

## العادات الأسرية تتيح ديمومة الترابط بين الأجيال

تكتسي الاحتفالات العائلية أهمية بالغة في ضمان النمو العاطفي للأطفال، نظراً إلى أنّ الطقوس والتقاليد المرتبطة بالاحتفالات مرادفة للراحة والاستقرار والمشاركة داخل الأسرة، فهي تبني وتدعم العلاقات الأسرية على أساس أنها استراحة قصيرة في ظل الروتين اليومي. وتعتبر هذه التقاليد لحظات مميزة في حياة كل فرد وخاصة الأطفال، حيث يشعرون بسعادة ورفاهية لا يمكن تفسيرها.

قال خبراء العلاقات الأسرية إنه بسبب حياتنا المحمومة في كثير من الأحيان، من الصعب التوقف لقضاء وقت مع العائلة، فنحن نعاني دائماً من نفاذ الوقت، ففي عطلة نهاية الأسبوع، هناك التنظيف والتسوّق ودروس الأطفال، وفي النهاية ينتهي الأمر بأفراد العائلة، إلى كونهم زملاء أكثر من عائلة.

الطقوس توفر للعائلات شعوراً بالهوية والانتماء، وغالبا ما تثير مشاعر قوية وكثيرا ما تستغل لإثارة الموضوعات الهامة ومناقشتها داخل الأسرة. كما أنّ الطقوس العائلية توفر أيضا شعوراً بالاستمرارية عبر الأجيال. بمعنى آخر، فهي وسيلة لنقل القيم العائلية والتاريخ والثقافة من جيل إلى آخر.

ولعلّ أفضل مثال على طقوس الأسرة هو تقاليد الأعياد، حيث يمكن أن تصبح الأحداث المحيطة بهذه العادات، مثل اختيار التجمع لتناول العشاء مع العائلة الممتدة، طقوسا. ولكل أسرة طقوس فريدة من نوعها لعائلاتهم.

فجمع التفاح في كل خريف مثلا أو استئجار منزل لقضاء عطلة الصيف هما أيضا أمثلة جيدة للعادات العائلية. وقد تكون لبعض الأسر أيضا طقوس لعيد ميلاد كل فرد فيها. ويمكن أن تكون عادية مثل صنع كعكة خاصة مفضلة في عيد ميلاد صبي أو فتاة. يمكن أن يكون أيضا أمرا مضحكا أو نكتة عائلية تصبح تقليدا بمناسبة عيد ميلاد أحد الأشخاص.

ويتيح قضاء أفراد الأسرة الوقت معاً **التعرّف** على بعضهم البعض بشكل أفضل، **واكتشاف** اهتمامات أطفالهم أو الموضوعات التي **تبهّهم**. كما يتعلّق الأمر بقضاء بعض الوقت للاستماع إليهم، وبذلك يمنح الأب والأم لأنفسهما وقتاً لمشاهدة أطفالهم يضحكون ويستمتعون. وبالنسبة للأطفال، إنها فرصة لرؤية أمهم وأبيهم في **سياق** غير الحياة اليومية المتسارعة ورؤيتهم عندما لا يكونون **في عجلة من أمرهم**، وليسوا **منشغلين** بالعشاء والتنظيف والعمل.

ولا يرتبط **إحياء** التقاليد والطقوس **بالتركيز** على كثرة **الإنفاق** التي **ترهق كاهل** العائلة، وإنما **الهدف** الأسمى من ذلك هو **الحفاظ** على **قيّمته المعنوية** التي تتمثّل في تجمّع العائلة للاحتفال مرة واحدة من حين إلى آخر.

بالإضافة إلى ذلك، من المهم **ترسيخ** أهمية **لمّ شمل** الأسرة والاحتفالات عند الأطفال، لأن ذلك فيه ضمانة للحفاظ على هذه التقاليد عندما يكونون **بالغين**.

كما **أوضح** الخبراء أنه **لتغذية** الذكريات والحفاظ على **الصلة** بين الأجيال والتأكّد من أن تكون جزءاً من حياة الأبناء بعد فترة طويلة من نموهم، فإن التقاليد لها أهمية قصوى. وكلما كبر الأطفال، كلما كانت لديهم اهتمامات خاصة بهم، وأصبح لديهم أصدقاء يلتقون بهم، وأماكن يذهبون إليها، ولديهم وقت قصير بالنسبة لأبائهم وأمّهاتهم، الذين **يفتقرون** أحياناً إلى الحجج لجذبهم إليهم، وهذا هو السبب في أنه من الجيد الحفاظ على التقاليد.

