

## الخطوة الثانية:

### اسأل

المبدأ الثاني لتفعيل عملية التأديب هو توجيه الأسئلة، وهناك جانبان لتوجيه الأسئلة التي تشجع على التغيير الإيجابي للسلوك؛

الأول: استخدام أسئلة تعلم إدراك الذات وإعادة توجيه السلوك في الاتجاه الصحيح،

وأما الثاني: فهو توجيه الأسئلة بقصد التقييم، وهذا يعني أن يتم توجيه أسئلة يتم من خلالها اكتشاف المشاعر ونماذج التفكير، وسناقش في هذا الفصل هذين الجانبين المهمين عن استخدام التأديب كوسيلة فعالة:

### اسأل أسئلة تعلم إدراك الذات...

إن تعليم الأطفال كيف يتحكمون بسلوكهم أو يضبطون أنفسهم وتصرفاتهم ليس بالسهولة التي يتمنى كل منا أن تكون، ولعل أحد أسباب صعوبة تعليم هذه المهارات هو أننا، نحن الكبار، ننسى، أو نتناسى أحياناً، أن الأطفال نادراً ما ينتبهون بدقة إلى ما يجري حولهم في المقام الأول، ونحن نعلم أن

من الصعوبة بمكان أن يتعلم الإنسان أي شيء على الإطلاق إذا لم يكن منتبهاً لما يتعلمه، وما لا ندركه ولا نتصوره دائماً أن الطفل قد لا يكون منتبهاً لنفسه بالذات، وليس فقط لما يدور حوله! فالأطفال قادرون بشكل عجيب أن يتعاموا عن الواقع تماماً ويتناسوا كل ما يحيط بهم ولا ينتبهوا لأي شيء يدور حولهم على الإطلاق، بل يمكن أحياناً أن يكونوا غير واعين بتاتاً لما يجري ولما يفعلونه في أي لحظة من لحظات حياتهم.

وإن الخطوة الأولى لتعليم الأطفال انتقاء الخيار السلوكي الأفضل هو تنبيههم إلى ما يفعلونه في ذلك الوقت وأهميته بالنسبة لهم ولمن حولهم، وهناك طريقتان يمكن استخدامهما لتحقيق هذا الهدف، إحداهما: تذكيرهما باستمرار أن ينتبهوا لما يفعلون، ثم اطلب منهم أن يفعلوا شيئاً غيره، وقد تجدي هذه الطريقة أحياناً ويمكن أن تكون أحسن المراهنات المتوفرة على الإطلاق، فعندما يكون الطفل في مأزقٍ حرجٍ، أو خطرٍ محددٍ، فمن المهم بمكان أن يكون قد تعلم فيما سبق كيف يستجيب للأوامر، وكثيراً ما ينجو الطفل من كارثة إذا تعلم الأمر البسيط (قفا!) أو (انتبه!).

ومن المفيد جداً أن يتم تعليم الطفل كيف يستجيب بشكل صحيح للأوامر بالإشارة والكلام، وينبغي أن يتم تعليم الأطفال هذه المهارة في سن مبكرة جداً، بل إن مثل هذا التعليم يقضي

بأن ينهض الوالد أو الوالدة من المكان ويجري خلف الطفل الذي يتجاهل الأمر الذي يُعطى له بعد المرة الأولى ولا يستجيب لأمر الوالد وتوجيهاته، ويجب أن يتم توجيه الطفل بالفعل ليفعل ما طُلبَ منه أن يفعله، ولا يقتضي هذا بالضرورة أن تتم معاقبة الطفل لأنه لم يستجب للأمر بشكل سليم، ولكن يجب أن يعلم الطفل أنه لا حاجة لتكرار الطلب أو الأمر مرتين، بل ولا داعي أن يُرجى الطفل ويستعطف أن يفعل ما يريده الوالد قبل أن يتخذ الوالد إجراءً آخر نحو الطفل، ويقلقنا جداً، نحن المربين، أن نرى أن قليلاً من الآباء فقط يهتمون بهذه الناحية العملية الهامة والضرورية.

وهناك طريقة أخرى لتعليم الأطفال كيفية الانتباه والاستجابة لتوجيهات الكبار، وهي أن يسألهم الكبار العديد من الأسئلة باستمرار، وتتطلب الأسئلة إجابات، وتستدعي الإجابات تنشيط عملية التفكير.

إن توجيه الأسئلة بدلاً من إلقاء الأوامر يعمل بالطريقة

التالية:

تجري البنت في البيت جيئةً وذهاباً، فتقول الأم:

الأم: ماذا يجب عليك أن تفعل في البيت؟

البنت: أن أمشي!

الأم: هل يمكنك أن تفعلي ذلك، رجاءً؟

ويقابل هذا الحوار التالي بين الأم وابنتها:

الأم: توقفي عن الركض، لا تركضي بتاتا، توقفي الآن! مفهوم؟

لا شك أن الحوار الأول يستغرق وقتاً أطول، إلا أن له فائدة إضافية، وهي أن نلفت انتباه الطفل إلى ضرورة الاهتمام بما يفعل، وفي الوقت ذاته يتعرف الطفل على الخطأ الذي يرتكبه، وإن مثل هذا العمل يؤسس ما يسمى (إدراك الذات) ويعلم الطفل المسؤولية، وقد يبدو المثال الثاني عملياً أكثر لأنه مباشر تماماً وموجهة إلى النقطة التي يجب الاهتمام بها فوراً، إلا أنه يضع مسؤولية سلوك الطفل على كاهل الأم أكثر مما يضعها على الطفل، ومع أن الطفل قد يتوقف ويكف عن الجري في المنزل في كلتا الحالتين، إلا أن الحالة في المثال الثاني لا تتطلب من الطفل أن يبذل أي اهتمام بما يفعل، أو لا يلفت انتباهه إلى ما هو أهم من ذلك، وهو التفكير بما يجب أن يفعل بشكل صحيح،

وكذلك، ينطبق الشيء ذاته أيضاً على أنه إذا تدرّب الأطفال على الانتباه لما يمليه عليهم الوالد، أو الوالدة، أو أية سلطة خارجية أخرى، فستواجههم بعض الصعوبات أحياناً حين تعلم موضوع تطوير الإدراك الداخلي لما يفعلون إذا لم يكن هناك من يشرف عليهم، ولا شك أن من الضرورة والأهمية

بمكان أن يتعلم الأطفال الاستجابة للسلطة الخارجية التي قد تكون منقذة للحياة أحياناً من خطرٍ محققٍ، إلا أنه لا يقلُّ أهمية عن هذا تعليمهم المهارات اللازمة لتطوير مفهوم السلطة الداخلية، وذلك بأن يصبحوا مدركين لذاتهم ومسؤولين عن أعمالهم التي يقومون بها، فيجب عليهم أن يتعلموا أنه يجب عليهم أن ينتبهوا لما يفعلونه من أعمال كي يتخذوا قراراتهم الذاتية بناء على الانضباط الداخلي والوعي للذات وتحمل المسؤولية بحيث يتصرفون التصرف المناسب في الوقت المناسب وبالوضع المناسبة للحالة التي يتعرضون لها، والإجراء الأمثل الذي يجب عليهم أن يقوموا به دون أن يتدخل في شؤونهم شخصٌ كبير مسؤول عنهم في كل مرة، إن إدراك الذات إنما هو بداية تطوير السلطة الداخلية.

وعندما يأتي الأطفال الصغار إلى إدارة المدرسة مثلاً، يجب أن نذكرهم بأن يرفعوا أرجلهم فلا يضعوا أحذيتهم التي قد تكون وسخة على الكراسي والكنبات، ولا شك أن الوالدين يحاولان جاهدين في البيت أن يعلموا أولادهم ضرورة احترام ممتلكات الآخرين وعدم إلحاق الأضرار أو الأذى بها، كما يحاولان تعليمهما كيفية السلوك المناسب خارج البيت الذي يعيشون فيه.

وقد يعطي بعض الآباء أمراً بسيطاً جداً لأولادهم: (أنزل رجلك عن الكنب)، أو: (لا تضع حذاءك على الكنب)، بينما

يأمر بعض الآباء الآخرين أولادهم بأوامر معينة، ولكنهم يضيفون عليها بعض الدروس والتوجيهات الأخرى، فقد يقول بعضهم: (إنك تعلم كيف تتصرف أحسن من هذا! إنك لست في بيتك!)، لقد أعلمتك أنه يجب عليك ألا تضع حذاءك على مفروشات الآخرين فتوسخها).

إلا أن بعض الآباء الآخرين ينظرون إلى الطفل ويقولون ببساطة: (عفواً، اعذرني يا بني! أين تضع رجلك؟).

ويستجيب الأطفال لآبائهم وأمهاتهم في هذه الأحوال جميعها، إلا أنهم في المثال الأخير لم يكتفِ الوالد أو الأم بتوجيه الطفل أن يُنزل قدميه عن الكنب لدى الناس الذين يزورونهم، بل ساعد طفله على تفهّم ذاته وإدراكها والانتباه لما يفعل، فهو يعلم طفله الانتباه لنفسه وجسده، فلا يكفي أن ينتبه لوجود أبيه أو أمه معه فقط، فالأطفال بحاجة إلى تعلّم كيفية الانتباه لما يفعلون، ولعل أفضل طريقة لتعليم مثل هذه الأمور هي توجيه الأسئلة لدى إعطاء التوجيهات أو الأوامر (افعل) أو (لا تفعل).

