

بلوغ بلا حرجل





بلوغ بلا خجل

جميع الحقوق محفوظة

١٤٢١ هـ - ٢٠٠٠ م

الطبعة الأولى:

يناير ١٩٩٩ م

الطبعة الثانية:

مايو ١٩٩٩ م

الطبعة الثالثة:

يناير ٢٠٠٠ م

الإخراج الفني:

عبد الحميد عمر

رسوم داخلية:

مجدى بكر

دار التوزيع والنشر الإسلامية



٨ ميدان السيدة زينب ت: ٣٩١١٩٦١ - ٣٩٠٠٥٧٢ ص ب ١٦٣٦

١٥٥,٢
—————
٢١

أولادنا
الكتاب الأول

كتاب للوالدين

بلوغ بلا فجل

د. أكرم رضا

إِهْدِنَا



إلى من أفاضوا على حياتي
من أرواحهم نورا

إلى أمي وأبي

﴿رَبِّ ارْحَمَهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا﴾ (الإسراء ٢٤)



وإلى من غرسوا في طريقي من رقتهم الزهور

إلى زوجتي .. علا

وبناتي .. حنان وعلا ومعنى

﴿رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا

لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (الفرقان ٧٤)

د. أكرم رضا مرسى

مقدمة الطبعة الثالثة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا ومولانا
محمد ﷺ .

﴿سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾ (البقرة ٣٢)

﴿وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا
تَسْقُطُ مِنَ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٌ فِي ظِلْمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٌ وَلَا يَابِسٌ
إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ﴾ (الأنعام ٥٩)

وبعد:

هذه هي الطبعة الثالثة من أول كتاب ينشر لى ... وأول كتاب ينشر للكاتب له
مكانة خاصة عنده ... والكلمات لا تعبر عن مدى سعادتي بأن ينشر من هذا
الكتاب ثلاث طبعات في عام واحد.

فأسأل الله أن يكون لذلك الأثر الذى يرضيه سبحانه وتعالى .

وتختلف هذه الطبعة عن سابقتها فى أمرين اثنين :-

الأول شكلى:

حيث تغير حجم الكتاب وطريقة إخراجة إلى الحجم المتوسط وكثرة اللمسات
الفنية داخل الكتاب وأظن أن هذا الشكل يرضى أذواق الكثيرين .

الثانى موضوعى:

حيث كثرت الشكوى من كثافة المادة العلمية داخل الكتاب .. ورغم أنى
كنت أتحرى هذه النقطة أثناء التأليف لعلمى بأن المستهدف من هذا الكتاب هو

الوالدين حيث اختلاف الثقافات وبعدها في غالب الأحيان عن علم نفس النمو إلا أنه قد غلب على جزء كبير من الكتاب السرد العلمي وذلك لأن موضوعه يحتاج ذلك فقامت بتخفيف بعض الجداول العلمية وخاصة تلك التي تتحدث عن الهرمونات وأثرها في النمو والتي تتحدث عن دورة الحيض ... وحولت كثيراً من الجداول والمقارنات إلى رسوم بيانية فهي أوضح في التعبير عن الفروق .

أما الكثير من الأفكار والاعتراضات التي وصلت من كثير ممن لهم عندي أفضل التقدير فقد ناقشت البعض حولها مواجهةً وأرسلت إلى آخرين رأيي وقد يتسع المجال في طبعة تالية لتجميع كل هذه الاعتراضات والإجابة عليها.

ولكن هناك اعتراضاً واحداً أرى الفائدة في ذكره والرد عليه الآن وهو :

ألا ترى أن هذه المعلومات كثيرة جداً أن يعرفها الغلام أو تعرفها الفتاة في هذا السن وقد يؤدي ذلك إلى تفتيح الأعين على ما لا نرغب فيه؟

ولما أجبته أن هذا الكتاب هو كتاب للوالدين حيث وجدت أن المراهقين في هذا السن لا يجدوا من والديهم أى دعم إما بسبب الجهل أو الخجل ولذلك كان هذا الكتاب كتاب معرفة بلا خجل ..

قال السائل مبتسماً : والعجيب أن البنات والأولاد هم الأكثر شراءً أو إطلاعاً على هذا الكتاب من الأباء والأمهات !!

قلت له وأنا أشاركه الابتسام : وهذا عظيم وله دلالة أخرى أن مقياس الفهم والإدراك لا يقاس بسن معين ولكن بمدى عطاء البيئة ومدى ما تتيحه من معلومات وأنت ترى هذا القصف الإعلامي اليومي الذي يحتاج حياتنا مما جعل أولادنا في حاجة ماسة لإعادة بناء وترميم شبه يومي . فإذا لم نضع نحن المعلومة بين أيديهم صحيحة موثقة معتدلة فسوف يأخذونها من غيرنا منحرفة ضالة مدمرة ...

وشيء آخر أن هناك في ديننا توجيه واضح جلى لتعليم الأولاد وتنقيفهم مثل هذه الثقافة .. وذلك من خلال البدء فى مباشرة العبادة وتحقيق التكليف بأداء الصلاة التى تستلزم الطهارة والوضوء وفى أبواب الفقه سيجد الأولاد كلمات مثل المني والمذى والودى والجماع والجنابة والحيض وغيرها تدور الأسئلة فى الرؤوس ويتوارى الوالدان بل والمعلمون خجلاً ولا يجد الأطفال فى هذا السن إلا أطفال مثلهم يتعلمون من بعضهم الجهل أو كتباً ومجلات تزيد الأمر انحرافاً.

فلماذا لا نضع بين يدى الوالدين والمعلمين كتاباً مثل هذا إذا أعجزهم الخجل عن إجابة الأطفال يضعوه بين أيديهم بلا خجل ؟

ومع بوادر الاقتناع على وجه صديقى أشعر بالشجاعة الآن أكثر وأكثر أن أعد إجابات عن كثير من التساؤلات التى وردت إلى حول الكتاب إما مراسلة أو من خلال الندوات التى عقدت حوله وأشعر أيضاً بالسعادة أن يرافق هذه الطبعة من الكتاب أخ له أظن كان ينتظره الكثير وهو الكتاب الثانى من هذه السلسلة **مراهقة بلا أزمة** .

ولا أنس أن أفيض الشكر من قلبى المعترف بالجميل إلى كل من ساهم فى إخراج هذا الكتاب إلى النور وهم جنود أخفاء أتقياء ولا نركبهم على الله .. وأشكر أيضاً كل من أعد لقاءً أو ندوة للأمهات والأباء بل والأطفال أنفسهم ودعائى إليها لأستشعر من الواقع مدى الحاجة لمثل هذه الكتابات .

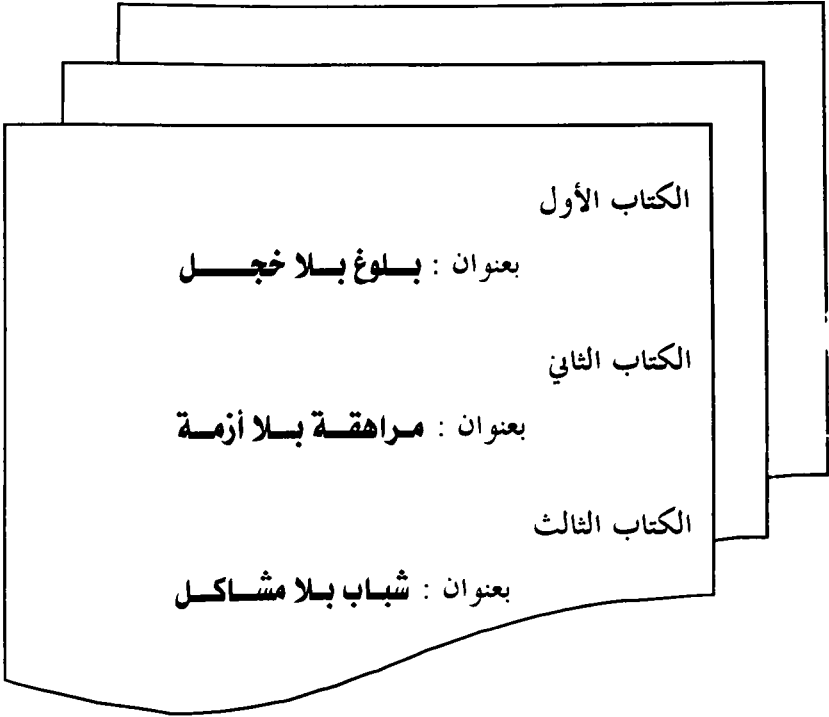
وفى الأولى والآخرة أحمد الله تعالى إلى ما هدانا إليه من خير ونسأله لنا جميعاً القبول والتوفيق وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين .

د / أكرم رضا مرسى

العجوزة - يناير ٢٠٠٠

مقدمة الطبعة الأولى

هذه سلسلة كتب للوالدين في التعامل مع أبنائهم من سن ١٢ سنة وحتى ٢١ سنة وهي المرحلة التي تسمى: "مرحلة المراهقة"، والسلسلة تقع في ثلاثة كتب:



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الكتاب الأول

بلوغ بلا عجل

المرحلة الأولى

مرحلة التعليم الإعدادي

الذكر : ١٢-١٣-١٤-١٥ سنة

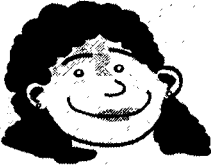
الأنثى : ١٠-١١-١٢-١٣-١٤ سنة

Early Adolescence المراهقة المبكرة

قوم بلوغ الغلام عندهم
طعنُ نحرٍ الكِمامةِ لا الجُلْمِ



مدخل



طفلك

لم يعد طفلاً





ماذا حدث لطفلي؟!

هل هناك مشكلة؟!

استبيان : هل تغير ابنك؟!



الفقرة الأولى

ماذا حدث لطفلي؟!

دخل السيد عبد الرحمن بيت ابنته السيدة فاطمة في أول زيارة له بعد عودته من السفر فوجدها منفعة بعض الشيء وقد استقبلته بابتسامة مقتضبة وقبلت وجنتيه .

فقال لها مستفسراً :

- مالك يا فاطمة؟!

قالت :

- لا شيء يا بابا .

ولكنه نظر إليها وكأنه يعيد سؤاله .

جلست فاطمة على الأريكة وهي تعصر قبضتي يديها، وقالت :

- لا أعرف ماذا حدث لعمر؟

قال السيد عبد الرحمن :

- وماذا حدث له؟

قالت :

- لا أدري! تغير تماماً، خامل، نائم كأنه مريض، العرق يتصبب منه باستمرار، مجادل لا يتعب من الرد عليّ، يريد أن يفعل كل شيء بنفسه، حساس إلى درجة كبيرة، وإذا غضب كأنه أصيب بلوثة!

تصور يا بابا انه أراد أن يترك البيت بالأمس! فاكر يا بابا عمر المطيع النشيط؟

هدأ السيد عبد الرحمن ابنته وغير مجرى الحديث، ثم قامت الابنة لتباشر أعمال

المنزل وتحضر طعام الغداء.

جلس السيد عبد الرحمن مسترخياً في غرفة الجلوس وبعد قليل دخل عمر الحجره وكان الأمر لا يعنيه.

ارتسمت على وجه الجد ابتسامة ممزوجة بالدهشة وباده قائلاً:
- كبرت يا عمر كثيراً .

هلل عمر لرؤية جده الذي لم يره منذ أن سافر مع والده.
- جدى!

أعاد الجد قوله عليه :

- عجباً ! كيف كبرت كل هذا ؟!

ابتسم عمر وقال بزهو :

- أسمع هذه الملاحظة كثيراً هذه الأيام.

قال الجد وهو يضع كفه على كتف عمر

- لقد أصبحت الآن تقربني في الطول وقد كنت طفلاً صغيراً عندما افترقنا.

شعر عمر بشيء من الفخر لأنه أصبح بطول جده وتنبه لصوت جده يسأله:

- عندك كم سنة الآن يا عمر ؟

قال عمر بزهو :

- ثلاث عشرة ونصف وأقرب من الرابعة عشر يا جدى.

قال الجد متعجباً :

أربعة عشر عاماً ! آه أذكر يوم ولادتك جيداً، واستطرد الجد مداعباً :

- تعرف أن عندك خمسة عشر عاماً .

قال عمر في لهفة :

- حقاً يا جدى ؟

قال الجد:

-حقاً ولكن إذا حسبت عمرك بالصيني، حيث يحسبون العمر منذ أن يتكون الجنين في بطن أمه وبهذا يزيد سنك حوالي تسعة أشهر.

صاح عمر فرحاً:

-جميل جداً أنا عندي

خمسة عشر عاماً، إذن

أصبحت رجلاً .

ثم اقترب من جده قائلاً :

- قل لماما، فهي تظن أني

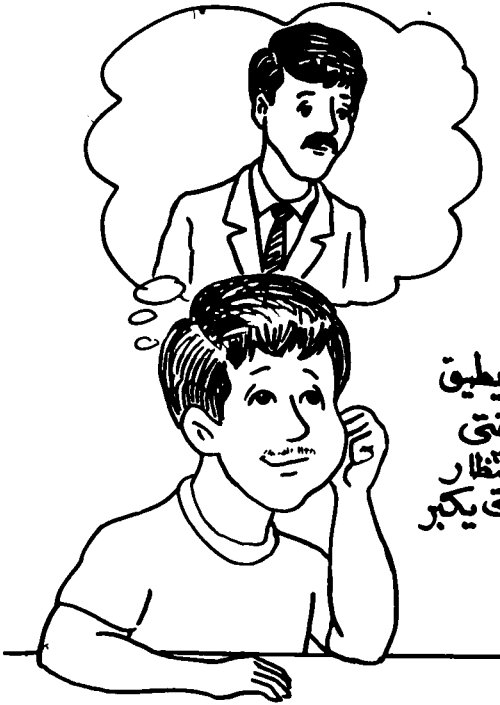
مازلت طفلاً .

ابتسم الجد وهو يربت

على كتف عمر وقد

استشعر حجم المشكلة التي

تعيشها ابنته.



لا يطيق
الفتى
الاقتراب
حتى يكبر

هل هناك مشكلة؟!

عندما انصرف عمر بعد حديث شيق مع جده يدور كله حول أسئلة يوجهها

عمر له تحتوي على قدر كبير من الاستفسار والرغبة في التزود من المعلومات .

دخلت الأم على أبيها فابتدرها متسائلاً :

-هل لاحظتِ التغير الذي أصاب عمر يا فاطمة؟!

قالت وكأنها تذكرت مشكلتها :

- ألم أحدثك عنه يا بابا اليوم، لقد أصبح لا يطاق .

قال الجد في أسف:

- فقط يا فاطمة لاحظت التغيير في سلوكه؟

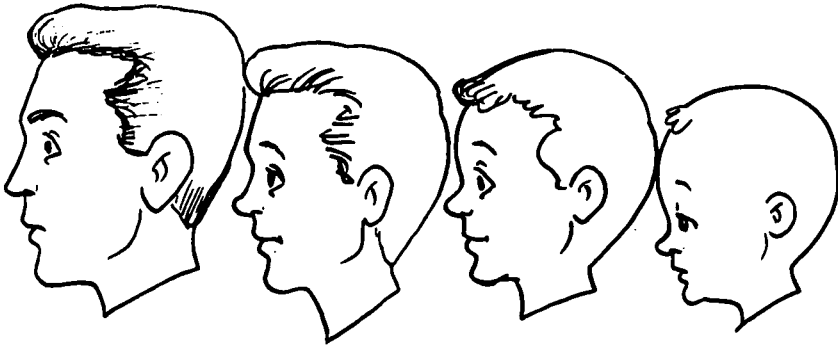
ألم تلاحظي ذلك الخط من الشعر الذي رُسم تحت أنفه ؟

ألم تلاحظي تلك الحبوب التي تميل إلى السواد المنتشرة على وجهه ؟

ألم تلاحظي أنفه ؟

قالت فاطمة وقد بدأت تفهم :

- ماذا تقصد يا بابا ؟



٢٢ سنة

٥ سنة

٨ سنوات

سنتان

قال الجد :

- أقصد أن ابنك انتقل من كونه طفلاً إلى مرحلة تالية .

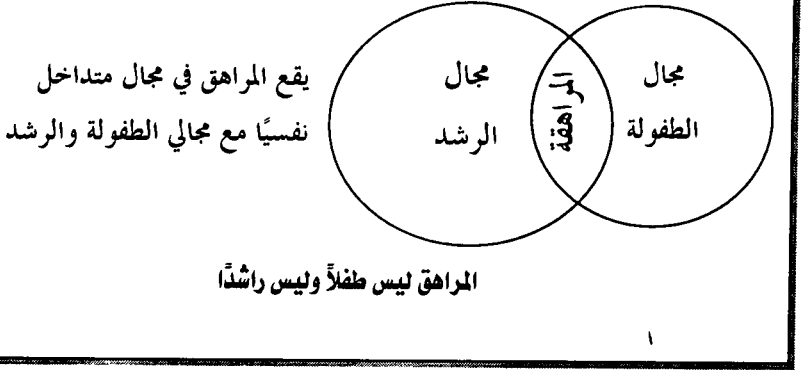
قالت فاطمة في شيء من الانفعال المستهجن:

- يعني أصبح رجلاً ؟ يا ليتة !

قال الأب في صبر :

يا ليته أصبح رجلاً !

هل هناك مشكلة



قالت فاطمة متعجبة :

- لا طفل ولا رجل! فماذا يكون إذن ؟

قال الجد :

- تذكرين يا فاطمة عندما مررت بتلك المرحلة وبدأت تظهر عليكِ علامات جديدة

وبدأ جسمك يتغير وكان كل تغيير في جسمك يصيبك بالتحجل ؟

قالت فاطمة في شيء من الحياء :

- لا زلت تذكر يا بابا ..

- نعم لا زلت أذكر، ولكن ما أريد أن تذكرينه : هل التغيير فقط كان في شكل

جسمك أو طول قامتك ؟

قالت الابنة وقد عادت إلى الوراء حوالي عشرين عاما :

- والله يا بابا كان كأنه انقلاب في حياتي كنت أشعر وقتها أنني ولدت من جديد، كنت أشعر كأن كل شيء لابد إن أتعلمه من جديد ولولا قصصك التي كنت تحكيها لي

قال الأب مبتسماً :

- هل كانت القصص فقط ؟

قالت فاطمة في حجل :

- وهل كان هناك شيء آخر ؟

فازدادت ابتسامة الأب واكتست شيئاً من المكر، وقال :

- أتذكرين جلسات أمك - رحمها الله معك ، وماذا كانت تقول لك وتعلمك ؟

اكتسى وجه فاطمة بحمرة الحياء وقالت في فزع :

- أكانت تحكي لك ؟ يا لها من أم !

قال الجد وكأنه يكشف سرّاً :

- ولماذا لا تقولين أني أنا الذي كنت أعلمها ما كانت تحريك به ؟

ولم يدع الجد الفرصة تمر فقد اكتسى وجهه بالجدية وقال لابنته ، وكأنه يؤنبها :

- يا بنيتي : لقد دخل ابنك في مرحلة مختلفة عن المرحلة السابقة، ولقد اهتمت

أنتِ ومحمود زوجك بمرحلة الطفولة، والآن هذه المرحلة تحتاج منك اهتماماً أكثر،

لماذا لا تقرئين كتاباً عن التغيرات الجسمية والفسولوجية والنفسية لابنكم في هذه

المرحلة ؟ لماذا لا تحاولي أن تجيدي فن التعامل مع هذا الرجل الطفل ؟

ابتسمت فاطمة من تعبير أبيها .

فقال الجد :

- سأنصرف الآن ولكن سأحضر غداً مساءً لأجلس معك أنتِ ومحمود لنرى ماذا

نفعل في هذا الأمر .

قامت فاطمة فزعه وقالت :

- والغداء يا بابا ؟

قال الجد وهو ينصرف :

- سيكون لنا موعد آخر فإني مشتاق كثيراً للجلوس معكم .



جلست فاطمة بعد انصراف أبيها ساهمة، وأخذت تتذكر تلك الأيام التي مرت بها عندما وصل سنها الثانية عشر ثم الخامسة عشر، وبدأت حمرة الخجل تتسرب إلى وجنتيها وابتسامة جزلة تتسلل إلى شفتيها، ولم تفاجأ إلا بصوت عمر القريب منها يقول لها :

-بتضحكي على إيه إيه !؟

انتفضت الأم فزعة وكان عمر قد تسلل إلى ذكرياتها ورأى ما يدعو للخجل وكان وجهه قريباً من وجهها فأمسكت بوجهه بين كفيها، ولاحظت الخط الأسود الخفيف تحت أنفه، وتلك الشعيرات على ذقنه وزادت ابتسامتها فرحة ونشوة.

قال عمر متعجبا :

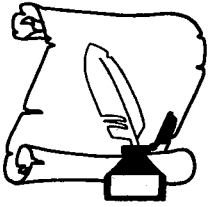
- فيه إيه يا ماما

قالت الأم في صوت هامس :

-كبرت يا عمر

ابتسم عمر في فرحة رغم أنه لم يفهم شيئاً فطبعت الأم قبلة على وجنتي ابنها فأحس عمر بحنان أمه يغمره فذاب بين ذراعيها في عناق جميل .

**وقررت فاطمة لحظتها
أن تستقبل وليدها الجديد**



هل تغير ابنك ؟

من أسباب النجاح في تعاملك مع ابنك أو ابنتك في مرحلة المراهقة أن تعلم وتلاحظ التغيرات التي حدثت معه

اكتب مالا يقل عن عشر ملاحظات لاحظتها على ابنك تعتبرها تغيراً في مرحلته هذه عن مرحلة الطفولة من حيث :

الشكل الخارجي :

الوجه :

الطول :

الحجم :

أسلوب التعامل :

حساسيته :

انفعالاته :

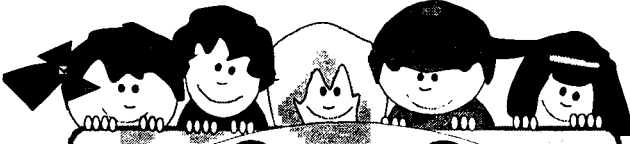
ردوده :

وقت الفراغ :

نشاطه :

هواياته :

اهتماماته :

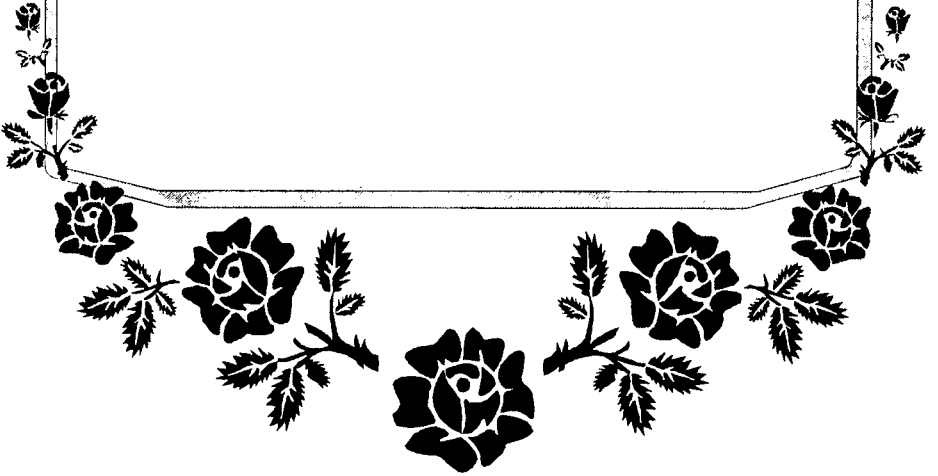


الفقرة الثانية

عمر يتعلم المشي !!

استبيان : ١ - هل تستطيع أن تقيم ابنك !؟

٢ - هل تستطيع أن تقيم أبنتك !؟



الفقرة الثانية

عمر يتعلم المشي !!

لما دخل الجد حجرة الجلوس اندفعت حنان من باب الغرفة وارتمت في حضن جدها وصياحها الطفولي يعلو ويعلو، وأخذ الجد ينظر إليها وقد أبعدها برفق عن صدره وهمس لأمها الجالسة أمامه :

فاطمة الصغيرة !

قال الأستاذ محمود مداعباً :

-وهل كانت فاطمة بهذا الجمال يا عمي ؟

لم يدع بكاء علا الصغيرة مجالاً لاستكمال المداعبات فقد دخلت الحجرة مستندة على بابها وتحاول أن تصل إلى أمها - كانت في عامها الأول تتعلم المشي، تسير في ارتباك واضح، تتأرجح في مشيتها، تتعثر في خطاها، تنكفئ أحياناً وتقف معتدلة أحياناً، تنقلب على ظهرها، يعلو بكاءها عندما تؤلمها الوقعة، وتضحك بصوت مرتفع أحياناً.



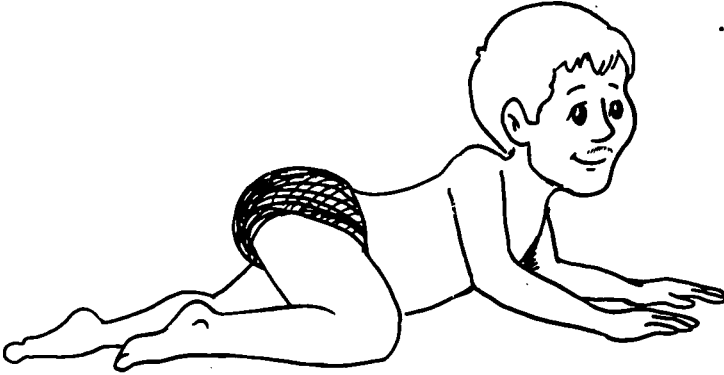
ابتسم الجد وهو ينظر إليها وقد بدا لها أن أمر المشي ليس أمراً جذاباً فجلست على الأرض وأخذت تحبو حتى وصلت إلى أمها، ولما شجعتها أمها قبل أن تصل إليها توقفت عن الحبو وابتسمت وأخذت تحاول الوقوف مرة أخرى.

مدت إليها الأم يدها فأمسكت بها وأعانتها على الوقوف، وبدأت تخطو خطوات متعثرة حتى ارتمت بين ذراعي أمها، ما بين تلميل الحاضرين وفرحة الأم وضحكات الطفولة المرححة.

ابتسم الجد وقال وهو ينظر في عيني الأب :

- إن عمر - يا أستاذ محمود - يحتاج منكما أنت وفاطمة هذا التشجيع وتلك اليد الممدودة وهو يتعلم المشي .

كانت فاطمة قد قصت على زوجها ما حدث بالأمس وما دار بينها وبين أبيها، وعاد صدى قرارها -الذي اتخذته- يدوي في صدرها بعد أن سمعت عبارة أبيها : إن عمر يتعلم المشي، وعادت تقرر من جديد بعد أن فهمت قصد أبيها أن تتعامل مع وليدها الجديد.



ساعد عمر على تعلم المشي

ولكن لم يفهم الأستاذ محمود قصد الجد، فقال :

-وما علاقة المشي بالمراهقة يا عمي ؟

قال الجد - غير متجاهل سؤال محمود - :

-لماذا يتعلم الطفل المشي ؟ لماذا يجب ذلك ؟ إن جميع ما يريده محباب، الكبار يحملونه هنا وهناك ويعتنون به، وهذه حياة سهلة هينة، ومع ذلك تراه يبذل جهداً لتعلم مهارة جديدة.

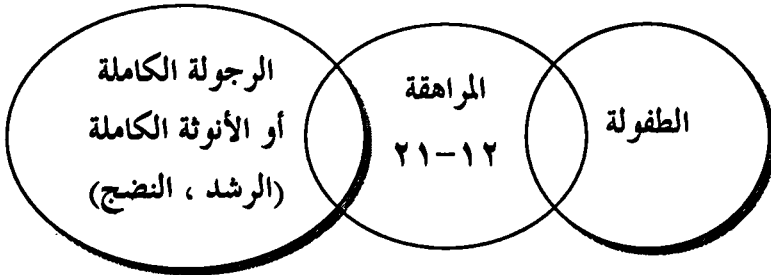
قد تقول يا أستاذ محمود: إنه يتعلم المشي لأنه رأى الآخرين يمشون ويود أن يكون مثلهم، أو أنه يتعلم المشي ليتحرك كما يشاء في أسرع وقت، هذا محتمل، ومحتمل أن يكون ذلك مؤثراً في سرعة تعلمه هذه المهارة، ولكن الأهم من ذلك وهذا؛ أنه مستعد الآن لتعلم المشي، وأنه قد نما ونضج لدرجة [أن يتعلم المشي] فهو الخطوة التالية لنموه الطبيعي، وإذا أعطي الفرصة فسوف يتعلم في وقت ملائم وسريع. سكت الجد، وكأنه قد أنهى كلامه، ولكنه كان ينتظر تعليق الوالدين .

فلم يعطه الأستاذ محمود فرصة، فقال وكأنه خارج من تفكير عميق :

- ولكن يا عمي هل المراهقون يتعثرون أيضاً ؟

أعجب أسلوب السؤال الجد فقال كأنه يستطرد ولم يسكت :

- إذا استبدلت المراهق بالطفل، وأحلت اكتساب الرجولة الكاملة أو الأنوثة الكاملة محل تعلم المشي كمهارة جديدة لوجدت وصفاً دقيقاً لما يحدث في الفترة التي تقع بين الثانية عشر والواحدة والعشرين والتي يطلق عليها كلها "مرحلة المراهقة" .



قال الوالد - مستزيداً للجد - وكأنه يطمئن زوجته:

-وإذا كان المشي يسبب بعض المشكلات- ولكن في النهاية ننساها جميعها بل تصبح ذكريات عندما نرى الطفل يسير بيننا ماشياً كأنه قد تعلم المشي منذ عهد بعيد- فإن تلك المهارات الجديدة التي يحاول اكتسابها المراهق قد تسبب مشكلات أيضاً.

فقاطععه الجلد كأنه يستطرد :

- إن المراهقين يزلون ويتعثرون أيضاً ويرتكبون أخطاء تبدو في أعين الكبار حماقات واضحة فنجدهم رجالاً صغاراً أو نساءً صغيرات أحياناً، وتجدهم أطفالاً سذجاً أحياناً أخرى.

فقاطععه الأب :

- وفي النهاية يستوون رجالاً ناضجين ونساءً ناضجات يتذكرون تلك الفترة كأجمل الذكريات.

قالت الأم مبتسمة وهي ساهمة :

-رجال ناضجون !

البنت تبلغ قبل الولد

ولكن الجلد قال لها :

- ونساء ناضجات هل نسيت حنان ؟ في الغالب البنت تبلغ قبل الولد فهي اليوم في عامها التاسع كما علمت منكم فانتظروا حدث بلوغها قريباً خلال عام أو عامين.

واستطرد الجلد :

- والخطوات الأولى للمشي عند الطفل والتي تتميز بالشعور بالحنجل على عثراته المتكررة، كمثل الفتى أو الفتاة في سني مراهقتهم الأولى، يكون الشعور بالحنجل هو المسيطر عليهم، ثم يتعلم الطفل خطواته الأولى، فنجده يعيث في البيت فساداً مستخدماً قدراته الجديدة استخداماً سيئاً، فنستشعر حجم المشكلة فلا هو تعلم المشي جيداً، ولا هو لم يزل لا يعرفه، فنجد العثرات قاسية، والانكفاء مؤلماً، وهذا هو المراهق في مرحلته المتوسطة .

وقد قسم العلماء المراهقة إلى ثلاث مراحل تسمى أحيانا مرحلة العشر سنوات

مراحل المراهقة من ١٢-٢١

١- مرحلة المراهقة المبكرة

[١٢ ١٣ ١٤ ١٥]

التعليم الإعدادي

٢- مرحلة المراهقة المتوسطة

[١٥ ١٦ ١٧ ١٨]

التعليم الثانوي

٣- مرحلة المراهقة المتأخرة

[١٨ ١٩ ٢٠ ٢١]

التعليم الجامعي

الفروق الفردية

فسأل محمود :

-هل البنات كالأولاد في هذا التقسيم ؟

قال الجد:

-يبن علماء النفس أن هناك شيئاً اسمه "الفروق الفردية" فهناك فروق بين الجنسين، بل وفروق في الجنس الواحد، فإن البنات يبلغن أسرع من الأولاد فمتوسط سن المراهقة عندهن من ١٠ - ١٣ سنة .

ثم أخرج الجد ورقة من مظرورف كبير كان معه وعرضها على ابنته وزوجها .

ثم قال :

- الجدول الآتي يعطي صورة عن نسبة البلوغ للذكور والإناث في الأعمار المختلفة:

النسبة المئوية للبالغين		العمر بالسنة
ذكور	إناث	
% ٠	% ٠	٨
% ٠	% ١	٩
% ٠	% ٢	١٠
% ٢	% ١٠	١١
% ٥	% ٣٨	١٢
% ٤	% ٧٢	١٣
% ٤٨	% ٨٢	١٤
% ٧٨	% ٩٤	١٥
% ٩٣	% ٩٧	١٦
% ٩٨	% ٩٩	١٧

واضح أن البنات والأولاد في سن الثامنة لا يوجد احتمال بالبلوغ لديهم، ولكن في سن التاسعة والعاشر تبدأ البنات في البلوغ ولا يزال الأولاد في طفولتهم، وتستمر البنات حتى سن ١٣ سنة لترتفع النسبة جداً، ولا زالت نسبة الأولاد ٤% فقط حيث نسبة البنات في نفس السن ٧٢% .

وفجأة في سن الرابعة عشرة نجد أن نسبة الأولاد قد ارتفعت حتى ٤٨% فنستطيع أن نقول أن :

متوسط البلوغ لدى البنات ١٢ سنة ومتوسط البلوغ لدى الأولاد ١٤ سنة.



ابتسمت فاطمة وقالت :

-أخاف أن تكون حنان ضمن الـ ٢ % الذين يبلغون في سن العاشرة .

للبلوغ علامات :

قال الوالد الأستاذ محمود :

-تصور يا عمي أن هناك إشارة في السيرة النبوية لمتوسط عمر البلوغ!

ابتسم الجد ابتسامة العارف

فقال فاطمة :

-وما هي هذه الحادثة يا محمود ؟

تناول محمود كتاباً من مكتبته القريبة وقلب صفحاته بسرعة ثم توقف

عند صفحة وأخذ يقرأ :

روى الشيخان عن ابن عمر رضي الله عنهما أن النبي ﷺ عَرَضَهُ يَوْمَ
أُحُدٍ وَهُوَ ابْنُ أَرْبَعِ عَشْرَةَ سَنَةً فَلَمْ يُجِزْهُ وَعَرَضَهُ يَوْمَ الْخَنْدَقِ وَهُوَ ابْنُ
خَمْسِ عَشْرَةَ سَنَةً فَأَجَازَهُ .

قالت فاطمة : وكيف يدل هذا على سن البلوغ ؟

قال محمود :

-انتظري يا فاطمة حتى أكمل

ثم قرأ : قال نافع - راوي الحديث - :وحدثت بهذا عمر بن عبد العزيز

فقال : هذا حد ما بين الصغير والكبير .

أي متوسط السن الذي يبلغ عنده الغلام هو خمسة عشر سنة .

قال الجد :

وهناك حادثة أخرى تبين علامات البلوغ عند البنين وذلك في غزوة بني قريظة (اليهود) الذين نقضوا عهد رسول الله ﷺ وتعاونوا مع الأحزاب وكاد المشركون أن يغزوا مدينة رسول الله ﷺ بسبب خيانتهم لولا لطف الله .

وحاصرهم الرسول ﷺ شهراً حتى اختاروا أن يحكم فيهم سعد بن معاذ (رضي الله عنه) ف قضى بقتل الرجال وسبي النساء والأطفال .

وبدءوا في تمييز الأطفال من الرجال فكانوا يميزون بالسن وبالاحتلام فلما تعذر عليهم في بعض الأحيان بدءوا ينظرون ظهور شعر العانة كدليل على البلوغ .

روى الترمذي: عَنْ عَطِيَّةِ الْقُرْظِيِّ قَالَ: عَرَضْنَا عَلَى النَّبِيِّ ﷺ يَوْمَ قَرْيَظَةَ فَكَانَ مَنْ أَتَيْتَ (أي من نبت له شعر) قُتِلَ وَمَنْ لَمْ يُنْبِتْ خُلِيَ سَبِيلُهُ فَكُنْتُ مِمَّنْ لَمْ يُنْبِتْ فَخُلِيَ سَبِيلِي .

أرأيتم كيف أن النبي ﷺ بين أن معرفة البلوغ؛
إما بالسن أو بالاحتلام أو بظهور شعر العانة؟!!

أطرقت فاطمة وقد اكتسى وجهها بحمرة الخجل ثم تلممت في جلستها وهي
تهم أن تقوم وقالت وهي تهب واقفة :
- أعد لكم بعض العصير .

بين الجهل والخجل

قال الجدد وقد كست الجدبة ملامحه وصوته :

- اجلسي يا فاطمة، الأمر لا يدعو إلى الخجل، إن المشكلة الأساسية عندما يكون هناك مراهق أو مراهقة في البيت هي: خجل الوالدين من مواجعتهم بالحقائق التي عن طريقها يعبر هذه المرحلة بسلام دون فزع ولا قلق.

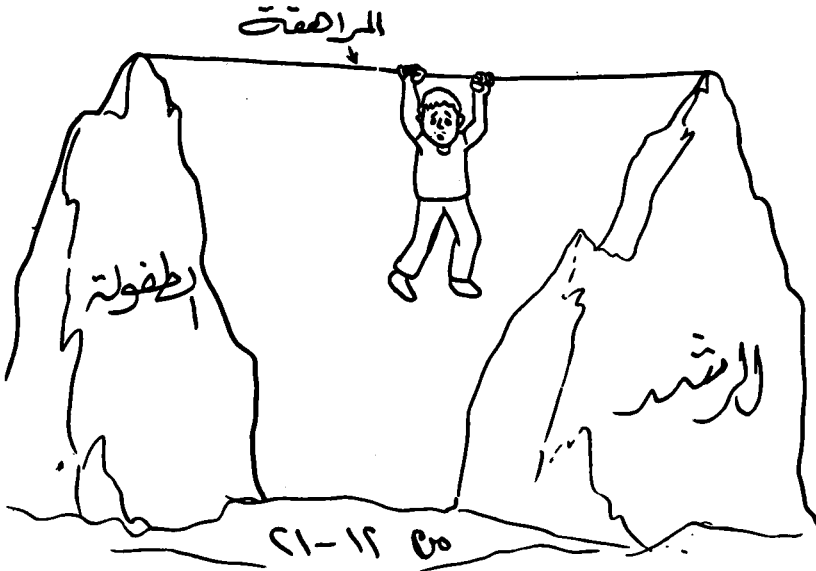
وأصل المشكلة ليست الخجل فقط، وإنما هي جهل الوالدين بتلك المعلومات التي غالبا ما تُعرض كمعلومات طبية متخصصة يظن الوالدان أنها خاصة بالأطباء، ولكن في الحقيقة الواجب على كل والدين أن تكون عندهم معلومات جيدة حول هذه المرحلة وخاصة المرحلة الأولى منها : مرحلة البلوغ .

