

الفصل الثالث

الخوف

الخوف the fear هو انفعال ينشأ في مواقف تُهدّد الوجود الحيوي أو الاجتماعي للفرد، ويحدث الخوف عندما يتوقّع الفرد - مسبقاً - حدوث مخاطر مُعيّنة. واستناداً إلى طبيعة الخطر فإنّ جِدّة الخوف ونوعه قد تختلف لدرجة كبيرة لتتضمّن إمّا الاتزاع أو الخشية أو الرُعب أو الفرع، وإذا كان مصدر الخطر غير واضح، أو لم يدركه الفرد يُسمى الإحساس الناجم - حينئذٍ - بالقلق. والخوف من الناحية الوظيفيّة يقوم بتحذير الشخص - مسبقاً - من خطر كامن ويُتيح له تركيز انتباهه على مصدره، ويُجبره على البحث عن طريق لتجنّبه، وعندما يصل الخوف إلى درجة الانفعال الحاد (أي الدُعر أو الهلع) فقد يؤدي إلى نمط سلوكي كالهرب أو الذهول أو العدوان الدفاعي.

❁ حقيقة خوف الطفل في لحظة ميلاده:

يولد الطفل وهو خالي تماماً من مشاعر الخوف سواء خوفه من أفراد أو أشياء، أو خوفه من سماع أصوات مزعجة، ويظن بعض الناس - وهذا خطأ شائع - أنّ صراخ الطفل الذي ينبعث منه في لحظات الميلاد وما بعدها دليلٌ على خوفه من البيئة الخارجيّة الجديدة بعد أن ترك بيئته الداخليّة في رحم أمّه التي اعتاد عليها وأنس إليها في دفءٍ وهُدوءٍ لمدة تسعة أشهر، وهذا غير صحيح علمياً، وإنّما الصحيح أنّ هذا الصراخ إنّما هو بمثابة الشهقة الأولى التي يليها مباشرة (عملية الزفير) عندما تعمل رنتاه لأوّل مرّة، وهذا البكاء هو دليل على صلاحية الرنتين لمدّه بالأوكسجين اللّازم لحياته.

❁ هل خوف الطفل غريزي ؟

قد يعتقد البعض أنّ الطفل يولد وهو مجهز - غريزياً - بالخوف من شينين أساسيين، الأوّل: هو الخوف من الأصوات المرتفعة العالية، والثاني: الخوف من فقد السند أي الخوف من السقوط إلى أسفل.

ومهما يكن الأمر فإنّه في الحالين لا دليل على أنّ الطفل عند ولادته يخاف من أشياء بعينها، فالخوف الذي قد يبدو عليه هو انعكاس فطري للحفاظ على ذاته، وما أن يحثك الوليد بالبيئة الخارجيّة حتى تبدأ أجهزة الإدراك في تنفيذ وظائفها الجديدة المنوطة بها. فتظهر لديه أطياف وجدائيّة لكلّ ما يصل إلى حواسه الخمس من إحساسات، فرؤية أمّه تبهجه وتُسعدّه، بينما تكون رؤيته لشخص غريب مثار دهشة سرعان ما تتحوّل إلى خوفٍ أو سرور.

وفي خلال الطفولة الأولى من حياة الطفل نجد اختلاطاً وامتزاجاً بين الانفعالات المختلفة، فحينما يحدث صوت مرتفع (فرقة مثلاً)، يحدث أن يخاف الطفل فيبكي ويبحث عن أمّه ليلجأ إليها طالباً الحماية والأمن، ولكن ما أن يتلاشي الصوت ويضمن

لنفسه الحماية بين أحضان أمه حتى يبحث عن مصدر الصوت، بل ويطلب من الآخرين تكرار ما حدث من (فرقة).

أما بالنسبة للأمر الثاني، وهو الخوف من فقد السند أو الوقوع إلي أسفل، فإذا كان ذلك بالقدر المناسب والمعقول الذي يتسنى معه تحمّل الطفل له، فإنه يشعر بالسرور، أما إذا كان فقدان السند أو الخوف من الوقوع أكبر من قدرة جهازه العصبي فإنه ينخرط في الخوف ومن ثمّ البكاء.

وهناك واقعة توضح هذا المعنى وتؤكدّه، فقد كان أحد الآباء يأخذ علي ذراعيه طفله ويلقيها لأعلي في الهواء ثمّ يتلقفها مرّة أخرى، فكانت تتهلل وتضحك في سعادة غامرة، ولما كان يكف عن ذلك كانت تطلب منه بإلحاح أن يُكرّر تلك المحاولة من جديد، وفي نفس الوقت كانت تترقّب الموقف الابنة الأخرى التي رأت أختها تضحك مبتهجة، فطلبت من والدها أن يفعل نفس الشيء معها، وما أن ألقاها لأعلي حتى انخرطت في البكاء من فرط الخوف، وعلي ذلك يتضح أن الطفلة الأولى كان جهازها العصبي أكثر تحملاً من الجهاز العصبي للطفلة الثانية.