ف عند توجيه سؤال إلى الطفل تضع الطفل في حالة التفكير بل والاستجابة أيضاً، وعندما تقتضي الإجابة أن يقول الطفل شيئاً ما عن حاله في تلك اللحظة سيبدأ بالانتباه إلى سلوكه، وهذا بدوره يعلمهم ضبط النفس.

إن هناك أربع مراحل أساسية لتعليم إدراك الذات، وبالتالي تعليم المسؤولية الذاتية باستخدام أسلوب الأسئلة، وهي كما يلي:

١. وضّح مقاييس السلوك الإيجابي المتوقع.
٢. وجّه الأسئلة التي تلفت النظر والانتباه إلى السلوك.
٣. انتظر للحصول على الجواب من الطفل.
٤. أعدّ توجيه الطفل إلى السلوك المناسب.

### المرحلة الأولى:

#### وضّح مقاييس السلوك الإيجابي

##### حافظ على إبقاء القواعد إيجابية

أولاً: تأكد أن مقاييس السلوك الإيجابي المقبول واضحة تماماً في ذهن الطفل الذي توجهه؛ وغالباً ما يظن الكبار أنه إذا عرف الأطفال القواعد، وعرفوا ما يجب عليهم أن يفعلوه، أو عرفوا ما يجب عليهم ألا يفعلوا، فإنهم سيفعلون الشيء الصحيح والمناسب، ولسوء الحظ، فإن الموضوع يتطلب أكثر من المعرفة فقط؛ فليست معرفة القواعد العامة للسلوك كافية بالضرورة، إذا أن السلوك الجيد يقتضي الممارسة والتدريب، بل قد يتطلب أحياناً تكرار تلك القواعد مرات ومرات، ولذا، فإن تكرار

الدروس أمر أساسي في عملية تدريب الصغار، حتى ولو تبادر إلى الذهن أنهم قد تعلموا الموضوع تماماً، إلا أن طريقة التكرار أيضاً هامة جداً، وسنناقش هذا الموضوع بشيء من التفصيل في الفصل الخامس من هذا الكتاب.

حاول التركيز على السلوك الإيجابي أثناء تعليم الأطفال قواعد السلوك الأساسية الصحيحة، أمّل القواعد أو الأوامر والتوجيهات، بقدر الاستطاعة، واطلب من الأطفال أن يفعلوا كذا، بدلاً من إعلامهم أو أمرهم لا تفعلوا...، إن التركيز الإيجابي المحدد الغاية والهدف أكثر فعالية وتأثيراً بكثير من التوجيه السلبي (لا تفعل)، وهو أيضاً يساعد الطفل على تذكر ما يجب عليه أن يفعله ويعلمه ما يجب عليه أن يفعله في ذلك الوقت.

ويعني هذا أن على المرء أن يكرر بعض القواعد الأساسية للسلوك والأوامر والتوجيهات بشكل إيجابي، وبطريقة إيجابية أيضاً.

فعلى سبيل المثال، إذا كنت قد قررت في المنزل أن الطفل لا يحق له مجادلة أبيه أو أمه، فيجب أن تأخذ في الاعتبار إمكانية عرض ما تتوقعه من الأطفال بشكل إيجابي، ولتأخذ الأمثلة التالية:

## الأمر السلبي:

الوالد: لا تردّ على كلامي، اسمعْ، (وغالباً ما يكرر الوالد هذه العبارة مراراً وتكراراً على مسامح أطفاله في مختلف الأعمال).

فمن الأفضل أن يقول الوالد ما يلي:

الوالد: يا بني! (لا) هي الجواب، يجب أن تفهم هذا، أو:  
قمّ وافعلْ ما طلبته منك، الآن، أو:  
أرجو أن تفعل ما طلبته منك، الآن، فوراً.

إن أحد الأوامر السابقة يوجّه الطفل إلى ما لا يجب أن يفعله، بينما تطلب منه الأوامر الأخرى أن يفعل ما يُطلب منه، أو تلفت نظره إلى الأمر الأساسي، وتعالج الأوامر الثلاثة الموضوع ذاته، إلا أن واحداً فقط يوجه الطفل إلى المكان الذي تريده أن يذهب إليه، بينما يبين الأمران الآخران ما لا يجب أن يفعله الطفل، وضّح توجيهاتك وأوامرك التي تعطيها للأطفال والمراهقين، بيّن لهم بالتحديد ما تريد منهم أن يفعلوا، حتى إذا كنت غاضباً، أو متعباً، أو ثائراً، وإذا كانت المهمة المطلوب تحقيقها هي تعليم الأطفال طريقة السلوك السليم فمن الأفضل تماماً التركيز دوماً على السلوك الإيجابي.

وقد ينسى أحياناً كثيرٌ من أفضل الآباء والمدرسين أهمية التركيز على التوقعات الإيجابية، إن القواعد ضرورية لا ريب،

إلا أنها في كثير من الأوقات تشير إلى ما لا يجب فعله، بدلاً مما يجب فعله، فعلى سبيل المثال، فإن القاعدة الذهبية في المدرسة: (لا تتكلم عندما يتكلم المدرس)، يمكن إعادة صياغتها بسهولة على النحو التالي: (يجب أن يتكلم شخصاً واحداً فقط!)، أليس كذلك؟ وسيمكن هذا الطفل من التركيز على ما يجب عليه أن يفعله، كما يؤكد على قواعد السلوك المثالية الضرورية للتعليم في الفصل الدراسي مثلاً.

ونبين في الجدول التالي بعض الأمثلة التي تركز على قواعد السلوك الإيجابية بدلاً من السلبية:

- لا كن لطيفاً مع الآخرين، بدلاً من: ←
- لا تكن فظاً ولا ساخراً ولا تسخر من الآخرين. ←
- لا أبق يديك إلى جانبيك، بدلاً من: ←
- لا تلمسني بيدك. ←
- لا تكلم بأدب واحترام مع الآخرين، بدلاً من: ←
- لا ترد في وجه الكبار ولا تجادلهم. ←
- لا قدم العمل في الموعد، بدلاً من: ←
- لا تتأخر. ←
- لا افعل ما أطلبه منك في المرة الأولى، بدلاً من: ←
- لا تحجني إلى تكرار الأمر عدة مرات. ←

لا امش بهدوء في الممرات أو الصالة، بدلاً من:

← لا تركض في الممرات أو الصالة.

امتلاك القدرة على وضع القواعد يساعد على استجابة الأطفال  
قد يكون توضيح مقاييس السلوك أكثر فعالية عندما  
يمتلك الأطفال والمراهقون القدرة على تطويرها، وأحب أن أفعل  
هذا كلما أمكن؛ وذلك لأنه يعطي الأطفال بعض القدرة على  
تصريف الأمور بشكل حسن، وعادة ما أخبر الأطفال بأن لدي  
عملاً ما أريد أن أنجزه، وما إذا كانوا يوافقون على بعض  
التوجيهات العامة بحيث يستمر العمل بشكل جيد للجميع،  
وحسب ما تكون الوضعية سواء أكانت المجموعة التي أتعامل  
معها كبيرة، أم أنها فصل دراسي، أم مجموعة خاصة، وأناقش  
معهم جميعاً ما سأقوم به من عمل في تلك المدة، وأبين ما يجب  
عليهم القيام به كي يتمكن جميعاً من إنجاز ما نريد إنجازه من  
أعمال خلال تلك الفترة المحددة، ثم أسألهم ما إذا كانوا  
يوافقون على على تلك القواعد أو المقاييس البسيطة، وغالباً ما  
يكونون على استعداد للموافقة عليها، وأقول هذا ببساطة لأنهم  
لم يتعودوا أن يسألهم أحد الكبار الذين يتعاملون معهم أن  
يتصرفوا بشكل مناسب ومحترم، بل عادة ما يأمرهم ويقسره  
على ذلك قسراً.

## كيف تؤدب طفلك؟

وبعد أن أحصل على موافقتهم على طلبي يصبحون مسؤولين عن أعمالهم وتصرفاتهم، فإذا لم تسرُ الأمور بشكل حسن، يمكنني أن أسألمهم عن الموافقة التي أعطوها، أو أسألمهم عن حقيقة ما يعملون.

فإذا استمرَّ طفلٌ ما في مقاطعتي، فقد أقول ما يلي:

الشخص البالغ: عفواً، اسمح لي، ماذا كانت اتفاقيةنا؟  
الطفل/المراهق: أن يتكلم شخصٌ واحدٌ فقط، بينما ينصتُ ويستمعُ الآخر.  
الشخص البالغ: شكراً، إذن، سيأتي دورك في الكلام، والآن أنصت.

وأما إذا كانت هذه الوضعية في عائلة، فلا حاجة أن يتم الحصول على اتفاقيات مع الأطفال على كافة القواعد والأنظمة الواجب اتباعها، ولا غرو أن الوالدين مسؤولان عن وضع القواعد العامة وأن يتأكدوا أن أطفالهم يتبعونها، ومع ذلك، فإن طريقة توجبه أسئلة للأطفال هي إحدى الطرق التي تستخدم لتذكير الأطفال بتلك القواعد العامة الواجب اتباعها في البيت، ولتذكيرهم بمسؤوليتهم لاتباعها وتطبيقها، كما أن مناقشة موضوع (لماذا يجب اتباع القواعد والتوجيهات؟) مع الأطفال هو أمرٌ صحي وسليم.

