقدم نفسك وتشرح كيف حصلت على اسم الشخص المرسل إليه وعنوانه، وسبب اتصالك به، وفق المثال التالي:

السيد.....
أنت لا تعرفني، لكن اسمي... وقد حصلت على اسمك وعنوان بريدك الإلكتروني من صديق (أو أحد معارفه/ يذكر اسمه) قيل لي أنك أنت أيضاً تهتم بـ(يذكر الموضوع الذي يعنيك) أنا أسكن في... وأنا طالب في جامعة (أو أعمل في مجال...). أرسل إليك هذه الرسالة الإلكترونية لأطلب منك.
المخلص... (تذكر اسمك الحقيقي/ وعنوان بريدك الإلكتروني).

الثانية: وهي ما تعرف: بغرف المحادثة التي يكون الهدف منها إجراء حديث وكسب أصدقاء وتمضية أوقات مع أناس غير معروفين (يتخذون أسماء وهمية) بداية، يتمتع بها كل من يدخل هذه الغرف ثم لا يلبث أن تتطور المحادثة إلى صداقات حقيقية وربما إلى زواج. حيث لم يعد هناك من حدود أمام المتحايين في التخاطب والمراسلة بل

يمكن رؤية بعضهم البعض بفضل كاميرا ترافق الحديث عندما توصل بالكمبيوتر، (في الدراسة المذكورة أشار من نسبتهم 4٪ إلى أن الإنترنت يسّر لهم التعرف على شريك حياتهم المستقبلي) كم من مرة سمعنا قصص زواج عن اثنين كان بداية تعارفهما عبر الإنترنت. ويسهل إيجاد مثل هذه الغرف على مواقع معينة، فإذا كنت تريد أن تلتقي بالناس وتصادق أشخاصاً يشاركونك أهواءك فما عليك إلا أن تزور إحدى هذه المواقع المعتمدة التي تتضمن محادثات يومية بطباعة عبارة: chat rooms في مربع البحث وخلال ثوانٍ سترى الكثير من المواقع الممكنة وغرف المحادثة التي تمتطيع أن تزورها.

ويشير الباحث "دن غابر" في كتابه: كيف تبدأ حديثك مع الآخرين وتكسب أصدقاء، إلى أن للمحادثة على الخط آداب ومسموحات وممنوعات أبرزها:

أ- عندما تقرر المشاركة في حديث «أون لاين» كل ما عليك فعله أن تبادر بتعليق أو سؤال كما تفعل في أي حوار وجهاً لوجه. لذا لا تخجل من الدخول والمشاركة.

ب - عندما تدخل غرفة محادثة راقب تعامل الناس مع بعضهم قبل المشاركة في الحديث فهذا التبصر يعطيك

فكرة مسبقة عن العالم الذي ستدخله وقد لا يعجبك
فتنحّب.

ج- تعتمد صورتك المباشرة على أسلوب حديثك المباشر
لذلك دع تعليقاتك تعكس روحك المرحّة واهتماماتك
الشخصية.

د- لا تشتم الأعضاء الآخرين في المجموعة إذا كنت لا
توافق على ما يقولون، تستغرق العلاقات على الخط
الإلكتروني وقتاً لتبنى ولكنها لا تحتاج سوى لتصرف
غير مقبول حتى تنتهي بسرعة.

هـ- اقرأ الأسئلة التي تطرح (اضغط الماوس على: سؤال
يطرح كثيراً) قبل أن تطرح أي سؤال كي لا يتهمك
أعضاء المجموعة أنك تضيع وقتهم في أسئلة سبق
التحدث عنها.

و- إذا تبين أنك ارتكبت خطأ سلوكياً ونبهك أحدهم فلا
تنزعج وتجادل، إنما عليك شكره لتبنيها إلى موضع
الخطأ.

غدا الحديث الإلكتروني عبر الإنترنت أو ما يعرف
باللغة الإنكليزية «ON LINE» طريقة سريعة وسريعة جداً
لتوسيع دائرة الأصدقاء والمعارف، ومن الممكن أن يكون

على هذا الخط جميع غرف المحادثة بما فيها المتدنية الذوق والوقحة فلا تتعجب، الحال أشبه في مجالات فضائنا الاجتماعي اليومي، كيف أنك تقترب من الأصدقاء ذوي الصيت الحسن وكيف تبتعد عن أولئك الذين يثيرون المتاعب بمشاكلهم وتصرفاتهم.

كيف تكون صديقاً مناسباً؟ اجعل نصب عينيك في علاقاتك مع الآخرين أن تكتشف ما يتحتون به من فضائل وما دون ذلك، كلنا لدينا حسنات وسيئات، إذا بحثنا عن السيئات فسنجدها لأننا لسنا معصومين عن الخطي، وإذا بحثنا عن الحسنات فسنجدها أيضاً، ولكن ما هو مهم كيف نتعامل مع أي منها بجدية، لهذا لا تكن ممن يتصفون بالصفات التالية:

1. من ذوي الطلبات الاستغلالية، تطلب خدمة ما إن تنفذ حتى تلحقها بأخرى.
2. من ذوي القيم المتضاربة والمعايير المزدوجة، تقول اليوم شيئاً وغداً نقيضه.
3. من ذوي التفكير المحدود، هل تريد أن تقنع الآخرين بحججك بالقوة والمجادلة العقيمة.

