

الخطوة الخامسة:

ركّز على الإيجابيات

إن قيمة التفكير الإيجابي هي فكرة مقبولة عالمياً تقريباً، وإن بعض الأطفال . وبخاصة أولئك الذين يعانون من مشاكل سلوكية حادة ومزمنة . يمكنهم أن يمتحنوا آباءهم ومربيهم امتحانات شاقة وقاسية جداً في المحافظة على المظهر الإيجابي المخلص،

وسنناقش في هذا الفصل أهمية الاعتراف بنقاط قوة الشخصية والسلوك الجيد للأطفال، وسيبين هذا النقاش كيف يمكننا أن نساعد الأطفال والمراهقين على استخدام نقاط قوتهم الإيجابية للتغلب على السلوك السلبي أو إيقافه.

يبدو الأمر في بعض الأحيان أثناء تعليم الفنون الجميلة لعملية (ضبط النفس) للأطفال والمراهقين وكأنك لا تنفك تشير إلى أخطائهم ومثالبهم ومشاكلهم باستمرار، ويبدو الأمر في أحيان أخرى أيضاً أنه لا مجال لتعليمهم أي شيء آخر غير ذلك، وقد يؤدي هذا إلى انطباع لدى المربين أو الكبار بأن هذا الطفل أو المراهق ليس إلا كتلة من الأخطاء والعيوب السلوكية،

وستصبح المشكلات السلوكية لمثل هذا الطفل أو المراهق مَحَطَّ تركيز الجميع واهتمامهم، فالكل يريد أن يصلح، أو: الكل يريد أن ينتقد ويوجّه.

ويمكن أن يحدث مثل هذا الأمر مع بعض الآباء والمربين الذين يظنون بأن أولادهم، أو من يعلمونهم، يجب أن تكون لديهم مواهب خاصة، أو مزايا إيجابية تميزهم عن غيرهم، أليس الأطفال جميعاً مؤهلين لذلك؟ ولا نستغرب أن يكون جواب الآباء والمربين الذين يكونون أفضل النوايا عن أبنائهم ومن يربونهم: (نعم، ولكن...) فهؤلاء يعتقدون بصدق نية أن أطفالهم يحتاجون أن ينبّهوا إلى أخطائهم بحيث يتمكنون من تصحيح سلوكهم غير المقبول اجتماعياً، ويستطيعون بعد ذلك تطوير الشخصية السليمة الجيدة التي يحتاجونها في المستقبل، إلا أن بعض الكبار يواجهون صعوبة أو تحدياً كبيراً، عندما يحاولون تحديد أي موهبة إيجابية لدى الأطفال، أو أي مهارة أو عنصر من عناصر قوة الشخصية يتمتع به الطفل، فهم يصبون جل اهتمامهم وتركيزهم وجهودهم يوماً بعد يوم على المشكلات السلوكية التي يعاني منها الطفل.

ومع كل هذا، فإن هناك أموراً هامة جداً في عملية التأديب الفعال، هي أهم من التركيز على نقاط القوة والمهارات والمواهب الخاصة والشخصية الإيجابية لدى الأطفال، وإن وجود هذه

المهارات والمواهب والاعتراف بها هو الذي يساعد الأطفال على تعلم مهارات جديدة يجب عليهم تعلمها والحصول عليها لتغيير سلوكهم أو تحسينه، كما أن هذه المهارات والمواهب ونقاط القوة المتوفرة لديهم هي التي تساعدهم أيضاً إلى الدخول إلى معترك الحياة الحقيقية، وكلما بكر الأطفال والمراهقون في الحصول على التأكيدات الإيجابية عن مواهبهم ونقاط قوة شخصياتهم ومهاراتهم الطبيعية من المربين والكبار، ستمو هذه المواهب والمهارات وتزهر وتثمر بسرعة.

يتطلب التعامل مع السلوك الصعب مهارات خاصة

يلاحظ أن المواهب الطبيعية والمهارات ونقاط قوة الشخصية هي التي يمكن أن توقع الأطفال بشكل عام في المشكلات السلوكية وغيرها، بل إن التسبب في بعض الإزعاجات الخاصة للمربين والآباء بحد ذاته يتطلب مهارة فائقة وموهبة خاصة في بعض الأحيان؛ فعلى سبيل المثال، ينزعج الآباء والمربون من الأطفال والمراهقين الذين لا يكفون عن الجدل والمناقشة، وقد يحدث هذا أحياناً؛ لأنهم تعلموا وأدركوا بالخبرة والممارسة أن مثل هذا الجدل والنقاش يوصلهم إلى تحقيق مآربهم وغاياتهم، وفي أحيان أخرى يبدو أن هذا الجدل والمماحكة وحب المناقشة نابع من الذكاء الفطري الذي يتمتع به هؤلاء الأطفال والمراهقون، وأن لديهم القدرة الأصلية على رؤية الأمور من

جانبيين مختلفين في الوقت ذاته، وهم بذلك يستطيعون عرض حجتهم بطريقة مقنعة تماماً بل أقوى من حجة المرابين والكبار الذين يربونهم أو يشرفون عليهم، وإن هذا النوع من السلوك الصعب بالذات هو الذي يمكن في الوقت ذاته أن يثبت وجود الذكاء والموهبة الحقيقية لدى الأطفال والمراهقين.

وإن أمثال هؤلاء الأطفال والمراهقين أنفسهم يمكن أن يكونوا عنيدين جداً ولا يقبلون الهزيمة بسهولة، إن العند، وهو الصبر والثبات والتصميم على البقاء على الرأي والصمود في وجه كافة التحديات، هو بحد ذاته أمر رائع ونقطة قوة من مزايا الشخصية القوية، ونلاحظ أن بعض الأطفال والمراهقين مولودون بهذه الصفة القوية المتميزة، ولا شك أن هناك الكثير من الأمثلة على هذه الحالة، بل إننا نلاحظ بعض الأطفال الحادي المزاج لهم قلوب ومشاعر رقيقة جداً عندما يتعلق الأمر بأشياء يهتمون بها ويحبونها، وهكذا، فإن الأطفال والمراهقين الذين يبدون عديمي الاهتمام والرغبة بأشياء وأمور تهم آباءهم ومربيهم هم غالباً أشخاص هادئون وسهلو القيادة يحب صحبتهم كثير من الأشخاص حولهم.

