

في ورشة تدريبية من أجل طفولة بناءة وأرواح متفائلة

الحوار أول خطوة على طريق إصلاح خلل الأدوار في الأسرة



د.نادية النشار

كاتبة إعلامية - مصر

«الأم تعشش والأب يطفش».. «اللي من غير أم حاله يغم».. «إن جالك الطوفان حط ابنك تحت رجلك».. «قعدة الراجل في الدار جنازة بتار».. نماذج من أمثال شعبية رسخت في الوجدان، تدعم فكرة وتهدم أخرى، بل أحياناً تهدم الفكرة التي قامت بنائها. كثير منها تناول الأب والأم، بل الأسرة، بطرق تفكير متباينة، الأمر الذي أسهم في قدر من الارتباك في مفاهيم التربية لدى معظم الناس، وخاصة أن أغلبنا غير متخصصين، ومع زيادة حجم الضغوط وفرط التواصل والاطلاع على تفاصيل حياة بعضنا، أدركنا ضرورة نشر المفاهيم الصحيحة؛ حتى نتدارك هذه الأزمات التي يدفع الأبناء ثمنها باهظاً، بل تدفع الأسرة بكاملها ثمناً لا تطيقه.



كلما زاد دعم الطفل عاطفياً في الصغر، زاد رضاه عن الحياة لاحقاً، وتحسنت علاقته بذاته وبمجتمعه

في إطار القضاء على المناطق العشوائية)، واشترط منظمو التدريب حضور الآباء والأمهات مع الأبناء، لترسيخ مفاهيم حوار الأجيال داخل الأسرة؛ حيث إن البيت أهم مكان، وعلاقات المقربين أولى بالرعاية. تناول التدريب موضوعات متعددة حول كيفية إقامة حوار بناء داخل البيت، والتركيز على تحقيق شروط الحوار الفعال، مع أهمية الانتباه إلى المشاعر، وقبول اختلاف الأفكار، وتأكيد أننا جميعاً شركاء في التغيير، متشابكون في علاقات القرب التي تتطلب مهارات الاتصال، فالإتصال - بوصفه احتياجاً إنسانياً - من الاحتياجات الأساسية في الحياة، وتوضيح مفهوم الإتصال الحازم الفعال (الذي يقوم على إنصات فعال نشط، وفضول وتفاعل، وصدق وحقائق، مع احترام الآراء والمعتقدات، وإرساء قاعدة الاستفهام وعدم إصدار الأحكام في جمل تقريرية خالية من المرونة، أو إعطاء الطرف الآخر حق الرد والتحدث قبل إصدار الأحكام)



الغضب يؤدي العلاقات الأسرية ويؤدي إلى نتائج عنيفة وسلبية

شملت الجلسة التدريبية تقديم معلومات ومفاهيم لتطوير أسس التواصل والحوار داخل الأسرة، والسعي نحو حالة تغيير متوازنة لكل أفراد الأسرة، في إطار مجموعة من الأفكار الملهمة، وشملت نقاشات متبادلة بين الآباء والأبناء، وقدم الأبناء من الأطفال والطلّاع استكتشات درامية من إبداعهم، وذلك في إطار تغيير مفاهيم وسلوكيات الأسرة، وتم تقديم مجموعة من الأنشطة التفاعلية:

نشاط 1

حوار وتعبير عن الشعور وفتح النقاش وإدارته وبحث أهمية التغيير، وتبادل الأفكار والخبرات حول أهمية تحقيق الإتصال بين أفراد الأسرة.

نشاط 2

إعطاء الأبناء المجال، من خلال التدريب على

تداول الكثيرون في مجتمعنا العربي في الآونة الأخيرة العديد من الانتقادات للخلل في توزيع الأدوار والمسؤوليات داخل الأسرة. أدرك الباحثون في مجال الدراسات الإنسانية ورعاية الأبناء أن مسؤولية رعاية الطفل لا يتولاها شخص واحد فقط، واهتموا بدور الآباء والأجداد وبعض المقربين في التربية السليمة للطفل على أساس أن كل علاقة تسهم في تشكيل شخصية الطفل منذ الصغر. وأشارت بعض الدراسات إلى أن مستوى هرمون أوكسيتوسين - المسؤول عن تقوية الروابط الاجتماعية بين الوالدين والأطفال - يرتفع في الدم لدى الآباء عند اعتنائهم بصغارهم، وأن الآباء عندما يتولون مسؤولية رعاية الأبناء في حالة غياب الأمهات، تنشط لديهم المناطق نفسها من الدماغ التي تنشط لدى الأمهات للتكيف مع أداء هذه المسؤولية الكبيرة.