❖ تطوّر الشعور بالخوف عند الأطفال :

◆ في مرحلة الرضاعة (من أسبوعين إلي عامين):

حيث يُعبّر الطفل عن الخوف بوضوح، وعلي الأخصّ إذا خبر العقاب وعرف معناه، حيث يتخذ مظهرًا لذلك كالبيكاء أو الصياح أو التوقف عن النشاط والانسحاب أو اللجوء إلي ذراعي أمه. كما يظهر انفعال الخوف عند وجود المثيرات الفجائية كالأصوات العالية، أو المرتبطة بالألم، أو عند الشعور بفقدان شخص عزيز كالأمّ مثلاً.

◆ في مرحلة الطفولة المبكرة (من 3 إلي 5 سنوات):

يزداد الخوف أو يقلّ نتيجة الشعور بالأمن والقدرة علي التحكم في البيئة. وتزداد مؤثرات الخوف عددًا وتنوعاً، فيخاف الطفل بالتدرّج من الحيوانات والظلام والأشباح والموت والفشل.

ومن أهم مخاوف الأطفال في هذه المرحلة الخوف من الانفصال عن الوالدين. ويلاحظ العلاقة الوثيقة بين مخاوف الآباء والأمّهات ومخاوف الأطفال؛ لأنّ الطفل يتعلّم الخوف ممّا يخافه الكبار، فهو يُقلد والديه وأخوته في خوفهم من الظلام أو الأشباح.. الخ. ويلاحظ أيضاً انتقال عدوي الخوف بين الأطفال بصورة غريبة.

◆ في مرحلة الطفولة الوسطي (من 6 إلي 8 سنوات):

تتغيّر مخاوف الأطفال في هذه المرحلة، فالخوف من الأصوات والأشياء الغريبة والحيوانات والظلام وغيرها يقلّ إلي حدّ كبير ويكاد يختفي ليحل محله الخوف من المدرسة، والعلاقات الاجتماعيّة، وعدم الأمن اجتماعياً واقتصادياً.

❁ مم يخاف الأطفال ؟

يتعلّم الطفل أن يخاف من بعض المثيرات وأن ينتابه القلق لظهورها، وبعض هذه المخاوف صحي ويؤدي وظيفة حيوية، كأن يُحافظ الطفل علي حياته أو صحّته، فإذا خاف الطفل أن يعبرُ الشارع وهو مزدحم بالعربات المسرعة، أو خاف من الاقتراب من الموقد وهو مشتعل، أو من النظر من الأماكن شاهقة الارتفاع فإنّ ذلك يُعتبر خوفاً طبيعياً يُحافظ به علي حياته وسلامته.

ومن أهم ما يثير مخاوف الطفل هو الخوف من فقدان الحُب الذي يتمنّع به من قبل والديه، وخاصةً إذا كان ما يصدر من الوالدين يدعم هذا الشعور لديه. كذلك يرتبط الخوف من فقدان الأمن بالخوف من فقدان الحُب، فإذا افتقد الطفل الإحساس بالحُب والإحساس بالأمن فقد غابت الدعامة الأساس التي تُبني عليها الشخصية السويّة، وأصبح متعذراً علي الطفل أن يتمنّع بالاستقرار الانفعالي فيما بعد.

❁ قدر مناسب من الخوف في توجيه دفة السلوك :

الإسراف في التدليل مظهر من مظاهر التربية الخاطئة، وحينما نري في البيئة، وفي الحياة العملية نماذج من البشر شاذين في سلوكهم وهم أطفال في سنوات طفولتهم الأولى، فيترى الطفل غير خائف من عواقب سلوكه الشاذ، أو جنوح تصرفاته المعيبة، أو غلظة ألفاظه المقرزة، فيشرب - لا محالة - علي الصفاقة والحماقة، ولا يُقيم وزناً لواعظ وإرشادات الكبار، ولا يعبأ بالقيم أو قواعد السلوك السوي المتعارف عليه اجتماعياً وخُلقيّاً، وحينما يشكو من هذا الطفل المدلل أصدقاؤه أو جيرانه أو حتى مُعلّموه، ينحاز أبواه إلي جانبه، يتلمسون له العذر، ويدافعون عنه بالزور والبهتان !! ولو علم هؤلاء الآباء هول ما ينتظرهم في المستقبل من جرّاء هذه التربية المتساهلة لما أقدموا علي هذا، فحينما يشب الطفل غير هيّاب القيم والمُثل العُلّيا والمعايير وقواعد السلوك والأخلاق، فإنّه يبدأ في ممارسة جبروته وطغيانه مع مَنْ سبق وأنّ دلّوه ودافعوا عنه دون وجه حق، أو دون مسوغ مقبول ومعقول، ثمّ يصرخ هؤلاء الآباء من إهانة أولادهم وتجاهلهم حينما يشتد عودهم، ويكون من المهانة أو العقوق الذي لحق بهم بعد أن أصبحوا في سن تحتاج من أولئك الأبناء الرعاية والعطف والمودة والحنان، ولا نقوي سوي أن نقول لهؤلاء الآباء تلك الحكمة التي نقول: «مَنْ يزرع الشوك يجني الجراح».