الشخص المناسب

وفي هذا السياق يرتب لقمان الحكيم في إحدى أقواله
الأصدقاء في ثلاثة أصناف: مخالِب ومحاسِب ومراغِب،
فالمخالِب الذي ينال من معروفك ولا يكافئك، والمحاسِب
الذي ينيلك بقدر ما يصيب منك، والمراغِب الذي يرغب
في مواصلتك بغير طمع .

المربي المسؤول

هل تعتبر نفسك مربيًا ناجحًا؟

هل هناك أساليب وطرق أفضل لتربية الأولاد؟

هل تود أن تكون «المربي المناسب»؟

إن دور الآباء في التربية لا يقف عند حد الإنجاب وتأمين الغذاء والصحة لأولادهم، بقدر ما يجب أن يرافق ذلك إعداد نفسي وعاطفي وفكري يساعدهم على مواجهة مشقات الحياة، وكي تتجلى مسؤولياتهم عبر مراحل عمرهم المتعاقبة. ومن بديهيات العمل التربوي تجاه أطفالنا أن نراقبهم دائماً وأن نتيح لهم فرصة التعرف على ذواتهم، أن ندرك ما يدور في داخلهم ونجيب على تساؤلاتهم المقلقة، من أولويات دورنا الرعائي توفير المناخ العائلي الملائم كي ينموا نمواً تربوياً صحيحاً.. وكي يتقرر ذلك تجاه الأولاد يمكن لأحد الشريكين أو كليهما القيام بما يلي:

- * شجعوا أطفالكما عند نجاحهم في أي شيء، لا تستخفان بقدراتهم بل امنحوهم الثقة.
- * أصغياً إليهم حتى يشعروا بمكانتهم وأهميتهم لديكم فهم في احتياج دائم لمن يهتم بهم.

- * شجّعوهم على الاسترسال في الحديث حتى يتعلموا كيف يتكلمون بطريقة مفهومة.
- * أظهرنا نوعاً من الحزم في بعض المواقف كي يتعلموا أن هناك حدوداً يجب التوقف عندها.
- * لا تراوفاً أو تتوارباً عند إجابتكم على بعض أسئلتهم بل ينبغي قول الحقائق بطريقة أو بأخرى كي يعي الأولاد ما يدور حولهم ولا ينمون على معارف وهمية، معتقدين أن الأمور كما قال لهم آباؤهم، إنما يجب تفسير الأمور في إطارها الواقعي حتى لا يصبحوا فيما بعد تحت «صدمة الواقع».
- * احترسوا من النقد المستمر - خاصة إذا كان في غير محله - كي لا يفقدوا الثقة بذاتهم.
- * قدرا ظروفهم القلقة عند اضطراب ما أو مواجهتهم لموقف مخيف، فانفعالاتهم بالطبع تختلف عن انفعالاتكم الواعية.
- * اتركوهم يعبروا عما في داخلهم، عما يشعرون به، عن هواجسهم، وحاووا تبديدها بالبحث عن سبب المشكلة وناقشوهم في الحلول، وبيّننا لهم بأنه يمكن أن يحدث غير ذلك في ظروف أسوأ لذلك اعملا على

شد أزرهم ليعرفوا كيف يتصرفون في حالات مماثلة.

* لنعطيهم فرصة اكتشاف القرارات الصحيحة فمن شأن ذلك أن يعمل على تقدير مكائهم ويعزز دورهم في الحياة.

المربي الناجح من يُعلم المسؤولية :

قلماً يدرك الأهل أن المسؤولية مهمة تربية قيمة، فمما لاحظته: نادرون هم الأهل الذين يربون أولادهم على المسؤولية، ويحرصون على إنجاز المهمات الخاصة بأولادهم حتى يضمنوا أن كل شيء تم بالطريقة التي يرغبونها ثم وفي مواقف صعبة تتعلق بأدوار حياتهم يجدون أنه كان من المفترض أن يعودهم على شيء من الاستقلالية والمسؤولية وتبدأ التساؤلات إزاء وقائع الحياة المستجدة: كيف لنا أن نغرس بذور المسؤولية لدى أبنائنا؟ ما هي مراحل المسؤولية لديهم؟ وأين وكيف وماذا تعني تحديداً المسؤولية؟

تدرك المسؤولية على أنها بمثابة التزام من قبل نفسك وآخرين نحو تنفيذ أمر ما، تعني ضمناً ذلك الاستسلام

الشخص المناسب

للولوجيات والحقوق، يجزء. فيما لو أخلّ القيام به. عواقب غير محمودة، لهذا تظهر في أحيان كثيرة عن أنها مكون شخصي أكثر مما يمكن اعتبارها معياراً اجتماعياً يحكم ويضبط ويلزم.

أما تجاه أطفالنا تشير بعض الآراء إلى أنه لا يمكن تحميل الأولاد فوق طاقاتهم باعتبار أن المسؤولية مهمة، قد لا يستطيع الصغير القيام بها حين يكون بمفرده أو في غياب الأهل، إن تولاهما قد تحدث أمور كان من الأجدي تفاديها، في مقابل ذلك طرحت آراء أخرى تشير إلى ضرورة القيام بمحاولات تعليمية كي يتدرب الولد على بعض المسؤوليات رويداً رويداً، كي لا يشب «تكالياً» معتمداً على غيره في أداء المهام التي تعنيه وينعكس ذلك إخفاقاً على متطلبات حياته المستقبلية.

