

بسم الله الرحمن الرحيم

كتاب

## التربية البدنية والنفسية للأطفال

تأليف

د. هاني حجاج

Hany\_haggag@hotmail.com

إهداء

الكتاب مهدى إلى (ماهيتاب غازي)

## محتويات كتاب

### مقدمة الكتاب - من طفلي أتعلم

**الفصل الأول: طفلي الجميل.. أرق من البلّور وأكثر عنادا من الصخر:** يتناول تقييم حالات تطور الأطفال بشكل عام وتمييز الحالات المرضية كالتوحد وعلاقتها بالصفات الطبيعية للطفل كالوزن والطول وطرق التعامل معها ومع خوف الآباء من تطور حالات الأبناء لشكل مرضي لا علاج له وحساسيتهم تجاه أطفالهم وتميزهم في المجتمع.

**الفصل الثاني: تعليم الرضّع:** ويتضمن تتبع مهارات يتعلمها الرضيع وتمييز ما يكتسبه بشكل تلقائي، وما يمكن أن نغرسه فيه من مهارات ومفاهيم، وما يجب أن نبعده عنه مما يكون له أكبر وأسوأ أثر في المستقبل.

**الفصل الثالث: الفردانية:** ويتناول تمييز شخصية الطفل ومتابعة الأنشطة الانتقالية التي تجعله فردا مستقلا مثل التدريب على دخول الحمام وتدريب المثانة البولية -بلل الفراش ودراسة الشخصية والسلوك

**الفصل الرابع: الطفولة: من الولادة وحتى بلوغ عام واحد من العمر:** يولد كل طفل رضيع يولد بمزاج متقلب مفرد. وهذا الفصل يناقش خروج الوليد تجارب طفولية جديدة والأطفال الصغار الذين بدأوا في المشي

**الفصل الخامس: مص الأصابع والنهايات:** سوف ينتهي الأطفال في العموم عن عملية مص الإبهام عند بلوغ سن الخامسة. ولا بد من أن يقوم الآباء بالعثور على أمر آخر أكثر أهمية من مص الأصابع حيث أن ذلك من الممكن أن يؤدي إلى زيادة

توتر الطفل وبالتالي سوف يزيد من حاجته أو من حاجتها للمهيات. وبالتالي فإن مص الأصابع بشكل مستمر من بعد سن الخامسة لابد من مناقشته من خلال الزيارة الطبية المستمرة. وهذا الفصل يناقش هذه المسألة ومعالجة ثورات الغضب ونوبات حبس النفس وسنوات ما قبل المدرسة

**الفصل السادس: السنوات الأولى من المدرسة -الأطفال من عمر ستة سنوات إلى أحد عشر عاما:** عن الصداقات والعلاقات وقواعد علم الأخلاق والتطور في المدرسة.

**الفصل السابع: الاستقلال:** إن فترة المراهقة تعتبر فترة صعبة بسبب وجود العديد من المهام المعقدة التي تكون مطلوبة من الصغار ومن آبائهم. ويقوم المراهق أو المراهقة بتعريف هويته أو هويتها مع التقديم السريع في اتجاه الاستقلال النفسي والاقتصادي والقانوني. ويتم في هذا الفصل مناقشة تحقيق الاستقلال القانوني في سن مبكرة عما قبل.

**الفصل الثامن: فترة ما قبل المدرسة:** يحتاج عادة الطفل الذي يقوم بإيذاء الآخرين إلى العزلة النفسية ويتبع ذلك القيام بتفسير وتوضيح الأمور له فمن الممكن أن نفسر له، انك تعرف أن لدينا قاعدتين عامتين: حيث انه لا يمكنك أن تقوم بإيذاء أي احد بالضرب ولا يمكنك أن تؤذي مشاعرهم. وجود وقت للعزلة المؤقتة.

**الفصل التاسع: السلوك الجنسي عند الأطفال:** ومناقشة حماية الأطفال من التحرش ومن الأسرة المضطربة وماذا يحمل المستقبل للطفل الذي تعرض للإيذاء الجنسي.

**الفصل العاشر: مركب النقص عند الطفل المدلل:** مرحلة الطفولة هي أهم فترة زمنية تمر في حياتنا؛ ففيها تتشكل قطعة الصلصال التي تمثل شخصيتنا ثم تتضرب وتجف فيما بد، ومن الوجهة النفسية هي أخطر مرحلة كذلك، كما أن أقل خدش يضر

بالبراعم الصغيرة. وفي هذه الفترة توضع اللبنة الأساسية لشخصين الإنسان - الطفل -  
وتحدد الخطوط الرئيسية الموجهة لمسار حياته فيما بعد، وتبذر البذور الأولى لجميع  
خواص مزاجه، تلك البذور والتي تنبت وتؤتي ثمارها - الحلوة أو المرة - في كل  
الأطوار التالية من حياة المرء. ومن الأمور المحقق المقطوع بها عملياً أن البداية هي  
الأساس، وسنوات المهد والصبا نقطة الارتكاز الأولى للإنسان وأخطر كلمة في حياة  
الطفل في هذه المرحلة هي كلمة (العجز)!

**الفصل الأخير: من طفلي أتعلم: ربما كان أعظم درس يعلمنا إياه الأطفال هو**  
الحب غير المشروط، إذ أننا أحياناً كثيرة ما نبالغ في توجيه اللوم لهم، إلا أنهم يعودون  
ليطوقونا بأذرعهم، ويبثون فينا دفئهم.

## مقدمة

### من طفلي أتعلم

ربما كان أعظم درس تعلمنا إياه الأطفال هو الحب غير المشروط، إذ أننا أحياناً كثيرة ما نبالغ في توجيه اللوم لهم، إلا أنهم يعودون ليطوقونا بأذرعهم، ويبتشون فينا دفئهم ولسان حالهم يقول "لا بأس يا أمي ... لا بأس يا أبي ... أننا نحبكما عندما تكونان لطيفان معنا ... وحتى عندما تكونا غاضبين منا، فأنا دوماً في حاجة إلى تواصلكم معنا ... بالحب والحنان ... أو حتى باللوم" ... فإن الأطفال مميزون في البصيرة القلبية. ونحن البالغين نحتاج إلى الأطفال أحياناً لكي يكشفوا لنا أموراً تحول عنا صرامتنا دون رؤيتها؛ ففي انفتاحهم على الحياة يذكروننا أحياناً بالأمور الجوهرية ... فحدث أن اقتنت طفلة في السابعة من عمرها سمكاً ذهبية، لم تعب من مراقبتها وهي تسبح وكانت تتنادي أمها لتري كيف ترسل إليها السمكة قبلات بفمها المتغضن، وكانت هذه السمكة هي أول من يلقي تحية من الطفلة عند عودتها من المدرسة، ولطالما سمعها والدها تخبر السمكة بأسرارها وإحداث يومها وحكايات زميلاتها وذات يوم سألت هذه الطفلة أمها: "هل تنام الأسماك؟". وكانت سمكتها ممددة على جانبها في قعر حوض السمك الصغير. فبكت الابنة بمرارة وحرقة بين ذراعي أمها حتى لتمنت الأم لو لم تتعلق الطفلة بها كثيراً. ولكنها سرعان ما مسحني الطفلة عينيها بكمها وقالت: "على الأقل كانت معي بعض الوقت". ورأت الأم عندئذ في عيني أبنيتها الجمال والنمو اللذين يأتيان من الحب النابع من الصميم، وكانت الأم قد تعلمت أن تحاذر الحب خوفاً من الجرح العاطفي، لكن ما قاله لها قلب طفلتها "أن الحب يفرح بقدر أكبر مما يؤلم الجرح" فتعلمت الأم من ذلك اليوم أن نفتح قلبها على الدنيا والناس وتعلمت أكثر أن تحب ولازالت تذكر أن جرأة ابنتها الطفولية هي دافعها الأساسي. الكثير من صفاتنا الحسنة تندثر وتموت بداخلنا عندما يتقدم بنا العمر، ولكن ليس من المحتم أن

تموت هذه الخصال الطيبة عندما تكبر؛ فيمكننا إن نحافظ على روح الطفولة فينا بأن نركز على الدروس التي يعملنا إياها الأطفال كل يوم.

وتأتي غرائز أبنائنا عفوية وبسهولة ويسر، فهي إذن بحاجة إلى رعايتنا والاهتمام بها وصقلها حتى تكون نتائجها إيجابية ذات تأثير فعال وبناء على أطفالنا الناشئين، وألا نحاول أن نخدش هذه البذور الصغيرة التي ستصير أشجار المستقبل، فالطفل بعكس الشخص البالغ؛ إذا ما وجهت له إهانة أو لوماً في غير محلة، فإنه لا يتبين خلفيات هذه الإهانة ولا يحلل انتقاداتك له تحليلاً واعياً، كما أنه لا يستطيع أن يتحدى منتقديه، لكنه يحتفظ بالجرح داخله ويصبح عائقاً أمام نموه السليم سواء من الناحية النفسية أو الأخلاقية.

إن الساعات الطويلة الروتينية في المكتب قد تفقدنا بهجة الحياة. ولا يسعنا أن نتجاهل متطلبات العمل، لكننا نستطيع تلوين يوم عملنا بقليل من المرح مع أطفالنا، وبعض لا يستطيع التخلي عن الجدية إلا في رفقة الأطفال.  
"إن الأطفال يأذنون لنا بإعتاق الطفل الذي بداخلنا".

د. هاني حجاج

نوفمبر 2018

## طفلي الجميل.. أرق من البثور وأكثر عنادا من الصخر

بينما أغلبنا يتناول العشاء مع العديد من الناس فقط في العيد أو في الأجازات الأخرى، فإن أصغر طفل في العائلة الكبيرة يمكنه أن يمر بتلك الأحداث المضحكة والفوضوية في كل ليلة. ومن أجل البقاء، فإن ذلك الطفل من الممكن أن يتطور بسرعة في سن مبكرة. ولكن من بعد ذلك، مؤخرا في طفولته، سوف يلحق به الطفل الذي ينشأ في عائلة اصغر.

ويحدث عكس ذلك في تطوير القدرة على المشي. فمع العديد من الأجسام الأثقل للطفل الصغير التي تمر به في العائلة الكبيرة فإنه كثيرا ما ينطرح أرضا من وقت لآخر. ومن الشائع أن ترى أن هناك أطفالا يتأخرون في المشي من بين هؤلاء، ولكنهم في العادة يطورون وسائل أخرى للحركة. والبعض منهم يكون ماهرا بالدرجة الكافية لجعل أخوته الأكبر وإخوته الأكبر على حمله ودفعه وسحبه نحوهم. وهناك غيرهم ممن يطور القدرة على الزحف السريع أو الانطلاق بسرعة، ويتطور الأطفال بشكل ثابت مستقر ويتكيفون مع بيئاتهم. كما أنهم يتكيفون بالطريقة التي تعتبر الأفضل بالنسبة لهم وليس طبقا للجداول المطبوعة في المراجع.

ثمة اعتبار آخر هام في تفسير قيود النماذج الطبيعية ألا وهو "مفهوم التغير". إن التغير يعمل على وصف الحدود الخارجية للعمر التي يجب عندها تطوير إحدى المهارات. على سبيل المثال يبدأ أغلب الأطفال الابتسام عند بلوغ ثلاثة إلى أربعة أسابيع من العمر ولكن هناك بعض الأطفال ممن يبتسمون من اليوم الأول من الحياة وهناك أطفال آخرون لا يبدأون في الابتسام قبل بلوغ عمر سبعة إلى ثمانية أسابيع من العمر. ونحن نقول أن متوسط الأطفال يبتسمون عند بلوغ عمر شهر واحد ولكن التغير يؤدي إلى الاختلاف إما شهر قبل ذلك أو شهر بعد ذلك.

وكلما تكون المهمة معقدة بدرجة أكبر وأكبر، فإن التغيير يكون متزايداً. ويستطيع أغلب الأطفال الجلوس عند بلوغ سن الستة أشهر ولكن التغيير يكون بين 4 و 8 شهور. ويسير أغلب الأطفال عند بلوغ سن اثني عشر شهراً، ولكن بعضهم يبدأ قبل ذلك بلوغ سن 9 شهور وآخرين من الممكن ألا يكونوا قادرين على المشي قبل بلوغ ستة عشر شهراً أو بعد ذلك. وتتميز القدرة على التعبير اللفظي بأنها من الأمور التي تتضمن تنوعاً كبيراً. حيث أن بعض الأطفال من الممكن أن ينطقوا ثلاث كلمات ( بخلاف كلمتي ماما وبابا) قبل بلوغ سن الإثني عشر شهراً من العمر، وغيرهم من الممكن ألا يكون قادراً على ذلك قبل بلوغ سن 24 شهر. ولقد قيل أن بيتهوفن كان قادر على تلحين ولعب الموسيقى وهو في سن الثالثة من العمر ولكن هناك بالغين ممن يبلغ عمرهم 10 أضعاف هذه السن يعانون من صعوبات في تأدية تلك المهام. وتعتبر قيود التغيير بعيداً عن تلك القيم الطبيعية القياسية المفردة هادفة إلى تفسير ما إذا كان الحدث الهام المعطى قد حدث وذكر في الجدول. وبمعنى آخر، إن الطفل الذي لا يكون قادراً على المشي في سن متوسط ببلوغ 12 شهر لا يزال طبيعياً، إذا لم يكن قادراً على المشي ببلوغ سن ستة عشر شهراً. وبالرغم من ذلك فإن الطفل سوف يتم اعتباره طبيعياً إذا كان يسير ببلوغ سن ثلاثة أعوام حيث أن الطفل/ الطفلة الذي لا يستطيع السير ببلوغ 3 أعوام يعتبر أو تعتبر طبيعياً.

يعتبر الاستواء في مساحة من التطور غير متضمناً للاستواء في كل جوانب التطور الأخرى، عندما يكون هناك عدم استواء في واحد من مساحات التطور فإن ذلك لا يشير إلى عدم استواء كل الأمور الأخرى. ويمكن الأخذ في الاعتبار الطفل الذي، لأي سبب من الأسباب، الذي يعاني من إصابة أثرت على التطور العضلي الحركي له. فإن ذلك الطفل من الممكن أن يتباطأ بشكل واضح عند السير أو المشي، وعندما يقوم بمهارات الحركة الأخرى الأكثر تعقيداً، ولكنه لا يزال قادراً على اكتساب المهارات اللغوية والاجتماعية والمهارات الأخرى عند سن مناسبة.

وبالنسبة لمسألة الذكاء؛ فطبقاً للمفهوم الشائع يتضح أن ذكاء الطفل/ الطفلة من الممكن التنبؤ به من خلال ملاحظة السرعة التي يتطور بها أو التي تتطور بها في العام الأول من الحياة. فيما عدا بالنسبة لحالات نادرة من التخلف الشديد، حيث تعمل معدلات التطور على تقديم مساعدة قليلة جداً في التنبؤ بالذكاء الأساسي، ناهيك عن إمكانية استخدام الطفل/ الطفلة لذكائه أو ذكائها بشكل مبدع وبشكل منتج أو عدم استخدامه على الإطلاق.

يستطيع الخبراء وضع إطار وهمي عام جداً حول إشكالية الاستواء وعدم الاستواء وما هو طبيعي وما هو غير طبيعي. ولا يمكن لأي أحد أن يتنبأ بما يمكن أن يكون عليه الطفل في المستقبل. إن الطفل الذي يتطور ببطء في البداية من الممكن أن يتطور بسرعة مؤخراً. وقد يتطور أطفال آخرون بسرعة كبيرة جداً في أيام ثم تبدأ عملية التطور في الإبطاء. و يكون هناك في العادة فترات متبادلة من التطور السريع والبطيء والمتوسط كرد فعل للاستجابة للتغيرات الموسمية والتغيرات في تركيب العائلة والتغيرات الأخرى التي لم يتم تحديدها بعد.

ومن المعتاد أن يكون هناك اهتمام بتطور الطفل. لا يوجد طفلان متماثلان تماماً حيث أن الجميع يملكون نقاط قوى ونقاط ضعف مختلفة. فمن الممكن أن تتوقع وجود فروق قليلة بين طفلك وبين طفل جارك. فبينما يتميز (كريم) بقدرته على استيعاب 4 كلمات في العام وإمكانية (ياسمين) التعبير عن لفظ واحد فقط؛ فلقد كانت هي قادرة على العد حتى ثلاثة بينما لم يستطع هو القيام بذلك قبل بلوغ سن الرابعة. ويعاني بعض الأطفال بالفعل من مشكلات في التطور بالرغم من ذلك. وبالتالي لا يجب أن تخجل من إشراك طبيبك في اهتمامك بطفلك وذلك خلال عمليات الفحص العام المعتادة المنتظمة. وعادة ما يتم تعيين أغلب المشكلات التي يعاني منها الأطفال عند التطور أولاً بواسطة الآباء، حيث يكونوا قادرين على تعيين مشكلات تطور الطفل قبل الأطباء. ويتم استقبال استفسارات عن الأعمار والمراحل حيث يقوم العديد من

المحترفين مهنيًا باستخدامه من أجل المساعدة على التعرف على الطفل الذي من المحتمل أن يعاني من قضايا متعلقة بالتطور والتي تستحق المزيد من التحقق.

هناك اهتمام واضح تم توجيهه في السنوات الأخيرة إلى زيادة التوحد. ويقلق العديد من الآباء من تلك المشكلة. ومن الأمور التي لا تحتاج إلى أن تقل بشأنها الرابطة بين تطعيمات الثيوميرسال والتوحد. وهناك عدد من المجموعات العلمية التي تدقق تلك القضية وكانت غير قادرة على إيجاد أي أدلة تعمل على الربط بين الاثنين. وبالإضافة إلى ذلك، فإن التطعيمات تعتبر الآن خالية من الثيوميرسال فيما عدا بعض تطعيمات البرد. وبالرغم من ذلك، فحوالي فرد في كل 1000 طفل سوف يعاني من شكل من أشكال التوحد، وتعتبر الحالة المعتمدة على الجينات متعلقة بتطور المخ. وحوالي 5% من الأطفال الذين يعانون من التوحد يمرون بحالة مشابهة. وهناك مدى واسع للتوحد، حيث هناك الأفراد الذين يعانون بشكل كبير من الإعاقة لكن بعضهم كانوا من المشاهير والمؤلفين. و يعاني الأطفال المصابين بالتوحد من مشكلات متعلقة باللغة والتفاعل الاجتماعي (على سبيل المثال الاتصال بالعيون) والسلوك. وبالتالي يجب الحث على تقييم التوحد:

لا يتمم أو يثرثر أو يشير أو لا توجد تعبيرات عن المشاعر بالرغم من بلوغ عمر 12 شهرا.

عدم قدرة الطفل على النطق بكلمة واحدة ببلوغ ستة عشر شهراً.  
لا يمكن للطفل ان يقوم بتكوين عبارات مكتملة ببلوغ عمر الـ 24 شهرا (عامان).  
لا يستجيب الطفل عند سماع اسمه.

لقد ظهر تشخيص التوحد لأول مرة في الدليل التشخيصي الذي قامت بوضعه الجمعية الأمريكية للأمراض النفسية عام 1980 واضطراب التوحد في عام 1987. بالنسبة لاضطراب التوحد، فإنه لا بد من الالتزام بستة معايير من القائمة التي تتكون من عشرات العناصر التي تشير إلى التفاعلات الاجتماعية للطفل ومهارات التواصل و السلوكيات المتكررة. وتتزايد عملية تشخيص التوحد وذلك مع تقدم الخدمة التعليمية

التي تعتبر متاحة من خلال قانون العجز التعليمي للأفراد لعام 1990، وهناك تشخيصات أخرى للأطفال الذين يعانون من مشكلات في التطور والتي قد انخفضت بشكل حاد. وبمعني آخر، يمكن إعادة تصنيف العديد من التحديات المتعلقة بالتطور والتي قد مر بها دوما الآباء والأبناء من الأطفال. واليوم هناك العديد من الأطفال الذين عانوا من مجموعة مختلفة من قضايا التطور والتي تحيد بمشكلات التفاعل الاجتماعي، والتي تعتبر ذات اضطراب على سلسلة التوحد ASD.

بينما يعتبر ASD عنوانا جديدا إلا أن الطريقة العامة لتعيين قضايا التطور في الأطفال ظلت ثابتة. حيث انك كأب لابد من أن تكون دوما يقظا ولابد من أن تهتم بالتطور وبسلوك الفرد القائم على تقديم العناية الصحية لطفلك. وفي العام الأول من الحياة، من الممكن أن تهتم بشكل خاص بالمهارات الاجتماعية لطفلك، على الأخص التفاعل بطريقة مرحة وتبادلية. أما عن التعبير بالنطق فيعتبر أيضا بالبدء بالهديل والتحرك في اتجاه تكوين الكلمات. وهناك مجموعة مختلفة متنوعة من عمليات الفحص واتباع التطور. إن مقدار الرعاية الصحية لطفلك من الممكن أن يطلب منك أن تقوم بتعبئة احدي تلك الاستفسارات في المنزل أو في غرفة الانتظار. ويتم استخدام نظام الأعمار والمراحل "Ages and stages" الآن في العديد من المكاتب. وبالنسبة لفحص ASD لاضطراب التوحد فيلاحظ أن العديد من المكاتب الإكلينيكية تعتمد الآن على قائمة مرجعية الاختيار لعملية التوحد في الصغار الذين بدأوا على التو في المشي (M-CHAT) والتي يمكن الإطلاع عليها.

سوف يتضمن التقييم في الأمور النموذجية اختبارات السماع والفحص الأساسي المحتمل والاختيارات الأخرى الرسمية المستخدمة في التشخيص

### وزن طفلك كمقياس لنموه

يعتبر النمو البدني للأطفال الرضع من الأمور الملحوظة. حيث يتضاعف دوما وزنهم عند بلوغ عام واحد من العمر. ويزداد متوسط طول الطفل بنسبة 50 % تامة بنهاية العام الأول. وعند الولادة، فإن حجم رأس الطفل يقرب بالفعل من 60 % من

حجم رأس البالغ. و يبلغ سن الثالثة من العمر، يبلغ حجم الرأس تقريبا 90 % من حجم رأس البالغ. وكما يوضح القسم السابق، بالرغم من ذلك، تعتبر المكاسب متوسطة. وهناك اختلافات عديدة تعتبر طبيعية. وفيما عدا حالات الأمراض النادرة، يتم تحديد النمو البدني للطفل من خلال عاملين ألا وهما التغذية المناسبة والعوامل الوراثية.

تبدأ التغذية المناسبة أثناء الحمل وتستمر من خلال مرحلة الرضاعة وخلال الطفولة وخلال حياة البالغ. ويعتبر الوزن هو مقياس النمو الذي يعتبر أكثر حساسية للتغذية. ويفكر الأطفال بأنفسهم بشأن ما يأكلونه ومتي يأكلونه. وهناك فترات يرفض فيها الأطفال أن يتناولوا مقدار كبير من الطعام. ولا بد من تذكر أنه إذا كان طفلك لا يأكل السبانخ أو الجزر ليوم واحد أو ما يقرب من ذلك، فإنه ذلك لن يؤثر على وزنه أو وزنها ومن المؤكد أن ذلك لن يؤثر على الطول أو على نمو المخ. أما عن الفترات الطويلة من عدم تناول تلك الأصناف فسوف تؤثر على الوزن والطول وفي النهاية نمو المخ، لكن يعتبر سوء التغذية بتلك الشدة غير شائع.

ويهتم أغلب الآباء بعادات تناول الطعام لأبنائهم. وحقا، عند مناقشة المشكلات مع الآباء وجدنا بدء كل الأطفال عند نقطة محددة بتناول كميات كبيرة أو قليلة جدا من الطعام كما أنهم لا يتناولوا الكميات الكافية من الأنواع المناسبة من الطعام. ويعتبر الميل للجوع من الأمور البيولوجية وتعتبر غريزة البقاء قوية. وفي العادة يتناول الأطفال الطبيعيين كميات كافية من الطعام.

المشكلة الأكثر شيوعا هي تناول الأطفال لكميات كبيرة جدا من الطعام. وعادة ما يصير الطفل البالغ من العمر عام واحد الذي يتناول الكثير من الطعام بدينا كما انه يمر بمجموعة مختلفة من التغيرات الغير مرئية. ومن الممكن أن يتطور عدد زائد من الخلايا الدهنية حيث تتكاثر، كما أنها تعمل على إرسال الرسائل التي تساعد على تعيين التوق للطعام. وبالرغم من أن فقد الوزن في المستقبل يؤدي إلى تقليل حجم تلك الخلايا الدهنية إلا أن عددها سوف يبقى كما هو. ومن الممكن أن يؤدي تناول

الطعام بشكل زائد إلى تمدد حجم المعدة. وذلك بسبب أن آلام الجوع تحدث عند ما يتمدد جدار المعدة ضد بعضه البعض. وتتطلب المعدة المتمددة كمية أكبر من الطعام بسبب الشعور بالخواء. وهناك عوامل أخرى تبدو وكأنها تحدد نماذج تناول الطعام. على سبيل المثال يبدو النحيلين أنهم قادرين على الإخبار بدقة إذا كان لديهم كمية كافية من الطعام، وأنهم لن يتناولوا المزيد من الطعام. وهناك دراسات حديثة عملت على توثيق أن بعض السمنة تكون بسبب جين مسئول عن التناول المستمر للطعام حتى من بعد تحقيق نقطة الإشباع.

يتعلم الأطفال طرق تناول الطعام من آبائهم، ويتم تحديد الوزن الصحيح حرفيا اعتمادا على الثقافات بشكل جزئي. وفي بعض الدول، عندما تكون ثقيل الوزن فإن هذا يدل على الرخاء، ويعتبر ذلك صحيحا بالفعل بالنسبة لبعض الثقافات الفرعية في الولايات المتحدة الأمريكية. وهناك مدى واسع من الأوزان التي يمكن اعتبارها طبيعية.

**وزن طفلك:**

تعتبر العوامل الجينية أحد عوامل تحديد النمو البدني. ويميل طويلي القامة إلى أن يكون لديهم أطفال طوال القامة أيضا كما يميل الآباء قصار القامة إلى أن يكون لهم أطفال قصار القامة، الأمر بسيط. وبالرغم من ذلك، لوحظت ظاهرة مثيرة يطلق عليها الانحدار في اتجاه المتوسط. ألا وهي أن الآباء طوال القامة يكون لديهم أطفال أطول من المتوسط ولكن هؤلاء الأطفال يكونوا عادة أقصر من آبائهم.

ينمو الأطفال إلى أعلى، ولكن بشكل غير مطرد. ولفترات طويلة، من الممكن ألا ينمو الأطفال على الإطلاق. وفي أوقات أخرى من الممكن أن يتعرضوا لطفرات من النمو السريع ويجب أن يقوم طبيبك الخاص بتسجيل نمو طفلك على جدول النمو. وبعد تسجيل سلسلة من الأطوال والأوزان عند أعمار مختلفة؛ من الممكن أن تتعرف على مسار نمو طفلك، ما إذا كان النمو سريع جدا أو إذا توقف لفترة طويلة من الزمن؛ سوف يشار إلى ذلك على الرسم التوضيحي بشكل أكثر وضوحا بالمقارنة بالعلامات التقليدية على جدار الدولاب. ولا يجب أن تقلق كثيرا بشأن كيفية قيام طفلك

بالمقارنة بالخطوط الطبيعية على تلك الجداول أو المخططات. وفي بعض الأوقات أثناء النمو والتطور، سوف تكون أغلب الأطفال في حالة زيادة أو نقص في بعض الأشياء . وفي بعض الأحوال، يكون معدل النمو موازيا تقريبا للخطوط على جدول النمو ولا ينحرف بمقدار أكبر من اثنين أو ثلاث خطوط من الأصل. وعندما يكون هناك فترة مطولة من النمو الآجل؛ فإن ذلك يتطلب الاستقصاء.

### المعالجات الهرمونية:

يعتبر الطول من الصفات التي يوصف صاحبها بالتفاهة عندما يكون طوله زائد وذلك عند الحكم على أي فرد. ولسوء الحظ، فإن ثقافتنا في المعتاد قامت بوضع القيم على الأطوال المتعددة. عندما تكون طويلا فإن ذلك يعتبر أمرا جيدا بالنسبة للآبناء الذكور، ولكن الممكن أن يكون ذلك مشكلة بالنسبة لفتيات. ويقلق بعض الآباء من احتمال أن يصبح أبناءهم معاقين بسبب زيادة طولهم الزائد أو قصرهم الزائد كما أنهم يبحثون عن طرق لتغيير طرز النمو بها.

تتذكر العديد من النساء الشعور بالمضايقة والحنق بسبب طولهن الزائد عندما كن صغيرات في السن، وعادة ما يرغب الآباء في حماية بناتهم من المرور بتلك الخبرات. كما يهتم القليل من الآباء بأن تنمو البنت لتصير طويلة جدا للعمل في مجال البالية مثلا. الهرمونات التي سوف تعمل على إيقاف نمو العظام قبل الأوان متاحة، ولكنها خطيرة كما أن لها العديد من الآثار الجانبية ولتكون فعالة، فإنه من الأفضل أن تقديم هذه الهرمونات قبل البلوغ. وأفضل ميعاد لتقديمه، قبل سن البلوغ - مبكرا جدا بالنسبة لأغلب الفتيات من أجل القيام باتخاذ سلسلة من قرارات متعلقة بالحياة العملية بشأن البالية. وبمجرد أن تعمل تلك العقاقير على إيقاف النمو، فإنه لا يمكن أن يتم إعادة بدءه. فيما عدا في حالة مجموعة من الظروف الغير معتادة جدا، حيث لا ينصح فيها باستخدام تلك الهرمونات. وبالإضافة إلى ذلك، كما نري، فبالنسبة للاهتمام الموجّه للاعبين كرة السلة وعارضات الأزياء، سيلاحظ أنه ينظر إلى النساء الطويلات باحترام.

سمع آباء آخرين عن هرمون النمو لزيادة الطول. ويتم إنتاجه بشكل طبيعي بواسطة الغدة النخامية ويستخدم بفاعلية في الأطفال الذين يعانون من نقص في أجسامهم. حديثا وجد أن هرمون النمو فعال في الأطفال الذين يعانون من مشكلات شديدة في النمو. وتولي بعض الأطباء وشركات الصيدلة الدعايات لذلك العقار لاستخدامه بالنسبة للأطفال الأقصر من المتوسط ولكن لا يستخدم بالنسبة للأطفال الشديدي القصر. وبسبب المعاناة من الآثار الجانبية المحتملة، لابد من تقييد استخدام ذلك الهرمون على حالات التأخر في النمو.

### النمو عند البلوغ:

في البداية، يتم السيطرة على النمو من خلال هرمونين: هرمون النمو وهرمون الغدة الدرقية. وإثناء البلوغ، يكون هناك المزيد من الهرمونات النشطة. وتعتبر تلك الهرمونات أيضا مسئولة عن تطور الخصائص الجنسية في الأولاد والبنات. وبالرغم من ذلك، فإنها تلعب دورا أيضا في السلوك الجنسي الإنساني، والذي يتم توجيهه بدرجة أكبر بكثير من خلال العوامل الفسيولوجية.

عندما يصل المراهق إلى سن البلوغ، تعمل الغدة النخامية على زيادة إفراز الهرمون الذي يطلق عليه FSH وFSH في النساء عبارة عن هرمون يعمل على تحفيز المبيضين لإنتاج الاستروجين (هرمون الأنوثة) وفي الرجال يعمل على تحفيز تطور الحيوانات المنوية. وفي الرجال يعمل الهرمون الآخر للغدة النخامية على تحفيز زيادة إفراز هرمون التستوستيرون (هرمون الذكورة) من الخصيتان. ومن الممكن إنتاج التستوستيرون أيضا من خلال الغدة الكظرية في الرجال والنساء.

### الأولاد:

بالنسبة للأولاد، لا توجد حالة مفردة مثيرة تشير إلى أن البلوغ في طريقه للحدث. هناك تتابع تقليدي للتغيرات بالرغم من ذلك ومن الممكن ألا تكون تلك التغيرات واضحة بشكل فوري، بسبب أنها تميل إلى أن تحدث خلال فترة زمنية طويلة

نوعا ما. إنها تبدأ دوما بين العمرين 9.5 و14 سنة ولكن يعتبر بعض من تلك التغيرات أساسيا دقيقا جدا، حتى انه قد لا يلاحظ إلا فيما بعد.

في أغلب الأولاد، يكون هناك زيادة في حجم الخصية، حيث يبدأ ذلك في حوالي سن الحادية عشر كما انه يستمر إلى بلوغ سن الثمانية عشر. ويحدث كبر في حجم القضيب حيث أن ذلك يحدث دوما ويبدأ من بعد مرور عام واحد على ذلك ويستمر ذلك إلى بلوغ سن السادسة عشر. ويبدأ شعر العانة في الظهر قبل بلوغ سن 13.5، بالرغم من أن بعض الأولاد البالغين من العمر 11 عام يعرضون علامات على ظهور شعر العانة مبكرا. وإذا كان هناك علامات على تطور شعر العانة قبل سن العاشرة، فلا بد من إخبار الطبيب بشأن ذلك.

