

## الفصل ٥

### إرساء الانضباط وتعليم الإدارة الذاتية

يريد الآباء أن ينضبط أطفالهم ذاتياً بالطريقة نفسها التي يريدونهم بها أن يكونوا متمتعين بدافعية ذاتية. يعدّ الضبط جزءاً مهماً من التنشئة، فمن خلال معايشة القيود التي يفرضها الوالدان يتعلّم الأطفال تحمّل المسؤولية عن سلوكهم، وأن يعدّلوا أو يطفئوا السلوك غير المقبول. ومثل كل شيء يتعلّق بتربية الأطفال، يشمل الانضباط كلاً من النمذجة، وتعليم السلوكيات التي نريد من الطفل ممارستها.

يشكو غالبية الآباء من قضايا الضبط، ويتساءلون: كم قاعدة يحتاج الأطفال الأذكياء؟ وما الطريقة المثلى لتعليمهم الضبط الذاتي؟ قال لنا بعض الآباء أنهم يحتاجون إلى وضع عدد كبير من القواعد؛ لأنّ أطفالهم غير منضبطين. ويعتقد آخرون أنّ الأطفال الأذكياء بحاجة إلى قواعد قليلة، أو أنّهم لا يحتاجون إلى أيّ قاعدة. وقد يختلف الوالدان أحياناً -حتى في العائلة ذاتها التي يوجد فيها زوج للأمّ أو زوجة للأب- على كيفية ضبط طفلهم، في حين يدعى بعض أولياء الأمور أنّهم سيكونون والدين صالحين، إذا حاول أحدهم أن يكون صديقاً أو رفيقاً للطفل باستعمال قليل من الضبط، غير أنّ القسم الأكبر من دور الوالدين يتضمّن تعليم الأطفال الضبط.

كيف تستطيع أنت، بصفتك أباً أو معلّماً مهماً لطفلك المليء بالحيوية والقوّة مساعدته على تعلّم الضبط الذاتي المناسب؟

والحقيقة أنه لا توجد طريقة واحدة تصلح للتعامل مع الأطفال كلّهم بشكل مثمر، في حين هناك مبادئ أساسية تمثّل أساساً جيّداً لتشكيل وتعديل السلوك مما يقود إلى الضبط والثقة بالنفس اللذين تريد من طفلك أن يمتلكهما عندما يكبر.

### الضبط والعقاب

يعني الضبط لكثير من الوالدين عزل الطفل أو حرمانه، أو أيّ نوع آخر من أشكال العقاب. وهذا أمر مؤسف للغاية؛ فالضبط يختلف عن العقاب، حيث إنّهُ أكثر شيوعاً من العقاب الذي يجب أن يكون نادر الاستعمال. وبسبب الطبيعة الحسّاسة للأطفال الموهوبين، فإنّ مقداراً قليلاً من العقاب قد يستمرّ أثره فترة طويلة، لذلك عندما نستعمل كلمة «ضبط» فإننا نتحدّث عن طرق مساعدة الطفل على تعلّم إدارة سلوكه الذاتي- أي مساعدته على تحقيق التنظيم الذاتي وتعلّم المسؤولية. ويعدّ هذا عند كثيرين طريقة جديدة للنظر إلى تعليم الطفل تدريجياً كيف يدير حياته الشخصية.

يتعلّم الأطفال الانضباط من العواقب (سواء كانت مفروضة أم طبيعية)، ومن الآخرين من حولنا الذين يتحلّون بالضبط الذاتي. وتشمل التربية الفعّالة للأطفال الضبط الذي لا يبيّن لهم الخطأ الذي ارتكبه فحسب، وإنّما ما يجب عليهم فعله بعد ذلك. عندما تقول مثلاً: «لا تستعمل الألوان السائلة لتلوين صور القصص بل استعمل أوراق الرسم للتلوين» فإنك تبيّن له كيف يمكن أن يتصرّف في المرّة

القادمة خلافاً لما فعله اليوم. غالباً ما يركّز الوالدان على الأخطاء التي يرتكبها الأطفال دون إخبارهم بكيفية تحسين سلوكهم، وهذا هو الجزء الأهم في تعلّم الضبط الذاتي. كذلك فإنّ في العقاب ما يسميه علماء النفس «أثر الانتشار» Spread Effect بمعنى أنّ العقوبة تنتشر وتلّون كلّ ما يحدث في حينها، بما في ذلك علاقتك مع طفلك.

لو صرخ أحد الوالدين على طفله بمنتهى الإحباط: "توقّف عن إصدار كلّ ذلك الصوت المزعج". فإنّ الصراخ لا يعدّ وسيلة ضبط، لماذا؟ لأنّه لا توجد تعليمات للطفل عمّا يجب أن يفعله بدلاً ممّا فعل، ولن يكون الأب نموذجاً لسلوك مرغوب. فهو عندما يصرخ مراراً، فإنّ الطفل سوف "يقلد" ذلك السلوك. وربما كان من الأفضل للوالد أن يعالج مشكلة الصوت العالي كالتالي: "لا أستطيع قراءة كتابي بشكل جيّد وأنت تقوم بكلّ هذا الإزعاج، اخرج من فضلك والعب في الخارج إذا كنت تصرّ على الصوت المزعج"، فهذه الطريقة توصل للطفل ما تريده بطريقة تتمّ عن احترام.

لا يقلّ تكرار استعمال الألفاظ والنبرات والعقوبات الخشنة من التواصل فحسب، بل قد يدمّر العلاقات كلّها. وفي حقيقة الأمر إنّ العقوبة الخشنة، لا سيّما إذا مارسها الوالد بطريقة تخلو من الاتّساق، قد تؤدي إلى مشاكل رئيسة بين الطفل ووالديه، كالصراع على السلطة والتمرّد، وحتى الجنوح، إضافة إلى نقصان حقيقيّ في ذكاء الطفل. وقد أظهرت دراسة واحدة على الأقلّ، أنّه عندما يوقع الوالدان عقوبة قاسية على الطفل بسبب سوء سلوكه، فإنّ درجات ذكائه تهبط بشكل ملحوظ، خاصّة عند أطفال ما قبل المدرسة.

ربّما تختلف هذه النصيحة عن أساليب العقاب التي نشأت عليها أنت. لقد آمن الآباء في الأجيال الماضية بالضرب العنيف سواءً بالعصا أو الحزام أو ما شابه. وانطلق ضبط الطفل من فلسفة «إنّ لم تستعمل العصا فسّد الطفل» ممّا أدى بالوالدين إلى معاقبة أطفالهم جسدياً في زمن كانت فيه العائلات مطلقة السلطة ومستبدة، وليست ديمقراطية. وفي مفارقة لافتة استعملت المدارس قديماً العقوبة الجسدية - مضرّاً خشبياً - لكلّ من خالف القوانين، في حين قد يؤدي هذا الاستعمال في كثير من مدارس اليوم إلى إجراء تاديب ضدّ المربي نفسه.

وفقاً للتربية التسلّطية في تلك الأيام، كان الوالدان دائماً على حقّ، ولهما الكلمة الأخيرة، فهم الرئيس، والقاضي، وهيئة المحلّفين، وكلّ ما يقولونه هو القانون. لم يكن أمام الطفل مجال للنقاش أو التساؤل، إلا أن ذلك لم يكن يمنعهم من إعلان تدمرهم من تلك القسوة والدخول في صراع على السلطة والتمرّد على الوالدين. وفي الممارسات المرعية اليوم، يوصي المربّون بدوام السلطة للوالدين، والسماح لأطفالهم بالحرية ضمن قواعد العائلة وبُنيتها، فيوفّرون لهم بذلك بعض الخيارات، وبعض المسؤولية عن قراراتهم. ومع ذلك، ما زال الآباء يفرضون حدوداً لهذه الخيارات. ويسمح هذا المنحى للطفل اكتساب الخبرة في صنع قراراته ضمن حدود معيّنة ثابتة، كما يتيح له تدريجياً تعلّم الضبط الذاتي.

### ثلاثة أساليب للضبط

ثمة ثلاثة أساليب أساسية للضبط هي: التسلطي، والمتساهل، والحازم. فالوالد المتسلط يصنع قرارات الطفل كلها، ويستعمل المكافآت والعقوبات، ويعتقد أنه أفضل من الطفل، ويدير البيت بقوانين قاسية، وضبط صارم مانحاً الطفل قليلاً من الحرية، غير أن الأطفال الذين يتربون بهذا الأسلوب يُحرمون من فرص صنع القرارات المتعلقة بحياتهم. والوالد المتساهل يعطي الأولوية لرغبات الطفل وحاجاته، بحيث يزوده بخبرات بسيطة وممتعة وخالية من الضغوط. وعندما يعمل الوالد ما يستطيع الطفل عمله بنفسه، فإنه يجرده دون قصد من احترام الذات وتقديرها؛ مما يتسبب في تمرد الطفل معظم الأحيان، في حين يقدم الوالد الحازم لطفله مجموعة خيارات، ويبيّن له الإرشادات العامة، لكنه يجعل الحقيقة معلّمة الأول، ويضع الطفل أمام مسؤولياته. و بذلك يوفّر الوالد للطفل بعض الفرص لصنع قراراته؛ مما يسمح له بتطوير الاستقلال وتقدير الذات الواقعي. يبدو هذا الأسلوب منطقيًا أكثر من غيره، ويوفّر أساساً لضبط ذاتي صحي.

### الضبط والإدارة الذاتية

يأتي العقاب عادة من الخارج، من شخص أكبر عمراً أو أضخم جسماً، في حين يأتي الضبط من الداخل. وتركز فلسفة الضبط هذه الأيام على تعليم الطفل الاعتماد على قدراته في التفكير والتصرف اللائق، وليس خوفاً من العقاب. يعلم الآباء أطفالهم فهم أفعالهم وعواقبها الطبيعية أو المفروضة. ولذلك فإن الضبط يركّز بهذا المعنى الجديد على جوانب إيجابية متعدّدة لتعليم الطفل مهارات المراقبة الذاتية والتوجه الذاتي، ويسمح له بالتصرف المسئول بطرق يمكن التنبؤ بها وترضي الأطراف جميعها، وتؤدي إلى الإدارة الذاتية في نهاية المطاف.

تُبرز هذه النقلة في التفكير الفروق بين العقاب والضبط. فمن الواضح أن العقاب لا يعزّز التفكير المستقل، ويمكن أن يؤدي إلى اعتماد الأطفال على الآخرين ليتعلّموا منهم كيف يجب أن يتصرفوا. وعلاوة على ذلك، يثير العقاب عند الأطفال الموهوبين رد فعل قوي، إما خوفاً أو غضباً؛ لأنهم يتميزون بالاستقلال، وقوة الإرادة، وسرعة الاستجابة لما يعتبرونه خطأ.

هدف الضبط إذن، هو التوجيه الذاتي وتطوير شعور داخلي قوي لما هو صحيح، وما هو خطأ، وما هو مناسب. فالتوجيه الذاتي أمر حيوي للأطفال الموهوبين. ولأن الأطفال الموهوبين يختلفون عن الأطفال الآخرين من وجوه عديدة، فإنهم بحاجة إلى الاعتماد على قراراتهم وحكمهم على الأمور، وليس على قرارات الآخرين طيلة حياتهم. وغالباً ما تؤدي طرق تفكيرهم الفريدة إلى نتائج غير عادية، كما يمكن أن يكون تقويمهم لموقف ما مختلفاً تماماً عن تقويم الآخرين للموقف ذاته.

يعدّ تعلّم التوجيه والضببط الذاتي من الأمور الأساسية، إذا أردنا أن يصبح الأطفال الموهوبون متعلّمين مستقلّين مدى الحياة. ويشكّل ضبط الأطفال الموهوبين في الغالب تحدياً للوالدين والآخرين؛ وذلك لاشتراكهم بصفة واحدة هي الحدّة والشدة على وجه الخصوص. فإذا انشغل الطفل الموهوب بقضية معيّنة أو مشروع معيّن، فإن تركيز أهدافه ورغباته وحاجاته يؤدي غالباً إلى مشكلات

انضباطية. وبالرغم من أن هذه الشدة قوة عظيمة، إلا أن الطفل الموهوب قد ينقصه الضبط الذاتي والسيطرة على النفس وهو في غمرة اختلافه الشديد مع شخص راشد ذي سلطة. وربما تؤدي شدته في الدفاع عن أفعاله إلى صراع سلطة مع ذلك الراشد في محاولة «للحفاظ على ماء وجهه».

ونظراً لأن الأطفال الموهوبين أذكاء وذو إرادة قوية، فإن لديهم قدرة متطورة وميلاً مسبقاً إلى التفكير والاستنباط والتساؤل في أي وقت، وفي أي مكان، وليس من المتوقع أن يقبلوا أوامر أو توجيهات والديهم التسلطية دون جدال. وإذا حدث ذلك فإنه ناتج في الغالب عن الخوف الذي قد يؤكّد فيهم العناد لاحقاً. وممّا يساعدنا عند توجيه الأطفال الموهوبين هو أن نفهم أنهم يمكن أن يردوا أو يجادلوا أو يغضبوا أو يتمردوا، أو حتى يتحدّون تعليماتنا عندما نستعمل عبارات مثل: «لأنني قلت ذلك». فهؤلاء الأطفال يريدون أن نعطيهم سبباً حقيقياً ومعقولاً لما نقوله لهم.

من السهل معرفة لماذا يصبح الأطفال الذين يسمعون عبارة «لأنني قلت ذلك» كثيراً في أثناء طفولتهم غير متحمسين لطرح الأسئلة على الوالدين. ويميل الأطفال الذين يترّبون بأسلوب تسلطي إلى تطوير «العجز المتعلّم» (اعتقاد عدم قدرتهم على تغيير الأشياء) في علاقاتهم مع الآخرين في المستقبل، لأن مثل أولئك الأطفال تنقصهم القدوة التي يتعلّمون منها حلّ المشكلات ومعالجة سوء الفهم، ولهذا يظنون بحاجة إلى طلب النصيحة من الآخرين، وقد يشعرون نتيجة ذلك بانعدام الثقة بالنفس، وتظل علاقاتهم مع الآخرين ضعيفة.

