

الفصل الأول

الطفل، والاضطرابات النفسية

القلق وطفلك :-

لعلك تعجبين: أهنالك طفلٌ يقلق؟، نعم.. كثيرٌ من الأطفال يشعر بالقلق، ولكن تتعدد أشكال القلق عند الطفل وتظهر في صورة اضطرابات سلوكية متعددة، وأثبتت الدراسات الحديثة أن ما كان يُفسَّر بـ(عصبية - عدوان - انعزال - تهتة في الكلام - تخلف في الدراسة - القرص بالأظفار - مص الإصبع - وعضه - وشد الشعر - وتصرفات سلبية كثيرة)، وتصرفات أخرى تنتج عن الطفل، تعتبر - في الحقيقة - (قلقًا)، وقد تتسائلين - باستغراب - ما هو هم الحياة الذي يقلقه، وهو مازال صغيرًا لا يفقه شيئًا، لا أظن إلا أنه عصبي؟! ولكن «لا وجود للطفل العصبي»، هذا ما أكدته الدراسات النفسية، وسوف أقدم لك تفسيرًا لاضطرابات سلوكية لدى الأطفال، هي - في الحقيقة - نوع من القلق الواجب علينا وعليك - بالأخص - مراقبته والتصدي له كما يجب :-

أولاً: تهتة الطفل نوع من القلق:

التهتة عند الطفل إن لم تكن بسبب عضوي فهي ليست مرضًا نفسيًا، بل هي ناتجة عن نوع من القلق الخفي، فالطفل يعاني من القلق الاجتماعي الشديد، ومحروم من التفاعل الجيد مع زملائه أو مُدرِّسه، ودائمًا ما يتعثّر في غرفته، وإذا تفاعل معك في الحوار يُتَهتِه في حالة انفعاله، وإذا دَقَّقْتَ النظر في طفلك شعر بالخفقان والغصّة، وازداد تنفسه، وجفّ لعابُه، وشحَبَ وجهُه، وخَفَّتْ صَوْتُه، فيتسبب ذلك كله في صعوبة حديثه واللجاجة في كلامه، بالإضافة إلى أنه يُحاولُ الخروج من هذه الورطة فينتج عنه ضعف مهارة الاتصال الاجتماعي. وفي حالة سؤاله: في ماذا كنت تفكر في ذلك الوقت؟ تجددين أنه كان يتكلم مع نفسه بصوتٍ خافتٍ غير مسموع، إنه طفلٌ فاشل عاجز، وسيفشل فشلًا ذريعًا إن لم يُخرج مما هو فيه.

العلاج :-

سوف تتعجبين إن قلت لك: أنك سببٌ من أسباب هذه المشكلة، فقلقك الزائد وتوترك لا يزيد مهمة علاجه إلا عسرًا، وينعكس ذلك على طفلك بشكل سلبي، فحاولي أن تتحكمي في انفعالاتك.

وفي هذا الشأن يقول (سبوك SPOCK): «إذا رأيت أنك تحمل الطفل على أن يتحدث أكثر مما ينبغي فأقلع عن ذلك؛ لأنك تحمله عبثًا ثقيلًا على نفسه، وحاول أن تستبدل الكلام معه بفعل بعض الأشياء أمامه بدلًا من التحدث عنها». إذن فالمسألة تزداد تعقيدًا إذا أكثرنا الحديث مع الطفل، ولكن العمل في صمت هو سبيل النجاح.

والآن نبدأ الخطة العلاجية باتباع هذه النقاط بإتقان:

١- لا بد من تعليمه أساليب جديدة لضبط انفعاله من خلال تدريبيه على الاسترخاء العضلي، وتدريبه على حرية الحركة والانطلاق.

٢- تعديل طريقة تفكيره نحو نفسه التي يشعر أنها تتسم بالنقص ويُتوقع منها دائمًا الفشل والهروب من المشكلات.

٣- خلق موضوعات للحوار. أنت تعلمين ما يحبه طفلك فتكلمي عنه، وافتحي موضوعات متعلقة بألعابه مثلًا.

٤- توجيه الأسئلة كهدف من أهداف تعديل طرق التعامل الاجتماعي، ومواجهة جوانب القصور في المهارات الاجتماعية.

قد تكون الحالة أكثر تعقيدًا بأن تكون هناك تشوهات في الجهاز الصوتي أو يكون الطفل مقلدًا لأحد البالغين المحيطين به، أو كان ذلك يرجع لأسباب عقلية - مثلًا - تحتاج إلى ضعف المجهود الذي تبذله الأم، مع المساندة من قبل طبيب نفسي.

ثانيًا: يعتدي الطفل على غيره دون سبب (هو - أيضًا - قلق):

نادرًا ما يعتدي الطفل على غيره دون سبب، وفي هذه الحالة يكون لزامًا عليك أن تُراقبي طفلك جيدًا، فمن الممكن أن يكون عنده صعوبة في التعبير عن نفسه، وبالتالي سوف يستولي عليه القلق ليظهر بصورة عدائية للآخرين، فيلجأ إلى ضرب غيره من الأشخاص المحيطين به، وسوف نتحدث عن الغيرة باستفاضة في الفصول القادمة.

العلاج:-

اشرحي له كيف يستطيع التعبير عن نفسه وعززي ثقته بنفسه إذا كانت تشيره الغيرة، وبيئي له كيف أنه يستطيع أن يظهر نفسه بطريقة سليمة بعيداً عن العدوانية، واشرحي له أن إثارة الانتباه قد تكون بالسلوك الحميد، ولا تبتشي في وجهه إن اعتدى على أصحابه.

ثالثاً: ظاهرة قضم الأظفار، والقلق



إذا جاز لنا القول بأن مصّ الإصبع يمثل اضطراباً سلوكياً استسلاًمياً؛ فإن قضم وعضّ الأظفار يعتبر سلوكاً عدوانياً تدميراً، وإذا كانت السّمة الأساسية لدى الأطفال الذين يمضّون أصابعهم هي الهدوء والانعزال والتبلّد، فإن ما

يُعبأ على الأطفال الذين يقضمون أظفارهم ويعضّون أصابعهم هو النشاط الزائد والثورة الداخلية، وهنا يظهر نوع القلق الذي يُعانيه طفلك وينعكس على قضم أظفاره وعضّ يده وعضّ يد أفرانه أيضاً.

ويقول (مونتين): «إن مصّ الإصبع، وحكّ الأنف، وعضّ الشفتين، وقضم الأظفار: هي مظاهر انفعالية يُعربُّ بها الطفل عن قلقه، وإذا دام هذا القلق لفترةٍ طويلةٍ تحوّلت هذه الحركات إلى انفعالات عصبية».

العلاج:-

لابد من توجيه طاقة الطفل إلى مجالات إيجابية كالانشغال بأعمال مناسبة أو التلهي بلعبة رياضية تنفد طاقته، وغالباً ما يكون هذا مراعاة لحين اختفاء هذه العادة.

ولعل أحدث الاقتراحات العلاجية هو الطلب من الطفل أن يقوم بعضّ إصبعه أو قضم أظفاره (حين يكفّ عن فعل ذلك)، فهذه الطريقة يتدرب الطفل على إدراك هذه الحركات، وبالتالي التحكّم فيها، فتتحول إلى حركات إرادية يمكن للطفل التحكم فيها.

فإن لم تختفِ فلا بد من معرفة سبب هذا السلوك: إن كان غيرة من مولودٍ جديد، أو اضطراب نفسي، فعليك تتبعه وعلاجه، وهناك طرقٌ علاجيةٌ قديمة - وإن كنت لا أحببها وهي طلاء أظفاره بطلاءٍ مُر (صَبَّارٌ مثلاً) كي يعرض عن هذه العادة، ولكن من الممكن أن تكون النتيجة عكسيّة.



رابعاً: ظاهرة مصّ الإصبع:

يعتبر (رانك OTTORANK):

«أن عملية مصّ الإصبع هي بمثابة عودة إلى المرحلة الفموية، ورفض تحطّي هذه المرحلة الطفوليّة»، هذا رأيه، وإن كان رأي كثير من علماء النفس: أنه نوعٌ من القلق الذي يظهر

بمصّ الإصبع كما قال (مونتين)، فكثير من الأمهات قد تواجهن هذه العادة بقلق شديد، وخصوصاً إذا ظهرت على الولد أكثر من البنت؛ لأنها ضد الرجولة المرجوة، بل إن الأم تنقل إلى طفلها هذا القلق البالغ، فيزداد تشبُّهه بهذه العادة السيئة التي تعطيه إشباعاً نفسياً مؤقتاً، ويمكننا القول بأن الطفل إما أنه يُعبّر عن مشاعر قلق أو أنه اعتاد عليها لعدم توفير الأم الإشباع المناسب له منذ الطفولة.

ويأتي العلاج:-

لابد من الإخبار المتكرر له بسوء هذه العادة، وإخراج إصبعه من فمه كلما فعل ذلك، إضافة إلى إشراك الطفل في كثير من الأنشطة، وتوجيه الاهتمام له، وتلبية احتياجاته.



التفاهم والحب خيرٌ من العقاب بطلاء أصابعه بهادة مُرّة أو حارقة كالشطة مثلاً، فالطفل مخلوق رقيق، فلا بد أن تتعاملِي معه بحسب فهمه.

خامساً: لا يجلس على مائدة الطعام بشكلٍ ثابت وتزداد مطالبه أمام الضيوف:

هو (قلق) ويظهر نوع آخر من الاضطراب السلوكي، وهو أنه يظل يروح ويجيء متناولاً الطعام، ويغيب ليعود مجدّداً، فعليك أن تكوني حازمةً بعض الشيء، فتأمريه أن يظل جالساً إلى أن ينتهي ما في طبقه، ولنجاح الخطة قلّي له طعامه في طبقه في اليوم الأول وهكذا تدريجياً، وقد تزداد مطالبه أمام الضيوف بشكلٍ مُخرج.. في هذه الحالة أحضريه قبل الخروج وأعلميه ألا يكون مُلحاً في طلبه أمام الضيوف، وكافئيه إذا تجاوب ليُحسّ أنه قد أحسن التصرف، وفي بادئ الأمر انبيه عن البقاء طويلاً مع الضيوف، وشدّدي عليه من دون معاقبة. وأخيراً بعدما تعرفتِ معي على أنواع القلق التي قد تعتري طفلك في شكل اضطراب سلوكي يجب أن أوصيك أن تتحدّثي إلى طفلك كثيراً، فيخرج كلّ ما يقلقه أولاً بأول، أو يرسم لك كلّ ما يُخَطّر بباله، فإن ذلك مدعاة لتخفيف قلقه وبعض مخاوفه عنه.

بعض المشكلات التي تحدث للطفل، ويحتاج معها المتابعة الأم:
التبول ال (لا إرادي)

هنا لا بد أن نَقِفَ على نوعين من هذه المشكلات:

- **الأوّل:** في سؤال كيف أعود طفلي الرضيع على ضبط متانتِهِ عند إرادة التبول، وألا يُبلّل ملابسه؟
- **والثانية:** طفلي يبلغ خمس أو ست سنين، وما زال يتبول تبولاً لا إرادياً، وخاصة في أثناء نومه، فما الحل؟

بالطبع وضح الفرق بين السوّالين؛ فالأوّل: طبيعي، والثاني: مرضي، وغير طبيعي،

ولكن سوف أتبع معك علاج الاثنين.

- **أوّلاً:** الطفل قبل ثلاث سنوات:

عندما يبلغ الطفل عامه الثاني أو الثالث فإنه يُصبح قادرًا على ضبط مثانته، ويمكن أن يخاف على نفسه من البلل إلا أنه يحتاج إلى تدريب بسيط بعض الشيء، ومدة التدريب تتراوح بين أسبوعين وثلاثة على الأكثر.

