

القسم السادس

مهارات العناية بمشاكل الأبناء النفسية

الفصل ١: الصحة النفسية

تعريف الصحة النفسية

تنجّ حتى أريك

حتى يغيروا ما بأنفسهم

الفصل ٢: الخوف

تعريف الخوف

مصادر الخوف

(حسية - نفسية)

علاج الخوف

الفصل ٣: العدوانية

تعريف

أهم الأسباب

العلاج

الفصل ٤: الخجل

أعراض الخجل

كيف نعالج الخجل

الفصل ٥: الكذب

تعريف الكذب

لما يلجأ الأطفال إلى عدم قول الحقيقة؟

ماذا يمكن أن يكون العلاج لعدم قول الحقيقة عند الأطفال؟

الفصل ٦: السرقة

تعريف السرقة

دوافع السرقة

كيف نعالج السرقة عند الأبناء؟

الفصل ٧: مشاكل النطق

الأسباب

كيف يكون العلاج؟

الفصل ٨: التبول اللاإرادي

الأسباب

ما هو الحل؟

الصحة النفسية

بعد الاطلاع على فصول الكتاب يتأكد لي أن معظم القراء يتطلعون للقراءة عن مشاكل الأبناء خاصة المشاكل التعليمية أو مشاكل التربية النفسية. في كل بيت نوع من هذه المشاكل، لكن من قرأ «فصول مهارات في التربية» وتدرج معنا في تحليل الأفكار التي طرحت يلاحظ (خاصة إذا حاول تطبيقها) أن هذه الأفكار تجعل نسبة كبيرة من المشاكل النفسية، وحتى كثيراً من المشاكل السلوكية والدراسية تتلاشى أو تحلّ مع الوقت.

بعض الناس لن يقتنع بهذا الكلام ويصرّ على أن يسمع عن المشكلة وعلاجها بالتحديد. لِمَ لا؟ ولكن قبل أن نتطرق إلى المشاكل النفسية أو السلوكية التي نعاني منها أو يعاني منها أبنائنا، دعونا نتفق سوياً على تعريف الصحة النفسية. النظريات التي تحدثت عن الصحة النفسية كثيرة منها ما يتوافق مع ديننا الحنيف ومنها ما هو بعيد عن الدين كل البعد، وإذا تتبعنا أغلب النظريات نرى أن أغلب الداعين يتفقون على أن الصحة النفسية هي التوازن ما بين الإنسان والمحيط، الإنسان بكل معطياته، السمات التي ولد فيها، الصفات التي اكتسب، القدرات التي يمتلك، المفاهيم التي تبني (سواء كانت خاطئة أم صائبة) كل هذه الأمور من جهة، والمحيط الذي يعيش فيه من جهة أخرى. عندما تصفحت الكتب العديدة لاستنباط تعريف يلائم المنهج الذي نتبع ضمن هذا الكتاب كان هناك صعوبة كبيرة، معظم النظريات فيها الكثير من الإيجابيات التي يمكن أن تلائم منهجنا، لكنها عموماً تحوي ثغرات تدفعنا ألا نعتمد عليها اعتماداً كلياً.

تعريف الصحة النفسية

دستور منظمة الصحة العالمية عام ١٩٤٦ عرّف الصحة النفسية كما يلي: إنها حالة كاملة من العافية (Wellbeing) الجسمية والعقلية والاجتماعية، وليس مجرد

غياب المرض أو الإعاقة، هذا المصطلح يعطي فكرة بأن الصحة النفسية التامة غير ممكنة، فما من إنسان لا يعاني من علة ما. صحيح أن النسبة الكبيرة من الناس لا تعاني من معوقات عقلية ولكن من منا لم يعاني من علة جسدية أو علة اجتماعية على مر السنين؟ القليل من المرض والقليل من الأخطاء في العلاقات الاجتماعية يقوّي مناعة الفرد ويعزز له دفاعاته، حتى لا يقع بأخطاء أكبر ويتدارك الأمور. فبعض العلل إن كانت جسدية أو سلوكية ضرورية لكل إنسان في كل مراحل نموه وتطوره. دعونا نُدخل بعض التعديل على هذا التعريف، ليصبح تعريف الصحة النفسية ما يلي: الصحة النفسية محاولة جادة للتخلي بعافية جسدية وعقلية واجتماعية، وليس مجرد غياب المرض أو الإعاقة، هذا التعريف أقرب إلى الواقع وأقرب إلى الالتزام. هذا التعريف يدعو كل فرد منا لأن يقوم بمحاولات عديدة للمحافظة على الصحة النفسية.

لكل إنسان قدراته الفردية الخاصة، ومن هذا المنطلق على كل فرد أن يتعرف على هذه القدرات ومن خلالها يتفاعل مع المحيط أو مع التجاذبات الخارجية، والتوازن الذي ينتج عن هذا التفاعل هو حالة الصحة النفسية. ومثلما يمكن لتغيرات الطقس من برد أو جفاف أن تصيب الجسد بمرض فنذهب عند الطبيب ونتعرف إلى نوع المرض ونتناول له العلاج المناسب، كذلك المتغيرات المحيطة والآخرين ممكن أن يسببوا لنا تفاعلات تسبب لنا علة نفسية، فيجب أن نلجأ إلى معالج نفسي ونتعرف إلى نوع العلة وأسلوب العلاج. البعض سيتهجن ويقول: هل من الممكن أن أذهب عند معالج كلما ألمت بي علة اجتماعية أو سلوكية؟ عملية صعبة، لكن الإجابة تتوقف على الأفراد، وبدايةً تتوقف على الآباء ليتسلحوا بأسلوب تربوي سليم ويسلحوا أولادهم بهذا الأسلوب. الإجابة عند كل فرد ليدوم على الاطلاع والقراءة ليتسلح بالمعرفة الاجتماعية. الإجابة عند كل فرد منا حتى يتعرف إلى سيرة الرسول المشرفة والمنهج الإسلامي السليم لأن الإجابات لكل العلل النفسية التي نعاني منها موجودة في السيرة النبوية والمنهج الإسلامي. لا أعرف لماذا ابتعدنا عن السنة النبوية. بحمد من الله وبفضله نحن متسكنين بأركان الإسلام كلها وهذا أمر جيد جداً لكنه لا يكفي، الدعوة عامة للعودة إلى السيرة النبوية لأنها حقاً تشمل على كل الإجابات لكل العلل النفسية التي نعاني منها.

تنحّ حتى أريك

دعوني أعطي مثلاً، عندما درسنا في الجامعة نظرية عالم نفسي اسمه Bandura كيف أن التعلم يتم بالمشاهدة وكيف أن الجميع يتأثر بما يشاهده وعليه أثبت Baudura أن الأطفال خاصة، بمجرد مشاهدة المشاهد العنيفة يتعلمون العنف. صرفنا أكثر من شهرين إلى ثلاثة أشهر في تعلّم هذه النظرية والقراءة عن التجارب التي قام بها Baudura ليثبت نظريته. عندما التزمت بفضل من الله وقرأت كيف أن رسول الله ﷺ عندما رأى فتى يحاول ذبح شاة ولا يعرف كيف، قال له المصطفى الحبيب ﷺ: «تنحّ حتى أريك»!! سبحان الله، جملة واحدة: «تنحّ حتى أريك»، لخصت كل نظرية Baudura وبينت أن التعليم يكون بالمشاهدة. كم من القراء الذين يقرأون هذا الكلام يتبعون هذا الحديث مع أولادهم ومع الآخرين وخاصة مع من يعمل تحت أيديهم. بالعادة عندما تأتي فتاة لتساعد سيدة في خدمة المنزل وبالأخص إذا كانت من جنسية أجنبية نسمع ومن اليوم الثاني الانتقادات أن هذه البنت لا تفهم، وهي غير قادرة، وبها لطيف كم ستعذبني! وكم من صاحب متجر أو مدير مؤسسة يوظف عاملاً، ثم يبدأ بانتقاد مهاراته من اليوم الثاني. هذه الجملة: «تنحّ حتى أريك» منهج عمل علمنا إياه رسول الله ﷺ. وعلى كل من قرأ هذه الكلمات أن يسجل هذا الحديث ويضعه في مكان يراه دائماً، حتى يلتزم فيه. هذا منهج إذا اتبعناه خاصة مع أولادنا يخفف الكثير من المعاناة السلوكية.

عزيزتي القارئة، وعزيزي القارئ كل أمر ترغبان أن يقوم به أولادكما، علّماهم إياه، على طريقة «تنحّ حتى أريك»، مارسا العمل أمامهم ومن ثم اطلبوا منهم القيام به مرة تلو الأخرى حتى يتمكنوا من القيام به بصورة صحيحة، هذا منهج تربوي رائع ونتائجه أكيدة.

كذلك عندما يخاطبنا رب العالمين في كتابه العزيز بقوله: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ﴾ [الأحزاب: الآية ٢١] يتأكد لنا أننا نستطيع التعلم من أمثلة قائمة خالدة، ومع أننا لا نستطيع مشاهدة رسول الله ﷺ، نستطيع أن نقرأ سيرته ونتزوّد منها. من الصعب جداً أن نتمثل به كلياً، لكن من غير الصعب أن نحاول جادين أن نعود إلى مواقفه ونتعلم منها خاصة عندما يصدر

عنا خطأ ما أو نواجه مشكلة معينة ونكون جادين فعلاً في تغييرها.

