

کیف تواجہ مشکلاتنا؟

إنّ المشاكل التي تواجهها كَشَبَان وشَابَّات إمَّا أن تكون مشاكل طبيعية عامَّة ؛ وإمَّا أن تكون مشاكل خاصَّة تقع لكلِّ واحد منَّا ؛ فالمشاكل العامَّة التي نمر بها في أوائل هذه المرحلة من العمر لها أسباب مُشتركة لا يكاد ينجو منها إلا مَنْ تلقَّى تربية صالحة في بداية حياته ، بحيث ينتقل بعدها انتقالية هادئة نندر فيها بعض المشاكل والمتاعب .

فمن بين الأسباب التي تنجم عنها المشاكل نقص التجربة ؛ فطالما أنَّنا في مطلع حياتنا العملية فمن البديهي أن نصطدم بالعقبات ؛ وأن نقع في الخطأ ؛ وأن نعاني من أكثر من مُشكلة ؛ وهذا أمر طبيعي لا نلام عليه ؛ ذلك أنَّ الحياة معلَّم من الدرجة الأولى لمُواجهة مشاكلنا المُستقبلية .

كما أنَّ مُشكلة القلق الناتج عن التغيّرات البدنية والنفسية التي تُرافق عملية الانتقال إلى سنّ الرُّشد وما يتبعها من نمو الغُدَد التناسلية وبروز علامات الرجولة على الشباب والأنوثة على الشابات ؛ وظهور البثور على بشرة الوجه ممَّا يشوِّهها مؤقتاً ؛ فقد يُوجد أيضاً حالة من الاضطراب الطبيعي ؛ الذي ما من رجل ولا امرأة إلَّا وقد مرا به ؛ حيث تنشط أحلام اليقظة والشعور بالحياء وسُرعة الانفعال والخوف من النقد .

هذا وإن بدت لنا على أنَّها مشاكل لكنّها ليست من نوع المشاكل التي تُتعبنا في البحث عن الحلّ ؛ فالأمر لا يحتاج إلى أكثر من معرفتنا بأنفسنا وما طرأ

عليها؛ ومعرفة المحيطين بنا من والدين ومُربّين بخصائص هذه المرحلة حتّى يُمكن التعامل مع حاجاتها ومُطلّباتها، بما يجعلها تمرّ بسلام شأنها شأن أيّة مرحلة عُمرية أخرى.

فالمشاكل في مرحلة المراهقة تحديداً غالباً ما تنجم عن سوء فهم وتفاهم بين جيلين أو غمطين من التعامل مع الحياة؛ ولذا فإنّ الأسر التي تعي طبيعة هذه المرحلة تقلّص بين أبنائها تلك المشاكل إلى حدّ كبير؛ ومن أسباب بروز المشاكل في هذه المرحلة ضعف التكيّف الاجتماعي؛ أي أنّ علاقات الشاب أو الشابة ما تزال غضة فتية لم تصل إلى مرحلة التعامل الناضج بعد؛ وهذا أمر لا عيب فيه لأننا جميعاً مررنا به؛ وهو سوف لن يبقى غضاً فتياً إلى الأبد؛ فمع الأيام واتّساع شبكة العلاقات وتنوعها يصل التكيّف إلى مرحلة النضج؛ فالمُشكلة إنّما تنفجر من جرّاء الجهل بطبيعة المجتمع وأشخاصه ومُؤسّساته ممّا يُؤدّي أحياناً إلى الانكماش والعزلة؛ وهو بالتأكيد ليس الحلّ الأمثل لمُشكلة التكيّف؛ فالانخراط في المجتمع والتفاعل معه وتحمل صدماته يبني الشخصية الشابة؛ فيجعل منها شجرة بريّة تتحمل العواصف؛ أما العزلة والتقوقع فيجعلان منها شجيرة هشّة تنحني لأبسط ريح.

والانكماش لا يحلّ المُشكلة إنّما يُضيف إليها مُشكلة أخرى؛ ولذلك فنحن حينما ندعو إلى مواجهة مشاكلنا إنّما ننطلق من الترحيب بأيّة مُشكلة تعصف بنا لأنّها تستنفر أنبل وأفضل ما فينا من قُوى روحية ونفسية وبدنية كامنة؛ وفي الحديث الشريف: - من خالط الناس وصبر على أذاهم خير ممّن لم يخالط الناس ولم يصبر على أذاهم.