ولو أننا أنعمنا النظر بهذا الأمر لوجدنا أن معظم الكبار وصلوا إلى قناعة بأن بعض مزايا قوة شخصيتهم التي يفخرون بها قد تتسبب لهم ببعض المشكلات مع الآخرين ما بين فترة

وأخرى، فقد يستمتع شخص ما بقدرته على التخاطب الفعلي مع الآخرين، والخطابة، والحديث على الملأ أمام الجمهور، بينما يجد آخرون صعوبة بالغة جداً إذا أرادوا الوقوف أمام مجموعة صغيرة من الناس ومخاطبتهم، كما أن الشخص القادر والموهوب على الحديث قد يواجه بعض المشكلات أحياناً بسبب انفتاحه الكثير وكثرة كلامه، وهكذا نلاحظ أن بعض المواهب ونقاط القوة الشخصية أحياناً يمكن أن تصبح مصدر ضعف طبيعي أيضاً.

إذا استطاع المربون والآباء أن يتصوروا أن معظم المشكلات السلوكية الصعبة تحتاج إلى قدرة وموهبة ومهارة من نوع خاص، فإن هذا سيساعدهم على تصور وجهة نظر جديدة عندما يعانون من الإزعاجات والإحباطات التي يسببها لهم الأطفال والمراهقون من ذوي السلوك الصعب، كما أن هذا قد يحول دون تطوير مواقف سلبية ضد الأطفال والمراهقين الذين يشرفون عليهم أو يربونهم، فأمثال هؤلاء يصبحون قادرين على التعرف على ما هو صحيح وسليم عند الأطفال والمراهقين بأن يقولوا لأمثال هؤلاء الأطفال والمراهقين بأنهم (موهوبون) ومتميزون، بل والأحسن من كل هذا هو أن مثل هذا التعرف المبكر سيساعد على التركيز على التوقعات الإيجابية للأطفال والمراهقين.

الأطفال يتحسسون من توقعات الكبار

إن إيمان الطفل الذي تراه وتؤمن به بأنه من مزاياه الإيجابية ونواياه الحسنة، هو أحد أقوى الأدوات التي تؤثر في فعالية التأديب، وإذا أراد الكبار والمربون أن يكون لأعمالهم التأديبية الأثر المرغوب على الأطفال والمراهقين، فإن أول سؤال يجب أن يسألوه هو: (هل يعتقد هذا الفتى، وهل يدرك أنني أنا شخصياً مدرك لما هو سليم وجيد عنهم؟)

وقلما يستخدم الكبار والمربون هذه الأداة، بل غالباً ما يبدو للأطفال والمراهقين أن الكبار لا يعتقدون أن هؤلاء الأطفال والمراهقين يعملون أي عمل بشكل سليم أو جيد، وقد ينطبق هذا أيضاً حتى على الأطفال الذين لا يشكون على الإطلاق بحب آبائهم لهم، فلو سألت أمثال هؤلاء الأطفال والمراهقين مثلاً: (هل تعتقدون أن آباءكم يحبونكم؟) لكان الجواب: (نعم)، دون أي تردد، إلا أنك إذا سألتهم: (تُرى ما الذي تعتقدون أن آباءكم يحبون فيكم؟) أو: (تُرى ما الذي تعتقدون أن معلمكم يحبون فيكم بالتحديد؟)، فسيكون جوابهم على ذلك: (لا أدري...، أظنهم لا يحبون شيئاً مما نفعل!).

وهذا أيضاً صحيح وينطبق على كثير من الآباء وغيرهم ممن يشرفون على تربية الأطفال والمراهقين، فهم قد لا يترددون بأنهم يحبون الأطفال والمراهقين الذين عندهم، وأن أولئك

الأطفال يعلمون ذلك حق العلم؛ إلا أنك إذا سألتهم السؤال ذاته: (تُرى ما الذي تعتقدون أنك تحبون في هؤلاء الأطفال والمراهقين؟) فستجدهم يترددون في الجواب ولا يستطيعون تحديد الشيء الذي يحبون في أولئك الأطفال والمراهقين، وسيكون جوابهم على ذلك: (حسناً! إنهم طيبون، وهم يعلمون أننا نحبهم)،

وقد تمّ تطبيق هذا التمرين على كثير من الآباء والمعلمين، وكان لا بد من تدريب عدد كبير من هؤلاء في كل مرة ليتمكنوا من تحديد شيء محدد صحيح وجيد أو مقبول عن طفل معين، وعند التعامل مع مجموعة من الآباء وأطفالهم سيكون بالإمكان بمنتهى السهولة تحديد الأطفال الذين لم يسمعوا من آبائهم كلمة إيجابية عن تصرفاتهم وأفعالهم وأعمالهم وشخصيتهم، وقد ينطبق هذا أيضاً على المعلمين الذين تناقش معهم سلوك الأطفال والمراهقين الذي أصبح يسبب مشكلة لفترة ما، إن أمثال هؤلاء ينسون تماماً أية ميزة إيجابية من مزايا أمثال هؤلاء الأطفال والمراهقين.

ولعل أحد الأسباب المؤدية إلى ذلك هو شدة تركيز المعلمين مثلاً على التعليم والتصحيح، وهو الأسهل بالنسبة لهم بحيث يسهل عليهم إعطاء الطفل الانطباع بأنهم يتوقعون منهم (ارتكاب خطأ) في أي وقت، إلا أن ما يفوت على الآباء والمعلمين

هو أن يذكرهم، أكثر من مرة، ب: (الأخطاء التي ارتكبتها هؤلاء الأطفال والمراهقون) دون شعور أو دون قصد، كما أنه من السهل عليهم أيضاً أن يرسلوا رسائل وإشارات (دماغية) لهؤلاء الأطفال بأن توقعاتهم منهم هي (سلبية جداً).