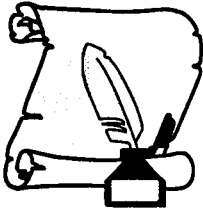
وعلى العموم أنا كنت أعلم مدى الخجل الذي سيصيبكما عند الحديث حول هذه الفترة فقد أحضرت لكما هذا الكتاب الصغير والذي يحتوي على معلومات مفيدة، أرجو قراءته - أنتِ وزوجك - لتستطيعا أن تجعلا هذه المرحلة تمر على عمر ثم حنان من بعده مرحلة سعيدة : مرحلة [بلوغ بلا خجل] .

أخذت فاطمة الكتاب ونظرت إليه وقد تنفست في ارتياح، فقد كانت تعلم أي خجل سيصيبها إذا تحدث أبوها عن المرحلة .

وكان شعور زوجها الأستاذ محمود، هو نفس شعورها، فقد مرت ومر كل واحد منا بهذه المرحلة ويعلم أن النمو الجنسي هو أبرز مظاهرها؛ ولذلك تسمى مرحلة البلوغ الجنسي، وأن الخجل هو أوضح الانفعالات في هذه المرحلة، ويبدو أنه ليس خجل المراهق الصغير من المستجدات في جسده ومشاعره؛ إنما هو أيضا خجل

الكبير الذي مصدره الحياء المحمود، ولكن يجب تخطي هذا الخجل ومحاولة تمهيد طريقه، وإضاءة مصباح فيه للمراهق الصغير، وتقديم يد المساعدة له، وهو يحاول أن يتعلم المشي حتى لا يستمر في الحبو، أو يقع، فيصبيه ما نكره .





استبيان

هل تستطيع تقييم ابنك ؟!

ضع علامة على المربع المناسب لتعليقك على الجمل الآتية :

السؤال	أ	ب	ج	د
١- متى وصل ابنك للبلوغ تقريبا ؟	١١-٩	١٣-١١	١٥-١٣	١٥
٢- هل لدى ابنك ميل للاستعراض ؟	لا	نادرا	غالبا	متواصل
٣- مدى الخجل ؟	لا يوجد	شديد	متوسط	عادي
٤- درجة تعامله مع الرفاق ؟	متعزل	مشارك	متوسط	نادر المشاركة
٥- معلوماته الجنسية ؟	لا توجد	صحيحة	متوسطة	خاطئة
٦- مصدر معلوماته الجنسية ؟	الوالدان	المدرسة	قراءات خاصة	الرفاق
٧- هل عنده شعور بالنقص ؟	نعم	غير واضح	معتد بنفسه	متواضع
٨- طبيعة نموه الجسدي ؟	عادي	زائد	ناقص	يفوق أقرانه
٩- السمعة والنحافة ؟	مفرط	مثالي	عادي	متوسط
١٠- الاستثارة العصبية ؟	سهلة	متعالك نفسه	بارد	عادي

د	جـ	ب	أ	السؤال
				مظاهر الانفعال ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١١- أ- قضم أظافر ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٢- ب- مص أصابع ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٣- ج- مص أو عض الشفتين ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٤- د- شد الشعر وليه ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٥- هـ- تحريك الساقين ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٦- و- قذف الأشياء ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٧- ز- رفس ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٨- ح- صراخ ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	١٩- ط- بكاء ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٢٠- ي- انطواء وانعزال ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٢١- ك- ألفاظ غير لائقة ؟
باردة	متوسطة	حادثة	شديدة	٢٢- حدة الانفعال ؟
انفصال	شديدة	متوسطة	نادرة	٢٣- خلافات بين الوالدين ؟
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٤- ظهور الخلافات بين الوالدين أمامه
متساهلون	الوالدة	الوالد	الوالدان	٢٥- التسلسل في المنزل ودرجة القسوة ؟
لا يؤدي	نادرا	متوسط	جيد	٢٦- أداء العبادات

د	ج	ب	أ	السؤال
				انفعالات سلبية ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٢٧- أ- اكتئاب ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٢٨- ب- يأس ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٢٩- ج- انطوائي ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٣٠- د- خوف ؟
نادرا	غالبا	أحيانا	لا	٣١- هـ- توتر ؟
علاقة ضعيفة	خليط	صالحون	سوء	٣٢- الأقران ؟
مقصر	متوسط	ناقص	منتظم	٣٣- الانتظام المدرسي ؟
لا يبالي	ضعيف	متوسط	جيد	٣٤- المذاكرة ؟
ضعيف	متوسط	جيد	ممتاز	٣٥- درجة الدراسة ؟
لا	نادرا	أحيانا	دائما	٣٦- تشعر عند مفاجأته أنه يعمل خطأ؟
لا	نادرا	أحيانا	دائما	٣٧- السرحان وعدم الانتباه ؟
متقلب	تصرفات كبار	تصرفات أطفال	تناسب سنه	٣٨- التصرفات ؟
فخور به	يتجاهله	مشكلة نمو	مشكلة مرضية	٣٩- حب الشباب ؟
				الموقف من مظاهر النمو الخارجي ؟
الانزعاج	عادي	الخجل	الفخر	٤٠- أ- شعر الوجه
الانزعاج	عادي	الخجل	الفخر	٤١- ب- الصوت
الانزعاج	عادي	الخجل	الفخر	٤٢- ج- تفاعلة آدم
الانزعاج	عادي	الخجل	الفخر	٤٣- د- العضلات

بعد الإجابة، أعط لنفسك درجة حسب الجدول الآتي :

رقم السؤال	أ	ب	ج	د	رقم السؤال	أ	ب	ج	د	رقم السؤال	أ	ب	ج	د
١	١	٣	٢	٠	١٥	١	٢	٣	١	٢	١	٣	٢	٠
٢	١	٢	٣	٠	١٦	٠	٣	٢	١	٣	٠	٢	١	٢
٣	١	٣	٢	٠	١٧	٣	٢	٠	١	٣	٢	١	٠	٢
٤	٠	٣	٢	١	١٨	١	٢	٣	٠	٣	٠	٢	١	١
٥	٠	٣	٢	١	١٩	٠	٢	٣	٠	٣	٠	٢	١	٢
٦	٣	٢	١	٠	٢٠	٠	١	٢	٣	٣	٠	٢	١	٢
٧	٠	٣	٢	١	٢١	٣	٢	١	٠	٣	٢	١	٠	٢
٨	٣	٢	١	٠	٢٢	٢	١	١	٣	٣	٢	١	٠	٢
٩	٠	٣	٢	١	٢٣	١	٢	٣	٠	٣	٢	١	٠	٢
١٠	٠	٣	٢	١	٢٤	٣	٠	١	٢	٣	٢	١	٠	٢
١١	٠	٣	٢	١	٢٥	٣	٠	٢	١	٣	٢	١	٠	٢
١٢	٠	٣	٢	١	٢٦	٣	٠	٢	١	٣	٢	١	٠	٢
١٣	١	٣	٢	٠	٢٧	٣	٠	٢	١	٣	٢	١	٠	٢
١٤	٠	٣	٢	١	٢٨	٣	٠	٢	١	٣	٢	١	٠	٢
٤٣	٠	٣	٢	١										
المجموع														
مجموع الدرجات														



النتيجة

أولاً : أقل من ٤٠

(ابنك غير سوي- مزاجه غير معتدل- علاقاته الاجتماعية سيئة - الأخلاق والتدين ضعيف)

ابنك يمر بمراهقة عنيفة

ندق لك ناقوس الخطر

ثانياً : من ٤٠ - ٨٠

(ابنك متوسط الانضباط في انفعالاته وعلاقاته الاجتماعية والمدرسية والأخلاق والتدين، ولكنه سهل أن يقل مستواه)

مراهقة متوسطة

ونرفع لك لافتة التحذير

ثالثاً : من ٨٠ - ١٢٠

(ابنك جيد الانضباط في انفعالاته وعلاقاته الاجتماعية والمدرسية سوي الأخلاق يحتاج إلى جرعة تدين)

مراهقة عادية

ولك أن تطمئن

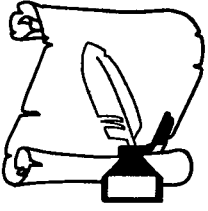
رابعاً : أكثر من ١٢٠

(لقد نجحت في تربية ابنك فاطمن عليه)

مراهقة متكيفة مع البيئة

والحمد لله

استبيان للبنات



هل تستطيع تقييم ابنتك؟!

ضع علامة على المربع المناسب لتعليقك على العبارات الآتية:

د	ج	ب	أ	السؤال
١٤	١٤ - ١٢	١٢ - ١٠	١٠ - ٨	١ - موعد أول حيض تقريبا
				الموقف من مظاهر النمو الخارجية
عادي	الانزعاج	الخجل	الفخر	٢ - أ - الصدر
عادي	الانزعاج	الخجل	الفخر	٣ - ب - الشعر الخارجي
عادي	الانزعاج	الخجل	الفخر	٤ - ج - استدارة الجسد
فخر	حزن	لا مبالاة	دهشة	٥ - د - الشعور عند أول حيض
متقلبة	تصرفات الكبار	تصرفات أطفال	تناسب سنها	٦ - التصرفات
فخورة	مشكلة نمو	تتجاهله	مشكلة مرضية	٧ - حب الشباب
لا	نادرة	متوسطة	شديدة	٨ - آلام الحيض
متواصل	غالبا	نادرا	لا	٩ - هل لديها ميل للاستعراض
عادي	متوسط	شديد	لا	١٠ - الخجل
نادرة	متوسطة	مشاركة	منعزلة	١١ - درجة التعامل مع الرفيقات
المشاركة	المشاركة			
خاطئة	متوسطة	صحيحة	لا توجد	١٢ - المعلومات الجنسية

د	ج	ب	أ	السؤال
خاطئة	قراءات خاصة	المدرسة	الوالدة	١٣- مصدر المعلومات الجنسية
متواضعة	معتدة بنفسها	غير واضح	نعم	١٤- هل عندها شعور بالنقص
تفوق أقرانها	ناقص	زائد	عادي	١٥- طبيعة النمو الجسدي
متوسطة	عادية	مثالية	مفرطة	١٦- السمعة والنحافة
عادية	باردة	تتمالك نفسها	سهلة	١٧- الاستشارة العصبية
				مظاهر الانفعال
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	١٨- أ- قضم الأظافر
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	١٩- ب- مص الأصابع
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٠- ج- مص أو عض الشفتين
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢١- د- شد الشعر وليه
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٢- هـ- تحريك الساقين
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٣- و- قذف الأشياء
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٤- ز- رفس
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٥- ح- صراخ
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٦- ط- بكاء
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٧- ي- ألفاظ غير لائقة
غالبا	نادرا	أحيانا	لا	٢٨- ك- انطواء وعزلة

د	ج	ب	أ	السؤال
				انفعالات سلبية
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣٠- أ- اكتاب
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣١- ب- انطواء
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣٢- ج- يأس
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣٣- د- خوف
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣٤- هـ- توتر
انفصال	شديدة	متوسطة	نادرة	٣٥- خلافات بين الوالدين
غالباً	نادراً	أحياناً	لا	٣٦- ظهور الخلافات أمامها
متساهلان	الوالدة	الوالد	الوالدان	٣٧- التسلط في المنزل والقسوة
لا تؤدي	نادراً	متوسط	جيد	٣٨- أداء العبادات
غير ملتزمة	متردة	مجبرة	عن قناعة	٣٩- الالتزام في الملابس
علاقة ضعيفة	خليط	صالحات	سوء	٤٠- القرينات
ضعيفة	متوسطة	ناقصة	منتظمة	٤١- الانتظام المدرسي
مقصرة	ضعيفة	متوسطة	جيدة	٤٢- المذاكرة
لا تبالي	متوسطة	جيدة	ممتازة	٤٣- درجة الدراسة
ضعيفة	نادراً	أحياناً	دائماً	٤٤- تشعر وكأنها مفاجأها أنها ترتكب خطأ
لا	نادراً	أحياناً	دائماً	٤٥- السرحان وعدم الانتباه

بعد الإجابة الصحيحة، أعط لنفسك درجة حسب الجدول الآتي:

رقم السؤال	أ	ب	ج	د	رقم السؤال	أ	ب	ج	د	رقم السؤال	أ	ب	ج	د
٣١	٣	١	٢	٠	١٦	١	٢	٣	١	١	١	٢	٣	٠
٣٢	٣	١	٢	٠	١٧	٣	٠	١	٢	٢	٢	١	٣	٠
٣٣	٣	١	٢	٠	١٨	٠	٢	١	٣	٣	٢	١	٠	٣
٣٤	٣	١	٢	٠	١٩	٠	٢	١	٣	٤	١	١	٢	٣
٣٥	٣	١	٢	٠	٢٠	٠	٢	١	٣	٥	٣	٠	٢	١
٣٦	٣	١	٢	٠	٢١	٠	٢	١	٣	٦	٢	١	٠	٣
٣٧	٠	١	٢	٣	٢٢	٠	٢	١	٣	٧	٠	٣	٢	١
٣٨	٣	١	٢	٠	٢٣	٠	٢	١	٣	٨	٣	٢	١	٠
٣٩	٣	١	٢	٠	٢٤	٠	٢	١	٣	٩	٠	٢	٣	١
٤٠	٠	١	٢	٣	٢٥	٠	٢	١	٣	١٠	٢	٢	١	٠
٤١	٣	١	٢	٠	٢٦	٠	٢	١	٣	١١	١	٢	٣	٠
٤٢	٣	١	٢	٠	٢٧	٠	٢	١	٣	١٢	٠	٢	٣	١
٤٣	٣	١	٢	٠	٢٨	٠	٢	١	٣	١٣	٠	١	٢	٣
٤٤	٠	١	٢	٣	٢٩	٠	٢	١	٣	١٤	٣	٢	١	٠
٤٥	٠	١	٢	٣	٣٠	٠	٢	١	٣	١٥	١	٣	٢	٠
										المجموع				
مجموع الدرجات														



النتيجة

أولا : أقل من ٤٠

(ابتنتك غير سوية-مزاجها معتدل- علاقاتها الاجتماعية سيئة-
الأخلاق والتدين ضعيف)

ابتنتك تمر بمراقبة عنيفة

ندق لك ناقوس الخطر

ثانيا : من ٤٠-٨٠

(ابتنتك متوسطة الانضباط في انفعالها وعلاقاتها الاجتماعية
والمدرسية والأخلاق والتدين ولكنها سهلة أن يقل مستواها)

مراقبة متوسطة

ونرفع لك لافتة التحذير

ثالثا : من ٨٠-١٢٠

(ابتنتك جيدة الانضباط في انفعالها وعلاقاتها الاجتماعية
وعلاقاتها المدرسية، وسوية الأخلاق، تحتاج إلى جرعة
تدين وسهل أن يرتفع مستواها)

مراقبة عادية

ولك أن تطمنن

رابعا : أكثر من ١٢٠

(لقد نجحت في تربية ابنتك، أنت بلا مشاكل)

مراقبة متكيفة مع البيئة

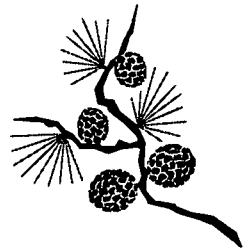
الحمد لله

تذكر أن

- المراهقة ميلاد جديد يحتاج إلى رعاية وأمومة وحنان .
- المراهق يحتاج مساعدة الآخرين، كما يحتاج الطفل المساعدة عند تعلم المشي.
- المراهق ليس طفلا ولا يرضى أن يكون كذلك .
- البلوغ الجنسي هو بداية مرحلة المراهقة ويستمر من ١٢-١٥ سنة.
- البنات يبلغن عادة قبل الأولاد .

متوسط سن بلوغ الأولاد من ١٤-١٥ سنة

ومتوسط سن بلوغ البنات من ١٢-١٣ سنة

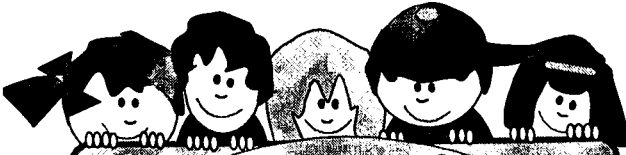




الفصل الأول

ماذا حدث؟!





الفقرة الأولى

ماذا حدث عند البلوغ؟

- تعريف البلوغ
 - مظاهر البلوغ الثانوية .
 - الحيض الأول والاحتلام.
- اختبارات :

أ لماذا تخجل ابنتي؟

ب لماذا يخجل ابني؟



الفقرة الأولى

ماذا حدث عند البلوغ ؟

تعريف البلوغ PUBERTY

هو نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنقل الطفل إلى الرشد، فالبلوغ هو ناتج من تطور عملية النمو لدى الطفل، والغدد هي أهم عامل مؤثر في هذه العملية .

وهناك جهاز كامل من أجهزة الجسم كان خاملاً لا يعمل منذ حوالي عشر سنوات بدأ يستيقظ مع ابتداء هذه المرحلة؛ وهو الجهاز التناسلي والعضو الأساسي في هذا الجهاز هو الغدد التناسلية .

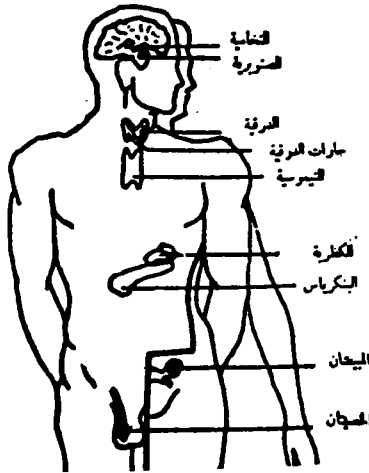
والحقيقة أن الغدد هي أرقى المعامل الكيميائية إفرازاتها تحدد هيئة التكوين البدني لاكتساب مظاهر الرجولة والأنوثة وتؤثر في عملية النمو الجسماني وبالتالي تؤثر في شخصية وسلوك صاحبها

الغدد الصماء :

وتسمى الغدد اللاحوائية فهي ليست لها قناة تحمل إفرازاتها إلى أجزاء الجسم المختلفة وإنما تصب إفرازاتها التي تسمى الهرمونات في الدم مباشرة والتوازن في إفرازات هذه الغدد يجعل الفرد شخصاً سليماً نشطاً ويؤثر تأثيراً حسناً على سلوكه بصفة عامة وتؤدي اضطرابات هذه الغدد إلى ردود أفعال في السلوك فهي تحدث اضطرابات حيوية وتشوهاً جسمياً وكذلك تسبب الاضطرابات النفسية .

ويحسن أن نتعرف على بعض هذه الغدد ومواقعها في الجسم وإفرازاتها ووظيفتها حيث يفيد هذا في الإجابة عن سؤالنا : ماذا حدث عند البلوغ؟

وأظن أن الجدول الآتي يفيد في التعرف على بعض تلك الغدد:



حول أهم الغدد الصماء الأساسية وأهم هرموناتها :

وظيفةها	إفرازها	موقعها	الغدة
<p>١- تعتبر همزة الوصل بين جهاز الغدد والجهاز العصبي .</p> <p>٢- تتحكم في النمو .</p> <p>٣- عند البلوغ تنبه الغد التناسلية للعمل</p>	<p>الأمامي هو هرمون النمو <i>Gonadotrophic</i></p>	<p>تحت سطح المخ ولها فصان : أمامي وخلفي</p>	<p>١- الغدة النخامية <i>Pituitary</i> (هذه الغدة هي القائد الأعلى المسيطر على نشاط جميع الغدد، وتنسيق عملها من أجل المحافظة على التوازن الوظيفي)</p>
<p>تعمل على تعطيل الغدد الجنسية حتى لا تنشط قبل المراهقة ولذلك فهي تضرر بعد البلوغ.</p>		<p>تحت سطح المخ عند قاعدته .</p>	<p>٢- الغدة الصنوبرية <i>Pineal</i></p>

وظائفها	إفرازها	موقعها	الغدة
لها تأثير على نشاط الغدة الصنوبرية، فمرضها يؤدي إلى خمود الصنوبرية ولذلك فلها نفس وظيفة الصنوبرية.		في التجويف الصدري	٣- الغدة التيموسية <i>Thymus</i>
منظم لعمليات التحويل الغذائي ومضاد لحالات الإرهاق منظم لنسبة وجود الماء والأملاح المعدنية بالجسم وخاصة الصوديوم والبيوتاسيوم	القشرة تفرز <i>Cortisone</i> <i>Aldosterone</i>	فوق كل كلية وتتكون من قشرة ولب	٤- الغدة الكظرية <i>Adrenal</i> <i>Suprarenal</i>
- يؤثر في علامات الرجولة. - نمو الأعضاء التناسلية. - ظهور مظاهر البلوغ الثانوية. - يساعدان على السلوك الجنسي. - التكاثر عن طريق الحيوانات المنوية.	تبدأ عملها عند البلوغ الهرمونات الذكورية <i>Androgen</i> <i>-Testosterone</i> + هرمون أنثوي بنسبة قليلة <i>Estrogen</i>	الخصيتان في الصفن وراء قضيب الذكر	٥- الغدة التناسلية الذكورية.
- تؤثر في عمليات الأنوثة. - التكاثر عن طريق البويضة - يعمل على انقسام الخلية المخصبة لتكوين الجنين داخل الرحم . - يعمل على تجهيز الرحم لاستقبال الجنين	تبدأ عملها عند البلوغ الهرمونات الأنثوية <i>Estrogen</i> <i>Progesterone</i> + هرمون ذكري نسبة قليلة.	المبيضان في حوض الأنثى	٦- الغدة التناسلية الأنثوية.

ثانياً : مظاهر البلوغ الثانوية :

نظرت فاطمة إلى محمود كأنها تقول له: لا أفهم شيئاً، وقد وضع الكتاب الذي أخذه من الجذ جانباً، بعد أن قرأ مع فاطمة هذا الفصل عن الغدد الصماء في الجسم، وقال لها مشجعاً :

- دعينا نحاول أن نفهم

إن أهم غدة هنا هي الغدد التناسلية، فهي الجهاز الجديد الذي ولد عند البلوغ وحول عمر من كائن لا جنسي (طفل) إلى كائن جنسي (مراهق)، ولذلك فإن هذه المرحلة تسمى البلوغ الجنسي
قالت فاطمة كأنها تدلل أنها فهمت شيئاً :

- وأظن أن العامل الأساسي الذي كان يمنع نمو وعمل الجهاز التناسلي وغدده، هو
الغدة الصنوبرية والتموسية:

أكمل محمود :

- لذلك فإن الغدد التيموسية تضمر قبل البلوغ والصنوبرية تضمر بعد البلوغ مباشرة.
قالت فاطمة :

-وأظن أن الغدة الكظرية تنمو أكثر لأنها تدخل مباشرة في العمليات الحيوية، حيث يحتاج الجسم إلى هذه العمليات أكثر في هذه المرحلة .
قال محمود :

-هذا ما أكدته هذا الكتاب، ولأن القشرة الكظرية تفرز هرمونات أنوثية وذكرية تتدخل في نشاط الغدد التناسلية.
قالت فاطمة :

-يحتاج هذا الموضوع لفهم أكثر يا محمود .

قال محمود، وقد أحضر كتاباً آخر من مكتبته :

-عجيبة فعلاً تلك الغدة فوق الكلية يا فاطمة انظري ماذا يقول هذا الكتاب عنها :

البطل أصبح امرأة :

نظراً لأهمية سلامة نسبة إفراز هرمونات الغدة الكلوية في تحديد صفات الرجولة أو الأنوثة والشجاعة أو الخوف، نسوق تلك القصة التي رواها «دكتور هوسكتر» في كتابه: "علم الغدد الصماء" وملخصها:

«أن رجلاً من الأبطال الرياضيين يبلغ من العمر ٤٤ عاماً، كانت حياته الجنسية طبيعية، تزوج وأنجب ولدين وبعد ذلك أخذ صدره ينمو حتى أصبح بعد عامين أشبه بصدر المرأة كما أصيبت أعضاؤه الجنسية الظاهرة بالضمور، ثم اختفت قدراته الجنسية وأخذ وزنه يزداد تدريجياً، وخف شعر جسمه، وأصبحت بشرته ملساء، فاكتسب شكله الخارجي مظهر الأنوثة، وعندما عرض هذا الرجل حالته على الطبيب الأخصائي اتضح أنه مصاب بورم الغدة فوق الكلية (الكظرية) مما اضطر الجراح إلى استئصال هذا الورم، وبعد إجراء العملية بأسبوع واحد فقط، ظهرت علامات الذكورة على جسمه مرة أخرى فقل وزنه وضمّر صدره واستعادت أعضاؤه التناسلية حجمها الطبيعي واكتسبت ملامح الوجه والجسم مظاهر الرجولة، وبعد مرور شهر واحد استطاع ممارسة حياته الجنسية بشكل طبيعي».

لا زالت فاطمة تنظر إلى محمود مندهشة، وقد جذبتها أحداث القصة ، ثم انتبهت فقالت :

- هذه القصة لخصت الموضوع في كلمتين يا محمود، وهما الأثر الهائل للغدد الصماء والمهرمونات على الشكل الخارجي وسلوك الإنسان، ولكن إذا كان هذا تأثير الغدة الكظرية فما تأثير الغدد التناسلية ؟

فتح محمود كتابه واخذ يشرح لفاطمة منه:

- تؤكد العلماء من وجود علاقة وثيقة بين نشاط الهرمونات الجنسية وبين مظاهر الأنوثة أو الرجولة والحالة النفسية والسلوكية لهما.

إن سلامة نشاط الغدد الجنسية الأنثوية تكسب المرأة صفاتها البدنية الأنثوية بما في ذلك نعومة الصوت والبشرة واستدارة بعض أجزاء الجسم وزيادة نسبة طبقة الدهن تحت الجلد في مناطقه المعروفة وفي حالة نقص إفراز هذه الهرمونات عند المرأة يحدث لها الصداع المستمر واسترخاء العضلات وضعفها.

وأيضاً بالنسبة للرجل فان هرمونات الذكورة تؤثر تأثيراً مباشراً في ظهور علامات الرجولة مثل نمو الأعضاء التناسلية الخارجية والأعضاء الأخرى الثانوية؛ مثل: نمو شعر الذقن والصدر وخشونة الصوت بالإضافة إلى تدخلها في نمو العظام والعضلات .

قالت فاطمة وقد استكفت بتلك المعلومات البسيطة حول الغدد الصماء :

- إذن فظهور علامات البلوغ ناتج عن نشاط الغدد الجنسية.

يا ريت يا محمود تلخص لي هذه العلامات الخاصة في البلوغ عند الذكر والأنثى حتى لا ننسى حنان ابنتنا.

قال محمود وهو يأخذ وضع المعلم مبتسمًا:

- تبدأ ظهور مظاهر البلوغ الثانوية قبل إفراز الهرمونات حتى إن العلماء قسموا البلوغ إلى ثلاث مراحل :

المرحلة الأولى	ما قبل البلوغ	وفيها تبدأ المظاهر الثانوية للبلوغ
المرحلة الثانية	المرحلة الوسطى	وفيها يبدأ عمل الغدد الجنسية
المرحلة الثالثة	اكتمال البلوغ	ويحدث أول حيض عند الفتاة وأول احتلام عند الفتى، وفيه تكتمل المظاهر الثانوية للبلوغ وتكتمل وظيفة الجهاز التناسلي .

قالت فاطمة في جدية :

- إذن فمعظم المظاهر الثانوية للبلوغ تحدث قبل البلوغ نفسه .

قال محمود وهو يقلب إحدى صفحات الكتاب :

- هذا الجدول مفيد جدًا في فهم هذا الموضوع،

فهو يبين النسب المثوية لظهور الصفات الجنسية الثانوية عند الذكور .

السن	شعر العانة	القذف الأول	تغير الصوت	النمو الجسمي	الاحتلام	اكتمال النمو
٨	صفر	٠,١	صفر	٠,٦	صفر	صفر
٩	٢	٠,٢	صفر	صفر	صفر	صفر
١٠	٢	١,٨	٠,٦	٣	٠,٣	٠,١
١١	٧,٧	٦,١	٠,٩	٣,٨	٨,٤	٠,٢
١٢	٣٥,٥	١٩,٥	١٤	١٤,٣	٢٧,١	١,٣
١٣	٣٣,٥	٢٩,٥	٢٦,٤	١٩,٤	٣٦,١	٣,٤
١٤	٢٢,٨	٢٥,١	٢٦,٠	٢٢,٧	٢٣,٨	٨,٢
١٥	٥٠,٥	١٠,٢	١٤,٣	١٥,٩	٣٠,٣	١١,٥
١٦	٢	٤,٢	٩,١	٧,٤	١,٠	١٨,٦
١٧	٧	١,٨	٣٠,٣	٦,٤	صفر	١٧,١
١٨	صفر	٠,٨	١,٦	٢,٣	صفر	١٧,٩
١٩	صفر	٠,٤	٠,٧	٠,٥	صفر	٨,٤
٢٠	٠,١	٠,١	٠,٤	٠,٢	صفر	٧,٥
٢٥-٢١	صفر	٠,٤	٠,٧	صفر	صفر	٥,٧
مجموع الحالات	٢٢١١	٣٥٧٣	٢٢٧٩	١٣٥٥	صفر	٢٦٢١
متوسط الأعمار	١٣,٤٥	١٣,٨٨	١٥,٤٤	١٤,٩٩	صفر	١٧,٤٧

قالت فاطمة :

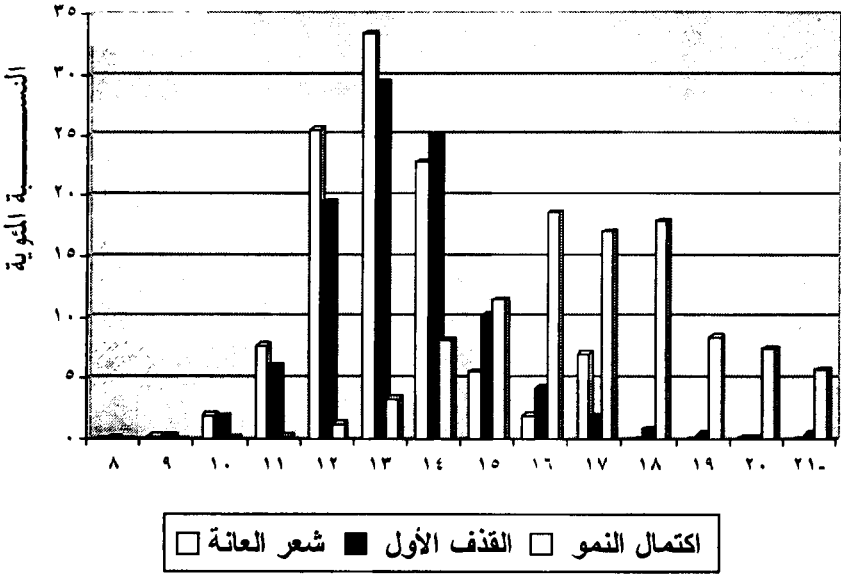
كل مظاهر البلوغ الثانوية أو معظمها يظهر من سن ١٢ إلى ١٤ سنة بنسبة عالية.

قال محمود مكملًا :

- أي في المرحلة الأولى حيث عدم اكتمال النمو أيضا .

قالت فاطمة وهي تنظر إلى الجدول :

- أما اكتمال النمو فمتوسطة يرتفع من سن ١٦ إلى ١٨ سنة وهذا الرسم البياني يوضح جيدا كيف أن مظاهر البلوغ تكاد تكون مكتملة ولا زال الفتى أو الفتاة لم ينضجا بعد.



قال محمود :

- نعم، وأهم هذه المظاهر الثانوية للبلوغ توجد في هذه الصفحة.

وفتح لها صفحة من كتابه .

الأنثى	الذكر
<p>- نمو الشعر في مناطق متعددة :</p> <p>العانة، وقد يظهر شعر خفيف في الوجه والأطراف ولكنه يزول بعد قليل، تحت الإبطين .</p> <p>- الصوت يتغير من الصوت الطفولي إلى الصوت الخفيض الناعم، الرقيق، العميق.</p> <p>- تفاحة آدم لا تظهر.</p> <p>- استدارة الثديين وبروزهما، اتساع الحوض وكبير الردفين، استدارة الفخذين لترسب الدهن بهما</p>	<p>- نمو الشعر في أماكن متعددة :</p> <p>العانة، الشارب، اللحية، على الصدر، الأطراف، تحت الإبطين .</p> <p>- الصوت يتغير من صوت الطفولة الصفيري إلى الصوت الخشن، الجاف المرتفع .</p> <p>- النمو الواضح للحنجرة (تفاحة آدم)</p> <p>- عرض الكتفين واتساع الصدر وبروز العضلات</p>
<p>- بدء نمو العضلات التناسلي للذكر والأنثى .</p> <p>- يصاحب البلوغ نمو الغدد العرقية التي تخضع للجهاز الليمفاوي فيزداد إفراز العرق في الوجه وفي الكفين ويكون له رائحة خاصة .</p> <p>- يحدث نمو جسمي سريع كتمهيد للبلوغ الجنسي.</p>	

ظفرة النمو :

قالت فاطمة كأنها اكتشفت شيئاً مهماً :

- تعرف يا محمود، هذا الجدول يفسر لي كثيراً من تصرفات عمر هذه الأيام .

قال محمود كأنه يقاطعها :

- قبل أن نتحدث في هذه النقطة الهامة، أود أولاً أن أذكر لك شيئاً هاماً تعليقاً على

آخر سطر في هذا الجدول .

قرأت فاطمة السطر الأخير بصوت مرتفع :

- نعم يحدث " نمو جسدي سريع "

قال محمود مقاطعا

- الحقيقة أن هذه المرحلة تحدث فيها طفرة في النمو وتظهر في ٤ تغيرات واضحة:

- ١- الخصائص الجنسية الأولية .
- ٢- التغيرات الجنسية الثانوية .
- ٣- التغيرات في حجم الجسم .
- ٤- التغيرات في النسب الجسمية .

قالت فاطمة :

- ولقد عرفت الخصائص الجنسية الثانوية فما هي الخصائص الأولية ؟

قال محمود :

- أولا قولني لي كيف يفسر لك الجدول السابق تصرفات عمر .

قالت فاطمة وكأنها تتذكر :

- يعنى بالنسبة لصوته الأجهش هذا، أجده في حيرة من أمره مرة يرفعه ومرة يخفضه

أشعر أنه يريد أن يتحدث بصوت خفيض فيعلو صوته رغماً عنه .

أراه كأنه حرجلاً من تلك النبرة الجافة التي صبغت صوته.

ورائحة عرقه يا محمود أصبحت غريبة، ولذلك فهو يستخدم العطر كثيراً .

ابتسم محمود وأكمل لها :

- واستخدامه أدوات الحلاقة الخاصة بي كأنه يفعل شيئاً خطأ .

قالت فاطمة مازحة:

- أرجوك يا محمود علمه كيف يخلق ذقنه، فكل مرة كأنه خرج من تحت يدي جزار، وعيناه زائفتان وفي حيرة من أمره .

قال محمود :

- اتركه يتعلم، يمكن يتركها اقتداءً بالنبي ﷺ ، فقط سوف اشترى له أدوات خاصة به، ولكن يا فاطمة الموضوع التالي سوف يفسر لك تصرفات أكثر .

قالت فاطمة :

- تقصد انك سوف تكلمني عن الخصائص الأولية ؟

قال محمود

- لا ولكن سأترك لك الكتاب لتتعرفي أنت بنفسك عليها.

الحيض الأول والاحتلام:

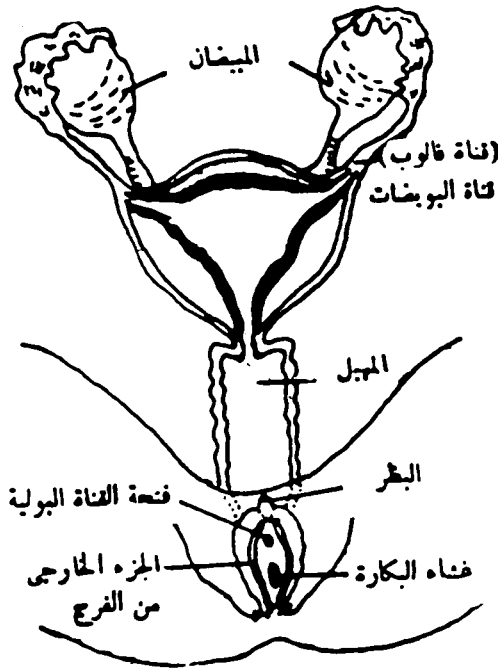
يبدأ البلوغ الحقيقي بالنسبة للأنثى عند نزول أول دم للحيض .
وللذكر عند أول قذف للمني (الاحتلام) .

وبالنسبة للأنثى فغالبًا ما يكون معروفًا موعده أما بالنسبة للذكر فكثيرًا ما لا يعرف الغلام متى كان أول احتلام .

ولكن ما هو الحيض ؟ وكيف يحدث ؟

وما هو الاحتلام ؟ وكيف يحدث ؟

يتكون الجهاز التناسلي للأنثى كما هو مبين بالرسم من:



١- المبيضان : وعلى جدار كل

مبيض توجد حبوب (Follicles) ممتلئة بالبويضات .

٢- القمع وقناة فالوب: التي وتحمل البويضة لتوصلها إلى الرحم

٣- الرحم: وهو الجسم العضلي المعد لتكوين الجنين.

٤- عنق الرحم .

٥- المهبل .

٦- الفرج : وفيه فتحتان

العلوية: وهي فتحة مجرى البول.

السفلية : وهي المتصلة بالمهبل وعليها غشاء رقيق به فتحة تسمح بمرور الحيض ويسمى غشاء البكارة يتمزق غالبا عند أول لقاء جنسي مع الزوج.

كيف يحدث الحيض ؟

عند البلوغ تبدأ البويضات في المبيض في النضج بمعدل بويضة كل ٢٨ يوما بالتبادل بين المبيضين ثم عند اكتمال نضجها يلتقطها القمع عندما يدفعها المبيض خارجه.

وتمر خلال قناة فالوب، وتبقى بها مدة من (٢ - ٥) أيام، انتظارا للحيوان المنوي القادم عن طريق الزوج خلال فتحة الفرج ثم المهبل فالرحم فالقناة فيتم إخصاب البويضة

في هذه الفترة يقوم الرحم بتحفيز من الهرمون الانثوي (بروجسترون)، بالاستعداد لاستقبال الجنين، وذلك بزيادة كثافة غشاء الرحم وتقوية جداره وتدفق الدماء إليه .

فإذا لم يحدث إخصاب للبويضة ينهار جدار الرحم، وتخرج منه البويضة إلى الخارج مع دماء الجدار وهذا ما يسمى الطمث (الحيض) .

ولأول حيض خاصة وذكرى لدى كل فتاة .

ويتوقف شعور الفتاة نحوه بما تعرفه من معلومات حوله.

