الفصل الثاني
الطفل الغيور

مقدمة:

الغيرة هي العامل المشترك في الكثير من المشاكل النفسية عند الأطفال، ويقصد بذلك الغيرة المرضية التي تكون مدمرة للطفل، والتي قد تكون سببًا في إحباطه وتعرضه للكثير من المشاكل النفسية.

الغيرة.. إحدى المشاعر الطبيعية:

الغيرة إحدى المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب، ويجب أن تقبلها الأسرة كحقيقة واقعة، ولا تسمح - في نفس الوقت – بنموها؛ فقد يكون القليل من الغيرة مفيدًا للإنسان؛ فهي حافز على التفوق، ولكن الكثير منها يفسد الحياة، ويصيب الشخصية بضرر بالغ، وفي الحقيقة، فإنه يمكن اعتبار السلوك العدائي والأنانية والارتباك والانزواء أثرًا من آثار الغيرة على سلوك الأطفال، ولا يخلو تصرف طفل من إظهار الغيرة بين الحين والحين، وهذا لا يسبب إشكالًا إذا فهمنا الموقف وعالجناه علاجًا سليمًا.

obeikan.com

أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك، وتظهر بصورة مستمرة، فإنها تصبح مشكلة، ولاسيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة، والغيرة من أهم العوامل التي تؤدي إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب.

والغيرة شعور مؤلم يظهر في حالات كثيرة، مثل ميلاد طفل جديد للأسرة، أو شعور الطفل بخيبة أمل في الحصول على رغباته، ونجاح طفل آخر في الحصول على تلك الرغبات، أو الشعور بالنقص الناتج عن الإخفاق والفشل.

والواقع أن انفعال الغيرة انفعال مركب، يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب، وقد يصاحب الشعور بالغيرة إحساس الشخص بالغضب من نفسه ومن إخوانه الذين تمكنوا من تحقيق مآربهم التي لم يستطع هو تحقيقها، وقد يصحب الغيرة كثير من مظاهر أخرى؛ كالثورة أو التشهير أو المضايقة أو التخريب أو العناد والعصيان، وقد يصاحبها مظاهر تشبه تلك التي تصحب انفعال الغضب في حالة كبته؛ كاللا مبالاة أو

الشعور بالخجل، أو شدة الحساسية أو الإحساس بالعجز، أو فقد الشهية أو فقد الرغبة في الكلام.

الغيرة والحسد:

ومع أن هاتين الكلمتين تستخدمان غالبًا بصورة متبادلة، إلا أنهما لا يعنيان الشيء نفسه على الإطلاق، فالحسد هو أمر بسيط يميل نسبيًّا إلى التطلع إلى الخارج، يتمنى فيه المرء أن يمتلك ما يملكه غيره؛ فقد يحسد الطفل صديقه على دراجته، وتحسد الفتاة المراهقة صديقتها على طلعتها البهية.

فالغيرة ليست الرغبة في الحصول على شيء يملكه الشخص الآخر؛ بل هي أن ينتاب المرء القلق بسبب عدم حصوله على شيء ما، فإذا كان ذلك الطفل يغار من صديقه الذى يملك الدراجة، فذلك لا يعود فقط إلى كونه يريد دراجة كتلك لنفسه؛ بل وإلى شعوره بأن تلك الدراجة توفر الحب؛ رمزًا لنوع من الحب والطمأنينة اللذين يتمتع بهما الطفل الآخر، بينما هو

محروم منهما، وإذا كانت تلك الفتاة تغار من صديقتها ذات الطلعة البهية، فيعود ذلك إلى أن قوام هذه الصديقة يمثل الشعور بالسعادة والقبول الذاتي اللذين يتمتع بهما المراهق، والتي حرمت منه تلك الفتاة.

ويمكن القول إن الغيرة تدور حول عدم القدرة على أن نمنح الآخرين حبنا، وأن يحبنا الآخرون بما فيه الكفاية، وبالتالي فهي تدور حول الشعور بعدم الطمأنينة والقلق تجاه العلاقة القائمة مع الأشخاص الذين يهمنا أمرهم.

والغيرة في الطفولة المبكرة تعتبر شيئًا طبيعيًّا؛ حيث يتصف صغار الأطفال بالأنانية وحب التملك وحب الظهور؛ لرغبتهم في إشباع حاجاتهم، دون مبالاة بغيرهم، أو بالظروف الخارجية، وقمة الشعور بالغيرة تحدث فيما بين 3 – 4 سنوات، وتكثر نسبتها بين البنات عنها بين البنين.

