



الفصل الثاني

إشباع حاجة الطفل إلي
الإخراج والتخلص من الفضلات



✪ الحاجة إلى الإخراج من تبوُّل وتبرُّز من الحاجات الجسميَّة المهمة لحياة الإنسان. والطفل في الشهور الأولى يُفرغ فضلاته عن طريق فعل منعكس لا إرادي، فحين تمتلئ أمعائه تفتتح العضلات العاصرة في الشرج انفتاحاً معكوساً فتطرد المحتويات إلى الخارج. وكذلك، حين تمتلئ المثانة تنفرج العضلة العاصرة من تلقاء نفسها (أوتوماتيكياً) وهذه العمليات تكون غير إرادية تماماً في مرحلة الطفولة المبكرة؛ والسبب في ذلك أن الجهاز العصبي العضلي اللازم للسيطرة الإرادية لا يكون قد أكمل نموّه.

وتعلّم كف الإخراج وضبطه إلي أن يتم التخلُّص من الفضلات بالطريق المناسبة، وفي المكان المناسب اللذان تقبلهما الجماعة، هذا التعلّم يتطلَّب كف أو قمع استجابات من شأنها أنّها كانت تحدث بطريقةٍ (أوتوماتيكية) في بادئ الأمر.

وهناك اختلاف في وقت، وكيفية ضبط وسائل الإخراج لدي الطفل، ونحن نجد أنّ كثيراً من الأمهات الصغيرات قد يحصلن علي نصائح متعارضة بهذا الشأن، كما قد تكون أهمية التزام الطفل بضبط وسائل الإخراج في مرحلة مبكرةٍ — نتيجة التدريب القاسي الدقيق — غالباً ما تُعرضه إلي نكسة العودة إلي فقد القدرة علي الضبط فيما بعد .

● السن المناسبة لعملية ضبط الأمعاء والمثانة:

السن الطبيعية التي يتمكّن فيها الطفل من ضبط الأمعاء هو سن ١٢ شهراً، والمثانة بعد أن يبلغ الطفل السنتين من العمر. ومعظم الأمهات يبدأن التدريب علي ضبط وظائف الأمعاء فيما بين الشهر التاسع والشهر الرابع عشر، ويكملن هذا الضبط عند انتهاء الشهر الثامن عشر إلي الشهر العشرين.

ويلاحظ أنّ الأمهات اللاتي يبدأن هذا الضبط متأخراً يكن بحاجة إلي زمن أقل في تدريب الطفل ممّن بدأنه مبكراً، نعني أنّ التدريب يكون كمّاً هو متوقع أكثر ما يكون سهلاً حين تبلغ قدرات الطفل العصبية والعضلية والإدراكية حدّاً كافياً من النضج تسمح له بأن يحبس الإخراج حتى يحين الوقت المناسب.

● الشروط التي يجب توافرها كي يستطيع الطفل التحكم في عملية الإخراج:

- أنّ يُصبح قادراً علي الجلوس علي الإناء الخاصّ بدون أي مجهود، ويكون قد اكتسب قدرة التحكم الفعلي الكافي واللازم لذلك.
- أنّ يكون قادراً علي التعبير عن حاجته بطريقة مُعيّنة، وأن يفهم ما يُطلب منه، وبذلك يستطيع أن يتجاوب بذكاء وليس بطريقة آليّة.

■ أن يكون قادراً علي تكوين علاقات ثابتة مع مَنْ تقوم برعايته ويشعر نحوها بالاطمئنان حتى يكون قادراً علي كسب رضاها، وبذلك يستطيع أن يفهم المديح عند أي محاولة ناجحة.

وهناك أمور في غاية الأهمية يجب أن تُراعيها الأم أو المربية، ونحن نتحدث عن التحكم في عملية الإخراج، سوف نستعرضها بشيءٍ من التفصيل علي الصفحات التالية.

● ينبغي أن يكون ضبط الإخراج بدون إحداث أي ألم نفسي:

يجب علي الأم أو المربية أن تُتيح الفرصة للطفل علي التدريب علي ضبط عملية التبول والتبرز بطريقةٍ سليمةٍ تتفق مع قوانين علم النفس فيما يتعلق بأي نوعٍ من التعلُّم، وكذلك مع تعاليم الصحة النفسية التي تُركِّز علي عدم إحداث أي نوع من أنواع الألم النفسي للطفل أثناء تدريبه علي التحكم في ضبط عملية الإخراج.

