

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

٢٠٠٦ / ١٦٥٨

محتريات الكتاب

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

obeikandi.com

مقدمة

وا فرحتاه ... مرحى ... مرحى ... لقد بلغت ابنتى وفتاتى ... مبلغ الإناث ... لقد ودعت مرحلة الطفولة ... لتدخل مرحلة الأنوثة ... والنضوج الأنثوي ... لقد 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 الفرح والقلق ، والمتابعة ، والمصادقة .

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

سيدتي .. وعزيزتي أم الفتاة ... لاحظي عوارض وأعراض النمو الشكلي الخارجى لفتاتك ، وتابعي أيضاً النمو الداخلى فى الفتاة بظهور الأعراض الخارجيه من "الدورة الشهرية " وغيرها .

لاحظي نضوج فتاتك السلوكي والعقلي والعاطفي وجهي فتاتك نحو الاستزادة من القيم والمبادئ الدينية دون تطرف .

اجعلي نفسك المنبع الأول لتثاقفة فتاتك ، فأنت خير مرشد ، ومعين لتلك

كيف تتعاملين مع ابنتك فى فترة المراهقة

الفتاة حتى تنشأ في 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 .

وماذا عن الحب وتوجهات الفتاة في تلك الفترة ماذا عن ثقافتها العلمية 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 في تلك الرحلة حتى تصارحي أبنتك إلى أن تصلى بها ومعها إلى بر الأمان .

الباب الأول

المراهقة

٥ تعريف المراهقة : للأنثى :

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

يعتبر 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 آخر أو من بلد إلى آخر ، حسب الجو الحار أو الدافئ أو الأماكن الجليدية ، وعادة يحدث البلوغ من 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 .

فمن الملاحظ أن الأنثى تبدأ عليها علامات البلوغ قبل الذكر عند بروز النهدين، وبداية وجود بعض الاستدارات بالجسد وإن من علامات البلوغ أيضاً لدى الفتاة الخجل والحياء الواضح من الجنس الآخر ، فهى علامات نفسية جسدية تنبئ بالنضوج فى مرحلة الطفولة و الدخول فى مرحلة المراهقة .

◦ علامات البلوغ

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

الفصل الأول

الأعراض الشكّية

١- بروز الثديين :

يبدأ البلوغ عند معظم الإناث بنمو وبروز الثديين وقد يبدأ هذا بأحد الثديين أو الاثنين معاً ، وقد تلاحظي في فتاتك أن بروز الثديين يبدأ بالوضوح شيئاً فشيئاً حتى يأخذ شكل الثدي الناضج واضح المعالم ، فهو يظهر بشكله العادي ولكن كل فتاة قد يصل ثديها لحد معين في الكبر حسب طبيعة الجسد وقد تحتاج فتاتك إلى حمالة الثدي بعد أشهر قليلة من بداية نمو الثدي وهي مهمة ولازمة لها ولا بد أن تحاولي أن تشجيعها على طلب مثل هذه الأشياء لأن بعض الفتيات يخلن من ذلك كثيراً ويحتجن إلى معاناة شديدة للتعبير عن احتياجاتهن ، وبعض الفتيات قد يكبر لديهم أحد الثديين أسرع من الآخر لذلك يبدو الشكل مثيراً للحرص جداً ، وقد تتطوي بعض الفتيات لهذا المنظر ، لذلك لا بد أن تكوني سيدتي قوية الملاحظة ولتسارعي بإحضار ما يتطلبه الموقف من مستلزمات (حماية الثدي) حتى تتغلب على هذا الموقف ولتشارك فتاتك في الشراء أو التعامل مع الأشياء ، حتى تستطيع الاعتماد على نفسها في مثل هذه المواقف ولا تدعى الحرج والحياء يسيطر عليها فتصاب بنوع من الانطواء الزائد أو الإنزواء معظم الوقت في 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 في تلك الفترة حتى تدنو منك وتجد ملاذاً لتلك

كيف تعاملين مع اسك في فترة المراهقة

المواقف وهذه الأسئلة الحائرة في جنبات صدرها لأن معظم الفتيات القريبات منها قد يتخذن من نضوجها مجالاً للهمز واللمز ومجالاً للمزاح الذي قد يؤتى بثمار غريبة من الخجل والانطواء كما ذكرنا .

٢- نضوج شكل الجسم :

يبدأ الجسم في التغير بشكل متدرج فتتحول الدهون والتجمعات السبجية 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 الدهني بالتجمع في الأرداف والساقين وتصبح لدى الفتاة انحناءات وثنيات ليأخذ جسدها شكل الأنثى المكتملة بالتدرج.

٣- الطول :

فينمو جسد الفتاة تدريجياً فقد تطول الأطراف أو القامة كلها وقد تلعب الوراثة دوراً في هذا وقد يتوقع الشكل النهائي لتكوين فتاتك منذ بداية البلوغ وحتى سن النضوج الكامل ، وهذا حسب المكونات الوراثية ، فلا اختيار لتلاقي هذا إلا إذا ظهرت لدى الفتاة سمعة مفرطة .

٤- الجلد :

نجد أن الجلد يصبح دهنياً أكثر من المعتاد لدى فتاتك لذلك شجعي فتاتك أن تستعمل بعض أنواع "شامبو الجلد" المناسب واشتركي في الإرشاد والتوجيه والملاحظة حتى تكون تلك المرحلة من فتاتك وتصل بها إلى مرحلة النضوج دون معاناة أو مشكلات تذكر .

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

كيف تتعاملين مع استك في فترة المراهقة

الفصل الثاني

الأعراض الداخلية

وإذا كانت هناك أعراض للنمو الأنثوي تظهر على الفتاة في 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 وهي ما يسمى الدورة الشهرية بعد حدوث التبويض بداخل الفتاة، ويدل هذا الطمث على إمكانية حدوث الحمل إذا تزوجت الفتاة ، كما يدل أيضاً على اكتمال النضوج الداخلي في جسد الفتاة ، وعليك سيدتي الفاضلة أن تعطى لابنتك المراقبة فكرة ولو بسيطة. عما سيحدث لها من نزول دم الحيض في القريب وعليها ألا تتزعج لهذا وعليك أن تقومي بشرح الموقف ومن أين يأتي هذا الدم وعليك ألا تخجلي من هذا وتقومي بشرح فكرة مبسطة عن التبويض وغيره من ما قد تشكو منه الفتاة وتتزعج منه على أنه قد تكون هناك أعراض مرضية ، ولا بد 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 .

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

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

كما ينبغي أن ترتاح قليلاً في هذه الأيام وعلى كل فتاة أن تعرف مواعيد الدورة الشهرية بالنسبة لها على أن يكون في حسابها ذلك حتى إذا كان هناك بعض الأنشطة التي ينبغي أن تقوم بها ، فلا بد أن تضع تلك الظروف في الحساب ، كما يجب أيضاً أن تعلم الفتاة موعد الدورة الشهرية الخاص بها حتى يتثنى لها أن تلاحظ أن هناك شيء على غير ما يرام إذا حدث نزول في غير موعده لا قدر الله فتقوم على الفور باستشارة الطبيب .

طبعاً كل هذه المعلومات السابقة ذكرها عليك سيدتي وعزيزتي الأم أن تلقينها لابنتك مع إحاطتها بمنتهى الرعاية والعناية حتى لا يكون هناك لجوء إلى الغرباء لجمع المعلومات ، أو إجابة الاستفسارات لذلك لا بد أن تشجعي فتاتك على أن تتبنيك ألامها وهمومها وتساولاتها حتى تشعر بالاهتمام والرعاية وحسن المعاملة .

وإذا كان علينا أن ننصح بناتنا فلا بد أن نكون 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 في بدايتها قد تكون غير منتظمة وخاصة في السنة الأولى ، فقد تكثر عدد الأيام وقد تقل وتحدث كل ٢٧ يوم وقد تزيد أو تقل ... وهكذا عليك أيضاً أن تفهمي ابنتك أن أعراض الدورة الشهرية قد تحدث لها في أي مكان فربما يكون ذلك في المدرسة أو أثناء رحلة أو حتى وجودها في

كيف تعاملين مع ابنتك في فترة المراهقة

المنزل فعليها أن تتعرف على هذه الأعراض حتى لا تنزعج .

أعراض الدورة الشهرية :

- ١- الصداع وتقلب المزاج والعصبية والحدة في التعامل والبكاء
 - ٢- انتفاخ في الثديين
 - ٣- آلام أسفل البطن قد لا تزول إلا بالمسكنات الخفيفة
 - ٤- انتفاخ منطقة البطن قليلاً
- ولكن ليس هناك علاج لتلك الأعراض إلا بحدوث النزف والتعامل مع الموقف على انه أمر واقع إلى أن ينتهي .

obeikandi.com

الباب الثاني

المراقة

ونمو الإحساس الجسدي والعاطفي

عزيزتي الأم ، لابد أن تلاحظي فتاتك ولتعرفي أن نمو الأحاسيس ليس إلا أمر طبيعي وأن فتاتك لم تخرج عن حدود الأدب واسمحي لها أن تسألك فهي تعاني من الخجل والتعبير عن نفسها بشكل مفرط في تلك الفترة فعليك أن تشجعيها والتحاور معك بخصوص ما يصاحب تلك الفترة ، فهي مثلاً تشعر بأنها بقدر ما تخجل من التعامل مع الجنس الآخر إلا أنها تريد التعامل معه ورؤيته والظهور أمامه بشكل حسن والاهتمام بمظهرها أمام الجنس الآخر بشكل زائد ، وعليك أن تفهمي ابنتك الإجابة عن بعض تساؤلاتها من خلال الدين الإسلامي فهو يمنع الاختلاط بين الجنسين في هذه المرحلة إلا في حدود ضيقة و في الضرورة القصوى ، فإن الدين لا يسمح بالتلامس والقرب ، لأن الأحاسيس تكون ملتهبة عارمة في تلك الفترة وعليك أن توجهيها إلى ممارسة الرياضة لاستنفاد بعض الطاقات لديها أو القراءة أو الكتابة أو الاشتراك في ممارسة بعض الأعمال المنزلية مثل الطهي وصنع الحلوى ورعاية الأخوة أو ما شابه ذلك حتى تستغلب بعض هذه الطاقات فيما يفيد .

obeikandi.com

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 في أشد حالات سرعة الإثارة في ذلك الوقت .

