

## الفصل الرابع

### إعادة بناء المراهق

- ماذا يفعل الإنصات ؟
- بناء الثقة بالنفس .
- كيف يكون التغلب على تحديات العصر ؟
- كيف نربي المراهق على الطاعة ؟
- فن معالجة الأخطاء .



## المراهق يحتاج للإنصات الجيد

إن مفتاح الإنصات الفعال يكمن في الرسائل غير اللفظية وفي الاتصال غير الشفوي الذي يرسله الأب لابنه.. من خلال الابتسامة ولغة الجسم وملامح الوجه ونبرات الصوت المعبرة عن الحنان والمحبة والود التي تنبعث بين الفينة والأخرى معبرة عن موافقتك وتفهمك لما يقوله الابن..

### خمس خطوات للإنصات الفعال:

- ١- اربط علاقة تواصل بين عينيك وعيني ابنك وتفادى أن تشيح وجهك عن ابنك، فإن ذلك يوحي بقلّة اهتمامك بما يقوله وقلّة اعتبارك لشخصه..
- ٢- اجعل ثمة علاقة اتصال واحتكاك جسدي مباشر من خلال لمسة الحنان وتشابك الأيدي والعناق ووضع يدك على كتفيه.. فإن ذلك يوطد العلاقات المبنية على المحبة ويسهل لغة التواصل العاطفي ويسر التفاهم ويفتح لدى الطفل أجهزة الاستقبال للرسائل التربوية الصادرة من الوالدين..
- ٣- علق على ما يقوله ابنك وبشكل سريع دون أن تسحب الكلام منه.. مبدئياً تفهمك لما يقوله من خلال حركة الرأس أو الوشوشة الميمية بنعم أو ما شاء الله.. مما يوحي لابنك أنك تتابعه باهتمام فتزيد طمأنينته.

- ٤- ابتسم باستمرار وأبد ملامح الاطمئنان لما يقوله، والانشراح بالإنصات له مع الحذر من إحساس المراهق بأنك تتحمل كلامه على مضض أو أنه مضيع لوقتك ولا تنظر للساعة وكأنك تقول له لا وقت لدي لكلامك..
- ٥- متى ما وضحت الفكرة وتفهمت الموقف عبّر لابنك عن هذا وأعد باختصار وبتعبير أدق ما يود إيصاله لك.. لتعلم ابنك اختصار ما يريد قوله وفن التعبير عن مشاعره وأحاسيسه.. والدقة في التعبير.. وتقلل بهذا من احتمالات الملل بينكما.. إن الإنصات الفعال لا يكتمل إلا من خلال الاتصال غير اللفظي الذي يطمئن الابن ويعيد له توازنه النفسي.. ويقضي بالتالي على مقاومة الابن للرسائل التربوية الصادرة عن الآباء.

## كيف تبني الثقة بالنفس للمراهق؟

الثقة بالنفس هي أن يكون لدى الفرد شعور كافٍ بأنه قادر على النجاح في هذا الأمر الذي يرغب القيام به.

**وفيما يلي بعض الجوانب الأساسية لتنمية الثقة بالنفس عند المراهق:**

١ - فتح الطريق المُيسر للأفعال الذاتية التي يشعر الشخص فيها بنفسه ويقدر فيها ما يقوم به، ومن هذه الأفعال ما يلي :

- الشعور بالخصوصية والأهمية والجدارة بالاحترام.
- الشعور بالسيطرة على حياته وليس الآخرين مسيطرين على كل شيء في سلوكه وحياته.
- تعاملاته مع جسمه ونفسه بشكل جيد ومُرضى لنفسه.
- الاهتمام بنظافة جسمه والتعامل الجيد مع صحته.
- تزيينه بالملبس والمكان الذي يسكن فيه.
- إبراز نفسه بالفعل الباهر والفائق والممدوح من المحيطين به .
- تعطير جسده بالطيب.
- إبعاد نفسه عن الخطر والألم.
- مكافأة نفسه بإيجادها في مواطن السرور والأنس.
- فرحه بالتكليف بالأعمال المختلفة.

- سعادته بالمدح والثناء لما يتصف به من صفات أو ما يقوم به عمل ناجح.

- اغتباطه بمشاركته الكبار في الأعمال المهمة.

