

## الجزء الأول

الأسرة والصحة النفسية للطفل

obeikandi.com

## الفصل الأول

### البيئة .. والتنشئة النفسية للطفل

#### أهمية البيئة التي يعيش فيها الابن

للبيئة التي يعيش فيها الطفل الأثر الأكبر في سلوكه في جميع مراحل العمر المختلفة حتى الشيخوخة .

فالبيئة العائلية تؤدي دورا مهما في توجيه سلوك الطفل ومساعدته على أن ينظم دوافعه الوجدانية، وعلى أن يكتسب العادات الحميدة التي تقوى الخلق.

ومن أهم هذه العادات: ضبط النفس، وحب النظام، وغنى عن القول أنه النظام الذي ينشئ الوالدان الطفل عليه لا بد وأن يكون مشبعا بروح الإنصاف والعدل والتعاون، أما التنشئة التي تسودها روح التعسف والزجر والاستبداد فإنها تؤدي حتما إلى ظهور الاتجاهات الشاذة المعوجة وإلى تعاضم النقائص الصغيرة التي قد تشوب سلوك الطفل، والذي كان من الممكن تجنبها أو إصلاحها بشيء من حسن التدبير والفهم والعناية.

#### البيت للطفل بمثابة الأرض للبذرة:

فالأرض الطيبة تنمو فيها البذرة ثموا طبيعيا سليما، وتنتشر انتشارا يعطى أكبر إنتاج تستطيعه هذه البذرة.

كذلك البيت الهائئ هو المكان الذي ينمو فيه الطفل ثموا طبيعيا سليما من جميع الوجوه: جسميا، ونفسيا، وعقليا، واجتماعيا، وروحيا، وهو المكان الذي تفتح فيه الاستعدادات الكامنة لدى الطفل فتتكشف قدراته، ويطمئن إلى نفسه وإلى من حوله... الأمر الذي يمهّد له السبيل مستقبلا لكي يقيم علاقاته بالغير على أساس من التعاون والطمأنينة.

أما الأرض الضعيفة لا تهيئ الفرصة المناسبة للنمو.

كذلك البيت المضطرب لا يصلح لتنشئة الطفل مهما توفر المال والجاه، بل يخرج منه إنسانا مضطربا نفسيا وسلوكيا.

فالطفل الذى ينحرف سلوكه عن الطريق الذى يتلاءم مع مقتضيات السواء هو فى معظم الأحيان ضحية بيئته العائلية .

وإذا استثنينا حالات العته والبلاهة التى ترجع عواملها إلى الوراثة المرضية، يمكن التطلع بأن جميع الانحرافات النفسية والسلوكية تقع تبعثها على البيئة العائلية أو الاجتماعية . . ومن اليسير التأكد من صحة هذا الرأي، فإن آلاف الحالات التى تتردد على العيادات النفسية تبين لنا بوضوح التأثير السيئ الذى تتركه البيئة العائلية فى تنشئة الطفل، والتى يشيع فيها الفساد والشقاق وسوء التدبير .

### **المرض النفسى... علاقة مضطربة بين الفرد والبيئة:**

فى الحقيقة، فإن المرض النفسى فى صميمه ليس إلا علاقة مضطربة بين الفرد والبيئة يضيع فيها الانسجام، ويضطرب التوافق . . واضطراب التوافق هذا يرجع عادة إلى الأيام الأولى من الحياة حين يبدأ الفرد رضيعاً طفلاً ليتحسس أولى خطواته فى التوافق مع البيئة مباشرة: الأبوين . . والإخوة . . فهذه العلاقة خلال السنوات المبكرة من الحياة تثير فى نفس الطفل ألواناً من الخبرات والصراعات التى لا تتركه أبداً، وتظل تؤثر فى دوافعه وسلوكه رغم كبتها فى اللاشعور، وبالتالي عدم إدراكه إياها على مر الأيام والسنين، مقررة له أنواع العلاقات التى سوف يقيمها فيما بعد فى المدرسة والعمل والزواج والمجتمع، كما تحدد موقفه فى مختلف المشكلات الخاصة فيها والعامه، التى سوف تقابله وترسم السمات البارزة لشخصيته من إقبال على الناس والتعاون معهم أو عداً وتحذ لهم أو انسحاب وبعد عنهم .

### **البيئة.. واضطراب الطفل نفسياً:**

#### **١- التفكك الأسرى:**

يؤثر سلوك كل من الأبوين تجاه الآخر على صحة الطفل النفسية . وقد أثبتت البحوث أن معظم الأطفال المشكلين يأتون من منازل تكثر فيها الاحتكاكات الزوجية أكثر مما يأتون من منازل فيها علاقات سليمة .

ومن دواعى تفكك الروابط الأسرية:

مشاجرات الوالدين واختلافهما، ربما كان هذا راجعاً إلى :

❖ سوء الحالة الاقتصادية. أو إلى الاختلاف على طرق تربية الأبناء.

❖ اضطراب أحد الوالدين أو كليهما نفسيا على نحو لا يجعلهما قادرين على مقابلة تبعات علاقة وثيقة كالزواج، ومسئولية كبيرة كالتنشئة النفسية للأبناء مقابلة ناجحة .

أحيانا يصب أحد الوالدين جام غضبه على الطفل نفسه .

وهذا كله يقلل من ثقة الطفل فى قوة الكيان العائلى، ويحتمل بالتالى أن يقلل ثقته بنفسه، وأن يجعل الثقة معدومة فيمن يتصل بهم فى الحياة بعد ذلك .

الأمر الذى يؤدى إلى أن يهرب الطفل إلى الشارع حيث يبدأ سلسلة من سلوك غير مرغوب فيه . . وإن لم يتمكن من الهرب إلى الشارع ففى أحلام اليقظة متسع لفراره من الواقع .

## ٢- وفاة الأب أو الأم؛

إذ يترتب بعد ذلك أحيانا أن تظهر للطفل زوجة أب أو زوج أم، أو إخوة غير أشقاء .

## ٣- الطلاق، والانفصالات المؤقتة أو الدائمة؛

وقد يحدث التفكك عن طريق الطلاق أو الانفصالات المؤقتة أو الدائمة، وبذلك يتعرض الأطفال إلى مختلف الخبرات والتجارب القاسية والإحباط المتواصل الذى يدخلهم إلى الانحراف، والانحلال الخلقى .

## ٤- الفقر، والحرمان، والاتجاه إلى الجريمة؛

من مظاهر التفكك الأسرى قد يكون نتيجة الفقر والحرمان الذى قد يدفع الوالدين إلى سلوك طريق الجريمة . . . والطفل الذى يعيش فى مثل هذا الجو قد يتشرب هذا المثل السيئ عن والديه، ويفقد الاحترام لنفسه، والقيم الأخلاقية عامة، ويعيش مترددا بين الظلم والقسوة، والمهانة والخوف والعدوان، ومن ثم يتدفع إلى التعبير عن ذلك بمسالك غير مرغوب فيها اجتماعيا .

## ٢- ازدحام المسكن؛

يؤثر على جوانب الحياة الإنسانية، فإنه فضلا عن آثاره بالنسبة للبدن، فإنه له أضرارا أخرى فى الحياة النفسية الداخلية، والسلوك الاجتماعى للفرد. والصغار أكثر

تأثرا يمثل هذه الحياة التي تعرقل نموهم النفسى، وتؤدى إلى اضطرابات الشخصية التي تتمثل فى مظاهر عدم النضج وتأخر الاستقلال، والاستجابات غير الصحية المضادة للمجتمع والثورة لأقل الأسباب والتجارب الجنسية المبكرة.

فالأسرة التي تعيش فى حجرة واحدة.. هذه الأسرة لا تستطيع أن تمنع أطفالها من الاطلاع المبكر على العلاقات الجنسية. فتشغل أذهانهم بها دون فهم لحقيقتها، وقد تعرضهم إلى الممارسة المبكرة لألوان مختلفة جنسية ونفسية تؤثر فى سلوكهم مستقبلا.

## ٢- إحاطة الجنس بالغموض:

من أصعب المشكلات التي تواجه الآباء مشكلة تكوين اتجاهات وعادات جنسية سليمة، إذ إن كثيرا من الآباء يحيطون الأمور الجنسية بجو من الغموض والأسرار حتى أن أطفالهم يندفعون إلى معرفة هذه الأمور من مصادر مريبة يتعذر عندئذ تكوين اتجاهات سوية تجاه أمور الجنس. ينبغى أن يشجع الأطفال على تناول أمور الجنس فى صراحة ولا خجل شأنه شأن المسائل الأخرى. على أن نساعدهم على تنمية الإحساس بالحياة بشرط خلوها من مشاعر الخجل أو الشعور بالذنب أو السرية. ولا شك أن الأطفال سيصبحون عاجلا أو أجلا مشوقين إلى معرفة من أين يأتى الصغار! فلا ينبغى أن نقابلهم بالرفض أو التخلص، بل نجيب بالطريقة التي تتناسب مع قدرة الطفل على الفهم؛ لأن الأطفال سرعان ما يكتشفون ما هى الإجابات الصحيحة، ويفسرون تفسيراتهم الخاطئة على أنها حيل وخداع.. وفى كلتا الحالتين يعتبر الأبوان فرصة يمكن بها أن يكونا عوناً للطفل.

## ٤- القسوة والعقاب فى معاملة الطفل أو التراخى فى معاملته:

لا شك أن القسوة والتربية الصارمة تؤديان إلى خلق ضمير أرعن، وتولدان الكراهية للسلطة وكل ما يمثلها، وتجعلان الطفل يقف من المجتمع عامة موقفا عدائيا، أو يستسلم، أو يرى الخلاص فى تملق الكبار أو الخضوع لهم، ونميت فى نفسه الثقة بالنفس، وتقتل روح المبادرة، وتجعله يتحاشى القيام بأى عمل يدافع به عن نفسه.

وليس التراخي في معاملة الصغار بأقل ضرراً من القسوة. . فقد ثبت أن الطفل الذى ينشأ فى تراخ وتهاون يظهر عليه من الاضطرابات الشخصية والسلوك اللاسوى ما يظهر على الطفل الذى نشأ على القسوة والتزمت فى المعاملة.

ومن أشد الأمور خطراً على الطفل التقلب فى المعاملة، بين اللين والشدة على عمل مرة، ويعاقب على نفس العمل مرة أخرى، ويحاطب عليه مرة ويحرم منه أخرى، دون سبب معقول. والتقلب فى المعاملة يجعل الطفل فى حالة قلق وحيرة وتهتز ثقته بوالديه، وقد يدفعه إلى الكذب والنفاق.

#### ٥- الإكثار من تخويف الطفل؛

له آثاره النفسية الخطيرة، وقد ينعكس المكبوت فى سن مبكرة على حياة الطفل عندما يكبر، فيخشى الناس أو لا يرضى أبداً عن عمل يعمل به، ويصبح دائم القلق، والخوف، والانطواء، والبعد عن الاختلاط بالآخرين.

