

منع العنف في العلاقات العاطفية لدى أبناء الشبيبة - دليل إرشادي للمنظمات للعمل مع الأهل

يُعدّ العنف بين الأزواج ظاهرة اجتماعية خطيرة وواسعة الانتشار، إذ تشير التقديرات إلى أنّها قائمة لدى واحد من كل عشرة أزواج في إسرائيل. هذه الظاهرة لا تقتصر على البالغين، بل تمتد أيضًا إلى العلاقات بين أبناء الشبيبة، وقد تظهر منذ المراحل الأولى من التعارف. للأهل دور مؤثر ومهم في تحديد شكل وطبيعة علاقات أبنائهم وبناتهم. ومع ذلك، تواجه العديد من المنظمات صعوبة في إشراك الأهل في موضوع منع العنف في العلاقات العاطفية. يهدف هذا الدليل إلى تزويدكم، كمنظمات، بقاعدة أساسية تساعد على فهم أهمية مشاركة الأهل، ومعرفة العوائق التي تحول دون مشاركتهم، إضافة إلى أدوات عملية لاستقطابهم وتشجيعهم على التدخل. كما يعرض الدليل المضامين والمهارات التي يوصى تقديمها للأهل، ليشكّلوا شبكة أمان ناجعة ومؤثرة لأبنائهم وبناتهم.



يهدف هذا الدليل إلى تزويدكم
بإطار فكري وأدوات عملية
لدمج جهود منع العنف في
العلاقات العاطفية في عملكم
اليومي، وتوضيح كيفية
التعامل عند ملاحظة
مؤشرات تحذيرية.



ما أهمية مشاركة الأهل في جهود منع العنف؟

يشكّل الأهل الركيزة الأهم في حياة الشاب أو الشابة، حتى في مرحلة المراهقة التي قد يبدو فيها أنهم يتعدون أكثر فأكثر. كما أنّ العلاقة بين الوالدين تُعد نموذجًا مركزيًا يعتمد عليه الأبناء لبناء تصوراتهم حول العلاقة بين الأزواج. لذلك، هناك أهمية قصوى لتوعية الأهل حول هذا الموضوع ولمشاركتهم في الحوار مع أبنائهم وبناتهم حول العلاقات العاطفية.

التأثير في بناء التصورات ووجهات النظر



لمنزل هو البيئة التي ينكشف فيها أبناء الشببية، بوعي أو دون وعي، على نماذج العلاقات الزوجية، أساليب التعامل مع الخلافات، وقيم الاحترام ورسم الحدود.

الحضور اليومي والاكتشاف المبكر:



الأهل هم أول من يمكنهم ملاحظة التغيرات السلوكية، أو الحالة النفسية، أو عادات النوم، أو المظهر الخارجي لدى أبنائهم، وهي مؤشرات قد تكون أحيانًا غير ظاهرة للآخرين.

بناء شبكة مجتمعية متكاملة



عندما تتبني المؤسسات التعليمية والمنظمات الشبابية والأهل لغة تربوية مشتركة، يتلقّى الشباب رسالة واضحة ومتناغمة حول المقبول وغير المقبول في العلاقات.

أهم شبكة أمان



عند حدوث أزمة أو التعرّض لأذى معيّن، يشكّل دعم الأهل (أو غيابهم) عاملاً حاسماً في قدرة الشاب أو الشابة على الخروج من علاقة مؤذية والتعافي منها.

ما هي العوائق التي تحدّ من تجنّد وتداخل الأهل في هذا الموضوع ?

للوصول إلى الأهل، من المهم أولاً فهم الأسباب وراء تردّدهم في التجاوب مع الموضوع

هذا لن يحدث لي أو لابني أو ابنتي"

حالة من الإنكار أو تصور خاطئ أنّ العنف في العلاقات يقتصر على فئات محددة أو على عائلات في ضائقة.

نقص المعرفة والارتباك

صعب على العديد من الأهالي التمييز بين "التقلّبات الطبيعية في سن المراهقة" وبين مؤشرات حقيقية تدل على حدوث أذى أو إساءة.

الخوف من انتهاك الخصوصية وزعزعة الثقة

لقلق من أن يفهم التدخّل في العلاقة العاطفية للابن أو الابنة كتعدّد على الخصوصية، أن يثير الغضب أو يدفعهم إلى الانغلاق على أنفسهم أكثر فأكثر.

تجنّب المواضيع الحساسة

شعور بالإحراج أو عدم الارتياح عند الحديث عن قضايا مثل العلاقات العاطفية، والحدود، والتعرّض للأذى، والعنف.