وهذه إحصائية حول شعور الفتيات نحو الحيض الأول:

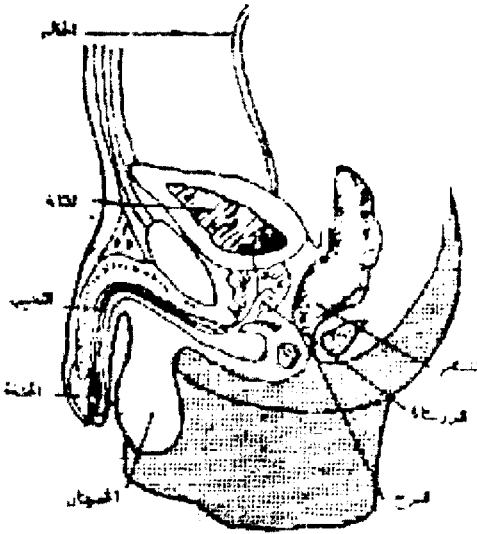
إحساس الفتاة نحو أول حيض	النسبة المئوية
أحسسن أنهن أصبن بالدهشة.	١٥%
كن غير مباليات.	٢٤%
أصاهن الحزن .	١٢%
كن مترعجات .	٧٧%
كن فخورات بأنفسهن.	٦%

ودور الأم مهم جداً لإعداد الفتاة لهذا اليوم .

جهاز الذكر التناسلي :

يتكون جهاز الذكر التناسلي كما هو مبين بالرسم من :

١ - عضو التناسل ، ويسمى بالفرج أيضاً ويشبه الأنبوبة وله فتحة واحدة يخرج منها البول والسائل المنوي المحتوي على الحيوانات المنوية وعبر طريقه تنتقل الحيوانات المنوية داخل الرحم عبر (فرج المرأة) .



٢ - الخصيتان ، وهما غدتان صغيرتان داخل كيس يسمى الصفن وتفرزان الحيوانات المنوية التي تلقح البويضة الأنثوية .

٣ - الحويصلة المنوية ، ويخترن فيها الحيوانات المنوية لحين إخراجها .

٤ - غدة البروستاتا .

كيف يحدث الاحتلام؟!

عند بلوغ الصبي تبدأ الخصيتان في تكوين الحيوانات المنوية وذلك بتحفيز من الهرمونات الذكورية (تستوستيرون) وعند نومه يخرج منه هذا السائل الأبيض اللزج حيث يجده كبلبل في ملابسه الداخلية وعادة ما يكون مصحوبا بإثارة جنسية أو حلم متعلق بالجنس .

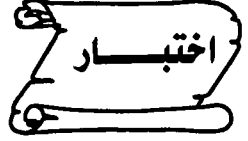
وفي الغالب لا تكون هذه أول مرة فنادرًا ما يشعر الفتى بأول مرة.
وقد يصيب الفتى بعض الانزعاج والخجل، فلا بد أن يقوم الوالدان -بدورهما-
بتعريفه بعض المعلومات حول هذا الموضوع .

الخصائص الجنسية الأولية :

وهكذا يمكن أن نقول إن الخصائص الجنسية الأولية هي :

بالنسبة للأنثى	بالنسبة للذكر
١- كبر حجم منطقة البطن فوق العانة، وذلك لكبر حجم الأعضاء التناسلية الداخلية .	١- كبر حجم الأعضاء التناسلية الخارجية .
٢- بدء أول طمث (حيض).	- عضو التناسل (الفرج أو القضيب) . - الصفن بما فيه الخصيتان . ٢- بدء القذف المنوي (الاحتلام)





لماذا تجل ابنتي؟!

حاول أن تكتشف مع فاطمة ومحمود أثر علامات البلوغ الثانوية على سلوكيات ابنتك:-

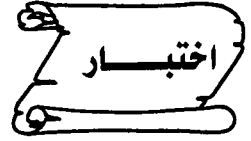
- 1- نحو الشعر في مناطق مختلفة من جسمها (العانة - الإبطين):
 - أ - تنزعج منه بشدة .
 - ب - مبهورة وفرحة بنفسها .
 - ج - الخجل الشديد .
- 2- استدارة الثديين وبروزهما :
 - أ - لا تلعب مع البنات ألعاباً عنيفة .
 - ب - تخفيهما باستمرار بكتبتها وذراعيها .
 - ج - فرحة بهما وتقف تستعرض نفسها أمام المرأة .
- 3 - اتساع الحوض وكبر الردفين واستدارة الفخذين :
 - أ - الخجل الشديد فترتدي الملابس الواسعة .
 - ب - الشعور بأنوثتها فترتدي الملابس الضيقة الكاشفة .
 - ج - الخوف أن تكون سمينة المفرطة فتقوم بعمل ريجيم .
- 4 - النمو في الطول والوزن :
 - أ - تشعر أنها أفضل من باقي البنات .
 - ب - تقيس نفسها دائماً على طول أمها .
 - ج - الخجل من إحساسها أنها أكبر من سنها .

٥ - تمو الغدد العرقية :

- أ - تحجل من نفسها ورائحة العرق .
- ب - دائمة الاستحمام واستخدام العطور
- ج - لا تشترك في الجلسات العامة ومنطوية .

الآن . اجمع في ورقة خارجية رأس السؤال وإجابتك عليه فقط .

- تستطيع الآن أن تجيب على هذه الأسئلة :
- هل ابنتك من النوع الخجول جدا ؟
- لماذا تحجل ابنتك ؟
- هل فسرت لك الأسئلة السابقة بعض تصرفات لابنتك كنت تستغربها ؟



لماذا يخجل ابني؟!

حاول أن تستكشف مع فاطمة ومحمود أثر علامات البلوغ الثانوية على سلوكيات ابنك:-

ضع علامة على التعليق المناسب أو أضف أنت تعليقا تراه مناسباً.

- ١- نمو الشعر في مناطق متعددة من الجسم (العانة - الشارب- اللحية - الصدر-الأطراف - تحت الإبطين):
 - أ - يشعر أنها قذارة ليتها لم تكن .
 - ب - يشعر أنه أصبح رجلاً .
 - ج - لا يبالي وكأن شيئاً لم يحدث .
- ٢ - تغير الصوت إلى الخشن الجاف المرتفع :
 - أ - مترعج .
 - ب - متردد بين أنه يرفعه أو يخفضه .
 - ج- يخجل منه وعندما يبدأ في الكلام يسكت .
- ٣- اتساع الكتفين والصدر وبروز العضلات :
 - أ - شدة الإعجاب بقوته
 - ب- لا يُقدِّر قوته الجديدة فيكسر الأشياء .
 - ج- يمارس رياضة بدنية عنيفة .
- ٤ - نمو أعضاء الجهاز التناسلي الخارجية :
 - أ - الخجل ، مما يؤدي إلى لبس الملابس الواسعة .
 - ب - التبحح وارتداء الملابس الضيقة جداً .
 - ج- لا يهتم بالأمر .

٥ عندما اكتشف قصر وضيق ملابس العام الماضي :

أ - انزعج جدًا وثار .

ب - ضحك على نفسه .

ج - كان يعرف أن هذا سيحدث .

٦ - نمو الغدد العرقية وغازارة العرق :

أ - ينجل من رائحة العرق .

ب - يستحم دائمًا ويستخدم العطور .

ج - لا يهتم ولو شكوا كل من حوله .

اجمع في ورقة خارجية الأسئلة والإجابات فقط.

الآن تستطيع أن تجيب عن هذه الأسئلة :

- هل ابنك من النوع الخجول جدا ؟

- لماذا ينجل ابنك ؟

- هل فسرت لك الأسئلة السابقة بعض تصرفات لابنك كنت تستغربها؟

تذكر أن

البلوغ: هو نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنقل الطفل إلى الرشد

الغدد الصماء: من أهم أجهزة الجسم وتفرز الهرمونات التي تساعد أجهزة الجسم على القيام بمهامها، وأهم هذه الغدد المتعلقة بالبلوغ:

- ١- الغدد الكظرية (الفوق كلوية).
- ٢- الغدد الجنسية الذكرية والأنثوية.
- ٣- الغدة الدرقية.

قسم العلماء مرحلة البلوغ إلى ثلاث مراحل:

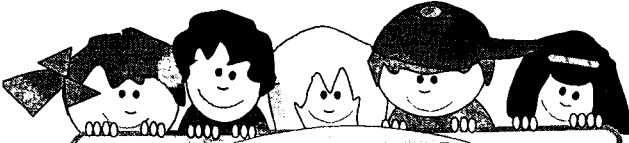
- ١- ما قبل البلوغ : وفيه تبدأ مظاهر البلوغ الثانوية.
- ٢- وسط البلوغ : وفيه تبدأ مظاهر البلوغ الأولية.
- ٣- اكتمال البلوغ: وفيه تكتمل المظاهر الخاصة بالبلوغ وتنضج وظيفة الجهاز التناسلي.

أهم مظاهر البلوغ الثانوية: نمو الشعر بالوجه وتحت الإبطين والعانة وظهور ثديي الأنثى وخشونة صوت الذكر

ومظاهر البلوغ الأولية : هي الاحتلام بالنسبة للذكر والحيض بالنسبة للأنثى

البلوغ ليس مجرد تغيير في فسيولوجيا وشكل الجسم ولكنه تغيير في سلوكيات وانفعالات وقدرات المراهق والمراهقة أيضًا

وتنسى أن



الفقرة الثانية

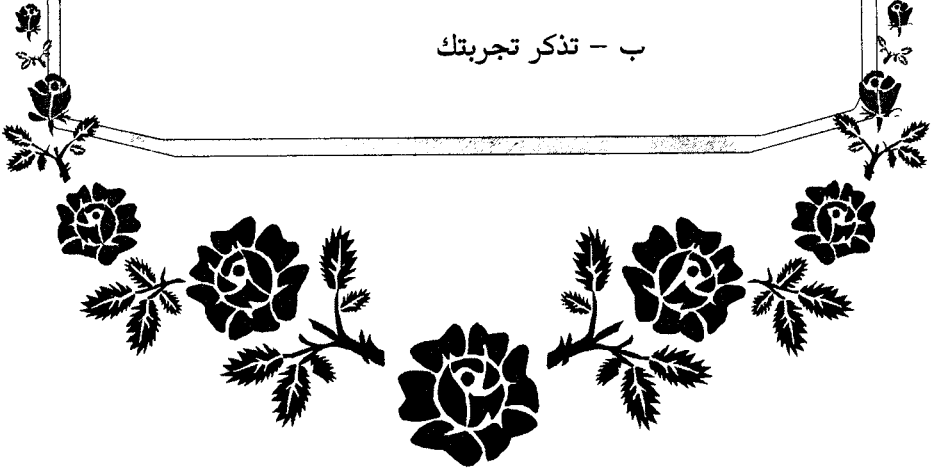
بلا خجل

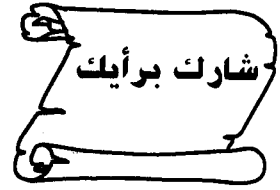
– الثقافة الجنسية في الكتب الفقهية

اختبارات

أ – الثقافة الجنسية

ب – تذكر تجربتك





انتشرت في الآونة الأخيرة الدعوة إلى التربية الجنسية
وتدريس الجنس اكتب رأيك حول هذا الموضوع
بصفتك والد في حوالى سبعة أسطر

مناقشة

- أهمية الموضوع
- طرق التدريس التي تقترحها ومصادرها
- مناسبة الموضوع لديننا وقيمنا وأعرافنا
- العوائق الأساسية أمام هذا الموضوع

وأخيراً

تذكر أن موضوعنا هو (بلا خجل)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الفقرة الثانية

بلا خجل

انتهت فاطمة من قراءة هذا الفصل حول أهم التحولات في البلوغ وهو النضج الجنسي وبدء عمل الجهاز التناسلي لدى الفتى والفتاة وبدأت تشعر أن المشكلة أصبحت أضخم وأن هذه المعلومات لم تزدها إلا حيرة.

كانت المعلومات في غاية الأهمية وخاصة أن ثقافتها وثقافة محمود زوجها ليست طبية ولكن السؤال الذي لازال يدور في ذهنها كيف أصل هذه المعلومات إلى عمر وحنان؟ بل كيف أتعامل معهما من خلال تلك المعلومات حول الجهاز التناسلي والحيض والاحتلام و..... و.....؟

ولما عرضت فاطمة هذه الحيرة على زوجها في جلسة المساء ابتسم لها مشجعاً

وقال

- وما للداعي إلى تلك الحيرة يا فاطمة؟ وما دافعك إلى هذه التساؤلات؟
- ابتسمت فاطمة في حيرة وقد بدأ وجهها يكتسي بجمرة الخنجل خفيفة وقالت
- ألا تعلم ما الداعي يا محمود؟ إنه الخنجل، الحياء.

قال محمود

-الخنجل أم الحياء

قالت فاطمة

-وما الفرق بينهما؟

قال محمود

- الحياء هو ذلك الخلق الحبيب الذي يدفع الإنسان إلى تجنب كل قبيح ذلك الذي عده رسول الله ﷺ شعبة من شعب الإيمان والذي قال عنه ﷺ **الْحَيَاءُ لَا يَأْتِي إِلَّا**

بِخَيْرٍ أَمَا الْحَجَلُ فَهُوَ تَطْرَفُ مِنَ الْحَيَاءِ يَمْنَعُ الْإِنْسَانَ أَحْيَاءًا مِنْ أَنْ يَأْخُذَ حَقَّهُ وَلِذَلِكَ قَالُوا

[لا حياء في الدين] أي لا حياء في تعلم الدين، وفرح النبي ﷺ بتلك المرأة التي جاءت تسأله سؤالاً مشابهاً لما نحن بصدده فقال [انظروا إلى هذه لم يمنعها حياؤها أن تسأل]، وَقَالَتِ السَّيِّدَةُ عَائِشَةُ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا نِعَمَ النِّسَاءِ نِسَاءُ الْأَنْصَارِ لَمْ يَمْنَعُهُنَّ الْحَيَاءُ أَنْ يَتَفَقَّهْنَ فِي الدِّينِ.

قالت فاطمة وهي مأخوذة بحديث زوجها

- ما حكايتها بالضبط يا محمود.

قال محمود

- روى مسلم عن عائشة أن أسماء سألت النبي ﷺ عن غسل المَحِيضِ فَقَالَ تَأْخُذُ إِحْدَاكُنَّ مَاءَهَا وَسِدْرَ نَهْهَا فَتَطَهَّرُ فَتُحَسِّنُ الطُّهُورَ ثُمَّ تَصُبُّ عَلَى رَأْسِهَا فَتَدْلُكُهَا ذَلِكَ شَدِيدًا حَتَّى تَبْلُغَ شَوْوْنَ رَأْسِهَا ثُمَّ تَصُبُّ عَلَيْهَا الْمَاءَ ثُمَّ تَأْخُذُ فِرْصَةً مُمَسَّكَةً فَتَطَهَّرُ بِهَا.

فَقَالَتْ أَسْمَاءُ وَكَيْفَ تَطَهَّرُ بِهَا؟

فَقَالَ ﷺ سُبْحَانَ اللَّهِ تَطَهَّرِينَ بِهَا .

فَقَالَتْ عَائِشَةُ كَأَنَّهَا تُخْفِي ذَلِكَ تَتَّبِعِينَ أَثَرَ الدَّمِ .

وَسَأَلَتْهُ عَنْ غُسْلِ الْحَنَابَةِ .

فَقَالَ ﷺ تَأْخُذُ مَاءً فَتَطَهَّرُ فَتُحَسِّنُ الطُّهُورَ أَوْ تُبْلِغُ الطُّهُورَ ثُمَّ تَصُبُّ عَلَى رَأْسِهَا فَتَدْلُكُهَا حَتَّى تَبْلُغَ شَوْوْنَ رَأْسِهَا ثُمَّ تُفِيضُ عَلَيْهَا الْمَاءَ .

فَقَالَتْ عَائِشَةُ نِعَمَ النِّسَاءِ نِسَاءُ الْأَنْصَارِ لَمْ يَكُنْ يَمْنَعُهُنَّ الْحَيَاءُ أَنْ يَتَفَقَّهْنَ فِي الدِّينِ.

بل أكثر من ذلك " ما رواه أحمد ومالك بالفاظ مختلفة عَنْ سَعِيدِ بْنِ الْمُسَيْبِ أَنَّ
أَبَا مُوسَى الْأَشْعَرِيَّ قَالَ لِعَائِشَةَ إِنِّي أُرِيدُ أَنْ أَسْأَلَكَ عَنْ شَيْءٍ وَأَنَا أَسْتَحْيِي مِنْكَ
فَقَالَتْ سَلْ وَلَا تَسْتَحْيِي فَإِنَّمَا أَنَا أُمُّكَ فَسَأَلَهَا عَنِ الرَّجُلِ يَغْشَى وَلَا يُنْزِلُ فَقَالَتْ عَنْ
النَّبِيِّ ﷺ إِذَا أَصَابَ الْخِتَانُ الْخِتَانَ فَقَدْ وَجَبَ الْغُسْلُ.

ويغشى : أي يجامع امرأته ولا يتزل سائلاً منوياً، وإذا أصاب الختان: أي تلامس
موضع ختان الرجل وختان المرأة فعليهما أن يغتسلا من الجنابة.
نظرت فاطمة إلى محمود في تعجب بالغ.

فقال لها:

- يا فاطمة

إن الأمر إذا فهمناه جيداً وعلّمنا أهميته وأدركنا أنه إن لم نكن نحن مصدر
المعرفة لأولادنا فسيكون غيرنا؟ وما أدراك من غيرنا؟
إذا أدركنا أن هذه المرحلة الجديدة عالم جديد مليء بالأسرار
والسراديب لابد أن نأخذ بأيدي أبنائنا إليه فسوف نتشجع ونزيل ذلك
الحجل المصطنع.

وابتسم محمود مكملاً:

- والحقيقة يا فاطمة إننا لا نحتاج كثيراً لتلك المعلومات العلمية وإن كانت مهمة
جداً لمن يريد، ولكن كل ما علينا أن نتذكره هو أننا عبرنا تلك المرحلة، ولدينا
فائض كبير من التجربة حولها .

بادلت فاطمة زوجها الابتسامة ولكنها كانت لا تزال في حيرة فقالت:

- أتذكر يا محمود عمر وحنان عندما كانا أطفالاً في سن الخامسة والسادسة وكانت
أسألتهم تنهال علينا فلا نملك إلا الابتسام وأهرب منهم إليك وقرب أنت منهم
وتراوغهم؟.

قال محمود وقد زادت ابتسامته :

- اذكر؛ ويألهما من أيام كانت الأسئلة من نوع : من أين جئنا ؟ كيف خرج

الطفل من بطن أمه ؟ لماذا يتزوج الرجل المرأة ؟ لماذا لا أتزوج أختي ؟

ضحكت فاطمة وقالت لمحمود وقد برقت عيناها من فرط انفعالها:

- فاكرا يا محمود لما سألك عمر مرة لماذا لا يلد بابا طفلاً ؟

انفجر محمود ضاحكا مع زوجته وقال:

- كانت أسئلتهم أكثر من ذلك يا فاطمة ألا تذكرين تلك الأسئلة :

أين يوجد الله ؟ هل الله إنسان مثلنا ؟ أين توجد الجنة ؟ أين يذهب الموتى ؟ أين

تذهب الشمس ؟

وكنا نحاول أن نبسط لهم المعلومات، وتذكرين تحذيري لك ألا تنهري الطفل

على أي سؤال وألا تكذبي وحاولي تبسيط المعلومة اعتماداً على ما عنده من

معلومات.

قاطعته فاطمة معترفة:

- اشهد بحكمتك في هذا الوقت يا محمود، الحقيقة؛ كنت تنقذي من كثير من

المواقف المخرجة

شعور الفتى عند البلوغ

قال محمود في جدية:

-وهذه مرحلة عمرية جديدة والأسئلة كثيرة والخطورة أن الطفل بطبيعته لا خجل

عنده يمنع من أن يسأل ولكن البالغ عنده شعور داخلي بالحياء يجعله يمتنع عن

السؤال فلا بد إما أن نشجعه أو نجيب له عن الأسئلة دون أن يسأل.

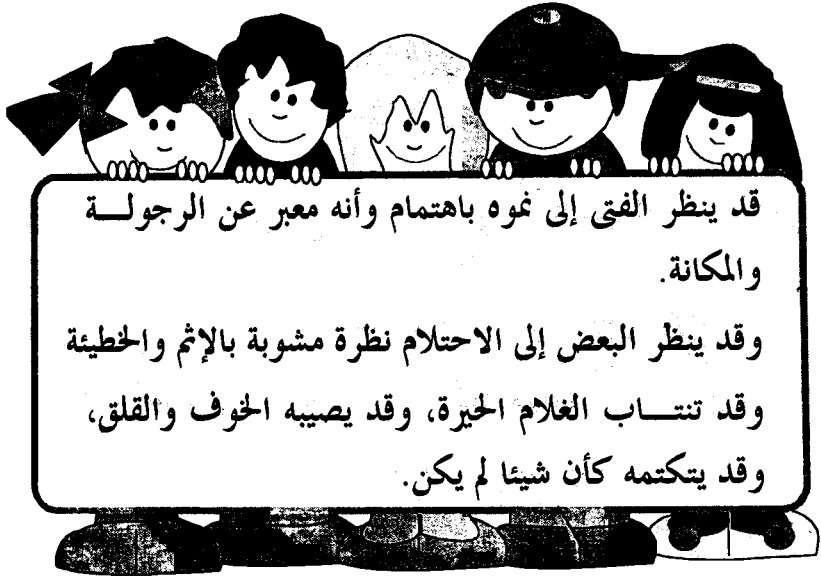
قالت فاطمة :

-شعور بالحياء!؟

قال محمود :

-نعم يا فاطمة؛ إن هذا النمو الجسماني الجديد يصاحبه نمو في الرغبة وهي نداء داخلي يقابله ما عنده من معلومات دينية وقيم في المجتمع تجعل عنده إحساساً بجيأ لا شعوري.

إن شعور الأولاد يختلف من واحد لآخر عند ظهور علامات البلوغ وخاصة الاحتلام.



وهنا تبدأ وظيفة الأبوين؛ بل قولي مفروض أن تبدأ قبل هذا فيضعون المعلومات المبسطة الملائمة لذلك السن أمام أبنائهم، وهنا نجد تحذيراً عريضاً من أن تكون المعلومات أكبر من سنهم، فسن الرابعة عشرة يحتاج معلومات غير سن السادسة عشرة.

أولاً: أن يشعروا الغلام والفتاة أن الحيض والقذف المنوي أشياء طبيعية، ووظيفة عادية من وظائف الإنسان تأخرت إلى هذا السن.
ثانياً: أن ننمي لدى الفتى والفتاة الاعتزاز أولاً بجنسهم، وبيان دور كل فرد في الحياة ذكراً كان أو أنثى، وعدم تكريس الصراع بينهما.
ثالثاً: الاعتزاز بمرحلة البلوغ، وإثبات طريق الرجولة الكاملة أو الأنوثة الكاملة الفعالة في المجتمع.

قاطعته فاطمة مبتسمة:

- مالك يا محمود انتظر شوية إيه التعليمات دي كلها أنت في معركة ؟

- قال محمود:

- لا تعليمات ولا حاجة، ولكن هذا أمر مهم لا بد أن نتنبه إليه، وأظن أن رسول الله ﷺ اهتم بهذه المرحلة قبل الوصول إليها.

فقد روى أبو داود وأحمد عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده قال قال رسول الله ﷺ **مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاصْرِبْهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرٍ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ**

شعور الفتاة عند البلوغ

قالت فاطمة كأنها تذكرت شيئاً:

- لقد بينت لي شعور الفتى عند البلوغ فما شعور الفتاة ؟

قال محمود:

- اسألي نفسك.

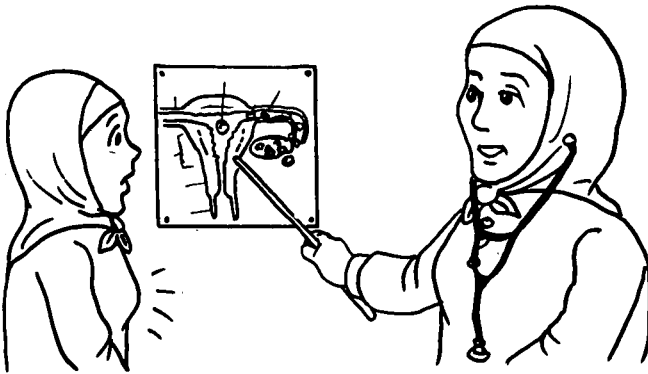
ابتسمت فاطمة وقالت:

الحقيقة لما قرأت تلك الإحصائية حول شعور الفتيات نحو أول حيض، وأن أكثر من النصف يشعرون بالدهشة، لم أتعجب فإني أذكر حوادث كثيرة حدثت لنا وأنا في المرحلة الإعدادية والثانوية، أذكر منها حادثة أن إحدى زميلاتنا وهي خارجة من الفصل وجدنا في ملابسها بقعة كبيرة من الدماء، فلما نبهناها كادت يغمى عليها، وأسرعنا بها إلى المشرفة الاجتماعية، وانفجرت هناك في البكاء، وحاولنا تهدئتها.. ولما سألتها المشرفة:

– ألا تعلمين أن كل فتاة تبدأ في الحيض يوماً ما ؟

هزت رأسها بالنفي، فبدأت المشرفة في توضيح الأمر لها ولنا جميعاً، وطلبت ولي أمرها فجاء وأخذها وهي في اضطراب شديد، وجلست أسبوعاً لا تحضر المدرسة.

الوحدة الصحية المدرسية



ابتسم محمود وقال وهو ينظر إليها :

- أريد أن أعرف تجربتك أنت.

قالت فاطمة في شجاعة ظاهرة:

- بسيطة لقد قامت ماما بالمهمة كاملة ففي سن عشر سنوات أو إحدى عشرة سنة أعطتني أمي معلومات كاملة حول هذا الموضوع، ولكن الحقيقة لما فاجأني الأمر اضطرت، إلا أنني تذكرت كلام ماما فذهبت إلى طيبة المدرسة، وجلست معها بعض الوقت، ولما عدت كنت فرحانة جداً؛ لقد أصبحت كبيرة.

قال محمود:

- من المعلومات المهمة التي لا بد أن تعرفها الفتاة في هذا الوقت: كيفية النظافة من هذا الشيء، وكيف تحافظ على نفسها من الدماء؟

ابتسمت فاطمة وقالت:

- كنا في المرحلة الثانوية تتباهى كل واحدة منا بنظافتها، ويا ويل من نجد في ثوبها بقعة دماء.

عادت إلى فاطمة مسحة الحيرة التي كست وجهها وقالت:

- ولكن يا محمود لم تخبرني كيف سنوضح لعمر وحنان-من بعده- تلك المعلومات؟ سأترك الأمر إذن لك.

قال محمود:

- لا يا فاطمة، كان هذا عندما كانوا أطفالاً، وكانت الإجابات تحتاج مراوغة وتبسيطاً، ولكن اليوم الموضوع يحتاج وضوحاً وصراحة، فقد يجدون لديك ما لا يجدونه عندي والعكس.

قالت فاطمة:

- إذن فعليّ حنان، وعليك عمر.

الثقافة الجنسية في الكتب الفقهية:

قال محمود:

- الأمر أبسط من ذلك يا فاطمة، إن تراثنا يحوي كتباً تتحدث عن هذه الثقافة بأسلوب لم يسبق من قبل وتناسب تلك المرحلة.

قالت فاطمة:

- وبما هذه الكتب يا محمود؟ وإذا كانت موجودة في تراثنا لماذا يكثر الكلام على الثقافة الجنسية، وتعليم الأولاد الجنس وهذا الكلام غير محدد حتى يكاد الإنسان يشك فيه.

قال محمود:

- أتذكرين يا فاطمة حديث: [مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرٍ]

قالت فاطمة:

- كنت أقرأه [علموا أولادكم].

قال محمود:

- وهذه رواية أخرى للحديث، وتفيد تعليم الصلاة، وتذكرين يوم أن علمناهم الوضوء والصلاة؟

هناك باب كبير من أبواب الطهارة لم نطرقه يومها.

قالت فاطمة:

- أظنك تقصد باب الغسل؟

قال محمود:

- نعم يا فاطمة هو باب الغسل.

أن باب الغسل في كتاب الطهارة مصدر جيد من مصادر الثقيف لهذه المرحلة

وتتميز دراسته بعدة مزايا، منها:

- العرض الديني الذي لا يخرج الموضوع عن حديثه، ويجعله قريباً إلى المتعلم من خلال حافز الثواب.
- استخدام مصطلحات شرعية؛ بل ونظيفة لما يتعلق بالأجزاء الجنسية، والعمليات المتعلقة بها فيزيل كثيراً من الحرج.
- وضع الأمر في نطاق العمليات الحيوية العادية للإنسان، وإدخاله تحت باب النظافة البدنية والطهارة الجسمانية.
- احترام الموضوع وعدم تقديره أو جعله تحت أبواب الخطيئة؛ فيلقي في الحلال روح الشاب أو الفتاة الاطمئنان، ويزيل كثيراً من مشاكل المراهقة بعد ذلك.

كانت فاطمة تنظر إلى زوجها نظرة إعجاب، لا تدري؛ بعظمة العرض الإسلامي لموضوع مثل هذا؟! أم لثقافة زوجها وحبه لدينه؟!

الأزهر والثقافة الجنسية

فأكمل محمود وهو يتناول مجلة بجواره وقال :

- وما يؤد هذا الكلام هذا المقال الذي ورد في افتتاحية مجلة الأزهر وهو بعنوان [الأزهر والثقافة الجنسية] يقول كاتبه^(١) :

(١) دكتور / على أحمد الخطيب - رئيس تحرير مجلة الأزهر

(طلب الأستاذ الزميل سمير عبد القادر كلمة في هذا الموضوع، وقد أجبته شاكراً له اهتمامه بنشرها كاملة في الأخبار، كما اهتم الأهرام المسائي بنشر مقدمتها في ١٩ من المحرم ١٤١٦هـ، ونثب الكلمة هنا بمجلة الأزهر حجة لنا أو علينا، راجياً توفيق المولى -عز وجل- إذا كان ثمة اتجاه إلى تدريس هذا الثقافة أن تكون في هذا الإطار الإسلامي الذي يجده القارئ بين يديه، والذي يمارسه الأزهر بين طلبته من البنين والبنات كل في معهده .

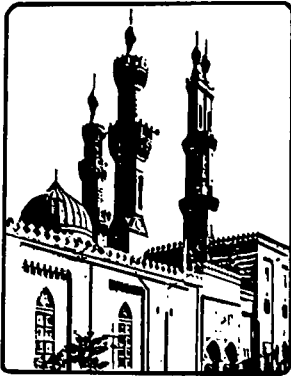
إن هدف التعليم يتضح في إيصال حقيقة علمية أو نظرية بواقعها إلى ذهن الطالب في وضوح

وهدف التربية إحاطة المعلومة بسلوك خلقى رفيع يمارسه الطالب عن قناعة

وقد استعاذ رسول الله ﷺ

"من علم لا ينفع" ونصح المسلمين

بقوله : "سلوا الله علماً نافعاً"



في هذا الإطار كان تدريس الجنس في الأزهر، وذلك بإعطاء كل شيء عن "حقيقته" في إطار "أحكامه الشرعية" سواء في ذلك الطالب والطالبة . بدايةً من سن الأولى الإعدادية

ونقدم هنا جانباً مختصراً للغاية عن بعض هذه الدراسة:-

أولاً : لكي يتعرف الطالب والطالبة .. بدقة على الوضوء ، ينبغي أن يعلموا أولاً نواقض الوضوء عند الرجل والمرأة على السواء ، وبالتالي يتعرفان على كل ما

يُخرج من " السبيلين" لديهما مما ينقض الوضوء .. فيعرفان ألوان الماء الخارج من الرجل ، ومكان خروجه صراحة ، ويتعرفان على خصيصة هذا الماء من : بول ، ومذى ، وودي، ومني ، ووقت خروج كل من هذه الثلاثة الآخيرة ، وسبب خروجه، ثم كيفية الطهارة منه ، ومتى يكون خروج أي من الأربعة ناقضا للوضوء ، أو موجبا للغسل ، ومتى لا يوجب وضوءاً ولا غسلأ ؟

وتقتضى دراسة خروج المني معرفة أسبابه، وما كان منها حلالاً، أو حراماً ، أو مكروها ، وأحوال كُُلِّ.. وما يقتضيه خروج المني شرعا من وجوب الغسل! ويتعرفان كل من الطالب والطالبة- على ألوان الخارج من قُبَلِ المرأة صراحة ماءً أو دماءً : وأسبابها ، ومتى تمنع هذه الدماء مباشرة الرجل لزوجته ، ومتى لا تمنع مع وجودها ، ويعتبر الطالب الأزهرى ، ومثله الطالبة ، على علم دقيق بالتفريق بين دم الحيض والنفاس، ودم الاستحاضة ، ودرجات هذه الدماء كثافة ورقة ، وماء المرأة الذي يعقب الحيض تماما ، وهذا الأخير لا تعلمه أكثر النساء ، ثم هما -الطالب والطالبة أيضاً- على علم في هذا المقام بحال من ابتدأت الحيض، وما اعتادته ، وما ينبغي لكل منهما حيال هذا الخارج منها.

ثانياً : وإذا درسا الغسل كان عليهما أن يدرسا موجباته الخمس ، وفي مقدمتها المباشرة الزوجية ، وكيف تتم ، فيدرس كل منهما أمرها ، وواجب المرأة حيالها ، وواجب الرجل أيضاً، وآداب هذا المواصله حتى لا يقع الرجل على زوجته كما تقع البهيمة على أنثاها...إلخ.

وبعد... هذه لمحة سريعة لبعض ما يدرسه الطالب الأزهرى والطالبة في معهديهما ، فيثقفان ثقافة جنسية في إطار الأحكام الشرعية لكل حالة من حالات كثيرة جداً تنير لهما سبل المعرفة مع دين صحيح سليم...^(١)

(١) مجلة الأزهر - ربيع الأول ١٤١٦ هـ - أغسطس ١٩٩٥ م - الجزء الثالث السنة الثامنة والستون.

كانت فاطمة منتبهة بشدة لما يقرأ زوجها وبعد أن تأكدت أنه قد انتهى من قراءة المقال قالت:

- عظيم .. إذن فنحن نحتاج إلى قراءة جديدة في هذا الموضوع يا محمود، ونركز فيها على المعلومات التي يجب أن تصل لعمر وحنان.

أحضر محمود مجلداً متوسط الحجم من مكتبه، وجلس أمام زوجته التي تحركت في جلستها دلالة على الاستعداد الجيد والانتباه لما سيقول.

قال محمود:

- هذا كتاب فقه والكتب مثله كثيرة، والتشابه واضح بين أكثرها وإن كان يوجد فائدة هنا ليست موجودة في آخر وفائدة هناك ليست موجودة في هذا، إلا أن أصل المواضيع واحد والترتيب متطابق.



فتح محمود الكتاب وقال : تعالى أولاً نقرأ تحت هذا العنوان:

الحيض

بين العلماء تعريفه ووقته ولونه ومدته ومدة الطهارة بين الحيضين وكل هذا متروك في الغالب لعادة كل امرأة ولكن الحمد لله لم تخرج المعلومات في كتب الفقه عن الدراسات التي قام بها العلماء والمتوسطات التي بينها ولكن ما يهمنا هنا هو هذا العنوان :

ما يحرم على الحائض

تشارك الحائض مع الجنب في الآتي :

- ◆ الصلاة ولا تقضي ما فاتها من صلاة أيام حيضها
- ◆ الطواف بالبيت الحرام
- ◆ مس المصحف وحمله؛ ولكن الحائض يجوز لها التلطف بآيات القرآن كنوع من الذكر دون مس المصحف ولا يجوز للجنب على أرجح الأقوال^(١).
- وقال العلماء إنه يجوز للحائض والجنب حمل ومس الكتب والرسائل التي تحتوي على القرآن فإنها لا تسمى مصحفاً ولا تثبت لها حرمة المصحف.
- ◆ المكث في المسجد: ولكن يجوز لوقت غير طويل كالعبور منه أو إحضار شيء، ويحرم على الحائض زيادة على ما تقدم، وإن كان البعض قد أجاز حضور درس العلم إذا تأكدت المرأة من عدم تسرب الدماء وإن كان الأرجح عدم الجواز.

(١) انظر للتفصيل كتاب فقه السنة الجزء الأول للشيخ سيد سابق ، وكتاب المفصل في أحكام المرأة والبيت المسلم

الجزء الأول د. عبد الكريم زيدان

◆ الصوم: ويجب عليها قضاء ما فات من أيام الحيض.

◆ الوطء: أي المعاشرة الزوجية.

قال محمود بعد أن لخص لفاطمة الفصل السابق .

- ومناسب هنا يا فاطمة أن اذكر لك موقف غير المسلمين من الحائض وذلك مما ورد في صحيح مسلم والنسائي عن أنس أن اليهود كانوا إذا حاضت المرأة فيهم لم يؤاكلوها ولم يجامعوها في البيوت فسأل أصحاب النبي ﷺ فأُنزل الله تعالى (وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَرِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ) إلى آخر الآية فأمرهم رسول الله ﷺ أن يؤاكلوهن ويشاربهن ويجامعهن في البيوت وأن يصنعوا بهن كل شيء ما خلا الجماع .

وورد أن العرب كانوا ينصبون للحائض خيمة بعيدة تجلس فيها حتى تنقضي مدة حيضها.

وانظري إلى كلام الرسول ﷺ عن الحائض:

روى مسلم عن عائشة قالت قال لي رسول الله ﷺ ناوليني الخمرة من المسجد

قالت فقلت إني حائض

فقال ﷺ إن حيضتك ليست في يدك

وروى البخاري عن عائشة قالت كنت أرجل^(١) رأس رسول الله ﷺ وأنا حائض.

وروى أيضا عن عائشة قالت : كان النبي ﷺ يتكى في حجري وأنا حائض

ثم يقرأ القرآن

(١) أرجل: أسرح

واستمر محمود يقرأ:

الجنابة

هي نزول ماء الرجل والمرأة بشهوة سواء أثناء النوم وهو المسمى (الاحتلام) أو أثناء اليقظة وذلك بمعاشرة أو بدونه

والجنابة تحدث أيضا بدون نزول الماء وذلك في حالة التقاء الختانين أي تَغْيِب الحشفة (وهي مقدمة عضو الرجل) في فرج المرأة وإن لم يحدث إنزال فهاتان حالتا الجنابة، وهناك صور كثيرة تقع لا بد أن ننبه عليها:

١- إذا خرج المني من غير شهوة - بل لمرض أو برد - ليست جنابة ولا يجب الغسل. وانظري يا فاطمة إلى هذه القصة فإن فيها فوائد عظيمة:

قال مجاهد بينا نحن - أصحاب ابن عباس - حلق في المسجد وابن عباس قائم يصلي إذ وقف علينا رجل فقال : هل من مفت؟

فقلنا : سل

فقال: إني كلما بُلت تبعه الماء الدافق

قلنا : الذي يكون منه الولد ؟

قال : نعم

قلنا : عليك الغسل

قال : فولى الرجل وهو يرجع [أي يقول (إن الله وإننا إليه راجعون) لصعوبة

الأمر عليه، أنه كلما بال اغتسل] قال : وعجل ابن عباس في صلاته ثم قال

لعكرمة : علي بالرجل

وأقبل علينا فقال : أرأيتم ما أفتيتم به هذا الرجل عن كتاب الله؟

قلنا: لا.