١- الأصدقاء : الأصدقاء من أقرب الناس إلى المراهق وهم يكونون في 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 والسهو والانحراف السلوكي ... هكذا .

٢- الأعلام ووسائل الإعلام : لا يستطيع أحد منا أن ينكر خطورة وجود تلك الوسائل سيديتي الفاضلة و عليك أن توجهي فتاتك وترافقيها في الوقت الذي تعطيهها المعلومة مع الثقة بالنفس فإن فتاتك سيديتي لديها الشراهة في حب الاستطلاع والتعامل مع المعلومات وقد تدنو من بعض التجارب التي يحكى عنها الفتيات لذلك سيديتي لا بد أن تتابعي المجلات والصحف والأخلاقية التي قد تدخل البيت وتحاولي أن تغنيها عن استسقاء المعلومات من وسائل الإعلام هذه وتكتفي بالمعلومات والنصائح التي تعطيه أنت لها بشكل به تحاور وجديه وسرور في نفس الوقت

كيف تتعاملين مع ابنك في فترة المراهقة

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

جميع وسائل الإعلام تتفنن في إعطاء المعلومات بشكل يحمل الكثير من إضرار والجدب وخاصة لهذه السن الحرجة ، وهى تلون وسائل عرض المعلومة من صور غريبة وفاضحة إلى أفلام ذات طابع صارخ أو حتى أفلام تدنو من التنسى الأخلاقي لابد أن تشعرينا بخطورة التعامل مع هذه النوعيات حتى لا تشارك زميلاتها ذلك .

٣- الدين الإسلامي : وجهى ابنتك ناحية الدين فهي قادرة على القراءة والمناقشة ولا تجعل 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 يعتربها وعندما تلجأ الفتاة للدين تشعر بالأمان وتهدأ اضطراباتها الانفعالية فتبدأ باستعادة الأفكار والمبادئ الدينية التى تلقنها منذ طفولتها ومع شعور الفتاة المتزايد بالسكينة يزداد تعلقها بالصلاة وتلاوة القرآن وارتداء الحجاب وفى نفس الوقت تميل لأن يكون لها أكثر من هواية مثل الرسم أو القراءة أو جمع الطوابع وتدرجياً تتحدد هذه الهوايات مع سن الرشد وقد تتوقف عنها جميعاً ومن الناحية العقلية يصبح تفكير الفتاة أعمق وأكثر نضجاً وتتكون لديها تدريجياً 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 عزيزتى 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

كيف تتعاملين مع ابنك في فترة المراهقة

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

وتزداد رغبتها في الاستقلال والتحرر ويتحول ذلك إلى شكل من أشكال التمرد أو الغضب أو الجدل مع من حولها إلا أن أكثر ما يعيق المراهقة عن تحقيق ذاتها في هذه الظروف هو شعورها الزائد بالخلج وفي بعض الأحيان يقترب هذا الشعور من إحساس غير حقيقي يدفعها إلى إحاطة نفسها بالسرية والكتمان وتضطر طوال فترة الطمث إلى الانسحاب من المجتمع وينقلب مزاجها بسرعة فأحياناً تكون سعيدة ومزهوة بنفسها ، وأحياناً تكون مكتئبة ويأسه وحزينة بدون سبب واضح إلا أن ذلك لا يمنعها في نفس الوقت من العناية بنفسها مدفوعة للوقوف أمام المرأة لفترات طويلة .

ولك عزيزتي الأم بعض النصائح التي ينصح بها علماء النفس والاجتماع والتي جمعناها من عدة مصادر ، أنه على الفتاة المراهقة في هذه الفترة أن تدرك أن ما يمر بها من تغيرات نفسية وعضوية وحتى الأفكار الجديدة التي تتابها هي تغيرات طبيعية تمر بها كل فتاة ومن الأمور الهامة في هذه المرحلة أن تتعلم الفتاة الأفكار الشرعية المتعلقة بفترة البلوغ والمراهقة ومن أهمها أن الفتاة بمجرد دخولها إلى هذه المرحلة صارت مكلفة شرعاً بالحجاب والصلاة والصيام وسائر العبادات .. كما من الضروري أيضاً أن تتعلم الفتاة في هذه الفترة أحكام الحيض والطهارة وصفة الغسل الشرعية ولا حرج عليها أن تسأل وتتفقه في أمور دينها .

كما ينبغي أن تعلمي ابنتك عزيزتي الأم في هذه المرحلة الاهتمام بالنظافة الشخصية مثل الاستحمام والطهارة بعد قضاء الحاجة وتقليم الأظافر ونزع شعر الإبطن والعانة وأن تفكر الفتاة جيداً قبل أن تختار صاحباتها لان الصحة الطبية

كبت تعاملين مع ابنتك في فترة المراهقة

الصالحة هي التي تساعد على تنمية الشخصية وكسب الأخلاق خاصة وأن الفتاة في هذه الفترة تتأثر كثيراً بمن تصاحبهن فالصحبة الطيبة هي التي تساعد على تنمية الشخصية .

٥- الأسئلة حول الجنس : إذا كانت فتاتك تتخذ منك صديقة حقاً فلا بد أن توجه لك أنت بعض الأسئلة التي تسميها أنت أسئلة حرجة . فقد تطرح سؤالا عن علاقة الذكر بالأنثى في تلك المرحلة وإلى أين يجب أن تصل أو تقف إنها الحياة العملية بالنسبة للفتاة وعليك أن تجيبها بدون أن تنهريها أو تصيح في وجهها بأن ذلك من أكبر الكبائر عند الله في الدين الإسلامي ولكن عليك أن تحدثها بالإقناع والهدوء قضية التعامل مع الجنس الآخر بشكل مفرط ، أو تكون متحررة من الملابس أو تكون مستهترة بتلك التعاملات حتى لا تقع في مغبة الخطأ وعليها أن تطلع على سلوكيات المسلمات المرغوبات المتمسكات بالكتب الدينية حتى لا تكون نهباً لأحاسيس تلك المرحلة من فوران وهيام وتخيل أن جميع هذه الأحاسيس يمكن أن تكون حباً صادقاً هادفاً ، وإنما لا بد أن تفهم الفتاة أن تلك المرحلة ستمر مرور الكرام إلى أن يحل العقل محل الاندفاع . ولا بد أن تشير سيدتي على فتاتك أن لديها ظاهرة "الكف الجنسي" وقد حباها الله للأنثى حتى تكف عن الاندفاع نحو الجنس الآخر في لحظة ما وهذه الظاهرة هي نوع من الحياء الذي يقلب العقل في لحظة ما ويؤثر الابتعاد وعدم الانسياق وراء الهفوات وذلات الاندفاع العاطفي، ولا بد أن تفهم الفتاة أن هذه مجرد مرحلة في حياتها فقط وليست هي الطبيعة العادية إلى أن تصل إلى سن النضوج حتى تكون جميع الأمور لديها في نصابها السليم ، فيكون العقل وما يميزه والعاطفة وما يميزها والاتزان والهدوء والانضباط في جميع التصرفات .

الفصل الثاني

المراهقة والحب

عزيزتي وصديقتي أم الفتاة ، ماذا سيدتي عن الحب أثناء فترة المراهقة وماذا عن الأسئلة التي توجهها لك ... ثم ماذا عن شروء الفتاة دائما ... ماذا عن الاستغراق في أحلام اليقظة ... ثم ماذا عن الحب فعلا إذا توجهت فتاتك فعلا بقلبي 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 عوارض عادية جداً والنمو الجسدي والمظهري يصاحبه اضطرابات في العواطف والانفعالات والأحاسيس .

ما هو موقف الأم من الأسئلة عن الحب ؟

عليك سيدتي أن تفهمي ابنتك جيدا أن الحب في حد ذاته ليس عيباً ولا حراماً .. وأن العواطف الإنسانية خلقت لكي تتطلق ولكن يجب أن توجه قبل أن تتطلق ، ولا بد أن تعطيتها بعض الأمثلة من الحياة حولها ، فهي مثلاً تحب والدها وأنت تحبي والدها ، وأخيها ، وهي تحبك ، وأنت تحبينها وأنتم جميعاً تحبون الجد والجدة أو بعض الأصدقاء أو الجيران وهكذا إذا لن تتكري عليها هذه الكلمة في حد ذاتها كلمة "الحب" والله سبحانه وتعالى قد أشار إلى كلمة الحب وعاطفة الحب في كتابه العزيز فقد جعل الله سبحانه وتعالى الحب عنوان علاقته بأفضل مخلوقات وأقربهم إليه وهو الإنسان فحين أخبر عن حالهم ووصف

كيف تتعامل مع اسك في فترة المراهقة

علاقته بهم وعلاقتهم به سبحانه وتعالى قال سبحانه وتعالى فى سورة المائدة "يحبهم ويحبونه" سورة المائدة آية ٥٤ ، وقد جاءت كلمة الحب فى الأحاديث النبوية الشريفة كثيراً وإليك هذا الحديث كى تستشهدي به على أبنتك العزيزة فقد جعل الرسول عليه الصلاة والسلام الحب أساس الإيمان به جل شأنه فقد قال صلى الله عليه وسلم فى حديثه " لا يؤمن أحدكم حتى أكون أحب إليه من ولده ووالده والناس أجمعين " فلا بد سيدتي أن تؤكدى لفتاتك أن الحب ليس حراماً بأي حال من الأحوال فالإسلام والدين والأخلاق لا تحرمها حقها الطبيعي فى الحب ولكن ... كيف توجهه تلك العاطفة الجياشة التى تتعرض لها أثناء فترة المراهقة ؟ وكيف تهذب من اندفاعاتها وكيف تتعامل مع الجنس الآخر وكيف تدخر تلك العاطفة لحين النضوج الكامل النضوج العقلى والجسدي والعاطفي ، كل هذه الاتجاهات الفكرية لابد أن تتعامل بها مع فتاتك حتى لا تكبتي مشاعرها بشكل مرضى حق أن هناك بعض الأمهات يبربن من هذا الموضوع باعتباره عيب ودرب من الحرام ، وهو نوع من اللهو الذى ينهي عنه الدين والفقهاء .

