

# الفصل الأول

## وقاية الطفل من الاضطرابات النفسية

المقدمة

(١) العوامل التي تساهم على وقاية الطفل من الاضطرابات النفسية

١- الصحة الجيدة

٢- الحب والطفل

٣- العلاقات الأسرية السليمة

٤- علاقة الابن بالأم

٥- علاقة الابن بالأب

٦- الاختلاط بالمجتمع والأطفال الآخرين.

٧- إشباع الحاجات النفسية للأبناء في كل مرحلة.

٨- تكوين العادات العقلية الحسنة.

(٢) بعض التوجيهات للوالدين لوقاية الأبناء من الاضطرابات النفسية.

وأخيرا: الدراسات العلمية أثبتت.....

---

---



## وقاية الطفل من الاضطراب النفسى

### المقدمة:

إن الطفولة هي أشد المراحل أهمية بوجه عام، إذ يتقرر خلالها نوع الشخصية التى سيكون عليها الفرد فيما بعد. فهى الأساس الذى يتم عليه البناء الخاص بتكوين الشخصية لرجل الغد، أى المواطن الذى نرجو أن يكون ناجحاً سواء كان رجلاً أم امرأة.

والأساس فى معظم الاضطرابات النفسية التى تصيب الأطفال شعورهم بعدم الطمأنينة ثم الأسلوب الذى يحاولون به التخلص من هذا الشعور.

ومن الواضح أن شعور الأطفال بعدم الطمأنينة يرجع إلى خطأ فى العلاقة بين أفراد الأسرة، أو إلى الطريقة التى تتبع فى تنشئة الصغار سواء فى المنزل أو المدرسة.

ولكى نستطيع وقاية الطفل من الاضطراب النفسى فى مراحل العمر المختلفة ينبغى أن نفهم احتياجات الطفل النفسية، وتساعد على أساس من التوعية الصادقة والرعاية الرشيدة لإشباع هذه الاحتياجات كى نجنبه الاضطرابات النفسية.

### (١) العوامل التى تساعد على وقاية الطفل من الاضطرابات النفسية:

#### ١- الصحة الجيدة:

فالعقل السليم فى الجسم السليم، والطفل صحيح البنية الممتلئ حيوية ونشاط يستطيع أن يواجه المشكلات اليومية، ويحلها بسهولة، ويستطيع أن يقاوم القلق أكثر من الطفل معتل الصحة، كما أنه سيتمكن من أداء الواجبات المطلوبة منه بسهولة، ويشعر بقدرته وثقته بنفسه، وبالتالي يشعر بالطمأنينة.

\* وهناك علاقة وثيقة بين الحياة الجسيمة والحياة النفسية للطفل:

ولا سيما فى السنة الأولى من حياته: وتعتبر تجارب الطفل الأولى فى الطعام من أهم الدعائم التى ينبغى أن تبنى عليها حياته مستقبلا.

فإحساس الطفل برغبته الشديدة فى القضاء على الجوع، وشعوره بالرضى من الشبع هما تجربتا الألفية فرضاء الطفل أو عدم الطمأنينة يحدد إلى درجة كبيرة الطريقة التى يستطيع أن تحددها طريقة مواجهة تجاربه المستقبلية والاحتمال قوى فى أن تكون لمواقف تناول الطعام تأثير ثابت فى تكوين شخصية الطفل.

وحين تفهم الأم احتياجات الطفل للطعام بدقة، وتزوده به بطريقة ملائمة، فالأرجح أن يستجيب الطفل بالرضى والنمو المنتظم مادام الطعام يقدم للطفل بطريقة هادئة.

- فإذا كانت الأم متوترة أو غير سعيدة ولا تحب الطفل أو إذا كانت قلقة وعصبية ومتوترة.

سوف يكون الطفل أقل إقبالا على الطعام، كثير الحركة والصياح، وأحيانا يرفض الطعام.

