

## تأثير العاطفة على حياتي كمراهق

(انا مثالا!)

للمراهقين بين (12 – 16) سنة<sup>1</sup>

### الشماس نينب رمزي

المقدمة:

التطرق الى موضوع (تأثير العاطفة على حياة المراهق) كان رأس الموضوع، ولكن، لان المراهق لا يحب ان تُلمي عليه ما تريده دائما، ولا يسمع منك دائما، وقد يسمع منك ولا يفعل دائما لهذا ابتعدت عن التسمية، بالاضافة الى ذلك وخصوصا بهذا العمر يحب المراهق ان يسمع ما مررت به عندما كنت بنفس العمر لانه يرى تكرار مقارب لما يمر به ومشابه، لهذا ولكون البحث سيتم نشره، فضلنا جذب اكبر عدد ممكن من الشباب ليقرأوا الموضوع ولهذا توجب التتويه!

في خضم مادة اللاهوت التربوي الاجتماعي ودور المربي الديني فيه، وجدت ان الكورس بشكل عام قد غطى كل الزوايا الحياتية التي تخص الفئات العمرية ومن كل الجوانب الا شيء واحد! لم اجده مشبعا، وهو دور العاطفة في حياة المراهق والشبيبة بشكل خاص، فاليوم اهم جزء يخص المراهق والشاب هو العاطفة والحب حيث نجد وحسب الكثير من المحللين الاجتماعيين والنفسيين ان اغلب هذه الفئة تبدأ بالبحث عن الاستكمال العاطفي والذاتي في الجنس الاخر وذلك عندما تغيب هذه الصفة في العائلة او البيت او المجتمع المحيط به كالكنيسة مثلا او المدرسة.

---

<sup>1</sup> محاضرة ألقيت لطلبة جامعة بيت لحم (دير الآباء اليسوعيين)

وتم اعتمادها كمحاضرة لشبيبة دير اللاتين /عمان

## تحديات، مشاكل، ودلائل:

لكل فئة عمرية في الانسان هناك مشاكل محددة تواجهه، فالمراهقة ليست شماعة المشاكل بل التركيز عليها مطلوب كونها تعتبر اخطر مرحلة نتيجة التحولات السريعة التي تصاحبها، فإن مرت بسلام داخل مجتمع عائلي كنسي ايماني سليم نحصد نتائج ذلك بعد مرحلة البلوغ كونك رسمت طريق التحول بنفسك للمراهق كلُّ بدوره (الاب او الام، المعلم، المربي الديني، الكاهن .... الخ).

بعض النقاط عن هذا الموضوع نجد فيها المشاكل والتحديات التي يواجهها المراهق بشكل عام او بالاحرى (كيف نعرف ايضا ان المراهق يمر بمرحلة الاستنفار العاطفي):

- الحب في المراهقة عادةً لا يكون حب حقيقي (على الاغلب) اما ما يتحقق ويكتمل حتى النهاية ممكن ان يكون ناتج التعلق المستمر لنتحول لشراكة بين اثنين واسلوب حياة.
- (لا يمكنك ابدا!!) اقتناع المراهق ان العاطفة التي يشعر بها او الحب الذي يمر به هو ليس حب حقيقي.!
- من ماذا ينبع وما هي اكثر اسباب الحب اثناء المراهقة؟ (مشاكل بيتية، اكمال نقص الحنان المفقود، قلة الشعور بالرضى عن الذات، التطور الهرموني والجسدي وبداية اكتشاف الاعضاء الجديدة، ممكن ايضا قلة الايمان).
- نلاحظ ايضا ان تربية المراهقين اذا تمت منذ الطفولة في بيئة مؤمنة تؤدي الى زيادة في استيعاب ان توقيت الحب في هذه الفترة غير ملائم.
- زيادة التعلق وفكرة العشق اللامتناهي والغير مقارن والعاطفة المثالية هي الاشياء التي تسود في فترة الحب اثناء المراهقة.

- لا يمكن على الاغلب توقع توقيت الوقوع في الحب للمراهق و على الاغلب لا يمكن ايقافه الا للظروف الخارجة عن الارادة.

- من اشارات الاستنفار العاطفي للمراهق نلاحظ (قلة النوم او زيادتها، تشويش في الافكار، ثقة مفرطة في الذات او قلة الثقة بها، الانشغال الكثير على برامج التواصل الاجتماعي، حزن شديد او فرح شديد) حسب الظروف التي يمر بها المراهق ان كانت مثالية او سيئة.

- تظهر العاطفة للجنس الاخر اثناء المراهقة وكأنه حب عميق لمن يقع فيه ولكن! في الواقع ليس كذلك، فهو يكون مبنيا على اشياء زمنية عادةً او معلقا بأشياء جانبية غير جوهرية مثل (الجمال، المزاجية، التفريغ الذاتي، التعلق لحد الوصول الى الاشباع ثم الانتهاء)، وفور انتهاء هذه العلامات تسود حالة الملل كون الحب غير مبني على اسس جوهرية.