فمن ناحية القوانين الخاصة بالتعلُّم ومن بينها: قوانين الثواب والعقاب، وقوانين الممارسة، ينبغي أن نعلم أنَّ الطفل قد يتعلَّم كف الاستجابة؛ لأنَّه يلقي في كلِّ مرَّةٍ ينجح فيها من كف دافعه الخاصَّ بالإخراج شيئاً من الإثابة من الوالدين، ومن الممكن أن يتدرَّب خلال الإثابة المنتظمة علي السلوك الصحيح.

كذلك فإنَّ استخدام أسلوب العقاب باللفظ أو الفعل حين يُخالِف الطفل عملية ضبط الإخراج بالطريقة السليمة التي قد تعلَّمها، قد يكون له تأثيره نتيجة الخوف من العقاب المُحتمل، أو الحرمان من حُبِّ الوالدين. وهنا يضطر الآباء أو الأمهات إلي استخدام الأسلوبين معاً، ولكن دون اللجوء إلي العقاب البدني، ذلك أنَّ الطفل إذا كان يرغب في الحصول علي المودة التي يحتاجها، ويستمتع بها في مُقابل أدائه فعل الإخراج؛ فإنَّ ذلك يدفعه إلي تكرار هذا الفعل الذي يلقي عليه الإشادة والاستحسان.

● ويحدث العكس إذا ما كانت الأم لا تحنو علي الطفل، أو ترعاه (فالطفل لا يحصل علي إثابة كافية جزاء ما يقوم به من كف أو تعطيل للأفعال التي تراها الأم سيئة)، ثمَّ أن الأم إذا التجأت في هذا الموقف الأخير إلي العقاب البدني من أجل تحقيق هذا التدريب، أصبح من المُحتمل أن يُعد الطفل ذلك شيئاً ينبغي الخوف منه فيتجنبه.

أمَّا من ناحية الممارسة، فإنَّ الوالدين حين يقومان بمراقبة الطفل لملاحظة ما قد يُشير إلي أنَّه بحاجة إلي التبول أو التبرز ثمَّ باصطحابه مباشرة إلي الحمام، فإنَّهما يُتيحان للطفل فرصة النجاح في ضبط عملية الإخراج، وإن تكرر هذا الموقف بدرجة كافية لترتب عليه أن تقوي الارتباطات بين نمط المُثيرات الداخليَّة (من توترات في الأمعاء أو المثانة)، والمُثيرات الخارجيَّة (الحمام)

من ناحيةٍ، وبين استجابات الإخراج من ناحيةٍ أخرى، وهذا يجعل من المُحتمل — في المناسبات المقبلة — أن يمتنع الطفل عن الإخراج حتى يصل إلي الحمام. أمّا إذا كان الطفل قادراً علي الكلام أو التعبير بالإشارة عن حاجته للإخراج لأصبحت عملية التعلُّم والتدريب أكثر سهولةٍ.

وتُشير تعاليم وقواعد الصحَّة النفسيَّة إلي أن التدريب المُفرط في القسوة والإيلام فإنَّه يُحدث قلقاً شديداً عند الطفل، وقد يؤدي إلي مشاعر العدوان نحو الأبوين، واستعداد هذا الطفل لأن يُظهر عدة أعراض مرضية (أي نوعاً من سوء التوافق) في مرحلتي الطفولة المتأخرة، والمراهقة.

إنَّ الأم شديدة القسوة والعقاب قد تكتسب قيمة سلبية، أو مُثيرة للقلق علي أساس أنَّها أصبحت مصدراً للألم والخوف عند الطفل. وقد تكون خبرة التدريب علي ضبط عملية الإخراج بالنسبة لبعض الأطفال، المرَّة الأولى التي يرتبط فيها القلق الشديد بالأم.

وإذا كانت الأم قد التزمت البرود ونبذ الطفل إذا ما أخطأ فقد يؤدي أسلوبها هذا — في تعويد الطفل علي ضبط الإخراج — إلي آثار ضارة بالطفل، وإلي قيام مشاعر السلبية عنده. وهذه الآثار السلبية — غالباً — ما تتمثَّل في الاستجابات العدوانية التي لا تكون من قبيل نوبات الغيظ غير الموجهة نحو هدف مُعيَّن، حيث يبدأ الطفل في الصراخ، أو الرفس، أو العض، أو يقوم بهجوم

لفظي علي الأبوين، كذلك فإن القابلية علي التهيُّج يؤدي إلي انتكاسات مؤقتة في ضبط وظائف المثانة والأمعاء.

