

2018

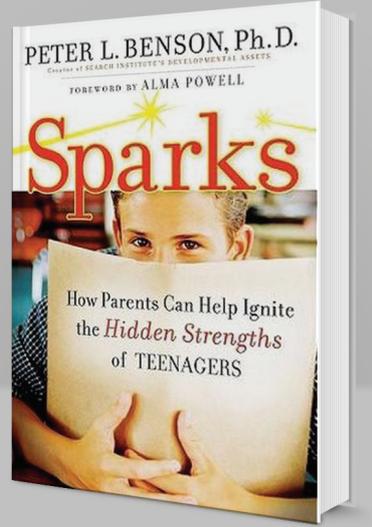
كتاب في دقائق

ملخصات لكتب عالمية تصدر عن مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة

مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة
MOHAMMED BIN RASHID AL MAKTOUM
KNOWLEDGE FOUNDATION

التوهج

كيف يُشعل الآباء مكامن القوّة في أبنائهم



تأليف

بيتر ل. بنسون

140

الرعاية

بالعربي
إحدى مبادرات مؤسسة
محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة



QINDEEL | قنديل
التعليمية
www.qindeel-edu.ae



دولافت
DU ADVENT

شريك استراتيجي



الإمبارات
للخدمات العقارية
www.eres.ae

الاقتصاد الإنساني

كل الآباء يقلقون بشأن مستقبل أبنائهم، وتتصاعد مستويات هذا القلق الذي يتزايد في ظلّ التقلبات والمتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية التي نشهدها اليوم، ففي خضم مساعينا لتكون آباءً صالحين، فإننا نسعى كأباء إيجابيين نحو هدفين متكاملين ومرتبطين بالمستقبل المشرق لأبنائنا، وهما:

- ◆ أن يؤمن أبنائنا بجوهرهم الطيب ووجود قدرات استثنائية كامنة في أعماقهم، فيستشعرون ميزاتهم الفريدة، ويتقنون بقدراتهم وطاقاتهم الكامنة التي ستمكّن كلاً منهم من التلقّي والتميز وترك بصمة قوية وواضحة في حياته الشخصية والعملية، فنحن جميعاً ندرك أهمية الصورة الذهنية الإيجابية التي يجب أن يتحلّى بها الصغار والكبار على السواء؛ وهي الصورة التي تغيب عن أولئك الذين لم يكتشفوا نقاط قوتهم، ولم يقدروا ذاتهم حق قدرها.
- ◆ أن نعمل كأباء على أن يتحلّى أبنائنا بالشجاعة الكافية لتوظيف واستثمار قدراتهم الاستثنائية، وأن يبادروا بدوافعهم الذاتية القوية ويضعوا طاقاتهم الكامنة موضع التنفيذ.

التوهج طاقة إيجابية كامنة، وهي ترتبط وتحفزّ تطلعاتنا المهمة لمستقبل أبنائنا، وهذه الطاقة تشبه الاشتعال الداخلي والوميض الخافت الذي يكسب أبنائنا ذلك الحماس الدافق وهم يستيقظون كل صباح مفعمين بالنشاط والعزيمة، ويواجهون تحدياتهم ويسعون نحو تحقيق أهدافهم. ومثل هذا النبض القوي والوهج الداخلي هو ما يضمن على حياة أبنائنا، في مرحلتها المراهقة والشباب، قيمة حقيقية، ويمنحهم هدفاً متجدداً يناضلون في سبيل تحقيقه. ويتميز مثل هذا الاشتعال والتوق المعنوي ببراء ينابيعه وتجده اليومي واللحظي، ولأنه إيجابي وموجه فإن استهلاكه يتم بوعي ومن منطلقات أخلاقية وإنسانية نبيلة، فلا يؤدي إلى الاحتراق الكامل، ولا يتعدى حدود الاعتدال في التواصل والتفاعل والأداء عبر مراحل النمو والنضج المتتابعة.



في ثوانٍ...



نبارك لكم العام الجديد، الذي نتمنى أن يكون عاماً آخر في مسيرة العطاء، من خلال المزيد من المبادرات الرائدة في عالم الابتكار واستشراف المستقبل والذكاء الاصطناعي والتعلم الذكي والقوة الناعمة،

وغيرها من الموضوعات التي تناولناها على مدى العام 2017. من بين أعداد هذا الشهر، يبرز كتاب: «إنترنت الأشياء ونماذج الأعمال الجديدة» تأليف «ماسيح كرانز» الذي يؤكد أنّ هذه التقنية المعلوماتية ستغيّر بيئة الأعمال ومؤسّساتنا على نحو غير مسبوق؛ لأنّ إنترنت الأشياء هي المرحلة التالية من شبكة الإنترنت التي تستخدم النظم الرقمية المتصلة على نحو فريد، وتجعل الإنترنت تعمل دون تدخل البشر. هذه التكنولوجيا الجديدة تشمل الناس والعمليات والبيانات وكل شيء، وتجعل الاتصالات الشبكية أكثر أهمية، فتحوّل المعلومات إلى أعمال يتركز عائداتها الحقيقي في أتمتة العمليات التي تتطلب عمالة كبيرة أو تعاني من بطء الأداء. ورغم أنّ هذه التحسينات تبدو تقنية بحتة، إلا أنّ آثارها الاقتصادية بادية للعيان.

بسبب الذكاء الاصطناعي وإنترنت الأشياء والبيانات الكبرى، تصاعدت أسهم شركة «أمازون» العالمية لتكسر حاجز ألف دولار، ويصبح مؤسسها «جيف بيزوس» أغنى أثرياء العالم، وتقترّب الشركة من تحقيق أرقام قياسية جديدة بعدما أصبحت أكبر تاجر تجزئة إلكتروني في العالم. وهذا ما يتناوله المؤلف «جيري كابلان» في ملخص: «يتمتع توظيف بني البشر: دليل النجاح في عصر الذكاء الاصطناعي» الذي يؤكد وجهة نظر علماء الذكاء الآلي التي تقول: إننا إذا أعطينا الحاسوب بعض البيانات، فإننا نكون قد غديناه للحظات، أمّا إذا علمناه كيف يبحث عن المعلومات، فسنكون قد غديناه إلى ما لانهاية. وهذا هو القانون الذي استندت إليه «أمازون» بعد إدراكها حقيقة أنّ من يملك المعلومات يملك السوق.

