

المبحث الثاني:

الغضب

تظهر على الأطفال قبل سن الخامسة مظاهر انفعالية، مثل:

■ ضجر، وغضب، واستثارة.

■ قسوة، وعدوان.

■ كثرة بكاء، وعناد.

ودلت الأبحاث على أنه كلما تقدم الطفل في السن، اتجهت الأعراض السابقة إلى الزوال، ودلت الأبحاث أيضاً على أنه كلما كانت تلك الأعراض لا تزال مستمرة وخصوصاً بعد سن الخامسة - اتجهت إلى الثبات، ومن ثم أصبحت مشكلة سلوكية؛ لذلك يمكننا أن نغض النظر - بلا قلق - عن تلك الأعراض الانفعالية للأطفال دون الخامسة؛ لأنها في حكم الظواهر السلوكية الطبيعية، ولكن يجب الاهتمام بتلك المظاهر بعد سن الخامسة، على أنها أعراض غير مطمئنة، نتجت عن سوء التكيف كالغضب الدائم، والعناد المستمر.

مظاهر الغضب وأسبابه في مرحلتي الرضاعة والطفولة المبكرة:

في هاتين المرحلتين من حياة الطفل نجده يثور ويغضب، إذا لم تحقق له الأسرة رغباته، أو إذا فشل في جذب انتباه من حوله، كما يثور أثناء استحمامه، أو خلع ثيابه وتبديلها. وتفاوت مظاهر الغضب عند الأطفال دون الخامسة من: ضرب الأرض بالقدمين والرفس والقفز، ويصاحب هذه الأعراض البكاء والصراخ، أو قد يلجأ بعضهم إلى العض على الأنامل أو جذب الشعر.

ودور الوالدين في هاتين المرحلتين من العمر يجب أن يهدف إلى مساعدة الطفل وتدريبه على ضبط انفعال الغضب والسيطرة عليه، ولكن ليس معنى

ذلك أن يدرِّبناه على ألا يغضب أبداً، حيث نصل به إلى درجة ملحوظة من السلبية والبلادة، بل يكون موقف الأبوين من الطفل موقف توجيه في الاتجاه السليم.

وأغلب أسباب غضب الأطفال في هاتين المرحلتين.. تعود إلى علاقة الأبوين بالطفل، وكذلك علاقته بإخوته، ومدى تحكم كل هؤلاء في تصرفاته، وفرض رغبات محددة تتصل بمواعيد ذهابه إلى الفراش، أو تناول طعام معين، أو باتباع عادات صحيحة معينة تتصل بالتبول أو التبرز أو تمشيط الشعر أو الاستحمام.

ومن الأسباب التي تؤدي إلى الانفعال والغضب هو إخفاق الطفل في قيامه بعمل من الأعمال، يرغب في إنجازه ويحقق به ذاته.

وقد ينفجر الطفل غاضباً دون ما سبب واضح، ولكن إذا ما دققنا في البحث وجدنا أنه يهدف إلى جعل نفسه مركز الانتباه وبؤرة الاهتمام، بدلاً من ذلك المولود الجديد الذي نال الاهتمام والتدليل من الأسرة؛ خاصة من الأم.

وقد يكون سبب انفجار الطفل في البكاء والغضب بسبب خلل جسدي كالإصابة بالمغص أو نزلات البرد أو ارتفاع درجة الحرارة أو التهاب اللوزتين، الأمر الذي يحتم أن نعرف السبب الحقيقي للغضب والبكاء؛ حتى إذا ما تبين أن السبب جسماني، وجب على الأبوين عرضه على طبيب متخصص دون إبطاء.

مظاهر الغضب وأسبابه في مرحلتَي الطفولة الوسطى والمتأخرة:

تأخذ مظاهر الغضب بعد سن الخامسة شكل الاحتجاجات اللفظية، بينما قد يلجأ طفل التاسعة أو العاشرة إلى المقاومة السلبية التي تبدو في التمتمة بألفاظ غير مسموعة، كما أن بعض الأطفال إذا غضبوا لازمتهم الكآبة والميل إلى الانزواء، ويعتبر هذا المسلك من أخطر المسالك الضارة بالصحة النفسية للطفل؛ لأنه قد يدفعه نحو "التمركز حول الذات" والجنوح غير المستحب لأحلام

اليقظة.