لذلك:

كان من الضرورى أن تراعى الأم حالتها النفسية، فإن اضطرابها يتقل إلى الطفل ويحسه دون شعور منها. . . فتضعف شهيته، ويقل إقباله على تناول الطعام أو الرضاعة. . فيحرم الطفل من الغذاء الرئيسى والمفضل، ومن اللذة الذى يستمتع بها خلال الرضاعة، ومن الطمأنينة التى هى عماد حيويته فى هذا الغذاء.

ولذا فإن الأم الحكيمة:

تضع مطالب ابنها فى المرتبة الأولى من الأهمية، ولا تسمح لأى شىء

ينتقص من راحتها النفسية كى تساعد على وقاية ابنها من الاضطراب النفسى حاليا  
ومستقبلا

أما ضعف حيوية الطفل : تؤثر على ثقة الطفل بنفسه ، وذلك لعدم قدرته  
على ما هو مطلوب منه ، ويجد صعوبة فى التوافق ، ويشعر بأن الدنيا صعبة ، وأن  
كل الناس تكرهه ، (أعراض الاضطراب النفسى).

ولو عرف السبب الذى ربما يكون ناتجا عنه سواء التغذية وفقدانه الشهية ، أو  
تسويس الأسنان ، أو التهاب اللوز وكلها عوامل لا تبدو فى شكل مرض يقعد  
الطفل ، ولكنها تضعف بين حيويته فلا يستطيع أن يجارى زملائه فى اللعب ولا  
يستطيع أن يؤدى واجباته كاملة .

فإذا عاجنا السبب وأعطينا الطفل المقويات والفيتامينات ، وراعت الأم الحالة  
النفسية للطفل ، زال عنه الضعف ، وزال عنه ضعف الشهية ، واكتسب حيوية  
تساعده على التوافق ويشعر بالسعادة والرضا ، ويقبل على الحياة بحماس وأمل .

## ٢ - الحب والطفل:

إن الحب للطفل هو الغذاء النفسى الذى تنمو ونضج عليه شخصيته ، وكما  
يتغذى جسمه على الطعام فإن نفسه تتغذى على الحب والقبول .

الحب المستنير الواعى الذى يبعث فى نفسه الإحساس بالاطمئنان ، والثقة  
والأمن هذا الحب الذى يدفعنا إلى أنه نقف منه موقف التشجيع ولا مساندة ما  
احتاج إليهما فى كفاحه الدءوب لممارسة قدراته تحقيقا لحاجات نموه فلا نحرمه أن  
يقوم ببعض ما يود فتحرمه من لذة الاكتشاف والأداء اختصارا للوقت والجهد .

- فإذا نجح فيما يقوم به ينبغي أن نشجعه .

- وإذا فشل ينبغي أن يلمس منا الهدوء والتشجيع على أنه يعيد المحاولة من جديد فلا يتأبه البأس وضعف الثقة بالنفس .

وبهذا النوع من الحب يبدأ يشعر بالثقة بنفسه وقدراته، فتنمو معه حتى يكبر، فيكون إنسانا هادئا، واثقا من نفسه فى غير خيلاء أو زهو . قادرا على مقابلة تحديات الحياة فى فهم وعزم، ناعما سعيدا بما يحقق، منطلقا إلى المستقبل فى إيمان وتفاؤل .

## ٢ - العلاقات الأسرية السليمة:

إن البيئة المنزلية للطفل بمثابة الأرض للبذرة، فالأرض الطيبة تنمو بها البذرة نموا طبيعيا سليما، وتنتشر انتشارا يعطى أكبر إنتاج تستطيعه هذه البذرة كذلك البيت الهادئ هو المكان الذى ينمو فيه الطفل نموا طبيعيا سليما من جميع الوجوه: جسديا، وعقليا، ونفسيا، واجتماعيا، وهو أيضا المكان الذى تصبح فيه الاستعدادات الآمنة لدى الطفل فتتكشف له قدراته ويطمئن على نفسه والناس من حوله .