ومن بين الأسباب التي تُؤدّي إلى مشاكل عامّة مُشتركة والكلام بطبيعة

الحال ليس بالمطلق؛ وهو شعور بعض الشبان والشابات بأن النظام السائد ينطوي على أخطاء كثيرة وتعقيدات كثيرة وأزمات كثيرة؛ فيحاولون أن يُعبروا عن رفضهم له في نقده وتجاوز بعض قواعده وأعرافه، لدرجة قيام البعض منهم بسلوكيات مُنافية للعرف والنظام؛ وهذا بحمد ذاته مُدعاة لنشوء أكثر من مُشكلة.

كما أنّ ميل الشباب إلى الكتمان الشديد والسرية المغلقة يجعلهم يُخفون بعض ممارساتهم الخاطئة عن ذوي الخبرة والتجربة مما يتسبب في مُعاناة نفسية حادة؛ الأمر الذي كان يُمكن تفاديه فيما لو كانت أجواء الصراحة مفتوحة بين الأبناء والبنات وبين ذويهم أو من يثقون بهم.

إحدى المجلات الشبابية المُخصصة أجرت ذات مرة تحقيقاً تحت عنوان «لن ييوح الشباب بأسرارهم؟ ومَن يطلبون النصيحة؟» وكانت خلاصة ما خرج به التحقيق الذي أجري بين الشباب من الجنسين أنّهم ييuchون بأسرارهم بدرجات مُتفاوتة إلى ما يلي:

١ - الأصدقاء القُدامى نتيجة التجربة الطويلة.

٢ - الأصدقاء الذين يتفهمونهم؛ أي أولئك الذين هم أقرب لفهم هواجسهم وآرائهم وأمزجتهم.

٣ - الأصدقاء الأُمناء الذين لا ييuchون بالأسرار.

٤ - الأشقاء أو الإخوة الكبار والأخوات الكبيرات؛ وإذا لم يُوجد هؤلاء فأبناء العم أو أبناء الخال؛ أي الذين تربطهم بهم قرابة حميمة.

٥ - وهُناك الكثير من الشبان والشابات الذين قالوا: لم نتعوّد أن نبوح لوالدينا بأسرارنا؛ الأمر الذي يعكس ضعف التواصل الاجتماعي المبني على الثقة

المتبادلة بين الآباء والأبناء؛ ويتسبب في خسارة الطرفين لبعضهما البعض .

التحقيق المذكور يرجع إلى بعض علماء النفس والاجتماع ليرى رأيهم في هذا الأمر؛ ففسّروا ميل الشباب إلى البوح بأسرارهم إلى من يشعرون بأنهم سوف يصونون هذه الأسرار؛ ويبدون لهم النصيحة دون أن يُشعروهم بالذنب؛ ولذا فهم يُفضلون الأصدقاء المقربين على الكبار؛ ولو أنّ الآباء عودوا أبناءهم على المصارحة بمشاكلهم وأسرارهم في وقت مبكر لكانوا أكثر اطمئناناً عليهم؛ ولكن الأبناء أفضل سلوكاً وأصوب رأياً؛ وبالإضافة إلى تلك المشاكل يُعتبر العناد والتحدّي وحُبّ الجدل ورفض الإذعان للمطالب والقيام بالمسؤوليات مشكلة عامة مما يُسبّب في مضايقة الآخرين وانزعاجهم؛ ولعلّ ميل الشباب إلى الاستقلال والحرية وإصرار الوالدين على إبقاء القيود القديمة وربما إضافة قيود جديدة عليها؛ مما يُعقد المسألة؛ وبدلاً من أن تُفهم على أنّها إفراز طبيعي للمرحلة الانتقالية إلى عالم الإحساس بالكيان والشخصية؛ ينظر إلى الشاب والشابة على أنّهما ما يزالان طفلين رغم تجاوزهما مرحلة الطفولة؛ وذلك كما قال الشاعر:

لم تزل ليلى بعيني طفلة... لم تزد عن أمسٍ إلا إصبعا

تُضاف إلى ذلك كلّهُ مشكلة الإفراط والتفريط، كميزتين من مزايا هذه المرحلة؛ فقد يُسرف الشباب في بعض الأمور لدرجة المغالاة والخروج عن الحدّ الطبيعي؛ وقد يُهملانه إلى درجة التقصير المُخل؛ ممّا يُربك التصوّر المُتكوّن لدى الوالدين أو الأقربين عن تصرفات الأبناء والبنات التي تُغلّفها الحيرة والشك والوساوس والقلق وعدم التوازن .