■ التدريب:

١- اشترِ له الهدايا البسيطة (مأكولات - مشروبات - مكعبات - لعب بسيطة وليست مكلفة)، وكلّ مرة يدخل فيها الحمام نعطيه هديةً يختارها هو نفسه، ولا تنسى بعض العبارات الجميلة التي تُساعده على ذلك.

٢- قلّي من السوائل، وأدخله الحمام أكثر من مرة قبل النوم، واعلمي أن الطفل عندما يشعر بالبرد يستدعي تبوله إثارة المثانة لإفراغ ما بداخلها.

٣- في الأيام التي يُبلّل الطفل فيها نفسه لا تُظهري غضبك ولا تؤنّبيه، بل استمرّي في مدحه، ولا تنظري لنصف الكوب الفارغ، وإياك من التوبيخ والتعنيف؛ فقد يأتي بنتيجة عكسية، بل عليك بعبارات تحفيزية مثل (برافو - شاطر - ليس هناك من مشكلة - لا تغضب، المرة القادمة سوف تنجح)، وحضنك الذي يعطيه الأمان لا تحرميه منه.

■ ثانيًا: - الطفل بعد الثلاث سنوات:

التبول ال(لا إرادي) بعد ثلاث سنوات، وهنا تكمن المشكلة بالفعل التي تعاني منها كثير من الأمهات ولا يجدن لها حلًا، فتصاب الأم بالإحباط والأسف وعدم الرضا لما يحدث لطفلها دون إخوته أو أقرانه، وتحجل من مجرد طرح المشكلة أمام الآخرين.

من الممكن أن يكون بصورة عارضة لبعض الأطفال نتيجة تناول كميات كبيرة من العصائر والسوائل وعدم تفريغ المثانة قبل النوم، أو إصابة الطفل بالبرد أو التهاب الكلى وتجري البول أو بسبب زيادة درجة حموضة البول بدرجة كبيرة.

بداية العلاج:-

في هذا الأمر نسلك مسلكين:

■ المسلك الأول:- لا بد من الفحص الطبي الشامل لتلافي حدث تشوهات خلقية في المثانة أو المسالك البولية، والتأكد من أنه ليس لديه أي أمراض عضوية تؤدي إلى تبوّله الليلي، وهناك بحث أجرته الولايات المتحدة الأمريكية تبين فيه أن ١٩٪ من أطفال السنة الخامسة والسادسة من العمر لديهم تبول (لا إرادي) كما أن هذا النوع من الاضطراب النفسي يولد مشاكل نفسية؛ مثل العزلة والاكئاب والحجل والنفور من العالم الخارجي.

ويؤكد علماء النفس أن التبول (لا إرادي) عرض لمرض نفسي وليس مرضاً نفسياً وليس مرضاً في حد ذاته، فلا بد من تكاتف الوالدين لمعرفة المرض الخفي لدى الطفل، ومن الممكن أن يكون الخوف الشديد من وقوع الأذى على الطفل من والديه سبباً لذلك، وقد تكون الغيرة من أسباب التبول كأن يوجد أخ جديد له يتبول ويحظى باهتمام والديه رغم ذلك فيفعل مثله لينال اهتمامهم.

العلاج:-

■ أولاً التهيئة، وتدعيم الثقة بالنفس.

من خلال الحوار؛ مبادلة الأحاديث الودية والعبارة، وتنمية المهارات الاجتماعية لديه وتشجيع المريض على التفاعل الاجتماعي الجيد مع أفراد أسرته أولاً ثم مدرسته لتفادي مشكلات كثيرة؛ مثل الانعزال عن الناس، والشعور بالنقص، إلى جانب النفور من المدرسة، والقلق الذي يظهر بأشكاله التي تعرفنا عليها من قبل.

■ ثانياً:- التدريب السلوكي للتغلب على التبول (لا إرادي)، وذلك من خلال عمل

الآتي:

- ١- تعليق جدول بجانب السرير وبه أيام الأسبوع.
- ٢- شراء الهدايا واللعب المحببة للطفل.
- ٣- تطلب الأم من طفلها بعبارات بسيطة تحفزه على الخروج من هذه المشكلة بأن تقول له: (دعني أساعدك كي تتخلص من هذه المشكلة، فتعاونُ معي بأن تُبقي ملابسك نظيفة ورائحتها طيبة، فإنك إن فعلت ذلك وضعت نجمة في جدولك في الصباح، وتختار الهدية التي ترغب فيها).
- ٤- إذا استمر الطفل في المحافظة على ملابسه طوال الأسبوع بنسبة ٨٠٪ فلا بد من مكافئته بالذهاب إلى الملاهي أو السينما... إلخ.
- ٥- مدح الطفل أمام الآخرين للتخفيف من مخاوفه من الفشل، وإذا أخطأ في إحدى الليالي تتعامل الأم معه بهدوء وتروء وابتسام يعيد إليه الأمل، وتُشجعه بلا توقف.
- ٦- تطلب الأم من الطفل غسل ملابسه المبتلة ليتعلم بأسلوبٍ رقيق ضبط تبوله والتحكم في إرادته.
- ٧- البعد عن شرب السوائل قبل النوم، وأيضا أمره بالذهاب إلى الحمام مرة أو أكثر، بالإضافة إلى تدفئته من البرد. وقد يستغرق الأمر أكثر من أسبوعين فلا بد من الصبر واستمرار مدح الأسرة له.

الغيرة عند الأطفال؛

الغيرة ظاهرة معروفة مُتصلة بعاطفة الحب، ومن الطبيعي أن تظهر الغيرة من حين لآخر، ولكن ظهورها بصورة مستمرة يؤدي إلى التأثير على سلوك الطفل وتصرفاته، والسبب أولاً وأخيراً يرجع إلى الأم والأب، وذلك بسبب الإهمال الشديد لطفل ماء، أو التذليل الزائد للطفل قبل وجود أخيه الجديد وانقطاع ذلك بعد ولادته، ولكن اعلمي أن

الغيرة من الأسباب الرئيسية لظهور أمور في غاية الخطورة؛ كالعدوانية، والانطواء وأنواع من الاضطراب السلوكي وغيرها من الأمراض النفسية.

أسباب الغيرة:

١ - ولادة أطفال جدد دون التمهيد للطفل الأول: فيؤدي ذلك إلى ظهور عاطفة الغيرة لدى الطفل الأكبر، وهذا يكون راجعاً إلى أن الطفل الأكبر كان مستأثراً بالحب والحنان واهتمام الأبوين، وفجأة يجد حبَّ وحنان الأبوين واهتمامهما قد انقسم بينه وبين أخيه، بل قد يتعرض لبعض الإهمال خاصة من جانب الأم لانشغالها التام بالمولود الجديد.

٢ - معاملة الأطفال: نظراً لأن كل طفل له طباع ومميزات تجعله يختلف عن الآخر، وهذا يؤدي إلى معاملة كل طفل بطريقة، فتشيد الأم بطفل دون الآخر نظراً لسلوكه وأفعاله المُلفتة للنظر، التي تتماشى مع شخصيته وحاجته، فقد يشعر الطفل بالسرور إذا عومل على أنه فرد كبير وقد لا يستجيب طفل آخر لهذه المعاملة، ويحتاج إلى التدليل ولذلك تصعب مماثلة المعاملة للأطفال، وخاصة أن كل سن يتطلب معاملة خاصة.

٣ - معاملة الغرباء: تؤدي إلى إثارة عاطفة الغيرة لدى أطفالك إذا بدأوا بمدح أحد الأبناء دون الآخر فيجب على الأم مراعاة هذه المواقف؛ إذ لا بد من مدح كل ما يميز الطفل الآخر، وبذلك نتلافى الضرر النفسي الذي قد يحدث للطفل الآخر.

٤ - مدح الأم لطفل من أجل التنافس: قد تمتدح الأم أحد أطفالها لإثارة روح التنافس بين أطفالها فتتولد الغيرة لدى الطفل الآخر الذي ليس لديه القدرة على القيام بمهام الأخ الآخر، فتظهر غيرته من أخيه.

٥- الشعور بالفردية: قد يكون الطفل تعود على أن يكون له ملكيته الخاصة لفترة طويلة، فهذا يؤدي إلى الشعور بالفردية، وعدم التعود على مشاركة الآخرين في أغراضه، لذلك يجب تعويد الطفل على الألعاب المشتركة بين الآخرين وتقاسم الألعاب.

٦- وجود طفل في بيئة فقيرة، وأصحابه في بيئة مرفهة: تتولد الغيرة الطبقية، فالطفل يشعر بأنه محروم خلاف الطفل الآخر.

العلاج:-

١- تهيئة الطفل لقدم مولود جديد، وترك الطفل الجديد معه لإشعاره بحاجة أخيه إلى الرعاية.

٢- إذا كان طفلك سوف يذهب إلى الحضّانة فلا بد من ذهابه قبل مجيء الطفل الجديد وليس بعده؛ ليكون الوضع طبيعياً بالنسبة له.

٣- المساواة بين الأطفال في كل شيء؛ (الحب، الحنان، العقاب، العطاء)، فقد قال رسول الله ﷺ: (ساووا بين أبنائكم في العطية) رواه الطبراني.

٤- إذا كانت كل هذه العوامل تثير الغيرة لدى طفلك فعليك تجنبها وعدم إهمال شعور طفلك، ولا بد من المساواة بين أطفالك، وإن لم تفعل فإن طفلك الذي أهملته سيعتقد أنه فشل في الحصول على الرعاية والحب مثل أخيه، ويكون ذلك سبباً رئيسياً في اضطرابات نفسية حيث يؤدي إلى العدوانية، فتجديده يثور لأقل سبب، والغيرة انفعال معقد يأخذ أكثر من صورة كالغضب، وفقد الشهية، وشدة الحساسية، واضطرابات النوم، والتبول اللاإرادي، وغيره، فأرجو أن تراعي كل هذا.

داء السرقة عند الطفل:-

▪ تصرخ الأم: ابني يسرق!، ابني حرام!

كلمة كبيرة على طفل مازال في طفولته المبكرة لا يعلم معنى هذه الكلمات المجردة، التي تلازمه على مدى طويل من فترات حياته المقبلة، وحتى يصدق أنه بالفعل حرام فليس أمامه إلا السرقة المرضية. تقول الأم: يضعني طفلي في موقفٍ شديد الإحراج عندما يخفي بين طيات ملابسه لعبة أو غرضًا ما يخص أطفالًا آخرين، وذلك خلال زيارته لبعض الأقارب والجيران، وأحيانًا «السوبر ماركت» رغم امتلاكه الكثير من الألعاب، وهنا نسأل الأم عن سنه ونتساءل: متى يكون هذا التصرف نذيرًا بالإصابة بداء السرقة؟، ويوجب على هذا التساؤل لفيفٌ من أساتذة علم النفس، وقسموا هذا الاضطراب لتسمين:-

١- الأطفال قبل سن المدرسة.

٢- الأطفال بعد سن المدرسة.

▪ أولًا:- الأطفال قبل سن المدرسة وداء السرقة

تعتبر السرقة لدى الأطفال قبل سن المدرسة سلوكًا طبيعيًا نظرًا لطبيعة الطفل في هذه السن؛ فيمتاز الطفل بحب التملك والأناية؛ لعدم إدراكه ما يخصه وما يخص الآخرين؛ لأنّ معايير الملكية تكون غير واضحة لديه بصورة لا يدركها جيدًا؛ بمعنى أبسط هو يعتقد أن كل شيء يُمسكه فقد أصبح بالفعل ملكه، وليس للآخرين حقُّ فيه، فهذا بالطبع تصرف طبيعي لهذه السن، فلا تقلقي... ولكن عليك التوجيه فقط دون العقاب المؤذي أو التوبيخ الجارح أمام الأسرة.

