مقالات تربوية

الــوالديــة

◙ إعداد:
أ.د/ منال عبد الخالق..
أستاذ الصحة النفسية كلية التربية .. جامعة بنها..

هل تنتهي الوالدية ؟ ومتى تنتهي ؟! سؤال صادم، فهل تستنكره ؟ أمَا فكرت أن الصغير قد شبَّ عن الطوق؟

لا تجزع ...

هناك أمر واحد محدد يتعلق بالوالدية: ألا وهو أنها لا تنتهي ولا تتوقف .. فمتى كنت والدا فستبقى طوال حياتك كذلك. إن وصول ابنك إلى عمر محدد ليس معناه نهاية دورك الوالدي، فما معناه إذن؟ هل معناه أن دورك سيتغير؟ نعم، سيتغير لكنه لن يتوقف.

سينتقل الصغير عبر مجموعة من التغييرات والتحديات ليصبح شخصا مستقلا ينهض بمسئولياته، ويدير أمور حياته.

وإنها لنعمة ونقمة فى آن واحد أن تربي صغيرك ليكبر مستقلا؛ لأن هذا الصغير سيستقل أول ما يفعل إزاء دورك الوالدي.

ومرة أخرى أؤكد لك، لن تنتهي الوالدية، وها هو الشاعر الألماني" Rainer Maria Rilke" يصف تلك العلاقة المثالية بين الوالدين وابنهما كبيرا بقوله:" عندما نتقبل ونفهم أن هناك مسافة لا نهائية يمكن أن تفصل بيننا وبين أقرب المخلوقات إلينا (يقصد أبناءنا)، وعندما نحب ذلك أيضا، عندئذ فقط يمكن أن نتقاسم جنبا إلى جنب حياة رائعة على نحو أرحب من وسع السماء ".

إن ذلك لا يحدث إلا عندما يبقى الوالدان على وعي بدورهما الأساسى .. يتذكران دوما هذا الصغير، وهو يقول: راقبني، أصغ إليَّ، انظر ماذا أستطيع أن أفعل، دعني أخبرك بما قمت به، ويقدمان الدعم له صغيرا كبيرا، يلعبان دور المتفرج المتأمل والمشجع بلا هوادة ويدعمانه؛ لأنه ـ فعليا ـ لا يستغني عنهما وعن هذا الانتباه والاهتمام والدعم في رحلة حياته.

سيقولون لك: ماذا تفعل؟ توقف .. هل تريد تدمير مستقبل ابنك؟ بهذا أنت تفعل، وإلى هنا يجب أن ينتهي دورك الوالدي .. فتوقف.

فهل يكبر الأبناء إلى حد الاستغناء عن الحب والانتباه والاهتمام والدعم والتأييد الوالدي؟ هل بلوغ الأبناء مرحلة محددة هو خط النهاية للوالدية؟ إنها فكاهة لو علمت، توهم وخداع وتضليل.. إن الوالدية بعد أن يكبر الأبناء هي هي وما زالت ولكن الأمر مختلف.. إنها والدية للأبناء الكبار.. قد تتأرجح العلاقة عندئذ، ويصبح التحدي هو أن تجد أرضية مشتركة دون اختراق الحدود التي تضمن ارتياح كل طرف.

كم من الوقت نقضيه سويا ؟ وكيف نقضيه ؟ وكم من المعلومات والأخبار يمكن أن نتشاركها ؟ والأهم ما نوعيتها ؟ ... وما المعارك التى قد نخوضها سويا؟ وكيف ومتى يتم تقديم النصيحة؟ ومتى يكون السكوت من ذهب؟

لم يعد لزاما عليك أن ترافقه ليعبر الطريق، الأمر الآن أصبح أكثر صعوبة، لن تراقبه دقيقة بدقيقة، ستركز الآن على ما يتخذه من قرارات؛ لتطمئن : هل قرأ كفاية قبل اتخاذها؟ ستسمعه وقتا أطول، وتتكلم قليلا، وستشاركه فى القيام بما يحب.

اليوم... واجب عليك أن تعلم أن قليلا من الحب المشروط فى وقت معلوم سيساعده للوصول إلى الرشد، دعه يقوم بالمحاولة، أعطه جاروفا ليزيح الثلج، ولا تكن أنت ماكينة إزاحة الثلج.