وقد يحدث هذا الأمر على النحو التالي:

الوالد (أ): هل فعلت ما طلبته منك يا بني؟ إنك لا تفعل ما أطلبه منك من المرة الأولى! ولو أنك تتبته لما أقول، وتفعل ما يُطلب منك فلن تراني أتذمر وأشتكي منك دائماً.

والبديل هنا هو الوالد الذي يعبر عن التوقعات الإيجابية من ولده بقوله:

الوالد (ب): أنا متأكد من أنك فعلت ما طلبته منك يا بني؟ يجب أن تركز الآن وتحاول الانتهاء من هذا العمل! إنني موقنٌ بأنني يمكنني الاعتماد - بعد الله - عليك يا بني.

ويفترض في المثالين المبينين أعلاه أن الطفل لم يفعل ما طلب منه في المرة الأولى، إلا أن الوالد (أ) أثبت للطفل أكثر بكثير مما توقعه الطفل بسبب عدم إصغائه للتعليمات التي أعطاها إياه والده أو معلمه مثلاً، فقد أخبر الوالد الطفل بأنه لا يتوقع منه أن

ينفذ الأوامر التي تطلب منه من المرة الأولى، أو حتى في المرة الثانية، فكلما اشتملت الجملة على كلمة (دائماً) فمن المحتمل جداً أن تكون تحمل معنى النقد والتقريع، بل إن بعض الكبار يعتقدون أن الإشارة إلى أخطاء الأطفال والمراهقين هو جزء من مسؤوليتهم تجاههم، وليس هذا الأمر بالضرورة صحيحاً مئة بالمئة بشكل عام، وللأسف الشديد، ليس أيضاً طريقة فعلية للتأديب أيضاً، إذ إن التأديب الحقيقي والفعلية هو تعليم الطفل والمراهق معنى (ضبط النفس)، الذي يتطلب مساعدة الطفل على تطوير مفهوم إيجابي لفكرة (ضبط النفس)، إلا أن التذكير الدائم ب: (الخطأ) والانتقاد الموجه عليه دائماً يمكن أن يحد من تطوير مفهوم إيجابي عن (ضبط النفس).

لقد انحصر همُّ الوالد وتركيزه في المثال الثاني على التعليمات والتوقعات الإيجابية؛ ولعل أكبر مشكلة في تبين الأخطاء والتركيز عليها بشكل دائم هي أنها قد تضر أكثر مما تنفع، لماذا؟ لأننا أدركنا الآن أن الأطفال يطورون (مفهومهم عن أنفسهم) بناء على ما يلاحظونه من الكبار والمربين الذين يجدونهم حولهم، ونعني بمصطلح (المفهوم عن النفس): كيف ينظر المرء إلى نفسه وبماذا يقدرها؟ وإن هذا هو حجر الأساس في عملية (ضبط النفس) وفكرته أيضاً، ويتطور مفهوم (ضبط النفس) عند الناس أفضل ما يكون عندما يكون الإنسان فكرة إيجابية عن نفسه.

إن الناس الذين يرون أنفسهم مقبولين بشكل أساسي وقادرين ويعتقدون أن الناس ينظرون إليهم بهذا المنظار أيضاً هم أقدر على اختيار طرق سلوكهم بشكل أفضل، إنهم يرغبون أن يحققوا ما يتوقعه الناس منهم،

إن (توقعات الآخرين) هي أمر هام دون أدنى ريب، وقد يحقق المرء توقعات الآخرين فيه، أو قد لا يحققها كلها، وإذا كانت التوقعات التي نتوقعها من الأطفال والمراهقين إيجابية فإن مفهومهم عن أنفسهم سيستحق دفعة قوية جداً.

وإنني لا يمكنني أن أنسى طفلاً في الثامنة من عمره واجه ظروفًا صعبة كثيرة في حياته، وقد نتج عن هذه الظروف الصعبة انحرافات سلوكية مزمنة وصعوبات في التعلم، وعند مقابله في المرة الأولى أخبرني بأنه لا يستطيع القراءة، وما كان مني إلا أن هزرت رأسي عند سماع هذه الجملة؛ ثم طلبت منه أن يُعدَّ مع مجموعة من زملائه بعض اللوحات الجدارية لتعليقها على جدران الفصل الدراسي، فطلبت من أطفال محددين إعداد لوحات معينة، ولما وصلت إليه، طلبت منه أن يعد لوحة يكتب عليها: (منطقة محظورة على الأطفال) أخبرني قائلاً: (قلت لك إنني لا أستطيع القراءة)، فأخبرته أن يذهب إلى الزاوية التي يعمل فيها طفلٌ آخر على إعداد لوحة مماثلة للتي طلبت منه إعدادها فينسخ من زميله ما عمل، ويكبر الخط أو يغير

الألوان، واتبع هذا الطفل التعليمات التي أعطيته إياها، وعاد إلي بعد فترة وقد أعد اللوحة وعرضها عليّ، أخبرته بأن اللوحة جيدة ومناسبة وأنا يمكننا أن نعلقها سوية على الجدار، وبعد أن علقنا اللوحة في المكان المحدد قلت لهذا الطفل: (والآن، قل لي ماذا كتبت على اللوحة؟) فقال: (منطقة محظورة على الأطفال)، فقلت له: (ما شاء الله! إنك تستطيع القراءة إذن، أليس كذلك؟ لقد أخبرتني قبل قليل بأنك لا تستطيع القراءة! ولا أدري ماذا أصدق الآن: هل تستطيع القراءة أم لا تستطيع؟) فابتسم هذا الطفل ابتسامة رائعة عريضة وهو يشعر بالزهو والسعادة.

ثم تابعت العمل مع مجموعة الأطفال ذاتها في اليوم التالي، وطلبت من الأولاد أن يقرؤوا من الكتاب بصوت مرتفع، ولم أرغب إحراج الطفل الذي يعاني من المشكلات، فلم أطلب منه وانتقلت إلى الطفل الذي بعده، فنظر إلي الطفل وعلى وجهه تعابير الاستغراب والتعجب وقال: (ألا تعلم يا أستاذ أنني أستطيع القراءة؟) وبدأ القراءة من الكتاب فعلاً، وهو يحاول بصعوبة بالغة، مما اضطرني لمساعدته في تصحيح قراءة الكثير من الكلمات، إلا أنني شعرت بأن إدراكه لذاته قد تغير نحو الأحسن.