#### ٦- الإسراف فى التدليل؛

له عواقب متعددة منها:

الشعور بالنقص، وفقد الثقة بالنفس، وقتل روح الاستقلال وتحمل المسؤولية، ويجب التفرقة بين التدليل والعطف. . ففى العطف أخذ وعطاء، أما فى التدليل فالطفل يأخذ دون أن يعطى. والعطف ألزم ما يجب أن يحاط به الطفل. . فهو الموازن الطبيعى الذى يشعر به الصغير حيال الكبير، ويبعث فى نفسه الشعور بالأمن والطمأنينة اللذين يحتاج إليهما.

ولكى نعطف على الطفل ونحبه بالرغم مما نراه فيه من عيوب يتعين علينا أن نفهمه؛ فمعرفة الطفل شرط ضرورى لتربيته. . غير أننا كثيراً ما ننظر إليه بأعيننا لا بمنظاره هو فنحاسبه كما لو كان كبيراً. . ونفرض عليه أوامر لا يفهمها ويرى منها نوعاً من التعنت. فالواجب أن يحل التفاهم والفهم والإقناع محل الأمر والنهى. . وأن نفرض عليه الحرمان إذا اضطرننا على درجات، وفى رفق حتى لا يلجأ الطفل الضعيف إلى الكبت أو الجنوح باعتباره الوسيلة محل الصراع الذى يخلفه الحرمان.

## تأثير البيئة المضطربة على الطفل

فى ضوء العوامل المذكورة سابقا يمكن أن نفسر أسباب الظواهر النفسية المتعددة وبعض مظاهر الانحراف التى تصادفنا فى بعض الأفراد:

كالطفل الميال للعدوان .

والطفل المغرور .

والطفل الخجول .

والطفل الشرس .

والطفل المنطوى .

والطفل الجانح فى أى صورة من صور الانحراف .

كما يمكننا أن نفسر عوامل تكوين:

الطفل الناجح ، والطفل الطبيعى فى تصرفاته وسلوكه ، والطفل الممتاز فى خلقه والمعتدل فى طباعه . . وهكذا .

## تأثير الوالدين على صحة الطفل النفسية:

مما سبق نرى أن الأسرة هى البيئة الأولى للإنسان، البيئة التى تمده بالمحفزات فى كفاحه الدءوب نحو التكيف أو تقيم المعوقات دون ذلك الكفاح؛ لذلك فإنه من البديهي أن تحقيق النضج الانفعالى أى الوصول إلى صحة النفس، لا يمكن أن يتم إلا من خلال طفولة منحت الحب والحنان، والقدوة الطيبة، والطمأنينة، فإنه لن يستطيع أحد غير الوالدين تزويد الطفل بذلك الغذاء الوجدانى الذى لا غنى عنه للصحة النفسية للطفل .

وما انتشار الأمراض النفسية فى مظاهرها المتعددة . . . إلا دليل على أن بيوتا كثيرة لم تستطع أن تحيط صغارها بالحب والطمأنينة اللذين بدونهما سيثبون على سقم واعتلال، فإن الذى لم يحصل إلا على القليل من الحب فى سنه الأولى سيظل متعطشا إلى المزيد من هذا الغذاء الوجدانى، شاعرا بالحرمان من حقه أن يُحب، عاجزا بدوره أن يحب .

## أهمية الطب النفسي للأطفال:

وأخيرا... فالطب النفسي للأطفال يعد من معالم الحضارة الراهنة.. أصبح علما قائما بذاته له أصوله، ومبادئه العلمية، وقد زادت الحاجة إليه في السنوات الأخيرة.

فهو يهدف إلى:

- \* اكتشاف وعلاج الأمراض النفسية للأطفال في مرحلة مبكرة ما أمكن ذلك.
- \* وكذلك يهدف إلى تجنب الإصابة بالمرض النفسي في مرحلة متأخرة من العمر، وذلك بالعلاج المبكر للاضطرابات النفسية للأطفال.
- \* المساهمة في تقويم الوسائل التربوية الخاطئة التي تؤثر على النمو النفسي السليم للطفل، إذ إن كثيرا من الاضطرابات النفسية للأطفال - كما ذكرنا - ترجع في بعض أسبابها لمؤثرات أسرية أو بيئية غير مناسبة، فتقويم المعوج منها يكون جانبا هاما من أهداف الطب النفسي للأطفال.

obeikandi.com

## الفصل الثانى الأسرة... والطفل

### الأم.. والصحة النفسية للطفل

#### أ- أهمية علاقة الأم بالطفل:

أثبتت البحوث المختلفة أهمية علاقة الأم بالطفل كصاحبة الدور الرئيسى فى عملية التنشئة المبكرة للطفل فى السنوات الأولى من حياته .

\* فالأم نقطة انطلاق الطفل، وحجر الزاوية فى تطور نموه.

\* الأم تعد المعين الأول لكل ما قد يحس به الطفل من حاجة والكافلة الأولى لكل رغباته .

\* الأم هى الشخص الذى يلبى رغبات الطفل، ويكفل حاجاته، وبالتالي يزيل عنه الألم والانزعاج، وبذلك تصبح عنده المصدر الرئيسى للذة والأمن والطمأنينة .

\* الأم هى المركز الذى تدور حوله انفعالات الطفل، فهو يقلق ويحزن إذا غابت عنه أو أهملته، ويسر ويفرح ويطمئن إذا قامت برعايته وإشباع حاجاته النفسية والصحية .

#### ب- الأم والصحة النفسية للطفل:

من دعائم الصحة النفسية للطفل شعوره بأنه محبوب من أمه مقبول منها فى كل حين. ثبت أن من بين أساسيات الصحة النفسية للطفل، وجود علاقة حارة وحميمة ودائمة بأمه (أو بديل لها تكون بمثابة الأم) وفى كليهما يجد الإشباع والمتعة فى هذه العلاقة، التى كونها الطفل مع أمه فى باكورة حياته، التى تأخذ أشكالا لا حصر لها فى تأثيرها بعلاقته بأبيه وإخوته. أى أنها سوف تحدد نمو خلق الطفل وصحته العقلية مستقبلا .

ويقول جون بولبى : إن الرعاية الأمومية فى بداية الطفولة المبكرة شىء أساسى للصحة النفسية، كما أن جدواها عظيمة للوقاية من اعتلال الصحة النفسية والعقلية .

أما فى سن الرابعة وما يليها فإن الطفل يكون قد بدأ يشعر بوجود الآخرين،  
والتعرف عليهم، وتكوين علاقات معهم، وبخاصة مع أبيه وأمه، علاوة على أنه يكون  
قد بدأ:

يفرق بين نفسه وبين الكائنات الخارجية عن نطاق ذاته.

ويدرك شيئا من الوقت والزمن.

ولذلك يستطيع فى الغالب أن يتحمل إلى حين، ابتعاده عن أمه متطلعا إلى  
عودتها ورجوعها، ومتمتعا بالتسلية مع الآخرين.

### ج- علاقة الطفل بالأم قبل الحرمان:

كلما كانت العلاقة حسنة وسليمة بين الطفل وأمه زاد ذلك من قدرته على أن  
يتحمل البعد عنها إلى حين بأمان وصحة وعافية.

فالطفل السعيد الذى يثق ويستمتع بحب أمه له، ويشعر بالطمأنينة من جراء ذلك  
لا يحس بالقلق والخوف من فراقها الوقتى الجزئى. ولا يميل إلى تأويل غيابها عنه تأويلا  
مقلقا، كما يحدث عند الأطفال الذين لا يلقون من أمهاتهم إلا الإهمال، واللامبالاة،  
والحرمان من العطف.

أما إذا كان الحرمان تاما، فهذا يؤدى إلى اضطراب الصحة النفسية للطفل  
وشعوره بفقد الحب والحنان. . . وكان وجود أمه يشبع حاجته إليهما.

### د- مدة غياب الأم:

قد تبين من البحوث المستفيضة فى هذا المجال أن الأطفال ذوى المشاكل النفسية  
هم الذين عانوا حرمانا عاطفيا كبيرا فى طفولتهم المبكرة، بسبب طول غياب أمهاتهم  
فى أعمالهن، ولا يخفى أن الأم بعد عودتها من عمل يوم طويل مضمّن، تكون فى أشد  
حالات التوتر والتعب والعصبية والإجهاد مما يؤثر على تعاملها مع الطفل مزاجيا  
وانفعاليا.

## تأثير حرمان الطفل من الرعاية الأمومية؛

أثبتت البحوث أن حرمان الطفل من العطف والحنان والمحبة غالباً ما يهدد كيانه بالخطر؛ لأن الحرمان العاطفي (حرمان الأمومة) كالجوع لا يمكن للطفل أن يتغلب عليه أو يتحملة دون أن يصيبه ضرر.

### ١- درجات الحرمان من الأمومة؛

يتضمن الحرمان من الأمومة عدداً من المواقف المختلفة:

\* فالطفل يكون محروماً حتى لو كان يعيش مع أسرته إذا لم تكن لأمه (أو لمريته الدائمة) القدرة على منحه رعاية الحب.

\* كذلك يكون محروماً، إذا ما أبعد عن رعاية أمه بسبب ما، وتختلف الآثار الضارة للحرمان حسب درجاتها.

أ- الحرمان الجزئي: يصحبه القلق، والحاجة الملحة إلى الحب والمشاعر القوية للانتقام، وينتج عن تلك الأخيرة الشعور بالإثم والاكئاب.

والطفل الصغير الذي لم يكتمل بعد نضجه العقلي والانفعالي لا يستطيع أن يقاوم كل هذه الانفعالات والدوافع.

وقد تؤدي طرق استجابته لكل هذه الاضطرابات في حياته الداخلية إلى أمراض نفسية وسلوكية ونقص في ثبات الأخلاق مستقبلاً.

ب- الحرمان التام: فإن تأثيره على نموه الخلقى يكون أعمق. وقد يعوق تماماً قدرة الطفل على إقامة علاقات مع غيره من الناس.

ومن البحوث المستفيضة في هذا المجال تبين أن الأطفال الذين يعيشون منذ ولادتهم حتى سن الثالثة في مؤسسات، يعانون من مشكلات السلوك مستقبلاً بدرجة أكبر من الأطفال الذين يعيشون في منازل بديلة إبان تلك الفترة.

### ٢- التأثير يكون بحسب سن الطفل؛

تبين أن التأثير الضار على صحة الطفل النفسية الناتج عن حرمانه من أمه يكون أخطر في السنوات الثلاث الأولى من حياته، وذلك إذا ما ابتعدت عنه فترة طويلة لأى سبب من الأسباب.

## - الأب.. والصحة النفسية للطفل:

أ- الطفل خلال الأشهر الأولى من حياته لا يشعر بأهمية الأب أو الإخوة، إذ ليس لهم دور وثيق الصلة به، أو ذات علاقة مباشرة بلذته، فليسوا هم الذين يطعمونه أو ينظفونه أو يتعهدونه بتلبية احتياجاته، أو يرافقونه طيلة الوقت ليداعبوه ويلاعبوه. وليس وجه أبيه هو أول وجه يطل عليه إذا صرخ مستغيثا من جوع أو ألم. إلا أن الأب يقوم بالآتي: مساعدة الأم وتهيئة الجو والإمكانات اللازمة لأداء رسالتها نحو الطفل وذلك بتوفير المال الكافي، والسكن المناسب وأسباب المعيشة الضرورية.