ولا يعني هذا بحال من الأحوال أن على الوالد أو الوالدة الحصول على إذن مسبق من الأطفال لوضع قاعدة من القواعد، إذ إن تدريب الأطفال على اتباع القواعد والتعليمات يعمل بشكل أفضل عندما يسمح للأطفال بالمساهمة في عملية وضع تلك القواعد والتعرف عليها؛ وذلك لأن هذه المساهمة تساعدهم على فهم ضرورة إيجاد هذه القواعد أصلاً ووضعها موضع التطبيق العملي.

كما أن امتلاك بعض المسؤولية لوضع القواعد العامة الواجب اتباعها في البيت يساعد الأطفال على تعلم كيفية الالتزام بها وبالاتفاقيات الناجمة عنها كي يتمكن أفراد الأسرة من التعايش مع بعضهم والاهتمام ببعضهم.

#### التوجيه التفصيلي عامل مساعد

تعطينا القواعد عادة الهيكل الأساسي للعمل والنظام العام الواجب اتباعه لتنفيذه، وإن كلاً من الأطفال والمراهقين يحتاجون إلى الكثير من الهياكل العامة والخطوط العريضة للعمل، والهيكل العام يعني ببساطة وجود توجيهات محددة وواضحة التعريف، ووجود (حدود) و (ضوابط عامة)، وكلما ازدادت صعوبة السلوك الذي يجب على الطفل والمراهق اتباعه، ازدادت الحاجة للمزيد من الوضوح والتحديد للتوجيهات الواجب إعطاؤها له، وازدادت الحاجة أيضاً إلى ضرورة عرض هذه التوجيهات بشكل إيجابي مؤثر.

## كيف تؤدب طفلك؟

وأثناء عملي مع مجموعة من الأطفال المفتقرين إلى تركيز الانتباه والذين يعانون من فرط النشاط - وكانت المجموعة من الأولاد تتراوح أعمارهم ما بين ٥ - ١٢ سنة - وجدت بشكل سريع أنهم يحتاجون أكثر من غيرهم من الأطفال العاديين الذين لا يعانون من هذه الظاهرة، إلى المزيد من التوجيهات التفصيلية المحددة.

فعلى سبيل المثال، إذا أردت أن أقول لهم: (ليجلس كل واحد في مكانه، وليستمع إليّ جيداً)، فكان عليّ أن أحدد توجيهاتي إليهم أكثر بكثير من هذه الجملة، فمثلاً، كان يجب عليّ أن أقول:

(ليجلس كل منكم على مقعده، وليضع رجله على الأرض، وليبقِ أرجل الطاولة الأربعة على الأرض ولا يحركها من مكانها، وركزوا أعينكم عليّ، وليتكلم شخصاً واحداً فقط، بينما يستمع الآخرون).

طبعاً، لا حاجة، في اعتقادي، إلى مثل هذا التفصيل الممل دائماً، إلا أنه يساعد إلى حد كبير عندما تستخدمه مع أطفال لا يدركون ما يفعلون بشكل مستمر، كما يساعد هذا التفصيل الممل أيضاً على التركيز على ما يجب أن يفعله هؤلاء الأطفال، بدلاً من أن تقول لهم ما يجب عليهم أن يتجنبوا فعله.

وباستخدام طريقة التوجيهات التفصيلية تجنبتُ مثلاً أن أقول بشكل مستمر:

(لا تستلقوا على طاولاتكم، لا تحركوا أيديكم، انظروا إليّ عندما أتكلم، ولا تتكلموا عندما أتكلم أنا)، فقد كان السيناريو الأول أكثر فعالية وتأثيراً على هذه المجموعة من الأطفال، وأنه لا يحتاج إلى المزيد من الطاقة والجهد اللازمين في السيناريو الثاني.

### المرحلة الثانية:

استخدم الأسئلة التي تلفت النظر إلى السلوك

يمكن أن يكون الأطفال فارغي الذهن تماماً

كأني أسمع أحد القراء يقول: (حسناً إن طفلي/تلميذي يعرف القواعد، إلا أنه لا يبالي بها ولا يقيم لها وزناً)، وقد يكون لهذه المقولة شيء من الصحة، إلا أن معرفة القواعد شيء، وإدراك أهميتها، وإدراك ما يفعله الشخص في الأوقات جميعها شيء آخر، ويجب أن يُلفت نظر الأطفال إلى ما يقومون به في أي دقيقة من أوقات حياتهم، وإن أفضل طريقة لتعليم الأطفال أهمية الاهتمام بالذات هي تذكيرهم بشكل دائم بأهمية ما يفعلون، ولا تتطلب هذه الطريقة الإلحاح المستمر على الأطفال أو تعذيبهم، بل إن كل ما تتطلبه هو توجيه المزيد من الأسئلة إليهم عن أعمالهم وأهميتها.

ويجب أن يكون أكثر الأسئلة تكراراً هو: (عفواً ماذا تعمل؟) وستكون النتيجة غالباً مدهشة تماماً إذ يقف الطفل أو

## كيف تؤدب طفلك؟

المراهق المسؤول مشدوهاً، ويحاول أن يتذكر ماذا يفعل حقيقة، فهم يحتاجون إلى هذا النوع من التذكير المستمر، ويمكن أن يكونوا عارفين، بل على الغالب، لا يدركون ماذا يفعلون، وقد رأيت بعض الأطفال يَجْبُون تحت المقاعد أو الكراسي والطاولات دون أن يدركوا أنهم فعلاً يفعلون ذلك، وقد يصدق هذا حتى على الكبار أحياناً.

ويجب تدريب كل من الأطفال والمراهقين على ضرورة الانتباه لما يفعلون، وغالباً ما يفترض الآباء والمعلمون أن الطفل (غير المدرك لما يجري حوله) هو (عديم الاهتمام ولا مبالٍ، بل من المحتمل جداً أن يكون مثل هذا الطفل لا يدرك ما يفعل في تلك اللحظة، وإن سؤال مثل هذا الطفل: (ماذا تفعل؟) هو أداة تدريب وتعليم لهذا الطفل، ويستحسن ألا يتم توجيه هذا السؤال على شكل اتهام يوجه للطفل الفاعل أو على شكل نبرة ازدراء وسخرية بما يفعل، إذ إن نبرة الصوت التي تتضمن معنى (البلاهة) أو (عدم الإدراك التام) التي ينعت بها الطفل أو المراهق تجعله يريد الدفاع عن نفسه ومعاودة الكبير، كما أن النبرة (السلبية) أو (العدائية) التي يستخدمها الكبير مع الطفل أثناء توجيه مثل هذا السؤال ستجعل التركيز ينصب على الكبير، وليس على الطفل الذي يوجه السؤال إليه، ولن تلفت نظره إلى السلوك الذي يقوم به في ذلك الوقت.



## الأسئلة تعلم تحمل المسؤولية

وهناك فائدة أخرى لاستخدام الأسئلة لتعليم الأطفال (إدراك الذات) وإعادة توجيه السلوك وهي إتاحة الفرصة للأطفال تعلم تحمل مسؤولية أعمالهم، وإن كلمة (المسؤولية) هي من الكلمات المفضلة لكل من الآباء والمربين، وهي تعني ببساطة القدرة على الاستجابة، أو (قدرة الاستجابة)، وهي خصلة هامة من خصال الشخصية التي يجب تميمتها وتبنيها لدى الأطفال، إلا أنه لا يمكن تعليمها لهم إلا إذا أدرك الأطفال ماذا يفعلون، وماذا يجب عليهم أن يفعلوا في تلك اللحظة، إن التعرف على العمل الذي يقوم به الطفل هو الخطوة الأولى في تحمل المسؤولية، وإن تعليم الطفل تحمل المسؤولية يؤدي أفضل أغراضه إذا تُرك المجال للطفل أن يفعل ذلك فقط؛ أي يتعلم تحمل المسؤولية الناجمة عن أفعاله.

ويمكن أن يتطوع الكبار عن غير قصد بتحمل مسؤولية أفعال الأطفال بقولهم:

(لقد أخبرتك يا بني ألا تفعل هذا! وقد أصرخ بأعلى صوتي إذا لم تسمع ما أقول، ويجب أن تسمع ما أقول، وإنني لن أتسامح معك إذا فكرت يوماً ما أنك يمكنك أن تتجاهلني وتتجاهل ما أقول لك).

وهذا يعني، من دون قصد طبعاً، أن الشخص البالغ في هذه الحالة يخبر الطفل بأنه ليس قادراً على التحكم بالموقف، إلا أنه يعتقد أنه سيُكره الطفل أن يفعل الشيء الصحيح، وحقيقة الأمر: (إنك لن تستطيع إجبار الطفل على القيام بسلوك معين)، وبين هذا المثال أيضاً أن ما يتعلق بالتحكم بالموقف هو في يد الكبير، وليس بيد الطفل، ويجب أن تتم إعادة توجيه التركيز إلى قدرة الطفل على التحكم بسلوكه الشخصي، ونلاحظ أن طريقة السؤال تضع التركيز حيث يجب أن يكون.

كما أن تعليم المسؤولية الشخصية يكون في أحسن أحواله عن طريق توجيه أسئلة للطفل أو المراهق وإبقاء التركيز على السلوك الشخصي لهما، وليس على (السلطة) أو (الصلاحية) التي يتمتع بها الكبار.

الكبير: ماذا تفعل يا بني؟

الطفل: أشاهد التلفاز.

الكبير: ماذا قلتُ لك يا بني؟

الطفل: أغلقُ التلفاز.