ربما تكون المناقشات مع طفل موهوب صعبة أحياناً. فأحد الأطفال مثلاً، تحدّى والديه بإبراز نسخة من وثيقة «إعلان الاستقلال» وقال لهما: «هل ترون؟ إنها تقول إن كل الرجال ولدوا متساوين- وهذا حق لا يكتسب من الآخرين. فأنتم إذن، لا تستطيعون أن تطلبوا مني ما أفعل، نحن جميعاً متساوون». وأجابته أمه: «يقولون «الرجال» وأنت عمرك سبع سنوات، فأنت لست رجلاً!». ذهب الطفل مباشرة إلى «الإنترنت» ليرى متى سيصبح رجلاً ثم عاد بمعلومات مهمة دفعته إلى المزيد من الأسئلة. (الحياة ليست مع طفل موهوب مملّة أبداً). ولحسن الحظ، لم تخمد هذه الأم حب الاستطلاع عند طفلها وحاجته إلى التساؤل بإجابتها التقليدية «لأنني قلت ذلك». ومع أن الأسئلة المتواصلة يمكن أن تكون متعبة، إلا أن تجنّب الأساليب التسلطية في تربية الأطفال الموهوبين يؤدي إلى مزيد من العلاقات والنتائج الإيجابية في المستقبل.

## الأطفال يتعلّمون الضبط الذاتي ببطء

يحدث التغيير والنمو وتقدير الذات الإيجابي بثبات مع مرور الوقت. ومن الضروري في تنمية الضبط، كما في الدافعية، أن تشجّع الخطوات التدريجية، فالضبط الذاتي والدافعية الذاتية مهارات مكتسبة. يكون الناس عادة في وضع ضعيف عندما يبدأون بتعلّم مهارات جديدة، ثم يتحسنون مع الممارسة. وسواء كانت المهارة الجديدة عزفاً على آلة موسيقية أو ضرب كرة التنس، أو تعلّم الضبط الذاتي والدافعية الذاتية، فإنها تحتاج إلى كثير من التدريب والممارسة. وقد يركّز الأطفال الموهوبون أحياناً على صعوبة المهمة، أو الفشل في إتقانها أكثر من تركيزهم على النجاح فيها فيصابون بالإحباط.

وإذا شعروا بالإحباط، فإنهم سيبدلون جهداً قليلاً. وقد يحتاج هؤلاء الأطفال أكثر من غالبية الأطفال الآخرين أن يلاحظ الكبار جهودهم وصفاتهم الإيجابية، كما أنهم بحاجة إلى التشجيع لمساعدتهم على تجنّب الحكم على أنفسهم انطلاقاً من مواطن الضعف بدلاً من مواطن القوة.

وقد تحتاج أنت في مواقف الضبط كما في الدافعية إلى تحديد مواقف يستطيع فيها طفلك الموهوب ممارسة النجاح، بحيث تستطيع رصده في أثناء قيامه بالمهمة بشكل صحيح. ومثلما تستطيع استعمال الأسلوب التدريجي لتشجيع طفلك على عزف البيانو أو ركوب الدراجة الهوائية فإنك تستطيع استعماله أيضاً لتعليمه المثابرة والترتيب، أو إطاعة القوانين. فكّر في بعض الخطوات التي يمكن أن تكون بداية أكيدة لنجاح طفلك الموهوب. ولكنك حتى تشجّع طفلك على الضبط الذاتي في أمور روتينية كالترتيب مثلاً، بين له كيف يضع الجوارب كلها في مكان واحد في الدرج، والقمصان في مكان آخر. عندما ينجح في ذلك، تقدّم معه إلى الخطوة التالية وشجّع التغيرات التدريجية، واستعمل الثناء المرتقب للخطوات الصغيرة التي ستولّد النجاح، ثمّ امدحه على هذا النجاح.

### ثلاثة أسئلة تتعلق بالضبط

ثمة ثلاثة أسئلة يجب عليك أن تسألها لنفسك وأنت تطوّر الضبط الذاتي عند طفلك:

١. إلى أي مدى تعدّ هذه الطريقة للضبط فعّالة؟

٢. ما تأثيرها في علاقتي مع طفلي؟

٣. ما آثارها على تقدير الطفل لذاته؟

يهدف الضبط إلى تحقيق الفاعلية، ومع ذلك يحاول الكبار فرض الضبط غير الفعّال على أطفالهم. وقد قيل قديماً: "إنّ الحماقة هي القيام بالشيء ذاته مرّات عديدة ولكن مع توقّع نتائج مختلفة في كلّ مرة". (فإن لم تنجح الطريقة حتّى الآن، لماذا تتوقّع أن تنجح عندما تحاول مرّة أخرى؟).

يعدّ إدراك فاعلية (أو عدم فاعلية) استراتيجيات الضبط التي تستعملها الخطوة الأولى نحو تحسينها. فإذا شعرت أنّك لست فعّالاً كما تحبّ أن تكون، ابحث عن طريقة أخرى غير مؤذية للطفل كأن تتناقش معه في بعض النقاط، وتبقى ثابتاً على رأيك في نقاط أخرى.

هناك طرق متعدّدة لتصحّح سلوك الطفل أو تنتقده أو حتّى تعاقبه. وتنمي بعض هذه الطرق تقدير الذات عند الطفل، وتعزّز علاقاته معك، وبعضها الآخر لا يفعل ذلك. فإذا ركّزت على السلوك وليس على الطفل، وزوّدت الطفل بالتشجيع كلّما سمحت الظروف بذلك، ستوافر لديك فرصة أفضل لمواجهة المضاعفات السلبية والتعلّب عليها.

وفيما يأتي مزيد من المقترحات للحفاظ على علاقاتك مع الطفل وتقديره لذاته في أثناء عملية الضبط.

## كيف تنشأ مشاكل الضبط ؟

تكون مشكلات الضبط، كالرسوب في المدرسة، أو السلوك التخريبي، موجّهة نحو هدف معيّن في رأس الطفل، تماماً كما يوجّه سلوك التعاون البناء نحو النجاح. ومفتاح فهم سلوك الطفل هو البحث عن هذا الهدف الأساس. وقد وجدت الدراسات أن هناك خمسة أهداف أساسية ومتكررة لسوء السلوك عند الأطفال، هي:

١. جذب الانتباه

٢. الرغبة في السلطة

٣. الردّ أو الثأر

٤. إظهار اليأس التام من الذات

٥. الرغبة في إدارة المعلومات المتعلقة بهم و/ أو إخفاء مواهبهم وقدراتهم.

تتضمن هذه الأهداف كلها، وما ينتج عنها من سلوكيات، شعوراً بالانقص أو عدم الارتياح للموقف. فهؤلاء الأطفال مثبطون، ولا يحبّون أنفسهم أو لا يحبّون الموقف الذي يجدون أنفسهم فيه. وإذا فهمنا الهدف غير المعلن للطفل، تسهل علينا الاستجابة له بشكل يشعر فيه بالتشجيع، ويتعلّم التعبير عن مشاعره وسلوكاته بشكل ملائم. فعندما يزعج ولد صغير أمّه وهي تتحدّث بالهاتف، فإنّه على الأرجح يريد أن يجذب انتباهها. وإذا أدركت هدفه فإنّها تقول له: «أنا أتحدّث مع صديقتي الآن، وأريد منك أن ترسم على هذه الورقة عدّة دقائق، ثمّ سأقضي بقية الوقت معك». وتستطيع هذه الأمّ أن تضبط ساعة توقيت كي يعلم الطفل مقدار الوقت الذي تريد أن تتحدّث فيه مع صديقتها.

ومن المفيد أن تتذكّر دائماً أنّ كلّ ما يفعله الإنسان تقريباً يكون مدفوعاً ببعض العواقب المتوقعة، أو بمكافأة، أو مردود ماليّ. وهناك عواقب عديدة في معظم المواقف تسهم في الحفاظ على السلوك. وبشكل عامّ، يستجيب الناس للمديح ويحاولون تجنّب النقد. ولكن، يمكن أحياناً أن يكون كلّ من المديح والنقد معزّزات، لا سيّما عندما لا يحظى الطفل إلاّ بقليل من التقبّل. ويتعلّم بعض الأطفال أنّ الانتباه السلبيّ من أكثر الطرق فعالية في جذب الانتباه، أي سوء السلوك أو تدني التحصيل. فقد اكتشف هؤلاء الأطفال أنّ السلوك السيئ يلفت انتباه الكبار، وأنّ السلوكات التي تحظى بالتعزيز تكرر أكثر من غيرها. ويميل الأطفال إلى اختبار الكبار بسلوكاتهم السلبية طالما استمروا في جذب انتباههم.

يعدّ تجاهل السلوكات السلبية إحدى الاستراتيجيات الفعّالة لتقليل منها قدر الإمكان، ومنح الطفل في الوقت ذاته انتباهاً أكثر لسلوكه الإيجابيّ بالمديح والثناء الحسن. وقد يكون هذا صعباً، ويستغرق وقتاً طويلاً، لكنّه يؤدّي عادة إلى سلوك محسّن. وقد يزداد السلوك السالب للأطفال قليلاً عند البدء بحجب الانتباه؛ لأنّهم سيحاولون إشغال الوالدين وجذب انتباههما من جديد باللجوء إلى السلوك السلبيّ. وهم يفعلون ذلك ولسان حالهم يقول: "لقد نجح هذا الأسلوب سابقاً؛ وسوف ينجح مرةً أخرى إذا كرّرتّه الآن". غير أنّ هذا السلوك سيتوقف أخيراً عندما يفشل في جذب الانتباه.

ولحسن الحظ أن من الممكن تغيير سلوك الطفل، إذ يستطيع الأطفال الموهوبون تعديل سلوكياتهم بسرعة إن أرادوا. ولتحقيق ذلك علينا أن نزوّدهم بالمعلومات والتغذية الراجعة، والتعزيزات المناسبة كلما أظهروا تقدّمًا نحو السلوك المرغوب.

### حدّد القيود

يحتاج الأطفال كلّهم إلى قيود أو حدود، وربما يحتاج بعضهم، خاصّة الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه Attention Deficit Disorder- ADD، أو اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه Attention Deficit Hyperactivity Disorder - ADHD، إلى قيود ثابتة ومتكرّرة أكثر من غيرهم. وقد لا يحبّ الأطفال وضع قيود على سلوكياتهم. وعلى آية حال فمهمّتك بصفتك والد الطفل ليست الفوز بمسابقة للشعبية مع طفلك، فأنت السلطة والشخص المسؤول على أية حال. ومن المحتمل وجود أصدقاء كثر لطفلك، ولن تسدي إليه معروفًا بمحاولتك أن تكون صديقه الحميم، بدلاً من أن تكون والده<sup>٦</sup>.

يستطيع الأطفال الموهوبون الاستفادة من توجيهات شخص كبير يفهم قضاياهم. تذكّر أنّ الموهبة تستطيع تفسير السلوك، لكنّها يجب أن لا تكون مبرراً للسلوك غير اللائق. والطفل الموهوب كأى طفل آخر، يحتاج إلى توجيه؛ لأنّه قد لا يدرك مدى تأثير سلوكه على الآخرين. وإذا ما رغب متعمّداً أن يركّز على أفكاره الخاصّة، فمن المهمّ أيضاً أن يكون حسّاساً لاهتمامات زملائه الآخرين ومشاعرهم. وحتى عندما يسير العمل المدرسي ببطء، فإنّ من غير المقبول أن يكون الطفل وقحاً مع معلّمه. يستطيع الوالدان والمعلّمون مساعدة الطفل على إيجاد طرق اجتماعياً مناسبة للتعبير عن حاجاته دون انتقاده أو معاقبته على شخصيته، أو على كفيّة قيامه بأعماله.

يعتقد بعض الكبار - وبشكل خاطئ من وجهة نظرنا - أن من الأفضل عدم وضع آية قيود على أطفالهم الموهوبين، في حين أثبتت الدراسات أنّ تساهل الآباء المفرط في ضبط أطفالهم يؤدي إلى تدني نسبة ذكائهم في سنوات ما قبل المدرسة، مع أنّ الأطفال يستعيدون هذه الخسارة في سنوات المدرسة المتوسطة. وفي المقابل، عندما تقدّم العائلات تشجيعاً صريحاً، وضبطاً معتدلاً، وبيئة متوازنة، وقيوداً ثابتة معقولة لسلوك أطفالها، فإنّ نسبة ذكاء الأطفال تبقى في تزايد حتى سن الثامنة<sup>٧</sup>. أما الآباء الذين يختارون عدم وضع قيود على سلوك أطفالهم، فإنّهم يعتقدون أنّ القيود سوف تعيق إبداعهم، أو أنّها غير ضرورية للأطفال الأذكياء؛ لأنّهم يستطيعون التصرف بحكمة. غير أنّ الأطفال الأذكياء، هم أطفال أولاً وآخرًا، وهم بحاجة إلى تعلّم الكثير من الأمور، لأنّه حتى وإن كان لديهم مستوى متقدّم من المعرفة، إلا أنّ حكمتهم لا تكون على المستوى نفسه. وكما لاحظ كثير من الآباء، فإنّ الذكاء العالي لا يضمن بالضرورة حكمًا جيّدًا على الأمور. فالطفل الصغير الذي يسأل كبار السنّ عن التجمّعات الكثيرة في وجوههم، قد يكون لديه حبّ استطلاع قويّ، لكنّه لا يفهم مع ذلك أنّ هذه الأسئلة تعدّ من المحرمات أو المحظورات في مجتمعنا. يحتاج الطفل في مثل هذه الحالات إلى تزويده بالمعلومات، وليس إلى عقوبة. ويستطيع الوالد المهتمّ بطفله أن يساعده على فهم كفيّة تأثير سلوكه في الآخرين، وبذلك يقلّل من احتمالات الأحداث المتكرّرة.

## تجنّب تغذية «وحش» السلبية

فكّر في الانفعال الذي يعترى الطفل عندما تقول له: «شكراً لك»، أو «هذا عمل جيّد!». فكّر أيضاً في ارتفاع صوتك وحدّته عندما توبّخ طفلك أو توجّهه بصوت مرتفع كأن تقول له مثلاً: «اترك أخاك وحده!». «أسرع وارتندي ملابسك! ستصل الحافلة خلال دقيقتين!».