« مساندة الأم بإتاحة السبل المختلفة لها، لتأديه رسالتها بدون عوائق، أو مصاعب، يشعرها بأنه متفهم لمهمتها، مقدر لمجهودها وتعبها، كما يحيطها بجو من التعاون والتعاطف، وبكل ما يوفر لها الأمن النفسى .

كل هذا سوف ينعكس على الطفل، ويؤثر فى أمنه من أمه نفسها.

ب- بعد انتهاء العام الأول من حياة الطفل يبدأ اعتماده على أمه يتناقص شيئا فشيئا. . وفى الوقت نفسه يصبح الدور الذى يلعبه الأب مباشرا وأساسيا بصورة كبرى ولذلك نجده:

إما شخصية تمثل السلطة المثيرة للخوف، أو القوة المثيرة للإعجاب، أو الأب الوديع الذى يلاعب أطفاله ويداعبهم ويبعث فيهم السعادة، ولكنه لا يسهم إلا بقسط ضئيل فى رعايتهم البدنية أو من العمل المنزلى، أو يمثل المطالب الاجتماعية والذهنية ويكون مصدرا للتأديب الذى يتفاوت لينا وشدة.

ج- فى السنوات الأربع والخمس بعد السنة الأولى ، يلعب الأب وأفراد الأسرة الآخرون دورا هاما فى حياة الطفل وتنشئته الاجتماعية ذلك أنهم يدخلون مع الأم الميدان الاجتماعى الأول الذى يحتويه. . والذى هو أساس خبراته الاجتماعية، وتجاربه، وطرق سلوكه، ومنه يكتسب أيضا عادات السلوك والتقاليد السائدة، التى يستخدمها الطفل فيما بعد فى تعامله مع الآخرين.

. العوائل التى أدت إلى اشتراك الأب بالتدرج فى الأعمال المنزلية، ثم أدت إلى تقرب آباء كثيرين من أطفالهم.

« عدم توافر المساعدة المنزلية فى معظم البيوت مع اضطراب كثير من الأمهات للخروج للعمل لسد الحاجات الضرورية للأسرة ماديا.

✽ العزلة التي تعيش فيها كثير من الأسر، وصغر حجم هذه الأسرة.

✽ عمق العلاقات التي تنشأ بين أفراد الأسرة في ظل هذه المتغيرات.

✽ إحساس الزوج بالجهد والأعباء المنزلية التي تقوم بها الأم، بالإضافة إلى العناية بالطفل صحيا ونفسيا. مضافا إلى جهد العمل ومسئوليته.

### ٣- العلاقة الطيبة بين الوالدين . . والصحة النفسية للطفل :

تعد العلاقة بين الوالدين من أهم العوامل المؤثرة في النمو النفسي للطفل، وهذه حقيقة مستقرة لا خلاف عليها بين خبراء الصحة النفسية اليوم، لأنها قامت أصلا على الخبرة المستكررة بالأطفال المضطربين نفسيا ثم تأيدت بتوالى هذه الخبرة بعد ذلك على مدى سنين.

والأصل بطبيعة الحال أن تكون هذه العلاقة قائمة على الحب، والود، والتفاهم، والاحترام المتبادل، ولكنها في كثير من الأحيان مع الأسف، قد لا تكون كذلك، ويكون الشقاق والتناؤذ باللفظ الجارح بل والعراك أيضا ما يسىء إلى العلاقة النفسية بينهما - الأمر الذى يؤثر على الطفل نفسيا وصحيا.

### ✽ فكرة إنجاب طفل يعالج التصدع فى العلاقة بين الوالدين:

هناك فكرة شائعة إلى حد غير قليل مؤداها أن الوالدين المتناؤذين إذا أنجبا الطفل يعالج ما بينهما من تصدع . . بل إن هذه الفكرة تمضى إلى أبعد من ذلك. فتزعم أن التصدع إن لم يعالجه وجود طفل واحد فطفلان أو ثلاثة يمكن أن يقوموا بالغرض.

إن هذه الفكرة تتوقف على أن التصدع يرجع أصلا إلى عدم وجود شىء يشير الاهتمام المشترك للطرفين، ويملا فى نفس الوقت هذا الفراغ النفسى بينهما؛ ولذلك، يكون وجود طفل باعثا على الاهتمام والمشاركة وبهذا تحسم المشكلة أصلا.

أما إذا كانت نواة الخلاف لأسباب أخرى، فإن وجود طفل أو أكثر قد يسبب تصدعا وتفاقم الخلاف. ولكن نتعلم أن تنشئة الأطفال هى فى حد ذاتها عبء على الحالة النفسية للوالدين. وهى تقتضى تكافئهما معا. فإذا كانت العلاقة بغير وجود الأطفال تكتنفها مصاعب ومشاكل، فإن المشاكل ستزيد مع وجود الأطفال. وكلما زاد عددهم زاد ثقل العبء حتى حد يتجاوز قدرتهما معا على الاحتمال.

✽ وجود أطفال يساعد على بقاء الوالدين فى حياة مشتركة:

قصارى ما يمكن أن يفعله وجود الأطفال هو بقاء الوالدين فى حياة مشتركة من أجل الأطفال . ولكن دون علاج تصدع العلاقة بينهما، وقد تظل العلاقة بهذه الصورة قائمة طوال الحياة الزوجية . وقد يبلغ التصدع الدرجة التى تحتم معها إنهاؤها بالانفصال بعد فترة من الزمن، طالعت أو قصرت وفقا لما لدى كل منهما من القدرة على الاحتمال .

✽ بالتفاهم يمكن حل بعض المشاكل:

وأيا كان الأمر فإن الوالدين العاقلين لا يتركان ما بينهما من مشكلات مبعثها الاختلاف فى الرأى أو الطبع أو المزاج تتفاقم دون حل . بل يعملان على تفههما عن طريق تبادل الرأى، ومحاولة الالتقاء فى منتصف الطريق . والبعض ينجح فى ذلك، ويصل إلى حل موفق، أو حل وسط يجعل الحياة بينهما تضى فى سلام، إن لم يكن بالإشباع الكامل فعلى الأقل دون مشاحنات عاصفة .

✽ تدخل عامل «الكرامة» يحجب وجه الحقيقة:

ولكن القدرة على الحديث الصريح من القلب إلى القلب وعلى تبادل الرأى فى صراحة وأمانة، وبدافع الرغبة فى حسم أوجه الخلاف، كثيرا ما لا تكون متوافرة، فيجد الوالدان أحدهما أو كلاهما نفسيهما، عاجزين عن الجلوس أحدهما إلى الآخر للتحدث أو الإصغاء، أو كلا الأمرين معا .

وهنا تتسع شقة الخلاف بينهما، ويستفحل التصدع فى علاقتهما، ويتدخل عامل «الكرامة» أو «الكبرياء الزائفة» ليحجب عنهما وجه الحقيقة حتى تنتهى العلاقة بينهما إلى ما لا بد أن تنتهى إليه فى مثل هذه الأحوال .

✽ نقل المشكلة إلى رجل الدين أو الطبيب النفسى:

فإذا لم يستطع الزوجان الإصغاء أحدهما للآخر، أو إذا عجز حديثهما عن أن يحقق الغاية المرجوة منه، فقد يكون من الخير نقل المشكلة إلى رجل الدين أو إلى

الطبيب النفسى فهو مؤهل لفهم المشكلات النفسية، ومن بينها المشكلات الزوجية، كما أنه قادر على اقتراح الحل الملائم لها، إذا أعطاهما من وقته وجهده ما ينبغى أن يعطى .

#### ٤- الطريق إلى العلاقة الطيبة بين الوالدين لتوفير الصحة النفسية للطفل.

##### أ- توفير الجو الأسرى المترابط،

إن الإنسان لكى ينشأ نشأة تربوية صالحة تساعد على التمتع بشخصية مرموقة سليمة، يحتاج بالضرورة إلى أن يعيش طفولته الأولى بكل أبعادها وكذلك كل مراحل عمره التالية، فى جو مشبع لحاجاته النفسية التى تساعد على أن يتكيف مع بيئته رغم ما يعترىها من صعاب ومتاعب.

\* وحتى يتيسر للوالدين اختيار الأسلوب الذى يعالج مشاكل الطفولة فى مراحل العمر المختلفة، عليهما اتباع فلسفة «الوقاية خير من العلاج» وذلك بالتعرف على حاجات أطفالهما النفسية: كالحاجة إلى الحنان، والشعور بالأمان، والتقدير، والحب، والنجاح، والحرية، والانتماء فإن إشباع هذه الحاجات النفسية بالأسلوب السوى المستنير خير تمهيد لإرساء قواعد الشخصية الأسرية الناجحة فى المستقبل.

\* إن الطفولة السعيدة أساس الحياة السعيدة الناجحة، والأسرة السعيدة هى التى تبت الاتجاهات الأسرية الصحيحة فى أطفالها وأبنائها بدءاً من نشأتهم الأولى، مما يؤهلهم ليكونوا فى شبابهم ومراحل اكتمالهم زوجات وأزواج سعداء، صالحين، يستمتعون بحياة أسرية هادئة هانئة.

##### ب- على الوالدين تجنب الأخطاء النفسية الضارة على الحياة الأسرية،

مثال ذلك: الأنانية فإنها رذيلة رهيبة لو سيطرت على أحد الشريكين لسعيه لفرض ذاتيته ورغباته على الشريك الآخر. بينما المفروض أن تذوب أنانيتكما فى جبهما المتبادل . وبذلك يكونان القدوة الصالحة للأطفال.

##### ج- على الوالدين تقبل كل منهما الآخر بضعف ذاته وميزاته

على كل من الزوجين أن يفنى نفسه فى حبه للآخر. ولا يعنى هذا إلغاء شخصيتهما وإنما يعنى ازدهارهما، ويكتشفان نواحي الضعف، ونواحي القوة فيما بينهما . ومن خلال أداء العبادات بشكل جماعى فإن ذلك يجعلهما يسعدان معا فى

الفضيلة، وبذلك تصبح العلاقة الزوجية جزءا من كل، وعنصرا فى تنظيم متكامل، ومتجها لتفاهم مشترك، بل وحافزا من التفاهم. الأمر الذى يؤدى إلى إحساس الأطفال بالأمان، والراحة النفسية.

#### **د- على الوالدين أن يتسلحا بالاتزان الانفعالى، أى الهدوء النفسى؛**

وهنا يتطلب الأمر تجنب التهور، والهياج، والعصبية لأسباب لا تستدعى ذلك. فالوالدان اللذان يتمتعان بالاتزان الانفعالى، ينشأ أبناؤهما على الشقة بالنفس، والتفتح للحياة والابتسام لها، والإحساس بالطمأنينة تجاه حاضرهم ومستقبلهم، فيسود الاستقرار حياتهم وحياة من يحيطون بهم.

