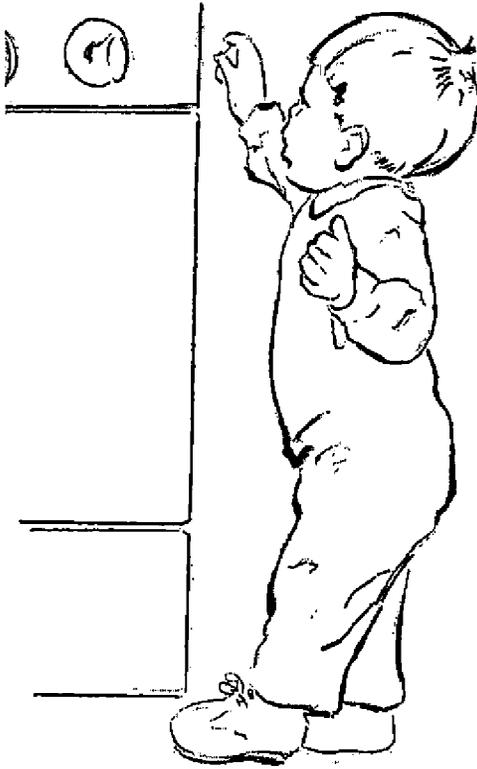


## الفصل الثالث

- تلعثم الطفل
- انطوائية الطفل
- الشعور بالنقص لدى الأطفال
- انعدام ثقة الطفل بنفسه





## تلعثم الطفل

### أسبابه - طرق علاجه

التلعثم أو اللجلجة في الكلام.. أو ما يقول عنه البعض "التهتهة"، ظاهرة قد تصيب بعض الأطفال وخاصة ما بين عمرى الستين والخمس سنوات فنجدهم يتعثرون في نطق بعض الكلمات، أو تكرار الطفل لكلمة من كل أربع كلمات وهذا شائع وخاصة بين البنين.

وليس من الضروري أن ترتبط هذه الظاهرة بعيب معين، بل إنها أحياناً تكون طبيعية لأن الطفل عنده حصيلة لغوية أكبر مما يستطيع أن يستخدمها استخدماً صحيحاً في كلام متصل، لذا نجده يتوقف أثناء الحديث قبل أن يستأنف الكلام.

وتعتبر لجلجة الأطفال أو تهتهتهم من الاضطرابات التى يصاب بها الطفل خاصة خلال السنوات الخمس الأولى من عمره .

واللجلجة في معظم حالاتها تختفى مع النمو، ولا تحتاج لعلاج متخصص إلا في حالة استمرارها لنهاية مرحلة ما قبل المدرسة.

وأحياناً نجد بعض الأطفال يتخلصون من هذا التلعثم، ثم يعودون إليه ثانية عندما يلتحقون بالمدرسة لأول مرة كإعكاس لإحساس الطفل بالخوف والقلق.

• وهذه اللجلجة يمكن أن تصيب الطفل لعدة أسباب: إما بسبب بعض الضغوط النفسية، أو نتيجة لعامل الوراثة، أو لأسباب عضوية.. وقد يزيد من تلك المشكلة قلق الآباء وانزعاجهم فيتعقد الموقف أكثر.

لذلك ويمكن أن نلخص تلك الحالة وأسبابها فى الآتى:

• التلعثم كظاهرة طبيعية: قد يصيب الطفل - كما سبق وقلنا - نتيجة

لامتلاكه حصيلة لغوية كبيرة يريد أن يستخدمها كلها في وقت واحد، وهى هنا ليست عيباً، وخاصة إذا كان في حاجة للإلقاء جمل طويلة تحتاج لتفكير أكثر ليعبر بها.

- وقد يصيبه أيضاً عند محاولة الأم إرغامه على تغيير عادة من عاداته مثل استخدام اليد اليسرى وهو بطبيعته أيسر، ويؤدى هذا إلى إرباك الجزء العصبى المسئول عن التحكم في التحدث والكلمات الموجودة في المخ حيث إنه سيتصل اتصالاً وثيقاً بالجزء المتحكم في حركة اليد اليسرى التى يستعملها... وهكذا وحينه يظهر التلعثم.

- انشغال ذويه عنه لوقت طويل وعدم محادثته، وهذا يشعره بالإحباط وأنه لا يستطيع جذب اهتمامهم.. فيتعثر حيثئذ ويبدأ التلعثم.