الخشية من أن يسلّط الموضوع الضوء على علاقتهم الزوجية

الحديث عن العلاقات قد يضع الأهل أمام تساؤلات تتعلق بعلاقتهم الزوجية.

التزامات وأعباء الحياة اليومية

صعوبة التزام الأهل بالمشاركة في لقاءات أو محاضرات طويلة في ساعات المساء.

كيف يمكن التغلب على هذه العوائق والوصول إلى الأهل؟

تأطير إيجابي (Re-framing): بدلاً من دعوة الأهل إلى محاضرة بعنوان قد يبدو مقلماً مثل "العنف في العلاقات"، بالإمكان استخدام عناوين أكثر ودوية وجاذبية، مثل "كيف نساعد أبنائنا على بناء علاقات صحية؟" أو "دليل الأهل للتعامل الآمن مع مرحلة المراهقة"

الدمج في أنشطة قائمة: لا حاجة لتنظيم "نشاط خاص" منفصل. يستحسن دمج هذا الموضوع في أنشطة يحضرها الأهل بشكل عام، مثل اجتماعات أولياء الأمور في المدارس، أو الأيام التحضيرية للانتقال إلى المرحلة الإعدادية أو الثانوية، أو لقاءات افتتاح السنة في الحركات الشبابية. بالإمكان تخصيص 20 إلى 30 دقيقة لتناول الموضوع بشكل مركّز، مع إتاحة مصادر إضافية لمن يرغب في التوسّع.

إتاحة المعرفة بواسطة أدوات رقمية "سريعة": الأهل منشغلون؟ "يمكنكم أن ترسلوا لهم معلومات سريعة ومختصرة"- أفلام وفيديوهات قصيرة، مقاطع صوتية (بودكاستات) أو رسوم معلوماتية (مثل قائمة "المؤشرات التحذيرية") على مجموعات الأهالي على واتساب.

استقطاب "أهال سفراء": استعينوا بلجان أولياء الأمور أو الأهالي النشطين. عندما يدعو الأهل بعضهم البعض ويتحدثون عن أهمية الموضوع بلغة قريبة وواضحة، يزداد التجاوب بشكل ملحوظ.

يرجى الانتباه!
من المهم بلورة الأنشطة المشتركة مع الأهالي بالتعاون مع جهات متخصصة في تعزيز العلاقات الصحية ومنع العنف في العلاقات لدى أبناء الشباب. قاعدة بيانات برامج منع العنف في العلاقات العاطفية لدى أبناء الشبيبة [redlines](#)

يستحسن تنظيم جزء من الأنشطة في مجموعات منفصلة للآباء وللأمهات. فتصوّر العلاقات وطريقة التعامل معها يتأثران باختلاف التجارب بين الرجال والنساء، وهذه المجموعات المنفصلة تساعد على إجراء الملاءمات اللازمة واستخدام لغة مشتركة، وتمنح المشاركين الشعور بالراحة والأمان، ما يشجّع على المشاركة والتعلّم.

ما هي المضامين الرئيسية التي ينبغي أن يعرفها الأهل؟

يحتاج الأهل إلى اكتساب معرفة واضحة ومباشرة حول الجوانب الطبيعية والصحية في العلاقات العاطفية، وتلك التي تستدعي تدخلاً:

مؤشرات على علاقة صحية وسليمة (مؤشرات إيجابية) – ماذا نريد أن نرى لدى أبنائنا وبناتنا؟

التواصل والاحترام: حوار مفتوح، إصغاء متبادل، دعم وتشجيع، وقدرة الابن أو الابنة على التعبير عن مشاعرهم دون خوف من التعرض للانتقاد من الطرف الآخر.

الثقة والخصوصية: احترام المساحة الشخصية لكل طرف، بحيث لا يحتاج أحدهما لمراقبة وتفحص رسائل الآخر، أو تتبّع موقعه، أو مراقبة حساباته ونشاطه على وسائل التواصل الاجتماعي.

الاستقلالية وحرية الاختيار: محافظة الابن/ة على علاقاتهم مع العائلة والأصدقاء، وعدم التخلي عن اهتماماتهم الشخصية (دورات لامنهجية، ممارسة الرياضة أو المشاركة في حركة شبابية)، مع الحفاظ على استقلاليتهم في إطار العلاقة أيضاً.

إدارة الخلافات: التعامل باحترام مع الخلافات والاختلافات، والحرص على التفاهم والتوصل إلى حلول مرضية للطرفين، وليس من منطلق خوف أحدهما من رد فعل الطرف الآخر.

