الغـــيرة

التقليد المأساوى

الغيرة بين الإخوة لها تقاليدها وتاريخها المأساوى . والجريمة الأولى كانت قتل قابيل لأخيه هابيل . وكانت الغيرة هى الحافز . وكاد يعقوب يُقتل على يد أخيه العيص ، لولا أنه ترك البيت وهاجر مختبئاً خارج بلده . وكان أبناء يعقوب تملؤهم الغيرة من أخيهم الصغير ، يوسف ، حتى إنهم ألقوه فى الجب قبل أن يتحول الحكم بموته إلى حياة العبودية ببيعه إلى قافلة راحلة فى الصحراء .

ماذا تقول لنا الكتب السماوية عن طبيعة وأصل الغيرة ؟

فى كل من هذه الحالات ، كانت الغيرة يشعلها أحد الآباء الذى يبدى محاباة لأحد الأبناء . فقابيل ذبح أخاه بعد ما قيل له : إن الله قد تقبل قربان أخيه هابيل ، ولم يتقبل قربانه هو . والعيص أصبح غيوراً لأن أمه أبدت معاملة مفضّلة ليعقوب بمساعدته للحصول على بركات أبيه . ويوسف حسده إخوته لأن أباهم أحبه وفضّله عنهم ؛ وأعطاه «قميصاً متعدد الألوان» أخذ يتفاخر به .

إن الأطفال يحبّون سماع وقراءة حالات الغيرة والانتقام التاريخية . فالحافز يسحرهم ، والدوافع تخاطب قلوبهم . والشىء المثير للانتباه ، أن مواساتهم ليست دائماً مع الضحايا .

الحادث المبارك

إن الأطفال ، على نقيض آبائهم ، لايعترضون على وجود الغيرة فى الأسرة . إنهم عرفوا معناها وتأثيرها طويلاً . وبِغَضِّ النظر عن كل ما بذل من جهد فى تأهيلهم

وإعدادهم لذلك ، فإن وصول مولود جديد يجلب الغيرة والألم . فلا يوجد أى تفسير يفى لإعداد أى زوجة أن تقبل عن طيب خاطر أن تشاركها فى بيتها زوجة ثانية «ضرّة» ، أو مغنية الأوبرا الأولى فى أن تزاحمها وتشاركها فى الأضواء دخيلة جديدة ناشئة . إن الغيرة ، والحسد ، والمنافسة ستكون حتماً هناك . والإخفاق فى توقع ذلك ، أو الشعور بالجزع أو الذعر عند ظهورها ، ماهو إلاّ جهل يحيد عن الصواب .

إن قدوم المولود الثانى هو أزمة من الدرجة الأولى فى حياة الطفل الصغير . إن كيانه وفلكه ومدار فضائه قد تغير فجأة ، ويحتاج إلى بوصلة جديدة لتساعده فى توجيهه وإبحاره . ولكى نكون مساعدين ، لا مجرد عاطفيين ، فإننا نحتاج أن نعرف «نجمنا» وأحاسيسه الحقيقية .

وبإعلان الحادث المبارك للطفل الصغير ، فمن المفضَّل تجّنب التفسيرات المطوّلة والتوقعات والآمال المزيفة ، مثل :

ـ نحن نحبك جداً ، وأنت مدهش جداً لدرجة أنى أنا وأمك قررنا أن نحصل على طفل آخر مثلك تماماً . إنك ستحب الطفل الجديد . إنه سيكون ملكك أيضاً ، وستفتخر به . وسيكون لديك من تلعب معه دائماً .

إن هذا التفسير لايقع موقع النزاهة ، ولا الإقناع . إنه منطقى أكثر بالنسبة للطفل أن يستنتج :

ـ لو كانا يحباننى فعلاً ، لما تطلّعوا لطفل آخر . إننى لست محبوباً بما فيه الكفاية ، لذا أرادا أن يغيرانى بنموذج أحدث . «آخر موديل» .

إن المشاركة فى حب الأم لأمر مؤلم . وبخبرة الطفل ، المشاركة معناها الحصول على قدر أقل ، مثل المشاركة فى برتقالة أو قطعة حلوى .