التستوستيرون- الذي يعتبر مسئولا عن تكبير حجم القضيب والخصيتان ونمو شعر العانة والشعر تحت الإبطن وشعر الوجه، والتغيرات في الصوت ورائحة جسم البالغ بالإضافة إلى زيادة كتلة العضلات عند بلوغ سن الخامسة عشر تقريبا.

وسيتعرض نصف كل الأولاد إلى كبر أحد أو كلا الثديين. ومن الشائع أن تكون هناك كتلة من الطراوة تحت واحد أو أكثر من حلمات الثدي. وذلك من الممكن شرحه بسهولة من خلال وعلى أساس التغيرات الهرمونية ولكن ذلك يعتبر دوما محرجا. سوف يكون ابنك في حاجة إلى مساعدتك والي دعمك من دون أن يكون هناك حاجة إلى الاهتمام الغير ضروري الذي يتم جذبه إلى تلك الحالة.

ومن الممكن أن تؤدي السمنة إلى التأكيد على تلك المشكلة من خلال امتلاك مشهد ضخم جدا للثدي، في نفس الوقت يؤدي ذلك إلى أن حجم القضيب والخصيتان يبدوان صغيران. كما انه في العادة، من الممكن أن يكون تكبير حجم الثدي عظيما جدا وبالتالي يكون ذلك لفترة طويلة ولكن من الممكن أن تحاول أنت وابنك مناقشة احتمال القيام بجراحة تجميل مع الطبيب الخاص بك. وفي العادة، بالرغم من ذلك، تتصرف تلك الحالة وحدها من دون تدخل خلال عام واحد.

**البنات:**

إن عملية النضوج الجنسي عند البنات تبدأ في العادة قبل عامين من بدء الحيض. القاعدة الأولى للبلوغ تبدأ في العادة ببلوغ سن التاسعة والنصف النسبة للفتيات البيضاوات وفي سن الثامنة عشر بالنسبة للفتيات الأمريكيات الزنجيات والأمريكيات من أصل إفريقي. وبالنسبة للعديد من الفتيات يبدأ التطور في فترة مبكرة بدرجة أكبر وبظل طبيعياً. وعندما يكون هناك علامات على البلوغ قبل سن السادسة والنصف فإن ذلك يتطلب التقييم الذي يقوم به الطبيب الخاص بك. بالرغم أن العمر الذي تحدث به تغيرات يختلف كثيراً، إلا أن تتابع تلك التغيرات يعتبر متشابهاً بدرجة كبيرة جداً بالنسبة لكل الفتيات. وتبدأ عملية تطور الثدي أولاً ويتبعها بفترة قصيرة ظهور شعر العانة. ويبدأ الشعر تحت الإبط في الزيادة من بعد عام من ذلك. وبين سن 11 و 13، تؤدي طفرة في النمو إلى زيادة ملحوظة في الطول. وتبدأ دورات الحيض الشهرية في حوالي سن 11.5. وخلال الفترة الزمنية الكلية، يكون هناك بعض التغير في الطريقة التي يتم توزيع الدهون بها في الجسم، على الأخص في الأوراك وفي الأرداف. حيث تحدث زيادة في عرض الأضلاع وكذلك تطور للرحم والمهبل وأعضاء التناسل الخارجية. وهناك مشكلات تكون مصاحبة لذلك ألا وهي مشكلات الحيض وإفرازات المهبل.

وهناك تغير في تطور الثدي والذي يكون في العادة هو سبب الاهتمام عند هذه المرحلة بما يتبع ذلك من تغير نفسي. وفي العادة يبدأ الثدي في النمو خلال عام إلى عامين قبل دورة الحيض الأولى، لكنها من الممكن ألا تتطور قبل عامين من بعد اثر الحيض. وفي العادة يتطور واحد من الثديين بدرجة أسرع من الآخر. وذلك قد يكون محرجاً لبعض الإناث ولكن أغلب الأثناء تتساوي في الحجم ببلوغ سن الـ 18. وفي بعض الأوقات تهتم الفتيات بالهالة الملونة (المنطقة الداكنة التي تحيط بالحلمة) ومن الممكن أن تكون مرتفعة بدرجة كبيرة جداً أو من الممكن ألا تكون مرتفعة بالدرجة الكافية. أما عن الهالة "الحلقة الملونة" فتعتبر مرتفعة في نسبة 75% من النساء كما أنها لا تكون مرتفعة في النسبة الباقية. ويعتبر كلا النموذجان طبيعياً. وتعتبر

الحلمات المقلوبة مشكلة كما أنها لا تحتاج إلى معالجة سوي بعث الطمأنينة في نفس الفتاة وإقناعها بأن الأمر طبيعي للغاية.

يهتم العديد من الفتيات أيضا بحجم الثدي . ونحن سعداء لملاحظة أن هناك انخفاضا في الاهتمام بتقليل الأحجام الضخمة للثديين كعلامة نهائية للجاذبية الجنسية. ولا يزال هناك المزيد من الفتيات اللاتي يقلقن بشأن الصدر المسطح، بالرغم من أنه في الواقع لن يكون أي منهما كذلك. والمشكلة دوما تكون متعلقة بالتوقيت ليس إلا. ولابد من تذكر أن الثديين من الممكن ألا يبدأ في التطور إلى مرور عامين من الحيض، وقبل أن يتم التطور بشكل تام أي قبل بلوغ سن التاسعة عشر أو العشرين. كما أنه من الممكن بشكل تام بالنسبة للفتاة البالغة الثالثة عشر أو الرابعة عشر أن تمر بتطور بسيط للثدي أو من الممكن ألا تطور ثديا على الإطلاق، بينما أن أغلب صديقاتها سوف يمرن بتلك العملية. ولابد من أن تقوم بطمأننتها حيث إن ذلك يعتبر عاملا هاما في التخفيض من توتر ابنتك. ولا يمكن أن يتم إتباع الطرق الصناعية لتحفيز تطور الثدي في الطفل أو في المرأة الناضجة حيث إن تلك الطرق الصناعية لا مكان لها في نمو الطفلة أو في المرأة البالغة.

وتعتبر الاستروجينات الظاهرية أو التي يتم تناولها عبر الفم عفاقير قوية ولا يجب أن يتم استخدامها لتعزيز التغيرات التجميلية.

ومن الممكن أن يثير الصدر الكبير بدرجة زائدة الاهتمام. ولابد من أن يكون هناك دعم عاطفي من الآباء، وكذلك لابد من الدعم البدني من صدرية المرأة الجيدة حيث إن ذلك يعتبر هاما أثناء المراهقة. ومن الممكن إجراء العمليات الجراحية للصدر للتقليل من حجم الثدي.

**التطور:**

**المهارات الجديدة:**

لابد من متابعة نمو حجم الطفل حيث أن ذلك يعتبر فقط جزءا من مهام الأب. ويعتبر تطور الناس من الأمور المثيرة بدرجة أكبر كما يكتسب الأطفال الرضع

بسرعة مجموعة متنوعة من المهارات. كما أنهم يطورون قدرات العضلات التي تعمل على تقديم المزيد من الحركة والتي تسمح لهم بالاستكشاف. كما أنهم يطورون مقدار أكبر من قدرات الحركة والتي تمكنهم من أن يتم إنجاز المهارات المعقدة مثل اللعب على واحدة من الآلات الموسيقية. كما إنها تطور القدرة على التعبير عن الغضب أو الإحباط أو الكبت من خلال تعبيرات الوجه. وتتطور اللغة وبالتالي من الممكن أن تعبر عن احتياجات الطفل. وبالتدرج، تصير قدرات اللغة معقدة بدرجة أكبر إلى أن يصير الطفل قادراً على استخدام الكلمات للتعبير عن المشاعر.

وتعمل المهارات الاجتماعية على تقديم مجموعة من المكاسب المبكرة للطفل. حيث يبدأ في الابتسام مبكراً جداً، ويكون ذلك غالباً في حجرة الولادة. وحالاً تصير تلك الابتسامة محددة بدرجة أكبر، حيث يكون الأطفال الرضع قادرين على التعرف على آبائهم ويكونوا قادرين على تمييز شعور الوالدين تجاههم إن كان مملوءاً بدفء المشاعر. وبالتدرج يتعلم الأطفال كيفية ممارسة لعب الألعاب مع الآخرين. وبعد ذلك بسرعة، يتعلمون كيفية مشاركة الأشياء مع الآخرين، كما إنهم في النهاية يطورون القدرة على الحب. إن التعلم يعتبر واحد من أكثر المهارات المعقدة والتي تتطور من الذاكرة الأساسية الأولية إلى التجريد والحكم الأخلاقي والإبداع.

وفقاً لأريكسون في مرجعه الشهير فإن مراحل البلوغ الثلاث هي: 1- حاسة الألفة، و2- حاسة الإنتاج، و3- حاسة التكامل. ويتعمد الموسوعي الكبير أن يقدم لكل مرحلة بكلمة (حاسة)، ذلك لأن ذلك الإحساس الداخلي والحس الوجداني بالإنجاز أو الشعور الغريزي بالفشل في تحقيق مرحلة ثقة أو استقلال ذاتي أو مبادأة... الخ. هو أهم العوامل الحاسمة للنمو في المراحل التالية. يكافح الفرد النامي في سبيل السيطرة على الحالة المرحلية (والتغلب على المزالق). إن تحقيق "إحساس إيجابي بـ" أي صورة من صور القدرة في المجالات الأكثر ارتباطاً بحالته في هذه النقطة الخاصة على طريق النمو-يصبح بالتالي أهم موضوع لدى كل فرد. ونتيجة لذلك على القارئ أن يضيف في سره عبارة (إحساس بـ). حيثما يجد أن المؤلف قد استخدم

التعبيرات الوصفية الخاصة به كما هي فضلاً عن ذلك، فإن أريكسون يستخدم كلمة (ضد) للدلالة على الصراع الحيوي بين القطبين.

ويجب ملاحظة أن التعرف على النمو فيما وراء مرحلة عمر المراهقة تهيئ اكتشافاً معاصراً فريداً في حد ذاته. وفي دراسة نمو الطفل فإن فهم إجمالي سعة النمو أمر هام، وخاصة لأن البالغ المعني بالمساعدة إنما يواجه واجباته الخاصة به في مجال النمو في الوقت الذي يعمل فيه على توجيه نمو الطفل.

المرحلة الأولى: وهي مرحلة اكتساب حاسة الثقة الأساسية مع التغلب في نفس الوقت على حاسة الريبة-تحقيقاً للأمل: يحدد أساس كل نمو لاحق، في هذه المرحلة الأولى-مرحلة اكتساب الأمل وبعد حياة منظمة رتيبة، محاطة بالدفاء والحماية داخل الرحم في الأيام الأولى فعلا من عمر الطفل (الجنين)، يواجه الطفل حقائق الحياة في أول التقاء له بالعالم الخارجي. ومع أنه يولد عارياً، ضئيلاً وهشاً فإنه قد وُهب مظهرًا واستجابة تلقى استحساناً من الكبار المشرفين عليه وتجعلهم يرغبون في تحقيق احتياجاته. إن ضعف مقاومة الوليد وضالة احتياجاته البريئة لها قوة خاصة بها ورغم ضعف الوليد فهناك الأم تحت أمرة وهناك الأسرة لتحتمي الأم وهناك جمعيات لمعاونة التركيبات الأسرية وتقاليد لإرواء عملية الاستمرارية على أنظمة الرعاية والتدريب.

وهو يكون إحساساً بالترقب من خلال مزيج من الثقة والشك. إن حاسة الثقة الأساسية لديه- بالتعارض مع حاسة الشك الأساسي-تصبح النقطة الحرجة في مرحلة نموه الأولى.

وبالنسبة للوليد، فإن حاسة الثقة تتطلب شعوراً بالراحة الجسمية والحد الأدنى من تجربة الخوف أو عدم التأكد. فإذا ما توفر له ذلك. فإنه سيبسط ثقته إلى تجارب جديدة. ومن الناحية الأخرى تنشأ حاسة الشك من الخبرات الجسمية والنفسية غير المرضية وتؤدي إلى الخوف من توقع المواقف المستقبلية.

إن حاسة الثقة الأساسية تساعد الفرد على النمو نفسياً وعلى تقبل الخبرات الجديدة برضاء. أن كل نتيجة ناجحة لثقته تعمل على توليد توقعات مقبولة لخبرات جديدة،

وإن كل ذلك سوف يتيح دائماً فرصاً للشك. ومع ذلك فإن الطفل الصغير يجب أن يتعلم الثقة حتى مع ارتياحه الخاص. مثال ذلك، الثقة بتجربة وضع أشياء جديدة في الفم تتضمن أيضاً الشك في المجهول. ولا يحفظ توازن الثقة العامة لديه سوى جو الثقة لبيئته القريب. وفي أثناء فترة الطفولة المبكرة فإن ثقة أبوي (والدي) الطفل واقتناعهما هما اللذان يؤكد أن ثقته أساسية في سعادة وانتظام عالمه الخاص واعتماده عليه، بما في ذلك الثقة في المجهول وفيما لا يمكن توقعه. والأبوين ذاتهما يمكنهما أن يجدا الأمان لشكوكهما وعدم تأكدهما، من خلال الدين أو نظرة فلسفية نحو الحياة. يتفق الواجب النمائي الأول والأساسي في إرساء حاسة الثقة الأساسية بصفة عامة مع فترة النضج السريع في مرحلة الطفولة المبكرة، وهي فترة يبلغ فيها معدل نمو الجسم ودرجة هائلة وقد يولد الشك، ما لم تتدخل أنماطاً جديدة من نمو الجسم لتوفر تعويضاً مناسباً. أن الاهتمام الوحيد للتركيب الجسمي هو المحافظة على الوظائف العضوية وهي التنفس والهضم والأكل والحركة. ويشمل هذا الاهتمام هدفه المباشر للتفاعل مع بيئته. وذلك فإن الخبرات العضوية توفر الأساس لخالة من الثقة النفسية وتصبح الإحساسات العضوية هي الخبرة "الاجتماعية" الأولى وتعمم في عقل الفرد المرجوع إليها في المستقبل، وسواء كان الطفل مقدراً له أن يصبح شخصاً واثقاً سهل الإرضاء في المجتمع، أو متشككاً كثير الطلبات، يهتم أساساً باحتياجاته العضوية فإن ذلك يتحدد بطريقة معاملته في أثناء المرحلة الأولى.

وقبل أن تتوسع في موضوع الظروف العضوية النفسية المتشابكة، يجدر بنا أن نبحث في أصل كافة القوي النفسية. أن الطاقة الجنسية (الليبيدو) موجودة مع الولادة وهي تضطر الجسم للبقاء وتفادي الدمار. وتنتج هذه الطاقة من الخبرة النفسية الاجتماعية ومن الإحساسات العضوية، والاحتياجات الغذائية والتجارب البيئي مع هذه الإحساسات. وتتولد الطاقة الليبيدية بواسطة هذه الأحداث العضوية الاجتماعية وتعبّر عن نفسها من خلال عمليات (الهو).

إن "الفائض" الغير محدد من الطاقة الليبيدية الغير مرتبطة بعد بأي خبرة من خبرات الحياة، يوجد على هيئة قوي "كامنة" في الهو، وتكون على استعداد للتعبير عن نفسها في الوقت والمكان المناسبين. وبينما نجد أن الطاقة الليبيدية تتحول مبدئياً إلى وظائف الهو، فإنها تجد أيضاً تعبيراً عنها في أولى بوادر وظائف الأنا. أن بكاء الطفل، وعملية المص والانعكاسات البصرية، والحركات، كلها مشبعة بطاقة ليبيدية، ولكنها تصبح تدريجياً أكثر انضباطاً ظاهرياً (النضج العصبي جزء شديد الأهمية من مكونات نمو الأنا) إلى أن تصبح بوضوح من عمليات الأنا، أما وظائف الأنا العليا فلا تزال غامضة، والطفل يعتمد كلية على العناية الخارجية والتحكم القادم من الخارج. تصبح الطاقة الليبيدية في حالة اشتباك مع مناطق الجسم التي تدور حولها أخرج خبرات الحياة، وبالتالي فإن هذه المناطق تصبح مراكز شقية لها دلالتها بالنسبة للهو وعمليات الأنا المحتملة. وفي خلال الأشهر الثلاثة أو الأربعة الأولى، يتركز معظم مراكز رثاية الطفل حول الحصول على الهواء والطعام والضوء والصوت والأنشطة العضوية الأخرى. ومن بين هذه الرتابات يقوم الطعام بأهم الاتصالات وأكثرها انتظاماً بين الطفل وبيئته الخارجي، كما أن الاتصال الفمي والمص يخففان عنه إحساساً عاماً بعدم الارتياح، ويمدانه بمصدر إشباع.

وهكذا فإن الطفل يقابل المجتمع بفمه، وهو يتلقى الحب ويعطيه بفمه من خلال النموذج السلوكي الانضمامي، ومع ذلك فإنه لا طول مدة الاتصال الفمي ولا كمية الطعام ومقدار المص، هي التي تحدد نوعية الخبرة، ولكن طبيعة الاتصالات الشخصية، التي تنظم هذه الاتصالات الفمية والانضمام الفمي-أي أن نوعية الراحة الجسمية والنفسية التي تولدها عملية الإطعام وإنهائياً-هي التي تحدد شعور الجسم الصغير نحو حياته الاجتماعية الأولى. إن الأم، أو الشخص القائم برعاية الطفل، تأتي إليه بالعالم الاجتماعي. وتبرز البيئة من خلال ثدي الأم أو الزجاجة البديلة مصدر الرضاعة الصناعية حيث أن الحب وبهجة الاعتماد- (ولهما أهمية بالغة في

هذه المرحلة)-ينتقلان إليه عندما تضمه الأم إليها فيشعر بدفئها المريح، وابتسامتها العذبة، والطريقة التي تتاجيه بها كل هذا له أهميته البالغة في هذه المرحلة. وسرعان ما يجمع الطفل الصغير وظائفه الفمية التذوقية والشمية والبصرية والسمعية والحركية مع نشاط نموها. ويتحدث أريكسون عن "مرحلة فميه تفسية حسية" تتخذ فيها كل الاتصالات الاجتماعية نمطاً ضمنياً تداخلياً. أن نوعية الإحساس بالثقة أو الشك ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالشكل الاجتماعي الأول-قبول البيئة كما هي، وتتوقف الخبرة الانفعالية على تبادل الأخذ والعطاء، وتضم درجة الاسترخاء والأمان التي تتصل بهذه الأفعال. أن الطفل الصغير يتعلم كيف ينظم أجهزته طبقاً للطريقة التي تنتظم بها بيئة الأم فما يختص بوسائلها في رعاية الطفل. ويجري الطفل تنسيقاً بين الأخذ والثقة كخبرة واحدة، طبقاً للطريقة التي تتسق بها الأم أو أي شخص آخر قريب الصلة برعاية الطفل عملية العطاء والثقة في رعايتها له. ومع نضوج الطفل، نجد أن الأخذ يشمل الوصول إلى كل ما يقع تحت يديه وكل ما يقع في متناول فمه من خلال الخبرة الفمية.

ومع نمو الطفل يجد لذة جديدة من خلال تفاعله الأكثر نشاطاً والأكثر عدوانية مع بيئته؛ ويشار إلى ذلك بالمرحلة الفمية الثانية. ويبلغ التسلسل الاندماجي الضمي ذروته في الوقت الذي تظهر فيها أولى الأسنان. وهنا يصبح الإمساك تحت سيطرته الكاملة، ويتسع أفق الإدراك البصري. وفي هذه المرحلة الضميه الثانية تصبح الطريقة الاجتماعية في الإمساك مشابهة لعملية الشد إلى أسفل (العض) بالسن الجديدة. وتحل محلها باعتبارها النمط السلوكي الأساسي. ومن الناحية النفسية، يميل الطفل الاندماج الكلي، وأن يحتفظ لنفسه كل ما يحصل عليه أو يعطي له-وقد علمته التجربة حتى الآن. أن باستطاعته الاحتفاظ ببيئته من خلال جهده الخاص.

وهكذا فإن النمو الفمي هو بداية لتجربة مستمرة وثابتة للانتظام والاستمرارية في العلاقة الحميمة بين الأم والطفل. ومن خلال نموه الفمي يكتسب الطفل أولى خبراته في مجال الإشباع المناسب والكافي لاحتياجاته الأساسية. وينشئ لذاته النامية أنماطاً

فريدة وحدوداً للسلوك. ويتزايد إشراك الطفل لحاله سعادته الداخلية مع السلوك المتناسك للشخص القائم برعايته والخبرات المعاكسة قد تؤدي إلى تأخير نمو الأنا الكامنة للطفل، ومع ذلك فإذا كانت الثقة قد سادت خبرة الطفل الأولى، فإنه يواجه بسهولة مواقف جديدة، ويتغلب على أي فقدان ثقة سابق.

ويحدد في هذا التبادل الأم بين الأم والطفل مهد الثقة الذي يسمح للأم بالاستجابة لاحتياجات وطلبات جسم وفكر الوليد بطريقة يدرك بها أن باستطاعته الثقة بها دوماً، وأن يثق بنفسه، وأن يثق بالعالم.

ومع أنه يعتبر الطفل مشاركاً داخل قالب اجتماعي، فإن الطفل يبدو أنانياً تماماً، ويتصرف كأنه هو كل ما يوجد أو يعتد به. وفي أولى أشكال لعبه، نجده يعتمد اعتماداً كلياً على نفسه. أن نشاطه يبدأ من ويتركز على جسمه هو، مع تكرار الإدراك الحسي، والإحساسات الحركية وأحداث الأصوات المختلفة والمميزة. ومن خلال اللعب ينعكس النمط النموي للضم والإمساك وتكون أنشطة اللعب قد بدأت في بطء في الاشتغال على كل ما يمكن أن يصب إليه في عامه الخاص.

تضع علاقة الاعتمادية المستمرة بين الأم والطفل الأساس لتعيين الذات بينهما، وهو الأمل المنشود، وبعبارة أخرى فإن الأم نفسها والشعور نحوها الذي تولده في طفلها، يعتبر واقعاً داخلياً وهدساً خارجياً. أن التعرف السوي يزيد من الباعث للأم على أن تكون الشخص الهام في حياة طفلها. والطفل يتمثل في نفسه صفات أمه وفي الوقت نفسه يعرض على الأم بعض مشاعره الخاصة. أن الأطفال يميلون للتعرف على تلك المظاهر من خلال مشاهدتها في بيئتهم مباشرة بين أفرادها، وهي البيئة التي بعرضها في بيئتهم المباشرة بأفرادها، وهي البيئة التي تؤثر عليهم تأثيراً شديداً بأي طريقة.

يصبح الجدول الزمني لهذا الإحساس النامي للانتماء إلى شخص مركزي واضحاً في كافة حالات الانفصال. ويُقترح أن حاسة الارتباط بشخص مركزي (شخص محوري هام وأساسي) تصبح ملحة في حوالي الشهر السادس من العمر. وبالتالي فإن

الانفصال، ولو لبعض الوقت، يمكن أن يكون له أثر بالغ السوء في أثناء المرحلة التشكيلية الأولى للطفل والسريعة النمو.

ويجب أن نذكر إضافة التجربة المشتركة والتنظيم المتبادل للإحباط كمركبات جوهرية للتعين الذاتي بتعبير الحاسة الأساسية للثقة. تؤدي تجربة إيجاد التنظيم المتبادل إلى لحظات إحباط لكل من الطفل والأم. ولا يؤدي الإحباط إلى مشاعر من الشك وإحساس أساسي بعدم الثقة، إلا في حالة ما إذا كان الإحباط لا يخل أخيراً بالثقة.

يميل الأطفال للإحساس لا شعورياً بعدم الأمان وبالنوايا، وكذلك بالأفكار الواعية والسلوك المعلن لوالديهم، حتى ولو لم يفهموا أسبابها ومعانيها. والواقع أن أريكسون في مرجعه لا يولي كبير اهتمام للعادات الفردية أو أعمال المهارة فيما يختص برعاية الأم لطفلها، وبدلاً من ذلك نجده يشير إلى الأم في سبيل رعاية ومعاملة وتدريب الطفل. وتفشل الجهود المبذولة في التدريب المبكر عندما "يصبح التدريب هو تدريب الأبوين بدلاً من أن يكون تدريب الطفل".

## تعليم الرضّع

لقد كانت هناك طائفة كبيرة من الأبحاث في العقد الماضي التي تركز على كيفية تعلم الأطفال الرضّع. ويعمل العلماء الآن على البرهنة على أن ملايين من الأمهات ومن الآباء على ما يشكون فيه، من أن الأطفال ماكينات هائلة للتعلم. أما عن الأطفال فمهارة التعلم تبدأ في اللحظات التي تتبع الولادة. ولقد كان هناك تقدم غير عادي في فهم العمليات البيولوجية للمخ وكذلك كيفية قيام الأبوين والعالم بتشكيل عقل الطفل الرضيع. وما يميز الجيل الحالي من الباحثين في مجال علم النفس الخاص بالوعي هو الاستخدام المبتكر للتجارب ليتم فهم أن الأطفال الرضّع يدركون وكذلك كيفية تعلم الأطفال الرضّع. وتعتمد التجارب دوماً على التقييمات وملاحظة حركة العين أو تسجيل معدلات القلب ليتم إقرار ما إذا كان الأطفال الرضّع يفضلون مشهد أو صوت محدد أو رائحة محددة عن الأخرى. ونحن الآن نعرف انه عند الولادة يفضل الأطفال الرضّع الأوجه والأصوات البشرية ومن الممكن أن يميزوا بين الأوجه المألوفة والأوجه الغير مألوفة وكذلك الأصوات المألوفة والغير مألوفة. والكبار يدخلون في حياة الطفل بخلاف الأم بنفس التأثير وكبديل مؤقت للأم، أو كأشخاص يؤدون بعض المهام الغذائية-أو كعامل ردي بالنسبة للتغذية غير السليمة، كتناول أجسام غريبة أو مص أدوات غير نظيفة وفي حالة الفطام. وتتوقف نوعية رعاية الأم إلى حد ما على المعاونة التي تحصل عليها من الكبار الآخرين في محيط الأسرة-عادة الزوج-وعلى الأسرة التي ولد فيها الطفل، واعتراف المجتمع بالأسرة كمؤسسة أساسية من مؤسساته والضمان الثقافي لاستمرار الأعراف والقيم الاجتماعية الأساسية.

ويعتبر الأطفال الرضّع في الحقيقة من أهم ماكينات وأكثر ماكينات التعلم تعقيدا على مستوى العالم، كما أن تعلمهم يتضمن بلايين المدخلات التي يقوم الآباء والمحيطين بهم بإدخالها. واليوم يعمل علماء الوعي على تعليمنا أن الأطفال الرضّع

يعتبروا أيضا علماء يقومون بأداء مجموعة من التجارب المعقدة كلما تنضج أمخاخم. وقام اليسون جوبنيك، الحاصل على الدكتوراه، وزملائه على وصف العديد من تلك التجارب في كتابه "عالم في سرير الطفل". إنهم يصفون الأطفال الرضع وعقولهم على أنها مشابهة لأجهزة الحاسب الخاصة المصنوعة من الأعصاب بدلا من رقاقت السليكون. ولكن تعتبر برمجتها قوية بشكل غير طبيعي إلى درجة أن ابنة بيل جيتس الصغيرة قد قامت بالفعل بحل المسائل التي لا يزال بيل بكل بلايينه غير قادر على حلها بنجاح.

الرسالة واضحة، إذ يتعلم الأطفال الرضع بسرعة مذهشة من خلال التفاعل مع الآباء وبيئتهم. وتحدث التغيرات المثيرة عندما تقوم الأم بالغناء لطفلها أو عندما يقوم الأب بالابتسام لابنه وعندما يقوم بهز رأسه. وهناك دليل صغير أو لا يوجد دليل على أن صرف المئات من الدولارات على البرامج الخاصة المصممة يؤدي إلى تربية الأطفال الرضع بشكل أفضل أو أن ذلك سوف يؤدي إلى أي شيء. ولقد كان ليوناردو دافينشي وتوماس جيفيرسون وولفانج موزارت قادرين على تحقيق نجاحا معتدلا بالرغم من الافتقاد إلى أو عدم وجود برامج التعلم المعتمدة على الفيديو أو على الحاسب الآلي.

### تتابع المهارات:

تتطور المهارات بالترتيب بشكل مرتب، بدلا من أن تتطور بطريقة عشوائية. وهناك الكثير من الأبحاث في مجال الأطفال والمجال النفسي التي تركز على عملية التتابع ولقد ساعد ذلك على إقامة الترتيب المتوقع للأحداث وقيود الاستواء. وهناك محاولات للربط بين السن الذي يحدث فيه شيء ما والقدرات المستقبلية ولم تكن تلك ناجحة جدا، بالرغم من ذلك.

كما أن هناك مثال عن البناء المنطقي للمهارات المعقدة بشكل متزايد، ودعنا ننظر إلى تتابع التطور المطلوب للطفل:

### استخدام القلم الرصاص:

إن المرحلة الأولى في تلك النتيجة هي السيطرة على المنعكس اللاإرادي. يملك كل الأطفال على ما يذكر باسم المنعكس اللاإرادي للقبض . حيث إنهم سوف يقبضون وسوف يحتفظون بأي عنصر متواجد على كفوفهم، على سبيل المثال إصبع شخص كبير يداعبهم أو قلم رصاص. ومن الممكن أن يوضح الأطباء أن ثورة الطفل الرضيع تتم من خلال السماح له أو السماح لها بتشبيك كل من أصابع سبابة الطبيب ثم رفع الطفل من فوق المنضدة من بعد ذلك. وسوف يوضح الطفل الرضيع قوته أو قوتها بشكل يدعو للإعجاب، ولكن لا يمكن اعتبار ذلك استخدام معقد لليد. لا يوجد سيطرة على ذلك المنعكس اللاإرادي، كما سيقوم الطفل بالقبض على أي شيء يوضع في راحة يده. وحقاً، يمكنك أن تلاحظ كيفية احتفاظ طفلك الرضيع بيديه أو يديها مغلقتين على هيئة قبضة أثناء الغالبية العظمى من الشهور القليلة الأولى من الحياة. ونفس هذه الرغبة في الإمساك والاحتفاظ (القبض) بأنها رد فعل للتجربة الجسدية الخاصة بالصعوبة في التنفس، أو العض، أو غير ذلك من المتاعب الجسمية المبكرة. غير أن الإمساك والاحتفاظ عن طريق العض كثيراً ما يسبب انسحاب الأم، وتولد لدى الطفل حثاً جديداً للإمساك والاحتفاظ (القبض) بحده ويشكل أشد. أن العض كإحساس بالإحباط هو تعبير ثانوي شبيه بالنشاط العشوائي السابق وصفه في محاولة الوصول إلى ما يشعر الطفل بأنه لم يعط له كما يجب.

وكلما يتطور الجهاز العصبي، يصير الطفل أكثر قدرة على التغلب على منعكس القبض الإرادي، وعادة ما يكون ذلك عند بلوغ عمر ثلاثة أشهر. حيث يعتبر الطفل جاهزاً الآن لاستخدام يديه بطريقة مختلفة. وبلوغ حوالي أربعة أشهر، من الممكن أن يحتفظ الأطفال الرضع بأيديهم مفتوحة كما يمكنهم القبض على العناصر المتواجدة فيها. وبالرغم من أن رؤيتهم تعتبر جيدة، إلا أن تناسقهم لا يعتبر معقداً بالشكل الكافي للوصول إلى العنصر ولناولته. وسوف يقوم الأطفال الرضع في العادة باجتياز العنصر.

وعند بلوغ خمسة شهور من العمر، تصير فترات مناولة الأطفال الرضع أفضل. ويمكن الأخذ في الاعتبار بدء العملية التي تعرف باسم التصنيف، كلما يقوم الطفل بجذب الأشياء اقرب منه باستخدام يده بالكامل. وعند بلوغ سن التسعة أشهر من العمر أو حوالي ذلك يمكن للأطفال الرضع ممارسة السيطرة على الإبهام والسبابة ومن الممكن أن يقوم بتحريكهما معا لالتقاط العناصر الصغيرة مثل الزبيب والبنسات والحبوب . وبمجرد أن يكون طفلك قادرا على التقاط تلك العناصر، وبمجرد تطوير قدرته على اختبارها ووضعها في النهاية في وسيلته العظيمة للاستكشاف، فمه الذي يستكشف به الأمور. يعتبر تطور ذلك الإصبع إلى حركة قبضة السبابة أمرا فريدا للبشر. ولسوء الحظ تجعل تلك القدرة الأطفال في مخاطرة من اختناق الأنف والفم وامتلاء الأذن بالأشياء الجيدة والأشياء الشريرة!

والآن، يعتبر الأطفال قادرين على تذكر الأشياء بشكل إرادي. والقدرة على تحرير العناصر بطريقة بارزة- حيث يعتبر معروفا بدرجة أفضل بقدرة الطفل على رمي الطعام على الأرض بدءا من اليوم الأول من ميلاد الطفل.