### فالجو العائلى الهانىء:

الذى تسوده روح المحبة، والتفاهم، والتعاون مع جميع الأفراد يعطى الأبناء شعورا بالاطمئنان والثقة بالنفس، وتحميمهم من القلق والاضطراب النفسى . والعلاقة بين الوالدين يجب أن تكون فى حالة وفاق مبنية على الاحترام المتبادل والتعاون على مشكلات الحياة، بحيث يضع كل منها الآخر فى الاعتبار، ويجب أن يكون لكل فرد فى الأسرة قيمته واعتباره بدون تفضيل أحدهما على الآخر . فالكبير يعطف على الصغير ويساعده، والصغير يحترم الكبير ويستشيريه فى جو من الود والتفاهم .

#### ٤ - علاقة الابن بالأم:

يعتبر حب الأم للابن وعلاقتها به حجر الأساس في وقاية الابن من الاضطراب النفسى فالرضاعة من الأم، والرعاية الكاملة لحاجات الابن الأولية في السنوات الأولى تعطى الابن بداية طيبة فى الحياة، وتعطيه شعورا بالامن، والاطمئنان، وعهد له السبيل إلى الثقة بالنفس، والتعرف على ذاته، وتحقيق الشعور بالانتماء والطمأنينة، وهى الأساس الذى يرى الطب النفسى ضرورة توافرها لكى ينعم المرء بصحة نفسية وسعادة تهيئ له فيما بعد سبيل تنمية ما لديه من قدرات، والتوفيق فيما سيقوم به من مهام، والتعرف على السعادة وممارستها كخبرة حين تشع فى حياته الهدوء والطمأنينة، وتعينه على الاستمتاع إذا لقي النجاح وتعصمه من الانهيار إذا صادفه الفشل، الأمر الذى يساعده على الوقاية من الاضطراب النفسى.

فالأم الحكيمة.. تستطيع أن تجعل من أبسط الأمور مجالا لمساعدة الأبناء على الاعتماد على النفس، والالتزام بالنظام فى كل شىء.

تستطيع أن تسمح لهم بقضاء حاجتهم الخاصة. مثل: لبس الحذاء، وخلع الملابس ووضعها فى مكانها الخاص بدلا من تركها للخدم أو لها.

وهكذا رويدا، رويدا، هذه الأعمال البسيطة فى مظهرها لها فعلها وأثرها فى نفس الأبناء، إذ عن طريق الممارسة تتكون شخصية الإنسان، وتظهر كفاءته.

#### ٥ - علاقة الابن بالأب:

إن بيد الأب أنه يجعل من وجوده فى حياة الأسرة عاملا هاما هدفه تنشئة الأبناء على: الولاء، والإيمان، والشجاعة، وضبط النفس، والثقة بها.

ويده أن يفجر ما بنفس الصغير من ينباع الخير، والشجاعة، والحماس للحياة.

ينبغي على الأب:

- خلق المناخ الصحى الملائم للأسرة، ويجعل من وجوده سيلا لكى يتعرف الصغار على ماله من صفات إيجابية تعينهم التعرف عليها، والتوحد منها عن تكوين شخصياتهم ونضجها وفى هذا المجال فإن الأبناء يكونون مثلهم الأعلى ولو بصورة جزئية على الأقل بما يرونه أو يظنون أن يرونه فى الأب.

- ينبغي على الأب إذا أخطأ الإبن فى سلوكه:

أن يعطيه فى حديث قصير إيضاحا لمذلول السلوك الذى يراد له قدر من الضبط. . . والطفل كأن منطقى يستجيب إذا لقى الاحترام وعمل على مستوى إنسانيته.

أما معاملته على أساس الأمر والنهى والعقاب فإنها تثير فى نفسه الكثير من أسباب الهم، والقلق، والخطيئة والعدوان. . . فوق أنها تؤدى إلى أه يرى الابن والده فى صورة المتسلط الباطش لا الموجه الصديق الهادئ، وشتان بين الصورتين تأثيرا فى نفس الأب.