قال : فعن رسول الله ﷺ ؟

قلنا : لا .

قال : فعن أصحاب رسول الله ﷺ ؟

قلنا : لا .

قال : فعنه ؟

قلنا : عن رأينا .

قال : فلذلك قال رسول الله ﷺ فقيه واحد أشد على الشيطان من ألف عابد .

قال : وجاء الرجل فأقبل عليه ابن عباس فقال : أرأيت إذا كان ذاك منك (يقصد

شكواه) .

أتجد شهوة في قبلك ؟

قال : لا .

قال : فهل تجد خدرًا في جسدك ؟

قال : لا .

قال : إنما هذه أبرد (أي مرض أو بسبب البرد) يجزيك منها الوضوء .



تنفست فاطمة في راحة كأنها كانت تعاني معاناة الرجل وقالت

- يا سلام! عظيم ابن عباس رضي الله عنه .

قال محمود :

- نعم عظيم، وعظيم كل عالم يسر للناس أمر دينهم وانظري يا فاطمة للألفاظ

المستخدمة هنا، إنها رقيقة ومعبرة وغير مخجلة .

المني : وهي كلمة قرآنية قال تعالى:

﴿ أَفَرَأَيْتُمْ مَا كُفِّرُوا ﴾ (الواقعة ٥٨)

وقال تعالى :

﴿وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ مِن نُّطْفَةٍ إِذَا تُمْنَىٰ﴾ (النجم ٤٦، ٢٥)

وقال تعالى :

﴿أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَن يُتْرَكَ سُدًىٰ أَلَمْ يَكُ نُطْفَةً مِّن مَّنِيٍّ يُمْنَىٰ﴾

(القيامة ٣٧، ٣٦)

الحيض : وهي أيضا كلمة قرآنية.

قال تعالى :

﴿وَاللَّائِي يَنسَنَ مِنَ الْمَحِيضِ مِّن نَّسَائِكُمْ﴾ (الطلاق ٤)

وقال تعالى :

﴿وَاللَّائِي لَمْ يَحِضْنَ﴾ (الطلاق ٤)

وقال تعالى :

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (البقرة ٢٢٢)

والاعتزال هنا هو اعتزال الوطاء أو الجماع.

الجنابة : وهي أيضا كلمة قرآنية.

قال تعالى :

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرُبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا﴾ (النساء ٤٣)

وقال تعالى :

﴿وإن كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا﴾ (المائدة ٦)

الماء الدافق : وهو استخدام جميل للقرآن في التعبير عن شيء قد يخجل ذكره مباشرة وهو المني.

وقد قال تعالى :

﴿فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ، خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ، يَخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ﴾ (الطارق ٥-٧)

القُبْل : وهي كلمة تعني العورة الأمامية للرجل أو المرأة، والدُّبُر: هي العورة الخلفية. وانظري كيف يعبر ابن عباس عن الشهوة بهذا التعبير الخفيف: وهل تجد خَدْرًا في جسمك ؟

ابتسمت فاطمة ابتسامة خفيفة دليل على الموافقة على ما يقول زوجها الذي استمر يكمل ما كان يتحدث فيه حول بعض الصور المتعلقة بالجنابة :

٢- إذا احتلم ولم يجد منياً فلا يغتسل ولكن إذا خرج بعد الاستيقاظ وجب عليه الغسل.

٣- إذا انتبه من النوم فوجد بللاً ولم يجد احتلاماً، فإن تيقن أنه مني فعليه الغسل، وإن شك هل هو مني أو غيره فعليه الغسل احتياطياً، ومني الرجل أبيض لزج، ومني المرأة أصفر رقيق.

٤- إذا تحرك الماء(المني) داخل ذكره ولم يتزل فليس عليه غسل ولكن إذا تحرك بعد ذلك فخرج فعليه الغسل، ذلك إن لم يكن هناك إيلاج.

٥- إذا رأى في ثوبه منياً لا يعلم وقت حصوله، وكان قد صلى يلزم إعادة الصلاة من آخر نومة له إلا إذا تيقن موعده فيعيد من وقت يقينه.

٦- المني ليس نجساً وإنما هو طاهر ويكفي لإزالته فركه، إن كان جافاً، وغسله بالماء إن كان رطباً.

٧- هناك سائل أبيض يتزل أثناء الشهوة قبل المني واسمه (المذي) ويجب منه الوضوء ولا يجب الغسل وينقض الوضوء ويجب غسل القبل منه ثم الوضوء.

قالت فاطمة في إعجاب بعد أن أنهى محمود القراءة:

- أجمال ما في الفقه يا محمود أنه يجيب عن كثير من الأسئلة في نفوسنا، ويتوقع استفساراتنا فيضع لها الحل.

قال محمود مداعبا:

- وبلا عجل.

ردت فاطمة موافقة:

- وبلا عجل.



الغسل

عدل محمود الكتاب بين يديه ليهمم بالقراءة فقاطعته فاطمة قائلة:

-ماذا ستفعل؟

قال: نقرأ الموضوع الرئيسي [الغسل]

- قبل أن نقرأ أخبرني كيف سنضع هذه المعلومات بين يدي أولادنا؟

ابتسم محمود مداعبا:

- مرة ثانية

أولاً: لا بد للوالدين أن تكون عندهم دراية بهذه المعلومات.

ثانياً: إن الفصل الدراسي هو أنسب مكان لتعلم مثل هذه المعلومات، والمعلومات

التي سبقت حول التكوين الجديد للبالغ، ولا أدري لماذا لا تُدرّس هذه

المعلومات بكثافة للأولاد في المرحلة الثانوية؟

ثالثا: أن نضع بين يدي البالغ كتابا صغيرا أو شريط تسجيل يحوي هذه المعلومات في صياغة تناسب سنه.

رابعا: أن يكون في البيت لقاء ولو أسبوعي تدور فيه الموضوعات بين الوالدين والأولاد وتتعدد وتتفرع ويأتي هذا الموضوع عرضا في مواعده فيسهب الوالدان في المعلومات حوله.

خامسا: الحب وسعة الصدر واستئناس الأولاد حتى يخرجوا مكنون صدورهم من الأسئلة.

سادسا: المتابعة الجيدة دون إشعار بالرقابة حتى تكون أيدي الوالدين أول ما يجد الفتى أو الفتاة عندما يحدث خلل.

وأخيرا: لا بد من إعداد كمية كبيرة من الملابس الداخلية لهم وأدوات ووسائل النظافة للفتاة وتكون تحت تصرفهم حيث لا يسألون عليها.

انتهى محمود من كلامه الذي كان يقوله ببعض الحماس ثم نظر إلى وجه زوجته التي لم تزد على أنها ابتسمت متفهمة.

الغسل

وعاد محمود يقرأ في كتابه الفقهي عن الغسل:

معناه: تعميم البدن بالماء

مشروعيته: لقوله تعالى ﴿وإن كنتم جنبا فاطهروا﴾ (المائدة ٦)

وقوله تعالى:

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أذى فَأَعْتَرِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ﴾ (البقرة ٢٢٢)

موجباته: أهم ما يهمنا من موجباته الحالتان اللتان تحدثنا عنهما من قبل : الحيض والجنابة .

أركانه: إثنان : النية وغسل جميع الأعضاء بالماء.
كيفية وسننه:

١- النية.

٢- غسل اليدين ثلاثا.

٣- يتوضأ كاملا كالوضوء للصلاة .

٤- غسل الفرج.

٥- يفيض الماء على رأسه ثلاثا وجسده مع تخليل الشعر (أي توصيل الماء إلى الرأس)

٦- يفيض الماء على سائر جسده بادئا بالشق الأيمن ثم الأيسر مع تعاهد الإبطيين وداخل الأذنين والسرة وأصابع الرجلين وذلك ما يمكن ذلك من البدن.

وقد وصفت السيدة عائشة غُسل النبي ﷺ وصفا دقيقا مسجلا في كتب الفقه.

غسل المرأة

كغسل الرجل إلا أن المرأة لا يجب عليها أن تنقض صغيرتها إن وصل الماء إلى أصل الشعر، فقد روى احمد ومسلم عن أم سلمة قالت قلت يا رسول الله إنني امرأة أشدُّ ضفر رأسي فأنقضه لغسل الجنابة؟ قال ﷺ إكَمَا يَكْفِيكَ أَنْ تَحْتَمِي عَلَيَّ رَأْسَكَ ثَلَاثَ حَيْثَاتٍ ثُمَّ تُفِيضِينَ عَلَيْكَ الْمَاءَ فَتَطْهَرِينَ تَحْتَمِي عَلَيْهِ ثَلَاثَ حَيْثَاتٍ مِنْ مَاءٍ ثُمَّ تُفِيضِينَ عَلَيَّ سَائِرَ جَسَدِكَ فَإِذَا أَنْتِ قَدْ طَهَرْتِ.

ويستحب للمرأة عندما تطهر من حيضها أن تأخذ قطنة وتضيف إليها بعض المسك أو الطيب (الرائحة الطيبة) ثم تتبع آثار الدم لتطيب المحل وتزيل رائحة الحيض الكريهة إن وجدت.

الأغسال المستحبة :

وهناك بعض الحالات يستحب فيها الغسل ، مثل:

١- غسل الجمعة:

روى أحمد عَنْ أَبِي سَعِيدِ الْخُدْرِيِّ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ غَسَلُ الْجُمُعَةِ
وَاجِبٌ عَلَى كُلِّ مُحْتَلِمٍ

والمراد بالاحتلم أي البالغ والمراد بالوجوب تأكد استحبابه.

٢- غسل العيدين.

٣- غسل الإحرام للحج والعمرة.

٤- غسل دخوله مكة.

٥- غسل الوقوف بعرفة.

مسائل تتعلق بالغسل:

(١) يجزئ غسل واحد عن الحيض والجنابة أو عن جمعة وعيد وعن جنابة

وجمعة إذا نوى كل ذلك

(٢) إذا اغتسل ولم يكن قد توضأ يقوم الغسل مكان الوضوء .

(٣) يجوز للجنب والحائض إزالة الشعر وقص الأظافر والخروج إلى السوق

وغيره من غير كراهة وإن لم يتوضأ.

(٤) لا يجوز الاستحمام أمام الناس

فقد روى مسلم عن أبي سعيد الخدري أن رسول الله ﷺ قال لا ينظر الرجل إلى عورة الرجل ولا المرأة إلى عورة المرأة

إلا الزوجان فيحوز أن يغتسلا معا وفي إناء واحد وبمائه أو مائها.

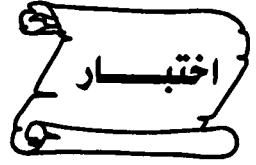
(٥) لا بأس بتنشيف الأعضاء بمنديل أو نحوه في الغسل والوضوء صيفا وشتاء

(٦) يجوز اغتسال ببقية ماء الغسل .

لما رواه الترمذي وقال حديث حسن صحيح عن ابن عباس قال اغتسل بعض أزواج النبي صلى الله عليه وسلم في جفنة فأراد رسول الله ﷺ أن يتوضأ منه فقالت يا رسول الله إني كنت جنباً.

فقال إن الماء لا يجنب .





تذكر تجربتك

اكتب خمس جمل حول أحاسيسك ومشاعرك الشخصية عندما شعرت ببداية بلوغك ونحو علامات البلوغ؟

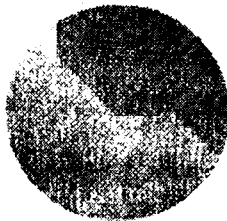
..... ١

..... ٢

..... ٣

..... ٤

..... ٥



تذكر أن :

الخجل هو العقبة الأساسية أمام تربية المراهق

- ◆ التربية الجنسية أمر مهم في مراحل التربية المختلفة ولكن لا بد من وضع أسلوبها في الاعتبار وإلا تتحول إلى مداعبة واسترضاء للشهوات.
- ◆ كان الطفل يسأل بغض النظر عن الإحراج وذلك ليتعرف على الدنيا من حوله كذلك المراهق له استفسارات ليتعرف على دنياه الجديدة ولكن يمنعه الخجل والخوف.

- ◆ يجد المراهق في نفسه شعورا خاطئا بالإثم ناتجا من تفجر الشهوة الجنسية عنده
- ◆ على الوالدين مراعاة تعلم سلوكيات المراهق في هذه المرحلة والبدء في توضيح الخفي عليه مع مراعاة أن لكل سن ما يناسبها من المعلومات.

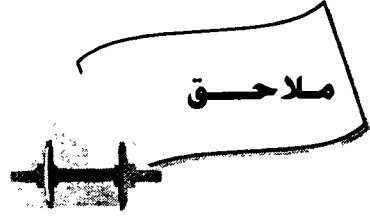
- ◆ في كتب الفقه غناء في موضوع التربية الجنسية وإرشادات المراهق إلى تغيرات بلوغه .

- ◆ دراسة باب الغسل طريق لمعلومات وفيرة ومصطلحات قيمة وشريعة متعلقة بمرحلة البلوغ.

- ◆ التربية ليست مجرد توجيهات وإرشادات وإنما هي عملية إخراج المراهق من حيرته وتوضيح الأمور له ووضع أقدامه على الطريق السليم.

- ◆ مرحلة البلوغ مرحلة تعليم وتثقيف ورعاية فعلى

الوالدين التعرف على كثير من وسائل التربية في هذه المرحلة حتى لا تكون التربية عقبة في سبيل تعليم الغلام والفتاة.

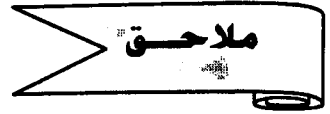


هل الحيض غول أم عقاب ؟

١- حول سن البلوغ عينة من الفتيات المصريات

٢- بحث حول انتشار أعراض الحيض لدى عينة من

تلميذات المدارس الثانوية المصرية



هل الحيض غول أم عقاب؟

- بعد أن انتهى محمود من القراءة التفت إلى زوجته فوجدها قد ذهبت يبصرها بعيدا وبعد لحظات قال لها :
- هه أين ذهبت ؟
- قالت فاطمة في أسي :
- مسكينة حنان ابنتي إني أتخيل ذلك الغول الذي اسمه الحيض عندما يأتيها وتلك الآلام التي ستعانيها.
- ابتسم محمود وقال لها:
- هل تعانين مثل هذه الآلام يا فاطمة ؟
- قالت فاطمة :
- ليس بالقدر الكبير ولكن كثير من النساء يشكون من الآم الحيض ومن أهن يشعرن أن الحيض كأنه عقاب على شيء فعلنه؟
- ضحك محمود وقال :
- يا الله الحيض إما غول أو عقاب (وهو طائر خرافي مثل الغول) ولا ثالث لهما؟
- لم تشاركه فاطمة الضحك ولكنها لازالت في أساها وقالت :
- صحيح يا محمود ما هي حكاية آلام الحيض هذه فأنا أحيانا أشعر ببعضها ولكن صديقاتي من النساء يصورنّها أنّها شيء فظيع.
- قال محمود وكأنه مستعد لهذا السؤال :
- لا بد أن نضع اعتبارا للفروق بين النساء فليس هناك حالة واحدة لكل امرأة.

- وحالة الآلام الرهيبة في أثناء الحيض تسمى عسر الطمث وتتمثل في تقلصات في البطن وآلام في الظهر وبعض التعب والإرهاق أما غير ذلك فيسمى أعراض الحيض، وهذه مجموعة من الدراسات الميدانية على البنات المصريات في سن الثانوي لخصتها لك لأني كنت متأكدا أنك تهتمين بهذا الموضوع فأنا أعرف حبك وخوفك الشديدين على حنان .

البحث الأول: حول متوسط سن البلوغ عند عينة من الفتيات المصريات

والسبحث الثاني: وهو ما يهمك جدا يا فاطمة وستجدين فيه معلومات ميدانية حول أعراض الحيض ومدى انتشارها بين الفتيات وأنه لا يكفي سؤال صديقة أو اثنتين للتعرف على الموضوع.

وسنرى في النهاية أن الحيض ليس غولا أو عقابا، وإنما هو حالة طبيعية من حالات البدن الصحيح يصاحبها بعض المعاناة ولكنها ستمر مع استمرار الحياة.



الملحق الأول

بحث حول سن البلوغ
لدى عينة من الفتيات المصريات

مقدمة :

البلوغ هو أول إشارة حقيقية للنضج الجنسي وأول حيض هو أول علامة للبلوغ لدى الفتيات وسن البلوغ ثابت يختلف من مجتمع لآخر وقد يتغير بمرور الزمن في نفس المجتمع، انظر الجدول التالي:

سن البلوغ	السنة
١٥,٥	١٨٥٥
١٣,٠٠	١٩٥٠

تغير سن البلوغ بمرور الزمن في إنجلترا والترويج

ويتأثر سن البلوغ بعوامل عدة منها:

- ◆ الفروق بين سن البلوغ للتوأم أقل من غيرهن.
- ◆ سن البلوغ لدى البنت ينخفض مع زيادة عمر الأم حين إنجابها للفتاه.
- ◆ يتأثر سن البلوغ بحجم الأسرة.
- ◆ يتأثر بنوع التغذية.
- ◆ يتأثر بالإثارة الجنسية فهو يختلف في الريف عن الحضر.
- ◆ وجدوا أن البنات اليابانيات اللاتي ولدن وترين في كاليفورنيا بأمريكا يصلن للبلوغ مبكرا بمقدار عام ونصف عن البنات اليابانيات اللاتي ولدن وترين في اليابان.

- ◆ يتأثر الإسراع به بتحسّن الحالة الاجتماعية والاقتصادية.
- ◆ المريضات بالسكر أسرع في البلوغ من غير المصابات.
- ◆ طويلة القامة قبل البلوغ أسرع من القصيرة في الوصول إلى سن البلوغ.
- ◆ البدينات تبلغن أسرع بثمانية أشهر من الهزيلات.
- ◆ التعرض لتنبهات عصبية في الطفولة يبكر بتاريخ أول الحيض.

تأثير سن البلوغ على الشخصية :

وتبكير سن البلوغ يؤثر على شخصية المرأة في رشدّها . كما هو موضح بالجدول التالي :

متأخر (١٤-١٥) سنة	متوسط (١٢-١٣) سنة	مبكر (١٠-١١) سنة
أكثر سيطرة وعدوانية ولديهن تفكير ناقد بدرجة كبيرة وأكثر شكًا في تصرفات الآخرين .	يملن إلى أن يكن أكثر أنوثة وانطلاقاً وشعوراً بالاعتزاز بجنسهن.	- لديهن ميل عندما يتقدمن في العمر لأن يصبحن محافظات بدرجة كبيرة - ليس لديهن تفكير نقدي - أكثر تراخياً واتكالياً واضطراباً - أكثر ثقة في الوالدين واعتماداً على الجماعة

الدراسة

الهدف: تحديد سن البلوغ لدى عينة من تلميذات المدارس الثانوية بمدينة الإسكندرية

العينة : مدى عمر البنات من ١٥-١٩ سنة

عدد الطالبات	الصف الدراسي
١٦٨	الأول
١٣٠	الثاني
١٤٢	الثالث
٤٤٠	المجموع

توزيع بنات العينة على الفصول

النتائج:

تراوح سن البلوغ من ١١-١٧ سنة

متوسط من ١٣-١٥ سنة : أكثر من نصف البنات ١٨,٥٨

مبكرًا من ١١-١٣ سنة : تزيد قليلا عن الثلث ٣٤,٥٥

متأخر من ١٥-١٧ سنة: قلة ٧,٢٨

النتيجة النهائية :

متوسط سن البلوغ بين ١٢-١٥ سنة

هذه الدراسة :

أجراها مجموعة من الباحثين في مجال علم النفس والأمراض النفسية والعصبية والصحة العامة.

وأقيمت في ندوة تربية الطفل المنعقدة في القاهرة بكلية التربية جامعة عين شمس في المدة من ٣-٧ مارس ١٩٧٩ .

ونشرت في نشرة بعنوان (بحوث في السلوك والشخصية) المجلد

الأول - تحرير د. أحمد محمد عبد الخالق طبعة دار المعارف ١٩٨١ .

الملحق الثاني

استخدام قائمة أعراض الحيض^(*) في بحث حول انتشار
أعراض الحيض وعسر الطمث لدى عينة من تلميذات
المدارس الثانوية

تعريفات :

أعراض الحيض (MENSTRUAL SYMBTOMS): هي الظهور المتكرر والدوري لشكاوى
بدنية أو نفسية إما قبل الحيض بأيام أو خلال النزف الحيضي ذاته
عسر الطمث (DYSMENORRHEA) : هو ألم يحدث في الظهر وأسفل البطن وقت نزول
الحيض أو حوله

مقدمة :

قامت عدة دراسات حول أعراض الحيض بينت الآتي:

- من أعراض ما قبل الحيض : الشعور بضيق الملابس وتصلب اليدين وإنتفاخ
الثديين.
- ٣٠% - ٤٢% من النساء ذوات الصحة الجيدة زاد وزنهن ١,٤ كجم
أو أكثر في فترة ما قبل الحيض
- ينتشر الصداع في وقت الحيض
- وفي دراسة حول ٧٠ سيدة وجدت النسب الموضحة في الجدول التالي:

(*) وضعها العالم الروسي (رودلف موسى) وتسمى MQD وهي اختصار Questionnaire Menstrual Distress
وترجمها (اختبار الضيق المرتبط بدورة الحيض) وترجمها الباحث العربي إلى (قائمة اعراض الحيض).

النسبة	العرض	النسبة	العرض
٤٧%	- من الاكتاب.	٦٩%	- من يعانين من عدم الاستقرار الانفعالي
٣٦%	- من آلام الفخذين.	٦٥%	- من الصداع
٩%	- من انتفاخ البطن	٥٠%	- من آلام الظهر

◆ غالبية النساء يشكين من آلام الثديين مع زيادة الشهية وآلام أسفل البطن.

◆ وقلة تعاني من الغثيان والقيء وزيادة الرغبة الجنسية.

الدراسة :

اشتملت العينة على ٤٤٠ طالبة من الصفوف الدراسية الثلاثة في المدارس الثانوية وكان متوسط أعمار التلميذات ١٧,٩ ١٨,١٨ عاما.

المقياس :

استخدمت (قائمة أعراض الحيض) ولكن في ثلاث حالات :

١- قبل الحيض

٢- أثناء الحيض

٣- لا يحدث هذا العرض

- أثبت البحث أن : العرض غير منتشر : إذا كانت النسبة المئوية لعدم حدوثه أكبر من ٨٥%. العرض منتشر : إذا كانت النسبة المئوية لمجموع حدوثه أكبر من ٨٥%. العرض متوسط الانتشار : إذا كانت نسبة الحدوث أقل من ٨٥% وعدم الحدوث أقل من ٨٥%

وأما عن انتظام دورة الحيض فكانت : ٧٢,٧% من العينة : منتظمة

٢٧,٣% من العينة : غير منتظمة

نسبة الحدوث	متوسط الانتشار	نسبة عدم الحدوث	أعراض غير منتشرة	نسبة الحدوث	أعراض منتشرة
٣٠,٩	١-تناقص الكفاءة	١٠٠	١-تصلب العضلات	١٠٠	١-الصداع
٢٢,٨	٢-الدوخة أو الإغماء	٩٥,٥	٢-آلام عامة في الجسم	٩٤,١	٢-تقلصات البطن
٤٤,٥	٣-الغثيان أو القيء	٩١,٤	٣-الأرقى	٩٩,٥	٣-آلام في الظهر
٣٣,٢	٤-اضطرابات جلدية	١٠٠	٤-النسيان	٩٩,٥	٤-التعب والإرهاق
٢٧,٣	٥-آلام في الثديين	١٠٠	٥-الارتباك		وهذه هي أعراض عسر الطمث المعروفة
٢٠,٠	٦-انتفاخ في البطن	٩٧,٧	٦-نقص القدرة على الحكم		<i>Disminorrhia</i>
١٧,٣	٧-البكاء	٩٨,٢	٧-صعوبة التركيز		
١٥,٥	٨-الإحساس بالوحدة	٩٩,١	٨-تشتت الانتباه		
٣٠,٩	٩-القلق	١٠٠	٩-يقبل تماسق الحركات		
٣٨,٢	١٠-تسهل استنارتك	٩٢,٣	١٠-انخفاض الأداء المدرسي		
٢٩,٥	١١-تقلب المزاج	٩٠,٤	١١-ملازمة الفراش		
٤١,٨	١٢-الاكتئاب	٩٤,٥	١٢-تجنب النشاط الاجتماعي		
٢٤,١	١٣-التوتر	٩٨,٦	١٣-الإحساس بعرق بارد		
٢٠,٠	١٤-الإثارة	٩٩	١٤-تكرار سخونة الجسم		
		٩٨,٦	١٥-زيادة الوزن		
		٩٣,٢	١٦-الاضطرابات		

هذه الدراسة :

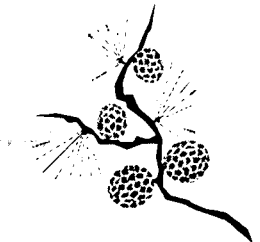
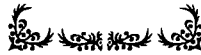
قام بما مجموعة من أساتذة علم النفس والصحة العامة ونشرت في نشرة بعنوان بحوث في السلوك والشخصية المجلد الثالث ، تحرير د.أحمد محمد عبد الخالق طبعة دار المعارف ١٩٨٣

تذكر أن

◆ حيض الأنثى ليس غولا ولا هو عقابا لها وإنما هو عملية فسيولوجية عادية متعلقة بنمو الجهاز التناسلي للمرأة واستعداده لأداء مهمته الطبيعية

◆ متوسط سن الفتيات المصريات عند أول حيض هو ١٣,٥ سنة تقريبا

◆ في بحث حول أعراض الحيض وعسر الطمث لدى الفتيات المصريات وجد أن : الأعراض الأكثر انتشارا هي أعراض الألم المتمثلة في الصداع وتقلصات البطن وآلام الظهر والتعب والإرهاق أما بقية الأعراض وإن كان هناك بعض الشكوى منها إلا أننا لا نستطيع أن نقول عنها منتشرة أو ظاهرة.



ملخص الفصل الأول

حول النمو الفسيولوجي

- ◆ البلوغ : هو نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنقل الطفل إلى مشارف الرشد
- ◆ في الجسم جهاز يحتوي على ثمانية من الغدد الصماء تفرز إفرازاتها في الدم مباشرة وتسمى (هرمونات) وهي العوامل المهمة جدا في مباشرة الجسم لمهامه الحيوية
- ويقود هذه المجموعة من الغدد غدة أساسية هي الغدة النخامية وتقوم بدور الاتصال بين الغدد وبين الجهاز العصبي
- ◆ أهم هذه الغدد والمتعلقة بمرحلة البلوغ هي :
 - ١- الغدة التناسلية الذكرية
 - ٢- الغدة التناسلية الأنثوية.
- ويبدأ عمل هذه الغدد مع نمو الجهاز التناسلي ويبدء عملها تبدأ مرحلة البلوغ
- ◆ تستمر الغدد التناسلية كاملة في الجسم لا تعمل بفعل إيقاف الغدة الصنوبرية والتموسية لعملها ولذلك تضر هاتان الغدتان قبل البلوغ أو بعده مباشرة.
- ◆ للغدة الكظرية وخاصة القشرة أهمية كبرى في تحديد واحتفاظ كل من الذكر والأنثى بصفاتهم الذكرية والأنثوية المميزة.
- ليست الغدد مجرد عوامل مهمة في عملية النمو والوظائف الفسيولوجية فقط وإنما تتدخل في سلوك الإنسان وانفعالاته وقدراته العقلية وعلاقاته الاجتماعية .

قسم العلماء مراحل البلوغ إلى ثلاث مراحل :

المرحلة الأولى	ما قبل البلوغ	وفيها تبدأ المظاهر الثانوية للبلوغ.
المرحلة الثانية	المرحلة الوسطى	وفيها تبدأ عمل الغدد الجنسية. ويحدث أول حيض عند الفتاة. وأول احتلام عند الفتى .
المرحلة الثالثة	اكتمال البلوغ	وفيه تكتمل المظاهر الثانوية للبلوغ وتكتمل وظيفة الجهاز التناسلي.

المظاهر الثانوية للبلوغ: أهمها نمو شعر العانة والإبطين / وظهور شعر خفيف في الشارب والذقن بالنسبة للولد / وبروز الثديين بالنسبة للأنثى / وخشونة صوت الولد / ورقة الصوت بالنسبة للبنات

للمظاهر الثانوية تأثير على تصرفات البالغ حيث يشعر أحيانا بالخجل من هذه المظاهر وأحيانا يشعر بالفخر وتحاول البنت عمل رجم ظنا منها أن تضخم الصدر ومنطقة الأرداف والفخذين نوعا من السمعة .

المظاهر الابتدائية أو الأساسية للبلوغ :

أهمها أول حيض للأنثى وأول قذف منوي للذكر وهما عمليتان حيويتان تتعلقان بنشاط الجهاز التناسلي

الخجل : هو السمعة الأساسية لمرحلة البلوغ وهو أهم عقبات التعامل مع المراهق كما كان الطفل ينهال بالأسئلة للتعرف على الدنيا من حوله بغض النظر هل الأسئلة محرجة أم لا فإن المراهق عنده أسئلة واستفسارات كثيرة وتقلقه بسبب نموه الجديد ولكن يمنعه الخجل — غالبا — من الإفصاح عنها.

يجد المراهق في نفسه شعورا بالإثم أمام تفجر الطاقة الجنسية عنده

على الوالدين مراعاة تعلم سلوكيات المراهق في هذه المرحلة والبدء في توضيح ما يخفي عليه مع معرفة إن لكل سن ما يناسبها .

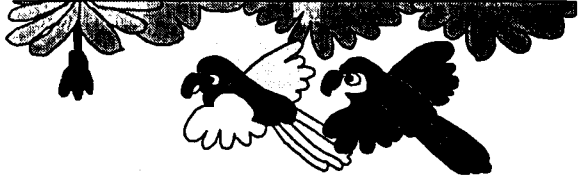
إن كتب الفقه الإسلامي -والتي تتكلم عن الطهارة والوضوء والغسل- لغنية بالوفير من المعلومات حول التربية الجنسية، ودراسة تلك الأبواب طريق لتلك التربية دون الدخول في أي حرج .

حيض الأنثى : ليس غولا ولا عقابا لها وإنما هو عملية فسيولوجية عادية متعلقة بنمو الجهاز التناسلي للمرأة واستعداده لأداء مهمته الطبيعية .

متوسط سن الحيض عند الفتيات المصريات هو ١٣,٥ سنة تقريبا

في بحث حول أعراض الحيض وعسر الطمث لدى الفتيات المصريات وجد أن الأعراض الأكثر انتشارا هي أعراض الألم المتمثلة في الصداع وتقلصات البطن وآلام في الظهر والتعب والإرهاق أما بقية الأعراض - وان كان هناك بعض الشكوى منها إلا أننا لا نستطيع أن نقول عنها إنها منتشرة أو ظاهرة

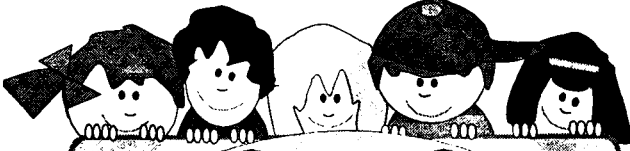




الفصل الثاني

النمو المتدفق





الفقرة الأولى

ماذا حدث لي؟!

- ماذا حدث لعمر؟!
- البنات تكبر قبل الولد .
- الجنين يكبر أكثر .
- مطبات في الوجه



الفقرة الأولى

ماذا حدث لي؟!

ماذا حدث لعمر؟!

-يا ماما الحقيني يا ماما

أسرعت السيدة فاطمة عندما سمعت نداء ابنها عمر إلى حجرته فوجدته يقف في منتصفها وأمامه كومة كبيرة من الملابس وهو يرتدي قميصا من قمصان الصيف الماضي .

قالت فاطمة :

-مالك يا عمر؟ ماذا حدث؟

أمسك عمر جانبي القميص بيديه

وقال في انفعال وغضب شديدين :

-كل ملابسي ضاقت علي !!

انظري إلى هذا القميص لم تعد

أزراره تغلق على صدري !!

انظري إلى الأكمام كيف

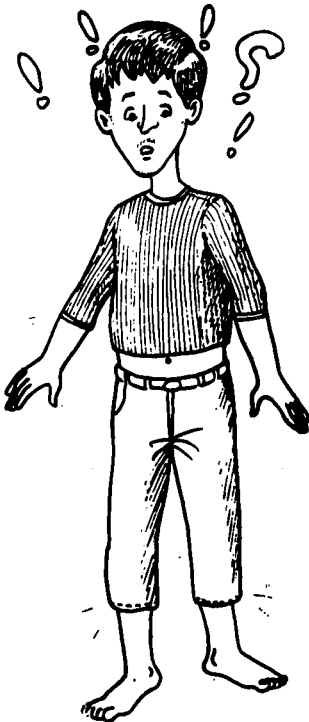
قصرت علي !

كل بنطلوناتي ضاقت وقصرت

علي !!

انظري إلى هذا الجاكيت الذي

كنت أعتز به لم يعد يصلح لي !!



وكان عمر يتحدث بانفعال بالغ ويمسك الملابس التي يلقيها هنا وهناك وكأنه في حيرة من أمره.

ولكن ابتسمت أمه وقالت في هدوء :

- أليست هذه ملابس الصيف الماضي يا عمر؟

لا زال عمر في انفعاله وصرخ وهو يقول :

- الصيف الماضي !! وتقصّر بهذه الطريقة !! ماذا حدث لي ???!!

هل ترى داعياً لانفعال عمر الشديد؟

هل تستطيع أن تجيب عن سؤال عمر: ماذا حدث لي؟

ماذا تنصح فاطمة إن تتصرف في هذا الموقف؟



كانت فاطمة قد استعدت لمثل هذه المواقف وأصبح لديها معرفة بكثير من تطورات هذه السن فربتت على كتف ابنها تطمئنه وقالت:

- لم يحدث شيئاً يا عمر لقد كبرت وأصبحت رجلاً.

وأخذت تجمع الملابس المبعثرة في الحجرة وهي تكمل:

- سوف يشتري لك بابا ملابس جديدة وسأحاول توسيع ما أستطيع من ملابسك هذه، اطمئن يا عمر .

طفرة النمو

في المساء حكّت فاطمة هذا الموقف لزوجها محمود من خلال ابتسامتها فضحك محمود وقال :

- لقد تصرفت جيداً يا فاطمة ويبدو أن ثقافتك التربوية زادت هذه الأيام

قالت فاطمة وكأنها تغيظه :

-البركة في بابا وكتبه

ابتسم محمود وقال لها معاتباً

-بابا فقط؟ على العموم الموضوع اليوم جديد وسترين أنني أنا أيضاً بركة

ابتسمت فاطمة وهي تقترب من زوجها وقالت في ود :

- أنت الخير والبركة يا سيدي هات ما عندك .

قال لها محمود :

- أتذكرين يوم تحدثنا عن طفرة النمو ؟

قالت فاطمة متذكّرة :

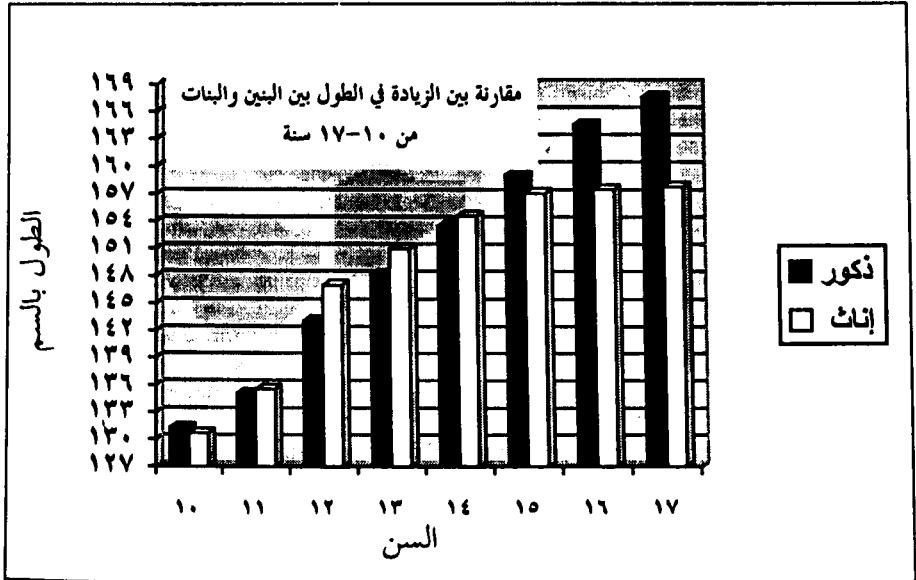
-نعم النمو الجسمي السريع ويومها قلت إنه يظهر في أربعة تغيرات:

ثم تبدأ البنت من سن ١١ أو ١٢ سنة في النمو حيث بدأت طفرة نمو وتكون أكبر من الولد المساوي لها في السن طولاً ووزناً،

وذلك حتى سن ١٤ سنة حيث بدأت طفرة نمو الولد ليسبق البنت بعد ذلك طولاً ووزناً، أي إن طفرة النمو تبدأ عند البنت من سن ٩ : ١٤ سنة وعند الولد من سن ١٦ : ٢٠ سنة ويستمر النمو السريع مع الولد حتى سن ٢٠ سنة، ويبطئ جدا عند البنت من سن ١٥ سنة .

ونلاحظ أيضاً أن طفرة النمو بالنسبة للبنات تبدأ قبل البلوغ الجنسي يعني نزول أول حيض ولكنها بالنسبة للولد تكون بعد أول احتلام غالباً وتستمر خلال البلوغ . وعند سن ١٨ سنة يظهر الفارق في الحجم بين الفتى والفتاة بوضوح . أشارت فاطمة إلى صفحة في الكتاب وقالت :

- هذا الرسم البياني يوضح هذا الفرق جداً يا محمود .



بعد أن فحص الزوجان الرسم البياني معا قالت فاطمة :

-ولكن ألا تكبر البنت بعد ١٥ سنة؟

قال محمود:

-تأخذ البنت طولها النهائي في سن ١٥ سنة ويأخذ الولد طوله النهائي في سن ١٨

سنة وتكون الزيادات طفيفة جدا حتى سن ٢٠ - ٢١ سنة.



الجنين يكبر أكثر

انتبه الوالدان على صوت عمر يدخل عليهما

وهو يقول لوالده :

-أرأيت يا بابا ماذا حدث لي ؟

قال محمود مبتسما :

-وماذا حدث يا عمر ؟

قال عمر وهو يرفع ذراعيه أمام أبيه ليريه

كميه القصيرين :

-لقد صغرت جميع ملابس علي يا بابا .