ومن بعد مرور عام، تتطور الأشياء بسرعة. حيث أن الأيدي التي تعلمت تحرير الألعاب بإرادتها من شهور قليلة مضت تعتبر الآن لطيفة وقادرة بدرجة كافية على تحريك قالب مكعبات واحد بدقة ووضعها على قمة الآخر. وبلوغ عامين من العمر، من الممكن أن يقوم طفلك المهندس المتبرعم ببناء برج يبلغ طوله ستة قوالب من المكعبات واحد فوق الآخر. وبلوغ سن العامين، يمكن لطفلك المهندس المتبرعم الممكن أن يقوم ببناء برج من ستة قوالب فوق بعضها البعض. ومثل أي مهندس مسرور بعمله أو بعملها، سوف يشعر الطفل بالحاجة إلى أن ربط سجلات لنجاحه أو نجاحها بالقدرة على القيام بالتطويرات. وفي البداية سوف يقوم الطفل بالرسم بأقلام الألوان في القبضة. ولكن قبل بداية العام الثالث، سوف يحتفظ الطفل بقلم التلوين كما يقوم البالغ بذلك. وبالتالي تعتبر الأقلام الرصاص إلى حد ما أكثر كثافة من أقلام التلوين ولكن سوف يكون البناء سيد مهارة القبض على القلم الرصاص كذلك.

تؤدي عمليات الأخذ والوصول إلى الأشياء إلى الشكل الاجتماعي التالي، وهو الإمساك (القبض) أن الإمساك بالشيء (القبض على الشيء) والتحفيز عليه يحدثان أيضاً مع الشكل الفمي الاندماجي (الضمي) لعملية المص الممتد للشيء الأول (حملة الثدي) أو البديل المناسب- ومع الإدراك البصري، وتحديد موضع مصدر الأصوات والخبرات اللمسية. وفي الحالات التي تنمو فيها الحاسة المبدئية للثقة، من خلال الأخذ نمواً غير مرضي، فإن الفرد يميل لاستخدام أنشطة عشوائية في محاولة للحصول على ما يشعر بأنه ينقصه في إشباع رغباته. وينبع شعوره بعدم الرضا. من عدم وجود التكامل المناسب، وشعور بعدم الثقة في النتائج الحية من خبرته الضئيلة في الأخذ.

وفي النهاية، يحتاج الصبي المبتديء إلى مساعدة من قام بتعليمه تلك المهارة. لا يمكن للطفل أن يطور المهارات الفنية من دون أن يكون هناك أوراق أو أن يكون هناك لوحة رسم. ولكن الضروري توفر تلك المواد ووجود فترة للممارسة، وسوف يكون الطفل في حاجة إلى التشجيع. وتعتبر الأطفال مخلوقات اجتماعية، حيث تجعل الابتسامة أو الكلمة الطيبة طفلك يشعر بأنك مسرورا بتقدمه أو بتقدمها. ويوضح ذلك التتابع المتسلسل أغلب عمليات تطور الطفل، مثل المشي. وتعتبر القواعد العامة كما يلي:

لا بد من أن يتغلب الطفل على المنعكسات اللاإرادية للوصول إلى السيطرة الإرادية.

أن يكون هناك تقدم منطقي، الحركات الأغظ التي تسبق دوما الحركات الأبسط. لا بد من أن يقوم الطفل بالتنسيق بين مجموعة مختلفة من الأحاسيس. على سبيل المثال، أن يتم العمل على بناء برج من قوالب المكعبات، حيث يعتمد الطفل على البصر وعلى عمق الإدراك وعلى الاتزان.

من الممكن أن تتطور المهارة فقط عندما يكون الجهاز العصبي ناضجا بالدرجة الكافية. وبالتالي يعتبر بناء برج من القوالب مستحيلا بالنسبة للطفل البالغ من العمر ستة شهور، أيا كان مدى تعرض الطفل لقوالب المكعبات.

## الفردانية

يعتبر نمو كل فرد أمرا فريدا يختلف من فرد للآخر. وسوف ينمو كل توأم متطابق بنفس الطريقة بشكل مختلف وسوف يقوم بأشياء مختلفة في النهاية في حياته. وسوف يقوم الأطفال بعرض شخصياتهم المختلفة الفريدة من خلال الأنشطة المختلفة مثل الموسيقى ويتم ذلك في مرحلة سنوية مبكرة.

وبالإضافة إلى ذلك، يعتبر الطفل مشاركا نشطا في خلق بيئته أو بيئتها. سوف يقوم الطفل الرضيع بسرعة بتعلم كيفية تقليد والده أو والدته. على سبيل المثال سوف يتعلم الطفل أن الثرثرة سوف، كما لو كان الأمر سحرا، تؤدي إلى لفت انتباه الأبوين وجذبهما . وفي بعض الأوقات يقوم الآباء باستبدال دمية الدب المفضلة عندما يصرخ الطفل أو عندما يهذي ويثرثر، بدلا من قضاء الوقت مع الطفل. ومن الممكن أن يرتاح الأب بشكل جهوري عندما يكون منشغلا بديناه وبمهام أخرى. ويقرر الطفل الرضيع بسرعة مدى كفاية تلك الاستجابات. كما انه من الممكن أن يفى بالعرض لوقت من الزمن، ولكن بعد ذلك تبدأ اللعبة مرة أخرى عندما يقوم الطفل باكتشاف الطريقة الجديدة لجذب الانتباه. ومن الممكن أن يقوم الأطفال الأهدأ باستخدام الابتسام أو الاتصال بالأعين، بدلا من الصوت، ليتم التعرف على احتياجاتهم. وبطريقة ما، بالرغم من ذلك، سوف يؤثر طفلك بشكل نشط على سلوكك. ويعتبر ذلك جزءا من كيفية التطور كعائلة.

### التدريب على دخول الحمام:

إن التدريب على التبرز والتبول في الحمام يعتبر مرحلة هامة في تطور طفلك بالنسبة للأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي وبالنسبة لآبائهم. وتعتبر المهارات المطلوبة من اجل التحكم في الأمعاء وفي المثانة البولية متماثلة. وذلك بسبب اعتبار اكتساب تلك المهارات عند أعمار مختلفة قليلا، وسوف نناقش ذلك بشكل منفصل.

وكلا منهما يعتبر عبارة عن تنويع لسلسلة طويلة من الإنجازات، ويلعب الآباء دورا هاما في التعرف وفي التفاعل وفي مكافأة كل إنجاز من الإنجازات.

### السيطرة على الأمعاء:

يتميز الأطفال الرضع بمنعكس لإرادي يطلق عليه المنعكس اللاإرادي للسبيل الهضمي . وبعد مرور 20 دقيقة من الطعام، مثل المنعكسات اللاإرادية الأخرى المبكرة، فإنه سوف يقل بالتدريج، وفي العادة يكون ذلك في عمر اثني عشر إلى خمس عشرة شهر من العمر. ومن الممكن أن تتطور السيطرة الإرادية على الإخراج عن طريق الأمعاء فقط من بعد أن يتغلب الطفل على ذلك المنعكس اللاإرادي.

ويتعرف العديد من الآباء على أن عملية التدريب على إخراج الفضلات من خلال الاستفادة من المنعكس اللاإرادي. ولقد سمعنا كلنا قصص عن الأطفال الذين يتم تدريبهم على السيطرة على عملية الإخراج من خلال الإخراج في الحمام وهم في سن ستة شهور. وهؤلاء الأطفال بالطبع لا يتم تدريبهم على قضاء حاجتهم في الحمام ولكن بدلا من ذلك يتم القيام بإخراج البراز بشكل منتظم وذلك طبعا للمنعكس المعدي القولوني. ويتساءل العديد من الآباء حول الاختفاء الطبيعي لذلك المنعكس اللاإرادي ويعتبرون أن الطفل الذي يبلغ سن اثني عشر شهر ولا يستطيع قضاء حاجته بشكل إرادي في الحمام يعتبر طفلا غير متعاون. وذلك يعتبر مختلفا تماما عن الحقيقة، حيث أن الطفل البالغ من العمر اثني عشر شهر لا يزال صغيرا جدا لقضاء حاجته بشكل إرادي في الحمام. فهناك مهارات أخرى لابد من أن تتطور وتتنضج أولا.

ولابد من أن يكون الطفل قادرا على الشعور بحركات الأمعاء الخاصة به التي تحدث. ويكتسب أغلب الأطفال تلك المعرفة والقدرة بعد بلوغ عام واحد من العمر. ومن الممكن أن يعرف الآباء في العادة أن طفلهم يرغب في القيام بالتبرز من خلال تعبيرات الوجه أو من خلال الانفعالات الأخرى حيث يعرف أن البدء في حركات الأمعاء قد بدأ في الغالب في ذلك الوقت وفي العادة يكون ذلك بشكل لا إرادي.

وسوف تذكر في العموم حركات الأمعاء أو أي من المصطلحات الأخرى عندما يمر الطفل بالفعل بحركات الأمعاء.

إن الجمع بين التصرف وبين اللغة سوف يبدأ، ولكن التصرف النهائي لتلك المهمة المعقدة للتعلم لن يتم تحقيقه لعام آخر أو لعامين آخرين.

ومن بعد أن يكون الطفل قادرا على الشعور بوجود مواد البراز في المستقيم قبل المرور. يتبع ذلك، أن يبدأ الطفل في تحقيق بعض السيطرة العضلية على مرور البراز. ولا يملك الأطفال الرضع حديثي الولادة القدرة على التحكم في الشرج. ويتطور التناسق العضلي في أعمار مختلفة في عدد مختلف من الأطفال. ويطور بعض الأطفال ذلك الأمر مبكرا في العام الثاني من العمر، بينما أن آخرين لا يزالوا غير قادرين على ذلك قبل بلوغ نهاية العام الثالث من العمر. ومن الممكن أن تكون هناك حالات نادرة فيها الطفل يعاني من حالة عصبية تعمل على تطویر السيطرة في وقت مؤخر أو من الممكن ألا يقوم بذلك على الإطلاق.

إن أول الفترة الزمنية التي من الممكن أن يقوم الطفل فيها باستخدام السيطرة العضلية من اجل الاحتفاظ بالبراز تزداد تدريجيا. وفي وسط العام الثاني من العمر، فإن الطفل من الممكن أن يكون قادرا على أن يقوم بإخبارك أن حركة الأمعاء في سبيلها إلى الحدوث، ولكن من المحتمل أن تحدث الحركة قبل أن يتم الوصول إلى الحمام.

ولا يجب أن يندفع الأطفال إلى الحمام فمن الممكن أن يكون النشاط المحموم عبارة عن خبرة مخيفة للطفل، الذي من المحتمل أن يجمع بين الوظائف الطبيعية للجسم والقادورات والشعور بالعار. بالطبع، هناك العديد من ربات البيوت اللاتي يملكن هذا المستوى من الفهم ألا وهو أن الاندفاع من الممكن أن يكون طبيعيا. وباختصار، لابد من أن تكون السرعة التي تصحب بها ابنك إلى الحمام مماثلة لنفس سرعة قيامك بالأشياء الأخرى لطفلك.

**نونية (قصرية) الأطفال:**

بمجرد أن يخبرك طفلك بأن حركة أمعائه وشيكة الحدوث، فإنك من الممكن أن تبدأ في اصطحاب طفلك إلى قعادة الأطفال (النونية). وسوف يكون أغلب الأطفال قادرين على ذلك عند بلوغ العام الثاني أو الثالث من العمر. وبالتالي يجب أن يكون إدخال طفلك إلى الحمام عبارة عن منعكس لا إرادي. وفي البداية لا يكون هناك حاجة إلى التخلص من بنطال الطفل. وقعادة الطفل لا بد من أن تكون دوماً على الأرض ويكون هناك ميل إلى أن يكون ذلك المكان أبرد من أي مكان آخر متواجد في الغرفة. وبالتالي فإن الجلوس على مقعد بارد من الممكن أن يكون مفزعا لأي فرد، على الأخص عندما يكون عمر ذلك الفرد عامين من العمر. وفي الحقيقة إن الجمع بين حركة الأمعاء وقعادة الأطفال يعتبر كافياً في البداية. كما أن الجلوس هناك لفترة طويلة لا بد من أن يتم تجنبه. حيث أن مستوى طاقة الطفل البالغ من العمر عامين سوف يوضح أن الطفل لن يكون راغبا في البقاء على قعادة الأطفال لفترة طويلة.

بأي شكل من الأشكال. فإن قعادة الأطفال التي تستقر على الأرضية تبدو في العموم أكثر أمنا من مقعد الحمام الذي يكون مرتفعا ويوضع على قاعدة الحمام الكبيرة. كما أنه من الأسهل أن يستند الطفل بقدمه إلى الأرض في حالة الجلوس على قعادة الأطفال. ومن الممكن استخدام قعادة الأطفال المحمولة حيث يمكن أخذه واصطحابه بسهولة في الرحلات كما أنها تصير واحدة من ممتلكات الطفل الشخصية. وفي البداية عندما يقوم الطفل بالتبرز، لا بد من السماح له بالبقاء على قعادة الأطفال لفترة من الزمن. ومن الممكن أن يكون سعيدا بما قام بإخراجه وان يحبط عندما يتم إبعاده عن القعادة. ولقد لاحظ واحد من أصدقائنا أن ابنته مصدومة ومفزوعة بشأن البراز الذي فقدته من جسمها واخبرها أن هناك طائر صغير رضيع في حاجة إلى ذلك البراز وبالتالي كانت الطفلة البالغة من العمر عامين مرتضية بذلك التفسير كما أنها أحببت أن تتحدث عن ذلك الطائر الرضيع الصغير. ولابد أيضا من أن تتذكر من أن جلبه الحمام من الممكن أن تكون مفزعة للطفل. حيث يعتبر

هدير الحمام مخيفا للطفل البالغ من العمر العامين بالرغم من احتمال أن يكون أمرا عاديا بالنسبة للطفل البالغ من العمر ثلاث أعوام.

أما عن الإنجاز الرئيسي أثناء العملية الطويلة للتطور فيعتبر القدرة على تأجيل الأشياء أو تأخير المتعة. وبالتالي فإن تعلم كيفية تأجيل الدوافع قد يؤدي إلى تأجيل الأشياء أو من الممكن أن يستغرق شهور أو سنوات. وحقا هناك العديد من البالغين الذين يعانون من مشكلات تأجيل بعض الدوافع . وبالتالي فإن من الممكن أن تكون حركة للأعضاء أمرا سارا من الناحية البيولوجية. ويتعلم الطفل كيفية تأجيل ذلك السرور من أجل الوصول إلى شعور آخر يضاهيه في المتعة - ألا وهو مكافأة الأبوين. ويبدأ الطفل في اتخاذ القرارات فيما يتعلق بالسرور الذي قد يشعر به الذي من الممكن أن ينتج من السلوك الاجتماعي اللائق. ويقدر الطفل البالغ من العمر عامين التفاعل الاجتماعي مع الأم والأب. ويجب أن تصحب الابتسامات والمديح، من دون مبالغة في الأمر، الجلوس على قعادة الأطفال.

ومن الممكن أن يكون المديح أكثر تمجيذا عندما تنتج حركة الأمعاء، ويجب أن يصحب ذلك أيضا حالة جلوس الطفل من دون التبرز. لا يجب أن تترك طفلك جالسا على قعادة الأطفال إلى حدوث حركة الأمعاء. حيث أن الأطفال يستغرقون بعض الوقت للتعلم وهناك العديد من المرات التي يكون يشعر فيها الطفل بحاجته إلى قضاء حاجته وبالرغم من ذلك لا يؤدي ذلك إلى أي تبول. إن الاستمرار في ذلك من دون حدوث أي تبول أو تبرز سوف يؤدي إلى إحباطك وإحباط طفلك كذلك. وعندما يكون طفلك متعبا من الجلوس فهذا يكفي.

وفي العموم يعتبر العام الثاني لطفل فترة النزعة إلى رفض الأشياء. وسوف يقول أو سوف تقول الطفل من وقت لآخر لا. وبالتالي فإن فترة النزعة إلى الرفض تعتبر مرحلة هامة في عملية تطور الطفل، بالنسبة للطفل الذي يقوم بتطوير شخصيته الخاصة المستقلة من دون أن يكون جزءا من أمه أو من أبوه. إن الدافع في اتجاه

الاستقلال سوف في النهاية يحفز الطفل البالغ من العمر عامين أو عام ونصف أو البالغ من العمر ثلاث أعوام للتحكم في حركات أمعاءه. وبالرغم من ذلك، من الممكن أن يعني الجزء المبكر من ذلك الكفاح أو النضال للاستقلال أن يكون هناك نضال حول من سيقوم بأخذ الدخول إلى الحمام والتبرز. إن ذلك لا يعني الانشغال في معارك حول هذه القضية. إن مكافأة الطفل أو عدم الانشغال بذلك الأمر يعتبر المفتاح. ولن تؤدي العقوبة إلى شيء سوى تركيز معارضة الطفل كما أن ذلك سوف يؤدي إلى زيادة كفاح ومعارضته.

تتركز كثير من اتصالات هذه الفترة النفسية، حول الشك المكتسب حديثاً لعمليتي الإمساك والترك، والعلاقات فيما بين الأشخاص، والرغبات والأشياء التي يمكن تناولها. ويصبح الإمساك أو الترك، كبديل، مشحوناً بالليبدو، وذلك لأنه عادة يتضمن التدخل أو تذكر التدخل، من الأم أو الأب، أن الإمساك أو ترك الشيء القابض عليه باليدين الذي تراه العينين أو الذي يتذوقه بالفم، وأخيراً بالعضلات القابضة تصبح أحداثاً ذات غموض وتناقض وجداني، وذلك لأن مثل هذه الأفعال تتم تحت تأثير صراع الرغبة الداخلي في محاولة تجربة مبادأة الطفل الخاصة. وقد كبر من هذا الصراع كليل بأن يركز على السيطرة على العضلة القابضة، وذلك لأن حسن التحكم في تصريف الفضلات يحمل قدراً كبيراً من الأهمية الثقافية في الدول الغربية. كما أن عملية تصريف الفضلات تتضمن منطقة شبقية جديدة في جسم الطفل، ظلت كامنة حتى هذه المرحلة من نموه. وبالتالي فإن هذه المنطقة الشبقية تصبح ذات صلة بالصراع القائم في نفس الوقت لتحقيق الاستقلال الذاتي. أن أقصى الاهتمام بأن يقوم الطفل بتصريف فضلاته في الوقت والمكان المناسبين يتركز حول موافقة الأم وثقتها في طفلها؛ واعتزازها بأنها تؤدي وظيفتها كما يجب، وإحساس الطفل بالضيق والتوتر ثم بزوال التوتر عندما تصبح عادة التخلص من الفضلات منوالات رتيباً. أن مثل هذه التجارب توفر موضوعاً للبحث واختباراً للمفهوم العام للطفل للانتظام الشخصي وما يقابله من فرض آخرين لهذا التنظيم عليه. أن تدريب الطفل على نظام دورة المياه

يؤدي به إلى زيادة استقلاله الذاتي، كما يؤدي إلى امتثاله لتوجيه الكبار في مجال سلوكي لم يكن حتى ذلك الوقت محظوراً عليه. وفي التربية الاجتماعية التي يعتبر فيها الاهتمام بالتدريب على تنظيم عمل الأمعاء عملاً أساسياً في هذه السن من مرحلة النمو، فإن وحدات سلوكية أخرى يمكن للألم أن تتصرف حيالها مثل تصرفها حيال التدريب على تنظيم عمل الأمعاء. وبالطبع فعندما تصبح منطقة الاهتمام منقولة بالمشاعر، فإن الطفل سينقل معنى هذا الصراع إلى مناطق أخرى في حياته. أنه يميل لمواجهة الأنشطة المتصلة وكأنه يستطيع الاحتفاظ بها، وأنه يستطيع أن يلمسها ويعبث بها، أو كأنه تتطلب الطرد أو الإقصاء أو التنظيف. أن كثيراً من أنشطته تميل للتركيز حول التجميع، والتملك، والتكديس وما يقابله من النبذ، ووضع الأشياء في أماكنها الصحيحة.

وقد سبق أن أشرنا إلى أن قدراً كبيراً من الاعتداد الأول بالذات لدى الطفل، والتخلص من إحساسه الطفولي بأنه قادر على كل شيء، يعتمد على قدرته على الاحتفاظ بتأكيد الثقة في نفسه إلى أن يجد توازنه الأخير في مجال القوة. وفشل هذه القوة، حقيقية كانت أو كامنة، وهي قوة التعبير الذاتي، تصبح ذات دلالة متزايدة الأهمية. أن الطفل يجب أن يتقبل تجربة الإحباط كحقيقة في حياته، وأن ينظر إليها كجزء طبيعي من أحداث حياته، ولا ينظر إليها كتهديد شامل لحياته. ولذلك فإنه من المهم في هذه الفترة أن يدرك الطفل أن المساس باستقلاله الذاتي (كالإحباط مثلاً) في أي ناحية، لا يجعله عاجزاً في باقي النواحي الأخرى.

### تدريب المثانة البولية:

السيطرة على المثانة البولية لها نفس النتائج التنموي الخاص بالسيطرة على الأمعاء، ويأتي بعد السيطرة على الأمعاء في الغالبية العظمى من الأطفال. وعند الولادة، يتبول الأطفال الرضع من خلال المنعكس اللاإرادي عندما تتمدد مثانتهم البولية عند نقطة محددة. وكلما يكبر الأطفال، من الممكن أن يقوموا بالاحتفاظ بكميات أكبر وأكبر من البول.

وببلوغ الشهر الثامن عشر، من الممكن أن يشعر الأطفال عندما يتبولوا. ويتم اكتساب القدرة العضلية للاحتفاظ بالبول وما من بين سن عامين و عام ونصف، وبين ثلاث أعوام و عام ونصف العام . وفي العادة يتعلم الطفل كيفية السيطرة على الأمعاء ثم يتبع ذلك السيطرة على المثانة البولية . ويهتم الكثير من الصغار جدا بالسيطرة على البول وتعلم بسرعة كيفية الاحتفاظ به. إنهم يدرّبون أنفسهم على الاحتفاظ بالبول الخاص بهم لفترات أطول وبالتالي فإنهم لا بد من أن يقضوا المزيد من الوقت في اللعب أو يقوموا بذلك للحصول على المكاسب الاجتماعية أو المكافآت الاجتماعية التي يعرضها الآباء. الطفل والأبوين يعملون معاً لحل المشاكل المتعلقة بنمو الطفل والتي تبعد عن مطالبة المباشرة. ويمتد اهتمامه ببطء إلى موضوعات تتعلق بالثقة الاجتماعية وعدم الثقة، وعلاقته بالمجتمع فيما وراء أسرتي. وعندما يلعب الوالدين مع الطفل، يمكنهما أن يوصلاً تحقيق الذاتية المشترك مع الناس والأفكار والقيم، إلى أبعد من أنفسهم، ويستمر الوالدان في القيام بوظيفة الكبح كلما احتاجت ذات الطفل غير الكاملة أو ذاته العليا غير الناضجة إلى المعاونة أو التحكم.

ويسبب مناداة الأب أو الأم للحصول على المساعدة في الذهاب إلى قعادة الأطفال فإن تلك تعتبر وسيلة مناسبة لجذب الانتباه، ومن الممكن أن يتوقع الآباء عدم تبول الأبناء في مرات. ومن المتوقع أيضاً حدوث حوادث، بسبب أن الطفل في تلك السن من الممكن أن ينشغل بسهولة أو من الممكن أن ينسى دافع التبول.

ويتم تحقيق السيطرة على المثانة البولية في النهار ببلوغ عام الثالثة في 85 % من الأطفال و ببلوغ عمر الرابعة بالنسبة لأكثر من 95 % من الأطفال. وهناك حوادث معتادة تحدث حتى في المدرسة. ومن المضحك أن الأطفال الأكبر عادة ما يعانون من الحوادث المتعلقة بذلك في المدرسة. وسوف يتعلم الأطفال في العادة كيفية السيطرة على الأمعاء بشكل أسرع من أخواتهم الأكبر أو إخوانهم الأكبر سناً للمساعدة في التعبير عما يشعرون به .

علاوة على ذلك فثمة أشخاص ذوو أهمية يحتاج إليهم الأمر في حياة الطفل في تلك الفترة، إذ أن الطفل يستطيع أن يواجه أهدافاً فيما وراء أسرته. وهو يحتاج لأناس آخرين ليتمكن من إجراء التجارب مع بديلات متعددة لسلوكه. ويبدأ الطفل في إدراك الفروق بين معايير الخاصة ومعايير الكبار. أن أبويه يبدوان له كأنه من المسموح لهما أن يفعلوا أشياء لا يسمح له بفعلها. وتتحول المنافسة من التسابق نحو إشباع الاعتمادية إلى تسابق نحو المشاركة الكاملة. ويحل الأخوة الأكبر محل الأخوة الأصغر كمنافسين.

إن الطفل يدخل إلى دائرته الاجتماعية المطردة الاتساع بكل ما حبي به من فضول وحب للمغامرة. أنه يريد أن يعرف كل شيء عن عامله، وهو يلقي تشجيعاً متزايداً بتعاليم مجتمعه في إطار عالمه المتفتح. ومدارس الحضانة ورياض الأطفال والمدارس الأولية هي المؤسسات الاجتماعية الكبرى، التي تبين للطفل-علاوة على المنزل والكنيسة-مدى المبادأة المناسب له في هذه الفترة من حياته. ويعتبر تدرج الفضول والعدوانية المسموح بها في مجال السن والجنس والواجبات الاجتماعية، تعتبر وسائل ثقافية تساعد الفرد، مثالياً، على إنماء أحسن مزاياه في إطار ثقافته.

## بلل الفراش

إن الجفاف في وقت الليل يستغرق وقت أطول ليتحقق. ويستمر ما يقرب من 20 % من الأطفال البالغين من العمر خمس سنوات و أكثر من 10 % من الأطفال البالغين من العمر ستة أعوام في تبليل الفراش من وقت لآخر. وعلى العكس من ذلك، هناك بعض الأطفال البالغين من العمر ثلاث سنوات، الذين يتبولون ليلاً إذا تم أخذهم في ساعة متأخرة في تلك الليلة للنتزه، وبالتالي لا بد من توقع حدوث أي حادث من وقت لآخر، ولكن لا بد من تجنب أي نوع من العقوبة. لا بد من أن يرتدي الأطفال الحفاضات طوال الليل إلى أن يكونوا جافين بنسبة 100 %. وتشجع تلك الحفاضات الطفل على أن يطور قدرته أو قدرتها الخاصة للسيطرة.

وإذا ظلت عملية تبليل الفراش مشكلة من بعد سن السادسة، لا بد من استشارة الطبيب أثناء الفحص العام المنتظم. وبسبب السيطرة على المثانة البولية، مثل السيطرة على حركة الأمعاء، ألا وهي تتابع التطور العصبي والعضلي وتطور التعلم والتطور الاجتماعي، وسوف يعمل المعني الطبي المحترف ذو الكفاءة على التحقق من كل تلك المناطق. وسوف تركز أغلب العلاجات على الأوجه الاجتماعية التي تعمل على تغيير ذلك السلوك. وعادة ما يكون من الضروري اللجوء إلى المعالجة. ولا يكون هناك حاجة فعلية إلى الجراحة. وبالتالي من وقت لآخر، يحدث التحسن عندما يقوم الطفل بأخذ قرار أن الفراش الجاف يعتبر أمراً هاماً، على سبيل المثال عند زيارة الصديق أو القريب.

وبالتالي اعتماداً على العقار فإن زيادة فترة الاحتباس البولي من خلال السيطرة العضلية أو تقليل إنتاج البول أو العثور على إنذار ليتم تعديل السلوك من خلال التعزيزات السلبية فإن ذلك يعتبر من المفاهيم المحدودة لظاهرة معقدة. وتتميز تلك الطرق بأن لها دوراً، ولكن تعتبر كذلك جزء فقط من العملية العلاجية التي تتضمن

التسويق بين الجهود التي يبذلها الطفل والآباء والمحترفين المهنيين. ولا يجب شراء الأجهزة التي تم الإعلان عنها على الصفحات الأخيرة من العديد من المجالات.

### الشخصية والسلوك

إن الإحساس بالذاتية وكذلك الإحساس بانتشار الذاتية يمثل استقطاب هذه المرحلة من مراحل النمو. فمن جهة، يوجد نضال نحو تحقيق تكامل الاتجاهات الداخلية والخارجية، ومن الجهة المقابلة، يوجد انتشار يؤدي إلى إحساس بعدم الثبات في وسط مطالب داخلية وخارجية مركبة. والاستقطاب يجب حله داخل نطاق المراهقة إذا نحن أردنا تجنب الاضطرابات الانتقالية أو الدائمة في مرحلة الرشد. أن يقين الفرد بمكانه في الحاضر وفي المستقبل يؤكد له ثقته الفورية وتقدمه إلى ما بعد المستويات السابقة للنمو. كما في الأغنية القديمة: "لست ما كان يجب أن أكون، لست ما سأكونه، ولكنني لست ما كنته".

وعندما ينضج الطفل جسماً إلى طور البلوغ، يمر بخطوات سريعة في النمو مصحوبة بتغيرات نفسية وتشريحية هامة. وإذا بثقته السابقة في جسمه وفي سيطرته على وظائفه تتزعزع، ويجب أن يستعيدتها تدريجاً بإعادة تقييم نفسه. وهو يبحث عن الاطمئنان من أقرانه، وهم الآخرون في حالة تغير ويبحثون عن لاستحسان. وكثيراً ما تعمل طقوس البلوغ والتعزيز الديني كغطاء ثقافي لحالة الفرد الجديدة في إطار استمرارية ذاته النامية.

والتغيرات النضجية الكبرى تخل دائماً بالتوازن في تكامل الهو والأنا والأنا العليا، ويتطلب الأمر إدماج قوي نفسي جديد، من أصل الهو عادة؛ أن ما كان في بادئ الأمر في حالة خمود وقتي، أو في حالة دوافع نفسية جسمية متسامية، أصبح الآن يتطلب عناية فائقة من الشاب. أن الرغبة في تحقيق الجنس في شريك من الجنس الآخر لم يعد بالإمكان إبعادها على أساس أنها غير لائقة أو سخيفة، لأن هذه الدوافع في نهاية الأمر مشتقة جسماً من مرحلة بيولوجية متقدمة، هي المرحلة التناسلية.

وعمليات الهو الشديدة تكون متوازنة، جزئياً، بعمليات الأنا العليا المقيدة بالسن والأكثر عمومية غير أن الذات المراهقة هي أساس التي يجب أن تحتوي على الهو في مرحلة ما بعد البلوغ والتي يجب أن توازن الأنا العليا التي استند إليها مؤخراً. أن تكرار الموضوع الأوديبى يجد الشاب في قالب اجتماعي مختلف، لم يعد قاصراً على مركزه الاعتمادي داخل الأسرة. علاوة على ذلك، فإن عمليات ذاته لم تعد تستصغر بفعل عمليات الهو القوية. والأكثر احتمالاً أنها تكون قد وصلت إلى النقطة التي تساعد فيها الفرد على التفرقة بين حدوده والمشاكل التي يستطيع مواجهتها في حياته اليومية وبين تلك التي يخرج حلها عن نطاق قدرته المباشر. أن الرغبات الأوديبية سوف تلتصق بروابط الشاب المتبقية مع والدته، وهو سوف يبحث عن تعبير جديد أكثر ملائمة في علاقاته خارج محيط الأسرة. هذا، والعلاقة بين الطفل ووالديه علاقة عابرة، لا ترسو إلا في تاريخها المشترك في الماضي وفي توقعاتها المتبادلة بالنسبة لمستقبل الشاب. وبعبارة أخرى، فإن الوالدين لا يدخلان في حياة الشاب السوية إلا بحكم تاريخهما الاجتماعي والنفسي المشترك واعتقادهما المشترك في مستقبله. وفيما عدا ذلك فهما يظلان هما والآخرين ككبار لهم أهميتهم في عيني الشاب.

لا يمكن مناقشة تعقد تطور الشخصية الإنسانية من خلال طبعة مفردة، ولا يتم ذلك من خلال فصل مفرد. ولقد طوع كلا من فرويد وياجيه واريكسون وسيرس وماكوس والمئات من العلماء الآخرين حياتهم بالكامل والآلاف من الطبقات من أجل العمل على توسيع معرفتك في تلك المساحة. ونعمل على تقديم الإطار العام لتطور الشخصية الذي قد يساعدك في بعض من المشكلات السلوكية الشائعة التي قد تمر بها.

## الطفولة: من الولادة وحتى بلوغ عام واحد من العمر

يولد كل طفل رضيع يولد بمزاج متقلب مفرد. وهناك نظريات تعتبر أن شخصية الطفل تعتمد بشكل تام على العوامل البيئية ولكنها تعتبر غير صحيحة. حيث يعتبر الأطفال الرضع أفراداً من البداية. وبالتالي بعض منهم يصير نشطاً ويبقى في مستوى مرتفع من النشاط خلال حياته وهناك أطفال أخرى تكون قليلة النشاط في البداية عند المولد وتستمر في الاحتفاظ بتلك الصفة الشخصية خلال حياتها.

