

# ما الذي يجب على الأهل معرفته... قبل ذهاب أبنائهم إلى الجامعة؟!!

الأمين

جين بايدر

نقله إلى العربية  
د. هاني الصالح



مكتبات ونشر  
العبيكان  
Obekon  
Publishers & Booksellers

ما الذي يجب على الأهل  
معرفة قبل ذهاب  
أبنائهم إلى الجامعة

جين بايدر

المحررون: ريتشارد كريز وروني جي

العبيكان  
Obekkan  
Publishers & Booksellers

## المقدمة

لن ننسى - أنا وزوجي - عندما أخذنا ابننا إلى اسكتلندا في أسبوعه الأول في الجامعة، لقد كانت السيارة محملةً بالملابس والمسجلة والحاسب إضافةً للكتاب المقدس، كما يمكنك تصور مراهقٍ مزاجيٍ يجلس في المقعد الخلفي ويضع اللحاف على رأسه، وكان الحديث مقتضباً وكنت أعاني من الزكام الأمر الذي جعل مهارتي في قراءة لوحات الطريق أسوأ من المعتاد.

وصلنا إلى مكان إقامته المفترض - الذي لم يسبق له أن رآه - لنجد أن البناء أشبه بباخرةٍ عملاقةٍ متسخةٍ - بالرغم من فوزه بجائزةٍ في الهندسة المعمارية منذ بضع سنوات - ولكن لم يُسمح لنا بالدخول حتى بعد الظهر وذلك لأن المبنى كان ما يزال قيد التنظيف بعد أن عُقد مؤتمرٌ فيه، وهكذا كان علينا التجوال في البلدة مع ابننا المراهق الذي بقي مكفهراً، ونحن نعلم أن هذه الحالة تخفي وراءها مشاعر الخوف إلا أن ذلك لن يجدي نفعاً.

بعد منتصف النهار كنا نقف مع الآباء الآخرين في طاوورٍ خارج المبنى المتسخ، ونتيجةً لخوف ابننا بدأنا بالتحدث مع عائلةٍ أخرى تقف أمامنا وكان ذلك أفضل شيءٍ نستطيع القيام به، كان ابنهم - الذي يبدو أكثر ارتياحاً من ابننا - يطالع نفس المادة التي يطالعها ابننا وتوجهنا معهم إلى نفس الممر.

وعندما فُتحت الأبواب دخلنا كلٌّ في دوره وبعد ذلك قامت سيدهُ عضو في لجنة السكن بتحيتنا بصوتٍ عالٍ مطالباً إيانا بالرسوم وأخذت تصرخ بأعلى صوتها: «التالي» كإشارةٍ إلى أنه يجب علينا التحرك بسرعةٍ وفعلنا ذلك لنجد بعدها أن غرفته لم تكن سوى غرفةٍ صغيرةٍ في الطابق السفلي أشبه بغرفةٍ للعب الورق تم حشر سرير ومكتب وخزانة فيها.

قام ولدنا بإلقاء نظرة سريعة وقال: «هل هذا ما عملت بجدٍ من أجله؟» الأمر الذي جعلني على وشك البكاء، ولكن بدلاً من ذلك قمنا بحشر الأغراض في الغرفة قدر المستطاع أما الباقي فأعدناه إلى السيارة، وفي هذه الأثناء قام زوجي بطرق باب الغرفة المجاورة وتقديم ابننا المحرّج إلى طالبٍ لطيف في السنة الثانية.

لقد قمنا بإلقاء نظرة سريعة على غرفة الغسيل والمطابخ قبل أن يطالبنا ابننا بالمغادرة كما طلب خمسين جنيهًا تحسباً لحالات الطوارئ. لقد بكيت طوال طريق عودتنا إلى المنزل وكان زوجي - الذي يتقيد بالقوانين - منزعجاً لدرجة أنه ضغط بقوة على دواسة البنزين الأمر الذي أدى إلى مخالفتنا من قبل الشرطة، وعندما أخبرنا الشرطي أننا عائدون من إيصال ولدنا الأول إلى الجامعة تعاطف معنا وقال: «لقد فعلت ذلك أيضاً في السنة الماضية» وأضاف: «في نهاية المطاف سوف تعتادون على ذلك» وتركنا نغادر بعد أن وجه لنا توبيهاً لطيفاً.

لم أنم في تلك الليلة وأنا أتساءل ، هل سيكون ولدنا صداقات؟ هل سيغسل ملابسه الداخلية؟ هل سيستيقظ باكراً لحضور المحاضرة الأولى؟ وفي اليوم التالي اتصل بنا وكان صوته مبهتجاً ولم تكن هناك أية إشارة إلى مزاجه السيئ الذي كان لديه في اليوم السابق، طبعاً فقد أمضى ليلة رائعة إذ كوّن صداقةً مع ابن العائلة التي التقيناها على الدرج يوم أمس وقابل بعض الفتيات كما أن أحداً منهم لم يحضر محاضرة الترحيب بل توجهوا إلى المقهى بالإضافة إلى أن أحداً لم يزعجه ليتناول وجبة الفطور بل إنه تخلّص من إزعاج أمه له.

كان ولدي قد أوشك على البدء بسنته الثالثة عند كتابتي لهذا الكتاب وكانت ابنتنا الصغرى على وشك البدء بسنتها الجامعية الأولى في جامعةٍ أخرى، وبالرغم من أن ابننا يقول إن تلك الأيام كانت أجمل أيام حياته إلا أننا واجهنا الكثير من المشاكل الصعبة وعملنا على حلها سواء بأنفسنا أو بالتعاون مع الآباء الآخرين الذين تعرضوا لنفس الموقف، ولدى اطلاعك على الكتاب ستجدني دائماً



أقابل أولياء الطلاب السابقين والذين يقولون إنهم كانوا يتمنون لو كان لديهم كتاب كهذا لمساعدتهم. وفي مطلق الأحوال يوجد في الأسواق الكثير من الكتب التي توجه الطلاب بشكل مباشر وليس الأهل القابعين في المنزل.

إنني آمل أن تساعدك خبراتنا (وخبرات الأهل الذين قابلتهم) أنت وأبناءك الطلبة لجعل هذه المرحلة الرائعة في حياتهم وحياتك في أحسن أحوالها.



«هل يمكنك الالتحاق بدورة لملء طلبات الانتساب إلى الجامعة؟»

## الفصل الأول

### دليل الأهل ذوي الخبرة القليلة لدى التقدم إلى الجامعة

النبأ السار هو أنه لدى طباعة هذا الكتاب كانت الجامعات ما تزال موجودة رغم كل النقاش الدائر حول الرسوم، أما النبأ السيئ فهو أن الجامعات قد تغيرت كثيراً عما كانت عليه في أيامك ، لذلك حتى ولو سبق لك دخول الجامعة فعليك تهيئة نفسك لتغيرات كبيرة - ليست جميعها جيدة - عند ملء طلبات الانتساب.

أولاً: إن طلب الانتساب في هذه الأيام يسمى UCAS بدلاً من UCCA الذي كان سائداً في أيامنا ، ولكي تكون أباً عصرياً عليك أن تلفظها «يوكاس» بدلاً من «أكاس».

ثانياً: إن الأبوين الذكيين والجديرين بالاحترام لا يلفظان كلمة جامعة باسمها الكامل، فهي تلفظ الآن بشكل مختصر (يوني UNI) رغم أنها كانت كلمةً مبتدلةً للغاية في أيامك.

ثالثاً: بما أن ولدك ما يزال غير مؤهل بشكل كافٍ في هذه المرحلة، فستقوم أنت بملء الطلب، لذا عليك أن لا تضع الجامعات بالترتيب حسب الأفضلية والغاية من ذلك تجنيب بعض الجامعات شعورها بالازدراء كونها ليست الأولى، وعليك ببساطة أن ترتب ست جامعات بشكل عشوائي أو يمكنك وضع أقل من ست إذا لم ترغب بوضعها جميعها.

وأخيراً - وليس آخراً ولكن لا نريد إزعاجك دفعةً واحدةً - إن طلبات الانتساب القديمة والجيدة بدأت بالانقراض، إذ ربما تقوم مدرسة ابنك بتوزيعها في بداية شهر أيلول /سبتمبر/ ولكن على الأرجح أن تقوم معظم المدارس بتشجيع الطلاب للتقدم إلى الجامعة عن طريق الإنترنت، إن UCAS تشجع على ذلك بالرغم من أن معظم الطلبة سيقولون إن تقديم الطلبات من خلال الإنترنت سيستغرق وقتاً طويلاً ولا سيما إذا لم تستطع وضع المعلومات بالشكل الصحيح داخل الإطار، إن ذلك - بالنسبة لأشخاصٍ مثلنا يفضلون الشكل الورقي - أشبه بإطلاق صاروخٍ في الفضاء، حيث تقوم بالضغط على زر الإطلاق وتأمل أن يصل الصاروخ إلى هناك. على كلٍ فالطريقة المثلى هي وضع طلبك في صندوق البريد بشرط ألا يحتفظ به لساعي البريد في بيته لمدة خمس سنوات مقبلة.

### نصيحة

يمكن لولدك أن يتدرّب خلال العطل وفي فصل الصيف السابق لبدء الجامعة على ملء عينةٍ من طلبات الانتساب بحيث يعلم ما ينتظره لاحقاً. ادخل إلى الموقع التالي [www.ucas.ac.uk/getting/apply05/sample05.pdf](http://www.ucas.ac.uk/getting/apply05/sample05.pdf) وإذا لم يكن لديك برنامج acrobat فيمكنك تحميله من [www.adobe.com](http://www.adobe.com).

### تقليص الاختيارات إلى ستة

إن هذا أمرٌ سهلٌ ولكن الأمر الصعب يكمن في انتقاء ست جامعات من بين ثلاثمئة جامعةٍ وكليةٍ في المملكة المتحدة، في أيامنا لم يكن عليك زيارة الجامعة إلا في موعد إجراء المقابلة أما الآن فإن أي أبٍ مثابرٍ سيقوم بمرافقة ابنه الذي سيصبح طالباً في المستقبل أو سيرسله في جولةٍ اطلاعيةٍ إلى الجامعات خلال الأيام المفتوحة وذلك للتأكد من أنه أحب المكان، إن ذلك مقبولٌ من الناحية النظرية وإلا كيف يمكنك أن تعرف أن جامعة يورك تشبه عملياً مستشفى حكومياً NHS إذا لم تذهب إلى هناك بنفسك؟

ومن ناحيةٍ أخرى شكراً لنظام A-level الجديد الذي يأخذ بعين الاعتبار أن ولدك لا يمتلك الوقت الكافي لزيارة السكن الجامعي أو حتى الجامعة كما أنه لا يمتلك الوقت الكافي للتمتع بالأيام المفتوحة، وبما أنك ستقدم الطلب في شهر أيلول /سبتمبر/ من سنة القبول السابقة فسيكون من الأفضل الذهاب إلى الأيام المفتوحة التي تقام في الصيف السابق أي قبل أربعة عشر شهراً من الالتحاق بالجامعة، ويتم ذلك من خلال اختبارات مستويات القبول التي تلائم الجامعات الست والتي تعمل بشكلٍ مركز على المقررات الدراسية، ونصيحتنا هي أن تقوم بزيارة الجامعة بأسرع وقتٍ ممكن بعد اختبارات GCSCs حيث يتوفر لديك الوقت للقيام بذلك قبل البدء بالأعمال الكثيرة التي تنتظرك.

### المقررات الموقَّعة؟

ستعلمك المدارس أن المقرر شيءٌ كثير الأهمية ويجب أن يؤخذ بعين الاعتبار أما الطلاب فسيخبرونك أن الموقع هو الأكثر أهميةً ونصيحتنا لك هي أن تبدأ بالمقرر (إذ يوجد نحو خمسين ألفاً من المقررات لتختار منها) لتقلل الاحتمالات للمواقع التي عليك زيارتها.

### ولكن أي مقرر؟

إذا لم يكن لدى ابنك أية رغبةٍ ملحة لدراسة الرياضيات أو علم الأحياء البحرية أو دراسة اللغة الصينية أو لم يكن لديه اختيارٌ محددٍ لمادةٍ ما فستجد المتعة أمامك لكن الأمر يبدو صعباً في حال أراد ولدك دراسة شيءٍ محدد وأخفق في النجاح في اختبارات A levels اللازمة لذلك ، لذا من الأفضل أن تبدأ بما يستطيع ابنك القيام به.

ادخل إلى الموقع UCAS وابحث عن Course Search ثم انتقل إلى Student Courses ثم إلى Courses Search. إن ذلك سيقدم لك متطلبات القبول في الجامعة وأحياناً ملحة عن الدخول تتضمن معلومات مفصلة عن المقرر

ومعايير الانتقاء، وبعدها استخدم التعليمات للحصول على نشرة معلومات إما عن طريق الإنترنت أو عن طريق تلك الوسيلة القديمة المسماة بالهاتف. إن استخدام نشرة المعلومات سيكون أكثر فائدة ومتعة من مجرد الحصول على المعلومات عن طريق الإنترنت كما أنه أمرٌ مريحٌ جداً أن تكون قادراً على الاستلقاء على الأرض ومعك كتيب جميل بصورٍ ملائمة بدلاً من إجهاد عينيك بالنظر إلى الشاشة.

إن الأهل الجادين يقومون بشراء كتبٍ مثل (دليل أفضل الجامعات) Times Best University Guide الذي يصنف الجامعات بحسب تميزها في المواد، وهذا شبيه إلى حدٍ ما بجداول الكلية من حيث إفادتها ولكن من الأفضل إيجاد مقررٍ أو جامعةٍ لولدك بدلاً من اختيارك لجامعةٍ تتباهى بأنها تحتل موقعاً متقدماً في الدراسات الشرقية، ويمكنك أيضاً مراجعة دليل الأنشطة في الجامعة أو المكتب المحلي للاتحاد - ستقوم الهيئة التربوية بإعطائك رقم الهاتف - إن المكتب المحلي للاتحاد هو هيئةٌ حكومية تقوم بتقديم النصيحة وهو مصطلح جديد لمكتب الأنشطة الذي كان سائداً في أيامنا.

### نصيحة

إنني كشخص ذي خبرةٍ أدعوك للذهاب إلى ما يعرف بـ (الاتفاقية التربوية) الموضوعية من قبل UCAS في جميع أرجاء المملكة وفي أوقات ومواقع مختلفة. ويعد هذا نوعاً من العدل الجامعي حيث تستطيع مختلف الجامعات الترويج لنفسها كما يمكنك طرح الأسئلة المناسبة عليها. إن التفاصيل موجودة على موقع [www.ucas.ac.uk/getting/events/index.html](http://www.ucas.ac.uk/getting/events/index.html).

### سنذهب جميعاً إلى يوم مفتوح

قبل أن يتخذ ولدك قراره بأن الهندسة في (لانكستر) هي هدف دراسته المنشود فإنه من الضروري الذهاب إلى يومٍ مفتوحٍ أو زيارة المكان أولاً، إن الأيام

المفتوحة مفيدة لأن الكادر التدريسي غالباً ما يكون هناك ليجيب على الأسئلة، وإذا لم يفعلوا ذلك عليك أن تعلم أنها ليست الجامعة المناسبة. و توضع مواعيد الأيام المفتوحة عادةً تحت اسم كل جامعةٍ على موقع UCAS.

إذا لم تستطع الذهاب إلى يومٍ مفتوح فعليك الذهاب خلال الفصل الدراسي لا في العطل وذلك لتشعر بلذة المكان، لقد قمنا بزيارة وورويك في الصيف وكان معظم الطلاب المحترمين في نزهةٍ إلى الأمازون وبالتالي بدا المكان أشبه بمدينة أشباح لذلك لم تكن ابنتنا سعيدة.

عليك أن تجهز نفسك للإنفاق على الوقود وأخذ إجازةٍ من العمل لتجوب البلاد بغية البحث عن الجامعة المنشودة، فالعديد من الجامعات تنظم رحلاتٍ خاصةٍ كما أن العديد من الطلاب يذهبون مع أصدقائهم وهذا أمرٌ جيد إلا أنه من المفيد أحياناً أن يكون برفقتهم إنسانٌ راشدٌ وواعٍ (ولا سيما إذا قام ذلك الشخص باصطحابهم إلى أحد المقاهي لأخذ قسطٍ من الراحة).

حاول تشجيع ابنك المراهق على عدم الاعتداد بالنفس، فربما لا يريد الالتحاق بالجامعة لأنها لا تقع في وسط البلدة، ولكن الجامعات متنوعة وعديدة ويجب عليه رؤية أكثر من واحدة ليتخذ قراره.

## الفصل الثاني

### ملء الطلبات

تحذير: إن هذه الخطوة قد تلحق بابنك الأذى بشكلٍ جدي.

في حال قدم ابنك طلبه إلى جامعة أكسفورد أو كامبردج فسيبدأ بالشكوى والتذمر خلال الصيف، وإذا لم يفعل فآخر موعد لتقديم الطلبات هو أوائل شهر كانون الثاني /يناير/ مع العلم أن المناسب أكثر هو تقديم الطلب في أوائل شهر تشرين الأول /أكتوبر/ حيث تبدأ الجامعات بتقليص عدد الطلبات في ذلك الوقت، وإذا رغبت ولدك في التأجيل لمدة سنة فما يزال باستطاعته التقدم الآن ولكن عليه وضع تاريخ مختلف للدخول (وهذا ما يُعرف بمدخل التأجيل).

إن العديد من الجامعات لا تقوم الآن بالاتصال بالطلبة - باستثناء مواد معينة مثل الطب - حيث تركز هذه الجامعات في اختيارها لطلبتها على طلبات الانتساب ومن هنا تأتي أهمية هذا الشيء التافه.

تعدّ السيرة الذاتية أحد أهم الأجزاء الموجودة في الطلب، وكثيراً ما أقلق هذا الجزء نوم الأهل وجعلهم عرضةً للهواجس والشكوك، فهي تمنح ولدك فرصةً ليقول لماذا يريد دراسة الإلكترونيات المتطورة مع الدراسات الشرقية وماذا بإمكانه أن يقدم للجامعة مقابل ذلك، وعليه أيضاً قول ما الذي فعله خلال حياته مما يجعله مرشحاً قوياً.

إذا كنت تقرأ هذا الكتاب قبل بضعة أشهرٍ من تقديم الطلبات فعليك أن ترحب الله وعليك التفكير بعملٍ فذٍ يجعل من السيرة الذاتية لولدك متميزة عن غيرها من السير الموجودة في الطلبات الكثيرة، كما أنه من الأفضل ذكر الأعمال التي يقوم بها ولدك أثناء العطل إذا كان ذلك سيظهره نشيطاً ومبادراً أثناء الصيف السابق.



إن الحقيقة المعروفة جيداً والتي لا تناقش هي أن الآباء هم من يكتبون السير الذاتية لأبنائهم لذا عليك توخي الحذر وألا تدفع كثيراً، لقد شجعت إحدى الأمهات ولدها على القول بأنه قابل محاربين قدماء خاضوا الحرب العالمية الأولى والذين التحقوا بهذه الجامعة في الثلاثينات من عمرهم، ولدى إجراء المقابلة مع الطالب في جامعة أكسفورد أشار مدرس التاريخ إلى أنه وفقاً لهذه التواريخ الموجودة أمامه لا بد أن يكون عمر هؤلاء المحاربين قد ناهز المئة وخمسة أعوام.

### نصيحة

لاتدع ولديك يملئ طلب الانتساب قبل الدخول إلى موقع [www.ucas.ac/uk/getting/apply05](http://www.ucas.ac/uk/getting/apply05) فسيقدم له نصائح مفيدة حول كيفية ملء الطلب ونصائح تتعلق بالسير الذاتية، فمثلاً سيقترح عليك أن تقول ما الذي يثير اهتمام ابنك في المادة المختارة ويطلب إعطاء تفاصيل عما قرأه حول المادة والخطط العملية التي أعدها حولها عند إنهائه للمقرر وأي عمل أو خبرة أو عمل طوعي قام به ولا سيما إذا كان متعلقاً بالمادة. ولذلك انتقل بسرعة إلى الموقع Gold Duke of Edinburgh ويتضمن هذا الموقع نموذج Micro soft Word الخاص بالسير الذاتية، وهكذا لا بدّ - من الناحية النظرية - أن تكون قادراً على طباعته في المكان المناسب، ومع ذلك كله استغرق الأمر مع أحد معارفي أكثر من ساعتين لاستخدام النماذج رغم مساعدة المدير له. كما عليك أن لا تشجع ولديك على كتابة «لقد رغبت بدراسة التاريخ مذ كنت في الخامسة من عمري» لأن الجامعات معتادة على تلك العبارات، بل عليك التفكير بطريقة تجعل من شغف ابنك بالتاريخ أمراً واضحاً وجلياً فمثلاً يمكنك كتابة «أريد أن أعرف كيف كان الناس يفكرون في القرن الثاني عشر وما كانت معتقداتهم».

عليك أن تكون صادقاً لأن من المحتمل استبعاد الطلب إذا كان يتضمن الأكاذيب.

اصغِ إلى نصائح المدرسة إذ تطلّع معظم المدارس على السيرة الذاتية ولذلك تشكلت لديها خبرة تعود لعدة سنوات، الأمر الذي يجعلها قادرةً على التمييز بين ما يجدي نفعاً وما لا ينفع.

إذا لم تكن مقتنعاً بما ورد أعلاه فبإمكانك التكلّم مع صديقٍ لديه ابنٌ في كليةٍ مختلفة لأنه قد تتوفر لديهم منشورات أكثر إفادة من غيرها حول ما الذي عليك ذكره أو عدم ذكره في الطلب.

عليك أن تذكر شيئاً مؤثراً في السيرة الذاتية لأنه ليس من الضروري أن يكون ما تقوله أكاديمياً، فمثلاً كتبت ابنتنا أنها قادرة على الوقوف على قدميها والمشاركة في المناقشات المثيرة لأن لديها أماً أكبر منها. وأنا أصادق على هذا الكلام.

دع ابنك يكتب سيرته الذاتية بكلماتٍ منتقاةٍ تلائم المعايير المطلوبة من الجامعات، فإذا كان ابنك يريد دراسة التاريخ في يورك والفلسفة في مانشستر فيجب أن تكون سيرته الذاتية ملائمة لكلتيهما.

تأكد أن درجات ابنك في GCSE مرتفعةً لأن بعض المقررات تتطلب حداً أدنى من الدرجات في مواد معينة.

وإليك هذه النقطة المهمة التي ربما لا تعرفها (لا يستطيع ابنك مهما كان موهوباً أن يتقدم إلى أكسفورد وكامبردج في آن واحد).

والنقطة الأخرى أن طلبات UCAS مكلفة، فلدى كتابتي لهذا الكتاب كانت تكلفة الطلب خمسة عشر جنيهاً استرلينياً إلا أن الحكومة ربما يكون لديها أفكارٌ أخرى....

احتفظ بنسخةٍ أو أكثر لرقم UCAS الخاص بابنك.

من الضروري أن تنقل الرقم حرفياً في رسائلك المستقبلية مع الجامعات وأن تطلّع على آخر المستجدات لتلك الجامعات عن طريق الإنترنت لتعرف ما إذا كانت الجامعة قد قدّمت عروضها.

### كتب جيدة لمساعدتك في إيجاد الجامعة / أو المقرر المناسب

لقد وضعنا قائمة بالكتب والمصادر المفيدة على موقعنا في الشبكة وذلك لمساعدتك، ستجد القائمة على الموقع [www.white.ladderpress.com](http://www.white.ladderpress.com) بالإضافة إلى المعلومات المتوفرة في هذا الكتاب، إن إدراجها على شبكة الإنترنت يعني إبقاء هذه المعلومات قيد التحديث والتجديد. من فضلك دعنا نعلم ما إذا كنت تعتقد أن من الأفضل إضافة شيء إلى الكتاب أو تعديل شيء فيه.

## الفصل الثالث

### متى ستعرف إن كان لديهم مكانٌ لابنك

كلما أسرع في تقديم طلب الانتساب للجامعة كلما أتتكَ العروض بشكلٍ أسرع. فالجامعات لا تنتظر انتهاء موعد تقديم الطلبات لتباشر عملها ولذلك يمكن لابنك الحصول على العرض الجامعي في أواخر شهر تشرين الأول /أكتوبر/ أو أوائل شهر تشرين الثاني/نوفمبر/. أما بالنسبة لجامعتي كامبردج و أكسفورد فستتصلان بابنك لإجراء المقابلة في أواخر شهر تشرين الثاني /نوفمبر/ وأوائل شهر كانون الأول /ديسمبر/ وستعلمكم بالنتائج بحلول عيد الميلاد (وهذا ما كان ينقصكم).

تقوم الجامعات عادةً بإرسال رسالةٍ تبين فيها عرضها ويلى ذلك تبليغ رسمي من UCAS بأن ابنك حصل على مكانٍ في الجامعة، ويمكن لابنك التأكد من ذلك عن طريق الإنترنت - فهو أسرع من البريد - من أن الجامعة قبلته أم لا .

عندما يحصل ابنك على العرض لا تحاول إقناعه بفعل أي شيء بل عليك الانتظار حتى تحصل على أجوبة الجامعات الست وعندها ستقوم UCAS بإرسال رسالة حاسمة تحدد فيها موعداً نهائياً لانتقاء الجامعتين النهائيتين. (إن المواعيد تختلف من سنةٍ إلى أخرى ولكن غالباً ما تكون في شهر نيسان /إبريل/).

هذا ما يُعرف بالخيار الأساسي والبديل ولكن شرط أن يحصل ابنك على عرضين، أما إذا لم يحصل على أيٍ منهما فسيكون عليه الاتصال بـ UCAS لطلب تفاصيل من برنامج UCAS Extra الأمر الذي سيسمح له بتقديم طلب للحصول على مقررٍ آخر في أواسط شهر آذار /مارس/ ونهاية شهر حزيران /يونيو/، وإذا لم ينجح بذلك يمكنه الانتقال إلى مرحلة التصفية التي تقام في شهر أيلول /سبتمبر/. (انظر إلى قسم التصفية الذي سيرد لاحقاً).

وقبل أن يثبّت ابنك اسمه على الخط المنقط عليه أن يعرف أنّ الخيار الأساسي يعني قبوله لهذا الخيار في حال حصوله على الدرجات المطلوبة من قبل الجامعة، أما الجامعة البديلة فهي تلك الجامعة التي تطلب درجات أقل والتي سيقبلها ابنك عندما لا يكون قد أبلى بلاءً حسناً في الخيار الأول (الأساسي).

### رواية شخصية

كان على ابنتنا الحصول على درجة ثلاثة Cs كي تكون جامعة تاوتمبتون خيارها الأول كما أنها أصرت على اختيار جامعة يورك كجامعة بديلة على الرغم من أن عرضها كان ثلاثة Bs، كانت واثقة من حصولها على ثلاثة Cs إلا أنها فضّلت يورك على كل الجامعات البديلة، وفي النهاية حصلت على ثلاثة Cs ولكنها أصرت على جامعة يورك لذلك أعادت اختبار A-level وكانت درجاتها جيدة بحيث أهلتها لدخول جامعة يورك.

(والدة طالبة في السنة الأولى)

### نصيحة

لا تشجع أولادك على التأكد من قبولهم أو رفضهم من خلال الإنترنت ليلاً، لأنّ الأبناء السيئة يسهل التغلّب عليها في الصباح عندما يكون كلاهما أقلّ تعباً.

( والد طالب في السنة الأولى في بورنماوث )

هل ما زلت تشعر بالارتباك ؟ اتصل باستعلامات UCAS على الرقم  
08701122211.

### ماذا يحصل بعد تحديد الخيار النهائي

لا تعتقد أن مهمتك انتهت عندما يياشر ابنك اختبارات A-level ويحاول الحصول على الدرجات المطلوبة، فبالإضافة للالتزام بالعمل وتحمل أعباء المنزل والأسرة عليك الانتباه إلى الأمور التالية:

## طلب السكن

قد يبدو سابقاً لأوانه إلا أن الجامعات تحب تنظيم أمورها مسبقاً حيث لا يتوفر دائماً ما يكفي من غرف النوم الخاصة، وبالرغم من أن المراهق قد يحبذ فكرة تشارك غرفة النوم مع شخص غريب إلا أن ذلك قد يؤثر على دراسته.

احتفظ بطلب السكن الذي يصل عادةً مع أوراق العرض المرسله من الجامعة لحين حصول ابنك على المكان، وهناك بعض الجامعات التي لا تقوم بإرسال طلب السكن مع أوراق العرض بل تنتظر قيام ابنك باختيارها كجامعة أساسية أو بديلة. من الضروري أن تملأ طلب السكن قبل انتهاء الموعد المحدد وإلا قد لا يحصل ابنك على غرفة، لم تحصل ابنتي على هذا الطلب أبداً من إحدى الجامعات التي لن آتي على ذكرها ولذلك كان علينا طلب المساعدة للحصول على غرفة، ولكن لم نحتج لذلك كون الجامعة المعنية كانت جامعتها البديلة، إلا أننا أمضينا وقتاً عصيباً.

تقوم بعض الجامعات بتأمين غرف فاخرة لأولئك الذين يضعونها اختياراً أولاً وهذا تكتيك ذكي منهم، أما لو قام ابنك بوضعها كاختيار بديل فلن تكون الجامعة متحمسة لتحقيق ذلك. وتستفسر الجامعات فيما إذا كان الطالب مهتماً لتشارك الغرفة مع غيره - هذا لا يعني أن بإمكانه طلب فتاة ملائمة لتكون زميلته في السكن - ويجب عليك إرسال الطلب بالفاكس إضافةً لإرساله بالبريد. إن الزحام على الغرف يجعل من اليوم الأول يوماً حضارياً.

ربما لا يكون باستطاعتك اختيار السكن ولكن إذا استطعت ذلك فعليك طرح الأسئلة التالية:

- كم يبعد السكن عن الجامعة؟
- هل عليه إعداد الطعام بنفسه أم أن السكن يقدم له الوجبات المعلبة؟
- والاحتمال الثاني سهل ومفيد إذا كان ابنك ذو المرحلة A يعرف استخدام فتّاحة العلب.

● هل الطلاب الساكنون في البناء من جنسٍ واحدٍ أم من جنسين مختلفين؟  
وهل يريد الطالب أن يصبح راهباً؟

إذا كان ابنك لا يرغب بالذهاب إلى السكن الجامعي فعليك أن تدعه يفكر مرةً أخرى، لأن بدء الحياة الطلابية في غرفة خارج السكن الجامعي حتى ولو كانت ضمن منزل طلابي مليء بالطلبة قد يكون صعباً وموحشاً في حال عدم انسجام ولدك مع زملائه في الشقة، أما في السكن الجامعي فسيكون بمقدوره مقابلة زملاء كثر ومتنوعين حيث يستطيع انتقاء الأصدقاء كما توجد أمور كثيرة للتسلية بالإضافة للوجبات الغذائية المقدمة.

### الطلب الخاص بالمنحة المالية

عليك أن تلتقط أنفاسك لأن الأمر هنا معقدٌ للغاية، فبالرغم من عدم معرفتك للمكان الذي سيذهب إليه ابنك في هذه المرحلة إلا أن عليك الحصول على طلب المنحة المالية.

يمكنك الحصول على أحد هذه الطلبات عن طريق الإنترنت عبر الموقع [www.studentfinancedirect.co.uk](http://www.studentfinancedirect.co.uk) أو عن طريق الاتصال بالهيئة التربوية المحلية، ويُعدُّ هذا الطلب معقداً للغاية لدرجة أنك قد تحتاج لشخصٍ خبيرٍ ليملأه لك، وربما يكون هذا الطلب قد صُمم لشي الناس عن التقدم وذلك لتخفيف الأعباء الإدارية بالدرجة الأولى، وهو أشبه بكشف ضرائب حيث عليك ذكر دخلك فيه إضافةً إلى أمور أخرى وذلك لتحديد مقدار المساعدة المالية التي ستقدم لابنك. إذا كنت في شكٍ من أمرك - وصدقني هذا ما سيحصل - اتصل بالهيئة التربوية المحلية واطلب شخصاً يستطيع توضيح الأمور لك.

في مطلق الأحوال عليك ملء هذا الطلب حتى ولو كرهت أن تبدو كشخصٍ فقير يسعى للحصول على منحةٍ لسد نفقات السكن والتعليم. أما بالنسبة للأباء (المحظوظين) الذين لا يحتاجون هذه المنحة إطلاقاً فهم غالباً ما يقبلونها لأنها بدون فوائد فيستثمرونها فيما بعد ليستفيدوا منها.

لقد تم وضع هذا الفصل من أجل لفت انتباهك إلى هذا الطلب البغيض ليس إلا. أما التفاصيل التي تدور حول (كم أنت مؤهل لذلك، وكم ستكلفك هذه المرحلة من مال سيدفع نقداً) ستجدها في الفصل الثامن إلا أن عليك تناول مشروب منشط قبل قراءة هذا الفصل.

### ملخص عن الجدول الزمني

يجب على طلاب السنة الأولى في المستوى A-levels زيارة ما استطاعوا من جامعات وعليهم مراجعة موقع UCAS على الإنترنت من أجل الحصول على تفاصيل عن الأيام المفتوحة. اجعلوا أبناءكم يقومون بأشياء قيمة قدر المستطاع من أجل ذكرها في السيرة الذاتية.

أما بالنسبة لطلاب السنة الثانية في المستوى A-levels فعليهم ملء الطلب الخاص بـ UCAS بأسرع وقت ممكن، إن الموعد النهائي هو شهر كانون الثاني/يناير/ (الموعد الحالي سيتغير) أو شهر تشرين الأول/أكتوبر/ بالنسبة لكليات الطب وجامعتي أكسفورد وكامبردج، إلا أن الجامعات تبدأ بالانتقاء بدءاً من شهر تشرين الأول/أكتوبر/ وبحلول آذار/مارس/ نيسان/إبريل/ من السنة الثانية للمستوى A-levels يجب على الطلاب معرفة أي الجامعات قبلتهم أو رفضتهم، وبمعنى آخر يكون عليهم الالتزام بشكل أساسي مع إحدى الجامعات واختيار جامعة أخرى كبديل. اتصل أيضاً بهيئتك التربوية المحلية من أجل الحصول على طلب المنحة المالية واملأ طلب السكن.



## الفصل الرابع

### إذن لم تكن النتائج مرضية

إن العرض الذي يتلقاه ولدك يعتمد على درجات معينة، وربما يكون قد أنهى المستوى A دون أن يخرج كثيراً خارج المنزل، الأمر الذي يجعله يحتفل بنهاية امتحاناته بطريقةٍ عصريةٍ ويمكنك ملاحظة ذلك من خلال سجادة غرفة نومه، وكان قد أمضى الصيف في إضاعة الوقت أو في العمل أو في إثارة غضبك. إن كل ما تستطيع عمله في هذه المرحلة هو انتظار نتائج المستوى A التي ستحدد الجامعة التي يمكنه الانتساب إليها. ألم يكن الأمر أكثر سهولة عندما كان أصغر؟ لا يوجد شيء يؤدي إلى توترك أكثر من انتظار فتح ولدك للمغلف الذي يخبره بدرجات المستوى A. (ربما تنتظر نتائج هذا الاختبار منذ ثمانية عشر عاماً).

إذا تلقى ولدك عرضاً مشروطاً وكانت نتائجه منسجمة مع هذا العرض فسيكون قد ضمن مكاناً له في الجامعة ولن يكون عليك القيام بشيء أكثر من الصراخ والاحتفال بهذه المناسبة إلى أن تقوم UCAS بإرسال رسالة (AS12) وهنا عليك إيقاظه من نشوة الفرح ليقوم بإرسال الجواب مرفقاً مع الرسالة في غضون أربعة عشر يوماً.

تلك كانت الأنباء السارة أما إذا لم تكن درجاته متوافقة مع العرض فعليك ضبط النفس وعدم القيام بتوبيخه، حاول أن تكون إيجابياً فهو بحاجة إليك في هذه المرحلة وابدأ التفكير في عملٍ إيجابي بدلاً من التهور والاندفاع.

أول خطوة عليك القيام بها هي الاتصال بقسم القبول في الجامعة المعنية. ومن الضروري أن تعيد ولدك من أي مكانٍ يضيّع وقته فيه لأن العديد من الجامعات ترفض التكلم إلا مع الطالب نفسه.

لقد قال الناطق الرسمي باسم الهيئة الحكومية المسؤولة عن التعليم العالي (إيمهاير) أن بعض الجامعات ستقبل طلاباً حتى ولو كانت درجاتهم في المستوى A أدنى من العرض، وذلك يعتمد على المقرر ودرجات الطلاب الآخرين. تكلم مع مرشد القبول واحصل على رقم ترشيحك من UCAS بحيث يكون هذا الرقم سهل التداول في كل المناقشات، وإذا لم تكن الدراسات العامة جزءاً من العرض الأصلي يمكنك ذكر ذلك في حال أبلت بلاءً حسناً في الاختبار. ومن الجدير بالذكر أن العديد من الجامعات قد أنفقت الكثير من الوقت عليك قبل إنجاز العروض النهائية والبديلة ومن المرجح أن تفضلك على طالبٍ غريبٍ قادمٍ من نظام التصفية.

قد يتطلب الأمر بعض التوسل والرجاء ولكن تجنب تقديم الرشاوى حتى لو كنت تملك منزلاً في فلوريدا وترغب بإعارته إلى الكادر الجامعي لقاء خدمة صغيرة.

عليك ألا تفقد الأمل في حال فشل هذا ويجدر بك تذكير ولدك المراهق بذلك بينما يتقلب على الأرض بطريقة هستيرية تذكرك بطفولتك فقد تكون درجاته جيدة بشكل يؤهله لدخول الجامعة الثانية، وفي حال إصراره على الجامعة الأولى عليك بضبط النفس وعدم تذكيره بأنه فوت على نفسه الفرصة لأنه لم يدرس جيداً خلال الامتحان وبدلاً من هذا اقترح عليه - بطريقة لطيفة - المزيد من الجامعات البديلة وحاول إبراز المزايا التي تجعلها أكثر جاذبية من الجامعات الأخرى (بعدها عن المنزل - والنسبة المرغوبة من الجنس الذي يرغب ولدك بوجوده).

وإذا لم تكن درجاته جيدة بشكل يؤهله للخيار الأول أو للثاني فلا تتعجل في إرساله إلى أي مكان حيث ستقوم UCAS فور صدور النتائج بإرسال طلب دخول التصفية والذي يُعرف بـ CEF مرفقاً بتعليمات عن عملية التصفية. والمقصود بالتصفية هو إيجاد مكانٍ شاغرٍ في المقرر المرغوب به من قبل ابنك أو ابنتك.

لن يكون عليك انتظار الطلب إذ يمكنك دخول الموقع [www.aimhigher.ac.uk](http://www.aimhigher.ac.uk) والبحث عن Clearing، ذلك سيساعدك على دخول موقع UCAS الذي سيعرض قائمة بالشواغر المتوفرة للمقرر وكذلك تقوم بعض الصحف مثل إندبيندنت و الميرور بعرض قائمة بالشواغر الجامعية المتوفرة، ويمكنك أيضاً الاتصال بالخط المباشر للطلبة على الرقم 0800100800 والذي يكون مجانياً أثناء التصفية.

حاول ألا تكون مرتبكاً وإلا سيتأثر ولدك بذلك (فهو طفلٌ في هذه المرحلة أكثر من كونه راشداً) وحاول مساعدته في إيجاد المقرر الذي يرغب به ومهد له بأنها قد تكون فرصة ليعيد التفكير في مواد كان قد صرف النظر عنها سابقاً ولكنها قد تكون أكثر جاذبيةً وممتعة.

بعد إيجاد المقرر المطلوب تأكد من حصول ابنك أو ابنتك على الدرجات المطلوبة، وهنا يبدو الأمر - في هذه المرحلة - أشبه بلعبة المزرعة (مونوبولي) board game فالقواعد متشابهة في كلتا الحالتين حيث عليك أن تجتاز العدد الصحيح من المربعات لكي تفوز باللعبة، وبعدها اتصل بالجامعة التي عثرت عليها لتعرف إن كان فيها أماكن شاغرة.

وتلقت (إيمهاير) انتباهك إلى قدرتك على الاتصال بقدر ما تشاء بالجامعات لكنك لا تستطيع إرسال رقم جواز سفرك للتصفية إلا إلى جامعة واحدة في كل مرة، لذلك تأكد عند انتقالك إلى التصفية من أنك اخترت مقررًا في مكان يكون ابنك مهياً للعيش فيه ثلاث سنواتٍ على الأقل (وأكثر من هذه المدة في حال أعاد ولدك السنة ولكن دعنا لا نناقش ذلك الآن).

### تنبيه

إن طلاب المستوى A الذين قدّموا طلباتهم لدراسة الطب ولم ينالوا الدرجات المطلوبة لذلك، لا يستطيعون عادةً إعادة الاختبار ليقوموا بدراسة الطب مرةً أخرى. على كل هذا أمر يعود للجامعة ولا ضير في إجراء مكالمة هاتفية.

### نصيحة

إذا أضعت - أو بالأحرى أضاع ولدك المشوش الذهن - طلب دخول التصفية الأساسي اتصل باستعلامات UCAS على الرقم 08701122211 واعطهم رقم طلبك ليقوموا بإصدار طلب آخر لك، ومن الجدير بالذكر أنه لا يُسمح لك إلا بطلب دخول تصفيةٍ واحد فقط فإذا عثرت على الطلب المفقود عليك إتلافه.

إن بإمكانك أو بإمكان ولدك تثبيت مكانه الجامعي حتى في يوم الامتحان وذلك بالدخول إلى موقع UCAS وإدخال الرقم الشخصي.

من الأفضل والأيسر أن تتصل في هذه الأثناء على الخط المباشر للطلبة على الرقم 080810080000.

### تغييرات على النظام؟

كان هناك دهشة كبيرة في خريف العام 2004م عندما أعلنت التاييمز أنه سيتم إلغاء التصفية والأماكن المحتملة في الجامعة وسيكون بإمكان الطلبة التقدم للحصول على أماكنهم الجامعية بعد معرفة النتائج مباشرة. إن روعة هذه الفكرة تكمن في إلغائها للتقلبات المزاجية المريعة التي تعقب المستوى A والتي سببها الخوف من المستقبل الغامض.

لقد اكتشفنا أن لا أحد لديه علم بالموعد المحدد لحدوث هذا كما أن الحكومة في الوقت ذاته تدعم الفكرة (التي اتخذت اسماً نوعياً هو طلبات الانتساب للجامعة بعد الحصول على التأهيل أو PQA). إذا كان ما يزال لديك أولاد في المدرسة فربما تكون أمورهم أيسر قليلاً في المستقبل، وهذا يعني من الناحية العملية إجراء اختبارات المستوى A في وقت مبكر أو أن طلاب السنة الأولى سيبدؤون الفصل الدراسي في وقت متأخر وهنا ستشعر بالغبن.

## الدخول في اللحظة الأخيرة؟

ماذا لو أمضى ابنك الفترة التي تسبق دخوله للجامعة وهو يقسم أنه لن يذهب إلى هذه الجامعة والآن يقرر ذلك بشكل فعلي، هنا لا بد من تأنيبه. يمكنك حثه على استخدام الحاسوب للحصول على طلب انتساب من UCAS من الموقع الخاص بها - ادخل إلى UCAS Application Requests أو يمكنك الذهاب إلى مكتب الأنشطة المحلي، املأ كل أقسام الطلب باستثناء القسم الثالث وبعدها أعد الطلب إلى UCAS مع الرسوم، فالطلب سيستغرق حوالي أسبوعين لدراسته وبعدها سترسل UCAS طلب دخول التصفية إليك.

وسواء كان هناك فرصة أم لا فسيبقى عدد لا بأس به من الطلاب يتخبط في تلك المتاهة منتظرين بعض الأماكن الشاغرة في التصفية.

### نصيحة

تقول إيمهاير «تذكّر أن الجامعات وجدت لمساعدتك، وعندما تعلن عن مقرراتها في التصفية فإنها تفعل ذلك لملء أماكنها الشاغرة»، ولذلك قم بإجراء مقارنة بين المقررات المطروحة ولا تخف من القبول بمقرر لم تكن لتدرسه لولا ذلك.

### متى يفوت الأوان؟

ستقوم UCAS بدراسة طلبات الانتساب التي تستلمها حتى منتصف شهر أيلول /سبتمبر/ ولن يكون قد فات الأوان بعد إلا أنه ضيق للغاية، لذلك عليك الاتصال بالجامعات أو الكليات بشكل مباشر.



«لا أدري لماذا يسمونها تصفية. فلو سألتني لما كان الأمر مبهماً هكذا.....»