#### **هـ- على الوالدين أن يشجعا أطفالهما على العبادة الهادئة؛**

والتأمل فى محبة الله، والجلوس معهم من وقت لآخر يتأملون معهم كلمة الله، ويوضحون لهم أهمية العلاقة بينهم وبين الله، لأن فى ذلك تقوية للأسرة، وارتقاء إلى حياة السلام، ومشاركة تمثل قيمة الانتماء، إذ إنها تنشط اجتماعا مشتركا حول مصدر الحياة، خالقها وواهبها، وحافظها.

#### **و- على الوالدين تنمية الحب والإحساس بالانتماء المتبادل بينهما؛**

وهذا يعنى أن يكون الحب بينهما عميقا ودائما ويكرس كل منهما حياته للآخر، ويفنى فى سبيل سلامته وسعادته.

والإحساس بالانتماء المتبادل هو جوهرة العطاء والأخذ من كل من طرفى الشركة الزوجية، أى أن كلا من الزوجين يتسمى إلى الآخر.

والواقع أن ما يحدث فى الحب هو أن كلا الطرفين يضع كل ما يملك فى الحياة ليس فقط فى الجوانب المادية؛ لأنها غير مهمة نسبيا هنا، ولكن فى الجوانب الأكثر قيمة وهى الجوانب العاطفية والذهنية والروحية ليصبح واحدا فى الآخر. فعلى الرغم من أن الزوجين ظاهريا شخصان منفصلان لكل منهما شخصيته الخاصة وأخلاقه وتكوينه ومزاجه، ولكنهما يصبحان كيانا واحدا بعد الزواج. وهذا الإحساس بالانتماء يتقل إلى الأبناء وينمو مع الوقت فتصبح الأسرة وحدة مترابطة متحابه، متعاونة..

وهذا هو الطريق إلى الصحة النفسية، الأمر الذى يساعد على تمهيد السبيل إلى خلق أبناء سعداء، يخدمون أنفسهم وأسرتههم ووطنهم، فتسعد بهم أسرهم ويفتخر الوطن بأعمالهم.

## 5- العوامل الأخرى التي تعوق تحقيق الصحة النفسية للطفل:

إن الأسرة المعاصرة أصبحت عاجزة عن توفير الصحة النفسية لأطفالها ورعايتهم تربويا، ونفسيا، واجتماعيا بالقدر الكافي، وذلك لتغير القيم، وتغير نظرة الناس، نساء ورجالا إلى الحياة وقيمها. وأهم العوامل التي عاقت الأسرة ولا تزال تعوقها عن القيام بدورها كاملا في تنشئة الطفل تنشئة طيبة تحقق مطالب نموه، وترعى تفتح شخصيته في كل مرحلة من مراحل نموها هي :

### أ- خروج المرأة إلى العمل:

ومن أسباب خروج المرأة إلى العمل:

- \* لتأكيد شخصيتها، ورغبتها في الحفاظ على مستوى معيشة مرتفع.
- \* الاضطرار للكفاح مع زوجها في مواجهة مشقة الأحوال الاقتصادية، وغلاء الأسعار، وذلك بالحصول على قدر من المال يرفع دخل الأسرة.
- \* لتحمل عبء الأسرة بمفردها، إذا كانت هناك أسباب قاهرة تدعوها إلى ذلك ك انفصال زوجها عنها بالوفاة، أو الطلاق، أو العجز عن العمل.

### حياة طفل الأم العاملة:

إذا كان الطفل لأم عاملة وجد نفسه:

- ١- فردا في أسرة منعزلة.
- ٢- يعيش أغلب وقته في مسكن صغير بين جدران الحجرات الضيقة.
- ٣- مجال اللعب في أغلب الأحيان محدود، بل إنه غالبا ما يكون متعذرا في كثير من المساكن الحديثة في المدن، وهي شقق صغيرة تضيق بالأثاث .
- ٤- رغبة الطفل في البحث والتنقيب والتجريب فيما حوله من الأشياء تقيدها رغبة الكبار في المحافظة على أثاث البيت وأدواته وصيانتها من العبث وفي حب المحافظة على نظافة المسكن ونظامه.

٥- أما خارج البيت فاليئة صاخبة خطيرة، بل إن خطرها ليتفاقم ويشدد، إن ابتعد عن البيت. وكثيرا ما يتعذر عليه أى اتصال بغيره من الأطفال حتى الكبار منهم،

إلا في حالة وجود خادمة قد تكون قاسية غير ودودة أو مهملة لا تعيره عنايتها، لأنها بعيدة عن رقابة والديه الغائبين كل منهما في عمله.

### ✽ تأثير هذا المناخ البيئي على نفسية الطفل:

١- هذه البيئة التي يعيش فيها الطفل (طفل المرأة العاملة) لا تثير في نفس الصغير إلا الضيق والتوتر، والضغط، والشعور بالحرمان؛ لأنه لا يستطيع أن يدرك أسبابها.

٢- كذلك وجود الطفل أثناء غياب الوالدين، مع خادمة جاهلة ليس لديها المعرفة الخاصة برغبات الأطفال، وأصول التعامل معهم، لا بد أن تقع في أخطاء تسيء إلى نفسية الطفل، وتؤثر في سلامة سلوكه.

٣- يضاف إلى ذلك معاناة الطفل نفسه من حرمان نفسى لطول غياب أمه وأبيه في عملهما، وغياب إخوته الأكبر في مدارسهم.

### ب- شدة وطأة الأعمال المنزلية،

انشغال الأم بعملها وبيادارة منزلها كثيرا ما يكون من العوامل التي تعوقها عن إشباع بعض حاجات الطفل النفسية، ورعايته الرعاية الكاملة.

وفيما يلي بعض العوامل التي تتضافر كلها على إرهاق الأم العاملة عندما تحاول التوفيق بين القيام بأدوارها الاجتماعية كزوجة وكربة بيت.

أ- العزلة الاجتماعية والتباعد الفكري للذنان تعيش فيهما كثير من الأسر العصرية، حيث تعيش في استقلالية بعيدة عن الجيران والأقارب.

ب- قلة الخدم في المنازل بسبب تفضيلهم العمل في المصانع.

كل هذه العوامل، تجعل من العسير على الأم العاملة أثناء قيامها بأعمالها المنزلية، أن تقابل حاجات أطفالها الصغار المتلاحقين في الميلاد.

ولا شك أن هذه الأوضاع لا بد وأن تؤدي إلى إرهاق الأم وتوترها، الأمر الذي ينعكس بدوره على أطفالها وزوجها فيسود التوتر جو البيت، ويؤدي ذلك إلى عرقلة نمو الطفل الوجداني وامتصاص نشاطه وحيويته. وإن لم يكن الزوج في ظل هذه الظروف متعاوناً مسامحاً، فسوف يزيدها ذلك إرهاقا وتوترا. وإذا ما انعكس ذلك على الأطفال فإن الحالة تزداد سوءاً، ويصبح جو البيت مزعجا بالنسبة لهم.

ج- سوء الأحوال السكنية:

إن مما يعيق الأسرة عن تأديه وظيفتها فى تنشئة أطفالها سوء الأحوال السكنية:

### ١- الأطفال فى الأسر الفقيرة:

حيث يعيشون فى مساكن مزدحمة، شديدة الجلبة والضوضاء، رديئة التهوية، وغير مكتملة المرافق الصحية، ولا يخفى ما تسببه هذه الأحوال من أضرار للأطفال فى سنوات نموهم الحساسة. وليس من شك أن هذه الأمور تحول دون نومهم الهادئ، وراحتهم الكافية، وتسبب لهم الإرهاق والتهيج والتوتر.

يضاف إلى ما سبق من أضرار، أن ظروف المسكن الضيق يترتب عليها أن ينام الأطفال مع الوالدين فى حجرة واحدة، بما قد يعرضهم لخبرات تؤدى نفوسهم وتؤثر سلبا فى شخصياتهم؛ وذلك لأن الأسرة لا تستطيع أن تمنع أطفالها من الاطلاع المبكر على العلاقات الجنسية، فتشغل أذهانهم دون فهم لحقيقتها وتدفعهم إلى الممارسة - المبكرة لالوان جنسية مختلفة تؤثر على سلوكهم مستقبلا.

ثم إن ازدحام أفراد الأسرة فى حجرة واحدة يعرضهم للعدوى ببعض الأمراض، وقد ثبت أن هناك علاقة مباشرة بين سوء الأحوال السكنية وتعثر النمو واعتلال الصحة بدليل أن نسبة التعرض للأمراض ونسبة الوفيات فى الأحياء الشعبية المزدحمة تزيد عنها فى الأحياء الراقية.

ويسبب الازدحام فى السكن وضيقه يلجأ الأطفال إلى الشوارع بتشجيع من آبائهم تخلصا من مضايقتهم، فينطلقون فى اللعب فيها دون رقابة من أحد. الأمر الذى يعرضهم لأخطار الأتربة والقذارة وميكروبات الأمراض. كما يتعرضون لأصحاب السوء وحوادث المواصلات.

### ٢- الأطفال فى أسر الطبقة المتوسطة والراقية:

حتى هذه الأسرة تجد صعوبة فى أن توفر للطفل فى مسكنها المساحة الرحبة لحركته، وانطلاقه ولعبه وذلك:

• لازدحام المدن بسكانها نتيجة الزيادة الطبيعية من جهة، والهجرة إليها من الريف ومن البلاد الصغيرة من جهة أخرى، الأمر الذى أدى إلى زيادة القيود على حرية الأطفال، وزيادة شعورهم بضغوط الحياة وحرمانهم وتوترهم.

✦ المسكن الحديث محدود الغرف، وكل غرفة مزدحمة بالأثاث الذي يخشى عليه من الكسر، أو الاتساخ من أيدي الأطفال هذا فضلا عن وجود أجهزة وأدوات يخشى على الطفل منها إذا عبث بها كالبوتاجاز والمكواة الكهربائية والتلفزيون، والمروحة الكهربائية.

وليس للطفل عادة مكان يلعب أو يتحرك فيه. فإذا رفع صوته نهروه، وإذا قفز لاموه، لأن السكان في العمارة متحفزون للشكوى من صخب الأطفال ولأن الوالدين يشعرون بالالتزام بكثير من القيود والاعتبارات محافظة على راحة الجيران.

وبذلك يتعرض الأطفال في المساكن العصرية إلى التوتر النفسى :

وهكذا نجد أن الأطفال في هذه المساكن العصرية، هدف مستمر لرقابة الكبار، وكثرة أوامرهم ونواهيهم، وأن رغبات الأطفال في تعارض حاد متواصل مع رغبات الوالدين، وتلك بلاشك من العوامل التي تسبب وتزيد التوتر النفسى نحو الطفل، وتنمى إحساسه بأنه غير مرغوب فيه فى بيته ومن أحب الناس إليه، الأمر الذى يؤثر فيه وفى اتجاهاته الوجدانية عادة.

#### د-قلة الحدائق العامة والمنتزهات:

والمفروض أن يعوض الطفل عن ضيق المسكن وازدحامه بتوفير الحدائق والمنتزهات لتفتح له مجالاً للانطلاق والحرية والسعادة الحقيقية التى يجدها فى اللعب، إلا أنه مع الأسف بالنسبة للحدائق نجد أنها:

١- قليلة نسبياً بالنسبة للحاجة الشديدة إليها.