إن الإحساس بالذاتية يحمل معه السيطرة على مشاكل الطفولة، واستعداداً أصلياً للمواجهة، كند كامن، مع تحديات عالم الكبار. تماماً وكما أن الإحساس بالثقة كان ضرورياً للوليد للخروج إلى تجارب طفولية جديدة، فأن اكتساب الإحساس بالذاتية ضروري لاتخاذ قرارات الكبار، مثل اختيار المهنة أو شريك الحياة. وكان من المناسب أن ركز أريكسون للنمو. وهو يذكرنا بأنه في أيام فرويد قد شاهدنا سوء استخدام الطاقات النفسية الجنسية؛ واليوم نحن نواجه، في كل أنحاء العالم، مسائل تتعلق بالذاتية العرفية، والوطنية، والشخصية، والحرفية ... الخ. أننا نجعل ذلك يحدث ولا نستطيع أن نفصل بين النمو الشخصي والتغيرات المجتمعية، كما لا نستطيع أن نفصل بين أزمة الذاتية في النمو التاريخي وذلك لأن كليهما يساعدان على تحديد كل منهما الآخر، وهما مرتبطان فعلاً ببعضهما البعض. وذلك يتضمن أساساً نوعاً من النسبية النفسية، أن تكوين الذاتية ليس في الوقت الحاضر موضوع نمو؛ كما أنه أصبح موضوعاً اجتماعياً في بلد متغير.

"وعلى ذلك فإن الوعي بالذاتية هو صورة جديدة للشك الأصلي، الذي أهتم به التدريب (السليم) الصادق للكبار وثقة صدق الطفل نفسه-وفي حالة المراهقة، فأن مثل هذا الشك الواعي يختص بثبات وتوفيق المدى الكامل للطفولة، الذي يجب الآن أن نتركه وراءنا"، بينما تتجه الجهود نحو البحث عن مكان دائم. الشباب لا يسأل عما

هو، ولكنه يسأل عن السياق الذي يمكن أن يكون فيه وأن يصبح فيه. أن الذاتية تتوقف على أن يصبح الفرد جزءاً محسوساً يمكن الاعتماد عليه في كل أكبر. ونحن نعرف الآن أن الأطفال الرضع يؤثرون بشدة على سلوك آبائهم تجاههم. حيث يتعلم الطفل النشاط بسرعة كيفية جذب انتباه والديه. وبالتالي يقوم هؤلاء الأطفال النشطين، بمتطلباتهم العديدة، بالعمل على إجبار الآباء على التفاعل معهم بشكل متكرر بدرجة أكبر كما أنهم سوف يقومون بتشجيع آبائهم لتزويدهم ببعض اللعب أو الألعاب. أما عن الأطفال الأهدأ فمن الممكن أن يكونوا في أقصى حالات السعادة بينما يقوم الآباء باحتضانهم أو عندما يقوم الآباء بالنظر إليهم. ويسعد النشاط الهاديء وقلة النشاط هذا النوع من الأطفال وبالتالي عندما يشعر الآباء بتلك السعادة فإنهم يستجيبون بتوفير ذلك المقدار من النشاط لهم والذي يتمتع ذلك النوع من الأطفال إلى أقصى درجة. وفي العادة سوف يقوم الطفل بالتفاعل بشكل مختلف مع كل أب من الأبوين.

وعندما يمر الأطفال الرضع بأوقات هادئة، فإنهم يستمعون أو يتعلمون الروائح أو يحكمون على المسافات ويتطورون من الناحية الفكرية. وأثناء أوقات النشاط يتحركون ويكتشفون أطرافهم ويمارسون تمارين العضلات وتنسيق عملية التطور. ويتعلم الطفل حديث الولادة كيفية الحصول على الطعام. ويولد الأطفال بردود أفعال لا إرادية تمكنه من أن يقوم بالامتصاص بشدة ومن أن يتعرف على موضع حلمة الثدي في الصدر. ولكنهم لا بد من أن يتعلموا كيفية الحصول على اللبن. وبالتالي فإن البكاء في الغالب يساعد على تلك الوظيفة. وبالتالي يؤثر الآباء على سلوك الطفل الرضيع وذلك من خلال تعديل جداول التغذية طبقاً لاهتماماتهم الخاصة. وعادة ما يقوم الأطفال الرضع بتطوير اهتمامهم ببيئاتهم. كما أنهم على الفور يتعلمون أن اللعب من الممكن أن يتم معالجتها من خلال الركل ومن خلال الوصول وبالتالي فإنهم يبدأون في السيطرة على البيئة المحيطة بهم.

وقد يكون الأطفال الرضع مصدر للمشكلات وذلك قبل بلوغ العاميين من العمر. وتعمل أغلب الجامعات في الدراسة التي قامت بها ايميلي سفيوسكي وروبرت شامبرلين على وصف الطفل البالغ من العمر عام ونصف بأنه يهدف إلى جذب الانتباه ودبق وعنيد ومتقلب المزاج، ولا يهدأ ومزعج وعصبي . وتعتبر الثلاث أوصاف الشائعة بالرغم من ذلك، إنه مرح وفضولي و(حبوب).

وخلال الأسابيع الأولى القليلة من الحياة، يصير الأطفال بالفعل اجتماعيين ويبدأوا في الابتسام. يعتبر الابتسام بوضوح عبارة عن تعبير عن المرح. ومن الولادة وحتى بلوغ ستة شهور، سوف يبتسم الأطفال الرضع في العادة لأي سبب وسوف يبتسمون لكل الناس الذين يسعدونهم. وبلوغ ستة شهور من العمر، من الممكن للعديد من الأطفال أن يتعرفوا على وجوه من يقدمون الرعاية لهم بشكل أساسي. أما عن الأوجه التي تختلف عن هؤلاء فقد تؤدي إلى إصابتهم بالتوتر والرعب والصراخ. ومن الممكن ألا يعاني الأطفال الذين تم تربيتهم في منازل مع العديد من الناس من الكثير من القلق.

### البكاء:

يعتبر البكاء نشاط طبيعي لكل الأطفال الرضع كما أنهم يستخدمونه للقيام بالعديد من الوظائف. وفي الطفل الرضيع حديث الولادة، يساعد الصراخ الرئتين على التكيف. ويبكي الأطفال الرضع كرد فعل لاحتياجاتهم عندما يكونوا جائعين أو عندما يكونوا مبتلين أو عندما يكونوا في حالة معاناة من الألم. ذلك البكاء يعتبر طريقة للاتصال بالآباء ويعتبر وسيلة فعالة حيث إنه في المعتاد يؤدي إلى الحصول على ردود الفعل والاستجابات الضرورية - ليعمل الأب على التخفيف من الحاجة. ويكون الآباء قادرين بسرعة على التلاؤم مع الأنواع المختلفة من حالات الصراخ: حيث إن هناك صرخات تشير إلى الجوع أو الألم أو الاضطراب أو الغضب.

ولا تعتبر بعض أنواع البكاء نتيجة لحاجة محددة للطفل الرضيع، بالرغم من ذلك. ولا يكون في هذه الحالة الجوع أو البلل أو الألم هو المسئول. ويكون الطفل الرضيع

في الحقيقة سريع الاهتياج . ولا يؤدي الحمل والاحتضان أو الهددة في العادة إلى التخلص من هذا النوع من البكاء ولا حاجة للآباء للاهتمام بذلك الهرج. ومنذ أكثر من خمسة وأربعين عاما مضت، قام تي بييري بدراسة عن الأطفال الرضع الأصحاء وأوضحت الدراسة انه في الشهور الأولى القليلة من الحياة من المتوقع أن يمر الطفل بساعتين إلى ثلاث ساعات يوميا من الهرج. وعانى بعض الأطفال الرضع من الهياج لمدة بلغت 4 ساعات يوميا. ولقد زاد الصراخ باهتياج بالتدرج، وزادت فترته ببلوغ ستة أسابيع من العمر، ثم قل بعد ذلك. وبلوغ الأشهر الثلاثة إلى الأربعة الأولى كان أغلب الأطفال مهتاجين لفترة تقل عن ساعة واحدة وساعة ونصف في اليوم. ولقد بدت أغلب الصرخات بين الساعة السادسة مساء والساعة العاشرة مساء. ولسوء الحظ، حدث هذا الصراخ في الوقت من اليوم الذي يكون فيه الآباء متعبين والذي كانوا فيه شاعرين بالتوتر بدرجة.

ولقد حدث الصراخ أيضا كنتيجة لخوف الطفل بسبب الصوت المزعج أو الضوضاء المزعجة أو قد يكون ذلك بسبب الحركة المفاجئة. ولقد وجد أن بعض الأطفال الرضع يصرخون كرد فعل للضغط على زر تشغيل الضوء أو إيقافه.

وكلما ينمو الطفل الرضيع ليصير أكبر سنا، تقل عدد المرات التي يصرخ فيها الطفل. ويمكن للأطفال أن يؤخروا حاجتهم إلى الإشباع لفترات أطول وأطول. أما عن الأطفال الرضع الأكبر سنا فمن الممكن بالرغم من ذلك أن يبدأوا في الشعور بافتقاد آبائهم وسوف يصرخون عندما يكونوا بمفردهم. وبلوغ ستة أشهر من العمر، يصير الطفل قادرا على التعرف على والديه وبالتالي يتعرف على غيابه. وبعض الناس تتصح باحتضان الطفل إذا كان يبكي أو إذا كانت تبكي بسبب الوحدة. وهناك آخرين يحذرون من أن احتضان الطفل من بعد البكاء يون لصالحهم جدا. وتحدث بعض التشنجات عندما يستيقظ الطفل في الليل ويكون وحيدا ولا يكون حضور الوالدين . ومن وقت لآخر سوف تساعد الألعاب في سرير الطفل على إراحته. وإذا ظل الأئين

مستمرا، ففي العادة يكون صوت الأب كافيا لتهدئة الطفل. وإذا زادت حدة البكاء وزادت فترة البكاء، فلا بد من احتضان الطفل ولا بد من العمل على إراحته.

وبعد بلوغ عام، يكون البكاء في العادة ناتجا من إحباط الطفل بسبب عدم قدرته على السيطرة على ما حوله أو ما حولها. وذلك بالطبع يعتبر علامة صحية على تطور الشخصية، ولكن من الممكن أن يزعج الأسرة. وقد تتحمل بكاء الطفل بدرجة أفضل إذا فهمته. وكلما يصير الطفل أكبر، يكون سبب البكاء هو العواطف ومما يعين الآباء تعليم الطفل أن يقول إنه غاضب أو أنها غاضبة أو إنهم يشعرون بالإحباط بدلا من التنفيس عن مشاعرهم والتعبير عنها من خلال البكاء. يعتبر الحزن والانفصال أيضا من الأمور المصحوبة من وقت لآخر بالبكاء.

من الممكن أن يكون البكاء علامة على الألم، على الأخص في الأطفال الصغار الذين لا يستطيعون التعبير عن معاناتهم من الصداع أو ألم في المعدة أو ألم في الأذن أو ألم في الزور.

### النوم:

من الممكن أن تكون الأمثلة النموذجية للنوم متعبة بشكل كبير بالنسبة للآباء. وقد يشعر الآباء بالإحباط إذا سمع أو سمعت أن طفل من أطفال الأصدقاء ينام من الثامنة مساء إلى الثامنة صباحا. أو عندما يقرأ في مقال يدعي أن الطفل عند بلوغه ثلاث أو أربعة أو ستة أشهر يجب أن يكون نائما خلال الليل.

وتختلف النماذج المفردة للنوم ومتطلباتها بشكل كبير. إن متوسط مرات النوم للطفل الرضيع يقرب من 16 ساعة يوميا. وبعض الأطفال ينامون فقط 10 ساعات وبنام آخرين 22 ساعة أو 23 ساعة في اليوم. وكلما يكبر الطفل كلما تقل متطلبات النوم بالتدرج. وبلوغ سن عام واحد، ينام الأطفال متوسط 12 ساعة، وفي سن 8 ينام الأطفال متوسط 9 ساعات في اليوم ولكن من الممكن أن ينام الأطفال 6 ساعات أو من الممكن أن تصل ساعات النوم إلى 13 ساعة.

وعادة ما يكون للأطفال الرضع من حديثي الولادة خمسة أو ستة دورات للنوم خلال اليوم. ومع بلوغ العام الأول، ينمو الطفل بسرعة لاحتياجه لغفوة القيلولة في الوقت الذي يبلغ فيه الخامسة من العمر، وعادة ما يختار العديد من البالغين النوم في فترة القيلولة بقدر الإمكان.

سوف يزداد طول دورات النوم للطفل بشكل ملحوظ في العام الأول ولكن يستيقظ عدد كبير من الأطفال في منتصف الليل خلال العامين الأولين من العمر وهناك دراسة من الدراسات التي سجلت أن نوم الأطفال البالغين من العمر تسعة شهور أوضح انه بالرغم من أن ثلثهم قد استيقظ أثناء الليل، أقر فقط 22% من آبائهم الاستيقاظ أثناء الليل. وبالتالي بالنسبة "للنوم إثناء الليل" فإنه يعتبر ظاهرة تتضمن كلا من نوم الأطفال ونوم الآباء. ويعني ذلك في الحقيقة أن يدع الطفل الأم والأب نائمين خلال الليل".

وبالرغم من أن الاستيقاظ بالليل من الممكن أن يؤدي إلى إرهاق الأبوين فإنك قد تجد بعض العزاء في معرفة أن ذلك النموذج يعتبر طبيعياً بالنسبة للأطفال الرضع. وعندما يصيروا أكبر سناً، فإنك يجب ألا تشجعهم على البقاء مستيقظين بسبب عدم وجود الطعام أو بسبب الانتظار أو لأي شكل من أشكال الانتباه، ولكن في الواقع لا بد من الوفاء باحتياجات الأطفال على الفور من أجل تحقيق الراحة والأمن. وكلما يدخل الأطفال إلى عامهم الثاني . وابتداء العادات المنتظمة للاستسلام للنوم فإن ذلك من الممكن أن يؤدي إلى تقليل القلق والتوتر الذي من الممكن أن يعانون منه بسبب الانفصال ومن الممكن أن يسهل من عملية ذهابهم إلى النوم.

ويعتبر استخدام زجاجة الطعام لتسهيل ذهاب الطفل إلى النوم من الأمور ذات المساويء . حيث أن ذلك يؤدي إلى تعريض الأطفال إلى مشكلات أكبر للأسنان والآن بالآذن. ومن الممكن أن تقدم إلى طفلك الغذاء من الزجاجة قبل أن تقوم بوضعه أو بوضعها في السرير ولكن لا بد من أن يقوم الطفل بشرب اللبن وهو في الوضع

القائم ولا يجب أن تجعل اللبن في اتصال مع لسان الطفل لفترة طويلة من الزمن. وبمعنى آخر يجب ألا يذهب الأطفال الصغار إلى النوم بشكل روتيني بعد ذلك مباشرة وذلك لتجنب مشكلات الأسنان. ومن الأفضل أن تقوم بتقديم إلى الطفل شيء انتقالي مثل الدب الدمية بدلا من أن تقوم بتقديم الطعام من الزجاجاة في سبيل توفير الراحة له وبالتالي يستغرق في النوم بسرعة.

وفي نهاية المطاف، من المهم بالنسبة للطفل أن يتعلم كيفية الذهاب في النوم بنفسه. حيث يستيقظ الأغلبية العظمى لعدة مرات أثناء الليل. وإذا كانوا معتادين على الاستغراق في النوم بين ذراعي أحد الأبوين، فإنهم سوف يتوقعون أن يجدوا تلك الأذرع في الثالثة صباحا. ولابد من تطوير العادات المناسبة لطفلك ووضع الطفل في سرير الطفل وهو متيقظ. وبالتالي لابد من أن تقوم بذلك في وقت القيلولة أو في وقت النوم في المساء. وإذا اعترض طفلك، لابد من أن تستمع إلى اعتراضه لمدة 3 دقائق ولابد من أن تقوم بقياس تلك الفترة بالساعة وإلا سوف تشعر بالملل بعد 20 ثانية. ثم قم بالعودة واعمل على راحة طفلك وذلك من خلال صوتك أو بلمسه، طبقا لما تجده مناسباً، ثم غادره لفترة قصيرة بعد ذلك. يمكنك الآن أن تترك المكان لمدة تصل إلى 4 دقيقة. ومن الممكن أن تقوم بتكرار تلك العملية بالتدريج مع زيادة الفترة الزمنية التي تبناها بعيدا عنه. ومن المفاهيم المفضلة أن تقرر في ليلة من الليالي أن تترك طفلك الرضيع يصرخ ويبكي كما يشاء حيث تم التوصل إلى تلك الطريقة واشتهرت من خلال ريتشارد فيرير. ويتعلم أغلب الأطفال كيفية الاستغراق في النوم وذلك باستخدام تلك التقنية ويتم ذلك خلال أسبوع. وسوف تحدث انتكاسة ولابد من أن تقوم بتغيير الروتين الذي تتبعه ولابد من أن تتحمل حالة الإصابة بالمرض والأحداث الأخرى.

**الأطفال الصغار الذين بدأوا في المشي:**

إن الأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي ينتقلون من كونهم معتمدين تماما على آبائهم إلى المحاولة على السيطرة على أنفسهم وعلى الكون المحيط بهم. إنهم يبدأون في استكشاف فريديتهم ويحاولون القيام بتحديد مقدار الطاقة التي يملكونها كأفراد. ويعتبر الأطفال في هذه السن في تلك المرحلة في سن الجرأة والجسارة للاستكشاف. حيث سيقومون بتسلق السلالم لدرجات عالية جدا، وسوف يجرون كثيرا بعيدا كما أنهم سوف يحاولون تناول الأشياء الخطيرة. ولا بد من أن يقوم آباء الأطفال في هذه السن بوضع القيود من دون العمل على زيادة مقدار الحماية الذي يحيطون به الطفل. ولا بد من أن يتعلم الأطفال ما الذي يعتبر عاليا جدا وما هو الساخن جدا وما هو الحاد جدا.

ويعتبر الأطفال سلبيين جدا أثناء تلك الفترة وذلك بسبب التساؤل الزائد للطفل، ويجد الآباء أنفسهم يردون عليهم دوما برد: لا. وبالرغم من ذلك يقود الطفل رغبة حارقة ليتم الاستكشاف وليتم السيطرة على أي فرد يحاول أن يتدخل في تلك الاستكشافات. وبالتالي فإن تكرار الطفل لكلمة لا.. لا...لا...لا بشكل ثابت تعني التأكيد على استقلاليته الخاصة سواء بالنسبة للطفل أو الطفلة. وسوف يقوم الأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي دوما في قول لا وفي نيته تماما القيام بما يطلبه الأبوين. ومرة أخرى، تعتبر تلك هي طريقتهم في التعبير عن المسؤولية. وبالتالي فإن كلمة لا تعني في الحقيقة أن الطفل يقول "لا.. أنا لا أقوم بذلك، وذلك بسبب أنك تريدني أن أقوم به، ولكن سوف أقوم به لأنني اشعر أنني أحبه ويسبب إنني مسئول هنا". وسوف يقوم الآباء بذلك جهدهم من أجل توظيف بعض الدبلوماسية. وكل دبلوماسي يعرف أهمية أن يتم القيام بتخزين المكائد للخصوم. ومن الممكن أن يدع الآباء أطفالهم يقولون لا بينما يتأكدون في نفس الوقت من أنه أو إنها تقوم بالمتوقع منها.

ومثل متلازمة لا، فإن سجية نوبات الغضب في الأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي تعتبر في العادة رد فعل للعالم الذي لا يستطيعون السيطرة عليه. إنها طريقتهم للتعامل مع الآباء الذين يدركون الأمر على أنه تدخل في طريقتهم للتصرف مع الآباء الذين يدركون أفعالهم ويعتبرونها تدخل في استقلاليتهم الخاصة. تعتبر نوبات الغضب علامة على شعور الأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي بالإحباط. ليس فقط بشأن والديهم والعالم من حولهم ولكن أيضا بسبب عدم قدرتهم على التواصل مع الإحباط. وكلما تزداد قدرة الأطفال على التحدث وكلما تزيد قدرتهم على التعبير عن الغضب، يصير تكرار سجية نوبات الغضب أقل بكثير. ومن الممكن أن يكون الأب على أقصى درجة من المساعدة من خلال تشجيع الطفل على التحدث والتعبير عما يشعر به بشكل مباشر بدلا من استخدام نوبات الغضب أو التصرفات الأخرى العدوانية. ومن الممكن تجربة تعليمه كتم نوبات الغضب وعدم ترك الغضب يمتلك منه وبالتالي يصير ذلك تكتيكا ناجحا لطفلك لتحقيق الهدف.

وبالرغم من الخطوات الأولى تجاه الاستقلال، فإن الصغير الذي يبدأ في المشي لا يزال يتطلب كمية كبيرة من اللمسات الحانية الاحتضان. إن تلك التفاعلات تعتبر هامة بالنسبة للطفل في تلك المرحلة السنية ليقوم بتكوين شخصيته.

ليس من السهل أن تكون والدا لطفل يبلغ من العمر عامين. وكذلك لن يكون من السهل أن تكون بالغا من العمر عامين. إن تلك الفترة الزمنية تعمل في العادة على خلق أكبر كمية من القلق بالنسبة للأبوين، ولذلك أطلق عليهما اسم العامين الرهيبيين. إن هذين العامين الرهيبيين من الممكن ألا يبدوا مزعجين جدا إذا أدرك الأبوين ما الذي يحدث فيهما. إن مهمتهما أن يقوموا بمساعدة الطفل الصغير الذي بدأ في المشي في أن يصير مستقلا ويعتمد على نفسه.

إن ذلك لا يتطلب فقط العاطفة الجياشة والمزيد من الصبر بالمقارنة بأي مرحلة سنية أخرى للتطور ولكن ذلك يحتاج إلى الفهم الواضح لما من الممكن أن يمر به الطفل في المقام الأول.

## النوم:

هناك العديد من مشكلات الطفولة التي تعتمد على حقيقة نماذج النوم للطفل والتي تعتبر مختلفة عن تلك الخاصة بالبالغين. وهناك العديد من الآباء الذين سوف يفضلون أن يذهب أطفالهم إلى النوم في السابعة والنصف أو عند الثامنة مساءً وأن يستيقظوا من بعد فترة قصيرة من بعد استيقاظ الأبوين. وتلك الأمانى لا تطابق إلى احتياجات كل الأطفال. حيث إننا نشعر انه من الممكن تجنب بعض مشكلات النوم من خلال التخطيط الحريص. ويذهب الأطفال إلى النوم بشكل أكثر سهولة عندما يكون هناك روتين محدد ومعروف. وإذا كان الطفل قد انهى اليوم بتمارين أو لعبا شديداً، سوف يكون من الصعب له ان يأوي إلى النوم، ولا بد من استدعاء الطفل للنوم حيث أن ذلك سوف يكون مثمرا للغاية. كما يتكون الروتين الجيد يتكون من أخذ الطفل لحمام في وقت النوم وان يتم القيام بغسل أسنانه وان يتم قراءة قصة على مسامع الطفل في السرير. ومن الممكن أن تؤدي تلك الأنشطة إلى تهدئة الأطفال ومن الممكن أن تعطي الوقت الكافي للآباء والأطفال للاستمتاع بعضهما البعض.

يقوم الأطفال الصغار في العادة بأقصى ما عندهم للحفاظ على ضوء ليلي في غرفهم. ومن الممكن أن تتوقع أن يقضي الطفل الصغير الذي يبدأ في المشي بعض الوقت في التحدث أو اللعب من بعد مغادرة الغرفة. ولا يوجد حاجة إلى مقاطعة ذلك النشاط. ومن الممكن أن يبدأ بعض الأطفال في التذمر من بعد أن يغادر الأبوين الغرفة. أما عن الإحساس العام وكذلك عمر الطفل فلا بد من أن تعمل على إملاء طرق استجابتك.

و من الشائع بالنسبة للأطفال أن يستيقظوا بين الخامسة والسادسة صباحاً. أو قد يفضل الأطفال الرضع الأصغر سناً أن يقضوا الوقت في الثرثرة بالسرير واللعب. وفي العموم يندفع الأطفال الصغار الذين بدأوا في المشي إلى غرف آبائهم عند

الاستيقاظ . واعتمادا على الساعة يفضل بعض الآباء بترك الأطفال ينامون معهم في نفس السرير وبالتالي يستطيعوا أن ينعموا بعدد ساعات أكبر من النوم. وتعتمد تلك الطريقة بالكامل على اختيار الأبوين. وفي بعض الأوقات يذهب الطفل البالغ من العمر ثلاثة أو أربعة أعوام ويمر بفترات يحاول فيها الذهاب إلى النوم مع الآباء. وبالرغم من انه لا يوجد ضرر في السماح بذلك النشاط في بعض الأوقات، لا نشجع الآباء على السماح للأطفال بالنوم معهم لفترات طويلة.

### المخاوف:

ويعتبر الخوف والكوابيس السوداء أمرا شائعا جدا لدرجة وجوب احتمال أخذ تلك المشكلات في الاعتبار. والطريقة الفضلى لتجنب الخوف من الظلام هي استخدام الإضاءة الليلية. وتحدث الكوابيس بدرجة أكثر شيوعا في الأطفال في سن ما قبل المدرسة. وفي العموم من الممكن معالجة ذلك من خلال التريبت بحنان لبعض الدقائق مع الطمأنة. ونادرا ما يمر الأطفال ببعض الأشياء التي يطلق عليها الرعب الليلي، والتي تعتبر مختلفة قليلا عن الكوابيس الليلية. يحدث الرعب الليلي في مرحلة مختلفة من النوم ويكون الطفل في حالة هستيرية ولا يمكن أن يشعر بالراحة. وبالتالي فإن حالات الرعب الليلي الباقية تتطلب المساعدة الطبية.

وهناك سبب متكرر لحدوث اضطرابات النوم ألا وهو استخدام العلاجات الطبية. إن ذلك يعتبر صحيحا بشكل خاص مع تناول مضادات الهستامين ومع مضادات الاحتقان والتي من الممكن أن تتدخل في النموذج الاعتيادي لنوم الطفل. وإذا كان الطفل يعاني من مشكلة في النوم وكان يتناول العلاجات بوقت آني، فلا بد من استشارة طبيبك عن المشكلة.

## مص الأصابع واللهايات (السكاته)

وجد الأطفال بحالة مص اللا إرادية وذلك بالنسبة للقبضة والأصابع و حلمة الثدي أو أي شيء آخر قد يأتي على اتصال مع افواههم. ويعتبر المص حالة ضرورية من اجل الإطعام. وبالتالي فإن الطفل على الفور يربط بين المص وبين الشعور بالرضا وبين الأمن. وكلما ينمو الطفل ويصير أكبر عمرا، يكون من الطبيعي ان يقوم بمص الأصابع أو اللهايات أو الأشياء المفضلة. وفي العادة سوف يقوم الطفل بالاحتفاظ بالشئ المفضل في إحدى الأيدي وسوف يقوم بمص إصبع إبهام اليد الأخرى أو سوف يقوم الطفل بمص الإبهام ويقوم بإضافة زاوية البطانية أو أذن دمىة الدب في الفم كذلك.

إن القيام بمص الأشياء وكذلك مص الإبهام، يحدث بشكل أكبر بين سن عام وعامين وعام ونصف. وبالتالي فإن المص يزداد عندما يكون الطفل في حالة من القلق والتوتر أو التعب أو الجوع أو الضغط العصبي. ولا توجد حاجة إلى الاهتمام بتلك الأنشطة. حيث أنها تعتبر طبيعية بشكل تام كما أنها تعبر عن المهارة في إيجاد طريقة للتعامل مع التوتر والقلق.

وهناك كلمات عديدة للتحذير: لا يجب أن تكون الملهيات (البزازة أو السكاته) محلاه وذلك بسبب أن ذلك من الممكن أن يشجع تكوين الفجوات في الأسنان حيث يجب أن تكون الملهيات مصنوعة من المطاط الصلب ويجب أن تكون ذات قمة توضع في الفم أكبر من 1.5 بوصة (4 سم) بالنسبة للقطر من أجل حماية الطفل من الاختناق. وهناك العديد من حالات الموت التي تم إقرارها بسبب الملهيات ذات قمة صغيرة يتم إدخالها في أفواه الأطفال الرضع. ولقد وجد ان بعض الملهيات

الممثلة بالسائل ملوثة بالبكتريا. وبالتالي من الممكن التخلص من أي سلاسل تكون مربوطة إلى الملهيات لىتم تقليل مخاطرة الاختناق.

وسوف ينتهي الأطفال في العموم عن عملية مص الإبهام عند بلوغ سن الخامسة. ولا بد من أن يقوم الآباء بالعثور على أمر آخر أكثر أهمية من مص الأصابع حيث أن ذلك من الممكن أن يؤدي إلى زيادة توتر الطفل وبالتالي سوف يزيد من حاجته أو من حاجتها للملهيات. وبالتالي فإن مص الأصابع بشكل مستمر من بعد سن الخامسة لابد من مناقشته من خلال الزيارة الطبية المستمرة.

### ثورات الغضب:

تعتبر ثورات الغضب شائعة في الأطفال بين سن الخامسة عشر شهر و أربعة سنوات من العمر، وتعتبر ثورات الغضب في الغالب ناتجة بشكل مختلف عندما يكون الاختلاف بين الأب وبين الطفل. أن النموذج الخاص بثورات الغضب يعتبر مألوفاً بالنسبة للعديد من آباء الأطفال الصغار الذين بدأوا على التو في المشي . وعندما يتم طلب من الطفل ان يقوم بشيء ما - أن يقوم بترك اللعبة، أو أن يأتي ليغفو قليلاً - ولكنه يرد بتكرار كلمة لا لعدة مرات . وعندما يدرك الطفل بأنه لن يتم تدليله أو تدليلها تبدأ ثورة الغضب. ومن الممكن أن يكون هناك ركل وصراخ وبكاء وقد يقوم الطفل برمي نفسه على الأرض وأن يقوم بضرب قبضته ومن الممكن أن يبصق. وإذا تم ذلك في وجود أفراد آخرين فإنه من الممكن أن تشعر بالإحراج وسوف ترغب في أن تجعل طفلك يتراجع عن ذلك السلوك. وحتى في المنزل، فإنك سوف ترغب في القيام بالتهرب من طفلك.

والطريقة المناسبة للتصرف مع نوبات الغضب تلك أن يتم تجاهلها بقدر الامكان. ومن الممكن أن يقوم طفلك بالرجوع إلى طبيعته أو أن تعود إلى طبيعتها المعتادة من بعد ثورة الغضب التي مر أو مرت بها. إن معاقبة الطفل بشكل مختصر ثم صمته أو صمته يؤكد على انه سيتم تكرار نوبة الغضب المذكورة. ولا بد من أن تُعلم طفلك

بشكل أساسي أن نوبات الغضب تعتبر فعالة في حصول الطفل على ما يرغبه. مع ملاحظة أن ذلك سوف يؤدي في بعض الأحوال إلى زيادة طول تلك الحالات. إن أفضل طريقة للتعامل مع ثورات الغضب هي محاولة منع حدوثها. ولا بد من فهم مدى تطور شخصية الطفل، ولا بد من التجانس مع قواعد التهذيب والسلوك، ولا بد من إتباع المفهوم العام من أجل التعرف على المتطلبات والقيود المناسبة لطفلك. وكلما ينمو الأطفال، لا بد من أن يقوم الآباء بتعليمهم كيفية التعبير عن مشاعرهم بدلا من استعراضها. ومن الأفضل للطفل أن يقول "إن ذلك يجعلني أشعر بالحزن" أو "أنا محبط" بدلا من أن يقوم بالتعبير عن غضبه بالتصرفات الجسدية بالعنف. كما إنه من الأسهل أيضا بالنسبة للآباء أن يقوموا بالتصرف بشكل عقلاني مع التعبير اللفظي بدلا من التعبير البدني.

### نوبات حبس النفس:

نفس العوامل التي من الممكن أن تؤدي إلى نوبات الغضب أو الصراع أو الإحباط أو الغضب أو التعارض في الرغبات من الممكن أن تؤدي إلى نوبات حبس النفس التي يعاني منها الطفل. من الممكن أيضا أن تحدث نوبات حبس النفس كنتيجة للألم. وتلك النوبات تعتبر شائعة بدرجة كبيرة خلال العام الأول من العمر ولكنها تبدأ بعد شهور قليلة وحتى عمر خمس سنوات.

وفي العادة سوف يقوم الطفل بحبس نفسه أو نفسها في نهاية الصراخ. ومن بعد ثواني قليلة، يصير الطفل أزرق اللون ثم يستريح ويستعيد حالته الأولى. وفي الحالات المتوسطة، سوف يعمل الطفل على زيادة فترة نوبة حبس النفس، ويصير أزرق اللون كما أنه سوف يغيب عن الوعي بشكل مؤقت ويرتخي ويفقد الوعي. وبمجرد أن يفقد الطفل وعيه، سوف يقوم نظام المنعكس اللاإرادي الذي يتحكم في التنفس بسرعة باستعادة عمله وسوف يعود مرة أخرى إلى نموذج التنفس الطبيعي. كما يمكن لجهاز المنعكس اللاإرادي للطفل أن يتغلب على ما يقوم به إثناء ثورات الغضب.