والشعور بالغيرة أمر خطير يؤثر على حياة الفرد، ويسبب له صراعات نفسية متعددة، وهي تمثل خطرًا داهمًا على توافقه الشخصي والاجتماعي، بمظاهر سلوكية مختلفة، منها التبول اللا إرادي، أو مص الأصابع، أو قضم الأظافر، أو الرغبة في شد انتباه الآخرين، وجلب عطفهم بشتى الطرق، أو التظاهر بالمرض، أو الخوف والقلق، أو مظاهر العدوان السافر.

أسباب الغيرة:

يرجع الخبراء أسباب الغيرة إلى ما يلي:

1- **الشعور بالنقص والمرور بمواقف محبطة:**

أقسى أنواع الغيرة ينشأ من شعور بالنقص مع عدم إمكانية التغلب عليه، كنقص الجَمال أو القدرة الجسمية أو الثياب والممتلكات من الألعاب.

2- **عوامل نفسية:**

الخوف من فقدان محبة الوالدين أو أحدهما سبب رئيس في الغيرة بين الإخوة، ومن المنطقي أن يحاول الطفل الغيور – بصورة لا شعورية غالبًا – إزالة منافسه بالاعتداء عليه، أو بالاستهزاء منه، أو بمحاولة تحقيره، أو بالمشاجرات، أو بالأحقاد أحيانًا، وأحيانًا أخرى بتفريغ غيرته بصورة رمزية بالانقضاض على لعبه، أو أي شيء يخص منافسه، فيضربها بقسوة، أو يدوسها ويحطمها أو يرسم منافسه – أخاه – بصورة غير جميلة، وقد يكبت الطفل الميول العدوانية نتيجة تأثير والديه، ويسبب هذا الكبت تأثيرًا نفسيًّا سلبيًّا على الطفل حسب شدته ومدى استمراره.

3- **الغيرة من المولود الجديد:**

في الحقيقة إن هذا النوع من الغيرة موجود ومنتشر في كثير من البيوت والأسر المصرية، ومما يؤكد هذا الشعور لدى الطفل الغيور عندما يرى أمه

قد وجهت كل رعايتها وأهتمامها للطفل الجديد، فهو يشعر أو يظن بأن أمه أهملته، ولم تعد تحبه، وليست راضية عنه.

ومن المؤكد أن هذا إحساس خاطئ تمامًا، ولذلك ينبغي على الأم الحامل أن تمهد لطفلها عن الضيف المنتظر، وأنه سيصبح حبيبًا له، وأنه سوف يأتي له بالهدايا، وإذا ما وضعت الأم طفلها الجديد، فعليها أن تعلم طفلها الأكبر أن هذا المولود يحتاج للرعاية؛ لأنه لا يقدر على شيء، وتذكره أنه عندما كان مثله كانت له نفس الرعاية.

4- **المقارنة بين الإخوة:**

المقارنة التي تقوم على أساس الذكاء أو التحصيل الدراسي أو التفوق أو الجمال أو البنية القوية، فإذا ما أخفق أحد الأطفال لا يجب مقارنته بأخيه المتفوق؛ لأن ذلك يؤجج الغيرة في صورة مقرونة بالنقمة والحقد.

5- **العقاب الجسدي:**

عقاب الطفل الجسدي بالضرب إذا أظهر غيرته نحو أخيه يزيد لديه مشاعر الغيرة السلبية، والتي تظهر على شكل عداء نحوه.

6- **عوامل اجتماعية وثقافية:**

مازالت – للأسف – عادة تفضيل الذكر على الأنثى في المجتمع واضحة، ولذلك نجد أن نسبة الغيرة في البنات أكثر منها في البنين، كما أن نسبتها تزداد عند الأذكياء أكثر منها عند قليلي الذكاء، كذلك نجد أنها تزداد بين الأطفال الذين لا يوجد فارق في السن بينهم.

مظاهر الغيرة (الأفعال التي يقوم بها الطفل الغيور):

في الحقيقة، فإن للغيرة مظاهر متعددة، سوف نذكر أهمها فيما يلي:

1- **العدوانية:**

من مظاهر الغيرة عند الأطفال، الضرب أو السب أو التخريب أو الثورة أو النقد لما يحدث في أحيان كثيرة، فالطفل تظهر غيرته من خلال سلوكه العدواني الذي يتصف بالتطاول على من هو أمامه.