الكبير: إذن، ماذا يجب عليك أن تفعل يا بني الآن؟

الطفل: يجب أن أغلق التلفاز.

الكبير: إذن، افعل هذا الآن يا بني، رجاءً.

كيف تؤدب طفلك؟

ونلاحظ هنا أن التركيز منصبٌ على سلوك الطفل، ولا داعي لمهاجمة شخصيته على الإطلاق.

وعندما يتمسك الكبار إلى حد كبير بسلطتهم وصلاحياتهم وأن لهم كل القوة والقدرة والصلاحيات على أن يفعلوا ما يريدون، وأن يأمرُوا فيُطاعوا، فيمكن أن يتحملوا المسؤولية، عن غير قصد، عن أعمال أطفالهم وسلوكهم بدلاً من تعليم الأطفال طريقة تحمل مسؤولية أعمالهم شخصياً، فإذا حدث هذا، يميل الأطفال تلقائياً إلى نسيان ما يفعلون أو تناسيه، إن صحَّ التعبير، أو ما يجب عليهم القيام به، ويستمر الأمر على هذه الحال إلى أن يسألهم الشخص الكبير ويطلب منهم أن يفعلوا ما يجب عليهم فعله، وإن مثل هؤلاء الأطفال في الواقع يعملون ما يرغبونه ويودون القيام به إلى أن يُضبطوا بأنهم يفعلون ما لا يُقبل منهم أن يفعلوه، وإنهم لا يتحملون مسؤولية أعمالهم ونتائج أفعالهم.

#### المرحلة الثالثة: ♦

انتظر الجواب...

لا تتسَّ أن تعطي الأطفال فرصةً كافيةً للإجابة عن سؤالك؛ لأنه لا يكفي أن يعي الأطفال ويدركوا ما يجب عليهم أن يفعلوه، ولكن يجب عليهم كذلك تحمل مسؤولية أعمالهم ونتائج أفعالهم وسلوكهم، ولهذا السبب بالذات يجب على الكبار أن ينتظروا الردَّ على أسئلتهم والإجابة عنها، فليس

المقصود من السؤال (الخطابة) أو (الإعلام) فحسب، بل لا بد من جواب عليه، كما أن (الجواب) يتطلب من الأطفال التعرف على ما يفعلونه في ذلك الوقت وإدراكه تماماً.

فعلى سبيل المثال، إذا أوقف معلّم تلميذاً يركض في باحة المدرسة، فسيقول له ما يلي:

المعلم: عفواً يا بني؟ ماذا تفعل؟

انتظر حتى تسمع جواب التلميذ.

التلميذ: إنني أركض في باحة المدرسة.

ونبين فيما يلي مثلاً آخر عن الانتظار للحصول على الجواب عندما يتم توجيه سؤال إلى الطفل عن سلوك غير مناسب يقوم به:

المعلم: عفواً يا بني؟ توقّف في مكانك لحظة، أين يدك؟

انتظر حتى تسمع جواب التلميذ.

التلميذ: إنها على وجه زميلي.

المعلم: أين يجب أن تكون يدك يا بني؟

التلميذ: يجب أن تكون مكانها، إلى جانب جسمي.

المعلم: هل يمكنك أن تضعها في مكانها، من فضلك!

انتظر حتى تسمع جواب التلميذ.

التلميذ: نعم يا أستاذ.

إن الجواب يستدعي أن يستخدم الطفل جزء التفكير في دماغه ولو للحظة قصيرة،

يجب أن يفكر الأطفال فيما يعملون، وإذا لم يُعطَ الطفل فرصة للإجابة على السؤال، فكأنك تطلب منه أن يقف ويكف عما هو فيه من عمل، أو يمكنك أن تعطيه أمراً آخر، إن إجابتهم الشخصية، على محك الواقع الفعلي، تعطيتهم فرصة تذكر ما يفعلون، والانتباه إلى ما يجب عليهم أن يفعلوا، كما تذكرهم أيضاً أن سلوكهم وتصرفهم هو خاضع لإرادتهم وتحكمهم، وبما أن (التأديب) يُقصد منه تعليم (ضبط النفس)، فإن هذه الاستراتيجية ستستمر في التركيز على الأطفال للتحكم بسلوكهم وأفعالهم وتصرفاتهم (داخلياً) بدلاً من الاعتماد على الكبار لتوجيهها والتحكم بها (خارجياً).

#### المرحلة الرابعة:

#### أعد توجيه الطفل إلى السلوك الصحيح

إن توجيه الطفل أو المراهق للانتباه إلى سلوكه الشخصي، وتوجيه السؤال له والانتظار فترة كافية للحصول على الجواب منه يعطي الكبير فرصة مناسبة لإعادة توجيه السلوك غير المناسب وتقويمه بالشكل المناسب. كما تتيح للكبير أيضاً معالجة موضوع السلوك دون إيقاع عقوبة بالطفل أو المراهق لخرقه للقواعد والتعليمات المرعية والمتبعة.

وبعد انتظار الجواب من الطفل أو المراهق، وبعد أن يجيب عن السؤال المطروح، يمكن أن يطلب الكبير من ذلك الطفل أن يفعل ما يُفترض عليه أن يفعله في ذلك الوقت، ويمكن أن نبين أفضل الأسئلة التي يمكن استخدامها لمتابعة سلوك الأطفال لتعليمهم ضرورة الانتباه للتوجيهات والتعليمات واتباعها، وهي كما يلي:

الكبير: عفواً يا بني؟ ماذا يُفترض أن تفعل الآن؟

انتظر حتى تسمع جواب التلميذ.

الطفل: يجب أن أمشي في باحة المدرسة.

انتظر حتى تسمع جواب التلميذ.

الكبير: شكراً جزيلاً يا بني!

ومرة أخرى نقول: إن سؤال الأطفال عما يُفترض أن يقوموا بعمله هو أكثر فاعلية من إعطائهم الأوامر أن يفعلوا شيئاً ما، وقد يكون طلب تنفيذ أمر على شكل سؤال أكثر قبولاً لدى بعض الأطفال والمراهقين من توجيه أمر إليهم بالقيام بعمل ما، وإن الأطفال الميالين للعناد والمعارضة بطبيعتهم غالباً ما يستجيبون لتلبية السؤال للقيام بعمل ما أكثر من استجابتهم لتنفيذ أمر ما، وفي الحقيقة، فإن (الطلب) المبين أعلاه إنما هو (أمر) وليس سؤالاً، فالسؤال أو الطلب هو طريقة أخرى لعرض (الأمر)، وإنك لا تعطيتهم الخيار للاستمرار في عمل ما يرغبونه،

ومع ذلك، فلا حاجة في كثير من الأحيان لاستخدام القوة أو التهديد لطلب تنفيذ عمل ما من قبل الأطفال أو المراهقين، وعندما يستخدم الكبير طريقة السؤال والجواب فإنه يوضح بشكل لا غموض معه أنه يتوقع أن الأطفال أو المراهقين سيفعلون ما يطلب منهم أن يفعلوه؛ فالتوقعات ذات قوة خاصة، وعادة ما يحقق الأطفال تلك (التوقعات) التي تتوقع منهم، ومن المهم جداً أن تكون توقعاتنا من الأطفال والمراهقين (إيجابية)، على أن يكون هذا جزءاً عادياً من سلوكنا وتصرفاتنا اليومية العادية معهم.

لاحظ الفارق بين الطريقتين عندما يتم توجيه بعض الأسئلة التي تحمل في طياتها التوقعات السلبية:

الكبير: عفواً يا بني؟ ماذا يُفترض أن تفعل الآن؟

لا ينتظر حتى يسمع الجواب...

الكبير: لماذا لا تفعل على الإطلاق ما يطلب منك أن تفعله؟

إن عليّ أن أخبرك دوماً ما يجب أن تفعله لأنك لا

تسمع!..

لا غرو أن العبارة المبينة أعلاه صحيحة إذ يجب على الكبير أن يخبر الصغير مراراً وتكراراً ما يجب عليه أن يفعله، إلا أنها لا تركز على السلوك المقبول، ولعلها - بدلاً من ذلك - تجعل التركيز على السلوك المرفوض أو غير المقبول؛ وإن الأمور

التي تتلقى الانتباه المركز تنمو وتزداد، فالمعلمون الذين يذكرون تلاميذهم دائماً بأنهم (لا يستمعون) إليهم غالباً ما يجدون أن لديهم فعلاً تلاميذ لا يستمعون إليهم أو إلى أوامرهم وتوجيهاتهم.

ويجد بعض الكبار صعوبة في التركيز على التوقعات الإيجابية، وقد نجد أن من غير المستغرب من بعض الآباء والأمهات الذين يحبون أولادهم إلى حد كبير غير قادرين على الثناء عليهم أو تأكيد اعتقادهم بأن الأطفال قادرين على اتباع التصرفات الحسنة؛ ومع ذلك، فهناك كثيرون من المراهقين يتخذون قرارات جيدة، إلا أنها صعبة، إلا أنهم يتمكنون من تجنب السلوكيات غير اللائقة أو غير الشرعية التي يقوم بها زملاؤهم، وغالباً ما يفعل هؤلاء مثل هذا لأنهم يريدون أن يحققوا التوقعات الإيجابية التي يتوقعها منهم آباؤهم وأمهاتهم مثلاً، فهم يدركون أن آباءهم يتوقعون منهم اتخاذ السلوك السليم، وهم لا يريدون أن يخيبوا آمال آبائهم فيهم، وهذا العمل لا يشبه (الخشية من الوقوع متلبساً بالذنب مثلاً)، بل هو أقوى وأحسن وقعاً منه بكثير، فإذا كان السبب الوحيد لعدم ارتكاب الحماقة أو السلوك الخاطئ هو خشية الوقوع متلبساً به، فقد تكون المخاطرة أو المغامرة بفعله من باب (ضربة الحظ)، وإذا كان سبب المحافظة على السلوك الجيد هو الرغبة

والحاجة لتحقيق توقعات الوالدين وثقتهم بك، وبسبب توقعاتهم الإيجابية التي يتوقعونها من أطفالهم، سيصعب عليهم جداً تخطي تلك الخطوط الحمراء.