❁ الإسراف في استخدام أسلوب «التخويف» :

مماً لا شكّ فيه أنّ الإسراف في استخدام أسلوب التخويف له آثار غير مأمونة النتائج، ذلك لأنّ الطفل تحت وطأة هذا الأسلوب قد ينقلب إلي طاغية ومُتجبرٍ ومنتسلطٍ حينما تواتيه الفرصة فانتقلاّب الطفل الوديع بفعل انفلات التربية وجنوحها إلي القسوة والعنف من جانب الآباء والمُربّين مؤداها الطبيعي الخوف الشديد حد الهوس، وهذا من

شأنه أن يعكس نفساً مريضةً متعطشة - دوماً - لاستخدام نفس أسلوب الآباء أو المرَبين من بطشٍ و عنفٍ، فكلُّ مَنْ يتَّسم سلوكهم بالإجرام والعوانية هم - في حقيقة الأمر - أطفال شَبوا خائفين لأنهم عانوا كثيراً من العنف والقسوة في بيئاتهم التي عاشوا بكنفها بحكم التربية اللأسوية، فحينما اشتدَّ عودهم وأصبحوا قادرين علي إيقاع البطش بالآخرين لم يترددوا لحظة واحدة، وكانهم بذلك إنما يعوضون ما فاتهم في طفولتهم من استخدام للقسوة نحو أقرانهم حينما كانوا مستسلمين وخائعين. أو قد يكون بمثابة تفرُّغ لمشاعرهم المكبوتة نتيجة لقسرهم وإرهابهم.

وقد يتساءل بعض الآباء في حيرةٍ وقلقٍ: «تُري.. ما القدر اللازم من الخوف الذي يمكن عن طريقه أن نُؤدِّب به أطفالنا ؟»

وإذا نحن حاولنا الإجابة على هذا التساؤل لأكدنا أنه من الصَّعب، بل من المستحيل في أغلب الأحيان أن نُحدِّد مقدماً قدرًا مُعيَّناً من التخويف لكلِّ طفل علي حدة، والحقيقة أن هذا الأمر يتوقف - بالدرجة الأولى - علي الآباء أنفسهم، لأنه ينبغي منذ البداية أن يتعرفوا علي حساسية أبنائهم بالنسبة لرد فعل التخويف في نفوسهم، فلبعض الأطفال حساسية مفرطة لوقوع الخوف في نفوسهم، ففي كلِّ مرَّة كان الأب يهم بالتلويح لأحد أطفاله بالعقاب بقصد تخويفه من جراء سلوك غير مرغوب فيه اقتطفه، وسبق أن نال التحذير من حدوثه، كان يبكي وييدي أسفه واعتذاره، الأمر الذي يجعل تخويفه مقصوراً علي مُجرَّد النظر إليه في غضبٍ، أمَّا طفله الآخر فكان ينتظر دون أن يجهد بالبكاء كي يوقع والده العقاب عليه بالفعل، وحينما يحدث ذلك كان ينزوي في حماية أمه دون أن يبكي مكتفياً بالاعتذار عمَّا بدر منه من اعوجاج في السلوك علي مضيض !!

ولذلك نوكد من جديد، أنه لكلِّ طفل حساسية خاصة للاستجابة للتخويف، فالكيل بنفس المكيال أو المعيار لكلِّ طفل حينما نستخدم أسلوب التخويف لتهديب السلوك هو إغفال تام للعمل بمبدأ الفروق الفردية في التربية. ونوضح.. أن ما يُعين الآباء علي ذلك هو معرفة مدي تقبُّل الطفل للقيم والمعايير وقواعد السلوك المرجوة، كذلك مدي اقتناعهم بما يُقدِّمه لهم الكبار من نصائح وإرشادات، فعلي ضوء هذا التقبُّل أو الاقتناع يتحدَّد قدر التخويف الملائم والمناسب الذي عن طريقه يمكن توجيه الطفل إلي السلوكيات أو التصرفات السليمة والمحمودة، بدلاً من السلوكيات أو التصرفات المعيبة والمذمومة.

❖ المخاوف.. والاضطرابات الانفعالية:

يُعرف علماء النفس الاضطراب الانفعالي بأنه: «حالة تكون فيها ردود الفعل غير مناسبة للمثير سواء بالزيادة أو النقصان». فالخوف الشديد كاستجابة لمثير مخيف فعلاً لا يُعتبر اضطراباً انفعالياً، بل يُعتبر استجابة انفعالية عادية وضرورية للمحافظة علي الحياة. أمَّا الخوف الشديد كالذعر والرُّعب من مثير غير مخيف فإنه يُعتبر اضطراباً انفعالياً. ولعل من أهم أعراض الاضطرابات الانفعالية هو الخوف، وهو رد فعل انفعالي

لمثير موجود موضوعي يدرکه الفرد ويتيقن أنه يُهدّده سواء علي الصعيد الجسمي أو النفسي، وكما ذكرنا من قبل فإن الخوف ضروري للمحافظة علي حياة الكائن الحي في وقت الخطر المحقق، وإذا تعدي الخوف مداه الموضوعي والطبيعي أصبح مرضاً يعرقل السلوك، ويقيد الحرّية، ويسجن الإرادة. وننوه بأن الخوف سلوك متعلّم، وعلي ذلك فهناك ارتباط وثيق بين مخاوف الأطفال ومخاوف آبائهم.

