الغيرة

(بين التفوق والمنافسة.. والعداء والأنانية)

obeikandl.com

obeikandl.com

سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع

٢٩

الغيرة

(بين التفوق والمنافسة.. والعداء والأنانية)

إعـــداد

الدكتورة سناء محمد سليمان

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

عالم الكتب

obeikandl.com

obeikandl.com

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴾

[سورة الزمر: ١٧-١٨]

obeikandl.com

obeikandl.com

إهـــداء

أهدى هذا الإصدار إلى:

- زوجى الفاضل.. وأبنائى.. وأحفادى
- الشباب والآباء والمربين.
- جميع العاملين بوسائل الإعلام والمؤسسات المختلفة.
- من يعانى من مشاعر الغيرة ويحترق بنارها.. ويتمنى الشفاء منها.

obeikandl.com

obeikandl.com

المحتويات

مقدمة الإصدار الأول	١٣
المقدمة.	١٥
تعريف الغيرة.	٢٠
التمييز بين الغيرة والحسد.. والغيرة والمنافسة.	٢٧
الغيرة والثقة بالنفس.	٢٧
الغيرة خلال مراحل النمو.	٢٩
متى تبدأ الغيرة.. وكيف تنشأ؟	٣١
من أين تنشأ الغيرة؟	٣١
كيف يظهر شعور الغيرة لدى الطفل؟	٣٦
أيهما أكثر غيرة البنات أم البنين؟	٣٧
ما المكونات الرئيسة للغيرة؟	٣٩
الأضرار التى تسببها الغيرة للأطفال.	٤٠
وظائف الغيرة الإيجابية والسلبية.	٤١
الوسائل السلبية فى التعبير عن الغيرة.	٤٣
مظاهر الغيرة.	٤٤

obeikandl.com

أنواع الغيرة. ٤٦
* الغيرة عند الطفل الوحيد. ٤٦
* الغيرة من المولود الجديد. ٤٧
* الغيرة بسبب المقارنة. ٤٨
بعض الحالات توضح مشكلة الغيرة عند الأطفال. ٥٠
أسباب مشكلة الغيرة. ٥٣
الغيرة.. وبعض الموضوعات المهمة فى الأسرة. ٦١
أولا: الغيرة بين الإخوة. ٦١
ثانيًا: المضايقة. ٦٤
ثالثًا: الإخوة وضرب المولود الجديد. ٦٥
رابعًا: الوشاية (الشكوى أو الفتنة). ٧٠
خامسًا: تحسين الثقة بالنفس. ٧٢
سادسًا: الاستفزاز. ٧٥
سابعًا: الشجار بين أبناء الزوج والزوجة. ٧٩
الغيرة فى المدرسة. ٨٢
مشكلة الغيرة وعلاقتها بالتوافق الدراسى. ٨٢
مشكلة الغيرة وعلاقتها بالتوافق الدينى للطفل. ٨٤
الغيرة بين الزوجين وأنواعها. ٨٦

obeikandl.com

* مضار الغيرة. ٨٩
* الغيورة دائمة القلق كثيرة الحسد. ٨٩
* كيف نكبح جماح الغيرة. ٨٩
* الغيرة.. نار متوقدة. ٩٠
* هل تغار على زوجتك؟ ٩٣
* كيف تغار عليها؟ ٩٤
* غيرة مذمومة وشك مدمر؟ ٩٤
* هل تغار من أطفالك؟ ٩٥
* الغيرة المرضية وكيفية مواجهتها. ٩٦
* الإكثار من الدعاء. ٩٩
* صور قاتمة للغيرة. ١٠٠
بعض الدراسات التى اهتمت بموضوع الغيرة. ١٠٠
الغيرة من منظور دينى.. إسلامى. ١٠٤
* أنواع الغيرة. ١٠٥
* الغيرة من صفات الله. ١٠٧
* الغيرة فى البيت النبوى. ١٠٩
* أقسام الناس فى الغيرة. ١١٢
* مظاهر ضعف الغيرة. ١١٣

obeikandl.com

* أسباب ضعف الغيرة. ١١٨
* غيرة المصطفى ﷺ وبعض الأنبياء والصحابة. ١٢٢
* الغيرة المحمودة والمذمومة. ١٢٨
كيفية الوقاية من الغيرة وعلاجها. ١٣٤
أولا: طرق الوقاية من الغيرة لدى الأطفال. ١٣٥
ثانيًا: طرق العلاج لمشكلة الغيرة. ١٣٧
الخاتمة. ١٥٦
قائمة المراجع. ١٦٠
الإنتاج العلمى للمؤلفة. ١٦٨

obeikandl.com

سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع

مقدمة الإصدار الأول

تم تعيينى عام (١٩٩٨) مديرًا لمركز تنمية الإمكانات البشرية بكلية البنات جامعة عين شمس، وتمنيت إصدار (سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع) تحت مظلة المركز فى ذلك الوقت.. بهدف تقديم بعض الموضوعات الخاصة بالأسرة والمشكلات السلوكية للأبناء بطريقة علمية مبسطة ومفيدة تساعد على تنمية وعى الوالدين والأبناء، وعلاج بعض المشكلات أو الوقاية منها لفئات المجتمع المختلفة.

وقمت بعرض الفكرة على الزملاء بقسم علم النفس واستحسنوا الفكرة.. إلا أنها لم تبدأ فى ذلك الوقت.. ودارت عجلة الحياة بمشاغلها ومسئولياتها الكبيرة.

وقد وفقنى الله سبحانه وتعالى عام (٢٠٠٢م) للعمل بكلية التربية والعلوم الإنسانية ـ جامعة الملك عبد العزيز بالمدينة المنورة ـ سابقًا ـ جامعة طيبة حاليًا ـ وعشت بكل مشاعرى فى هذه المدينة المقدسة مدينة رسول الله ﷺ.. وبدأت أشعر برغبة شديدة نحو مسئوليتى أمام الله سبحانه وتعالى فى تقديم ثقافة سيكولوجية للجميع؛ عسى أن يستفيد الوالدان والأبناء والمربون والجميع من تلك الثقافة، وأن ينتفع بها المنفعة القصوى.. وأن يتقبل الله هذا العمل.

وهذا هو الإصدار الثلاثون من هذه السلسلة تحت عنوان: الغيرة (بين التفوق والمنافسة.. والعداء والأنانية).

وأدعو الله أن ييسر لى استكمال تلك السلسلة.

وأن يتقبل هذا العمل خالصًا لوجهه سبحانه وتعالى.

والله ولى التوفيق.

أ.د. سناء محمد سليمان

٢٠١٢ م

obeikandl.com

الغيرة

(بين التفوق والمنافسة.. والعداء والأنانية)

المقدمة:

قد يشعر كل واحد منا فى وقت ما بالغيرة شعورًا خفيفًا أو حادًّا. وهناك بعض الناس يتعرضون لهذا الشعور أكثر من غيرهم. وهو شعور مؤلم ينتج من خيبة الشخص فى الحصول على أمر محبوب، كشخص أو مركز أو قوة أو مال، ونجاح شخص آخر فى الحصول عليه.

والغيرة حالة انفعالية تجتاح الكبير والصغير، تظهر فى حالات الفشل أو الغضب أو غير ذلك، تجتاح الإنسان فينقلب معها إلى نار متأججة تأكل الأخضر واليابس، وتسود معها الدنيا فى وجهه فلا يرى إلا ما ينقصه، ولا ينظر إلى ما يميزه عن غيره.

وهى ظاهرة ليست خاصة بالكبار فقط، بل امتدت إلى عالم الصغار تدمر معها كل ملذات الطفولة، وأفراح الصداقة.

والغيرة هى العامل المشترك فى الكثير من المشكلات النفسية عند الأطفال ويقصد بذلك الغيرة المرضية التى تكون مدمرة للطفل والتى قد تكون سببًا فى إحباطه وتعرضه للكثير من المشكلات النفسية.

والغيرة أحد المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب... ويجب أن تقبلها الأسرة كحقيقة واقعة ولا تسمح فى نفس الوقت

بنموها... فالقليل من الغيرة يفيد الإنسان، فهى حافز على التفوق، ولكن الكثير منها يفسد الحياة، ويصيب الشخصية بضرر بالغ.

وما السلوك العدائى والأنانية والارتباك والانزواء إلا أثرًا من آثار الغيرة على سلوك الأطفال. ولا يخلو تصرف طفل من إظهار الغيرة بين الحين والحين... وهذا لا يسبب إشكالًا إذا فهمنا الموقف وعالجناه علاجًا سليمًا.

أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك وتظهر بصورة مستمرة فإنها تصبح مشكلة، ولا سيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة، والغيرة من أهم العوامل التى تؤدى إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب، والغيرة شعور مؤلم يظهر فى حالات كثيرة مثل ميلاد طفل جديد للأسرة، أو شعور الطفل بخيبة أمل فى الحصول على رغباته، ونجاح طفل آخر فى الحصول على تلك الرغبات، أو الشعور بالنقص الناتج عن الإخفاق والفشل.

ويرجع الشعور بالغيرة الشديدة ـ فى جزء كبير منه ـ إلى استعداد الشخص للغيرة الذى يجعله أكثر من غيره استهدافًا للشعور للغيرة، ويجعله يدرك الحرمان أو التهديد بالحرمان فى مواقف كثيرة، ويجعله يغضب ويقلق ويحقد على أشخاص قد يكون بينه وبينهم منافسة حقيقية أو منافسة وهمية من صنع خياله هو، فقد تشعر الزوجة بالغيرة من زوجها أو على زوجها وتغضب وتسب وتُشهر بكل امرأة تتحدث معه حتى ولو كانت هذه المرأة أمه أو أخته أو امرأة ليس له علاقة بها.

ويتكون الاستعداد للغيرة الشديدة من مجموعة من الاستعدادات

النفسية أهمها الشعور بالنقص والاتكالية والقلق والشعور بالذنب والعداوة، وجميعها استعدادات نفسية إذا تمت عند الشخص تجعله قليل الثقة بنفسه وبالآخرين، سريع الغضب حقود، يعتبر نجاح الآخرين فشلًا له، فيسوؤه هذا النجاح ويحسدهم عليه.

وينمو الاستعداد للغيرة الشديدة فى مرحلة الطفولة من خلال شعور الطفل بعدم الأمن والطمأنينة فى علاقته بوالديه ومدرسيه وغيرهم من الراشدين المهمين فى حياته، فمن أهم عوامل عدم الأمن والطمأنينة شعور الطفل بتفضيل أحد الأطفال عليه.

وتكرار هذا التفضيل يجعله يشعر بالدونية وعدم الكفاءة، ويدرك عدم الأمن والطمأنينة وعدم التقبل، وتهتز مكانته الاجتماعية فى البيت والمدرسة، وينمو عنده القلق والعداوة والاتكالية والشعور بالنقص، ويكون أكثر استعدادًا للغيرة الشديدة فى مراحله التالية.

والواقع أن انفعال الغيرة انفعال مركب، يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب، وقد يصاحب الشعور بالغيرة إحساس الشخص بالغضب من نفسه ومن إخوانه الذين تمكنوا من تحقيق مآربهم التى لم يستطع هو تحقيقها.

وقد يصحب الغيرة كثير من مظاهر أخرى كالثورة أو التشهير أو المضايقة أو التخريب أو العناد والعصيان، وقد يصاحبها مظاهر تشبه تلك التى تصحب انفعال الغضب فى حالة كبته، كاللامبالاة أو الشعور بالخجل، أو شدة الحساسية أو الإحساس بالعجز، أو فقد الشهية أو فقد الرغبة فى الكلام.

والغيرة فى الطفولة المبكرة تعتبر شيئًا طبيعيًّا حيث يتصف صغار الأطفال بالأنانية وحب التملك وحب الظهور، لرغبتهم فى إشباع حاجاتهم، دون مبالاة بغيرهم، أو بالظروف الخارجية، وقمة الشعور بالغيرة تحدث فيها بين ٣-٤ سنوات، وتكثر نسبتها بين البنات عنها بين البنين.

والشعور بالغيرة أمر خطير يؤثر على حياة الفرد ويسبب له صراعات نفسية متعددة، وهى تمثل خطرًا داهمًا على توافقه الشخصى والاجتماعى، بمظاهر سلوكية مختلفة منها التبول اللاإرادى أو مص الأصابع أو قضم الأظافر، أو الرغبة فى شد انتباه الآخرين، وجلب عطفهم بشتى الطرق، أو التظاهر بالمرض، أو الخوف والقلق، أو العدوان.

إن الأبناء هبة ونعمة من الله سبحانه وتعالى، يُسَرُّ الفؤاد برؤيتهم، وتقر العين بمشاهدتهم وتسعد الروح بفرحهم، وكان من دعاء زكريا عليه السلام ﴿رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ﴾. والبنون زينة الحياة الدنيا ولا يعرف عظم هذه النعمة إلا من حُرمها، فتراه ينفق ماله ووقته فى سبيل البحث عن علاج لما أصابه، وأنت كأم مسئولة عن هذه الأمانة التى حملك الله إياها. إنها أمانه تربية أبنائك، والتى تسألين عنها يوم القيامة، أحفظت أم ضيعت؟ وزينة الذرية لا يكتمل بهاؤها وجمالها إلا بالدين وحسن الخلق، وإلا كانت وبالًا على الوالدين فى الدنيا والآخرة.

وقد اشتد حرص السلف على مباشرة هذه المهمة ـ مهمة تربية الأبناء ـ كما ذكر أن الخليفة العباسى المنصور بعث إلى من فى السجن من بنى

أمية يقول لهم: ما أشد ما مر بكم فى هذا السجن؟ قالوا: ما فقدنا من تربية أولادنا.

وحتى يُسَرُّ الفؤاد بأطفالنا وتسعد العين والروح بفرحتهم، ونعيش فى راحة ورضا ولا تحرقنا نار الغيرة، ولأهمية مشكلة الغيرة على حياة ومستقبل الأبناء والآباء والجميع نقدم هذا الإصدار من سلسلة ثقافة سيكلوجية للجميع.. نستعرض فيه تعريف الغيرة والفرق بينها وبين الحسد والمنافسة، والغيرة خلال مراحل النمو ومتى تبدأ وكيف تنشأ، وأضرارها، ووظائفها الإيجابية والسلبية، ومظاهرها، وأنواعها، عرض لبعض الحالات توضح الغيرة عند الأطفال، أسبابها، والغيرة.. وبعض الموضوعات المهمة فى الأسرة، الغيرة والمدرسة، الغيرة بين الزوجين، بعض الدراسات التى اهتمت بالغيرة، الغيرة من منظور دينى.. إسلامى، طرق الوقاية من الغيرة وعلاجها..

وأتمنى من الله سبحانه وتعالى أن أكون قد وفقت فى عرض هذا الموضوع.. وأن ينتفع به الجميع المنفعة المرجوة.

تعريف الغيرة

تعرف الغيرة: بأنها ذلك الشعور المكدر الكريه الذي ينتج عن أى اعتراض أو محاولة لإحباط ما نبذله من جهد للحصول على شىء مرغوب، وهى بين السنة الأولى من العمر والسنة الخامسة ـ انفعال سوى ـ بين جميع الأطفال، ولكن فى بعض الأحيان يطغى هذا الانفعال على الشخصية مما يؤثر على التوافق النفسى للفرد.

كما تعرف الغيرة: بأنها حالة انفعالية يشعر بها الشخص ويحاول إخفاءها إذ لا يمكن الاستدلال عليها إلا من خلال أنماط سلوكية معينة، وهى مزيج من الشعور بالفشل والانفعال الغضبى، وتأتى نتيجة الخيبة فى الوصول إلى غرض ما (مادى أو معنوى) نجح فى الوصول إليه إنسان آخر فتتوجه هذه الغيرة نحو ذلك الشخص.

والغيرة فى قاموس علم النفس هى:

(الخوف من أن تجد نفسك فاقدًا للأمور التى نعلق عليها أهمية كبيرة وبخاصة المحبة والقدرة).

بينما يعرفها البعض بأنها: شعور يتكون من الخوف والغضب والشعور بالتهديد فى حياة الطفل أو عندما يجد الطفل تحديًا لارتباطاته العاطفية، وقد تظهر هذه الغيرة فى شكل عدوان على الأخ أو الأخت وقد يعبر عنها فى شكل ارتداد على الذات فيؤذى الطفل نفسه.

والغيرة: هى استجابة انفعالية معروفة اجتماعيًّا، وهى خليط من

الغضب والخوف والحب، وهى من الانفعالات الواضحة فى الطفولة المبكرة، وظهورها ينتج عن فقدان الطفل حب من حوله، أو تصوره فقدان هذا الحب.

أو أنه ذلك الشعور المؤلم الذى ينتج من إخفاق الشخص فى الحصول على أمر مرغوب ونجاح شخص آخر فى الحصول عليه مما يحرجه ويؤثر على عزة نفسه.

فالغيرة عند الأطفال هى مظهر طبيعى للنمو فى الطفولة، وليست مرضًا، بل هى ألم داخلى عند الطفل وشعور بالمعاناة نتيجة منافسة واقعية بينه وبين من يغار منه، وبهدف الفوز والسيطرة. والشعور بالغيرة مرتبط بنمو المشاعر والعلاقات، والطفل يبنى أولى علاقاته مع الأم، ويبدأ الارتباط العاطفى والحسى معها منذ الأيام الأولى للولادة، وخلال سبعة أشهر تقريبًا من الولادة تصبح العلاقة بين الطفل والأم علاقة مليئة بالعواطف المتبادلة، حيث تتوطد علاقات الانتماء والأمان العاطفى، بل إن غياب الأم لأى سبب يؤدى إلى حالة من التوتر والقلق والخوف لدى الطفل.

وعادة تظهر الغيرة فى السنوات الأولى من حياة الطفل، وعندما يبلغ الطفل من العمر عشر سنوات، فأكثر ما يكون التعبير عن الغيرة هو التحول إلى نوع من الوشاية بالشخص الذى يغار منه، إلا إذا ساعدت ظروف البيئة الأسرية المحيطة بالطفل على تخفيف وطأتها وإخفائها.

والغيرة أمر طبيعى ومنتشر بين معظم الأطفال إن لم نقل كلهم، غير

أنه كثيرًا ما يتطرف هذا الانفعال ويطغى على الشخصية، وقد يكون سببًا من أسباب شقاء الطفل ويحول دون توافقه الاجتماعى.

ومن الملاحظ أن الغيرة إذا اشتدت عند المرء فى صغره لازمته فى كبره؛ فالطفل الغيور قد يصعب عليه أن يوثق صلاته مع أترابه، ويشعر بالخيبة والإهمال والضعف والظلم، فيرتكز حول ذاته بشدة، ويميل إلى العزلة وتجنب الآخرين، أو أن يسلك سلوكًا عدوانيًّا ليجذب إليه الأنظار.

ففى مرحلة الطفولة المبكرة (٢-٦ سنوات) قبل المدرسة تتأجج نار الغيرة عند ميلاد طفل جديد "عقدة قابيل". فعند ميلاد طفل جديد يشعر الطفل بتهديد رهيب لمكانته ويشعر كأنه عزل من عرشه الذى كان يتربع عليه وحده دون شريك ألا وهو حجر أمه وصدرها وقلبها الذى لم يكن يتسع إلا له. ومن الذى عزله عن عرشه واستأثر بكل الحب وحول إليه كل الأنظار واستحوذ على كل الاهتمام، إنهم يسمونه "أخ". إن الطفل الأنانى فى هذه المرحلة والذى يعتقد أنه هو مركز هذا العالم يغار من هذا الأخ ويعتبره غريمه، إلا أنه لا يستطيع أن يعبر عن عدوانه الصريح نحوه، وإن كان يحاول فى توجيه كل اهتمامها للمولود الجديد سلك الطفل سلوكًا يتسم غالبًا بالنكوص، أى الارتداد والعودة إلى سلوك طفلى مثل مص الإبهام أو الكلام الطفلى أو التبول أو التبرز وزيادة السلوك السىء وجذب انتباه الآخرين برفض الأكل عن طريق التظاهر بالمرض أو الخوف.

وفى رأيه أن هذه أنماط سلوكية يقوم بها أخوه الوليد ولا تلقى إلا كل

ترحيب من والديه فإذا قام بمثلها فلعله يسترعى الانتباه ويستعيد بعض ما فقد، أو لعل فيها انتقامًا من الوالدين.

أما فى مرحلة الطفولة الوسطى (٦-٩ سنوات) يلاحظ النمو من سرعة الانتقال من حالة انفعالية إلى أخرى نحو الثبات والاستقرار الانفعالى إلا أن الطفل لا يصل فى هذه المرحلة إلى النضج الانفعالى. فهو قابل للاستثارة الانفعالية ويكون لديه قدر من الغيرة والعناد والتعدى.

ويعبر الطفل عن الغيرة بمظاهر سلوكية منها الضيق والتبرم الذى يسبب له هذا الشعور.

وتلاحظ مخاوف الأطفال بدرجات مختلفة. وتتغير مخاوف الأطفال فى هذه المرحلة. وقد نشاهد نوبات الغضب وخاصة فى مواقف الإحباط.

أما فى مرحلة الطفولة المتأخرة (٩-١٢ سنة) فيكون التعبير عن الغيرة بالوشاية والإيقاع بالشخص الذى يغار منه.

والغيرة ظاهرة إيجابية تؤدى إلى التنافس البناء ولكن إذا ازدادت عن الحد فتكون ظاهرة مرضية ويكون لديه شعور مؤلم نتيجة الملل فى الحصول على مال أو نجاح أو مركز قوة.

فالغيرة هى نوع من الاستياء الموجه نحو الناس يظهر فى المواقف الاجتماعية وبخاصة تلك المواقف التى تتضمن من يحبهم الطفل.

وتنشأ الغيرة لدى الطفل الصغير عندما يتحول اهتمام الآباء أو من يهتمون بالطفل إلى شخص آخر وبخاصة وصول طفل جديد فى الأسرة. وتظهر الغيرة عادة فيما بين سن ٢-٥ من العمر. ومع أن بعض الآباء

يخبرون الطفل بقرب وصول شقيق له ـ لكن ذلك قد لا يجنبه الغيرة ـ كما ذكرنا سلفًا.

وقد يغار الطفل الصغير من شقيقه الأكبر الذى يحظى عنه بكثير من الامتيازات منها مكانته لدى والديه. وقد يغار من شقيق آخر؛ لأنه بسبب المرض يحظى برعاية أكثر من والديه. وقليلًا ما يغار الطفل من أطفال آخرين خارج منزله؛ لأنه احتكاكه بهم قليل ومحدود عما هو قائم بينه وبين أشقائه.

وفى بعض الأحيان يغار الطفل الصغير من والديه، حيث يتكون لديه اتجاه نحو تملك الأم، وذلك راجع لارتباطهما المستمر بالطفل كما أنه يقاوم حبها للأب ـ وتعبر الغيرة عن نفسها بنفس طرق التعبير عن الغضب ـ بتوجيه مظاهرها نحو شخص آخر، وهو الفرد الذى يعتقد الطفل أنه قد احتل مكانته لدى من يحبونه.

وتشير الدراسات والملاحظات إلى أن الغيرة تكثر بين البنات عن البنين، كما تظهر الغيرة لدى الطفل الأكبر بكثرة وبعنف عن أشقائه الأصغر منه، وتكثر مظاهر الغيرة فى الأسر الصغيرة العدد عن الكبيرة العدد، كما تكون أشد عندما تزداد الفروق فى الأعمار بين الأشقاء.

ولا تنتهى الغيرة بين الأشقاء بدخول الطفل المدرسة، بل إنها تزداد حدة فى بعض الأحيان لشعور الطفل بأنه أثناء غيابه عن المنزل يحصل الطفل الأصغر على كل اهتمام الأم بينما يكون هو بين غرباء غير أصدقاء له، وربما ينقل الطفل الذى مارس الغيرة فى المنزل غيرته إلى زملائه وخاصة المحبوبين أكثر بين زملائهم والذين يتفوقون عليه دراسيًّا.

وقد يُظهر الطفل غيرته بصورة مباشرة خلال الشجار وذكر القصص والاستهزاء بالآخرين وإغاظتهم والعدوان على من هم أصغر منه. ووصف بعضهم بعبارات غير محببة، أو خلق خلافات تؤدى إلى التشاجر بينهم، وقد يعبر عن غيرته بطريقة غير مباشرة بإهمال الطفل الذى يغير منه، أو بالتهكم عليه أو بالاستغراق فى أحلام يقظة من النوع الدرامى أو بالكذب والغش، وكلما تقدم الطفل فى العمر أصبحت المظاهر غير المباشرة للغيرة أكثر من المظاهر المباشرة.

وتتكون العاطفة نتيجة تكرار اتصال الفرد بموضوع عاطفته فى مواقف مختلفة تثير فيه انفعالات مختلفة، فتكرار مجموعة من الانفعالات حول موضوع معين يترتب عليه تكوين العاطفة.

وإذا كانت هذه الانفعالات فى مجموعها سارة تكونت عاطفة الحب، وإذا كانت غير سارة تكونت عاطفة الكراهية.

والغيرة هى: استجابة انفعالية معروفة اجتماعيًّا، وهى خليط من الغضب والخوف والحب، ومن الانفعالات الواضحة فى الطفولة المبكرة، وظهورها ينتج من فقدان الطفل حب من حوله أو تصوره فقدان هذا الحب.

ومن هنا يمكن أن نجد مفهوم الغيرة: بأنها مجموعة من المشاعر المؤلمة التى تفسد علاقة الشخص بنفسه وبغيره وينتج من فشله فى الحصول عليه، وأهم أسباب الغيرة هو أن يشعر الشخص بحقه فى امتياز معين اجتماعى فى العادة لا يستطيع الحصول عليه أو أن يحصل عليه بالفعل ثم يفقده كله أو يفقد جزءًا منه يحصل عليه شخص آخر، أما آثارها النفسية

فإنها تتمثل فى: الغضب والشعور بالنقص والحزن والبكاء، أما المظاهر الجسمية فتتمثل بنقص الوزن والصداع والشعور بالتعب.

والغيرة موجودة بنسبة (٩٥٪) فأكثر عند النساء وتأتى خاصة من خلال غيرتها على زوجها من مجرد النظر على امرأة أخرى لغرض المحافظة على زوجها من أن تفقده وتريد أن تظهر حبها له أكثر فأكثر (أى تظهر بأنها ذات أنوثة ليست أقل من غيرها).

obeikandl.com

التمييز بين الغيرة والحسد.. والغيرة والمنافسة

من مشكلات الطفولة الناشئة ما يُسمَّى بالثالوث الانفعالى (الغيرة، الحسد، والمنافسة) وتعد كل مشكلة من المشكلات مستقلة، وقائمة بذاتها برغم تداخل الأعراض والمظاهر من هذه لتلك.

والغيرة من المشكلات النفسية، انفعالية المنشأ، اضطرابية السلوك، ولعل الغيرة كسلوك تبدأ بها لا يمثل خطورة على الطفل لكنها إذا تركت دون تدخل علاجى وإرشادى من البالغين المحيطين بالطفل فإنها تتحول إلى صورة مرضية نتيجة سوء التكيف مع الآخرين، وقد تظهر هذه السلوكيات غير المقبولة من الطفل فى صورة عدوان على الآخرين أو تدمير ممتلكاتهم أو إفشاء خصوصياتهم، وقد ينتهى الموقف الغيرى بتدمير الذات أو العدوان عليها من قبل الطفل الغيور.

إن هناك فرقًا كبيرًا بين الغيرة والحسد (Envg) وكذلك بين الغيرة والمنافسة وقد قام الباحثون بالتمييز بينهما:

«يميز الباحثون بين الغيرة والحسد على اعتبار أن الحسد رغبة فى امتلاك ما لدى الغير أو الحصول على امتيازات يتمتع بها الآخرون مع تمنى زوال الشىء المرغوب فيه عند الآخرين». كما يميز الباحثون بين الغيرة والمنافسة «باعتبار أن المنافسة تدفع إلى التفوق والنجاح والإنجاز وإلى بذل الجهد من أجل تحقيق المزيد من النجاحات».

الغيرة والثقة بالنفس:

إن كل حالة من أحوال الغيرة تحتوى على درجة من ضعف ثقة المرء

فى البيئة، ويعبر عنه بطريقة أخرى، وهى ضعف ثقة المرء بالبيئة «لتأخذ غيرة الأزواج كمثال: فإن أحد الزوجين على ثقة تامة بالآخر، فإن احتمال ظهور الغيرة يكون قليلًا، كذلك الأمر إذا كان المرء شديد الثقة فى نفسه. ونجد أن الموقف الواحد يؤدى مع بعض الأزواج إلى غيرة شديدة ومع بعضهم الآخر إلى غيرة خفيفة أو إلى لا شىء».

فكأن نوعًا من الخوف الاجتماعى أو قلة الثقة يكون عامل مساعد على قيام الغيرة وهذا ينطبق على جميع العلاقات بأنواعها مثل:

بين الأطفال والكبار أو بين الرؤساء ومرءوسيهم أو بين الأفراد والحكومات أو بين الطبقات الاجتماعية المختلفة.... وما إلى ذلك، فالنقص الذى ينشأ من موقف الغيرة نحو شخص وضعف الثقة بالنفس من المستطاع إرجاعه عادة إما لنقص ذاتى أو طيبة متكررة أو موقف الغير نحو الشخص يجعله فى العادة متهيئًا للشعور بالغيرة عند اجتماع الظروف الكافية لذلك.

الغيرة خلال مراحل النمو

تبدو الغيرة واضحة عند الطفل (عمر سنتين) إذا شاركه أحد فى محبة والديه وتأخذ الغيرة شكل عدوان كضرب أو شد شعر الدخيل أو الصياح وإحداث الضوضاء.

فالطفل الذى تعود ألا يأخذ حقه العادل من الاهتمام من الأم قد يقاوم لمرارة انشغالها بطفل جديد ويبدى ذلك فى ثورات حادة من الغضب والغيرة.

فالطفل منذ ولادته مخلوق بيولوجى وتدريجيًّا يعى كل ما حوله ويتفاعل معه ويتطور نموه الجسدى والعقلى والانفعالى ثم يتحول إلى كائن اجتماعى يتفاعل مع كل المحيطين به.

ويكون الطفل لديه احتياجات كثيرة عليه أن يشبعها من خلال المحيطين به سواء كان والديه أو إخوته أو المقربين إليه.

ولكن إذا لم يتم إشباع تلك الاحتياجات فإن الطفل يصاب بحالة من الإحباط وللأسرة دور ريادى ورئيس حيث إن الأسرة هى المسئولة عن توفير كل هذه الاحتياجات وخاصة الأولية منها مثل الطعام والشراب والراحة، ومن السهل الحصول على تلك الاحتياجات البيولوجية، ولكن من الصعب توفير الحاجات النفسية وعلى رأسها (الحب) فمن خلال الحب تكون الشخصية الناضجة الناجحة ويحتاج أيضًا إلى الأمن والاستقرار النفسى ـ ومن المعروف أن الأسرة تتابع الفرد خلال مراحل

حياته الاجتماعية. كما أوضح أريكسون أن مراحل الإنسان تنقسم إلى ثمانى مراحل هى كالتالى:

الأمان ـ الاستقلال ـ المبادرة ـ المثابرة ـ المراهقة ـ الآلفة ـ الإنتاج ـ التكامل.

ومن أهم المراحل التى تتعلق بحياة الطفل هى مرحلة الأمان وتبدأ منذ بداية الولادة حتى السنة الأولى من عمره، ثم مرحلة الاستقلال والتى تنتهى فى سن ثلاث سنوات، ثم المبادرة والتى تنتهى عند سن السادسة من عمره وتتلخص هذه المرحلة حينما يتعامل الطفل مع أقرانه، ثم مرحلة المثابرة "المرحلة الابتدائية".

ومرحلة المراهقة التى فى سن الشباب ومن خلال تلك المراحل تتعاون تنشئة الطفل الاجتماعية مع البيئة لإشباع احتياجات كل مرحلة ولكن ماذا يحدث إذا لم يتمكن الطفل من إشباع هذه الاحتياجات، هنا يحدث نوع من الاختلال وعدم التوازن وعدم التكيف فيحدث نتيجة ذلك الخجل والانطواء والعدوان والخوف ـ مص الأصابع ـ الحركة السريعة ـ قضم الأظافر ـ التبول اللاإرادى ثم الغيرة.

فالغيرة هى أكثر المشكلات انتشارًا بين الأطفال وتصل الغيرة إلى حد التحطيم والحزن وأحيانًا الاكتئاب، ويتميز طفل هذه المرحلة مرحلة الاستقلال باعتماده كليًّا على من حوله رغم ميله الواضح إلى الاستقلالية؛ ولذا سميت بمرحلة الاستقلال فيحدث ذلك كله نوع من الصراعات الانفعالية العنيفة والغيرة لا تثير فى الطفل الحقد والغضب فقط بل يؤثر عليه فى المستقبل فيكون دائم الخلاف مع المجتمع.

متى تبدأ الغيرة.. وكيف تنشأ؟

الرضيع لا يشعر بالغيرة. وعندما يمتد به عمره الزمنى من ١٥ شهرًا إلى ١٨ شهرًا فإنه يبدأ يشعر شعورًا ضعيفًا غامضًا بالإحساسات الأولى للغيرة. ولا تصبح هذه المشاعر واضحة جلية إلا عندما يصل به العمر الزمنى إلى نهاية السنة الثانية؛ وذلك لأن نموه الاجتماعى لم يصل بعد إلى إدراك حاجته إلى الرعاية الكاملة من أمه، إنه الآن مشغول عنها بتجربة مهاراته الجديدة فى الكلام والمشى واكتشاف البيئة المحيطة به، ونموه العقلى لم يصل بعد به إلى إدراك أى تغير فى سلوك والديه وخاصة عندما تنجب أمه طفلًا آخر قبل أن يصل عمره إلى نهاية السنة الثانية.

من أين تنشأ الغيرة؟

تعتمد الغيرة فى نشأتها على شعور الفرد بالنقص، وغالبًا ما يؤدى الشعور بالنقص إلى الصمت والتحريم والانزواء بعيدًا عن الناس. والخجل، وضعف الثقة بالنفس، وشعور الغيور بالنقص يرتبط بعجزه عن استحواذه على ما يحب وكرهه لغريمه؛ لأنه يحس أن غريمه انتصر عليه، وأنه لذلك أقوى منه. وهذا يعلل إلى حد كبير شعور الغيور بالنقص. وترتبط الغيرة ارتباطًا وثيقًا بالشعور بالذنب الناشئ عن عقدة أوديب أو عقدة الأب. وتنشأ هذه العقدة من عجز الطفل عن أن يفرق بين مشاعره وأفعاله، فهو عندما يشعر بكرهه لأبيه؛ لأنه ينافسه فى حبه لأمه، يشعر حتمًا بالغيرة من أبيه ويحس بالذنب الذى يقترفه لهذا الشعور بالكره الناشئ عن الغيرة.