- ينبغي على الوالد تجنب التفرقة فى معاملة الأبناء أو بين الولد والبنت:

فإن هذا التميز للولد هو البؤرة الأولى التى تنبت منها وتتفرع كل انحرافات العلاقة بين الجنسين فيما بعد.

- ينبغي على الأب أن يمنح أبنائه التشجيع والتقدير: كى ينعموا بحياة فيها الشجاعة والتعاون. فإن شعور الابن بتقدير والده لما يفعل خليق بأن ينبه فيه خير ما عنده، وأن يبعث لديه الحماس للقيام بخير ما يستطيع.

- ينبغي على الأب أن يخلق فى الأسرة جو المودة والحب والاحترام، وأن يتجنب النقد اللارع، فإن الجو المشبع بالاحترام يتقل إلى الأبناء ويعلمهم كيف يحترم بعضهم البعض.

- من الخير أن يذكر الأب دائما ألا ينقل هموم العمل ومتاعبه إلى البيت :

إن البيت مكان يختلف كل الاختلاف عن العمل، وهذا إلا أن الأبناء لا يستطيعون فهم هموم العمل ومتاعبه، وبالتالي لا يستطيعون المساعدة فيها.

يضاف إلى ذلك: فإن نقل هموم العمل إلى المنزل خليق بأن يجعل الأب ضيق الخلق سهل الإثارة. وهذا أمر قد يفسر بواسطة الصغار على أنه صد لهم، واعتداء عليهم؛ لأنه ليس في وسعهم أن يفهموا باعته الحقيقي، ولا أن يروا له أى سبب آخر.

كما سبق: نرى أنه الدور الذي يستطيع الأب القيام به في نشأة الأبناء دور عظيم القدرة والأهمية. ولو قام كل أب بواجبه في هذا الصدد على النحو الذي ينبغي، أمكن لنا أن نرجو أن يجيء عالم الغد خير من عالم اليوم، وأن يتحرر أبناء الغد بكثير مما يشعر به أبناء اليوم، ومن ثم فإنه لن يكون جديرا بشرف الأبوة إلا بقدر ما ينهض بتبعاتها على نحو سليم.

#### ٦- الاختلاط بالمجتمع والأطفال الآخرين؛

الاختلاط يساعد الطفل على النمو الاجتماعي السليم، والتعاون مع الجميع، ويشعر بأنه ينتمي إلى مجموعة كبيرة تحميه وقت اللزوم وفي ذلك شعور بالأمن والاطمئنان - كما أن الاختلاط بالآخرين يحميه من الانسياق في الخيال، والانحراف في التفكير.

أما حرمان الطفل من المؤثرات الخارجية والاجتماعية، والاختلاط بالأطفال الآخرين يعوق نموه الاجتماعي، فينشأ منطويا، أثائيا، لا يستطيع التعاون مع الآخرين، ويشعر بالقلق، وعدم الاطمئنان لعزلته عن إخوانه.

وقد تلجأ بعض الأسر إلى عزل أبنائهم وخاصة البنات وذلك تمشيا وتمسكا

بالتقاليد، وعدم مسايرة الأسرة لتطور المجتمع، فيؤدى ذلك إلى خطر كبير إلى الاضطراب النفسى، ويعوق النمو الاجتماعى.

#### ٧- إشباع الحاجات النفسية للأبناء فى كل مرحلة:

ينبغى أن يدرك الوالدان أهمية فهم الحاجات النفسية للأبناء فى كل مرحلة النحو، والعمل على إشباعها فى الوقت المناسب لها كما يتم تحقيق السعادة لهم. فمثلا: الابن فى السنة الأولى: يحتاج إلى حماية تامة ورعاية كاملة من الأم، ويحتاج إلى إشباع حاجاته الأولية بانتظام مثل: الطعام، والنظافة، والحماية، والحنان. أما الابن فى السنوات الأولى فى مرحلة الطفولة المبكرة: يحتاج إلى: - حب الاستطلاع، ومساعدته على إشباع وعلى تنمية قدراته الذهنية واللغوية.