من هذا المنطلق، صار من واجبنا أن نلقّي نظرة جديدة على الطريقة التي نؤهل بها أنفسنا وأبنائنا وموظفينا من أجل حياة سعيدة ورائعة ومستدامة. ممّا يعني أنّ التدريب والتعليم التقليدي لا يكفيان. نحن بحاجة إلى نظم تعلم جديدة ومهارات مستقبلية استباقية، تصنع الواقع قبل أن يلغيناها. فإذا كان بمقدورنا أن نعلم الآلة كيف تعلم نفسها، فمن الأولى أن نتعلم كيف نتعلم، وكيف نعلم أبنائنا وأجيالنا الصاعدة، لماذا يجب أن نتعلم. وهذا هو صلب ملخص كتاب: «التوهج: كيف يشعل الآباء مكان القوة في أبنائهم» تأليف رائد علم النفس الإيجابي، الدكتور «بيتر ل. بنسون»؛ فالدكتور «بنسون» يعبر عن قلقه من التقلبات والمتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والتقنية التي يشهدها عالم اليوم، ويرى في إيقاد فتاديل المعرفة وإشعال فتيل التميز داخل أبنائنا، حلاً ضرورياً لمستقبلهم ومستقبل مجتمعاتنا.

جمال بن حويرب

المدير التنفيذي لمؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة

الخطوة الأولى: استيعاب قوّة الوهَج

يعاني معظم المراهقين والبالغين على السواء، من حياة منغلقة على ذاتها؛ فتجدهم يتنقلون بين مراحل الحياة في استسلام تام؛ متسائلين عن جدوى وجودهم ومدى تأثيرهم، وكلّما تملّكنا هذا الشعور لفترات طويلة، يراودنا القلق حول افتقارنا إلى شيء ما، هذا الشيء هو اكتشاف وتعزيز وإيقاد الشعلة الكامنة في داخلنا.

يتمتع كلُّ مراهق بوهج وطاقة داخلية؛ وهي نبتة خيرة وطيبة تُبشّر ببصمة مؤثّرة، وجميلة، ومفيدة للعالم أجمع. تلك الشرارة هي النبراس أو الحماس الذي يضيء حياة المراهقين ويتوجّها بالمحاولات المستديمة والأهداف النبيلة. ومن خلال لقاءاتنا مع آلاف المراهقين، عرفنا أنّ هذا البريق الداخلي يتخذ أكثر من صورة، ومنها كتابة الشعر، أو مساعدة الغير، أو التوفيق بين الأصدقاء وزملاء الدراسة المتخاصمين، أو الاعتناء بالبيئة والطبيعة وحيوية كرتنا الأرضية وما عليها، وأياً كان نوع الشرر ومدى وميضه، فإنّه حين يتوهج، تكتمل نواقصنا وتكتسب حياتنا قيمة لا تضاهى.

يقول «ويليام ديمون» - أستاذ علم النفس في جامعة ستانفورد - إنّ آفة شبابنا اليوم هي الشعور المهيمن عليهم بالسطحية والفقر المعرفي والخواء الروحي. والأسوأ من ذلك أنّ كلَّ تصاعد واتساع تشهده هذه المشاعر السلبية، يقابله تراجع في الالتزام وتفانٍ في الشرود والخروج عن المسار المنشود. وقد لخصّ «ديمون» هذه الحالة بقوله: «يترعّع أبناؤنا في مجتمع تحوّلت فيه العزيمة وجلاء الهدف إلى استثناء، بدلاً من أن تكون القاعدة».

كلُّ البالغين وكذلك المراهقين في أمسّ الحاجة اليوم إلى اكتشاف وإشعال البريق والطاقة الإيجابية الكامنة في داخلهم، وبما أنّ الخطوة الأولى تتلخّص في استيعاب قوّة اشتعال وتوهج الحماس والتميز، فإنّ أبحاثنا قد كشفت عن مجموعة من الخصائص التي يمتاز بها هذا الاتقاد والحضور الوهّاج؛ ومنها:

- ◆ ينبثق البريق من داخل الإنسان، ولا يُفرض عليه، أو يُغرس فيه من خارجه.
- ◆ قد يأتي التوهج والانبثاق في هيئة مهارة، أو موهبة، أو شغف أو حماس متدفّق، وربما يكون هو طريقة بعض الموهوبين للتعبير عن أنفسهم في هذه الحياة الثرية، وبالتالي فإنّنا عندما نعبر عنه، لا نكثرث بأراء الآخرين عن جدواه وقيّمته، وإنّما يكفيننا أن نمارسه، أو على الأقلّ أن نعايشه.
- ◆ لا يمتّ الوهج بصلة مباشرة للأشياء التي نحبّ فعلها، كمشاهدة الأفلام أو التنزّه على الشواطئ أو السفر أو ممارسة التمارين الرياضية؛ وإنّما هو أعمق من ذلك بكثير، فالبريق يشبه الينابيع التي تتدفّق منها القيمة الأصيلة، والسلوكيات المنهجية، والمقاصد النبيلة.
- ◆ يمتلك البريق عندما ينبثق قوّة عارمة بإمكانها أن تؤهّله لخلق عالم أفضل للجميع.



ومع ذلك تفرض بيئتنا ومجتمعاتنا على الشباب توقّعات غير منطقية على غرار:

◆ بإمكانك أن تصبح أيّ شيء في هذا العالم. ومثل هذه النصائح والتوجيهات، تتجاهل الاختلافات الفردية من حيث طبيعة القوّة الكامنة ومزيجها وقدرتها والمهارات الكامنة وراءها، ولهذا سرعان ما تتحطّم أحلام الشباب نظراً لاستنادها إلى أسس هشّة، وتوقّعات زائفة ومُضلّلة.

