

القسم الثالث
الخاص بالأطفال

القسم الثالث الخاص بالأطفال

1- طرق الوقاية، وحماية الأطفال من التحرش الجنسي:

التحرش الجنسي: هو عبارة عن مضايقات او انتهاكات تتعلق بالامور الجنسية من قبل الاخرين، وتتضمن الكلمات او الافعال او التلميحات او الايحاءات التي تتعلق بالامور الجنسية وتكون غير مرغوب بها، مما تؤدي الى المضايقة والتوتر والايذاء الجسدي والنفسي للمعتدى عليه.

ينبغي توعية الأبناء ليكونوا بمنأى عن هذه المخاطر وأن الوقاية خير من العلاج، وتتم وقاية الأبناء وحمايتهم من شرور الوقوع بهذه المخاطر بعدة وسائل، نذكر منها مايلي:

1- المبادرة في توعية الأطفال منذ الصغر بشتى الطرق والوسائل المتاحة والممكنة.

2- المراقبة الحكيمة للأطفال اثناء لعبهم بعيدا عن التسلط.

3- تجنب ترك امور الأطفال بيد السواق والخدم.

4- التأكد من نوعية علاقة الكبار بالأطفال وسلامة نيتهم مهما كانت قرابتهم للطفل.

5- ينبغي على الامهات اخذ الحيطة وحماية اطفالهن من المنحرفين المتواجدين بين افراد العائلة كالاب والاخوة أو المقربين للآخرين.

6- ينبغي الحد من سلوك المنحرفين أو المرضى المتواجدين بين افراد العائلة لمنع وقوع المحذور والاعتداء على ابنائهم أو اخوتهم أو اخواتهم.

7- مراقبة سلوك الخدم والسواق وعلاقتهم بالأطفال.

8- حذر الام من مداعبة الأطفال لاعضاءهم الجنسية وهم صغار السن والذي يكون غرضها من ذلك اثاره الضحك والمرح لديه الذي له عواقب نفسية وخيمة عند الكبر.

9 - ينبغي احاطة الطفل بالحب والحنان وبأجواء التعلون والاطمئنان واتاحة الفرصة لهم للافصاح عما يعانون منه.

10- حماية اطفال المدارس من الممارسات السلبية وذلك بعدم تركهم في المرافق مدة طويلة أو في الغرف المهملة والفارغة كي لا يجدوا فرصة لممارسة تلك السلوكيات.

11- مراقبة الأطفال في ذهابهم وايابهم ان كان للمدرسة أو الى اماكن اخرى.

12- منع الأطفال وتحذيرهم من الذهاب الى اماكن مهجورة كي لا يجد المنحرفون فرصتهم للاعتداء عليهم.

- 13- التفريق بين الأطفال اثناء النوم قدر الامكان وان كان لابد من النوم معا ينبغي مراقبتهم.
- 14- الحذر من ممارسة الوالدين العلاقة الجنسية قريبا من الأطفال أو بامكانهم سماع ما يدور بين الوالدين اثناء ذلك. ان الشروع بالحياة الزوجية، التي تهز ثقتهم بوالديهم من ناحية، وتقليدهم من ناحية ثانية.
- 15 - تشجيع الابناء على الالتزام بتعاليم دينهم و اخلاق مجتمعهم معنويا وماديا وذلك بوضع جوائز لمن يلتزم بتلك الاخلاق الراقية وحسن التصرف والسلوك .
- 16- اتاحة فرص الزواج وتسهيله بكل اشكاله بعيدا عن التطرف في المهور والبدخ في اقامة الحفلات... الخ من الامور التي تجعل الزواج صعبا على من لا يستطيع ذلك.
- 17- غرز التعاليم الدينية بالطرق السهلة والمبسطة لحماية الابناء من الوقوع أو ممارسة السلوكيات المنحرفة المختلفة ومنها التحرش الجنسي.
- 18- ينبغي على وسائل الاعلام الحد من الوسائل التي تساعد على الانحراف من افلام ومسلسلات وصحف وكتب واشرطة مضغوطة وغيرها والعمل على حماية الناشئة من الوقوع في براثن جريمة التحرش الجنسي.
- 19- توفير الشروط المطلوبة للموظفين العاملين في مراكز حماية الناشئة كي لا يقع عليهم الضرر من المنحرفين المتربصين بهم.
- 20- تعاون جميع المؤسسات المسؤولة في مراكز الصحة النفسية والخدمة الاجتماعية على حماية الناشئة.
- 21- تطوير ورفع مستويات العاملين في المؤسسات والمراكز المسؤولة في تقديم التوجيه والعلاج المناسب للناشئة بشكل عام.
- 22- ضرورة تنظيم عمل الهيئات المسؤولة الاهلية والرسمية على حماية الناشئة من الانحراف بكل اشكاله خاصة التحرش الجنسي.
- 23- فتح مراكز مختلفة للتوعية ورعاية الناشئة وتوجيه نشاطاتهم بالشكل الصحي وذلك لحمايتهم من ممارسة السلوكيات المنحرفة والمختلفة.
- 24- اقامة دورات صيفية وحملات توعية هدفها انشاء جيل متمتع بالاخلاق السامية.
- 25- توجيه الأطفال توجيها صحيحا لكيفية استعمالهم الشبكة العنقودية بشكل مفيد.
- 26- توزيع كتيبات على العوائل تتناول الامور الجنسية بشكل علمي واسلوب مقبول لغرض التوعية فيها وحماية الأطفال من المنحرفين.
- 27- مراقبة العلاقات التي يقيمها الأطفال فيما بينهم بعيدا عن التدخل الذي يثيرهم.

- 28 - افتتاح مراكز مختلفة للتوعية ورعاية الناشئة وتوجيه نشاطاتهم بالشكل الصحي وذلك لحمايتهم من ممارسة السلوكيات المنحرفة والمختلفة.
- 29- توعية الأسر وتوضيح الأمور الجنسية بشكل علمي وأسلوب مقبول لغرض حماية الأطفال من هذه المخاطر.
- 30 - مراقبة مراكز الانترنت العامة من قبل الجميع ان كانوا مربين أو سلطات امن أو غيرها كي لا يستغل الأطفال بتدريبيهم على ممارسات سلوكيات اباحية وزرع تلك الاخلاق لديهم.
- ما هي الوسائل الناجحة لمعالجة الامر إذا حصل وثبت شيئاً بخصوص التحرش؟
- 1- ينبغي فحص الضحية أو المعتدى عليه طبيباً للتأكد من سلامته من الالتهابات ومعالجتها، ان وجدت في اسرع وقت ممكن.
 - 2 - مساعدته من الناحية النفسية وذلك بعرضه على طبيب نفسي أو معالج نفسي.
 - 3- فحص القطة التي تعرضت للاعتداء للتأكد من عفتها ومساعدتها على تخطي الازمة وتهيتها للزواج بشكل اعتيادي .
 - 4- تجنب الاستهزاء بمن وقع الاعتداء عليه.
 - 5- تجنب اطلاق الصفات على من وقع عليه الاعتداء كالجان أو الضعيف... الخ من الصفات التي تعمل على تحطيمه.
 - 6- مساعدة الضحية على توضيح ما حدث لها أو له والاستماع له بكل هدوء وضبط اعصاب كي يطمئن الطفل ويتحدث بحرية تامة 7 - تجنب التشهير بمن وقع عليه الاعتداء.
 - 8 - علاج الموقف بالمنطق والحكمة والروية ان وقع اعتداء على الابناء لا سمح الله بعيدا عن الاندفاع والتهور.
 - 9 - توفير النشاطات المختلفة لمن وقع عليه الاعتداء وذلك لابعاده عن التفكير واجترار الحادث.
 - 10 - حمايته من التعرض للاصابة بالكآبة والخوف والوسواس وكره الحياة وغيرها من الامراض النفسية وذلك عن طريق تخفيف الصدمة عنه.
 - 11- تجنب التهديد والوعيد و القاء اللوم على الطفل لانه بامس الحاجة الى الاطمئنان والدعم والشعور بالامان.
 - 12- تجنب القاء المسؤولية كاملة على الطفل خاصة اذا كان لا حول ولا قوة له.
 - 13- ينبغي الاتصال بالمعالج النفسي الاجتماعي والنفسى لمساعدة الطفل على تخطي اثار المشكلة.
 - 14- ينبغي التأكد من ادعاء الطفل في هذا المجال قد يكون خياله الواسع هو الذي يدفعه لسرد تلك الاحداث.

- 15- تجنب فضح الامر بالمجلات والصحف وان لزم الامر في ذلك تجنب ذكر الاسماء والتشهير بهم.
- 16- يمكن تبديل مكان سكن العائلة ان امكن وذلك للتخلص من تقولات الاخرين وحماية الطفل من الصراعات النفسية التي تسببها له تلك التقولات.
- 17- تدريب الطفل على ممارسة تمارين الاسترخاء وتمارين التنفس للتخلص من التوتر الذي يعاني منه.
- 18- معاقبة المعتدي بشكل قانوني كي لا يكرر ذلك السلوك المشين مع الاخرين مرة اخرى.
- 19- علاج المعتدي لانه بحاجة ماسة للمساعدة وقد يكون هو الاخر ضحية من ضحايا هذه الافة.
- 20- منع الطفل من الاتصال بمن اعتدى عليه خاصة اذا كان من الاقارب وان لم يكن معروفا منعه من الاتصال بالجماعة التي كان يتعامل معها ان كان هناك شك بهم.
- 21- المصارحة بين القادمين على الزواج لاجل التخلص من عذاب الضمير اولا وثانيا لزرع الثقة بين الطرفين.
- 22- معاقبة المجرم الذي مارس الاعتداء والحذر من تركه طليقا للحد من تكرار الجريمة اضافة الى الاثر النفسي على الضحية عندما يرى المجرم طليقا.

بعض الارشادات النفسية التي يمكن للمُعْتدى عليه أو (الضحية) ان يتبعها ادرجها كما يأتي:

1- من تعرض لهذه الحالة وله اتجاه ديني سيساعده هذا الاتجاه على تخطي الأزمة. كما تعتبر ظاهرة الاستشارة المنطقية كبداية ايجابية ستساعد هؤلاء كثيرا على الشفاء أن شاء الله.

2- ممارسة النشاطات المختلفة التي تشغله عن التفكير بالجنس، وحبذا لو كان بينها نشاطات تعكس على الفرد بالفائدة كالقراءة وممارسة الهوايات المفيدة.

3- ينبغي إبعاد جميع الأفكار المتعلقة بتلك الحالة التي يعاني منها الفرد خاصة إن كانت لها علاقة بأنواع التلذذ بها.

4- على الفرد إبعاد الأفكار المنحرفة التي تسيطر عليه، وليعلم إن ممارسة ما يفكر به من انحراف فالعاقبة ستكون وخيمة. وعليه أن لا يقرب ما حرمه الله أبدا.

5- عليه أن ينهض من مكانه بسرعة كلما راودته أفكارا منحرفة ويتوضأ ويصلي ركعتين ويستغفر الله وهذا سيساعده كثيرا.

6- إن كانت الظروف مساعدة للزواج عليه أن يحاول التفكير في أن يتزوج بالطرق التي حلها الله كي يبعده عما يحرمه الله ويرفضه المجتمع العربي والإسلامي.

7- عليه أن يتعد عن مشاهدة الأفلام التي تثير التهيج الجنسي لديه مهما كلفه الأمر.

8- عليه أن لا يسمع إلى من يشجعه على الإتيان بممارسات منحرفة ومشبوهة.

9- أن يقرأ عن العفة وعن مشاهير العلماء الذين اشتهروا بالأخلاق الحميدة وليعلم أن الفقر والمرض ليس بعيب وإنما العيب من فقد سمعته وشرفه. ومجتمعنا العربي يمج السلوكيات التي تتعلق بالانحراف الجنسي فعلى الفرد أن لا يقرب منه ولا يفكر به مطلقا.

10- إن الانحراف واتخاذ الفرد تلك السلوكيات يكون منبوذا حتى في المجتمعات الأوروبية وبعضهم يشبهون تلك السلوكيات كسلوك الحيوان. فكيف بمجتمعاتنا المحافظة و التي تؤكد على السمعة الطيبة التي هي فخر للفرد ولعائلته ولأطفاله في المستقبل. يمكن لطفله أن يقول أبي كان مريضا أو فقيرا ولا يخجل من ذلك، ولكنه لا يستطيع أن يقول كان أبي يمارس اللواط والعياذ بالله.

11- على الفرد الابتعاد عن ممارسة التحرش الجنسي مع الآخرين انتقاما لنفسه لأنه تعرض إلى ذلك أو انتقاما من اعتدى عليه كاعتدائه على ابنائه أو اقربائه ، فستكون العاقبة وبالا عليه وذلك لتأنيب الضمير الذي سيلازمه

طول حياته، ويكون وبالا عليهم لأنه سيجعل منهم أفرادا يعانون مثل ما يعاني منه الآن، كما أنه يُغضب الله.

12- عليه أن يحاول رسم ذلك الشخص الذي اعتدى عليه في ورقة ويمزقها إربا إربا عدة مرات أو يرسمه ويعمل تقوبا على صورته وذلك للتنفيس عما يعاني منه.

13- تساعد ممارسة النشاطات المختلفة على صرف الطاقة التي لديه كالرياضة المختلفة أو النجارة أو الحدادة وما إلى ذلك.

14- عليه الابتعاد عن الشبكة الإلكترونية والدخول إلى المواقع المشبوهة لنلا تؤثر هذه البرامج عليه وهو في غنى عن ذلك.

15- عليه أن يسمع القران ويصلي كلما عنت عليه فكرة سلبية سيئة مثل تلك الأفكار الشيطانية.

16- أن يذلل ويسيطر على الصراعات النفسية التي يعاني منها لنلا تضعفه وتجعله عرضة لتلك الأفكار السلبية التي تدور حول هذا الموضوع.

17- عليه أن يراجع الطبيب بنوعيه الجسمي والنفسي للتأكد من سلامة الأعضاء الجنسية والطبيب النفسي لعلاج حالته النفسية هذه وبدون تأخير.

18- إن انتشار الفرد في العلاج لتلك الظاهرة يعني هناك مؤشر يطمئن لأنه وضع قدمه على السلم للعلاج وهذا شيء جيد وذلك بشرح حالته التي يعاني منها، وطلب العلاج هذا معناه أنه يرفض ذلك السلوك المشين والله سيعينه على ذلك.

19- عليه أن يكون قويا بإيمانه ولا يضعف أمام تلك الأفكار السلبية إن كانت تسيطر عليه.

طرق تطبيق العلاج النفسي لمساعدة ضحايا التحرش الجنسي نلخصها كما يأتي:

1- طمأنة المسترشد واعدة ثقته بنفسه.

2- اعطائه فرصة التعبير والتنفيس عما يعاني بزرع الثقة بين المعالج النفسي والمسترشد.

3- مراقبة سلوك المسترشد الانفعالي وكشف صراعاته النفسية المكبوتة.

4- يمكن استعمال التنويم الإيحائي في علاج هؤلاء.

2 - توصيات لعلاج اكتئاب الأطفال الصغار :

اكتئاب الاطفال: هو عبارة عن حالة انفعالية تعمل على تغيير مزاج الاطفال المصابين بذلك الاضطراب مما يؤدي الى الاصابة بالحزن والسأم والعزلة وتعكر المزاج، ويؤدي الى اضطراب العلاقة بينهم وبين الاخرين. يعاني الاطفال من

انخفاض الحماس في اللعب والمرح الذي هو من ميزة الاطفال الاعتياديين . يميل هذا النوع من الاطفال الى ابداء النفس والبكاء واضطراب النوم والطعام والتبول اللارادي احيانا. ويظهر الاضطراب في سن العاشرة اكثر الاحيان.

علاج الاكئاب:

يعتمد علاج اكئاب الأطفال الصغار باتباع الطريقة المناسبة للحالة ويمكن تلخيص ذلك كما يأتي:

- 1 - معرفة السبب.
- 2 - تحديد طريقة العلاج المناسبة أو الطرق.
- 3 - تجنب اهمال الحالة وانما المباشرة في العلاج بعيدا عن الاهمال.
- 4 - مساعدة الطفل على تصحيح مسار الحياة الاجتماعية والنفسية والصحية لبناء شخصيته في تلك المرحلة.
- 5 - زرع الثقة بنفس الطفل وتشجيعه على تقويتها بكل الاساليب.
- 6 - عرض الطفل على طبيب نفسي ومعالج ومتابعة العلاج باستمرار الى ان يتخلص الطفل من الحالة.
- 7 - تزويد الطفل بلعب تساعده على العلاج عن طريق المعالج النفسي.
- 8 - احاطة الطفل بالحب والحنان والدف بعيدا عن المبالغة في ذلك.
- 9 - اتباع العلاج النفسي الفردي أو الجماعي حسب حاجة الطفل لذلك.
- 10 - التعاون بين البيت والمدرسة والمعالج النفسي على مساعدة الطفل للتخلص من الكآبة.
- 11 - حماية الطفل من الخوف والرعب قدر الامكان.
- 12 - تجنب استعمال التوبيخ أو الضرب أو الالهانة.
- 13 - تجنب اظهار الحوف والغضب والتذمر من الحياة امام الطفل.
- 14 - تجنب زرع الغيرة في نفوس الأطفال والتفرقة بينهم.
- 15 - مصاحبة الطفل لزيارة الاماكن التي يحبها كحديقة الحيوانات أو الملاعب أو الرحلات.
- 16 - الحذر من اهمال الطفل وتركه في كآبته ومعاناته.
- 17 - اعطاء الطفل فرصة للعب مع اقرانه واصحابه بشرط ان يكونوا بنفس سنه.
- 18 - حماية الطفل من التحرش الجنسي وذلك عدم تركه مع الاخرين بدون رقابة.
- 19 - الاهتمام بطعام ونظافة الطفل.
- 20 - تدريب وتعليم الطفل الاساليب التي تقوي شخصيته وثقته بنفسه.
- 21 - تجنب تزويد الطفل بالعباث العنيفة لديه.

3 - طرق واساليب علاج التبول اللاإرادي Night urination:

التبول اللارادي: هو عبارة عن اضطراب يتمثل في الانسياب التلقائي للادرار ليلا ونهارا بسبب الخلل الحاصل في المثانة، ولا يستطيع المصاب التحكم في ضبطها، والاسباب عديدة منها الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والتربوية التي تلعب دورا مهما في ضبط تلك العملية والتحكم فيها.

