

د / اء زفن العاءءفن

# فن النعامل مع الأبناء

- ما أسباب الخوف والكذب والعناد عند أطفالنا ...؟ وكيف نحميهم منها ؟
- كيف تتعامل مع طفلك الذى يميل إلى التخريب والعدوان ؟
- الطفل طويل اللسان ... الطفل غير المؤدب .. كيف نقوم سلوكه ؟
- أسئلة طفلك المخرجة كيف تجيب عليها بذكاء ولباقة ؟
- كم ساعة يجب أن ينام طفلك ؟ وما أخطاء الأباء فى نوم الأبناء ؟
- كيف نعاقب أطفالنا . دون أن نسبب لهم مشاكل نفسية ؟

مكتبة ابن سينا للطباعة والنشر والتوزيع والتصدير

٧٦ شارع محمد فريد - جامع الفتح - مصر الجديدة - القاهرة ت : ٦٣٧٩٨٦٣ - ٦٣٨٩٣٧٢ فاكس : ٦٣٨٠٤٨٣

**IBN SINA BOOKSHOP** Printing - Publishing - Distributing - Exporting

76 Mohamed Farid St., Heliopolis, Cairo Tel. : (202) 6379863 - 6389372 - Fax : (202) 6380483

اسم الكتاب : فن التعامل مع الأبناء  
اسم المؤلف : د. رواء زين العابدين  
اسم الناشر : مكتبة ابن سينا  
تصميم الغلاف : إبراهيم محمد إبراهيم  
رقم الإيداع : ٢٠٠٣ / ٢٠٠٧٦  
التقديم الدولي 5 - 658 - 271 - 977

### جميع الحقوق محفوظة للناشر

لا يجوز طبع أو نسخ أو تصوير أو تسجيل أو اقتباس أي جزء من الكتاب أو تخزينه بأية وسيلة ميكانيكية أو إلكترونية بدون إذن كتابي سابق من الناشر.

*All rights reserved.* No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without written permission of the publisher.

تطلب جميع مطبوعاتنا بالملكة العربية السعودية من وكيلنا الوحيد مكتبة الساعى للنشر والتوزيع

الرياض - هاتف : ٤٢٥٣٧٦٨ - ٤٣٥١٩٦٦ فاكس ٤٣٥٥٩٤٥ جدة هاتف : ٦٥٣٢٠٨٩ - ٦٥٢٤٠٩٥ فاكس : ٦٥٢٤١٨٩

طبع بمطابع ابن سينا القاهرة ت : ٣٢٠٩٧٢٨

Web site : [www.ibnsina-eg.com](http://www.ibnsina-eg.com) E-mail : [info@ibnsina-eg.com](mailto:info@ibnsina-eg.com)

## مقدمة

من الضروري لنا نحن الآباء أن نخوض فى عالم الأطفل ، الذى نجهل عنه الكثير لتتعرف على سماتهم ، وخصائصهم ، ونكشف مشاكلهم ، وخفاياهم ، فلا نشقى بهم ، ولا يشقون بنا .

ومنذ أن أنعم الله على بولدى مؤمن ومحمد ، بذلت قصارى جهدى للدخول إلى عالم الأطفل ، من خلال الاطلاع على أحدث الأبحاث والدراسات التى تكشف مشاكلهم ، وتقديم الوسائل الفاعلة للوقاية والعلاج من هذه المشاكل ، واطلعت على العديد من الخبرات الجادة فى تربية الأطفل من أصحاب الخبرات السابقين من الآباء والأمهات .

وبعد أن تكون لدى كم كبير من المعلومات والخبرات فى تربية الأطفل ، وفى المشاكل النفسية التى تواجههم ، وطرق علاجها .. رأيت أن أكتب كتاباً يتناول أخطر المشاكل النفسية التى تهددهم ، وأطرح الأسباب وراء هذه المشاكل ، وكيف نتصدى لها بطرق تربوية سليمة .

وفى هذا الكتاب اجتهدت فى توضيح الأخطاء التربوية الكثيرة التى يرتكبها الآباء فى حق الأبناء ، والتى يكون من عواقبها شقاء الأبناء بالعديد من المشاكل النفسية .

وبين دفتى كتابى هذا سوف يجد القارئ العزيز الكثير من الإجابات حول الأسئلة التى تدور فى ذهنه عن تربية الأطفل ومشاكلهم :

- الخوف ، الكذب ، السرقة .. مشاكل ، كيف نحمل أطفالنا منها ؟

- الطفل الذى يميل إلى العدوان ، والتخريب ، ما الحل معه ؟

- الغيرة بين الإخوة .. الشجار بين الأولاد .. كيف نتعامل معهم ؟

- كم ساعة يجب أن ينام الطفل ، وما هي أخطاؤنا فى نوم أبنائنا؟!  
- عندما يبول الطفل فى فراشه لا إرادياً .. ما السبب وما الحل ؟  
- لا أستطيع أن أجيب عن أسئلة طفلى المخرجة؟!  
- ما هى الأسس العلمية الصحيحة ، الواجب اتباعها لتنشئة أطفال بلا مشاكل نفسية ؟
- هذه الأسئلة وغيرها اجتهدت أن أقدم لها إجابات واضحة وكذلك عرضت لآراء علماء النفس ، فى علاج المشكلات التى تواجه الآباء والأمهات فى تربية أبنائهم ..
- وفى آخر كتابى ، وضعت دستوراً ، للعلاقة المثالية بين الآباء والأمهات ، وأبنائهم ، حتى نشئ جيلاً جديداً من أطفالنا خالياً من المشاكل النفسية .
- وفى النهاية أتقدم بخالص الشكر والتقدير للسيد الدكتور / محمد عمرو استشارى النفسية والعصبية بمعهد دمنهور الطبى القومى .
- وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين .

## المؤلف

## لماذا يكذب الأطفال؟ وما هو الحل لهذه المشكلة؟!



ابني يدعى أن :

- شخصاً قد ضربه .. وهذا لم يحدث .
  - والده ذا منصب مرموق .. وهذا مخالف للحقيقة .
  - أشياء معينة قد رآها في السماء وهذا لم يحدث .
  - يشكو مرضاً قد أصابه ، صداع ، مفاص ، وفي الحقيقة هو سليم معافى .
- الكذب : خلاف الصدق ، وكلام غير مطابق للواقع .. وهو سلوك يكتسبه ويتعلمه الأطفال ، كما يكتسبون ، ويتعلمون الصدق .
- فالأطفال الذين يعيشون في أسرة ، أو مجتمع ينتشر فيه الخداع ، والكذب فأغلب الظن أنهم سوف يعانون مشكلة الكذب .

### ■ هل الأطفال يفرقون بين الصدق والكذب؟

يظن البعض أن الأطفال لا يستطيعون التمييز بين الصدق ، والكذب ، والواقع أنهم في سن مبكرة يستطيعون التفريق بين الكذب ، والصدق . نعم ، قد لا يفهمون ذلك بالمعنى الذي يفهمه الكبار ، ولكنهم يدركون أن هناك فرقاً بين ما يوافق الحقيقة ، وما لا يوافقها .

ولذلك .. يجب على الكبار أن يضربوا المثل الحسن والقعدة الصالحة لأطفالهم في الصدق ، وعدم الكذب . والإسلام ، دين الفطرة ، يحض على ترك الكذب على الأطفال ، ويحث على الصدق معهم .

فعن عبد الله بن عامر قل "دعتني أمي يوماً ، ورسول الله ﷺ قاعد في بيتنا ، فقالت : تعال أعطك ، فقال لها الرسول : "ما أردت أن تعطيه؟" قلت : أردت أن أعطيه تمرًا ، فقال لها ﷺ : "أما إنك لو لم تعطه شيئاً ، كتبت عليك كذبة" (حديث صحيح رواه أبو داود)

## ■ لماذا يكذب الأطفال ؟

هناك عدد من الأسباب هي التي تدفع الطفل إلى الكذب ، سوف نتناولها من خلال شكاوى أولياء الأمور من كذب أطفالهم ..

### كذب للشعور بالنقص

◀ طفلي يدعى أمام زملائه أن والده طيب ؛ في حين أن والده موظف محدود الدخل ، فما السبب في كذب طفلي المتكرر أمام أصدقائه ؟

هذا النوع من الكذب شائع بين الأطفال الذين يعيشون في مجتمع أعلى من مستواهم الاجتماعي والاقتصادي .

فهناك بعض الأطفال ذوي المستوى الاجتماعي والاقتصادي المنخفض لهم أصدقاء أغنياء وذوو مستوى اجتماعي راق ، وهذا يشعرهم بالنقص ، مما يدفعهم إلى الكذب ، من أجل إشعار أصدقائهم ، أنهم مثلهم في المستوى ، وأنهم ليسوا أقل منهم في شيء .

ولهذا يدعى الطفل أن والده طيب كبير ، وأنه يمتلك لعبة باهظة الثمن وأنه ، وأنه ..

### كذب من أجل الانتقام والأخذ بالثأر

◀ يدعى طفلي كذباً أن أخاه قد تعرض له بالسب والضرب ، فما هو الدافع وراء كذب طفلي واتهام أخيه باطلاً ؟

يلجأ الطفل للكذب أحياناً من أجل الانتقام من شخص ما ، يشعر نحوه بالغيرة ، أو أن هذا الشخص يسىء له ، أو غير ذلك من دوافع الانتقام .

وهنا يفكر الطفل ، ويدبر ، ثم يكذب ، فيقول : إن فلانا قد فعل بى كذا وكذا ، حتى نعاقب فلانا هذا ، فيرضى ذلك الطفل .

وقد يلجأ الطفل لهذا النوع من الكذب إذا شعر بأن أخاً له مميز عنه أو يلقي رعاية وحبا أكثر منه عند والديه .. فيلجأ الطفل إلى الكذب واتهام أخيه باطلاً ، حتى يوقع العقاب على أخيه .

ويكثر هذا النوع من الكذب بين الفتيات .

## كذب .. خوفاً من العقاب

◀ رغم أنني أستخدم الشدة والحزم مع أطفالي ، ولكن يلجأ بعضهم إلى الكذب عليّ في بعض المواقف .. فما السبب في كذب أطفالي عليّ ؟  
للأسف أنت السبب في هذا الكذب .. فحين نربي أطفالنا بالعصا والشدة ونحاسبهم على كل خطأ .. فإننا ندفعهم دون أن ندرى إلى الكذب ، لسوء العقاب عن أنفسهم .. فهم يكذبون ليتجنبوا العقاب والشدة .  
ويعتبر هذا النوع من الكذب ، هو أكثر أنواع الكذب شيوعاً بين الأطفال .. فالطفل يكذب على مدرسه حين يرى منه الشدة واستخدام العصا .. وهو يكذب على والدته عندما يشعر أنها سوف تربه نوعاً من العقاب .

## كذب لعدم الشعور بالثقة .. وعدم الاطمئنان

قد يلجأ الطفل إلى الكذب عندما يفقد الثقة في نفسه ، أو عندما يشعر بضعف حب والديه له ، وقلة عطفهما عليه .. وهنا نجد الطفل يكذب من أجل أن يمتلك أكبر قدر ممكن من الأشياء ، لشعوره بالخوف وعدم الثقة في تملكها بعد ذلك .

## الكذب الخيالي ..

◀ ابني يدعي أنه رأى أرنباً يطير في الجو .. وأحياناً يدعي أنه رأى ذبابة في حجم العصفورة .. فما هو السبب وراء هذه الادعاءات الكاذبة وما الحل فيها ؟

هذه الادعاءات الكاذبة من طفلك يطلق عليها علماء النفس (الكذب الخيالي) وهذا النوع ليس كذباً بالمعنى المتعارف عليه ، ولكنه تعبير عن أحلام الطفل ، لذا يعتبره البعض أحلام يقظة ، يظهر فيها الطفل آماله ورغباته التي لا يتمكن من الإفصاح عنها واقعياً .  
ويذكر علماء النفس أن هذا النوع من الكذب ليس كذباً مرضياً ، وليس انحرفاً في السلوك أو اضطراباً في النفس .

وعلينا نحن الآباء تبصرة هذا الطفل ، ونوضح له الفرق بين الواقع والخيال ، مع عدم كبت خياله وأحلامه .

ولا داعى للقلق على هذا الطفل واسع الخيال .. والزمن كفيل بإنهاء هذا الكذب الخيالى مع تقدم العمر للطفل .

### الكذب الادعائى

« ابني يدعى أحياناً أنه مريض .. وبالكشف والفحوصات نتأكد من أنه لا يعاني أى مرض .. فما السبب والحل فى هذا الادعاء الكاذب من طفلى ؟

بعض الأطفال الذين لم ينالوا قسطاً كافياً من الرعاية ، والعطف من الوالدين ، وكذلك بعض الأطفال الذين كانوا مدللين فى الصغر ، ثم تغيرت معاملة الوالدين لهم ، على أساس أنهم لم يعودوا بعد أطفالاً صغاراً .. هؤلاء الأطفال يلجأون أحياناً إلى نوع من الكذب يعرف بالكذب الادعائى ، وذلك لاستدراار عطف الوالدين والمحيطين .

وهؤلاء الأطفال يحتاجون إلى مزيد من عطف وحنان الوالدين ، والبحث الجيد وراء سبب هذا الكذب ، مع المحاولة الجادة للتخلص من هذه الأسباب ، وبث روح الثقة فى نفسه .

فى الحقيقة هناك دوافع ، وأنواع كثيرة للكذب ، وما ذكرناه هنا هو أشهر أنواع الكذب انتشاراً بين الأطفال .

وقد تتجمع هذه الدوافع كلها فى شخص واحد .. فيكون كذبه مرضياً .

### ■ متى يصبح كذب طفلى سلوكاً مرضياً أو ظاهرة مرضية ؟

إذا استمر كذب الطفل بعد عمر السادسة ، وأصبح هذا الكذب عادة دائمة عند الطفل .. فإن هذا السلوك غير سوى ، ويعتبره علماء النفس ظاهرة مرضية ، ولا بد من البحث عن دوافع هذا الكذب .

ومن الأفضل أن يعرض الطفل على "أخصائى نفسى" ليتم علاجه من هذا السلوك المرضى ، قبل أن يستفحل الداء ، ويصعب الدواء .

فالمشكلات النفسية إن عولجت فى المهذ؁ كانت سهلة وميسورة فى العلاج وإن استمرت؁ وأشربتها النفوس أصبح من الصعب علاجها .

### ■ أخطاء الآباء .. ومشكلة الكذب عند الأطفال

كما قلنا من قبل إن الكذب سلوك يكتسبه الأطفال ممن حولهم؁ وخاصة من الأمهات والآباء .. والكذب ليس صفة فطرية يولد بها الطفل؁ ولا سلوكا موروثا ينتقل من خلال عوامل وراثية .

وأعرض هنا بعض الأخطاء التى يقع فيها الوالدان؁ وتكون نتيجتها إصابة الطفل بسلوك الكذب .

● قسوة الآباء فى عقاب الأطفال؁ مما يدفعهم إلى الكذب؁ كوسيلة دفاعية لتجنب العقاب والتعذيب .

ولذا .. يجب أن يعيش الأطفال فى جو أسرى؁ يفيض فيه الحب والحنان؁ والعطف والرعاية من الوالدين؁ حتى يشعر الأطفال بالأمان والاستقرار؁ وبهذا تهدأ نفوس الأطفال وتستقر انفعالاتهم الداخلية .. ويجب على الآباء خاصة أن يتجنبوا العقاب الشديد؁ والقسوة المستمرة؁ كل هذا كفيل بأن يجعل الطفل ينشأ على قول الصدق دائما .

● كذب الوالدين أمام أطفالهم .. فالطفل يرى بعيون والديه؁ ويقلدهم فى كل ما يراه منهم .

ولذا .. يجب على الوالدين أن يكونا حريصين كل الحرص على قول الصدق فى جميع المواقف؁ مع تجنب الكذب تماما أمام الأطفال .

وعليهم أن يضربوا القدوة الحسنة لأطفالهم؁ حتى يشب هؤلاء الأطفال محبين للصدق وأهله؁ وكارهين للكذب وأصحابه .

● وعد الوالدين أطفالهم وعودا؁ ثم لا يفيان .. كوعدهم أنهم سوف يقدمون لهم هدية إذا فعلوا كذا؁ ثم لا يصدقان فى تنفيذ هذا الوعد .

ولذا .. من المهم الصدق مع الطفل عند التعامل معه؁ فإذا وعدناه وعدا؁ فعلينا أن نوفيه؁ مهما كانت الظروف .

● مبالغة بعض الآباء في أن يكون جميع أقوال أطفالهم صادقة مائة في المائة ..  
فالتشديد في هذا الأمر ، قد يكون له عواقب عكسية قد تدفع الطفل إلى  
الكذب ..

ولذا .. فليعلم الآباء أن أطفالهم في مرحلة معينة من عمرهم ، يختلط عليهم  
الواقع بالخيال ، واليقظة بالنام .

وعادة الطفل دون الخامسة لا يكذب ، ولا يسمى كذبه كذبا بالمعنى المتعارف  
عليه بيننا ، بل هو نوع من اللعب أو التسلية .

ولذا .. يجب على الآباء عدم التضييق على الأطفال (مادون الخامسة من  
العمر) في كل صغيرة وكبيرة ، وكل عبارة يتلفظون بها .

### ■ كلمة أخيرة للوالدين ..

- على الآباء والأمهات أن يشعروا أطفالهم أهمية ، وقيمة سلوك الصلح في  
القول والفعل .. وأن يرفعوا شعار "الصلح دائما قولا وعملا" . وعليهم أن  
يضربوا أمثلة من السنة النبوية ، وأفعال الصحابة والتابعين التي تحث على  
الصلح ، وتبغض الكذب .

- وعليهم توفير بيئة ، وجو أسرى يملؤه الحب ، والود ، والحنان يعيش فيه  
الطفل حتى لا يشعر الطفل بالاضطهاد ، والغيرة ، والجوع العاطفي ، والعنف .  
- وعليهم أن يحدروا التفرقة بين الأطفال ، أو القسوة الشديدة في معاملتهم  
.. فقد يدفعهم ذلك إلى الكذب .

- لا جدوى من علاج الكذب بالعصا ، والشدة ، والتهديد ، فهذا العقاب  
لن يردع الطفل عن الكذب ، بل قد يزيد من ظاهرة الكذب ، ويؤدي إلى  
ظهور أعراض وسلوكيات مرضية أخرى .

- يجب أن نشبع في الطفل حاجاته النفسية الضرورية ، ونشعره بأنه محبوب  
ونبت فيه الثقة بالنفس والطمأنينة .

- وفي حالة ظهور سلوك الكذب بشكل مزمن عند الطفل ، يجب على  
الوالدين البحث عن دوافعه ، والأسباب التي أدت إلى ظهوره .. مع إزالة هذه  
الأسباب ، وعرضه على طبيب نفساني متخصص إذا لزم الأمر .

## مشكلة الخوف عند الأطفال .. كيف نعالجها ؟



- طفلي يخاف الظلام .. والكلاب .. والحشرات .
- طفلي يخاف الطيب .. وأصدقاءنا الزوار .
- طفلي يخاف السفر بالقطار أو السيارة .
- طفلي يخاف نزول البحر وحوض السباحة .
- طفلي يخاف السكين والذبح .
- طفلي يخاف ... ، ... ، ...

كثيرا ما تترد على السنة الآباء ، والأمهات هذه الأسئلة وغيرها الكثير ، مما يتعلق بمخاوف الأطفال ، وعادة لا يجد الوالدان جوابا أو حلا ناجحا ، شافيا لهذه المشكلة ، التي تهدد أطفالهم .

وتعتبر مشكلة الخوف هذه سببا مباشرا لمعظم المشكلات النفسية التي تصيب أطفالنا ..

### ■ ما المقصود بالخوف .. ؟

الخوف هو استعداد فطري طبيعي ، زود الله تعالى به الإنسان ليحمي نفسه ضد الأخطار التي تواجهه ، وتهدد كيانه الجسمي أو النفسي .  
ولكن .. هناك جانبا كبيرا من الخوف عند الأطفال مكتسب ، يتعلمه ويكتسبه الطفل من والديه ومن المحيطين به ، فهو يراهم يخافون من شيء معين فيخاف منه مثلهم .

### ■ الخوف ضروري ومهم !

لاشك أن الخوف مهم ، وضروري بالنسبة للأطفال ، والكبار أيضا ، فهو يدفع الطفل للتخلص من الأخطار التي تواجهه ، كاقتراب كلب مسعور منه ، أو وجود حريق قريب منه ، فإن لم يخف الطفل من هذه المخاطر تعرض للأذى .

ولكن .. استمرار الخوف من الأشياء التي لا تخيف مثل الخوف من الظلام ،  
والماء ، والأماكن المغلقة ، والقطار ، .. فهذا الخوف مرض غير طبيعي ، وخاصة  
إذا صاحبه ذعر ، ورعب شديد ، وعجز في السيطرة على مشاعر الخوف بعقله .

### ■ خوف الطفل من الظلام

#### ● لماذا يخاف الأطفال الظلام ؟

بداية أحب أن أوضح أن خوف الطفل من الظلام هو خوف طبيعي ، لأن  
الظلام يجعل الطفل يعيش في المجهول ، فلا يرى ، ولا يدرك ما حوله من  
أشياء ، فيخاف الاصطدام ، أو الإصابة من شيء يعترضه .

وقد ينتج الخوف من الظلام لارتباطه في ذاكرة الطفل بذكريات أو أشياء  
مخيفة مثل العفاريب ، و"أبو رجل مسلوخة" ..

وقد ينشأ هذا الخوف لكون الطفل في الظلام يتذكر ما مر به من أحداث  
مؤسفة ، أو أليمة طويلة اليوم .

وقد ينتج الخوف لكون الطفل يخشى من فقدان أمه أو أبيه عند إظلام  
الحجرة .

#### ● وإلى متى يخاف الأطفال من الظلام ؟

في العادة يتتاب الطفل الخوف من الظلام قبل أن يبلغ سن الخامسة من  
العمر ، وحينما يكبر ، ويمر من هذه المرحلة السنوية ، يدرك أنه لم يكن ثمة ما  
يدعو للخوف .

● طفلي تعدى من العمر الثمانية أعوام .. ومازال يخاف الظلام .. فما  
السبب ؟

قد يكون السبب هو خوف الأم أو الأب أو كليهما من الظلام ، فيخاف  
الطفل الظلام بالتقليد .. ولا تتوقع من هذا الطفل أن ينام في الظلام ولا  
يخافه ، بينما والداه يفزعان ويخافان الظلام .

وقد يكون السبب الآخر ، هو عدم شعور الطفل بالطمأنينة أو السكينة ، أو معاناته من اضطرابات نفسية من مشاكل أخرى .

### ■ كيف يتمكن الآباء والأمهات من علاج أطفالهم من مشكلة الخوف من الظلام ؟

- عليهم مناقشة أطفالهم حول الظلام ، مع إقناعهم بأن الظلام لا يدعو إلى القلق أو الخوف . مع تدريب وتعويد الأطفال تدريجيا على النوم فى الظلام .
- وعلى الوالدين عدم إظهار خوفهم من الظلام أمام أطفالهم .
- ومن المهم أن يغلق الوالدان على أطفالهم الحب والعطف ، حتى يشعروا بالأمن والطمأنينة والحب .

### ■ لماذا يخاف طفلى من الضيوف والأشخاص الجدد ؟

### ■ لماذا يخاف طفلى من الأماكن الجديدة عليه ؟

ما بين السنة الثانية ، والسنة الخامسة من عمر الطفل ، يحدث لديه خوف من أى زائر لا يعرفه ، أو ضيف يزور البيت لأول مرة ، كما يخاف أيضا أى مكان جديد يزوره .

ففى هذا العمر يستطيع الطفل التمييز بين النافع والضار . والأشخاص والأماكن الجديدة تمثل للطفل هنا نوعا من الخطورة لم يتعود عليه ولكن بتعوده عليها شيئا فشيئا يزول الخوف .

وهناك ما يسمى بالخوف الارتباطى .. بمعنى أن الطفل يخاف من كل مكان أو شخص يرتبط فى ذهنه بحادث مؤلم .. فالطفل يخاف الطبيب ، لارتباطه بموقف مؤلم فى ذهنه ، ( أعطى له حقنة ، أو دواء مرا) ..

إذا فالطفل يتجنب المواقف والأماكن والأشخاص الذين سببوا له أضرارا أو إيذاء فى السابق .

### ● وكيف نخلص الطفل من هذا النوع من الخوف ؟

يجب طمأنة الطفل أن هذا الشخص أو هذا المكان لن يسبب له أى ضرر

أو إيذاء ، وأنه ليس هناك ثمة ما يكرهه .

وحبذا لو قدمنا للطفل فى هذا المكان الذى يخاف منه ، شيئاً يحبه ، لعبة ، حلوى ، .. وذلك لتغيير الارتباط الخوفى السابق .

### ■ **خوف الطفل من المرض .. ما أسبابه ؟ وما طرق علاجه ؟**

فى العادة يخاف الطفل من المرض نتيجة لشعوره بخوف الوالدين كليهما من المرض .. وكذلك لإحساس الطفل بأنه عرضة دائماً للإصابة بالمرض ، نتيجة لتحذير الوالدين المستمر ، ووضع قائمة طويلة من المنوعات أمام الطفل ، فيبدأ الطفل فى التشكك من أن المرض يحاصره .

### ■ **أسباب الخوف ..**

- قد يمر الطفل بخبرات مرضية مؤلمة ، فتترك فى نفسه أثراً سيئاً ، ويخاف أن تعاوده هذه المواقف المؤلمة مع المرض .

- قد يمرض أحد أفراد الأسرة ، مرضاً شديداً ، ويظهر القلق والاضطرابات فى البيت ، فيزرع فى نفس الطفل عدم الأمان ، والخوف من المرض .