يركّز معظمنا تركيزاً انفعالياً على العبارات السلبية دون العبارات الإيجابية. فنحن نلاحظ، ونحدّد، ونعلن كلّ نوع من أنواع الفشل. ونعلن «لأنتنا» عالياً، لكننا في المقابل نهمس بمدحنا وتقديرنا أو حتّى أننا نهملها. وإنه لمن المحزن أن يحصل أطفالنا على انتباهنا عندما يخرقون القوانين أكثر ممّا يحصلون عليه عندما يقومون بالأعمال الروتينية أو الوظائف البيتية أو المهّمات الأخرى على نحو جيّد. يتباطأ الأطفال في كثير من العائلات عند استعدادهم للذهاب إلى المدرسة. وعندها يعبر الوالدان - بنوايا حسنة - عن إحباطهما، مع بعض التحذيرات، وربما يرفعان صوتيهما باستغراب: «هل يجب علينا إعادة هذا الكلام كلّ يوم؟». وبعد عدّة محاولات لتغيير السلوك، قد يشعر الوالدان أنّهما قد جرّبوا كلّ شيء: التذكير، والتشجيع، والتهديد، والرشاوى، والهدايا، وأوقات الاستراحة، والعزل من المعزّزات، وبينما ينجح بعض هذه الإجراءات لفترة قصيرة، إلّا أنّ أياً منها لم ينجح لفترة طويلة؛ عندئذ يتساءلان: «ماذا يمكن أن نفعل أكثر من ذلك؟»

في محاولة لتوضيح هذا التفاعل الحيوي استعمل «هوارد جلاسر» Howard Glasser و«جينفر إيزلي» Jennifer Easley ألعاب الفيديو حيث لاحظا أنّ الأطفال المتصفين بالشدّة والتحدّي وضعف الانضباط يلعبون الفيديو، وهم غير عنيدين، بل يبدو عليهم الانسياق وراء تحقيق النجاح. ويقول الباحثان: «إنّ السبب في ذلك هو أنّ اللعبة ثابتة تماماً ويمكن التنبؤ بها. كما أنّ البرنامج مباشر، وواضح، وغير متضارب. ولا يمكن الاستقواء عليه أو التلاعب به، أو تغيير تصميمه مهما كثرت نوبات الشكوى أو التوسّل أو الغضب. ولا يضيع الأطفال وقتهم وهم يحاولون التلاعب بالبرنامج أو الجدل معه. فهم يوجّهون ذكاءهم بشكل كلي للعمل الصحيح»<sup>١</sup>.

يتعلّم الطفل سريعاً في لعبة الفيديو ما الذي ينجح وما الذي لا ينجح، حيث يؤدّي الاتّساق التّام في اللعبة إلى الإذعان للقوانين دون جدال، ولا يمكنك أن تكون الرابع في ألعاب الحاسوب بمجرد إدخال كلمة «الفوز» لأنّ هناك قوانين في هذه الألعاب لا مجال للانحراف عنها، ومن الطبيعي أن يكون الاتّساق في الحاسوب أسهل ممّا هو عليه عند الوالدين. وعلى أيّة حال، فإنّ مشكلات الضبط تتحسن عندما يكون الوالدان متسقين في استجاباتهم، وتزداد سوءاً إذا كان الوالدان غير متسقين، وينتهي بهم المطاف بتغذية وحش السلبية بانتقاد أطفالهم.

وصف «جلاسر» و«إيزلي» «منحى يساعد الوالدين على تجنّب التعليقات السلبية في أثناء المراحل الأولى للضبط. فهما يشجعان الوالدين على:

١. إدراك ما يفعله الطفل، ووصفه بصوت مرتفع.
٢. تقدير المهارات والقيم والاتّجاهات التي يحبّون رؤيتها في الطفل، ومدحها عندما تتوافر فيه.

٣. تزويد الأطفال بحدود وعواقب وبنى ثابتة بطرق تحصل فيها السلوكات الجيدة على التقدير والانتباه أكثر مما تحصل عليها السلوكات السيئة.

يساعد الوالد الذي يستعمل هذه الأساليب الطفل على إدراك سلوكه المناسب وغير المناسب، وعليه تزداد فرصة رؤيته السلوكات الإيجابية أكثر من السلوكات السلبية. على سبيل المثال: " إنك تضع منشفتك المبللة على الأرض، أحب أن تسهم في المحافظة على الحمام مرتباً، وأن تعلقها على الحامل. وأكون ممتناً إن علقته دون أن أدرك في المرأت القادمة".

### أهمية الاتساق

لعل من أهم الإرشادات الضرورية أن تحدّد (وتطبّق) قيوداً ثابتة قدر الإمكان، ومن الضروري أيضاً أن يتفق الوالدان على هذه القيود. فعندما يختلف الوالدان حول المعايير والقيود والتوقعات، فإنّ الإرشادات تكون غير واضحة، وتكون النتيجة غالباً تدني التحصيل، والصراع على السلطة، واستغلال الطفل الوالدين أو كليهما<sup>١</sup>.

يكون الأطفال في الحقيقة أكثر راحة وأمناً عندما يفهمون القيود والضوابط على نحو واضح حتّى وإن لم يعترفوا بذلك. وحتّى لو احتجّوا على القوانين بشدّة، إلّا أنها تقدّم لهم ثباتاً، فالطفل يعرف أنّك تضع القيود لاهتمامك به، وأنّها وضعت لتوجيهه وحمايته، وأنك سوف تنقذها. كما يعرف أنّك جدير بالثقة، لأنك بالنسبة إليه تعني دائماً ما تقول.

إذا لم يتعلّم طفلك الثقة في المنزل، فإنّه ربما لن يثق بأحد في المستقبل. فالقيود والقوانين والتوقعات المحددة بوضوح، والمفهومة جيّداً، تعطي طفلك إحساساً بالأمن والاستقرار والقابلية للتنبؤ، وتلزمه من سنّ الرّضاعة وحتّى سنوات المراهقة. والأطفال طبعاً، سيتفحصون هذه القيود بين فترة وأخرى، أحياناً لتجربة سلوكات جديدة، وأحياناً لاستشعار ردّ فعلك، وأحياناً ثالثة للتأكد من أنّ تلك القيود لا تزال موجودة. من الممكن وصف بعض تلك القيود، مثل الالتزام بالوقت، أو احترام خصوصية الآخرين بأنّها قيم عائلية.

تساعد القيود والإرشادات والقوانين الطفل- سواء كان صغيراً أم مراهقاً- على التحكم بنفسه وعلى جعل العالم معقولاً بالنسبة له. ثمّة قوانين ثابتة في المجتمع: أحمر يعني قف، أصفر يعني انتبه، أخضر يعني انطلق. وقد يضطرّ الناس الذين لا يستطيعون هذه القوانين إلى دفع مخالفات مالية. فالجري ممنوع حول البركة، وإذا خالفت ذلك فهناك عقوبة تنتظر، وإذا نسيت مرّة أخرى، فإنّ العقوبة ستكون أشدّ. تضمن هذه القوانين والأنظمة أن يعيش الناس في المنزل والمجتمع بأمان وتعاون. ولهذا فإنّ مساعدة طفلك على فهم أسباب القوانين وعواقبها توفّر له خيارات أفضل فيما يتعلّق بسلوكاته.

## ما العدد المناسب من القوانين؟

يحتاج الأطفال الموهوبون في العادة إلى قوانين وقيود أقل من الأطفال الآخرين<sup>١١</sup>. فهم قادرون في معظم الأحيان على رؤية أسباب القيود والضوابط، ويتعلمون بسرعة، ويتوقعون عاقبة أفعالهم. يُقترح على الوالدين أن يضعوا أقل قدر من القيود اللازمة لضمان الأمن والأمان؛ مما يساعدهم من أربعة أوجه محدّدة، فهذا أولاً، يساعد الوالدين على تزويد الأطفال بالخيارات المناسبة لأعمارهم وحرية الاختيار ضمن القيود المحدّدة لهم. ومن ناحية ثانية، يقلل إمكانية حدوث صراعات السلطة حول القيود والضوابط، فكلما قلّت القيود، قلّت فرص التمرد. وثالثاً: يؤدي فرض كثير من القوانين والقيود إلى الإحباط عند الجميع؛ نظراً لصعوبة تنفيذها. وأخيراً، فإنّ القيود الصارمة تسمح للطفل بإمكانية النمو والتجريب. ويمكن توسيع حدود حرية الطفل عندما ينضج وذلك بالتقليل من الضوابط والقيود.

ولكننا يجب ألاّ نسمح مطلقاً بحدوث بعض السلوكيات؛ لأنّ عواقبها العاطفية والجسميّة قد تكون عظيمة جداً. فإذا لم يستجب الطفل عندما يُطلب إليه التوقف، يتوجّب على الآباء أن يبعده عن الموقع فوراً. وفيما يلي بعض السلوكيات غير المقبولة<sup>١٢</sup>:

لا تقبل من طفلك أن:

- يضربك أو يضرب الآخرين، بما في ذلك حيوانات المنزل.
- يركلك أو يركل الآخرين بما في ذلك حيوانات المنزل.
- يحطّم الممتلكات، بما في ذلك ممتلكاته الشخصية.
- يرمي الأشياء عليك أو على أيّ شخص آخر.
- يعضّ.
- يبصق.
- يدفع الآخرين.
- يلمس الأعضاء الخاصّة للآخرين، أطفالاً كانوا أم كباراً.
- يستعمل اللغة القذرة أو ينشغل بالنقد اللاذع.
- يتجاهلك.
- يرمي النفايات على الأرض أو يلوّث البيئة.
- يفتش في خزانتك أو محفظتك أو أدراجك دون إذن منك.
- يستمرّ في أنشطته عندما تقول له «توقف»!

تكون عمليّة تعليم هذه الضوابط تدريجيّة. فأطفالك الصغار مثلاً، لا يعرفون مفهوم «التوقف» حتّى يفهموا معنى كلمة «توقف». على الآباء أن يعلموهم كلمة «توقف»، ويكونوا متّسقين في ذلك.

أما فيما يخص السلوكيات العدوانية - كالركل والعَضّ - الخ، فإن من المهم ألا يسمح الوالدان للأطفال بإيذائهم إطلاقاً حتى في أثناء اللعب.

يتيح تحديد الضوابط والقيود للوالدين فرصة تعليمها لأطفالهم منذ الصغر، ثم يشعرون بتقليل عدد تلك القيود كلما نضج أطفالهم. تصف سليفيا ريم Sylvia Rimm ما أسمته "V of Love أي حرف V في كلمة الحب بالإنجليزية"<sup>١٣</sup>، حيث تكون الحدود متلاصقة في أسفل الحرف (V) إشارة إلى أن الحاجة للقيود الصارمة تكون كبيرة عندما يكون الطفل صغيراً، وتبدأ هذه الحدود بالتوسّع التدريجيّ تزامناً مع نضوج الطفل، حيث يبدي مقدرة على إدارة سلوكه بنفسه. فيستطيع الوالد حينئذٍ سحب شبكة الأمان إلى الخلف، ويشجّع الأطفال على تحديد قيودهم بأنفسهم مع الإبقاء على قيود الوالدين موجودة في الوقت نفسه. تزداد حرية الطفل كلما نما وتطوّر، ويصبح أكثر تعبيراً عن تحمّله المسؤولية.

تأمّل هذا المثال: يجب أن يتواجد الأطفال الرضع والدارجون في غرفة واحدة مع أحد الوالدين أو من يعتني بهم. أما أطفال ما قبل المدرسة فيسمح لهم باللعب داخل المنزل، وعندما يدخلون المدرسة، يمكنهم اللعب في حديقة المنزل الخلفية، في حين يمكن لأطفال الصف الرابع الخروج إلى المنطقة المجاورة للعب مع أطفال آخرين، ويسمح لهم عندما ينضجون بالخروج خارج منطقتهم. وكما أن الحدود المادية تكون متباعدة كثيراً في «(V) الحب»، فإن القيود الانفعالية وقيود المسؤولية تصبح أوسع كلما أثبت الأطفال أنهم قد نضجوا فعلاً.

تقع بعض العائلات في مأزق عندما تكون (V) عندها مقلوبة (أي هكذا A). فهي لم تطوّر قيوداً حازمة للطفل عندما كان صغيراً؛ لأنّ سلوكياته كانت في الغالب ذكية رغم أنها فوضوية، "إنه يفتح خزائن المطبخ، أليس ذلك ذكاء؟"، "إنه يحضر محفظة ويحملها معه، ألا يشير ذلك الإعجاب؟" كانت العواقب الطبيعية للسلوكيات السلبية للطفل أقلّ ما يمكن في ذلك الوقت، ولم تكن هناك عواقب تُفرض عليه لتساعده على التعلّم. لكنّ والديه الآن، وهو في سنوات ما قبل المراهقة، مهتمّان بالنتائج الطبيعية المحتملة للسلوك غير المناسب، ويحاولان وضع المزيد من القوانين.

عندما يبدأ الوالدان فجأةً بتطبيق قيود على طفلٍ لم تُفرض عليه قيود أو قوانين كثيرة سابقاً، فإن احتمال أن يتمردّ الطفل أو أن يرفض الإذعان يصبح قوياً؛ فتكون الفوضى هي النتيجة في معظم الأحيان؛ لأنّ الطفل سوف يحتجّ قائلاً، "لقد كنتّ تعاملني على أنني كبير، والآن تعاملني كما لو كنت طفلاً!". ولذلك، يجب على الوالدين البدء بمجموعة مبسّطة من القوانين الأساسية القويّة إذا أرادوا استعادة السيطرة على الطفل. لقد تخلّوا عن السيطرة مبكراً ومنحوها للطفل الذي كان يبدو عليه أنه يُحسن الخيارات، وهو تصرف غير حكيم. وعندما ازداد قلقهم من خيارات الطفل وعواقبها المحتملة، حاولوا استعادة السيطرة، غير أنّ عمليّة استعادتها أصبحت صعبة وبطيئة، مع أنّها ضرورية جدّاً.

يعدّ تحديد وقت لنوم الطفل مثلاً جيّداً للحرية المقيدة بضوابط معيّنة. يمكن الوثوق بطفل الصف السادس الذي أظهر بعض الاستقلالية والمسؤولية ليحدّد وقت نومه على أساس المحاولة والخطأ؛ ذلك لأنّه يعرف الآن من خبرته مقدار الوقت الذي يحتاج إليه للنوم<sup>١٤</sup>، ويستطيع الوالدان أن

يراقبا التقدّم، ويناقشا مدى النجاح الذي يحرزه الطفل في ذلك. وقد يحتاج الأمر إلى تعديل بسيط، وربما كانت مداخلات الوالدين مفيدة في هذا المجال، مثل: «إنّك تبدو متعباً، لذا دعنا نزيد وقت نومك عشرين دقيقة، ونرى كيف تكون النتيجة، فإذا كنت سعيداً وغير قلق، فسنعلم أنّ ذلك جيّد وناجح». إن هذا النوع من المحاولة والخطأ يبقي السلطة والنفوذ في يد الوالدين، لكنّه أيضاً يساعد الطفل على المفاوضة على ما يريد، واكتساب خبرة في تحديد ضوابطه وقبوده. وأخيراً، عندما يلتحق طفلك بالجامعة، فإنّه سوف ينام ويغسل ملابسه وينجز مهمّات أخرى كثيرة وحده دون مساعدة. ومن الأفضل أن يتعلّم كيف يضبط موعد نومه الآن وهو يعيش مع العائلة.