حتى يغيروا ما بأنفسهم

أمر آخر أدهشني عندما اطلعت على نظرية عالم نفسي آخر اسمه Ellis ، هذا العالم ركز على إقامة ورش عمل على مدى يومين يتوجه فيها إلى كل من يعاني من مشاكل نفسية لأن يعمل على تغيير في مفهومه وإدراكاته حتى يواجه المشاكل التي يعاني منها ويعالجها. وسبحانه تعالى وعد في كتابه العزيز: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ [الرعد: الآية ١١] . منهاج تربوي آخر رسمه لنا رب العالمين هذه المرة، وأيضاً القليل من يتصرف على هذا الأساس، نحن تحدثنا كثيراً عن هذا المنهج في بداية (مهاراتنا) وأتمنى من الجميع أن يكتبوا هذه الآية ويضعوها في مكان ملائم وكلما صادفوا مشكلة أو معاناة قرأوا هذه الآية وعملوا بموجبها، وبدأوا العمل على أنفسهم أولاً. أنا شخصياً مارست هذا الفعل، وعلى مدى سنتين كنت كلما تواجهنى مشكلة أعمل بداية على تغيير في نفسي قبل أن أطلب التغيير من الآخرين.

بالعودة إلى تعريف الصحة النفسية من الضروري كملمين أن نضيف أمراً نحن مأمورون به ف سبحانه وتعالى يقول: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ [الذاريات: الآية ٥٦] فتعريف الصحة النفسية الذي سنتهي عنده أصبح التالي: الصحة النفسية هي محاولة جادة للتخلي بعافية جمادية ونفسية يرضى عنها الله وليس مجرد غياب المرض أو الإعاقة.

الخوف

مشاعر الخوف، كيف تتكوّن؟ ومن ثمّ كيف نعالجها؟

تعريف الخوف

الخوف حالة انفعال، أو حالة من الشعور تنتاب كل الكائنات الحيّة، كما أنه أيضاً استعداد موجود في الإنسان ليحمي نفسه وليأخذ حذره من المخاطر المحيطة. فعندما نكون خائفين نركض، أو نأخذ بالصراخ طلباً للنجدة - الأطفال منا خاصّة - لنحمي أنفسنا من الخطر. لكن من الضروري أن نفصل ما بين المشاعر التي تسبّب الخوف والأفكار التي تنتج عن هذه المشاعر، ومن ثمّ الأفعال التي نعبّر فيها عن الإحساس بالخوف، يعني، هناك مشاعر، هناك أفكار، وهناك أفعال.

هل الإحساس بالخوف إحساس فطريّ أو إحساس مكتسب؟

أي مربّ أو أية أم تقضي وقتاً طويلاً مع طفلٍ معين لفترة تتعدى العدة أشهر تستطيع أن تحدّد المعاني المختلفة التي يعبر عنها الطفل من خلال البكاء. عادةً، يكون بكاء الطفل، وحتى السنة الأولى من عمره تعبيراً عن جوع أو غضب أو حتى دلالاً، وقليلاً ما يكون تعبيراً عن مشاعر خوف. عندما يكون البكاء مصحوباً بنوع من الارتجاف واتساع في العينين، ممكن أن نقول أنه تعبير عن خوف وبالإجمال يبدأ هذا الفعل في حدود السنة من عمر الطفل.

من أول العلماء النفسيين الذي أجرى أبحاثاً لتحديد حالة الخوف عند الأطفال عالم نفسي (واطسن)، وفي نتيجة بحثه، سجّل أن مخاوف الأطفال تجاه الحيوانات أو العتمة هي مخاوف مكتبة، لكنه في الوقت عينه لم يستطع نفي الميل الفطري عند الأطفال إلى الخوف:

- ١ - عندما يسمع صوتاً عالياً: (طنين جرس، صوت مكينة كهربائية).
 - ٢ - عندما ينتابه شعور بأنه يقع وما من أحد يسنده.
 - ٣ - عندما يختبر إحساساً بالألم.
 - ٤ - عندما تصدر حركات مفاجئة من الآخرين.
- يعني بكل ثقة يمكننا أن نقول أن الخوف شعور فطري، كما أنه شعور مكتسب. مع هذا التعريف، من الضروري توضيح الآتي:
- أولاً:** إن مشاعر الخوف وردة الفعل تختلف من إنسان لآخر.
- ثانياً:** إن ردة الفعل لنفس المشاعر أو لنفس الأمور التي خفنا منها تخف وتغير مع العادة والتكرار.
- ثالثاً:** إن ردة فعل الخوف خاصة عند الأطفال لنفس المصدر تكون أقل حدة بكثير عندما يكون شاعراً بالأمان خاصة إذا كان في أحضان أمه أو حضن إنسان يثق به.

مصادر الخوف

أهم مصادر الخوف التي تحدثت عنها كثير من الدراسات هي الخوف من الألم، الخوف من الأمور المستغربة وغير المألوفة، الخوف من الماء خاصة عملية السباحة، الخوف من الحيوانات على أنواعها بدءاً من القطة مروراً بالأفعى والعقرب إلى كل الحيوانات المفترسة، والخوف من العتمة. لكن أهم خوف يلزم كل البشر هو الخوف من فقدان الآخرين، بفقدان محبتهم أو فقدانهم بالابتعاد أو بالموت.

وبنظرة سريعة وتحليل بسيط نكتشف أن الخوف من الألم أو الأمور الغريبة المفاجئة هو خوف فطري، يعني الإنسان بفطرته يخاف من الألم وعندما يصادف أموراً غير مألوفة. لكن الخوف من الحيوانات والماء والعتمة، وحتى الموت خوف مكتسب نتعلمه من مشاهدة ردة فعل الآخرين. عندما يعي الأطفال ويخافون من صوت آلة كهربائية، نلاحظ أن مخاوفهم تتلاشى إذا ما اعتادوا الاستماع إلى هذا الضجيج شيئاً فشيئاً. بالإضافة إلى أن الإحساس بالألم قد يخف مع الوقت خاصة

إذا ساعد المشرفون الأطفال على مواجهة الألم وتقبله. يعني في كل مرة تأخذ فيها الأم طفلها عند الطبيب دون أن تحضره نفسياً بأن الطبيب سيكشف عليه ويشكّه بلطف، فإن الخوف من الألم سيزيد وسيحول إلى شعور بالخوف من الطبيب نفسه لأنه هو مصدر الألم. فالخوف الفطري ممكن أن يصبح مكتسباً مع الوقت وهذا يتوقف على تصرف الآخرين خاصة الآباء تجاه أبنائهم. الخوف من الماء والسباحة أيضاً يتعزز أو يتلاشى بالتجارب التي يمرّ بها الأطفال وكذلك الخوف من الحيوانات والعتمة. كذلك الخوف من فقدان الآخرين قد يزيد أو يخف بحسب المحيطين والتجارب التي يتعرض لها الطفل.

العام الأول من عمر الأبناء مرحلة خطيرة، ومن المؤكد أن الأمهات لا يقدرن أن يمنعن أطفالهن من التعرض للحوادث وخطرها، لكن على أقل تقدير من الضروري تجنب الأخطار العامة واستعمال الحكمة لتجنب الأبناء الوقوع في هذه الأخطار. يجدر التأكيد هنا على أمر: إذا كانت الأم أو الأب يتميزان بشدة القلق على الطفل وكثرة الاهتمام بسلامته ويحاولان تجنيه كل الحوادث فإن محاولتهما لن تفلح إلا في بعث روح الجبن والتبعية في الوليد. الاحتياط واجب، لكن التحس الزائد مضر، وعلى العموم فإن مسألة السلامة العامة بالبيت، حتى لا يتعرض الأبناء للحوادث التي ينتج عنها خوف وإحساس بعدم الأمان أمر أصبح متداولاً ومطروحاً على كل الأصعدة. من الضروري تأمين مساحة يشعر معها الأبناء بالأمان ويلعبون فيها بدون أن يؤذوا أنفسهم أو يتعرضوا للنهي والزجر طوال الوقت. كذلك من الضروري أن يكون أثاث المنزل مريحاً لا ينكسر بسرعة (يعني عدم استعمال أثاث مصنوع من الزجاج)، وضع حواجز على الشرفات والنوافذ حتى لا يقع الأبناء، أيضاً التنبه إلى أواني الطبخ على الغاز، حتى دعائم الأبواب، مفاتيح الكهرباء، سخونة الماء، مساحيق التنظيف والكايز وكل أنواع الأدوية تكون بعيدة عن متناول أيدي الأبناء. الأطفال يصلون إلى أماكن بعيدة وسرعة مدهشة، نحن باستطاعتنا أن نحمي أولادنا من الوقوع بكم كبير من الحوادث التي تشعرهم بعدم الأمان ومن ثم الخوف.

ومثلما تعرفنا على بعض الأمور الحسّية التي يمكن أن تعرّض أولادنا لمشاعر الخوف هناك أيضاً أموراً معنوية غير ملحوظة يمكن أن تولّد مشاعر خوف عند الأبناء.

عندما لا يشعر الأبناء بمحبة الآباء يؤدي هذا الأمر إلى إحساس بالخوف، وعدم الشعور بالمحبة يمكن أن ينتج عن عدم التعبير عن هذا الحب. لا يمكن أن نشكك بحب الآباء لأبنائهم، لكن بعض الآباء يحجمون عن التعبير عن مشاعر الحب فيعتقد الأبناء أن (الماما) و(البابا) لا يحبانه. كثرة المشاكل الأسرية في المنزل تشعر الطفل بعدم الأمان فيقلق ويخاف على مصيره ومصير الآباء. ضرب الطفل يولد شعوراً بالخوف وإحساساً بعدم الأمان، خاصة إذا لم يفسر له أحد لماذا يُضرب. أي مرض جسماني، حتى لو كان زيادة طول أو شدة قصر، أي تشوه خلقي يسبب خوفاً شديداً وعدم اطمئنان. تسلط الآباء بفرض الآراء والأفكار التي يعتقد أنها صواب ولا تترك للأبناء فرصة أو حرية التفكير والتصرف، كل ذلك يولد إحساساً بالخوف من الوقوع في الخطأ. المشاكل الأسرية والمنازعات بين الأب والأم والطلاق، وحتى التهديد بالطلاق يؤدي إلى إحساس بعدم الأمان وعدم الطمأنينة. هنا من الضروري أن نحث الطرفين الأب والأم خاصة الأب على عدم المشاجرة أمام الأبناء بتاتاً. كما نحث الأم خاصة على أن لا تلجأ إلى ترك بيت الزوجية، فإذا هي كلما حدث أمر تجر أولادها وترحل. هذه الصورة مريعة لا يمكن للأبناء أن ينسوها أبداً، ومع الوقت إما أن يفقدوا إحساسهم بالحنان تجاه الأهل لأنهم لم يعودوا مصدر أمان، وإما ينطوون على أنفسهم لا يثقون بالآخرين خاصة الآباء. الآن ما هو العلاج لكل هذه الأمور؟

علاج الخوف

أولاً: أن نتجنب كل الأسباب التي ذكرنا من أمور حسية وأمور معنوية، نكون واعين لها ونحاول قدر المستطاع إيجاد فرص أمان وطمأنينة.