إزاء هذين الاتجاهين في الآراء تظهر الدراسات العلمية المتخصصة أن الأبناء الذين تعودوا على تحمل المسؤولية منذ طفولتهم يتمتعون بحياة أكثر سعادة وأوفر إنتاجاً من أولئك الذين لم يقوموا بأي مجهود أو عمل ذي قيمة في طفولتهم. فالأطفال الذين تدربوا منذ صغرهم أو كُلفوا بأداء أعمال سواء في منزلهم أو شاركوا بأنشطة في

الأدوار المناسبة

مدارسهم وتولوا مهام قيادية خلال مراحل حياتهم بدءاً من حياة الكشافة والأندية والنشاطات الاجتماعية مؤهلون ليكونوا أعضاء ذوي مكانة في مجتمعهم. لهذا يجب على الأهل أن يعوا أهمية مساعدة أو تدريب أولادهم على أداء بعض الأعمال وتحميلهم بعض المسؤولية بما يتناسب وعمرهم، آخذين بعين الاعتبار الملاحظات التالية كي يحصلوا على النتائج المرجوة وهي:

1. دع طفلك يشارك بعض المهام التي تقوم بها في المنزل، وإن أخطأ فلا توبخه فالتعلم يكون بالتجربة أولاً وثانياً.

2. اشرح لطفلك الأهداف والأسباب من مساعدته لك، مثلاً: إن الأشخاص يجب أن يتعاونوا معاً لتنفيذ أهداف مشتركة يعود نفعها على الجميع .

3. لا تجبر طفلك على القيام بمهام تتجاوز مهاراته، بل حاول أن تحثه على الرغبة في العمل وكلفه ببعض الأعمال مما تقوم به، حتى يشعر برضا الإنجاز ومتعة المشاركة (يمكن البدء في أعمال المنزل ورغبة الابنة في مساعدة أمها بالتنظيف وإعداد الطعام .. إلخ).

4. اترك له فرصة ليساعدك، وأفضل طريقة ليتعلم

الشخص المناسب

كيف يؤدي عملاً ما جيداً أن نقوم به أولاً أمامه، ومعاونته بالمحاولة ثانياً، ثم إتاحة الأمر له منفرداً تحت إشرافك، وعندما تضمن أنه أصبح بالإمكان أن يؤديه بمفرده دعه ولا تتدخل إلا إذا طلب المساعدة.

5. قدر ما أنجزه وأثن عليه وحيّ مجهوده بما قام به، ويسعده كثيراً عندما تفتخر بما قام به أمام أصحابك ورفاقه.
6. لا تربط أداء كل مهمة بمكافأة مالية حتى لا يشعر أن كل مساعدة يؤديها أو خدمة يقدمها لها مقابل.

7. عندما تطلب مساعدته بحجة تعليمه المسؤولية، احرص على «الوقت المناسب» فلا تشغله عن أمور خاصة به كالدراسة أو فترة لعبه، حاول أن تحدد الوقت مسبقاً كي يكون مهياً لها.

تحم المسؤولية التربوية الملقاة على عاتقنا تجاه أولادنا أن نلعبها جيداً بالقدوة والمثال والتعليم والتدريب المناسبين حتى يشب مدركاً لأهمية ذاته / ومتعاوناً اجتماعياً / ومنتجاً اقتصادياً، وأهم من ذلك تعليمه بأن يكون مهياً لمستقبله بجدارة وثقة.

من هم الأبناء الأكثر تحملاً للمسؤولية؟ وفق دراسة حول تراتبية ولادة الأبناء وأعمارهم تبين أن:

- أكبر الأبناء: يتصف بالاعتماد على النفس، تحمل المسؤولية، يجعل من نفسه مصدرًا لراحة الآخرين، يملك طاقات كبيرة، يكون منطوق حياته قائماً على الأخذ والعطاء، نادراً ما يتقبل مساعدة إخوته الصغار.
- الابن الثاني: محدث ليق، يشجع الآخر على القيام بالمعمل حسب أسلوبه، يستخدم الذكاء وسحر شخصيته لتمرير خططه.
- الابن الأخير: يتحكم في أعصابه أكثر من غيره، من الصعب تحميله المسؤولية في إنجاز الأهداف، عنده قدرات اجتماعية مميزة.
- الابن الوحيد: أكثر ثقة بنفسه، وأقل منافسة، طموح، يجد مشكلة في مشاركة الناس له، يرغب بالانفراد بنفسه من حين لآخر.

(عن كيثين ليمان في كتابه: ترتيب الميلاد)

يبدو أن أخذ المسؤولية تجاه أفعالنا أمر يصعب القيام به، حتى أن بعضهم يرفض تحملها، لكن ما لا يدركه هذا البعض أنها الوجه الأهم من وجوه الثقة بالذات، فأنت عندما تبادر إلى أن تفعل الشيء المفترض سواء كان يرضي الآخرين أو لا يرضيهم فإنك بذلك تقوم بوضع الأمور تحت سيطرتك، تصنع قراراتك لما يتعلق بأمر حياتك، تحضر نفسك لأن تبدو في كامل المسؤولية إزاء نتائج أعمالك.