## العائلة كلّها تشارك في تطوير القوانين

يجب أن يشارك الأطفال الموهوبون في تطوير قوانين العائلة<sup>١٥</sup>، ويمكن أن يكون اجتماع العائلة لمناقشة قوانين الأعمال الروتينية والتفاعل في العائلة خبرة تعليمية رائعة لكلّ أفرادها. نحن لا نقترح السماح للأطفال تحديد القوانين، أو أن يسمح الوالدان بتلاعب الأطفال بهما. لكن عندما يأخذ الأطفال دوراً في النقاش، ويشعرون أنّ آراءهم وأفكارهم أخذت في الحسبان، فإنّه من المرجّح أن يقبلوا تلك القوانين ويلتزموا بها. ونحن ننصح باستعمال كتاب: «الأطفال: التحدي» Children: The Challenge للمؤلّفين «ديريكز وسولتز»<sup>١٦</sup> Dreikurs and Soltz لعقد الاجتماعات العائلية. سوف يتعلّم الأطفال الموهوبون أهميّة الضوابط والقيود من خلال مشاركاتهم في قوانين المنزل، ثمّ يتعلّمون في نهاية المطاف تطوير قوانينهم وضوابطهم الخاصّة بهم. وعندما يلمسون لاحقاً عواقب أعمالهم، فإنّهم سيجمعون معلومات قيّمة وأساسية لإصدار أحكام أفضل في المستقبل.

وكما أنّ الأطفال الموهوبين يرغبون في الإذعان للقوانين عندما يرون ضرورة لذلك، فإنّ من غير المرجّح أن يسايروا القوانين التي يرونها عشوائية، أو مجرد استعراض لقوّة الكبار. استمع إلى أسباب طفلك في مواقف معيّنة، فهي تكون أحياناً صحيحة. وبالرغم من أنّ هذا الأسلوب ليس هو ما نشأت عليه، إلا أنّه قد يساعد طفلك على تعلّم ضبط النفس والمحافظة عليه. فعندما يتوسّل طفل، مثلاً، للحصول على امتيازات معيّنة، تقترح «باربارا كولوروزو»<sup>١٧</sup> Barbara Coloroso أن يرّد الوالدان بعبارة: «أقنعني بذلك». وبعد معرفة وجهة نظر الطفل، يستطيع الوالد الاستجابة بإحدى ثلاث طرق:

١. لست مقتنعاً.

٢. حسناً، إنني مقتنع.

٣. سأفكر في الأمر.

وتختلف القوانين بناءً على عمر طفلك وخبرته ونضجه. فالأطفال الموهوبون يتفاوتون كثيراً في قدراتهم، وسلوكاتهم، وحكمهم على الأشياء. ومن السهل أن تقع في المصيدة فتتوقّع منهم أكثر ممّا هو معقول؛ لأنّهم يتحدثون ويتصرّفون أحياناً وكأنّهم أكبر من عمرهم الحقيقي بكثير. تذكر التطور اللامتزامن للأطفال الموهوبين، وبالرغم من أنّ قدراتهم اللفظية العالية تجعلهم يبدوون كالكبار، إلا أنّ

خبراتهم وعواطفهم ومستوى نضجهم ما تزال قريبة ممّا عند أقرانهم في العمر. فمن غير المعقول أن تعاقب طفلاً عمره ست سنوات؛ لأنّه تصرّف كطفل عمره ست سنوات، حتى لو بدا عمره عشر سنوات. وكي تتوصّل إلى التوازن الصحيح في هذا الشأن تذكّر أنّ المعرفة والذكاء تختلّفان عن الحكمة والخبرة. ربما توّد أن تتحقّق على تطوير القوانين في البداية، ثمّ تراجعها كلّما احتجت إلى ذلك.

تستطيع أيضاً أن تلاحظ أطفالاً من العمر الزمني نفسه كي تذكّر نفسك بالسلوك النموذجي لأطفال ذلك السن، أو يمكنك أن تقرأ كتاباً يوضّح المراحل الطبيعية لتطوّر الأطفال. قد تندهش ممّا ترى، وقد ترغب في مقارنة مراحل تطوّر طفلك بما يقوله ذوو الأطفال الموهوبين الآخرين عن أطفالهم<sup>١٨</sup>. وقد تكون القوانين التي طوّرتها عائلتك غير عادية؛ لأنّ المعايير التطويرية عند الأطفال الموهوبين تختلف كثيراً عمّا هي عليه عند الأطفال العاديين من العمر نفسه.

### يتعلم الأطفال أفضل ما يمكن من خلال الخبرة

ماذا ستفعل عندما ينتهك طفلك القوانين؟ نحن ننصحك بأن تفرض القيود قدر الإمكان وذلك بالسماح بحدوث العواقب الطبيعية والمنطقية بدلاً من فرض العواقب التي تضعها أنت للطفل. فالنتائج الطبيعية والمنطقية تكون في معظم الأحيان أكثر فاعلية من العواقب المفروضة.

العواقب الطبيعية: تعدّ النتائج الطبيعية حقاً أفضل طريقة لتعلّم الطفل؛ حيث يحدث التعلّم بشكل طبيعي دون حاجة إلى شخص آخر «يقوم بالتعليم». لكنّ القول في استعمال النتائج الطبيعية أسهل من الفعل. وإليك مثلاً على ذلك:

« لو نسي سلطان البالغ عشر سنوات أن يحضر معطفة من الممرّ المؤدي إلى البيت، فإنّ النتيجة الطبيعية أنّه لن يجده في اليوم التالي، أو أنّه سيبتلّ من المطر، أو ربّما يتعرّض للسرقة، وهذه كلّها عواقب أكثر فاعلية على المدى البعيد من لو أنك أدخلت المعطف، وألقيت عليه محاضرة بعد ذلك لتوتّبه على فعلته، أو فرضت عليه أيّ عاقبة مثلاً.

إنّ من أصعب جوانب تربية الأطفال السماح للنتيجة الطبيعية بالحدوث. فهذا يتطلّب امتناع الوالد عن إلقاء المحاضرات، وهو أمر صعب جدّاً، كما يتطلّب أن تقف موقف المتفرّج وتسمح لطفلك أن يفشل، أو يؤذّي نفسه، أو يخسر شيئاً ما (كما حدث في خسارة المعطف). افرض أنّك علمت أنّ طفلك نسي إكمال واجب الرياضيات، لا تذكّره بذلك؛ لأنّك تريده أن يتحمّل مسؤوليته، اترك الواجب في مكانه كما هو وأنت تعرف أنّه سيكون لذلك نتيجة طبيعية، سوف يخسر بعض العلامات أو يقع في مشكلة مع معلّمه. إنّ العبرة من هذا الدرس واضحة، لكن من الصعب جدّاً أن يتجنّب الوالدان «إنقاذ» طفلهم، لكن «الإنقاذ المزيف» هو التحديّ الأكبر للسماح للعواقب الطبيعية بالحدوث. ثمة أوقات يكون أطفالنا فيها معرّضين للخطر بشكل واضح، ويجب علينا إنقاذهم، لكنّ هذا الإنقاذ المزيف لا يسمح للطفل أن يتعلّم من العواقب الطبيعية.

لذلك، عندما ينسى طفلك واجبه في البيت، قف وفكّر قبل أن تأخذه مسرعاً إلى المدرسة. دعه

يعاني من النتائج حتى يتعلم أن والده لن ينقذه في كل مرة ينسى فيها الأشياء. عندما يعود إلى البيت ويقول إنه خسر خمس علامات من علاماته الأسبوعية، يمكنك أن تقول له: «أنا متأكد أن ذلك كان صعباً عليك». وإذا استمر في نسيان واجباته، يمكنك أن تناقش معه كيف يمكن أن يذكر نفسه بواجباته. ربما يضع ملاحظة على مرآة الحمام أو على الباب الأمامي. (لاحظ أن النتائج الطبيعية لمشكلات الواجبات المنزلية لا تنجح بشكل خاص مع الأطفال الذين يعانون من تشتت الانتباه اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. هؤلاء الأطفال سيحتاجون إلى قوائم الشطب، وإلى مذكرات مراقبة يقوم بها الوالدان حتى تصبح الإدارة الذاتية، ومراقبة الذات عادة ثابتة عند الطفل.

يمكن تطبيق المبدأ نفسه إذا نسي الطفل غداءه. وإذا أصرّ الطفل على إحضارك الغداء إلى المدرسة، يجب أن يكون جوابك بكل بساطة: «أنا آسف، ليس لدي وقت للقيام بذلك هذا اليوم. ولا أدري ماذا يمكن أن تعمل حتى تتأكد أنك لن تنساه مرة أخرى». النتيجة الطبيعية لنسيان الغداء هي أن الطفل لن يكون لديه غداء ليأكله في ذلك اليوم. وربما يحصل على نصف «ساندويشة» يتبرع بها له طفل آخر أو من صديق. وربما يكون جائعاً ومصاباً بالصداع عند منتصف النهار؛ لكنه لن يعاني من آثار دائمة. سوف يزيد الجوع من إمكانية تذكره للغداء في المرة القادمة.

تسمح النتائج الطبيعية لطفلك اكتشاف النتائج وحده. و يساعد استعمالها على تجنب صراع السلطة، ويحافظ على علاقتك مع الطفل؛ لأنه لا يمكن أن يلومك على النتيجة. كما أنك لن تفرض عاقبة ذلك عليه. بل يمكنك أن تكون داعماً له، فتقول: «أنا آسف لحصول ذلك، دعنا نفكر معاً في طريقة تضمن ألا يحصل مرة أخرى». يساعدك استعمال النتائج الطبيعية على تقديم الدعم والتشجيع والتعليق الإيجابي، بدلاً من أن تكون والدًا غاضبًا يلقي محاضراته مرة تلو أخرى.

إنك تستطيع بوجود العواقب الطبيعية أن تتجنب التورط في صراعات ليست في الحقيقية صراعاتك أنت. إذا اعتقد طفلك أنه يضيع وقته في إنجاز مشروع طلبه منه المعلم، قاوم رغبتك في الذهاب إلى المدرسة لتقديم شكوى ضد ذلك المعلم، دعه يجد طريقة لحل تلك المشكلة بنفسه، إمّا بمفاوضة المعلم على عمل آخر، أو بإكمال الوظيفة المطلوبة، أو بعدم إنجاز المهمة والاستعداد لتحمل عواقبها، يمكنك مناقشة البدائل التي يفكر فيها بحيث تكون خياراته ناتجة عن علم، لكن إياك أن تتدخل نيابة عنه إلا في المواقف الصعبة جداً.

يساعدك استعمال أسلوب النتائج الطبيعية لتوجيه أطفالك على الاحتفاظ بعلاقاتك معهم ورعايتها، وتستطيع بواسطتها أن تبدي تعاطفك الحقيقي. يمكنك القول، مثلاً: «أتذكر أن أحسن كرة قدم عندي قد سُرقت؛ لأنني تركتها في الخارج، ولا زلت أتذكر كم غضبت عندما حدث ذلك. لم أترك أشياء في الخارج بعد ذلك أبداً». ستساعد النتائج الطبيعية أطفالك على تعلم الإدارة الذاتية<sup>١٩</sup>.

**النتائج المنطقية.** إذا أردت أن تنفذ عواقب الضبط الخاصة بسوء تصرف طفلك، فإن عليك استعمال العواقب المنطقية، بدلاً من أن تكون غير متعلقة بسوء تصرف الطفل، وناتجة عن غضبك فقط. فإذا ترك طفلك مشروع العلوم مثلاً مبعثراً في كل أرجاء المطبخ، فإنك لست بحاجة إلى إلقاء محاضرة قائلاً: «أنت لا تبالي بشيء على الإطلاق، كيف تتوقع من أمك أن تطبخ العشاء!»، أو «حسناً، أنت محروم

من مغادرة هذا المكان لأسبوع كامل». النتيجة المنطقية أن تقول له ببساطة: «لا تستطيع أمك إعداد العشاء مع كل هذه الأشياء المبعثرة. ولا يوجد مكان يكفي لإعداد العشاء». عندما تقول: «إن والدتك لا تستطيع الطبخ في ذلك الوضع» فإنك تكون قد أوصلت رسالة مفادها، أن على العائلة كلها أن تدبر أمرها دون وجبة العشاء، على الأقل في الوقت الراهن. وسوف يدرك الطفل سريعاً أنه لن يبقى جائعاً فقط، وإنما لن يسر منه بقية أفراد العائلة. وربما يهرع لترتيب المطبخ بسرعة. يبدو هذا النوع من النتيجة المنطقية فعالاً أكثر من منع الطفل من مشاهدة برنامج تلفزيوني مثلاً.

بين لطفك ما أمكن، كيف يمكن أن تؤثر النتيجة المنطقية عليه وعلى الآخرين أيضاً. أوضح له أننا لا نترك الملابس المتسخة في كل مكان في المنزل؛ تجنباً للفوضى وإزعاج الآخرين، وتفادياً لانتهاك حقوقهم. هذا هو جوهر النتائج المنطقية، فإذا تركت غرفة المعيشة في حالة فوضى، فلن يكون ذلك مريحاً أو ساراً لأفراد العائلة، وعلى الطفل إصلاح ذلك الأمر. وإذا أثلّف الطفل لعبة طفل آخر، عليه أن يشتري له لعبة جديدة بدلاً منها. فالعاقبة تنتج منطقياً عن السلوك.