لقد كان لتأكيد فكرة قدرته على القراءة أثر على تغيير اعتقاده بأنه لا يستطيع القراءة، وغالباً ما يكون إيماننا بأننا

نستطيع القيام بعمل ما هو بمثابة الخطوة الأولى في التفوق في عمل ما أو واجب من الواجبات الهامة في الحياة، ومن المهم جداً أن نشعر الأطفال والمراهقين بأننا نعتقد أنهم قادرون، وأننا نتوقع منهم النجاح في أعمالهم جميعها، وكان لا بد من تصحيح سلوك هذا الطفل مراراً، إلا أنني حافظت على صلة تخاطبية إيجابية بيني وبينه، وركزت على ما اعتقدت بأنه قادر على فعله، وليس على أخطائه المتكررة أو سلوكه المزعج، ولا شك أن هذا الأمر لم يكن من السهولة بمكان، فقد كان صعباً أحياناً، وبخاصة عندما يعمل المرء مع مجموعة من الأطفال يعانون من مشاكل سلوكية متشابهة، إلا أنني لاحظت في نهاية البرنامج التدريبي أن النجاح كان ملحوظاً في ذلك المشروع، وقد كان السبب الرئيس لهذا النجاح هو التركيز في الأعمال اليومية على التوقعات الإيجابية التي كنت أتوقعها من الأطفال، وعلى بناء المهارات التي تشكل التأديب الجيد.

أكثر من المديح

قد تحتاج عملية تطوير تقدير الذات بشكل إيجابي إلى عمر بأكمله، إلا أن أساسات هذه العملية تبدأ من الطفولة، ويلاحظ أن الكبار كافة الذين يوجدون في حياة الطفل، وليس الوالدين فقط، لهم أثرٌ على فكرة تقدير الذات للطفل، ولهذا فإننا نلاحظ أهمية المعلمين والمدرسين في حياة الأطفال والمراهقين،

فالأطفال يقضون وقتاً مماثلاً - إن لم يكن أكثر - مع معلمهم مما يقضونه مع والديهم، وإن تعامل المعلمين والمدرسين مع الأطفال والمراهقين يمكن أن يكون له أثرٌ كبيرٌ على قدرة الأطفال على تطوير مفهوم إيجابي لتقدير الذات لدى الأطفال والمراهقين، بل إن الأطفال والمراهقين الذين لا يستطيع آباؤهم التخاطب معهم بشكل إيجابي فعال هم أحوج ما يكون إلى أي شخص بالغ عاقل راشد يمكنه أن يساعدهم بشكل إيجابي، ولعل المعلمين يمتلكون قدرة هائلة في تحقيق مثل هذه المساعدة البناءة للأطفال والمراهقين.

إن إحدى أهم الطرق لتحقيق مثل هذا الأمر هي إشعار الأطفال والمراهقين بالتقدير أو الشاء على نجاحاتهم المتكررة واختياراتهم الصائبة قدر المستطاع وكلما أمكن، ولعل هذا أفضل من أن نُذَكِرَهُمْ بخير فقط، فعندما نمدح الأطفال على شيء قد عملوه، أو نذكر بعض المزايا الجيدة التي يتمتعون بها، فمن المحتمل جداً أن يشعروا بالفخر والزهو بذلك والثقة بالنفس بدلاً من أن نمدحهم بشكل عام دون تحديد الأعمال أو المزايا التي يتمتعون بها.

وإن معظم الأطفال بشكل عام، والمراهقين بشكل خاص، يدركون أن سلوكهم ليس بالضرورة جيداً دائماً، وهم يدركون أنهم يرتكبون أخطاءً، بل قد يرتكبون بعض

الحماقات والأخطاء الكبيرة أحياناً، إلا أنهم يعتقدون أن التعليقات الإيجابية التي توجه نحو إنجازاتهم الشخصية، وليس السلوك العام، هي أكثر مصداقية من غيرها.

امدح العمل وليس الشخص

إن الثناء على الإنجازات الشخصية يمكن أن يستغرق فترة زمنية طويلة، أو يمكن أن يكون على شكل تعليق بسيط وقصير مناسب، ويمكن أن يكتفى بالإشارة إلى عمل قام به الطفل أو المراهق بشكل سليم وناجح.

ويمكننا أن نعطي الأمثلة التالية على ذلك:

المعلم: لقد لاحظت أنك يا بني وأنت تساعد ذلك الولد الذي كاد يفقد أعصابه، وقد رأيتك كيف انتزعت منه الضحكة انتزاعاً وصرفته عن حالة الغضب والانزعاج التي كان فيها، كما لاحظت كيف نسي ما كان فيه من انزعاج تقريباً بعد أن انتهت من الكلام معه، لقد كان هذا التصرف ذكياً وطيباً منك، ولا شك أن عملك هذا ساعد تلاميذ الفصل جميعاً، شكراً لك يا بني!

أو المعلم: لقد كانت مساعدتك رائعة يا بني! أشكرك على ذلك.

نلاحظ أن كلا المثالين ينصب في خانة الثناء على العمل الإيجابي الذي قدمه ذلك الطفل، وكلاهما يتركان أثراً طيباً في نفس ذلك الطفل أيضاً ويسرانه ويساعدانه على الشعور بتقدير الذات.

إن التركيز على مديح الطفل بدلاً من العمل الذي قام به له أثرٌ مختلف عن هذا تماماً، ولنبين ذلك من خلال المثال التالي:

المعلم: لقد كنت رائعاً يا بني! لقد أسعدتنا جميعاً، أشكر لك يا بني مشاعرك المرهفة تجاه الآخرين، ولا شك أن هذا دليل على طيب أخلاقك.