- كما أن بعض الأطفال عند إثارتهم يحدث هذا لهم .

• **التلعثم العضوى**؛ قد يكون بسبب عضوى يؤدى إلى اضطراب فى بعض مراكز المخ، أو فيما يعرف بجهاز الكلام المكون من أعضاء الصوت بالحنجرة ومراكز الكلام بالمخ والأعصاب المسئولة عن الصوت، أو بسبب انفعالى اجتماعى واضح.. وقد يكون مصاباً بلحمية فى الأنف أو تضخم فى اللوزتين.. إلخ.

• **التلعثم الوراثى**؛ كأن يكون أحد الآباء مثلاً يعانى من هذا التلعثم فيأخذه الطفل عنه بطريقة وراثية، أو كطريقة للكلام وهو هنا لا يعتبر وراثياً بالمعنى الحرفى، ولكنه يكتسب بواسطة المعاشرة والمعاملة.

• **التلعثم النفسى**؛ ومن أهم أسبابه:

- انفصال الطفل عن أمه فى الفترات الأولى من حياته، أو عقب إنجازها لطفل آخر يأخذ بعض الاهتمام منه.

- إفراط الأبوين ومغالاتهما فى رعاية طفلها وتدليله، وأيضاً محاباته وإيثاره بالحظوة.

- وعلى العكس افتقار الطفل لعطف ورعاية أحد الأبوين، أو ذهاب أحد الأشخاص المحب له والمتعلق به عنه لفترة من الزمن.
- التعاسة والشقاء العائلي الذي قد يشعر به الطفل نتيجة انتقال الأسرة لمنزل جديد مثلاً وحنينه للقديم دون استطاعته التعبير عن ذلك.
- تذبذب سياسة التربية داخل الأسرة، وخاصة حين يغير الأب من عاداته فجأة ويستخدم نظاماً جديداً يكون أكثر حزمياً وشدة حتى يسيطر على تصرفات الطفل على اعتبار أنه كبير وبدأ يفهم مثلاً.
- سوء المعاملة في المدرسة أو الحضانة وإحباط الطفل وفشله دراسياً.
- انعدام الإحساس بالأمان، والتخجل، والانطواء، والغيرة من أى قادم جديد.

• وإذا كانت هذه هى أسباب اللجلجة، فهل هناك مظاهر يمكن أن نلاحظها في الطفل المصاب بالجلجة المرضية؟

#### مظاهر الإصابة بالجلجة المرضية:

◀ تشنج الطفل عند نطق كلمة معينة، أو في موقف معين على شكل احتباس في الكلام يعقبه انفجار.. والسبب في ذلك أن الطفل المريض يبذل مجهوداً عند تحريك عضلات الكلام، ويبدأ بعد ذلك بالضغط على شفثيه وعضلات الجهاز الكلامي، ولذلك يجتبس لسانه ولا يتمكن من النطق لأول وهلة، ثم ينفجر الكلام من فمه بقوة فيحتقن وجهه.

◀ لو اشتد المرض تظهر لديه أعراض أخرى مصاحبة للتهتة مثل تحريك الكفين أو اليدين، أو الضغط بالقدمين على الأرض، وارتعاش جفون العينين، أو إخراج اللسان من الفم، أو تحريك الرأس إلى اليمين أو الخلف، أو حركات ارتعاشية متكررة دوناً عنه .

وهذه الحركات قد يظن الطفل المريض أنها تساعد على التخلص من احتباس الكلام.

• وماذا لو تمكنت اللجاجة من الطفل واستمرت معه ، فهل هناك علاج لذلك ؟  
للج نعم هناك نوعان من العلاج :

النوع الأول: يتمثل في العلاج النفسى: ويهدف لكشف أسباب الفشل أو الإخفاق التى تحيط بالطفل وإلى ظروف الأسرة التى يعيش فيها وتؤثر على نفسيته، ثم إعادة بناء اتزانه الانفعالى والعمل على إعادة هيكلة شخصيته ليشعر بالثقة والاستقرار والأمان.

ومن الأساليب المستخدمة فى العلاج النفسى الإيحاء، والإقناع، وإعادة تعليم الآباء من جديد ليغيروا طريقة معاملتهم لأبنائهم، ثم إعادة بث الثقة فى نفوس هؤلاء الأطفال وتشجيعهم على التغلب على ذلك.

النوع الثانى: يتمثل فى العلاج الكلامى أو التخاطب: ويشمل تمرينات الكلام الإيقاعى، وتقويم قدرة الطفل على الكلام من خلال إحصائى التخاطب لتحقيق الاسترخاء الكلامى.