ان من الطبيعي يكون الطفل الذي بلغ الرابعة او قبلها قد تحكم بالعملية ، اما من يتعدى ذلك العمر ولم يتحكم في العملية فان هذا مؤشر الى ان لديه اضطراب في التحكم. ويتم العلاج بالتعاون بين الاسرة والطبيب المعالج والمدرسة بالطرق التالية:

1 - التأكد من ان الحالة غير طبيعية من حيث النمو والعمر والمرحلة التي يكون الطفل فيها، مقارنة باقرانه بنفس العمر، فان كان صغيرا ولم يبلغ السن المحددة للتحكم في المثانة فلا حاجة للقلق عليه ، وانما الصبر الى ان يبلغ المرحلة التي تساعده على التحكم.

2 - معرفة السبب ان كانت الغيرة أو الخوف... الخ من الأسباب التي ذكرناها في السابق. كي تتحدد طريقة العلاج المناسبة.

3 - صياغة برنامج ارشادي توعوي للأُم ومن يهتم بتربية الطفل.

4 - تشجيع الاسرة على معاملة الطفل معاملة ملؤها الحب والحنان والعطف، بعيدا عن المبالغة.

5 - تجنب التشهير بالطفل أو الاستهزاء به، أو استعمال الاوصاف والالقب المتعلقة بهذه الحالة.

6 - اجراء الفحوصات العضوية المختلفة للطفل للتأكد من سلامة المسالك البولية، أو الامراض الاخرى المسببة لذلك ، لمعرفة السبب الاساسي في الحالة .

7 - التحلي بالصبر مع الطفل، واعتبار الحالة مرحلة وستمر بسلام.

8 - زرع الثقة بنفس الطفل، وكلما كانت ثقته بنفسه عالية، كلما سيطر على الحالة.

9 - الحذر من اي سلوك يثير الغيرة للطفل.

10 - تشجيع الطفل الذي سيطر وتحكم بالعملية، والاستمرار بتشجيعه على ذلك التحكم.

11 - الاهتمام بصحة الطفل النفسية، وعلاج الكآبة ان وجدت.

12 - الاهتمام بنوم الطفل وتعويده على النوم في ساعة محددة.

13- تنظيم وتعويد الطفل على الذهاب الى دورة المياه بشكل منتظم كي تتعود المثانة على ضبط العملية.

14 - الاهتمام بتغذية الطفل الصحي، والخالي من التوابل وتقليل السكريات والملح.

15 - التقليل من تناول المشروبات الغازية والسوائل خاصة قبل ساعة النوم.

- 16 - مساعدة الطفل على تبديل ملابسه كي يحافظ على النظافة اولاً، وثانياً ينبغي ان لا يعرف الاخرون من في البيت وضعه، كي لا يتندروا عليه ويسخروا منه.
- 17 - تنظيم ساعات ايقاظ الطفل اثناء الليل للذهاب الى الحمام.
- 18 - تنظيم جدول للطفل ووضع علامة كبيرة وملونة على اليوم الذي لا يتبول به للتشجيع، وعلامة اخرى سوداء صغيرة لليوم الذي يتبول فيه للتنبيه.
- 19 - تجنب التهديد والعقاب، لان الحالة ليست بيده، وانما علينا ان نعامله على انه مريض يحتاج الى علاج.
- 20 - تدريب الطفل على تنظيم وضبط العملية في النهار، كي يتعود على ضبطها في الليل.
- 21 - عرض الطفل على اخصائي في المجاري البولية لاجراء العلاج الطبي.
- 22 - الحذر من مقارنة الأطفال بان فلان ضبط العملية احسن منك.
- 23 - مراجعة الطبيب المختص في المسالك البولية والاستمرار في علاج الطفل الى ان يتم شفائه.
- 24 - مراجعة الاطباء المختصين بالجيوب الانفية والجهاز التنفسي، والعظام لمعالجة مشاكل العمود الفقري ان كانت، وغيرها من الامراض التي لها علاقة بتلك الحالة.
- 25 - التعاون مع المختص والاهل على تدريب الطفل على التحكم في المثانة، وذلك بتشجيع الطفل على الاحتفاظ بالادرار لمدة اطول كي يساعد المثانة على الاتساع واستيعاب الادرار.
- 26 - تدريب الطفل على عملية تقوية المثانة وذلك بعملية تقطيع انسياب الادرار، وبتكرار تلك العملية سيقوى الصمام الذي يتحكم بالعملية، يحتاج الامر الى صبر واستمرار.
- 27 - استعمال جرس التنبيه عند نزول الادرار. مما ينبه الطفل ويجعله يستيقظ لذلك كي يذهب الى الحمام.
- 28 - الانتباه للفروق الفردية بين الأطفال، هناك من يتحكم بالعملية في عمر سنة ونصف، واخر سنتين، والغالبية العظمى منهم يستمرون الى عمر اربع سنوات، اما ان تعدى ذلك العمر، ينبغي مراجعة الطبيب المختص ليحدد، ان كان الوضع طبيعي أو غير طبيعي.
- 29 - تعويد الطفل على التوقف عن شرب السوائل قبل النوم على الاقل بساعتين.
- 30 - الاهتمام بغذاء الطفل ومنعه من تناول المأكولات التي تحتوي على المخدرات، والبهارات.
- 31 - الحذر من استعمال القسوة مع هذا النوع من الأطفال، لانها تزيد الامر سوءاً.

- 32 - تجنب تانيب وتوبيخ الطفل على تلك العملية لان هذا التوبيخ يزيد الامر سوءا.
- 33 - تهدئة الطفل قبل الذهاب الى النوم، وان كان يخاف الظلام يمكن وضع ضوء خافت في غرفته، كي يطمئن.
- 34 - استعمال اسلوب التعزيز لدفع الطفل في الاستمرار على ضبط العملية.
- 35 - الحذر من استعمال المقارنات بين الأطفال لان هذه الطريقة ضررها كبير جدا على الأطفال.
- 36 - تجنب زرع الغيرة في نفوس الأطفال مهما كان نوعها.
- 37 - الابتعاد عن التذنب في معاملة الأطفال.
- 38 - الترويج عن الطفل باصطحابه الى المنتزهات، وحدائق الحيوان ومدينة الملاهي، وغيرها ان كانت متوفرة.
- 39 - عرض افلام فيديو عن الأطفال وهم يستعملون الحمام، ان كانت تلك الافلام متوفرة.
- 40 - سرد قصص مسلية على الطفل قبل نومه، وان توفرت فيها عن نظافة الأطفال تكون الفائدة اكبر .

4 - طرق السيطرة على كبت Repression الأطفال:

- الكبت: هو ظاهرة لا شعورية وحيلة دفاعية يلجأ اليها الانسان الذي يشعر بالقمع والظلم والاضطهاد، ولا يستطيع ان يعبر عن افكاره وشعوره بشكل صريح عندما يتعرض الى مواقف سلطوية دكتاتورية ، ان كانت اسرية او مدرسية او دينية او اجتماعية او سياسية، ولا يستطيع الدفاع عن نفسه، فانه يلجأ الى تلك الحيل الدفاعية التي تخفف عنه، اما ان زاد الضغط عن الحد فانه ينفجر بسلوك مدمر، فكثير ما نصطدم بافراد هادئين ساكنين ولكنهم ينفجرون ويكون انفجارهم مدمرا لهم ولغيرهم.
- ادرج بعض التوصيات للتخفيف عنهم كما يأتي:
- 1 - معاملة الأطفال معاملة فيها نوع من الرقة والحنان بعيدا عن التطرف.
 - 2- تجنب التدخل في لعب الأطفال، وانما تركهم يلعبون بحرية كاملة، الانوع من المراقبة التي تحميهم من الخطر.
 - 3- عدم اجبار الأطفال على اعمال فوق طاقتهم.
 - 4- افساح المجال للأطفال للتعبير عن مشاعرهم وغضبهم بعيدا عن الدلال.
 - 5- مساعدة الأطفال على حل مشاكلهم.
 - 6- الحذر من التجسس على الأطفال، لانه بحد ذاته يثير التوتر لديهم.
 - 7- مساعدة الأطفال على السيطرة على انفعالاتهم، وتخفيفها عنهم.
 - 8- تخفيف القلق والحزن عن الأطفال.
 - 9- تجنب زج الأطفال في مشاكل الاسرة خاصة الوالدين.

- 10- توفير أو بالاحرى تزويد الأطفال بما يحتاجون من مصروف يرمى، لسد حاجتهم، خاصة اذا كانوا في المدرسة.
- 11- التعاون بين البيت والمدرسة على حل مشاكل الأطفال.
- 12- فسح المجال للأطفال لمشاهدة التلفيزيون، وذلك باوقات متفق عليها مع الأطفال.
- 13- تزويد الأطفال بكتب ومجلات للتسلية والاستفادة العلمية منها بنفس الوقت.
- 14- مرافقة الأطفال لزيارة المتاحف، وحدائق الحيوان للترفيه عنهم.
- 15- تزويد الأطفال بالعباب، واجهزة الكترونية للفائدة والتسلية.
- 16- مساعدة الأطفال على نمو اجسامهم وعقولهم بثتى الطرق والاساليب.
- 17- افساح المجال للأطفال في اختيار اصدقائهم، بعد التأكد من حسن سيرة الصديق.
- 18- جعل علاقة الوالدين مع الابناء بمثابة الاصدقاء، كي تساعدهم على البوح بمشاكلهم التي تبعدهم عن الكبت.
- 19- تحقيق رغبات الأطفال، بعيدا عن المبالغة في ذلك.
- 20- مرافقة الأطفال في الرحلات السياحية والسفرات التي تنمي قدراتهم وتحفف عنهم.
- 21- الاهتمام بغذاء الأطفال الصحي الذي يحميهم من التوتر، والغضب.
- 22- تشجيع الأطفال على ممارسة الرياضة التي تخفف عنهم الضيق والحزن والكآبة.
- 23- توفير مكان للراحة في البيت للأطفال، وان كان في الامكان لكل طفل غرفته المستقلة.
- 24- تجنب العبث في ممتلكات الأطفال، لانها جزء من شخصياتهم.
- 25- مساعدة الأطفال على التمتع بالاستقلالية في افكارهم وسلوكهم.
- 26- مساعدة الأطفال على الابداع والابتكار الذي يحقق السعادة لهم.
- 27- عمل حلقة نقاش اسبوعية أو شهرية، لمناقشة حاجاتهم ومشاكلهم. ومساعدتهم على حلها.
- 28- تقديم الهدايا لهم في المناسبات، أو النجاح في المدرسة.
- 29- اشراك الأطفال في مهام الاسرة التي تشعرهم باهميتهم
- 30- مراجعة المعالج النفسي ان لم تنفع تلك الاساليب
- 5 - الوقاية من الرهاب أو الخوف لدى الاطفال :**

الرهاب او الخوف: هو مرض نفسي وحالة متواصلة من القلق والرعب من مواقف ونشاطات معينة تؤدي بالانسان الى التوتر وعدم الراحة بشكل مستمر. يشعر بان وضعه غير منطقي ويحتاج الى المساعدة لانه لا يستطيع التخلص من تلك الحالة.

قد يتحول الى اعراض جسمية مختلفة ويكون على اشكال متعددة منها: رهاب المرتفعات او الاماكن الضيقة او عكسها الواسعة، رهاب الحيوانات والحشرات، رهاب الميكروبات والتلوث، رهاب الدم والحقن وغيرها.
تعيق هذه الحالات المصاب من ممارسة اعماله ان كانت مهنية او اكااديمية او اجتماعية او دراسية. والاسباب في ذلك عديدة.

لقد تناولنا موضوع الخوف بالتفصيل في كتاب دليل العائلة النفسي يمكن الرجوع اليه. نعلم بأن الحذر غلب القدر والوقاية خير من العلاج. تتم الوقاية من الاصابة بالخوف بالشكل التالي:

- 1- مراقبة الأفلام: إن شعر المربون بأن تلك الأفلام مضرّة للطفل عليهم أشغال الطفل بأمر أخرى تبعده عن التركيز على الفلم المخيف.
- 2- تجنب الأحاديث التي تتناول المواقف التي تحدث في المدرسة والتي تثير الخوف لدى الطفل منها.
- 3- الابتعاد عن الطرق التي تمارس، والتي هدفها المزاح الذي يعتمد على تخويف الطفل من بعض الحيوانات أو الأصوات أو المظاهر الأخرى.
- 4- عدم إظهار أي نوع من أنواع الخوف أمام الطفل لئلا نزرع في نفسه الخوف دون أن ندري.
- 5- تعويد الطفل على الدخول في الأماكن المظلمة أو العالية أو الضيقة مع الحذر من الأذى إن شعرنا بأنه سيتعرض له.
- 6- استعمال طرق التعزيز الإيجابية إن كانت معنوية أو مادية إن أردنا أن يمارس سلوكا معينا. على سبيل المثال نظافة الأسنان أو الأبدان ، أو مهارة من المهارات.
- 7- قراءة القصص التي تدور حول الشجاعة للطفل وتزويده بالقصص التي تشجعه على المغامرة والتي تقوي الشجاعة في نفسه والتي تبعده عن الخوف.
- 8- التحدث أمام الآخرين عن شجاعة الطفل وتجنب التحدث عن خوفه.

علاج الخوف:

يتساءل الآباء عن علاج الخوف. الحقيقة يتم علاج الخوف على يد المربين وعلماء النفس بالطرق التالية:

1 - علاج يتم على يد التربوي والنفسي:

وذلك بمواجهة المريض بنواياه الدفينة، و إزالة السبب في الحالة، تقوية الثقة بالنفس، مساعدته على الانضمام إلى النشاطات المختلفة بحيث تساعد على التأقلم معها، التقليل من أهمية الموضوع الذي يخاف منه. قد يكون السبب جلب الانتباه عندها تقليل الاهتمام بالمريض لكي لا يستعمل تلك الوسيلة كسلاح لجلب الانتباه.

2- العلاج على يد المعالج النفسي:

ويتم هذا باستعمال الإيحاء، و التنويم المغناطيسي

3- عن طريق التعلم الاشرطي:

بما إن الخوف يتأى عن طريق الاشرط إذن يكون علاجه بنفس الطريقة أيضا. ذكرنا سابقا تجربة واطسون الاشرطية التي أجراها على الطفل البرت، وإثارة الخوف لديه وذلك بإظهار فأر ابيض كان الطفل يحبه وعندما أراد أن يلمسه اخرج واطسون صوتا عاليا خلف رأسه، مما أثار الرعب والخوف لدى الطفل. حاول واطسون أن يجعل ارتباط قوي بين رؤية الفار والصوت، وذلك بتكرار تلك العملية عدة مرات، مما أدى إلى توليد انفعال الخوف الشديد لدى الطفل عند ظهور الفار. وبعدها عمم البرت خوفه على كل ما يشبه الفار كالأرانب وقماش الفرو الأبيض. تكون عملية التخلص من الخوف بعكس عملية زرع الخوف تماما ، بفارق فقط بزيادة عدد المرات في محاولة علاج الخوف عما يكون عليه زرع الخوف. فقد استعملت ماري جونز الطريقة العكسية في علاج الطفل الذي كان يخاف الأرانب ، وذلك بوضعه على كرسي، و إعطائه الحلوى، وبطيعة الأطفال فإنهم يحبون الحلوى، وقد أظهرت الأرنب أثناء تناول الطفل لتلك الحلوى ، وكررت العملية وبدأت بتقريب الأرنب للطفل شيئا فشيئا إلى أن بدأ الطفل يأكل وجاتبه الأرنب، وبعدها حاول مسكه وهو يأكل الحلوى.

كما يمكن للمربي أو النفسي أن يحكي للطفل حكاية عن الموضوع الذي يخاف منه ويقرب الخائف للموقف شيئا فشيئا و إشعار الطفل بحب ذلك. على سبيل المثال إذا كان الطفل يخاف الكلب لخبرة مؤلمة مر بها الطفل فأول الأمر نشعره بأننا نحب ذلك الحيوان ونحكي له قصصا عن وفاته، ثم نعرض له فلم إيجابي عن الكلب ، وبعده نعرض له صور ونقرب له تلك الصور. في أول الأمر بحجم صغير ثم بحجم كبير، ونقرب تلك الصور منه، وبعدها نطلب منه أن يضع يده عليها ، ثم نجلب لعبة تمثل ذلك الكلب ونقربها له تدريجيا، وبعدها نأخذها إلى حديقة الحيوان ليشاهد الكلب، ونقربه منه تدريجيا ونمسكه ونطلب منه أن يضع يده عليه. أما إذا تمانع لا نجبره على ذلك، ونكرر العملية وبالتالي نجده يلعب مع الكلب بدون خوف. على سبيل المثال ان كان الطفل يخاف من المدرسة ، ينبغي التحري عن السبب اولا، هل يخاف المعلمة ؟ أو التلاميذ ؟ أو يخاف من الابتعاد عن الأم ؟. عندها يتم العلاج مطابقا للسبب فان كان

الخوف ناتج عن المعلمة، اذن ، يمكن تبديل الصف كي يكون مع معلمة أخرى. وان كان يخاف التلاميذ يحاول الآباء بالتعاون مع المعلمة على خلق الألفة بينهم . أما إذا كان الخوف من الابتعاد عن الأم، فعلى الأم الذهاب معه إلى المدرسة أول الأمر ، ثم التقليل من مراقبته شيئاً فشيئاً.

4- يتم علاج الخوف بتكليف الفرد على أداء الأدوار:

يمكن مساعدة الطفل على تمثيل دور ذلك الشخص الذي يخاف منه. على سبيل المثال ان كان الطفل يخاف طبيب الأسنان أو الطبيب العام، فانه يتقمص دور الطبيب بدور تمثيلي ويقوم بزرق الإبرة للمريض. و يُطلب منه أن يحاول أن يطمئن المريض الآخر بأنه سيشفيه، أما إذا كان صغير السن فإننا نحكي له حكايات بسيطة عن دور الطبيب وزيارة عيادة الطبيب والتعاون مع الطبيب، وذلك بإعطاء الطبيب الطفل الحلويات أو اللعب البسيطة لكي نخلق نوع من التجارب بينهما.