قال محمود :

-لم تصغر الملابس إنما أنت الذي كبرت .

قال عمر :

-كبرت ! لقد كبرت خلال هذا العام أكثر مما كبرت في أعوامي التي مضت .

ولكن الدهشة أصابت عمر عندما قال له والده :

-تعرف أن هذا غير صحيح .

جلس عمر على الكرسي أمام والده وأخذ ينظر إلى أمه التي كانت تنظر إلى أبيه

في دهشة كنظرة عمر الذي قال :

- ألم تضيق ملابسني علي يا بابا؟ لم تصغر علي بهذه السرعة من قبل .
قال محمود وهو يستند على كرسيه في هدوء مبتسما:

-أما الملابس فأنا لا أنكر أنك تحتاج إلى ملابس جديدة وسوف تكون عندك ملابس
إن شاء الله خلال يومين.

قال عمر منفعلا :

-ليست هذه المشكلة يا بابا
المشكلة أي أكبر بسرعة جدا
وأخاف أن أصبح أطول من اللازم
أو أضخم من اللازم ٠٠٠ و ٠٠٠
قاطعته والده في هدوء وقال :

- ولهذا قلت لك إن نموك هذا ليس
مفاجأة عظيمة في حياتك فقد مرت
عليك فترة لو استمر نموك بنفس
المعدل لأصبحت اليوم أطول من
برج القاهرة !!

قالت فاطمة وقد بدأ صبرها ينفذ:-
- هل الليلة ليلة الألباز يا محمود !؟

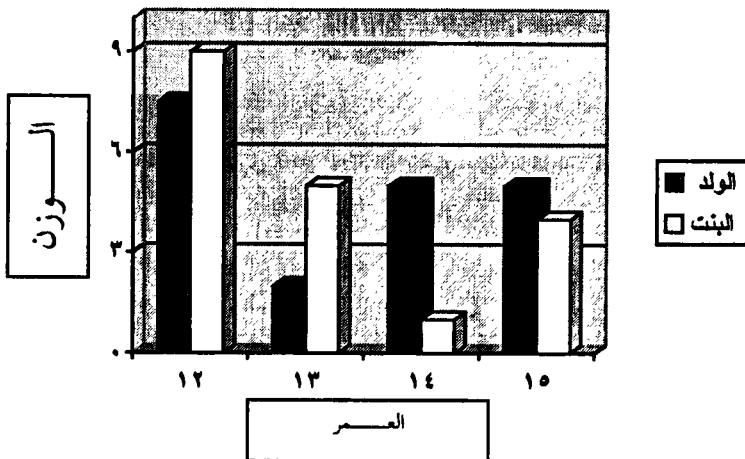
- لا.. فقط أنا لاحظت أنك يا عمر مترعج بعض الشيء من سرعة نموك هذه ولكن
أريد أن أذكرك بشيء إنك بدأت تكبر بسرعة منذ سنة أو سنتين مضتا، فقد زاد
طولك في سن ثلاث عشرة سنة عن السنة التي قبلها حوالي ٥-٦ سم، وزاد طولك
عندما أتممت أربع عشرة حوالي ٥-٦ سم، واليوم وأنت تقترب من عامك الخامس

عشر يزيد طولك عن العام الماضي حوالي ٥-٦ سم أي زاد طولك من سن ١٢ سنة إلى سن ١٥ سنه حوالي ١٨ سم أي بحجم مسطرة متوسطة أو شبر ونصف بكف يدي .

أخذ العجب عمر كل مأخذ وقال والده مكملًا حديثه:
- وكذلك الوزن يا عمر لقد زدت في الثلاث سنوات الأخيرة من ٩-١١ كجم

البنيت		الولد		العمر
الوزن	الطول	الوزن	الطول	
٩	١١	٧,٥	٨	١٢
٥	٤	٢	٥	١٣
١	٣	٥	٥	١٤
٤	٣	٥	٥	١٥
١٩ كجم	٢١ سم	١٩,٥ كجم	٢٣ سم	المجموع

كمية الزيادة في الطول والوزن في مرحلة البلوغ من ١٢-١٥ سنة للبنيت والولد



قال عمر باهتمام :

-ولذلك يا بابا كنت كثيرا ما أسأل نفسي : ماذا حدث لي؟! وانتبهت اليوم لذلك فانزعجت كثيرا

قال له والده :

- الأمر لا يدعو إلى الانزعاج يا عمر فلا زلت أقول لك إن هذه السرعة في النمو لا تساوي شيئا أمام سرعتك وأنت تنمو في بطن ماما.

قالت الأم وقد فهمت أن زوجها يريد أن يسترسل :

-اشرح لنا يا محمود .

قال الوالد :

-تعرف يا عمر أنك بدأت في بطن ماما عبارة عن خلية واحدة ؟ وتدرى ما هي

حجم الخلية!؟

قال عمر :

- نعم يا بابا فقد درسنا أن الخلية لا ترى بالعين المجردة ولا بد لها من ميكروسكوب مكبر .

قال الوالد :

-هذه الخلية التي تحتاج إلى تكبير مئات المرات لكي تستطيع رؤيتها بالعين المجردة

تصبح بعد تسعة أشهر وعند الولادة طفلا كامل النمو يزن عادة عند مولده من ٢,٥

إلى ٤ كجم يعنى هل تتصور أنها كبرت مائتي مليون مرة!؟

فتح عمر فمه متعجبا !

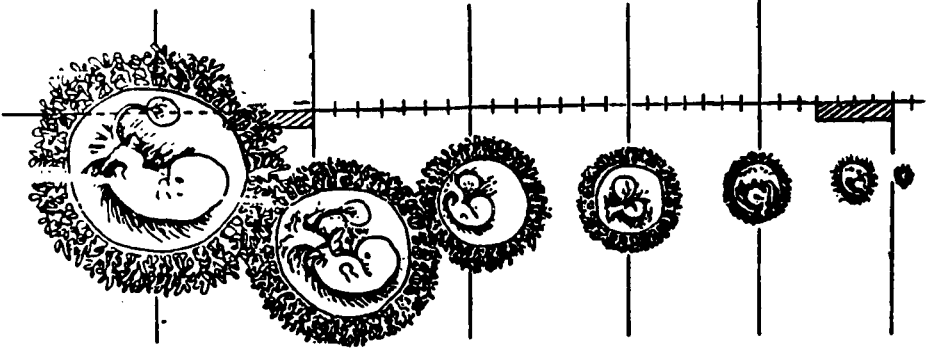
قال الوالد :

-يعنى خلال تسعة شهور يتحول الطفل من مجرد نقطة أصغر من النقطة الموجودة

فوق حرف (ن) بعشرات المرات إلى كائن بشرى حي يبلغ طوله حوالى ٥٠ سم وله

أصابع في يديه وقدميه وله عينان وشعر وأعضاء خارجية وداخلية.

نظر عمر إلى أمه وقد سبحت ربها في همس فردد معها :
- سبحان الله !



قال له الوالد في صوت مطمئن هادئ :

- أرايت يا عمر أن الأمر لا يدعو إلى أي انزعاج ؟ وأنت تمر بفترة نمو سريع بعض الشيء ؟ فلا بد لك من أن تعرف ذلك وتدرک أنما فترة وسستمر ثم يستقر طولك وحجمك ووزنك المناسبين لتصبح شابا قويا ثم رجلا متناسق الأعضاء .

مطبات في الوجه

ظهرت على وجه عمر دلائل الراحة ثم قال لوالده :

- ولكن ما يشغلني جدا هذه الحبوب التي بدأت تظهر في وجهي وكان وجهي مليء بالمطبات .

ابتسم الوالد والوالدة لتشبيه ابنهما وقال محمود :

- وهذه أيضا لا تدعو للقلق فهي تسمى : حب الشباب Acne أي أنك دخلت في بداية مرحلة الشباب وسوف تستمر معك مدة ثم تزول تماما ويعود وجهك نظيفا جميلا .

قالت فاطمة :

- ولكن ما هي حبوب الشباب هذه ؟

قال الوالد :

- مع سرعة نمو (عمر) تزيد كمية الدهون التي تملأ بعض الثغور في الوجه وعلى الكتفين وذلك بسبب النشاط الزائد للغدد الدهنية في تلك الأماكن .

ثم نظر إلى ابنه وأكمل :

- ومع إهمال غسل الوجه يتجمع التراب عليها ويلتصق بها فتصبح تلك الحبوب السوداء التي نراها.

قال عمر:

- وهل هناك أسباب أخرى لها ؟

قال محمود :

- كما قلت لك :

١- البشرة الدهنية ونشاط الغدد

٢- إهمال غسل الوجه أكثر من مرة يوميا

٣- قلة التعرض للشمس والهواء

٤- الإفراط في تناول الحلوى والمواد الدهنية

٥- اضطرابات الهضم

٦- نقص فيتامين (أ)

كان عمر مهتما جدا بهذا الموضوع فقال لوالده :

- وهل هي أنواع يا بابا ؟ يعني أنا أرى وجوه أصحابي تختلف .



قال الوالد :

- نعم هي أنواع كثيرة منها :

- | | |
|-------------------|--|
| ١- النوع ذو النقط | التي تكثر فيها البثور ذوات الرؤوس السوداء. |
| ٢- النوع الحبيبي | وهو الذي يكون كأنه حبوب لها رأس بيضاء. |
| ٣- والنوع العقدى | وهو عبارة عن عقد دهنية تعلو عن سطح الجبهة. |
| ٤- والنوع الضامر | وهي بثور تضر وتكون ندبا في الوجه منخفضة. |

قال عمر :

- وهل من علاج لها يا بابا ؟

قال الوالد :

- في الغالب هي تنتهي في سن سبع عشرة أو ثمان عشرة ولكن لا بد من المحافظة عليها ومعاملتها بحرص حتى لا تترك تشوهات في الوجه.

فمثلا :

- | |
|---|
| ١- التقليل من الحلوى والدهون. |
| ٢- التعرض لأشعة الشمس والهواء. |
| ٣- أكل الطعام المحتوى على فيتامين (أ) مثل الجزر وزيت السمك. |
| ٤- يمكن أخذ مضاد حيوى خفيف بعد استشارة الطبيب. |
| ٥- وأهم من ذلك كله النظافة العامة وخاصة الوجه. |

قالت فاطمة :

- إن الواحد منا لو التزم بالوضوء لكل صلاة سيغسل وجهه -على الأقل - خمس مرات يوميا.



إزالة حب الشباب بالأظافر

واقفها محمود بإيماءة من رأسه وقال :

- ويمكن استخدام مطهر خفيف لغسل الوجه ولقد سمعت أحد أصدقائي الأطباء يحذر من استعمال أي كريم حيث إنه يسد المسام ويؤدي إلى دمامل مؤذية وأيضا يجب تجنب العبث في هذه البثور باليد أو عصرها فذلك يؤدي إلى تشوهات في الوجه بعد ذلك .

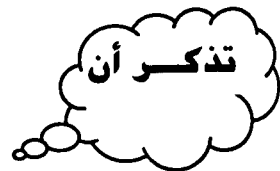
أحس محمود بأن ابنه عمر بدأ يتململ في جلسته فقال له مبتسما :
-إذا أردت الانصراف فتنفضل يا عمر .

قالت فاطمة بعد أن خرج ابنها تداعب زوجها :
- إيه الثقافة دي كلها !؟

قال محمود في جدية :

-كنت أعلم أن هذه الأمور تم عمر فأعدت نفسي جيدا لأرد على أسئلته.





المراهق في مرحلة البلوغ يمر بطفرة نمو داخلي وخارجي تتمثل في :

- ١- الخصائص الجنسية الأولية
- ٢- الخصائص الجنسية الثانوية
- ٣- التغيرات في حجم الجسم طولاً ووزناً
- ٤- التغيرات في النسب الجسمية

😊 البنت تكبر قبل الولد الذي في نفس سنها :

فطفرة البنت في النمو تبدأ في سن ٩ سنوات وتسبق الولد في الطول من

١١-١٤ سنة حيث يسرع الولد في الطول ويسبقها بعد سن ١٥ سنة حيث

يستمر نمو الولد السريع حتى سن ١٨ سنة ويكون نمو البنت بطيئاً جداً من

١٥-١٨ سنة ويبطؤ نمو الاثني عشر حتى سن ٢٠-٢١ فيثبت تقريباً.

😊 يزيد طول الولد في مرحلة البلوغ من ١٢-١٥ سنة حوالي ٢١ سم ويزيد وزنه

حوالي ٢٠ كجم.

😊 يزيد طول البنت في نفس المرحلة من ١٢-١٥ سنة حوالي ٢٣ سم ويزيد وزنها

حوالي ١٩ كجم.

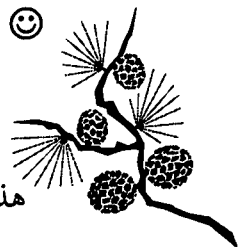
وهي ما تسمى طفرة النمو المتدفق .

😊 حب الشباب: ظاهرة طبيعية في مرحلة البلوغ والمراهق حيث

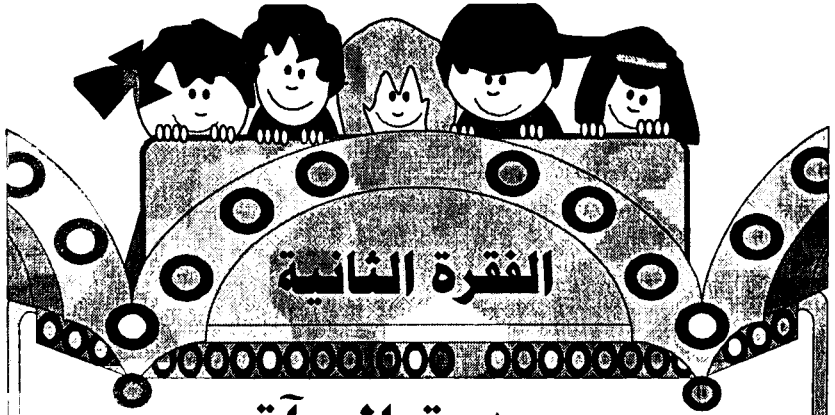
إنها ناتجة عن نمو الغدد الدهنية في الجسم.

ولها أسباب وأنواع وعلاجها بسيط فيجب التعرف على

هذه المعلومات لتتمر بسلام دون أضرار .



Handwritten text or a small sketch in the bottom left corner, possibly containing a date or a page reference.



صديق المرأة

❁ استبيان :

١- شعورك نحو ابنك؟

٢- شعورك نحو ابنتك؟

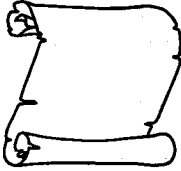
- صديق المرأة

- لماذا يرتبك؟!؟

- تدفق النمو

- عمر يحتاج إلى المساعدة





استبيان

شعورك نحو ابنك؟! شعورك

ما هو شعورك نحو ابنك وتصرفك في مواجهة تصرفاته المتعلقة بمرحلة بلوغه؟
ضع علامة أمام ما تتوقع أن يكون رد فعلك :

١- إذا علمت أنه أساء في أسلوب الكلام مع والدته :

أ- أعنفه وألومه وقد أضربه

ب- أناقش المشكلة وأعرف سبب انفعاله

ج- لا أبالي ولا أفعل شيئاً

د- هذا هو سلوكه الطبيعي وأمه تتصرف خطأ

هـ- المفروض أن لا يفعل ذلك مهما كان السبب

٢- إذا اكتشفت أنه يباشر العادة السرية بإفراط:

أ- أعنفه وألومه وأضربه

ب- لا أبالي ولا أفعل شيئاً

ج- أجلس معه وأعرفه أضرارها وأخوفه منها

د- أعطيه كتاباً عنها ثم أناقشه فيه

هـ- أتجاهل الأمر وأحاول شغل وقت فراغه وإبعاده عن المشتريات

٣- هل عرفت متى وصل ابنك للبلوغ؟

أ- تقريبا

ب- بالضبط

ج- لم أعرف

د- لم يكن أمراً يهمني

٤- أقابل نمو جسمه وزيادة طوله :

أ - بالتهكم والسخرية

ب - بالتشجيع ومعاملته مثل الرجال

ج - بالتجاهل وكان شيئاً لم يكن

د - بالفخر وإعطاؤه حرية أكثر

٥- تقابل محاولاته لتقليد تصرفات الرجال :

أ - بالسخرية والنهر وتذكيره أنه لا يزال طفلاً

ب - بالتشجيع وضبط الأمور وتصحيح الأخطاء

ج - بالتجاهل والخجل أمام الناس

د - بالفخر والتشجيع حتى علي الخطأ

٦- موقفك من قراءات ابنك:

أ - أضع أمامه كتباً تفيد مرحلته

ب - أخص له بعض الفصول وأقرأها معه

ج - أفره عن القراءة حيث تضع وقت المذاكرة

د - أعاقبه بشدة إذا اكتشفت كتباً جنسية يقرأها

هـ - أشغله بكتب أفضل من الكتب المثيرة وأبعدها عنه

٧- أسئلة ابنك الجنسية :

أ - تسخر منها وتوبخه عليها

ب - تتهرب من الرد عليها خجلاً وحياء

ج - تقدر أهمية الإجابة وتحاول أن تجيب أنت

د - تعطيه كتاب أو تضعه بين يدي مختص

٨- ابنك يعاكس ابنة الجيران:

أ- تنهره وأحيانا تضربه

ب- تتجاهل الأمر كأن شيئا لم يكن

ج- تفخر به وتقول أنه أصبح رجلا

د- تجلس تستوضح الأمر وتبين وجوب غض البصر وأنه لا يرضاه لأخته

٩- انفعالات ابنك الشديدة :

أ- تواجه العاصفة بعاصفة

ب- تخاف عليه وتنفذ أوامره وتظهر فزعك

ج- تنظر إلى الأمر برود حتى يهدأ ثم تتعامل معه

د- تعرفه أن انفعالاته الشديدة نوع من الضعف وعليه إن يتصرف بشجاعة

١٠- يقوم من النوم ليغتسل كثيرا :

أ- تقابل ذلك باستهجان

ب- تحاول أن تجعله أمرا عاديا فلا تحرجه

ج- تحضر له زجاجة عطر هدية

د- توفر له قدرا كافيا من الملابس وتعلمه آداب الاغتسال

١١- ابنك لا يصلي :

أ- لأنك لم تعود على ذلك من صغره

ب- لأنك لا تصلي أمامه ولا تهتم بهذا الموضوع

ج- لأن مشاكل بلوغه شغلته عن الدين

د- لأنه تعرف على رفاق السوء

١٢- ابنك والتلفزيون:

- أ- يقلقك أنه يشاهد الأفلام المكشوفة
- ب- تنهره وتمنعه من الرؤية
- ج- تشغله بهوايات متعددة عن التلفزيون
- د- أحضرت له الفيديو ليرى ما يشاء

١٣- ابنك وأصدقاؤه:

- أ- لا تهتم بهم وتسخر منه أمامهم
- ب- تتعرف عليهم وتحاول أن تشاركهم قليلاً
- ج- ابنك ليس له أصدقاء وهذا أمر يقلقك
- د- ابنك ليس له أصدقاء وهذا شيء مريح

١٤- ابنك وحب الشباب :

- أ- ترى انزعاجه منه فرط دلع
- ب- ترى أنه شيء طبيعي ويجب السعي في علاجه
- ج- تسخر منه عندما يشكو منه
- د- تعلمه وسائل تخفيف حذته وعلى رأسها الوضوء لكل صلاة

١٥- ابنك ونمو جسمه :

- أ- شكواه الدائمة من خوفه من الصلع تسبب لك ضيقاً
- ب- أنفه الكبير مجال لسخريتك
- ج- تظايره بالقوة والعضلات يشعر أنك يتحداك
- د- تتعجب من طفولته في التعامل مع العورات

١٦- ابنك وصحته :

- أ- تشعر أنه ضعيف شاحب مصاب بأنيميا
- ب- تسرع به إلى الطبيب عند أي شكوى
- ج - للأسرة كشف دوري عند طبيب للاطمئنان
- د- تُرجع كل شكوى إلى قلة الأكل أو كثرة اللعب

١٧- ابنك والدين :

- أ- أقنعه أن يذهب إلى مكان يتعلم فيه قراءة القرآن وحفظه
- ب- تهم بهذا الأمر كثيرا
- ج- حاولت معه أن يتتقف دينيا وفشلت
- د- جعلت أمر الثقافة الدينية موكول للمدرسة

١٨- ابنك وردوده :

- أ- لاحظت أنه أكثر بجاجة وهذا أمر مقزز
- ب- الولد لا يحترم الكبير ويرد عليه فلا بد من تربيته
- ج- دائما يرد بقوة عندما ينفعل وهذا شيء طبيعي
- د- سأحاول أن أصحح له على انفراد

رصد الدرجات

أعط لنفسك درجة حسب الجدول الآتي:

السؤال	أ	ب	ج	د	هـ	السؤال	أ	ب	ج	د	هـ
١٠	٠	٣	٣	٣		١	٠	٤	٠	٢	١
١١	٤	٣	١	٣		٢	٠	٤	٢	٠	
١٢	٢	١	٣	٠		٣	١	٤	٠	٠	
١٣	٠	٣	٠	٣		٤	٠	٣	٠	٢	
١٤	٠	٢	٠	٣		٥	٠	٤	٠	١	
١٥	٠	٠	٠	١		٦	٣	٤	٠	٠	٣
١٦	٢	١	٣	١		٧	٠	١	٤	٣	
١٧	٣	٠	١	١		٨	٠	١	٠	٤	
١٨	١	٠	٢	٣		٩	٠	٠	٣	٤	
						مجموع الدرجات					

النتيجة

ممتاز

أكثر من ٣٠ درجة

أنت مستوعب لظروف هذه المرحلة وتدرّك أن تصرفات ابنك تتبع من التغييرات الفسيولوجية فيها وتحاول أن تمزج التربية بهذا الفهم.

بعد هذا الدرس بالنسبة لك صقل للتجربة

جيد جدا

من ٢٠-٣ درجة

استيعابك لظروف المرحلة العمرية معقول ولديك خبرات تربوية

وهذا الدرس ينمي خبراتك ويزيد معلوماتك

جيد

من ١٠-٢٠ درجة

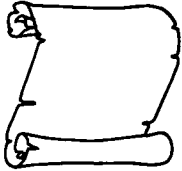
أنت والد عادي يواجه كل ظرف في حينه ولم تحاول أن تعد نفسك لهذه المرحلة وتعتمد على فطرتك فقط

احذر عدم استيعاب الدرس فأنت تحتاجه

ضعيف

أقل من ١٠ درجات

نحن نندق لك ناقوس الخطر.. انتبه معنا !.



استبيان

شعورك نحو ابنتك!؟

ما هو شعورك نحو ابنتك وتصرفك في مواجهة تصرفاتها المتعلقة بمرحلة بلوغها؟
ضع علامة أمام ما تتوقع أن يكون رد فعلك :

١- ابنتك تبدي مفاتها أمام المحارم :

أ- تبسم لها وتشجعها ولا تهم

ب- تداعبها بألفاظ لطيفة مع بيان المحارم وغيرهم

ج- تشتري لها كل ما تريد من الملابس دون تحديد

د- تركت أمر الملابس لأمرها مع توجيه الأم

٢- أخبرتك والدتها أن للبننت صديقا

أ- تنفجر وتنصب محكمة وقد تعاقبها بدنيا

ب- تتسلل إلى حياتها الخاصة وتحاول أن تبين لها حقيقة العلاقة

ج- تحاول زيادة الجرعة الدينية في حياتها ومساحة علاقتك بها

د- تتجاهل الأمر على أنه لعب عيال

٣- البننت تتحدى والدتها وتسئ معها الكلام

أ- تعنفها وتلومها وقد تضربها

ب- لا تبالي ولا تفعل شيئا

ج- أناقش المشكلة وأعرف سبب الانفعال

د- أعرف أمها أنها نوع من الغيرة وأوجه البننت إلى فضل أمها

٤- هل عرفت متى وصلت ابنتك للبلوغ ؟

أ- تقريبا

ب- بالضبط

ج- لم أعرف أخبرتني أمها

د- لم يكن الأمر يهمني

٥- تقابل نمو البنت وتفجر أنوثتها:

أ- بالتهكم والسخرية

ب- بالنفور وإبعادها عنك

ج- بالإعجاب وإظهار كلمات التشجيع وتوضيح التزامات السن

د- بلا مبالاة

٦- موقفي منها حين تقلد الكبار :

أ- النهر وأحيانا العقاب

ب- التشجيع مع تصحيح الخطأ

ج- الخجل من تصرفاتها ومحاولة منعها

د- التفاوضي عن أخطائها واستمرار التشجيع

٧- ابنتي تقرأ :

أ- أضع أمامها كتباً مفيدة لمرحلتها

ب- أخص لها بعض الكتب وأحيانا أقرأ لها

ج- القراءة مضيعة لوقت المذاكرة

د- لا أبالي وأتركها تفعل ما تشاء

٨- نوعية قراءة ابنتي :

- أ- تغيطني قراءة القصص العاطفي
 ب- أثمرها وأمزق لها قصصها العاطفية
 ج - أريدها أن تقرأ في كتب المعلومات كأخيها
 د- أبين لها الخيال من الحقيقة وأضع بين يديها القصص النافع

٩- ابنتك والملابس :

- أ - تجبرها على أن تلبس لباسا شرعيا
 ب- تحاول إقناعها وتصبر عليها
 ج - هذا أمر منتهي قد رسخته في طفولتها
 د- هي تقلد أمها وأمها ملتزمة بالشرع

١٠- ابنتك لا تصلي :

- أ- تحاول أن تتأكد من أنها ليست في دورة الحيض
 ب- لأنك لم تعودها على ذلك في صغرها
 ج - لأن أمها متكاسلة عن الصلاة وأنت أيضا
 د- أن هذه المرحلة مرحلة تقلبات وأنت لا تزال معها بالنقاش والترغيب

١١- انفعالات ابنتك :

- أ- هي انطوائية وهذا هدوء بنات
 ب- هي منفعلة دائما وأواجه انفعالاتها بشدة
 ج - أواجه انفعالاتها بالهدوء ثم مناقشة الأمر بعد ذلك
 د- أخاف عليها وأظهر جزعي عند انفعالها

١٢ - صديقات ابنتك :

- أ- ليست لها صديقات وهذا أمر مريح
- ب- ترحب بصديقاتها وتهتم بهن وتساألن عن آبائهن
- ج - أمر يقلقك أن ابنتك بلا صديقات
- د- توجهها لكسب الغير وتختار معها الصديقات

١٣ - ابنتك وحب الشباب :

- أ- تعتبر اهتمامها به دلح بنات
- ب- تعتبره مشكلة مرضية وتشارك في حلها
- ج - تعتبره مشكلة نمو وتوجهها إلى وسائل تفادي خطره كالنظافة
- د- تسخر منها وتعيرها به

١٤ - ابنتك فتاة اجتماعية لبقة :

- أ- تشجعها على ذلك وتعتبره نجاحا
- ب- لا ليست كذلك إنما هو جرأة وعدم حياء
- ج - تستغل هذه الصفة في تشجيعها أن تتزود ثقافيا
- د- تعتبر هذا أكبر من سنها وتخجل منه

١٥ - ابنتك تتصرف أصغر من سنها أحيانا :

- أ- هذا دلح وقلة تربية
- ب- لا.. هو تأخر عقلي وأنت حزين عليها
- ج- هذا شيء طبيعي فلا زالت قريبة من مرحلة الطفولة
- د- لا تهتم ولا يقلقك هذا أو يفرحك

١٦- ابنتك والخروج من المنزل :

- أ- تقوم بدور الحارس عليها وتقسو أحيانا
- ب- تحدد معها مواعيد الخروج والدخول
- ج- تتركها على حريتها ولا تحاول منعها
- د- تنصح برفق وتراقب من بعد وتوفر لها ما يجعل البيت أفضل

١٧- ابنتك وأعمال المنزل :

- أ- واجب على المرأة دون الرجل
- ب- تمدح أعمالها وتشجعها وتكون لك أشياء خاصة لا تأخذها إلا من يدها
- ج- هو عقاب إذا أخطأت
- د- تضع الخطط مع أمها لتدريبها

١٨- ابنتك والحب :

- أ- تجزع إذا سألت عن الحب والعلاقات الغرامية
- ب- تستدرجها لتكلمك عن مكنون قلبها وأحب الناس إليها
- ج- تناقشها في صفات الرجل الصالح والمرأة الصالحة
- د- هي لا تجرؤ أن تتحدث في هذه الأمور أمامك

١٩- ابنتك والدين :

- أ- تُرغبها أن تصلي الجمعة في أحد المساجد
- ب- يسرت لها مكاناً تحفظ فيه القرآن
- ج- هذا أمر متروك لخصّة الدين في المدرسة
- د- موضوع جانبي ومشاعل الحياة تحجبه

رصد الدرجات

أعط نفسك درجة حسب الجدول الآتي:

السؤال	أ	ب	ج	د	السؤال	أ	ب	ج	د
١٠	٣	٢	٢	٠	١	٠	٣	٠	١
١١	١	٠	٣	١	٢	٠	٣	٢	٠
١٢	٠	٣	٢	٣	٣	٠	٢	٢	٣
١٣	٠	١	٣	٠	٤	١	٢	٠	٠
١٤	٣	٠	٣	١	٥	٠	٢	٣	٠
١٥	٠	٠	٣	١	٦	٠	٣	١	١
١٦	١	٢	٠	٤	٧	٣	٢	٠	٠
١٧	٠	٣	٠	٣	٨	١	٠	٠	٣
١٨	٠	٣	٣	١	٩	١	٢	٣	٣
١٩	٤	٤	١	٠					
					مجموع الدرجات				

النتيجة

ممتاز

أكثر من ٣٠ درجة

أنت مستوعب لظروف هذه المرحلة، وتدرك أن تصرفات ابنتك تنبع من التغيرات الفسيولوجية فيها وتحاول أن تمزج التربية بهذا الفهم.

ويعد هذا الدرس بالنسبة لك صقل للتجربة

جيد جدا

من ٢٠-٣٠ درجة

استيعابك لظروف المرحلة العمريه معقول ولديك خبرات تربوية

وهذا الدرس ينمي خبراتك ويزيد معلوماتك

جيد

من ١٠-٢٠ درجة

أنت والد عادي يواجه كل ظرف في حينه ولم تحاول أن تعد نفسك لهذه المرحلة وتعتمد على فطرتك فقط

احذر عدم استيعاب الدرس تأت الحياء

ضعيف

أقل من ١٠ درجات

نحن ندق لك ناقوس الخطر .. انتبه!

الفقرة الثانية

صديق المرأة

قالت فاطمة لزوجها :

- إن اهتمام عمر بمنظره وهيئته هذه الأيام يأخذ منه وقتا كبيرا حتى إنه يمكث أمام المرأة يتأمل شعره وجسمه وأكتافه.

قال محمود يقاطعها :

- لا بد هنا من أن نفهم أمران يا

فاطمة :

- ١- حدود التطورات الجسمية في هذه المرحلة وما بعدها.
- ٢- إن أسلوب نموه يختلف عن أسلوب نمو أصدقائه.

قالت فاطمة :

-وما دخل أصدقائه به ؟

قال محمود :

-إن مجتمع المراهقين يا فاطمة يتميز بالسخرية والاستهزاء والتفاخر بين بعضهم بعضا ولذلك فكل واحد منهم يقارن بين مظاهر نموه هو ومجموعة الأصدقاء حوله فإذا وجد أي اختلاف يشعر معه بالخوف والقلق على نفسه .

قالت فاطمة :

إذن فهذا سبب نظره في المرأة دائما .

اهتمام المراهق بجسمه

قال محمود:

- هذا هو السبب الأول لطول وقوفه أمام المرأة: مجموعة الأصدقاء

والسبب الثاني نظرتة هو إلى نفسه :

فمن خصائص الإنسان الاهتمام بالتغيرات التي تحدث فيه ، ويظهر هذا منذ الطفولة حيث يهتم الطفل بتفقد واستكشاف أجزاء جسمه وأيضا في مرحلة الرشد عندما يتقدم العمر بالإنسان ، نجده يهتم بتجاعيد وجهه ولون شعره الأبيض .

ثم ابتسم محمود ونظر إلى زوجته نظرة ذات مغزى وقال :

- أليس كذلك !؟

ابتسمت فاطمة ابتسامة مغضبة وقالت في جدية مصطنعة :

- لازلت شابة فلا أحتاج لتفقد شيء .

عاد محمود إلى حديثه وأكمل :

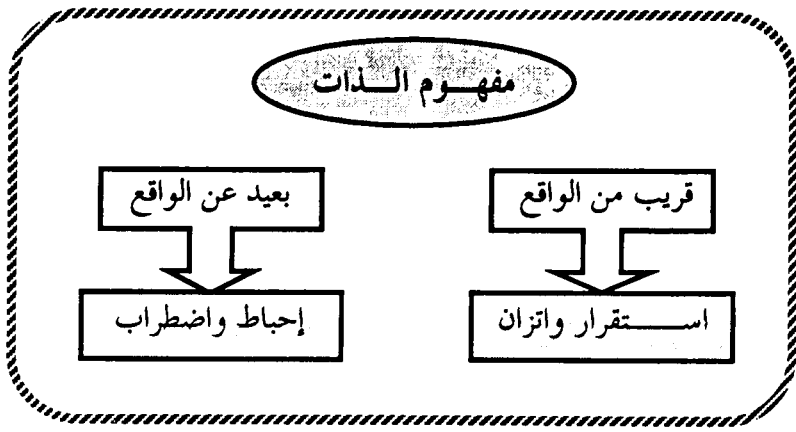
- وكذلك المراهق الذي يمر بمرحلة التحول الكلي عن المرحلة السابقة فإنه يهتم بتلك التغيرات فنراه يهتم بمقارنتها مع زملائه ، ثم هناك مفهوم لديه لذاته ولمظهره ولجسمه فهو قلق عليه فإذا كان هذا المفهوم -مفهوم الذات- قريبا من الواقع يحدث له استقرار واتزان، أما إذا كان الفرق بين تصوره لنفسه ومفهومه عنه بعيدا جدا عن الواقع فينتج عن ذلك إحباط واضطراب .

قالت فاطمة تقاطعه :

-واضح يا محمود كأنك تقرأ في كتاب .

قال محمود :

-الموضوع ببساطة: أن الإنسان قد يتصور نفسه لا بد أن يكون ذو طول معين مثلا أو وزن معين أو شكل وجه معين هذا هو مفهوم الذات.. وهناك الواقع .
فإذا كان الواقع قريبا من هذا المفهوم.. يستريح ويشعر بالاستقرار والاطمئنان
أما إذا كان الواقع بعيدا عن هذا المفهوم فإنه يضطرب، ويشعر بالنقص والرغبة
في الوصول إلى المفهوم فإذا فشل فإن ذلك يشعره بالإحباط .



أما السبب الثالث : والذي يؤدي إلى اهتمامه بنفسه وتغيرات جسمه:

نظرة الآخريين من الكبار لهذا النمو .

فللأسف دائما يكون تقبل الكبار لنمو هذا الطفل الكبير بنوع من السخرية والتنكيت ويساعد على ذلك أنه كثير ما يحدث عدم توازن بين النمو الجسمي وجوانب النمو الأخرى وخاصة النمو العقلي والنفسي فنجد هذا الرجل التام النمو تقريبا يتعامل أحيانا بعقلية طفل العاشرة حيث لم يستكمل بعد نموه العقلي والوجداني .

والسبب الرابع : نمو الدافع الجنسي والاهتمام بالجنس الآخر

فهذه الأربعة هي أسباب صداقة المراهق للمرأة واهتمامه الشديد بمظهره

وبنفسه:

١- مجموعة الأصدقاء

٢- نظرتة هو إلى نفسه

٣- نظرة الآخرين من الكبار لهذا النمو

٤- نمو الدافع الجنسي والاهتمام بالجنس الآخر

وأیضا هي سبب قلقه المستمر على شكله فتراه حائرا بين أمرين :

الأول : أنه يجب أن يظهر من جسمه ما يجذب إليه الآخرين من الكبار والرفاق والجنس الآخر وينال إعجابهم .

الثاني : أنه يخاف أن يظهر في جسمه ما يظن أنه عيوب تسبب له بعض الإحراج والرفض من الآخرين .

قالت فاطمة :

- وهل هو فعلا فيه عيوب في نمو جسمه ؟

أخذ محمود الكتاب وفتحته وقال لها :

-تعالى -أولا- لنرى الشكل النهائي للفتى أو الفتاة في نهاية مرحلة البلوغ في

هذا الجدول :

المظهر الخارجي العام للمراهق والمراهقة في نهاية فترة البلوغ :

م	الفتى	الفتاة
١	جبين عالي	جبين ضيق
٢	ظهور الذقن والشارب	وجه ناعم أملس
٣	فكان عريضان ، فم كبير	فكان ضيقان وفم صغير
٤	أنفاً متضخماً	أنفاً كبيراً نسبياً
٥	حنجرة ضخمة (تفاحة آدم) وصوت متضخم	حنجرة صغيرة غير واضحة وصوت رقيق
٦	كتفان عريضان وعضلات قوية	استدارة الأكتاف وعضلات نحيفة
٧	صدر عريض وهدان مسطحان	صدر ضيق وهدان بارزان عامران
٨	جسم عضلي ومغطي بالشعر وقليل الشحم	جسم طرى ناعم أملس ذو شعر قليل جداً مع تراكم الشحم في الردين والفخذين وغيرهما
٩	بطن ضامر نحصر عريض- حوض صغير ضعيف	بطن عالي بارز نحصر دقيق- حوض واسع قوى
١٠	ردفان ضيقان ضامران وأضيق من المنكبين	ردفان عريضان ممتلآن وأعرض من المنكبين
١١	فخذان عضليان بينهما فسحة	فخذان لينان شحميان ملتصقان
١٢	شعر العانة منتشر	شعر العانة محصور في شكل مثلث
١٣	ساقان طويلان مع شعر غزير عليهما	ساقان قصيران ممتلآن مع شعر بسيط عليهما .
١٤	ظهور حبوب الشباب على الوجه والكتفين بأشكال تختلف من فرد لآخر.	

قالت فاطمة بعد أن قرأت بعناية
الجدول السابق :

-ولكن الأمر لا يدعو إلى الانزعاج
يا محمود.

قال محمود :

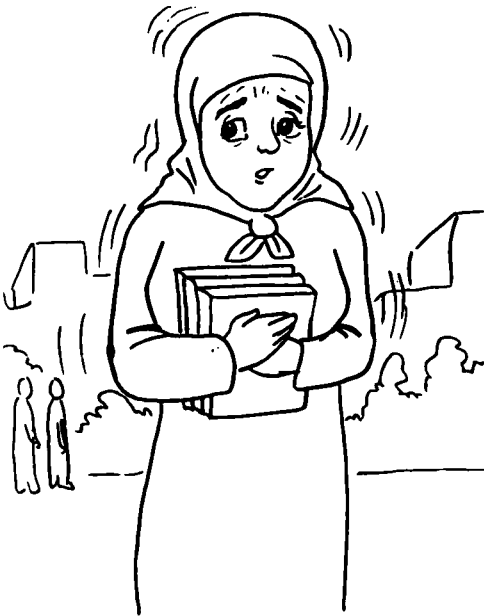
- إن المقارنة هنا ليست بين البالغ
والمراهق. وإنما هي بين المراهق في سن
١٥ سنة وبين نفسه في سن ١٢ سنة أو
١٠ سنوات مثلاً، وهنا يبدو لديه الفرق
كبير ، فهو ينظر إلى وجهه فيجد :
حب الشباب.