ثانياً: إذا صادف الطفل شيئاً يخيفه، يجب معالجة السبب فوراً وبالتدرج. القول بأن الطفل ينسى ويتوقف عن الخوف عندما يكبر قول خاطئ وضروري توضيح الأمور بالتكلم عنها، وعدم الاستهزاء منه أمام الآخرين. نسمع كثيراً أمهات يرددن: «ابني يخاف من الماء أو ابني يخاف من القطة». غير أن الكلام عن السلبيات يضاعف المشكل. (حاوري طفلك عن مخاوفه ولا تحكي عن مخاوفه أمام الآخرين). بالتدرج وبالتعرض للتجارب والتشجيع أغلب المخاوف

نزول.

ثالثاً: على الآباء خاصة والكبار عامة ألا يخافوا أمام الأطفال خاصة عندما يصيهم مرض.

رابعاً: ربط أمور تثير خوف الطفل بأمور أخرى تدخل السرور إلى قلبه لنساعده على مقاومة الخوف. إذا خاف من القطة يمكننا أن نريه قطة ونحن نحضنها أو نطعمها ومع التكرار سوف لن يخاف من القطة. حتى الاطمئنان إلى العتمة قد يعالج شيئاً فشيئاً مع بقاء الأم معه في غرفة مظلمة بعض الشيء وهي تحضنه أو تروي له قصة، وقد يوضع مصدر نور بعيد نوعاً ما، حتى يعتاد على العتمة.

أخيراً على الجميع أن يتعاونوا في علاج مصدر الخوف وردة الفعل، كما يجب أن يكون هنالك تنسيق بين الأب والأم والأخوة الأكبر سناً، وحتى مع المدرسين إذا اقتضى الأمر.

العدوانية

كلنا يعرف المثل القائل: «إن لم تكن ذئباً أكلتك الذئاب». في هذه الظروف حيث صارت القوة فيها عنواناً للنجاح كيف نربّي الأبناء؟ هل يضربون أو يتجنبون المشاكل؟. لكن الولد إذا لم يأخذ حقه بيده ينشأ ضعيفاً ولن يحترمه أحد.

أسئلة كثيرة محيرة تواجه كل أب وأم عندما يبلغ الأبناء عمراً يذهبون فيه إلى المدرسة، وبسبب هذه الحيرة التي تغلبت على تفكير الآباء وانعكت تردداً في التصرف، صار الأولاد يتخبطون ما بين العدوانية والخنوع. لماذا وقع الآباء بالحيرة ولماذا جعلوا الزمن يتحكم في تصرفاتهم ويفرض مقاييس تضرّ بالأبناء جيلاً بعد جيل؟

آباء كثر يشعرون بالفخر إذا كان أولادهم أبطالاً بحيث لا ينج أحداً من شرهم، غير أن الولد البطل عندما يصير عدوانياً يكتسّر أغراض البيت، يضرب إخوانه بالبيت ولا يحترم أهله، يصاب الأهل بالرعب ويحتارون فيما يعملون. يعني المقاييس حتى عند الآباء تختلف. بنظرهم يسمح للأبناء أن يكونوا عنيفين في الخارج وأن يأخذوا حقهم بأيديهم، لكن من الخطأ أن يكونوا كذلك داخل البيت.

من الصفات التي ركزنا عليها في إيجاد الشخصية المتوازنة هي صفة الثبات في الموقف، أي عدم التردد، وشددنا ألا يقول الآباء كلمة إلا إذا قصدوها. الاختلال في وضع المقاييس الذي يحاول الآباء أن يربوا الأبناء عليها نمط من عدم الثبات في الموقف، والابن يلتقط الأمور بسرعة ومن الممكن جداً أن يستعملها لصالحه.

أهم الأسباب

تخيل معي عزيزي القارئ، أصبحنا نسمع عن أطفال عنيفين وعدوانيين من عمر ثلاث سنين إلى أربع. هذه العدوانية ممكن أن تكون موجهة للذات، أي يؤدي نفسه بقصد أو بدون قصد. وأول مظاهر العدوانية ضد الذات أن يكسر الألعاب الخاصة به أو يداوم على الأذى مع أنه يعرف أن العقاب لن يكون هيناً وبعد عدوانيته سيتعرض لضرب مبرح. كما أن هناك عدوانية ضد أفراد آخرين خاصة الأخوة الأصغر في المنزل.

وبجانب ضرب الأخوة أو الأطفال الأصغر منهم وتكسير الألعاب والحاجيات وتخريب أغلب ما تقع عليه يده أو حتى السرقة، هناك تعبيرات مخففة لإظهار العدوانية وهي الألعاب الحربية التي يمارسها الذكور عادة مع بعضهم البعض. لفترة طويلة جداً نرى أنهم يحملون عصياً وأسلحة، ويطلقون النار ويفرحون عندما يقع خصمهم أمامهم وهم يقولون: «مات، مات». كثير من المرات يُترجم هذا التصرف العدواني بطريقة أفصى عندما تجتمع جماعة من الأطفال ضد طفل واحد تظهر عليه علامات الضعف والاستكانة فيصير هدفاً للآخرين الذين يصبون مشاعر العدوانية تجاهه. بينما الضرب والتكسير والسرقة والتخريب هي تصرفات عدوانية مؤذية وضروري أن يتنبه لها الآباء باكراً، نلاحظ أن ألعاب الحرب بين الصبية إيجابية وتعتبر تنفيساً لهذه المشاعر العدوانية ما لم يتضامن كل الأولاد ضد ولد واحد ضعيف.

أي أن تصرفات الضرب والتخريب والتكسير والسرقة يجب أن نتداركها بسرعة وبدراية كبيرة بينما الألعاب الحربية وحتى ألعاب الـ Atari التي تحوي كمّاً من الهجوم والهجوم المعاكس يمكن أن نعتبرها المتنفّس لمشاعر العدوانية، عندما يمارسها الأبناء باعتدال.

والسؤال المطروح: كيف يتعامل الآباء مع تصرف الأبناء العدواني؟

وقبل أن نطرح محاولات المعالجة من الضروري أن نبين أن هناك أسباباً صحية وأسباباً نفسية.

أولاً: من الأسباب الصحية اضطراب بالغدة الدرقية بطريقة تزيد فيها الإفرازات فيصبح الأبناء متوترين دائمي الحركة ويغدو تصرفهم عدوانياً. هنا

يكون العلاج بعرض الأبناء على طبيب مختص لعلاج هذه الاضطرابات.

ثانياً: النمو الجسدي السريع، الذي يسبب قلق الأبناء تجاه الذات فينعكس حيرة وعدوانية.

ثالثاً: القسوة الزائدة من الوالدين أو أحدهما ينتج عنها رغبة في الانتقام وخاصة إذا صدرت هذه القسوة من زوج أم أو زوجة أب.

رابعاً: إذا استهزأ أحد بمشاعره أو عبّره بفشل معين خاصة فشل بالدراسة يلجأ الطفل إلى العدوانية.

خامساً: الحياة المغلقة دون إيجاد فرص تسلية وإشباع رغبات تناسب النشاط الجسدي الموجود ينعكس تصرفاً عدوانياً.

سادساً: الحرمان من عطف الأبوين وعدم الإحساس بدفع الحب والحنان الذي يكون الطفل أحوج ما يكون إليه وهو ينمو. خاصة في أيامنا المعاصرة وبسبب الظروف المعيشية، فإن الأب والأم منهما كان في تأمين لقمة العيش، تعبان لا يظهران محبتهم لأولادهما، وكل هذه الأمور تنعكس تصرفات عدوانية..

سابعاً: تشجيع بعض الآباء لأبنائهم على استعمال القوة ليأخذ حقه بذراعه يشجع على العدوانية.

ثامناً: محاولات الابن الأكبر فرض سيطرته على الأصغر، الاستيلاء على ألعابه وممتلكاته بدون أن يردعه رادع، تجعل الابن الأصغر عدوانياً مع الوقت.

خلاصة القول أن الطفل العدواني يعمد عادة إلى مهاجمة الأشخاص، تصرفاته تتم بمشاعر الغضب، يسعى إلى تحصيل حقوقه باستمرار ويرى أن حقوقه أهم من حقوق الآخرين. هو عادة يبيت الخوف في المحيطين لكنه شخصياً يتجنب الأطفال العدوانيين، وعندما يتحدّث مع المحيطين يتحدث باحترام لذاته فقط وليس احتراماً لهم. من الضروري أن نبين أن العوامل الاجتماعية أي التربية التي يتلقاها الطفل، ذات أهمية كبرى في نشوء العدوانية، والتفاعلات مع المحيطين عامة والأم خاصّة، لأنها تؤثر في التصرفات وتجعلها إما عدوانية أو غير عدوانية.

ومع أن أساليب التصرف العدواني تختلف من مجتمع لآخر ومن طبقة

اجتماعية لطبقة اجتماعية أخرى، وحتى بين عائلة وأخرى، فالعنف أكثر حدة في المجتمعات الفقيرة والعائلات غير المثقفة لان إهمال الأولاد ونقص الرقابة يسمح للتصرفات العدوانية بالتمادي والتفاقم. وكذلك ضعف المهارات الأبوية وعدم استعدادهم لمواجهة التصرفات العدوانية بوقتها والفشل المتكرر في وضع حدود لتصرف الطفل يؤدي إلى استمرار، لا بل تفاقم هذا الأمر.