لهذا سيدتي نحن نوجه إليك رسالة كيفية التعامل مع هذا الموضوع وكيفية توجيه فتاتك وكيفية التعامل مع تلك العواطف الجياشة وما هى ملامح توجه فتاتك إلى الحب حتى أننا لنرى ونسمع هذه الأيام أن بعض الفتيات يتوجبن بالحب إلى فتاة مثلن 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 لتجدي أن فتاتك تقضى أوقاتاً كبيرة جداً مع صديقتها حتى تجدي أنها تسمع كلامها وتطيعها طاعة عمياء حتى لتجدي ابنتك منقادة إليها بشكل مرضى،

كَيْفَ تَعَالَمِينَ مَعَ ابْنَتِكَ فِي فِتْرَةِ الْمَرَاهِقَةِ

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

ما هي صعوبات التعامل مع حب الفتاة ؟

إن هذا الأمر ليس صعباً على الإطلاق فيجب أن توضحى لفتاتك أن الحب قد أشير إليه في القرآن والأحاديث النبوية الشريفة وأن بعض الأنبياء أشاروا إليه فإن إبراهيم عليه السلام الذى كان يحب زوجته السيدة سارة حباً شديداً حتى أنه عاش معها ثمانين عام رغم أنها كانت عاقراً ، إذا فالحب والتمسك لا خلاف على وجوده وكان مشهوداً للنبي 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 مقبل عمره السيدة خديجة رضي الله عنها .

إذا فإن الدين لم ينكر علينا الحب ، ولكن فى عصرنا الحديث قد اختلطت بعض الأمور بسبب توجه بعض وسائل الإعلام للكسب السريع عن طريق استغلال هذا القطاع السنّي 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 لا بد من التجربة والإشباع والممارسة الجنسية والعاطفية دون أن تراعى الشكل الاجتماعى والدينى والأدبى ، فلا تتركى سيدتي العزيزة فتاتك نهبا لتلك الوسائل الغريبة حتى لا تفقدي فتاتك ،

كتب تعالى مع اسك فى فترة المراجعة

فنحن نوجه إليك ألا تغلقي عليها النوافذ باعتبار أن الحب شيء غير مرغوب في وجوده على الإطلاق وإنما الحب موجود بدليل حبك لو الذا ولكن لابد أن يوجه وإذا كانت فتاتك تسأل عن الحب في فترة المراهقة المبكرة من سن العاشرة حتى سن الخامسة أو السادسة عشر فالأمر هنا سهل وبسيط لأن أبناتك لديها ما يسمى " الكف الجنسي " أو الحياء فالتوجه إلى الجنس الآخر إلى حد كبير هي تعتبره نوع من أنواع " العيب " وهي نفسها تجعل التعامل مع أقرانها من الجنس الآخر في حدود ضيقة حتى وإن كانت في مدارس التعليم المشترك فهي تخجل من تلقاء نفسها وهي تضع الحواجز بينها وبين الجنس الآخر بشكل تلقائي إلى جانب بعض نصائحك في المنزل فأنت غالبا ما توجهي إليها النصيح بعدم الاختلاط بالمبالغ 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 تبخل بها على فتاتك ولا تتجاهلي مثل هذه الأمور بحجة إنها مازالت صغيرة ولن تتعرض لمثل هذه النصائح أو المواقف ، لا سيدتي فكل ذلك يحدث في لحظات فان جسم الفتاة يشتعل ناراً بمجرد ملامسه الجنس الآخر ونفس الشيء ينطبق على الفتى أو الكبار ولن أحول القول لأقوال ما يحدثه الموقف الذي 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 التي تعيشها وهنا يكون دورك بدوام متابعه فتاتك ومصاحبيتها وعدم تركها وحيدة فترة طويلة حتى لا تلعب بها اليواجس باعتبار أن أبناتك (مربية) لا سيدتي فإن الخطأ قد يكون لحظة ... مجرد لحظة ولا تتم المعالجة بالعقل

كيف تعاملين مع اسكان في فترة المراهقة

والحكمة فيصبح الخطأ الصغير أو مجرد الخطأ انغماس كامل في دنيا الأخطاء
فمثلاً إذا حدث وأخطأت إحدى الفتيات الصغيرات أو من صغيرات المراهقات
أو اللاتي يعشن مرحلة المراهقة المبكرة وجدت تلك الفتاة نفسها في 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 عنين
من المندفعات في طريق الخطأ من فتيات الملاهي وغيرها من المهن غير
المحترمة أو الفتيات المستهترات ، كل هذا يكون تحت مسميات كثيرة لذلك
راعى أن تحتوى إبتكك حتى لو أشارت إلى بعض الأخطاء التي وقعت فيها أما
إذا تحدثت عن الحب فقد أشرنا إليك بما يجب أن تفعله ، لكن ماذا عن مرحلة
المراهقة المتأخرة ، فلنجعل ذلك عنوان الفقرة القادمة .

مرحلة المراهقة المتأخرة :

ولكن ماذا سيدتي الأم الحبيبة إذا كانت فتاتك في مرحلة المراهقة المتأخرة
أي بعد سن السادسة 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
كاملة الأنوثة ومن حقها الحب ، فهي تعتبر نفسها من النضوج بما كان حتى
لتعطى نفسها الحق في التفكير في الزواج .

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

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

كيف تعاملين مع إبتكك في فترة المراهقة

وصلت لحالة من النضوج العاطفي بحيث نجد أن الحب الذي تتوجه إليه يمكن
هى أن تتنظره قليلاً أو تتوجه إلى هذا الحب بالإفراط فى العواطف وبالتالي
الانفلات الأخلاقي لتصل إلى درجة اللقاءات الخفية التى تغلب عليها طابع
الاندفاع أو التعامل مع الجنس الآخر تحت خديعة الزواج العرفي أو ما شابه
ذلك ، ولكن كل هذه التصرفات تحمل فى مضمونها أن فتاتك تخطئ بين الحب
والنداء الجسدي وهو الجنس ، وهى غالباً تكون فى هذا التصرف مستجيبة
للطرف الآخر لأن الشاب فى هذا العمر يتخيل أن الحب هو اللقاء الجسدي
والكلام الجسدي بأي وضع من الأوضاع ، فالشاب لا يجد أن الحب مجرد لقاء
ظاهر برئ وإنما معظم الشباب الحب لديهم يعنى أكثر من المراسلة أو المشاهدة
أو متابعة أخبار الحبيب لذلك سيدتي أرجو أن تناقشي دائماً فتاتك بأنك لا تنكري
عليها الحب ولا العاطفة ، وإنما بحسن الابتعاد لوقت ما عليك 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 ؟
- وأين خوفك على الحبيب إذا كان شاباً صغيراً 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
ليكون اختيارك له واختياره لك به شيء من النضوج والمحبة العميقة

كيف نتعامل مع اساتذ من فترة المراهقة

التي تتم عن الحب الصادق وليس إندفاع شهوات الجسد ؟

○ ألن تحاولي أن تمرحي وتقضي هذه المرحلة من حياتك بحرية وانطلاق
برزانة وخفه دون أن تعيش مراحل الحب من سهر وسهاد وانصراف
الحبيب ولهوه بحبك فلتكوني تلك الفتاة العاقلة المتزنة التي تدخر
عواطفها لزوج المستقبل حتى يكون حبك ناضجاً راسخاً مستقراً ؟

وعليك بعد بعض جلسات المناقشة التي تصاحبين فيها فتاتك أن تشجعيها
على الحديث معك والفضفضة لك حتى لا تنشأ لديها قصة حب في الظلام دون
أن تجد لها قبلة تتوجه إليها في حيرتها سوى الصديقات أو الحبيب نفسه ، وقد
يكون الحبيب رجلاً يافعاً يلعب بعقل ابنتك وليس شاباً مثلياً فتكون الطامة
الكبرى لأنه لديه عوامل إقناع الفتاة بما لديه من حجة ونضوج سني لذلك لابد
أن تكوني عزيزتي الأم صديقة حميمة لفتاتك حتى تحميها في الوقت المناسب إذا
كانت تلجأ لك .

○ كما أنني أردت أن أتحدث في نقطة أخرى قد تكون غافلة عنك أنك لابد
أن تدفقي على فتاتك الكثير من مشاعر الحب والاهتمام وتحاشي عدم
الاهتمام والتوبيخ الدائم ، ولا بد أن يتبع ذلك السلوك والداها وأخواتها
من البنين والبنات فلا تكثرى من العتاب والتأنيب في كل كبيرة وصغيرة
ولا تدللي بالشكل المبالغ فيه ولا تنتقدي دائماً مظهرها ، حتى بعض
أولياء الأمور كالوالد والأخ مثلاً غالباً ما ينتقدون شكل الفتاة ، فحاذري
من مضي هذا التصرف أثناء مرحلة المراهقة المتأخرة ، فوجد أن الأبنه
أو الفتاة تستجيب سريعاً لأي من عبارات الإعجاب والاستحسان ، فوجد
أن المصدر الأوحده للإطراء هو الاتجاه الخاطي.

كجب تعاملين مع ابنك في فترة المراهقة

حيث نجد الكثير من الشباب يوقعن بالفتيات بهذا الأسلوب حيث يتجهن إلى إلقاء عبارات الإطراء أو الإعجاب أو التركيز على ملاحظة مفاتيح الفتاة وإطلاق عبارات الغزل والانبهار حتى لتصديق الفتاة أو لتكون هي 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 بعينه .