- افتخاره بقدراته ومواهبه وإمكانياته وإنجازاته.

- حرصه على ممتلكاته وميله لتنميتها.

٢- أن يكون أول رد فعل لك عندما تلقاه الابتسامة مهما كان حاله وسلوكه وأن تحرص على أن يتسم هو لك عندما تلتقيان دائماً.

٣- بذل العطايا في الحاجيات غير الأساسية (هدايا - أجهزة - أدوات مدرسية - ألعاب).

٤- حسن التعامل مع طلبات الفرد التي لا تلبى له، وذلك بأن يبين له العذر في عدم إمكانية التلبية أو تأجيلها.

٥- السكوت عن أخطائه والتغاضي عن هفواته، مع تحيّن الفرص المناسبة لتوجيهه وإعلامه بما يعينه على عدم تكرار تلك الأخطاء.

٦- حمايته من تعديبات الآخرين، والوقوف بجانبه إذا تعرض لشيء من ذلك أو من المهم أن يطلب منه التسامح في مقابلة أخطاء الآخرين، مع تذكيره بفضل العفو عن الناس، والصبر على ما يكرهه، وتعليمه أن لكل فرد نصيب من الأمور التي يكرهها، ولا بد له أن يصبر عليها.

٧- منحه الحب قولاً: بأن يسمع كلمات الحب منك، وفعالاً: بأن يُمازح ويُضم ويُقبل ليشعر بأنه محبوب ومقبول ومُقدر بقيمة عالية لديك، ولدى الكبار غيرك.

٨- أن يُمدَحَ حال فعلة لما يحسن، أو عند تجنبه ما لا يحسن، فإن إمساكه عن الشر أمر يحسب له، يجب أن يمدح عليها، ويُمدَحَ كذلك عندما تسير أمور حياته الدراسية، أو علاقاته المنزلية، أو الاجتماعية في الحي بصورة طبيعية، أو جيدة، فإن هذا يُعدُّ إنجازاً يجب أن يمدح عليه.

٩- أن تبحث عن الأمور التي تتوقع أنه يستطيع إنجازها بنجاح، فتعمل على تكليفه بها، ثم تمدحه عليها.

١٠- أن تُسمع الزوار والأقرباء الثناء عليه بحضوره، مع الحذر من توبيخه أو لومه أمامهم.

١١- أن تتعامل معه بصورة فردية ولا تربطه بأخواته، أي اجعل لكل ابن تعامل مستقل عن إخوته، ولا تربط تعاملك مع أبناءك بإجراء موحد إلا عندما يتطلب الموقف ذلك، وليكن غالب التعامل معهم هو التعامل الفردي لأهمية ذلك في بناء الثقة الذاتية لكل منهم.

١٢- تعويده على الفأل الحسن والتفاؤل في جميع أموره يفيد في المحافظة على ذاته قوية وإيجابية.

- ١٣ - الحياء له مساس بالتقدير للذات فصاحب التقييم العالي لذاته أميل للحياء من غيره فشجعه عليه.
- ١٤ - الصدق له أثر على تقوية الثقة بالذات فهو يزيد فرص الفرد في إثبات ذاته وقوتها واستقامتها والكذب عكس ذلك.
- ١٥ - تعويده الإحسان للناس، لأن ذلك يترك في نفسه أثراً طيباً عن ذاته.
- ١٦ - تجنب الإيذاء البدني والنفسي أو النيل منه بما يسوئه إما بسبب غير مقنع أو بدون سبب، وهو الأسوأ.
- لذلك اتضح مما سبق أن بناء النفس البشرية أمر في غاية التعقيد، فهو يحتاج إلى علم، وإلى صبر ومثابرة، ويحتاج قبل ذلك إلى توفيقٍ من المولى عز وجل، فابذل وصابر واسأل الله العون والسداد.

## المراهقين وتحديات العصر وكيف يتم التغلب عليها ؟

إن قصور الدور التربوي للأسرة قد جعلها تواجه في هذا العصر العديد من

التحديات والصعوبات التي تقابل على المراهقين، ومن تلك التحديات ما يأتي:

### غلبة الطابع المادي على تفكير الأبناء :

فمطالب الأبناء المادية لا تنتهي ولا يجد فيهم الآباء تلك الحالة من الرضا التي كانت لدى الآباء أنفسهم وهم في نفس المراحل العمرية لأبنائهم، فالمتطلبات المادية رغم كثرتها في أيديهم ومع ذلك نجد أنها لا تسعدهم، بل عيونهم على ما ليس لديهم فإذا أدركوه تطلعوا إلى غيره وهكذا.

