

كيسولات تربوية

"أ - ب تربية جنسية"



فاطمة المهدي

كيسولات تربوية

أ-ب تربية جنسية

فاطمة المهدي

كبسولات تربوية

أ-ب تربية جنسية

تأليف :

فاطمة المهدي

تصميم الغلاف:

كريم آدم

تحرير أدبي:

سندس الحسيني

مراجعة لغوية:

مصطفى أبو طالب

رقم الإيداع: 2018/22413

الترقيم الدولي: 978-977-820-054-6

الطبعة الأولى : يناير 2019

إشراف عام:

محمد جميل صبري

نيفين التهامي

كيان للنشر والتوزيع

22 ش الشهيد الحي بجوار مترو ضواحي الجيزة - الهرم

هاتف أرضي: -0235688678 0235611772

هاتف محمول: 01001872290-01000405450

بريد إلكتروني: info@kayanpublish.com - kayanpub@gmail.com

الموقع الرسمي : www.kayanpublish.com

© جميع الحقوق محفوظة، وأي اقتباس أو إعادة طبع أو نشر في أي صورة كانت ورقية أو إلكترونية أو بأية وسيلة سمعية أو بصرية دون إذن كتابي من الناشر، يعرض صاحبه للمساءلة القانونية.

حديث من القلب

في البداية سأقص عليكم سبب اختياري لهذا الموضوع بالتحديد، دون المواضيع الأخرى الخاصة بالتربية.

لكن قبل ذلك سأخبركم بما اتفقت عليه مع دار النشر.

بعد نشر كتاب «كبسولات تربوية- الجزء الأول» والنجاح الذي ناله بفضل الله، قررنا أن نطلق هذا الكتاب وأن يُنشر لأول مرة في معرض القاهرة الدولي للكتاب يناير 2018؛ حيث عرضت عليّ المميّزة «نيفين التهامي» موضوعه. وكانت مقتنعة تمامًا بأهميته للأهل في ظل ثورة التكنولوجيا التي يشهدها العالم، والتغيرات التي تحدث للأطفال والمراهقين لأسباب كثيرة سنذكرها فيما بعد. وبالطبع وافقت على الفور؛ نظرًا لما أواجهه بحكم عملي من مشكلات زوجية وتربوية تُصَبُّ في نفس الموضوع، فضلًا عن أنني أقوم بتقديم دورة «أ ب تربية جنسية» منذ عام 2012.

بدأت بالعمل عليه قبل المعرض بعدة أشهر، لكنني شعرت أنني سأظلم الكتاب إن نشرته في ذلك التوقيت؛ نظرًا لانشغالي وأني لن أعطيه حقه. واعتقدت أنني كلما تاخرت كان ذلك أفضل.

اعتذرت لها وأخبرتني أنه لا بأس. وأنه سيُنشر في معرض الإسكندرية في شهر يونيو 2018.

وبالفعل أكملت العمل عليه. وما إن قربت على الانتهاء منه حتى اعتذرت لها مرة أخرى. فقالت لا بأس نقوم بالتأجيل ليُنشر في يناير 2019.

وبعد عدة أيام أرسلت لها الاعتذار للمرة الثالثة.

فأجابتنى أنها قد وضعتة على الجدول، وأن المصمم المبدع «كريم آدم» بدأ بالعمل على الغلاف!

كنت أعتذر بالرغم من أنه كان شبه منته، وأنه لم يتبقَّ فقط إلا بعض المراجعات البسيطة، فضلا عن ان المادة العملية كانت جاهزة بالفعل منذ سنوات، من خلال دوراتي التي كنت أقدمها في الموضوع نفسه.

جلست مع نفسي أحداثها:

لماذا اقوم بالتأجيل هكذا؟

ما الذي يحدث مع هذا الكتاب بالتحديد؟

وما الذي يحدث معي كلما شارفت على انهاءه؟

فوجدت الإجابة التي أراحتني أخيراً.

أنا قلقة!

نعم هذه هي الحقيقة!

لقد اكتشفت أنني كلما اوشكت على تقديم الكتاب لدار النشر شعرت بالقلق.

لماذا؟

لأنني أخشى أن يفوتني أي شيء لم أذكره في هذا الموضوع.

أخشى من عدم الكمال.

أخشى من أن يكون هناك شيء ناقص في المحتوى.

لا أريد أن تفوتني شاردة أو واردة بخصوص موضوع التوعية الجنسية إلا ووضعت بين أيديكم.

لكنني عدت لأسأل نفسي:

كيف تَنشُدِين الكمال وأنت تعلمين نفسك كل يوم أنك بشر وأن ما يميِّزنا هو النقصان وليس الكمال؟

وهل من المنطقي أن توضع كل الخبرة في كتاب واحد؟

نعم أنت تضعين فيه بعض ما تعلمته وبعض ما مررت به قدر استطاعتك. لكن أن تضعي فيه كل خبرتك منذ أن بدأت بالعمل في المجال الأسري منذ عام 2006 إلى عامنا هذا 2018، فهذا ضرب من ضروب المستحيل!

قد يتحقق ذلك، لكن ليس في كتاب واحد؛ فقد يكون هناك سلسلة على سبيل المثال مثلما فعلنا في سلسلة «كبسولات تربية».

وتذكرت للتو كلمة «نيفين التهامي» عندما كنت أكتب «كبسولات تربية- الجزء الأول»؛ حيث أخبرتها حينها أنني كلما شارفت على الانتهاء لاحقتني أفكار جديدة.

فقلت لي حتى تنقذ الموقف –وهي التي تحتك بالكثير من الكُتَّاب وتعلم إرهاب الكاتب والأفكار التي تلاحقه فتُقَضُّ مضجعه:

«الأفكار لن تنتهي .. فقط سلميني الكتاب، وتستطيعين أن تكتبي غيره في وقت لاحق..» وقد كان.

كانت تقول ذلك لأنها تعلم أن الانتظار لن يفيد .. ستلاحقني الأفكار الواحدة تلو الأخرى، وسأتحير مرة أخرى، ولن ينتهي الكتاب مطلقاً.

فقررت أن أتقبل بشريتي بصدق رَحْب، وأن أقبل بعض الخطأ أو النسيان، رغم أنني لو أخبرتكم عن عدد مرات مراجعة هذا الكتاب، وعن التعديل الذي حدث فيه من حذف وإضافة حتى يخرج إليكم منظماً قدر المستطاع فلن تصدقوا.

آخر ثلاثة أسابيع كانت ضاغطة بشكل كبير.

الكتاب شبه جاهز معي، لكنني لا زلت أراجع وأعدّل، وما أصعبها من مرحلة!

مرحلة أن تشك في أن هناك شيئاً ناقصاً ويجب أن تكمله أو تخرجه بصورة معينة.

مرحلة ألا يعجبك شيء فتعود لثُمَّرَق أوراقك وتبدأ من جديد. أو على الأقل تترك ما كتبتَه، لكنك لا زلت تُضيف .. تحذف .. تعدّل .. تنقّح.

أعمل حالياً بوظيفة مستشار مدرسي في إحدى المدارس بإسطنبول.

أذهب إلى مكتبي مرة أو مرتين كل أسبوع لتلقّي الاستشارات. وفي بقية الأيام أعود إلى المنزل في الخامسة مساءً تقريباً.

أصطحب معي جهاز الكمبيوتر الخاص بي للمراجعة والتعديل في الحافلة ذهاباً وإياباً. أصل للبيت .. أتناول طعام الغداء مع عائلتي، وهي الفرصة الوحيدة لألقاهم خلال اليوم ..

أرتاح ساعة أو ساعتين، ثم أعود لأعمل عليه مرة أخرى حتى وقت متأخر من الليل. أرتاح قليلاً حتى الفجر. أصلي ثم يأتي موعد الذهاب إلى المدرسة قبل السابعة صباحاً.

كنت أعمل عليه في كل مكان حتى لا يفوتني شيء.

في المنزل ..

في وقت الراحة في العمل ..

أجلس أحيانًا في أي مقهى ..

احتلت غرفة ولدي لأن هواءها أفضل.

ومن قبلُ احتلتُ مائدة المطبخ.. لا أعرف لماذا.

ربما لأنني مللت من مكتبي.

ربما لأن مكتبي في غرفة النوم، ولا أريد أن أنظر للفرش حتى لا أغفو ..

أو بالأحرى فالمكتب في غرفتي ينظر للحائط. أما في المطبخ وفي غرفة ولدي فإن النافذة تطل على الشارع وبعض الأشجار التي تعطيني دفعة قوية للإكمال، وتفسح المجال لبعض الإبداع ..

لن أستطيع مهما كتبتُ أن أصف لكم شعوري بالمتعة رغم الإرهاق وضغط الوقت.

وكلما شعرت بالتعب تذكرتُ أن هناك من سيقراً كلماتي، وربما يسترشد بها فتتفعه، فتحل له مشكلة مع أبنائه أو ترفع وعيه أو تقرّبهُ من أبنائه؛ فيدعو لي.

مثلما كانت تصلني بعض الرسائل عن كتاب «كبسولات تربية- الجزء الأول» بأنه سهل وبسيط في التطبيق بفضل الله.

أريد أن أشكر زوجي وأبنائي الذين تحمّلوا معي الكثير ولا زالوا يتحملون ..

لا اتحدث هنا عن تقصيري في إعداد الطعام؛ فهم يعلمون أنني رغم الغياب عن المطبخ؛ فإنني بعد هذه الفترة العصبية سأتوجه أتماتيكيًا إليه؛ كي أتحفهم بوجبة مميزة لأنني أجد فيه المتعة والبهجة.

وإنما أتحدث عن تقبلهم لألمي النفسي ..

لأنني وقت ولادة أي كتاب أشعر حقًا بالآلام كآلام المخاض، كما ذكرت في مقالاتي من قبل. وأكون مضغوطة بشكل كبير ليس فقط في الوقت أو المجهود، وإنما أكون مضغوطة نفسيًا. وأحاول بقدر الإمكان ألا يظهر ذلك في تصرفاتي معهم. وكُلُّ ما كنت أفعله هو أنني أشاركهم مشاعري بأنني متوترة وخائفة. فما يكون منهم إلا أن يدعموني بقولهم: «لا تقلقي، سيصبح كل شيء على ما يرام».

أما عن عدد أكواب الشاي بالنعناع والشاي بالحليب التي طلبتها من أبنائي فحدت ولا حرج! الوجبات التي كنت أعدها سريعًا في بعض الأحيان أو نلجأ إلى الوجبات الجاهزة أحيانًا. وفي أحيان أخرى كنت أحملهم مسؤولية إعداد الطعام .. أعتقد أنهم بعد تلك التجربة صاروا مهرة في ذلك.

تحملهم مهمة إيقاظي من النوم، وهي مهمة ليست بهينة لو تعلمون؛ لأنني أرتمي من التعب وأنبههم إلى أن يوقظوني بعد ساعة فقط؛ فيكون كمن يوقظ فيلاً من أهل الكهف.

أحمد الله على نعمة وجود عائلتي بجواري ودعمهم المستمر لي. وأحمده سبحانه على أن وفقني لعملٍ صالحٍ أرجو أن يكون شفيعًا لي بعد موتي.

اعتذر إن أطلت عليكم ولا أعلم لماذا أحكي لكم كل ذلك، لكنني لا أحب أن أبدأ كتبي بكلمة «المقدمة»، وفضلتُ أن تعيشوا معي أجواء ولادة وليدي الثالث؛ راجية من المولى سبحانه وتعالى أن يكون مرشدًا لكم في رحلتكم مع أبنائكم.

«إسطنبول - 7 سبتمبر 2018»

وأنت تقرأ هذا الكتاب

هذا الكتاب ليس مرجعًا طبيًا في علم الطب أو التشريح.

ولا مرجعًا دينيًا في الفقه.

ولا مرجعًا أكاديميًا هدفه تدريس التربية الجنسية في الجامعات.

إنما هو مرجع «تربوي» بسيط.

أي إنه سيكون مرجعًا تستطيع الرجوع إليه لحل مشكلة خاصة بالتوعية الجنسية مع أبنائك.

هنا لن أعرض تشريح الجهاز التناسلي ولا رأي الفقه واختلافات الأئمة.

ولن أشرح كذلك كلاً أكاديميًا يطرح النظريات المختلفة عن المراهقة والطفولة.

سنلقي الضوء هنا على كل مرحلة وخصائصها، والمفاهيم التي يجب أن تعلمها لولدك في كل مرحلة، وربط ذلك بالتحديات التي ستواجهك ليصل معك في النهاية إلى حل عملي بسيط تستطيع تطبيقه مع أبنائك على أرض الواقع.

أنت الآن تحتاج لحل مشكلة ما في هذا الموضوع مع ابنك.

ولكي تحل تلك المشكلة تحتاج إلى أن:

تفهم دورك جيدًا.

تتعرف على التطورات التي تحدث له.

التحديات التي ستواجهك.

وطريقة الحل.

سنقوم في هذا الكتاب بعرض مشكلة تعيشها مع ولدك، وسيعرض لك طريقة الحل ببساطة؛ بحيث تقوم بتنفيذها بخطوات علمية مدروسة، مثلما حدث تمامًا في كتاب «كبسولات تربوية- الجزء الأول».

قصة من الواقع

فتاة مثل وجه القمر..

مستوى اجتماعي وأخلاقي رائع ..

مكانة علمية مرموقة.

تقدم لخطبتها شاب يضاهاها في نفس المواصفات، وله مكانة علمية مميزة أيضًا.

تم الاتفاق على كل شيء، وترتيب كل شيء كما كانا يحلمان.

وقبل موعد الزفاف بعدة أيام دار هذا الحوار بينها وبين أختها الكبرى:

- هل لديك أي استفسارات قبل الزفاف؟

- مثل ماذا؟

- أي سؤال عن أي شيء يخص الزواج. بما أنني تزوجت قبلك ببضع سنوات، ولدي بعض الخبرة في تلك الأمور.

طأطأت رأسها في حياء وصمتت قليلاً ..

بادرتها أختها:

- لا حياء في هذه الأشياء، أنا أختك ومن واجبي أن أساعدك .. أعلم أن الوقت متأخر على هذا الكلام؛ لأنني كان يجب أن أقوم بذلك من قبل. لكن ما كان يمنعني أيضًا هو الخجل.

وتعلمين أن أمي لن تخبرك بشيء كما فعلت معي، ودخلتُ إلى عالم غامض مجهول تمامًا بالنسبة لي حتى فوجئت بالواقع.

- ما معنى فوجئت بالواقع؟ هل هو مرير لهذه الدرجة؟

- بالطبع لا.. واقع ممتع لكنني لم أكن أتوقّع أشياء كثيرة. وكل ما هو مجهول بالنسبة لنا أو غامض هو شيء مخيف؛ لأننا لا نعلم كيف نتعامل معه.

لقد تركتني أمي بحجة الخجل أيضًا، ولم تفتحنني في أي شيء، ولم تعلمني أي شيء؛ بل إنها حتى لم تلمح لي من قريب أو من بعيد. كانت تكتفي فقط بوضع بعض الكتب الخاصة بالطهارة وكيفية الغُسل.. كيفية التعامل مع الزوج، وكيف يمكن أن أكون زوجة ناجحة.. لكن فيما يخص تلك الموضوعات مثل موضوع العلاقة الحميمة، لم يعلمني أحد، ولم يكن يتوفر لنا كتب في أيامنا مثل أيامكم.

- وكيف تعلمت إذن؟

- بعد الزواج وجدت أنني لا أعلم الكثير من الأمور، فقررت أن أقرأ أكثر وأتعلم أكثر؛ عني وعن شريك الحياة في كل شيء، وبالأخص في هذا الموضوع؛ لأنني تعبت كثيرًا في أول الزواج. لا أقول ذلك لأخيفك؛ بل لأكسر الحاجز. ولتعلمي أن هذا شيء طبيعي قد يحدث مع أي فتاة أو أي شاب في بداية حياتهما الزوجية. وأنا متاحة لك في أي وقت إن أحببت الاستعانة بي.

صمتت قليلًا، وهمّت أن تتفوه بشيء، لكنها ما لبثت أن تراجعته، فتوقفت عن الكلام بعد أن كادت تخبرها بشيء يحيرها أو كأنه شيء تريد التأكد منه.

مرت الأيام سريعًا. جاء موعد الزفاف، وسافرت العروس مع زوجها إلى بلاد بعيدة لقضاء شهر العسل. ولم يمر على زفافها ثلاثة أيام فقط، حتى وجدت أختها اتصالًا يوقظها من نومها في الفجر. نظرت فوجدته رقم أختها العروس. شعرت برجفة في جسدها متخيّلة أنه

قد حدث لهما مكروه. وما إن فتحت الخط حتى سمعت بكاءها عبر الهاتف وصوتها الهامس
يقول:

«ساعديني، أنا لا أفهم أي شيء!!»

كيف كانت البداية مع هذا العنوان

يرجع الفضل في تشجيعي على اختيار هذا الموضوع، وتقديم ورش عمل فيه إلى صديقتي المستشارة الأسرية «هويدا الدمرداش»؛ حيث كُنَّا نعمل سويًا. ومن خلال عملنا في المجال الأسري (الزواجي والتربوي) حصرنا عددًا كبيرًا من المشكلات الخاصة بنفس الجانب؛ وذلك بسبب عدم وعي الزوجين، أو عدم وعي الأهل في التربية. ووجدنا أن الحاجة ماسة لطرح ذلك في شكل تدريب خاص بالأمهات في البداية.

وبالفعل بدأنا في التنفيذ، لكن في البداية وأنا أعمل على أول ورشة بعنوان «أ ب تربية جنسية» كنت قلقة من عدة أشياء. أهمها ردود أفعال الناس -رغم أنني أعلم تمامًا مدى أهميته- وكلما كنت أتردد في الأمر كانت «هويدا» تدفعني للأمام وتشجعني بسبب كثرة المشكلات واحتياج الناس لمن يقدم لهم يد المساعدة.

لأن بعض الناس في مجتمعنا قد يتهموني بالجرأة الشديدة أو «البجاجة».

أو أتَّهَمُ بأنني أقوم بفتح العيون على كلام لا يصح أن يُقال إلا وراء الأبواب المغلقة.

لكنني في الحقيقة لم ألتفت بعدها لكلام الناس؛ لأن المشاكل قد انتشرت في المجتمع بشكل كبير بسبب الجهل وعدم الوعي.

ذاك الجهل الذي ينهش في بعض العقول، وبالطبع سيُطال يومًا علاقاتهم بأزواجهم. ناهيك عما يحدث في المجتمع والإعلام، ويستقبله الأبناء يوميًا دون أن ندري.

الأسباب التي دفعتني للقيام بالتدريب على ورشة عمل «أب تربية جنسية»

1- أن القرآن الكريم ذكرت فيه آيات تحكي عن خَلْق الإنسان، وعن المعاشرة الزوجية بأدب جَمِّ وكلمات راقية.

2- أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يُحدِّث الصحابة والصحابيات في أمور حياتهم الشخصية جدًّا.

3- «الاحتياج»:

من خلال الاستشارات اكتشفت أن هناك احتياجًا شديدًا من الآباء والأمهات للتوعية بموضوع التربية الجنسية؛ حيث إن الأهل يتَّخذون موقف المتفرج فقط بسبب ادِّعائهم الخجل أو أنه ليس لديهم الوعي الكافي للقيام بهذا الدور.

على سبيل المثال:

فتاة على وشك الزواج لا تفقه شيئًا في فنون الزواج. وإن فقهت فإن معلوماتها تكاد تكون بسيطة أو سطحية أو حتى مغلوبة.

شابُّ أدمن المواقع الإباحية أو العادة السرية؛ بسبب ثقافة خاطئة استمدتها من صديق سوء ...

4- المشاكل التي تحدث بين الزوجين بعد الزواج ويكون سببها الجهل بالعلاقة الخاصة .. وللأسف لا أحد يُعلِّمهم التوعية الكافية قبل الزواج .. وللأسف أيضًا يتحرَّج الطرفان عن

التحدُّث في تفاصيل الموضوع. وإن حدثت أي مشكلة يظن كل طرف أن شريكه أعلم منه، وهو من سيقوده. أو العكس تمامًا قد يظن أحد الطرفين أن شريكه جاهل بكل شيء، في حين أن العكس هو الصحيح.

مثال على ذلك:

زوجان ليس لديهما أي ثقافة خاصة بالعلاقة الحميمة.

زوج يشاهد مواقع إباحية، ويطلب من زوجته أن تشاهد معه كي يطبَّقًا ما يشاهدانه.

ممارسات خاطئة؛ بل ممارسات محرّمة في العلاقة الخاصة مثل الإتيان في الدبر.

5- الإنترنت وما أدراك ما الإنترنت! والمشكلات الكارثية التي تنجم عنه.

6- الكارثة والقنبلة الموقوتة التي تُدعى هاتف محمول.

أطفال كُثُر الآن لديهم هذا الاختراع، وبضغطة زر واحدة يستطيعون أن يروا كل شيء وأي شيء، وأنت لا تدري عنه شيئًا.

7- ارتفاع معدّلات الشذوذ والتحرش ومعدلات الطلاق بسبب المواقع الإباحية، ناهيك عن الزنا والاعتصاب، وبعض المشكلات التي يُعدُّ من أخفّها الزواج العرفي الذي يبخس المرأة حقها ولا يعطيها حقها الشرعي.

ورغم ذلك ما زال البعض يظن أننا نضخم الأمور ..

لذلك ما زلنا نصرخ ونقولها ..

يجب أن تعلّمه معنى التوعية الجنسية ..

يجب أن ترد على جميع أسئلته ..

يجب أن تعلمه كيف يحمي نفسه ..

يجب أن تربي فيه الوازع الديني؛ لأنك لن تظل طوال الوقت فوق رأسه ..

يجب أن تعلمه الحلال والحرام.

كل ذلك منذ الصغر .. فليس من الحكمة أن تنتظر عندما يبلغ ويصير رجلاً شاربه في وجهه، ثم تأتي لتخبره ما معنى البلوغ، أو ما هو جهازه التناسلي، وما هو الفرق بين الزواج والزنا ..

أو الفرق بين الحلال والحرام.

لأنه حينها سيجيبك بسخرية: «أنا أعلم كل ذلك وأكثر، ولا أحتاج لأن تخبرني».

لذلك لطفًا لا تأخذ الكلام بمحمل السخرية أو الاستهزاء، بل خذ على محمل جاد؛ لأن الأمر حقًا يستدعي ذلك.

كيف كانت ردود الأفعال حول أول دورة للتربية الجنسية؟

في عام 2103 عندما بدأت أحضر لأول ورشة عمل بعنوان «أب تربية جنسية» كتبت منشورًا على الشاشة الزرقاء للإعلان عن التدريب، وكانت ردود الأفعال كالتالي:

- لم يتبقَّ إلا هذا الموضوع لكي نتحدث فيه مع أبنائنا.
- علمونا أولاً كيف نقوم بتحفيظ أولادنا القرآن .. ذلك أهم.
- هناك أولويات يجب أن تُعلِّم أولاً .. كيف نربي أبنائنا أخلاقياً ومن بعدها نتعلم التربية الجنسية.
- لا يوجد هناك أي تساؤلات عند أبنائنا .. لا تضخّموا المواضيع.
- هل تظنين أن أبنائنا يحتاجون إلى توعية؟! إنهم يشاهدون الآن كل شيء على الإنترنت ويعلمون كل شيء، بل من الممكن أن نتعلم نحن منهم.
- وعندما قررت أن أقوم بعمل دورة عن التوعية الجنسية للفتيات لتفهم كل فتاة التطورات الجسدية والنفسية التي تمر بها، قامت الدنيا ولم تقعد. وكانت الاستجابات كالتالي:
- أنتم تفتحون أعين بناتنا على أمور إباحية.
- ستجعلونهم يتساءلون ونحن في غنى عن ذلك.
- علموهنَّ علوم القرآن أولاً.

وغير ذلك من الاستجابات التي تحمل أفكارًا مفادها أن ندفن رءوسنا في الرمال، وأن نتجاهل أي مشكلة تحدث، ولا نفتح على أنفسنا بابًا سيجر علينا الكثير من الأسئلة. وأن ننتهج في حياتنا منهج «إطفاء الحرائق».

أي إننا بدلًا من أن نتعلم الوقاية حتى لا يشب الحريق بسهولة؛ فإننا لا نأخذ احتياطاتنا ونترك الأمور هكذا بدون توعية أو حماية، ثم نجلس لنندب حظنا، ونتساءل: من أين جاء هذا الحريق؟ رغم أن كل شيء كان مهينًا لكي يشب، لكننا كنا نتغافل ونُقنع أنفسنا أننا بخير، وأنه لن يشتعل.

مبدأ العلاج بعد أن تقع الكارثة هو مبدأ تتبناه مجتمعاتنا العربية في أشياء كثيرة، ومن ضمن هذه الأشياء وأهمها وأخطرها على الإطلاق من وجهة نظري هو موضوع التربية الجنسية.

فهل هذا هو الحل حقًا؟

هل الحل هو أن نتجاهل المشكلة وأن ندير أظهرنا لها ونُدّعي أن كل شيء على ما يرام؟

بعد انطلاق أول ورشة، وجدت التفاعل قد اختلف قليلًا، وظل المؤشر يتحرك شيئًا فشيئًا؛ حتى صارت أولوية عند البعض. حيث إنني لا أنسى أن إحدى الأمهات اللاتي حضرن كان طفلها يبلغ من العمر عدة أشهر، ولن أنسى تلك المتدربة التي سألتها عن أعمار أبنائها فأخبرتني أنها، حامل ولم تضع مولودها بعد، لكنها حضرت كي تتعلم الوقاية وكي تفهم أكثر عن طفلها حتى قبل أن يخرج للعالم.

شعرت بعد عدة سنوات أن تفكير المجتمع أصبح مختلفًا عن ذي قبل، وأن الاستجابة أصبحت عالية فيما يخص موضوع التربية الجنسية، وأعتقد أن السبب الرئيسي في ذلك هو خوف الأهل على أبنائهم في ظل هذا الانفتاح الرهيب الذي نعيشه اليوم بسبب الإعلام والإنترنت.

في البداية .. إذا أردت أن تتعلم فمن فضلك إلغ من قاموسك تمامًا تلك الكلمات:

- هذا ليس وقته.

- الأمر ليس بهذه الخطورة.

- لا تكبروا المواضيع.

- لقد اختلف الزمان، والمؤثرات التي بالخارج صارت أقوى مني ومنك.

لذلك من فضلك افتح عينيك جيدًا، وأفق أنت وشريكك ولا تُضيِّعًا الأمانة التي أودعها الله
إياكما، ولا تتخليًا عن مسؤوليتكما ولا تستسهلا. فالخطب حقًا جلل.

«ما تحبكهاش»

هناك كلمة في العامية المصرية اسمها «ما تحبكهاش» ..

وهي تعنى ألا تدقق كثيرًا ..

من أكثر الجمل استفزازًا عندما أتحدث إلى أحد الوالدين أو كليهما، وأخبره بضرورة التوعية الجنسية لأبنائه، فيجيبني بهذا الرد:

«ليس إلى هذه الدرجة .. جميعنا تَرَبَّى ولم يخبره أحد من أهله عن أي شيء، ولم يحدث لنا شيء».

حسنًا .. من قال لك ذلك؟

من قال لك إنك مررت بطفولتك أو مراهقتك بأمان؟

من قال لك إن كل شيء كان بخير حينها؟

ألم تسال أهلك سؤالًا فيما يخص ذلك ولم تجد إجابة؟

ألم تسال والدتك: «من أين جئتُ يا أمي؟» فنهرتك واتَّهمتكَ بسوء الخلق؟

«ألم تفكر يومًا وأنت في المرحلة الابتدائية أن الأطفال يأتون عن طريق إمساك العريس ليد عروسه، أو عن طريق النَّفس أو القُبَل مثلاً؟

ألم تُصدمي عندما عرفتِ الحقيقة من صديقتك؟

هل مرَّرت عليك مرحلة المراهقة بدون ممارسة العادة السرية؟

ألم تنزعجي عند أول مرة اكتشفتِ فيها أنك حائض، وأنت لا تعلمين ما هذا؟

ألم تنظر مرة خلسة إلى بنت الجيران؟

ألم تشاهد في أي مرة شيئاً مخللاً أو خارجاً عن الأخلاق والدين؟

ألم يعرض عليك أحد من أصدقائك أي صورة إباحية؟

ألم تتعرضي في أي يوم لتحرش لفظي أو جسدي؟

زميلك أو قريبك أو جارك، لم يحاول لمسك؟

هل سلّمت من الأذى وأنت تستقلّين الحافلة على يد أي شاب سيئ الخلق أهوج؟

عندما تزوجتِ هل وجدت كل شيء مفهوماً؟

ألم تكن تكبتِ شهوتك بالصيام؟

ضع هذه الأسئلة نُصب عينيك.

أجب عنها بكل صراحة ووضوح مع نفسك؛ حتى تعلم حقاً هل الموضوع مهم وخطير أم أننا يجب أن ندفن رءوسنا في الرمال كالنعام حتى يمر.. وإن مر هل سيمُرُ بسلام أم سيعقبه جروح نفسية قد يتبعها بعض المشكلات عند الكِبَر؟ ولا تنسى أن تضيف إليها السُّعار الذي اقتحم بيوتنا عنوة وهو الإنترنت.

أنت

قبل أن تبدأ في التوعية الجنسية لأبنائك يجب أن تسأل نفسك عن:

مشاعرك .. أفكارك ..

تجاه الآتي:

شكل جسدك .. هل تتقبله؟

العلاقة الحميمة ماذا تعني لك .. ماذا تشعر حيالها؟

هل صورتك عن جسدك متدنية أم لديك ثقة كبيرة تجاهه؟

هل تتقبل أداؤك في العلاقة؟

هل تسامح نفسك وتتقبل أخطاءك فيها وتتعلم منها؟

ما هي معتقداتك حول الجنس الآخر.

أنت وشريكك

هل علاقتكما الزوجية مستقرّة نفسيًا؟

هل أنتما راضيان عن أدائكما في العلاقة الحميمة؟

هل شكل جسدك يمثل حائلًا بينك وبين شريكك؟

هل تستحيي من طلب رغبتك؟ وهذا السؤال مخصّص أكثر للزوجات؛ حيث إن الكثير من السيدات يخجلن من طلب رغبتهن الجنسية، ويعتبرنها عيبًا أو شيئًا مشينًا، أو بحكم أن المرأة هي التي يجب أن تُطلب.

إذا كانت فكرتك عن العلاقة الحميمة أو الاحتياج الجنسي هي فكرة متدنية، أو أنك لا تهتم بها أو تراها من التفاهات أو الأشياء المشينة، أو إن كنت تشعر حيالها بالتقرُّز والاشمئزاز. فاعلم أنك ستصدّر ذلك حتمًا إلى ولدك دون أن تدري؛ لأن الأبناء تصل إليهم مشاعرك دون أن تتحدث عنها.

فقبل تثقيف ولدك حاول أولاً أن تغيّر أفكارك؛ حتى تستشعر أنك تقوم بشيء غاية في الأهمية، حتى لا يصل له أي مشاعر سلبية منك تسبّب له مشاكل فيما بعد.

حسناً .. ما الذي يجب أن نفعله؟

لكي نفهم الموضوع دعونا نبسّطه تحت عدة أسئلة مهمة هي:

«لماذا؟»

- من؟

- كيف؟

- متى؟» وسنقوم بعدها بتحليل كل سؤال والإجابة عليه في حقيبة مستقلة.

طريقة عرض الكبسولة التربوية داخل كل حقيبة:

1- يتم عرض الموقف الخاطئ الذي يقوم به أحد الوالدين، ويكون ذلك على شكل حوار حيّ يحدث بين أحد الوالدين وأبنائهما.

2- حدّد ما الخطأ الذي حدث في هذا الموقف.

3- خمّن الموقف الصحيح (وهي صفحة تعطيك الفرصة لكي تخمن ما هو التصرف الذي كان يجب أن يتبعه الوالد في هذا الموقف).

4- طريقة الحل.

5- الكسولة التربوية تقول.



الحقبة الأولى
التربية الجنسية
لماذا؟

أولاً: لماذا لا نهتم بها؟

لماذا نهمل التربية الجنسية؟

1- ثقافة المجتمع.

«عيب».

إياك أن تتكلم هكذا.

إياك أن تتفوه بتلك الكلمة.

إياك أن تسأل هذا السؤال.

إياك كذا .. وكذا .. وكذا ..

2- الخوف:

نعم إنه الخوف من:

1- المجهول أو الخوف مما هو غامض؛ لأنك بطبيعة الحال لم تجربته من قبل، كما لم يجربه أبواك معك.

المجهول هو ردة فعل الطفل وكيف ستتفاعل معها.

2- الخوف من أنفسنا أن نواجهه.

3- الخوف من كسر موروث تربيّنا عليه، وأصبح الحديث عنه مُحَرَّمًا أو شبه مُحَرَّم.

يكفى أنهم في المدارس كانوا يخجلون من الحديث عن تكوين الجهاز التناسلي، ورغم أنه درس أساسي في المقرّر، فإن البعض كانوا يقومون بإلغاء هذا الفصل من الكتاب أو تأجيله أو عدم شرحه.

3- رأس النعامة:

نحن هكذا في مجتمعاتنا للأسف ننتهج هذا النهج.

الشيء الذي نجهله ونخاف منه، بدلاً من أن نواجهه فإننا نقوم بدفن رءوسنا في الرمال؛ لأن ذلك بطبيعة الحال هو الحل الأسهل. أما المواجهة فهي الحل الأصعب بالنسبة للبعض.

إن البحث عن حلول لحل تلك المشكلات أو توعية أبنائنا للوقاية من أمراض نفسية كثيرة من الممكن أن تواجههم، لهو الطرف الأصعب في المعادلة بالنسبة للبعض، كما، هو الحال في التربية عمومًا ..

فهو ليس لديه الوقت لكي يتعلم أو يقرأ. والأسهل دائماً له هو التصرّف مع أبنائه كما حدث معه في طفولته.

الأسهل هو الضرب أو التوبيخ أو النقد أو التجاهل ..

وإذا طبّقنا ذلك في موضوع التربية الجنسية، فسنجدّه متماثلاً تماماً ..

حيث يجد البعض أن القراءة والتعلم تحتاج إلى وقت طويل وطول بالٍ وصبر وسهر وجهد وتعَب ..

لكن قول كلمة «عيب»، أو لا تسأل في تلك الأمور مرة أخرى، أو أنت ما زلت صغيرًا على ذلك ... هي الأسهل بالطبع بالنسبة له؛ لأنه سيجد نتيجة فورية مُرضية له، وهو انسحاب ولده من المحادثة أو هز رأسه بالموافقة، وهو لا يعلم أنه تركه ليذهب للبحث عن مصدر آخر يستقي منه معلوماته.

4- الجهل:

من أحد أهم الأسباب التي تجعل الوالدين يعزفان عن القيام بتوعية أبنائهم هو «الجهل». والجهل هنا لا يعني الجهل الدراسي أو الثقافي.

بل أقصد هنا الجهل العلمي والديني بمعلومات بسيطة جدًا من المفترض أن تكون متوفرة لديه كأبٍ ومسئول على الأقل.

وإن كان لديه العلم أو المعلومات الكافية، تجد البعض لديهم جهل تربوي؛ أي إنه يعلم المعلومة لكنه لا يعرف كيف يصوغها بشكل يتناسب مع عمر ابنه. مثل الأمثلة التالية:

- أسئلة يسألها الطفل أو المراهق، ولا يجد إجابتها عند والديه أو أحدهما؛ ذلك لأنه ببساطة لا يعلمها.

- أسئلة تطرحها الفتاة العروس عن بعض الممارسات في العلاقة الحميمة، لا تجيب عنها أمها؛ لأنها لا تعرف إجابتها حقًا.

- أسئلة بسيطة في الفقه لا يعرف إجابتها الأبوان، مثل الفرق بين السائل المنوي والوادي والمذي. ولا يعرفون كيفية الإجابة عنها ومتى يتوجب الغسل ومتى يُكتفى فقط بالوضوء.

- بعض الآباء لا يعلمون من الأصل أن هناك ما يُسمى غُسلًا. وأنه قد يقوم بمجامعة زوجته ولا يغتسل.

- أسئلة يطرحها المراهق عن تكوين الجهاز التناسلي الخاص به أو بالجنس الآخر، ولا يجد إجابة عند والديه؛ لأنهما لا يعلمان شيئاً عن تكوين الجهاز التناسلي .. لا تضحك ولا تتعجب؛ فتلك حقيقة ألمسها في الكثير من المشكلات التي تصادفني في عملي.

- هناك أمهات لا يعلمن أن بناتهن يمارسن العادة السرية، ولا يعلمن أصلاً أن البنات قد يمارسن هذه العادة.

- وهناك آباء يغفلون عن أخذ حقوق أبنائهم من المتحرش بدعوى أنه صغير، ولن يؤثر ذلك فيه. أو أنه سينسى بعد فترة من الزمن، أو أنها فتاة ولا يريدون أن يتحدثوا بالموضوع؛ حتى لا يؤثر ذلك على سمعتها.

كما أن هناك أمهات أيضاً يتوارين من ذلك بحجة أنها هي نفسها قد تعرضت للتحرش وهي صغيرة، وتعتقد أن ذلك لم يؤثر فيها وكبرت وكأن كل شيء على ما يرام. وهو على العكس تماماً وهي لا تدرك هذا الأمر.

ما أقوله هنا حقيقة أتمسها من الواقع.

واقع التدريب والاستشارات ..

حيث يأتي الأب أو الأم بعد أن تحدث الكارثة وليس قبلها في الأغلب؛ وذلك لأننا نجهل كيف نتعامل مع تلك الأمور، بل ونجهل أننا من الأصل ليس لدينا العلم الديني والديوي البسيط الذي يجعلنا نجيب عن تلك الأسئلة.

5- الإنكار هو الطريق الأسهل:

إنكار حقيقة مفادها أن ابنه على وشك البلوغ، أو أن ابنته لديها بعض المشكلات.

لأن هذا هو الطريق السهل ..

نعم لقد اختاروا الطريق السهل ..

بل السهل الممتنع ..

لا يريدون الاعتراف بوجود مشكلة، ولا يقدرّون على مواجهتها.

في حين أن مواجهتها والتصدي لها والوصول إلى حل ملائم لها، لهو الصواب بعينه، وهو برُّ الأمان لقلبه وقلبه من يعول.

منخدع هو بالحلول السطحية التي يدعيها، مثل أن يقول لولده إذا سأله: من أين جئت يا أبي؟ فيرد عليه بكل بساطة: «عندما تكبر ستتعلم».

ويظن أنه أجاب على ولده وأراح قلبه وضميره، في حين أن هذا الطفل لن يهنأ له بال حتى يعلم الإجابة، وسيكون في هذا الوقت قد علمها من غيره.

6- الخجل:

كثير من الأمهات والآباء يخبرونني أن السبب في عدم حوارهم مع أبنائهم في هذا الموضوع هو الحرج أو الخجل.

دعونا نفرّق أولاً بين الخجل والحياء.

الحياء هو صفة جيدة محمودة نحن مخلوقون بها، لكن متى نستخدمه؟

هل هذا المكان المناسب لاستخدامه؟

أنت تعلم جيداً أنه لا حياء في طلب العلم أو في تعلم الدين.

لذلك يجب أن نسأل أنفسنا سؤالاً مهمّاً:

ما هو المرجع لنا؟

أهو شرع الله الذي وضعه بين أيدينا في القرآن والسُّنة، أم عادات وتقاليد المجتمع؟

إن لماذا وهب الله لنا معجزة القرآن؟ هل لنضعه زينة في المكتبات والسيارات وعلى أرفف الجوامع أم لنقوم بتطبيق ما فيه؟

لذلك عندما نعود إلى شرع الله تعالى نجد التالي:

أنه سبحانه يتحدّث عن ذلك في القرآن الكريم، وأن نبينا الكريم لم يكن يستحيي من الإجابة على صحابته في تلك الأمور.