والذي نريد أن نبلوره في النهاية يتلخص في: أن اتخاذ التدريب صورة عنيفة من الضغط الشديد علي الطفل حتى يُسرع في تكوين هذه العادات، بالرغم من أن جهازه العضلي لم ينضج بعد النضج الكافي، ولم يصل إلي درجة من التكامل مع سائر الأجهزة الأخرى؛ فهذا يعني تولد الحقد والكراهية في نفس الطفل الصغير، كما أنه يستشعر أحاسيس الفشل والعجز البدني، وقد تشتد لديه النزعات السَّادية (الاستمتاع بإيذاء الآخرين والتكيل بهم) كرد فعل للضبط الشديد الذي يُفرض عليه. وإن التدريب علي التخلُّص من الفضلات بطريقة لا تقوم علي التفاهم والتسامح والصبر يمكن أن يؤدي إلي مظاهر قوية من الاضطراب في الشخصية عندما يصل الطفل فيما بعد إلي مراحل البلوغ.

● العادات السلوكية التي يمكن أن يكتسبها الطفل من خلال عملية ضبط الإخراج:

١- قيم وسلوكيات النظام:

تستطيع الأم أن تُعوِّد طفلها علي النظام منذ الصغر وذلك بأن تُنظِّم المواعيد التي تُدرِّبه عليها لقضاء حاجته، ويُفضَّل أن يكون ذلك في الصباح الباكر عند استيقاظ الطفل من نومه فتأخذه

إلي الحمام ليقضي حاجته، ويمكن أن يتم ذلك ابتداءً من الشهر السادس أو قبل ذلك بقليل حسب صحّة الطفل وقدرته الجسديّة.

ويجب ألاّ تتوقّع الأم استجابة طفلها السريعة لهذا الأمر، خصوصاً وإن الطفل في هذه السن لم يكتمل نموه أو تتضج أجهزته الخاصّة بذلك النضج الكافي.

ونوه بأنّه إذا تعودّ الطفل علي تنظيم عملية الإخراج، فقد ترتبك هذه المواعيد بسبب التسنين أو الإصابة بالإسهال ٠٠إخ، كذلك يجب عدم الضغط علي الطفل وإطالة بقائه جالساً علي الوعاء المُخصص لعملية الإخراج في هذه السن الصّغيرة حتى لا تتكوّن عنده عادة المقاومة ٠

من المهمّ إذاً أن تضع الأم في اعتبارها أنّ الهدف الأساس من هذا التدريب هو تعويد الطفل بالتدرّج علي قضاء حاجته في أوقات منتظمة دون توتّر، أو ضغط، أو تأنيب، أو عقاب، ومن المُستحسن أيضاً أن يُدرّب الطفل علي نفس العملية — في هذه السن — بعد وجبة الظهر، وقبل نومه فترة الظهيرة، ثمّ بعد استيقاظه من النوم عصراً، ثمّ قبل نومه في المساء ٠ وهكذا ٠

٢- قيم وسلوكيات النظافة:

علي الأم أن تُعوّد طفلها علي النظافة باستمرار عقب أدائه لحاجته وألاّ تتركه مبتلاً أو مُتسخاً ببرازه لأي فترةٍ مهما كانت

مشاغلها، وألاً تُعوِّده علي القذارة بصفة عامة؛ فالنظافة والقذارة كلاهما سلوكاً مكتسباً يتعوِّده الطفل منذ صغره. والبيئة النظيفة تُكسب الطفل بكلُّ تأكيد عادات النظافة من خلال ممارسته لحاجاته اليومية المُلحَّة؛ وبالتالي يُعمم سلوكه النظيف بعد ذلك علي كُلِّ ما حوله، والعكس صحيح بالطبع.

٢- قيم السلوك الصحي السليم:

عندما نفرس في الطفل السلوك الصحي المرغوب ينبغي لنا أن نوفر الجو الملائم لذلك، فلا بد مثلاً أن يكون الحمام صحياً ونظيفاً، وذلك بتطهيره دوماً حسب عدد أفراد الأسرة واستعمالهم لهذا المكان.