من ذلك نفهم أنّ الشاب سواء كان في أول مرحلة البلوغ أو في سنواته المتقدمة ليس عدوانياً بطبيعته ؛ بل هو رقيق الطبع والفؤاد ؛ ولكّنه يعيش الانتقال من الشخص إلى الشخصية ؛ وهذا يتطلب أن يؤكّد ذاته ؛ ويُرَكِّز قناعاته ؛ ويكون رؤيته الخاصة عن الحياة وعن الدين وعن الناس ؛ فالتصرّفات التي تبدو غريبة ؛ وهي في واقع الأمر ليست غريبة ؛ إنّما تنشأ بوحى التطوّرات الحاصلة في بدن الشاب وعقله وإحساسه وشعوره ؛ وليست بدوافع شريرة تبعث على الخوف والقلق .

من مشاكل الشباب :

للشباب مشاكله الخاصّة ؛ وللشباب مشاكلها الخاصّة ؛ ولهما مشاكلهما المشتركة أيضاً كالخوف والحجل والتشاؤم واليأس أو المشاكل الدراسية أو المشاكل العاطفية فيما يتعلّق بانجذاب كلّ طرف إلى الطرف الآخر ؛ أو المشاكل العملية والمهنية أو المشاكل الأسرية ؛ ولكلّ من هذه العناوين العريضة عناوين فرعية لا تُريد الخوض فيها ؛ أو في تفاصيلها طالما أنّ الغاية التي ننشدها هي كيفية مواجهة المشكلة ؛ آية مُشكلة ؛ ولكنّ ذلك لا يمنع من الإشارة السريعة إلى بعض ما يُعانيه الشبّاب من مشاكل تأكيد الذات واصطدامها بعقبة الأسرة المُتزمّة ؛ وما يتطلّب نظام العائلة المُحافظ وما يُطالب به الشاب من استقلال .

والاستقلال هنا ليس كالاستقلال في الثقافة الغربية ؛ فمع أنّ الشاب إذا بلغ أصبح شخصيّة مُستقلّة قانوناً وشرعاً ؛ إلّا أنّه لا يُريد الانفصال عن الجوّ العائلي الذي يُشعره بالأمن والاطمئنان وتلبية الكثير من حاجاته النفسية والاجتماعية والعملية أيضاً ؛ فالاستقلال هو بهذا المعنى لا بمعنى انقطاع الثمرة عن الشجرة وانفصالها عنها نهائياً .

كما أنّ مشكلة الميل إلى الجنس الآخر والرغبة بالزواج وإنشاء أسرة هو ما يشغل ذهن الشاب وتفكيره؛ وإنّما نطلق عليها كلمة مشكلة بسبب التعقيدات التي يواجهها الشاب في قوانين العائلة الصارم؛ وقوانين المجتمع الأشدّ صرامة في مسألة غلاء المهور؛ والمُتطلّبات المتكاثرة لبناء بيت الزوجية؛ وجميع هذه الأمور تُسبب الإحباط والاكتئاب للشباب.

وهكذا الأمر بالنسبة للشابات اللواتي يُعانين من الإجبار على ترك الدراسة في سن مُعيّنة ومُلازمة البيت؛ أو الإكراه على الزواج ممن لا يرغبن به؛ أو الاصطدام بعقبة رفض العمل بعد التخرّج؛ أو مُشكلة التفريق والتمييز في المعاملة بين الشابة والشاب في البيت الواحد في حالة الرضا والغضب؛ مما يخلق نوعاً من الغيرة والحسد والتباغض بين الإخوة والأخوات.

وقد يُعاني هؤلاء جميعاً من حجم الأسرة الكبير الذي لا يسمح بالحصول على حاجات كُل فرد؛ وقد يُعانيان من تدني المُستوى الثقافي؛ أو الإيمان للآسرة؛ ومن ظروفها المادية الخائقة.