كلمة أخيرة يجب أن نضيفها وهي أن المجتمعات الشرقية بالإجمال تشجع الذكور على العدوانية، وأكثر من ذلك، من الآباء من يضرب ابنه إذا ضُرب وهو نفسه لا يسمح بالتصرف العدواني أن يظهر في الإناث لأنه يتنافى مع طبيعة البنت الأنثوية. الجميل في هذا الأمر أن أكثر مظاهر العدوانية ظهوراً عند البنات يكون لفظياً بشكل عتاب أو تفاخر أو غيره (ليت عدوانية الذكور تتحول إلى هذا النمط) لكن مؤخراً أصبحت البنات الأكبر سناً يضربن أخواتهن البنات الأصغر سناً.

العلاج

كيف نعالج التصرف العدواني؟

بدايةً كل سلوك عدواني له علاج يختلف عن الآخر ويجب أن نأخذ التصرف العدواني بالحسبان ويكون القصاص على مستوى الفعل. من الضروري أن يكون التدخل باكراً، ونحاول السيطرة عليه بطرق شتى، كيف؟

أولاً: أهم وصفة هي إبقاء الأبناء منشغلين بأمور تشغل الذهن واليدين معاً، أي لعبة، هواية، نشاط يجمع ما بين الذهن واليدين يجب اعتماده حسب رغبة الأبناء، من الممكن أن يكون عملاً على صورة أحجية، لعب الأتاري، المكعبات الكبيرة أو الصغيرة التي توسع الخيال وتشغل اليدين، المعجون، ألعاب النجارة، كل هذه الأمور تشبع رغبة الأبناء بالاكشاف، تشغل لهم أذهانهم وتملاً أوقات فراغهم.

ثانياً: من الضروري استعمال الثواب والعقاب باكراً وحصر التصرفات العدوانية ضمن السيطرة.

ثالثاً: إتاحة فرصة للأبناء للعب الحر مع أصدقاء من عمرهم. لعب جسدي يفرغ الطاقة الفائضة. الركض، ركوب الدراجة، لعب الكرة، أي نوع من أنواع

الرياضة، السباحة، المشي، من الضروري أن يفرغ الأبناء نشاطهم الفائض في هذه المجالات، حتى لا تتحول إلى تصرفات عدوانية. بفضل الله الحقائق العامة موجودة، وعلينا الاستفادة منها والتوجه مع الأبناء إلى الأماكن المفتوحة التي تجعلهم يفرغون النشاط الفائض وهم يتنفسون هواءً نظيفاً غير مكبوتين في البيت طوال اليوم. دخول نوادي الرياضة حل جيد جداً لكن إذا لم تسمح الماديات فإنّ أيّ مساحة ولو كانت صغيرة يلعب فيها الطفل تكون خياراً جيداً ومن الضروري أن ينفذ بمراقبة وحتى مشاركة الراشدين.

وأهم نصيحة هي تنمية ثقة الولد الإيجابية بنفسه وإعطائه التقدير الذي يستحق.

هذه الجملة الختامية يمكن أن تكون منهجاً وسطاً لتربية الأبناء: «نحن لا نضرب أحداً لكننا أيضاً لا نسمح لأحد أن يضربنا» فلنكرر هذه الجملة على مسامع الأبناء ودائماً.

الخلجل

متى يكون الخلجل طبيعياً ومقبولاً، ومتى يكون إشارة إلى عوامل دفيئة أهمها فقدان الثقة بالنفس وقيمة ذاتية سلبية؟

هل من المعقول أن يعاني الكبار من مشاعر الخلجل أم أن هذه صفة تخص الأطفال فقط؟ كل هذه الأسئلة يمكن أن تشغل بال أناس كثر، خاصة عند العناية، كما أن هذه النظرة قد تختلف ما بين تربية البنات وتربية الولد.

تعريف

في البداية علينا أن نبين أن الخلجل طبيعي جداً عند الأطفال خاصة في السنين الأولى من العمر، وأيضاً من الضروري أن نبين أن السنين الأولى من العمر مهمة جداً لتعزيز الثقة بالنفس، حتى لا يطغى الخلجل على تصرف الأبناء ويتعلموا التخلص منه. إذا تتبعنا نظرية أريكسون الاجتماعية نتعلم أن الإحساس بالثقة بالنفس والإحساس بالاستقلالية ومن ثم الإحساس بالإرادة، كلها مراحل يمر فيها الطفل في بداية حياته.

أريكسون يشير إلى أن الإنسان يمر بمراحل نفسية اجتماعية خلال دورة حياته. وهذه المراحل تصف كيف يتوجه الطفل لذاته وأيضاً كيف يتوجه إلى العالم الخارجي، كما يُبين أن تكوين الشخصية لا يكون محدوداً في الطفولة المبكرة لكن نموها يستمر طوال حياة الكائن الآدمي، وبهذا المعنى نرى أن أريكسون عدل تأكيدات فرويد بأن مرحلة الطفولة هي البداية والنهاية لنمو الشخصية، وفعلاً هذا الأمر أقرب إلى الفهم وإلى الواقع. من منا لا يشعر بأنه كلما تقدم في السن تعلم شيئاً جديداً استطاع بالمعرفة والإرادة أن يكتسب عادات إيجابية جديدة. ومن الأمور المفيدة التي يشدد عليها أريكسون أن فترات النمو التي يمر فيها الطفل أو

الإنسان تتسم بنقاط تحوّل حاسمة، وبيعض المشاكل، فإذا لم تحل هذه المشاكل بالفترة المعنية ستظهر مرة أخرى في مراحل تالية، لكنه يؤكد أنه إذا حصل إخفاق في مرحلة من المراحل يمكن أن يصحح بواسطة نجاح يحقق في مرحلة أخرى. كما يضيف أن حل مشكلة ما في مرحلة ما لا يعني بالضرورة حل لمشاكل المراحل التالية. هذه النظرية تؤكد على أن الإنسان يستطيع أن يتعلم دائماً وفي كل المراحل، وأنه إذا مرت مرحلة من حياتنا لم نتعلم فيها الأمر الذي يجب أن نتعلمه يبقى متسع من الوقت لأن نلحق بركب التربية والإصلاح ونصحح الأمور النفسية في شخصنا. لكن هذه النظرية تؤكد أيضاً على أن أفضل النتائج نحصل عليها إذا أدركنا أهمية المراحل التي يمر بها الإنسان عامة ونعمل جاهدين أن ننقل من مرحلة إلى مرحلة أخرى بأقل قدر من الصدمات وأكبر قدر من النجاح.

وبناءً عليه إذا تأكد لنا بأن خصائص الثقة بالنفس والاستقلالية والإرادة تبدأ في مراحل الطفولة المبكرة يصبح واجباً علينا كآباء أن نؤمن الفرص المؤاتية، حتى يتعلّم الأبناء هذه الأمور بوقتها ويتمكنوا منها في وقت مبكر.

المرحلة الأولى: هي مرحلة الإحساس بالثقة، وأول مصدر لتنمية الثقة عند الطفل هي الخبرات التي ترتبط بتناول الطعام. ففي حوالي الشهر الرابع يبدأ الطفل الجائع وتظهر عليه علامات السرور عندما يسمع وقع أقدام أمه ويتحمّس ثقة منه أنها ستحمّله وتطعمه. وهذه الخبرة المتكررة التي تبدأ بالجوع، ثم تناول الطعام والتخلص من التوتر وتنتهي بالشعور بالراحة تؤكد للرضيع أن العالم الذي يعيش فيه مكان يُعتمد عليه ويثق به. كل الخبرات التالية التي تعزز الإحساس بالراحة تعطي بعداً آخر للإحساس بالثقة مثل أن ينجح بالقبض أو بالإمساك بالأشياء، وكذلك كل مهارة جديدة يتعلمها بنجاح وبمشاهدة سرور الآخرين وتشجيعهم لإتقانه هذا العمل تعزز ثقته بنفسه. لكن يظل أفضل عامل وأهمه لتعزيز ثقة الأبناء هو إحساسهم بأن (الماما) تشعر بحاجاتهم وتتفاعل معها بحب وبعطف وليس بعصية ونفور.

المرحلة الثانية: التي يمر بها الطفل هي مرحلة الإحساس بالاستقلال، فمن حوالي السنة إلى ثلاث سنين يتعرف الطفل إلى طاقات جديدة موجودة عنده ويرغب أن يبين أنه قادر على أن يقوم بالأعمال لوحده، وشعاره يكون «أنا قادر» لذا من الضروري أن يُعطى الطفل بعض الحرية في الأمور التي يحب أن يقوم بها، يحب أن

يمشي أو يجلس، يتعرف إلى الزائر أو يستند إلى أمه، وطبعاً بدون توجيه أي لوم أو إعطاء تفسير مثل (هو يتحي) أو (لا يحب أن يذهب عند أحد) لأن هذه الجمل قد تفسّر الأمور على غير معناها، فبينما الطفل يحب أن يعمل ما يريجه، نعطيه نحن وصفاً يوجّه تفكيره إلى أن هذا التصرف معناه خجل. بالمقابل النظام الصارم دون أن نترك له حرية الاختيار خطأ كبير، الحزم اللطيف لأوقات الطعام والنوم مطلوب، واللين بالأمور الأخرى مطلوب أيضاً لنمهد إلى إحساس جيد بالاستقلال.