في مقابل هذا التصرف العفوي عليك - أيتها الأم الحنونة - توجيه طفلك بشيء من الحزم أن يرد الأشياء لأصحابها، وأن يقوم بالاعتذار لهم، وقولي له: إذا تكرر هذا الفعل

فلسوف أغضب منك، ولن أشتري لك هذه اللعبة، لكن إن انتهيت فإني أعدك أن أشتريها لك إذا سمحت الظروفُ في القريب. فبذلك تتضح الصورة أمام الطفل بقبح هذا التصرف، كما يمكنك الاستعانة ببعض القصص التي تشير للسارق وتشينه وتمدح الأمين؛ وذلك لتعزيز مفهوم الأمانة والإشارة إلى نبل أخلاق صاحبها.

ثم أوضحني له أن هذا يغضب الله ورسوله الذي قال ﷺ: (أكرموا أولادكم وأحسنوا أدبهم) فلا بد أن يتربى طفلك وعنده روح المراقبة لله ﷻ في تصرفاته وأحواله، فيتعلم الإخلاص لله رب العالمين في كل شيء.

■ ثانياً: - السرقة بعد دخول الطفل للمدرسة:

وصل الطفل للمدرسة وما زال يسرق أغراض أقرانه وأصدقائه في المدرسة أيضًا، بل أصبح يتفنن في إخفائها، وتعلم سلوكًا سلبياً آخر وهو الكذب، فإذا سئل عما أخذ ينكر!! قدر إشفاعي عليك كقدر تحفيزي لك لأن تقفي إلى جانب طفلك للتخلص من هذه العادة السيئة فيتحتم سرعة تصدي الوالدين لهذا التصرف الشاذ بشكل مدروس نظرًا لخطورة الأمر والوقوف أمام الأسباب المسؤولة، فما هي هذه الأسباب التي دفعت الطفل لداء السرقة؟

■ أسباب داء السرقة لدى الطفل: -

- ١- شعور الطفل بالحرمان العاطفي أو المادي أو كليهما، فيسرق ليعوض حرمانه.
- ٢- عدم التنشئة في جو ديني صالح فيعتاد السرقة بشكل عفوي من الصغر، وغياب التقويم من قبل الوالدين.
- ٣- شعوره بالتوتر أو الاكتئاب أو الغيرة فيلجأ للسرقة بحثًا عن الراحة.
- ٤- التدليل الزائد، فيشعر الطفل أن كل شيء ملكه وليس للآخرين حق فيه.

- ٥- سيطرة أصدقاء السوء عليه؛ نتيجة وجوده في بيئة غير سوية.
 - ٦- تعرضه للعقاب القاسي من قبل الأهل عامة، والأم بوجه خاص.
 - ٧- شعوره بالنقص يدفعه إلى السرقة بهدف التباهي أمام أصدقائه بفعله البطولي.
- خطة العلاج:-**

بداية مَهْمًا كان الدافع للسرقة لأبد من معاملة الطفل بهدوء على أنه شخص سوي، وإياك والتوبيخ والضرب فذلك كله يجعله يصدق أنه بالفعل سارق فيسرق، ولابد من توفير بيئة سوية طبيعية تحميه من الوقوع في الخطأ.

- **أولاً:-** توفير الضروريات اللازمة له من طعام وملبس ومال، والأهم إشباع حاجاته من العطف والحنان والحب وإيجاد جو عائلي دافئ بعيداً عن المشاكل الزوجية، كل هذا يتيح مساحة كافية لتبادل الحوار السليم، واحترامك وجهة نظره يعزز من ثقته بنفسه واستقلاله برأيه، ومن المفيد أيضاً طرح موضوعات خاصة بالسرقة وطلب رأيه فيها لفهم السبب الداخلي له.
- **ثانياً:-** مساعدته في اختيار أصدقائه والتحري الخفي عنهم لمعرفة أخلاقهم، وإن كان أصدقاؤه غير مؤدبين فعليك توضيح الأمر له بهدوء، وإخباره أنه سوف يجني بسببهم المتاعب ومعاذرة الآخرين له لسوء اختياره.
- **ثالثاً:-** تدريبه على احترام ملكية الغير، والتفاعل مع سلوك السرقة بالحزم دون العقاب القاسي، أو التعمير بأنه سارق أمام الأسرة فيلتصق به داء السرقة، ويكون دافعاً له إلى السرقة أكثر، ويفقده احترام الذات.

وأخيراً لا بد أن تربوا في أبنائكم روح المراقبة لله ﷻ، وغرس الإيمان في قلوبهم فيتعلم الإخلاص لله رب العالمين، وقد قال الرسول الكريم ﷺ: (اعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك) صدق رسول الله ﷺ.

فلا بد من تعويده على مراقبة الله ليعلم ما يحبه الله وما يبغضه منذ نعومة أظفاره فقد قال رسول الله ﷺ (افتحوا على صبيانكم أول كلمة بلا إله إلا الله)، وقال أيضاً ﷺ: (علّموا أولادكم وأهلكم الخير وأدبوهم) صدق رسول الله ﷺ.

لهذا كان لزاماً على الأمهات أن تعلمن أبنائهن النتائج الوخيمة التي تنتج عن السرقة، ويصّر وهم بما أعدّ الله للمجرمين من مصير فادح وعذاب أليم.

وأسمع في أذني سؤال آخر منك: فإن فعلت هذا، ولم يُعرض عن السرقة فماذا أفعل؟.

وهنا يؤكد علماء النفس أنه إن لم يستجب الطفل للتقويم التربوي السابق وتمادى في السرقة يجب عرضه على طبيب نفسي؛ لأنه إذا ثبت أنه مُصابٌ بداء السرقة فإن الأمر قد يحتاج إلى علاج دوائي إلى جانب العلاج النفسي، فهذا يعتبر نوعاً من الوسواس أو قد يتعرض لجلسات علاج سلوكي بعد التعرف على السبب الخفي في داخله من قبل الطبيب.

الطفل كثير الأسباب والشغائم بشكل ناي:

ظاهرة موجودة ومُتوقّرة في المجتمعات ذات البيئة السيئة، والمقصود هنا باللغة النائية: هي الميل الذي يبديه بعض الأطفال إلى استخدام الألفاظ ذات المضمون الجنسي من أجل الإحراج أو التوبيخ والتقييح فيستخدمون هذه الألفاظ بوفرة.

اللغة طبع مكتسب، فإذا لُمنا فلا نلوم الطفل بل نلوم من أكسبوه هذه العادة. فأنا لا أُجرّم الطفل في هذا النوع من السلوك، ولكن الجرّم كل الجرّم يقع على البيئة السيئة التي رعى فيها هذا البائس، فلا بد من أن يتعلم آداب السلوك منذ نعومة أظفاره، وتعتبر آداب السلوك

علمًا قائمًا بذاته يجدرُ بالأهل أن يبادروا إلى تعليمه لأولادهم، مع غرس القيم الدينية السامية، وآداب وفنون «الإتيكيت» التي تجعل من طفلك فاكهة يشتبهها الآخرون، فإن تحدّث استخدم عبارات غايةً في الرقة والأدب بصوتٍ هادئ، ويحمد الآخرون أخلاقه، وإن سكت مدحوا أدبه، فيكون فخراً لوالديه ومثلاً يحتذى به باقي الأطفال. الأمر ليس بالمستحيل، ولكنه سهلٌ ممتنع، والخطأ واقع من جانب الأسرة. فما هي الأسباب التي تهوّل الحملّ الوديع إلى طفلٍ بذّيء اللسان قبيح التعبير؟

١- المشكلات الزوجية الكثيرة: فتفتح عيننا الطفل على الصوت العالي، وبذاءة الألفاظ في العراك داخل البيت.

٢- البيئة السيئة التي يتربى فيها: فتشكل سلوكه وطبيعته تصرفاته.

٣- الطفل المدلل الذي يُسمح له بإهانة الآخرين: بل يشعر في قرارة نفسه بفخري زائد.

٤- أصدقاء السوء: وإغفال دور الأهل في تقويم الطفل أوّلاً بأوّل.

- ولكن الطفل بالفعل ينبو بالألفاظ شاذةً فما الحل؟

- هل تطلبوا أن يكف عن هذه الألفاظ فقط؟!

■ ولكن أنا أطمع في أكثر من هذا، إنني أريد التهذيب، وأن تكون النتيجة كالآتي:-

١- عدم محادثة الأهل والأكبر سنًا بصوت عالٍ مستفزّ.

٢- الامتناع عن التلفظ بالألفاظ نابية وشتائمٍ بذئية.

٤- توجيه الشكر أو الاعتذار للآخر.

٥- الاستماع المهذب، وعدم مقاطعة حديث الآخر، واحترام الرأي الآخر.

▪ تلك هي أهدافي في تقويم الطفل فاسعي معي بجهد لتجني أجمل زهرة في حياتك

١- قومي وابدئي بنفسك، فأنت القدوة الصالحة والمعلم الأول لطفلك، واجعلي خلافاتك العائلية بعيدة عن الأسرة والأطفال، خصوصًا إذا كان أحد أفراد العائلة سببًا في دخول هذه الألفاظ السيئة منزلك.

٢- قُصِّي عليه بعض القصص التي تشوّه صورة النابي الألفاظ، وتجعله منبوذًا ومكروهًا لدى أصدقائه وجيرانه، أما الطفل المهذب فيحبه كل الأصدقاء، ويتمنون صحبته واللعب معه، فيجب أن يكون هو ذلك الشخص.

٣- بالنسبة للطفل المدلل فهو غير مسؤول عن نوعية التربية الخاطئة التي تلقاها من أهله؛ لذا يجب أن يتم التفاعل معه بأسلوب مختلف، والتحلي بالصبر والليونة، وذلك حتى يقلع عن هذه العادة السيئة.

٤- لا مانع من تنفيذ خطة محكمة؛ فيتم تدريبه بالتدرّج حتى تختفي هذه العادة من خلال الدعم المادي والمعنوي.

الدعم المادي يتمثل في مجموعة هدايا على مدار الأسبوع، وتسجيل عدد الكلمات البديئة كل يوم وإعطائه هدية في أقل يوم قال فيه هذه الكلمات، ومدحه إن تجنّبها في الحديث فيبدأ بالتحكم فيها واليوم الذي يقول فيه كلمة سيئة، كوني هادئة، وحذّريه من منعه عن الهدية في هذا اليوم، وفي نهاية الأسبوع قارني بينه الأسبوع الماضي والأسبوع الحالي، فإن كان الفرق كبيرًا فيمنح جائزة كبرى تقديريها أنت حسب مقدرتك المادية.

واعلمي أن العقاب المبرح لن يجدي، بل سوف يعقّد المشكلة ويولّد لك مشكلةً أخرى، وهي العناء، ونحن في غمّي عن اكتساب عادة سيئة جديدة.