وبعد أن تمّ تحديد الخطوات اللازمة لاستخدام الأسئلة لتعليم (إدراك الذات) وإعطاء التعليمات والتوجيهات والأوامر، فمن المفيد أن نراجع مرة أخرى الفارق بين (العقوبة) و (التأديب).

### لا تدعُ مجالاً للعقوبة أن تعترض طريق التأديب

إذا تجاوز الأطفال والمراهقون الحدود المسموح لهم بها، أو رفضوا طاعة الأوامر التي تعطى إليهم فقد تبدو العقوبة ضرورية في هذه الحالة، إلا أن العقوبة ليست دائماً هي الأداة القوية لإدارة السلوك وتحسينه والتي يرتجىها الكبار، بل إن العقوبة قد تعترض سبيل التأديب الفعال أحياناً إذ إن مهمة التأديب الفعال لا تتطلب سوى إعادة توجيه انتباه الأطفال والمراهقين إلى ما يجب أن يقوموا به، ثم تعليمهم كيفية القيام به، وإن توجيه الأسئلة لتعليم (إدراك الذات) وإعادة توجيه السلوك هو أمر هام بشكل خاص عندما تفقد العقوبة قدرتها على تحقيق النتائج المرجوة منها.

وتقتضي وضعية العقوبة أن تتم المعاقبة على الأخطاء وخرق القواعد المرعية، وقد يقع الفرد أحياناً في مثل هذه الأمور، إلا أن

ما يرجى من العقوبة بشكل عام هو تغيير السلوك نحو الأحسن والأصلح، وغالباً ما لا نحصل على هذه النتيجة بتطبيق العقوبة، وقد يتطلب منا تطبيق العقوبة الكثير من الوقت والجهد والأعمال المختلفة مثل: الوقت المستقطع للمناقشة، وسحب الصلاحيات العادية من الشخص المعاقب، والتردد على المدرسة مثلاً للتأكد من الموضوع وتحسين السلوك، كل هذا لتجنب تكرار العقوبة للأطفال مثلاً، كما أن رفض الكبار متابعة نتائج العقوبة يساعد الأطفال، وخاصة من المولودين بحب (المغامرة أو المقامرة)، يساعدهم على الاستمرار في سلوكهم السلبي؛ فهم يظنون في كل مرة أنهم سينجون من العقوبة.

وهناك أيضاً سبب آخر لاعتراض العقوبة طريق التأديب الفعال، وهو أن الأطفال والمراهقين الذين يعانون من مشاكل سلوكية مزمنة يحتاجون إلى الكثير من التوجيه والإرشاد، وليس العقوبة فقط، ويتصور الكبار مثل هؤلاء الأطفال والمراهقين أنهم (يعيشون في عالمهم الصغير)، وأنهم (لا يهتمون بشيء على الإطلاق) سوى ما يريدون أن يفعلوه، ويبدو للكبار أن تصرفات أمثال هؤلاء الأطفال والمراهقين تحتاج إلى العقوبة؛ ولذا فهم يتلقون العقوبة على تصرفاتهم هذه المرة تلو المرة، ويعاقبون على الأخطاء ذاتها مراراً، ويميل الكبار إلى الاعتقاد بأنه إذا لم ينفع الوقت المستقطع المحدد للعقوبة بخمس دقائق

مثلاً، فيمكن أن يضاعفوا وقت العقوبة، وتنجح الحالة بهذا الشكل.

وفي المدارس مثلاً، يمكن أن نعتبر أن إرسال مثل هؤلاء الأطفال والمراهقين إلى الإدارة المرة تلو المرة هو الأمر المناسب، حتى ولو لم يتغير سلوكهم السلبي على الإطلاق، ويبقى سلوك هذا الطفل أو المراهق كما هو، مما يزعج الكبار ويوقعهم في الملل والحرج والإحباط، كما يشعروهم بعجزهم، مما قد يجعلهم سريعي الغضب، وبالتالي ستنشأ عن هذه الأمور دائرة مفرغة لا جدوى من تكرارها، ويلاحظ أنه كلما ازداد غضب الكبير ازداد سوء سلوك الأطفال والمراهقين الذين يتعامل معهم، وبالتالي نلاحظ أن العقوبة قد اعترضت سبيل تعليم الطفل والمراهق طريقة السلوك الجديدة التي نريده أن يتعلمها.

وفي هذا الوقت يتصرف الجميع من مركز العواطف في الدماغ، وهذا ما يصعب إيجاد الحل المناسب للمشاكل، إن لم يجعله مستحيلاً، وعندما تصبح هذه الدورة واقعية يصبح من الضروري جداً أن يتراجع الكبار نفسياً خطوة إلى الوراء، ويجب أن يضع الشخص الكبير نفسه في وضعية التفكير، ويجب ألا يستسلم لمشاعر الإحباط والانزعاج العاطفي؛ كما أنه من الضروري في مثل هذا الوقت أيضاً أن ينتقل إلى المظهر الثاني من توجيه الأسئلة ليتمكن من استخدام طريقة التأديب الفعال

بشكل مناسب وعملي؛ وإن وضعية التفكير تسمح بالبدء بعملية حل المشكلة وتقييمها.

### وجه الأسئلة التي تهدف لتقييم الحالة

إن توجيه الأسئلة أمر ضروري جداً لدى التعامل مع الأطفال والمراهقين الذين يعانون من مشاكل سلوكية مزمنة، بل إن الأسئلة هي مفاتيح النجاح أثناء التعامل مع الأطفال والمراهقين الذين تستمر مشاكلهم السلوكية بعد إيقاع العقوبة المتكررة بهم، وسواء أكان الكبير يحاول التعرف على حقيقة ما يعاني منه الطفل أو المراهق، أم يريد تعليمه كيفية امتلاك القدرة على التحكم بأفعاله، فإن توجيه الأسئلة المناسبة يبقى أمراً ضرورياً، ومن المناسب أحياناً أن يبدأ الكبير بتوجيه الأسئلة التالية لنفسه أولاً:

- ترى ما الذي يجري لهذا الطفل؟
- هل هناك ما يؤكد لي أن هذا الطفل يمكنه أن يتحكم بأفعاله وسلوكه؟
- ما الذي يشعر به هذا الطفل حالياً؟
- كيف يجعلني هذا الطفل أشعر حالياً؟
- ما الذي أحтаجه عندما أشعر بمثل هذا الشعور؟

يتمتع الأطفال والمراهقون بقدرة عجيبة على نقل مشاعرهم للكبار الذين يحيطون بهم، وعندما يعاني الكبير من اضطراب داخلي فيما يتعلق بما يشعر به الأطفال والمراهقون داخلياً، يجب أن ينظر في نفسه وذاته ومشاعره في تلك الحالة؛ وقد يشعر الكبير بالانزعاج التام والضيق وحالة من التبرم والإحباط، بل قد يشعر بالغضب وشيء من الأسى والحزن الداخلي، وبغض النظر عن نوعية المشاعر، فإن الأطفال والمراهقين يمكن أن يعانون من المشاعر ذاتها تقريباً، فإذا تكونت لديك فكرة تقريبية معقولة عن مشاعر هؤلاء الأطفال والمراهقين الذين تتعامل معهم يمكنك ابتكار الطريقة المناسبة التي تساعدهم بالتعامل مع تلك المشاعر بطريقة مقبولة.

تذكر أن الأطفال الصغار خاصة، نادراً ما يعرفون كيف يصفون مشاعرهم الآنية، إلا أنهم إذا قدمت لهم المساعدة المناسبة، يمكن أن يعطوا الأدوات التي تمكنهم من تعلم كيفية وصف مشاعرهم، وقد لا يستطيعون في البداية أن يجيبوا على أسئلة مثل: (قل لي ماذا تشعر الآن؟)، أو: (قل لي كيف تشعر الآن؟)، ولا يمكن أن تتوقع أن تكون الإجابة مثلاً: (إنني أشعر بالغباء يوماً لأنني لا أستطيع أن أفعل ما يفعله بقية زملائي في هذا الفصل)، وقد يكون أفضل جواب يمكن أن يتوقعه المعلم في مثل هذه الحالة ابتداء هو: (لا أدري!)، أو يكون

الجواب مختصراً جداً: (أنا زعلان)، وبما أن المشاعر هي التي تحرك السلوك فمن الضروري جداً أن نساعد الأطفال والمراهقين أن يتعرفوا على مشاعرهم التي يشعرونها في كل وقت من الأوقات، ولعل من أفضل الطرق لتعليمهم هذا هو أن نساعدهم بأن (يحزروا) أو (يخمنوا) تلك المشاعر.