والمخاوف المرضية هي عبارة عن خبرات انفعاليّة قاصرة وقهرية لمخاوف مُحدّدة يشعر بها الشخص في موقف مُعيّن ويصاحبها خلل وظيفي (سرعة ضربات القلب، أو تصبّب عرق غزير.. الخ)، وتلاحظ المخاوف من الأمراض النفسية والعقلية وأمراض المخ العضوية. وفي المخاوف العصبية يُدرك المريض بشكلٍ عام أنّ مخاوفهم لا تقوم علي أساس، ويعتبرونها خبرات مُعذبة لهم، وهم عاجزون عن السيطرة عليها. وتشمل المخاوف مظاهر سلوكية خاصّة ترمي إلي تجنّب موضوعها، أو إلي التقليل من الخوف بالقيام بأفعالٍ قهرية طقوسية. وعادة تنشأ المخاوف العصبية التي قد يختبئ فيها المريض لا شعورياً من صراع ما، لا يجد له حلاً، وهو يحدث عادة في أناس ذوي تفكير خيالي وفي الوقت نفسه خاملين إلي حدّ ما، وذوي أجهزة عصبية غير مستقرة، وفي معظم الحالات يتمّ التغلب علي هذه المخاوف بعد علاج نفسي متخصّص.

وسوف نَقّم لبعض المخاوف المرضية التي يمكن أن تعترّي حياة الإنسان، فتورقه، وتقضي علي أمنه وسكينته، فهناك خواف الإصابة بالمرض، حيث يخشي الفرد المرض خشية أن يُعاني من الآلام والأوجاع، وخواف رؤية الدّم، حيث أن رؤية الدّم تُثير في نفس الفرد حساسيات بالغة وترتبط بصدمة نفسية مُعيّنة، وخواف الزوّاج أيضاً، حيث يحجم المرء عن هذه الخطوة، وهناك كذلك خواف الظلمة، وهو الخوف المرضي الذي يتبدّي لدي الفرد من رؤية الأماكن المظلمة، وخواف المرتفعات أي فزع المرء من الأماكن العالية، حتى أنه يخشي الاقتراب منها أو التحدّث عنها، وخواف الموت، وهو الخوف المرضي الذي ينتاب الفرد خشية الموت والفناء، وخواف القلب، وهو خوف مرضي يوسوس للمرء أنه مُصاب بمرض القلب، فيبائر إلي ردّ كلّ وعكة بسيطة تلم به إلي خللٍ في قلبه.

❁ قسوة المعلم .. وخوف الأطفال:

قسوة المُعلّم، واستخدامه للضرب المبرح حد الألم، وتفننه في ابتكار أساليب العقاب من سخرية وتهكّم ومُعايرة، كلّ هذه الأساليب اللّاتربوية تؤدي بدورها إلي إثارة مشاعر الخوف والرّعب في نفوس التلاميذ الصّغار، ممّا يدفعهم إلي كراهية المُعلمين - بصفةٍ خاصّة - وكراهية المدرسة - بصفةٍ عامّة -، وهذا التردّي الواضح يُحفز الصّغار دوماً علي الهروب من المدرسة، أو التسرب، وهو الأمر الذي يؤدي بكلّ تأكيد إلي إخفاقهم

الدراسي ومن تمّ رسوبهم في الامتحانات، فيصابون بالاضطرابات النفسية الأمر الذي يقضي في النهاية علي صحتهم النفسية.

ولما كنا نؤمن بأنّ المُعلّم، وعلي الأخص مُعلّم المرحلة الابتدائية، لديه القدرة علي أن يترك أثراً قوياً في نفوس أطفاله، فنحن نري أنّه يمكن أن يقوم بعدة أدوار مجتمعة، من شأنها أن تحقق صحّة نفسية جيدة لتلاميذه، فهو يستطيع القيام بدور الأب الحاني المُهاب والمؤثر، ودور المشرف المُحبّ الودود، ودور العالِم الذي يتقن فيه أطفاله لفرط علمه ومعارفه وخبراته، ودور الصديق الناصح العطوف، ودور الموجه الذي يقوم سلوك تلاميذه ويرشدهم إلي السوي والصحيح من السلوك، ودور المُعالج الذي يشخص الداء ويقدم الدواء في حنو وتفهُم.