7- القلق على صورة الوالدين:

هذا ما يفكر فيه الأبوان في البداية عندما أخبرهم أنهم يجب أن يتحدّثوا إلى أبنائهم، ويقوموا بتوعيتهم. فيسألون عدة أسئلة لا يصرحون بها في أحيان كثيرة:

ماذا سيقول ولدي عني؟

بماذا سيفكر بي؟

هل سيقول إنني أجامع أمه؟

هل ستشك أن أباه يُقبّلني؟

والكثير من الأسئلة أو بالأحرى الهواجس التي تدور في رأس الأبوين.

دعني أخبرك شيئًا.

في حقيقة الأمر أنا أقدر ذلك تمامًا ..

أقدر تفكيرك وأنفهم مشاعرك تمامًا ..

لكن دعنا نعترف بشيء مهم ..

كيف ستخبره عن البلوغ عند الرجل والمرأة إن لم يكن جميع البشر مرؤوا بذلك؟

هل أنت من الملائكة مثلاً؟

أولست بشراً مثل جميع البشر، مررت بنفس المرحلة ونفس التغيرات الجسدية والنفسية أيضاً؟

وبما أنك مررت بها وأنت مراهق، ومن ثمّ تزوجت وأنجبت؛ فمن الطبيعي جداً أن تكون قد مارست الجماع مع زوجتك.

أعتذر عن صراحتي التي سيعتبرها البعض فجة، لكن هذا ما يحدث في أرض الواقع؛ لذلك دعنا لا نتهرّب ولا ندفن رءوسنا في الرمال، ونواجه الموقف بكل أريحية؛ حتى نستطيع التعاطي والتفاعل معه كما ينبغي.

السؤال الحقيقي الذي يفرض نفسه هنا هو:

هل هذا الهاجس صحيح حقاً؟

هل سيفكر الطفل كثيراً في هذا الأمر؟

هل سيتساءل بينه وبين نفسه عما يفعله والداه؟

في الحقيقة أن الأمر أبسط مما تعتقد؛ لأن الأطفال لا يفكّرون مثل البالغين. نحن فقط من لدينا تلك التعقيدات المبالغ فيها، أما الطفل فليس لديه جميع تلك التعقيدات.

8- القلق من مراقبة الوالدين:

هناك هاجس آخر يسيطر على الوالدين، إذا قاموا بتوعية أبنائهم؛ أنهم سيراقبونهم في كل مرة يغلقون فيها باب الغرفة.

هذا الهاجس لا أساس له عند الأبناء صغار السن بالطبع. أما المراهقون فهم يعلمون كل شيء تقريبًا.

وقبل أن يسيطر عليك هذا التخوف حاول أن تجيب على هذه الأسئلة:

هل هناك يوم مخصص في الأسبوع هو الذي يُغلق فيه باب غرفة النوم؟

هل هناك تهيئة معينة قبل موعد العلاقة، كأن تستحم أو تقوم بارتداء ملابس معينة أو تأوي للفراش مبكرًا على غير عادتك؟

إن كانت لك طقوس معينة تظهر أمام ابنائك قبل العلاقة الزوجية مع شريكك، فانسفها فورًا.

لا أقصد طبعًا أن تنسفها مع شريكك، بل انسفها أمام أبنائك.

على سبيل المثال:

باب الغرفة يُغلق على أمي وأبي طوال أيام الأسبوع وقت النوم وفي وقت القيلولة.

.. لذلك عليك بالتالي:

1- خصوصية غرفة النوم:

- يجب أن يكون هناك خصوصية لغرفة نومك أنت وشريكك.

هذه الغرفة لا يدخلها الأبناء في أي وقت، ولا تكون مشاعًا للأطفال .. ألعابهم .. الأكل فيها أو رمي الأشياء الخاصة بهم.

غرفة نوم الأب والأم قد نجلس فيها سويًا على فترات متباعدة لكنها ليست مفتوحة طوال الوقت، ومُنْتَهَكَة لكل من هَبَّ ودَبَّ ليلعب فيها أو يعبث بمحتوياتها.

يجب أن يعلم الأبناء أنها مكان الراحة والسكون والاستجمام للأبوين.

وأنهما من حقهما أن يسترخيا بعض الشيء بعيدًا عن أبنائهم.

- باب غرفتك موصل كل يوم في أوقات النوم (مساءً ووقت القيلولة) وذلك لسببين:

- حتى لا يربط ولدك بين غلق الغرفة وشيء آخر.

- وحتى تتحرر أنت وشريكك قليلًا وتكونان على طبيعتكما.

لأنكما إن تخففتما من ملابسكما فلا يجب أن يتعود الأبناء على رؤية ذلك، وخصوصًا إن تعلق الأمر بالعورات المَغْلَظَة (القُبْل أو الدُبْر) فقد يَطِيح الغطاء يمناً أو يسرة فيسقط عنكما.

لذلك من الأفضل أن تُغلق باب الغرفة، وتخبرا الأبناء أنكما ستخلدان للنوم، أو أن هذا وقت راحتكما، سواءً كنتما تغطان في نوم عميق أو كنتما تتحدثان أو تتسامران أو أي شيء آخر.

حتى يفهم الطفل أن أبي وأمي لديهما الوقت المخصّص لهما، حتى وإن لم يناما فمن حقهما أن ينعزلا قليلًا.

2- الاستئذان:

علم ابنك الاستئذان ..

أي مكان مغلق يجب أن يطرق بابه؛ حتى وإن كانت غرفته هو شخصيًا.

وتطبيقًا على ذلك ..

يجب أن يطرق باب غرفة الأب والأم وأن يستأذن قبل الدخول إليها.

ثانيًا: لماذا يجب أن نقوم بالتوعية الجنسية:

لماذا يجب أن نوعيهم وهم صغار؟

لماذا لا ننتظر حتى يصيروا مراهقين ثم نخبرهم بكل شيء؟

1- تأكد تمامًا أن أي تساؤل عند طفلك إن لم يجد له إجابة عندك، فسيبحث عن إجابته في أي مكان آخر. وما أدراك ما المكان الآخر!

2- كيف تتركه حتى يبلغ ثم تخبره بكل شيء؟

ما تريد أن تخبره به مثل البلوغ وعلاماته قد حدث له بالفعل، فما فائدة إخباره في ذلك الحين؟!

3- لقد أصبح العالم قرية صغيرة، وضغطة زر واحدة تجعله يجوب أنحاء العالم ويتعلم جميع ما يريده؛ لذلك لا تتلاعب به لأن ولدك قد يكون أنصح منك!

4- نعود لنصرخ من التحرش والإيحاءات الجنسية للأطفال. كيف إذن سيفهم أن هناك شيئًا ما خاطئًا أو خطر إن لم تخبره أنت بذلك؟

كيف سيتعلم حماية جسده إن لم يفهم ويعي جيدًا أن ما يحدث معه خطأ، وأنه ليس من حق أي أحد أن يلمسه بتلك الطريقة.

5- أفلام الكارتون وألعاب الفيديو صارت مليئة بألفاظ إباحية وألفاظ تدعو للتحرش؛ لذلك يجب أن توعيّه بخطورة تلك الألعاب.

أنت تعلمه حتى يتخير أعباه بطريقة صحيحة قائمة على الوعي وليست قائمة على العشوائية أو الضغط وفرض السيطرة من جانبك.

6- إذا أردت أن تتجنَّب جزءًا لا بأس به من مشاكل المراهقة، يجب أن توعيّه منذ الطفولة.

7- لو لم يعلم ولدك من أين جاء وكيف جاء إلى هذا العالم منك أنت، فمن سيخبره إذن؟

إن لم تكن أنت المرجع الأول، فاعلم أن هناك مراجعَ عدة سيستقي منها ولدك معلوماته.

8- إن لم تكسر الحاجز النفسي لهذا الموضوع في الصغر، فلن تعرف كيف تحاوره في

مرحلة المراهقة عن أي مشكلات أو تطورات حدثت له؛ ومن ثمَّ في وقت الزواج لن

تستطيع مساعدته.

ومن الطبيعي جدًّا أن يعود فيلومك أنت.

9- في مرحلة المراهقة يجب أن يتم توعية المراهق بشكل جيد نحو جسده وتكوينه،

وتكوين جسد الجنس الآخر، ومخاطر الأفلام الإباحية والعادة السرية؛ حتى لا يقع في

مشكلات بعد ذلك في علاقته الزوجية بشريكه.

10- وأخيرًا.. المشاكل التي تخص العلاقة الحميمة بين الزوجين لا حصر لها.. بسبب قلة

الوعي والثقافة الدينية والعلمية الصحيحة..

«التوعية في الصغر كالنقش على الحجر».



مَن الشخص الذي يقوم بالتوعية الجنسية سواءً للطفل أو المراهق؟

هل هو الأب أم الأم؟

هل هو المعلم؟

هل هو الأخ؟

أم هل هي الأخت؟

بعض الناس يؤمنون أن الأب هو من يجب أن يقوم بتوعية الفتى.

وأن الأم هي من يجب أن توعي الفتاة.

هل هذا صحيح حقًا؟

دعونا نضع الشروط أولًا ثم نقرّر هل هذا صحيح أم لا؟

ما الشروط التي يجب أن تتوفر في هذا الشخص؟

1- علاقة جيدة.

2- محل ثقة .. أمانة .. سرية ..

3- يُشعره بالأمان.

4- يعلم ما احتياجات المرحلة العمرية التي يتحدث معها.

5- يعلم كيف يحاور وكيف يكون منصتًا جيدًا.

6- خلفية علمية.

7- خلفية دينية.

لكنك جعلت الأمر أكثر تعقيدًا!

هل يجب أن يتوفر في الأب أو الأم كل ذلك؟

الأمر ليس صعبًا مطلقًا ما دام معك أهم مفتاح وهو المفتاح الأول.

أولًا: العلاقة الجيدة ..

لو لم تكن علاقتك جيدة بابنك فاعلم تمامًا أنك لن تستطيع أن تخوض معه أي شيء من ذلك. واعلم أن معركتك خاسرة إن لم تتحسن علاقتك به.

وإليك القصتين التاليتين:

حدث بالفعل (1)

سها فتاة في العاشرة من عمرها تمسك هاتفها طوال اليوم ..

تتحدث إلى صديقاتها في الإجازة ..

وفي أيام الدراسة تعود إلى المنزل مثقلة بعبءٍ يُدعى «أمها»؛ لأنها تعلم أنها ما إن تدلف من باب المنزل فستجد والدتها المترصدة لها بجميع الأوامر والنواهي التي تم اختراعها

منذ أن خلق الله الأرض ومن عليها:

إخلعي حذاءك.

ضعي حقيبتك في مكانها.

هيا للاستحمام.

لا تتركي ملابسك هنا.

موعد الصلاة.

أنت لم تتوضئي.

هيا لتتناولي الغداء.

قومي للمذاكرة.

لا ترفعي صوتك على أخيك.

لا تضعي كتبك هنا.

وهكذا من القائمة الطويلة التي تجدها مملة؛ مما يصيبها بالضجر والإحباط.

وبعد أن تنهي جميع واجباتها المدرسية والمنزلية، هناك أوامر أخرى خاصة بالنوم. وهناك

أوامر خاصة بالجدول الدراسي. وهناك أوامر كذا وكذا ..

وهناك نواهٍ عن كذا وكذا ..

فما يكون منها إلا أن تختبئ في شبكات التواصل الاجتماعي مع صديقاتها، أو مع أي

شخص غريب يقابلها دون أن يدري بذلك أحد.

تمر الأيام وتعود سها من المدرسة مُنهكة الجسد تشعر بتعب غريب، وتدخل كعادتها لكي تستحم، لكنها تفاجأ بالصدمة ..

تصمت قليلاً والصدمة لا زالت تُلجم عقلها قبل لسانها، ثم تصرخ بأعلى صوتها لتنادي على أمها:

ماما!!!! أنقذيني!!

تأتي الأم على عجل.

ماذا بك؟

لا أعلم وجدت دمًا في ملابسي!

تتلعثم الأم قليلاً وكأنها لم تكن تنتظر هذا الحدث الآن؛ ظنًا منها أن ابنتها ما زالت صغيرة. فقد ظنت أن ذلك سيحدث لابنتها كما حدث لها وهي ابنة الثالثة عشر عامًا ..

تستفيق من خيالاتها على صوت سها مرة أخرى.

ماما .. ما هذا؟

تحاول الأم مداراة ارتباكها، ثم تقول لها: انتظري قليلاً. تذهب ثم تأتي لها بشيء صغير وتخبرها:

ضعي هذه؟

ما هذه؟

فقط ضعها ولا تتعيني.

ثم تتركها لتعود مرة أخرى لما كانت تفعله في المطبخ وكأن شيئاً لم يكن، تاركة ابنتها في حيرة من أمرها. تضع سها هذا الشيء بصورة عشوائية؛ لأنها لا تعلم كيف تتعامل معه. وبعد أن تنهي مهمتها الثقيلة المغلفة بالغموض، تهرع للهاتف لتحدث ابنة عمتها، والتي تكبرها بثلاثة أعوام؛

لكي تستفهم منها عمّا يحدث لها.

باختصار وفي سؤال موجز:

هل ترى تلك العلاقة صالحة لأن تهيب الأم لابنتها ما هو الحيض أو تفهمها ما الذي يحدث لها؟

حدث بالفعل (2)

خالد مراهق يبلغ من العمر ثلاثة عشر عامًا سأل والدته السؤال التالي:

أمي ما هو البلوغ؟

نظرت له الأم باندهاش سائلة إياه من أين لك بهذه الكلمة؟!

لقد أخبرني صديقي أن البلوغ هو أن تدخل إلى دورة المياه وتمارس كذا وكذا بيديك.

لجأت الأم لصديقتها راجية إياها أن تفتح ولدها في ذلك؛ لكي يتعلم، وحتى لا يوجّهه أصدقاؤه بطريقة خاطئة. فأجابتها صديقتها:

- كيف سأقوم بذلك والعلاقة بيني وبين ولدك ليست قوية لتلك الدرجة. فلتخبري أباه ليتحدث معه في ذلك.

- أنت تعلمين أن أباه ليس على علاقة قوية به، وطوال النهار يقوم بتوبيخه وسبّه على أتفه الأشياء.

- حسناً قومي أنت بذلك.

- أنا!!

- كيف أقوم بذلك؟! الأمر جدًّا محرج.

من هاتين القصتين نستنتج التالي:

- كلما كانت علاقتك قوية بولدك استطعت أن تحادثه في ذلك الأمر بمنتهى السهولة.

- إعلم جيداً أنك إن لم تكن أنت مرجعه الأول، فسيبحث عن مرجع له. وفي هذه الحال ستجني على ولدك؛ لأنك لا تعلم من سيكون هذا المرجع وماذا سيقول له.

ثانيًا: محل ثقة:

لماذا؟

لماذا يجب أن يكون الشخص الذي يقوم بالتوعية محل ثقة؟

1- لأن الطفل ببساطة يحتاج لمن يضع ثقته فيه حتى يشعر بالأمان.

2- حتى لا يشعر أن الذي أمامه يجاربه فقط؛ لأنه طفل.

3- لكي يجيبه على جميع أسئلته الحرجة دون مواربة.

4- ليعلم تمامًا أنه إن لم يجد الإجابة الآن على سؤاله بسبب عدم معرفته بالإجابة؛ فإنه سيبحث ويعود إليه مرة أخرى. ولن يخبره بمعلومات خاطئة أو مشوّهة.

5- يجب أن يشعر الطفل أن هذا الشخص أمين حافظ للأسرار؛ حتى يعلم أيضًا أنه لن يفضح في عائلته أو بين أصدقائه.

ثالثًا: أن يشعره بالأمان.

هذه النقطة ترتبط بشكل أو بآخر بالنقطة السابقة؛ أي إن الشخص الذي سيثق فيه الطفل سيشعر معه أيضًا بالأمان، والعكس.

كيسولة تربوية

حازم 7 سنوات.

أمي لقد أخطأت في شيء وأريد أن أبوح لك به.

ما هو؟

لكن عديني ألا تخبري أحدًا.

أخبرني أولاً ما هي كارثتك؟

لقد دخلت على صديقتي في حمام البنات، وشاهدتها وهي عارية.

ماذا؟

هل جننت؟!

أنت ولد قليل الحياء.

عندما يأتي والدك سأخبره بأن يجد حلاً معك.

لكنك أخبرتني أنك لن تبوحي لأحد.

لا لم أعدك بشيء، كما أن والدك لا يجب أن نخبئ عليه أي شيء.

ما الخطأ في الموقف؟

في هذا الموقف تضرب الأم بعرض الحائط عاملين مهمين، وهما الثقة والأمان.

هنا ينهار جدار الثقة، ويهتز عمود الأمان لدى الطفل؛ لذلك لن يبوح لأمه مرة، أخرى ولن

يأتمنها على أي شيء.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل

السؤال هنا: هل تخبر الأم الأب بذلك؟

وما العمل إن لم يتصرف الأب بحكمة؟

أنا من مُنتهجي مبدأ أن يعلم الأب كل شيء عن أبنائه، وبالأخص المشكلات من هذا النوع؛ حتى لا يعيش في معزل عن أبنائه، فتعود الأم لتصرخ أنها قد تعبت من الحمل الثقيل على كتفها، وأن كل شيء في المنزل هي فقط من تتحمّله. وليس شرطًا أن تصرّح له أنها ستخبر أباه.. الأهم أنها لن تخبر أي شخص آخر؛ لأن الكثير من السيدات يتحدّثن عن أبنائهن أمام الصديقات، وكأن هذا الطفل ليس لديه حياته الخاصة التي يجب الحفاظ عليها واحترام خصوصيتها.

إذا كان الأب ممّن لا يتفهمون تلك المواقف، فيجب أن تقومي كزوجة بالتمهيد له، كأن تخبريه مثلًا في وقت راحته:

- أريد أن أخبرك شيئًا خاصًا بولدنا.

- ما هو؟

- هو موقف جديد قابله، لكنه كان يخاف منا ويخشى أن تضربه.

- أضر به لماذا؟

- لأنه موقف حساس بعض الشيء، وقد أخطأ فيه لكن الجميل أنه اعترف بخطئه.

- ما هو الموقف؟

- لقد قام بكذا وكذا ..

- لكنني أرجوك ألا تفتحه في شيء، ولا تُشعره بأي شيء.

- ولماذا تخبريني؟

- لأنك والده.

يجب أن تعلم عنه مشاكله وحياته الخاصة؛ حتى نحتويه سوياً، ونضع خُطة تناسب عمره.
ولأنك زوجي يجب أن أشاركك جميع ما يخص الأبناء.

الكسولة التربوية تقول:

- أمي أريد أن أخبرك بشيء.

- بالطبع يا حبيبي.

تترك كل ما في يدها وتتجه له مباشرة، تجلس في مستواه، وتنظر إليه نظرة اهتمام وحب.

- أخبرني يا حبيبي ما الذي يشغلك؟

- لقد قمت بارتكاب خطأ كبير، ولن أسامح نفسي عليه.

- حبيبي، هون عليك .. ماذا حدث؟

- لقد دخلت على صديقتي في دورة المياه، وشاهدتها وهي عارية.

- وهل كنت تقصد ذلك؟

بعد صمت ليس بطويل ..

- الحقيقة .. نعم.

- حسنًا، سوف أسألك سؤالًا:

هل توافق على أن يفعل أحدهم ذلك معك؟

يقتحم عليك خصوصيتك ليشارك جسدك وهو عارٍ؟

- بالطبع لا يا أمي، أنا أغلق الباب ورائي، وأتأكد من أنه مغلق من الداخل.

-أنا أعلم أنني مخطئ، وأقسم أنني لن أكررها مرة أخرى، لكن لا أعلم ماذا أفعل. هل سيضربني أبي إذا علم؟

- حبيبي، أبوك لن يضربك أبدًا، لكن هناك شيء مهم. هل المشكلة أنك تخاف من أبيك؟

- بالطبع لا .. أنا أعلم أنني أخطأت، وأن الله سيعاقبني؟

- حبيبي، الله تعالى لا يعاقبنا على شيء اعترفنا به واستغفرناه بعدها. أهم شيء هو أن تكون أنت مقتنعًا أنه خطأ، ليس بسبب خوفك من أبيك، وإنما لأنك ترفض أن تقوم بفعل خاطئ يؤذي غيرك ويؤذيك.

ثم إنك تعلمت من خطئك. يكفي أنك اعترفت به.

- حسنًا، ماذا أفعل الآن؟

- كل ما عليك فعله هو أن تستغفر الله، وتعدّه سبحانه وتعالى ألا تعود لذلك أبدًا. ولنتذكر دومًا أن هناك شيئًا يُسمّى العورات، وهو ما يجب ألا يُكشَف أمام الآخرين. أنت على سبيل المثال عندما تخرج إلى الشارع ماذا يظهر منك؟

- رأسي.

يدي.

ساقَيَّ.

ذراعيَّ.

- وعند نزولك إلى حمام السباحة بالنادي ماذا يظهر منك؟

- نصف جسدي الأعلى وساقاي.

- والبنات؟

- امممم .. البنات يجب أن يرتدين شيئًا من أعلى.

- رائع!

أي إن كل جنس يجب أن يستر أماكن معينة أو خاصة في جسده، ولكل شخص فينا شيء يُسمّى خصوصية الجسد؛ لذلك لا يجب أن نفتحم خصوصية الآخرين، أو أن نشاهد ما نهانا الله عن مشاهدته، مثل عورات الآخرين؛ لأنك كما تكره ذلك هم يكرهون ذلك أيضًا.

- أمي.

- نعم يا حبيبي.

- أنا أحبك.

- وأنا أيضًا يا حبيبي.

ثم حضن قوي دافئ.

في هذا الموقف قامت الأم بسدّ احتياجات أساسية لدى ولدها:

1- الأمان: بأن أشعرته أنه لا ضير إن أخطأنا؛ لأننا بشر، لكن الأهم أن نعترف ونتوب ونتعلم من أخطائنا. وخير الخطّائين التوّابون.

2- الثقة: لم تقم على الفور من مقعدها لتمسك الهاتف وتخبر والده الذي سيأتي ليقطّعه إربًا ويرميه لوحوش البرّيّة.

كما قامت بتعليمه عدة مفاهيم هي:

- مفهوم الخطأ والرجوع عنه (البشرية): أن الخطأ ليس معناه النهاية الكبرى.

- أن الله غفور رحيم: حتى لو تعمّدنا الخطأ؛ لأننا لسنا ملائكة. المهم أن نُعلّمَ الطفل أننا نستغفر ونتوب ونعد الله ألا نعود مرة أخرى.

- علّمته ما معنى العورة وما حدودها لكل جنس.

- ماذا لو كنت مكانه؛ حتى يستشعر ما الذي فعله حقًا، أو ماذا إن كانت أختك مكانها؟

- تنمية التفكير النقدي لديه: بأن قامت بسؤاله عدة أسئلة مفتوحة، وذلك ما ذكرناه بالتفصيل في «كبسولات تربية - الجزء الأول».

- مفهوم خصوصية الجسد: وسيتم شرحه لاحقًا.

رابعًا: يعلم ما هي احتياجات المرحلة العمرية التي يتحدث معها.

أي إن المسئول عن موضوع التوعية الجنسية يجب أن يعلم متى يتكلم ومتى يصمت.

ما احتياجات أو أفكار المرحلة التي يتحدث معها.

ولتوضيح الأمر أكثر، سأطرح عليك مثالين:

- طفل لديه 5 سنوات، يسأل والده: كيف جئت إلى هذا العالم؟ فيقوم بشرح كل شيء له عن الزواج.

- مراهق تعدى الخامسة عشرة يتحاور مع أبيه، فيرد عليه فيما يخص تلك الأمور بطريقة تناسب عمر 10 سنوات، وكأنه ما زال طفلًا.

لذلك يجب على من يقوم بهذا الأمر أن يكون لديه بعض من الحكمة وبعض القراءات الطفيفة التي قرأها فيما يخص كل مرحلة عمرية.

حسنًا، ومن لديه ثلاثة أطفال أو أربعة ماذا يفعل؟

أتذكر أنني كنت في محاضرة لمعلمي وأستاذي .. أستاذ التربية بجامعة حلوان الدكتور شحاته محروس -عليه رحمة الله- عندما أخبرنا أن كل طفل يجب أن يكون لديه ملف به

حالته الطبية، والنفسية، والاجتماعية، ومشكلاته في كل مرحلة؛ حتى يستطيع الوالدان متابعة أبنائهما وحل مشكلاتهم ومعرفة التطورات التي تحدث لهم.

فسألته: وكيف سيحدث ذلك مع من لديه أربعة أو خمسة أطفال؟ فأجابني:

لو كان لديك عشرة أطفال، يجب أن يكون لكل منهم ملف خاص.

أذكر أنني تعجبت؛ حيث كنت حينها في مبتدأ حياتي المهنية، وتساءلت كيف ذلك؟ ألن يكون هذا مرهقًا للأب والأم؟

لكنني تعلمت بعد ذلك أن الأبناء مسئولون من الأب والأم بالدرجة الأولى. نعم تلعب المدرسة دورًا كبيرًا، لكن الدور الأهم يقع على عاتق الوالدين؛ لذلك وجب علينا أن نتحمّل مسؤولياتنا بأنفسنا، ولا نتملص منها.

مسئولية مرهقة؟

نعم، في بعض الأوقات.

لكن ما أحلاها وما أجملها من مسؤولية!

فتلك نعمة يجب أن نشكر الخالق الرزاق عليها في كل وقت.

وبالعودة إلى موضوعنا في التربية الجنسية، فإنه من باب أولى أن نتعرف على خصائص كل مرحلة عمرية يمر بها أبنائنا؛ حتى نستطيع التعامل مع كل طفل أو مراهق بشكل يتناسب ومرحلته العمرية.

خامسًا: لديه خلفية علمية:

خلفيه علمية!!

ما هذا الكلام الكبير؟

- معنى هذا أنني يجب أن أقتني مكتبة تعج بالمراجع العلمية؟

- مطلقًا، ليس هذا ما أقصده، لكن ما أقصده هنا هو الخلفية العلمية البسيطة التي تؤهلك لذلك.

تكوين الجهاز التناسلي للجنسين؟

ما معنى بلوغ وما تفسيره العلمي؟

كيف يحدث الاحتلام أو من أين يأتي المني؟

هل للنساء مني أيضًا؟

كيف يحدث الحيض؟

كيف يتكوّن الجنين؟

وهكذا من تلك الأمور البسيطة التي تساعدك في الشرح والتوعية.

سادسًا: لديه خلفية دينية:

أيضًا لا تحتاج هنا أن تكون مفتيًا أو عالمًا من علماء الأزهر، لكن أن يتوفر لديك فقط ما لا يَسَع المؤمن جهله.

ما معنى ذلك؟

هناك بعض المعلومات في الدين لا يجب أن يجهلها أي مسلم.

- على سبيل المثال: في الصلاة يجب أن تكون ملماً بأركان الصلاة، ونواقض الصلاة والوضوء ... وهكذا.

- كذا فيما يخص التغيّرات الجسدية التي تحدث، مثل الحيض والنفاس، وكيفية الغسل منهما.

- حتى تستطيع أن تفرّق أيضاً بين المَنِيّ والمَذْيِ والوَدْيِ إذا سألك ابنتك متى يجب الغُسل ومتى يُكتفى بالوضوء (وهي سوائل يتحير البعض في التمييز بينها في اللون والقوام، كما أن البعض لا يعلمون كيفية التصرف تجاهها وهل صلاتهم هكذا صحيحة أم لا).

فماذا ستفعل إذا سألك ولدك عن ذلك ليعلم هل يغتسل أم يكتفي فقط بالوضوء، أم يجب أن يبدل ملابسه ومن ثمّ يتوضأ.

- حكم الاستحاضة والفرق بينها وبين الحيض؛ فقد يلتبس الأمر على ابنتك ويخرج منها بعض الدم بعد انتهاء فترة دورتها الشهرية، فما هو الحكم الشرعي: هل تصلي وتصوم أم ماذا؟

- في الصيام ماذا تفعل الحائض والنفساء .. تقضي الصيام فقط أم تقضي الصلاة والصيام معاً؟

- ماذا يفعل إذا استيقظ صباحاً ووجد سائلاً في ملابسه .. هل يصلي أم يغتسل أم يتوضأ؟

وهكذا من أمور الدين البسيطة التي لا يجب أن يجهلها أي مسلم؛ حتى يستطيع التصرف بشكل صحيح تجاه ما يمر به كل يوم.

إذن في النهاية بعد أن شرحنا المواصفات التي يجب أن يتحلّى بها الشخص الذي يقوم بالتوعية الجنسية، أرى أنك لا زلت تتساءل:

هل يجب أن يقوم الأب بذلك لولده والأم لابنتها، أم أن اختلاف الجنس لا يهم؟

حسنًا، إليك السؤال الذي سيجيب على تساؤلك:

هَبْ أن ذاك الأب ليس على علاقة جيدة بولده، أو تلك الأم لا تحكّمها سوى الأوامر والنواهي طوال اليوم، فما هو الحل؟

يجب أن نعلم في البداية أن نفس الجنس هو أفضل بكثير؛ أي إن الأب إذا ما صرح ولده بما يحدث له في البلوغ لهو أصدق من أن تقوم الأم بذلك. وأن الأم هي الأقدر بالطبع على شرح التطورات الجسدية التي ستحدث لابنتها، وأيضا التطورات النفسية التي ستمر بها.

لماذا؟

لأن نفس الجنس مرّ بنفس المرحلة، وهو الذي سيشرح من عقله وقلبه معًا؛ وذلك من خلال ما مر به هو نفسه وهو مرهق.

لأنه يعلم تمامًا احتياجاته ومشاعره، وحالته النفسية التي سيمر بها، وجميع التطورات الجسدية والنفسية التي سيمر بها.

لذلك نعم هو الأقدر..

الأب للولد..

والأم للفتاة..

لكن إن كانت العلاقة سيئة بينهما، فما هو الحل؟

هل يترك الإبن أو البنت عُرضةً لأي شيء قد يؤذيهم في المجتمع الخارجي؟

وهل يترك هكذا دون أن يمهد له أحد ما سيحدث معه في مرحلة المراهقة.

لذلك الحل الأمثل هو:

أن تتحسن علاقتك مع ولدك بنتًا كانت أم ولدًا؛ حتى تستطيع التعامل معه في هذه النقطة على وجه الخصوص. وإن لم يحدث ذلك فشريكك أولى بذلك؛ أي إن الأب إن لم يكن أهلاً لذلك فإن الأم ستقوم بذلك الدور للولد؛ حتى لا يُترك لمن يعلمه بالخارج والعكس.

أي إن المواصفات السابقة إذا ما انطبقت على:

الأم ..

الأب ..

معلم الأحياء ..

معلم القرآن الذي قد يكون مدخله من الناحية الدينية والشرعية، والتي تتحدث عن

الطهارة والاعتسال ..

الأخ الأكبر أو الأخت الكبرى ..

الخال أو العم، أو الخالة أو العممة.

أي شخص يتوافر فيه تلك الشروط هو شخص مؤهل لفتح حوار مع الطفل أو المراهق في

هذا الجانب، لكن يبقى الأب والأم دائمًا وأبدًا هما الأساس في كل شيء.

لذلك إن كانت علاقتك بأبنائك غير جيدة إلى وقت قراءة تلك السطور، فمن فضلك اترك ما في يدك الآن -حتى لو كان هذا الكتاب- وَصَعْ خُطَّةً جيدة لكي تقوم بتحسين تلك العلاقة على الوجه المطلوب، وتستطيع هنا الاستعانه بكتاب «كبسولات تربوية- الجزء الأول».



الحقبة الثالثة
التربية الجنسية
كيف؟

أولاً: كيف تقيم حوارًا؟

سواء كان يسألك أو كان يحكي لك موقفًا حدث له.

لا تعتبر الحديث حول التربية الجنسية واجبًا تقوم به مرة واحدة وحسب.

ولا شيئًا مرهقًا وهَمًّا ثقيلاً تريد أن تتخلص منه حتى ترتاح.

أعلم تماما أن الحديث فيه ليس بالأمر الهين؛ لأننا لم نعتد عليه في مجتمعاتنا، لكنه ليس شيئًا مستحيلًا.. فقط إذا أردته سهلاً فسيكون.

لذلك يجب أن تنتبه للتالي

1- المشاعر:

أهميتها في الحوار:

إن شرح التربية الجنسية للأبناء مجردًا من المشاعر لهو من أحد أسوأ الأمور.

فلو نزعنا عن الحوار المشاعر صرنا نتحدث كالألات، وشعرت بحاجز رهيب بينك وبين ولدك.

وأقصد بالمشاعر هنا مشاعر الحب غير المشروط .. الاهتمام .. التقبُّل .. والتعبير له عن ذلك.

لأن التربية الجنسية ليست درسًا في الرياضيات ستقوم بشرحه بطريقة آلية، ثم تكمل الباقي على ألتك الحاسبة؛ بل إنها مزيج بين اثنين:

حوار عقل لعقل:

عقلك الذي يتحدث إلى عقل ولدك؛ كي يوعيّه ويجعله مدرّكًا لنفسه بشكل أفضل، وواعيًا للحياة من حوله.

وحديث قلب لقلب ..

قلبك هذا الذي ينبض بحب ابنك حبًا غير مشروط بسلوك معين.

قلبك الذي يتحدث قبل لسانك، ويخبره أنك تحبه وتتقبله دون أي شرط.

ونحن نتحدث مع أبنائنا تتابنا مشاعر الخوف .. التوتر.. والقلق..

هذه المشاعر ناجمة عن بعض الأفكار مثل:

- سوف أخطئ وأخبره بمعلومات خاطئة.

- ماذا لو أخبرته بمعلومات تفوق عمره؟

- هذا الأمر محرّج ولا أستطيع التحدّث فيه.

هذه الأفكار هي التي تصدّر لنا مشاعر الخوف والقلق.

وللتغلّب على هذه المشاعر يجب أن نغير الفكرة التي نتبناها تجاه هذا الموضوع.

لذلك من الأفضل أن تستعيض عن الأفكار السابقة بالأفكار التالية:

- لماذا أقوم بذلك؟

لتثقيف ابني وعدم تعريضه لأي أذى أو أي معلومات قد تضره.

حتى لا يستغلّه أحد باسم العلم .. الدين أو الحب.

ليحامي نفسه من التحرش.

لأنه حق من حقوقه.

لأنها مشاعر سيتعرض لها وتطورات جسدية سيمر بها.

لأن قلبه سينبض بالحب ناحية الجنس الآخر في يوم ما.

لأنها احتياجات طبيعية خلقنا الله بها.

لأنه جزء من تكوينه الجسدي والنفسي، ومن حقه أن يتعلم عنه كل شيء مثلما يعرف جهازه الهضمي أو التنفسي.

لأنني أحبه، ومن واجبي أن أعلمه وأحميه.

كل تلك الأفكار عندما تفكر بها سثحيل مشاعرك تدريجيًا من مشاعر خوف وقلق، إلى مشاعر راحة واطمئنان. وسيكون من السهل عليك بعد ذلك أن تفتح معه حوارًا في تلك الأمور.

س: ماذا لو أخطأت؟

ج: لا ضير ..

نحن بشر ومعرّضون لأن نخطئ في أي شيء.

تقبّل بشريتك في الصواب والخطأ، طالما أنك تسعى وتبذل ما في وسعك.

الخطأ هنا هو أفضل كثيرًا من التجاهل.

لأن تجاهلك للأمر تمامًا يوصل رسالة لولدك أنه لا يعينك في شيء، ويستشف من ذلك أن هذا الأمر غير مهم، خاصة عندما يسألك ولا يجد اهتمامًا واضحًا منك، أو تجاهلاً مستمرًا؛ فإن ذلك يُشعره بعدم اهتمامك بشخصه.

أما إذا تحدّثت معه وأخطأت، فهو يعلم هنا أنك تحبه .. تهتم لأمره .. ترعاه وتحاول حمايته ووقايته بالمعلومات اللازمة التي تنير له الطريق، وتساعد على خوض غمار الحياة بشكل جيد.

أهمية المشاعر في العلاقة بين الزوجين:

يجب أن يفهم ولدك منك أن العلاقة الحميمة بين الزوجين يجب أن تتضمن مشاعر وعاطفة عالية. وذلك في غاية الأهمية حتى لا تصل له رسالة أنه واجب يجب عليه أن ينهيه جسديًا فقط، أو يتصور أنها غريزة جسدية فقط يجب إشباعها ..

فما الفرق حينها بين الإنسان والحيوان؟

2- طائرة أم سيارة:

عندما نتحدث يجب أن ننظر للموضوع من أعلى. تخيل أنك تركب طائرة وتنظر من الأعلى، ستجد المنظر أكثر اتساعًا، وستجد الرؤية أكبر كذلك، وذلك يختلف تمامًا عن نظرك من الأرض .. هكذا موضوع التربية الجنسية.

في حوارك لا تشرح فقط معنى الجماع أو التقاء الزوجين جسديًا فقط؛ لأنها ليست الهدف في العلاقة الزوجية ..

نعم هي احتياج مهم جدًا، لكنه احتياج يجب أن نُشبعه لنصل إلى الهدف الأسمى وهو تكوين أسرة والتعمير في الأرض، ثم الوصول إلى رضا الله.

فعند حديثك معه يجب أن تذكر لماذا يتزوج الإنسان.

وما الهدف من ذلك.

ما الهدف من إعمار الأرض.

ما هي احتياجاته في الزواج.

ما احتياجات شريكه.

تحدث معه عن المشاعر الراقية التي سيمر بها.

ومن ثمَّ تحدّث عن الحب الذي يُتوّج في النهاية بالعلاقة الحميمة عن طريق تلاقي الزوجين جسديًا لإفراغ تلك الطاقة الهائلة من الحب، والتي يجب أن تُشبع فقط عن طريق الزواج الشرعي، وليس عن طريق أي شيء آخر.

3 - لا تنتظر حتى يسألك. افتح حوارًا واخلق موقفًا:

بعض الأطفال لا يسألون، إما خجلاً وإما أنهم لا يهتمون.

فقد يكون لديك طفلان، أحدهما كثير التساؤل في هذه الأمور، فعندما تجد ذلك لا تتعجب بل يجب أن تفرح لأنه يسألك أنت وليس شخصاً آخر.

هذا الطفل في الغالب لا يكون كثير السؤال في تلك الأمور فقط، وإنما ستجده كذلك في كل أمور حياته. يُحِبُّ أن يسأل ويستكشف، ويدفعه الفضول لأن يتعرف على العالم من حوله.

والآخر لا يسأل في تلك الأمور، وقد تجد رغبته في السؤال في أمور أخرى ليست بنفس درجة أخيه.

لذلك لا تنتظره حتى يسألك. بل اخلق أنت موقفاً، أو اطرح سؤالاً كما سنورد لاحقاً؛ لأنك لو انتظرت فستنتظر طويلاً.

حدث بالفعل

كنت في ورشة عمل لفتيات من 12 إلى 15 عام في إحدى المدارس، وكنت أتحدث معهن عن مشاعر الحب وعن تطورات جسد الأنثى، وعن تعريف الحيض وعن خصوصية أجسادهن ..

كانت الاستجابة عالية من بعض الفتيات.

هناك من كانت منتبهة بشدة، وهناك من إذا نظرت إلى ملامحها شعرت أنها لا تبالي، أو أنها ما زالت لا تفهم شيئاً ما، أو أن هناك ما هو غامض بالنسبة لها.

وهناك من لا تهتم أصلاً.

بعد أن شرحت معنى الحيض، قامت إحدى الفتيات بسؤالني عن السائل الذي يخرج منها بعد مشاهدة فيلم رومانسي يقبل فيه البطل البتلة.

كانت تلك الفتاة تبلغ الثانية عشرة من عمرها.

بالطبع لم أتعجب؛ فتلك طبيعة عمرها لأنها قد بلغت.

في حين لاحظت أن هناك فتاة في نفس العمر لم تنتبه للسؤال أصلاً، ولم تفهم معناه، وكأنها ما زالت طفلة لم تتعدَّ السابعة من عمرها.

أما باقي الفتيات فقد شعرن بالحرَج من السؤال.

حسناً ماذا حدث هنا؟

الفتاة الأولى التي بادرت بالسؤال فتاة قد بلغت بالفعل، ومرت بعدة تغيرات نفسية وجسدية.