### التغلب على هذا المشكلة :

لا ينكر أحد أن هذه الظاهرة إنما هي سمة من سمات هذا العصر، فالتقدم المادي ينطلق بسرعة هائلة ولا يواكبه التزام بالقيم الإنسانية.

ولا ننكر أهمية المادة في حياة الإنسان، ولكن لا بد من توازن الجانبين، فالمادة يجب أن تكون معياراً نقيس به ما لدينا من قيم إنسانية ومبادئ خلقية، وديننا يعلمنا ذلك، فقد ربطت آيات القرآن الكريم بين الجانبين رباطاً متجانساً منسجماً، ولا أدل على ذلك من أن الإخبار بإكمال الدين قد أتى جزءاً من آية بيان المحرمات في المأكل والمشرب، قال تعالى: ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَالْحُمُّ الْحَنْزِيرُ وَمَا أَهَلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبْعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ذَلِكَمْ فِسْقٌ

الْيَوْمَ يَبْسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿١٣٠﴾ [المائدة: ١٣٠].

ولكن أحياناً يكون الآباء هم المسؤولون عن وجد هذه النظرة المادية لدى المراهقين، ولذا فالأسرة مسؤولة عن تدعيم هذا التفكير المادي لدى الأبناء، لأن الآباء أنفسهم حريصون على هذا الجانب المادي وبالتالي فهم قدوة لأبنائهم..

• **مشكلة روح التكاثر وعدم الرغبة في القراءة وتدني المستوى العلمي لكثير من الأبناء في الأسر.**  
**التغلب على هذه المشكلة:**

على الأسرة دور كبير في تدعيم قيمة القراءة لدى الأطفال منذ الصغر، ولا شك في أن للعادة تأثيرات خطيرة على الإنسان سلبية كانت أم إيجابية وكذلك فإن للصغار قدرة هائلة على التقليد فيجب استثمارها، بمعنى أن يحرص الآباء والأمهات على القراءة، وما تراه مع الأسف في كثير من الأسر من عزوف الوالدين عن تلك العادة النافعة إنما هو من الأسباب التي تؤدي إلى ما يكون عليه حال الأبناء مستقبلاً.

ويعد وجود المكتبات في البيوت في حد ذاته تدعياً لعادة القراءة لدى الأطفال، وقد روي أن الصحاب ابن عباد كانت له مكتبة خاصة في القرن العاشر الهجري تضم ما يوازي كل الكتب الموجودة في أوروبا مجتمعة في ذلك الوقت.

لقد امتازت بيوت المسلمين في عصر الصحوة الإسلامية بمكتباتها، فقلما تدخل بيتاً إلا وتجد فيه مئات الكتب، والذي يجب الاهتمام به أن تشتمل المكتبات التي تتوافر في الأسر على كتب تناسب الأطفال والمراهقين، حتى يجد الطفل والمراهق ما يشجعه على القراءة بعد أن يجد القدوة في والديه.

• ما يسمى بصراع الأجيال ويقصد به اتساع البون بين تفكير الأبناء وتفكير الآباء، وعزوف الأبناء في كثير من الأحيان عن الاستفادة من خبرات جيل الكبار إذ ينظرون إلى خبراتهم على أنها لم تعد ذات قيمة في هذا العصر الذي نعيش فيه. **التغلب على هذه المشكلة :**

لا ينكر عاقل أهمية ارتفاع جيل الصغار من جيل الكبار، وإذا لم يحدث ذلك فتكون النتيجة أن يبدأ كل جيل من نقطة الصفر، وهذا مستحيل.