• ولا بد من ممارسة نوعى العلاج معا حتى نأتى بالنتيجة المرجوة ونساعد على شفاء الطفل من المرض تماما.

للج وهناك دور منوط بالوالدين عليهما القيام به لشفاء تلك الحالة يتمثل فى الآتى:

- البحث عن الأسباب التى تثير الطفل وتوتره وتؤدى به لذلك لتفاديها.
- عدم التركيز على هذه المشكلة، وتشجيعه على النطق السليم دون لفت نظره.
- عدم التحدث بالنيابة عنه، وإحاطته بالحب والحنان، وخاصة إذا كان هذا حدث نتيجة غياب الأم وانفصالها عنه عدة أيام وتجنبها ذلك ثانية.
- لا تسهب الأم فى الحديث مع الطفل أو دفعه للكلام دفعاً للتحدث دون رغبته.

• اهتمام الأم بحديث الطفل، وعدم انصرافها لشيء آخر أثناء حديثه وكأنه لا يتحدث، مهما كان الحديث حتى لا يربط ويؤثر عدم التحدث أو يتلعثم لفقده ثقته في نفسه .

• إذا كان هذا بسبب غيرة الطفل من مشاركته آخر في حب أمه مثلاً يجب هنا أن تحتويه أمه وتغمره بحبها وحنانها .

• تدريبه لغوياً من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة، مثل القراءة بصوت مرتفع، أو ترديد الأغاني المفضلة له لمساعدته على تجاوز هذه المرحلة دون إصابته بأية عقد نفسية.

• وأخيراً التحلى بالصبر حتى تختفى هذه المشكلة نهائياً.

**وبصفة عامة..** ظاهرة التلعثم ما بين العام الثانى والثالث سرعان ما تزول خلال أشهر قليلة ويشفى منها الطفل تماماً على ألا تحاول الأم في تلك السن تصحيح الكلمات له.. أما إذا حدث وتجاوزت الظاهرة هذه المرحلة لا بد من معرفة السبب لإزالته، وإذا لم نستطع علينا بالذهاب للطبيب المختص.



## انطوائية الطفل

### أسبابها - طرق علاجها

أحيانا تفرح بعض الأمهات وتفخر لأن ابنها هادئ، أو يفضل اللعب بمفرده دون إزعاج، ويأبى الاختلاط بالآخرين، ودائما معها ولا يتركها أبداً.

وبالطبع يفرح لأن الطفل المشاغب كثير الحركة دائما ما يكون مصدر إزعاج للمحيطين به، ويكون تواجهه غير مرغوب، ويتمنى معظم الآباء لو أصبح أبنائهم هادئى الطباع ومطيعين حتى ينعموا بالراحة والهدوء داخل المنزل أو خارجه.. **فهل هذه ميزة أمر عيب؟!**

يقول الأطباء النفسيون: إنه لاشك أن الطفل الهادئ المهذب محبوب من المحيطين به، لكن أحيانا يعكس هذا السلوك مرضاً لدى الطفل.. فعلىنا ألا نفرح بذلك لأن هذا الطفل المطيع الهادئ ربما يعاني من شخصية انعزالية، أو يعاني من الاكتئاب، أو يكون طفلاً توحدياً، أو لديه بدايات مرض الفصام، ولذا قد تكون هذه الحالة مرضية مائة بالمائة وتحتاج للانتباه منا حتى لا تسوء حالة أبنائنا دون أن ندرى.

#### • ولكن هل كل طفل هادئ يعتبر مريضاً؟!

بالطبع لا.. فهناك فرق بين الحالتين، حيث يكون الطفل الهادئ بطبيعته صاحب عقل منتج وإيجابي، وعلى العكس تماماً المنطوى يكون غير منتج وسلبى.

#### • فما الفرق إذن بين الحالتين؟

يوضح المختصون أن الطفل الانطوائى يتعد عن الهوايات ولا يحب الاختلاط، ويفشل فى الدراسة، ولا يتفاعل أو يتواصل مع أفراد أسرته ويهمل فى مظهره ونظافته وطعامه.

وقد تبدو تلك الانطوائية واضحة وفى أوج ألقها حينما يبلغ الطفل السن

الدراسية.. ففجأة يجد نفسه مواجهاً للحياة معتمداً على نفسه بعد أن كانت طلباته أوامر من قبل، وخاصة لو لم نؤهله لما سيواجهه، فنجدّه حينئذ متردداً، خائفاً، منطوياً يصعب عليه أن يتخذ بمفرده موقفاً إيجابياً.