أما طفل المرحلة الابتدائية يحتاج إلى:

تعلم النظام، والاستقلال، والاعتماد على النفس..

وإشباع هذه الحاجات فى الوقت المناسب لها ينتج ابنا متزنا سليما.

أما إذا حاولنا تعويد الابن على النظام والاستقلال فى السنة الأولى يؤدى ذلك إلى الفشل:

- وإذا حاولنا المبالغة فى إغداق الحنان والرعاية على الابن فى المرحلة الابتدائية فيحرم بذلك من فرصة النضج والاعتماد على نفسه.

#### ٨- تكوين العادات العقلية الحسنة:

يجب أن نساعد الأبناء على اكتساب العادات العقلية التى تساعد على التوافق مع البيئة، وعلى مواجهة مشاكل الحياة بطريقة ناجحة.

وذلك بالطرق الآتية:

### (١) احترام القيم والمعايير الأخلاقية:

يكتسب الأبناء القيم والأخلاق من الأبوين أو من يقوم مقامهم فى تربيتهم، ولذلك تلعب القدوة الحسنة من الوالدين دورا هاما فى تكوين علاقتهم العاطفية بهما.

فإذا كان كل إعجابهم واحترامهم وحبهم للوالدين نشأ مثلهم.

وإذا فشل الأبناء فى أن يجدوا مثلهم الأعلى فى الوالدين، فهم يجدون مثلا أعلى خارج الأسرة فإذا كان هذا المثل منحرفا فقد ينحرف الأبناء. ولذلك يجب أن يهيا للآباء الفرصة فى أن يجدوا المثل الأعلى مناسبا فى محيط الأسرة أو المدرسة.

### (٢) السيطرة على النفس والاتزان الانفعالى:

ينبغى أن يعود الأبناء على التحكم فى انفعالاتهم حسب الظروف، فيتجنبوا التماذى فى إظهار الغضب أو المبالغة فى الشعور بالفرح أو الحزن. كما يحسن أن يحتمل الأبناء بعض الحرمان دون أن يضطربون.

ومما يساعد الأبناء على هذا التحمل، وهذا الاتزان أن يكونوا قد حصلوا على إشباع كاف فى الفترة السابقة (مرحلة الطفولة المبكرة). فالابن الذى يشعر بالاطمئنان والإشباع أقدر على تحمل الحرمان من الطفل المحروم.

واتزان الأم فى تصرفاتها، وتحكمها فى انفعالاتها يعطى الابن قدوة حسنة يقلدها فيصل إلى الاتزان المطلوب.

ويجب أن تساعد الأبناء على أن يصلوا إلى المواقف التى تكون مصحوبة بانفعالات ايجابية مثل: (الفرح، والسرور، والحب، والفخر، والانتصار. إلخ)

فكلما تكررت هذه المواقف اكتسب الأبناء اتزاناً وقدرة على التحكم في الانفعالات.

ويجب تجنب بقدر الإمكان المواقف التي تؤدي انفعالات سلبية (كالخزن، والغيرة، والغضب، والكراهة... إلخ) فكلها انفعالات ضارة تؤدي إلى الاضطراب النفسي إذا تكررت.

### (٣) الثقة بالنفس:

تنمو الثقة بالنفس مع إتقان الأبناء للمهارات المختلفة التي تناسب كل ابن وواجب الوالدين تهيئة الفرص لتعليم الأبناء أشياء جديدة كثيرة وتشجيعهم عند إتمام عملاً متقناً أو عملاً مفيداً... وتجنب المقارنة بين الأخوة فإنها تضعف الثقة بالنفس، وتثير مشاعر الغيرة.