وتصل هذه العقدة إلى أقصاها فى الفترة التى تمتد فى حياة الطفل فى ٣ سنوات إلى ٦ سنوات ثم تهدأ، وذلك عندما يدرك أن أبيه لم يقترف إثمًا بمشاعره وأقواله وأن الذنب هو ما يقترن بالفعل، هذا وما ينطبق على الطفل فى غيرته من أبيه، ينطبق على الفتاة فى غيرتها من أمها وحبها لأبيها، ومنبع الغيرة هنا كره الفرد لنفس جنسه حيث يكره الابن أباه، وتكره البنت أمها.

وهكذا نرى أن الغيرة ليست بالبساطة التى يظنها أغلب الناس فقد تؤدى إلى ظهور بعض الأنواع الغريبة من السلوك، وتشتد غرابة هذه الأنواع تبعًا لحدة مشاعر الغيرة القائمة فى نفس الفرد ويشتد تباينها واختلافها تبعًا لاختلاف مكونات الموقف نفسه. وهى مهما اختلفت مظاهرها الخارجية فهى فى جوهرها ثورة على الوضع القائم وإنكار جرىء لهذا الشعور.

وتنشأ الغيرة فى السنوات الأولى للطفولة، عندما يشعر الطفل بأن بعض امتيازاته المادية والمعنوية بدأت تتضاءل، وتتحول إلى طفل آخر، فيبدأ الشعور بالقلق، والكراهية لبيئته، وقد يتجه بهذه الكراهية لأمه، ويميل إلى الانتقام، ويلجأ إلى سلوكيات معينة لإعادة جذب الأنظار إليه، فيعمد إلى البكاء، أو على التظاهر بالمرض، والذين يتمتعون بامتيازات كثيرة هم أكثرهم عرضة للغيرة، لأن قسمًا من هذه الامتيازات لسبب أو لآخر ونتيجة لتغير الظروف المعينة ستزول، مما يجعل صاحبها معرضًا للغيرة، ويصاب فيها عادة الأطفال الذين بولغ فى تدليلهم من قبل الأهل.

وأشد مشاعر الغيرة هى التى يعيشها الطفل تجاه الأب من نفس جنسه، فى المرحلة الأوديبية فى فئة العمر ٣-٦ سنوات، حيث يتجه الطفل الذكر بحبه الشديد تجاه الأم، وبمشاعر الغيرة تجاه الأب، لأنه يشعر أنه يحظى باهتمام أمه، التى تمنح الأب اهتمامًا زائدًا، فيكبت الطفل هذه الغيرة، لكن الطفل يبدأ بعملية مواءمة، فيزيد هو الآخر من صلاته بأبيه، وهو مصدر المال، والغذاء، والألعاب، واللباس، وتتحول الغيرة تحولًا إيجابيًّا إلى حب وتقدير.

لكن رغم ذلك يجب ألا توجه العناية التامة من الزوجين بعضهما لبعض على حساب الأطفال الذين يراقبون بعين ناقدة، وذلك خوفًا من إصابتهم بالغيرة المكبوتة التى تظهر فى أعمال طائشة وغير مقبولة، وهذا يظهر كثيرًا عند الأطفال الذين ينامون فى غرفة واحدة مع والديهم ومن أبرز أنواع الغيرة عند الأطفال، هو ميلاد أخ جديد له يشغل الأم عنه، إذ يرى الطفل فى هذا الانشغال عدم حب أمه له، ويرى فى الوليد الجديد منافسًا له فى وقت يعانى فيه الطفل مقاومة ضدين: نزعات اعتمادية.. ونزعات استقلالية فنجده يلجأ إلى حيل يعوض بها ما فقده من حب الأم. مثل: التبول اللاإرادى أو الأحلام المفزعة أو السلبية.

وجدير بالإشارة أن الطفل كثيرًا ما يمزج غيرته من أخيه أو أخته بحبه له أو لها، مما يجعله أحيانًا فى صراع داخلى بين الانفعالين.

وهنا ينصح العلماء الأبوين بوجود تنظيم المواليد، فلا تكون الفترات متقاربة حتى ينعم الطفل بطفولته ويشبع حاجاته إلى الحب والعطف

والحنان من والديه، قبل ولادة الأخ الجديد، ولا يجب أن تكون فترات الولادة متباعدة كثيرًا بحيث تقلل امتيازات معينة للطفل الأول، يصعب انتزاعها منه، أو التقليل منها والمفضل أن تكون الفترة بين ولادة وأخرى هى من ٣-٤ سنوات، وفى هذه الأحوال فإن على الأم أن تُهَيِّئ الأجواء لاستقبال المولود الجديد.. وأن تجيب عن أسئلة الطفل حول ما في بطنها، وتشوق الطفل بأن أخًا ورفيقًا سيأتى إلى النور ويشاركه فى اللعب والتسلية.

وسوف يتعاونا معًا فى المدرسة والبيت.. ويمكن للوالدين أن يُجلبا بعض الهدايا والألعاب لطفلهما وينسبا هذه الأشياء باعتبار أنها هدية من الطفل الجديد الذى سوف يظهر على النور قريبًا حتى يحببانه ولا يشعر بالغيرة..

وبعد ولادة المولود الجديد، فعلى الأم ألا تنصرف بكليتها لهذا المولود؛ لأنه لا يحتاج بعد إلى العطف، وعليها أن تبقى على صلة عاطفية ودية مع الطفل الأول، ولا تقلل من اهتمامها به، وإذا ما جرى الفطام فليكن بطريقة تدريجية مشفوعة بكثير من الرعاية والعطف وألا تكون قسرية فجائية، تشعر الطفل بالتحول الفورى من مرحلة إلى مرحلة أخرى فيضطرب سلوكه وتسوء حالته النفسية: فتهيئة الأجواء النفسية لاستقبال المولود الجديد من قبل أخيه المولود الأول أمر ضرورى لاتقاء الغيرة المنتظرة.

والأم الحكيمة هى التى تستطيع أن تقيم توازنًا بين الأخوين المتعاقبين، بحيث تتمكن من زرع المحبة والعطف فى قلب الكبير نحو

أخيه الأصغر، وهناك فئة من الأطفال تتغلب الغيرة عنده على كل الإرشادات والنصائح.

وتحدث الغيرة كذلك من الموازنة أو المقارنة الصريحة أو الضمنية ونقصد بالضمنية أن الجو نفسه يوصى بالموازنة، وبتفضيل واحد على آخر، حيث تؤدى هذه الموازنات سواء فى المنزل أو فى المدرسة إلى الإشعار بالنقص، وإخفاق الثقة بالنفس لدرجة تجعل الشخص عرضة لهذا الشعور، وتقوم الموازنات عادة حول جمال الخلقة أو القدرة العقلية (مستوى الذكاء) أو القدرة الاجتماعية، وما إلى ذلك مما قد لا يجد الطفل لنفسه حيلة فى التغلب عليه...

كما يجب عدم تفضيل البنين على البنات ومنعهم من الامتيازات؛ لأن ذلك يولد فى نفوس البنات الغيرة والنقمة، التى تتحول عند بعضهن فى الحالات السيئة إلى الكراهية للرجال، فى المستقبل مما ينغص عليهن حياتهن الزوجية.

وفى غالبية الأسر، يعامل الطفل المريض معاملة متميزة، فيغدقون عليه بأنواع اللعب، والملابس والحلوى، كعملية تعويضية، وفى هذا المجال يشعر الأطفال الآخرون بالغيرة؛ لذلك يجب التنبه إلى هذا الأمر وترك الأمور تسير سيرًا طبيعيًّا وباستثناء العناية الطبية اللازمة، فهى واجبة، وحبذا لو كُلف الإخوة الباقون بمهمة إحضار الهدايا والألعاب فتمنع هذه الطريقة الغيرة، وتحول العلاقة بين الإخوة إلى حب ومودة.

وتظهر الغيرة كذلك عند الأطفال المعاقين جسديًّا؛ لأنهم يشعرون بحرمانهم مما يتمتع به إخوتهم، ويعمل الأهل على زيادة وتنمية هذه الغيرة على غير إرادة منهم، نتيجة سلوكهم الخاطئ وغير المنتظم، وقد يضعون حدًّا لها بحسن تعاملهم ومساواتهم بين الأطفال، وتنشأ الغيرة عند الطفل المضطهد، الذى يوجه له الأهل الإهانات، والتوبيخ أمام إخوته، إما لتقصيره فى المدرسة أو لقذارته، فيشعر بنوع من الحقد مقرونًا بالغيرة من إخوته الذين لا يتعرضون لما يتعرض له من قبل الأهل.

كيف يظهر شعور الغيرة لدى الطفل؟

يلاحظ أن الطفل فى أول حياته تجاب له عادة كل طلباته، ويسترعى فى العادة انتباه الجميع، ويسلم بعد مدة قصيرة بأن كل شىء له وكل جهد له وكل انتباه له، ولكن الذى يحدث هو أن العناية التى كانت تستغرق كل جهد الكبار قد تنحسر عنه فجأة أو بالتدرج كلما نما وكبر.

وقد تتجه هذه العناية إلى مولود آخر أو إلى شخص آخر فى الأسرة، هذا التغير قد يترتب عليه فقد الطفل ثقته فى نفسه وفى بيئته ولا سيما فى أمه، وفقده الثقة فى نفسه تبعًا لذلك إذ يشعر بأنه غير مرغوب فيه.

ومن ثم تظهر الغيرة بأسلوب تعويضى مصطنع، حيث يخفى الطفل مشاعره الحقيقية ويقوم بدور الممثل نحو أخيه المولود الجديد الذى يأخذ فى ضمه وتقبيله ولكنه فى حقيقة الأمر يود قرصه أو ضربه، ومن جانب آخر تبدو الغيرة واضحة بسلوك عدوانى موجه للصغير.

كذلك يتعمد الطفل إلى جذب الأنظار إليه، ويحول كراهيته لأمة التى توجه اهتمامًا بالصغير وليس له، فيبدأ هنا فى الانتقام، ويتظاهر فى المرض أو البكاء أو العناد والسلبية ومن أحد مظاهر جذب الاهتمام هو نكوص الطفل إلى أنماط سلوكية طفلية سابقة، مثل العودة إلى شرب الحليب من الزجاجة، والنوم فى سرير الطفل، والتبول الليلى فى الفراش، والتحدث بأسلوب طفلى، ومص الأصبع، والالتصاق بالأم، والبقاء فى حضنها كلما حاولت حمل الصغير ـ كما ذكرنا سلفًا.

أيهما أكثر غيرة البنات أم البنين؟

أظهرت بعض الدراسات أن الشعور بالغيرة فيما بين ٣-٤ سنوات فى البنات أكثر منها فى البنين، وكذلك فإنها فى الأذكياء أكثر منها عند قليلى الذكاء، وكذلك أسفرت تلك الدراسات على أن الغيرة تكون بنسبة أكبر بين الأطفال الذين لا يجدون فارقًا كبيرًا فى السن أى أنها توجد بين الأطفال الذين يأتون بعده؛ لأنه فى يوم ما كان مركز الاهتمام فى الأسرة وكان محط أنظار الجميع وأصبح يشاركه فى ذلك غيره ممن ترزق الأسرة بهم من أطفال.

ومن الملاحظ أن الاستعداد للغيرة عند الإناث أعلى منه عند الذكور مما يجعل البنات أكثر استعدادًا للغيرة الشديدة من الأولاد.

وقد أرجع «فرويد» هذا الفرق إلى عوامل بيولوجية فطرية تجعل البنت أكثر غيرة من الولد، فالبنت من وجهة نظره تشعر بالنقص من صغرها؛ لأنها تدرك أن الولد يتفوق عليها فى بعض النواحى البيولوجية

التى تحسده عليها، مما ينمى الاستعداد للغيرة عندها، لكن هذا التفسير مردود عليه من ناحيتين هما:

١- لو كانت البنات يحسدن الأولاد لأسباب بيولوجية كانت الغيرة بين الجنسين أشد منها بين أفراد الجنس الواحد، أى أن الغيرة بين البنات والأولاد أعلى منها بين الأولاد أو البنات، وهذا عكس ما نلاحظه فى حياتنا اليومية، إذ نلاحظ أن غيرة البنت من بنت مثلها أعلى من غيرتها من الولد، وغيرة الولد من ولد مثله أعلى من غيرته من البنت.

٢- لو كانت تفوق البنات على الأولاد فى الاستعداد للغيرة راجعًا إلى عوامل فطرية لظهر هذا التفوق فى جميع الثقافات، لكن الدراسات الأنثروبولوجية لم تؤيد هذا الفرض، إذ وجد الباحثون أن الغيرة عند الذكور أعلى منها عند الإناث فى بعض القبائل البدائية، ولم يجدوا فروقًا بين الجنسين فى الغيرة عند قبائل أخرى، كما وجدوا أن قبائل ثالثة لا تنمى الغيرة عند أبنائها من الجنسين.

وهذا يعنى أن الفروق بين الذكور والإناث فى الاستعداد للغيرة سببها عوامل ثقافية وأسرية أكثر منها عوامل فطرية، ونعتقد أن تفوق البنات على الأولاد فى الغيرة فى مجتمعاتنا راجع إلى ظروف التنشئة الاجتماعية فى البيت والمدرسة التى تنمى الغيرة عند البنت أكثر من الولد.

ما المكونات الرئيسة للغيرة؟

يرى «فرويد» أن الغيرة انفعال مركب وأن أهم مكوناتها هى خوف الفرد من فقدان من يحب وكرهه لمنافسه ورغبته في إيذائه، وشعوره بالنقص ونقده الحاد للذات الذى قد يتحول إلى الشعور بالذنب.

وخوف الفرد من فقدان من يحب سلوك أنانى؛ لأنه ينطوى على رغبته فى امتلاك الشخص الآخر والإخفاق فى الحصول على حب شخص ما هو بعينه الإخفاق فى امتلاك عاطفة ذلك الشخص، والإخفاق فى الحصول على شىء ما يساعد على ظهور الانحرافات السلوكية المختلفة مثل السرقة، فقد يسرق الغيور ليستحوذ على ما لم يتمكن من الحصول عليه بالطرق المشروعة، ويعد هذا النوع من السرقة سلوكًا رمزيًّا للغيرة.

obeikandl.com

الأضرار التى تسببها الغيرة للأطفال

الغيرة بين السنة الأولى والخامسة من العمر انفعال سوى شائع بين كثير من الأطفال، غير أنه كثيرًا ما يتطرف هذا الانفعال ويطغى على الشخصية طغيانًا يؤدى إلى سوء توافق الفرد مع مجتمعه.

وتؤدى الغيرة إلى أضرار سيئة بصحة الطفل النفسية منها:

- فقد تؤدى إلى شعوره بالعجز والقصور.
- تمتلئ نفسه بالشكوك والأوهام، وتعوزه الثقة.
- يظن نفسه عاجزًا عن مواجهة أى موقف يتطلب جانبًا من الثقة بالنفس.
- إن الطفل الغيور لا يستقر على حال، ولا يشعر بالراحة والهناء.
- يختزن أحزانه ويبالغ فيها، حتى يؤدى به شعوره إلى الظن بأن الدنيا بأجمعها تعمل ضده.

بل كثيرًا ما يكون سوء العلاقات العائلية راجعًا إلى أشكال الغيرة التى نشأت بين أفرادها فى منذ البداية.

ويؤكد علماء النفس أن كل الناس على حظ ولو ضئيل من الغيرة، فلولا ذلك ما قام التنافس والاجتهاد بين الأفراد، بل الجماعات أيضًا... ولكن المشكلة مشكلة كمية، فإذا زاد انفعال الغيرة عن الحد المألوف كانت من عوامل الشقاء والتعاسة.

وظائف الغيرة الإيجابية والسلبية

للغيرة تأثيرات كبيرة على الطفل، وللغيرة وظائف إيجابية ووظائف سلبية:

ومن الوظائف الإيجابية للغيرة ما يلى:

ـ أنها حافز للنمو والنضج والانطلاق.

ـ يمكن أن تكون دافعًا للتفوق عندما تكون فى المجال الدراسى.

ـ هى وسيلة يتعود بها الطفل على قبول الآخرين، وعلى إقامة علاقات واقعية وحقيقية معه.

أما سلبيات الغيرة فتتركز فى النقاط التالية:

ـ وجود صراعات خفية فى الحياة النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين حيث يغلب عليه السخط وعدم الرضا عنه.

ـ الشعور بالذلة والمهانة وعدم الثقة بالنفس.

ـ الشعور بالنقص والانطواء والعزلة عن الحياة الاجتماعية.

ـ العدوانية بأشكالها المختلفة من مشاجرات ونوبات غضب وعناد وعصيان للأوامر.

ـ النكوص والارتداد لمراحل طفولية ، والتى تظهر فى عدة أشكال منها التبول اللاإرادى، وقلة الأكل، والإضراب عن الطعام.

وخلاصة القول:

إنه يجب مراعات الفروق الفردية الدائمة بين الإخوة مهما تكن، وعدم استثارة المقارنات الفردية المؤدية إلى الغيرة، ولا يمنع ذلك بالطبع من إظهار النواحى الطيبة فى كل منهم ومحاولة تنميتها والعناية بها.

obeikandl.com

الوسائل السلبية فى التعبير عن الغيرة

الغيرة تجربة انفعالية تكاد تكون عامة بين جميع الأطفال، وهى شعور وإحساس مؤلم وانفعال هادى دفين مركب من حب التملك وشعور بالغضب؛ لأنه عائق يقف دون تحقيق غاية معينة، وانفعال ينتج عن خيبة الشخص فى الحصول على أمر محبوب أو رغبة أو مركز أو قوة، وهو ذو أثر فعال كبير فى تصرفات الطفل، وقد تولد الغيرة إحساسًا بالدونية والعجز، والإحساس بها غالبًا ما يكون لا شعوريًّا ويصعب أن يصارح الفرد الذى يشعر بها نفسه أو الآخرين، **ومن الأساليب السلبية فى التعبير عن الغيرة ما يلى:**

١- بالصراخ والعبث بأغراض الآخرين أو سرقتها أو تدميرها.

٢- بالاعتداء الجسدى بالضرب أو القرص.

٣- بالإزعاج وإلقاء الشتائم وإقلاق الراحة.

٤- عندما يتقدم الطفل بالعمر (بعد العاشرة) تأخذ الغيرة شكل التجسس والوشاية والإيقاع بالآخرين.

٥- وتظهر الغيرة عند الأطفال الصغار بالقيام بتصنع الحب الزائد نحو الطفل الجديد وذلك لإخفاء مشاعر الغيرة الدفينة. وإذا أتيحت الفرصة للطفل الغيور حتى يقوم بإيذاء أخيه بالضرب أو بالعض.

مظاهر الغيرة:

من مظاهر الغيرة عند الأطفال:

الضرب، أو السب، أو التخريب، أو الثورة، أو النقد، لما يحدث فى أحيان كثيرة.

كما أن من مظاهرها أيضًا:

- الميل إلى الصمت، أو التجهم، أو الانزواء، أو الإضراب عن الأكل أو البحث عن أسباب للتكدير والهم والنكد.
- وهناك مظاهر فسيولوجية وجسمية للغيرة عند الأطفال منها: فقدان الشهية، واصفرار الوجه، ونقص الوزن، والصداع، وشكوى الشعور بالتعب، وربما تطور الأمر إلى تحول التوتر النفسى إلى توتر فسيولوجى يتمثل فى القىء والاضطرابات المعوية.
- ومن أهم مظاهر الغيرة: "النكوص"، وفيها قد يرتد الطفل إلى مستوى عقلى وسلوكى سابق، ومن ثم عودة إلى مرحلة من النمو أكثر طفولية، والمفترض أن يكون الطفل قد تجاوزها، فيطلب الولد الغيور مثلًا "الرضاعة" أو يصاب بالتبول اللاإرادى، فيبلل ثيابه، أو يعود لاستخدام اللغة التى كان يعتمدها يوم كان طفلًا، ويفرض على أمه أن تطعمه بنفسها أسوة بأخيه الأصغر، وأحيانًا يقلد أخاه الأصغر فى بعض الأشياء ويحاول أن يتقمص دوره ليجذب انتباه والديه.

وقد عرض بعض العلماء مظاهر الغيرة على النمو التالى:

- **الضرب**: فهناك الأطفال الذين يضربون لحماية الممتلكات والأطفال الذين يضربون بسبب الغيرة أو ليحصلوا على ما يريدون.
- **العزوف عن المشاركة فى اللعب والمشاركة الجماعية**: وذلك لأنه يفضل اهتمام الكبار به ومحاولة إقناعه بالمشاركة والتفاعل مع الآخرين.
- **نوبات الغضب**: كالغضب من حرمانه ما يريد، أو الغضب لجذب الانتباه، أو شعوره بالتجاهل والاضطراب.
- التعلق بالوالدين والخجل.

obeikandl.com

أنـواع الغـيرة

الغيرة عند الطفل الوحيد:

إن الطفل الوحيد يتربى بين أبويه ولا يكون معه أطفال آخرون يأخذون امتيازاته ويغتصبونها منه، كما يكبر وينمو محاطًا بشتى أنواع الرعاية والاهتمام، فينشأ بفكرة أنه مركز كل انتباه، وينشأ أنانيًا إذ لم يتعود من الحياة أخذًا وعطاءً، وحقًّا وواجبًا، فالحياة كما نشأ فيها أول الأمر كلها أخذ وليس فيها عطاء، وكلها حقوق وليس فيها واجبات، فإذا خرج الطفل الوحيد أو الشبيه بالوحيد عن دائرة والديه للعب مع الآخرين، فإنه يصدم؛ لأن الأطفال لا يدعونه يأخذ ولا يعطى، ويعتدى ولا يعتدى عليه، فيحدث مثلا أن يُضْرَبَ وتُخْطَف لعبته، فيجرى عادة إلى أمه باكيًا وهذه تضمه إليها وتَسبُّ الأولاد الآخرين وتفهمه أنه رقيق الطبع، حسن الخلق، وأنه من طينة راقية غير طينتهم، أما الآخرون فإنهم على درجة كبيرة من الشراسة، ولسوء التربية، وخير له ألا يلعب معهم، وأن يمكث إلى جانبها.

وبنفس الطريقة السابقة الذكر عندما يذهب هذا الطفل الوحيد أو الشبيه بالوحيد إلى المدرسة فيجد أن المعلمة لا تفرده بالتدليل بل تعامله كما تعامل غيره من التلاميذ معاملة واحدة تقريبًا، فإذا غلبه زملاؤه فى لعب أو درس فهو كما علمته أمه أن له حسناته التى لا يعلمها غيره وأمه، وعندما يكبر يخرج إلى الحياة ويجد مجال امتيازاته معدم ويقابل الخيبة بزيادة اعتقاده فى عظمة ذاته، وزيادة اعتقاده فى سوء حظه فى الحياة

ومؤامرات الناس حوله وهكذا تصاحبه هذه الحالة طيلة حياته، وتظهر له من المشكلات ما يظهر أثره فى مجالات حياته المهنية والزوجية ومع أولاده.

«وهذه الحالات كلها يصحبها الانفعال المركب المسمى بالغيرة وهو ـ كما قلنا ـ مكبوت فى غالب الأحيان، ولذا لا يسهل دائمًا تشخيصه، وسلوك الطفل الأخير من هذه الناحية يشبه فى حالات كثيرة سلوك الطفل الوحيد أو الشبيه بالوحيد، ويلاحظ أن الغيرة التى يشعر بها الطفل الوحيد أو الشبيه بالوحيد عند خروجه للمدرسة، أو للحياة أقسى وأشد من أى نوع من أنواع الغيرة التى تحدث داخل الأسرة».

الغيرة من المولود الجديد:

يستحسن بالوالدين تنظيم الحمل والولادة بمعنى أن تكون الفترة الواقعة بين طفل وآخر لا بالقصيرة ولا بالطويلة، أى لا تكون فترة قصيرة لدرجة حرمان الطفل الموجود من النمو الكافى، ولا تكون طويلة لدرجة تمتع الطفل الموجود بامتيازات من الصعب عليه التنازل عنها فيما بعد «ونعتقد أن فترة طولها من سنتين إلى ثلاث أو أربع سنوات فترة معقولة».

ومن الأفضل عند الحمل تعريف الطفل الموجود لما يتوقع حدوثه، فقبل ولادة الأم بفترة كبيرة يجب أن يقلل الطفل من الالتصاق بالأم وكذلك إعداد ذهنه بأنه سيكون له أخ صغير سيلعب معه، ويقوم

برعايته، وهناك الكثير من الأطفال يلاحظون التغيرات التى تطرأ على الأم وينزعجون من هذه الظاهرة وهذه التغيرات غير المفهومة، وهناك أطفال يسألون أمهاتهم عن سبب هذا التغير فيجب على الأم أن تجيبه بوجود طفل صغير بداخلها سيكبر ثم يولد بعد نموه النمو الكافى، وبعد ولادة الطفل يجب عدم إهمال الطفل الكبير وإعطاء الصغير كامل العناية، فمن الواجب تهيئة عقل الطفل إلى حادث الولادة وفطامه فطامًا تدريجيًّا قدر الإمكان، فلا يحرم فجأة من الامتياز الذى سيغدق على المولود الجديد.

الغيرة بسبب المقارنة:

نعلم بطبيعة الحال أن الأطفال يولدون باستعدادات تتفاوت من طفل لآخر من حيث الذكاء أو النواحى المزاجية، وكذلك ينشئون باختلافات تكون أحيانًا شاسعة يقارن الطفل نفسه فى العادة بغيره من إخوته من حيث الجنس (ذكر أو أنثى) أو السن (بين الصغير والكبير)، فالصغير يغار من الكبير؛ لأنه أكبر منه أو من حيث المقدرة أو الجمال الطبيعى أو غير ذلك، ولكن الخطأ فى ذلك هو اهتمام الآباء والمعلمين والأصدقاء بإبراز الفروق وإشعار الأطفال بأهميتها، وتختلف درجات إبراز هذه الفروق وتختلف نتائجها تبعًا لها.

«فيجب على الآباء أن يقلعوا عن المقارنات الصريحة، وعن خلق الجو الذى يشعر بالمقارنة ويجب اعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها مزاياها واستعداداتها الخاصة بها، فإذا نجح طفل فى عمل ما فيكفى أن يشجع

عرضًا، ولا يقارن بغيره، وكل طفل مهما خاب ـ له ناحية طيبة يمكن كشفها وإبرازها والاعتزاز بها. وبذلك يمكن أن يزول الشعور بالخيبة المؤدى على الشعور بالذلة والنقص».

وللحد من المقارنة بين الإخوة أو بين الزملاء فبالإمكان القيام بالمقارنة بين الطفل ونفسه فى أوقات مختلفة، فذلك يتمثل بتقدم الطفل فى وقت ما عما كان عليه فى وقت سابق فهذا كافٍ لتشجيعه، وإذا كانت المدرسة أو الأسرة تهتم بالهوايات فمن المستحسن أن يكون عند الأولاد هوايات مختلفة كالتصوير، الرسم، جمع الطوابع، جمع عجائب الطبيعة... إلى غير ذلك، ومن ذلك يتفوق كل فى هوايته وناحيته ويقوم بمقارنة نفسه بنفسه وإذا اختار الأطفال هوايات شبيهة ببعضها البعض فيجب الكف والتوقف عن المقارنه التى تقلل من قيمة بعضهم مما يؤدى إلى التوقف عن إكمال النشاط وفقد الاهتمام به.

بعض الحالات توضح مشكلة الغيرة عند الأطفال

الحالة الأولى:

حالة لطفل وحيد كان واقفًا بجانب أمه وزارهم بعض الضيوف، فحملت الأم ابنتهم لتقبلها، فما كان منه إلا أن صرخ، وشد ملابسها، فتبول عليها فى الحال، والتبول هنا يحتمل أن يكون انتقامًا للغيرة ثم غالبًا لا شعوريًّا.

الحالة الثانية:

لبنت فى السادسة والنصف، بقيت وحيدة خمس سنوات ثم ولد لأبويها طفل ذكر، والأب رجل هادئ يدلل البنت تدليلًا شديدًا وأما الأم فهى سيدة ضعيفة لا سلطة لها على أولادها، وهى تترك أغلب أولادها للوالد، وتتصف البنت بشدة الحساسية، وتشتت فى الانتباه، وتأخر فى الدراسة على الرغم من ارتفاع ذكائها، وهى تحلم بالليل أحلامًا مزعجة بصوت مرتفع، وأغلب أحلامها حول أخيها، ويصفونها بالغيرة والحقد فى المدرسة والمنزل، ومن المحتمل جدًّا أن يكون أساس مشكلة البنت غيرتها من أخيها.

الحالة الثالثة:

كان الولد فى هذه الحالة شبيهًا بالوحيد إذ إنه كان الذكر الأول، وبعده عدة بنات وعدة وفيات ثم ولد، وكان الوالد يشتغل بحرفه تدر مالًا كثيرًا، إلا أن المجتمع لا ينظر إليها أنها حرفة راقية، وكانت الأم تشعر بالنقص لهذا السبب، ثم أرادت أن تربى ابنها فى المدارس العادية،

وكانت مشغوفة بأن يعوض لها فى نظرها النقص الذى تراه فى زوجها، إلا أن احتقارها هذا أدى إلى احتقار الولد لوالده ونشأ الولد مدللًا معظمًا محترمًا وتعثر فى دراسته، وكانت أمه ترجع السبب إلى مدرسيه وأنهم يقصدون رسوبه، فنشأت عند الولد فكرة عظيمة عن نفسه، ولم يقطع فى تعليمه الثانوى إلا سنتين، واشترك بعد ذلك مشرفًا فى عمل من الأعمال الوطنية، وعزا كل خيبته بعد ذلك إلى تضحيته فى سبيل الوطن، وبذلك زادت فكرته عن نفسه عظمة على الرغم من خيبته فى الدراسة، ثم شغل وظيفة حكومية، ولكنه كان يقضى كل وقته فى محاربة المؤامرات التى يتوهم أن أغلب زملائه يدبرونها ضده وبقى طوال حياته متألمًا أشد الألم وخاصة كلما رأى غيره ممن هم فى نظره أقل منه يتفوقون.

وهناك حالة أخرى تطلب الأم فيها استشارة الخبير لحل هذه المشكلة وتقول فيها: **طفلتى (٥ سنوات)** لديها مشكلتان:

الأولى: هى حريصة جدًّا على ألعابها ولا تترك مجالًا لأختها (سنتان) أن تشاركها اللعب فى حين أنها قد تهدى نفس اللعبة لطفل آخر دون تردد.

الثانية: السنة الماضية فى الروضة الأولى كانت تدرس ولم تكن تشكو من المدرسة كثيرًا، أما هذا العام فهى تشكو كثيرًا من صعوبة الدراسة وتلح على المعلمة أن تتصل بى وتشكو بطنها وقد لاحظت المعلمة شدة تعلقها بالبيت وبى خاصة.

وقد أجابها الخبير ووجه لها النصيحة بأن طفلتها تعانى فى صمت وتحاول رفع معاناتها إليك فى صورة المشكلات التى ذكرتها.

وهاتان المشكلتان هما مشكلة واحدة لها عدة اتجاهات، والمشكلة ترجع إلى عامل واحد هو الغيرة، فالغيرة موجودة عند الصغار كما هى عند الكبار، وأنه لا بد من مراعاة نفسية الطفل وتأهيله قبل قدوم المولود الجديد، بحيث يعمل الوالدان على تحويل الطفل إلى مشترك فى العناية بالمولود الجديد بدلًا من تركه فى حمية الإحساس بأن القادم غريم جاء لمنافسته على عرش قلب الوالدين، وهو الأمر الذى سيتطلب من الوالدين مزيدًا من الاهتمام والتفرغ لاحتوائها بشكل أكبر رغم الأعباء الملقاة على عاتقك من رعاية أختها الصغرى ومراعاة شئون المنزل، وليس الاهتمام بالطفلة الكبرى يعنى التفرغ لها والانصراف عن أختها الصغيرة، ولكن الاهتمام بها ومراعاة أزمتها النفسية التى نشأت عن غيرتها من أختها سيعد تغييرًا فى سلوكياتكم فى نظرها على أساس يجعلها تتيقن أنها ما زالت محل اعتبار من جذب الأنظار إليها من خلال الاهتمام بها، فهى لا تريد أن تعطى أختها بينما تعطى الغرباء أغراضها، فهى تحاول أن تدافع عن بعض ممتلكاتها فى إغارة أختها، فهى لم تتمكن من الدفاع عن مكانتها فى الاهتمام التى سلبتها أختها الصغرى منها، لكن هناك مساحة تستطيع أن ترفع صوتها بأن لها خصوصيات ترفض الإغارة عليها (وهى ألعابها) وقد ذكر الدكتور «سبوك» فى أحد كتبه التربوية بأن الطفل حين يتأكد من مكانته عند والديه فإنه لا يبالى بمكانة إخوته الآخرين عند الوالدين، وهى مدركة أن الأطفال الآخرين لن يمسوا مكانتها فى قلبيكما وبالتالى لن يعيروا غيرها اهتمامًا؛ ولذلك تعطى ممتلكاتها المادية والمعنوية لغيرها.

أسباب مشكلة الغيرة

الغيرة إحدى المشاعر الطبيعية عند الإنسان ويجب أن تقبلها الأسرة كصفة واقية، فالقليل من الغيرة يفيد الطفل، وهى حافز يحثه على التفوق، لكن الكثير منها يفسد الحياة. ويعتبر السلوك العدوانى والأنانية أثر من آثار الغيرة لسلوك بعض الأطفال وقد تصبح عادة وتظهر بصورة مستمرة، وهنا تصبح مشكلة.

أسباب الغيرة كثيرة ومنها:

١ - عوامل اقتصادية:

حيث تتباين المستويات الاقتصادية بين الأسر، فبعضها مستواها الاقتصادى مرتفعًا، وبعضها الآخر ينخفض مستواها الاقتصادى، ومن ثم فتؤثر على تلبية رغبات الأبناء وامتلاك ما يطمحون إليه من ألعاب وحاجيات، وبعض الأسر تكون شديدة البخل على أبنائهم فتحرمهم من الحصول على بعض المزايا التى يحصل عليها الأطفال من أسر فى نفس مستواهن.. ومن هنا تتفتح بذور الغيرة على عوامل عدم تكافؤ الأسر فى الإنفاق على الأطفال.

