

مشاركة الرجل في تنظيم الأسرة تضبط توازن الإنجاب

التوعية بتحديد النسل تكسر احتكار الذكور لقرار عدد الأبناء المنجيبين



عدد أفراد الأسرة يتحكم في وضعها المادي

عن الوفاء باحتياجات أبنائه ومحاصرا بالأزمات اليومية، في حين أن الاكتفاء بعدد معين من الأبناء يجلب له الرفاهية وراحة البال وزيادة فرص استقرار العائلة.

وما يؤخذ على تنظيم الأسرة في بعض البلدان أنها تكتفي بمخاطبة الآباء الحاليين دون اكتراث بالأجيال الصاعدة التي تمثل الأعمدة الأساسية للبلدان الأسري مستقبلا، في حين أن أغلب هؤلاء نشأوا على أفكار معتقدات أبائهم الدينية والثقافية، ما يؤسس لعائلات لديها نفس القناعات الذكورية.

يفترض تغيير نظرة الرجال لمفهوم الأسرة والإنجاب أن يبدأ من مرحلتها المراهقة والشباب وليس بعد فوات الأوان، على أن يكون ذلك من خلال مناهج تعليمية يتم تضمينها بمفاهيم علمية حول قضايا الحياة الجنسية والصحة الإنجابية لتثقيف الأجيال الجديدة أن مسؤولية الزوج تجاه تنظيم الأسرة أكبر وأهم من التي تتحملها المرأة وأن تأمين الحياة ضد الفقر يكون بخفض معدلات الإنجاب وليس بالعزوة.

ثقافية ودينية، ما يتطلب خطابا توعويا يتناسب مع هذه التحديات.

وقالت أسماء عبد العظيم، وهي استشارية أسرية ومحاضرة في الشؤون العائلية بالقاهرة، إن إقناع الرجال بالمشاركة في تنظيم الأسرة يحتاج إلى تغيير العرف السائد لدى أغلبهم بأن الإنجاب قرار يحثه الزوج، لأن النتائج سوف تنعكس سلبا أو إيجابا على العائلة بأكملها وليس عليه وحده.

وأضافت عبد العظيم، أن الوصول إلى مستوى معقول من تغيير قناعات الرجال حول كثرة الأبناء يتطلب إدخالهم طرفا أصيلا في التربية ورعاية الصغار ليشركوا الأم معاناتها وإلها النفسية والجسدية، بحيث يعيدون النظر في حساباتهم حول مفهوم "العزوة" ويتوقفون عن استسهال الإنجاب والتهرب من المسؤولية.

كما يجب أن تتشرك كل الجهات، من مجتمع مدني ومنظمات حقوقية ومؤسسات دينية وإعلامية، في حملات التوعية الموجهة للرجال والنزول لأرض الواقع للاستماع إلى وجهات نظر

توافقه مع الشريعة الإسلامية، وبالتالي تم ضرب المعتقد الديني الخاطئ الذي كان يعتبر تحديد المواليدين من المحرمات بذريعة التدخل في إرادة الله.

وزرعت التيارات الدينية المتشددة في عقول البعض من أرباب الأسر أن أي تدخل لتحديد عدد الأبناء يقابل بعقاب إلهي، دون الاعتراف بأن كثرة الإنجاب سوف يترتب عليه تبعات غير إنسانية لا تتفق مع الأديان السماوية، مثل زيادة معدلات الفقر وعدم القدرة على توفير الغذاء والملبس والتعليم والصحة ما يعني الحرمان من هذه الحاجيات.

ولأن الرجل أكثر اختلاطا بالشيوخ وتقديسا لإرائهم يتأثر أحيانا بخطابهم التحريمي حول تنظيم الأسرة، فيما تحق أغلب المؤسسات الرسمية متفرجة دون حسم القضية بشكل صريح يبيح ترشيد النسل لأسباب نفسية واجتماعية واقتصادية لتجاوز صعوبات الحياة المعاصرة.