ولهذا..نحن نري أنّ المُعلّم لا بدّ أن يتمتّع بعدة سمات مهمة حتى ينجح في أداء رسالته، منها علي سبيل المثال: أن يكون مطمئناً غير قلق، سلوكه يبعث علي الاحترام والتقدير، مؤمناً برسالته معطياً إياها من روحه وعقله في تحمّل وصبر، موضوعياً في أحكامه، نزيهاً في تصرفاته، عفيفاً في أقواله، لا يهدّد ولا يتوعّد، أسرار تلاميذه وخصوصياتهم وديعة وأمانة في عنقه، باشاً مبتسماً، ملتزماً ونظيف اليد والقلب.

ولمّا كان المُعلّم قائداً وتلاميذه هم تابعوه، ولمّا كانت القيادة علماً وفناً، وجب علي المُعلّم أن يفهم معني القيادة فهماً صحيحاً، فليس المقصود بالقيادة هو أن يفرض المُعلّم مزيداً من القيود علي تلاميذه، وأن يتحكّم فيهم تحكماً مبنياً علي الأمر والنهي والشدّة والقسوة، وهي الأساليب التي ينجم عنها توتّر أطفاله وخوفهم واضطرابهم، وسخطهم ونفورهم، كما أنّه لا يتّيح لهم فرصة التدريب علي أن يتعلّموا كيف يقودون أنفسهم بأنفسهم، ولذلك يلزم علي المُعلّم أن يتّبع الآتي:

* أن يستبدل أسلوب التهكّم والسخرية والتوبيخ والمعايرة والضرب المبرح بأساليب التشجيع والمدح والمساعدة والتبصير بالخطأ، بغرض المشاركة في تحسين حالة تلاميذه، لا من أجل توبيخهم وتجريحهم.

* أن يهيئ المجال لإقناع التلاميذ بما يراه صحيحاً بدلاً من إجبارهم عليه.

* أن يدخل في حساباته مقترحات تلاميذه، وانعمن علي تنفيذ المعقول والمناسب منها مبتعداً عن سياسة القسر والقمع والإلزام.

* أن يُشرك تلاميذه في تحديد الأهداف ورسم خطط العمل.

* أن يختلط بتلاميذه في الفصل والملاعب والمكتبة.. الخ.

* أن يتسع صدره للاستماع لمشكلات تلاميذه، ويحاول المساعدة في حلها، وذلك بالتعاون مع الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين.

* أن يتّبع سياسة موحدة في معاملة التلاميذ فلا محاباة أو مجاملة لتلميذ علي حساب تلميذ آخر.

✽ الامتحانات المدرسية.. ومخاوف الأطفال:

اكتسبت الامتحانات المدرسية أهمية قصوى، فأصبحت هي الهدف الذي يسعى إليه التلميذ وولي الأمر وأعضاء هيئة التدريس. ومن المؤسف أنَّ هذه الامتحانات تُستخدم كسلاح يتحكَّم في مستقبل الأبناء، بينما كان من المفروض أن تكون وسيلة لإرشادهم وتوجيههم.

وقد ارتبطت الامتحانات في ذهن التلاميذ بالخوف من الفشل في أدائها، ومن ثمَّ يُعانون من حالات نفسية سيئة ممَّا يضطر الآباء - في بعض الأحيان - إلي عرضهم علي أطباء الأمراض النفسية والعصبية نتيجة القلق عليهم.

وبسبب هذه النظرة الضيقة للامتحانات صارت عملية تقويم التلاميذ في يد المُعلِّم وحده، دون أن يكون لهم ولأولياء أمورهم أي تدخل فيها.

والامتحانات كثيراً ما تُحاط بالغموض والسرية وجوَّ من الرهبة، الأمر الذي يجعل التلاميذ يصابون بالخوف حدَّ الذعر ممَّا قد يؤثر بالسلب علي إجاباتهم. كما جعل بعض التلاميذ يلجأون إلي مواقف دفاعية أو تحايلية ومن أشهرها ظاهرة الغش.

ولا ننسي في هذا الصدد أن بعض المُعلِّمين قد يلجؤون بدرجات أعمال السنة في وجوه تلاميذهم لغرض أو لآخر، ممَّا يترك تأثيراً سلباً وضاراً نحو العملية التعليمية برمتها.

ولذلك نحن نري أنه يتعيَّن علي أجهزة التربية والتعليم في مصر وفي كافة دولنا العربية أن تهتم بتعديل نظرة كُلِّ من المتعلمين والمُعلِّمين وأولياء الأمور إلي هدف التعليم وما يترتب علي هذا التعديل من تغيير الجوَّ المدرسي العام، وكذلك النظم والقوانين، الأمر الذي يطمئن التلاميذ - وعلي الأخص الصغار منهم - وبالتالي نجبنهم مغبة الشعور بالخوف الذي قد يصيبهم من جراء توقعهم الفشل والإخفاق في الامتحانات النهائية، الأمر الذي يؤدي في النهاية إلي سوء الحالة النفسية للتلاميذ وتدهورها، وهو ما نحذر منه دائماً.