وفي حالات نادرة، فإن نوبة حبس النفس من الممكن أن تؤدي إلى نوبة الصرع. وفي نوبات الصرع التي تنتج لأسباب أخرى، لن يكون من المعتاد أن تأتي نوبة الصراخ والزرقة قبل نوبة الصرع. وفي حالة النوبة الحموية المتعلقة بالحمى (والتي تنتج من الحمى) وكذلك في نوبة الصرع، تتبع الزرقة نوبات الصرع. إن أفضل طريقة لنوبات حبس النفس هي نفس طريقة التعامل مع موجات الغضب والانفعال وهي تجاهل ذلك. وهناك دراسة حديثة أشارت إلى أن بعض الأطفال الذين يقومون بحبس النفس من الممكن أن يعانون من الأنيميا وبالتالي خلال الوقت من الممكن المساعدة بشأن تلك النوبات من خلال استخدام مقويات عنصر الحديد. وبالرغم من أن تلك النوبات تعتبر مخيفة بدرجة كبيرة من الممكن أن يحدث ضرر في حالات نادرة. وبالتالي فإن المشكلة في الغالب تنتهي بشكل مختلف ببلوغ سن الخامسة. ومن بعد ذلك تكون في العادة نوبات حبس النفس نتيجة للمسابقات التي تتم بين زملاء.

### سنوات ما قبل المدرسة :

في السنوات التي يقضيها الطفل قبل المدرسة، من المحتمل أن يشهد أهم تطور له أو لها حيث يكون أول تطور ملحوظ له في تلك السنوات هو اللغة. حيث يتطور الطفل في سنوات قليلة من استخدام العبارات المكونة من كلمات إلى قدرته على قص الحكايات ووصف الخيالات . ويبدأ الطفل في استيعاب مفاهيم مثل الحجم والأرقام والتوجيهات في الفضاء وفي الزمن .

ويتعلم الأطفال مهارات الحركة الرقيقة ومفاهيم أخرى من خلال اللعب. وفي الأعمار الأولى التي يقضيها الطفل قبل المدرسة غالبا ما يلعب الطفل/ الأطفال بشكل مستقل ويستكشفون ألعابهم بأنفسهم. ولن يتفاعلوا في حالة تركهم مع أطفال آخرين. وكلما يصير الأطفال أكبر سنا، يبدأون في اللعب حيث إن ذلك يعتبر طريقة جيدة لتفريغ طاقات الأطفال خاصة البالغين منهم ثلاثة أو أربعة سنوات ممن يبدو أن لديهم

طاقة كافية لجعلهم يجرون لمدة 36 ساعة يوميا وبالتالي يأتي اللعب كوسيلة لتفريغ طاقاتهم مع إزعاج أقل للوالدين .

وفي تلك المرحلة السنية تشيع القصص والشخصيات الخيالية ولا يعتبر الخيال في هذه الحالة كذبا ولكنه وسيلة للتعلم. وفي تلك المرحلة التي تسبق المدرسة وفي السنوات الأولى من المدرسة يلجأ الأطفال أيضا إلى الكذب. وليس من الضروري أن يفعل الطفل ذلك بهدف الخداع ولكنه يجد صعوبة في إيجاد حد فاصل بين الواقع والخيال .

كما يمر الأطفال في المرحلة التي تسبق المدرسة بالمزيد من التطور العاطفي ومن الممكن أن يقوم الآباء بخدمة أبناءهم خدمة عظيمة بالبدء في تعليمهم كيفية مناقشة مشاعرهم والتعبير عنها. وفي سن ثلاث وأربع سنوات يصيرون في بعض الأوقات قادرين على التعبير عن مشاعرهم لآباءهم سواء كان ذلك بالغضب أو بالحزن أو بالغضب . وعندما يصير الأطفال قادرين على التحدث عن تلك المشاعر يسهل على الآباء أن يقوموا بمساعدتهم أثناء الأوقات الصعبة من اليوم. ومن الممكن أن تؤدي عدم القدرة على معرفة مشاعر الفرد إلى مشكلات في مراحل مؤخرة من الحياة. لذلك فنحن نشجع الآباء على مساعدة أطفالهم في التعبير عن مشاعرهم. وهناك العديد من الأطفال ممن يذهبون إلى مراكز رعاية الطفل أو الحضانات في تلك السن. وتساعد تلك الأنشطة على اكتساب الوعي الاجتماعي والمساعدة في الأنشطة المدرسية الرسمية. وحتى الأطفال الذين لا يذهبون إلى الحضانة أو إلى مراكز رعاية الطفل نهارا فيسمعون الكثير عن المدرسة من الأطفال الآخرين من أقرانهم أو من أخواتهم الأكبر. لذلك يكون أغلب الأطفال جاهزين اجتماعيا في الوقت الذي يدخلون فيه المدرسة .

فترة الانتباه القصير :

زيادة النشاط: تكون هناك العديد من تقلبات المزاج المختلفة طالما أن هناك أطفال. ومن الممكن أن يكون لبعض الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة حالات من

تقلب المزاج ومن الممكن أن يعتبرها الآباء أمرا هينا. إنهم دوما اجتماعيين وحنونين ويتفاعلون مع المواقف الجديدة التي تواجههم بفضول وعادة ما يعتبروا معتدلي المزاج وغيرهم من الممكن أن يكون خجولا. أو من الممكن اعتبار تلك الصفات ضرا من العند. وقد يصعب على الأطفال اللجوء للراحة أو أن يكونوا حادين بفطرتهم .

ويبدو بعض الأطفال أنهم غير قادرين على التركيز على أي نشاط لفترة لا تزيد عن دقائق. وينتقل هؤلاء الأطفال من نشاط إلى آخر، بالكاد مع اخذ الوقت الكافي لالتقاط أنفاسهم ويبدو أن بعض الأطفال يملكون طاقة لا حدود لها حيث يكونوا في حالة حركة مستمرة ويلاحظ أنهم كثيري الحركة. إن قدرة الطفل على التركيز تعتبر عملية تطور تدريجية وتزداد تلك القدرة مع التقدم في السن. وبالرغم من ذلك، إذا لم يكن الطفل قادرا على الانتباه لفترة 20-25 دقيقة على الأقل من بلوغ سن الخامسة، من الممكن أن تكون تلك الفترة المختصرة جدا للتركيز محبطة للآباء وبالتالي يواجه الطفل أيضا صعوبات في الحضانة .

ويجد العديد من الأطفال أن الأمر يبدو مطمئنا عندما يعرفون أن أطفالهم الصغار الذين بدأوا على التو في المشي وأبناءهم الصغار قبل دخول المدرسة وأبنائهم في السنوات الأولى من المدرسة سوف يطورون قدرتهم على الارتكاز وتركيز الانتباه ومن الممكن أن تتدخل فترة التركيز القصيرة في الأطفال الأكبر بشكل خطير في كلا من الإنجاز الأكاديمي والاجتماعي في المدرسة . ولهؤلاء الأطفال ننصح بالتقييم الرسمي بمجرد ظهور تلك المشكلة. أما عن زيادة الحركة في الأطفال الأصغر، من الممكن أن تساعد بعض التقنيات مثل :

-لا تلوم نفسك. يولد الأطفال بدرجات مختلفة من الحساسية البالغة وتقلب المزاج ويعتبر الطفل النشط جدا من العديدين المختلفين. وفي الحقيقة فإن هذا الطراز المتقلب المزاج يناسب العديد من الصفات وأنواع عديدة من الحيوانات العملية .

-تذكر أهمية كل الأنظمة الروتينية لكل الأطفال كما أنها تعتبر ذات أهمية أكبر للأطفال الذين يعانون من فترات التركيز القصيرة .

-وبكل وسيلة ممكنة لابد أن يقوموا بإتباع مرشدهم ومن الممكن السماح بعرض  
وفرة من الأنشطة لتفريغ الطاقات. ويبدو أن هؤلاء الأطفال يملكون طاقة لا حدود  
ويتصرفون كما لو كانوا قد خلقوا خصيصا لبذل النشاط البدني. وبالرغم من ذلك هناك  
العديد منهم ممن يعاونون من صعوبات في الانتقال من أحد تلك الأنشطة إلى آخر.  
وعادة ما يملك الأطفال صعوبة في الانتقال من احد أنواع الأنشطة إلى نوع آخر.  
لذلك لابد من التأكد من تجنب بذل هؤلاء الأطفال النشاط البدني المجهد قبل الذهاب  
إلى النوم .

-ويكون هناك فترات يمر بها هؤلاء الأطفال إثناء اليوم عندما يكونوا في روضة  
الأطفال أو في منطقة هادئة ويتم تقديم العديد من الخيارات لهم حيث قد يكون ذلك  
مفيدا. إنهم يجدون دوما صعوبة في التركيز على احد الأمور في وقت واحد ولكنهم  
ينتقلون من مهمة إلى أخرى في بيئة غير منظمة ومن الممكن أن يؤدي ذلك إلى  
شعورك بالإرهاك المفرط. وهناك العديد من هؤلاء الأطفال الذين يطلبون الذهاب  
وقضاء الوقت في روضة المدرسة عندما يكونوا على وشك الشعور بالإرهاك والإجهاد  
المفرط. ولا يعتبر الوقت المخصص للراحة في روضة المدرسة جيدا فقط للأطفال  
ولكنه أيضا يسمح ببعض الوقت ليتم إنجاز المهام الضرورية لك . ومن الممكن أن  
يفرغ الأطفال طاقاتهم من خلال الاستعانة آبائهم .

وكما هو الحال مع كل الأطفال فهذا النوع من الأطفال يكون في حاجة إلى  
وضع القيود ولابد من فرض قواعد تهذيب السلوك بشكل صارم و بطريقة متجانسة.  
ولابد من أن نتذكر أنه حتى مع ارتفاع مستويات النشاط والطاقة يبدو هؤلاء الأطفال  
كما لو كانوا أكثر عرضة للتورط في المشكلات بالمقارنة بزملائهم. ولابد من مواجهة  
السلوك السلبي على الفور باستخدام لهجة صارمة عند التحدث ولابد من تجنب  
العقاب البدني. كما لابد لطفلك من أن يعرف أن هناك سلوكيات محددة غير مقبولة .  
ومن بعد حمل تلك الرسالة يكون من المهم أن تقوم بطمأنة طفلك ومن أنك لا تزال

تحبه ولكنك لن تغفر له أبدا أي هفوة أو أي عضة أو أي جري أو أي ركلة أو أي إلقاء للقاذورات أو غير ذلك.

استخدام الفطرة السليمة لاختيار المواقف الاجتماعية التي تدخلها مع طفلك فمن الممكن أن يقوم بعض الآباء بذلك من خلال تناول عشاء هاديء في مطعم رومانسي مع طفلهم البالغ من العمر ثلاث سنوات. بالرغم من أننا غير متأكدين من رغبة الأطفال في ذلك حقا. وسوف يعتبر الطفل البالغ من العمر ثلاث سنوات الكثير الحركة أن ليلة مثل هذه تعتبر ليلة بائسة. وسيفضل هذا النوع من الأطفال مطاعم الوجبات السريعة المحتوية على مساحات واسعة لممارسة اللعب. وتعتبر الأسواق الكبرى من مناطق المخاطرة الكبيرة. حيث يري الطفل فيها الكثير من العوامل الحافزة بينما انك تحاول التركيز على التسوق. ونحن بالطبع لا نقترح عليك أن تقوم بعزل طفلك اجتماعيا ولكن فقط خذ في الاعتبار الوقت الذي تصحب فيه طفلك والذي يسوف يكون قادرا فيه على التعامل في المواقف المحفزة بدرجة كبيرة .

قم بقضاء الوقت مع طفلك على انفراد وقم بإنجاز مهام مثل القراءة أو حكاية القصص المسلية. ومن المهم أيضا أن تخصص وقت كافي لطفلك بعيدا عن الأشقاء الآخرين الذين يميلون لإثارة الأخوة والأخوات الأصغر منهم سنا.

## السنوات الأولى من المدرسة

### الأطفال من عمر ستة سنوات إلى أحد عشر عاما

أثناء سنوات المدرسة ينتقل الأطفال من كونهم مجرد أعضاء في العائلة ليصبحوا أيضا أعضاء في العائلة والمجتمع ويصير المعلمين رموزا ونماذج هامة جدا في حياة الطفل، ولكن يظل رفيق اللعب هو أكثر الأفراد التي تؤثر على حياة الطفل في المجتمع المحيط به أو بها.

#### الصدقات:

إنها فترة الألعاب المنظمة التي تميل إلى التركيز على التنافس والتعاون. وعادة ما تركز مراجع علم النفس على تميز تلك الفترة بتطابق النوع حيث يفضل الأطفال في عمر الثامنة وحتى عمر الحادية عشر ان يتم مصاحبة الرفاق من نفس النوع. ومع الصفات وميول المجتمع إلى الانشطار إلى شطرين ووجود اختلاف بين ادوار الصبي والفتاة، فإننا نتوقع أن يقل بعض الاستقطاب وحقا يختلف أمر الفصل بين الأولاد والبنات بشكل كبير ويعتمد على اللحظة. على سبيل المثال من الممكن أن تتطلب ألعاب الكرة أن يكون هناك مشاركة بين الأولاد والبنات لوصول لاستكمال العدد الكافي من اللاعبين والمعدات الضرورية وبالتالي هناك بعض الحالات حيث يشترك كلا من النوعين في المهام أو الأنشطة التي يقوموا بها. وهناك العديد من بطولات الدوري لكرة قدم للشباب التي تقدم الآن ثلاث أقسام وهي بطولات البنات وبطولات الأولاد والبطولات المشتركة. وحتى في كل مدرسة البنات أو الأولاد من الممكن أن يتعلم الطفل كلا من القيمة ووسائل التعاون مع الأفراد من الجنس الآخر من خلال القيام بمشروعات هادفة ذات قيمة.

وبسبب أهمية الأصدقاء في تلك المرحلة السنية لابد من أن يهتم الآباء باحتياجات الأطفال إذا خططوا للانتقال. فمثلا الوعد بمنزل أكبر وغرفة لكل فرد بذاته

أو حتى الوعد بحمام سباحة فلا يعتبر أمرا جذابا بالمقارنة بفقد الأصدقاء. ولحسن الحظ يستطيع الأطفال إقامة الصداقات وعمل صداقات جديدة بسرعة وبسهولة نسبية ولكن لابد من وجود دعم من الآباء أثناء ذلك الانتقال .

### قواعد علم الأخلاق:

يقوم الأطفال في سنوات المدرسة الأولى بتطوير قواعد العدالة الذاتية. ويبدأ الحكم الأخلاقي عند بلوغ سن السادسة أو السابعة وعندما يبدأ الأطفال في النظر إلى الظروف المحيطة بهم لابد من إقرار ما إذا كان ذلك الحدث صحيحا أو خاطئا. ويتعلم الأطفال البالغين من العمر السابعة أو الثامنة قواعد علم الأخلاق بشكل أساسي من آباءهم والبالغين ممن يراهم الطفل في العالم المحيط به. ويبدأ الأطفال في سن الثامنة والثانية عشرة في التحدث بدرجة أكبر مع الأصدقاء ويشكلون قوانينهم الخاصة بالعدالة.

وتعتبر السرقة مشكلة تواجه الأطفال من وقت لآخر في تلك المرحلة السنية. وتعتبر بعض حالات السرقة وسيلة مناسبة يقوم الطفل من خلالها باختيار الحدود والقيود المناسبة. وعادة ما يشعر الأطفال الذين يمارسون السرقة في تلك السن بالذنب. ومن وقت لآخر قد يقوم الأطفال بارتكاب السرقة كمجموعه أو من الممكن إجبارهم على السرقة عن عمد. حيث يتم تلقينهم وتحريضهم للقيام بذلك. وبالرغم من أن تعريف تلك القيود التي يفرضها المجتمع على الأطفال لابد من أن يقوم به الأبوبين إلا أنهم لا يجب أن يبالغوا في الأمر لأن ارتكاب الطفل للسرقة يعني الوصول إلى درجة عميقة من الإحباط ولكنه لا يزال نذيرا في العادة للبدء في حياة الجريمة. ولكن دع طفلك يعلم ولقنه بصرامة أن ذلك السلوك غير مقبول مع مراعاة غمرة بالحب أثناء ذلك.

وعند السرقة يقول الطفل "هل السرقة أمرا خاطئا بالفعل". إن ذلك دوما ما يقوله المجتمع ولكن هل هذا صحيح بالفعل؟ وكيف ترى ذلك الأمر؟ كما أن الطريقة الوحيدة لأعرف ما إذا كان ذلك الأمر صحيحا أم لا هي أن أجره بنفسه. إن قدرة

الطفل على التساؤل عن قيم المجتمع تعتبر أمرا هاما. ويعتبر الحق في التساؤل من الأمور الجيدة التي يجب تشجيع الأطفال عليها. وقد يكون التفاعل الناضج لاكتشاف السرقة التي يقوم بها طفلك أمرا جيدا لجعله يتعلم وكذلك بالنسبة لك. لأن ذلك يسمح لك بوضع قيود السلوك المقبولة وقد يساعد ذلك على تعليم طفلك العلاقات بين التصرفات ونتائج التصرفات التي تترتب من ارتكابها.

### التطور في المدرسة.

سوف يؤدي الذهاب إلى المدرسة إلى تحقيق العديد من الأشياء لأطفالنا. في المدرسة يكتسب الأطفال المهارات الأكاديمية ويتعلمون طبيعة الكون. وبجانب المعرفة تساعد المدارس على تحسين تقدير الطفل وتعليمه قوانين السلوك والقدرة على التصرف في المجتمع.

ويكتشف الأطفال كيفية العمل مع الآخرين ويبدأ في تقدير ما سيتم اكتسابه منهم ليكون قادرا على مواجهة المجتمع الأكبر. وفي العادة وعلى الأخص في الفصول الكبرى. لا يحصل الأطفال على الاهتمام الكافي من المدرسين. وبالإضافة إلى ذلك عندما يتعامل الطفل مع 30 طالب فإنه يحتفظ بمقدار كبير من الترتيب والانتظام. ومن الممكن أن تكون تلك البيئة ضارة بطفلك حيث تمنعه أو تمنعها من التفكير أو التصرف بشكل مختلف. وقد يؤدي الجمود إلى خنق الإبداع. ويتطلب الأطفال جو يساعدهم على تحسين العملية التعليمية في نفس الوقت. ويشجع ذلك على تطوير كل طفل بشكل منفرد فريد. ولابد من أن يتعلم الأطفال كيفية الجمع بين التنافس والتعاون والإبداع ولابد من أن يفهم الآباء برنامج المدرسة ولابد من أن يقوموا بالتكامل معه. وبالتالي يصير الطفل مجهزا لمواجهة العالم الأكبر المحيط به.

وكما يملك الأطفال قدرات وطرز مختلفة للتعلم تهتم أغلب المدارس بتعليم طلاب المستوي المتوسط من الأطفال والأطفال الأقل من المستوي المتوسط وقد يسقطون على جانب الطريق وبالتالي عند ظهور أول علامات تدل على ظهور المشكلات

اجلس مع الطفل وعند استمرار المشكلة لابد من أن تقر أن الطفل يجب أن يتلقى التقييم لتقوم بتعليمه بشكل مناسب ولا بد من أن يتم التأكد من أن الخطة التعليمية مناسبة وملائمة.

**المراهقين بدءاً من بلوغ عام الثانية عشر وما بعد ذلك :**

تعليق رجل والد لطفلين: عندما تكون والد لطفلين سيبدو الأمر كما لو كنت تقوم بتوجيه عجلة سفينة حربية من زورق!

تعليق فتاة في سن الثالثة عشر: إن الشعور يبدو مختلفاً حيث أنك عندما تبلغ من العمر اثني عشر عام فإنك تشعر بأنك محاصر بداخل الثانية عشر إلى أن تصل إلى سن الثالثة عشر، ثم تشعر بأنك محاصر في سن الثالثة عشر أيضاً .

تعليق ولد يبلغ سن السابعة عشر من العمر: إن أفضل شيء بالنسبة لي هو المدرسة الثانوية وكذلك أسوأ شيء لي في تلك المرحلة هو المدرسة الثانوية.

**التوقعات :**

إن المشكلة مع شباب اليوم هي..... كم عدد مرات تكرار سماع التعبيرات وعدد مرات تكرار سماع نفس الأكلشييات المتعبة. إنهم غير مسئولين ومهووسين بالمخدرات والفتيات والسيارات . إنهم لا يحترمون أحد أبداً. ولقد عانى المراهقين من تعميمات لا حصر لها. وبالنظر إلى المراهقين ككل وتوقع صدور السلوكيات المنحرفة التي قد تصدر منهم وتجاهل ذلك بإعطائهم حريتهم كأفراد خوفاً وارتقاباً مما يمكن أن يرتكبونه. وعند ارتكاب أحد تلك السلوكيات المنحرفة المذكورة في هذه الحالة ينكس الجميع رأسه بدراية ويغذي معتقداته بالإضرار.

**الشخصية والسلوك:**

من المثير الأخذ في الاعتبار كيفية تصوير الإعلام للمراهقين، على سبيل المثال في فترة الخمسينات أشار الإعلام إلى المراهقين على أنهم مجموعة من المتمردين الصغار الغاضبين. ولقد قام كلا من مارلين براندو في "الهمجي" وأيضاً جيمس دين

في المتمرد "الثائر" من دون قصد بزيادة شهرة المراهقين من خلال الأدوار التي عملت على تصوير الصغار في حالة خلاف مع العالم. وعندما ينمو الصغار في العالم ويصيروا قادرين على السيطرة على الإعلام يبدأون في التعبير عن أفكارهم، على سبيل المثال المراهقين الذين نمو وكبروا ليصيروا رجال ونساء مسئولة واستطاعوا بالفعل في فترة السبعينيات السيطرة على الإعلام والذين صوروا المراهقين من خلال الأعمال مثل "زحام الجاكيت الأسود الجلدي"، ومثل "فونز" في (الأيام السعيدة)، حيث قاموا بتمثيل المراهقين على أنهم مؤدبين وتم إعدادهم بشكل جيد بالإضافة إلى وصفهم كأبطال فائقين يدعون للاحترام. بينما استهجن الآباء في مرحلة الستينات الكلمات و القواعد القديمة للعصور السابقة والمراحل الزمنية التي سبقتهم، ويرتب الآباء الآن لاصطحاب أبنائهم إلى الحفلات الموسيقية الكلاسيكية. إن الأيام القديمة الجميلة التي نشعر أنها كانت جميلة بالفعل في الماضي من الممكن أن تكون مرعبة بالنسبة لمن عاشوها في ذلك الوقت قديما.

وهناك دراسات على المراهقين أشارت إلى مجموعة مختلفة من الحقائق المثيرة. فيملك أغلب المراهقين مجموعة من السلوكيات والقيم التي تنعكس عن قرب على مجتمعا ككل وتعتبر اتجاهاتهم السياسية في العادة تابعة لأبائهم. وتوافق الأغلبية العظمى من المراهقين على سلوكيات آبائهم تجاه قواعد الانضباط والسلوك، حتى بالرغم من أنهم لا يستمتعون بالخضوع إلى تلك القواعد السلوكية للانضباط والسلوك. ويشعر أغلب المراهقين أن آبائهم قادرين على فهمهم كما يشعرون أن التواصل مع والديهم يعتبر مفتوحا.

وبالطبع هناك مجال واسع هنا بسبب أن هناك العديد من المراهقين المختلفين مع آبائهم في وجهة النظر. ومن غير المتوقع أن تجد أحد الأفراد متفقا مع أبويه أو زوجه أو صديقة طوال الوقت. ويؤدي عدم الاتفاق إلى حدوث التوتر، وبسبب طبيعة تلك الأحاسيس الغير سارة فإنها تظل دوما في ذاكرة الناس. ومن الممكن أن تنسى الآلاف من التصرفات في أعقاب المناقشة الساخنة.

## الاستقلال

إن فترة المراهقة تعتبر فترة صعبة بسبب وجود العديد من المهام المعقدة التي تكون مطلوبة من الصغار ومن آبائهم. ويقوم المراهق أو المراهقة بتعريف هويته أو هويتها مع التقديم السريع في اتجاه الاستقلال النفسي والاقتصادي والقانوني. ويتم الآن تحقيق الاستقلال القانوني في سن مبكرة عما قبل. وتعتبر الغالبية العظمى من الناس بلوغ السن القانونية عند سن الحادية والعشرين من العادات القديمة المنتهية. وصار الاستقلال القانوني حالياً يتم ببلوغ سن الثامنة عشر. ويقول الكثيرون إن الأطفال يصلون إلى السن المناسب للقدرة على الحصول على أغلب اختيارات الرعاية الصحية في سن صغيرة وتسمح كل الدول للمراهقين الأصغر من 18 عام أن يوافقوا على الاهتمام بحالات طبية محددة والقيام بالاختيار بشأن الرعاية الصحي التي يتم تقديمها لهم.

الاستقلال الاقتصادي: يتطلب من الشباب أن يقوموا بالتخطيط للمستقبل. وتتطور تلك القدرة في سن المراهقة. ويتضمن ذلك التخطيط وتقييم المهام التعليمية التي لا بد من أن يقوم الفرد بتحقيقها للوصول إلى الأهداف الاقتصادية. ولا يملك كل المراهقين أهدافاً قاطعة. ولا يطور بعضهم تلك الأهداف حتى بلوغ سن العشرينات. وقد تؤدي التطلعات الغير واضحة أو الغير واقعية إلى احباطات يعاني منها الفرد طوال عمره. يقوم الآباء بتقديم الدعم ولكن لا يمكن تقييد أو تحديد عملية إخبار المراهقين بما يجب أن يقوموا به. يعتبر النضج من الأمور المعقدة كما أنه يتم الوصول إليه عند أعمار مختلفة في الأفراد.

ولابد من أن تقوم بتشجيع طفلك للتعرف على اختيارات الحياة العملية المتاحة أمامه بشكل جاد. وهناك خطط للعمل مع الدراسة والتي تعتبر متاحة في العديد من المجتمعات. وتعتبر الاستشارة المهنية أمراً هاماً للعديد من المراهقين .

## الاستقلال النفسي:

يعتبر أهم وأصعب جزء من المراهقة. حيث إنه في تلك الفترة يكون الأفراد تفكيراً مجرداً كما أنهم يبدأون في بناء إطار العمل النظري الذي سيعيشون طبقاً له. ويتضمن ذلك تطوير وسيلة للتعامل مع القيم المختلفة للمجتمع وكذلك القيم الأخلاقية والسلوكية لحياة المراهق الشخصية. وخلال تلك الفترة يبدأ الأطفال لأول مرة في هذه المرحلة في التعرف على المنطقة الرمادية حيث يبدأون اكتشاف أن هناك منطقة رمادية تقع بين الأبيض والأسود. والتي لا بد لنا جميعاً من التعامل معها وذلك اسماً يؤدي إلى إزعاج الاكتشاف. وهناك تناقضات مثل الحروب والتلوث والتقييد والاستغلال والفروق الطبقيّة والتي تعتبر أموراً يصعب على كل فرد قبولها. والأصعب أن يكون الطفل ممن تم تدريبهم على أيدي آباء أو مدرسين يؤمنون بالحب والسلام والأخوة والإنسانية والمساواة. كيف تعمل التعاليم النموذجية للآباء والمعلمين على قياس حقيقة ذلك العالم. ويصير من الصعب جداً اعلي الصغار أن يقرروا بشأن تلك التناقضات.

من الممكن أن يتأكد المراهق أنه لا بد من أن يبتعد أو ينفصل عن آباءه بالرغم من أن هناك الكثير من المراهقين الذين يتحدثون بحماسة عن هجر المنزل وهذا يمثل مصدر كبير للقلق. وفي نفس الوقت يقوم المراهقين بتطوير نظام للتقييم الذاتي وأنظمة قيمهم الذاتية الشخصية. وتؤثر كيفية تطويرهم على علاقتهم بالآخرين. وللصداقة دوراً هاماً في ذلك ويصير من الصعب جداً الافتراق عن أعز الأصدقاء في فترات المراهقة الأولى.

وفي سن المراهقة لا بد من تعليم الأطفال كيفية إقامة علاقات شخصية وتعتبر العلاقة بالجنس الآخر من الأمور التي لا يجب إنكارها. إنهم يتعلمون ويكتسبون الخبرات وتلك المرحلة تؤثر على تصرفاتهم التي تتوافق مع قيمهم الخاصة التي يكتسبونها في تلك المرحلة. لذلك، في تلك المرحلة يحتاج المراهقين إلى الدعم من أبويهم حتى لا يتعرضوا لأي انحرافات سلوكية وأحياناً يكونوا في حاجة إلى الدعم من

مهنيين متخصصين من أجل إيجاد الطريق المناسب المثالي لهم وللتعامل معهم. ولا بد من مراعاة وإتباع المراهقين في تلك المرحلة حيث أن هناك العديد من الانحرافات السلوكية التي تتم بالنسبة للعلاقة بالجنس الآخر وبالتالي لابد من دعمهم حتى لا يرتكبوا تلك الانحرافات السلوكية. ويكون المراهقين في حاجة إلى الدعم من الآباء وفي بعض الأحيان يكونوا في حاجة إلى الدعم من مهنيين محترفين في هذا المجال من أجل إيجاد أفضل طريق مناسب لهم. وهناك برامج جيدة للتعليم الجنسي والتي تعمل على التركيز على أهمية الاختيار الناضج وكذلك آليات منع الحمل.

وعادة ما يكون للأغلبية العظمى من المراهقين النشطين جنسيا رفيق واحد فقط يمارسون معه الجنس. ويبدو مستوي الاختلاط بين المراهقين فعليا أقل من مستوى الاختلاط بين البالغين.

### اختيار الرعاية الصحية:

هناك طريقة تعتبر من أفضل الطرق لمساعدة المراهقين ألا وهي تشجيعهم على اختيار خيارات الرعاية الصحية لأنفسهم. إننا نشعر أن أفضل طريقة هي التأكيد على أنهم يتمتعون بالصحة الجيدة وذلك من خلال حياة الفرد حيث لابد من ان يتم تعلم كيفية اتخاذ القرار المسئول. وعادة ما يعمل المراهقين على اختيار أطباء الأطفال وأطباء العائلة كما يقوم آبائهم باختيارهم. ولكن ذلك من الممكن أن يؤدي إلى إفقادهم القدرة على الوصول إلى السلوك الطبي الواعي. وبالإضافة إلى ذلك، من الممكن أن يكون المراهقين مهتمين بخصوصيتهم و بسرية أمورهم. وبالرغم من أن هناك عدد قليل من الأطباء من الممكن أن ينتهك خصوصية المراهقين، فإن الخوف من الطبيب الذي يختاره الأب من الممكن أن يمنع المراهق من البحث عن النصيحة الطبية الضرورية.

إن تطوير العيادات الحرة بشكل مبدئي يعمل على خدمة الشباب و كان إقرار على رغبة المراهقين في الحصول على الرعاية الصحية بثقة. وبسبب أن تلك العيادات لم ترسل إلى المنزل أي فواتير فلقد أكد ذلك على السرية. وسوف يقوم أغلب

المراهقين الذين يتحدثون بشكل مفتوح مع والديهم بمناقشة اهتماماتهم الطبية ويتم معاملة الشباب الذين يتم معالجتهم على أنهم ناضجين وقادرين على اتخاذ القرارات العقلانية وبالتالي سوف يطورون طرق مسؤولة لمعالجة المشكلات الطبية بشكل أسرع.

إننا نشعر أن الطبيب إلى رأي المراهق لعدة سنوات مختلفة من الممكن أن يقدم له أفضل الرعاية. لذلك فإننا نشجع الآباء على أن يدعوهم لإقامة علاقة مع طبيب الأبوين وطبيبه منذ كان طفلا صغيرا والعمل على التعرف على أهمية حدوث محادثات سرية مع الطبيب الخاص بهم والحفاظ على خصوصيتهم. ويتم التأكيد على السرية بين المراهق والطبيب المعالج من خلال المعهد الأمريكي للأطفال والعديد من قوانين الدولة.

كيف يقوم الآباء بأفضل طريقة لدعم أبنائهم؟ إن ذلك من الممكن أن يتم من خلال سنوات المراهقة المليئة بالمشاعر المختلطة. ولا يعتبر الأمر سهلا ولكنك سوف تمنحهم بالتدريج المزيد من الاستقلال، ولكنك في العادة لا تكون متأكدا بشأن مقدار ومدى ملائمة ذلك المقدار من الاستقلالية الذي تمنحه لهم. من الممكن أن يصير طفلك مستقلا جدا في أحد الأمور ولكنه لا يزال ذو ميول الشباب الطائشة في أمور أخرى. وبالنسبة إليهم، يقلق الشباب عادة بشأن استقلالهم. وبالرغم من أنهم يتطلعون إلى أن يصيروا بالغين، تبدو العديد من الحريات الخاصة التي تم منحها إليهم في مرحلة الطفولة جذابة أيضا. ومن الممكن أن تساعد في الأمر من خلال تقديم العمل المناسب والمساعدة المناسبة لطفلك ليكتسب أفضل المعلومات في الأمور المتعلقة بالصحة والتعليم والتوظيف والعلاقة بالجنس الآخر.