٢- ليس كلها على مقربة من المنازل، وكثيراً ما يتطلب الوصول إليها سيرا طويلاً وسط الصخب والزحام، أو ركوب مواصلات قد لا تتسنى للأم الفقيرة القدرة على تحملها من ناحية الأجر.

٣- عدم توافر الوقت الكافى لدى الأم لاصطحاب الأطفال إلى الحديقة لبعدها من ناحية، ولعدم استطاعتها البقاء معهم فترة تشبع ميلهم المتأجج للعب وبلنشاط، وبخاصة فى الصباح؛ لأنها فترة انشغال كل أم إما بعملها أو وظيفتها خارج المنزل، أو بعملها كربة بيت داخله.

## هـ- عدم ملاءمة البيت لتطلبات الطفل:

ومن العوامل التي تعوق الأسرة عن إشباع حاجات الطفل النفسية، أن البيت فى غالب الأحيان معد إعدادا لم يأخذ فى حسابانه الطفل وحاجاته، بل إن إعداده يجعله أكثر ملاءمة لحياة الكبار منها لحياة الصغار. والواقع أن الطفل فى البيت العادى يقابل كثيرا من الصعوبات من بينها:

١- معظم قطع الأثاث حوله أكبر منه حجما، فهو لا يستطيع دفعها أو جذبها أو رفعها، ثم إن أكثر الأبواب فى الغالب إما عالية عن متناول يد الطفل وإما ثقيلة بشكل لا يمكنه تحريكها.

٢- الكراسى، والأرائك كلها فى الغالب مرتفعة ارتفاعا يضطر إلى أن يتسلقها حتى يستطيع الجلوس عليها. وحتى إذا جلس على كرسى أعد خصيصا له، وأراد أن يطعم نفسه، فإن الأمور لا تسير سلسه وتبعاً لرغبته، وحسب سرعته الخاصة، بل بسرعة الكبار ورغباتهم وضغطهم عليه.

فبدلاً من أن تترك الأم صغيرها يتدرب على الأكل بإطعام نفسه على راحتته، وبطريقته التلقائية مستمتعا لقدرته على الاستقلال والاعتماد على نفسه، فتدخل هى لتفرض عليه تناول الطعام بالشكل الذى تختاره فتطعمه بنفسها وتستعجله فى تناوله الملعقة تلو الأخرى بشكل يضطره للبلع السريع، ولا تتيح له فرصة المضغ الجيد.

٣- المسكن يحتوى على الكثير من الأشياء التى تخص هذا أو ذاك من الكبار، التى يكون محظورا على الطفل أن يقربها أو يلمسها. فللوالد كتبه وأدواته ومكتبته وللوالدة ماكينة الخياطة وأدواتها وللإخوة الكبار أدواتهم الخاصة المدرسية والمنزلية والطفل بالطبع لا بد أن يحترم ممتلكات الآخرين. ويحافظ على النظام، ولكن فى الوقت نفسه، يجب أن نعتزف أن الطفل الذى يقضى وقته يوماً بعد يوم فى جو كهذا تحيطه من كل جانب أشياء محظور عليه المساس بها، لا بد أن يشعره بكثير من العجز والتوتر النفسى.

٤- الطفل فى البيت العادى يقابل كثيرا من الصعوبات، فهو لا يجد دائما الزمالة والصحبة المناسبة. فالأم والأب يكبران به بكثير، وإن تفرغا إليه مرة انشغلا عنه

مرات، وإن استمتعا باللعب معه فى قليل من الأحيان تبرما من نشاطه فى كثير منها، وإن صبرا عليه بعض الوقت فهما لا يستطيعان طوال الوقت .

٥- تتدخل الأم فى كثير من أنشطة الطفل التى يجب أن يمارسها بنفسه مزهوا بقدرته على الاستقلال والتشبه بالكبار:

كارتداء الملابس، وربط الأحذية، وتمشيط الشعر، وغسل اليدين والوجه وغير ذلك.. فكثيرا ما تضطر الأم لكثرة مشاغلها وضغط الظروف المحيطة بها، ورغبتها فى توفير الوقت وإنجاز الأمور، أن تقوم هى بعمل الشئ بنفسها قاطعة استرسال الطفل فيه، وكان الأحرى أن تتركه يعمل بنفسه من أوله لآخره، فيكتسب الخبرة كاملة غير منقوصة، وبالتالي يكتسب العادات الطيبة التى تتولد بالتدرج .

إن تدخل الأمهات بهذا النحو فى نشاط الأطفال الصغار وسلوكهم يؤخر كثيرا من نضجهم، ويحد من نموهم وقدراتهم ومهاراتهم، فضلا عما يسببه لهم من ضيق وتوتر يعبرون عنهما بالعناد، والانفجارات الانفعالية فى كثير من الأحيان .

مما سبق : نرى أن الأوضاع الطبيعية للبيت العادى تعرقل بالضرورة وإلى حد لا يستهان به، شغف الطفل بالتعلم والاستكشاف، ولوعه بالانطلاق والحرية فى نشاطه ولعبه، وبعبارة أخرى : فإن عالم البيت عالم الكبار ولا يمكن أن يكون عالما للطفل يوفر له كل متطلبات الطفولة السعيدة والنمو الأمثل؛ ولذلك: يرى علماء النفس والمهتمون برعاية الطفولة بأن دور الحضانة والمدرسة يمكن أن تعوض:

• عجز الأسرة عن أداء وظيفتها نحو تربية أبنائها التربية الأخلاقية، التى تمكن أن تقوم عليها التربية الدينية والاجتماعية التى تجعل من الفرد مواطنا صالحا، حيث إنه يجب على الأسرة بث الروح الاجتماعية فى أطفالها، وترويضهم على أن يكونوا مواطنين فاضلين، وتعودهم على تحقيق التوازن فى ذاتيتهن بين ما هو ممكن وما هو متاح، والاعتدال بين الأنانية والغيرية.

• ضعف الأسرة فى المحافظة على الانضباط والنظام، وذلك لأن العنصر الأساسى فى روح الخضوع للنظام، وهو احترام التقاليد لا يمكن أن ينال حظه من النمو فى الوسط العائلى، وذلك لأن أفراد الأسرة يجدون من الطبيعى جدا أن يتمتعوا فيما بينهم بشئ من الحرية والتبسط وهم بذلك: متبرمون بفكرة التحديد الصارم، ثم إن

الواجبات العائلية، تتسم بطابع خاص، وهو أنها لا تثبت نهائيا فى شكل قواعد محددة يجب أن تطبق بحذافيرها دائما، ولكنها عرضة لأن تتنوع الطبائع وظروف الحياة داخل نطاق الأسرة، وتتأثر باختلاف الأمزجة، وبما يبرمه الأعضاء فيما بينهم من اتصالات تهدف إلى تيسير الأمور على كل منهم بدافع من المحبة والألفة.

ولذلك : أصبحت دول كثيرة تعتمد على دور الحضانة والمدرسة فى تربية الأطفال التربية التى تراها لتدعيم مبادئها، وتحقيق أهدافها القريبة والبعيدة.

هذه هى العوامل التى تعوق الأسرة عن تهيئة الوسط المناسب والرعاية الناجبة لتنشئة الأطفال تنشئة سليمة، وإشباع حاجاتهم المختلفة إشباعا يحقق النمو السوى من الناحية الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، وكلما اشتدت وطأة التغير الاجتماعى والتطور الاقتصادى ازداد المجتمع تعقيدا . وزاد بالتالى أثر العوامل التى تحول دون قيام الأسرة بمهمتها فى رعاية الأطفال.

وأصبح عجزها فى هذه المهمة، وفى تنشئتهم النشأة الاجتماعية المرغوب فيها- أمرا واضحا.

obeikandi.com

## الفصل الثالث

### الأم... والصحة النفسية للطفل

إن الأعوام الأولى فى حياة الطفل هى أشد المراحل خطرا فى حياته بوجه عام، إذ يتقرر خلالها نوع الشخصية التى سيكون عليها الفرد فيما بعد..  
لذلك:

تقع على الأم مسئولية خطيرة لها أثرها البعيد، لا على العائلة التى هى أحد أفرادها فحسب، وإنما على الوطن أيضا، بل على العالم أجمع... فإن طفل اليوم الذى تقوم بكل حاجاته من غذاء الجسم، وغذاء النفس، هذا هو الطفل رجل الغد... ويرجل الغد هذا تتكون الأسرة، ومن مجموع الأسر يتكون الوطن، ثم أخيرا يتكون العالم.

فإن الأم فى بيتها تبذل كل جهد مستطاع، فى سبيل العناية بالصغار، هى فى الواقع تضع حجر الأساس للسلام فى بيتها، ووطنها وللعالم أجمع؛ لأن الطفولة هى المرحلة الأولى فى حياة الفرد.

إذن: فهى بمثابة الأساس الذى يقوم عليه البناء الخاص بتكوين شخصية رجل الغد أى المواطن الذى نرجو أن يكون ناجحا، سواء كان رجلا أو امرأة.

### البيت المدرسة الأولى للطفل؛

الأم بصفة خاصة، كل شئ فى هذه المدرسة.. فعليها أن تقدم كل ما فى وسعها من جهد، فهى أقرب الأفراد داخل البيت إلى الطفل: إلى جسمه، وإلى عقله، وإلى عواطفه، بحكم مكانتها هذه منه، أصبحت هى أول فرد يؤثر فى تكوين شخصيته خلال هذه الفترة من حياته... أى السنوات الأولى له.. فهذه السنوات: أشد المراحل خطرا فى حياته بوجه عام؛ إذ سيتقرر- كما ذكرت أعلاه- نوع الشخصية التى سيكون عليها فيما بعد.

## أم اليوم أوفر حظاً من أم الأمس:

إن الأم اليوم التي تنتظر أن تكون أما أفضل من أم الأمس، لأنها حظيت بقسط أوفر من نور العلم، وتعددت لديها أساليب الثقافة التي من شأنها أن تعينها على تدعيم الأسرة، وتفهم سلوك الطفل، مما لم يكن متوافراً حينئذ لدى أم الأمس.

فالأمومة الواحدة: هي التي تعنى بغذاء الذهن ليستثير فتنه الشخصية لتتضج.. وهي التي تعرف كيف تجمع بين تنشئة أبنائها وسياسة بيتها، بين الحزم والعطف، في إتران يشيع هناة، وإلهاما حول أطفالها وزوجها.. الأمر الذي يحفظ لها مكانتها خلال جميع مراحل حياتها، ويحمل طفل اليوم، ورجل الغد على تمجيد الأمومة ورعاية الأئوثة.

أم اليوم جديدة بأن تعالج مشكلات أطفالها بطريقة غير الطريقة التي اتبعتها أم الأمس:

يجب عليها أن تضيف جديدا إلى خبرات أم الأمس، وأن تصحح ما كان شائعا من أخطاء، وهذا يحتاج إلى توجيه بعض اهتماماتها إلى التزود بما يقدمه لنا، من يوم إلى يوم. المشتغلون بدراسة الطفولة واحتياجاتها النفسية. لا تتلمس الحل للمتاعب التي تصادفها فحسب، بل لتقوم بالعلاج على أساس من الإدراك والوعى العلمى.