وأخيراً فالسبب منتشر في محيط الأولاد المتخلفين عن هدي القرآن وتربية الإسلام، والسبب يعود إلى القدوة السيئة والصُّحبة الفاسدة، وقبل علماء النفس بقرون جاء المعلّم الأول رسول الله ﷺ حيث قال: (سبب المسلم فسوق، وقتاله كفر). رواه البخاري ومسلم. وقال أيضاً ﷺ: (ليس المؤمن بالطعان ولا اللعان ولا الفاحش ولا البذيء). رواه الترمذي وهو الذي قال أيضاً: (وهل يُكَبُّ الناس في النار على وجوههم إلا حصائد ألسنتهم). رواه أصحاب السنن وأحمد. صدقت يا رسول الله فمن ذا الذي يعلم هذا الكلام ثم يأتي بلفظ فاحش، فإن تربوا على أساس ديني صحيح أصبحت عندهم الملكة الفطرية والاستجابة الوجدانية لتقبل كل فضلية ومكرمة، والاعتقاد على كل خلقٍ فاضلٍ كريم.

حالة الطفل... الخجول المنعزل:-

إن الصِّحَّة النفسية للطفل تُقاس بمدى تفاعله الاجتماعي في محيط الأسرة أولاً وغير الأسرة، وقد تنزعجين أحياناً من كثرة مشاغبته مع الأكبر منه وطاقته التي لا تنفذ سواء في الحوار أو اللعب وغيره، ولكن ماذا إذا كان الأمر على العكس تماماً؟ وسمعتك تقولين: طفلي كثير الانعزال، والوحدة ملاذه الوحيد، فهو يترك اللعب مع أصدقائه ويتدمّر منهم دائماً، فهو يُفضّل الانعزال بدلاً من المواجهة فيشعر بالإحباط وخيبة الأمل، فطفلك يُعاني من اضطراب سلوكي متمثل في الخجل الشديد، فليس لديه أصدقاء، وبالتالي هو طفل غير طبيعي، حتى وإن كان حادّ الذكاء، فأحكام الناس في هذه السن تكون على مدى تفاعله الاجتماعي وقد تضعه في درجة أقل مما هو عليه، والخجل والعزلة يستحقان الجهود العلاجية منك ومن الأسرة خاصة بعدما يصبحان مصدرًا لإحباط الطفل وتعاسته.

العلاج:-

- أولاً:- لا بد من التعرف على نوع القلق الذي يعانيه طفلك، فإذا عرفنا سبب بُعْدِهِ عن الناس فسوف يُسهّل ذلك علينا المهمة.

▪ ثانيًا: - دار الحضانة سوف توفر عليك الكثير وخصوصًا إذا كانت على دراية بحالته؛ فسوف تضعه في عدة برامج غرضها المشاركة من خلال الألعاب الجماعية والقصص الحوارية الممثلة، والتشجيع له إن تحدث وتوجيه الأسئلة له وتشجيعه على اللعب، ومراقبته وقت اجتماعه مع الأطفال لمعرفة مدى تفاعله معهم، ولنصل إلى هذه النتيجة لا بد من:-

- ١- تعلم فنون الحوار وتبادل الحديث الودي والعابر.
- ٢- إلغاء الأسئلة العابرة والمكثفة والمتابعة ليتعلم سرعة الرد.
- ٣- أن يُعلّق على ما يسمع بحرية تامة.
- ٤- الاحتكاك البصري الملائم، فلا بد من أن يكون طفلك نصب عينيك، وأن يخشى النظر إليك حين يتحدث لتتخلص من حدة الخجل.
- ٥- تنمية علاقاته مع الآخرين بصورة تتسم بالدفع والتقبل.
- ٦- لا تركيه وعزلته مهما كانت أسبابه فاسحبه بكل حب وهدوء بحيلك المحببة إليه ولا تشعريه أنه في مرحلة علاج.

إدمان الأطفال للتلفزيون:

عندما يمتلك الطفل مهارة استخدام الريموت كنترول، وتُمنح له الحرية الكاملة في الانتقال بين القنوات المختلفة فإنه يقضي معظم وقته مُسمرًا أمام شاشة التلفزيون، ويدع واجباته المدرسية ليُشاهد برامجه المفضلة، وقد يؤدي إدمان مشاهدة التلفزيون إلى الفشل الدراسي، كما أن بعض القنوات تحمل مشاهد لا يليق أن يراها.

تلاحظ الأمهات مرة بعد مرة أن سلوك أطفالهن يتدهور بمجرد الانتهاء من مشاهدة التلفزيون، وفي العادة لا يهتمون بهذا الموضوع فيبدو على الأطفال بعد مشاهدة فيلمٍ حركيٍّ

أنهم متعبون سيئو الطباع على استعداد للانفجار، فيذهبون لشرب الماء أو الأكل أو القفز في كل اتجاه دون هدف كأنهم غاضبون متدمرون، يثيرون الضجيج حول أمور تافهة، فحين يأخذ طفلك مُنعطفاً غامضاً، ويصبح سيء الطباع، ويتصرف بطريقة شاذة يكون للقلق ما يبرره.

فالأم الواعية لا بد لها من مراقبة هذه الحالة؛ فإنها إدمان التلفزيون، وهذه بعض أعراضها، فهناك مخاطر حقيقية لإدمان التلفزيون.

فإن مشاهدة التلفزيون تُشكّل خطراً على نمو الأطفال وتطورهم، ليس فقط بسبب نوعية المادة المقدمة، ولكن إهمال مراقبة الطفل، إن عادة التلفزيون مثلها مثل أية عادة سيئة تكون الوقاية أسهل من الشفاء.

■ طرق لإبعاد الأطفال عن التلفزيون:

- ١- أولاً لا بد من مشاركة الأطفال لنوعية البرامج المعروضة هو أقرب للسلوك المثالي.
- ٢- لا بد من تنظيم ساعات المشاهدة للأطفال بها من قبلهم بدلاً من حمل الجهاز إلى غرفة نومهم كحلّ بديل، بعكس الطفل الذي يشعر بالحرمان فيزداد تعلقه بهذا الصندوق العجيب.
- ٣- تقليص الوقت المسموح للطفل فيه بمشاهدة التلفزيون مع تحديد البرامج التي يمكنه مشاهدتها والبعد عن الأفلام الحركية والرعب والأفلام التي تميل للجنس، التي تبعث في نفس الطفل الاشمئزاز والفضول فضلاً عن أفلام الرعب، التي تكون سبباً من أسباب الخوف الليلي والعدوانية.
- ٤- قام العالم النفسي (سنجر) بتدريب بسيط في تشغيل التلفزيون، وفي نفس الوقت يقوم الأهل بلعبة طريفة، ولحبة الأطفال للعب سينصرفون عن التلفزيون.

٥- تقديم البدائل وتشجيعه على ممارسة الأنشطة داخل البيت، كالقراءة والمساعدة في أعمال المنزل وخارجه وممارسة الرياضة، ولتعلم أن الطفل في البداية سوف يقاوم هذه الأوامر، ولكن بعدها سوف يعتاد عليها.

٦- اللعب، هذا المفتاح السحري الذي لا يقاومه الأطفال فهو أيضًا يفرغ طاقة الطفل، لكن التلفزيون يزيد منها وسوف يأتي الحديث عنه لاحقًا باستفاضة.

لكن هناك أطفال تزيد أهمية التلفزيون لهم دون غيرهم لأنهم تُعساء، يعانون من الظلم وسوء المعاملة أو الإهمال، قد نشأوا في ظروف مشبعة بإحباطات نتيجة الفقر، وقلة الرعاية والجهل المطبق، فنجد هؤلاء الأطفال ملتصقون بشاشة التلفزيون للخروج من عالمهم والدخول في عالم الخيال فينسون حالهم ويسبحون في أحلامهم، هؤلاء الأطفال يحتاجون إلى مساعدة أكبر من الأهل، فيجب أن يُصلح من حال الأهل ثم الطفل!!

ظاهرة الخوف عند الأطفال

الخوف حالة نفسية تعترى الأطفال والكبار الذكور والإناث، وقد تكون هذه الظاهرة مُستحبة إن كانت ضمن الحدود الطبيعية لدى الأطفال؛ لأنها عادة تكون لحماية الأطفال من الحوادث ولتجنب كثير من المخاطر، ونحن لا نقصد هذا الخوف الحميد، ولكن إذا زادت المشكلة من هذا الحد إلى حد الدُّعْر فالطفل المدعور يتعرض لمشكلة نفسية منذ المهد ولا بد من التصدي لها.

١- ويظهر الخوف لدى الوليد منذ شهوره الأولى من شدة الأصوات العالية، وكثرة المُنبّهات المُفْرِعة فهي كثيرة ومتنوعة، بل إن الأهل مسؤولون عن أسلوب التخويف الذي يستخدمونه، فيتم تهديد الطفل بـ(الكلب - الغول - الشيطان - السحرة) مستخدمين أصواتًا مُرعبة وقصصًا يصدقها الطفل.

٢- أفلام الرعب، من مجرد الاسم يخاف الطفل بالإضافة إلى وسائل الإعلام في نقل خبر حادث كجرائم القتل، وغيرها أمام الطفل المسكين فتُضعِف من قوّته.

٣- الأم، إن كانت الأم من النوع الهلوع المتوتّر الذي يصرخ من أقل عارض، فالقلق والخوف ينتقلان منها إلى طفلها بالاكْتساب.

٤- غياب الأم، الأم هي مصدر الأمان الوحيد للطفل، فإن زاد تعلق الطفل بأمّه ففي غيابها يخاف المجهول، وبذلك نعلم أن الخوف لدى الطفل نتيجة الأخطاء التربوية التي يبقّى أثرها في نفس الطفل.

خطة العلاج :-

بدايةً لا بد من هدوءك وثباتك والتحلي بالصبر لترسمي على طفلك سلوكًا معاكسًا لمخاوفه، وفحص كل مخاوفه، وعلاج كل واحد على حدة، وامتداح سلوكه في كل محاولة منه للقضاء على مخاوفه.

العلاج :-

- أوّلاً:- تنشئة الطفل على الإيمان بالله، والإيمان بقضائه.
- ثانيًا:- إعطاء الطفل الحرّيّة في التصرّف وتحمل المسؤولية وممارسة الأمور على قدر نموه.
- ثالثًا:- عدم إخافة الطفل وخاصة عند البكاء فهو يحتاج إلى الحب والحنان والخصن الدافئ لا إلى التخويف.
- رابعًا:- اختلاط الطفل بالآخرين، وعدم تركه وحده، وعدم معاقبته بالحبس داخل غرفته فتتولد لديه وساوس.
- خامسًا:- ترشيده بأن أفلام الرعب كلها خيالٌ ليس لها أساس من الصحة، والأفضل ألا يراها.

أخيراً طريقة العلاج :-

ينصح علماء النفس بأن نجعل الطفل أكثر تعرفاً على الشيء الذي يخيفه، فمثلاً إذا كان:

- (يخاف الظلام) فلا بأس أن تداعبه بإطفاء النور، ثم إشعاله وهكذا؛ حتي يأمن.
- (يخاف الحيوانات)، فالطفل يفر إن رأى حشرة على الحائط، فلا بد من أن نعرض صوراً لهذه الحشرة، ثم نعرض حكايات عنها، وتوضيح فوائد الحيوانات عمومًا كالبقرة نأخذ منها اللبن، والنحلة تعطينا العسل، والكلب يحرس البيت، ثم نعلمه تلوين الحيوانات بنفسه ثم تعليقها على حائط غرفته .
- (يخاف الماء)، بالتالي لا يجب الاستحمام، فلا بأس أن يلعب بالماء في حوض الاستحمام مع البط العائم.
- وإن كان يخاف من تشغيل بعض الأجهزة المفزعة كالمخلط والمكنسة، فلا مانع من أن تعطيه بعض أجزائها ليلعب بها، ثم نعطي الجهاز كاملاً له، ثم نشغله للعب، ونطلب منه الضغط على الزر.