وإذا كان العالم يشهد طفرة هائلة من التقدم العلمي، ولا شك في أن هذا الكم الهائل من العلم والمعرفة لم يصنعه جيل واحد بعينه، وإنما هو خلاصة فكر الأجيال، إذ يضيف كل جيل إلى جهد سابقه، وهكذا تبدو أهمية احترام ما لدى جيل الكبار من خبرات يستفيد منها من بعدهم، يعدلون فيها ويضيفون إليها، ولكن الخطر كل الخطر أن يعزفوا عنها ويقللوا من أهميتها.. قد يحدث اختلاف لكن هذا الاختلاف لا ينبغي أن يكون سبباً في الصراع والتنافر.

وروي أن المناظرات كانت تعقد في البيوت الإسلامية، وكان يشترط المناظران أن يبني كل منهما مناظرته على أن الحق ضالته والرشد غايته. ومن خلال هذه المناظرات التي تهتم بكل خبرة وتنقلها إلى الآخر مع احترام من أحاور يؤدي

إلى تقبل الفكرة والاقتناع بها وتلاشى وجدود صراعات وخلافات بين الجيل القديم والجديد.

• ما يعرف بالغزو الفكري والثقافي المتمثل فيما يشاهده الأبناء ويستمعون إليه عبر وسائل الإعلام المختلفة من أفكار وقيم قد لا تكون في كثير من الأحيان متفقة مع قيم مجتمعاتنا.

### التغلب على هذه المشكلة :

إن كثيراً من الأسر تواجه بعض المشكلات مثل تأثر أبنائها بما يقرءون أو يشاهدون أو يسمعون عبر وسائل الإعلام المختلفة، وتمثلهم لبعض القيم التي قد لا ترضى عنها الأسرة في كثير من الأحيان، وتكون النتيجة أن ما تغرسه الأسرة من قيم أخلاقية تقتلعه تلك الوسائط الأخرى، والحقيقة أن هناك اتجاهين في مواجهة ما يفد إلينا عبر وسائل الإعلام:

أحدها: يتنكر لكل ما يأتي إلينا سواءً اتفق مع شريعتنا أم اختلف معها، وحنة القائلين به أنه في عالم الاقتصاد لا يلجأ الفرد إلى الاستدانة ما دام له رصيد موجود، والمسلمون لديهم تراث حضاري هائل حتى في العلوم الطبيعية التي استفادت منها النهضة الأوروبية، ويستدلون على ذلك بأن العرب قبل الإسلام كانوا أمة متأخرة فلما جاء الإسلام تقدموا به وجعلهم سادة، فإن أرادوا العزة بغيره أذلهم الله تعالى.

أما الرأي الثاني: فعلى عكس الرأي الأول إذ يرى أن نفتح نوافذ المعرفة على كل اتجاه، ونتعرف على كل جديد، ونزن هذا بميزان الشرع والعقيدة فما تعارف معها قبلناه، وما تناكر معها رفضناه، وحنة هؤلاء القائلين بهذا الرأي: أن العلم

لا دين له ولا وطن، والمعرفة ليست ملكاً لدولة ولا حكراً على أمة، وإنما هي للبشرية كلها.

والحقيقة أن هذا الموضوع يتطلب الوعي الكامل على مستوى الأسرة، بل على مستوى الدولة كذلك، فهذه الوسائل التي تحمل إلينا أفكار غيرنا، إنما نحن الذي نملكها ونتحكم فيها، وهي أدوات وأجهزة نأخذ فيها ما نريد وندع ما نريد، فلا يجب أن نتحكم فينا، بل علينا نحن أن نتحكم فيها، ونربي أبناءنا على ذلك، فلا نرى أو نسمع إلا ما نريده والمعياري في ذلك هو ميزان عقيدتنا، وذلك لأن الإسلام ليس منفصلاً عن الحياة، وذلك لأن الاعتقاد بأن الدين شيء والحياة شيء آخر يفضي بأجيالنا إلى حياة ليست فيها أية علامات تدل على احترامهم لشرائع الله أو إذعانهم لمشيئته سبحانه.

وهكذا فقد وجدنا أن الأسرة تواجه كثيراً من التحديات المعاصرة قد تؤدي إلى قصور دورها التربوي، وفي نفس الوقت وجدنا أن الأسرة هي أيضاً القادرة على مواجهة تلك التحديات والتغلب عليها، حتى تستعيد دورها التربوي الفعال في التعامل مع المراهقين.