الشخص المناسب

من مهام المربي المناسب :

انظر في أسلوب تربية الحالتين التاليتين:

الحالة الأولى حالة ربيع : الذي نشأ ضمن عائلة من الطبقة العاملة، كان أبواه يوجهان إليه باستمرار نصائح تحذيرية مثل: لا تتصرف كأنك شخص مهم / لا تنظر إلى أبعد من أنفك / لا تتناول على مواقف لست قادراً عليها / لا تحلم كثيراً / لا.. لا.. وغيرها من النصائح التي تصدر عن غمط تفكير مغلق متعاسر يبين أنه من المستحيل الوصول إلى مراكز عليا ما لم تكن من أبناء الطبقة المتميزة بحكم الولادة، يشعر إزائها الولد أن ما يعمله وسيعمله لن يكون مقبولاً في أي حال من الأحوال، وإن فعله سيرتد عليه تحقيراً أو عقاباً أو خسارة اقتصادية، يكون في نتيجتها أن وقع ضحية تربية خانعة ولدت عنده ما يسمى بـ «رهاب المرتفعات».

الحالة الثانية: وهي حالة ندى التي منذ صغرها: ترفض / تتمرد / تبدي نوعاً من الكبرياء، ووجهت إليها نصائح كثيرة حول تصرفاتها هذه، لكن أبواها عاملها بوعي ووجدلاً بدأ من متابعتها في كثير من التوجيهات كي تنطلق في طموحاتها، ورغم أن الكبرياء نوع من العجرفة

والغطرسة التي تهدف إلى تعظيم الذات عن طريق تحقير الآخر، إلا أن الشعور بالكبرياء عند ندى - بحسب فهمها - كان نوعاً من التحدي، ومثالاً على الشعور الصحي في تقدير الذات الذي ترى أنه سيساعدها على الإيمان بنفسها.

برأيك أيّ الحالتين أفضل؟ ماذا سيكون عليه ربيع مستقبلاً؟ وماذا ستكون عليه ندى في مسيرة حياتها؟ في أي موقف تربوي من الحالتين تود أن تكون؟ إن التحدي الكبير الذي يواجه الآباء والأمهات هو في مقدار وعيهم للرسائل التي يبعثونها لأطفالهم، في مدى إدراكهم بأن مساهمهم في الحياة مختلفاً جداً عن مساراتهم، في مستوى معرفتهم المعقولة بأنه ليس بالضرورة أن يكون أبناءهم نسخة طبق الأصل عنهم، لأنه إن سلمنا بذلك نكون تربوياً قتلنا فيهم روح الإبداع والانطلاق، وخنقنا لديهم مبادرات التميز على نحو ممتقل. لذا مهمة الوالدين التربوية هي تمكين أبنائهم الحصول على معلومات دقيقة عن السلوك الذي أصدره، كي يستطيعوا أن يروا سلوكهم على نحو موضوعي، فالأولاد لا يرون سلوكهم كما يراه المحيطون بهم. وقد بينت عدة دراسات - في هذا السياق - ما يتوجب

الشخص المناسب

على الأهل تجاه أولادهم تقديمه خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة:

* في مرحلة الطفولة: يجب الحرص على تنمية النواحي التالية:

1. دفعهم نحو الانضمام إلى جماعة، وتشجيعهم على العمل التعاوني.
2. توجيههم نحو تحمل المسؤولية.
3. تشجيعهم على الاستقلالية.
4. إلمامهم بالتنشئة الدينية الواعية.
5. تقديم النماذج السلوكية القويمة الملائمة لفترات الأعمار.

* في مرحلة المراهقة: على القائمين بعمليات التربية والإرشاد تنمية الجوانب الاجتماعية ومراعاة ما يلي:

1. حرية المراهق في اختيار أصدقائه مع توجيهه إلى الاختيار الأنسب.
2. احترام ميل المراهق ورغبته في التحرر والاستقلال.
3. تنمية القيم الدينية والأخلاقية والجمالية.
4. تشجيع الميل نحو القيادة وتدريبه على تحمل المسؤولية.
5. تنمية الفردية واحترام الخصوصية بما يسمح للمراهق بتأكيد ذاته.

6. تعزيز التقدير والاعتراف الاجتماعي.

هذه من أهم الجوانب التي يجب على الأهل اعتبارها عند تربية أبنائهم وتوجيههم ومن الملاحظ أن هناك بعض الجوانب المشتركة فيما بينها وبخاصة ما يتعلق منها بالجوانب الدينية والأخلاقية، كما أن هناك بعض الجوانب المميزة التي تتزايد أهميتها في مرحلة دون أخرى، فالمحاكاة من خلال النموذج أو القدوة على سبيل المثال رغم أهميتها في جميع المراحل إلا أن أهميتها مطلوبة في مرحلة الطفولة.