- قد يؤدي المرض إلى وفاة أحد الأعمام على الطفل فيتربى عند الطفل الخوف والفرع من المرض .

### ■ **وكيف يمكننا علاج الخوف والفرع من المرض عند أطفالنا ؟**

- فى البداية يجب الوصول إلى السبب الحقيقى وراء خوف الطفل من المرض ، ثم نطمئن الطفل ، ونفهمه أنه ليس معنى أنه مريض مرة بأن ذلك سوف يتكرر ، كلا.. ولكن كانت هناك ظروف معينة للمرض السابق .

- ويوضح للطفل أن المرض شئ عادى ، يأتى ثم يتم الشفاء منه .

- ويجب على الآباء عدم المبالغة فى تحذيرات الأطفال الكثيرة ، حتى لا يصابوا بالخوف من كل شئ ، ولكن تكون التحذيرات فى حدود المعقول .

وعلى الآباء أيضاً عدم إظهار الفرع والخوف الشديد من المرض أمام الطفل .

## ■ هل يخاف الطفل من الموت ؟

يقول الدكتور / لوثر ودوارد: "اعلم أن الطفل يكتشف الموت مبكرا من مشاهدته الحيوانات أو الطيور أو الحشرات وهي تموت".  
ويحدث خوف الطفل من الموت بداية من عمر الثانية إلى الخامسة من عمره، نتيجة لموت عزيز كان يحبه، ويعطف عليه.  
ويعتبر الخوف من الموت من المخاوف غير الحسية، المجهولة، وعادة ما يكون له تأثير عميق فى نفس وحية الطفل.

## ■ وما هى أسباب الخوف من الموت عند الطفل ؟

ترجع الأسباب عادة نتيجة لسلوك الوالدين تجاه الموت، فمظاهر الحزن العميق التى يبديها الوالدان والمحيطون به عند وفاة عزيز عليهم تترك أبلغ الأثر فى نفسية الطفل، وتكون نتيجة زرع الخوف من الموت لدى الطفل.  
- كذلك حيرة الطفل، وعدم وجود جواب شاف عن معنى الموت لدى الوالدين، يزيد من مخاوف الطفل تجاه الموت.  
- العدوى من الكبار المحيطين به، عندما يراهم يخافون ويفزعون من الموت بشكل واضح.

## ■ كيف نعالج مشكلة الخوف من الموت عند الأطفال ؟

- يجب علينا تقليل مظاهر الحزن الشديد التى نبديها عند وفاة قريب أو عزيز، مع الحد من التقاليد التى تحيط بالموت، والتى تثير فى الأطفل الرعب والحزن والخوف.  
- وإذا لم يكن هناك بد من إظهار الحزن الشديد، واتباع التقاليد.. فهنا يجب إبعاد الطفل عن هذا الجو الحزين مع توجيه فكر الطفل إلى مجال آخر.  
- يجب مصارحة الطفل بحقيقة الموت، دون تمويه أو لف أو دوران ودون أن نثير الشكوك والحيرة فى نفس الطفل.  
- وفى باب أسئلة الطفل الحائرة سوف نتعرض لأسئلة الطفل حول هذا

الموضوع بشيء من التفصيل .

والشئ الذى أود التنويه به أنه إذا توفيت أم الطفل ، يجب أن يوجد البديل لها مباشرة ، ولا يترك الطفل منفردا ، فهذا أمر خطير على صحته النفسية .

### ■ وهل يحزن الطفل على "الميت" كما يحزن الكبار؟

يظن البعض أن الطفل لا يحزن لموت من يعرفه ، لعدم بكائه عليه مثلا .

إن الطفل لا يفهم تماما معنى الموت ، أو حقيقته ، ولكن الشعور به والحزن على الميت ، أمر يحدث لكل الأطفال .

والطفل له طريقته الخاصة فى الحزن ، فهو قد يكبت الشعور بالحزن وينساه ، أو يتناساه حين حدوث حالات مماثلة .. وهنا ينفجر عنده شعور الحزن المكبوت القديم .

### ■ تساؤلات الوالدين عن مخاوف أطفالهم ..

● هل هناك فرق بين الخوف والقلق ؟

القلق هو خوف من شئ غير موجود بالفعل ، وهو حالة ملحة تنغص على الإنسان حياته ، فيضعف شخصيته ، كما أنه يعوق النمو العاطفى عند الأطفال.

فمثلا : إذا احترق بيت بجوارك ، فأنت تخاف من امتداد الحريق إلى دارك فهذا خوف طبيعى ، ومقبول ، ولكن أن يصيبك الرعب والخوف الشديد من الحريق ، رغم أنك أخذت كل وسائل الأمان ، ولا يوجد أى شئ يدعو للخوف ، فهنا أنت قلق .

وتعرض الطفل لمواقف مخيفة كثيرة ، يسبب الإصابة بالقلق عنده وهو مشكلة خطيرة ، تنغص على الطفل حياته .

● كيف نفرق إذا كان خوف طفلى ، طبيعيا أم مرضيا ؟

يمكننا ذلك بمقارنة مخاوف الطفل بمخاوف أغلب الأطفال فى سنه ، وكذلك

بمقارنة درجة الخوف عند الطفل بدرجتها عند أقرانه .

فإذا خاف الطفل من الظلام وهو فى عمر الثالثة فهذا خوف طبيعى ، أما إذا خاف الظلام وهو فى عمر الثانية عشرة فهذا أمر غير طبيعى ، ويعتبر خوفا مرضيا .

وكذلك إذا صاحب هذا الخوف من الظلام فزع شديد ، مع فقد الاتزان فهذا أمر غير طبيعى .

### ■ طفلى لا يخاف .. !!

● ابنى يبلغ من العمر أربع سنوات ، ومشكلته أنه لا يخاف أى شىء .. فلا يخاف النار أو الكلاب أو .. أو .. فما السبب ؟ وما الحل ؟

عادة الطفل فى عامه الأول والثانى لا يخاف الحيوانات وبعض الأشياء ، فهو لا يدرك خطرها ، فقد يظن أن هذه الحيوانات لعبة مثلا فيلعب معها . ومع إتمام السنة الثانية إلى السنة الخامسة ، يخاف الطفل من الحيوانات ، والنار ، و .. لأنه أدرك حقيقة هذه الأشياء .

ولكن مع تقدم عمر الطفل تقل مخاوفه ، ويبدأ يدرك الأشياء التى تسبب له الخطر والإيذاء ، فيخاف منها ، ولا يخاف من الأشياء التى لا تسبب له تهديدا . وبالنسبة لصاحبة السؤال التى تشكو من أن طفلها بلغ أربعة أعوام ، ومع ذلك لا يخاف النار أو الحيوانات ، فى الغالب يرجع ذلك إلى قلة إدراك هذا الطفل ، نتيجة لوجود ضعف فى التفكير والعقل .

### ■ وصايا للأباء .. حتى لا يكونوا سببا فى مشكلة الخوف عند أطفالهم

لما كان الوالدان يمثلان أحد الأسباب الرئيسية فى الخوف لدى الأطفل ؛ ونظرا لكثرة الأخطاء التربوية التى يقع فيها الأباء فى تربية الأبناء وتكون نتيجتها مشاكل نفسية ، وخوفا عند الأطفل .. لذا أتناول هنا عشر وصايا هامة لحماية ووقاية الأطفل من الإصابة بمشكلة الخوف المرضى :

١ - على الوالدين تشجيع أطفالهم ، للإفصاح عن مخاوفهم ، مع عدم كبتها

- فكثير منها مرجعه جهل الأبناء بحقيقتها .. فلو عرفوا أسرارها ما خافوا منها .
- ٢ - من المهم أن ييث الآباء والأمهات الثقة فى نفوس أطفالهم ، مع التقليل من التوبيخ ، والتحذيرات ، والنقد المستمر للأطفال .
- ٣ - يجب تشجيع الأبناء فى الاعتماد على أنفسهم ، مع تنمية روح الممارسة والقيام بالخبرات ، حتى يعتاد الطفل التعامل مع مواقف الحياة المختلفة ولا يخاف منها .
- ٤ - على الآباء العمل على توفير جو أسرى هادئ مطمئن للطفل ، مع بث الأمن والحب والعطف فى نفس الطفل .
- ٥ - يجب على أولياء الأمور عدم إظهار الخوف والهلع والقلق فى بعض المواقف لأن هذه المخاوف تنقل إلى الأطفال (الخوف التقليدى) .
- ٦ - يجب تشجيع الأطفال على التفاعل مع زملائهم ، والاندماج مع أصحابهم فهذا يساعد فى التقليل من مخاوفهم .
- ٧ - على الوالدين ربط كل ما يثير مخاوف الطفل بانفعال السرور ، فإذا كان الطفل يخاف من شخص ما ، فلنجعل هذا الشخص مرتبطا بشيء يفرح ويسعد الطفل (تقديم لعبة ، هدية ، حلوى ..) .
- ٨ - يجب منع الأطفال من مشاهدة الأفلام ، والتمثيلات المرعبة التى تثير مخاوف الطفل .
- ٩ - على أولياء الأمور تشديد الرقابة على ما يقرأه أطفالهم ، مع منع أبنائهم من قراءة القصص المرعبة وخاصة قبل النوم .
- ١٠ - يجب على الآباء والأمهات ، أن يعملوا جاهدين فى معرفة أسباب مخاوف أطفالهم ، والعمل على إزالتها والتخلص منها .

## مشكلة السرقة عند الأطفال .. الأسباب والحل !!



- طفلي يسرق النقود "من وراء" أمه .
- طفلي يسرق الأقلام والكراسات من زملائه .
- طفلي يكرر السرقة من إخوته ..

### ■ متى نحكم على فعل الطفل أنه سرقة ؟

إذا اعتدى الطفل على ممتلكات الغير ، وهو يعلم أنها ليست حقه وليست ممتلكاته الخاصة .. فهنا نطلق على سلوك الطفل بأنه "سرقة" .

### ■ وهل سلوك السرقة عند الأطفال فطري أم مكتسب ؟ وبمعنى آخر هل يولد الأطفال ولديهم دافع وراثي للسرقة ؟

الذي عليه العلم أن السرقة ، وغيرها من المشكلات النفسية غير السوية أغلبها مكتسبة ، وليست بالوراثة .. فالطفل حيثما يرى ويتعلم يكون .  
يقول الرسول صلى الله عليه وسلم : "كل مولود يولد على الفطرة ، فأبواه يهودانه ، أو ينصرانه ، أو يمجسانه" رواه البخارى .

فالطفل إذن يولد نقيًا ، خاليًا من السلوكيات غير السوية ، والأسرة المحيطة بسلوكها وبأفعالها تتحكم في حياة وسلوك الطفل ويؤثروا في تصرفاته .

### ■ لماذا يسرق الطفل ؟

في الحقيقة دوافع الطفل للسرقة عديدة ، وأتناول هنا أهم هذه الدوافع :

#### [ ١ ] سرقة من أجل الغيرة .

عندما يغار الطفل من أصدقائه ، لأن لديهم أشياء لا توجد عنده مثلها ، فقد يلجأ عند ذلك لسرقة أشياءهم ..

ومثل ذلك : حالة الطفلة (دينا) التي تعودت أن تسرق بعض أدوات

زميلاتها وتحطمها أو تمزقها .

والواضح أنها لم تكن لتستفيد من الأشياء المسروقة . وعندما سألتها المدرسة عقب اكتشاف السرقة ، لماذا سرقت يا دينا ؟

قالت : إن زملاءها يكرهونها ، ويغيظونها بالأدوات التي سرقتها ، وأنا لا أستطيع أن أشتري مثلها .

### [٢] سرقة من أجل الثأر والانتقام .

قد يكون دافع السرقة هو الانتقام من شخص معين ، أو مجموعة من الناس . ومثال ذلك :

- طالب فى المرحلة الإعدادية ، ضعيف البنية ، لكنه مشاغب ، يتعرض للإهانة والضرب من الآخرين ، فكان يعتمد إلى سرقة بعض حاجاتهم ، ويرمى بها فى حوش المدرسة . وحينما ووجه بهذا الأمر بكى وقال : لم أسرق ! ولكن أخذت هذه الأشياء انتقاما منهم ، إنهم يضربونى ، ويوجهون لى الإساءة دائما .

### [٣] سرقة للشعور بالنقص والقصور .

عندما يشعر الطفل بأنه أقل من أقرانه ، وزملائه ، فإنه يفكر فى كل الحيل للمساواة بهم . وحين يكون القصور ماديا ، خاصة فى مصروف الطالب فإنه قد يعتمد إلى السرقة لتعويض ذلك القصور .

- غلام فى الخامسة عشرة من عمره ، سرق بعض النقود من جيب والده ، ثم أنفقها على زملائه ، لأنه كان يخرج معهم قبل ذلك ويشترون بنقودهم بعض الأشياء ، ولم يكن يستطيع مسايرتهم .. فسرق من أجل تعويض القصور والنقص .

### [٤] سرقة من أجل تقليد الكبار .

يلجأ بعض الأطفال إلى السرقة تقليدا للكبار ، فقد يسرق النقود من جيب والده ، لأن رأى أخاه الأكبر يفعل ذلك . أو يسرق تقليدا لزملائه وأقرانه .

## [٥] سرقة نتيجة للحرمان .

يسرق بعض الأطفال لإحساسهم بالحرمان من بعض الأشياء ، فقد يسرق الطعام لشعوره أنه جائع ، ولا يمتلك هذا الطعام ، وقد يسرق لعبة لأنه محروم .. وهكذا .

## [٦] سرقة من أجل إشباع رغبة أو هواية .

قد يسرق الطفل من أجل تحقيق رغبة يحبها أو هواية يريد تحقيقها فقد يسرق رغبة في دخول السينما ، أو شراء أشياء تلزمه .

## [٧] سرقة شغلا لوقت الفراغ .

فبعض الأطفال يسرقون لأنهم يعيشون في فراغ ، في جو عائلي مضطرب لا يتصف بالرقابة أو التربية ، وبذلك لا يجد الأطفال ما يشغلون به أوقاتهم بما هو مفيد ، فيندفعون للسرقة .

## ■ ماذا يفعل الوالدان عند اكتشاف مشكلة السرقة في أحد أطفالهما ؟

على الآباء والأمهات دور هام في مواجهة مشكلة السرقة عند أحد أطفالهما وأتناول هنا الطريقة التربوية التي يجب أن يتبعها أولياء الأمور عند مواجهة هذه المشكلة .

١ - لا ينبغي التساهل بأمر هذه المشكلة ، ولا ينبغي أن تمر مرور الكرام ، بدعوى أن ذلك أمر بسيط ، وسوف يكبر الطفل ويتعلم الأمانة بمفرده . بل يجب توجيه الطفل على وجه السرعة ، وإفهامه أن هذا السلوك غير سوى ، ولا يحق له أن يستولى على حقوق الغير .

٢ - لا تضرب ابنك أو تعنفه ، وتنسب له العار ، وتذكره كل يوم بخطيئته الوحيدة .. وتشعره بأنها لا تغفر .. كلا ، علينا أن نواجه المشكلة بحزم في وقتها ، ونسعى لعدم تكرارها دون أن نعاير الطفل بذلك أو إشعاره بفقدان الثقة بنفسه .

٣ - عدم الإنكار أو التبرير لهذا الأمر ، فقد يحدث أن يسرق الطفل شيئا من

عند الجيران ، وبرغم وضوح الأدلة وثبوتها على الطفل ، يعتمد الوالدان إلى إنكار هذه الفعلة وهذا خطأ فادح . بل على الآباء والأمهات أن يقابلوا الأمر بشجاعة ، ويفهموا الطفل بأن هذا السلوك غير سوى ، وعمل يرفضه الجميع ، ولا ينبغي أن يتكرر .

٤ - ينبغي أن نجعل الطفل يشعر أنه لا يجنى من وراء السرقة إلا الخسارة ، فمثلا لو سرق الطفل شيئا من الجيران ، فعليه إعادته مع الاعتذار ، فإن كان هذا الشيء قد فسد ، أو أتلف ، فعليه أن يعرضهم بدلا منه ، وأن يخصم هذا المبلغ من مصروف الطفل تدريجيا (دون بخش شديد للمصروف) . وعلى الجيران أن يقبلوا العوض ، ويأخذوه أمام الطفل ، حتى لا يشعر بأن ما فعله شيئا هينا وبسيطا ، وإقناعه بأن من أتلف شيء فعليه ضمانه !

٥ - يجب عدم الغفلة عن سلوك الطفل مع متابعتة بعد ذلك دون أن يشعر للتأكد من عدم تكرار مثل هذا السلوك السيئ .

٦ - لا بد من التدقيق فى الأسباب والدوافع التى جعلت هذا الطفل يتوجه إلى السرقة ، ويتم معالجتها مع الطفل بهدوء أعصاب فإن حسن الفهم عامل هام لحل هذه المشكلة !

٧ - إعطاء الطفل مصروفا كافيا لتلبية احتياجاته ، وقبل المصروف يعطى جرعات من الحب والحنان والعطف .

٨ - الاهتمام بتربية الطفل التريية الدينية السليمة ، مع ضرب أمثلة له من حياة الصحابة والتابعين التى تبين التزامهم بالأمانة والشرف ..  
ومن الممكن الاستعانة ببعض شرائط الفيديو أو الكاسيت التى تحت على خلق الأمانة .

### ■ أخطاء الوالدين التى تدفع الأطفال للسرقة ..

١ - المشاكل الأسرية ، والخلافات المستمرة بين الأب والأم ، وفقد الطفل

لرعاية ، والحنان والعطف ..

٢ - حرمان الطفل من مصروف كاف ، لشراء احتياجاته ، وما يرغب فيه من حلوى أو لعب .. فمن أهم دوافع السرقة الحرمان .

٣ - ترك الطفل بدون متابعة ، ليصاحب أصدقاء السوء ، الذين يدفعونه إلى السرقة والسلوك السيئ .

٤ - ترك الطفل بدون متابعة ليصاحب أصدقاء مستواهم الاجتماعي والاقتصادي يفوق مستواه .. أو إدخاله مدرسة خاصة مستواها الاجتماعي أرقى من مستوى الأسرة .

٥ - عدم احترام ممتلكات الطفل الشخصية ، وأخذ ممتلكاته الخاصة بدون موافقته .

مثال : الأب الذي أخذ " الفلوس " التي تخص ابنه من الحصالة ، ليشتري بها شيئاً للمنزل .. وهذا خطأ كبير يجعل الطفل يشعر بعدم الاهتمام بحقوقه .

٦ - سرقة أحد أفراد الأسرة الكبار أمام الطفل ، دون أن يعلموا أن عين الطفل نافذة ، وأنه يقلدهم في كل كبيرة وصغيرة .

٧ - عدم تدريب الطفل على التفريق بين خصوصياته ، وخصوصيات غيره ، والتمييز بين ما يحق له ، وما لا يحق له .

٨ - عدم توفير الهوايات والأنشطة المناسبة ، التي يشغل بها الطفل أوقات فراغه .. وبالتالي فهو يشغل وقت فراغه بسلوكيات سيئة مثل السرقة .

## طفلى يرفض الطعام .. ما السبب؟ وما الحل؟



- طفلى منذ أن بلغ العام الثانى من عمره بدأ يرفض الطعام .
- طفلى يرفض كثيرا من أنواع الطعام مثل اللبن واللحوم و ..
- فشلت كل وسائل الإغراء فى جعل طفلى يتناول الطعام .
- طفلى لا يأكل كمية كافية من الطعام ..

نسمع مثل هذه الشكاوى يوميا ، ما يقرب من سماعنا لكلمة "السلام عليكم ورحمة الله" .. كلها تحمل قلقا ، وتمثل حيرة أولياء الأمور من الأبناء والأمهات ، من رفض الأطفل تناول الطعام .

وفى الحقيقة هناك أسباب عديدة وراء رفض العديد من الأطفل تناول الطعام ، ومن أهم هذه الأسباب ، أخطاء الأباء والأمهات فى التعامل مع هذه المشكلة ، بالإضافة لبعض الأسباب العضوية القليلة .

### [١] الفطام والفصال الحاطى .. ورفض الطفل الطعام .

قد يقصد بالفطام إمداد الطفل بأطعمة صلبة بجانب اللبن من ثدى الأم أو عن طريق الزجاجاة .

أما الفصل فيقصد به توقف إعطاء الطفل الثدى ، أو زجاجة اللبن .

وفى الحقيقة أن بعض الأمهات تقوم بهاتين العمليتين بشكل عنيف مفاجئ ، مثل دهان الثدى بمادة مرة .. مما يؤدى إلى معاناة الطفل من اضطرابات انفعالية ، نتيجة لسحب لذة الحب والحنان والارتباط العاطفى بأمه ، والمثلة فى تناوله الثدى ، ونتيجة أيضا للانتقال من الثدى إلى عادات غذائية جديدة بشكل مفاجئ .. وتكون النتيجة هى كره الطفل لتناول الطعام .

### [٢] إظهار القلق الشديد .. سبب من أسباب رفض الطفل للطعام .

يؤكد علماء النفس أن المبالغة فى إظهار القلق على تغذية الأطفل ، تسبب

اضطرابا في سلوك ، ونفسية الطفل ، في فترة الطفولة ، وما بعدها .  
والآباء الذين يبالغون بالقلق إذا ضعفت شهية أطفالهم ، فيدفعونهم قسرا  
عنهم للأكل ، غالبا ما يكون رد فعل الأطفل هو السخط ورفض تناول  
الطعام .

وهناك بعض الأطفل يدفعهم قلق الوالدين إلى رفض الطعام كوسيلة  
لاستدرار عطف الأب أو الأم ، ولجعل نفسه مركز اهتمام المحيطين .

### [٣] الشدة والعقاب .. وآثار سيئة في تغذية الأطفل .

استخدام العنف أو العقاب كوسيلة لإجبار الطفل على تناول الطعام يعتبر  
نمطا سلوكيا غير سليم ، وعادة ما يأتي بنتائج عكسية .

فالعنف يجعل وقت تناول الأكل مرتبطا في ذهن الطفل بانفعالات الخوف  
والغضب ويربى عنده عاطفة الكراهية للطعام ولوقت تناوله .

كما أن العقاب على الطعام ونمو انفعالات الخوف عند الطفل لها أثر سئ  
على عملية الهضم وشهية الطفل .

### [٤] الحرمان العاطفي .. وراء الامتناع عن الطعام

هناك بعض الأطفل عندما يشعرون بجوع عاطفي أو بأن أهمهم تميز أحاسيسهم  
عنهم ، أو عندما يشعرون بتزعزع مكانتهم في الأسرة .. هنا يلجأون لا شعوريا  
إلى رفض الطعام ، ليكسبوا اهتمام والديهم ، ويستجدوا عطفهم .

والأطفل الذين يشعرون بالظلم أو الاضطهاد يلجأون أحيانا إلى الامتناع  
عن الأكل كوسيلة لعقاب الأم .

### [٥] إجبار الطفل على تناول طعام معين .. وآثاره العكسية .

قد يلح الوالدان على إمداد الطفل بنوع معين من الطعام : لبن أو لحم  
مثلا ، وتكون نتيجة هذا الإلحاح زيادة كراهية الطفل لهذا الطعام ، بل يترسب  
عنده مشكلة سلوكية غذائية ، كأن يلجأ إلى القىء المستمر كلما تناول هذا  
الطعام المغصوب عليه .

## [٦] إرغام الطفل على تناول كمية معينة من الطعام .

يصر بعض الآباء على أن يتناول أطفالهم كمية معينة من الطعام فى الوجبة وقد يصل الحال بهم إلى استخدام القسوة والضرب ليستكمل الطفل كمية الطعام المقررة له .. مما يقدر يسبب "ترجيع الأطفال" الطعام أحيانا . وهذا الإصرار ، وتلك القسوة يجعل الطفل يزدري الطعام ، ويكره موعد تناوله ، ويصبح الطعام بالنسبة له مشكلة ، ويصل الأمر بالطفل فى آخر الأمر إلى الرفض البات للطعام .

## [٧] تقديم الطعام غير المألوف .. وتجاهل رأى الطفل .

تقدم بعض الأمهات للطفل الطعام الذى يوافق مزاجها هى ولا تضع فى اعتبارها أن للطفل رأيا وحقا فى اختيار الطعام الذى يحبه ويرضاه . والطفل عندما يبلغ عامه الثانى يصبح له شخصية ذاتية ، وأصبح له رأى يقبل به أو يرفض أنواعا معينة من الطعام . وإذا أصرت الأم على فرض مزاجها على الطفل ، سوف تكون النتيجة رفض الطعام .

## [٨] الرشوة والإغراءات .. سلوك خاطئ من الوالدين .

بعض الآباء والأمهات يعدون أطفالهم ببعض الإغراءات والهدايا إذا تناولوا الطعام ، وهذا سلوك خطأ ، فقد ربط الوالدان أكل الطفل بالرشوة والإغراءات .. وبذلك يتربى عند الطفل عادة الأكل بالهدايا والإغراءات ، فإذا توقف الوالدان عن هذه الإغراءات رفض الطفل الطعام أكثر وأكثر .

## [٩] إرغام الطفل على ترك اللعب .. لتناول الطعام .

عند انشغال الطفل ، وانفعاله باللعب ، لا يصح إرغامه على ترك اللعب الذى يحبه ، وذلك للحضور لتناول الطعام . فهذا قد يدفع الطفل إلى كره الطعام ، وكره موعد تناوله ، لأنه حرمه مما يجب . ويرى علماء النفس وأطباء التغذية أن إحضار الطفل قسرا أو وهو فى حالة

انفعل شديد نتيجة اللعب ، قد يصيب الطفل بفقد الشهية لتناول الطعام .