وفى داخل الأسرة الواحدة قد يقوم الأب بتلبية رغبات طفله الأول ويمتنع عن تلبية رغبات طفله الثانى، مما يحدث سلوك الغيرة عند الطفل الأصغر، وتنشأ الغيرة من التمييز الذى يقوم به الوالدان لدى أبنائهما مما لا يسمح الأطفال بهذا فى الأسرة الواحدة من التمييز، ولا شك بأن

المظاهر الخارجية للمساواة المادية فى الحقوق والواجبات من شأنها أن تقلل من فرص الغيرة الناشئة عن الشعور بالحرمان.

٢- عوامل اجتماعية ثقافية:

إن مظاهر تفضيل الذكر عن الأنثى لا تزال منتشرة بين العديد من الأسر حتى لو تأكد الآباء أن ميلاد الذكر أو الأنثى ترجع لأسباب بيولوجية يحددها الذكر نفسه.

والطفل الأول يلعب دورًا بارزًا فى ظهور بذرة الغيرة، ولو نظرنا إلى ما يحصل عليه الطفل الأول من حب وعطف وحنان نجد أنه يحظى بكل العطف والحب والحنان ولا يترك لشقيقه القادم شيئًا يذكر..

لتبدأ من هنا بذور الغيرة بين الإخوة، فالطفل الأول أكثر الإخوة عرضة للغيرة، وأن الطفل الأصغر هو الأكثر عرضة للمشكلات والاضطرابات الأسرية التالية، وهو أكثر أفراد الأسرة عجزًا بين إخوته.

كذلك تعد القدرة على التفاعل الاجتماعى من الأمور التى يعقد الوالدان بسببها المقارنات بين الأطفال، مما يثير الغيرة لدى الأطفال الأقل مقدرة على التفاعل الاجتماعى، وكذلك القدرة على إثارة المرح والبهجة على الحاضرين أو أفراد الأسرة، فيتوجه الانتباه لبعض الأطفال دون غيرهم مما يشعل الغيرة فى نفوس الأطفال الأقل مهارة والأقل دعابة.

٣- العوامل الفيزيولوجية:

قدوم طفل جديد للأسرة يعتبر شيئًا عاديًّا وطبيعيًّا بالنسبة للأسرة لكنه بالنسبة لأى طفل فإن الطفل القادم الجديد سوف يحتل مكانته عند أبويه، ويصبح الطفل المدلل بعد ذلك. ومع بداية مولد الطفل الجديد تبدأ معاناة الطفل الأكبر وآلامه النفسية التى تؤدى فى كثير من الحالات إلى اعتداءات على إخوتهم الرضع وغيرتهم الشديدة منه.

كما أن عامل نقص الخلقة أو ظهور عاهة لدى الطفل الجديد يستدعى مواقف معينة من الأبوين تجاه أطفالهما فى المعاملة والحماية والرعاية مما يشعر بقية الأبناء بالغيرة تجاه تغير سلوك الأبوين تجاههم.

٤- عامل الشعور بالنقص والمرور بمواقف محبطة:

يشير الباحثون إلى أن أقسى أنواع الغيرة بين الأطفال هو ما ينشأ نتيجة الشعور بالنقص وعدم إمكانية التغلب عليه مثل نقص فى المظهر الجمالى أو القدرة الجسمية أو الممتلكات من ألعاب وثياب، فالشعور بالغيرة والشعور بالنقص وجهان لعملة واحدة، كما أن مرور الطفل بمواقف محبطة أو فشله بكثرة يسبب له شعورًا بالنقص والعجز وقصور الإمكانات، ويزداد هذا الشعور ويثبت نتيجة سوء معاملة الوالدين أو قسوتهم أو معايرتهم للطفل بذلك.

٥- عوامل نفسية وتشمل ما يلى:

ضعف الثقة بالنفس: ضعف الثقة بين الطفل ومن حوله عامل مساعد على ظهور الغيرة، كذلك فالشعور بالنقص يؤدى للشعور الشديد بالغيرة.

*** ولادة طفل جديد:**

يلاحظ أن الطفل فى أول حياته يسترعى فى العادة انتباه الجميع، ويشعر بأن كل شىء له، وكل انتباه له، لكن هذه العناية قد تتوقف عنه فجأة أو بالتدريج كلما نما، وقد تتجه إلى المولود الجديد أو إلى شخص آخر فى الأسرة.

هذا التغيير قد يترتب عليه فقد الطفل ثقته فى نفسه وكراهيته لبيئته والميل إلى الانتقام منها أو الابتعاد عنها بالشروع فى سلوك يترتب عليه جذب العناية إليه مرة أخرى: كالبكاء أو التبول اللاإرادى أو المرض.. إلخ.

*** التمييز فى المعاملة بين الأبناء عن البعض الآخر (أو عن البنات):**

فإن هذه المعاملة تخلق الغرور فى بعض الأبناء، وتثير حفيظة وغيرة البعض الآخر، وقد تظهر أعراضها فى صور أخرى فى المستقبل كعدم الثقة وغير ذلك من المظاهر... ومن أشكال التمييز أيضًا إغداق امتيازات كثيرة على الطفل عندما يكون مريضًا مما يثير الغيرة فى الإخوة الأصحاء ويؤدى لتمنّى المرض وكراهية الطفل المريض.

*** المقارنة بين الإخوة:**

قد يقارن الآباء بين أبنائهم، ويظهرون محاسن أحدهم وعيوب غيره، فيشعر الابن الممدوح بالتقبل والحب، ويشعر المذموم بعدم التقبل والإهانة وعدم الأمن والطمأنينة فى علاقته بوالديه، ويشعر بالغيرة من أخيه الممدوح ويحقد عليه، وقد يكرهه ويعتدى عليه أو يعتدى على والديه ويشهر بهما.

- **ومن أهم هذه العوامل**: أيضًا الأنانية التى تجعل الطفل راغبًا فى حيازة أكبر قدر من عناية الوالدين وبذل أقصى جهد لذلك، وحينما يعتقد الوالدان أو كلاهما وجود تشابه بين الطفل وبينهما أو تشابه بينه وبين أحد أفراد العائلة فإن العائل فى ذلك ينعكس على معاملتهم له، ويمس هذا المتغير صميم توزيع الحنان فى الأسرة وعنايتها بالإخوة الآخرين.
- **العقاب الجسدى**: عقاب الطفل الجسدى بالضرب إذا أظهر غيرته نحو أخيه يزيد لديه مشاعر الغيرة السلبية والتى تظهر على شكل عداء نحوه.
- **عدم سماح الأهل بإبداء مشاعر الغضب أو الغيرة**: على نحو سليم يساهم فى كبت هذه المشاعر مما يعزز لدى الطفل الإحساس بأنه منبوذ وغير مرغوب فيه فيزداد لديه الإحباط وعدم الثقة بالنفس.
- **الأنانية**: ارتباط الغيرة بالأنانية، أى كلما زاد الإحساس بالأنانية، تولدت الغيرة عند الطفل.
- **غيرة الأخ الأصغر من الأخ الأكبر سنًّا**: وتظهر عندما يهتم الوالدين بالابن الأكبر وخاصة إذا أهمل الوالدان الطفل الصغير، وهناك أخطاء تبدو شائعة لدى بعض الأسر، وهى تخصيص لهذا الطفل الصغير كل ما سبق أن استعمله الكبير من ملابس وألعاب وأحذية وكتب... إلخ، لذا يشعر الصغير

بالدونية وبأنه مهمل من قبل والديه، حيث إنه ليست لديه خصوصية فتشتعل غيرته ويبدى عداءه نحو الأخ الأكبر.

- **الغيرة عند الأطفال المعاقين جسديًا:** تظهر الغيرة عند الطفل المعاق؛ لأنه يشعر بالحرمان بما يتمتع به إخوته من بنية سليمة، ويعمل الأهل على زيادة وتنمية هذه الغيرة إذا لم يعرفوا كيفية التعامل مع الطفل المعاق.
- **تحميل الطفل الأكبر مسئوليات تفوق طاقته:** تحميل الطفل الأكبر مسئوليات تتجاوز قدرته واستعداده الطبيعى.. كأن يطلب منه بأن يكون هو الكبير وهو القدوة ولومه دائمًا على تصرفات الطفولة، مما يدفعه إلى الرجوع إلى تصرفات لا تتناسب مع عمره، ويلجأ إلى النكوص أى يعود إلى تصرفات تشبه أخيه مثل التبول اللاإرادى والجلوس فى حضن أمه علَّه يحظى ببعض الامتيازات التى يحظى بها الصغير.

إن الأطفال الأكبر سنًّا والذين يتلقون عناية أبوية أقل؛ لأن لهم أخا يعانى مرضًا شديدًا أو عاجزًا، يبدون أكثر تقبلًا للتفاوت فى المعاملة، وعلى الرغم من ذلك فإن منح هؤلاء الأطفال عناية أكثر يجعلهم أكثر قدرة على التكيف مع الوضع القائم.

فالغيرة ليست مهلكة وهى لا تعتبر مشكلة بالنسبة للأطفال الكبار، وحتى عندما لا يكون الأطفال فى غاية الشوق للمولود الجديد، سوف يكون هناك بعض الوقت ليتمنوا ألا يأتى ذلك المولود.

ويؤكد بعض العلماء أن الكبار وحدهم هم الذين يثيرون شعور الغيرة فى نفوس الأطفال الصغار وذلك عندما يؤثرون طفلًا على طفل آخر.

ولذا تنشأ الغيرة عندما يشعر الطفل بحقه فى امتياز ما، ثم يفقد هذا الحق أو يفقد بعض هذا الحق ليحصل عليه شخص آخر.

لذلك يجب ألا نعطى أولادنا حقوقًا أكثر من اللازم ثم نطالبهم بعد ذلك بالتنازل عن هذه الحقوق، ويجب أن نعلمهم منذ نعومة أظفارهم كيف يشاركون الآخرين فى لعبهم، وكيف يرضون باقتسام محبة أبويهم دون تبرم أو ضجر، عندئذ يتعلم الطفل أن الأنانية سلوك قبيح وأن التسامح والتعاون هما أساس الحياة المستقرة الهادئة السوية.

ومن أسباب الغيرة أيضًا ما يلى:

١- المفاضلة التعسفية من قبل الوالدين، بين الإخوة.

٢- شعور الطفل بالضعف أو التقصير.

٣- اضطراب الأجواء الأسرية.

٤- التعلق الشديد من قبل الطفل بوالديه.

٥- ارتباط الغيرة بالأنانية.

ـ وقد يكون جهل الوالدين فى التعامل مع الأطفال هو السبب فى تكريس الغيرة، وخاصة عندما يُفاجَأ هذا الطفل بأن أمه توجه عنايتها إلى إخوته الأصغر منه وتهمله، فينتابه الهم والقلق مما يزيد الأمر خطورة.

ـ ومن الأسباب أيضًا مقارنة الطفل بأخ أو أخت فى التحصيل

الدراسى أو فى القدرات العقلية أو فى المواقف السلوكية أو فى المظهر الخلقى، خاصة إذا كانت هذه المقارنات تُكرر وبشكل مستمر، فإن ذلك يثير الغيرة بين الأطفال على الرغم من أن الآباء لا يقصدون من ذلك إيقاع الضرر بأطفالهم.

وهم بذلك لا يعلمون أن مثل تلك المقارنات تخلق مشكلات نفسية لدى أطفالهم، مما يؤدى إلى عدم الثقة بالنفس ويؤثر على توافقهم النفسى والاجتماعى داخل محيط الأسرة وخارجه.

ـ ومن أهم أسباب الغيرة، التى تلعب دورها وبشكل أساسى فى حياة الطفل تلك النزاعات والتوترات بين الأبوين، وخاصة إذا كانت تحدث أمام الأطفال مما ينعكس سلبًا على حياتهم.

وقد يعبر الطفل عن غيرته باللجوء إلى بعض الحيل الدفاعية، التى من خلالها يعوض ما فقده من حب أو ثقة من أبويه، ويظهر ذلك من خلال تبوله غير الإرادى، أو إظهار تخوفه من أشياء معينة أو التمارض فى بعض الأحيان، أو امتناعه عن تناول الطعام، مما يؤدى إلى نقص فى الوزن وضعف فى الصحة، مما يقلق الأهل إلى حد كبير.

الغيرة.. وبعض الموضوعات المهمة فى الأسرة

سوف نستعرض خلال الصفحات التالية الغيرة وبعض الموضوعات فى الأسرة، وأهم التوجيهات التى يجب أن يتبعها الآباء والأمهات مع الأبناء لحمايتهم من أضرار وآثار الغيرة والوقاية منها وذلك على النحو الآتى:

أولًا: الغيرة بين الإخوة. **ثانيًا**: المضايقة.
ثالثًا: الإخوة وضرب المولود الجديد.
رابعًا: الوشاية (الشكوى أو الفتنة).
خامسًا: تحسين الثقة بالنفس. **سادسًا**: الاستفزاز.
سابعًا: الشجار بين أبناء الزوج والزوجة.

أولاً: الغيرة بين الإخوة:

تعرف الغيرة على أنها: (شعور بالاستياء من شخص آخر لنجاح حققه أو ميزة حصل عليها)، وهذا يجعل علاقة الإخوة أرضًا خصبة لنمو الغيرة، إن مجرد وجود أخ جديد فى الأسرة بالنسبة للابن هو شىء يعنى أنه لم يصبح مركز الاهتمام، وهو يمنحه كذلك مصدرًا دائمًا لأشياء يستطيع من خلالها أن يقدر قيمته داخل أسرته، وهنا يأتى دورنا كآباء وأمهات كى نساعد كل طفل على أن يشعر بالرضا عن نفسه وعن النجاح الذى يحققه، وفى الوقت نفسه يجد فى نفسه الشجاعة التى تجعله يشعر بالسعادة لما حققه أخوه من نجاح.. وهنا يجب على الوالدين مراعاة الآتى:

obeikandi.com

- تفهمى مشاعر الغيرة التى يشعر بها ابنك؛ لأنه يعرف أنك تفهمين وتقدرين مشاعره، لن يكون مضطرًا لأن يبرر تصرفاته أمامك أو أمام نفسه، غالبًا ما يشعر الطفل الأصغر سنًّا بالغيرة من الامتيازات التى يحصل عليها الأخ الأكبر، فى هذه الحالة يجب عليك ألا تستخفى بمشاعره وفى نفس الوقت تتفهمى رغباته.
- ساعدى ابنك على أن يركز فى احتياجاته هو، وليس فيما يحصل عليه أخوه.
- تجنبى مقارنة الأطفال بعضهم ببعض كوسيلة لتشجيعهم على الطاعة، فالمقارنة تولد الغيرة والاستياء؛ لأنها تجعل الطفل يعتقد أن حبك ورضاءك عنه مرتبط بالمنافسة مع إخوته.
- ساعدى ابنك على اكتشاف مواطن قدراته وتقديرها، فعلقى على الأمور الجيدة التى يقوم بها، وامتدحى أداءه الجيد لعمل ما، وتشجيعه على تنمية مهاراته، وإذا كان الأخ الأصغر يسير دائمًا فى ظل الأخ الأكبر، حاولى أن توجهى كلًّا منهما إلى مجال مختلف عن مجال أخيه(*).
- تعاطفى مع طفلك، وابحثى عن الخسارة التى تعرض لها، والتى

(*) لمزيد من المعلومات فى هذا الجانب يمكن الرجوع إلى الإصدار السابع.. (تحسين مفهوم الذات وتنمية الوعى بالذات (والنجاح فى شتى مجالات الحياة) من سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع.

جعلته يشعر بالغيرة، ولا تتعجلى تحسين حالته فإنك لن تستطيع أن تتفهم حقيقة ما يضايقه.

- شجعى طفلك بتذكيره بما أنجزه فى الماضى.
- علمى طفلك التعاون.
- "فى الأسبوع الماضى شعرت بالغيرة من صديقك، أما اليوم فأنت تشعر بتحسن فما الذى حدث وجعلك تغير رأيك؟".
- "أنا أعرف بأنك تغار من صديقك، فهل سألت نفسك إذا كان يشعر بالغيرة منك؟".

ما لا ينبغى قوله:

- "إنه لشىء سيئ أن تشعر بالغيرة". نعم فالدين ينهاك عن أن تحسد جارك، ولكنك لو ذكرت ذلك لطفلك فلن يغير من شعوره شيئًا، وسيجعله يدرك أنك لست قادرًا على مساعدته على أحاسيسه المختلفة.
- "هكذا هى الحياة، من الذى قال: إنها يجب أن تكون عادلة؟". فإن محاولة التوجيه دون إظهار التعاطف يمكن أن تؤدى إلى انقطاع التواصل بينكما وإلى إحباط طفلك أكثر.
- "إنك تعطى الموضوع أكبر من حجمه، وإنك لتعلم أن جدتك تحبك كما تحب شقيقك". فمن الأفضل أن تستفسر عن الأشياء التى تجعل طفلك يشعر بالغيرة وأن تواجهها.

- لا تقلق من كونك حازما فإنه لأمر طيب أن يتعود طفلك على فكرة أن الحياة ليست دائمًا عادلة.

أمور توضع فى الاعتبار:

- الغيرة البسيطة تأتى وتذهب، ولكن لو استمرت الغيرة فمن الضرورى اكتشاف مسبباتها.
- قد يصبح الآباء الذين لا يتمتعون بأى قدر من التوافق، خطرا على أطفالهم.
- الآباء الذين ينظرون لما فى يد الآخرين يشجعون أبناءهم على الشعور بالغيرة.
- حين يعانى أحد الآباء من مشكلات جسمية كإدمان الشراب أو أية مشكلات صحية أخرى ويقوم أحد الأبناء بتولى المسئولية، يشعر الطفل بالغيرة من الأطفال الآخرين الذين ينعمون بطفولتهم.

ثانيًا: المضايقة:

إن المضايقة هى سلاح الطفل لإثارة الاهتمام، وللإحساس بالقوة والتفوق، أو هى أسلوب للنيل من الخصم دون ترك جروح أو علامات ظاهرة للعيان.

- إذا كان الطفل الذى يتعرض للمضايقات لا يبدو منزعجًا، لا بأس من اعتبارها مضايقات صبيانية غير ضارة، فقط تجاهلى هذا السلوك أو اتركى الغرفة لعدة دقائق.

obeikandl.com

- لا تعلقى على المضايقات، وإنما توجهى على الفور إلى الطفل الذى تعرض لها وامنحيه حبًّا واهتمامًا وأديرى ظهرك للطفل الذى أتى بهذه الأفعال.
- اصرفى تركيز الطفلين عن مضمون العبارة التى قيلت واجعلى تركيزهما ينصب على كونها شىء غير لائق.
- أصدرى أمرًا مباشرًا كأن تقولى: "أنا لا أسمح بمثل هذه المضايقات، توقف عنها فورًا"، ثم غيرى الموضوع واصرفيهما إلى شىء آخر يفعلانه.
- علمى الطفلة التى تتعرض للمضايقات كيف تحمى نفسها.
- قد يكون هناك من يقوم بمضايقة الأطفال من بين أعضاء العائلة الكبار، تأكدى من أن شيئًا كهذا لا يحدث، إن بعض الكبار يعتقدون أنه شىء ظريف، ويظنون أن الأطفال يعتقدون هذا أيضًا، فى حين أن الأطفال يشعرون بحساسية كبيرة من هذه المضايقات.
- راقبى برامج التليفزيون التى يشاهدها ابنك، حيث إن بعض البرامج تستخدم نواقص البشر وعيوبهم للحط من قدرهم كمصدر أساسى من مصادر الفكاهة.

ثالثًا: الإخوة وضرب المولود الجديد:

قبل وصول المولود الجديد، ولا بد أنك قد أخبرت ابنك بأنه سيصبح لديه أخ صغير رائع وأنه يستمتع باللعب معه كثيرًا، بعد

ذلك يأتى المولود الجديد ويلعب معه بالطريقة الوحيدة التى يعرفها، فيلعب معه لعبة وتصرخين أنت؛ لأنه يقذف الصغير باللعب، ثم يلعب معه لعبة أخرى فتصرخين ذعرًا؛ لأنه يحاول خنق الرضيع بالأغطية، ويحتضنه فتنفجرين غاضبة. هل تتعجبين حين يبدى الطفل حيرة وارتباكـًا.

- إن هدفك الأول فى حالتنا هذه هو أن تحمى الطفل الرضيع. والهدف الثانى هو أن تعلمى الآخر كيف يتعامل مع أخيه الجديد بطريقة مناسبة، يمكنك أن تعلمى الطفل كيف يتعامل مع الرضيع ولكن تكون الطريقة مناسبة، يمكنك أن تعلمى الطفل كيف يتعامل مع الرضيع بنفس الطريقة التى تعلميه بها أى شىء آخر، تحدثى إليه، اشرحى، ثم وجهى وشجعى.
- عندما يكون الطفلان معًا حاولى أن تكونى دائمًا بالقرب منهما. وإذا رأيت ابنك الأكبر وقد بدأ يتحدَّ، احملى الرضيع واشغلى الطفل الآخر بأغنية أو لعبة أو طعام يأكله، إنك بذلك تحمين الطفل الرضيع، وفى الوقت نفسه تساعدين نفسك على تجنب سلسلة دائمة من اللوم قد تدفع الطفل فعلًا إلى السلوك العدوانى.
- علمى الطفل الكبير كيف يدلك ظهر الرضيع، أخبريه أن هذا النوع من التلامس يهدئ الرضيع، وامتدحيه حين ينجح فيه، إن هذا الدرس يعلم الطفل كيف يكون تلامسه مع الرضيع تلامسًا إيجابيًّا.

- حين ترين ابنك وقد ضرب أخاه الرضيع، تصرفى بسرعة وأعلنى بحسم وقت مستقطع لمدة دقيقة لكل عام من العمر. وعندما ينتهى الوقت أكدى عليه أن يلمس الرضيع برقة.
- حين ترين الطفل الكبير يقترب من أخيه ويلمسه برقة، علقى على هذا تعليقًا إيجابيًّا، وتحدثى عن أهمية "الأخ الكبير" احتضنيه وقبليه، وأخبريه كم أنت فخورة به.

أمور توضع فى الاعتبار:

- ربما يظهر الأطفال الأكبر سنًّا إحباطهم لحصولهم على وقت أقل مع آبائهم المشغولين وذلك إما بالانسحاب أو بممارسة بعض الأعمال العدوانية المستفزة.
- من الممكن جعل الأطفال الأكبر سنًّا يساعدون المولود على قضاء الحاجة إذا كان العمل غير مثير لاشمئزازهم.
- يبدو على الأطفال تلقائيًّا أنهم أكبر وأكثر نضجًا مقارنة بالطفل الناشئ.
- فى العائلة المتآلفة، غالبًا ما يستطيع المولود الجديد أن يوحد بين الإخوة.
- بعض الآباء ينتابهم القلق حيال الموارد المالية عندما يصل المولود الجديد، ويقضون ساعات طويلة فى العمل وهذا يؤثر على الأسرة.
- دع الأطفال يشاركون الأم فترة الحمل، حيثما كان ضروريًّا،

دعهم يشاهدون الأشعة ويحضرون الأشياء اللازمة للولادة... إلخ.

ما ينبغى قوله :

- يمكن أن تخبر الأطفال الأكبر سنًّا بمجرد أن يصبح الحمل ظاهرًا.
- امتدح طفلك على التعبير بحرية بدلًا من كتم مشاعره.
- شجع على التعبير عن الرأى بحرية وذلك بتخصيص وقت معين لهم كلما أمكن ذلك.
- تعاطف عندما لا تتمكن من أن تولى طفلك الانتباه الذى يريده.
- فاوض. "لقد كنت مشغولًا للغاية مع المولود. ما الأشياء التى يمكننا أن نقوم بها معًا لإرضائكم؟".
- إن الأطفال الجدد بحاجة إلى ثلاثة أشياء رئيسة وعليكم أن توفروها جميعًا وهى: الحب، زجاجة الغذاء، تغيير الحفاظات فافعل ذلك دون إهمال باقى الإخوة.
- ناقش المميزات التى يتمتع بها الطفل الكبير.

ما لا ينبغى قوله :

- "سوف تحبين أن يكون لك أخ وليد" يبدو هذا لطيفًا، ولكن لا بد لطفلتك أن تعبر عن مشاعرها.
- "أنت لست بحاجة إلى اهتمامى الكامل". إنه مجرد اعتقاد منك بذلك، إذا اعتقد أنه بحاجة إلى هذا الاهتمام فهو بحاجة إليه فعلًا.

- عندما يقرر زوجان لهما أبناء من زيجة سابقة أن يكون لهما طفل، فمن الممكن أن يتزايد القلق، فالآباء يخافون من أن يحبو المولود الجديد أكثر من أولاد الزيجة السابقة، وسوف يخاف أبناء الزيجة السابقة من نفس الشيء. إنها لفكرة طيبة أن تعلن عن الحدث بشكل خاص لابنك من صلبك، بهذه الطريقة يكون طفلك مؤهلًا للانفتاح على الآخرين دون الشعور بالحساسية المفرطة.

أساليب التغلب على المشكلة:

١- تهيئة الأم لطفلها الأكبر لاستقبال الطفل الجديد بإخباره قبل شهر أو شهرين وذلك لمن فى عمر أكبر من ثلاث سنوات.

٢- عند قرب موعد الولادة من المفضل أن تخفى الأم بعض الهدايا فى البيت وبعد ولادتها تخبر طفلها الأكبر عن مكان وجود الهدايا فى البيت فيشعر أن والدته لم تتخل عنه بل تحبه.

٣- لا يجب إبعاد الطفل الكبير لفترة عن البيت مع قدوم المولود الجديد؛ لأن ذلك يجسد مخاوفه فى إمكانية التخلى عنه.

٤- لا يجب توبيخ الأخ الكبير لشعوره بالغيرة؛ لأن مثل هذا الصد أو التأنيب غالبًا ما يثير مخاوف الطفل بأن والديه يمكن أن يتخلوا عنه.

٥- عند محاولة الطفل الكبير فى تقليد أخيه الصغير بشرب الحليب أو أكل مأكله أو العودة إلى الرضاعة أو أن تتولى الأم إطعامه بنفسها فلا مانع من تلبية رغباته وعدم صده بقسوة؛ لأن ذلك يصدمه أكثر.

٦- حينما يقيم الأخ الكبير مقارنات بينه وبين أخيه الصغير فعلى الوالدين إرضاء غروره.

٧- لا مكان للعقاب الجسدى فى علاج الغيرة.

رابعًا: الوشاية (الشكوى أو الفتنة):

إن هناك أسبابًا مختلفة لممارسة الأطفال الوشاية، فبعض الأطفال الذين يفعلون ذلك لديهم فكرة إنقاذ العالم من أخطاء مادية وأخلاقية، والبعض الآخر يفعلونه بهدف أن عقاب الأبوين للشخص السيئ وسيلة فعالة للتعامل معه، وبعضهم يفعلونه آملين فى الحصول على لقب الطفل حسن السلوك فى مقابل الطفل سيئ السلوك، وسيساعدك كثيرًا أن تتحدى دوافع ابنك الواشى الصغير.

- أجيبى الطفل الواشى بجملة قصيرة كأن تقولى: "يسعدنى أنك تعرف القواعد جيدًا" فعبارة كهذه سوف تمنح الطفل الاهتمام الذى يريده دون إجازة الوشاية، ثم سيرى مبتعدة.
- أن يشى الطفل بأحد فهذا أفضل من أن يضربه، إذا كان الطفل الذى جاء بالوشاية غاضبًا ومحبطًا ويبدو متمالكًا نفسه وهو يطلب عونك، فلا بأس من أن تتدخلى بشرط أن تكونى محايدة فى مشاعرك.
- إذا كانت المشكلة هى خلاف بين طفلين، اتخذى موقفًا محايدًا بأن تخلصى الموقف وتقدمى اقتراحات دقيقة.
- إذا كان ابنك معتادًا على الوشاية، امتدحى كل موقف يستطيع

فيه أن يحل مشكلة ما دون اللجوء إلى الوشاية وأثنى على هذا السلوك كثيرًا.

- استخدمى أسلوب الفكاهة لتهدئى من حدة الموقف.
- بينى للطفل الفرق بين الوشاية وبين إخباره لك بشىء يكون من الضرورى أن تعرفيه.

أمور توضع فى الاعتبار:

- تعد الوشاية من الصفات التى يرفضها أغلب الآباء والأمهات.
- تتزايد الوشاية بين الأطفال حتى سن السادسة.
- الأطفال الواشون نادرًا ما يلقون التأنيب، على الرغم من أن الوشاية شىء مرفوض.
- يبدى الوالدان الرغبة فى معرفة المعلومات التى ينقلها لهم الشخص الواشى، ولكنهم عادة ما يكرهون الدوافع الشخصية التى يسعى لها ذلك الشخص (كأن يشعر بالأهمية أو يضع ابن زوج أحد والديه فى مأزق).
- معظم الأطفال يبالغون فى الوشاية بأقرانهم.

ما ينبغى قوله:

- "إننى أعلم أنك تحبين أن تخبرينى بما يفعله أخوك خطأ، أخبرينى من فضلك فقط فى حالة إيذائه لشخص ما أو تعرضه لخطر ما".
- "إذا وشيت لتوقع بأختك فى مشكلة فإننى سأغضب منك".
- "إذا كنت مترددًا أن تخبرنى أم لا فلا بأس بأن تخبرنى".

- "إذا أخبرتنى عن شىء ليس من شأنك فسأشكرك على ذلك، ولكن هناك احتمال كبير أننى لن أستجيب لما قلته".
- تحقق من الدوافع التى تكمن خلف الوشاية.
- شجع طفلك على كل ما هو لائق.

ما لا ينبغى قوله:

- "لا أحد يحب الشخص الواشى" إن ذلك لا يُعَلِّم الطفل كيفية التمييز بين النقل اللائق وغير اللائق لاحقًا.
- الأطفال الصغار هم فقط الذين يشون، لذا يجب أن تعرف أفضل منهم" حقًّا فإن الطفل الأكبر غالبًا ما يمكنه التمييز بين المواقف المأمونة وغير المأمونة ومتى يمكنه نقل ما يحدث إلى والديه.
- "إننى سعيد لأنك أخبرتنى بأن أخاك لم يغسل أسنانه" إن التشجيع على الوشاية من جراء الأخطاء الصغيرة ليس بأسلوب جيد، فإنك بذلك تجعل من طفلك شخصًا بشعًا.
- "إنك تساندينى حقًّا عندما تطلعينى على الأشياء الخاطئة التى يقوم بها أخوك". لا تشجع طفلتك على القيام بذلك.

خامسًا: تحسين الثقة بالنفس:

إن تأييد احترام الذات قد ظهرت نتيجته فى كثير من التغيرات الجوهرية التى حدثت فى المدارس خلال السنوات الأخيرة، فقد بدأ الطلاب الراسبون فى تلقى التشجيع حماية لكرامتهم، ويرفض المدربون

الاحتفاظ بتسجيل الأهداف فى مباريات السلة وكرة القدم الخاصة بالطلبة حتى لا يسوء ذلك الفريق الخاسر، وعديد من المدارس بدأت فى عمل نسخة معدلة من نشرة "طالب الأسبوع" وتأكدت من أن جميع الطلبة يصيبهم الدور فى هذه النسخة بصرف النظر عن الأداء، وفى المعرض يحصل كل واحد على ميدالية، والناتج من ذلك أن الآباء والمدرسين قد يشعرون بالرضا من المحاولة، ولكن الأطفال أقل قدرة على مجابهة الفشل. أضف إلى ذلك أن دراسات لا حصر لها تؤكد أن العديد من الأطفال العدوانيين لديهم نظرة إيجابية مبالغ فيها تجاه أنفسهم وقدراتهم.

أمور توضع فى الاعتبار:

- فكر فى مسألة الثقة بالنفس بشكل محدد وليس بشكل عام. يتم احتجاب احترام الذات، بمعدل أقل من المتوسط، ووراءه حقيقة تقول بأن الطفل يشعر بالزهو الشديد فى مواضع معينة.
- بما أنه ليس هناك شخص كامل، فالأطفال والبالغون بحاجة إلى زيادة الثقة فى قدراتهم لكى يواجهوا الإحباطات والفشل.
- لقد اكتشف أحد الباحثين أن تعليم الطفل التحكم فى نفسه أهم بكثير من المحاولات الكثيرة لبناء احترام الذات.
- احترام الذات شىء كالحب، ربما لا يكون من السهل تعريفه بدقة، ولكن أغلب الناس تنتابهم ثقة عالية بالنفس عندما يكون لديهم مبرر للشعور بالزهو بأنفسهم.

ما ينبغى قوله :

- لا بد من قول عبارات التشجيع بمزيد من الحماس.
- "الدراسات الاجتماعية مادة صعبة لك، ومع ذلك تقوم بمذاكرتها. دعنى أسألك بعض الأسئلة حتى وإن كانت محبطة فى بعض الأحيان". إن ذلك يظهر جهدًا مبذولًا من ابنك، وقد ترك ذلك انطباعًا قويًّا لديه.
- "ما رأيك فى نزهة أنا وأنت فقط على قدمينا؟" إن الاتصال عن طريق إبداء الرغبة فى قضاء الوقت مع أطفالك، يدل على أنهم يمثلون شيئًا خاصًّا لديك.
- إن مخالفة رغبات الأصدقاء أمر ليس من السهل اتباعه دائمًا، فذلك يستلزم بعض الجرأة.
- امتدح أى فضيلة مثل: الإصرار والطيبة والعدل والرغبة فى المشاركة أو الطاعة.

قاعدة ثابتة :

اقض الوقت مع طفلك فى نشاط مفيد، فيمكن بذلك تحسين الإحساس بالذات سواء أدى هذا النشاط إلى إنجاز معين أم لا.

ما لا ينبغى قوله :

- لا تسأل مباشرة "هل تريدين التحدث معى؟" فربما ترد طفلتك بفطرتها بقول: لا، حتى لو كان لديها فكرة تلح عليها.
- السؤال "بما تشعر؟" من الممكن أن يتحول إلى طريق جانبى عندما يكون واضحًا على طفلك الغضب.