ينبغي على الأم المقبلة على تنشئة الطفل الاستعانة بآراء المتخصصين:

فالتنشئة النفسية للطفل لا تتم من تلقاء نفسها، بل هي علم وفن، سوف تجد الأم في آراء هؤلاء المتخصصين في مثل هذه الأحاديث، وفي بعض المجلات والكتيبات التي تعنى بمسائل الطفولة، وأصول التنشئة النفسية الأولى للإنسان الصغير.. متعة كبيرة مظهرا ومخبرا.

## الأم وخلق المواطن الصالح:

١ - الصفات العامة للمواطن الصالح:

✽ هو الشخص الذى يواجه الأمر الواقع بشجاعة، والقدرة على حل ما يوصله من مشكلات بدلا من التهرب منها أو الاعتماد على غيره فى حلها.

- \* هو الشخص الذى يتقن فن الحياة . يحيا حياة منسجمة مع نفسه والآخرين .
- \* هو الشخص الذى يخرج من الأزمات أقوى مما كان قبلها .
- \* هو الشخص الذى يتخذ من التفاهم وسيلة فى التعامل مع الغير .
- \* هو الشخص الذى يعرف قدر نفسه . الاهتمام بهموم الغير .
- (ما استحق أن يولد من عاش لنفسه...).

السبل التى تساعد الأم على خلق المواطن الصالح:

- \* أن تقوم بمهمة التربية بنفسها .
- \* أن يسود البيت الجو العائلى الهادئ .
- \* أن تهتدى فى ذلك برعاية الحاجات النفسية للطفل .

### دور الأم وخلق المواطن الصالح:

#### ١- الأمومة والحنان:

الحنان هو الذى يجعل من الطفل إنسانا سويا خاليا من الاضطرابات النفسية . . . وتكون علاقاته الاجتماعية سوية . . . وحياته صريحة واضحة، وتتجه أفكاره إلى جانب الخير على الدوام .

والطفل المحروم من الحنان، ينشأ إنسانا مدمرا، يحاول أن يدمر الآخرين ويجرفهم فى تياره . . . أغلب الانحرافات السلوكية، والجرائم يرتكبها إنسان فقد الحنان من الأمومة فى طفولته .

#### ٢- الأمومة وشخصية الطفل:

تسلح الأم، ومعرفتها بوظائف الأمومة يساعدها على تدعيم حياة الطفل:

- \* تدفع عنه الأمراض .
- \* تخفف عنه الآلام .
- \* تجنبه المخاطر أثناء عملية المشى وتناوله الأشياء .
- \* تجنبه ما يعانیه من صعاب فى تناول الأطعمة المختلفة .

\* تساعده على تعلم عادات الأكل والإخراج والاعتسال، والحمام... إلخ.

### ٣- شخصية الأم الصالحة... والطفل:

على الأم تقع المسؤولية الأولى في تنشئة الطفل نفسياً، وصحياً، واجتماعياً، ووجدانياً، فعليها:

- \* أن تلتزم بالصفات الحسنة محاولتها الدائمة لضبط النفس والتحكم بالصبر.
- \* العمل على خلق الجو الأسرى الهائى.
- \* أن تلجأ إلى التعلم والشفق في جوانب التربية للأطفال بصفة مستمرة من وسائل الإعلام، والأطباء، والمجتمع.
- \* تجنب العنف والخشونة، والألفاظ غير اللائقة.
- \* تجنب التفرقة في المعاملة بين الأطفال.
- \* أن تحب أطفالها وتكون القدوة الصالحة في التعامل معهم.
- \* القدرة على اكتشاف الأعراض المرضية جسمياً ونفسياً واجتماعياً وعاطفياً واتخاذ اللازم للمساعدة.
- \* أن تكون مصدر الحب، والحنان، والحكمة، والعطاء.

### ٤- الأمومة.. وتنمية قدرات الطفل:

- \* تلفت نظره إلى الكتب الملونة.
- \* تحاول تكرار العبارات والجمل أمامه، والتحدث إليه بهدوء دون انفعال.
- \* تشجعه على طلب احتياجاته.
- \* تعلمه من خلال اللعب والمكعبات؛ وترغيبه في حب الكتاب.
- \* تمدد بالمحفزات، والتشجيع بالقول والفعل.
- \* تكثر من ذكر مميزاته الذاتية دون التعرض لسلبياته كي تكسبه الثقة بالنفس.

## ٥- الأهمية... وتجنب العقاب البدنى،

- \* يجب أن يشعر الطفل أن تعديل السلوك يسعد الوالدين.
- \* ينبغي تجنب التهديد بالعقاب. . . أو العقاب البدنى.
- \* العقاب البدنى لا ينجح فى تعديل السلوك الخاطئ - بل يؤدى إلى الاضطراب النفسى .
- \* يظهر الاضطراب النفسى بصور متعددة منها: العصبية - العناد - سدم الطاعة- التبول اللاإرادى- العدوانية- العنف - الانطوائية- اللجاجة- التخريب- الميل إلى البكاء - الاكتئاب - الخوف - وأخيرا الفشل الدراسى مستقبلا.

- \* ينبغي أن يعامل الطفل بصورة ودية بالإرشاد، والتوجيه، والحزم.
- \* على الأم تجنب العصبية، وتشرح للطفل كيفية تجنب الخطأ بهدوء عن حب الأم، وليس الخوف منها.

## ٦- تعليم الطفل الكثير من الآداب الاجتماعية وأداب الجلوس؛

- \* فى زيارة الأقارب - ودور العبادة - آداب الحديث، والطعام.
- \* تجنب الالفاظ النابية فى تعامله مع الأصدقاء.
- \* تعويد الطفل على سماع كلمات الود، والمجاملة، والحب، والفضيلة.

## ٧- التزام الصديق والبساطة فى الإجابة على أسئلة الطفل؛

- \* يراعى فى الإجابة على أسئلته مستوى عقلية، ومرحلة نموه.
- \* تحفيظه الكثير من العبارات الدينية بالنغم والموسيقى .
- \* أن تكون الأم مرنة فى حديثها مع طفلها، صبورة، متفاهمة بعيدة عن العصبية.
- \* أن تكون طويلة البال، مستريحة الأعصاب، ومرحة.
- \* يتخلل حديثها مع الطفل : المرح، والتشجيع، وتوضيح مزايا سلوكه.

## ٨- الأم.. وضرورة تسليحها بالحكمة:

- \* تميز بين أوقات المرح والجدية .
- \* تحل مشاكلها ومشاكل أطفالها بهدوء وصبر وبدون انفعال .
- \* تجنب العصبية والعنف والقسوة، والعقاب البدنى والسخرية .
- \* تكون محبة لأطفالها، وتزرع فى نفوسهم الصدق، والتعاون، والتسامح .
- \* تزرع فى قلب طفلها حب الله، وطاعته، وتعليمه الفضائل والقيم الأخلاقية .
- \* تحترم أبناءها وتشجعهم، وتقدر جهودهم، وتكون صديقة لهم .
- \* تعمل على إشباع حاجاتهم النفسية: حب، وتقدير، وتشجيع، ونجاح . .  
إلخ .
- \* تتجنب المواقف التى تثبت بالتجربة أنها تثير غضبه . . فالوقاية خير من العلاج .

## صفات الأمومة الصحيحة:

- ١- أن تكون لابنها القدوة الحسنة والأم المثالية .
- ٢- أن تعلمه الصدق فى الحديث، والوفاء بالوعد .
- ٣- أن تزرع فى نفسه وقلبه الميل إلى الغير .
- ٤- أن تنمى فيه طيبة الروح وحب التسامح إلى جانب الوعى . حتى لا يكون حَمَلًا بين ذئاب .
- ٥- أن تضبط تصرفاتها، وانفعالاتها لتكون له القدوة فى التحكم فى عصبيتها .
- ٦- أن تنمى فى الطفل الإحساس بالجمال عن طريق البساطة فى اللبس وتجنب الإسراف، ومراعاة الحكمة فى استخدام المال .
- ٧- أن تزرع فى قلبه مخافة الله فيما يفعل أو يقول .
- ٨- أن تعلمه أن حب الوطن من الإيمان .

٩- أن تفهمه أن الحسد، والحقد، والضغينة أمراض تقتل من تسكن في قلوبهم،  
وعقارب تقتل بسمومها أصحابها.

١٠- أن تفهم نفسية أبنائها في كل مرحلة من مراحل السن، وما يناسب كل  
مرحلة من أسلوب التعامل، والتقدير للمشاعر.

١١- أن تكون طويلة البال، مستريحة الأعصاب، ولا تجعل أولادها ضحية  
عصبيتها، وقد يلتقط أولادها هذا الأسلوب في تعاملهم مع بعضهم، بينما  
المفروض فيها أن تكون قذوة لهم في كل شيء.

١٢- أن تكون مصدر الحب، والحنان، والعطاء، والحكمة فإحساس الطفل  
بالراحة والأمان، وتكرار هذا الإحساس بمثابة اللبنة الأولى التي يتكون منها  
هذا الشعور.

١٣- تصحيح أخطاء الطفل دون أن تتخلى عن حبه، وإشعاره بهذا الحب رغم  
العقوبة البسيطة .

١٤- أن تكون الأم صديقة لأبنائها، ولا تسخر منهم، ولا ترهقهم بمشاكل  
الكبار .

### الأم.. وسلوك الطفل:

\* تجنب سياسة عدم الثبات، أو الخشونة أو السلبية الزائدة أو اللبونة .

\* التأنيب والتوجيه والإرشاد بدون انفعال إذا أخطأ، ينبغي أن يبت فيه في الحال  
دون تأجيل لمساعدة الطفل على فهم نتائج أفعاله الخاطئة .

\* مساعدة الطفل على وجود مخارج لانفعالات غضبه الداخلية بطرق مقبولة  
اجتماعية، بتوجيه انتباه الطفل الكثير الحركة إلى أي شيء آخر وبذلك يتجه  
تفكيره نحو اتجاه آخر .

\* تجنب اختلاف وجهات النظر في طرق معاملة الطفل سواء كان معوقا أو سليما  
بين الوالدين والحماية الزائدة أو الضغط على الطفل بطلبات تفوق قدراته .