وأرجع تقرير سابق لمنظمة الصحة العالمية عزوف شريحة كبيرة من المواطنين في بلدان عربية عن استخدام وسائل تحد من معدلات الإنجاب لأسباب

لا تزال العديد من الدول العربية تعاني مشكلات عدم وعي أفراد المجتمع بأهمية تحديد النسل ما أوصل هذه البلدان إلى مشكلات أشمل ترتبط بالتفجر الديموغرافي وما يتبعه من مشكلات الفقر والبطالة. وتبدأ أول حلول تحقيق توازن الإنجاب داخل العائلة العربية من خلال توعية الرجال بشكل خاص بأهمية مشاركتهم في تنظيم أسرهم على أساس أن حملات تحديد النسل الحالية تشمل النساء وتهمل توعية الرجال.

وتتمثل أزمة بعض الحكومات في أنها تتعامل مع السيدات باعتبارهن سبب الأزمة السكانية لذلك تقتصر التوعية عليهن دون إدراك بأن أغلبهن يتم إجبارهن سواء من الزوج أو من الأقارب، ما دفع الأصوات المهتمة بتنظيم الأسرة للمطالبة بضرورة أن يتم التركيز على تثقيف الرجال أولا، حول خطورة كثرة المواليدين على استقرار العائلة وتماسكها.

وتكفي مطالعة نسب الاستجابة لحملات التوعية الخاصة بتنظيم الأسرة في بعض البلدان للوقوف على ضعف الإنجاب تحت مبررات واهية، على غرار العزوة والسند والبحث عن المزيد من الذكور والحاجة إلى الأبناء لمساعدة العائلة اقتصاديا.

وقالت نهي، "العرب"، إن المرأة في المجتمعات الشرقية مغلوقة على أمرها في الكثير من الأحيان لأنها تخترق بين الاستجابة لتحديد النسل والالتزام بالعادات والتقاليد في إرضاء الزوج، والمشكلة أن هناك عائلات تعتبر الإنجاب دليلا على فحولة الرجال وهي ثقافة تحتاج إلى تغيير إذا كانت هناك إرادة حقيقية لوقف الانفجار السكاني.

واضطرت بلدان عربية، مثل الأردن ومصر والسعودية، إلى إشراك الرجال في تنظيم الأسرة بعدما أثبتت نتائج الاعتماد على النساء ضعف المردود الإيجابي. وأيقنت الجهات المعنية بالمف في هذه الدول أن الكثير من السيدات بلجان إلى كثرة الإنجاب تنفيذا لرغبات الأزواج، ولو عن غير قناعة شخصية منهن.

ونجحت الأردن من خلال اللجنة الوطنية للسكان في تغيير ثقافة الكثير من الرجال حول ترشيد النسل، وبعد أن كان أغلبهم يحثر قرار الإنجاب اقتنع هؤلاء بمفهوم الشراكة بين الزوجين وارتفع منسوب الوعي الخاص بالصحة الإنجابية ما انعكس بشكل إيجابي على العائلة نفسيا واجتماعيا.

وما ساعد على تحقيق نتائج ملموسة أن الحملة شاركت فيها المؤسسة الدينية، لتغيير الموروث الفكري الخاطئ عن الرجال حول ترشيد النسل والتركيز على

أميرة فكري
كاتبة مصرية

القاهرة - منذ أن أنجبت المصرية نهي فاروق طفلتها الرابعة قررت المشاركة في الندوات التي تنظمها جهات حكومية ومنظمات نسائية حول تنظيم الأسرة، للتعرف على مزايا الصحة الإنجابية والوسائل المعاصرة لمنع الحمل، وعقدت العزم على الاكتفاء بفتياتها لقناعتها بحتمة تحديد النسل.

واصطدمت نهي بإصرار زوجها الأربعيني على إنجاب المزيد من الأطفال مهما بلغ عددهم، لحين وصول الذكر الذي يحمل اسمه ويرث ممتلكاته ويحمي أخواه البنات مستقبلا من غدر الزمان والأقارب. وأمام محاولات نهي لإقناع زوجها بالاكْتفاء بربيع بنات هدهدا بالطلاق، حتى أنجبت ثلاث أخريات لتصبح أما لسبع فتيات.