#### [ ١٠ ] الشجار والمنازعات .. وقت تناول الطعام .

يحلو لبعض الآباء والأمهات الشجار والمناقشات الحادة ، أثناء تناول الطعام مما يجعل تناول الطعام يرتبط في ذهن الطفل بخبرات ومواقف مؤلمة ، فيجعل الطفل يعرض عن تناول الطعام لأنه يذكره بمواقف المنازعات والمشاجرات .

#### [ ١١ ] وضع الدواء في الطعام .

قد يلجأ الوالدان خطأ إلى وضع العلاج من دواء وغيره في طعام الطفل مما يسبب كره الطفل للطعام ، لأنه مرتبط في ذهنه بالدواء الذي يكرهه .

#### [ ١٢ ] عرض الطعام بطريقة غير جيدة .

قد لا تجتهد الأم في إجادة عرض الطعام بطريقة جذابة أمام الطفل ، ليتم وضعه بطريقة تقليدية منفرة ، لا تجذب انتباه الطفل وتكون النتيجة رفض الطفل الانجذاب للطعام .

#### [ ١٣ ] عدم تنظيم مواعيد تناول الطعام .

من الأمور الهامة التي تؤثر على شهية الأطفل سلبا ، عدم تنظيم موعد تناولهم للطعام .

#### [ ١٤ ] تقديم الحلوى والشيكولاتة قبل الطعام .

رغم أن الحلويات عامة والشيكولاتة خاصة ، من مصادر الطاقة الجيدة للأطفال ، ولكن لها تأثيرا سلبيا على شهية الطفل للطعام .. هذا بالإضافة إلى تأثير الحلوى على عملية تسوس الأسنان ، وإصابة الأطفل بالسمنة .

#### [ ١٥ ] مناقشة مشكلة رفض الطفل للطعام أمامه .

من الخطأ أن تناقش الأم أو الأب مع الأصدقاء والأقارب مشكلة رفض طفلهم الطعام ، والطفل موجود أمامهم .. فهذا يدفع الطفل إلى الزيادة في رفض الطعام ، حتى يستمر في بؤرة اهتمام وحديث الوالدين والمحيطين به .

هذه أهم الأخطاء التي يقع فيها الوالدان أثناء تغذية أطفالهما وتكون

نتيجتها .. رفض الطفل الطعام .

ولكن هناك أسبابا أخرى تؤثر على شهية الطفل ، وتجعله يرفض الطعام ..  
وأهم هذه الأسباب هي :

### [ ١ ] الإصابة ببعض الطفيليات .

هناك قائمة طويلة من الطفيليات وخاصة من الديدان ، إذا أصابت الطفل  
أثرت على شهيته لتناول الطعام ، قد تصيبه بالأنيميا وفقر الدم . وأهم هذه  
الديدان :

- الفاشيولا (الدودة الكبدية) .

- الأسكارس .

- الأنكلستوما .

- الأكسيورس .

- الدودة الشريطية .

- بالإضافة إلى الأتامبيا والجارديا .

### [ ٢ ] بعض أمراض الحميات الشديدة .

عادة ما تكون أمراض الحميات ، مصحوبة بفقدان الشهية لتناول الطعام ..  
وأهم هذه الأمراض هي :

- الالتهاب الكبدي الفيروسي .

- الحمى التيفودية والباراتيفودية .

- نزلات البرد والأنفلونزا .

- التهابات الحلق واللوزتين .

- الالتهاب الرئوي .

- الحصبة .

- الحمى الروماتزمية .

### [ ٣ ] التسنين .. وتأثيره على شهية الطفل .

عادة ما يصاحب عملية التسنين بعض الالتهابات في اللثة ، مما يسبب ألما

للطفل عند مضغ الطعام ، فتكون النتيجة رفض الطفل للطعام .

وفى نسبة كبيرة من الأطفال يصاحب التسنين تغير فى المزاج وعصبية ، و "قريفة" وشهية ضعيفة للطعام .

[٤] أمراض الأسنان والفم .

وجود قرح بالفم واللثة ، من أكثر المشاكل التى تسبب آلاما مع تناول الطعام عند الأطفال ، مما يجعلهم يرفضون الطعام تماما .

كما أن تسوس الأسنان والتهابات اللثة من الأمراض التى تؤثر على شهية الأطفال بالسلب .

[٥] النزلات المعوية .. والإسهال .

حالات الإصابة بالنزلات المعوية ، وما يصاحبها من قيء وإسهال وحرارة فى الغالب تكون مصحوبة بفقدان الشهية للطعام ، وفى هذه الحالات تعود الشهية بعد توقف النزلات المعوية .

[٦] الطقس ..

تقل شهية الطفل فى فصل الصيف عنها فى فصل الشتاء ، وذلك لارتفاع درجة الحرارة وتأثيرها على مركز الشبع والجوع .

بل وجد أن شهية الطفل تختلف خلال فترة اليوم ، فتزداد فى الصباح والمساء ، وتقل فى الظهر ، وذلك حسب درجة الحرارة .

[٧] الوراثة ..

الآباء والأمهات أصحاب الشهية الضعيفة لتناول الطعام ، يورثون هذه الشهية لأطفالهم .

وعادة ما نجد أن الأطفال يرفضون أنواعا من الطعام اعتادا الوالدان أو أحدهما على رفضها .

[٨] تغير المكان أو السكن .

لوحظ أنه عندما يغير الطفل مكان معيشته ، أو عندما يسافر إلى مكان

غريب فإن شهيته لتناول الطعام تتأثر كثيرا ، حتى يعتاد هذا المكان .

### ■ وما الحل .. لكى يتناول الطفل الطعام بدون مشاكل ؟

هناك العديد من الوسائل يمكن للوالدين اتباعها حتى يعود طفلهما إلى مائدة الطعام آكلا شاربا بدون مشاكل .. وأهم هذه الوسائل هى :

[١] فطام وفصال ناجح .. حتى لا يرفض الطفل الطعام .

يجب أن تتم هاتان العمليتان تدريجيا ، وبتفهم ولطف ، فإذا رفض الطفل ترك الثدي بشدة ، فعلى الأم التوقف قليلا عن عملية الفصل ، على أن تعاود المحاولة مرة ثانية فى وقت لاحق<sup>(١)</sup> .

[٢] استشارة الأطفال فيما يقدم لهم من طعام .

لا يجب علينا أن نغفل استشارة أطفالنا عن أنواع الطعام التى يفضلونها ، لكى تطبخ وتقدم لهم . فالطفل منذ بداية العام الثانى أصبح له شخصية مستقلة ، وأصبح له رأى .. فيسأل الطفل : ما رأيك ، هل نطبخ كوسة أم بسلة ، وهل نعد لحما أم سمكا .. وهكذا .

فإشراك الطفل فى قرار اختيار الطعام الذى يعد ويطبخ له ، يجعله يقدم على تناول الطعام دون مقاومة أو اعتراض ، ولم لا ؟ وهو الذى شارك وساهم فى اختيار الطعام .

ومن المفيد أيضا أن يشارك الطفل فى إعداد وجبة الطعام ، وتقديرها على المائدة . فليساعد فى غسل الكوسة ، ويحضر البصل ويفرغ اللحم من الكيس .. ويضع الملاعق والشوك على المائدة .

وعلى المائدة ينبغى للأم أن تطلب من طفلها الإشارة بإصبعه لما يجب أن يتناوله من الطعام الموجود على المائدة .. وتتركه بقدر الإمكان فى أن يساعد نفسه .

---

(١) يرجع فى هذا الموضوع إلى كتاب "لكل داء غذاء" و "لماذا يرفض طفلك الطعام؟" للدكتور/ حسن فكرى منصور .

وكذلك يترك للطفل الحرية في الاكتفاء من الطعام أو تناول المزيد ولا داعى أبداً لإرغامه على تناول المزيد من الطعام .

**[ ٣ ] لا داعى لإظهار القلق والخوف .. لرفض طفلك الطعام .**

ويقدم لنا علماء النفس عدة نصائح فى هذا الموضوع فيقولون :

- لا داعى للقلق أو الخوف من أن طفلك لا يأكل .. فطالما أن وزنه طبيعى ،

وينمو بمعدل جيد ، ولا يعانى سوء التغذية ، فليس هناك أدنى داعٍ للقلق .

- لا تشتكى لأصدقائك وأقاربك أمام طفلك بأن شهيتته ضعيفة وأنه يرفض

الطعام .. فهذا يجعله مركز اهتمام الوالدين والمحيطين مما يجعل الطفل

يتلذذ لا شعورياً بذلك ، ويتمادى فى رفض الطعام .

- اتركى الطعام قريبا من متناول يدي طفلك ، فشهية الطفل تختلف من

وقت لآخر ، فعندما يجوع ، سوف يتجه تلقائياً إلى مكان تناول الطعام

ليحصل عليه .. ولا تلقى له بالأ .

- تجنبى المبالغة فى الإلحاح ، و"المحايلة" على الطفل لكى يتناول الطعام ،

فهذا يزيد عناداً ، ورفضاً للطعام ، ويحول عملية التغذية إلى وسيلة

يتحكم بها لا شعورياً فى والديه والمحيطين به .

- رفض الطفل للطعام هى مشكلة تخلقها الأم القلقة ، وينمىها الطفل

الذى يجد فى قلق أمه وسيلة ناجحة لإشباع رغبته فى إبراز شخصيته ،

وذاتيته للمحيطين به . والعلاج هو الصبر ، وهدوء الأعصاب ، مع

التفهم الكامل للجذور النفسية لهذه المشكلة .

- لو تُركت الحرية للطفل ليأكل ، فسوف يتناول ما يحتاجه جسمه ، ولن

يموت جوعاً ، ولن تنطبق السماء على الأرض ولن تتوقف الشمس عن

الشروق إذا لم يأكل طفلك !

**[ ٤ ] الحذر من تمييز طفل عن طفل .**

عندما يشعر الطفل أن أمه أو أباه يفضل أو يميز أخاه أو أخته عنه فإن شعور

الطفل نحو مكانته عند أمه سوف يتزعزع ، ويصبح قلقا على مركزه ، فيلجأ لا شعوريا إلى رفض الطعام ، لتستجديه أمه بالإغراء لكى يأكل ، ومن ثم يكسب اهتمام وتقدير الأم .. أى أنه استخدم أسلوبا مرضيا ، لشعوره بالحرمان من عطف وتقدير أمه كبقية إخوته .

وبالإضافة لرفض الطعام ، قد يصاب هذا الطفل ببعض المشاكل النفسية الأخرى مثل العدوانية .

#### [٥] الاجتهاد فى إعداد مائدة الطفل .

تجهل كثير من الأمهات الطريقة الجيدة فى إعداد وعرض الطعام على المائدة لكى يجذب انتباه الطفل .

فمن المهم أن يعرض الطعام بشكل شائق جذاب ، يلفت نظر الطفل ويشعره بالمتعة والفرح عند تناول الطعام .

ويجب أن يكون للطفل أدوات مائدة خاصة ، على أن تكون تلك الأدوات ذات ألوان زاهية جذابة ، وتحمل "شقاوة الأطفل" .

ومن المهم أيضا إضافة أنواع متعددة من ألوان الطعام (طماطم حمراء ، جزر أصفر ، خيار أخضر) ..

#### [٦] إضفاء المرح والسعادة على طعام الطفل !!

يجب أن نجتهد فى جعل أوقات تناول الطعام عند الطفل ، أوقاتا سعيدة مرحة ، ونجعل وقت الأكل يرتبط فى ذهنه دائما بالسعادة والحب .

ومن المهم أن يتناول الطفل الطعام فى جو هادئ يمتلئ بالأمن والطمأنينة ، وبعيدا عن الخلافات العائلية والمشاجرة على الطعام .

ولا يصح أن نرغم الطفل على تناول الطعام ، وهو فى حالة غضب أو ضيق .

فبأيدينا أن نجعل الطفل ينتظر موعد تناول الطعام بشغف وحب ، كما أنه بأيدينا أن نكون سببا فى إغراض الطفل عن الطعام .

## [٧] لا للحلويات والشيكولاتة قبل الطعام .

يجب أن يكون للوالدين موقف إيجابي في منع الأطفل من تناول الحلوى ، و"الطوفى" ، والشيكولاتة ، .. قبل تناول الطعام الرئيسى ، فهذه الحلوى بأنواعها المختلفة تضعف من شهية الأطفل وتجعلهم يعرضون عن تناول الوجبات الرئيسة .

وإذا كان الأطفل يهوى هذه الحلوى فلا مانع من تقديمها بعد الوجبات الرئيسة مع الاهتمام باختيار أنواع جيدة منها ، والعناية بتنظيف أسنان الأطفل بعد تناولها .

## [٨] علاج الديدان .. والأمراض الأخرى .

يجب التفتيش عن الأسباب العضوية التى قد تكون سببا فى رفض الأطفل للطعام ، وخاصة الديدان وأمراض اللثة والأسنان ، مع تقديم العلاج المناسب لها .

## ■ تساؤلات .. حول مشكلة رفض الأطفال الطعام .

● ما السر وراء رفض طفلى الطعام عندما بلغ عمره الستين ، فى حين أنه كان يتناول الطعام بشكل جيد فى عامه الأول ؟  
فى الحقيقة أن هناك ثلاثة أسباب رئيسة وراء قلة تناول طفلك للطعام مع عامه الثانى مقارنة بعامه الأول .

السبب الأول : أن معدل نمو الأطفل فى العام الثانى أقل من معدل نموه فى العام الأول ، وبالتالى فإن احتياجاته للطعام فى العام الأول تكون أكبر من احتياجاته فى العام الثانى .

السبب الثانى : عند بداية العام الثانى من عمر الأطفل ، يصبح له شخصية مستقلة ذاتية ، وفى هذه السن يزداد العناد عنده ، وتكثر منه كلمة "لا" لكل شىء بما فيها الطعام .

وهو غالبا ما يرفض أن تقدم له أمه الطعام بأيديها .. بل يريد أن يأكل هو

بيده ، وقد لا تساعده قدراته لذلك .

السبب الثالث : فى هذه الفترة من عمره ، تبدأ ظهور الأنياب والضروس مما يجعل اللثة حساسة ومؤلمة ، عند تناول الطعام ، وبذلك يتحاشى الطفل الأكل حتى لا يشعر بألم أسنانه .

● طفلى يرفض تناول بعض الأطعمة .. اللبن .. الخضراوات .. اللحم ..  
فما السبيل لكى يتناولها ؟

هنا يجب أن تجتهد الأم فى تغيير شكل وطعم الطعام الذى يرفضه الطفل ، فإذا كان يرفض الخضراوات بالملح فليضيف إليها العسل ، وإذا كان يرفض شرب اللبن ، فليقدم له على هيئة زبادى أو كريمة ، وإذا كان يرفض اللحم فليقدم له الدجاج أو السمك .

وعلى الأم أن تعاود المحاولة فى تقديم الطعام المرفوض بعد أسبوع أو اثنين .

● هل من الممكن استخدام فواتح الشهية مع طفلى الذى يرفض الطعام ؟

بعد أن تعالج وتتخلص من الأسباب السابقة ، وتؤكد من أن طفلك لا يعانى من ديدان أو أى مشكلة عضوية أخرى .. إذا وجدت طفلك مازال يعانى فقد الشهية ، ورفض الطعام .. يمكننا اللجوء إلى فواتح الشهية من الأدوية المختلفة الموجودة بالصيدليات مثل : الموسيجور ، وملتى سنستول ، ...  
على أن يكون ذلك تحت إشراف طبي .

## كيف تجعلين طفلك يتخلص من مشكلة التبول اللاإرادي؟



• طفلى بلغ من العمر ٧ سنوات .. ومازال يببل فراشه !  
• رغم أنى تجاوزت ١٩ سنة ، ولكنى مازلت أتبول لا إراديا فى الليل !

التبول اللاإرادي من المشاكل التى تنتشر بين نسبة كبيرة من الأطفال ، بل قد تمتد المشكلة لتصيب نسبة من الفتيان والفتيات فى سن المراهقة .  
ويعتبر التبول اللاإرادي عرضا من أعراض سوء التكيف مع البيئة المحيطة ويكون عادة مصحوبا ببعض المشاكل النفسية الأخرى ، مثل الخوف ، الخجل ، الكذب ، ...

### ■ ما العمر الذى عنده يتمكن الطفل من التحكم فى عملية التبول ؟

يستطيع الطفل العادى أن يتحكم فى عملية التبول أثناء النوم فى أواخر العام الثانى ، وأوائل العام الثالث .  
وقليل من الأطفال من يستطيعون التحكم قبل هذا السن . نعم هناك أطفال لا يتبولون ليلا لا إراديا بعد السنة الأولى ، لكن لا يقاس عليهم وليسوا هم القاعدة .  
وقد تستمر هذه المشكلة لدى بعض البنين حتى سن الخامسة ، وأحيانا حتى سن العاشرة ، ونادرا حتى عمر العشرين .  
وإذا حدث التبول اللاإرادي فى سن الخامسة مرات معدودة قلائل ، هنا لا يعتبر مشكلة ، طالما أنه ليس عادة ، ولم يتكرر حدوثه .. ولا يجب عندئذ الالتفات إليه ، ويجب أن يمر مر الكرام ، حتى لا يؤثر فى نفسية الطفل ، ويفقده الثقة فى نفسه ، وتزداد المشكلة .  
أما إذا استمر وتكرر التبول اللاإرادي حتى عمر الخامسة ، فهنا يجب عرض الطفل على الطبيب المختص مع عدم إهماله .. للتفتيش عن السبب ، وإيجاد العلاج المناسب .

## ■ أسباب التبول اللاإرادي ..

هذه الأسباب إما أن تكون عضوية ، أو نفسية ، وتعتبر الأسباب النفسية هي المتهم الأول والمهم فى حدوث هذه المشكلة .

ويذكر الدكتور " هولت " : أن التبول اللاإرادي فى أكثر الحالات ما هو إلا عادة متصلة على الأغلب بعادة أخرى تدل على أن بجهاز الطفل العصبى عدم استقرار وحساسية بالغة .

## ■ ما أهم الأسباب النفسية وراء مشكلة التبول اللاإرادي عند الأطفال ؟

[١] حرمان العاطفى ، وفقد عطف وحنان الوالدين .

[٢] استخدام العنف والشدة والقسوة فى عقاب الطفل ، وخاصة لمنعه عن تلك العادة ، التبول اللاإرادي .

[٣] توبيخ الطفل أمام الغرباء ، مما يشعره بالهانة ، وفقد الثقة فى النفس ، فيندفع إلى التبول اللاإرادي .

[٤] شعور الطفل بالخوف ، وعدم الأمان ، كما يحدث عقب وفاة أحد الوالدين أو كليهما .

[٥] معاناة الطفل من القلق النفسى ، والاضطرابات الانفعالية .

[٦] الدلع الزائد ، واعتمادية الطفل على والديه فى كل شىء ، مما يجعله يشعر دائما بالطفولة .

[٧] الشعور بأن الأم أو الأب يفضل أحد إخوته عنه ، والغيرة من المولود الجديد ، وبهذا يشعر الطفل أن مركزه فى البيت مهدد ، فيبدأ فى التبول كوسيلة لردّه إلى مرحلة الطفولة التى كان يتبول فيها لا إراديا .

## ■ وما أهم الأسباب العضوية التى تسبب التبول اللاإرادي ؟

أؤكد أن أسباب التبول اللاإرادي غالبا نفسية ، ويتضافر معها فى بعض الأحيان بعض المشاكل العضوية عند الطفل مثل :  
- ضعف جدار المثانة .

- عيوب خلقية فى الجهاز البولى .
  - ضيق فى مجرى ومخارج البول .
  - التهاب بالمسالك البولية ، وخاصة المثانة .
  - عيوب بالعمود الفقرى للطفل .
  - وفى بعض الحالات المرضية الأخرى مثل :
    - سوء التغذية والأنيميا .
    - الإصابة بالديدان مثل البلهارسيا والانكلستوما .
    - سوء الهضم والامتصاص .
- ففى هذه الحالات تكون مصحوبة أحيانا بالتبول اللاإرادى عند الطفل .

### ■ الحل فى حالات التبول اللاإرادى :

- ١ - من الضرورى بث الثقة فى نفس الطفل ، وإشعاره أن له مركزا ممتازا بين أفراد أسرته .
- ٢ - لابد من إشباع حاجات الطفل النفسية ، وإشعاره أنه محبوب من جميع أفراد أسرته ، ومن أصدقائه ، ومعلميه ..
- ٣ - عدم تعنيف الطفل ، أو عقابه ، أو معايرته ، أنه يتبول لا إراديا . كما لا ينبغى إشعاره أنه مسكين ، ومريض ، وناقص .
- ٤ - تجنب توبيخ الطفل أمام الغرباء حتى لا يفقد الثقة فى نفسه .
- ٥ - مساعدة الطفل على التكيف والتفاعل الإيجابى مع أصدقائه ومدرسيه مع حل مشاكله التى تواجهه فى المدرسة أول بأول .

### ■ عوامل تساعد فى تقليل التبول اللاإرادى أثناء النوم .

- ١ - توقف إعطاء السوائل قبل نوم الطفل بساعتين على الأقل .
- ٢ - تجنب تناول الأطعمة الغنية بالماء قبل النوم مثل : (اللبن - الفواكه) .
- ٣ - عدم تناول " الحوادث " والمخللات ، والأطعمة الحريفة فى وجبة العشاء حتى لا تدفع الطفل إلى شرب كمية كبيرة من الماء .

٤ - ويساعد فى تحكم الطفل فى عملية التبول إعطاؤه ملعقتين من عسل النحل قبل النوم .

٥ - ارتداء الطفل ملابس واسعة يستطيع خلعها بسهولة حين الحاجة للتبول .

٦ - من الممكن تناول بعض الأدوية التى لا تدر البول .

### ■ نصائح هامة حول نوم الأطفال للتقليل من التبول اللاإرادى .

[١] يجب ذهاب الطفل قبل النوم مباشرة إلى دورة المياه .

[٢] يفضل أن ينام الطفل نهارا ساعة على الأقل ، حتى لا ينام ليلا بعمق ، ولا يستطيع التيقظ للتبول ليلا .

[٣] إيقاظ الطفل ليلا كل ساعتين أو ثلاثة للتبول فى دورة المياه .

[٤] توفير دورة مياه مضاءة إضاءة خفيفة ، قريبة من سرير الطفل والطريق إليها مضاء .

### ■ يخطئ الآباء .. ويبول الأطفال !!

عدد من الأخطاء يقع فيها الآباء فى تربية وتوجيه الأبناء تكون نتيجتها بعض الاضطرابات النفسية ،والتي تكون من أعراضها التبول اللاإرادى .

وأهم هذه الأخطاء هى :

• التوبيخ المستمر .. والقسوة فى العقاب ، والتأنيب أمام الغرباء ، كلها عوامل تؤثر على نفسية الطفل ، وتفقد الثقة بنفسه ، فيبدأ الطفل فى التبول اللاإرادى كظاهرة من ظواهر عدم الثقة بالنفس .

• التفكك الأسرى .. والتجويح العاطفى .. وعدم إشباع رغبات الطفل النفسية .. عوامل تسبب الاضطرابات النفسية عند الطفل ، ويكون التبول اللاإرادى عرضا من أعراضها .

• التفرقة بين الإخوة ، والتمييز بين طفل وآخر ، أو جنوح العطف والحنان والرعاية إلى الطفل الجديد .. فهذا يجعل الطفل يشعر بأن مركزه فى البيت

مههد ، فيلجأ الطفل إلى التبول اللاإرادي كوسيلة إلى العودة إلى مرحلة الطفولة الأولى التي كان فيها محط أنظار وحنان وعطف الآخرين .

• معايرة الطفل ، أو عقابه بشدة على تبوله لا إراديا ، أو إشعار الطفل أنه مريض ، مسكين ، شاذ .. كل هذا يعقد من المشكلة لدى الطفل ، ويصعب عليه عملية التغلب على التبول اللاإرادي .

• عدم الرعاية الكافية لتغذية الطفل ، وإمداده بمزيد من الأطعمة الحريفة و"الحواديق" خلال فترة النهار ، مما يعرضه إلى تناول كميات كبيرة من الماء ، وخاصة قبل النوم .

• عدم الاهتمام بالطريقة المثلى الواجب اتباعها فى نوم الأطفال ، من حيث الموعد والمكان ، والظروف المحيطة .

### ■ أخطاء الآباء بالنسبة لنوم الأطفال .

مما لاشك فيه أن طريقة النوم المثلى عامل هام للغاية فى الصحة النفسية للفرد ، وتزداد هذه الأهمية لدى الأطفال .

وهناك بعض الأخطاء يقع فيها الآباء ، دون أن يشعروا بالنسبة لنوم الأطفال وتكون نتيجتها اضطرابات فى الصحة النفسية للأطفال ، وبعض مشاكل فى النوم مثل التبول اللاإرادي والكلام والمشى أثناء النوم ، والكوابيس ...

وأهم الأخطاء التى يقع فيها الآباء بالنسبة لنوم الأطفال هى :

• أرجحة الطفل ، أو الغناء له قبل نومه ، أو تقديم الثدي له أو زجاجة الرضاعة لكى ينام ، أو رواية قصة أو حكاية له قبل النوم ، أو ..

إن كثيرا من الأمهات يغرسن هذه العادات فى الطفل منذ ولادته ، ومن ثم تجعله اعتماديا على الغير فى عملية النوم ، ولا يمكن أن ينام بدون أن يقدم له هذه الوسائل . ولكن يجب أن يعود الطفل منذ صغره أن ينام بدون مساعدة ، ويكون معتمدا على نفسه .

• عدم الاهتمام بمكان نوم الطفل ، كأن يكون شديد الظلام ، أو شديد

الحرارة، وفي اتجاه تيارات الهواء .. أو أن يكون الفراش ناشفا غير مريح ، أو أن يكون المكان كثير الضوضاء .. كل هذه الظروف تجعل نوم الطفل مضطربا ، وغير مفيد للطفل .