ليس هذا إعلانا بانهيار الوالدية أو إخفاقها أو ضعفها أو طيها إلى عالم النسيان. هل تتذكر نفسك فى عمر الثامنة عشرة؟ هل كنت تعرف كل شيء عن الحياة؟ هل كنت تستطيع إدارة أمور حياتك؟ هل كنت فى غنى عن الدعم النفسى والتشجيع؟ بالنسبة لك ولنا جميعا .. الإجابة هى: لا.

رسميا نصبح أشخاصا يمكنهم الاعتماد على أنفسهم، لكننا فعليا وفى واقع الأمر لسنا كذلك... والدية باستمرار، ولكن .. دعني أقول: عن أية والدية باستمرار نتكلم؟ لقد تذكرت الآن ذلك الابن وهو يقول:" أمي تحوم فوق رأسى كمروحية (هليكوبتر) وتراقبني كرضيع".

انتبه...حاول ألا تكون والدا مروحية "helicopter parent" ، أو كما قال حاييم جينوت فى كتابه: Dr. Haim Ginott's 1969 book *Parents & Teenagers* العام ١٩٦٩: لا تكن صاحب نوايا طيبة ضلت الطريق، وهو مصطلح تم إقراره على يد فوستر كلاين وجيم فاى Foster Cline and Jim Fay العام ١٩٩٠، وقد اشتهر المصطلح حتى دخل قاموس المفردات فى ٢٠١١.

لا شك أن الثقافة تؤدي دورها فيما لديك من مخاوف والدية طبيعية، لكنها تحولها إلى والدية متورطة على جميع المستويات المادية ومن ناحية العلاقات وعلى مستوى السلوكيات الفعلية.

إنهم يحدثوننا عن والدية باستمرار، عن أكثر من ٥٠٪ من الآباء يستمرون فى دعم أبنائهم الكبار ماديا، عن ٧٦٪ من الآباء يُذَكِّرُون أبناءهم الكبار بالمواعيد التى يجب الوفاء بها كمواعيد الطبيب والدراسة والإمتحانات والعمل وإنجاز المهام، وعن ٧٤٪ من الآباء يحجزون لهم هذه المواعيد، وعن ١٥٪ يُوقِظون أبناءهم خشية فواتها، وعن ١٦٪ يساعدونهم فى كتابة طلبات الدراسة والمنح والتوظيف.

وإذا كان لأحد أن يعرف أو يسمى بالرئيس فى الوالدية فهم الأبناء، وإذا كان لفعل الوالدية أن يرتَّب، فإن الأبناء يأتون بالمقدمة، فليس غريبا أن تسمع أحد الوالدين يتوسل إلى الصغير لكى يأخذ قضمة طعام ثانية، ويقول: هل تصنع لى معروفا؟ أو تلك والدية مهذبة؟ أم هو تلطف أم تملق، أم إقناع؟ يخبرنا هذا المشهد نظريا بالنوايا الطيبة، وعمليا ينبىء عن خيبة أمل فى أدوار الوالدية الحقة التى يجب أن تمنح الحب لا الخبز.

فهل عرفت أيها الوالد ؟ هل عرفت أين يكمن السحر والفتنة ؟ إنه الإغواء الذى يظل يلح عليك، ولكن، لتعلم: الفشل أمر جيد، وكلما كانت مواجهة هذا الفشل أقرب وأسرع كان ذلك أفضل. إن احتمالية فشل الابن مؤلمة، وإمكانية منع ذلك هى السبب فى كل ما سبق.

توقف ياعزيزى عن تنظيف غرفته كل يوم، فلن تستطيع إزالة كل شيء عن طريقه إلى ما لا نهاية، وتوقف عن توفير طلباته من أنواع وأذواق الطعام، فلن تذهب معه إلى حيث يتناول طعامه طوال حياته.

إن والدية باستمرار تعنى أبناءً أقل شعورا بالرضا والإشباع والرفاهية الذاتية، إن والدية باستمرار تعني والدية زيادة عن الحدِّ المطلوب، وهل للوالدية حدٌّ لا ينبغى أن يزيد؟

نعم.. مرة أخرى.. نعم.