أنفًا كبيراً لرجل بالغ على وجه
أقرب إلى الطفولة.

فمًا كبيراً نسبياً بعد أن كان صغير.
وتنظر الفتاة إلى نفسها فتجد :

صدرًا كبيراً وهدان متحركان ،
فنخجل عند أي تصرف كانت تفعله
وهي طفلة .

أرداف كبيرة تشعر معها أنها
أصبحت ضخمة .



وانظري معي إلى هذا الجدول يبين لك بعض المخاوف عند المراهقين من هذا الشكل الذي رأيناه في الجدول السابق .

بعض مخاوف المراهقين الناتجة عن التغير في أجسامهم

الفتاة	الفتى
<ul style="list-style-type: none"> - الخوف من استمرار النمو فتصبح عملاقة لأن البنات يملن إلى صغر الحجم. - تراكم الشحم في الأرداف والفخذين وكبر السنهدين يجعل الفتاة تقوم بعمل الرجيم للتخلص مما تظنه سمنة ولكنه في الحقيقة نمو داخلي وخاصة في الردفين لكبر وسعة الحوض عظيمًا. - الشعر في الجسم يصيب الفتاة بالقلق وتسعى إلى إخفائه بشتى الوسائل . 	<ul style="list-style-type: none"> - بسبب الجبين العالي يتخوف المراهق على شعره أن يصيبه الصلع وخاصة إذا كان في العائلة بعض المصابين بالصلع . - الفم والأنف الكبيران - الصوت الضخم يجعل المراهق يشعر بالخجل عند الكلام مخافة أن يكون صوته غير مألوف
<p>- الخوف من مظهر حب الشباب على الوجه والخوف من أن يترك أثرًا غير مقبول</p>	

واستطرد محمود بعد قراءة هذا الجدول :

- وواجب الكبار هنا بث الطمأنينة في نفس الفتى والفتاة وأن هذه مرحلة ستمر وأن الأمر لا يدعو إلى الفزع .

لماذا يرتبك ؟

قالت فاطمة - في اهتمام- وهي تمسك الكتاب:

- هذه الجداول يا محمود تبين الأمرين الثالث والرابع في طفرة النمو .

٣- التغيرات في حجم الجسم

٤- والتغيرات في النسب الجسمية

قال محمود وهو يلخص من الكتاب الذي بين أيديهما :

- إن هرمونات النمو Growth Hormones هي المسئولة عن هذا الموضوع كله

أضافت فاطمة :

- والتي تفرزها الغدة النخامية ؟

ابتسم محمود وقال :

- مذاكرة كويس، وتغيرات الحجم تتمثل في الطول والوزن مع تغيرات في

النسب أهمها :

نقص الانتظام في عملية النمو: فتجد الأنف ينمو قبل بقية الوجه وأهم من ذلك أن الأطراف تنمو قبل الجزع، والعظام تنمو قبل العضلات مما يسبب أحيانا بعض الألم في الجسم عامة .

وأیضا بسبب سرعة النمو مع اختلاف نسب الأعضاء وضعف التأزر الحركي ، يحدث نوع من اضطراب الحركات وعدم القدرة على التحكم في أطرافه .

قالت فاطمة مستفسرة :

- وما معنى التأزر الحركي ؟

قال محمود :

-هو القدرة على ضبط حركة الأطراف والتحكم فيها.
تجديده يتحرك عشوائية يكسر الآنية عند حملها يتخبط في الأثاث عند مشيته،
ذلك أيضا يسبب له بعض الخجل .
ابتسمت فاطمة وقالت لزوجها :

-كان بابا عنده حق عندما قال أنه يريد بلوغا بلا خجل وكنت أظن أن الخجل
فقط من الناحية الجنسية
قال محمود :

-إن العلماء يسمون هذا السن : سن الارتباك *Awkward Age*

تابعت فاطمة قائلة :

- وأيضاً الخمول يا محمود ، فعمر ينام كثيرا .

قال محمود:

- إن المراهق ينام من ٩ إلى ١٠ ساعات يوميا فبالرغم من أن هرمون
الأندروجين يعطيه قوة عضلية فإن نمو الهيكل العظمي واتساع الصدر يعطى للرتين
الناميتين قدرة أكبر، ومع نمو القلب وارتفاع ضغط الدم قليلا كل هذا يؤدي إلى
أمرين :

قوة وحيوية وتدفق في النشاط .

الإعياء السريع ، لأن معظم طاقة الجسم تستهلك في عملية النمو .

لذلك وبجانب كبر حجم المعدة تزيد الشهية للطعام، وكل هذا يؤدي إلى
الخمول والكسل والخوف من الحركة المستمرة حتى لا يصاب بإغماء وهو رد فعل
الجسم لتلك الطاقة الكامنة فيه .

قالت فاطمة :

-والفتيات يا محمود ؟

أجاب محمود مسترسلا :

- نفس الشيء ، ولكن يضاف إليه أن ارتفاع ضغط الدم أو انخفاضه لديهن يجعلهم كثيرات الشكوى من الصداع ، ويصبن بحالات إغماء بسيطة .

اقرئى هذه القصة : يقول د. فلورنس في مؤلفه [مرشد الآباء والأمهات] :

(لقد فحصت بنتا في الثالثة عشرة من عمرها، وكانت على وشك أن تتخلف عن زميلاتها دراسيا، لأنهما لم تستطع أن تحرز درجات جيدة في امتحان نصف العام، كانت تبلغ حوالى ١٥٤ سم طولا، رفيعة، حاملة، مصابة بفقر دم قلقة في نومها، وقد نمت بسرعة هائلة خلال السنة الماضية حيث بدأ أول حيض لها، لقد كانت قبل ذلك قوية تمام القوة تشترك في النشاط المدرسى، وكانت رياضية ممتازة ودرس الطبيب الموقف بوضوح، وبدأ في تنظيم أوقاتها وغذائها والتحققت بالقسم الداخلي بالمدرسة بقية العام وتخلت عن ألعاب المنافسة، وعندما مر هذا العام بنجاح، جاءت في العام التالي ذات صحة جيدة وتقدم دراسى جيد).

أرأيت يا فاطمة ؟ أن النمو السريع المفاجئ يسبب خللا في الجسم يؤثر على النشاط والحيوية ويؤدي إلى ميل نحو الخمول والكسل .

قالت فاطمة :

-بقدر فرحى بأن الأولاد يكبرون بقدر خوفى عليهم يا محمود .

تدفق النمو

قال محمود :

- إن هذا النمو المتدفق له كثير من الفوائد بالنسبة لشخصية الفتى والفتاة من الناحية الاجتماعية، والنفسية، والعقلية، والروحية، والخلقية، وله أيضا كثير من المخاطر

والمحاذير وإذا تعرفنا عليها استطعنا أن نقف في سبيلها ونخففها قدر الإمكان . تعالي لتتعرف على هذه المزايا وتلك المخاطر من هذا الكتاب . فتح محمود الكتاب وبدأ يقرأ وفاطمة تستمع بلا تعليق:

مزايا النمو المتدفق

١- يخرج المراهق من حيز الطفولة إلى محيط الشباب

فيتترك فئة الوهن والضعف إلى فريق القوة والمغامرة فهي مرحلة الشجاعة بالنسبة للفتيان .

وبالنسبة للفتيات فهي مرحلة الإحساس بالأنوثة والرقة والعدوبة فقد تركت المراهقة مجال الطفلة الساذجة إلى رحب الشابة الجذابة وقد تقارن نفسها بأمها وتنافسها في هذا المجال .

٢-يساعد على توفير الصحة الجيدة للمراهق

حيث يهتم المراهق ومن حوله جيدا بجسمه فيوفرون له عناية صحية جيدة

٣- دليل على سلامة تكوين الأولاد

حيث إن أي خلل في تدفق النمو يقلق ويدعو إلى الاهتمام

٤- يرتبط هذا النمو بتحمل المسؤولية :

فقد أجاز الرسول ﷺ أن يدخل البالغ في سن ١٥ سنة الجيش .

وروى الشيخان عن علي رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال رفع القلم عن ثلاثة: (عن النائم حتى يستيقظ، وعن الصبي حتى يحتلم، وعن المجنون حتى يعقل).

٥- ارتباط النمو الجسمي بالجوانب العقلية والوجدانية والاجتماعية واللغوية فيحدث نضج لجميع هذه الجوانب .

٦- فرصة لتوجيه الطاقات توجيهها صحيحا :

فقد أصبحت هناك ذاتية في العمل لدى المراهق تحتاج فقط إلى التوجيه الصحيح.

مخاطر النمو المتدفق

١- الحاجة الماسة إلى الرعاية الصحية:

والغذاء المناسب كما ونوعا ، والبعد عن الانحراف

٢- فقدان التآزر الحركي :

فالنمو المفاجئ والسريع للأطراف تصدر عنه حركات عشوائية وعدم قدرة على التحكم في أطرافه ، فلا يستطيع تقدير قوته ولا المسافات تقديرا صحيحا

٣- عدم القدرة على ضبط الصوت :

لعدم تعوده على صوته الجديد ، مما يؤدي إلى الخجل في الكلام

٤- فقدان الانسجام الوجداني :

وظهور بعض الاكتئاب في حياته بسبب النمو السريع للجهاز الهرموني ، فتنشأ أحاسيس متضاربة غير منسجمة.

٥- إحساسه بالغرور :

لزيادة حجمه وقوته ، وقد يؤدي إلى توهم قوه لديه تدفعه لمخاطرات أكبر منه

٦- ظهور الانحرافات الجنسية :

بسبب نمو الجهاز التناسلي وتدفق هرمونات الجنس ونمو الرغبة الجنسية ولكن بالتوجيه السليم والضبط الديني. والأخلاقي يمكن ضبط هذا الأمر

٧- ظهور الانحرافات الأخلاقية والسلوكية

وذلك بسبب عدم توافر النمو الجسمي السريع مع النمو العقلي والانفعالي والاجتماعي الأمثل ، فيؤدي المراهق الغضب السريع والحماقة والعناد والرغبة في التجول والتسكع

عمر يحتاج إلى المساعدة

قالت فاطمة في أسي :

- ولكن كيف نتخطى تلك المخاطر يا محمود ؟ أشعر أن عمر يحتاج إلى المساعدة
قال محمود:

- والمهم أن لا يشعر بهذه المساعدة ولا نعيره بها دائما.

وبداية لا بد أن نؤمن بحقيقة هامة.

إن المراهق شديد الانشغال بجسمه في هذه المرحلة

ولا يمكن تغيير هذه الحقيقة، ولكن يجب التصرف من خلال فهم تلك المسألة.

انظري إلى هذا الجدول الناتج من دراسة حول اهتمامات شباب المدارس

الثانوية.

وجدوا أنهم أبدوا اهتماما شديدا بالنواحي الجسمية .

وتكررت العبارات التالية على ألسنتهم بالنسبة المبينة في الجدول :

النسبة	العبرة
٥٢%	- أرغب في زيادة وزني أو إنقاصه .
٢٤%	- أنا مهتم بتحسين مظهري .
٣٧%	- أرغب في اعتدال وتحسين بنيتي .
١٣%	- أتعب بسرعة .
١٦%	- لا أنام مدة كافية .
١٢%	- كثيراً ما أشعر بالصداع .
٣٣%	- أريد أن أتخلص من حب الشباب .

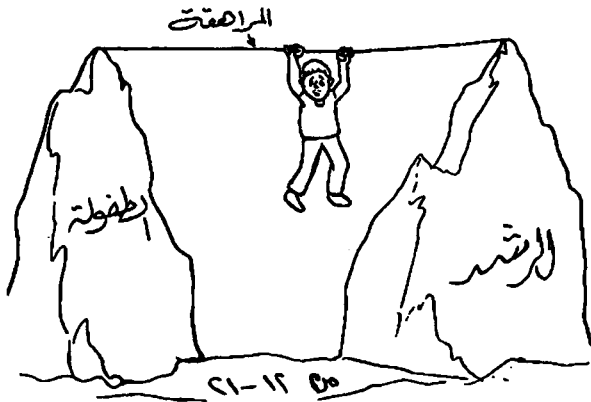
قالت فاطمة :

- لا زلت لم تخبرني : ما الحل ؟

قال محمود :

- يمكن أن نستنتج مما سبق كله كثيرا من الحلول يا فاطمة ، ولكن لن يتعدى

كلامنا النصائح ويبقى على الوالدين العبء الكبير .



للوالدين

١٠ نصائح تربوية لتحسين الرعاية الجسمية

- ١- ساعدوا المراهقين والمراهقات أن يتعلموا الشيء الكثير عن أجسامهم.
- ٢- ادفع المراهق أن يعتز ببلوغه فهو طريق الرجولة ، وادفع المراهقة أن تعتز ببلوغها فهو طريق الأنوثة.
- ٣- حفزهم على الإمام بالعادات الصحية في التعامل مع مظاهر نموهم الجسمي، وليكن هناك كشف صحي دورى عام ومتابعة طبية .
- ٤- أرشدهم إلى الغذاء المناسب المتوازن وليعرفوا القيم السعيرية للغذاء ، ويتجنبوا التخمرة وفقدان الشهية .
- ٥- الملابس هي إطار الهيئة فلا بد من الاختيار المناسب لهم مع التزام الاحتشام في لبس الفتاة والانضباط في لبس الفتى.
- ٦- قلل من اندفاعهم إلى الأمور الشاقة بسبب الطاقة الحيوية لديهم لتجنبهم الخمول والكسل ، ونظم ورشد تلك الطاقة
- ٧- تيسير الهوايات المناسبة للنمو والاهتمام بالرياضة غير العنيفة.
- ٨- ساعد على تنمية المهارات التي تعطيهم الثقة في أنفسهم ، وتشغل وقت فراغهم عن الاهتمام البالغ بمظهرهم.
- ٩- راع الفروق الفردية بين البنين والبنات، فلا تقارن بينهم ، ولا تضع المراهقين غير المتكافئين وفي سن واحدة في منافسات بدنية ، لتجنب الإحباط لدى بعضهم.
- ١٠- لا تسخر من نموهم الجسمي، واحتويهم على أنهم كبار ، وأن ما يمرون به طبيعي وحتمي.

انتبه

عليك أن توصل للمراهق أمران:

- ١- حدود تطورات جسمه
- ٢- أن أسلوب نموه يختلف عن أسلوب نمو أصدقائه

واعلم أن

أربعة أسباب تؤدي إلى اهتمام المراهق بتغيرات جسمه

- ١- مقارنة نفسه بمجموعة من أصدقائه
- ٢- نظراته إلى نفسه (مفهوم الذات)
- ٣- نظرة الكبار لهذا النمو وانخداع الكبار فيه
- ٤- نمو الدافع الجنسي واهتمامه بنظرة الجنس الآخر

وعليك أن تتذكر

أن المراهق يهتم بأمرين متناقضين بالنسبة لجسمه

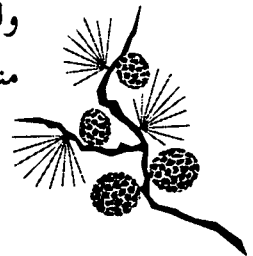
- ١ يجب أن يظهر من جسمه ما ينال إعجاب الآخرين .
- ٢ يجب أن يخفي من جسمه ما يظنه عيوب .

وتذكر

أن الشكل النهائي للمراهق في نهاية مرحلة البلوغ لا يدعو إلى الانزعاج

ولكن المراهق يقارن نفسه في هذه السن - (١٥) سنة- بنفسه منذ ثلاث سنوات قبل ذلك ، فيحدث له الارتباك بسبب :

- ١- الخجل بسبب عدم التأزر الحركي
- ٢- الخمول بسبب تطورات النمو في أجهزة الجسم



- ٣- النوم من ٩-١٠ ساعات يوميا
٤- الخوف من ظهور أعراض الإثارة الجنسية

واحدة

- تدقق النمو أهم ما يميز مرحلة البلوغ .
- تدقق النمو يجعل المراهق منشغلا بنفسه
- تدقق النمو له ست مزايا وسبعة عيوب .

عشر

عشر وصايا تربوية للوالدين لمراعاة تدقق النمو :

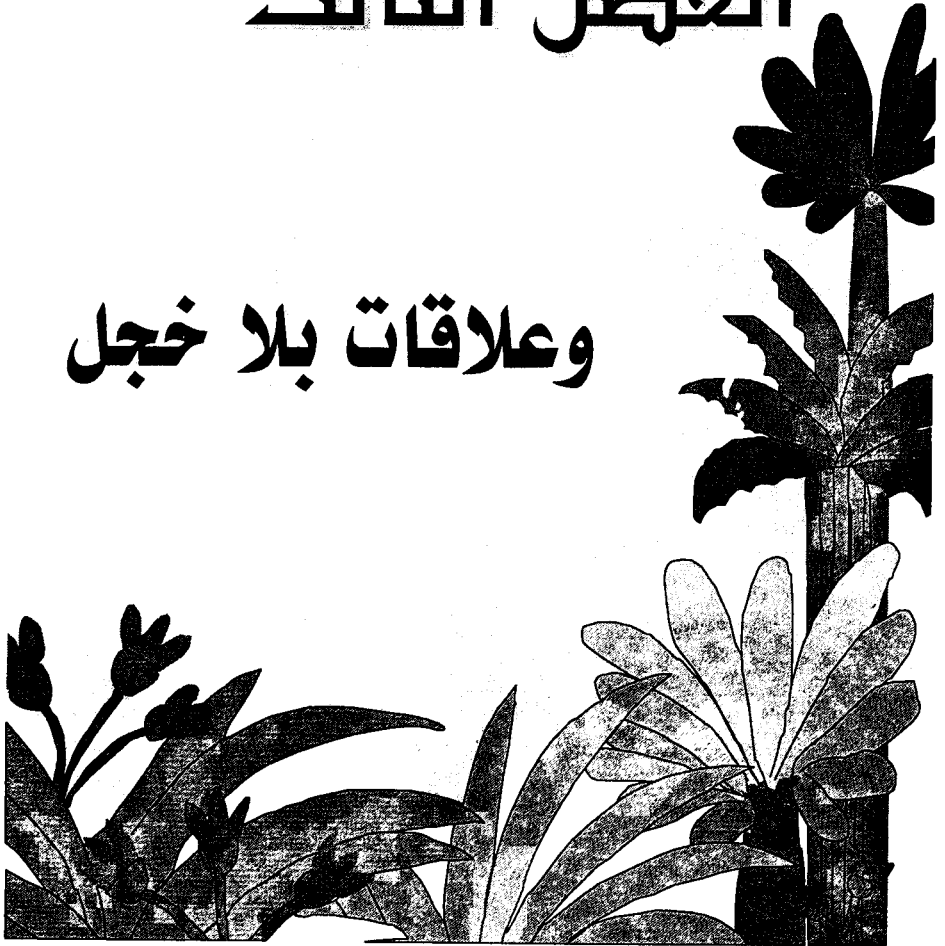
- ١- علمهم بأجسامهم
- ٢- اجعلهم يعتزون ببلوغهم
- ٣- الرعاية الصحية
- ٤- الغذاء المناسب
- ٥- الملابس المناسبة .
- ٦- ترشيد الطاقة .
- ٧- الهوايات والرياضات .
- ٨- مهارات الثقة
- ٩- عدم المقارنة والتنافس الجسمي .
- ١٠- لا تسخر منهم .

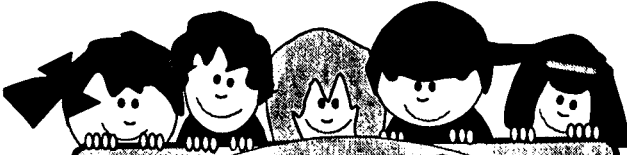




الفصل الثالث

وعلاقات بلا خجل



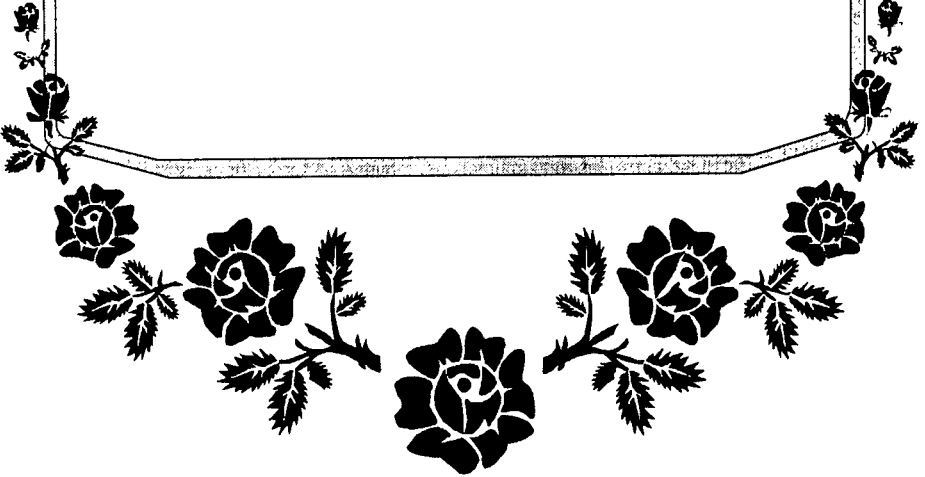


الفقرة الأولى

الأولاد كبروا !

– قيس وليلاه .

– الأولاد غير الكبار .





الفقرة الأولى

الأولاد كبروا !!

قيس وليلاه

رحب الوالدان بالجد السيد عبد الرحمن الذي غاب عنهم مدة حوالي أسبوع، وبعد جلسة غذاء عائلية جلست الأسرة في حجرة الاستقبال يشربون أكواب الشاي وقال الجد :

- أنا سعيد جدا باهتمامكم بالموضوع ، وما وصلتكم إليه من معلومات قال محمود :

- البركة في فاطمة هي التي كانت تشجعني على القراءة قالت فاطمة مبتسمة :

- والله اكتشفت أن محمود مثقف جدا .. قال الجد :

- وما أخبار عمر الآن ؟ قالت فاطمة في تردد :

- الحمد لله .. ولكن أحيانا له تصرفات تغيظ

لم تكمل الأم حديثها حتى دخل عمر في تردد واقتراب من أمه وهمس لها ببعض الكلمات ..

ظهر على الأم بعض التردد . وبدأ عمر يلح عليها.

قال الجد في حسم :

- ماذا بكم ؟ فليفعل عمر ما يريد يا فاطمة ما دام صوابا.

قالت فاطمة :

- والله لا اعرف هل هو صواب أم خطأ يا بابا ؟

قال الجد :

- فليذهب عمر الآن ويفعل ما يريد وسوف نناقشه بعد ذلك

قالت فاطمة :

- إذن خذ حنان معك .

خرج عمر فرحان إلا من بعض الامتعاض على وجهه

وقال الجد :

- إيه الحكاية ؟

قالت فاطمة :

- لا أدري يا بابا ،هذه الأيام

عمر يذهب ليذاكر مع

ليلي بنت الأستاذ على، لقد

كانا زميلين في الطفولة ولكن

الأولاد كبروا يا بابا .

التفت الجد إلى زوج ابنته

وقال:

- أنت إيه رأيك يا محمود؟

صمت محمود في ابتسامة خفية



الأولاد غير الكبار

قطعت فاطمة السكوت لتعيد سؤال أبيها على زوجها :

- أنت إيه رأيك يا محمود ؟

ويبدو أنها كانت تعرف رأي محمود مسبقا فتحفزت له وهو يرنو إليها مبتسما .

قال محمود من بين ابتسامته المرحة :

- الحقيقة يا فاطمة هذا الموضوع محير فأنت رأيت أنهم كبروا .. كبروا جسمانيا وأجهزة داخلية ، ولكن هل كبروا وجدانيا وعاطفيا ؟

المشكلة أننا ننظر لعلاقة الأولاد في هذا السن من منظارتنا نحن الكبار

انفعلت فاطمة وقالت :

- يعني أنت تؤمن بالاختلاط يا محمود ؟

لم يتحدث محمود ونظر إلى زوجته نظرة ذات مغزى فسكتت وقال الجد :

- ليس هذا أسلوب حوار يا فاطمة ، وليس الاتهام السريع هو طريق الحل لأي

مشكلة ، لا بد أن نفهم الموضوع بهدوء ، والأمر ليس مناقشة الاختلاط الآن ،

ولكننا نحاول أن نعرف ماذا يحدث لأولادنا في هذه المراحل ؟

ماذا حدث للأولاد ؟

قالت فاطمة ولا زال آثار انفعال على صوتها :

- وماذا حدث ؟ هذه حنان أخته ليس لها إلا زملاء من البنات ، بل لا تحب اللعب

مع الأولاد .

قال محمود :

- وعمر أيضا منذ سنتين كان كذلك يا فاطمة .

ابتسم الجد وقال :

- يبدو أنك قرأت في هذا الموضوع يا محمود فأحبرنا عن ذلك

قال محمود :

- الحقيقة أن علماء النفس لاحظوا أن الأولاد

والبنات في مرحلة ما قبل البلوغ ، بل وفي

بدايتها يحدث عندهم ما سموه مرحلة

الكمون الجنسي، ويبدو في بُعد كل

جنس عن الآخر وتتكون مجموعات

الصديقات والأصدقاء المتماثلين في الجنس، ثم

في بداية مرحلة البلوغ يتتاب الفتاة شعور

الألفة نحو نفس جنسه أيضا امتداد لهذه المرحلة، وتتكون

الصداقة الحميمة ، لدرجة أن البعض من الأصدقاء يغار على

صديقه، وفي نهاية المرحلة وجدوا أن كل فرد يميل إلى الجنس الآخر .

قالت فاطمة :

- وهل تطبق تلك الآراء على مجتمعنا يا محمود ؟ أنت تعرف أن هذه آراء صاغها

الغرب

قال الجد :

- هذه ليست آراء يا فاطمة، إنها ملاحظات من خلال دراسات، أما تطبيقها فهو

الاستنتاج من هذه الملاحظات، نحن لا نأخذ باستنتاجاتهم، وناقشها بل ونرد الكثير

منها من خلال مصفاة مجتمعنا وديننا ، والحقيقة أن هذه العلاقة في هذه السن بالذات لا خوف منها وأقول في هذه السن (سن البلوغ)

حيث أنها علاقة قوامها :

- ◆ أنها خالية من أية إثارة جنسية جامحة.
- ◆ أن البالغ لا زالت عنده رواسب طفولة تجعله لا يدرك كثيرا من المثريات الجنسية التي يدركها الراشدون.
- ◆ إنها علاقة (رومانسية) فتجد البالغ يصف زميلته بأنها أخته .
- ◆ إنها لا زالت علاقة غير مستقرة من حيث إنه لا زال في مرحلة استكشاف لأفراد الجنس الآخر ، فلا يتعلق بفرد معين.

قالت فاطمة :

- أنت قلت يا بابا من قبل أن الأمر لا بد من أن يدرس بدون حجل .

قال الجد محركا رأسه بالموافقة :

- نعم .

قالت :

- كيف تطبق ما قرأناه أنا ومحمود حول النمو في هذه المرحلة وخاصة نمو ...

وترددت فاطمة . فقال محمود :

- نمو الأجهزة التناسلية والمهرمونات ؟

قالت فاطمة :

- نعم وما ألاحظه عليه من السرحان و وأشياء أخرى كثيرة ؟

قال الجد :

- في هذه المرحلة بالذات تحدث ثلاث أمور للبالغ يجب التفريق بينها :

١- البلوغ الجنسي PUBERTY

وهو ذلك النمو الذي قرأت عنه

٢- فهو الشعور الجنسي SEXUALITY

وهو متمثل في عدة أمور :

أ - الفضول الجنسي :

حيث أن البالغ عنده شغف لأن يتعرف على حقيقة الحياة الجنسية ، ووظيفة تلك الأعضاء التي نمت في هذه المرحلة .

ب - الرغبة الجنسية :

ويعتقد البعض أن النمو يسبق الرغبة بحوالي ثلاث سنوات ، وهو عبارة عن دافع داخلي يظهره المثيرات الخارجية .

ج - الانشغال بالأعضاء الجنسية :

والتي تكثر أسئلته حولها ، وهذه المسألة تحتاج من الوالدين الكثير من الخبرة سأحدثكم عنها بعد قليل .

أما الأمر الثالث فهو :

٣ - النضج الوجداني :

ويظهر على هيئة التعلق بفرد من الجنس الآخر، وكما بينا أن هذا الأمر يبدو أولا كولاء لأحد أفراد جنسه ، ثم يميل نحو الجنس الآخر كعلاقة لم تصل إلى درجة الحب الذي نعرفه .

قالت فاطمة :

- وما واجب الوالدين يا بابا ؟

قال الجد :

أولاً: واجب عليهم قبل هذه المرحلة تربية أبناءهم تربية دينية وخلقية واجتماعية ونفسية.

ثانياً: تهئية الطفل لمرحلة البلوغ بمعلومات مناسبة.

ثالثاً: إتاحة الفرصة للاختلاط الاجتماعي بين الجنسين ، تحت إشراف غير ظاهر، مع دوام التذكير بالضوابط الشرعية، مع العلم أن كل ممنوع مرغوب.

رابعاً: تعريف البالغ بالدافع الجنسي بوضوح ، ولكن في إطاره الإنساني الذي لا يصح تصريفه إلا من خلال العلاقة الصحيحة وهي الزواج.

وهذه يا أولاد ما يسمى بالتربية الجنسية .

وهذا بحث صغير في هذا الكتاب يكشف عن آفاق جديدة حول هذا الموضوع.

أخذ محمود الكتاب من السيد عبد الرحمن والد زوجته ووضعه جانبا وقال له :

- كما اتفقنا يا عمي ، وبلا خجل .

قال الجد مبتسما :

- وأنت أيضا يا محمود؟!

قال محمود في شيء من التحفظ :

- وفي هذه المرحلة ألا توجد أي ممارسة ؟

قال الجد :

- ماذا تقصد يا محمود ؟

قال محمود :

- لقد بينت أن طبيعة الفرد في هذه المرحلة بعيدة عن الممارسة، مع إقرارنا بوجود الدافع الذي تحركه المثيرات ، ألسنت معي يا عمي ، إننا في عصر وفي مجتمع تحيطه المثيرات لدرجة أن الطفل ينضج وجدانيا قبل البلوغ ؟
ابتسمت فاطمة وهممت تصديقا لكلام زوجها.

فقال الجد :

- أنا معك يا محمود ، وفي البحث الذي معك أسلوب للتربية قد يخفف غائلة الضغط ، والمثيرات الخارجية التي تمنعنا كثيرا من النجاح في تربية أبنائنا، وكما يقول الشاعر :

متى يبلغ البنيان تمامه إذا كنت تبنيه وغيرك يهدم

ولقد فهمت مغزى سؤالك ، إنها المشكلة التي سموها (المشكلة العالمية) حيث يتجه الغلام والفتاة في هذه المرحلة إلى تخفيف التوتر الناشئ عن الإثارة الجنسية، بما يطلق عليه (النشاط الجنسي الذاتي).

لم يستزد محمود من حديث الجد ولكن قال :

- وكيف أوجه ابني في هذا الموضوع الشائك يا عمي ؟

قال الجد :

- الحقيقة أن الموضوع مخرج بعض الشيء .

ابتسم محمود وفاطمة ابتسامة أقرب للضحك فهما الجد وقال معاتبا.

- نعم نحن اتفقنا أنه بلا خجل ولكن ليس بلا حياة.

المهم ، أرى أن زيادة جرعة التثقيف للبالغ أو البالغة حول هذا الموضوع مهم جدا .

وليعلم كل مربّي أنه لا علاج لأمثال هذه المشكلات
بعيدا عن القيم الدينية وتنمية وازع التقوى لدى المراهق

ويصلح بحث كالموجود لديكم في نفس الكتاب ، أن تضعه بين يدي ابنك أو ابنتك لحصار مثل هذه المشكلة .

والآن هل يمكنني الانصراف حيث أني لدي بعض الارتباطات ؟

عادت فاطمة ومحمود إلى حجرة الجلوس بعد توديع الجد ، وأمسك محمود الكتاب الذي كان في لهفة لمعرفة محتوياته .

ولحقته فاطمة وقالت :

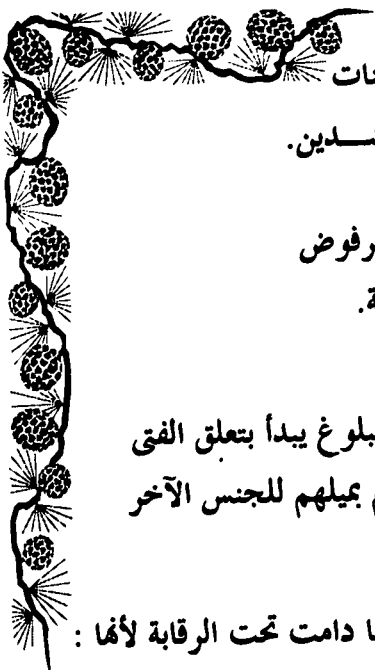
- هيا نقرأ تلك الفصول التي أشار إليها بابا

قال محمود :

- سأقرأها أنا الآن لأنك كما يبدو مشغولة ولا بد أن تقرئها أنت أيضا

وافقت فاطمة وقامت لتباشر بعض مهام بيتها وجلس محمود ليقراً تلكم الفصول .





لا تنظر إلى علاقات الأولاد البنات
في مرحلة البلوغ من منظار الراشدين.



أن هناك فرق بين الاختلاط المرفوض
والعلاقات الاجتماعية المنضبطة.



هناك نمو وجدائي في مرحلة البلوغ يبدأ بتعلق الفتى
أو الفتاة بصديق من جنسه ثم بميلهم للجنس الآخر



لا خطورة من هذه العلاقات ما دامت تحت الرقابة لأنها :



- ◆ خالية من الإثارة الجنسية
- ◆ لا زالت فيها رواسب الطفولة .
- ◆ علاقة تغلب عليها الرومانسية
- ◆ غير مستقرة لأنها مرحلة استكشاف

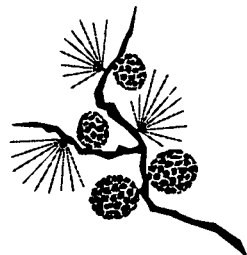
إذا كنت تبنيه وغيرك يهدم

متى يبلغ البنيان تمامه



وفرق بين أمور ثلاثة :

- ١- النمو الجنسي
- ٢- نمو الشعور الجنسي
- ٣- النضج الوجداني



وواجب عليك

- ١- تربية الأولاد قبل البلوغ دينيا وخلقيا واجتماعيا ونفسيا
- ٢- تهيئة الطفل للبلوغ بمعلومات تناسبه .
- ٣- إتاحة الفرصة للاختلاط الاجتماعي تحت الإشراف
- ٤- تعريف البالغ بالدافع الجنسي في إطار الزواج

وانتبه

التربية الجنسية مهمة جدا في هذه المرحلة

فما هي ؟

وكيف ؟

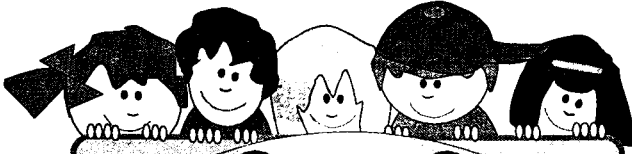
وما مصادرها ؟

وكلام في أذنك

بلا خجل

الممارسة المنتشرة في هذه المرحلة هي :

العادة السرية (الاستمناء) فحاول معرفة حجمها
بلا إفراط ولا تفريط ولا خجل.



الفقرة الثانية

نعم للتربية الجنسية ... ولكن !

اختبار... (دستور تربوي)

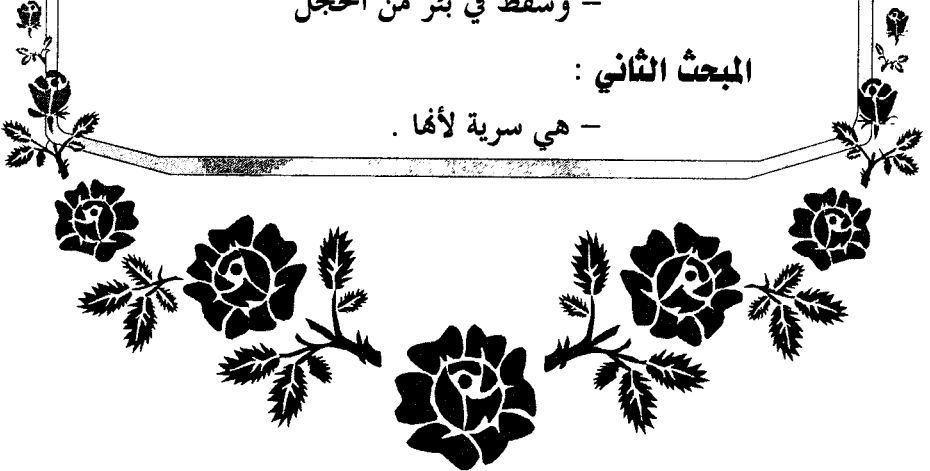
المبحث الأول:

- التربية الجنسية

- وسقط في بئر من الخجل

المبحث الثاني :

- هي سرية لأئها .



اختبار

دستور تربوي

من مصادر التربية :

- ١- كتب الديانات السماوية
- ٢- أقوال الرسل (صلوات الله وسلامه عليهم)
- ٣- أقوال الحكماء
- ٤- تجارب الآخرين
- ٥- الصياغة العلمية التجريبية

وموقع القرآن الكريم بالنسبة لهذا كله (القيمة)

وسورة النور وضعت نظاما اجتماعيا، يساعد على تنشئة الشباب في مراحلهم السنوية المختلفة تنشئة نظيفة وتعين المجتمعات على تقييد ذلك الغول الذي بدأ يغتال الشباب في بلاد لم تتمسك بتلك التعاليم وهو غول [الشهوة الجنسية] وهذه عبارات تضع برنامجا لتلك المجتمعات النظيفة والمطلوب أن نستخرج من آيات سورة النور ما يدل على كل عبارة

ملحوظة :

سورة النور مدنية ، نزلت في السنة السادسة من الهجرة، بعد غزوة الأحزاب، بمناسبة حادثة الإفك، ترتيبها رقم ٢٤ في المصحف وتقع في الجزء الثامن عشر، آياتها ٦٤ آية وتحتل نصف جزء بالضبط. وقبلها في ترتيب المصحف سورة المؤمنون، وتبدأ بصفات المؤمنين العشرة، وبعدها سورة الفرقان وتنتهي بصفات عباد الرحمن العشرة.

والآن استخرج من آيات سورة النور ما يدل على كل عبارة من العبارات الآتية:

١- حد الزنا.