وقطعاً لا يستطيع أيّ إنسان أن يصبح، أو حتّى يتمنّى لو يصبح رئيساً لدولة ما، أو مديراً تنفيذياً لأكبر شركة في العالم، فهدف كهذا لا يمكن أن يعتمد على الرغبة الشخصية فحسب، وإنّما ينبغي أن يكون مدعوماً بالحافز، والشغف الصادق، والطباع الملائمة، والقدرة الجسدية، والتعليم المتميز، والكاريزما القيادية، وغيرها من المهارات اللازمة لتقلد هذا المنصب الرفيع، والأهمّ من هذا وذاك، هو أن يحاط

كآباء في التنقيب عن أي بوادر ومؤشرات قد تزيل الغبار عن مكامن الإبداع ومواطن الوهج الكامن داخل أبنائنا في سن المراهقة وما قبلها. وبمجرد أن يكتشفوا بأنفسهم الطاقة المحركة لعقولهم وأجسادهم، يُعيدون اكتشاف أنفسهم من جديد، فتفتح أمامهم أبواب الحياة المغلقة ليستكشفوها بمنظور جديد.

ومناهضي الصناعات الملوثة للماء والهواء، وقد يكون الابن المولع بالفن والموسيقى أو عروض الأزياء وصرعات الموضة، مصدر إحراج لأبيه رجل السياسة أو رجل الفكر ذائع الصيت. يتضح من هذا أن الأمر برمته مرهون بتقديرنا لقوة الشغف ومجاله وللطاقات التي يستطيع أن يقودنا إليها. وهنا يبرز دورنا

صاحب هذا الهدف بالمؤيدين الذين يؤازرون ويدفعونه حتى يصل إلى وجهته. عادة ما يتألق البريق ويسطع في سياقات غير ملائمة، فمن المحتمل أن بعضنا يكون غامضاً أو محيراً، أو مهيناً، أو هجوماً، أو مهتداً لهم ولمكانتهم، فمثلاً قد يكون الأب يمينياً محافظاً أو رجل صناعة مرموقاً، بينما ينشأ ابنه مؤيداً لمنظمات المجتمع المدني أو من أنصار البيئة

الخطوة الثانية: فهم المراهق واستيعاب مميزاته

تسير مجتمعاتنا بخطى متسارعة تحول دون تأملنا لأنفسنا ولأبنائنا المراهقين، ولكن إن كنا حريصين على اكتشاف وتعزيز مواطن الألق الكامن داخلهم، فعلياً أولاً أن نستوعب شخصياتهم ونداعب جوهرهم الأصيل.

ينزع المراهقون إلى التحرك في جماعات ومحاكاة السلوك الجمعي، بينما يستكشفون في الوقت ذاته مزاياهم الفريدة، وانطلاقاً من تقليدهم لأبناء جيلهم وحرصهم على مواصلة السير مع القطيع، فإنهم يتعمدون إخفاء مواطن تفردهم خشية أن يتعرضوا للنقد أو الرفض أو تثار في وجوههم العشرات من علامات الاستفهام. إلا أنه في كثير من الأحيان تأبى هذه المواطن إلا أن تشق طريقها وتعبّر عن نفسها وتبرز للعيان دون إرادة من صاحبها، وربما رغماً عنه.

لهذه الأسباب، ينبغي على الآباء أن يفتشوا في أعماق أبنائهم بغض النظر عن التشابهات الظاهرية التي قد توحى بتطابق الأبناء كافة، وتشابه بعضهم مع بعض، في هذه المرحلة العمرية الحرجة. راقب ما يفعلونه في أوقات فراغهم. هل يقرؤون؟ أم يتصفحون الإنترنت؟ أم يصنعون الطائرات الورقية؟ أم يرسمون الشخصيات الكرتونية على الحاسوب؟ تأمل مواطن قوة ومميزات وملكات ابنك بحرص. هل هو هادئ أم صاخب؟ فالأولى توحى بالاحتواء الذاتي، والثانية تشير إلى التعبير الحركي، وهل هو فنان أم رياضي؟ عميق أم سريع التفكير؟ وهل لديه شغف بحل المشكلات المعقدة؟ أم يُحرّكه فضوله لاكتشاف كل ما يدور حوله؟ فنزعات المراهقين لا تعد ولا تحصى.

قد يصعب عليك اكتشاف منابع العبقرية داخل ابنك المراهق وأنت تحارب على أكثر من جبهة. حلّ مصادر



التوتر والخلاف القائم بينكما كي يتسنى لك تأمل مزايا ابنك التي قد لا تظهر ولا تزدهر إلا في أوقات الأزمات، وعندما يواجه التحديات ويعاني من الاضطراب والفوضى، فعلى سبيل المثال: اكتشف أحد الآباء أن قوة ابنه تكمن في طاقته وتفرده بمهارات الجدل والتفاوض، بسبب المعاناة التي يواجهها الأب عندما يحاول إقناع ابنه ببعض الخيارات الإيجابية، من وجهة نظره، فعلى الرغم من احتدام التوتر بين الأب والابن، استطاع الأب، بمجرد أن تبنى منظوراً مختلفاً هدفه اكتشاف نطاقات القوة، استطاع أن يستنبط قدرات ابنه الجدلية وتمييزه في الدفاع عن موقفه، وترتيب أفكاره، وإقناع الآخرين بسداد رأيه، وعلى هذا الأساس تحرر الأب نسبياً من توتره حول الموضوعات محل الجدل. قطعاً ما زال هناك قدر من المجابهة، ولكن يعلوه حرص الأب على التأكد من الدوافع ومكان القوة المحركة لابنه، وفي هذه الحالة لن يتعجب الأب إن نصح ابنه وقرر أن يدرس القانون وأصبح محامياً لا يشقُّ له غبار.

فتش في دفاتره القديمة

تطراً على ابنك الكثير من التغيرات في سنوات المراهقة، الأمر الذي يؤدي إلى نسيان ما كان عليه في مرحلة الطفولة، وما تمخض عن تفرده الحالي. ابحث عن بعض الأشخاص الذين عاصروا طفولته (كالجد أو الجدة أو مدرب أو معلم أو عم أو عمّة أو جار أو زميل)، واسألهم عمّا يتذكرونه عن ابنك في هذه المرحلة، وعلى الأرجح ستدهشك إجاباتهم. يقول «باركر بالمر» في كتابه «دع حياتك تتحدث»: نحن بحاجة إلى استرجاع ذكريات أبنائنا في مرحلة الطفولة لأنها البوصلات والمؤشرات القوية التي تتبنا بما سيكونون عليه في المستقبل.