لا ريب أن هدف المعلم جيد في المثال الثاني، وهو يعرب عن نفسه بشكل طيب ومناسب، إلا أنه يتحدث عن شخصية الطفل بشكل عام بدلاً من العمل الوحيد الذي يجب أن يركز عليه هنا، ومع أن نية المعلم هي أن يكيل المديح للطفل، إلا أن هذا المديح قد يجعل الطفل يشعر بشيء من عدم الراحة، إذ قد لا يرى الطفل أن العمل الذي قدمه كان (رائعاً) و (متميزاً) أو (جيداً) على الأقل، وقد يتسبب هذا الشعور بعدم الراحة، لأن رفض المديح، أو إغفاله على الأقل، لم يؤثر عليه.

وأما في المثال الأول، فإن الطفل يشعر بالرضى والسعادة والافتخار بنفسه دون الشعور بعدم الرضى والارتياح، كما يمكنه أيضاً أن يفكر بالعمل الذي أحسن وأجاد فيه،

وهكذا، يمكن أن يطور الطفل تدريجياً الأثر الإيجابي من خلال الخبرات المشابهة التي تحدث له في حياته في التعامل مع الآخرين، وبالتالي يشعر بالافتخار بتقدير الذات، وكلما ازداد هذا الأمر إيجابية ازداد حب الأطفال لاتباع ذلك السلوك الإيجابي المفيد السليم بحيث يتماشى هذا مع التقدير الإيجابي للذات، وللأسف، فإن العكس أيضاً هو صحيح، فكلما ازداد شعور الطفل بأنه فاشل، وسلبى، ولا خير فيه، ازداد شعوره بالنقص والسلبية في حياته عامة.

حاول غالباً أن تشير إلى الصفات الحميدة لدى الأطفال والمراهقين وإلى الاختيارات الجيدة التي يختارونها، وكلما ازدادت هذه الإشارات الإيجابية التي يتلقاها الطفل كان الأمر أحسن، ومن المفيد أيضاً أن تخبر الفتيان والفتيات بما تحبه من تصرفاتهم وشخصيتهم، ومن السهولة بمكان أن يشعر الأطفال والمراهقون بأن الكبار الذين يتعاملون معهم لا يرون أيّاً من مزاياهم الجيدة؛ ونحن نعتقد أن الأطفال - وبخاصة المراهقين - هم كالكبار تماماً يحبون أن يسمعوا كلمات المديح والثناء الصادق تنهال عليهم وعلى أعمالهم الطيبة، وكثير من الكبار يحبون على الغالب أن يسمعوا الكلام الطيب عن شخصيتهم وأعمالهم، وبخاصة من الأشخاص الذين يهتمونهم ويعزون عليهم جداً، وعلى هذا، فليس الأطفال والمراهقون استثناء لهذه الحالة.

وإننا نلاحظ من الخبرة العملية أن عملية المديح البسيطة والإقرار بالفضل لأهله هي من أصعب الأمور على بعض الكبار، بل إن بعض الكبار يخشون الزيادة والمبالغة في المديح وذكر الأمور الإيجابية للأطفال والمراهقين كي لا يتوقف هؤلاء عن بذل الجهد الكافي لأداء الأعمال بشكل سليم، ولكن الخبرة والتجربة تثبت العكس تماماً.

ويتحفظ بعض الكبار، من جهة أخرى، على أن مثل هذا المديح والإقرار بالفضل والصفات الحميدة للأطفال والمراهقين لن يساعد في بناء الشخصية السليمة لهم، ويمكن أن نقبل شيئاً من هذه التحفظات، ولكن هذا يكون فقط إذا كان المديح غير مقرون بالتأديب الفعلي، أو إذا كان الشخص غير مستحق لمثل ذلك المديح والثناء؛ فإذا مُدح الأطفال لأنهم ممتازون ورائعون؛ أو لأنهم فعلوا شيئاً رائعاً، إلا أنهم لم يعاقبوا على أي سلوك غير مقبول، فإنهم في مثل هذه الحالة لن يستطيعوا تطوير المفهوم السليم لتقدير الذات، أو (ضبط النفس) الذي يحتاجونه في مستقبل حياتهم.

إن مفهوم السليم لتقدير الذات، أو (ضبط النفس) سواء أكان لدى الكبار أم الأطفال والمراهقين، يتضمن القدرة على التمييز وتحمل المسؤولية على التصرفات والاختيارات غير السليمة، وإن هدفنا دوماً هو أن نتعلم من هذه المفاهيم كيف

يتحمل الإنسان مسؤولية عمله وتصرفاته، وليتعلم المرء كيف يتحمل نتيجة أخطائه كخطوة أولى في مرحلة التعلم منها، وإذا لم يُعطِ الآباء الفرصة لأولادهم لتحمل مسؤولية أعمالهم وأخطائهم أو اختياراتهم الخاطئة أو غير المناسبة فإنهم بذلك - وبدون قصد بتاتا - يحدون فرص أطفالهم لتطوير شخصية قوية سليمة وتقدير إيجابي للذات.

إن المديح البسيط يعمل عمل السحر

إن المزاجية بين المديح البسيط والإشعار بتفهم الوضع مع التأديب السليم الصحي هو أفضل مزيج ممكن لبناء قوة الشخصية التي يرغب الكبار تطويرها في الصغار، ويمكن أن يكون هذا المزيج بأبسط صورة ممكنة دون مغالاة ولا محاباة.

ونبين فيما يلي بعض العبارات البسيطة التي يمكن استخدامها للمديح والإشعار بتفهم الوضع، والتي يمكن أن تؤيد التأييد الإيجابي القوي للصفات الطيبة والأعمال الحسنة التي يقوم بها الأطفال والمراهقون:

- رائع!
- ممتاز!
- شكراً لك من القلب...

- إنني فخور بك يا بني!...
- ممتاز...، ها أنت قد أكملت العمل، كنت واثقاً أنك قادر يا بني.
- استمر يا بني...، أنت على صواب.