الآية :

٢- نهي المؤمنين والمؤمنات عن الارتباط بالزناة والمشركين بالزواج.

الآية :

٣- حد قذف المحصنات .

الآية :

٤- حد اللعان بين الزوجين .

الآية :

٥- أسلوب التعامل مع الإشاعة .

أ- حسن الظن.

الآية :

ب- طلب الشهود.

الآية :

٦- الموقف من الذين يريدون أن تشيع الفاحشة .

الآية :

٧- التعريف بدور الشيطان .

الآية :

٨- آداب الاستئذان على البيوت ودخولها .

الآية :

٩- غض البصر .

الآية :

١٠- حفظ الفرج ومعناه ستر العورة .

الآية :

١١- ستر الزينة بالنسبة للمرأة (الخللحال) .

الآية :

١٢- المحارم وهم الذين يجوز كشف جزء من عورة المرأة أمامهم .

من الرجال : أحد عشر صنفا

من النساء : نوع واحد

الآية :

١٣- ضرب الخمار على الشعر والرقبة والصدر .

الآية :

١٤- الحث على الزواج برغم عقبة الفقر .

الآية :

١٥- منع البغاء .

الآية :

١٦- الحث على تحرير العبيد ومكاتبتهم على الحرية .

الآية :

١٧- الحث على الاستعفاف لمن لم يجد زوجا .

الآية :

١٨- ربط كل هذا بالعلاقة مع الله .

الآية :

١٩- جعل المسجد هو مركز الإشعاع في المجتمع .

الآية :

٢٠- تنظيم دخول الأطفال والبالغين واستئذانهم على الوالدين .

الآية :

٢١- القواعد من النساء وعدم التبرج .

الآية :

٢٢- تنظيم الضيافة والطعام في البيوت .

الآية :

٢٣- السلام .

الآية :

٢٤- الأدب مع رسول الله ﷺ .

الآية :

٢٥- بيان مصير من يخالف أوامر الله ورسوله .

الآية :

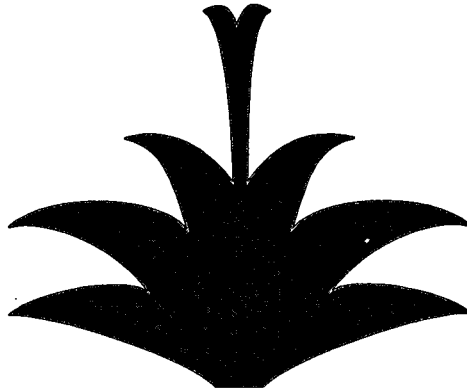
(يستعان بالمصحف في استخراج الآيات)

التقييم

- ١- تعطي درجة على كل رقم صحيح.
- ٢- تعطي درجة على الآية المنقول الجزء منها المعبر عن المعنى.
- ٣- تعطى درجة على أي إضافة يمكن أن تخرج من السورة ولم تذكر في هذه الـ ٢٥ نقطة.

النتيجة

- أقل من ٢٥ ضعيف.
- من ٢٥ - ٣٩ جيد.
- من ٤٠ - ٥٠ جيد جدا.
- أكثر من ٥٠ ممتاز.



المبحث الأول

التربية الجنسية

مع نمو الجهاز التناسلي عند البلوغ، وبدء تدفق الهرمونات الجنسية، ونزول دم الحيض للفتاة وأول قذف للفتى، سميت تلك المرحلة من الناحية العضوية بمرحلة (البلوغ الجنسي).

وبجانب هذا البلوغ العضوي الفسيولوجي، فإن هناك أمر آخر ينمو داخل الفتى أو الفتاة ويبلغ ويبدأ في العمل ويسعى ناحية التضج وهو (الدافع الجنسي).

وهو فطرة داخل النفس البشرية، خلقها الله، فيها يميل بها الفتى إلى الفتاة، وتميل الفتاة للفتى. تكون بسيطة منطوية غير واضحة المعالم في هذه المرحلة، مرحلة البلوغ الجنسي قوامها حب الاستكشاف ومعرفة المجهول، ولكنها تقوى وتشتد بعد سن الخامسة عشرة، ولذلك فإن هذا السن وفي تلك المرحلة بل وما قبلها بقليل يجب أن نضع أمام الفتى والفتاة أسساً وقواعد وآداباً وأخلاقيات تحملهم على أن يبروا بذلك الدافع الجنسي مروراً منضبطاً سليماً.

وبداية فهناك ثلاث قواعد أساسية :

- ١ آداب الاستئذان
- ٢ آداب النظر
- ٣ أن يتجنب المراهق الاستشارات الجنسية

أولاً: الاستئذان :

إن علاقة المراهق مع مجتمعه من حوله تحدها هذه الآية:

﴿وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا﴾ (النور: ٥٩)

ويحدد القرآن الكريم أوقات الاستئذان في قوله تعالى:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا
الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظُّهْرِ
وَمِن بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ﴾ (النور: ٥٨)

وهنا ملاحظات :

١- أن الأمر ليس مفاجأة للذين لم يبلغوا الحلم ،فأنت من قبل أن يبلغوا الحلم-وهم
أطفال-علمتهم هذا الاستئذان ، ولذلك فالأمر بسيط والتوجيه يبدأ من الطفولة
ثم يعيد تأكيده عند البلوغ لثلاث تظن أنهم ما إن يبلغوا الحلم فيمكن أن لا
يستأذنوا .

٢- لقد استأذن الأطفال حتى لا يطلعوا على ما يجهلون فيحدث لديهم أسئلة
يصعب الإجابة عنها ، أما بالنسبة للبالغ فالأمر مختلف فهو مدرك ، ولهذا
كان الاستئذان عند العورات حتى تقطع عليه خط الشيطان والإثارة وإيقاظ
الشهوة قدر الإمكان .

٣- يستحسن استخدام لفظة الاستئذان ، وليس المنع لبيان الفرق في الأمر وأن
الموضوع يحتاج إلى حكمة وعدم تضخيم له .

٤- هذه الأوقات الثلاثة فيها الراحة البدنية والاتصال الهادئ مع الأهل وهي إشارة
إلى تنظيم العلاقات المترتبة لتسهيل معه عمليات التربية .

ثانياً: النظر :

ما لا ينكره أحد أن النظر مفتاح الإثارة الجنسية ولذلك يقول الشاعر:

كل الحوادث مبدأها من ومعظم النار من مستصغر الشرر
 كم نظرة فعلت في قلب فعل السهام بلا قوس ولا وتر
 والمرء ما دام ذا عين يقلبها في أعين الغير موقوف على خطر
 يسر مقلته ما ضر مهجته لا مرحبا بسرور عاد بالضرر

ولذلك فمن مبادئ التربية غض البصر ، قال تعالى :

﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ، وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَعْضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ﴾ (النور، ٣٠، ٣١)

وقد حض الرسول ﷺ على غض البصر فقال فيما يرويه عن رب العزة:

(النظرة سهم من سهام إبليس من تركها من مخافتى أبدلته إيماناً يجد حلاوته في قلبه) (رواه الحاكم وقال صحيح)

- ولما سئل عن نظرة الفجاءة قال: (اصرف بصرك)

يقول سيد قطب : إن هدف الإسلام من غض البصر هو إقامة مجتمع نظيف لا تهاج فيه الشهوات في كل لحظة ولا تستثار فيه الغرائز في كل حين .^١

ثالثاً : المجتمع النظيف

والدعوة إلى المجتمع النظيف هي أساس التربية السليمة ، ففي هذا المجتمع تقل الإثارة الجنسية فيحدث هدوء للدافع الجنسي وضبطه والسيطرة عليه

(١) انظر تفسير الآية في ظلال القرآن - الأستاذ / سيد قطب .

وملامح هذا المجتمع النظيف تبدو في :

أ- ستر المرأة

وأهم ما يجعل المجتمع نظيفا هو ستر العورات وإن كان الله قد أمر الرجال بستر العورة . فقد شدد في ذلك على المرأة أكثر فأمرها بعدم إبداء الزينة.

يقول تعالى: ﴿ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ﴾ (النور: ٣١) أي ما ظهر منها دون قصد.

وعورة المرأة كما بين العلماء جميع بدنها إلا الوجه والكفين ويبين الشرع أن هناك مجموعة من الرجال يجوز للمرأة إبداء الزينة عندهم وأن غيرهم يجب أن تستر نفسها عنهم، وهم مجموعة من الأقارب أما غيرهم فيسمى بالنسبة للمرأة (الرجل الأجنبي).

﴿وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ﴾ أي يغطين شعورهن ورقابهن وصدورهن بالخمار وهو الطرحة.

﴿وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ﴾ أي الأزواج.

﴿أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ﴾ أي ما يخدمهن من النساء أو من تثق فيها من النساء.

﴿أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ﴾ أي من يثبت بالدليل القطعي أنه لا شهوة عنده للنساء

﴿أَوْ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَاتِ النِّسَاءِ﴾ أي لم يفهموا معنى جسد المرأة، ولم يبلغوا أو يقتربوا من الحلم.

وفي هذا إشارة إلى أهمية ستر المرأة بالنسبة للفتى في سن البلوغ ، وفيه أهمية أيضا أن تحذر النساء من دخول هؤلاء الفتيان عليهن، بدعوى أنهم أطفال، وفيه أنه وجب أن تبدأ البنت في تغطية جسدها عند البلوغ بل وينبئه عليها أن تلتزم الأدب عند المشي فلا يظهر صوت ضحكها أو ما يجعلها عرضة لمبتذل أو مهرج .

﴿وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيَّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (النور ٣١)

ب - بين الأخوة والأخوات :

ويبين رسول الله ﷺ أهمية تجنب الإثارة حتى بين الأشقاء قال :
مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَنِينَ وَاصْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ
ولا يخفي أن في المضاجع يسهل التكشف وقد تحدث الإثارة هنا .

ج - إدراك أن الأمر ليس بسيطا

فقد يفاجأ الإنسان بآراء أهم أطفال أو شيء من هذا القبيل ، ولكن هي الفطرة التي لا يستطيع مقاومتها رأي . فقد روى البخاري أن النبي أردف الفضل بن العباس خلفه ، وكان قد ناهز البلوغ فطلق الفضل ينظر إلى امرأة وضيئة ، فأخذ النبي بذقن الفضل فحول وجهه عن النظر إليها . ولما سأله العباس: قال (رأيت شابا وشابة فلم آمن عليهما الفتنة) وهكذا كان إدراك الرسول لأبعاد هذا السن ولخطورة الفتنة .. ولمن يرفض هذا المنطق إليكم هذا التحقيق الصحفي العجيب :

زواج المحارم

هذا التحقيق يثير النفور والغيان

لكن اقترأه لتعرف ماذا يحدث في العالم .. وللعالم من حولك .

قصة أغرب من الخيال في ألمانيا: فتاة عمرها ١١ عاما تنجب من شقيقها الذي يكبرها بعام!

- أمراض أطفال زواج المحارم عشرة أضعاف أي زواج آخر.

- القانون لا يعاقب زواج

الأخوة في فرنسا وبلجيكا والأرجنتين وتركيا!

في البداية قرر محرر مجلة (شتيرن) الألمانية عمل تحقيق عن الأخوة الصغار، والصراعات التي تنشب بينهم، ونشر إعلانا يطلب أمهات أو آباء يعانون من هذه المشكلة.

ومن بين كثيرين اتصلوا به، كانت أما في الخامسة والثلاثين لديها طفلة عمرها ١٣ سنة، وأنجبت طفلا عمره أسابيع بولادة قيصرية لم يلتئم جرحها بعد.

وفي بيت العائلة الصغيرة في قرية برلين، شعر المحرر أن الصغيرة واسمها (بيجي) تعامل أختها دانيال برقة ملفتة أثناء لعبها مع الطفل الوليد.

وأخيرا سألت بيجي محرر المجلة في حضور الأم: «من يشبه الطفل في رأيك؟ لقد أخذ عينيه مني ولكن الباقي كله من دانيال».



وهنا اكتشف الصحفي المفاجأة الصاعقة، أن الطفل ابن الأخوين يبجي . ودانيال؟!

جريمة

إن زواج المحارم من أشد الموضوعات المحرمة في ألمانيا ، كما هي الحال في كل المجتمعات تقريبا ، والقانون يجرم هذا النوع من الزواج أو العلاقة ويقضي بالسجن على مرتكبيه ولكن ها هو المحرر دون استعداد مسبق يواجه بمن يعترف بهذه العلاقة المحرمة وفي وجود الأبوين بل وتعلن الأسرة كلها عن استعدادها للحديث عنه والتصوير والسماح بنشره .

يبجي ودانيال لم يكونا يعلمان أن هذا النوع من الحب محرم ، ولا نوع المخاطر الطبية والصحية التي يدخلان إليها بأقدامهما ، وهذا أمر قد لا يصدقه المرء أن يحدث في أوروبا حيث العلم والثقافة - وخصوصا الثقافة الجنسية - تملأ كل بيت ، ولكنها الحقيقة المفزعة .

منذ عامين كان عمر يبجي ١١ سنة، ودانيال ١٢ سنة، يعيشان وحدهما تقريبا في البيت الذي بناه أبوهما وأمهما.

الأب (بيرند أس) كان يعمل طوال اليوم، ولا يعود إلا في المساء مجهدا ليأكل وينام، والأم («ريناته أس») تعمل عاملة نظافة في مدرسة تعود للبيت في المساء، تسأل الطفلين عن واجباتهما المترتبة وتعد لهما العشاء، ولم يفكر الوالدان في الحديث مع طفليهما عن أمور الجنس والعيب والحرام مطلقا، وحتى عندما بلغت يبجي لم تفهم شيئا عن الدم الذي يسيل بين فخذيها في العادة الشهرية ولم تفكر في أن تسأل أحدا عنه.

ومنذ عامين، أثناء وحدتهما الطويلة في المنزل، بدون جيران أو أصدقاء بدأ الأمر ذات مساء ، أثناء إعداد العشاء .

كانا يشعران - كما يقولان الآن بإحساس كوميدى تجاه الأمر ، ولم يخطر ببالهما أنه شيء محرم .

غشيان المحارم بين الأخوة والأخوات أمر لا يدور الحديث عنه أو الإشارة إليه ، حتى في قضايا الجنس في المحكمة ، وانحرافات كبار السن ومغتصبي الأطفال .
وليس هناك أي دراسة اجتماعية ، أو ملفات أرشيفية أو جامعية ، خاصة بدراسة الظاهرة .

إنه واحد من أكثر المحارم تشددا لدرجة أن المرء لا يجب فقط أن يفعله ، ولكن عليه ألا يفكر فيه أيضا .

من الناحية الطبية للأمر أسبابه الواضحة ، فقد أثبت العلم أن احتمالات مرض الأطفال في زواج المحارم تبلغ عشرة أضعاف احتمالات المرض بين الأزواج العاديين . وهناك واحد من اثنين على الأقل أبناء زنا المحارم معوق عقليا أو بدنيا .

دانيال وبيجي لم يخطر ببالهما موضوع الحمل أيضا . وبيجي كانت جاهلة لدرجة أنها كانت تعتقد أن الحمل لا يحدث إلا خلال أيام عادتها الشهرية .

أمها لم تتخيل الأمر أبدا ، كانت تعتقد أن العلاقة الناعمة بين الأخوين هي مجرد حب أخوي، وأن دانيال يراها باعتباره الأخ الأكبر ، وكان الطفلان مشغولان أمامها باللعب بالكمبيوتر أو ألعاب الأطفال الأخرى ، لكنهما في الحقيقة كانا غارقين في عالم خيالي مغلق عليهما وحدهما يعوضان فيه غياب الوالدين والأهل والأصدقاء بالاعتماد على نفسيهما كلية .

ودانيال بسذاجة باح بالسر إلى زميل دراسة له منذ عام ، وفي اليوم التالي فوجئ بمزملاء الدراسة يطلقون عليه وعلى أخته بيجي أقدع الألفاظ والعبارات ، وعندما عادت بيجي باكية من المدرسة شعر بالذنب وعاقب نفسه أمامها .

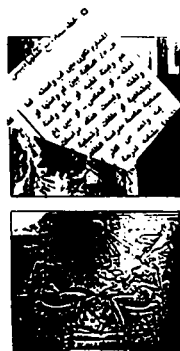
وفي نوفمبر من العام الماضي شعرت بيحي بوخذات في بطنها للمرة الأولى وذهبت مع أمها إلى طبيب - طبيب أطفال (1) - قال لها أنها آلام النمو واستمر الجهل ملقيا بنسيجه العنكبوتي فوق المترل لأسابيع ثقيلة كانت فيها بطن بيحي يتزاد انتفاخا وإيلاما ، إلى أن جاء يوم لمس فيه الأب الغافل بطن ابنته فوجد شيئا يتحرك ، وأدرك الأبوان الأمر أخيرا .

بعد ليلة قضتها الأم في البكاء الصامت ، تصارحت مع ابنتها في الصباح وذهبتا هذه المرة إلى طبيب نساء ، أخبرها أن الابنة في الشهر السادس .

وفقا لقانون العقوبات الألماني رقم ١٧٣ المادة ٢ يجرم الجنس بين الأخوة والأخوات بعامين جسب وغرامة مالية ، ولكن المشكلة هنا أنهما قاصران تحت سن ١٨ سنة!

وعلى أية حال إذا كان زنا المحارم مخالفا للشراع والقوانين في معظم البلاد ، فإن قوانين بعض الدول لا تجرم الجنس بين الأخوة.

علماء النفس : فرويد رأى أنها رغبة مكتوبة ولتستأرك يرى أن الإنسان ينظم منها بغيته



لقد استعدت هذه المراسم والطقوس التي كان يقوم بها الآباء والأمهات في الماضي لتربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة.

وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة.

وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة. وقد كان الآباء والأمهات يحرصون على تربية أطفالهم في بيوتهم الخاصة.

١٩٧١ - ١٩٧٠ - ١٩٦٩ - ١٩٦٨ - ١٩٦٧ - ١٩٦٦ - ١٩٦٥ - ١٩٦٤ - ١٩٦٣ - ١٩٦٢ - ١٩٦١

بعد أربعة أسابيع على زيارتها لطبيب النساء ، ودخلت ييجي مستشفى ولادة بشرق برلين لتصبح أصغر مريضة تدخل المستشفى ، وبقيت هناك إلى أن أنجبت طفلها ((دينيس)) بعملية قيصرية .

وبعد مرور أسابيع على ميلاد الطفل، لا يزال مصيره مجهولا، رغم أن ييجي ودانيال وأمهما يرون أن حالته الصحية مطمئنة .

الدمار

في الأبحاث الطبية القليلة المتوافرة عن زواج المحارم أثبت الطب أن قرابة الدم تؤدي غالبا للأمراض ، وعيوب خلقية فادحة .

وعلماء الهندسة الوراثية يفسرون هذا الأمر ، فالجينات داخل كل إنسان تحمل عيوباً خلقية موروثية ، لا تظهر عندما تلتقي بمثلتها في جينات شخص آخر، وبما أن جينات الأسرة الواحدة متماثلة تقريبا، فإن أطفال المحارم يعانون من هذه العيوب الخلقية ((المتنحيد)) وفقا للتعريف العلمي .

في دراسة يابانية مثلا ، مات خمسة أطفال جاءوا ثمرة أخوين فوق ١٨ سنة وذلك خلال الشهور الستة الأولى على مولدهم ، اثنان نتيجة تخلف عصبي متزايد وثلاثة بتخلف عقلي أحدهما أصيب بالسعار .

وفي دراسة أجريت في السبعينات في تشيكوسلوفاكيا ، جرت مقارنة بين مصير ١٦١ طفلا جاءوا كثمرة لزنا المحارم ، وبين مصير ٩٥ طفلا آخر من نفس الأمهات - مع اختلاف الآباء- جاءت النتيجة دامغة : ٢٣ من ((أطفال المحارم)) ماتوا سريعا ، و ٦٠ منهم عانوا من إعاقات بدنية جسيمة ، و ٤٠ ألحقوا بمصحات عقلية .

أما الـ ٩٥ العاديين فلم يعان سوى خمسة فقط من إعاقات جسمانية عادية، وفي هذا أبلغ العبر^(٢).

د - الويل لمن أشاع الفاحشة :

وواضح جدا أن الهدف الرئيسي في التربية : تقليل فرص الفاحشة في المجتمع ، حيث يجد الخطأ نفسه مترويا لا مجال له ، وتقل الفرصة أمام الشهوات فتسمو وتعلو وترتقي إلى مجالات أخرى ، ولذلك تجد القرآن يتزل بقارعة على رؤوس مشيبي الفاحشة : ﴿إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ، وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ وَأَنَّ اللَّهَ رَعُوفٌ رَحِيمٌ﴾ (النور ١٩ - ٢٠)

هـ - مسئولية التربية :

ويمكن تلخيص سمات المجتمع النظيف في مسئولية التربية في جانبين :

- ١- مسئولية التربية الداخلية .
- ٢- مسئولية التربية الخارجية .

١- مسئولية التربية الداخلية :

أن يتبع المرابي قواعد التربية السليمة في سد الطريق أما إثارة الغرائز الجنسية

بالآتي:

- ١- الاهتمام بقضية الاستئذان في البيت في الأوقات المبينة
- ٢- إرشاد الفتى والفتاة إلى عورة المرأة والرجل ، وعدم دخول الفتیان على النساء الأجنبيةات أي غير الأقارب .
- ٣- التفريق بين الولد والبنت في المضاجع أي لا ينامون في فراش واحد

- ٤- تعليم الفتى والفتاة آداب النظر وغيض البصر .
- ٥- مراقبة ما يقتنيه وما يشاهدانه من مناظر في التلفزيون وغيره .
- ٦- إرشاد الفتاة إلى عورتها ووجوب سترها وعدم إبداء الزينة .
- ٧- ضبط العلاقات بين الفتاة والفتى في مثل هذا السن على أساس غيض البصر وتجنب كشف العورات وعدم الخلوة .
- ٨- الالتزام بعبادتي الصلاة والصوم .. والصحبة الصالحة .

٢- مسئولية الرقابة الخارجية :

وهي تقع على عاتق المجتمع، ومعرفة هذه المسئولية مهمة أيضا للمربي حتى يجنب الفتى والفتاة إياها وتمثل في الجوانب الاجتماعية :

- ١- السينما والمسرح
 - ٢- الموضة وخاصة في ملابس النساء .
 - ٣- أماكن اللهو من النوادي وغيرها .
 - ٤- الصحبة السيئة .
 - ٥- الاختلاط غير المنضبط بين الجنسين .
- وإني أضع آلاف علامات الاستفهام وملايين من علامات التعجب أمام ما يعرض في وسائل الإعلام، وبعد سؤالي وسؤال جميع المربين ماذا يريد الإعلام من شبابنا؟! وأي منهج يتبناه في إرشاد المجتمع!؟

!؟

وسقط في بنر الخجل !!

((نعم هو فعل ذلك))

هكذا حدث محمود نفسه وهو يجلس على أريكته في حجرة المعيشة :

((كل القرائن تدل على ذلك))

- كثرة انفراده بنفسه وإغلاق الحجره عليه .

- هذه الصور التي رأيتها بين كتبه .

- كثرة سرحانه وعدم التركيز في دروسه .

- استحمامه اليومي بل وأحيانا مرتين .

- وأخيرا شكوى أمه من ذلك الصفار على ملابسه

هكذا دارت الأفكار في رأس محمود وهو يفكر في عمر ابنه وتقصيره في

الصلاة!! وعندما سأله عنها أجاب في حزن شديد أنه دائما يشعر بالإثم!

رغم أن ابنه ليست له ممارسات خاطئة !!

وكانت النتيجة ما وصل إليه محمود :

ابني يمارس العادة السرية

وسأل نفسه في حيرة :

ماذا أفعل معه !!؟

هل تستطيع أن تشارك محمود وتخرجه من بنر الخجل!؟

المبحث الثاني

هي سرية لأنها ..!؟

مع تفجر الطاقة الجنسية لدى الفتاة أو الفتى، ومع نمو الدافع الجنسي، ومع هذا المجهول الذي يهوي كل إنسان استطلاع غيبه، يبدأ المراهق أو المراهقة في التعرف على الممارسة الجنسية كفضول ويكون ذلك بما يسمى [النشاط الجنسي الذاتي MASTURBATION أو العادة السرية]

والسبب الرئيسي لاستمرار الممارسة الذاتية أو العادة السرية هو [الإثارة الجنسية].

وهي نوعان :

داخلية : باستحلاب بواعث الشهوة عقليا من خلال التخيل .

خارجية : بوجود بواعث للشهوة مثل النظر إلى أجزاء المرأة العارية أو الصور ، أو الأفلام التي تكون فيها ممارسات جنسية .

وغالبا ما يتعرف الفتى أو الفتاة على هذه العادة من أقرانهم الأكبر قليلا في السن، ولكن قد يتعرف عليها ذاتيا . ويستمر المراهق أو المراهقة في ممارسة هذه العادة، وتكون بالنسبة لهم طريقا لتخفيف التوتر الجنسي الناتج من الإثارة الجنسية . وفي إحصائية حول عدد من المباشرين لهذه العادة من الذكور والإناث وجد أن:

يتعلمون هذه العادة تلقائيا في سن ٩ سنوات	من الذكور	%١٠
يتعلمونها في سن ١٥ سنة ومارسوها .	من الذكور	%٩٤
يتعلمونها في سن ١٥ سنة ومارسوها	من الإناث	%٦٢

وبسبب هذه النسبة العالية لممارسي هذه العادة، فقد ذهب بعض العلماء إلى ادعاء أنها مصدر عادي وطبيعي من مظاهر النمو الجنسي وسموها المشكلة العالمية!!.

أفكار خاطئة

ولقد شاعت حول هذه العادة الكثير من الأفكار الطبية الخاطئة، وقد بينت الأبحاث العلمية زيف كل هذه الأفكار .

ومن أمثلة ذلك :



- أنها تصيب بكثير من الأمراض حتى العمى
- أنها تؤدي إلى التشوه، والضعف الجنسي، والعقم عند الزواج .
- أنها تضعف القوى العقلية ، وتضعف الذاكرة .

وشاع أيضا الكثير من الأفكار حول فوائد تلك العادة وتبناها بعض علماء النفس ، وأكد الكثير من الأطباء وعلماء النفس ثافت تلك الأفكار ومن أمثلة ذلك :

- أنها تؤدي إلى قوة الجهاز التناسلي ، بكثرة تدريبه وزيادة صحته .
- أنها علاج لحب الشباب .



- إنها علاج السمنة .
- إنها تزيل التوتر الجنسي فتزيد التركيز .
- إنها تحدث بسبب امتلاء الخصيتين بالسائل المنوي .

والحقيقة أن هذه العادة لا فائدة منها ، حيث أن الله سبحانه وتعالى قد درب الجسد على تفرغ الطاقة الجنسية عن طريق مسلك طبيعي وهو (الاحتلام) أو الحلم الجنسي، ذلك إن لم يكن هناك أزواج .

وتكمن خطورة هذه العادة في الآتي :

١- إن مدخلها وبدايتها شكل من أشكال الانحراف ، وهو النظر إلى ما حرم الله أو التفكير في حرام، وهذا يؤدي بعد ممارستها إلى الشعور بالإثم والخطيئة، مما يؤدي إلى فقدان احترام الذات والشعور بالخسة.

٢- إنها وإن كانت لا تؤدي إلى الخطر الصحي المشاع عنها، إلا إنها نوع من أنواع الجهد والاستغلال غير الجيد للبدن، وقد أشار رسول الله ﷺ للمتزوج أن يقسط في المباشرة مع زوجته وقال له: «هي نور عينيك ومخ ساقك».

وكثيرا ما يبدو على البالغ ذلك الهزال المتسبب من الشعور بالوهن أمام تلك العادة ، وكثيرا ما ينصح المدربين أعضاء فرقهم الرياضية ، وخاصة المتزوجين منهم قبل المباريات الهامة بعدم المباشرة الزوجية توفيراً لهذه الطاقة .

٣- وهي سرية يختفي المراهق بها عن العيون ، وذلك شعوراً بالخطأ وليس الحياء ، ولأنها سرية فهي مبعث من مبعث الحجل الشديد وهنا تكمن خطورة ملاحظة الآخرين للمراهق بعد مباشرتها فيصيبه القلق والإضطراب والعزلة وأيضاً لأنها سرية ولأنها تصيب بذلك كله يفضل المراهق والمراهقة ألا يؤدي الواجب الديني بعد هذه العملية وهو الاغتسال من الجنابة ، ويبقى على جنابته متأخراً عن الصلاة وعن الصوم وعن تلاوة القرآن وعن كثير من واجباته، وذلك حتى لا يكتشف أحد سره .

٤- وهي لا تؤدي إلى التركيز ولا تضعف الذاكرة ، لا هذا ولا ذاك ، ولكن تفكير مستمر في الناحية الجنسية ، مع إثارة خارجية بصور أو قصص أو أفلام ، مع تحفي بشيء تستشعر أنه جريمة، مع شعور بالإثم بعدها ومحاولة لإزالة آثار فعلتك.

هل بعد ذلك كله يكون هناك تركيز؟!

ثم يسأل البالغ والمراهق نفسه لماذا لا أتقدم في دروسي؟!؟

٥- وهي لا تؤدي إلى الأمراض العجيبة التي ذكرها البعض للجهاز التناسلي وغيره، ولا تضعف القوى الجنسية، وفي نفس الوقت فهي لا تزيد القوة الجنسية، ولا تؤدي إلى صحة الجهاز التناسلي، فكل هذا خاضع لصحة الجسم العامة والجهاز الهرموني خاصة لا هذا ولا ذلك.

ولكن الخطورة الحقيقية تكمن في إدمان هذه العادة ، ويظهر واضحا هذا الإدمان فيما بعد الزواج .

فممارستها مرات عديدة في اليوم الواحد ، ودوريا كل يوم يجعلها عادة ملاصقة للسلوك الحياتي للبالغ والبالغة ، ثم تتحول تلك العادة إلى إدمان ، بحيث لا يستطيع أن يستغني عنها .

ولقد جعل علماء النفس النشاط الجنسي مراحل لا بد من ترك التي قبلها ليصل إلى التي بعدها ، ويستمر النمو الجنسي حتى النضج وهو المعاشرة الجنسية الصحيحة السليمة بين الجنسين في الزواج ، وإدمان هذه العادة يؤدي إلى الوقوف عندها فلا ينضج الفرد ليصل إلى ما بعدها .

وقد سجل الأطباء حالات كثيرة ، يشكو فيها أصحابها من النساء والرجال أنهم لا يجدون المتعة والإشباع الجنسي الصحي المزيل للتوتر مع أزواجهن أو زوجاتهم ، بقدر ما يجدونه في العادة السرية ، وبسؤالهم وجد أنهم كانوا يباشرون العادة السرية بانتظام كعادة شبه يومية بدءا من بلوغهم الحلم ، ولم يدر هؤلاء أنها أصبحت إدمان يحتاج إلى علاج .

والآن يدرك في يدي لنخرج ابنك من هذا المأزق الذي ادخله من باب غمومه العضوي وبلوغه الجنسي ، وحملة إلى الخوض فيه شهوات لم يحاول أن يقاومها ، لا أقول ليمنعها أو يكتبها ولكن ليخفف منها ويصرفها في ما هو أكثر منها .

الشعور بالإثم بداية العلاج ... ولكن:

ودائما إذا ذكرت هذه الملاحظات السابقة لمراهق يسألك - بعد أن قاوم خجله حول هذه العادة - وتجده لا يقنع بالكلام العلمي المنطقي ويلج عليك إلحاحا شديدا أن تبين له حكم الدين.

ويريده منك في كلمة من اثنين: حلال أم حرام؟

وهذا الشعور بالإثم بداية العلاج ، ولكن إذا توجه توجهها صحيحا بسؤال العلماء وتوضيح الأمر، أما إذا احتزن في النفس، فإنه يولد القلق والاضطراب، مما يؤدي إلى الخوف الذي يدفع إلى زيادة ممارسة العادة السرية .

حكم العادة السرية .

قال العلماء : لم يرد نص صريح في حكم العادة السرية .

وقد ذهب بعض العلماء إلى تحريمها ، وكانت أدلتهم صحيحها غير صريح على هذا التحريم وصریحها غير صحيح السند فلا يصح الاستدلال به. [انظر كتاب تربية الأولاد صـ ٢٣.]

ومن أفضل الآراء في هذا الموضوع هذا الرأي للعلامة الشيخ محمد الحامد ردا

على سؤال :

إذا كان الاستمناء باليد حرام، فما رأي الشرع بإنسان تملكه شهوة، وتحكمت فيه غريزته، وترجح إليه أنه سيقع في الزنا والفاحشة؟

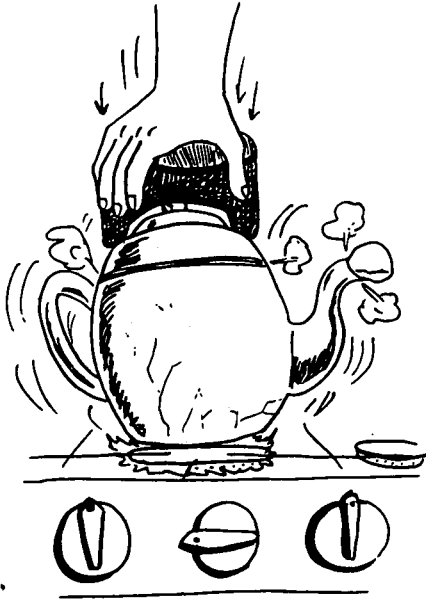
فكانت إجابته رحمه الله.

قال الفقهاء :

- إن الاستمناء باليد حرام إذا كان لطلب الشهوة وإثارتها وهي هادئة .
- أما إذا غلبت عليه الشهوة، بحيث شغلت البال، وأقلقت خاطر، وأوقفت على باب الفاحشة، وتعين الاستمناء طريقا لتسكينها، فإن الأمر جائز ومكافئ بعضه بعضا^(٣).

(٣) من كتاب (ردود على أباطل) لمحمد الحامد صـ ٤٢ عن تربية الأولاد جـ ١ صـ ٢٣٢.

والحل؟!!



والآن فالخطوة التالية بعد معرفة هذا الحكم ، أن نبحث عن السبيل إلى تقليل الشهوة ، ومنع غلبتها ، وقبل أن نبين ذلك السبيل نضرب ذلك المثال :

أرأيت إبريق الشاي وهو يغلي على النار؟!!

إنك إذا سدده فأحكمت سده وأوقدت تحته وزدت النار اشتعالا انفجر .

وإن خرقته لتخفف من ضغط البخار سال الماء وتكاثف الدخان .

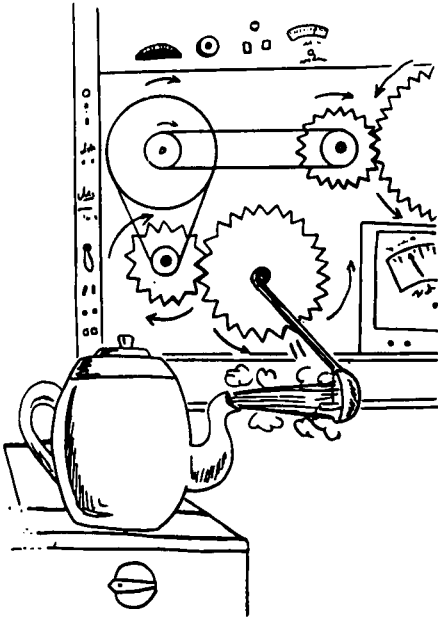
وإن وصلت به ذراعا كذراع القاطرة .. سير لك القطار وأدار لك المصنع ، وصنع لك الأعاجيب

هل فهمت مثالي؟!!

أمامك أمران :

أولا : محاولة تخفيف النار تحت الإبريق ، ولا نقول إطفائها .

ثانيا : تصريف البخار عن طريق توصيله بذراع في آلة .



فكيف يكون الأمر الأول؟! كيف نخفف نار الشهوات؟

يقول تعالى: ﴿وليستعفف الذين لا يجدون نكاحا حتى يغنيهم الله من فضله﴾ (النور: ٣٣)

وهذا الاستعفاف الذي بينه الله ليس هو الكبت الذي تحدث عنه علماء النفس وكان تعريفه :

(هو استقذار العملية الجنسية واستشعار الإثم لمن يزاولونها ولو كان عن طريق الزواج)

أما الاستعفاف: فهو التوجيه السليم لتلك الطاقة الفطرية حتى ييسر الله لها الطريق الصحيح وهو الزواج .

ومن وسائل الاستعفاف

١- إيقاظ الباعث النفسي ويسميه علماء النفس والتربية : الضمير

ويسميه الله ورسوله : تقوى الله

يقول تعالى: ﴿ومن يتق الله يجعل له مخرجا، ويرزقه من حيث لا يحتسب﴾ (الطلاق: ٣.٢)

٢- صوم السنن : وذلك لمن لم يجد الزواج

يقول رسول الله ﷺ: ((يا معشر الشباب من استطاع الباءة (تكاليف الزواج) فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج. ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء)) (أي قاطع للشهوة).

وقد أعجبنى غلام حين سألتني : وهل يصلح الصوم بهذه النية؟

فقلت له مبتسما : ألا يكفي توجيه الرسول ﷺ كنية

فقال الغلام : إذن فمن سنن الصيام صيام الاستعفاف !!

فقلت له وكأني أهنته : ولم لا ؟ !!

٣- الابتعاد عن المثيرات الجنسية .

وأظن بعد معرفة آداب الاستئذان ، وأمر الله تعالى بغض البصر . وإيقاظ الشهوة الداخلي (تقوى الله) سيقبل كثيرا قرب المراهق من المثيرات الخارجية .

٤- الاسترشاد الطبي

فهناك بعض التوجيهات التي يقدمها الأطباء حول هذا الموضوع مثل :

- الحمامات الباردة في الصيف .

- تجنب تناول الأطعمة المحتوية على بهارات كثيرة .

- الإقلال من الشاي والقهوة .

- النوم على الشق الأيمن وتقليل النوم على الظهر والبطن .

أما الأمر الثاني فتوصيل البخار بذراع القاطرة :

وهو استغلال تلك الطاقة فيما يفيد مثل :

١- ملء الفراغ بهواياته المفضلة

وأهمها ممارسة الرياضة البدنية الجماعية والفردية ، ودخول مسابقات فيها .
ثم تنمية المهارات التي تكتشفها فيه وخاصة المهارات اليدوية .

٢- الرفقة الصالحة

وهي التي تتعاون معه في التوجيه ناحية الخير والبعد عن الشر .

٣- الصراحة وعدم الخجل من المصارحة

حتى يدفعوا القاطرة على القضبان

﴿ في بيوت أذن الله أن ترفع ويذكر فيها اسمه يسبح له فيها بالغدو والآصال، رجال لا تلهيهم تجارة ولا بيع عن ذكر الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة يخافون يوما تتقلب فيه القلوب والأبصار ﴾ (النور ٣٦، ٣٧)

وأخيرا :

فإذا غلبته شهوته بعد ذلك كله، وفعل ذلك يكون كالمضطر: يأكل الميتة مخافة أن يموت جوعا.