ماذا إذا وقعت المشكلة فعلاً :

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

○ ليس كل أصناف الحب يُتهم ويدان عزيزتي إنما يتهم فقط ذلك النوع الذي ينشأ ويستمر في الظلام ولعلك تعلمت أن كل ما ينشأ في الظلام يختنق ولا ينتهي إلا في ظلام أشد منه .

○ وما المشكلة عزيزتي ؟ إنها علاقة خاصة جداً ومن حق الاحتفاظ بخصوصياتي !

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

○ وما هي الحدود ؟ عزيزتي

ألا تتصلي بالحبيب أو تقابليه في غفلة من والديك (أو ولي أمرك) فهذه

أميرتي خيانة لهما وعقوق في نفس الوقت ، وألا تتعمدي مقابلته على أفراد
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 هي هذه الأضرار ؟

أقول لك ستفقدين احترامك لنفسك ، وبمرور الوقت ستكرهينها وما أقساه
من شعور وستفقدين احترامه لك ولكن لن يعلن ذلك بالطبع لأنه يؤثر
قربك ويشبع شهواته وستفقدين أيضاً احترام أهله لك لو حدث أن تزوجتما في
المستقبل .

وعندما يحدث هذا سيغضب منك الله سبحانه وتعالى لأنك خالفت تعليماته
التي بينها لنا من أجل مصلحتنا وليس من أجل التضيق علينا ... وغضب الله
منك معناه إما أن يهلك إلى حين لعلك تتوبين ، أو يجعل لك العقوبة ، أو
يتركك لنفسك والشيطان ثم يحاسبك يوم القيامة .

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

وستكونين صغيرتي قد بدأت في حكاية أشبه بلعبه الترحلق للأطفال ، من
بدأها كان من الصعب عليه أن يتف قبل أن ينهيها وستصبح سمعتك أيضاً في
هذا الوقت في خطر لأن الكثير من الشباب يتفاخرون بعلاقاتهم العاطفية أمام
أقرانهم ... وهل تحتمل فناه فاضلة مثلك أن تعيش بسمعة سيئة .

كَب تاملين مع امك في فترة المراهقة

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 سأجوبك لأنه سيفكر كثيراً فى خيانتك لنقة والديك وكنذك عليهم كي تأتبلينه ، ولن ينسى خلونك به دون علمهم ومن ثم فإنه سيفقد ثقته بك ولن يصدقك أبداً ، حتى لو تزوجتما فإن الحياة الوردية التى كنت تحلمين بها ستتقلب إلى جحيم من الشك والغيرة والمشكلات التى لا تنتهى ولك أن تراجعى نسب الطلاق بين من تزوجوا بعد علاقة حب خفى قبل الزواج .

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

وكيف نتجنب الخطر ؟

يجب يا صغيرتي هو أن توقفى الخطر قبل بدايته .

فإن الأمر يبدأ بنظرة ، فإن غضضت بصرك عن كل من ينظر إليك بإعجاب أو محاولة الحصول على السماح له بالإقتراب منك ففي هذه الحالة ستجور 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

كيف تعاملين مع انك فى فترة المراهقة

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

صديقتي الأم الغالية ، لا شك أن فتاتك تهما كـمفكرين وكتاب لأنها وإن تعلقت باتجاه شاب أو رجل وإن اتجهنا فى حياتها اتجاهات سلبية ، كانت هذه عدوى استشرت بين فتيات جيلها وهن أمهات المستقبل والمؤمنات على مستقبل أجيال قادمة ، فالفتاة ليست فتاتك وحدك وعلى الصعيد الآخر فالشباب أيضاً يصلون ويجول فى جنبات الحيرة والتخبط ويدنو من ساحات الانهيار ، فالرجل أو الشاب الذى يستجيب أثناء مرحلة المراهقة لعواطفه وانفعالاته الجسدية ولا يجد من يوجهه فهو شاب قد يصل إلى حد الفساد الاخلاقى وإذا هنا هى عملية مزدوجة فإن فتاتك عندما تكون فى خطر فإنه على الصعيد الآخر يكون هناك شاب آخر على حافة الخطر أيضاً ، فما بالك بانتشار المفاصد فى المجتمع على مستوى الشباب والفتيات إنها طامة كبرى تصيب قطاعاً عريضاً من نسيج المجتمع ، وبالتالي ينشأ الشباب على الاستهتار والاستهانة واللامبالاة ، ولذلك اسمحي لي عزيزتي وصديقتي أن أوجه أنا الحديث لفتاتك بنفسى وعليها أن تقرأ هى نصائحي لأن قطاعاً عريضاً من الشباب والفتيات يتقن أكثر بما هم فى الخارج كالصديقة أو الصديق ، ونجد أن الصديق ليس بأكثر علماً منه وليس بأكثر حبا لفتاتك أكثر منك ولكن للأسف فإن شبابنا يعطى اهتماماً أكبر لأقرانهم أكثر من والديهم وهذا لفقدان الثقة بين الجيلين ، لهذا اتركى لي فرصه التعامل ومناقشة فتاتك بنفسى ، فإن المجتمع بحاجة إلى هذا الجيل فهو عماد المستقبل ولا بد أن يتقبل هذا الجيل بمختلف المجهودات والآراء حتى يكون صلباً قوياً بثقافته الدينية والمجتمعية الصحيحة حتى لا يكون نهبا لتيارات الغرب الفكرية التى تدنو بنا من عالم التخلف والتشتت والانهيار ، فلتعطيني أذني فتاتك

كيف تعاملين مع ابنك فى فترة المراهقة

لأن حديثي ألا تقع الفتاة في الحب ، ولكن ماذا إذا حدث هذا فعلاً ؟

* همسة في أذن المراهقة (مرحلة المراهقة المتأخرة)

فتاتي وصديقتي إنني أم مثل والدتك تماماً وقد آليت على نفسي الاستماع إليك و إلى نبضات قلبك ، و استنفار عقلك حتى أكون لك مناراً ونبراساً من خلال ثقافتني الدينية والمجتمعية فلدَى شابة مثلك يتسع لها صدري في معظم الأحيان وأدنو منها لأحتويها ، وابتعد عنها وأراقبها دون ضيق لتشعر بالمتابعة فقط وليس الاختناق ، فهي تشعر أني أساندها وأحيط بها بخيوط من حرير حتى تتضج وتشب وتقترب من عالم الأنثى الكاملة الهادئة الأنيقة العاقلة الرزينة ، فلتثق بنفسها ولتوجه عواطفها لمن يستحقها على سنه الله ورسوله حينما تكون لديها المقدرة على تحمل المسؤولية فإليك أذني يا فتاتي أسألي وأنا لأجيب .

١- أنا دائماً ما اسمع نصيح أُمي ولكن ماذا أفعل إذا كنت أنا وقعت في حب صديق من أصدقاء النادي وهو يبادلني حبه وإعجابه جيئةً وذهاباً فماذا أفعل وأنا قاربت أن أستجيب له ؟

أختي وابنتي إن كنتما في مقتبل الشباب وطريق الزواج لا يزال طويلاً ، فتحدثي مع أمك أو من يقوم مقامها عنه ، ويمكنكما أن تتحدثا إليه معاً عن المستقبل، فإذا أبدى رغبته في أن تكوني رفيقة عمره وشريكة حياته ، كان جديراً بحبك له ومن هنا تبدأ رحلة كفاحكما من أجل تحقيق هذا الهدف السامي وذلك الغرض النبيل وفي هذه الحالة يمكنكما الاطمئنان ومعرفة أحوالكما من خلال أخته أو باتصاله بوالداتك مثلاً .

واعلمي يا فتاتي أنكما إذا سرتما في هذا الطريق ، فإن الله يكون معكما

كيف تتعاملين مع أبك في فترة المراهقة

ويبارك 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 احترامك ، 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 صغيرتي احذري . احذري أن يوهمك بأنه محتاج إليك ... أو أنه لا يستطيع الحياة بدونك .. أو غير ذلك مما يحتال به الشاب المراوغ على الفتاة البريئة ، وأعلمي تماماً أنه لا يوجد أحد لا يستطيع الحياة بدون أحد . كما أننا يوم 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 ؟

صغيرتي فى هذه الحالة يمكنك بعد إلحاح منه — أن تخبرينه دون أن يخفى بك بأنك ستنتظرينه حتى يستطيع التقدم إلى ولى أمرك خاطباً ، وأنه يستطيع الاطمئنان عليك بطريقته بدون أن تغضب الله ، وعليك دائماً بالدعاء له بأن يهئ الله له من أمره رشداً ، وأن يجمع بينكما على خير وتذكري دائماً وعد الله تعالى "ومن يتق الله يجعل له مخرجاً ويرزقه من حيث لا يحتسب" ومن أوفى بعهده من الله؟؟!!.

فيا 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

كيف تعاملين مع اسك فى فترة الرأفة

كما تريد !!.

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

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

واصطحي يا فتاتي صاحبات الطاهرات العفيفات الفاضلات مثلك
لتتعاونوا جميعاً على الفضيلة وابتعدي عن مصاحبه رفيقات السوء ، ولا تلتصبي
لهن الأعداء فإن لم تفعلين مثلهن فإن سمعتين السيئة تصيبك ولا تنسى أن
الشیطان صنفان : شياطين الإنس ، والجن .

وابتعدي بقدر الإمكان عن قصص الحب الملتبته التي تبثها وسائل الإعلام
من إذاعة وتلفزيون ومجالات صاخبة بصور شباب وفتيات في أوضاع عاطفية
مغرقه في الإباحية فأنت في هذه الفترة تكون مرهفة الحس شديدة الرومانسية
رقبة القلب مشتتة العقل ... ولا ترى عينك سوى الحبيب فأنت تربيته في
شخصية أبطال هذه الأفلام على أنه هو الفتى الأوحده أو قد يصور لك خيالك
هذا ، صديقيني يا فتاتي إنها مرحلة سوف تنتهي بكل تبعاتها ومعاناتها على شرط
أن تسمعي نصيحة والديك .