ظاهرة الكذب عند الأطفال

وظاهرة الكذب من أقبح الظواهر، وتكوّن سلوكًا مكتسبًا أولاً وأخيراً، لكن علماء النفس يقولون: إنه من الطبيعي تماماً أن يؤلف الطفل ذو الثلاث سنوات حكايات مملوءة بالخيالات، فهو سلوكٌ طبيعيّ وليس كذباً، وأيضاً لا يكون مصدر القلق خلال السنوات الخمس الأولى، فالصدق لا ينمو إلا بالتدرج، ومن الخطأ أن نطالبهم بالصدق، وليس صحيحاً أن نبدي الانزعاج إذا روى حكاية من نسج خياله، وأن يضرب لهم المثل في الصدق والأمانة في القصص الصغيرة حتى ينضج عقله.

لكن إن تمادى الطفل في الكذب بعد ذلك فلا بد أن ننظر لأنفسنا، ونبحث عن الكذب، فقد يأتي الكذب تقليدًا للأخريين، فلا بد أن يكون الأب والأم المثل لطفليهما في الصدق

والأمانة، فقد يعتذر الأب عن دعوة وجهت له في مناسبة ما لا يود حضورها فيدعي أنه مريض، ويعرف الأول جيداً أنه غير صادق، ويسمع الطفل ويقلد، وأيضاً مثل الأهل الذين يُعربون عن مدى سعادتهم بحضور شخص ما وبمجرد خروجه يعبرون عن اشمئزازهم منه، فيفهم الطفل أن الكذب ليس سلوكاً سليماً بل هو الوسيلة الوحيدة للخروج من المواقف المُحرجة، حتى يصل إلى النفاق الاجتماعي المعروف بالمجالات الاجتماعية، وقد يتفاهم ويزيد على ما تعلم منهم ويكون أول ضحايا كذبه الأم والأب، بكل أسف!!!

العلاج:-

إذا كانت التربية الفاضلة في نظر المربين تعتمد على القدوة الصالحة، فجدير بكل مربٍّ مسؤول أن يبدأ بنفسه فلا يكذب على أطفاله بحجة إسكاتهم عن البكاء أو ترغيبهم في أمرٍ ما، وقد قال الرسول الكريم غ: (من قال لصبي: هاك، ثم لم يعطه فهي كذبة).
قصص الأطفال التي تشير إلى الصادق على أنه أجمل بكثير من الكاذب، ويحببه الناس، لتروها الأم لطفلها دائماً حتى يعلم معنى الصدق.

تعبه دائماً بأنه إن قال الصدق فلن تعاقبه، وسوف تكافئه على صدقه وتمدحه معها، فعل حتى يعلم أن الصدق هو المنجي، وليس الكذب.

أحياناً يكون الكذب داءً حميداً، أن أراد خيراً فيجوز بالكذب، فيقول الرسول ﷺ: (ليس الكذاب الذي يصلح بين الناس فينسى خيراً) صدق رسول الله ﷺ.

إدمان الأطفال للأكل (البوليميا)

تعرف (البوليميا) بالشره المرضي للأكل، أو بمعنى آخر: إدمان الطعام، فيقوم الطفل بالتهام كمية كبيرة من الطعام دون إدراك أو وعي لخطورة الوضع، وبدون مراقبة، وكثير من الأمهات تفرح بهذا الأمر، ولكن لا يشعرون بالمشكلة إلا في حال زيادة الوزن الغير طبيعي، أو محاولة الطفل للتقيؤ أو ظهور الإمسك وكثرة التقيؤ تعرض بعض الأطفال لانفجار المريء

بالإضافة إلى نقص الأملاح في الجسم أو اضطراب ضربات القلب، وقد أشارت أبحاث كثيرة إلى ارتباط البوليميا بخلل في هرمون السيروتونين المسؤول عن الشهية والحالة المزاجية، وهو على الأكثر يكون وراثياً، ويرجع إلى الحالة النفسية للمريض ومن أضراره أيضاً أنه قد يفجر المعدة من كثرة الأكل.

خطة للعلاج:-

في هذه الحالة يخضع إلى العلاج النفسي والاجتماعي والعضوي ويشمل دور الأسرة في التهيئة النفسية للمريض دون إشعاره بالضجر، وهدوء الأسرة وتعاونها معه يكون بداية أول طريق العلاج بواسطة طبيب نفسي واجتماعي فضلاً عن تناول أدوية مضادة للاكتئاب تحت إشراف الطبيب.

طفلك واحترام الخصوصيات:-

تقع على عاتق الأهل ضرورة تعليم أطفالهم كيفية احترام حقوق الغير من خلال تعاملهم مع الأشخاص والأشياء من حولهم، وذلك من خلال الوسائل التربوية الهادفة. ولطريقة تعامل الأهل مع خصوصيات الغير أمام الطفل وقع مؤثر على سلوكيات هذا الأخير، فعلى سبيل المثال، إذا كان الوالدان لا يريان في تصرفاتها احترام حقوق الغير مثل الجيران والأقران، أو يتسبب أحدهما في إفساد بضاعة أثناء التسوق ويدعها بلا مبالاة، أو يرمي المخلّفات في الشارع مما يسبب الأذى للمارة في الطريق، فإنه يصعب على الطفل تفهم هذه القيم باعتباره والديه مرآة له، ويكتسب منها السلوك المناسب، ولعل الأكثر وقعاً في نفسية الطفل يتمثل في طريقة تعامل الوالدين تجاه خصوصياته.

أخطاء تربوية يقع فيها الأهل:-

يولد كل من الصرامة وتشديد العقوبة على الطفل عند صدور تصرف منه ضد حق الوالدين أو الآخرين كبتاً غير مضمون النتائج، فقد يدفع الطفل للسرقه للهروب من العقاب

أو يتولد لديه شعور بالعدائية ضد من يمتلك أشياء يتمناها، وغيرها من الأمراض السلوكية، ونحن في غنى عن كل ذلك.

وكذلك التهاون الشديد في تنبيه الطفل على وجوب احترام حق الغير في ممتلكاته يجعل منه طفلاً فَوْضُوياً سيء السلوك، وقد يهمل بعض الأهل تحديد ممتلكات أطفالهم، ويشترون ألعاباً يتشارك فيها الطفل مع بعض إخوته بدون تمييز، بالطبع يشكل الأمر خطراً فادحاً؛ لأن الطفل الذي لم يتدرب منذ الصغر على الفصل بين ممتلكاته وممتلكات غيره قد يصعب عليه القيام بذلك في المستقبل بل قد يصبح أكثر ميلاً للاعتداء على حقوق الغير وخصوصياتهم، وقد يبالغ البعض في تحديد ملكية الطفل لبعض الأشياء، ويتعاملون معها على أنها محظورة على الآخرين مما ينمّي الجشع والأنانية وحب التملك في نفسه.

▪ طرق للتربية الصحيحة للأطفال لاحترام خصوصيات الغير:-

١- إن الطفل يشعر - بصورة تلقائية - بالحاجة إلى الملكية الخاصة مع نهاية العام الأول من عمره، وعندما يكبر قليلاً تكون لديه أشياء تخصه من ألعاب وأغراض معروفة يحتفظ بها، إلا أن بعض الأطفال يحتفظ بأشياء غريبة كالكرتونة الصغيرة، أو علبة عصير أو أوراق ممزقة قد تجد الأم أنه يجب التخلص منها، ولكن الطفل يتمسك بها ويحزنه فقدانها؛ لأنه يستخدمها أثناء لعبه وتخيلاته، فهي من خصوصياته التي يتوجب تركها له، طالما أنها لا تشكل خطورة عليه، وهنا ننمّي فكرة الخصوصية بداخل الطفل دون عناء.

٢- يجب طرق باب غرفة الطفل قبل الدخول عليه، والاستئذان منه عند الحاجة لاستخدام شيء من أغراضه، وعدم التجسس عليه لمعرفة ما يدور من نقاش بينه وبين أقرانه، من المهم احترام خصوصياته وملكيته أولاً، فيكتسب هو احترام خصوصيات الآخرين.

٣- من الممكن أن يتعامل الطفل مع والديه بتطفل، وتصدر عنه تصرفات غير لائقة كدخوله غرفة نوم الوالدين بدون استئذان أثناء نومهما، أو فتح حافظة نقود الأب أو فتح حقيبة الأم،

وتفريغ مقتنياتهما. إن كان الطفل لم يتجاوز الرابعة من عمره فلا حرج عليه؛ لأنه - كما قلنا - يعتبر كل شيء ملكه. وإن كان أكبر من هذه السن وجب علينا تقويمه تقويماً رادعاً حتى يمنع من تكرارها حتى إذا اضطرَّ الأب أو الأم لعقابه بلا قسوة كالحرمان من مشاهدة برنامج المفضل مثلاً.

حيل الأطفال لجذب انتباه الآباء والأمهات

قد يجهل بعض الآباء والأمهات أن براءة أطفالهم هذه تخفي وراءها الكثير من الذكاء والدهاء والمراوغة التي قد يستخدمها الطفل لنيل ما يريد، أو منع ما لا يريد، أو ربما للمجرد لفت الأنظار، أو لمجرد الغيرة من مولود جديد. لا تقلقي فرغبة الطفل في لفت الأنظار من السمات البارزة للطفل السوي، وذلك من سن ٩ أشهر حتى أربع سنوات، حيث يرغب في أن يكون في بؤرة الاهتمام، وأن يتعامل مع الجميع كشخصية مميزة؛ لذا عليك أن تعرفي جيداً على الشائع من هذه الحيل، وطريقة التفاعل المناسب لصدد هذه الحيل دون إحراج فهي أمر طبيعي لجذب انتباهك أو انتباه والده، وكأنها رسالة طفولية يتم توجيهها من خلال هذه التصرفات كأنه يقول لكما: أنا هنا .. اهتما بي، ويستخدم الطفل وسائل عدة لتحقيق غايته، منها (التمارض - البكاء - العناد - رفض تنفيذ الأوامر - وأحياناً التبول اللاإرادي).

أولاً: - ادعاء المرض (التمارض):

يقوم الطفل بادعاء المرض مثل (المغص - ألم بالرأس - الدوخة - وعدم الاتزان)، مع أصوات تصدر منه تعبيراً عن ألمه، هذه حيل يستعملها، يرجو بها أن تشفع له عند والديه ليستدعي اهتمامها، إضافة إلى تنفيذ أمر ما مثل التمارض لعدم الذهاب إلى المدرسة، ولكل مشكلة أسباب تكمن وراء نشوئها، ولكن انتبهي فقد يكون الطفل صادقاً في بعض المرات؛ لذا يجب على الأم التأكد في البداية: إن كان مريضاً فعلاً أم يحتال عليها، ويظهر هذا من منظر وجهه: إن كان شاحباً، أو ارتفاع درجة الحرارة، وانتفاخ البطن، مع إمساك يسبب المغص، أو ألم بالأذن). فإن كانت حيلة لعدم الذهاب للمدرسة فلتقل له: عندي مسكن سوف تأخذه

وتصبح سليماً بعد دقيقة واحدة وتذهب إلى المدرسة؛ لتعرف رد فعله وكيفية تغير تعبيرات وجهه، فإن لم يتحسن فعلها الذهاب للطبيب لتتأكد من سلامته.

أما إذا كانت المسألة نفسية للاحتيال على الأسرة، فيجب أن نضع هذه المشكلة تحت المجهر، ونقف على أهم أسبابها وجميع أبعادها، كما سنوضح في الفصل القادم لنعرف لماذا يتعلل بالمرض ومحاولة علاجه.