ولذا على الآباء تجنب هذه الظروف السيئة المحيطة بنوم الطفل .

• إلزام الطفل إلزاما صارما بموعد محدد للنوم ، ولا يسمح له بتجاوز هذا الموعد ، بل قد يلجأ بعض الآباء إلى عقاب الطفل لكي ينام .

ويرى علماء النفس أن هذا خطأ ، ويسرون أن المرونة بالنسبة لموعد نوم الأطفال أمر هام جدا ، فلا بأس أن يتجاوز الطفل الموعد المحدد للنوم بساعة أقل أو أزيد ، لكي يشارك في نشاط يهمله مع الأسرة ، أو يجلس مع ضيف يحبه . ولذا لا داعى لإرغام الطفل على النوم ، لأن هذا الإرغام يجعل الطفل ينام وهو يعانى الشعور بالظلم والحرمان والقسوة . بل قد يدفعه الإرغام إلى العناد والمكوث فى السرير دون نوم .

• ترك الأطفال للسهر لفترات طويلة ، دون توجيه ، أو تفاهم معهم ، فهذا خطأ ، ويؤثر على نموهم ، وصحتهم الجسمية .

وإذا كنا نقول لا داعى لإرغام الطفل على النوم فى ساعة محددة ، فإننا نقول هنا يجب ألا يترك للطفل الحرية بدون قيود لكي ينام متأخرا دون حساب ، بل يجب بالتفاهم معه ، تحديد الساعات التى يتجاوزها فى السهر .

• السماح للأطفال بقراءة القصص الخرافية ، والمرعبة ، أو مشاهدة أفلام الرعب قبل النوم أو بث الرعب والخوف فى الطفل قبل النوم ، مثل الأقوال المشهورة للأمهات والآباء للأبناء : " نام أحسن أبو رجل مسلوخة يحظفك " ، " نام أحسن العسكري يقبض عليك " " الغولة هتكلك لو منمتش " ..

كل هذه الأخطاء تغرس الخوف والقلق فى نفس الأطفال ، وتصيبهم بالمشاكل النفسية ، ومشاكل النوم من كوابيس ، وتبول لا إرادى ومشى أثناء النوم ..

• نزع الطفل من اللعب المنهمك والمنفعل فيه لكي ينام ، فهذا الانتزاع

القسرى يجعله فى حالة غضب وتوتر وهياج ، وهى حالة يجب ألا تسبق النوم .  
ولكن .. من الأفضل أن ينذر وينبه الطفل ، بترك اللعب بعد مهلة محددة ،  
بعد ربع أو نصف ساعة مثلا ، لكى يستعد للنوم .

• إيقاظ الأطفال ليلا عند حضور الأب من العمل ، لكى يلاعب الأب  
الابن ، أو ليقدم له هدية اشتراها له ..  
فيؤكد علماء النفس أن إيقاظ الطفل بعد نومه يضر بالصحة النفسية  
والصحية للطفل .

ولا يلجأ لهذا إلا فى حالات التبول اللاإرادى ، حيث يسمح للآباء بإيقاظ  
الأبناء للتبول فى دورة المياه ، حتى يعتادوا التبول الإرادى ، ويتخلصوا من  
مشكلة التبول اللاإرادى .

• الاعتماد أحيانا على الخدم فى تنظيم أوقات نوم الأطفال ، دون متابعة  
جادة من الآباء والأمهات .. فقد يدفع هؤلاء الخدم الأطفال إلى النوم بشتى  
الوسائل غير السليمة ، لكى ينام الأطفال ويستريحوا منهم ..  
فهؤلاء الخدم لا يكفلون للطفل ما تكفله الأم له من محبة ورعاية وحرص  
على راحته .

- طفلى يتكلم وهو نائم ..
- طفلى كثير التقلب والتللمل أثناء النوم ..
- طفلى يضغط بشدة على شفتيه وأسنانه أثناء النوم ..
- طفلى يمشى وهو نائم ..

..... فما السبب وما الحل ؟

هذه الأعراض تدل على أن الطفل يعانى من بعض الاضطرابات النفسية  
فى حياته ، كالتى سبق وأن تكلمنا عنها فى أخطاء الآباء .

وتدل هذه الأعراض أيضا على أن الطفل مرهق ، ولم ينل القسط الكافى  
من الراحة والنوم .

وقد يعانى الطفل من الإمساك أو الديدان أو التخمة من كثرة تناول الطعام

قبل النوم ، مما يؤدي إلى هذه المشاكل أثناء نومه .  
وقد يرجع السبب إلى عدم ملاءمة الظروف المحيطة بنوم الطفل ، كوجود  
ضوضاء ، أو سوء تهوية ، أو حرارة ورطوبة شديدة ، أو ظلام دامس ...  
ولعلاج هذه الحالات لابد من التفتيش وراء السبب والعمل جاهدين على  
إزالته ، فيعود إلى الطفل النوم الهادئ الطبيعي بدون مشاكل .

### ■ ما عدد ساعات النوم التي يحتاجها الطفل يوميا ؟

هناك عدة عوامل تتحكم في مسألة نوم الطفل ، مثل العمر ، والظروف  
المحيطة ، وليس هناك رأى قاطع يحدد بالضبط كم ساعة يجب أن ينام الطفل ..  
ولكن تحدد بعض المراجع العلمية عدد ساعات النوم التي يحتاجها الطفل يوميا  
على النحو التالي :

- في الأسابيع الأولى يحتاج الطفل حوالي ٢٢ ساعة تقريبا للنوم . فهو ينام  
معظم اليوم ، ولا يصحو إلا لسبب مثل الجوع أو الإحساس بالمغص ، ...
  - ويقل نوم الطفل تدريجيا حتى يصل إلى سن البلوغ ، ويحتاج عندها إلى  
فترات نوم تتراوح بين ٧ : ٩ ساعات يوميا .
- والجدول الآتي يوضح عدد ساعات نوم الطفل من عمر سنتين حتى عمر  
السادسة .

متوسط فترة النوم في اليوم		العمر بالسنة
ساعة	دقيقة	
١٢	٤٢	٢
١٢	٧	٣
١١	٤٣	٤
١١	١٩	٥
١١	٤	٦

## الطفل طويل اللسان .. كيف تقوم سلوكه ؟!



• ماذا تفعل لو قال لك طفلك أنت كذاب أو أنت .....؟

في الحقيقة أن البذاءة طبيعية عند الأطفال من عمر الثانية ، وحتى الخامسة . فالطفل يكون عنده شعور بالقلق والعداوة ، ومجرد خروج هذه الكلمات البذيئة منه ، ينفس عما يحس بداخله من ثورة وانفعل .

### ■ خطأ الآباء في الرد على بذاءة الأطفال ...

رد فعل كثير من الآباء عندما يسمع كلمة بذيئة من طفله هو تعنيف الطفل ، وضربه ضربا موجعا قاسيا .

ويرى علماء النفس أن استخدام العقاب لحل هذه المشكلة غالبا ما يفشل بل قد يأتي بنتائج عكسية ، حيث يستعمل الطفل البذاءة كسلاح لإثارة الاهتمام ، حتى لو أدى هذا الأمر إلى الضرب .

وينصح علماء النفس بالتعامل مع بذاءة الطفل كالاتي :

- تجنب أن ترد إساءة الطفل بالتعنيف والضرب .
- ويفضل غض الطرف عن هذه الإساءة ، وكأن شيئا لم يكن .
- يتم توجيه الطفل بهدوء ولطف إلى أن هذه الألفاظ خطأ ولا يليق بطفل مثله مؤدب أن يتلفظ بها .
- وبعد هذا ، وإذا لم تفلح هذه الأساليب ، يحرم الطفل من بعض الأشياء التي يحبها : (الفسحة ، الشيكولاتة) .
- ويجب على الوالدين أن يتذكروا أن الطفل يقلد من حوله ، فقد أتى بهذه الكلمات البذيئة من الأهل أو من طفل الجيران أو أصدقائه في الشارع ..
- ولذا يجب أن يتحاشى الآباء التلفظ بأي لفظ بذيء أمام الطفل مع وضع مراقبة ومتابعة وحسن اختيار لأصدقائه الذين يلعبون معه .

## ■ حين يضرب الطفل أمه ، أو يصفع أباه على خده .. ماذا نفعل معه ؟

يقول دكتور "لوثر ودوارد" عالم النفس : "إن الوالد الذى يعمد إلى رد الإساءة من الطفل بالتعنيف أو العقاب فإنه يبذر بذور المتاعب والصعاب فى طريق الطفل".

فيجب علينا أن نهيم للطفل متنفسا لانفعالاته وثوراته ، وإن لكمة يسدها الطفل لأمه ساعة غضب لن تضر الأم .. وما على الأم إلا توجيه الطفل بالهدوء واللطف ، وعدم رد الإساءة بالتعنيف والضرب ؛ لأن هذا قد يسبب رد فعل عكسيا عند الطفل .

## ■ كيف نتجنب بذاعة الأطفال ... ؟

[١] تهيئة الجو المناسب للطفل للتنفيس عما بداخله من شعور أو إحساس بالعداوة ، مثل إعطائه كمية من الورق ، أو كتابا قديما وقلمما ، يكتب ويخطط ، ويقطع الورق كيفما شاء .

[٢] عدم تعنيف الطفل ، والتحلّى بضبط النفس ، فقد تكون إساءة الطفل لنا من الأمور المستفزة .. ولنعلم أن الطفل لا يفهم معنى هذه الإساءة .

[٣] تأكد أنك إذا ضربت الطفل على إساءته ، فإنه سوف يبكى قليلا ولكنه سوف يعاود الكرة مرة ثانية .

[٤] أنجح وسيلة هى صرف الطفل إلى شىء آخر ، غير الذى يريد ، وذلك بطريقة ذكية لا تؤذى الوالدين كما لا تؤذى الطفل .

[٥] إذا بلغ الطفل السادسة من عمره فهو عندئذ لن يلجأ لمثل هذه الأفعال ، عندها يكون قد فهم أن إيذاء الوالدين أمر لا يصح ، وإذا لم يكن قد فهم هذا فعلى الوالدين المسئولية الكبيرة فى توجيهه ، وتربيته .. وليفهموا الطفل بهدوء حلق التعامل مع الوالدين .

كما أنه فى هذه السن تكون ثوراته الانفعالية قد هدأت إلى حد كبير .

## كيف نتعامل مع الطفل المخرب؟!؟



- طفلي أتلف كل لعبه .
- طفلي يكتب بالقلم على جدران المنزل مما شوهه .
- طفلي يفسد في كتب وكراسات إخوته .
- طفلي مخرب ...

هذه الشكاوى كثيرا ما نسمعها من الآباء والأمهات ، فهل الأطفال لديهم رغبة التخريب للأشياء ؟ وما السبب ؟ وكيف نعالج مثل هذه الظاهرة ؟

### ■ هل الأطفال كلهم مخربون؟!؟

الأطفال بطبيعتهم مفسدون ، ولكن ليس بالمعنى الذى نعرفه ، فالطفل حين يفسد أو يخرب شيئا ، فهو لا يقصد تخريبه ، لأنه لا يفهم معنى التخريب .

فالطفل قد يحطم اللعبة التى طالما ألح فى طلبها ، أو يرمى بلعبه فى الشارع ، أو يقع الورق بيقع الخبر ، أو يرسم رسوما عشوائية فى أى شىء يقابله .. والطفل حين يفعل هذا أو ذاك فإنه إنما يفعله بدافع التجريب وليس التخريب . والطفل ما بين عمر الثانية والسادسة متعطش لكسب الخبرة ، ومدفوع إلى حب الاستطلاع والاستكشاف .

فهو يميل إلى الفك والتركيب ، يريد تحطيم الأشياء لمعرفة أجزائها ولاستكشاف مم تتكون ؟

والطفل الذى يلدجأ إلى التخريب والإفساد ، يفعل ذلك لافتقاره لوسائل أفضل تشغله ، وتساعد على تحقيق حب الاستكشاف ، ولعدم وجود عوامل مساعدة بناءة لإشباع ميوله لحب الاستطلاع التى تحقق له الخبرة والنضج العقلى السليم .

### ■ متى يصبح التخريب مشكلة ؟

منذ بداية السنة السادسة من عمر الطفل يكون قد أشبع رغبته فى التخريب ، واستكشاف ما حوله تقريبا .

فإن استمر الطفل في التخريب بعد هذه السن ، بحيث أصبح عادة ، فإن ذلك ينبىء بوجود مشكلة انفعالية لدى الطفل . وهنا يعتبر التخريب مشكلة يجب البحث عن أسبابها وعلاجها .

### ■ هل هناك أخطاء للآباء وراء مشكلة التخريب عند الأطفال ؟

- الجو الأسرى المشحون بالصراعات والمشاجرات يفرس في الأطفال القلق والخوف وعدم الاطمئنان ، وسوء السلوك والتخريب .
- الطفل الذى يعامل بالعنف ، وغلظة ، وجفاء من قبل الوالدين يجنح إلى التخريب والإفساد .
- الطفل الذى يجد فرقا واضحا فى المعاملة بينه وبين إخوته يلجأ إلى تخريب الأشياء الخاصة بهم وتحطيمها .
- الطفل الذى لا يجد الاهتمام من الوالدين .. قد يلجأ إلى التخريب بقصد جذب انتباه واهتمام الوالدين به .
- الطفل الذى لا يجد أعمالا مفيدة تشغله ، وتكسبه الخبرات التى تشبع فيه حب الاستطلاع ، يلجأ هنا إلى الإفساد والتخريب .

### ■ كيف يمكن تقويم سلوك التخريب عند الأطفال ؟

[١] يجب أن نكون مثلا صالحا لأطفالنا .. فعادة الأبء تصبح جزءا من سلوك وحياة الأطفل .

فإذا رأى الطفل أن والديه نفسيهما لا يقيمان وزنا لما يملكون ، وأن والده يهمل أدواته ، وأمه التى لا تعتنى بأدواتها ، فإنه سوف يقلدهما فى الإفساد والتخريب .

ولذا إذا أردنا أن نعود الطفل حسن استخدام المقتنيات الخاصة به ، علينا أن نتخذ خطوة إيجابية من ناحيتنا ، بدلا من أن نلقى العبء كله على الطفل .. فلنكن له قدوة صالحة .

[٢] من الضروري أن نجعل للطفل مكانا مناسباً يضع فيه مقتنياته ، ونجعل هذا المكان فى متناول يديه .

[٣] يجب أن نقلل من القيود المفروضة على الطفل فى المنزل ، فلا نغلق جميع حجرات البيت فى وجهه ، فلنجعل له متنفسا لتفريغ شحنته وطاقته .

[٤] لا يجب تعنيف الطفل وضربه بشدة لسلوك التخريب ، فالقسوة تأتي عادة بنتائج عكسية .

وكذلك لا يجب أن نترك للطفل الحبل على الغارب ، يعبث في المنزل فسادا وتخريبا ، وبدون تعقيب أو تعليق ، ولكن يجب توجيهه برفق ، ونبين له الصواب والخطأ ، مع توجيهه إلى الصواب .

[٥] يجب أن نشبع رغبات أطفالنا في الفك والتركيب وحب الاستكشاف والاستطلاع .. فلنمده ببعض ألعاب الفك والتركيب .

[٦] يعطى للطفل فرص الخروج من المنزل للذهاب إلى الأماكن العامة ، للعب مع الأطفال ، والتنفيس عما بداخله من شحنات .

[٧] إشباع حاجات الطفل من الحب والعطف ، والمعاملة الحسنة ، مع عدم توبيخ أو إذلال الطفل ؛ لأن هذا يفقده الثقة بنفسه ويدفعه إلى التخريب .

[٨] تجنب إعطاء الطفل الفرصة للتخريب ، فلا يقدم له الطعام في طبق ممتلئ عن آخره ، أو طبق زجاج ثمين ، ولا يوضع أمامه الأجهزة الثمينة القابلة للكسر .

[٩] إذا أفسد الطفل متاع البيت ، وجعله مقلوبا رأسا على عقب فلا ينبغي الانفعال عليه ، بل ندعو الطفل لكي يشاركنا في تنظيم متاع البيت ، ولا يأس من تكرار ذلك فالطفل يتعلم ببطء ..

[١٠] قدم لطفلك السبورة مع الطباشير ليكتب عليها بدلا من الجدران .. قدم لطفلك مقصا ومجموعة من ورق الجرائد ، وعلمه كيف يقص الصور الموجودة في هذه الجرائد بدلا من أن يعبث في كتب وكراسات إخوته .. قدم لطفلك الصلصل ليصنع منه بعض اللعب بدلا من أن يحطم الأطباق والأجهزة الثمينة .

### ■ كلمة أخيرة ..

ليس العقاب هو الوسيلة الفعالة للحد من تخريب الأطفال بل قد يكون دافعا لزيادة الإتلاف والتخريب .. والأسلوب الصحيح لعلاج مشكلة التخريب عند الأطفال هو إشباع حاجات الطفل للاستكشاف والاستطلاع والمعرفة ، واستنفاد طاقته ، ونشاطه الزائد باستخدام أسلوب نافع ينمي خبراته ونضوجه العقلى السليم .

## ما أسباب الغضب عند الأطفال؟! وكيف نواجهه؟!



- طفلى يغضب ويثور إذا لم نحقق له طلباته • طفلى يبكى ويصرخ بشدة عند الاستحمام أو خلع ملابسه • طفلى يتفجر فى الصراخ ويضرب الأرض بقدميه مع إلقاء جسمه على الأرض إذا لم يحقق ما يريد • طفلى يغضب بشدة ويتلفظ بكلمات بذيئة ، بقصد التهديد • طفلى إذا غضب أصيب بالكآبة والميل إلى الانعزال والانزواء .

هذه بعض مظاهر الغضب التى تظهر على الأطفال ، وتختلف انفعالات ومظاهر الغضب من مرحلة سنية إلى أخرى ، ففى حين تأخذ شكل البكاء وضرب الأرض بالقدمين فى سن ما دون الخامسة ، فهى تأخذ شكل الاحتجاجات اللفظية والتمتمة والانزواء فى سن ما بعد الخامسة .

### ■ الغضب هو :

ميل طبيعى عند الأطفال قبل سن الخامسة ، يعبر به الطفل عن عجزه فى تحقيق مطلب من مطالبه .. فهو يقابل هذا العجز بالغضب والانفجار والبكاء . وأحيانا يغضب الطفل بدون سبب واضح بهدف جعل نفسه مركز انتباه المحيطين به بدلا من المولود الجديد الذى يغار منه ؛ لأنه سحب بساط الاهتمام والحب والحنان منه . وقد يكون سبب الغضب والبكاء نتيجة لوجود مرض صحى كالغص أو الإصابة بالبرد ، أو ألم بالمفاصل ، ..

### ■ الغضب فيما بعد الخامسة .

مع تقدم سن الطفل (بعد الخامسة) تبدأ نوبات الغضب فى الاختفاء التدريجى .. ولكن إذا استمرت إلى ما بعد عمر الخامسة فهنا يعتبرها علماء النفس أنها عرض لسوء تكيف الطفل مع البيئة التى يعيش فيها وقد تكون علامة تنبئ بأعراض المرض النفسى فى الكبر .

### ■ أخطاء الآباء وأثرها فى غضب الأبناء .

- تنتشر نوبات الغضب بين الأطفال الذين يعيشون فى جو أسرى مشحون بالتوترات والمشاجرات والخلافات .. فهذه المشاكل تؤثر على

الصحة النفسية للطفل ، وتورثه انفعالات نفسية سيئة مثل : العدوانية والغضب والعنف ..

• العصبية الزائدة للآباء والأمهات ، يقلدها أطفالهم ، فهم ينقلون عنهم كل كبيرة وصغيرة ، فنجد الأطفال يثورون ويغضبون كما يفعل الآباء .

• التعنيف المستمر ، والنقد الدائم للأطفال ، وكذلك النزوة الشديدة للسيطرة على الأبناء من قبل الآباء .. كل هذا يؤدي إلى سوء تكيف الأطفال مع الوسط المحيط ، ويجعلهم يعانون مشاكل نفسية عديدة مثل : العنف والغضب والمشاجرة والعناد .

• التدليل الزائد ، وإجابة كل رغبات الأطفال ، تجعل الطفل يعتاد أن يستجيب كل من الوالدين والمحيطين به لكل رغباته .. فطلباته كلها أوامر تجاب فوراً . وبهذا فإن التدليل لا يتيح للطفل الفرصة لكي يتعلم ضبط انفعالاته .. وإذا فوجئ أن إحدى رغباته لا تجاب ، فإنه لا شعورياً ينفجر في الغضب ، ولم لا وهو لم يدرّب على ضبط نزعاته .

#### ■ كيف نقلل ، ونواجه نوبات الغضب عند الأطفال .. ؟

• في الطفل الذي لم يتعد الخمس السنوات ، عادة نغض النظر عما يصدر منه من مظاهر الغضب والصراخ والبكاء الشديد ، فهذا الغضب هو ميل طبيعي ، وسوف يخفى تدريجياً مع تقدم السن .

• توفير الجو النفسي والصحي للطفل في بيته ، والذي يتصف بأن الوالدين مرتبط كل منهما بالآخر ، ويحبان الطفل ، ويهيئان له جواً من الدفء العاطفي الذي يشبع حاجات الطفل النفسية ، ويشعره بالأمان والطمأنينة والتقدير ، ويمدانه بالحرية المعقولة .

• تحقيق الوسطية بين التدليل وإجابة كل رغبات الطفل ، وبين القسوة والشدة عليه ، بمعنى أن يعامل الطفل بدفء عاطفي وبأسلوب يبث فيه الثقة بالنفس والشعور بالأمن والطمأنينة والإحساس بالقبول والتقدير في الوسط الذي يعيش فيه .. فمطلوب من الأب والأم تحقيق سلطة ضابطة ولكن مرنة مع الطفل .

• توفير القدوة الصالحة للطفل ، فهي خير معلم لضبط سلوك وغضب الطفل فالأب الذي يثور لأتفه الأسباب ، والأم التي تنفعل وتغضب لأمر بسيط يدفعان بطفلهم إلى الغضب والثورة تقليداً للأب والأم .

## العناد عند الأطفال .. الأسباب والعلاج!



- طفلى "أقول له يمين يقول لى شمال" .
- طفلى يرفض الطعام عنادا .
- طفلى يعاند ويرفض كل أوامرى ..

يمر الأطفال بفترة فى حياتهم يميلون فيها إلى الاستقلالية، وإثبات الذات .. وإحدى وسائل إثبات الذات عندهم العناد، وتحدى الأسرة والمحيطين بهم .. فهو يعاند ويقول "لا" ليثبت ذاته .

ويعتبر علماء النفس أن العناد غير المبالغ فيه مرحلة من مراحل النمو النفسى للطفل، يساعد الطفل على استقلاله واكتشاف نفسه، وهذا الاكتشاف يكسبه صفات الفردية والشجاعة والاستقلال .

ومع مرور الوقت يكتشف الطفل أن العناد والتحدى ليسا هما الطريق السليم لتحقيق مطالبه، ويتعلم تدريجيا العادات الاجتماعية السوية فى التعامل مع الآخرين .

وكلما كان الوالدان على درجة معقولة من الصبر والتعاون والفهم لنفسية الطفل، ساعدها على اجتياز مرحلة العناد بسهولة .

### ■ أخطاء الآباء تؤدي إلى عناد الأطفال

- الحزم الشديد للآباء واتباع الأسلوب الصارم فى تربية الأطفال يدفع الأطفال إلى تقليد الآباء فى التصميم والعزم والعناد .
- إرغام الطفل على الطاعة بالعقاب والضرب يزيد من أسلوب العناد والتحدى للطفل لإثبات ذاته .
- المشاحنات والخلافات العائلية، وشعور الطفل بعدم الطمأنينة وفقد الثقة بالنفس كل هذا يدفعه للمشاكل النفسية بما فيها العناد المبالغ فيه .

## ■ حل مشكلة العناد عند الأطفال ..

- لا بد من توفير جو من الدفء العاطفى يحول بين الأطفل والعناد المرضى، وعلينا أن نساعد الطفل فى إثبات ذاته، وتحقيق شخصيته بالاستجابة لبعض طلباته ما دامت معقولة .
- إرغام الطفل بالعقاب والحزم على طاعة الأوامر، ليس الطريق السليم لحل مشاكلنا مع أطفالنا .. بل إن المرونة، والأخذ والعطاء مع الأطفل، والتربية الاستقلالية هى الوسيلة التى تحول بين الأطفل والعناد المرضى.
- العناد الخفيف يحسن أن نغض الطرف عنه، ونستجيب فيه لرغبات الطفل مادام لا ضرر من ذلك، ومادامت فى حدود المعقول .
- يجب أن نشغل أطفالنا بهوايات تساعدهم على استنفاد طاقتهم الجسمية والذهنية الزائدة، وتشبع فيهم حب السيطرة وإثبات الذات، وتقوى عزيمتهم وثقتهم فى أنفسهم .

## الغيرة عند الأطفال .. كيف نعالجها ؟



الغيرة إحدى المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب والألم ، ويجب أن تتقبلها الأسرة كحقيقة واقعة ، ولا تسمح في نفس الوقت بنموها ، فالقليل من الغيرة يفيد الطفل ، فهي حافز يحثه على التفوق ، ولكن الكثير منها يفسد الحياة ، ويصيب الشخصية بضرر بالغ ، ويدفعه إلى السلوك العدواني .

وتظهر الغيرة بشكل واضح في الطفل الكبير ، عندما يولد له أخ جديد ، فيحس أنه نزل من عرش اهتمام الأسرة ، فبعد أن كان يحظى بكل اهتمام وحنان وعطف الأسرة ، جاء مخلوق جديد نزع منه هذا العرش ، فيبدأ بالشعور نحوه بالغيرة .