ومن المهم أن ندرك أن التوهج ينطلق في حياة المراهقين في الوقت المناسب تماماً، أي في الوقت الذي تتبلور فيه شخصياتهم وتتشكل هويتهم، ثم يبلغ أوجه بينما هم يناضلون للحصول على الاستقلال ويبحثون عن غايتهم في الحياة، فالوهج الكامن فيهم هبة إلهية تربط حاضر المراهقين بالمستقبل، وتمكن الآباء من أن يروا أبنائهم في ثوب جديد كلياً، أو بالأحرى هو الجسر الذي يعبره الآباء إلى مكنون نفوس أبنائهم، ليعينوهم على اكتشاف وتعزيز وإطلاق العنان لتوهجاتهم الداخلية.

الخطوة الثالثة: المساعدة على صقل القدرات وإيقاد الشعلات داخل ابنك

شغفنا عرض الحائط، ألم يأن الأوان لنشق لأنفسنا طريقاً ومساراً جديداً: مسار التوهج والتألق؟ لا يعني هذا بالطبع أن نحث أبنائنا على التصل من مسؤولياتهم الأكثر أهمية، بل أن نمدهم يد العون لينسجوا حياة حافلة بالإنجازات تُعلي قيمة الخصوصية والتفرد والاشتغال الإيجابي

ندخل في دائرة مفرغة للبحث عمّا هو أفضل، أمّا النمط الآخر فهو إدراكنا لمواطن شغفنا والتوهج الكامن في أنفسنا، مع الإصرار على تجاهله باعتباره عملاً «غير مسؤول» وتغيير «غير مقبول» والبحث في المقابل عمّا يؤمن لنا دخلاً متواضعاً، ويوفر لنا السكن، ويؤهلنا إلى تأسيس أسرة متواضعة، ضاربين بمواطن

ترسخت في مجتمعاتنا التقليدية مجموعة من المفاهيم والأنماط السلوكية غير الفعالة. أحد هذه الأنماط هو جهلنا بشغفنا واتجاهاته، وما يميزنا، ممّا يجعلنا نقضي مراحل حياتنا الأولى تائهين وهائمين دون توجيه لبوصلتنا أو إحساس بجذوى مواهبنا، فتجدنا نتقل بين وظيفة وأخرى، ومن منزل إلى آخر، ثم

الممزوج بالشغف دون التقليل من المسؤوليات والالتزامات الأخرى. تقول الحكمة القديمة: «قل لي من تصاحب، أقل لك من تكون»، وتطبق هذه الحكمة بمدلولها الإيجابي فيما يتعلق بمفهوم الوهج والنجاح، فالآباء الذين ينجحون في اكتشاف واحتواء مواطن قوتهم، يكونون أكثر قابليةً لفعل ذلك مع أبنائهم، ولذلك وقبل أن تشرع في اكتشاف وإشغال فتيل الطاقة المتوهجة داخل أبنائك، استرجع سنوات مراهقتك أولاً.

أنت تمتلك الآن رفاهية الرؤية الموضوعية؛ إذ تستطيع أن ترى ما لم تستطع رؤيته خلال سنوات مراهقتك. فهذه السنوات تطوي على ما يستحق التقدير والاحتراف: أشخاص أكثر ثباتاً لأمرهم، ولحظات انتصار وفخر، ونقاط تحول محورية، ومؤشرات تبشر بوجود نبتة طيبة وبصمة مستقبلية سينتفع بها العالم يوماً ما، على أن تعمد بعد ذلك إلى مناقشة ابنك حول رؤيته لمفهوم طاقاته الكامنة، إن كانت لديه رؤية من الأساس. فالحديث الصريح هو أقصر الطرق لاكتشاف التوهج داخل ابنك المراهق، ويمكنك أن تستهل حديثك معه بالأسئلة التالية:

- ◆ ما أكثر ما يدفعك للقفز من سريرك بقوة وحماس كل صباح؟
- ◆ ما الذي يرهبك ويجعلك متكاسلاً ويعيدك إلى النوم بعدما تستيقظ كل صباح، (أحياناً يمنحك الحديث عن الأشياء التي تثبط عزيمته بعض المؤشرات لمصادر الوهج).
- ◆ إذا أتيج لك أن تفعل شيئاً واحداً فقط لمدة يوم كامل وتوفّر لك المال والموارد غير المحدودة، فماذا سيكون هذا الشيء؟ ولماذا هذا الشيء دون سواه؟
- ◆ ما الذي تهتمُّ بفعله أو تعلمه؟
- ◆ بأيّ الأشخاص تقتدي، ولماذا؟



حوار على الطريق

قد يشقُّ عليك استهلال الحديث عن التوهج الداخلي لابنك، ولذا ينبغي انتقاء اللحظة المناسبة التي يُفضّل أن تكون عفويةً وخالية من التوتر، وليست رسميةً ومُدبرةً. من أفضل الأوقات التي تتحدث فيها عن التوهج والطاقة الكامنة هو أن تكونا في طريقكما في مكان ما، سواء كنتما تتقلّان بالسيارة، أو القطار، أو السير جنباً إلى جنب في الشارع أو في النادي، فالتقارب الجسدي من دون التقابل وجهاً لوجه أو التقاء الأعين، أثبت فاعليته في تشجيع المراهقين على الإفصاح عن مكنون صدورهم والإنصات لما يلقى على مسامعهم. جرّب الخروج في نزهة مع ابنك أو العمل على مشروع مشترك تعملان فيه معاً، أو يتولّى أحدهما مهمةً مساعدة الآخر. افعل كل ما بوسعك كي تذيب الجليد وتحتّه على المشاركة في الحديث.