- على الاغلب وبنسبة (80 \_ 90) % من الذين يقعون في الحب في هذه الفترة لا يرتبطون بعلاقة وثيقة مع الله او بالايامن والكنيسة على الاغلب!، وان كانوا كذلك فلا نرى وضوح التدخل الالهي في الحب عنده وذلك ينبع من قمة (الأنا) التي يرسمها المراهق في مخيلته كونه لا يحتاج الى مساعدة احد وانا هو البطل!.

- ممكن ان تصل نسب حب المراهقة المؤدية للزواج نسبة 5% اغلبها 3% تكون زيجات فاشلة كونها خالية من القناعة وتكون مبنية على الحب الخيالي الافلامي وتصطدم بصعوبات الحياة الواقعية.

### **دور المربي الديني والكنيسة في التعامل مع المراهقين:**

- كمربي ديني (اب، ام، اخ، اخت، معلم، كاهن.... الخ) اياك ان تستهزء بحلم او طموح المراهق!، ففي مثل هذه الحالات تكون قد خسرت الرابط الوحيد الذي يمكنك من خلاله الدخول الى عالمه الخاص وهو (الثقة).

- تشجيع المراهق في مثل هكذا حالات هو افضل الحلول (اسمع منه كثيرا), نعم انت محق ولكن ماذا لو!، انا معك ولكن أليس من الافضل ..!، ماذا رأيك لو!، هذه الاساليب هي الكفيلة بجعلك صديق حقيقي ومتفهم للمراهق ومن خلال ذلك سييوح بكل شيء بعدها ممكن ان تدخل حياته وعالمه.

- لعل اكثر الطرق المتداولة في التعامل مع مراهقينا في عالمنا الشرق اوسطي هي طرق (الفرض، الغضب، الواجب، اللوم، الاستهزاء) هذه الطرق تجعل المراهق يبتعد عنك تماما وقد نحصل على نتائج وخيمة وغير معروفة.

- انا ابوك اذا يجب عليك سماع ما امليه عليك! انا امك!، انا استاذك ....!، هي المقولات المشهورة التي تعودنا على سماعها وخصوصا مع اجيالنا السابقة ولكن اليوم لا يمكن بأي حال من الاحوال احساس المراهق ان عليه فرض معين جعلته يقوم به خارج ارادته كونك اباه او استاذه (نتطرق هنا الى النصح والارشاد والتربية وليس التعليم!).

- عادةً قد نستنفر حين نكتشف ان (الفأس قد وقع على الرأس) اي بعد فوات الاوان، اكتشاف المراهق وهو بحالة عاطفية سهل جدا وواضح ولكن علينا بكل حذر ان نتريث لردود افعالنا، وعلينا ان نكون سعداء اكثر ان تم اعلامنا واخبارنا من قبل المراهق انه يمر بهذه الفترة لا بل علينا ان نكون فخورين بذلك ايضا، فإفصاح المراهق لك بما يشعر به هو انجاز حقيقي يسجل لك كمربي حقيقي وصادق.

- الصداقة ليست بين الاعمار المتقاربة فقط! يمكنك كمربي ديني او اب، ام، كاهن ان تبني علاقات صداقة قوية مع المراهق فالمراهق يمكن ان يبني عنك فكرة القدوة ويجعل منك مقياسا لإنجازاته المختلفة.

- ربط المراهق بالكتاب المقدس والايمان هي احد اهم واجبات المربي، حيث وضع كل ما يحصل وقد يحصل في حياتنا بيد القدير والايمان بمشيئته التي تعتبر هي الافضل لنا، وان كل ناتج سيء وجيد هو موضع لحكمة معينة منه لنا وبخطة صالحة حيث يضع لنا الاشخاص الجيدين والسيئين كلٌ منهم لحكمة معينة لنا نحن البشر.

- لعل الصدق هي من اهم العوامل التي تبني الثقة بينك كمربي وبين المراهق، ايانا بناء او هام كاذبة للمراهق حيث يجب ان يكون التشجيع والدافع مبني على صدق وثقة حقيقيين حيث احيانا مواجهة الحقيقة المؤلمة هي افضل من انكار الخسارات.

## في الخاتمة:

ان العاطفة المتبادلة بين الجنسين في المراهقة ليست سيئة بالمرّة! ولا نريد تجسيد ذلك في اطار مقالنا، ولكن كل ما علينا التنبه له هو محاولة ان تكون معروفة على الاقل ضمن حدود عائلية او مدرسية او كنسية لنتمكن من السيطرة عليها وتحريكها للطريق الصحيح، ومنع اي حالات تهور قد تحدث نتيجة الفكر الخيالي الذي يبينه المراهق منه الجيد ومنه السيء، اما دورك عزيزي المربي يكمن في الدفع والتشجيع عند الايجاب والايقاف او السيطرة على الحالات السلبية.