لماذا تساعد ابنك؟ ماذا سيحدث إذا لم تفعل؟ أما زلت تسهر ليلا لأنك قلق عليه؟ تحتاج - إذن - إلى من يخبرك أنك تخسر صحتك، وفى سبيلك لخسارة جهازك المناعي.

إن بعض الآباء والأمهات يتحولون إلى حالة من القلق الشديد عندما يكبر الأبناء، ويخشون عليهم ذلك العالم البارد الخطر بالخارج، وينهضون عنهم بمهام عدة ليوفروا عليهم المجازفة بحسب ما يرونها كذلك، لكنهم فى حقيقة الأمر يحولونهم إلى عجزة غير جاهزين للتعامل مع الحياة، وسواء كانوا فى الثامنة عشرة أو فى الثلاثين، فإنهم سيواجهون هذا العالم لا محالة، وسيمضون وقتا طويلا فى اكتساب مهارات تعوزهم.

ومثل هؤلاء ينسون أن واجبهم الحقيقي هو مساعدة أبنائهم على اكتساب مهارات الحياة كأفراد أعضاء فى المجتمع وعاملين فى المستقبل وشركاء حياة لآخرين، وغالبا ما يميل الأبناء إلى قبول مساعدة والديهم وما يقدمونه لهم من خدمات (والتسمية هنا مقصودة)، ورغم ذلك يكونون أقل شعورا بالرضا عن الحياة ، بل ومما يؤسف له أنهم يكونون أقل ثقة وشعورا بالاستحقاقية.

هل يمكنك أيها الوالد أن تجد التوازن وتحققه؟ ... إن الوالدية مثلها مثل أي شيء آخر .. الوسط هو الوسط الفاضل، والوالدية هى أن نعلم أبناءنا المهارات اللازمة التى يحتاجونها، مثل: تنظيم الذات، وتنظيم الوقت لكي يصبحوا قادرين على تحمل المسئولية.

إن معظم الآباء يتحدثون عن علاقة الصداقة التى تنشأ مع الأبناء الكبار ويجدونها تعبر عن علاقة أفضل من سابقتها فى عمر سابق، واسم اللعبة عندئذ: "التسامح"، فالابن هو شريك له كينونة واستقلالية وحقوق وحدود يلزم الاعتراف بها والثقة فيها، ويمكن أن يشتركا فى القيام بما يحبان، وهذا من شأنه أن يزيد التفاهم والقرب بينهما مع تحديد أسس يرجعان إليها عند الاختلاف.

إن الوالدية هي عملية دعم مادي ونفسي واجتماعي للأبناء للانتقال من الطفولة إلى المراهقة إلى الرشد، وهى عملية تأخذ أشكالا عديدة ومراحل ومدداً مختلفة لكل ابن على حدة، ولا تتوقف بالتأكيد عند عمر (١٨) عاما، بل يجب تعديل مهام هذا الدور كلما انتقل الابن حثيثًا من مرحلة إلى أخرى.

لا بد أن يحين الوقت لتتوقف، وتفكر: ما التأثيرات طويلة المدى فيما يتعلق بما تفعل ؟ ماذا سيحدث إذا لم تُعَلِّمْ أبناءك فعليا كيف يتصرفون فى المواقف المختلفة ؟ وقد وفرت لهم وعليهم كل جهد وعناء، فكر ـ من فضلك ـ فى مستقبل حياتهم "بدونك".

إن الإجابة عن هذه الأسئلة لا تقتضي أن نعلم الآباء كيف يساعدون أبناءهم على العيش باستقلالية وثقة فقط، بل أن نعلمهم أيضا كيف يحسنون توظيف دعمهم لأبنائهم، ويعرفون من هو الوالد الذى يُمَكِّنُ أبناءه حق التمكين، وليس ذلك الذى يلبي جميع رغباتهم.