تغيير قناعات الرجال حول كثرة الأبناء يتطلب إدخالهم طرفا أصيلا في التربية ورعاية الصغار ليشركوا المرأة معاناتها

ويعكس وضع عائلة نهي واقعة بعض الدول العربية التي تسعى إلى نشر ثقافة تنظيم الأسرة وتحديد النسل لظروف اجتماعية واقتصادية فيما يصعب أن تحقق نتائج إيجابية طالما أصرت على تركيز جهودها على توعية النساء دون توجيه خطاب مماثل للرجال لضبط توازن الإنجاب داخل العائلات بناء على توافق الزوجين.

ومهما اقتنعت الأم بحتمة التوقف عن الإنجاب عند عدد معين من الأبناء أو تطبيق التباعد بين فترات الحمل حفاظا على صحتها، فأغلب الرجال في المجتمعات الشرقية اعتادوا فرض قراراتهم على المرأة وتحديد الإنجاب وفق رؤيتهم وطموحاتهم الخاصة بغض النظر عما يمكن أن تتحملة الأم كتبعات لذلك.

نصائح

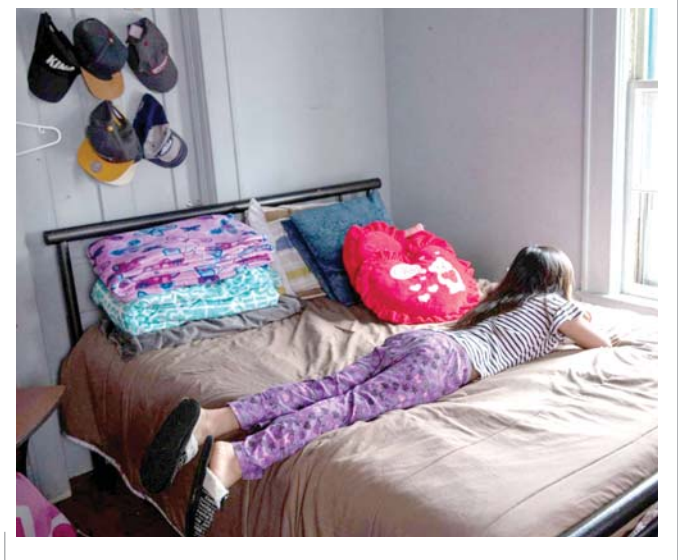
كيف تختار المرتبة المناسبة لتتمتع بنوم مريح

وعند شراء مرتبة جديدة ينبغي تجربتها من خلال الاستلقاء عليها لمدة ربع ساعة تقريبا من أجل التحقق من أن الظهر يستلقي عليها بشكل مستقيم ومريح، ويراعى أن تكون المرتبة صلبة بعض الشيء، كي لا تهبط عند الاستلقاء عليها، ما يسبب مشاكل بالظهر.

كما ينبغي أن تكون المرتبة أطول من قامته بما لا يقل عن 20 سم.

قال الدكتور برنهارد ديكرابتر، أخصائي العلاج الطبيعي وطب النفاثة الألماني، إن الإنسان يقضي نحو ثلث عمره في السرير؛ لذلك تلعب المرتبة دورا بالغ الأهمية في تمتع الظهر بالصحة والاستمتاع بنوم هانئ ومريح.

وأوضح ديكرابتر أنه ينبغي تغيير المرتبة بعد مرور 8 إلى 10 سنوات بغض النظر عن درجة صلابتها وخامتها.



حملة سعودية تستهدف كسر معايير المجتمع بشأن حاجة الرجل للدعم العاطفي

المجتمعات المحافظة فلم يتوانوا عن إبداء آراء وتعليقات ساخرة من حملة "أنا رجل وأحتاج الدعم العاطفي" معتبرين أن إظهار المشاعر الإنسانية من قبل الرجل تمس من رجولته وتنقصها وتجعله محل شفقة لأن الكثير من المحيطين به وبالتالي يفقد احترامهم.

وقالوا إن البكاء لا يفيد الرجل في شيء بل عليه أن يتحلل بالقسوة والشدة والجدية دائما حتى في أصعب المواقف التي يمر بها، كي يتمكن من اتخاذ قرارات حكيمة لأن البكاء مثلا وإظهار ضعفه سيؤدي به في نهاية المطاف إلى قرارات سيئة.