2- **الانطوائية:**

ومن مظاهر الانطوائية، الميل إلى الصمت أو التجهم أو الانزواء أو الإضراب عن الأكل، أو الرغبة في عدم الخروج، أو عدم الرغبة في اللعب.

obeikan.com

3- **مظاهر فسيولوجية:**

من أهم مظاهر الغيرة الفسيولوجية فقدان الشهية، والصداع، وشكوى الشعور بالتعب، وقد يتطور إلى شعور بالقيء والاضطرابات المعوية.

4- **مظاهر جسمية:**

من أهم مظاهر الغيرة الجسمية اصفرار الوجه ونقص الوزن والصداع.

5- **مظاهر أخرى:**

- مص الأصابع.
- الحبو.
- اللجوء إلى البكاء والصراخ.
- التبول والتبرز في ملابسه.
- مطالبة الأم بإطعامه.
- استعمال لغة الأطفال تقليدًا لأخيه الصغير.
- شرب الحليب من الزجاجة.
- النوم في سرير الطفل.
- الالتصاق بالأم.
- قلة النوم.
- الخوف الشديد.

obeikan.com

- الامتناع عن تناول الطعام؛ مما يؤدي إلى نقص في الوزن، واعتلال الصحة الجسمية والنفسية لدى الطفل؛ مما يقلق راحة الأهل.
- العناد وعدم الطاعة.
- إلقاء الأشياء من النافذة.
- كسر الأواني، والعبث بزهور الحديقة وأثاث المنزل.
- القسوة على الحيوانات.

وقد يكون التعبير عن الغيرة عند بعض الأطفال بأسلوب عدواني لفظي؛ كالتفوه بكلمات بذيئة والسباب وكلمات التحقير.

وبالطبع ينبغي التعامل مع كل هذه التصرفات على أنها مظاهر لمرحلة عابرة، والمهم معاونة الطفل لاجتياز التجربة والاستفادة منها، لا التركيز على كل مظهر على حدة، ومحاولة علاجه؛ لأن كثرة الملاحظات والأوامر والممنوعات تزيد من ضيق الطفل، وتفاقم مظاهر الغيرة، وتشعر والديه بالإحباط؛ مما يعقد المسألة ويحولها لمشكلة حقيقية لا تجربة عابرة، وفي هذه

obeikan.com

الحالة على الأم أن تبذل كل المحاولات لجعل طفلها سعيدًا، وذلك عن طريق تحاشيها التأنيب والتوبيخ والعقاب الذي قد يزيد المسألة تعقيدًا، حتى لو أصاب أخاه الصغير بسوء، فكل هدفنا أن نجعله يلعب معه، ويساعد أمه في خدمته، بدلًا من أن نعزله عنه، فنربي بينهما الكره منذ الصغر، ففي حالة ضربه أو إصابته له، تأخذه الأم بعيدًا في تلك اللحظات، وتجعله مشغولًا دون أن تؤنبه؛ بل تعطيه الحب والأمان.

الغيرة من الأخ الأصغر (التَّوازن في التَّعامل هو الحل):

كثير من الأمّهات يشكون من غيرة الطّفل الأوّل من أخيه أو أخته الأصغر منه، وبخاصة إذا لم يكن الفارق الزمني بينهما كبيرًا، فلا يزال الطفل الأوّل في سنٍّ صغيرة، ويعتمد كليًّا على الأم، ولا يشعر بالأمان إلا بوجودها، ويعتريه الغضب والغيرة الشّديدة إذا انصرفت عنه لعمل أيّ شيء، فما بالك برعاية طفل آخر؟!

وعندما يكون الطّفل هو وحيد والديه، تكون كلّ الأنظار مسلّطة عليه، وكل الحنان مخصصًا له، ويكون هو صغير البيت الذي يحبه الجميع ويدللونه، ويكون محط أنظار باقي أفراد العائلة، لكن عندما يحين موعد قدوم طفل جديد إلى الأسرة، يتغيّر كل شيء، فلا يعود ذلك الطفل هو

الصغير والمدلل، ولا يعود هو من يجذب أنظار الجميع، فتتغيَّر نفسيَّة الطّفل، ويعاني الغيرة.