ما الذي يجب أن يقوم به الآباء حيال المشكلات عندما تنشأ؟ هناك العديد من الناس الذين يتبنون سلوك اعتبار أن مشكلات المراهقين تعتبر مؤقتة وأنها سرعان ما ستختفي. ولكن هناك نسبة من المراهقين تطابق تقريبا عدد الناضجين الذين يعانون من التعب النفسي. بالرغم من أن هناك العديد من الاضطرابات المراهقة التي يعاني

منها القاصرين فإن ذلك يسع الطريق للمزيد من المشكلات بعد البلوغ، ولا تخفي الخبرات القاسية وحدها. إن التلف العاطفي الشديد في المراهقين أو الكبار يتطلب أن تكون هناك مساعدة من الطبيب أو من الأخصائي الاجتماعي أو من الاستشاريين . إن الطفل البالغ من العمر 6 سنوات والذي لا يستطيع أن يتصرف في المدرسة، هو نفس المراهق البالغ من العمر ستة عشر عام والذي يعاني من مشكلات مع القانون، وهو نفس الرجل البالغ من العمر 36 عام والذي لا يمكن أن يجد وظيفة، إنهم جميعا في حاجة إلى المساعدة.

### مشكلات السلوك:

لسوء الحظ، تكون بعض المشكلات أسوأ بالنسبة للمراهقين اليوم بالمقارنة بحجم المشكلات التي كانوا يمثلونها لأبائهم قبل ذلك. ولقد كان نصف عدد حالات الوفاة للمراهقين في فترة الخمسينيات بسبب إصابات الحوادث والانتحار والقتل. والآن تمثل تلك الثلاث أسباب 80 % من حالات الوفاة للمراهقين. وبالإضافة إلى ذلك، هناك معدل مرتفع لحدوث الاكتئاب بين المراهقين. ولقد اعتبر الباحثين أن مشكلة السلوكيات مسئولة عن أكثر من نصف حالات المرض والوفاة بالنسبة للمراهقين. من ذلك، إدمان بعض المواد. استخدام (الاستخدام الترفيهي) للسيارات وسوء الاستخدام، والسلوكيات الخاطئة تجاه الجنس الآخر قبل الأوان.

الجمع بين تلك السلوكيات من الممكن أن يؤدي إلى ذلك. العلاقة بين الكحول والإصابة، كما هو الحال بالنسبة لحوادث القيادة على الطريق، حيث إن ذلك يعتبر من الأمور المعروفة. ويعتبر استخدام المواد مرتبطين بالممارسات الجنسية والأنشطة الخاطئة التي يتم ارتكابها تجاه الجنس الآخر.

وعندما يلاحظ الآباء أن المراهق يدخن أو يشرب الخمر أو يدمن المخدرات، يكون هناك مشكلة هنا. ويعتبر ذلك سبب ندرة قيام المراهق بتلك الأشياء أمام الآباء. وهناك علامات أخرى من الممكن أن تشير إلى أن هناك مشكلات مخبئة مع الكحول أو مع العقاقير. حيث أن العائلات التي مرت وعانت من مشكلة إدمان الخمر لا بد

من أن تنتبه بشكل خاص. وإذا كنت قد رأيت أي من العلامات التالية فلا بد من إشراك ابنك المراهق في برنامج للتوقف عن المشكلات السلوكية:

الانخفاض في الأداء المدرسي  
الافتقار إلى الدفاع عند تناول الكحول  
زيادة التغيب عن المدرسة  
مشكلات متعلقة بقواعد تهذيب السلوك  
قواعد الانضباط والسلوك بالمدرسة  
زيادة في مشكلات السلوك  
فقد الاهتمام بالأنشطة السابقة  
فقد الاهتمام بأنشطة العائلة  
تغيير مجموعات الأصدقاء (علي الأخص المجموعات التي تشارك الطفل في السلوكيات الخطرة)

الأصدقاء الذين مروا من قبل بجرائم أو سلوكيات إجرامية.

إهمال المظهر بالمقارنة بالزملاء

قواعد السلوك والانضباط

الاهتمام الزائد بالمال

التغيرات في الحالة المزاجية

أعراض الاكتئاب

القيادة أثناء تناول المخدرات

بعض من تلك العلامات مثل التغيير في الاهتمامات والمظهر، تعتبر طبيعية بالنسبة للمراهقة. إن درجة تغير المراهق تعتبر المؤشر الواضح بالنسبة إليك الذي يعمل على توجيهك. لا بد من أن تتعرف على زملاء طفلك كما لا بد من أن تحكم بنفسك.

وفي العادة من الصعب وفي بعض الأوقات من المستحيل، أن تقوم بتغيير مشكلة سلوك المراهق. من الممكن أن يساعدك الطبيب الخاص في توجيه سلوك طفلك المراهق إلى برنامج فعال للمجتمع. وتتدخل أيضا المدارس أكثر في ذلك الجانب. وتتميز أغلب المجتمعات بمجموعات تعمل في هذه المجال. وبالتالي فإن أغلب المجتمعات تتميز بمجموعات تتعامل مع إدمان المخدرات ويكون هدفها الأساسي هو المراهقين. ومن هذه المجموعات المجموعة التي تتعامل مع مدمني المخدرات المجهولين. ومن الممكن أن يساعد الآباء من خلال السيطرة على سلوكياتهم الخاصة بالتخلص من عادة التدخين ومن الاستهلاك الزائد للكحول.

ولابد من أن يتأكد الآباء من أن أبناءهم المراهقين يستقبلون الرعاية الصحية المناسبة، على الأخص عندما يشير سلوكهم إلى أنهم يعانون من مخاطر سيئة. وفي العادة، تكون الخطة الأولى أن يتم العمل على ترتيب الرعاية الصحية المناسبة من خلال الطبيب المعالج للطفل. ولا يعتبر جميع الأطباء مجهزين ليتم معالجة المشكلات الصحية وحدهم، وبدلا من ذلك من الممكن أن يساعدك أن تقوم بإشراك ابنك المراهق في برنامج مناسب ليتم مساعدته أو ليتم حل مشكلته.

### قواعد الانضباط والسلوك:

تعليق أم والدة لطفلين: لا تعتبر وظيفتي الأكثر أهمية هي جعل طفلي سعيدا، ولكن تأتي مهمني الأساسية في تطوير شخصية طفلي.

ويتطلب الأطفال العديد من الأشياء من الآباء. حيث إننا نقوم بالتأكيد بشدة على التغذية السليمة للأبوين والأطفال والتطعيمات والمكونات الأخرى لتطوير الطفل الصحيح. وبالرغم من ذلك، فإن هناك تحدي أكبر يأتي من الجوانب العاطفية لتربية الطفل. ويكون هناك القليل من الآباء في حاجة إلى تعليم أبنائهم كيفية حب أبنائهم، والأكثر أهمية هو المكون العاطفي. ولكن ينتج المأزق الرئيسي عند محاولة اختيار أفضل طريقة لتهديب سلوك الطفل وبالتالي في النهاية يصيروا سعداء وأصحاء عندما يكونوا بالغين. هل أنا صارم جدا؟ هل زوجتي متساهلة جدا؟ هل سوف أفسده؟ هل

سوف تتعلم كيفية تقييد نفسه إذا قمت بفرض العديد من القيود؟ يعتبر كل ذلك عبارة عن اهتمامات قانونية للآباء.

## الشخصية والسلوك

إن أهم مفهوم لقواعد تهذيب السلوك هو إكساب الأطفال المعرفة والمهارات. وتختلف قواعد تهذيب السلوك عن العقوبة التي تعتبر ناتجة عن السلوك الغير مقبول. وبالتالي فإن الطريقة الايجابية لقواعد تهذيب السلوك هي تقليل الحاجة إلى العقوبة إلى الحد الأدنى. وبالتالي لا يمكن للآباء أن يتعلموا تقنيات الطرق الصحيحة في خمس دقائق، ولسوء الحظ فلقد نما الكثير من آباء اليوم من دون أن يكون لديهم نماذج جيدة ومن دون أن يشهدوا العقوبة الجسدية المناسبة. ولقد علمت عقود من البحث أننا لا بد من ألا نسلك السلوك المتساهل وسلوك التحويل "أي افعها بطريقتي طالما أنني قلت ذلك" وتعمل المفاهيم وكذلك عملية وضع القيود بشكل متجانس مع الاستيضاحات. كما أننا نشجع على الاستمرار في تعلم تلك التقنيات.

### هناك بعض من القواعد الأساسية الهامة الخاصة بقواعد تنظيم السلوك:

إن الأطفال الرضع الصغار عادة ما يكونوا في حاجة إلى البيئة الآمنة وتعتبر تلك في الأساس وظيفة الآباء. وتبدأ قواعد تهذيب السلوك عند بدء الأطفال الرضع في التحرك. لا بد من أن تكون قواعد السلوك موجهة في السن المناسبة للتعلم. ولا بد من تتبع الطفل حتى وهو يبلي بلاءا حسنا وبالتالي فإن تصحيح الأخطاء لا يكون كافيا في كل الأوقات. لا بد من أن تقوم بالأشياء الصحيحة أمام طفلك. فلا يجب أن يكون أحد أهم منك بالنسبة لطفلك وبالتالي فلا بد من الحرص عند التصرف أمام الأطفال حيث أن الطفل يتعلم من الأبوين ويراقبهم. لا بد من المدح والتعبير عن الحب بالأحضان بعد مناقشة قواعد الانضباط والتهذيب للسلوك. ولا بد من أن يعرف الأطفال السلوكيات التي لا تحبهم أن يسلكونها. لا يحتاج الأطفال إلى أن يتأذوا في سبيل أن يتعلموا. فلا حاجة للآباء أن يقوموا بإيذاء الأبناء في سبيل تعليمهم.

## الأطفال الرضع:

بالنسبة للأطفال الرضع، يعتبر الأمن هو أكثر الاهتمامات. حيث يستجيب الأطفال الرضع إلى كلمة "لا" القاطعة أو عند سماع كلمة "ابتعد هذا فإنه ساخن". وسوف يتعلمون أيضا الاستياء عندما يسمعون صوتك القاطع ويكون مصحوبا بالكلمة القاطعة مع العمل على جذب أيديهم إذا كانت تحاول العبث أو تسحب شيء ما. أما عن الأطفال الأكبر أو الأطفال الصغار الذين يبدأون في المشي فإنهم يكونوا في حاجة إلى ما يلي:

البيئات المركبة التي تعمل على تقليل المخاطرة إلى الحد الأدنى من أواني الورد المعرضة للكسر أو المعدات الغالية.

استخدام الصوت الصارم مع التوضيح والتفسير.

إعادة التوجيه في اتجاه الألعاب.

تجاهل من وقت لآخر. ولا يجب مكافأة السلوك الذي يعمل على جذب الانتباه (مثل نوبات الغضب)، ولكن لابد من تقييد المشكلات السلوكي (مثل العض أو الضرب).

مدح عملهم عندما يقومون بعمل جيد.

## فترة ما قبل المدرسة

إن الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة في العادة يكونوا في حاجة إلى ما يلي:

تميز الآباء بقدرتهم على الصبر الغير معقول والثبات والقدرة على التحمل. ويتم تكرار القواعد الواضحة والتجانس والتوقعات مرارا وتكرارا. إخطار الطفل بالوقت الذي لا بد أن يكون جاهزا خلاله، حيث يتم إخباره أنك في حاجة إلى أن تقوم بإعداد لعبك والاعتسال من أجل تناول العشاء. الإقرار بالتفسير "أنا اعرف أنك ترغب أن تبقى مع الجدة، ولكن هذا الوقت يعتبر هو الوقت المناسب للرجوع إلى المنزل لنام.". إنهاء الحديث الآن؛ إذ يحتاج عادة الطفل الذي يقوم بإيذاء الآخرين إلى العزلة النفسية ويتبع ذلك القيام بتفسير وتوضيح الأمور له فمن الممكن أن نفسر له، انك تعرف أن لدينا قاعدتين عامتين: حيث انه لا يمكنك أن تقوم بإيذاء أي احد بالضرب ولا يمكنك أن تؤذي مشاعرهم. وجود وقت للعزلة المؤقتة. من الممكن عزل الطفل في زاوية لدقائق قليلة ومن الممكن أن يؤدي ذلك إلى المساعدة في تهدئة الموقف وبالتالي فإن ذلك يساعد على تقديم رسالة للطفل أو أن يساعد في تعليم الطفل النتائج وعواقب الأمر. المدح عندما يقوم الطفل بعمل جيد. لا بد من أن تقوم بمدح الطفل عندما يتعلم شيء جديد. من الممكن أن تقول له "أنا فعلا سعيدا لأنك وابن عمك لعبتما بشكل لطيف جدا هذا الأسبوع".

## الأطفال في سن المدرسة:

يكون الأطفال في سن المدرسة في حاجة إلى التفوق بالإضافة إلى ما يلي:

أن يكون هناك فرص للتوضيح . أن يكون هناك فرص من اجل التعبير عن أنفسهم. أن يكون هناك فرص للاختيار: حيث من الممكن أن تخبرهم: "أنا أفهم انك بالفعل ترغب في أن ترى نهاية لذلك البرنامج. وبالرغم من ذلك، إذا سمحنا ب30 دقيقة إضافية من مشاهدة التلفزيون هذه الليلة، فإن ذلك سوف يعني انه لن يتم

مشاهدة التلفزيون أي وقت آخر في إجازة نهاية الأسبوع". من الممكن أن تخبر الطفل: "إذا لم تبذل الجهد من أجل تنظيف غرفتك، فإنك سوف تعيش في غرفة قذرة، كما إنني لن أقوم ببذل أي جهد باصطحابك معي إلى حفل الأصدقاء الغد".

فرص حل المشكلات: من الممكن أن تقول "إنك تبدو كما لو كنت تعاني من وقت صعب بإنهاء عملك المنزلي". "وبالتالي لماذا لا تقوم بصنع قائمة من الاقتراحات، ثم من الممكن أن تبدأ لنفكر بشأنها معا".

### المراهقين:

سوف يستمر المراهقين في تقييد الاختيار الذي بدأوا فيه كأطفال رضع. وحتى أفضل نظام لقواعد تهذيب السلوك سوف يواجه تحديات. وبالإضافة إلى ما سبق، فإن المراهقين يحتاجون إلى ما يلي:

القيام بمناقشات على المدى الطويل بالنسبة للسلوكيات اليومية.

وضع معايير القيود حيث انه لا بد من الاتفاق على القيود بدلا من فرضها بشكل اعتباطي على الطفل بالرغم من أن الآباء لا بد من أن يقوموا بوضع الحدود في نهاية المطاف.

هناك قيود تزداد طبقا لمدي النضج والقدرة على الاختيار بحكمه. يمكنك الانتظار حتى الساعة العاشرة والنصف هذا العام، الساعة الحادية عشر العام القادم أو بعد ذلك سوف أقوم بتقييم كيفية اتخاذك للقرار المناسب.

### العقوبة:

بالرغم من أننا نتعارض مع العقاب البدني للأطفال إلا أننا نعتقد أن الآباء في سخونة الأحداث من الممكن أن يقوموا بصنع الطفل بقسوة أيضا. ويكون الآباء الذين تم معاقبتهم بدنيا وهم أطفال في حاجة إلى أن يعوا ميلهم إلى اللجوء إلى ذلك السلوك مثلما كان يتم معهم في طفولتهم. وبالتالي لا بد من البحث بجدية عن بدائل لذلك التعامل.

إننا نعرف أنه بالرغم من أن كل الخبراء يوافقون على المفهوم الإيجابي لقواعد الانضباط والسلوك، إلا أنه لا يزال هناك رفض للعقوبة البدنية. وبالرغم من ذلك، بعد سنوات من المداولة والبحث، أقرت الأكاديمية الأمريكية للأطفال AAP في عام 1998 أن للعقوبة البدنية اثر وفاعلية محدودة ومن الممكن أن يكون لها آثار جانبية ضارة بالصحة. ولقد أقرت تلك الأكاديمية AAP ونصحت بأنه لا بد من تشجيع ومساعدة الآباء على تطوير طرق مختلفة عن الصفع والتوبيخ بقسوة والضرب من أجل السيطرة على السلوكيات الغير مرغوبة. ومن الممكن أن يعتبر خبراء آخريين انك لا يجب أن تبدأ بأذية الطفل بدنيا أو عاطفيا لتحقيق هدفك. ويكتب ساف ليرمان: إن الآباء في حاجة إلى استخدام الطرق التي سوف تجعلك تستفيد من خبرات طفولتك في سبيل مساعدة طفلك. وعندما يتم ضرب الأطفال وعندما يقوم الآباء بالضرب لن تكون العملية مفيدة لأي منهم. ولا يزال هناك مؤلفين وخبراء آخريين ممن يسمحون بأن يتم ضرب الطفل ضربة واحدة على المقعدة باستخدام كف اليد وينتقدون القيام بأي شيء آخر.

ويوافق كل خبراء التعامل وتربية الأطفال على أن هناك طرق بدائل أكثر فعالية من العقوبة البدنية. والتي تعتبر فعالة جدا بالأخذ في الاعتبار الامتيازات التي تحققها. وإذا وجدت أنك تضرب احد الأطفال بشكل متكرر، في هذه الحالة فإنك في حاجة إلى المساعدة. ومن المحتمل انك تستطيع البدء في دورة تدريبية لتعلم تقنيات الانضباط في السلوك. وهناك الخطوط الساخنة لمساعدة الأطفال في العديد من المجتمعات ومن الممكن الرجوع إلى طبيبك الخاص في حالة ذلك من أجل طلب المساعدة.

### النشاط الجنسي:

مثل الأوجه الأخرى من عملية تطور الإنسان، فإن التطور الجنسي يبدأ في الولادة ويستمر بالترتيب المنطقي خلال الحياة. وتلك العملية تتضمن تطوير أدوار الجنس كذلك تطور الرغبة الجنسية.

إن مفهوم أدوار الجنس يتكون مبكرا كما أنه يستمر خلال الحياة. وتتحدد عملية نوع الطفل في البداية في الحضانة حيث يتم التفرقة بين الأولاد والبنات باستخدام الكروت الزرقاء والكروت الوردية. وفي مجتمعنا يتم التعامل مع الأولاد الصغار بشكل مختلف عن التعامل مع البنات الصغار حتى في الأسابيع الأولى القليلة من الحياة. ويعتبر أمر المساواة بين النوعين أمرا هاما بالرغم من أنه يتم فرض قواعد النوع والتعامل بشكل مختلف مع كل نوع بواسطة العائلات والمدارس وتستمر تلك التفرقة طوال حياة الفرد.

### الأطفال الرضع:

نوع الطفل يبدأ في أول دقائق من حياته. التعامل مع الطفل واحتضانه وتقيله والتربيت عليه يعتبر من مصادر سعادة الأبوين. والرغبة الجنسية للطفل تبدأ في الدقائق الأولى من الحياة. حيث أن تحقيق السعادة من خلال إثارة الأعضاء التناسلية يعتبر أحد تلك الأسباب التي تمثل مصدر للسعادة. وبالتالي من الممكن أن يكون من مصادر السعادة أيضا المودة و الاحتضان والتربيت ومداعبة الطفل الصغير حديث الولادة بطريقة طبيعية لأن ذلك يعتبر مصدرا للسعادة لكلا من الآباء والأبناء.

ويلاحظ الآباء أن الأطفال حديثي الولادة من الذكور يمرون بحالات من الانتصاب .. وتلك الحالات من الانتصاب من الممكن أن تحدث بشكل تلقائي أو من الممكن أن تحدث كرد فعل أو كاستجابة لعدد من المحفزات العصبية. ولا يوجد أي سبب للشعور بأن هؤلاء الأطفال يشعرون بالسعادة أثناء تلك الفترة فهم يشعرون بالسعادة بالفعل. وحقا ببلوغ العام الأول من العمر فكلا من الأولاد والبنات يكونوا قادرين على الوصول إلى أعضائهم التناسلية. ونلاحظ أن التندليك سوف يؤدي إلى إحساس بالسعادة. وبالتالي في تلك السن يشعر أغلب الآباء أن أبناءهم حقا يقومون باستكشاف أجسامهم كما أنهم بذلك لا يهتمون بمداعبة الأعضاء التناسلية. وفي العام الأول من العمر يكون الأطفال الرضع مهتمين بدرجة أكبر بالمحفزات الإرادية، على الأخص الإشباع الفمي للتغذية والرضاعة بالمص.

## الأطفال الصغار في مرحلة البدء في المشي:

ينتقل الأطفال الرضع إلى مرحلة البدء في المشي ويستمترون في البحث عن السعادة من مصادر مختلفة. ويتضمن ذلك التفاعل مع الآباء والطعام والألعاب والقدرة على التحكم في حركات أمعاءهم. وبالرغم من ذلك، عند بلوغ سن الطفل لسن الرابعة، يكون هناك اهتمام خاص بعضو التناسل عنده. إن الاستمنااء يعتبر من الأمور الشائعة في تلك المرحلة السنية في كلا الجنسين. ويتساءل الآباء دوماً عن كيفية التعامل مع ذلك بالنسبة للأطفال الصغار. ومن المؤكد أن تلك الخبرة الطبيعية غير مدانة. وبالرغم من ذلك قد يرغب الآباء في التحدث إلى أطفالهم حول الوقت والمكان المناسب للاستمنااء. لابد من تعليم الأطفال كيفية التحكم في رغباتهم حيث أن ذلك يعتبر أمراً هاماً لتعليمهم أهمية عدم رفع أصواتهم في الأماكن المقدسة وفي البيت. وفي هذه السن يذهب الآباء إلى غرف آباءهم ليلاً أثناء ممارسة النشاط الجنسي وبالتالي في هذه الحالات لا يكون هناك حاجة إلى التفسيرات المعقدة - فقط لابد من طمأننتهم بأن ذلك النشاط كان أمراً مرحاً وان أي أصوات مزعجة لا تشير إلى أن أي احد كان مصاباً أو يتألم.

السن 3-6:

في هذه الفترة يتساءل الأطفال عن كيفية ولادتهم. وهناك تفسيرات مناسبة يكون من الضروري أن يدركها الطفل ولا بد من محاولة تلقين الطفل لتلك التفسيرات بشكل يتناسب مع سنه. ومرة أخرى نكرر أن التفسيرات التشريحية التفصيلية لا تعتبر هي ما يرغبه الطفل ولكن الإجابة على سؤال يشغل بال الطفل قد يكون أفضل من مناقشة كاملة لا يستفيد منها شيء.

ويكون الأطفال بين عام الثالثة والسادسة فضوليين بشدة بشأن مناسلهم وعادة ما ينشغلوا بمقارنة أنفسهم بآبائهم وبالأطفال الآخرين من الجنس الآخر. ويجب أن يقوم الآباء بالإجابة على الأسئلة بشكل مفتوح وصريح كما أنك لست في حاجة إلى التفسير التفصيلي المفتوح للفروق التشريحية الدقيقة. وتكون الفتيات الصغيرات

مهمات بالتساؤل عن سبب عدم وجود قضيب لديهن ولا بد من القيام بإخبارهن بأن لديهن مناسل مختلفة بدلا من ذلك كما أن لديهن المهبل بالإضافة إلى ذلك. وبالتالي لا بد من أن يتم التركيز على ما تملكه الفتيات عند تسائلهن عن ذلك الأمر بدلا من التركيز على ما يملكه الولد.

ويميل الأبناء بفحص مناسلهم في تلك الفترة في تلك الفترة ومناسل أصدقاء اللعب، على الأخص من الجنس الآخر، وبالتالي فإن تلك الأنشطة في بعض الأوقات تؤدي إلى الخلافات بين الآباء. وبالطبع لا يوجد حاجة للاعتذار عن ذلك النشاط الذي قام به طفلك بالرغم من أنك قد تكون راغبا في إخبار الآباء الآخرين أنك متأسفا ومنزعجا لما حدث. على الأخص من الممكن إخبار طفلك بالسلوك المناسب الذي لا بد من ممارسته وأنه لا بد من تكرار ذلك السلوك الغير مهذب مرة أخرى. حيث لا بد من تعليم الأطفال السلوك المناسب وإخبارهم بعدم محاولة إيذاء أقرانهم بأي سلوك غير مهذب.

وعند وصول الطفل لسن الخامسة أو السادسة، فإنه من الممكن أن يلعبوا لعبة المنزل أو لعبة الطبيب مع أقرانهم من الجنس الآخر. حيث إنهم يلعبون تلك الألعاب بمجرد اكتشافهم لها. ويتساءل الأطفال عن مدى صحة ذلك السلوك. ويحاولون اكتشاف الموقف وعادة ما يشعر الأطفال الذين يكونوا في حاجة إلى الشعور بالطمأنينة ولا بد من أن يقوم الآباء بطمأننتهم وعدم إفزاعهم بالزجر العنيف.

إن السلوك الأبوي المقبول هو التعرف على النشاط الذي يمارسه الابن من دون تشجيعه في المواقف الاجتماعية الغير مناسبة ومن دون معاقبة الطفل بسبب ارتكابه لذلك السلوك.

### الأعمار من السابعة وحتى الثانية عشر:

بين سن السابعة والثانية عشر ينشغل الأطفال بشكل أساسي بمهام التعلم والتطور وعمل الصداقات. وتعتبر تلك الأنشطة ذات أولوية بالنسبة للأنشطة الأخرى. يظل التلاعب بالأعضاء التناسلية خلال تلك المرحلة ولكن ذلك يكون أقل أهمية كما وضح

بالمقارنة بالمراحل السنوية الأخرى. وبالرغم من أن الآباء يشعرون ان جماعات الكشافة الخاصة بالصبيان أو جماعات الكشافة الخاصة بالبنات والمشروعات المدرسية تعمل على قبولية تطور الطفل إلا أن الأطفال أيضا يتعلمون الكثير من ذلك حول علاقتهم بالجنس الآخر. حيث أن تلك الأمور تكون معروفة إلى حد ما بالنسبة لطلبة المدارس وعادة ما يتبادل أطفال المدارس نكات قذرة متعلقة بتلك الأمور. وفي المناطق الريفية يربي الأطفال دوما ويتعلمون من حيوانات و كلاب المزارع ونادرا ما يتعلم الإنسان من الطيور أو من النحل.

وفي هذه السن يراقب الأطفال أيضا تفاعلات أبويهم وكذلك التفاعلات العامة بين الرجل والمرأة . حيث يكون الطفل مفهومه الخاص عن تعامل الرجل والمرأة من خلال ملاحظة سلوكيات أمه وأبيه. وبالتالي لابد من أن يكون الأبوين نموذجا حسنا يقتدي به الطفل. وبالتالي لابد من أن يشهد الطفل مودة بين الأبوين. وطبيعي أن يكون هناك خلافات بين الأبوين وعند حدوث ذلك لابد من أن يقوموا بتفسير الأمر للطفل أو للطفلة.ومن الممكن أن يمر الأبناء بمدى من المشاعر بين آباءهم. إنهم يميلون إلى المعاناة بالرغم من ذلك إذا شهدوا فقط الصراعات أو التفاعلات العدوانية. وعندما يكون الأطفال بين سن العاشرة والثانية عشر، فإن أغلب الآباء يميلون إلى الدخول في مناقشة حول حقائق الحياتية معهم. ولابد من أن يعرف الآباء أن تعليم أبنائهم في تلك الأمور سوف يستمر لسنوات عديدة ونادرا ما يتم بدقة تامة.

وعادة ما يقوم البالغين بتقديم حقائق عن الحياة بشكل مختلف في البنات عن الأولاد. وتميل الفتيات إلى التعرف على بيولوجيا التبويض والحيض وأهمية منع الحمل. إذا كانت الطفل يعاني من مشكلات في الحيض فسوف تكون الابنة عصبية بشأن دورات الحيض القادمة الخاصة بها. وعادة ما تكون الفتيات بتكوين انطباعات مبكرة عن الم الحيض. وفي الأطفال الصغار، تعتبر الدماء علامة على الألم. لذلك فإن الفتاة حين تجد ملابس والدتها مليئة بالدماء أو عندما ترى أمها تقوم بتغيير

ملابسها المليئة بالدماء من الممكن أن يجعل ذلك الطفلة تعتقد أن أمها تعاني من الألم. وبالتالي لابد من توضيح الأمر لها لتفهم ما يحدث.

وعادة ما يحصل الأولاد على "حقائق الحياة" كمناقشة حول كيفية التحكم في رغباتهم المتطورة وتفريغ طاقاتهم بعيدا عن ذلك. وبمعنى آخر، يتم إخبار الأبناء عن الاستمنااء ولكن لا يتم إخبار الفتيات عن ذلك. انه من المهم أن نعترف بأن النشاط الجنسي وممارسة الجنس مع الجنس الآخر يؤدي إلى الحصول على قدر كبير من السعادة والرضا ويتضمن ذلك الاستمنااء وكذلك التزاوج الجنسي. وبالغم من ذلك فإنك من الممكن أن تكون راغبا في مناقشة الأوجه الشخصية والعاطفية والأخلاقية للنشاط الجنسي. ولابد من التأكيد على الاهتمامات الطويلة المدى الخاصة بالتفاعل الشخصي والنشاط الجنسي وان ذلك من الممكن أن يكون مصحوبا بالمودة والعاطفة والعلاقة الحميمة والحب.

#### المراهقين:

ولقد أشارت الدراسات الحديثة إلى أن عدد المراهقين الذين يمارسون الجنس قد تغير خلال الخمسين عام الأخيرة، بالرغم من ان هناك المزيد من المراهقات اللاتي يمارسن ذلك خلال الخمسين السابقة ويقرب عدد المراهقين الإناث من المراهقين الذكور ممن يمارسون ذلك السلوك. ولقد أدى ذلك إلى تقليل من حدة التوتر الذي تشعر به الكثير من النساء. وفي الماضي كان ذلك يؤدي إلى الشعور بالذنب.

والآن تشعر الكثير من النساء بالضغط وبدلا من اللجوء إلى العزوبة فإنهن يلجأن إلى ممارسة النشاط الجنسي. وكلا من الرجال والنساء في ذلك السن يكون في حاجة إلى الدعم من الآباء في التعامل مع تلك الأمور الجنسية المعقدة. ويعتبر ظهور مرض الإيدز من الأمور التي بدأت في تغيير آراء العدد من المراهقين حول الجنس. إن مخاطرة النشاط الجنسي كانت موجودة دوما ولكن صارت النتائج السلبية أكثر إثارة

وكان مثل مرض الإيدز هناك الأمراض الأخرى التي تنتقل من خلال الاتصال الجنسي STD's مثل الزهري والسيلان والهريس والتمتدثرة التي ظلت منتشرة أيضا. وبالتالي فلقد اعترف 47% من طلاب المدارس الثانوية بممارستهم للجنس طبقا لإحصائية عام 2003 التي قامت بها مراكز السيطرة على الأمراض. ومن المزعج أن أكثر من 7% من الطلاب قد بدأوا في إقامة العلاقات الجنسية قبل سن 13 عام بينما ان 62% من طلبة الأعوام الأخيرة من المدارس الثانوية قد مروا بتغيرات جنسية.

#### وبالتحدث صراحة:

يحتاج المراهقين إلى المعلومات ولكنهم سيكونوا في حاجة إلى مناقشة مشاعرهم مع البالغين الذين سيفهمون القرارات الصعبة التي يواجهونها والذين يشجعونهم على القيام بالتصرفات المسؤولة. التصرفات التي تعني الاختلاف بين النضج المستمر في مرحلة البلوغ والتغيرات في الحياة التي يتم المرور بها قبل الأوان والتي يمر بها الطفل أو التي تنتهي بالإضافة إلى ذلك بمرض نقص المناعة الإيدز. ويتاح للمراهقين أن يصيروا قادرين على الرجوع لأبائهم من أجل الحصول على الإرشاد خلال تلك الفترة الصعبة.

تعتبر المناقشة حول الجنس بين الأطفال وآبائهم من الأمور الغير معتادة في مجتمعنا. ونتوقع أن القليل من القراء البالغين سوف يكون لديهم معرفة سطحية بخبرات أمهاتهم الجنسية.

على سبيل المثال من الممكن أن يشعر البعض بحالة من عدم الراحة عند قراءة تلك الجزئية بدلا من استخدام معلوماته من أجل مناقشة الجنس مع المراهقين. وبالرغم من ذلك من المهم أن يقوم الآباء بمناقشة الجنس مع الأطفال. وفي الواقع إن كل المراهقين يهتمون بذلك ويعتمد الوقت الذي يبدأ فيه الفرد ممارسة الجنس على العديد من الأشياء. ويعتبر الجانب البيولوجي هاما حيث ينضج بعض المراهقين بشكل أسرع

من أقرانهم وهناك الأهداف الشخصية وحب المخاطرة والمثل الأعلى وأنشطة الأطفال والضغط الاجتماعي حيث إنها جميعا تعتبر جزء من العملية المعقدة للقرار بممارسة النشاط الجنسي. وبالإضافة إلى ذلك تتضمن المراهقة أن يتم التعرف على المشاعر الجديدة وتجريب الأدوار الجديدة التي من الممكن أن تؤدي إلى التجربة الجنسية ويحتاج المراهقين للتحدث مع احدهم حول تلك الأمور ومن الممكن أن تفترض انك تتحدث مع أصدقائهم والقليل يتحدثون مع من يقدمون الرعاية الصحية لهم ولكن الأفضل أن يتحدث المراهقين عن تلك الأمور الجنسية مع أبويهم كذلك. حيث أن الرد بكلمة لا على المراهق لا تعتبر مناقشة. إن ذلك لا يؤدي إلى أي نوع من الفهم ليكون هناك قدرة على الاختيار المسئول في الوقت المناسب.