وكلما زاد عمر الطفل ، قلت مظاهر الغيرة عنده من المولود الجديد ، فالطفل الذي بلغ الرابعة أو الخامسة لا تظهر عليه آثار خطيرة من الغيرة ، لأنه يشعر أنه مستقل في كثير من أمور حياته عن والديه ، وأنه أكبر من المولود الجديد .

ويرى علماء النفس أن الطفل الذي عاش عددا كبيرا من الأطفال من أبناء الجيران أو الأقارب أو في الحضانات لا يعاني من مثل هذه الأحاسيس الحادة بالغيرة ، لأنه استمتع بعدم الاعتماد المطلق على أمه وأبيه .. ولذلك يكون أقل هما وغما في مشاعره نحو الوليد الجديد .

### ■ مظاهر الغيرة عند الأطفال

- قد يحاول الطفل الكبير أن يتعرض بالإيذاء إلى المولود الجديد ، بأن يحاول أن يلقي عليه شيئا ، أو يضربه على رأسه ، أو يدرجه من سريره .. أو أن يسب إليه ببعض الكلمات التي تعبر عن ضيقه وغضبه .
- وقد يكون رد فعله هو إحدى العمليات العقلية اللاشعورية ، وهي

النكوص أو العودة إلى مرحلة الطفولة الأولى ، التى كان يلقي فيها كل الاهتمام والرعاية ، فيبدأ الطفل فى التبول اللاإرادى ، ويرضع الزجاجة .. تماما كما كان يفعل وهو صغير وهو على عرش الاهتمام .  
ويعتبر النكوص دليل الصدمة الشديدة التى عجز الطفل عن مواجهتها فحاول أن يهرب منها .

### ■ أخطاء الآباء تصنع الغيرة فى الأطفال

يخطئ الكثير من الآباء بطريقة لاشعورية فى التعامل مع الأطفال وتكون النتيجة غرس الغيرة فى الأطفال ، والمساعدة على تنميتها .  
وأستعرض هنا بعض أخطاء الآباء :

[١] عند ولادة مولود جديد تجرد الوالدين يحيطانه بالرعاية ، والعناية والاهتمام ، ويهملان الطفل الكبير ، الذى كان يتربع على عرش اهتمامهم وعطفهم منذ أسابيع قلائل .

[٢] إذا أخذت الطفل الكبير الغيرة ، فتعرض للطفل الصغير بأذى ، فيكون نصيبه الضرب والإيذاء والعنف .

[٣] المقارنة بين الأطفال أمامهم .. فنقول للطفل الكسول: "إن أخاك أنشط منك" ، ونقول للطفل المتأخر دراسيا "أخاك أشطر منك" ، ونظن أن ذلك يشجعه لأن يكون نشيطا ، أو مجتهدا ، كلا .. إننا ندفعه للغيرة الشديدة منه .

[٤] عدم العدل بين أولادنا .. فكثيرا ما نشترى للأخ الكبير اللعب والهدايا أكثر من الصغير ، وكثيرا ما نهتم بالأطفال الذكور عن الإناث .

### ■ كيف نعالج سلوك الغيرة عند الأطفال ؟

- يجب علينا أن نساعد الطفل فى السيطرة على الغيرة ، لا فى منعها تماما ، فكما ذكرنا من قبل أن الغيرة شىء طبيعى لا بد منه للنمو ، وكحافز يحث على التفوق ، ولكن أن تكون الغيرة فى الحدود المعقولة المسيطر عليها .  
- عند قدوم طفل جديد ، لا بد من تمهيد الأمر للطفل الكبير وأن نعلنه عن قرب مجيء صديق جديد له ، ونعده نفسيا لأن يشارك فى مراسم استقبال المولود الجديد .

- وبمجرد وصول المولود الجديد يجب ألا نغالى فى الاهتمام والرعاية والعطف والحنان بهذا الجديد، وفى نفس الوقت نظل على نفس درجة اهتمامنا بالطفل الأكبر .

- ويجب أن نؤكد للطفل الأكبر أنه الآن أكبر سناً، وأكثر نضوجاً ..، بينما أخوه هو الصغير، فهو لا يستطيع أن يتعلم مثله أو يأكل مثله، ولا يمشى مثله .. وبذلك نبث فى الأكبر الفخر والاعتزاز، وأنه الكبير الذى يجب أن يعطف على أخيه الصغير .

- نشجع الطفل الكبير أن يلعب دور الوالد للمولود الجديد، ونجعله يشارك معنا فى تربيته، ونشعره أنه مسئول عنه، فلا مانع أن يحضر "اللفة" من الدولاب لأخيه الصغير، وعليه أن يساعد فى إعداد الحمام للمولود، عليه أن يراقب المولود حتى لا يقع من السرير (تحت عيني الأم) ..، والوسائل كثيرة لكى نحقق هدفنا فى إشعار الطفل الكبير أنه مسئول فى تربية الطفل الصغير، فيشعر الكبير بالفخر والسعادة، وتقل الغيرة عنده .

- من الضروري المساواة بين الأطفال فى المعاملة، وفى منحهم اللعب والهدايا ..، مع عدم عقد مقارنة بين الطفل وأخيه، أو إشعاره أن أخاه أفضل منه .

- عدم معاقبة الطفل الكبير، إذا حدث منه إيذاء للطفل الأصغر، أو إشعاره بفداحة خطئه، بل نوجهه بهدوء، ونفهمه خطأه دون تعنيف أو عقاب . فيقول عالم النفس دكتور/ هيلين روس "فليس أسهل علينا من أن نشعر الطفل بأن ما فعله لأخيه الصغير خطأ لا يغتفر، وقد يتقبل منا ذلك، ويفكر فيه طويلاً، ولكنه سيزداد تشككا فى حب والديه له، وعطفهما عليه .. فالطفل لا يتسنى له حب غيره إلا إذا شعر أنه محبوب" .

- علينا أن ندفع الطفل ليشرك أصدقاءه، وأطفال الجيران، والأقارب فى اللعب، حتى لا يعتمد اعتماداً مطلقاً على أمه وأبيه، ويكون ملتصقاً بهما أكثر من اللازم، وبذلك يشعر بالصدمة إذا شاركه طفل جديد فى أمه أو أبيه .

## مص الأصابع .. هل هي مشكلة نفسية ؟



يقول الدكتور/ب. سوليفان أستاذ الطب النفسى السابق بجامعة روستر "آلاف من الأطفال يعانون من مشكلة مص الإبهام .. وهى فى الحقيقة عادة تعكس وجود مشكلة انفعالية فى نفس الطفل ، وهى تدل دلالة واضحة على اضطرابات فى نموه العاطفى ..".

والطفل يلجأ عادة فى السنة الأولى والثانية إلى مص الإبهام كبديل عن ثدى الأم ، ولأن ذلك يسبب له نوعاً من اللذة والمتعة .

وحين تمتد مشكلة مص الإبهام إلى ما بعد الثالثة فإن ذلك ينبئ بوجود مشكلة .. وقد تستمر هذه المشكلة - مص الأصابع - إلى سن متقدمة كالعاشرة ، وأحياناً الثانية عشرة أو الخامسة عشرة . وهنا نعتبر مص الأصابع عَرَضاً من أعراض الاضطرابات النفسية والعصبية .

واستعمل العقاب أو التوبيخ لن يحل مشكلة مص الأصابع بل قد يزيد المشكلة تعقيداً .. ولن يحل المشكلة إلا التخلص من المشاكل النفسية والعصبية التى تواجه الطفل ..

### ■ مص الأصابع .. ثمن لخطأ الآباء

تدل معظم حالات مص الأصابع ، والحركات العصبية اللاإرادية ، التى يعانى منها آلاف الأطفال على أن هؤلاء الأطفال مجنى عليهم من الآباء والوسط الذى يعيشون فيه .

فهناك العديد من أخطاء الآباء سوف نستعرضها فيما يلى مدانة بما يعانىه الأطفال من مشكلات عصبية .. وهذه الأخطاء هى :

[١] رفع الآباء شعار "العصا الحديدية" فى تربية أبنائهم .. فيستخدمون القسوة والشدة ، والتحقير فى عقابهم وتوجيههم لأطفالهم .

[٢] وجود الخلافات الزوجية بين الأب والأم ، وإشاعة جو من التوتر والقلق داخل البيت مما يسبب اضطرابات نفسية وعصبية للطفل .  
[٣] معاناة أحد الوالدين أو كليهما من القلق النفسى ، أو العصبية الزائدة .

[٤] تدخل كثير من الآباء فى كل صغيرة وكبيرة من شئون أبنائهم ، وبذلك لا يشعر الأبناء بذاتيتهم ، واستقلاليتهم ، بل ينشأ اعتماديا ، لعجزه فى أن يصبح استقلاليا .

[٥] عدم إشباع حاجات الطفل النفسية ، كإشعاره أنه محبوب ، وأنه آمن ومطمئن ، وإعطاؤه الإحساس بالتقدير والتشجيع .

[٦] فرض قيود شديدة على الأطفال ، وعدم تشجيعهم على الاختلاط وتنمية شخصياتهم اجتماعيا .

[٧] رفض بعض الآباء مشاركة الأبناء فى مزاولة بعض الهوايات أو الرياضات أو الأنشطة ، ويعتبرها الآباء مضيعة للوقت ، مع أنها تنمى شخصية الطفل نفسيا واجتماعيا .

هذه الأخطاء كلها يجنى من ورائها الأبناء اضطرابات نفسية عصبية يكون من مظاهرها مص الأصابع ، وقرض الأظافر ، وحركات عصبية لا إرادية كثيرة ..

### ■ وكيف نواجه هذه المشكلة ؟

إن نهى الطفل عن مص أصابعه ، أو ضربه أو توبيخه أو لومه أمام الغرباء .. كل هذه الأساليب وما كان على شاكلتها أبدا لن تحل المشكلة بل تزيد المسألة تعقيدا ..

فالطفل الذى يستمر فى هذا العمل غير المرغوب فيه هو طفل فاقد للحنان والرعاية ، ويشكو نقصا عاطفيا حادا ، وربما فراغا عائليا .. وهو أصلا يعاني من القلق ومن الخجل ..

وهذه المشكلة يستطيع الآباء معالجتها بهدوء ، وبالوقوف على الأسباب الحقيقة التى سببت الاضطرابات النفسية العصبية عند الطفل مع بذل الجهد فى علاجها .

والنصيحة للآباء بإشاعة جو من الهدوء والحنان والعطف والسعادة فى المنزل .. حتى لا يشب الأبناء عصبيين .

وعلى الآباء استخدام التوجيه الهلئى ، والتفاهم المقنع مع الأطفل بدلاً من القسوة والشدة .

وعلىنا نحن الآباء بث روح الثقة فى نفس أطفالنا ، وإشعارهم أنهم محبوبون ، وأنهم محل تقدير الجميع .

علينا أن ندفع أبناءنا للمشاركة مع أصدقائهم فى الأنشطة الرياضية ، والانغماس فى المجتمع لتنمية شخصياتهم اجتماعياً ونفسياً .

فلنعط أطفالنا قدراً كبيراً من الحرية ، ليشعروا باستقلاليتهم وذاتيتهم .. بدلاً من أن ينشئوا معتمدين على غيرهم ويعانون من العصبية .

## الخجل عند الأطفال .. الأسباب، وطرق العلاج؟!



### ■ الطفل الخجول :

- هو الطفل المنطوى على نفسه ، الراض لمشاركة أمثاله فى اللعب .
- هو الطفل المسكين البائس ، الذى يعانى من عدم الثقة فى النفس ، ويشعر بالنقص ، ويتوقع الخطر والنقد الدائم من الغير .
- هو الطفل الذى يعانى من عدم القدرة على الأخذ والعطاء مع أقرانه فى المجتمع الذى يعيش فيه .
- هو الطفل الذى لا يندمج مع المجتمع ، ويعانى من القلق والحساسية المفرطة .

### ■ الخجل ثمن لأخطاء الآباء

إذا فتشنا عن الأسباب الكامنة وراء حدوث الخجل عند الأطفال لوجدنا أن هناك بعض الأخطاء فى تربية وتصرفات الآباء مع الأبناء هى المتهم فى حدوث هذه المشكلة .

- فالآباء الذين يجسسون أطفالهم فى قمقم ، ويخفونهم عن أعين الناس ويمنعونهم من مخالطة الناس ، والتعايش مع أقرانهم .. بل هناك من يخفى أطفالهم خوفاً من الحسد .. ماذا نتوقع من أبناء هؤلاء الآباء؟ .. انطواء ، انزواء ، خجل .
- الطفل الذى يربى على التدليل ، ويعامل برقة ونعومة ، وتلبى كل أوامره فإنه حين يختلط بالناس خارج محيط الأسرة ، لا يجد هذه المعاملة ولا يجد أن طلباته تنفذ ، ومن ثم يهرب وينزوى عن الناس ويشعر بالنقص بالنسبة لهم .
- استخدام "العصا والكرتاج" فى عقاب الأطفال .. وزجرهم لأتفه الأسباب .. وتوبيخهم أمام الغرباء ، كل هذا يثير فى الطفل مشاعر عدم

الثقة بالنفس ، الأمر الذى يؤدى بالطفل فى النهاية إلى الخجل والانزواء .

- الأب الذى يقضى معظم وقته فى العمل بعيداً عن أطفاله ، هو بذلك يحرمهم تعلم السلوك والقيم الاجتماعية للذكور ، فمن أين يتعلم الطفل سلوك الرجل فى المواقف الاجتماعية ؟ ، ومن أين يتعلم طريقة مواجهة الناس ؟ ، ومن أين يتعلم الشجاعة فى التعامل مع الآخرين ؟ فإذا غابت القدوة للطفل ، والمثلة فى والده فإن الطفل سوف ينشأ خجولاً غير قادر على مجاراة أقرانه .

- بعض الآباء لديهم سوء فهم لمشكلة الخجل عند الأطفال .. فتجدهم يمدحون فى أبناءهم ظاهرة الخجل ، ويحثونهم على ذلك . اعتقاداً منهم أن ذلك نوع من الأدب .
- وبذلك يكبر الطفل ويكبر معه الخجل ، وينطوى عن الآخرين . ولا يشاركونهم تجاربهم فى الحياة .

### ■ أسباب أخرى وراء خجل الأطفال

- وجود مشكلة أو قصور لدى الطفل .. فالطفل الذى يعانى من التهمة ، أو ضعف السمع ، أو ضعف البصر ، أو غير ذلك من أمور النقص الجسمانى، يشعر بالخجل من مصادقة الآخرين ويدفعه ذلك إلى الانزواء والابتعاد عنهم .
- كما أن الطفل الذى يوضع فى محيط ومستوى اقتصادى أكبر من مستواه ، ويشعر بالفارق بينه وبين أقرانه فى مستوى الملابس أو المصروف وغيرها من الأمور ، يصاب بالخجل ، ويتجنب الأصدقاء .

- التأخر الدراسى .. بعض الأطفال يسبب لهم تأخرهم الدراسى عدم الثقة بالنفس ، ونوعاً من أنواع القصور الوظيفى ، مما يحدو بهم نحو الخجل والانطواء .

### ■ أخطار الخجل على الأطفال

- الحساسية المفرطة والعصبية .
- يعانى الطفل الخجول من حساسية زائدة تجاه من يعرفهم ومن لا يعرفهم

من الناس .. وعادة ما يكون سريع الغضب ، والتأثر والانفعال . ونجده يتعامل مع الأمور بعصبية ، ويأتى بأفعال الهدف منها لفت الأنظار نحوه .  
• الأنانية .

الطفل الخجول يدور حول نفسه ، لأنه لم يتعود الأخذ والعطاء مع الآخرين ، ويفتقد للصدقات .. وهو يريد كل شىء لنفسه ، حتى يشعر بذاته .  
• كراهية من حوله .

أحياناً يشعر الطفل الخجول بعدم حب الناس له ، فيفقد الثقة بهم ، وبنفسه أيضاً ، فيكره المجتمع ، وفى هذا خطر كبير على مستقبله .

### ■ كيف نعالج الطفل الخجول ؟

• بث الثقة فى نفسه .

ويمكننا تحقيق هذه الوسيلة من خلال :

- إشباع حاجاته النفسية ، وإشعاره بأنه محبوب ، ومرغوب فيه .
  - معاملته برفق دون عنف ، أو تجريح له ، أو إهانتته أمام الآخرين .
  - علينا أن نشغله فى تنمية النواحي التى يمتاز بها ، حتى لا ينشغل فى نواح قد يكون فيها ضعيفاً فيعانى النقص .
  - علينا ألا نقارن بينه وبين من هم أكثر منه حظاً فى القدرات الذهنية أو الجسمية ، لأن هذه المقارنات تشعره بالنقص ، وتصيبه بالخجل .
- لا قسوة ولا "حنية" زائدة .

لا تقسُ على الطفل الخجول فتسوء حالته أكثر ، وتدفعه للعناد وتزيد من كرهه لمن حوله ، وتشعره بعدم الثقة فى نفسه .

كذلك لا ينبغى تدليله بدرجة زائدة لا يجد مثلها فى أفراد المجتمع فينطوى ويعانى الخجل .

• الإسراع بمعالجة القصور عنده .

إذا كان الطفل يعانى من قصور فى أحد أعضائه ، يجب الإسراع إلى علاجه بقدر الاستطاعة .. مع تدريب العضو المعتل لزيادة قدرته حتى يتخلص الطفل من شعور النقص .

• عدم دفع الطفل للقيام بأعمال تفوق قدراته .

علينا أن نتحسس قدرة الطفل فى القيام بالأعمال ، ولا نكلفه القيام بأعمال تفوق قدراته العقلية والجسمية حتى لا يفشل فيها ، ويشعر بالنقص والعجز ، مما يدفعه للاستكانة والانطواء والحجل .

• تدريب الطفل على التفاعل مع المجتمع .

من الضرورى للآباء والمعلمين تدريب الطفل الحجول على الأخذ والعطاء مع أقرانه فى المدرسة والمجتمع الذى يعيش فيه .

ومن الضرورى تنمية قدرات الطفل فى إتقان مهبة أو لعبة رياضية مفيدة ، حتى تكون وسيلة للاختلاط مع الآخرين .

### ■ طفلك الحجول .. كيف تمهد لذهابه إلى المدرسة أول مرة ؟

مشكلة يواجهها الآباء عند ذهاب الطفل الحجول للمدرسة أول مرة ، ويعتبر علماء النفس أن هذه المرة ذات تأثير كبير على شخصية الطفل فى المستقبل ، ولذا ينصحون بضرورة التمهيد لذلك قدر المستطاع ..

وهذه بعض المقترحات تقدمها مديرة مركز الطفولة المبكرة بكلية "بروكلين" السيدة "رييكا شوى" :

[١] يجب أن يعلم المدرسون طبيعة الطفل وخبراته ومحاولة التعامل معه بهدوء.

[٢] زيارة إحدى المدرسات للطفل فى المنزل ، حتى يتعود عليها ، وتتصل اتصالا مباشرا بـجو البيت .

[٣] يصطحب الوالدان الطفل فى بلدى الأمر إلى المدرسة ، ويجلسان معه كل يوم فترة كافية ، حتى يعتاد جو المدرسة ، ويشعر بالأمن .

[٤] لا تجبر المدرسة الطفل على اللعب مع زملائه ، ويكفى أن تتركه يشاهدهم يلعبون حتى يطمئن إليهم .

[٥] تقوم المدرسة بربط الأطفل برباط العمل التعاونى .

[٦] تبلى المدرسة اهتماما كبيرا بأول عمل يقوم الطفل به ، كأن يتم تعليق لوحة رسمها ، أو تمتدح نشاطا قام به .

[٧] اصطحب الطفل مع أصدقائه لرحلة خلوية ، ليشارك ويخالط زملاءه .

## التهتهة واللججة عند الأطفال .. ما السبيل لعلاجها ؟!



- ابني يتلکأ في إخراج الكلام • ابني يتعثر في إخراج الكلام • ابني تقصف الكلمات على شفتيه • ابني عندما يتكلم يصيبه التوتر ورعشة في رموش العينين • ابني يجد صعوبة في الكلام عند التحدث مع الغرباء ..

هذه الشكاوى وغيرها الكثير مما يتعلق بمشاكل الكلام عند الأطفال تتردد كثيراً على ألسنة الآباء والأمهات .

فيا ترى ما أسباب هذه المشكلة ؟ وما الطريق إلى علاجها والتخلص منها ؟

### ■ بداية : متى يبدأ الطفل في الكلام ؟

قامت الباحثة مادورا سميث Smith ببحث حول النمو اللغوي عند الأطفال وكانت نتيجته على النحو التالي :

الزيادة	عدد المفردات	عمر الطفل بالشهر
٠	٠	٨
١	١	١٠
٢	٣	١٢
١٦	١٩	١٥
٣	٢٢	١٨
٩٥	١١٨	٢١
١٥٤	٢٧٢	٢٤

وفي نهاية السنة الثالثة يكون لدى الطفل حصيلة من الكلمات تقدر بحوالى ٨٩٠ كلمة . وحين يبلغ من العمر ٥ سنوات تكون حصيلته اللغوية حوالى ٢٥٠٠ - ٣٠٠٠ كلمة ويمكنه أن يتحدث مع غيره بطريقة مفهومة .

### ■ وما الأسباب وراء مشكلة التهتهة عند الأطفال ؟

أولاً : أسباب عضوية .

فهناك ثلاثة عناصر رئيسة تتحكم في خروج الكلام :

[١] الجهاز الكلاسي : الفم ، الأسنان ، اللسان ، الشفتان ، الحنجرة ، ..

[٢] المخ وما به من مراكز الكلام .

[٣] الشبكة العصبية التي تنقل الإشارات من المخ إلى الجهاز الكلامي أو العكس .

وحدوث أى خلل فى هذه العناصر الثلاثة من الممكن أن يؤدى لأى نوع من مشاكل الكلام : التهته ، اللجلجة ، ..

كما أن حدوث مشاكل فى جهاز السمع من الممكن أن يؤثر على نطق الكلمات عند الأطفال ، فعملية التكلم هى تقليد لما يسمعه الشخص من ألفاظ وأصوات .

ثانياً : أسباب نفسية .

وهو السبب الرئيس فى معظم حالات التهته واللجلجة .. فالطفل عندما يعانى من بعض المشاكل النفسية ، ولا يجد إشباعاً لحاجاته النفسية من عطف وحنان وتقدير من المحيطين ، .. يصاب بمشاكل الكلام المختلفة .

وأهم الأسباب النفسية التى تؤدى بالطفل إلى التهته واللجلجة :

- القلق النفسى والتوتر .

- عدم الشعور بالأمن والطمأنينة .

- فقد الثقة بالنفس .

- الصدمات الانفعالية .

- الخوف والوسواس .

ثالثاً : تحدث الطفل فى موضوع لا يفهمه جيداً .

### ■ أخطاء الآباء .. ومشكلة التهته واللجلجة

[١] دفع الآباء للأبناء للتكلم فى سن مبكرة ، وقلقهم على قدرة الطفل على الكلام ، ورغبتهم فى أن يتعلم الطفل الكلام فى وقت وجيز .

[٢] معاقبة الأطفال ، والسخرية منهم لعدم النطق الصحيح تساعد فى تأخر الطفل فى الكلام بطريقة طبيعية ، بل قد تزيد عنده مشاكل الكلام وخاصة التهته واللجلجة .

[٣] تدليل الطفل الزائد ، والاستجابة الفورية لكل طلباته ، بدون أن يتكلم ، مجرد أن يشير بإصبعه .. كل هذا يساهم فى مشاكل الكلام عند الطفل .

[٤] الشدة والعنف ، والجوع العاطفى للأطفل من قبل الآباء يصيبهم بالتوتر والقلق مما يعرضهم للتهتة واللجلة .

[٥] توبيخ الطفل ومعايرته أمام زملائه والغرباء ، وعدم إشعاره بمكانته .. كل هذا يفقد الطفل الثقة بنفسه ويصيبه بعيوب الكلام .

### ■ ما السبيل إلى علاج التهتة واللجلة .. ؟

[١] ينبغى أن نعرف هل ذكاء الطفل طبيعى أم لا .. فإذا كان طبيعياً فلا داعى للقلق .

[٢] التأكد صحياً من سلامة جهازه السمعى والكلامى والعصبى .

[٣] بث الثقة فى الطفل ، مع تقوية روحه المعنوية ، وإشعاره أنه محبوب وله تقدير بين أفراد الأسرة .

[٤] إشعار الطفل بالأمن والطمأنينة، وإحاطته بالدفء العاطفى ، بدون تدليل.

[٥] عدم معايرة الطفل أو السخرية منه ، خاصة أمام الغرباء ، لأنه يتعثر فى الكلام .

[٦] قد يستلزم الأمر العرض على متخصص فى الأمراض النفسية لإعادة الاتزان الانفعالى للطفل ، وإيجاد علاج للمشاكل النفسية من قلق وتوتر وخوف ، ... عند الطفل .

[٧] التدريب المستمر للطفل على نطق الجمل والكلمات بطريقة سليمة مع التدرج النطقى بداية من المواقف السهلة البسيطة ومروراً بالمواقف الصعبة أمام الغرباء .

[٨] على الأم دور هام فى تمرين الطفل على نطق الكلمات بطريقة سليمة صحيحة فعليها استعمال مترادفات الكلمات مع الطفل لزيادة حصيلته الكلامية ، وعليها محادثة الطفل باستمرار حتى وإن كان لا يفهم ما يقال ، وعليها تدريب الطفل على نطق الكلمات تدريجياً .

[٩] فى الحالات الشديدة يمكن الاستعانة بالمتخصصين فى التمرين على طريقة الكلام السليمة ، وتصحيح عيوب الكلام .