- لا تسأل ماذا حدث، بل قل: "أخبرنى ماذا حدث؟".
- لا تسد أى نصائح دون أن تقدم اعترافًا واضحًا بفهمك للمشكلة وللأحاسيس التى يحس بها طفلك.
- غالبًا سيستخدم الأطفال الذين جرحت كبرياءهم عبارات تكشف عن تعليقات سلبية شائعة عن أنفسهم مثل: "أنا غبى"، "لا أستطيع أن أفعل شيئًا صحيحًا"، فلا بد لك من إظهار التعاطف، وتعلِّم طفلك كيف يفكر بمزيد من العقلانية وترد عليه: "أنت لست غبيًّا، بل لم تذاكر بجد هذه المرة لقد شاهدت الجميع يرتكبون الأخطاء من أصحابك، لست وحدك الذى فعلت ذلك.

سادسًا: الاستفزاز:

إن التصرف حيال الاستفزاز بين الأطفال ليس دائمًا أمرًا من السهل تحقيقه، فإخبار الطفل بعدم المبالاة بالاستفزاز كأن تخبر السباح ألا يبتل أثناء السباحة.

أمور توضع فى الاعتبار:

- الأطفال الصغار يرون الاستفزاز على أنه شىء جارح دومًا.
- الأولاد ذو الثمانية أعوام يرون الاستفزاز على أنه خبرة إيجابية يستفاد منها.
- الاستفزاز يمثل الجانب الأكبر من حياة الأولاد أكثر من حياة الفتيات.

- دائمًا ما يتعرض الأطفال الذين ينبذهم نظراؤهم إما لأن يكونوا شديدى العدوانية أو شديدى الاستسلام للانتقاد لعدم قدرتهم على تقبل الاستفزاز.

ما ينبغى قوله :

- إذا جرح طفلك من ملحوظة استفزازية وجهت إليه فإن رد الفعل المباشر من جانبك هو التعاطف معه.
- "إنه ليس أمرًا مضحكًا أن ستفزك شخصًا ما".
- إن إبداء التعاطف مع طفلتك عادة ما يجعلها تشعر بأن من حولها يفهمونها ويؤكد أنها محبوبة وأن هناك من يهتم لأمرها، فهذا كل ما هو مطلوب منك لمساعدتها للأخذ بيدها لتتجاوز هذه الإهانة والجرح.
- إذا كنت تعتقد أن طفلك يتعامل مع الأمور بحساسية أو أساء تفسير أى ملاحظة للمضايقة فعليك تعليمه الطرق البديلة لتفسير الأمور.
- بعض الأطفال يستهزئن بأطفال آخرين مثلهم ويرجع ذلك إما إلى غيرتهم أو لعدم رضاهم عن بعض الأشياء فى حياتهم، ولذا فهم يفرغون هذه المشاعر باستخدام ألفاظ وضيعة مع الآخرين.
- اجعل طفلك يتخيل الطرق الناجحة التى يتبعها زملاؤه للتغلب على الاستفزاز.
- "أتذكر عندما ضايقك طفل الجيران فلم يَبْدُ عليك الانزعاج فلماذا كان ذلك؟".

- "هناك وصفة سحرية للتغلب على الاستفزاز، فإذا ابتسمت ولم تقل شيئًا فإن الشخص المستفز من المحتمل أن يتوقف عن استفزازك، فإذا كان يفعل ذلك؛ لأنه يحبك فإنه أيضًا يحب أن يراك مبتسمًا، أما إذا فعل ذلك؛ لأنه يريد مضايقتك فإنه لن يرضيه أن يراك مبتسمًا فهناك احتمال أن يتوقف عن استفزازك".
- علم طفلك كيفية التمييز بين الاستفزاز الودى والسخرية.
- "إذا أراد شخص ما أن يؤذى مشاعرك فربما تراه يستعرض أمام الآخرين من خلال الاستهزاء بك ومحاولة جعلهم يضحكون عليك، فإذا قام شخص ما بارتجال إحدى النكات فإنه إذا كان يحبك فسيقولها لك وحدك وليس أمام الآخرين حتى لا يسخروا منك".
- إذا استفزتك صديقة طيبة فإنها لا تقصد أن تجرح مشاعرك عمدًا، ولكن إذا ضايقتك ملاحظتها فتحدثى إليها فيما بعد عن ذلك، فإذا كانت صديقتك حقًّا، فسوف تتوقف عن مضايقتك بالاستفزاز بهذه الطريقة مرة أخرى.
- أخبر طفلك عن المواقف التى تعرضتَ فيها للاستفزاز فى الصغر، فهذا يفسح صدر أطفالك لقبول مثل هذه المواقف.
- عندما يبالغ طفلك فى رد فعله للاستفزاز فإنه سيواجه مشكلات أخرى من قبل أشياء أخرى، فربما يشعر بأنه منبوذ أو يشعر بالحزن والخوف، لذا فعليك التحقق من هذه الاحتمالات.

- الطفل الذى يضايقه الاستفزاز قد يحدث له ذلك بشكل قاسٍ ومتكرر، فمن الممكن أن يكون ذلك جارحًا جدًّا لطفلك ويمكن أن يؤدى إلى اضطرابات سلوكية عنيفة.
- "ما سأقوله قد لا يساعد كثيرًا، ولكننى أريدك أن تعرف أننى أعتقد أنك طفل ممتاز، فكل يوم يمر يصبح مصدر سعادة لى وذلك لأنك تمثل الجزء الأكبر منه".
- إذا اتسمت الحياة الأسرية بالسعادة والأمان فهناك احتمال أن يتعلم طفلك كيفية التصرف مع المضايقات الاستفزازية.

ما لا ينبغى قوله :

- "هون عليك، كل شخص يتعرض للمضايقات، لذا لا بد أن تتغلب عليها" إن اتباع هذا الأسلوب المطمئن الأجوف ليس ضروريًّا فى هذا الصدد.
- "أوه كفى عن التعجب" أنت بهذا تتقرب من استفزاز طفلتك، وكأنها لا يكفيها ما لاقته من استفزاز بالفعل، فإنك بذلك تؤيد اعتقادها بأن هناك شيئًا خطأ أو غير ملائم فيها.
- "توقف عن إغاظته. يالحقارتك" قد تكون محقًّا وفى الوقت ذاته ربما لا تكون كذلك، تذكر جيدًا أن الكلمات فى حد ذاتها لا تشكل مشكلة كما يفعل سياق الموقف الذى ألقيت به هذه الكلمات، فإذا لعب الأطفال معًا واستمتعوا بصحبة بعضهم البعض، فإن صيغة الاستفزاز بينهم ستكون لطيفة وطيبة.

- "أوه هون على نفسك. إننى أحاول فقط أن أثيرك. كف عن البكاء ألا تتقبل النكات؟" أحيانًا يستفز الوالدان طفلهما أملًا فى إضحاكه، ولكن يحدث عكس ما كان يرجوانه تمامًا فلا تحاول حينئذ زيادة الجرح بالإهانة، اعتذر بدلًا من ذلك لتهدئته ثم حاول بعد ذلك أن تفسر مقصدك.
- "ماذا سيكون رد فعلك إذا استفزك شخص ما؟" هذه المحاولة لتمثل ذلك لن تفيد. إذا كان طفلك فى الحادية عشرة من عمره أو أكبر فإن هذا يعنى أنه يمتلك القدرة على الاستيعاب ومعرفة كيفية التعامل مع المضايقات الاستفزازية، فإذا أجاب عن سؤالك بوضوح وصراحة فإنه من المحتمل أن يقول: "لا أبالى إذا قام شخص ما بمضايقتى باستفزازه لى".

سابعًا: الشجار بين أبناء الزوج والزوجة:

إن أولاد الزوجة والزوج سوف يتشاجرون مع بعضهم البعض، هذا شىء بديهى، وأقصى ما يتمناه الآباء هم ألا يدوم الشجار وألا ينفجر ليصبح صراعًا يبحث فيه كلا الطرفين عن نصر فى معركة فاصلة.

أمور توضع فى الاعتبار:

- نادرًا ما يكون الآباء متماسكين عندما يتعلق الأمر بالتدخل فى حسم المجادلات بين أطفالهم. أحيانًا تتم التدخلات فى حينها، غير أن الشىء المحير هو كيف يكون التدخل المناسب لفض النزاعات.

- هل تنوى توجيه اللوم إلى أحد الأطفال دون الآخر؟ قد يكون لهذا اللوم ما يبرره ولكنه من الممكن أن يصبح دليلًا على تحيزك.
- كلما ساد التوتر وعدم الرضا فى أساس العلاقة بين الأطفال ووالديهم، زاد احتمال وقوع تجاوز من جانبك فى كيفية التدخل بينهم، فقد تكون فظًّا معهم بعض الشىء أو نافد الصبر.
- إذا كنت تعتقد أن زوجتك متساهلة للغاية، فقد تضطر إلى أن تكون مغاليا فى تعويض ذلك وأن تكون أكثر شدة، وهنا لن يكون باستطاعة أحدكما تناول الموقف بموضوعية.
- يمكن أن يتسبب نشاط الهرمونات فى المزيد من الهياج عند الأطفال.

ما ينبغى قوله :

- تكمن الأهداف في وقف احتمالات تصاعد العنف، قم بتهدئة الأطفال كما ينبغى حتى يمكن التدخل، وعلمهم كيف يحلوا المشكلة بهدوء وعقلانية، لا تتدخل فى الحال.
- أغلب النزاعات تأتى من المضايقات وإيذاء المشاعر أو من الظلم، والخطوة الأولى هى أن تساعدهم على تحديد المشكلة.
- الخطوة الثانية أن تتبادلوا الحلول الممكنة.
- الخطوة الثالثة هى أن تضع خطة.
- فى النزاع التالى، كن مدربًا أكثر منك مدرسًا.

- احذر من الانحياز، فأولاد الزوجة أو الزوج خبراء فى إثارة بعضهم البعض فى صمت وخبث ولهذا نراهم يظهرون البراءة لمن يلاحظهم.
- غير البيئة المحيطة.
- شجع أى جهد يسهم فى حل المشكلة. امتدح السلوك المطلوب.
- أَبْدِ تعاطفًا عن طريق البحث فى أعماق المشكلة، فقد لا يكون ما يعكر صفو واحد أو أكثر من الأطفال هو ابن الزوج أو الزوجة.
- لا تقل شيئًا، إن أطفال المدارس الإعدادية لديهم بعض الخبرة الناجحة فى حل مشكلاتهم مع الأصدقاء.

ما لا ينبغى قوله:

- "ألم أخبركم ألا تتشاجروا" إن كل والد يقول هذه الكلمات مرة أو مرات ولكنها نادرًا ما تفيد، فهى ربما توقف النزاع مؤقتًا لكنها لا تبين لهم كيف يحلون المشكلة.
- "من بدأ ذلك؟" لم يحدث أبدًا فى تاريخ الآباء أن أجاب طفل على هذا السؤال بدقة.
- "انتظر حتى يأتى والدكم" عالج الموقف بنفسك.
- حاول ألا تلجأ إلى العقوبات الاستبدادية، وسوف يكون من الأفضل دائمًا أن يعرض الأطفال النتائج مسبقًا.
- "إذا لم تتشاجروا فسوف نخرج بعد فترة لتناول الآيس كريم" إذا استعملت ذلك كل فترة طويلة فلا بأس، ولكن بعض الآباء يفرطون في استخدامه.

الغيرة فى المدرسة

مشكلة الغيرة وعلاقتها بالتوافق الدراسى:

للمدرسة دور كبير فى تنمية الغيرة عند التلاميذ، فالمدرسون كالآباء قد يخطئون فى معاملة تلاميذهم ويعاملونهم بطريقة تثير المنافسة الشديدة بينهم، وتنمى عندهم الحقد والخوف والغضب، مما يجعلهم مستهدفين للغيرة الشديدة فى مراحل حياتهم التالية.

وأخطاء المدرسين التى تنمى الغيرة عند التلاميذ هى نفسها أخطاء الآباء المستهدفون للغيرة الشديدة والذين شعروا بالغيرة والحقد والخوف وهم صغار، ويعاملون أبناءهم كما كانوا يُعَامَلون فى طفولتهم، فيتسلطون عليهم ويحقرونهم، ويثيرون المنافسات والصراعات فيهم ، وينمون الغيرة الشديدة فى نفوسهم.

ومن الأخطاء التى يرتكبها المدرسون والتى تنمى الغيرة فى نفوس التلاميذ ما يلى:

١- تفضيل تلميذ على آخر:

فقد يفضل المدرس أحد التلاميذ ويخصه بالرعاية والاهتمام أكثر من زملائه فى الفصل، فيقربه منه أو يكثر من توجيه الأسئلة إليه أو من مداعبته مما يشعر التلاميذ الآخرين بالغيرة منه، فيحقدون عليه ويكرهونه ويكرهون مدرسهم.

٢- المقارنة بين التلاميذ:

فقد يلجأ المدرس إلى مقارنة التلاميذ فى الفصل ويمدح التلميذ الشاطر، ويذم التلميذ الكسول بهدف تشجيع الشاطر ودفع الكسول إلى تقليد زميله، وتؤدى هذه المقارنة ـ فى معظم الأحيان ـ إلى نتائج سيئة، فقد يشعر التلميذ الكسول بالعجز عن التفوق، ويشعر بالدونية والقلق، وتنمو عنده الغيرة من التلاميذ الناجحين والحقد عليهم والكراهية لهم، وقد يعمم هذه الكراهية على المدرسين والمدرسة والمجتمع كله، ويسعى إلى الانتقام والتخريب كما يحدث فى بعض حالات الجناح.

٣- الاستعداد للغيرة عند المدرس:

قد يكون المدرس شعر بالغيرة الشديدة فى طفولته ونمى عنده الاستعداد للغيرة وهو صغير، فيعامل تلاميذه معاملة غير ناضجة تثير فيهم الحقد والخوف والغضب، وتنمى الغيرة بينهم فيستهزئ بالتلميذ الضعيف ويحقره ويهينه، ويستخف بعمل التلميذ الشاطر وينقص من حقه فى الدرجات، وقد يصف التلاميذ بصفات سيئة ويتوعدهم بالويل، وينمى عندهم الصراع والمنافسات غير الشريفة، وكأنه يكرر لا شعوريًّا الخبرات السيئة التى تعرض لها فى طفولته.

ومن أمثلة المعاملات التى تنمى الغيرة الشديدة بين التلاميذ:

أن يسأل المدرس سؤالًا ويطلب من أحد التلاميذ الإجابة، فيخطئ ويطلب من آخر فيصيب، فيأمر الثانى بضرب الأول أو يأمره بالبصق فى وجهه، أو يكتب عبارة مهينة ويضعها على صدر المخطئ.

وقد يعلن المدرس أن هدفه من هذه المعاملة تشجيع التلميذ الكسول على الجد والنشاط، لكن إذا دخلنا إلى أعماق هذا المدرس سوف نجد أنه يكرر الأسلوب الذى عامله به مدرسوه وهو صغير، ونمى عنده الغيرة والحقد والكراهية وهو بذلك ينمى الغيرة عند تلاميذه دون أن يدرى بما يفعل.

مشكلة الغيرة وعلاقتها بالتوافق الدينى للطفل:

إن الغيرة هى استجابة طبيعية لفقدان حقيقى أو مفترض أو تهديد بفقدان الحب، وعادة ما يكون الموقف الذى يسبب الغيرة مثيرًا اجتماعيًّا يتضمن أناسًا وخاصة عندما يشعر الطفل نحوهم، ويختلف الألم الناتج عن الغيرة وشدتها لدى الأطفال بدرجة كبيرة.

ودور الأسرة وأساليب التربية الخاطئة تسهم بدور كبير فى إحداث الغيرة لدى الأبناء، ومثالًا واضحًا على الغيرة وما يمكن أن تسببه من أضرار كبيرة قد تصل إلى حد القتل كما فعل إخوة يوسف عليه السلام مع يوسف، وكيف رموه فى الجب وتركوه وحيدًا يعانى وهو طفل صغير لا حول له ولا قوة، فكل هذا بسبب الغيرة الشديدة التى سببها سلوك الآباء فى حال المفاضلة والتمييز بين الأبناء.

ومن هنا فعلينا الالتزام بما جاء به ديننا الحنيف، ورسولنا الكريم حيث قال: "اعدلوا بين الأبناء حتى فى القُبْلَة".

فلا بد أن يلتزم الآباء بهذه التعاليم؛ لأن فى المفاضلة والموازنة بين الأبناء يولد الحسد والغيرة والبغضاء والعداوة بين الأبناء...

فلا بد أن يضع الوالدين والمعلمين فى اعتبارهم هذه الآثار السلبية على الأبناء وعليهم هم كذلك بسبب التفرقة بين الأبناء، إضافة إلى الأمراض النفسية الأخرى التى يتعرض لها الطفل الذى يشعر بهذا الظلم من قبل الوالدين ومن حوله فى المدرسة.

obeikandl.com

الغيرة بين الزوجين وأنواعها

"الغيرة".. نار الزواج الموقدة، البعض يراها مثل الدبة التي قتلت صاحبها، ومثلها مثل الأمر الذى إذا زاد عن حده انقلب إلى ضده، والبعض الآخر يصفها بأنها ملح الحياة الزوجية وتوابلها الضرورية، ولا غنى عنها لإضافة نكهة مميزة على حياتنا الزوجية وتصيبها بالتجدد الدائم بعيدًا عن الرتابة والملل.

وبين الطرفين تعددت آراء الناس واختلفت إلا أن لكل شخص مقاييسه وآراءه الشخصية حول تلك القضية التي يرونها أحد ملفات الزواج الشائكة التي يجب التعامل معها بدبلوماسية منقطعة النظير؛ حتى يمكن الوصول بسفينة الزواج إلى بر الأمان.

وبقراءة تحليلية للاستشارات الموجودة عن معاناة الأزواج والزوجات مع "الغيرة" وجد أن السيدات مثلن وحدهن ٨٨.٨٪ من أصحاب المشكلات الواردة مقابل ١١.١١٪ من الرجال، وإذا كانت النسبة الأكبر من مضمون تلك المشكلات تدور حول مفهوم "الغيرة الزائدة" لدى أحد طرفي العلاقة الزوجية فإن النسبة الأقل كانت تدور حول معنى "الافتقاد إلى وجود الغيرة والاحتياج الضرورى لوجودها كى تستمر الحياة".

وفى الوقت نفسه كانت النسبة الصغرى للسيدات ٣٣.٣٪ يعانين غيرة أزواجهن الزائدة عليهن، فى المقابل كانت النسبة الكبرى ٤٤.٤٪

منهن يعانين من غيرتهن الزائدة على أزواجهن والتى قد تؤدى إلى هدم البيت والاستقرار.

إن الغيرة غريزة أساسية، فالغيرة مشتقة من تغير القلب وهيجان الغضب؛ بسبب المشاركة فيما به الاختصاص، وأشد ما يكون ذلك بين الزوجين.. وقيل الغيرة فى الأصل الحمية والأنفة.

إن هذه الغريزة يشترك فيها الرجال والنساء، بل قد تكون في النساء أكثر وأشد، وتتأجج أكثر إذا أحست المرأة بخيانة زوجها أو بتطلعه لأخريات، وقد تثور تلك الغيرة عند الرجال إذا شك فى سلوك زوجته أو أحس بتطلعها إلى الرجال.

والغيرة لدى المرأة قد تكون فى بعض الأحيان غريزة أساسية لديها تظل تعانى منها طوال حياتها، خاصة إذا كانت تلك المرأة من النوع غير الواثق من نفسه.

ففى مقابل غيرتها الزائدة يجب عليها أن تحاول التحلى ببعض الحكمة ومزيد من التماسك، والتحدث إلى الزوج فى الوقت المناسب عن الموضوع المناسب، كما يجب أن تكون دائمًا مصدرًا لكل شىء طيب وجميل، ولا تحاول أن تراقب تحركاته أو تعبث بأوراقه أو أشيائه الخاصة ليرتاح باله وتقطع أى شك باليقين!!

وتنقسم الغيرة إلى غيرة مَرَضية وغيرة محمودة:

"فالغيرة المَرَضية" هى التى تصل إلى الشك المرضى وهو مرض يسمى الاضطراب الضلالى وهو من الأمراض الصعبة فى تشخيصها. ويحتاج فيها الزوج أو الزوجة إلى ضرورة الذهاب إلى طبيب نفسى حتى

لا تستحيل الحياة بين الزوجين. ولكن الاستمرار فى هذا المسلسل من العذاب والشك والغيرة قد يؤدى إلى إجراءات خطيرة وعنيفة".

وعلى الجهة المقابلة للغيرة المرضية تقف الغيرة المحمودة، جميلة شريطة ألا تزيد مقدارها عن اللهب الذى يدفئ إلى النار التى تحرق.. فالغيرة شعور محمود والرجل الذى لا يغار لا يستحق أن يكون رجلًا، والله سبحانه وتعالى يغار على عباده ويحب الرجل الغيور.. ولقد كان سيدنا عمر بن الخطاب ﷺ شديد الغيرة على نسائه حتى إن رسول الله ﷺ لما رأى داره فى الجنة ابتعد عنها لعلمه بغيرته.. وإذا كانت المرأة تحب ثقة زوجها فيها، فإنها أيضًا تحب غيرته عليها، والحكماء من الرجال من يتوازن فى مسلكهم مقدار الثقة مع الغيرة فى موضعها.. أما إذا زادت الغيرة عن حدها فإنها تترجم عند الزوجة إلى شك فى سلوكها، وهذا ما يشعرها بالضيق، خاصة إذا كان اتهام ظالم لا يقوم على دليل.

وعلاج الغيرة بأن يتعامل معها أحد الطرفين من خلال التعرف على كل ما يثير غيرة الآخر وتجتنبه أو الامتناع عنه قدر المستطاع، وكذلك إخفاء ما يثيره وعدم السماح للعناد أو الكبر بإفساد الحياة الزوجية، وتأكيد الزوجة المستمر على حبها لزوجها وعلى أنه أجمل ما فى حياتها، وأن يكون هناك حوارات هادئة بين الزوج والزوجة ـ بعيدًا عن أوقات الأزمات ـ تؤكد فيها الزوجة على مدى إخلاصها لهذا الزوج ومعاتبته برفق على أن تكون حازمة فى رفض ضربه وإهانته لها، حتى لو اضطرت الزوجة إلى الاستعانة بأهله أو أهلها أو بمن يستطيع التأثير عليه، وكذلك التعبير عن الاستمتاع والسعادة بالعلاقة الحميمة؛ لأن عدم

تجاوب الزوجة يعطى للزوج انطباعًا بأنها تزهد أو تنفر من التواصل معه، وأنها لا ترغب فيه.

مضار الغيرة:

للغيرة مضار كثيرة وأثار سيئة تفتك بالمرأة قبل غيرها، وتجعلها نهبًا للقلق والوساوس ولو علمت المرأة الغيورة من مثالب وماها من أضرار، لأظلتها سحائب الندم، ولعصر فؤادها نتيجة تصرفاتها الساذجة وغير المسئولة والتي كانت ردود فعل للغيرة التى أوردتها المهالك!

الغيورة دائمة القلق كثيرة الحسد:

كأنها ترصد حركات من تغار عليهم، زوجها، أهلها، مديرتها،..، ..

وترقبه حذر من تغار منهم: صديقتها، أمها، ابنتها وتتعب جسمها وعقلها وأعصابها فهى تعيش فى نكد الدنيا الذى تحترق بآلامها ويشعرها بالقلق الدائم.

كيف نكبح جماح الغيرة:

الخير والشر فتنة، ومشكلات الدنيا وهمومها إنما هى ابتلاء. وعندما تنتشر الغيرة فى المجتمع تسوده الأنانية، والعلاج النافع يكون بالتعاون مع كل الأطراف، وإذا أرادوا الإصلاح وقام كل فرد بدوره الواجب عليه فى كبح جماح الغيرة نكون قد بدأنا فى العلاج الفعال، ودور الرجل فى كبح الغيرة ليجنب الأسرة عواقب وخيمة يكون على النحو التالى:

١- يحسن استعمال القوامة.

٢- لا يتعسف فى استعمال الحق الذى أعطاه الله إياه.

٣- العدل.

٤- ملاطفة الزوجة والأبناء.

الغيرة.. نار متوقدة:

والغيرة كسلوك اجتماعى منها محمود، وآخر مذموم، فقد تغار المرأة من حسن اهتمام الآخرين بمظهرها وبيتها وأولادها وهى تريد أن تفعل مثلها، وقد تغار المرأة على زوجها من امرأة أخرى فإما أن تتشاجر مع زوجها وإما تدبر مكائد ومشكلات أخرى كأن تتبع أخبارها. وغالبًا ما يعانى صاحبها من الحرمان العاطفى أو لم يحصل على قسط وافر من الحب والحنان الأسرى، ويمتلئ قلب صاحبها بالحقد نتيجة الحسد لأى شخص، واعلمى أيتها الزوجة أن الغيرة عمياء وهى لا تجعلك تستطيعين الرؤية الصحيحة فى كثير من الأمور، إن هذه الغيرة ستحرمك وتهدم بيتك وأولادك. ويذكر الله عز وجل: ﴿ وَٱلَّذِينَ يَرْمُونَ ٱلْمُحْصَنَٰتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا۟ بِأَرْبَعَةِ شُهَدَآءَ فَٱجْلِدُوهُمْ ثَمَٰنِينَ جَلْدَةً وَلَا تَقْبَلُوا۟ لَهُمْ شَهَٰدَةً أَبَدًا ۚ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْفَٰسِقُونَ ﴾.

وإذا زاد الشك والغيرة زادت الوساوس التى تجبر الإنسان على عمل تصرفات وهو غير قانع أو مقتنع بها، ولكنه مضطر لذلك، وربما يستنكرها دائمًا ويندم عليها، كثيرًا ما نسمع عن أزواج يتصيدون الأخطاء ولو بعثرات اللسان ليبنوا عليها قصصًا وخيالات لا شعوريًّا. هذه الرغبات عندما تدخل مجال الشعور فإنها تنقلب إلى عكسها بمعنى

أن الزوج يلقى بكل هذه الرغبات على زوجته وكأنها هى التى تريد أن تهرب من مسئوليات الزوج وهى الكارهة أيضًا.

ومن الغريب أن المصاب بالغيرة المفرطة لا يدرك بأنه مصاب بهذه الآفة الخطيرة وتدفعه لارتكاب حماقات قد تقضى على الحياة الزوجية.

إلا أن الغيرة الشديدة لدى الزوج يعذب نفسه بها أولًا، لأنه يتشكك فى كل شىء يخص زوجته، وتصور له خيالاته أوهامًا لا أساس لها من الصحة. كما أنه بهذه الغيرة الشديدة قد يغرى ويدفع زوجته إلى المعصية وارتكاب الإثم.

إن الغيرة الزائدة ليست من الأمور المستحيلة العلاج ولكن بشىء من الثقة والحب والتعاطف وسد مسلك الشيطان.

وليتق الله كل من الزوجين، لطالما أن الزوج قد اختار من ارتضى دينها وحسبها ونسبها وتزوجها فلا بد أن يطرد الأوهام والهواجس، فلا داعى لتعذيب نفسه وتعذيبها، وعلى الزوجة الثقة بزوجها ولا تدع الظنون تسير فى حياتها، وتكون محامية لزوجها، وعلى الزوج أن يترفق مع تلك الزوجة الغيورة ويتعامل معها بهدوء حتى تمر العاصفة بسلام.

ويؤكد البعض للزوجة أنه إذا زادت لديك مشاعر الغيرة فهذا ليس معناه أنك مريضة قد تسيطر عليك بعض الوقت، ولأسباب معينة مشاعر الغيرة، ولكن بشكل زائد جدًّا، أو أن هذه المشاعر سوف تؤثر سلبيًّا على حياتك.

- إن إحباطات الحياة اليومية والتى تجعلنا مضغوطين قد ترهقنا إلى الحد الذى نعقد فيه السيطرة على أفعالنا وانفعالاتنا. نريد كل

اهتمامه بنا نريد أن تحتمى به نريده أن يدفئنا فى أوقات أزماتنا نحتاج أكثر إلى الإنسان الذى نحبه ويحبنا.

- وإن كان حبك قويًّا وشامخًا وعظيمًا فسوف تكون غيرتك زائدة بعض الشىء وفى بعض الأوقات؛ لأنه أهم إنسان فى حياتك؛ لأنه ملك عواطفك وملك أفكارك، وإذا كان اهتمامك أقل أو محدودًا فلن تشعرى بأى خصوصية تجاهه ولن تغارى عليه.
- إذا صاحبت غيرتك الزائدة مشاعر الحزن والضيق والإحباط فهذا معناها أن هناك خللًا بسيطًا فى علاقتك الزوجية. غيرتك هذه المصحوبة بالألم سوف تدفعك إلى الحركة فتحطمى نفسك وتحطمى حبيبك وتحكمى أهم علاقة فى حياتك.

الآن:

فلنحاول أن نقترب من العلاج أنك تتألمين وتتعذبين. وسر ألمك أنك تحبين هذا الرجل حبًّا شديدًا. **مشكلتك فى البداية تكمن فى الآتى:**

١- إنك تصرين أن يعترف حبيبك أو زوجك الحبيب بأنه قد أساء إليك، أغضبك أزعجك. وأنه سبب متاعبك وأنه سبب حزنك وإحباطك وأنه سبب المعاناة النفسية التى تمران بها معًا.

٢- إنك تصرين على وجوب أن يفعل شيئًا لعلاج الموقف.

٣- إنك لا تريدين أن تهدئين أبدًا. بل يظل توترك وغضبك وعنفك مشتعلًا مستمرًا حتى يبذل هو كل الجهد وحده من أجل أن تعود إليك راحة البال وتشعرين بالأمان.

ولكن أيتها الزوجة الغيورة بشدة، يغيب عليك ما يلى:

١- أنه لا أحد يدفعك إلى الغيرة. إن غيرتك نابعة من طريقة تفكيرك وأنك المسئولة عن غيرتك. وأنت لا تقيمين سلوكه بل تقيمينه هو نفسه.

٢- لماذا أنت لا تفعلين شيئًا مع غيرتك الزائدة الحمقاء أحيانًا بدلًا من أن تلقى المسئولية كلها على زوجك. افعلى شيئًا من أجل أن تظل روعة الحب له وروعة حبه لك. وأن تفضلا معًا والشىء الوحيد الذى يقتل الحب هو الخيانة وهذا الرجل لم يخنك ولن يخنك طالما أنه أحبك. فقط أنت تخافين بشكل مرضى.

٣- كيف تتوقعين أن يقوم زوجك بعمل شىء من أجل الأزمة التى تمران بها بينما أنت نفسك لا تريدين أن تفعلى شيئًا. إذا أنت لم تحاولى أن تحلى مشكلتك فكيف تطلبين من الآخرين أن يحلوها لك.

هل تغار على زوجتك؟

تحب المرأة من زوجها أن يغار عليها؛ لأن ذلك يعطيها إحساسًا رائعًا بأنها جوهرة غالية بالنسبة له يحرص على حفظها وصيانتها وإخفائها عن أعين المتطفلين، إن هذا الحد من الغيرة هو الحد الذى يرضاه الله بل يأمر به حيث إن عدم وجوده فى الرجل يعنى أنه يرضى لزوجته ولنساء العائلة سواء وهذا يؤكد بشدة على أنه انتفت غيرته فقد قال النبى ﷺ: «لا يدخل الجنة ديوث قالوا: ما الديوث يا رسول الله؟ قال: الذى يقر الخبث فى أهله».

كيف تغار عليها؟

من الجميل ذكر حديث نبوى شريف يظهر لنا أن الغيرة الصحيحة أمر محبوب ومرغوب عند الله فقد روى البخارى فى صحيحه فى كتاب النكاح ـ بأن الغيرة ـ لما نزل قوله تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ يَرْمُونَ ٱلْمُحْصَنَٰتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا۟ بِأَرْبَعَةِ شُهَدَآءَ فَٱجْلِدُوهُمْ ثَمَٰنِينَ جَلْدَةً ﴾ قال سعد بن معاذ: «يا رسول الله! إن وجدت مع امرأتى رجلا أمهله حتى آتى بأربعة؟!!! والله لأضربنه بالسيف غير مصفح. فقال النبى ﷺ: أتعجبون غيرة سعد؟ لأنا أغير منه، والله أغير منى. وعرف عليه السلام الغيرة فى الحديث المتفق على صحته، عن أبى هريرة ﷺ أن النبى ﷺ قال: «إن الله يغار وغيرة الله أن يأتى المرء ما حرم الله عليه».

إذن فليحرص الزوج الصالح أن تنطلق غيرته على زوجته من خلال غيرة الله على عبادة فلا يرضى لنفسه ولا لزوجته أن تقع فى محارم الله من تفويت الصلوات وتأخيرها والتقصير فى الحجاب الذى فرضه الله، والسكوت عن تبرجها وتزينها خارج بيتها والتهاون فى السفور أمام الجيران والأقارب ومجالس الاختلاط والصخب.

غيرة مذمومة... وشك مدمر:

ما دمت أيها الزوج أنك أحسنت اختيار زوجتك ورضيت بما حازت من الدين والخلق الحسن وطهارة وعفه بيئتها الأولى، فينبغى عليك أن تثق باختيارك وأن تغلق أبواب الارتياب والشك فى زوجتك، وأن تعلم أن كثيرًا من ارتياب الأزواج لا أصل له وأن مبعثه الشيطان يوقع العداوة والبغضاء، فغاية أمانيه أن يفرق بين المرء وزوجه، البيوت الآمنة

المطمئنة. والحل الصحيح عند الارتياب فى أمر هو المصارحة والمكاشفة الفورية، فهى كفيلة بتوضيح الأمور، وإظهار الحقيقة التى تكشف للزوج وهمه وخطأ ظنه، فكم من الزوجات الطاهرات العفيفات ظُلمن بسبب مكر وكيد شياطين الإنس والجن.

وكم من الأزواج خربوا بيوتهم بأيديهم بسبب سيطرة وسواس أو بسبب وقوعهم تحت ضغط عقدة قديمة أو انحراف يعيشونه. إن الغيرة الطبيعية خلق محمود إذا لم يتجاوز الحدود التى فطر الله الناس عليها فهو يشبه على نحو ما ملح الطعام الذى به تصلح مذاقات المأكولات فى كل أمر.