### (٤) الاعتماد على النفس:

يُعود الأبناء على أن يؤدي كل شئونه الخاصة بنفسه مثل: عمليات النظافة، وترتيب أوراقه، وملابسه. إذا وجد الابن صعوبة في أداء الواجب المدرسي فقد تساعده الأم على فهم الموضوع، ولكن تتجنب كتابة الواجب له.

### (٥) الانطلاق في التعبير:

تتيح الأم الفرصة للأبناء لكي يعبروا عما يريدون أو ما يدور في أنفسهم بطلاقة وصراحة وذلك بتدبير الجلسات الهادئة يومياً، والكلام مع كل ابن وابنة عن مشاكلهم الخاصة على حدة لو أمكن. ولكن لو كانت الأسرة كبيرة العدد، والأم كثيرة المشاغل فيكون من الصعب عليها أن تمكن كل ابن من التعبير عن نفسه بمفرده.

ولذلك تساعد الجلسات الهادئة العائلية الجماعية على انطلاق الأبناء في التعبير، وعلى تكوين علاقات سليمة إيجابية بين أفراد الأسرة. والأبناء الأصغر سنا يعبرون عما في نفوسهم بالرسم أو بالعب.

#### (٦) الاختلاط بالمجتمع وتكوين صداقات:

يشجع الأبناء على الاختلاط بالمجتمع وبالأبناء الآخرين، وعلى تكوين صداقات مختلفة وذلك بتهيئة المجال لهم. إما بالتزود أو الاشتراك في أحد الأندية أو الجمعيات، مع محاولة غرس في نفوس الأبناء الصفات التي تجعلهم محبوبين من الآخرين، ويسهل عليهم الاحتفاظ بالأصدقاء كصفات: التعاون أو تبادل الخدمات الصغيرة، وتبادل الهدايا، فالابن الذي استطاع التخلص من أنانيته يشارك الآخرين شعورهم ويهتم بأمرهم وينصت إليهم باهتمام مما يزيدهم حبا له. . والطفل الذي يشعر بالطمأنينة والذي يعيش في أسرة سعيدة متحاببة يكون أقدر على الاهتمام بالمجتمع عن الابن الذي يعاني اضطرابا نفسيا.

#### (٧) الدقة والإتقان في الحركات والحواس والتعبير:

أثناء عملية التعليم يشجع الطفل على إتقان العمل مهما كلفه ذلك من جهد أو وقت، ولا يجب أن نعطي أى اهتمام لسرعة الأداء؛ لأنه يجب أن يتقن عمله أولا ويكتسب السرعة تدريجيا مع التكرار.

#### (٨) حل المشكلات بطريقة إيجابية:

إذا قابلت الابن مشكلة أو صعوبة فيجب أن نعلمه كيف يفهم جميع الظروف المحيطة بالمشكلة، ونعوده على التفكير في حل عملي حتى يتغلب عليها، ونجنبه الحلول السلبية مثل: الهروب من المشكلة بتجاهلها أو تركها بدون تفكير، أو ترك المسائل معلقة، ويجب أن يدرك الابن أن كل مجهود إيجابي لا بد أن يصل إلى ثمرة.

## (٩) التفكير الموضوعي:

نعود الابن على طريقة المناقشة وتبادل الآراء أن يصدر أحكاما موضوعية عن الأعمال التي يراها، بصرف النظر عن شعوره الذاتي.

فإذا رأى عملا ظالما أى شخصا يظلم شخصا آخر، فمن واجبه أن يحكم على هذا العمل بأنه ظالم وخاطئ، حتى إذا كان الشخص المظلوم مكروها من الابن فالتفكير الذاتى يحكم على الأشياء حسب شعور الشخص بها، وليس حسب الظروف الموضوعية للعمل.

## (١٠) الطاعة:

يطيع الابن الأبوين عادة لحبه لهم، ورغبته فى كسب رضاهم وقبولهم، والثقة فى حكمتهم وسداد رأيهم، وثقته فى وقوفهم بجانبه دائما.