## الأسئلة المخرجة للأطفال وكيف نجيب عليها؟!



- كيف جاءت أختي الصغيرة إلى الدنيا ؟
- لماذا مات جدي ؟ وأين ذهب ؟
- أين الله ؟
- أين الجنة والنار ؟
- أين تذهب الشمس عندما تغيب ؟

هذه الأسئلة وغيرها من الأسئلة قد تسبب إحراجًا للآباء والأمهات ،  
وتصيبهم الحيرة بحثًا عن إجابة مُرضية ، لكل سؤال .

### ■ ولكن .. لماذا يسأل الأطفال؟!

تتفتح أعين الطفل على الدنيا فيرى أشياء وأشياء ، تجعله يفكر ويتأمل -  
طبعًا بطريقة تختلف عن طريقة تفكير الكبار - ويصيب الطفل شيء من الحيرة  
والقلق إزاء ما يجهل من أشياء ومواقف مما يدور حوله .  
إذن أسئلة الطفل مصدرها الحيرة والقلق تجاه ما يجهله أو الخوف من أشياء  
معينة .

فالطفل يسأل الكبار لأنه يجد فيهم مصادر جيدة للمعرفة ، تفسّر له ما يدور  
حوله ، وتزيل عنه المخاوف التي قد يشعر بها .

### ■ الأساس في الإجابة على أسئلة الأطفال

كما ذكرنا أنه قد يكون الدافع لأسئلة الطفل الحيرة أو القلق أو الخوف .  
لذلك وقبل الشروع في الإجابة على أسئلة الطفل يجب أن نقف برهة ،  
لنفكر ، ولنرى ما الدافع الحقيقي من وراء هذا السؤال أو ذاك؟!  
ولنعلم أن السؤال الذي يسأله الطفل لم يأت من فراغ ، إنه تفكيره  
المسموع ، لأن الطفل لا يعرف إخفاء الأشياء ، كل ما لديه يخبر به من حوله .

وكل ما يُحيره بهم بالسؤال عنه فوراً .

كما يجب أن تكون إجاباتنا على أسئلة الطفل قائمة أساساً على الإقناع ، فالطفل سيقبل الإجابة ويستريح إليها طالما اقتنع بها .

كذلك يجب أن تكون الإجابات عن أسئلة الطفل شافية غير ناقصة أو مبتورة ، بحيث لا يحتاج الطفل أن يسأل أحداً غيرنا حول نفس المواضيع .

### ■ أهمية الإجابة على أسئلة الأطفال

الحقيقة أن المرحلة التي يبدأ فيها الطفل أسئلته "الملحة والمحرجة والغريبة" لمن حوله ، هذه المرحلة من أهم مراحل تكوين الطفل . هذه المرحلة هي تقريباً في سن الثالثة يبدأ فيها الطفل التعرف الحقيقي لما حوله ، وتنمو لغته بدرجة ملحوظة ، وتؤثر التربية النفسية في هذه الفترة على الطفل تأثيراً كبيراً فيما بعد .

والإجابات الصحيحة والشفافية والمناسبة لسن الطفل تساعد كثيراً في نمو هذا الطفل ، وتعطيه خبرات جيدة ، وتجعله مبصراً ما حوله ويراه رؤية سليمة ، لا لبس فيها ولا غموض .

والأهم من ذلك أنها تطمئن الطفل ، وتزيل مخاوفه الكثيرة ، والتي قد لا ندركها ، ولا نعرف أسبابها بالضبط ، وتساعد في استقرار الطفل من الناحية النفسية ، وهو أمر هام خصوصاً في المراحل الأولى للطفل .

### ■ أخطاء الآباء في الإجابة على أسئلة الأبناء

[١] الهروب من الرد على الأسئلة ، كأن يغيّر الأب الموضوع ، أو يعدد الطفل بشيء ما سوف يؤديه إليه إن سكت وكف عن السؤال .. إلخ وهذا الهرب من الرد على أسئلة الطفل ليس في صالح الطفل فهو لن ينسى ما يريد أن يعرفه ، قد ينساه لبعض الوقت لكن سيعود ويكرره في حيرة أشد ، وقلق أكبر .

[٢] إظهار التملل والضيق والضحجر عندما يسأل الطفل ، وهذا يدعو

الطفل للخرج من السؤال بعد ذلك ، وبالتالي تظل هناك أسئلة تحيره ، وربما يصاب بالاضطراب النفسى .

[٣] إعطاء الطفل إجابات غير صحيحة ، وفى هذا تأثير خطير على صحة الطفل النفسية ، بل وعلى تربيته الثقافية والفكرية . فأعطي لطفلك إجابات صحيحة وعلى قدر فهمه واستيعابه . لكن لا تكذب عليه وتعطه معلومات غير صحيحة ومضللة ، حتى لا تشوش على أفكاره الوليدة والتي فى طور النمو والتكوين .

[٤] يسأل الطفل أحياناً بهدف الشعور بالأمن ، والنذى يخطئ فيه بعض الآباء أن تحمل إجاباته لطفله شيئاً من الغموض يجعل الطفل يشعر بالخوف أكثر مما هو عليه . وبالتالي حتى لو أجاب الأب على أسئلة ابنه وبطريقة صحيحة لكن تحمل شيئاً من الخوف ، يكون قد أخطأ فى حق طفله .

[٥] "عندما تكبر سوف تفهم" مثل هذا الرد يمثل خطأ كبيراً يقع فيه الآباء حين يقعون فى الحرج عند الرد على أسئلة الأبناء . وهم يظنون أنهم يحسنون صنفاً ، أيها الأب : اعلم أن هذه الكلمة لا تعنى لطفلك شيئاً ، نعم قد يسكت الطفل ، لكن يظل فى حيرة وقلق ، فالمستقبل بالنسبة له مجهول ، وحكاية (عندما يكبر) هذه بعيدة جداً بالنسبة لتفكيره ، فبدلاً من أن تقول له هذه الكلمة ، اشرح له بكل بساطة ما يريد أن يفهمه ، فهو لن ينتظر ويظل فى حيرة وقلق حتى يكبر ، إنه سوف يتركك ويسأل غيرك ، وقد يجد عنده إجابات مضللة ، فمن الأولى أن توضح له بنفسك القول الفصل بأسلوب سهل يناسب سنه .

[٦] إظهار الحرج ، ونظر الوالدين بعضهما إلى بعض عند سؤال الطفل عن شىء ما ، نحن نظن أن الطفل (غيبى) أو لا يفهم هذا الأمر ، وهذا غير صحيح . الطفل يستطيع أن يميز تعبيرات الوجه منذ صغره وفى مراحل المبكرة ، على الأبوين أن يعلما أن الطفل حين يسأل سؤالاً - هو بالنسبة لهما محرج - فإنه لا يدرك مطلقاً أن هذا الأمر محرج ، إنه وبكل طيبة (وحسن نية)

يسأل بهدف حب الاستطلاع ليس أكثر . فيجب عدم إظهار التحرج من الرد على السؤال حتى لا يثير ذلك في الطفل الفضول في معرفة سبب الإحراج الذى يقع فيه الوالدان .

[٧] عجز الآباء عن فهم الأبناء فهماً سليماً ، وبالتالي تأتي الإجابات عن أسئلتهم غالباً غير متوافقة مع أعمارهم .

يقول د/ جولويس شواتز (معهد الأبحاث بنيويورك) :

" بعض الآباء يقرءون الأبحاث والمراجع معتقدين أنهم بذلك يستطيعون أن يجيبوا الأطفال إجابات شافية عن أسئلتهم ...

يجب على الآباء أن يقرءوا الكتب المختلفة عن الأطفال ليس من أجل استخلاص الحقائق لتقديمها للأطفال عند أسئلتهم ، ولكن من أجل توسيع المعلومات والأفق التى تمهد لدراسة الطفل وفهمه فهماً صحيحاً " .

### ■ نماذج لأسئلة الأبناء وأخطاء الآباء فى الرد عليها

#### • كيف جاءت أختي الصغيرة إلى الدنيا ؟

سؤال بسيط جداً يتوجه به الابن إلى الأب عندما يرزقه الله بمولودة جديدة ، ومن الخطأ أن يبني الأب تحرجاً أو تردداً فى الرد عليه ، أو يجيب عليه إجابة خاطئة أو ناقصة ، كأن يقول مثلاً : " لقد جاء بها الطبيب " أو إجابة مبهمه غير واضحة كأن يقول له " جاءت من عند ربنا " .. هذه الإجابات وغيرها لا يفهمها الطفل ، ولا يطمئن إليها .

والصواب أن نجيب الطفل إجابة صحيحة عن الموضوع وبسيطة لا تستعصى على فهمه ، فإذا كان دون الخامسة من عمره ، يمكننا أن نرد عليه قائلين ، " أختك الصغيرة كانت فى بطن (ماما) ثم كبرت ، وخرجت إلى الدنيا ، وهكذا كل الأطفال " وينبغى أن تكون هناك مقدمات لولادة المولود الجديد حتى لا يفاجأ الطفل بهذا المولود فيتحير ، ويسأل مثل تلك الأسئلة ، أما إذا كان الطفل فى سن السابعة مثلاً أو الثامنة ، فيمكننا أن نقول له " إن

أختك الصغيرة جاءت عن طريق (الولادة) ، (ماما) ولدت فى المستشفى ،  
مثلا تلد (القطة) الصغار ، ومثلا تضع (الفرخة) البيض . وينبغى أن يتعلم  
الطفل مثل هذه الأشياء أيضا ، قبل (الولادة) حتى يكون على استعداد لتقبل  
الوضع الجديد وتفهمه .

ومن الأشياء التى تساعد الطفل فى هذه المرحلة ليفهم عملية الولادة ولا  
تثير له دهشة أو شكوكا ، أن يحفظ بعض الأغاني التعليمية ، التى تعطيه هذه  
المعلومة مبسطة وسهلة وواضحة ، مثل هذه المقطوعة الشعرية المبسطة :

هذى الشجرة

تنبت زهرة

ومن الزهرة

تأتى الثمرة

هذى البقرة

تلد عجلا

قد يصبح ثورا أو بقرة

والمرأة إن كانت حبلى

تلد طفلا تلد طفلة

مثلى حلوى

مثلك حلوة

لا بل أحلى

• لماذا تلد أمى ، ولا يلد أبى !؟

- من الخطأ الضحك من سؤال الطفل ، أو الاستهزاء به ، حتى لا يضطر  
الطفل لأن يكتب ما يدور فى ذهنه من استفسارات وعدم الإفصاح عنها .

- الصواب أن يجاب الطفل عن هذا السؤال إجابة بسيطة غير متفلسفة أو  
غامضة ، فنقول له مثلا : "إن الأم خلقها الله تعالى لكى تلد الأطفل وترعاهم ،  
وخلق الله الأب (الرجل) لكى يعمل (ويشتغل) لينفق على الأسرة" .

## • لماذا تزوج أخى الأكبر؟ وماذا يفعل المتزوجون؟

من الخطأ أن يظهر الوالدان الخجل عندما يسمعان مثل هذه الأسئلة من الأطفال ، فالطفل عندما يسأل مثل هذه الأسئلة لا يرمى من ورائها لشيء أكثر من حب الاستطلاع ، ومعرفة ما يدور حوله .

فأنت تأخذ ابنك معك فى الأفراح - وهذا مهم وضرورى - فيشغل هذا الأمر حيزاً من تفكيره .

والطفل حين يسأل مثل هذا السؤال فهو لا يفكر مثلما يفكر الكبار ، فقد يختار الأبوان ويسألان أنفسهما : ما أدرى الطفل بهذه الأمور؟! كيف يسأل مثل هذا السؤال!؟

وهذا الذى يفكران فيه ليس هو ما يفكر فيه الطفل ، ولا ما سأل من أجله ، إنما هو كما قلنا مجرد تطلع للمعرفة لما يراه يدور حوله وما يحدث كثيراً من أفراح وزينة ، وأغان ، وغير ذلك .

- ومن الخطأ الذى يقع فيه بعض الآباء والأمهات أن يجيبا على أسئلة الطفل هذه بقولهما : "يا حبيبي أنت لسه صغير ، ولما تكبر هاتعرف كل حاجة" .

كما قلنا من قبل : إن المستقبل للطفل ، والكبر فى السن لا يعنى بالنسبة له شيئاً ولا يفهم مثل هذا الكلام بصورته التى نفهمها ، إنه يظل متحيراً ، لماذا لم يجب الأبوان عن سؤاله!؟

- والصواب أن نجيب على سؤاله بقولنا :

"يا حبيبي ربنا - سبحانه وتعالى - خلق الرجل والمرأة من أجل أن يتزوجا حتى ينجبا أولادا (حلوين) مثلك ، وتتكون أسر وعائلات كثيرة ، ويعيش الأب والأم والأولاد فى جو جميل (زى ما حنا عايشين كده)" .

## • لماذا مات جدى؟ وأين ذهب!؟

- من الخطأ الذى يقع فيه الكبار عندما يسأل الطفل عن الموت ، أنهم

يكذبون على الطفل ، فيقول البعض للطفل عن الذى مات : "إنه سافر بعيداً" والطفل طبعاً مع ممارسته الحياة وخبرته بها (وإن كانت قليلة) إلا أنه يدرك أن كل مسافر لابد أن يعود ، لأن بالتأكيد سافر أبوه أكثر من مرة وعاد ، أو سافر أحد جيرانه وكان يعود ، ويسافر مرة ثانية وهكذا .

فهو برغم صغر سنه يدرك أن (الموت) ليس سفرًا ، بالمعنى المعروف لديه ، ومدرك أيضاً أن الكبار لا يخبرونه بالحقيقة فيتحير ويتشكك أكثر وأكثر .

- والصواب أن يُجاب الطفل على مثل هذا السؤال بمعلومات صحيحة تناسب مستواه العقلى والفكرى .

فنقول للطفل - ما دون الخمس سنوات - "يا حبيبي جِدُّو راح عند ربنا ، لقد (مات)" ، ولا تظن أن ابنك لا يعرف الموت فى هذه السن ، كلا إنه يعرفه ويرى الحشرات من حوله التى تموت فتفقد الحركة والإحساس .

ويمكن أن نفهم الطفل بهذه الطريقة ، فنخبره أن الذى يموت يفقد الحركة والإحساس تماماً ، وبصورة نهائية .

وإذا كان ابنك فى سن المدرسة فى السابعة أو الثامنة ، يمكنك أن تقول له : "إن جَدُّكَ قد مات ، لأن الموت سنة الحياة ، فكل شىء ينمو ويكبر ، ثم يموت بعد ذلك فى النهاية" ونفهم الطفل أن الذى يموت تخرج منه الروح ، وهى شىء غير مرئى ، فيصبح الجسد ليس فيه حياة ، وبالتالي لابد أن يدفن تحت الأرض ؛ لأن روحه الطاهرة قد صعدت إلى السماء" .

الطفل بصفة عامة يأخذ الأمور الغيبية من الكبار على أنها شىء مسلّم به - طالما جاءت إليه بأسلوب الإقناع - لأنه يعلم أن الكبار أكثر خبرة منه بالحياة ، وهو يثق بهم كثيراً ، ويعتمد عليهم .

• أين الله !؟

يسمع الطفل كثيراً الوالدين يتحدثان عن الله تعالى ، وأن ربنا سبحانه وتعالى "يقول" إن كذا حلال ، وكذا حرام .. فيتساءل الطفل : أين الله !؟ فالطفل لا يتصور شيئاً إلا من خلال ما يراه حوله .

- ومن الخطأ أن يتجاهل الآباء سؤال الطفل ، أو يدخلوا معه فى تفاصيل حول أى أمور غيبية ، ولكن تكون الإجابة بصورة مجملية .

- والصواب أن يقول الوالد لابنه : " يا بنى ربنا سبحانه وتعالى عظيم ، وهو موجود ، يطلع علينا ، وعلى كل الخلق " .

وإذا استطرد الطفل فسأل مثلاً : " هل الله مثلنا؟! " ، فنقول له : " الله سبحانه وتعالى خالق كل شىء ، فهو خالق الإنسان ، والحيوان ، والطير ، والنبات ، والشمس ، والقمر .. الخ . والإنسان لا يستطيع أن يخلق شيئاً ، إذن الله سبحانه تعالى ليس يشبه الإنسان ، ولا يشبه شيئاً من خلقه ، لأنه هو الخالق " .

• أين الجنة ، والنار ؟!

أحياناً كثيرة يقول الوالدان للطفل : إذا فعلت كذا ستدخل الجنة ، أو لا تفعل كذا حتى لا تدخل النار .. والطفل يتساءل ماذا تعنى الجنة والنار ، وأين هما ؟!

- ويخطئ الوالدان حين يعطيان الطفل معلومات غير صحيحة عن الجنة والنار بدعوى أن الطفل لا يزال صغيراً ، ولا يفهم هذه الأمور ، نعم الطفل لن يفهم هذه الأمور كما يفهمها الكبار ، لكن سوف يفهمها بطريقة ، وإعطاء الطفل معلومات خاطئة عن هذا الأمر فى مراحل الأولى ، يجعل من الصعب تغييرها بعد ذلك ، لأنه يعتقد بها ، ويفكر فيها ، ويبنى على تلك المعلومات الخاطئة التى حصل عليها أشياء كثيرة فى ذهنه ، وفى مخيلته .

- والصواب أن نجيب الطفل إجابات صحيحة مناسبة لسنة كما ذكرنا فيما سبق ، وخاصة فى مثل هذه الأمور ، لأنها من أمور العقيلة ، التى لا يجب التفریط فيها ، أو فهمها بطريقة خاطئة ، فنقول له مثلاً : " الجنة والنار عند الله تعالى فى مكان لا نعرفه ، ويعرفه الله تعالى ، وهو سبحانه وتعالى أخبرنا أن فى الجنة كل الخيرات ، وكل شىء جميل يشتهي الإنسان ، وأنه سوف يدخلها من يعمل الخير ، ويساعد الناس ، ويتصدق على الفقراء والمساكين ، ويؤدى

الصلاة ، ولا يؤذى الجيران ، ولا أهدأ من الناس ، ولا يعذب الحيوان .. الخ .  
وأن النار عظيمة سوف تحرق الأشجار ، والمفسدين فى الأرض ، والذين  
يكفرون بالله ، والذين يكذبون ، ويؤذون الناس ، ولا يساعدون الفقراء  
والمحتاجين ، والذين يفعلون الأشياء القبيحة .. الخ " .

• أين تذهب الشمس عندما تغيب ؟

يلاحظ الطفل المظاهر الكونية ، وتأخذ بعقله وفكره، وهذا شىء صحى  
وضرورى لتنمية عقل الطفل وقدراته ، ثم يكثر التساؤل حول تلك المظاهر ،  
وتتابعها ، وما يستغرب منها .

والسؤال السابق كثيراً ما يسأله الأطفل ، وكثيراً ما تكون إجابات الوالدين  
بصورة غير صحيحة ، وهم بذلك يضلون الطفل بدون قصد .

- فمن الخطأ أن يقول الوالدان مثلاً للطفل : " الشمس روّحت عند أمها"  
أو " الشمس بتنام بالليل " وغير ذلك من الإجابات الخاطئة .

- والصواب أن نشرح للطفل بشىء من التبسيط السبب الحقيقى لاختفاء  
الشمس ، فيمكننا القول مثلاً : " ربنا - سبحانه وتعالى - جعل الشمس تطلع  
بالنهار ، حتى تضىء الدنيا بنورها ، ويعمل الناس ويشغلون ، ثم تختفى ليحل  
الظلام حتى يلجأ الناس إلى الراحة والسكون والنوم " .

وعندما يكبر الطفل قليلاً فيصبح فى سن التعليم نقول له :

"إن الأرض تشبه الكرة والشمس ثابتة فى مكانها ، والأرض تدور حول  
الشمس ، فيصبح جزء من الأرض تجاه الشمس فنرى نور الشمس ، ثم عندما  
تدور يصبح الجزء الذى نحن فيه من الجهة الأخرى فلا نرى الشمس ، فتظلم  
الأرض ، ونرى ضوء القمر " .. ويمكن استخدام كرة وشمعة لتمثيل دوران  
الأرض حول الشمس .



شكوى مرة ، من قلب مكلوم ، يشعر بأن الأفق يلوح مظلما بالنسبة لطفله ، وكثيرا ما كانت هذه الشكوى فى غير محلها ، وأن ثمة أسبابا قد جعلت الطفل يتأخر دراسيا لفترة مؤقتة ، وبمعالجة تلك الأسباب تم بحمد الله عودة الطفل لمستواه الحقيقى (التعليمى) . وأسباب التأخر الدراسى عند الأطفال كثيرة ومتشعبة ، وفى الغالب تكون نفسية ، وسوف نتعرض لهذا الجانب أولا ، ثم نعود فنذكر الأسباب الأخرى من وراء تلك المشكلة :

### ■ أخطاء الآباء التى تكمن خلف التأخر الدراسى للأبناء

[١] التقييم غير الصحيح لمستوى الطفل ، وقدراته العقلية .. كثيرا ما يأتى الوالدان يشكيان من تخلف الطفل دراسيا ويقولان : إن الطفل ذكى جدا ، وبالرغم من ذلك فإنه متأخر دراسيا . وبخضاع الطفل لبعض الاختبارات يتبين أن الطفل - بخلاف ما يذكر الوالدان - متوسط الذكاء ، أو أقل من المتوسط . إن تقييم الوالدين لقدرات الطفل العقلية كان نابعا من حبهم الشديد له ، وعدم النظر للموضوع نظرة منصفة أو محايدة ، وبالتالي تعاملوا مع الطفل على أنه (ذكى جدا) ففرضا عليه القيام بأعمال معينة ، فوق مستوى قدراته مما حدا به إلى الإعراض عن المذاكرة كلية ، وتسبب فى تأخره دراسيا .

[٢] الحزم الشديد فى التعامل مع الأبناء .. الحزم الشديد فى التعامل مع الطفل لحته على المذاكرة نتائجه غير طيبة ، ويشعر الطفل بثقل المذاكرة ، كما أن الحزم الشديد بصفة عامة يترك لديهم آثارا نفسية سيئة تعوقهم عن الفهم ، وقد تجعلهم يكرهون التعليم بصفة عامة .

[٣] التدليل الزائد عن الحد .. كما أن الحزم الشديد مع الطفل سلوك غير مفيد بالنسبة له ، ويساعد فى تأخره الدراسى ، فكذلك التدليل و (الدلع) الزائد ، يجعل الطفل يهمل فى دراسته . وبعض الآباء يقولون لأبنائهم : "يا بنى أنت مش محتاج للتعليم فى شىء ، أنا عايزك تأخذ شهادة وخلص " .

يشعر الابن بالغرور ، ويدفعه مثل هذا القول للإهمال ، ويشعر بالتمايز بينه وبين أقرانه ، ويصاب باللامبالاة ، وهذا القول لأبيه لا يدفع الابن للفشل فى دراسته فحسب ، بل للفشل فى حياته عموما ، ويصبح طفلا اتكاليا ، معتمدا على الغير ، ليس لديه القدرة على تحمل المسئولية .

[٤] عدم إتاحة فرصة كافية للطفل للعب والمرح .. للعب دور كبير فى حياة الطفل ، فهو يمثل له البهجة والسرور ، ويجعله فى قمة السعادة ، ليس هذا فحسب بل يزيد من تنمية قدراته العقلية ، وقدرته على حل المشكلات . وأيضا يساعد الطفل على أن يكون طفلا اجتماعيا ، غير منطو على نفسه ، وغير خجول ، والعلاقات الاجتماعية هامة ومفيدة لكل طفل ، وتساعد فى نموه بصورة متوازنة .

وعدم إتاحة الفرصة الكافية للطفل لإشباع حاجته للعب والمرح يؤثر سلبيا على صحة الطفل النفسية ، وبالتالي يساعد فى تأخره الدراسى .

[٥] الإلحاح على الطفل بالمذاكرة .. بعض الآباء كلما رأى الطفل يفعل شيئا يقول له : "ذاكر يا ابنى" لا بد أن يكون هناك تنظيم بالنسبة للطفل ، وطالما أن الطفل احترم هذا التنظيم ، وقام بواجبه ، فلا حرج عليه ، فليفعل بعد ذلك ما يحلو له من لعب وغيره ، ولا يلح عليه أحد بالمذاكرة بين الحين والآخر .

[٦] ترك الإثابة والتشجيع .. إن الطفل إذا وجد أن نجاحه من عدمه ، أو أن تفوقه أو تأخره دراسيا يستويان فلن يبذل مجهودا يذكر للتفوق ، لا بد من التشجيع والإثابة ، فإذا حصل الطفل على درجات عالية نمدحه ونثنى على فعله ، ونشجعه ، ونعطيه الهدايا . هذا كله يساعده على تحقيق المزيد والمزيد . ولقد انزوى أطفال ، وأصبحوا كسالى بعد النشاط لأنهم لم يجدوا تشجيعا من أحد ، ولم يجدوا إثابة أو جائزة ولو مرة واحدة . وهنا شىء جدير بالتنبيه عليه وهو أن بعض الأطفال المتفوقين يساعد الوالدان فى تأخرهم دراسيا وذلك بسبب أنهم كلما حققوا نجاحا لا يبذلون همة الرضا أو الإعجاب ، ويطلبون منهم المزيد . بهذا يشعر الأطفال بأنهم لن يستطيعوا إرضاء آبائهم مهما فعلوا ، فيتأخرون دراسيا ، وقد قالها أحد الأطفال الأذكياء "إن أبى وأمى لا يعجبهما أى شىء ، وإنهما لن يرضيا عنى مهما فعلت" . هذه جريمة فى حق الابن ،

فالطفل لا يعرف أن يفرق بين كون الوالدين يقولان له ذلك من أجل الارتقاء أكثر وأكثر ، وبين كونهما لا يرضيان عن فعله مهما يكن ، إنه يظن أنهما لا يجبانه ولن يرضيا عنه !!