وقد تكون الغيرة ناتجة من انعدام الثّقة بالنّفس؛ فالطّفل في هذه الحالة يظنّ أنَّ أخاه أفضل منه، فتزداد غيرته وكرهه له، كما أنها قد تكون نتيجة التّمييز بين الإخوة، كأن يفضّل الوالد ابنًا على آخر، أو يدلّل واحدًا دون الآخر؛ فإن هذا التصرّف الخاطئ من الوالدين، قد يجعل الطّفل يكره أخاه.

وتقول أمّ لثلاثة أطفال: "الطّفل الأكبر هو من يغار بشكل كبير من أخيه القادم، وبخاصّة إن كان المولود القادم ذكرًا، فيظنّ أنّ هذا المولود سوف يأخذ مكانه، وسوف نرعاه ونقوم بتدليله".

obeikan.com

ولذلك، ننصح بأن يمارس الأب والأمّ دورًا كبيرًا في رعاية نفسيّة ابنهما وعدم إهماله، وأن لا يكون التّركيز في الاهتمام على المولود الجديد فحسب، ويجب أن يبنيا بينه وبين أخيه علاقة محبّة، ويشعرا الابن الأكبر بأنّه مسئول عنه، وأنّهما يحبّانه بالدّرجة نفسها، وهذا الدّور ليس دور الأب والأمّ فحسب؛ بل الجدة والجد وجميع أفراد العائلة".

وتقول إحدى الأمهات: "لقد جنّ جنون ابني عندما عرف أنّ هناك مولودًا جديدًا سوف يأتي، وأصبح يتّسم بالعدائيّة والغضب الدائم، ويتصرّف بقسوة ويضربني، ولكنّي بدأت آخذه معي إلى عيادة الطبيبة ليرى أخاه، وأخبره أنّ هذا الطّفل يشبهه، وأنّه سيحبّه ويلعب معه مستقبلًا، وسيذهبان إلى المدرسة نفسها، وهكذا هدأ طفلي وبدأ يستوعب الأمر، فالطّفل ليّن وسهل، ولكنّه يحتاج إلى من يرعاه ويفهمه".

هذا الوضع المحيّر للأمّ يمكن التخلّص منه بسهولة باتّباع النّصائح التّالية؛ إذ تقول الاختصاصيّة النفسيّة (رواند صالح): "عندما ينام طفلك الجديد، أو يكون في حالة استرخاء، ولا يحتاج إلى مساعدتك، في ذاك الوقت تحدّثي إليه بصوت عالٍ، حتّى يسمع الأخ الأكبر أو الأخت الكبرى؛ لتقولي له إنّ عليه الانتظار قليلًا حتّى تفعلي شيئًا للأكبر؛ لأنّه بحاجة إلى ذلك، فإذا سمع الطّفل الأكبر ذلك، سيشعر بالهدوء وعدم الغيرة".

وتضيف: "الطّفل الجديد لن يفهم ما تقولين، ولن يكون هناك أيّ مشكلة بالنّسبة إليه، ولكنّ الأخ الأكبر سوف يشعر بالغبطة والسّعادة؛ لأنّه سيتوهّم أنّ اهتمامك به أكبر؛ لأنّه هو الأوّل، واجمعي صورًا له في الأشهر الأولى من حياته، واجعليه يشاهدها؛ ليشعر بأنّه كان يشبه أخاه في صغره، وكان يحتاج إلى المساعدة، وأنّك كنت تقدّمين إليه هذا العون دائمًا، ولذلك من الطّبيعيّ أن يحتاج الأخ أو الأخت الصّغرى للمساعدة، وسوف يفهم الطّفل الأكبر أنّ الاهتمام يعود إلى سنّ أخيه، وليس لأنّ الأم تحبّ أحد الطفلين أكثر من الآخر".

الغيرة.. والسلوك العدواني:

تعتبر مشاعر الغيرة بين الأطفال والأشقّاء أمرًا طبيعيًّا، ولكنّها قد تتطوّر أحيانًا، وتصبح خارجة عن نطاق السّيطرة، إذا ما تحوّلت مشاعر الطّفل الغيور إلى سلوك عدوانيّ، وأدّى ذلك إلى انعدام الثّقة بنفسه أو القلق، وما إلى ذلك، وهنا يأتي دور الأهل في مساعدة طفلهم للتغلّب على هذه الحالة، والّتي تتطلّب الكثير من الصَّبر والتحمّل والعلاج بالحكمة للتّخفيف من حدّة شعوره بالغيرة، وإشعاره بقيمته ومكانته في الأسرة.