هل تغار من أطفالك؟

ومن أنواع الغيرة التى تقع من بعض الأزواج أن يغار أحدهم من اهتمام زوجته بسواه وخاصة أحد أفراد عائلتها كوالديها أو إخوانها، وفى بعض الأحيان يشتط ويتطرف فيغار من اهتمام زوجته بأطفالها، على مثل هذا الزوج أن يعلم أنه ليس الوحيد الذى يقع فى دائرة اهتمام زوجته وأنه وإن كان يحظى بالصدارة فى أولوياتها، لكنها أيضًا مسئولة عن رعاية أبنائها والاهتمام بكل شئونهم خاصة أن الطفل فى سنوات عمره الأولى هو عالة بشكل كامل على أمه، وكذلك فإنه يجب على الزوجة أن تبر أبويها وأن تكرم من يزور بيتها، طبعًا فى حدود الاهتمام الطبيعى الذى لا يتجاوز الحد المقبول فيؤثر على الحياة الزوجية ومسئوليات البيت، وهنا لا نقصد السكوت على تلك النوعية من الزوجات اللاتى يطغى عندهن الاهتمام بأهلهن على الاهتمام بأزواجهن.

ولعل من أنجح الوسائل لعلاج هذا الزوج الغيور لتخليصه من هذا الشعور الخاطئ أن يكاشف زوجته عن هذا الشعور، وألا يعالج الأمر بالغضب والصراخ والشدة بل يظهر لزوجته شعوره، وأن يشكو لها غيرته من اهتمامها بغيره، عندها سيجد الرد الطبيعى للمرأة فى أنها تسعد وتطرب لشعوره وغيرته وتبادله اهتمامه باهتمام مماثل وستكشف له عن عمق الحب واهتمامها وحرصها وتبين أنها مسئولة أيضًا عن رعاية أطفالها وصلة أهلها، ولا تلبث أن تتجه لتعديل سلوكها مع الآخرين فتتوخى الحرص والحذر الزائد إرضاء لزوجها وإذهابًا لغيرته.

الغيرة المرضية.. وكيفية مواجهتها:

من أصعب المواقف التى تواجهها المرأة أن يتهمها زوجها بالخيانة خاصة إذا كانت بريئة من هذه التهمة... هذا الزوج مريضٌ والمرض يعرف باسم الغيرة المرضية.. ونحن نعتبره مرضًا ليس بسبب التهمة التى ليس لها أساس من الصحة، ولكن لأن الفكرة نابعة من رأسه وليست مرتبطة بالحقائق الموضوعية الخارجية، ولأنه اعتمد على أدلة لا تدين أى امرأه بالخيانة، أدلة ليست لها علاقة بموضوع الخيانة أصلًا، ولكنه ربطها بالخيانة بسبب عقله المريض أى أن المرض جعله يرى العلاقة غير صحيحة، ويعطى الأشياء معانٍ غير مفهومة وغير مألوفة.. ويستطيع المستمع له أن يكتشف على الفور اللامنطق واللامعقول فى أسبابه ومبرراته وأدلته... يستطيع المستمع له مدى انفصاله عن الواقع وكيف أنه يستعمل اللغة استعمالًا خاصًّا ليشير إلى معانٍ بعيدة وكيف أنه يفسر الرموز والعلاقة والإشارات بطريقة خاصة به وحده لا يفهمها

أحد غيره... وبذلك يكون له قاموسه الخاص الذى يحوى تعريفات خاصة غير مدموجة فى القاموس الذى بين يدى كل إنسان... وبذلك ينطبق عليه وصف المريض العقلى...

إذن، فكرة الخيانة نابعة من رأسه ولذلك هى فكرة غير يقينية لا يقتنع بعكسها، فكرة راسخة يدلل على صحتها بطريقته الخاصة ومن وحى عقله المريض بدون أى صلة أو ارتباط بالواقع الحقيقى... والمثير أن الزوجة قد تكون خائنة فعلا... ولكننا نظل نعتبره مريضًا... فالخيانة الفعلية للزوجة هو غافل عنها ولا يدرى بأمرها ولا يوجد دليل مرتبط بها... فهذه الخيانة الفعلية غير تهمة الخيانة الصادرة عن عقله المريض وليست لها أى صلة بها...

إنه يتهم زوجته (الخائنة فعلًا) بالخيانة مثلما يتهم أى زوج آخر زوجة بريئة بالخيانة... إذن، فكلهما مريض زوج الزوجة الخائنة فعلا وزوج الزوجة البريئة.

ولكن ما أقسى وأعمق جرح الزوجة البريئة.. تهمة الخيانة صفعة تنال من كرامتها وكبريائها واعتزازها بذاتها. سكين يذبح عواطفها التى أخلصت بها للزوج ويدمى أفكارها التى أخلصت بها للحياة.. فعلاقة الزواج أو علاقة الحب من العلاقات التى تفرض على الإنسان التزامًا أخلاقيًّا ذاتيًّا.. أى أن الالتزام نابع من النفس.. يفرضه الإنسان طوعًا واختيارًا على نفسه.. إنه التزام بالإخلاص ويلزم نفسه به، إنما يفعل ذلك بوحى من العواطف ولا يبغى من ذلك تقديرًا من الطرف الآخر واعترافًا معلنًا بقيمة هذا الإخلاص، ولكنه يفترض عن يقين أن هذا هو

نفس التزام الطرف الآخر وأن الإخلاص جزء لا يتجزأ من العاطفة، فلا حب بدون إخلاص، ولذا فالإخلاص متبادل ولذا فطعنة الخيانة تكون موجهة أساسًا للعواطف.. إنه التشكيك الكامل فى صدق العواطف وقوة نفوذها ورسوخها.. إن الهزة التى تتعرض لها المرأة المتهمة بالخيانة تؤدى إلى انهيار صرح عواطفها إذ تتيقن حينئذ أنها المرأة المتهمة بالخيانة.. فالقوة الحقيقية للعواطف تؤكدها المشاعر والثقة المتبادلة.. وتكون المعادلة كالآتى: «لأننى أحبك حبًّا حقيقيًّا وأدرك أنك تبادلينى نفس الحب فأنا أثق فيك ثقة مطلقة».. أما الزوجة المتهمة بالخيانة فتنهار؛ لأن المعادلة تصبح أمام عينها كالتالى: «أنا أثق فيك ولا أحبك» المرأة هنا لا تزأر لكرامتها ولا تبكى كبرياءها، إنما تحزن حزنًا كله من أجل انهيار حياتها العاطفية من أجل ضياع حبها.. من أجل تبديد سنوات عمرها فى وهم حب ثبت أنه حب زائف.

ولا بد أن نحترم وأن نراعى هذه المشاعر المحترقة فالمريض بالغيرة المريضة ليس كله مرضًا.. هناك جزء سليم فيه وجزء آخر مريض.. الجزء المريض هو الذى يصور الخيانة، أما الجزء السليم فهو الذى يتألم مثل أى إنسان يتألم للخيانة الحقيقية.. والخيانة بالنسبة للمريض هى خيانة لم تقع وأن الطرف الآخر برىء.. وفى غمرة إشفاقنا على الطرف البرىء وتعاطفنا مع معاناته وانشغالنا عليه، ننسى مريضنا الذى ينوء بالأهوال.. ولأن المريض يكون فاقدًا للاستبصار أى غير مدرك أنه مريض ولا يقبل الاعتراف بذلك فالعلاج لا بد أن يكون ضد إرادته وذلك يحتاج إلى تعاون جميع الأطراف.

وأهم شريك فى الحياة صاحب المصلحة الأولى ورفيق الرحلة، ومحور المشكلة، فإذا ما كان لدى هذا الشريك رصيد من الحب والحرص على استقرار الحياة فإنه سيتعاون لإنقاذ الفريق الذى ما زال حيًّا.. أما إذا كان معين الحب قد نضب وشريط الذكريات قد انمحى فإنه سيرحل خوفًا وناجيًا بنفسه ولن يعنيه أمر الفريق إن مات وإن عاش ولا تجدى معه حينئذ استثارة المشاعر الإنسانية وتحفيز الضمير من أجل مساعدة إنسان مريض... إما حب أو لا حب.. ومن يحب يضحى، ومن لا يحب يعطى ظهره.. هناك علاقة تكون هشة ومعلقة على قشة وممسوكة بخيط وطأة الخيانة المرضية وخاصة إذا انطوت على قسوة وتجريح وإيذاء... وهنا يبقى المريض وحيدًا وتتأكد أكبر ضلالات الخيانة يرحل شريكه وقد يقوم على جريمة قتل أو على الانتصار إذا لم توفر له العناية الإلهية يد رحيمة تعالجه.. والعلاج كيميائى بالدرجة الأولى أى بالعقاقير.. لا يجدى العلاج بالكلام والإقناع والطمأنة.. قد يلجأ الطبيب إلى الجلسات الكهربائية.

الإكثار من الدعاء:

يجب أن تتوجه المرأة إلى الله تعالى أن يصلح قلبها ويحقق لها الراحة. وأن يمنحها من قوة اليقين ما يهون عليها مصائب الدنيا ومشكلاتها و«أعجز الناس من عجز عن الدعاء» كما جاء الحديث الشريف، تبتهل إلى الله تعالى أن يحيى قلبها بالإيمان، ومن أسباب شرح الصدور كما بينها ابن القيم رحمه الله: إن أعظم الأسباب: التوحيد. فمن يرد الله أن يهديه يشرح صدره للإسلام، ومن يرد أن يضله يجعل صدره ضيقًا حرجًا كأنما يَصَّعَدُ فى السماء.

صورة قاتمة للغيرة:

كثيرًا ما تغار المرأة من حماتها (أم الزوج) وكل من يظهر له زوجها أى ود ومحبة وذلك رغبة فى الاستئثار بالزوج. والذى أصبح فى نظرها القاصر أنه من ممتلكاتها الشخصية ولا دخل لأحد فيه...

بالمقابل فقد تغار المرأة من زوجة الابن وتشعر فى قرارة نفسها أن هذه الدخيلة قد خطفت منها ابنها وفازت بقلبه. بل وجيبه أيضًا.

وبلا مبرر تكثر من الصدام معها، الأمر الذى ينعكس ـ بالتالى ـ على علاقتها مع ابنها وقد فاتها أن واجبها كأم صالحه أن تعين ابنها على البر بها ورحم الله أمًّا أعانت ابنها على البر بها.

وبشرى لها بالولد الصالح يدعو لها، ويكون امتدادًا لها فى هذه الحياة الدنيا وامتدادًا لصالحات لما بعد الممات...

بعض الدراسات التى اهتمت بموضوع الغيرة:

أجريت العديد من الدراسات والبحوث التى تناولت مشكلة الغيرة سنذكرها بإيجاز بهدف فهم مشكلة الغيرة فهمًا أكثر دقة.. والتعرف على أوجه الوقاية والعلاج.

ـ أجرى روبرت سيلمان (١٩٧٧) Rofert Selman دراسة للتعرف على إدراك الأطفال فى سن (٧-١٥) سنة لبعض القضايا الاجتماعية.. وقد أجرى جلسات تشخيصية وعلاجية على الأطفال.. وأكدت النتائج أن إدراك الأطفال لقضية العلاقات الاجتماعية يتأثر سلبًا لعدم المساواة فى المعاملة والتى تولد مشاعر الغيرة لدى الأطفال وتؤدى إلى تدنى واضطراب العلاقات الاجتماعية واضطراب سلوك الأطفال.

ـ تناولت دراسة أخرى نشأة الغيرة لدى الأطفال أجرتها «هيلين وارين» Helen Warren (١٩٨٠).. وذلك على مجموعة من الأطفال فى سن (٧-١٥) شهرًا.. وقد كشفت النتائج عن أهم الأسباب التى تؤدى إلى نشأة الغيرة لدى الأطفال، منها اهتمام الأمهات بالأطفال الغرباء فى حضور أطفالهن، مما أدى إلى ظهور علامات الغيرة على الأطفال والتوقف عن اللعب، أما الأمهات التى اهتمت بأطفالهن ظهر على الأطفال المشاركة والإيجابية.

ـ قامت مارك Mark (١٩٨٢) بدراسة استجابة الأطفال لتعبيرات الغضب والانفعال من الآخرين داخل الأسرة ـ لمجموعة من الأطفال فى سن (٢-٤) سنوات.. أكدت النتائج كثرة مشاجرات الأطفال وحدوث الاعتداء البدنى بينهم والصراخ والغضب والغيرة.. أما الأمهات اللاتى لم يظهرن الغضب والانفعالات الشديدة ـ ظهر لدى أطفالهن بعض مشاعر الحب والحنان.

ـ دراسة جمس وآن James,B & Anne (١٩٨٢) تناولت هذه الدراسة العوامل المرتبطة بالغيرة وكيفية التغلب عليها، وتم تحليل الأشكال المتنوعة للغيرة والعوامل المرتبطة بها والتى كانت نتيجة مرور الأطفال بالكثير من الاحباطات والخبرات المحبطة فى مرحلة الطفولة والتى تولد لديهم المشاعر السلبية.

ـ دراسة أيوجين ودونا Eugene, W & Donna,y (١٩٨٥) تناولت هذه الدراسة العلاقة بين الغيرة والنمو الخلقى لدى (٩٨) طفلًا بالمرحلة الابتدائية، وأظهرت أنه كلما زاد مستوى النمو الخلقى لدى الأطفال

زادت غيرة الأطفال الإيجابية التى تدفعهم وتساعدهم على التفوق الدراسى والإنجاز.

ـ **وأكدت مارهيس Marhes (١٩٨٥)** إلى أن الغيرة تسبب عددًا من الأضرار للشخص الغيور مما يؤدى إلى انخفاض تقدير الفرد لذاته والاكتئاب والقلق وتوتر العلاقات الاجتماعية بين الفرد والآخرين.

ـ **وأكد كولين Colleen, E.D (١٩٨٦)** أن هناك علاقة بين الغيرة والقلق، وأن الغيرة تسبب للفرد اضطراب العلاقات مع الآخرين، وأن الشخص الغيور يتصف بالأنانية والرغبة فى التملك.. وأن الغيرة لدى البنات أكثر من الذكور.

ـ **كما أكد كوين Coen,s (١٩٨٧)** أن الغيرة تسبب للشخص العديد من الأضرار منها الإحساس بالذنب والأنانية وتدمير الذات وعدم الثقة بالنفس والإحساس بالدونية والضعف.

ـ **وأظهرت دراسة أنتونى Anthony, T.P (١٩٩٢)** أن من أهم أسباب الغيرة اتباع الوالدين طرق وأساليب خاطئة فى التربية مثل الحماية الزائدة والتفرقة بين الأبناء والتدليل ـ وأن من الأضرار الناتجة عن الغيرة الشديدة تدنى مفهوم الذات لدى الشخص، واضطراب العلاقات الاجتماعية مع الآخرين كما تؤثر على العلاقات المستقبلية، والاضطراب الانفعالى لدى الفرد، والانسحاب من محيط التفاعل الاجتماعى مع الآخرين، كما تؤثر على توافقه الشخصى والاجتماعى.. كما أن الشخص الذى يتصف بالغيرة الشديدة يلجأ إلى بعض الأساليب والحيل غير

المقبولة للتعبير عن غيرته إلى جانب الخداع والمكر مما يؤدى إلى ضعف شخصيته والانطواء والعزلة عن الآخرين.

ـ كما أكدت عددًا من الدراسات منها على سبيل المثال لا الحصر دراسة دولان وبيشاى Dolan,m & Bishay,N (١٩٩٦) إلى إمكانية علاج الشعور بالغيرة لدى الأطفال والكبار عن طريق بعض البرامج الإرشادية والعلاجية، وأثبتت العديد من الدراسات نجاح هذه البرامج من قبل المتخصصين.

obeikandl.com

الغيرة من منظور دينى.. إسلامى

تعد الغيرة من الانفعالات الشائعة التى ارتبط وجودها بوجود الإنسان ويستعرض القرآن الكريم صورا للغيرة مع بدء الخليقة وأوضح مثال يظهر فى قصة هابيل وقابيل ابنى آدم التى تعد أقدم جريمة على وجه الأرض، إذ دفعت مشاعر الغيرة والحسد والطمع قابيل ليقتل أخاه هابيل بسبب صراع كان قد وقع بينهما وهو صراع يتكرر ما بين البشر على مدى الحياة. إنه صراع الخير والشر.

إن الغيرة خلق حميد، وخلة جميلة، وصفة جليلة وهى سمة عباد الله الصالحين وجنده المفلحين، الغيرة سياج منيع لحماية المجتمع من التردى فى طرق الرذيلة والفاحشة والتبرج والسفور والاختلاط المحرم، الغيرة قوة روحية تحمى المحارم والشرف والعفاف من كل مجرم وغادر، الغيرة مظهر من مظاهر الرجولة الحقة، وهى مؤشر على قوة الإيمان ورسوخه فى القلب، نعم.. إن أشرف الناس وأعلاهم قدرًا وهمة، أشدهم غيرة على نفسه وخاصة أهله، ومن حُرِم الغيرة حُرِمَ طهر الحياة، ومن حُرِم طهر الحياة فهو أحط من بهيمة الأنعام، ورحم الله ابن القيم يوم قال: "إذا رحلت الغيرة من القلب ترحلت المحبة بل ترحل الدين كله".

والغيرة كما قال الشيخ محمد الحامد رحمه الله تعالى: أخص صفات الرجل الشهم الكريم، وإن تمكنها منه ليدل دلالة فعلية على رسوخه فى مقام الرجولة الحقة الشريفة، ومن هنا كان كرام الرجال وأفذاذ

الشجعان يمتدحون بالغيرة على نسائهم والمحافظة عليهم وأن من شر صفات السوء ضعف الغيرة وموت النخوة. ولا يركن إلى ذلك إلا الأرذلون.

وقد صور القرآن الكريم انفعال الغيرة تصويرًا رائعًا فى قصة يوسف عليه السلام، وشدة غيرة إخوته منه إلى الحد الذى أرادوا فيه قتله، ذلك عندما تناجوا بينهم قائلين:

﴿ ٱقْتُلُوا۟ يُوسُفَ أَوِ ٱطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا۟ مِنۢ بَعْدِهِۦ قَوْمًا صَٰلِحِينَ ﴾

قال بعضهم لبعض: هذا الذى يزاحمكم فى محبة أبيكم لكم أعدموه من وجه أبيكم ليخلو لكم وحدكم إما بأن تقتلوه نهائيًّا أو تلقوه فى أرض من الأراضى فتستريحوا منه وتخلوا أنتم بأبيكم وتكونوا بعد هذا الذنب قومًا تائبين تحدثوا توبة بعد ذلك، فيقبلها الله منكم وتكونوا صالحين بعد هذا.

أنواع الغيرة:

- عن جابر بن عتيك رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: إن من الغيرة ما يحب الله ومن الغيرة ما يبغض الله فأما الغيرة التى يحب الله فالغيرة فى الريبة، وأما الغيرة التى يبغض الله فالغيرة فى غير ريبة.
- عن على بن أبى طالب قال: الغيرة غيرتان غيرة حسنة جميلة يصلح بها الرجل أهله، وغيرة تدخله النار تحمله على القتل فيقتل.

- عن يحيى بن أبى كثير قال: قال سليمان لابنه: لا تكثر الغيرة على أهلك ولم تر منها سوءًا، فتُرمى بالشر من أجلك وإن كانت منه بريئة.
- قال شيخ الإسلام ابن تيمية: فالغيرة المحبوبة هى ما وافقت غيرة الله تعالى، وهذه الغيرة هى أن تنتهك محارم الله وهى أن تؤتى الفواحش الباطنة والظاهرة. لكن غيرة العبد الخاصة هى من أن يشركه الغير فى أهله، فغيرته من فاحشة أهله ليست كغيرته من زنا الغير؛ لأن هذا يتعلق به وذاك لا يتعلق به إلا من جهة بغضه لمبغضة الله، ولهذا كانت الغيرة الواجبة عليه هى فى غيرته على أهله وأعظم ذلك امرأته ثم أقاربه ومن هو تحت طاعته، ولهذا كان له إذا زنت أن يلاعنها لما عليه فى ذلك من الضرر بخلاف ما إذا زنا غير امرأته، ولهذا يحد قاذف المرأة التى لم يكمل عقلها ودينها إذا كان زوجها محصنًا فى أحد القولين وهو إحدى الروايتين عن أحمد.

ـ ثم ذكر رحمه الله أنواعًا من الغيرة يمكن إجمالها فى الأنواع التالية:

١- **الغيرة الواجبة**: وهى ما يتضمنه النهى عن المخزى.

٢- **الغيرة المستحبة**: وهى ما أوجبت المستحب من الصيانة.

٣- **الغيرة المنهى عنها**: وهى الغيرة فى مباح لا ريبة فيه فهى مما لا يحبه الله بل ينهى عنه إذا كان فيه ترك ما أمر الله. ولهذا قال النبى ﷺ: "لا تمنعوا إماء الله مساجد الله وبيوتهن خير لهن".

٤- **الغيرة الطبيعية**: كغيرة النساء بعضهن من بعض فتلك ليس مأمورًا بها لكنها من أمور الطباع كالحزن على المصائب.

وقد جاء فى هذا النوع الأخير جملة من الحوادث فى سيرته ﷺ مع أزواجه.

وقد ذكر البعض أن الغيرة غيرتان: غيرة على الشىء وغيرة من الشىء. فالغيرة على المحبوب حرصك عليه، والغيرة من المكروه أن يزاحمك عليه. فالغيرة على المحبوب لا تتم إلا بالغيرة من المزاحم، وهذه تحمد حيث يكون المحبوب تقبح المشاركة فى حبه كالمخلوق، وأما من تحسن المشاركة فى حبه كالرسول ﷺ والعالم بل الحبيب القريب سبحانه، فلا يتصور غيرة المزاحمة عليه بل هو حسد. والغيرة المحمودة فى حقه أن يغار المحب على محبته له أن يصرفها إلى غيره أو يغار عليها أن يطلع عليها الغير فيفسدها عليه أو يغار على أعماله أن يكون فيها شىء لغير محبوبه أو يغار عليها أن يشوبها ما يكره محبوبه من رياء أو إعجاب أو محبة لإشراف غيره عليها أو غيبته عن شهود منته عليه فيها.

وبالجملة، فغيرته تقتضى أن تكون أحواله وأعماله كلها لله. وكذلك يغار على أوقاته أن يذهب منها وقت فى غير رضى محبوبه، فهذه الغيرة من جهة العبد وهى غيرة من المزاحم له المعوق القاطع له عن مرضاة محبوبه وأما غيرة محبوبه عليه فهى كراهية أن ينصرف قلبه عن محبته إلى محبة غيره بحيث يشاركه فى حبه.

الغيرة من صفات الله:

- "يا أمة محمد! إن من أحد أغير من الله أن يزنى عبده أو تزنى أمته،

يا أمة محمد والله لو تعلمون ما أعلم لبكيتم كثيرًا ولضحكتم قليلًا..".

- "ما من أحد أغير من الله، من أجل ذلك حرم الفواحش..".
- "إن الله تعالى يغار وغيرة الله أن يأتى المؤمن ما حرم الله عليه".
- "ليس شىء أغير من الله، من أجل ذلك حرّم الفواحش ما ظهر منها وما بطن".
- غيرته على أوليائه إذا أوذوا "من عادى لى وليًّا فقد آذنته بالحرب".
- غيرته على كتابه الذى أنزله ليكون نبراسا للأمة "يدرس الإسلام حتى لا يدرون ما صيام ولا صلاة ولا نسك ولا صدقة ويسرى على كتاب الله فى ليلة فلا تبقى فى الأرض منه آية".
- وعن المغيرة ﷺ قال: قال سعد بن عبادة ﷺ: لو رأيت رجلًا مع امرأتى لضربته بالسيف غير مصفح فبلغ ذلك رسول الله ﷺ فقال: تعجبون من غيرة سعد والله لأنا أغير منه والله أغير منى ومن أجل غيرة الله حرم الفواحش ما ظهر منها وما بطن ولا أحد أحب إليه العذر من الله ومن أجل ذلك بعث المبشرين والمنذرين ولا أحد أحب إليه المدحة من الله ومن أجل ذلك وعد الله الجنة. أى أنه لا يحب أن ينكشف السر الذى بينه وبين عبده، أو أن ذلك بمعنى أن يُحب غيره أو يُعبد من دونه.. أى يجب إفراده بالمحبة والعبادة.

قال ابن القيم: فجمع فى هذا الحديث بين الغيرة التى أصلها كراهة القبائح وبغضها وبين محبة العذر الذى يوجب كمال العدل والرحمة والإحسان والله سبحانه مع شدة غيرته يحب أن يعتذر إليه عبده ويقبل عذر من اعتذر إليه، وأنه لا يؤاخذ عباده بارتكاب ما يغار من ارتكابه حتى يعذر إليهم، ولأجل ذلك أرسل رسله وأنزل كتبه إعذارًا وإنذارًا. وهذا غاية المجد والإحسان ونهاية الكمال فإن كثيرًا ممن تشتد غيرته من المخلوقين تحمله شدة الغيرة على سرعة الإيقاع والعقوبة من غير إعذار منه ومن غير قبول العذر ممن اعتذر إليه بل قد يكون له فى نفس الأمر عذر ولا تدعه شدة الغيرة أن يقبل عذره، وكثير ممن يقبل المعاذير يحمله على قبولها قلة الغيرة حتى يتوسع فى طريق المعاذير ويرى عذرًا ما ليس بعذر حتى يعذر كثيرًا منهم بالعذر، وكل منهما غير ممدوح على الإطلاق. وإنما الممدوح اقتران الغيرة بالعذر فيغار فى محل الغيرة ويعذر فى موضع العذر ومن كان هكذا فهو الممدوح حقًّا.

الغيرة فى البيت النبوى:

١- عن عائشة رضى الله عنها قالت: كنت أغار على اللاتى وهبن أنفسهن لرسول الله ﷺ وأقول: وتهب المرأة نفسها؟ فلما أنزل الله عز وجل ﴿ تُرْجِي مَن تَشَاءُ مِنْهُنَّ وَتُؤْوِي إِلَيْكَ مَن تَشَاءُ وَمَنِ ابْتَغَيْتَ مِمَّنْ عَزَلْتَ ﴾ قالت: قلت: والله ما أرى ربك إلا يسارع لك فى هواك (أى يخفف عنك ويوسع عليك فى الأمور).

٢- عن أنس قال كان النبى ﷺ عند بعض نسائه فأرسلت إحدى أمهات المؤمنين بقصعة فيها طعام فضربت التى النبى ﷺ فى بيتها

يد الخادم فسقطت القصعة فكُسِرَت، فجمع النبى ﷺ الكسرتين فضم إحداهما على الأخرى ثم جعل يجمع فيها الطعام الذى كان فى القصعة ويقول: «غارت أمكم فكلوا» فأمر حتى أُتِى بقصعة من عند التى هو فى بيتها فدفع القصعة الصحيحة إلى التى كسرت قصعتها وأمسك المكسورة فى بيت التى كسرت.

٣- ونقل الذهبى فى السير عن عائشة أنها قالت: كان رسول الله ﷺ إذا ذكر خديجة لم يكد يسأم من ثناء عليها واستغفار لها فذكرها يومًا فحملتنى الغيرة فقلت: لقد عوضك الله عن كبيرة السن. قالت: فرأيته غضب غضبًا أسقطت فى خلدى وقلت فى نفسى: اللهم إن أذهبت غضب رسولك عنى لم أعد أذكرها بسوء، فلما رأى النبى ﷺ ما لقيت قال: كيف قلت، والله لقد آمنت بى إذ كذبنى الناس وآوتنى إذ رفضنى الناس ورزقت منها الولد وحرمتموه منى. قالت: فغدا وراح على بها شهرًا. وقالت عائشة: ما غرت على امرأة ما غرت على خديجة من كثرة ما كان رسول الله ﷺ يذكرها.

وهذا من أعجب شىء أن تغار ﷺ من امرأة عجوز توفيت قبل تزوج النبى ﷺ بعائشة بمديدة ثم يحميها الله من الغيرة من عدة نسوة يشاركنها فى النبى ﷺ فهذا من ألطاف الله بها وبالنبى ﷺ لئلا يتكرر عيشهما ولعله إنما خفف أمر الغيرة عليها حب النبى ﷺ لها وميله إليها فرضى الله عنها وأرضاها.

٤- بل وأعظم من هذا أن تُعْمِى الغيرة المرأة فترى الأمور على غير

حقيقتها. فعن عائشة قالت: لما تزوج النبى ﷺ أم سلمة حزنت حزنًا شديدًا لما ذكروا لنا من جمالها فتلطفت حتى رأيتها فرأيتها والله أضعاف ما وصفت لى فى الحسن، فذكرت ذلك لحفصة ـ وكانتا يدًا واحدة ـ فقالت: لا والله إن هذه إلا الغيرة ما هى كما تقولين وإنها لجميلة. فرأيتها بعد فكانت كما قالت حفصة ولكنى كنت غيرى.

٥- وإذا استعانت المرأة المؤمنة بالله تعالى فإنه بلطفه ورحمته يخفف عنها ما تجد من آثار الغيرة فلا تتجاوز حدود الطبيعة البشرية. فعن حبيب بن أبى ثابت قال: قالت أم سلمة: أتانى رسول الله ﷺ فكلمنى وبيننا حجاب فخطبنى. فقلت: وما تريد إلى، ما أقول هذا إلا رغبة لك عن نفسى إنى امرأة قد أدبر من سنى، وإنى أم أيتام وأنا شديدة الغيرة وأنت يا رسول الله تجمع النساء. قال: أما الغيرة فيذهبها الله وأما السن فأنا أكبر منك وأما أيتامك فعلى الله وعلى رسوله، فأذنت فتزوجنى.

٦- وعن عبد الرحمن بن الحارث قال: كان رسول الله ﷺ فى بعض أسفاره ومعه فى ذلك السفر صفية بنت حيى وأم سلمة، فأقبل رسول الله إلى هودج صفية بنت حيى وهو يظن أنه هودج أم سلمة وكان ذلك اليوم يوم أم سلمة، فجعل رسول الله يتحدث مع صفية. فغارت أم سلمة وعلم رسول الله بعد أنها صفية فجاء إلى أم سلمة فقالت: تتحدث مع ابنة اليهودى فى يومى وأنت رسول الله!! قالت: ثم ندمت على تلك المقالة. فكانت تستغفر منها. قالت: يا رسول الله استغفر لى فإنما حملنى على هذا الغيرة.

يمكن أن تتأمل هذا الموقف. فالمرأة المؤمنة وإن مسها طائف من الغيرة بحكم الطبيعة الإنسانية فإنها ما تلبث أن تطرد هذا الطائف بإيمانها بالله واستعانتها به عز وجل.

٧- ولقد عاشت صفية بنت حيى فى بيت النبوة ودخلت فى الإسلام وحسن إسلامها إلى أن كان ذلك اليوم الذى يحكى لنا أنس ما حدث فيه فيقول:

بلغ صفية أن حفصة قالت: بنت يهودى، فبكت، فدخل عليها النبى ﷺ وهى تبكى فقال: «ما يبكيك؟» فقالت: قالت لى حفصة: إنى بنت يهودى. فقال النبى ﷺ: «إنك لابنة نبى وإن عمك لنبى وإنك لتحت نبى ففيم تفخر عليك؟!» ثم قال: «اتقِ الله يا حفصة» فالعامل الأساسى هنا هو الغيرة بين النساء.

أقسام الناس فى الغيرة:

انقسم بنو آدم أربعة أقسام:

١- قوم لا يغارون على حرمات الله بحال ولا على حرمها. مثل الديوث والقواد وغير ذلك، ومثل أهل الإباحة الذين لا يحرمون ما حرم الله ورسوله ولا يدينون دين الحق. ومنهم من يجعل ذلك سلوكًا وطريقًا. قال تعالى: ﴿ وَإِذَا فَعَلُوا۟ فَـٰحِشَةً قَالُوا۟ وَجَدْنَا عَلَيْهَآ ءَابَآءَنَا وَٱللَّهُ أَمَرَنَا بِهَا ۗ قُلْ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يَأْمُرُ بِٱلْفَحْشَآءِ ﴾ [الأعراف: ٢٨].

٢- وقوم يغارون على ما حرمه الله، وعلى ما أمر به مما هو من نوع

الحب والكره يجعلون ذلك غيرة، فيكره أحدهم من غيره أمورًا يحبها الله ورسوله. ومنهم من جعل ذلك طريقًا ودينًا ويجعلون الحسد والصد عن سبيل الله وبغض ما أحبه الله ورسوله غيرة.

٣- وقوم يغارون على ما أمر الله به دون ما حرمه. فتراهم فى الفواحش لا يبغضونها ولا يكرهونها بل يبغضون الصلوات والعبادات كما قال تعالى فيهم: ﴿ فَخَلَفَ مِنۢ بَعۡدِهِمۡ خَلۡفٌ أَضَاعُواْ ٱلصَّلَوٰةَ وَٱتَّبَعُواْ ٱلشَّهَوَٰتِۖ فَسَوۡفَ يَلۡقَوۡنَ غَيّٗا ﴾ [مريم: ٥٩].

٤- وقوم يغارون مما يكرهه الله ويحبون ما يحبه الله. هؤلاء هم أهل الإيمان والاستقامة.

مظاهر ضعف الغيرة:

يوم أن تبتعد البشرية عن طريق ربها، وتنحرف عن مبادئها فإنها تفقد كرامتها وعزتها، حتى إنها لتلحق بالبهائم التى لا تراعى خلقًا ولا تؤمن بمبدأ.

وقد حفل التاريخ البشرى بصور مخزية من مظاهر ضعف الغيرة، وهى فى الواقع صفحات سوداء فى التاريخ، ووصمة عار فى جبين الإنسانية.

فمن ذلك ما رواه البخارى عن عائشة رضى الله عنها أنها قالت: إن النكاح فى الجاهلية كان على أربعة أنحاء: فنكاح منها نكاح الناس اليوم يخطب الرجل إلى الرجل وليته أو ابنته فيصدقها ثم ينكحها.

ونكاح آخر كان الرجل يقول لامرأته إذا طهرت من طمثها أرسلى إلى فلان فاستبضعى منه ويعتزلها زوجها ولا يمسها أبدًا حتى يتبين حملها

من ذلك الرجل الذى تستبضع منه فإذا تبين حملها أصابها زوجها إذا أحب وإنما يفعل ذلك رغبة فى نجابة الولد فكان هذا النكاح نكاح الاستبضاع.