«وسام صبي في الثانية عشر من عمره، تشتكي أمه من نتائج المدرسة المتدنية ومن الكذب المتواصل واختلاق القصص، أصيب وهو في التاسعة من عمره بالتهاب في الدماغ أوشك من جرائه على الموت لكن شفاه تم بأعجوبة، دامت فترة النقاهة سنة كاملة حتى اختفت آثار مرضه. بعد شفائه أصبح وسام منظوياً على ذاته تجاه أفراد أسرته خاصة والدته التي يخشاها ويكذب عليها، أما الوالد فلا يهتم بشأن تربية وسام لأنه فقد الأمل من تحسنه، كما يعتبر أنه هو مصدر خلافاته مع زوجته، ويخجل (أي الأب) من حالة ابنه كونه رجلاً ذا مركز مهم في المدينة، لوسام أخت أكبر منه وأخ أصغر منه يغار منه كثيراً. . عندما وصلت الأمور إلى حد بعيد من التشنج في الأسرة من جراء تصرفات وسام هددته الوالدة بإبعاده عن المنزل عبر إرساله إلى مدرسة داخلية كي تهتم بأمره ويتحسن وضعه».

- قدم آراءك التربوية على هذه الحالة: كيف يمكن التعامل مع هذا النمط من الأطفال؟ ما هو رأيك بموقف الأب/ غير المسؤول؟ هل ما قررتة الأم يعتبر حلاً للمشكلة؟ كيف يمكن معالجة الأمور؟ لو كنت مشرفاً تربوياً كيف تتصرف إزاء هذا الوضع الأسري المتأزم وكيف تتوجه إلى أفرادها جميعاً؟

الشخص المناسب

يذكر الباحث الاجتماعي د. "هشام شرابي" في إحدى مؤلفاته أن صورة الأطفال الذين نريد يعتمد في حد كبير على أسلوب وطريقة تعاملنا معهم، ويورد - على سبيل الإيضاح - مقارنة بين ما تتصرف به الأم العربية التي تقول لابنها: «إنني أريدك أن تعتمد عليّ وعلى والدك وعلى عمك وعلى أي شخص قريب، وأن تشعر بأن البيت هو ملجؤك الأول والأخير وأن والدك سنذك وحاميك مدى الحياة» وبين ما تقوله الأم الأمريكية لابنها: «يا بني عليك الاعتماد على نفسك، لا أستطيع أنا ولا أبوك أن نحل لك مشكلاتك، وإذا أردت أن تنجح في هذه الحياة عليك أن تكون قوياً وأن تقاوم من يقف في طريقك وإلا داسك الناس بأرجلهم».

ليس في هذه المقارنة إشارة إلى أن تربية الأم الأمريكية أفضل من تربية الأم العربية بقدر ما نقصد بها الإشارة إلى نمط المسؤولية التي يتربى عليها الطفل الأجنبي منذ الصغر، وبأن شخصية الطفل تنمو وتتكون بفعل ما يلاحظه ويسمعه ويراه ويقال له، إما أن يتربى على الاتكالية والعجز والتهرب والتخجيل والاستهزاء وإما أن يتربى على الاستقلالية والثقة والمسؤولية. وتبين بالدراسات

الثقافية المقارنة أن أطفال الغرب يعاملون من قبل آبائهم بأساليب استقلالية صريحة عندما يطلبون منهم حل مشاكلهم بالاعتماد على أنفسهم، أو عند تحديد مواقفهم بخيارات من أنفسهم كقولهم مثلاً: «هل تحب أن تنام الآن أم تفضل تناول شيء من الطعام أولاً؟» بينما الأب الآسيوي يتخذ القرار لابنه مفترضاً أنه يعرف ما هو خير لابنه أكثر منه.

كم هو كبير عدد الأولاد الذين يكونون ضحايا المقاييس الخاطئة التي يعتمدها مجتمعنا في تربيتهم، وكم هو حري بنا أن نعمل كي نواجه تأثيراته السلبية المؤثرة على ذهنيتنا تجاه أطفالنا، كم هو رائع أن نساعد أطفالنا على اكتساب الثقة وبناء الذات كشخصية قوية وحصينة في ظل أجواء اجتماعية سائدة. عبر بعض التدابير التي منها:

- لا تمهّب - كمرّب - في عرض المعطيات التي تبين أن طفلك «غير نافع»، تحفّظ بالكلام أمامه وأمام الناس فيما هو عليه من «مشاغبات».

- اجعله موضع تقدير، يمكنك بالانتقاد تحطيمه، بينما المدح يأتي بالعجائب.

- فكر به وأوح له بأنه «ولد رائع»، لأن جزءاً كبيراً من

صورة الذات التي يكونها مستمدة من تلك الصورة التي تحملها في رأسك عنه.

- ادرس جيداً نقاط القوة عند الأولاد ثم اختر لهم مهارة

تناسب كفاءاتهم بحيث يتمتعون بحظ كبير فيها.

- علم الأولاد المنافسة، ساعدهم على أن ينافسوا بما أوتوا

من إمكانيات، احرص ألا يكون ذلك على حساب: حب

الناس، النزاهة، الصدق، الإيمان بالله.

- افرض قيم الاحترام، فالتخلي التام عن فرض النظام هو

طريقة مؤكدة لزعة الثقة، والإخلال بالمبادئ قد يؤدي

إلى ازدواجية معايير.

- شجّع على التدرج في المسؤوليات المناسبة لعمره،

فاتخاذ القرارات المتعلقة به هو خطوة نحو الانضباط

الذاتي.

في دراسة أجراها "ستانلي كوبر سميث" من جامعة

كارولينا الأمريكية على 1788 طفلاً، وجد هذا الباحث أن

هناك ثلاث خصائص مهمة تميز الأولاد الذين يتصفون

بأعلى درجات احترام الذات: أولها: تمتعهم بمقدار كبير

من الحب والتقدير من ذويهم، ثانيها: اعتماد آباءهم قواعد

ثابتة للسلوك معهم، وثالثها: يسود منازلهم جو من

يجب أن نعلم
أطفالنا أن يفكروا
لبي الحسن، وأن
يحبوا بالجمال وأن
يرغبوا في الجيد.