عزيزى الوالد:

- كن حازما، واعمل على إكساب ابنك ما تملك من بصيرة وحكمة، وافعل ذلك بحساسية ولطف.
- امنح ابنك مزيدا من المسئولية، واختبر قدرته على التعلم، وإن لمست قصورا أو تأخرا فتراجع خطوة والزم الصبر، وساعده على أن يتقبل عواقب قراراته وأعماله ونتائج اختياراته ما دام ذلك لا يعرضه لخطر مادي أو إساءة نفسية.
- عامل ابنك باحترام، وبادله الاحترام، تذكر أنه يكبر ويواجه أوقاتا عصيبة، وسيلزمه أن يعرف كيف يحترم نفسه إزاءها، ولن يمكنه ذلك إن لم يكن يشعر بصدق أنك تُكِنُّ له الاحترام. تجنب انتقاده وناقشه بدلا من توبيخه، واتفق معه على أسس لإدارة مواقف الاختلاف، وتأكد أنك ستظل رغم كل شيء أول شخص يتصل به عند مواجهة أزمة طارئة.
- كلما كبر ابنك قلل من دعمه ماديا، وقدم له الحب غير المشروط، كن موجودا للإجابة عن أسئلته، وللإصغاء لقضاياه، ولتشجيع اهتماماته، وللثناء على إنجازاته وامتداحها، ولتقديم النصيحة إن طلبها.
- تشارك مع ابنك في القيام بما تحبان سويا من أنشطة وهوايات، واحرص على جودة الصداقة التى تُؤَسَّسُ بينكما.
- لا تتوسل إليه ولا تقحم نفسك، ولا تلهث خلفه لتجذب اهتمامه، وعندما يتحول موقفه من ناحيتك إلى التزام أكثر منه دافعا يحركه الحب والتطلع، فاقبل ياعزيزى الوالد بذلك، فاهتمام أقل أفضل من عدم الاهتمام، ولا تتنازل عن النموذج الوالدي الذي يحظى بكامل الاحترام.

قد تشعر أيها الوالد الكريم فى بداية كل ما سبق بالضيق والقلق، ولكن ذلك سيكون مريحا ومفيدا على المدى الطويل لكلا الطرفين. رُفِعَ القلم؛ ليس من وظيفتك وليست من مهامك أن تُسعد أبناءك طوال الوقت، وسعادتك أنت الحقيقية هي أن تعلمهم وترشدهم وتكسبهم الخبرات، وتتيح لهم فرص إثبات ذواتهم وتحقيق إمكاناتهم. إن ذلك بحق صعب على كل محب يود لو افتدى من يحب، لكنه أيضا خير ما يمكن تقديمه على مدى أبعد، حين يكبرون وتدور بهم دورة الحياة، ويتذكرون والداً أخبرهم أنهم قادرون ويستطيعون، ومنحهم المساحة والمسافة اللازمة لاختبار ذلك.

يدور رأسي وقد دارت بي دورة الحياة، فسلام على والديَّ حتى اللقاء، وسلام على أبنائي إلى ميعاد.

المراجع:

منال عبد الخالق (٢٠٠٨). الوالدية : تضمينات وتطبيقات. مدخل أساسي لتنمية الفرد وتقدم المجتمع، مجلة رابطة التربية الحديثة، السنة الثانية، العدد الرابع، ١٤٥ – ١٧٧.

منال عبد الخالق (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشادى في دعم التحول إلى الوالدية لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية ، المجلد الحادي والعشرون، العدد الثانى، أبريل ٢٠١١ ، ٣٠٧–٣٣٥.

Arnett,J.J.(2019)Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties. Oxford University Press (2nd edition).

Cui,M.,Darling,C.,Coccai,C.,Fincham,F.,D.,&M,ay,R.W.(2019).Indulgent Parenting, Helicopter Parenting, and Well-being of Parents and Emerging Adults,Journal of Child and Family Studies volume 28, 860–871.

Haim Ginott (1969). Between Parent and Teenager, New York, NY: Scribner. ISBN 0-02-543350-4.

Meagan Francis(2020): Parenting in the Digital Age, https://www.on-boys-podcast.com/meagan-francis-of-the-mom-hour-parenting-in-the-digital-age/

Reed,K.,Duncan,J.M.,G,M.L.,Fexille,C.&Ferraro,A.(2016).Helicopter Parenting and Emerging Adult Self-Efficacy: Implications for Mental and Physical Healt, Journal of Child and Family Studies volume 25, 3136–3149.