المرحلة الثالثة: هي مرحلة الإحساس بالإرادة وهي ما بين السنة الرابعة والسنة الخامسة من العمر. الطفل في هذا العمر يكتشف قدراته على القيام بأعمال معينة ويحاول أن يقلد سلوك الكبار ويشارك نشاطاتهم. استعمال كلمة «لا» كيفما توجه الطفل تحظّ من محاولاته كلها، لذا علينا أن نترك له فرصة ليبدأ عملاً من اختياره. وهذه الفترة هي أيضاً فترة نمو الخيال وخلط أحلام اليقظة بالواقع، فمن الضروري أن نستوعب الطفل ولا نكثر اللوم والانتقاد لأفعاله أو حتى لفعله عندما يقوم بأي عمل. المطلوب هو التشجيع والبعد عن السخرية أياً كانت لأي فعل يقوم به.

أعراض الخجل

أولاً: ينطوي الطفل أو الإنسان الخجول على نفسه أو ينزوي بعيداً عن الناس.

ثانياً: يسرح كثيراً بتفكيره.

ثالثاً: يكون عنده حساسية مفرطة ويفسّر الأمور على غير محملها ويكون شديد التأثر بأي كلمة.

رابعاً: يكون شديد القلق والتوتر.

خامساً: يكون فاقداً للثقة بنفسه نتيجة إحساسٍ بالنقص.

سادساً: يخاف من انتقاد الآخرين.

سابعاً: لا يشارك بالنشاطات المحيطة.

ثامناً: كثير الشكوى لآلام في الرأس أو المعدة أو البطن.

كيف نعالج الخجل؟

أولاً: أول نصيحة وأهمها هي عدم مقارنة الأبناء مع بعضهم البعض، فإنه لخطأ كبير أن نحمل الطفل أكثر من طاقته خاصة إذا كان أحد الأخوة أكثر نشاطاً أو أكثر شجاعة.

ثانياً: البعد عن الانتقاد والتعيير والاستهزاء كلياً، والاستعاضة عن ذلك بالتشجيع والمكافأة، خاصة في مراحل الطفولة المبكرة.

ثالثاً: تأمين الأصدقاء ومناخات الاختلاط المبكرة في كل المناسبات وفي عدة نشاطات.

رابعاً: تأمين أعمال نعرف مسبقاً أن الأبناء سينجحون بها لتعزز ثقتهم بأنفسهم والتدرج بزيادة الأعباء. في المقابل نبتعد عن تكليفهم بأعمال فوق طاقتهم، حتى لا يفشلوا. الفشل المتكرر يفقد الطفل ثقته بنفسه فيخاف وينطوي على نفسه ويحجم عن القيام بأي عمل.

خامساً: الألعاب التي يتشارك فيها أكثر من طفل جيدة جداً لإخراج الطفل من عزلته، لكن من الضروري أن ننبه إلى الابتعاد عن تعيير الطفل إذا خسر أمام الآخرين، خطأ كبير أن نقول له: «دائماً تخسر» والأفضل أن نشجعه: «إن شاء الله ستربح في المرة القادمة» وليس خطأ أن أدرب الطفل الخجول على حدة قبل أن يلعب مع الآخرين وأعلمه اللعبة جيداً، حتى تزيد ثقته بنفسه ويربح عندما يلعب مع أصحابه.

سادساً: الاجتماع بالأصدقاء في نوادي الرياضة وممارسة هوايات مشتركة: رسم، كومبيوتر، كل الألعاب الرياضية مفيدة لإخراج الطفل من عزلته.

سابعاً: قراءة السيرة النبوية وقصص الصحابة والصالحين وكل قصص المبدعين والأبطال التاريخيين تساعد على تأصيل الجرأة والشجاعة والتمثل بقوة حسنة.

وأخيراً ليس هنالك فرق بين خجل البنت وخجل الصبي، الخجل مرفوض لكن الحياء مطلوب للطرفين. الحياء من فعل الخطأ والحياء للحفاظ على القيم والمبادئ هو الأساس وهناك فرق كبير ما بين الخجل والحياء.

الكذب

هل هناك كذبة بيضاء وكذبة سوداء؟ هل كذب الأطفال مثل كذب الكبار؟ ومن أي عمر يجب أن يحرص الآباء على حث الطفل على الصدق كل الصدق قولاً وفعلاً.

تعريف

الصدق قيمة أخلاقية مهمة، وقد سُئل رسول الله ﷺ: «أَيُّكُونُ الْمُؤْمِنُ جَبَانًا؟» قال: نعم، قيل: أَيُّكُونُ الْمُؤْمِنُ بَخِيلًا؟ قال: نعم، قيل: أَيُّكُونُ الْمُؤْمِنُ كَذَابًا؟ قال: لا، المؤمن لا يكذب، المؤمن لا يكذب». فقول الصدق مرادف لكون الإنسان مؤمناً ومن هذا المنطلق تصبح مسؤولية الآباء كبيرة جداً لأن يعلموا أولادهم الصدق.

ما معنى أن نكون صادقين؟ يعني أن يتفوه الإنسان بما يطابق ضميره، كما يعني أيضاً أن يطابق الفعل ما يقول اللسان: ﴿يَتَذَكَّرُ الَّذِينَ ءَامَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ﴾ * كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ ﴿[الصَّف: الآيات: ٢، ٣].

أحاديث الرسول ﷺ والآيات القرآنية التي تحدثت عن الصدق كثيرة جداً يختار الواحد منا بأي آية أو حديث يستشهد. قال الله تعالى: ﴿هَذَا يَوْمٌ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ لَمَّا جَاءَتْ نَجْرَى مِنَ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ﴾ [المائدة: الآية ١١٩].

يلجأ الطفل إلى الكذب لأسباب مغايرة تماماً لكذب الكبار، وبينما يمكننا أن نقول أن هناك كذب اعتيادي وهذا ما نعرفه بالكذبة البيضاء أيضاً هناك كذب مرضي، يعني أن يصير الكذب سمة من سمات الإنسان وتصير أحاديثه كلها حبل من الأكاذيب.

الكذب عند الأطفال قد يكون اختلاقاً يستمد من الخيال. في أعمار صغيرة لا يعرف الطفل أن يفرق بين الحقيقة والخيال فيتوهم شيئاً ويتهماً له أمر ويخبر عنه، رد فعل الآباء لهذا التهيؤ هو المفصل الذي يدفع الطفل إلى أن يتجه للكذب أو يقول الصدق، يعني إذا ابتسم الكبار لرواية الطفل الوهمية ولم يعلقوا عليها، الأمر يكون عارضاً ولا يشكل خطراً، لكن إن الكبار استهزؤوا أو استنكروا الرواية بطريقة منفعلة يدفعوا الطفل للإصرار على حكايته. فكلما كان الطفل صغيراً بالعمر يجب أن لا نشدد كثيراً في المعاقبة على ما يقول، يجب أن لا نفتعل قصة من كل خبرية تصدر عنه، لا نستهجن كثيراً ولا نستخف، نحفظ بحجة بسيطة ونسمح لحكاية الطفل. لهذا السبب علينا أن نفرق ونقول أن الطفل لا يقول الحقيقة لا أن نردد بأنه لا يكذب، الكذب يلزمه نية وقصد، والطفل ليس عنده نية ولا قصد من وراء حكاياته.

لماذا يلجأ الأطفال إلى عدم قول الحقيقة؟

أولاً: لجلب اهتمام الآخرين والاستئثار باهتمامهم.

ثانياً: لحماية أنفسهم من تهجمات الكبار، خاصة عند الأطفال الذين لا يتمتعون بالثقة بالنفس.

ثالثاً: تجنباً للعقاب.

رابعاً: وهذا الأهم، يقلدون الكبار الذين يكذبون أمامهم.

خامساً: تفكك الأسرة وعدم شعور الطفل بالأمان.

سادساً: شعور بالنقص، فيحاول الطفل التعويض بالقصص البطولية والأخبار الوهمية.

سابعاً: تمييز الأهل بين الأخوة وتفضيل بعضهم على بعض.

ثامناً: عدم ثبات الكبار، كل الكبار في الموقف يعني: يعدون ولا يوفون ويقولون الكلمة، ثم يرجعون عنها.

ماذا يمكن أن يكون العلاج لعدم قول الحقيقة عند الأطفال؟

أولاً: أهم نصيحة هي أن لا نتهم الأطفال بالكذب ونبتعد قدر المستطاع

عن إلصاق هذه التهمة بهم. كلمة «أنت ولد كذاب» صعبة جداً تعلق في ذهن الطفل ولا تمحى بسهولة. فالطفل كما يتبين لا يكذب عن نية وقصد، فقط هو لا يقول الحقيقة، والمفروض أن نتنبه ونقول: «أنا أعتقد أن الأمر على خلاف ذلك، ركز معي وأخبرني الحكاية من جديد». هكذا نعطي الطفل فرصة يراجع فيها كلماته دون أن نتهمه بالكذب ويعرف أنه لن يتعرض لعقاب. هذا الأمر يجب أن يتنبه له المربون في المدرسة، لأن اتهام الطفل بالكذب أمام رفاقه أمر في غاية الخطورة، فإما أن يستهل اللفظ ومع الوقت يصبح كذاباً، أو أن يفقد ثقته بنفسه وينزوي عن الآخرين.

ثانياً: أن يكون المحيط الذي يعيش فيه الأبناء محيط لا يعرف الكذب، لا لأنه لا يكذب، بل هو لا يعرف الكذب.

بصراحة صارت الكذبة البيضاء في كلام الكبار أكثر من اللازم وكيفما استمع الطفل إلى المحيطين يتعرف إلى ألوان من عدم قول الحقيقة: (الماما) تكذب على الجارة و(البابا) يكذب على الهاتف، العم يبالغ بالكلام ويقول أنا كذبت عليه، كيفما تطلع الطفل حوله يرى أناساً يقول شيئاً وتعمل شيئاً آخر: ﴿كَذَبُوا بِكَلِمَاتٍ لَّيْسَ لَهَا بَدَلٌ فَكَذَّبُوا عَنْهُ لَعَنَ اللَّهُ أُولَئِكَ﴾ [الصَّف: الآية ٣].