واعتبروا أن الرجل يجب أن يكون ثابتا وقويا في كل المواقف ليكون هو السند الذي يمكن لبقية أفراد العائلة الاتكال عليه في ظل الظروف والمواقف التي يمر بها.

وكانت بيانات نشرتها وزارة العمل والتنمية الاجتماعية في السعودية في العام 2017، قد بينت أن نسبة الرجال الذين لجأوا في ذلك الوقت لطلب مساعدة مراكز الإرشاد الأسري التابعة للوزارة تقدر بنحو 20 في المئة فيما البقية من النساء.

وكتشفت بيانات وردت في دراسة صادرة عن الوزارة في ذلك الحين، أن الرجال لا يقبلون المساعدة في ما يتعلق بحل مشكلاتهم الأسرية ولا يفضلون اللجوء إلى مراكز الإرشاد.

من التجربة البشرية لا تقمعهما بداخله فتخرج على شكل فعل مؤذ لك ولن حولك".

وأعرب سعوديون عن اتفاقهم التام مع رأي الطبيب السعودي، مؤكداً أن الصورة النمطية التي رسخها المجتمع في ذهن الكثير من الأشخاص هي سبب اعتقادهم الخاطي، بأن مجرد تعبيرهم عن حاجتهم للعاطفة يعتبر ضعفاً وانتقاصاً من رجولتهم.

وأكدوا أن اللوم كله يوجه إلى المجتمع الذي ينتقد دائما الرجل العاطفي والذي لا يخفي دموعه أحيانا، معتبرين أن تعبير الرجل عن عواطفه شيء طبيعي جدا وأن البكاء أو أي مظهر آخر من مظاهر الضعف مرتبط بفطرة الإنسان في المطلق بغض النظر عن جنسه.

وحذروا من أن كبت هذه المشاعر والتظاهر بانها غير موجودة قد يفرز حرمانا عاطفيا بدوره يكون سببا للعنف الأسري والمجتمعي.

وشدد من يدعمون رأي الدكتور غازي على أن مقاومة المشاعر الإنسانية فكرة خاطئة تماما وقد تؤدي بالشخص الذي يكتمها سواء كان امرأة أو رجلا إلى تبعات على صحته العقلية قد تهدد استقراره وتوازنه النفسي.

لكن هذه الآراء المتفككة تماما مع فكرة ضرورة تعبير الرجال عن عواطفهم واحتياجهم للدعم العاطفي اصطدمت بمواقف أخرى أشد تشبها بقيم

ككائن قوي وأي شكل من أشكال إظهار الضعف قد يمس من رجولته ويفقده احترام المحيطين به. وأطلق السعوديون حملة "أنا رجل وأحتاج الدعم العاطفي".

وقال الدكتور عبدالله غازي، الطبيب المتخصص في الاستشارات النفسية الزوجية والعائلية، "لنساهم في تطبيع احتياج الذكور للدعم العاطفي".

وكتب الدكتور غازي على حسابه على موقع تويتر، "أخي الرجل أنت إنسان من حقل أن تعبر عن حزنك وعن ضعفك من حقل أن تبكي أيضا هذا كله لا يقلل من رجولتك في شيء، هو جزء

الرياض - سلطت دعوة طبيب سعودي مختص في الاستشارات النفسية الأسرية الضوء على حاجة الرجال للحصول على دعم عاطفي وضرورة تجاوز كل الحواجز المجتمعية والتربوية التي رسخت الكثير من المفاهيم الخاطئة حول الصورة التي يجب أن يكون عليها الرجل وهو ما يعيق بالتالي حصوله على أي دعم عاطفي أو حتى مجرد التعبير عن رغبتة في ذلك.

وتفاعل السعوديون بشكل واسع مع دعوة الطبيب التي فتحت نقاشا تطرق إلى ضرورة كسر المفاهيم الخاطئة حول العلاقات الإنسانية والأسرية وقواعد المجتمع الذكورية التي تصور الرجل



إظهار العواطف يدعم استقرار الأسرة