وقد تُكتشف هذه الحالة متأخرة حيث انشغال الآباء في العمل صباحاً ومشاغل البيت ومذاكرة الأبناء مساءً... إلخ.. ولذا على الأم بالذات ألا تفرح بهدوء ابنها الشديد بل تلاحظه، وإذا لاحظت بعض الظواهر التي رصدناها سابقاً عليها بالتوجه فوراً للطبيب لتطمئن، هل هذه حالة مرضية أم لا؟!.

ومن أهم الأسباب التي قد تؤدي لهذه الحالة:

• منع الطفل من الاختلاط بالأطفال الآخرين معتقدين أن هذا قد يحصنه من سماع الألفاظ السيئة أو السلوك غير اللائق.. وفي تلك الحالة ينشأ الطفل وحيداً منطوياً خاشياً للإندماج مع الغير.. ولن ترتبط هذه الحالة بحالات الطفولة فقط، بل قد تستمر معه عندما يكبر، وقد تتطور لأمراض نفسية مدمرة كالإكتئاب والقلق... إلخ.

• خوف الأم وقلقها الزائد على طفلها مما يجعله يخشى خوض التجارب الجديدة بمفرده ويظل ملتصقاً بها، ويجنح إلى الانطوائية والعزلة ولا يقدم على أى عمل خشية أن يتعرض لأى أذى.

• قد يعترى الطفل خوفاً غامضاً ويشعر بعدم الأمان إذا كان والده عدوانياً قاسياً في معاملة أمه وإخوته.

• شعور الطفل بالنقص لما يسمعه عن نفسه منذ صغره وافتقاده الشعور بالأمان.

• انفصال الوالدين يؤدي لارتفاع نسبة حدوث الانطواء.

• التأخر الدراسي قد يحول الطفل لشخص انطوائى يفضل أن يبقى وحيداً معظم الوقت.

• وسبب آخر قد لا يلفت نظرنا ويجب علاجه، وهو التدليل والرعاية الزائدة للطفل، بحيث لا يستطيع أن يتقبل الأطفال الآخرين، ويشعر أنه أفضل منهم أو وجودهم فقط لخدمته، وتكون علاقاته قائمة على الأخذ دون العطاء فينفذ من حوله الآخرون.

• وعلى العكس من ذلك فقدانه الحب وإهماله وعقابه القاسى قد يشعره بالدونية، ويجعله طفلاً مهزوز الشخصية منطوياً على نفسه .

• وقد يتعرض الطفل لذلك بسبب فرض الرقابة الشديدة عليه وعجزه عن الاستقلال.

• ولكن ماذا لو تعرض طفلاً لتلك الانطوائية، ونحن لم نلاحظ هذا في زخم الحياة؟؟

للـ في تلك الحالة إليكم بروشتة لعلاج الطفل من انطوائه :

**أولاً:** علينا أن نبحث عن الأسباب التي أدت بالطفل لهذا.. وخاصة أن جذور الانطواء تُغرس في الطفل خلال تربيتنا غير الصحيحة له.

**ثانياً:** ينبغي على الأم أن تخفف من قلقها المفرط ولهفتها الزائدة على طفلها، وأن تتيح له الفرصة للاعتماد على نفسه.

**ثالثاً:** توفير الجو الهادئ المليء بالحب والود والحنان للطفل وتجنب القسوة في معاملته.

**رابعاً:** البعد عن المشاحنات التي تقوم بين الوالدين وخاصة في وجوده حتى لا نحمله فوق طاقته، فيؤثر حينئذ العزلة والانطواء.

**خامساً:** تشجيع الطفل على الاختلاط بالآخرين ومشاركته في الأنشطة المختلفة، ومساعدته على إقامة الصداقات، وممارسة الحياة الاجتماعية.

**سادساً:** محاولة تنمية شخصية الطفل وقدراته، ومنحه مساحة من الحرية مع وضع ضوابط لا تشعره أنه مخطئ وذلك بمساعدة البيت والمدرسة.

**سابعاً:** قد يتأخر الطفل دراسياً ليس بسبب غبائه مثلاً، ولكن قد يكون بسبب رفضه للآخرين وعدم تواصله وتفاعله معهم، حيث يحتاج التعلم للتفاعل مع المدرس وزملائه والمنهج، فلا تجب معاقبته حينئذ بل نساعدته على الاختلاط برفاقه ومدرسيه.