مؤشرات على علاقة غير صحية (مؤشرات تحذيرية) - ما الذي يستدعي القلق؟

الانتقاد والتقليل من قيمة وشأن الآخر: الاستخفاف بالابن/الابنة من قبل الطرف الآخر، السخريه منه/، لومه/، زعزعة ثقته/ بنفسه/، حتى لو تم تبرير هذا التصرف على أنه "مزاح"

التمكك والعزل الاجتماعي: التحكم بوقت الطرف الآخر. يبدأ الابن أو الابنة بالابتعاد عن الأصدقاء المقربين، التغيب عن المناسبات العائلية، ويظهر الطرف الآخر غير مفرط تبرراً أحياناً على أنها شكل من أشكال "الاهتمام".

المراقبة والحضور الخانق: على الابن أو الابنة الإبلاغ بمكان تواجدهم بشكل دائم، ويتواصل الطرف الآخر معهم باستمرار ويطلبهم بالتفرغ لهم بشكل فوري (حتى في ساعات متأخرة من الليل أو أثناء الدراسة).

اختلال التوازن و"حذر مفرط": يتخذ أحد الطرفين جميع القرارات في إطار العلاقة، بينما يبدو الابن أو الابنة قلقين، مترددين في التعبير عن رأي مختلف، ويكثرون من الاعتذار أو تبرير سلوك الطرف الآخر المؤذي.

عدم احترام الحدود (حتى في مرحلة التعارف): عدم تقبل كلمة "لا"، وممارسة ضغط عاطفي أو جنسي، بالإضافة إلى الاهتمام المفرط في بداية العلاقة، يتضمن الضغط نحو التزام سريع تجاه العلاقة.

فهم المناخ الاجتماعي (البيئة المحيطة):

من المهم توجيه الأهل للتحدث مع أبنائهم وبناتهم ليس فقط عن علاقاتهم الشخصية، إنما أيضاً عن مسؤوليتهم تجاه أصدقائهم الذين قد يكونون متواجدين في علاقة مؤذية، وعدم الاكتفاء بدور المشاهد/ة إذا رأوا صديقاً/ صديقة في خطر.

ما هي المهارات العمليّة التي يحتاج الأهل إلى تعلّمها؟

المعرفة وحدها لا تكفي؛ من المهم تزويد الأهل بأدوات عملية للتعامل مع هذا الموضوع:

مهارة إدارة حوار بدافع القلق والاهتمام: توجيه الأهالي حول سبل المبادرة لمحادثة بدافع القلق والاهتمام الصادق، وليس من باب النقد أو التحقيق. بدلاً من "لماذا تسمحين له بأن يعاملك بهذه الطريقة؟" أو "إنّه يسيء معاملتك!"، بالإمكان استخدام عبارات مثل "لاحظت أنك تتوترين كثيراً عندما يتصلك"، أو "لاحظت أنك تخرجين بوتيرة أقل مع صديقاتك مؤخراً، هل كل شيء على ما يرام؟"

مهارة الإصغاء والتفهم: توجيه الأهل للإصغاء دون تهويل أو مقاطعة. عندما يشارك الابن أو الابنة أهاليهم بما يمرون به، من المهم أن تكون الاستجابة داعمة مثل: "أنا أصدقك"، "لا تستحق/ين ذلك"، "يسعدني أنك شاركتني، سنواجه هذا التحدي معاً".

مهارة ضبط المشاعر وتجنّب ردود الفعل المتسرّعة: رد الفعل الطبيعي للأهل هو حماية الابن أو الابنة، ومنعهم من لقاء الطرف المؤذي، أو التواصل فوراً معه أو مع أهله. من المهم توضيح أن هذا التصرف قد يكون خاطئاً وقد يزيد من خطورة الوضع. فالمواجهة المباشرة أو الضغط لإنهاء العلاقة قد يؤديان إلى تصعيد العنف، أو إلى ابتعاد الابن أو الابنة عن الأهل وإخفاء استمرار العلاقة.

مهارة طلب المساعدة (Navigating Support): على الأهل أن يعرفوا أنّهم ليسوا وحدهم، وأن يعرفوا الجهات والعناوين التي يمكنهم التوجّه إليها لتلقي الدعم الذي يحتاجونه هم وأبنائهم.