5- علاج الخوف من الظلام:

يتم العلاج مع الطفل بالتدرج ايضاً، أي وضع ضوء خافت في غرفته. أو أن تجلس الأم مع الطفل قليلاً ، ثم تخبره إنها ستطفى النور وهي لا زالت معه إلى أن ينام ، وفي المرة الأخيرة تطلب منه أن يطفى النور بنفسه. كما تطلب منه أن يطفى نور غرفة أبيه، ثم تذهب معه إلى غرفته، وتجلس معه لتحكي له حكايات بسيطة خالية من الخوف والغرفة مظلمة إلى أن ينام. كما يمكن أن نطلب من الطفل أن يحصل على الحلوى أو اللعب من الغرفة المظلمة. وهكذا إلى أن نشعر بأنه قد أطمئن وسيطر على الخوف من الظلام.

6- العلاج بالعقاقير:

إذا استعصت الحالة فيمكن العلاج بالأدوية والعقاقير. المرحلة الثانية ازالة الخوف من الأصوات: هذه الطفلة كانت تخاف الاصوات . أخذت المؤلفة تدريب الطفلة على التأقلم مع الاصوات، كلما شغلت آلة تحدث صوتاً تنتبه الطفلة، تبدأ المؤلفة بالضحك، واخراج اصوات تحبها الطفلة، أو تغني لها. حتى اصبحت الطفلة طبيعية لدى سماعها الاصوات. وان حدث صوتاً تنتبه له ولم تركز اهتمامها عليه.

6 - علاج قلق الأطفال

القلق : هو عبارة عن خبرة انفعالية غير سارة مزوجة بالالم والحزن والخوف والتوتر والضيق، ناتجة عما يشعر به الانسان من خوف وتهديد ان كان حقيقي او خيالي. لهذا النوع من القلق اثار جسمية ونفسية عديدة منها زيادة في ضربات القلب وضيق التنفس والصداع والتهابات مختلفة كالتهاب اللوزتين والمعدة واضطراب في النوم والطعام... الخ من توعكات وامراض. اسبابه تكون اسرية ونوعية المعاملة التي يتبعها الوالدين مع الطفل.

يكون القلق على ثلاثة انواع: القلق العصابي، والقلق الموضوعي والقلق الخلفي. اما طرق علاجه فهي ما يأتي:

- 1- معرفة سبب القلق.
- 2 - تجنب استعمال العقاب والتهديد والوعيد.
- 3 - تجنب ربط علاقة الام وحبها لطفلها بسلوكه المستقبلي وبشروط ، وانما ان تزرع الحب العفوي بنفس الطفل.
- 4 - تزويد الطفل بمعلومات عن حياته وبيئته بما يريجه لا بما يقلقه.
- 5 - تقوية ثقة الطفل بنفسه في جميع المجالات.
- 6 - فسح المجال للطفل للاتصال بالآخرين وتكوين صداقات معهم.
- 7 - اعطاء للطفل فرصة التعبير عن نفسه وانفعالاته وافكاره.
- 8 - مساعدة الطفل على حل مشاكله بنفسه وتدريبه على ذلك.
- 9 - توضيح الامور الصعبة والمعقدة للطفل كل حسب عمره والمرحلة التي يكون فيها.
- 10 - تجنب الاستهزاء بقلق الطفل أو خوفه وانما توضيح الموقف له كي تهدأ نفسه وترتاح.
- 11 - تجنب تدليل الطفل لان الدلال مفسدة.
- 12 - تجنب غرس الاتكالية على الاخرين في نفس الطفل.

7 - التعب السيكولوجي لدى الأطفال:

التعب السيكولوجي: هو حالة نفسية ترثر على كيان الانسان جسما ونفسيا واجتماعيا بحيث تُعيق نشاطه وتعطله عن اداء مهامه بالشكل الاعتيادي. تنتج هذه الحالة من التوتر والاجهاد في العمل والاصابة بالارق، او تعرض الانسان للصدمة كموت عزيز فجأة، او تعاطي المخدرات، كذلك كثرة تناول العلاج الدوائي. تؤدي الحالة الى تردي الانتباه والتركيز وضعف الذاكرة والصداع والشعور بالتعب بسرعة لا يسط المهام التي يؤديها المصاب. كما تؤدي الى سرعة الغضب واضطراب في النوم والطعام.

يشعر المصاب بالتعب الجسدي والنفسي والاجتماعي والعقلي. فانه يشعر بالتعب الجسدي والنفسي والاجتماعي والعقلي.

يعمل الاطباء السبب الى الاجهاد الحاصل في الجهاز العصبي والنفسي مما يؤدي الى الانهك في القدرات العقلية والذهنية والعصبية التي تؤثر على الحالة النفسية للانسان، وهناك من يوعز الحالة الى ضعف القلب وعجزه عن ضخ الدم الى بقية انحاء الجسم وتزويده بالاكسجين والمواد الغذائية. وللسيطرة على تلك الحالة يمكن اتباع التوصيات الاتية :

من المعلوم ان لكل مشكلة حل اذا وجد من يستطيع ذلك. يمكن التغلب على مشكلة التعب النفسي، أو السيكولوجي كما يأتي:

- 1 - معرفة السبب الذي يعتبر نصف الحل.
- 2 - مناقشة المشكلة مع الأطفال.
- 3 - عقد اجتماع مع الأطفال على الأقل في الاسبوع مرة، وان تعذر ذلك على الأقل في الشهر مرة، لمعرفة معاناة الأطفال ان كان في البيت أو المدرسة.
- 4 - اتاحة الفرصة للأطفال في التعبير عن مشاكلهم بكل حرية.
- 5 - تجنب مقابلة مشاكل الأطفال بالتوتر والعصبية، لان هذا الاسلوب يعقد المشكلة بدلا من حلها.
- 6 - تجنب اهمال الأطفال وبنبغي متابعة حياتهم، بعيدا عن التدخل المفرط بها.
- 7 - تجنب تدليل الأطفال، كي لا نفقدهم الثقة بالنفس.
- 8 - مساعدة الأطفال على الاستقلالية في حياتهم، قدر الامكان.
- 9 - تجنب مناقشة مشاكل الوالدين بحضور الأطفال، لان هذا ينعكس على راحتهم النفسية.
- 10 - توضيح المشاكل الحياتية التي تواجهها الاسرة أو المجتمع للاطفال باسلوب بسيط ومناسب لآعمارهم، كي يكونوا على دراية بها.
- 11 - توعية الأطفال بمشاكل المجتمع التي ستكون أو تقع، كي يستعدوا لها نفسيا، على سبيل المثال، الحروب التي ستكون، أو نتائج الاحتلال، أو غيرها من الامور التي تتعلق بالافات الطبيعية والاجتماعية.
- 12 - اطلاع الوالدين على مراحل نمو الأطفال، كي يكونوا على دراية في كيفية معاملة الأطفال، ومتطلبات تلك المرحلة.
- 13 - التعاون بين البيت والمدرسة على حل مشاكل الأطفال التعليمية والاجتماعية.
- 14 - معالجة الامراض الجسمية والنفسية، والحذر من اهمالها كي لا تستفحل المشكلة.
- 15 - اتاحة الفرصة للاطفال لتكوين الصداقات مع من يحبون بعد التأكد من سلامة اخلاق الصديق.
- 16 - توفير المصادر العلمية للاطفال لتساعدهم على الدراسة والتحصيل العلمي، كل حسب مستواه أو عمره.
- 17 - خلق الدوافع القوية للاطفال نحو الدراسة والعمل.
- 18 - تعزيز سلوك الأطفال السليم، كي يتقوى، واهمال السلوك السلبي، أو تنبيه الأطفال عليه باسلوب تربوي سليم كي لا يتطور.
- 19 - اشاعة الحب والاحترام المتبادل بين افراد الاسرة ان كان في البيت، وبين الطلبة ان كان في المدرسة.
- 20 - تجنب تكليف الأطفال بمهام فوق قدراتهم وطاقاتهم.

8 - مص الابهام Sucking thumb أو مص الاصبع Finger sucking

مص الابهام: تعتبر عملية المص حاجة غريزية تبدأ لدى البعض في المرحلة الجنينية، وبشكل عام بعد الولادة في الشهور الاولى وتقل في الشهر السادس، وفي بعض الاحيان تستمر لدى البعض لدى الذين يشعرون عند ممارستها بالراحة والهدوء خاصة قبل النوم في حالة الشعور بالنعاس، ولدى الاخرين عندما يشعرون بالقلق والخوف وعدم الراحة، ويزداد لدى الاخرين عند الجوع او الشعور بالخوف. ان استمرار حالة مص الابهام الى ما بعد السادسة من العمر فان ذلك يُعتبر نوع من الاضطراب النفسي وينبغي معرفة السبب واصلاح الامر، لان ترك الامر له اضرار كبيرة على الطفل والكبير. وينبغي مساعدة الطفل على التخلص والسيطرة على مص الاصبع أو الابهام. هناك طرق عديدة للتخلص من هذا السلوك، منها ما يأتي:

- 1 - ارضاع الطفل عند الحاجة.
- 2 - تزويد الطفل باللهاية أو المصاص التي تشبع حاجة الطفل للمص، على أن تكون لفترة محددة. وتشجيعه على تركها في الوقت المناسب.
- 3 - اهمال بعض الحالات من مص الاصبع لانها ستزول بزوال الوضع. على سبيل المثال اليوم الاول من المدرسة الذي يثير القلق لدى بعض الأطفال ربما يستعمل المص وبعد فترة ينساها.
- 4 - اخذ الوقت الكافي في فترة رضاعة الطفل، لاشباعه ماديا ونفسيا من امه وحبها.
- 5 - تنظيم فترة الرضاعة بحيث لا تكون الفترة بين ارضاع وارضاع طويلة.
- 6 - فطام الطفل في الوقت المحدد له والمناسب، اي عدم التبكير في فطامه.
- 7 - اشعار الطفل بالراحة والاطمئنان اثناء الرضاعة، وذلك بلامسة يديه ورجليه اثناء الارضاع، والربت على خده... الخ من حركات تؤديها الام لطفلها كي تشعره بالراحة.
- 8 - متابعة حياة الطفل المدرسية والبيئية، وحل مشاكله المتعلقة قبل الاستفحال.
- 9 - تخفيف توتر الطفل واطاحة الفرصة له للاسترخاء والمرح.
- 10 - تجنب تهويل امر مص الاصبع والتحدث عنه للاخرين لانه يزيد الامر صعوبة.
- 11 - مراجعة المعالج النفسي ان صاحب مص الاصبع التبول الليلي، أو الكآبة أو الخوف، أو التأتأة.

- 12- تجنب التركيز على مص الاصبع واثارة انتباهه دائما. كي لا يترسخ هذا السلوك لديه.
- 13 - توجيه انتباه الطفل لامور اخرى، أو اشغاله بالعباب تلهيه عن استعمال المص.
- 14 - الحذر من ضرب الطفل على يده أو اصبعه الذي يمصه، لان ذلك يعقد الامر، وقد يتحول الى مرض نفسي يصعب علاجه.
- 15 - تعويض الطفل بمواد غذائية مفيدة يمصها بدلا من الاصبع.
- 16 - استعمال التعزيز للطفل الذي يقلل من مص الاصبع خاصة ان حدث هذا التقليل في النهار.
- 17 - يمكن ارتداء القفازات خاصة في فصل الشتاء. ولو ان بعض الأطفال يبدؤون بمص القفاز ايضا.
- 18 - استعمال كلمات التشجيع امام الاخرين. على سبيل المثال، مثل اصبح كبيرا وترك مص الاصبع، ويجب السامع، بكلمة تعجب وثناء عليه، هذه الطريقة كثيرا ما تشجع الأطفال على ترك السلوك السلبي.
- 19 - التقاط بعض الصور له عندما يمص اصبعه وعرضها عليه. سيمج ذلك المنظر ويترك السلوك.
- 20 - تجنب مقارنته مع الأطفال الاخرين الذين لايمصون اصابعهم، هذه المقارنة تاتي العكس، أو تثير الغيرة لديه من الاخرين.
- 21 - يمكن اعطائه المصاصة أو اللهاية في الاشهر الاولى من ولادته، يمكن ان يكون في الشهر السابع ، كي يهمل مص الاصبع.
- 22 - عرض الطفل على طبيب الاسنان، وذلك لتصحيح الخطأ الذي يحدثه المص مبكرا. أو طلب المساعدة منه على ترك ذلك السلوك.

9 - عصيان الأطفال Disobedience:

عصيان الاطفال: هو عبارة عن عدم طاعة الوالدين و مقاومة الطفل للاوامر الروتينية التي يتبعها الوالدين. وقد يكون السبب الى ان الطفل لم يعد قادرا على تمييز بين الصح و الخطأ. او يقع في حالة التقليد لغيره من الاطفال او المراهقين. يعتبر العناد من الاضطرابات السلوكية الشائعة بين الاطفال، ويكون في بعض الاحيان سلوكا ثابتا ومستمر ومتواصل.

يظهر العناد من سنتين الى اربع سنوات الاولى من عمر الطفل، ويكون الطفل خلال هذه الفترة يبني شخصيته الاستقلالية وذاته، وان اصطدم بالدين سلطويين قساة في معاملتهم له واصرارهم واجبارهم له على أداء سلوك معين، هذا من ناحية ومن ناحية اخرى يكون الطفل مندفعاً لاثبات ذاته، عندها يظهر العناد على أشده ويقوى وقد يستمر الى مرحلة المراهقة ويكون على أشده. وعلاج هذه المشكلة يتم بتظافر الجهود.

ومن المعلوم لكل داء دواء، ان تحلى الفرد بالصبر والحكمة. فعلاج مشكلة عصيان الابناء يعتمد على ما يأتي:

- 1 - معرفة مراحل نمو الطفل والحالة النفسية التي يمر بها وما هي المرحلة التي هو عليها.
- 2 - بيان الهدف من الاوامر، كي تكون واضحة للطفل ليتمكن من اداؤها.
- 3 - تحديد الزمان والمكان، كي يلتزم الطفل بذلك ويؤدي واجبه.
- 4 - متابعة اداء الطفل للمهمة التي اعطيت له .
- 5 - مكافئة الطفل الذي يعمل ويؤدي الاوامر ويطيعها، راضيا وليست طاعة عمياء.
- 6 - معاملة الطفل على انه كبير.
- 7 - احترام شخصية الطفل.
- 8 - تجنب التناقض في المعاملة، من قبل الوالدين.
- 9 - تجنب استعمال الشدة والقسوة عند عدم طاعة الامر.
- 10 - توعية الطفل بفوائد الطاعة للاوامر، بعيدا عن الانصياع الاعمى الذي يضعف شخصية الطفل.
- 11 - زرع الثقة بنفس الطفل وتقويتها.
- 12 - السيطرة على مشاكل الاسرة قدر الامكان، كي ينشأ الأطفال في بيئة هادئة، مريحة وسعيدة.
- 13 - احاطة الطفل بالحب والحنان.
- 14 - تجنب زرع الخوف في نفوس الأطفال.
- 15 - تكليف الأطفال بمهام حسب اعمارهم وقدراتهم. لا يكلف الله نفسا الا وسعها.
- 16 - مقابلة تقاعس طاعة الأطفال واداء المهام المكلفين بها بالصبر والحكمة والروية.
- 17 - ممارسة الترفيه للاطفال ومساعدتهم على الترويح عن انفسهم لراحة المخ والجسم بشكل عام.
- 18 - متابعة علاقة الطفل بالآخرين ان كان يخاف منهم، أو لديه مشاكل معهم، وحلها بالحسنى.
- 19 - تزويد الأطفال بالكتب التي تتناول حسن الاخلاق ومعنى الطاعة للوالدين.
- 20 - الاهتمام بالقنوة الحسنة امام الأطفال.
- 21 - تجنب استعمال الدلال وتلبية كل ما يطلبه الطفل.
- 22 - تدريب الطفل على الاستقلالية واتخاذ القرارات الصائبة.
- 23 - استعمال الاسلوب الشيق والمرن عند اعطاء المهام .
- 24 - استعمال اسلوب الطلب بدل الامر والنهي.

25 - اشراك الأطفال في حل مشاكل العائلة، كي يطلعوا على مسؤوليات الوالدين الكبيرة، ويشعرون بالمسؤولية تجاه العائلة.

10 - وسائل علاج السرقة لدى الأطفال:

السرقة: عبارة عن الاستحواذ على ممتلكات الآخرين دون حق، ويعتبر اضطراب سلوكي يعترى الأطفال من عمر 4- 8 اذا اشتدت عمليات السرقة لديهم. وقد يتطور الامر اذا لم يعالج الى ان يصبح جنوحا عند بلوغ الطفل عمر العشر سنوات وخمسة عشر سنة، وان استمر الى اكبر فانه يصبح اجراما. قد يتحول هذا السلوك في بعض الاحيان الى هوس السرقة والتي يُعتبر حالة مرضية بحيث يسرق الفرد حاجات لم يكن بحاجة اليها ولا قيمة لها عنده وتأتي تلك الحالة على شكل نوبات.

كثيرا ما يرافق السرقة الكذب كأن يقول الطفل بان المعلم اعطاني اياها مكافأة لي، او انها هدية من فلان او يقول وجدتها... الخ من اساليب للاقناع.

يسرق الطفل احيانا ولا يعرف مفهوم السرقة، واضرارها خاصة اذا كان الوالدين مقصرين في توضيح الامر له. يثير امر السرقة لدى الأطفال قلق الوالدين على ابنائهم خوفا من ان يتحولوا الى مجرمين.

يتعلم الطفل السرقة من الكبار الذين يعترهم قدوة له، وتقليده لهم، كذلك من مشاهدته للافلام او من خلال تشجيع الكبار له كالاصدقاء او المعارف.