دور البيئة في إيقاد الشعلة

قد تظنُّ أنَّ ابنك لا يكتنز وهجاً ولا يتميَّز بأيِّ نوع من المواهب والطاقت الكامنة. حتَّى وإن كان صحيحاً، فهذا لا يمنع أن توفرَّ له بيئة منزليَّة تحثُّه على إشعال الطاقة الكامنة. يمكنك مثلاً أن توفرَّ العديد من الكرات (أو غيرها من الأدوات والألعاب الرياضيَّة) في أنحاء المنزل ليتمكَّن الأبناء من ملاحظتها وابتكار لعبتهم المفضَّلة في أيَّة لحظة. ويمكنك توفير الأدوات والوسائل الفنيَّة، أو الاشتراك في بعض المكتبات التي تتيح لهم استعارة الكتب، أو توفير مساحة فارغة للعب والابتكار والتأمُّل والتجريب والتدريب، أو تتولَّى تنظيم تجمُّعات عائليَّة دوريَّة، أسبوعيَّة أو شهريَّة، تنطوي على أنشطة وممارسات جماعيَّة ممتعة، كالتطوُّع لإنجاز عمل ما، أو لعب كرة القدم، أو حضور الحفلات الموسيقيَّة.

يتذمَّر المراهقون أحياناً من قضاء الوقت مع أفراد الأسرة، لذلك من المهمُّ أن تسمح لكلِّ واحد من أبنائك بدعوة صديق مُقرب ليشارككم لقاء الأسرة. فمن ناحية تحفِّز ابنك للبقاء والتواصل مع كلِّ أفراد الأسرة، ومن ناحية أخرى تتعرَّف إلى أصدقائه المقربين. تمتاز هذه التجمُّعات بحريَّة التعبير والمشاركة، وتهدف إلى الاستمتاع بالوقت والتواصل في المقام الأوَّل، وتزداد متعة هذه اللقاءات إذا استضيفتم صديقاً أو أكثر من أصدقاء ابنك المقربين.



كثيراً ما نضلُّ طريقنا، ونفقد الثقة بأنفسنا إلى أن يأتي أحدهم ويحرك مواطن القوَّة الكامنة في أعماقنا؛ فندرك عندها أننا نمتلك ما يستحقُّ العناية والتقدير والرعاية. وفي هذه المرحلة فقط نبدأ بملاحظة شغفنا، وإشباع فضولنا، والبحث عن إجابات لأسئلتنا، ونخرج عن نطاق راحتنا آمليين أن نكتشف المزيد من الكنوز القابعة في أعماقنا

الصبر مفتاح النجاح

تختلف مراحل اكتشاف الشغف الداخلي من شخص إلى آخر؛ يكتشفه بعضنا في مقتبل العمر، ويلزمه طوال سنوات المراهقة، وبعضنا الآخر لا يجده أبداً، ولا يبدو أنه سيفعل من دون تحفيز وحثِّ ومتابعة، وكثيرون هم من تتوهَّج قدراتهم وتنطلق ومضاتهم في سنِّ مبكِّرة، ثمَّ سرعان ما تخبو اشتعالهم وتنطفئ إلى الأبد.

على الرغم من أن هذه المسارات طبيعيَّة ومتوقَّعة، فالآباء سرعان ما يصابون بخيبة الأمل عندما يتخبَّط أبنائهم لفترة طويلة. أهمُّ ما في الأمر هو ألا تسمح لهذا الإحباط بالتحوُّل إلى غضب. فكِّر ملياً في رحلتك أنت: متى اكتشفت وهجك الخاص؟ ما الذي حدث بعد ذلك؟ هل مررت ببعض الفترات التي ظلَّ أداؤك بها متوسِّطاً؟

يمرُّ المراهقون ببعض الفترات التي قد تبدو خالية من التوهُّج القوي، إلا إنهم في هذه الأثناء يخوضون عمليَّة اكتشاف، أو إعادة اكتشاف، وربما ترجع هذه الفترات الخاوية إلى أسباب أخرى كالتطوُّر الطبيعي للطفل، أو الصدمات النفسيَّة، أو الارتباك.





الخطوة الرابعة: كن قائداً ومشعلاً لطاقتك ابنك وفريقه

المهمة المثلى التي يمكن أن تتقلدها كوالد هي أن تكون قائداً وموجِّهاً لفريق إشعال طاقة ابنك الإيجابية. يمكن لهذا الفريق أن يضم بين أعضائه المزيد من الأبطال والمساندين من البيئة المحيطة، وأعضاء المجتمع الأسري والمدرسي. التشكيلة المثالية للفريق هي أن تعتمد على طبيعة القوى الكامنة؛ فإن كان ذا طابع فني، فلا بد أن يضم الفريق بعض المخضرمين في هذا المجال كي يثروا إمكاناته. وبغض النظر عن طبيعة الوهج ونوع الموهبة: تقنية كانت أم أدبية أم رياضية، فإن الفريق لا يمكن أن يشق طريقه إلا بتوجيهاتك وتنسيقك أنت وغيرك من الآباء القادرين على تعزيزه وتحفيزه. يحتاج تأسيس فريق من الأبطال إلى الاستعانة بالعديد من الآباء الجديرين بكسب ثقة واحترام وإعجاب أعضائه من المراهقين. ويتأثر الأبناء، لا سيما في مرحلة المراهقة، بالكثير من الأشخاص كالمعلم، والمدرّب، والأقارب، والأخ الأكبر سناً، والقذوة من الناجحين، وغير ذلك الكثير، فإذا لم يُعرك انتباهه، فعلى الأرجح سيعبره إلى شخص آخر، وهنا تبرز أهمية إثراء الفريق بلفيف من المؤثرين والمؤهلين.