## الفصل الخامس

### ماذا سيحصل إذا غيروا رأيهم بشأن المقرر؟ والمصاعب الأخرى

إذا غير ابنك المتردد رأيه بشأن المقرر فعليه أن يكتب للجامعة المعنية حول ذلك شرط ألا يغيّر رأيه في الجامعة أيضاً، وإذا غير رأيه في الجامعة أيضاً فلن تكون UCAS قادرةً على تغيير الجامعات بعد قبول الطلبات إلا إذا كانت هناك أسباب موجبة لذلك، مثل تغيّر في ظروف العائلة أو أي مشاكل شخصية أخرى. وفي حال حصول هذا عليك الطلب من المدرسة أن تكتب إلى UCAS موضحة الظروف التي يمرّ بها ابنك وأن تطلب له الإذن في التغيير. وفي كل الأحوال يجب حصول ذلك قبل صدور النتائج.

إذا صدرت النتائج وكان ابنك لا يرغب في الاختيار الأساسي فيجب عليه الكتابة إلى الجامعة المعنية ويطلب منها إعفاءه من الالتزام بها (هذا يشبه إلى حد ما الخطوبة التقليدية)، وإذا لم يرغب بالجامعة البديلة أيضاً فعليه القيام بالأمر ذاته مرةً أخرى وبعد ذلك يمكنه خوض التصفية أو التقدم بطلب انتساب جديد في السنة المقبلة.

#### ما زالوا يريدون الالتحاق بالجامعة ولكن ليس في الوقت الحاضر

إذا تمّ قبول ابنك في الجامعة ولكنه قرر فجأةً تأجيل دراسته، عندئذ عليك / أو عليه الاتصال بالجامعة لمعرفة ما إذا كانوا سيسمحون له بذلك، وحظاً موفقاً.

#### لقد فاقوا توقعاتهم و توقعاتكم

أحياناً قد تحصل أمور تعجيزية، فإذا حصل ابنك على درجات تفوق توقعات الجميع فربما سيشعر أنه ملائم للجامعة التي كان قد اختارها أول مرة. وهذه

أبناء سارة أما الأبناء السيئة فهي أنه كتب تعهداً بقبول الجامعة الأساسية لذلك عليه الاتصال بالجامعة أو الكلية المعنية بالأمر لمناقشة الأسباب التي أدت إلى رفضه للعرض، وعندئذ يكون الأمر عائداً للجامعة لتقرر فيما إذا كانت ستعفيه من التعهد أم لا .

وسيحصل الأمر ذاته في حالة رغب ابنك باختيار الجامعة البديلة كرقم واحد(أي الجامعة الأساسية)، وفي هذه الحالة عليه التأكد من أن الجامعة البديلة ستقبله أيضاً كونها قد لا تأخذه في الحسبان نظراً لدرجاته المرتفعة، لذا عليه - في هذه المرحلة - عدم رفض الجامعة الأساسية قبل التأكد من أن الجامعة البديلة ستقبله . ولكن لن تقوم الجامعة البديلة بقبوله حتى يتم إعفاؤه من الالتزام بالجامعة الأساسية .

### في حال حصول الأسوأ

من المحتمل أن يخوض ابنك التجربة ذاتها في السنة المقبلة ويعيد تقديم الطلب عبر UCAS . عليك النظر إلى الجانب المشرق في الأمر إذ سيصبح ابنك متمرساً وسيعرف ما الذي عليه توقعه (قد تكون هناك مبالغة في ذلك ولكن سيصبح لديه على الأقل فكرة ما). وفي هذه الأثناء يمكنك مساعدته في العثور على عمل يزيد من خبرته بحيث يكون عند ذهابه إلى الجامعة أكثر وعياً ونضجاً .

### ماذا إذا كانوا بحاجة لإعادة الاختبار والحصول على درجات أفضل والتقدم في السنة المقبلة؟

هنا يمكنك التحدث مع المدرسة وبعد ذلك يجب على ابنك أخذ بعض المسؤولية على عاتقه، فقد تقترح المدرسة أن يقوم ابنك بإعادة وحدات دراسية معينة وقد تقوم بعض المدارس بمساعدة الطلاب السابقين للقيام بذلك أثناء فصل الخريف من خلال إعطائهم المزيد من الدروس أو السماح لهم بحضور



صفوف مع طلاب السنة الأدنى، وفي هذه المرحلة قد يشعر ابنك بالإهانة إذا جلس مع طلاب أصغر منه سناً لكن هناك طرق أخرى لمعالجة الأمر إذ يمكنك مراجعة الكليات المحلية لمعرفة فيما إذا كانت ستقوم بإعادة المقررات أو يمكنك اللجوء إلى مدرّس خصوصي. يمكنك دخول الموقع [www. Tutors.co uk](http://www.Tutors.co.uk) وهو نظام يُنصح به الآباء من قبل عدة كليات.

### **لم يصححوها بشكل جيد**

إذا لم تكن النتائج مرضية وكانت لديك شكوك بشأن تصحيح الورقة يمكنك الاتصال فوراً بالمدرسة، إذ تستطيع المدرسة طلب أوراق ابنك الإمتحانية وبعدها تقرر بالاعتماد على رأي المدرّس فيما إذا كانت هناك ضرورة لإعادة تصحيحها أم لا. وإذا بقيت أنت أو المدرسة غير راضين عن النتيجة فيمكن عندها اللجوء إلى الهيئة المانحة والهيئة الإمتحانية للبتّ بالاعتراضات وهي هيئةٌ مستقلة. إن ذلك قد يستغرق وقتاً طويلاً لذلك يمكنك أن تتصل بالجامعة التي يرغب ابنك الالتحاق بها وتوضّح لها أنّ المدرسة قد قدّمت التماساً.

### **لم أكن على ما يرام!**

لنأمل أن تقرّأ هذا الجزء قبل صدور النتائج، فإذا كان ابنك مريضاً أو ماتت قطته أو غادرت أمّه المنزل أثناء فترة الامتحان فعليك عندها أن تُعلم هيئة الامتحانات بذلك بعد الانتهاء من الامتحان مباشرةً ولا تنتظر حتى صدور النتائج إذ سيبدو ذلك اختلاقاً للأعداء.

## الفصل السادس

### وأخيراً هم خارج سيطرتك أم هم كذلك في الأصل؟

لقد أمضيت الصيف وأنت تكابد مع ذلك المراهق المزاجي بعد اختبار المستوى A، فقد كنت تعيره السيارة وتتفق عليه النقود ليقوم برحلاته، كما حاولت أن تشعره بالاطمئنان عندما كان يخاف من عدم حصوله على الدرجات المطلوبة وكان يقوم بترتيب الرفوف في السوبر ماركت كعمل مؤقت له .

الآن وبعد صدور النتائج فهو يعلم إلى أين سيذهب ، وتشعر فجأة أنك على وشك خسارة ابنك لذلك عليك وأنت في خضم هذا القلق العارم أن تُحضر ابنك من المقهى أو من عمله في السوبر ماركت أو من رحلته حول أوروبا وتعمل على إعداده للمغامرة المقبلة وهي: الجامعة.

إنه لأمرٌ طبيعي أن يكون ابنك في هذه المرحلة هادئاً، إذ كل ما يحتاج له هو سرّوَال من الجينز ودفتر شيكات بالإضافة إلى أن لديه شهراً آخرًا قبل الذهاب إلى الجامعة. ولم العجلة؟ في الحقيقة إنَّ الفترة التي تتم فيها كافة الأمور هي نهاية شهر آب/أغسطس/ وبداية شهر أيلول/سبتمبر/. وحالما يقوم ابنك بالتوقيع على الخط المنقط في طلب UCAS مؤكداً اختياره لمكانه الجامعي سينهال على عنوانك البريدي سيلاً من الرسائل، من قبل الجامعة ومن مكتب الإسكان واتحاد الطلبة ومن أي منظمة أخرى لها علاقة بالمجال الدراسي الذي اختاره.

#### لقد نسوا أين قدموا طلباتهم أو لماذا قدموها

إنهم يتذكرون اسم المكان ولكنهم لا يستطيعون تذكر التفاصيل مثل كم عدد المقاهي (الكافتریات) الموجودة في المكان، وذلك يعود للزيارة الخاطفة التي قاموا بها للمكان أثناء قيامهم بالجولة الإطلاعية على الجامعات.

على كلٍ لا تأبه لذلك لأن معظم الجامعات تخصص أياماً تستطيع من خلالها الحصول على المعلومات التي تريدها، وهذه الأيام مخصصة للطلاب الذين قبلوا عروضها، وإذا لم تسنح لك الفرصة للقيام بذلك عليك الاتصال بالجامعة لمعرفة فيما إذا كانت هناك أيامٌ أخرى أثناء الصيف قبل مغادرة ابنك إلى الجامعة.

هناك حلٌ آخر وهو أن تتطلق مع ابنك في رحلةٍ لزيارة جامعته المحتملة ومن المفيد أن تذهب في وقتٍ يكون الطلاب موجودين خلاله، والوقت المثالي لذلك هو قبل نهاية الصيف وإلا فستزور مكاناً خالياً إلا من بعض الطلبة المغلقين الذين آثروا البقاء في أيام العطل وعندها قد يرفض ابنك تلك الجامعة وتعودوا أدراجكم.

إن ذلك سيوفر عليك الرسوم أليس كذلك؟ (كان ذلك مجرد مزحة).

### احفظوا كل شيءٍ في ملفٍ خاص

عليك ترقيب البريد وعدم السماح لابنك بالاحتفاظ بالنشرات والمعلومات السابقة في الدرج السفلي لمكتبه أو إضاعتها في زحمة الأشياء المنتشرة في غرفته، عليك وضع كل المعلومات المناسبة في ملفٍ شفافٍ وحفظه في مكتبك الخاص كما يجب عليك تصوير نسخٍ عدّةٍ عن الأصل بحيث يكون لديك نسخ احتياطية في حال أضاع ابنك الأوراق الأصلية.

### نصيحة

يقول المتحدث من مصلحة الخدمة الطلابية في جامعة القديس أندراوس بأنه عليك القيام بتشجيع ابنك /ابنتك على الاعتماد على نفسه وأنه من الأفضل لهم معرفة مقدار منحهم المالية وبمن يتصلون في حال عدم تلقيها، لأنك إذا فعلت لهم كل شيء فلن يكونوا قادرين على الاعتماد على أنفسهم.

## السكن

إذا قمت بملء طلب السكن في وقت مبكر من السنة فستحصل على توكيدٍ وتفاصيل عن مكان إقامته حالما تؤكد تسجيل ابنك، وإذا لم يحصل ذلك أجز اتصالاتك فوراً إلا إذا كنت ترغب في إنفاق النقود على بطاقة اشتراك سنوية لـ B&B (أوتيل - بانسيون).



«أماه، إلى أية جامعة أنا ذاهبة؟ إلى دورهام أم دويلن؟»

## الفصل السابع

### الطلاب ذوو الاحتياجات الخاصة

إن القانون الذي صدر سنة 2001م والمتعلق بالعاجزين وذوي الاحتياجات التعليمية الخاصة يحظر على الجامعات التضييق على هؤلاء الطلاب من حيث قبولهم ومن حيث الخدمات المقدمة لهم.

إن الجامعات تختلف من حيث التسهيلات المقدمة وستلحظ ذلك بنفسك عند قيامك بتقديم الطلبات، لقد اقترب وقت المغادرة وربما يكون عليك التأكد من بعض الأمور لذلك اتصل بمصلحة الخدمة الطلابية الموجودة في كل جامعة (ربما يكون من الأفضل وجود مصلحة خدمة الآباء أيضاً).

تأكد من ماهية التسهيلات الموجودة في حال كان ابنك / ابنتك أصماً أو أعمى أو يستخدم كرسيّاً متحركاً، وبالطبع تختلف هذه التسهيلات من جامعةٍ لأخرى، فعلى سبيل المثال إن جامعة بريستول هي إحدى الجامعات التي تقدم خدمة تلقي المحاضرات عن طريق الحاسوب إذ يقوم شخصٌ ما في الجامعة بطباعة المحاضرة على حاسبٍ محمول يكون موصولاً بالحاسب المحمول الخاص بالطالب فتظهر المحاضرة على شاشته.

تأكد من توفر المواصلات التي ستقلُّ ابنك من السكن إلى مكان المحاضرات، وتأكد من أن الجامعة تضعه في كفةٍ واحدة مع الطلاب الآخرين. إن بعض الجامعات تسمح للطلاب باقتناء نوعٍ خاص من الكلاب المدربة وبعضها يقدم أشخاصاً للمساعدة، وإذا لم يتوفر ذلك يمكنك الاتصال بالخدمات الاجتماعية المحلية أو بالهيئة التربوية التابع لها.

يمكنك التحدث إلى المكتب الوطني للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة والذي يسمى (Skill) على العنوان التالي [www.skill.org.uk](http://www.skill.org.uk) رقم الهاتف 08003285050 بريدها الإلكتروني [info@skill.org.uk](mailto:info@skill.org.uk) إذ ستقوم (Skill) بإخبارك المزيد عن المخصصات المالية للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة التي خُصصت لدفع النفقات الإضافية المتعلقة بالمقرر والناجمة عن الإعاقة. وهذه المخصصات تغطي مجالاتٍ ثلاثة:

- مخصصات للإنفاق على التجهيزات الخاصة.
  - مخصصات للإنفاق على المساعدات غير الطبية.
  - مخصصات عامة للنفقات المتنوعة.
- ولا علاقة لهذه المخصصات المالية بدخل العائلة.

## الفصل الثامن

### النقود

ملاحظة: إن كل الأرقام الواردة في هذا الكتاب دقيقة وصحيحة حتى وقت طباعته، إلا أن من الممكن أن يطرأ عليها تعديل في حال حدوث تغيير في الحكومة أو في موقفها أو عند حدوث ثورة أبوية طلابية.

إن إجراء مثل هذه الدراسة تعتريه مصاعب كثيرة، وعلى كل حال ستكون حتى الآن قد ملأت طلب المنحة المالية لولدك، (وإذا لم تكن قد فعلت فعليك الاتصال بالهيئة التربوية المحلية بأسرع ما يمكن ومن الأفضل أن تقوم بزيارتهم لأن ذلك أسرع).

حتى ولو كنت قد قمت بملء الوثائق الرسمية فما زال عليك أو على ابنك القيام بإبلاغ شركة القروض الطلابية (التي تقدم القروض لصالح الحكومة) أي جامعة قد اختار وأن يزود الشركة بتفاصيل عن المصرف المرغوب به. ومن الطبيعي ألا يكون ابنك مستعداً للقيام بذلك (لذلك خمن من الذي عليه القيام بذلك؟) وتكمن المشكلة في كون ابنك راشداً (بالرغم من أنه لا يتصرف كراشد) وعليك أن تأخذه إلى المصرف أو على الأقل إحضاره ليضع توقيعه على الطلب الخاص بالقرض، لذلك أيقظه مبكراً.

ستصلك الطلبات الخاصة بذلك بشكل أتوماتيكي عبر البريد، وإذا لم يحدث ذلك عليك العودة إلى تلك التفاصيل التي أرشفتها (صنفتها) سابقاً، كما عليك الاتصال بشركة القروض الطلابية والتأكد من وجود فرع للمصرف الذي اعتاد ابنك التعامل معه في البلدة التي سيذهب إليها، وربما يكون عليه تغيير المصرف.



### نصيحة

فتش عن المصرف الذي يقدم مزايا أكثر من غيره إلى الطلاب الذين يفتحون حسابات جديدة، إذ تتهافت جميع المصارف في هذه الفترة من السنة على تقديم عروض مجانية تتراوح من بطاقة قطار مجانية لمدة خمس سنوات إلى بطاقات مترو مخفضة.

### كم عليك أن تدفع

بالرغم من كل القصص المخيفة التي تطالعنا بها الصحافة عن الرسوم المرتفعة للتعليم عليك ألا تعتقد أنك ستصبح مفلساً والحقائق مبينة هنا:

إن رسوم التعليم الحالية تصل إلى 1150 جنيهاً استرلينياً في السنة ولكنها قد تصل إلى 1200 جنية استرليني في شهر أيلول (سبتمبر) 2005م وكحد أقصى 3000 جنية استرليني بحلول سنة 2006م (يستثنى من ذلك اسكتلندا كما سيرد لاحقاً).

وإذا كان ابنك ذاهباً إلى الجامعة في سنة 2005م وكان دخلك أقل من 21000 جنية استرليني سنوياً فستقوم الحكومة المباركة بدفع رسوم التعليم، وهذا كرمٌ منها إلا أن ما يكسر الظهر عملياً هو نفقات المعيشة والسكن وسنطالعك بالمزيد عن ذلك لاحقاً.

وإذا كان دخلك يتراوح ما بين 21000 و 31000 جنية استرليني فستحصل على بعض المساعدة المادية من قبل الحكومة (لدفع رسوم التعليم). إن مقدار المساعدة يختلف من طالبٍ لآخر إلا أن حوالي 60% من الطلاب سيحصلون على كمية مخفضة من النقود. (وهذا كله يثبت أنه ما كان عليك أن تكون مجتهداً في المدرسة لأنك ستعاقب عندما يتعلّق الأمر بالمساعدات الحكومية، ولكن عليك الآن عدم ذكر ذلك أمام ابنك لأنه قد يستشهد بذلك يوماً ما).

### التغيرات في عامي 2005 و 2006م

إذا كان ابنك سيلتحق بالجامعة في سنة 2006م أو فيما بعد فليس عليك دفع رسوم التعليم على الإطلاق، وهذا الأمر جيد في شكله سيئ في مضمونه لأن ذلك يعني إضافة رسوم التعليم إلى القرض الطلابي والذي على الطلاب إعادته لاحقاً عندما يعملون ويكسبون ما يزيد عن 15000 جنيه استرليني في السنة، وبمعنى آخر إنه تسويق أي أن توجّل للغد ما لا حاجة لفعله اليوم.

مثال: اعتباراً من نيسان/إبريل/ 2005م سيكون على المتخرج الذي يكسب 20000 جنيه سنوياً أن يدفع أقساطاً أسبوعية بمقدار 8,65 جنيه بصرف النظر عن الكمية التي يدين بها.

أما النبا السيئ فهو أن رسوم التعليم تتصاعد إلى 3000 جنيه في السنة وذلك وفقاً للجامعة التي يختارها ابنك، إلا أن الجامعات والكليات التي تفرض رسوم تعليم أعلى من غيرها ستقدم للطلاب منحة مالية أكبر ولا سيما للطلاب الذين يكون دخل عائلتهم منخفضاً، ولذلك قبل أن ترفض جامعةً باهظة التكاليف عليك التحقق من البيانات الخاصة بها.

أما بالنسبة للطلاب الذين يبدوون الجامعة في شهر أيلول/سبتمبر/ 2005م فهناك مساعدات إضافية لأولئك القادمين من عائلات دخلها أقل من 21000 جنيه سنوياً فستقوم الحكومة بدفع رسوم التعليم الخاصة بهم لمدة ثلاث سنوات.

لن يكون ذلك ملائماً للطلاب الذين يبدوون الجامعة في 2006م عندما تتوفر منح مالية جديدة للتعليم العالي ولا سيما للعائلات ذات الدخل المحدود والتي لا داعي لإعادتها، فإذا كان دخل العائلة 15000 جنيه سنوياً أو أقل فيمكن لابنك الحصول على منحة قدرها 2700 جنيه.

ولدى طباعة هذا الكتاب كانت الحكومة قد أعلنت أن الطلاب الذين سيكون لديهم سنة انقطاع في سنة 2005م سيتم إعفاؤهم من الزيادة المترتبة على رسوم التعليم وذلك بسبب الفترة الزمنية التي سيستغرقها مقررهم بشرط الحصول

على قبول رسمي من جامعتهم بحلول الأول من شهر آب (أغسطس) 2005م، وبمعنى آخر ما يزال بإمكانهم الحصول على سنة انقطاع وعندئذ يدفعون الرسم الأصلي وهو 1200 جنيه ولكن إذا انتقلوا مباشرة من المدرسة إلى الجامعة في سنة 2006 فعليهم دفع الرسوم كاملة. يبدو ذلك عذراً جيداً لتجول في أوروبا.

لقد اكتشف الأمير تشارلز أن الجامعات الاسكتلندية تفرض رسوماً جامعية بمعدل 1200 جنيه على الطلاب القادمين من إنكلترا و إيرلندا وويلز في سنوات الدراسة الثلاث الأولى أما السنة الرابعة فتكون مجانية. قد لا يكون لديك علم بأن الشهادات الاسكتلندية تستغرق أربع سنوات دراسية إلا أن ذلك جيد لأنك ستحصل على شهادة ماجستير في نهاية المطاف.

إذا كنت اسكتلندياً وكان ابنك سيدرس في جامعة اسكتلندية فسيكون ذلك مجاناً إلا أن المرهق في الأمر هو رسوم السكن إلا إذا كنت تريد إبقاء ابنك في المنزل. (هل يستحق الأمر ذلك؟).

### لماذا تفضلون القروض الطلابية على غيرها من القروض الأخرى؟

إن القروض الطلابية ليست وسيلة لخداعك كما تفعل القروض الأخرى التي يمكننا ذكرها (إلا أن دائرتنا القانونية تتصحننا بعدم فعل ذلك)، إن معدل الفائدة المترتبة على القروض الطلابية مرتبطٌ بالتضخم، بمعنى أن النقود التي ستعيدها أنت أو ابنك في نهاية المطاف هي عملياً نفس النقود التي استدنتها في الأصل (بسبب عامل التضخم)، ووفقاً للدعاية الحكومية لا تجني شركة القروض الطلابية أي فائدة من تلك القروض. ولذلك من المرجح أن يكون القرض الطلابي هو الشكل الأرخص من القروض التي يمكن لابنك الحصول عليه.

في وقت طباعة هذا الكتاب كان أعلى حد بلغه القرض هو 4095 جنيهًا وذلك للطلاب المقيمين بعيداً عن موطنهم، أما الطلاب المقيمون في لندن وبعيداً عن موطنهم فيبلغ قرضهم 5050 جنيهًا، ويتقاضى الطلاب المقيمون في موطنهم

3240 جنيهًا فقط. وهكذا يكون 75% من القرض بحده الأعلى متاحاً أمام كل الطلاب المؤهلين له بصرف النظر عن أي دخول أخرى وإن إمكانية حصول الطالب على الـ 25% المتبقية تعتمد على دخله ودخل العائلة.

وكما قلنا سابقاً (وسنقول مجدداً لنؤكد لك) أنه لا يترتب على ابنك إعادة القرض الطلابي حتى يتقاضى دخلاً سنوياً يزيد على 15000 جنيه كما لن يكون عليه دفع كمية كبيرة من النقود شهرياً. وبالعودة إلى الدعاية الحكومية التي تقول مثلاً إذا كان عمل ابنك الذي يحصل عليه بعد التخرج يمنحه مرتباً مبدئياً يصل إلى 18000 جنيه في السنة الأولى أي حوالي 266 جنيهًا أسبوعياً بعد حسم الضريبة، فسيُدفع ما مقداره 5,20 جنيهات أسبوعياً وهذا يعتبر ثمن نصف قرص مدمج (ما نريد معرفته من أين يحصل كاتب الدعاية على أقراصه المدمجة).

### المصادر الأخرى المساعدة في التمويل

هناك مصادر أخرى للمساعدات المالية التي يمكنك اللجوء إليها:

- صندوق إعانة الطلبة: وهو موجود في الكلية أو الجامعة ويقوم بتقديم المسادة للطلاب أبناء الأسر ذات الدخل المنخفض الذين يحتاجون إلى مساعدة مالية إضافية لإنهاء مقررهم.
- مصلحة الصحة الوطنية (NHS): وتقدم منحاً مالية لمقررات الدرجة الأولى التي تغطي سلسلة من المواد المتصلة بالطب بما في ذلك التمريض والقبالة أيضاً.
- صندوق الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة (DSA) وهو يقدم مساعدات للطلاب المعوقين لتغطية نفقاتهم الإضافية المتعلقة برعايتهم وتأهيلهم وسفرهم، ويقوم الطلاب المعوقون الذين يعيشون في إنكلترا و ويلز بالتقدم بطلبات المساعدة عبر المصلحة التربوية المحلية.
- المنح الدراسية: يحتوي الموقع Scholarship Search UK على الكثير من المعلومات لكل المنح الدراسية للطلاب غير المتخرجين.

## الفصل التاسع

### المزيد من النقود ( فقط لو.....)

#### مساعدة مالية إضافية

يمكن لابنك / ابنتك التقدم للحصول على منحة مالية إضافية إذا تابع دراسته فيما بعد ليصبح مدرساً أو ليعمل في مصلحة الصحة الوطنية (NHS). لذلك شجعوا أولادكم على تغيير مجالات نشاطهم في الحال).

ويمكن لابنك الحصول على منح مالية تقدمها الشركات وعلى منح دراسية وغيرها من المساعدات المالية. فهناك مثلاً منح مالية تسمى (منحاً مالية للمعوزين / صندوق التكافل الاجتماعي) وهي مخصصة للذين لا يستطيعون دفع نفقات الجامعة أو الكلية، وتبلغ قيمة كل منها 2000 جنيه تُدفع على مدى ثلاث سنوات (مدة الدراسة الجامعية) وتُعطى للطلاب الذين يعيشون في أماكن معينة. لذلك استفسر من كلية ابنك لتعرف إن كنت مؤهلاً لذلك.

وتوجد أيضاً منح تعليمية مخصصة لمواد دراسية معينة فمثلاً يمكن لطلاب الهندسة أن يتقدموا للمنح الدراسية الخاصة بالهندسة. قم بمراجعة Scholar-ship Search UK على الموقع [www.scholarship-search.org.uk](http://www.scholarship-search.org.uk).

وهناك أيضاً صناديق للإعانة يمكن لابنك التقدم إليها مرة واحدة خلال الفترة الجامعية، ويطمح الطلاب الذين يعانون من مشاكل مادية حقيقية للحصول على هذه المعونات.

ويوجد أيضاً صندوق الطلاب ذوي الحاجات الخاصة (DSA) الذي يغطي نفقات الإعاقة بشكل مباشر مثل نفقات الرعاية غير الطبية ونفقات التأهيل والسفر، وللحصول على مزيد من المعلومات ادخل إلى الموقع [www. Dfes.gov.uk/studentspport](http://www.Dfes.gov.uk/studentspport) أو اتصل بالإعانة الطلابية على الرقم المجاني 08005878500.

### النبأ السار

يكمن النبأ السار في تعهد الحكومة بشطب ديون القروض الطلابية غير المدفوعة بعد مضي 25 سنة عليها، وعندها من المحتمل أن يكون أولادك قد وضعوك في مأوى للعجزة أو أن تكون الحكومة قد غيرت القانون.

### ماذا قلت؟

ربما تكون - حتى الآن - مشوشاً مثلنا حول تلك الأرقام المذكورة بسرعة، وهذا سببه اختلاف الوضع المالي من شخص إلى آخر ولذلك من الصعب إخبارك - بلغة الأرقام - بكمية النقود التي تحتاج إليها شخصياً. ولكي تعرف الكمية التي يستحقها ابنك اتصل بخط استعلامات التعليم العالي على الرقم 08007319133 أو اتصل بالهيئة التربوية المحلية (إن استطعت ذلك).

وبإمكانك إيجاد المزيد من المعلومات حول رسوم التعليم والقروض الطلابية والمنح المالية في كتيب حكومي جذاب اسمه (كطالب كيف يمكنك الحصول على مساعدة مالية) (How To Get Financial Helpas a Student)، ويمكنك الحصول عليه بالاتصال على الرقم 0800 731 9133 أو بالدخول إلى الموقع [www.dfes.gov.uk/studentsupport](http://www.dfes.gov.uk/studentsupport)، ولن يخبرك الكتيب بأكثر مما قمنا به ولكن إن فعل ذلك فاكتب لنا وأخبرنا.

سنطلعك فيما يلي بما ورد من Dfes بشأن الدعم المالي (إن هذه الأرقام صحيحة حتى طباعة الكتاب).

الدعم المالي لطلاب التعليم العالي الملتزمين بدوام كامل في المملكة المتحدة والذين يدرسون في إنكلترا أو اسكتلندا أو ويلز أو إيرلندا الشمالية

### 1- إنكلترا / اسكتلندا

النظام الحالي للسنة الجامعية 2004-2005 م

الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً استرلينياً.

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بقيمة 1150 جنيهاً بعد التحقق من وضعهم المادي، وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته بحسب المكان الذي يدرسون فيه، ويُصنّف الطلاب الذين يحصلون على القرض في ثلاث فئات: طلاب مقيمون في موطنهم وطلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم وطلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

يحصلون على منحة مالية جديدة من هيئة التعليم العالي تصل إلى 1000 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي بالإضافة إلى حصولهم على قرض إعانة، وسيحصل حوالي 30% من الطلاب على المنحة الكاملة.

الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في اسكتلندا

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً استرلينياً.

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بقيمة 1150 جنيهاً بعد التحقق من وضعهم المادي، وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

وتقوم السلطة التنفيذية الاسكتلندية بالتبرع لتغطية الرسوم الجامعية المترتبة على طلاب السنة الأخيرة بعد التحقق من وضعهم المادي (اتفاقية كوفيلي).

يحصلون على نفس الإعانات والقروض والمنح المالية التي يحصل عليها الطلاب الذين يدرسون في إنكلترا .

الطلاب الاسكتلنديون المقيمون: الذين يدرسون في اسكتلندا

لا يدفعون أية رسوم لأن السلطة التنفيذية الاسكتلندية تقوم بدفع الرسوم الثابتة عنهم (ليس هناك فعلياً منح مالية لدفع الرسوم).

يقومون بدفع منحة التخرج الاسكتلندية بعد التخرج (بلغ مقدار هذه المنحة سنة 2003-2004م - 2092 جنيهاً)، ويعفى من ذلك الطلاب الكبار في السن والآباء الذين يعيشون لوحدهم (عازب - أرمل) والطلاب المعوقون.

أما بالنسبة للإعانات والقروض والمنح المالية فتحددها السلطة التنفيذية الاسكتلندية .

النظام المقترح للسنة الجامعية 2006-2007م

الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

يدفعون رسوماً متباينة تتراوح بين الصفر وثلاثة آلاف جنيه، وقد يتم تأجيل الرسوم لحين أخذ قرضٍ لسدادها .

يتلقون منحةً مالية جديدة تصل إلى 2700 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي، وسيحصل حوالي 30 % من الطلاب على كامل المنحة، وستضاف معظم كمية المنحة إلى قرض الإعانة بالرغم من أن بعضها سيكون بديلاً لقرض الإعانة<sup>(1)</sup>.

(1) إن النموذج القديم يقترح إحلال مبلغ 850 جنيهاً من المنحة محلّ القرض وإضافة الباقي إليه بالرغم من أن هذا الرقم بحاجة إلى توكيد في أقرب وقت ممكن.



يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته تبعاً للمكان الذي يدرسون فيه، وهناك ثلاث فئات من الطلاب الذين يحصلون عليه: طلاب مقيمون في موطنهم و طلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم و طلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

لا وجود لمنح مالية معفاة من الرسوم

**الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في اسكتلندا**

يدفعون رسوماً كما هو محدد من قبل هيئة التعليم العالي الاسكتلندية وقد يتم تأجيل الرسوم لحين أخذ قرض لسدادها .

إن كمية المنح المالية والقروض التي يحصل عليها الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في اسكتلندا هي ذاتها التي يحصل عليها الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في إنكلترا، وتقوم السلطة التنفيذية الاسكتلندية في الوقت الراهن بدراسة الاختيارات التي تعقب نتائج المرحلة الثالثة من المراجعة التي ستقوم بها على التعليم العالي، مما يجعلنا نستنتج أن الإعلان عن النتائج سيتم من قبل السلطة التنفيذية الاسكتلندية في وقت مبكر من الصيف، وسنؤكد على حالة الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في اسكتلندا في ضوء تلك القرارات.

**الطلاب الاسكتلنديون المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا**

تعتمد كمية القروض والمنح في هذه الحالة على القرارات المتخذة من قبل الوزراء الاسكتلنديين، وتقوم السلطة التنفيذية الاسكتلندية في الوقت الراهن بدراسة الاختيارات التي تعقب نتائج المرحلة الثالثة من المراجعة التي ستقوم بها على التعليم العالي، مما يجعلنا نستنتج أن الإعلان عن النتائج سيتم من قبل السلطة التنفيذية الاسكتلندية في وقت مبكر من الصيف.

**الطلاب الاسكتلنديون المقيمون: الذين يدرسون في اسكتلندا**

ليس هناك تغييرات مالية مقترحة، وسيحصل الطلاب المؤهلون على تعليم مجاني بصرف النظر عن دخل عائلاتهم، ومن المحتمل إجراء مراجعة على صندوق الإعانة ودراسة كمية الزيادة المتوفرة وعدد الطلاب الذين تتم مساعدتهم.

## 2- إنكلترا / ويلز

### النظام الحالي للسنة الجامعية 2004-2005م

**الطلاب الإنكليز المقيمون:** الذين يدرسون في إنكلترا

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته بحسب المكان الذي يدرسون فيه، فتحصل عليه ثلاث فئات: طلاب مقيمون في موطنهم و طلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم و طلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

يحصلون على منحة مالية جديدة مقدمة من هيئة التعليم العالي تبلغ قيمتها 1000 جنيه وذلك بعد التحقق من وضعهم المادي بالإضافة إلى حصولهم على قرض إعانة، وبذلك سيحصل حوالي 30% من الطلاب على المنحة كاملة.

**الطلاب الإنكليز المقيمون:** الذين يدرسون في ويلز

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

يحصلون على نفس الإعانات والقروض والمنح التي يحصل عليها الطلاب الذين يدرسون في إنكلترا.

**الطلاب الويلزيون المقيمون:** الذين يدرسون في إنكلترا

ينطبق عليهم إلى حد كبير ما ينطبق على الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في إنكلترا باستثناء أن المقيمين الويلزيين قد يحصلون على منحة من جمعية المعرفة والتعلم (ALG) بعد التحقق من وضعهم المادي وتبلغ قيمة هذه المنحة 1500 جنيه مخصصة لمساعدة الطلاب في نفقاتهم الدراسية الضرورية.

إنّ الطلاب الجدد - للسنة الدراسية 2004-2005م - الذين لم يحصلوا على منحة هيئة التعليم العالي وكانوا قد تلقوا كميات منخفضة من منحة (ALG) بمقدار (450 أو 750 جنيه) سيحصلون عوضاً عن ذلك على منحة هيئة التعليم العالي بقيمة 1000 جنيه.

وأما الطلاب المؤهلون للحصول على كامل منحة (ALG) فسيتلقون منحة هيئة التعليم العالي بقيمة 1000 جنيه مضافاً إليها منحة (ALG) بقيمة 500 جنيه.

#### الطلاب الويلزيون المقيمون: الذين يدرسون في ويلز

ينطبق عليهم إلى حدٍ كبير ما ينطبق على الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في إنكلترا باستثناء أن المقيمين الويلزيين قد يحصلون على منحة من جمعية المعرفة والتعلم (ALG) بعد التحقق من وضعهم المادي وتبلغ قيمة هذه المنحة 1500 جنيه مخصصة لمساعدة الطلاب في نفقاتهم الدراسية الضرورية.

إنّ الطلاب الجدد - للسنة الدراسية 2004-2005م - الذين لم يحصلوا على منحة هيئة التعليم العالي وكانوا قد تلقوا كميات منخفضة من منحة (ALG) بمقدار (450 أو 750 جنيه) سيحصلون عوضاً عن ذلك على منحة هيئة التعليم العالي بقيمة 1000 جنيه.

وأما الطلاب المؤهلون للحصول على كامل منحة (ALG) سيتلقون منحة هيئة التعليم العالي بقيمة 1000 جنيه مضافاً إليها منحة (ALG) بقيمة 500 جنيه.

#### النظام المقترح للسنة الجامعية 2006-2007م

#### الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

يدفعون رسوماً متباينة تتراوح بين الصفر و ثلاثة آلاف جنيه، وقد يتم تأجيل الرسوم لحين أخذ قرضٍ لسدادها.

يتلقون منحاً مالية جديدة تصل إلى 2700 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي، وسيحصل حوالي 30% من الطلاب على كامل المنحة، وستضاف معظم كمية المنحة إلى قرض الإعانة بالرغم من أن بعضها سيكون بديلاً لقرض الإعانة.<sup>(1)</sup>

يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته تبعاً للمكان الذي يدرسون فيه، وهناك ثلاث فئات من الطلاب الذين يحصلون عليه: طلاب مقيمون في موطنهم وطلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم وطلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

لا وجود لمنح مالية معفاة من الرسوم

#### الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في ويلز

يدفعون رسوماً ثابتة بالمقدار الذي حددته الجمعية التشريعية الويلزية، كما أن ممثلي الجمعية قد أعلنوا نيتهم في الاستمرار بالرسوم الثابتة الحالية، إلا أنها قابلة للزيادة كالمعتاد. ويمكن تأجيل الرسوم لحين أخذ قرض لسدادها.

وسيحصل الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في ويلز على نفس المنح والقروض المالية التي يحصل عليها الطلاب الإنكليز في إنكلترا.

#### الطلاب الويلزيون المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

ينطبق عليهم إلى حد كبير ما ينطبق على الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في إنكلترا، وقد أعلن مجلس وزراء الثقافة (الإقليميون) مندوب جمعية (ELL) أن الطلاب الويلزيين المقيمين الذين يدرسون في إنكلترا سيحصلون على إعانة مالية تصل إلى 2700 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي.

(1) إن النموذج القديم يقترح إحلال مبلغ 850 جنيهاً من المنحة محلّ القرض وإضافة الباقي إليه بالرغم من أن هذا الرقم بحاجة إلى توكيد في أقرب وقت ممكن.

### الطلاب الويلزيون المقيمون: الذين يدرسون في ويلز

ينطبق عليهم ما ينطبق على الطلاب الإنكليز في ويلز، وقد أعلنت البارونة آشتون أثناء انعقاد اللجنة نيّة الجمعية في تقديم إعانة مالية للطلاب الويلزيين الذين يدرسون في ويلز تصل إلى 2700 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي. وتكون هذه المنحة قابلة للإلغاء بحسب الفقرة (5) 26 من قانون التعليم العالي للعام 1998م.

### 3- إنكلترا / أيرلندا الشمالية

#### النظام الحالي للسنة الجامعية 2004-2005م

#### الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

يدفعون مقدّمات رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بقيمة 1150 جنيهاً بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته بحسب المكان الذي يدرسون فيه، فتحصل عليه ثلاث فئات: طلاب مقيمون في موطنهم و طلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم و طلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

يحصلون على منحة مالية جديدة مقدّمة من (HE) تبلغ قيمتها 1000 جنيه وذلك بعد التحقق من وضعهم المادي بالإضافة إلى حصولهم على قرض إعانة، وبذلك سيحصل حوالي 30% من الطلاب على المنحة كاملة.

#### الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في أيرلندا الشمالية

يدفعون مقدّمات رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

يحصلون على نفس الإعانات والقروض والمنح التي يحصل عليها الطلاب الذين يدرسون في إنكلترا.

**طلاب أيرلندا الشمالية المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا**

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بقيمة 1150 جنيهاً بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

إن الإعانات التي يحصل عليها الطلبة تكون بشكل قروض ومنح مالية، وتكون المنح المالية للتعليم العالي والبالغة 2000 جنيه متاحة أمام الطلاب أبناء الأسر ذوات الدخل المنخفض، فإذا كان الطالب مؤهلاً للحصول على كامل المنحة سيتم تخفيض قرضه الطلابي بمقدار 1500 جنيه وإذا لم يكن مؤهلاً للحصول على كامل المنحة فسيتم إنقاص كمية المنحة التي تلقاها من القرض بحده الأعلى.

**طلاب أيرلندا الشمالية المقيمون: الذين يدرسون في أيرلندا الشمالية**

يدفعون مقدماً رسوماً ثابتة وقدرها 1150 جنيهاً

يحصلون على منحة مالية معفاة من الرسوم بقيمة 1150 جنيهاً بعد التحقق من وضعهم المادي وبذلك لا يكون على الطلاب الفقراء دفع الرسوم.

إن الإعانات التي يحصل عليها الطلبة تكون بشكل قروض ومنح مالية، وتكون المنح المالية للتعليم العالي والبالغة 2000 جنيه متاحة أمام الطلاب أبناء الأسر ذوات الدخل المنخفض، فإذا كان الطالب مؤهلاً للحصول على كامل المنحة سيتم تخفيض قرضه الطلابي بمقدار 1500 جنيه وإذا لم يكن مؤهلاً للحصول على كامل المنحة فسيتم إنقاص كمية المنحة التي تلقاها من القرض بحده الأعلى.

**النظام المقترح للسنة الجامعية 2006-2007م**

**الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا**

يدفعون رسوماً متباينة تتراوح بين الصفر و ثلاثة آلاف جنيه، وقد يتم تأجيل الرسوم لحين أخذ قرضٍ لسدادها.

يتلقون منح مالية جديدة تصل إلى 2700 جنيه بعد التحقق من وضعهم المادي، وسيحصل حوالي 30% من الطلاب على كامل المنحة، وستضاف معظم كمية المنحة إلى قرض الإعانة بالرغم من أن بعضها سيكون بديلاً لقرض الإعانة.<sup>(1)</sup>

يحصلون على قرض إعانة تختلف كميته تبعاً للمكان الذي يدرسون فيه، وهناك ثلاث فئات من الطلاب الذين يحصلون عليه: طلاب مقيمون في موطنهم و طلاب مقيمون بعيداً عن موطنهم و طلاب مقيمون في لندن بعيداً عن موطنهم.

لا وجود لمنح مالية معفاة من الرسوم

**الطلاب الإنكليز المقيمون: الذين يدرسون في أيرلندا الشمالية**

يدفعون الرسوم كما هو مقرر من قبل هيئة التعليم العالي التابعة لأيرلندا الشمالية.

يتلقون نفس الإعانات والقروض والمنح التي يتلقاها الطلاب الذين يدرسون في إنكلترا.

تقوم أيرلندا الشمالية في الوقت الحالي بمناقشة مقترحات تتعلق بتأجيل الرسوم والرسوم المتباينة. وغايتنا - يتعلّق الأمر بنتيجة المشاورات - هي حصول الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في أيرلندا الشمالية على نفس الإعانات التي يحصل عليها الطلاب الإنكليز الذين يدرسون في إنكلترا بما في ذلك : قرض لتغطية الرسوم بالإضافة إلى المنح المالية وقروض الإعانة اللازمة لتغطية نفقات معيشتهم. وسنعمل على توكيد هذا الافتراض بعد اتخاذ القرارات التي تعقب المشاورات الحاصلة في أيرلندا الشمالية، ويتوقع حدوث هذا في وقت لاحق من هذه السنة.

(1) إن النموذج القديم يقترح إحلال مبلغ 850 جنيهاً من المنحة محلّ القرض وإضافة الباقي إليه بالرغم من أن هذا الرقم بحاجة إلى توكيد في أقرب وقت ممكن.

### طلاب أيرلندا الشمالية المقيمون: الذين يدرسون في إنكلترا

تتوقف كمية الإعانات على القرارات التي سيتم اتخاذها عقب المشاورات الحالية في أيرلندا الشمالية.

### طلاب أيرلندا الشمالية المقيمون: الذين يدرسون في أيرلندا الشمالية

تتوقف كمية الإعانات على القرارات التي سيتم اتخاذها عقب المشاورات الحالية في أيرلندا الشمالية.

### علموهم كيف يضعون ميزانية لأنفسهم

إنّ الميزانية الوحيدة التي كان على ابنك التقيّد بها حتى موعد ذهابه إلى الجامعة هي الحرص على أن يغطي مصروفه أو النقود التي تعطيها له أو التي يحصل عليها من عمله في التيسكو في نهاية الأسبوع ثم سرّوَال فآخر أو ثم دعوة أصدقائه إلى المقهى لتناول الشراب.