■ وهنا بعض أسباب لتمارض الطفل:

- ١- رغبة في جذب انتباه والديه، خاصة إذا كان يفقد الحب والحنان والرعاية أو كان غيبوراً من أخيه الأصغر الذي نال مكانة أكبر منه، ويحس أنه مهمل.
- ٢- تعلقه الشديد بأمه، وخوفه من فقدانها، ورغبته في الاستحواذ على كل اهتمامها فيدعي التمارض لتكون بجواره.

٣- مشكلة نفسية يعاني منها الطفل؛ مثل: (السخرية والاستهزاء به من قبل الآخرين).

■ طرق التعامل مع هذه الحيلة التي نوصي بها الأمهات:-

- ١- محاوره الطفل بهدوء، ومناقشة الأسباب الكامنة وراء تصرفه.
- ٢- إشعاره بالحب والعطف والحنان واشباع حاجاته ليشعر بالأمان النفسي.
- ٣- مكافأته في حالة إقلاعه عن التمارض، وحرمانه من رحلة أو مصروف في حالة تحايله.
- ٤- تجاهل مرضه إذا كان بالفعل يتمارض، وعدم مجاراته فيه، كأن تصدقه وتمنعه من الذهاب إلى المدرسة؛ حتى لا يصبح التمارض عادة عنده.

٥- تجنب الضرب والقسوة الشديدة، واستخدام أساليب أخرى كالمدح والتشجيع، فإن لها أثراً كبيراً على نفسية الطفل من مشاعر وأحاسيس ومشاكل، فهو يشعر بالقلق والتوتر عندما يشعر أن والديه لا يستمعان إليه باهتمام، وهذا يؤدي إلى عدم ثقته بنفسه.

▪ ثانيًا: - حيلة البكاء والصراخ المفتعل:

بداية لا بد من التأكد من أن بكاء الطفل ليس له علاقة بمرض عضوي؛ مثل: (المغص، وألم الأسنان والأذن، وغيرها)، أما إذا كان صراخه حيلة منه، فهذه الحيلة أسباب:

١- تدرك الأم أن تركها له يشعره بالغضب والحزن، فهو بذلك يُعبر عن التذمُّر، والبكاء أحيانًا مما يغضب الأم ويجعلها تقابل هذا الشعور بغير حكمة؛ كأن تضربه، أو تصرخ في وجهه، أو تتجاهله. لكن الأم الحكيمة هي التي تعرف كيف تمتص حدة الموقف وتخفف عن طفلها، لأن العصبية أو القسوة على الطفل من الأساليب التي تؤثر على نفسيته.

٢- قد يطلب الطفل من أمه أيَّ طلب، ويكون الوقت غير مناسب فترفض فيصيح ويبكي بكاءً مفتعلًا، ومثل هذا الموقف يحتاج إلى شيء من الصبر والحكمة والذي لا يسبب له ألاما نفسيًا قد يدفعه إلى اضطرابات سلوكية.

▪ التصرف المناسب إزاء هذه الحيلة (البكاء المفتعل): -

- ١- إذا وجدت طفلك يبكي فلا تحاولي كفه عن البكاء أو منعه من الاعتراض، بل اتركيه يُعبر عن مشاعره بالصورة التي يرغب فيها والمدة التي ترضيه، ولا تطلبي منه أبدًا أن يكون كالكبير.
- ٢- احتفظي بهدوء أعصابك إزاء هذه الانفعالات الحادة التي يُصدرها الطفل ليثني عزمك ويفقدك شعورك لتشتري له ما يريد، وحاولي تهدئته بإظهار العطف عليه، ولكن إياك أن تستجبي لجموحه أو تعدلي عن رأيك.
- ٣- حاولي تقبيله وأخذه إلى حضنك لتشعريه بالدفء والحنان حتي يهدأ، وحاولي مكافأته، فتلك المشاعر الجميلة تهدئ من روعه.

▪ ثالثاً: - حيل ببعض التصرفات السلبية، والغريبة

(بعثرة الأشياء - الاعتراض المستمر - رفع الصوت - حركات مزعجة - تبؤل لا إرادي بعد سن الخامسة): سلوكيات يمرّ بها جميع الأطفال في مراحل نموهم، ومن الممكن أن يبقى هذا السلوك ثابتاً لدى بعض الأطفال، فعادةً ما يُعانَد الطفل أمه؛ لأنه يريد أن يلفت انتباهها لتحقيق رغبة معينة أو ليرتدي ثوباً معيناً، أو يأكل أكلة معينة، أو شراء غرض معين عناداً لوالدته.

وهناك من الأطفال من يرفع صوته، ويقوم بحركات مزعجة، لكنه يتنازل عن عناده إذا تجاهلت الأم سلوكه وتركته، وعليها أن تحذر منذ البداية من إعطائه ما يريد مقابل التخلص من عناده حتى لا تصبح هذه السلوكيات نمطاً في شخصيته، وعليها أن تدرك أن عناده مرحلة تساعد على الاستقرار، واكتشاف نفسه وقدرته على التأثير في الآخرين، وتمكنه من تكوين شخصية قوية من نفسه.

▪ التصرف المثالي إزاء هذه الحيل

١ - أثبتت الدراسات أن أسلوب العنف والقسوة بالتسلط والعقاب نادراً ما يترتب عليه نتائج طيبة كما أن التجاهل وعدم الاهتمام لا يكفيان، بل يجب الحرص على منح الطفل الشئ والتقدير، والاهتمام، والتشجيع المناسب حينما يستحق ذلك، أمّا إذا لم يجد المعاونة والتشجيع فإنه سيبحث عن طرق أخرى للفت النظر حتى ينال بها الشئ والاهتمام.

كما يجب أن تعطي للطفل عملاً ما يكون مسؤولاً عنه، فإن هذا يُنمّي لديه روح الثقة بالنفس، والشعور بالذاتية، والأمن والاطمئنان، مثلاً ترتيب أغراضه. ويكون التجاهل مُجدياً في التعامل مع هذا الطفل عند تجاهل السلوك نفسه، وليس الطفل، بمعنى أنني أشعره أن سلوكه مرفوض، ولكنه هو إنسان محبوب فهناك فرق واضح بين الأم التي تقول لابنها: أنت مُزعج، أنت سيء، مما يشعره بالكرهية، والأم الحكيمة التي تقول: هذا التصرف مزعج، هذا تصرف سيء ليشعر بالذنب أمام أمه فيقلع عنه وعن باقي حيله.

الفضول والتدخل في حديث الكبار

■ الفضول:

عندما يدسّ الطفل أنفه في كل صغيرة وكبيرة، ولا يفوت هفوةً إلا وينهال على والديه بأسئلة لا تنتهي ويسبب لهما معاناة لإيجاد ردود مناسبة، وقد يلجأ إلى نهره وتحذيره من التدخل، وقد يتلقى العقاب منها لفضوله في بعض الأحيان. ويُعتبر هذا التصرف خطأً تربويًا فادحًا؛ لأنه يقتل في الطفل روح البحث والاكتشاف فتذهب تدريجيًا لديه طاقة حب المعرفة، وتضعف شخصيته.

■ العلاج:-

يجب أن يتعامل الوالدان مع فضول الطفل بمزيد من الوعي والإدراك للمراحل التطوّر والنمو التي يمر خلالها مع العمل على إشباع رغبته للمعرفة، وكشف المجهول أمامه بتقديم معلوماتٍ مُبسّطة تناسب خبرته في الحياة، مع ملاحظة أن الطفل يسأل لجذب الانتباه فلا بد أن يحصل على مزيد من الاهتمام، وتوجيه طاقته في تعليمه مهارات جديدة ترضي فضوله؛ ك شراء قصص وموسوعات جديدة أو إلحاقه بدورات تعليم لغات أو كمبيوتر لتنمية قدراته.

■ التدخل في حديث الكبار

قد يرفض الأهل وجودَ الطفل في مجالس الكبار حين يرى الطفل أن مكانه يجب أن يكون مع الكبار، ويمتنع من اللعب مع الأطفال فيحدث الخلاف الذي قد يسمعه الضيوف مما يسبب حرجًا بالغًا للأهل والطفل معًا.

■ حل المشكلة

تبدأ الأم بمعاملة الطفل باحترام أمام الآخرين والامتناع تمامًا عن نهره وإحراجه أمام الضيوف، إلا أن هذا التنبيه يجب أن يتم بلطف كما يمكن منحه المزيد من الوقت الذي يقضيه مع الضيوف في حال التزامه بالسلوك المهذب والمتفق عليه من قبل، مما يعد مكافأة له على حسن تصرفه.

ظاهرة نزاع الإخوة

إن رابطة الإخوة رابطة نفسية تورث الشعور العميق بالعاطفة والمحبة والاحترام، فهذا الشعور الصادق أصدق العواطف النبيلة لاتخاذ مواقف إيجابية في التعاون والإيثار والرحمة والعفو عند المقدرة. وحث الإسلام في كثير من الآيات والأحاديث على هذا، فقال - تعالى - ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ﴾ (الحجرات: ١٠)، وقال - أيضاً: ﴿سَنُذِيقُكَ بِأُخِيكَ﴾ (القصص: ٢٥)، وقال الرسول الكريم ﷺ: (المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه ولا يخذله ولا يحقره)، وهذه الكلمات النبيلة يجب أن تعلميها لأطفالك حتى لا تكون مشكلة (نزاع الأخوة).

مما لاشك فيه أن النزاع الدائم بين الإخوة يثير أجواء القلق في المنزل، وهو دافع قوي لحدوث الكثير من المشكلات داخل محيط الأسرة مما يجعل دور الأم والأب شبيهاً بدور الشرطي في فض النزاع والخلاف بين الأبناء، وقد أثبتت نظريات عدة في علم النفس أن علاقة الإخوة تحدد منذ الطفولة، ولا بد أن نقف على أسباب هذه المشكلة وحلول لعلاجها ونصائح للأم حتى تنتج جواً صحياً بين أبنائها.

■ وأسباب نزاع الأخوين:-

في غالبية الأحيان تعود هذه المشكلة إلى انفصال الأبوين، أو كثرة المشكلات اليومية، فتنعكس هذه العوامل سلباً على سلوك الأطفال وتجعلهم أكثر حدة وعنفاً فيما بينهم، بالإضافة إلى أنه كلما تقدم العمر بالأب والأم مع كثرة إنجاب الأطفال، فإن مسألة التنشئة تصبح من الأمور التقليدية العادية التي تدفعها إلى عدم التدخل في كل كبيرة وصغيرة في شؤون أطفالها الصغار، ولا يسمح لهم بالحرية المطلقة، فعلى المدى الطويل تظهر سلبيتها وعدم السيطرة عليها.

إجراء المقارنات بين الإخوة كقول: (أخوك أفضل .. أخوك أهدأ .. خوك أحسن منك) من الأسباب المؤدية إلى غرس بذور الحقد بين الإخوة، وكذلك يشكل تمييز طفل عن الآخر وتدليله عن باقي إخوته أحد العوامل الأساسية التي تؤدي إلى خلق الغيرة، وإثارة الخلافات بينهم؛ فمثلاً عندما يولد طفل جديد وينصب اهتمام الأسرة كلها على هذا الطفل الذي يحتاج إلى رعاية أكثر من الأم لكثرة متطلباته في هذه السن، والأب ينصرف لمداعبة الطفل الصغير حتى يضحك، أو يفرط في تدليله، وغضّ البصر عن أخطائه، فيتساءل الطفل الأول: ما الذنب الذي اقترفته حتى أعامل بهذا القصور، فيسلم من داخله أن أخاه الجديد قد استحوذ على حب والديه، فيكن له كل الغيرة من داخله، بعدها يبدأ صراع الإخوة، وبالتالي إثارة الشجار بينهم.