وتجدر الإشارة إلى حقيقة مهمة، إن كان من المهم انتقاء أعضاء الفريق بعناية، فالأهم أن تكون أنت قائده، فالأمر يشبه وظيفة دوام كامل بالنسبة إليك، بينما يمارس باقي الأعضاء أدواراً مؤقتة، والنقطة الفارقة هنا هي اطمئنان الأبناء إلى وجود آباء يعتمدون عليهم وقت الحاجة، وهذا ما يراه «بايرون إيجلاند»، الأستاذ بمعهد تنمية الطفل في جامعة «مينيسوتا»، الذي أجرى العديد من الدراسات المتعلقة بالآباء والأبناء، ففي حين أن الانطباعات التي يتركها المراهقون تتم عن عدم احتياجهم إلينا ورغبتهم في الاستقلال عنا، إلا أن ذلك لا يقلل من أهمية وجودنا وانخراطنا في تفاصيل حياتهم.

التواصل مع آباء آخرين بهدف تلقي الدعم

من الضروري أن يُحاط المراهقون بفريق دعم، وكذلك الحال بالنسبة إليك. اعتاد الأقارب والجيران فيما مضى أن يمارسوا هذا النوع من الدعم، وبفضل الوتيرة السريعة التي تسير بها حياتنا اليوم، كثيراً ما ينتهي بنا الحال في صوامع تعزل بعضنا عن بعض، ولهذا يشكّل الآباء الآخرون مصدراً حيويًا للدعم نظراً إلى انهماكهم في البحث عن الطريق ذاته، ففي خضم مشاركتك في التجمّعات المدرسيّة غير الرسميّة، وغيرها من الأنشطة التي تخصّ أبناءك، تبادل أطراف الحديث مع أولياء الأمور الآخرين، وتعرّف مشكلاتهم واتجاهاتهم ورؤيتهم لقدرات أبنائهم وتخيّلهم لمستقبلهم، وبينما تتعرّف إلى غيرك من الآباء، تأكّد من حصولك على بريدهم الإلكتروني، فمعظم الآباء يجدون صعوبة في استقطاع الوقت للمقابلة وإجراء المحادثات الهاتفية، بينما لا يجدون ضيراً في التواصل الإلكتروني وتقديم النصح بسرعة.

احرص على التواصل مع آباء أصدقاء أبنائك المقربين، فإن كنت ستقلّ ابنك إلى منزل أحد أصدقائه، فتمهّل قليلاً لتعرّفه بنفسك وتلقي التحيّة على والده، وإن توفّرت لك الفرصة لتستضيفهم في منزلك لقضاء بعض الوقت، فلا تتردّد أبداً. ويمكنك أيضاً أن تضي بعض الوقت معهم خلال الاجتماعات المدرسيّة، وتذكّر أنّ تأسيس شبكة داعمة من الآباء قد يستغرق بعض الوقت، فلا تتعجّل. تحرك خطوة خطوة، ووسّع نطاق شبكة العلاقات قدر الإمكان.

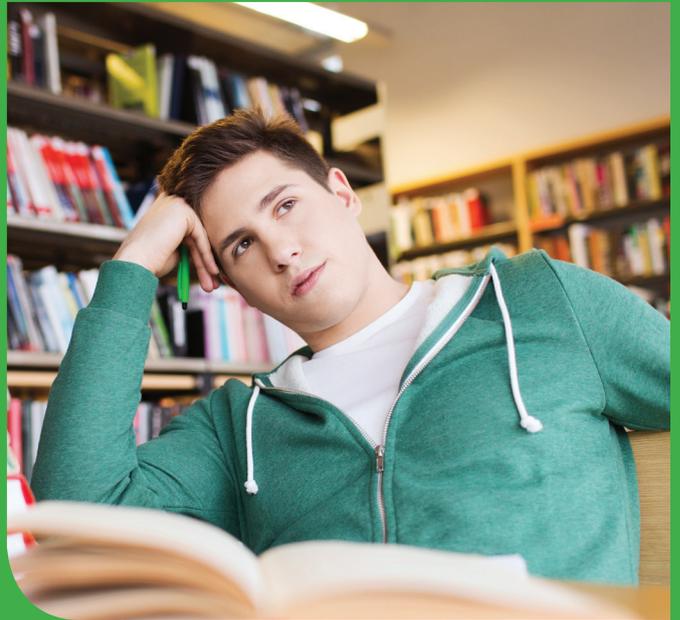


العلاقات التي تؤسّسها مع آباء مسؤولين ومكترثين هي المرأة التي تعكس للمراهقين صدق اهتمامك، وهي التي تجسّد الحكمة البشريّة في أبهى صورها، وهي بوابات العبور إلى مستقبل مشرق وذاخر بالنجاح. وباعتبارك قائداً لفريق التوجّه الخاص بابنك، من الضروري أن تتقن دورك وتبقى على العهد ما حييت. وأياً كانت أعداد المنضمّين إلى الفريق، فلا يمكن لأحدهم أن يحلّ مكانك أو يلعب دورك المحوري.

النجاح ليس أمراً سهلاً لأنه يحتاج إلى عملٍ جادٍّ ومثابرة، والأهمُّ من هذا وذاك، العلاقات الملهمة، فالعلاقات هي النواة التي تقوم عليها الحياة؛ بعضها يؤثرُ عليك والآخر يتأثرُ بك

الخطوة الخامسة: أشعل الفتيل

الحفاظ على شعلة الحماس متقدّدة ليس أمر يسيراً، فالمراهقون الذين تتعدّد أنماطهم قد ينتهي بهم الحال متأرجحين بين خمس هوايات ومهمّات أو أكثر في وقت واحد، أمّا الذين يجتمعون حول نشاط أو هواية واحدة، فيرتقي أدائهم صعوداً باتجاه النجاح. ويواجه مرشدو المدارس العديد من الصعوبات في إطار جهودهم للإبقاء على شعلة حماس المراهقين متقدّدة وهم يخطّطون لمستقبلهم، إذ يتأثر الأبناء في هذه المرحلة العمرية بالكثير من عناصر التشتت - التي قد تتعلّق بالبحث عن الشهرة وجني الثروات، ومع ذلك ما زالت أمامنا فرصة لحثهم على التمتيش في أعماقهم وترتيب عقولهم وتقوية أجنداتهم من الأحلام الزائفة، ففي مقدورنا أن نبقي شعلتهم متقدّدة؛ تلك الشعلة التي تتسق مع فطرتهم الأصيلة، لا مع ما يدعونها لينالوا منصباً رفيعاً أو ينضمّوا إلى فريق النخبة.