والآن ستزوده بدفتر شيكات فارغ ليختبر نشوة الابتعاد عن المنزل. هذا أمر مخيف أليس كذلك؟

سيطر على خوفك من خلال إعطاء ابنك درساً في الموازنة (حتى رئيس الوزراء عليه القيام بذلك). هل تذكر كيف علمت ابنك الأرقام؟ الآن حان الوقت لتساعده على استعمال تلك الأرقام بشكلٍ فعلي، وعليك إطلاعهُ على كمية النقود التي سيحصل عليها في الفصل الواحد وأنّ هذه الكمية ستكفيه على الأقلّ إثني عشر أسبوعاً (وذلك يعتمد على طول الفصل الدراسي). وقد تكون كمية النقود هذه هي أكبر كمية توضع في حسابه حتى الآن فإذا بددها سيكون كلاكما في مأزق، لذا عليك تشجيعه على سحب كمية أسبوعية من النقود أو عند الضرورة لا أن يقوم بسحبها دفعةً واحدة. وإذا كان لا يعلم كيفية استخدام آلة سحب النقود فعليك تعليمه ذلك قبل مغادرته إلى الجامعة.



## نصيحة

احتفظ بكل الأرقام الخاصة بابتك، فإذا قام بإضاعتها تكون في متناول يدك نسخة عنها، ودون لديك رقم بطاقة المصرف الخاصة به ورقم الضمان الوطني ورقمه الطلابي ورقم حسابه في المصرف. ويُعدّ هذا كله إجراءً احترازياً لأنك أنت والده أليس كذلك.

جدول ميزانيتكم الخاص (يمكنكم الحصول مجاناً على مزيد من الدعايات الحكومية حول ذلك من الموقع [www.Aimhigher.ac.uk](http://www.Aimhigher.ac.uk))

يقوم هذا الجدول بحساب تكلفة المعيشة لابنك، فإذا قمت بالدخول إلى موقع Aimhigher على شبكة الإنترنت فسيقوم الجدول بإجراء الحسابات اللازمة لك.

اتبع الخطوات المبينة في الأسفل للحصول على الرصيد الأسبوعي والفصلي لابنك والذي يعتمد على دخله ونفقاته المحتملة، ويمكنك تغيير القيم الواردة في الجدول وإعادة حساب المجموع الكلي حسب ما تشاء.

1- أدخل الإيرادات التي يحصل عليها ابنك في الفصل

أدخل التفاصيل المتعلقة بالإيرادات الفصلية المحتملة لابنك في الصناديق الموجودة في الأسفل:

المعدل	الكمية	
-	<input type="text"/>	مساعدات الأهل
1250 جنيهاً	<input type="text"/>	القرض الطلابي
160 جنيهاً	<input type="text"/>	إيراد العمل الجزئي أو في أيام العطل
-	<input type="text"/>	مساعدات أخرى

2- أدخل النفقات الفصلية والأسبوعية لابنك

أدخل التفاصيل المتعلقة بالنفقات المحتملة لابتك في الصناديق الموجودة في الأسفل:

المعدل	الكمية	
800 جنيه	<input type="text"/>	الإيجار
100 جنيه	<input type="text"/>	كتب
100 جنيه	<input type="text"/>	ملابس
20 جنيهاً	<input type="text"/>	اسطوانات
15 جنيهاً	<input type="text"/>	نفقات أخرى

أدخل تفاصيل عن النفقات الأسبوعية المحتملة لابتك في الصناديق الموجودة في الأسفل:

المعدل	الكمية	
20 جنيهاً	<input type="text"/>	الطعام
35 جنيهاً	<input type="text"/>	تسليّة
10 جنيهات	<input type="text"/>	تنقلات محلية
20 جنيهاً	<input type="text"/>	فواتير منزلية
8 جنيهات	<input type="text"/>	مكالمات هاتفية
8 جنيهات	<input type="text"/>	نفقات أخرى

3- قم بحساب الرصيد

أدخل عدد الأسابيع الموجودة في الفصل (المتوسط إثنا عشر أسبوعاً) وبعدها اضغط على GO، لتقوم بحساب الرصيد الفصلي أو الأسبوعي لابتك بالاعتماد على الأرقام التي أدخلتها سابقاً.

عدد الأسابيع في الفصل  أسبوعاً

4- المبلغ الإجمالي

لقد تمّ حساب المبالغ الإجمالية التالية بالاعتماد على الأرقام المتعلقة بدخل ابنك ونفقاته التي تمّ إدخالها سابقاً.

الدخل الفصلي	<input type="text"/>	جنيه
النفقات الأسبوعية	<input type="text"/>	جنيه
النفقات الفصلية	<input type="text"/>	جنيه
الرصيد الإجمالي الأسبوعي	<input type="text"/>	جنيه
الرصيد الإجمالي الفصلي	<input type="text"/>	جنيه

### موازنة إضافية تقدّمها إيمهاير - الهيئة الحكومية لتطوير التعليم العالي

صدّق أو لا تصدّق: إن الحرص على نقود ابنك لدى ذهابه إلى الجامعة أو الكلية يُعدّ من أهم الأمور التي سيتعلّم القيام بها في تلك المرحلة، وهذا أمرٌ سيحتاج إليه طوال حياته.

وعلى ابنك قبل البدء بمشواره الدراسي إلقاء نظرة على جداول الميزانية التي وضعتها إيمهاير، فهي سهلة الاستخدام وستقدّم له معلومات تقريبيّة عن الأشياء التي ربما عليه الإنفاق عليها في الجامعة أو الكلية وذلك من أجل مساعدته على الاقتصاد في نقوده. ومن الجدير بالذكر أنّ الأرقام التي وردت كأمتلة هي أرقام تقديرية تتركز على النفقات الوسطية، وتختلف نفقات المعيشة من مكان إلى آخر أو تبعاً للمجال الذي يدرسه ابنك، لذلك من الأفضل الاتصال بالجامعة أو الكلية التي يأمل ابنك في الالتحاق بها إذ يمكنهم إعطاؤه الأجر الوسطية (إذا كان سيعيش بعيداً عن منطقتهم) ونفقات السفر إلى تلك المنطقة، ويمكنك الحصول على المزيد من التفاصيل الدقيقة من موقع UCAS أو من خلال النشرات المتوفرة على الإنترنت.

إن بإمكان الطلاب المقيمين في إنكلترا وويلز معرفة حسابات قرضهم أو مستحقاتهم من المنح المالية باستخدام جداول الإنترنت على موقع الدعم الطلابي المباشر Student Support Direct .

### بعض الإرشادات اللازمة لدراسة ميزانية مستقلة

- على ابنك معرفة ميزانيته الأسبوعية، وعليه أن يُجري حساباته حول كمية النقود التي يستطيع إنفاقها على أمور كالطعام واللباس والخروج، وعليه التقيد بتلك الميزانية قدر المستطاع.
- عليه الاحتفاظ بكشوف مشترياته أو بيانات العمليات المصرفية التي يقوم بها، وسيقوم المصرف بإعطائه كشف حساب في حال طلب ابنك ذلك.
- إذا علم ابنك أنه سيتلقى واحداً أو أكثر من المبالغ دفعة واحدة (قروض ومنح مالية) فعليه إدخالها في حسابه المصرفي فوراً بحيث يمكنه كسب بعض الفوائد منها إلى أن يضطر إلى السحب منها.
- عليه تدوين نفقاته النقدية، فمن السهل نسيان تلك النقود المتفرقة التي أنفقها في الليلة السابقة وهذه الكميات الصغيرة ستتراكم بشكلٍ سريعٍ يؤثر على ميزانيته لاحقاً.
- عليه الذهاب لرؤية مدير المصرف التابع له في حال واجهته أية مشاكل. ومن المفيد لك زيارة موقع [www. Studentmoney.org](http://www.Studentmoney.org) الذي يقدم لك الإرشادات اللازمة لتنظيم الموارد المالية لابنك.

### مواقع مفيدة أخرى على شبكة الإنترنت

لقد قمنا بإعداد قائمة بالمواقع الأخرى على شبكة الإنترنت التي يمكنها مساعدتك في ترشيد الميزانية، وستجد تلك القائمة على الموقع [www. Whiteadderpress.com](http://www.Whiteadderpress.com) بالإضافة إلى المعلومات المتعلقة بهذا الكتاب، وإن إدراجنا لتلك القائمة على شبكة الإنترنت يعني إبقائها قيد التحديث والتجديد.

## الفصل العاشر

### نصيحة الأهل والمعارف (التي سيتجاهلونها)

هل تتذكر أول يوم لابنك في المدرسة عندما تركته في الساحة وهو خائفٌ من كونه وحيداً بلا أصدقاء؟ وبالرغم من أنه لن يعترف بذلك إلا أنّ هذا ما يشعر به الآن، فهو سيترك أصدقاء المدرسة وسيذهب إلى مكانٍ آخر لا يعرف أحداً فيه، لذلك عليك تقديم يد المساعدة له .

هل تعرف أحداً لديه مراهق يدرس في نفس الجامعة أو ذاهبٌ إلى هناك في نفس الوقت الذي يذهب فيه ابنك؟ استفسر عن ذلك وحاول الحصول على رقم هاتف أي شخص يمكنه طمأنتك حتى ولو كان صديق صديقٍ لك وقم بالتكلم معه واقنع ابنك بالقيام بذلك أيضاً وحاول الحصول - على قدر ما تستطيع - على معلومات مفيدة عن الجامعة، فعندما ذهب ابني إلى الجامعة قمت بالتكلم مع السيدة ميشيل إليوت وهي مديرة هيئة مساعدة الأطفال وقد كانت قادرة على مساعدتي لأن أبنائها كانوا قد التحقوا بنفس الجامعة، لقد كانت متعاونةً جداً معي وسأبقى ممتنةً لها دائماً على طمأنتها لي وكذلك قام ابني بالتكلم مع أبنائها، وبالرغم من تكوينه لصدقاته الخاصة لدى وصوله إلى هناك كان من المفيد أيضاً أخذ رقم الهاتف المحمول لأبنائها .

#### ساعدوهم على الاتصال بالمنزل

النبأ الجيد هو أنّ فاتورة هاتفك المنزلي ستنخفض بمجرد مغادرة ابنك إلى الجامعة، أما النبأ السيء فهو أنّه لن يتصل بك إلا إذا أراد منك شيئاً وليس

لتطمئن عليه، لذلك زوّده بهاتف نقّال إذا أصرّ على ذلك. وسيقوم بالسعي للحصول على خطٍ لاحق الدفع بدلاً من استخدام البطاقات المسبقة الدفع كونك أنت الكفيل. عليك القيام بدراسة الأمر والبحث عن أفضل عقد ممكن والتأكد من كفاءة الشبكة في المنطقة التي ستكون إقامته فيها، وبإمكانك وضع شروط في العقد بحيث إذا أنفق ابنك أكثر من كمية معينة يكون عليه دفع الفرق. إنّ ذلك كله نوعٌ من الموازنة. هل هذا ما نسميه باللين تارةً والقسوة تارةً أخرى؟

### تخصيص وقت لدورة مكثفة في الأمور المنزلية

هل تعتقد بأنك قمت بتربية ابنك ليكون شخصاً مهتماً ومتحضرّاً؟ والمقصود من ذلك أنه لا يعرف أكثر من وضع طبقه فوق الجلاية والآن سيذهب إلى مكان يقوم فيه بإعداد الطعام بنفسه. لديك أربعة أسابيع لتعلّمه فنّ الطبخ وتشغيل الغسالة وملء المكواة بالماء، وعليك البدء بالأمور الأساسية (الجبين مع الخبز المحمّص) وقم بتحذيره من ترك المكواة أو الشواية موصولةً بالكهرباء وعلّمه أيضاً إجراءات السلامة الأخرى وشجّع على صنع وجبةٍ لك إذا شعرت أنّه أصبح قادراً على ذلك. إنّ أكثر الأشياء فائدةً والتي قمت بشرائها شخصياً لابني هي شواية جورج فورمان حيث يمكنه استخدامها لأشياء كثيرة. (حسناً، لم أكن قد فكّرت بذلك من قبل....).

### نصائح عن الأكل الصحي

إنّ ابنك ما زال بحاجة إلى تذكيره بالحصص الغذائية الخمس من الفاكهة والخضروات التي عليه تناولها يومياً حتى ولو كان السكن الجامعي سيقدم له الطعام، وإلاّ فسيدمنون على رقائق البطاطا والكتشب وبيقون على هذا النحو طيلة السنوات الثلاث القادمة (وأكثر من هذه المدة في حال اعتيادهم على الحياة الجامعية).

عليك التشديد عليه للذهاب إلى تناول الفطور، إذ يعتقد العديد من شبّان اليوم أنّ من الأفضل الذهاب إلى الجامعة دون تناول الفطور، ومن سوء حظك أن يقع ابنك في مجموعةٍ من أولئك الذين لا يتناولون الفطور. عليك إخباره بأن يبدأ يومه بتناول الفطور حتى ولو كان سيمضي بقية يومه نائماً.

## الفصل الحادي عشر

### توضيب الأمتعة

ليس لدي شيء لأرتديه!

لقد كنت تعتقد أن الطالب ليس بحاجة لأكثر من سروالين وقميصين..... إنَّ النبأ الجيد هو أن ابنتك لن تقوم بإزعاجك في تخصيص مصروف شهري أو أسبوعي لتشتري ملابس لها ولكن النبأ السيء هو أنَّها لم توفر نقود عطلة الصيف لشراء تلك الملابس قبل مغادرتها المنزل.

عليك ألا تتفعل لأنَّ اقتناءها لسروالين من الجينز لن يكون كافياً ولاسيما إذا كانت لا تستطيع تشغيل الغسالة، إلاَّ أنها في ذات الوقت لن تحتاج لأكثر من ستة جنزات. وعليك لفت نظرها إلى أنه قد لا يكون لديها متسع (خزانة) لوضع أغراضها كما هو الحال في المنزل، فإذا قامت بأخذ الكثير من الملابس قد لا تجد مكاناً لتعليقها جميعاً (هذا إذا قامت بتعليقها أصلاً).

قم بتشجيعها على أخذ مجموعة من الملابس غير الرسمية (العملية) بالإضافة إلى بعض الملابس الخاصة بالمناسبات الرسمية حتى ولو كانت تخجل من ارتداء الفساتين، كما ستقوم بعض الأقسام ومدرِّسو الجامعة بتنظيم حفلات شراب (كوكتيل) للطلاب فشجعها على الذهاب حتى ولو كانت غير معتادة على الذهاب إلاَّ إلى النوادي. لذلك لا مانع من اقتناء سروال جينز أنيق.

تميل ابنتي لارتداء الملابس المكشوفة البطن لذلك لا مانع من وضع ستترتين صوفيتين - خفية عنها - في حقيبتها فقد تشعر بالبرد وتضطر لارتدائها. وعليك أن تختار الملابس وفقاً لموقع الجامعة إذ من الممكن أن تكون جامعة



كارديف رطبة في حين أنّ جامعة إيست أنجليا فيها عواصف ورياح وبالنسبة لجامعة القديس أندراوس فيمكن أن تكون باردة جداً إلا أن لها طقساً خاصاً مما يسمح للطلاب بارتداء السراويل القصيرة حتى شهر تشرين الثاني (نوفمبر).

### الكتب

إنّ ابنتك ذاهبة إلى هناك للدراسة، أليس كذلك؟ هل يوجد بين مجموعة المعلومات المرسلّة من الجامعة قائمة بأسماء الكتب الخاصة بالقسم؟ فإذا كانت موجودةً كان عليها طلبها لكي تتمكن من الحصول عليها مسبقاً وتكون جاهزةً بحوزتها، وإذا لم يكن هناك قائمة فحاول إقناعها كي تتصل بالقسم وتطلب قائمة الكتب مسبقاً، وقد تكون ابنتك محقّةً في ترددّها إذ ربّما يعتقدون أنّها مهووسة بالدراسة. وكذلك شجعها على أخذ مقالات ونوط المستوى A معها إذ ستكون مفيدةً جداً لها وقد تستطيع الاستعانة بها أثناء دراستها.

### دفتر العناوين

هل تعرف ابنتك رقم هاتف مكتبك؟ هل تعرف عنوان جدّها بحيث تستطيع إرسال بطاقةٍ له في عيد ميلاده؟ اشتر لها مفكّرةً بغلاف سميك لتدوّن فيها المعلومات الهامة إضافةً لرقم هويتها الطلابية ورقم ضمانها الصحي ورقم حسابها المصرفي أو أية معلومات أخرى تخطر في بالك، ويُعدّ ذلك إجراءً احترازياً في حال أضاعت النسخ الأصلية، وكذلك زودها بمفكّرة تستطيع تدوين المحاضرات والمناقشات مع الأساتذة عليها، وبالرغم من أنها لن تستخدمها إلا أنّ ذلك يجعلك تشعر بالرضى.

### بطاقات بريدية مسلية وبسيطة بالاضافة إلى الطوابع

قد يجعلها ذلك أكثر ميلاً للبقاء على اتصال.

## نصيحة

عليك تذكير ابنتك بأن تأخذ معها صوراً شخصية لها فقد تحتاج إليها في بطاقات اتحاد الطلبة وغيرها، وإذا قامت بأخذ هذه الصور معها فسيوفر ذلك عليها الوقت والمال (على ابنتك ليس عليك).

## الحاسوب

تتوقع معظم الجامعات من الطلاب إحضار حواسيبهم الشخصية معهم، وبالنسبة للحاسب المحمول قد يكون من السهل إعادته إلى المنزل في نهاية الفصل الدراسي إلا أنه من السهل سرقة أيضاً، ولهذا السبب يُفضل معظم الطلاب اقتناء حواسيب كبيرة رغم صعوبة نقلها إلى البيت في نهاية الفصل الدراسي. وأما بالنسبة لنا فقد اخترنا لابنتنا النوع الثاني. وعليك تزويدها بأقراص مدمجة أو أقراص فيديو رقمية بحيث تستطيع حفظ كل شيء عليها أو بإمكانها إرسال عملها إلى حاسوبها في المنزل. وعليك التحقق من سياسة السكن فيما يتعلّق بالحاسوب ونفقاته، وكيف يمكنك تسديد النفقات من خلال أقساط شهرية أم عن طريق مراجعة مركز الحاسوب المتوفر في مكان إقامتك.

## رواية شخصية

«لقد قمنا بشراء حاسوب عادي لابنتنا بدلاً من الحاسوب المحمول وذلك بعد أن سُرق الحاسب المحمول لإحدى صديقاتها، لقد ذهبت الفتاة إلى نهاية الرواق لتصنع فنجاناً من القهوة تاركةً باب غرفتها مفتوحاً وراءها وعندما عادت وجدت أنّ حاسبها قد سُرق بكل ما يحتوي من معلومات وملفات دون أن تكون قد نسختها على أقراص، ولم يتم العثور على الحاسب حتى الآن».

(والدة طالبة في السنة الثانية في جامعة تاوسمبتون)

وينصح مارك بلاك الطلاب في كتابه الرائع *The Insider's guide to Getting A first (or avoiding a third)* بشراء الحاسوب والكتب إذا استطاعوا

ذلك لأن ذلك سيوفر لهم أفضل فرص النجاح، وهنا مقتطفات مما قاله:

- «أنفق النقود على الأمور التي تساعدك في إحراز موقع متقدم، تماماً كما يفعل فريق كرة القدم عندما يقدم التسهيلات الضرورية للاعبيه، لذلك قم بشراء حاسوب شخصي يحتوي على مجموعة برامج مهمة ومفيدة. ويمكنك شراء حاسوب بسعر أقل إذا أصرت على ذلك كما يمكنك الاشتراك في خدمة الإنترنت بحيث تستطيع تحميل محاضراتك من موقع الجامعة خلال ثوانٍ قليلة.»
- «اقتن برنامج (بور بوينت) لجعل عملك متقناً وقم بشراء طابعة و سكانر وذلك لتقوم بطبع محاضراتك ونسخ نوط زملائك أثناء الليل وإعادتها لهم في اليوم التالي.»
- «قم بشراء نسختك الخاصة من الكتب المطلوبة، فقد لا تتوفر دوماً في المكتبة ولا سيما لدى حاجتك الملحة إليها. وعليك الاطلاع على مزيد من الكتب التي تتعلق بمادتك بدلاً من الاكتفاء بالكتب المقررة في القائمة، وعليك مراجعة المكتبات المحلية والاشتراك في موقع [amazon.co.uk](http://amazon.co.uk) و [zon.co.uk](http://zon.co.uk)».
- «اشترك في مصادر أخرى مستقلة من المعلومات حيث يمكنك الإشارة إليها في الواجبات المفروضة عليك، ويُعدّ الموقعان التاليان (economist.com) و (ft.com) مثالين جيدين لك.»
- «بالطبع، ستقوم ابنتك بأخذ آلة التسجيل معها ، لذلك لا تزعج نفسك في الإشارة إلى عدم وجود مكانٍ لها في السيارة (انظر في الأسفل) واشتر لها ساعة منبه أو راديو منبه لتستطيع النهوض إلى محاضراتها. طبعاً نحن نمزح فقط. بل إننا لانمزح.

### نصيحة

من بين الأغراض التي عليك توضعها غطاء وبطانية ولحاف ووسادة مألوفة لديها وتحمل رائحة كلبها بحيث تشعر وكأنها في بيتها ، ومن الأفضل إعطائها الأغراض التي تريد التخلص منها .

## السيارة

مازلنا نتجادل مع ابنتنا بهذا الصدد، فوجهة نظرنا أنها قد تقتل نفسها، وقد تقوم بأخذ السيارة الاحتياطية الوحيدة في المنزل كما أنها قد تتفق نقود مَنحتها على الوقود وستكون فرصتها أقل في التعرف على الناس الآخرين كونها تركب سيارة وهم يمشون أو يركبون الدراجات الهوائية كما أنها ستجد نفسها تعمل كسائق تكسي غير مأجور لأصدقائها الذين سيقومون بإصدار ضجيج قد يؤثر على تركيزها في القيادة. وتقوم شركات التأمين بفرض ضريبة أكبر على الطلاب الذين يأخذون سياراتهم إلى الجامعة حتى ولو لم تعلمهم بذلك فلديهم وسائلهم الخفية في الكشف عن ذلك.

غالباً ما تكون وجهة نظر الآباء بهذا الشأن أقل تعقيداً، فهي سياراتهم وسيأخذونها بكل الأحوال.

على كلٍ نتمنى لك حظاً موفقاً في مفاوضاتك مع ابنك، وقد تتقذك قوانين الجامعة من هذا المأزق حيث تعمل بعض الجامعات مثل كامبريدج على عدم تشجيع الطلاب على إحضار سياراتهم الخاصة، وإذا لم يكن هناك بدّ فعليك التحقق من تأمين السيارة ومن وجود مكان آمن لركنها (وقوفها) في الجامعة إذ يمكنك أن تقول له دائماً عند تعرض السيارة للحوادث والسرقة «لقد أخبرتك ذلك من قبل».

## نصيحة

لا تنس أن تضع مع الأغراض مصداً لسند الباب وذلك لإبقاء باب غرفته مفتوحاً مما يشجّع على دخول أصدقاء جدد (ويمكنه استخدامه في الليل لإبقاء الباب موصداً في وجه المتطفلين).

## الفصل الثاني عشر

### الأمور الأساسية التي عليكم أخذها بعين الاعتبار قبل مغادرتهم

#### التأمين

تأكد من وجود تأمين في السكن يغطي ممتلكات ابنك في حال تعرضها لأي شيء، وإذا قام تأمينك المنزلي بذلك يكون قد حالفك الحظ. وهناك شركات متخصصة في التأمين الطلابي مثل شركة Endsleigh وموقعها الإلكتروني [www.end-sleigh.co.uk](http://www.end-sleigh.co.uk).

#### ضعوا لصاقات على كل شيء

لقد اعتقدت أنك تخلصت من استخدام اللصاقات المدرسية، ولكن عندما يقوم ابنك بإضاعة كنزته (وغيرها من الملابس الأساسية) في غرف الآخرين فسيكون بحاجة إلى وضع أكثر من لصاقة على أغراضه لكي يتعرف عليها، وهنا تكمن أهمية هذه اللصاقات.

عليك أيضاً حمل ابنك على وضع لصاقات على الأقراص المدمجة وآلة التسجيل والحاسوب المحمول وأي شيء آخر يخصه ويمكن استعارته أو فقده، فمن غير المحتمل قيام شخص بالاستيلاء على شيء يحمل اسماً.

#### نصيحة

يمكنك الحصول على صناديق لتوضيب الأغراض فيها من السوبر ماركت أو من شركات مثل شركة الصناديق الصفراء (Yellow Boxes)، ويمكنك الحصول على المزيد من المعلومات من مواقع شبكة الإنترنت.

## الصحة

سيتم تسجيل ابنتك كمریضة جامعية مما يعني معاينتها أثناء العطل كمریضة مؤقتة من قبل طبيب العائلة في موطنها، وعليها أن توقع طلباً تتعهد فيه بذلك. ويذكرك ذلك مرةً أخرى أنه بالرغم من وجودها في المنزل لقضاء العطل معك (إن كانت موجودة) فإنها قد غادرت له للأبد من وجهة نظر السلطات المعنية.

وكدليل قوي على ذلك هو انتقال الملاحظات المتعلقة بها من طبيب العائلة إلى الجامعة، ولن يكون الأمر سهلاً عندما تكون معك في المنزل وتريد التحقق من لقاحاتها وإلى ما هنالك من أمور أخرى، إذ سيكون عليها الاتصال بمركز الجامعة الطبي للحصول على المعلومات التي تريد.

تحذير: إذا كانت ابنتك بعيدة عن المنزل وأرادت منك القيام بتنظيم مواعيد لقاحاتها وغير ذلك، فلن يكون على المركز إعطاؤك المعلومات اللازمة كونها تجاوزت الثامنة عشرة ولأنك قد تطلعين على مشاكل طبية أخرى بشأنها (لا قدر الله).

## نصيحة

إذا لم يكن بمقدورك تذكر اللقاحات التي أخذتها ابنتك حتى سن الثامنة عشرة فيجب عليك الاتصال بمركز الصحة المحلي إذ يجب عليهم إعطاؤك رقم هاتف مركز الرعاية الصحية للأطفال التابع لمنطقتك، ويحتوي المركز على سجل بكل اللقاحات التي أعطيت لابنتك طيلة حياتها، أما بعد سن الثامنة عشرة فلن يستطيع أحد مساعدتك إلا إذا كنت واحدة من الأمهات المنظمات اللواتي يقمن باقتناء دفتر خاص باللقاحات ويسجلن تواريخ اللقاحات بدقة.

وقبل مغادرة ابنتك التي أوشكت أن تصبح طالبة في الجامعة عليك التحدث معها بأمور التربية الجنسية، لكن هل تعلم كيف تتصرف إذا لسعتها نحلة؟ لذلك عليك تزويدها بمجموعة من اللوازم الطبية مثل اللصاقات الطبية وكريم أنتيهيستامين وباراسيتامول وغيرها.

## اللوازم الطبية

باراسيتامول

ميزان حرارة

لصاقات طبية

أقراص للإمساك

أقراص لعسر الهضم

أقراص للنفخة

أقراص وكريم أنتيهيستامين (للحساسية والسعال)

برشام للزكام

كريم مطهر

مقص أظافر

وتقوم معظم الجامعات بإدارة برنامج لمقابلة الطلاب المستجدين خلال الفصل الأول، وذلك لتقديم الإرشادات اللازمة لهم وإجراء الفحوص في بعض الأحيان، شجعي ابنتك على ألا تفوت عليها ذلك، إذ لم يبق ابني حتى الآن بإجراء مقابله رغم أنه الآن في السنة الثانية.

## مواقع مفيدة على شبكة الإنترنت

يُعدّ موقع [www.studenthealth.co.uk](http://www.studenthealth.co.uk) موقعاً رائعاً إذ يتخذ موقفاً صائباً وجريئاً تجاه الصحة، فعلى سبيل المثال يقدم حقائق كالمعلومات التالية:

«تزدك الكربوهيدرات بحوالي 50% من متطلبات طاقتك لذلك فهي جزء مهم في وجبتك، وتتألف الكربوهيدرات - التي تتناولها - من عنصرين أساسيين هما السكريات والنشويات، ويمكنك الحصول على السكر من الفاكهة والخضروات ومشروبات الألبان والعسل وسكر المائدة والحلويات».



«تذكّر دائماً بأنك ابني الصغير وأنني أحبك»



## الفصل الثالث عشر

### الوصول إلى هناك

أعتقد أنّ من القساوة ترك الطالب يذهب لوحده في المرة الأولى، فحتى لو أصرّ على عدم مرافقتك له (وكأنه طالبٌ في أول يومٍ له في المدرسة) فإنّ شعوره سيتبدّل سريعاً حالما يجد نفسه واقفاً في محطة قطارات (أوستون) مع حقيبتين في كل يد ويتساءل على أي رصيفٍ يجب أن يقف، وبالرغم من أنه منعك من المجيء معه إلا أنه سيشعر بالاضطهاد لأنك تركته يذهب وحيداً. أنت الخاسر في كل الأحوال، والأهم من هذا كله «ماذا بعد»؟

من ناحيةٍ أخرى إذا قمت بالذهاب معه فعليك التظاهر بأنك لست موجوداً، إذ يمكنك التصرّف وكأنك سائق سيارة أجرة يقوم بنقله إلى المكان المطلوب ويحمل له الحقائب وينصرف فوراً بعد انتهاء مهمته. ومهما كانت أحاسيسك فعليك عدم إرباكه بالبكاء والتثشق أو الضحك بصوتٍ عالٍ أو البوح له بأن البيت سيكون هادئاً في غيابه أو بإعطائه حبوب الفيتامين وتنبئها إلى أنّ عليه النوم باكراً بعد الرحلة.

لقد قُمتُ بشيئين من الأشياء التي ذكرتها في الأعلى (احزر ما هي). لقد كان زوجي عملياً أكثر مني وقام بطرق باب الطالب في الغرفة المجاورة وقدم نفسه إليه ومن ثمّ قدم ابنا إليه أيضاً واقترح على الطالب أخذ ابنا معه في جولةٍ إلى المقهى في تلك الليلة، وبالدهشة تلقى الطالب ذلك بروحٍ مرحة (فقد تصرّف والده بالطريقة الغربية ذاتها عندما كان هو في سنته الأولى في الجامعة) وقام بتقديم ابنا إلى الطلاب الآخرين الموجودين في الرواق.

### نصيحة

تذكّر أن كل طالب في السنة الأولى سيشعر بالذعر في داخله مهما حاول إظهار عكس ذلك، وإذا لم يشعر بذلك فاعلم أنه متغطرسٌ جداً لدرجة لا تؤهله لأن يكون صديقاً جيداً لابنك.

### رواية شخصية

لقد كانت ابنة إحدى صديقاتي التي باشرت دوامها في جامعة نوتينغهام مبتهجةً جداً عندما تمّت دعوتها إلى غرفة جارتها للمشاركة في تناول كعكة بالشوكولا أعدتها أمها، وكذلك دُعي جميع من كنّ في الرواق وقمن بالتجمع حول الكعكة لتناولها كما قمن بالتعرّف على بعضهن البعض - وهذه ما أدعوها بالأم الذكية.

### المواصلات

قم بوضع كل شيء في السيارة إن استطعت ذلك، ويُعدّ هذا المشهد المزعج أكثر سهولةً من التوجه إلى القطار بصعوبةٍ بالغة وأنت تحمل محتويات غرفة نوم ابنك في كلتا يديك، وإذا لم يكن لديك سيارة أو لم تكن كبيرة بما يكفي فعليك استئجار سيارة - أو شاحنة مغلقة - تأهباً لذلك اليوم (وستندهش لدى معرفتك لعدد الآباء الذين يقومون بذلك).

إن هذا هو الأمر السهل أما الأمر الصعب فهو إيجاد مكان لتوقف السيارة حيث عليك القيام بذلك أثناء الليل السابق وإلا ستستغرق وقتاً طويلاً وأنت تتقل الأغراض وتصرخ على جميع من تراه بأن ابنك سيتأخر عن التسجيل. حاول إفساح المجال للسائق كي يرى من الزجاج الخلفي وإلا سيتم إيقافك من قبل الشرطة قبل الوصول إلى هناك.

ستبدو السيارة في نهاية الأمر أشبه ببرنامج مسابقات تستطيع فيه الاحتفاظ بكل ما تستطيع تذكره، لذلك لا تجزع من هذا المشهد. وعندما قمنا بتلك الرحلة الأولى مع ابننا لم نستطع حتى رؤيته في المقعد الخلفي إذ غاص بين آلة

التسجيل واللحاف والوسائد، وهذا من حُسن حظنا لأن مزاجه كان سيئاً للغاية طوال الطريق إلى اسكتلندا، وقد كان من الصعب خداعي فذلك كله مجرد نوبةٍ من التوتر العصبي حيث أنه يرغب بمغادرتنا وفي الوقت ذاته خائفٌ من ذلك. لذلك تصرّف بشكلٍ جيد واضبط نفسك كما فعلت حتى الآن.

وإذا لم تستطع نقل كل الأغراض بالسيارة فعليك أن تسأل في شركات النقل المحلية حول إمكانية القيام بذلك، هل تصدّق أنّ بإمكانك نقل حاسوبٍ وآلة تسجيلٍ وحقبةٍ بكلفةٍ تقلّ عن ستين جنيهاً، ولكن عليك التحقق من أنّ الأغراض مؤمّنٌ عليها من قبل الشركة ولا سيما إذا كنت ستدفع أول مئة جنييه.

### المساعدة في إفراغ الحقائب

قد تختلف تجهيزات السكن الجامعي بشكلٍ كبير من مكان لآخر، فقد كانت غرفة ابنا صغيرةً لدرجة أنها بالكاد تتسع لوقوف ثلاثة أشخاص بالإضافة إلى مكتبةٍ وسريرٍ وخزانة، فإذا وجدتم أنّ الغرفة غير ملائمة له يمكنكم الذهاب إلى مكتب التجهيز لوضع اسمه على لائحة الانتظار من أجل الحصول على غرفةٍ بديلة.

ومن ناحيةٍ أخرى ستدهش كثيراً للسرعة التي سيتأقلم فيها ابنك حالما يصبح له أصدقاء، كما أنّ مكاتب التجهيز معتادةٌ جداً على الآباء والأبناء الذين يرفضون الغرف التي تُقدّم لهم لذلك غالباً ما ينصحونكم - عندما يقدم ابنكم طلباً ليكون على لائحة الانتظار - أن تفكروا بروية قبل مغادرتكم. لقد قام ابن إحدى صديقاتي بالانتقال إلى مكان آخر ولكنه سرعان ما اكتشف لدى انتقاله إلى السكن الجديد المزوّد بأثاثٍ أفضل أنه خسر زملاءه الذين قابلهم في أول أسبوعين له في السكن القديم، والآن وبعد مضيّ سنتين مازال ابن صديقتي يذهب للقاء أصدقائه في السكن القديم ويعود للنوم في السكن الجديد، إلا أن ذلك ليس وضعاً ملائماً.

لاشكَّ أن بعض الجامعات تحتوي على أثاثٍ فاخرٍ، ولكن يجدر بك التحقق من الغرف قبل التحقق من المقرر.

وسواء حصل ابنك على غرفةٍ بأثاثٍ فاخرٍ أو متواضعٍ فالمهم هو جعل الغرفة تبدو كالمنزل قدر المستطاع، ومما لا شكَّ فيه أن ابنك سيحضر ملصقاته وموسيقاه الخاصة وإن شاء الله كتابه المقدس، ويُفضَّل أن تزوده بلوح لوضع الصور عليه وربما يحتاج إلى لوح أبيض ليدوّن ملاحظات تتعلّق بمحاضراته، ولقد قُمتُ بإعطاء ابني مفكرةً من أجل تدوين المواعيد النهائية لواجباته الأساسية إلا أنها بقيت فارغة حتى اليوم. وقد كان الأكثر فائدةً من ذلك كله هو إعطاؤه لحافه ( فرائحة اللحاف تذكّره ببيته ) وعلاّقات ملابس رغم أننا تجادلنا كثيراً بشأنها عندما كنّا نوضب الأغراض في المنزل فقد أصرّ على أنه لن يحتاج إليها (هل تعرف من كان على صواب؟).

وقد تكون لوازم التنظيف مفيدة أيضاً، إذ أن صديقة لي مسحت العنق عن جدران غرفة نوم ابنتها في إحدى الجامعات المرموقة التي لن أتى على ذكرها.

لقد قمت بتوضيب كميات من الشوكولا الفاخرة والحساء والكورن فلكس على الرغم من قيام السكن بتقديمها جزئياً، إلا أننا عدنا بها إلى المنزل بالإضافة إلى سلة القمامة الأنيقة (حيث يفي كيس القمامة تحت السرير بالغرض) ونصف مجموعة أقراص مدمجة وذلك لعدم وجود مكان يتسع لها.

ويبقى الأهم من ذلك كله تزويده بالنقود، فنحن نعلم أنك قمت برهن كل شيء لتتفق على دراسته في الجامعة إلا أنه يحتاج إلى النقود لينظم أموره في الأسبوع الأول، وسيكون هناك الكثير من النفقات المتوقعة بدءاً من تناول السندويش وانتهاء بالشراب في حفلات الاتحاد وذلك لجعله يعتاد على الأجواء الغربية.

## نصائح

- أحضر له بعض القطع النقدية من المصرف واطركها في غرفته ليدفع ثمن غسل ملابسه .
- اشتر له مفكرةً جدارية حيث يستطيع تدوين المواعيد النهائية لاختباراتهِ عليها وتواريخ نهاية الفصل وأعياد ميلاد الآخرين وغير ذلك .
- تأكد من وجود مخزن عمومي لتلك الصناديق الكرتونية الكبيرة كالتي استخدمتها لنقل آلة التسجيل وفي حال وجوده احتفظ بها هناك، ليقوم ابنك باستخدامها في توضيب أغراضه عند نهاية الفصل .

## الأمان

مهما كلف الأمر فعليك عدم تنبيهه بصوت مرتفع ليقوم بإقفال باب غرفته ورائه في كل مرة يذهب فيها إلى الرواق أو الحمام أو المرحاض، إذ سيعتقد جيرانه في الحال أنهم موضع شبهة. ولا يقوم الطلاب عادةً بإقفال أبواب غرفهم إذا لم يبتعدوا كثيراً عنها لأن ذلك غير لائق، إلا أنه في الوقت ذاته قد تتم سرقة الأشياء من الغرف أحياناً في مثل هذه الحالات.

إن أفضل شيءٍ تقوم به هو مساعدة ابنك على إيجاد مكانٍ آمنٍ ليحفظ فيه أوراقه الهامة مثل بطاقة المصرف وجواز السفر والهوية الشخصية وغير ذلك، ولقد أعطيت لكلٍ من أولادي مغلفاً شفافاً (إذ سيساعدهم المغلف الشفاف على تذكر ما في داخله) وجعلتهم يخفونه تحت ملابسهم الداخلية الموجودة في الخزانة.

## السلامة الشخصية

شجعوا ابنتكم على اقتناء جهاز إنذار لاستخدامه عند تعرضها لأية محاولة عنفٍ أو اعتداءٍ رغم اعتقادها أنكم تبالغون في ذلك، ويمكنكم شراء منبهٍ صغيرٍ جداً تستطيع إخفاؤه دون أن تبدو كحماقٍ. وعليكم التحدث معها بشأن عدم

العودة وحيدة أثناء الليل، ورغم أنكم كنتم تفعلون ذلك معها عندما كانت في المنزل إلا أن عليكم إفهامها أن الأمور السيئة والمحنة قد تحصل للفتيات (والفتيان) في الجامعة أيضاً. وتدرك معظم الجامعات هذا الأمر لذلك تقوم بتنظيم دورات للدفاع عن النفس أثناء التعرض للإعتداء.

وعليكم التحدث معها عن عدم تجاوز حدود الأدب والأخلاق عند اجتماعها مع أحد زملائها، فحتى لو كانت تعتقد أنها تعرف كل شيء عن ذلك عليكم أن توضحوا لها أنه من الأفضل أن ترفض الموعد في حال لم تكن راغبة في صحبة زميلها. كما عليكم التحدث معها حول تجنب المشروبات الكحولية، لقد قلنا وسنقول مرة أخرى إنه لا يجوز وضع شرابكم في مكان يستطيع الآخرون الوصول إليه خوفاً من دس شيء فيه. إن ما نقوله ليس تفاهات.

### نصيحة

قوموا بطباعة عناوينكم الشخصية مثل عنوان بريدكم الإلكتروني وضعوها ضمن غلاف بلاستيكي في محفظته أو محفظتها بحيث تشعرون بالأطمئنان من أن شخصاً سيتصل بكم في حال تعرض ابنكم لحادث.

### تفقدوا المكان

بعد انتهائكم من تضييب الغرفة وجعلها تبدو إلى حد ما كسجن بريكستون، فإنها ليست فكرة سيئة أن تتفقدوا الخدمات التي يقدمها السكن، ورغم عدم رغبة ابنكم في مرافقتكم إلا أنكم تستطيعون على الأقل إخباره بمكان حجرة الغسيل، ولا تدهشوا إذا لم تجدوه في الرواق لأنه ربما يكون قد ذهب في جولة استكشافية سريعة للبلدة ليتعرف على مكان المحطة وبعض المنافع الأخرى.

### نصيحة

لا تتوقعوا أن تضعوا ابنكم في الجامعة ومن ثم تهريون، حيث تتوقع الجامعات من الآباء بقاءهم في الجوار حتى تسديد رسوم التسجيل، وهنا عليكم تقديم شيك برسوم التعليم ورسوم السكن. وقد تعمل بعض الجامعات على توفير خدمة الدفع عن طريق بطاقة المصرف.

### البقاء من دون جدوى (التسكع)

عليكم مساعدته في تضييب غرفته شرط ألا تطيلوا البقاء معه فهو لا يرغب بأن يبدو للأخرين وكأنه ضعيف الشخصية، كما عليكم مواجهة الأمور بشجاعة وروية في هذا الوقت العصيب فلا تقوموا بذرف الدموع إلا بعد دخولكم إلى السيارة وتذكروا أنه أمرٌ طبيعي أن تكونوا منزعجين بالرغم من كونه ناضجاً إلى حد ما. ولكن من جهةٍ أخرى ستكون هناك إيجابيات لمغادرته المنزل إذ ستكونون أحراراً في دخولكم إلى الحمام ولن تصرخوا له لينزل لتناول العشاء كما ستخفض فاتورة هاتفكم إلى النصف وسيكون لديكم المزيد من الوقت للتحدث مع الشريك والأولاد الآخرين.

وإذا كانت الجامعة بعيدةً جداً عن مكان إقامتكم فربما تضطرون لبقاء الليل هناك ولذلك حاولوا القيام بذلك في الليلة التي تسبق التسجيل، لأن ابنكم لن يكون راغباً ببقائكم معه في أول ليلةٍ له حيث سيكون هناك الكثير من الفعاليات في أسبوع التعارف.

## الفصل الرابع عشر

### لقد غادرت

إن أسوأ ما في الأمر هو العودة إلى غرفة نوم فارغة إلا من أغراض طالما أردتم التخلص منها وملصقاتٍ كثيراً ما جعلتكم ترون أحلاماً مروعة إلا أنها الآن وبحكم تعاطفكم معه تبدو جذابة، اسمحوا لأنفسكم بالبكاء أو بالقفز فرحاً ولكن لا تبدأوا بترتيب الغرفة تحت أي ظرف كان لأن ذلك سيشعركم بحالٍ أسوأ، ولذلك انتظروا بضعة أيام حتى تعودوا لوضعكم الطبيعي إذ إن ذلك سيحصل في نهاية الأمر.

والأسبوعان الأولان هما أسوأ ما في الأمر، إذ ستستيقظون في الليل مذعورين وأنتم تفكرون فيما إذا عادت ابنتكم بأمان إلى غرفتها بعد حفلة الديسكو الأولى وسيستولي عليكم الذعر والخاوف اللاعقلانية وستتبادر إلى أذهانكم مجموعة من الأسئلة مثل هل ما زالت في مكان ما خارج السكن؟ إن أفضل شيءٍ يمكنكم القيام به في هذه الحالة هو العودة إلى النوم رغم أن ذلك قد يبدو قاسياً ولكن ما الذي يمكنكم فعله؟ هل ستصلون بها باستمرار؟ انسوا الأمر فهي لن تجيب على الهاتف المحمول.

ومع مرور الوقت ستعتادون على غيابها، وبرغم أنكم ستظلون تفتقدونها إلا أن الألم/الراحة ستصبح عاديةً، وقوموا بالتحدث مع الأصدقاء والجيران الذين خاضوا نفس التجربة، فلقد شعرت بالدهشة عندما أقرّ والدان طالما اعتقدت أنهما قاسيا القلب بأنهما تأثرا جداً لمغادرة ابنتهم.



### نصيحة

لدى مغادرة أبنائكم لا تقوموا برمي أغراضكم في أماكنهم لأنهم قد لا يجدون مكاناً لوضع أغراضهم لدى عودتهم إلى المنزل.