✽ المخاوف.. وأسئلة الطفل:

عدد كبيرٍ من الأطفال في مرحلتي الطفولة المبكرة والوسطي تنصب أسئلتهم حول مخاوف هم يُعانون منها، والمخاوف قد تكون من أشياء لم يكن لهم أي خبرة سابقة بها، فهم يخافون الحيوانات كالكلاب أو القطط حتى وإن لم تهاجمهم، وقد يخافون اللصوص، وأحياناً يخافون الباعة بالرغم من أنَّهم لم يتعاملوا معهم من قبل، كما أنَّهم يخافون الأشباح والعماريات، والظلام، والموت.. حول هذه الموضوعات كثيراً ما يسأل الصغار، وهدفهم من ذلك هو نيل الشعور بالأمن والطمأنينة من خطرٍ قد يكون حقيقياً وقد يكون متوهماً.

لذلك يلزم علي الآباء أن يطمئنوا أبناءهم، ولنتذكر أن القاعدة الرئيسة في الإجابة علي أسئلة الأطفال هي أن تكون مُحَدَّدة وبسيطة بلا تعقيد، حتى نتجنبّ الدخول في تفاصيل دقيقة مثل قضية الموت مثلاً، ونؤكد أن التهرب من الردّ علي أسئلة الأطفال، أو تعمّد تأجيل الإجابة علي بعض الأسئلة الحساسة يتركهم عرضة للمعاناة والحيرة، فعلي الآباء والمربّين أن يدركوا أن أسلوب الأخذ والعطاء مع الأطفال في الإجابة علي أسئلتهم له فوائد كثيرة من أهمها في هذا الصدد القضاء علي الخوف والحيرة والقلق، وبالتالي الطمأنينة والسّلام إلي قلوبهم وحياتهم.

✻ أسلوب التخويف مع الأطفال.. لماذا نستخدمه ؟

سؤال مهمّ يطرح نفسه بشدّة. فإذا كنا نستخدم أسلوب التخويف مع الأطفال من أجل غرس سلوكيات إيجابية مُعَيَّنة للحفاظ علي حياتهم أو صحتهم، أو لضمان حسن سلوكهم وتصرفاتهم، مع توافر قدر كبير من الوعي والراية، حتى لا يتمادي الأطفال في أخطائهم دون الاكتراث لنصائح الكبار، فهذا حسن وطيب، ولكن ينبغي أن ندرك أن لكلّ طفل جهازاً عصبيّاً يستوعب قدراً مُعَيَّناً من التخويف أو التهيبّ عملاً بتحقيق مبدأ الفروق الفردية بين الأفراد.

أمّا إذا كنا نستخدم أسلوب التخويف تجاه الأطفال من أجل قسرهم علي إتباع قواعد سلوكية مُعَيَّنة قد لا يقتنعون بها، وقد لا تشبع ميولهم أو حاجاتهم، وعندما يهجم الصغار بالاعتراض عليها نستخدم المزيد من أساليب التخويف بلا ضوابط أو روابط، عندها ينقلب الجوّ الأسري أو المدرسي إلي جوّ لا يُطاق ولا يُحتمل، فننزلق بأطفالنا إلي دائرة من الاضطرابات النفسيّة والسلوكيّة المُهدّدة لصحتهم النفسيّة ومن ثمّ ندفعهم إلي الانطواء والسلبية أو إلي العدوانيّة والانتقام.

من المهمّ إذاً أن نُحدّد جيداً.. لماذا نلجأ إلي تخويف الأطفال ؟ ومتى يمكننا أن نفعل ذلك ؟ وإلي أيّ مدي ؟ وعلينا - أن نعرف أيضاً ما درجة حساسية الطفل ؟ وما مدي استجابتهم للنصائح والتوجيهات التي نُقدّمها نحن الكبار إليهم ؟ وهل نحن نبغي - حقاً - بالتخويف مصلحتهم ؟ أم أنّنا نستخدمه من باب التسلّط والترهيب ؟ أم من أجل إرضاء غرورنا بأن أطفالنا يهابوننا أو يخافوننا ؟

✻ حتى لا يصبح أسلوب التخويف.. غاية لا وسيلة:

نستطيع أن نوّكّد أن استخدام أسلوب التخويف كمبدأ تربوي لا يجب أن يستحيل إلي غاية أو هدف، بل الأفضل أن ندرك كآباءٍ ومُعَلِّمين.. أنّ التخويف هو وسيلة ضمن وسائل عديدة لتهديب الأطفال وتهيئتهم لمراعاة الآداب السلوكيّة والخُلقيّة المرغوب فيها، ولنذكر دائماً أن استخدام مثل هذا الأسلوب بدرجةٍ واحدةٍ تجاه الأطفال دون مراعاة الفروق

الفردية من حيث شخصياتهم وحساسيتهم يجعل الأمر جد خطير، فلكلّ طفل رد فعل مُعيّن كاستجابة للمثير الواحد.