يتم علاج هذا النوع من الأطفال الذين يمارسون السرقة بالتعاون بين المعالج النفسي والوالدين والمعلمين وكل من له علاقة بالطفل. يمكن ان نضع بعض الحلول لذلك وهي ما يأتي:

- 1 - معرفة السبب الذي يعتبر نصف العلاج.
- 2 - احاطة الطفل بالحب والحنان الذي يحميه من ممارسة السلوك المنحرف.
- 3 - المثل الاعلى السليم امام الأطفال، من قبل الوالدين والكبار المحيطين بالطفل.
- 4 - حماية الطفل من اصدقاء السوء ومراقبة سلوك الاصدقاء للاطمئنان على سيره بشكل سليم.
- 5 - اشباع حاجة الطفل قدر الامكان، بعيدا عن المبالغة.
- 6 - توعية الطفل منذ نعومة اظفاره، وذلك بتوضيح ملكيته والمحافظة عليها، وتجنب المساس بمكليه الآخرين.
- 7 - تجنب استعمال الشدة مع الأطفال وتخويفهم كي لا يلجأون للسرقة تجنباً للعقاب.
- 8 - الحذر من دفع الطفل أو تزويده بافلام تشجع السرقة.
- 9 - دفع الطفل لاعادة ما اخذ من الآخرين والاعتذار منهم، وهذا التدريب يجعله يتجنب تكرار السلوك.
- 10 - تنبيهه من يتعرض للسرقة، وذلك بكشف السارق قبل أن يتم جريمة السرقة.

- 11 - معاقبة الطفل السارق، بطريقة تناسب عمره ونوع السرقة. بعيدا عن الشدة والقسوة. لانها تأتي بالعكس من الهدف المنشود من ذلك العقاب.
- 12 - تعليم الأطفال القيم والاخلاق السامية والامانة منذ نعومة الاظفار.
- 13 - تجنب الاشهار بالطفل الذي يسرق وانما ردهه باللتي هي احسن.
- 14 - معالجة الكذب لدى الأطفال، لانه يعتبر مقتاحا للسرقة.
- 15 - زرع الثقة في نفوس الأطفال كي لا يحتاجوا الى تقديم الهدايا للاخرين بعد سرقتها كي ينالوا صداقتهم. وانما عليهم ان ينالوا الصداقة بشخصياتهم القوية.
- 16 - علاج حالات وصراعات الأطفال النفسية من قلق، وكآبة، وغيرها التي تساهم في دفعهم للسرقة.
- 17 - تجنب اهمال مرض تعدد الشخصية أو سيطرة سلوك السرقة على الطفل، وانما مراجعة المعالج النفسي في الحال قبل ان يستفحل الامر.
- 18 - احترام ملكية الأطفال، كي يتعودون على احترام ملكيات الاخرين.
- 19 - تزويده بالقصص التي تحتوي على الامانة والحكمة، لتربيته على الاخلاق السامية والامانة.
- 20 - استخدام وسائل التعزيز والتشجيع على الاخلاق الحميدة.
- 21- محاور الطفل وتعويدته على الاعتذار عند اداء السوك الخاطيء.

11 - كيف تثير النشاط الذهني لدى الأطفال ؟

تكثر الشكوى من المعلمين والمعلمات وبعض الامهات بان اطفالهن قليلي الانتباه، وان كانوا منتبهين ذهنيا فان هذا الانتباه قد تراجع في الفترة الاخيرة. وعندما يبحث السبب في ذلك التراجع. نجد بان اهمال الوالدين للطفل والمشاكل العائلية هي السبب الاساس في تلك المشكلة. ولسان حال الطفل يقول: متى و اين اجد الراحة ؟ كي اتمتع بالصفاء الذهني في هذه البيئة المتوترة ؟ . اثبتت الدراسات والابحاث المختلفة ان كثرة المشاكل في البيت تساهم في تعطيل التفكير والانتباه لدى الصغار والكبار.

يبدأ النشاط الذهني منذ المرحلة الاولى من مراحل النمو، كما تشير بعض الابحاث الى ان بادرة النشاط الذهني تبدأ في المرحلة الجنينية، ولهذا يستحسن ان تُسمع الام الحامل جنينها بعض المقطوعات الموسيقية الهادئة، وتغني له بعض الاغاني، كما يستحسن ان يتكلم الاب مع الجنين ايضا، ولهذا الاسلوب فوائد كثيرة للنمو الذهني لدى الاجنة والأطفال. كما اوصت المؤلفة بعض الحوامل من الصديقات ان يُسمعن الاجنة اسماء الله الحسنى والقرآن الكريم، وتبعت تأثير ذلك على الأطفال بعد الولادة ، ذكرت الامهات بان اطفالهن كانوا ينامون مرتاحين عند سماعهم القرآن الكريم أو اسماء الله الحسنى. كما ذكرت لها استاذة كانت معها في الجامعة، بان طفلها كان يفضل سماع قراءة اسماء الله الحسنى وسماع القرآن الكريم بصوت عبد الباسط

عبد الصمد اكثر من سماعه القراءات الاخرى. كما تساهم انواع اللعب في اثاره النشاط الذهني للاطفال، بشرط ان نحسن الاختيار.

التوصيات:

- 1- اختيار الألعاب التي لا تنكسر والتي لا تسبب جروح للطفل
- 2- اختيار اللعب التي ألوانها ثابتة لكي لا تؤدي إلى الضرر في صحة الطفل عند الاستعمال أو عندما يضعها في فمه.
- 3- الحذر من إعطاء الطفل الأشياء المدببة أو الزوايا القاطعة، أو التي تصدأ أو التي تحتوي على أي نوع من الكهربائية أو القطع الصغيرة جدا والتي يمكن بلعها أو إدخالها في الأنف والأذن لان الطفل في هذه الفترة يميل إلى تجربة واختبار الأشياء.
- 4- توفير اللعب التي يمكن للطفل تفكيكها و إعادة تركيبها مرة أخرى.
- 5- يجب الطفل اللعب بالماء فيمكن توفير المسابح البلاستيكية الصغيرة لإشباع تلك الرغبة، أو أخذه إلى البحر أو النهر لكي يلعب بالماء مع الحذر الشديد من عدم تلوث الماء، وعدم ترك الطفل وحده لكيلا يغرق.
- 6- أن لا تكون الألعاب معقدة بحيث تؤدي إلى ملل الطفل من اللعب بها وان الألعاب البسيطة تساعد الطفل على تنمية قدراته وقابلياته وميوله واتجاهاته.
- 7- تزويده باللعب يمكن تبديلها وتغييرها وان الطفل بطبيعته يحب ذلك ويتعد عن اللعب التي لا يمكن فكها أو معقدة للغاية.
- 8- تزويده بلعب تشير لديه الانتباه بألوانها الزاهية الجميلة وأشكالها المحببة.
- 9- أن تعتمد اللعب على العلمية وان يستطيع الطفل أن يتوصل إلى الحلول بنفسه.
- 10- أن لا تكون اللعب في البيت افضل من لعب المدرسة كي لا تحبط رغبتهم للذهاب إلى المدرسة.
- 11- اختيار اللعب بحيث تكون منسجمة مع مستواه العقلي و العمري ودوافعه ورغباته.
- 12- تجنب التدخل في لعب الأطفال إلا إذا كان هناك خطر عليه، وانما تركه يلعب مع الأطفال الذين يرغب أن يلعب معهم.
- 13- تجنب الاكثار من جلب اللعب لديه لكي لا يشعر بعدم أهميتها.

12 - توصيات لاختيار لعب الأطفال

اختيار لعب الاطفال: يعتمد اختيار لعب الاطفال على الاسس التي تتعلق بالعمر والجنس، وبنيتهم الجسمية، وقدراتهم العقلية ومهاراتهم الحركية، وسلامة اعضائهم الجسمية وحواسهم المختلفة.

تساهم الالعاب التي يستعملها الاطفال في بناء شخصياتهم وتفكيرهم وقدراتهم المختلفة ان كانت عقلية او حسية او لفظية او ادراكية... الخ من جوانب. والالعاب هي ليست للتسلية فقط وانما لبناء مهارات مختلفة للاطفال.

ان ممارسة الاطفال للعب واستعمالهم الالعاب المختلفة هي ظاهرة صحية لانها تعمل على تنمية مداركهم العقلية وتوفر لهم فرص الابتكار والابداع، وتشجعهم على المضي قدما الى الامام. وتساعدهم على اكتشاف الخبرات المختلفة ان كانت علمية او اجتماعية وتمكنهم في الاطلاع ومعرفة ما يحيط بهم من العالم الخارجي.

كلما اعتمد اختيار تلك اللعب على ارضاء دوافع الاطفال واشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية والعقلية كلما كانت الفائدة كبيرة. كما ان ترك الطفل بحرية في استعمال تلك الالعاب يساعد على التعلم من خلال ممارسته لتلك الالعاب. هناك شروط معينة في اختيار الالعاب، ونوعيتها منها كما يأتي:

1 - مساعدة الأطفال في اختيار تلك الالعاب بعد التأكد من عدم تأثيرها عليهم من الناحية الصحية والاخلاقية.

2 - اختيار الالعاب المناسبة لعمر وجنس الطفل.

3 - اختيار الالعاب التربوية والثقافية، والعلمية والترفيهية البعيدة عن العنف.

4 - وضع برنامج محدد لاستعمال هذه الالعاب.

5 - توفير الالعاب للاطفال لاستعمالها في البيت.

6 - عدم السماح للاطفال الذهاب الى مقاهي الانترنت، وان تعذر ذلك ينبغي التأكد من نزاهة تلك المقاهي. وزيارتهم بين الحين والآخر اثناء لعبهم بهذه الالعاب.

7 - مراقبة الابناء عند لعبهم بهذه الألعاب دون ان يعلموا، لحمايتهم من الانحراف.

8 - تجنب وضعها في غرف نومهم لحمايتهم من الاشعاعات اولا، كي لا يستغلوا الفرصة في استعمال العاب تخل باخلاقهم وصحتهم ثانيا.

9 - الاهتمام بكيفية جلوس الابناء اثناء اللعب، لحماية جهازهم العظمي والعضلي والبصري من الخلل.

10 - اشتراك الاباء مع الأطفال في اللعب لتعم الفائدة، وبيان بعض الالتباس الذي يتخلل الالعاب، كالالعاب المبالغ بها في الخيال العلمي.

11 - اظهار الاستهزاء بالافلام التي تعتمد على العنف والقتل وسوء الاخلاق لتوضيح ان هذه السلوكيات غير مقبولة، بشرط القيام بذلك بهدوء.

12 - اخذ الأطفال الى الاماكن الترفيهية والثقافية كي يجدوا البديل لهذه الالعاب. على سبيل المثال، عائلة امريكية كانت تشكو من جلوس الأطفال امام الالعاب، بعد ذلك عملت على اخذ الأطفال الى الحدائق والمتاحف والنوادي الرياضية واماكن ركوب الخيل بحيث اصبح الأطفال يعدون الايام لنهاية

الاسبوع كي يذهبوا الى هذه الاماكن بعد ان كانوا يعدون الساعات والدقائق للجلوس امام الالعاب.

13 - اتاحة الفرصة للابناء لمناقشة بعض المواضيع التي شاهدها خلال لعبهم لمساعدتهم على المحاوره والمناقشة.

14 - الاهتمام بطعام الأطفال وعدم السماح لهم في الاكل اثناء اللعب لانه مضر لصحتهم، وانه يسبب السمنة لهم . ويكون الخطر مضاعفا عندما يشاهد الأطفال افلام الرعب وهم يأكلون. يكون الطعام بمثابة السموم تدخل المعدة.

15- عندما يهدي الوالدان لعبة معينة أو جهاز الكتروني للطفل عليهم اخذ وعد من الابناء بانهم سيستعملونه في وقت محدد.

16 - الحذر من اظهار العصبية والتوتر في حالة اطالة الأطفال الجلوس امام هذه الاجهزة، وينبغي اقناعهم بذلك حسب الاتفاق.

17 - التدرج في اختيار العاب الأطفال بما تناسب اعمارهم، كي نتخطى تعرضهم للاعباط الذي يتعرضون اليه في حالة كونها اعلى مستوى من طاقاتهم العقلية.

18 - الاستفسار عن فائدة تلك الالعاب ورأي الأطفال فيها.

19 - مشاركة الابناء فيما بينهم وتشجيعهم على مبادلة تلك الالعاب فيما بينهم كي نتخطى الغيرة بين الابناء.

20 - تشجيعهم على كتابة ملاحظاتهم والفوائد التي حصلوا عليها في دفتر الملاحظات، وقراءتها بين فترة واخرى.

ومن خلال العرض هذا، ينبغي ان يكون الوالدان متكاتفين فيما بينهما لتربية الابناء تربية سليمة بعيدة عن الاخطاء قدر الامكان. اما ان كان الوالدان في عالم اخر عالم الخيانة الزوجية، والاولاد في عالم اخر، فالنتيجة تكون ضياع الابناء بين هذا وذاك.

13- الغيرة واثارها على سلوك الاطفال:

تعتبر الغيرة حالة انفعالية ومزيجا من الغضب والخوف والفشل وعدم الراحة والاطمئنان التي يشعر بها الطفل، ويمكن التعرف عليها من خلال سلوكه.

لا ننظر الى الغيرة على انها سلبية دائما وانما هناك الجانب الايجابي لها اولا: عندما تدفع الفرد الى التنافس وثانيا: عندما تكون بمثابة جرس التنبيه لما يعاني منه الطفل والذي يدفع الوالدين لتغيير معاملتهم معه، اما اذا اهمل هذا الجرس ولم تتحسن المعاملة للحد من تلك الغيرة فإنها تستمر لديه عندها تعتبر سلبية بسبب ما يترتب عليه من سلوكيات يمارسها الطفل والتي تواجه بالغضب والقسوة من قبل الاباء والامهات، كما تؤدي الغيرة احيانا الى انطواء الطفل او الاصابة بامراض مختلفة كارتفاع درجة

الحرارة او الاسهال او التهاب اللوزتين...الخ من امراض الاطفال التي لا ينتبه لها الاباء ولا يبحثون عن السبب الاساسي ن نستعرضها كما يأتي:

اسباب غيرة الاطفال :

لغيرة الاطفال اسباب عديدة يساهم بها الكبار دون وعي منهم احيانا يمكن تلخيصها كما يأتي:

1- الغيرة من المولود الجديد: يغار الاطفال من المولود الجديد خاصة عند اهمال التهينة النفسية لهم اثناء فترة الحمل وقبل مجيء المولود .

2- الغيرة التي يزرعها الاباء او الكبار وذلك بالاطراء على الاطفال الاخرين والمقارنة بينهم وبينه خاصة اذا فشل في اداء المهمة التي يكلف بها او التحصيل المدرسي او الشكل او الترتيب والنظافة... الخ من مقارنات تثير الغيرة لديه

3- الغيرة الناتجة عن الحرمان من ظاهر جسمية معينة تظهر لدى المعاقين خاصة اذا واجهوا من لا يحسن المعاملة معهم مما يزيد الم ذلك الحرمان عندها تتكون الغيرة من الاخرين الذين يتمتعون بسلامة البنية الجسمية.

4- غيرة الطفل من اخيه الكبير الذي ترك له مقتنياته التي استعملها والتي عوضها بمقتنيات جديدة. كثيرا ما يتبع الاهل اساليب ترك اشياء ومقتنيات الاخوة الكبار للاخوة الصغار ولا يعلمون كيف يحز بنفوس هؤلاء من الم والشعور بالدونية والضعفة نتيجة تلك الممارسات، وقد يكون الحق للاهل لانهم لا يرغبون برمي تلك المقتنيات اضافة الى الصعوبات الاقتصادية التي يواجهها الاباء.

5- زرع الانانية في نفوس الاطفال وذلك بالوسائل الخاطئة المتبعة في التنشئة الاجتماعية.

6- تكليف الطفل بمهام اكثر من قدراته وقابلياته واستعداده وان عجز عن ادائها واجه اللوم والانتقاد اللاذع على ذلك مما يزيد احباطه وشعوره بالعجز الذي يؤدي بالتالي الى الالم والنكوص .

7- ضعف الثقة بالنفس، كثيرا ما تؤدي معاملة الكبار للطفل الى الاحباط وضعف الثقة بالنفس.

8- الحد من اظهار مشاعر الغيرة التي يعاني منها الاطفال مما يؤدي بالتالي الى كبت تلك المشاعر والانطواء والانزواء بسبب المشاعر التي تسيطر عليه بانه غير مرغوب فيه، ولسان حاله يقول ما دام انا مكروه فعليه انسحب من الميدان.

9- القسوة في المعاملة واستعمال الشدة والضرب عندما يظهر غيرته من اخيه أو المولود الجديد. كثيرا ما يتعرض الطفل للضرب عندما يعتدي على اخيه الصغيرة.

اساليب رد فعل الغيرة لدى الاطفال:

يظهر الاطفال اساليب مختلفة وسلوكيات متباينة عند الشعور بالغيرة يمكن استعراضها كما يأتي:

1- يظهر الطفل الذي يغار من المولود الجديد سلوكا واسلوبا تعويظيا مصطنعا وذلك باظهار مشاعر الحب لاخته كقبيله وضمه بقسوة او الضغط على راسه او وجهه بحيث يؤذيه وياخذ في البكاء، ما هي الاساليب التعبيرية عما يخفيه من معاناة للغيرة التي تعتمر في نفسه.

2- هناك من الاطفال من يوجه غيرته الى ابناء امه كأن يرفض الطعام الذي تقدمه له بالرغم من جوعه والهدف من ذلك هو جلب الانتباه من ناحية ومن ناحية اخرى انتقاما من الام التي يعتبرها مصدرا لعذابه.

3- العناد والسلوك العدواني على الاخرين او على الام.

4- البكاء المستمر او الاستيقاظ من النوم والبكاء لجلب انتباه الاخرين له ويتبع كل الاساليب المتاحة لذلك كي ينتقم من الوالدين او ممن يثير الغيرة لديه، ويتبع ويتمسك بالاساليب التي يجدها ناجحة وتحقق اهدافه منها.

5- ممارسة الانماط السلوكية المتعلقة بالنكوص كمص الابهام او تناول زجاجة الحليب لاخته الصغيرة والتمسك بها وان اخذت منه فانه يغضب ويبكي ويضرب عن الطعام، كما انه يحاول ان ينام بسرير اخيه ليمنعه من استعماله.

6- التبول في الفراش بعد ان ضبطت تلك العملية.

7- الالتصاق بالام مهما ابعدهت خاصة عندما يشعر بانها ترغب في اطعام المولود الجديد.

8- ممارسة السلوك العدواني من ضرب وعض وقرص وجر الشعر للاخرين.

9- العبث بمتعلكات الاخرين.

10- تدمير مقتنيات الاخرين.

11- السرقة انتقاما من مسبب الغيرة ان كان الوالدين او الاخوة والاحوات.

12- استعمال الفاظ مزعجة وغير مؤدبة.