إن أروع ميزة في الهاتف المحمول (إذ أننا نعلم عن مساوئها) هي بقاؤكم على اتصالٍ مع أبنائكم شرط أن يتركوا أجهزتهم مفتوحة، ولا مانع من اتصالكم معهم في اليوم التالي لمعرفة ما فعلوه في الليلة السابقة، فعندما يخبروكم (هذا إن فعلوا) فستتمنون لو أنكم لم تسألوهم. وفي كل الأحوال ليس أمراً صائباً أن تتصلوا بهم كل يوم فهم بحاجة للاستقرار وربما يجعلهم صوتكم القلق في الطرف الآخر يشعرون بالاضطراب. ولدى ذهاب الأولاد إلى مدرسةٍ داخليةٍ فغالباً ما يوجد قانون يحظر على الآباء الاتصال بأبنائهم في الأسبوع الأول أو الأسبوعين الأوليين، ورغم أن ذلك أمرٌ مؤلمٌ إلا أن هناك سبباً وراءه، فهم بحاجة لأن يتعودوا على الأجواء الجديدة بمعزلٍ عن أي شخصٍ يجعلهم يشعرون بالحنين إلى المنزل.

### نصيحة

● يمكنكم بالإضافة إلى الاتصال أو عوضاً عنه كتابة رسالة حافلة بالأخبار أو يمكنكم إرسال بطاقة لطيفة، ففي هذا العصر الإلكتروني تُعدُّ قراءة شيءٍ مكتوبٍ على الورق وتمكن إعادة قراءته بدلاً من حذفه أمراً مريحاً، كما أنه لا مانع من وضع ورقةٍ من فئة الخمسة جنيهاً مع الرسالة إذ سيبدو ذلك لطيفاً.

● عليكم ألا تتصلوا بهم كل يوم وفي أية ساعة فهم بحاجة إلى فرصةٍ ليشعروا بالاستقرار وعلينكم تعويد أنفسكم على ذلك.

● تعلموا أن تكتبوا لهم إذ يُعدُّ ذلك أقلَّ تطفلاً من إجراء مكالمات هاتفيةٍ وبذلك لن تقطع على ابنك حديثه مع شخصٍ أو قيامه بشيءٍ آخر.

## الأثر على الأولاد الآخرين

إذا كان لديكم أولادٌ آخرون فيمكنكم إلهاء أنفسكم برعايتهم، فهم أيضاً سيشعرون بالانزعاج إلى حدٍ ما ليس بسبب قيامكم بتجاهلهم خلال الشهر الماضي وأنتم تبدلون الجهود الجبارة لإيصال أخيهم للجامعة بل لأنهم سيفتقدون آخاهم/أختهم مهما كانوا يشعرون بالكره تجاههم عندما كانوا تحت سقفٍ واحد.

ومن الأشياء التي لم أكن قد فكّرت بها - حتى ذهب ابننا إلى الجامعة - الأثر الذي تركه غيابها على تصرفات العائلة، فإذا كان لديكم ثلاثة أولاد فمن المحتمل انسجام اثنين منهم بشكلٍ كبير ولذلك عندما يرحل أحدهم سيقوم الأولاد بإعادة صياغة علاقتهم ببعضهم البعض، فربما سيحبون بعضهم أكثر من قبل وربما أقل، وتكمن صعوبة مهمتك في إبقاء حبل الودّ موصولاً بينهم.

كما أنه ليس أمراً عادياً أن يقلّ عدد الأولاد الذين تتحملون أعباءهم، فقد مرّت سنوات وأنتم تشتكون من صعوبة التعامل مع تلك الأعباء، وفجأةً يقلّ عدد الذين تقومون بخدمتهم فرداً لتجدوا أن الأمر ليس سهلاً فقد بقيت لبضعة أسابيع وأنا أقوم بإعداد المائدة لخمسة أشخاص بدلاً من أربعة.

عليكم عدم الشعور بالخوف إذ سيحدث ذلك عند استيقاظكم في الليل، وسوف تعتادون تدريجياً على ذلك أو كما أخبرتني كليير رينر ذات مرة خلال مقابلةٍ معها " كل شيء سينقضي سواء أكان جيداً أم سيئاً"، ومع مرور الأسابيع ستجدون أنكم تستجمعون قواكم وترعون أبناءكم، اثنان بدلاً من ثلاثة؟ واحدٌ بدلاً من اثنين؟ إن ذلك أمرٌ جيد لأنه سيتمحکم فرصة إعطاء وقت أكبر لرعاية باقي أبنائكم.

ولسببٍ نجهله لا يُقدّر الأبناء الباقون دائماً تلك الرعاية، فقد انتحب أحد أولادي قائلاً "لا أحب أن أكون الابن الوحيد في المنزل" وذلك عندما كانت أخته في رحلةٍ مدرسية وأخوه الأكبر في الجامعة، ولذلك عليكم عدم المبالغة في التعامل معهم فوجود ابن واحدٍ في المنزل لا يعني مراقبة كل تصرفاته وعلينكم إفساح المجال له.

وماذا سيحدث عند مغادرة الولد الأخير إلى الجامعة؟ في هذه المرحلة عليكم إعادة اكتشاف أنفسكم وشريككم (هذا إذا كان ما زال لديكم شريك)، ويعدّ ذلك أمراً حاسماً ومهماً ويحتاج إلى حيزٍ أكبر للحديث عنه (انظر الفصل الحادي والعشرين).

وخلال هذه الفترة عليكم تشجيع أبنائكم الآخرين للبقاء على اتصال مع أخيهم الجامعي الأكبر سنّاً حتى ولو كانوا يفتقدون لتلك المشاعر القوية تجاه بعضهم البعض إلا أن بقاءهم على اتصال يُعدّ أمراً أساسياً في تقاربهم مستقبلاً، إذ إنّ من السهل في هذه المرحلة حدوث فتورٍ في علاقتهم ببعضهم لأنهم لم يعودوا يعيشون تحت سقف واحد، لذلك قوموا بتشجيعهم على كتابة رسائل إلكترونية أو التواصل المباشر عبر الحاسوب (MSN) أو حتى بكتابة رسائل عادية. لقد كان ابننا الصغير يفتقد إلى أخيه كثيراً لدرجة أنه انتقل للعيش في غرفته بشكل مؤقت من أجل الشعور بالراحة وكان يعود إلى غرفته أثناء العطل.

وعليكم مهما كلفكم الأمر عدم القيام بإجراء تغييراتٍ فورية على غرفة ابنتكم فهي تحبّ أن تجد كل شيءٍ على حاله لدى عودتها. إنني أعرف شخصاً قام بتأجير غرفة نوم ابنته وعندما انتهى الفصل الدراسي لم تعد الفتاة إلى المنزل. هل تلقون باللوم عليها؟

#### رواية شخصية

لقد كانت إحدى صديقاتي تشعر بالسأم فابنتها نادراً ما تتصل بها، لذلك قامت بتشجيع ابنتها على الاشتراك في موقع Yahoo والانضمام للمحادثة مع الأهل والأصدقاء. لقد كان ذلك مريحاً أكثر من إجراء اتصال هاتفي فقد علمت صديقتي عن ابنتها كل أنواع الأخبار التي كانت تريد معرفتها والتي ما كانت ستحصل عليها من خلال الرسائل الإلكترونية «كانت تسجل دخولها وعندما ترى أننا نتحدث سرعان ما كانت تتضمن إلينا، لقد كانت تقوم بذلك أكثر من قيامها بكتابة رسالة إلكترونية رسمية لنا».

## الفصل الخامس عشر

### مساعدتهم خلال الأسابيع القليلة الأولى

قد لا يحتاجون إلى ذلك في حال وجود أصدقاء جدد ووجود مقهى الاتحاد، إذ ما الذي يريدونه أكثر من ذلك؟ إلا أن بعض الأبناء - بمن فيهم الراشدون - قد يجدون صعوبة في تكوين الأصدقاء أكثر من غيرهم، ولا شيء أسوأ من سماع ابنتكم الوحيدة في الطرف الآخر من الخط وهي تشتكي من عدم حصولها على أصدقاء حتى الآن وتتساءل فيما إذا كانت مصيبةً في مجيئها إلى هنا أم لا. لقد حصل ذلك مع أنجيلا (من لندن) التي ذهب ابنها إلى جامعة (كنت) «لقد كان الأسبوع الأول هو الأسوأ على الإطلاق وقد اعتقدت أنه سيكون على ما يرام، إذ يقوم اتحاد الطلبة بإعداد الكثير من الفعاليات لأسبوع التعارف، إلا أن ابنها غالباً ما يخجل عندما يتعلق الأمر بتكوين الأصدقاء، والأسوأ من ذلك وجوده في رواق خالٍ من طلاب السنة الأولى فلقد قَدِمَ إلى هنا قبل أسبوعٍ من بدء أسبوع التعارف ولقد كان طالب السنة الأولى الوحيد في الرواق».

وتحرص معظم الوحدات السكنية الجامعية على وجود أكثر من طالب جديد في نفس الرواق؟ ولكن إن حصل هذا مع ابنتكم فعليكم القيام بشيءٍ ما من أجل ذلك، إذ يمكنكم الاتصال بمسؤول السكن - حيث يوجد واحدٌ في كل مبنى - واستفسروا عن إمكانية نقله إلى مكان آخر.

لا يمكنكم إكراه أبنائكم على الذهاب إلى الفعاليات الاجتماعية التي تقام أثناء أسبوع التعارف، ففي الحقيقة يتغيّب معظم الشبان عن تلك الفعاليات نتيجة خروجهم مع أصدقائهم الجدد، وهذا أمر سيء. ولكن يمكن إخبار أبنائكم

عن الفعاليات القادمة عندما يتم الإعلان عنها إما من خلال النشرات التي ستهال عليكم قبل البدء بالفعاليات أو من خلال تجوالكم في مكاتب الاتحاد في اليوم الأول.

ومن ناحية أخرى عليكم ألا تشعروا بالقلق من عدم قدرتكم على الاتصال بأبنائكم أثناء أسبوع التعارف، ونقول لأولئك الذين لم يختبروا مباحج ذلك الأسبوع إنه عبارة عن سلسلة حفلات متواصلة وحفلات ديسكو وغيرها من أمور قد تتراءى لك في كوايبسك يقوم الاتحاد بتظيمها إلا أن لجنة السكن لديها مفاجأتها الخاصة أيضاً.

وإذا كنت تتساءل عما انتهى إليه ابن أنجيلا فستكون مسروراً لمعرفة النهاية السعيدة «لم يكن قد التقى بأصدقاء مناسبين له حتى نهاية الفصل الأول وقد بقي يفكر ولبضعة أسابيع في ترك الجامعة ولكني أقنعتة بالبقاء مذكراً إياه بالوقت الذي استغرقه للحصول على أصدقاء عندما كان في المرحلة الثانوية، وبعد ذلك قام بالانضمام إلى نادي التسلق الذي تم الإعلان عنه في الإتحاد وقام بمقابلة أشخاص انسجم معهم كثيراً وما يزالون أصدقاء له حتى الآن وهو في السنة الثالثة».

### التسجيل

قد يشعر والدا كيلجوي بالراحة لدى معرفتهم أن أسبوع التعارف ليس مجرد لهوٍ وتسلية فهناك أيضاً أمرٌ أكثر أهمية ألا وهو التسجيل، و تقوم بعض الجامعات بذلك في أول يوم لها فإذا كان ابنكم بحاجة فعلية لمساعدتكم يجب عليكم البقاء للتأكد من ملئه لطلبات التسجيل الصحيحة.

وقد تطلب منكم – العديد من الجامعات – الدخول إلى نظام الحاسوب الجامعي، وهذه أعقد عملية يمكنك تصورها إلا إذا كنت خبيراً في الحاسوب، فقد يتطلب ذلك سلسلة عمليات قد تستغرق عدة ساعات للوصول إلى كلمة

المرور الصحيحة وبعدها تحصلون - عبر الجامعة - على الطريقة الصحيحة لوصول حاسبكم المحمول إلى شبكة الجامعة الضخمة. تلك كانت تجربتنا وإذا أردتم تقديم العون لابنكم عليكم التبرع ببضع ساعات من وقتكم وإلا فاتركوه وحيداً وغادروا إلى المنزل.

لا تغادروا قبل التحقق من بريده الإلكتروني (فربما يكون قد قرر تغييره دون إعلامكم بذلك)، كما عليكم تذكيره - بالرغم من أن الدعايات الجامعية تكون قد فعلت ذلك سابقاً - أن المدرسين في أغلب الأحيان يتواصلون مع الطلاب من خلال بريد الجامعة الإلكتروني، لذلك عليه الاطلاع على البريد بشكل دوري وألا يقوم فقط بالدخول إلى موقع (hotmail) الذي يستخدمه كل الأصدقاء.

ولا داعي للقول بأن ابنك بحاجة إلى مأخذ كهربائي خاص بحاسوبه في الغرفة، وتقدم معظم الوحدات السكنية الجامعية تلك الخدمة تلقائياً ولكن إذا سكن ابنكم في سكن طلابي سيكون عليكم مناقشة هذا الأمر مع المالك، وأضف إلى معلوماتك أن المكتبة تحتوي على حواسيب يستطيع ابنكم من خلالها الحصول على رسائل مدرّسيه في الجامعة في حال أراد المدرس معرفة لماذا لم يحضر ابنكم حلقة البحث. لكن أنتم لا تريدون معرفة ذلك. أليس كذلك؟

### عندما ينتهي أسبوع التعارف

هنا يكون الوقت قد حان لإجراء مكالمة هاتفية أو إرسال رسالة بالبريد الإلكتروني لتذكيرها أن العمل سيبدأ في اليوم التالي، فهل قامت بتجميع ملفاتها؟ وهل تحققت من برنامجها في الكلية المناسبة؟ وهل لديها أدنى فكرة عن مكان إلقاء المحاضرة؟

### أفضل عشرة نصائح لحياة طلابية ناجحة

1- إن اتحاد الطلبة صديق لك - إذ سيكون قادراً على دعمك وتقديم العديد من الخدمات والنشاطات الاجتماعية المتوفرة في الجامعة.

2- قم بتكوين صداقات - ستشعر في البداية برهبة الكلية أو الجامعة ولكن عليك التذكر بأن طلاباً آخرين سيشعرون ذات الشعور، فغالباً ما تعني الجامعة الابتعاد عن المنزل والأهل والأصدقاء لذلك استفد من رغبة الطلاب في تكوين صداقات لهم أيضاً .

3- حاول أن تكون اجتماعياً - فوجودك في الجامعة بقصد الدراسة لا يعني انعدام وجود فرص رائعة للمرح، إذ سيطول بقاؤك لعدة سنوات وعليك الحرص على عدم الشعور بالملل، وبعده حصولك على الراحة والاستمتاع بوقتك أمراً مهماً أيضاً ، حيث يقوم اتحاد الطلبة بتقديم الكثير من النشاطات المتنوعة والنوادي والجمعيات ومقاهي الطلبة. ورغم أنه ليس عليك الاحتفال بشكل يومي لكن من المهم حصولك على وقت استراحة .

4- ستستغرق بعض الوقت لتتأقلم - ستؤدي الحياة الجامعية إلى تغيير جذري في حياتك، وقد يستغرق بعض الناس وقتاً للتعود عليها لكن عليك ألا تنسى أنها ستكون خبرة مفيدة للغاية. وقد تحتاج لبعض الوقت للتعود على الحياة الجديدة إلا أنك ستنجح في ذلك في نهاية الأمر .

5- عليك إيجاد المكتبة والقيام بزيارة إليها - ستكون المكتبة أساسية ومهمة لك في دراستك حيث تحتوي على الكثير من المراجع التي ستحتاجها لاحقاً، وتوجه مكتبات الجامعة الدعوة لطلابها لزيارتها، ورغم أن هذا لا يبدو مثيراً إلا أنها طريقة رائعة في اكتشاف ما تقدمه تلك المكتبات ومعرفة طريقة الحصول على ما تريده بسهولة .

6- اقتصد في مصروفك - من وجهة نظر الكثيرين أن تكون طالباً لا يعني أنك تتعم بالكثير من النقود ولكن إذا وضعت خطة مدروسة للإنفاق وتقيدت بميزانية معينة فستكون قادراً على إمتاع نفسك دون أن تغرق في الديون .

7- نظم وقتك - كلما كنت منظماً كلما كانت دراستك أكثر سهولة، لذلك عليك التحضير بشكل مسبق بحيث تكون قادراً على إنجاز واجب مفروض عليك في اليوم التالي دون الحاجة للسهر طوال الليل .

8- قم بالتعرّف على بلدتك الجديدة - يلجأ العديد من الناس أثناء دراستهم الجامعية للعيش في بلدة أو مدينة جديدة، لذلك باشر في التعرف على المنطقة وخدماتها والأماكن الجيدة لتناول الطعام وأفضل النوادي وأرخص المحلات التجارية.

9- ابقَ على اتصال مع الأهل والأصدقاء - عليك البقاء على اتصال مع الأهل والأصدقاء الموجودين في منطقتك، فما زالوا قادرين على تقديم الدعم والتشجيع لك.

10- عندما تسوء الأمور معك - لدى مواجهتك لأية صعوبات قد تؤثر على دراستك عليك الإسراع في إخبار مدرّسك المباشر أو المشرف على المقرر فقد يكون بمقدورهم منحك فرصة إضافية لتتجز واجبك أو قد يأخذون ذلك بعين الاعتبار لدى إجراء الاختبارات، أما في حال عدم معرفتهم بذلك فلن يكونوا قادرين على مساعدتك.



«لكن يا أبي، إن الوضع سيء للغاية هنا، فإن أردتُ صنع كأس من الشاي عليّ

أن أصنعه بنفسني»



## الفصل السادس عشر

### المشاكل وكيفية تخطيها

في البداية لن يشعر الطلاب بأنهم على ما يرام غير أنهم لن يُقرّوا بذلك، ولكن يمكنكم اكتشاف ذلك من خلال حسكم الأبوي الفضولي الذي طالما رافقكم عندما كانوا صغاراً، حيث ستدركون من نبرة صوتهم على السماعه إذا ما كانوا يعانون من مشكلة ما في حين لن تكونوا قادرين على إدراك ذلك من خلال رسائل البريد الإلكتروني.

#### الحنين إلى الوطن

مهما كان الأسى الذي يشعر به نتيجة ابتعاده عن المنزل فإنه يعود لوجوده في غرفة طلابية صغيرة تفتقر إلى بوفية المشروبات والثلاجة وخدماتكم التي اعتاد عليها، وهذا كله سيدفعه للشعور بالحنين إلى المنزل والأهل ، وعليكم عدم الاعتقاد بأن هذا الشعور حكرٌ على الفتيات فقط بل والفتيان أيضاً، ولكن ذلك لا يعني أن ابنكم ضعيف الشخصية فالحنين ردة فعلٍ طبيعية نتيجة الإحساس بالوحدة والابتعاد عن البيت الذي طالما كرهه.

إن ما عليكم فعله في هذه الحالة هو:

- عليكم طمأننته بأن الأمر قد يستغرق وقتاً ليجد أصدقاء مناسبين له.
- قوموا بتذكيره بأنه قد اختبر هذا الشعور سابقاً عندما التحق بالمدرسة الثانوية.
- شجعوه على الانضمام إلى الجمعيات والنوادي، حيث توفر النوادي الرياضية فرصة رائعة لمقابلة الناس، لذلك شجعوه على الانتساب إليها أو إلى نادي كرة القدم.

إن الأمر عائدٌ له في نهاية المطاف إذ لا يمكنكم الطلب من أصدقائه تناول الشاي معه كي يجد من يلهو معه، وأفضل ما يمكنكم فعله في هذه الحالة تركه يواجه الأمر بنفسه على أن تكونوا قريبين منه إن احتاج لذلك، ولكن عليكم عدم المبالغة فقد تشعرون برغبةٍ ملحةٍ للاتصال معه يومياً وإذا فعلتم ذلك سيكون غير قادر على الاستقرار، وعليكم عند التحدث معه عدم إظهار لهفتكم الشديدة أو إخباره عن الحال التي آل إليها قلبه، ويمكنكم أن تكونوا إيجابيين في حديثكم بحيث تخبروه عن الأعمال التي تقومون بها في غيابه وكذلك أسألوه عن ما قام به أيضاً، ولا تُغفلوا ذكر الأشياء الصغيرة والتافهة التي تحدث في المنزل فهذه الأمور رغم تفاهتها قد تعني لكم الكثير لدى ابتعادكم عن المنزل، وحاولوا أن تبينوا له كم يبدو المنزل مملاً ومضجراً وكم هو محظوظ لوجوده في مكان أكثر إثارة.

ويعدُّ اللجوء إلى الطريقة التقليدية في كتابة الرسائل أمراً جيداً، فقد شعرت بالذنب مع نهاية سنته الجامعية الأولى عندما أخبرني ابني أنني الأم الوحيدة التي لم ترسل الطعام ضمن طرود بريدية، والأمر هنا لا يتعلق بإمكانية شرائه للطعام من السوبر ماركت أو بحصوله على وجبة مقبولة من مطعم الاتحاد بل يتعلق الأمر برغبته في الحصول على طردٍ بريديٍّ مفاجئٍ، وهذا يبين أن الطلاب أطفالٌ في داخلهم.

إن القلق الذي يسيطر على الطلاب في هذه المرحلة مشابهٌ لقلقهم وهم صغار أثناء ابتعاد آبائهم عنهم، وهذا أمر طبيعي فهل تتذكرون صراخهم وهم صغار عندما كنتم تغادرون الغرفة حتى لمجرد دقيقة واحدة؟ إن صراخهم هذا نابعٌ من إحساسهم الفطري بالخطر الذي يتربص بهم في حال غيابكم عنهم. ومن السلوك الشائع في علم النفس شعور الطلاب بالذعر من فكرة موت آبائهم في حادث سيارة أو تعرّضهم لحادث مرّوع، ويُعدُّ ذلك كله نوعاً من تعلّم مواجهة الأمور ومعالجتها لوحدهم. فإذا صارحوكم بخوفهم احرصوا على طمأننتهم وقوموا بوضع خطة طوارئ بحيث يتمكن شخصٌ ما من العائلة إخبارهم في حال وقوع كارثة ما، وبذلك لن يكونوا آخر من يعلم وسيخفّ قلقهم تدريجياً.

## نصيحة

نصيحة من قسم الدعم الطلابي في جامعة القديس أندراوس: «أخبروا ابنتكم أو ابنكم أنّ مشاعر الحنين ستطفئ على كل الطلبة إلا أنّ البعض قد لا يرغب في الإفصاح عنها».

يمكنكم أن تقترحوا عليهم البوح بمشاعرهم إلى شخصٍ مناسبٍ ومتفهمٍ لا إلى شخصٍ يقوم بانتقادهم والسخرية منهم، وإنه لأمر جيد أن يقول الطالب للآخر هذا ما أشعر به أيضاً، وبهذا سيكونون وبدون سابق إنذار قد حصلوا على رفيقٍ يشاطرهم مشاعرهم.

تحذير: من الأمور البارزة التي قد تحدث للطلاب أثناء غيابه عن منزله هي موت جدّ له أو انتقالكم للعيش في مكان آخر، ويجب عليكم إخباره بكل ما يجري ولا تحاولوا توفير الألم عليه بتأجيل الخبر إلى وقتٍ لاحق، وإنني أذكر موت عرابتي المضجع عندما كنت في الجامعة ولم تخبرني أمي بذلك إلا بعد انتهاء مراسم الدفن مما جعلني أشعر بالغبن إذ لم يُتَح لي المجال لأكون موجودةً أثناء الدفن، وهذا الأمر يجعلني أتساءل ما الأمور الأخرى التي تخفيها أمي أيضاً. لذلك كونوا صريحين مع أبنائكم. وللمزيد حول هذا الموضوع انظروا إلى الفصل العشرين.

## الفصل السابع عشر

### دراسة، دراسة، دراسة

#### صعوبات المقرر

إن ذلك جُلّ ما يخشاه كل أبٍ أو ابن (حسناً، أحدهما)، حيث تكون ابنتكم قد اختارت الجامعة من أجل المقرر (وبغض النظر عن كون ولدكم ذكراً أم أنثى)، فإذا كان المقرر غير مناسب فستعرضها بعض المشاكل.

انصحوهم بالانتظار لبضعة أسابيع ريثما يتأقلمون، حيث يحتاج التأقلم مع أي ظرفٍ جديدٍ إلى مزيدٍ من الوقت، كما عليهم الانخراط في المادة بشكلٍ ملائمٍ قبل اتخاذ قرارهم بشأنها، وإذا ظلّوا على قناعتهم بأنهم قد اختاروا مقررًا غير مناسبٍ لهم فعليهم مراجعة مدرّسهم المباشر أو رئيس قسمهم، فربما كان هناك خيارٌ آخر في المقرر يمكنهم قبوله، وربما لم يفِث الأوان لتغيير المواد بالكامل.

#### نصيحة

نصيحة مقدمة من الخدمة الاستشارية في جامعة القديس أندراوس: «قوموا بالتحقق من الموعد النهائي لتغيير المقررات أو الوحدات الدراسية، وإذا كان هناك موعدٌ نهائيٌ محدد، حاولوا اتخاذ قراركم قبل انتهاء الموعد، وغالباً ما يستمر ذلك لمدة أسبوعين أو ثلاثة».

#### إلى أين عليكم اللجوء لطلب المساعدة عموماً

إن باستطاعتكم إقناعها بمراجعة الخدمات الاستشارية / خدمات الرعاية التي سيتم الإعلان عنها في لوائح الإعلانات الموجودة في كل السكنات الجامعية.

وستقوم إدارة الجامعة بإدارة بعض هذه الخدمات (إذ سيوجد مستشارٌ خبير في المكان)، وسيقوم اتحاد الطلبة بإدارة بعضها الآخر (على سبيل المثال خدمة الاستشارات الطلابية).

وعليكم عدم الانسياق وراء رغبتكم في التحدث إلى شخصٍ ما دون علم ابنتكم فهي لن تكون ممتنةً لكم، وفي حال عدم ممانعتها يمكنكم الاتصال بمدربسها أو رئيس قسمها وتحديد موعدٍ تكون ابنتكم حاضرةً فيه.

وحسب مذهبكم الديني، يمكنكم تشجيعها على الذهاب إلى رجل دين أو أي كان في الجامعة المعنية بالأمر، وهذا لا يتطلب منكم أن تكونوا شديدي التدين لكي يحق لكم فعل ذلك، وفي الوقت نفسه يبعث هذا على الطمأنينة في أنفسكم. وإذا كان عمر ابنتكم تسع عشرة سنة أو ما دون، يمكنها التواصل مع رابطة الأصدقاء، وهي خدمة حكومية استشارية جديدة لمساعدة الشبان في مناقشة جميع مشاكلهم بما في ذلك المخدرات وضغط الامتحان والأهل القساة والعلاقات (حتى الصعب منها). ادخلوا إلى الموقع [www.connexion.gov.uk](http://www.connexion.gov.uk).

### نصيحة

تنشأ معظم صعوبات المقرر عن الطلبة غير المنظمين، لذلك حاولوا إقناعهم بكتابة المواعيد النهائية وملخصات عن المادة، وفي حالة الضرورة، قوموا بتزويدهم بملزمة ولوائح جدارية وبعبارات تشجيعية عبر رسائلهم بالبريد الإلكتروني.

### تغيير الجامعات

وإذا لم تشعر ابنتكم بشكلٍ فعلي أن أيًّا من مواد المقرر مناسبة لها، وكان الوقت المخصص للتغيير قد فات، فعليها التفكير في التوقف لمدة سنةٍ وتبدأ بعدها من جديد. وإن كانت قد كرهت الجامعة بحد ذاتها وأرادت الانتقال إلى مكانٍ آخر سيكون عليكم مرةً أخرى التحقق من رغبتها الفعلية في القيام بذلك قبل الإقدام على هذه الخطوة الحاسمة.

تكلّموا مع مدرستها القديمة، واطلبوا النصح بشأن البديل الأفضل لذلك المقرر وتلك الجامعة، حيث تحرص معظم المدارس على مساعدة طلابها السابقين ولا سيما الذين هم بحاجة لذلك. وفي حال فوات الأوان لهذه السنة يكون على ابنتكم التوقف لمدة سنةٍ ومن ثم تعيد الكرة عبر UCAS. وربما تضطر لإعادة الوحدات الدراسية المتعلقة بالمستوى A. بهدف الحصول على درجاتٍ مختلفةٍ لمقررٍ جديد. قوموا مرةً أخرى بمناقشة ذلك مع المدرسة.

### هل يستحقّ عليهم دفع الرسوم في حال المغادرة؟

تقول (إيمهاير – الهيئة الحكومية) في مجال الترويج للتعليم الجامعي ومجالاته: «إذا قام ابنكم أو ابنتكم بتغيير المقررات من جامعةٍ إلى أخرى فيمكنكم تقديم طلب استرجاع إن كنتم قد دفعتم رسوم التعليم، أما في حال فوات الأوان، فلن يكون بمقدوركم الالتحاق بجامعةٍ جديدةٍ إلا في السنة القادمة. وعليكم أيضاً إعادة التقدّم عبر الهيئة التربوية المحلية من أجل الحصول على منح مالية إضافية لدفع الرسوم في الجامعة الجديدة المختارة.»

#### روايات شخصية

رغم رغبة ريتشارد البالغ من العمر إحدى وعشرين سنة بالالتحاق بجامعة لافبورو فقد بقي في جامعة ليدز فضلاً واحداً، «لم يكن والداي مسرورين جداً من رغبتني هذه، وطلباً مني التخلي عن الفكرة، ولكنني كنت حزيناً للغاية، فأنا أكره المكان والمقرر، لذلك عدت إلى الوطن وعملت لدى شركةٍ محليةٍ لثمانية أشهرٍ من أجل كسب نقودٍ أوفرها للسنة المقبلة، وبعد ذلك أعدت التقديم عبر UCAS وحصلت على مكان في لافبورو. والآن أنا طالب في السنة الثانية وسعيدٌ جداً بذلك.»

إن جوليان – وهي أمٌ لطالبٍ ترك الجامعة بعد أربعة فصول – تتصح الآباء بعدم دفع أبنائهم باتجاه الجامعة في حال عدم رغبتهم بذلك، «لقد كان ابننا يدرس العلوم الرياضية وقرر فجأةً ترك الدراسة إذ لم يعد يرى مستقبلاً له في

ذلك المجال، كما أنه لم يعد مهتماً بالرياضة لأنها لا تدرّ عليه الكثير من النقود، أما الآن فهو يعمل كمساحٍ للأراضي تحت التدريب «تعلم وأنت تكسب في شركةٍ عالمية مرموقة». وباللسخرية، فذلك ما اعتزم القيام به من قبل.

لقد خلصَ فريد - وهو أبٌ لفتاة في التاسعة عشر من العمر قامت بترك الجامعة بعد ستة أسابيع - إلى النتيجة التالية: " في الواقع قد لا يرغب بعض الأولاد بترك منازلهم بشكلٍ فعلي، وكنت أتمنى لو أن ابنتي منحت نفسها الوقت الكافي لتخطّي ذلك، إلا أنها كانت تفتقد إلى وسائل الراحة المتوفرة في المنزل، بالإضافة إلى افتقادها للصدقة أما الآن فهي تعمل وتشعر بسعادةٍ غامرة أيضاً، وأحياناً يراودني شعورٌ بأننا أخطأنا في جعلها تتعلق بالمنزل إلى هذه الدرجة.

إذن، هل يمكنكم الإفراط في حمايتهم؟ «نعم»، هذا ما يقوله عالم النفس في الشؤون العائلية الدكتور بات سبانجين - وهو مؤسس موقع الرعاية الأبوية [www.raisingkids.co.uk](http://www.raisingkids.co.uk) - «فربما يبالغ الأهل في تدليل أبنائهم، الأمر الذي يجعلهم غير راغبين في المغادرة، وعضواً عن ذلك قوموا بترغيبهم بفكرة الذهاب إلى الجامعة التي ستجعلهم يسعدون بكل الفرص التعليمية والاجتماعية التي توفرها لهم، وعليكم عدم اللجوء إلى النحيب والقول «إنني سأفتقدك جداً».

ومن جهةٍ أخرى يضيف الدكتور سبانجين بأن الناس يختلفون في الأمور التي يرغبون بها، «حيث يشعر بعض الأولاد بسعادةٍ أكبر في منزلهم، فمن المؤلف في القارة الأوروبية ذهاب الطلاب إلى الجامعة الموجودة في بلدتهم، وبذلك لن يكونوا مضطرين لترك منازلهم، كما أصبح من المؤلف اليوم في بريطانيا - ولا سيما في لندن حيث غلاء المعيشة - أن يقوم طلاب الضواحي البعيدة بالحضور إلى الجامعة والعودة إلى منازلهم. وتكمن المشكلة في عدم إتاحة الفرصة لهم ليتعلموا الاستقلالية، إلا أن ذلك الأمر ليس مهماً لجميع الناس».

### الأصدقاء في الوطن وقضية الدراسة

تقول دنيس نوليز - وهي مستشارة في الأمور الاجتماعية -: في حال قلق ابنتكم من الذهاب إلى الجامعة أو تفكيرها في أنها ستفارق صديقاتها في

الموطن فحاولوا ألا تخافوا، «قوموا بسؤالها عن الفوائد التي ستجنيها إذا تركت الجامعة وعادت للمنزل وعن الأمور التي ستفتقدها في حال بقائها فيها، وذكروها بالآمال الكبيرة التي كانت تحملها عندما ذهبت إلى الجامعة، وعليكم أن توضحوا لها أن الصداقة قد تتغير حتى ولو بقيت في المنزل، وربما تتغير هي أيضاً .

كانت كارول - وهي الآن في الثالثة والأربعين من عمرها - قد اختارت جامعته في سن الثامنة عشر بحيث تبقى قريبةً من أحد أصدقائها، إلا أن كارول قد قامت بقطع تلك العلاقة لاحقاً، والآن وبعد فوات الأوان تشعر كارول بأن الفرصة لم تُتَّح لها لتحيا حياةً طلابيةً عادية، وذلك لالتزامها بهذا الصديق الأمر الذي منعها من الانخراط بالآخرين، «لقد كنت خائفةً من أن تفعل ابنتي الشيء ذاته، وهذا ما حصل بالفعل، فقد رفضت مكاناً في جامعةٍ مرموقة من أجل البقاء بقرب صديقتها. وأنا قلقة للغاية».

وبرغم كل شيء فقد لا تكون ابنة كارول مخطئة، ويقول الدكتور سبانجين: «إن الأولاد المرتبطين والذين يحتاجون إلى صديق مميز يمكن أن يكونوا أكثر سعادة في حال وجودهم مع أناسٍ يعرفونهم. ويبقى الشيء الأهم ألا يتعارض ذلك مع دراستها».

حتى ولو تعارض ذلك مع دراستها فإنها ليست نهاية العالم، فقد قامت توني - البالغة من العمر عشرين سنة - بترك مكانها في جامعة دورهام وفضلت البقاء في المنزل، وقد خُطبت لصديقتها الذي كانت تعرفه منذ أمد بعيد، وهي الآن تتدرب لتصبح محاسبة وهي سعيدة جداً بذلك. ويعترف والدها قائلاً: «لقد كنا غير راضين عن ذلك في البداية إلا أنها كانت تضع مهنتها نصب عينيها، وربما تعمل لاحقاً للحصول على شهادة جامعية».

وعليكم في كل الأحوال إفتاح ابنتكم أو ابنكم بالتفكير ملياً قبل الذهاب إلى الجامعة التي يوجد فيها الحبيب، فقد قالت إحدى الأمهات: «لقد فضلت ابنتي جامعة نوتينغهام على جامعة أكسفورد لأن صديقها موجود هناك، ومع نهاية السنة الأولى كانت ابنتي قد اتخذت قرارها بإنهاء العلاقة بينهما والانفصال».



### هل يدرس بشكل كافٍ؟

هذا سؤال جيد، لكن من الناحية المنطقية كان عليكم تعويده على الأسلوب الصحيح في الدراسة عندما كان في المدرسة، أما بعد أن أفلتت زمام الأمور من أيديكم فمن الصعب تعويده على ذلك وعليناكم التعويل على صحوة ضميره في هذه المرحلة. ونأمل أن تقوم بعض الدرجات المنخفضة في اختباراتهِ بالإضافة إلى رغبته في لفت انتباه زملائه وزميلاته خلال حلقات البحث، على حثه للعمل بجد .

يمكنكم تطبيق ذلك على أبنائكم الصغار الذين ما زالوا في المنزل ولم يلتحقوا بالجامعة بعد، وينصح عالم النفس التربوي بيتر كيندال بما يلي «تكنن المهارة في جعلهم يثابرون على أسلوب معين، إذ عليكم عند عودتهم من المدرسة أن تدعوهم يأخذوا قسطاً من الراحة ثم يتناولون طعامهم قبل البدء بواجباتهم، وعليناكم توفير جو عائلي هادئ ومريح من أجل القيام بذلك، ويحتاج بعض الأولاد لوقت مستقطع بين المواد».

إنها لنصيحة عظيمة عندما يتعلق الأمر بالأولاد الصغار، إلا أنكم بالكاد تستطيعون تطبيق ذلك على ابن راشد غير موجود في المنزل، إذ لا يمكن متابعتهم عن كثب، وفي كل الأحوال يمكنكم سؤاله بلطف عن طريقة درسه، فهو بحاجة للهو كحاجته للدراسة، لذلك عندما تتحدثون معه على الهاتف شجعه على أن يكون متوازناً، وإن كان مقصراً في أداء واجباته - عندما كان في المدرسة - فعليكم أن توضحوا له أن هذه فرصة مناسبة للبدء بصفحة جديدة، وكذلك أظهرت اهتمامكم بمقرره وأبدوا استعدادكم لطلب الكتب له عن طريق موقع On Amaon وحاولوا معرفة مواعيد امتحاناته وشجعه على تدوين التواريخ والمواعيد النهائية لاختباراتهِ في المفكرة أو الجدول الجداري التي اشترىتموهما له .

وفي نهاية المطاف عليكم ألا تفكروا كثيراً بذلك، فإن لم يُبل ابنكم بلائاً حسناً في دراسته فسيُخبره مدرّسه بشكل واضح وصريح، وفي نهاية الأمر سيكون عليه إخباركم بذلك، فقد جاء الوقت الذي لا تستطيعون فيه مساعدة أبنائكم وهذا أحدها .

علينا كأولياء أمور أن نتقبل الأمور التي يكون لأبنائنا فيها أساليب تختلف عن أساليبنا، فقد نجد أن من المستحيل كتابة تقرير بعد احتفالٍ دام طوال اليوم أو القيام بعزف موسيقى الروك على غيتارٍ كهربائي أثناء التحضير لأطروحةٍ عن الإصلاح الديني في القرن السادس عشر، وربما تكون هذه الطريقة مجديةً بالنسبة لبعض الطلاب أو على الأقل من وجهة نظرهم، إلى أن يحصلوا على درجاتهم ويبدووا بعدها بإعادة التفكير في استراتيجيتهم.

وسيكون ذلك نقطة انطلاقٍ بالنسبة لهم، فمن وجهة نظر العديد من الطلاب يُعدُّ ذلك أول تذوقٍ لهم للحرية وأول انخراطٍ لهم في الحياة الاجتماعية، وسيستلزم الأمر بعض البدايات الفاشلة قبل أن يجيدوا الموازنة بين الجِدِّ واللهُو، ونأمل بعدها أن يتفهموا ذلك بشكلٍ صحيح.

وإذا سارت الأمور بشكلٍ سيءٍ ورسبوا في امتحانات السنة الأولى، يكون الوقت قد حان للتعامل معهم بحزم، فإذا لم يُسمح لكم بالتكلم مع مدرّسه يمكنكم الاتصال بمقسم الجامعة والطلب منه التحدث مع الخدمات الاستشارية / خدمات الرعاية من أجل طلب النصيحة، وربما يكون على ابنكم إعادة السنة، ولكن هذه ليست نهاية العالم فقد تكون بداية لانطلاقة جديدة.

## الفصل الثامن عشر

### الجنس والمخدرات والصحة العقلية

#### الجنس

لا بدّ وأنكم أخبرتموهم حول ذلك من قبل، إلا أنّ من الجيد إعادة بعض النقاط عليهم، حيث عليكم مناقشتهم بلطف حول أهمية محبة شخص ما قبل الدخول معه في علاقة جدية، واشرحوا لهم أنه قد يكون لدى الكثير من أصدقائهم أفكاراً مختلفة عن العلاقات العابرة إلا أنه ليس عليهم تبني أفكار الآخرين، فقد كنت دائماً أخبر أولادي ألا يبحثوا عن عامل اللذة فقط بل عن علاقة حميمية متكاملة أيضاً وذلك عند شعورهم بالحاجة للقيام بذلك، فهذا سيخبرهم إذا كان الشخص الذي يقيمون العلاقة معه مناسباً لهم أم لا.

تجاهلوا الإحراج الذي سيشعرون وستشعرون به أيضاً وأخبروهم عن كل ما يتعلق بالتربية الجنسية الصحيحة العلمية والأشياء الأخرى المرتبطة بذلك.

#### المخدرات

إذن لن يقوم أبناءكم بتعاطيها؟ انظروا إلى هذه الإحصائيات، إن نسبة 4% من الشباب ما بين سن السادسة عشر والخامسة والعشرين قد تناولوا حبوب النشوة في الأشهر الثلاثة الماضية، كما أن 31% من الوفيات الناجمة عن تعاطي المخدرات تكون بين المتعاطين للمرة الأولى. وتحذّر ADFAM وهي مؤسسة خيرية لمساعدة المتعاطين وذويهم «يعدّ الذهاب إلى الكلية أو الجامعة واحداً من الأوقات العصيبة حيث يبدأ المراهقون بتعاطي المخدرات رغبة منهم في الانخراط بالجماعة».

حاولوا اختيار الوقت المناسب لمناقشة وجهات نظرهم بشأن المخدرات واصفوا لهم باحترام، وبينوا لهم أن صحتهم هي هاجسكم الرئيسي ولا تقوموا بقطع خطوط التواصل معهم، بل أخبروهم أنكم موجودون من أجلهم، وذكروهم بالآثار الجانبية المختلفة التي قد يتركها المخدر عليهم حتى ولو تم تعاطيه في وقت سابق، وأخبروهم عن أثر الحشيش في إضعاف ذاكرتهم وعن خطر مزج مخدرٍ مع آخر أو مع الكحول، وأخبروهم أيضاً عن الأمراض المعدية التي قد تنتقل إليهم نتيجة تشارك الإبر والحقن مع آخرين إذ يمكن أن ينتقل فيروس التهاب الكبد البوابي أو فيروس HIV المسبب للإيدز.

وبرغم ذلك كله فقد يلجأ الكثير من الطلاب إلى تجريب الحشيش ( وربما تكونون قد فعلتم ذلك أيضاً عندما كنتم طلاباً)، وإذا كنتم حازمين فربما لن يبادروا بإخباركم عن تورطهم بذلك.

ومن العلامات التي عليكم الانتباه إليها ولا سيما أثناء رؤيتكم له في الزيارات والعطل هي التالية:

- عيون حمراء / التهاب حنجرة / سيلان في الأنف / خسارة وزن - بشرط ألا يكون مريضاً أو مصاباً بالزكام.
- قد يلجأ إلى قطع صلته بأصدقائه القدامى والحصول على أصدقاء جدد أو لا يعني له وجود الأصدقاء شيئاً على الإطلاق.
- تغيير في عادات الأكل / النوم فغالباً ما يشعر مدخنو الماريجوانا بالجوع ويرغبون بتناول الأطعمة عديمة الفائدة ويأكلون بشراهة كبيرة.
- سلوكٌ مزاجي أو مختلف.
- فقدان الاهتمام بالدراسة والنشاطات الأخرى.

● الأشياء الموجودة في غرفهم مثل: ملاعق تغير لونها من كثرة التسخين وورق قصدير وعلب أدوية (حبوب) وقطع صغيرة من الورق الشفاف المستخدم لتغليف الطعام وقطع من السكر وحقن وإبر وأوراق سجائر وولاعات وأعقاب سجائر مصنوعة من ورق مقوى وعلب من غاز البوتان وسجائر مفتتة وجليون وأوراق لاصقة وزجاجات صغيرة.

### دليل بأنواع المخدرات المختلفة بحيث يمكنكم فهم ما يتكلمون عنه

(هذه المعلومات يقدمها لنا فرانك ، ورقم الهاتف الخاص للإستفسار عن المخدرات في قسم الصحة هو 0800776600)

الكوكايين ومن تسمياته الأخرى كوك coke - تشارلي charlie - سنو snow - سي c، وهو عبارة عن مسحوق أبيض يتم استنشاقه عن طريق الأنف، كما يتم في بعض الأحيان إذابته أو حقنه.