ولا شك أن هناك الكثير من أمثال هذه العبارات التشجيعية الرائعة التي لا تكلف الكبار الكثير، وتفعل فعل السحر في الصغار والمراهقين، لتكن هذه العبارات أصيلة لديك، وابتعد عن التمثيل فيها، كُن مبدعاً وخلاقاً في ابتكار أمثال هذه العبارات فهي مفيدة للغاية للصغار والناشئين، وتذكر أن الأطفال والمراهقين يُعجبون جداً بالكبار القادرين على إضحاكهم في ساعة الشدة، وإن روح الفكاهة وحب الدعابة البريئة تحبب الصعاب للجميع، وليس للصغار فحسب، حاول أن تكون مرحاً ومألوفاً ولا تكن فظاً ولا بغيضاً مبغضاً، والبشر مدعاة للطاعة والمحبة ومجلبة للرحمة والخير، واعلم أن المرح والفكاهة هما أداتان هامتان للتأديب القيم الفعال، ويمكن أن يكون كل من المديح والإشعار بتفهم الوضع للصغار على شكل إيحاء باليد فقط أحياناً، أو برفع إبهام اليد إلى أعلى إشارة على تحقيق درجة (ممتاز)، أو بالإشارة بالسبابة والوسطى على شكل حرف V إشارة إلى تحقيق النصر، أو بضرب الأكف مع الصغار، دلالة على الفوز ومشاركة السعادة، بل وقد يكون

التعبير بـ: (غمزة بالعين) مثلاً، دلالةً على السرور والرضى، وهكذا دواليك، أي: يمكن الإشارة بأي شيء، أو قول أي شيء يشعر الأطفال والمراهقين بأنك معهم، وتراقب أعمالهم وحركاتهم، وتقدرها لهم، وبخاصة ما يعملونه بشكل صحيح.

ساعد الأطفال على تصور المستقبل

إن إشعار الأطفال والمراهقين بأنهم قد فعلوا الشيء الصحيح هو أفضل طريقة ممكنة لتعزيز السلوك الإيجابي لديهم، كما أنها أيضاً (تُسقطُ) و (تعزُّزُ) التوقعات الإيجابية التي يتوقعها الكبار من الصغار، فهي، بشكل عام، من أفضل طرق التعبير عن الرضى والسعادة بما يفعل الصغار، وبالتالي، فهي طريقة ممتازة من طرق التأديب الفعال، إذ أنها تساعد على بناء الأهداف وتحقيق الأحلام، ويجب أن نتذكر أن الأطفال الصغار لم يصلوا في تطورهم بعد إلى مرحلة التفكير بالمستقبل أكثر من نهاية الأسبوع القادم مثلاً، أو من الموعد التالي للنزهة أو الذهاب إلى الحديقة للعب، بينما يمكن أن ننظر إلى الناشئين أو المراهقين على أنهم أصبحوا قادرين على تصور المستقبل، ونحن الكبار نتوقع منهم ذلك، وبخاصة عندما يتعلق الأمر بالحقوق التي يطعمون بالحصول عليها مثل: حصولهم على (رخصة قيادة مؤقتة) للسيارة، إلا أنهم في الوقت ذاته يصعب

عليهم أن يتصوروا أنفسهم أشخاصاً كباراً مسؤولين عن أعمالهم وتصرفاتهم بالكامل.

ويتصور المراهقون أنفسهم أنهم إذا أصبحوا - مثلاً - قادرين على قيادة السيارة فإنهم يصبحون عندئذ قادرين على الاستقلالية التامة، وأنهم بالغون عاقلون راشدون يستطيعون التصرف بمفردهم في أي مجال، ويتصور كثير من المراهقين أنهم تحرروا من قيود الوالدين والحدود التي يفرضانها عليهم؛ كما أن المراهقين الأسوياء الأصحاء أيضاً يتصورون أنهم قادرون على الاهتمام بشؤونهم ورعاية مصالحهم بأنفسهم، وأنهم قادرون على تحمل مسؤولية أعمالهم، وقد يكون مثل هذا الأمر مدعاة للخوف والقلق، إذ إن جزءاً فقط من كيان هؤلاء المراهقين يريد أن يسرع بالنمو، بينما يريد الجزء الآخر المزيد من العناية والاهتمام من الآخرين إلى الأبد، وإن مثل هذا الصراع الداخلي الذاتي هو جزء طبيعي من مرحلة تطور المراهق وقد يكون من أبرز التحديات التي تواجه الجميع.

ولا شك أن هناك طريقة يمكن أن يستخدمها الكبار لمساعدة المراهقين على الإبحار بشكل سليم في مثل تلك الأمواج الصعبة من الطفولة إلى النضج، وهي أن يذكر الكبير المراهق - على الدوام - بأن لديه إمكانيات رائعة، وأنه يتوقع أن يراهم قادرين على استخدام مواهبه وطاقاته وإمكاناته عندما يكبر

وينضج تماماً، وليكن الكبيرُ محددًا وواضحاً فيما يقول للمراهق، وليخبرهم بما يراهم قادرين على عمله بشكل حسنٍ أو متميز، وأن العالم يحتاج إلى مواهبهم وملكاتهم المبدعة وطاقاتهم الكبيرة.

ولعل الطريقة التالية هي إحدى الطرق الجيدة: أن يبدأ الكبيرُ تشجيعه للمراهق الذي يعتني به ويوجهه: (هل تعلم يا بني أن ما أحبه فيك هو:.....، [وتحددها له] وإني أتصور أن أراك، يا بني، بعد فترة ليست بالطويلة..... [وتحددها له]، إن المراهقين والناشئين والناشئات هم بحاجة أن يشعروا أن الكبار لهم ثقة بهم وبإمكاناتهم وبقدراتهم الكامنة التي لا يستطيعون هم بأنفسهم رؤيتها بوضوح بعد، وإليك فيما يلي بعض الأمثلة على ذلك:

هل تعلم يا بني أن أكثر ما أحبه فيك هو:

- إصرارك على متابعة الموضوع حتى تحلّه.
- أنك قادرٌ على انتزاع الضحكة مني دائماً.
- أن مشاعرك وأحاسيسك قوية وجياشة.
- أنك تشعر بمشاعر الآخرين ومعاناتهم.
- أنك تحب أن تفعل ما هو صواب.
- أنك تفكر بما ينفعلك ويفيدك.