ويمكن توجيه أسئلة مشابهة لما يلي:

- هل يمكن أن تكون منزعجاً لأنك لا تستطيع أن تفهم المادة التي تدرسها في هذا الفصل؟
- إذا أعطيتك سؤالاً متعدد الإجابات هل تستطيع اختيار أقرب كلمة لتصف المشاعر التي تشعر بها الآن؟
- هل تشعر بالضغط، أو الغضب، أو الاضطراب؟
- لو أن هذا الشعور كان (حيواناً) ماذا تفعل به؟

إن هناك العديد من الطرق التي يمكن بواسطتها تحديد المشاعر، وغالباً ما أعرض للأطفال، وللبعض الكبار أيضاً، لوحة كُتِبَتْ عليها بعض الألفاظ ورُسِمَتْ عليها بعض الوجوه المعبرة التي تصف المشاعر وتعبّر عنها، ثم أطلب منهم الإشارة إلى اللفظة والصورة التي تعبر عن مشاعرهم في تلك اللحظة، وغالباً ما تعمل هذه الطريقة في كل مرة تقريباً، ويمكن محاولة كافة الاستراتيجيات المشار إليها أعلاه، وتعتمد هذه جميعها

على عمر الطفل، وهي تعمل جميعها بشكل جيد ولها مفعول عجيب، كما أن التفكير المبدع للكبار في هذه الحالة يساعدهم كثيراً في التعرف على مشاعر الأطفال والمراهقين في تلك اللحظة، مما يساعد على إعطائهم الحل المناسب لهم، ويجب أن يحاول الكبار مساعدة أطفالهم ومراهقيهم في التعرف على مشاعرهم لتقديم الحل المناسب لمساعدتهم في التعرف عليها لحل المشكلات التي تواجههم في حياتهم..

ونعتقد أنه حتى ولو كان لدى الأطفال والمراهقين فكرة أو تصور عن المشاعر التي يشعرونها في لحظة ما، بل وحتى الكبار أيضاً، فقد لا يكون لدى الكثيرين منهم القدرة على التعبير عنها بشكل دقيق وبكلمات معبرة تفصح عنها؛ ولذا يأتي دور الكبار المتمرسين في (حزر) أو (تخمين) هذه المشاعر بإعطاء الكلمات والألفاظ والصور المعبرة المناسبة لتساعدهم في التعرف على مشاعرهم الحقيقية والتعبير عنها بشكل مقبول يمكن من مساعدتهم على إيجاد الحل المناسب لها.

إن فكرة توجيه الأسئلة عن المشاعر التي يشعرها الأطفال والمراهقون في لحظة غضبٍ أو قلقٍ مثلاً إنما هي لمساعدتهم على تطوير خطة مناسبة للتعامل مع مشاعرهم في المستقبل بطريقة مقبولة بحيث تحول دون وقوعهم في مشاكل لا تحمد عقباها، وإن الهدف المنشود من التأديب هو تعليم الأطفال والمراهقين

طريقة بديلة أكثر فاعلية للتعامل مع مشاعرهم والتعبير عنها بشكل مقبول لا يوقعهم في المشكلات التي قد يندمون عليها لاحقاً، كما أن توجيه مثل هذه الأسئلة عن المشاعر والحصول على الإجابات المناسبة عليها من الأطفال والمراهقين بل والكبار أيضاً، يساعد على التعرف على ما يحتاج إليه هؤلاء لتغيير سلوكهم، إذ إن العقوبة فقط تعلمهم أن سلوكهم غير مقبول، وهذا بطبيعة الحال لا يكفي لتغييره، إن التأديب الفعال يعلم هؤلاء جميعاً ماذا يجب عليهم أن يفعلوا ليصبح سلوكهم مقبولاً في المستقبل.

ولهذا السبب فإن أهم سؤال يجب أن يسأله الكبار في مثل هذه الحالة هو: (ما الذي يمكنني أن أعلمه للطفل أو المراهق بحيث يتعلم كيف يفعل في المرة التالية ما يجب أن يتوقعه الناس منه؟)

تعهدت أم مرة أن تتأكد من أن طفلها يتصرف بالشكل المناسب يومياً في المدرسة، وكانت هذه الأم مصممة أن يحترم ولدها القواعد المدرسية وأن يحصل على ثقافة جيدة مناسبة تقيده في المستقبل، إلا أن هذا الطفل استمر في الوقوع في مشاكل سلوكية يوماً بعد يوم، وكانت المدرسة تتصل بالأم وتشتكي عن وضع سلوك هذا الطفل يوماً بعد يوم، وكانت الأم تعاقب طفلها بشدة كل يوم، إلا أن الطفل استمر في

تصرفاته السلوكية الخاطئة واستمر في الوقوع في المشكلات في المدرسة، ثم سألت الأم إدارة المدرسة: (ما الذي يمكنني أن أفعله لإصلاح سلوك ولدي وتحسينه؟ إنني أستمر في معاقبته، وهو يستمر في المشكلات)، وكان جواب الإدارة: (ابدئي بتوجيه الأسئلة لابنك، لماذا يتصرف بهذا الشكل؟ وما الذي يزعجه في المدرسة حتى يتصرف بهذا الشكل ويقع في المشكلات؟)

لقد كان ضرورياً لهذه الأم ولعلمي المدرسة أن يحاولوا معرفة المشاعر التي تدفع الطفل إلى التصرف بتلك الطريقة الخاطئة، وما الذي يجب على الطفل القيام به ليبقى في منأى عن مثل تلك المشكلات السلوكية المتكررة؟ وإذا أخذنا بعين الاعتبار ثبات جهد الأم وتصميمها وعزمها وإلحاحها على تحسين سلوك ابنها في المدرسة، فهذا يعني أن هناك احتمالاً كبيراً أن هذا الطفل يعاني من مشاكل عاطفية أو عصبية، وإذا صدق هذا الاحتمال فإن ضبط هذا الطفل لنفسه قد يكون مستحيلاً تقريباً، وكان لابد من الحصول على إجابات على هذه التساؤلات قبل وضع خطة فعالة لتغيير سلوك هذا الطفل.

وغالباً ما يقفز الكبار إلى النتائج قبل التعرف على المشكلة التي يعاني منها الأطفال، وقد يكون من الصعب أحياناً على الكبار أن يدركوا أن الأطفال والمراهقين قد يكونون غير قادرين على تغيير سلوكهم، بل قد يحتاج الأمر في

بعض الأحيان تدخل طبيب نفسي لحل المشكلة التي يعاني منها هؤلاء الأطفال والمراهقون، وقد يرفض الكبار دائماً تقريباً قبول فكرة احتياج الطفل إلى الدواء لمعالجة موضوع تركيزه الذهني على الدراسة والسلوك السليم، ويرفض الجميع بالطبع فكرة إعطاء الدواء للطفل دونما حاجة، ولا شك أن هناك آلاف مؤلفة من الأطفال والمراهقين الذين يمكن أن ينجحوا كثيراً في حياتهم العلمية والعملية بتناول شيء من الدواء المناسب.

وغالباً ما يقول الناس: (إننا لم نحتاج إلى تناول الدواء عندما كنا صغاراً)، وقد كان كافياً أن يخبرنا آباؤنا بما يجب علينا أن نفعله، وقد فعلنا ما طلبوه منا، وها نحن بألف خير، ومع أن هذا الأمر صحيح بالنسبة لكثير منا، إلا أن العالم قد شهد تغيراً ملحوظاً في الآونة الأخيرة عما كان عليه من قبل ثلاثين أو أربعين عاماً، ويتضمن هذا التغير طريقة تربية الأطفال والمراهقين، والبيئة التي يعيشون فيها، والطريقة التي يلعبون بها، وهذه بعض التغيرات فقط وليست كلها، ويمكن أن يكون لأي من هذه العوامل، أو لها جميعاً، أثرها على تطور دماغ الطفل، وليس من المناسب على الإطلاق أن نفترض أن أطفال هذا الجيل سيكونون (مثلما كنا نحن في جيلنا تماماً)، ولم يبق إلا القليل على حاله من الأجيال السابقة في هذا العالم الذي نعيش فيه.

ويعاني عددٌ متزايدٌ من أطفال هذا الجيل من اختلالات عصبية وعاطفية، ومن المناسب جداً الحصول على المساعدة المتخصصة لنقرر ما إذا كان رفض الطفل أو المراهق للاستجابة لتطبيق القواعد والأنظمة المرعية هو إرادي أو غير إرادي، وهل يستطيع الأطفال والمراهقون طاعة الأوامر واتباع التوجيهات والتعليمات إذا أرادوا ذلك ورغبوا فيه، أم يبدو أنهم غير قادرين على ذلك ابتداءً؟ ولا شك أن الخبراء المتخصصين يحتاجون إلى فترة ليقرروا أحياناً ما إذا كان الأطفال والمراهقون قادرين على التصرف بشكل سليم أم لا، يجب الانتباه إلى ضرورة عدم القفز السريع إلى النتائج، إن إيقاع العقوبة بالأطفال والمراهقين على أمور لا يمكنهم التحكم بها والسيطرة عليها غير مجدٍ، بل غير مفيد إطلاقاً..