آثاره: يعطي إحساساً بالسعادة والنشاط والثقة لفترة وجيزة فقط، ويصبح المتعاطون بحاجة ماسة له.

مخاطره: يسبب الإدمان / يشعر المتعاطون بعد انتهاء مفعوله بالتعب والاكئاب / آلام في الصدر واحتمال ظهور مشاكل قلبية قاتلة / تشنج.

عقوبته: يُصنّف كمخدر من الدرجة الأولى ( وتصل عقوبته في حال الحياة إلى السجن لمدة سبع سنوات ودفع غرامة مالية كبيرة، أما في حال الاتجار به فتصل عقوبته إلى السجن المؤبد ودفع غرامة مالية كبيرة).

كراك crack وهو نوع من الكوكائين يتم تعاطيه عن طريق التدخين ويمكن حلّه أو حقنه أيضاً، ومن مسمياته الأخرى روك rock - ووش wash - ستون stone.

آثاره: مشابهة لآثار الكوكائين إلا أنها أكثر قوة.

مخاطره: مشابهة لمخاطر الكوكائين.

عقوبته: كعقوبة التعاطي بالكوكائين.

الحشيش **cannbis** ويُعرف أيضاً بالماريجوانا **marijuana** - درو **draw** - بلو **blow** - ويد **weed** - شيت **shit** - هاش **hash** - غانغا **ganga** - واكي باكي **wacky backy**، وله أشكال مختلفة : فقد يكون بشكل قطعة قاسية داكنة اللون تُسمى (ريزن **risen**)، أو قد يكون على شكل أزهار مسحوقة وأوراق صغيرة تُسمى (غراس **grass**)، أو ربما يكون بشكل مادة صمغية أو على شكل زيت داكن اللون ، ويمكن لفه على شكل سجائر أو تدخينه عن طريق غليون خاص أو طهوه وتناوله على شكل طعام. وإن معظم المتعاطين بالحشيش تتراوح أعمارهم بين الحادية عشرة والخامسة والعشرين.

آثاره: يشعر المتعاطون به بالراحة وحبّ الكلام، ويمكن أن يُخلف لديهم شراهة للأطعمة عديمة الفائدة، وتكون آثاره أكثر قوة عندما يؤخذ مطهواً على شكل طعام.

مخاطره: يؤثر في القدرة على التعلم والتركيز / شعور بالإرهاق / اللامبالاة / الافتقار إلى الحماسة / القلق / المبالغة في الشك / أمراض ترتبط بالجهاز التنفسي مثل سرطان الرئة.

عقوبته: لقد قامت الحكومة مؤخراً بإعادة تصنيفه لتضعه ضمن الفئة (C) (والحد الأقصى للعقوبة هو السجن لمدة سنتين) إلا أن حيازته ما تزال غير شرعية.

سريع **speed** إن الإسم الحقيقي له هو ( أمفيتامين) ومن أسمائه الأخرى: **whizz** - أبرز **uppers** - آمف **amph** - بيل **bill** - سولفيت **sulphate**. ويكون على شكل مسحوق أبيض أو رمادي يمكن استنشاقه أو بلعه أو تدخينه أو حقنه أو حله أو قد يكون على شكل أقراص.

آثاره : ينشط الدماغ / يجعل المتعاطي يشعر بالثقة والحيوية.

مخاطره : توتر / قلق / إرهاق / اكتئاب / ذعر / هذيان / إجهاد في عضلة القلب / مرض عقلي.

عقوبته : يقع ضمن الفئة (B) ولكنه يصنف ضمن الفئة (A) إذا تم تحضيره على شكل حقن



آثاره: يشعر المتعاطون به بالنشاط والسعادة في محيطهم / ويبدو الصوت واللون والعواطف أكثر قوة / ويمكنهم الرقص لعدة ساعات.

مخاطره: إرهاق / اكتئاب / وقد يؤدي إلى ارتفاع درجة حرارة الجسم وفقدان السوائل (وعلى المتعاطين به شرب كوبٍ من سائلٍ غير كحولي كل ساعة) / مشاكل في الكلى والكبد / تلف محتمل في الدماغ قد يؤدي إلى الكآبة. عقوبته: يقع ضمن الفئة (A).

تحذير: غالباً ما يقوم الشبان، الفتيان منهم والراشدون بتناول قرصٍ آخر من أقراص النشوة إذا لم يتمكنوا من الإحساس بآثار القرص الأول، وهنا تكمن الخطورة إذ سيأخذ كلا القرصين مفعوله مما يؤدي إلى التهلكة. ويمكن أن تحتوي الدفعات السيئة من مخدر النشوة على مواد أخرى قد تقود للتهلكة أيضاً.

ويُعدّ كلٌّ من PMA و 4MTA مخدراً صناعياً غالباً ما يكون مغشوشاً، ويبين فرانك الآثار المختلفة لهذين المخدرين، فقد يستغرق المتعاطي مدةً زمنية طويلة للإحساس بآثارها مما قد يدفعه إلى المجازفة بتناول جرعة إضافية. (سيؤدي ذلك بالطبع إلى مضاعفة الآثار الجانبية الناجمة عن تعاطي الكمية المضاعفة).

### الغازات والمواد الغروية والعلب الضبابية (البخاخات)

قد يتم إساءة استخدام بعض المنتجات مثل ولأعات الغاز القابلة للتعبئة والعلب الضبابية والمواد الغروية والدهانات وغيرها، حيث يلجأ المتعاطي لاستنشاقها أو رشّها في الحلق.

آثارها: شعور بالسكر / البلادة / الدوار / كثرة الأوهام / الهذيان.

مخاطرها: الغثيان / التقيؤ / فقدان الوعي / مشاكل قلبية قاتلة / إلحاق الضرر بالدماغ والكبد والكلية.

عقوبتها: لا يسمح للباعة ببيعها للأشخاص ما دون سن الثامنة عشرة في حال اشتباههم بإمكانية استخدامها بالشكل السيء من قبلهم.



المهدئات ومن أسماء هذا المنتج : فالسيوم Valium – آتيفان Ativan – موغادون Mogadon (موغيز Moggies) – ليبريوم Librium وغيرها . وتكون على شكل أقراص أو برشام أو حقن أو تحاميل .

آثارها: تقوم بتهديئة المتعاطين بها وتقلص نشاطهم الذهني / تخفف من القلق والتوتر / تسبب النعاس وكثرة النسيان .

مخاطرها : الإدمان / تكون خطيرة في حال مزجها مع الكحول / فقدان ذاكرة مؤقت / نوبات زعر لدى محاولة الإقلاع عنها / وتعد خطيرة في حال تم تعاطيها عن طريق الحقن .

عقوبتها : إن الإتجار بها مخالف للقانون وتطبق عليها عقوبات الفئة (C) .

### لعبة الأسماء

تتخذ المخدرات العديد من الأسماء المختلفة بحيث يصعب معرفة مغزاها الحقيقي، ولكن في حال سمعتم ابنكم يتكلم عن بعض هذه الأسماء يكون الوقت قد حان لاتخاذ إجراء ما :

- رينبوز = LSD
- رام = بوبرز
- ريد ميتسوبيشي = PMA
- ريزن = الحشيش
- رابارب اندكسترد = النشوة
- روك = كراك
- روفيز / روكبي بولز = مهدئات
- إتش / هوك = الهيرويين

### يمكن أن يذهبوا إلى السجن وكذلك أنتم

قد يتلقى المذنب في المرة الأولى تنبيهاً أو إنذاراً رسمياً، ولكن إن قام الفتيان الذين تتراوح أعمارهم ما بين العاشرة والسابعة عشرة بارتكاب المزيد من الأخطاء فستتم إدانتهم ويحولون إلى محكمة الأحداث التي قد تلجأ إلى تغريم الأهل أو إلى وضع الفتى في إصلاحية للأحداث، وفي حال معرفتكم بتعاطي ابنكم في المنزل قد تتم إدانتكم أيضاً، ويصل الحد الأقصى للعقوبة بالنسبة للمتعاطين إلى السجن لمدة سبع سنوات مع غرامة مالية في بعض الأحيان.

### إدمان الكحول

يشكل تناول المشروبات مشكلة حقيقية بين الطلاب، حيث توجد بعض العادات البغائية المخيفة مثل ما يُعرف بالمخدرة القذرة والتي تتكون من جرعات مختلفة من المشروبات الكحولية المختلفة، وقد يقول أبنائكم بأنكم تبالغون في مخاوفكم إلا أنهم لا يعرفون أن الفرق ما بين الإفراط في الشرب وبين الإدمان ضئيل جداً.

إن أفضل طريقة لإبداء رأيكم هي إطلاعهم على الإحصائيات، إذ يمكن أن يؤدي تناول أربع وحدات أو أكثر من الشرب إلى تعريض حياتكم للخطر، حيث تُعدُّ جرعة من الكحول مع كأس من النبيذ وحدة واحدة، وكذلك يُعدُّ نصف قُدحٍ منها وحدة أيضاً، ويحتاج الجسم للتخلص من آثار الوحدة الواحدة إلى ساعة كاملة، ليس هذا كفيلاً بجعلك لا تشرب، ربما يكون من الأفضل استخدام ذلك كشعار.

وضحوا لهم أن الإفراط في تناول الشرب - حيث تم تحديده رسمياً بخمس جرعات (كؤوس) أو أكثر في جلسة واحدة - قد يقود إلى ضرر في الدماغ، ويظهر الاستطلاع الجديد الذي قدمته جامعة ممفيس أن المراهقين الصغار الذين يسلكون مسلكاً سيئاً ويتناولون جرعات كبيرة من الكحول، يصبح نموهم بطيئاً وتتغير وظائفهم الدماغية، ويقول باحثوا جامعة (US) أن المراهقين الذين

يتناولون الشراب - عموماً - قد يتعرضون لنفس المخاطر لأن أجسامهم تمر بفترة تطور فريدة حيث يؤدي الإفراط في تناول الكحول في هذه المرحلة إلى ترك آثار دائمة.

وذكروهم أيضاً ببعض الأمور التي كنتم قد تطرقتم إليها سابقاً عندما كانوا في سن المراهقة (ولا ضير في حضور دورة سريعة حول آخر المستجدات بشأن ذلك)، «يقوم الكحول بتشويش أذهانكم إذ ربما ينتهي بكم المطاف إلى علاقات محرمة أو القول لأصدقائكم أنكم تكرهونهم، وحاولوا التقيد بعدد محدد من المشروبات ولا تقوموا بوضع شرابكم في مكان يُمكن الآخرين من إضافة الكحول إليه»، وعليكم عدم الاعتقاد بأن مزج الكحول مع المشروبات الغازية له أثر ضعيف، فأنتم تعرفون ذلك ولا بد أن أبناءكم يعرفون ذلك أيضاً ولكن لا مانع من إعادة تذكيرهم.

ولدى طباعة هذا الكتاب كان توني بليير يقوم بحملة ضد الإفراط في تناول الشراب، وقد يبعث ذلك على التساؤل فيما إذا كان لديه ابنٌ طالبٌ جعله يدرك كم يفرط الشبان الصغار في هذه الأيام في تناول المشروبات لدى قضائهم ليلةً جيدة خارج المنزل.

لقد أصبح الإفراط في تناول الشراب مشكلة حقيقية يعاني منها الطلاب، وكل ما ينبغي عليكم فعله هو أن تقترحوا عليهم التقيد بعدد محدود من الأقداح، وأن يدركوا متى عليهم التوقف. لقد جاء الوقت الذي علينا أن نفسح فيه المجال أمام أبنائنا ليقوموا بارتكاب أخطائهم الخاصة، والمهم في الأمر أن تكونوا إلى جانبهم في حال حاجتهم إليكم.

### نصيحة

تقول خدمة الدعم الطلابي في جامعة القديس أندراوس بأن عليكم عدم المبالغة بخوفكم من المشروبات: «غالباً ما يعتقد الآباء أن الجامعة مجرد شربٍ ولهو ولكن الحال ليس كذلك دائماً، وفي الحقيقة نحن مندهشون من اعتقادهم هذا».

## تعود التدخين

يُعدُّ ذلك نوعاً آخر من الإدمان الذي يحدث غالباً مع الشبان أثناء ذهابهم إلى الجامعة وذلك بقصد الانخراط في الجماعة، أو نتيجة اعتقادهم بقدرة التدخين على التخفيف من ضغوطهم. وعليكم الإشارة لهم بأن التدخين لا يسبب لهم السرطان فحسب بل يصيبهم بالنوبات القلبية أيضاً، وقوموا بجعل قريب لكم أو صديق للعائلة يخبرهم عن أثر التدخين في جعل الآخرين ينفرون منهم لدى تقبيلهم، (فهم سيصدقون أي شخص كان باستثناء ذويهم الذين نسوا أمر التقييل منذ زمن بعيد).

وعليكم ألا تغضبوا في حال اكتشافكم بأنهم يدخنون - إذ لم يعودوا صغاراً بعد الآن - ولكن أوضحوا لهم كيف يمكنهم الإقلاع عن التدخين، إذ يمكنكم اصطحابهم إلى السوبر ماركت حيث توجد مجموعة كبيرة من اللصاقات المضادة للنيكوتين، ويمكنكم زيارة الموقع [www.quit.org.uk](http://www.quit.org.uk)، كما باستطاعتكم تقديم نسخة لهم من كتاب (وايت لادر) الذي عنوانه The Voice of Tobacco والذي سيمنحهم الكثير من الضحك بالإضافة لمساعدتهم في الإقلاع عن التدخين، وهو متوفر على الموقع [www.white.ladder.press.com](http://www.white.ladder.press.com).

### مصادر للإطلاع

عند رغبتكم في الحصول على مصادر مفيدة لمعرفة المزيد عن المخدرات والكحول، قوموا من فضلكم بمراجعة القائمة الموجودة على موقعنا في شبكة الإنترنت [www.white.ladderpress.co.uk](http://www.white.ladderpress.co.uk) إلى جانب المعلومات التي يتضمنها هذا الكتاب.

### الانتحار والاكنتاب

يقوم واحدٌ من بين كل عشرة مراهقين بإيذاء نفسه، وذلك وفقاً للإحصائيات الصادرة عن جمعية (ساماريتانز) لتقديم النصح والمساعدة، كما أنه من المرجح

إقدام الرجال على الانتحار أكثر من النساء في السن ما بين الخامسة عشرة والرابعة والعشرين، وبشكلٍ مماثل للإدمان على الكحول والمخدرات. وإن خطر الإقدام على الانتحار والاكْتئاب يتضاعف عند ذهاب الشبان إلى الجامعة حيث سيَشعرون بعدم قدرتهم على التكيف. وتقدم (سوزان كوليان) - العمدة التي اختبرت ذلك - النصيحة التالية نيابة عن جمعية ساماريتانز: «عليكم الانتباه إلى الدلالات الفيزيولوجية كالنوم أو تناول الطعام بكميات أكبر أو أقل من المعتاد، وكذلك انتبهوا للدلالات العاطفية كذرف الدموع ونوبات الذعر والإفراط في تناول الشراب أو التدخين، ومن اللازم أيضاً الانتباه إلى التعليقات التي تقلل من أهمية الذات مثل (أعلم أنني لن أنجح أبداً)، وعليكم تفهم نداءات الاستغاثة الصادرة عنهم كالتسكع خارجاً أو الرغبة في الكلام».

وفي حال ملاحظتكم لأي من هذه الدلالات، بادروا إلى تقديم الدعم العملي، وذلك بإرسال الأطعمة لهم أو بإحضارهم إلى المنزل في عطلة نهاية الأسبوع من أجل الاهتمام بهم وتدليلهم، كما عليكم الإصغاء إليهم دون الشعور بضرورة إيجاد حل للمشكلة أو إعطائهم النصائح، ولا تحاولوا زيادة الضغوط عليهم بتأنيبهم أو تأنيب أنفسهم أو إظهار الذعر، وقوموا بالاتصال بجمعية ساماريتانز للنصح والمساعدة أو شجعوهم على الاتصال بخدمة الاستشارة الطلابية (نايت لاين).

عليكم أيضاً محاولة الإصغاء إلى مخاوفهم المالية، حيث يبين البحث الجديد الذي قامت به جامعتا (باث) و (اكستير) أن الطلاب الذين يخشون الوقوع في الديون هم أكثر عرضةً للاكتئاب، فبدلاً من توبيخهم - عند تورطهم - قوموا بمساعدتهم على إيجاد خطة عملية للتخلص من تلك المشاكل.

### الجماعات الدينية المتطرفة

إذا جاؤوكم في عطلة نهاية الأسبوع على هيئة أتباع (هاري كريشنا)، فقد تحتاجون للتحدث معهم، إذ يسهل ضم الشبان في هذه المرحلة إلى جماعات معينة في الجامعة وذلك هرباً من الوحدة الموحشة التي قد يشعرون بها، وتكمن

المشكلة في كونهم راشدين الآن وليس بمقدوركم أن تفرضوا عليهم ما الذي يجب عليهم الإيمان به، وفي كل الأحوال يمكنكم أن تبينوا لهم السبب الذي يجعل من سلوكهم مصدر مشاكل لهم، فمثلاً إن التدين الذي يمنعهم من رؤية ذويهم سيؤذي الجميع، ولكن في حال كان ابنكم مستغرقاً في ذلك فربما لن تتمكنوا من إقناعه، وقد يتطلب ذلك البحث عن مساعدة مهنية. يمكنكم مرة أخرى أن تراجعوا قائمتنا التي تتضمن أرقاماً ومصادر للإستعلام على الموقع [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com) إلى جانب المعلومات التي يتضمنها هذا الكتاب.

## الفصل التاسع عشر

### الصحة البدنية

#### الوجبة

هل يقومون بتناول الأطعمة المناسبة؟ من المحتمل عدم قيامهم بذلك ولكن ما زال باستطاعتكم إعطاؤهم بعض الإرشادات اللازمة، وكم كنت أتمنى لو قام أحدٌ ما بتوجيهي عندما كنت طالبةً، ولو تم هذا لما أصبحت طالبةً ممتلئةً. (لقد فقدت وزني في أوائل العشرينات ولكن ذلك موضوع آخر). وعليكم إقناعهم بتناول الطعام الصحي الذي يتضمّن السلطة والخبز الأسمر والبروتين وغيرها. وإذا كانوا يقومون بصنع طعامهم بأنفسهم فاقترحوا عليهم تشارك الطبخ - في بعض الأحيان - مع الطلاب الآخرين الموجودين في نفس الرواق. وإن كانوا يعيشون على الخبز أو المعكرونة فاقترحوا عليهم تنويع وجباتهم وذكرهم بأن من المهم جداً تناول الشراب، ونقصد هنا الماء والعصير.

تقدم لكم (زو هاركومب - مؤلفة كتاب «لماذا تفرط في تناول الطعام إذا كنت ترغب بالرشاقة؟» 9,99 جنيهات - مطبعة اكسنت) النصيحة التالية: «اقترحوا عليهم شراء السندويش الذي يحتوي على الغذاء الصحي بدلاً من الأغذية عديمة الفائدة» و «قوموا بتشجيعهم على صنع صلصة الباستا - حيث يتضمن الكتاب طريقة تحضيرها - بدلاً من شراءها جاهزة، واقترحوا عليهم أن يكون فطورهم من الأطعمة المصنوعة من الحبوب نظراً لفائدتها الكبيرة للطلاب، فهي تُعدّ غذاء العقل، حيث تعطيهم الكربوهيدرات بشكل بطيء مما يجعلهم لا يشعرون بالحاجة لوجبات خفيفة».

### نصيحة

عليكم تعليمهم قواعد النظافة الأساسية كغسل قطع القماش المستعملة للتشيف بشكل منتظم ومسح السطوح التي يعملون عليها بقطعة قماش نظيفة، وعليكم تزويدهم بمواد التنظيف في حال عدم توفرها بشكل كافٍ في المطابخ والحمامات المشتركة وغيرها.

### الشراهة / فقدان الشهية

لقد مرّت (زو هاركومب) شخصياً بهذه التجربة، ولذا فهي تعي ما تقوله: «لدى ذهاب الطلاب إلى الجامعة، تتوفر أمامهم الفرصة ليأكلوا ما يريدون وفي أي وقت يشاؤون، لذلك سيكون من المستحيل السيطرة عليهم. ومن الناحية المنطقية كان على الأهل ومنذ سنين أن يتوقفوا عن فرض الأطعمة على أبنائهم وأن يسمحوا لهم بتناول ما يريدون ومتى يريدون، ضمن حدود المعقول».

### الوجبة وممارسة الرياضة

تُعرف الجامعة أحياناً بأنها فترة العشرة باوندات في حياتكم، حيث يزيد وزن العديد من الطلاب في تلك المرحلة بمقدار عشرة باوندات، لذلك تتصحكم (زو) بتشجيع أبنائكم على ممارسة الرياضة «وحذروهم من تناول الأطعمة عديمة الفائدة عندما يقومون بكتابة واجباتهم في وقت متأخر من الليل، فإن كانوا جائعين فما رأيكم بقطعة شوكولا تحتوي كحدٍ أدنى على 70% من الكاكاو؟»

### نصيحة

قوموا بتشجيعهم على زيارة نادي الجامعة الرياضي حيث يُعدّ ذلك طريقة رائعة للتعرف على الناس أيضاً.

### مرض خطير

من المؤسف القول بأن هذا قد يحدث، وقد لا يسهل عليكم دائماً ملاحظة أعراض المرض في حال ابتعادهم عنكم لمدة طويلة، ولذلك من الأفضل أن تقوموا



برؤيتهم مرتين على الأقل في الفصل، وبحثوا عن أعراض المرض مثل الشحوب والعيون المتورمة والإرهاق والتغير في الوزن وغيرها من الأعراض، وربما لن يكون بمقدوركم إقناعهم بالذهاب إلى المركز الطبي ولكن يمكنكم أن تحاولوا ما في وسعكم.

إنها ليست فكرة خاطئة أن تجعلوا طبيب العائلة يقوم بفحصهم أثناء قضائهم لعطلة الصيف، إذ ما زال يحق لابنكم ذلك، رغم كونه مقيماً مؤقتاً الآن، ويقوم العديد من المراهقين الآن بإجراء فحوص طبية دورية من خلال BUPA أو ما شابهها. وإن لم يكن لديكم تأمين صحي فيجب عليكم الدفع لقاء ذلك.

وفي حال تقصير ابنكم في دراسته نتيجة المرض يجب عليكم التأكد من أنه قام بإخبار مدرّسه عن ذلك، كما أن قيامكم بذلك ليس أمراً مخالفاً للقانون، ويظل هذا التصرف أفضل من اعتقاد المدرّس بعدم وجود سبب جوهري وراء تأخير ابنكم في إنجاز فروضه في الوقت المناسب.

### **فقط لا يشعرون أنهم بخير**

إنه شعور فظيع جداً عندما تتصل ابنتكم لتقول لكم أنها ليست على ما يرام، إذ تشعر بارتفاع طفيف في درجة حرارتها وبصداع في الرأس وتشعر أنها مريضة أيضاً. هنا عليكم إقناعها بالذهاب إلى المركز الصحي وشرحوا لها - دون أن ترعبوها - أن الأمر قد يكون خطيراً لذلك من المهم أن تقوم بإجراء الفحوص الطبية اللازمة.

ومن ناحية أخرى، عليكم عدم المبالغة في قلقكم، ويقول (جورج - والد الطالب جيمي): «لقد أصيب جيمي أثناء فصله الدراسي الثاني بوعكة صحية سيئة نتيجة إصابته بفيروس أنفلونزا، وقد كنا متأكدين من أنها أنفلونزا ولا شيء غير ذلك لذا نصحناه بتناول دواء باراسيتامول وبشرب كميات كبيرة من الماء، وعندما لم يتحسن بشكل جيد في الأسبوع التالي، قررنا الذهاب لرؤيته وبقينا يوماً واحداً مما أدى إلى إصابتنا بفيروس الأنفلونزا».

حاولوا التأكد من معرفة أبنائكم حتى ولو بشكل تقريبي بالإجراءات التي يجب عليهم اتباعها إن كانوا مرضى أو يعانون من حرارة مرتفعة أو من صداع، وقوموا بإخبارهم عن عوارض السحايا وهي (صداع وغثيان وكره للضوء وغالباً ما يظهر في نهاية الأمر طفح جلدي). وزودوهم بصندوق الإسعافات الأولية واطلبوا منهم الاتصال بشخصٍ ما عندما يشعرون بأنهم ليسوا على ما يرام، وذكروهم بالطرق الرئيسية في الإسعافات الأولية كوضع كمادات الماء البارد على الجسم في حال ارتفاع الحرارة، ويبقى من الأفضل إرسالهم لاتباع دورة في الإسعافات الأولية.

### نصيحة

تأكدوا من أخذ ابنكم للقاح التهاب السحايا قبل ذهابه إلى الجامعة، إذ تقوم بعض المدارس - ليس جميعها - بإعطاء هذا اللقاح بشكل روتيني للطلاب ما بين سن الثالثة عشرة والسابعة عشرة، إذ يمكن أن ينتشر هذا المرض بين الشباب الصغار في السن. وكذلك الأمر بالنسبة لالتهاب الغدد النكافية (أبو كعب) الذي يُعرف أحياناً بالمرض المحب، رغم أنكم لستم بحاجة لمعانقة شخصٍ ما للحصول عليه، ومن أعراضه انتفاخ الغدد وحرارة وشعور بالكسل.

## الفصل العشرون

### التغييرات في المنزل

إن أغرب ما في الأمر أنّ المراهقين يخبرونكم طوال الوقت بكرههم للمنزل وشوقهم لمغادرته، إلا أنهم سرعان ما ينزعجون لدى إجراء أي تغييرٍ مهما كان بسيطاً ك شراء سجادةٍ جديدة أو الانتقال إلى مكانٍ آخر. إذن، من ذا الذي قال إن المراهقين (أو الآباء) لا يثيرون المشاكل؟

ويبقى الأمر الأساسي الذي عليكم القيام به هو إخبارهم بأي تغييرٍ تقومون به في المنزل بشكلٍ مسبق، كما عليكم أن تبقوهم مطلعين على كل التفاصيل والأخبار أثناء محادثتكم معهم عبر الهاتف أو عبر البريد الإلكتروني، ولا حاجة للقول إن إخبارهم بالتغييرات الكبرى عن طريق الهاتف أفضل بكثير من إرسالها بالبريد الإلكتروني، حيث ستخبركم نبرة صوتهم عن ردة فعلهم.

#### الأنباء السيئة

إن الفكرة الأساسية التي يؤكد عليها جميع الخبراء هي أن تكونوا صريحين معهم وإلا فلن يثقوا بكم مرةً أخرى عند اكتشافهم ما حدث / ما يحدث، لذلك سارعوا إلى إخبارهم في حالات الموت والمرض والطلاق، لأنكم إذا لم تفعلوا ذلك فسوف يقلقون مستقبلاً حول حدوث أمور سيئة قد لا تخبرونهم بها. وإذا كان بمقدوركم الذهاب إليهم شخصياً، فافعلوا لأن ذلك أفضل بكثير، لأن الرسائل والمكالمات الهاتفية قد يكون لها تأثير فظ ومختلف عليهم.



«آسف لإخبارك أنني قد ألغيت بطاقة عودتك بالقطار لقضاء العطلة في

(ديفون) لأننا انتقلنا إلى (أبردين)»

## الطلاق

«غالباً ما يعتقد الأبوان أنه لا بأس في الانفصال لدى ذهاب أبنائهم إلى الجامعة إذ أن ذلك لن يؤثر عليهم كثيراً، وهذا اعتقاد خاطيء»، حيث تحذّر (دينيس نوليز) وهي مستشارة في العلاقات الاجتماعية، من ذلك «إنّ ذلك سينعكس سلباً عليهم بسبب بعدهم عن المنزل وعدم معرفتهم بما يجري هناك. وقد يكونون كباراً لدرجة تخولهم إبداء رأيهم إلا أنهم ليسوا بالضرورة كباراً للدرجة التي تمكنهم من التعامل مع خبر انفصال أبويهم بشكل ملائم، إذ أنهم ذهبوا إلى مكان مجهول (الجامعة) وهاهم يعودون إلى مكان مجهول (عائلة منفصلة)».

وعليكم التذكّر بأن أمر انفصالكم لن يكون السبب الوحيد وراء قلقهم بل إن اكتشافهم أن المنزل لن يعود إلى سابق عهده سببٌ آخر للقلق، وإذا كان عليكم مغادرة المنزل بسبب الانفصال، فإن ذلك قد يسبب إرباكاً للطالب الذي يتوق للعودة إلى المنزل بجوه المألوف لديه بعد شعورٍ مريرٍ بالغيرة في الجامعة الجديدة، وحتى لو بقيتم في المنزل فسيكون شعوره مختلفاً بسبب غياب أحد الوالدين عنه.

ويُفضّل في بعض الأحيان أن يتم الانفصال في وقت سابقٍ أو لاحقٍ لذهاب أبنائكم إلى الجامعة، وتقول (دينيس) «إنه لا يوجد وقت ملائم للطلاق وإن انتظاركم لحين ذهابهم إلى الجامعة ليس بالضرورة حلاً مثالياً».

ويبقى الشيء الأهم في حال حدوث الانفصال هو كيفية نقل الخبر إليهم، تنصح (دينيس) بما يلي "في حال ذهبتُم إلى الجامعة من أجل إخبارهم بالأمر تأكدوا من وجود أصدقاء حولهم، وحاولوا تجاوز قلقكم وركزوا على الأمور العملية حيث يحتاج الأبناء - وذلك يشمل الطلاب - لمعرفة تفاصيل عن مكان إقامتهم الجديد، ويجب عليكم عدم التطرق لأمر الشريك في حال عدم سؤالهم عن ذلك، وتجنبوا حصول مهاترات كلامية أمامهم.

### نصيحة

اطلبوا من صديق عطوف للعائلة أن يقوم بزيارتهم والتواصل معهم أثناء فترة طلاقكم، فقد يكون قادراً على إطلاعكم بمشاعر ابنكم أو ابنتكم الذين لن يتمكنوا أبداً من إخباركم بحقيقة مشاعرهم.

ويجب أن تعلموا أيضاً أن ابنكم الموجود في الجامعة قد يلجأ إلى سؤال إخوته الموجودين في المنزل عن الأمر، وعليكم أن تكونوا مستعدين لتقديم المعلومات التي يريدونها، وأكدوا على محبتكم لهم ولا تنزعجوا من غضبهم منكم حتى ولو كنتم الطرف البريء، فغضبهم هذا ناتج عن تأثرهم بالوضع، وقد يستغرقون وقتاً طويلاً لتخطي ذلك.

### رواية شخصية

«عليكم عدم الاعتقاد بأن وجود أبنائكم في الجامعة جعلهم راشدين لدرجة تمكنهم من التعامل مع تفاصيل العلاقات العاطفية الأخرى لوالدهم أو لوالدهم"، وتقول (جان) وهي طالبة جامعية في سنتها الثالثة كان والداها قد انفصلا عندما كانت في سنتها الأولى: "لقد قام كلٌّ منهما بإعطائي تفاصيل فظيعة عن الآخر، الأمر الذي لم أستطع تصديقه، ولكن ذلك جعلني أفضل عدم رؤية أيٍ منهما كما جعلني أشعر بالظلم والغبن من قبل عائلتي عندما أرى أصدقائي يتمتعون بحياة عائلية في منازلهم».

### لم يهيئوا لي جواً مناسباً

قبل أن تبادروا إلى إخبارهم بقرار الانفصال، عليكم الاهتمام ببعض التفاصيل، مثل من سينفق عليهم لمتابعة دراستهم وأين يمكنهم العيش أثناء العطل (في حال اختيارهم لأحد الوالدين). ويقول (سام) وهو طالب في السنة الثالثة في جامعة (لافورو): «عندما انفصل والداي في نهاية السنة الثانية في الجامعة، قاما بإخباري بأن عليّ الاعتماد على نفسي في الإنفاق على دراستي،

وفي الحقيقة قام مدرّسي بمساعدتي للحصول على منحة مالية كاملة، وكان بإمكان والديّ اكتشاف ذلك لو قاما بإجراء مكالمة هاتفية بسيطة إلى السلطة التربوية المحلية».

وتضيف (دينيس نوليز) وهي مستشارة علاقات اجتماعية «أن من المهم جداً ألا تسمحوا لهم بتحمل مسؤولية إخوتهم الصغار أو تحمل مشاكلهم الخاصة» ويقول (ماكس) البالغ من العمر خمساً وعشرين سنة: «لقد اعتاد والدي على المجيء إلى الجامعة بحجة زيارتي، وكان يستخدم غرفتي كملاد له إذ يقول إنها المكان الوحيد الذي يشعر فيه بالاطمئنان، وقد يبدو ذلك مثيراً للشفقة ولكنني كطالب يبلغ العشرين من عمره كنت أحوج منه إلى الشعور بالاطمئنان إلا أنه كان عليّ التعامل معه كوالد له».

لقد اعتادت (ماريا) البالغة من العمر الثانية والعشرين وهي خريجة حديثة من جامعة (يورك) على الانزعاج عند اتصالها بالمنزل، فغالباً ما كانت تجد والدتها تذرف الدموع على طلاقها الوشيك «لقد كان ذلك أسوأ شيء عليّ التعامل معه، فقد كنت أرغب بأن أكون إلى جانبها في هذه الفترة العصبية إلا أنني كنت بعيدة جداً عنها».

وإنه لأمر طبيعي أن تصبحوا منزعجين من تفكك زواجكم، ولكن كما عليكم عدم ذرف الدموع أمام أبنائكم الصغار، يجب عليكم عدم ذرفها وأنتم تتحدثون على الهاتف مع طالب غائب عن البيت، إذ يمكنكم معاودة الاتصال بهم لاحقاً عندما تشعرون بأنكم في حالٍ أفضل.

### نصيحة

قوموا بمراسلة مدرّسي ابنكم وأخبروهم عن الذي يحدث في المنزل.

### موت أحد الوالدين

يُعدّ ذلك أمراً فظيماً قد يحدث مع أي ابن، لكن - وبشكلٍ مشابه لحالة الطلاق في حال وقوعه أثناء بُعد الطالب عن المنزل - سيؤدي حتماً إلى شعوره بحالةٍ أكبر من الذعر والهيجان.

وفي حال كنتم أنتم أو شركاؤكم مرضى لدرجة كبيرة، فيجب عليكم إخبار ابنكم أو ابنتكم بذلك. وتقول (آني كيفوود) الناطقة باسم (كروز) وهي مؤسسة خيرية لمساعدة المفجوعين: «إن الطلاب ليسوا بأطفال صغار، فهم بحاجة إلى معرفة ما يحصل، وإذا نقلتم الأخبار السيئة إليهم بشكل تدريجي فسيقود هذا إلى عدم الثقة بكم وربما الامتناع أيضاً، لذا عليكم إخبارهم بخطورة الوضع وأن الحياة قد تكون في خطر، لأنهم إذا لم يطلعوا على كل التفاصيل فلن يكونوا قادرين على اتخاذ قراراتهم - والطلاب أحوج ما يكونون لذلك - وربما يقررون الانقطاع عن الدراسة والعودة إلى المنزل ليكونوا إلى جانب الشخص المريض، ومن المهم تركهم يفعلون ذلك في حال رغبتهم به».

وتتحدث (آني) انطلاقاً من تجربتها الشخصية، فقد ماتت أمها نتيجة معاناتها من مرض السرطان أثناء وجودها في الجامعة. «لقد قررت العودة إلى المنزل من أجل رعايتها والاهتمام بها، وقد نلت شهادتي الجامعية متأخرة سنة، إلا أن ذلك كان أفضل شيء أقوم به على الإطلاق، وكما أعتقد، فإنه لو حاول أحد منعي من القيام بذلك لكان ارتكب خطأ فظيماً». ويجب ترك الأشخاص الذين تجاوزوا سن الثامنة عشرة يتخذون قراراتهم الخاصة بأنفسهم، إلا أن بعض الآباء يفرطون في حماية أبنائهم الأمر الذي يزيد الوضع سوءاً رغم نيتهم الصادقة تجاههم.

ويُعدُّ إحضارهم إلى المنزل أمراً أساسياً عند إخبارهم بموت أي شخصٍ مهمٍ بالنسبة لهم، حيث تؤكد (آني): «قوموا بإحضارهم إلى المنزل بأسرع وقتٍ ممكن، لأنهم عندما يكونون بعيدين سيسرح بهم الخيال إلى وضعٍ أسوأ، أما في المنزل فسيحاطون بالأشخاص الذين قاموا برعاية الفقيد وبمعارفه. هذا ويقوم الجيش وسلاح البحرية وسلاح الجو الملكي بإعادة الشخص المفجوع إلى عائلته بأسرع ما يمكن، ومرد ذلك لأسباب إنسانية من جهة ولعدم قدرتهم على تأدية واجبهم بشكل مناسب من جهة أخرى بسبب حزنهم الذي يقضونه بعيداً عن عائلاتهم. وينطبق الأمر ذاته على الطلاب أيضاً، فلن يكونوا قادرين على التركيز في الدراسة ما لم تُعطى لهم الفرصة لقضاء حزنهم في المكان الصحيح»



## كيف يمكنكم مساعدتهم

حاولوا جعل ابنكم يتكلم مع مدرّسه، لأن من المهم جداً أن يعرف المدرّس ما يجري إذا كان ذلك سيؤثر على درجاته. تقول (آني): «ففي حالتي بالذات كان لديّ مدرّس رائع خاض نفس التجربة عندما كان طالباً إلا أنني لم أكن أعلم بذلك».

وإذا رفض أبنائكم القيام بذلك، فعليكم عدم إجبارهم، إذ سيعدّ ذلك تدخلاً سافراً في شؤونهم ولن يكونوا شاكرين لكم، إلا أن بمقدوركم دفعهم بلطف باتجاه خدمة الدعم الطلابي الموجودة في معظم الجامعات، أو قوموا بإعطائهم عنوان الموقع الإلكتروني لمؤسسة (كروز الخيرية) المتخصص بمساعدة الشبان المفجوعين حديثاً [www.rd4u.co.uk](http://www.rd4u.co.uk)، حيث أنّ الموقع مزود بطاقم من شبان المؤسسة الذين يقومون بتقديم النصائح عبر الإنترنت، أو يمكنكم عوضاً عن ذلك الاتصال بخط المساعدة المجاني للشبان على الرقم 080808081677.

وإذا أصبح ابنكم منكمشاً على ذاته، فعليكم أن تصبروا عليه، حيث تضيف (آني): «إن الكثير من الناس يحاولون مساعدة المفجوعين، وذلك بتقديم المساعدة التي يرغبون الحصول عليها فيما لو كانوا في مكانهم، إلا أنّ الناس يختلفون كثيراً عن بعضهم البعض، وسيحتاج ابنكم إلى وقت كي يتخطى حزنه وكل تلك المشاعر الخاصة جداً».

بمقدوركم طلب المساعدة من أصدقاء العائلة أو من إخوتهم الكبار رغم أن ذلك لا يجدي نفعاً. إن فقدان الأحبة جزء من مسيرة حياتنا. وإذا شعرتم أنهم سيقدمون على إيذاء أنفسهم فعليكم الذهاب إلى طبيبيكم على الفور.

## عند وفاة صديق في الجامعة

يعد ذلك تجربة مريرة يمرّ بها الطلاب لأنهم جزءٌ من نسيج متضامن. تقول (آني): «لذلك عليكم عدم الإلحاح عليهم بالعودة إلى المنزل للتخفيف عنهم، بل من الأفضل لهم البقاء مع أصدقائهم في الجامعة، الذين سيتفهمونهم أكثر منكم

نتيجة معرفتهم بالفقيد. وعندما وقعت أحداث الحادي عشر من أيلول طلبت العائلات الموجودة في المملكة المتحدة من أبنائها الناجين العودة إلى الوطن بحيث يستطيعون معانقتهم والتأكد من سلامتهم، إلا أن الراشدين منهم آثروا البقاء في الولايات المتحدة نتيجة إحساسهم بضرورة المشاركة في مآتم أصدقائهم، وسيكون من السيء منعهم عن ذلك».

### أخبروهم عن الأشياء الجيدة أيضاً

سيفتقدون حتماً للأحداث الهامة مثل العيد الثمانين ليلاد الجد، وعليكم منحهم فرصةً للقدوم والمشاركة بذلك حتى ولو كانوا بعيدين جداً أو مشغولين، وإلا فسيشعرون أنهم منسيون وغير مرغوبٍ بهم. وفي حال عدم حضورهم لحفلة الميلاد أو الزفاف أو غيرها، قوموا بإرسال الصور لهم واطلبوا منهم أن يعلموكم آلية إرسالها عن طريق الحاسوب إذا لم تكونوا على معرفةٍ بذلك.

ويجب أن تشجعوهم على البقاء كجزء من العائلة، وذلك من خلال تذكيرهم بأعياد ميلاد العائلة والمناسبات الهامة. وهكذا سيكون بمقدورهم إرسال بطاقة أو إجراء مكالمة هاتفية، وإنه لأمر لطيف أن يشعر الجد بأن حفيده ما زال يتذكره...

### تعديل الغرف

تجنبوا إجراء أي تعديل على غرفته دون استشارته مسبقاً. وحتى لو قمتم بذلك فمن الأفضل أن تنتظروا لحين عودته إلى المنزل، فقد يقول بأنه يرغب بتغيير ورق الجدران ولكنه برغم ذلك قد يبدي استياءه من ورق الجدران الذي وضعتموه في غيابه. ولسبب نهله يبقى الشعور بالطمأنينة والاستقرار أمراً مهماً لابنكم أو لابنتكم، كما أن التغيير الكبير الذي طرأ على حياتهم جعل من المنزل شيئاً مهماً لهم أكثر من ذي قبل، فالمنزل بالنسبة لهم هو الشيء الوحيد الذي يجب ألا يطرأ عليه تغيير، على الأقل لفترة وجيزة ريثما يتأقلمون مع المرحلة الجديدة.

وكذلك عليكم عدم نقل أولادكم الآخرين إلى غرفة الطالب الغائب، رغم أن ذلك قد يبدو منطقيًا ولا سيما إذا كان أبناءكم الثلاثة الآخرين يتشاركون غرفة واحدة ويتلهف الكبير للانتقال إلى الغرفة الفارغة، ولكنها في الواقع غير فارغة. أليس هذا صحيحاً؟ فهي تعود لشخصٍ ما والعطل ستبدأ قريباً.

### تغيير المنزل

قد تضطرون أحياناً لتغيير منزلكم، ولكن ننصحكم بعدم القيام بذلك قبل مناقشة ابنكم الغائب بالأمر، وقوموا باستشفاف مشاعرهم وحاولوا إشراكهم في الأمر كما لو كانوا موجودين، واحرصوا على إحضارهم - إذا كان ذلك ممكناً - لإلقاء نظرة على المنزل الجديد قبل اتخاذ قراركم، ورغم أنكم قد لا تسمحون لهم بالتأثير على قراركم النهائي إلا أن ذلك يُعدّ جزءاً من عملية سيكولوجية لجعلهم يشعرون وكأنهم ما زالوا جزءاً من العائلة التي هم حتماً موجودون فيها.

## الفصل الحادي والعشرون

### إذن أنتم في المنزل وحدكم

لقد قام طالبكم بدورٍ أساسي في استقرار زواجكم وعلاقتكم لمدة طويلة، مما سيؤدي إلى تغييرٍ في أوضاعكم حال ذهابه إلى الجامعة، وستكون هذه الفترة عصبية جداً والحلول مستعصية، لذلك فإن أفضل نصيحة لكم هي ألا تتسرعوا في اتخاذ قراراتكم، فربما تشعرون بعد ذهاب أولادكم بضعف الروابط الموجودة بينكم ولكن في حال بقائكم معاً لمدةٍ وجيزة ستكتشفون وجود أشياء أخرى تربط بينكم بدلاً من الأشياء السابقة. وهذا يشبه إلى حد ما طلبكم من ابنكم التجول في الجامعة فربما يكتشف فيها أشياء قد تجعله يحبها أكثر مع مرور الوقت.

وتقول (دينيس نوليز): «ويجب عليكم التعبير عن مشاعركم تجاه الشريك وألا تبقوها أسيرة قلوبكم، ولا تستسلموا بسهولة إن شعرتم بعدم وجود أشياء مشتركة بينكم وحاولوا الخروج سويةً أو القيام بشيء جديد كلعب السكواش أو لعب التنس بشكل دوري، وقد لا يبدو الأمر سهلاً إلا أنه ليس مستحيلاً، وسيؤدي ذلك إما إلى علاقة إيجابية بينكم أو إلى مواجهة بعض الحقائق القاسية».