أدولون

الأدوار المناسبة

الديمقراطية، تلك هي الأسباب التي من خلالها يدرك
الطفل قيمة نفسه ويقف مرفوع الرأس، عالي الجبين..
وأكثر من ذلك يظهر الأهل كم هم مربيون وفق الإطار
المناسب.

الاجتماعي المشارك

يؤثر عن المفكر الاجتماعي "عبد الرحمن بن خلدون" (1332 / 1406) قوله: «إنَّ الإنسان اجتماعي ومدني بالطبع» أي «لا بد له من الاجتماع» من أجل الحصول على معاشه وضروريات حياته، ولا يمكن أن يتم ذلك دون تعاون وتنظيم اجتماعي يتساند فيه الناس بعضهم البعض، وهذا يعني أن المجتمع البشري يمتاز عن المخلوقات الحية وسائر الحيوانات بجملة خصائص منها:

- * قابلية التفكير التي تمكنه من الحصول على العلوم والمعارف وتعلم المهارات والصناعات .
- * القدرة على الحكم عبر السلطات التي يقررها القانون وليس بالغريزة وشريعة الغاب .
- * المعنى إلى تحصيل الرزق بعدة طرق .
- * حاجته - وهو الأهم - إلى صحبة الأفراد الآخرين والتعاون معهم باعتبارهم «المجتمع» الذي يعلي من شأن إنسانية الإنسان ومصدر القيم الحضارية العليا. إذ لا قيم أو معايير أو ضوابط إلا بوجود المجتمع .

فلو تصورنا مثلاً إنساناً ما، وحيداً في غابة أو معزولاً في

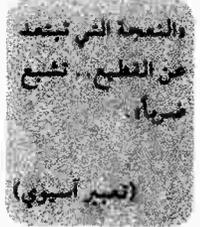
جزيرة، ماذا سيكون شكله / فكره / سلوكه / طريقة حياته؟ هل ستكون ماثلة كما هو الحال عندما يكون بين جماعة من الناس في مكان ما. لهذا نجد أهمية وجود المجتمع فينا وأهمية أن يكون لنا مشاركتنا في المحيط الذي نعيش.

ماذا يعني أن تكون اجتماعياً مشاركاً؟

يروي فيلم سينمائي رائع بعنوان: «CAST AWAY» قصة شاب موظف لدى إحدى شركات البريد السريع انتهت به الظروف لأن يكون - بعد حادثة مروعة - وحيداً منعزلاً على جزيرة نائية، فُصدم هذا الشاب من هول الوحدة التي وقع بها، ويحاول مع الأيام والشهور أن يتكيف مع بيئته الجديدة، في أحد الأيام عمد إلى اتخاذ كرة بيضاء كانت بين أغراضه «جليماً أنيساً»، عندما رسم عليها وجه إنسان يحدثه ويتصوره صديقاً حميماً يخبره عما يحدث له من مشقات وصعوبات ويأخذها رقيقاً أنى ذهب مستأنساً في صحبتها.

ما قرأته من مشاهدتي لهذا الفيلم وإن كان افتراضياً ليس معرفة تداعيات الانتقال الجذري من حياة المدنية إلى حياة الغابة، وما يمكن أن يحدث للإنسان فيما لو انتقل من

بيئة مرفهة إلى بيئة غابية موحشة، إنما ما عمد إليه الشاب خلال فترة «إقامته الإجبارية» هو إيجاد أنيس يقتل معه وحدته وعزله، وكأنه لا يمكن للإنسان أن يعيش دون رفيق، ودون جماعة، وبتعبير أعم: دون مجتمع. لأن الجماعة / المجتمع تقدم أنواعاً مختلفة من الأنشطة يميل إليها الإنسان ويرغب في ممارستها فهي: تحقق له أهدافاً يقدرها، تيسر له فرصاً لإشباع حاجاته مثل: الأمان / المال / العمل / الحماية والتأزر وغير ذلك.



فوائد الانتماء إلى جماعة:

1. تعني ما نرده كثيراً في حياتنا اليومية من تعابير مثل: التفاعل / التساند / التشارك / التضامن / التكافل / التعاقد / التواصل وغيرها من المصطلحات التي إن دلت على شيء فإنما تدل على أهمية أن يكون للإنسان دور مشارك وفعال تجاه الآخرين الذين يتعايش وإياهم. تعني ما نقوله في أمثالنا وأقوالنا الشعبية ويجب أن نعيه جيداً من أن: اللجنة بلا ناس لا تداس، من لا يهتم لأمر الناس ليس من الناس.
2. تعني أن تقبل على الناس وتنسجم مع المنجذاب

الجماعة في تناغم اجتماعي مؤثر، فالحفاظ على العلاقات الاجتماعية في عمل متأزر - أو ما يسمى عند باحثي الشرق الأدنى بـ«التناغم» - له الأسبقية على أي نجاح شخصي، بل هذا النجاح لا شيء إن لم يكن في الجماعة، لأن التميز الفردي ليس مستصوباً في ذاته، إن لم يكن مقترناً بشعور التناغم مع رغبات وأمني الجماعة التي ينتمون إليها ووفائهم لكل ما تتوقعه الجماعة منهم.