13- استعمال الوشاية بمن يسبب الغيرة وذلك في البيت او المدرسة لغرض الانتقام والايقاع بهم.

التوصيات:

1- تهيئة الطفل لتقبل المولود الجديد

- 2- الحذر من التفرقة بين الابناء مهما كانت المواقف .
- 3- الابتعاد عن المقارنات بين الاطفال مهما كان الهدف من تلك المقارنات
- 4- اشعار الاطفال بالمساواة فيما بينهم واشعارهم بالاطمئنان
- 5- تجنب اثاره المشاكل بين افراد العائلة وكلما ساد الحب والتعاون كلما نشأ الاطفال نشأة صحية سليمة
- 6- تجنب تكليف الاطفال فوق طاقتهم وقدراتهم
- 7- الاهتمام بالفروق الفردية لدى الاطفال
- 8- تجنب تدليل الطفل لان الدلال مفسدة
- 9- اتاحة الفرصة للاطفال بالاعتماد على انفسهم لحل مشاكلهم .
- 10- تجنب التحيز للاطفال عند المشاجرة التي تقع بينهم وتركهم يحلون مشاكلهم فيما بينهم وان كان لابد من التدخل لفض الخلاف ان يعتمد ذلك على الحكمة والمنطق.
- 11- احاطة الاطفال بالحب والحنان بعيدا عن المبالغة
- 12- تجنب استعمال الضرب والقسوة مع الاطفال
- 13- تجنب الاستهزاء بالاطفال
- 14- مساعدتهم على تقوية ثقتهم بانفسهم
- 15- الحذر من ترك الاطفال بيد الخدم او السواق او المربيات غير الكفوئات
- 16- مراقبة سلوك الكبار مع الاطفال الصغار.
- 17- تزويد الاطفال بقصص عن الاخلاق والنماذج الصالحة.
- 18- الاهتمام بالقوة الحسنة امام الاطفال.
- 19- مصاحبة الاطفال لزيارة المكتبات والمتاحف والمعارض.
- 20- تدريب الاطفال على النوم المنظم كي يستطيعوا ان ينظموا ساعاتهم البيولوجية.

14 - كيفية نمو الذكاء لدى الاطفال

يحتاج موضوع نمو الذكاء الى صفحات وذلك لاهميته سواء كان للاطفال او الكبار وتأثيره على سلوك الفرد العام والخاص، وكلما كان الفرد ذكيا كلما كان سلوكه متوازنا هذا بشكل عام، اما من ناحية الاطفال فإن ذكائهم اضافة الى ذلك فإنه مؤشر لاقتنار الوالدين بسلوكهم ونجاحهم في الحياة ومدى تحقيق اهدافهم فيها، يهتم الوالدين بكل ما يتعلق ويساعد على تنمية ذكاء اولادهم منذ نعومة اظفارهم.

ما هو الذكاء ؟ باختصار يمكن تعريف الذكاء على انه القدرة على الاستيعاب والفهم والتعلم بسرعة، كما انه مؤشر على قدرة الفرد على التوافق الاجتماعي وحل المشاكل التي تعترضه باقصر الطرق واسهلها، والاستفادة من تجارب الاخرين على

الوجه الاكمل، ويعتمد هذا كله على سلامة الجهاز العصبي. (المخزومي: 2004، دليل العائلة النفسي، دار العلم للملايين - بيروت، صفحة 270 - 274).

أما انواع الذكاء فهي متعددة منها الذكاء المجرد، والذكاء الاجتماعي، والذكاء الميكانيكي. ويمكن للمربين الاستفادة من هذه الانواع من الذكاء ان وجوها متوفرة لدى ابنائهم و القيام بتفعيلها بالشكل الصحيح.

تتفاعل الوراثة مع البيئة تفاعلا كبيرا بحيث يؤثر هذا التفاعل على ذكاء وشخصية الفرد وسلوكه، ولا يمكن الفصل بين ما تأتي به الوراثة وما تأتي به البيئة من تأثيرات على محصلة ذلك الذكاء.

كما هناك الذكاء العملي والذكاء الابداعي والذكاء الذي له علاقة ماسة بالمهارات التي تتعلق بالعلوم المختلفة ويقاس هذا النوع من الذكاء عن طريق مقاييس الذكاء المعروفة، اضافة للذكاء الانفعالي الذي حظى باهتمام الكثير في الاونة الاخيرة.

كيف يمكن تنمية الذكاء لدى الابناء ؟ يمكن ان ندرج بعض التوصيات المساعدة على ذلك وهي كما يأتي:

1- التخطيط لانشاء اسرة متمتعة بالصحة العقلية والجسمية قبل الزواج والحمل وذلك لاثرها البالغ على نمو الطفل بشكل عام وجهازه العصبي بشكل خاص، فاختبار سلامة الوالدين قبل الزواج مهم جدا وذلك باجراء الفحوصات المطلوبة في ذلك.

2- الاهتمام بفترة الحمل من جميع الوجوه والمواقف الجسمية والنفسية والصحية.
3- مراقبة نمو الجنين في الاسابيع الاولى والاستمرار عليها طيلة فترة الحمل وحتى الولادة تحت اشراف طبيب مختص بذلك.

4- تجنب تعاطي الحامل المخدرات والتدخين والتي اثبتت البحوث المختلفة على اثارها السلبية على الجنين وعلى الطفل في المستقبل بحيث يكون سلوكه عدواني ويلاقي صعوبات جمة في التعلم خاصة تعلم القراءة والكتابة.

5- تهيئة الظروف والبيئة المناسبة لاستقبال الوليد واعداد ما يحتاجه في تلك المرحلة.

6- الاهتمام والعناية بالوليد من جميع النواحي الجسمية والصحية والاجتماعية.

7- الاهتمام بجهاز الوليد العصبي منذ فترة الحمل والميلاد. نعلم بان الوليد يحمل مئة مليون خلية عصبية في هذه المرحلة وعن طريق النمو يتضاعف هذا العدد ويتزايد بحيث يصبح عدد تلك الخلايا التريليون وكلما نما الطفل كلما نمت الشبكة العصبية وتلك الروابط التي يطلق عليها بـ neural synapses لديه.

- 8- التحدث مع الاطفال الصغار في جميع المراحل بدأ بمرحلة الولادة التي كثيرا ما تعتبرها الام بانها غير مهمة لاعتقادها بأنه لم يكن يفهم ما تقول له بالوقت الذي يستطيع الوليد فهم تعابير امه وصوتها ويتعرف على رائحتها وكل ما يتعلق بها منذ الساعات الاولى من ولادته. كلما بكرت الام باستعمال المحادثة مع طفلها وبعبارات واضحة كلما ساعد ذلك على نمو منطقة المخ المتعلقة بنمو اللغة نموا صحيحا وبالتالي يؤدي الى نمو ذكائه بشكل سليم.
- 9- اللعب مع الاطفال خاصة الالعب اليدوية التي تتضمن استعمال الضغط وخروج الاصوات اثنائه لانه يساعد على تنبيه الطفل لتلك الحركة ويحبها الاطفال الصغار كثيرا ويسعدون بها.
- 10- الاهتمام بما يجلب انتباه الاطفال وما يشيرون اليه من مواقف او اشياء ويؤدي هذا الاهتمام الى تقوية ثقة الأطفال بأنفسهم وبالاخرين وذلك لشعورهم بأهمية الاخرين باهتماماتهم وما يشيرون اليه.
- 11- تزويد الأطفال بمختلف الكتب والمجلات الملونة والمصورة وكل حسب عمره ومستواه.
- 12- قراءة القصص المفيدة والمسلية للاطفال مع تمثيل الاصوات لشخصياتها كاصوات الحيوانات والانسان والرياح وخرير الماء... الخ من الاصوات التي لها علاقة بالقصة المعينة.
- 13- الطلب من الأطفال تقليد تلك الاصوات لكي يستمتعوا اولا وثانيا ليتعلموا ذلك ويقوي مسامعهم وانتباههم لها.
- 14- استعمال وسائل التماس بينك وبين أطفالك الذي يساعد على نمو الدماغ لديهم، وقد قارنت الابحاث بين من اشبعوا من ذلك التماس وبين من حرموا منه فوجدوا ان ادمغة من اشبعوا بذلك التعاطف والتماس كانت اكثر نموا واتساعا مقارنة بالذين حرموا من ذلك العطف والتماس.
- 12- اختيار الالعب التي يحبها لاطفال ويرغبون بها بعد ان التأكد من انها تساعد على نمو الأطفال من الناحية الجسمية والعقلية والاجتماعية.
- 13- التفاعل مع الأطفال اجتماعيا ولتكن العلاقة بين الكبار والاطفال علاقة معتمدة على النواحي العاطفية والاجتماعية والجسمية... الخ من علاقات حميمة تساعد على نمو الأطفال نموا صحيحا من جميع النواحي خاصة الناحية العقلية التي نحن بصددنا.
- 14- بناء جسور الثقة بين الكبار وبين الاطفال التي تعتمد على الحب والحنان والعطف والاحترام.

- 15- الاهتمام بحالة الاطفال النفسية وتجنب اهمال معاناتهم والمثيرات التي تسبب لهم التوتر والانفعالات السلبية، والاهتمام بعلاج الاسباب لذلك بالوقت المناسب لها كي تتم السيطرة عليها والتخلص من اثارها باسرع وقت ممكن.
- 16- تهيئة الظروف والمواقف المساعدة على شحذ مدارك الاطفال وتشجيعهم على الابداع والابتكار.
- 17- تعليم الاطفال منذ الصغر معنى الاتجاهات والمسافات والابعاد وليعتمد هذا على مستوى وعمر الطفل.
- 18- تهيئة الفرصة لهم لسماع القرآن الكريم والاناشيد والاغاني المحببة لهم كي تساعد الجزء الايمن من أمخاخهم على النمو بالشكل المطلوب.
- 19- مساعدة الاطفال على التخلص من الخجل ان ظهر عليهم ذلك، وتوخي الحذر من تهيئة الظروف المناسبة له.
- 20- مساعدة الاطفال على الاعتماد على أنفسهم منذ الصغر ابتداء في تناول طعامهم وارتداء ملابسهم... الخ من سلوكيات لتساعدهم على الاعتماد على أنفسهم في حل مشاكلهم.
- 21- تشجيع الاطفال على التفكير السليم والمنطقي والحكمة واتخاذ القرارات الصالحة في حياتهم العامة والخاصة.
- 22- تدريب الاطفال على النظام وكل حسب نموه وعمره بعيدا عن القسوة والاجبار والتخويف.
- 23- تعليم الاطفال على كيفية التفاعل مع الاخرين والتعامل معهم والاحساس باحساسهم والشعور بالامهم بعيدا عن التطرف.
- 24- اعطاء الاطفال فرصا للعب بالماء والتراب والطين وبحرية تامة بعيدا عن التزمّت والخوف على اتساخ ملابسهم او احذيتهم، كلما كانت له الحرية متوفرة في اللعب بهذه الاشياء كلما ساعد على نموهم من جميع النواحي.
- 25- اصطحاب الاطفال لزيارة المتاحف وحدائق الحيوانات مع توجيه انتباههم لما هو مفيدا لهم.
- 26- تهيئة الفرص لهم لاختيار اصدقائهم واللعب معهم بعد التأكد من سلامة اخلاقهم.
- 27- مساعدة الاطفال على تحقيق ذواتهم وثقتهم بانفسهم وذلك عن طريق احترام افكارهم وارائهم.
- 28- استشارة الاطفال بامور عائلية كي يساعدهم على الاعتزاز بمكانتهم.
- 29- تهيئة وسائل التعلم الحديثة لهم وتدريبهم على كيفية الاستفادة من اوقات فراغهم في استخدامها.

30- تشجيعهم على ممارسة الفعاليات الاجتماعية والرياضة البدنية والنشاطات المختلفة الأخرى.

31- تعليم الأطفال اللغة لأنها تلعب دورا مهما في تقوية الشبكة العصبية وزيادة تشابكها ويكون الأطفال في مرحلة الطفولة الأولى على استعداد تام لتعلم أية لغة تقدم لهم وبشكل سريع أكثر مما يكون لدى الكبار.

32- يساعد التفاعل الاجتماعي واحاطة الأطفال بالحب والحنان والدفء على سرعة تعلم المهارات الحياتية المختلفة وقدرته على التخطيط... الخ من فعاليات يحتاج إليها.

33- يتميز الأطفال بسرعة نمو الشبكة العصبية كما ذكرنا سابقا ويكون هذا النمو مضاعفا مقارنة بما يكون لدى الكبار فعليه استغلال هذه الميزة ذلك بمساعدة الأطفال في مرحلة الطفولة الأولى على اكتساب الخبرات الحياتية المختلفة ليستفيدوا منها في مراحل النمو التي تأتي بعدها.

15 - ابنائكم بحاجة الى حنانك

هناك دراسات ونظريات كثيرة تؤكد على حاجة الأطفال الى الحب والدفء والحنان لبناء شخصياتهم وثقتهم بانفسهم، لو تعرضنا لهذه النظريات لطال الحديث عنها. للاختصار ادرج هذه التوصيات كما يأتي:

- 1 - ينبغي الاهتمام باشباع حاجات الأطفال البيولوجية والنفسية على حد سواء.
- 2 - معاملة الابناء على انهم بحاجة الى الحنان والدفء من الوالدين وافراد العائلة الاخرين.
- 3 - السؤال عن احوالهم وصحتهم بين الحين والآخر ولا تتفجع التبريرات بانشغال الاباء بمهامهم واعمالهم.
- 4 - التقرب اليهم والجلوس معهم كلما سنحت الفرصة وان يكون ذلك يوميا وليس شهريا او سنويا او في المناسبات.
- 5 - السؤال عن سيرهم في المدرسة أو العمل وتشجيعهم وإثابتهم ان جاؤا بنتائج مرضية ومساعدتهم ان اخفقوا في ذلك ومعرفة سبب ذلك الاخفاق بالتعاون مع المدرسة.
- 6 - تكليفهم بالقيام بمهام الاسرة مما يعطيهم الثقة بالنفس وبناء شخصياتهم بالشكل المطلوب.
- 7 - استعمال التوعية وتوضيح الامور والنصح بدلا من التعنت والتسلط.
- 8 - اعطائهم الوقت الكافي لاختيار اصدقائهم بعيدا عن التدخل المباشر في ذلك.
- 9 - حل المشاكل بينكم وبينهم ان حدثت بالروية والتأني والتفاهم بعيدا عن التوتر والتعنت والعصبية.
- 10 - الاهتمام بتطلعاتهم ودوافعهم وتشجيعهم على ذلك.

- 11 - مساعدتهم على الابداع وتشجيعهم على ذلك علما بان مرحلة الطفولة والشباب تعتبر مرحلة الابداع والانتاج علينا تفعيلها والاستفادة منها.
- 12 - الانتباه والاهتمام بصراعاتهم النفسية وان حدثت لا سامح الله ينبغي مراجعة المختصين في ذلك لمساعدتهم على التخلص منها.
- 13 - تجنب اهمال الابناء عند الشعور بانطوائهم او الابتعاد عن الاحتكاك بافراد العائلة وان بوادر الانطواء ما هو الا مؤشر لما يشعر به الطفل من اهمال الاسرة او المدرسة او الصراع النفسي الذي يسيطر عليه ولم يجد من يساعده على التخلص منه.
- 14 - اشراك الاطفال في قرارات الاسرة والتحدث معهم في شؤونها مما يساعدهم على بناء الثقة في انفسهم.
- 15 - تجنب توجيه الانتقادات للابناء التي تؤدي الى ضعف ثقتهم بانفسهم.
- 16 - تجنب التطرف في الاوامر والنواهي للابناء لئلا يجعلهم عاجزين عن تلبية ذلك وان استطاعوا فإيما يؤدي بهم الى التوتر والتذمر وقد يؤدي الى العصيان.
- 17 - الاشتراك في المناسبات المتعلقة بالابناء كحفلات التخرج او دعوة المدرسة لحضور مجالس الاء والامهات او غيرها من المناسبات التي لها علاقة بسير الابناء في المدرسة لما لها من اثر لا ينساه الابناء مدى الحياة.
- 18 - شراء هدية مناسبة للابناء بين الحين والآخر مما يسعدهم هذا السلوك ويفرحهم .
- 19 - اصطحابهم الى مناطق اللهو والاستجمام بين الحين والآخر ليخففوا عن كاهلهم عبأ الدراسة والتحضير.
- 20 - مسامرتهم ومزاحهم بين الحين والآخر مما يجعلهم سعداء ومقربين اليكم ايها الاء والامهات.
- 21- توصية خاصة الى الام ابنتك بحاجة الى توجيهاتك وتعليماتك وتوعيتك بما يتعلق بامور الفتاة الخاصة فكوني صديقتها الى جانب كونك امها كي تستطيع ان تبث لك معاناتها وتساالك عما يدور في خاطرها وبصعب عليها حله خاصة في بداية فترة المراهقة.
- 22 - الابتعاد عن التلصص والتجسس على الابناء والدخول الى غرفهم دون استئذان منهم وذلك لحاجتهم الى من يحترم خصوصياتهم.
- 23 - زدوا ابنائكم بحصانة ووقاية من الانترنت بالتوعية والارشاد السليم وبعده اطلق له العنان في استعمال الانترنت واعلم بان الانترنت فيه الفائدة الكبيرة اذا استحسن استعماله وفيه المخاطر اذا اسيء استعماله فعليه علموا ابنائكم كيف يستفيدون من الانترنت.

24 - اذكروا لهم كلمات تعبر عن حبكم لهم ككلمة حبيبي واحبك... الخ من كلمات تعزز علاقتكم بابنائكم.

25 - شجعوا ابنائكم على طلب العلم واتساع مداركهم وفاقهم.

26 - هينوا لابنائكم فرص الاشتراك بالنشاطات الاجتماعية المختلفة.

27 - شجعوا ابنائكم وساعدوهم على اقامة صداقات مع اصدقاء ملتزمين بالاخلاق السليمة.

28 - ينبغي التعرف على شخصيات الابناء والاهتمام بالفروق الفردية كي يسهل التعامل معهم.

29 - الاطلاع على سيكولوجية النمو والاهتمام بمتطلبات مراحلها التي تبدأ من الحمل والطفولة والمراهقة والشباب... الخ وكلما كان الاباء ملمين بمتطلبات هذه المراحل كلما استطاعوا حسن التعامل مع ابنائهم والاخذ بيدهم الى جادة الصواب.