### ما زلتم متزوجين ولكنكم مختلفين - التأثير واقعٌ عليكم

إن رحيل ابنتكم عن المنزل لا يعني بالضرورة استغناءها عنكم، فإذا كنتم أنتم المسؤولين عن رعايتها بشكل أساسي ومباشر فذلك لا يعني أنكم برحيلها أصبحتم بلا فائدة، بل ربما يتيح رحيلها الفرصة أمامكم للقيام بكل النشاطات التي طالما رغبتم القيام بها عندما كانت في المنزل. وفي حال شعوركم بالإحباط الجؤوا إلى ممارسة الرياضة إذ سيؤدي ذلك إلى إطلاق هرمون endorphins الذي يُعرف بهرمون السعادة، كما يمكنكم أيضاً التفكير بأشياء لتقوموا بها لاحقاً مع أبنائكم الباقين في المنزل.

## رواية شخصية

لقد وجدت (ياسمين) أنه من الملائم لها القيام بنشاطين أو ثلاثة أسبوعياً برفقة ابنتها المتبقية «لقد أعاد ذلك ترتيب حياتنا واستطعنا تدريجياً أن نتخطى محنة غياب ابني عن المنزل ومتابعة أمورنا دون أن يكون حاضراً معنا».

## وحيدون تماماً

في حال لم يكن لديكم شريك وكان آخر أبنائكم قد غادر المنزل، فإن ذلك يُعدّ فرصتكم لتعيدوا التفكير بأنفسكم، إذ يمكنكم التفكير بالأشياء التي طالما رغبتم القيام بها والتي حالت مسؤولياتكم الأبوية دون تحقيقها، فما رأيكم مثلاً بتغيير العمل أو التدريب على مهنة جديدة أو العمل خارجاً أو الدراسة للحصول على شهادة، فالأمور التي تستطيعون القيام بها لا تُعدّ ولا تحصى، كما سيودّ العديد من الآباء الآخرين لو كانوا في مكانكم.

لقد تركت (آنثيا) البالغة من العمر أربعين عاماً عملها وأخذت تتدرّب على مهنة مضيئة جوية وذلك بعد مغادرة ابنها الوحيد إلى الجامعة «لقد كنت أعمل كمديرة بدوام جزئي وراتب مجزٍ عندما رأيت إعلاناً لشركة خطوط جوية (تريد طاقماً لرحلاتها المحلية برواتب منخفضة)، وفي عملي الجديد لم يكن لدي أية رحلات مسائية، الأمر الذي مكنني من البقاء مع ابني أثناء العطل، ولقد جعلني عملي الجديد أدرك جانباً مختلفاً تماماً من الحياة. وأشعر الآن أنني في غاية السرور، كما كنت مثلاً جيداً لابني الذي استطاع أن يكتشف قدرتي على القيام بتغييرات كبيرة حتى في مثل سني».

## رواية شخصية

لقد قام كلٌّ من (جون) و (دينيس) بالحجز سلفاً لحضور سلسلة من العروض المسرحية والحفلات الموسيقية بعد مغادرة ابنتهم الأخيرة إلى الجامعة «لقد قمنا بالحجز قبل رحيلها، وبذلك كان لدينا شيء نتشوق إليه».

### مصادر للإطلاع

هناك العديد من المنظمات القادرة على مساعدتكم في إعادة ترتيب حياتكم بعد مغادرة أبنائكم الطلبة، ويمكنكم مراجعة القوائم الموجودة على الموقع [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com) إلى جانب المعلومات التي يتضمنها هذا الكتاب.



«أوه، إنني أتساءل فيما إذا كانت شهادة السباحة المدرسية وشهادة GCSE في

الفنون ستكفييني للحصول على الوظيفة؟»

## الفصل الثاني والعشرون

### زيارة - مكانكم أو مكاني؟

متى؟

امنحوا ابنتكم أربعة أسابيع على الأقل قبل أن تقترحوا عليها القيام بزيارة للمنزل أو قضاء عطلة نهاية الأسبوع فيه، فهي بحاجة إلى وقت كي تستقر، وفي حال رأيتم قبل ذلك، فربما تدرك فجأة أنها تفتقد القطة والسماء واللازانيا البيتيّة الصنع لدرجة قد تمنعها من العودة إلى الجامعة.

وأما فيما يتعلّق بالزيارة فذلك مرتبطٌ بشكل واضح مع بُعد الجامعة عن المنزل، إذ نعرف عائلة يدرس ابناؤها في جامعة أكسفورد التي تبعد نصف ساعة عن منزلهم، ويقوم هؤلاء الشبان بزيارة منزلهم مرتين في الشهر على الأقل حرصاً على تلبية رغبة أمهم، مما جعلهم يفوتون عليهم الكثير من الحياة الاجتماعية في الجامعة ولاسيما أن مدة الفصل الدراسي في جامعة أكسفورد لا تتجاوز الثمانية أسابيع.

وبشكلٍ مشابه، إذا كانت جامعة ابنكم بعيدة جداً عن المنزل مما يجعل زيارته أو قضاء عطل نهاية الأسبوع فيه أمراً صعباً، فعليكم في هذه الحالة أن تنظموا معهم لقاءين أو أكثر خلال الفصل، وحاولوا تحديد المواعيد مسبقاً بحيث يكون لدى كل منكما شيء يتوق إليه وإلاّ قد يتم إلغاء الزيارة من قبلهم نتيجة ظرفٍ طارئ في اللحظة الأخيرة.

هل هذه أنتِ حقاً؟

يجب عليكم لدى رؤيتها ألاّ تندهشوا من التغييرات الحاصلة لها، فكلما قد تغير في تلك الفترة الزمنية القصيرة، والتغيير لن يطال فقط لون شعرها أو أنها

أصبحت أسمن أو أنحف أو ترتدي ملابس جديدة قد بددت نقود منحتها عليها، بل سيظل أيضاً شخصيتها فهي الآن أكثر استقلاليةً ووعياً. ومن الطبيعي أن يستغرق كل منكم وقتاً لتوطيد العلاقة التي كانت موجودة بينكم سابقاً، فهذا أشبه بحالة الزوج الذي سافر إلى الخارج والآن قد عاد، إذ سيكون الأمر صعباً في البداية ولكن خلال فترة وجيزة سيسير كل شيء على ما يرام وستعودون إلى الانخراط في إيقاع الحياة السابقة كلياً. وفي حال لم تكن علاقتكم ببعضكم جيدة في السابق فيمكنكم الاستفادة من هذا اللقاء للانطلاق ببداية جديدة فابنتكم قد تغيرت وربما ستسجمن معها أكثر من ذي قبل.

وحاولوا قدر استطاعتكم احترام التغييرات التي طرأت عليها، فربما تستأوون من شعرها أو من عاداتها الجديدة كالتدخين مثلاً، ولكنها الآن قد أصبحت راشدة، فإذا تعاملتم معها على هذا الأساس يكون من المحتمل بقاؤها على تواصل معكم. ولقد أصبح أمراً مثيراً للمزاح أن أقوم بأخذ موعد لابنتنا لدى الحلاق ليقوم بقص شعره حال وصوله من الجامعة لقضاء العطل في المنزل.

وقد تشعرون بالحرج لدى قيامكم بزيارة ابنتكم للمرة الأولى، لذلك لا تكونوا محبطين، فهي ستُسّر بلقائكم (نأمل ذلك) ولكنها أيضاً ستشعر بالغرابة لأنكم موجودون في ضيافتها، فهي ستخشى أن تقولوا أشياء محرجة لأصدقائها كما أنها لا تتمنى أن تبالغوا في الاهتمام بها، لذلك كونوا هادئين وقوموا بمعاينتها دون الإفراط في ذلك وأظهروا اشتياقكم وحاولوا إقناعها بأن تأخذكم في جولة لرؤية الجامعة والبلدة، حيث أن قيامكم بهذه الأمور سويةً سيؤدي إلى زيادة التقارب فيما بينكم.

وإنها لخطوة ذكية جداً أن تقوموا بدعوتها لتناول الطعام في مطعم حيث سيساعدكم ذلك كثيراً في إعادة الأمور إلى مجراها الطبيعي، وعند عودتكم معها لتناول القهوة في غرفتها تجنبوا القيام بغسل تلك الأكواب القابعة تحت سريرها منذ أسابيع والتي تشبه في داخلها البحر الأسود.



ولا تحاولوا إخبارها أن الغرفة في حالة فوضى عارمة، وإذا أردتم ترتيبها فافعلوا ذلك بحذرٍ شديدٍ، إذ ستعمُّ الفوضى مرةً أخرى بعد رحيلكم، ويكون كل ماحققتموه هو النيل من ثقتها. على كلٍّ يمكنكم أن تسألوها بلطافةٍ فيما إذا كانت ترغب بإرسال أية أغراض لتغسلوها في المنزل أو فيما إذا كانت تحتاج لأي شيءٍ.

وعليكم أن تحاولوا بناء صداقةٍ مع زملائها، فإذا كنتم لطفاء معهم وقمتم بدعوتهم إلى المطعم أيضاً فسيترك ذلك انطباعاً جيداً لديهم وسيحدثون عنكم بشكلٍ إيجابي مما يجعل ابنتكم تدرك أنكم لستم سيئين لهذه الدرجة. وحاولوا عدم إبداء استيائكم منهم، إذ أن ابنتكم ناضجةٌ بما يكفي لاكتشاف أصدقائها الحقيقيين. ومن ناحيةٍ أخرى فمن المستحسن أن تبدوا استعدادكم الدائم لمساعدتها في حال ساءت الأمور معها، بما في ذلك أمر أصدقائها الذين قد لا يكونون جيدين كما كانت تعتقد.

وإذا رغبت في التكلم عن صديقتها فانصتوا لها جيداً ولا تحاولوا إبداء رأيكم ما لم تطلب ذلك، إن ما ستقولونه سيؤخذ في نهاية المطاف ضدكم. وحاولوا كذلك عدم الإلحاح عليها للحصول على تفاصيل عن حياتها الاجتماعية، فهل كنتم تخبرون آباءكم بكل شيءٍ عندما كنتم في مثل سنها؟ بالتأكيد لا. ولكن الآباء في هذه الأيام عمليون وحريصون جداً على مستقبل أبنائهم وهذا ما يجعلهم يريدون معرفة الكثير عنهم.

عليكم عدم إطالة المكوث عندها، فيومٍ واحدٍ يكفي إذا لم تكن رحلتكم طويلة، فعندما كنَّا نزر ابننا الذي يدرس في إحدى جامعات اسكتلندا غالباً ما كنَّا ننزل في فندقٍ صغيرٍ (بانسيون) خارج البلدة يقدم المنامة والفقور حتى لا نقيد حريته، في حين كان أبنائنا الإثنان الآخران يفضلان البقاء معه في المنزل الطلابي وكانوا يقضون وقتاً رائعاً.

## زيارة المنزل

ستكون زيارة المنزل الأولى مليئة بالترقب من كلا الجانبين، حيث تقول (ماندي) البالغة من العمر الثامنة عشرة أنها متلهفة للقاء أختها الصغرى بالرغم من قلة الانسجام بينهما «عندما فتحتُ الباب عانقتها بحرارة وسألتها فيما إذا كانت قد اشتاقت لي ولكنها نظرت إليّ وقالت: لم يمض على رحيلك سوى ستة أسابيع، وعندها تمنيت العودة إلى الجامعة كما أنني شعرت بالألم لأنني اعتقد أنهم لم يشتاقوا لي».

وبما أن لكل منكما توقعاته التي قد لا تبدو منطقية، فسيكون من الصعب تفهمها بشكلٍ ملائم، فقد اعتاد ابني على المزاح بقوله إنه يعرف أنه قد وصل إلى المنزل عندما نتشاجر للمرة الأولى ومن ثم نعود إلى حياتنا الطبيعية مرةً أخرى، وقد يبدو ذلك صحيحاً من وجهة نظره. وكذلك ستشعر ابنتكم بالسعادة لدى عودتها إلى المنزل إلا أن الأمور ستختلف بالنسبة لها كثيراً، فهي ستفتقد أصدقاء الجامعة بعد ساعات من وصولها، وكذلك الأمر بالنسبة لكم فأنتم ستسعدون بوجودها معكم ولكنها لم تعد تلك الفتاة التي غادرتكم، فهي تحيا الآن حياتها على طريقتها، ففي الوقت الذي ستخلدون فيه للنوم ربما تكون قد استيقظت لتوها، كما قد تطيل البقاء في الحمام، ومن المحتمل ألا تتناول الطعام الذي أمضيتم ساعات في تحضيره لأنها لم تعد تأكل اللحم (ألم تخبركم بذلك؟) وستكون شديدة الغضب منكم لأنكم نسيتم أن تخبروها بأمر سمكتها التي ماتت بعد أسبوع من مغادرتها.

وتكمن البراعة في احترام احتياجاتهم الجديدة، فإذا لم تعد تأكل اللحم فإن هذا أمرٌ يعنيها، وإذا كانت تذهب إلى النوم في وقتٍ متأخر عنكم فهي الآن راشدة، ولكن من جهةٍ أخرى يجب عليها أن تدرك أن في المنزل أناساً آخرين يعيشون فيه وليس من المنطقي أن تسمع الموسيقى الصاخبة حتى الساعة الثالثة صباحاً.

وسيكون من المنصف لو قامت لدى خروجها من المنزل بإخباركم عن الموعد المحتمل لعودتها، وهناك مفارقة كبيرة في الأمر، إذ عندما كانت موجودة في الجامعة لم تعودوا تشعروا بالقلق ليلاً (نأمل ذلك) وتتساءلوا فيما إذا كانت قد عادت إلى غرفتها أم لا، أما الآن بعد عودتها إليكم فستشعرون بقلق كبير في حال بقائها لوقت متأخر خارج المنزل، وهذا مبرر كما أنه من صلاحياتكم أن تسألوها عن الموعد المحتمل لعودتها.

وفي الوقت الذي تكونون قد انسجتم فيه مع كل تلك الأمور، سيكون الوقت قد حان لمغادرتها، ولكن الجيد في الأمر أنكم لن تشعروا بالغرابة عندما تعود إليكم في المرة المقبلة.

## الفصل الثالث والعشرون

### وقت العطلة

لن تكونوا قد انتهيتُم من حزم أمتعتها للمغادرة إلى الجامعة حتى يكون الوقت قد حان لتحمزوا لها الحقائب من أجل عودتها إلى المنزل، ويُعدّ توضيب الأغراض أمراً مهماً، فإذا كنتم أنتم من سيجلبها من الجامعة فربما تتوقعون منها القيام بتوضيب أغراضها، وفي هذه الحالة سيكون لديكم ابنة منظمة للغاية، فهل هذا حالكم؟ وقوموا بأخذ حقائب إضافية وصناديق فارغة لتضعوا فيها كل الأشياء الإضافية التي لم تكن في الحسبان.

#### نصيحة

اتصلوا بها قبل عدة أيام من توضيب الحقائب واطلبوا منها جلب صناديق كرتونية من محلات السوبر ماركت القريبة، لأنها إن أجّلت ذلك حتى ما قبل السفر بيومٍ واحد سيكون الطلاب الآخرون قد سبقوها إلى ذلك، وأنا أتكلم انطلاقاً من تجربتي الشخصية.

عليكم ألا تتوقعوا مغادرة المكان بسرعة لأنها ستستغرق وقتاً طويلاً في توديع أصدقائها الذين مضى على معرفتها بهم عشرة أسابيع فقط، ولكنهم على ما يبدو أقرب إليها منكم. ولا تحاولوا الانطلاق من المكان بسرعة لأن ذلك سينتهي بكم إلى بداية سيئة، فالمراهقون عادةً لا يتقبلون التغيير بسهولة، وقد كان هناك الكثير من التغييرات منذ اختبارات المستوى A.

إن الشيء الجيد في ما يتعلق بالعطل الفصلية هي أنها طويلة المدة، على خلاف عطل نهاية الأسبوع التي تنتهي قبل أن تتمكنوا من حل أية مشكلة، لذلك لا تضيعوها بالانزعاج وإثارة المشاكل، بل يمكنكم أن تمتّعوا أنفسكم برؤية ابنكم

الجديدة الناضجة، وحاولوا البحث عن إيجابياتها وكونوا أصدقاء لها إذ سيبعث ذلك على الاطمئنان، ومازحوها فذلك سيشجعها على إخباركم عن حياتها الجامعية وبعدها يمكنكم البدء بالجزء المزعج في الأمر كأن تخبروها بأنها ستكون قد قامت بفعل جيد في حال قامت بترتيب سريرها.

واجعلوا منزلكم مفتوحاً لضيوفها مهما كان صغيراً، إذ ستتحسن علاقتكم معها إن شعرت بالارتياح في إحضار أصدقائها، وإذا أرادت أن تستضيف إحدى صديقاتها للنوم عندها فكونوا عمليين وتقبلوا الأمر، وفي حال عدم ارتياحكم لأصدقائها الجدد، فعليكم عدم مقاطعة حديثهم من أجل إبداء رأيكم ولكن يمكنكم لاحقاً تقديم إرشاداتكم اللطيفة بطريقة دمثة على أن تتركوا لها حرية اتخاذ قراراتها بنفسها وإلا ستنفرونها منكم.

### نصيحة

كونوا مستعدين لتقبل سلوكهم الغريب، فوجودهم في المنزل يعد أمراً جميلاً ولكن وكما يقول ابني: «إن الغرابة أمرٌ جميل» لذلك عليكم عدم الاستخفاف بمشاعرهم واشتياقهم إلى أصدقائهم، فهم بحاجة إلى الوقت والمعرفة كي يتأقلموا مع وجودهم في المنزل مرةً أخرى، ولكن وبعد تأقلمهم لن تشعروا إلا والفصل الدراسي قد بدأ.

### هذا ليس نزلاً

يتوقع بعض الآباء قيام أبنائهم بدفع أجرة أثناء قضائهم العطل في المنزل، وعلى كل فإن الأمر يعود لكم ولكن إن أردتم عودتهم في المرة المقبلة فلا تقسوا عليهم كثيراً، وإذا كانوا يعملون أثناء العطل فلا بأس من قيامهم بدفع كمية قليلة من النقود لقاء الطعام والبنزين. وبالانتقال إلى موضوع العمل فربما يكون من الأفضل تشجيع ابنكم على الحصول على عملٍ وذلك ليس من أجل النقود فحسب بل لاكتساب خبرة هامة تُضاف إلى ملفه عندما يقوم في نهاية المطاف

بتقديم طلب للحصول على عمل مناسب، وإذا شعرتكم بعدم اهتمامه، فقوموا بجلب بعض الطلبات من محلات السوبر ماركت المحلية وارموها في وجهه، أو ساعده على إيجاد بدائل أخرى تكون أكثر متعة بالنسبة له. سيذهب ابني هذا الصيف إلى (مخيم أمريكا) ليعمل كمساعد في مخيمات الأطفال.

اتصلوا بمركز (بوناك) للأعمال الخارجية أثناء العطل - وبيعض المراكز الأخرى في لندن - على الرقم 02072511152 أو على الموقع [Operations@bunac.org.uk](mailto:Operations@bunac.org.uk).

### نصائح

- من الأفضل لكم أن تأخذوا ما في حقائبهم إلى المصبغة وتعتذروا عن الروائح الكريهة التي تنبعث من داخلها، فذلك سيوفر وقتكم وأعطال غسلاتكم.
- لا تتدهشوا من امتلاء المنزل بكل تلك الأغراض الإضافية التي أحضروها معهم كالحاسوب والملابس الجديدة (إذ أن نقود منحتمهم قد ذهبت كلها على تلك الأمور)، وذلك يشبه إلى حد ما استضافة صديق غير مهذب بالإضافة لعدم إحضاره لأية هدايا.

### مقابلة الأصدقاء القدامى

لا بد أن ابنتكم سترغب برؤية أصدقائها القدامى في المدرسة إلا أنها ستجد الأمر غريباً، فهم حتماً قد تغيروا وكذلك هي أيضاً، وربما تحتاج إليكم لتخبركم مشاعرهما، وهنا عليكم التعاطف معها وإخبارها كيف شعرتكم عندما حصل ذلك معكم.

### الأثر على العائلة

بعد أن تعودتم على التغيير الذي طرأ على نشاطات العائلة - بعد مغادرة ابنتكم - عليكم التعود على وجودها كشخص إضافي في المنزل عند عودتها، ومهما يكن الأمر فعليكم عدم إخبارها بأن الوضع كان أفضل في غيابها، وإذا

حاول أحد أولادكم قول ذلك قوموا بإيقافه على الفور لأنها ستكون مستعدة للقول بأنها نادمة على مجيئها لقضاء العطلة في المنزل، ولكن تذكروا فقط أنها لا تعني ذلك حقاً.

### **انظروا إلى الجانب المشرق**

بالرغم من عملها الكثير أثناء العطل، إلا أنها تستطيع مساعدتكم إلى حد ما، فربما تهتم بأمر المنزل عندما تذهبون لقضاء عطلة عائلية فضلت عدم الذهاب فيها معكم، أو ربما كان بمقدورها اصطحاب أحد إخوتها الصغار لقضاء النهار خارجاً.

### **ماذا في حال لم يرغب بالعودة لقضاء العطل في المنزل؟**

في هذه الحالة عليكم عدم الاستياء منه فهو في طور النضوج، إذ قام بتكوين أصدقاء جدد ومن الطبيعي أنه يرغب باكتشاف الحياة من حوله، لذلك قد يفضل البقاء في الجامعة أو قضاء العطلة بكاملها في منزل أحد أصدقائه، وهذا لا يعني أنه لم يعد يرغب بالتعامل معكم رغم وجود شيء من هذا القبيل (انظروا إلى الخلافات في الفصل الرابع والعشرين)، وبالمحصلة تكونون قد نجحتم في خلق إنسانٍ مدركٍ مستقلٍ يمتلك الثقة ليشق طريقه الخاص في الحياة.

## الفصل الرابع والعشرون

### المزيد من المشاكل الصغيرة

#### خلافات

إنّ قرابتكم من شخصٍ ما لا تعني بالضرورة قربكم منه، وهذا أمرٌ مؤسّف ولكنه واقع، فربما لم تكونوا على درجة كبيرة من الانسجام مع ابنكم قبل مغادرته إلى الجامعة، ومن المحتمل أن يؤدي غيابُه هذا إلى زيادة الفجوة بينكم.

وتكمن المهارة - في علاقة أي أبٍ بابنه، وفي أي سنٍ كان - في الإبقاء على خطوط التواصل مفتوحةً معه، فربما يكون كلاكما قد تفوّه أو قام بأشياء يأسف عليها، كما قد يشعر كلا الطرفين بظلم الآخر له، مع العلم أن كليكما راشدٌ إلا أنكم الأكبر سنّاً مما يجعل الأمر عائداً لكم في إبداء استعدادكم لمساعدته إذا ما شعرتُم أنه يريد إصلاح الأمور فيما بينكم.

ويمكنكم القيام بذلك من خلال طرقٍ ذكية، كأن ترسلوا لهم بطاقة معايدة مميزة أو تقوموا بزيارة مفاجئةٍ لهم أو ترسلوا لهم شيكاً بقيمةٍ قليلة، فقد نضعت الرشوة معهم عندما كانوا صغاراً ولكنكم الآن لستم بوارد القيام بذلك، وهذا سيظهر لهم أنه مهما ساء اعتقادهم بكم - ومهما كان ما تشعرون به بعض الأحيان - إلا أنكم تهتمون لأمرهم.

عندما كنا في الجامعة قررت إحدى صديقاتي ترك الدراسة وهي في سنتها الثانية، وبعد ثلاثة أسابيع اتصلت بنا والدتها لأنها لم تستطع الوصول إليها، كما أنها لم تدرك أن ابنتها قد تركت الجامعة، ولم أسمع عن صديقتي أي خبرٍ حتى يومنا هذا، وكذلك لم أعرف ماذا حلَّ بها، الأمر الذي ما زال يؤرقتني ويجعلني أتساءل كيف كان إحساس والدتها حيال ذلك؟



هناك العديد من المنظمات مثل منظمة (جيش الإنقاذ) التي تقوم بتعقب الناس لإشراكهم في صفوفها، ولكن عليكم أن تحاولوا منع ذلك قبل حدوثه، فمهما بلغت صعوبة التعامل مع ابنكم يجب عليكم عدم ترك الخلاف يكبر وينمو لدرجة قد تدفعه للخروج من المنزل وعدم العودة إليه إلا بعد سنين. والأمر ببساطة لا يستحق ذلك كله.

وإن لم تتجسوا في التوصل إلى تسوية معه، حاولوا إحضار صديق للعائلة ليقوم بالتحدث معه، وبينوا له استيائكم من هذا الوضع وعدم رغبتكم في استمراره. كما يوجد أيضاً منظمات استشارة طلابية مثل (نايتلاين) التي يمكنها مساعدة ابنكم على حل مشاكله.

### المبالغة في اللهو

إذا لم تتمكنوا من الاتصال بابنتكم لعدة أسابيع، أو قالت لكم زميلتها بأنها لم تتم في الغرفة منذ عشرين يوماً، هنا يكون الوقت قد حان للتحدث معها بهدوءٍ حول مبالغتها في ذلك، ولكن كونوا حذرين، إذ أن من الطبيعي قيام الطلاب الجامعيين في سنتهم الأولى بالتعرف على الكثير من الناس فهذه هي المرة الأولى التي يبتعدون فيها عن منازلهم، وفجأةً، وبدلاً من حضورهم لحفلة واحدة في الشهر يجدون أنفسهم أمام أشياء تحدث في كل ليلة.

على كل، إن بمقدوركم أن تسألوها بلطفٍ فيما إذا كانت على اطلاعٍ بالمواعيد النهائية لاختباراتها، حتى ولو طلبت منكم عدم التدخل بشؤونها إلا أن ذلك سينعش ذاكرتها، واسألوها كذلك عن الدرجات التي حصلت عليها، وبالرغم من أنها قد لا تقوم بإخباركم إلا أن ذلك قد يشعرها بالذنب. وإن من أصعب الأمور التي تواجهكم لدى ذهاب ابنكم إلى الجامعة هو عدم وجود دفتر واجبات تطلعون عليه بالإضافة إلى عدم قدرتكم على تصفح ملفاتها وتفقد درجاتها.

إن هذا بالضبط ما تشتمل عليه مرحلة النضج، وعلى ابنتكم أن تدرك بنفسها أنها مقصورة، فإذا لم تفلح، سيقوم مدرّسها المباشر بإخبارها ذلك، وكل ما يمكنكم القيام به هنا هو إخبارها بلطافة أن الحياة الجامعية هي مزيج من الجِدِّ واللّهو.

### المبالغة في الدراسة

إذا كان لديكم ابنة مجتهدة، فمن المحتمل أنها تعمل بجِدِّ ومثابرة إلى درجة تقارب فيها مواظبة بعض الطلاب على الذهاب إلى الحفلات، (وأنا شخصياً كنت مجتهدةً أثناء الأسبوع وأرتاد الحفلات في العطل) فإذا كانت تعمل على حاسوبها المحمول حتى الثانية صباحاً وكانت من أكثر الطلاب التزاماً فربما يكون عليكم زيارتها.

يجب أن تكون اختبارات المستوى A قد علّمتهم كيف يستثمرون وقتهم بشكلٍ منظم ولكن ربما تكون هناك مشكلة ما، فهل الدراسة على درجة كبيرة من الصعوبة؟ أم أن هناك الكثير من الجهد الضائع سدى؟ وفي كل الأحوال اقترحوا عليها مناقشة ذلك مع مدرّسها المباشر أو مع أصدقائها، وحاولوا إقناعها بالذهاب إلى مركز الجامعة الطبي للتأكد من أنها لا تبالغ في ذلك.

ومن الممكن أن يؤدي الضغط الذي قد يشعر به بعض الطلاب نتيجة وجودهم في مكان جديد إلى ظهور مرض العصاب، فقد كانت ابنة (إيمي) – والتي هي الآن في السنة الثانية – دائمة الحساسية، وعندما عادت للمنزل بعد انتهاء الفصل الدراسي الأول لاحظت والدتها ظهور بعض النزعات اللاإرادية لديها «كالتأكد من أن الباب الخارجي مقفل، وظهور بعض الطقوس الغريبة لديها كأن تلبس فردة حذائها اليسرى قبل اليمنى». وقد قامت (إيمي) بإقناعها بالذهاب إلى طبيب العائلة ومناقشة الأمر معه، وأخيراً، وبعد عدة جلسات صريحة معه ومع إيمي اعترفت الابنة بأنها كانت تعاني من الغربة نتيجة ابتعادها عن المنزل كما كانت تشعر بالوحدة لعدم حصولها على أصدقاء جيدين، الأمر الذي أدى إلى ظهور الطقوس لديها.

وقد شعرت (إيمي) بالقلق الشديد إذ كيف ستساعد ابنتها وهي بعيدة جداً عنها؟ إلا أنه في النهاية استطاعت الفتاة حل المشكلة بنفسها حيث تبنت اقتراح أخيها وقامت بالانضمام إلى بعض النوادي الجامعية وهناك قابلت أناساً جمعتهما بهم أمور مشتركة كثيرة، وقد أدى انشغالها بذلك إلى نسيان تلك الطقوس الغريبة التي كانت قد طرأت عليها.

### اكتشاف الحياة الجنسية

بالرغم مما قرأتموه سابقاً، إلا أن هناك العديد من المراهقين الذين يذهبون إلى الجامعة قبل أن تكتمل معارفهم عن الحياة الجنسية (في الواقع هذا أمر جيد) ولذلك وكما قلت سابقاً، مهما كان الأمر محرراً لكليهما، إلا أن الوقت قد حان لتذكيرهم ببعض الأمور، ومن المحتمل أنكم قد فعلتم ذلك عندما كانوا في سن الثامنة حيث تولي المناهج الحكومية اهتماماً خاصاً في تعريف الأطفال بهذه الأمور، ولكن الوضع الآن أكثر تعقيداً ويتطلب الكثير من التعمق، إذ لا يكفي أن تتحدثوا معهم عن العلاقات الجنسية بل حدثوهم أيضاً عن أهمية المحبة والعاطفة تجاه شخص ما قبل الدخول معه في علاقة صداقة.

وعليكم عدم التحفظ في حديثكم معه - مهما كان ما تشعرون به - وذلك لإبقاء خطوط الاتصال مفتوحة بينكم، الأمر الذي يجعلهم يثقون بكم ويفضون إليكم بأسرارهم في حال وقوع خطأ ما.

### لا يذهب إلى المحاضرات

إن الحرية التي يشعر بها الطالب في الجامعة قد تدفعه إلى التهور في البداية ولا سيما إذا كان يدرس مقررراً ذا عدد قليل من المحاضرات، وربما سيستغرق وقتاً ليُدرك أن عليه الاجتهاد والمثابرة في دراسته واستثمار وقت فراغه في البحث والاطلاع، ويمكنكم مساعدته من خلال تذكيره بذلك بين الفينة والأخرى.

وإذا ذكر بالصدفة أنه لا يذهب إلى المحاضرات أبداً فسيكون الوقت قد حان لتقولوا له شيئاً، وبينوا له أن هناك مسؤوليات تقع على عاتقه بالرغم من كونه ناضجاً ويعيش بعيداً عن المنزل، فأنتم من يقوم بالإنفاق على كل احتياجاته ولا تتوقعون منه أن يضيع كل هذا بتهوره وطيشه.

وتوجد هناك فجوة كبيرة ما بين وجودهم في المنزل عند قيامهم بالتحضير لاختبارات المستوى A وما بين وجودهم في الجامعة، ولكن ذلك لا يعني أن تتخلوا عن مسؤولياتكم كأباء بشكل كامل، لذلك فإن التطرق لبعض الأمثلة العابرة لا يُعدّ خارجاً عن صلاحياتكم.

وأما في ما يتعلق بالدروس الخصوصية فهذا أمرٌ آخر، إذ أن من المتوقع حضور الطالب لها حتماً، وفي حال ذكر ابنكم وبشكلٍ غير مسؤول أنه لا يحضرها أيضاً فسيكون الوقت قد حان لتأنيبه والتكلم معه بقسوة، ولا مانع من اللجوء إلى بعض التهديد في ما يتعلق بمنحكهم المالية أيضاً.

### يكره المدرّس

هذا هراء، إذ ليس المطلوب منه أن يحب مدرّسيه، ولكن عليكم اللجوء للطرق الدبلوماسية معه وتذكيره كم كان يكره مدرّس الجغرافيا ومدرّس التاريخ ومدرّس الرياضيات أيضاً، فهل كانوا أكثر من مجرد مدرسين له. كما يمكنكم أن تبينوا لهم كم تكرهون مديركم أيضاً وتوضحوا لهم أن المنطق يكمن في الانسجام مع الذين لا تحبون التعامل معه (وهذا لا ينطبق على الزواج)، وعبروا عن تعاطفكم معه ولكن بشكلٍ محدود وأشيروا عليه بالمبادرة وبذل ما يستطيع مع المدرس - الذي نحن بصددده - فقد يعمد ذلك المدرس إلى مبادلته بالمثل في حال إحساسه بأنه يبذل جهده.

وبالطبع فإن بعض المدرسين لا يطاقون!! إذ يفضلون القيام بأبحاثٍ جديّة على أن يعلموا طلاباً منهكين ومتورمي العيون من ليلة أمس، ولكن يمكنكم أن تفرحوا، فربما يصبح أولادكم في يومٍ من الأيام مشهورين جداً وعندها سيكون باستطاعتهم التصريح بأنهم قد تتلمذوا على أيدي مدرسيهم في الجامعة عندما كانوا فيها.

## الفصل الخامس والعشرون

### الانتقال إلى السنة الثانية والثالثة

إنه لأمر غريب؟ ففي مثل هذا الوقت من السنة المنصرمة كاد كلاكما أن يقضي على الآخر من شدة التوتر الناتج عن فكرة ابتعاده عن المنزل للمرة الأولى (إلا إذا كان قد ذهب سابقاً إلى مدرسةٍ داخليةٍ واعتاد الابتعاد عنكم)، والآن وبعد مضي سنةٍ فما زلتم قلقين بشأن رحيله الوشيك، ولكن ابنكم قد يشعر بالارتياح الشديد لأنه سيهرب من مصحكم العقلي هذا أو ربما سيشعر بالتوتر من العودة إلى الجامعة بعد أن اعتاد على وجوده في المنزل طوال الصيف، وذلك لأن القليل من الشبان في مثل سنه يحبون التغيير، فهو يريد الرحيل ولا يريد، كحالته تماماً في السنة الماضية، ولكنكم في كل الأحوال لن تتمكنوا من التأثير عليه أو إرضائه لذلك تجاهلوا تقلباته المزاجية التي تعصف بكم وتذكروا أن الحياة ستعود إلى طبيعتها مرة ثانية بعد عدة أسابيع.

#### انتظروا قليلاً

كل سنةٍ جديدةٍ تأتي ومعها الكثير من المستجدات الخاصة بها، ولا بد أن يكون مدرسو ابنكم قد أخبروها بتلك المستجدات، ولكنها لم تكن مصغية ومن المحتمل أنها لم تكن موجودة أصلاً، فهي تحاول استرداد راحتها من سهرتها ليلة البارحة، لذلك أسألوها إن كانت قد حصلت على قائمة الكتب المطلوبة للفصل القادم، والمنطق يفترض أنكم قد فعلتم ذلك أثناء العطل ليتسنى لكم تأمينها في الوقت المناسب.

وإذا كان ذلك قد فاتكم فيمكنكم اللجوء إلى موقع أمازون الشهير، وحاولوا أيضاً التحقق من الأمور الأخرى التي يجب على ابنتكم معرفتها، فقد تجدون أن من غير اللائق التفتيش في أشياءها بهدف البحث عن بعض الأوراق الرسمية التي تخبركم بتلك الأمور، ولكن من جهةٍ أخرى سيجنبها ذلك الوقوع في مأزق، والوضع هنا يشبه إلى حدٍ كبيرٍ الوضع السابق الذي كنتم تقومون فيه بتفتيش حقيبتها المدرسية من أجل الحصول على الملاحظات التي كان عليها إعطاؤكم إياها منذ عدة أسابيع والتي كُتبت عليها / الرجاء من فضلكم أن تردوا علينا بموعدٍ أقصاه كذا و كذا/.

وفي ما يتعلق بالمقرر الذي تدرسه ابنتكم، فهناك مزيجٌ من النجاح والفشل في كل سنة، فإذا شعرت بالملل منه عليكم انتهاز الفرصة والتكلم معها بشكلٍ بناء وهادف، فغالباً ما يكون مقرر السنة الثانية والثالثة أقل صعوبة لأن ابنتكم تكون قد استقرت بشكلٍ طبيعي وأصبحت تعرف مكان وجود النوادي المحلية كما أنها ما زالت تعتقد بأن الحياة الجامعية ستستمر إلى الأبد.

وقد حان الوقت لإفهامها بأن التقاعس ليس في مصلحتها، فربما لا يكون لديها امتحانات نهائية (تخرج) في هذه السنة، إلا أن ذلك سينعكس سلباً عليها في كلتا الحالتين: في حالة أنها امتنعت عن الدراسة أو أنها لم تدرس بشكلٍ جيد، ولذلك بينوا لها أن بإمكانها الاستمتاع بالسنة الثانية شرط أن يكون هناك مزيج من الجد واللهو.

### السنة الثالثة

إنه وقت حاسم ويتطلب الكثير من العمل - إلا إذا كانوا طلاب لغات (انظروا إلى المقطع المتعلق بالانقطاع لمدة سنة)، وتعتمد طريقة تعاطيكم مع الأمر على شخصية ابنكم، فإذا كان لديكم ابنٌ حساسٌ فسيكون عليكم طمأننته والتأكيد له بأنه سيفلح في الامتحانات النهائية (التخرج) إن درس بشكلٍ جيد، وتذكروا كيف كان عليكم طمأننته عندما كان يشعر بالذعر أثناء خوضه لاختبارات المستوى A و

GCSEs. وينطبق ذلك على الوضع الحالي الذي يتطلب منكم إظهار المزيد من التشجيع والدعم، والمهم في النهاية أن تبقىوا على اتصال معه وتقوموا بزيارته بين الحين والآخر للتأكد من أن كل شيء على ما يرام.

### ملاحظة

حاولوا الانتباه إلى وجود علامات توتر خطير لديه (انظروا إلى الفصل السادس والعشرين) وإذا كنتم ما تزالون قلقين عليه، عليكم إقناعه بزيارة المركز الطبي الذي يرتاده الكثير من الطلاب الذين يتناولون المهدئات، إذ لن يتم التعامل معهم على أنهم قاموا / يقومون بفعل شائن.



«وهل تقصدين أن عليّ العودة مرةً أخرى؟ لقد أنهيت للتو سنةً كاملةً.....»

وفي ذات الوقت فإن التكلم معه بشأن العمل ليس أمراً سيئاً، فهل هناك عمل معين في ذهنه؟ وهل قام بالتعرف على المركز المهني في الجامعة؟ وهل يعرف متى تتعقد جولة الانتقاء (وإذا لم يسبق لكم السماع بذلك فهو مصطلح يُطلق على أسبوعٍ محدد خلال الفصل الدراسي حيث يكون من المتوقع قيام أرباب العمل فيه بزيارة الجامعة لإجراء المقابلات من أجل انتقاء موظفيهم المستقبليين).

وعليكم استثمار العطل في مساعدته على إيجاد عملٍ يكسبه خبرة ملائمة، فهل يعتقد بأنه يهوى الحمامة؟ على كلٍ إن عمله في مكتب الحمامة العائد لجاركم سيؤدي إلى تعزيز الفكرة لديه أو إلغائها تماماً، وفي كلتا الحالتين يكون قد اكتسب خبرةً جيدة (انظروا إلى فقرة الأعمال في العطل).

### الانقطاع لمدة سنة

إذا لم تسر الأمور على ما يرام، فسيكون الحل الأمثل هو اللجوء إلى سنة انقطاع، ولكن تأكدوا من قيام ابنكم بمناقشة ذلك مع مدرّسه، حيث سيؤدي هذا الانقطاع إلى إفساح المجال أمامه لدراسة مقرر آخر أو لحل المشاكل المتعلقة بمقرره قبل المتابعة فيه.

وبالطبع تكمن الخطورة في عدم عودته إلى الدراسة، فأنتم لا تستطيعون ضمان عدم حدوث ذلك، ولكنكم قادرين على إرشاده إلى الطريق الصحيح، فإذا كان انقطاعه ناتجاً عن مشاكل مرضية أو عاطفية، فعليكم مساعدته من خلال الاستعانة بطبيب العائلة.

أما إذا كان الانقطاع بسبب رغبته بدراسة مقرر آخر، فسيكون عليكم مساعدته على استغلال تلك السنة بحكمة، فهل باستطاعته مضاعفة خبرته في العمل؟ وهل هذا وقتٌ ملائمٌ لسفره؟ وفي كل الأحوال عليكم عدم السماح له بتفويت تلك الفرصة عليه فقد لا يحصل عليها مرةً أخرى.



### استراحة لمدة سنة بعد الجامعة

إن ما يميز سنوات الاستراحة هو أنها تنتهي من حيث تبدأ، ففي أيامنا - إذا حالفنا الحظ - كان بمقدورنا الحصول على استراحة لمدة سنة بعد الجامعة، أما الآن وكما نعرف، يقوم العديد من الطلاب بأخذها قبل ذلك، وهذا لا يعني عدم قدرتهم على أخذها لاحقاً أيضاً، لذلك وقبل أن تشعروا بالقلق من فكرة حصولكم على طالب غير موظف مدى الحياة، عليكم الإدراك أن سنة الاستراحة تلك قد تمنحه الفرصة ليعيد التفكير ملياً في حياته، أليس هذا أفضل من حصوله مباشرةً على عملٍ قد يندم عليه لاحقاً؟

### سنة لغة في الخارج

يحصل معظم طلاب اللغات على سنة انقطاع للدراسة في الخارج، وعليكم ألا تقلقوا بشأن تكاليف السفر، إذ توجد خطة رائعة لتبادل الزيارات تسمى (إراسموس لتبادل الزيارات)، وبموجب هذه الخطة يحصل الطلاب الذين يسافرون إلى بلدان الاتحاد الأوروبي على منحة مالية مقدارها 2000 يورو في السنة الجامعية، كما أنهم معفون من دفع الرسوم التعليمية.

وفي حال أرادوا الذهاب إلى بلدٍ خارج أوروبا فقد يصبح الأمر مكلفاً، فمثلاً عليهم دفع 50% من رسوم التعليم في أمريكا الجنوبية بالإضافة إلى عدم وجود منحة مالية.

إن الجيد في الأمر هو قضاؤهم وقتاً رائعاً في الخارج «وإننا نمزح عندما نقول أن أربع سنوات بكلفة ثلاث في حال سفرهم إلى أوروبا»، ويقول الناطق الرسمي باسم المكتب الدولي للدراسة الخارجية في جامعة ساسيكس: «لقد عاد كل الطلاب تقريباً وهم يقولون بأنهم قد استفادوا علمياً ووفروا النقود».

ومن الممكن أن يؤدي سفرهم إلى تعزيز حياتهم العاطفية، «نعم لقد كنا نتبادل الشراكات عندما كان يُعزم طلابنا بأحدٍ ما في الخارج وغالباً ما كان ذلك يؤدي إلى علاقة دائمة».

## الفصل السادس والعشرون

### ضغط الامتحان

حاولوا اكتشاف موعد امتحانات ابنكم من الأوراق المترامية في غرفته الشاغرة، فإذا فشلتم في إيجاد ضالتكم بين تلك النفايات يكون الوقت قد حان للقيام بشيئين اثنين: الترتيب والاتصال بالجامعة لمعرفة مواعيد الامتحان.

وبتلك الطريقة تكونون على أهبة الاستعداد، فإذا سألتم ابنتكم بشكلٍ عابر عن موعد امتحاناتها وتبين لكم بأنها غير متأكدة من ذلك يمكنكم إعطاؤها المواعيد بدقة، وبمقدوركم أيضاً اللجوء إلى طرقٍ لطيفة في تذكيرها ، مما قد يحثها على الدراسة والاجتهاد أثناء فترة الامتحانات كأن تسألوها فيما إذا كانت تراجع دروسها؟ وهل تعرف بدقة موعد كل اختبار؟

قد يبدو ذلك وكأنه تلقيمٌ بالملعة، ولكنكم ستندهشون عندما تعرفون أن العديد من الطلاب يقعون في هذا الخطأ، فأنا أعرف شخصاً ظنَّ ابنه أن امتحان علم الأحياء في الأسبوع المقبل، فقد كان مستلقياً في سريره يأخذ قسطاً من الراحة عندما طرقت زميله الباب عليه وسأله عن إجابته على السؤال الأول، وبالتأكيد فقد ضيع عليه الامتحان وبالتالي التخرج ، وكان عليه إعادة الاختبار مع الطلاب الآخرين الذين فاتهم ذلك نتيجة المرض، وقد أدى ذلك إلى تلاشي خطئه بشأن العمل إذ لم يستطع الحصول على عمله الجديد. لقد تم تحذيركم.