- أنك تحافظ على هدوئك ورباطة جأشك مهما كانت الأمور من حولك صعبة أو قاسية.
- إنني أتصور أن أراك، يا بني، بعد فترة ليست بالطويلة أن تصبح:
- قادراً على اختراع أشياء جديدة ومفيدة وذلك لأن الآخرين يظنون أن ذلك غير ممكن، بينما أنت لديك من الإصرار على متابعة الموضوع حتى تحلّه وتكتشف طريقاً لعمله.
- قادراً على استخدام روح الدعابة عندك لتساعد الآخرين في معاناتهم ومآسيهم في هذه الحياة.
- قادراً على أن تكون قيادياً وسياسياً في مجتمعك تحاول مساعدة من هم أقل منك حظاً ونصيلاً في هذه الحياة.
- قادراً على تصميم أجمل السيارات وأحدثها.
- قادراً على التعامل مع الأطفال والمراهقين الذين يعانون من اضطرابات ومشاكل سلوكية لأنهم يدركون أنك تتفهم أوضاعهم تماماً أكثر من غيرك بكثير.

▪ مديراً رائعاً في أي عمل من الأعمال تختار أن تعمل فيه.

▪ قادراً على العمل في غرفة الإسعاف والطوارئ؛ لأنك لا تفقد هدوءك على الإطلاق؛ ولأنك تعمل بإصرار وتصميم وعزيمة حتى تنتهي من العمل المطلوب إنجازه.

▪ قائداً لفريق أو مجموعة عمل تعمل على إيجاد طرق جديدة لحلّ المشكلات والمعضلات.

فمن خلال هذه الأمثلة جميعها يمكنك أن تعطي الشاب أو الفتى الناشئ لمحة سريعة عن إمكانية استخدام مواهبه ومقدراته الشخصية الخاصة ليصبح من الناجحين في هذه الحياة والمجتمع عندما يصبح كبيراً؛ كما يمكن أن تريهم أيضاً أن العالم بأسره هو بحاجة إلى مواهبهم الواعدة ومقدراتهم البناءة بعون الله.

غير أنه غالباً ما يفعل الآباء والكبار عكس ذلك، فمن السهل أن يفعل الكبار هذا، فقد يقولون للصغار والناشئين ملاحظات شبيهة بما يلي:

▪ يجب عليك أن تتعلم كيف تتمالك أعصابك، وإلا فإنك لن تستطيع الاحتفاظ بوظيفة أو عمل على الإطلاق.

■ يجب أن تتعود أن تشجّع نفسك ذاتياً على المضي في العمل وأخذ المبادرة الذاتية للقيام بما يجب عليك أن تفعله؛ لأنك لن تجد من يقوم بأعمالك نيابة عنك عندما تغادر هذا البيت.

■ يجب عليك أن تتوقف عن التصوير والرسم وتبدأ بتعلم الرياضيات؛ فالرسامون والمصورون (أكثر من الهمّ على القلب)، وأفضلهم لا يجد عملاً مجدياً مادياً، ولعلك لن تجد الكثير من الذين يدفعون مبالغ جيدة على الرسم والتصوير.

ولعلك تدرك ما نقول هنا، إن الأطفال والمراهقين يتحسسون من الأفكار التي يتصورها الكبار عنهم، بل قد ينطلق بعض هؤلاء الأطفال والمراهقين أحياناً غاضبين ليثبتوا لآبائهم ومعلميهم خطأ آرائهم وتصوراتهم عنهم؛ ومع هذا فهم عادة يتبنون داخلياً الاعتقاد بأنهم (لن يستطيعوا أن يسهموا بأي شيء في هذه الحياة)، وسيبدؤون بتطوير حياتهم حول هذا الاعتقاد الخاطئ.

حاول أن تصف المستقبل بعبارات عاطفية مؤثرة

إن هناك أمراً آخر قد يثري الآثار الجيدة عن توقع المستقبل الإيجابي للناشئين والشبان، أخبرهم عن السعادة والرضى

والارتياح والمشاعر الجيدة الأخرى التي يشعرها المرء عندما يستخدم مواهبه وقدراته الذاتية بشكل فعال ومثمر في المجتمع لتحقيق أحلامه فيما يرضي ربه ثم أهله وذاته، حاول أن تصف لهم الشعور بالافتخار والاعتزاز الذي يمكن أن يشعروا به شخصياً، وليس ما ستشعر به أنت فقط من فخر واعتزاز وسعادة بأن تراهم يحققون نجاحاً تلو الآخر باستخدام مواهبهم وقدراتهم الخاصة، حدثهم عن روعة مثل تلك المشاعر وجمال الإحساس بها والنعمة العظيمة التي حياهم الله بها مقارنة بغيرهم ممن هم أقل حظاً وشأناً وقوة وقدرات منهم، وكم كثير هؤلاء، علمهم شكر النعمة، والشكر على العافية، والشكر على الصحة، والشكر على ما فضلهم الله به على كثير من عباده..

إن من المفيد جداً أن تذكرهم، حتى أثناء أداء الأعمال اليومية المملة أحياناً، والتي لا بد من القيام بها، ولا غنى عنها للجميع، من واجبات وأعمال منزلية غير محببة إلى النفوس، ذكرهم بالسعادة والسرور اللذين سيشعران بهما بعد إنجاز تلك الأعمال والانتهاء منها ليصبحوا قادرين على عمل ما يحبونه ويستمتعون به من أعمال، بل على التقيض من ذلك، فإننا نلاحظ أن الكبار غالباً ما يخبرون الناشئين بأنهم يطيلون فترة عذابهم وألمهم بأيديهم عندما يتأخرون في إنجاز ما يجب عليهم القيام به من واجبات مملة وغير محببة إلى النفس، ومع أن هذا

الأمر قد يكون حقيقةً دون ريب، إلا أن الأمر سيكون أكثر فاعلية إذا ركّزنا على الجانب الإيجابي من الحياة وتركنا الجانب السلبي.