يجب تعليم كثير من الأطفال الذين يصنفون على أنهم يعانون من (مشاكل سلوكية تحتاج إلى التأديب) مهارات ضبط النفس، أو حل المشكلات، أو مهارات التفكير السليم بشكل عام، وكما أشرنا سابقاً، فغالباً ما يفترض الكبار أن الطفل يعرف ماذا يجب عليه أن يفعله، إلا أنه لا يريد أن يفعله، ولكن معرفة الطفل وحدها للقاعدة العامة للتعامل مع الأمور كالبقاء على مقعده الدراسي في الفصل مثلاً، أو المجيء إلى المدرسة على الوقت، إلا أن معرفة ما يجب عليه أن يفعل عندما (يشعر) بالرغبة من القيام من مقعده الدراسي، أو ما يجب عليه القيام به للحضور إلى المدرسة في الوقت الصحيح.

## فكرة عن تعاطي الأدوية

إن إعطاء الأدوية الخاصة بالصعوبات السلوكية التي يعاني منها الأطفال والمراهقون هي الخيار الوحيد المتاح لمعالجة المشكلات السلوكية المزمنة، ويجب أن يتم التفكير جيداً بتعاطي هذه الأدوية في بعض الحالات المستعصية الخاصة، والخطوة الأولى لتنفيذ هذا الأمر هي عرض الحالة على خبير متخصص ذي تدريب عالٍ في هذا المجال قبل اتخاذ القرار بذلك، ولدى إعطاء الطفل دواء معيناً لمثل هذه الحالات يجب مراقبته عن كثب من قبل طبيب مختص، وبشكل دقيق، للتعرف على الآثار التي قد تنشأ عن تعاطي مثل هذه الأدوية، وقد لا تحصل النتائج اللازمة إلا بعد عدد من المحاولات، أو تغيير الجرعات والأدوية التي يتم تناولها من قبل الطفل قيد المعالجة، ويجب أن يتأكد الوالدان من توجيه كافة الأسئلة التي يودان الحصول على إجابات عنها، وبخاصة عن الآثار الجانبية التي قد يتعرض لها الطفل المعالج، وكيف يمكن التعرف على أن الدواء يؤدي دوره بشكل سليم وفعال أم لا.

إننا لا نعني بهذا الدفاع عن الدواء الذي يعطى في الحالات السلوكية الصعبة، وليس كذلك اندفاعاً للقول بأن مشكلة سلوكية خاصة من مشاكل الطفل السلوكية تحتاج إلى معالجة دوائية لحلها والتغلب عليها؛ وذلك لأن معظم الآباء الذين

يشعرون بمسؤولية تربية أولادهم لا يشعرون بارتياح لدى إعطاء أطفالهم الأدوية التي قد تؤثر على عقولهم، إلا أن الكثيرين من هؤلاء الآباء والأمهات لا يدركون أنه إذا تمّ التشخيص السليم لحالة الطفل أو المراهق، وأعطى الدواء الناجع المفيد الذي يساعد في حل المشكلة السلوكية التي يعاني منها فإن بعض الأطفال سيشعرون بالفارق الكبير بعد تعاطي الدواء بشكل منتظم حسب توجيهات الطبيب وإشرافه، فإذا شعر الآباء بأنه ليس هناك أي حل مفيد للطفل أو المراهق الذي يهتمون به، وأنهم لم يحصلوا على إجابة مقنعة عن أي من تساؤلاتهم الكثيرة، فتصبح الحاجة ملحةً لعرض هذا الطفل أو المراهق على طبيب متخصص لإعطاء تقييم كامل عن حالته، قبل اللجوء إلى المعالجة الطبية وإعطاء الأدوية، إذ إن هذه الخطوة قد تعالج المشكلة من جذورها وتتم معالجة السلوك الخاطئ لدى الأطفال والمراهقين.

ومهما كان الدواء والعلاج ضرورياً ومساعداً لمعالجة حالات السلوك المستعصية لدى الأطفال والمراهقين إلا أنهما لن يكونا بديلاً عن (التأديب)، فالأطفال الذين يحتاجون إلى الدواء والعلاج لمساعدتهم في التغلب على مشاكلهم السلوكية والتعامل معها يحتاجون إلى جانب هذا أيضاً مساعدة كافية للتعرف على كيفية التعامل مع مشاعرهم ودوافعهم ورغباتهم، فالدواء له أثر

في التحكم ببعض سلوك الطفل فقط، وليس كله، وهو لا يساعده في تعلم الأسلوب الذي يستطيع من خلاله تطوير (الانضباط الداخلي) اللازم للعمل دون الحاجة إلى إشراف ومراقبة من الكبار في كافة الأوقات،

### توجيه أسئلة عن المدارس العامة

غالباً ما نسمع الأسئلة التالية عن المدارس العامة: (أليس من واجب المعلم أو المدرسة ضبط سلوك الأطفال والمراهقين؟ لماذا يجب عليّ أن أساعدهم على الدوام في القيام بواجباتهم وأعمالهم؟)

وقد يعلق بعض الآباء كما يلي: (يجب أن يدرك المعلم أن الطفل لا يمكن أن يعين نفسه، ولا بد له من وجود من يعينه)، ولا شك أن هذه الأمثلة من الأسئلة والتعليقات هي غير واقعية ولا يمكن توقعها من معلمي المدارس العامة، وإن كثيراً من الأطفال والمراهقين يحتاجون إلى أمور لا تتوفر في المدارس العامة العادية، فهناك بعض الحاجات الخاصة بالأطفال والمراهقين الذين يعانون من مشاكل سلوكية مزمنة، نذكر منها هنا على سبيل المثال وليس الحصر: الهدوء، والهيكل الصارم للمدرسة، والسلامة من التهديدات الخارجية، والأمن من الاحتقار والإذلال، والبعد عن الشدة أو الإحراج والإخجال بسبب السلوك الخاطئ، والتعامل على شكل فردٍ مع فردٍ فقط، والتدريبات

البدنية الرياضية المتخصصة، والحركة المستمرة، وطرق التدريس البديلة، وقد لا تكون هذه كلها، أو حتى بعضها، متوفرة في المدارس العامة.

وتعاني المدارس العامة من تحديات كبيرة في تلبية احتياجات كافة الطلاب بشكل عام؛ فالنظام الدراسي في المدارس العامة مصمم بحيث يلبي الاحتياجات التعليمية لمعظم الطلاب، وليس كلهم، وهو ليس مصمماً بحيث يعالج الاحتياجات العاطفية التي لا يمكن تلبيتها والتي ترافق الكثير من الطلاب الوافدين إلى المدارس العامة الحكومية؛ وكذلك، فإن نظام المدارس العامة ليس مصمماً أيضاً لمعالجة الاختلالات العصبية والعاطفية التي يعاني منها بعض الطلاب الوافدين إلى المدارس العامة أيضاً، ومع كل هذا، فنحن نعلم أن كلاً من (الاحتياجات) و (المشاعر) هما اللذان يدفعان ويوجهان (السلوك) بشكل عام؛ ولهذا، فيمكن أن يتعاون كل من الآباء والأمهات والمدرسين والمدرسات على اكتشاف (المشاعر) و (الاحتياجات) التي تدفع الطفل إلى التصرف بشكل خاطئ، وإن مثل هذا التعاون البناء يساعد إلى حد كبير في تعليم الطفل والمراهق طريقة جديدة أحسن للتعامل مع تلك المشاعر والاحتياجات الخاصة به، ويمكن أن نلاحظ هنا تغييراً إيجابياً على سلوك مثل هؤلاء الأطفال والمراهقين باتباع هذه الطريقة من التعاون بين المدرسة العامة والبيت.

ويمكن أن نبين هنا بعض الأسئلة التي يمكن أن يوجهها كل من الآباء والمدرسين:

- ماذا يحدث في البيئة التي يمكن أن تكون هي المساهمة في السلوك السلبي للأطفال والمراهقين؟
- هل هناك أماكن أخرى، وأطفال آخرون، لا يعاني الطفل أو المراهق من أية مشاكل لدى التعامل معهم؟
- ما هي المهارات التي يحتاج الطفل تعلمها للتعامل مع متطلبات البيئة المدرسية التي يعيش فيها؟
- من يمكنه المساعدة في تعليم المهارة اللازمة لمثل هؤلاء الأطفال؟

ولا غرو أن المدرسين يعانون من مشاكل كبيرة في التعامل مع هذه العملية دون الحصول على الدعم المناسب والكافي من الآباء والبيت بشكل عام، والعكس بالعكس أيضاً، إن الأمر يحتاج إلى فريق متكامل من الأشخاص المدربين لتعليم الأطفال والمراهقين (التأديب) بحيث يصبح الطفل والمراهق قادرين بشكل فعال على تعلم سلوكٍ جديد، ويمكن أن يتعاون كل من المدرسين والآباء، بشكل مثالي، لتحقيق مثل هذا الأمر، إلا أنه ليس بإمكان طرف واحد منهما فقط توجيه الأسئلة والحصول على الإجابات اللازمة لمساعدة الأطفال والمراهقين، دون دعم

وتأييد من الطرف الآخر، والغاية المنشودة بالطبع هي أن يتم تحديد كيفية مساعدة الطفل أو المراهق على تعلم الطريقة الأفضل للتعامل مع عواطفه ومشاعره، وغالباً ما يعتقد كل من المدرسين والآباء أن (العقوبة) هي الجواب الشافي لكافة الصعوبات والمشكلات السلوكية التي يعاني منها الأطفال والمراهقون، وليس هذا الأمر صحيحاً بالضرورة، بل إن (توجيه الأسئلة) هي العامل الأساسي في التأديب الفعال.