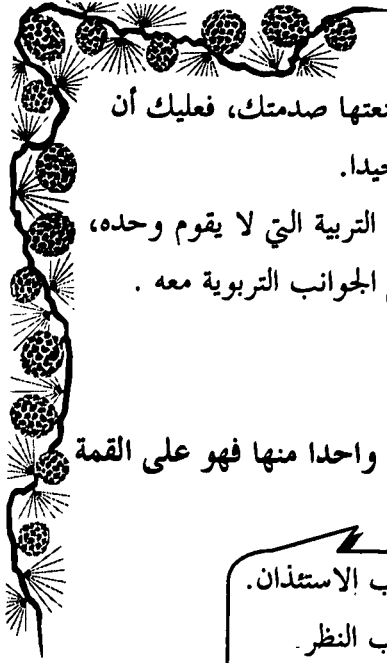
وليتخلص سريعا من آثارها الجسمية بالاغتسال.

ومن آثارها النفسية ، بأن يجعلها نادرة الحدوث.

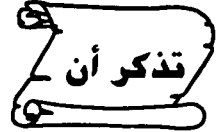
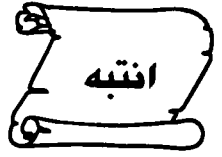
وليتخلص منها تماما بالاستعفاف والرشد.

ولا بد أن يعلم أن الاحتلام يقوم بالدور ، فليدع جسمه على طبيعته.





- الدافع الجنسي قوة إذا منعتها صدمتك، فعليك أن توجه هذه الطاقة توجيه جيداً.
- التربية الجنسية من جوانب التربية التي لا يقوم وحده، فلا بد من استكمال جميع الجوانب التربوية معه .



- مصادر التربية متعددة، وأن كان القرآن واحداً منها فهو على القمة
- هناك ٣ قواعد لضبط الدافع الجنسي:

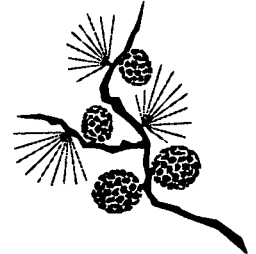
- ١- آداب الاستئذان.
- ٢- آداب النظر.
- ٣- المجتمع النظيف.

- من سمات المجتمع النظيف :

- ١- ستر المرأة .
- ٢- إدراك أن أمر الدافع الجنسي غير بسيط.
- ٣- شعور الخطيئة بالغرابة فيه .
- ٤- الترقب بمن يريد إشاعة الفاحشة .

- مسئوليات التربية في المجتمع النظيف يتحملها :

- المرابي بالرقابة الداخلية .
- المجتمع في الرقابة الخارجية



لا تنفس

أن من الحكمة ألا تضع اللحم أمام القطط [راجع سورة النور]

انقبه

العادة السرية مشكلة عالمية

وحاول أن تتفهم طبيعتها فهي ليست مصيبة . (ولها ألف حل)

واعلم

أن الإثارة الجنسية ذات مصدرين :

١- داخلي.

٢- خارجي.

واعلم

أن معظم ما شاع حول هذه العادة طيباً ثبت أنه غير صحيح

تذكر أن

خطورة هذه العادة تكمن في :

١- الشعور بالإثم وعدم احترام النفس

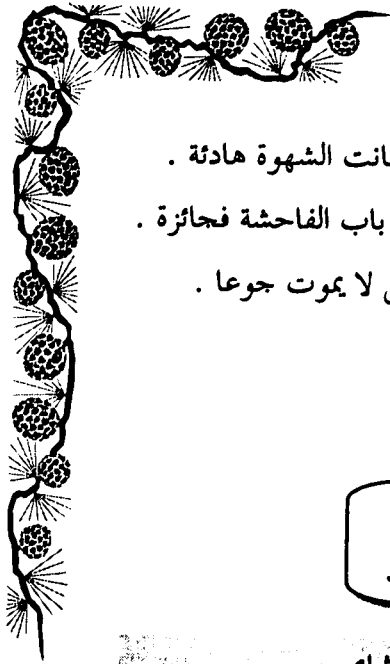
٢- نوع من الجهد غير المرغوب فيه

٣- مبعث من مبعث الخجل الشديد

٤- التفكير فيها يضعف من قدرة الاستيعاب الدراسي.

٥- إدمانها هو أخطر ما فيها

٦- الاستمرار عليها دلالة من دلالات عدم النضج



واعلم

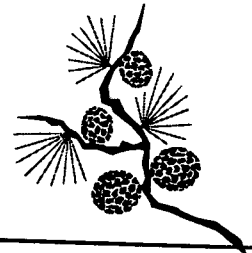
- أن الحكم الشرعي لها أنها حرام إذا كانت الشهوة هادئة .
- وإذا غلبت الشهوة حتى أوقفت على باب الفاحشة فحائزة .
- ولكنها كأكل المضطر لحم الميت حتى لا يموت جوعا .

والعلاج

على شقين :

- ١- الاستعفاف .
- ٢- تصريف الطاقة فيما يفيد

وتذكر حكاية إبريق الشاي





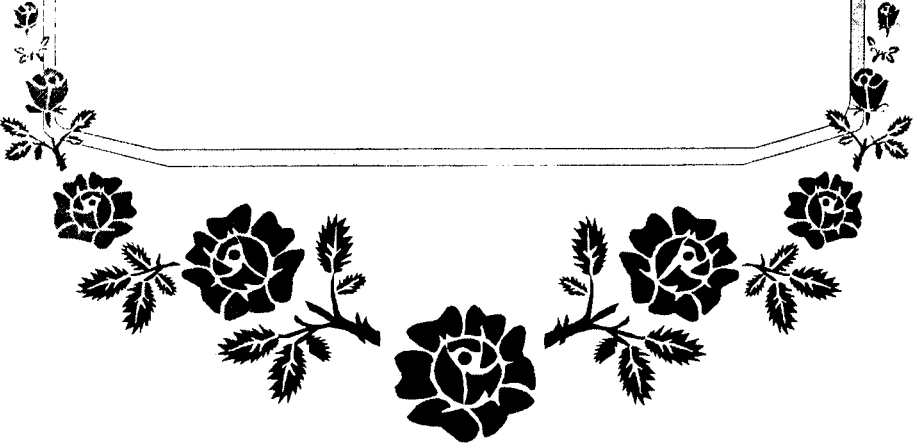
الفصل الرابع

التربية بالحب





أبو العريف



الفقرة الأولى

أبو العريف

ابتسم عبد الرحمن عند سماعه كلام ابنته التي كانت تحكي له ما يدور بينها وبين ابنها عمر ، وختمت كلامها قائلة :

- وهكذا يا بابا جدال مستمر ونقاش حول كل جزئية ، والولد كبير وفهم ، ولا أستطيع أن أضحك عليه .

قال الجد :

نعم يا فاطمة ، وهذا الذي أريدك أن تدركيه ، أن الولد كبير وفهم .

قالت فاطمة :

- كبير وفهم لكن لم يعقل .

قال الجد :

- يا فاطمة ، لقد فهمت أن هذه المرحلة طفرة نمو كما قرأت أنت ومحمود .

طفرة نمو فيسيولوجي في أجهزة الجسم ووظائف الأعضاء .

وظفرة نمو جسمي في الشكل الخارجي .

وظفرة نمو في السلوك والدوافع .

وأيضاً هذه الطفرة تكون في النمو العقلي .

قالت فاطمة :

- أصبحت أسمى عمر الآن [أبو العريف]

ابتسم الجد وقال :

- نعم. فإن الذكاء والقدرات أصبحت أضخم من مرحلة الطفولة، كان بالأمس لا يهوى إلى الكتب المصورة والمجلات، أما اليوم فتجديده يستطيع أن يقرأ رواية طويلة، لقد اكتسب قدرة على التحصيل لم تكن موجودة من قبل .

قالت فاطمة :

نعم ولكن نوعية القراءة يا بابا !!

قاطعها الجد :

- لا تظني أنه سيقراً في موضوع تحليلي سياسي أو اقتصادي مثلاً . لا . لا تظني أنه سيقراً ما تحببته أنت أو ما يهواه أبوه ولكن سيقراً في القصص، والفكاهة، ومشاكل الشباب، والموضوعات الجنسية، وخاصة الصحية المناسبة له يعني أي موضوع له طرافة، أليس كذلك ؟

أومأت فاطمة برأسها على علامة الموافقة ، وقالت :

- تصور يا بابا إنه يكتب شعراً !

قال الجد :

- ويجب الموسيقى والرسم .. وستجدين له تجارب في هذه المجالات ، لأن القدرة على التخيل عنده نمت أيضاً. والقصص، ستجديده ينسج قصة طريفة لك. لقد بدأت [أحلام يقظة] عنده.



ستبدو أكثر بعد سنة أو سنتين ولكن بدأت في هذه المرحلة وهي طريقة يصرف فيها المراهق بعض رغباته التي لا يستطيع أن يصرفها في الواقع، وهو البطل دائماً.

ابتسمت فاطمة وقالت :

- والاختراعات ؟

قال الجد :

- تجدينه يشعر أنه يعرف كل شيء . أبو العريف كما قلت ، وقد ينشغل بتجارب يظن أنها اختراعات .

ابتسمت فاطمة بشيء من التقليل فقال الجد :

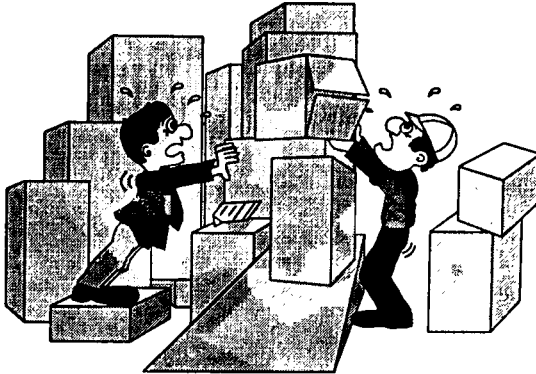
- والآن موقفك أنت ومحمود من هذا النمو هو الاحترام الكامل لعقليته .. ستجدين مفارقات في تفكيره .. قد تجدين تفكيراً راقياً ، وتسلسلاً في الآراء ، وقد تجدين تفكيراً طفولياً .. في كلتا الحالتين نستمع إليه .

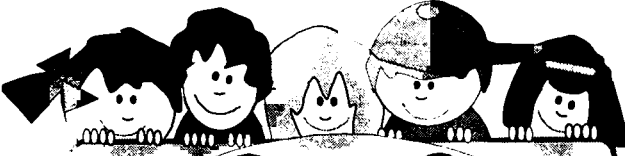
قالت فاطمة :

- أحاول أن أشجعه في الهوايات والابتكارات ولكن ليس على حساب المنزل والمذاكرة .

قال الجد :

- الذكاء هو ربط هواياته بما يفيد ، المهم يا فاطمة أن تصيري في الحديث معه عن نفسه وعن أفكاره ، لأنه إذا وجدك تسمعين له في هذا المجال ، سيبدأ يحكي لك عن أحواله في مجالات أخرى تحبين أن يكلمك حولها .





الفقرة الثانية

مناخ الحب



الفقرة الثانية

مناخ الحساب

دخل محمود الحجرة وألقى التحية على حماته وزوجته وقال مبتسما :

عمر ! أليس كذلك ؟!

ابتسمت فاطمة وقالت :

-ومن غيره ؟

قال محمود مهتما :

-أريد أن أسأل سؤالا :

لاحظت على نفسي بعد هذه المعرفة حول مرحلة نمو عمر أني أتساهل كثيرا في أمور أخلاقية كنت أشدد فيها من قبل ، وأقول معذور ، فهي بسبب نموه ، فما هو الحد الفاصل بين التربية وإدراك احتياجات النمو ؟
قال الجدل مبتسما :

-عظيم يا محمود ، يبدو أنك درست الأمر أكاديميا لدرجة أنك تسأل أسئلة كأنك في قاعة محاضرات .

قال محمود متظاهرا بالخجل :

-أخجلتم تواضعنا !

وعادت الجدوية إلى حديثه فقال :

-مثلا انفعالات عمر هذه الأيام عنيفة متهورة لا تتناسب مع ما يشهده وأجدها تخرج عن اللياقة بأن يرفس الأشياء أو يلقي شيئا من يده أو يرد بكلمة غير لائقة .

قالت فاطمة :

- نعم بالأمس حضر خاله وأنت تعرف أن عمر لا يستريح له لأنه دائم السخرية منه فسلم عليه فقال له الخال مداعبا : طولت يا عمر قوى . فرد عليه الولد في ابتسامة ساخرة : وأنت تخنت يا خالي قوى!!.

انفجر محمود والجد ضاحكين وشاركتهما فاطمة بابتسامة وقالت :

-الولد أخرج خاله

قال محمود :

- وهكذا يا عمى ، فأبدأ في النظر إلى الأمر أنه يحتاج عقابا أو نوعا من النهر، فأجدي قد قرأت أن تلك الانفعالات لا يستطيع التحكم فيها، ولا في مظهرها الخارجي، فأعود وأتذكر النمو الانفعالي لدى المراهق، والله يا عمى كان الأول الواحد مستريح.

قال الجد في هدوء :

- أتدري أين تكمن المشكلة يا محمود ؟ المشكلة الأساسية في [الخجل] والذي بسببه تتطور انفعالات المراهق وتنحو هذا المنحنى العنيف .

قال محمود :

- الخجل يفعل هذا ؟ كنت أظن أن الخجل يدعو إلى الانطواء .

قال الجد :

-الخجل يدور حول مجموعة عوامل :

١- التغيرات الجنسية : تعطي إحساسا بالخجل والشعور بالإثم

٢- التغيرات الجسمية : تعطي إحساسا بالخجل والتمركز حول الذات

٣- السعي نحو تحقيق الفطام النفسي

٤- نقص الثقة بالنفس بسبب قلة الخبرة

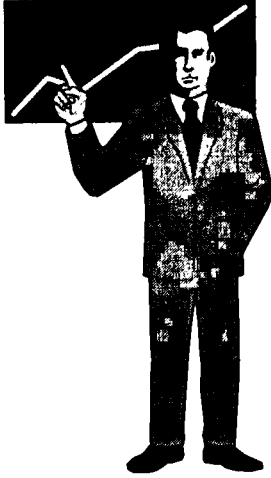
والعاملين الآخرين يعطيان إحساسا بالخجل والنقص في القدرات والخوف من

الآخرين

قالت فاطمة :

-لا يا بابا الكلام أصبح علمي خالص

قال الجد :



- لا علمي ولا حاجة لقد تعرفت على مصادر هذا الخجل أثناء قراءتك عن النمو الجسمي له ، الجديد هنا هو شعوره بالذات وإحساسه بنموه الجديد الذي يقابله ضعف في الخبرات فتجده يتعثر مما يجعله خائفا مترددا يداري هذا كله في انفعالات عنيفة . وانظري إلى هذا الجدول الذي يبين أن البلوغ المتأخر أو المبكر له أثر على السلوك .



أثر البلوغ المبكر أو المتأخر في السلوك

الإناث	الذكور
<p>الحجل مع الميل إلى الاستعراض:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ الانعزال عن جماعة رفاق السن وسوء التوافق الاجتماعي (حتى تلحق المتأخرات بهن). ◆ الحاجة إلى إشراف خاص من الكبار بخصوص نشاطهن الجنسي. ◆ التقدم من الناحية الاجتماعية عن الإناث الأخريات حتى ينضجن جميعاً. ◆ مستوى جيد للتوافق الأسري . ◆ صعوبة الحياة في مستوى النضج الذي يتوقعه منهن الكبار. 	<p>البلوغ المبكر :</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ السعادة لاتجاه الأنظار إليهم وتوليهم أدواراً قيادية . ◆ التعرض لرفض إذا حاولوا الانضمام إلى جماعات أكبر منهم سناً. ◆ صعوبة الحياة في مستوى النضج الذي يتوقعه منهم الكبار. ◆ الشعور بالثقة بالنفس ، والكفاية والميل إلى الاستقلال وتكون مفهوم موجب للذات والتوافق الاجتماعي والانفعالي.

الإناث	الذكور
البلوغ المتأخر :	
<ul style="list-style-type: none"> ◆ الانعزال عن النشاط الاجتماعي والشعور بالوحدة وحسد قريناتهم . ◆ الخجل والقلق بسبب تأخر البلوغ . ◆ سيطرة الوالدين عليهن مما يؤخر انتقالهن من الاعتمادية إلى الاستقلال وقد تضعف العلاقة مع الوالدين . ◆ نمو مفهوم الذات بدرجة أقل كفاية . ◆ الحاجة إلى خبرات النجاح في أى مجال يستطيعون تحقيق النجاح فيه . ◆ الحاجة إلى الاعتراف والتقدير . 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ التأخر اجتماعياً ورياضياً عن رفاق سنهم . ◆ الخجل والقلق وقلة الوعي بالذات . ◆ اللجوء إلى طرق سلوكية طفليه والسعي لجذب انتباه الآخرين . ◆ الحاجة إلى خبرات النجاح في أي ناحية يستطيعون تحقيق نجاح فيها . ◆ الشعور بالنقص والقصور والاعتماد على الآخرين ◆ سوء التوافق الاجتماعي والانفعالي . ◆ تكوين مفهوم سالب للذات .

قالت فاطمة :

- لقد ظهرت عليه بعض الأمراض الخطيرة التي لم تكن موجودة من قبل ، مثل العجب والغرور .

قال الجد :

- ليست أمراضا، لكنه ببعض التقويم سيعود مرة أخرى. المهم هنا هو المناخ من حوله.

قالت فاطمة :

-المناخ ؟

قال الجد :

- نعم المناخ الانفعالي حيث إن برودة الانفعالات حوله قد تؤثر فيه.

إن من أهم انفعالات البالغ في هذه المرحلة : [الحب] فهو يجب الآخرين ويحتاج إلى حب الآخرين ، ولا بد من إشباع ذلك الحب ، حيث هذا الإشباع يزيد تآلف المراهق ويقلل من عدوانه.

قال محمود :

- هذا الكلام بالنسبة للبنات ، لكن أظن أن تربية الولد تختلف

قال الجد :

- في كتاب صحيح البخاري باب بعنوان (باب رحمة الولد وتقبيله ومعانقته) انظروا الفرق بين بداوة الجاهلية وجفائها ورقة الإسلام ورقيه في معاملة البالغ وبدأ الجد يقرأ من كتاب معه:

(عن عائشة رضی الله عنها قالت : جاء أعرابي إلى النبي ﷺ فقال : تُقبَلون الصبيان ؟ فما نقبلهم فقال صلى الله عليه وسلم : أو أملك أن نزع الله من قلبك الرحمة ؟)

وفي رواية عن أبي هريرة رضی الله عنه قال : قبل رسول الله ﷺ الحسن بن علي وعنده الأقرع ابن حابس جالسا فقال الأقرع إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحدا . فنظر إليه رسول الله صلى الله عليه وسلم ثم قال من لا يرحم لا يُرحم . عن عروه بن الزبير عن أبيه أن رسول الله ﷺ قبل الحسن وضمه إليه وجعل يشمه وعنده رجل فقال : إن لي ابنا قد بلغ ما قبلته قط . فقال رسول الله ﷺ : رأيت إن كان الله نزع الرحمة من قلبك فما ذنبي؟^(١)

واستطرد الجد في أسلوب منغم جميل :

-الحب يا أولاد ، علاج لكثير من المشكلات
قالت فاطمة :

-وهل يفهم المراهق معنى الحب كما بينته ؟

نظر إليها محمود مستوضحا :

-أقصد أننا نعامله كما كنا نعامله وهو طفل

ابتسم الجد وقال :

-نسيت يا فاطمة أول كلامنا: (عمر يتعلم المشي وأن مرحلة البلوغ متداخلة مع الطفولة)

(١) رواها الحاكم في المستدرک وقال : صحيح على شرطيهما ووافقه الذهبي

قاطعته محمود مكملا :

-ونجدهم رجلا صغارا ونساء صغيرات أحيانا ونجدهم أطفالا سذج أحيانا أخرى

قالت فاطمة :

- تذكرت ، ويومها قررت أن أستقبل وليدي الجديد.

قال الجد منهيأ الحديث :

- وبجالات الحب يا فاطمة

عند المراهق مختلفة عن

الراشد وأيضا عن المراهق

في المرحلة التالية ،

وموضوعاته عند المراهق :

الوالدين والأخوة والصداقة

الحميمة، يحب من نفس

جنسه، ومن الجنس الآخر ،

والحب في هذه المرحلة من

النوع الرومانسي ، يحب

أكبر منه ومثله وأصغر منه . ويمتد هذا الحب ليحب الناس جميعا ، يحب الفضيلة ،

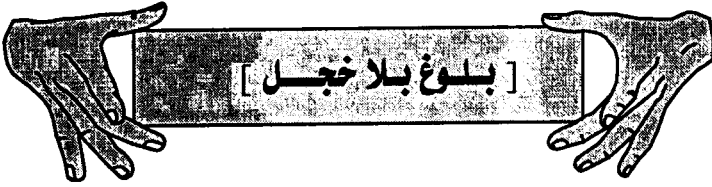
والخير ، والمثل العليا ، يحب الحيوانات ، والجمادات ، ويعيش أحلام اليقظة ، حيث

خصوصية الخيال ، يحل فيها مشكلاته ، ويحقق رغباته ، وإذا انتشر في الأسرة مناخ

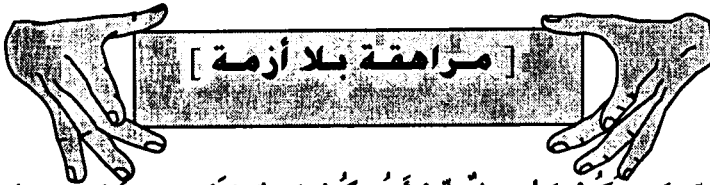
الحب، ودفء المشاعر ، ورقة المعاملة ، تجد المراهق يسير جوارك ويلاحقك .



إن الحب يصنع المعجزات ، وبإشاعة جو من الحب في التعاملات نصل إلى :

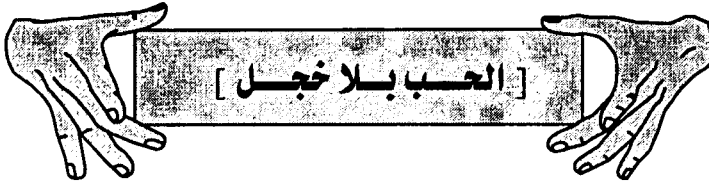


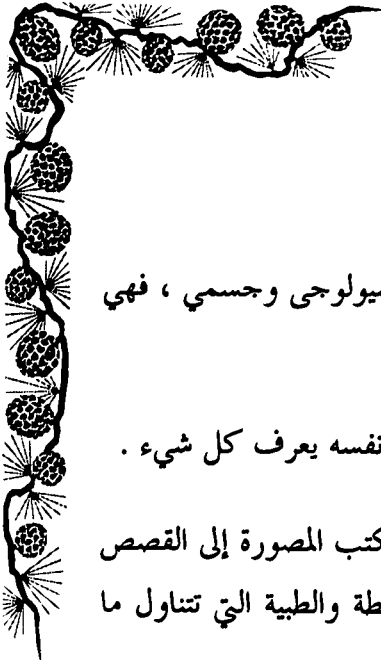
وبإشاعة الحب في البيت والمجتمع يعبر المراهق المرحلة التالية :



﴿ لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴾ (التوبة : ١٢٨)

شاع في الحجرة جو من الدفء العاطفي ، وهدوء جميل جعل الموجودين في سكون، كأن كل واحد منهم يخاف أن يتكلم فيخدش ذلك الجو الندي جو الحب.

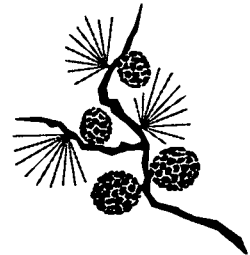




وانتبه



- ◆ كما أن مرحلة البلوغ هي طفرة نمو فسيولوجي وجسمي ، فهي طفرة نمو عقلي وانفعالي
- ◆ تزداد القدرات العقلية للمراهق حتى يظن نفسه يعرف كل شيء .
- ◆ تطورات قراءته من المجالات والكتب المصورة إلى القصص والفكاهات والموضوعات العلمية المبسطة والطبية التي تتناول ما يخصه .
- ◆ تطورات مشاعره فيحب الموسيقى والرسم وقد يقرض الشعر ويكتب القصة القصيرة .
- ◆ بدأت أحلام اليقظة ، حيث خصوبة خياله ، ليحل فيها بعض مشكلاته ويحقق رغباته ، ويقوم فيها بدور البطل .



واعلم أن

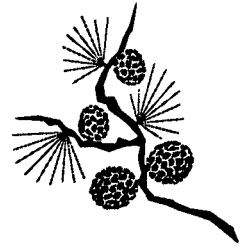
◆ موقف الوالدين من النمو العقلي هو الاحترام الكامل لعقليته والاستماع الجيد لأفكاره ، وتقدير هواياته وابتكاراته وتوجيهه إلى ما يفيد .

◆ الحد الفاصل بين التربية وإدراك احتياجات النمو هو الاحترام والحب .

◆ انفعالات المراهق في هذه المرحلة عنيفة متهورة لا تتناسب مع المثبرات .

◆ يعبر المراهق عن انفعالاته بالرفس وإلقاء الأشياء والكلمات القاسية وأحيانا بالبكاء والعزلة .

◆ لا يستطيع المراهق التحكم في انفعالاته داخليا أو خارجيا .



وتذكر

- ◆ الخجل مصدر للكثير من انفعالات المراهق .
- ◆ الخجل من النمو الداخلي والخارجي .
- ◆ الخجل من عدم ثقته بنفسه وأنه محور كلام الآخرين .
- ◆ الخجل من رغبته في الفطام النفسي عن الكبار ، وعدم تلبية خبراته لتلك الرغبة .
- ◆ قد يبدو على المراهق بعض الأمراض مثل : الغرور والكبر وغيرها ولكنها بسيطة تعالج من خلال التوجيه .
- ◆ المناخ الانفعالي يؤثر على حالة المراهق النفسية .
- ◆ أهم انفعالات البالغ : الحب ، وموجات الحب متعددة ، ومجالاته واسعة ، فهو يحب ويريد أن يحبه من حوله .
- ◆ إشاعة روح الحب إلى بلوغ بلا خجل وجسر نحو :

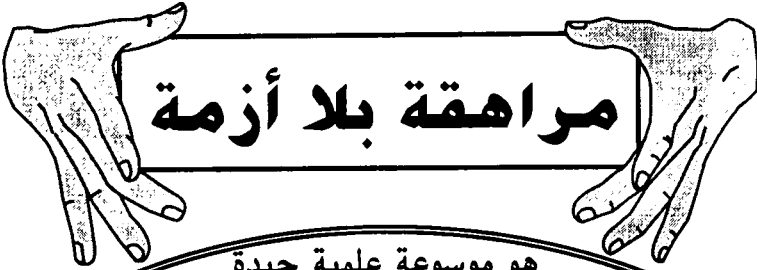
مراهقة بلا أزمة

الجزء الثاني
من هذه
السلسلة



كتاب للوالدين

(٢)



هو موسوعة علمية جيدة

حول المراهقة في مرحلتها الوسطى (التعليم الثانوي)

وذلك في أسلوب جيد قائم على الحوار والنقاش.

ماذا سيقدم الأستاذ. محمد الخبير التربوي للآباء عبد القادر وصالح

وعلى من توجيهات حول تربية أولادهم وبناتهم في مرحلة المراهقة؟

وكيف يعبرون بأولادهم مرحلة مراهقة بلا أزمة ؟



أهم المراجع

- ١- اعراف شخصيتك من تكوين جسمك
أ. مختار سالم
- ٢- الأسس النفسية للنمو
د. فؤاد البهي السيد
- ٣- الحديث النبوي وعلم النفس
د. محمد عثمان نجاتي
- ٤- الطفولة من الحمل والولادة حتى المراهقة
أ. زكية حجازي
- ٥- القرآن وعلم النفس
د. محمد عثمان نجاتي
- ٦- المراهقة
د. إبراهيم وجيه محمود
- ٧- المراهقون وصحتهم النفسية
د. كلير فهيم
- ٨- المشاكل النفسية للمراهقة
د. كلير فهيم
- ٩- المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم
محمد فؤاد عبد الباقي
- ١٠- النمو الوجداني والانفعالي
. وليم فنجر

- ١١- بحوث في السلوك والشخصية
د. أحمد محمد عبد الخالق
- ١٢- بناتنا ومشاكلهم الصحية
أ. محمد رفعت
- ١٣- تربية الأولاد في الإسلام
عبد الله ناصح علوان
- ١٤- تفسير القرآن العظيم
الحافظ ابن كثير
- ١٥- ثلاث رسائل في نظرية الجنس
د. سيجموند فرويد
- ١٦- دعنا نفهم مشكلات الشباب
د. هـ . ريمرز
- ١٧- سيكولوجية الطفولة
د. مصطفى فهمي
- ١٨- سيكولوجية المراهق
د . إبراهيم قشقوش
- ١٩- سيكولوجية المراهق المسلم
د . عبد الرحمن العيسوى
- ٢٠- شبابنا ومشاكلهم الصحية
أ. محمد رفعت
- ٢١- علم النفس التربوى
توما جورج خورى
- ٢٢- علم نفس التربوى
د. أحمد ذكى صالح

- ٢٣- علم نفس النمو
د. حامد زهران
- ٢٤- علم نفس النمو
د. سعدية محمد على بهادر
- ٢٥- فقه السنة
السيد سابق
- ٢٦- في ظلال القرآن
أ. سيد قطب
- ٢٧- كيف تربي المراهق
د. موسى الخطي
- ٢٨- ما يجب على المراهق أن يعرفوا
أ. ليستر كير كندال
- ٢٩- مرشد الآباء والأمهات
د. فلورنس بودر ميكرو
- ٣٠- مشكلات الشباب والفتيات في مرحلة المراهقة
زينب الغزالي
- ٣١- مشكلات الطفولة والمراهقة
د. عبد الرحمن العيسوي
- ٣٢- منهج التربية الإسلامية
محمد قطب
- ٣٣- نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين
د. فؤاد أبو حطب د. أمال صادق
- ٣٤- هموم البنات
د. أيمن الحسيني

فهرس

٤	أهداء
٥	مقدمة الطبعة الثالثة
٨	مقدمة الطبعة الأولى
٩	الكتاب الأول: بلوغ بلا حجل !
١١	مدخل :- طفلك لم يعد طفلا
١٣	** الفقرة الأولى :
١٥	(ماذا حدث لطفلي ؟!)
١٧	هل هناك مشكلة ؟
٢٢	استبيان: هل تغير ابنك ؟
٢٣	** الفقرة الثانية :
٢٥	عمر يتعلم المشي !
٢٨	البنات تبلغ قبل الولد
٢٩	الفروق الفردية
٣١	للبلوغ علامات
٣٣	بين الجهل والحجل
٣٥	استبيان : هل تستطيع تقييم ابنك ؟
٤٠	استبيان : هل تستطيع تقييم ابنتك ؟

- ٤٥ تذكر أن :
- ٤٧ الفصل الأول : ماذا حدث !؟
- ٤٩ ** الفقرة الأولى :
- ٥١ ماذا حدث عند البلوغ؟
- ٥١ تعريف البلوغ
- ٥١ الغدد الصماء
- ٥٤ مظاهر البلوغ الثانوية
- ٥٥ البطل أصبح امرأة
- ٦٠ طفرة النمو
- ٦٢ الحيض الأول والاحتلام
- ٦٣ الجهاز التناسلي للأنثى
- ٦٣ كيف يحدث الحيض؟
- ٦٤ جهاز الذكر التناسلي
- ٦٥ كيف يحدث الاحتلام؟
- ٦٦ الخصائص الجنسية الأولية
- ٦٧ اختبار : لماذا تحجل ابنتي !؟
- ٦٩ اختبار : لماذا يحجل ابني !؟
- ٧١ تذكر أن :
- ٧٣ ** الفقرة الثانية : بلا خجل

- ٧٥ شارك برأيك : التربية الجنسية
- ٧٦ بلا خجل
- ٧٩ شعور الفتى عند البلوغ
- ٨١ شعور الفتاة عند البلوغ
- ٨٤ الثقافة الجنسية في الكتب الفقهية
- ٨٥ الأزهر والثقافة الجنسية
- ٨٩ فقه الطهارة (الحيض)
- ٩١ الجنابة
- ٩٥ الغسل
- ٩٧ غسل المرأة
- ٩٨ الأغسال المستحبة
- ٩٨ مسائل تتعلق بالغسل
- ١٠٠ اختبار : تذكر بتجربتك
- ١٠١ تذكر أن :
- ١٠٣ ملاحق :
- ١٠٥ هل الحيض غول أم عقاب ؟
- ١٠٧ الملحق الأول : حول سن البلوغ
- ١١٠ الملحق الثاني: انتشار أعراض الحيض
- ١١٣ تذكر أن :

- ١١٤ *ملخص الفصل الأول : حول النمو الفسيولوجي
- ١١٧ الفصل الثاني : النمو المتدفق
- ١١٩ ** الفقرة الأولى :
- ١٢١ ماذا حدث لي ؟!
- ١٢١ ماذا حدث لعمر
- ١٢٣ طفرة النمو
- ١٢٤ نمو الجسم
- ١٢٥ البنت تكبر قبل الولد
- ١٢٧ الجنين يكبر أكثر
- ١٣١ مطبات في الوجه
- ١٣٥ تذكر أن :
- ١٣٧ **القرة الثانية : صديق المرأة
- ١٣٩ استبيان : شعورك نحو ابنك ؟!
- ١٤٦ استبيان : شعورك نحو ابنتك ؟!
- ١٥٣ صديق المرأة
- ١٥٤ اهتمام المراهق بجسمه
- ١٦٠ لماذا يرتبك؟
- ١٦٢ تدفق النمو
- ١٦٣ مزايا النمو المتدفق

- ١٦٤ مخاطر النمو المتدفق
- ١٦٥ عمر يحتاج إلى مساعدة
- ١٦٧ للوالدين عشر نصائح تربية
انتبه
- ١٦٨
- ١٧١ الفصل الثالث : علاقات بلا خجل
- ١٧٣ ** الفقرة الأولى :
- ١٧٥ الأولاد كبروا
- ١٧٥ قيس وليلاه
- ١٧٧ الأولاد غير الكبار
- ١٧٧ ماذا حدث للأولاد ؟
- ١٨٠ البلوغ الجنسي
- ١٨٠ نمو الشعور الجنسي
- ١٨٠ النضج الوجداني
- ١٨٤ احذر
- ١٨٧ ** الفقرة الثانية : نعم للتربية الجنسية ولكن!
- ١٨٩ اختبار : دستور تربوي
- ١٩٤ المبحث الأول : التربية الجنسية
- ١٩٥ أولا : الاستذنان
- ١٩٦ ثانيا : النظر

- ١٩٦ ثالثا : المجتمع النظيف
- ١٩٧ أ- ستر المرأة
- ١٩٨ ب- بين الأخوة والأخوات
- ١٩٨ ج- إدراك أن الأمر ليس بسيطا
- ١٩٨ زواج المحارم
- ٢٠٠ جريمة
- ٢٠٣ الدمار
- ٢٠٤ د- الويل لمن أشاع الفاحشة
- ٢٠٤ هـ- مسئولية التربية
- ٢٠٦ وسقط في بئر الخجل
- ٢٠٧ المبحث الثاني : هي سرية لأنها؟!
- ٢٠٨ أفكار خاطئة
- ٢٠٩ خطورة العادة السرية
- ٢١١ الشعور بالإثم هو بداية العلاج
- ٢١١ حكم العادة السرية
- ٢١٣ وسائل الاستعفاف
- ٢١٦ انتبه
- ٢١٩ الفصل الرابع : التربية بالحب
- ٢٢١ ** الفقرة الأولى :

٢٢٣

أبو العريف؟

٢٢٧

** الفقرة الثانية :

٢٢٩

مناخ الحب

٢٣٢

أثر البلوغ المبكر أو المتأخر في السلوك

٢٣٨

وأنتبه

٢٤١

** وانتظروا .. الجزء الثاني (مراهقة بلا أزمة)

٢٤٣

أهم المراجع

٢٤٧

الفهرست

كتب للمؤلف

سلسلة: "أولادنا"

- ١- بلوغ بلا خجل . الطبعة الثالثة يناير ٢٠٠٠
- ٢- مراهقة بلا أزمة (الجزء الأول) ترويض العاصفة
- ٣- مراهقة بلا أزمة (الجزء الثاني) فنون تربوية

سلسلة: "إدارة الذات"

- ١- دليل الشباب إلى النجاح : الطبعة الثالثة يناير ٢٠٠٠
- ٢- بلا ندم "كيف تحل مشكلاتك وتتخذ قرارات ناجحة؟"

سلسلة : "المرأة وإدارة الذات"

- ١ - قوة وصحة وجمال
 - ٢-زينة المرأة :حسن الخلق
- اللهم بلغنا رمضان " كيف تستقبل بيوتنا رمضان ؟ "

رقم الإيداع : ١١٦٥٣ / ٩٨
الترقيم الدولي : ٠ - ٢٢٥ - ٢٦٥ - ٩٧٧

مطابع دار الطباعة والنشر الإسلامية

العاشر من رمضان المنطقة الصناعية ب ٢ - تليفاكس : ٣٦٣٣١٤ - ٣٦٢٣١٣

مكتب القاهرة : مدينة نصر ١٢ ش ابن هانيء الأتلمسي ت : ٤٠٣٨١٣٧ - تليفاكس : ٤٠١٧٠٥٣



هذه السلسلة

كتب للوالدين فى التعامل مع أبنائهم من سن ١٢ سنة وحتى ٢١ سنة وهى المرحلة التى تسمى مرحلة المراهقة وهى تنقسم إلى:

- ١ - مرحلة المراهقة المبكرة (١٢-١٣-١٤-١٥) التعليم الإعدادى.
 - ٢ - مرحلة المراهقة المتوسطة (١٥-١٦-١٧-١٨) التعليم الثانوى.
 - ٣ - مرحلة المراهقة المتأخرة (١٨-١٩-٢٠-٢١) التعليم الجامعى.
- وتقع هذه السلسلة فى ثلاثة كتب:

الأول بعنوان: **بلوغ بلا خجل**

الثانى بعنوان: **مراهقة بلا أزمة**

الثالث بعنوان: **شباب بلا مشاكل**

وهى موسوعة علمية جيدة حول المراهقة فى جميع مراحلها، وذلك فى أسلوب جيد قائم على الحوار، والنقاش الهادئ البناء، يجيب فيه المربون على أسئلة الوالدين والآباء، ويقدمون النصح والتوجيه لكى يعبر الجميع هذه المراحل بلا خجل ولا أزمة ولا مشاكل

الناشر

دار التوزيع والنشر الإسلامية

٢٥١ش بورسعيد ت: ٣٩٠٠٥٧٢ فاكس: ٣٩٣١٤٧٥

email:info@eldaawa.com www.eldaawa.com