ونحن في هذا الصدد نحذر من أن يضع الآباء والمُربّون نصب أعينهم مبدأً تربوياً صارماً يقومون بتنفيذه دون أي اعتبار، فيتجدون من كلّ العواطف الإنسانية، وتتجمّد بصائرهم عند رؤية بعينها الآ وهي إيقاع الخوف في نفوس الأطفال فحسب.

ونؤكد أن استخدام الأسلوب الديمقراطي في التربية بشيء من الحزم المتعقل، والرؤيا الثاقبة، إنما يُرَجَّح كفة الشجاعة الأديبة لدي الأطفال، ويجعلهم يعبرون دونما خوف عن كلّ ما يضايقهم أو يؤزقهم. كما أن تطبيق مبدأ الديكتاتورية علي الأطفال إنما من شأنه أن يغتال روح الشجاعة والجسارة والإقدام فتستحيل شخصياتهم إلي شخصياتٍ تتصف بالجبين والضعف والتفكك، ومن ثمّ يركنون إمّا إلي التواكل والخنوع والسلبية، أو يجنحون إلي التعويض اللأسوي بالعدوان والعنف والشجار، وهو ما يؤدي في النهاية إلي تصدع شخصياتهم وإصابتها بعلال خطيرة قد يصعب الشفاء منها.

❁ النتائج السلبية لأسلوب التخويف:

◆ النتيجة الأولى: طاعة هشّة عمياء:

كثيرٌ من الآباء والمُربّين ينظرون بعين الاعتبار إلي نتائج التخويف التي قد تؤتي بثمارها علي المسارين الأخلاقي والسلوكي، متجاهلين الآثار النفسية المتردية التي قد تلحق بأطفالنا من جرّاء أتباع هذا الأسلوب، فالطفل - في أغلب الأحوال - يكون قد فقد شجاعته واعتماده علي نفسه، بحيث يصبح في حاجة دائمة إلي مَنْ يرسم له خطط المستقبل، أو بمعنى آخر يبتهج الكبار بما حققوه من نجاح مؤقت بإتباعهم أسلوب التخويف دون أن يعلموا أنّهم بهذا إنما قضاوا علي شخصيات أطفالهم فصارت طاعتهم الظاهرية، إنما هي مُجرّد طاعة هشّة عمياء آيلة للسقوط بين لحظةٍ وأخرى، وهذا يتعارض بالطبع مع ما نطمح فيه من تحقيق أفضل صحّة نفسية لأطفالنا، لأنّه ليس من المعقول أو المقبول أن يصير الطفل آلة طيعة في يد الكبار، أو دمية يُحرّكها الآباء كيفما شاءوا، بحيث يطيع كلّ ما يؤمر به علي طول الخط، دون أن يكون له الحق في مُجرّد الاعتراض أو حتى إبداء الرأي.

ومن الملاحظ أن الطفل الذي ينشأ في ظل تربية تعتمد علي الطاعة العمياء لا يشعر بأي مشكلة في المدرسة مع مُعلم يتبع أساليب التربية الديكتاتورية أو القمعية، حيث يفرض عليه أساليب العمل ووسائل تنفيذها. وهكذا.. يصبح الطفل خاضعاً خضوعاً أعمى لأوامر وتعليمات الكبار، يعمل كالآلة الصماء، فاقد القدرة علي التفكير الحرّ، وهو ما تتأني عنه أساليب التربية الحديثة بشكل جذري.

♦ النتيجة الثانية: نظام شكلي ممقوت :

من المفاهيم السائدة في التربية مفهوم « الانضباط » Discipline، والانضباط أو النظام في ظل التخويف المستمر يعني هدوء الأطفال وسكونهم وكمونهم، علي أن تكون حركاتهم أو أقوالهم بإذن من الوالدين أو المُعلِّمين، وبهذا نكون قد ارتضينا نظاماً شكلياً ظاهرياً، دون الاهتمام بما ينطوي عليه هذا النظام من مخاطر نفسية وخيمة العواقب. ونتساءل: ليس في هذا النظام أو الانضباط تجميد لحركة الأطفال، وتقيد لحريتهم؟ وهل يمكننا أن نتجاهل تلقائية الأطفال وعفويتهم، بالفعل أو الحركة، ما داموا ملتزمين بالقواعد والأصول المعمول بها؟

نحن لا نجد غضاضة في أن يُعَبَّرَ الطفل عن استيائه أو غضبه أو تذمره، لأنَّ هذه الظواهر إنما هي ظواهر طبيعية وسوية.

وقد ثبت بالتجربة في مجال علم النفس الاجتماعي أنَّ سلوك الأطفال الذي يدل علي التذمر والاستياء كان أقل في ظل قيادة تتمتع بالحرية والديمقراطية، علي العكس من ذلك فقد كان سلوك الأطفال الذي يدل علي التذمر والاستياء وعدم الارتياح دائماً ومستمرأ في ظل قيادة بكتاتورية أو علي النقيض قيادة فوضوية.