**العواقب المفروضة.** يحتاج الوالدان أحياناً إلى فرض عواقب على الطفل إذا انتهك القيود وخالف الضوابط، ويحدث ذلك؛ لأن النتائج الطبيعية قد تكون أحياناً خطيرة جداً، أو غير ملائمة، أو ربما لا يكون هناك نتائج طبيعية أو منطقية واضحة. مثلاً، يعدّ الاعتماد على النتائج الطبيعية لتعليم الطفل ألا يركض في الشارع من الأمور الخطرة. لذا؛ فإن العواقب المفروضة، في هذه الحالة تصبح ضرورة. والأهم من العواقب المفروضة هو الاتساق. فإذا كنت لا تستطيع أو لا ترغب في تنفيذ القيود فإن عدم تحديدها أصلاً أفضل من تحديدها وعدم متابعتها؛ لأن التباطؤ في متابعتها يعلم الطفل أنك لست جاداً بشأنها، أو أنك لن تتابعها في المرة القادمة. ويزيد هذا من عدم طاعته للضوابط والقيود المستقبلية، كما أنه يزيد من احتمال حدوث صراع السلطة.

تحدث العواقب المفروضة عندما يحدّد الوالدان القيود في العائلة ويتوجب عليهما تنفيذها، فأنت تضع القوانين، وتحدّد الضوابط، وتنفّذ العواقب، ونحن نشجّعك على تذكّر الفرق بين الضبط والعقاب. ناقش مع طفلك أسباب القوانين والعواقب. استمع إلى مداخلته في هذا المجال، أو أسأله عنها.

إن مفتاح تنفيذ أي قانون، هو بقاءك حازماً ومتسقاً مع نفسك، ومساعدة طفلك على فهم أسباب القوانين والعواقب حيث يسهل فهم هذه القوانين وأسبابها إذا أنجزت سلفاً، ولكنها قد لا تكون فعّالة في الفترة المليئة بالانفعال التي تلي انتهاك الطفل القانون. ويمكن شرح القوانين في اجتماع عائلي، أو حتى في مناقشة عائلية. يمكن لأحد الوالدين، مثلاً، أن يبيّن لطفله عدم سماحه أن يسلك الطريق الضيق في أثناء عودته من المدرسة لأنه خطير، حيث توجد أحياناً موادّ مؤذية في الممرّ الضيق، أو قد لا يكون من السهل رؤية الطفل في هذه الطريق. فإذا لم يلتزم الطفل بهذا القانون، فلا يسمح له أن يمشي وحده من المدرسة وإليها.

يستطيع الأطفال الموهوبون أن يتعلّموا تحديد ضوابطهم وقيودهم في وقت مبكر من حياتهم؛ نظراً لمعايشتهم العواقب الطبيعية والمنطقية وفهمهم لها، ومشاركتهم في تحديد القيود. وهذه هي بداية الضبط الذاتي الذي يمثل الهدف النهائي من التربية. وحالما يستطيع الطفل الاتّصال بالآخرين،

من الممكن مشاركته في تطوير الضوابط والقوانين. لا يعني هذا أن على الأطفال الموهوبين مَهْمَةً تحديد القوانين، لكنهم قد يساعدون في ذلك عندما يكونون جزءاً من تلك العملية. وكلّما نما هؤلاء الأطفال ونضجوا، أصبحوا أكثر قدرة على تقويم أعمالهم، وأقلّ اعتماداً على الكبار ليقوموا بهذه المهمة نيابة عنهم.

## صوت الأفعال أقوى من صوت الكلمات

تُوقع كثرة الكلام -لا سيّما في أثناء عمليّة الضبط- الوالدين في المشاكل. وعندما تستعمل تفسيراً مختصراً بدلاً من تفسير مطوّل لكلّ عاقبة من العواقب، فإنّك تقلّل من مخاطرة الانزلاق في مناقشات مع الطفل.

تستطيع أن تعطي الطفل تنبيهاً - مدّة خمس دقائق - حتّى يذهب إلى النوم، أو أن تضبط المنبه خمس دقائق، ثمّ تقول: «إنه وقت إطفاء الأنوار»، وتطفئ إنارة الغرفة. ولأنّ الأطفال الموهوبين يتميّزون بالشدّة والحده، فإنهم ينشغلون بعمق في نشاطٍ معيّن بحيث يحتاجون إلى تحذير مسبق قبل تغيير الأنشطة. لا تستجب للطفل إذا توسّل لتعطيه بعض الدقائق الإضافية كي ينهي شيئاً ما. إنّ عاقبة الإخفاق في جمع قطع «الليجو» المبعثرة في غرفة المعيشة يمكن أن تتمثّل في إخفاء هذه القطع، وإبعادها عن متناوله دون السماح له بمناقشة الموضوع مدّة أسبوع.

**كرّر العواقب بثبات وحزم:** من الضروري أن تكون العواقب ثابتة وقابلة للتنفيذ ومتكرّرة، فمعاينة الطفل وعزله مرّة واحدة تستمرّ أربع دقائق يجلس فيها على الكرسي الأخضر؛ لأنّه خرق القانون ثلاث مرّات، تكون أبلغ أثراً من معاقبته مرّة واحدة حتّى لو كانت أطول من المرّة الأولى. فإجراء العزل مفيد مع الأطفال الصغار، لا سيّما إذا استعمل الكبار ساعة توقيت المطبخ حتّى يتجنّبوا الانتباه للطفل طيلة مدّة العزل. ويستطيع الطفل أن يرى ما بقي له من وقت بالنظر إلى ساعة التوقيت. كما أنّ عزل الطفل لا يمنح الوالدين وسيلة عقاب فقط، وإنّما يكون أيضاً فرصة للطفل كي يهدأ. فإجراءات العزل فعّالة خاصّة عندما تستعمل لإيقاف سلوك ما فوراً، لكنّها تكون أقلّ فاعليّة عندما تريد من الطفل أن يعمل شيئاً، مثل تنظيف أسنانه. ففي بعض الحالات قد يحقّق العزل أحياناً ما يريده الطفل بالضبط (التخلّص من تنظيف أسنانه في المثال السابق).

عندما تقول للطفل إنّ عليه أن يذهب إلى غرفة العزل، يجب عليه أن يذهب، لا تترك له مجالاً للمناقشة، الخياران الوحيدان أمامه إمّا أن يخرج بنفسه، أو أن تضعه أنت هناك. ويشير بعض الخبراء إلى ضرورة التناسب بين مدّة العزل وعمر الطفل. فيعزل طفل السنوات الست مثلاً ست دقائق، وهكذا.. يجب عليه أن يجلس على الكرسي ويبقى هناك تنفيذاً للقانون، وتبدأ أنت في حساب الوقت عندما يهدأ. ويستطيع الطفل مغادرة الكرسي عندما يرنّ جرس ساعة التوقيت. ولكن إذا غادر الكرسي قبل انتهاء الوقت، تضاف دقيقة واحدة على فترة العزل. وفي حال عدم جلوسه، أخبره أنّك سوف تضعه رغماً عنه في غرفة العزل. يفضّل بعض الوالدين (كما يوصي بذلك بعض الكتاب) بدء العزل باستعمال الغرفة وليس الكرسي لتقليص فرصة حصول الطفل على الانتباه<sup>٢٠</sup>. وعندما يشعر الطفل أنّك حازم في

تنفيذ القوانين، سيوقن أن اختباره مدى صبرك لن يجعلك تستسلم. ويستطيع الطفل معاودة نشاطاته كالمعتاد عندما ينتهي وقت العزل. من المفيد أن يُعدَّ الوالدان العزل فرصة لعودة الطفل إلى نشاطه الهادئ المعتاد، وليس مجرد إجراء يمنع الطفل من ممارسة سلوك معين.

**لا تكافئ السلوك السيئ.** يفسد الانتباه إلى الطفل في فترة العزل العمليّة برمتها. قد يقلل بعض أولياء الأمور دون قصد من فعالية العزل عندما يستجيبون في أثنائه إلى أسئلة الطفل أو شكواه. فالانتباه لأيّ سلوك غير مرغوب لا يعزّز سوى السلوك غير المرغوب. استعمل عواقب لضبط المراهقين غير العزل، مثل الحرمان من بعض الامتيازات، أو الاتصال هاتفياً ببعض الأصدقاء، أو الحرمان من لعبة إلكترونيّة أو برنامج تلفزيوني مفضّل. وتذكّر أن عليك تنفيذ القيود في كلّ الأحوال بحيث يكون الثبات والتكرار هما دليلك في ذلك.

إذا كنت تستعمل العزل كعقوبة، فلا تجعل منه حدثاً ممتعاً من حيث لا تشعر، وهكذا تقلل من فاعليته. تأكد من أن وقت العزل يخدم الهدف الذي تريد. فإرسال طفل موهوب مثلاً إلى غرفته- حيث توجد كلّ ألعابه وكتبه- ربما لا يكون وقت عزل فعّال إذا استعمله للعب والمتعة. لكنّ ذلك، من وجهة أخرى، ربّما يعطي الطفل فرصة للهدوء وإعادة السيطرة على نفسه، ويستطيع أن يتعلّم استعمال الكتب والألعاب للترويح عن نفسه خاصّة إذا جاء العزل عقوبة لنوبة غضب أو سلوك عدواني. وهذا كلّه يعتمد على الطفل.

**تجنّب طرد الذباب <sup>١١</sup> *Shooing flies*:** يضع الوالدان أحياناً قيّدًا معينًا، لكنهم يخفقون في تنفيذه عملياً، وبذلك يكون سلوكهم مثل «طرد الذباب». فعندما تزعجنا ذبابة نطردها، فتعود إلينا مرّات ومرّات. ونحن نعمل هذا مع أطفالنا عندما نضع حدّاً أو قيّدًا، أو نعطي توجيهًا لكننا لا نتابعه. فنقول مثلاً: «أحمد، لو سمحتِ توقف عن ضرب الطاولة بقلمك». وبعد خمس ثوان نقول «أحمد، توقّف». وبعد عشر ثوان «أحمد، قلت توقّف». لا تؤثر كلماتنا في تغيير سلوكهم؛ ذلك لأننا فشلنا في التصرف. فإمّا أن نعمل شيئاً أكثر تأثيراً للحصول على التغيير المرغوب، أو نتجاهل ذلك السلوك كي يتوقّف أو ينتهي. فربّما كان من الأفضل في حالة قلم أحمد الذهاب إليه وأخذ القلم منه بعد أوّل مرّة؛ لإيقاف الطرق دون إبداء الأسباب. وربّما يكون من الأفضل إضافة سبب لذلك مثل، «لا أستطيع التركيز في قراءتي وأنت تعمل ذلك». يحفظ هذا التصرف ماء الوجه، فهو يسمح لـ «أحمد» بالتظاهر بعدم سماع التعليمات في المرّة الأولى، ويبرر سبب الطلب، ويحقّق السلوك المرغوب- وهو إيقاف الطرق بالقلم- وتتفادى أنت بذلك طرد الذباب دون نتيجة فعّالة.

**اكبح جماح الشكوى والإلحاح:** نريد أن يعمل الطفل أحياناً شيئاً مختلفاً، أو أفضل ممّا فعل، أو أن يتوقّف عن عمل شيء يعدّ مضيعة للوقت، أو غير فعّال أو مزعج. نلاحق الطفل، ونلح عليه وننسى أن هذا الإلحاح لا يساعد على حلّ المشكلة. عندما نلح على الطفل، فإننا نعلّمه أن يتوقّف عن الإنصات إلينا. فنحن نرسل له بالإلحاح رسالتين: الأولى، أننا نقوم الطفل باستمرار، والثانية، هي أن الشكوى والإلحاح نموذج للسلوك غير الملائم، وعندما نفعل ذلك فكأننا نقول للطفل أنّ الإلحاح أمر مقبول.

يستطيع الأطفال أن يلحوا علينا كذلك، فيكون إلحاحهم ثابت جدّاً. «هل نستطيع الحصول على

وجبة سريعة ماما؟ لو سمحت، لقد جعلنا، لو سمحت يا أمي، نحن نعدك أن نأكل غداءنا كلّه. ماما، أنت لا تريديننا أن نجوع، أليس كذلك؟» وقد يكون الإلحاح مثلاً «أختي تؤذيني! دعيتها تتوقّف عن ذلك». وهكذا. وقد تدفع طلبات الأطفال التي لا تنتهي الكبار المحيطين بهم إلى تحمّل ذلك الإلحاح. ويبدو في كثير من الأحيان أنّ من الأسهل الإذعان إلى الإلحاح بدلاً من التعامل معه بالطريقة المناسبة. غير أنّ الاستسلام للإلحاح يجعل من الصعب إيقافه فيما بعد.

يصف "رودولف دريكرز" Rudolph Dreikurs طريقة فعّالة تسمّى "أخذ الشراع بعيداً عن الريح" Taking the Sail out of the Wind، تستطيع التقليل من سلوك الإلحاح أو إطفائه. فإذا ألحّ طفلك عليك في أمر ما، أو لاحظت أنّك تلحّ عليه، فلا يمكنك أن توقف هذا الاتّصال السلبي بمجرد الابتعاد دون تعليق أو شرح<sup>٢٢</sup>. تظاهر أنّك غير موجود في تلك اللحظة. وهذا ما «يأخذ الشراع بعيداً عن الريح»، فأنت لم تعد موجوداً كي تعصف بك الريح القادمة من الشخص الملحّ. ويقترح «دريكرز» الذهاب إلى الحمام، أو أيّ مكان خاصّ آخر، وإقفال الباب. إملاً الحمام بكتب تقرأها، أو جهاز تسجيل، استرخ عند قراءتك، أو سماعك الموسيقى حتّى تهدأ الريح (الإلحاح في الخارج). وإذا بدأ الإلحاح ثانية عند عودتك، ارجع مرّة أخرى دون تعليق إلى مكانك الخاصّ. يكون تكرار هذه الإستراتيجية مرّات عديدة في غالب الأحيان عمليّة فعّالة في التقليل من التذمّر والتشاحن وحتّى الشجار بين الأشقاء. وهناك استجابة عمليّة أخرى، هي تشغيل المكينة الكهربائيّة. فالصوت العالي يطغى على الكلمات، ويجعلك أقدر على تجاهلها. فأنت تتجنّب بذلك تعزيز الإلحاح، أو الاستسلام لمطالب الطفل.