ثالثاً: أن يشعر الطفل بالأمان، خاصة بالنسبة للعقاب. الخوف من العقاب أو الخوف من فقدان حب الآخرين يدفع الأطفال إلى عدم قول الحقيقة. بعد كل خطأ يصدر من الأبناء علينا أن نؤكد لهم حبنا لهم: (أنا غاضب جداً منك يا أحمد لأنك تصرفت بهذا الشكل، لكن أنا لا زلت أحبك لأنك ابني). يجب أن لا ننسى أن نردد هذه الجملة مع ضرورة أن يشعر الطفل بالصدق عند سماعها.

رابعاً: قراءة القصص التي تبين فضيلة الصدق أو القصص التي تبين مهالك البعد عن قول الحقيقة.

خامساً: عدم السكوت أو تجاهل الكذب المتكرر المقصود.

سادساً: العدالة بين الإخوة وعدم التفضيل.

سابعاً: تنمية ثقة الطفل بنفسه وإبراز الإيجابيات بشخصه، حتى تبعده عن الإحساس بالنقص.

ثامناً: تأمين جو من الأمان، فإذا اعترف الطفل بذنبه لا يجوز أن يعاقب، الاعتراف خطوة مهمة جداً ويجب أن نفتخر بها ونجعل الطفل يشعر باعتزاز أنه قال الصدق. ومن وقت لآخر علينا أن نتحىن فرصة صدق عند الأبناء ونكافئهم على صدقهم.

في حديث عن عبد الله بن عامر رضي الله عنه قال: دعنتني أُمِّي يوماً ورسول الله ﷺ قاعد في بيتنا فقالت: تعال أعطيك، فقال لها رسول الله ﷺ: «ما أردت أن تعطيه؟» قالت: أردت أن أعطيه تمراً، فقال لها رسول الله ﷺ: «أما إنك لو لم تعطه شيئاً كتبت عليك كذبة».

﴿وَقُلْ رَبِّ ادْخُلْنِيْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِيْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاجْعَلْ لِيْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا﴾ [الإسراء: الآية ٨٠].

السرقه

قبضت عليك أيها اللص! «لَهْ يا حرامي كمشتك»

جملة نرددها على مسامع أولادنا عندما نضبطهم يأخذون ما ليس لهم، ومع أن الجملة قد تكون على سبيل المزاح إلا أنها تحمل معنى يوقظ وعي الطفل إلى أمر لا يخطر على باله.

تعريف السرقة

«الأنّا» عند الطفل ظاهرة كثيرة الأهمية خاصّة من عمر السنتين إلى خمس سنين، وعندما يمدّ يده ليأخذ غرضاً ليس له يكون ذلك بدافع حبّ الامتلاك وليس بدافع السرقة، فالميل إلى التملك طبيعة عند كل إنسان تزيد وتنقص من شخص إلى آخر. لكن كل الناس وبدون استثناء يرغبون أن يكون لهم غرضهم الخاص، كتابه الخاص، سريره الخاص، حتى قلمه الخاص، ومن هنا إذا كان الطفل غير مكتفٍ وليس عنده أغراض خاصّة به يحاول أن يعوض هذا النقص بأن يمدّ يده إلى أغراض الغير. القضية تبدأ بريئة جداً لكن مع الوقت قد تتحول لتكون سرقة مرضية، وهذا هو الأمر الذي يقلق الآباء فيخافون أن ينشأ لديهم طفل يعتاد السرقة رغم النصائح والإرشاد.

حب الملكية عند الأطفال عندما يكون لأغراض يحتاجون إليها ننظر إليها بمفهوم مختلف عن حب الملكية لأغراض لا يحتاجون إليها. عندما يجمع الأبناء أغراضاً لا يحتاجون إليها يعبرون عن حالة نفسية لشدة انتباه الآخرين، وإذا تفاعل الكبار بطريقة غير سليمة قد يتسببوا بتفاقم الحالة ودفع الأبناء لمد اليد أي السرقة.

السَّرقة فعل يعاقب عليه القانون والأديان السماوية، فالوصايا العشرة توصي: لا تسرق، والإسلام الحنيف هدد بقطع يد السارق والسارقة، وحتى القانون المدني يعاقب بالسجن ولفترات متفاوتة على فعل السرقة، يعني السَّرقة فعل منافي للقيم الدينية والاجتماعية، ومن الواجب أن يحرص الآباء على تنمية فضيلة الاكتفاء والعفة عند الأبناء، لتجنيبهم هذا الأمر الخطير.

وأول أمر من الضرورة أن ننتبه إليه هو أخذ الحلوى أو الطعام بدون إذن بشكل خاص. إذا لم ينتبه الآباء إلى الإسراف بدون استئذان، خاصة عندما يكون الطفل مكتفياً وغير جائع، قد يؤدي هذا إلى سرقة النقود ومن ثم إلى سرقة أغراض أكثر أهمية. هنا تظهر أهمية الملاحظة الثابتة التي تحدثنا عنها في البداية، حتى يكون الآباء متيقظين لأول بوادر مد اليد أو عدم الاكتفاء عند الأبناء. هذا الأمر ليس له إلا تفسير واحد وهو شدّ انتباه الآخرين لكب العطف والحنان.

هل هناك أسباب أخرى تدفع الطفل للإقدام على فعل السرقة؟ طبعاً هناك أسباب أخرى.

أولاً: عدم التفريق بين خصوصية الفرد وملكيته وملكيّة الآخرين. وهذا نتيجة الدلال الزائد بحيث لا يعرف الطفل حدوده ويظن أن الدنيا أخذ فحسب لا (أخذ وعطاء).

ثانياً: شعور بالنقص، فيسرق حتى يعوّض هذا الإحساس خاصّة إذا كان هناك عملية مقارنة بينه وبين إخوته أو بينه وبين زملائه في المدرسة.

ثالثاً: شعور بالغيرة من الآخر الذي يمتلك غرضاً ما خاصة من الإخوة فيحاول أن ينتقم منهم، فيسلبهم هذا الغرض.

رابعاً: بدافع الانتقام خاصّة من أشخاص يعاملونه بقسوة زائدة.

خامساً: لإشباع هواية يحبّها يحجم الآباء عن تأمينها خاصة عندما لا يعطون التبرير المقنع، فيلجأ الطفل من جراء ذلك إلى السرقة لاقتناء ما يرغب باقتنائه.

سادساً: السكوت على ما يأخذ الطفل، خاصة ألعاب صغيرة عندما يكون في زيارة لأحد الأقارب أو في نادٍ أو حفلة. نلاحظ أن آباء كثر يغضبون إذا أخذ

الطفل غرضاً من أخته أو أخيه ولكن عندما يكون في زيارة ويعود إلى البيت بلعبة صغيرة مثل سيارة Match Box أو مكعب يتجاهلون الأمر ولا يطلبون منه إعادة الغرض لأصحابه.

سابعاً: «المال السائب يعلم السرقة» وهذا المثل ينطبق على العائلات الميسورة خاصة عندما تكون الأمور موضوعة بغير حساب من أكل ونقود وألعاب، والطفل لا يعرف أو لم يعرفه أحد الحدود التي يجب أن يقف عندها. هذه الظاهرة، كثيراً ما تنفث بين الأسر خاصة حديثي النعمة الذين يعتقدون بأن عليهم أن يعوّضوا أولادهم كل الأمور التي حرموا منها في صغرهم حين كان الوضع المادي صعباً.

كيف نعالج مشكلة السرقة عند الأبناء؟

أولاً: بث جو من الاطمئنان والمحبة في الأسرة، يعني الابتعاد عن المشاكل بين الزوجين، يعني الابتعاد عن التأنيب والاستهزاء، يعني إحساس الأبناء بالحب والنعطف ودعم ثقتهم بأنفسهم، والبعد عن المفاضلة بين الإخوة. هذا هو المفتاح لكل مشاكل التربية ومشاكل السلوك عند الأبناء.

ثانياً: تعويد الطفل الاستئذان إذا أراد تناول شيئاً. كلمة «من فضلك» أو «إن أمكنني» يجب إدخالها إلى مصطلح الأبناء ليتعلموا باكراً أهمية الخصوصية والاستئذان، كذلك كلمة «شكراً» وكلمة «الحمد لله».

ثالثاً: احترام ملكية الطفل، يعني عندما نعطيه غرضاً له، هذا الغرض يكون له وإذا أراد أحد أن يلعب به فيجب أن يطلب الإذن منه، فمثلما يجب على الطفل أن يستأذن من الآخرين لأخذ غرض ما، يجب على الآخرين أيضاً أن يستأذنوا منه ليأخذوا غرضاً يخصه مهما كان تافهاً. نكرر: مهما كان تافهاً. وكلما كبر الأبناء من الضروري إيجاد مكان أو رف أو حتى جارور، حتى يضعوا فيه أغراضاً يعتبرونها مهمة، ويحتفظوا بها وتكون ملكاً لهم. هنا على الأم أن تخفف من حشريتها وأن لا تحاول معرفة ما في هذا الجارور. احترام الملكية يبدأ من هنا، علينا أن نعزز هذا المفهوم عند الأبناء، إن نحن احترمنا ملكيتهم احترموا هم ملكية الآخرين.

رابعاً: لا سمح الله إن ضبط الطفل وهو يسرق يجب الابتعاد كلياً عن نعته بالسارق أو الحرامي، لأنه ليس لديه نية السرقة، بل التعبير عن مشاعر دفينه، أما إذا أصر الآباء التضييق على الأطفال بأسئلة ليعرفوا سبب أخذه لهذا الغرض، سيَبُون مشكلة أكبر وهي دفعه إلى الكذب. يكفي الآباء إشعار الطفل بالحب والتأكيد له بأنه لو استأذن لمحوا له بأخذ ما أراد أخذه.