تلك الفتاة لها رغبة جسدية أيضاً، وشعرت بسائل يخرج من جسدها بعد مشاهدة هذا المشهد الرومانسي، ولم تعرف كيف تتصرف حيال ذلك.

أما الفتاة الأخرى فلم تفهم شيئاً؛ لأنها لم تمر بتلك التغيرات.

وباقى الفتيات شعرن بالتحرُّج؛ لأنهن قد يكرنَّ مررناً بنفس التجربة، لكن الخجل قد منعهن من السؤال.

قد يتبادر إلى ذهنك الآن سؤال، وهو: هل هذا صحي أن نضع هؤلاء الفتيات في فصل واحد، ونقوم بتوعيتهن بنفس الموضوع؟

الإجابة: نعم.

صحيح أن تلك الفتاة لم تبُلغ بعد، لكنها على وشك ذلك.

لذلك يجب أن تفهم وتتعلم ما سيحدث لها من تغيرات جسدية، وما ستشعر به حتى لا تنزعج مثل الفتاة التي سألت.

بَعْضُ النظر عن أنها يجب ألا تشاهد تلك الأفلام، لكن دعونا نكُن واقعيين قليلاً؛ لأن هذا هو الواقع يا سادة. لذلك دورك في غاية الأهمية في التربية والرعاية والحوار عن دورهم في الحياة، وعن التغيرات التي ستحدث لهم، وأن ذلك أمر طبيعي يمر به الجميع.

لذلك يجب ألا تنتظر حتى يسألك ابنك أو ابنتك، بل بادر أنت بخلق الجو الملائم، وتحدّث عن ذلك قبل أن يتحدث فيه غيرك.

4 - كيف تجيب على الأسئلة؟

انطلاقاً من معرفتك بالمرحلة العمرية التي يمر بها أبناؤك، فإنك من ثمّ ستتعلم كيف تتحاور مع كل مرحلة بما يتناسب معها، وسيوضّح ذلك بالتفصيل فيما بعد، لكن يجب عليك أن تراعي بعض القواعد مثل:

1- الإنصات:

الإنصات يختلف عن الاستماع.

الاستماع مثلما تجلس لتقرأ كتاباً، لكنك في نفس الوقت تسمع صوت التلفاز .. صوت الجيران .. قطة في الشارع .. خلافاً للأبناء.. وهكذا.

لكن الإنصات يضعك في دائرة مختلفة، وهي دائرة الاهتمام بولدك.

أن تنصت معناها أنك تجلس أمامه في جلسة خاصة، وتوجه له جميع اهتمامك، وجسدك موجّه له، وعيناك تنظر إليه لا إلى هاتفك الجوال.

وأنت تُنصت إلى كلماته حاول أن تُنصت أيضًا إلى الكلمات التي وراء حوارهِ، الكلمات التي لم يصرّح بها.

أنصت إلى مشاعره ..

أنصت بقلبك لا بعقلك فقط؛ لأن ذلك سيعطيك فرصة للتعاطف معه وتقدير مشاعره.

2- لا تقاطع:

لا تقاطعه أبدًا .. مهما حدث، وإن خشيت النسيان فاستأذنه في أن تقوم بتدوين بعض الملاحظات؛ لأنك لا تريد مقاطعته.

3- التعاطف:

تعاطف معه؛ أي قدّر مشاعره، وأخبره أنك تشعر به وبما يعاني..

ضع نفسك مكانه وأنت في عمره؛ مما سيخفف عنك وطأة الحدث أو السؤال الذي يقوم بطرحه.

4- إياك والحكم عليه:

لا تحكم عليه ولا تطلق أحكامك جزافًا، بأن تقول له: أنت مخطئ! كان يجب أن تفعل كذا وكذا.

أو هذا حرام.

أو تستنكر تمامًا مثل:

كيف فعلت ذلك؟!

هل ربيتك على ذلك؟!

فإن ذلك من شأنه أن يجعله يكذب في بقية الحوار، أو ينسحب، أو أضعف الإيمان لن يحكي لك مرة أخرى.

5- التقبل:

أظهر تقبُّلك له أيًّا كان ما يحكيه، حتى وإن كان شيئًا محرَّمًا.

تقبُّلك لشخصه، وفصل حبك له عن السلوك الذي قام به، وتعاملك معه على أنه بشر مثلك يخطئ ويصيب. كل ذلك يصل إلى ولدك حتى دون أن تصرح به.

6- الحب غير المشروط:

قد يصل لأبنائنا في بعض الأوقات أننا نحبهم بسبب تفوقهم الدراسي ..

أو تفوقهم الرياضي ..

أو بسبب أخلاقهم الكريمة ..

أو بسبب مواظبتهم على الصلاة ..

كثيرًا ما يربط بعض الآباء حبهم لأبنائهم بتلك الأشياء.

حسنًا ماذا ستكون ردّة فعلك لو حدث العكس؟

ماذا لو لم يصلّ؟

أو لم يكن متفوقًا في دراسته؟

هل ستحبه حقًا؟

أسمعك تقول نعم، أنا أحب أبنائي؛ فتلك فطرة خلقها الله بنا.

لكن تلك ليست المشكلة أيها الوالد العزيز، إنما المشكلة تكمن في أنك تُظهر له عكس ذلك.

أي إنك تعامله بطريقة سيئة أو قاسية، فيتلقى ذلك منك على أنك لا تحبه؛ لأن الأبناء لا يفهمون بالطبع مشاعر الآباء؛ لأنهم لم يمروا بها، ولن يفهموا ذلك إلا إذا حدّثتهم أنت عن مشاعرك، أو أظهرت تصرفات منك تدل على ذلك.

وبطبيعة الحال عندما ينطبق ذلك على أي موقف خاص بالتربية الجنسية، مثل أن يصارحك ولدك بشيء مُشين فعله، فإنك على الفور توجّه له كلامًا سلبيًا مثل:

أنت سيئ ..

ستدخل النار ..

سيعاقبك الله ..

لن يحبك الله ..

أنا لن أحبك ..

إلى آخره من الجمل السلبية التي تجعله ينفر من نصيحتك، ويعاهد نفسه ألا يلجأ إليك مرة أخرى.

من هنا يجب أن تشعره أنك تحبه حباً غير مشروط، أو مرتبط بتصرفات معينة.

إن أخطأ يجب أن تعلق فقط على السلوك الذي قام به وليس على شخصه، ولا تربط ذلك بحبك له.

7- أعد عليه ما قاله:

أعد عليه ما قاله مرة أخرى؛ حتى تتأكد من أنك فهمته جيداً.

هل تقصد أنك تشعر الآن بكذا؟

فهمت من كلامك أنك شاهدت مشهداً سيئاً. ماذا شعرت حينها؟

تقصد أن المعلم قال كذا؟

واترك له فرصة أن ينفي أو يثبت كلامك حتى يتسنى لك فهمه جيداً؛ لأن الفهم الجيد

للمشكلة يجعلك تعالجها بشكل أفضل.

8- الاعتذار:

اعتذر: اعتذر إذا سألك سؤالاً ولم تستطع الإجابة عليه، إما لأنك غير مهياً، أو لأنك لا تعرف الإجابة.

وَعِدَهُ أَنْكَ سَتَجِيبُهُ عَنْ سُؤَالِهِ فِي تَوْقِيتِ كَذَا، وَحَدَّدَ لَهُ التَّوْقِيتَ حَتَّى لَا يَشْعُرَ أَنْكَ تَتَهَرَّبُ.

- عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: غَدًا مَسَاءً.

- بَعْدَ أَنْ تَعُودَ مِنَ الْمَدْرَسَةِ.

9- اسأله .. بِمَ تَشْعُرُ؟

بَعْدَ أَنْ يَنْهِيَ حَدِيثَهُ تَأَكَّدُ أَوْلًا أَنَّهُ قَدْ انْتَهَى .. حَاوِلْ أَنْ تَوْقِفَهُ بِلُطْفٍ وَاسْأَلْهُ:

بَعْدَ أَنْ تَحَدَّثْتَ عَمَّا حَدَثَ، مَاذَا تَشْعُرُ الْآنَ؟

قَدْ يَرْتَبِكُ وَلَا يَسْتَطِيعُ التَّعْبِيرَ عَنْ مَشَاعِرِهِ بِدَقَّةٍ فَيَصْمِتُ.

أَوْ يَخْبِرُكَ بَعْدَ أَشْيَاءَ بَعِيدًا عَنِ الْبُوحِ بِمَشَاعِرِهِ؛ لِأَنَّ ذَلِكَ الْمَوْقِفَ جَدِيدٌ عَلَيْهِ.

فَيَتَطَرَّقُ لِأَشْيَاءَ أُخْرَى فِي الْمَوْقِفِ، أَوْ يَطْرَحُ عِدَّةَ أَسْئَلَةٍ أُخْرَى؛ لِأَنَّكَ يَجِبُ أَنْ تَسَاعِدَهُ بِطَرَحِ بَعْضِ الْمَشَاعِرِ عَلَيْهِ، مِثْلَ:

هَلْ تَشْعُرُ بِالضِّيقِ؟

هَلْ أَنْتَ غَضَبَانٌ؟

هَلْ تَشْعُرُ بِالرَّاحَةِ؟

حَسَنًا، مَاذَا نَفَعَلْ كِي يَزُولَ هَذَا الْإِحْسَاسُ؟

لِمَاذَا تَشْعُرُ بِعَدَمِ الرَّاحَةِ؟

هَذَا سَيَسَاعِدُهُ كَثِيرًا فِي عِدَّةِ أَشْيَاءَ:

أن يحدد مشاعره حيال الموقف.

أن يتعلم التعبير عن مشاعره.

سيشعر كذلك بالراحة لأنك تسأله عن مشاعره، وذلك في حد ذاته يعطيه الأمان ليكمل الحديث ويطمئن إليك، ويعلم أنه لم يخطئ عندما اختارك ليعطيك سره.

10- قدر مشاعره:

تعرضت سالي (8 سنوات) للتحرش الجنسي. لاحظت أمها أنها لا تريد أن تأكل وصارت تجلس بمفردها، ولا تريد أن تتواصل مع العائلة، ولم تعد حتى تريد الذهاب إلى بيت جدتها الذي كانت تنتظر زيارته كل أسبوع بفارغ الصبر.

إنتهزت الأم فرصة ذهاب إخوتها إلى بيت الجدة، وأخبرتها أنها تُعدُّ لها مفاجأة. سألتها ما هي، لكنها أخبرتها أنها مفاجأة، والمفاجآت يجب ألا تُخبرَ عنها إلا في الوقت المناسب. أخبرتها أنها ستخرج معها وحدها في مكان هي تحبه، ولن تفصح عنه الآن.

وبعد فترة قضياها سوياً في السيارة بين ضحك وحديث مرح، وجدت سالي نفسها أمام مدينة الملاهي التي تعشقها.. كانت حقاً مفاجأة رائعة، ومن الواضح أنها ستخرج سالي من الحالة التي تمر بها.

بعد الانتهاء من اللعب تماماً، جلسنا سوياً لتناول الغداء، واشترت لها أمها الآيس كريم الذي تحبه.

كانت الأم تجلس بجوار ابنتها وتتنظر تجاهها عندما بادرتها:

- سالي حبيبتي أنا أعلم أنك تتألمين من شيء ما ..

ألاحظ هذا عليك منذ عدة أيام ..

- حقًا يا أمي؟ ماذا تعلمين؟ وكيف علمت ذلك؟

- حبيبتي أنا أمك، وأشعر دومًا بك. إن كان هناك ما يؤلمك أو يؤذيك فإنني أشعر بك حتى لو لم تتحدثي عنه.

تستطيعين أن تخبريني كي أساعدك.

في بعض الأحيان يكون للكبار خبرة للتعامل في مواقف معينة؛ فقد يكونوا مرؤوا بها من قبل، لكننا لا نعرف ذلك إلا إذا تحدثنا إليهم، وكذلك لن نستطيع أحد مساعدتنا إلا إذا تحدثنا.

- أنا أخاف.

- ممّ تخافين؟

- أخاف منك ومن أبي؛ فقد تظنان أنني أخطأت، وفي حقيقة الأمر أنا لم أخطئ .. لا، ربما أكون أخطأت ..

- حسنًا، ما رأيك في شيء ..

أن تخبريني، وأيًا كان ما حدث فأعدك أنني سأفهم ذلك وأقدره تمامًا ..

حتى لو أخطأت، ما المشكلة؟ جميعنا بشر وجميعنا وارد لديه الخطأ.

حبيبتي نحن لسنا ملائكة.

تصمت قليلاً، تنظر للأرض ثم تخبرها أن شخصًا قام بالتحرش بها في المصعد. تنصت الأم للنهاية، وتتفاعل معها بلامح وجهها، ثم بعد الانتهاء تعانقها عناقًا دافئًا طويلًا ..

ثم تنظر في عينيها قائلة:

- سالي حبيبتي، كم أنت شجاعة؛ لأنك رأيت أن ذلك خطأ، فقامت برفضه، ولأنك حكيت لي!

حبيبتي، أنت لست مخطئة؛ بل هو المخطئ، وسينال جزاءه عندما أحكي لأبيك.

أشعر بك تمامًا. هل تعلمين أنني عندما كنت في مثل عمرك وتعرضت لموقف مشابه، انتابتنى مشاعر غضب وحيرة وألم، لكنني قررت حينها أن أتحدث مع أحدهم. لم تكن أمي قريبة مني بالدرجة الكافية حتى أخبرها بشيء كهذا. وبطبيعة الحال خجلت من أبي. فلم أجد إلا أختي الكبرى التي أسررت لها بما حدث. وقد ساندتني كثيرًا وأعطتني القوة كي أحكي لأبي وأبي؛ مما جعلهم يتخذون موقفًا صارمًا مع هذا الشخص، بعدها شعرت تمامًا بالراحة.

المشكلة التي تواجه بعض الآباء هي أنه ما إن يسمع المشكلات من تلك النوعية فإنه لا يستطيع الصبر. فإما أن يأخذ في مقاطعة ولده كثيرًا ليسأله، وذلك طبعًا من باب القلق عليه. أو أنه يصدر أحكامه عليه بأنه أجرم أو أخطأ.

لذلك نقول لك إنك يجب أن تعطي ولدك الفرصة حتى يتحدث وينهي حديثه إلى النهاية، ولا تحكم عليه حتى وإن كان مخطئًا حقًا؛ فهو بشر مثلي ومثلك، ومن الطبيعي أن يخطئ. المهم أن يتعلم منك كيفية التعامل مع الخطأ؛ كي يتعلم شيئًا جديدًا كما ذكرنا سابقًا.

11- شجّعه واشكّره:

هذه الخطوة في غاية الأهمية.

يجب أن تخبره:

لا تعلم كم أنا سعيد لأنك تسألني عن ذلك!

أشكرك لأنك اخترتني للإسرار لي بهذا الأمر.

أنا سعيد لأنك تسألني وتستفسر عن بعض الأشياء، هذا يعني أنك تكبر.

أنا موجود في أي وقت إذا ما خطر لك أي سؤال.

أنا هنا إذا تعرضت لأي أذى.

لا تخجل أبداً مني، ولا تتردد في أن تخبرني بأي شيء.

أنا موجود لمساعدتك في أي وقت.

مهما كان الحدث لا تخف، تعال فقط وأخبرني، وأعدك أنني سأفعل مثلما فعلت الآن،

سأنصت لك ثم أساعدك في إيجاد الحل المناسب.

أشكرك على صراحتك واعترافك بخطئك.

5- كيف تطرح السؤال:

ذهب آدم 10 سنوات مع والده إلى الريف لزيارة عمه، فشاهد البقرة وهي تلد.

- هل شاهدت البقرة وهي تلد يا آدم؟

- نعم يا أبي.

- ماذا لاحظت؟

يصمت في خجل ولا يجيب.

- هل لاحظت يا آدم ان المولود كان ضعيفا جدا.

- نعم لكنها كانت تتألم بشدة.

- نعم يا حبيبي، لكن هل رأيت ماذا فعلت بعد أن رأيت صغيرها؟

- لقد تعجبت كثيرا يا أبي، لقد صمتت عن النواح بعدما كان صوتها قويًا وغريبيًا وهي تتألم بشدة، لم أكن أعلم أنها ستصمت وتحتضن وليدها كي ترضعه، وكأن شيئًا لم يكن.

- هذه سُنَّة الحياة يا حبيبي، يحدث ألم بسيط في البداية؛ لكي تحصل على شيء تحبه. سأضرب لك مثالًا .. قبل الامتحان، ماذا تفعل؟

- أستاذك كثيرًا.

- لماذا؟

- لأنني أريد أن أحصل على درجات عالية.

- حسنًا، وماذا سيحدث إن لم تستذكر كما يجب؟

- لن أحصل على ما أريد، وقد أرسب.

- وهل تستمتع بهذه المذاكرة؟

يصمت ويبتسم ..

- أصدُقك القول يا أبي، لأ استمتع إلا في مادة اللغة العربية فقط؛ لأنني أحب معلّمها. أما باقي المواد فلا أجد أي متعة في مذاكرتها، كما أنني أقوم بإلغاء أي شيء خاص باللعب مع أصدقائي ووقتي على البالي ستيشن.

- يعني أنك تُقلِّص من أوقات متعتك؟

- نعم.

- وبماذا تشعر بعد الحصول على شهادتك؟

- بسعادة غامرة.

هكذا هي عملية الولادة .. تتعب الأم في البداية، لكنها ترتاح بعد أن ترى وليدها، وتشعر بسعادة غامرة أنه بين ذراعيها.

يصمت قليلاً، ثم يُردف في تردّد:

لكن لديّ سؤال يا أبي.

- ما هو يا حبيبي؟

يتردّد مرة أخرى فيساعده والده:

- أنا هنا لأجيبك على أي شيء، لا تتردد ولا تخجل.

- حسناً، لماذا تلد هذه البقرة من ذلك المكان؟ أوليس هذا هو مكان قضاء الحاجة؟

- هذا المكان يا حبيبي موجود به فتحتان: فتحة مرتبطة بالجهاز البولي، وهي الفتحة التي يخرج منها البول وقت قضاء الحاجة. والفتحة الأخرى مرتبطة بالجهاز التناسلي، وهو المكان الذي يوجد به الرحم.

- وهل هذا في الإنسان أيضًا .. هل تلد النساء هكذا؟

- بالطبع يا حبيبي.

- لكنني كنت أظن أن النساء يلدن من بطونهن.

- هناك بعض السيدات لا يستطعن أن يلدن من هذا المكان، ويقوم الطبيب بعمل فتحة بسيطة في البطن من الأسفل ليخرج المولود.

- وما هو الرحم؟

- هو البيت أو المكان الذي يعيش به الجنين منذ أن كان نقطة ماء صغيرة، حتى يكبر ويصبح جنينًا، وهو يستقر في هذا المكان لكي يحافظ الله عليه من أي شيء قد يحدث بالخارج. يظل الجنين في رحم الأم يأكل ويتغذى عن طريق الحبل السري؛ وهو حبل يربط بين الأم والجنين حتى يستطيع أن يأكل وهو بداخل رحمها. وبعد عدة أشهر يأذن الله له في الخروج. فمثلًا في الإنسان يظل الجنين في رحم الأم من سبعة إلى تسعة أشهر تقريبًا. أما في الحيوانات فهو يختلف من حيوان لآخر.

ماذا فعل الأب هنا؟

- طرح سؤالًا مغلقًا في البداية (السؤال المغلق ما تكون إجابته بنعم أو لا).

- ثم طرح سؤالًا مفتوحًا (إجابته مفتوحة ولا تنحصر في نعم أو لا فقط)، وقد قام بذلك عندما وجد ولده لا يستفيض معه في الكلام ولا يطرح أي تساؤل.

- فتح حوارًا حول الموضوع، ثم أعطاه معلومات بسيطة تتناسب مع مرحلته العمرية.

ثانيًا: كيف تعبر بلغة جسدك

أول شيء يجب أن يوضع في الاعتبار أثناء الحديث هو لغة الجسد، وبالأخص تعبيرات الوجه ونظرات العينين.

نظرات العينين:

يجب أن تكون نظرات العين هادئة مطمئنة، توحى بالحب والود والتفاهم، لا أن تكون نظراتك:

حادة أو متوترة.

أو نظرات شك وريبة.

أو خائفة من أي سؤال قد يسأله لك ولدك.

وحتى تتمكن من ذلك يجب أن تقوم أنت أولاً بتقبُّل فكرة أن ولدك قد كبر، ومعنى أنه يسأل فإن ذلك شيء جيد، يدل على صحته النفسية ونموه الطبيعي؛ لذلك لا تجزع.

تعبيرات الوجه:

يجب أن تكون صادقة وغير مستنكرة مهما سمعت من أسئلة أو تعليقات، أو مواقف مستهجنة أو حتى مشينة.

هل أضحك أم أتجهم؟

لا هذا ولا ذلك.

1- لا تضحك بصوت عالٍ.

الضحك بصوت عالٍ يدل على شيئين:

إما السخرية من السؤال، وبالتالي سيشعر ولدك أنك تسخر من مشاعره.

أو أنه سيفهم منك رسالة مفادها أن هذا الموضوع غير مهم أو تافه، وليس بهذا القدر من الجدية. ومن ثمّ سيقوم بالضحك والقهقهة معك.

يجب أن تكون ملامح وجهك جادّة لكنها مبتسمة.

أي ابتسم وأنت تتحدث، لكن يجب أن يفهم من ملامحك أنك تتحدث في أمر مهم.

تمامًا كما يشرح المعلم الجهاز التناسلي في المدرسة.

هو يقوم بالحديث عن شيء جاد ومهم، لكن ذلك ليس معناه أن يكون عبوسًا، وليس معناه أن يبدأ في الضحك، فيحدث الهرج والمرج في الفصل، وتصل رسالة إلى الطلاب أن هذا الموضوع مثير للسخرية.

ونقول ذلك حتى يعلم الطفل أن هذا تطور طبيعي، يحدث له ولجميع البشر، ويجب أن يتعلمه مثلما يتعلم عن الجهاز الهضمي والدوري.

2- لا تُظهر الاشمئزاز من السؤال:

لا تبدي الاشمئزاز أو التقرُّز على وجهك.

لماذا؟

يربط الطفل تعبيرات وجه والديه ببعض المواقف التي تحدث له.

ومثال على ذلك أنك إذا أبدت انزعاجك أو تقززك، فإنه يصبح لديه ارتباط شرطي بين هذا الموضوع وبين الشعور بالتقزز.

أي عند الزواج على سبيل المثال ستتذكر ابنتك تعبيرات وجهك وأنت تتحدثين عن الجماع وكأنه شيء مقزز أو سيئ

وتربط، الحديث عن الحمل والولادة بالألم على سبيل المثال، فترتبط تلك الفترة معها بالألم بعد الزواج.

ومن واقع الاستشارات قد يأتي الزوج يشتكي أن زوجته تشعر بالتقزز كلما اقترب منها، وعند البحث في تاريخ زوجته، نجد أن السبب في ذلك هي الأم التي كانت تُشعرها دومًا أن الحديث حول هذه الأمور هو شيء مقرف.

إحترس فإن أي شيء يبدو على وجهك سيؤثر في أبنائك فيما بعد.

3- تحكّم في غضبك:

لا تُبدِ غضبك من سؤال ابنك أو تصرفه، حتى وإن كنت غاضبًا حقًا.

حاول أن تتمالك نفسك، بأن تغير الفكرة كما قلنا من قبل؛ حتى تتغير مشاعرك، ومن ثمّ يتغير سلوكك معه ..

فبدلاً من أن تفكر في أنه ولد غير مؤدب أو سيئ الخلق، غير الفكرة إلى أن ذلك تطور طبيعي لكي ينمو، وأن سؤاله لك أفضل من أن يسأل غيرك.

في الحقيقة التالية سنعرض كل مرحلة من المراحل العمرية للأبناء، كل على حدة، وتنقسم المراحل إلى:

من الميلاد إلى عامين.

من ثلاثة إلى خمسة أعوام.

من ستة إلى ثمانية أعوام.

من تسعة إلى اثني عشر عامًا.

من اثني عشر إلى ثمانية عشر عامًا.

وستتضمن كل مرحلة ما يلي:

- خصائص النمو لكل مرحلة:

لماذا نذكر خصائص كل مرحلة؟

لأنه قد تواجهك بعض التحديات في أي مرحلة، فلا تعتبر ذلك صادمًا أو مشكلة كبيرة؛ لأنك إذا علمت أن ذلك من سمات تلك المرحلة، فسيختلف تفكيرك كثيرًا؛ وبالتأكيد ستشعر بالراحة لأنك ستشعر أن ذلك أمر طبيعي، ويتبقى فقط بعض الخطوات البسيطة التي ستقوم بها، وذلك ما سنشرحه تحت بند التحديات في كل مرحلة).

- مفاهيم يجب أن تعلمها له.

- تحديات ستواجهك.

- (حدث بالفعل) أو كبسولة تربوية.



الحقبة الرابعة
التربية الجنسية
متى؟

أولًا من الميلاد إلى عامين

* خصائص النمو في تلك المرحلة هي:

- عدم التحكم في خروج البول أو البراز.
 - إكتشاف نفسه عن طريق تحسُّس الأماكن الخاصة.
 - انتصاب العضو خلال النوم.
- * لذلك يجب أن نتفهم تلك الخصائص جيدًا، وأنه بحاجة لمزيد من الاحتواء ومزيد من الحرية؛ حتى تنمو شخصيته وينمو جسده بشكل صحي.

* مفاهيم يحتاج الطفل لتعلمها في هذه المرحلة:

- النظافة.
- خصوصية جسده.

أولًا النظافة:

سُدرج هذا المفهوم في السطور التالية تحت عنوان «التحدى الرابع». «تحديات هذه المرحلة وكيفية مواجهتها».

التحدي الأول

يُفضّل البقاء عاريًا

كبسولة تربية

كنت في النادي مع زوجتي وأطفالي، وأصرت ابنتي ألا أقوم بمساعدتها وهي تستحم؛ حيث إنها بدأت تكبر وصارت تستحييني مني، فقامت معها والدتها، واضطرت أنا لتحميم طفلنا الصغير البالغ من العمر عامين. وما إن خلعت عنه ملابسه حتى تركني وركض وهو عارٍ تمامًا. كنت أركض وراءه وأنا أصرخ كالمجنون، والناس تشاهدني وتضحك. وما إن أمسكت به حتى قمت بالصراخ في وجهه، ولولا صغر سنه لضربتته بسبب الموقف الذي وضعني فيه.

أعلم أن تصرفي غير صحيح، ولم أدرك ذلك إلا بعد انتهاء الموقف بعدما هدأت قليلاً اكتشفت أنني أنا الذي كان يجب أن أتوخى الحذر أكثر من ذلك. لكن الحرج الذي وُضِعْتُ فيه أمام الناس جعلني أغضب بهذا الشكل. ماذا عليّ أن أفعل إن تكرر ذلك الموقف مرة أخرى؟

ما الخطأ في الموقف:

أنه ركض وراءه كالمجنون؛ لأنه رأى أن تصرف الولد خاطئ، ثم صرخ في وجهه.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

يحب الطفل في هذه المرحلة أن يتحرر من أي شيء حتى من ملابسه.
يجب أن ندرك أنه ليس مثل البالغين يفكر ويُعْمِل عقله، ولا يعرف معنَى للقيود
والاعتبارات التي نضعها نحن الكبار.

الكبسولة التربوية تقول:

قد يركض منك طفلك وهو عارٍ تمامًا، لا تنهره ولا تصرخ في وجهه؛ بل اركض وراءه وأنت تحمل منشفته، وأمسك به من ظهره برفق، واحتضنه وضمِّه إلى صدرك داخل المنشفة.

أعلم كيف كان الأمر محرِّجًا أمام الناس، لكن في النهاية هو طفل لا يُحاسب على تصرفاته. وأعتقد أنك ستتذكر الموقف بعد ذلك وتبتسم.

التحدي الثاني: مأساة ارتداء الحفاض كبسولة تربية

ولدي يبلغ من العمر تسعة أشهر، كلما حاولت أن ألبسه حفاضه، أجده يصرخ وبشدة وكأنني أعدُّبه، وإذا ما ارتداه أجده يحاول نزعه بعد قليل، ثم ما يكون مني إلا أن أحمله عنوة، وأجعل أخاه يمسك بيديه جيدًا، وألبسه له مرة أخرى، وإذا نزعه أضربه على يده.

ماذا أفعل؟ هل أجعله يرتديه عنوة أم أتركه بدون ارتدائه في المنزل؟ فالأمر شاقٌّ جدًّا في الحالتين.

ما الخطأ في الموقف؟

الأم هنا تجبر طفلها الذي لم يكمل العام على ارتداء شيء هو لا يطيقه، تمامًا كما يجبرك أحدهم على تناول القلقاس وأنت لا تحبه.

وهي لا تعلم أن من احتياجات تلك المرحلة الحاجة للحرية؛ فهو لا يحب القيود، ويستمتع بالتححرر من أي شيء، خاصة وإن كان ذلك الشيء بغيض مثل الحفاض الذي يقيد حركته.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

كما ذكرنا سابقًا .. الطفل في هذه المرحلة يحب أن يبقى عاريًا.

لذلك يختنق من ارتداء الحفاض، وله كل الحق في ذلك. تخيل أنه يرتدي شيئًا صناعيًا (حتى وإن كان من القطن) يلتفُّ حول جسده أربعًا وعشرين ساعة. تخيلي نفسك وأنت تقضين يومك بأكمله خارج المنزل مرتدية بنطالًا من الجينز الضيق، والجو خانق والحرارة عالية، كيف ستشعرين؟

الكبسولة التربوية تقول:

يجب أن تحاولي تخفيف ارتداء الحفاض قليلًا في المنزل ..

على الأقل بعد العودة من الخارج ولو لنصف ساعة فقط.

أعلم أن ذلك ليس بالأمر الهين، لكنه سيسهّل فارقًا في حركة طفلك ونفسيته وسعادته، وستلاحظين كمَّ السعادة الهائلة التي تعتريه عندما تخلعين عنه الحفاض لمدة دقائق.

وكأنه ينادي «إنها الحرية»!

التحدي الثالث

فقرة التدريب على الحمام

كبسولة تربوية

أتم ولدي عامًا كاملاً بالأمس، وإلى الآن لا يتحكم في نفسه. وكلما دربتُه أجده يجلس طويلاً لكنه لا يحلو له قضاء حاجته إلا بعد أن يرتدي ملابسه، لقد تعبت من هذا الأمر، وكثيراً ما أجبره على الجلوس لساعتين أو ثلاث يظل فيها يعاندني ويقوم، ثم أضغط عليه وأجسسه فيصرخ، ونظل هكذا حتى تخور قواي.

أنا أشعر بالإحباط، كما أشعر أنني أم فاشلة، خاصة وأن بعض الصديقات يخبرنني أنه قد كبر ويجب أن يتدرب على قضاء الحاجة، وأنه هكذا تأخر؛ لأن أبناءهن تدربوا على قضاء حاجتهم في سن أصغر.

ما الخطأ في الموقف؟

تجبر الأم ولدها ذا العام الواحد على قضاء حاجته لمدة ساعتين أو تزيد.

تدلي كل صديقة بدلوها، وتنساق هي وراء كلامهن الذي يؤدي أكثر مما يفيد؛ مما يجعلها تشعر بالفشل والإحباط.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

أنت لستِ أمًّا فاشلة.

أنت أم رائعة؛ لأنك تحاولين التعلُّم وتقلقين بشأن ولدك، وذلك أمر طبيعي.

أرجو فقط ألا تستمعي لنصائح الأخريات؛ فقد تمر صديقتك بتجربة قد تُجدي نفعًا معها، لكنها لن تُجدي معك، وخاصة إذا علمت أن هذا ضد الفطرة الطبيعية للطفل.

الكبسولة التربوية تقول:

في السنة الأولى والثانية يكون من الصعب التحكم في البول أو البراز لدى الطفل، لكن بالتدرج يصبح ذلك أسهل؛

لذلك يجب عدم الضغط عليه في أن تقومي بتدريبه على قضاء حاجته من الشهر الرابع أو الخامس من ميلاده، مثلما فعلت صديقتك؛ لأن ذلك لن يجدي نفعًا، بل بالعكس، قد يُحدِث

ذلك مشكلات للطفل فيما بعد.

والسبب في عدم الضغط على الطفل في سن مبكرة، هو أن العضلات المتحكّمة في المثانة (المسئولة عن التحكم في البول) وعضلات المستقيم (المسئول عن التحكم في البراز) لم يكتمل نموها بعد، ويصبح ذلك كمن يقوم بالضغط على طفل لم يتم عامه الأول كي يمسك القلم ويكتب تمامًا مثلما يكتب الكبار.

يجب أن نحترم تطور الطفل ونموه الطبيعي؛ لأن عكس ذلك هو بمثابة السباحة ضد التيار، وكأنك تعملين ضد الفطرة والطبيعة التي فطر الله الخلق عليها.

لذلك ضغطك عليه قبل سن عامين هو ضرب من ضروب المشقة التي لن تُجدي .. كما أن تدريبه بعد العامين سيكون أسهل بكثير.

فقط حاولي أن تجربي.

التحدي الرابع

إستهلاك الحفاض

كبسولة تربية

أستهلك الكثير من الحفاض. لا أبالغ إن قلت إنه قد يصل لتكلفة الطعام والشراب في منزلنا. أصبح ذلك مرهقًا جدًّا؛ لذلك أصبحت لا أغيّر الحفاض لابنتي إذا تبولت فيه في نفس

الوقت، بل أتركها عدة ساعات؛ مما يجعلها في بعض الأوقات تحاول نزعها أو تضع يدها بداخله وتتحس نفسها. هل هذا سيؤثر عليها سلبيًا .. على صحتها الجسدية أو النفسية؟

ما الخطأ في الموقف؟

تترك الأم الحفاض لابنتها عدة ساعات بدون تغييره.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

في هذه المرحلة نعلم الطفل مفهوم النظافة.

ومفهوم النظافة لا يتنافى مطلقًا مع مبدأ خلع الحفاض والاستغناء عنه ولو لنصف ساعة، كما ذكرت من قبل.

تستطيعين حل مشكلتك المادية بأي طريقة أخرى، سوى أن تتركها هكذا لعدة ساعات.

الكبسولة التربوية تقول:

ستتعلم منك طفلتك منك مفهوم النظافة عن طريق:

1- تغيير حفاضها فور أن يتسخ.

لأن عكس ذلك سيسبب لها بعض الالتهابات التي قد تؤذيها، وهذا ما يجعلها تتحس عضوها من أن لآخر.

2- بعد الحمام يجب أن تغتسل جيدًا وكذلك بعد الحفاض.

بعض الأمهات يتهاونن في غسل المكان بالماء بعد التبول، وذلك قد يؤثر على صحة الطفل، كما أنه لن يتعلم مفهوم النظافة جيدًا.

3- المحافظة على أوقات استحمامها حتى في الشتاء.

حيث لدى بعض الأمهات معتقد أن طفلها سيصاب بالبرد إذا ما تحمّم مرتين في الأسبوع شتاءً.

أقول لها هذا غير صحيح، ولا مانع من أن يستحم ثلاث مرات، بشرط مراعاة شروط السلامة، مثل غلق منافذ الهواء البارد، وتدفئة المياه؛ لكي نوصل للطفل مفهوم النظافة بشكل جيد، وحتى يتعود على ذلك منذ صغره.

التحدي الخامس

تحسس الأماكن الخاصة

كبسولة تربوية

ولدي عمره عام ونصف، ويضع يده مكان عضوه وهو نائم أحياناً .. لا أقلق بشأن ذلك، ولكن ما يقلقني أكثر هو أنه يفعل ذلك وهو مستيقظ، وفي الأغلب وهو يشاهد التلفاز. فأنهره بأن أقول له «عيب» أو «خطأ»، أو أصرخ قائلة له:

«لا تفعل ذلك وإلا ضربتك».

وإن كررها مرة أخرى، فإنني أنزع يده وأضربه عليها.

هل هو طبيعي أم أن هناك ما يجب أن أفعله تجاهه؟

ما الخطأ في الموقف؟

- التركيز على ما يفعله الطفل، واعتبار أن ما يفعله هو شيء سيئ.

- لفت انتباه الطفل أنه يخطئ.

- ضربه وإهانته.

خمن الكبسولة الصحيحة

الحل:

عندما يتحسّس طفلك أعضائه التناسلية، لا تنهره، ولا تسبّه، ولا تلتفت حتى إلى ذلك عن طريق تنبيهه أو زجره أو غمزه بنظرة حادة أو قاسية.

الكبسولة التربوية تقول:

كل ما عليك فعله هو نزع يديه برفق، وإعطاؤه شيئًا آخر يمسك به حتى ينشغل به. والسبب في ذلك أنه في تلك المرحلة يحاول استكشاف كل شيء من حوله، بما في ذلك جسده. والاستكشاف في تلك المرحلة يكون عن طريق اللمس أو التذوق.

فتجده يمسك بأي شيء حتى وإن كان خطرًا، مثل وضع يده في مقبس الكهرباء، أو تحسس غلاية الماء، أو الإمساك بأي حشرة على الأرض، أو حتى اللعب بالأحذية أو القمامة. وكلما نهرتة ازداد إصراره؛ لأن ذلك من سمات نموه في تلك المرحلة.

طفلك هنا يحاول اكتشاف جسده عن طريق اللمس، فلا تحاول أن تلفت انتباهه إلى أنه يفعل شيئًا خاطئًا؛ لأنه سيكرره ببساطة ولن يستجيب لك.

المهم أنك إذا وجدت الأمر يتكرر كثيرًا بشكل ملحوظ، فحاول أن تتفحصه وتعرضه على طبيب، فربما يعاني من التهاب ما في تلك المنطقة، أو أن ملابسه ضيقة للدرجة التي تجلعه يضجر منها، أو تسبب له التهابات جلدية.

في بعض الأوقات قد يفعل ذلك أيضًا وهو يستحم. أعطه أي لعبة كي ينشغل بها، وحاول أنت أيضًا أن تتحدث وتلعب وتغني معه، بالإضافة إلى عدم إطالة فترة الجلوس في المياه.

كما يجب أن تراعي وأنت تبتاع له ملابسه، ألا تكون ضيقة للحد الذي يضايقه أو يسبب له التهابات؛ لأنني أرى في بعض المحالّ ملابس رائعة المنظر للأطفال الصغار في هذا العمر، لكنها تتنافى مع أعمارهم؛ حيث تحاول بعض الماركات تقليد ملابس الكبار مثل الجينز الضيق، والذي يحد من حركة الطفل وتجعله يتألم، وخاصة أنه يرتدي تحته حفاضًا يخنقه.

أما إذا حدث ذلك وقت النوم؛ فكل ما عليك فعله هو أن تقوم بنزع يده برفق، كما يجب عليك التأكد من ملابسه وحفاضه، فملابس النوم للطفل يجب أن تكون غاية في الراحة، كما يجب أن تراعي عدم تضيق حفاضه وهو نائم كي لا يضايقه؛ لأن نمو الطفل يزداد وهو نائم.

التحدي السادس:

انتصاب العضو وقت النوم

كبسولة تربوية

دخلت على ولدي البالغ من عمره عامًا واحدًا وهو نائم، فدُعرت من المنظر!! لقد كان عضوه منتصبًا!! لم أعرف ماذا أفعل سوى أنني جعلته ينام على جنبه، وعندما تكرر الموقف مرة أخرى أيقظته من النوم حتى لا يتأذى.

هل هذا أمر طبيعي أم أنه يحدث له شيء ما؟

هل يعاني ولدي من شيء، أو هل يحدث له حقًا ما يحدث للبالغين؟

ما الخطأ في الموقف؟

لا تعلم الأم شيئًا عن خصائص تلك المرحلة؛ مما يسبب لها دُعرًا وخوفًا من شيء لا يستحق، فتوقظ ولدها حتى تطمئن أنه بخير.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

ذلك طبيعي جدًا. لا تقلقي؛ فقد يحدث الانتصاب لطفلك في هذا العمر وهو نائم.. لذلك لا تحاولي تغيير وضع نومه، ولا توقظيه من نومه؛ لأن ذلك سيتكرر مرة أخرى.