وعلي الأم أن توفر لطفلها الصَّغير مقعده أو كرسيه الخاص به لقضاء حاجته، وأن يكون نظيفاً ومُطهراً باستمرار، وحبذا لو كان بالحمام حوض صغير، أو صنوبر صغير منخفض يسهل علي الطفل استعماله، ومرآة صغيرة منخفضة مثبتة علي الحائط يستطيع أن يستخدمها الطفل ليتعوِّد العناية بهندامه وتنظيم ملابسه ونظافتها بعد قضاء حاجته مُعتمداً علي نفسه بقدر إمكاناته ونموه.

وأن يكون بالحمام أيضاً شماعة يسهل علي الطفل وضع ملابسه عليها إن احتاج ذلك، وأن يكون بالحمام أيضاً منشفة

«فوطة» خاصةً بالطفل لتجفيف يديه مع إرشاده وتوجيهه إلى عدم استعمال مناشف الغير لما ينتج عن ذلك من أضرار.

• تكوين سمات مرغوب فيها من خلال إشباع حاجة الطفل للإخراج:

تستطيع الأم ذلك بتعويد الطفل علي الاستقلال والاعتماد علي نفسه قدر استطاعته و حسب إمكانيات نموه، فينبغي علي الطفل مثلاً، أن يذهب إلي الحمام وحده، علي أن يكون وصول الطفل إليه سهلاً وميسوراً، دون وجود أية معوقات تحول دون ذلك.

كما يُراعي أن تكون ملابسه سهلة الفك والربط، وأن يكون بالمنزل أو دور الحضانة مرحاضاً صغيراً منخفضاً، كما يجب أن يتوافر ورق صحي ووعاء مُغطي لوضع الورق المُتسخ فيه إذا لم يتيسر وضعه في المرحاض نفسه.

والأم في هذا كُله لا بدّ من توجيه طفلها الصَّغير علي كيفية الجلوس علي مرحاضه الصَّغير، ثمَّ كيفية اغتساله بعد قضاء حاجته، ثمَّ تجفيفه لنفسه، وارتداء ملابسه، ثمَّ استعمال «السيفون»، أو «الكومبنيشن» للتخلُّص من بقاياها، ثمَّ غسل يديه جيداً بالماء والصابون، مع ضرورة تهوية المكان، أو رشه ببعض المطهرات ثمَّ غسل يديه جيداً بعد ذلك. وهكذا.

إنَّ هذا التدريب الذي تم سرده يؤدي بالطفل إلي زيادة استقلاله الذاتي، كما يؤدي إلي امتثاله لتوجه الكبار في مجال سلوكي مهم في حياته، كذلك فإنَّ مشاعر الطفل التي تكون قد تكوَّنت من جراء تدريبه علي قضاء حاجته والتخلُّص من فضلاته لها أهميتها في تكوين شخصيته فيما بعد؛ فالطفل الذي يتم تدريبه علي أساس من التفاهم والتعاون، غير الطفل الذي تدرَّب علي هذا الأمر بنوعٍ من القسوة، والتعنيف، والعقاب، فالطفل في الحالة الأولى سوف تكون اتجاهاته نحو المجتمع إيجابية وبنّاءة، وقائمة علي دعائم الحبِّ، والثقة والاطمئنان.

أمَّا الطفل في الحالة الثانية فسوف تتكوَّن لديه اتجاهات سلبية نحو بيئته ومجتمعه، قوامها الشك، وانعدام الثقة. وهكذا يمكن أن تنمو في هذه المرحلة الدقيقة من حياة الطفل، مشاعر التعاون والثقة، وحرية التعبير، والاستقلال، والاعتماد علي النفس، أو تنمو مشاعر نقيضه لهذا كله كالتمرُّد، والكبت، والخجل.

وبوصول الطفل إلي سنِّ السادسة نجد أن العادات الصحيَّة والسلوكيَّة الخاصَّة بعملية الإخراج تكون قد تكوَّنت لديه بالفعل، ويجب أن تثبت لديه في هذه السنِّ. وعلي الأم في المنزل، أو المربية في دور الحضانة أو المدرسة أن يُعلِّموا الطفل كيف يتصرَّف في الأماكن العامَّة الخاصَّة بقضاء هذه الحاجة ليتمكَّن من تعميمها بعد ذلك عندما يحتاج لقضاء حاجته في أي مكان عام يذهب إليه.