**تجاهل سلوكيات الطفل أحياناً:** عندما تشكّ في إمكانيّة وضع قيد لا يمكن تنفيذه في موقف معيّن، فمن الأفضل لك التظاهر بعدم ملاحظة خرق الطفل القانون. إن لم تكن مستعدّاً للمعركة التي قد تنشأ إذا تحدّيته، غصّ الطرف عن تلك المخالفة، على الأقلّ؛ كي تستطيع التفكير بعقوبة ملائمة قابلة للتنفيذ. ربّما تظاهر بالانشغال المفاجئ أو بتشتت الانتباه بحيث يمكنك عمداً عدم ملاحظة السلوك غير المرغوب. تذكّر أنّنا نقلّل الثقة في أنفسنا كلّما وضعنا قيداً لا نستطيع - أو لا نريد - تنفيذه.

**لا تبالغ في ردود أفعالك:** تعدّ ردة الفعل المبالغ فيها على انتهاك القوانين أمراً سهلاً، لكنها إذا ما ترافقت مع مشاعر عاطفية قوية يمكن أن تسبّب للوالدين العديد من المشكلات. ففي مثل هذه الحالات، قد يحاول الوالدان فرض عواقب لا تتناسب مع الإساءة. يطلق على هذه العواقب عادة «تهديدات يوم القيامة». كن حذراً ولا تفرض عليه عواقب لا تستطيع تنفيذها، أو لا تريد أنت تنفيذها، أو قد تنقلب لتكون عقاباً لك أنت. قد يكون ردّ فعل الوالدين مثلاً على موقف معيّن بالقول: «أنت محبوس، ولا تستطيع الخروج من غرفتك طوال عطلة نهاية الأسبوع». ثمّ يدركون فيما بعد أنّها عقوبة غير معقولة، وغير واقعيّة، وليست قابلة للتنفيذ. فوجبات الطعام والذهاب إلى الحمام وحدها تتطلّب خروجه من غرفته. كيف ستنفذ هذا القانون إذن؟ هل ستجلس على الباب كي تراقب الطفل في غرفته؟ ولمن ستكون العقوبة في هذه الحالة؟ والآن وقد وضعت قيداً لا تستطيع تنفيذه بشكل معقول، فإنّ مصداقيتك تضعف أمام الطفل، وتكون قد دمّرت جدية هذه العقوبة. ومن الأرجح أن يتحدّى الطفل قوانينك مرّة أخرى. فإذا وجدت نفسك في موقف صعب، فمن الحكمة أن تعيد تحديد العقوبة كالتالي:

«لقد كنتُ، كما تعرف، أعيد النظر في قرار الأمس بشأن جلوسك في غرفتك. وأعتقد أنني بحاجة إلى إدخال بعض التغييرات على ما قلت. سوف تلزم غرفتك ساعتين قبل تدريب كرة القدم، وساعتين بعد الغداء. فأنا أدرك أنك تريد أن تأكل وتذهب إلى التمرينات مع فريقك الرياضي.»

**تجنّب التردّد، وتغيير العواقب، وإرسال رسائل متداخلة:** قد تشعر أحياناً بالاستياء من فرض القيود، ولذلك قد ينتهي بك المقام إلى تطبيقها بشيء من التردّد أو حتّى الاستحياء، فربما تحتضن طفلك وهو يدخل في وقت العزل أو يخرج منه. فإذا فعلت ذلك، فإنّك تنقل للطفل رسائل متداخلة عن غير قصد؛ أنت توصل له: «أنا لا أقصد فعلاً ما قلته حول القيود». تجنّب نقل مثل هذه الرسائل المختلطة. عليك أن توصل رسالة للطفل مفادها أنّ القيود المفروضة عليه مهمة جدّاً، ويجب أن تحترم وتطاع. فالقيود ليست مجرد نزوات، وإنّما توضع لأسباب وجيهة.

### صراع السلطة حول الضبط

يعدّ الضبط الذاتي ضروريّاً لتحملّ ضغط الأقران، وللتحصيل داخل المدرسة وخارجها. يتعلّم الأطفال مهارة الضبط الذاتي بعد سنوات من الممارسة والتشجيع من الراشدين المهمّين الذين يمثّلون لهم القدوة. يكتشف الأطفال الموهوبون استقلاليتهم في الأوقات والأماكن المناسبة، لكنّ إرادتهم القويّة قد تولّد أحياناً موقفاً غاضباً من الآخرين. ورغم وجود كلّ النوايا الحسنة لمساعدة الأطفال على تعلّم ضبط الذات، إلّا أنّ الوالدين يجدون أنفسهم أحياناً في صراع قويّ وغير سارّ على السلطة والنفوذ.

إذا شعرت أنّ طفلك البالغ من العمر تسع سنوات يتمسك برأيه، ويجادلك في كلّ أمر، فاعلم أنّك قد تدخل في صراع نفوذٍ أوسع من ذلك في المستقبل عندما يصل سنّ المراهقة. يتطلّب ضبط هذا الطفل عادة حديثاً موسّعاً وطويلاً ومؤلّماً تريد أنت تجنّبه؛ كي لا تدخل في صراع يمكن أن يؤدي إلى تدمير علاقتك بطفلك. تذكّر أنّ غالبية الأطفال الموهوبين يملكون إرادة قويّة، وهذا جزء من شدّتهم وحدّتهم الفطريّة. وبالرغم من محاولات طفلك الماهرة لإثبات وجوده الآن، فمن الممكن أن تسبّب مناورة الآخرين أو تحدّي السلطة الأذى والصراع في العائلة. قد يكون هذا الإصرار والمهارة العقلانيّة مفيداً للعائلة ومصدر قوّة لها في المستقبل. حاول النظر إلى هذه السلوكيات على أنّها ليست تهديداً لك، وإنّما قوّة كافية لطفلك. تمتّع بحسّ الدعابة وأنت تتعامل مع دحضه لآرائك، ساعده على استعمال مهاراته العقلانيّة بشكلٍ مثمر وإيجابي، فربما يكون هذا الطفل قائداً، أو مفاوضاً ماهراً في مجال الأعمال، أو محامياً، أو مديراً تنفيذياً في المستقبل.

افرض أنّ ابنك يقاوم أكل طعام معيّن، أو الذهاب إلى النوم في وقت حدّدته له، ويجادل أنّ هذا الطعام يسبب له الغثيان، أو أنّ ثمة ظروفاً خاصّة تتطلّب بقاءه مستيقظاً. أو افرض أنّك كنت تريد من ابنك الذي هو في المرحلة الثانوية العليا العودة إلى البيت الساعة الحادية عشرة مساءً بعد مشاركته في حفلة مع أصدقائه، لكنّه يرغب في البقاء خارج البيت حتّى منتصف الليل، ويحتجّ بأنّه سيشعر بالحرج والإهانة لأنّه الوحيد من بين أصدقائه الذي سيعود إلى البيت مبكراً. يستكشف كلّ منكما جميع المنافذ والاستثناءات، ويتشبّب برأيه، ويزداد النقاش انفعالاً مع الغضب والصراخ أو البكاء.

ستكون محاولة فرض قيود في مثل هذه المواقف أمراً صعباً جداً. فكلما زاد حرص الوالد على الطفل، زاد بالمقابل احتمال حدوث الصراع بينهما. فالوالدان يفرضان إرادتهما على الأطفال لأنهما يريدان لهم الأفضل، لا لأنهما يريدان العناد وعدم التعقّل.

عندما تجد نفسك في صراع غير مُجدٍ على النفوذ والقوّة، جرّب الأسلوب التالي<sup>٣٣</sup>. إذا أراد طفلك المراهق أن يتأخّر في الرجوع إلى البيت، أخبره أنك سوف تنظر في طلبه، وأنّ عليه أن يحلّ مسألته ويطرحها عليك، بعد العشاء، مثلاً. ثمّ استمع إلى أسباب طلبه، واتفق معه على إخباره بقرارك النهائي في وقت لاحق، مثلاً (بعد مناقشته مع والدته عند الساعة السابعة مساءً، أو على مائدة العشاء في اليوم التالي). إنك بذلك تحترم طلب الطفل، وتظهر احترامك له، وتجبره على التخطيط مسبقاً والتفكير في طلبه بطريقة عقلانيّة، وتجنّب نفسك الإجابة السريعة والانفعاليّة بقول كلمة (لا).

وعندما يعرض الطفل قضيته، لن تكون لديه فرصة أخرى للتوسّل عندما يأتي الحكم، فالقرار سيكون قطعياً. يتعلّم الطفل بهذه العمليّة أنّ وجهات نظره مهمّة، ويتعلّم أيضاً أهميّة التحضير والصبر. وعندما يصدر قراراً إيجابياً، لن تكون هناك حاجة لتبادل الآراء عدا تحديد الوالد المعالم النهائيّة. وإذا كان القرار سلبياً، فإنّه يمكن تضمين الأسباب التي أدّت إليه. وقد يتذكّر طفلك فجأة أنّه نسي نقطة أو نقطتين ويحاول أن يبدأ النقاش على أساس ذلك. لكنّ النتيجة ستكون في الأحوال كلّها، عدم جواز استئناف الحكم، وإعداد قضيته بصورة أفضل في المرّة القادمة. وإذا بدأ الطفل بإثارة الموضوع مرّة أخرى، فعلى الوالد ألاّ يستجيب له.

## إلى أي مدى تضغط على الطفل؟ ومتى تتراجع عن ذلك؟

إلى أي مدى يجب على الوالدين أن يضغطا على الأبناء؟ ومتى يجب أن يتراجعا عن ذلك؟ إن هذين السؤالين مهمّان وتصبح الإجابة عنهما؛ لأنّ الإجابة تختلف باختلاف الطفل والموقف. تأمّل موقف الطفل واستمع لحجّته وآرائه حول عدالة النتائج. ومهما يكن من أمر، فأنت في التحليل النهائي من يتخذ القرار الأخير الخاص بالقيود التي حدّتها له، وكيفية تنفيذها، والعواقب المترتبة على تجاوزها.

وكما ذكرنا سابقاً، عليك استعمال علاقتك مع الطفل مقياساً يوجّه تعاملك معه، فعلاقتك مع طفلك هي أهمّ شيء، وأهمّ مظاهر تلك العلاقات هي تواصلكما معاً، والاحترام المتبادل الذي تظهرانه لبعضكما بعضاً. (ينطبق هذا على الناس في الأعمار كلّها وليس على الأطفال فقط). اعمل جهدك كي تطوّر علاقات مع أطفالك تسمح بالتحدّث إليهم بكلّ بساطة حتّى في الأمور الدقيقة، وتذكّر دائماً ضرورة المحافظة على التوازن بين العلاقات والضبط. فأنت حتماً تريد أن يدير طفلك أموره بشكل أفضل، أو أن يمارس نشاطات معيّنّة، لكن إذا كنت - بالضغط على طفلك، سواء برفق أو بشدّة - تغامر بتخريب علاقتك معه، فإنّ إعلان الحرب الشاملة معه تصبح مكلفة جداً. اسأل نفسك قبل أن تتصرّف، «هل يكفي رصيدي في البنك لسحب هذه الكميّة من النقود؟».

## اعرض خيارات متعددة على الطفل

يعدّ تزويد الأطفال بخيارات مناسبة لأعمارهم وفرص للنقاش وسيلة تقلّل من إمكانية حدوث صراع معهم على السلطة<sup>٢٤</sup>، وتمنحهم فرصة للتعلّم من العواقب، وتطوير حسّ الكفاءة، وبناء تقدير صحيّ للذات.

نحن نشجّعك على السماح لطفلك بالتوصّل إلى خياراته بنفسه في أكبر عدد من الحالات، لكن تذكّر دائماً فكرة الحرف (V) التي وصفناها سابقاً، ومفهوم الحرّية ضمن القيود، حيث تتوفّر للطفل خيارات ضمن القيود التي يحددها الوالدان. بعض الملابس، مثلاً، مخصّصة للعب، وأخرى مخصّصة للمدرسة. يستطيع الطفل أن يختار ما يشاء ضمن هذا التصنيف، فالقيود هنا حددها الوالدان.

ونحن غالباً ما نتخذ قرارات نيابة عن أطفالنا فنحرمهم بذلك من فرص التعلّم. فالأطفال لديهم قدرات فطرية لاتخاذ قراراتهم بأنفسهم. وهم قادرون على ذلك في سنّ مبكرة جداً، بحيث يستطيعون اختيار غذائهم البسيط، مثلاً الاختيار بين وجبة شوفان أو بيضة مع قطعة خبز محمّصة للطور. كما أنّهم يستطيعون اختيار القميص الأحمر أو الأزرق. وفي المطعم يستطيعون الاختيار- من بين عدّة أطباق- ماذا سيأكلون. ونحن عندما نسمح للطفل باتخاذ الخيارات بنفسه يُظهر أنّنا نحترمه كفرد، ونعطيّه الفرصة ليجهر برأيه بكلّ ثقة. وقبل أن تعرض الخيارات على طفلك، تأكّد أنّها مقبولة لك أنت أولاً، فلا تعرض عليه خياراً لا تستطيع أنت تحمّله.

كذلك، علينا أن نحترم خيارات الطفل في استغلال الوقت. فقد يصرخ الكبار على الطفل، أحياناً: "لا يهتمني ماذا تعمل يجب أن تغادر الآن". إنّنا لا يمكن أن نتحدّث بهذه الطريقة مع شخص كبير نريد أن نظهر له الاحترام والإعجاب، لا سيّما ونحن نعلم أنّ معظم الناس ينشغلون بشيء ما في أيّ وقت من الأوقات. ومن الأفضل في هذه الحالات أن تنبه الطفل مسبقاً عن الوقت الذي تنوي فيه المغادرة. يمكن أن تقول له مثلاً: "سنغادر بعد عشر دقائق، هل تستطيع الانتهاء من الشراء في هذه المدة أم نبحث عن مكان جيّد نقف عنده؟"، فهذا اعتراف من الوالدين بانشغال الطفل، وأنهما يحترمان ذلك، وأنّ خياره محترم كذلك. فهو إمّا أن ينتهي الآن من الشراء أو يجد مكاناً مناسباً يقف عنده. فالتوقعات هنا واضحة، والتنبيه المسبق يزيد من إمكانية تعاون الطفل.