أعدي ثقتك بنفسك وأعزى نفسك ولا تكوني فتاة مستهتره سريعة الاستجابة
للحظات ليهو الشباب اعتقاداً أنه رجل مكتمل الرجولة فلا تكوني حقل تجارب
للآخرين كالشيء الذي يستعمل لمرة واحدة ثم يلقي به مهملأ ولا تهين نفسك
وأعزى نفسك مرة أخرى ولتجعلي لنفسك وجهه تستطيع بها توجيه طاقاتك
للمرور بتلك المرحلة بسلام اكتسبي مهارات جديدة ضعي فيها اهتمامك وأرتقي

كيف نتعامل مع ابتداء من فترة المراهقة

بمستواك الفكري والعقلي .

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

obeikandi.com

الفصل الثالث

المراهقات والتدخين

آه من تلك الآفة سيدتي .. آه وألف آه إنها مشكلة من مشكلات العصر الجوهريّة، فهي مشكلة انتشرت في معظم مدارس البنات وأسفاه 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 الظاهرة الخطيرة ، ولكن للأسف الشديد فإن تجمعات الفتيات لم تسلم من تلك الظاهرة الخطيرة ولكن هل من مغيث لمنع تلك الظاهرة أو تلك العادة ؟ أن تنتقل إلى ابنتك ؟؟ .

إننا لا نجدد بأن بناتنا كلهم على شاكلة واحدة وأنهم جميعهم يتجهن إلى التدخين ولكننا فقط نشير إلى تلك المشكلة على أنها يمكن أن تكون لازمة من لوازم فتاتك الصغيرة فلذة كبدا ، ولكن هل يمكن لك أن تشيرني إلى ذلك على ابنك وتوجهي لها بعض النصح والإرشاد حتى تتجنب الوقوع في الخطأ أو ستتجهن إلى التجاهل ووضع رأسك في الرمال على اعتبار أنك قمت بتربية ابنتك تربية فاضلة لا يمكن أن تكون فتاتك من المدخنات ؟

لا سيدتي إن الأمر الذي ساعد على استسراء 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 وضع الحلول لها وإنما اكتفى المسؤولين بالهروب من الواقع واقتعال المواقف

كيف تعاملين مع استك في فترة المراهقة

الدفاعية حتى لا تتسبب لبناتنا تلك الصفات المذمومة على أساس أن بناتنا وفتياتنا فضليات زاهدات عاقلات يتوجهن إلى دراستهن بكل احترام متمسكات بالقيم والخلق القويم .

سيدتي وإذا كان تجاهل تلك الظاهرة بشكل عام قد أدى وجود الفتيات ببعض أماكن التدخين والمقاهي الفاخرة والشعبية أيضاً يقمن بشكل عادي جداً غير ملفت للأنظار وأصبح هذا المنظر منظراً مألوفاً عادياً وإن كانت هذه الظاهرة آخذة في الازدياد جداً إلا أن وسائل الإعلام تشير إليها بنوع من التندر أو السبق أو لفت النظر إلى بعض البرامج ، ولا تشير إلى طرق المنع ، أو المعالجة الاجتماعية والنفسية والطبية لهؤلاء الفتيات المستهترات ، طبعاً سنقول فتاتنا إنها حرية شخصية !!! .

ماذا يا فتاتي عن الحرية الشخصية ماذا عن رؤية والديك لك وأنت تدخين السيارة في الخفاء وفي الأماكن المنزوية بالمدرسة أو بالكلية أو بأماكن الدراسة ؟ وماذا أيضاً عن توجيهك إلى التدخين بشكل فاضح في الأماكن العامة، والنوادي بحجة أنها حرية شخصية ؟

ولأذكر لك تعليقاً خفيفاً قاله لي أحد أبنائي ونحن نتناول العشاء بأحد الأماكن العامة أو الفنادق العائمة عندما رأى بعض الشباب 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 .

هل حجر أو اثنين أو ثلاثة ، فلم يعلق أبنائي ذو الواحد والعشرين عاماً إلا بكلمة واحدة " هل هؤلاء هن أمهات المستقبل ؟ كيف يكون هذا ولكن كان تعليقي أنا شخصياً هل أهل هؤلاء الفتيات يعرفن ما وصل إليه حال بناتهن ؟؟؟ .

كيف تعاملين مع ابنتك في فترة المراهقة

إنها ليست دعوة للرجعية والتخلف ولو أنى متأكدة أنهن لو كن سمعن اندهاشنا من ذلك المنظر فقد كان التعليق أن هذا تقدم وتحضر وأنا دقة قديمة ودعاة التخلف والرجعية ، إن الذى قام بالتعليق على تصرفاتهن هو من نفس الجيل ولكن مع اختلاف كونه شاب وهن فتيات ولكن كيف نصل إلى أسباب الظاهرة وهل هؤلاء الفتيات والداتهن موجودات داخل البلاد أم هن يعملن بالخارج ويتركن فى صحابة الجدات والخالات والعمات وهل تلزمهن الأمهات والآباء أم ماذا ما هى طبيعة حياتهن العائلية وما هو موقفهن الاجتماعى حتى نعلم ما هى الإجابة حتى تصدر اللوائح والقوانين لمنع الظاهرة للحد من الفوضى الاجتماعية التى نعيشها .

ومنع استئراء 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 نكتفى بالإشارة إلى التدخين بالنسبة للسجائر فقط.

وإذا كنت سأترك الحديث عن البنات والمخدرات " أو الإدمان " للفصل القادم ولكنى لا بد أن أفيض فى هذا الكتاب أو هذا الفصل إلى التدخين العادي كما أشرت من قبل .

عليك سيدتي أولاً عدم الابتعاد عن إبتئك لفترات طويلة ، فلا بد من مصاحبته، فلا ينبغي أن تكونى على سفر لفترات طويلة أكثر من أسبوع فلا تتركى فتاتك نهياً للوحدة والفردية ، ولا تتركها نهياً للصديقات بحجة أنك تتركين الابنة مع الأب والأخوات أو إحدى القريبات هذا يمكن لمدة أيام قليلة

كبت تعاملين مع ابنتك فى فترة المراهقة

معدودة مع علمك أن أبنيتك وأبناءها على خلق فلا تجازفي سيدتي بهذا مهما كانت أسباب ابتعادك عن أبنيتك ، ولا تجعلي وجودك أيضاً وجوداً لصيقاً خانقاً وإنما اجعلي وجودك بالملاصقة الروحية بحيث نجد الفتاة في حاجة إلى وجودك دائماً لأنك صديقتها المحبوبة الأولى ، ولا بديل عنك في الوجود . لا بد أن يكون هذا فعلاً داخل فتاتك.

اكتسبي ثققتها حيث لا تستطيع أن تفعل شيئاً بدون مشورتك أو من خلف ظهرك غدى أبنيتك 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 يكون جامعاً لها مع صديقاتها بصحبة مشبعة لأي رغبة من الرغبات وهي المرح أو المشاركة الوجدانية ، في جلسة مع قريباتها قد تشعر فيها بالانطلاق .

لذلك أطلب منك سيدتي أن تملأى مساحات الفراغ لدى أبنيتك فلتكوني مريحة معها قد تصل بك إلى النزول إلى سننها ولا داعي لمقارنه ظروف جيلك بجيلها وأن جيلك هو الأجل والأوحد حتى لا تكره جلستك فكيف تهرب من صديقاتها أو من عصرها لكن تعيش عصرك فهذا غير منطقي لا بد أن تعيش واقعها من خلال عصرها فلا داعي أن تتركي لها منفذاً لمرور وجود الصديقات بشكل مبالغ فيه في حياتها ، حتى تشعر أن الصديق مجرد وجود عادي له جزء مخصص بسيط جداً من مساحة حياتها وبالتالي فإن وجودها مع الصديقة لا يغني عن وجودها معك لذلك لا بد أن تشعر الفتاة أنها في يد أمينة .

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

تكون نهياً لأي عادة من العادات .

فمصاحبة الصديقات لأوقات كبيرة عادة ، وإذا تركت لها العنان في هذا كان هذا عادة لديها ولا تستطيع الجلوس بغير صديقتها فما بالك بالتدخين أو الصديقات المدخنات فيصبح لديها التدخين عادة وتصبح فتاتك عبدة لتلك العادة أو التعود وهي أقسى أنواع العادات قسوة ، فلك أن تتخيلي ابنتك أنها عبدة لذلك الشيء التافه. فيحكم عليها بأنها أكثر تفاهة.

كيف تجنبي ابنتك عادة التدخين :

سيدتي لا بد أن تعلمي أن الوقاية خير من العلاج هو قول محمود وواقعي جداً ومنطقي ، لذلك حاولي ألا تتجنب ابنتك إلى تلك العادة الرزيلة ، وأن تبعد عنها وعن أجواءها بقدر الإمكان وإيثار السلامة خير من أن تصبح الطامة الكبرى وتحاولي معالجتها من عادة التدخين وآثاره وإليك سيدتي بعض النصائح التي تبعد بابنتك عن تلك العادة المقيتة .

* النصائح الموجهة للأُم لمنع التدخين :

- ١- حاولي أن تملأ أوقات الفراغ لدى ابنتك بشيء خفيف ومحبب ومرح
- ٢- حاولي إشراكها في الأعمال المنزلية كأن توكلي إليها المهام بالمطبخ أو غيره.
- ٣- حاولي أن تشغلي بالها بميزانية المنزل على ألا ترهقها
- ٤- حاولي جذبها دائماً إلى مجال محيط الأسرة ولا تقضي أوقاتاً كثيرة خارج المنزل مع الصديقات .
- ٥- حاولي أن تحيطيها بالاهتمام والرعاية والاحتواء دون تدليل زائد .