إن وقع مشاركة الأم لمزعج للغاية ، وتوقعنا أن الطفل يجب أن يفرح له لهو بعيد عن منطقه . ومع مسيرة الحمل تبدو شكوكه أكثر شرعية . ويلاحظ أنه حتى بالرغم من

عدم وصول المولود بعد ، فلقد شغل الأم مسبقاً . وأمه أصبحت أكثر ابتعاداً عنه . فقد تكون متوعّكة فى السرير ، أو متعبة ومحتاجة إلى الراحة .

إنه حتى لايستطيع أن يجلس فى حجرها ؛ لأنه قد احتله دخيل مختبىء .

تقديم الدخيل:

يمكن الإعلان عن قدوم المولود بدون تهويل وجعجعة للطفل الصغير . يكفى ذكر:

ـ سيكون لدينا طفل جديد فى أسرتنا .

وبغَضِّ النظر عن ردّ فعل الطفل الفورى ، سنعرف أن هناك أسئلة كثيرة فى ذهنه ، وقلقاً كثيراً غير متوقع فى قلبه . ولحسن الحظ ، أننا من وضعنا المتميز كآباء يمكننا مساعدة أطفالنا فى أن يمروا بهذه الأوقات العصيبة .

ولا شىء يمكن أن يغيّر حقيقة أن المولود الجديد ماهو إلاّ تهديد لأمن الطفل ، ومع ذلك ، فإن تعزيز شخصيته أو تغليفها بوطأة الأزمة وتوتّرها يعتمد على حكمتنا ومهارتنا . وفيما يلى مثال متطرّف لتقديم مدمر لمولود جديد :

عندما وُلد شادى . . . رفعنى أبى لمشاهدته ، وإلى اليوم ما زلت أذكر ذلك المولود ذا الوجه الأحمر بين ذراعى أمى وأسمع أبى يقول لى : والآن يجب عليك أن تكون أفضل مما أنت عليه ؛ لأننا لدينا طفل آخر جديد . ولم تعد الوحيد ، فمن الآن فصاعداً ستكون أنت وأخوك الرضيع ، وأعتقد أن حياتى كلها منذ ذلك الحين فصاعداً قد كرستها أن أفوق أخى بريقاً . . . وأجعل الحياة جحيماً بالنسبة له .

وعلى النقيض ، يصوّر المثال التالى تقديماً مفيداً لأخوّة المستقبل .

عندما اكتشفت نرفانا (خمس سنوات) أن أمها حامل ، استجابت لذلك بفرح عظيم . ورسمت صورة لشروق الشمس فوق الزهور عن الحياة مع أخ جديد . ولم تشجع الأم هذا الرأى ذا الشق الواحد عن الحياة . وبدلاً من ذلك قالت :

ـ أحياناً سيكون ظريفاً ، ولكن أحياناً سيكون مزعجاً ، وأحياناً سيصرخ ويصبح مقلقاً لراحتنا جميعاً . وسيبلل السرير ، ويوسّخ نفسه . وسأضطر أن أنظّفه ، وأغسله ، وأطعمه ، وأعتنى به . وقد تشعرين بأنى تركتك أو أهملتك . وقد تشعرين بالغيرة . وقد تقولين لنفسك : إنها لم تعد تحبنى . . . إنها تحب المولود الجديد ، عندما تشعرين بهذا الشكل تعالى لى وأخبرينى ، وسأعطيك مزيداً من الحب ؛ ولذلك لاتقلقى . وستعرفين أننى أحبك .

سيتردد بعض الآباء فى استخدام مثل هذه الطريقة . فقد يخافون من وضع أفكار «خطيرة» فى رأس الطفل ، ليتأكد هؤلاء الآباء أن مثل هذه الأفكار ليست جديدة على الطفل . فقولنا لايمكن إلاّ أن يكون مفيداً : إنه يعكس تفهماً للمشاعر . إنه يعطى مناعة ضد الإثم ، ويدعو للمودة والتفاهم . إن الطفل مجبول أن يشعر بالغضب والاستياء بسبب المولود الجديد . فمن الأفضل أن يشعر بالحرية فى التّعبير عن كربه لنا بصوت عالٍ ، بدلاً من أن يذبل ويهن فى صمت .