- \* التعرف على طبيعة الطفل واكتشاف نواحي القوة والتأخر والانحراف .
- \* تقدير الملكية الشخصية للطفل .
- \* مساعدة الابن على التغلب على نفوره من الأطعمة غير المألوفة .
- \* مساعدة الطفل على التخلص من صراعاته الداخلية فى مراحل السن المختلفة ومساعدته على تنمية روح الحرية والاستقلال، والاعتماد على النفس .
- \* تعوده اللعب مع الأطفال الآخرين، ومصادقتهم لتخفف من صراعات الكراهية، والغيرة، والحسد، وتجنبه الانطواء .
- \* إشعار الطفل دائما بالحب والحنان والعطف . . فالحب الغذاء النفسى للأطفال بل هو قوام وجودهم ومعناه فى الحياة؛ لأن كل حرمان أو سوء تقدير أو تأجيل حاجة الطفل لهذا الحب . . . فى مستهل طفولته هو جرم فى حقه يؤلمه ألما بالغاً يبقى معه ويؤثر فى سلوكه، وفى بناء شخصيته، ومدى التكيف مع مطالب الحياة .
- \* توفير اللعب المختلفة التى تناسب مع كل مرحلة سنية .
- \* تجنب القصص الخيالية غير المدروسة، لتجنب استمرار الأفكار الخيالية البعيدة عن الواقع .
- \* توفير المكان المتسع الذى يساعد على الحركة والنشاط .
- \* توفير النواحي الترفيهية والرحلات، والحفلات لتوسيع مداركه .
- \* تجنب الإكثار من النقد للطفل والسخرية منه . . وتجنب مقارنته بآخرين .
- لتجنب الغيرة، الأمر الذى يدفعه إلى الكراهية، والثورة، والعناد .
- \* لا يجوز أن يجاب الطفل لرغباته لمجرد صراخة وغضبه أو عناده، يجب أن نموده على التفاهم، والمرونة، والأخذ والعطاء .
- \* ينبغى شغل أوقات فراغ الطفل بطريقة تبعده عن التخريب مع مراعاة قفل الأدراج التى لا نريده أن يعث بها .

\* ينبغي تجنب وضع كل اللعب تحت تصرف الطفل . تستبدل اللعب من وقت لآخر وبذلك تحتفظ اللعبة بشوق الطفل إليها .

\* التعاون مع دار الحضانة أو المدرسة . . . ليتيسر للطرفين أن يتفاهما ويتعاوننا على اتخاذ أنسب الأساليب التي تتفق مع طبيعة هذا الطفل من حيث استعداداه العقلى، ونموه الجسمى، وتكوين عاداته الخلقية . . وغير ذلك التي توفر له الصحة النفسية حاليا ومستقبلا .

### **تجنب تخصيص لكل طفل غرفة؛**

#### **مساوى تخصيص غرفة خاصة للطفل؛**

\* تمثل ثغرة للهروب من وحدة الأسرة والمشاركة الوجدانية للأسرة .  
\* يشب طفلا أنانيا .

\* يفقد روح الانتماء إلى الأسرة .

\* يحرر نفسه مستقبلا من واجباته نحوها .

\* تقلل من اختلاطه بأفراد الأسرة وإخوته .

\* تبعده إلى حد ما عن الرقابة .

\* تتيح له فرص التراخى فى التزامه بالمعايير الأخلاقية والسلوكية .

**وأخيرا:**

أرجو أن يكون هذا الفصل قد حقق الغرض المطلوب منه، وهو توضيح دور الأم فى حياة الطفل فى سنواته الأولى، وإعداده إعدادا صالحا للمراحل التالية، وتنشئته التنشئة التي تجعل منه فى المستقبل فردا ومواطننا صالحا، ينعم بالحياة فى المجتمع، كما يستمتع بخدمته والإسهام فى رقيه وتقدمه، فتسعد به الأسرة، ويفخر به الوطن .

obeikandi.com

## الفصل الرابع

### الأم... وإحساس الطفل بالأمن والثقة بالنفس

إن كل طفل سوى في مراحل العمر المختلفة، يسر وبستهج بالثناء والتشجيع والشعور أنه مرغوب فيه.. وهو يزهو بقدرته على اكتساب مهارات جديدة وعلى استقلاله، وعلى عمل أشياء دون مساعدة من جانب الكبار.

ولذا: فإنه يحتاج إلى الحرية حتى يتمكن من اكتساب التجربة، ولكنها يجب أن تكون حرية في حدود النظام والطاعة.

#### ١- الطفل... وحاجته إلى الثناء والتشجيع:

يبدأ الطفل في سنواته الأولى في تكرار الأفعال التي يضحك منها الكبار. ثم ينمو معه هذا الميل إلى جذب الانتباه واستدراج التشجيع. مع مرور السنين وهو يلجأ في ذلك إلى كل وسيلة ممكنة لجذب الانتباه.

فهذه التصرفات كلها تعبر عن حاجة الطفل إلى الحب، والثناء، والتشجيع، وهي حاجات طبيعية. ولا يجوز أن يخشى الآباء والأمهات إفساد طفلهم بالتشجيع والإطراء لمواهبه. بل لا بد لهم من الثناء على ما يفعله، وأن يستمعوا باهتمام إلى ما يفعله أو يروييه من كلام. فإذا لم يفعلوا ذلك، شعر الطفل بخيبة أمل، وكف عن الكلام.

#### ٢- وسائل تساعد على اكتساب الطفل الثقة بالنفس والشعور بالأمن:

##### أ- التشجيع ينمي قدرات الطفل فتزداد ثقته بنفسه:

يجد الطفل متعة عظيمة في ممارسة الهوايات الجديدة:

فعندما يتعلم الطفل ذو السبعة أشهر الجلوس، نجده يميل إلى الجلوس طول الوقت ما دام مستيقظا. ويغضب إذا أُلزِمه الاستلقاء.. وبعد مدة يجد متعة في الوقوف مستندا إلى الأثاث وفي جذب نفسه إلى وضع الوقوف. وفي الحبو.. وفي السير ماداً يديه أمامه.. وفي إطعام نفسه وفي ارتداء ملابسه وفي قضاء حاجته بنفسه.

وبعد ١٨ شهرا يجد متعة فى «المشاركة» فى الأعمال المنزلية، وفى أداء بعض الأعمال بيديه بعد أن يراقب أمه أثناء أدائها.

وكل ذلك يحتاج إلى التشجيع . وقد يحتاج إلى مساعدة الأم فى الأيام الأولى، ولكن ما إن يغدو الطفل قادرا على القيام بها دون مساعدة، فيكون من واجب الأم أن تتركه يفعل ما يستطيع .

### ب- إتاحة الفرصة للطفل للاعتماد على نفسه يزيد من ثقته بنفسه؛

عندما يقوم طفل ذو تسعة أشهر بإطعام نفسه بنفسه، فإنه يحدث فوضى مخيفة، ولكن عندما يبدى الرغبة فى ذلك (من ستة أشهر فصاعدا) فلا بد من إتاحة الفرصة أمامه .

فالطفل الذى تتاح له هذه الفرصة، يشرع فى إطعام نفسه دون مساعدة، مثل الأطفال الآخرين بزمّن طويل، إذ تحرص أمهات الآخرين على إطعامهم بأنفسهم لتجنب ما يحدثون من فوضى .

ويجب تشجيع الطفل ابن العامين على خلع ملابسه بنفسه، وعلى ارتداء جواربه وحذائه، وسرواله أيضا. إن الأمر يتطلب ضعف الوقت فى عملية ارتداء الطفل ذى العامين ونصف عام أو الثلاثة الأعوام. فأمه تستطيع أن تتولى ذلك فى نصف الوقت. ولكن إذا أتاحت له الفرصة، تعود الاستقلال قبل أمثاله من الأطفال الذين لا تعطيهام أمهاتهم فرصة مماثلة .

وكذلك يتطلب إعداد المائدة أو طهو الطعام ضعف الوقت عندما يسمح للصغير بالمساعدة، فيها . ولكن هذه المساعدة تكسب الطفل إحساسا بالأهمية، وتعلمه أن يستخدم يديه. وتمنحه الثقة وتهيئه للمهام الأكبر فى المستقبل .

فالطفل إذا لم تتح له الفرصة لممارسة هذه المهارات عندما تكون جديدة عليه سيفقد اهتمامه بها، وسنجد أنه لا يريد أن يتناول طعامه بنفسه، أو يرتدى ملابسه بنفسه، أو يستقل فى شونه، وبمعنى آخر سنرى أنه يرفض بذل الجهد.

### ٢- تجنب الغضب لهفوات الطفل؛

إن التشجيع يفعل المعجزات، فى حين لا يؤدي الغضب والضيق وتثبيط الهمة إلا إلى الإضرار بالطفل نفسيا .

فإذا حدث مثلاً أن سقط أحد الفناجين من يد الطفل عند إعداد المائدة، يكون من الأفضل تجنب الغضب لهذه الهفوة؛ لأن مثل هذا الغضب يؤدي إلى فقدان الثقة بنفسه وقد تكون الحادثة قد وقعت رغماً عنه.

✽ فيكون من الخطأ أن تمنعه من المساعدة في المستقبل.

✽ ويكون من الخطأ إذا بالغنا في القلق، وتصورنا أنه لن يتمكن من التحكم فيما يحاوله فسيؤدي ذلك إلى فقدان الثقة بنفسه.

✽ كما أن النصح المستمر بالحذر والانتباه لا يجدي شيئاً، فالطفل يتعود تجاهل هذه التحذيرات المستمرة.

✽ ومن الخطأ أن تُحمّل الطفل شديد الحساسية مسئولية لا يكون قد تهيأ لها، إذ إن إخفاقه يؤدي إلى فقدان الثقة بنفسه.

### د- تشجيع الطفل على التفكير المستقل، وعلى اتخاذ المبادرات:

يعتبر من الوسائل الهامة التي تساعد الطفل في تعليمه بالثقة بالنفس والاعتماد عليها. واكتساب الشعور بالأمن، إذا تركت الأم للطفل أن يتصرف في بعض الأمور وتبقى على مسافة قريبة منه لكي تراقب إلى أي مدى يمكن أن يحل بعض المواقف الصعبة التي يتعرض لها. مثال ذلك:

إذا كانت لعبة موضوعة في مكان عال، فنجد الطفل يحاول الوصول إليها عن طريق إحضار كرسي، والصعود فوقه للوصول إلى اللعبة التي يرغب في الحصول عليها. وبذلك يساعد الطفل على اكتساب ثقته بنفسه إذا نجح في تصرفاته.

### ٣- الوسائل التي تساعد على إضعاف ثقة الطفل بنفسه:

#### أ- الحماية المفرطة:

إذا لم تسمح الأم لطفلها بأن تنمو مداركه، وأن يتعلم الاستقلال، فإنها تفرض عليه ما يسمى «بالحماية المفرطة» وهذه ترجع إلى رغبة الأم (على غير وعى منها في الغالب) في إبقاء الطفل معتمداً عليها اعتماداً كاملاً دائماً.

#### مظاهر تصرفات الأم في حمايتها المفرطة:

✽ هي التي تطعمه، وهي التي تلبسه ملابسه.

\* هي التي تساعده على قضاء حاجته، وتنظيف جسده.

على حين يكون الطفل السوى قد تعلم منذ أمد طويل يقضى بنفسه في هذه الجوانب كلها. وبذلك يبقى طفلا غير مستكمل النضج، غير قادر على الاندماج مع الأطفال الآخرين بسهولة، مرتبطا «بمريلة أمه ولكنه كثيرا ما يشعر بالغضب عليها لأنها لم تمنحه الاستقلال .

#### أشكال أخرى من مظاهر الحماية المفرطة:

تظهر الحماية المفرطة في أشكال أخرى متعددة:

\* قد لا تسمح الأم لطفلها بالخروج خوفا من أن تبطل قدماءه، أو خوفا من البرد، أو من أن يلعب مع الأطفال الأشقياء أو من أن يكتسب لهجتهم وأسلوبهم، ولثلا يجرح نفسه في لعبه معهم.