كبت تتاملين مع اسك في فترة المراهقة

- ٦- تابعي صديقاتها وحاولي مصادقتين وأمهاتين
- ٧- زيلي العقبات أمامها في الدراسة ولكن ليس بالحد الذي نجد فيه فراغاً كبيراً ، ولتحببي إليها العلم والقراءة والدراسة والتفوق .
- ٨- اجعليها جادة في غير تكلف مرحلة في غير استهتار حتى لا يكون التدخين ملجأ لها من الجدية المفرطة أو الاستهتار الواضح .
- ٩- لابد أن تبيني لها أخطار التدخين الصحية من وقت لآخر حتى ولو لم تلاحظي أنها تدخن .
- ١٠- لابد أن توضحى لها آثار التدخين السلبية على الصوت والأنوثة والرقّة والنعومة ولا داعي للتعلق بمقولات " البرستيج " وما شابه ذلك ، فالبرستيج يمكن أن يصنعه التسلح بالعلم والأدب والتذوق والإتيكيت والملابس البسيطة الأنيقة والرقّة والعذوبة ، والحديث المنقّف الرائع الذكي البعيد عن التكلف والتصنع .
- ١١- حاولي تجنب الخلافات في الرأي أمام فتاتك الصغيرة حتى لا نجد موضوعاً يورقها أو يعكر صفوها فتلجأ إلى الصديقات وبثها همومها لصديقات فيجدين موضوع يتجهون عنده وهن يدخلن السجائر .
- ١٢- الحديث عن الظواهر الدخيلة داخل مجتمعنا وتعلق الفتيات بهذه الظواهر حتى يطلق عليهن ظواهر من كثرة انجذاب الفتيات لها حتى نجد إقبالاً من تجمعات كثيرة تفسد أخلاق فتياتنا لشدة التأثير بها وهي طبعاً كلها ظواهر سلبية خلقياً واجتماعياً وصحياً إنه الانحراف السلوكي والانقياد وراء العادات والتقاليد الغريبة التي بدأ هم أنفسهم يكتشفون سلبياتها والابتعاد عنها .

• التدخين وإثبات الذات :

ولكن هل سيدتي هل فتاتك فى حاجة إلى التدخين لكي تثبت ذاتها وتلفت النظر 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 تكون قوية الشخصية قيادية التكوين لا تستطيع إحدى الصديقات السيطرة عليها والدخول لها من باب المشاركة فى تلك العادة السيئة وهى التدخين . وينبغى أن تشيرى إليها أن النظرات التى تستطيع جذبها إليها وهى تدخن ليست نظرات إعجاب وإنما هى نظرات تعجب وأن النظرات التى تترجمها هى على أنها نظرات انبهار إنما هى نظرات استغراب وقد تصل إلى حد النقد اللاذع ، ناهيك عن تلك الرائحة الغريبة التى تنبعث منها 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 .

عزيزتى الأم الفاضلة إذا كان منطلق الكلام لدينا يدل على شيء وإنما مبعثه الوقاية خير من العلاج فلندكري لها تلك المساوئ وقصص الانحراف ، لأن كل قصة تفصيلها تحمل موعظة يقابلها ألف قصة وقصة تجرأها إلى عالم الاستهتار والمتعة الرخيصة ، والرومانسية المثيرة فى عالم اليقظة التى لا تنتهي .

سيدتى خاطبى ابنتك بغير أن تكونى مملة ، خطاباً دينياً سهلاً بسيطاً ولكن غير سطحي فخير الكلام ما قل ودل " وقل أدعوا إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن " وإذا كان هذا رأى الدين فى المعاملة والمناقشة فعليك أن تكونى كذلك ولا تكونى ملحة مملة .

كيف تعاملين مع اسك فى فترة المراهقة

obeikandi.com

الفصل الرابع

المراهقة واختيار الملابس

سيدتي العزيزة أم الفتاة المراهقة من سن العاشرة أو أكثر إلى سن الحادية والعشرين ، أي في مرحلة المراهقة المبكرة والمرحلة الأخرى وهي المرحلة التي تليها إلى سن الرشد أيًا كان زمن هذه المرحلة ، فنحن نريد أن نعلق هنا سيدتي على مسألة وظاهرة خطيرة أيضاً هي ملابس الفتيات وما نراه دائماً على جنبات الطريق وفي النوادي وفي المدارس أو المصايف أو أي مكان يمكن أن نلاحظ فيه الفتيات وملابسهن وما وصلت إليه درجة الخلاعة والتقليد الأعمى ، والبعد عن الاحتشام وحدود الأدب فأنا هنا لا أتحدث عن الخمار ولا عن الحجاب (مع أنه ليس درباً من الخطأ لمن فعلت هذا) ولكني أتحدث فقط عن عدم الاحتشام في الملابس لدرجة لم أعد أجد مبرراتها ، فنحن عندما كنا بالماضي نلاحظ أن هناك فتاة تغالي في التزين أو تتجه إلى لفت الأنظار بملابس غير محتشمة كنا نعييب عليها فإنها ليست لها أم وكنا دائماً نتجه إلى الأم لنعاتبها ونوجه نظرها إلى عدم احتشام ابنتها حتى لتنتبه وتتجه إلى توجيه ابنتها وإرشادها وتساعدنا في اختيار ملابسها .

ولكن مالنا اليوم وكان بنات اليوم ليس لهن أمهات على الإطلاق أو ليس لديهن أي ثقافة دينية وأنا طبعاً لا أشير إلى القليلات المحجبات وإنما أشير ما هو فيه شيء من التزهد حتى لنجد أن الشباب أنفسهم في حالة من التشبع التام فليس لديهم لهفة على الزواج أو تعطش لرؤية الجنس الآخر وخاصة بهدف

كبح تعاملهم مع استك في فترة المراهقة

الزواج والاستقرار والمظلة الحلال ، إنما هو ممثلي ولديه تخمة من جراء ما يراه من عرى صريح وغير صريح من عدم احتشام في السلوك والتصرف إن ملابس الفتاة لابد توليها عناية خاصة فلا بد أن تصطحبي ابنتك عند شراء الملابس ، ولابد من الانتقاد الشديد إذا وجدت ما هو ملفت للغاية وإذا كنا سيدتي العزيزة بصدد الحديث عن سلبات السلوك والانحرافات السلوكية سنجد أن أولها قد يكون الاستهتار والابتعاد عن الاحتشام في الملابس ومحاولة إظهار المفاتيح الجسدية بشتى الطرق ، من ملابس معبرة أو ضيقة أو عادية أو مفتوحة .

إنها كلها مظاهر تدل على وجود شيء ما في حياة ابنتك لديها حياة طبيعي غريزي وخاصة في مراحل المراهقة المبكرة لذلك يعتبر ارتكاب مثل هذه السلوكيات وإنما يدل على انحراف المؤشر عن الطبيعية ؟ فلا بد أن نلجأ إلى البحث عن السبب وليكن أول الأشياء التي تبحثي فيها هو ملابسك أنت شخصياً ، فلا بد أن تبحثي عن الأسباب في محيط الأسرة نفسها ثم تعزى الأسباب إلى الصديقات أو أسباب أخرى ، قد يكون تعلقها المرضي بأحد الفنانين ومحاولة تقليدها ، أو أياً كانت الأسباب يجب محاربتها باللين مرة وبالعرف وأخرى حتى تستعيد فتاتك اتزانها والتزامها بالانضباط والالتزام وحسن التصرف .

سيدتي إذا وجدت فتاتك تلبس تقليداً لإحدى الصديقات أو المغنيات فلا تنظري إليها بإعجاب وفرحة وزهو ، وإنما لا بد أن تشيرِي إليها أن هذه التصرفات لا تصلح للسهرة لأن دائماً ما ترى هذه الفنانة في سيرة ما ، وعليك أن تكوني محتشمة عملية رقيقة بسيطة ، فأنت سوف تقابلين المدرس أو المعيد أو الرائح والغادي فلما يكون جسدك نهياً لنظراتهم الجائعة المستثيرة للشهوة البعيدة عن الاحترام أو التقدير .

الفصل الخامس

المراهقة والاختلاط

سيدتي وعزيزتي أم الفتاة طبعاً أنت تريدي أن تكوني رأى سديد في طريق معاملة فتاتك ، وحتى نجد أن الأمهات كلهن مثاليات فأسمحى لي أن أسألك سؤالاً قد يبدو غريباً .

كل الأمهات مثاليات يحافظن على بناتهن ويوجهن إليهن النصيح والإرشاد ويراعين الله فيهن ويحافظن على مظهرهن وجديتهن ولكن من أين تأتي الفتيات فاضحات الملابس ، مدخنات السجائر والشيشة ؟ من أين تأتي تلك الفتيات اللاتي يملأن الحانات الليلية ؟ من أين تأتي الفتيات واضعات الماكياج الصارخ الذى لا يناسب السن أو المركز الاجتماعى على الإطلاق من هن الفتيات المدمنات فالإدمان لا يعرف مركز اجتماعى أو فقر أو غنى فكلها دوافع واحدة ؟ من أين تأتي الفتيات المستهترات اللاتي نسمع عنهن من زواج عرفى ، ومعاملة غير شرعية ، أو أنماط سلوكى معين ؟؟

أفريقي سيدتي واجعلى نصب عينيك فتاتك إن كانت مراهقة ، أفريقي سيدتي ولتحذري ابنتك من الاختلاط المبالغ فيه بين ابنتك والمحارم ، أو الأقارب أو الجيران ولتحذريها من التحرش الجنىسى الذى يجره عليها ملابسها الصارخة الملفتة للنظر .

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

كيب نتعامل مع اسلك فى فترة المراهقة

فى عصرنا غير البعيد قد تعودنا فى الريف مثلاً أو بعض المناطق الحضرية أن ابن الخال وأبن العم والجيران يقومون بحماية فتياننا من الغرباء ، ولكن أين نجد هذا الآن مع 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 صحية إن لم يكن هناك فوضى أخلاقية ، وإنما اختلفت الأمور واختلط الحابل بالنابل كما يقولون ، فإن لم يكن لدى فتاتك تلك الثقافات التى تنقلها وتجعلها هى الحامى الوحيد لذاتها لصارت نهياً لمواقف كثيرة كلها للأسف الشديد ذات عواقب سلبية ، لا حول ليا.