الكبسولة التربوية تقول:

الانتصاب الذي يحدث للطفل في هذا العمر، يختلف تمامًا عما يحدث للبالغ؛ لأن جسد البالغ وتطوراتهِ واحتياجاتهِ تختلف نهائيًا عن جسد الطفل واحتياجاتهِ في هذا العمر.. ابنك طبيعي لا تقلقي، وذلك يحدث لجميع الأطفال في عُمره.

تحدّثنا في التحديات السابقة عن مفهوم النظافة والتدريب على الحمام.

بقي أن نتحدث عن تعليم الطفل خصوصية جسده.

ثانيًا: كيف أعلمه خصوصية جسده؟

وهنا يتساءل البعض: كيف أعلمه خصوصية جسده وهو بهذا العمر؟ كيف سأحدث إليه؟

ماذا أقول له؟

هل سيفهم ما أقول؟

الإجابة هنا هو أننا لا نتحدث بالطبع للطفل ولا نخبره بشيء مطلقاً.

كل ما نقوم به هو أفعال وتصرفات فقط.

وسأدرج هنا بعض المواقف الخاطئة التي يقوم بها بعض الأهل تجاه أبنائهم، بدون علم أو دراية أن ذلك قد يؤذيهم في المستقبل.

لو تحدث الأطفال في هذا العمر فماذا سيقولون؟

«حفلة على شرف الحفاض»

كيسولة تربية

أنا أمجد .. عمري عام ونصف.

كل يوم جمعة نذهب إلى جدتي .. هناك أبناء خالي وأبناء خالتي. بعد أن تطعمني أمي بفترة وجيزة أجد حفاصي قد تبلل بالمياه وأشياء أخرى لا أعرف اسمها، لكنها تضايقني.

تنزعج أمي جدًا فتظل تتأفف وتصرخ.

في بعض الأوقات لا تصرخ في وجهي بقدر ما أشعر أنها تصرخ من شيء ما لا أعلمه.

تحملني إلى دورة المياه لتزيل عني ما علق بي.

سعادتي بالغة عندما أشعر بالماء ينساب علي جسدي لتزول هذه الأشياء.

أتمنى أن أجلس هكذا طوال اليوم - بدون هذا الشيء السخيف الذي يطلقون عليه حفاض وأرى أمي تعشقه، لا أعلم لماذا - لكن أمي سترفض بالطبع. وعندما أصرخ لأنني لا أريد أن أخرج من المياه، تصر أمي على أن أرتدي ملابسني،

لكنها في بعض الأوقات تحممني وتضعني في البانيو الخاص بي لألعب في المياه، لكنها تصرخ مرة أخرى إذا ما وجدتي ممسكًا بذاك الشيء البارز من جسدي .. تنهرني وتضربني

في بعض الأوقات على يدي.

بعد الخروج من دورة المياه تضعني أمي على الفراش. أجد أبناء خالتي يلتفون حولي يلعبون ويضحكون معي .. هناك أيضًا جدتي وخالاتي وأبناؤهم الكبار يجلسون حولنا في المكان، وها هي جارة جدتي قد أتت لتعطيها طبقًا من الكعك، لكن جدتي تصر عليها أن تجلس.

لكن أسوأ شيء يحدث عندما تقوم أمي بنزع المنشفة من حولي.

لا أعلم لماذا تفعل ذلك! لماذا لا تقوم بكل شيء داخل دورة المياه، أو على الأقل تقوم بذلك في غرفة منفصلة وليس أمام جميع البشر.

الخطأ في الموقف:

- تخلع الأم ملابس أمجد أمام الجميع.
- هناك أطفال وبالغون في المكان.
- الأطفال يلتفون حوله وهو يبذل حفاضه.
- عندما يجلس في المياه ويمسك عضوه، تنهره الأم وتضربه في بعض الأحيان على يده.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

الكبسولة التربوية تقول:

أولاً:

يجب أن نحافظ على خصوصية جسد أمجد بأن تفعل أمه ذلك في مكان منفصل عن الآخرين، حتى لو كان هؤلاء الآخرون هم من الأقارب.

لماذا؟

- حتى لا يعتاد أمجد على ذلك.

- حتى نعلمه مفهوم «خصوصية الجسد».

بالطبع هو لن يتذكر ذلك عندما يكبر، لكن هناك ما يُسمَّى بالعقل الباطن الذي يخزن كل شيء منذ الميلاد؛ لذلك قد نجد بعض التصرفات الخاصة ببعض الأبناء والتي لا نجد لها تفسيراً منطقيّاً حالياً على مستوى العقل الواعي؛ لأن عقله الباطن قد شكّل جزءاً كبيراً من شخصيته وهو صغير.

ثانياً:

أن تنهره أمه أو تصرخ في وجهه أو تضربه لأنه يعبت بأعضائه، فهذا هو الخطأ بعينه؛ لأنه لن يتورع عن فعل ذلك مرة أخرى، لأننا كما قلنا من قبل إن الطفل في هذه المرحلة يحتاج للاستكشاف، وكل ما عليها فعله هو أن تعطيه شيئًا آخر يلعب به، وألا تجلعه يجلس لفترة طويلة في المياه.

«لا أريد الجلوس على هذا الشيء يا أمي»

كبسولة تربوية

أنا تالا .. عمري تسعة أشهر.

تُصِرُّ أمي أن تجلسني على شيء عجيب الشكل لغرض ما لا أعلمه.

أجلس في البداية ربع ساعة، ثم يتطور الأمر إلى الساعة، وقد أصل إلى ساعة ونصف.

تذهب أمي وتعود، ثم تنظر بداخل هذا الشيء، لتطلق بعض الكلمات التي لا أفهمها، لكنني أعتقد أنها متذمرة من شيء ما.

بعد ساعة أو أكثر تحملني أمي وهي مستاءة لتضع لي ملابس، وهذا الشيء الخانق الذي يطلقون عليه حفاض.

آه نسيت أن أخبركم أن هذا الموقف يتكرّر في أماكن مختلفة.

فهو بالطبع في منزلنا الحبيب.

في منزل خالتي.

في النادي في غرفة خلع الملابس.

لا أنسى أنه كان لدينا ضيوف كثر في منزلنا في أحد الأيام، وكنت أجلس على هذا الشيء في صالة المنزل والناس والأطفال يتحركون ذهابًا وإيابًا، وأنا الوحيدة التي منعت من التحرك.

وعندما أتحرك يكون بأمر من أمي، ثم تحملني إلى دورة المياه أمام الجميع.

يااه كم هذا سيئ!!

الخطأ في الموقف:

تدرب ابنتها على قضاء الحاجة أمام الجميع.

كما أنها تضغط عليها لتجلس حتى تنتهي.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الكبسولة التربوية تقول:

أولاً:

تالا التي تبلغ من العمر تسعة أشهر تدرّبها على الإخراج، لكنها غفلت عن شيء مهم، وهو أن عضلات الصغيرة لم تنمُ بعدُ -كما ذكرنا من قبل- لذلك لن تصل إلى ما تريده.

ستظل تالا تجلس وقتًا طويلاً، وعندما ترتدي الحفاض ستقضي حاجتها فيه؛ وذلك ليس لأنها تتحدى الأم كما تظن بعض الأمهات، بل لأنها لا تستطيع التحكم في عضلاتها بالشكل الكافي.

ثانياً:

أن جسد تالا أصبح مشاعاً في المنزل أمام الضيوف .. في النادي .. عند الجيران .. ووجب هنا أن نذكّر الأم أنها يجب أن تحافظ على خصوصية جسد تالا، وإن كان ولا بد أن تدرّبها، فيجب أن تتحلّى بالصبر وتنتظر العمر المناسب، وأن يكون ذلك في مكان لا يعج بالبشر.

«أحب الحضانة وأكرهها»

كبسولة تربية

اسمي ملك .. عمري عام وشهران ..

تذهب أُمي إلى العمل، وتتركني في مكان به أطفال كُثُر يطلقون عليه الحضانة.

في الحضانة أكون سعيدة في بعض الأوقات، وفي أوقات أخرى أريد الذهاب إلى المنزل ..
أنا أريد أُمي!

من أجمل الفقرات في الحضانة فقرة الموسيقى وفترة الكارتون.

ومن أسوأها على الإطلاق فقرة الحمام.

«أي شخص يحملني إلى هناك»

هناك عدة مشرفات وظيفتهن وضع الطعام وتنظيف المكان ورعايتنا من ناحية النظافة.

هم ليسوا سيئين، فيما عدا واحدة أجدها تصرخ في وجهي وتنهمني، وتتغير ملامح وجهها لتتحول إلى وحش كاسر عندما تجد حفاصي قد اتَّسخ. أنا حقًا أخاف منها، وأحيانًا لا أريد الذهاب إلى الحضانة بسبب تلك المرأة.

في إحدى المرات حملتني ووضعتني بكل قوة على حرف الحوض، وهي تصرخ وتتفوّه بكلمات لا أفهمها، وتنظر لي والشرر يخرج من عينيها.

أما باقي المشرفات فعددهنَّ أربعة، جميعهن لا يفعلن لي شيئًا، لكنني أكره تلك اللحظة التي ينكشف فيها جسدي على كل من هَبَّ ودَبَّ.

ليت أمي تفهم مشاعري حينها .. أنا حزينة لأنها لا تعلم أن ذلك يسبب لي ألمًا.

الخطأ في الموقف:

ملك البالغة من العمر عام وشهران ..

تتركها أمها في الحضانة لتذهب إلى العمل، دون أن تقوم بالاتفاق مع واحدة فقط من المشرفات لتقوم بتغيير حفاضها.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

الكبسولة التربوية تقول:

أولاً:

في البداية، هذا العمر لا يحبذ أن يذهب إلى الحضانة.

لا تضعي ابنتك في الحضانة قبل العامين إلا إذا كنت مضطرة للعمل، أو كنتِ العائل الوحيد للمنزل؛ فهنا من الممكن أن تقومي بذلك، مع وضع المحاذير المناسبة، واختيار الحضانة التي تثقين أن ابنتك لن تتعرض للأذى فيها.

أما إن كنت قد خرجت لتحقيق ذاتك في العمل، فهذا شيء جيد ومحمود، ولكن ليس على حساب أبنائك.

ثانياً:

عندما تضعين ابنتك في الحضانة، يجب أن تكون هناك عدة محاذير.

وكما تنبهين عليهم متى تنام .. متى تأكل .. متى تستيقظ .. وهل لديها أي أدوية أم لا، يجب أن تنبهي عليهم أن لا أحد يغيّر ملابس ابنتك إلا «فلانة».

و«فلانة» هذه هي إحدى المشرفات التي تضعين ثقتك فيها وتتوسمين فيها الخير.

لا تجعلي جسد ابنتك مشاعاً لجميع المشرفات في المكان.

خمس مشرفات يقمن بتغيير ملابس ابنتك، وأنت لا تعلمين كيف تفكر كل واحدة فيهن.

وحتى لا تتعوّد ابنتك أن جسدها مشاع لأي أحد في المكان.

يجب أن يتم هذا الموضوع بشكل أرقى.

ثالثاً:

هنا مَلَك تتعرض للعنف من إحدى المشرفات ..

لذلك ذكرنا أنك يجب أن تتخيري الأكثر أمانة وأمانًا وثقة ..

وعندما يحدث ذلك لابنتك وتأخذين به خبرًا أو تشاهدينه بأعينيك، فيجب أن تتحركي على الفور، ولا تتركي ذلك يحدث مرة أخرى.

«بيت جدتي» كبسولة تربوية

اسمي يوسف .. عمري عامان.

ذهبت أُمي لتشتري بعض الأشياء من السوبر ماركت، وتركتني مع جدتي ..

انشغلت جدتي مع إحدى صديقاتها على الهاتف، وفي أثناء ذلك طرقت ابنة جارتها التي تبلغ من العمر اثنتي عشر عامًا الباب، لتجلس عندها قليلاً حتى تعود أمها. وبعد وقت قصير وجدتُ جدتي تطلب من ابنة الجيران تغيير حفاصي. رحّبت الفتاة، لكن من الواضح أنها لا تعرف الكثير عن ذلك.

لقد كانت لطيفة معي إلى حد كبير، لكنني لا أعلم إن كان ما فعلته جيدًا أم سيئًا؛ فقد ظلت تنظر إلى جسدي كثيرًا بعد أن نزعت الحفاض، وكأنها تبحث عن شيء ما سقط منها، ثم أخذت تداعبني في نفس المكان. لقد استمتعت بذلك، لكنني لا أعلم هل ستغضب أُمي إن علمت أم لا؟

الخطأ في الموقف:

انشغال الجدة وتركها ليوسف مع ابنة الجيران المراهقة.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الكبسولة التربوية تقول:

يوسف البالغ من العمر عامان ..

تتركه أمه مع جدته ..

أولاً:

بيت الجدة هو البيت الأكثر أماناً، والجدة هي الشخص الأكثر أماناً بالنسبة لأي أم لديها أطفال.

لكن لحظة واحدة ..!

من قال ذلك ومن أقره؟

من قال إن بيت الجدة هو الأكثر أماناً؟

قد تكون الجدة هي حقاً الشخص الأكثر أماناً، لكن البيت ليس ذلك تماماً ..

لماذا؟

لأن وعي الجدة في تلك الأمور لم يكن بالقدر الكافي.

أعلم .. ستقولين إنني أضخم الأمور، لكن انظري ماذا حدث ليوסף على يد ابنة الجيران المراهقة!

هذه الفتاة التي تمر بتغيرات فسيولوجية وهرمونات متقلبة، وربما رغبة جسدية، وجدت نفسها أمام طفل عارٍ لا تعلم كيف تتصرف معه، وتريد في نفس الوقت استكشاف ما يحدث، فتأخذ في التمتع في جسده الصغير، ولم تكتفٍ فقط بذلك، بل داعبته!!

ثانياً:

لا تتركى ولدك إلا بعدما تتأكدي وتؤكددي على أمك أن شخصًا آخر يجب ألا يلمس ابنك،
وأنتك تتحملين أن تتركيه هكذا بدون تغيير حفاضه حتى تعودين، على أن يلمسه أي
شخص آخر.

وإن لم يكن فاصطحبيه معك، وتحلمي صراخه وإرهاقه لك، أفضل من أن يُترك لأن
يتعرض لهذا الموقف.

ثالثًا:

ذكر يوسف أن ذلك كان يمتعه ..

هذه المتعة لا تكون بالطبع متعة للشهوة مثل البالغين ..

هو فقط يشعر بشيء لطيف مثل الدغدغة، فيستمتع مثلما يستمتع بأي شيء آخر في
اللعب.

«أبي يضرب أمي»

كبسولة تربية

أنا نادين ... عمري عام ونصف

كنت نائمة على فراشي في حجرة أبي وأمي، واستيقظت فجأة لأجد أبي يضرب أمي. لقد
خفت كثيرًا وأخذت في الصراخ حتى هدأني، ثم عدت إلى النوم مرة أخرى.

الخطأ في الموقف:

ترك الوالدان نادين معهما وقت الجماع.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الكبسولة التربوية تقول:

أولاً:

في هذا الموقف تستيقظ نادين على صوت أBOيها، ولصغر سنها تظن أن أباها كان يضرب أمها، وفي الحقيقة أنهما كانا يمارسان العلاقة الحميمة في وجود ابنتهما في نفس الغرفة؛ ظناً منهما أنها ما زالت طفلة لا تعي شيئاً.

ثانياً:

لا يدرك الأب والأم خطورة وجود ابنتهما في غرفة النوم أثناء الجماع.

في العلاقة الحميمة لا تترك طفلك أياً كان عمره معك في الغرفة.

هو حقاً لن يعي شيئاً، ولن يفهم أي شيء. لكنه سيفزع! قد يظن أن هذا اعتداء أو عنف يتم بينك وبين أمه بشكلٍ ما، وأن أمه تؤذى على يديك.

لذلك قبل الجماع يجب أن تنقل طفلك تماماً من غرفتك إلى غرفة أخرى، حتى وإن كان لم يكمل عامه الأول.

فذلك أفضل له ولك.

في جميع المواقف السابقة هناك شيء واحد يتكرر، أو فلنقل عامل مشترك بينها جميعاً وهو (عدم الحفاظ على خصوصية جسد الطفل).

في جميع المواقف يتعامل الأم والأب والمحيطان بالطفل على أن جسد الطفل مشاع ..

تُخلع ملابسه في أي وقت ..

أمام أي أحد ..

بدون الحفاظ على جسده وخصوبيته .. وهم لا يعلمون أن ذلك قد يؤثر فيه سلبيًا عندما يكبر ..

حتى وإن كان ابنك صغيرًا، لا تجعل جسده مشاعًا لكل من هبّ ودبّ. وحاول الحفاظ عليه فتلك مسؤوليتك.

أما في الموقف الأخير فكيف سيتعلم خصوصية جسده وهو يراكما في هذا الموقف !

من ثلاث إلى ست أعوام

* خصائص تلك المرحلة:

الاستكشاف:

يحاول الطفل في تلك المرحلة أن يستكشف العالم الواسع الذي يعيش فيه، ويشمل ذلك استكشاف أقرب شيء إليه وهو «جسده».

يَتَّسِع الاستكشاف والفضول ليشمل الآخر، هذا الآخر يتمثل في أقرب الناس إليه وهي عائلته .. إخوته .. أصدقاؤه .. فيميل إلى اكتشاف ما هو ظاهر منهم، مثل جسد أبيه .. أمه .. أخته .. فتجده ينظر إلى ثدي أمه، ويسألها ما هذا؟
أو يسأل أبيه كذلك عن الشعر المتناثر على صدره.

يجب أن يدرك الوالدان أن الاستكشاف لن يتم إلا عن طريق التجربة؛ أي إنه لو سألك وأجبته، فإنه قد يكون لديه الفضول أيضًا لأن يجرب بنفسه؛ لأن ذلك سيُشبع فضوله. والتجربة هنا تتمثل فيما يسمى بـ «اللعب الجنسي».

هذا اللعب الجنسي لا يكون بينه وبين صديقه أو جاره فقط، بل قد يكون مع أخيه أو أخته؛ لذلك لا تفزع كثيرًا لو حدث ذلك؛ لأن ذلك من صميم خصائص المرحلة التي يمر بها، وفي السطور القادمة سنتحدث عن ذلك بالتفصيل.

الخيال الواسع:

- يتميز طفل هذه المرحلة بخياله الواسع، لدرجة أنك تعتقد أنه يكذب؛ حيث يخبر بأشياء لم تحدث، ويترجمها البالغون من حوله على أنها كذب، والعجيب أنه يعيش مع تلك الخيالات وكأنها حقيقة ماثلة أمامه، والأعجب من ذلك أنه بعد عامه السادس تزول تلك الخيالات ويصبح تفكيره منطقيًا بشكل أكبر؛ حتى إنه قد ينسى ما كان يحكيه أو يخجل إذا تذكره.

هذا الخيال يجعله يضع صورة معيَّنة لإنجاب الطفل، كأن يخبرك أن أمه قد أنجبتته من فمها، وهنا من المهم جدًا تصحيح تلك المعلومات لديه؛ حتى لا تتعمق الصورة لديه، خاصة وإن كان الأبوان يصدّقان على كلامه ولا يصوّبانه.

* مفاهيم يحتاج الطفل أن يتعلمها في تلك المرحلة:

- أحب جسدي .. أتقبله .. أصدّقه .. أراعاه وأحافظ عليه.
- أحب جنسي الذي خلقني الله به أو ما يُسمى بـ «الهوية الجنسية».
- الأمان والثقة .. لمن؟
- من أين جئت؟
- الله الخالق .. القادر .. الرزاق .. لربط ذلك بالحمل والإنجاب.
- خصوصية جسده.
- الاستئذان.
- الحدود بينه وبين أقرانه.

- الحدود بينه وبين البالغين؟

- جسد الجنس الآخر.

- وظيفة كل جنس.

- شكل جسد الرجل ووظيفته.

- جسد المرأة ووظيفته.

- هل يختلف نفس الجنس في الشكل من الخارج.

- جميع الكائنات تنجب (البشر - الحيوانات - النباتات).

- العائلة (أب - أم - جد - جده .. إلخ).

تحديات المرحلة وكيفية مواجهتها:

من أهم التحديات التي قد تواجهك في هذه المرحلة هي:

1- كثرة الأسئلة.

2- اللعب الجنسي «لعبة الطبيب».

3- عدم وعي الأهل:

- لا أحب جنسي.

- لا أحب جسدي.

4- الحفاظ على خصوصية جسده «هناك لمسة غريبة لم أفهمها».

التحدي الأول كثرة الأسئلة

هذه المرحلة تبدأ فيها التساؤلات عن:

جسدي.

جسد صديقي.

جسد أختي (الجنس الآخر).

من أين جنث؟

عند الإجابة على الأسئلة في هذه المرحلة يجب أن تراعي التالي:

1- التدرج:

عليك أن تتدرج في إعطاء المعلومة له تمامًا مثل حركته ونمو عقله، لا تستطيع أن تعلمه الركض قبل المشي، ولا يمكن أن يمضغ الطعام في أول ولادته؛ بل يرضع أولاً حتى تنمو لديه الأسنان، ثم يتعلم المضغ. كما أن هذه سنة الله في الكون، كل شيء حولنا يبدأ صغيراً ثم يكبر.

2- تكلم حتى يحدث إشباع:

أي كلما سألك طفلك أجهه، لكن لا تتبرع بإعطائه معلومة تفوق عمره.

أي لا تعطه معلومة قبل أوانها. أعلم أن ذلك قد يجعلك تخشى الحديث معه، لكنك حتمًا تدرك الفرق بين طفل في الخامسة من عمره، وطفل في العاشرة أو على أعتاب المراهقة.

لذلك تأكد وكن على ثقة تمامًا أنك تقدر على ذلك حقًا، ولن تعطيه معلومات تفوق عمره؛ بل كل ما يجب أن تتعلمه هو الطريقة التي تشرح بها، وذلك سوف ندرجه في الكبسولات على مدار الكتاب.

من أين تعلم هل اكتفى أم لا؟

يكتفي الطفل عندما يتوقف عن طرح الأسئلة، فتجد ملامح وجهه يكسوها الرضا وابتسامة عريضة تزين وجنتيه.

وكما ذكرنا من قبل، إن لم يسأل فأخلق أنت الموقف الذي تخبره فيه بما يتناسب وعمره، ولا تنتظر حتى يسألك.

«جسد صديقي يختلف عني؟»

كبسولة تربوية

شاهد محمد ذو الست سنوات صديقه تامر عاريًا في حمام المدرسة، عندما عاد للمنزل سأل أمه لماذا يختلف تامر عني يا أمي؟

لم تفهم الأم سؤاله في البداية، وعندما سألته: ماذا تقصد؟

أجابها: لقد دخلت على تامر دورة المياه، ووجدت أن جسده لا يشبهني، لماذا رغم أنه ولدٌ مثلي؟

صدمت أمه من الموقف ومن سؤاله، فلم تشعر بنفسها إلا وهي تمسكه من ذراعيه وتهزّه هزًّا عنيفًا قائلة له:

كيف تدخل عليه؟! ألم أنبهك قبل ذلك أن هذا خطأ؟

لقد طرقتُ الباب كما أخبرتني يا أمي، لكنه لم يُجب.

إياك أن تفعلها ثانية .. مفهوم؟

ما الخطأ في الموقف؟

- 1- استخدمت الأم العنف مع طفلها، في حين أنه لم يخطئ من الأساس.
- 2- لم تستطع الإجابة بالطبع على سؤاله، لأن الأهم بالنسبة لها كان شيئًا آخر، وهو أن ولدها مخطئ، ويجب أن تعلمه الأدب، ويجب أن تتأكد أنه لن يكررها ويفتح الباب على صديقه مرة أخرى.
- 3- هنا ضاع السؤال وضاعت معه رغبة محمد في أن يعرف شيئًا، كما ضاعت فرصة الأم في أن تكون أول من يخبر ولدها بالإجابة.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

- يجب أن تتقبل الأم جميع أسئلة ولدها بصدق ورحب.
- تتفهم حيرته وفضوله النابغين من سمات تلك المرحلة التي يمر بها ولدها.
- يجب أن تكون سعيدة أنه أتى وحكى لها ما حدث.
- يجب ألا تقاطعه ولا تحكم عليه.
- تمنع تمامًا استخدام العنف.

- أن تتدرج معه في الكلام وفي إعطاء المعلومة.

- تشرح الفرق بين الجنسين، ثم تشرح الاختلافات بين الجنس الواحد.

الكبسولة التربوية تقول:

- أمي لقد دخلت على صديقي تامر الحمام.

- حبيبي! وكيف حدث هذا؟ هل نسي تامر الباب مفتوحًا.

- لا يا أمي، أنا طرقت الباب ولكنه لم يسمعني، لديّ سؤال.

- ما هو؟

- ألم تخبريني أن الفتيات يختلفن في أجسادهن عن الفتيات.

- نعم.

- إذن فلماذا يختلف تامر عني؟

- ماذا تعني؟

أعني أن لدى تامر شيء يشبهني من الأمام، لكنه مختلف أيضًا.

نظرت الأم في عيني ولدها، وابتسمت له ابتسامة حانية، وقالت له:

أنا سعيدة يا حبيبي أنك تسألني ..

نعم تامر قد يختلف عنك قليلًا.

سأشرح لك ..

الفتية يختلفون تمامًا عن الفتيات في كل شيء كما أخبرتك من قبل.

مثل طول الشعر وشكل الجسد.

هناك مثلاً أنا وأبوك.

لدى أبيك عضلات وشارب وشعر كثيف في يده. أما أنا فجسدي أقل منه، ولا أمتلك كل تلك العضلات،

هذه العضلات خلقها الله تعالى للرجل حتى تساعد على العمل الشاق خارج المنزل.

أما جسد المرأة فخلقها الله هكذا (لديها ثديان) حتى ترضع صغيرها كما أرضعتك أنا من قبل وأنت ما زلت طفلاً صغيراً.

لذلك الفتيات يختلفن تمامًا عن الفتية.

- وماذا عن تامر؟

- حسناً يا حبيبي، هل لون شعرك مثل لون شعر تامر؟

- لا يا أمي.

- هل لون بشرتك يشبهه؟

- لا.

هل يداك تشبهان يديه؟

- لا.

حسناً، هكذا خلقنا الله. نتشابه في أشياء ونختلف في أشياء أخرى؛ لذلك وجدت تامر مختلفاً عنك.

وأريد أن أقول لك شيئاً مهماً.

أنا سعيدة أنك طرقت الباب على صديقك .. في المرة القادمة يجب أن تطرق الباب ثلاث مرات، فإذا لم يفتح أحد، فمن الممكن أن تفتح الباب، لكن بحرص؛ فقد لا يسمعك مَنْ بالداخل، ويحدث مثل هذا الموقف ويُحرَج منك صديقك.

ابتسم محمد ابتسامة توحى بالرضا، ثم احتضن أمه قائلاً:

أعدك يا أمي.

هذه الكبسولة ألقت الضوء على عدة مفاهيم:

- اختلاف شكل جسد الذكر عن جسد الأنثى.

- هذا الاختلاف يكون بسبب اختلاف وظيفة كل جنس.

- التشابه والاختلاف بين أبناء الجنس الواحد.

من أين جئت؟

كبسولة تربوية

سألت سالي ذات الخمس سنوات أمها في براءة تامة: أمي، من أين جئت؟

نظرت لها أمها باشمئزاز ونهرتها قائلة:

من أين أتيت بهذا الكلام؟

من أخبرك بذلك؟

لا تتحدثي في هذه الأمور مرة أخرى، عندما تكبرين ستعرفين كل شيء، وإياك أن أسمعك تقولين هذا الكلام مرة أخرى.

ما الخطأ في الموقف؟

1- وبَّخت الأم ابنتها وأخرستها مع أول جملة نطقت بها؛ مما يعني أن سالي ستذهب إلى شخص آخر لكي يجيبها.

2- أرسلت رسالة لابنتها أن هذه الأسئلة محرمة، ولا يجب أن نتفوه بها، وكأن الحديث في هذه الأمور محرّم تمامًا؛ مما سيجعلها تخاف مستقبلًا من الحديث عن تلك الأمور، أو يجعلها على أقل تقدير تنفر منها.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ما الحل؟

- يجب أن تخبرها الأم بالحقيقة.
- يجب ألا توبّخها.
- يجب أن تراعي التدرج والمرحلة التي تمر بها ابنتها.
- والحقيقة أنها قد أتت من بطنها (رحمها).
- أن تتحدث معها حتى يحدث إشباع تام؛ أي لا تتركها بدون أن تجيب على أي سؤال، ولا تعطي لها معلومات تفوق عمرها، أو معلومات هي لم تطلبها، خاصة وأن ما ستخبرها به يكفي لهذه المرحلة.
- هي فقط تريد أن تعلم من أين أتت.

أما إن سألت كيف جئت داخل بطنك، أو كيف يتكون الجنين؛ فذلك يكون في الأغلب في المرحلة العمرية التي تليها.

- الطفل الذي يسأل عن تفاصيل أعمق من ذلك، غالبًا ما يكون هناك مَنْ تحدّث معه أو أخبره بشيء، مثل أن يسأل الطفل في تلك المرحلة عن معنى الجنس أو الجماع، فإن حدث ذلك فيجب أن تنتبه جيدًا؛ لأن ذلك يعني أنه يستقي معلومات من أحد أصدقائه، أو يكون قد سمع أحد البالغين، ولا تستبعد بالطبع أن يكون رأى أي شيء على الإنترنت إن كنت قد تركت معه هاتفًا خلويًا ..

فالهواتف الخلوية أصبحت من أسوأ الأشياء التي تؤثر على الطفل بالسلب؛ حيث تعطيه معلومات سيئة. وقبل أن يصل للمرحلة المناسبة التي تجلعه يفرق بين الغث والسمين، وذلك يقع تحت ما يسمى بالإيذاء الجنسي للطفل كما سنورد لاحقًا.

- مُحتَمَل أن يسأل الطفل بتفصيل أكثر عن المكان الذي خرج منه.

في البداية تخبرينه أنه كان في بطنك في مكان مخصص جدًّا، قد وضعه الله فيه لحمايته من كل شيء، وأنه كان يتناول طعامه وشرابه عن طريق ما يُسمَّى بالحبل السري، وأنه بعد الوقت المناسب فإن الله القادر قد جعله يخرج للنور.

- وأنت تتحدث إلى طفلك اربط كلامك معه بقدرة الله تعالى.

الله الخالق الذي خلقتني وخلقك ..

الله القادر .. هو القادر على حمايتنا .. وهو قادر على إطعامك وإعطائك .. رزقك وأنت بداخل الرحم، وبعد أن تخرج عن طريق الرضاعة من الثدي.

الله الرزاق هو الذي يرزقنا حتى ونحن في بطون أمهاتنا.

فالله سبحانه وتعالى يضع في ثدي الأم حليبًا مخصصًا لك أنت فقط بمجرد ولادتك، حتى تستطيع أن تتغذى؛ لأنك لم يكن لديك أي أسنان.

أسماء الله الحسنى هامة جدًا وقت الحديث عن الخلق والإنجاب.

- لا تخبرها بالحقيقة بطريقة جامدة، وإنما تتحدث بمشاعرها وتخبرها بما كانت تشعر به حينها، بأنها كانت سعيدة يوم ولادتها، كما أنها كانت تنتظر هذا اليوم بفارغ الصبر.

- لا تركز فقط على موضوع الإنجاب، وإنما ما كان يحيطه من أشخاص ومشاعر ومواقف (مثلما أوردنا سابقًا تحت عنوان الطائرة والسيارة).

- لا يجب أن تتحدث عن الألم الذي شعرت به مطلقًا وقت المخاض؛ فإن ذلك يجعل الطفل يتأثر لأمه، ويشعر أنه قد تسبب في ألمها..

أما في الفتيات فإن الأمر يكون أكثر قليلًا؛ حيث تتأثر لأجل أمها، وقد تخاف فيما بعد من أي شيء له علاقة بالزواج أو الإنجاب.

- يجب استخدام بعض الصور أو الأفلام المبسطة التي تناسب تلك المرحلة. الطفل في تلك المرحلة يحتاج أن يرى بنفسه ويتعلم أسرع، عن طريق القصص أو عرض الصور، هذه الصور ستوضح له شكل الجنين وتطوراته داخل الرحم؛ بداية من الشهر الأول حتى التاسع، كما توضح بعض الأفلام طريقة تغذية الجنين وشكل الحبل السري وكيف يصل بين الطفل والأم.

الكبسولة التربوية تقول:

- أمي من أين جئت؟

- من بطني يا حبيبتي.

- لكن كيف خرجت من بطنك؟

- حسنًا، سأحكى لك ما حدث.

لقد كنت صغيرة جدًا جدًا ومكثت في بطني تسعة أشهر، كنت تكبرين يوميًا، وتتغذين عن طريق حبل يصل بينى وبينك اسمه «الحبل السُّري»، وكنت أذهب للطبيب حتى أطمئن عليك.

أتعلمين، في بعض الأوقات لم أكن أستطيع النوم.

- لماذا يا أمي؟

لأنني كنت أفكر فيك كثيرًا، لقد كنت تتحركين وتتقلبين بداخلي، كنت أشعر بحركتك، وأضع يدي على بطني، وأنتظر اليوم الذي سأراك فيه.

لقد كنت أتخيل شكل وجهك الجميل وشكل شعرك، لقد أحببتك يا حبيبتي من قبل أن أراك.

- حسنًا، ومتى خرجت؟

خرجت بعد أن أتممت التسعة أشهر.

- ما معنى جنين؟

الجنين هو الطفل الذي لا يزال في بطن الأم، وعندما يولد يُسمَّى طفلاً.

- حسنًا، وماذا حدث لي بعد ذلك؟

بعدما أتممت التسعة أشهر، استيقظت في أحد الايام على ركلك، وأيقنت أنك حينها تريدني الخروج إلى الدنيا..

فرحتُ كثيرًا وأيقظت أباك، ثم ذهبنا إلى المشفى، قام الطبيب بفحصي، ثم أخبرني أنه قد حان الوقت لكي تخرجي إلى الدنيا. تحدثنا إلى جدتك وجدك، ثم أتوا إلينا، كنت قد جهزت ملابسك الجميلة منذ فترة. عندما رأيناك كانت فرحتنا لا توصف، كان شعرك كثيفًا وعيناك مغلقتين، وكنت تصرخين لأنك كنت جائعة جدًا. وما إن وضعتك على صدري وأطعمتك، حتى هدأتِ واستسلمتِ للنوم بعد قليل.

- لكن لَمْ تخبريني كيف أخرجني الطبيب من بطنك؟

- أتذكرين عندما ذهبنا للطبيب آخر مرة؟

- نعم.

- هل تتذكرين السماعاة التي وضعها على صدرك؟

- نعم.

- حسنًا، الطبيب له بعض الأدوات التي يستطيع أن يكشف بها ليخرج بها الطفل من بطن أمه.

- صديقتي أخبرتني أن الطبيب يُحضِر سكينًا ويفتح بها بطنك، لقد خفت عليك كثيرًا.

- بالطبع لا يا حبيبتي، فالطبيب لديه أدوات خاصة جدًا يُخرج بها الجنين من رحم الأم.

في هذه الكبسولة:

شرحت الأم كل شيء سألت عنه ابنتها ببساطة ووضوح.

صححت معلومة خاطئة.

تحدثت عن مشاعرها، وكيف كانت متلهفة للقاء ابنتها الصغيرة، وكيف كانت تحبها من قبل أن تراها.

ألقت الضوء على عدة مفاهيم:

لم تشرح الأم معنى الإنجاب فقط؛ بل شرحت معه الموقف بأكمله.

- مفهوم العائلة (ليفهم بعد ذلك في المراحل التالية أنه لا إنجاب بدون وجود ذكر مع أنثى - وأن الزواج يجب له الإشهار) بالطبع لن نشرح ذلك هنا، لكننا عندما ننوّه عنه بشكل غير مباشر في هذه المرحلة، يكون أسهل علينا شرحه في المرحلة التالية.

معنى الله الخالق .. الرازق والقادر.

وَصَّحَت بعض المعاني التي لم تعرفها ابنتها مثل:

الرحم - الجنين - الحبل السري.

التحدي الثاني

«اللعب الجنسي»

«لُعبة الطبيب»

كيسولة تربية

دخلت الأم على ولدها مهند وابن عمه سهيل، لتجد أحدهما نائمًا خالغًا ملبسه التحتية،
والآخر يتفحص في جسده من أسفل، واضعًا سماعة الطبيب على بطنه.

هلعت من المنظر وظلت تصرخ فيهم.

ابنها البريء ذو الأربع سنوات، وابن عمه الذي لم يكمل عامه الخامس بعدُ يفعلان ذلك .. من
أين تعلمًا ذلك؟

ثم ضربت كلاً منهما على يده، وحرمتها من اللعب ومن مشاهدة التلفاز. وضعت ابنها في
غرفة منفصلة وتوعدته بأن تخبر أباه.

ثم قالت له والشرر يتطاير من عينيها:

أنت طفل سيئ!

أنت غير مؤدب!

سوف يعاقبك الله على ما فعلت!

أما سهيل فأخبرته أن يجلس على الأريكة دون أي حركة حتى تأتي والدته.

ما الخطأ في هذا الموقف؟

1- عندما صدمت الأم مما رأت لم تتمالك أعصابها، ولم تتحكم في كلماتها، ووبخت
الطفلين على الفور، ولم تكتفِ بذلك بل عاقبتها. واستخدمت مع ولدها لغة التهديد بأنها
ستخبر والده.

2- كل ذلك حدث بسبب أنها تخيلت أنهما مثل البالغين يمارسون الجنس، ويفعلون ذلك
بدافع الرغبة الجنسية.

3- زرعت فكرة لدى الطفلين، مفادها انهما قد قاما بخطأ جسيم، وأنه يجب عقابهما على هذا الفعل الشنيع.

4- ينقص الأم الكثير من الوعي تجاه تلك الأمور.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ما الحل؟

قبل أن نضع الخطوات للكبسولة الصحيحة يجب أن نعرف أولاً ما حدث، ونشرح لماذا يحدث.

ما حدث في هذا الموقف يُسمى «لعب جنسي».

* ما اللعب الجنسي:

أولاً: يجب أن تعلم أن من سمات تلك المرحلة ما يسمى «اللعب الجنسي».

الطفل في تلك المرحلة يفعل ذلك بدافع الفضول والاستكشاف؛ حتى يرى جسده وجسد الآخر ويقارن بينهما، سواء كان الآخر من نفس الجنس أم لا؛ فإن الطفل في هذه المرحلة يريد أن يعرف ويستكشف بنفسه.

ثانياً: اللعب الجنسي لا يكون بسبب رغبة جنسية مثل البالغين.

فلا داعي للانزعاج أو الذعر، أو عمل ردة فعل قوية تجعل الطفل ينتفض ويخاف، بل وتجعله يميل لتكرار الموقف مرة أخرى؛ لأن الممنوع مرغوب، وأي سلوك يركّز عليه من جانب الوالدين، فإن الطفل يكرره.

ثالثاً: عندما تشاهد ذلك حاول أن تتمالك أعصابك قليلاً.

أعلم أنه ليس بالأمر الهين، لكن يجب أن تدرب نفسك على التحكم في غضبك وفي ردة فعلك، حتى إذا ما حدث مثل تلك المواقف تكون جاهزاً.

رابعاً: «الفكرة» هي التي تجعلك تثور وتغضب أو تهدأ وتسكن.

على سبيل المثال:

فكرة أنهما «يمارسان الجنس» أو يقومان بشيء مشين، تلك الفكرة إن كانت هي التي تدور في رأسك فستغضب وتثور على الفور.

فكرة «أنهما طفلان» وما يفعلانه مجرد استكشاف، ستجد نفسك أهدأ قليلاً.

خامساً: قصة سيدنا آدم من أفضل القصص التي من الممكن أن تُحكى في هذه المرحلة، وفي تلك المواقف، خاصة إذا ما طُرحت بطريقة لطيفة بسيطة.