غير أنّ هذه المشاكل وغيرها مما يدور في مُحيط الشباب نسبية وتتفاوت حدّة وضعفًا بحسب مؤهلات كُل شاب وشابة؛ واستعداداته النفسية وخلفيّاته الثقافيّة؛ وبحسب المجتمع الذي يعيشان فيه ابتداءً من الأسرة كنواة صغيرة؛ ومروراً بالمدّسة والمعهد الدراسي وانتهاءً بدوائر ومُؤسّسات الدولة والمجتمع؛ والإعلام الذي يلعب دوراً مُهمّاً في رفع منسوب المشاكل التي يُعاني منها الشبّاب والشابات فيما يعرض على الشاشات الصغيرة والكبيرة من أفلام العنف والمخدّرات والجنس والتمرد والتكالب على المال بأيّة وسيلة؛ أو

فيما يعرضه من برامج الحياة الاجتماعية المدروسة بعناية والتي تُخفف من وطأة بعض المشاكل والجرائم .

فلا يصح أن نعتبر المسئول عن المشكلة هو الشاب وحده بل جملة هذه الدوائر الضيقة والواسعة المحيطة به والمؤثرة على سير حياته وقراراته وتعاملاته .

الهروب من المشاكل:

الهروب من المشكلة كالهروب من المرض ؛ أي تركه يستفحل من غير علاج ؛ فقد يكون العلاج سهلاً في البداية ؛ ولكنه مع الترك والإهمال قد تحدث مضاعفات ليست بالبال ؛ ولا بالحُسابان ؛ وكذلك هي المشكلة فقد يهرب صاحبها من مواجهتها بأساليب مُتعددة قد يُكلفه بعضها حياته ؛ ولو كان أعطاها جُهدَه ووقته وتفكيره لكان اهتدى إلى ما يُخرجه من قبضتها .

إنّ البعض من الشبّاب يلجأ في سبيل التخلص من مُشكلته إلى بعض الأساليب المنكرة والمستهجنة وغير الجائزة شرعاً لينجو منها ولو لفترة ؛ فهو يكذب مثلاً لينال مأربه ؛ أو لينفد بجلده ؛ أو يسرق ليُلبي بعض احتياجاته المادية ؛ أو يُسدّد بعض ديونه ؛ أو تراه يغش ليحتاز امتحاناً لم يستعد له بشكل جيّد ؛ وأحياناً يُنفّس عن مُشكلته الخائقة بالعدوان والانفعال والسباب والشتائم ؛ وبغير ذلك من طرق العُنف التي تزيد الطين بلةً .

وأخطر من ذلك أن يهرب الشاب من وجه مُشكلته ليطمس وجهه وصحّته في المخدرات أو المُسكرات ظناً منه أنّها العلاج الشافي والحل الوافي بما تُنسيه ولو بنحو مؤقت شيئاً من همومه ؛ في حين أنّها تجر عليه من الهموم

والمشاكل ما يجعله أسير المُسكَّرات ومُدمناً للمُخدَّرات ومُرْتَكِباً للمُحرِّمات فيما بقيت مُشكلاته الأصليَّة تُراوح مكانها من غير حل ؛ فسُرْعان ما تتبخَّر المؤثرات المُخدِّرة أو المُسكرة وتطفح المُشكلة أو تطفو على السطح من جديد .

ولعلَّ أشدَّ وسائل الهروب خطورة هي إقدام صاحب المُشكلة على وضع نهاية مأساوية لحياته بالانتحار الذي يعتبره بعض اليائسين الفاشلين الحل الأنسب لمُشكلة عويصة أو عدَّة مشاكل تعصف بهم ؛ فلا يرون من سبيل للخلاص من ضغط هذه المُشاكل إلَّا بالخلاص من الحياة نفسها .

فلقد لوحظ في بعض إحصائيَّات الانتحار أنَّ حوادثه تقع في السنوات ما بين (١٦ - ٢٠) سنة وهو عُمر المُراهقة والبلوغ والشباب ؛ وأنَّه يحصل أحياناً لأنَّفه الأسباب ؛ إمَّا للانتقام من الآخرين الذين كانوا السبب في نشوء المُشكلة أو تفاقمها ؛ أو للتعويض عن حالة حرمان شديدة عاناها المُنتحر وقاساها قبل اتِّخاذ هذه الخطوة الجنونية ، أو للفرار من الصعوبات التي يتصوَّر المُنتحر في مرحلة ما أنَّها غير قابلة للتحمُّل ؛ وأنَّه لم يعد له طاقة أو قبل بها .