3. من هذه «المعاني / الفوائد» قرر بعض العلماء النفسانيين عند دراستهم الأنشطة السارة التي تؤثر على الحالة المزاجية، أن الناس تكون سارة عندما تتعلق الأنشطة بالتفاعل الاجتماعي، كإجابة بعضهم ولدى سؤالهم: «ما الذي يجعلك سعيداً أحياناً؟» بقولهم: التواجد مع أناس سعداء / جعل الناس يهتمون بي / التواجد مع أصدقاء / ملاحظة الناس / رؤية أصدقاء قدامى / الخروج مع أناس تحبهم / أن تكون لك شعبية في جمع ما / التخطيط لرحلة أو إجازة مع الأصحاب .. فللملاحظ هنا أهمية وجود الآخر كي تشعر بالسعادة وهذا ما يدل على ضرورة العلاقات الاجتماعية وكيف أنها مقرونة بالسعادة والمرح عند الناس.

متى تكون اجتماعياً مناسباً؟

برأي باحث في علم النفس الاجتماعي يدعى "جورج هربرت ميد"، أن الإنسان يمر بثلاثة محطات كي يصبح اجتماعياً: مرحلة الإعداد، مرحلة التحضير، ومرحلة الفعل.

* في المرحلة الأولى: يبدأ الإنسان دوره الاجتماعي بسيطاً مع الأهل عبر جملة الإرشادات والأوامر والنواهي، ثم وخلال هذه المرحلة يدخل طوراً اجتماعياً أوسع مع الرفاق والأقارب، بعدها يتوسع رويداً رويداً في عالم اتصالاته عندما يجاري الآخرين فيما يقال له ووفق ما يعرفه.

* في المرحلة الثانية: يتبلور الدور الاجتماعي أكثر فأكثر عندما يصبح عضواً في فريق رياضي مثلاً أو في حزب أو ناشطاً في منظمة اجتماعية، هنا يبدأ بوعي موقعه الاجتماعي في نظر نفسه وفي نظر الآخرين من خلال المهمات / الأنشطة التي يجب أن يؤديها أو المسؤوليات الملقاة على عاتقه.

* في المرحلة الثالثة: يدخل الإنسان مرحلة الدور الاجتماعي المشارك عبر فهم الواجبات المطلوبة منه دون أن يقول له أحد ذلك، وكي ينجح في تحديد موقعه الاجتماعي

يجب أن يبقى على تواصل مع الآخرين والمشاركة في مناسباتهم.

وبالسياق ذاته كثيراً ما تشدد دراسات علم النفس الاجتماعي على أهمية المشاركة الاجتماعية لناحية التثنية والإعداد ولعب الأدوار وتقدير المكانة، وبما لا زلتُ أحتفظ به من سنواتي الجامعية الأولى مقرر علم النفس وأخصها تلك المحاضرات التي تدور حول مواضيع نفس اجتماعية مثل:

التكيف / التفاعل / التسهيل / السلوك / الاتجاهات / القيم / المعايير وغيرها من المفاهيم التي تساهم في بناء شخصية اجتماعية ونفسية متوازنة. ومما دونته في هذا الصدد عن أستاذي الدكتور "محمد شحيمي" سؤاله: من هو الرجل الناجح اجتماعياً؟ هو - برأيه - من يتمتع بالموصفات التالية:

1. من لا يضره النجاح ولا يقتله الفشل.
2. يتسم بالهدوء والسلوك المتوازن في مجتمعه إذا ما جُوبه بتيارات رافضة.
3. يعالج المشكلات برويةً وبمنطق وعقلانية.
4. يسيطر على أعصابه في المواقف الصعبة والحرجة.

5. يضحى ببعض الرغبات الشخصية لمصلحة الآخرين الاجتماعية.
6. يعيل نفسه اقتصادياً دون الحاجة لأن يكون عالة على أحد.

فيما يلي نقدم اختباراً اجتماعياً حاول أن نجيب عليه لتختبر مدى قدرتك على لعب دور اجتماعي مشارك:

«تسكن في إحدى الأبنية فجأة سمعت جارك في شجار عنيف مع زوجته، ثم أخذ النقاش يحتدم إلى درجة أصبح مهدداً حياة أحدهم بالقتل، ما هو موقفك حينئذ: هل تعتمد إلى (1) الاتصال بالشرطة أو (2) تذهب إليهما وتتدخل في شؤونهما: أي دور فعلي يمكن أن تلعبه إزاء حالة نزاع بين اثنين؟»

* لنفرض أنك اتصلت بالشرطة ثم أدرك جارك فيما بعد بأنك المتصل كيف ستكون معاملتك معه، ماذا تتوقع ردة فعله؟
- هل تعتقد أنك شاركت بواجب؟ ماذا يسمى هذا الواجب: اجتماعي/أخلاقي/قضائي/أمني/إنساني؟
- ماذا سيكون موقفك في حال استدعيت للمحكمة، في وقت ترفض أنت أن تكون في موقع الشاهد؟

- كيف توفق بين دورك كمخبر، ودورك كشاهد؟
* لنفرض أنك تخليت عن فكرة الاتصال بالشرطة وقمت بزيارته للاستفسار عن سبب الخلاف ماذا تتوقع منهما:
- هل سيمحان لك بالتدخل في شؤونهما وإن لم يسمحا ماذا تفعل عندها؟

- هل ستبادر - بالقوة - إلى التدخل وفض النزاع دون استئذانهما؟
- هل تعتقد أنه يجب ترك الناس وشؤونهم؟ فيما لو تركنا الناس لحالها من سيماعد من؟
- هل الجيران أولى بحل الخلافات والتدخل: أي دور تلعبه هنا:

1. تتدخل بشكل مباشر.
2. تتدخل بشكل غير مباشر (كيف).
3. لا تتدخل أبداً (لماذا).