حسناً كيف نتصرف في هذا الموقف؟

قبل أن نعرض ذلك، يجب أن نسأل أنفسنا سؤالاً مهماً:

هل هناك بعض التدابير التي يجب أن نتخذها حتى نتلافى هذا الموقف؟

أولاً الوقاية:

عندما نقوم بالوقاية، فإن ذلك يكون للتقليل من ممارسة ذلك قدر المستطاع وليس لمنعه بتاتاً؛ لأن الاستكشاف من طبيعتهم، فلا تقلق كثيراً إذا اتخذت التدابير اللازمة، ثم وجدت هذا التصرف مرة أخرى.

وكيفية الوقاية هي:

1- لا تترك أي أطفال سوياً بمفردهم، سواء كانوا إخوة أو أصدقاء، وإن حدث واضطرت لذلك لإنهاء أعمالك المنزلية، فلا تكن المدة كبيرة، وكل بضع دقائق يجب أن تتابعهم وتطمئن عليهم.

2- لا للأبواب المغلقة في المنزل:

إذا أغلق الأطفال الباب فقل لهم: لا تغلقوا الباب؛ لأنني أريد أن أسمعكم دومًا وأطمئن عليكم.

3- ملء وقت الفراغ:

حاول أن تملأ أوقات فراغهم بعدة أنشطة، ولا تتجه لاستخدام الهاتف النقال أو الكمبيوتر أو غيرهم من الأجهزة الإلكترونية؛ لأن ضررها أكبر من نفعها.

أعلم أن هناك بعض الأمهات التي تستسهل وتضع أبنائها طوال اليوم أمام التلفاز أو الهاتف النقال، لكنك ستعالج شيئًا يضرهم شيء آخر.

هذه الأنشطة قد تكون ركنًا للألعاب.

ركنًا للتلوين ..إجعلهم يقومون بالتلوين على الحائط بعد أن تلتصق لهم لوحًا كبيرًا عليه.

ركنًا للمكعبات.

ركنًا للقص واللصق.

وهكذا حتى يمتلأ وقت فراغهم ولا يفكرون في أشياء أخرى.

ثانيًا العلاج:

الكبسولة الصحيحة:

عندما تدخل الأم وتجد هذا المنظر، فأمامها خياران:

إستراتيجية التجاهل:

أي تتجاهل تمامًا ما حدث وكأنها لم تره.

وفي هذه الحالة تشئت تفكيرهم إلى شيء آخر تمامًا مثل:

ما رأيكم أن نلعب بالمكعبات؟

خمنوا ماذا أعددت لكم اليوم! لقد صنعت لكم البيتزا التي تحبونها.

هذه الإستراتيجية تستخدم إذا كانت مرة عابرة ولم تتكرر، فمن الأفضل هنا التغافل وعدم التركيز على الأمر.

إستراتيجية دعني ألعب معك:

إذا تكرر الموقف عدة مرات بعد ذلك، يجب أن يظهر على وجهها بعض الاستياء.

كأن تغمض عينها تعبيرًا منها على استيائها، وأنها لا تريد أن ترى عورتها وهي منكشفة؛ حتى يفهما أن هذا التصرف خاطئ؛ لأننا يجب ألا نرى جسد أحد وهو مكشوف وتقول:

ما هذا؟ ماذا تفعلان؟

نلعب يا أمي.

ماذا تلعبان؟

لعبة الطبيب.

حسنًا! هل ممكن أن أشارككم اللعب.

وتأخذ الأم الأدوات منهم، ثم تجري الكشف الطبي على أحدهم فتسأله:

أخبرني ممّ تشتكي؟ أهى عينك .. أسنانك .. أم بطنك؟

إذا أخبرها أن البطن هى ما تؤلمه، فإنها تغطيه بغطاء الفراش وتكشف عليه، ثم تعقب:

الطبيب لا ينزع عنا جميع ملابسنا، فقط المكان الذى نشتكى منه. ويكون حريصًا أيضًا على تغطية أجسادنا بغطاء آخر.

ثم تجلس معهما لتحكى لهما قصة آدم عليه السلام، والتي سنوردها لاحقًا بعد الكبسولة.

وسواء كنت ستستخدم الإستراتيجية الأولى أو الثانية، فيجب أن تنتبه للتالى:

تعبيرات وجهك .. نبرة صوتك .. ولغة جسدك .. عندما تراهم لأول وهلة، لا تجعل تعبيراتك صادمة تدل على أنهم ارتكبوا خطأ لا يُغتَفَر ..

لأن ردة فعلك الأولى لها تأثير قوى.

يجب أن تأخذ الأمر بهدوء أكثر؛ لتقدر على التعامل معه بشكل أفضل.

قصة سيدنا آدم عليه السلام:

وأنت تحكى لهما قصة سيدنا آدم عليه
السلام يجب أن تركز على النقاط التالية:

«فَأَكَلَا مِنْهَا فَبَدَتَ لَهُمَا سَوَاتُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِنْ وَرَقِ الْجَنَّةِ» [سورة طه: 121]

- أول شيء سيتعلمه ولدك أنه عندما عصى آدم ربه بدت سواته (عورته) هو وزوجته السيدة حواء.

- انشغالهم بستر العورة كان هو أول شيء قاموا به، ويجب أن يوضح للطفل مدى الخجل الذي أصابهم.

- كشف العورة ليس شيئاً جميلاً أو لطيفاً كما توصل لنا بعض وسائل الإعلام والإنترنت.

- رد فعلهم كان سريعاً جداً رغم عدم وجود أي بشر معهم.

وحتى تصل إليه الفكرة بشكل جيد، يجب أن تدرك أنت أولاً أن الفطرة الطبيعية التي خلقنا الله بها قائمة على مبدأ «الستر» وليس «الكشف» أو التعرية.

الستر ليس في الجسد فقط، وإنما الستر المعنوي، وهو ستر الله لنا عند القيام بأي ذنب ..
أعتقد أن فهمك لتلك النقطة جيداً سيجعل إيصال المعلومة أسهل لولدك ..

التحدي الثالث

عدم وعي الأهل

«كلماتنا قنابل ذرية»:

هناك كلمات نطلقها لا نلقي لها بالاً.

كلمات نظنها بسيطة لن تؤثر في الطفل، لكنها في الحقيقة إذا ما قيلت، وخاصة في تلك المرحلة تكون بمثابة قنابل ذرية تفتك بشخصية الطفل وتكوينه النفسي، وتؤدي لحدوث مشكلات نفسية جسيمة فيما بعد.

بعض الأهل يستهين بذلك ظنًا منهم أن الطفل ما زال صغيرًا ولا يفهم.

لكنني أخبرك أنك يجب أن تحترس لكل كلمة تقولها.

لأن تلك المرحلة هي أهم مرحلة في حياة ولدك.

هي التي يبني فيها المفاهيم والأفكار، وتخزن في عقله الباطن، ثم يتكوّن سلوكه البشري في المستقبل؛ أي إن شخصية طفلك تتكون في هذه المرحلة.

لذلك يجب أن تتوخى الحذر.

وهنا سأضرب مثالين في غاية الأهمية:

أولاً «لا أحب جنسي» أو مفهوم الهوية الجنسية:

هل من الممكن ألا يحب الطفل جنسه الذي ولد به؟

بالطبع ذلك ممكن، إذا تلقى رسائل توحى له بأن جنسه غير محبب أو مفضّل، خصوصًا لدى الوالدين.

كيسولة تربوية

«أمي تتمنى أن أكون فتاة»

كان أحمد يجلس في غرفته عندما كانت تجلس أمه مع صديقتها، وأخذتا تتجاذبان أطراف الحديث ..

- ألا تفكرين في الإنجاب مرة أخرى؟

- نعم أفكر.

- إذن ما الذي يؤخرك؟ ألا تشتاقين لفتاة جميلة؟

ألم يكن هذا حلمك وأنت حامل في أحمد؟

ابتسمت الأم ثم قالت: نعم، كانت ولا زالت تلك أمنيتي.

انصرفت صديقة الأم، ثم جاء أحمد إلى أمه ليسألها:

أمي هل حقًا كنتِ ترغبين في أن تنجبي فتاة؟

ضحكت الأم وصمتت ولم تعرف بِمَ تجيب.

ما الخطأ في الموقف؟

هذا الحوار الذي دار بين الأم والصديقة لا يجب أن يحدث من الأساس، وإن حدث وتكلمتا في ذلك فيجب أن تحرص الأم على التأكد أن ابنها لا يسمعهما.

ماذا يحدث إن استمع فعلاً؟

الأم هنا ضحكت وصمتت، وصمتها يعنى بالنسبة للطفل أنها موافقة على ما قيل.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

- عندما يستمع أحمد كثيرًا لتلك الرسائل، يُغرس في عقله أن أبويه لا يتقبلانه، وأنهما كانا يتمنيان فتاة بدلًا منه.

- وجب على الأبوين ومَن حولهم عدم التحدث في تلك الأمور مطلقًا، لا بالهزل ولا بالجد، وأن يمنعا أي أحد أن يتحدث في هذا الشأن.

- التأثير الذي يخلفه ذلك على نفسية الطفل في أشد الخطورة؛ حيث يظل كارهاً لجنسه طوال الوقت، وقد يسبب له مشكلات عندما يكبر، خاصة في مرحلة المراهقة.

- في تلك المرحلة يتكون لدى الطفل ما يُسمى بـ «الهوية الجنسية».

هذه الهوية تتكوّن لديه من التالي:

رسائل الأبوين له:

يقوم بعض الآباء بتوجيه كلمات أو رسائل لأبنائهم تجعلهم يبغضون جنسهم .. هم بالطبع يفعلون بذلك دون أن يشعروا، وفي بعض الأحيان يتم ذلك عن طريق المقارنة بينه وبين أحد إخوته من الجنس الآخر، أو في شكل سخرية أو استهزاء، أو حتى في شكل كوميدى؛ ظنًا منهم أن هذا شيء مضحك وليس به ما يضر الطفل.

هذه الرسائل السلبية مثل:

- كنت أتمنى أن يرزقني الله بفتى.

- أختك أفضل منك.

- أخوك أجمل منك.

وهكذا من الرسائل السلبية التي تجعل الطفل كارهاً لجنسه، وقد يتمنى بعد ذلك أن يتخلص من العار الذي يلاحقه بسبب جنسه.

التصرف معه تجاه جنسه:

هناك بعض التصرفات التي يقوم بها الآباء عن عدم وعي، تجعل الطفل فاقداً لهويته الجنسية مثل:

- بعض الآباء يفخرون بأن بناتهم يرتدين مثل البنين.

أو العكس، الأم التي تربي ابنها على أن يطيل شعره، وتربطه له، وتجعله يرتدي ملابس تشبه ملابس البنات في شكلها أو لونها.

- من الطبيعي أن نجد الولد يلعب بألعاب تخص البنين مثل المسدس والعربات والكرة. والبنات تلعب بالدمى والإكسسوارات وأدوات التجميل والمطبخ.

عندما يحدث استبدال لتلك الصورة منذ الصغر، وتعويد الولد على اللعب بألعاب الفتيات أو العكس، ويستمر ذلك فترة طويلة؛ فإننا يجب أن ننتبه لما قد يحدث له في المراهقة.

- البنات اللاتي يتربين في مجتمع مليء بالذكور بدون توعيتهن، مثل الأخت التي تعيش مع إخوتها الذكور، فترتدي مثلهم .. تتحدث مثلهم .. تأكل .. تخرج .. تمشي مثلهم، بدون أي توجيه من الأبوين،

ويصبح التعامل معها على أنها فتى وليست فتاة.

والعكس تمامًا. الفتى الذي ينشأ في بيت كله إناث، دون أي توجيه من الأبوين، فيصبح مثل الفتاة، يمشي ويتحدث ويرتدي مثلهم؛ بل ويخرج كذلك معهن ومع صديقاتهن.

كل ما سبق يمحو شخصية الطفل ويجعله فاقداً لـ «هويته الجنسية».

الكبسولة التربوية تقول:

- ألا تفكرين في الإنجاب مرة أخرى؟

- نعم أفكر.

- إذن ما الذي يؤخرك؟ ألا تشتاقين لفتاة جميلة؟

ألم يكن هذا حلمك وأنت حامل في أحمد؟

- أحمد حبيبي وقرّة عيني هو هديتي من الله، وهو ما كنت أحلم به طوال عمري.

سمع أحمد الحوار وأتى ليسأل أمه:

- أمي، هل حقاً كنت تتمنين فتاة وأنا في بطنك؟

- حبيبي، أنا أحبك أنت. أي فتاة تتحدث عنها؟!

- الفتاة التي حدثتك عنها صديقتك.

- يا حبيبي، صديقتي تمزح. وهل هناك ما هو أحلى منك في حياتي؟!

- هل حقاً سوف يأتي طفل آخر.

- ما رأيك أنت؟

- نعم، أتمنى ذلك، أنا أتمنى أن يكون ولدًا كي أعب معه.

- إن كان ولدًا أو بنتًا لا فرق. كل ما أعلمه أنني أحبك، وعندما سيأتي أخوك أعلم أنك ستحبه، وإن كانت فتاة فستحبها وترعاها وتلعب معها أيضًا.

ثانيًا: لا أحب جسدي:

في هذه المرحلة يجب أن يتعلم الطفل مفهوم «جسده»

كيف يحبه ..

كيف يتقبله ..

كيف يحافظ عليه نظيفًا ..

- كيف يحب جسده؟

الرسائل التي ترسلها للطفل مهمة جدًا في هذه المرحلة.

بعض الآباء لا يدركون ذلك، ويعلقون على شكل جسد الطفل، إما أنه نحيف للغاية، أو بدين للغاية، أو طويل، أو قصير. وفي بعض الأوقات يقارن بعض الأفراد في العائلة بين الإخوة في لون البشرة أو الشعر.

حدث بالفعل

«أختك أحلى منك»

سوزي ذات الثمانية عشر عامًا تحكي عن موقف لا تنساه طيلة حياتها.

تقول سوزي:

منذ أن التحقت بالمدرسة في عمر الرابعة على ما أتذكر، لا أنسى إطلاقًا معايرة الأطفال لي بأن أختي التي تكبرني بعام واحد أجمل مني.

لقد كانت كذلك حقًا. كان شعرها ناعمًا وبشرتها بيضاء، وكنت أنا بشعر مجعد وبشرتي خمرية بعض الشيء.

كما أنني كنت أكثر بدانة منها.

لم أسلم من سخرية أصدقائي عن شكل جسدي، وكيف كانت أختي أكثر نحافة مني ومنهم. وكانوا يطلقون على اسم «الدبة». كما لم أسلم من تعليقات صديقات أُمي اللاتي كنت أكره الجلوس معهن.

كل ذلك كان يسبب لي ألمًا.

لكن ما كان يؤلمني أكثر هو صمت أُمي وأبي، وأنهما كانا يكتفیان بالابتسام فقط.

وعندما كبرت قليلًا أخذت أُمي تعلق على شكل جسدي، وكيف أن ثيابي لم تعد تصلح للاستخدام. وفي إحدى المرات صرخ أبي في وجهي ونحن في أحد المطاعم قائلاً:

كفاك طعامًا .. أغلقي فمك قليلًا!!

لقد جعلني ذلك أفقد الثقة في نفسي تمامًا. وفي بعض الأحيان كنت أفقد الرغبة في الحياة؛ لذلك قررت أن أنتقم ..

كنت أفرغ همي في الطعام. كنت ألتهم الطعام بشراهة حتى زاد وزني بدرجة كبيرة. واضطّرّ والداي لعرضي على الطبيب، الذي قرر أن أتبع حمية قاسية وأنا في عمر العاشرة. لم أكن مقتنعة بذلك، لكنهم كانوا يُرغمونني، وينزعون الطعام من يدي؛ فكنت أصرخ بقوة، وأكسّر أي شيء أمامي. لم أكن أريد أي شيء حينها سوى الطعام، ليس لشعوري بالجوع، وإنما كان الطعام هو ملاذي الوحيد.

هو الشيء الوحيد الذي يفهمني.

هو الذي يواسيني.

هو الوحيد الذي يتقبلني كما أنا.

هو فقط من يفهمني ولا يرفضني.

في القصة السابقة تشرح سوزي معاناتها، وكيف كان الأطفال وأصدقاء الأبوين يرون أن أختها أجمل منها.

ليست تلك المشكلة، إنما المشكلة الكبرى هي موافقة الوالدين على ما يُقال في البداية، وبعد فترة كانوا يوبخونها ويعلقون على شكل جسدها بشكل صارخ.

في تلك المرحلة يستمد الطفل شعوره بالأمان والرضا عن نفسه وتصرفاته وشكله من والديه.

فإذا هدم الوالدان ذلك كسرت لدى الطفل ثقته بنفسه، وشعر بتدنٍ ذاتي.

أدّى في النهاية إلى أن يتجه إلى:

العنف ..

أو الشراهة في الأكل ..

أو الامتناع تمامًا عن الأكل أو ..

الانطواء والعزلة.

احترس من رسائلك التي ترسلها لأبنائك، خاصة فيما يختص بشكل أجسادهم. فكلماتك السلبية في مراحل عمرهم المبكرة (وخاصة أن تلك المرحلة هي من أهم مراحل الحياة) قد تؤثر تأثيرًا كبيرًا لا تعلم مداه بعد ذلك.

التحدي الرابع

خصوصية جسده

في البداية يتعلم طفلك خصوصية جسده منك كما ذكرنا من قبل ..

من يغير له حفاضه؟

من يحمّمه؟

مع من تتركينه وكيف يتعامل معه؟

أن تكون قدوة ..

يتعلم الطفل الحفاظ على خصوصية جسده منك بالقدوة، وتلك نقطة في غاية الأهمية؛ فليس من المنطقي أن تعلمه أن يستر جسده ويحافظ عليه وأنت لا تفعل ذلك.

حدث بالفعل «أهل زوجي»

بعد التدريب جاءت إحدى الأمهات لتسألني عن الملابس التي يجب أن يرتديها البالغون أمام أبنائهم، وكنا قد نوّهنا عن ذلك في التدريب، لكنها كان لديها مشكلة أكبر.. أنها متزوجة من رجل من جنسية مختلفة. وأن العادات والتقاليد لديهم تختلف عن عادات مجتمعها؛ حيث يجلس الجميع رجالاً ونساءً بالملابس التحتية، ولا يجدون أي غضاضة في ذلك. وعندما تحدثت إلى زوجها استنكر ما تقول. مما جعلها تستاء عند الذهاب إلى بيت عائلة زوجها؛ لأنها تشعر بالحياء، ناهيك عن أن أطفالها بدأوا في تعلم هذا السلوك وتخشى، من أن يرفضوا الالتزام بارتداء ملابسهم في منزلهم.

في تلك القصة هناك شيء مهم جداً يجب أن يحدث، وهو أن يتفق الزوجان على طريقة تربية واحدة. نعم هناك اختلاف في العادات والتقاليد، لكن يجب أن ينظر الزوج إلى مدى الضرر الذي سيقع على الأطفال من ذلك، حتى لو اضطرت الزوجة إلى عدم الذهاب إلى هناك، والاستعاضة عن ذلك برؤية أهل زوجها خارج المنزل.

علم طفلك ما يلي:

أولاً: الاستئذان

قواعد الاستئذان:

- أي باب مغلق يجب أن تطرق عليه أولاً حتى لو كان باب غرفتك.

- الطَّرْق يكون ثلاث مرات، أو حتى يسمع صوت مَن بالداخل، وإن لم يحدث فمن الممكن أن يفتح الباب.

- إذا أخطأ، فدربّه خطوة بخطوة.

كبسولة تربوية «غرفة أبي».

فتح مازن 6 أعوام باب الغرفة على والده فجأة، وكان يبدل ملابسه، فزع الوالد ونهره وسبه قائلاً: أيها الغبي!! ألم أخبرك من قبل أن تطرق الباب قبل الدخول؟!

الخطأ في الموقف:

وبخ الأب ابنه وشتمه، رغم أنه هو المخطئ. فكيف يبدل ملابسه دون أن يغلق عليه الباب من الداخل؟

في هذه اللحظة لن يتعلم مازن أي شيء؛ لأن الصوت العالي والتوجيه القاسي لن يُعلم الطفل شيئاً في النهاية، وسيركز عقله على شيء آخر، وهو كيفية التعامل مع هذا العنف، ولن يركز على كيفية الاستئذان؛ لذلك قد لا يفهم أنه مخطئ، وإن فهم فلن يتعلم شيئاً جديداً.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

يجب ألا يفزع الأب لهذه الدرجة، ويجب أن يكون لديه حُسن تصرف وسرعة بديهة في تلك المواقف.

سواء كنت في قيلولتك أو تبدل ملابسك، وتخشى في كلتا الحالتين أن يُفتح عليك الباب، فيجب أن تتأكد أنه موحد من الداخل.

الكبسولة التربوية تقول:

بعدها فتح مازن الباب، سحب والده المنشفة من على الفراش ووضعها على جسده، ثم قال له بنبرة حازمة لا تخلو من الحنان:

- مازن، ألم نتفق قبل ذلك أن أي باب مغلق يجب أن نطرقه؟

- نعم يا أبي.

- حسناً من فضلك أغلق الباب بسرعة واطرقه، ولا تدخل حتى آذن لك.

أغلق مازن باب الغرفة، وطرقه مرة واحدة، ثم فتح الباب دون أن يأذن له والده.

ابتسم الوالد ثم أعاد عليه مرة أخرى من فضلك يا حبيبي، أغلق الباب مرة أخرى، واطرق عليه، ولا تدخل حتى تسمع صوتي.

ابتسم مازن ابتسامة عريضة، أغلق الباب .. طرقه، سمع صوت والده يقول:

- مَنْ بالباب؟

- أنا.

- أنت مَنْ؟

- أنا مازن يا أبي.

- ماذا تريد يا حبيبي؟

- أريد أن أدخل.

- تفضل يا حبيبي.

هنا تعامل الأب مع الموقف بشكل هادئ، ومثّل الموقف حتى لا ينساه، وفي نفس الوقت حاول الأب ألا يخلو الجو من الدعابة والمرح؛ كي لا يفزع ولده لمجرد تصرف بسيط لم يقصد به شيئاً سيئاً.

ثانياً: صدق جسدك

إذا شعرت بلمسة أو كلمة أو نظرة غريبة فيجب عليك أن تصدق جسدك.

صديقتي «إيمان نبيل» مدربة رائعة ومبدعة في مجال الطفولة والمراهقة.

كانت تعطي برنامجاً تدريبياً للأطفال بعنوان «فتفوت وفتفوتة».

وكان من أهم ما تعلّمه لهم هذه الجملة:

«صدق جسدك»

جسدك لا يكذب.

كانت تفعل بذلك عن طريق عدة أغاني وأنشطة يقوم بها الطفل؛ حتى يتعلم أن جسده خاص به هو وحده، وأنه إذا شعر بأي شيء غريب فإن جسده لا يكذب، ويخبره دوماً بالحقيقة.

تقول إيمان إنها كانت تعلمهم أن يعبروا عما تشعر به أجسادهم.

عندما يخبرك جسدك أنه خائف .. فهو خائف.

وعندما يخبرك أنه فرحان .. فهو فرحان.

عندما يخبرك أنه مرهق ومُجهد فيجب أن تصدّقه.

وكنت أجعلهم يمارسون بعض الأنشطة التي تجعلهم يعبرون عن أجسادهم مثل:

أنشطة يقومون فيها بالركض وتحتاج إلى حركة كثيرة ثم أبدأ في سؤالهم: ماذا تشعر؟

ورغم أنني أعلم تمامًا أنهم يشعرون بالإرهاق، فإن بعضهم لم يكن يستطيع التعبير عن ذلك بشكل جيد، وكانهم يشكّون فيما يشعرون به.

لم تكن الأنشطة مقتصرة على ما تشعر به أجسادهم بطريقة سلبية، وإنما كانت هناك بعض الأنشطة التي تحفّز أجسادهم بشكل إيجابي؛ مثل لعبة الموسيقى، والتي كنت أشغّل فيها موسيقى هادئة ليقوم كل منهم بحركة على صوت الموسيقى بالشكل الذي يريده جسده، أو الجلوس لسماع الموسيقى في هدوء.

كنت أسألهم في نهاية اليوم: بماذا يشعر جسدك؟

الكثير منهم لم يكونوا يستطيعون التعبير عن إحساس أجسادهم، حتى لو كانت مشاعر بسيطة.

وسواء كان في المشاعر السلبية أو الإيجابية، وجدت أن بعضهم لم يستطيع التعبير في الغالب؛ بسبب أن الآباء كانوا يرفضون أن يستمعوا لهم في أشياء خاصة بجسدهم.

على سبيل المثال كنت أدرّس في إحدى المدارس، وكنت أجد أن هناك أطفالاً يشعرون بالحرّ، ويخبرني أحدهم:

أنا أخبر أمي أنني لا أريد أن أرتدي كل هذه الملابس، فترفض أمي الاستماع لي؛ ظنًا منها أنني سأصاب بنزلة برد.

وعندما يذهب للمدرسة ويختفي عن أعين أمه، فإنه يخلع ملابسه. هنا والدته كانت تقوم بالإنكار؛ أي إنها تنكر أن جسده من الممكن أن يشعر بالحر؛ لأنها تُسقط خبرتها أو قناعتها الشخصية عن الشعور بالحرارة والبرودة، على ولدها المسكين.

هناك أيضًا الطفل الذي يشتكي أنه مريض ولا يستطيع الذهاب للمدرسة، وتترجم الأم ذلك بأنه يقوم بالتمثيل عليها، أو أنه نوع من أنواع الدلع الزائد حتى لا يذهب للمدرسة.. بالطبع هناك أطفال يقومون بذلك، لكن أن تكون تلك الرسالة الوحيدة التي يتلقاها من والديه، أنه دائمًا على خطأ فيما يخص جسده.

كل ذلك يجعله يرفض ولا يصدق جسده.

إلى هنا انتهى كلام إيمان نبيل الذي اعتبره في غاية الأهمية في تربيتك لابنك؛ حيث إن الأطفال يجب أن يتعلموا أن يصدقوا أجسادهم؛ حتى لا يلوموا أنفسهم فيما بعد، أو يتخيلوا أنهم مخطئون، وأن عدم تصديقك للغة جسده سيجعله بعد ذلك يكذب جسده فيما يخص أي شيء آخر، مثل «التحرش الجنسي» على سبيل المثال.

في إحدى المرات قرأت مقالاً عن الوقاية من سرطان الثدي، كان المقال يتحدث عن نفس الفكرة.

تلك الفكرة التي تدعونا إلى أن نصدق أجسادنا.

كان المقال ضمن حملة عن التوعية للوقاية من سرطان الثدي؛ حيث كان التأخر في الذهاب للطبيب سبباً في تفاقم بعض الحالات.

لذلك كان يدعون السيدات لأن يصدقن أجسادهن، ولا يوهمن أنفسهن أنهن يتخيّلن أو أن ذلك ليس صحيحًا.

إذا شعرتِ بشيء غريب في هذا المكان فتوجهي فورًا للطبيب. ولا تقولي إنها أوهام أو تهيؤات؛ لأن جسدك ببساطة لا يكذب.

هكذا نحن هنا ..

يجب علينا أن نوعي أبناءنا أن يصدقوا أنفسهم وأجسادهم.

وَألا نربي فيهم أن الكبير أو البالغ هو على صواب دائم، وأنت بالطبع مخطئ؛ لأنك أنت الأصغر؛ لأن ذلك يجعلهم يشكون في أنفسهم ويُبعدون التهمة عن الكبير ويلصقونها بأنفسهم ويرون أنهم هم المذنبون.

هنا قد يشعر الطفل بأنه غير مرتاح، رغم أنه لا يفهم ما الذي يحدث، لكنه لا يستطيع التعبير أو الكلام، خاصة وأن المتحرش يكون أكبر سنًا أو جسمًا.

كما يجب أن نعلم أطفالنا قول «لا» حتى للكبير، وذلك ما أوردناه في الجزء الأول الكتاب «كبسولات تربية».

ثالثًا: حدود اللمس

في هذه المرحلة يجب أن يتعلم الطفل حدود اللمس بينه وبين غيره:

1- من نفس الجنس.

2- من الجنس المختلف.

3- من الكبار.

* المناطق التي لا يسمح اللمس فيها مثل:

1- المناطق الحساسة.

2- الصدر.

3- التقبيل في الفم.

يجب أن تعلمَ الطفل أن هناك بعض الأماكن المسموح فيها باللمس، مثل أن يضع زميلك يده على ظهرك أو يدك.

أو أن يربت معلمك على كتفيك.

أو تقبلك معلمتك في رأسك أو جبهتك.

لكن إن حدث غير ذلك، كأن يقوم مدرب السباحة الخاص بك بلمس منطقة حساسة، ولو حتى على سبيل الضحك فهذا مرفوض تماما ..

* التمييز في نوع اللمس، هل هو لمس مريح أم أن هناك شيئًا غريبًا يجعله غير مرتاح لما يحدث:

قد يكون اللمس في أماكن أخرى عادية غير الأماكن المحظورة السابقة، لكنه يكون مريبًا يشعر الطفل تجاهه بشيء غريب.

مثل أن يقوم سائق الحافلة بوضع يده بشكل غريب على فخذه.

أو أن يقبله أحدهم في خده أو رقبتة بشكل غير لائق.

كل ذلك يجب أن تعلمه لطفلك في تلك المرحلة؛ ليتعلم التفرقة بين اللمسة البريئة واللمسة المريبة.

من ستة إلى ثمانية أعوام

خصائص تلك المرحلة:

1- تتزايد الأسئلة حول الجنس الآخر - كيفية الإنجاب.

2- تتطور أسئلته مثلما يتطور تكوينه العقلي وتكوينه الجسدي، وتتغير طريقة طرحه للأسئلة عن المرحلة التي تسبقها مثل:

المرحلة السابقة من 3 إلى 6 أعوام، كان السؤال: من أين جئت؟
أي يسأل فقط عن المكان الذي جاء منه.

في هذه المرحلة يتطور السؤال إلى: كيف يتكوّن الجنين؟
أو كيف كان في البداية وكيف أصبح.

3- قد يستمر بعض الأطفال في اللعب الجنسي؛ نظرًا لرغبة كل جنس في اكتشاف الآخر..
هذا الآخر قد يكون من نفس جنسه أو من جنس آخر..

وعلاجه تمامًا مثل المرحلة السابقة، مع اختلاف طريقة شرح قصة آدم عليه السلام ونبرة الصوت فيها .. فالذي تقصه على طفل يبلغ من العمر أربعة أعوام، يختلف عن الطريقة التي تحكي بها مع ذي الثمانية أعوام.

أي أن تكون نبرة صوتك أكثر حزمًا؛ حتى يفهم أن ما يفعله شيء خاطئ.

في المرحلة السابقة كان العمر أصغر، ومن أهم سماته الاستكشاف والخيال؛ لذلك من الممكن أن نتجاهل ما يفعله، لكن في هذه المرحلة نركز أكثر على تعليمه الصواب والخطأ، وأن هذا جسده يجب أن تحافظ عليه، وهذا جسد الآخر يجب أيضًا أن تحافظ عليه وألا تكشف عورته.

* الفرق بين طفل القرية وطفل المدينة:

- في تلك المرحلة طفل القرية يعلم أكثر مما يعلم طفل المدينة؛ وذلك لأنه يرى أمام عينه الحيوانات وهي تتزاوج.

هذا لا يعني أنه لديه ثقافة جنسية عالية، وإنما فقط يعلم كيف يتم التزاوج؛ لذلك عندما تحاول التحدث مع ولدك إن كنت من أهل المدينة، فلا تجزع كثيرًا، وتذكر أن الأطفال في القرى يرون ذلك يحدث أمام أعينهم.

بالطبع الإنسان يختلف تمامًا عن الحيوان في هذه الأمور، وسنقوم بإيضاح ذلك لاحقًا باذن الله..

مفاهيم يحتاج الطفل لتعلمها في هذه المرحلة:

- خصوصية الجسد.
- حدود العورة بين الجنسين.
- معنى الزواج بشكل مبسط.
- الجهاز التناسلي الخاص به وبالجنس الآخر.

- الإنجاب - النطفة.

- معرفة الأهل والأصدقاء مهمة في إتمام الزواج (وهو ما نسميه الإشهار).

- لحدوث الزواج يجب أن يكون هناك جنسان مختلفان (ذكر وأنثى) وليس ذكرين ولا أنثيين.

- لا إنجاب بدون وجود رجل وامرأة، وتلك نقطة مهمة؛ لأن الإعلام الآن أصبح يروج لفكرة شراء الحيوانات المنوية.

- التمهيد للبلوغ في سن ثماني سنوات للفتيات؛ لأنها قد تبلغ في التاسعة.

قصص الأنبياء:

في هذه المرحلة أرشّح:

- قصة آدم عليه السلام (ليتعلم خصوصية جسده - حدود العورة بينه وبين الآخر - علاج اللعب الجنسي أو الوقاية منه).

- قصة لوط عليه السلام (ليتعلم أن الزواج هو بين ذكر وأنثى، وليس بين جنسين متشابهين).

تحديات المرحلة

التحدي الأول

عدم وعي الأهل

1- بخصوصية جسد أبنائهم.

حدث بالفعل

«خصوصية جسدي منتهكة بسبب أمي»

دخلتُ غرفة خلع الملابس في أحد النوادي الرياضية، وهي الغرفة التي يذهب إليها الأهل لتحميم أبنائهم بعد استخدام حمام السباحة، هذه الغرفة للأسف كانت تجمع الجنسين حتى سن ثماني سنوات.

كان ذلك مؤسفًا لأن السن حتى وإن كان صغيرًا، فمن الأفضل أن يتم الفصل في هذه الأماكن؛ لأن ثماني سنوات لا يُعدُّ صغيرًا ...

نعم هو ما يزال طفلًا، لكنه يميز جيدًا، وقد تحدث بعض المشكلات بسبب ذلك.

كان المكان مزدحمًا وفي الممر صُدمت ..

رأيت ما سبَّب لي ألمًا.

طفل عمره نحو ستة أو سبعة أعوام، يقف في الممر عاريًا تمامًا.

نعم كما قرأت .. لا يرتدي أي شيء من ملابسه.

يقف خجلًا منزويًا على نفسه، يطوي نصف جسده الأعلى على نصف جسده الأسفل، واضعًا يده أمامه ليخبي بها عورته، يقف منزعجًا لكنه لا يعرف ماذا يفعل.

نظرت حوله لأجد أن أمه هي التي أخرجته هكذا، حتى تنتهي من تحميم أخته، كنت في غاية الاندهاش من هذه الأم.

كيف تفعل ذلك بولدها؟

هل كانت تظن أنه لصغر سنه لن يخجل أو يستحيي من أن تظهر عورته أمام جموع الناس؟

كان الممر يعج بالآباء والأمهات والأطفال من الجنسين. ناشدتها فقط أن تعطيه منشفة ليغطي بها جسده من الأسفل، لكنها أخبرتني أنها ستنتهي حالاً من تحميم أخته، وكان ولدها لا يعاني أو كأنها لا تراه.

هكذا هم الأطفال ..

يولدون بفطرة سليمة فيشوهُها بعض الآباء بعدم وعيهم.

ثم نعود ونشتكي منهم في عمر المراهقة؛ أنهم لا يستحيون، وأنا نعاني من جرأتهم وسوء أخلاقهم.

جاء تصرف الأم هنا بناءً على عدم وعيها بتلك المرحلة، ولا حتى وعيها أن لكل منا جسداً يجب أن نحافظ عليه بحمايته وستره.

وأول من يجب أن يحافظ على جسد الطفل هما الأم والأب.

الحل في تلك القصة:

- يجب أن تعلم جيداً أن ما تعلّمه لطفلك في هذه المرحلة يترسخ في ذهنه، ليصطحبه معه حتى يكبر.

عندما تتعرض الأم لهذا الموقف يجب أن تفعل الآتي:

- 1- ألا تحمّم الولد والبنت سويًا في نفس المكان.
- 2- تنتهي من تحميم الأول، ثم تغطيه أو تعطيه ملابس ليرتديها، ولا تخرجه أبدًا بدون أن تتأكد أن جسده مغطّى، على الأقل الجزء الأسفل منه، ولو حتى بمنشفة.
- 3- إذا تصرفت بشكل خاطئ، ووجدت ولدها يخجل ويستحيي هكذا، يجب ألا توبّخه، وتنتبه للموقف الذي وضعته فيه.

كيف أعلمه خصوصية جسده في هذه المرحلة؟

كي يتعلم الطفل خصوصية جسده في هذه المرحلة، يجب أن يرى ذلك بعينه أولاً قبل الكلام كما ذكرنا سابقًا.

1- ما ترتديه أنت أو ما تفعله.

2- ما يرتديه هو.

أولاً: ما ترتديه أنت أو ما تفعله:

1- ماذا ترتدي أمام الأبناء؟

يأتيني هذا السؤال كثيرًا، لكنني لاحظت التالي:

- السؤال في الغالب يكون من الأم؛ أي الأم هي التي تسأل ماذا أرثدي أمام أبنائي، وليس الأب. رغم أن ذلك في غاية الأهمية؛ لأن بعض الآباء لا ينتبهون لذلك.

- يركز السؤال على مرحلة معينة وهي سن المراهقة، في حين أننا يجب أن ننتبه للمراحل التي تسبق المراهقة أيضًا.

- يركز السؤال أيضًا على الأبناء الذكور ولا يهتمون بالإناث؛ لأن الأم بطبيعة الحال تريد أن تعرف حدود ملابسها أمام أبنائها الذكور، لكن هذا لا يعني مطلقًا أنها من الممكن أن تخلع ملابسها بدون حدود أمام بناتها.

لذلك أريد أن أوضح بعض الأشياء المهمة هنا:

حدود العورة بين أبناء الجنس الواحد، وحدود العورة على الجنس الآخر.

- يجب أن يتعلم الطفل أن هناك حدودًا للعورة على الجنس الآخر، كما أن هناك حدودًا للعورة على نفس الجنس، سواء كانوا إخوة أو أقارب أو أصدقاء؛ حتى يستطيع الحفاظ على جسده وخصوصيته؛

وذلك سيسهل شرح موضوع الزواج والجماع في المرحلة القادمة بإذن الله.

- عندما نتحدث عن حدود العورة فإننا لا نخصص جنسًا دون الآخر؛ لأن البعض يركز على توعية البنات فقط ويهمل توعية البنين.

- حدود العورة على أبنائك هي من السرة للركبة، سواء كنت أبًا أو أمًا .. أو كانوا بنات أو بنين.

- بالطبع لا أريد التعقيد هنا، لكننا يجب أن نربي أبناءنا على مفهوم «الستر»؛ لينشأ لديه بعض الحياء إذا ما كُشِف جسده، ولا تعتاد عيناه على رؤية أجزاء كثيرة من جسدك مكشوفة، فيعتبر ذلك أمرًا عاديًا.

وسنذكر لماذا يجب أن ننتبه، خاصة إذا كان لدينا مراهق أو مراهقة في المنزل.

- من الطبيعي أن تتخفف الأم أمام بناتها، لكن ليس بصورة فجأة.

- أما عن الأطفال، فمن الممكن بالطبع التخفف أمامهم، لكن في حدود المعقول؛ لأن الأمهات يتصرفن وكان أبناءهم الصغار لا يميزون.

س: ما معنى ذلك؟ أي ماذا أرتدي في النهاية؟ أنت لم تحدي!!

ج: أنت فقط من يستطيع تحديد ذلك، خاصة أن كل امرأة تعلم تمامًا ما هي الأجزاء التي تلفت نظر أبنائها، وتجعلهم يتساءلون ما هذا يا أمي، أو يتفحصون جسدك بشكل مبالغ فيه. أي إنك من الممكن أن ترتدي شيئًا مكشوف الظهر أو الكتفين أو الصدر، لكن ليس بصورة مبالغ فيها، وأنت فقط من يستطيع تحديد ذلك عن طريق قراءة عين ولدك وتصرفاته.

2- ما تفعله أمام طفلك:

أي التصرفات التي تقوم بها مع شريكك أمامه.