خامساً: ضرورة أن يبتعد الآباء عن التباهي أمام الأبناء بأنهم ذهبوا إلى المكان الفلاني واشتهوا هذه الشوكة أو هذه السكين واحتفظوا بها، هذه سرقة. كثير من الناس يقدمون عليها وكثير منهم يتباهون بها.

سادساً: الاعتدال بالبذخ والتدليل وتعليم الأطفال عدم الإسراف. المال السائب يعلم السرقة وأهم الأمور التي يجب أن يتعلمها الطفل هو عدم رمي الطعام. الطعام نعمة وعلى الطفل أن يتعلم كيف يقدر هذه النعمة لا أن يأكل نصف التفاحة ويرمي نصفها أو يأكل نصف كمية الطعام في الصحن ويرمي الباقي. الأفضل عرض كمية قليلة نعرف أن الطفل سيأكلها ونزيد إذا طلب حتى لا يتعلم الاستخفاف بالنعمة.

سابعاً: قراءة القصص التربوية المناسبة والبعد عن القصص والأفلام التي تبين السارق على أنه بطل وذكي ومحترم. هنالك أفلام كثيرة تعطي هذه الصورة، وهذه مؤذية كثيراً بحق الأبناء.

ثامناً: تحميل الطفل مسؤولية بإعطائه مصروف الجيب، يصرفه بطريقة الخاصة بالقليل من التوجيه، لكن بدون مراقبة، هكذا يحصل الطفل على أمور يرغب بها امتنع الآباء عن تأمينها.

تاسعاً: البعد عن الحديث عن (السطارة) التي صارت كل المجتمعات تتحدث عنها وتفتخر بها، الغش بالتجارة (سطارة)، الغش بالامتحان (سطارة)، الغش بالميزان (سطارة)! هذه (السطارة) هي أول الاستهانة بالقيم، وتعويد الأبناء عدم احترام حقوق الآخرين وملكيّتهم.

عاشراً: بعض المرات نضطر أن نشترى ضيافة خاصة ونحب أن لا يأكل منها أحد، فبدل أن نخبئها عن الأطفال ونساهم في أن يمدوا أيديهم بالخفاء فمن الأفضل إعطاءهم القليل منها وتوضيح الأمر بأنها ضيافة خاصة ونحب أن تبقى

بحالة جيدة، لكن بعد ذلك كل ما تبقى هو لهم. الحوار مهم ويساعد الطفل أن يتعلم حدود الملكية.

الأسلوب التربوي الخاطئ يدفع الأبناء إلى السرقة، والسرقة نزوة، وقد تكون نزوة عابرة إذا عرفنا كيف نتعامل معها. أما السرقة المرضية التي تصير سلوكاً منحرفاً فهو مشكلة كبيرة، وبإذنه تعالى نساعد الأبناء الابتعاد عنها من خلال هذه الاقتراحات التي قدمناها.

مشاكل النطق

أجمل اللحظات قد تكون تلك التي نسمع فيها لطفل يناغي ويطلق أصواتاً غير مفهومة، وبعد ذلك نكون أسعد الناس عندما نسمع أول كلمة ينطق الطفل بها وله من العمر قرابة العام، وتكون سعادة الماما والبابا، أو حتى (التيّتا) كبيرة جداً إذا كانت أول كلمة تخصّ الواحد منهم.

هناك أطفال يتأخرون عدة أشهر بالرغم من الوضع الطبيعي، والبعض الآخر يتأخر إلى العام الثالث من العمر ونسبة كبيرة من الأطفال ليس لديهم مشكلة، على العكس، بعض هؤلاء الأطفال يتمتع بنسبة ذكاء عالية.

الأسباب

فما هي الأسباب التي تساعد البعض على النطق باكراً وتسبب للبعض الآخر التأخر في عملية النطق؟

هناك أسباب صحيّة كما أن هنالك أسباباً تربوية نفسيّة

بدايةً، مشاكل النطق كثيرة، من تأخر بالكلام إلى التأناة أو قلب كلام، أو حتى فقدان القدرة على التعبير. وهناك أسماء مختلفة لمشاكل النطق، والأسباب الصحيّة تكون إما لنقص أو اختلال في الجهاز العصبي، أو اضطراب الأعصاب التي تتحكّم بالنطق مثل: اختلال أربطة اللسان أو إصابة مركز الكلام في المخ بورم أو تلف أو حتى نزيف. أيضاً قد يكون هناك عيوباً في الجهاز الذي يصدر منه الكلام أي الفم أو الأسنان أو الشفتين، خاصة الأطفال الذين يلدون مع انشقاق في الشفة العليا وكذلك إذا عانى الطفل من لحمية بالأنف أو ضخامة باللوزتين، أو حتى اضطرابات في الجهاز التنفسي، كل هذه الأمور قد تؤدي إلى مشاكل في النطق.

أكثر ما يقلق الآباء كون تأخر النطق علامة على التخلف العقلي. صحيح أن هناك بعض الأطفال المعوقين عقلياً يتأخر النطق لديهم لكن هناك أطفال كثير معوقون عقلياً يتكلمون بطريقة سليمة ولا يتأخرون بالكلام.

الأسباب التي ذكرنا كانت كلها أسباباً صحيّة، والواجب على الأم والأب أن يلجأ إلى أطباء مختصين لمساعدتهم في تصحيح الأسباب.

من جهة أخرى، هناك بعض الأسباب النفسية التي تساهم بشكل كبير في تأخر النطق عند الأبناء.

بدايةً، من الضروري أن نوضح أن اللفظ عند الأبناء لا يكون سليماً بادية الأمر شيئاً فشيئاً يتحسن، وما دام الطفل يتدرّج بالتحسن يجب على الأم والأب ألاّ يبيّنوا قلقاً ظاهراً ويدفعا طفلهم ليردد كلمات أكبر من طاقته. مهمّ أن نبتعد عن السخرية من طريقة لفظ الأبناء للكلمات، كما أنه من الضروري الابتعاد عن تدليل الطفل ومخاطبته دائماً على أنه طفل واستعمال ألفاظ طفولية، هذا الأسلوب مضرّ بالأطفال ولا يساهم في التعلم السليم للنطق.

كما أنّ تربية الأبناء بمحيط مغلق أو محيط لا يتواجد فيه أطفال من عمره يؤخر عملية النطق. التأخير في إدخال الطفل إلى حضانة جيدة سبب تربوي آخر في تأخر النطق عند الأطفال. ونتيجة للمقارنة المستمرة بينه وبين الآخرين، أو حتى بينه وبين إخوته الذين يكبرونه والذين تكلّموا أبكر منه سبب آخر لتأخر الطفل بالنطق وإحساس بالنقص. الإحساس بالخوف يسبب تأخراً بالنطق، وسبق أن تحدثنا عن خوف الأطفال.

الفشل بالقيام بأمور معينة والإحساس بأن الآباء منزعجون جداً من هذا الفشل مع توجيه الانتقاد بأنه فاشل سبب آخر لتلعثم الأبناء. الغيرة أيضاً عامل مهم في تأخير النطق عند الأبناء. وأخيراً وليس آخراً المشاكل الأسرية خاصة عندما تأخذ منحىً عنيفاً بين الأب والأم.

كيف يكون العلاج؟

أولاً: عدم الضحك وعدم السخرية بتأخر الطفل أو التأتأة، هذا الأمر قد يدفع الطفل إلى الخجل أو الخوف، والانطواء والتلعثم بالنطق.

ثانياً: عندما نخاطب الطفل علينا أن نكلّمه بأسلوب مبسّط مفهوم، ونبتعد عن الكلمات الصعبة غير المفهومة، كما نبتعد عن الكلمات الطفولية.

ثالثاً: نبتعد قدر الإمكان عن التحدث بمواضيع أكبر من قدرة الطفل على الاستيعاب، خاصّة التحدث المبكر بالحلال والحرام والشيطان والجن والنار التي قد تزرع الارتباك عند الأطفال.

رابعاً: إشعار الطفل بالحب والحنان خاصة عندما يولد طفل جديد في العائلة لأن الغيرة من العوامل لتأخر النطق.

خامساً: حل كل الخلافات الأسرية بعيداً عن سمع الطفل. قد لاحظ القراء ما تسببه المشاكل الأسرية وكم تشكّل سبباً لأكثر المشاكل النفسية. رجاءاً من القلب ألاّ يُعرّض الآباء أولادهم لهذه الأمور ويحاولوا أن يحلّوا المشاكل بعيداً عن سمع الأبناء ونظرهم خاصّة العنف والصراخ والشتائم. كل الآباء بدون استثناء يشكون من أسلوب التربية في المدرسة ومن البرامج المرئية العنيفة المؤذية، لكن أذى كل هذه الأمور لا يوازي الأذى الذي يلحق بالطفل من جراء رؤيته مشكلاً عنيفاً واحداً بين الأب والأم. على الآباء أن يبتعدوا عن المشاهدة ويتعلموا أسلوب حوار إيجابي يتحاورون فيه لحلّ كل المشاكل، حتى يجنبوا أولادهم أذىً نفسياً كبيراً.

سادساً: زرع الثقة في نفس الطفل، كيف؟ بتكليفه بأعمال ينجح بها والثناء عليه بكثرة خاصّة أمام الآخرين، ومن ثمّ المكوت عن السلبات وعدم توجيه النقد واللوم خاصّة أمام الآخرين، كل الآخرين.

سابعاً: إشراك الطفل بنشاطات عديدة مع أطفال من أعمار متجانسة. نشاطات اللعب مع الأطفال بعيداً عن قلق الآباء قد يساعد الأبناء على الانطلاق بالكلام، حتى لو كان غير مفهومٍ ليعبّر عن نفسه ويتواصل مع الأطفال الآخرين.

ثامناً: عدم ترك الطفل في محيط نعرف مسبقاً بأن الآخرين سيهزؤون منه بسبب نطقه.

تاسعاً: إبعاد الطفل عن محيط فيه أطفال يعانون من مشاكل نطق، حتى لا تتفاقم المشكلة.