وإذا كان أبناؤكم كثيري القلق والتوتر، فعليكم طمأننتهم وتهديتهم عبر الهاتف أو الرسائل الإلكترونية، وربما يكون من المناسب زيارتهم بغية التخفيف عنهم وإراحتهم، على أن تصحبوا معكم علبه حلويات أو هديةً أخرى، وذكروهم بأنها

ليست نهاية العالم إذا سارت الأمور على غير ما يرام، وبينوا لهم أنه بالرغم من كل مخاوفهم فمن غير المعقول أن تبقى ورقتهم بيضاء فارغة، إذ لا بد من وجود شيء ما يستطيعون الكتابة عنه، وعليكم أيضاً إعطاؤهم بعض النصائح التي كنتم تقدمونها لهم عندما كانوا في المستوى A كأن يتمشوا جيئةً وذهاباً ويناموا باكراً وإلى ما هنالك من أمور مملة لكنها في الحقيقة أساسية وجوهرية.

### رواية شخصية

تقول (جوانا) من مدينة يورك: «لقد اتصلت بابنتي قبل امتحانات الفصل الدراسي الأول واكتشفت من نبرة صوتها أنها كانت تبكي، ولكنني لم أرغب بالتحقيق معها خشية أن تنفجر بالبكاء، فذلك لن يجدي نفعاً الآن، ولذلك أخبرتها فقط بأن الخوف من خوض الامتحان أمر طبيعي ومبرر، وما أن تجد نفسها جالسةً في قاعة الامتحان والورقة أمامها حتى تشعر بتحسّن في أحوالها، كما أن بإمكانها إعادة الامتحان مرةً أخرى في الصيف إن لم تجر الأمور كما يجب، وهكذا ساعد إظهار هذا الجانب على جعلها تشعر بحال أفضل».

### نصيحة

ويفضّل قبل قيامهم بخوض الامتحانات النهائية بفترةٍ طويلة - ويستحسن هذا في السنة الأولى - أن ترسلوا لهم الكتاب الرائع لـ (مارك بلاك) والذي يحمل عنوان (دليل المطلع للحصول على درجاتٍ متقدمة وتفادي الدرجات المتدنية) (إذ يحتوي على نصائح عن كيفية الحصول على درجة نجاحٍ متقدمة دون المبالغة في الدراسة، وقد تم نشر هذا الكتاب من قبل دار (وايت لادر) وبسعر 5,99 جنيهات استرلينية للنسخة) (بالتأكيد نفكر في كل شيء) ويمكنكم أيضاً أن تطلبوه من الموقع [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com).

## مفاجأة البريد

عندما خاض ابني امتحانات السنة الأولى، أرسلت له قالب حلوى بالبريد وذلك لأجعله يشعر بالبهجة والسرور، ولكن عندما كان يخوض امتحانات السنة الثانية نسيت أن أفعل ذلك، إلا أنه سرعان ما صرّح لي وبشكلٍ غير مباشر عبر مكالمة هاتفية بأنه سيكون سعيداً في حال تلقى طرداً بريدياً، وعلى ما يبدو أن كل الطلاب الآخرين في سكنه قد تلقوا بطاقات تشجيعية وحلويات من آبائهم، وفي الحقيقة لم أفعل ذلك ظناً مني بأنه لم يعد بحاجة إلى تلك الأمور، وهنا يتبين أنكم قد تسيؤون فهم الأمور أحياناً، لذلك قمت على الفور بالتوجه إلى مكتب البريد وإرسال طردين مستعجلين وبتكلفة مضاعفة من المواد الغذائية التي كانت ستكلفه أقل لو قام بشرائها من محلات السوبر ماركت المحلية المتوفرة لديه، ولكن طعمها سيكون أفضل عندما تصل إليه بطردٍ بريدي مفاجيء. وهنا نؤكد مرة أخرى أنهم يبقون أطفالاً في داخلهم حتى ولو كبروا.

## اتصلوا بهم بغية إيقاظهم

إن ما ذكرناه سابقاً ينطبق أيضاً على المكالمات الهاتفية التي تهدف إلى إيقاظهم، ومما لا شك فيه أنهم كبارٌ لدرجةٍ تحتم عليهم الاستيقاظ لوحدهم من أجل الامتحان، ولكن ماذا إذا لم يفعلوا ذلك؟ لقد قامت (جوليان) التي تعيش في لندن بإعداد نظامٍ ناجحٍ لإيقاظ ابنها الذي لا ينهض من فراشه عادةً قبل منتصف النهار، «لقد اشترت له أربع ساعاتٍ منبهةٍ جديدة، ويكون عليه ضبطها بفارق عشر دقائق بين الواحدة والأخرى، وبعد ذلك أقوم بالاتصال به على هاتفه المحمول ومن ثم أعاود الاتصال مرة أخرى لأتأكد من وجوده في الحمام، عندها فقط أشعر بالسرور إلى حدٍ ما لأن ابني سيذهب لتقديم الامتحان».

وبالطبع هناك بعض المحافظين الذين سيقولون إن الطالب الذي لا يستطيع الاستيقاظ لوحده من أجل الامتحان عديم الفائدة وميؤوس منه، وهذا صحيحٌ تماماً إلا أنه لا يثينا عن المحاولة كآباء. أليس كذلك؟

### تأكدوا من مواعيد امتحانات الإعادة

حاولوا بلطافةٍ وقبل اقتراب موعد الامتحانات، أن تكتشفوا ما الذي يمكن حدوثه أثناء الإعادة – إن كان عليهم الإعادة – ولكن تجنبوا فعل أي شيء عندما توشك الامتحانات على البدء، إذ سيؤدي ذلك إلى زعزعة ثقتهم بأنفسهم، فقد قام (ستورت) الذي يعيش في مدينة (بات) بالحجز لقضاء عطلةٍ عائلية قبل أن يتحقق من مواعيد امتحانات الإعادة الخاصة بابنته التي أبدت رغبتها في الانضمام إليهم، «لم تخبرني أن موعد امتحانات الإعادة سيتزامن مع موعد عطلتنا إلا بعد أن دفعت العربون، فهي لم تكن تعرف إذا ما كان عليها خوض امتحانات الإعادة في تلك الفترة، وجعلها ذلك تشعر بقلقٍ إضافي أثناء خوضها للامتحانات حيث أدركت أنها ستفوت العطلة عليها في حال رسوبها، وشعرنا نحن أيضاً بأننا آباءٌ سيئون لأنه سيكون علينا الاختيار ما بين العطلة وما بين البقاء في المنزل والتأكد من أنها بخير، وفي النهاية سار كل شيء على ما يرام، فقد نجحت ولكننا الآن نقوم دائماً بالتحقق من مواعيد امتحانات الإعادة الخاصة بها».

ويجب عليكم معرفة كيفية الحصول على نتائجهم، ففي أيامنا كان علينا الانتظار في طابورٍ أمام لوحة إعلانات الكلية، أما الآن فغالباً ما تنشر النتائج على الإنترنت وأحياناً – نتائج السنة الأولى والثانية – تصدر أثناء العطل، وإذا كانوا بعيدين عن المنزل فهل يريدون منكم الدخول إلى موقع الإنترنت ومعرفة نتائجهم وهل تريدون تحمل مثل هذا العبء؟

## الفصل السابع والعشرون

### الانتقال إلى سكن طلابي

إن أكثر المكالمات التي نخشاها هي تلك التي تقول: «أمي، لا أرغب بالبقاء في السكن الجامعي السنة المقبلة، بل سأنتقل مع أصدقائي إلى سكن طلابي». وعندما قال ابننا ذلك في نهاية سنته الجامعية الأولى، كانت ردة فعلنا المباشرة هي:

1- سيكون الأمر مكلفاً جداً.

2- كيف سيعدّ طعامه بنفسه؟

3- سوف يضرمون النار في المنزل.

في الحقيقة ورغم دهشتنا، سارت الأمور على ما يرام حتى الآن بالرغم من أننا متأكدون من النقطة الأولى.

وقد قام بعض معارفنا من الآباء بمنع أبنائهم من الانتقال إلى سكن طلابي، وهذا يُعدّ خطأً فادحاً، فهم راشدون برغم كل شيء، وربما سيخسرون أصدقاء لهم إذا منعتهم من الخوض في هذا الطقس الهام من الطقوس الطلابية، وفي حال كنتم قلقين بشأن عدم قدرتكم على تحمل النفقات، وضحووا لهم أنهم مسؤولون عن ميزانيتهم الخاصة.

وفي كل الأحوال سيكون من الجيد إقناع ابنكم بالتفكير ملياً في النقاط التالية:

- كم تبلغ قيمة الإيجار؟ وحاولوا إقناعهم بوضع ميزانية أسبوعية وبالاستفادة من خبرة الساكنين القدامى لمعرفة كلفة الغاز والكهرباء والفواتير وغيرها.

● قوموا باتخاذ التدابير اللازمة مع الطلاب الآخرين في السكن حول ما يتعلق بفواتير الهاتف، ومن الأفضل لكم تفعيل خدمة الاستقبال فقط بحيث يستطيع كل طالب منهم استخدام هاتفه المحمول لإجراء مكالماته الخارجية، وبذلك يصبح كل واحد مسؤولاً عن فواتيره الخاصة.

● كم تبلغ قيمة التأمين على السكن؟ وما هي شروط استرجاعها؟ إذ يحاول بعض المالكين المكررة مطالبة الطلاب بتعويض عن أضرار لم يتسببوا بها، ولذلك يحتفظون بمبلغ التأمين حتى سداد الطلاب لما يستحق عليهم، وهناك الكثير من القصص الخيالية عن مالكين يقومون بمراقبة الطلاب عن طريق إحداث ثقب في الحائط وبعدها يطالبونهم بدفع تعويض عن هذا الضرر.

● ما الذي سيحدث لو انكسر شيء ما؟ هل عليهم استبداله؟

● اطلبوا من شخصٍ ما (ربما أحد المحامين) القيام بالتحقق من عقد الإيجار.

● يفترض المنطق أن يغطي العقد فترة الدراسة الجامعية فقط، وإذا كنتم تدفعون أجرة الصيف وابنكم موجود معكم في المنزل، فهذا يُعدّ تمييزاً، كما أنها فكرة صائبة أن تدفعوا الإيجار عن طريق المصرف وبذلك لن تتأخروا عن التسديد في الموعد المناسب ولن يكون عليكم دفع غرامة التأخير، وفي كل الأحوال فإن ذلك يعتمد على بنود العقد.

● هل هم فعلاً يحبون أصدقاءهم الذين ينتقلون للعيش معهم؟ وعلى خلاف السكن الجامعي الذي يستطيعون فيه إغلاق الباب على أنفسهم إن تشاجروا مع الآخرين أو أرادوا الاختلاء بأنفسهم، سيكون الأمر أكثر صعوبة في السكن الطلابي.

● هل يدركون أن الدراسة بجدٍ ما زالت من واجبهم؟ وربما تكون الشقق الطلابية صاخبةً ولا سيما عندما يقوم بعض الطلاب بإنهاء واجباتهم حتى ولو كان ذلك على حساب تأخر الآخرين.

- أين يمكنهم الدراسة إن كان السكن صاخباً؟ وكم تبعد المكتبة عن السكن؟
- كم يبعد السكن عن مكان المحاضرات؟ هل هو بعيد جداً؟ وهل وسائل المواصلات مؤمنة؟
- وفي نهاية الفصل، تأكدوا من وجود قائمة تتضمن مواعيد وأسماء الأشخاص الذين عليهم القيام بذلك، بحيث يقوم كل منهم بالعمل المطلوب منه بغية استرداد مبلغ التأمين الصعب المنال، وفكروا في استئجار عامل تنظيفات ليقوم بتنظيف المكان بشكل جيد، إذ يلجأ بعض المالكين إلى تصوير المنزل قبل انتقال الطلاب إليه، لاستخدامها كوثيقة عند الاستلام، وإنها لفكرة جيدة ان يقوم الطلاب أيضاً بالتقاط صور عادية ليذكروا أنفسهم كيف كان يبدو لدى مجيئهم.
- ويقوم بعض المالكين أيضاً بإجراء جردٍ عام على عدد الكراسي والسكاكين وغيرها، كما يتضمن ذلك أية أضرار موجودة كخدشٍ بسيط في طاولة المطبخ، وقوموا بالتأكد من ذلك مع ابنكم وألقوا نظرة شاملة على المكان وتحققوا من عدم وجود أية علةٍ أخرى يمكن أن يتم تغريمكم بها، على الرغم من أنكم لستم المتسببين بها، وهذا يشبه إلى حدٍ ما التحقق من حالة السيارة المستأجرة قبل الانطلاق بها.
- تحققوا من إجراءات السلامة المتخذة ضد الحرائق والتي تقع على عاتق المالك، فمن الناحية القانونية يجب أن يكون هناك أجهزة إنذارٍ للدخان وسلالم نجاة، وعادة تتم تسمية أحد الطلاب كمسؤول دفاع مدني، وهذا يعني قيامه بشكلٍ أساسي بالتحقق من أجهزة الإنذار تلك.
- تأكدوا أن بوليصة تأمينكم العائلي تغطي ممتلكات ابنكم، فإذا لم يكن الوضع كذلك فعليكم معالجة الأمر.



## نصائح

● علموهم كيفية إطفاء حريقٍ ناتج عن الميكرويف: اضغطوا على زر الإيقاف ولا تلجؤوا إلى فتح بابه، وقوموا بفصل التيار الكهربائي عنه وافتحوا النوافذ في حال انبعاث الدخان من الثقوب الموجودة خلفه، ثم قوموا بإغلاق باب المطبخ لعزله عن الغرف الأخرى، وبعد ذلك ستخدم النار في غضون ثوانٍ قليلة، وإذا لم ينجح ذلك فاتصلوا بمركز الإطفاء. (هذه النصيحة مأخوذة من كتيب النجاة من أسوأ الحالات المحتملة في الجامعة وثمان النسخة منه 9,99 جنيهات، وهو عبارة عن سلسلة كتب وضعها جوشوا بايفن وديفيد بورجينيشت و جنيفر ووريك).

● علموهم معنى الشراء بمواعيد وكيفية تخزين الطعام بشكل صحيح في الثلاجة، كأن يضعوا الأطعمة النيئة في رفٍ مختلف عن رف الأطعمة المطبوخة.

## إيجاد مسكن طلابي

يبدأ معظم الطلاب بالبحث عن مسكن مناسب في شباط (فبراير) أو آذار (مارس)، وتكمن البراعة – كما يقول ابني ورفاقه – في تكوين صداقة مع طلاب السنة الثالثة أو الرابعة الذين لديهم غرف يحسدون عليها، وعندئذ ادرسوا إمكانية الانتقال إليها إن شغرت، أو يمكنكم بدلاً من ذلك تسجيل اسمكم لدى أحد مسؤولي الوحدات السكنية الطلابية ليجد لكم مسكناً مناسباً، وبما أن بعضهم قد يفرض عليكم مبلغاً من المال لقاء ذلك، لهذا قوموا بجولة وحاولوا إيجاد أحد مسؤولي الوحدات السكنية الذي لا يطلب مالاً لقاء تلك الخدمة.

وهنا بعض النقاط الإضافية التي يجب أخذها بعين الاعتبار:

● دعوا ابنكم يفكر ملياً بشأن تشارك الغرفة مع آخرين، إذ هناك قلة قليلة من الناس الذين يتشابهون في أساليب دراستهم ونومهم.

- هل يوجد أقفال على أبواب غرف النوم لحماية ممتلكاتكم في حال نسي أحد زملائكم إقفال الباب الخارجي للسكن؟ وإذا لم يكن هنالك أقفال هل سيسمح لك المالك تركيب قفل على باب غرفتك؟ وهل الباب الخارجي آمن وهل يعرف الجميع كيفية استخدامه؟ وما هي الإجراءات المتخذة في حال فقدان مفتاح الباب الخارجي؟ إذ يقوم معظم مسؤولي الوحدات السكنية بفرض مبلغ من المال مقابل الحصول على مفتاح احتياطي؟
- هل هناك مزايا كافية فيما يتعلق بخدمة الإنترنت؟

### نصائح

- نظموا لهم قائمة بالأعمال اليومية، بحيث يقوم كلٌ منهم بالعمل المطلوب منه، وبينوا لهم أن جلي وتطهير الصحن سيكون أسهل بكثير إذا قاموا به في اليوم ذاته ولم ينتظروا إلى اليوم التالي أو الأسبوع المقبل.
- شجعوهم على تنظيم دور للطبخ، ففي سكن ابننا كان كل واحد منهم يقوم بالطبخ مرةً واحدةً أسبوعياً ماعداً أيام العطل حيث يستطيعون فيها تناول ما يريدون، أطعمة معلبة أو وجبات سريعة.
- حاولوا إقناعهم بعدم دفع عربون على مسكن يظنون أنهم أحبهوه، إذ سيخسروه إذا وجدوا مسكناً أفضل.
- ضعوا تعليمات تتعلق بالثلاجة وتعلق بالخبز والحليب وورق المراض عندما يكون استهلاكهم مشتركاً، كما عليهم وضع لصاقات تحمل اسمهم على الأطعمة.
- تأكدوا من التسهيلات المتاحة كتناول الطعام في مطاعم اتحاد الطلبة وزيارة المساكن الجامعية السابقة بصفة ضيوف وذلك لتناول الوجبات فيها.

## الفصل الثامن والعشرون

### الصحة - مرةً أخرى

لقد سبق وأن تطرقنا لهذا الموضوع في الفترة التي تزامنت مع التحاق ابنكم بالجامعة، وإنه لأمرٌ مهمٌ أن تواظبوا على مراقبتهم للتأكد من أنهم على خير ما يرام، فهل يبدو لونهم شاحباً؟ هل يشعرون بالتعب بشكلٍ دائمٍ؟ هل خسروا أو كسبوا وزناً بشكلٍ مفاجئ؟ هل يشعرون بالعطش أكثر من المعتاد؟ أو هل يذهبون إلى المرحاض كثيراً؟ إذا كنتم قلقين بشأن هذه الأعراض أو أي شيءٍ آخر، قوموا بتشجيعهم على أخذ موعدٍ مع طبيبهم العام.

#### نصيحة

أرسلوا معهم أنواعاً جيدةً من أقراص الفيتامين.

تحذير: لا يحصل الطلاب أوتوماتيكياً على وصفات طبية مجانية بل يجب عليهم طلب استشارة (HCI) من طبيبهم، الأمر الذي يخولهم الحصول على وصفاتٍ مجانية إن كانوا من ذوي الدخل المحدود، وهذا واقع معظم الطلاب. أليس كذلك؟

#### الصحة العقلية

لنترك المزاج جانباً، إن كون المرء طالباً قد يسبب له اضطراباً عقلياً، فالأمر ليس كله مرح ولهو بل هو جدٌّ ومثابرة بالنسبة للذين يتوقعون لأنفسهم تحقيق الكثير (الأمر الذي قد تكونون مسؤولين عنه أو لا تكونون)، وانتبهوا لوجود علاماتٍ خطيرة مثل الإفراط في غسل اليدين أو المزاج السيء أو التكلم أثناء النوم.

اتصلوا بالمؤسسة الخيرية (SANE) للصحة العقلية من أجل الحصول على المزيد من النصح والإرشاد على الرقم 02074225556.

### طبيب الأسنان

يمكنكم متابعة هذا الأمر والاهتمام به من خلال أخذ موعد لابنكم مع طبيب أسنان العائلة أثناء العطل، ونأمل أن يصبح ذلك تقليداً وأمراً روتينياً لديه عندما تتقدم به السن، ولكن لا تتدهشوا عندما تعرفون أن الطلاب الذين تجاوزوا سن التاسعة عشرة عليهم دفع 80% من رسوم طبابة الأسنان، لذلك اطلبوا من طبيبيكم استمارة (HCI) لتقوموا بملئها .

### فحوصات الجسم

علموا أبناءكم كيفية القيام بفحصٍ دوريٍ للخصيتين، إذ يعدُّ سرطان البروستات - وعلى خلاف ما تعتقدون - أكثر انتشاراً بين المراهقين والشبان الصغار، وكذلك علموا بناتكم كيفية فحص الثديين، فإذا احتاجت لإرشاداتٍ حول ذلك، شجعوها على رؤية ممرضةٍ في (المركز الصحي) أو بأخذ موعدٍ في عيادة (المرأة السليمة)، وبينوا لهم أهمية إجراء الفحوص المخبرية بشكلٍ دوري.

## الفصل التاسع والعشرون

### العمل أثناء الفصل الدراسي

إن هذا الأمر يحتمل الكثير من النقاش، حيث تكمن إيجابياته في قدرة أبنائكم على توفير المزيد من النقود من أجل دفع أجرة السكن على سبيل المثال، أما بالنسبة للسلبيات فمن المحتمل أن يكون وقت العمل على حساب وقت الدراسة، وبذلك سيشعرون بالتعب والإرهاق أثناء الامتحانات والمحاضرات ولا سيما إذا كانوا يعملون في مقهى.

وهكذا يكون عليكم الاختيار ما بين رغبة ابنكم في العمل وقلقكم من تأثير ذلك على دراستها وما بين إلزامها بالعمل والقول لكم بأنها لا تستطيع إيجاد عملٍ مناسبٍ لها.

ويعدُّ التوصل إلى تسويةٍ فيما بينكم أمراً جيداً، ولكن - وكما يعرف كل الآباء - فإن ذلك أمر صعب المنال، وفي كل الأحوال إذا كان باستطاعتهم العثور على عملٍ بساعاتٍ دوامٍ قليلةٍ فذلك قد يساعدهم على تعلُّم بعض المهارات واكتساب خبرةٍ في الحياة، فضلاً عن تزويدهم بمبلغٍ إضافيٍ من النقود من أجل القيام ببعض النشاطات الترفيهية.

ولكن، يجب أن تكونوا أكثر واقعية، فهناك بعض المقررات التي لا يتوفر فيها وقت كافٍ لابنكم لكي يقوم بعملٍ آخر، فمثلاً لا يفضل مدرسو مقررات الطب أن يحصل طلابهم على عملٍ أثناء الفصل وذلك بسبب برنامجهم المكثف، إذ لن يكون في مصلحتهم (ولا في مصلحة مرضاهم مستقبلاً) تقوية المحاضرات عليهم من أجل كسب حفنةٍ من الجنيهات.

### العمل أثناء العطل

يختلف الأمر هنا كلياً، إذ يعدُّ الحصول على عملٍ أثناء العطل أمراً أساسياً ومهماً، حيث سيساعدكم على اكتساب خبرة تضاف إلى ملفهم، الأمر الذي سيسهل لهم الحصول على عمل في حياتهم اللاحقة، كما سيعلمهم أيضاً أن المسؤولية ليست مجرد دفع ثمن مشروبات الأصدقاء في المقهى، وسيساعدكم على إدراك قيمة النقود التي لن يستطيعوا الحصول عليها منكم أثناء العطل.

ولكن المشكلة الوحيدة تكمن في تنظيم معظم أعمال العطل قبل عدة أسابيع على الأقل من بدء العطلة، فإذا كان ابنكم بعيداً، فقد لا تتاح له فرصة مناسبة للعمل عند عودته، ولكن لا تقلقوا بهذا الشأن حيث سنقدم لكم الحلول التالية:

- ابحثوا له عن عمل، إذ يمكنكم الاتصال بالمطاعم والمقاهي المحلية، واشرحوا لهم أن ابنكم سيأتي في غضون أسابيع قليلة، واسألوهم فيما إذا كان لديهم أية وظائف شاغرة وإذا كان بالإمكان إجراء مقابلة معه عند مجيئه في عطلة نهاية الأسبوع التي تسبق نهاية الفصل.

- شجعوه على إدراج اسمه في وكالة توظيف محلية، إذ - وعلى خلاف ما يعتقدونه الطلاب - تحتاج الوكالات - في الغالب - إلى طلاب يعملون بشكل مؤقت ولفترة زمنية قصيرة.

- قوموا بشراء طلب عمل له من محلات السوبر ماركت المحلية قبل بضعة أسابيع من انتهاء الفصل وأرسلوها له ليقوم بملئها، والجؤوا إلى تهديده بسحب نقود منحه إن لم يقدّم ذلك.

- حاولوا إقناعه بالقيام ببعض خدماته على نطاقٍ محلي ولكن ليس تلك الخدمات (كجليس أطفال أو الاهتمام بالحدائق أو المنازل) بل أي عملٍ يفي بالتزاماته الاجتماعية ويتناسب مع الفترة الزمنية القصيرة للعطلة

● شجعوهم على إيجاد عملٍ ممتع، فقد أصبحت وكالات توظيف جليسات الأطفال في بلدان أجنبية تقبل بتوظيفهم لمدةٍ زمنية قصيرة تتناسب مع العطل، كما تقوم (بوناك) بتشديد مخيم أمريكا وتحتاج إلى طلاب يساعدونها في ذلك، حيث سيدفعون لهم ثمن بطاقة الطائرة والطعام والمنامة بالإضافة إلى حصولهم على بعض النقود كما أنها فرصة لزيارة قارة أخرى.

حاولوا إقناعه باستثمار زمن العطلة في إيجاد العمل الذي قد يرغب بممارسته بعد تخرجه من الجامعة، واتصلوا بمعارفكم الذين يمكنهم مساعدتكم في إيجاد عمل مؤقت له (في دائرة قانونية أو في متجرٍ للأزياء أو في مدرسة الخ...).

### حقيقة هامة

أطلعوا ابنكم على الحد الأدنى للأجور ، بحيث لا يتم خداعه من قبل أرباب العمل معدومي الضمير، والذين قد يدفعوا له أجراً زهيداً، فالعاملون الذين تتراوح أعمارهم ما بين الثامنة عشرة والواحدة والعشرين (والأشهر الستة الأولى من تاريخ المباشرة للذين تزيد أعمارهم عن الواحدة والعشرين والذين اتبعوا تدريباً معتمداً) يتلقون ما يعرف بالحد الأدنى للأجور القابلة للزيادة والبالغة قيمتها الآن 4,10 جنيه للساعة الواحدة، وللحصول على مزيد من التفاصيل يمكنكم الاتصال على رقم الهاتف الخاص بالاستفسار عن الحد الأدنى للأجور الوطنية 08456000678.

### نصائح

● تأكدوا من موقف رب العمل تجاه الضريبة، حيث يقوم بعضهم بفرض ضريبة طلابية، وسيكون على ابنكم الخوض في إجراءات معقدة من أجل الحصول على طلبات من مكتب الضرائب بهدف استرجاعها، إذ ليس على الطلاب دفع ضريبة، ومن المحتمل أن يكون هذا هو الشيء التالي الذي ستقومون به.

● وكذلك حاولوا إقناع ابنكم بأن يتفق مع رب العمل على الأمور الأساسية مثل ساعات العمل والعطل في عقد مكتوب، ففي حال إخلال رب العمل بالاتفاق يمكنكم مناقشة ذلك مع مكتب (الاستشارة المحلي للمواطنين) أو مع مندوب نقابة العمال في الشركة.

### أمي! أبي! أنا مفلس!

تعرف إحدى صديقاتي كمية النقود الموجودة في حساب ابنتها بشكل تقريبي، فما زالت كشوف المصرف تُرسل إلى عنوانها القديم (المنزل)، لأن ابنتها لم تطلب بعد تحويلها إلى عنوانها الجديد في الجامعة، وبالطبع تعرف صديقتي أنه ليس من اللائق الإطلاع على الكشوف ولكنها تبرر ذلك بأنها هي من يدفع النقود التي تتفقهها ويحق لها أيضاً معرفة ما إذا كانت ابنتها مديونة للمصرف أم لا.

لن يسلك جميعنا ذلك المسلك ولكن، كما أن من المهم وضع خطة موازنة لها فمن المهم أيضاً التخطيط لما ينبغي عليها فعله إن تجاوزت الحد المسموح، وتعدُّ العطلة أنسب وقت لتحدثوا معها بصراحة تامة حول ذلك، إذ سيكون باستطاعتها الحصول على عمل خلال العطلة لتعوض النقود التي بددتها.

والمنطق يتطلَّب تشجيعها على مصارحتكم فالوضع سيكون أفضل من تراكم الديون التي ستصدمكم عند اكتشافكم لأمرها في نهاية المطاف والتي ستقلقها لدرجةٍ تؤثر على دراستها.

### روايات شخصية

قال أحد الآباء الذي لم يرغب في كشف اسمه: «عندما اعترف لنا ابنا قبل انتهاء الفصل بثلاثة أسابيع بأنه مديون للمصرف بـ 800 جنيه قلنا له إننا على استعداد لتسديد ديونه على أن يعمل أثناء العطل ليرد لنا المبلغ، وقد كان ذلك مجدداً إذ لم يبق لديه سوى بعض النقود التي كسبها، الأمر الذي دفعه إلى ترشيد نفقاته وعدم الإفراط في السحب مرةً أخرى».



وقد قمنا لاحقاً بالتحدث مع ابننا وتطرقنا لنفقاته الأسبوعية ووضعنا خططاً لتقليصها، فقد قلل عدد المرات التي يخرج فيها أسبوعياً، وأصبح يطبخ طعامه أكثر من ذي قبل ليخفف من اعتماده على الوجبات السريعة، كما أنه لجأ إلى شراء الكتب المستعملة من مكتبة الجامعة أكثر من لجوئه إلى شراء الكتب الجديدة عن طريق الإنترنت، أو كان يقوم بشراء الكتب المستعملة عن طريق الإنترنت أيضاً، فهو لم يكن مدركاً أن بإمكانه القيام بذلك كله.

### نصيحة

حثوهم على عدم استخدام بطاقات الإئتمان، وليلجؤوا بدلاً عنها إلى استخدام الشيكات أو الدفع نقداً وذلك أفضل لأن المرء سيشعر بالاستياء عندما يقوم بالدفع نقداً مقابل شراء شيء ما، الأمر الذي يجعله يفكر ملياً فيما إذا كان بحاجة إليه فعلاً أم لا.

## الفصل الثلاثون

### كيفية التعامل مع القلوب المكسورة

قد لا يعمدون إلى إخباركم ولكن دلالات ذلك ستبدو واضحة في نبرة صوتهم الحزينة ومزاجهم السيئ وعدم رغبتهم في تناول الطعام - وكل الأشياء الأخرى التي تبدو عليهم وكنتم قادرين على معالجتها عندما كانوا في سن الثالثة عشر. وفي الحقيقة، سيصعب على الأهل التعامل مع ابنهم الجامعي المصدوم عاطفياً كونه يعيش بعيداً عنهم، وحتى لو كان قريباً منهم فقد لا يلجأ إلى إخبارهم ظناً منه بعدم قدرتهم على فهمه.

والطريقة الوحيدة للتعامل مع هذا الأمر هو التوضيح لهم بأنكم على استعداد لمساعدتهم في حال رغبتهم بذلك، ولا تحاولوا الإكثار من انتقادهم، فإذا أخبرتم ابنتكم كم كنتم تشعرون بالاشمئزاز من صديقها السابق فسيكون الأمر محرراً للغاية في حال عودتها إليه.

تقول (دينيس نوليز - مستشارة العلاقات الاجتماعية): «لابد أن يحثكم هذا الأمر على ركوب السيارة والانطلاق فوراً لرؤيتها»، ولكن إذا لم تستطيعوا ذلك فسيكون الاتصال بها والإصغاء إليها والتعاطف معها أمراً مهماً وأساسياً، ودعوها تبكي ثم اسألوها ما الذي ترغب فيه الآن، هل تريد العودة للمنزل أو هل تريد منكم الذهاب إليها في عطلة نهاية الأسبوع المقبل؟ وقدموا لها الحلول فذلك سيجعلها تشعر بالأمان - الذي هو حتماً موجود.

وفي حال عدم رغبتها بمصارحتكم، سيكون عليكم احترام خصوصياتها، أو يمكنكم التواصل معها والقيام بزيارتها مع الحلوى الشهية والتحدث معها على الهاتف عن أشياء عادية، فقد تنجح هذه الطريقة في جعلها تبوح لكم بمكنوناتها،

وقوموا بتذكيرها بأصدقاء مرّوا بنفس التجربة أو ذكروها بعلاقاتها الفاشلة التي سبق ومرت فيها قبل عثورها على السعادة مرةً أخرى، وإذا لم تستطع التحدث إليكم فقد يكون بإمكانها التحدث مع أخٍ أو أختٍ أو صديق.

وبأسلوبٍ مشابه، حاولوا أن تبيينوا لها – دون الإكثار من المواعظ – المبادئ الأخلاقية الواجب اتباعها في الحياة، كأن لا تلجأ إلى قطع صلتها بشخصٍ ما دون إظهار الأسباب، وألا تعمد إلى الإكثار من صداقاتها فذلك لن يجعلها سعيدة، ونأمل أن تكون هذه المبادئ هي ذاتها التي تربوا عليها واكتسبها أثناء مراهقتهم، ولكن بمقدور الحياة الجامعية تغيير الناس من خلال تعرفهم على الجوانب الكثيرة الأخرى للحياة الاجتماعية التي لم يسبق لهم الإطلاع عليها.

إن هذا الفصل مقتضب لأنه لن يكون بوسعكم فعل أي شيء لهم عندما يتعرضون لصدمة عاطفية، ويعدُّ ذلك ضرباً من ضروب الحياة التي سبق لكم أن مررتم به، وبالأحرى يمكنكم إخبارهم عن ذلك الأمر الذي سيجعلهم يبتسمون رغم مشاعر الألم.

## الفصل الحادي والثلاثون

### خرق القانون

يمكن للناس أن يتغيروا نتيجة انتقالهم إلى بيئة جديدة وحصولهم على أصدقاء جدد ولكن هذا التغيير قد لا يكون إيجابياً دائماً، فقد شعر (مايك) - وهو والد طالب في السنة الثانية يبلغ العشرين من عمره - بالذعر عندما اتصل به ابنه من قسم الشرطة ليخبره أنه موقوفٌ بتهمة سرقة سوبر ماركت محلي، "لقد قال بأنه فعل ذلك نتيجة شعوره بالجوع إذ لم يكن لديه طعام، والحقيقة أنني شعرت بالذعر لسببين: «أولهما لأنني لم أدرك حاجته للنقود، وثانيهما لأنه قام بفعلٍ خارجٍ عن القانون».

وقد أحيلت القضية إلى المحكمة وتم تغريم الطالب، وأصبح لديه الآن ملف في قسم الشرطة، والأسوأ من ذلك أن احتقاره لذاته سيؤثر سلباً على دراسته.

قال مايك: «لم نكن ذلك النوع من العائلات التي تسبب المشاكل وتخرق القوانين ولم أتوقع في يومٍ من الأيام أن يقوم ابني بفعل أي شيءٍ خاطيء، وأساء ما في الأمر أنني لم أعرف حتى الآن ماذا كان بوسعي أن أفعل لمنع حصول ذلك، فقد كنا نتحدث على الهاتف كل أسبوعين ولم يعطني أية إشارة على وجود خللٍ ما».

يجب عليكم في بعض الأحيان تقبل فكرة أن ابنكم قد أصبح راشداً وأن له حياته الخاصة التي لن يكون بمقدوركم الجزم دوماً أنها على صراطٍ مستقيم، ولكن وفي كل الأحوال بإمكانكم تزويده بالقيم و بالمبادئ الأساسية والعمل على تعزيزها كلما رأيتموه.

### أين يمكنكم إيجاد المساعدة

إذا تم اتهام ابنكم بخرق القانون فقوموا بتوكيل محامٍ جيد له واتصلوا بمدرّسه المباشر، فالجامعة بحاجة لمعرفة وضعه وقد تكون أكثر تعاطفاً مما تعتقدون، وكذلك تكلموا مع الخدمات الاستشارية في الجامعة.

### مخالفة القوانين

قد لا يكون ابنكم مجرمًا خطيراً، إلا أن معظم الطلاب يقومون بمخالفة القوانين في فترة ما من حياتهم الجامعية، فقد شعرت إحدى صديقاتي بالذعر عندما وجدت رسالة من مسؤول السكن - عرضها ابنها بكل وقاحة على حائط غرفته - يوجه فيها إنذاراً لابنها ومجموعة من رفاقه الذين قاموا "باستعارة" اللافتات الموضوعة على الطريق وقاموا بأخذها إلى غرفهم، ولسوء حظهم كشفت عاملة التنظيفات - التي تقوم بعملها كل أسبوعين - أمرهم وأفشت سرهم، وقد تمت إعادة اللافتات إلى مكانها بالإضافة إلى تدوين ملاحظات في سجل سكنهم، وتحدثت صديقتي مع ابنها الذي وعد بعدم تكرار مثل هذا (وأثناء ذلك اعترف زوجها بأنه قد فعل الأمر ذاته عندما كان طالباً في الجامعة منذ أكثر من خمسة وعشرين عاماً)، قد لا يبدو الأمر خطيراً لهذه الدرجة ولكن ربما يكون بدايةً لشيء أكبر، وربما يحتاج كل الطلاب لخوض هذه التجربة لكي يدركوا خطأهم ويصوبوا سلوكهم.

حاولوا أيضاً مقابلة أصدقائه، فبالرغم من عدم إمكانية حمله على تركهم إن لم يروقوا لكم إلا أن باستطاعتكم التلميح له بأسلوب لطيف، إذ غالباً ما يكون تأثير الأصدقاء قوياً ولا سيما في المجتمعات المحدودة كالجامعة، كما أنه قد يكون المسؤول عن السلوك الإيجابي أو السلبي للناس.

قوموا بمناقشته في القضايا القانونية قبل ذهابه إلى الجامعة، وبينوا له أن الحشيش ما زال غير قانوني وأن تعاطيه قد يزوج به في السجن، وشجعوه على مصارحتكم في حال نفاذ النقود لديه أو نقصانها قبل أن يقدم على فعل أي شيء غير قانوني بغية زيادة رصيده في المصرف.

وتحدثوا معهم عن الاغتصاب رغم صعوبة الخوض في ذلك، لكنه أمر مهم ويجب على الطلاب الذكور معرفته، وتحدثوا مع ابنتكم بنفس الطريقة وبينوا لها مخاطر إرسال إشارات إنذار كاذبة، إن التحدث عن الاغتصاب ليس أمراً سهلاً ولكنه ضروري.

## الفصل الثاني والثلاثون

### التخرج

لم يمضِ سوى وقت قصير منذ أن أخذتم ابنكم إلى أسبوع التعارف في الجامعة، وهاهو يتخرج الآن، في الحقيقة إن ثلاث سنوات جامعية ليست بالمدة الطويلة، وهذا الأمر يجب علينا جميعاً توضيحه لهم عند دخولهم إلى الجامعة.

#### أي نوع من الشهادات حصلوا عليه؟

لا شك أنه أمرٌ رائع أن تخبروا الجميع بحصول ابنكم على الدرجة الأولى أو الثانية ولكن ليس هذا الهدف الوحيد من الجامعة، فالدرجات الجيدة ستساعده في الحصول على الوظيفة كما أن إحرازه للمرتبة الأولى أو الثانية سيمكنه من متابعة دراسته لنيل شهادة الدكتوراه، ولكنكم ستندهشون من كثرة أرباب العمل الذين يستأوون من الدرجات المتدنية أو الذين يسألون موظفيهم عن الدرجات التي حصلوا عليها، إذ أن ما يهمهم هو الصورة المتكاملة لابنكم ومعرفة أي نوع من الناس هو.

لذلك لا تقوموا بفرض توقعاتكم عليهم، فهم لم يذهبوا إلى الجامعة ليحققوا ما فشلتم أنتم بتحقيقه، أو ليفعلوا تماماً مثل ما فعلتم، فأهمية الجامعة تكمن في همزة الوصل بين المدرسة والحياة العملية.



«لقد فعلت ما بوسعي. إنني أردتدي ربطة عنق، أليس كذلك؟»

### مراسم التخرج

يمكن أن يكون ذلك ممتعاً شرط أن تعرفوا ما الذي يجري، فهل تتذكرون عندما كان ابنكم في المرحلة الابتدائية وكان ينسى إعطاءكم الإشعارات المدرسية الموجودة في حقيبته مما فوت عليكم حضور مهرجاناته الخطابية ومنافساته الرياضية، ويمكن للتخرج أن يسير على هذا النحو إلى حد ما، لذلك حاولوا أن تحصلوا منه على موعد الاحتفال ومكانه وعدد الضيوف المسموح بإحضارهم.

وتأكدوا، ما الملابس التي عليه ارتداؤها؟ وهل قام باستئجار رداء جامعي قبل موعد الاحتفال؟ وهل يحتاج إلى قلنسوة جامعية؟ فحصوله على إجازة جامعية لا يعني بالضرورة معرفته كيفية الاهتمام بهندامه (وتحضرني هنا قصة زوجي الذي تخرج من جامعة كارديف في السبعينيات، لقد كان عليه استعارة رداء



صديقه لأنه نسي إحضار رداءه، وقد تطلّب ذلك القيام بمسرحية إيمائية معقدة وغريبة حيث قام صديقه بالصعود إلى خشبة المسرح ليتلقى شهادته، وبعدها تحرّك بسرعة إلى كواليس المسرح ليعطي الرداء إلى زوجي).

وحاولوا أيضاً أن تكونوا مهذبين مع شركائكم السابقين في حال حضور كلاكما الحفلة، حيث قالت (أنا - البالغة من العمر الآن خمساً وعشرين سنة) إن والدتها قد خربت عليها حفل تخرجها عندما بصقت على زوجة أبيها الجديدة أثناء الاحتفال. تذكروا دوماً أنّ هذا يومهم وليس يومكم، ووفروا مشاعر الحقد والكراهية إلى مكالماتكم الهاتفية ورسائل محاميكم.

## الفصل الثالث والثلاثون

### مرحباً! لقد عدت!

يا لسخرية القدر، لقد بكيتم عندما غادروا إلى الجامعة، وقد أمضيتم ثلاث سنوات وأنتم تحاولون التأكد من أنهم لم يغرقوا في الديون أو لم يخرقوا القانون، وأنهم درسوا بجدٍ من أجل الحصول على درجةٍ جيدة، كما حاولتم عدم الانزعاج منهم عندما كانوا يخلفون بموعدهم في الاتصال معكم.

والآن هاهم يعودون للعيش معكم مرةً أخرى - بعد اعتيادكم على نمطٍ جديد في الحياة، فقد طرأت تغيرات كثيرة عليكم، وهم لن يقولوا لكم ذلك بهدف الشاء على طبخكم فقط بل لأنهم مفلسون وغير قادرين على العيش في منزلٍ لوحدهم. فكروا ملياً قبل موافقتكم على قبول انضمامهم للعيش معكم، فأنتم لم تعودوا كما كنتم، حيث كبر كلاكما ونضج عبر هذه السنوات، فهل أنتم - وهم - على استعداد لقبول التسوية التي سيتطلبها وجودكم تحت سقف واحد؟

ما رأيكم في البدء بفترةٍ اختبارية؟ (في هذه الحالة - قبل رميه خارجاً) واقترحوا عليه فترةً معقولةً كثلاثة أشهرٍ مثلاً، وترقبوا ماذا سيحدث، ثم قوموا بوضع ميزانية ووضحوا له أن عليه المساهمة في نفقات المعيشة، فهذا سيكون على الأقل حافزاً له للبحث عن عمل.

### مساعدهم في إيجاد عمل

هل يمكن لهذه المسؤوليات الأبوية أن تنتهي ذات يوم؟ لقد قمتم بمساعدهم أثناء ذهابهم إلى المدرسة، ورهنتم لهم ممتلكاتكم عندما كانوا في الجامعة، وهاهم الآن يحتاجون لدعمكم وتشجيعكم للحصول على عمل.

قوموا بتشجيعهم على التقدم إلى الوظائف الشاغرة المعلن عنها في الجرائد واقترحوا عليهم الذهاب إلى وكالات التوظيف المحلية واتصلوا بالأصدقاء الذين يستطيعون مساعدتكم، وبينوا لهم أنّ من الصعب الحصول مباشرةً على العمل الذي يرغبون به إلا أنّ تلك الحالة لن تستغرق وقتاً طويلاً، وساعدوهم على تنظيم ملفهم الشخصي (CV).