حلول لعلاج هذه المشكلة :-

تلجأ غالبية الأمهات إلى وسائل غير تربوية تتمثل في العقاب البدني أو اللفظي (تحقير وإهانة الشخص المخطئ) مما يؤدي إلى ظهور دوافع ورغبات عدائية لدى الطفل في شكل حركات عصبية تظهر في شكل تقاتل وشجار مع إخوته في المنزل أو أصدقائه في المدرسة فيسبب الشغب.

▪ وهذه طرق وقائية لابد أن تتبعها الأم لمنع الشجار بين الأبناء :-

١- منع الوشاية والفتنة بين الإخوة فيجدر بالأبوين الحذر من جعل طفل حاسداً لأخيه مما يعمل على إشعال النار والحقد بينهما.

٢- تهيئة الأبناء لاستقبال مولود جديد، فالطفل عندما يشعر بقدوم طفل جديد سيشاركه عطف أبويه يشعر بعدم ائزان يدفعه لجملة من التصرفات العنيفة؛ لذا يجب على الأبوين إفهام الطفل: أنه سيظل موضع رعاية وحب منها، ولا مانع من أن تعتمد الأم ترك مولودها لأخيه

الأكبر لرعايته ومراقبته بشكلٍ غير مباشر، فإن ذلك قد يُخفف من مشاعر الغيرة نحوه، وتُحل محلها مشاعر تقبُّل المولود الجديد.

٣- استقرار العلاقات الزوجية، ومنع مناقشة المشكلات الأسرية أمام الأبناء الأم الذي يوجد لديهم حالة الاستقرار النفسي فتساعدهم على الانسجام مع الآخرين برزانة وهدوء.

٥- ترك مساحة معقولة من الحرية للأبناء يقومون من خلالها بعرض مشكلاتهم ومحاولة إيجاد الحلول، وتنفيذ الأنسب واحترام رأي الآخر دون تدخل الكبار لفرض الرأي، فالإخوة كما يتنازعون يتصالحون.

٦- وضع برنامج يومي وجدول زمني لتحديد أوقات استخدام الألعاب والأجهزة و(الكمبيوتر) التي تعد من مُسببات العراك بينهم، فتوزَّع بالتساوي عليهم.

▪ نصائح سلوكية للأمهات:

١- مارسي دور القاضي المنصف، فلا تستمعي لأحد أبنائك دون الآخر، واطلبي منهم كتابة تفاصيل المشكلة والتوصيات، كلٌّ حسب وجهة نظره، مما يجعلهم يحاسبون أنفسهم قبل أن يحاسبوا.

٢- ابتعدي عن ممارسة دور الشرطي القاسي، فلا تقومي بالضرب أو الشتم أو التحقير الذي يثير الدوافع العدوانية لدى الإخوة، ويزيد حدة النزاع.

٣- تجنبي معاقبة المخطئ أمام إخوته حتى لا تتسع فجوة الشقاق، وعلميه أن يعتذر لإخوته دون إرغامٍ منك؛ حتى لا يكون ذليلاً في اعتذاره.

٤- شجعي طفلك على ممارسة الرياضة البدنية، فهي تساعد على تنمية شخصيته، والتنفيس عن انفعالاته بشكلٍ طبيعي.

٥- عززي طاقة طفلك الإيجابية، وامنحها القدرة على تفجير طاقاته الإبداعية، وادفعيه إلى منافسة إيجابية مع إخوته لتساعده على اكتشاف ذاته.

وبذلك فإن القيادة السليمة والحوار المشترك بين الأبوين والأبناء يُعدّان من أفضل الطرق لاحتواء الشجار والنزاع بين الإخوة، فيجب أن يحرص الوالدان على استخدام عددٍ كبيرٍ من الرسائل التي تُسمّى مفهوم القيادة السليمة لدى الأطفال حسب المراحل العمرية المختلفة؛ فعند بلوغ الطفل سن المدرسة يهوى أن يعامله الآخرون كشخص ناضج، كما يميل إلى تقليد تصرفات الكبار من حوله سواءً في تعاملهم أو تصرّفاتهم، الأمر الذي يسمح بإدارة حوار مشترك بين الطفل وأسرته حول سلوكياته وعلاقاته بإخوته بأسلوب هادئ ومقنع وورصين تسوده روح المودة والصدّاقة.

ظاهرة العناد وشدة الإلحاح والفوضوية

■ ظاهر العناد

منذ بداية دخول الطفل المدرسة وحتى المراهقة يبدأ الطفل في تأكيد ذاته واستقلاله عن أسرته، وتظهر خياراته المختلفة عن خيارات الوالدين، ويمكن القول بأن بداية السلوك المعاند ينشأ كنوعٍ من الدفاع ضد قلة الحيلة وفقد تقدير الذات، يمكن أن يكون نتيجة للتدليل، ويمكن أن يكون مجرد حيلة دفاعية للفت نظر الأم، بأنه صاحب قرار مخالف وتمسك به، وإرغام الطفل على الطاعة خطأً تربويًّا، بل إن المرونة والسمح في قبّل رأي الآخر (الطفل) وحرية حوارهِ وتقدير رأيه في جو يسوده الحب يحول بين الطفل والعناد، أما العناد البسيط فيجب أن نغض الطرف عنه ونستجيب خلاله لرغبات الطفل ما دام لن يضره، وكانت رغباته في حدود المعقول، وبذا نعطي الطفل نموذجًا للمرونة في التعامل.

الحل

إذا كانت استجابات الوالدين لهذه المرحلة التطورية هادئةً ومتفهمة، فإن الأمور تسير بسلاّمٍ أو تخفف من حدّة السلوك المعاند شيئًا فشيئًا مع الوقت، كما أن تعامل الوالدين

بحكمة يجعله أكثر اطمئنانًا على ذاته وعلى إرادته، ويتعلم أن العناد ليس هو الأسلوب الأمثل للتعايش مع الآخرين بل إن المجتمع سوف ينبذه إذا استمر على هذا النحو.

■ ظاهرة الإلحاح

عندما ينمو لدى الطفل شعوره بذاته، يبدأ بفرض رأيه وإصراره على ما يريد كنوع من التحدي لكي يثبت لمن حوله أنه كبير وقادر على تولي زمام الأمور كما يغضبه الرفض لمطالبه فيستخدم الإلحاح للضغط على والديه، ويحذر من الاستجابة لطلب الطفل عندما يصبر ويلح بشدة حتى لا يظن أن الإلحاح هو الوسيلة الوحيدة لتلبية طلباته.

الحل

يشكل الثبات في طريقة التعامل مع الطفل أمرًا طبيعيًا ضروريًا سواء داخل المنزل أو خارجه مع تدريبه على ضبط النفس والتحلي بالصبر، وتوضيح أسباب الرفض، وفي حالة إلحاحه الزائد كرري التحذير، وبعدها لا تستجبي لطلبه كنوع من العقاب لأي شيء يلح به، وإذا طلب شيئًا آخر بأدب فاستجبي لطلبه ولتمدحيه أمام الأسرة.

■ ظاهرة الفوضوية

الطفل الفوضوي: هو الطفل الذي يخلف وراءه في غرفته إلى باقي أرجاء المنزل نوعًا من الفوضى وانعدام النظام، وبسبب فوضوية هذا الطفل يُصاب كل أفراد الأسرة بالضيق أو تعم البيت حالة من الارتباك.

الحل

- ١- وضع حدود في كل مجالات حياته اليومية؛ بمعنى: لا لعب إلا داخل غرفتك.
- ٢- عملية الانضباط مع توضيح أن هناك قوانين وُضعت لجعل البيت في حالة مرتبة.
- ٣- جمع أغراضه كلها في خزانات محددة في ركن في البيت.

٤- عليه أن يرتب غرفته أو ينظم أغراضه كنوع من اللعب؛ حتى يتعود على ذلك، ويكون سلوكًا دائمًا له.

٥- في حالة ترتيب الطفل لأغراضه فامدحيه وكافئيه.



إدمان الأطفال ألعاب (البلاي ستيشن):

تعتبر هذه الألعاب من فنون الإثارة والمتعة، لكن تعلق الأبناء بهذه الألعاب يسبب لهم هوسًا بها وتصل إلى مرحلة الإدمان في أغلب الأحيان. ثمة دور لا بد أن يقوم الأهل به لمراقبة هذه الألعاب ومراقبة سلوك أطفالهم لمعرفة مدى تأثير

نوعية هذه الألعاب بها تحمله من عنف وعدوانية تظهر في سلوك الطفل، لا تقل خطرًا عن إدمان الأطفال لتلفزيون، بالإضافة إلى أنها تُهدر الوقت الكثير، وهي تسلب عقول أبنائنا. وقد انتبه - أخيرًا - علماء النفس والتربية إلى هذه الظاهرة، ودقوا ناقوس الخطر، وبدأت المخاوف تظهر لدى الأمهات نظرًا لأن هذه الألعاب تتطور كل وقت بشكل يُذهب العقل.

ويقول بعض الآباء: (يلعب الأطفال كي ينمو ذكاؤهم، ويُضيعون الوقت في اللعب بدلًا من رفاق السوء). والأم تقول: (تلك الألعاب تلهي الأطفال عني إلى حين أنتهي من أمور منزلي). وكلاهما لا يعرف أين الحقيقة ولا ماذا يفعلان.

خطوات التقنين

١- ضبط ساعات اللعب بحيث لا يكون هناك شجار بين الإخوة، وتنظيم الوقت بين المذاكرة واللعب والألعاب الرياضية والمهام المنزلية.

٢- مراقبة المادة المعروضة للعب الأطفال، بحيث لا تكون كلها عنفًا وعدائيةً (مصارعة- حرب- قتال).

٣- مهما كان انشغال الأم فلا بد لها من الوقت الكافي لمحاورة أطفالها، والتعرف على تغير سلوكهم أولاً بأول من جراء هذه الألعاب.

٤- إعطاء الطفل تدريبات وأسئلة عابرة لتنمية ذكائه من جميع النواحي.
كيف تقنعين طفلك بأن ينتقل إلى غرفة مستقلة؟

مسألة صعبة بالنسبة للطفل الذي يفارق أمه، مما يسبب له شعوراً بالخوف وعدم الأمان من خوض التجربة، ويرفضها مُعبّراً عن ذلك بالبكاء، لذا لا بد من أن تتعرفي على الطرق السليمة التي تُسهّل عليك هذه المهمة الصعبة دون تعريض مشاعره للأذى، ولا بد من فصل الأمّ طفلها تدريجياً، وليس مرة واحدة، وهناك عوامل تساعد على تقبل الغرفة الجديدة.

■ العوامل التي تساعد على تقبل الغرفة الجديدة مستقلة

- ١- أقنعي طفلك مهدوء أن غرفته أنسب له لينام بعمق دون إزعاج من أحد.
- ٢- عززي شعور طفلك أنك جواره دائماً، وسوف تسمعين نداءه في أي وقت، ولتكن غرفته قريبة من غرفتك، واجعلي باب الغرفتين مفتوحاً بشكل مؤقت حتى يشعر بالأمان، وضعي مصحفاً بجواره.
- ٣- احرصى على قراءة القصص الشيقة بجواره في هذه الغرفة قبل موعد نومه، وابقى بجانبه لأقرب وقت ممكن حتى يستغرق في النوم.
- ٤- اسمحى له باحتضان دُميته المفضلة عند النوم مع تشغيل مذياع مرتفع الصوت بجانبه حتى يساعده على ضبط انفعاله.
- ٥- عبري عن استعدادك للنوم بجانب طفلك عندما تسمح الظروف.
- ٦- كافئي طفلك بين فترة وأخرى باللجوء إلى غرفتك للمبيت معك.
- ٧- احرصى على وضع سرير طفلك القديم بغرفته المستقلة ليساعده على التكيف معها بسرعة.