### تعليم الأطفال والمراهقين طريقة توجيه الأسئلة

لا غرو أن توجيه الأسئلة المناسبة هو فن لا بد من تعلمه للكبار والصغار، كما أن توجيه الأسئلة ليس الطريقة العادية المألوفة للتعامل مع الأطفال، إلا أن العادات تتطور وترسخ بالتكرار، فهو يعلم الأخيار والشطار، وبالتالي فإن عملية (توجيه الأسئلة) هي عادة ليست بمنأى عن بقية العادات، فلا بد لها إذن من المحاولة والتكرار والترسيخ في الأذهان كي تستقر وتصبح جزءاً من الحياة المألوفة، وبازدياد تكرار توجيه الأسئلة تصبح العملية أكثر سلاسة وقبولاً وراحة للطرفين، وبخاصة إذا شعر الإنسان بالفارق بين توجيه الأسئلة وعدمه، كما أن هناك شيئاً مفيداً آخر يكسبه الكبار من عادة (توجيه الأسئلة) إلى الصغار، وهو أن توجيه الأسئلة يصبح قاعدة أساسية للصغار أنفسهم تعلمهم كيف يوجهون الأسئلة المناسبة إلى أنفسهم

أيضاً، ويجب أن يتساءل كل من الأطفال والمراهقين عن سلوكهم وتصرفاتهم الشخصية.

يجب أن يصبح الأطفال والمراهقون قادرين على أن يسألوا أنفسهم:

- ما هو شعوري الآن؟
  - ماذا أفعل الآن؟
  - ماذا يجب عليّ أن أفعل؟
  - ما الذي سيحدث في المستقبل إذا فعلت ما أرغب فعله الآن؟
- وبعد أن يصبح الأطفال والمراهقون قادرين على التعرف على فكرة توجيه الأسئلة الذاتية، وقادرين على الملاحظة الذاتية، سيصبحون أكثر قدرة على التحكم بسلوكهم وضبطه والسيطرة عليه، وإن تعليم الأطفال والمراهقين كيفية (ضبط النفس) هو أحد الأهداف المنشودة من تربية الآباء للأبناء.

### ملخص

غالباً ما لا يشعر الأطفال والمراهقون بما هم يعملونه ويقومون به في وقت من الأوقات، بل وغالباً ما يستغرقون فيما يعملون حتى يصبحوا غير واعين بتأثيرات سلوكهم ولما يجري حولهم، ولعل الخطوة الأولى لتذكيرهم وجلب انتباههم إلى ما

يعملون هي توجيه السؤال المناسب إليهم عما يقومون به من عمل، ويمكن توجيه أسئلة كما يلي: (ماذا تفعل يا بني؟) و (ماذا يجب عليك أن تفعل يا بني؟) وسيعلمهم هذا الأسلوب ما يسمى ب: (الملاحظة الذاتية)، أي يبدأ الطفل بملاحظة ما يفعله وما يدور حوله من أمور، وتُعتبرُ عملية (الملاحظة الذاتية) مهارة من مهارات التعلم، أي هي مهارة مكتسبة يكتسبها الإنسان بالممارسة والتطبيق العملي والتعلم من الآخرين، وهي الخطوة الأولى على طريق تعلم عملية (ضبط النفس)، كما سنرى لاحقاً.

كما أن تعليم الأطفال والمراهقين عملية (الملاحظة الذاتية) يساعدهم على معرفة أنهم مسؤولون عن سلوكهم وتصرفاتهم، وهذه هي بداية تعلم هذه المهمة الصعبة، وغالباً ما يقضي الكبار أوقاتاً ليست بالقصيرة في إعلام الطفل والمراهق أن يتوقف عن عمله لحظة ويتمكر بانتباه لما يقوم به من عمل في تلك اللحظة بالذات، إلا أن عملية (توجيه الأسئلة) هي أكثر فعالية من إخبار الأطفال والمراهقين ما (يجب) عليهم وما (لا يجب) عليهم أن يفعلوه في وقت ما، إن عملية (توجيه الأسئلة) تستدعي التركيز على السلوك ذاته، وبالتالي يصبح الأطفال والمراهقون واعين ومدركين لأنفسهم ولما يفعلون من عمل، بدلاً من اعتمادهم بشكل كامل على الكبار ليخبروهم بما يجب عليهم أن يفعلوه في كل وقت.

وعندما يدرك الأطفال والمراهقون أنهم هم المالكون الحقيقيون لسلوكهم وتصرفاتهم، وأنهم هم المسؤولون عن نتائجها فعلياً، يصبح من المحتمل جداً أن يتعاونوا مع الكبار ويطيعوا القواعد ويتبعوا الإرشادات والتعليمات التي تعطى لهم، ومن المساعد والمفيد أيضاً توجيه سؤال إلى الأطفال والمراهقين عما إذا كانوا يوافقون على مقياس السلوك الضرورية لكل فرد من الأفراد، ثم محاولة الالتزام بها بعد الموافقة عليها، وبعد الموافقة عليها يمكن أن يذكرهم الكبار بضرورة الالتزام بها بتوجيه أسئلة مناسبة عنها مثل: (على ماذا اتفقنا يا شباب؟) إذ إن هذه الطريقة تساعد وتعلمهم إدراك أن القواعد والتعليمات إنما توضع لسبب هام، كما أنها تتيح لهم إدراك أن طاعتهم لتلك الأوامر والتعليمات إنما هي مسؤوليتهم، وليست مسؤولية الشخص الكبير المسؤول عنهم فقط.

وعندما يتعلم الأطفال والمراهقون كيفية إدراك الخطأ وأنهم هم المسؤولون عن تصرفاتهم وسلوكهم وما يعملون، فيمكن أن يوجه الكبار انتباههم إلى ما يجب عليهم القيام به بشكل سليم، إن توجيه الأسئلة يجعل التركيز منصفاً على السلوك الصحيح، ويوجه الأطفال والمراهقين إلى ضرورة اتباع التصرف السليم، ومن المفيد جداً أن يجعل الكبير جل اهتمامه منصفاً على السلوك السليم الذي يجب على الأطفال والمراهقين

## كيف تؤدب طفلك؟

أن يفعلوه، وإن عملية التأديب تعلّم الطفل كيف يفعل الأمور السليمة، بينما نلاحظ أن العقوبة وحدها قد تعترض أحياناً عمل التأديب، كما أن الاندفاع فوراً أحياناً لتطبيق العقوبة نتيجة خرق القوانين والتعليمات أو نتيجة ارتكاب سلوك خاطئ قد يصرف التركيز عن السلوك الإيجابي المطلوب من الطفل، وعندما تصبح العقوبة أمراً ضرورياً لا مفر منه، فمن المهم جداً توجيه سؤال للطفل أو المراهق عما يجب عليه أن يقوم به كي لا تتكرر هذه العقوبة له مرة أخرى في المستقبل إذا ارتكب الخطأ السلوكي ذاته.

وإذا لم يتعلم الأطفال والمراهقون طرقاً بديلة للتعامل مع الحالات التي يتعرضون لها في حياتهم فيمكن أن يبدووا تطوير انحراف سلوكي مزمن يؤثر عليهم في مستقبل حياتهم، والسر الذي يكمن فيه توقيف الانحراف السلوكي المزمن يبدأ من عملية توجيه الأسئلة المناسبة، ولعل السؤال الأول الذي يفرض نفسه هو: (ما الذي يحدث لهذا الطفل؟) ولا ريب دائماً أن هناك سبباً للانحراف السلوكي المزمن، وأن هذا السبب هو متعلق عادة بالمشاعر اللاواعية، ويجب تذكير الطفل بما يجب عليه القيام به لتحريض الوعي الكامن لديه، وإذا بدأ الأطفال والمراهقون تطوير انحراف سلوكي مزمن فقد تتشكّل لديهم مناعة قوية ضد العقوبة.

فإذا حدث مثل هذا الأمر يصبح من المهم جداً أن يوجه الكبار الأسئلة المناسبة عن المشاعر التي دفعت الطفل إلى التصرف بمثل ذلك السلوك الخاطئ، فالطفل الذي يعاني من بعض المشكلات أو الأمراض العصبية، أو غيرها من الأمراض النفسية، كالاكتئاب مثلاً، قد لا يكون قادراً على ضبط سلوكه وتصرفاته بالشكل المطلوب..

وإن تكرار معاقبة الأطفال والمراهقين على السلوك والتصرفات الخاطئة التي لا يستطيعون السيطرة عليها والتحكم بها ينشئ لدى كل من الطفل والكبير المشرف عليه مشاعر الكراهية الشديدة، وإن إجراء فحص طبي شامل لمثل هؤلاء الأطفال والمراهقين هو الطريقة الأفضل لتحديد ما إذا كانوا يحتاجون الدعم الطبي الذي يحتاجه الطفل ليساعده على ضبط سلوكه وتصرفاته الخاصة.

وأخيراً، فإن تعليم الأطفال طريقة (توجيه الأسئلة) المناسبة عن سلوكهم سيساعدهم على تعلم (ضبط النفس)، بل إن تعليم مثل هؤلاء الأطفال هذه الطريقة حتى بعد حدوث الحادث يمكن أن يساعدهم على إدراك السبب الذي فعلوا من أجله ما فعلوه، وما الذي يجب عليهم أن يتصرفوا به في المرات التالية في الحالات المماثلة، وبهذا نرى أن عملية (توجيه الأسئلة) هي، دون أدنى

كيف تؤدب طفلك؟

---

شك، إحدى الطرق الفعالة جداً من طرق (التأديب الفعال) وهي  
أداة تشخيص هامة وفعالة جداً.