فإذا توفرت هذه العلاقة بين الابن وأبويه كانت طاعتهم عملية سهلة بدون مشاكل. أما الطاعة التى يرغم الطفل عليها بالشدة والعنف فهى إما أن تؤدى إلى تحطيم شخصية الابن وسلبه إرادته أو تؤدى إلى ثورة الابن على سلطة الأبوين وانحراف سلوكه.

## (٢) فيما يلى بعض التوجيهات للوالدين لوقاية الأبناء من الاضطرابات النفسية:

(١) يجب أن يعيش الأبناء فى وسط عائلى متمتع بالدفء العاطفى المتبادل بين الآباء والأبناء.

(٢) توفير الضروريات اللازمة للأبناء من مآكل وملبس وخلافه.

(٣) مساعدة الأبناء على الشعور بالانتماء والاندماج فى جماعات سوية فى المدرسة والنادى والمنزل.

(٤) مساعدة الأبناء على التخلص من الطاقة الزائدة والانفعال عن طريق المشاركة فى أنشطة جماعية، واللعب، والهوايات كالموسيقى والأشغال الفنية.

(٥) خلق شعور بالملكية عند الأبناء منذ السنتين الأولى، بأن يخصص لكل ابن دولاب خاص، ومكان خاص، وأشياء يمتلكها.

(٦) إعطاء كل ابن مصروفا منظما يتناسب مع سنة ووسطه الاجتماعى.

(٧) المرونة والتسامح فى حالات ارتكاب الأخطاء التى تحدث فى حياة الصغار مع عدم القسوة والعنف فى معاملتهم.

(٨) يجب على الآباء أن يقلعوا عن عصبيتهم وثورتهم لآفته الأسباب والأمور أمام الأبناء ويبدلوا جهدهم لضبط النفس قدر الإمكان حتى لا يقلدهم الأبناء فالابن السوى هو الذى نشأ فى منزل يسوده الانسراح، وعدم الخوف من الآباء.

(٩) يجب على الآباء تجنب نقد الابن أو إظهاره بمظهر السخرية، والعجز خصوصا أمام طفل آخر أو أمام الضيوف. بل لا يجوز مناقشة الابن ومشاكله مع غيره على مسمع منه. كما لا يجوز استعمال النقد أو العنف أو الشدة كوسيلة لإرغامه على الطاعة.

### وأخيرا: فإن الدراسات العلمية أثبتت:

أن كثيرا من حالات الغضب، والعناد، وعدم الطاعة، والتشاجر، والخوف، والقلق... إلخ من الاضطرابات النفسية للأبناء أو الاضطرابات السلوكية: كالكذب، والسرقة، والهروب... إلخ مرجعها فى الغالب الآباء أنفسهم، أي أن الآباء كثيرا ما يكونون مصدر هذه الاضطرابات النفسية والسلوكية، وذلك بسبب

الحزم المبالغ فيه أو السيطرة الكاملة على الأبناء، و رغبتهم فى إطاعة أوامرهم طاعة عمياء، وبثورتهم فى المنزل لآفته الأسباب.

مثل هؤلاء الآباء يجب أن يدركوا أنه من الواجب إصلاح أنفسهم حتى يمكن إصلاح أبنائهم وعلاجهم من مشاكلهم النفسية والسلوكية التى تنتج عن عدم معرفتهم بأصول التنشئة النفسية للأبناء، وعدم إدراكهم إلى كيفية مساعدتهم للوقاية من الاضطرابات النفسية والسلوكية حاليا ومستقبلا.

فإذا وفيت كل أم وكل أب بما تقتضيه منها تنشئة الأبناء على أساس الرغبة الصادقة، والرعاية الراشدة. لحاجات الأبناء النفسية وقام كل منهم بدوره فى المساهمة لتحقيق السعادة للأبناء، لتبدى لنا شعاع من الأمل بأن أبناء اليوم قد يكونوا خيرا من أبناء الأمس.

\*\*\*