## كيف نربي المراهق على الطاعة ؟

يعانى الكثير من الآباء والمربين من مشكلة العصيان عن بعض الأبناء وخاصة في مرحلة المراهقة، ولذا نود أن نشير أن التربية على الطاعة تحتاج إلى فنيات في التعامل منذ الصغر، وبقدر الإجابة في أسلوب التعامل بقدر ما يكون الأبناء يتصفون بالطاعة والسهولة في التعامل.

## فما الذي يفيد في جعل طاعة الابن لأوامر الأب أكثر ؟

هناك عدة وسائل أهمها:

أولاً: التربية على الاستقامة: فمن المهم تربية الأبناء على الفرائض ومحبة الخير وأهله وبغض المنكر وأهله.

ثانياً: أدنو منه: عند ما تريد توجيهه فاقرب منه أولاً حتى تلامسه.

ثالثاً: قوي العلاقة به: لا بد من بناء العلاقة الجيدة معه وتنميتها وصيانتها مما يعكس صفوها فالعلاقة القائمة على الرحمة والشفقة والتقدير والصفح لها أثر كبير على شخصية المراهق فيها بعد وعلى مدى طاعته لك.

رابعاً: قابله بالابتسامة وبطلاقة وجه: تبسمك في وجه ابنك صدقة وقربى وتقارب للقلوب أفإن عمل الابتسامة في نفس الابن لا حدود لها في كسبه واستجابته لما تريد منه.

خامساً: مارس طلاقة الوجه: قال رسول الله ﷺ عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ قَالَ لِي النَّبِيُّ ﷺ: «لَا تَحْقِرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ شَيْئًا وَلَوْ أَنْ تَلْقَى أَحَاكَ بِوَجْهِ طَلْقٍ» [رواه مسلم].

تعود على طلاقة الوجه مع أبنائك لأنه كلما كنت سهلاً طليق الوجه كلما ازدادت دائرتك الاجتماعية معهم أو مع غيرهم وكلما كنت فظاً منغلِقاً كلما ضاقت دائرتك حتى تصبح صفراً. قال تعالى: ﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ [آل عمران: ١٥٩].

### الدور الذي تجنيه عندما تملك مهارة طلاقة الوجه :

- ١- تبعث هذه المهارة روح التجديد والنشاط.
- ٢- تقضي على التوتر والضغط النفسية.
- ٣- يجذب إليك الناس.
- ٤- تجعلك مقبولاً لدى الناس.
- ٥- تذيب السلوكيات غير المرغوبة مثل (الكبر، الحسد، الحقد والعناد... الخ).
- ٦- تضيفي روح التواضع.
- ٧- تشعر عند تمتك هذه المهارة بسهولة المؤمن وليونته.
- ٨- تعيد روح الود وتبث روح المداعبة.
- ٩- تكسبك الجولة في النقاشات الحادة.

سادساً: امنحه المحبة: المحبة تفعل في النفوس الأعاجيب ورسول الله خير قدوة في ذلك لأنه تحلى بأفضل خلق يتحلى به بشر فأحبه أصحابه محبة لم يشابهها محبة من قبل ولا من بعد فهل يستطيع أحد أن يجاري فضائل النبي ﷺ وأخلاقه وسجاياه التي حبته للناس والدواب حتى الجماد. وكل ابن يحب أن يكون محبوباً ومُحِبّاً وإلا فإنه سوف يلجأ إلى إزعاج من حوله لتبنيهم لحاجته إلى الحب.

سابعاً: عليك بالهدوء: تحلى بالهدوء والحلم والرفق. ورد في الحديث «عندما سَأَلْتُ عَائِشَةَ عَنِ الْبَدَاوَةِ فَقَالَتْ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَبْدُو إِلَى هَذِهِ التَّلَاعِ وَإِنَّهُ أَرَادَ الْبَدَاوَةَ مَرَّةً فَأَرْسَلَ إِلَيَّ نَاقَةً مُحَرَّمَةً مِنْ إِبِلِ الصَّدَقَةِ فَقَالَ لِي: يَا عَائِشَةُ، ارْفُئِي فَإِنَّ الرَّفْقَ لَمْ يَكُنْ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا زَانَهُ وَلَا نُزْعَ مِنْ شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا شَانَهُ» [سنن أبي داود]. لا تجعل جفوة والدك - أن وجد - عليك صغيراً سبباً في تعاسة ابنك مستقبلاً.