عندما تحدّد الخيارات الممكنة لطفلك، وتسمح له بالبدل الذي يختاره، فإنّك تشجّعه على تحمّل مسؤوليّة أعماله، وما عليك إلا أن تتأكّد أنّها خيارات حقيقية. لا تسأله مثلاً، إن كان يريد أن يأخذ الدواء المضادّ للالتهاب أم لا. فهذا ليس خياراً حقيقياً؛ لأنّه يجب أن يأخذ هذا الدواء. يمكنك أن تقول له: "هل تريد تناول الدواء قبل أن نقرأ القصة أم بعدها؟" هذا خيار حقيقي يعطي الطفل شعوراً بالتحكّم في وقت تناول الدواء. وبالمنطق نفسه، بدلاً من سؤاله إن كان يريد تنظيف غرفته- وهو حتماً لا يريد ذلك، في الحقيقة- يمكنك أن تقول له: "هل تحبّ أن تنظف غرفتك الآن أم بعد تناول وجبة خفيفة؟" إن هذه العبارات توفّر لطفلك خيارات حقيقية. أمّا الخيارات الخاطئة والوهميّة، مثل: هل تريد تنظيف غرفتك الآن؟ فهي ليست خيارات على الإطلاق. إنّها تثبّت الطفل أكثر من أن تشجّعه، ولا توحى باحترامك له، أو تزيد من احترامه هو لك.

فعندما تقدّم خيارات حقيقية لطفلك وتدعم قدرته على الاختيار، فإنك تقلّل من إمكانية المعارضة أو التحدي الذي يقود إلى صراع من نوع: رابح- خاسر أو خاسر- خاسر، أو إلى صراعات على السلطة. ولهذا فإن الخيارات تشجّع الاكتفاء أو الضبط الذاتي، وتعزّز الاحترام المتبادل والعلاقات الإيجابية.

## إرشادات المديح والتشجيع

من المفيد أن تتذكّر أنّ هدفك بعيد المدى- لكل من الضبط والتحفيز- هو أن يتعلّم طفلك الإدارة الذاتية والضبّط والتوجيه الذاتي. لكن هذا لا يشير ضمناً إلى عدم جواز فرض إرادتك على الطفل أبداً لأنه ربّما يتعلّم من القيود والعواقب الخارجية خطورة خرق قانونٍ أو قيد معيّن.

وثمة أثر كبير للمديح - على المدى البعيد- في مساعدة طفلك على تعلّم الإدارة الذاتية والتوجيه الذاتي، حيث ينقل مدحك له شعورك بكفاءته، وأنك تحبّ تكرار هذه السلوكات الحميدة. ولا شك أنّ الطفل الذي يؤمن بكفاءته يستطيع تحمّل مسؤوليّة أفعاله بصورة أفضل.

رغم أنّ المديح يعدّ مكافأة قويّة بشكل خاصّ، إلا أنّ استعماله في علاقاتنا مع أطفالنا نادر الحدوث. ولأننا دائماً نريد من طفلنا أن يفعل أفضل ما يستطيع، فإننا لا نلاحظه أو لا نمدحه على جودة ما يفعل، ونركّز بدلاً من ذلك على الأشياء التي لازالت بحاجة إلى تحسين.

**يريد أطفالنا منا أن نلاحظ جهودهم وسلوكاتهم الإيجابية:** هل نحن معجبون بالطريقة التي يحاولون فيها إنجاز مهمّة ما؟ هل نخبر الطفل كم نحن مسرورون بإنجازه؟ هل نقول إنّنا نقدّر الطفلة التي تساعدنا في الطبخ، أو في تجهيز المائدة، أو تجهيز البيت لاستقبال الضيوف؟ أم إنّ هذه الأمور نتوقّعها ونعدّها بكلّ بساطة من المسلّمات؟ ورغم أنّ الوالدين قد ينتقصون من تأثير تعزيز السلوك « المتوقّع»، إلا أنّ مجرد قولهم: «هذا عمل جيّد» أو «رائع! شكراً»، يساعد على تعزيز السلوك المرغوب، ويظهر احترامهم له. يجب أن تمدح طفلك على سلوكه المتوقّع؛ لأنّه بالتحديد سلوك متوقّع، وسلوك تحبّ تكراره. ما يساعدنا على ذلك أن نتذكّر كيف يكون شعورنا عندما شريك حياتنا تقديره لنا وسلوكاتنا، حتّى وإن كانت سلوكات «متوقّعة» مثل إعداد الغداء أو اصطحاب الطفل إلى المنزل بعد تمرين السباحة. ومن المهمّ أن نزوّد طفلنا برسائل إيجابية للحفاظ على صورة ذاته وعلاقاتنا معه.

**يجب أن يكون المديح دقيقاً، وصادقاً و محدّداً:** تأكّد عندما تستعمل المدح أنك لم تبالغ ولم تتجنّب الدقة. يفهم طفلك الموهوب التعليقات المتطرّفة، مثل: «أنت أحسن لاعب يبسبول رأيته حتى الآن». وإذا أصدرت مديحاً متطرّفاً جدّاً أو غير دقيق، فإنك سوف تفقد مصداقيتك مع طفلك. ومن الطرق الجيدة للتعبير عن مدح سلوك محدّد قولك: «إنني أحبّ الألوان الزرقاء المختلفة التي اخترتها لرسم هذه الصورة».

**امتدح السلوك وليس الطفل:** وبالمثل، يكون المدح وعبارات التقدير أكثر فاعليّة إذا اقترنت بسلوك معيّن. ولا يكون مدح الذكاء أو القدرة العامّة عند الطفل فعّالاً جدّاً في تعزيز تقدير الذات، بينما يكون مدحه على جهوده في مهمّة محدّدة أكثر فاعليّة<sup>٢٠</sup>؛ لذا، فبدلاً من قولك: «أنت موهوب جدّاً في

البيان»، أو «أنت سريع في الرياضيات» يمكنك القول: «أنا معجب باستمرارك في ممارسة ذلك الجزء نفسه حتى تحقّقه كما تريد»، أو «أنا فخور بك لأنك تجرّب طرقاً عديدة لحلّ مسائل الرياضيات قبل أن تتوصّل إلى الطريقة الأفضل».

**استعمل أسلوب الشطيرة «الساندويش»:** عندما تحسّر القيود والضوابط مثل «الساندويش» بين تعليقين من تعليقات الإطراء، فإنّ النقد البناء يصبح أكثر وضوحاً. فيمكن أن تقول، مثلاً: «إنني معجب بك لأنك تتعلّم الصبر مع الآخرين، ولكنني أصاب بالإحباط عندما تقاطع حديث من هم أكبر منك سنّاً، وسوف أقدر لك إذا حاولت ألا تقاطع أحاديثهم مرّة أخرى. كما أنني أعرف مدى استمتاعك بالحديث مع الراشدين والأطفال الأكبر منك سنّاً». عليك أن تكون حذر جداً عندما تستعمل أسلوب «الساندويش»؛ خشية أن يفقد ما تقوله تأثيره المطلوب. فقد يتحوّل ما تقوله بسهولة إلى عبارة «صحيح، ولكن...»، إذا نسيت أن تنهي ما تقول بعبارة تشجيعيّة أو قضيت وقتاً طويلاً في انتقاد الطفل.

### مقترحات واستراتيجيات أخرى

اعترف بالانفعالات أولاً، ثمّ عالج الضبط. عندما تحدث المشكلات السلوكيّة، حاول ألاّ تستجيب للحادثة نفسها أولاً، بل للانفعالات التي أدّت إليها، فإذا بيّنت للطفل أنّك تفهم مشاعره على الأقلّ وليس بالضرورة سلوكاته، فإنّك تقلّل احتمالات رفض ضبطك له. وكما أوضحنا في «الفصل الخاصّ بالتواصل»، فإنّ الانفعالات لا تكون أبداً صحيحة أو خاطئة، ويساعد قبولك مشاعر الطفل على إدراكه أنّ ما يشعر به هو حقيقته، سواء وجد هذا الشعور عند أشخاص آخرين أم لم يوجد. إن كل ما تريده هو أن يتعلّم طفلك من الموقف، ومن الصعب جداً أن يفكّر الإنسان بوضوح وبمنطق عندما يمرّ بانفعالات قويّة. فإذا عالجت شعور طفلك أولاً، فإنّه سيتصرّف على الأرجح بطريقة مختلفة في المستقبل.

تسهّم معالجة المشاعر قبل عمليّة الضبط في الحفاظ على العلاقات بينك وبين طفلك. فإذا دخل الطفل الموهوب معك في صراع على السلطة، فلماذا تصرّ إذن على أن يفعل الشيء كما تريد أنت لا كما يريد هو؟ وعندما تلجّ على طريقتك، دون اعتبار لمشاعر الطفل أو للطرق الأخرى التي يمكن أن تحلّ بها المشكلة، فإنّك ستسهم في تشكيل موقف الريح أو الخسارة. يمكن أن تستعمل النفوذ والسلطة للحصول على الالتزام المؤقتّ بالقوانين، ولكن ليس على ضبط ذاتيّ دائم، وما لم يفهم الطفل السبب في ذلك الضبط، فإنّه سيغضب، وقد يرغب بالانتقام، وإنجاز الأشياء على طريقتة حالما يكون قادراً على ذلك.

عندما تهتمّ سلامة الطفل ومصالحته في المقام الأوّل، فيجب أن تصرّ بكلّ قوّة على طريقتك في عمل الأشياء بصرف النظر عن مشاعر الطفل. ويجب عليك في هذه المواقف أن تكون الشخص الراشد المسؤول عن الطفل، ومن الممكن في مواقف أخرى إيجاد بدائل أو نقاش حول طرق أخرى. وإذا كان لا بدّ من النقاش فيجب أن يكون قبل وضع القيود لأنّ القيد إذا وضع يجب أن ينفذ، وإلاّ فإنّك تخاطر بفقدان مصداقيتك في الإخفاق في تنفيذه، وهذا شيء سيبقى يتذكّره الأطفال الموهوبون، وربّما يحاولون استغلاله في المستقبل بتعليقات، مثل: «عندما فعلت هذا المرّة الماضية، حبستني في غرفتي

ليلة واحدة فقط، فكيف تحوّل ذلك إلى أسبوع الآن؟ هذا ليس عدلاً منك».

فكّر بشعورك أنت عندما تكون مع رئيس متسلّط، فلربّما تبدي مظهرًا مزيّفًا من الالتزام، مع وجود عدم ارتياح، أو ربّما عدم احترام متزايد، وربما تحاول الابتعاد عن ذلك الرئيس في كلّ فرصة تلوح لك. والآن فكّر في رئيس آخر كان يستمع إليك، ويطلب اقتراحاتك، ويصحّحك ويوجهك بكلّ لطف ومودّة، فأيّ واحد منهما ساعدك على أن تتعلّم وتمارس ما تعلّمته أفضل من الآخر؟.

**قس حاجات الطفل.** يدّل سلوك العصيان في العادة على أنّ الطفل يحتاج إلى شيء أو يريد شيئاً ما. ويمكن أن يكون ذلك شيئاً بسيطاً مثل تأكيد الذات، أو الراحة، أو جذب الانتباه. وقد يسيء الأطفال التصرف أحياناً لمجرد الحصول على تأكيد الذات العاطفي. يريدون أن يعرفوا أنّك تكترث بهم فعلاً، وأنك تعترف بمشاعرهم. فكّر ملياً في الهدف من سلوك الطفل كي تستجيب له بناءً على ذلك. فالطفل الذي يتصرّف ليجذب الانتباه يكون حتماً بحاجة إلى معاملة مختلفة عن الطفل الذي يتصرّف من منطلق الخوف أو الغضب. تخيّل أنّ والد الطفل يمكث خارج البلدة طيلة الأسبوع، ويذهب مساء الجمعة ليشتري حليباً للفقير، ويظلّ الطفل في البيت بينما تقرأ له الأمّ قصة قبل النوم، لكنّ الطفل يصرّ على الخروج مع الأب، فيصاب بنوبة غضب تفسّر لها حاجة الطفل إلى قضاء وقت مع الأب.

قد تخبر طفلك في يوم ما أنّ عليه أن يعود إلى البيت بالحافلة، لارتباطك بموعد ما، ولن تستطيع أن تعيده بالسيارة كالعادة. فيقول لك إنّه لن يذهب إلى المدرسة إن كان سيعود بالحافلة، ويصرّ على ذلك. ثمّ تكتشف أنّه قد هوجم من طفل آخر في موقف مشابه وهدد بضربه. لقد نتج سلوك الطفل في هذه الحالة من الخوف.

وبغض النظر عمّا يدفع إلى السلوك غير المرغوب، فإنّ هذا السلوك هو ما يجب التعامل معه. ولا شك أنّ فهم حاجات الطفل يساعدك على معاملته باحترام في أثناء عمليّة الضبط. كما أنّ تعبيرك عن التعاطف معه سوف يساعده على فهم أسباب ضبط سلوكه. قد لا يحبّ النتيجة، لكنّه سيعرف أنّك تهتمّ به كثيراً، وأنك لا تريد ضبط سلوكه دون سبب. من المهمّ في أيّ مرحلة عمرية، أن تتواصل مع الطفل، وتشعره أنّك تكترث به وبمشاعره، وأنك تؤمن بقدرته على الضبط الذاتي، وأنكما لستما خصمين.

**اختر معاركك:** لا تستحقّ كلّ مشكلة الدخول في مواجهة غاضبة، وأحياناً قد يكون ثمن الإذعان باهظاً جداً. قد نستطيع أن نجبر أطفالنا على فعل ما نريده نحن بالضبط، وفي أيّ وقت، لكنّ الكراهية الناتجة عن ذلك قد تكون كبيرة، ومن المحتمل أن تؤدي إلى تدمير علاقاتنا بهم تدميراً جوهرياً. علينا أن نسأل أنفسنا إن كانت طاعتنا مهمّة جداً في الحالات كلّها، أم أنّ علينا التركيز فقط على المسائل الأكثر أهميّة. فلو حدّدنا للطفل الساعة ١٠،٣٠ مساءً موعداً لعودته إلى المنزل، ثمّ عاد الساعة ١٠،٤٥، فإنّ مدّة ١٥ دقيقة الزائدة لا تستحقّ جدلاً قوياً حولها، لا سيّما إذا كان التأخّر في العودة ليس نمطاً متبعاً عند الطفل. اطلب من الطفل تفسير ذلك، وخذ في الحسبان أن تقبل السبب إن كان الطفل صادقاً.

ماذا عن الجدول ودحض الأفكار؟ بما أنّ الأطفال الموهوبين يتمتّعون بقدرة لغوية عالية، فإنهم

يجادلون ويحاولون الدفاع عن سلوكياتهم وأسبابهم ووجهات نظرهم بشكل منطقي. وعلى الوالدين أن يتوقعوا ذلك، وأن يكونا جاهزين للانسحاب من تلك المجادلات بالقول: " لن أجادلك في ذلك". سيحافظ حسن اختيارك معاركك على علاقاتك مع أطفالك ويقلل من الصراع على المسائل الصغيرة.