التعبير عن الغيرة : كلمات أم أعراض ؟

عندما يكظم الأطفال غيرتهم ، فإنها تخرج بطرق متنكّرة فى شكل أعراض وسوء سلوك . وهكذا ، عندما يغتاظ الطفل من أخيه ، ولكنه ممنوع من التعبير عن مشاعره ، فقد يحلم أنه يدفع به من نافذة فى الطابق العاشر . وقد يصاب الحالم بالخوف حتى إنه قد يستيقظ صارخاً . وحتى إنه قد يركض إلى سرير أخيه ؛ ليتأكد من أنه لايزال حياً يرزق . وقد يفرح للعثور عليه قطعة واحدة . وقد يأخذ والده ارتياحه هذا على أنه حب .

والكابوس هو طريقة إخبارية فى صور لما يخاف أن يقوله فى كلمات . ومن الأفضل للأطفال أن يُعَبّروا عن غيرتهم وغضبهم فى كلمات عن التنفيس عنها فى كوابيس .

لقد أصيب عادل (خمس سنوات) بنوبات مفاجئة من ضيق النفس ، بعد مولد أخته مباشرة ، واعتقد والده أن هذا ناتج عن خوفه الشديد على أخته ، وأنه «يحبها

حتى الموت» (ربما حتى الموت كان الوصف المناسب) . لم يجد الطبيب أى سبب عضوى لأزمة تنفس عادل ، وحوّله إلى عيادة الصحة النفسية ، حيث يجب أن يتعلم التعبير عن الغيرة والغضب بالكلمات بدلاً من التعبير عنها بالصفير وحشرجة النَّفَس .

وبعض الأطفال يعبّرون عن غيرتهم بالسعال ، والطفح الجلدى ، وليس بالكلام . وآخرون يتبوّلون على أنفسهم ويبلّلون فراشهم ، وهكذا يعبّرون بعضو عما يجب أن يقدروا على التعبير عنه بعضو آخر . وبعض الأطفال يصبحون مدمّرين : فيكسرون الأطباق بدلاً من الإفصاح عن كراهيتهم . وبعض الأطفال يقضمون أظافرهم أو ينتفون شعرهم كتغطية لرغبتهم فى عض أو إيذاء إخوتهم وأخواتهم . كل هؤلاء الأطفال فى حاجة إلى التعبير عن مشاعرهم فى كلمات بدلاً من هذه الأعراض . والآباء هم فى المقام الرئيسى بالنسبة لمساعدة الأطفال فى فتح المغلق من مشاعرهم .

الأوجه العديدة للغيرة :

على الآباء أن يفترضوا وجود الغيرة فى أطفالهم ، حتى يكونوا فى جانب الأمان ، وحتى لو كانت الغيرة غير ظاهرة للعين المجرّدة . والغيرة لها وجوه عديدة وأقنعة كثيرة : يمكن أن تظهر نفسها فى الروح التنافسية الدائمة أو فى تجنب جميع أنواع الخلاف ، أو فى الشعبية والقبول المفرط عند الناس أو فى خنوع ووداعة نبات الحائط ، أو فى الكرم المتهور أو فى الجشع الذى لايرحم . والثمرات المرّة لمنافسات الطفولة التى لم تحسم تبدو كلها من حولنا فى حياة الكبار أنفسهم . يمكن رؤيتها فى المنافسة غير العاقلة للإنسان الذى فى سباق دائم مع كل سيارة فى الطريق ، أو للشخص الذى لايستطيع أن يخسر مباراة بنج بونج بشكل متسامح ، أو للذى هو مستعد دائماً أن يضحّى بحياته وما يملك من أجل إثبات وجهة نظره ، أو الذى يريد أن يبزّ الآخرين حتى لو كان هذا فوق طاقته . ويمكن رؤيتها أيضاً فى الإنسان الذى يجنب نفسه جميع المنافسات ، والذى يشعر بالهزيمة قبل بداية الصراع ، والذى هو دائماً مستعد لاحتلال المقعد الخلفى ، والذى لايقف حتى لحقوقه المشروعة .