من الجميل، بل من الصحي أن يراك أبنائك وأنت تقبل شريكك وتحتضنه، وتعبّر له عن حبك بشتى الطرق؛ لأن ذلك يزرع فيه المعنى الصحي للزواج؛ مما يجعله يفعل ذلك عندما يتزوج.

نعم لا تستهن بتلك التصرفات أمام أبنائك، بل احرص على ذلك كل يوم.

- أن تقبل أهمهم كل صباح وأنت ذاهب من العمل أو عائد منه.
- يراك الأبناء تجلسين بجوار أبيهم وتضعين رأسك على كتفه.
- تحتضن أهمهم وتضمها إلى صدرك بعد يوم عمل شاق.
- تغدقا بعضكما بالكلام المعسول والغزل أمام الأبناء مثل:

حبيبي.

اشتقت إليك .. وهكذا.

لأننا صرنا نعاني من مجتمع جاف، ومن أزواج وزوجات لا يعرف الحب طريقًا إلى قلوبهم، وإن عرفوا لما استطاعوا التطبيق والتعبير عن ذلك. وفي اعتقادي أن السبب وراء ذلك هو التربية؛ حيث إن هذا الزوج الجاف الذي يبخل بالمشاعر على زوجته، أو تلك الزوجة التي لديها بحور من اللغة السلبية تجاه زوجها، من المؤكد أنهما نشأ في بيئة لم تعلمهما أي شيء عن الحب أو عن التواصل في العلاقة الزوجية.

نعم علم أبناءك ذلك عن طريق الكلام والأفعال مع شريكك، شريطة أن يكون ذلك في حدود المقبول. وعندما نقول إنه من الصحي أن تقبل شريكك أمام أبنائك، فإننا لا نقصد هنا القبلات الساخنة، وإنما نقصد القبلات والأحضان الدافئة التي تحسن من صحة الطفل النفسية.

ثانيًا: ما يرتديه الطفل وما يفعله:

حدث بالفعل

«كابتن السباحة»

تخيل معي هذا المشهد ..

فتاة تبلغ من العمر ثماني سنوات ..

انتهت من دورها في اللعب في حمام السباحة، ثم خرجت مباشرة على مدربها الشاب، فاحتضنته وقبلته، وبادلها هو أيضًا بقبلة على خدها وهو يحتضنها ويمسكها من خصرها.

صغيرة هي في السن، لكن جسدها لا يبدو عليه ذلك.

بعض الفتيات تنمو أجسادهن بسرعة، وتظهر عليهن علامات الأنوثة مبكرًا..

تخرج بملابس السباحة التي لا تغطي إلا القليل من جسدها، لتحتضن المدرب، ويتجاوب معها المدرب وسط فرحة الأب والأم لأن مدربها فخور بها، ثم نعود لنشتكي من التحرش!

هذا المدرب هو شاب في مقتبل العمر، ولديه بالطبع غريزة ورغبات، حتى وإن كبتها، فلماذا نعرّضه لذلك من الأصل؟

نعم، نعلم أنها طفلة صغيرة، لكن جسدها ليس صغيرًا.

ولماذا تعرّض ابنتك لموقف كهذا وتجعلها تعتاد على ذلك؟

إن الاعتياد هنا ليس في احتضان مدربها أو تقبيله فقط، بل إنها ستعتاد على ذلك مع معلمها أو صديق أبيها، وسيتطور الأمر ليكون مع أي شخص قد تكون تعرفت عليه بالكاد، وستكبر بذلك المفهوم، وحتى تستطيع أن تشيها عن ذلك وهي في مرحلة المراهقة، سيأخذ ذلك وقتًا طويلاً، خاصة وأن تلك المرحلة تتسم بالعناد والتمرد.

فلماذا لا نوعيها بذلك منذ البداية؟

يجب أن يتعلم الأبناء ما هي الحدود بينهم وبين الآخر، حتى وإن كان هذا الآخر هو المعلم أو المدرب.

يجب أن تتعلم الفتاة منذ الصغر أن هناك بعض الحدود في الملابس التي ترتديها. جسدها لا يُكشَف هكذا جميعه لكل من هَبَّ ودَبَّ، وألا تحتضن أي أحد بهذه الصورة، خاصة وأن جسدها مكشوف.

2- الإيذاءات الجنسية:

التي يقوم بها بعض الأهل تجاه أبنائهم ولا يعلمون مدى خطورتها:

دعونا أولاً نلقي الضوء على الإيذاءات التي يتعرض لها الأطفال، والتي تنقسم إلى ثلاثة أنواع من الإيذاءات:

إيذاءات نفسية: مثل الإهانة أو السب أو الشتم، أو الرسائل السلبية المتكررة له، أو تعريضه لتجربة سيئة تترك لديه أثراً نفسياً سلبياً يؤثر على حياته فيما بعد.

إيذاءات جسدية: مثل الضرب أو الإيذاء البدني بكل أنواعه.

إيذاءات جنسية: مثل التحرش الجنسي – الاغتصاب.

هناك بعض الإيذاءات الجنسية غير الصريحة وغير الواضحة، ومنها تلك التي يقوم بها بعض الآباء دون قصد، فتسبب أذى نفسياً وجنسياً لأبنائهم.

هذه الإيذاءات لا يلقي الأهل لها بالاً ولا يعتبرونها إيذاءً بالطبع.

وذلك أعتبره أخطر من الإيذاءات الصريحة التي يتعرض لها الطفل؛ لأن الإيذاء الصريح يكون واضح المعالم، مثل الطفل الذي يتعرض للتحرش، يعلم الأهل جيداً أن هناك مشكلة

يجب أن يعالجوها مع طفلهم، وأن هناك معتدٍ يجب أن يتصدوا له. لكن الإيذاءات التي يقومون هم بها تكمن خطورتها في أنهم لا يدركون أنها تشكل خطرًا على الطفل، وأنهم يقومون بها تلقائيًا دون أن يشعروا.

وبالطبع هنا لا يوجد جانٍ بالنسبة لهم.

هذه الإيذاءات تكمن في تعريض الطفل لبعض المشاهد أو الصور أو الأفعال التي تكبر سنه، وتجعله إما يتساءل عن ماهية ذلك، وإما أن يقوم بممارسة ما شاهده، وإما الاثنين معًا.

مثال على ذلك:

الآباء أو الإخوة الكبار الذين يشاهدون مواقع إباحية تقع في يد الطفل عن طريق الخطأ.

الطفل الذي يشاهد والديه يمارسان العلاقة الخاصة وهما لا يدركان.

الطفل الذي يجلس كثيرًا بين النساء، ويشاهدهن وهن يرتدين ملابس كاشفة لأجسادهن.

الطفل الذي عوّده أمه على الاستحمام معها.

الطفل الذي اعتاد على الاستحمام مع إخوته من البنات أو البنين.

أو الطفل الذي تتخفّف أمه دومًا من ملابسها بصورة فجّة.

كل تلك الأمثلة السابقة تعرض الطفل لنوعين من الإيذاء:

إيذاء جنسي.

وإيذاء نفسي.

ويسمى إيذاءً لأن ذلك يؤثر في نفسية الطفل بالسلب؛ مما يرسخ في ذهنه بعض المفاهيم الخاطئة عن الزواج - الجنس الآخر- العلاقة الخاصة.

لأن الطفل الذي يشاهد موقعًا إباحيًا في تلك السن يتعرض لصدمة كبيرة، خاصة وأنه لا يعلم الصواب من الخطأ، ولا الحلال من الحرام.

هو فقط يشاهد صورًا كثيرة تتحرك أمامه، فيرتبط ذلك في مخيلته بشكل العلاقة بالرجل والمرأة، وقد يتخيل أن هذا ما يحدث في العلاقة الحميمة بين الزوجين، أو يحصر معنى الزواج في هذه العلاقة فقط.

وذلك يفسر اتجاه بعض الشباب لهذه الممارسات الخاطئة بعد الزواج، إما لأنه شاهد ذلك ومارسه في فترة مراهقته، أو أنه عُرض عليه وهو طفل ولا يعلم مدى خطورته.

حدث بالفعل «ملايس أمي»

في إحدى ورش العمل، كانت تجلس تستمع بانتباه شديد ..

أم يظهر عليها أنها مثقفة وذات مستوى اجتماعي مرتفع، تعليمها بالطبع تعليم عالٍ ..

كانت هادئة ورقيقة، تسأل ببراءة كأنها طفلة صغيرة، أوقفنتني وأنا أشرح خصائص هذه المرحلة العمرية، ورغم أنها كانت تسأل ببراءة، فإن الانزعاج لم يفارق تقاسيم وجهها، وكان سؤالها:

إبني البالغ من العمر سبع سنوات يسألني:

ما هذا يا أمي؟

حيث كان يشير إلى مكان عورتها الأمامية.

كانت متعجبة ومنزعجة.

فسألتها: ماذا ترتدين أمامه؟

- كنت أرتدي حينها «هوت شور» وأستحم معه هو وأخيه البالغ من العمر خمس سنوات.

نرتدي جميعًا مايوهات ونستحم سويًا.

أجبتها:

- لا للاستحمام مع الأبناء، وإن حدث فلا يجب أن ترتدي أمامه هوت شور أو مايوه

صغير يحدد ملامح جسدك.

- لكنه يظل مستنكرًا ويسأل أسئلة كثيرة بهذا الشأن.

- مثل ماذا؟

- لماذا جسدك يختلف عن جسد أبي. ويظل يتفحص جسدي. كان ذلك يحدث وهو أصغر

وهو في عمر الخمس سنوات تقريبًا، لكنني بدأت أتضايق؛ حيث إنه بدأ يكبر.

- طبيعي أن يسأل، المهم أن نجيب إجابة صحيحة. وإن لم نعرف نؤجلها إلى يوم آخر أو

وقت آخر، لكن على وعد منا بالرد على جميع أسئلته.

أخبريني أولاً ماذا ترتدين في المنزل؟

- أنا أجلس بدون حمالات للصدر.

في البداية ظننت أنها ترتدي قميصًا أو شيئًا يغطي جسدها العلوي، لكنها لا ترتدي تحته حمالة للصدر.. لكن بعد حوار قصير اكتشفت أنها لا ترتدي أي شيء على الجزء الأعلى من جسدها.. فقط ترتدي شورت.

تعجبت بقية الأمهات في التدريب، ورغم تعجبي أنا أيضًا فإنني لم أبدأ ذلك على ملامح وجهي؛ لأنها كانت تتحدث بكل براءة وطبيعية، كما أن من حقها أن أجيبها دون أن أبدي تعجبي أو استنكاري.

لقد كان جسدها نحيلًا. لكن ذلك لا يعني أنها من الممكن أن تكشفه هكذا بدون أي اعتبارات.

لم أنكر عليها أي شيء، وسرت معها خطوة خطوة.

فأخبرتني أنها كانت تبدل ملابسها أمام والدها وهي في الجامعة.

بدأت أتفهم الأمر، وأعي ما حدث لها في الصغر.

لقد رباها أبواها هكذا واعتادت على ذلك.

قلت لها: حسنًا، إليك ما يجب فعله:

رسمت مربعًا كبيرًا على السبورة، وفي هذا المربع رسمت مربعين صغيرين، وأخبرتها:

المربع الكبير هو منزلكم، وبداخله مربعان صغيران.

المربع الصغير الأول هي غرفتك.

المربع الصغير الثاني هي غرفة أبنائك.

في المربع الأول افعلي أي شيء وكل شيء.

عندما تخرجين من هذا المربع، هناك بعض المحاذير والاحتياطات التي يجب أن تتخذينها.

داخل المربع الذي يخصك، عيشي على طبيعتك وأنت بمفردك أو مع زوجك.

أما في خارج هذا المربع فالأمر يختلف تمامًا.

ملابسك يجب أن تتخذ شكلاً آخر، وليس معنى أنهم أبناؤك أن تظهري أمامهم وأنت متخففة من ملابسك لهذا الحد.

أجابت:

لكنني نقلت أسرتهم إلى غرفة نومي!

كيف؟ ولماذا؟!

غرفتي كبيرة جداً، وأخشى أن يستيقظوا مساء لا يجدونني بجوارهم.

لكن كيف ذلك؟ وماذا يحدث أثناء العلاقة الخاصة؟

أنا وزوجي حريصان، فنقوم بتغطية أنفسنا جيداً.

في هذه القصة يفعل الأبوان بعض التصرفات التي لا يعلمان مدى خطورتها على الأبناء:

- تتخفف الأم كثيراً من ملابسها.

- يمارسان العلاقة الخاصة وولداهما معهما في نفس الغرفة، ولا يعلما أنهما قد يستيقظان

في أي وقت ليسمعا أو يريا ما قد يسبب لهم إيذاءً نفسياً كبيراً.

- هذان الزوجان لا يفعلان ذلك عن قصد بالطبع، وإنما لا يعلمان مدى خطورة ما يفعلانه؛
ظنًا منهما أن الأبناء ما زالوا صغارًا؛ لذلك ترتدي الأم أي شيء، وتعجبت بالطبع أن ولدها
يسألها تلك الأسئلة، وكانت تظن أنه يتجرأ. وبدأت تشك أن به شيئًا خاطئًا، أو أن تفكيره
منحرف.

- حدث كل ذلك لأنها تربت ونشأت هكذا. لكنّ عزاءنا أنها بدأت تستوعب معنى الخصوصية
في حياتها، حتى لو كان بينها وبين أبنائها.

حدث بالفعل

«أنا ومجتمعات النساء»

يحكي أحد الشباب قائلًا:

كانت أمي تصطحبني معها في جميع المناسبات النسائية ..
فرح هنا .. خطوبة هناك .. حتى وقت الكوافيرة كانت تأخذني فيه.

كنت حينها طفلًا صغيرًا، أو هكذا كانوا يظنون.

يظنون أنني لا أفهم أو لا أعني أي شيء، رغم أن عمري حينها كان ثمانية أعوام تقريبًا. إلا
أنني كنت أستطيع التمييز.

وفي إحدى المرات ذهبت مع أمي إلى حفل حنّة صديقتها، وتعلمون بالطبع ما يحدث من
تفنن في الرقص وتفنن في العري .. كان التباهي بالعري متجليًا في المكان كله، بداية من

البنات الصغيرات، مرورًا بالمراهقات، وصولًا إلى الشابات وكبيرات السن .. هذا اليوم كان فارقًا في حياتي؛ فقد شاهدت ما لم أشاهده من قبل. فلانة ترتدي كذا، وعلانة التي نسيت ارتداء جزءًا كبيرًا من ملابسها .. كنت مندهشًا من ارتدائهن تلك الملابس، رغم أن معظمهن يرتدين الحجاب في الشارع. عندما عدت وصفت ما رأيته لأبي. قاطعني أبي ونهرني ووبخني، لم أكن أعلم حينها لماذا، لكنني فهمت بعدما كبرت.

عندما كنت أذهب مع أمي إلى أي مكان به تجتمع نسائي، كنت أعلم الفرق تمامًا بين المرأة البدينة والنحيفة ..

الطويلة والقصيرة ..

الجميلة والقبيحة ..

البيضاء والسمراء ..

كنت أستطيع التمييز بين كل ذلك.

هم من لم يكونوا يميزوا أنني كبرت، ويظنون أنني لا زلت طفلًا، لكنني في الحقيقة أستطيع التمييز.

لم تكن لدي شهوة بالطبع مثل الكبار، لكنني كنت أتعجب من وجهة نظرهم.

كانت صديقات أمي يحضرن إلى منزلنا، وتخلع كل منهن حجابها وتتخفف من ملابسها .. إلى الآن أتذكر جيدًا جسد كل واحدة منهن ..

ناهيك عن الأحضان والقبّل التي كانت توزع على يمينًا ويسارًا، حتى إنني كنت أشعر بالاشمئزاز في بعض الأوقات.

عندما كبرت وتزوجت، اتفقت مع زوجتي على تلافي أخطاء أهلنا، وشرحت لها ما كان يحدث وأنا طفل صغير. تعجبتُ في البداية بالطبع لأنها أنثى، ولم يكن لديها نفس التساؤلات التي لديّ بسبب اختلاف الجنس، لكنها تفهمت الموقف. وتعاهدنا سويًا على عدم تكرار ذلك مع أبنائنا.

حدث بالفعل

«إبنتي الطفلة المراهقة»

جاءت حزينة باكية، تشتكي من ابنتها التي تعاني من سلوكياتها.

الأعراض:

متمردة ..

لا تطيعني أبدًا ..

صوتها مرتفع ..

تعاندني في كل شيء ..

ترد على الكلمة بألف كلمة ..

تتلفظ بألفاظ نابية ..

تعاملني وكأنني ابنتها أو صديقتها ..

لا أعرف كيف أسيطر عليها ..

وعندما تغضب تتورث ثورة عارمة، ولا أستطيع السيطرة عليها.

سألته:

أين والدها؟

- لقد فصلت نفسي عنه تمامًا.

- تعنين أنكم قد تطلقتم؟

- لا، لكنني فقدت الأمل فيه.

نسيت أن أخبرك شيئًا ..

- ما هو؟

- لقد وجدتها تشاهد فيلمًا إباحيًا.

ألجمتني الصدمة، وحاولت أن أتمالك نفسي؛ حيث إن تلك المشكلات لا تكون في هذه المرحلة أبدًا.

من الطبيعي أن أجد من يشتكي من ابنه أو ابنته المراهقة في هذا الشأن، وهذا بديهي لأنه لديه رغبة جنسية ويريد أن يشبعها عن طريق مشاهدة تلك المواقع.

أما أن تكون طفلة لا زالت في عامها الثامن ولا توجد لديها تلك الرغبة، فكيف ذلك؟

لكنني خمنت أن يكون الأب هو من يشاهد، لكنها تستحيي من الحديث حول الموضوع.

بادرتها على الفور:

- هل هناك من يشاهد تلك الأفلام في المنزل؟

أجابت بكل بساطة وتلقائية:

- ربما تكون قد شاهدت أباهما وهو يشاهد تلك المواقع بالأمس؛ فقد كان باب الغرفة مفتوحًا عليه، أو ربما نسي جهاز الكمبيوتر مفتوحًا وترك عليه تلك المواقع.

لم أعرف ماذا أقول ..

كانت تلك المرة الأولى في حياتي التي أتعرض فيها لموقف مثل ذلك.

أم تتحدث بكل بساطة عما حدث لابنتها، وأن أباهما قد يكون السبب، وتعرض الأمر وكأنه شيء عادي يحدث في المنزل هكذا كل يوم مثل الطعام والشراب.

حاولت تمالك نفسي، فهي أيضًا ضحية لزوج سيئ. فبادرتها:

- سيدتي .. هل أتيت لتجدي حلًا مع ابنتك، في حين أن زوجك هو المشكلة الكبرى؟

- نعم، أعلم ذلك، لكنني فقدت الأمل فيه، وانفصلت عنه نفسيًا وجسديًا. وأعيش معه هكذا لرعاية ابنتي؛ لأنني لو طلبت الطلاق فلن يعطيني مليمًا واحدًا. وأهلي لا يقتنعون بالطلاق، ولن يجعلوني أعيش معهم، فضلًا عن أنني أرى بين صديقاتي كيف تُعامل المطلقة في مجتمع النساء.

الأمل الآن في ابنتي فقط.

أنا لا أريده، وصرت أبغضه.

لكنني أريد الحفاظ على ابنتي.

في هذه المشكلة أنا أشفق تمامًا على الأم، وأتعاطف معها، وأعلم تمامًا أنها ضحية زوج لا يعلم معنى الزواج، ولا تحمّل المسؤولية، ولا معنى الأبوة والقدوة.

وجدت نفسها مع رجل لا يقدر أن لديه طفلة صغيرة، فيشاهد ما يشاهد، ولا يكون حريصًا حتى على الحفاظ على سلامة ابنته، أو على عدم رؤيتها له وهو في هذه الحال.

ما يجب أن تفعله الأم في هذه الحال، هو أن تحاول الحفاظ على ابنتها؛ لأن هذا الزوج بالطبع لن يساعدها في شيء؛ لذلك فسيكون الحمل عليها. وهي تحاول الحفاظ على علاقتها بابنتها، بأن تحتويها قدر الإمكان، وتكون حريصة على مراقبة ما تشاهده طفلتها حتى تستطيع حمايتها.

من القمص السابقة نلاحظ الآتي:

- يتعرض الطفل إلى إيذاءات جنسية من قِبَل الأهل.

- يعود ذلك إلى عدم وعي الأهل بما يحدث لأبنائهم جراء ما يفعلونه، ويكون هذا الجهل بسبب التربية التي تربوا عليها، أو بسبب بعض القيود التي فرضها المجتمع على أحد الأبوين، مثل قصة «ابنتي المراهقة»، والتي يتجلى فيها ضغط المجتمع على تلك الزوجة أن تكمل، رغم ما تتعرض له من إيذاء هي وابنتها؛ وذلك حتى لا يُطلق عليها لفظ مطلقة، أو خوفًا من أنها لن تجد العائل المناسب بسبب ارتباطها بزواج سيئ الخلق.

- يتعامل الأهل مع الطفل في هذه المرحلة على أنه ما زال صغيرًا ولا يعي أي شيء.

نعم هو ما زال صغيرًا، لكنه يميز جيدًا ويفهم الكثير، وإن لم يفهم فإنه لديه تساؤلات من حقه أن تجيب عليها.

التحدي الثاني

اختلاط المفاهيم لدى الطفل

يحدث ذلك بسبب الإعلام المنفتح، وعدم مراقبة الأهل، وعدم إدراكهم أن ذلك يضر بالطفل.

كبسولة تربية

«إنجاب بدون زواج»

سهيلة ذات السبع سنوات من كتاب «كبسولات تربية - الجزء الأول» هل تتذكرها؟

بالأمس كانت تبلغ سبع سنوات، واليوم هي في عامها الثامن، سألت أمها:

- أمي، لدي سؤال.

- ما هو يا حبيبتي؟

- هل من الممكن أن تحمل المرأة بدون زواج؟

- لا يا حبيبتي.

تذهب سهيلة وتعود مرة أخرى بعد عدة أيام:

- أمي.

أنا متأكدة أن المرأة ممكن أن تحمل بدون زواج، لقد أخبرتني يُمنى صديقتي بذلك.

قالت الأم بنبرة حادة:

- هل تصدقيني أنا أم صديقتك؟ لقد أخبرتك من قبل أنه لا يمكن أن تنجب المرأة بدون زواج، وانتهى الموضوع، ولا تتحدثي في تلك الأمور مرة أخرى؛ لأن ذلك عيب.

الخطأ في الموقف:

- قمعت الأم سؤال ابنتها؛ حيث أنهت الحوار فجأة، ولم تسألها كيف علمت صديقتها ذلك، وكيف انتهى الحوار بينهما.

- لم توضّح لماذا لا يمكن أن تنجب المرأة بدون زواج.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

1- أن تستمع الأم لابنتها جيدًا إلى النهاية؛ لتفهم وجهة نظرها، وتعرف إلى أي مدى عرفت من معلومات.

2- تخبرها أن كل الكائنات (إنسان - حيوان - نبات) على وجه الأرض، لكي ينجب يجب أن يكون هناك ذكر وأنثى، وتوضح ذلك بالأمثلة الحياتية التي يراها الطفل في بيئته.

3- الفرق بين الإنسان والحيوان في ذلك.

4- لا يتم التركيز على موضوع الإنجاب فحسب، وإنما على الموقف الكبير الذي يحيطه، مثل الفرح والعائلة (مثلما ذكرنا من قبل مثال الطائرة والسيارة).

5- بعض الأوقات قد تكون الأسئلة أكبر من سن الطفل، عندما يحدث ذلك فاعلم أنه قد يكون رأي شيئًا أو سمع شيئًا من أحد أصدقائه، أو من شخص بالغ في العائلة (كما ذكرنا من قبل).

لأن عقول الأطفال لا تصل إلى التصور الذي في عقولنا، إلا إذا سمعها أو رآها من أحد.

الكبسولة التربوية تقول:

- هل يمكن أن تحمل المرأة بدون زواج يا أمي؟

- لا يمكن أن تحمل المرأة بدون زواج يا حبيبتي.

ابتسمت سهيلة ابتسامة خفيفة توشي بدهشة وحيرة، وكأنها تريد أن تصدق أمها، لكنَّ هناك شيئًا ما يمنعها ..

ذهبت سهيلة ثم عادت بعد عدة أيام ..

- أنا متأكدة أن المرأة من الممكن أن تحمل بدون زواج يا أمي.

- ومن أين لك بهذا التأكد يا حبيبتي؟

- يُمنى صديقتي أخبرتني بذلك.

- ومن أين علمت يُمنى ذلك؟

- من التلفاز، لقد شاهدت هذا المشهد الذي حملت فيه بطلة المسلسل، لكنها لم تكن متزوجة.

- امممم .. في هذه الحالة يجب أن نتحدث بالتفصيل.

- أي إنها ممكن أن تحمل بدون زواج؟

- إطلاقًا يا حبيبتي، هذا لا يُسمى زواجًا.

- لا يُسمى زواج! وماذا يُسمى إذن؟

- امممم لديّ فكرة.

- ما هي؟

- دعيني أخبرك شيئًا ..

ما رأيك أن أنهي ترتيب المطبخ الآن، وأجلس أنا وأنت ليلاً لتحدث في ذلك؟

- لا، أنا أريد أن نتحدثي معي الآن.

تنزل الأم إلى مستوى ابنتها، وتهمس في أذنها:

- أحب أن أكون متفرغة تمامًا لك، ولا أحب أن يشغلني عنك أي شيء.

تقتنع سهيلة وتومئ برأسها بعلامة الموافقة.

تقوم الأم بإعداد كوبًا ساخنًا من الشاي الممزوج ببعض الحليب لها، تسأل ابنتها عما إذا كانت تريد أن تشرب الشاي معها، فتخبرها أنها تريد بعضًا من الشيكولاته الساخنة بالحليب.

تجلس الأم بجوار ابنتها، وتناولها كوبها وتتناول هي الكوب الخاص بها:

- الآن دعيني أسألك سؤالًا:

- ما هو يا ثرى؟

- هل شاهدت صور زفافي أنا وأبيك؟

- الله .. بالطبع يا أمي، أنا أعشقها كثيرًا، ولا أملُّ من مشاهدتها.

لماذا تسأليني هذا السؤال الآن؟

- هل كنت أنت أو إخوتك موجودين في الصورة؟

أطلقت سهيلة ضحكة كبيرة وقالت:

- أتذكرين يا أمي عندما بكيث وأنا صغيرة، وسألتك لماذا لا أقف معكم في الزفاف؟

وظننت أنكم قد تركتوني وحدي بالمنزل؟

- هذا ما أقصده تمامًا يا عزيزتي.

- ما هو؟

ألم تسأليني وأنا أطهو الطعام: هل من الممكن أن تحمل الفتاة دون زواج؟

كيف إذن كنت سأنجبك دون أن أتزوج أنا وأبوك؟

الزواج يأتي أولاً يا حبيبتي، ثم الإنجاب.

صمتت سهيلاً قليلاً، وشردت وكأنها تستجمع كل الخيوط في رأسها.

هذا صحيح يا أمي، لكن يُمنى صديقتي أخبرتني بذلك، بل أقسمت ..

هل معنى ذلك أنها كاذبة؟ ولكن كيف؟ أنا لم أعهد عليها الكذب.

- الأمر ليس له علاقة بيُمنى يا حبيبتي .. يمنى صديقتك لا تكذب كما عهدتها.

- كيف إذن وهي التي أخبرتني؟

- يُمنى شاهدت ذلك في التلفاز، وأتت لتخبرك به فقط.

- هل تقصدين أن التلفاز هو الكاذب، أو هذا المسلسل الذي تشاهده يكذب علينا؟

- ليس هكذا، لكنهم يخبرونا في بعض الأحيان بأشياء خاطئة.

- لماذا؟

أنصتي لي يا حبيبتي، أي فتاة كي تستطيع الإنجاب، يجب أن تتزوج أولاً ..

تتزوج ويعلم أهلها، كما رأيت صورتني أنا وأبيك ووسطنا العائلة والأصدقاء ..

أبي وأمي وإخوتي ..

أخوالي وأعمامي وأصدقائي وجيراني، جميعهم حضروا.

وينتهي حفل الزفاف، فتذهب مع زوجها وحبيبها إلى منزلها الجديد.

- لكن ما علاقة الرجل بالإنجاب؟ أقصد لماذا يجب أن تتزوج؟

أوليس الحمل هو وظيفة المرأة فقط؟

- نعم.

أنت مثلاً ابنة مَنْ؟

- أنا ابنتك أنت وأبي.

- هذا ما أقصده.

- أها فهمت يا أمي.

تصمت سهيلة قليلاً .. ثم تبادر أمها:

- لكنني لا زلت لا أفهم، أنا خرجت من بطنك أو من رحمك كما ذكرت لي من قبل، فما علاقة أبي إذن بهذا؟

- لكي يتكون الجنين يا حبيبتي، يجب أن يكون هناك ذكر وأنثى؛ أي رجل وامرأة.

يتكون الجنين في البداية من شيء يسمى «نطفة» مثلما قال تعالى:

{إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا} [سورة الإنسان: 2].

هذه النطفة تكبر وتكبر حتى تصبح جنينًا بقدرة الله تعالى.

تتكوّن النطفة من نقطة ماء من الرجل ونقطة ماء من المرأة، وتستقر في رحم الأم، يحافظ الله عليها ويطعمها حتى تخرج طفلاً جميلاً مثلك.

- هل يكون البشر جميعاً مثل ذلك؟

- ماذا تعنين؟

- هل يتكون كل البشر من نقطة ماء من الرجل ونقطة ماء من المرأة؟

- بالطبع يا حبيبتي، أنا وأنت وأبوك وإخوتك وأصداؤك ..

جميع البشر خُلقوا هكذا.

هذه هي قدرة الله تعالى في تكوين الإنسان والحيوان، يبدأ صغيرًا جدًا، ثم يكبر تدريجيًا.

تصمت سهيلة ووجهها يمتلئ بالسعادة، وهنا علمت أمها أن جميع أسئلتها قد أُجيبَ عنها،
وأنها راضية تمامًا، وقد حدث الإشباع المناسب بالإجابة على ما كان يحيرها. تحتضنها أمها
وتقبلها قائلة:

- حبيبتي هل هناك أي شيء آخر تودين معرفته؟

شكرًا يا أمي، أنا أحبك كثيرًا.

في هذا الموقف:

فعلت الأم التالي:

- عند السؤال في المرة الأولى، أجابت إجابة قاطعة أن هذا لا يحدث مطلقًا.

- في المرة الثانية عندما أصرت سهيلة على السؤال، بدأت الأم بالشك أنها قطعًا سمعت ذلك من أحد، فبادرتها: من أين لك بذلك؟

- يجب أن نسأل أبناءنا برفق وهدوء، ولا نترك عقولهم لأفكار خاطئة تلتهمها، فينبغي ألا تجيب حينها مثلًا: لقد أجبتك قبل ذلك أنه لا يجوز ... مثل الموقف الأول، بل كانت طويلة البال معها، واستفسرت كذلك عن المصدر؛ حتى تعلم من أين تستقي ابنتها معلوماتها.

- عندما اعترضت سهيلة على أنها تريد أن تعرف الآن وحالاً، تعاملت الأم برفق أيضاً، وأخبرتها بهمس أنها تريد أن توليها الاهتمام كله، وأن ذلك لن يتسنى لها وهي تقوم بالطهي أو جلي الصحون؛ لأنها أهم عندها من كل ذلك.

- أعدت في النهاية جلسة دافئة، ومن ثمّ ناقشتها فيما كانت تحتار فيه.

- كانت تلك الجلسة تتضمن الآتي:

- جو ودي دافئ.

- حوار مفتوح، عبارة عن سؤال وجواب، وليس في صيغة استجواب. إنما عبارة عن أسئلة مفتوحة طرحتها الأم، وليست أسئلة مغلقة إجابتها نعم ولا فقط (شرحنا من قبل الفرق بين السؤال المغلق والسؤال المفتوح في كبسولات تربوية- الجزء الأول).

- سألت سهيلة عن علاقة الأب بموضوع الحمل، فأجبتها الأم بما يناسب طريقة تفكيرها، ولم تكمل معها بقية التفاصيل لأنها لم تسأل عن الكيفية، لكنها اكتفت بذلك. وقد أشبع الحوار فضولها، وأجابت الأم عن جميع أسئلتها.

غطت الأم عدة مفاهيم:

- معنى الزواج بشكل مبسّط.

- شكل الزواج الشرعي، وهو الإشهار ووجود الأهل.

- حتى يكون هناك زواج يجب أن يكون هناك جنسان مختلفان وليس شخصين من جنس واحد.

- لا إنجاب بدون وجود زوج وزوجة (هذا المفهوم مهم؛ بسبب ما يطرحه علينا الإعلام من أفلام ومسلسلات تبيح شراء الحيوانات المنوية).

- عندما توقفت سهيلة عن طرح الأسئلة توقفت الأم.

- حيث شعرت أن ابنتها ليس لديها أي أسئلة أخرى، فهذا مهم جدًا.

لا تسترسل في معلومات تتخطى مرحلة ابنك العمرية، أو تتخطى مرحلته العقلية، أو مستوى الأسئلة التي لديه، أو وعيه عن الموضوع ..

أي إنه قد يكون صغيرًا في السن، لكنه بدأ يعي أشياء أكبر من سنه بسبب الإعلام أو الأصدقاء أو الإنترنت التي قد تلقنه أشياء أكبر من سنه.

فإذا كانت أسئلته بريئة تتناسب مع سنه، فأجب عنها، مثل: كيف وُلدت؟ ومن أين جئت؟

لكن إذا تطرّق إلى أسئلة أخرى غريبة، فهذا يجب التوقف فورًا والبحث عن السبب.

لذلك وجب عليها التوقف عند النقطة التي توقفت فيها سهيلة.

- احتضنتها الأم وسألتها عن أي أسئلة أخرى؛ لتتأكد أن ابنتها لا تساورها أي أسئلة أخرى، وأنها راضية عن الإجابات التي طرحتها لها أمها.

* يجب أن يفهم الطفل في هذه المرحلة ما هو الجهاز التناسلي وما هي وظيفته.

يختلف معي البعض في ذلك، لكنني أتساءل ماذا ستفعل إن بلغت ابنتك وهي ابنة التاسعة؟

متى ستشرح لها ما يحدث؟

لذلك من الأفضل أن نقوم بذلك قبل البلوغ وليس بعده.

لا أعني هنا أن نقوم بشرحه تشریحياً وبشكل مفصل، لكن يجب أن تشرح مكونات هذا الجهاز من الداخل والخارج لكلا الجنسين.

إبدأ معه بجنسه أولاً، ثم اشرح له الجهاز التناسلي الخاص بالجنس الآخر.

وهنا يجب أن تستعين ببعض الصور المبسّطة، وهي منتشرة على الإنترنت بشكل محبب للأطفال، أو في بعض الكتب أو القصص التي تخاطب الطفل في هذه المرحلة.

حيث تحتوي بعض القصص على مجسمات لجميع الأجهزة في الجسد، ومن بينها الجهازان التناسليان. كما أن ذلك سيسهل عليك شرح كيفية نزول الحيض أو الدورة الشهرية عند الفتاة؛ لأن الصور تكون أفضل دائماً في إيصال المعلومة.

من تسعة إلى اثني عشر عامًا خصائص تلك المرحلة:

- في تلك المرحلة قد يحدث البلوغ عند بعض الفتيات وبعض الفتيّة.
- يحدث تفاوت كبير في أعمار البلوغ؛ لذلك قد تتفاوت اهتماماتهم وأسئلتهم.
- وفي كل الأحوال يجب أن نتحدث وتشرح قبل أن يحدث البلوغ، وكما اتفقنا سابقًا أن تشرح وهم أطفال أسهل لك وأفضل من أن تشرح لهم وهم مراهقون؛ لأن المشاعر ستختلف وسيزيد الحرج عليك وعليهم.
- بلوغ البنين يكون بعد بلوغ الفتيات.
- يختلف البلوغ من شخص لآخر من أبناء الجنس الواحد.
- تتشابه بعض الملامح هنا، وهي ملامح المراهقة عمومًا.
- ولتوضيح ذلك يجب علينا أن نفهم الفرق أولاً بين المراهقة والبلوغ.

الفرق بين المراهقة والبلوغ:

- المراهقة:

هي «مرحلة عمرية»، وهي المَعْبَر من الطفولة إلى الشباب، وهي مرحلة يحدث بها بعض التغيرات النفسية والجسدية.

قد تبدأ سمات المراهقة مع البعض من سن 9 أو 10 سنوات، ويحدث البلوغ بعدها بعام أو اثنين.

قديمًا كانت مرحلة المراهقة تتأخر، لكن الآن مع تطور العالم تكنولوجياً، ومحاولة الأطفال تقليد الكبار، وعدم قدرة الأهالي على التواصل الجيد بسبب انشغالهم بسد احتياجات الأبناء المادية، وميل الأبناء إلى تقليد كل شيء يرونه في شبكات التواصل الاجتماعي؛ فإن مرحلة المراهقة من وجهة نظري صارت تبدأ في سن التاسعة أو العاشرة.

رغم أنه ما يزال طفلاً ويطلق عليه طفل في بيئته، فإنه صار يحمل بعضًا من سمات المراهقة مثل التمرد.. العند.. والشعور بالاضطهاد.

ما معنى كلمة مراهقة؟

رأيي المتواضع أن هذه الكلمة سلبية إلى أقصى درجة، وإذا بحثنا عنها في اللغة فستجد أن كلمة مراهقة قد أتت من كلمة «رَهَقَ»؛ أي أَرَهَقَ نفسه وأَرَهَقَ غيره.

تلك الكلمة لم يستخدمها الشرع مطلقًا لا في القرآن ولا في السُّنَّة، فقط علماء النفس هم من استخدموها؛ وذلك في اعتقادي لتمييز تلك المرحلة عن غيرها.

لذلك أرى أنه من الأفضل ألا نصعّب الأمور على أنفسنا، وألا نطلق عليه مراهقًا على الأقل أمامه.

فلماذا نصّف هذا الفتى بأنه مراهق أو هذه الفتاة بأنها مراهقة

لماذا ندخل كلمات سلبية إلى عقول صغارنا، ثم نتهمهم أنهم يتمردون؟

البلوغ:

هو تغير فسيولوجي أو جسدي فقط؛ أي حدوث شيء ما يحول هذا الطفل إلى شاب.

وهو الحيض عند الأنثى، ونزول المني عند الذكر.

متى يبدأ البلوغ؟

عند البنات في الفترة من 9 إلى 14 عامًا.

البنين من 12 إلى 16 عامًا.

قبل حدوث البلوغ عند الجنسين تظهر بعض التغيرات الجسدية أولاً، ثم يحدث البلوغ بعدها بنحو عام إلى عامين ونصف تقريبًا.

التطورات الجسدية في مرحلة المراهقة:

التطورات الجسدية عند الأنثى:

- بروز حلمات الثدي.

- نمو شعر العانة.

- نمو شعر الإبطن.

- ظهور شعر في اليدين والساقين، وبعض الفتيات قد يظهر لديهن شعر في المنطقة أسفل الأنف.

- نزول الحيض بعدها بنحو عام إلى عامين ونصف تقريبًا.

التطورات الجسدية عند الذكر:

- كبر حجم الخصيتين.

- كبر حجم القضيب.

- نمو شعر العانة.

- نمو شعر الإبط.

- ظهور رائحة العرق.

- خشونة في الصوت.

- نمو واضح للعضلات.

- ينمو شعر الوجه.

- نزول المني، وهو ما يُسمَّى بالبلوغ عند الفتى؛ وذلك يحدث بعد ظهور هذه التغيرات بعام إلى عامين ونصف تقريبًا.

احتياجات تلك المرحلة:

يحتاج المراهق في هذه المرحلة إلى:

أولًا الحاجة إلى الحب:

1- من العائلة:

وقد يظهر ذلك جليًا في سلوكه العدوانى أو العنيف، عندما لا يتلقى الحب بالطريقة التي تناسبه من المقربين، خاصة من الأبوين لأنه عندما يعترض أو يتمرد ولا يجد من يحتويه فإنه يثور ويغضب سريعًا ..