**تجنّب تشجيع طفلك على الكذب:** قد تبدو هذه نصيحة غريبة، فعندما يلاحظ أحد الوالدين ارتكاب الطفل خطأ ما، سوف يقول: «هل كنت تأكل الحلوى؟» إذا قال الطفل «لا»، فإنه سيقول له «فما هذا الذي على وجهك؟» ثم يعاقب الطفل على الكذب وعلى أكل الحلوى دون إذن. كان من الأفضل في هذه الحالة أن يقول: «أرى أنك كنت تأكل الحلوى، وأنت تعرف أن هذا غير مسموح قبل العشاء». لاحظ أن الأسلوب الأول يشجع الطفل على الكذب لتفادي العقوبة. فإذا رأيت المخالفة، صححها أو عاقب عليها، لكن لا تضع الطفل في موقف يضطر فيه إلى الكذب.

**اختر توقعاتك:** فكر في توقعاتك إن تناسب مع عالم اليوم. هل هناك ضرورة فعلاً إلى الإصرار على سلوك معين؟ هل الطفل ملزم بترتيب سريره كل يوم وأكل كل لقمة في صحنه؟

لا شك أن التنظيف اليومي للأسنان مهم لصحتها، لكن الترتيب اليومي للسريير قد لا يكون ضرورياً، وربما يكفي ترتيب الغطاء سريعاً. إن السعي وراء كثير من السيطرة قد يوئد كثيراً من صراعات السلطة. تفحص الأسباب التي تقف وراء إصرارك. هل تستعيد رسائل كنت تسمعها كثيراً في طفولتك؟ هل تخشى إن أذعنت لطفلك أن يتزايد نفوذه، وتقوى سلطته؟ هل تستمع إلى حجة طفلك وتحترمها؟ هل سمحت ببعض الحرية في القيود التي فرضتها عليه؟ تساعد مراجعة موقفك بصدق على اختبار مدى واقعية توقعاتك من طفلك.

**اجعل توقعاتك واضحة:** هل يفهم طفلك السلوك الذي تريده منه؟ إحدى طرق اختبار ذلك هي أن تطلب إليه شرح القانون الذي شرحت له قبل وقت قليل؛ لتري إن كان قد فهمه أم لا. فإذا لم يستطع ذلك، يمكنك توضيح القانون مرة أخرى. غالباً ما تتوقع من الأطفال الموهوبين أن يقرءوا بين السطور، وأن يقرءوا أفكارنا أو «يعرفوا» تماماً ما نريد منهم عمله. فهم سريعو البديهة في أشياء كثيرة. تذكر أيضاً، أن الأطفال الموهوبين يأخذون عباراتك أحياناً بشكل حرفي، وهذا يساعدك على أن تكون واضحاً تماماً في تواصلك معهم. فعبارة «اغسلي الصحون» مثلاً قد ينتج عنها ترك الأواني الكبيرة (الطناجر والقلايات) في المغسلة؛ لأن طفلك سوف تردّ قائلة «أنت قلت: اغسلي الصحون».

لا تزيد التعليمات الواضحة والمحددة من فهم الطفل فحسب، وإنما تسمح لك بالتأكد مما إذا كان طفلك مطيعاً. إذا أعطيت توجيهات واضحة ومفهومة يستطيع الطفل أن يقوم بها، مثل «ضع قدميك على الأرض» ولم يفعل، فإنك تعرف عندئذ أن الأمر يتعلق بأمر الطاعة أكثر مما يتعلق بعدم الفهم. **يقلل توضيح التوقعات من فرصة عدم الفهم أو عدم الطاعة:** تأمل المشهد التالي على سبيل المثال:

الأم: تستطيع أن تشاهد قسم ألعاب الفيديو، لكنني أريدك أن تنتظرنني أمام المتجر الساعة الثالثة مساءً بالضبط؛ حتى تتمكن من اصطحاب أخيك من مباراة كرة القدم.

الولد: حسناً.

الأم: ماذا سمعتني أقول؟

الولد: أنني أستطيع مشاهدة ألعاب الفيديو.

الأم: حسناً، نعم. لكنني قلت أيضاً أن عليك انتظاري هنا الساعة الثالثة عصراً.

الولد: حسناً، عليّ أن أكون هنا الساعة الثالثة عصراً تماماً.

الأم: صحيح. شكراً، سأراك في ذلك الوقت.

امتنع عن العقوبة المتقلبة والقاسية: تعدّ العقوبة المتقلّبة والقاسية إحدى الطرق المدمّرة للضبط. لا يقتصر الأمر على العقوبة الجسدية فحسب، كالصفع مثلاً؛ وإنما تشمل أيضاً الصراخ الغاضب، والإساءة اللفظية والعاطفية وغيرها. إنها باختصار عقوبة غير مناسبة، وهي أعلى من السقف المسموح به، وغير مناسبة للجرم الذي ارتكبه الطفل. أما العقوبة المتقلّبة فتعني معاقبة الطفل مرّة بسبب سلوك معيّن، ثمّ عدم معاقبته في مرّة أخرى بسبب السلوك نفسه. لا تغيّر هذه العقوبات القاسية والمتقلّبة سلوك الطفل، بل تدمّر، وتدمر علاقاتك معه.

فالعقوبة المتقلّبة تعني أنّ الطفل لن يعرف ما يمكن أن يتوقّعه منك، ولا يمكنه أن يتوقّع العواقب دائمة التغيّر، فتكون النتيجة تزايد الغضب، وعدم الثقة، وعدم الاحترام ليس فقط لسלטتك وإنما لأيّ سلطة كانت. والطفل الموهوب الذي يعيش هذه العقوبة يعتقد أنّه لا يمكن التنبؤ بهذا العالم فهو عالم غير آمن بالنسبة له، ونادراً ما يملك ذلك الطفل مفهوماً صحياً لذاته أو رؤية إيجابية لنفسه.

ادعم شريكك الآخر: إذا حدّد أحد الوالدين قيده، فإنّه لا ينبغي أن يغيّره الوالد الآخر أو يلغي جزءاً منه إلا في ظروف استثنائية. ويجب ألاّ يفعل ذلك أمام الطفل. افترض مثلاً، أنّ زوجتك وبخت طفلك الأسبوع الماضي، فلا تذهب إليه دون علمها وتقول له: «أنا متأكد أن أمك لم تكن تعني ذلك. وأنا سوف أتحدث معها بهذا الشأن». يمكنك بدلاً من ذلك، أن تتعاطف مع شعور الطفل، وتشجّعه على التفكير في السلوك الذي كان يجب عليه فعله كي يحصل على نتيجة أفضل. وبعد ذلك بوقت قليل، يمكنك التحدّث مع زوجتك عن ردّ فعل الطفل، وعن الطرق المختلفة التي يمكن بها معالجة الموقف في المستقبل.

تجنّب السخرية والتهكّم: يشعر الأطفال الموهوبون بالألم بسبب حساسيتهم للسخرية والتهكّم. حتّى وإن كانوا هم من يلجأ إلى السخرية، إنهم لا يميّزون آثارها عندما يتعلّق الأمر بهم. بعض الأطفال الموهوبين، لا سيّما الذين يعتمدون على الطريقة السمعيّة التتابعية يأخذون تعليقات الآخرين الساخرة بشكل حرفي، وتكون النتيجة مؤذية جداً. يستعمل المعلم التهكّم عندما يقول: «أظنّ أنّ اثنين منكم فقط سيجتازان هذا الامتحان». وقلّما يرى الأطفال الموهوبون في ذلك نوعاً من الدعابة، وإنما هي سخرية تجريح فقط. ولقد رأينا أطفالاً موهوبين يطلبون الانسحاب من بعض المسابقات عندما يستعمل المدرّس أسلوباً تهكمياً يشبه الأسلوب المذكور آنفاً لمجرد الدعابة. إننا لا نريد أن نكون نماذج يتعلّم منها الأطفال الموهوبون سلوك السخرية والتهكّم.

استعمل مخططاً أو جدولاً زمنياً مكتوباً لأهدافك: يحتاج الطفل أحياناً إلى أداة مثل نوع من المخطط المنظّم كي يبقى على المسار الصحيح. يمكن أن يذكر المخطط المكتوب الطفل بأعماله اليومية الروتينية كتنظيف الأسنان، أو بواجباته المدرسية. يستمتع الأطفال الصغار بالحصول على ملصقات أو نجوم لإنجائهم واجباتهم في ذلك اليوم. وسيتذكر الطفل أخيراً عمل الواجبات اليومية المكتوبة على المخطط دون نجوم، عندئذ سيتمكن من إدارة نفسه بنفسه. تعدّ مخططات الواجبات ذات فائدة تتحقّق فقط عندما تنفّذ بشكل دائم وثابت. ويتابع الأطفال المهمّات المرسومة على المخطط بشكل أفضل إذا كان لهم دور في إعدادها.

اكتب عقوداً سلوكية: قد يكون من المفيد مع بعض الأطفال الجدليين إبرام عقد سلوكي بسيط يحتوي عدّة مكوّنات مثل: المهمّات المطلوبة، والإطار الزمني المطلوب، والعواقب (سواء كانت إيجابية أو سلبية)، وتوقيعين اثنين. وفيما يلي مثال على ذلك:

- سأكمل واجباتي المنزلية كلّ يوم بعد تناول وجبة خفيفة.
  - سأبدأ بواجب الرياضيات أولاً لنصف ساعة، ثم أكمل واجب الإملاء.
- وإذا فشلت في إتمام ذلك:

لن يُسمح لي باللعب مع الأصدقاء بعد المدرسة ليومين متتاليين. أو لن يُسمح لي بمشاهدة التلفزيون في أثناء عطلة نهاية الأسبوع.

التوقيع \_\_\_\_\_ شاهد \_\_\_\_\_

التاريخ \_\_\_\_\_ التاريخ \_\_\_\_\_

يجب أن تتوفّر للطفل معلومات عن كلّ ما هو موجود في العقد، فهذا يتعلّق بسلوكه، وعليه أن يوافق على ما سوف يعمل. من الممكن أن يشهد العقد أحد الوالدين أو المعلمين، ويثبّت على لوحة الإعلانات، أو يوضع في درج كي يستعمل لتذكير الطفل بالتوقعات. تعدّ هذه الاتفاقات أدوات فعّالة إذا ما استعملت بطريقة مناسبة، بالرغم من أفضلية عدم استعمالها كثيراً؛ للتقليل من شعور الطفل بالفشل إذا لم يصل إلى الهدف المنشود.

المس أطفالك كي تجذب انتباههم وتشعرهم بودّك: رغم اختلاف الأطفال عن بعضهم بعضاً، فقد يساعد لمس يد الطفل أو ذراعه أو كتفه في التركيز على ما يقول، فاللمسة الخفيفة تُشعر الطفل باكتراثك به، وأنك حدّدت له بعض القيود لأنك تهتم به بالفعل. ويعرف كثير من الوالدين متى يحبّ الطفل أن يضع شخص كبير ذراعه حول كتفه، أو أن يربّت على ظهره، أو أن يحضنه. يستجيب الأطفال، خاصّة الصغار منهم، بصورة جيّدة للحضن، ومع ذلك، فإننا نعرف مراهقين لا يحبّون أن يلمسهم أو أن يحضنهم أحد أياً كان، وهم يرون أنّ اللّمس والحضن مناسبان للصغار وليس لهم. وربما يفضلون المصافحة باليد أو ضرب الكفين ببعضها عالياً. فهذه أيضاً طريقة توصل للطفل رسالة تفيد أنّك تهتمّ به. يجب أن تعي أنّ اللّمس لا يثمر مع كلّ الأطفال، وأنّه لن يكون مفيداً إذا كان الطفل غاضباً منك.

بعض الأطفال حسّاسون للّمس من أيّ شخص، وسوف يجفلون وكأنّهم يريدون القول: « لا أريدك أن تلمسني الآن». من المهمّ أن تحترم الطفل، وألاّ تغزو عالمه الخاصّ. أمّا بالنسبة للأطفال الحساسين للّمس، فيمكنك أن تزيد من احتمال تقبّلهم اللّمس إذا تأكّدت أنّهم يتوقّعون ذلك منك.

**انقل للأطفال ثقتك في حكمة تصرّفاتهم:** يحبّ الأطفال الموهوبون الشعور بثقة والديهم بهم، وبأنّهم يفعلون الشيء الصحيح. وعندما تحدّد لهم القيود وتمنحهم الفرصة تدريجيّاً لممارسة الحرّية ضمن هذه القيود، فإنّك تعدّهم لاتّخاذ قرارات تتعلّق بتحديد قيودهم الخاصّة. فإذا توقّعت منهم إتّباع تعليماتك لسلوك معيّن، ونجحوا في ذلك وهم صغار، أمكن الوثوق بأنّهم سيفعلون ذلك عندما يبلغون سنّ المراهقة. ويمكنك وأنت تتحدّث إليهم حول أنشطتهم وأصدقائهم، أن تخبرهم بثقتك بكلّ ما يعرفون أو ما يفعلون في مواقف متعدّدة. وهم بالمقابل سيظهرون لك أنّهم أهلّ لتلك الثقة.

**كن صبوراً ولا تستسلم:** يصف كثير من الوالدين - بأسى كبير - تجاربهم المعقّدة في ضبط سلوك أطفالهم، وكيف فشلوا في نهاية المطاف. يجرب هؤلاء في الغالب طريقة معيّنّة لأسابيع قليلة، ثمّ يتخيّلون بأنّ أطفالهم تعلّموا أن «ينتظروا» أسابيع قليلة قبل أن يعودوا إلى سلوكاتهم القديمة والمعتادة.

يحتاج تعلّم هذه المهارات الأبويّة في ضبط الأطفال وممارستها إلى كثير من الصبر والثبات على طريقة واحدة. ولهذا، لا تتوقّف عن ممارسة الطريقة الجديدة قبل مرور شهر أو أكثر على بدئك بها، فقد تحتاج عادة أكثر من أسبوعين لترى التغيير الذي يطرأ على سلوك الطفل، لكنّك إذا تابرت على تغيير طرائق التعامل مع الطفل، فإنّ سلوكه سيتغيّر دون أدنى شك.