ونكاح آخر يجتمع الرهط ما دون العشرة فيدخلون على المرأة كلهم يصيبها فإذا حملت ووضعت ومر عليها ليال بعد أن تضع حملها أرسلت إليهم فلم يستطع رجل منهم أن يمتنع حتى يجتمعوا عندها تقول لهم قد عرفتم الذى كان من أمركم وقد ولدت فهو ابنك يا فلان تسمى من أحبت باسمه فيلحق به ولدها لا يستطيع أن يمتنع به الرجل.

ونكاح رابع يجتمع الناس الكثير فيدخلون على المرأة لا تمتنع ممن جاءها وهن البغايا كن ينصبن على أبوابهن رايات تكون علمًا فمن أرادهن دخل عليهن فإذا حملت إحداهن ووضعت حملها جمعوا لها ودعوا لهم القافة ثم ألحقوا ولدها بالذى يرون فالتاط به ودعى ابنه لا يمتنع من ذلك فلما بُعِثَ محمد ﷺ بالحق هدم نكاح الجاهلية كله إلا نكاح الناس اليوم.

وقال ياقوت الحموى فى كلام عن إحدى القبائل، قال: والزنا بينهم كثير غير محظور وهم أصحاب قمار يقامر أحدهم غيره بزوجته وابنه وابنته وأمه فما دام فى مجلس القمار فللمقمور أن يفادى ويفك فإذا انصرف القامر فقد حصل له ما قمر به يبيعه من التجار كما يريد. والجمال والفساد فى نسائهم ظاهر وهم قليلو الغيرة فتجىء ابنة الرئيس فمن دونه أو امرأته أو أخته إلى القوافل إذا وافت البلد فتعرض للوجوه فإن أعجبها إنسان أخذته إلى منزلها وأنزلته عندها وأحسنت إليه وتصرف زوجها وأخاها وولدها فى حوائجه ولم يقربها زوجها ما دام من تريده

عندها إلا لحاجة يقضيها ثم تتصرف هى ومن تختاره فى أكل وشرب وغير ذلك بعين زوجها لا يغيره ولا ينكره.

وقال ابن بطوطة فى وصف (إيوالاتن): ولنسائها الجمال الفائق وهن أعظم شأنًا من الرجال وشأن هؤلاء القوم عجيب وأمرهم غريب فأما رجالهم فلا غيرة لديهم... وأما نساؤهم فلا يحتشمن من الرجال ولا يحتجبن مع مواظبتهن على الصلوات... والنساء هنالك يكون لهن الأصدقاء والأصحاب من الرجال الأجانب وكذلك للرجال صواحب من النساء الأجنبيات ويدخل أحدهم داره فيجد امرأته ومعها صاحبها فلا ينكر ذلك.

دخلت يومًا على أبى محمد بن يندكان المسوفى الذى قدمنا فى صحبته فوجدته قاعدًا على بساط وفى وسط داره سرير مظلل عليه امرأة معها رجل قاعد وهما يتحدثان فقلت له: ما هذه المرأة؟ فقال: هى زوجتى، فقلت: وما الرجل الذى معها؟ فقال: هو صاحبها فقلت له أترضى بهذا وأنت قد سكنت بلادنا وعرفت أمور الشرع، فقال لى: مصاحبة النساء للرجال عندنا على خير وحسن طريقة لا تهمة فيها ولسن كنساء بلادكم، فعجبت من رعونته وانصرفت عنه فلم أعد إليه بعدها واستدعانى مرات فلم أجبه.

وبعد هذه القرون السالفة حل هذا الزمن زمن التقدم والحضارة بفتنه وشهواته ليضيف فُجّاره وأشقياؤه إلى صفحات التاريخ الغابر صورًا أبشع مما سطره أسلافهم وأشنع، ففشت الفاحشة واستُمرِئت، وانتشرت الرذيلة وقُنِّنت، وانطفأت نار الغيرة فى قلوب أشباه الرجال وخبت.

نعم.. لقد بلغت فئام من البشر اليوم دركًا منحطًّا من اللاأخلاقية والبهيمية لم تبلغه المجتمعات الجاهلية الأولى. فلا يمكن أن نحصى صور الانحلال الخلقى المشين والانتكاس البهيمى المهين التى عم عارها واستعرت نارها فى عامة المجتمعات، وبالأخص فى بعض المجتمعات الغربية.

والأسرة المسلمة ـ حرسها الله ـ لم تكن بمعزل عن هذه المجتمعات المأفونة. فقد أجلب عليها أعداؤها بخيلهم ورَجِلهم ليفسدوا أخلاقها، ويصدوها عن دينها، حتى ظهرت فى مجتمعات المسلمين مظاهر شتى من الفساد الخلقى.

وإن تعجب من تفشى هذه المظاهر فى البلاد المسلمة، فالعجب الأكبر من قبول كثير من المسلمين ورضاهم بها حتى أصبحت الغيرة على حرمات الله فى قلوبهم نسيًا منسيًّا.

ومن المظاهر التى تبين مدى ضعف الغيرة فى قلوب المسلمين.

١- فمن أعظم مظاهر ضعف الغيرة ما يقع من فعل الفاحشة بالمحارم أو المتاجرة بأعراضهن. وقد جاء من الوعيد الشديد على الدياثة ما يطير منه فؤاد المؤمن خوفًا ورهبة.

فعن عمار بن ياسر ﷺ عن رسول الله ﷺ قال: «ثلاثة لا يدخلون الجنة أبدًا: الديوث، والرَّجُلة من النساء، ومدمن الخمر».

وعن عبد الله بن عمرو ﷺ عن النبى ﷺ قال: «ثلاثة لا ينظر الله إليهم يوم القيامة: العاق لوالديه، والمرأة المترجلة المتشبهة بالرجال، والديوث».

٢- تهافت الناس زرافات ووحدانًا على السفر إلى بلاد العهر والفجور ليعرضوا أزواجهم وبناتهم للفتن. فما إن تقلع الطائرة من بلاد المسلمين إلا ويكون الحجاب نسيًا منسيًا إما بإقرار الزوج وتلك عظيمة، وإما بأمره وهذه أعظم.

٣- إدخال كثير من الناس آلات الفساد إلى منزله حيث تبث الرذيلة، وتهيج الشهوة، وتدعو إلى الفاحشة، وتفسد النساء فى الخدور.

- نزل الحطيئة برجل من العرب ومعه ابنته مليكة فلما دخل الليل سمع غناء فقال لصاحب المنزل: كف هذا عنى فقال: وما تكره من ذلك فقال: إن الغناء رائد من رادة الفجور ولا أحب أن تسمعه هذه يعنى ابنته فإن كففته وإلا خرجت عنك.
- عن خالد بن عبد الرحمن قال: كنا فى عسكر سليمان بن عبد الملك فسمع غناء من الليل فأرسل إليهم بكرة فجىء بهم فقال: إن الفرس ليصهل فتستودق له الرمكة، وإن الفحل ليهدر فتضبع له الناقة، وإن التيس لينب فتستحرم له العتر، وأن الرجل ليتغنى فتشتاق إليه المرأة ثم قال: اخصوهم فقال عمر بن عبد العزيز: هذه المثلة ولا تحل فخل سبيلهم. قال: فخلى سبيلهم.

٤- تساهل كثير من الرجال فى ركوب نسائه متبرجات متعطرات مع السائق أو سيارة الأجرة بلا محرم، أو سفرهن بدون محرم.

٥- انتشار الخدم والسائقين فى البيوت واختلاطهم بالمحارم مما يكون سببًا فى الفتنة.

- كان سيف الدين غيورًا شديد الغيرة، لم يترك أحدًا من الخدم يدخل دور نسائه إذا كبر، إنما يدخل عليهن الخدم الصغار.

٦- استقدام بعض الأسر الخادمات إلى بيوتهم بلا محرم واختلاطهن بالرجال فى البيوت لا سيما الشباب. وهذا باب من الفتنة عظيم، وكم حدث بسببه من أمور يندى لها الجبين.

أسباب ضعف الغيرة:

١- ضعف الإيمان (المعاصى):

الإيمان يزيد بالطاعة وينقص بالمعصية، وبقدر إيمان العبد تكون غيرته وتعظيمه حرمات ربه، ومثل المعصية والغيرة كمثل الماء والنار، فكلما هاجت أمواج المعصية خبت نار الغيرة فى القلب.

قال ابن القيم: "فصل: ومن عقوباتها [أى المعاصى] أنها تطفئ من القلب نار الغيرة التى هى لحياته وصلاحه كالحرارة الغريزية لحياة جميع البدن، فإن الغيرة حرارته وناره التى تخرج ما فيه من الخبث والصفات المذمومة كما يخرج الكير خبث الذهب والفضة والحديد وأشرف الناس وأعلاهم قدرًا وهمة أشدهم غيرة على نفسه وخاصته وعموم الناس ولهذا كان النبى أغير الخلق على الأمة والله سبحانه أشد غيرة منه. فالغيور قد وافق ربه سبحانه فى صفة من صفاته ومن وافق الله فى صفة من صفاته قادته تلك الصفة إليه بزمامه، وأدخلته على ربه وأدنته منه وقربته من رحمته وصيرته محبوبًا له.

ولو لم يكن فى الذنوب والمعاصى إلا أنها توجب لصاحبها ضد هذه الصفات وتمنعه من الاتصاف بها لكفى بها عقوبة... والمقصود أنه كلما اشتدت ملابسته للذنوب أخرجت من قلبه الغيرة على نفسه وأهله وعموم الناس، وقد تضعف فى القلب جدًّا لا يستقبح بعد ذلك القبيح لا من نفسه ولا من غيره، وإذا وصل إلى هذا الحد فقد دخل فى باب الهلاك، وكثير من هؤلاء لا يقتصر على عدم الاستقباح بل يحسن الفواحش والظلم لغيره ويزينه له ويدعوه إليه ويحثه عليه ويسعى له فى تحصيله، ولهذا كان الديوث أخبث خلق الله والجنة عليه حرام، وكذلك محلل الظلم والبغى لغيره ومزينه لغيره. فانظر ما الذى حملت عليه قلة الغيرة وهذا يدلك على أن أصل الدين الغيرة ومن لا غيرة له لا دين له فالغيرة تحمى القلب فتحمى له الجوارح فتدفع السوء والفواحش، وعدم الغيرة تميت القلب فتموت الجوارح فلا يبقى عندها دفع البتة.

٢- الغزو الفكرى بوسائله المتعددة:

فقد انخدع كثير من المسلمين بحضارة الغرب فأملى لهم الشيطان أن لا حضارة ولا تقدم إلا بنقل أنماط الحياة الغربية على كافة المجالات إلى المجتمعات الإسلامية، يؤيدهم فى هذا ما تسعى إليه الأمم الكافرة من عولمة المجتمعات على الطريقة الغربية.

٣- ضعف قوامة الرجل:

والحب المفرط الذى يضعف سلطته على أهله.

فمن المؤسف حقًّا ما تشهده بعض بيوت المسلمين من انهيار مبدأ قوامة الرجل على أهل بيته، فالأمر والنهى بيد الزوجة التى لا تسأل عما

تفعل، أما الزوج المحترم فالويل ثم الويل له إن سأل فضلًا عن أن يأمر أو ينهى.

- قال شيخ الإسلام ابن تيمية: وقوله ﴿ **ٱلسِّجْنُ أَحَبُّ إِلَىَّ مِمَّا يَدْعُونَنِىٓ إِلَيْهِ** ﴾ بصيغة جمع التذكير وقوله ﴿ **كَيْدَهُنَّ** ﴾ بصيغة جمع التأنيث ولم يقل مما يدعيننى إليه دليل على الفرق بين هذا وهذا وأنه كان من الذكور من يدعوه مع النساء إلى الفاحشة بالمرأة، وليس هناك إلا زوجها وذلك أن زوجها كان قليل الغيرة أو عديمها وكان يحب امرأته ويطيعها، ولهذا لما اطلع على مراودتها قال ﴿ **يُوسُفُ أَعْرِضْ عَنْ هَٰذَا ۚ وَٱسْتَغْفِرِى لِذَنۢبِكِ ۖ إِنَّكِ كُنتِ مِنَ ٱلْخَاطِـِٔينَ** ﴾ فلم يعاقبها ولم يفرق بينها وبين يوسف حتى لا تتمكن من مراودته وأمر يوسف أن لا يذكر ما جرى لأحد محبة منه لامرأته ولو كان فيه غيرة لعاقب المرأة.

ونقل ابن القيم عن بعض أهل العلم قولهم: "الرجال أغير على البنات من النساء فلا تستوى غيرة الرجل على ابنته وغيرة الأم أبدًا، وكم من أم تساعد ابنتها على ما تهواه ويحملها على ذلك ضعف عقلها وسرعة انخداعها وضعف داعى الغيرة فى طبعها بخلاف الأب ولهذا المعنى وغيره جعل الشارع تزويجها إلى أبيها دون أمها ولم يجعل لأمها ولاية على بضعها ألبتة ولا على مالها".

٤ - الترف والانغماس فى شهوات الدنيا:

ومن ذلك ما تقدمت الإشارة إليه فى قصة يوسف عليه السلام مع امرأة العزيز ضعيف الغيرة.

٥- تحول الغيرة إلى تقاليد وعادات:

قابلة للتغير لا سيما مع طول الأمد وتغير أحوال الناس.

عن أبى سعيد قال: قال رسول الله ﷺ: «الغيرة من الإيمان والمذاء من النفاق قال: قلت ما المذاء، قال: الذى لا يغار».

٦- اقتراف الفواحش:

فإن أهل الفواحش من أضعف الناس غيرة، وذلك لأن القلب إذا قبل أمرًا زينه لصاحبه فيرى مساوئه فى قالب من الحسن. قال تعالى ﴿ أَفَمَن زُيِّنَ لَهُۥ سُوٓءُ عَمَلِهِۦ فَرَءَاهُ حَسَنًا ﴾.

أما أهل الغيرة فهم من أبعد الناس عن الفواحش.

قال بعض حكماء العرب: (ما فجر غيور قط) يعنى أن الغيور هو الذى يغار على كل أنثى.

٧- تفريط المسلمين فى شريعة الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر مما أدى إلى انتشار الفواحش والمنكرات، وتحولها إلى أمر عادى لا غضاضة فيه عند كثير من الناس، حتى إن الغيور ليعد غريبًا فى بعض المجتمعات. وكما قيل: كثرة الإمساس تذهب الإحساس

يقول ياقوت فى وصف إحدى البلدان: أهلها عرب وزيهم زى العرب القديم وفيهم صلاح مع شراسة فى خلقهم وزعارة وتعصب وفيهم قلة غيرة كأنهم اكتسبوها بالعادة، وذلك أنه فى كل ليلة تخرج نساؤهم إلى ظاهر مدينتهم ويسامرن الرجال الذين لا حرمة بينهم

ويلاعبنهم ويجالسنهم إلى أن يذهب أكثر الليل فيجوز الرجل على زوجته وأخته وأمه وعمته وإذا هى تلاعب آخر وتحادثه فيعرض عنها ويمضى إلى امرأة غيره فيجالسها كما فعل بزوجته وقد اجتمعت بكيش بجماعة كثيرة منهم رجل عاقل أديب يحفظ شيئًا كثيرا وأنشدنى أشعارًا وكتبتها عنه فلما طال الحديث بينى وبينه قلت له بلغنى عنكم شىء أنكرته ولا أعرف صحته. فبادرنى وقال: لعلك تعنى السمر. قلت: ما أردت غيره. فقال: الذى بلغك من ذلك صحيح وبالله أقسم إنه لقبيح ولكن عليه نشأنا وله مذ خلقنا ألفنا ولو استطعنا أن نزيله لأزلناه ولو قدرنا لغيرناه ولكن لا سبيل إلى ذلك مع مر السنين عليه واستمرار العادة به.

غيرة المصطفى ﷺ وبعض الأنبياء والصحابة:

- عن عائشة قالت: دخل علىَّ رسول الله ﷺ وعندى رجل قاعد فاشتد ذلك عليه ورأيت الغضب فى وجهه، قالت: فقلت: يا رسول الله إنه أخى من الرضاعة، قالت: فقال: انظرن إخوتكن من الرضاعة فإنما الرضاعة من المجاعة.
- غيرته على محارم الله: تقول عائشة رضى الله عنها "وما انتقم رسول الله لنفسه إلا أن تنتهك حرمات الله فينتقم لله بها".
- غيرته على أهله المباركين، ذكرت إحدى أزواجه امرأة بنقص فيها فقال عليه الصلاة والسلام: "لقد قلت كلمة لو مزجت بماء البحر لمزجته".

*** غيرة النبى ﷺ على الشباب:**

عن عبد الله بن عباس ﷺ أنه قال: كان الفضل بن عباس ﷺ رديف رسول الله ﷺ فجاءته امرأة من خثعم تستفتيه فجعل الفضل ينظر إليها وتنظر إليه فجعل رسول الله ﷺ يصرف وجه الفضل إلى الشق الآخر. قالت: يا رسول الله أن فريضة الله على عباده فى الحج أدركت أبى شيخًا كبيرًا لا يستطيع أن يثبت على الراحلة أفأحج عنه؟ قال: نعم. وذلك فى حجة الوداع.

*** غيرة داود عليه السلام:**

كان داود عليه السلام فيه غيرة شديدة فكان إذا خرج أغلق الأبواب فلم يدخل على أهله أحد حتى يرجع. قال: فخرج ذات يوم وغلقت الدار، فأقبلت امرأته تطلع إلى الدار فإذا رجل قائم وسط الدار. فقالت لمن فى البيت: من أين دخل هذا الرجل والدار مغلقة؟ والله لنفتضحن بداود. فجاء داود فإذا الرجل قائم فى وسط الدار، فقال له داود: من أنت؟ قال: أنا الذى لا أهاب الملوك ولا أمنع من الحجاب. فقال داود: أنت والله إذن ملك الموت، مرحبًا بأمر الله، ثم مكث حتى قبضت.

*** فى قصة موسى عليه السلام مع المرأتين:**

روى ابن جرير بإسناده عن ابن عباس قال: ﴿ **قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ** ﴾. قال: فأحفظته الغيرة أن قال: لا، وما يدريك ما قوته وأمانته؟ قالت: أما قوته فما رأيت منه حين سقى لنا لم أر رجلًا قط أقوى فى ذلك السقى منه، وأما أمانته فإنه نظر حين أقبلت إليه وشخصت له فلما علم أنى امرأة صوب رأسه فلم يرفعه

ولم ينظر إلىَّ حتى بلغته رسالتك، ثم قال امشى خلفى وانعتى لى الطريق ولم يفعل ذلك إلا وهو أمين. فسرى عن أبيها وصدقها وظن به الذى قالت.

*** غيرة الصديق:**

عن عبد الله بن عمرو بن العاص ﷺ أنه نفرًا من بنى هاشم دخلوا على أسماء بنت عميس ﷺ، فدخل أبو بكر الصديق، ﷺ وهى تحته يومئذ فرآهم فكره ذلك، فذكر ذلك لرسول الله ﷺ وقال: لم أر إلا خيرًا، فقال ﷺ: إن الله قد برأها من ذلك، ثم قام رسول الله ﷺ على المنبر فقال: لا يدخلن رجل بعد يومى هذا على مغيبة إلا ومعه رجل أو اثنان.

*** غيرة الفاروق:**

عن أبى هريرة ﷺ قال بينما نحن عند رسول الله ﷺ جلوس فقال رسول الله ﷺبينما أنا نائم رأيتنى فى الجنة، فإذا امرأة تتوضأ إلى جانب قصر. فقلت: لمن هذا؟ قالوا: هذا لعمر، فذكرت غيرته فوليت مدبرًا. فبكى عمر وهو فى المجلس ثم قال: أو عليك يا رسول الله أغار.

*** غيرة الزبير:**

عن أسماء بنت أبى بكر رضى الله عنهما قالت: تزوجنى الزبير وما له فى الأرض من مال ولا مملوك ولا شىء غير ناضح وغير فرسه فكنت أعلف فرسه وأستقى الماء وأخرز غربة وأعجن ولم أكن أحسن أخبز وكان يخبز جارات لى من الأنصار وكن نسوة صدق، وكنت أنقل النوى من أرض الزبير التى أقطعه رسول الله ﷺ على رأسى وهى منى على ثلثى فرسخ. فجئت يومًا والنوى على رأسى فلقيت رسول الله ﷺ ومعه نفر

من الأنصار فدعانى، ثم قال: أخ أخ ليحملنى خلفه فاستحييت أن أسير مع الرجال، وذكرت الزبير وغيرته، وكان أغير الناس فعرف رسول الله ﷺ أنى قد استحييت فمضى. فجئت الزبير فقلت: لقينى رسول الله ﷺ وعلى رأسى النوى ومعه نفر من أصحابه فأناخ لأركب فاستحييت منه وعرفت غيرتك. فقال: والله لحملك النوى كان أشد علىَّ من ركوبك معه، قالت: حتى أرسل إلىَّ أبو بكر بعد ذلك بخادم يكفينى سياسة الفرس فكأنما أعتقنى.

*** غيرة أبى حذيفة:**

عن عائشة رضى الله عنها أن سالمًا مولى أبى حذيفة كان مع أبى حذيفة وأهله فى بيتهم فأتت ـ تعنى ابنة سهيل ـ النبى ﷺ فقالت: إن سالمًا قد بلغ ما يبلغ الرجال وعقل ما عقلوا وإنه يدخل علينا وإنى أظن أن فى نفس أبى حذيفة من ذلك شيئًا. فقال لها النبى ﷺ: أرضعيه تحرمى عليه، ويذهب الذى فى نفس أبى حذيفة. فرجعت فقالت: إنى قد أرضعته فذهب الذى فى نفس أبى حذيفة. رواه البخارى، ومسلم.

*** غيرة عروس:**

عن أبى السائب مولى هشام بن زهرة أنه دخل على أبى سعيد الخدرى ﷺ فى بيته قال: فوجدته يصلى فجلست أنتظره حتى يقضى صلاته فسمعت تحريكًا فى عراجين فى ناحية البيت، فالتفت فإذا حية فوثبت لأقتلها فأشار إلى أن اجلس فجلست، فلما انصرف أشار إلى بيت فى الدار فقال: أترى هذا البيت؟ فقلت: نعم. قال: كان فيه فتى منا حديث عهد بعرس، قال: فخرجنا مع رسول الله ﷺ إلى الخندق فكان ذلك الفتى

يستأذن رسول الله ﷺ بأنصاف النهار فيرجع إلى أهله. فاستأذنه يومًا فقال له رسول الله ﷺ: خذ عليك سلاحك فإنى أخشى عليك قريظة. فأخذ الرجل سلاحه ثم رجع فإذا امرأته بين البابين قائمة فأهوى إليها الرمح ليطعنها به وأصابته غيرة. فقالت له: اكفف عليك رمحك وادخل البيت حتى تنظر ما الذى أخرجنى. فدخل فإذا بحية عظيمة منطوية على الفراش فأهوى إليها بالرمح فانتظمها به ثم خرج فركزه فى الدار فاضطربت عليه فما يدرى أيهما كان أسرع موتًا الحية أم الفتى. قال فجئنا إلى رسول الله ﷺ فذكرنا ذلك له وقلنا: ادع الله يحييه لنا. فقال: استغفروا لصاحبكم ثم قال: إن بالمدينة جنًّا قد أسلموا فإذا رأيتم منهم شيئًا فآذنوه ثلاثة أيام، فإن بدا لكم بعد ذلك فاقتلوه فإنما هو شيطان. رواه مسلم.

*** الغيرة كأس مسموم:**

عن ابن القداح قال: كانت للربيع جارية يقال لها أمة العزيز فائقة الجمال ناهدة الثديين حسنة القوام فأهداها إلى المهدى. فلما رأى جمالها وهيئتها قال: هذه لموسى أصلح فوهبها له فكانت أحب الخلق إليه وولدت له بنيه الأكابر. ثم إن بعض أعداء الربيع قال لموسى إنه سمع الربيع يقول ما وضعت بينى وبين الأرض مثل أمة العزيز. فغار موسى من ذلك غيرة شديدة وحلف ليقتلن الربيع. فلما استخلف دعا الربيع فى بعض الأيام فتغدى معه وأكرمه وناوله كأسًا فيها شراب عسل. قال فقال الربيع: فعلمت أن نفسى فيها وأنى إن رددت الكأس ضرب عنقى مع ما قد علمت أن فى قلبه علىَّ من دخولى على أمه وما بلغه عنى ولم يسمع منى عذرًا فشربتها، وانصرف الربيع إلى منزله فجمع ولده وقال

لهم إنى ميت فى يومى هذا أو من غد فقال له ابنه الفضل: ولم تقول هذا جعلت فداك. فقال: إن موسى سقانى شربة سم بيده فأنا أجد عملها فى بدنى. ثم أوصى بما أراد ومات فى يومه أو من غده ثم تزوج الرشيد أمة العزيز بعد موت موسى الهادى فأولدها على بن الرشيد.

*** غيرة ملك على نساء رعيته:**

كان زنكى من خيار الملوك وأحسنهم سيرة وشكلًا، وكان شجاعًا مقدامًا حازمًا خضعت له ملوك الأطراف، وكان من أشد الناس غيرة على نساء الرعية، وأجود الملوك معاملة وأرفقهم بالعامة.

obeikandl.com

الغيرة المحمودة والغيرة المذمومة

من الصفات الطبيعية فى الأنثى: الغيرة. فقد فطرت على ذلك والغيرة من الصفات الحميدة إذا هذبت، والتزم بحدودها الشرعية، فينبغى للأخت المسلمة أن تعرف تلك الحدود وتلتزم بها حتى تحافظ على سعادة حياتها مع زوجها. إن الغيرة دليل على حب الزوجة لزوجها وتعلقها به.. ولهذا أقرها الإسلام فى الجملة، وعمل على تهذيبها حتى تؤتى ثمارها الطيبة.

عن عبد الله بن مسعود ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «إن الله كتب الغيرة على النساء...».

فالغيرة التى تدفع إلى المعصية ممقوته لا يقرها الإسلام وينبغى على المرأة أن تبتعد عنها فلا يجوز لها أن تغتاب الآخرين وتنهش أعراضهم وتعيرهم وتذكرهم بالسوء... بدافع الغيرة.

ولا يليق بالزوجة أن تؤذى أهل زوجها أى أذى بدافع الغيرة فإن لهن حقوق مثلها ولا يليق لها أن تكرة أم زوجها وأخواته بدافع الغيرة والجرى وراء الظنون والأوهام وكثرة التفكير وكثرة مراجعتها له.

وما أشقى المرأة الغيورة وما أتعس حياتها، قالت إحدى الخبيرات: "كانت لى صديقة كثيرة الشكوك، شديدة الغيرة، فإذا خرج زوجها، أو ضرب موعدًا، أو تكلم فى الهاتف، أو حرر رسالة، أو طرق مفكرا، أو بدا منشرحًا، أو أرسل ابتسامة، أيقنت أن هناك امرأة!!

قال ﷺ: "إن الله يغار، والمؤمن يغار، وغيرة الله أن يأتى المؤمن ما حرم الله".

وأشرف الناس وأعلاهم همة، أشدهم غيرة فالمؤمن الذى يغار فى محل الغيرة، قد وافق ربه فى صفة من صفاته، ومن وافقه فى صفة منها كانت تلك الصفة بزمامه وأدخلته عليه وقربته من رحمته. فأين هذا التوجيه من كثير من الرجال اليوم الذين حرموا الغيرة، فنراهم يعرضون نساءهم وبناتهم وأخواتهم فى الشوارع والطرقات متبرجات مزينات ليتعرض لهن لصوص الأعراض وينهشوهن!

ومن غرائب غيرة النساء ما حكاه المبرد عن إسحاق بن الفضل الهاشمى قال: كانت لى جارية وكنت شديد الوجد بها، وكنت أهاب ابنة عمى فيها. فبينما أنا ذات ليلة على السرير إذ عرض لى ذكرها، فنزلت من على السرير أريدها، إذ لدغتنى فى طريقى عقرب، فرجعت إلى السرير مسرعًا وأنا أتأوه. فانتبهت ابنة عمى وسألتنى عن حالى، فعرفتها أن عقربا لدغنى.

فقالت: أعلى السرير لدغتك العقرب؟! فقلت لا، قالت اصدقنى الخبر، فأعلمتها فضحكت وأنشدت:

وداري إذا نـــام ســـكانها تقـيم الحـدود بهـا العقـرب

إذا رام ذو حاجـــة غفلـــة فـــإن عقاربهـــا ترقـــب

ثم دعت جواريها وقالت: عزمت عليكن أن تقتلن عقربا هذه السنة!!

ومما يحكى عن شدة غيرة النساء أن رجلًا كان مضطجعًا إلى جنب امرأة، فخرج إلى الحجرة، فجامع جارية له، فاستنبهت المرأة فلم تره، فخرجت، فإذا هو على بطن الجارية، فرجعت، فأخذت سكينا، فخرج الرجل فى الحال، ووجد زوجته السكين فقال لها: ما الخبر؟! فقالت ما الخبر؟! وقد وجدتك عند الجارية، فجئت بالسكين لأنتقم منكما!

قال الرجل: ما كنت! فأنت حالمة من شدة النعاس والنوم. فقالت: بلى! وقد نهى الإسلام أن يقرأ أحدنا القرآن وهو جنب فاقرأ ما تيسر.

وقد كانت هذه المرأة أمية لا تميز بين القرآن وغيره، فأنشدها:

أتانـــا رســـول الله يتلـــو كتابـــه

كـما لاح منـشور مـن الـصبح سـاطع

أرانـــا الهـــدى بعـــد العمـــى فقلوبنـــا

بـــه موقنـــات أن مـــا قـــال واقـــع

يبيـــت يجـــافى جنبـــه عـــن فراشـــه

إذا اســـتثقلت بالكـــافرين المـــضاجع

قالت: آمنت بالله وكذبت بصرى. وقد انطلت عليها الحيلة. ومعنى يجافى جنبه عن فراشه: أى يتنحى عن فراشه ويقوم للصلاة فى بطن الليل وهذه من صفات المؤمنين.

الغيرة المحمودة:

قال الإمام ابن القيم: فمحب الله ورسوله يغار لله ورسوله على قدر

محبته وإجلاله، وإن خلا قلبه من الغيرة لله ولرسوله فهو من المحبة أخلى، وإن زعم أنه من المحبين. فكذب من ادعى محبة محبوب من الناس. وهو يرى غيره ينتهك حرمة محبوبه... ويستهين بحقه، ويستخف بأمره. وهو لا يغار لذلك. بل قلبه بارد، فكيف يصح لعبد يدعى محبة الله، ولا يغار لمحارمه إذا انتهكت. ولا لحقوقه إذا أضيعت. وأقل الأقسام أن يغار له من نفسه وشيطانه! فيغار لمحبوبه من تفريطه فى حقه، وارتكابه لمعصيته. وإذا ترحلت هذه الغيرة من اللب ترحلت منه المحبة، بل ترحل منه الدين! وإن بقيت فيه آثاره.

وهذه الغيرة هى أصل الجهاد والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، وهى الحاملة على ذلك، فإن خلت من القلب لم يجاهد ولم يأمر بالمعروف ولم ينه عن المنكر. فإنه إنما يأتى بذلك غيرة منه لربه، ولذلك جعل الله سبحانه وتعالى علامة محبوبه الجهاد فقال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَن يَرْتَدَّ مِنكُمْ عَن دِينِهِۦ فَسَوْفَ يَأْتِى ٱللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُۥٓ أَذِلَّةٍ عَلَى ٱلْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى ٱلْكَٰفِرِينَ يُجَٰهِدُونَ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَآئِمٍ ۚ ذَٰلِكَ فَضْلُ ٱللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَآءُ ۚ وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ ﴾.

من علامات الغيرة المحمودة:

كره من يدخل بين المحب الصادق، وبين محبوبه ولهذا السر ـ والله أعلم ـ أمر النبى صلى الله عليه وآله وسلم برد المار بين يدى المصلى حتى أمر بقتاله، وأخبر أنه لو يدرى ما عليه من الإثم لكان وقوفه أربعين خيرا من مروره بين يديه.

ولا يجد ألم المرور وشدته إلا قلب حاضر بين يدى محبوبه، مقبل عليه،

وقد ارتفعت الأغيار بينه وبينه، فمرور المار بينه وبين ربه بمنزلة دخول البغيض بين المحب ومحبوبه، وهذا أمر، الحاكم فيه الذوق، فلا ينكره إلا من لم يذق.

قال رسول الله ﷺ: إن من الغيرة ما يحب الله، ومنها ما يبغض الله، فأما الغيرة التى يحبها الله فالغيرة فى الريبة، وأما الغيرة التى يبغضها الله فالغيرة فى غير الريبة.

ما أعظم توجيه هذا الحديث، فكم كانت الغيرة الجاهلية إذا صح هذا التعبير أو الغيرة فى غير ريبة كما أطلق الرسول صلى الله عليه وآله وسلم سببًا فى شقاء الأسرة.

إن من واجب كل من الزوجين أن يكون عاقلًا رزينا لا يجعل الشك والريبة أمام ناظريه وفى قلبه، فيعكر حياته ويهدد كيان أسرته بالخراب نتيجة الظنون والوساوس الشيطانية وخلل فى غريزة حب التملك.

وهنا يجب على الزوجين وخاصة إذا كانا متدينين حقًّا أن يدع كل منهما للآخر مجالًا لمراقبة خالقه ومحاسبة ضميره، فلا يعكر كل منهما سعادة الأسرة بالغيرة وخاصة إذا التزما حدود الشرع وتجنبها مشاهدة المواقف الغرامية الجنسية المثيرة وابتعدا عن الاختلاط بالرجال والنساء الآخرين، كما ابتعدت الزوجة عن التبرج الذى يدخل الشك والريب فى نفس الزوج الواعى. إن الغيرة المتكررة فى غير ريبة، وكثرة المضايقات على الزوج أو الزوجة قد يغرى الطرف الآخر إذا كان ضعيف النفس فاقد الإيمان إلى ارتكاب المحرمات فالحذر الحذر.

كتب أحدهم يقول: ينبغى أن تكون المرأة محامية عن زوجها تدافع

عنه، لا موظف مخابرات تسأله دائمًا عند دخول البيت: أين كنت، ماذا فعلت، لماذا تأخرت، من حدثت، ماذا كانت تقول؟.. تكلم بصراحة.

إلى غير ذلك من الأسئلة التى تجعل من الزواج جحيمًا لا يطاق.

وقد نهى رسول الله ﷺ أن يطرق الرجل أهله ليلا يتخونهم ويطلب عثراتهم.