ويمكن تلخيص أساليب الغضب عند الأطفال بوجه عام في أسلوبين:

الأول: إيجابي، ويتميز بالثورة والصراخ، أو إتلاف الأشياء. وهي أساليب إيجابية حيث يفرغ فيها الطفل الغاضب شحنة الغضب، ويعبر عنها بصورة ظاهرة.. وهي فرصة طيبة لتفاهم الوالدين معه، والوصول إلى حلول مرضية، والكشف كذلك عن مواطن الأخطاء وبالتالي تصحيحها له.

الثاني: سلبي، ويتميز بالانسحاب والانزواء أو الإضراب عن تناول الطعام، وهذه أساليب سلبية لأنها تعتمد على الكبت، فالطفل الغاضب لا يفرغ شحناته الانفعالية، بل تظل تؤرقه دون أن يبوح لأحد، فيكره الحياة، وينسحب من الواقع، فيقع فريسة للأمراض النفسية؛ لذلك يلزم الآباء والأمهات أن ينتبهوا إلى أن الطفل الذي لا يعبر عن غضبه هو الذي يجب أن نوليهِ الرعاية؛ حتى يستطيع أن يعبر عن انفعالاته بوضوح، ثم نقوم بهذيب وتقويم وإصلاح وسائل التعبير تلك.

الجو الأسري وتأثيره على نوبات الغضب والعناد:

الأسرة هي البوتقة التي تصهر الطفل فتتقى سلوكه ورغباته من كل شائبة من شأنها أن تعيق صحته النفسية فيما بعد. والطفل الذي ينخفض معدل غضبه وعناده بشكل ملحوظ، هو طفل يعيش في جو أسري مستقر، ويتصف بأن كلا الوالدين يحب ويحترم الآخر، يهيئان له جواً من الدفء العاطفي الذي يشبع حاجاته النفسية، وينميان قدراته ومهاراته التي حياها الله إياها، ويشعرانه بالأمن والاطمئنان والحب، لا يتناقضان في معاملتهما له.. فهذا يرفض وذاك يلبي، بل يعاملانه بثبات وفق قواعد ومعايير مقينة اتفقا عليها مسبقاً.

أمَّا الأسرة التي تسودها التوترات الانفعالية الشديدة، والثورة والهياج لأقل الأسباب، وسوء العلاقة بين الزوجين، وعدم القدرة على تجاوز الخلافات والمشكلات، وأحياناً عدم التعاون والسلبية بينهما حول أسلوب تربية الطفل؛

فالأبُّ يقسو والأمُّ تدللُّ، وكل هذه العوامل تؤدي بالطفل إلى توتره واضطرابه، الذي يأخذ صورة نوبات الغضب والعناد والبكاء.

كيف يستخدم الأطفال أسلحة الغضب والعناد في مواجهة سلطة الوالدين؟

ينبغي أن تكون سلطة الأبوين في تقويم سلوك الطفل وتوجيهه ثابتة غير متناقضة. فماذا سيكون الحال لو أن الأبَّ أجاب رغبات طفله، والأمُّ رفضت تلبية هذه الرغبات؟

من المتوقع أن يلجأ الطفل إلى نوبات الغضب والبكاء، ثم سيلجأ إلى الطرف الآخر مستدرًا حمايته على أمل أن يجيبه إلى ما يريد، في هذه الحالة قد تجاب رغباته تحت تهديد سلاح الغضب والعناد، فيتعلم الطفل أنه كلما أراد تحقيق شيء وقوبل بالرفض، فعليه أن يلجأ إلى سلاحه الفعال؛ لأنه يتوقع أن التراجع سيكون شيمة أبويه كليهما أو أحدهما، ثم يبدأ الطفل في تعميم سلوكه هذا في محاولة منه للسيطرة على البيئة الخارجية بالطريقة نفسها، وهنا تكمن الخطورة الحقيقية؛ إذ سيصبح الانفعال بالغضب والعناد أسلوبه اللاشعوري، الذي سيلجأ إليه في حل مشاكله حتى في الكبر مما يعرضه للمساءلة ووسائل العقاب، التي يشهرها المجتمع إزاء الخارجين عن معاييرهم ولوائحهم وقوانينهم. ويجب أن نلاحظ أن بعض الأطفال لا يستخدمون سلاحهم هذا إلا مع من سبق ونجح معهم هذا الأسلوب.

وهناك نوع آخر من الأطفال يتعمدون إحراج آبائهم بالصراخ والبكاء والعناد لتحقيق رغباتهم، خصوصاً أمام الضيوف أو الأقارب لأنهم يشعرون أن هؤلاء سيسفعون لهم لدى آبائهم.