30 - استمعوا لشكواهم وتفاعلوا معهم وحاولوا مساعدتهم على حلها.

31 - افسحوا لهم المجال للتعبير عن ارائهم وافكارهم بحرية.

32 - عاملوهم باحترام مثلما ترغبون ان يعاملوكم بها.

33 - زودوا ابنائكم بما يسد حاجتهم من المال بعيدا عن البذخ الذي يفسد الاخلاق.

34 - اشبعوا حاجات ابنائكم البيولوجية المطعمة بحاجات الحب والحنان والدفع والرعاية.

35 - اخبروا ابنائكم بمشاكلكم بعيدا عن التهويل والتكبير كي يشعروا بالتقارب والتعاون معكم على حلها.

36 - علموا ابنائكم اصول دينهم وواجباتهم تجاهها بعيدا عن التطرف.

37 - علموا ابنائكم كيفية التعاون مع الاخرين ومساعدة من يحتاج للمساعدة.

38 - ازرعوا في نفوسهم حب الوطن والتضحية من اجله.

39 - وضخوا لهم معنى الانسانية والحرية والديمقراطية.

40 - زودوهم بالكتب والمراجع المفيدة واصحبوهم لزيارة المكتبات والمتاحف ومصادر العلم والمعرفة.

16 - توصيات للام الحديثة

سؤال من ام قلقة على ابنها تقول:

لي طفل عمره سنتان ولم تكن لدي خبرة علمية في تربيته ارجو تزويدي بمعلومات تساعدني على ذلك علما بانه اول طفل لدي واحبه كثيرا. ارجو من الله ان يساعدكم كي تساعدونا.

الجواب:

اولا اقدر لك هذا الاهتمام بطفلك البكر وان دل على شيء فإيما يدل على مدى حرصك على مستقبله، ومن الطبيعي انك تكنين له من الحب والامومة الصادقة، واتمنى من الله ان يحفظه لك وتسعدين بتربيته وتنميته. ادرج لك بعض النقاط المتعلقة بطفل السنة الثانية بشكل عام كما يأتي:

- 1 - يستمتع طفل السنة الثانية بضبط العمليتين المتعلقة بالتخلص من الفضلات وطريقته في الذهاب الى الحمام بمساعدة الاخرين او بدون مساعدة احيانا وينتظر من الكبار وخاصة الام التشجيع والاهتمام بذلك لانه يعتبر ادائه بهذا الشكل المنضبط والمنظم ما هو الا هدية لامه التي تتمنى ان تكون ملابس طفلها نظيفة ولا تتعب في ذلك، اما ان واجه الالهال او القسوة فإنه يستعملها كسلاح ضد الام بحيث لا يهتم بالذهاب الى الحمام وانما يعملها ايما كان.
- 2 - يكون الطفل في السنة الثانية من العمر قادرا على اداء بعض الاعمال البسيطة التي تناسب نموه ، كما يكون مدركا لبعض الاشياء والتفكير بها حتى لو لم تكن امام ناظره، على سبيل المثال يفكر بوالديه اثناء غيابهما عنه، وقد يستعمل لعبة التليفون للاتصال بهما ويقلد عملية الاتصال بهم وانهم يسألونه عن شيء ما ويرد عليهم كما يتحدث مع اصدقائه ويضحك او يرد عليهم بعصبية كأن المكالمة واقعة فعلا وهذا يكون نابعا من خياله الخصب.
- 3 - يتكلم مع الاشياء والجماد كأنها حية وذلك لانه يفكر بان هذه الاشياء تمتلك الشعور والاحساس وتتألم وتفرح مثلما تسلك الاحياء.
- 4 - يحاول الطفل في هذه السن على الاستحواذ وتملك اشياء الاخرين واللعب التي يحبها حتى لو لم تكن ملكه ويعتقد ان كل ما في الوجود هو ملكه، بحيث جعل البعض يطلق عليه بالانانية التي تسيطر عليه، وكثيرا ما يستعمل كلمة لي وملكى وانا... الخ من كلمات تدل على الانانية حسب راي هؤلاء .
- 5 - يتعلم الطفل في هذه السن لغة الام او اللغات الاخرى وتدل على نموه وتطوره الاجتماعي والتفكري.
- 6 - ينشد الاستقلالية ويريد ان يمارس لعبه وتناول طعامه وارتداء ملابسه... الخ من سلوكيات وحده دون تدخل الاخرين بذلك .
- 7 - يتولد الشك والخجل لدى الطفل في هذه السن ونجده يخبيء راسه بحضن امه او من يرعاه او يخبيء وجهه بيديه الصغيرتين عندما يداعبه او يتحدث معه الاخرون خاصة الغرباء.
- 8 - يطلب الامان والحماية من الاخرين بسبب القلق الذي يسيطر عليه من انفصال وغياب الام التي ترعاه ولهذا نجده يتمسك بها وبانبيالها ، ان ابتعدت عنه اصابه الحزن والانزعاج والبكاء.

- 9 - يتعلم الطفل في هذه السنة بعض العادات التي تتبّعها العائلة والحركات وانواع السلوك والالفاظ التي يطلقونها.
- 10 - تنمو لديه الثقة بالنفس عن طريق تقديره لذاته ومدى تلقيه التنشئة الاجتماعية السليمة من قبل الاخرين الذين يتعامل معهم الطفل.
- 11 - تتكون لديه القدرة على تحليل تعابير الوجه لمن يتعامل معه ويقلدها احيانا.
- 12 - يحاول ان يلعب متى شاء لانه لا يدرك الوقت ويستمر في لعبه وعندما تناديه امه وتطلب منه العودة الى البيت فإنه ينزعج ويسأل لماذا تمنعوني من اللعب الان ؟
- 13 - يفرغ انزعاجه وغضبه على لعبه وقد يكسرها ويحطمها ويضربها ان نال من عقاب الاخرين او شعر بعدم اشباع رغباته.
- 14 - قد يصاب بالاكتئاب والحزن اذا لم يجد من يهتم به ويحسن معاملته ويلبي رغباته.
- 15 - تسيطر عليه الغيرة خاصة على امه التي يعتبرها مصدرا لاشباعه، وعندما يراها تهتم بغيره فإنه ينزعج ويعبر عن انزعاجه بضرب من نال رعايتها.

عليك ما يأتي:

- 1 - مساعدة الطفل على التمتع بالاستقلالية.
- 2 - تغيير سلوكه السلبي الى ايجابي عن طريق الاقناع واللين بعيدا عن الشدة والتذمر والتسلط.
- 3 - تجنب استعمال التناقض في المعاملة ، على سبيل المثال هناك بعض العوائل تضرب الطفل وبعد قليل تقبله او يضرب الاب الطفل والام تقبله وهذه الطريقة تؤدي بالطفل الى فقدان التوازن في سلوكه كما يضيع بين هذا التناقض في المعاملة .
- 4 - تجنب استعمال الضرب في تربية الطفل لان الضرب لا ياتي بالنتيجة وانما يكون العكس من ذلك .
- 5 - تجنب تشجيعه على استعمال ضرب الاخرين سواء كبارا او صغارا.
- 6 - الاهتمام بصحة الطفل الجسمية والنفسية وان طرأ عليه ما يقلق ينبغي الاسراع بمراجعة الطبيب والمعالج النفسي.
- 7 - احاطته بالحب والحنان والدفء.
- 8 - توفير وسائل وسبل الحماية والاطمئنان والراحة له.
- 9 - تدريب وترويض الطفل المشاكس الغضوب.
- 10 - مساعدته وتشجيعه على التحكم بانفعالاته.
- 11 - تدريبه على ضبط العمليتين المتعلقة بطرح الفضلات والذهاب الى الحمام عند الحاجة واستعمال الطرق الصحيحة والسليمة في النظافة.
- 12 - تدريبه على الاساليب الصحيحة في تناول الطعام وآدابه.

- 13 - منحه الفرص التي تساعد على الاستقلالية عن الآخرين بعيدا عن المبالغة والوقوع في مواقف الخطر.
- 14 - تنظيم اوقات نومه والالتزام بها.
- 15 - توفير مكان الراحة والهدوء عند النوم.
- 16 - اشباع رغبات الطفل بعيدا عن التطرف في ذلك.
- 17 - تجنب الاستهزاء بالطفل والتندر على لغته التي بدأ يستعملها.
- 18 - تجنب اثاره الغيره لدى الطفل عن طريق المقارنة او الاهتمام الذي يلفت انتباهه بالطفل الجديد او ابناء الجيران والاصدقاء.
- 19 - الحذر من عقابه امام الآخرين خاصة امام اطفال بعمره.
- 20 - حمايته من التعرض للخطر اثناء اللعب.
- 21 - تجنب تخويف الطفل وتهديده.
- 22 - توفير العاب له حسب عمره.
- 23 - اختيار اللعب بعد التأكد من سلامتها وخلوها من الخطورة عليه.
- 24 - تجنب اجباره على تناول طعام لا يحبه وانما تشويقه اما ان رفضه فلا ينبغي الاصرار على ذلك.
- 25 - تجنب اهماله وتركه متى واين يذهب.
- 26 - تدريبيه على النظافة كغسل اليدين والوجه والاسنان.
- 27 - سرد الحكايات والقصص التي تثير خياله وتنميها، متفقه مع سنه.
- 28 - الاستماع اليه عندما يتكلم.
- 29 - احترام آرائه او خياله وافكاره.
- 30 - النظر الى الطفل على انه كبير ويستوجب معاملته بناء على ذلك.

17 - عناد الاطفال كيف نعالجه

جائتني استشارة استعرضها كما هي:

نقول الام فيها : لدي طفل عمره 6 سنوات وهو عنيد جداً ولا أدري ما سبب هذا العناد، كنت في السابق أوبخه وأضربه أحياناً، ولكن أسلوبى معه لم يُعطي أية نتيجة جيدة، حالياً أتخذ معه أسلوب آخر في المعاملة بحيث أبين له أنني غير راضية عن تصرفاته وإنى حزينة وغير راضية عنه.. وأنا أتساءل ما سبب هذا العناد؟؟

كما أنني لاحظت بأنه ومع مجموعة معينة من أطفال أقرابنا عندما يتجمعون ويلعبون بعيداً عنه أنه يحاول لفت أنظارهم نحوه بضربي أو التلطف بالفاظ غير لائقة حتى يضحك الأطفال، وعندما يضحك الأطفال يُزيد في سلوكه هذا.. وحتى لو عاقبته أو وبخته فإنه يُزيد في تصرفه، ولا يكتفي بتعديده عليّ أنا فقط بل حتى يضرب أخاه الأصغر منه فيضحك على بكاء أخيه، لماذا يفعل هذا؟ وكيف أتصرف معه؟

والعناد بدأ معه منذ دخوله المدرسة، يظهر عناده لي اكثر ثم لوالده ثم بشكل اقل لمن يعرفه من احواله ولم تشتكي المعلمه يوما من عناده او تصرف يضايقها، بالنسبة لذكائه هو ذكي وكل المدرسات يمدحونه ولكن يقولون بانه كثيرا ما يسرح بالحصه، اعتقد بان مستوى ذكائه عادي وليس فطن بدرجه ملحوظه، وارى فيه روح القيادة بالنسبة للاطفال الذين في عمره اما الاطفال الاكبر منه فهو يتجنب ذلك،

الجواب:

عزيزتي الام السائلة طفلك المحروس الذي تصفين سلوكه بالعناد والذي استعملت معه التوبيخ والضرب ولكن بدون فائدة، يمكن ان نقول لك من الطبيعي ان الضرب لم يحل المشكلة مهما كان نوعها وانما بالعكس يعقدها ويجعل من الصعب علاجها وحلها. اما الاسلوب الثاني الذي استعملتيه معه وبينت بانك غير راضية عن سلوكه قد ينفع ولكن مع الاسف جاء بعد عملية استعمالك الضرب معه الذي اثر عليه ايما تأثير، كوني دقيقة بهذا الخصوص ولا تظهري ضعفك امامه بالبكاء او التخاذل كي لا يستغل ذلك الضعف

ثانيا اشرت الى انه يضربك امام اصدقائه ليجعلهم يضحكون وكما راهم يضحكون يزداد ضربه لك وذلك ليحقق اهدافا هي مايتي :

- 1 - اظهار قوته امام اصدقائه وذلك بضربك امامهم.
- 2 - انه وجدك لقمة سائغة له.
- 3 - ليحقق رغبته في جلب انتباه اصدقائه له.
- 4 - انه يعاقبك امامهم ويتلذذ بهذا العقاب لك او لاخيه الصغير.

ذكرت بانه يسرح في المدرسة وهذا مؤشر على انه يعيش في صراع نفسي ويتمنى العودة للبيت كي ينفس عن صراعه بايدائك وايداء اخيه الصغير قد يكون عامل الغيرة من اخيه قد لعب دورا في ذلك السلوك .

اشرت الى ان لديه روح قيادية عليك استغلال هذه الميزة وذلك بتكليفه بمهام يستطيع القيام بها وذلك لتعزيز ثقته بنفسه، على سبيل المثال تكليفه بالناية باخيه الصغير مع المراقبة، وطلب المساعدة منه على نقل وتحويل بعض الاشياء المنزلية التي يستطيع القيام بها ، او القيام بمشتريات حاجات البيت بعيدا عن تكليفه بامور تكون فوق طاقته.

اشرت الى ان الحالة بدأت لديه منذ ذهابه للمدرسة قد تكون البيئة المدرسية قد لعبت دورا في ذلك وشجعت عليه ، عليكم بحث الامر مع مديرة المدرسة كي تستطلع الامر ثم معالجة الموقف حسب متطلباته .

يمكن التوسع في موضوع العناد الذي يشغل فكر اكثر الاباء والمعلمين واحيانا تكثر الشكوى من ذلك العناد . علينا توضيح ماهية العناد ومتى تحدث هذه الظاهرة كما يأتي:

اولا: مالمقصود بعناد الاطفال ؟

العناد هو عبارة عن ردة فعل الأطفال تجاه الاوامر والنواهي الصادرة عن الكبار خاصة الوالدين. كثيرا ما يعتبر الأطفال هذه الاوامر والنواهي ما هي الا تقييدا لحياتهم واستقلاليتهم وتحديدا لسلوكهم. وكثيرا ما يثار عناد الاطفال حول الامور المتعلقة بالنظافة ، ومنعهم من اللعب، و دفعهم للذهاب الى النوم في ساعة معينة التي تحرمهم من مشاهدة البرامج التي يحبونها، اضافة الى اجبار الاطفال على تناول الطعام الذي لايرغبونه، كذلك الاوامر المتعلقة بالذهاب الى المدرسة وما يترتب عليها من نظام الاستيقاظ مبكرا في الصباح ومن اداء الواجبات المدرسية المختلفة وغيرها من الاوامر التي ينظر اليها الاطفال على انها صعبة التنفيذ وتعمل على تكبير حرياتهم

ثانيا: متى تبدأ ظاهرة العناد لدى الاطفال ؟

تبدأ ظاهرة العناد لدى الاطفال ما بين السنة الاولى والرابعة من العمر وتكون على اشدها في هذه السنوات الثلاثة التي يصفها البعض بازمة السنوات الثلاث بحيث يبدأ الاطفال باستعمال كلمة لا مع الاصرار على ذلك وتستمر لدى البعض للسنة الخامسة او السادسة. تعتبر ظاهرة العناد لدى الاطفال في هذه الفترة ظاهرة صحية وذلك باعتبارها مؤشرا يدل على نمو ذاتية الاطفال واستقلاليتهم وثقتهم بانفسهم و ارادتهم بشرط استعمال الوالدين في هذه الفترة الطرق السليمة في مواجهة هذا النوع من العناد، اما اذا كان العكس فان ظاهرة العناد ستستمر وتكون على اشدها كلما تقدم الاطفال في النمو، واصعب ما في الامر عندما يستمر سلوك الاطفال المتصف بالعناد الى مرحلة المراهقة او الشيخوخة احيانا.

يرفض بعض الاطفال الامر او الشيء لمجرد الرفض ليس الا حتى لو كانوا يرغبون به في داخلهم وغرضهم من ذلك الرفض تحقيق اهدافا متعددة منها جلب الانتباه او معاقبة الوالدين او اثبات ذاتيتهم وما الى ذلك.

يحدث الصراع بين الاطفال والكبار عندما يتطرف الكبار باستعمال الاوامر والنواهي بكثرة وترديد كلمة (لا)، على سبيل المثال لا تلعب لا تلمس لا تأخذ لا تذهب لا تقل لا ... لا ... لا ... الى ما شاء الله من كلمة لا بحيث يصبح الاطفال كارهين سماع كلمة لا بالوقت الذي يطمحون لتنمية ذاتيتهم على التفكير واختيار السلوك الذي يرغبون به والاستقلالية في الشخصية واتخاذ القرارات بانفسهم وبالتالي تؤدي هذه المواقف الى زيادة الصراع لدى الاطفال ونتيجتها يكون الرفض والاصرار على ذلك الرفض بحيث يصبح بالتالي عنادا واضحا.

كلما واجه الاطفال معاملة قاسية وشديدة كلما اصبحوا رافضين لكل شيء حتى لو كانوا يطمحون اليه في داخلهم مما يؤدي بالتالي الى ان الاطفال يتخذون وسيلة الصراخ والغضب وتحطيم الاشياء وضرب الاخرين والاعتداء عليهم بالالفاظ النابية التي اختزنها الاطفال في ذاكرتهم والتي بالحقيقة كان مصدرها الكبار لانهم سمعوا منهم والكبار في غفلة من امرهم ولم ينتبهوا الى ان تلك الكلمات هم مصدرها و كان دور الاطفال اختزان تلك الالفاظ واستعمالها وقت الحاجة وبالتالي يصل الاطفال الى هذه المشكلة التي يكون من الصعب على الوالدين والمربين حلها .