وإذا كنت سيدتي من هواة الافتناع بالقصة لأخذ الموعظة فلدى الكثير منها فى "بيت الخبرة الذى يقدم الاستشارات التربوية لدينا " (إنها قصة جاءت على لسان إحدى الفتيات الصغيرات الذى يبدو صوتها أقرب إلى الطفلة منها إلى الأنثى أو الفتاة 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 ؟ وكى يكون عمرك فأنت تبدين طفلة من خلال صوتك بالتليفون وهل يمكن أن تأتى إلينا أم ماذا ؟

فعلاً أخذت الفتاة العنوان وجاءت إلينا يا للبول ، بالطامة الكبرى إنها فتاة

كب تحلمين مع اسك فى فترة المراهقة

نحيلة وضئيلة على وجهها مسحة من البراءة والذهول والاستغراب والإيمان في الخوف إلا أن طريقة روايتها تدل على جراه 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

○ إنها ليست قصة 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 حقيبتى فوق ظهري كما ترين

وصاحت الأخصائية

○ نعم استمري صديقتى

○ قلت لك إننا نسكن الطابق العلوي بهذا المنزل وأنا أعيش مع والدي ووالدتي وولدين صغيرين هم توأم فى الثالثة من العمر ويسكن أسفل شقتنا عمى الذى نحبه ونقدره ويسعى دائما للتعامل معنا بحب وود ومحبه وكذلك زوجته ، فهما يعمانن فى شركة ما سويا أما والدي فهو يعمل بأحد الوظائف العادية ووالدتي ربة منزل وقد خرجت فى أحد

كيف تعاملين مع أسك فى فترة الدراسة

الأيام بصحبة أخوي الصغيرين لإجراء بعض الفحوصات وكنت أنا نائمة بالمنزل وحدي أما والدي فكان في فترة العمل . وفوجئت بمن يطرق الباب فقممت على الفور اعتقدت أنها والدتي قد حضرت ففمت لأفتح لها الباب ولكنها لم تكن والدتي ، وإنما كان ابن عمي الذي يقطن بالشقة أسفل شقتنا ، فسألته ماذا يريد ، فأجابني أنه يريد بعض المفاتيح ، لأنه حضر من الخارج لتوّه ولم يجد أحد وطلب مني أن أبحث له عن مفتاح يصلح أن يجربه على باب شقتهم . ووافقت على الفور ودخلت إلى حجرة والدتي لأبحث وجاء ورائي ليشرّب قدر من الماء ، وأخذ يبحث معي في 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 الثانوي وحضر لتوّه كي يبحث عن المفتاح وأخذت تتلامس أيدينا في رحلة البحث في الأدراج ثم تلامست أجسادنا ، وهلم جراً إلا أن خلعت ملابسني دون أن أدري وذهبت في عالم آخر في دقائق معدودة لا أستطيع منه فكاً أو مقاومه فهو لم يجبرني ولم يدع لي مجالا للفكاك فقد حاولت قليلاً ولكنني أنهرت سريعاً ، فقد تعودت أن أبني عمي هو مجرد أخ . أو ماذا؟؟ لا أعرف لا أعرف ولكنني تعودت أن أعب معه وأسأل عنه وادخل عندهم وأشارهم جلساتهم بغير تكلف فهو أصبح منا وليس غريباً عنا ، لذلك لم أشعر أنني أفتّرف خطأ فأنا أبنه عمه وتعودت أن يكون هو مصدرأ للهو واللعب والدفء والحنان والحماية والرجولة ، فلم أفرق بين أحاسيس اللعب أثناء الطفولة وتلك الأحاسيس

كيف تتعامل مع أسنان في فترة المراهقة

الجارفة الغريبة ، ولم أدر كم من الوقت مضينا ولكن أعتقد أنه مر القليل أو الكثير لست أدرى ولكن تنبهت فجأة وقد وصل إلى باب الغرفة، قاصداً الخروج منها إلى الخروج من الشقة ، ولم أكن أدر ما الذى حدث إنها أشياء غريبة إنها انفعالات غريبة وحاولت ألا يبدو أي شيء غير طبيعي عندما حضرت والدتي

وردت الأخصائية الاجتماعية

○ أكملني يا فتاتي ألم تخبري والدتك بشيء مما حدث

أجابت الفتاة وهي في حالة من الاستغراب الغريب

○ لا لم أخبر والدتي لأنني أنا نفسي لم أكن أعرف ما الذى حدث لقد طرق ابن عمي الباب ، وأنا شبه نائمة وذهبت مسرعه معتقده أنها والدتي فلم أكن لأستجمع قواي العقلية حتى أتبين ماذا حدث ، وفي المساء خرجت إليهم ، فوجدته ينظر إلى خلسة نظرة غريبة ساحرة تشدني بأقصى قوة وطلب من والدتي أن أرافقه في الغد إلى مكان ما وكان عام حتى نتحدث فيما حدث ، وطلب مني أن يكون هذا سرا بيني وبينه ولا أطلع عليه أحد بالمرّة ، ثم أخذ يبتثني عبارات الحب والإعجاب والهيّام ، حتى دارت رأسي بشكل كانني في حالة نوم مغناطيسي عجيب .

وردت الأخصائية الاجتماعية

○ وهل طاووعته في إخفاء السر وعدم البوح به فعلاً لوالدتك أو والدته .

○ أجابت الفتاة كيف أفضح له سرا وأنا شريكة معه ، إنني طاووعته على الفور واستجبت للقاء في اليوم التالي فقد كنت ذاهبة إلى مواعده في خيلاء غريب ووجدته بأحد الأماكن العامة كما اتفقنا ولكنه اصطحبني

كيف تعامل مع أسك في فترة المراهقة

إلى شقة جدي المغلقة منذ أعوام فقد أستطاع أن يحضر المفتاح ولم يكن المكان بغريب على ، وجدت ما حدث في المرة الأولى ، إلى أن تكرر هذا اللقاء حوالي أربعة مرات بنفس الصورة ، ولكنني كنت هذه المرة أفعل المقاومة والمراوغة التي تزيده عناداً وانفعالاً ولكنني في المرة الرابعة أصابني القلق والتوتر والاستغراق في حالة غريبة ما الذي يحدث ، لا أدري هل هو خطأ أم صواب أم ماذا فلم تتعود والدتي أن تحدثني في مثل هذه الأمور ولم تتعود أن تصادقني فحينما كنت قد بلغت وأخذ جسدي في النضوج فكانت أمي في حالة حمل ثم ولادة ثم رعاية للتوأم الجديد وقد كانا ذكرين كما ذكرت لك لهذا وجهت لهما كل الرعاية والحب والاهتمام وأنحسر عني الاهتمام تماماً لأن والدي كان يتمنى ولداً ذكراً ، وقد رزقه الله سبحانه وتعالى ولدين وليس ولداً واحداً، فكانا الفرح والاهتمام والمحبة والإغداق ، والانصراف والتمبالاة موجّهين لي ، وأنا كنت في أمس الحاجة لجزء من هذا الاهتمام لأنني كنت على أعقاب سن المراهقة .

وردت الأخصائية الاجتماعية بهدوء

○ ولكن صغيرتي إنك تتحدثين بغير فهم واسع حتى إنك لتجدي المبرر لما حدث .

○ لا سيدتي صدقيني أنا لم أجد المبرر ولكنني فقط شرحت لك ما حدث بالضبط وأنا هنا لأسأل سؤال واحد قد سأله بالتليفون وطلبت مني الحضور إلى هذا المركز ألا وهو هل يحدث حمل ولقد سألت أحد صديقاتي أو بالأصح فأنا كنت أحدى لها عما حدث على أنه مجرد

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

وردت الأخصائية الاجتماعية :

○ أنها قصة غريبة يا فتاة وإنك لتحدثين بجرأة لا تنطبق على ملامحك الصغيرة وجسدك الطفولي .

أولاً : لا بد أن أقدم لك النصيح لابد أن تقطعي علاقتك هذه تماماً تماماً ولا تحاولي أن تتحدثي إليه إطلاقاً ولا تجتمعي معه في مكان على انفراد بأي شكل من الأشكال أو حتى مع ذويكم حتى أنك لتتنبهي وتستجيبني إلى إشارات ، اجتنبني تماماً التعامل معه .

ثانياً : لا بد أن تصارحي والدتك أو إحدى أخواتها المحبات إليها لكي تنقل لها ما حدث بحكمة وهدوء وذوق وتساعدنا في اتخاذ القرار .

ثالثاً : 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 النصيح والإرشاد الصحي والطبي .

خامساً : عليك أن توجهي والدتك إلى تحسس الموقف بالنسبة لوالدته وهل يمكن أن تتقبل هذه الأخبار حتى يكون هناك ارتباط في 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

كيف تعامل مع ابنك في فترة المراهقة

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 إليكم سيدتي لأخاطبك ولنكتفي بهذا القدر من قصة هذه الفتاة الصغيرة، إنها الطامة الكبرى أنه الجبل وعدم الوعي ، وإنه التحرش الجنسي ، إنها علاقات غريبة إنها الأنوثة المختلطة بالطفولة والسذاجة الذي يصل إلى حد الاستهتار والبلاهة .

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

سيدتي الفاضلة عزيزتي الأم الحانية على بناتها وأبنائها ، لقد أثرت 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 في 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 البيئي |

كتب تعامل مع استك في فترة المراهقة

كل هذه العناصر إذا تفكرت بها ستجدي أن أم الفتى نفسه لم نضع بداخله حدود للتعامل مع الآخر ، إن قبول الآخر لدينا ما هو إلا صلة الرحم والتعامل معه لدرجة الملاصقة الغافلة عن وجود عنصر النضوج الجنسي والعاطفي ، فأصبح من حق الشاب أن يدوس حرمة بيت العم والجار دون غض البصر أو إعطاء الأخوة حق المحافظة على تلك الفتاة وليس الخطأ معها .