كل هذه الحيل يلجأ إليها الطفل اعتماداً على خبرة مسبقة في تعامله مع أبويه؛ لأنه يدرك تماماً حدود والديه وطبيعتهم في التعامل مع غضبه وعناده، فنراه يستخدم سلاحه السحري مع الشخص المناسب وفي الوقت الملائم تماماً.

تعدد سلطات الضبط والتوجيه، وأثرهما على نوبات الغضب والعناد:

من المؤكد أن تعدد سلطات الضبط والتوجيه لسلوك الطفل يؤدي حتماً إلى ارتباك الطفل وثورته وغضبه وعناده، ويحدث هذا في الغالب عندها يعيش الطفل في منزل العائلة الذي يضم الجدَّ والجدَّة، والأعمام، والإخوة الكبار بالإضافة إلى الوالدين، ويكون بالطبع لكل منهم سلطة توجيه الطفل ونقده، وكلُّ منهم يرى أسلوباً معيناً لتحديد السلوك وطبيعته وماهيته، والطفل في مثل هذه الأجواء العائلية يشعر بالإرتباك ويتعدد السلطة الضابطة.

فالأمُّ في هذا الجو تقوم بتقويم سلوك الطفل برؤيتها الخاصة، فهي ترفض تماماً إجابة طلباته تحت تهديد الصراخ والبكاء، بينما ترى جدته عكس ذلك، فهي تتدخل فتتهرأبنتها على معاملتها التي تتسم بالقسوة (من وجهة نظرها)؛ فتحنو على الطفل وتجب طلباته.

ومعنى ذلك أن الطفل يعيش في بيئة تعددت فيها السلطات، وقد يؤدي ذلك إلى شعور الطفل بالقلق النفسي، وعدم الاطمئنان إلى تحقيق رغباته لتضارب استجابات أفراد العائلة إزاءها، مما يجعله يلجأ إلى نوبات الغضب كوسيلة للسيطرة على البيئة وعلى اعتراضات بعض أفرادها نحو مطالبه. إن تضارب السلطات الضابطة بين التشدد واللين يجعلها ضعيفة بكل تأكيد.

غضب الآباء ينعكس سلباً على الأبناء:

أدى تعرض الآباء للمشكلات الخارجية، والضغط النفسية نتيجة لايقاع الحياة السريع الصاخب، إلى افتقار معظم الأسر للهدوء والسكينة والاتزان الانفعالي؛ حتى أن الزوجة التي تشارك زوجها وتقاسمه أعباء العمل خارج المنزل، ثم الأعباء التي تنتظرها أيضاً لدى عودتها إلى المنزل... كل هذا جعلها في شبه ثورة انفعالية، نتيجة للشحن النفسي والمعنوي السلبي الذي تتعرض له.

هذه الأوضاع الأسرية التي فرضتها تلك الظروف البيئية الاقتصادية والاجتماعية جعلت السمّة البارزة للوالدين هي العصبية المفرطة، والغضب الشديد، سواء في تعاملات كل منهما مع الآخر أو في تعاملاتهم مع أبنائهما. هذا بالإضافة إلى أن بعض الآباء لديهم الاستعداد النفسي للعصبية المرضية، التي تجعلهم يثورون لأنفه الأسباب؛ مما يؤدي إلى شجار دائم داخل المنزل.

كذلك.. فإن عدم التوافق بين الزوجين سواء العاطفي أو الوجداني أو الفكري يدعم مبدأ العصبية السائدة في علاقتهما أصلاً، فتتعدم بالتالي فرص الالتقاء على قرار معين، فيعمُّ التوتُّر أجواء الوسط الأسري. كل هذا ينتقل بالتالي إلى الأبناء لأنهم في حقيقة الأمر يقتدون بالأبوين، ومن ثم ينقلون عنهم الغضب والعصبية والتوتُّر وسرعة الاستثارة. وعلى ذلك لا بد أن نشير إلى أنه يتحتم على الآباء نسيان مشاكلهم، التي يواجهونها خارج المنزل، حتى ينال الأطفال القسط الوافر والضروري من الهدوء والسكينة والاتزان.

وعلى الآباء أن يدركوا أن الطفل الذي يعاني من القسوة والاضطهاد، وفقدان الأمن والطمأنينة والحرمان من الدفء العاطفي، يفشل في تكيفه السوي دراسياً واجتماعياً ونفسياً سواء داخل المنزل أو خارجه، فقد يفشل في مسابرة أترابه فيتأخر عنهم في التحصيل، وقد يتحول من طفل وديع مسالم إلى آخر يدبر المكائد لإخوته وأقرانه، بل وللمعلم ذاته - لأنه يرى فيه صورة متطابقة من أبيه صاحب السلطة والقسوة والنفوذ - فنراه يكيل الافتراءات، ويختلق الأكاذيب حول شخصيته وسلوكه بدافع الانتقام والتشفي.