وهكذا يؤثر تنافس الإخوة على حياة الطفل أكثر من توقعاتنا . وقد يختم شخصيته بختم لايمحى ويشوّه متانة خلقه .

أصول الغيرة :

تتأصل الغيرة فى رغبة الطفل فى أن يكون «المحبوب المدلل» الوحيد لأمه . إن هذه الرغبة تملّكية لدرجة أنها لاتسمح لأى منافسة . وعندما يصل الإخوة والأخوات ، يبدأ الطفل فى منافستهم على حقه فى حب والديه المقصور عليه فقط . وقد تكون المنافسة صريحة أو خفية ، حسب موقف الأبوين من الغيرة . بعض الآباء شديدو الغضب إزاء المنافسة الأخوية لدرجة أنهم يعاقبون أى علاقة صريحة لها . وبعض الآباء يتجنّبون إبداء أسباب للغيرة . ويحاولون إقناع أطفالهم أنهم جميعاً محبوبون بشكل متساوٍ ، ولذلك لا مدعاة لغيرتهم . ويقدّرون الهدايا ، والمديح ، والإجازات ، والامتيازات ، والملابس ، والطعام ويوزعونها على الجميع بالعدل والمساواة .

ومع ذلك ، فلا واحدة من هذه الطرق تخفف من وطأة الغيرة والحسد . ولا العقاب المتساوى ولا المديح المتعادل يمكن أن يطفىء الرغبة فى الحب الاستحواذى . وطالما أن مثل هذه الرغبات غير قابلة للتحقيق ، فلا يمكن منع الغيرة كلية . ومع ذلك ، سواء كانت نار الغيرة ستومض بالأمان أو ستتوهج بالخطر فسيعتمد ذلك على مواقفنا وأفعالنا .

مواقف تولّد الغيرة :

فى الظروف الطبيعية ، قد تسبب اختلافات العمر والجنس الغيرة بين الإخوة والأخوات . فالأخ الأكبر يُحْسَدُ ؛ لأن لديه مزيداً من الامتيازات ومزيداً من الاستقلال . والرضيع يُحْسَدَ ؛ لأنه أكثر رعاية ، والبنت تَحسُدَ أخاها ، لأن لديه عضو ذكر بارزاً وله حرية أكبر . والولد يَحْسُدُ أخته ؛ لأنها تحصل على معاملة خاصة .

وينمو الخطر عندما يعطى الآباء لاختلافات العمر والجنس تأكيداً مميزاً . عندما يفضّل عجز الرضيع على استقلال عمر الست سنوات ، أو العكس ، ستزداد الغيرة فى

حدتها . ويحدث نفس الشيء إذا قدرنا الطفل أزيد من قدره: بسبب جنسه ، أو شكله ، أو ذكائه ، أو قدراته الموسيقية ، أو مهاراته الاجتماعية . إن المواهب الطبيعية المتفوقة قد تسبب الحسد ، ولكنها المغالاة فى الثناء أو الإفراط فى المكافأة للمواهب أو السمات هى التى تؤدى إلى المنافسة القاسية بين الأطفال .

وليس من المطلوب معاملة الأطفال الكبار والصغار بنفس المعاملة على السواء . بل على العكس ، فالسن يجب أن يتسبب فى مزايا جديدة ومسئوليات جديدة . فالطفل الأكبر سيكون له ، بطبيعة الحال ، مصروف أكبر ، ساعات نوم متأخرة أكثر ، وحرية أكثر للبقاء خارج البيت عن الطفل الأصغر . إن هذه الامتيازات تمنح صراحةً وبشكل كَيِّس حكيم ، حتى يتطلّع جميع الأطفال إلى أن ينموا ويكبروا .