تذكر أن ما يتلقى تركيزاً إيجابياً يميل بطبيعته إلى النمو والاتساع والزيادة، وأما إذا ركّزنا بشكل أساسي على الأخطاء التي يرتكبها الأطفال والمراهقون، أو على ما يجب عليهم تصحيحه بشكل مستمر لأننا نريد تأديبهم بشكل فعال فستصبح هذه السلبيات والأخطاء - بطريقة أو بأخرى - في مقدمة اهتمامنا، إلا أننا إذا حولنا اهتمامنا ووجهنا تركيزنا في التربية على الأمور الصحيحة والسليمة التي يفعلها الأطفال والمراهقون، وعلى ما هو فريد ومحجب لديهم، فإن هذه الأمور بالذات هي التي ستزداد نمواً وازدهاراً في عادات الطفل الناشئ، وهي الأولى أن تُعطى الأهمية، وتستحق التسمية.

إن التأديب الحقيقي هو تعليم الأطفال والمراهقين كيف يحمدون الله على ما وهبهم من مواهب وقدرات وإمكانات جيدة، وتعويدهم أن يثقوا بأنفسهم ومهاراتهم وإمكاناتهم التي حباهم الله بها، وإن هذا هو حجر الزاوية في بناء (الثقة بالنفس) و (الضبط الذاتي)، وإن الناشئين الذين ينظرون إلى أنفسهم نظرة إيجابية واثقة واعدة لن يختاروا - والله أعلم - مصاحبة من يحطُّ من قيمتهم أو يوجههم إلى وجهة مدمرة لحياتهم، فلا بد

إذن أن نركز على الإيجابيات الموجودة لدى الناشئين، ولا بد أن نساعدهم قدر الإمكان على أن يركزوا هم أنفسهم أيضاً على هذه الإيجابيات، ولعل هذا هو أفضل جزء في استخدام التأديب لتعليم الأطفال والمراهقين قواعد (ضبط النفس والتحكم الذاتي)، والله الموفق لكل خير.

ملخص

أعتقد أنه ليس هناك أهم من التركيز على السلوك الإيجابي ومزايا الشخصية القوية الطبيعية لدى الأطفال والمراهقين الناشئين، وكثيراً ما نرى أن السلوك الذي يوقع الأطفال والمراهقين في مشاكل ويوقعهم في الحرج إنما هو نتيجة وجود مزايا الشخصية القوية الطبيعية الإيجابية، وهي المزايا التي ستساعدهم يوماً ما في مستقبل حياتهم، والله أعلم، وإن الأطفال والمراهقين الأقوياء الشخصية والإرادة سيصبحون - والعلم عند الله أيضاً - قادة أقوياء وربما ناجحين في المستقبل، كما أن الأطفال والمراهقين المزعجين والكثيري الحركة في صغرهم يمكن أن يصبحوا في المستقبل أكثر إيجابية، وقدرة، وكفاءة، وإبداعاً في المستقبل، بعلم الله، وكثيراً ما نعلم عن كثير من الناجحين الموفقين الموهوبين في هذه الحياة أنهم كانوا كثيري المشكلات، والإزعاج والعند والمشاكسة والشغب عندما كانوا أطفالاً ومراهقين، وهذا ما قد يصفهم به آباؤهم أو معلموهم.

إن النظر إلى (السلوك السلبي) عند الأطفال والمراهقين على أنه أحد المزايا التي تشعر بالسرور إذا ما أدركنا حقيقةه في المستقبل، يمكن أن يُحدث توقعاتٍ إيجابيةً لدى الطفل أو المراهق، وكما نعلم، فإن الأطفال والمراهقين حساسون جداً لتوقعات الكبار منهم وعنهم، وإن الكبار يرسلون رسائل هامة إلى الصغار الذين يربونهم، دون أن يدرك هذا أيُّ من الكبار والصغار، وبعض هذه الرسائل تقول مثلاً: (أعتقد أنك ولدٌ مرتب، وأعتقد أنك ستصرف بشكل حسن في معظم الأوقات، وليس عندي شك على الإطلاق أنك ستكون شاباً ناجحاً في حياتك، بعلم الله)، كما أن العكس أيضاً هو صحيح...، إذ يمكن أن يرسل الآباء والمعلمون إلى الأطفال الذين ينشئونهم ويربونهم رسائل قوية دون إدراك الطرفين تقول: (إنني على يقين أنك لن تفلح في أي أمر، وإنني أتساءل كيف يمكنك أن تنجح في حياتك في هذا العالم؟) والاعتقاد الراجح أن الأطفال والمراهقين سيستجيبون لهذه التوقعات إما سلباً أو إيجاباً، بل إنهم يرون أنفسهم مضطرين ومجبرين على أن يحققوا هذه التوقعات، والله أعلم.

حاول أن تجعل توقعاتك من الأطفال والمراهقين إيجابية بالتركيز المستمر على ما هو حسن وجيد فيهم، امدح ما هو جيد وحسن لدى الأطفال والمراهقين، بل وأكثر من المديح

الصادق غير المفتعل على كل صغيرة وكبيرة ما أمكن، وحاول أن تمدح أعمال الأطفال والمراهقين وليس نواياهم فقط، واعلم أن أكثر الأطفال والمراهقين يحاولون بكل ما أوتوا من قوة أن يفعلوا ما هو صوابٌ في رأيهم وتوقعاتهم، حاول أن تساعدهم على أن يتصوروا مدى السعادة التي سيشعرون بها إذا حققوا أهدافهم وفعلوا ما هو صواب على الدوام، صفّ للأطفال والمراهقين مستقبلهم بمصطلحات إيجابية عاطفية صادقة، حتى ولو بالغت قليلاً في المديح والمشاعر الطيبة، ويلاحظ، وللأسف، أن عدداً كثيراً من الكبار يتذكرون آباءهم ومعلميهم في صغرهم حينما كانوا يقولون لهم: (إنك لن تفلح في أي شيء على الإطلاق!) ونرى الحزن على وجوه هؤلاء عندما يذكرون ذلك، إن الناس جميعاً يحتاجون إلى التشجيع الطيب، بل إلى الكثير من التشجيع خلال مختلف مراحل حياتهم، وبخاصة في مرحلتي الطفولة والمراهقة، وإن أفضل ما في الأمر هو الخطوات البسيطة التي تجعل عملية التأديب فعالة وناجحة في حياة الجميع.