عاشراً: تخصيص ربع ساعة إلى نصف ساعة يومياً للقراءة بلغة مبسطة سليمة.

حادي عشر: وضع شرائط تسجيل لأغانٍ وأناشيد محببة والغناء مع الشريط أمام الطفل، حتى يقلدنا وينشد معنا.

ثاني عشر: اطلاع الطفل على عدد من الصور الشيقة والطلب منه أن يعبر بطريقة الخاصة عما تعني له هذه الصورة، أو يؤلف قصة بخصوصها، ونبعد قدر المستطاع عن التبرم أو الاستهزاء إذا استعمل كلمات غير مفهومة أو كلمات نطقها غير سليم، نشجعه دائماً ونكافئه إذا كان مضمون القصة جيداً.

ثالث عشر: مساعدة الطفل على تصحيح الكلمات بأسلوب لين لطيف وبصبر شديدين، يعني أن لا نمل من تصحيح الكلمة نفسها على مراحل متعددة دون أن نسمع الطفل كلمات قاسية كأن نقول: «لن تستطيع الكلام طيلة حياتك».

أخيراً من الضروري أن نستمع إلى الطفل باهتمام كبير ونعطيه وقتاً كافياً، حتى يعبر عن نفسه دون أن نتسرع ونلبّي له طلبه على أساس أننا فهمنا قصده. العجلة وعدم الصبر لا يشجعان الطفل التعبير عما يجول في خاطره.

المطلوب من الآباء أن يتلحوا بقدر كبير من الصبر لأن مشاكل النطق قد تأخذ كمّاً من الوقت قبل أن تحل نهائياً.

التبول اللاإرادي

من أهم المسائل التدريبية عند الأطفال هي تدريبهم على التحكم في ضبط المثانة ومن ثم إخراج البول، هذه المسألة حساسة جداً ومثلما هي مهمة للأهل، حتى يتخلصوا من أمر يسبب إزعاجاً ومصروفاً، أيضاً المسألة حساسة جداً بالنسبة للطفل لأنها تعني أول فعل إرادي يتعلمه ويعطيه إحساساً بالاستقلالية. وأكثر العلماء أكد الحاجة إلى العناية بوقت التدريب وأسلوبه، والحكمة تقضي استعمال الحزم والمرونة والصبر والبعد كل البعد عن إشعار الطفل بالخجل وتشكيكه بقيمته وعدم قدرته إذا لم يتجنب من المحاولات الأولى.

هناك أسباب مختلفة لعدم ضبط المثانة عند الأطفال والقليل جداً يرجع إلى سبب صحي. أكثر الأسباب هي أسباب نفسية وتوتر بالمشاعر.

من الأسباب المرضية في عدم التحكم بعضلات المثانة؛ وجود التهابات خاصة في مجرى البول، أيضاً هنالك أسباب أخرى مثل فقر الدم أو الإنهاك العصبي أو وجود ديدان، أو حتى تعرّض الطفل للبرد يسبب ضعفاً في التحكم بعضلات المثانة قد يؤدي إلى التبول اللاإرادي.

من ناحية أخرى الأسباب النفسية تتمثل في:

١ - شعور بالنقص، خاصة أطفال يعانون من عاهة جسدية لم يساعدهم أحد على التكيف معها.

٢ - فقدان الثقة بسبب الفشل المتكرر أو عدم الاطمئنان لمحبة الآباء.

٣ - الغيرة من ولادة طفل جديد في العائلة.

٤ - عدم التكيف مع وضع غير مألوف، وضع ظهر فجأة ولسبب ما أهمل الآباء تحضير الطفل لمواجهته، مثل الانتقال من منزل إلى آخر أو الانتقال من

مدرسة إلى مدرسة أخرى أو أي حادث مثير.

٥ - الخوف من العتمة والحيوانات والقصص المرعبة ويجب أن نتذكر أن أكبر مصدر للخوف عند الأبناء هم الآباء الذين يستعينون بأسماء لأشخاص وهميين لإخافة الأبناء وحثهم على الطاعة.

٦ - الخلافات الأسرية التي تسبب عدم استقرار نفسي عند الطفل.

٧ - القسوة في التربية وعدم إنصاف الطفل والنقد الزائد. أو بالمقابل الاهتمام الزائد وعدم تشجيع الطفل لإظهار ثقته بنفسه ومساعدته على الاستقلالية.

٨ - إحساس داخلي بعدم قدرته على مجاراة الأطفال الآخرين ومنافستهم.

٩ - الإحساس بأن الأم مهممة جداً وتتدخل كثيراً في كل صغيرة وكبيرة ولا تتساهل معه، كل هذه الأمور تؤدي إلى إحساس بفقدان الثقة فيعكس عدم قدرة على التحكم بالمثانة.

علينا أن نعرف أن الأطفال لا يبُولوا عن قصد، هذا الفعل يحصل غالباً بساعات النوم العميق، والمشاعر الدفينة هي التي تتولّى هذا الأمر عن الأطفال.

هذه المشكلة تكون مقبولة وهينة عند الأطفال لكن عندما يصل عمر الطفل إلى ما بعد الرابعة والخامسة من العمر يصير أمراً مقلقاً للآباء والأطفال معاً.

يجب أن نتذكر أنه أمر صعب على الابن أو الابنة، كما هو صعب على الأم، وهنا ضروري أن نوضح أن ٨٠٪ من الأطفال الذين يعانون من التبول اللاإرادي هم من الصبية، وهؤلاء الأطفال يشعرون بإحساس كبير بالخجل، ويحاولون أن يخفوا خجلهم بشتى الوسائل.

ما هو الحل؟

١ - التأكد من عدم وجود أعراض جسدية وأن نعرض الطفل على طبيب

مختص.

٢ - إقناع الطفل بضبط أو تخفيف السوائل خاصة بعد الساعة الخامسة

مساءً. عملية الإقناع ضرورية لأن تحديد أو منع الطفل عن شرب السوائل قد يوتر

الأجواء ويدفع الطفل إلى العناد والرفض.

٣ - الامتناع كلياً عن تعنيف الطفل أو تهديده أو إذلاله، فالحكمة تستدعي التآني في معالجة الوضع والتحكم بالأعصاب وعدم توجيه اللوم خاصة أمام الآخرين. يجب أن لا يعرف أحد أن ابنك أو ابنتك يعاني من تبؤل لإرادي. هذا الأمر يزيد الإحساس بفقدان الثقة التي ينعكس سلباً ويؤخر الطفل عن استحضار الإرادة المطلوبة للتحكم بهذا الأمر.

٤ - عدم إظهار أي نوع من الشفقة أو الحسرة مهما كانت المعاناة كبيرة واستبدال هذه المشاعر بالتشجيع ودعم الطفل معنوياً والتأكيد بأن المشكل يمكن التغلب عليه وأن العديد من الأطفال يعانون من هذا الأمر وأن الآباء واثقين أن الطفل سيتغلب على الوضع.

٥ - بث جو من الحب والطمأنينة في المنزل وإشعار الطفل بأنه محبوب ومرغوب فيه، وليس أنه نجس يجب الابتعاد عنه..

٦ - مساعدة الطفل على التبول قبل النوم، ثم إيقاظه بهدوء مرتين في الليل بداية الأمر وتخفيف هذا الأمر إلى مرة واحدة بعد فترة قليلة.

٧ - تشجيع الطفل بوضع نجمة كل ليلة يكون فيها جافاً ووعد بهدية يحبها بعد أن يجمع سبع نجومات، ونذكر بضرورة المحافظة على الوعد وتقديم الهدية حالما يجمع ٧ نجومات.

٨ - تكاتف الأم والأب ضروري في هذا الأمر، خاصة وجود الأب، حتى يصبح له دور أفضل في إدارة شؤون طفله وإيجاد هواية مشتركة إن أمكن، وقضاء بعض الوقت معه. والدعوة للأم والأب أن يخففوا من قساوة الأسلوب التربوي ويكونوا مرنين أكثر، هؤلاء الأطفال حساسين جداً ويفتقدون إلى كمٍ من الحنان الذي يجب أن يشعروه.

أما التبول الإرادي عند البنات فيكون في أكثر الحالات مختلفاً كلياً عن المشاكل التي يعاني منها الصبيان. الفتيات اللواتي يعانين من التبول الإرادي يكرن نوعاً ما جريئات ويتمتعن بحيوية زائدة وأغلب البنات يكون لديهن حب المنافسة مع إخوتهن الصبيان، أو حتى مع الأم، فالبنت تنافس الأخ في عدة أمور وتنافس الأم بالاعتناء بالأب وبمرافقته وتسلية. في هذه الحالة تكون مهمة الآباء

إشعار البنت برضاها كونها بنت، وعدم التفريق بينها وبين أخيها في البيت وأيضاً بتعبير الأب عن حبه بطريقة تبين لها مكانتها الخاصة عنده التي تختلف عن مكانة والدتها.

كلما كبر الأبناء كلما صار الأمر أصعب لكن من الضروري ملازمة الحب والحنان في مواجهة الأمر، ومن الأمور التي قد تعجل في حل المشكل عند الأبناء الذين تعدوا الثانية عشرة الطلب منهم المساعدة في تغيير ملاءات السرير والالتكال على أنفسهم بالاستحمام وتغيير الملابس. الأم تساند بأقل قدر ممكن مع التزام الصبر وعدم توجيه اللوم أو النقد.

هذه كانت أهم النقاط المتعلقة بالتحكم بالمثانة ومعالجة التبول اللاإرادي، ومثلما لاحظنا فإن أبرز العوامل لكل هذه المشاكل النفسية التي عرضنا لها هو الخلافات الأسرية وفقدان الثقة. وأهم الحلول هو بث جو من الطمأنينة بالمنزل، تكاتف الآباء وتعاونهم مطلوب وتقبلهم للأبناء على كل الأصعدة هو المفتاح.