ونختم هذا الموضوع بكلمة نحلل فيها "الغيرة" ونميز بين المحمود منها والمذموم. الغيرة كسائر الأمراض النفسية تفتك بصاحبها، فيختل توازنه، ويضطرب حبل شخصيته وتضطرب حياته الوجدانية وينبرى جسمه، وتنحط قواه العقلية، ويقل إنتاجه...

والغيرة كالشعور بالنقص، لا بأس بها، فى الأحوال العادية، إذ إنها ضرب من الدفاع عن النفس ووازع طبيعى للمنافسة الشريفة، والطموح وركوب السمو والأمانى هذا هو الأصل، غير أنها تكون كسائر الصفات والطبائع والنزعات الحسنة قد تصبح وبالًا على المتصف بها فتبطش به بطشًا إذا ما أسرف فيها.

ومما يؤسف له أن معظم ما يسمونه الغيرة الزوجية التى كثيرًا ما تقوم أصحابها إلى مواطن التهلكة والتعاسة بل إلى الانتحار وارتكاب جريمة القتل والوقوف أمام حبل المشنقة كثيرًا ما تكون هذه الغيرة لا أساس لها من الصحة.

كيفية الوقاية من الغيرة وعلاجها

الغيرة إحدى حقائق الحياة التى يجب أن نتقبلها ولا نستطيع أن نتخلص منها تمامًا، ولكننا نستطيع أن نساعد الطفل على تحويلها إلى مشاعر أخرى أقل إيلاما وأكثر نفعًا وأقدم بناء. وعندما يدرك الطفل أن مخاوفه من منافسيه ليست صحيحة، فإن ذلك الإدراك الجديد يقوى شخصيته ويساعده على مواجهة مواقف المنافسة فى حياته المقبلة فى البيت والمدرسة.

وقد تصبح الغيرة مصدر ألم شديد للأطفال الصغار؛ لأنهم لا يدركون تمامًا ماذا أصابهم، ولا يفهمون حقيقة شعورهم فى بداية الأمر وعندما تزداد حدتها وشدتها تحيل الحياة إلى جحيم وعدم الإحساس بالسعادة والراحة، ويرى عددًا من الباحثين أن كثيرًا من الآباء والأمهات لا يحسنون التصرف فى معالجة مشكلة الغيرة عند أطفالهم ويظن بعض الآباء أن كل أشكال الغيرة مرفوضة، ويظن بعضهم الآخر أن القسوة وحرمان الطفل مما يحب هو العلاج الأمثل لتلك المشكلة، ومن ثم يجب أن يعلم هؤلاء أن القليل من الغيرة قد يكون حافزًا يدفع الطفل إلى المنافسة الحميدة والتفوق، وعندئذ يجب استثمار هذه الحالة والتعامل معها بشىء من الحكمة والصبر، والعمل على منع نموها؛ لأن الزيادة المفرطة فى الشعور بالغيرة عند الطفل قد تفسد حياته وتصيبه بأضرار نفسية بالغة.

وسوف نستعرض خلال الصفحات التالية أهم طرق الوقاية من

مشكلة الغيرة، وكيفية علاجها.. وبعض النصائح التى يمكن أن تفيد فى هذا المجال.

أولاً: طرق الوقاية من الغيرة لدى الأطفال:

للوقاية من آثار الغيرة السلبية يجب عمل الآتى:

١- التعرف على الأسباب وعلاجها.

٢- إشعار الطفل بقيمته ومكانته فى الأسرة والمدرسة وبين الزملاء.

٣- تعويد الطفل على أن يشارك غيره فى حب الآخرين.

٤- تعليم الطفل على أن الحياة أخذ وعطاء منذ الصغر وأنه يجب على الإنسان أن يحترم حقوق الآخرين.

٥- تعويد الطفل على المنافسة الشريفة بروح رياضية تجاه الآخرين.

٦- بعث الثقة فى نفس الطفل وتخفيف حدة الشعور بالنقص أو العجز عنده.

٧- توفير العلاقات القائمة على أساس المساواة والعدل، دون تميز أو تفضيل على آخر، مهما كان جنسه أو سنه أو قدراته، فلا تحيز ولا امتيازات بل معاملة على قدم المساواة.

٨- تعويد الطفل على تقبل التفوق، وتقبل الهزيمة، بحيث يعمل على تحقيق النجاح ببذل الجهد المناسب، دون غيرة من تفوق الآخرين عليه، بالصورة التى تدفعه لفقد الثقة بنفسه.

٩- تعويد الطفل الأنانى على احترام وتقدير الجماعة، ومشاطرتها الوجدانية، ومشاركة الأطفال فى اللعب وفيما يملكه من أدوات.

١٠-يجب على الآباء الحزم فيما يتعلق بمشاعر الغيرة لدى الطفل، فلا يجوز إظهار القلق والاهتمام الزائد بتلك المشاعر كما أنه لا ينبغى إغفال الطفل الذى لا ينفعل، ولا تظهر عليه مشاعر الغيرة مطلقًا.

١١-فى حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهمال الطفل الكبير وإعطاء الصغير عناية أكثر مما يلزمه، فلا يُعْطَى المولود من العناية إلا بقدر حاجته، وهو لا يحتاج إلى الكثير، والذى يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولود وكثرة الالتصاق الجسمى الذى يضر المولود أكثر مما يفيده.

وواجب الآباء والأمهات كذلك أن يهيئوا الطفل إلى حادث الولادة مع مراعاة فطامه وجدانيًّا تدريجيًّا بقدر الإمكان، فلا يحرم حرمانًا مفاجئًا من الامتياز الذى كان يتمتع به.

١٢- يجب على الآباء والأمهات أن يبتعدوا عن المقارنة الصريحة واعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها.

١٣-تنمية الهوايات المختلفة بين الإخوة كالموسيقى والتصوير وجمع الطوابع والقراءة وألعاب الكمبيوتر وغير ذلك.... وبذلك يتفوق كل فى ناحيته، ويصبح تقييمه وتقديره بلا مقارنة مع الآخرين.

١٤-المساواة فى المعاملة بين الابن والابنة؛ لأن التفرقة فى المعاملة

تـؤدى إلى شعـور الأولاد بالغـرور وتنمـو عنـد البنـات غـيرة تكـبت وتظهر أعراضهـا فـى صـور أخـرى فى مستقبـل حياتهن مثل كراهية الرجال وعدم الثقة بهم وغير ذلك من المظاهر الضارة لحياتهن.

١٥-عدم إغداق امتيازات كثيرة على الطفل المريض، فإن هذا يثير الغيرة بين الإخوة الأصحاء، وتبدو مظاهرها فى تمنى وكراهية الطفـل المريـض أو غـير ذلك من مظاهر الغـيرة الظاهـرة أو المستترة.

كم من اتهامات تواجه الأهل فى بعض الأحيان حين يتعلل أطفالهم بأنهم يفرقون فى معاملتهم؟

فى أحيان كثيرة تكون هذه الاتهامات من باب جذب الانتباه أو محاولة الطفل الحصول على معاملة أفضل، وأحيانًا تكون مشاعر الطفل صادقة، فالأهل ومن دون قصد قد تميل مشاعرهم نحو طفل من أطفالهم أكثر من الآخر، لكن المحبة لجميعهم تكون متساوية، قد يشعر الطفل بذلك، وهنا تبدأ مشاعر الغيرة فى التحرك ونتائجها قد تكون متعبة إن تركت من دون أن تفهم وتتدارك.

ثانيًا: طرق العلاج لمشكلة الغيرة:

يعتبر تشخيص مشكلة الطفل ـ الخطوة الأولى ـ فى علاجها، فإذا تم تحديدها وتحديد مستواها، ومعرفة عوامل وأسباب نشأتها وتطورها أمكن علاجها.

ويستخدم فى علاج مشكلة الغيرة لدى الأطفال أنواع من العلاج هى:

١- العلاج الطبى:

ويهدف إلى علاج الأسباب الجسمية الفسيولوجية والبيولوجية التى قد يكون لها علاقة بمشكلة الطفل، ومن الملاحظ أن المشكلات التى لها أسباب عضوية تشفى بسرعة بعد علاجها طبيًّا بمعرفة أخصائى الأطفال.

لكن الحاجة إلى العلاج الطبى ليست كبيرة فى علاج الغيرة؛ لأن معظم أسبابها ترجع إلى عوامل نفسية واجتماعية أكثر منها عوامل جسمية، ومع هذا فإن الأخصائى لا يستهين بالعوامل الجسمية، ولا يبدأ فى علاج مشكلة الطفل على أساس أنها مشكلة نفسية أو اجتماعية إلا بعد فحص الطفل طبيًّا والتأكد من سلامته جسميًّا.

٢- العلاج النفسى:

يقصد به جهود منظمة يقوم بها أو يشرف عليها طبيب نفسى أو أخصائى نفسى، وتهدف إلى مساعدة الطفل على التخلص من العوامل النفسية التى لها علاقة بمشكلته، والتخلص من توتراته وصراعاته وإحباطاته وقلقه، وتعديل أساليب توافقه المباشرة وغير المباشرة، كما يعمل المعالج على تحسين مفهوم الطفل عن نفسه وعن الآخرين، حتى يثق فى نفسه وفى البيئة من حوله.

وتدعيم هذه الثقة عن طريق تحسين ظروفه الأسرية والاجتماعية، وتشجيعه على إطلاق طاقاته الجسمية والنفسية فى تنمية شخصيته، وبناء

مستقبله بالتعليم والتعلم والتدريب، واكتساب الخبرات التى تشعره بالكفاءة والتقدير وتجعله يستمتع بالحياة.

٣- العلاج التربوى: (مسئوليات المدرس نحو الطفل صاحب المشكلة):

يتفاعل المدرس مع تلاميذ فصله وجهًا لوجه يوميًّا، ويُقوم سلوكهم ومشاعرهم فى مواقف كثيرة، ويستطيع اكتشاف التلميذ الذى يختلف عن التلاميذ العاديين فى سلوكه ومشاعره، كما أن له تأثيره على هذا التلميذ؛ لأنه يوجهه ويتابعه، ويحرص التلميذ على كسب رضاه والدخول فى دائرة اهتمامه.

ويترتب على ذلك واجبات على المدرس من أهمها:

١- الكشف المبكر عن التلميذ صاحب المشكلة.

٢- الاهتمام بهذا التلميذ وتكوين علاقة معه تشعره بالتقبل والحب.

٣- تشجيعه على النجاح فى التحصيل الدراسى؛ لأن ضعف التلميذ فى الدراسة إما أن ينشئ عنده مشكلات أو يساعد على تضخيم مشكلته التى يعانى منها.

٤- تشجيعه على تنمية مواهبه فى النشاطات المدرسية حتى يشعر بالكفاءة والتقدير.

٥- مساعدته على تذليل الصعوبات التى تواجهه فى البيت والمدرسة بالتعاون مع الأخصائى الاجتماعى والأسرة.

٦- يجب على المعلم أن يكون عادلًا فى معاملة تلاميذه، فيخصهم جميعًا برعايته؛ لأن عدل المدرس بين تلاميذه يشعرهم بالأمن والطمأنينة والتقبل ويقلل المنافسات والصراعات بينهم.

وإذا حدثت الغيرة بين التلاميذ فى الفصل فمن الأفضل أن يعتبرها المدرس سلوكًا عاديًا، ويعمل على عدم تنميتها، فيشعر التلميذ ـ الذى يشعر بالغيرة ـ بالأمن والطمأنينة والتقبل، ويشجعه على النجاح والتفوق فى المجالات التى تناسب قدراته حتى يثق فى نفسه وفى كفاءته ويطمئن لمن حوله.

وإن من أهم الأساليب والوسائل التى يمكن من خلالها معالجة الغيرة عند الطفل كما أكد بعض المتخصصين ما يلى:

ـ تجنب الاهتمام الزائد بالذكور على حساب الإناث، وعدم إعطاء الذكور امتيازات، وتفضيلهم على الإناث، لأن ذلك يثير الغيرة فى نفوس البنات، ويخلق شعورًا بأنها (البنت) الأضعف أو الأقل حظًّا عند والديها.

ـ تجنب المقارنة بين الأبناء ومدح أحدهم على حساب الآخر بسبب الاختلاف فى الهيئة الخلقية، أو فى التفوق المدرسى أو السلوك أو فى الجنس.

ـ عدم المبالغة فى توجيه المزيد من الرعاية للمولود الجديد، وإهمال الطفل الأكبر، فالمسألة مسألة موازنة، وإعطاء كل طفل حقه من الرعاية والاهتمام، إذا يجب علينا أن ندرك أن الأطفال هم اللبنة التى يقوم عليها

بناء المجتمع فى المستقبل فيجب علينا أن نحسن تربيتهم، ونكوّن شخصيتهم، ونغرس فيهم حب الآخرين، والتعاون ضمن نطاق الأسرة، وأن نتفادى تكريس المظاهر السلبية فى نفوسهم لكى يكونوا أولادًا صالحين.

وقد تثير الأم الحديثة العهد بالولادة سؤالًا حول إمكانية توزيع الاهتمام على كل الأبناء فى وقت يأخذ الرضيع كل اهتمام الأم ووقتها ونحن ننصح مثل هذه الأم التى حين تهتم برضيعها، يقف الأكبر ينظر متألمًا من الزائر الجديد الذى عزله عن والديه.. **أن تعالج الموضوع كما يلى:**

١- إشعار الطفل بأنه كبير:

إن الأم وهى ترضع صغيرها بإمكانها أن تتحدث مع الكبير قائلة: كم أتمنى أن يكبر أخوك ويصبح مثلك يأكل وحده وله أسنان يمضغ بها ويمشى مثلك و... و... حتى أرتاح من رضاعته وتغيير فوطته، ولكنه مسكين لا يتمكن من تناول الطعام أو السيطرة على معدته.

وتقول لطفلها الأكبر حين يبكى الرضيع وتهرع إليه: نعم جئنا إليك فلا داعى للبكاء.. إن أخاك سوف يعلمك أن تقول: إنى جوعان بدل الصراخ والضجيج. وبهذه الكلمات وغيرها من التصرفات يمكن إشعاره بأنه كبير. والصغير يحتاج إلى هذه الرعاية.

٢- لا تقولى له لا تفعل:

وحتى نجنبه الغيرة من الرضيع يحسن بالأم أن لا تقول للطفل الكبير

لا تبك مثل أخيك الصغير. أو لا تجلس فى حضنى مثل الصغار. أو لا تشرب من زجاجة الحليب العائدة لأخيك الصغير.

٣- إعطاؤه جملة من الامتيازات:

لا بد من إشعار الطفل بأنه كبير وأن الاهتمام بالصغير لعجزه وعدم مقدرته إضافة إلى إعطائه جملة من الامتيازات لأنه كبير.. فلا يصح الاهتمام بالوليد دون أن يحصل هو على امتيازات الكبار.

ولا بد من الحرص على إعطائه بعض الأشياء؛ لأنه كبير، مثل أن تخصّيه بقطعة من الحلوى مع القول له: هذه لك لأنك كبير، ولا تعطيها لأخيك لأنه صغير.. وهذه اللعبة الجميلة لك لأنك كبير، أمّا هذه الصغيرة فهى للصغير.. وكذلك يجب الحذر من إعطائه لعبة بعنوان أنها هدية له من أخيه الوليد.. لأنّ هذا التصرّف يوحى له بالعجز عن تقديم هدية لأخيه مثلما فعل الأصغر منه.. وتزيد غيرته منه.

٤- ارفضى إيذاءه واقبلى مشاعره:

لا بد أن تمنعى بحزم محاولة الطفل الكبير إيذاء أخيه الصغير بأن يرفع يده ليهوى بها عليه.. بأن تمسكى يديه أو الحاجة التى يحملها لضربه.. ومع ذلك أمسكيه واحضنيه بعطف واحمليه بعيدًا عن أخيه.. لأنّ الطفل بالحقيقة لا يريد إيذاء أخيه، ولكن سوء تعامل الوالدين واهتمامهم بالرضيع دونه دفعه إلى هذا الفعل.. لذا ينبغى على الأم أن تمنع الأذى وتقبل مشاعره الغاضبة عنده؛ لأنه لا يملك القدرة على التحكم بها.

٥- الشجار بين الإخوة:

أمّا الخصام بين الإخوة. فيمكن علاجه كالتالى:

يجدر بالوالدين عدم التدخل فى الخلافات بين الأبناء. ما دام التدخل لا فائدة مرجوة منه بسبب الغيرة التى هى وقود النزاع بين الإخوة والتى تحتاج إلى علاج. هذا إن كانت الخلافات لا تتعدى الإيذاء الشديد بأن يكسر أحدهما يد الآخر. أو يكون أحدهما ضعيفًا يتعرض للضرب الشديد دون مقاومة. إن الأفضل فى مثل هذه الحالة إيقاف النزاع. ولو أن عدم تدخل الوالدين تنهى الخلاف بشكل أسرع، ولكن لعل نفاد صبر الوالدين يجعلهم يتدخلون فى النزاع، وهنا يجدر بهم أن لا يستمعوا إلى أى أحد من أطراف النزاع. ولا الوقوف مع المظلوم أو العطف عليه؛ لأن الاستماع وإبداء الرأى وإبراز العواطف لأحد دون آخر يزيد فى الغيرة التى تدفعهم إلى العراك، كما يجدر بالوالدين عدم إجبار طفلهم الذى انفرد باللعب أن يشارك إخوته الذين يريدون اللعب معه أو بلعبته؛ لأن إجباره يولّد حالة الشجار فيما بينهم أيضًا.

ومن أهم التوصيات لعلاج الغيرة (كما ذكرت فى بعض المراجع ما يأتى):

يجب اهتمام الوالدين بالطفل الذى لا تظهر عليه مظاهر الغيرة مطلقًا، إذ هناك احتمال كبت الطفل لهذا الانفعال والتظاهر بمظهر عدم الاهتمام أو السرور، وكبت الغيرة أشد خطرًا على البناء النفسى من الغيرة الصريحة، وقد يكبح الطفل ميوله العدوانية كأحد مظاهر الغيرة بتأثير الوالدين، أو تحت وطأة الشعور بالذنب تجاه الأخ الأصغر، وهذا الكبت

قد يبقى ذا تأثير نفسى محدود، وقد يصبح عصابًا حسب شدته واستمراره.

لذا فنحن، ندرك أولًا اهتمام الإسلام بموضع الأسرة، ومدى محافظته على تماسكها وتكاتفها، فأقام الإسلام مبدأ العدل ركنًا أساسيًّا للأسرة، وجعل المساواة دعامة من دعائمها، والمسئولية دافعًا للقيام بواجبات الأسرة خير قيام، قال ﷺ: "كلكم راعٍ وكلكم مسئول عن رعيته" ونحن عندما نتخذ أسلوبًا علاجيًّا للغيرة نأخذ فى عين الاعتبار معيارين مهمين وهما:

الأول: مدى ضراوة ومعاناة الطفل نتيجة هذا الانفعال.

الثانى: الوسيلة أو الأسلوب الذى يتخذه الطفل للتعبير عن الغيرة.

إن أهم خطوة فى استخدام الأسلوب العلاجى الذى يسمى تعديل السلوك هى تحديد السلوك غير المرغوب عند الطفل، ثم وضع خطة تؤدى إلى المنع أو التنفير، فمثلًا إذا رفض الطفل (أ) مشاركة أخيه (ب) الجلوس على مائدة الطعام، فيجب على الأم أن تهمل طلبه، ولا تعيره اهتمامًا ولا تستجيب له، فهذا قطعًا سيؤدى إلى إذعان الطفل (أ) وتوقفه عن طلبه، أما إذا أذعنت الأم لطلب الطفل (أ) منذ الوهلة الأولى أو فيما بعد وتم إرضاء الطفل (أ) وإبعاد الطفل (ب) عن مائدة الطعام فإن هذا الموقف من جانب الأم يؤدى إلى تكرار وتكريس هذا السلوك، وقد يؤدى إلى تفاقمه واتساعه ويغذى فى نفس الطفل (ب) شعوره بالغيرة.

عمومًا فإن الأمر يتطلب أخذ الاعتبارات التالية:

- المساواة بين الإخوة وحسن المعاملة، وعدم التدليل الزائد.
- عدم التعلق الزائد بالوالدين، وترك الأمور طبيعية بحيث تكون علاقة الطفل بوالديه طبيعية وعادية وغير مبالغ فيها.
- هدوء الأجواء الأسرية، وبعدها عن الاضطرابات والخلافات.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الأطفال فى هذا الموضوع وتقدير كل طفل على حدة.
- عدم عقد مقارنات بين الطفل وغيره مما ينتج عنه هبوط مواهب الطفل وقدراته.
- إشعار الطفل بالثقة بالنفس والسعادة.
- تنوع أنشطة الطفل حتى يستطيع أن يشعر بالسعادة والنجاح.
- يجب معاملة جميع الأطفال على قدم المساواة.
- يمكن للأسرة تنظيم عملية الإنجاب بحيث لا يكون هناك فاصل زمنى كبير يؤثر على ميلاد الطفل الثانى.
- يجب أن تتاح للطفل فرصة إقامة علاقات مع غيره من الأطفال على أساس الحب والتعاون والثقة وعدم التنافس والعدوان واحترام الآخرين.
- لا بد أن نتذكر دائمًا الأجر العظيم الذى وعد به الرسول ﷺ من يحسن تربية أبنائه، فقال ﷺ: "من عال جاريتان حتى تكبرا كنت أنا وهو فى الجنة كهاتين" وضم أصابعه "السبابة والوسطى".

فلنمعن النظر فى ذلك، ولنرى كيف أحسن الإسلام اختيار الحافز لحسن التربية ألا وهو مرافقة النبى ﷺ فى الجنة، فيجب علينا أن نسهم فى تربية أبنائنا تربية حسنة لنفوز بهذا الحافز الإيمانى العظيم.

همسات مفيدة فى أذن الأم لمواجهة مشكلة الغيرة:

تذكرى دائمًا أن الخلاف بين الإخوة، أمر لا بد منه، فهذا الذى يغار بسبب لعبة ما، وذلك بسبب تميز ما، وكلها أمور تتفاوت أهميتها حسب عمر الطفل ودرجة نضجه، هناك بعض النقاط التى يمكن أن تساعدك على التخفيف من هذه الغيرة.

- عند شرائك لأحد أبنائك غرضًا يحتاج إليه، حاولى أن تشترى أيضًا لإخوته أغراضًا، وإن كانت بسيطة، مثلًا إن كان ابنك بحاجة إلى حذاء جديد فحذاؤه قد تمزق فى المدرسة، فاشترى لإخوته مثلًا جوارب موضحة أنك قد تذكرتهم بالمحل وأعجبك أن تحضرى لهم غرضًا جديدًا.
- فى أعياد الميلاد كثير من الأطفال، خاصة ما بين عمر الثالثة والسادسة، قد يحيلون حفلة عيد الميلاد إلى معركة من البكاء، والاحتجاج وهم يرون أخاهم يحصل على الهدايا وهم يتفرجون، فى موقف كهذا، يجب عليك تدارك الأمر مسبقًا، فمثلًا اصطحبى أطفالك لشراء هدية عيد الميلاد واجعليهم يختارونها وأشركيهم أيضًا فى كتابة البطاقة، كذلك تغليف الهدية، علميهم متعة التقديم والعطاء واشرحى لهم بأنهم سيحصلون على هدايا أيضًا عندما يحين عيد ميلادهم.

- فى بعض المواقف الانسحاب والصمت يكونان أفضل الطرق، فمثلًا إن زادت حدة التوتر بين طفليك ووجدتيهما يهرعان صوبك باتهامات لا تنتهى فلا عليك إلا أن تقولى: (آسفة أن أسمع هذا، وأنتما مخطئان)، اصمتى ثم انسحبى معلنة أن عليهما التفكير بما يفعلان. انسحابك وعدم تدخلك قد يريحهما وينصفهما، فأنت لم تأخذى أى جانب لتعلنى أن محبتك لهما كبيرة ومتساوية.
- على الأم أن تعى بأن لطفلها شخصية مستقلة خاصة به تميزه عن غيره وعن إخوته، وقد تكون شخصيته فى نظرها أفضل أو أسوأ، لكن المهم أن تتذكر الأم أن المقارنة خطأ كبير ربما تقع فيه.

أحيانًا فى مقارناتك قد لا تظهرين لطفلك هذا، فمثلًا لن تقولى له (أخوك أفضل منك) أو (هناك فرق بينكما)، لكن طالما كانت المقارنة فى ذهنك وتنظرين له بعين المراقب فإنك ستقعين بأخطاء كبيرة. انظرى إلى الجانب الجميل فى شخصيته وحاولى أن تساعديه على إظهارها، فشعوره بالتميز سيجعله أكثر ثقة بنفسه، وبدلًا من النظر إلى إخوته ومقارنة نفسه بهم سينظر إلى نفسه ليظهر الأجمل.

كيفية علاج غيرة الأطفال من المولود الجديد داخل الأسرة:

وخاصة إذا توجهت الأم برعايتها واهتمامها الشديد للصغير وأهملت الطفل الكبير. وقد تكون مضطرة إلى ذلك أحيانًا....

أ ـ ففى أثناء فترة الحمل:

- اجعلى الطفل الأكبر مستعدًا لاستقبال أخيه المولود الجديد، بأن تحدثيه عن الحمل وتجعليه يتحسس حركات الجنين أيضًا.
- حاولى أن تعطى الطفل الفرصة ليراقب عن كثب أحد المواليد الجدد حتى يكون لديه فكرة أفضل عن المولود القادم.
- شجعى الطفل على مساعدتك فى تحضير غرفة المولود.
- انقلى سرير الطفل إلى غرفة أخرى أو سرير جديد قبل حلول المولود الجديد بعدة أشهر حتى لا يشعر بأنه قد تم إبعاده بسبب المولود الجديد، وإذا كنت ستلحقين الطفل بروضة الأطفال فافعلى ذلك قبل موعد الولادة بوقت كافٍ.
- امدحى الطفل على سلوكه الناضج مثل: كلامه بأسلوب مهذب أو ذهابه إلى الحمام بمفرده أو القيام بارتداء ملابسه وتناول الطعام بنفسه ولعبه بمفرده.
- لا تطلبى من الطفل أن يقوم بمهارات لم يفعلها من قبل فى الشهور التى سبقت الولادة (مثل محاولة تدريبه على الحمام، حتى إن كان على استعداد لذلك، فلا بد من تأجيل التغيرات الجديدة إلى أن يتكيف الطفل مع المولود.
- أخبرى الطفل أين ستتركينه ومن سيعتنى به عند دخولك المستشفى، إذا لم يكن سيمكث مع والده بالمنزل.
- اقرئى مع الطفل كتبًا تتحدث عن فترة الحمل وعن فترة ما بعد الولادة.

- شاهدى مع الطفل ملف صور العائلة وحدثيه عن السنة الأولى فى حياته أو حياة أحد إخوته الكبار.

ب ـ فى المستشفى:

- اتصلى هاتفيًّا بالطفل الأكبر يوميًّا من المستشفى.
- حاولى أن يقوم الطفل الأكبر بزيارتك أنت والمولود الجديد فى المستشفى، فالعديد من المستشفيات تسمح بذلك، وإذا لم يكن من الممكن أن يزورك الطفل فى المستشفى فأرسلى له صورة المولود الجديد.
- شجعى والد الطفل على أن يأخذه فى بعض النزهات (مثل أحد المنتزهات أو حديقة الحيوان.... إلخ).

جـ ـ بعد مغادرة المستشفى:

- عند دخولك المنزل اقضى اللحظات الأولى مع الطفل الأكبر، واجعلى شخصًا آخر يحمل المولود الجديد بدلًا منك.
- أعطى الطفل الأول هدية (من المولود الجديد).
- اطلبى من الزوار أن يعطوا كثيرًا من اهتمامهم للطفل الأكبر، ودعيه يفتح هدايا المولود الجديد بنفسه.
- يجب أن تشيرى إلى المولود الجديد دائمًا بـ: "طفلنا الرضيع".

د ـ فى الشهور الأولى فى المنزل:

- أعطى الطفل الأكبر قدرًا أكبر من الاهتمام والرعاية التى يحتاج إليها، وحاولى أن تشعريه بأنه أكثر أهمية من غيره.

- شجعيه أن يتحسس المولود ويلعب معه، على أن يكون ذلك فى حضورك.
- لا تطلبى من الطفل أن يلزم الهدوء من أجل المولود.
- تقبلى السلوك الرجعى للطفل مثل مص إبهامه أو تشبثه بك.. وعالجى الموضوع بهدوء ودون انفعال.
- تدخلى على الفور عند صدور أى سلوك عنيف من الطفل بحب وصبر وحكمة.
- أما إذا كان الطفل كبيرًا ـ نوعًا ما ـ فشجعيه على أن يحدثك عن مشاعره المتضاربة تجاه المولود الجديد.

كما يجب مراعاة الأمور التالية أيضًا:

- أن الفصل الكامل بين الطفلين خوفًا على الطفل الجديد يعطى نتائج عكسية ويكون لدى الطفل الكبير فضول شديد تجاه الطفل الصغير مما قد يجعله يتحين الفرص لاكتشاف هذا المخلوق الجديد بعيدًا عن إشراف الوالدين... لذلك شاركى طفلك فى اكتشاف أخيه الجديد... دعيه يمسك يده... دعيه يحمله تحت إشرافك... دعيه يساعدك فى إحضار أغراض الطفل من غيارات وحفاظات...
- لا تعاقبى الطفل أبدًا إذا اعتدى على أخيه الصغير فالعقاب سيزيد من كراهيته له وسيزيد الطين بلة خصوصًا إذا شعر الطفل أنك عاقبتيه بسبب هذا الطفل الجديد...

- أكثرى من احتضان الطفل وأشبعيه من الحنان... خصوصًا إذا أقبل عليك وأنت منشغلة بالطفل الجديد لا بأس أن تضعى الطفل جانبا وتحمليه وتضميه وتخبرينه أنك تحبينه أكثر؛ لأنه يساعدك ولا يتعبك كما يفعل الصغير.

ويؤكد بعض الخبراء أنه يجب على الوالدين أن يمهدا لاستقبال المولود الجديد، لمنع الغيرة عند الطفل فى هذه الحالة وأن يحببا المولود الجديد له بشتى الوسائل، حتى إذا ما جاء المولود شعر الطفل أنه شىء محبب إلى نفسه وليس منفسًا له، كما يجب على الوالدين أن يقتصدا فى إظهار محبتهما وعطفهما على المولود الجديد.

كما يجب على الآباء أن يقلعوا عن كثرة مدح بعض الأبناء أمام إخوانهم ويجب اعتبار كل طفل شخصية مستقلة، لها مزاياها واستعداداتها الخاصة به، ويجب المساواة فى العمل بين الابن والابنة؛ لأن التفرقة تثير الغيرة وتؤدى إلى الشعور بكراهية البنات للجنس الآخر فى المستقبل.

وقد ذكر فى أحد المراجع أنه:

يمكن علاج الغيرة عند الأطفال باتباع أمور عدة قد تبدو هينة أو عديمة النفع فى عالم الكبار، لكنها عند الأطفال عظيمة، **ومن أهم السبل لعلاج هذه المشكلة ما يلى:**

أولًا: يجب على الوالدين أن يمهدا الطفل لاستقبال المولود الجديد، ويتوخيا الحذر من الإفراط فى اهتمامها به أمام أخيه فيقتصدا فى إظهار العواطف أمام الطفل الأكبر.

ثانيًا: إشعار الطفل بأنه ما زال ذا قيمة وموضع اهتمام الأسرة، وذلك من خلال إسناد بعض المهام البسيطة إليه فى المنزل.

ثالثًا: السماح للطفل بالاقتراب ومداعبة الطفل الصغير تحت مرأى ورقابة الوالدين أو أحدهما، فيشعر عندئذ أنه شريكه فى الحب والاهتمام وليس منافسًا له.

رابعًا: صرف الطفل إلى ممارسة الأنشطة التى يرغب فيها أو يميل إليها والتى تتناسب مع قدراته الجسمية والعقلية فى مرحلتى الروضة والابتدائى.

خامسًا: استشارة الطبيب أو المعالج النفسى فى الحالات التى لا يستجيب فيها الطفل إلى تلك الإرشادات السالف ذكرها.

*** إصلاح الإعلام:**

إن وسائل الإعلام إن صلحت فإنها عن طريق الإيحاء تعدل كثيرًا من الغرائز وتساعد الأجيال على الفضيلة وتربى فيهم الحصانة الفكرية المناسبة والتمسك بالقيم السامية.

فإذا أردنا صلاح شئوننا الأسرية، فلنعمل على غرس الفضائل فى المجتمع. وذلك ببث الثقافة الجادة التى ترسخ القيم السامية، وتوعية الأمة بكل خير، وتنقيتها مما يثير الغيرة العمياء.

فإنهم بالمقابل ينشرون القاذورات وإماتة الغيرة الواجبة وفى ذلك شر وأى شر: لقد انقلبت الموازين فى نفوسهم ويريدون أن تشمل العدوى المستمعين والمشاهدين لبرامجهم.

كما يجب الحذر من هذه المستجدات التى غزت بيوتنا، واقتحمت حصوننا من داخلها. والعمل على إصلاحها وتوجيهها الوجهة الشرعية السليمة. لنضمن ـ بإذن الله ـ أجيالاً تضع الغيرة فى موضعها الشرعى. ولا تتجاوزه؛ لأنها تنضبط بضوابط الشرع الحنيف.

*** البعد عن الفراغ والاستغراق فى العمل النافع:**

ففي ذلك إذكاء الهمم، وتقويم الأخلاق، فلا تغلب المرأة الأشياء التافهة ولعل فى جعبة كل مناقصة امرأة كانت تعانى من مرارة الغيرة ولطالما أدت بها إلى كره الناس جميعًا حتى أولادها المقربين أصبحت لا تلقى لهم بالًا وتمكث فى غرفتها منزوية تقلب الفكرة وتتمنى الموت رغم حرمة ذلك.

*** البعد عن مجالس السوء الدافعة للغيرة:**

ولا شك أن صحبة النساء اللواتى يتفاخرن بما عندهن وحتى بما ليس عندهن تقول إحداهن لدى كذا من الذهب وكذلك من الملابس ومن الأثاث ومكانتى كبيرة فى قلب زوجى، لقد أعطانى وأهدانى كيت وكيت كل هذه التوافه تثير الغيرة فى نفس المرأة وتزيد اشتعالها.