الحساسية المهنية: عندما يلامس الموضوع واقع العلاقة الزوجية بين الأبين

عند فتح باب النقاش حول العلاقات، الحدود، السيطرة، والعنف، من المهم أن نتذكر أن هذا الموضوع قد يعكس تجارب بعض المشاركين. إحصائياً، لا تكاد تخلو أي مجموعة من الأهالي من أشخاص يعيشون حالياً علاقة مؤذية، أو مرّوا بتجربة مشابهة في الماضي، سواء كمتضررين أو كمسيئين، أو أنهم يعيشون علاقة تتسم بصراع حاد. إلى جانب تأثير ذلك على علاقتهم، للعنف بين الوالدين تأثيراً مباشراً على الأبناء، إذ يقدّم نموذجاً غير صحيّ للعلاقة الزوجية. ومن المعروف أيضاً أن التعرّض للعنف داخل الأسرة قد ينتقل من جيل إلى آخر، ويزيد من احتمال تكرار هذه التجربة في حياة الأبناء لاحقاً.

آثار إضافية محتملة نتيجة للمعرفة

تميز المؤشرات التحذيرية لدى أبناء الشبيبة قد يثير لدى الأهل أفكاراً وتساؤلات حول حياتهم الشخصية. قد يخلق ذلك شعوراً بعدم الارتياح، رفضاً عاطفياً، إنكاراً، أو أحياناً رغبة مفاجئة في المشاركة وطلب المساعدة. وفي بعض الحالات، وقد يدرك بعض الأهالي أن ما يحدث في حياتهم يعتبر عنقاً، خلال لقاء يتناول أساساً موضوع الأبناء.

كيف يمكن للطاقم التعامل مع ذلك مهنيّاً؟

لا يُتوقّع من الشخص الذي يدير اللقاء أو يتواصل مع الأهالي أن يكون معالجاً مختصّاً بالعلاقات، لكن من المهم أن يكون واعياً لحساسية الموضوع ومراعاة هذا الأمر أثناء العمل معهم

التمهيد للموضوع: يُستحسن الإشارة خلال المحاضرة أو اللقاء إلى أن الحديث عن العلاقات قد يكون مركّباً لنا كراشدين أيضاً، وليس لأبناء الشبيبة فقط.

تجنّب إصدار الأحكام: إذا أبدى أحد الأهالي اعتراضاً حاداً (على سبيل المثال، أنتم تبالغون، الغيرة أمر طبيعي وليست عنقاً)، يُفضّل عدم مجادلته، بل التعامل بهدوء مع الموقف، مع الأخذ بعين الاعتبار أنّ ردّ الفعل هذا قد يكون دفاعياً، الحفاظ على أجواء آمنة.

إتاحة الخدمات والحلول للكبار أيضاً: عند تقديم المعلومات بخصوص الجهات المساعدة، من المهم التوضيح أنها متاحة للأهالي أيضاً، وليس للشبيبة فقط.

اقترح لجملة ختامية للموجّهين:

"أحياناً، عندما نتحدث عن أبنائنا وبناتنا عن تعريفنا للعلاقة الصحية أو المؤذية، نبدأ بالتفكير في علاقاتنا نحن أيضاً. إذا أثار هذا اللقاء لديكم أسئلة حول علاقاتكم، أو شعوراً بالانزعاج، أو دفعكم للتفكير في تجارب تعيشونها، فمن المهم أن تعرفوا أنّ الأمر طبيعي، وأنّ هناك جهات بإمكانكم التوجّه إليها. وفي هذه الحالات أيضاً، بإمكانكم الاتصال على أرقام خطوط المساعدة ومركز 118 التي أعطيناكم إياها. لا تواجهوا هذه الأسئلة والتخبّطات وحدكم."

مصادر الدعم والمساعدة- للأهل

مركز 118: مركز تابع لوزارة الرفاه، متاح على مدار الساعة لتقديم الاستشارة للأهل، دون الكشف عن التفاصيل الشخصية.



تركيز خطوط الدعم والمساعدة في موضوع العنف بين الأزواج والعنف الأسري في إسرائيل:
<https://kavimadumim.my.canva.site/arabic>



الباب المفتوح - خط دعم ومساعدة للشبيبة (والأهل) حول العلاقات بين الأزواج والجنسانية -
6338*



موقع "خطوط حمراء" (redlines.org.il): يحتوي على معلومات عن جميع الخدمات المتوفرة في هذا المجال، والتوجيه إلى مختلف أطر الدعم والاستشارة.



التوجه إلى مستشارة المدرسة أو إلى عاملة اجتماعية جماهيرية لوضع "خطة خروج" آمنة من العلاقة.