لأن الوالدين في الغالب لا يفهمان ذلك على أنه احتياج للحب، بل يفهمانه تمرّدًا وعدم طاعة أو بر بهما.

2- من الجنس الآخر:

يريد المراهق أن يشعر بأن هناك من يحبه من الجنس الآخر، وأنه محبوب ومطلوب ويلفت الأنظار إليه بشتى الطرق،

يظهر ذلك عند الفتيات في الاهتمام بمظهرها وهندامها، والوقوف طويلًا أمام المرأة، والتدقيق في بعض التفاصيل الجسدية وتفصيل وجهها، إلى حد الوصول إلى الهوس في بعض الحالات؛ بحيث تريد أن تصير مثل فتاة الغلاف أو الممثلة التي تتخذها قدوة.

تحتاج الفتاة في تلك المرحلة بالشعور بالحب والاهتمام من الجنس الآخر، فتتخيل بعض الفتيات أن أي فتى يتحدث إليها أو يلقي عليها التحية فهو يحبها، وقد تعيش ذلك في خيالها فترة من الزمن، حتى تبدأ في النضج، وهذا النضج لا يحدث إلا إذا حدثت التوعية المناسبة من الأم.

ثانيًا: الحاجة إلى القبول والحب غير المشروط:

لو لم يجد المراهق الاهتمام والحب غير المشروط من الأهل والعائلة، فإنه يبحث عنه مع الصديق أو الجنس الآخر؛ لذلك ترى الكثير من المراهقين في هذه المرحلة يبتعدون تلقائيًا

عن ألهم، وبتجهون إلى الشلل والأصءاء، حتى لو كان صءىق سوء؛

وذلك بسبب أن الصءىق يفهم وىحتوى أكثر من الأهل.

لأن الصءىق يقبله كما هو، أما الأهل فىربطون حبهم له فى بعض الأحيان بشىء يفعله، مثل ما ىصل للمراهق من رسائل أن الأهل ىحددون درجة حبهم له بدرجة تفوقه أو صلاته.

كما أن الأهل تُحرّكهم مشاعر الخوف عىله، فىحدث الانفجار ولا يفهم حىنها المراهق أنها مشاعر حب أو خوف، بل يفهمها مشاعر نء وءدم تقبل.

ثالثًا: الحاجة إلى الحزم والحاجة إلى الأمان:

قء ىعتبر بعض الأهل أن الحزم غير مفىء مع هذه المرحلة، أو أن المراهق ىبغض ذلك.

أحب أن أبشرك أن هذا غير صءىق ..

هو ىحتاج إلى ذلك، حتى لو لم ىصرّح بذلك.

لأنه ىحتاج أن ىشعر بالأمان وإحساسه بالأمان لن ىأتى إلا إن كنت تعبر له عن حبك الشءىء له، وتقبُّلك له أىًا كان، وحبك الغير مشروط له، وفى نفس الوقت لن ىأتى الأمان إلا إذا طبقت سلطتك الأبوية من حزم واتخاذ بعض القارات لإبعاده عما ىضره،

ولو سألت أى مراهق عمًا إذا كان ىرئء الانفصال عن بىته، فسىخبرك بأنه ىتمنى ذلك، لكن إذا وضعتة تحت التجربة وخىرته بىن أن ىستقل وبىن أن ىظل فى بىت العائلة، فالكثىر منهم سىختار بىت العائلة؛ لشعوره فىه بأنه شءص محمى لأن العالم بالخارج أصبح قاسىًا وهو ىءرك ذلك.

مفاهىم ىحتاج لأن ىتعلمها:

- كل شيء عن جسده وتطوراته.

- النظافة وسنن الفطرة.

- تمهيد عن العلاقة الحميمة؛ ليعرف معنى الإنجاب بشكل صحيح.

المشكلة ليست في المعرفة، بل الأهم في من سيعلمه وكيف يقوم بذلك؟

لأنني أعلم تمامًا أنك تخشى أن تصارحه، لكن صدقني .. المعرفة منك وإن أخطأت قليلاً فإنها أفضل بكثير من صديق يعلمه شيئًا خاطئًا، أو موقع يبث صورًا فاضحة.

- الاختلاط وتقنيته.

- العفة وغض البصر.

تحديات المرحلة:

هذه التحديات ستواجهك في هذه المرحلة والمرحلة التي تليها.

بعض المراهقين يظهر عليهم بعض التغيرات، بداية من العاشرة أو الحادية عشر من عمرهم، والبعض الآخر يكون بعد الثانية عشرة

لا، يوجد هناك عمر ثابت تحدُّث به تلك التغيرات عند المراهقين.

لذلك قد تجد تلك التحديات في تلك المرحلة، وقد تستمر إلى المرحلة التي تليها، وقد تمر تلك المرحلة بدون هذه التحديات، لكنها تظهر في المرحلة التالية.

في الحقيقة ليس هذا هو المهم.

المهم أنك عندما تلحظها في أي وقت، يجب أن تتعلم كيف تتعامل معها.

1- أزمة الهوية:

يعاني المراهق في تلك المرحلة والتي تليها بما يُسمَّى بأزمة الهوية، فلا هو طفل صغير يقومون برعايته بشكل كامل، ولا هو شاب كبير يتحمل المسؤولية ويُعتمد عليه.

لا يُتْرَك ليعيش طفولته؛ لأن الذين حوله يرونه قد كبر، وفي نفس الوقت لا يستطيعون الاعتماد عليه بالكلية؛ لأنه ما زال صغيرًا في نظرهم.

كل ذلك يجعله لا يشعر بالاستقرار، ويكون دائم السؤال عن نفسه:

- مَنْ أنا؟

- وماذا أكون؟

لماذا يحدث لديه هذا التشتت؟

انظر للموقف التالي:

مشهد 1

- أمي أريد أن أذهب لصديقي.

- ليس الآن.

- لماذا؟

- لأنك لن تذهب بمفردك، يجب أن يوصلك أبوك.

- لكنني لم أعد صغيرًا.

- بل ما زلت صغيرًا.

مشهد 2

يسافر الوالد وقبل سفره يخبره:

- حبيبي، سأسافر غدًا، وأنت رجل البيت بدلًا مني .. أريدك أن تتحمل المسؤولية مع أمك حتى أعود.

هنا يحدث صراع بين هذين الموقفين في عقل الفتى، فيسائل نفسه: هل أنا طفل أم شاب؟

2- التمرد على كل القيود:

يحب التمرد على كل شيء وأي شيء، حتى وإن كان في مصلحته، لكنه يريد أن يتمرد فقط حتى يثبت شخصيته ووجوده.

3- رؤيته القاصرة:

- لا يرى المراهق سوى تحت قدميه فقط، ولا ينظر أبدًا للعواقب التي ستحدث بعد أي شيء يقوم به؛ لأنه ليس لديه إستراتيجية النظر الطويل ولا التخطيط للغد.

وينعكس ذلك بالطبع على ممارساته الخاطئة التي تجعله يستمتع لحظيًا، ثم يقتله الشعور بالندم بعدها.

مثل إصراره على تقضية الوقت أمام البلاي ستيشن ليلة الامتحان، رغم أنه يعلم أن هناك عواقب حقًا، فإنه لا يؤمن بها إلا إذا جرّبها؛ لأنه لا يرى سوى متعته اللحظية فقط.

4- عدم وعي الأهل:

يتمثل عدم وعي الأهل هنا في عدم فهمهم لتطورات المرحلة التي يمر بها المراهق، فالبعض ما زال يتعامل معه على أنه طفل صغير ..

كما أنهم لا يفهمون احتياجاته، ويعتبرون أي تعبير عن الرأي أو أي غضب أو ثورة في وجههم، يفسرونها على أنها تمرد وخروج عن طوعهم؛ لذلك يحدث تصادم بين الطرفين.

لا يفهم بعض الأهل كذلك حاجة المراهق لتلقّي الحب من الجنس الآخر، ويتعاملون مع هذه الأمور بقسوة وكأن أبناءهم صاروا مجرمين عُتاة في الإجرام، وكأن هذا المراهق ليس لديه قلب ولا مشاعر.

كبسولة تربوية

«أحب زميلي»

وجدت الأم حوارًا بين ابنتها وصديقتها على هاتفها الذي نسيتته مفتوحًا، وتركته كي تحضر كوب العصير الخاص بها،

صُدمت من الحوار الذي رآته حيث كان كالتالي:

- أحبك!

- وأنا أيضًا.

- متى سأقابلك؟

- لا أعلم، فأمي بالبيت الآن.

- حسنًا سوف أراك في النادي بعد غدٍ.

- لا أعلم كيف سأنتظر كل ذلك.

- ولا أنا.

- سأذهب لأحضر كوب عصير المانجو من المطبخ، هل أجلب لك بعضًا منه؟

- لا، أنا لا أريد مانجو، بل أريدك أنت.

- سأفتقدك في هذه الدقيقة.

- لا تتأخري.

كانت الأم تقرأ الكلمات وهي مصدومة.

ابنتي ذات الأحد عشر عامًا تتحدث مع فتى!

كيف؟!

وكيف يتحدثان هكذا؟!

ما هذا الكلام؟!

كانت الكلمات تدور أمامها مثل صاعقة برق أوشكت أن تودي بقلبها.

حدث كل ذلك في غضون ثوانٍ معدودة، وما إن استدارت لتنادي عليها حتى وجدتْها تقف أمامها.

ارتبكت الفتاة، ولم تجد ما يواسيها سوى دمعتها التي تحجرت في مقلتيها.

بادرتها أمها في غضب عارم وصوت اهتزت له أركان الغرفة:

- ما هذا؟! هل تتحدثين إلى شاب؟!

- هل جننت؟

ثم تحدثت يدها، لتلقي بصفعتها على وجه ابنتها التي وجدت نفسها ملقاة على الأرض.

ثم انهالت عليها بكلمات لم تعيها من أثر الصدمة:

- هل هذا ما ربيتك عليه؟

- وكيف تفعلين ذلك وأنت تصلين وتحفظين عدة أجزاء من القرآن؟

- ماذا سيفعل أبوك إن علم الآن؟ ماذا سأقول له؟

بالطبع لن أخبره؛ لأنه سيثور ويصب جام غضبه عليّ.. لا لا سأخبره.. نعم سأخبره كي يتصرف معك.

بالتأكيد حدث هذا في النادي.. إذن لا تدريب بعد ذلك، ستمكثين في البيت حتى تتعلمي الأدب.

ولا هاتف أيضًا.. سأخذه منك .. لا .. بل سأبيعه، ولن تخرجي من المنزل إطلاقًا، هل فهمت ما أقول؟ .. لن تري الشارع مطلقًا بعد الآن.

ما الخطأ في الموقف:

قامت الأم هنا بردة فعل قوية جدًا، بداية من قراءتها للحوار وصدمتها، إلى أن وصلت للذروة. فقامت بتوقيع عدة عقوبات على ابنتها:

- التعامل بقسوة، والإيذاء الجسدي عن طريق الضرب، والإيذاء النفسي عن طريق إهانتها بالكلام.

- حرمانها من هاتفها الجوال.

- حرمانها من الخروج إلى الشارع.

- تهديدها أنها ستخبر والدها.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

الحل:

يجب أن تعي الأم أن هذا تطور طبيعي لنمو ابنتها.

أن الحب شيء مهم في هذه المرحلة.

أن تراجع علاقتها بابنتها، فربما تفتقد الحب بين ذراعي، أبيها وأمها، وتبحث عنه مع شخص آخر.

تذكر حديث الرسول صلى الله عليه وسلم عندما جاءه شاب يستأذنه في الزنا:

عن أبي أمامة -رضي الله عنه- قال:

«إن فتى شاباً أتى النبي -صلى الله عليه وسلم- فقال: يا رسول الله، ائذن لي بالزنا! فأقبل القوم عليه فزجروه، وقالوا: مه مه! فقال: أدنيه، فدنا منه قريباً، قال: فجلس، قال: أتجبه لأمك؟ قال: لا والله، جعلني الله فداك. قال: ولا الناس يحبونه لأمهاتهم. قال: أفتجبه لابنتك؟ قال: لا والله، يا رسول الله جعلني الله فداك. قال: ولا الناس يحبونه لبناتهم. قال: أفتجبه لأختك؟ قال: لا والله، جعلني الله فداك. قال: ولا الناس يحبونه لأخواتهم. قال: أفتجبه لعمتك؟ قال: لا والله، جعلني الله فداك. قال: ولا الناس يحبونه لعماتهم. قال: أفتجبه لخالتك؟ قال: لا والله جعلني الله فداك. قال: ولا الناس يحبونه لخالاتهم. قال: فوضع يده عليه وقال: اللهم اغفر ذنبه وطهر قلبه، وحصن فرجه. فلم يكن بعد ذلك الفتى يلتفت إلى شيء».

رواه أحمد.

من هذا الحديث نستنتج ما يلي:

- أن هذا الشاب جاء ليستأذن رسول الله في الزنا، وليس فقط في أن يصاحب فتاة، مثلما وجدت الأم ابنتها، ورغم ذلك تعامل معه بحكمة وروية.

- هنا لم نجد النبي يستنكر، ولم يغضب، ولم يعبس في وجهه، حتى ولم يثر، رغم أن ما يطلبه هو الحرام بعينه، لكنه صلى الله عليه وسلم قدّر تماماً رغبة هذا الشاب؛ لأنه يعلم أن لديه رغبة جسدية ونفسية، ويعلم أيضاً أن النفس تنفر من القسوة والغلظة.

- أدناه منه أولاً (لغة الجسد) مهمة جداً في التعامل في هذه المواقف؛ لأنه أشعره أنه يحبه ويتقبله، رغم الطلب الذي طلبه.

- أخذ يسأله وهو يجيب، وكان من الممكن أن يقول له إن ما يطلبه حرام، إلا أنه كان يسأله ليسمع منه، ويجعله هو الذي يختار الإجابة وليس أحد غيره، لينفذ عن اقتناع وليس عن فرض سيطرة، حتى وإن كان يتحدث عن الحلال والحرام.

من رأيي هنا أن سؤال النبي صلى الله عليه وسلم، ينمي التفكير النقدي عند هذا الشاب؛ لأنك عندما تسأل تجعله يفكر بنفسه ولا يفرض عليه إجابة بعينها.

- جعله يضع نفسه مكان الناس؛ لأنك عندما تجعله يأخذ موضع الآخر، فإن الأمر يختلف؛ لأنه لا يريد أن يتأذى.

- في النهاية وضع النبي يده على صدره ودعا له.

عندما تقرأ هذا الحديث والطريقة التي عالج بها النبي الموقف، ستجد نفسك تهدأ شيئاً فشيئاً؛ لأن ذلك معناه أن الموقف الذي تمر به أنت الآن ليس وليد اللحظة، وإنما هو شيء من آلاف السنوات، هذا الشيء يكون بدافع الرغبة الجسدية، وهو احتياج لا بد ألا تُغفله.

في هذه الكبسولة هذه الفتاة لديها احتياج نفسي قوي، وهو الحاجة للحب، حتى وإن كان الأهل قريبين منها، هي تحتاج لأن تشعر أن هناك شاب يعجب بها ويهتم لأمرها مثلها مثل بقية الفتيات في عمرها.

إذا تذكرت أن هذا احتياج، فستتعامل معه بشكل مختلف، خاصة أنك مررت بنفس المرحلة من قبل، أما إذا نظرت على أن ابنتك مجرمة، وأنت يجب أن تردعها، فستجد نفسك متجهًا إلى استخدام العنف والقسوة.

الكبسولة التربوية تقول:

بعد أن تكتشف الأم وتراها ابنتها وهي ممسكة بهاتفها، ترى الخوف في عيني ابنتها، فتشفق عليها، تمسكها من يدها وتجلسها بجوارها واضعة يدها على كتفها قائلة لها:

- لماذا أرى الخوف في عينيك؟

- لأنني أعلم أنك ستغضبين.

- ولماذا سأغضب؟

- لأنني أتحدث مع صديقي.

- تتحدثين معه فقط؟

- لا بل ... ثم تصمت خجلًا ..

- هل أنت خائفة؟

- نعم يا أمي.

- ممّ؟

- منك.

- لماذا يا حبيبتي؟

- لأنك رأيت هذا الحوار بيني وبين صديقي.

- حبيبتي أنا لا أريدك أن تخافي مني، فأنا أمُّك والأقرب إليك، أي شيء تشعرين به تعالي إليّ في أي وقت، وقلبي مفتوح لك، حتى وإن كان شيء خاطئ، فاعلمي تمامًا، أنني سأقدره وأتناقش معك كما نفعل الآن.

- لكنني أخشى أن تغضبي أو أن تخبري أبي.

- حبيبتي أريد أن أخبرك بشيء.

- أي شيء تخافين من أن يطلع عليه أحد، وتخجلين من أن يراه الناس، فاعلمي أنك تقومين بشيء خاطئ.

أنا وأبوك لن نراقبك طوال العمر. يجب أن تختاري أنت ما تقومين بفعله بدون وجودنا، وبدون أن تخجلي مما تفعلين؛ لأن الله تعالى فقط هو الرقيب عليك ولست أنا وأباك.

- لكن يا أمي أنا أحبه.

تحتضنها الأم حزنًا عميقًا دافئًا وتخبرها:

- أعلم يا حبيبتي أن لديك مشاعر رقيقة، وأقدر ذلك؛ فقد كنت في مثل عمرك، ولأن لديك هذه المشاعر يجب أن تحافظي عليها.

- ماذا تقصدين؟

- ليس عيبًا ولا حرامًا أن نحب، لكن يجب أن نعرف متى نعبر عن تلك المشاعر.

- لا أفهم.

- أي إنه من الوارد أن تعجبي بزميل لك، لكن ليس معنى ذلك أن تذهبي وتحدثي إليه وتصارحيه بذلك؛ لأن تلك المشاعر يجب أن نحافظ عليها جميلة رقيقة، حتى يأتي الوقت المناسب لذلك.

- وما هو الوقت المناسب؟

تبتسم لها ابتسامة حانية .. تنظر في عينيها قائلة:

- أخبريني أنت.

تطأطأ ابنتها رأسها خجلًا وتقول:

- تقصدين وقت الزواج؟

- بالطبع يا حبيبتي، هذا هو الوقت المناسب.

عندما يأتي وقت الزواج تستطيعين أن تعبري لزوجك عن مشاعرك الجميلة، وسيبادلك أيضًا نفس المشاعر.

- هو يريد أن يتزوجني يا أمي.

- إذن إن كان يحبك حقًا فيجب أن يحافظ عليك حتى ذلك الحين.

تصمت وكأنها مقتنعة.

- حسنا .. ابنتي الحبيبة ماذا ستفعل الآن؟

- سوف أنتظر لكن هذا وقت طويل للغاية.

- نعم أعلم ذلك، لكنك فتاة واعية، وأعلم جيدًا أنك ستحافظين على نفسك.

- هل تعديني؟

- نعم أعدك يا أمي.

ثم ترتمي في حضن أمها، وكأنها كانت تحتاج للشعور بالراحة والطمأنينة، فلم تجد في العالم أفضل من هذا المكان.

حدث بالفعل

«تسع سنوات!»

في إحدى ورش العمل الخاصة بالتربية الجنسية ..

كنت أحاضر بعض الأمهات، عندما اعترضت إحداهن وقالت مستنكرة ومتعجبة: ابنتي ما زالت صغيرة، كيف سأحدث معها عن الزواج والجماع الآن؟! .. بالتأكيد ستشعر بالحر.

سألته سؤالا:

- كم تبلغين أنت من العمر؟

- 37.

- متى علمت بمعنى الجماع؟

- من الصف الرابع الابتدائي.

- ممن؟

- من صديقتي التي سمعت أختها الكبرى تتحدث مع أمها.

- ماذا كان شعورك في ذلك الوقت ..

هل شعرت بالحرج حينها؟

- لا.

- ماذا شعرت؟

- فقط تعجبت.

حينها سألت جميع الأمهات نفس السؤال:

- متى علمتِ بمعنى الجماع؟

- أنا 35 عامًا، علمت عنه من كتب أختي في الطب، وكنت حينذاك في الصف الرابع

الابتدائي أيضًا.

- أنا 40 عامًا، علمت في الصف الثالث؛ حيث سمعت أمي تتحدث إلى جارتنا المتزوجة

حديثًا.

وهكذا ..

وجدت أن جميع الأمهات علمن في سن مبكرة، رغم أن أصغر واحدة فيهن كان عمرها نحو 30 عامًا؛ أي إنهن منذ ما يزيد عن 20 عامًا قد فهمن معنى الجماع، فما بالكم بالوقت الآن مع التطور الرهيب الذي حدث بالعالم؟

كانت مشاعر جميع الأمهات متشابهة عندما فهمن ما يحدث، وهي:

- أنهن «تعجبين» فقط، وتساءلن مع أنفسهن كيف يحدث ذلك.

- وهل هذا عيب أم لا؟

- هل يقوم أبي وأمي بذلك؟

لكنهن جميعًا اشتركن في شيء واحد، وهو الشيء الذي يتخوّف منه الأمهات والآباء وهو «التجربة»؛ أي أن يقوم الطفل بتجربة ما تخبره عنه.

الهاجس الآخر الذي يسيطر على الأهل، وهو أن يشعر الطفل بالحرّج أو ينتابه شعور بالرغبة الجسدية.

لكن ذلك مجرد هاجس؛ لأن الطفل لا يشعر مثلما يشعر البالغ كما ذكرنا، لذلك دائمًا ما نوصي وننصح الأهل بأن يتحدثوا مع أبنائهم في سن مبكرة قبل البلوغ؛ لأن مشاعرهم قبل البلوغ تختلف تمامًا بعد البلوغ.

كيسولة تربية

«ما هو الاغتصاب؟»

جَنَى التي تبلغ من العمر تسع سنوات ونصف سألت أمها:

- ما هو الاغتصاب يا أمي؟

- من أين لك بتلك الكلمة؟! أخبريني فورًا!!

- لا شيء، فقط سمعت صديقتي تقولها.

- حسناً، لقد قام اليهود يا حبيبتي بالاعتداء على أرض مصر في يوم من الأيام.

هذا هو الاغتصاب.

ثم عند بلوغ جنى الحادية عشرة من عمرها، دخلت عليها أمها فوجدتها تشاهد موقعًا إباحيًا، وعندما شاهدت أمها انهارت وأجهشت في البكاء، ليس فقط بسبب وجود أمها، بل بسبب ما شاهدته من مشاهد فجة لا تناسب عمرها.

ما الخطأ في الموقف؟

دلّست الأم على ابنتها، رغم أن المعنى الذي قالتها لها صحيحًا، لكنها تعلم جيدًا أن ابنتها تسأل عن شيء آخر.

استهانت الأم بمشاعر ابنتها، باعتبار أنها طفلة ولن تفقه شيئًا مما تقول.

قد ترتبك الأم في البداية لأن السؤال غير متوقع.. ونحن نقدّر ذلك، لكن ليس الحل هو إعطاء إجابة أخرى خاطئة، وكان من الممكن أن تعطي نفسها فرصة حتى تهدأ وتستجمع قواها، لتجيب عن سؤال ابنتها، أو تعدها بوقت آخر تجيب فيها عن أسئلتها.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

1- حتى تعلم ابنتك معنى كلمة اغتصاب، يجب أن تعلم أولاً ما هو الزواج.

2- يجب أن تمهّد لمعنى الجماع.

3- مفهوم الاغتصاب في حد ذاته يعنى أن هناك شخص يأخذ منك شيئاً ما يخصك، مثل اللص الذي يعتدي على بيتك ليأخذ أموالك يُسمّى مفتصبًا، والعدو الذي يعتدي على بلادك

اسمه مغتصب، والشخص الذي يعتدي على جسد أي أحد ليمتلك جسده بدون إذنه يُسمَّى
مغتصبًا.

4- شرح مشاعر الحب في الزواج.

5- عندما نحب أحدًا نعبرَ عمَّا بداخلنا .. الزواج طريقة للتعبير عن الحب.

6- كيف يحدث الجماع .. لماذا يحدث .. المشاعر المصاحبة له.

الكبسولة الصحيحة:

عندما تسألُك ابنتك أو ابنك عن معنى الاغتصاب، من الجيد أن تذكر لهم معنى الاغتصاب
عمومًا؛ أي:

- ما معنى اغتصاب يا أمي؟

- من أخبرك بتلك الكلمة يا حبيبتي.

- صديقتي في المدرسة.

- حسنًا المغتصب هو شخص يأخذ شيئًا مني بدون موافقتي.

مثل اللص الذي يدخل إلى منزلي كي يأخذ نقودي أو أثاث بيتي، يسمى هذا الشخص
مغتصبًا. والعدو الذي يأتي إلى أرضي ليطردي منها ويأخذها عنوة يسمى مغتصبًا، هل هذا
ما تحدثت عنه صديقتك؟

- لا، صديقتي كانت تتحدث عن رجل قام بذلك، لقد سمعت أمها تتحدث عن ذلك مع

جارتها، وأن هذا الرجل قُبِضَ عليه، لكننا لم نفهم لماذا.

أهو شيء سيئ إلى هذا الحد يا أمي؟

- هل اللص الذي أخذ المال، والعدو الذي أخذ الأرض، هما شخصان جيدان؟

- بالطبع لا.

لكن هذا الرجل ماذا أخذ؟

- حسنًا سأحكي لك الحكاية منذ البداية ...

هل تذكرين عندما حكيت لك عن قصة زواجي أنا وأبيك؟

وكيف تقدم لخطبتي وتزوجنا في حضور جميع العائلة والأهل والأصدقاء؟

- نعم، وأتذكر كذلك عندما قلت إنك وأبي تحبان بعضكما حبًا كبيرًا، وعندما حكيت لي عن أول مرة رأيتني فيها في المشفى.

- أتعلمين كيف جئت إلى الدنيا؟

- نعم، من رَحِمِك.

- وكيف جئت إلى رَحِمِي؟

- من نقطة ماء منك ونقطة ماء من أبي، لكنني لا أفهم كيف وصلت نقطة الماء من أبي إلى رَحِمِك؟

- سأسألك سؤالًا ..

- صديقتك رحاب، منذ متى وأنت لم تريها؟

- ياااه منذ عدة أشهر .. لا أتذكر بالضبط، لكنها فترة طويلة منذ أن سافرت العام الماضي.

- وعندما تعود من السفر، ما أول شيء ستفعلينه عندما ترينها؟

- سأستقبلها في المطار، وأحتضنها حضناً كبيراً، لقد اشتقت إليها كثيراً.

- أحسنت.

هذه إحدى طرق التعبير عن الحب بين الأصدقاء، الاحتضان إذا ما اشتقنا إليهم.

بين الأزواج هناك طريقة أيضاً لكي يعبراً عن حبهما لبعضهما، بالاحتضان والتقبيل والكلام الجميل الرقيق.

وعندما خلق الله الكون استخلف الإنسان في الأرض، أي جعله خليفة له؛ أي إن الانسان مهمته هي عبادة الله والتعمير في الأرض،

التعمير في الأرض يا حبيبتي يعني أن يتزوج الرجال والنساء، لكي ينجبوا أبناءً صالحين مثلك يقومون بعبادة الله، والعمل مثل بناء المصانع والمدارس والمستشفيات ودور العبادة، ويقومون بزراعة الأراضي ورصف الطرق.

هل يمكن أن يحدث ذلك بدون توفر بشر يقومون بذلك؟

- لا يا أمي.

- ولكي يوجد هؤلاء البشر مثلك ومثل أخيك، يجب أن يتزوج الرجال والنساء حتى ينجبوا أبناءً رائعين مثلكم.

- حسناً لكنني لم أفهم كيف.

كيف أتت نقطة المياه الخاصة بأبي داخل رحمك؟

- أنا لم أكمل لك القصة بعد.

- لكنني سأسالك سؤالاً أولاً.

- ما هو؟

- ماذا أرتدي أمام عمك؟

- ترتدين جميع ملابسك وحجابك.

- وأمام خالك؟

- لا ترتدين الحجاب، وفي بعض الأوقات أراك ترتدين تنورة قصيرة أو بنطالاً.

- وأمام أبيك؟

نفس الذي يحدث مع خالي، لكنني أعتقد أنك تهتمين بمظهرك أكثر أمام أبي، وترتدين له ملابس مميزة.

- لا يا حبيبتي، الأمر يختلف تمامًا مع أبيك.

- كيف؟

- هناك ما يُسمّى بحدود العورة، والعورة هي ما أفهمته لك من قبل، هي الأماكن التي يجب ألا تظهر أمام بعض الناس.

أي حدود العورة على أي رجل غريب هي جسدي كله، ما عدا الوجه والكفين. حتى ولو كان هذا الرجل هو عمك؛ لأنه ليس أخي.

وحدود العورة على أخي وأبي وخالي وعمي هي تغطية جزء من جسدي؛ أي من الممكن أن أخلع حجابي أمامهم، وأرتدي شيئاً قصيراً، لكنه ليس قصيراً جداً. وقد أرتدي ما يكشف ذراعيّ وساقيّ.

- وأين أبي؟

- لا تغطي المرأة أي جزء من جسدها على زوجها يا حبيبتي.

لأن حدود عورة المرأة على زوجها لا شيء.

- ماذا تعنين؟

- أعني أن الرجل والمرأة ليس بينهما أي حدود في العورة.

تصمت قليلاً وتشرّد، ثم تقول في تعجب:

- لا أفهم.

- أي إن الزوج والزوجة من الممكن أن يخلعا ملابسهما كاملة أمام بعضهما البعض.

تضع يدها على فمها، وتبتسم ابتسامة توحى بالخجل.

- أوليس هذا عيباً يا أمي؟

- لا يا حبيبتي، هو عيب فقط أمام أي أحد آخر غير الزوج أو الزوجة؛ لأن الله تعالى عندما

خلقهما أحل لهما أن يفعلا ذلك، بشرط واحد فقط ..

- ما هو؟

- أن يكونا متزوجين.

وأي شيء آخر غير ذلك يسمى «حرام» ويغضب الله تعالى منّا.

أما الزواج فهو الشيء الوحيد «الحلال» الذي لا نستحي منه، بل يحبه الله ورسوله،

ويعطينا الله ثواباً كبيراً عليه.

- ولماذا إذن يخلعان ملابسهما.

- ألم أخبرك أن هناك طريقة في التعبير عن الحب بين الزوجين؟

هذه الطريقة قد تكون بالأحضان والكلام الرقيق، وتكون أيضًا بما يسمى الجماع.

هذه الطريقة تجعل الزوجين يلتقيان سويًا، ويتقربان من بعضهما البعض حتى يشعرا وكأنهما شخص واحد، ولكي يفرغا طاقة الحب الرائعة بينهما، يحدث في النهاية ما يسمى بالجماع لكي يحدث الإنجاب.

فيلتقي هنا عضو الرجل (وهو المنطقة الأمامية) ويسمى قضيب، ليضعه داخل عضو المرأة (وهو المنطقة الأمامية لديها) ويسمى المهبل.

وهنا تلتقي نقطة الماء من الرجل والتي تسمى الحيوان المنوي، مع نقطة الماء عند المرأة والتي تسمى بويضة.

لينتج في النهاية نطفة .. هذه النطفة تكبر بعد ذلك، لتصبح جنينًا ثم طفلًا جميلًا رائعًا مثلك.

- وهل يتم ذلك في المستشفى؟

- ما هو الذي يتم في المستشفى؟

- هذا الذي تسميه ... لا أعرف .. هل يخلعان ملابسهما في المستشفى للقيام بتلك العملية؟

تبتسم الأم وتمسك ضحكاتها بالكاد لتخبر ابنتها:

- حبيبتي، هذه ليس عملية جراحية ولا تسبب ألمًا.

هي فقط طريقة الزوجين في التعبير عن الحب.

هل يحتاج أبوك لأن يذهب معي إلى المستشفى؛ كي يقول لي إنه يحبني أو كي يقبلني
قبلة الصباح كل يوم؟

- لا.

- حسنًا، هذا يكون فقط في غرفة نومهما، أو في مكان خاص جدًا بهما؛ لأنه يجب ألا
يراهما أحد وجسداهما عاريان؛ لأن الله حل لهما هما فقط ذلك.

هل فهمت الآن كل شيء يا حبيبتي؟

- نعم .. لكني لم أعرف أيضًا معنى اغتصاب.

- أووه نسيت!!

الزواج الذي يتم فيه الجماع بين الزوجين يكون بموافقة الطرفين، بكل حب وود ومشاعر
رقيقة. أما الاغتصاب فهو شخص يريد أن يفعل ذلك دون موافقة الطرف الآخر.

أي إن هذا الرجل الذي تحدثت عنه صديقتك، فعل ذلك بدون موافقة هذه الفتاة؛ مما سبب
لها أذى وجعلها تتألم كثيرًا؛ لأنه فعل ذلك رغماً عنها، والله تعالى يحرم ذلك تحريمًا شديدًا،
وعقابه كبير عند الله؛ لأنه اعتدى على جسدها.

القصص القرآني:

من أفضل القصص التي تعلم الأبناء العفة في تلك المرحلة والتي تليها هي قصة سيدنا
يوسف عليه السلام ..

من اثني عشر إلى ثمانية عشر عامًا

خصائص المرحلة العمرية:

- تعتبر تلك المرحلة امتدادًا للمرحلة السابقة؛ حيث تتحد معها في بعض الخصائص نظرًا لامتداد فترة المراهقة من 9 أعوام تقريبًا إلى 18 عامًا.
- يكون اتجاه الفتيات ناحية العاطفة أكثر من الناحية الجسدية.
- تنمو البنت عاطفيًا أو وجدانيًا قبل الولد؛ وذلك لأن الله سبحانه وتعالى يؤهلها لمهمة أن تكون زوجة وأمًّا؛ لذلك تجد أن الفتيات أجدر في إدارة مشاعرهن والتعبير عنها أكثر من الفتية.
- يحتاج المراهق في هذه المرحلة للاستقرار في المنزل وعلاقة مستقرة بين الأبوين؛ حتى يستطيع التخطيط لحياته بشكل جيد،
- فهو يحتاج لأهله ليشعر بالراحة والأمان، حتى لو أظهر غير ذلك، لكن ذلك لا يتعارض مع كونه يهفو للاستقلال بحياته مع من يختاره شريكًا له.

مفاهيم يجب أن يتعلمها:

- العفة.
- حدود الاختلاط.
- غض البصر.

- الزواج (حب ومسئولية).

- أن يكون له هدف.

- كيف يشبع (الروح - الجسد - العقل - القلب).

تحديات هذه المرحلة:

1- عدم وعي الأهل:

في هذه المرحلة من المفترض أنك قمت بوضع الأسس في المراحل السابقة، وإن لم يكن فإن الوقت قد حان .. نعم لقد تأخرت قليلاً لكن لا ضير، دعنا نبدأ ..

في هذه المرحلة ستجد بعض الحرج وأنت تتحدث إلى ابنك أو ابنتك؛ لأنه يكون قد فهم الكثير قبل ذلك، أو لأنه في تلك المرحلة يزداد خجله منك؛ لأنه يمر بما تحكيه له الآن، أما قبل ذلك فتلك المشاعر لم تكن موجودة، لكن أن تأتي متأخراً خير من ألا تأتي مطلقاً كما يقولون.

بعض الأهل لا يتوفر لديهم الوعي الكافي، ويتمثل ذلك في:

- عدم فهم طبيعة المرحلة؛ وبالتالي لا يستطيعون التعامل معهم.

- الكلام السلبي وتركيزهم على سلبياتهم دون الإيجابيات.

- لا يفهمون معنى الحب ولا يستطيعون التعبير عنه.

- لا يتحدثون معهم في مشاعرهم.

- الحديث بالمنطق دومًا دون الإنصات للمشاعر.
- عدم تحميلهم المسؤولية.
- غلق الحوارات عن الزواج.
- عدم التوعية عن تفاصيل الزواج من مشاعر حب ومسئولية وعلاقة حميمة.
- التسفيه من آرائهم، خاصة في الحب والزواج، وأنهم ما زالوا صغارًا.
- العادة السرية، وعدم القدرة على فهم اللجوء إليها أو فهم مشاعرهم.
- المحاولة الدائمة لإحكام السيطرة عليهم.

كبسولة تربوية

«أريد أن أتزوج»

أحمد طالب بالصف الثالث الثانوي، تحدث مع والده، وطلب منه أن يتقدم لخطبة زميلته في الصف ..

- أبي أريد أن أخبرك شيئًا.

- يا فتاح يا عليم يا رزاق يا كريم .. ما هو؟

- أنا أريد الزواج.

يسقط الأب نظارته على أنفه، وينظر لولده نظرة استهزاء تصحبها ضحكة ساخرة ثم يقول له:

- ماذا؟ تتزوج؟ أنت؟

إذهب يا حبيبي لاستذكار دروسك، فليس لدي الوقت لِلْعَب العيال هذا.

يثور أحمد ثورة عارمة، ويقول بصوت عالٍ لا يخلو من التحدي:

- سوف أتزوجها، ولا أريد موافقتكم حتى!

ثم يشتعل الموقف تدريجيًا حتى يتفوّه أحمد بألفاظ نابية، تجعل والده يطرده من المنزل.

ما الخطأ في الموقف:

بالطبع تعلمون الخطأ.

- سَفَّه الأب من مشاعر ولده وسخر منها.

- لم يقدر المرحلة التي يعيش فيها واحتياجه.

- لم يضع نفسه مكان ولده؛ لأنه لو فعل ذلك لشعر به.

خمن الكبسولة الصحيحة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحل:

لو لجأ هذا الأب إلى الحوار بدلاً من السخرية والصراخ، لكان الأمر أيسر وأفضل، لكنه لجأ للحل الأسهل مع الأسف.

الكبسولة التربوية تقول:

- أبي، أريد أن أتزوج زميلتي.

- تتزوج؟ في هذا العمر؟

- نعم يا أبي، وما المانع؟ أولست رجلاً؟

- أنا أقدر مشاعرك يا بني.

- أتعلم، لقد تعرضت لموقف مثلك تمامًا.

- حقًا؟ كيف؟!

- كنت أحب فتاة وأنا في مثل عمرك تقريبًا، وكنت أهتم بها، ويقتلني الشوق كي ألقاها،

وكنت أحصي الأيام والساعات كي يجمعنا منزل واحد ..

أنتظرها يوميًا وهي خارجة من المدرسة كي أراقبها، وفي يوم من الأيام قمت بعمل متهور

.. فاتحتها وحدثتها عن مشاعري، تجاوزت معي، وظللنا هكذا عامًا تقريبًا. كنت قد أنهيت

دراستي الثانوية، وقررت أن أتقدم لها، وعندما فاتحت أهلي رفضوا رفضًا قاطعًا، وأبلغني

والدي إن أردت أن أتزوج فلأذهب بمفردتي. بالطبع كنت أعتبر والدي شريكًا وقاسيًا. وظللت

لا أتحدث معه فترة طويلة.

المهم أنني ذهبت لخطبتها بمفردتي.

سألني والدها: ما هي مؤهلاتك؟

- لقد أنهيت الثانوية لتوي، ومجموعي كبير والحمد لله.

- وكيف ستتزوج وأنت طالب؟

- سأتدبر أمري في المذاكرة يا عمي.

- وما دخلي أنا بمذاكرتك؟ أنا أسألك من أين ستطعم ابنتي؟

- أنا أبحث عن عمل الآن.

- تبحث عن عمل!!

- أصدر حينها ضحكة كبيرة لا أنسى صداها إلى اليوم.

ثم سألني:

- وأين شقتك؟

ترددت قليلاً، وأخبرته أنني سوف أشتري الشقة بعد أن أجد العمل.

- وهل معك مهر ونقود للشبكة؟

هنا صمتت وشعرت بالصدمة التي كبّلت لساني، أحسست حينها أنني أغرق ولا أجد من ينقذني.

خرجت من عنده أجرّ أذيال الخيبة.

جرح قلبي بالطبع، وظللت أتألم لفترة من الزمن، ثم رميت نفسي في طاحونة العمل والذاكرة، وكأنني كنت أريد أن أثبت لها شيئاً ما، وأنني حينما أتقدم لها سأكون جديراً بها .. بعد عامين علمت أنها تزوجت وأنجبت.