أوقد الشعلة الكامنة بداخله

يظنُّ معظم الناس أنَّ الشعلة تتوهَّج من دون أيِّ تدخلٍ من جانبنا، ولكن إذا أردنا لشعلة أبنائنا أن تبقى متقدِّمة، فعلينا أن نوَفِّر عناصر عدَّة أولاً:

◆ بيئة مشجِّعة على النمو: تأمَّل منزلك؛ هل يوجد به مكان يستطيع ابنك من خلاله أن يمارس ويُطوِّر شغفه؟ وماذا عن توفير مكان أفضل، مثل ملعب رياضي، أو مركز متخصص، أو استديو فنِّ تشكيلي؟

◆ الوقت الكافي للنمو: يتقن العازفون استخدام آلاتهم الموسيقيَّة بالممارسة المستديمة، وعلى النهج ذاته، يحتاج المراهقون إلى وقت كافٍ للتركيز على شغفهم وتطويره.

◆ الالتزام بالنمو: يتعدَّى الوهج والألق على الالتزام. ساعد ابنك على عمل روتين يلزمه كل يوم (لأيام عدَّة أسبوعياً). أمَّا أن توكل الأمر إلى المزاجيَّة أو لا تسمح له بالتدريب إلا مرَّة واحدة بين الحين والآخر، فلن يجديه هذا نفعاً على الإطلاق.

سحر اللقاءات الأسريَّة

أثبتت الأبحاث أنَّ التجمُّع حول طاولة واحدة لتناول الطعام من أهمِّ مُعزِّزات الروابط الأسريَّة. جرِّب الأفكار التالية وأنت تتناول الطعام مع أفراد أسرتك كي تضيفي على هذه الدقائق قيمة لا تضاهي:

◆ تبادلوا أطراف الحديث حول مجريات يومكم سواء في العمل أو المنزل، لا سيما الأحداث المتعلقة بنقاط توهُّج وشغف كلِّ واحد منكم.

◆ لا تخلج من الضحك على المواقف الطريفة التي واجهتك في رحلتك الخاصَّة بالبحث عن قواك الكامنة.

◆ عبِّر لهم عن مصادر وأسباب إلهامك في خضم رحلتك الطويلة.

◆ اطرح الأسئلة التي تكشف المزيد عن مواطن التفرد والألق الخاصَّة بكلِّ فردٍ من أفراد أسرتك.

◆ استمتع باللحظات التي تقضونها معاً واحرص على استمتاعهم بها.

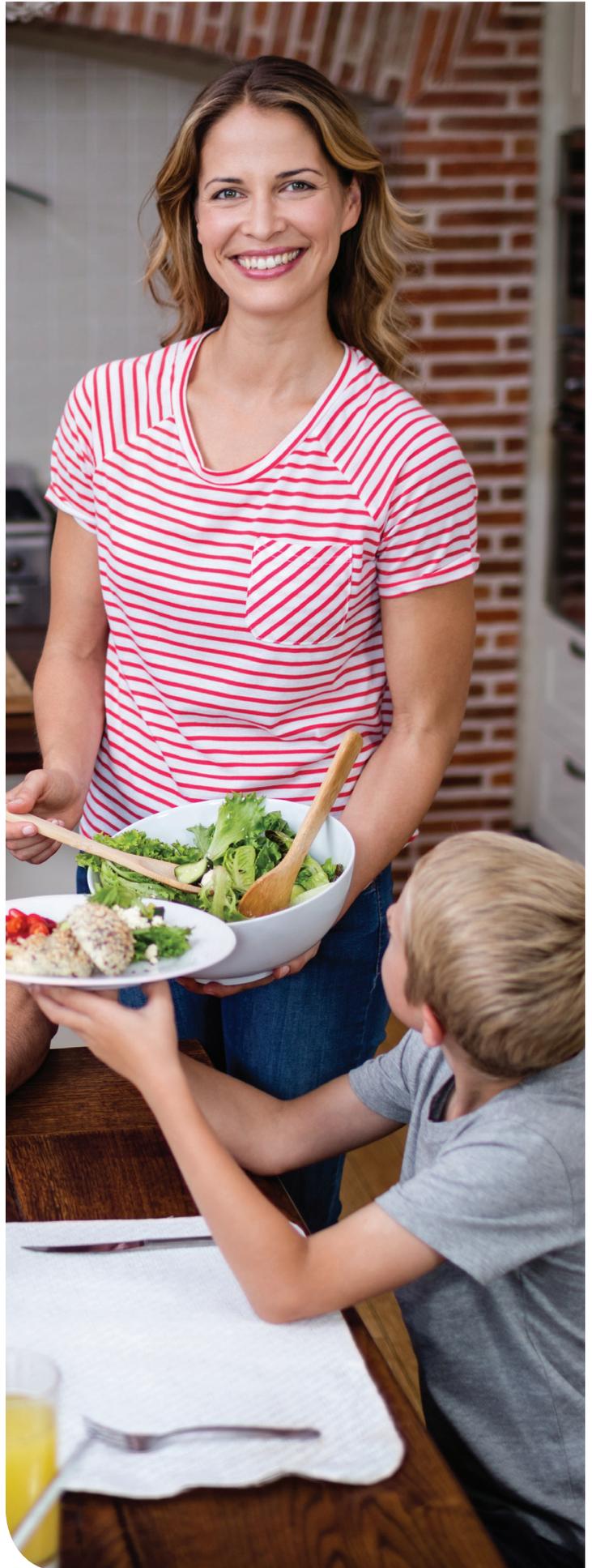
ساعد ابنك على وضع خطة التوهج

حتَّى وإن أدرك ابنك طبيعة مكانه القويَّة وأبعاد طاقاته الدافعيَّة، فإنَّه لن يتقدَّم كثيراً إلا بوجود خطة واضحة المعالم، ففي ظلِّ التقدُّم التكنولوجي المتسارع الذي نشهده، قد يكون من الصعب على أبناء هذا الجيل أن يخطِّطوا لما هو أبعد من يوم أو يومين؛ ومع ذلك يظلُّ التخطيط لبعض الأهداف والعمل على تحقيقها أولويَّة لا مفرَّ منها فيما يخصُّ تطوير القدرات الكامنة.