هذا لا يعني أنه ملزم عليك الانصياع والالتزام فيما يطلب أثناء المشاركة الاجتماعية بل لك حقوق تستحقها كإنسان حر التفكير: لك الحق مثلاً بأن ترفض حل مشاكل الآخرين، لك الحق بأن تطلب من غيرك أن يغير تصرفه إذا كان هذا التصرف يضر بك، لك الحق بأن لا تحب أو تحب الآخرين، لك الحق بأن تقول لا! ولكن ليس لك حق أن تتعالى على الناس، تحفيز، تعصب، تميزهم حسب جنسهم، هويتهم، دينهم، عرقهم، عاهاتهم، فمثل هذه التحيزات قد تكون مدمرة لأية علاقة اجتماعية، لأن الشخص جيد التكيف - بحسب بعض الدراسات - هو من يميل لأن يكون في صحبة مجموعة، يقيم صداقات، ويشارك في أكثر من نشاط، ويشعر بأنه مقبول من الغير وكيفية تقبله هو بالتالي من قبل الآخرين.

في القبول الاجتماعي:

بعض الناس يعتبرون أنفسهم غير سعداء لأنهم لا يحسون بانتمائهم الحميم للمحيط الذي يعيشونه، خاصة عندما لا يستطيعون فعل أي شيء أو لا يقيم الناس لهم وزناً أو لا يتقبلون منهم أعمالهم، فيستاؤون عندها

الشخص المناسب

لأنهم غير «ذي قبول».. وتكون ردة فعلهم حينئذٍ إما بمزيد من الاستنكاف أو الارتحال، وإما التحدي لجعل الأمور تحت سيطرتهم وشد الناس عنوة إليهم كي يلفتوا نظرهم إليهم.

وغيرها من الحيل التي قد تسيء لصاحبها أكثر مما قد تحسن إليه، لأن ما فات هؤلاء معرفته أن القبول الاجتماعي يعني:

* أن تساوي ذاتك والآخرين أولاً من حيث المبدأ
الإنساني: «من ساواك بنفسه ما ظلمك».

* أن لا تتكبر عليهم، تتعالى عنهم، أو:

﴿وَلَا تَصْعَرَ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرْحًا﴾

* أن تعي ذاتك حتى تتقبل الآخرين، إذ لا يمكن أن تتقبل الآخر بأفعاله في الوقت الذي لا تقبل به مواقفك برضى تام.

* أن لا تتسرع في الحكم على الآخر بأنه مخطئ أو بصفات غير محمودة، لأن الحكم المجحف بحق الآخر لا يحدث لاعتقادنا أنه «الصحيح» بالنسبة لنا، وإنما كي لا يبدو الآخر أفضل منا.

* أن تبتعد عن تنميط الناس في صور مشوشة أو أفكار غير مدروسة، لأن حقيقة الناس غير الظاهر الذي يبدو لك

غالباً، فقد لا تعرف حقيقة الألم الذي يعانونه، أو الهم الذي يرافق حياتهم والظروف الصعبة التي يمرونها، لا تنمط الناس بما يتراءوا لك وإنما بما تعرفه عنهم حقيقة، ولمعرفة ذلك أكثر من سبيل.

* أن لا تجعل ثيابك أغلى شيء فيك حتى لا يأتي يوم تجد فيه نفسك أرخص مما ترتدي.

كي تكون متقبلاً ومقبولاً اجتماعياً في آن، عليك أن تتفهم الناس بما هم عليه أو تكون حكماً صحيحاً عنهم، ولا يتأتى هذا الحكم إلا بعد إلمامك وإطلاعك عليهم، معاشرتكم إليهم، تقربكم منهم، وإقرارك بأنه لا يمكن النظر إلى الناس من خلال: ماذا يفعلون؟ وإنما من خلال: لماذا يفعلون؟ لأنه ربما ليس لديهم البديل والخيار لفعل شيء آخر.

كي نغير نظرتنا إلى العالم الذي نعيش يجب أن نشارك، نبدأ من مكان، كلنا نلاحظ / نقيم / ندرس / ندلي بوجهات نظر / نحكم، ولكن قليلنا الذي يتحرك ليعمل، لا يمكن إجبار الناس على تقبل ما نحن عليه ولا يمكن أن نحكم على الآخر إلا عندما يظهر بالأفعال لا بالأقوال، بالمثال لا بالمقال، وبالوسيلة وليس بالحيلة. «راقب

الشخص المناسب

عاداتك اليومية فيما أنت عليه، ولما أنت غير مدرك
له، أفنع ذاتك بقبول الناس وتحرك نحوهم
ليتقبلوك...».