### رواية شخصية

لا تشعروا بالذعر إن جاؤوا إلى المنزل دون ضمان عملٍ لهم في جولة الانتقاء، فهذا لا يعني إطلاقاً عدم قدرتهم على الحصول على عملٍ لاحقاً، وتقول (كيم وهي أمٌّ من لانكستر): «لم يكن أحدٌ من أبنائي الاثنین قد حصل على عملٍ بعد التخرج مباشرةً، وقد أخبرناهم ألا يخافوا وفي الوقت ذاته ذهبنا إلى المكتبة وإلى مكتب المهن وبحثنا كثيراً على شبكة الإنترنت، والآن تعمل ابنتي في الإعلانات ويعمل ابني كمدرّس، وكلاهما يحب مهنته رغم أن ابني لم يفكر يوماً في أن يصبح مدرّساً إلى أن خاض تجربة عملٍ مملٍ لمدة سنةٍ مما جعله يفكر ملياً في الأمر، ونصيحتي لكم ألا تشعروا بالذعر ولكن، في نفس الوقت ساعدوهم إن شعروا هم بذلك».

## الفصل الرابع والثلاثون

### الطلاب الغرباء والكبار في السن

إذا كنتم مستقرين في الخارج وأراد ابنكم أو ابنتكم متابعة دراسته في جامعة بريطانية، فيمكنكم الدخول إلى الموقع [www.ucas/studyuk/what.html](http://www.ucas/studyuk/what.html) والاطلاع على المعلومات المتعلقة بالمدة الزمنية التي يستغرقها الحصول على الإجازة في مقررٍ ما، وكم ستبلغ كلفة ذلك، وما هي المؤهلات المطلوبة.

وإن لم تكن اللغة الإنكليزية هي لغة ابنكم الأصلية فإن بعض الجامعات ستقوم بطلب مؤهلاته في مجال اللغة أو ستطلب منه الخضوع لاختبار لغويٍّ محدد لبيان إمكانية نجاحه في الدراسة، ولا داعي للتذكير بأن ابنكم بحاجة إلى جواز سفر ساري المفعول ليتمكن من المجيء إلى المملكة المتحدة (UK).

### الطلاب الكبار في السن

إنه لأمر جيد أن تشعروا بالغيرة من ابنكم، فقد يدفعكم ذلك لمتابعة دراستكم بغية الحصول على شهادةٍ ما، وعليكم ألا تحاولوا الذهاب إلى نفس الجامعة وذلك منعاً لإحراجه.

وتقوم UCAS بنشر كتيّبٍ لمساعدتكم في معالجة ذلك الأمر (أي الحصول على شهادة جامعية في سنٍ متقدمة - وهذا لا يعني بالضرورة ذهابكم إلى نفس الجامعة) ويسمى هذا الكتيّب (دليل الطلاب الكبار إلى التعليم العالي)، ويتضمّن أجزاءً تتعلق بانتقاء ما عليكم دراسته وبالمؤهلات المطلوبة (التي تكون عادةً أدنى من توقعاتكم) وبرعاية الأطفال وبالأموال المالية، فمثلاً إذا كان عمركم دون الخمسين فما زال باستطاعتكم الحصول على قرض طلابي، لذلك لا تدعوا الفرصة تفوتكم. (إن التفاصيل موجودة على موقعنا [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com)).

وقد تكون هذه فرصتكم للذهاب إلى جامعة أكسفورد أو جامعة كامبريدج، فمثلاً كلية (Kellog) الموجودة في جامعة أكسفورد متخصصة بالطلاب الكبار سناً.

#### مصادر للإطلاع

ستجدون قائمة بكل المصادر المفيدة الأخرى على الموقع [www.Whiteladderpress.com](http://www.Whiteladderpress.com) إلى جانب المعلومات التي يتضمنها هذا الكتاب.

## الفصل الخامس والثلاثون

### تعلموا من أخطائنا - ومن الأشياء التي قمنا بها بشكل صحيح

حكايآ آباء قد خاضوا تلك التجربة - وآخريـن مازالوا يخوضونها  
(باتريك وجيل) من مدينة أميرشام، لديهما ابن في السنة الثالثة في جامعة  
(بريستول) وآخر في سنته الأولى في جامعة (وورويك):

- إننا نتواصل معهم عبر الإنترنت، حيث قام (نيك) بإنشاء موقع له على الشبكة، وهو عبارة عن مذكرة يخبرنا من خلالها بما كان يفعله فنقوم بالرد عليه وبإبداء رأينا، وبالنسبة لنا فإن التواصل عبر الإنترنت أفضل بكثير من إجراء مكالمة هاتفية لأنه أكثر تلقائية وعفوية، فالمهارة تكمن في التواصل مع الشبان الصغار بالطريقة التي يفضلونها، وكذلك قمنا بتركيب كاميرا على الحاسوب بحيث نتمكن من رؤيتهم والتحدث معهم في آنٍ واحد فذلك سيخفف مشاعر الوحدة والعزلة التي يشعرون بها، وبالرغم من كثرة الأصدقاء من حولهم إلا أنهم ما زالوا يحبون التكلم معنا، وهذا أمرٌ جيد .
- ولدينا أيضاً صندوقٌ للأمتعة نقوم بوضعه على حمالة الأمتعة الموجودة على ظهر السيارة عندما نوصلهم إلى الجامعة فذلك سيوفر لنا حيزاً إضافياً .
- عندما غادرنا ابنا الثاني اعتقدنا أننا سنشعر بالغرابة دون وجودهما معنا، ولكن الأمر كان أكثر سهولة مما تصورناه، وذلك - حسب اعتقادي - نتيجة الصعوبة التي شعرنا بها عندما غادرنا الأول ( بكت جيل ) مما جعلنا ندرك

أننا سنعتاد على غيابهم بعد مضي أسبوع أو أكثر، ومما سهّل الأمر علينا أيضاً انشغالنا في الأمور العائلية سويماً في الوقت الذي رحل فيه ابننا الثاني، ونصيحتي للأزواج الآخرين هي أن يقوموا بأعمالٍ سويةً وأن يصبروا على بعضهم وأن يدركوا محاسن ذهاب الأولاد إلى الجامعة، فأنتم لن تعودوا إلى الاستيقاظ ليلاً على صوت سيارة أو صوت فتح الباب الخارجي، ولن يكون عليكم إعداد العشاء في غير وقته كما أن الطعام سيدوم في الثلاجة لمدة أطول، وليس عليكم العيش مع أشخاصٍ متقلبي المزاج، كما سيصبح التواصل معهم أكثر سهولة.

● وفيما يتعلق بخطة الميزانية، فإننا ندفع رسوم السكن والتعليم، بالإضافة إلى تخصيص مبلغ معقول للإنفاق على حاجاتهم الأساسية وكتبهم) فأحدهم يعتمد على نفسه في إعداد طعامه والآخر يعتمد على الوجبات المقدمة له من السكن).

● نقوم بإعطاء خمسين جنيهاً أسبوعياً لكلٍ منهما، ولم يتطلب الأمر منا أكثر من ذلك حتى الآن، لكن زيادة المبلغ أصبحت واجبةً علينا الآن لأن ابننا قد ذهب في رحلة ميدانية وفعل هاتفه المحمول على شبكة الإنترنت مما جعل قيمة فاتورته تصل إلى مئتي جنيه في شهرٍ واحد الأمر الذي اضطر شركة الاتصالات للاتصال بنا والتأكد من معرفتنا بذلك.

● ونقوم دوماً بتشجيعهم على العمل أثناء العطل وتوفير النقود من أجل إنفاقها أثناء الفصل الدراسي.

● وعندما كانوا يمرضون لم نكن نهرع إليهم في الأسبوع الأول لمرضهم بل كنا ننصحهم بتناول المشروبات غير الكحولية ومضادات حيوية (باراسيتامول)، ولكننا اضطررنا للذهاب في إحدى المرات إلى أحد أبنائنا بعد عشرة أيام من مرضه إذ كان ما يزال يعاني من التهاب اللوز، ونصيحتنا لكم ألا تخافوا بل تصرفوا بوعي.

● ابقوا على اتصال مع أبنائكم حتى ولو تشاجرتهم معهم فهم بحاجة إليكم كمستشارين لهم مهما بلغوا من العمر.

(سالي وجون) - يعيشان في كولشيستر ولديهما ثلاث فتيات في الجامعة:

● عندما يمرضون، اقترحوا عليهم الطلب من أحد أصدقائهم القيام بتفقدهم والاطمئنان عليهم وحاولوا إقناعهم بفعل ذلك أيضاً بعد مجيئهم من الحفلات الليلية.

● تأكدوا من أنهم أخذوا لقاح السحايا قبل المغادرة إلى الجامعة.

● علموهم أن يتعاملوا مع مكاتب التاكسي المحلية (المضمونة منها وذات السمعة الطيبة)، إذ يعتقد معظم الناس أن سيارات التاكسي آمنة وذلك ليس صحيحاً تماماً.

● يمكن أن تكون الدراجات الهوائية مفيدة لهم في حال كان عليهم المشي لمسافة طويلة إلى مكان المحاضرات، وأقنعوهم بارتداء خوذة وباختبار الطريق أولاً

● وقبل أن تحاولوا حشر دراجة في السيارة، تأكدوا من وجود شركة محلية لتأجير الدراجات بأقساط فصلية معقولة - وهذا متوفر عادةً - وتأكدوا من سلامة الدراجة قبل استئجارها، ولا تقترحوا عليهم استئجار دراجة هوائية ذات محرك ما لم يكونوا معتادين على ركوبها.

● وإذا أخذوا السيارة معهم، فأكدوا عليهم أن يكون مكان وقوفها تحت أضواء الشارع، ولا تعطوهم سيارتكم الجديدة فقد يعطلونها ومن المحتمل أن تتعرض لحادث، واشتروا لهم قفلاً للحفاظ عليها من السرقة.

● ضعوا في حسابهم المصرفي كمية محدودة من النقود في كل شهر بدلاً من إعطائهم إياها دفعةً واحدة.



- لا تفترضوا أن ابنكم بحاجة إلى بطاقة ائتمان ، إذ يمكنه استخدام الشيكات مع نوعٍ آخر من البطاقات، لأن البطاقة الائتمانية قد تشجعه على الإنفاق بكثرة.
  - تحدثوا معهم عن أهمية عدم الإفراط في السحب من المصرف حتى ولو قام الجميع بذلك.
  - وإذا لم يكن الأوان قد فات، فكروا ببعد الجامعة عن مكان إقامتكم وبكيفية الوصول إلى هناك، حيث يعتقد بعض الطلاب بأنهم سيكونون على ما يرام لو ذهبوا إلى جامعةٍ بعيدةٍ إلا أنهم سرعان ما يشعرون بصعوبة الأمر لدى وصولهم إلى هناك، ولكن ومن جهةٍ أخرى فإن الجامعة التي تبدو بعيدة ربما تتوفر فيها وسائل مواصلات جيدة، فمثلاً يمكنكم دفع أجور زهيدة مقابل سفركم بالطائرة إلى جامعات اسكتلندية معينة.
  - وإذا شعروا بالحنين في الأسابيع الأولى، قوموا بطمأننتهم والتأكيد لهم بأن ذلك سينقضي سريعاً وأنهم سيصبحون على حالٍ أفضل.
  - أكدوا عليهم القيام بإقفال غرفهم عند ذهابهم إلى المطبخ أو الحمام الموجود في نهاية الرواق، فقد تمت سرقة الحاسوب المحمول لإحدى صديقات ابنتنا عندما ذهبت لإعداد فنانٍ من القهوة.
  - زدوهم بمجموعة من أقراص الحاسوب كي ينسخوا عليها عملهم الذي خزنوه في الحاسوب، وعلموهم فعل ذلك بشكل يومي.
  - إذا كانوا يسكنون في الطابق الأرضي وكنتم قلقين بشأن سلامتهم، تحدثوا إلى مسؤول السكن بهذا الشأن.
- الدكتورة (بات سبانجين) وهي والدة طالبين متخرجين وآخر غير متخرج، وهي مؤسسة موقع [www.raisingkids.co.uk](http://www.raisingkids.co.uk) الذي يقدم النصح والإرشاد للأباء*
- قوموا أحياناً باصطحاب أصدقاء العائلة لزيارة أبنائكم، فذلك سيجعل من الزيارة أقل حدة وتوتراً، فقد يجد الأبناء صعوبة في استضافة آبائهم لذلك فوجود زائر معهم قد يخفف من وطأة الأمر.

● حضروا لهم الكثير من الأطعمة الشهية أثناء زيارتكم لهم ولدى عودتهم إلى المنزل، فأكثر ما يتوق إليه الطلاب لدى رؤية آبائهم هو تلك الوجبات اللذيذة، واملؤوا الثلاجة بالأطعمة قبل عودتهم إلى المنزل ولا تتزعجوا منهم عندما يقومون بخدمة أنفسهم فهم الآن معتادون على الحرية، ولكن في نفس الوقت عليهم أن يدركوا أنكم ربما وضعتم جانباً بعض اللحوم من أجل إعداد وجبة معينة.

● خذوا معكم بعض الصناديق عندما تذهبون لإحضارهم في نهاية الفصل، فمن المحتمل ألا يكونوا قد حزموا كل أمتعتهم، وبخلاف الحقائب، لن تأخذ الصناديق حيزاً كبيراً في السيارة.

● علموا أبناءكم قبل ذهابهم أمور الطبخ الأساسية، فتحضير الحساء أمر سهل جداً، واشتروا لهم خلاطاً أو قطاعة كهربائية من أجل هرس الخضار اللازمة لتحضير الحساء.

● وعندما يعودون إلى المنزل شجعوهم على إعداد الطعام ليُظهروا لكم مهاراتهم، فهذا سيعزز ثقتهم بأنفسهم وسيعطيكم إجازة من أعمال الطبخ.

(كارين) و(مات) اللذان يعيشان في لندن ولديهما ابن في السنة الثانية في جامعة (شييلد).

● لقد أمضى سنته الأولى في السكن الجامعي وكانت نصيحة الجامعة لنا قبل مغادرته المنزل هي تزويده بمنشر غسيل، وفي الحقيقة كانت تلك الفكرة رائعة إذ ما زال يستخدمه في السكن الطلابي الذي انتقل إليه حتى الآن، ولن يتطلب الأمر منكم سوى وضعه قرب جهاز التدفئة المركزية حتى تضمنوا عدم ارتداء ابنكم ملابس رطبة، وليس عليكم كيّ الملابس أيضاً، على الأقل هذا ما يقوله هو.

● وأرسلنا معه أيضاً زوجاً من أسلاك التوصيل الكهربائية إذ لن تتوفر في الغرفة مآخذ كهربائية تكفي لكل تجهيزاته الكهربائية.

**(ميشيل إليوت) وهي مديرة المؤسسة الخيرية لمساعدة الأطفال ولديها ابنان متخرجان من الجامعة**

● أخبروهم بعدم الحاجة للبقاء في الجامعة في حال كرههم لها، فهذا سيفسح المجال أمامهم للتحدث معكم بحرية وإطلاعكم على الأمور السيئة في حال حدوثها، حيث يوجد الكثير من الحوادث ومحاولات الانتحار التي يقوم بها طلابٌ متفوقون في الجامعة للتخلص من الضغوط العائلية التي تمارس عليهم.

● عندما تقومون بتوضيب الأغراض حاولوا أخذ الأمور الأساسية فقط إلى أن تعرفوا ما الذي يحتاجون إليه، فقد قام كلٌّ من ولديَّ بأخذ الكثير من الأمتعة معه الأمر الذي أدى إلى صعوبة الحركة في غرفهم ولذلك قمنا بإعادة الكثير منها معنا.

● علموهم كيفية تحضير البطاطا والبيض المقلي، وكيف يمكن لنقودهم أن تكفيهم في حال عدم لجوئهم لتناول الطعام خارجاً بشكل يومي، وبينوا لهم الميزانية التي يتطلبها تناول وجبة أو اثنتين خارجاً (فلنقل 10-15 جنيهاً) ثم اضربوها بعدد أيام الأسبوع أو الشهر فتتضح لهم الصورة كاملة، كما أن إعدادهم للطعام بأنفسهم وتناولهم القهوة مع أصدقائهم خارجاً سيوفر لهم المزيد من النقود التي تنفق لاحقاً على ملذاتهم الشخصية.

● شجعوهم على الانتساب إلى النوادي والجمعيات ولكن ليس قبل الإطلاع على برنامجهم الدراسي.

● شجعوهم على الإسراع في طلب المساعدة - من الأساتذة - حالما يشعرون بالتقصير في دراستهم، وبينوا لهم أنهم يمدعون أنفسهم عندما يعتقدون أن بمقدورهم تلافي النقص، وأنهم كلما تأخروا في طلب المساعدة كلما قلَّ احتمال حصولهم عليها وعندئذٍ يكون قد فات الأوان، وغالباً ما يتفهم أساتذة الجامعة عدم تأخركم في اللجوء إليهم.

(كاترينا) وهي أم لابنتين إحداهما في سنتها الثالثة في جامعة (لندن) والأخرى متخرجةٌ منها منذ سنتين

● بالإضافة إلى الرسائل عبر البريد الإلكتروني أرسل لهم بانتظام بطاقات بريدية مميزة، فهم يحبون الحصول على الأشياء من البريد الذي يُعدُّ أكثر خصوصية من البريد الإلكتروني، وقبيل مغادرتهم في بداية الفصل الدراسي تقوم بالتسوق سويةً ونحضر سلةً كبيرة من المواد الغذائية لهم، فهم يشعرون بالراحة عندما يأخذون معهم أشياء يحبون أكلها حتى ولو كان السكن يقدم لهم الوجبات.

● لقد أخذنا القرض الطلابي ووضعناه في المصرف، الأمر الذي مكّن بناتنا من استخدام الفائدة كمصروف جيب لهنّ، وأقدر أنّ ليس بإمكان الكثيرين فعل ذلك ولكنه أمرٌ جيد في حال حصوله.

● أحضروا صناديق لخرن الأمتعة - كتلك الصناديق ذات العجلات الموجودة في متجر (جون لويس) - بحيث يمكن إدخالها تحت السرير بعد وضع الملابس الزائدة فيها، ولكن تأكدوا من السرير قبل قيامكم بشرائها فقد لا يحتوي على حيزٍ كافٍ في أسفله.

● شجعوهم على تناول الباستا (نوعٌ من المعكرونة) والفاكهة والبطاطا بقشورها.

● اشترُوا لهم جهاز إنذار للنافذة إن كان سكنهم في الطابق الأرضي.

● وفي حال كان سكنهم في منزلٍ طلابي مأجور، زدوهم بجهاز للكشف عن أول أكسيد الكربون (CO) وأجهزة إنذار احتياطية خاصة بالدخان وتأكدوا من مطابقة المنزل لمعايير السلامة، ويمكنكم الحصول على قائمة بالمستلزمات الأساسية من السلطات المحلية، فإذا كان هناك نقصٌ ما كجهاز إنذار للدخان مثلاً اتصلوا بالمالك.

● أرسلوا معهم بيلاً كهربائياً وبطاريات احتياطية حتى لو كانوا يعيشون في سكنٍ جامعي.

● وإذا كانوا لا يدرسون بجد، حاولوا حثهم عن طريق إخبارهم بالأشياء التي يمكن تحقيقها في حال قيامهم بذلك، وعليكم في بعض الأحيان أن تنتظروا حتى يدركوا ذلك بأنفسهم، وفي حال كانوا يشكون من بعض أجزاء مقرهم أخبروهم أن الحياة هكذا، إذ ستوجد دائماً أموراً لا يحبونها ولكن بعد حين سيشعرون بمتعة ما يقومون به.

● توقفوا عن القلق، إذ لن تستطيعوا فعل أي شيء بشأن سهرهم المتأخر أو ما الذي ينوون فعله، لذلك عليكم ترك القلق جانباً عندما يبلغون الثامنة عشرة.

(غيل ليندينيلد) وهي طبيبة نفسية وكاتبة أيضاً، من أعمالها (المراهقون الواثقون بأنفسهم) و (أبناء إلهة الرعد)، 9,99 جنيه، ولديها ابنتان التحقتا بالجامعة وقد قامت كل منهما بتغيير مقرها، وللأسف فقد توفيت إحداهن

● لقد غيرت كل من ابنتي مقرها بعد أن تأكدتا من عدم حبهما له، ولم نلج عليهما لمتابعة المقررات التي بدأتنا فيها بل قمنا بتقديم الدعم والتشجيع لهما في محاولتهما إيجاد مقررات مناسبة، وللأسف فقد ماتت (لورا) قبل أن تبدأ بمقرها الجديد، وأما ابنتنا الثانية فقد قدمت أوراقها بشكل مباشر إلى الجامعات بدلاً من التقدم عن طريق UCAS وتم قبولها في مقرر تحبه فعلاً، وكان لديها أصدقاء قام آباؤهم بإجبارهم على المتابعة في المقررات التي بدؤوا بها على الرغم من كرههم لها، وأنا أعتبر ذلك أمراً مخزياً فلو تعلموا من أخطائهم السابقة لما كانوا فعلوا ذلك الآن.

● وبالرغم من حاجتي لخمس ساعات كي أصل إليها إلا أنني كنت أكتفي بتناول القهوة أو وجبة خفيفة معها بدلاً من قضاء اليوم بكامله عندها، فذلك قد يكون مزعجاً لبعض الطلاب - الذين لديهم حياة حافلة بالأنشطة - فاحتساء القهوة أو تناول وجبة خفيفة معهم سيشعرهم براحة أكبر وسيقودهم إلى المزيد من التواصل معكم، وهذا أفضل من تفكيرهم بـ «ستبقى أمة معي طوال اليوم، كيف سأصرف معها؟»

(جاكي) التي تعيش في سافولك ولديها اثنان من أبنائها في الجامعة

● علموهم كيف يضعون ميزانية لأنفسهم أثناء وجودهم في المنزل بحيث يغدون مهيين لذلك عند مغادرتهم إلى الجامعة، وكونوا حازمين معهم في حال نفاذ نقودهم، فقد رفضنا تسديد دين ابنتنا وأخبرناها أن عليها العمل لكي تفي ديونها للمصرف، وبالطبع لن يكون من السهل عليكم فعل هذا ولكن إذا لم تفعلوا ذلك فلن يتعلموا أبداً، وتقوم إحدى صديقاتي بوضع مبلغ شهري في حساب ابنها بدلاً من إعطائه نقود المنحة دفعةً واحدة.

● اتصلوا بهم في أوقات مختلفة لتعرفوا فيما إذا كانوا يدرسون أو يحتفلون.

● تأكدوا من رصيدهم المصرفي عندما يأتون إلى المنزل، ولا أعتقد أن ذلك تعد على أمورهم الخاصة، إذ يمكنكم عندها أن تقولوا لهم: "هل عرفت أن المبلغ المتبقي في حسابك هو كذا وكذا؟" وربما تسرهم معرفتكم بذلك لأنهم سيتمكنون من الاعتراف لكم بمشاكلهم المالية وبمقدوركم أيضاً معرفة كمية النقود التي أنفقوها على المقاهي لأنهم غالباً ما يدفعون عن طريق بطاقة المصرف.

● لا تضايقوهم بشأن الامتحانات واتصلوا بهم مسبقاً واسألوهم بشكلٍ عابر كم يوماً بقي لهم حتى يبدؤوا امتحاناتهم.

● اتصلوا، اتصلوا، اتصلوا!! فلا عذر لكم في أيامنا هذه مع وجود البريد الإلكتروني والهاتف، وأرسلوا لهم أيضاً الطرود البريدية والرسائل.

● أعطوهم مقالةً كبيرة مقعرة ليطبخوا فيها، حيث يمكنهم استخدامها لطبخ أي شيء.

● زودوهم بكميات احتياطية من الحبر من أجل الطابعة.

● في حال انتقلهم إلى منزل طلابي، احصلوا على عنوان البريد الإلكتروني للمالك لتتمكنوا من الاتصال به إن حصلت مشاكل ولم تتمكنوا من الاتصال بالوسيط.

## الفصل السادس والثلاثون

### حقائق أخاذة قد تجهلونها عن الجامعة ولها أثر كبير على أبنائكم

- يحصل المتخرجون أثناء حياتهم المهنية على رواتب تزيد بـ 400000 جنيه عن رواتب غير المتخرجين، وللأسف فقد لا تكونون موجودين معهم ليشاركوكم في ذلك.
- حالما يتخرج أبنائكم من الجامعة سيكسبون حوالي 18000 جنيه سنوياً في عملهم الأول، وسيكون احتمال بقائهم عاطلين عن العمل – كباقي أفراد الشعب – ضئيلاً، وبمعنى آخر سيتوقفون عن الاتصال بكم واستجداء الحسنة منكم.
- ويبدو أن (مليندا ميسنجر) تخطط للتسجيل في جامعة ريدينغ لتحصل على شهادة في مقرر بدوام جزئي إلى جانب استمرارها في عملها، «يمنحنا التعليم الجيد فرصاً أفضل لتحقيق السعادة التي نطمح إليها، ناهيك عن الرواتب الأفضل»، ونأمل أن تكون جامعة ريدينغ مستعدة لقبول الطلبات الكثيفة من الطلاب الذكور.
- لن يشعر الخريج بالوحدة أبداً (بعيداً عن الأسابيع الصعبة الأولى)، وتقول إيمهاير «فكروا بعدد الناس الذين ستقابلونهم في العمل واضربوا ذلك بـ 2000»، وتكون المحصلة هي عدد الناس المتوقع أن يقابلهم معظم الطلاب في جامعتهم وفي الجمعيات والنوادي وفي أماكن إقامتهم في السكن الجامعي وفي المقاهي الطلابية.

- ينتسب حوالي 300000 طالب سنوياً إلى التعليم العالي.
- إن حوالي 77% من الطلاب السابقين يقولون إن الشهادة الجامعية ساعدتهم في تحقيق طموحاتهم وتوجهاتهم، وأما النسبة المتبقية فما زالوا يداومون في المقاهي (للأسف، ليست تلك المقاهي النظامية الشرعية).
- يوجد 50000 مقرر مختلف متوفر في الجامعات والكليات، بعضها مهني يشتمل على التدريب الرياضي وفن التصوير وإدارة الفنادق، لذلك لن يكون عليهم أن يزعجوا أنفسهم بالرياضيات التقليدية أو مواد تقليدية أخرى.
- حوالي 97% من الطلاب السابقين لا يندمون على الخبرة التي اكتسبوها من كلياتهم، فهل يقوم الـ 3% الباقون بالكتابة إلينا؟ إذ ربما يساعدنا ذلك في تأليف كتابٍ آخر.



## الخاتمة

هل أنتم منهكون؟ إننا نشعر بكم تماماً، ففي الوقت الذي تأخذونهم فيه إلى الجامعة لآخر مرة ستشعرون وكأنكم أنتم من عمل للحصول على الشهادة، والسيء في الأمر هو شعوركم بالتوتر إلى حدٍ ما في كل مرةٍ توضعون فيها أغراضهم وترسلونهم لفصلٍ دراسي جديد، أما الجيد في الأمر فهو تعودكم على ذلك واستسهالكم له، فقد تعلمتم الكثير من المرات الماضية (وهذا يشبه حدث الولادة المتكرر مرةً تلو أخرى)، ومن المزايا الإضافية أيضاً هي أنهم في الوقت الذي يتخرجون فيه من الجامعة قد يصبحون - نأمل ذلك - مواطنين أكثر نضجاً وكفاءة وقادرين على شواء شريحةٍ من اللحم بأنفسهم إضافةً إلى كتابة أطروحةٍ عن السياسة الفرنسية في القرن السابع عشر، وبرغم ذلك كل ما عليهم فعله هو إيجاد عمل .....

## مصادر مفيدة للاطلاع

ستجدون في موقعنا قائمةً شاملةً بأسماء المواقع الإلكترونية والكتب والعناوين المباشة لطلاب وعائلاتهم، ادخلوا إلى الموقع [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com) حيث ستجدونها إلى جانب المعلومات التي يتضمنها هذا الكتاب، وإن إدراجها على شبكة الإنترنت يعني إبقائها قيد التحديث والتجديد، ونرجو منكم إعلامنا بأي تفاصيل أخرى تجب إضافتها إلى القائمة، وشكراً.

## للاتصال بنا

إن مطبعة وايت لادر بريس ترحب باتصالاتكم إن كان لديكم أي استفسارٍ أو تعليقٍ توجهونه لنا أو للمؤلفة، ونرجو منكم الاتصال بنا عبر ما يناسبكم من القنوات التالية:

الهاتف: 01803813343

البريد الإلكتروني: enquiries@whiteladderpress.com

الفاكس: 01803813928

العنوان: White Ladder Press, Great Ambrook, Near Ipple-  
pen, Devon TQ12 5UL

الموقع الإلكتروني: www.whiteladderpress.com

### ما الذي يستطيع موقعنا تقديمه لكم؟

إن أردتم المزيد من المعلومات عن أحد كتبنا فستجدونها على الموقع [www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com)، وستجدون بشكل خاص مقتطفات مأخوذة من كلٍ منها مراجعات لتلك الكتب التي نشرت سابقاً، ونقدم أيضاً عروضاً خاصة على عناوين الكتب المقبلة في حال طلبكم لها عن طريق الإنترنت قبل نشرها، ويمكنكم طلب نسخة مجانية من فهرسنا.

ويتضمن العديد من كتبنا عرضاً للصفحات ذات الأفكار المترابطة وعناوين مفيدة وغير ذلك من الأمور وثيقة الصلة بموضوع الكتاب، وتستطيعون أيضاً إيجاد المزيد من المعلومات المتعلقة بنا، وإن كنتم كتاباً فستجدون دليلنا الخاص بالمؤلفين، لذلك نرجو أن تسألوا عنا وتخبرونا في حال كان لديكم أي تعليق أو استفسار أو اقتراح.

### هل ترغبون في تفوق أبنائكم؟

في حال رغبتكم بذلك فمن الجيد أن تقدموا لهم نسخةً من كتاب (دليل المطّلع للحصول على درجات متقدمة أو تفادي الدرجات المتدنية).

يحصل حوالي 10% من الطلاب على درجة متفوقة، ولا شك أن الاجتهاد عامل مساعد في تحقيق ذلك ولكن حدوثه أمرٌ غير مضمون دوماً، كما أنه يبقى في النهاية عملاً شاقاً، إذن ما البديل؟

يكمن الحل في وضع خطةٍ توفر عليكم الكثير من العمل المضني وتمنحكم الوقت للخروج في المساء مع زملائكم وتمكنكم من إنهاء مقرركم بدرجة متفوقة، وقد تمّ الآن ابتكار مثل هذه الخطة.

لقد كان (مارك بلاك) طالباً عادياً وكانت درجاته عادية، وقد تخرّج من الحقوق بدرجة (2:2) والتي تُعدّ درجةً جيدة ولكنها غير متميزة، وقد قرر في سن الثانية والعشرين متابعة دراسته للحصول على شهادة الماجستير، ولما كان مارك أصغر الطلاب الموجودين في مقرره (باستثناء أخيه التوأم ستيفن) فقد أدرك أنهم سيستخفون به، ولكي يتلافى ذلك قام بابتكار خطةٍ تبقيه منافساً قوياً لهم، ولدهشته فقد حققت خطته أكثر من المتوقع، لقد تمكن في نهاية الفصل الأول من إحراز مرتبةٍ متقدمة وحسّن خطته بحيث تمكن من المحافظة على تفوقه في نهاية الفصل الثاني، ومع إنجازه للفصل الأخير وتقديمه لإطروحته كان قد حاز على درجة متفوقةٍ (مرادفةٍ للمرتبة الأولى).

وبدلاً من احتفاظه بالسر لنفسه قام بالكشف عن خطته الناجحة في كتابه (دليل المطّلع للحصول على درجات متقدمة أو تفادي الدرجات المتدنية) المتوفر لدينا بسعر 5,99 جنيهًا، وسنطلعكم الآن على مقتطفاتٍ مأخوذة منه:

### الخطة (8): العمل الجماعي

لقد مكننا العمل الجماعي - أنا وأخي - من إحراز التفوق وكان ذلك في غاية البساطة، إذ يُعدّ قيامكم بالعمل لوحدهم مهمةً شاقة وتطلب منكم الكثير من

البراعة والالتزام، فلماذا لا تبسطون الأمور؟ ففي حال تقاسمتم أعباء العمل وساعدتم بعضكم بعضاً سيتوفر لديكم متسعٌ من الوقت لتمتعوا أنفسكم وتستريحوا .

لقد استفدنا كثيراً من كوننا توأمين، فمثلاً قمنا بالتشارك في نسخة كتبٍ واحدة، وفي كل أسبوعٍ ندرس نصف المطلوب منا دراسته، وبما أن لدينا في كل فصل ست وحدات دراسية فكان ذلك يتطلبُ مني دراسة ثلاثٍ منها بشكلٍ كاملٍ بينما يقوم ستيفن بدراسة الوحدات الثلاث المتبقية ومن ثمَّ نقوم بتبادلها بشكلٍ أسبوعي .

لكن بالتأكيد ستفوتون عليكم نصف الدراسة كل أسبوعٍ؟ ليس إلى حدٍ كبير، فيما أن الكتب ملكٌ لنا كنا نقوم لدى قراءة كل كتاب باستخدام قلمٍ ملونٍ وقلمٍ عادي وذلك لإبراز النقاط الأساسية وكتابة بعض التعليقات لدى مصادفتنا لفكرة هامة، وقد ساهم ذلك في تسريع دراستنا الأسبوعية لكتب الوحدات الدراسية الثلاث الأخرى من خلال التلوين وإبراز الأفكار الهامة كما مكنا من فهمٍ سريعٍ لما فاتنا .

لقد وفر ذلك علينا الكثير من الوقت وجعلنا نبرر لأنفسنا دفع النقود لشراء نسختنا الخاصة من الكتب، فقد فهمنا كل شيء رغم أننا لم نبذل أكثر من 60% من الجهد الذي يبذله الطلاب الآخرون الذين يحاولون المحافظة على تفوقهم بإنفاق وقتٍ طويلٍ وعصيب، وبالنسبة لي أرى أنه من المستحيل أن يتمكن أيُّ منا من دراسة كتب المقرر كاملةً بمفرده، فقد كانت مكثفةً وضخمة، ولهذا السبب أنصحكم بأن يكون لديكم شريك تتقاسمون معه أعباء الدراسة، إن ذلك سيكون مجدياً .

### تشاركوا في البحث

لقد قمنا أيضاً بتقاسم مهام البحث، إذ لم يكن هناك فائدةٌ ترجى من قيام كلينا بهدر الوقت في محاولة إيجاد نفس المواضيع، ولهذا السبب قمنا بتبادل البحوث أيضاً، فقد كنت أقوم في كل أسبوعٍ بإجراء بحثٍ على ثلاث وحدات

درسية بينما يقوم ستيفن بالبحث على الوحدات الدراسية الثلاث الأخر، وهذا ساعدنا مرةً ثانية في بذل جهدٍ أقل من الجهد المبذول من الطلاب الآخرين كما جعلنا نبدو مجتهدين أكثر من غيرنا .

وأضيفوا إلى ذلك حقيقة شرائنا لجهازي لاسلكي الأمر الذي جعل من بحوثنا أكثر فاعلية وستدركون الفوائد المضاعفة والسريعة التي حصلنا عليها، وخذوا بعين الاعتبار أيضاً علاقتنا القوية بالطلاب الآخرين التي مكنتنا من الاطلاع على بحوثهم وستمكنكم من فهم الخطة التي قادت بنا إلى موقع أفضل من الموقع الذي كنا سنتبوؤه لو قمنا بالبحث لوحدها على غرار (جون رامبو).

ومن الطرق الرئيسية التي كنا نتقاسم البحث فيها هي التي تركز على الواجبات المفروضة، فبالإضافة إلى معرفتنا الدقيقة بالموضوع الذي يقوم به الآخر وقدرتنا على الانتباه إلى ما يفيد، قام كلانا بإعطاء الآخر قائمة بالمراجع التي تهمة إذ أن الواجب نفسه معطى لكلينا، وبالطبع جعل ذلك من اجتهادنا في كتابة مقالاتنا أكثر فاعلية.

### اقرأوا أعمال بعضكم البعض

حال إنهاءنا لواجباتنا كنا نقوم بقراءة أعمال بعضنا البعض، كما كنا قادرين على إعطاء رأيٍ مطلعٍ ومستقل حول كيفية تحسين مقالات بعضنا، وقد استطعنا عدة مرات إيجاد ثغرات فيها، وكانت تلك الأشياء التي تم إغفالها مطلوبةً في المقال.

وفي إحدى المرات تم إعطاؤنا واجباً قابلاً للتأويل ولكن كان علينا مناقشة ثلاث وحدات دراسية أساسية فيه، والسبب ما أغفل ستيفن ذكر الوحدة الثالثة في أحد مقالاته، فالجميع معرّضٌ لارتكاب الأخطاء، لذلك عليكم القيام بالإجراءات الصحيحة من أجل اكتشافها، وهذا تأكيدٌ على النوعية فعلاً.

وفي هذه الحالة تحديداً استطعت اكتشاف الخطأ عندما كنا نطبع مقالتي من أجل تسليمه، وقد قام ستيفن بإجراء تغييرات سريعة على مقاله ليذكر فيه ذلك التعليق المطلوب على الوحدة الدراسية الثالثة، وانتهى الأمر به إلى نيل درجة 81% في ذلك المقال تحديداً، ولولا ملاحظتي لذلك الخطأ العضوي لما تمكن من الحصول على درجة مرتفعة، لأنه سيكون قد أغفل جزءاً مهماً وأساسياً، وهذا يُظهر أهمية العمل الجماعي.

وكلما استطعتم إشراك المزيد من الطلاب في هذه العملية كلما كان الأمر أفضل، فبالنسبة لإطروحائنا كان يقوم ثلاثة منا بقراءة مقالات بعضنا البعض، حيث يعدّ وجود رأيين مستقلين أفضل من رأي واحد، ولدى تحضيرنا لامتحانات الفصل الدراسي الأول كان ستة منا يجلسون حول طاولة ويقرؤون تحضير كل واحد منا من أجل التأكد من عدم إغفاله لشيء، وكانت تلك حالة رائعة.

إن الحصول على درجة مرتفعة يتطلب منكم التأكد من عدم إغفالكم للوضوح في كل عناصر المقال، فإذا لم تتركبوا أخطاء جوهرية سيكون كل شيء على ما يرام، وقد ساعدتنا اجتماعاتنا هذه في تلافي تلك الأخطاء الجوهرية وبالتالي هيأت الفرصة لجميعنا في التفوق، وذلك لن يجعلنا متطابقين ولكنه سيضمن بقاءنا في المنافسة، بمن فيهم أنا.

ولنوضح الفكرة مرة أخرى: إن العمل الجماعي ساعدنا علينا على التفوق، وغالباً ما يكون الطلاب الذين يحاولون الحصول على مراتب متقدمة متكتمين على أنفسهم إذ يلعبون لعبتهم بسرية تامة ولا يفصحون عن الكثير، وتلك إحدى الطرق التي يمكنكم اتباعها ولكنها ليست طريقتنا، فطريقتنا أسهل بكثير وهي حالة تكون النتيجة النهائية فيها محصلة عمل جماعي أكثر من كونها عملاً فردياً، لم أكن قد أكثرت النصائح عليكم ولكنني أؤكد لكم هذه النقطة الهامة وهي أن أمثال (جون رامبو) قلة قليلة من الطلاب وأما بقيتنا فيقومون بذلك سويةً.

تم نشر هذا الكتاب من قِبَلِ  
White Ladder Press Ltd  
Great Ambrook, Near Ipplepen, Devon TQ12 5UL

01803 813343

www.whiteladderpress.com

تم إصداره لأول مرة في المملكة المتحدة سنة 2005م

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

جين بايدر 2005م

إن حق جين بايدر أن تُعرف كمؤلفة لهذا الكتاب قد تمّ توكيده من قبلها وفقاً للقرار الذي صدر سنة 1988م والمتعلق بحقوق النشر والتصاميم وبراءات الاختراع.

ISBN 0954821912

British Library Cataloging in Publication Data

ويمكن الحصول على سجل CIP لهذا الكتاب من المكتبة البريطانية.

كل الحقوق لهذا الكتاب محفوظة، ولا يُسمح بنسخ أي جزءٍ منه أو تخزينه في نظام إلكتروني استرجادي أو نقله بأي شكل وبأية طريقة كانت سواء إلكترونية أو آلية أو أي طريقة أخرى دون الحصول على إذنٍ مسبق من الناشرين أو دون ترخيص يجيز نسخاً محدوداً في المملكة المتحدة ويكون صادراً عن

Copyright Licensing Agency Ltd, 90 Tottenham Court  
Road, London W1P 0LP.

ولا يمكن إعادة هذا الكتاب أو إعادة بيعه أو تأجيريه في حال تم التصرف بشكل غلافه الذي صدر فيه دون الحصول على موافقةٍ مسبقةٍ من الناشرين.



تصميم وطباعة: جولي مارتن LTD

تصميم الغلاف: جولي مارتن LTD

نقذ الصور: سو ميسيلبروك

نقذ الرسوم: كريس ماتر

طباعة وتغليف: TJ International LTD, Padstow, Cornwall

**White Ladder Press**

**Great Ambrook, Near Ipplepen, Devon TQ12 5UL**

**0180383343**

**[www.whiteladderpress.com](http://www.whiteladderpress.com)**

## المحتويات

### المقدمة

- 1- دليل الأهل ذوي الخبرة القليلة لدى التقدم إلى الجامعة.
- 2- ملء الطلبات.
- 3- متى ستعرفون إذا كان لديهم مكان لابنك؟
- 4- إذن لم تكن النتائج مرضية.
- 5- ماذا سيحصل إذا غيروا رأيهم بشأن المقرر؟ والمصاعب الأخرى.
- 6- وأخيراً هم خارج سيطرتك أم هم كذلك في الأصل؟
- 7- الطلاب ذوو الاحتياجات الخاصة.
- 8- النقود.
- 9- المزيد من النقود(فقط لو.....).
- 10- نصيحة الأهل والمعارف (التي سيتجاهلونها).
- 11- توضيب الأمتعة.
- 12- الأمور الأساسية التي عليكم أخذها بعين الاعتبار قبل مغادرتهم.
- 13- الوصول إلى هناك.
- 14- لقد غادرت!
- 15- مساعدتهم خلال الأسابيع القليلة الأولى.
- 16- المشاكل وكيفية تخطيها.

17- دراسة، دراسة، دراسة.

## المحتويات

5	المقدمة
9	1- دليل الأهل ذوي الخبرة القليلة لدى التقدم إلى الجامعة.
15	2- ملء الطلبات.
19	3- متى ستعرفون إذا كان لديهم مكان لابنك؟
25	4- إذن لم تكن النتائج مرضية.
31	5- ماذا سيحصل إذا غيروا رأيهم بشأن المقرر؟ والمصاعب الأخرى.
35	6- وأخيراً هم خارج سيطرتك أم هم كذلك في الأصل؟
39	7- الطلاب ذوو الاحتياجات الخاصة.
41	8- النقود.
49	9- المزيد من النقود(فقط لو.....).
63	10- نصيحة الأهل والمعارف (التي سيتجاهلونها).
67	11- توضيب الأمتعة.
73	12- الأمور الأساسية التي عليكم أخذها بعين الاعتبار قبل مغادرتهم.
77	13- الوصول إلى هناك.
83	14- لقد غادرت!
89	15- مساعدتهم خلال الأسابيع القليلة الأولى.
95	16- المشاكل وكيفية تخطيها.
99	17- دراسة، دراسة، دراسة.
107	18- الجنس والمخدرات والصحة العقلية.
119	19- الصحة البدنية.
123	20- التغييرات في المنزل.

- 133 21- إذن أنتم في المنزل وحدكم.
- 137 22- زيارة- مكانكم أو مكاني؟
- 143 23- وقت العطلة.
- 147 24- المزيد من المشاكل الصغيرة.
- 153 25- العودة إلى السنة الثانية والثالثة.
- 159 26- ضغط الامتحان.
- 163 27- الانتقال إلى سكن طلابي.
- 169 28- الصحة- مرةً أخرى.
- 171 29- العمل أثناء الفصل الدراسي.
- 177 30- كيفية التعامل مع القلوب المكسورة.
- 179 31- خرق القانون.
- 183 32- التخرج.
- 187 33- مرحباً! لقد عدت!
- 189 34- الطلاب الغريباء والكبار في السن.
- 191 35- تعلموا من أخطائنا - ومن الأشياء التي قمنا بها بشكل صحيح.
- 201 36- حقائق أخاذة قد تجهلونها عن الجامعة ولها أثر كبير على أبنائكم.
- 203 الخاتمة
- 215 فهرس



6281125 012619