لنمنح أطفالنا المحبّة والعاطفة والاحترام والثّقة؛ كي نكسب حبّهم واحترامهم وثقتهم، وبذلك نستطيع أن نمثّل لهم القدوة التي يتمثّلونها،

ويمكن بعدها أن نمارس سياسة اللّين من دون ضعف، والحزم مع الرّحمة، ونفرض هيبتنا التي تدعوهم إلى أن يسلكوا الطّريق الذي نرغب بعفويّة وإرادة.

سبل وطرق علاج الغيرة:

يمكن حصر أهم الأسباب التي تساعد في مواجهة الغيرة لدى الأطفال في النقاط التالية:

1- إشعار الطفل بقيمته ومكانته في الأسرة والمدرسة وبين الزملاء.

2- تعويد الطفل على أن يشارك غيره في حب الآخرين.

3- تعليم الطفل على أن الحياة أخذ وعطاء منذ الصغر، وأنه يجب على الإنسان أن يحترم حقوق الآخرين.

obeikan.com

4- تعويد الطفل على المنافسة الشريفة بروح رياضية تجاه الآخرين، بمعنى أن يتقبل الخسارة أو الهزيمة، وأن يحاول التعرف على أسباب خسارته؛ حتى يمكنه تحقيق الفوز في المنافسات القادمة.

5- بعث الثقة في نفس الطفل، وتخفيف حدة الشعور بالنقص أو العجز عنده.

6- توفير العلاقات القائمة على أساس المساواة والعدل دون تمييز أو تفضيل على آخر، مهما كان جنسه أو سنه أو قدراته.

7- تعويد الطفل الأناني على احترام وتقدير الجماعة، ومشاركتهم الوجدانية، ومشاركة الأطفال في اللعب، وفيما يملكه من أدوات.

8- تعويد الطفل على تقبل التفوق، وتقبل الهزيمة؛ بحيث يعمل على تحقيق النجاح ببذل الجهد المناسب، دون غيرة من تفوق الآخرين عليه، بالصورة التي تدفعه لفقد الثقة بنفسه.

9- يجب على الآباء الحزم فيما يتعلق بمشاعر الغيرة لدى الطفل، فلا يجوز إظهار القلق والاهتمام الزائد بتلك المشاعر، كما أنه لا ينبغي إغفال الطفل الذي لا ينفعل، ولا تظهر عليه مشاعر الغيرة مطلقًا.

obeikan.com

10- في حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهمال الطفل الكبير، وإعطاء الصغير عناية أكثر مما يلزمه، فلا يعط المولود من العناية إلا بقدر حاجته، وهو لا يحتاج إلى الكثير، والذي يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولود وكثرة الالتصاق الجسمي الذي يضر المولود أكثر مما يفيده، وواجب الآباء كذلك أن يهيئوا الطفل إلى حادث الولادة، مع مراعاة فطامه وجدانيًّا تدريجيًّا بقدر الإمكان، فلا يحرم حرمانًا مفاجئًا من الامتياز الذي كان يتمتع به.

11- يجب على الآباء والأمهات أن يقلعوا عن المقارنة الصريحة، واعتبار كل طفل شخصية مستقلة، لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها.

12- تنمية الهوايات المختلفة بين الإخوة؛ كالموسيقى والتصوير وجمع الطوابع والقراءة وألعاب الكمبيوتر وغير ذلك، وبذلك يتفوق كل في ناحيته، ويصبح تقييمه وتقديره بلا مقارنة مع الآخرين.

13- المساواة في المعاملة بين الابن والابنة؛ لأن التفرقة في المعاملة تؤدي إلى شعور الأولاد بالغرور، وتنمو عند البنات غيرة تكبت وتظهر أعراضها في صور أخرى في مستقبل حياتهن، مثل: كراهية الرجال، وعدم الثقة بهم، وغير ذلك من المظاهر الضارة لحياتهن.

obeikan.com

14- عدم إغداق امتيازات كثيرة على الطفل المريض، فإن هذا يثير الغيرة بين الإخوة الأصحاء، وتبدو مظاهرها في كراهية الطفل المريض، أو غير ذلك من مظاهر الغيرة الظاهرة أو المستترة.

obeikan.com