**ثامناً:** يجب إخطار المدرسة بحالة الطفل حينما نفطن لذلك، حتى لا يعاقب بلا ذنب، وخاصة أن الطفل في هذه الحالة يكون مفرط الحساسية وفي حاجة شديدة لإعادة ثقته بنفسه .

**وأخيراً:** علينا أن نغير من طريقة تفكيرنا التي تجعلنا نعشق الطفل الهادئ ونثنى عليه ونربط بين هدوئه ومستوى تربيته وأخلاقه، ونتعامل مع الطفل "الشقي" على أنه مشكلة سواء أكان مدرسياً أو أسرياً، وبهذا نهدر طاقات أطفالنا فلا نمنحهم فرصة للإبداع والتعبير عما يدور في وجدانهم.

﴿ وعلى الأسرة أيضاً التي تشعر بالضجر من شقاوة الأبناء أن تعمل على توفير الظروف والمناخ الطبيعي لتفريغ تلك الطاقة التي بداخلهم بشكل صحي من خلال إشراكهم في الألعاب الرياضية أو تنمية مواهبهم في أى اتجاه كالرسم والموسيقى مثلاً، ولا بد أن نعرف الفرق بين الطفل الهادئ والمنطوى حتى تتمكن من مساعدة المريض! ﴾

﴿ وإذا لم تنفع نصائحنا تلك في مساعدة الطفل على الخروج من تلك الحالة، علينا بعرضه فوراً على الطبيب المختص لتعديل سلوكه وعودته سالمًا معافياً . ﴾



## الشعور بالنقص لدى الأطفال

### أسبابه - طرق علاجه

قد تساورنا تساؤلات عديدة عن كيفية إحساس هذا الكائن الصغير وشعوره بالنقص بين ذويه.. وما الأسباب التي أوصلته لذلك؟ وكيف انتشاله من هذا الإحساس؟

لكي نجيب عن هذه التساؤلات لا بد أن ننظر بدواً داخلنا بصدق، وحينها سنجد أن كلاً منا يعاني نقصاً في شيء ما بصورة أو بأخرى، وإذا تعمقنا أكثر وعدنا للماضي سنحدد السبب وراء هذا الشعور، وبالفعل الأسباب عديدة ومن الصعب حصرها.

فإذا واجهتنا تلك الحالة ما علينا إلا أن نتبه لفلذات أكبادنا ونحاول التغلب على أي إحساس بالنقص لديهم ونجعله إيجابياً، ودفعهم للأمام لتحقيق النجاحات المرجوة، وليس للخلف، بأن ندعمهم بالسلب فنؤثر على حياتهم وتضطرب شخصياتهم ويعانون من أعراض نفسية عديدة هم في غنى عنها.

• وقد قسم علماء النفس وعلى رأسهم "د. أدلر" الأطفال الذين يشعرون بالنقص لثلاثة أنواع:

أولاً: الطفل المدلل المرفه.

ثانياً: الطفل المكروه أو غير المرغوب فيه.

ثالثاً: الطفل الذي يشعر بعاهة جسمية معينة أو بنقص معين في شيء ما.

• وإذا نظرنا لهذه الأنواع الثلاث سنجد أن السبب الرئيسي لوجود عقدة النقص لديهم هو التربية الخاطئة من الأساس.

للم فمثلاً الطفل المدلل: يبدو في عيني والديه المثل الأعلى للكمال إلا أنه لا يستطيع أن يتوافق مع غيره ويكون وحدة تعمل في تكامل المجتمع،

وذلك لأنه طوال الوقت يلقي حماية ورعاية وعزلة من جانب المحيطين حتى يشعر مع الوقت بأهميته وتفوقه الوهمي الذي يؤدي به فيما بعد للتغطرس والتكبر.

• وإذا كان هذا الطفل سعيد الحظ وظل آمناً في ظل ظروف بيئته الدافئة وأمكن حمايته طوال الوقت، فإن الأمور ستسير في مجراها الطبيعي ولن يعاني حينئذ من إيقاظ عوامل القلق لديه.

• ولكن الخطير في الأمر أن هذا الطفل حينما يكبر وإذا ما اضطرت الظروف للخوض في خضم الحياة ليشق طريقه قد يتعرض للأسف لأن يكون شخصاً مريضاً نفسياً، حيث لن يجد من يدلله فلا يستطيع أن يكيف نفسه مع السلطة أو يخضع لوظيفة متواضعة.