لا بدَّ أن تكون الخطة نابعة من استيعاب ابنك لطبيعة تميِّزه ونقاط تألُّفه، وليس من فهمك أنت، وهناك بعض الأسئلة التي تستطيع طرحها عليه لمساعدته على العصف الذهني اللازم لتكوين الخطة.

استعن بالأسئلة التالية:

1. ما الذي بإمكانه فعله كي أساعدك أكثر على إشعال فتيل نجاحك؟



كتب مشابهة:



Parent, Teacher, Mentor, Friend

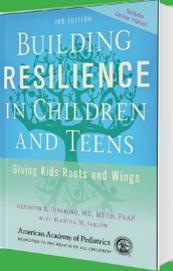
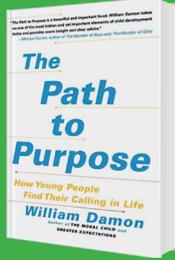
How Every Adult Can Change Kids' Lives.

By Peter L. Benson. 2010.

The Path to Purpose

How Young People Find Their Calling in Life.

By William Damon. 2009.



Building Resilience in Children and Teens

Giving Kids Roots and Wings.

By Kenneth R. Ginsburg MD FAAP. 2014.

قراءة ممتعة

ص.ب: 214444

دبي، الإمارات العربية المتحدة

هاتف: 04 423 3444

نستقبل آراءكم على pr@mbrf.ae

تواصلوا معنا على

 MBRF_News

 MBRF_News

 mbrf.ae

 www.mbrf.ae

 qindeel_uae

 qindeel_uae

 qindeel.uae

 qindeel.ae



قنديل | Qindeel
لتبليغ والنشر والتوزيع
Printing, Publishing, and Distribution

2. من غيري يستطيع أن يساعدك في رحلتك؟

3. ما الذي تتوقَّعه تحديداً منِّي ومن غيري؟

4. أي الأماكن والبرامج التي من شأنها أن تنمِّي قدراتك؟

5. ما الجدول الأسبوعي الأكثر ملاءمةً وتحفيزاً لك؟

6. ما الأفكار التي تدور بذهنك بصدد الارتقاء بذاتك وتحقيق طموحاتك؟

كن نموذجاً يُحتذى به

ابنك يراقبك عن كثب، فهو يلاحقك بعينيه، وينصت إلى ما تقول، وينتبه إلى ما تفعل. وانطلاقاً من ذلك، ما القدوة التي ستقدمها فيما يتعلق بشغفك وتجربتك في إطلاق طاقاتك؟ من المهم أن تعرف أن القدوة ليست بالضرورة إنساناً مثالياً، وإنما شخصٌ عاديٌّ يبذل قصارى جهده ويعترف بأخطائه، وهو لا يخجل من سرد خبراته، كما يتعلم ويتطوَّر في خضم رحلته للبحث عن وهجه وإضفاء قيمة استثنائيةً على حياته التقليدية.

إن كنت بصدد البحث عن مواطن شغفك، فلن تكون بحاجة إلى تجسيدها فحسب، بل والحديث عنها، فكيف تتحدَّث عن وهجك وقدراتك أمام ابنك، لا سيما إن لم يكن هذا الشغف محفزاً له بالقدر الكافي؟ حدثه عن العملية برمتها وعن الأشخاص الذين ألهموك ودفعوك إلى المضيّ قدماً. استرجع نقاط التحول التي أعادتكم مرّة تلو الأخرى إلى الطريق الصحيح. اسمح لابنك أن ينهل من خبراتك؛ لأنه بالتأكيد سيتعلَّم منها الكثير حتى وإن اختلفت مواطن قوتك عن مواهبه ونقاط توهُّجه.

ما يجب أن تعرفه وتفعله

1. تكمن بداخل كلِّ طفل وكلِّ إنسان شعلةٌ أو أكثر. قد تخفت هذه الشعلة أو تبيت في سبات عميق، والمهم أن ندرك أنها موجودة لدينا جميعاً.
2. يتعرَّض الشغف والوهج الداخلي إلى كثير من التغيُّرات؛ فقط يختلف شكل وقوَّة الوهج في سنِّ الثانية عشرة عنه في سنِّ السادسة عشرة.
3. الألق الداخلي لا يزول ولا يفنى ولا ينبثق من عدم؛ بل يلزم الإنسان منذ ولادته وينمو من خلال التجارب المختلفة.
4. الوهج الداخلي يشغل الشغف ويوقظ الحوافز، وليس ضرورياً أن يكون مصدراً للسعادة أو المتعة.
5. يستطيع كلُّ أب/ أم أن يوقظ ويشعل فتيل الحماس والشغف في أبنائه.
6. كلما كانت حياتك نموذجاً يُحتذى به في ملاحقة وتطوير قدراتك، ازدادت فرص ابنك في أن ينعم بالحياة ذاتها، إن لم تكن أفضل.
7. شعلة ابنك الكامنة هي لحنه المفضَّل وإيقاعه الجميل في الحياة، فذكِّره به كلما تكالبت عليه ضغوط الحياة وأنسته إياها.
8. يحتاج ابنك إلى أن يُحاط بفريق من الأشخاص الداعمين والمشعِّلين لقبيل التوهُّج والألق، ويفضَّل أن يكون ذلك تحت قيادتك أنت دون سواك.
9. اتَّبِع شغفك وثق بطاقتك الكامنة.
10. اسأل نفسك كلَّ يوم: «الآن، بعد أن عرفت قواي الكامنة، كيف يمكنني أن أوظِّفها من أجل تحقيق الحلم وتغيير الواقع وصنع حياة أفضل، لي وللآخرين؟».

نسعى لابتكار عالم جديد لخدمات التوصيل

تتطلع أرامكس دائماً لمستقبل يتبنى أحدث التكنولوجيا لدعم كل ما تقومون بابتكاره من أفكار جديدة، ولتحسين خدمات الشحن والتوصيل الخاصة بكم.

ارامكس

aramex.com