[٧] تفضيل أحد الأبناء على الآخرين .. ننبه هنا على مشكلة خطيرة جدا تحدث في بعض الأسر ، وتؤثر تأثيرا سلبيا على الأبناء ، فيتأخر الطفل دراسيا ، ألا وهي مشكلة وجود طفل متفوق عقليا ودراسيا وسط إخوة غير متفوقين أو متأخرين دراسيا .

يقع الوالدان في خطأ كبير في مثل هذه الحالة حين يميزون ويفضلون الابن المتفوق على إخوته ، ويولونه الرعاية والاهتمام ، وكما يقولون في العامية "يطلعون به السما" عندما يفعل الولدان هذا الأمر يسببون الأذى البالغ لكلا الطرفين ، الابن المتفوق ، وإخوته المتأخرين ، فالابن المتفوق يشعر بالغرور والزهو ، وخصوصا عندما تكون طلباته كلها مجابة ، وهذا الغرور يدفعه لتقييم ذاته بصورة خاطئة ويظن أنه يعرف كل شيء ، ويفهم كل شيء ، فلا يبذل نفس الجهود الذي كان يبذله في المذاكرة ، ويتأخر دراسيا شيئا فشيئا . وكم رأينا من أطفال كانوا متفوقين ، ونتيجة لمثل هذه المعاملة من الوالدين تأخروا في الدراسة ، من جراء إصابتهم بداء الغرور . هذا بالنسبة للطفل المتفوق ، أما إخوته المتأخرون أو العاديون فحينما يشعرون بالتفرقة في المعاملة بينهم وبين أخيهم يحقدون عليه ، ويشعرون أنهم مهما فعلوا فلن يكونوا مثله ، ولن يستحوذوا على رضا الوالدين ، فيتأخرون أكثر وأكثر . وديننا الحنيف حرم التفرقة بين الأبناء ، فقال - عليه الصلاة والسلام - : " اتقوا الله ، واعدلوا بين أولادكم" (رواه البخاري) .

[٨] فتور العلاقة بين الطفل ووالديه لظروف خاصة .. يحتاج الطفل أكثر ما يحتاج في سنواته الأولى إلى الحب ، وحين يشعر الابن بفتور علاقة الحب بينه وبين أبيه أو أمه لأي ظرف من الظروف ، كمرض الأم مثلا وانشغالها عن أطفالها ، أو حدوث خلافات بين الأب والأم ، وشيوع جو من الحزن والكآبة في المنزل ، كل هذه الأمور وغيرها تؤثر على الصحة النفسية للطفل ، وتكون عائقا كبيرا أمام تقدمه في الدراسة .

## ■ لماذا يتأخر بعض الأطفال (العابرة) في الدراسة؟!!

الطفل (العبقري) أو الموهوب قد تحدث له بعض المشاكل والتي تتسبب في تأخره دراسيا ، والسبب في ذلك هو أن للطفل (العبقري) قدرات خاصة ، فهو متفوق على أقرانه بدرجة كبيرة ، وبالتالي قد تحدث له مشاكل من ناحية أصحابه ، وذلك لشعورهم بأنه متفوق عليهم ، أو أنه مغرور - وقد لا يكون كذلك - فيبتعدون عنه ، فيعاني الطفل (العبقري) من قلة الأصدقاء حتى لو كان له أصدقاء عاديون فيعاني من عدم التوافق معهم من الناحية العقلية ، وقد يشعر أنهم أغبياء ، وقد جاء على لسان طالبة متفوقة قولها لأمها : " يا أمي إنني أريد أصدقاء حقيقيين ، فقالت الأم : يا ابنتي حولك صديقات كثيرات .. فردت البنت قائلة : أريد صديقات يفهمنني وأفهمهن " ..

حقا إنها مشكلة ، يجب أن يساعد الآباء أبناءهم المتفوقين في الحصول على أصدقاء يشابهونهم في القدرات العقلية .

## ■ ومن المشكلات التي تواجه الطفل العبقري :

[١] يخطئ بعض الآباء حين يعتبرون الطفل العبقري آلة عقلية فقط ، فيصبون جل اهتمامهم بالناحية العقلية للطفل ، ويغذونه بكل الوسائل التي تساعد على تنمية قدراته العقلية ، وخصوصا إذ كان موهوبا في شيء معين ، إنهم يتعاملون معه كأنه آلة ، ويهملون حاجة الطفل إلى اللعب والمرح ، وحاجة الطفل إلى الحب ..

ونتيجة لذلك ينصرف الطفل عن الدراسة وعن الموهبة باحشا عن شيء يرضى عاطفته ، ويرضى حاجته للعب والترفيه ، وحاجته للحب والعطف والرعاية الاجتماعية .

[٢] ومن الأخطاء التي تحدث في تعامل الوالدين مع الطفل العبقري أنهما يتعاملان معه على أنه شخص ناضج ، وينسيان أو يتناسيان أنه ما زال طفلا .

أيها الأب : إن طفلك العبقري ، هو طفل بكل ما تحمل الكلمة من معنى ، الفرق بينه وبين زملائه أنه متفوق عليهم عقليا فحسب ، لكن صفاته النفسية والحلقية ما زالت ترتبط بمرحلة نموه الطفولية . فلا تظن أن ابنك (ولأنه عبقري) سيقلع مثلا عن سلوك معين لا ترضاه بسهولة ، أو سيترك (الإلحاح)

بالطلب على شىء يريد كبقية الأطفال ، أو غير ذلك من السلوكيات التى تميز مرحلته العمرية .

طفلك العبقري هو طفل ذكى جدا ليس أكثر ، فليس هو رجلا ، وليس فيلسوفا ، وليس مصلحا اجتماعيا .. إنه طفل ، دعه (يشبع طفولته) ويتعامل كما يتعامل أقرانه .

[٣] كما يخطئ الآباء حين يتعاملون مع الطفل (العبقري) أو الموهوب فى شىء (معين) كموهبة (الرسم) مثلا وذلك حين يركزون على تنمية هذه الموهبة ، ويجعلونها تطغى على بقية الجوانب الأخرى فينمو الطفل نموا أعرج ، يكون لديه قدرات عظيمة فى شىء معين ، وضعف فى نواح أخرى ، يجب أن يهتم الآباء بقدرات الطفل المختلفة حتى ينشأ نشأة متوازنة .

[٤] ومن الأخطاء التى يقع فيه الكبار وخاصة المعلمين فى التعامل مع الطلاب فى المدرسة وخاصة مع الطفل المتفوق أو (العبقري) أنهم لا يشجعون رغبته فى البحث والتطلع . ولا يراعون الفروق الفردية بينه وبين باقى التلاميذ فى الفصل ، فيوجهون اهتمامهم بالأطفال المتوسطين أو الضعاف ، باعتبار أن الطفل المتفوق يعرف كل شىء ، وحين لا يجد الطفل الرعاية والعناية من المعلم ينصرف عن التعليم مع مرور الوقت ، ويقل تفوقه .

[٥] يخطئ الآباء حين يتركون ابنهم الطفل العبقري أو الموهوب فى فترة الإجازة الصيفية دون رعاية هادفة وموجهة ، ودون تنمية لمواهبه المختلفة ، ودون قراءة الكتب الجيدة والمفيدة ، التى تناسب مرحلته العمرية ، وعقليته .

### ■ أسباب التأخر الدراسى للأطفال بصفة عامة

#### [١] أسباب صحية :

- اعتلال الصحة العامة ، الإصابة بالأنيميا ، الإصابة بأمراض سوء التغذية.
- ضعف السمع أو البصر ، اضطرابات فى النطق والكلام ، الإصابة بأمراض التخاطب .
- ضعف عقلى ، غباء ، الإصابة بالنسيان وضعف الذاكرة .
- و حين يشعر الوالدان بشىء مما سبق يجب استشارة الطبيب المختص وعدم إهمال الطفل حتى لا يحدث مضاعفات للمرض ، ويصعب العلاج بعدها .

وإذا كان الطفل يعاني من ضعف عقلي يجب أن يأخذه الوالدان إلى المدارس المتخصصة لذلك ، حتى يستطيع أن يتعلم تعليما مناسباً .  
[٢] أسباب أسرية :

- انخفاض المستوى التعليمي لدى أفراد الأسرة خصوصا الوالدين
  - كثرة أفراد الأسرة ، وعدم توجيه الاهتمام للأبناء والرعاية لهم .
  - كثرة المشاكل الأسرية بين الوالدين خاصة أمام الأبناء .
- [٣] أسباب انفعالية عاطفية :

- ضعف ثقة الطفل بنفسه ، والتوبيخ المستمر من الأبوين .
- القلق والاضطراب ، والإصابة بمشكلات الخوف .
- الاضطراب وكرهية المواد الدراسية .

[٤] أسباب خاصة بالمدرسين :

- سوء معاملة المدرس للتلميذ ، وعدم إظهار الحب له والعناية به ، وعدم الاهتمام بتفاعله في الفصل مع المدرس .
- وجود مدرسين غير مؤهلين تربويا ، أو لا يجيدون التعامل مع الأطفال .
- عدم قيام المعلم بدوره كاملا نحو التلميذ واكتفائه بدور (ناقل للمعرفة) فحسب .

[٥] أسباب خاصة بالمناهج الدراسية :

- بعد المناهج عن البيئة وعدم الاهتمام بمتطلباتها ، مما يشعر التلميذ بأن التعليم بعيد عن الواقع ، ويفقد عنصر الإثارة .
- عدم مناسبة المنهج لقدرات الطفل العقلية والفكرية .
- بعد المناهج عن عامل الجذب والمرونة .

[٦] أسباب خاصة بالمستوى الاقتصادي للطفل ولأسرته :

- ضعف الدخل المادي للأسرة ، مما يدفع الطفل لعدم شراء ما يلزمه من أدوات يحتاجها للتعليم ، وأخرى يحتاجها لتنمية قدراته .
- ارتفاع دخل الأسرة ، ودخل الفرد فيها مما يؤدي إلى الإهمال واللامبالاة عند الطفل .

## الثواب والعقاب .. وأخطاء الآباء في (ثواب وعقاب) الأبناء



لاشك أن أسلوب "الثواب والعقاب" أو ما نسميه "الترغيب والترهيب" من أنجح الأساليب التربوية ، والدليل على ذلك أن كتاب الله العزيز "القرآن الكريم" قد كثر فيه الترغيب والترهيب . وذلك لسبب بسيط جدا ، وهو أن الرغبة والرغبة في الإنسان عاملان هامين في توجيه سلوكياته . ولكن استخدام هذين الأسلوبين بطريقة غير صحيحة قد يسبب متاعب نفسية كبيرة للأطفال .

نعم إن الطفل يحتاج أن يعرف أن هناك نتائج مختلفة لسلوكه وإلا تساوى عنده الخير والشر ، والخطأ والصواب . لا بد أن يعرف الطفل أن الصواب له جزاء حسن ، والخطأ له جزاء سيئ ، وهذا شيء هام لنموه .

ولكن هناك قدرا مطلوبيا من التشجيع والإثابة لتحفيز النفس على فعل الحسن والخير ، وهناك أيضا قدر مطلوب من العقاب لردع النفس عن فعل القبيح والشر . والمبالغة في الثواب أو في العقاب بالنسبة للطفل خاصة له أثره الفعّال على نفسية الطفل .

ولذلك كان واجبا علينا هنا أن ننبه الآباء والأمهات على الأخطاء في طريقة الثواب والعقاب للأبناء ، والتي من الممكن أن يقعوا فيها رغبة في تقويم سلوك أبنائهم ، وبدون قصد منهم .

### ■ أخطاء الآباء في الثواب والعقاب للأبناء :

[١] معاقبة الطفل عن كل كبيرة وصغيرة .. لاشك أن الطفل في مراحل الأولى ، وخاصة في السنوات الخمس الأولى من عمره ، يكون كثير الأخطاء ، وكثير المشاكل ، يخرب ويكسر أشياء كثيرة . والطفل إذ يفعل هذه الأشياء إنما يفعلها بقصد التعلم ، وعندما نعاقبه - حتى ولو باللسان - أو (بالنظرات المؤنبية) عند كل كبيرة وصغيرة ، يفقد الثقة في نفسه شيئا فشيئا ، وهذا شيء خطير جدا ، لأنه وكما قلنا ، هذه السنوات هي سنوات التعلم بالنسبة له ،

نعم نعرفه الخطأ والصواب لكن برفق ، ولا " نقعد له عند كل صغيرة" .

[٢] العقاب البدني الشديد .. العقاب البدني الشديد يترك أثرا سيئا بالنسبة للطفل ، هذا الأثر متعدد الجوانب ، فقد يدفعه للخوف الشديد ، أو للجبين ، أو للكذب ، أو غير ذلك من المشكلات النفسية للطفل . ولقد تكلم علماء التربية في طريقة العقاب البدني كإحدى الطرق التربوية لتأديب الطفل ، لكن أحدا منهم لم يمتدح قط طريقة العقاب البدني الشديد المؤذي .  
يقول العلامة ابن خلدون في مقدمته :

"إن من يعامل بالقهر يصبح حملا على غيره ، إذ هو يصبح عاجزا عن الزود عن شرفه وأسرته لخلوه من الحماسة ، والحمية على حين يقعد على اكتساب الفضائل والخلق الجميل . وبذلك تنقلب النفس عن غايتها ومدى إنسانيتها .. فمن كان مرباه على العسف والقهر من المتعلمين سطا به القهر ، وضيق على النفس في انبساطها ، وذهب بنشاطها ، ودعاه إلى الكسل ، وحمله على الكذب ، والخبث خوفا من انبساط الأيدي بالقهر ، وعلمه المكر والخديعة ، وصارت هذه له عادة وخلقاً وفسدت معاني الإنسانية التي له .. "

[٣] عدم التشجيع أو مدح الأعمال الناجحة للطفل .. امنح طفلك التشجيع المناسب ، وامنحه الثقة به ، إن إظهار الثقة بالطفل عند السماح له بالقيام بعمل ما أهم من نجاحه في ذلك العمل أو فشله فيه .

يقول شالز و ليونارد : "هناك قاعدتان في غاية البساطة يجب اتباعهما :

١ - امتدح ما قام به الطفل من أعمال ، وقدر نجاحه المحدود فيها .

٢ - اعمل على أن تعطى الطفل علة أعمل يمكنه القيام بها " .

• شجع طفلك على الابتكار .. هل خوفك من إفساد الطفل أو فشله ، وعقابك المستمر له ، يساعد في قتل مواهبه ؟ للأسف الإجابة : نعم .

لاشك أن طفلك لن ينجز شيئا كما تريد ، وقد يفسد أكثر مما يصلح ، لكنك تستطيع أن تعطيه أشياء يعمل فيها وتشجعه على الابتكار بدون حدوث خسارة كبيرة . فمثلا لو تركت ابنك يساعدك في إصلاح شئ ما في المنزل ، ولو تركت الأم ابنتها تساعد في عمل (السفرة) وتنظيمها مثلا ، .. سيشعر الابن أو الابنة بثقتنا فيه ، ويدفعه ذلك إلى العمل والابتكار ، ولن

يخاف من النتائج خوفا شديدا .

• عود طفلك أن يتكلم بدون خوف أو خجل .. عندما يشعر الطفل بثقة والوالدين سوف يتحدث بدون خوف أو خجل ، وسوف تنمو قدراته اللغوية بدرجة كبيرة ، وسوف يصبح أكثر اجتماعية وإيجابية . تشجيع الطفل على الكلام وعدم السخرية منه أو الاستهزاء به لو أخطأ ، هذا التشجيع له أكبر الأثر في نمو الطفل نفسيا وتمتعه بصحة نفسية سليمة وقوية وعالية .

[٤] عدم التفريق بين السلوك المتعمد وغير المتعمد للطفل .. قد يكون السلوك السيئ للطفل متعمدا ، وقد يكون غير متعمد ، وعن غير قصد وليس من العنل والإنصاف أن نتعامل مع هذا مثل ذلك . ولا نقصد بالسلوك المتعمد وغير المتعمد أنه الذى قصده الطفل أو الذى لم يقصده فحسب ، لكن هناك أشياء كثيرة يفعلها الطفل وهو يقصدها لكننا فى ذات الوقت لا يحسن أن نحاسبه عليها، وذلك لعدم تقديره الصحيح لها ؛ لأن مرحلته العمرية لا تسمح له بفهم هذا السلوك السيئ ، ومن ذلك على سبيل المثال :

• عقاب الابن على الكذب قبل سن ٦ سنوات .. خطأ يقع فيه الآباء حين يعاقبون الابن على الكذب فى هذه المرحلة العمرية وذلك لأن الطفل فى هذه المرحلة العمرية لا يعرف فعلا معنى الكذب أو أنه يكذب . فالطفل قد يتخيل أشياء أنها حدثت فعلا ، ويحدثك بها ، وقد يحكى لك حلما على أنه حقيقة قد وقعت بالفعل ، وغير ذلك مما سبق ذكره فى كذب الأطفال .

• عقاب الابن على الغيرة .. لاشك أن الطفل دون السادسة خصوصا ، حين يشاركه فى أبويه طفل آخر ، ويستحوذ على حبهما وعطفهما ، هذا الطفل يشعر بغيرة عظيمة ، تدفعه لإيذاء أخيه الصغير ، وعقاب الطفل فى مثل هذه الحالة ليس هو الأسلوب الأمثل ، لأن الطفل لن يفهم أنك تعاقبه على إيذائه لأخيه الأصغر بقدر ما يفهم أنك تحب أخاه الأصغر أكثر منه ، وتولييه الرعاية والاهتمام .

بدلا من معاقبة الطفل امنحه الرعاية والحب أكثر وأكثر حتى لا يشعر باستحواذ أخيه على عواطفك . وعلمه حب أخيه الأصغر والعطف عليه .

[٥] عدم توضيح الخطأ للطفل .. من الخطأ أن نضرب الطفل أو نعنفه

بدون توضيح الخطأ الذى وقع فيه ، هذا يدفع الطفل إلى تكرار الخطأ ، حتى لو لم يكرره أمامنا ، فسيكرره من خلفنا . لكن الأسلوب الأمثل لمعالجة الخطأ عند الطفل ليس هو التهديد والضرب بقدر ما هو توضيح خطأ الطفل له وكذلك الآثار المترتبة عليه ، فمثلاً نقول للطفل : "إن هذا العمل الذى عملته هو عمل سيئ لأنه يؤدي إلى كذا وكذا .. ويجعل الناس ينفرون منك .. وهذا العمل يؤدي ويضر ولا ينفع .. " . بتوضيح الآثار المترتبة على الفعل بما يناسب عقلية الطفل تنمو عند الطفل ما يسمى "ملكة الضبط الذاتى" والتي بها يستطيع أن يميز بين الأعمال الحسنة والسيئة ، وبذلك ينتهى عما ننهاه عنه عن طريق الإقناع وإعمال العقل .

[٦] التجاهل العاطفى .. من الأساليب الخاطئة التى يلجأ إليها بعض الآباء ، التجاهل العاطفى للأبناء عند وقوعهم أو تسببهم فى خطأ ما ، وقد ذكرنا أن معظم المشكلات النفسية للطفل قد نشأت أصلاً من نقص عاطفى ، أو حاجة إلى الحب ، وحين يستخدم الآباء هذا العنصر وهو الحرمان العاطفى أو الحرمان من الحب لتهديد الطفل فإن ذلك يكون له أثر سيئ على نفسية الطفل ، يقول د. أشلى فونتاجيو : "يجب ألا نستخدم الحب كأداة لإجبار الأطفال على أن يكونوا طيبين .. لا يجب استخدام الحب كقوة للمساومة ، إن العقاب عادة وسيلة سلبية للتدريب ، لكن التهديد بالحرمان من الحب يؤدي إلى ضرر إيجابى ، فسيكون الطفل فكرة مشوهة عن الحب .. وقد يخشى أن ينتهى هذا الحب فى يوم من الأيام .. وسيعتقد أن هناك شيئاً ثميناً كالحب يعتمد على النظام والطاعة الجامدة للمسئولين أكثر من الشجاعة الأدبية" .

[٧] التهاون مع الطفل .. ليس معنى أننا لا نؤيد الضرب الشديد كأسلوب علاجى لأخطاء الطفل ، أننا نؤيد التهاون معه فى أخطائه التى تستحق معه وقفة معينة . فالتهاون مع الطفل فى الأمور الجليلة سيؤدى حتماً إلى مشاكل أكبر ، ومن الأشياء التى يجب ألا نتهاون فيها مثلاً (سرقة الطفل لأشياء معينة وهو مدرك لذلك ، مثل سرقة الطفل مثلاً زميلاً له فى المدرسة) . فإذا علم الأب أن الطفل قد أخذ شيئاً ما ليس من حقه ، يجب بحث الدافع وراء هذا السلوك عند الطفل ، ومعالجته - كما سبق توضيحه - ولكن لا نتهاون معه فى هذا الأمر ، ونوضح له الآثار الضارة المترتبة عليه فى الدنيا والآخرة . ونعمل

على أن لا يكسب الطفل من وراء هذا العمل ولا يجنى إلا الخسارة مهما كان هذا الشيء بسيطاً ، طالما كان الطفل مدركاً لمعنى ما فعله .

[٨] إهانة الطفل خاصة أمام الغرباء .. عقاب الطفل على عمل ما شيء ، وإهانته أو (كسر نفسيته) شيء آخر تماماً ، ومن الأخطاء الجسيمة التي ترتكب في حق الطفل إهانته أمام الغرباء خاصة ، وإهانته أيضاً في أى وقت .

يجب أن يفهم الطفل أننا نعاقبه أو (نؤنبه) لأننا نحبه ، ونريده أن يصبح شخصاً سوياً ومحبوياً وصالحاً . ومن الأمور الخطيرة على نفسية الطفل أن نحكى للغير عن أخطائه التي لا يصح أن يعرفها أحد ، فهذا يمثل شبه فضيحة للطفل ، هو يعتبرها كذلك ، خصوصاً إذا كانت أخطاء كبيرة ، بل يجب أن نمتدح الطفل أمام الآخرين ، ونذكر أفعاله الحسنة لأن ذلك يشجعه أكثر على تحسين سلوكه .

[٩] ازدواجية المعايير .. التوافق هام جداً فى تربية الطفل ، فإذا عوقب الطفل يوماً ما لأنه مثلاً ضرب أخته أثناء لعبها ، ثم تجاهلنا هذا العمل منه فى اليوم التالى ، وفى نفس الظروف أو ما شابهها ، فإنه يمضى وقتاً عصيباً لكى يفهم جدية هذا السلوك . كيف يعرف الطفل إذا كان عمله حسناً أم سيئاً ، إذا كنا نتعامل مع السلوك الواحد بأكثر من طريقة؟! كذلك قد تضرب الأم ابنها لأنه (شتم) طفلاً مثله بألفاظ بذيئة ، بينما يتجاهل الأب مثل هذا السلوك من الابن لأنه يظن أن ذلك من أسباب (الرجولة) بالنسبة للطفل (فى المستقبل) وربما يدفعه لأن يقوم تجاه الأطفال بمثل هذا السلوك إذا حدث منهم ما يستدعى ذلك منه .

اختلاف أساليب التقويم ، أو الحكم على الأفعال بين الوالدين ، أو بين الفعل نفسه بالنسبة لأحدهما من وقت لآخر ، هذا الأمر يربك الطفل ، ويجعله يحترق ولا يدرى أين الصواب؟ وأين الخطأ؟! . لا بد أن يتفق الوالدان فيما بينهما على الحكم على سلوكيات الطفل ، ولا يجد الطفل منهما تناقضاً .

لكن هذا لا يعنى أن يتفق الوالدان فى كل شيء أمام الطفل ، نحن نتكلم هنا عن الحكم على السلوكيات ، أو الصواب والخطأ ، بينما العادات ، والميول ، والرغبات شيء آخر ، ولا بد أن يفهم الطفل أن الناس يختلفون فى تلك الأشياء بعضهم عن بعض .

[١٠] التسرع في معاقبة الطفل .. يتسرع بعض الآباء أو الأمهات في معاقبة الطفل على شيء ما قد ارتكبه ، ثم يكتشف أحدهما أو كلاهما بعد ذلك أن الطفل فعلا لم يخطئ ، أو أن العقاب الذي ناله لم يكن متناسبا مع الفعل الذي ارتكبه . فيقع الأب أو الأم بعد ذلك في الحرج ، وفي الندم أحيانا ، وأحيانا يسارعان إلى مصلحة الابن مما يفقد العقاب معناه أو قيمته عند الطفل .

التريث في التعامل مع أخطاء الطفل مطلوب ، والصبر على أفعال الأطفال هام جدا ، وضروري ، وإذا تسرعت فعاقبت الطفل ثم شعرت بعدها أن العقاب كان شديدا فلا تصلحه في الحال ، حتى لا يفقد العقاب معناه وقيمته .

يمكنك أن تعوض الطفل بعد ذلك بلحب والعناية والحنان ، فالطفل ينسى بسرعة ، وليس مثلنا نحن الكبار . كما أنه عند فعل الخطأ يدرك أنه أخطأ فعلا ، ويتقبل اللوم ، ويراجع حساباته مع نفسه ، لكن عليك أيها الوالد أن تدرك أن الطفل يفعل كثيرا من الأخطاء بدافع (التنفيس) عن نفسه ، اعلم أن لديه رغبة قوية (للتخريب) فأشبع هذه الرغبة بإعطائه أشياء غير مهمة يلعب بها ، حتى لا يلجأ لتخريب ما هو مهم بالنسبة لك ثم تعاقبه عليه .