- ٨- شاركي طفلك في اختيار أثاث غرفته المستقلة مما يعزز علاقته بالمكان ويقوي ارتباطه به.
- ٩- احرص على خلو غرفته من الألعاب المؤذية والمزودة بأطراف حادة، ووضع السرير بعيداً عن النوافذ والشرفات.
- ١٠- وطّدي علاقة طفلك بغرفته الخاصة من خلال شراء كل ما يحبه ويعزز بقاءه في الغرفة أكبر وقت ممكن.
- ١١- اسمحي لطفلك بدعوة أقرانه إلى غرفته الخاصة لمشاركته اللعب.
- ١٢- أنصتي باهتمام إلى كل ما يقوله طفلك عن غرفته الخاصة، وعن كيفية قضاء يومه في داخل غرفته، وقومي بتعزيز المشاعر الإيجابية لديه.
- ١٣- لا تدعي طفلك ينام كثيراً في الظهيرة حتى ينام بعمق في الليل داخل غرفته دون تقطع.
- ١٤- امدحي طفلك لاستقلاله بغرفة، وأنه صار كبيراً يعتمد على نفسه.
- ١٥- اقترحي على طفلك تزيين غرفته بنفسه، والتباهي بها أمام أقرانه فهي وسيلة رائعة لمعايشة الطفل خصوصياته وتميزه.
- ١٦- حافظي على هدوءك قدر الإمكان في حال خوفه ورفضه النوم في غرفته الخاصة بعد كل الجهود المبذولة متحلية بالصبر لمواجهة الأمر.
- ١٧- قومي باحتضان طفلك، وتقبيله بصورة مستمرة، والجلوس إلى جانبه حتى تُشعره بقربك منه رغم استقلاله في غرفة خاصة.

الطفل يؤذي نفسه

- لماذا يؤذي الطفل نفسه؟

- مثل هذا التصرف من التصرفات الأكثر شيوعاً بين الأطفال، والتي تُسبب إيذاءهم لأنفسهم متمثلة في: (شد الشعر - قضم أطراف الشعر الطويل - نتف الأهداب والحواجب - الضغط على الأسنان بقوة حتى تتكسر - الاهتزاز بعصية - ضرب الأرض - لطم الخدود - تقشير الجلد - العبث بالأنف حتى سيلان الدم - العبث بالأذن - شك الجلد بالدبوس)،

عندما يتخذ الطفل عادةً أو أكثر من هذه العادات المؤذية ويقوم بابتكارها عندما يكبر لا يستطيع الكف عنها، وذلك إن أهمل الوالدان علاجها منذ الصغر.

■ أسباب تدفع الطفل ليؤذي نفسه

١- تعبير عن غضب وتوتر، أو كرد فعل للمواقف اليومية، إلى أن يؤدي ذلك إلى تكرارها يوميًا والتهادي فيها حتى يشوّه الطفل نفسه، فهي سلوك غير طبيعي يرجع لشعور الطفل بالقهر، ويجد الطفل نفسه يلجأ إليه كتعبير عصبي عن القلق والتفكير في مواجهة جديدة، أو كوسيلة للتهديئة من وجهة نظره، وهي عادات غير إرادية في كثير من الأحيان.

٢- هناك محطات تتغير الطفل جذرياً مثل (دخول الحضانة أو المدرسة، غياب الأب بسفر، أو انفصال الأبوين)، كلها تجعله أكثر عرضة للقيام بهذه العادات العصبية، بل ويتفنن في القيام بأفعال جديدة، وتزداد في المدرسة وخلال التعامل مع زملاءه، فالطفل في ذلك الوقت مُفعم بالنشاط، ولديه الكثير من الرغبات، وهو شديد الحساسية، ويبحث عن تأكيد ذاته؛ لذا فإنه يختار نمطاً سلوكياً معيناً، وتكراره بشكل دوري يمثل طريقته في التعبير عن توتره.

خطوات لمساعدة الطفل للتخلص من عاداته السيئة

لعل أفضل الطرق للتعامل مع هذه التصرفات هو تجاهلها وعدم لفت نظر الطفل إليها، وعدم إغضابه أو توبيخه، أما إذا كانت هذه العادة تؤذيه جسدياً فيمكن للأم عمل الآتي:-

١- محاورة الطفل تمارس فنون الحوار مع الطفل، ومعرفة السبب الكامن داخله وسبب توتره وعصبيته، ومحاولة إصلاحه، وتغيير الظروف المحيطة به.

٢- عرفني طفلك هدهود وحب، مع مراعاة تنبيهه على خطورة السلوك الذي يقوم به ومعنى التهادي في هذه العادة، ووضحي له أن جسده جميل، وهذه التصرفات تفقده جماله وتشوّهه.

٣- يمكنك تسمية هذه العادة اسماً معيناً، ويكون سراً بينك وبين طفلك، وإن فعل هذا الفعل أمام الناس سهواً فاذكري له هذا الاسم ليتوقف.

٤- اقترحي على طفلك التعبير عن شعوره بالقهر والضجر بأن ياخذ مسلكاً غير هذا؛ بأن يلعب بالكرة المطاطية مثلاً.

٥- درّبي طفلك على التنفس العميق، وارتخاء العضلات وبعض التمارين الرياضية الخفيفة حيث إنها تفيده في التخفيف من توتره.

٦- في حالة إقلاعه عن بعض هذه العادات يجب على الأم مكافئته ومدحه أمام الآخرين، وتجاهل السلوك السلبي. وإن فشلت كل الطرق فعليك عرضه على متخصص نفسي لمعرفة السبب الكامن وإخضاعه لبرنامج تأهيلي.

النصدي لأسئلة طفلك الصعبة

يبدأ الطفل ابتداءً من سنّ الرابعة في طرح عدد من الأسئلة الصعبة التي تثير ارتباك الأهل وإحراجهم، مما يجعل بعضهم يلجأ إلى أسلوب طمس الحقائق، أو التهرب من الإجابة وتأجيل الرد. وقد أثبتت الأبحاث السلوكية أن النقاش بأسلوب هادئ وموضوعي مع الطفل بصورة تُشعره بإمكانية السؤال والتحدّث عن كل ما يريد معرفته بسلاسة، قد يؤجّل التفكير السلبي في بعض الموضوعات الشائكة لديه.

فيجدر بالأّم تفهّم احتياجات طفلها واستيعاب أفكاره، والإجابة على أسئلته عبر إقامة حوارٍ سليم، ومعه يعتمد المنطق في إعطاء المعلومة المناسبة بما يضمن إشباع رغباته المعرفية تجاه مجريات الحياة من حوله، وفي هذا الإطار يشير علماء النفس إلى أهمية الاستماع الجيّد إلى أسئلة الطفل والإجابة بالقدر الكافي عن المعلومات التي يستطيع من خلالها استيعاب الأمور. أما إذا قام الطفل بسؤال أحد والديه في وقت غير مناسب فمن الأفضل إخباره بأن الإجابة ستكون لاحقاً مع تحديد موعد للحديث معه في هذا الشأن على أن لا تطول فترة الانتظار كي نجنبه بعض المشاعر السلبية التي قد يتعرض إليها كفقدان الاهتمام أو تجاهل رغبته المعرفية، ويجب مراعاة الجانب العاطفي للطفل عند إمداده بالحقائق والمعلومات البيولوجية.

■ عن كيفية وسر ولادته يسألك

ييدي الطفل ابتداءً من الرابعة من عمره فضولاً شديداً حول معرفة كيف ومن أين أتى مما يدفع كثيراً من الأمهات إلى اصطناع قصص خيالية وخرافات بعيدة عن الواقع للرد على هذين السؤالين، ظلماً منهن أن أطفالهن سيصدقون ما يسمعون بحكم سنهم وعدم إدراكهم

الكامل للأم، لكن هذه الطريقة قد تؤدي بمرور الوقت إلى فقدان الطفل الثقة في كل ما يقال حتى وإن كان صحيحًا، لذلك لا بد من التصرف السليم وفق معايير تربوية سليمة:-

١- إعطاء الطفل إجابات مختصرة غنية بمعلومات مبسطة تناسب سنه، وتوفي درجة فضوله.
٢- عدم التسرع بالإجابة كوسيلة للتخلص من السؤال، وأخذ الفرصة الكافية للتفكير بشكل مقنع مع الاعتماد على البساطة في التعبير.

٣- عدم توبيخ الطفل أو صدّه حين يسأل كي لا تقضي على رغبته في التعليم وطلب المعرفة.

٤- الاستجابة لرغبته بمعرفة الإجابة المقنعة على تساؤلاته مهما كانت صعبةً لئلا يلجأ إلى أقرانه الذين يخطئون في الشرح والتفسير.

٥- الاطلاع المستمر على الكتب المتخصصة بعلم النفس السلوكي للأطفال، أو التي تمكن الوالدين من التحدث إلى أطفالهما بالأسلوب السليم.

٦- قتل فكرة أنه لا يجوز للطفل التعرف على موضوعات معينة بحكم أنه مازال صغيرًا، واستبدالها بمعلومات مقنعة، وألفاظ صحيحة تناسب مرحلته العمرية.

■ عن الموت والحياة يسألك طفلك:-

يميل الطفل ذو الخمس سنوات إلى السؤال عن حقائق في الكون مثل: ما هو الموت؟ ولماذا الحياة؟! فهو يرى منذ مرحلة ما قبل المدرسة وحتى السادسة من عمره الموت شيئًا غير نهائي، ليدرك فيما بعد السادسة أن كل الأشياء الحية لا بد أن تموت، وأن البشر لا يملكون القدرة على إيقاف الموت، وأنه حقيقة حتمية واقعة لا محالة؛ لذا يجدر بالأم أن تكون حذرة في تلك المرحلة لدى إجابات طفلها عن سؤال الموت تلافياً لأن تنتج إجابات تنم عن مشكلاتها النفسية، فتلازمه الإجابة مدى الحياة، وتكون سبباً في فساد سلوكياته النفسية.

■ وهناك عدد من النصائح السلوكية التي يجب إخبارها بها في تلك الحالة، وهي:-

١- يجب التمهيد للطفل في سن مبكرة بفكرة الموت قبل حدوثه لشخص يعرفه أو حيوان يمتلكه للتحكم في لحظة انفعاله.

٢- تجنب أسلوب الخرافة والتفسيرات البعيدة عن الواقع، فالأطفال لا يفهمون المعاني الرمزية للموت ويجدر بالأُم إفهام طفلها بطريقة واقعية أن الموت نتيجة حتمية لا محالة ونهاية لا بد منها.

٣- يأخذ الطفل في سن مبكرة كل كلمة بمعناها الحرفي، فإخباره أن الشخص المتوفي كأنه نائم يولد لديه عقدة النوم، أو تفسير الأمر بأنه رحلة طويلة قد يسبب له عقدة القلق والانتظار، مما يصيب الطفل بخيبة أمل وغضب، وعدم تصديق كل ما يقال له لاحقًا.
▪ وأخيرًا نصائح للأم:-

- ١- لا تثيري الخوف في نفس طفلك بعقابه المستمر حين سؤاله عن أمور تبدو من أول وهلة أنه لا تجوز معرفتها، وحاولي أن تروي ظمأه لطلب المعرفة بأسلوب بسيط وواقعي.
- ٢- اعلمي أن الثقافة تشكّل الركن الأساسي في بناء شخصية طفلك وتطوّرها بشكل صحيح؛ لذا حاولي أن تشاركيه في الأنشطة العلمية الملائمة لمرحلته العمرية، والتي تشبع رغبته المعرفية.