تحدثت إليها، فأخبرتني أن أباهَا منعها من الحديث معي، وأن هذه آخر مرة سنتحدث فيها.

أصبت بالإحباط وخبيرة الأمل، أغلقت على نفسي وانزويت، لم أكن أريد الحديث مع أحد، ولا حتى التواصل مع أهلي، قاطعت الطعام وظللت في غرفتي هكذا أنعي نفسي وما حدث لها، حتى وجدت في يوم رقماً على هاتفني أعرفه جيداً. كان رقم معلمي في الثانوية، لم أرد عليه في البداية، لكنه كان يلح في الاتصال، وكأنه كان يعرف شيئاً ما. أخيراً اضطرت للإجابة عليه، قال لي حينها جملة لا أنساها:

«يا ولدي الحبيب، هذه هي الحياة .. تعلمنا الكثير .. أنا أشعر بك، وأقدر ما أنت فيه، ولكن هل هذا هو الحل؟ لا عيب في أن نسقط مرة أو اثنتين أو ثلاثة، لكن العيب هو أن ننهزم

ونستسلم لهذا السقوط، خذ وقتك في الألم كما تحب، لكن لا تجعله متحكماً في حياتك، وأنا أعلم أنك قوي كفاية لكي تحاربه وتتغلب عليه».

لا تعلم مدى تأثير تلك الكلمات على قلبي وعقلي، جلست أفكر فيما قاله عدة أيام، ومن بعدها قررت أن أحارب الألم وأن أهزمه، وبالفعل رميت نفسي في العمل مرة أخرى، وتخرجت، وحصلت على شهادتي. بعدها اختارت لي أمي عروساً، وكنت أرفض تماماً زواج الصالونات، لكنني قلت: وما المانع من أن أجرب؛ لعله يكون جيداً، أو لعل الفتاة تعجبني ..

لن أقول لك إنني طرت فرحاً عندما رأيتها، لكن يكفي أن القبول بيننا كان عاليًا، وأنه كان نوعاً من أنواع التوافق الفكري والثقافي، بعد عدة لقاءات شعرت أنها الفتاة المناسبة، ثم ما لبثت أن وقعت في غرامها. شعرت بقلبي يعود للحياة شيئاً فشيئاً .. كانت هذه الفتاة هي أمك.

- أنت تخبرني بذلك حتى تقنعني أن طريقتي خاطئة، وأنني يجب أن أنتظر كي أتزوج مثلك بالطبع.

- حبيبي، أريد أن أخبرك شيئاً.

- ما هو؟

أنت أبله يا بني!

- نعم؟ لماذا؟!

- لأنني لست أحقق كي أفعل ذلك، أنا أعلم تماماً أنني أتحدث مع شخص كبير، يفهم جيداً ما يقال له، ولا أتحدث مع طفل صغير كي أضحك عليه بكلام مثل: إن لم تأكل فسوف تكون مثل أبي رجل مسلوخة، أو إن كذبت فستكون مثل بينوكيو.

أنا أخبرك بذلك حتى تعلم أنني «أشعر بك» ..

وسواءً أردت أن تتعلم من تجربتي أو لا، فذلك ليس هدفي.

بل هدفي الأهم هو أن تدرك ما يحدث لك من الداخل، وما تمر به من مشاعر، وما يفرضه عليك الواقع؛ حتى لا ترفع سقف طموحاتك عاليًا، فتقع وتكسر رقبتك.

- وما المانع من أن أرفع سقف طموحاتي؟ أولست أنت من تخبرني دومًا أن يكون لدي طموح؟

- نعم يا حبيبي، لكن إن ارتفع سقف طموحاتك بما لا يتناسب مع إمكانياتك الحالية، فستقع ومن ثمّ ستندم.

جميل أن تضع طموحًا لنفسك، لكن الفكرة في تنفيذ هذا الطموح متى؟ وكيف؟

هل هذا هو الوقت المناسب؟

أنا لم أقل لك لا تحبها، ولم أمنعك عن التقدم لخطبتها.. ولن أفعل.. فقط فكّر مليًا فيما يفرضه عليك الواقع من مسؤوليات وواجبات تجاه هذه الزوجة.

أنت الآن كم عمرك يا حبيبي؟

- سبعة عشر عامًا.

- هل تستطيع الزواج الآن؟

- سأكمل دراستي الثانوية، ثم أتقدم لخطبتها.

- هذا رائع يا حبيبي، أريدك فقط أن تعلم شيئًا مهمًا، أن الزواج به مشاعر حب فياضة، وبه أيضًا مسؤولية، فهل أنت مستعد الآن لتحمل تلك المسؤولية؟

- بالطبع.

- كيف؟

- سأنتهي دراستي الثانوية وأعمل.

- حبيبي، المسؤولية لا تكمن فقط في الماديات، رغم أنها جزء مهم جدًا لإقامة منزل الزوجية، إلا أن هناك ما يسمى بالمسؤولية النفسية.

- ماذا يعنى ذلك؟ أن أحبها مثلًا؟ أنا حقًا أحبها فأين المشكلة؟

أم أنك لا تراني رجلًا مسئولًا يا أبي؟

- أعلم أنك رجل مسئول بالطبع يا حبيبي، لكنك الآن مسئول عن نفسك .. مذاكرتك .. تحقيق هدفك ..

والزواج أمر آخر. فهناك أشخاص آخرون سيكونون تحت مسؤوليتك، ويحتاجون رعايتك، ولديهم احتياجات يجب أن تتعلم كيف تشبعها.

سيكون لك زوجة لها احتياجات عاطفية، وأطفال يحتاجون لك معنويًا مثلما يحتاجون لك ماديًا.

هذا بالإضافة إلى أنك إن ذهبت إلى أهلها، فما المتوقع أن تقول لهم وما هي ردة فعلهم؟

- سأقدم لخطبتها وأنا في الصف الأول الجامعي، ثم نتزوج بعدها بعام أو اثنين.

- حسنًا، هذا تخطيط جميل.

أريد أن أخبرك شيئًا عن الحياة يا حبيبي.

أي فتاة ستتقدم لها سيسألونك عن شيئين في غاية الأهمية:

* كم معك من نقود؟

* ما هي مؤهلاتك أو شهادتك؟

- أي يجب أن تكون مستعدًا ماديًا ومن الناحية الدراسية؛ لأن بعض الأهل يرفضون أن ترتبط بناتهم بطالب جامعي ..

لكنني أرى شيئًا آخر، أن التأهيل المادي والدراسي مهم، لكنه ليس الأهم.

- كيف؟

- أهم شيء هو ماذا تعلم عن الزواج.

هذه الشركة التي ستنشئونها سويًا، ما الذي تعرفه عنها؟

الزواج ليس مثل عمل تلتحق به يا بني ثم تتركه وقتما تشاء إن شعرت ببعض الضيق أو الملل أو الضجر.

الزواج مسئولية .. لكن الحمد لله أن جعل تلك المسئولية مقسمة على طرفين، كل طرف له حقوق وعليه واجبات، والحمد لله أن جعل للمشاعر نصيبًا كبيرًا فيها، وإلا كُنَّا مُتَنَا كَمَدًا، أو أصبحنا مثل الماكينات التي تتحرك جسدًا بدون قلب.

- نعم أنا أعلم ذلك ..

- بالطبع أعلم أنك تعلم، لكن ما أود قوله لك هو الصبر.

الصبر على مشاعرك .. على شهوتك ..

حتى تنضج أفكارك ومشاعرك أكثر.

- هي ناضجة بما يكفي.

يبتسم الأب ابتسامة عريضة:

- هكذا نظن جميعًا.

كل يوم يمر علينا يحدث لنا نوع من أنواع النضج أو التغيير، بشرط أن يكون ذلك بإرادتنا.

- كيف؟

بعض الناس تمر عليهم المواقف ولا يتعلمون منها شيئًا، فلا يصل لمرحلة النضج المطلوبة، وهذا ما يفسر وجود بعض الشباب في سن صغيرة، لكن لديهم ما يكفي من الوعي لتحمل المسؤولية وفهم الآخر وتقبله وتقبل أخطائه.

وقد تجد شيخًا كبيرًا قد تجاوز الستين من عمره، وعقله ما يزال مثل عقل مراهق.

فالنضج لا يقاس بالعمر، بقدر ما يقاس بما تعلمت من مواقف وماذا علمتك الحياة ..

فكر فيما قلته لك جيدًا، وعندما ترى نفسك على استعداد تام للزواج من كل النواحي فأخبرني، وأنا أيضًا سأبذل قصارى جهدي كي أساعدك، فأنا أتمنى أن يجيء هذا اليوم الذي أرى فيه زوجتك وأبناءك .. كل ما عليك فعله الآن هو الاجتهاد في دراستك كي تكون جديرًا بقلبها، وأن تجد عملاً في وقت فراغك أو إجازتك؛ حتى تستطيع تلبية احتياجاتك المادية، وأنا سأساعدك إن استطعت إلى ذلك سبيلًا.

في هذا الموقف يناقش الأب مع ولده فكرة الزواج بعمق ونضج أكبر.

لا يتحدث معه عن المسؤولية فقط .. ولا عن المشاعر فقط ..

هو يشجعه ويحفزه أيضًا ..

لا يرفض فكرته بتاتاً، رغم أنها صعبة التحقيق الآن ..

قدّر مشاعره، وأنه كان في مثل عمره يوماً ما ..

فتح له قلبه وحكى له عن ذكرياته وتجربته ..

أخبره عن حقيقة الحياة وماذا يحدث في أرض الواقع ..

قال له إنه يتمنى أن يرى هذا اليوم، وإنه سيعمل على مساعدته قدر الإمكان.

لك أن تتخيل بعد هذا الحوار هل سيحدث انفجار أو تمرد؟

هل سيقف المراهق ضدك ويتحداك؟

أم أنه سيهدأ، وقد يفكر فيما تقول لأنه يرى أنك تخاف عليه وتقدر مشاعره.

افتحوا حواراً مع أبنائكم، ولا تجعلوا علاقتكم معهم محصورة في أمر أو نهي فقط،

وستجدون حينها قلوباً صاغية وعقولاً واعية.

2- رؤيته القاصرة:

كما ذكرنا من قبل فإن المراهق لا يرى سوى تحت قدميه، مثال على ذلك ممارسة العادة السرية ومشاهدة المواقع الإباحية؛ فقد تتحدث معه ويقتنع، ثم يعود للممارسة مرة أخرى؛ وذلك لأنه يبحث عن متعته اللحظية، ولا يعلم مدى الخطورة التي تنتظره غداً؛ لأنه ببساطة لم يمر بها.

- قد يجرب أشياء كثيرة حتى وإن علم بخطورتها، مثل المراهق الذي ينجرف في مسار الإدمان، أو المراهق الذي يجرب السجائر؛ ففي البداية كان ذلك كله على سبيل التجربة، أو

تقليد أصدقائه، أو التمرد، أو الانتقام من أهله في تقصيرهم معه، ولا يهتم في ذلك أي عواقب تحدث له، حتى وإن استخدموا معه العنف.

3- ضغط القرناء:

يقع المراهق تحت ما يسمى بضغط القرناء.

أي إن الأصدقاء يضغطون عليه لممارسة شيء ما.

وهذا الضغط لا يأتي بشكل مباشر.

هو فقط يراهم يفعلون ذلك، وإن لم يفعل مثلهم فقد يعتبرونه فاشلاً أو ليس رجلاً.

مثال على ذلك المراهق الذي يحدد له والداه وقت معين للرجوع إلى المنزل، عندما يقول ذلك أمام أصدقائه؛ فإنهم يعايرونه ويسخرون منه بدعوى أنه ما زال طفلاً.

المراهق الذي يرفض التدخين مثل باقي أصدقائه، يتهمونه بأنه ليس رجلاً، أو أنه ما زال صغيراً ويخاف من بابا وماما ..

وهكذا من الأمثلة التي ستجدها تتكرر من حولك.

لذلك ذكرنا من قبل أن تنمية التفكير النقدي عند الطفل مهمة جداً؛ لأنه يجعله يميز بين الغث والسمين.

لا حل هنا سوى أن تكون علاقتك به جيدة؛ حيث تلعب دوراً مهماً هنا في أن يأتي ليحكي لك، أو يعلم على الأقل أنه لن يفعل شيئاً خاطئاً، ليس خوفاً منك وإنما لاقتناعه به.

4- عدم القدرة على السيطرة عليهم:

يشعر بعض الآباء في هذه المرحلة أنهم قد فقدوا السيطرة على أبنائهم.

فقد يحدث صدام كبير يؤدي إلى طرد المراهق من المنزل، بعد أن قام بشتيم والديه وتكسير أثاث المنزل.

هذا المراهق لن يصل إلى تلك الحالة إلا إذا كانت علاقته بوالديه سيئة.

فقبل أن تنتهم المراهق، يجب أن نبحث أولاً عن معنى الحب في علاقتنا معه.

- هل حقاً تعبر له عن حبك؟

- هل تحتويه؟

- هل تتقبله رغم أخطائه؟

- هل تتغافل عن سلبياته؟

- هل تشجعه وتحفزه عندما يقوم بشيء صحيح، أم إن عينيك لا تريان سوى السلبي فقط؟

- هل علاقتك معه قائمة على الأوامر والنواهي فقط؟

- هل أنت صديقه؟

يجب أن تسأل نفسك كل تلك الأسئلة أولاً قبل أن تسأله لماذا يفعل ذلك.

هذا المراهق لم يولد هكذا، بل هو نتاج لتربيتك أنت، وأنت فقط من يقرر كيف ستكون العلاقة بينكما.

5- الكبت الجنسي:

يعاني المراهق بما يسمى بالكبت الجنسي.

هذا الكبت يحدث بسبب احتياجه الجنسي الذي لا يتم إشباعه.

فلك أن تتخيل أنه منذ وقت البلوغ، إذا حسبناها كمتوسط فإنه يبلغ تقريبًا من 12 إلى 14 عامًا ثم يتزوج وهو بعد الـ 25 عامًا، هذا على أفضل تقدير بالطبع.

لذلك يعاني المراهق في هذه المرحلة وما بعدها من كبت جنسي بسبب تأخير سن الزواج.

رغم أن رغبته يتم تفرغها في الحُلْم؛ أي خروج «المني» إلا أن الرغبة قد تلح عليه في بعض الأوقات، خاصة إذا تعرض لما يثيره في الشارع أو في التلفاز أو وسائل التواصل الاجتماعي.

وإن اختلفت الأقوال حول الزواج المبكر أو المتأخر من مميزات وعيوب كلٍّ منهما، فأنا أرى أنه كلما كان هناك تعجيل بالزواج كان أفضل للشباب من الجنسين.

بشرط واحد فقط وهو وصوله إلى مرحلة نضج مناسبة تؤهله لأن يكون زوجًا أو زوجة مسؤولة.

وهذا لا يرتبط بعمر معين، فنحن نرى الآن رجالًا قد تعدوا الأربعين والخمسين من عمرهم، وعقولهم ما زالت تشبه عقول المراهقين.

وعلى العكس تمامًا هناك مراهقون يحملون عقولًا ناضجة وواعية.

لا أتحدث هنا عن الوعي الثقافي أو الدراسي، وإنما أتحدث عن النضج الوجداني .. أو العاطفي .. هذا النضج الذي يؤهله لأن يفهم نفسه جيدًا، ومن ثمَّ يستطيع فهم الآخر ليتعامل معه.

نضج يجعله يعي تمامًا ما هي مسؤولياته في الزواج.

ما هي واجباته وما هي حقوقه.

كيف يفهم احتياجات الآخر وكيف يُشبعُها.

إن توفر ذلك في سن مبكرة، وقمنا بإعداد المراهق جيدًا، فما المانع من أن نرحمه بأن نُؤهله للزواج، ولو حتى عن طريق خطبة وهو في عامه الجامعي الأول، ثم الإعداد للزواج بعدها بعام أو اثنين.

6- العادة السرية:

معناها:

هي الاستمناء باليد أو بأي شيء آخر.

تتفاوت الرغبة الجنسية من جنس لآخر، وتفاوتت أيضًا بين أبناء الجنس الواحد.

فهناك المراهق الذي لديه رغبة جنسية عالية، وهناك من لديه رغبة متوسطة، وهناك من كانت رغبته أقل.

لذلك ليس شرطًا أن يكون الجميع على خط واحد من الرغبة الجنسية.

سبب ممارستها:

- التجربة: أخبره صديقه فقرّر أن يجرب.

- التباهي بين الأصدقاء: أنا أمارس كذا مرة، وأنا قدرتي الجنسية أعلى منك.

- وقت فراغ كبير لا يعرف فيم يقضيه.

- الكبت الجنسي.

- مشاهدة أفلام إباحية.

- عدم تقنين الاختلاط بين الجنسين.

- الشعور بالملل.

في بعض الأحيان يمارسها المراهق بعد مروره بحالة من الألم النفسي، أو مع مروره بضغط شديد، وكأنه يستخدمها لتواسيه وتخفف عنه.

هل تمارس الفتيات العادة السرية؟

بالطبع هذا يحدث، لكنها تنتشر في البنين أكثر من البنات.

إلا أن نسبة ممارستها في الإناث الآن زادت عن السابق؛ بسبب الاختلاط غير المقنن بالشباب، وبسبب الإنترنت المفتوحة التي تدفع بعض الفتيات لمشاهدة بعض المواقع الإباحية.

ضررها:

هل هناك ضرر جسدي لممارسة العادة السرية؟

لم تثبت الدراسات والإحصاءات أن العادة السرية تسبب أي ضرر جسدي، وأي حديث حول ما تسببه من ضعف في الإبصار أو هزال أو غيرها فهو كلام ليس له أي أساس طبي.

لكن هناك ما هو أخطر من ذلك ..

فالعادة السرية لا تسبب أضرارًا جسدية، لكنها تسبب أضرارًا نفسية جسيمة لمن يمارسها ولشريكه في الزواج بعد ذلك؛

حيث انتشرت المشكلات الزوجية التي لها علاقة بهذا الشأن، مما يتسبب في الإضرار بحياته وحياة شريكه وأبنائه أيضًا.

حدث بالفعل «كرهت زوجي»

أنا أبلغ من العمر ثلاثين عامًا، متزوجة منذ نحو ثماني سنوات بعد قصة حب كبيرة بيني وبين زوجي.

ما حدث في أول يوم زواج جعلني أتعجب، لكنني أرجعت ذلك لأنه هو الرجل وهو الذي يفهم أكثر مني، بعدها ظننت أن هذا طبيعي ومن حقه أن أقوم له بذلك .. بعد فترة قصيرة من الزمن بدأت الخلافات، وصرت أثور على أتفه سبب، لم أكن أعلم لماذا كنت ألوم نفسي وأنتي كنت اغضب بهذه السرعة، رغم أن هذا لم يكن طبيعي، ولم أدرك السبب سوى بعد عدة سنوات.

حيث اكتشفت أن السبب الحقيقي هو أنني لا أصل للنشوة معه؛ لأنه بالطبع كان دومًا يريدني أن أقوم بما يرضيه هو بطريقته، وكأنه يمارس العادة السرية، لكن بدلًا من أن يكون وحده، أصبح هناك من يقوم له بها.

ظللت هكذا عدة سنوات أشتكى .. أصرخ في وجهه .. أطلب منه أن يعرض نفسه على طبيب، أو أعرض أنا نفسي على طبيب؛ لعلني أنا المخطئة.

وبالفعل ذهبت من ورائه إلى طبيبة النساء، وحكيت لها، وُصّدت عندما علمت بالحقيقة. هناك أشياء لا يجب أن نفعلها، وهناك أشياء من المفترض أن نمارسها، لكن ذلك لا يحدث، وهناك مشاعر وأحاسيس نفسية وجسدية لا أشعر بها.

حسنت أمري وطلبت الطلاق؛ لأنني شعرت باستحالة العشرة فيما بيننا، كما أنني خفت على نفسي من الفتنة.

هنا فقط بدأ زوجي العزيز يتساءل لماذا ..

ما الذي حدث؟

كنت أصرخ طالبة الطلاق وهو ما زال يقف مستنكرًا ويتساءل لماذا!!

ذهبت إلى طبيب نفسي، فأخبرني أن أمامي خيارين:

إما أن أحصل على الطلاق إن كنت مصرة ..

أو أن أصبر عليه إن كان يريد التغيير، لكن يجب أن أعلم أن ذلك سيأخذ بعض الوقت كي يتعافى.

اكتشفت فيما بعد أن زوجي كان يمارس العادة السرية منذ أن كان في الصف الإعدادي.

حسنًا ما الذي حدث في هذه القصة؟

أن المراهق يبدأ أولاً على سبيل التجربة أو ليفرغ شهوته بعد مشهد شاهده، ثم بعد ذلك لا يجد المتعة إلا في هذه الطريقة وبنفس الكيفية.

ويتعود العقل على ذلك وهذا هو أخطر شيء .. أن يرسم لنفسه مسارات متعة معينة في الدماغ لا يستمتع إلا بها، وبعد الزواج تظل نفس الطريقة مصاحبة له، فيكون لديه عدة

خيارات جميعها مُرَّة:

- إما أن يطلب من شريكه ممارسة نفس الطريقة معه حتى يستمتع.
 - وإما أن ينصرف عن شريكه، ولا يلقاه في العلاقة إلا مرة كل عدة أشهر، ويقوم هو بإشباع نفسه بطريقته الخاصة.
 - وإما أن يقوم بالضغط على نفسه كي يمارس العلاقة مع شريكه وهو مُجبر ولا يشعر بأي متعة، ويعيش مع خيالاته كي يصل إلى النشوة؛ لأنه صار يستمتع وحده بطريقة معينة، وعندما يدخل معه شريك فإن ذلك يقلل من متعته.
- وفي جميع الحالات هناك ضرر يحدث في العلاقة؛ مما سيؤدي إلى حدوث شرخ كبير في العلاقة الزوجية بينهما.

حكمها في الشرع:

أكثر الفقهاء وفي مقدمتهم الشافعية والمالكية أقروا بحرمانيتها، واستدلوا على ذلك بقوله تعالى:

{وَالَّذِينَ هُمْ لِأُفْوَاجِهِمْ حَافِظُونَ (5) إِلَّا عَلَىٰ أَرْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (6) فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ (7)} [المؤمنون: 5-7]

أي إن أي شيء يمارس خارج العلاقة الزوجية فهو حرام.

لكن الإمام أحمد أفتى بجوازها عند الحاجة فقط، واستدل في ذلك على حديث ابن عباس رضى الله عنه، كان إذا سأله الشاب عن الاستمناء قال: نكاح الأمة خير منه وهو خير من الزنا.

وجاءه مرة شاب، فقال إني أجد غُلمة شديدة فأدلك ذكري حتى أنزل، فقال: هو خير من الزنا.

إلا أن الرأيين يتفقان على أن الاستمنا هو عمل شاذ، وهو ليس أصل تفريغ الشهوة.

أي إنه إن وجد شهوته قد غلبته وأوشك أن يقع في الحرام وسيزني، فمباح أن يقوم بها لتخفف الضغط الجسدي الذي يتعرض له.

المشكلة أن المراهق قد يستمرئ ذلك؛ أي إنك حين تخبره أنها لا يجب أن تُمارَس إلا عند الضرورة ..

فمن أين سيعرف ما هي الضرورة؟

يجب أن توضع حولها المحاذير في الممارسة ..

أي يعلم التالي:

إذا غلبته شهوته فجأه وخشي على نفسه من الوقوع في الزنا، فمن الممكن أن يمارسها.

أما أن تُمارَس مع سبق الإصرار والترصد، فيقوم بتجهيز فيلم و جلسة وتهيئة معينة ليُشاهد، ومن ثمَّ يمارسها؛ فهو ما يجب ألا يحدث.

قد يفعل المراهق ذلك على سبيل المثال في دورة المياه؛ حيث إنه المكان الأكثر أمناً في المنزل، فلا أحد سيقتمه عليه. وقد يشاهد فيلماً أو صوراً لمدة نصف ساعة أو ساعة أو يزيد ليثير شهوته، ومن ثم يفرغها بالعادة السرية؛ فهو ما يصيبه بالضرر البالغ كما ذكرنا.

وقد يبدأ الموضوع بسيطاً أو كما يتخيله المراهق أنه لا ضرر به، وينتهي به إلى حالة من الإدمان لا يُشفى منها إلا بمراجعة طبيب أو مختص.

يتجه تفكير الفتيات للناحية العاطفية، ويتجه تفكير الفتيان للناحية الجنسية ..

احتياج الفتيات في هذه السن يختلف عن احتياج الشباب ..

الفتاة في الغالب تبحث أولاً عن الاحتياجات العاطفية؛ أي الحب والمشاعر الرقيقة، حتى وإن مارست العادة السرية، فإنها تتخيل فارس أحلامها الذي يعبر عن مشاعره بالكلام المعسول أو اللمس ..

أما الشباب فتفكيرهم يتجه مباشرة إلى الرغبة الجسدية، وخيالاته خلال الممارسة تتجه إلى الإشباع الجسدي أولاً ..

والخيالات تكمن خطورتها في أنه يظل هكذا حتى وقت الزواج، فلا يشبعه أي شيء مع شريكه؛ نظراً لما مارسه من قبل أو شاهده، فيعمل خيالاته مع شريكه مرة أخرى.

التصرف تجاهها:

1- مرحلة التغافل أو التجاهل، في حالة إذا ما لاحظ أحد الأبوين أنه يمارسها على فترات متقطعة.

2. مرحلة الحوار:

يجب أن يُفتح حوار مع المراهق حول الأضرار النفسية، وما سيحدث معه وقت الزواج فيما بعد، وأنه تجب توعيته في هذا الشأن؛ لأنه لا يعلم مدى الضرر البالغ الذي سيصيبه فيما بعد إلا بعد أن يمر به، ولا تنسى أن تتذكر هنا حديث النبي مع الشاب الذي جاءه يستأذنه في الزنا..

3. الشدة:

وهناك فرق بين الشدة والقسوة ..

القسوة هي إيذاء جسدي أو لفظي، مثل الإهانة والكلام السلبي، أو الضرب، أو المعايير بشيء ما، أو السخرية من شخصيته أو تصرفاته ..

أما الشدة فهي اتخاذ موقف حازم معه؛ حتى لا يكرر ذلك مرة أخرى، وذلك لمحاولة حمايته من نفسه.

تمامًا مثل المدمن الذي لا يريد العلاج.

هل هناك ما يمكن أن نفعله للمراهق حتى نقيه من الوقوع فيها؟

الوقاية منها:

الوقاية خير من العلاج:

هل من السهل معرفة المراهق الذي يمارس؟

سيكون ذلك أسهل مع أم موجودة بصفة كبيرة في المنزل، وأب واعٍ يعلم ما يدور لأبنائه من حوله.

فالأم المشغلة دومًا بعملها أو بالخروج كثيرًا، إما لمقابلة أصدقائها أو أعمال تطوعية، أو للعمل مساء حتى بعد عودة الأبناء، أو حتى المتواجدة فقط بجسدها، لن تلاحظ ذلك؛ لأن أبنائها في وادٍ وهي في وادٍ آخر.

والأب المطحون في عمله يوميًا لا يعطيه ذلك مبررًا لأن يتجاهل حتى الحديث مع أبنائه ولو لعشر دقائق في اليوم، أو حتى مراقبتهم وملاحظة ما يطرأ عليهم من تغيرات.

المراقبة هنا لا تعني الدكتاتورية وإحكام السيطرة، وإنما تعني أن يكون لديهما علم بحالة أبنائهم النفسية والاجتماعية والروحانية، كما لهم علم تمامًا بحالتهم الجسدية إذا ما مرضوا أو انتابهم الجوع ..

كلا الوالدين مسئولان مسئولية كاملة عن أبنائهما ..

لماذا ننظر دائمًا إلى الاحتياجات المادية، وحينما أسأل أحدهم:

- هل أبنائك بخير؟

- نعم.

- كيف علمت؟

- صحتهم جيدة، ويستذكرون بشكل جيد، أو درجاتهم جيدة.

- هل هذا فقط ما يخصك في أبنائك؟

كمسئول عنهم يجب أن تعلم:

- حالتهم النفسية والجسدية خاصة إن كانوا مراهقين.

- أنت لست رقيبًا عليهم، وإنما تحاول أن تحافظ عليهم قدر المستطاع وتوعيتهم.

- ألا يختلي بنفسه كثيرًا.

- أن تشركه في أشياء تشغل له وقته.

1-وضع قواعد في المنزل:

- لا أحد يجلس في غرفته بمفرده.

- لا يغلق الباب عليه، إلا إن كان يذاكر.

- لا تتركهم فترات طويلة بدون الاطمئنان على كل منهم.

وقت الحمام محدّد قدر المستطاع، ولا تعلّل ذلك بشيء في البداية، إلا أن الجميع يريدون استخدامه، أو أن هذا مكان نجاسة يجب ألا نلبث فيه طويلاً؛ مما سيقلل فرص المراهق في مشاهدة شيء.

الهاتف والحمام:

لا أحد يصطحب معه جواله إلى الحمام، وخاصة أنت؛ لأنهم سيقارنون أنفسهم بك وأنت قدوة.

كل ذلك لكي تحد من ممارسة العادة السرية.

2- تشجيع الزواج المبكر.

3- أن يكون لدى المراهق هدف يعيش له ويسعى لتحقيقه.

أما أن يقضي المراهق حياته كلها ما بين الدراسة والدروس والشارع، ثم تأتي الإجازة لتكون مشواراً طويلاً من السهر وقلب الليل نهاراً والنهار ليلاً، ويستيقظ المراهق لتبدأ حياته عصرًا، يبدؤها بتصفح هاتفه وما يحويه من تطبيقات لعدة ساعات بدون هدف يُذكر، ثم يأتي المساء ليخرج ويلهو مع أصدقائه على المطاعم أو في الشوارع أو السينمات، وليس لديه أي هدف سوى الأكل والشرب واللهو والنوم، فما هو الفرق حينها بينه وبين الكائنات الأخرى؟

قبل أن نركز على العادة السرية، يجب أن ننظر لحياة هذا المراهق لنرى ما الذي يملؤها.

فحياة المراهق لا تنحصر في الناحية الجسدية فقط، ولا في الناحية العاطفية فقط، ولا حتى في نواحي الدراسة والتعلم فقط ..

يجب أن تكون حياة المراهق متوازنة بشكل كبير، ما بين النواحي العاطفية .. الجسدية .. الاجتماعية .. إلخ.

ولحدوث هذا التوازن يجب علينا أن نعرف كل احتياج وكيف نقوم بإشباعه، مثل التالي:

الناحية الجسدية:

- ممارسة الرياضة.

- تناول طعام صحي.

- دراسة أو عمل يستيقظ له كل يوم صباحًا وينتظم له نومه.

الناحية العقلية:

يحتاج المراهق أن ينشط عقله ..

يتعلم ..

يُعمل دماغه ..

يكون له هدف يعيش من أجله، ويتحدى نفسه ليصل إليه، ويجعله يستشعر قيمته وأهميته في الحياة ..

يجب أن يكون لدى المراهق هدف واضح تتناقش معه فيه، ويجرب عدة طرق كي يصل إليه ..

أن يكون منتجًا لا مستهلكًا ..

ينضم إلى عمل يأخذ عليه راتبًا ..

يلتحق بتدريب أو كورس ..

وهكذا.

لا يجب أن يُترك المراهق فارغ العقل؛ لأنه إن لم يستغله فيما يفيد، سيسخره فيما لا يفيد.

الناحية الروحية:

في الغالب عندما نتعب فإننا نبحث عن أشياء كثيرة تشعرنا بالراحة، مثل التعب الجسدي يحتاج للنوم ..

أما التعب النفسي فلن يخففه فقط اللجوء للفضفضة على سبيل المثال أو قضاء الوقت فيما نحب ..

عندما تتعب أرواحنا فإننا نحتاج لشيء آخر، شيء قد لا نصل إليه بسهولة، وهو اللجوء لخالق هذه الروح ..

فخالق هذه الروح هو الأعلّم سبحانه بما فيها وما تعانيه؛ لذلك يجب أن يكون هناك غذاء روحي للمراهق، وهو لجوئه لربه.

أعلم أن هذا ليس بالأمر الهين، وخاصة أن الكثير من المراهقين الآن لا يحبون الحديث حول الدين، أو لا يحبون التقيد بقيود الصلاة والالتزام بها.

لكن يجب أن يرى ذلك أمامه ..

يجب أن يراك تلجأ لله في كل وقتك في الشدة والرخاء ..

يجب أن يرى المنزل مستديمًا على ذلك أمامه ..

كما أنك يجب أن تفتح معه حوارًا حول علاقته بربه؛ لتعلمه أن روحه التي تعبت تحتاج لمن خلقها ونفخ فيها من رُوحه ..

تحتاج للتشبث قليلاً بالسماء وأسبابها لا بالأرض وملهياتها ..

لكن تذكر أنه يجب أن يكون حوارًا لا شجارًا.

الناحية الاجتماعية:

يحتاج المراهق كذلك إلى تغذية الناحية الاجتماعية لديه، وذلك لن يأتي عن طريق حصره فقط في مجتمع المدرسة أو مجتمع البيت، بل يحتاج أن يرى أناسًا آخرين، ثقافات أخرى، وربما جنسيات أخرى؛ حتى يتواصل معهم ويتعلم منهم.

بعض الآباء والأمهات يلجأون لحصر أبنائهم في مجتمعات بعينها؛ حتى يستطيعوا التحكم فيما يتلقاه أبنائهم، مثل حصره في عدد معين من أصدقائه أو أصدقاء العائلة فقط.

أنا أقدر ذلك تمامًا، لكن ماذا ستفعل إن هو كبر ولم يستطع التصرف في أي موقف مختلف مع أناس مختلفين؟

يجب أن يعلم أن العالم به خير وشر.

يجب أن يرى جميع الأوجه، وما تفعله أنك تحصره في وجه واحد فقط، فيتخيل أن العالم جميعه هكذا. وعندما يكبر وينفصل عنك أو يذهب إلى العمل أو الجامعة، يكتشف الطامة الكبرى، أن البشر ليسوا جميعًا أسوياء، وأنه مجبر على التعامل مع جميع الأصناف والألوان، وإن لم يكن قد تدرب جيدًا قبل ذلك فسيصاب بالصدمة.

الناحية العاطفية:

من حق المراهق أن يستشعر أنه محبوب من الآخرين، وأنه مقبول كما هو بدون شروط، وأن هذا الحب من الوالدين والآخرين غير مشروط بتأديته مهمة معينة أو نجاح محدد، سواءً كان هذا النجاح مذاكرة، أو عملاً، أو تدريباً، أو أي شيء آخر.

فقط هو يريد أن يشعر أنك تحبه لنفسه حتى لو أخطأ.

وتلك النقطة في غاية الأهمية.

يجب أن توضّح له الفرق بين بغضك للسلوك الذي يقوم به وبين شخصيته.

كذلك يجب أن تقدّر مشاعره تجاه الجنس الآخر.

وأن تخبره أن الحب ليس عيباً ولا حراماً..

إنما الحرام هو الخطوات الخاطئة تجاه هذا الحب.

أي إنه من حقك أن تحب، وتلك مشاعر رقيقة خلقها لنا الله كي تستمر الحياة، لكن يجب أن تتخير الوقت المناسب للإفصاح عنها، وحتى تقي نفسك من كل ذلك، حاول أن تحافظ على قلبك نقياً سليماً؛ حتى تجيء اللحظة المناسبة.

كيف؟

بأن تقوم معه بتعديل الفكرة من الأساس؛ أي لا تترك نفسك هكذا وقلبك هكذا مفتوحاً على مصراعيه لأي شيء يدخل فيه، يجب أن تحافظ على قلبك بأن تتحكم في الفكرة التي توجهه.

فلو كانت فكرتك على سبيل المثال أنك ذاهب إلى التدريب في النادي أو إلى الكورس أو إلى الدرس لكي تقابل الفتيات، وتتخير منهن من تحلو لك، فقطعاً سيتأثر قلبك. وإن تغيرت الفكرة لشيء آخر وهو أنك ذاهب للتدرّب فقط أو للتعلّم فقط فإنك ستقدر على السيطرة على مشاعرك، حتى وإن حدث ذلك -وهذا وارد- لكنه لن يكون مثل الحالة الأولى. يجب أن تعلمه ألا يعيش الحلم بدون نهاية؛ لأنه قطعاً سيتأذى.

7- مشاهدة المواقع الإباحية:

إن خطر المواقع الإباحية لا يكمن فقط في المشاهدة، بل في وصول المراهق أو الشاب لمرحلة الإدمان.

وكذلك تأثير ذلك على علاقته بشريك حياته بعد الزواج.

تأتي الكثير من الزوجات اللاتي تعانين من ممارسة أزواجهن خلال العلاقة الخاصة، وهذه بعض الأمثلة:

- لا يستمتع إلا بطريقة معينة.

- يشاهد أفلاماً إباحية.

- يريدني أن أشاهد معه.

- يتعلم بعض الممارسات، ويريدني أن أمارسها معه. وأنا أعلم تماماً أنها ممارسات حرام.

يتخيل بعض الأشخاص، ويريدني أن أتخيل معه.

والكثير من النماذج التي تسببها مشاهدة المواقع الإباحية، والتي قد تؤدي بالمراهق إلى بئر عميقة لن يخرج منها إلا إذا أراد أن يتغير؛ لأنها تصل إلى مرحلة الإدمان التي يجب معها

مراجعة طبيب مختص.

خاتمة

ها قد وصلنا للنهاية..

نهاية الكتاب ..

لكن الحديث معكم لا ينتهى ..

ومع انتهاء السطور الأخيرة من كل كتاب أغادركم لكن قلبى لا يزال بالجوار.

كلمة أخيرة أود أن أهمس بها :

عندما تقوموا بتطبيق أى شئ من سطور هذا الكتاب لا تقوموا بذلك وأنتم فى نفس مكانكم ..حاولوا أن تنتقلوا إلى عالم آخر..

عالمكم عندما كنتم فى مثل عمر أبنائكم

ستجدون أن الأمر أسهل بكثير عندما تعيشون عوالمهم بنفس المشاعر والرغبات.

أقدر المسؤولية التى تقع على عاتقكم وأتفهم مشاعر الخوف على أبنائكم أو الغضب منهم لأن الدافع دوما هو «حبكم» لهم وأثق تماما أنكم ستعبرون عن هذا الحب بالطريقة التى تجعلهم يقتربون منكم ..يصارحونكم ليتلمسوا الحكمة من تجاربكم والحب والمودة من دفء قلوبكم .

لنا حوار آخر فى رحلة أخرى لا أعلم متى ولا أين فالحديث حول التربية عامر بالخبرات والحكايات التى لا تنضب ما دام النبض فىنا.

دمتم فى تألق.

فاطمة المهدي

1. الغلاف
2. كيسولات تربوية
3. ***
4. حديث من القلب
5. وأنت تقرأ هذا الكتاب
6. قصة من الواقع
7. كيف كانت البداية مع هذا العنوان
8. الأسباب التي دفعتني للقيام بالتدريب
9. كيف كانت ريدود الأفعال حول أول دورة للتربية الجنسية؟
10. في البداية .. إذا أردت أن تتعلم فمن فضلك إغ من قاموسك تمامًا تلك الكلمات:
11. «ما تحبّكهاش»
12. أنت وشريكك
13. حسنًا .. ما الذي يجب أن نفعله؟
14. 14
15. أولاً: لماذا لا نهتمّ بها؟
16. ثانيًا: لماذا يجب أن نقوم بالتوعية الجنسية:
17. 17
18. ما الشروط التي يجب أن تتوفر في هذا الشخص؟
19. 19
20. أولاً: كيف تقيم حوارًا؟
21. ثانيًا: كيف تعبّر بلغة جسدك
22. 22
23. أولاً من الميلاد إلى عامين
24. يو تحدث الأطفال في هذا العمر فماذا سيقولون؟

25. من ثلاث إلى ست أعوام
26. من ستة إلى ثمانية أعوام
27. من تسعة إلى اثني عشر عامًا
28. من اثني عشر إلى ثمانية عشر عامًا
29. خاتمة