ونحن نحذر الآباء والمُعلِّمين بعدم الانخداع بمظاهر الهدوء والسكينة والانصياع التي تبدو علي الأطفال من جرأ التخويف الدائم والمستمر، لأنَّ هذا السلوك لا يعني دوما الرضا عن الجماعة سواء في الأسرة أو المدرسة، أو أنه تعبير عن التكيف الانفعالي والاجتماعي، بل العكس فهو ليس مؤشراً علي الصحة النفسية، ولذا نجد عند بعض هؤلاء الأطفال الهادئين استعدادات لتفجرات انفعالية في بعض المواقف.

✽ نصائح وتوجيهات عامة :

* أن يُدرك الآباء أو الأمهات أنَّ الحُبَّ الذي يُمنح للطفل هو السبيل الوحيد الذي يحصنه من الخوف والاضطرابات النفسية، فالطفل في حاجة دائمة إلي الحُبَّ والحنان والرعاية.

* لما كان الخوف سلوكاً متعلماً، وهناك ارتباط كبير بين مخاوف الأطفال ووالديهم، لذا يتحتم علي الوالدين أن يتحليا بروح الاطمئنان والهدوء، وألاً يفزعا ولا يجزعا أمام أطفالهما حتى لا ينتقل هذا الخوف أو الفزع إليهم.

* أن نوضح لأطفالنا أنَّ الامتحانات المدرسية، ما هي إلا تقييم لعملٍ جادٍ ومتواصلٍ علي مدار العام، وأنها وسيلة وليست غاية - كما يُعتقد - وذلك لإظهار جوانب التفوق والنبوغ، كما أنها وسيلة لاكتشاف نواحي القصور لتلافيها مستقبلاً، وأنَّ الخوف من الفشل أو الرسوب فيها لن ينال إلا أولئك الأطفال المهملين الذين لا يؤدون واجباتهم علي أحسن وجه، وممَّا يساعد علي ذلك هدوء الآباء الانفعالي وبالأخص في أيام الامتحانات، والابتعاد

عن الشحن المعنوي المُبالغ فيه، وعلى المُعلِّمين عدم تخويف الأطفال من الامتحانات كأن يلوحوا لهم بصعوبتها أو تعقيدها ومن ثمَّ حتمية الرسوب فيها.

* رفض أسلوب التخويف إذا كنا قد عقدنا العزم علي استخدامه دون ضابط أو رابط، ولندرك أن التخويف المبالغ فيه من شأنه أن يمحو شخصيات الأطفال، فقد يلتزمون به ظاهرياً ولكن يبقي بداخلهم رغبة مُلحّة في التحرُّر منه حتى بتلك الأساليب اللّاشعورية كالانسحاب والانطواء والسلبية، أو التسلُّط والعنف والعدوان.

* ألاّ يستخدم أسلوب التخويف من أجل إرهاب الأطفال وقسرهم علي إتباع أنماط سلوكية مُعيّنة، بل يجب أن يستخدم في حدود بعينها حسب أنماط شخصياتهم، ودرجة حساسيتهم، وإذعانهم لتقبُّل النصائح والإرشادات.

* أن نعطي للأطفال تفسيرات مقبولة لكلِّ الوقائع والأحداث التي يرونها غريبة، وأن نجيب علي أسئلتهم التي قد تكون بدافع الخوف بكلِّ هدوء حتى نعيد إليهم ما يفتقدونه من طمأنينة وأمان.

* ألاّ يسخر الوالدان من الأطفال إذا عبروا عن خوفهم من أحد الأشياء أو الأشخاص، بل يجب أن نقف بجانبهم ونطمئنهم حتى يذهب عنهم الخوف ويتلاشي، فما يُخيف الأطفال لا يُخيف الكبار بالقطع.

* عدم قصّ القصص المخيفة للأطفال سواء بقصد التسلية أو بقصد إخافتهم، وبالأخص عندما تعتمد بعض الأمهات لتخويف أبنائهن لإجبارهم علي الطاعة، أو لكي يذهبوا إلي الفراش ليناموا فتنتابهم الأحلام المزعجة والكوابيس التي تؤرقهم.

* عدم الالتجاء إلي الأسلوب الديكتاتوري سواء في البيت أو المدرسة الذي يقوم علي الاستبداد والنظر إلي الأفراد علي أنهم آلات صماء، وفرض النظم الجامدة التي تقتل الحرّية، وتجبر أفرادها علي الطاعة العمياء دون إبداء الرأي، حتى لا يشب الأطفال وقد تسربت إلي تصرّفاتهم وسلوكياتهم روح الجبن والخنوع.

* العمل بالأساليب الديمقراطية في بيوتنا ومدارسنا التي تقدر قيمة كلِّ فرد، وتعمل علي تنميته جسمياً وعقلياً ووجدانياً، وتمنح لكلِّ فرد حرّية التفكير والتعبير في حدود مصلحته ومصلحة الجماعة، عندها يشب الأطفال وقد نرجوا علي النشاط والحركة والحيوية والإيجابية والنقد الذاتي والتفكير العلمي، فنقضي بذلك علي الخوف والرهبنة.