ومع أنَّ بعض علماء النفس يرون أنَّ الانتحار هو تعبير عن حُبِّ المُنتحر لنفسه لأنَّه يسعى لتخليصها من عذابها ؛ إلَّا أنَّنا نعتبر ذلك حُبًّا مريضاً قاتلاً ؛ فالحياة التي خلقها الله بحكمته وبرحمته كانت وما زالت وسوف تكون مدرسة يُمكن أن نتعلَّم منها حلولاً عديدة وليس حلاً واحداً للمشاكل التي نواجهها ؛ فلماذا نختار أسوأ الحلول أو الحل الوهمي لمشاكلنا . . . ؟

ما هو الحل الأمثل إذا؟

يرى علماء النفس أنَّ التفكير بالمُشكلة يمرّ بأربع مراحل حتَّى يتمكَّن

المُراهق أو الشاب أو الإنسان بشكل عام من حلّ مُشكلته :

١- مرحلة الاعتراف بالمُشكلة وفهمها ؛ ذلك أنّ بعض الناس لا يريد أن يعترف أنّ هناك مشكلة ؛ ولا يُحاول أن يتفهّم مُشكلته ؛ وبذلك يصعب عليه علاجها .

٢ - مرحلة توليد الأفكار والفرضيات ؛ أي أن يضع احتمالات للحلّ .

٣ - مرحلة اتّخاذ القرار بالفرضية المناسبة ؛ أي أنّه يُرَجِّح إحدى الفرضيّات على أنّها هي الكفيلة بحلّ مُشكلته فيعتمدها .

٤ - مرحلة اختيار الفرضية وتقويمها ؛ أي بدء العمل بالفرضية أو الحلّ المُقترح .

لكنّ هذه المراحل كما يرى آخرون ليست حتمية ؛ أي ليس بالضرورة أن نستحضر الخطوات الأربع حتّى نصل إلى حلّ للمُشكلة ؛ فقد يُمكن التوصل إلى الحلّ باتّباع بعضها ؛ وبصفة عامّة فإنّنا نحتاج إلى تحديد المُشكلة بالكشف عن أسبابها الرّئيسة والثانويّة ؛ ودوافعها الكامنة ؛ وأن نُعالج الأسباب لا المظاهر ؛ وقد نحتاج في ذلك إلى تعاون أصحاب التجربة ممّن نتق بهم ويُخلصون إلينا ؛ ويبقى دور الشاب أو الشابة في المساهمة بحلّ مُشكلته الأهم ، لأنّه يُعلّمه كيف يُواجه المشاكل في الحاضر والمستقبل ؛ ويمنحه الثقة بنفسه وبقدراته إن هو أفلح في تذليل وتذويب المُشكلة ؛ ذلك أنّ حلّه لها يُكسبه القوّة والاستمرار والاستقرار .

تعالوا إذا نحلّ مشاكلنا بأنفسنا أولاً :

ولنتفق على أنّه من يُخطئ عليه أن يُصحّح خطأه ؛ وأن من يتسبّب في إثارة

مُشكلة فعلية أن يعمل على حلّها أو إخماد نيرانها فكما قال المثل العامي : ما حكّ جلدك مثل ظفرك ؛ فتول أنت جميع أمرك .

غير أنّ هذا لا يعني كقاعدة على طول الخطّ ؛ فقد نستعين في المواقف الصعبة أو العصيبة بمن هم أكثر خبرة ودراية وأعمق نظراً وفكراً ؛ وليس في ذلك أي بأس ؛ فحتّى الأمم تستعين بأصحاب الاختصاص لحلّ مشاكلها ؛ فمن بين أشكال التعاون على البرّ والتقوى المُعانة على تذليل الصعاب وحلّ المشاكل ؛ أو إغاثة الملهوف أو المُستغيث الذي يحتاج إلى من يُسعفه ويمدّ له يد المساعدة لإخراجه من مأزقه .