• وفي تلك الحالة سيحاول أن يوجه النقد إلى من هم فوقه ليؤكد على أنه من معدن نفيس، أو يتشاجر مع رئيسه أو زملائه فيتعرض للفصل من عمله.. ويتكرر الأمر مرات، وبالطبع السبب ببساطة هو أنه لا يستطيع العيش في مجتمع ناضج بنظرة طفل مفعم بمشاعره الخاصة.

• وللأسف حين يكتشف في نهاية المطاف أنه لا يستطيع إرغام البيئة من حوله على الرضوخ لإرادته، أو جعل المجتمع يتحمل مطالبه الطفولية وصفاته المتمردة التي دأبت أمه على تقبلها، يصاب بالإحباط العميق ويسعى للهرب، إما بالإدمان أو البلطجة أو الاحتيال على الناس أو العزلة والانزواء بعيداً عن المجتمع.

• ولذلك أحياناً نتعجب حينما نرى شخصاً "ابن ناس" - كما يطلقون عليه - وأدمن شم الهيروين أو غيره، ولكن لو بحثنا بالفعل في النشأة والطفولة سيزول العجب.

• أما إذا تغلب الطفل المدلل على ظروفه وعلى التحديات التي تواجهه، سنجد أنه سرعان ما يذهب للتقيض فيحاول جذب الانتباه بإطرائه للآخرين

الذى يصل أحياناً لحد السخرية ويتشدد بلهجة المثقفين، وقد يرتدى الثياب اللافتة للنظر محاولاً إخفاء عيوبه حتى يتسنى له تقلد المناصب العليا التى يشار إليها بالبنان.. ولكن هذا لا ينهى إحساسه بالنقص الذى يرجع إلى ما يعتمل فى نفسه من خوف.. خوف عميق من الحياة نفسها التى يحاول مجابهتها وحده ويشعر بداخله بعدم قدرته.

**٣** وإذا تناولنا النوع الآخر وهو الطفل المكروه أو غير المرغوب فيه فإنه على العكس تماماً، طفل حرم وهو صغير لذة (القبول) فيشعر بافتقار قيمته النفسية ولا سبيل لاسترجاعها إليه.. حيث لا يجد من يشعره بأهميته، ولذا يحاول جذب انتباه من حوله بالتمرد والتهجم أو التهريج والخروج عن الآداب المرعية.

ويحدث هذا غالباً من أى شخص امتنع الآخرون عن قبوله على علاقته مما يجعل من حياته الحقيقية سلسلة من الكراهية والانتقام حتى أن الأمر قد ينتهى بالطفل المكروه لنفس مصير المدلل.

فيكفى أن الطفل فى هذه الحالة ينشأ فى جو من الكراهية لا تصلح معه الحياة، فيشعر أن المجتمع مناهض له ولا مكان له فيه.

وقد يتشوه الطفل نفسياً إذا تعرض للعقوبة الدائمة والنقد والکبت، سواء أكان بالبيت أو المدرسة، وقد يصاب فى نهاية المطاف بعقدة الخوف والشعور بالنقص.

**٤** أما النوع الثالث وهو الطفل المصاب بعاهة: فهو يعانى من نقص معين بتعرضه لمواقف فى الحياة تشعره بالإحباط والشعور بالنقص مالم يوجه ويربى بحكمة فائقة، لأن هذا الشعور قد يتضاعف إذا كانت نظرة المحيطين به تتسم بالسلبية عن طريق السخرية أو العطف مما يجعل الطفل يركز انتباهه على عاهته أو مركز القصور فى جسمه، فيشعر بالإحباط والنقص.

كذلك قد يتسبب ضعف الحواس أو فقدانها كفقْد البصر أو ضعفه،

أو نقص السمع في ذلك الشعور، حيث لا يستطيع الطفل مجاراة زملائه دراسياً ولعباً، أو أن يتفهمهم بسهولة.. وهذه هي الثلاثة أنواع التي حددها "آدلر" واهتم بها.. ولكن هناك أسباباً أخرى ذكرها آخرون تعمق ذلك الشعور منها:

• إحساس الطفل بالضعف الطبيعي أمام قدرة الكبار، ورغبته في أن يكون مثلهم بغريزة التقليد التي تولد معه، وقد يتضاعف هذا الشعور إذا تعرض لمعاملة قاسية.