أما العاقلة فتبعد عن تلك المجالس، إذا علمت أنها لن تقدر على الإصلاح وقد قال الشاعر:

ولا تجلس إلى أهل الدنايا

فإن خلائق السفهاء تعدى

*** يجب أن نعامل أبناءنا بكياسة وفطنة:**

فيتعلمون من ذلك أن الحمق مدعاة للتقليد، فيترفعون عن التقليد وما يتبع ذلك من الغيرة وليعتبر الأولياء بقول أبى الأسود الدؤلى لابنته: "إياك والغيرة فإنها مفتاح الطلاق". لكن يشجع ابنته على المضى فى الغيرة والتغاير يقول: راقبى... لاحظى... ويقارن بينهما وبين غيرهما.

والأهم أن نعلم أبناءنا أن الحياة ليست أحلام وردية وإلا سيشعرون بالإحباط إن لم يحصلوا على ما يريدون، وتطلعوا إلى ما عند غيرهم بحسرة، يجب على الآباء تعليم الأبناء روح المنافسة المشروعة والتعاون مع الآخرين وأن يحب المسلم لأخيه ما يحبه لنفسه.. ولا ننسى تعويدهم ألا يتمنوا ما فضل الله بعضنا على بعض فى الرزق؛ لأن الغنى ليس عن كثرة المال لكن الغنى غنى النفس.

وكذلك فإننا كأولادنا نساهم فى غلق باب الغيرة، بمنع أسبابها ما استطعنا إلى ذلك سبيلًا، وبالقدوة الصالحة لأبنائنا.

إذن فإن الغيرة شعور مؤلم ينتج عن أى اعتراض أو محاولة لإحباط ما نبذله من جهد للحصول على شىء مرغوب فيه، وهذا الانفعال يلازمه شعور يجرح ومؤذى لعزة النفس.

كما أنها لا تثير فى الطفل الغضب والحقد والشعور بالقصور فحسب، بل إنها تؤدى إلى سوء التكيف بين الفرد وبيئته، وإلى وقوعه نهبًا للصراع.

وهناك تطبيقات تربوية يجب مراعاتها تنبع من تعاليم الدين الإسلامى ومن تقاليد وأعراف وعادات مجتمعاتنا، منها:

ـ أن تقوم وسائل الإعلام والتوجيه الاجتماعى بدورها التربوى فى ذلك.

ـ غرس الإيمان بالطفل والجانب التعبدى من خلال تعليمه الصلاة، وتدريبه على الصيام والعبادات الأخرى؛ لأن الجانب الإيمانى والتعبدى من أسس الأخلاق الإسلامية، وأن يغرس فيه الخوف من الله، وأن الله يراقبه ويعلم سره وجهره.

ـ يحتاج الطفل إلى قدر كبير من الحب وإشعاره بذلك.

ـ يدرب الطفل على حفظ القدر المستطاع من القرآن.

ـ أن يتدرب الطفل على أن يخلص العمل لله.

ـ أن يوجه المراهقين إلى التعاون والتكامل الاجتماعى مع إخوانهم بما يحقق لهم النمو الوجدانى فى ضوء برامج وأنشطة تربوية مختلفة.

obeikandl.com

الخاتمة

يتعرض الطفل أثناء نموه إلى اضطرابات معيّنة قد تؤثر بصورة سلبية على مسيرة نمائه وبناء شخصيته السوية فى المستقبل، فقد أوضحت دراسات الشخصية والصحة النفسية وعلم نفس النمو، أن مشكلات الطفولة واضطراباتها لها دور كبير فى نشأة الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية والعقلية فى مراحل النمو التالية، وأن توافق الفرد وصحته مرهون بمدى توافقه وصحته فى الطفولة.

من هنا ندرك أهمية دراسة مشكلات الطفولة لمعرفة أسبابها وطرق الوقاية منها وعلاجها قبل أن يستفحل أمرها، فهى تمثل خط الدفاع الأول ضد الاضطرابات والانحرافات السلوكية المستقبلية. فمنذ لحظة انطلاق الطفل من البيت إلى المدرسة أو مرحلة ما بعد عامه الخامس تكون البداية الحقيقية فى مشواره مع الحياة، ففيها تبدأ عمليات الذكاء، نمو الشخصية، الرصيد الاجتماعى، والقدرات الأساسية كالفهم والإدراك والتذكر وما إلى ذلك، هنا يجب أن تدرك الأسرة أن تربية الطفل فن يجب فهمه، وأن تفهم طبيعة أبنائنا فكريًّا وعاطفيًّا ونفسيًّا وبدنيًّا، لا أن نتركه ليكتشف عالمه بنفسه فيفشل ونخسره لا قدر الله.

والغيرة أحد المشكلات النفسية التى تواجه الطفل فهى مظهر انفعالى يوضح مدى الحساسية عند الطفل من حيث علاقته العاطفية بوالديه؛ لأن الطفل بطبعه ميّال لأن يكون موضع انتباه ومحبّة ورعاية وعندما تتعرض علاقة الطفل بوالديه لفقدان حقيقى أو معترض أو تهديد الطفل

بفقدان الحب من قبل منافس آخر أو زعزعة مكانة الطفل كما يحدث عادة عند دخول طفل زائر يستحوذ انتباه الوالدين أو أحدهما، أو عند ولادة طفل جديد فى الأسرة أو عند وجود شقيق أكبر يتمتع بامتيازات خاصة مع الوالدين، فتنشأ الغيرة إذن من الإحباط والقلق الذى يرتبط بتناقص مودة الوالدين.

والغيرة أحد المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب، أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك وتظهر بصورة مستمرة فإنها تصبح مشكلة، ولاسيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة والغيرة من أهم العوامل التى تؤدى إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب.

وخلاصة القول: إنه يجب مراعاة الفروق الفردية الدائمة بين الإخوة مهما تكن، وعدم استثارة المقارنات الفردية المؤدية إلى الغيرة. ولا يمنع ذلك بالطبع من إظهار النواحى الطيبة فى كل منهم، ومحاولة تنميتها والعناية بها.

وللتغلب على القلق والخوف وضعف الثقة بالنفس عند الطفل الغيور يجب الاتجاه دائمًا إلى زيادة ثقته بنفسه فى مختلف النواحى، زيادة تخفف من الشعور بالنقص، وتقلل من صدمة الفشل، وتزيد من القدرة على التعاون الاجتماعى مع الغير ومحبة ذلك.

وكما ذكرنا فإن الغيرة عند الأطفال غريزة وطبيعة، فعلى المربين ملاطفتهم منعًا للنزاع والصراع، كما ينبغى استغلال الغيرة لأداء محاسن

الأعمال كالإحسان للأهل، والوفاء بالحقوق، لا ضير من الشعور بالغيرة ولكن الخطر فى أن تتحكم الغيرة المذمومة فى مسلكنا، وتظهر المنافسة عند الطفل عندما يبادر فى تجويد عمله لكى يتفوق ويتميز عن الأقران وهى محمودة عندما تقترن بالتعاون والتواضع والحب.

كما يجب تحديد الأسباب ومعالجتها فإن الوعى بالمشكلة ورصد البدايات من أهم مراحل حل المشكلات. والعمل على تهيئة الأسرة للمولود الجديد والمواقف الكبيرة والمؤثرة. وترك الكلمات والمقارنات السلبية "أخوك يحافظ على ألعابه أكثر منك، أنت حساس جدًّا وتغار من أخيك دائمًا، لماذا لا تفعل مثل صديقك فلان؟ فلان أفضل منك". وتصويب المعتقدات الخاطئة، فكلما أدرك الغيور أن مخاوفه نابعة من أوهام لا أساس لها خفت غيرته وتبددت أحزانه وأدرك أنه على باطل. كما يجب صرف انتباه الطفل الغيور من الأشخاص إلى الحقائق، فعندما يقول الطفل بأن قطعة الخبز التى عند أخته أكبر من قطعته فإننا نؤكد أنه سوف يحصل على المزيد من الخبز إذا لم يشبع، فهنا صرفنا انتباهه من التركيز على المقارنة إلى التفكير باحتياجاته، كما أكدنا له حرصنا على تحقيق رغبات الجميع قدر المستطاع.

ويجب أيضًا تدريب الطفل على اللعب الجماعى وتعويده على التعاون والمشاركة وأنه متميز وهذه الموضوعات من أهم موضوعات مهارات الحياة. وإشراك الطفل الغيور فى مساعدة الأم فى رعاية الطفل الرضيع فيشعر أن له دورًا فى البيت وأنه مهم فلا يغار من أخيه الرضيع.

وكذلك فإن رواية القصص تقرب مفهوم المشاركة مع الإخوة والأخوات والأصدقاء والجيران مع بيان دورهم فى مساعدته وسعادته.

كما لا بد من تأكيد أن الغيرة المذمومة هى كراهية مشاركة الغير، فى حق من الحقوق أو امتياز يتمتع به الفرد، مما يولد الأنانية وضعف الثقة بالنفس، فالغيرة الزائدة انفعال سلبى قد ينتاب الطفل فى مرحلة من مراحل حياته ولا بد من تكوين الوعى الفورى المبكر بمستوى التحدى ومعرفة العوامل المسببة للغيرة كظاهرة طارئة لإزالتها ومعالجتها والوقاية منها بما يتناسب مع ظروف كل حالة على حدة، علمًا بأن الغفلة عن رصد الأحداث داخل المنزل من أهم عوامل تنامى مشاعر الغيرة، كما أن التجاهل المستمر لفهم معاناة الأطفال ولمس أحاسيسهم من أكبر العوائق التى تواجه الآباء والأمهات فى تعاملهم مع المشكلات اليومية مما يؤدى إلى نشوب مشكلات لا حصر لها ويصعب حلها لاحقًا، ويساهم الأهل بصورة مباشرة أو غير مباشرة فى زيادة حدة الغيرة وذلك من خلال تسفيه مشاعر الطفل الغيور أو علاج الأمر بطريقة علنية قاسية لا تتفق مع أساسيات التربية السليمة التى تقوم على الرفق، والتفهم، والصبر والتدرج فى العلاج.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١- أحمد محمود أحمد: (٢٠٠٣م)

تربية الطفل فى الإسلام ـ دار النشر الدولى ـ الرياض.

٢- أسماء عبد المجيد المطيرى: (١٤٢٢هـ)

الغيرة عند الزوجات والأطفال ـ مطابع الصم ـ الكويت.

٣- انتصار يونس: (١٩٧٨م)

السلوك الإنسانى ـ دار المعارف ـ القاهرة.

٤- إليزابيث بانتلى: (٢٠٠٦م).

التربية المثالية ـ مكتبة جرير ـ المدينة المنورة.

٥- بوك كولمان: (٢٠٠٥م).

كيف تقولها لأطفالك ـ ط٢ ـ مكتبة جرير ـ المدينة المنورة.

٦- جليل وديع شكور: (١٩٩٥م).

كيف تصنعين مستقبلا لطفلك؟ ـ ط٢ ـ عالم الكتب ـ بيروت.

٧- ـــــــــــــ: (١٩٩٦م).

كيف تفهمين نفسية طفلك؟ ـ عالم الكتب ـ بيروت.

٨- حامد عبد السلام زهران: (٢٠٠٠م).

علم نفس النمو «الطفولة والمراهقة» ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

obeikandi.com

٩- حسان شمس باشا: (١٤٢٦هـ- ٢٠٠٥م).
كيف تربى أبناءك ـ دار القلم ـ دمشق.
١٠- حنان عبد الحميد العنانى: (١٤١٧هـ -١٩٩٧م)
الصحة النفسية للطفل ـ ط٣ ـ دار الفكر ـ عمان.
١١- خالد أحمد الشنتوت: (١٩٩٤م).
دور البيت فى تربية الطفل المسلم ـ مطابع الرشيد ـ المدينة المنورة.
١٢- خالد خليل الشيخلى: (٢٠٠٥م).
المشكلات السلوكية عند الأطفال ـ دار الكتاب الجامعى ـ العين.
١٣- خالد عبد الله العلى: (١٩٩٨م).
تربية الأبناء والبنات فى ضوء القرآن والسنة ـ دار المعرفة ـ بيروت.
١٤- رونالد موريس ـ (٢٠٠١م).
ترجمة بتصرف عبد اللطيف الخياط ـ مفاتيح التربية البناءة (الدليل العلمى للآباء والمعلمين) ـ دار الثقافة للجميع ـ دمشق.
١٥- زكريا الشربينى: (٢٠٠٥م).
المشكلات النفسية عند الأطفال ـ دار الفكر ـ القاهرة.
١٦- سامى محمد ملحم: (١٤٢٣هـ- ٢٠٠٢م).
مشكلات طفل الروضة «التشخيص والعلاج ـ دار الفكر ـ عمان.
١٧- سلمى محمد حسين: (١٤١٨هـ- ١٩٩٨م).
الصفة الغامضة (الغيرة) ـ مطابع التراث المصرية ـ القاهرة.

١٨- سيد صبحى: (١٩٩١م).
البناء النفسى للإنسان ـ مكتبة إحياء التراث الإسلامى ـ المدينة المنورة.
١٩- شاهيناز إسماعيل عبد الهادى: (١٤٢٦هـ ـ ٢٠٠٥م).
مشكلات الطفولة من منظور إسلامى ـ مكتبة إحياء التراث الإسلامى ـ مكة المكرمة.
٢٠- عادل صادق جبورى: (٢٠٠٦م).
مقال بعنوان الغيرة.. مفهوم لا يقتصر على النساء فقط.. الرجال أيضًا، جريدة الصباح: أسرة المجتمع، ١٦ كانون الأول ٢٠٠٦م ـ شبكة الإعلام العراقى.
٢١- عبد الحميد الهاشمى: (١٤٠٩هـ).
علم النفس الاجتماعى ـ ط ٢ ـ دار الشروق ـ جدة.
٢٢- عبد الرحمن العيسوى: (ب. ت).
مشكلات الطفولة والمراهقة (أسسها الفسيولوجية والنفسية) دار العلوم العربية ـ بيروت.
٢٣- عبد الرحمن محمد النجار: (١٩٩٧م).
أطفالنا ومشكلاتهم النفسية ـ دار الفكر العربى ـ القاهرة.
٢٤- ـــــــــــــــ: (٢٠٠١م).
صحة الطفل وتغذيته ـ دار الفكر العربى ـ القاهرة.

٢٥- عبد الرحمن نحلاوى: (١٩٨٢م).
التربية الإسلامية والمشكلات المعاصرة ـ المكتبة الإسلامية ـ بيروت.
٢٦- عبد العزيز القوصى: (١٩٨٢م).
أسس الصحة النفسية ـ مكتبة النهضة المصرية ـ القاهرة.
٢٧- عبد الله بهجت: (١٤٢٢هـ ـ ٢٠٠١م).
صفات الرجل المسلم فى بيته ـ مكتبة الملك فهد الوطنية ـ الرياض.
٢٨- عبد المجيد الجمعة: (١٤٢٤هـ ـ ٢٠٠٣).
الوسائل العملية فى تربية الأولاد ـ مكتبة دار الزمان ـ المدينة المنورة.
٢٩- غسان عبد العزيز اليقين: (١٤٢٧هـ ـ ٢٠٠٦).
أكثر من ١٠٠ حق للمرأة على الرجل ـ سلسلة من أجل حياة طيبة ـ دار المعرفة ـ بيروت.
٣٠- فؤاد البهى السيد: (١٩٩٨م).
الأسس النفسية للنمو ـ من الطفولة إلى الشيخوخة ـ دار الفكر العربى ـ القاهرة.
٣١- كات كيلى: (٢٠٠٤م).
دليل الآباء الحائرين لإيقاف سلوكيات الطفل السيئة ـ مكتبة جرير ـ المدينة المنورة.
٣٢- لمياء عبد الفتاح: (٢٠٠٦م).
مقال بعنوان: الغيرة عند الأطفال ومسئولية الوالدين ـ مجلة منارات ـ الكويت ـ العدد ٣٦١٤ ـ ٢٥/ ١١/ ٢٠٠٦م.

٣٣- محمد بن إبراهيم الحمد: (١٤٢٢هـ ـ ٢٠٠٢م).
رسائل فى التربية والأخلاق والسلوك ـ دار ابن خزيم ـ الرياض.
٣٤- محمد جميل محمد يوسف، وفاروق سيد عبد السلام: (٢٠٠١م).
النمو من الطفولة إلى المراهقة ـ ط ٧ ـ مطابع شركة دار العلم للطباعة والنشر ـ جدة.
٣٥- محمد حسن يعقوب: (١٤٢٥هـ).
تربية الأطفال ـ دار ابن الجوزى ـ القاهرة.
٣٦- محمد شحات الخطيب: (٢٠٠٠م).
أصول التربية الإسلامية ـ دار الخريجى للنشر والتوزيع ـ الرياض.
٣٧- محمد عبد الحليم حامد: (١٤١٠هـ).
كيف تسعدين زوجك ـ دار المنار الحديثة ـ القاهرة.
٣٨- محمد عبد الظاهر الطيب: (١٩٩٤م).
مشكلات الأبناء وعلاجها من الجنين إلى المراهقة ـ ط٢ ـ دار المعرفة الجامعية ـ الإسكندرية.
٣٩- محمد قطب: (٢٠٠٢م).
منهج التربية الإسلامية ـ دار الشروق ـ بيروت.
٤٠- محمد الحجار: (١٤١٩هـ).
من قصص التنزيل ـ دار البشائر الإسلامية ـ بيروت.
٤١- محمد منير مرسى: (١٤٢٥هـ/ ٢٠٠٥م).
التربية الإسلامية (أصولها وتطورها فى البلاد العربية) ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٤٢- محمود محمد عمارة: (١٤٠٥هـ ـ ١٩٨٤م).
تربية الأولاد فى ظل الإسلام ـ دار التراث العربى ـ مكة المكرمة.
٤٣- مصطفى فهمى: (١٩٩٩م).
سيكولوجية الأطفال غير العاديين ـ مكتبة مصر ـ القاهرة.
٤٤- ملاك جرجس: (١٤٠٥هـ ـ ١٩٨٥م).
سلسلة مشكلات الصحة النفسية للأطفال وعلاجها ـ دار اللواء ـ الرياض.
٤٥- محيى الدين توق ويوسف قطامى وعبد الرحمن عدس: (٢٠٠٣م).
أسس علم النفس التربوى ـ دار الفكر اللطباعة والنشر ـ عمان.
٤٦- نظلة حسن خضر: (٢٠٠٠م).
مشكلات حيوية (فى تربية الأبناء) ـ عالم الكتب ـ القاهرة.
٤٧- هدى محمد قناوى وآخرون: (٢٠٠٥م).
مدخل إلى رياض الأطفال ـ مكتبة الرشد.

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

1- Anthony, T.P,: Romantic jealousy and self esteem journal Announcement, Vol 12 (1), 1992.

2- Coen, S,: Pathological jealousy, lnt.J. paychoanalysis, Vol, 68 (1), P.P. 99-108, 1987.

3- Colleen, E., D.,: Relationship of jealousy to Defensiveness and Anxiety: Acorrelation al Descriptive study. Psychology personality, Vol, 47 P. 1775, 1986.

4- Dolan, M, & Bishay, N.: The effectiveness of cognitive therapy, of non psychotic morbid jealousy. Britch Journal Psychiatry. Vol, 68 (5), P.P. 588-593, 1996.

5- Eugene, W. & Donne, J.: Jealousy and moral maturity, lllinois western Publishing company. Pp. 4-15, 1985.

6- Hellen warren, R.: The origins of jealousy Journal Announcement, V.S.A, P. 24, 1980.

7- James, B. & Anne, R.: Over Coming Jealousy, An Experimentel Analysis of Common Factors, Personnel and Guidance Journal Vol, 61 (1), P.P. 40-47, 1982.

8- Mark, C.E.: Young children Response sto Expression of Anger and Affection by othees in the Ramily, Child development, Vol 52 (4), P.P. 127-1272, 1981.

9- Mathes, E & Adams, H & Davies, R.: Jealousy loss of Relationship Rewards, loss of self Depression Anxiety and anger, Journal Pers. Soc Psychology. 48, (6), P.P 1882-1861, 1985.

10- Robert Selman.: Observing lnterpersonal Resoning aclinical Educational setting: Toward the lntegration of Developmental and Clinical – Child Psychology Journal Announcement, 1977.

ثالثًا: مراجع من الإنترنت:

١- خليل بن إبراهيم القويفلى/ موقع جوجل/ دراسة بعنوان (الغيرة عند الأطفال).http;//www.elazayem.com/jealousy.htm

٢- أربعة أخطاء فى تربية الأبناء، www.ghamid.net.

٣- عامر سعد الدين: ضرب الأطفال يترك جراحًا قد لا تندمل، الأسرة والمجتمع، www.syria-news.com.
٤- عدنان الهمدانى: الاتجاهات غير السوية فى تنشئة الطفل.
http://www,hafree,net/index.php "منقول من موقع آفاق تربوية".
٥- هانى عبد القادر: من أجل أبنائنا، www.almoslim.net.
٦- هانى عبد القادر: تربية الأبناء فى الإسلام، لماذا لا نسيطر على أبنائنا تمامًا. www.quran-radio.com.
٧- للتربية أساليب متعددة، www.ghamid.net.
٨- وليد مراد ـ موقع صحة ـ بعنوان (سلوك الغيرة عند الأطفال).
http://www.sehha.com/mentalhealth/baby08.htm

obeikandl.com

الإنتاج العلمى للمؤلفة

أولاً: الدراسات والبحوث

١- تقبل الأبناء المتفوقين منهم والمتخلفين لاتجاهات آبائهم نحو تحصيلهم الدراسى وعلاقة ذلك بمستوى القلق، ١٩٧٩ ـ رسالة ماجستير كلية البنات/ جامعة عين شمس ـ تحت إشراف أ.د/ رمزية الغريب.

٢- "مراتب الطموح لدى الطالبة الجامعية وعلاقته بمفهوم الذات ومستوى الأداء" ١٩٨٤ ـ رسالة دكتوراه ـ كلية البنات/ جامعة عين شمس ـ تحت إشراف أ.د/ رمزية الغريب.

٣- عادات الاستذكار فى علاقته بالتفوق الدراسى ـ المؤتمر الرابع لعلم النفس فى مصر ٢٥-٢٨ يناير ١٩٨٨ ـ الجمعية المصرية للدراسات النفسية.

٤- "الانضباط لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية وعلاقته بالمستوى الاجتماعى الثقافى ووجهة الضبط والاتجاهات الدراسية ـ مجلة علم النفس ـ العدد السادس/ أبريل، مايو، يونيو ١٩٨٨.

٥- العلاقة بين عادات الاستذكار ومهاراته وبعض العوامل الشخصية والاجتماعية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية، كتاب (دراسات فى عادات الاستذكار ومهاراته) ـ دار الكتاب للطباعة والنشر ١٩٨٨ـ مودع بدار الكتب المصرية.

٦- "عادات الاستذكار ومهاراته لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية فى علاقته ببعض العوامل الشخصية والاجتماعية. كتاب (دراسات فى عادات الاستذكار ومهاراته) ـ دار الكتاب للطباعة والنشر ١٩٨٨ ـ مودع بدار الكتب المصرية.

٧- ظاهرة العنف لدى بعض شرائح من المجتمع المصرى ـ دراسة استطلاعية (بالاشتراك مع د. سعيد محمد نصر) ـ الكتاب السنوى فى علم النفس ـ المجلد السادس ١٩٨٩ ـ مكتبة الأنجلو المصرية.

٨- دراسة لتنمية عادات الاستذكار ومهاراته لدى بعض تلاميذ المدرسة الابتدائية، مجلة علم النفس ـ العدد الحادى عشر ـ يوليو، أغسطس، سبتمبر ١٩٨٩ ـ القاهرة.

٩- أساليب المعاملة الوالدية المرتبطة بالتحصيل فى علاقتها بدافع الإنجاز والتحصيل الدراسى لدى شرائح اجتماعية ثقافية مختلفة من الجنسين بالمدرسة الابتدائية ـ المؤتمر الرابع للطفل المصرى ـ مركز دراسات الطفولة فى الفترة من ٢٧ إلى ٣٠ أبريل ١٩٩١ ـ القاهرة.

١٠- دراسة نفسية تحليلية للمعلم المتميز بالمدرسة الثانوية، بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس فى مصر ـ سبتمبر (١٩٩١) ـ الجمعية المصرية للدراسات النفسية بالاشتراك مع كلية التربية/ جامعة عين شمس ـ القاهرة.

١١- عدم الرضا عن بعض الجوانب الصحية والأسرية والدراسية لدى الطلاب المتفوقين بالمدرسة الثانوية ـ بحوث المؤتمر التاسع لعلم النفس فى مصر ـ ٢٧/ ٣١ يناير ١٩٩٣ ـ القاهرة.

١٢- رعاية الطلاب المتفوقين بالمدرسة الثانوية ـ بين الواقع والمأمول (دراسة استطلاعية) مجلة علم النفس ـ العدد الثامن والعشرون أكتوبر، نوفمبر، ديسمبر ١٩٩٣ ـ القاهرة.

١٣- بناء اختبار لقياس الميول الدراسية والترفيهية والاجتماعية والمهنية لطلاب وطالبات المرحلة الثانوية ـ مجلة المركز القومى للتقويم والامتحانات ١٩٩٥ ـ القاهرة.

١٤- ظاهرة غياب المعلمات السعوديات فى مراحل التعليم العام بمدينة الرياض فى ضوء بعض المتغيرات الشخصية والاجتماعية والمهنية (دراسة ميدانية) ـ المملكة العربية السعودية ـ الرئاسة العامة لتعليم البنات ـ الإدارة العامة للبحوث التربوية إدارة الدراسات ـ ١٩٩٣ ـ الرياض.

١٥- رياض الأطفال فى المملكة العربية السعودية بين الواقع والمأمول (دراسة تحليلية تقييمية) ـ المملكة العربية السعودية ـ الرئاسة العامة لتعليم البنات ـ الإدارة العامة للبحوث التربوية ـ إدارة الدراسات ١٩٩٤ ـ الرياض.

١٦- ظاهرة الغياب من المدرسة لدى طلبة الثانوية العامة وعلاقتها ببعض المتغيرات (بالاشتراك مع د. سعاد زكى) ـ المؤتمر الثامن فى الفترة من ٤-٦ نوفمبر (٢٠٠١) ـ مركز الإرشاد النفسى ـ جامعة عين شمس ـ القاهرة.

١٧- رعاية المسنين فى المملكة من المنظور الشرعى (الواقع والمأمول) (بالاشتراك مع د. محمد عليشة الأحمدى). مدينة الملك عبد العزيز

للعلوم والتقنية ـ الإدارة العامة لبرامج المنح ـ الرياض ـ ١٤٢٩هـ / ٢٠٠٩م.

ثانياً: الكتب المنشورة:

١- التفكير (أساسياته وأنواعه. تعليمه وتنمية مهاراته) ـ ٢٠١١م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٢- قراءات فى علم النفس المدرسى ـ ٢٠١٠م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٣- أدوات جمع البيانات فى البحوث النفسية والتربوية ـ ٢٠١٠م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٤- مناهج البحث العلمى ـ فى التربية وعلم النفس ومهاراته الأساسية ـ ٢٠٠٩م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٥- محاضرات فى سيكولوجية التعلم ـ ٢٠٠٧م ـ ط ٢ ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

٦- سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها: ٢٠٠٦م (طـ ٢) عالم الكتب ـ القاهرة.

٧- التعلم التعاونى: أسسه ـ إستراتيجياته ـ تطبيقاته: ٢٠٠٥م عالم الكتب ـ القاهرة.

٨- الموهوبون (مشكلاتهم ـ اكتشافهم ـ رعايتهم): ١٩٩٣ ـ مودع بدار الكتب المصرية بالقاهرة.

٩- عادات الاستذكار ومهاراته السليمة: ١٩٩٠ ـ مودع بدار الكتب المصرية بالقاهرة.

obeikandl.com

ثالثا: سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع:

الإصدار الأول:

التوافق الزواجى واستقرار الأسرة.. من منظور (إسلامى ـ نفسى ـ اجتماعى) ٢٠٠٥م عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثانى:

مشكلة العناد عند الأطفال ـ ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثالث:

مشكلة الخوف عند الأطفال ـ ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الرابع:

مشكلة التأخر الدراسى فى المدرسة والجامعة: ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الخامس:

عادات الاستذكار ومهاراته الدراسية السليمة: ٢٠١٢م ـ ط ٢ ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السادس:

مشكلة التبول اللاإرادى عند الأطفال: ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السابع:

تحسين مفهوم الذات ـ تنمية الوعى بالذات. والنجاح فى شتى مجالات الحياة: ٢٠٠٥ ـ عالم الكتب بالقاهرة.

obeikandi.com

الإصدار الثامن:

كيف نربى أنفسنا والأبناء من أجل تنمية الإبداع: ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار التاسع:

كيفية مواجهة المشكلات الشخصية والأزمات ـ ٢٠٠٥م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار العاشر:

أزمة منتصف العمر لدى المرأة والرجل.. بين اليأس والأمل ـ ٢٠٠٦ م ـ عالم الكتب القاهرة.

الإصدار الحادى عشر:

مشكلتا مص الأصابع وقضم الأظافر (الأسباب والأضرار ـ الوقاية والعلاج) ـ ٢٠٠٧م عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثانى عشر:

كيفية تنظيم الوقت وشغل أوقات الفراغ ـ بين الواقع والواجب ـ ٢٠٠٧م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثالث عشر:

الغضب "أسبابه ـ أضراره ـ الوقاية ـ العلاج" ـ ٢٠٠٧م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الرابع عشر:

الأمراض النفسية والأمراض العقلية (بين الحقيقة والخيال) ٢٠٠٧م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الخامس عشر:

مشكلة العنف والعدوان ـ (لدى الأطفال والشباب) ٢٠٠٧م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السادس عشر:

مرحلة الشيخوخة وحياة المسنين .. بين الآمال والآلام ـ ٢٠٠٨م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السابع عشر:

المشكلات العاطفية والجنسية لدى المراهقين والمراهقات ـ ٢٠٠٨م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثامن عشر:

التدخين بين (الصحة والسلامة ـ والمرض والندامة) ٢٠٠٨م ـ عالم الكتب القاهرة.

الإصدار التاسع عشر:

فن وأساليب تربية ومعاملة الأبناء (الأطفال والمراهقين) ٢٠٠٩م عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار العشرون:

فى بيتنا كذاب.. ماذا نفعل؟ ٢٠٠٩م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الحادى والعشرون:

فى بيتنا سارق... ماذا نفعل؟ ٢٠٠٩م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثانى والعشرون:

المخدرات.. والإدمان (بين هلاك النفوس .. وخراب البيوت) ـ ٢٠١٠م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

openkandil.com

الإصدار الثالث والعشرون:

السعادة.. والرضا (أمنية غالية .. صناعة راقية) ـ ٢٠١٠م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الرابع والعشرون:

ضعاف العقول (بلاء ومحنة ـ أم ـ ابتلاء ومنحة) ـ ٢٠١٠م عالم الكتب القاهرة.

الإصدار الخامس والعشرون:

الخرافات والسحر والشعوذة.. بين (السعادة والوفاق .. واليأس والشقاق) ٢٠١١م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السادس والعشرون:

(فنون الإتيكيت.. وآداب السلوك والمعاملة الراقية) ٢٠١١م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار السابع والعشرون:

العنوسة (قضية لا يمكن إنكارها.. ظاهرة تستحق الاهتمام) ـ ٢٠١١م عالم الكتب ـ القاهرة.

الإصدار الثامن والعشرون:

مشكلة الخجل الاجتماعى (لدى الأطفال والمراهقين والكبار) ـ ٢٠١٢م ـ عالم الكتب ـ القاهرة.

obeikandl.com

هذا الكتاب

قد يشعر كل واحد منا فى وقت ما بالغيرة شعورًا خفيفًا أو حادًّا، وهناك بعض الناس يتعرضون لهذا الشعور أكثر من غيرهم... وهو شعور مؤلم ينتج من فشل الشخص فى الحصول على أمر محبوب كشخص أو مركز أو قوة أو مال ونجاح شخص آخر فى الحصول عليه. والغيرة حالة انفعالية تجتاح الكبير والصغير فينقلب معها إلى نار متأججة تأكل الأخضر واليابس، وتسود معها الدنيا فى وجهه، فلا يرى إلا ما ينقصه ولا ينظر إلى ما يميزه عن غيره، والغيرة هى العامل المشترك فى الكثير من المشكلات النفسية عند الأطفال، ويقصد بها الغيرة المرضية التى تكون مدمرة للطفل وسببًا فى إحباطه.. والغيرة أحد المشاعر الطبيعية عند الإنسان كالحب ويجب أن تتقبلها الأسرة كحقيقة واقعة.. ولكن لا تسمح فى الوقت نفسه بنموها فالقليل من الغيرة يفيد الإنسان، فهى حافز على التفوق ولكن الكثير منها يفسد الحياة ويصيب الشخص بآثار وأضرار بالغة كالسلوك العدائى والأنانية والارتباك والانزواء والغضب والصراعات النفسية ويرجع الشعور بالغيرة الشديدة ـ فى جزء كبير منه ـ إلى استعداد الشخص للغيرة الذى يجعله أكثر من غيره استهدافًا للشعور بالغيرة، ويجعله يدرك الحرمان أو التهديد بالحرمان فى مواقف كثيرة، ويجعله يغضب ويقلق ويحقد على أشخاص قد يكون بينه وبينهم منافسة حقيقية أو منافسة وهمية من صنع خياله هو.. فقد تشعر الزوجة بالغيرة على زوجها وتغضب وتشهر بكل امرأة تتحدث معه ولو كانت أمه أو أخته أو ليس له علاقة بها.. ولأهمية الموضوع وخطورته أقدم هذا الإصدار من ثقافة سيكولوجية للجميع نتعرض فيه لتعريف الغيرة، ومتى تبدأ وكيف تنشأ، وأضرارها ووظائفها الإيجابية والسلبية، ومظاهرها، وأنواعها.. وبعض الموضوعات المهمة فى الأسرة والغيرة فى المدرسة، والغيرة بين الزوجين، والغيرة من منظور دينى.. إسلامى، وأهم طرق الوقاية والعلاج من الغيرة.. إلى جانب بعض الموضوعات الأخرى المهمة المتعلقة بالموضوع.. وأتمنى من الله سبحانه وتعالى أن أكون قد وفقت فى العرض، وأن ينتفع به الجميع المنفعة المرجوة، والله ولى التوفيق.

أ. د. سناء محمد سليمان