دراسات: مستوى هرمون أوكسيتوسين يرتفع في دم الرجل عندما يعتني بأطفاله

يؤدي هذا التفاعل الإيجابي بين الآباء والأبناء إلى النمو العقلي والنفسي السليم لدى الطفل. فكلما زاد تفاعل الآباء مع الرضع وجدانياً، قلت فرص ظهور المشكلات السلوكية لدى الطفل في المراحل اللاحقة من العمر، والعكس صحيح. وكلما زاد دعم الآباء، أو من يقوم مقامهم، للأطفال عاطفياً في الصغر، زاد رضا الطفل عن الحياة لاحقاً، وتحسنت علاقته بمدربه وزملائه. بل بذاته وبمجتمعه.

إن الاهتمام بجودة هذه العلاقات ورعايتها كفيلاً بإنضاج الشخصية والتعامل مع مرحلة الطفولة حتى تمر بسلام، ويخرج منها الطفل إلى مراحل أخرى في حياته أكثر نضجاً وفهماً وتكيفاً مع متغيرات الحياة، ومع الضغوط التي تفرضها الالتزامات اليومية الاجتماعية والتعليمية والعاطفية.

تجربة حية

أنقل لكم هذه التجربة المؤثرة من خلال ورشة تدريبية حول مهارات الإتصال الأساسية، بين الأجيال داخل الأسرة. الورشة التدريبية أقامتها «مؤسسة بلان» بالتعاون مع «جمعية خير وبركة» بعنوان «حوار الأجيال» في إطار تنفيذ فكرة «مدن آمنة للفتيات» بحي الأسمرات (حي تم بناؤه بالقاهرة



ابتكار حكاية داخل الأسرة، وأداء مشاهد تمثيلية حول توزيع الأدوار داخل الأسرة، وتغيير السلوك العدواني والتحفيز على التشارك، والاحترام بين أفراد الأسرة، في إطار بث قيم استراتيجية أبطال التغيير لحقوق الفتيات والمساواة بين الجنسين. تشمل الاستراتيجية أنشطة دامج وقابلة للتكيف لتشجيع الفتيات والفتيان على كسب المعرفة والسلوكيات والمهارات بناءً على خبراتهم الحياتية. (يركز نموذج الحوار بين الأجيال على إدماج الآباء ومقدمي الرعاية والآخرين من أعضاء المجتمع المؤثرين في رحلة التغيير عبر مناقشة القضايا التي تهم الشباب. وتتم بعض الأنشطة بالتعاون بين البالغين والصغار معاً، وبعض الجلسات الأخرى تنعقد فقط مع البالغين سواء الأب أو الأم أو غيرهما من مقدمي الرعاية) وعبر الأبناء في أثناء جلسات التدريب بأسلوب المحاكاة الدرامية عن واقعهم وطموحاتهم لعلاقات أسرية أفضل، واعترفوا من خلال الاستكشافات الدرامية المرحبة المبدعة بنقاط ضعفهم وتقصيرهم، وما يرفضونه وما يتمنونونه في علاقاتهم الأسرية. وأتبع هذه الورشة التدريبية بجلسة أخرى بعد عدة أيام مع الآباء وحدهم؛ لتطوير مهارات إدارة الغضب الذي يؤدي العلاقات الأسرية ويؤدي إلى نتائج عنيفة وسلبية جداً، نشهد جميعاً على تبعاتها على شبكات التواصل الاجتماعي.



تفاعل الآباء

التنمية والتطوير داخل الأسرة؛ هذه الخطوة تختصر الوقت والجهد وتساند كل جهود الجهات المعنية بدعم قضايا الطفولة والأسرة؛ فالأب قائد، إذا أحسن أداء دوره، وتمكّن من أدواته، سوف تتضاعف نتائج الجهود الكبيرة التي تبذلها الحكومات والمؤسسات الداعمة لحماية الأطفال والأسرة.. وتظل المعرفة والتشارك والتمكين هي أدوات التطوير والتحديث والتغيير إلى الأفضل لدعم القوة الدافعة نحو سلامة المجتمع واستقراره.

اللافت للانتباه هو تفاعل الآباء - على اختلاف مستوياتهم - مع مفاهيم وأساليب إدارة الغضب؛ ما يعكس الاهتمام بكسب مهارات معرفية وسلوكية مهمة للنجاح في إدارة شؤون الحياة الأسرية للسير بها نحو السلام والسكينة والمودة والرحمة؛ لينجو أفراد الأسرة من متغيرات كبيرة يمر بها الجميع وتهدد الاستقرار والسلامة. لقد أكدت التجربة أن مشاركة الآباء ضرورة وخطوة مهمة لإنجاح خطط