• قد يتكون ذلك الإحساس نتيجة القصور الجسماني للطفل الذي يجعله غير قادر على مجاراة أقرانه - كما سبق وقلنا-.

• وقوع الطفل تحت تأثير مقارنات بينه وبين آخرين لدفعه للأمام كالمذاكرة مثلاً أو المنافسات الرياضية، مما يشعره بالنقص وبمدى فشله وبأنه أقل من غيره.

• عندما يكون الجو الأسرى مفعماً بالمشاكل والخلافات فيشعر بعدم الاستقرار والاطمئنان فينتابه شعور بالنقص والقلق.

### ⚡ أهم مظاهر شعور الطفل بالنقص:

• إحساسه بالجن، والتردد، وتوقع الشر، والخوف من القيام بعمل أى شىء، وإذا قام بأى عمل يبالغ جداً في إتقانه حتى يتجنب نقد الآخرين له.

• معاناة الطفل من أحلام اليقظة وسوء السلوك.

• ظهور أعراض عصبية على الطفل مثل التهتهة، والتبول اللاإرادي، وبعض حالات الشلل الهستيرى.

### ⚡ واليكم بروشنة لعلاج هذا الشعور عند الأطفال:

أولاً: تجب دراسة الأسباب التي تؤدي لظهور هذا الشعور عند الطفل ومحاولة علاجها.

ثانياً: الاهتمام بطريقة معيشة الطفل داخل الأسرة والطريقة التي يتبعها

الأبوان معه، فإذا وجدنا سلبيات أو قصوراً يجب تعديلها لتعود ثقته إليه ويختفى شعوره بالنقص.

**ثالثاً:** تشجيع الكبار وتقديرهم للطفل يحفز قدراته ويحثه على العمل والنجاح.

**رابعاً:** البعد عن السخرية والنقد الجارح المستمرين للطفل حتى لا نشعره بالعجز والإحباط فيتولد لديه الشعور بالنقص.

**خامساً:** توجيه النقد البناء له إذا أخطأ مع توضيح الأسباب حتى لا يفقد إحساسه بذاته.

**سادساً:** عدم تدليل الطفل زيادة عن اللزوم حتى يستطيع أن يجابه الحياة فيما بعد، ونعلمه الاعتماد على النفس منذ الصغر.

**سابعاً:** علينا ألا نشعره بأنه غير مرغوب فيه مهما كانت الأسباب لأنه لا ذنب له فيما يحدث حوله.

**ثامناً:** يجب أن نراعى أحاسيسه ونعامله بطريقة إيجابية وصحيحة إذا كان يعاني عاهة معينة، وعلينا بالبحث في مزاياه ونوجهه الوجهة السليمة، على ألا نشعره بأننا نعامله معاملة خاصة تفرق عن الآخرين.

**تاسعاً:** نراعى مستوى رفاقه سواء الدراسى أو الأسرى وألا نجعله أقل منهم، بل يجب أن يكون في مستواهم قدر المستطاع حتى لا يشعر بتفوقهم عليه في شيء وأنه أقل من غيره.

## انعدام ثقة الطفل بنفسه

### أسبابه - طرق علاجه

من أخطر الأمور التي قد يعاني منها الطفل انعدام ثقته بنفسه، لأن هذا سيظل يلزمه طوال حياته، مما سيتسبب في تعاسته مستقبلاً وعدم استطاعته اتخاذ قراراته.. ولاشك أن انعدام ثقة الطفل بنفسه يعود لطريقة التربية الخاطئة من الآباء نحو أطفالهم منذ طفولتهم الأولى.

وهذا يبدو جلياً في معاملة بعض الآباء - وخاصة آباء الطفل الوحيد- حيث لا يتركون الفرصة لطفلهم للاستقلال الشخصي والاعتماد الذاتي، فيلبون له كل احتياجاته ويسرون له كافة الأمور، فيعتاد الكسل والاعتماد على الغير، وعدم مواجهة التجارب الحياتية التي تعينه على التعرف على العالم من حوله.

ومن ثم لا يستطيع مواجهة مستلزمات الحياة مما يسبب له التعاسة والفشل في الكبر ولا يستطيع التمييز بين الخير والشر والصح والخطأ، فتتعدم ثقته بنفسه.. ولكن هذا ليس السبب الوحيد، فهناك العديد من الأسباب الأخرى التي سنذكرها فيما هو آت .

