قضايا اجتماعية

فن الاحتواء



الأربعاء 24 نوفمبر 2021 08:59 ص

فتحي السيد

كثيرة هي المشكلات التي تتسلل إلى حياة الأفراد وتؤثر في علاقاتهم الاجتماعية بمختلف أنواعها.

فالإنسان من الممكن أن يتعرض للكثير من المواقف التي تتحرك فيها مشاعره السلبية رغما عنه، وهنا يأتي الاحتواء ليكون واحة الأمان بين الطرفين، وهو بحد ذاته من التعبيرات الجميلة عن الحب والود والتسامح.

إن الاحتواء مهارة تترك أثرها في نفوس الجميع، إن مهارة الاحتواء ينبغي أن يمتاز بها الإنسان، ويمتلكها حتى يكون قادرا على التعامل مع الكثير من الأشخاص والقضايا التي تواجهه، فهو حينما يملك القدرة على الاحتواء يعني أنه يتمتع بالنضج والحكمة ويدرك مصاعب الحياة وظروفها.. إن مهارة الاحتواء لابد أن يمتاز بها كل شخص مسئول مثل القائد والأب، ومن يقع تحت كنفه أشخاص آخرون مسؤول عنهم، علما أن إدراك أنماط الشخصيات المختلفة وكيفية التعامل معها واحتوائها، ليس بالامر السهل على الاطلاق.

"الاحتواء" مهارة تحتوي بداخلها العديد من معاني الحب، والود، والتفهم، والتقبل، والتجاوز عن الهفوات، والتسامح، وتحتاجها أي علاقة، خصوصاً في ظل ظروف متعبة ومرهقة يعيشها الكثيرون، لذلك هي حاجة للإنقاذ وتحقيق الوفاق والسعادة.

أنواع الإحتواء :

- **الاحتواء النّفسيّ: وذلك بتقبّل انفعالات الطّرف الآخر ونفسيّته المضطربة.**
- **الاحتواء الجسديّ: بالحنوّ والطّبطبة والحبّ على الرّأس، وأيضاً الاحتضان.**

ولا ننسَى أنّ إظهار الحبّ أمام الآخرين عن أنس رضي الله عنه أنَّ رَجُلًا قال للنَّبيِّ صلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ: إنِّي أُحِبُّ فُلانًا في اللهِ، قال: فأخبَرْتَه؟ قال: لا، قال: فأخْبِرْه. فقال: تَعلَمُ أنِّي أُحِبُّكَ في اللهِ، قال: فقال له: فأحَبَّكَ الذي أحبَبْتَني له. وقال خَلَفٌ في حَديثِه: فلَقِيَه.

أمرٌ في غاية الأهمية؛ لما له من آثارٍ إيجابيّةٍ على نفسيّتهم، كما أن للشّجار والخصام أثراً سلبيّاً.

وبالتالي ينعكس ذلك على نفسيّتهم وتصرّفاتهم مع بعضهم البعض، فيحنو الأخ الكبير على الصّغير.

والاحتواء كذلك يعني التّغافل، والتّغاضي، والاعتذار، ولا نعني بثقافة الاعتذار قول كلمة "أعتذر"، بل يمكن ترجمتها بأفعالٍ تدلّ على ذلك.

ومن هنا فالاحتواء مهارة مهمّة من مهارات الذّكاء العاطفيّ.