إن انتهاك حرمت الآخر وارداً في هذه الحقبة من الزمان ، لدرجة أننا نسمع عن " علاقات المحارم " والاتجاهات الجنسية الشاذة ، إن كل هذه العلاقات تثير الفوضى والسلبية داخل الشخصية الواحدة ، وبالتالي نسيج المجتمع ككل لأن عنصر تكوين المجتمع ما هو إلا عنصر فاسد يعانى من الانحراف السلوكي الغبي غير المحدد . إن التربية عملية لا بد أن تقوم على أساس من الدين والخلق والعلم والحياء ، إن صاحبه القصة لدينا لم تكن إلا مجرد فتاة صغيرة لاهية بسيطة لا تدرك حجم المشكلة ولا تدرك حجم موقف الأهل من تلك المشكلة والمورث من العادات والتقاليد .

أين الثقافة الدينية والاجتماعية لدى هذه الفتاة ، بل أم الفتاة نفسها ، أين وجود الثقافة الدينية لدى الفتى ؟ وأين توجيه الأم والأب له ، أين المعلومات العلمية لدى هذه الفتاة ، أين فكرة الحرام والحلال ، إن لحظة الخطأ قد تكون مجرد لحظة ، وإنما تأتينا الفتاة راغبة في مواصلة الخطأ والاستمرار فيه ، فإن وجه تساؤلها قد كان موجهاً إلى كيفية الاستمرار مع تلافى السلبات إن هذه الفتاة لا تجد غضاضة في هذا التعامل الخفي اللهم إلا افتضاح الأمر فقط حسب توصية الطرف الآخر وليس الوازع الداخلي، إن هذه الفتاة ومثيلاتها مجرد قطع هلامية تمشي على الأرض دون هوية أو انتماء أو رسوخ فكري أو ذهني . ولا

رسوخ شخصية علمية حتى وإن كان في مرحلة البناء إلا أنه ليس له أساس متين من حسن التعامل والتفاعل مع المحيطين أو المقربين أو المجتمع ككل ، إنها كارثة .

أفريقي سيدتي والدّة كل فتاة لا بد أن يصاحب اهتمامك بفتاتك جسدياً فلا بد أن تكون هناك توجيهات معنوية دينية وتنقيفية فأنت إن كنت تحديتها مثلاً عن أعراض الدورة الشهرية ، أو بعض التكوينات الجسدية نتيجة النضوج الجسدي فلا بد أن تساعدتها في تكوين وبناء الشخصية ؛ وإبقائها بالمعلومات العلمية والنصائح الدينية والاجتماعية .

لا بد أن ترجع إلى فكرة الشرف ، وشرف العائلة لأننا الجيل الأسبق سيعامل الجيل الحالي بها ، ولن يقبل أن تكون الحياة بهذه الفوضى وهذا الاختلاط الجنسي الشارد إن من حقك على فتاتك أن تراعى شرف الأسرة والعائلة وإن التندر والمباهاة بأنك أم عصرية لا تعنيها مثل هذه المقولات إنما هي مجلبة للمشكلات والأمراض .. وهكذا .

• فكرة شرف الأسرة :

لا بد أن تعودى سيدتي إلى فكرة شرف البنت وشرف الأسرة والبنت المحافظة والأسرة المحافظة والحياء داخل الأسرة .

• الثقافة الدينية :

أن من حق الأم هذه الأيام أن تساهم في المكون الفكري والنفسي للفتاة ولا نتركها نهياً للصدقات ووسائل الإعلام والمورث النفسي والاجتماعي من العادات والتقاليد ، فإنني عندما أتحدث عن العودة إلى فكرة الشرف ، لا بد أن

كيف تعاملهم مع اسك في فترة المراهقة

نتناولها بشكل يختلف قليلاً عن ذي قبل وهي الحرام والحلال ولا بد من التركيز على الثقافة الدينية بالنسبة للبنات ، فلا بد أن يكون من واجب فتاتك الحفاظ على شرفها وعرضها وأسرتها وأنها تحمل هذه المسؤولية ، وأنها ليست حرة تماماً أو ليس لديها تمام الحرية في جسدها كما نسمع بعض الفتيات ينطقن بتلك العبارات ، فلا بد من توضيح قول الله تعالى لفتاتك " والحافظين فروجهم والحافظات والذاكرين الله كثيراً والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجراً عظيماً " .

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

لذلك كان عليك دائماً أن تتبهي على إينتك ألا تدخل أحداً المنزل وهي وحيدة مهما كانت درجة القرابة أو الجيرة أو الاحتياج أو الارتياح له ، فإن وجود الرجل مع المرأة قد يوجد الشيطان بينهما إذا انتهت الفرصة والتواجد بمفردهما .

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

وإذا كان موضوع هذا الكتاب هو الفتاة المراهقة وكيفية التعامل مع المراهقة فإن من واجبنا أن نوجه عنايتك إلى توجيه الفتى الشاب أو المراهق أيضاً لكي يتربى على الخلق الحميد وغيض البصر عن النساء حتى ليغض

بصره عن أخته وجارته ، وقريبته وزميلته في الدراسة أو النادي أو في المجتمع ، فإن حياء الرجل لابد أن يكون من ضمن تكوين شخصية الفتى ، فلا يكون " التَّبَجح " 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 وبله ضوابط و الاختلاط أيضاً له ضوابط وحدود التعامل بها ضوابط وهكذا ، فلا بد أن نتعلم فتاتك علم الحياة، ولابد أن تعرف أن المنع المؤقت قد يزول في وقت الزواج الحلال الرسمي المشهر .

لابد أن تعرف فتاتك وفتاك الصغير أن يعرف أو تعرف أن العلاقات المحرمة تكون في حيز الغرباء ، كالزملاء والجيران وأصدقاء النادي وأبناء العم والخال وهكذا التحريم يكون مؤقتاً إلا إذا كان مظللاً بالزواج .

وهناك تحريم تام للعلاقة بين الجنسين إذا كانت درجة القرابة كما جاءت بالآية الكريمة في كتاب الله العزيز بسورة (النساء ٢٣) قال تعالى " حرمت عليكم أمهاتكم وأخواتكم وعماتكم وخالاتكم وبنات الأخ وبنات الأخت وأمهاتكم اللاتي أرضعنكم وأخواتكم من الرضاعة وأمهات نسائكم وربائبكم اللاتي في حجوركم من نسائكم اللاتي دخلتم بهن فإن لم تكونوا دخلتم بهن فلا جناح عليكم ، 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 تماماً تحريماً مؤكداً وهذا الكلام موجه إلى الابن والابنة على السواء :

الأخوات	البنات	الأمهات
بنات الأخ	الخالات	العمات
الأخوات في الرضاعة	الأمهات بالرضاعة	بنات الأخت
زوجة الابن لأن الحلائل	ابنه الزوجة التي دخل بها	ابنة الزوجة التي دخل
جمع حليلة وهي الزوجة		بها (تحرم على الأب)

وقد أضافت الآية الكريمة " ولا تتكحوا ما نكح آباؤكم من النساء إلا ما قد سلف إنه كان فاحشة ومقتاً وساء سبيلاً " .

ولابد أن تعي ابنتك علم الحياة ولابد أن تبنّيها 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 هي 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 لازمة 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 يبدن زينتهن إلا ما ظهر منها وليضررن بخمرهن على جيوبهن سورة النور .

فإن غض البصر يؤدي بنا لحفظ الشرف والفرج والأمان في 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 في غير تكلف ، هادئة في غير سكون ، ناعمة في غير تبرج . فلا تكون تملك الرخوة المنكسرة فيطمع الذي في قلبه مرض قال تعالى " إن اتقين فلا تخضعن بالقول فيطمع الذي في 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 في البيت والمدرسة وكافة المؤسسات المعنية بذلك، سواء كانت خدمات إرشادية وقائية تهين الظروف المناسبة لتحقيق النمو السوي لهم ، مبنية على العلاقات الاجتماعية الإيجابية أو خدمات إنمائية تنمي قدرات المراهقين وطاقاتهم وتحقيق أقصى درجات التوافق أو كانت خدمات علاجية تتعامل مع المشكلات الانفعالية والتربوية ومشكلات التوافق التي 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 في جميع المجالات الصحية ، البدنية والحركية والعقلية والاجتماعية والسيولوجية والانفعالية بشكل علمي مدروس .

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

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

كيف تتعامل مع استك في فترة المراهقة

٥- توجيه المناقشة التي تقوم بين المراهقين توجيهياً سليماً 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 تلاقياً للاتجاهات السلبية التي تؤكد الرغبة في الانطواء ونقص الثقة بالنفس وعدم الاستقرار واحترام المراهقين (الأولاد والبنات) ومناقشتهم وتقدير حساسيتهم النفسية ، وذلك بالابتعاد عن التحريج والانتقاد وإظهار العيوب ، بل التوظيف والتشجيع المناسب والتقرب إليهم وحوارهم ورفع معنوياتهم وإشعارهم بمكانتهم في الحياة الاجتماعية ، لأن في ذلك إشباعاً لحاجة نفسية من أهم ما تتوق إليه أنفسهم وذلك بإعطاء الفرص لكل مراهق أن يمارس جهداً ذاتياً يشعره بقيمة النفسية في نظر الآخرين في جو ملائم يتيح فرصة للاستقلالية والتعبير عن الذات، والتخلص من تبعات الصراع النفسي للمراهقين ، تدريبهم وتعويدهم على التفكير المنطقي المنظم في 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 في حياتهم في مثل أعمارهم حيث أن التقاء الآخرين يثرى خبرات المراهقين .

٩- التعامل مع النوبات الانفعالية الحادة التي تعترضهم كال بكاء والضحك والصراخ سواء في المدرسة أو المنزل بالصبر والفهم وال مداراة بالتعاطف معهم

كيف تتعامل مع اسك في فترة المراهقة

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 والموانمة بين الضبط والمرونة فى قيادتهم ، وتمكينهم على مخاوفهم وخلقهم .

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

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 الراى 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 والتهينة اللازمة ، مع عدم التهاون في التنبيه عن الأخطاء المتوقعة منهم ولكن بأسلوب تربوي حذر يراعى حساسيتهم .

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

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

معاملة المراهقين معاملة الراشدين في المراهقة المتأخرة لحاجتهم الماسة لذلك وعدم وضع المراهقين في 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 .