### للمن أسباب انعدام ثقة الطفل بنفسه :

◀ شعوره بعدم الأمان، فقد يفاجأ الطفل بتغير معاملة أبويه له.. فمثلاً بعد أن كان يحاط بالرعاية ويجد كل ترحيب من والديه وفرحة بكل عمل يقوم به، يبدأ في زجره وضربه كلما عبث بشيء وذلك في مرحلة بداية المشي والوقوف والاكتشاف، فيضطرب نفسياً نتيجة لهذا الانتقال الفجائي في المعاملة، وتبدأ ثقته بنفسه بالزعزعة لشعوره بعدم الأمان.

◀ كذلك عند وفود طفل جديد في الأسرة قد يهتم به الجميع وينسحب البساط من تحت قدميه، مما قد يشعره بعدم الأمان أيضاً، ويقلل ثقته بنفسه.

﴿ وأيضاً لكل طفل قدراته فلا يجب على الآباء أن يقارنوا بينه وبين غيره أفضل منه حتى لا يجبط أو تثبط عزيمته، فهذا يؤدي لنتيجة عكسية حتى لو كانت النية خيراً لدفعه للتنافس أو الاجتهاد.

﴿ لاحظي أن كثرة توبيخ الطفل ونقده خاصة أمام الآخرين يشعره بالنقص ويقلل ثقته بنفسه.

﴿ البعد عن التربية الاعتمادية التي يعتمد فيها الطفل في كل شيء على والديه فيقف عاجزاً أمام أى موقف يقابله.. وبالطبع هذه التربية لا تحقق للطفل الفرصة لاكتساب التجارب بعكس التربية الاستقلالية .

﴿ تسلط الآباء على تصرفات الطفل وسيطرتهم على رغباته وعدم ترك حرية التفكير له، بالطبع هذا يزعزع ثقته بنفسه.

﴿ كثرة المشاحنات والمنازعات بين الوالدين يفقد الطفل حيالها الأمن والطمأنينة ويساعد هذا على فقده الثقة بنفسه.

﴿ إصابة الطفل بعيب خلقى أو جسدى أو انخفاض في مستواه العقلى، وهو في تلك الحالة يحتاج لرعاية خاصة من ذويه حتى لا يفقد ثقته بنفسه.

### لئلا وليكتسب الطفل الثقة بنفسه علينا بالآتي :

أولاً: تربية الطفل على روح الاعتماد على النفس مما يخلق لديه الشعور بالجرأة والثقة بالنفس.

ثانياً: من الضروري أن يكون سلوك الوالدين متزاناً هادئاً خالياً من الهلع والخوف لئلا يتقل للطفل فترداد ثقته بنفسه.

ثالثاً: هدوء الجو العائلي يرفع من درجة ثقة الطفل بنفسه، فالطفل حين يشعر بحب والديه من خلال فرحه وبكائه وهدوئه وضجيجته تقوى لديه إمكانيات القبول الذاتى والتى تقوده بدورها للاستقلال.

رابعاً: علينا بالتعرف على قدرات الطفل الداخلية والخارجية ومحاولة تنمية عقله وفكره على أساسها .

**خامساً:** لا ينبغي الإفراط في معاونة الطفل في أمور الحياة، بل يجب أن نتركه يتجول ويكتشف ما حوله حتى تنمو عنده غريزة حب الاستطلاع فيشعر بنوع من الاستقلال الذاتى.

**سادساً:** عدم تمدد الأهل في توجيه النصيح والإرشاد ويظلون يلقون عليه بالتعليقات " لا تفعل هذا، لا تمسك هذا... إلخ، فينمو الطفل وعنده شعور بعدم الثقة بالنفس، وإذا شعر باستيائهم وعدم حبهم له سيكبر وكله نفور وعدم ثقة بهم.

● وإذا طبقنا هذا على الجانب الدراسى للطفل نجد أن الطفل الذى أجبر إلى حد ما على القراءة فى البيت وهو صغير، هو من يقاوم التعليم فى المدرسة عندما يكبر.

وأخيراً: علينا أن ننتبه لبعض الصغائر التى نقوم بها تجاه أطفالنا دون أن نلقى لها بالاً، والتى قد تسبب لهم العديد من المشاكل النفسية مستقبلاً ومنها عدم ثقته بنفسه وما يترتب عليها.

وبالطبع إذا تفاقمت الحالة لا بد من استشارة المختص النفسى .