ثامناً: عامله بالثقة والتقدير والتقبل: أشعره بمدى أهميته بالنسبة لك واثقتك به فإن شخصيته تتحدد بحسب ما يسمع منك من أوصاف تصفه بها، فإذا كنت تصفه دائماً بالذكاء فإنك ستجده ذكياً وإن كنت تصفه بالبخل فتجده مستقبلاً بخيلاً شحيحاً، وهكذا فكن واثقاً من نفسك واجعل ابنك واثقاً من نفسه، حتى يكون لنفسه مفهوماً جيداً وإيجابياً. فاجعل ابنك واثقاً من نفسه وفي قدراته ولا تحطمها \_ بقله الثقة به \_ قبل أن يبرزها

للوجود. و لكن لا تكن مفرطاً في الثقة !! واعلم أن التقدير الإيجابي للذات مهم في تربية الأبناء.

تاسعاً: اجعل لابنك هدفاً في الحياة: تشير الدراسات أن من أفضل أدوات التنبؤ بالسعادة هي.. فيما إذا كان الإنسان يعتقد أن هناك هدف في حياته؟ بلا أهداف محددة، نجد أن سبعة أشخاص من بين عشرة يشعرون بعدم الاستقرار في حياتهم.

عاشراً: احرص على تماسك أسرتك: فعبارة - إنني أعيش مع زوجي من أجل الأبناء - احذر أن يسمعها ابنك من أمه حتى لا يشعر بمدى التفكك الحاصل بين والديه وأن التماسك في الأسرة ليس فيه الود والرحمة.

حادي عشر: تعرف على صفات ابنك: لابنك صفات تختلف عن صفات الكبار أهمها:

- ١- الثناء والثقة والتقدير تؤثر على سلوكه أكثر من التوبيخ والزجر.
- ٢- عادة ما يستقبل الابن أوامر الوالدين بمنتهى الحب والرغبة في التنفيذ ولكن قد يرتبك عندما يتلقى الأوامر بعصبية أو فتور أو استهجان فيتخيل أنه كائن غير مرغوب فيه، أو أن والديه قد قررا التخلي عنه، أو أنها ضاقت ذرعاً به وأنه مصدر إزعاج لهما وهذا الارتباك قد يؤدي به إلى عدم تنفيذ الأوامر الصادرة عنها.

٣- والولد يُحِبُّ أن يقوم هو بالجزء الأكبر من العمل فإذا زاد عليه الإلحاح ظهر عليه التمرد.

٤- الأولاد يحتاجون قدرًا من الحرية ليختاروا نوع النشاط الخاص بهم.

٥- المراهق يدرك مشاعرك تجاهه ويركز عليها، ولا يهتم للتوجيه إذا كانت المشاعر تجاهه سلبية - وقت الخطأ الذي يرتكبه - مثل الغضب منه أو الحيرة تجاه سلوكه.

٦- اعلم أنك لست دائماً على حق، وأنت تتعامل مع مشكلات أبنائك أفاعيل عقلك هو ارتكاز السهم! وليس عاطفتك؟.

ثاني عشر: عوده على الحوار: تفاهم فالحوار الهادئ، هو أساس الامتزاج والاندماج لا بد أن يُعطي فرصة لسماع ما لديه، ثم محاورته بهدوء وبمنطقية وعقلانية لأنه قد لا يعرف الكثير من المعلومات عن سلبيات الأمر الذي وقع فيه ولا إيجابيات تركه لأنه لم يخبر من قبل بذلك أو أنه قد نسي ما تعلم أو كسل عنه.

### ومن أهم فنيات الحوار ما يلي:

- ابحث عن مراكز القوة لديه وأبرزها له، وامتدحه فيها ولا تشعره بالضعف أبداً.

- البدء بالثناء عليه ومدحه والتركيز على الأمور التي يتقنها.

- افتح المجال للحوار وافتعال المواقف لذلك.