ومن أجل أن يكون لديك مناقشة مفتوحة مع أبنائك المراهقين عن الجنس فلا بد من البدء قبل الوقت المناسب بسنوات عديدة مقدما. ولا بد من الحوار مع الطفل خاصة في مرحلة المراهقة. وللتحدث مع الطفل حول علاقته بالجنس الآخر لا بد من أن يكون هناك نوع من الثقة بينك وبين الطفل من أجل أن تتحدث معه في تلك الأمور. ولا بد من أن تتحدث معه مقدما. حيث أنك وطفلك تشعران بالمزيد من الحرج عند ظهور أسئلة أكثر صعوبة.

ولا بد من أن يقوم الآباء بتشجيع المراهقين على الامتناع عن ممارسة الجنس إلى أن يبلغوا ويصيروا بالغين نسبيا للتعامل مع المسئوليات التي تصاحبه وألا يتم ذلك إلا في إطار علاقة شرعية يعترف بها الدين والقانون والمجتمع، الزواج، وهنا تأتي مناسبة هامة لشرح كيف أن الجنس متصل بعلاقة من المودة والرحمة لا مجرد شهوة خالصة. ولكن التشجيع نفسه لا يكفي طبقا لسجلات الصحة القومية لدينا. وتعتبر الولايات المتحدة الأمريكية ذات دورا رئيسيا في تلك المعايير الوقائية الطبية الحيوية مثل التطعيمات والزيدوفودين AZT للحماية من انتقال مرض نقص المناعة ولكنها تعتبر في حالة يرثي لها وخلف اغلب المجتمعات الأوروبية في الوقاية من حدوث الحمل

للمراهقين والأمراض التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي STDs وأي إيذاء للمشاعر قد يصحب كلا الأمرين. إن عدم الرغبة في مناقشة السلوك الجنسي في غرف المعيشة وفي الفصول الدراسية أدى إلى أن صار الأطفال الأمريكيين أقل معرفة بالمقارنة بأقرانهم من العديد من الدول الأوروبية في ذلك المجال كما انه لا يمكن الاعتماد عليهم بالنسبة لمنع الحمل والأمور المتعلقة بممارسة جنسية أكثر أمانا.

### ملخص: طريقة تربية الطفل وما غير ذلك:

تعتبر طريقة تربية الأطفال وتنشئتهم وغير ذلك من الأمور الهامة في تطوير شخصية طفلك، ومن المطلوب منك أن تقوم بتقديم الحب بشكل دائم وان تقوم بإعداد القيود. وبالطبع أنت في حاجة إلى قواعد الانضباط والسلوك لأطفالك ولكن من الممكن تحديد سلوك محدد واضح ليتم وضعه نصب أعين الأطفال، وليس مجرد التوبيخ وتوجيه الأطفال إلى مناقشة الخيارات الطبية العلاجية والقواعد الأخرى المعقدة.

يجب أن يُعلم الآباء أطفالهم الوعي بمشاعرهم والاستجابة إليها بالشكل المناسب. كما أنهم يستطيعون مساعدة الأطفال للتحدث عما يشعرون به وان يكونوا قادرين على أن يقولوا "أنا محبط" "أنا حزين" أو "أنا مكتئب". أما الحزن والاكتئاب والسعادة والعاطفة والمودة فهي عبارة عن مشاعر يشعر بها الأطفال الصغار وكذلك الكبار البالغين .

من المهم إقرار أننا جميعا نرتكب الأخطاء. حيث أن ارتكاب الخطأ يعتبر جزءا من شخصيتنا كبشر. ويواجهنا جميعا عدم التأكد والشك ولا يوجد طريقة محددة للمشكلات كما أننا نقوم جميعا باتخاذ القرارات لمواجهة ظاهرة عدم التأكد. ونقوم جميعا ببذل أقصى جهدنا وأقصى ما في وسعنا، ونقوم بأداء الأشياء بشكل مختلف عن بعضنا، كما ينمو أطفالنا بشكل مختلف أيضا وبالتالي هذه هي الطريقة التي تسير عليها الأمور دوما. وبالرغم من أن أطفالك يعتبروا بالغين رسميا ولهم حقوق

قانونية محددة بمجرد بلوغهم سن الثامنة عشر مثل الحق في التصويت وسرية الرعاية الصحية إلا أن وظيفتك تعتبر بعيدة عن الانتهاء ببلوغ طفلك لتلك السن. وقانونا لا يزال أمامهم ثلاث سنوات إضافية قبل اعتبارهم ناضجين وبلوغهم النضج بدرجة كافية لجعلهم يشربون الكحول كما أنهم في الواقع لا يزالوا غير مستقلين من الناحية المالية ويحتاجوا إلى العديد من السنوات ليكونوا كذلك دوما.

وفي الحقيقة فإن الأبوة لا تنتهي أبدا، وعادة ما سيكون لديك المزيد من الخبرات التي من المأمول ترجمتها لإضفاء المزيد من الحكمة على شخصياتهم وسلوكياتهم. وسوف يكون لديك دورا متطورا متوسعا على صفاتهم وسلوكياتهم عندما كانوا صغار جدا لدرجة أنهم لا يتذكرون الأحداث في تلك المرحلة.

وعندما يغادرون المنزل لبدء حياتهم وعائلاتهم الخاصة لن يكون عليك أن تقلق بشأن الأشياء التي تبدو الآن صغيرة جدا مثل الطفح الجلدي بسبب الحفاضات وعدوى الأذن وكسر الترقوة من بعد السقوط من فوق حواجز ألعاب التسلق مثل القرود. حيث لن يعد بإمكانك التوجيه ولكن فقط يجب أن تؤثر على قراراتهم وانفعالاتهم: هل يعتبر شريك حياتهم على حق؟ هل هذا القرار المتعلق بالحياة العملية صحيح؟ إلى أين يتحركون؟ هل تم توصيل خدمة المياه أو التليفون؟ نظل معهم للنهية!

## السلوك الجنسي عند الأطفال

أولاً يجب أن نعرف ما الذي يجعل الطفل يدّعي بأنه قد تعرّض للإيذاء الجنسي أو لتحرش من أحد الكبار له طابع جنسي بما في ذلك من إثارة حادة للقلق للأبوين أو للمدرس أو للوصي. في الحقيقة لا يستطيع الأطفال ابتداء حكايات من تفاصيل لم تمر بهم ولا اختلاق قصص بناءً على معلومات لم يتعلموها أو يجربونها. على سبيل المثال، لا يمكن للطفل إخراج قصة عن ساحر إفريقي إذا لم يكن قد عرف شيئاً عنه، أو رأى صورة له، أو حتى وصفه له أحد الكبار أو طفل من أترابه، ولن يقول أن شخصاً ما قد حاول لمس جزء معين في جسده أو حاول تقبيله أو ممارسة الجنس شفويّاً معه ما لم يتعرض لذلك بالفعل سواء بطريقة مباشرة أو نقلاً عن آخرين.

إن الأطفال عندما يبلغون عامين أو ثلاثة فإنهم يتلذذون في الغالب بتعرية أجسامهم، ويحب الأطفال الصغار لمس ليس فقط أجسادهم ولكن أيضاً لمس الأعضاء التناسلية ونهود آبائهم وأخواتهم وأقرانهم. ويشيع اللهو الجنسي مع الأقران، والذي يتضمن بصورة نمطية درجة ما من التعري واللمس المتبادل، ويظل هذا الاهتمام بالجنس لدى الأطفال عند بلوغهم سن السادسة أو السابعة، ولكن التصرفات الجنسية العلنية والصريحة تقل مع التقدم في السن. ويوجد فيما بين أطفال مرحلة ما قبل المدرسة قدر كبير في الغالب من الحرية فيما يتعلق بأجسامهم ويلمس أنفسهم وأقرانهم وأفراد العائلة. وفي هذه المرحلة ينخرط الأطفال في ألعاب مثل لعبة "الدكتور" التي يمثل فيها الطفل دور الطبيب الذي يكشف على جسد زميله أو أخته مستعيداً ذكرى العيادة التي ترتبط معه بنوع من الرهبة من ابرة المحقن التي يدسها في لحمه الرجل الغريب الذي يرتدي المعطف الأبيض ممزوجة بالمكان النظيف الأنيق الذي تأخذه إليه أمه ليتخلص من الألم أو لعبة "عريس وعروس" التي يلعبها طفل وطفلة في نموذج لبيت مصغر يقلدان فيه ما يشاهدانه دون فهم من قبيلات وأحضان بين الباعين من ذكر وأنثى (أي:

الأب والأم) واللعبتان تتضمنان استكشافات من خلال اللمس والنظر إلى ما يسمى بالأجزاء الخصوصية لكل منهم.

وبناء على ما تقدم؛ فالأطفال كائنات جنسية وينغمسون في تصرفات جنسية. ومع هذا فهناك تصرفات جنسية معينة نادراً ما تلاحظ عند الأطفال الذين لم يتعرضوا للاعتداء الجنسي، وهي التصرفات التي تتسم بقدر أكبر من العدوانية أو تقليد السلوك الجنسي المتقدم للكبار. على سبيل المثال، من غير العادي تماماً أن تقوم فتاة أو صبي لم يتعرض للاعتداء الجنسي بوضع الفم على الأعضاء التناسلية لشخص آخر أو بتقليد الممارسة الجنسية أو بممارسة العادة السرية باستخدام أحد الأشياء أو بإدخال شيء ما (قلم أو إصبع) في فتحة الشرج أو المهبل. ويزداد القلق حول احتمال وقوع الاعتداء الجنسي عند إظهار طفل صغير لمثل ذلك السلوك الجنسي غير العادي.

فإذا انخرط طفلك في سلوك جنسي يدعوك إلى القلق يمكنك التحدث مع طبيب أطفال. بالإضافة إلى ذلك تستطيع تدوين ملاحظات تصف سلوك الطفل ووقت حدوثه وعدد المرات التي تكرر فيها، ونعني بذلك أي تصرف يبدر منه خلاف أسلوبه الطبيعي أو المعتاد بالنسبة له، كأن يكون أكثر انطواء مثلاً، أو تصبح ردود أفعاله عدائية أو صادمة على غير المعتاد منه أو مبالغ في حدتها أو حتى في طاعة غير منتظرة منه؛ هذه المدونة سوف تفيدك في ترتيب متابعتك لطفلك وبالتالي في تقديم صورة صحيحة لحالته، إذ أن زيارتك لطبيب طفلك أو طفلتك سوف يشوبها الكثير من التوتر الذي تضيع معه التفاصيل الهامة، هنا سوف تكون مدونتك التي كتبت فيها بيانات مثل: (لمدة ثلاثة أيام وحتى الآن يرتعد ابني كلما حاولت لمسه.) أو (أصبحت طفلي فاقدة لشهيتها وتنتابها نوبات قيء كل مساء مع خلو جسمها من أي مرض معروف حسب تقرير طبييها الباطني) أو (بدأ طفلي يتحسس جسد شقيقته بفضول كلما سمحت لهما بالبقاء معا بمفرديهما)، سوف تكون هذه المدونة شديدة الأهمية وقتها لأنها سوف تحدد إلى أقرب ما يكون تأثير الاعتداء الذي وقع على الطفل وإمكانية التعامل معه ومدى ما هو منتظر من علاجه. وربما تثبت قيمة ملاحظتك التي تصف ذلك السلوك الجنسي

غير العادي إذا أصبح من الضروري أن تثبت للمحكمة أن طفلك قد تعرض للاعتداء الجنسي.

ولأن الاعتداء الجنسي "يعلم" الأطفال معلومات جنسية لا يجب عليهم تعلمها، فإنه يجب على الآباء الذين يخامرهم الشك في وقوع اعتداء جنسي على أطفالهم أن يعلموا أنواع التصرفات الجنسية التي تعتبر عادية أو غير عادية. وقد درس العالم النفسي (وليام فريدريك) وزملاءه السلوك الجنسي لدى أطفال لم يتعرضوا لاعتداء جنسي. وتوصلوا إلى أن الأطفال من سن سنتين إلى سن الثانية عشرة يبدون عدداً كبيراً ومتنوعاً من التصرفات الجنسية بصورة متكررة جداً نسبياً. على سبيل المثال، تبدأ ممارسة العادة السرية بصورة عرضية في مرحلة مبكرة وتشيع - إن لم يكن بشكل عام - بين الصبية والبنات.

لقد كتب عالما النفس وليام ميرفي وتيموثي سميث قائلين أن أغلبية ضحايا الاعتداء الجنسي لا يتحولوا إلى معتدين. وأفادت الدراسات المتعلقة بالمتحرشين بالأطفال أن حوالي 30% منهم تعرضوا للتحرش في طفولتهم. ومع ذلك يقول ميرفي وسميث بشكل عام أن الأبحاث التجريبية لا تؤيد وجود صلة قوية بين كون الشخص ضحية ومعتدي. ولكن بعض هؤلاء الأطفال لا يعتدون. والواقع أن النسبة كبيرة من مرتكبي الاعتداءات الجنسية بما فيهم غشيان المحارم يظهر عليهم الانحراف الجنسي في مرحلة البلوغ بل يبدأ حتى في مراهقتهم. وتعتبر المسألة الجنسية موضوعاً ملائماً للحديث مع طبيب الأطفال. والنقطة الهامة هنا هي وجوب رفض آباء الأطفال المعتدى عليهم فكرة أن المصير الجنسي لطفلهم قد طبع عليه الاعتداء.

نجد أنفسنا نتساءل حيال هذه المواقف أسئلة من نوع: ما الخطأ في نظام تربيتنا؟ وما هو الشيء المختلف الذي كان من الممكن أن نفعله؟ ولماذا لم نرى العلامات التي كانت توحى بوجود خطب ما؟ وكيف نترك هذا يحدث لأطفالنا الذين هم الأقرب إلينا من أي شيء آخر؟ عنده يجب أن تتذكر أنك لست الذي اعتدى على طفلك، وإنك الشخص الذي يحاول حمايته. بالطبع يحتمل دائماً تقريباً أن نرى كيف أن الأشياء كان

من الممكن أن تصبح مختلفة كما هو دائما أسلوب تفكيرنا عند حدوث متاعب. ومع ذلك فالأغلبية الكبيرة من الآباء لم يخطئوا. وأنهم اتخذوا إجراء عندما علموا بإمكانية وقوع الاعتداء. هذا هو كل ما يستطيعوا أن يسألوا أنفسهم.

ونلتمس سد الفراغ الذي يخلقه القلق في نفوسنا بمحاولة استشعار الذنب القائم من جانبنا، وكأن إلقاء اللوم على الذات ليس كافياً، ينتاب القلق كثيراً من الآباء من أن يلومهم أطفالهم بسبب الاعتداء الذي تعرضوا له سابقاً. ويتساءل بعض الأطفال: "لماذا لم يتدخل أبي (أمي) ليصد عني هذا الأذى؟". ما سبب عدم تدخل الأب أو الأم لمنع الاعتداء عندما ظهرت بوادره. هنا نجد أنفسنا في مأزق فنحن بحاجة إلى من يدعّمنا نفسياً أولاً، فليس من الهين أن نتعامل ببساطة وبسعة صدر في حالة تعرض أطفالنا للاعتداء أو التحرش الجنسي بالكيفية ذاتها التي نواجه بها إصابتهم البدنية الطفيفة أو استطالة فترات مرضهم أو زلاتهم الأخلاقية المعتادة، وهنا يجب أن يتجه التفكير أولاً نحو الاستعانة بمتخصصين وخبراء في علم نفس الأطفال لمساعدة أطفالنا على إدراك أن الخطأ في الاعتداء الجنسي يقع كلياً على المعتدى وليس على الضحية أو آبائهم الذين يمثلون جانب الحماية بالنسبة لهم.

يدرك المتخصصون الأثر الذي تتركه حوادث الاعتداء الجنسي على الطفل وعلى والديه، ولا بد للعلاج من أن يتناول أيضاً الاختلافات الجنسية في كيفية معالجة الاعتداء الجنسي على الأطفال بأسلوب معرفي متفق عليه. فان الأولاد أي الأطفال الذكور معرضون لمضاعفات نفسية أخطر مما قد تصيب البنات بسبب الإيذاء الجنسي في فترة مبكرة من أعمارهم، ويسبب توقع اتسام الأولاد والرجال بالقوة والعدوانية فإن الواقع ضحية للاعتداء الجنسي قد يعني لهم انتهاكاً للدور الجنسي أكثر مما هو بالنسبة للبنات والنساء. وهذا الجرح الإضافي من الممكن أن يؤدي نوعاً ما إلى استجابات سلوكية وردود معرفية متباينة على الاعتداء بالنسبة للذكر والأنثى. فالذكور المعتدى عليهم جسدياً - على سبيل المثال - يظهرون في الغالب مشاعر عدم الرضا والرغبة في التعويض، وكان عدم قدرة الصبي على رد المعاملة السيئة يعكس عدم الرجولة

بالنسبة للمراهقين والكبار. ويصاب كثير من الذكور الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي بمخاوف جنسية مرتبطة بالاعتداء عليهم أو التحرش بهم. وقد يعتقد رجال وأولاد طبيعيين أن اعتداء ذكر آخر جنسياً عليهم في طفولتهم جعلهم لوطيين بصورة مستترة، وهو خوف ربما يؤدي في ظل ثقافة رجولية مثل ثقافتنا إلى مغالاة رجولية تعويضية أو إفراط في النشاط الجنسي. وبالعكس ربما يصاب اللوطيون الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي من قبل ذكور آخرين بالقلق والخوف من أن يكون توجههم الجنسي قد تسبب نوعاً ما في اعتداء رجال آخرين عليهم، أو أن الاعتداء الجنسي عليهم جعلهم لوطيين. وهي استنتاجات من الممكن أن تؤدي إلى شعور بالذنب والخجل وخداع النفسي.

وربما تخشى الإناث اللاتي تعرضن للاعتداء الجنسي عليهن في الطفولة من أنهن أغروا مغتصبيهم بطريقة ما دفعتهم للاعتداء عليهن. وهو خوف يبدو أنه يعكس فكرة نمطية لدى الإناث من أنهن موضوعات للجنس وأن الغواية هي شيء متأصل فيهن. هذا الخوف من الممكن أن يتفاقم إذا كانت الفتاة المعتدى عليها قد تعلمت قبل الاعتداء أن تتصرف بطريقة "فانتة" أو "مغرية" لكي تجتذب انتباه الذكور. ونتيجة لذلك ربما تفسر خطأ سلوكها الجنسي المزيف على أنه هو الذي تسبب في التحرش بها أو الاعتداء عليها. وبسبب هذه الإدراكات التالية المختلفة ربما يجد المتخصصون أن من المفيد التقرب من ضحايا الاعتداء الجنسي من الذكور والإناث بطريقة مختلفة قليلاً أثناء العلاج.

من الناحية العضوية، يمر الطفل بمرحلة نضج سريعة حيث تصبح حركاته رشيقة ومنسقة وهو يسيطر عليها لدرجة أن عمليات التوصيل والمشى والتسلق والإمساك والترك لم تعد أنشطة أو أهداف في حد ذاتها، بل هي وسائل لمحاولات جديدة. ويجد الطفل صعوبة بالغة وعدم رغبة في البقاء داخل حدود فراغ النشاط المحدد له، أنه يريد أن يستطلع عالمة بنفسه، ويحقق إنجازات من نوع جديد. تساعد على ذلك عضلاته التي أخذت تنمو وتتطور قدرتها على العمل والتحكم فأصبحت تساعد الطفل على تنظيم عمليات التخلص من فضلات الجسم، ويصبح بإمكانه التحكم في عضلات الشرج

ومجري البول. وهذا النضج يزداد بالغذاء-ولم يعد الآن يتكون من الأغذية اللينة- الأمر الذي يساعد على تكوين براز أكثر قابلية للتحكم فيه. وفي هذا الوقت، تصبح منطقة الشرج مركزاً لجهود الطفل الجسمية والاجتماعية والنفسية. ويواكب النضج البدني زيادة في طاقة الليبدو وتوجيه هذه الطاقة من خلال أشكال تعبيرية: الهو والأنا والأنا العليا البدائية. ويمكن تتبع أثر الرغبة في الاستقلال الذاتي أو عدمه إلى مظاهر الاندفاعات العنيفة للهو وفي بعض الأحيان تكون هذه الاندفاعات أقوى من قدره الطفل على مواجهتها، وأيضاً على قدرة الوالدين على مواجهتها. غير أنه، وبصفة عامة، تتفق زيادة اندفاعات الهو وزيادة النمو في الأنا. فالزيادة في خفة الحركة، وزيادة الحساسية في الإدراك، وتحسن الذاكرة وزيادة القدرة على التكامل العصبي والاجتماعي، كل ذلك يشير إلى زيادة قوة الهو. وهذا التوازن الدائم والتذبذب بين عمليات الهو والأنا يزداد تأثراً بظهور عمليات الأنا العليا. ورغم بدائية هذه العمليات، إلا أنها تزداد مع اكتساب الطفل لاستقلاله الذاتي واستخدامه لهذا الاستقلال وعندما يصبح الطفل على درجة نسبية من الاستقلال الذاتي في بعض جوانب حياته، فإنه يندمج مع تلك الإرشادات المتحكمة والموجهة التي كانت فيما مضى، في فترة اعتماده الكلي على الغير، تعطي إليه. النمو السوي للأنا هو الذي يبعث بالنمو الصحي أساساً؛ فالأنا هي التي تسمح بإدراك الحياة وتكامل تجربة الاستقلال الذاتي. وعندما يستطيع الفرد أن يري نفسه "الحدود" بين نفسه وبين والديه أو من ينوب عنهما، فإنه يوسع حاسة الثقة داخل نفسه الآخذة في الامتداد. ومع أن هذه الثقة، في الظروف العادية، لم يعد بالإمكان تدميرها بسهولة بواسطة جهوده الشخصية نحو الاستقلال الذاتي، أو متطلبات بيئته الخاصة إلا أن الفرد يحس في نفسه وفي عالمه بخطر الانزلاق إلى مواقف تفوق قدرته في التغلب عليها. وهذا الخوف يخلق بعض الشك في نفسه وفي احتمال فشله.

تبدأ جسور الثقة والأمان من اليوم الأول، عندما يكتسب الرضيع ثقته بأمه، وبيئته، وأسلوب حياته، يبدأ في اكتشاف أن سلوكه أمر خاص به؛ أنه يؤكد أن إحساسه بالاستقلال الذاتي ويحقق إرادته، وفي نفس الوقت، يتسبب اعتماده المستمر - على

غيره- في خلق إحساس بالشك في قرته وحرته في تأكيد استقلاله الذاتي، وأنه يوجد كوحدة مستقلة. ويصبح هذا الشك ممتزجاً بشيء من الخجل لثورته الغريزية ضد تبعيته الاعتمادية التي كان يتمتع بها كثيراً، وبالخوف من احتمال تجاوزه حدوده الخاصة أو حدود بيئته. وتعتبر هذه العوامل المتضاربة من عوامل الشد في الطفل- (ليؤكد ذاته، وليحرم نفسه من الحق والقدرة على هذا اليقين)- تقدم الموضوع الأهم في المرحلة الثانية. وفي هذا الصراع، يطمح الطفل الصغير بدافع داخلي لإثبات إرادته الخاصة وقدرته العضلية على الحركة، كما أنه يشعر بأحجام غريزي لتجربة قدراته الكامنة. والطفل يحتاج لإرشاد عطوف ومعاونة متدرجة في هذا الوقت حتى لا يجد نفسه في حيرة قد يضطر للسخط على نفسه ويصبح دائم الخجل من وجوده أو كثير الشك في ذاته. والطفل "... يجب أن يتعلم أن يحب ويرغب فيما يستطيع عمله، وأن يقنع نفسه أنه ما أراد إلا ما كان يجب أن يكون". عندما يجد الولد أو البنت تعلقاً عاطفياً بأحد الوالدين من الجنس الآخر، فإنه-إنها-يميل للتعبير عن عدم الثقة بكل من يتدخل في هذه العلاقة الجديدة. ومرة أخرى، تبعث المشاعر القديمة بعدم الثقة عندما يحس الطفل بالطابع الرقيق لهذه العلاقة الجديدة. وبالطبع ينشأ إحساس بالتنافس مع أحد الوالدين من الجنس الآخر، يؤدي إلى نتيجتين مترابطتين تتضمن أحدهما: الإحلال التدريجي "للمرغوب فيه" (أي: الأب أو الأم) بموضوعات حب أخرى أقرب مثلاً، أي الأشخاص الذين يمكن أن يكونوا أمن استقبالاً لهذه الطاقة الانفعالية، ذلك لأن الطفل عادة يجد والديه أبعد من أن يتوصل إليهما عاطفياً.

لا بد لنمو الطفل من أن يتناول أيضاً الاختلافات الجنسية بطريقة إدراكية معرفية. وبسبب توقع اتسام الأولاد والرجال بالقوة والعدوانية فإن الواقع ضحية للاعتداء الجنسي قد يعني لهم انتهاكاً للدور الجنسي أكثر مما هو بالنسبة للبنات والنساء. وهذا الجرح الإضافي من الممكن أن يؤدي نوعاً ما إلى ردود إدراكية مختلفة على الاعتداء بالنسبة للذكر والأنثى. فالذكور المعتدى عليهم جسدياً مثلاً يظهرون في الغالب مشاعر عدم الرضا والرغبة في التعويض، وكان عدم قدرة الصبي على رد المعاملة السيئة يعكس

عدم الرجولة بالنسبة للمراهقين والكبار. ويصاب كثير من الأولاد الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي بمخاوف جنسية مرتبطة بالاعتداء عليهم أو التحرش بهم. وقد يعتقد رجال وأولاد طبيعيين أن اعتداء ذكر آخر جنسياً عليهم في طفولتهم جعلهم لوطيين بصورة مستترة، وهو خوف ربما يؤدي في ظل ثقافة رجولية مثل ثقافتنا إلى مغالاة رجولية تعويضية أو إفراط في النشاط الجنسي. وبالعكس ربما يصاب اللوطيون الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي من قبل ذكور آخرين بالقلق والخوف من أن يكون توجههم الجنسي قد تسبب نوعاً ما في اعتداء رجال آخرين عليهم، أو أن الاعتداء الجنسي عليهم جعلهم شواذ. وهي استنتاجات من الممكن أن تؤدي إلى شعور بالذنب والخجل وخداع النفسي.

يجب أن يكون وعي الطفل أكثر ملاءمة للواقع. فلا يزداد اعتقاده بعدم المساواة بينه وبين منافسة الأب (أو الأم) في النواحي البدنية والاجتماعية والجنسية. وهنا تفرده هذه العوامل للعثور على تجارب واقتتاعات جديدة بالاتصال بمن هم أقرب إلى سنة. وبينما يتم استبدال الأب أو الأم بنجاح كموضوع حب، يصبح موقفه أو موقفها أكثر وضوحاً كذات مثالية للجنس الآخر. ويصبح الأب أو الأم، من نفس الجنس، النموذج للذات العليا. وهو يحاول أن يحقق طموحات هذا الأب أو الأم، من نفس الجنس، النموذج للذات العليا. وهو يحاول أن يحقق طموحات هذا الأب أو الأم، ولكنه قلماً ينجح في ذلك. والأهم من هذا أنه يستخدم الأب أو الأم، من نفس جنسه، كمحقق أكبر للذات.

بيدي الأولاد والبنات اهتماماً بالغاً بأعضاء التناسل للجنس الآخر ويؤدي إدراك الفروق، وخاصة في حالة عدم رؤية الأعضاء في حالة البنات، إلى قلق محدد. ويتصور الجنسان أن شيئاً ما قد حدث لأعضاء تناسل الأنثى، وأن هذا الشيء يمكن أن يحدث لأعضاء تناسل الذكر. ويولد هذا الخوف عدم ثقة ويقدم دوافع لكل أنواع الخوف أو الذنب التخيلي بالنسبة لهذه الحالة وغيرها من الأحداث التي لا يوجد لها تفسير. وفي فترة المراهقة، تكون الأنا بالتدرج تركيباً من الماضي والمستقبل. وهذا التركيب هو التحدي الأساسي لهذه المرحلة الأخيرة قبل الرشد الاجتماعي النفسي. ويمكن وصفه بأنه

فترة تقنين ذاتي بحثاً عن الذاتية الجنسية والسنية والوظيفية. أن الشاب يبحث عن إحساس بالنفس، الالتزام بمهام محددة منتقاة من بين بدائل عديدة، ذلك لأن التصرف مع الأنا المثالي أو الشخص المثالي لم يعد يستطيع تقديم فادته الكاملة. وفي هذه الفترة من حياته، يقوم الشاب باستكمال كل التحقيقات السابقة. وهذا التكامل التدريجي والكامل يتضمن هوية الذات. وعندئذ يحقق الشاب ولاءه لوضعه الجديد كشخص في مجالاته الأساسية النفسية الاجتماعية الاقتصادية والثقافية. وهو يجد أملاً في مستقبل يمتد بمساعدة ذاتية أكثر عمومية.

وبانتهاء مرحلتي الطفولة والشباب، نجد أن الفرد في المجتمع الغربي يبدأ الحياة كعضو كامل في المجتمع. ويحين الوقت لكي يستقر استقراراً جاداً للقيام بمهمة المشاركة الكاملة في مجتمعه، أنه الوقت الذي يبدأ فيه الاستمتاع بالحياة وبكل الحرية التي يتمتع بها الراشد ومسئوليته. يتطلب تحقيق النضج النفسي نمواً مستمراً اجتماعياً نفسياً يكرس للدراسة أو للعمل كمهنة خاصة، وتطلب أيضاً ألفة اجتماعية مع الجنس الآخر ليتمكن من اختيار شريكاً في العلاقة الزوجية الممتدة باعتباره إنساناً، وكائناً اجتماعياً ومواطناً. تبلغ هوية الأنا ذروتها، وقوتها النهائية في التقاء القرينين اللذين تكمل هوية الأنا في إحداها الأخرى في بعض النقط الأساسية ويمكن أن تتضج بالزواج دون خلق عدم استمرارية خطيرة بالنسبة للتقاليد ولا تماثل فحشي بالمحارم-لأن كلاً منهما يمكن أن يضر بنمو الأنا في الأجيال التالية.

## مركب النقص عند الطفل المدلل

المعروف لدينا جميعاً أن مرحلة الطفولة هي أهم فترة زمنية تمر في حياتنا؛ ففيها تتشكل قطعة الصلصال التي تمثل شخصيتنا ثم تتضرب وتجف فيما بد، ومن الوجهة النفسية هي أخطر مرحلة كذلك، كما أن أقل خدش يضر بالبراعم الصغيرة. وفي هذه الفترة توضع اللبنة الأساسية لشخصين الإنسان - الطفل - وتحدد الخطوط الرئيسة الموجهة لمسار حياته فيما بعد، وتبذر البذور الأولى لجميع خواص مراحه، تلك البذور والتي تنبت وتؤتي ثمارها - الحلوة أو المرة - في كل الأطوار التالية من حياة المرء.

ومن الأمور المحقق المقطوع بها عملياً أن البداية هي الأساس، وسنوات المهد والصبأ نقطة الارتكاز الأولى للإنسان ...

واخطر كلمة في حياة الطفل في هذه المرحلة هي كلمة (العجز)!

فالطفل من اللحظة الأولى وحتى عدة سنوات بعد ذلك يظل عاجزاً عن فعل أي شيء، ويبقى معتمداً بشكل كلي تقريباً على الآخرين (والديه في الغالب) في الطعام والسكن والأمان والصحة والتسلية ... الخ. وبسبب هذا الاحتياج الذي لا يمكن إنكاره فهو يشعر بأنه (عاجز) وأنه لو رفض هؤلاء المحيطين به العناية بمطالبه لأنتهي لأنه ليس بقادر على تنفيذ أي منها بمحض إرادته الخاصة ... لهذا فإن أول ما يستقر في ذهن الطفل هو عجزه وحاجته الدائمة إلى غيره.

على هذا طبيعي إلى هنا؛ ... ولكن ليس كل الأطفال يصابون بـ (مركب نقص)، بل هي عدة حالات خاصة لا يشترك فيها جميع الأطفال ... وهذه الحالات هي:

1. الشعور بالنقص الجسماني.

2. التدليل المفرط.

3. الهجران.