وقد يحسد الطفل الأصغر امتياز الطفل الأكبر . فيمكننا أن نساعده فى مشاعره ، لا بشرح الحقائق ، ولكن بتفّهم العواطف :

ـ تود أنت أيضاً أن تستطيع البقاء لساعة متأخرة .

ـ تود أن تكون أكبر .

ـ تود لو أنك لست فى سن ست سنوات ، بل تسع سنوات .

ـ أعرف ، ولكن موعد ذهابك للفراش هو الآن .

وقد يعزز الآباء الغيرة عن غير قصد بأن يطلبوا من أحد الأطفال أن يضحى من أجل طفل آخر :

ـ إن الرضيع يحتاج إلى مهدك . يمكنك أن تنام على الكنبة .

ـ آسفة . لن نستطيع إحضار الدراجة الجديدة لك هذه السنة . فنحن نحتاج إلى ثمنها لشراء ملابس الشتاء للرضيع .

إن الخطر يكمن فى أن الطفل قد لايشعر فقط بحرمانه من تملك الدراجة ، بل أيضاً من الحب والحنان ؛ ولذلك ، مثل هذه المطالب يجب أن تُغَلَّفَ بالحب ، وتوسد بالتقدير والإعجاب .

التعامل مع الغيرة :

ويعبّر الصغار جداً عن غيرتهم بشكل ليس فيه لباقة على الإطلاق : فيطلبون موت الرضيع ، ويقترحون إعادته إلى المستشفى أو وضعه فى محل القمامة . والصغار الأكثر خيالاًومغامرة قد ينغمسون حتى فى عمليات حربية ضد هذا الغازى . فقد يغيرون عليه بلا هوادة : ويحضنونه كما تحضن الأفعى الكبيرة فريستها . وقد يدفعونه أو يقرصونه ، أو يلكمونه كلما يحين لهم ذلك . وفى حالات متطرّفة يمكن للأخ أو الأخت الغيور أن يتسببا فى ضرر بالغ .

وبوصفنا آباء لايمكننا أن نسمح لطفل أن يستأسد على أخيه أو أخته . والهجمات السادية سواء البدنية أو الكلامية . يجب أن تُوقف ؛ لأنها تؤذى كلا من الفريسة والمستأسد . وكلا الطرفين فى حاجة لقوتنا ورعايتنا . ولحسن الحظ ، نحن لانحتاج لحماية الأمان البدنى للطفل الصغير أن نهاجم الأمان العاطفى للطفل الأكبر .

فعندما نمسك بطفل عمره ثلاث سنوات يتحرّش بالرضيع ، يجب أن نوقفه هو ودوافعه فى الحال ، ونذكر له بصراحة :

ـ إنك لاتحب الرضيع .

ـ إنك غاضب منه .

ـ بين لى كيف أنت غاضب . وسألاحظ غضبك .

ويجب أن نعطى الطفل دمية كبيرة ، ونسمح له بأن ينفس عن غضبه فيها . فيمكنه أن يلكم الدمية ، ويدس إصبعه فى عينها ، ويلقى بها على الأرض ويدوس عليها .

ونحن لانقترح للطفل ما يفعله .

إن دورنا هو أن نراقب بعين محايدة ونستجيب بلسان حنون : سوف لانصدم لضراوة مشاعره أو لقسوة هجماته . فالمشاعر أمينة ، والهجوم غير مؤذٍ . ومن الأفضل أن ينفّس عن غضبه بشكل رمزى ضد شىء جماد ، بدلاً من أن يُنَفِّسَ عنه بشكل مباشر فى الرضيع نفسه أو بشكل عرضى ضد نفسه .

ويجب أن تكون تعليقاتنا مختصرة وسهلة .

ـ إنك تبين لى كم أنت غاضب !

ـ والآن ماما تعرف .

ـ عندما تشعر بالغضب تعال وأخبرنى .