جريدة العرب - 2020/01/10

| Lexique                          |                             | مفردات                 |   |
|----------------------------------|-----------------------------|------------------------|---|
| sentiments                       | مَشَاعِر                    | coutume, habitude      | عادة ج ات                                   |
| continuité                       | اسْتِمْرارية                | permettre              | أَتَا ح ، يُتِيح                            |
| transmettre des valeurs          | نَقْل القِيم                | durabilité             | دِيمومة                                     |
| événement                        | حَدَث ج أَحْدَاث            | lien                   | تَرَابُط                                    |
| se réunir                        | تَجَمَّعَ / التَّجَمُّع     | génération             | جِيل ج أَجْيَال                             |
| famille étendue                  | عائِلة مُمتدَّة             | revêt une importance   | يَكْتَسِي أَهْمِيَّة                        |
| location                         | اسْتِئْجَار                 | assurance, garantie    | ضَمَان                                      |
| blague, anecdote                 | نُكْتة ج نُكْت              | développement affectif | نُمُو عاطِفي                                |
| à l'occasion de                  | بِمُناسَبَة                 | rituel                 | طُقُس ج طُقُوس                              |
| faire connaissance               | تَعَرَّفَ / التَّعَرُّف على | tradition              | تَقْلِيد ج تَقَالِيد                        |
| découvrir                        | اكتَشَفَ / الاكْتِشاف       | célébrer               | احْتَقَلَ ، يَحْتَقِل                       |
| impressioner, subjuguier         | أَبْهَرَ ، يُبْهِر          | célébration, cérémonie | احْتِفَال ج ات                              |
| contexte                         | سِياق                       | synonyme               | مُرَادِف                                    |
| être pressé                      | في عَجَلَة مِنْ أَمْرِهِ    | se fixer               | اسْتَقَرَّ ، يَسْتَقِرُّ -<br>الاسْتِقْرَار |
| préoccupé, débordé               | مُنْشَغِل                   | stabilité              | اسْتِقْرَار                                 |
| lié à                            | يَرْتَبِط بِـ               | construire             | بَنَى ، يَبْنِي                             |
| faire vivre, célébrer            | إِحْيَاء                    | soutenir               | دَعَمَ ، يَدْعِم                            |
| dépenser                         | أَنْفَقَ / الإِنْفاق على    | routine                | روتين                                       |
| fardeau qui pèse sur les épaules | يُرْهِق كاهِل               | moments privilégiés    | لَحْظَات مُمَيَّزة                          |
| but suprême                      | الهِدَف الأسمى              | bien-être              | رَفَاهِيَّة                                 |
| faire vivre, célébrer            | إِحْيَاء                    | expert                 | خَبِير ج خُبْرَاء                           |

| Lexique                          |                                    | مفردات                             |   |
|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|---|
| dépenser                         | أَنْفَقَ / الإنفاق على             | fiévreux                           | مَحْمُوم                                |
| fardeau qui pèse sur les épaules | يُرْهِقُ كَاهِل                    | passer (du temps)                  | قَضَى ، يَقْضِي /<br>قَضَاء             |
| but suprême                      | الْهَدَفُ الْأَسْمَى               | endurer                            | عَانَى ، يُعَانِي -<br>الْمُعَانَاة     |
| préserver                        | حَافِظًا / الحِفاظ على             | manque de temps                    | نَفَادُ الْوَقْتِ                       |
| valeur morale                    | قِيَمَةٌ مَعْنَوِيَّة              | nettoyer, faire le ménage          | نَظَّفَ / التَّنْظِيف                   |
| enraciner, consolider            | رَسَخَ / التَّرْسِيف               | faire des courses, aller au marché | تَسَوَّقَ / التَّسَوُّق                 |
| rassembler                       | لَمَّ الشَّمْل                     | offrir                             | وَفَّرَ ، يُوفِّرُ                      |
| adulte                           | بَالِغ                             | identité                           | هُوِيَّة                                |
| clarifier                        | أَوْضَحَ                           | appartenir                         | انْتَمَى ، يَنْتَمِي -<br>الْإِنْتِمَاء |
| nourrir                          | غَذَى ، يُغْذِي /<br>التَّغْذِيَّة | susciter                           | أَثَرَ ، يُثِيرُ - الإِثَارَة           |
| lien                             | صِلَة ج ات                         |                                    |   |
| manquer de                       | يَفْتَقِرُ إِلَى                   |                                    |   |