وبالنسبة للحالة الأولى فإن دراسة (بيران فولف) في هذا المجال كان بها الكفاية، ... إذ لاحظ أن أي اختلاف عن المؤلف قد يسبب الشعور بالنقص ومن ثم تتكون عقدة النقص لهذا الشخص، خاصة إذا كان هذا النقص أو الاختلاف في الشكل محل سخرية أو موضع اضطهاد من الآخرين خلال مرحلة الطفولة. ومن أمثلة هذه الاختلافات: بروز في الفك أو أفق ضخم أو قصر مفرط أو بدانة أكثر من اللازم أو صول في العينين أو تساقط في الشعر أو ... أو ... بل أن المجال الزائد أو الوسامة الشديدة أحياناً عاملاً في إصابة الطفل بمركب نقص إذا ما كانت سبباً في إثارة التعليقات بكثرة أو المضايقة واللاحقة بالمداعبات ... كما قلنا فإن (الاختلاف) هو السبب الأساسي في (مركب النقص) ولا يشترط أن يكون هذا الاختلاف (نقصاً)!

ولا يمكنك أن تلقي باللوم على رفقاء الطفل لكثرة تعليقاتهم المحرجة أو دعاباتهم السج، فالمعروف أن (الحيوانات) و(الأطفال) هما المخلوقين الذين لا يعرفان الرحمة من بين جميع المخلوقات، هذه الحقيقية التي أقرها الشاعر الفرنسي (لافونتين) أثناء دراسته لنفسية الحيوان والإنسان.

فمتى وجد الأطفال في زميل لهم نقطة ضعف أو نقص واضح أو (اختلاف) شديد، استغلوا ذلك فوراً بتلقائية شديدة، وانهالوا عليه بلا هوادة أو شفقة (خاصة إذا كان عاجزاً عن المقاومة): الطفل البدين مثلاً لا يستطيع الفرار من الصبية الأشرار، وربما تعثر الطفل الأحوال كثيراً في مشته، زعك من الطفل المشلول أو مبتور الأطراف ... وتكون المرحلة التالية هي (كبت) كل ذلك العدوان الذي يلاقيه من زملائه بداخله؛ لأن غر قادر على الانتقام ... وهذا الكبت يخلق كراهية عاتية (ربما للبشر عموماً) ومركب نقص خطير.

هنا تجب العناية بأن يتاح للأطفال التنفيس عن آلامهم التي تسببها سخرية الآخرين وليس بالضرورة أن يكون برد العدوان وإنما بأي رد فعل من شأنه (رد اعتبار)

الطفل الضعيف أمام (نفسه) وتضميد جرح كبرياؤه. وأن يشعر من جانبنا بالعطف والفهم والاهتمام.

أما بالنسبة للتدليل المفرط وهو المثال الثاني للشعور بالنقص. والسؤال الطريف هنا:

✓ ولكن ما الذي ينقص الطفل المدلل، إنه يحصل على كل شيء في أي وقت دون عناء؟

والإجابة هي:

✓ إن هذا الطفل ينقصه الكثير في الواقع، ينقص شيء هام جداً اسمه (الاعتماد على النفس)!

فالطفل المدلل قد اعتاد منذ نعومة أظفاره علمه أن يجد كل مطالبه موضع اهتمام وتنفيذ مهما كانت هذه الاحتياجات سخيفة وتافهة، إذا أراد نوعاً غريباً من الطعام الغير موجود على المائدة لأسرعت أمه بإعداده، لو طلب لعبة غالية الثمن لمجرد إرضاء نزعته استبدادية لاشرتها له الأب فوراً، وربما يكون هذا التدليل من ناحية الوالدين له العديد من الدوافع، منها أن يكون هذا هو ابنها الوحيد أو أن احد الوالدين غير مقدر له (لأسباب طبية) الإنجاب مرة أخرى، أو أن هذا هو الابن الأصغر (آخر العنقود) كما يقولون.

وهكذا (من فرط التدليل) أو (الحب) من وجه نظر الأب أو الأم، يخلقان دكتاتوراً بالمنزل وبين أفراد أسرته، والمؤسف أن هذا الدكتاتور هو أكثر المتأثرين بتوابع هذه الكارثة ... فلا جرة لدي هذا الطفل بأهمية الأشياء ... بأولوية الحصول على غرض ما على الآخر ... لا إحساس لدية بالمسئولية أو مواجهة المشاكل أو التصدي للصعوبات، ويماً ما يجد نفسه مطالباً بالسباحة في بحر الحياة العنيف دون أن يتعلم كيف يقفز في الماء البارد المملء بالمواجهات والتحديات!

الطفل المدلل يواجه حقيقة النقص المتركب بداخله بشكل أقصى مما يواجهه الطفل المعوق أو العاجز أو المريض، إذ أن الطفل المعوز أو الضعيف يكشف حقيقته

المؤلمة مبكراً ويعتاد عليها أو يبدأ في مقاومتها، لكن الطفل المدلل يظل (مخدوعاً) لفترة طويلة - ربما سنوات - نائماً في عسل الحلم الوردى بأنه لا يوجد طفل سواه وبأنه أحلامه أوامر وبأن الواجب المفروض على أمه وأبيه فقط هو تلبية رغباته.

ثم يتلقى هذا الطفل أول صدمة في حياته عندما تدمي رأسه صخور الواقع الصلبة ويكشف بطريقة أو بأخرى أنه ليست الطفل الوحيد على ظهر الأرض وأنه ليس محتكراً للعطف والحنان من الجميع. وأشهر تلك الحالات (الكاشفة لحقيقة وضعه المؤسف هو زيادة طفل آخر للأسرة وعندما يولد له أخ أو أخت أصغر منه يسرقان منه التدليل والحب!

إنه يرى نفسه كملك انزلوه من فوق عرشه ووضعوها بدلاً منه ملك جديد أصغر وألطف في مركز الصدارة، وبتراوح رد الفعل صعب شخصية الطفل المدلل، فهو أما يكتب هذا الغيظ بداخلة لينفجر في وقت متأخر فيما بعد ... أو أنه يمارس عدوانيته تجاه الطفل الجديد وكراهيته لوالديه.

الحقيقة المؤلمة الثانية هي أنه عندما يشب رجلاً أو تتضح لتصير أنثى كاملة، فإن هذا الشاب وهذه الفتاة ينتظران من المجتمع أن يعاملهما بنفس الكيفية التي كانا يجدانها في حجر والديهما وأن تلبى كل رغباتهما، أو على الأقل يجب أن يكون الطريق مفروشاً بالورود ليستطيع هو أو هي إنجاز أحلامه! والنمو النفسي في هذه المرحلة يتركز في مهمتين أساسيتين: **أولاً:** هي أن الهو والأنا والأنا العليا تبدأ في العثور على توازن متبادل في الفرد يمكن أن يصير وحدة نفسية متكاملة، أو شخصية لها حقوقها الخاصة ... وابتداء من هذه اللحظة، يضيف نمو تشديداً على علاقته بأبوية وأقرانه وغيرهم من الأشخاص في عالمة المستمر في التمديد. **ثانياً:** أن المخلوق الصغير السن يبدأ في ملاحظة فروق جنسية بين أفراد بيئته، الأمر الذي يؤثر عليه في مشاعره (دوافع الهو) وفي المنهاج الذي يجب عليه أن يتبعه تبعاً للمتطلبات الاجتماعية في مجتمعه، أي أن متطلبات ذاته والمعايير الاجتماعية للأسرة تتنافس عادة مع دوافع الهو. والطفل الآن يواجه فترة تعلم نشطة تقوده من خلال إمكانيته إلى احتمالات المستقبل. ويشترك

الطفل معظم الوقت مع أطفال من سنه، وهو يدخل دخولاً نشطاً في حياة الآخرين، وبالتالي يواجه العديد من الخبرات. والأهم من ذلك أنه يري نفسه-أنه يتعلم، ويشارك، ويخوض التجارب-كولد أو كبنت، وفي نفس الوقت فإن الطفل لا يستطيع أن يتصل من حقيقة أن تعلمه، واتصالاته الاجتماعية وتجربته، تولد أفكاراً جديدة ومشاعر جديدة، وأفعالاً تصويرية أو واقعية، الأمر الذي يهيئ له حداً جديداً للإحساس بالذنب. وعادة ما يخشي الطفل أن يكون تجاوز حدوده، وهذا في الواقع هو ما يفعله عادة. وهو يواصل السؤال عن وظيفته الجنسية: ترى هل يعتبر سلوكه متماشياً مع ما هو متوقع من جنسه؟ هل من الصواب أنه-(وبشتى الطرق) لا يزال يحس ويتصرف كطفل من الجنس الآخر؟؟ وهل يصح (فيما يتعلق برغباته الجنسية)، أنه لم يعد يشعر كطفل؟؟ وهكذا فإن هذه المرحلة تخلق لحظات من الشعور بإحساس الانجازات الحقيقية، ولحظات يتولد فيها الخوف من الخطر والإحساس بالذنب.

حسب مفاهيم علم النفس التحليلي تتميز مرحلة النمو هذه بمضاعفات (أدبية) نسبة إلى أوديب الإغريقي، وكلمة أوديب تعني غليظ الفخذ!... في كتاباته الأولى، يتقبل "أريكسون"، الذي أفاض الشرح في هذا المجال، رأي فرويد بشأن الأزمان الخاصة بالنمو بالنسبة للطفل ووالديه (وخاصة أيهما من الجنس الآخر)، وللأسرة كمثلة للتقاليد الاجتماعية. وفيما نشره حديثاً، يتساءل أريكسون عن التعميم والمبالغة في التبسيط للناشئين عن تفسير الآخرين لمفهوم فرويد بشأن عقدة أوديب. ويلاحظ أنه لا شك في مسألة التعلق بالجنس الآخر؛ ولكنه (أو هي) كان حتى الآن كل شيء بالنسبة للطفل والممثل "الصادق" والوحيد لمجموعته (أو مجموعتها الجنسية). ومما تجب ملاحظته أن هذه التصارعات نحو الجنس الآخر تحدث في الوقت الذي يكتشف فيه الطفل أنه أصبح معدوداً ضمن مجموعة أسرية، وأنه يستطيع أن يبدي شعوراً وجدانياً قسدياً. أن هذا التجاوز الوجداني من جانب الطفل لا يعتبر من الفاحشة بالنسبة للمعتقدات الغربية، ولكنه يتضمن حقيقة أن الحب يصل دائماً إلى الشخص الذي استحقه والموجود فعلاً. أن الصبي يميل إلى القرب من أمه. وهي أقرب موضوع للحب، وذلك لأنها هي التي

هيأت له الراحة الدائمة. والأم تكون مستعدة لقبول وتشجيع تعلق أبنها، لأنها هي أيضاً تحس بالذكورة فيه- الرجل الذي سيصيره. وفي نفس الوقت فإن المجتمع يتحدى الصبي أن يحول تحقيق ذاته إلى أبيه، وهو عادة يشعر بأنه من السهل أن يعجب بأبيه، وذلك لأن الأب يمثل رموز الذكورة (سلوك الأنا وقيم الأنا العليا) التي تعتبرها ثقافته (وخاصة ثقافة منزله وموطنه) من المرغوب فيها ومما تدعو للإعجاب بها. أما البنت، فأنها تميل أكثر لتوجيه رغبتها إلى الرجال كأهل للثقة وأقربهم مثلاً لها من (هو عادة الأب) ومرة أخرى فإن ذلك يتضمن مسألة القرب أكثر مما يتضمن مسألة الفحشاء (بالمحارم). أن علاقة البنت الأوديبية تبعد درجة عن علاقة الولد. وذلك لأن رغباتها لا ترتبط عادة بنفس الشخص الذي اعتمدت عليه في فترة طفولتها الاعتمادية، أن علاقتها الأوديبية بأبيها علاقة رومانسية (تفكير-هيام-دلال أنثوي)، في حين أن تحقيق ذاتها يستمر مع الأم، التي ترمز لكل ما هو متجسد في صراعاتها نحو الأنوثة. وعندما يجد الصبي أو البنت تعلقاً عاطفياً بأحد الوالدين من الجنس الآخر، فإنه-أو هي-يميل للتعبير عن عدم الثقة بكل من يتدخل في هذه العلاقة الجديدة. ومرة أخرى، تبعث الإحساسات القديمة بعدم الثقة عندما يحس الطفل بالطابع الرقيق لهذه العلاقة الجديدة. وبالطبع ينشأ إحساس بالتنافس مع أحد الوالدين من الجنس الآخر، يؤدي إلى نتيجتين مترابطتين تتضمن أحدهما: الإحلال التدريجي "للمرغوب فيه" (الأب أو الأم) بموضوعات حب أخرى أقرب مثلاً، أي الأشخاص الذين يمكن أن يكونوا أمن استقبلاً لهذه الطاقة الانفعالية (العاطفية)، ذلك لأن الطفل عادة يجد والديه أبعد من أن يتوصل إليهما عاطفياً. والنتيجة الثانية ترتبط بإدراك الطفل الأكثر ملاءمة للواقعية. ويزداد اعتقاده بعدم المساواة بينه وبين منافسة الأب (أو الأم) في النواحي الجسمانية والاجتماعية والجنسية. وهنا تفرده هذه العوامل للعثور على تجارب واقتناعات جديدة بالاتصال بمن هم أقرب إلى سنة. وبينما يتم استبدال الأب (أو الأم) بنجاح كموضوع حب، يصبح موقفه أو موقفها أكثر وضوحاً كذات مثالية للجنس الآخر. ويصبح الأب أو الأم، من نفس الجنس، النموذج للذات العليا. وهو يحاول أن يحقق طموحات هذا الأب أو الأم،

من نفس الجنس، النموذج للذات العليا. وهو يحاول أن يحقق طموحات هذا الأب أو الأم، ولكنه قلماً ينجح في ذلك. والأهم من هذا أنه يستخدم الأب أو الأم، من نفس جنسه، كمحقق أكبر للذات.

الطفل ينمو بشكل تكاملي إلى وحدة جسمانية ونفسية شاملة مستقلة ذاتية كما ينبغي لها أن تكون، ويصبح الطفل الصغير هو ذاته. وهو يختبر استقلاله الآخذ في الظهور والاتساع بالنسبة لمختلف أوجه بيئته المباشرة والآخذة في الاتساع. ويستطيع الطفل تدريجياً أن يكتسب نظرة متفحصة في المؤسسات والفرص والوظائف مما يسمح له بالمشاركة المرتقبة والمسئولة كبالغ. وهو يجد انجازاً ساراً في تناول اللعب ذات المعنى، وفي تشكيل الأدوات، وفي الاضطلاع بالمسئولية عن نفسه وعن الأطفال الأصغر منه سناً. ويؤدي عدم نجاح الطفل في الانتماء لأحد والديه ودفع الريادات الأخرى، يؤدي إلى النجاح أخيراً في مختلف مهام الحياة. وتسمح له طاقته العظيمة (من استعداد نفساني شديد المرونة إلى طاقة بدنية هرمونية إلى حيز عاطفي فكري هائل) بنسيان الفشل سريعاً، والبدء من جديد بمجهودات أفضل توجيهاً. ويجد أنه كان يتحرك في الاتجاه الصحيح ولو كان ذلك في الوقت غير المناسب. وسرعان ما تجد معظم مشاعر الذنب والاحساس الفشل تعويضاً بإحساس إنجازي ... فيتأكد المستقبل في مواجهة الماضي. أن المستقبل يغفر للماضي.

## الدرس الأخير: من طفلي أتعلم

ربما كان أعظم درس يعلمنا إياه الأطفال هو الحب غير المشروط، إذ أننا أحياناً كثيرة ما نبالغ في توجيه اللوم لهم، إلا أنهم يعودون ليطوقونا بأذرعهم، ويبيثون فينا دفئهم ولسان حالهم يقول "لا بأس يا أمي ... لا بأس يا أبي ... أننا نحكما عندما تكونان لطيفان معنا ... وحتى عندما تكونا غاضبين منا، فأنا دوماً في حاجة إلى تواصلكم معنا ... بالحب والحنان ... أو حتى باللوم" ... فأن الأطفال مميزون في البصيرة القلبية. ونحن البالغين نحتاج إلى الأطفال أحياناً لكي يكشفوا لنا أموراً تحول عنا صرامتنا دون رؤيتها؛ ففي انفتاحهم على الحياة يذكروننا أحياناً بالأمور الجوهرية ... فحدث أن اقتنت طفلة في السابعة من عمرها سمكاً ذهبية، لم تعب من مراقبتها وهي تسبح وكانت تتادي أمها لتري كيف ترسل إليها السمكة قبلات بفمها المتغضن، وكانت هذه السمكة هي أول من يلقي تحية من الطفلة عند عودتها من المدرسة، ولطالما سمعها والدها تخبر السمكة بأسرارها وإحداث يومها وحكايات زميلاتها وذات يوم سألت هذه الطفلة أمها: "هل تنام الأسماك؟". وكانت سمكتها ممددة على جانبها في قعر حوض السمك الصغير. فبكت الابنة بمرارة وحرقة بين ذراعي أمها حتى لتتمنت الأم لو لم تتعلق الطفلة بها كثيراً. ولكنها سرعان ما مسحتي الطفلة عينيها بكمها وقالت: "على الأقل كانت معي بعض الوقت". ورأت الأم عندئذ في عيني أبنيتها الجمال والنمو اللذين يأتيان من الحب النابع من الصميم، وكانت الأم قد تعلمت أن تحاذر الحب خوفاً من الجرح العاطفي، لكن ما قاله لها قلب طفلتها "أن الحب يفرح بقدر أكبر مما يؤلم الجرح" فتعلمت الأم من ذلك اليوم أن نفتح قلبها على الدنيا والناس وتعلمت أكثر أن تحب ولازالت تذكر أن جرأة ابنتها الطفولية هي دافعها الأساسي. الكثير من صفاتها الحسنة تندثر وتموت بداخلنا عندما يتقدم بنا العمر، ولكن ليس من المحتم أن تموت هذه الخصال الطيبة عندما تكبر؛ فيمكننا إن نحافظ على روح الطفولة فينا بأن نركز على الدروس التي يعلمنا إياها الأطفال كل يوم.

وتأتي غرائز أبنائنا عفوية وبسهولة ويسر، فهي إذن بحاجة إلى رعايتنا والاهتمام بها وصقلها حتى تكون نتائجها إيجابية ذات تأثير فعال وبناء على أطفالنا الناشئين، وألا نحاول أن نخدش هذه البذور الصغيرة التي ستصير أشجار المستقبل، فالطفل بعكس الشخص البالغ؛ إذا ما وجهت له إهانة أو لوماً في غير محلة، فإنه لا يتبين خلفيات هذه الإهانة ولا يحلل انتقادك له تحليلاً واعياً، كما أنه لا يستطيع أن يتحدى منتقديه، لكنه يحتفظ بالجرح داخله ويصبح عائقاً أمام نموه السليم سواء من الناحية النفسية أو الأخلاقية.

ثانياً: إن الساعات الطويلة الروتينية في المكتب قد تفقدنا بهجة الحياة. ولا يسعنا أن نتجاهل متطلبات العمل، لكننا نستطيع تلوين يوم عملنا بقليل من المرح مع أطفالنا، وبعضنا لا يستطيع التخلي عن الجدية إلا في رفقة الأطفال. تقول الطبيبة النفسانية "جوي ميلر": "إن الأطفال يأذنون لنا بإعتاق الطفل الذي بداخلنا".

حانت عطلة نهاية الأسبوع وبقيت لدي رئيس تحري احدي المجالات أعمالاً كثيرة غير منجزة، وكان مسئولاً عن رعاية أبنه ذي السنوات الأربع. صباح يوم العطلة ألتفت الصبر إلى أبيه وقال: "هيا بنا نلعب يا أبي" ... ولكن الأب كان غير مهيباً نفسياً للعب إذ كان قراره نفسه يدي أن الأمر سيكون عبئاً عليه وسيحاول التظاهر بالمرح مع طفله ... إلا أنه قال في بساطة ولم يرد إغضاب الصغير: "هيا بنا!" ... وبدأ الطفل يعرض العابة على والده وتضمنت عطلة نهاية الأسبوع عراكاً مائياً بخراطيم الحديقة وغذاءً شهياً وصماماً بهيجاً أبحر خلاله أسطولاً من المراكب البلاستيكية الصغيرة ... وبفعل الحيوية التي أضفاها اللعب أنجز رئيس التحرير عمله في نصف الوقت المتوقع ما وصار بعدها في غاية الدهشة، إذ تأمل ما حدث في الأسبوع السابق، ليجد أن يوم اللهو والمرح مع طفله الصغير قد أمده بالطاقة اللازمة لإتمام ما يجب إتمامه من عمل مؤجل.

اللعب الطفولي دفقاً من الطاقة في من أضناهم الإفراط في العمل؛ فإدخال البهجة قلوبنا يسمح لنا بالاسترخاء والتمتع بأيامنا بدلاً من تحملها كعب، لا يطاق احتماله.

ثالثاً: تعلم منهم التأمل في الدقائق العظيمة وإبداع الخالق في كونه ... إذ يري الأطفال أموراً لا يراها معظم البالغين، وغالباً ما تقود ملاحظاتهم إلى أسئلة توسع مدارك العقل وتشحن الروح، وهم يسألون أسئلة من نوع السهل الممتع ... أسئلة بسيطة للغاية لكننا لا نجد لها إجابة حاضرة في أذهاننا ... "لماذا السماء زرقاء؟" "كيف تعرف أوراق الشجر الوقت المحدد لتغيير ألوانها؟" "لما تهز الكلاب أذناها؟" ... تقول مربية سويدية "كنت أشرف على بضعة أطفال تركوا في رعايتي ... فجأة صاح احدهم يناديها وآخر جاء يشدها من زراعها إلى النافذة لتتأمل بطن ذبابة زرقاء اللون تقف خارج الزجاج وهم يتأملون حركاتها الدقيقة الخاطفة في عجب هادئ، مطلقين بين الحين والآخر صغير دهشة، وإذ راقبتهم وراقبت ما كانوا يتأملون تملكنتي مثلهم الرهبة والخشوع لعظمة الخالق في مخلوقاته" ... أليس منتهي الكبر والتجديف أن نتجاهل صوراً بسيطة هي آيات لعظمة الله أو نراها ونقول "هذا أمر عادي ... ماذا به؟" ... ولكن مشاغلنا المتكدسة تعطل قدرتنا على التأمل وتقف حائلاً بيننا وبين ما يجب أن نتعلمه من الطبيعة. وكان الفيلسوف الإغريقي (ارسطاطاليس) يقول أن الفلسفة تبدأ بالدهشة ... إذاً، فالأطفال هم الفلاسفة بيننا ... فهم لا يكفون عن التأمل فالآن هاش فالتساؤل طوال الوقت ... وهذه الأسئلة المحرجة تواجهنا منهم في كل وقت من الأوقات ... لكنها تشحن بدورها تأملاتنا، وتجعلنا - مثلهم - نفكر في أسئلة أكبر منا.

رابعاً: لدي الأطفال ميلاً واضحاً للتعاون ومشاركة أترابهم في ألعابهم وأمورهم الصغيرة، وعندما يبلغ الطفل الثانية من العمر تكون قد توفرت لديه نظرة أكثر نظاماً للعب، وعلى الرغم من أنه لم يصل بعد إلى السن التي تجعله يقدر أهمية المشاركة مع الآخرين، إلا أنه يصبح شديد السعي ليوفر لنفسه أطفالاً في مثل سنة ليلعب معهم، وبينما يزداد تعرفاً على نفسه مع هؤلاء الرفاق عن طريق محاولة تقليدهم منافستهم، يبقى

بحاجة إلى الكثير حتى يتعلم كيف يتكيف مع آخرين في مثل سنة، ويدرك أن الآخرين لهم حقوقهم التي ينبغي عليه أن يأخذها بعين الاعتبار.

على أن الطفل وهو في سنته الأولى لا يكون قادراً بعد على التعبير عن هذا المدى الكبير من ردود الأفعال التي تحتشد داخله تجاه من يقابلهم بالطبع، غير أنه - وبطريقة تثير الدهشة حقاً - تجده عندما يلتقي بآخر غريب في مثل سنه؛ يقابله على أنه إنسان أكثر شبهاً به من أي شخص آخر سبق وتعرف عليه ... ويمكننا - بالطبع - أن ندرك أن هذا اللقاء لن يترك في الطفل أكثر من بريق سعادة يتبعها اهتمام حذر في هذا السن (مهما كانت درجة ذكاء الطفل)، ويأخذ اهتمام الطفل يتزايد تدريجياً بالأطفال الذين هم من نفس سنه. وهنا يكون على الوالدين توفير وجود هؤلاء الأطفال في مجال الطفل، أو توفير المكان الزمان المناسبين ليلتقي هذا الطفل بأترابه. ومن المفضل في هذه الفترة من عمر الطفل (عمر الثانية) أن نراقبه بعناية، إذا تواجد مع الأطفال من مثل عمره، إذا أن هذا الطفل أيضاً هو في بداية الحاجة إلى ذلك النوع من ومضة السرور والإثارة الذي لا يمكن أن يؤمنه له إلا لطفل يماثله تقريباً في السن ... وعليه فأن الأطفال سوف يبدأون على أدراك معني الأخذ والعطاء الذي يكون مغروساً بداخلهم لكنه بحاجة إلى بيئة صحية لينمو ويظهر عليهم.

خامساً: أننا بحاجة إلى أن نتعلم أن نحسم أمورنا ونثق بأنفسنا أكثر ويمكننا أن نأخذ من جراه الأطفال دارساً مفيداً .. يحكي أحد الآباء قائلاً "عندما كان بني في مرحلته الدراسية الأولى احضر إلى البيت يوماً صورة مرسومة لقطعة بنفسجية اللون، رسمها ولونها بنفسه، وقد كتبت المعلمة في أعلى الورقة: "أعد تلوينها مرة أخرى ... القطط لا تكون بنفسجية اللون" فقال لي أبني بإصرار: "ولكن قطتي بنفسجية يا أبي ... لقد تخيلتها هكذا". وقد علقنا الصورة فوق رف المستوقد ميثاقاً لجرأة طفل غامر بروياه للحقيقة وخاطر بالتمسك بخياله الواسع ... وأحياناً عندما أرتدد بين المخاطرة بفرديتي والطاعة ... أنظر إلى صورة أبني علي الحائط أو أتذكر هذا الموقف السابق منه، تمدني الصورة بالشجاعة فأحسم أخرى فوراً. وعندما يسأل أحد أفراد العائلة أبني عن

القطعة البنفسجية يقول: "أعرف أن هذه القطعة بنفسجية، ولكنها قطعتي أنا رغم كل شيء".  
أن العديد من الابتكارات الفنية والاكتشافات العلمية ينبع من مثل هذه الجرأة الطفولية.  
وفي الواقع فإنه من المفيد أن نشجع أطفالنا على التحلي بصفة الشجاعة والجرأة  
(في حدود بالطبع). صحيح أنهم عندما ينطلقون في الحديث يسببون القلق بسببه كثرة  
مطالبهم وإحاحهم المستمر ولكن تذكر أننا نقلق أشد القلق عندما يتأخر الطفل في  
الكلام عن أقرانه، والطفل الذي يتأخر في الكلام يبدأ في إظهار إحباطه بهمات أو  
تعبيرات لغوية غير مفهومة أو بعض الأفعال الغير مقبولة كالعصبية يحبط الأشياء  
والقاء نفسه على الأرض وغير ذلك.

وأخيراً: تحكي سيدة أن زوجها قد أدخل المستشفى ذات مرة واضطرت إلى إعداد  
أغراضها لتمضي عطلة المرض معه هناك ... لقد تملكها الشك والخوف، وكانت أبنيتها  
ذات السنوات الأربع تلهو بدراجتها في الحديقة فاصطدمت بجذع شجرة هنا، وراحت  
تصرخ منادية أمها، ثم جادلتها رافعة ركبتهما المقشورة الجلد كي تريها لأمها، وسألتها:  
"ولكن يا أماه ... من سيعتني بجروحي في غيابك". وبعد لحظة صمت غمغت الأم:  
"لعل المريبة سوف ... ولكن الطفلة قاطعت أمها وقالت: "كلا ... أنني أعرف  
الإجابة ... أن الله سوف يرعاني" ... ثم ابتسمت الطفلة وعادت إلى دراجتها وعادت  
إلى اللعب في الحديقة. وبعبارة الطفلة الصغيرة الأخيرة أحييت إيمان والدتها البسيط  
الثابت ليزداد فجأة ويقوم اهتزازة.. وزال كل قلقها وخوفها على زوجها، وذهبت إلى  
المستشفى بقلب أكثر شجاعة نعم، أن فطرة الأطفال النقية تعرف الله وتؤمن بوجوده  
وقدراته، كما أن ذرات الشك لا تلوث هذه الفطرة أبداً، إذ لازال العقل سليماً، ولازالت  
الروح بكرةً.

ونحن بحاجة بالفعل إلى أن نجعل إيماننا ثبات كما هو لدي أطفالنا، ونزيل عن  
روحنا القلق وذرات الخوف والتوجس التي ترسبت من تجاربنا السابقة، وننقي سريرتنا من  
غياب أعباء الحياة اليومية.

وأن أعظم حكمة نتعلمها من عقل وقلب الطفل هي أن "أطلقوا عنان أنفسكم وأحبوا!" ... ذلك أن المرء لا يري الحق إلا بقلب ... وليس كالأطفال مميّزون في البصيرة القلبية.

## "الختام"

كما نقول دائما، فائدة الكتب الطبية هي توجيه النصح والإرشاد لسد  
النقص الفادح في ثقافتنا الطبية وتحسين أسلوب حياتنا الذي يواجه  
صعوبات عديدة كل يوم، وكذلك تزويد الطبيب والمتخصص بمادة مناسبة  
يقابل بها مرضاه ليخاطبهم بلغة أسهل من لغته العلمية العسيرة تناسبهم  
فيسهل معها إتباع تعليماته الضرورية، ولا ينبغي الاعتماد عليها بالكامل  
بل يجب التوجّه للطبيب المختص في الحالات اللازمة.

الكاتب يرحب بأي استفسار أو سؤال على البريد الإلكتروني:

د. هاني حجاج

[Hany\\_haggag@hotmail.com](mailto:Hany_haggag@hotmail.com)

"المؤلف"

دكتور "هاني حجاج عبد المبديء"

بكالوريوس الطب والجراحة - قصر العيني - جامعة القاهرة.

البريد الإلكتروني:

[hany\\_haggag@hotmail.com](mailto:hany_haggag@hotmail.com)

من الكتب التي صدرت للمؤلف:

- \*أسطورة الوادي الناعس - دار ليلي - القاهرة.
- \*سلسلة تعليم اللغات - دار الراتب - بيروت.
- \*معا نتعلم الإنجليزية - معا نتعلم الفرنسية - معا نتعلم الألمانية - معا نتعلم الهولندية - معا نتعلم الإيطالية - معا نتعلم الأسبانية - دار الراتب - بيروت.
- \*دليل السعداء - دار الراتب - بيروت.
- \*أمراض منتصف العمر - سلسلة كتاب اليوم الطبي - دار أخبار اليوم - القاهرة.
- \*أسئلة حائرة على السنة البنات - دار الراتب - بيروت.
- \*القاموس الطبي الشامل - دار الكنانة - المملكة العربية السعودية.
- \*معجم مصطلحات الطب النفسي - دار الكنانة - المملكة العربية السعودية.
- \*معجم مصطلحات الطب الشرعي - دار الكنانة - المملكة العربية السعودية.
- \*الدليل الشامل في أمراض الأطفال - دار الكنانة - المملكة العربية السعودية.

- \*أمراض الصدر – دار الكنانة – المملكة العربية السعودية.
- \*فن الخطبة والتكثيف في الشطرنج – دار العلم – بيروت.
- \*فن المونتاج – دار العلم – بيروت.
- \*النظرية الأدبية المعاصرة – دار الكنانة – المملكة العربية السعودية.
- \*تبسيط مبادئ الفلسفة – دار الكنانة – المملكة العربية السعودية.
- \*طرق (ديوان شعر) – دار الفكر العربي – المملكة العربية السعودية.
- \*الغامض (رواية) – دار الفكر العربي – المملكة العربية السعودية.
- \*ليلة مطر (رواية) – دار الفكر العربي – المملكة العربية السعودية.
- \*سلسلة روايات الرعب – دار الحلم لروايات الجيب.
- \*موسوعة الشطرنج – دار اليازوري – الأردن.
- \*تاريخ الشطرنج – دار اليازوري – الأردن.
- \*دراسة وتحليل أدوار الشطرنج – دار اليازوري – الأردن.
- \*فن الخطبة في الشطرنج – دار اليازوري – الأردن.
- \*الشطرنج: الدفاع الفرنسي – دار اليازوري – الأردن.
- \*الشطرنج: الطابق الأسباني – دار اليازوري – الأردن.
- \*ثلاثية البرهان والخيال والميزان- دائرة الثقافة والإعلام – قسم الدراسات والنشر – الشارقة- الإمارات.
- \*موعدنا غدا وقصص أخرى – ترجمة- دائرة الثقافة والإعلام – قسم الدراسات والنشر- – الشارقة- الإمارات.
- \*فازت رواية (مسكون) بالجائزة الأولى في الرواية – الدار المصرية المعاصرة للتنمية والثقافة.