الإفراط في تدليل الأطفال، وأثره على نوبات الغضب والعناد:

يؤدي تدليل الأبوين للطفل إلى ظهور نوبات الغضب والعناد، والتدليل ينطوي على إجابة كل مطالبه ورغباته الممكن منها وغير الممكن، والمهم منها وغير المهم، وعلى ذلك فالطفل لا يتعود تأجيل هذه المطالب والرغبات.

وفي تطورٍ آخر، يتوقع الطفل أن البيئة سوف تجيبه أيضاً إلى ما يصبو وما يريد، فيعتقد مثلاً أن المدرسة سوف تجيبه إلى ما يريد من رغبات دون تباطؤ أو تأجيل كما كانت تفعل أسرته، ولكن حينما تقابل رغباته بنوع من المنع أو الإعاقة تكون الصدمة شديدة وقاسية، ولها مضارها النفسية العميقة؛ فيلجأ الطفل بطبيعة الحال إلى أساليب الغضب والعناد والتوتر. وتديل الأطفال وإيثارهم على نحو مبالغ فيه يعني أننا لا نؤهلهم التأهيل الصحيح لمجابهة الحياة بكل مصاعبها.

وتعرض الطفل لقدر يسير من "الإحباط" - الذي يقصد به تأجيل بعض المطالب والرغبات لتشبع في حينها، حيث إننا لا يمكننا أن نتصور حياة بلا إحباط، أو لا يمكن أن نتخيل أنه يمكننا تحقيق كل رغباتنا ومطالبنا في وقت واحد - يفيد على مواجهة الحياة. كما أن هذا التأجيل يقوي في الطفل جهاز "الأنا" (Ego) حسب نظرية التحليل النفسي "لفرويد"؛ حيث إن الأنا هو الجهاز الذي يكبح جماح الشهوات والغرائز، والمسئول عن تأجيلها إلى الوقت المناسب لتشبع في حينها، فيتكيف الفرد تكيفاً سليماً مع البيئة الخارجية المحيطة به.

والطفل المدلل يشب فرداً أنانياً يرى نفسه فقط، ولا يستطيع أن يدخل الآخرين في حيز حياته أو اعتباره، يثور ويغضب كلما عجز عن تحقيق رغباته وأهوائه، يتمركز حول ذاته، مقتنعاً بأن الكل سيلبي ما يريده، ولن يجرؤ كائن من كان في أن يقول له "لا"، فيشب شخصاً هش التكوين، لا يستطيع أن يواجه صعوبات الحياة التي تحتاج إلى أشخاص يواجهون المشكلات الحياتية بشجاعة وإصرار، يحاولون مراراً وتكراراً، يفشلون مرة ومرات، دون أن تثبط لهم عزيمة، يرون مغريات الحياة فيغضون الطرف عنها؛ مفضلين دائماً إثارة القيم والمبادئ التي تعلموها، ونشأوا في كنفها بمثابة ضوابط داخلية وخارجية للسلوك.

العناد من وسائل إثبات الذات عند الأطفال:

الأطفال جميعاً يمرون بفترة من عمرهم، يميلون فيها إلى "إثبات الذات" وأحد مظاهره "العناد"، ويقرر العلماء أن الطفل الذي لا يمر بفترة يثبت فيها ذاته وشخصيته هو طفل غير سوي. والعناد الطبيعي غير المبالغ فيه مرحلة طبيعية من مراحل النمو النفسي للطفل، وله أهمية كبيرة في حياة الطفل، نوجزها في التالي:

- ❖ يساعد الطفل على الاستقرار واكتشافه الفريد لنفسه.
- ❖ يساعد الطفل على إدراك أنه شخص له كيان وذات مستقلان عن الآخرين.
- ❖ يكتشف الطفل أن له إرادة حرة، وهذا يكسبه صفات الفردية والاستقلال.

ومع مرور الوقت، ووصولاً إلى مراحل النضج يكتشف الطفل أن العناد والتحدي، ليسا هما الطريقتين السويتين لتحقيق مطالبه وغاياته بما يحقق له الرضا والسعادة، فيتعلم العادات الاجتماعية السوية في الأخذ والعطاء، ويتفهم أن التعاون يفتح له آفاقاً جديدة في الحب والإيثار، وعلى الأخص لو كان الأبوان يعاملان الطفل بالمرونة والتفاهم والمودة.