التقليد و عناد الاطفال:

يلعب عامل تقليد الاطفال لسلوك الكبار دورا مهما في ممارسة بعض السلوكيات كارتداء ملابس الوالدين والحذيتهم واستعمال الطفلة لمكياج الام واستعمال الطفل لادوات حلاقة الاب... الخ من امور يقلدها الاطفال تشبها بابائهم و امهاتهم عندها يواجه الكبار هذه الظاهرة بالضحك والاستهزاء او المنع مما يجعل الاطفال في حيرة من امرهم ولسان حالهم يقول لماذا هم يلبسون ويستعملون ولا احد يستهزأ بهم اما نحن عندما نتخذ تلك المواقف يبدأ الاستهزاء والضحك علينا ومنعنا من ممارستها، هذه المواقف بحاجة ماسة للتوضيح واقناع الاطفال بالموقف .

ان اكثر ما يقلد الاطفال الابوين لانهما في نظرهم قدوة صالحة فإن اتصف الاب او الام بالعناد اصبح الابناء يتصفون بالعناد ايضا لانهم يقلدون ابائهم .

التوصيات:

هذه ملاحظات بسيطة نود ان يمارسها الاباء مع ابنائهم لتجنبهم الاستمرار على العناد وشدته وهي ما يأتي:

- 1- تجنب تهيئة المواقف التي تؤدي للرفض والعناد .
- 2 - الحذر من استعمال الضرب مع الاطفال
- 3 - تجنب التحدث عن عناد الاطفال امام الاخرين وهم يسمعون ذلك كي لا يستعملون ذلك لتحقيق اهدافهم السلبية .
- 4 - استعمال اساليب التشجيع التي تحمي الاطفال من ظاهرة العناد المتطرف .
- 5 - استعمال اسلوب الحوار وتوضيح المواقف للاطفال .
- 6 - شرح اسباب الرفض وعدم تنفيذ ما يريده الاطفال .
- 7 - قراءة القصص التي تحتوي على العبر وتساعد على تجنب عناد الاطفال .
- 8 - تطبيق اسلوب الارشاد النفسي المعروف .
- 9 - الابتعاد عن استعمال اساليب التحدي .
- 10 - اعادة النظر في الاساليب المستعملة مع الاطفال والتي ادت الى استمرار العناد لديهم .
- 11 - مساعدة المعلم على التعامل مع الاطفال واتباع اساليب الحوار .

- 12 - تشجيع الاطفال على التعبير عن ارائهم وافكارهم
- 13 - تدريب الاطفال على تطبيق الاساليب الاجتماعية المتعلقة بالاداب والاخلاق واحترام الاخرين
- 14 - مساعدة الاطفال على التخلص من التوتر والقلق والغيرة.
- 15 - تجنب المقارنات بين الاطفال والتي تثير الغيرة لديهم.
- 16 - تجنب تكليف الاطفال بمهام لا طاقة لهم عليها.
- 17 - التعاون بين البيت والمدرسة على تدليل الصعوبات التي تواجه الاطفال.
- 18 - اتباع اساليب التربية السليمة والمنطقية.
- 19 - الابتعاد عن اجبار الاطفال على الخضوع والسكينة التي تؤدي الى كسر معنوياتهم وتذللهم.
- 20 - الثبات على مبدأ التعامل مع الاطفال بعد التأكد من سلامته بعيدا عن التطرف.
- 21 - الاتفاق بين الزوج والزوجة على استعمال اسلوب معين لمعاملة الاطفال.
- 22 - الحذر من استعمال الاسلوب المتناقض في معاملة الاطفال.
- 23 - توفير الاشياء التي يحبها الاطفال بعيدا عن التطرف في ذلك.
- 24 - احتضان الاطفال وتقيلهم ثم اعطائهم الاوامر والنواهي باسلوب لطيف.
- 25 - تجنب اعطاء الامر للاطفال ثم التراجع عنه.
- 26 - تجنب اجبار الاطفال على اداء خدمات للاخرين لئلا يضر بثقتهم بأنفسهم.
- 27 - استعمال المكافآت التي يحبها الاطفال عند تنفيذ الاوامر بعيدا عن التطرف .
- 28 - تجنب العقاب البدني مهما كان الرفض للاطفال.
- 29 - متابعة تنفيذ الاطفال للاوامر والنواهي كي لا يحدث تسبب في ذلك.
- 30 - تدريب الاطفال على الفضيلة والاداب والاخلاق الحميدة .
- 31 - ان يكون الوالدين قدوة صالحة امام الابناء.
- 32 - توضيح سبب الرفض للابناء.
- 33 - استعمال طريقة مرافقة مع اسداء الامر وذلك بتقديم الاشياء التي يحبها الاطفال ، على سبيل المثال قل لطفلك خذ هذه الحلوى وكلها في المدرسة عندها سيذهب تفكير الطفل بالمدرسة ممتزجا بخياله الذي يدور حول الحلوى التي يحبها وبالتالي سيذهب للمدرسة سعيدا لانه سيأكل الحلوى هناك، او اذهب الى النوم لترى الاحلام التي تحبها، وغيرها من الامثلة والمواقف التي ينتشوق اليها الاطفال.
- 34 - التحلي بالصبر والهدوء عند التعامل مع الاطفال.
- 35 - استعمال طريقة تدريب الاطفال على الاعمال الروتينية والمتعلقة بالطعام والنوم والنظافة واوقات اللعب... الخ من امور.

- 36 - تهيئة مساحة معينة من الحرية للأطفال لتساعدهم على اتخاذ قراراتهم بانفسهم دون تدخل الكبار.
- 37 - التوازن في المعاملة بين الشدة واللين.
- 38 - اتباع طرق الارشاد على شكل مراحل كما يأتي:
- أ - منع الاطفال من اداء السلوك المعين الذي فيه ضرر عليهم بعد توضيح ذلك الضرر.
- ب - تنبيههم ان تقاعسوا عن الطاعة سيكون العقاب .
- ج - استعمال العقاب الذي سبق وان وعدتم به على ان لا يكون شديدا ولا ضعيفا وخير الامور اوسطها.
- 39 - اعطاء الاطفال الحرية لاستغلال اوقات فراغهم دون رقابة مشددة.
- 40 - اتاحة الفرصة للاطفال ان يتصرفوا بنقودهم متى وكيف شاؤوا.
- 41 - تعويد الاطفال على القيام بتنظيم غرفهم ونظافتها.
- 42 - اتاحة الفرصة للاطفال في اختيار لعبهم التي يحبونها بعد اطلاعهم على ميزانية العائلة.
- 43 - ترك الحرية للاطفال في تناول ما يحبونه من طعام.
- 44 - تجنب الافراط في اعطاء النواهي والامور.
- 45 - تجاهل عناد الاطفال خاصة المتعلقة بتناول الطعام .
- 46 - تعزيز السلوك الذي يؤديه الطفل والخالي من العناد.
- 47 - تجنب استعمال المقارنات بين الاطفال مهما كان الهدف.
- 48 - مساعدة الاطفال على مشاهدة الافلام التربوية والعلمية الهادفة والتي تساعد على التخلص من العناد ان كانت متوفرة .
- 49 - مدح الاطفال الذين تخلو عن عنادهم واصبح سلوكهم اعتيادي.
- 50 - كتابة بعض الجمل والامثلة والعبر والاحاديث التي تنهى عن العناد بحيث تكون تحت انظار الاطفال.

18 - الصمت الاختياري لدى الأطفال

الصمت الاختياري هو حالة من حالات الاضطراب النفسي الذي يصيب الاطفال ويظهر هذا الاضطراب في المدرسة او عندما يتعرض الى مواقف اجتماعية معينة، وكما واجه الطفل توترا نفسيا كلما بدا عليه هذا النوع من الصمت ويكون عليه العكس عندما يكون مرتاحا وسعيدا فإنه ينطلق في الكلام والحركات. يحدث هذا النوع من الصمت لدى الاناث الصغيرات اكثر مما يكون لدى الاولاد الصغار اي يحدث لهم ما بين السن الثانية الى الثامنة . كثيرا ما يصاب الاطفال بالصمت الاختياري ويعبرون عما يريدون بالاشارات او حركات الجسم خاصة عندما يواجهون الغرباء او الاشخاص الذين يثيرون عدم الراحة لديهم ، وله علاقة ماسة بالخوف من الاتصال

الاجتماعي. كثيرا ما يؤثر هذا الصمت على التحصيل الدراسي كذلك الاصابة بالكآبة خاصة اذا واجه الطفل من يستهزأ به من الاخرين سواء الكبار او الاطفال في المدرسة او الحارة. كما يعاني الطفل الصامت من صعوبة في تكوين علاقات اجتماعية مع الاطفال الاخرين، وقد تستمر هذه الحالة وتنمو مع نمو الطفل اذا لم يعالج في الوقت المناسب، و اذا استمرت الحالة بعد سن العاشرة دون علاج قد تستمر الحالة وتكون مزمنة لدى الفرد. يمكن ان نطلق على هذا الصمت الاختياري بصفة الصمت الاجباري وليس اختياري لانه جاء دون اختيار الطفل له.

اسباب ظاهرة الصمت الاختياري:

هناك اسباب عديدة منها ما يأتي:

- 1 - الخوف من الاتصال الاجتماعي
- 2 - ضعف الثقة بالنفس ويشد ذلك عند الذهاب الى المدرسة لأول مرة.
- 3 - الشعور بالخجل الشديد نتيجة للتنشئة الاجتماعية الخاطئة.
- 4 - اضطراب اللغة ومشاكل اللفظ.
- 5 - الاتكالية التي يمارسها الطفل نتيجة لمعاملة الوالدين.
- 6 - الدلال الزائد الذي يتلقاه الطفل من الوالدين.
- 7 - الشعور بالقلق والاضطراب النفسي.
- 8 - المشاكل العائلية والشعور بعدم الاستقرار والامان.
- 9 - الحد من العلاقات الاجتماعية بحيث لا يسمح للطفل من الاتصال بالآخرين وتكوين الصداقات او العلاقات في المراحل الاولى من النمو وعندما يواجه الاطفال الاخرين خاصة في المدرسة للوهلة الاولى تظهر هذه الحالة.
- 10 - الصرامة في المعاملة وتسلط الوالدين او من يتعامل مع الطفل من الكبار.
- 11 - تعرض الطفل لمواقف من الاهانة والاستهزاء.
- 12 - الاصابة بعاهة من العاهات.
- 13 - الاستهزاء بسلوك الطفل.
- 14 - التخويف.
- 15 - منع الطفل من الكلام عند حضور الكبار مما يعكسه بالتالي على جميع المواقف.

مظاهر الصمت الاختياري:

تظهر على الاطفال بعض السلوكيات التي يمكن ملاحظتها للوهلة الاولى وقد تأتي تلك السلوكيات تدريجيا وتشتد كلما تعرض الطفل لمواقف تثير التوتر اليه. يمكن تلخيص تلك المظاهر كما يأتي:

- 1- يلتزم الطفل الصمت عندما يلتقي بالغرباء كالطبيب او المعلم.
- 2- يلتزم الصمت عند وجود الاب المتسلط الشديد.
- 3- يلتزم الصمت عندما يواجه موقفا يثير القلق لديه كترك الطفل مع الاخرين وابتعاد الوالدين عنه.
- 4- العزوف عن الذهاب الى المدرسة.
- 5- حالات العناد التي تظهر على الطفل.
- 6- التوتر والعصبية من مواقف لا تحتاج الى تلك العصبية.

علاج حالة الصمت الاختياري:

يتم علاج الصمت الاختياري بالعلاج النفسي والعلاج الدوائي كما يأتي:

- 1- العلاج بالادوية التي تعطى للمصابين بالكآبة
- 2- العلاج النفسي السلوكي الادراكي.
- 3- التعاون بين الاسرة والمدرسة والاختصاصي النفسي والاجتماعي.
- 4- معاملة الطفل معاملة حسنة.
- 5- تقوية الثقة بالنفس.
- 6- تدريبيه على الاعتماد على النفس والابتعاد عن الاتكالية.
- 7- تجنب الاستهزاء به عندما يتكلم واعطاه الفرصة للتعبير عن افكاره وما يريد.
- 8- اتاحة الفرصة الكافية له لتكوين الصداقات والعلاقات التي يرغب بها مع التوجيه ان حدث خطأ في تلك العلاقات بعيدا عن التوتر.
- 9- تجنب التسلط والقسوة في المعاملة.
- 10- الترفية ومساعدة الطفل على التخلص من التوتر والقلق قدر الامكان.
- 11- اتاحة الفرصة له لتعلم المهارات المختلفة.
- 12- تدريبيه على اللغة السليمة وعلاجه ان كانت لديه صعوبات واضطرابات لغوية.
- 13- اشراكه في النشاطات الرياضية والاجتماعية المناسبة مع سنه وجنسه.
- 14- مراقبة سلوكه في المدرسة وحل مشاكله الدراسية.
- 15- مساعدته في حل مشاكله بعيدا عن التدخل غير المنطقي.
- 16- الحذر من الاستهزاء بالطفل.
- 17- اشراك الطفل في المناسبات والفعاليات التي يقوم بها الاطفال.
- 18- اجراء محاوره مع الطفل باستعمال مواضيع يحبها.
- 19- توجيه اسئلة مختلفة للطفل عما فعله خلال اليوم.

20 - اجراء مسابقة الكلمات مع الطفل وجعله هو الفائز.

21 - اللعب مع الطفل.

22 - اسعاد الطفل وابعاده عن مصادر الحزن.

23 - تشجيعه على انبات نبات أو تربية حيوان يحبه بعد التأكد من سلامة الحيوان .

19 - ثلاثون توصية لتنمية ذكاء اطفالكم

وصلني السؤال التالي: اضعه كما هو:

اني اب لاطفال اود ان يكونوا اذكياء واقتخر بهم، كيف لي ان اساعدهم على

ذلك وما هي الوسائل التي يمكن ان اتخذها في هذا الخصوص.

الجواب:

عزيزي السائل الكريم ، بارك الله فيك وهذا الاهتمام باولادك حقا انه سؤالك مهم جدا ويحتاج الى صفحات في الخوض فيه والطرق المساعدة على نموه وذلك لاهمية هذا الذكاء سواءا كان للاطفال او الكبار وله اهمية بالغة ومؤثرة في سلوك الفرد العام والخاص، وكلما كان الفرد ذكيا كلما كان سلوكه متوازنا هذا بشكل عام، اما من ناحية الاطفال فإن ذكائهم امانة في اعناق اوليائهم اضافة الى أنه مؤشر لاقتخار الوالدين بسلوكهم ونجاحهم في الحياة ومدى تحقيق اهدافهم فيها.

يهتم الوالدين بكل ما يتعلق ويساعد على تنمية ذكاء اولادهم منذ نعومة اظفارهم لكي ينشأوا بشكل مميز ويمارسون حياتهم بكل سهولة.

يمكن ان اعرف الذكاء اولا وبعده ادرج بعض التوصيات لتساعدك على ذلك. تعريف الذكاء: هو القدرة على الاستيعاب والفهم والتعلم بسرعة كما يتضمن قدرة الفرد على التوافق الاجتماعي وحل المشاكل التي تعترضه باقصر الطرق واسهلها، والاستفادة من تجارب الاخرين على الوجه الاكمل. ويعتمد هذا على سلامة الجهاز العصبي. (المخزومي: 2004، لنيل العنلة النفسى، دار العلم للملايين - بيروت، صفحة 270-274).

انواع الذكاء:

للذكاء انواع مختلفة كالذكاء المجرد، والذكاء الاجتماعي، والذكاء الميكانيكي ، كما هناك الذكاء العملي والذكاء الابداعي والذكاء الذي له علاقة ماسة بالمهارات التي تتعلق بالعلوم المختلفة الذي يقاس عن طريق مقاييس الذكاء المعروفة ، اضافة للذكاء الانفعالي. ويمكن للمربين الاستفادة من هذه الانواع من الذكاء ان لاحظوها ظاهرة لدى ابنائهم وتفعيلها بالشكل الصحيح.

تتفاعل الوراثة مع البيئة ويؤثر هذا التفاعل على ذكاء وشخصية الفرد وسلوكه ولا يمكن الفصل بين ما تأتي به الوراثة او ما تأتي به البيئة من تأثير على محصلة ذلك الذكاء.

التوصيات:

يمكن لكل عائلة ان تنشأ اطفالا اذكياء اذا وجهت اهتمامها بهذا الجانب،

ادرج بعض التوصيات لتساعد على ذلك وهي ما يأتي:

- 1 - التخطيط لانشاء اسرة متمتعة بالصحة العقلية والجسمية قبل الزواج والحمل وذلك لاثرها البالغ على نمو الطفل بشكل عام وجهازه العصبي بشكل خاص، فاختبار سلامة الوالدين قبل الزواج مهم جدا وذلك عن طريق اجراء الفحوصات المطلوبة في ذلك .
- 2 - الاهتمام بفترة الحمل من جميع الوجوه والمواقف الجسمية والنفسية والصحية.

- 3 - مراقبة نمو الجنين في الاسابيع الاولى والاستمرار عليها الى ان تحين الولادة التي ينبغي ان تتم تحت اشراف طبيب مختص بذلك.
- 4 - تجنب تعاطي الحامل المخدرات والتدخين والتي اثبتت البحوث المخلفة على اثارها السلبية على الجنين وعلى الطفل في المستقبل بحيث يكون سلوكه عدوانيا ويلاقي صعوبات جمة في التعلم خاصة تعلم القراءة والكتابة.
- 5 - تهيئة الظروف والبيئة المناسبة لاستقبال الوليد واعداد ما يحتاجه في تلك المرحلة.
- 6 - الاهتمام والعناية بالوليد من جميع النواحي الجسمية والصحية والاجتماعية.
- 7 - الاهتمام بجهاز الوليد العصبي منذ فترة الحمل والميلاد. نعلم ان الوليد يحمل مئة مليون خلية عصبية في هذه المرحلة وعن طريق النمو يتضاعف هذا العدد ويتزايد بحيث يصبح عدد تلك الخلايا التريليون وكلما نما الطفل كلما نمت الشبكة العصبية وتلك الروابط التي يطلق عليها بـ neural synapses لديه .
- يلعب تعلم اللغة لدى الطفل دورا مهما في نمو تلك الشبكة ويكون الطفل في هذه الفترة على استعداد لتعلم اية لغة تقدم له وبشكل سريع اكثر مما يكون لدى الكبار، كما ان سرعة النمو في هذه الشبكة تكون مضاعفة مقارنة بما يكون لدى الكبار، ويساعد عامل التفاعل الاجتماعي واحاطة الطفل بالحب والحنان والدفاء على سرعة تعلم اللغة والمنطق وقدرة التخطيط...الخ من المهارات الحياتية المختلفة.
- 8 - التحدث مع الاطفال الصغار في جميع المراحل بدأ بمرحلة الولادة التي كثيرا ما تعتبرها الام بانها غير مهمة لاعتقادها بأنه لم يكن يفهم ما تقول له بالوقت الذي يستطيع الوليد فهم تعابير امه وصوتها ويتعرف على رائحتها وكل ما يتعلق بها منذ الساعات الاولى من ولادته. كلما بكرت الام باستعمال المحادثة مع طفلها وبعبارات واضحة كلما ساعد ذلك على نمو المنطقة المتعلقة بنمو اللغة نموا صحيحا وبالتالي يؤدي الى نمو ذكائه بشكل سليم.
- 9 - اللعب مع الاطفال خاصة الالعب اليدوية التي تتضمن استعمال الضغط وخروج الاصوات اثنائه لانه يساعد على تنبيه الطفل لتلك الحركة وحبها الاطفال الصغار كثيرا ويسعدون بها.
- 10 - الاهتمام بما يشير اليه الاطفال من مواقف او اشياء ويؤدي اهتمام الكبار لذلك الى تقوية ثقة الأطفال بأنفسهم وبالاخرين وذلك لشعورهم باهمية الاخرين باهتماماتهم التي يشيرون اليها.
- 11 - تزويد الأطفال بمختلف الكتب والمجلات الملونة والمصورة وكل حسب عمره ومستواه.