- ابحث عن السبب الحقيقي لما دفعه لفعل ذلك الأمر، ثم وجه أو وبخ أو عالج وقد تلوم نفسك على تقصيرك إذا كنت منصفاً. مهم إيجاد جو مناسب للحديث عن المخالفات وذلك بعد أن تهدأ الأمور لأن الولد لا يدرك سلبيات فعله للصواب ولا إيجابيات تركه للخطأ.

- إذا أخطأ لا تركز على إظهار مشاعر السخط أو الضجر بل ركز على إيضاح التصرف المطلوب منه مستقبلاً في مثل هذا الموقف مع مراعاة أن تكون هادئ وغير منفعل.

ثالث عشر: استغل الصداقة: الصداقة لا بد منها في التربية وأنت تستفيد منها كإيصال رسالة لا تستطيع أن تصلها بسلطة الأب أو المربي، ولذا فالصداقة من أهم الوسائل المدعمة لطاعة الأبناء للآباء فيما بعد.

رابع عشر: العقاب: يكون آخر وسيلة هي العقاب بحيث يكون العقاب غير مهين للشخصية، ويتناسب مع مرحلة المراهقة لما فيه من الرغبة في تأكيد الذات، والرغبة في حب الظهور والتقدير من الآخرين. ولا يكون العقاب أمام الآخرين. ولا يكون العقاب بالضرب، فالضرب في هذه المرحلة لا يفيد بل يضر.

## فن معالجة الأخطاء للمراهقين

قد نجد بعض الأخطاء لا شك في حياة الإنسان، ويتوقف الخطأ على قدر خبرة الشخص في الحياة وقدرته على ضبط نفسه، وبما أن مرحلة المراهقة يكون الشخص فيها غير مكتمل الخبرة غير قادر تماماً على ضبط نفسه، وبالتالي قد يقع في أخطاء بسيطة. ولا أقصد بها أخطاء تخالف الشرع، ولكن قد تكون مشكلات سلوكية لا تتفق مع المجتمع. وهنا لا يكون الخطأ بالفحش الذي يحتاج على معالجة عنيفة قد تصل بالشخص إلى مشكلات أكبر. ولذلك فإن معالجة الأخطاء تعد فن من فنون التعامل مع الآخر.

### وفيما يلي أهم فنيات معالجة الأخطاء مع المراهقين:

- اللوم لا يأتي بخير دائماً، بل أحياناً يكون وسيلة سيئة في العلاج، حيث إن كان هذا الشخص حساس، ويعتز بنفسه، فكثرة اللوم قد يمس شخصيته ويمس ذاته وقد يؤدي اللوم الدائم إلى موت هذا الاعتزاز وتحول النفس إلى نفس مريضه غير مقترسه بسلوكياتها فيما بعد ويصبح اللوم وسيلة للاضطراب وليس وسيلة للعلاج .
- استخدام العبارات اللطيفة في إصلاح الخطأ وهذا الأسلوب يتفق مع المراهق بالذات لا العبارات الشديدة قد لا يتقبلها المراهق في حين قد يتقبلها الطفل ..

- ابعد الحاجز الضبابي عن عيني المخطأ لأن أحيانا يكون المخطيء لا يدرك أن يفعل السوء أو لأنه لم يرى الشكل الصحيح للتعامل مع هذا الموقف، وبالتالي إذا رفع هذا الحاجز الضبابي عن المخطيء قد لا يعود إلى الخطأ مرة أخرى.
- ترك الجدل أكثر إقناعاً من الجدل وخاصة مع المراهق لأن الجدل يصل إلى جدال أكبر ولا يحل المشكلة.
- ضع نفسك موضع المخطيء، ثم ابحث عن الحل، بحيث لا أكون ناظراً للمشكلة من برج مرتفع، وبعيد عن الواقع، وبالتالي تكون الحلول واقعية وعملية وقابلة للتنفيذ.
- ما كان الرفق في شيء إلا زانه واعلم أن من أخطأ ليس معناه أنه أصبح لا أمل فيه، ولكن لكل جواد كبوة، ولذا فالعلاج بالرفق يكون أفضل من العنف والقوة.
- دع الآخرين يتوصلون لفكرتك، وتكون بناحية عملية أفضل من البرهان النظري.
- عندما تنتقد، اذكر جوانب الصواب أو على الأقل ابدأ بذكر الحسنات قبل السيئات حتى لا يصاب من تعالج بالإحباط والنظرة السوداوية لنفسه.
- لا تفتش عن الأخطاء المخفية، ولكن قد تتجاهل بعض الأخطاء بحجة أنك لم تراها، فقد يكون ذلك أفضل في العلاج.