والطفل ينتقل من مرحلة العناد والتشبث إلى مرحلة الاستقلال النفسي في الفترة من الرابعة إلى السادسة من عمره، وكلما كان الأبوان على درجة مقبولة من الصبر والتفاهم مع الطفل، ساعده على اجتياز هذه الفترة بسلام.

والأم التي تتصف بشدة الحزم، وتتعامل مع أطفالها بأسلوب صارم لا يخلو من الأوامر والنواهي فإن أطفالها يقلدوننا، ومن ثم يلجأون إلى العناد والتصميم مثلها تماماً.

فليكن تعاملنا مع الأطفال تعاملًا يحقق ذاتيتهم، ويساعدهم في تطوير وغو

شخصياتهم على نحوٍ سوي، ونؤكد أن إرغام الطفل على الطاعة العمياء، ليس بالقطع هو الطريق الوحيد لحل كافة المشكلات معه، بل نرى أن المرونة، واتباع أسلوب الحوار، والتربية الاستقلالية الموجهة، وإشاعة جو من الدفء العاطفي كلها عوامل تحول بينه وبين الغضب أو العناد.

حتى نجنب أطفالنا مخاطر الغضب والعناد:

❖ يجب أن يحافظ الآباء قدر المستطاع على هدوئهم واتزانهم الانفعالي إزاء ثورة الغضب التي يمرُّ بها الطفل، وإذا كان من حق الطفل أن يعبر عما يجيشُّ بصدره من غضب، فلا يكون بالبكاء أو الغضب أو العناد لذلك ينبغي أن يُطلب من الطفل أن يتحدث بصراحة عما يُغضبه ويؤرقه ويفسد صفوه، وأن يؤكدوا له بعد الانتهاء من ثورته الانفعالية وغضبه، أنه على الرغم من كل هذا فإنه ما يزال الابن المحبوب، ذلك ليعلموه التسامح والefو عند المقدرة .

❖ يتحتمُّ على الآباء أن يكونوا القدوة الصالحة، والمثل الأعلى لأطفالهم، ولهذا ينبغي أن يتحلوا بالصبر واللين ونفاذ البصيرة، وأن يقلعوا تمامًا عن عصبيتهم وثورتهم أثناء تعاملهم مع أطفالهم حتى لا يقلدهم أبناءهم، مع التحلي بالمقدرة على حل المشكلات في الوقت المناسب، وبأكبر قدرٍ ممكنٍ مع المعقولة والقبول، حلولاً يسودها العدل والمحبة والتفاهم.

❖ أن يحذر الآباء من تلبية رغبات أطفالهم تحت تهديد البكاء أو الغضب أو العناد، فلا ينبغي أن يُثاب الطفل بحجة حدة الطبع لأن الإثابة أو المكافأة لا تُعطى أو تُمنح إلا عندما يُظهر الطفل سلوكاً سويًا متزنًا، خاليًا من الغضب أو العناد، وبذلك يتعلم الطفل أن السلوك الطيب، والطبع الهادئ والخلق القويم إنما هي الأسلحة الصحيحة والسوية لنيل ما ينبغي وما يريد.

❖ نُحذِرُ أيضاً من تدخل الآباء تدخلًا مباشرًا في شئون أبنائهم، كأن يحددوا مثلاً مواعيد الطعام أو النوم أو الاستذكار، دون مراعاة لظروف الطفل

وإمكاناته واستعداداته ورغباته. والأصوب أن يتدخل الآباء بأسلوب مرن، متزن، مَفنن.

وليتذكر الآباء أن الطاعة العمياء كنظام ينبغي تطبيقه، لا يخلق طفلاً ذا شخصية قوية، مستقلة، واثقة. بل يخلق منه شخصاً خائراً، واهناً، ضعيفاً، وهذا بالقطع ما نخشاه ولا نبغيه، لذلك على الآباء الإقلال من رصد تحركاتهم، أو تصرفاتهم؛ حتى لا يشعروا بكابوس السلطة الوالدية؛ فالحرية الموجهة، المسئولة، هي أعظم ما يمكن أن يقدمه الآباء إلى أبنائهم.

❖ الحذر من مناقشة مشكلات الطفل أمام الغرباء، سواء من الأهل أو المقربين أو الأصدقاء، بل نحذر من مناقشة تصرفاتهم ومساوئهم في حضورهم، أو على مسمع منهم، كما لا يجوز استعمال العنف أو القسوة أو حتى النقد العابر لإرغام الطفل على الطاعة والهدوء.