- 12 - قراءة القصص المفيدة والمسلية للأطفال مع تمثيل الاصوات لشخصياتها كاصوات الحيوانات والانسان والرياح وخرير الماء... الخ من الاصوات التي لها علاقة بالقصة المعنية.
- 13 - طلب تقليد تلك الاصوات لكي يستمتعوا بها اولا وثانيا ليتعلموا ذلك وتقوي مسامعهم وانتباههم لها.
- 14 - استعمال وسائل التماس بين الكبار وبين الأطفال ذلك التماس الذي يساعد على نمو الدماغ لديهم، وقد قارنت الابحاث بين من اشبعوا من ذلك التماس وبين من حرموا منه فوجدوا ان ادمغة من اشبعوا بذلك التعاطف والتماس كانت اكثر نموا واتساعا مقارنة بالذين حرموا من ذلك العطف والتماس.
- 12 - اختيار الالعاب التي يجبها الاطفال ويرغبون بها بعد التأكد من انها تساعد على نموهم من الناحية الجسمية والعقلية والاجتماعية.
- 13 - التفاعل مع الأطفال اجتماعيا ولتكن العلاقة بينكما معتمدة على النواحي العاطفية والاجتماعية والجسمية... الخ من علاقات حميمة تساعد على نمو الأطفال نموا صحيحا من جميع النواحي خاصة الناحية العقلية التي نحن بصدها.
- 14 - بناء جسور الثقة بينكم وبين اطفالكم التي تعتمد على الحب والحنان والعطف والاحترام.
- 15 - الاهتمام بحالة الاطفال النفسية وتجنب اهمال معاناتهم والمثيرات التي تسبب لهم التوتر والانفعالات السلبية، والاهتمام بعلاج الاسباب لذلك بالوقت المناسب لها كي تتم السيطرة عليها والتخلص من اثارها باسرع وقت ممكن
- 16 - تهيئة الظروف والموافق المساعدة على شحذ مدارك الاطفال وتشجيعهم على الابداع والابتكار.
- 17 - تعليم الاطفال منذ الصغر معنى الاتجاهات والمسافات والابعاد وليعتمد هذا على مستوى وعمر الطفل الذي تتعاملون معه.
- 18 - تهيئة الفرصة لهم لسماع القرآن الكريم والاناشيد والاغاني المحببة لهم كي تساعد الجزء الايمن من أمخاخهم على النمو بالشكل المطلوب.
- 19 - مساعدة الاطفال على التخلص من الخجل ان شعرتم بانه لديهم، وتجنب تهيئة الظروف المناسبة لذلك.
- 20 - مساعدة الاطفال على الاعتماد على أنفسهم منذ الصغر ابتداء من تناول طعامهم وارتداء ملابسهم... الخ من سلوكيات لتساعدهم على الاعتماد على أنفسهم في حل مشاكلهم .

- 21 - تشجيع الاطفال على التفكير السليم والمنطقي والحكمة واتخاذ القرارات الصالحة في حياتهم العامة والخاصة
- 22 - تدريب الاطفال على النظام وكل حسب نموه وعمره بعيدا عن القسوة والاجبار والتخويف.
- 23 - تعليم الاطفال على كيفية التفاعل مع الاخرين والتعامل معهم والاحساس باحساسهم والشعور بالامهم بعيدا عن التطرف.
- 24 - اعطاء الاطفال فرصا للعب بالماء والتراب والطين وبحرية تامة بعيدا عن التزمّت والخوف على اتساخ ملابسهم او احذيتهم، وكلما كانت الحرية لهم متوفرة في اللعب بهذه الاشياء كلما ساعد على نموهم من جميع النواحي.
- 25 - اصطحاب الاطفال لزيارة المتاحف وحدائق الحيوانات مع توجيه انتباههم لما تجدونه مفيدا لهم.
- 26 - تهيئة الفرص لهم لاختيار اصدقائهم واللعب معهم بعد التأكد من سلامة اخلاقهم.
- 27 - مساعدة الاطفال على تحقيق ذواتهم وثقتهم بانفسهم وذلك عن طريق احترام افكارهم وارائهم.
- 28 - استشارة الاطفال بامور عائلية كي يساعدهم على الاعتزاز بمكانتهم.
- 29 - تهيئة وسائل التعلم الحديثة لهم وتعليمهم كيف يستفيدون من اوقات فراغهم في استخدامها.
- 30 - تشجيعهم على ممارسة الفعاليات الاجتماعية والرياضة البدنية والنشاطات المختلفة الاخرى.

20 - مشكلة طفلة وحلولها

وردني سؤال من ام ، اضعه كما هو بدون تغيير كما يأتي:

تبلغ ابنتي الثامنة من العمر جميلة حلوة اللسان تحب الناس بشكل كبير جداً المشكلة هي عدم تقبل الأطفال لها في كل مكان تذهب له بالإضافة الى عدم قدرتها على اقامة علاقات صداقة في محيط المدرستو العائلة وتشكو معلمتها من كثرة حركتها وكثرة كلامها ومقاطعتها الدائمة للحديث بالإضافة الى كثرة الأسئلة وايضاً حرصها الدائم على معرفة ما سيحدث فيما بعد فهي لا تعيش لحظتها ولكن تفكر في المستقبل بشكل كبير هذا بالنسبة للمحيط الخارجي.

أما داخل العائلة فهي اصلحها الله مريكة لكثير من امور حياتنا عند الطعام وفي الرحلات والزيارات الاجتماعية وعند ركوب السيارة تستمر في السؤال الى اين سنذهب؟ ومتى سنصل؟ وهل المكان بعيد ام قريب؟ طول الطريق مما يسبب الضيق لي ولوالدها وهي مزعجة في المنزل كثيرة الطلبات بل انها لوح بشكل لا يطاق.
من المتوقع ان تقولوا لأنفسكم ان الوضع عادي مثل باقي الأطفال لكن البنت ظهرت عليها بعض الأمور التي لاحظتها مؤخراً مثل :

- 1- فقدانها لثقتها بنفسها .
 - 2- احساسها الدائم بالذنب .
 - 3 - اقتناعها انها منبوذة وبحاجة لصديقة .
 - 4 - رغبتها في اثبات انها فتاة سالحة .
 - 5 - تعتقد انها أقل من غيرها .
 - 6 - اي امر سيء يحصل لأي منا تعتقد انه كان بسببها .
 - 7 - لاتسمع الكلام ابداً وتحس انها مظلومة دائماً .
- وهي تعد اذاعة متنقلة لكل ما يدور في منزلنا .

لقد تعبت انا ووالدها ونحس اننا سبب من اسباب مشكلاتها بطريقة تعاملنا معها فهي اول مولود لدينا ونريد تصحيح طريقة التعامل معها وكذلك تجنبها الأضرار التي لحقت بشخصيتها وهل يمكن ذلك بدون اللجوء لطبيب خاص لا سيما انها تنطبق عليها صفات الطفل المفرط النشاط وقليل التركيز
ارجو من الجميع المشاركة لأنني احس ان ابنتي تغيرت كثيراً نحو الأسوأ واعطوني نصائحكم الثمينة.

الجواب:

يبدو لي ان المحروسة تعاني من مشكلة نفسية بحيث جعلتها تسلك تلك السلوكيات التي تجعلكم تضيقون بها مما يساهم ذلك الضيق باتساع وتنوع تلك السلوكيات التي تظهرها.

هناك عوامل كثيرة تؤدي الى اضطراب سلوك الاطفال منها ما يأتي:

1 - الغيرة التي تسببها معاملة الوالدين لابنائهم والفرقة فيما بينهم.

2 - جلب الانتباه

3 - الاهمال

4 - فقدان الحب والحنان

5 - فقدان الثقة بالنفس

6 - القلق

7 - المعاملة القاسية او المتناقضة.

8 - التسبيب

لمراحل النمو التي يمر بها الاطفال دورا مهما في تشكيل شخصية الفرد وسلوكه على سبيل المثال يذكر اركسون بان ثقة الطفل بعالمه الخارجي تتكزن من لحظة الميلاد الى السنة الثانية عن طريق اشباع حاجاته الاساسية من طعام وشراب ودفء ونظافة وكلما اشبعت تلك الحاجات كلما شعر الطفل بالامان والراحة والثقة بما يحيط به اما اذا لم تشبع تلك الحاجات فلن الشك وعدم الامان يتسرب الى نفس الطفل ويصبح شكاكا بعالمه الخارجي.

اما في السنة الثالثة فان الطفل يبحث عن الاستقلالية وسمح له بالاعتماد على نفسه في القيام ببعض السلوكيات وتلقي المساعدة ممن يتعامل معهم عند ذلك تتكون له مشاعر الثقة بالنفس والاستقلالية، اما ان لم تتوفر له سبل تلك الاستقلالية ويتولى الوالدين القيام باعمال الطفل او مساعدته المتطرفة على القيام بتلك الاعمال عندها يفقد الاعتماد على النفس ويتسرب الشك المتعلق بقدراته الى نفسه.

ومن 3-5 سنوات يكون الطفل كثير الحركة والقيام بالتجارب المختلفة وكثير الاستكشاف وتوجيه الاسئلة للوالدين والكبار الذين يتعامل معهم فلن وجد الجو الخصب لاشباع ما يريد والتشجيع من الكبار عند ذلك يحقق الطفل النجاح في المبادأة والابتكار اما اذا واجه العكس بالرفض من الوالدين فان الطفل عندها يشعر بالاثم وعدم الثقة بنفسه فيما يفعل ويقول.

من 4 - 12 سنة يسيطر على الطفل حب الاستطلاع وينشد التقدير من الاخرين واذا واجه الرفض والمضايقة والزجر من الوالدين عندها يشعر بالدونية وعدم الثقة بالنفس والتراجع في التعلم والرسوب في المدرسة. اما اذا واجه التشجيع والاهتمام عندها يتقدم ويجتهد ويحقق النجاح في المدرسة وفي العلاقة مع الاخرين.

كما ذكرت في استشارتك التي تدور عن المحروسة ابنتك ما يأتي:

- 1 - انها تشعر بان الاخرين لم يتقبلوها وانها منبوذة فاقدة الثقة بنفسها وهذا على ما اعتقد ناتج عن التنشئة الاجتماعية التي مرت لها والتي ساهمت في تشكيل شخصيتها.
 - 2 - كثرة الحركة والكلام وانها لوحدة هذا ناتج عن رغبتها في جلب الانتباه.
 - 3 - تقاطع دائما لكلام الاخرين وتحديثهم وهذا مؤشر لشعورها بالاهمال اضافة الى ما ذكرنا من رغبتها لجلب الانتباه.
 - 4 - تفكر بالمستقبل اكثر من الوقت الحاضر، التفكير بالمستقبل ظاهرة جيدة اذا كان بالشكل المعقول اما اذا سيطر على الفرد وابعده عن حاضره فانه يعتبر من مؤشرات القلق.
 - 5 - فاقدة الثقة بنفسها وهذا ناتج عن اتجاهاتها نحوكم وما تشعر به من معاملتكم معها ونحو ذاتها.
 - 6 - تشعر بالذنب. انه ناتج عن الاضطراب النفسي الذي تعاني منه.
 - 7 - رغبتها في تكون فتاة صالحة هذا مؤشر جيد يمكنكم الاستفادة منه وذلك بتشجيعها على اداء سلوكيات مرغوبة كي يحبها الجميع.
- لمساعدة المحروسة على ان تكون سليمة السلوك والشخصية عليكم ما يأتي:
- 1 - احاطتها بالحب والحنان والدفء.
 - 2 - الحذر من الاتيان بسلوك يثير الغيرة لديها.
 - 3 - التحلي بالصبر والاجابة على اسئلتها الكثيرة قدر الامكان وذلك باعطائها الاجوبة المقنعة لها وان تعذر ذلك يمكن تأجيل الاجابة بعد توضيح الموقف لها الذي يدفعكم الى تأجيل الاجابة.
 - 4 - احاطتها بمعلومات بسيطة حول الرحلة او السفارة او اي نشاط تقومون به وتسالكم عنه وذلك لزرع الاطمئنان في قلبها.
 - 5 - بيان المميزات الايجابية التي تحملها وتشجيعها على الاستفادة منها كي تستطيع استغلالها حين تكوين الصداقات مع الاطفال الاخرين.
 - 6 - توجيه حركاتها ونشاطها الى ما هو نافع لها ولكم وذلك بتفعيل تلك الطاقة بشكل ايجابي على سبيل المثال تكليفها بمساعدتك في الاعمال المنزلية او القيام بتنظيم غرفتها وترتيبها وتشجيعها على ذلك وان ادت العمل على احسن وجه يمكنك مكافئتها.
 - 7 - تقوية ثقها بنفسها وذلك باستحسان سلوكها الحسن ومميزاتها الايجابية اضافة لما ذكر في الفقرات السابقة التي تتعلق بالحب والحنان وزرع الاطمئنان في نفسها.

- 8 - تدرّيبها على الانصات عندما يتحدث الآخرون وافهامها بان مقاطعة كلام الآخريين تؤدي الى ان يكون المقاطع غير محبوب كي تتجنب ذلك السلوك المتعلق بالمقاطعة.
- 9 - تقربب الاطفال لها بالطرق السليمة وتشجيعهم على الاتصال بها بالطرق الملائمة لها ولهم ومساعدتهم على تكوين علاقات صداقة حميمة بينهم.
- 10 - مساعدتها على التخلص من التوتر والقلق واضطراب السلوك وكما شعرت بالراحة والاطمئنان والثقة بالنفس كلما اعترت بسلوكها وتخلصت من تانيب الضمير الملح عليها.
- 11 - خلق الظروف لها بان تكون فتاة صالحة واستغلال تلك الرغبة التي لديها وذلك بتدريبيها وتشجيعها على السلوك السليم.
- 12 - مصاحبها لزيارة المتاحف والمكتبات او حديقة الحيوان وغيرها لاشباع رغبتها في الاطلاع والاستفادة من ذلك الاتجاه.
- 13 - الاستفادة من ميزة التفكير للمستقبل الذي تحمله وذلك بوضع الخطط للمستقبل وماذا تريد ان تكون ومساعدتها في ذلك.
- 14 - اتاحة الفرصة لها بان تتمتع بالاستقلالية والاعتماد على النفس في اداء اعمالها وهذا يقوي الثقة بنفسها.
- 15 - الاستفادة من المهارات التي لديها ايا كان نوعها وتشجيعها على ذلك على سبيل المثال ان كتبت لديها مهارة الرسم او الرياضة او الاعمل المنزلية او غيرها.
- 16 - بيان استحسانكم للسلوكيات التي تقوم بها والتي تستحق ذلك الاستحسان.
- 17 - تزويدها بكتب تحتوي على رسوم يمكن تكوينها او العاب تحتوي على المكعبات والتي تحتاج الى فك واعادة تركيبها لاشغالها من ناحية وتنمية قدراتها من ناحية اخرى.
- 18 - سرد القصص التي تدعم السلوك الجيد والتي تحتوي على الحكم والموعظة في تلك السلوكيات التي تحتويها.
- 19 - تشجيعها على الاشتراك بالنشاطات الاجتماعية المختلفة كالاشتراك بنادي معين او فرقة لعب او رياضة يقوم بها الاطفال... الخ من مجالات متاحة.
- 20 - تجنب المقارنة بينها وبين الاطفال الآخريين كي لا نشير الغيرة لديها.
- 21 - الاستفادة من رغباتها واتجاهاتها لاشغالها من ناحية وتطوير وتنمية تلك الرغبات من ناحية اخرى خاصة اذا كانت الرغبات مفيدة لها وللمجتمع.
- 22 - معاملتها على انها كبيرة واشعارها باهميتها ويمكن الاعتماد عليها في بعض الامور المناسبة لسنها.
- 23 - مشاركتها اللعب كي تشعر بالسعادة والاطمئنان وتخلص من القلق.
- 24 - تجنب اطلاق الصفات غير المرغزة كمرعجة ولحوحة... الخ من صفات.

- 25 - الاتصل بمدرستها بين الحين والآخر للاطلاع على سلوكها والتعاون مع المدرسة في تحسين ذلك السلوك ومساعدتها على التقدم في المدرسة والتحصيل.
- 26 - تعليمها بعض الايات القرآنية كي تساعد على الشعور بالراحة النفسية.
- 27 - اصطحابها الى السوق لشراء بعض اللعب والحاجيات التي تحبها.
- 28 - اعطائها بعض المواد الغذائية وتكليفها بعمل طعام لها او للعائلة على سبيل المثال عمل كيك او بعض المعجنات مع السماح لها وتقبل الامر ان اتسخت ملابسها او المطبخ وتعتبر هذه الوسيلة من وسائل العلاج الناجحة للاطفال كي يشعروا باهميتهم والاعتماد على انفسهم.
- 29 - اصطحابها الى ساحل النهر او البحر واعطائها الحرية للعب والمرح.
- 30 - تعزيز السلوك الايجابي الذي يبدر منها.