إن هذه الطريقة أكثر فائدة فى إقلال الغيرة من العقاب أو الإهانة . وعلى النقيض ، فإن الطريقة التالية غير مجدية :

عندما اكتشفت الأم أن ابنها محموداً (أربع سنوات) . يسحب أخاه الرضيع من قدمه ، انفجرت فيه قائلة :

ـ ماهى حكايتك ؟ أتريد أن تقتله ؟ تريد أن تقتل أخاك الوحيد ؟ ألا تعرف أنك قد تسبب له عاهة مدى الحياة ؟ هل تريده مشلولاً ؟ كم مرة قلت لك : لا تأخذه من فراشه ، لاتلمسه ، ولاتقترب منه أبداً !

والأطفال الكبار ، أيضاً ، يجب أن نواجههم بمشاعر الغيرة فيهم . ويمكننا الحديث معهم بمزيد من الصراحة :

ـ من السهل أن نرى أنك لاتحب الرضيع .

ـ إنك تود لو أنه غير موجود .

ـ إنك تود لو كنت الوحيد .

ـ إنك تود لو كنت لك لوحدك .

ـ إنك تغضب عندما ترانى أهتم به .

ـ إنك تريدنى أن أكون معك .

ـ إنك كنت غاضباً فقرصته . لايمكننى أن أسمح لك أبداً أن تؤذيه ، ولكنك يمكنك أن تخبرنى عندما تريد .

ـ عندما تشعر أنك وحيد تماماً ، فسأكرس مزيداً من وقتى لك ، حتى لاتشعر بوحدة داخلية .

الحب ـ التماثل أو التفرّد ؟ النوعية أم المساواة ؟

إن هؤلاء الذين يريدون أن يكونوا منصفين غاية الإنصاف مع كل طفل غالباً ماينتهى بهم الحال أن يكونوا حانقين على كل الأطفال . فلا شىء أكثر إحباطاً من الإنصاف الذى بالقسط والقسطاس . عندما لاتستطيع الأم أن تعطى برتقالة أكثر أو حضناً أقوى لأحد الأطفال خشية إثارة عداوة الآخر ، فإن الحياة تصبح أمراً لايطاق . والجهد الذى يبذل فى قياس المنح العاطفية أو المادية يمكن أن تجعل أى شخص حانقاً متعباً . إن الأطفال لايتوقون أنصبة متساوية من الحب : إنهم يريدون منّا أن نحبّهم بشكل تفرّدى ، وليس بشكل تماثلى . إنما التأكيد على النوعية ، لا على المساواة .

إننا لانحب جميع أطفالنا بنفس الطريقة ، ولا مدعاة للتظاهر بذلك . إننا نحب كل طفل بشكل تفرّدى ، ونحن لسنا فى حاجة أن نبذل جهداً لتغطية ذلك . وكلما زاد احتراسنا فى منع التفرقة الظاهرة ، أصبح كل طفل أكثر تنبهاً فى اكتشاف شواهد عدم المساواة . وبدون قصد وبلا إرادة ، نجد أنفسنا فى موقف المُدافع ضد صرخة معركة الطفل العالية : «لا إنصاف» .

ولا داعى لأن تجرفنا دعايات الأطفال . ولا داعى أن ندّعى أيضاً ظروفاً مخفّفة ، ولا نعلن عن براءتنا ، ولا ندحض مسئوليتهم . دعنا نقاوم الإغراء فى شرح الموقف أو أن ندافع عن وضعنا ، ولا داعى إلى جدل لانهاية له عن الإنصاف أو عدمه فى قراراتنا . وفوق كل شىء لاتجعلنا نقحم أنفسنا فى تقسيم أو توزيع حبنا من أجل الإنصاف .

ودعنا نحمل لكل طفل علاقتنا الخاصّة والتفردية لا إنصافها وتماثلها .

وعندما نقضى بضع دقائق أو بضع ساعات مع أحد من أطفالنا ، فدعنا نكون معه

خاصة . ودع الطفل يشعر ، فى هذه الفترة ، أنه ابننا الوحيد ودع البنت تشعر أنها ابنتنا الوحيدة . وعندما نخرج مع أحد الأطفال ، فلا تدعنا ننشغل بالآخرين ؛ دعنا نتحدث عنهم أو نشترى لهم هدايا . وحتى تظل اللحظة للذكرى فيجب ألا نشتت انتباهنا .