[١١] معاقبة الطفل على أسئلته .. الطفل في سن الرابعة من عمره يتفجر نشاطا ، يريد أن يكتشف كل ما حوله ، ويقوم بقسط كبير من النمو العقلي والعاطفي ، لذلك تراه كثير الأسئلة لدرجة قد تسبب الملل والضيق للوالدين . وهو إذ يفعل ذلك إنما يفعله بقصد المعرفة والنمو والفضول أحيانا ، ويقع بعض الآباء في خطأ جسيم هو "ضرب الابن عندما يسأل عن شيء ما لا يروق لهم ، أو يعتبرونه محرجا" .

هذا العقاب يدفع الطفل إلى كبت تلك الأسئلة في نفسه ، وإلى كبت شعور التطلع والمعرفة ، وإلى الخوف ، وإلى التردد والحيرة والشك ، لأنه لا يفهم لماذا يضربه أبواه؟! لماذا لا يجيبانه عما يريد؟!!

إنه لديه أسئلة كثيرة أو شكوك وحيرة ، وخوف ، وإذا لم يبدا الوالدان هذه الشكوك والحيرة والخوف ويطمئنا الابن بالإجابة على ما يريد ، أو على ما يخاف منه ، إجابات شافية مبسطة مقنعة ، إذا لم يحدث هذا سوف تتأثر نفسية الطفل بدرجة كبيرة تأثرا سلبيا ويقع في الحيرة والاضطراب .

## مشاكل متنوعة



### ● الشجار بين الأطفال ●

متزلى مسرح للعديد من المشاجرات والمنازعات بين أولادى .. فهذا يضرب هذا ، وهذه تعض هذا .. وطفل يصيح ، وآخر يستنجد بي .. ضوضاء وبكاء هنا وهناك .. تكسر وتحيط يمينا ويسارا ..

فهل هناك سبيل لإنهاء هذه المشاجرات المتكررة بين أطفالى .. ووضع حد للحرب التى لا تهدأ بينهم بالليل والنهار ، متى تستريح أعصابى وتهدأ نفسى ؟

المشاجرات بين الإخوة الأطفل ، تختلف نسبتها من أسرة إلى أخرى ، ويرى علماء النفس أن شجار الأطفل ، وخاصة بين الإخوة ، هو فى العادة أمر طبيعى .. فكثيرا ما نجد الطفل الأكبر يحاول السيطرة ، وفرض شخصيته على أخيه الأصغر ، وكذلك نجد أن الأطفل الذكور يحاولون السيطرة على البنات .. كما تزداد المشاجرات كلما كان هناك تقارب فى السن بين الأطفل .

وفى الغالب يقل هذا الشجار كلما تقدم الطفل فى السن ، أما إذا استمر الشجار معه كأسلوب للتعامل ، فإنه فى الواقع يكون انحرافا سلوكيا ، يستدعى اليقظة والعرض على متخصص نفسى للبحث عن الأسباب .

### ■ أخطاء الآباء تشعل الشجار بين الأطفل !!

● الأطفل الذى ينشأ فى أسرة تكثر فيها الخلافات ، والمشاجرات ، والتوتر والقلق ، عادة ما يصبح هذا الأطفل عدوانى السلوك ، ونجده يكثر الشجار مع إخوته ، وزملائه ، لا لشيء إلا أنه يعانى من التوتر والقلق من الجوار الأسرى الذى يعيش فيه .

● الأب الذى يستخدم القسوة والعنف مع طفله ، هو بذلك يدفع الأطفل للعدوانية والمشاجرة مع الآخرين ، وذلك للتفيس عن الظلم والقسوة التى يشعر بها من عقاب أبيه له .

- كثرة نقد الطفل . أو التقليل من قيمته ، أو معايرته أمام طفل آخر أو أمام الغرباء ، كل هذا يؤثر على شخصية الطفل ، ويصيبه بالتوتر والعصبية ويدفعه للشجار مع الآخرين .
- التفرقة بين الأطفل ، ومقارنة طفل بطفل آخر أمامه .. فنقول " هذا أذكى من هذا ، وهذه أجمل من هذه ، .. " كل هذا يغرس الغيرة فى أعماق الطفل ، ويدفعه للانتقام من أخيه أو أخته لأنهما يتمتعان بمميزات عنه .
- الآباء العصبيون كثيرو المشاجرة ، عادة ما يورثون هذا السلوك لأطفالهم ، فينشئون عصبيين ، كثيرى المشاجرة مثل آباءهم .

### ■ كيف يمكننا تقليل الشجار بين أطفالنا ؟

- تقل مشاجرات الأطفل التى تنمو ، وتترعرع فى جو أسرى يخيم عليه الهدوء والاطمئنان ، والحب والعطف .
- تقل مشاجرات الأطفل إذا شعروا بالثقة فى النفس ، والتقدير والرعاية من المحيطين .
- تقل مشاجرات الأطفل إذا انشغلوا فى أنشطة وهوايات مفيدة ، تستنفد طاقتهم ، وتقلل من توترهم وقلقهم وعدوانيتهم .
- تقل مشاجرات الأطفل إذا وجدوا من الآباء حسما وسيطرة قوية (دون قوة أو عنف) ، وتوجيها واعيا فى فض المنازعات بينهم .

### ■ ماذا نفعل وقت شجار الأطفل .. ؟

إذا كان الشجار بين الأطفل بسيطا ، ولن يكون وراءه أذى .. من الأفضل غض الطرف عنهم ، وجعل الأطفل يحلون مشاكلهم بأنفسهم . وإذا كانت الحرب شرسة ، وكان هناك ضرورة للتدخل ، فيجب أن يكون التدخل للتوجيه ، مع عدم التحيز لطفل على حساب الآخر . وقد يستلزم الأمر قرارا حاسما وشديدا من الأب أو الأم بفض الاشتباك والمشاجرة.. مع رفض سماع شكوى أى واحد منهم ضد الآخر.. فذلك سيقلل المشاكل والمعارك بين الأطفل مستقبلا .

### ● الشراهة فى تناول الطعام ●

- طفلى يلتهم كميات كبيرة من الأكل ، وما يكاد ينتهى من الأكل حتى

يقدم عليه مرة أخرى ، حتى أنه أصبح الآن منتفخاً مثل "البالونة" .

كثيراً ما نسمع أن الطفل يرفض تناول الطعام ، ولكننا قليلاً ما نسمع أن الطفل شره في التهام الطعام . ويرى علماء النفس أن الشره في تناول الطعام ، عادة ما يكون وقتياً لفترة محدودة ، ثم ما يلبث أن يعود الطفل إلى طبيعته في تناول الطعام . ويرون أن الأسباب النفسية هي المتهم وراء هذه المشكلة .. وأهم هذه الأسباب هي :

- شعور الطفل بالقلق النفسى أو الاكتئاب .. فيلجأ للتنفيس عن نفسه عن طريق الانغماس فى التهام الطعام ، هرباً من المشكلة النفسية التى تقلقه .
- الطفل الذى يعيش فى عزلة عن المجتمع ، ولا يشارك زملاءه اللعب والترفيه ، عادة ما يشغل وقت فراغه بالأكل ، ويصبح تناول الأكل عنده ترفيهاً .
- هذا بالإضافة إلى وجود بعض الأمراض العضوية مثل الإصابة بالديدان أو الاضطرابات الهرمونية من الممكن أن يصيب الطفل بشراهة تناول الطعام .

#### ■ الحل فى هذه المشكلة :

عادة ما تكون هذه المشكلة وقتية ، وبمجرد تخلص الطفل من القلق والتوتر والاكتئاب سوف يتخلص من هذه المشكلة . أى أن حل هذه المشكلة يحتاج إلى علاج مشاكل الطفل النفسية التى تسبب له الأرق ، وتجعله يهرب منها إلى الطعام .. فهو يحتاج إلى تكييف مع الأسرة ، يحتاج إلى رعاية وحنان ، وثقة بالنفس . كما أنه من الضروري تشجيع الأطفال على شغل أوقاتهم فى أعمال وهوايات مفيدة ، وخاصة مزاوله رياضة المشى .

وقبل هذا يجب التأكد من خلو الطفل من أى مرضى عضوى .

#### ● الاكتئاب النفسى ●

• طفلى يعانى الانطواء ، ويرفض المشاركة مع زملائه فى اللعب ، ويعانى الكآبة وانكسار النفس .. ولأتفه الأسباب يبكى ..

فى الحقيقة هناك نسبة قليلة من الأطفال تعانى الاكتئاب ، الانكسار ، الكآبة ، الانطواء ، فقدان الشهية للطعام ، التدهور الصحى ،

التأخر الدراسى .. ولكن نظرا لعدم قدرة الطفل عن التعبير عن حالته النفسية ، فإنه لا يتم تشخيص العديد من حالات الاكتئاب عند الأطفال ، وتظل عادة غير معروفة .

### ■ أسباب وراء اكتئاب الأطفال

هناك العديد من الأسباب وراء إصابة بعض الأطفال بالاكتئاب ، وبالطبع تساهم أخطاء الوالدين فى حدوث هذه المشكلة .. وأهم هذه الأسباب هى :

- الجوا الأسرى غير المستقر ، وكثرة الخلافات الزوجية .
- وفاة أحد الوالدين أو كليهما أو عزيز على الطفل .
- الضغط المستمر على الطفل لاستذكار دروسه .
- الشدة على الطفل لتنفيذ الأوامر ، وتلبية الطلبات .
- الخوف من أحد المدرسين أو من اعتداء أحد زملاء .
- تغير المنزل أو الانتقال إلى مكان غير مألوف ، ليس فيه أصدقاء للطفل .

### ■ كيف نحى الطفل من الاكتئاب ؟

- لابد من توفير الجوا الأسرى الهادئ ، والذى يشعر الطفل من خلاله بالطمأنينة ، والثقة بالنفس ، والتقدير .
- تجنب العنف والشدة فى عقاب الأطفال .
- عند وفاة أحد الوالدين لابد من توفير بديل يرفعى الطفل ، ويقدم له الحب والحنان .

### ● طفلى لا يطيع الأوامر ●

- لا تلعب بكوب اللبن .. فليعب الطفل ويدلق اللبن ، إياك والعبث فى الثلاجة .. فيتجه ويعبث فى الثلاجة ، سأضربك إذا فعلت كذا .. فيفعل كذا ..

كل الآباء تتمنى أن يسمع أطفالهم الكلام ، ويطيعون كل طلباتهم دون رفض أو عصيان . ولكن الأسلوب الذى يتبعه الآباء فى توجيه الأوامر للأبناء هو أسلوب خطأ ، وغالبا ما يأتى بنتائج عكسية ، ورفض وعصيان الطفل للأمر .

فالأم عندما تقول لطفلها إياك ، واللعب فى التلفزيون ، فإنها بذلك تشير فيه الرغبة فى التحدى ، فينتبه الطفل ويعبث فى التلفزيون تحدياً لأمه .  
وكثير من الآباء لا يكونون جادين حازمين فى توجيه الأوامر ، فهم يلقون الأمر بدون حزم أو متابعة للطفل .

وهناك آباء يهددون أطفالهم بالويل إذا فعلوا شيئاً معيناً ، فنجد الطفل يفعل هذا الشيء لينتبر جدياً أبية فى التهديد ، فإذا مر الموقف دون تنفيذ العقاب والتهديد من الأب ، يتمادى الطفل فى رفض كل الأوامر .

### ■ كيف نجعل أطفالنا يطيعون الأوامر؟

- كل طفل يطمع فى الفوز بحب ورضا الآباء ، ولذا يبذل كل جهده لكى يحصل على هذا الحب والرضا كاملاً . وإذا شعر الطفل بالحب والحنان ، والاطمئنان من الآباء ، ومن كل أفراد الأسرة ، فإنه سوف يطيع أوامر كل من يحبه ولا يلجأ إلى العصيان ، لأنه يحب والديه ويطمع فى حبهم .
- ومن الضرورى أن نعامل الطفل كإنسان ناضج ، فعندما نعامله على أنه ناضج ، فإنه يتصرف ويقلد الناضجين .
- ولذا يجب أن نوجه له الأوامر بهدوء ، وبود ، وصدقة ، وإقناع ، ونعامله كأنه صديق وليس ابناً .
- وقد يحتاج الأمر بعض الحزم ولكن مع الحب والحنان فى نفس الوقت ، وذلك لكى يطيع الطفل الأمر .
- ويجب أن نعلم أن الطفل يقلد من حوله ، ويعتبر والديه ، هما المثل الأعلى له ، ولذا يجب أن يكون الوالدان عنواناً للتحافم والحب والطاعة فيما بينهما وليساً رمزاً للخلافات والمنازعات .
- وعلى الآباء تفهم قدرات الطفل ، حتى لا نأمره بما لا يطيق ، وبذلك نضعه فى موقف العاصى المتمرد . وقد قيل فى المثل : "إذا أردت أن تطاع فمر بما يستطاع" .



### ■ من أجل أطفال بلا مشاكل نفسية :

● الأسرة للطفل ، كالأرض للبذرة ، فالأرض الطيبة تنمو فيها البذرة نموا طبيعيا سليما ، كذلك الأسرة السعيدة الهادئة المطمئنة ، المعبأة بالحب والحنان والعطف ، هي المكان المناسب الذي ينمو فيه الطفل نموا طبيعيا ، نفسيا ، وعقليا ، واجتماعيا ، وجسديا .

أما الأرض البور ، الضعيفة ، الممتلئة بالقاذورات ، فهي تسيء إلى البذرة ، كذلك الحال بالنسبة للأسرة التي تكثر فيها الخلافات ، والمشاحنات ، والمنازعات ، لا تصلح بأي حال من الأحوال لتنشئة طفل سليم ، لا نفسيا ولا صحيا . ولذا .. ننأى بأعلى صوتنا: يجب أن تنعم الأسرة بالدفء والود والوئام والوفاق لكي ينشأ طفل خال من أى مرض نفسى .

● الطفل يرى بعيون والديه .. فهما له القدوة ، يقلدهما فى كل كبيرة وصغيرة . وسلوك الآباء له أكبر الأثر فى نفس الطفل ، وتنعكس على تصرفات وسلوك الطفل . ولذا من الضرورى أن تلتزم الأسرة بأكملها ، بداية من الأب والأم والإخوة الكبار ، أن يلتزموا جميعا بالسلوك القويم السوى ، الخالى من الانفعالات ، والتصرفات الرديئة ، حتى لا يتشربها الطفل وتظهر على شخصيته وسلوكه .

● لكي نضمن جيلا جديدا من الأطفل ينعم بالنضوج والاتزان والأخلاق القويمة ، وينمو نموا نفسيا سليما ، لابد من إشباع حاجاته النفسية ، وهذه الحاجات هى شعور الطفل بأنه محبوب ، وشعوره بالأمن والطمأنينة ، وشعوره بالتقدير من كل أفراد الأسرة .

أما إذا شعر الطفل بالنقص والخوف والفشل ، وشعر بالجوع العاطفى فلا نتظر من هذا الطفل إلا الاضطرابات النفسية والقلق والتوتر .

● غذاء آخر يحتاجه الطفل لنمو شخصيته اجتماعيا ونفسيا ، ألا وهو :  
الترويح والترفيه عن نفسه ، والخروج إلى التنزه والفسحة فى أيام الإجازات  
والعطلات . كما أنه من المفيد نفسيا للطفل أن يشغل وقت فراغه بهواية  
مفيدة ، أو مزاوله رياضة يحبها . فهذه الأنشطة ليست مضيعة للوقت كما يعتقد  
البعض ، ولكنها غذاء جيد لتنشئة أطفال أصحاء نفسيا .

● على الآباء دور كبير فى غرس القيم الدينية القويمة فى نفس الطفل  
حتى ينشأ على المبادئ والعادات والأخلاق الدينية السليمة ، وبذلك يربى عند  
الطفل الضمير الذى يحميه من الانحراف والسلوك الردىء . ولكن أول أدوات  
الآباء فى هذا هو تشجيعهم للأبناء لحفظ القرآن ، وقراءة سيرة الأنبياء  
والصحابة والتابعين الأخيار والمواظبة على الصلاة بالمسجد ..

● حبس الطفل داخل المنزل ، خوفا عليه من الحسد ، أو خوفا عليه من  
اكتساب بعض السلوكيات السيئة ، هو سلوك خطأ يقع فيه بعض الآباء .  
فالاختلاط يساعد على النمو الاجتماعى السليم للطفل ، ويحميه من  
الاضطرابات النفسية .

ولكن يقع على الآباء دور كبير فى التدقيق والمتابعة فى رفاق أطفالهم  
والحرص من أن ينزلق الطفل لمصاحبة أصدقاء السوء الذين يؤثرون على  
شخصيته ونفسيته بالسلب ، ويسببون انحراف سلوكه . ويفضل فى رفيق  
طفلك أن يكون فى نفس مستواه الاجتماعى والاقتصادى حتى لا يسبب بعض  
المشاكل النفسية له .

● أبدا ليست " الشغالة " أو المربية بديلا عن الأمهات فى رعاية وكفالة  
الطفل . فالطفل فى مراحل حياته الأولى يستقى القيم من مربيه ، وتتكون  
شخصيته ممن يلتصقون به مباشرة . والشغالات والمربيات مهما وصلت درجة  
ثقافتهم ، ودرجة حبهن للطفل لن يتمكن من إشباع حاجات الطفل ، ولن  
يستطعن تقديم الرعاية النفسية المتكاملة كما تفعل وتقدم الأم . ولذا فمن  
الخطأ ترك أطفالنا للشغالات للاهتمام بتربيتهم ، ونظافتهم ، ونومهم ،  
ولعبهم ، وإدارة كل شئون حياتهم ، فهؤلاء الأطفال ينشئون بمشاكل

واضطرابات نفسية .

ونفس الأمر بالنسبة لتربية الأطفال في الحضانات بعيدا عن الأم ولو لفترة من اليوم ، فقد دلت الأبحاث والدراسات أن هؤلاء الأطفال الذين يربون في الحضانات لفترة من الوقت ، يشعرون بأن الحياة ليست دافئة . بل يتولد عندهم شعور بأن البيئة المحيطة بهم بيئة عدوانية . وبالتالي يعانون من اضطرابات نفسية .

• التذليل خطأ سلوكي يقع فيه كثير من الآباء تجاه الأبناء .. فنجدهم يستجيبون لكل رغباتهم الممكنة وغير الممكنة ، مما يؤثر على شخصية الطفل ، وتجعله عاجزا عن ضبط نزعاته ، وتخلق إنسانا بعد ذلك يعجز عن تحمل المسؤولية ، حيل نفسه ، وحيل والديه والمجتمع الذي يعيش فيه ، كما يؤثر التذليل على تفاعل الطفل في المجتمع ، ويكون له آثار سلبية على نفسيته .

أما الآباء الذين يرفعون شعار "العصا الحديدية" ويقسون بشدة على أطفالهم ، فهؤلاء الأطفال لا يشعرون بالحُب أو الحنان ، ويشبون غير أكفاء نفسيا ، ويشعرون بالفراغ داخلهم ، ويعانون من الخوف والقلق والكرهية للكبار .

ولذا .. لا بد أن يكون هناك توازن في تعامل الآباء مع الأبناء ، فيعاملونهم بسخاء ودفء وعطف مع سلطة ضابطة حازمة مرنة ، فينشأ الطفل على درجة معقولة من الثقة بالنفس ، والشعور بالأمن والطمأنينة واحترام المجتمع .

• حتى لا يصبح الطفل اعتماديا ، لا بد من منحه قدرا من الحرية في الحركة والتصرف ، ويجب عدم التدخل المبالغ فيه في حياة الطفل ، كتدخل الأب في لون ملابسه ، واختيار ألعابه ، وفي أوقات راحته ..

نعم لتدخل الآباء في شئون الأبناء ، على أن يكون تدخلهم مرنا وبأسلوب التوجيه ، وليس بأسلوب الأمر الذي لا بد أن يطاع بدون نقاش .

نعم لتدخل الآباء في الرقابة على ما يقرأه الأطفال من مجلات وكتب ، أو ما يشاهده الأطفال من أفلام وشرائط فيديو ، ولاسيما بعد أن انتشرت وسائل إعلامية رديئة ، تضر بسلوكيات ونفسيات أطفالنا !

• من الضروري على الآباء ذكر مميزات ومحاسن الطفل التي يتميز بها حتى نبث فيه الثقة فى النفس ، ونمى فيه السلوك السليم ونجنبه الإصابة بالاضطرابات النفسية . ويخطئ الآباء خطأ كبيراً عندما ينقدون أطفالهم أو يظهر ونهم بمظاهر العجز ، أو يعايرونهم بنقص عندهم ، أمام طفل آخر أو أمام أحد الغرباء ؛ فهذا يزعزع ثقة الطفل بنفسه ، ويصيبه بالقلق ، والاضطراب وبهينه للإصابة بكثير من المشاكل النفسية .

• العدل ، العدل فى معاملة الأطفال الإخوة ، وإياك وتمييز طفل على طفل ، أو مقارنة طفل بأخيه أو أخته على مسمع منه ، وإياك والتمييز والفرقة بين الولد والبنت فى الحب والود والعطف . فلو شعر الطفل أن إخوته يلقون عطفاً أو حناناً أكثر منه فسوف يكون لهذا آثار سيئة من الناحية النفسية عليه ، وسوف يشعر بالغيرة ، والرغبة فى الانتقام ، والشعور بالعدوان .

• علينا نحن الآباء ألا نلجأ إلى عقاب أطفالنا جدياً ، إلا عندما نستنفد كل الأساليب الأخرى فى تقويم الطفل ، وحين نفشل تماماً فى توجيه الطفل ناحية السلوك السديد . وعندما نلجأ إلى العقاب ، لا بد أن نتخير أسلوب العقاب المناسب ، فى الوقت المناسب ، على أن يخلو هذا العقاب من روح الانتقام والعنف . ولنحذر أن يكون هذا العقاب فيه ظلم للطفل ، لأنه إذا شعر بظلم العقاب ، سوف يشعر بالاضطهاد ، ويكون للعقاب أثر سيئ فى نفسيته وسلوكه . كما أنه لا يجب أن يعاقب الطفل على خطأ واحد مرتين .. مع تجنب معاقبة الطفل على هذا الخطأ .

• ولا بد أن يكون للعقاب هدف ، وهو تعريف الطفل الخطأ والصواب ، ويكون وسيلة لتفكير الطفل بضرورة العودة إلى السلوك الصحيح الذى يجيد عنه . وعند العقاب يجب أن نوضح ونفهم الطفل سبب عقابه .

• وإذا كنا نعاقب الطفل على خطأ ارتكبه ، فلا ننس أن نشجعه على سلوك جيد اتبعه .. ويفضل أن يكون تشجيع الطفل معنوياً لا مادياً ، كأن نشى عليه ، ونحبيه ، ونشكره .

## المراجع

### المراجع العربية والمترجمة :

- [١] علم نفس النمو ، أ.د حامد عبد السلام زهران .
- [٢] أصول علم النفس ، أحمد عزت راجح .
- [٣] الأطفال مرآة المجتمع ، محمد عماد الدين إسماعيل .
- [٤] مشاكل أطفالنا النفسية ، د/ ملاك جرجس .
- [٥] أمراض الكلام ، مصطفى فهمى .
- [٦] سيكولوجية الطفل ، سعد مرسى أحمد .
- [٧] كيف نعيش مع الأطفال ، أدith فيسر وآخرون ، ترجمة : سامى على الجمال .
- [٨] كيف تكون أبًا ناجحًا ؟ ، سيرجن المجلش ، كونستانس فوستر ، ترجمة د/ إبراهيم حافظ .
- [٩] لماذا ينحرف الأطفال ؟ ، شالز وليونان ، ترجمة : د/ محمد نسيم رأفت .
- [١٠] التنشئة الأسرية والأبناء الصغار ، د/ محى الدين أحمد حسين .
- [١١] مشكلات الأطفال اليومية ، دجلاس توم ، ترجمة : د/ اسحق رمزى .
- [١٢] تربية الأولاد فى الإسلام ، د/ عبد الله ناصح علوان .
- [١٣] كيف نفهم سلوك الأطفال؟ ، د/ يسكوك جروتروود ، ترجمة : حسن عيسى .
- [١٤] الطب النفسى الاجتماعى ، مكسوبل جونز وآخرون .

### المراجع الأجنبية :

- 1 – David P, et al : Problems of child . Development, New York .
- 2 – Holt and Howland : The Diseases of Childhood .
- 3 – Thomas A, et al : Behavior Disorders In Children, New York University Press .
- 4 – Poul M. : The Psychological Development of The Child , New Jersey.

## الفهرس

٣	مقدمة
٥	لماذا يكذب الأطفال؟
١١	مشكلة الخوف عند الأطفال .. كيف نعالجها؟
١٩	مشكلة السرقة عند الأطفال .. الأسباب والحل؟
٢٤	طفلى يرفض الطعام .. ما السبب؟ وما الحل؟
٣٥	كيف تجعلين طفلك يتخلص من مشكلة التبول اللاإرادى؟
٤٣	الطفل طويل اللسان .. كيف تقوم سلوكه؟
٤٥	كيف نتعامل مع الطفل المخرب؟
٤٨	ما أسباب الغضب عند الأطفال؟ وكيف نواجهه؟
٥٠	العناد عند الأطفال .. الأسباب والعلاج
٥٢	الغيرة عند الأطفال .. كيف نعالجها؟
٥٥	مص الأصابع .. هل هى مشكلة نفسية؟
٥٨	الخجل عند الأطفال .. الأسباب وطرق العلاج
٦٢	التتهته واللجلجة عند الأطفال
٦٥	الأسئلة المخرجة للأطفال وكيف نجيب عليها
٧٤	طفلى متأخر دراسيا .. ما الأسباب؟
٨٠	الثواب والعقاب
٨٦	مشاكل متنوعة