- اعلم أن كثرة القراءة والاطلاع تساعد على حل المشكلات، وتعطى لك حلولاً بديله ومواقف كثيرة تيسر لك الحكم على المشكلة التي أنت بصدد حلها.
- استفسر عن الخطأ مع إحسان الظن والتثبت، ولا تحكم على المشكلة من خلال نقل على لسان شخص آخر أو سماع إشاعة أو ما شابه ذلك.
- امدح على قليل الصواب يكثر من الممدوح الصواب، لأن تدعيم الشخصية يكون أفضل في العلاج من هدمها وإحساسها بالنقص والدونية.
- تذكر أن الكلمة القاسية في العتاب لها كلمة طيبة مرادفة تؤدى نفس الهدف فاستعمل الكلمة الطيبة أحسن في معالجة الأخطاء ولا تعالج الخطأ بخطأ آخر.
- اجعل الخطأ هينا ولينا وابن الثقة في النفس لاصلاحها لأن تعقيد الأمور لا يصل إلى حل واقعي ودائم، ولكن قد يكون وقتيا وغير مقنع.
- تذكر أن الناس يتعاملون بعواطفهم أكثر من عقولهم فاحترم عاطفة من أخطأ.
- تذكر الأجر والصواب في صبرك على المخطأ والمخطيء، وأن علاجك لهذه الأخطاء لا يكون بمقابل أن يقول الناس عنك أنك مربي جيد، أو أنك تحل العقد والمشكلات، ولكن تذكر النية لله تعالى، وأن الصبر على هذه المشكلات له الأجر الكبير من الله تعالى.

## الخاتمة

يتضح للمربي من خلال عرض هذا الكتاب أن التربية تحتاج إلى مضاعفة المجهود ومواصلة العمل، وبعد ذلك فالتوفيق من عند الله تعالى في الأول والآخر. ولكي يمر المراهق من هذه المرحلة بأمان يحتاج من المربين مراعاة ما يلي:

- تفهم طبيعة المرحلة والتحلي بالصبر والحكمة.
- بناء الحوار وفتح قنوات التواصل المستمر مع الأبناء.
- تقديم المعلومات الجنسية في وقتها لتناسب مع كل مرحلة عمرية..
- المحافظة على خصوصيات المراهق.
- تحسس المشاكل قبل وقوعها وملاحظة أي تغير سلبي على عادات المراهق.
- توفير الجو المناسب لممارسة الهوايات والنشاطات لتفريغ الطاقة.
- طلب المشورة في حالة القلق من أية عوارض سلبية.
- دور الأسرة في الحفاظ على التوافق النفسي والصحي لطلبة المدارس في المراحل المختلفة وطلاب الجامعة.
- تهيئة الجو الأسري المناسب للمذاكرة خاصة فترة الامتحانات وإبعاد الأطفال عن المشاكل الأسرية.
- محاولة معرفة نفسيات المراهقين ومشاكلهم الدراسية، وتوفير جميع الاحتياجات الضرورية لنجاحهم وتفوقهم.

- توجيه الطالب إلى الطريقة الصحيحة في المذاكرة، وتنظيم الوقت والذي يجعله أكثر تفوقاً ونجاحاً.
  - توفير وقت للراحة والترويح عن النفس خلال فترات الدراسة وفي إجازة نهاية الأسبوع لأن الأمر الضروري جداً لتجديد نشاط الطالب ورغبته في الدراسة.
  - الحرص على تخصيص مساحة من الوقت للقاء الأبناء والتحدث إليهم، وقد تكون وجبة العشاء أو الغذاء فرصة يومياً للاستماع والتحاوور معهم.
  - وليحرص الآباء والمربون على تربية الأبناء تربية صحيحة حتى يمكن أن نصل بهم إلى بر الأمان ليكونوا أفراداً صالحين نافعين لمن حولهم، ويكونوا مربين فيما بعد ينقلون فنون التربية الصحيحة لمن يعلوا.
- والله الموفق والهادي إلى سواء السبيل..