\* تمنع الأم طفلها من اللعب في المنزل على هواه، وتتدخل باستمرار «لمساعدته» في لعبه. وهي تشجعه على استخدام كلمات الأطفال الصغار، بل تدله كالصغار عندما يكون قد أصبح في مرحلة لا تسمح بذلك.

\* وكثيرا ما ترى أطفالا في السادسة أو السابعة ما زلوا يعتمدون في ارتداء ملابسهم على أمهاتهم؛ لأنه لم تمنح لهم أبدا الفرصة لأداء ذلك بأنفسهم.

#### أسباب الحماية المفرطة:

١- تظهر الحماية المفرطة من الوالدين نحو الطفل، وبخاصة عندما تكون الأم قد مرت بحياة غير سعيدة. فتبذل جهدها لتحصل من طفلها على أكبر قدر ممكن من الحب.

٢- تظهر الحماية المفرطة إذا كان والد الطفل قد مات، فتعوض العذاب النفسى من فراقه بالحماية الزائدة للطفل.

٣- إذا جاء الطفل بعد انتظار طويل أو بعد تكرار فقد أطفال.

٤- عدم توافر الهناءة الزوجية.

٥- إذا كان الطفل من جنس مطلوب، وكان مولده بعد كثير من أطفال الجنس الآخر.

### مضار الحماية المفرطة:

١- اعتماد الطفل اعتمادا كلياً على الأم، الأمر الذي يؤدي إلى ضعف ثقته بنفسه.

٢- عدم القدرة على الاتصال بالغير اتصالاً متجاً.

٣- ظهور التمرد على هؤلاء الأطفال المبالغ في حمايتهم بمجرد أن يستطيعوا الإفلات من البيت، ويكونون معرضين للحوادث أكثر من غيرهم.

٤- يفقد الطفل الاعتماد على نفسه، ويكون لذلك آثار سيئة عليه في المستقبل.

### ب- الإفراط في النقد أو البحث عن الأخطاء:

يكون لذلك أثره البالغ في إضعاف ثقة الطفل بنفسه. ويزيد الأمر صعوبة إذا كان هناك من الأقارب من يعيشون في نفس البيت فيشاركون في توبيخه وتأنيبه والسخرية منه. الأمر الذي يؤدي إلى الإحساس بالاكئاب، والاضطراب النفسي الذي يؤدي إلى أعراض نفسية وصحية متعددة. وهناك كثير من الأطفال المضطربين نفسياً نتيجة التعنيف المستمر من المحيطين بهم.

### ج- السخرية من أخطاء الطفل أو مخاوفه أو خجله:

- لا يجوز أبداً أن نسخر من أخطاء الطفل أو مخاوفه أو خجله.

- كما لا يجوز أن تُناقش عيوب الطفل أمامه، ولا سيما في وجود أشخاص غرباء. إن مخاوف الطفل تعد في نظره واقعية تماماً، ومن الخطأ أن نسخر منه.

- كما لا يجوز أن يقال شيء عن خجله أو عيوب نطقه أو تخلفه العقلي أو تصرفاته في وجود الطفل.

- كما لا يجوز أن يقال أنه ضعيف أو مرهف التكوين.

فقد ثبت من البحوث أن لمثل هذه الملاحظات أثرها البالغ في الطفل، ولا يترتب عليها غير الضرر النفسى.

#### د- إطلاق الكبار على الطفل أوصافا تفقده ثقته بنفسه:

من الأسباب الهامة لفقد الطفل ثقته بنفسه، ما يطلقه الكبار عليه من أوصاف. فكثيرا ما يصف الآباء والأقارب أحد الأطفال بأنه: «الخائب فى استخدام يديه»، أو «الطفل الشقى»، أو «الطفل العنيد»، فهذه الأوصاف تفقد الطفل ثقته بنفسه، وتفقده الشعور بالأمن.

وأخيرا:

مما سبق نرى أن الثقة بالنفس والشعور بالأمن والاعتماد على النفس من أهم الأسس الحيوية لإشباع الحاجات النفسية للطفل فى مراحل العمر المختلفة فإن إشباع حاجاته النفسية فى هذا الجانب تساعد على خلق شخصيات ناضجة مستقبلا، قادرة على تحمل المسئولية وعدم الاعتماد على الآخرين.

إن قوة الخلق، والشخصية، والشجاعة، والعزم، والأمانة، والاتزان، والثقة بالنفس، والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا. . . إنما نبعت كلها من شعوره فى طفولته بدفء الجو الذى يعيش فيه، ومن خبرته بأنه موضع الحب والثقة والاحترام، وأن جهوده تلقى من المساندة والتشجيع، ثم فى الثناء والتقدير ما يستحق.

وما أكثر ما يعرض للأسرة من فرص لتنمية هذه الفضائل فى صغارها كل يوم.

## الفصل الخامس الأمهات .... أنواع

الأمومة أسمى المشاعر الإنسانية عند المرأة، وهى ينبوع الحنان والعطاء. ورغم أن الأمومة مسئولية وجهد إلا أن الأم الحقيقية بحكمتها وصرها تستطيع أن تواجه كل صعاب الحياة، بل وتتخطاها بصدر رحب.. وذلك بالعطاء من جهدها وشبابها وصحتها وأخلاقها.

ومع ذلك : فكل أم لها طريققتها وأسلوبها فى تربيته أبنائها، وكل أم حريصة على مصلحة أولادها، وتسهر على رعايتهم، وتبذل كل ما تملكه من اهتمام ورعاية فى سبيل سعادتهم.

ولكن مجرد الحرص على مصلحة الأولاد والسهر على رعايتهم، وتبذل الجهد فى سبيل سعادتهم ليس هو طريق السعادة دائما...

فقد تقوم بكل ذلك، ومع هذا فلا تستطيع أن تبلغ الغاية التى تنشدها ولا أن تحقق الهدف الذى تريده.

وذلك : لأن الهدف شىء، وطريقة الوصول إليه شىء آخر...

النوايا هى أطيّب النوايا... ولكن الطريق لتحقيق هذه الأهداف والنوايا يختلف باختلاف الأمهات... والأمهات من هذه الناحية أنواع مختلفة وأشكال متباينة... فعلى كل أم أن تعرف مكانها وتحدد موقفها بين أنواعها حتى تستطيع أن تؤدى رسالتها على الطريق الاكمل، وتبلغ بأولادها حدود الآمال التى رسمتها لهم... وعليها أن تكافح وتحاول التخلص من السليبات التى تعوق وصول أبنائها إلى التشئة السليمة... من خلال التعرف على الصفات والأسلوب السوى الذى يساعد على تحقيق الصحة الجسمية والنفسية والعاطفية والاجتماعية للأبناء.

وفيما يلى سوف أوضح الأنواع المختلفة للأمهات...

## ١- الأم المتفانية

مما لاشك فيه أن الأم مسؤولة إلى حد كبير عن تكوين شخصية ابنها وأخلاقه، فهي أكثر الناس التصاقاً بصغيرها؛ ولذلك فإن الطفل الصغير يعتمد على أمه اعتماداً يكاد يكون كلياً، فهي دائماً ملاذه الذي يلجأ إليه في حل مشاكله، والخروج من المآزق التي يتعرض لها. . . ولهذا فإن الروابط تبلغ أقصى قوتها بين الأم وابنها، حتى أن هذا الابن في سن معينة يشعر بالغيرة عليها من والده، ولكن هذا الموقف سرعان ما يزول ليتحول إلى علاقات مع الآخرين خارج الأسرة.

وفى ظل هذه العلاقات يستطيع الابن الذي بلغ سن الشباب أن يختار رفيقة حياته. . . وإذا سارت الأمور على هذا النحو قلنا أن الطفل قد تطور طبيعياً وأصبح شاباً سوياً. . . ولكن الأمور لا تسير في هذا الطريق دائماً ففي بعض الأحيان يكون تأثير الأم على ابنها شديداً مما يفسد تطوره العاطفي، ويصبح الابن معتمداً على أمه كل الاعتماد لا يكاد يتصرف أو يتخذ أى قرار دون مشورتها.

وهذه هي الحالة التي يعرفها علماء النفس باسم «عقدة الأم».

من نتائج هذه العقدة:

لا يستطيع الشاب أن يفصل حياة «العزوية» لأنه لم يلتق بالمرأة التي لها صفات أمه. . . إما إذا وجد الفتاة التي تشبه أمه فقد يجد في الاندماج العاطفي والاتصال الجنسي بها مصاعب كثيرة. . . فقد يرى في هذه الأمور خيانة لأمه واعتداء عليها.

كما سبق تتضح الآثار المدمرة للأم المتفانية.

في بعض الأحيان تعاني الأم من شقاء، حياتها الزوجية فتتصرف بكل كيانها إلى طفلها، تغدق عليه حنانها، وتحيطه بكل أنواع الحب والرعاية والتدليل؛ لأنها تجد في هذا بعض التعويض. . . وهكذا يزداد تعلق الأم بابنها وتعظم سيطرتها عليه مما يفسد نموه النفسي ويصيب حياته العاطفية بأكبر الأضرار. . .

**دور الأم المتفانية لتحقيق السعادة لأبنائها:**

على الأم أن تكون واعية لدوافع سلوكها حتى لا تنساق وراء محركات خفية تؤذي أولادها. ومن القواعد الهامة التي ينبغى على الأم أن تتبعها:

- تشجع ابنها على الاختلاط بالآخرين ويتجنب الوحدة.
- تترك بين الحين والآخر مسألة الإشراف عليه لغيرها حتى يتعود الاختلاط والتعامل مع الآخرين.
- تبذل كل ما تستطيع من جهد في سبيل الثقة بنفسه والاعتماد عليها.
- توجه إليه دائما الإرشاد والتوجيه الذى يساعده على الاعتماد على نفسه، وتجنب الاعتماد على آخرين في تدبير شئونه.

وأخيرا:

فإن الأم التي تجعل من هذه القواعد أسلوبا لها في تربية أبنائها، سوف تجني ثمرة ذلك؛ استقرارا له في حياته المستقبلية واعترافا بما قدمته من جميل.. الأمر الذى سوف يحقق لها السعادة، والراحة النفسية، والرضى عن نفسها لتحقيق الأهداف التي ضحت وجاهدت لتحقيقها لإحساس الأبناء بالاستقلال والاعتماد على النفس.. الأمر الذى يساعدهم على الحياة المستقبلية السعيدة.

## ٢- الأم الهوائية؛

وهى فى الواقع من أخطر أنواع الأمهات؛ لأن أهم صفاتها هو التقلب والانتقال من أقصى اليمين إلى أقصى اليسار.. فبينما هى هادئة صافية حيناً، إذ بها صاحبة عاصفة حيناً آخر.. والطفل المسكين حائر إزاء تصرفاتها، لا يدري كيف يكون سلوكه معها، لأنه فقد الميزان الذى يستطيع أن يقيس به ردود أفعالها، فهو لا يدري على وجه اليقين ما الذى يرضيها، وما الذى يبعث فى نفسها الهدوء وما الذى يثيرها.

## صفات الأم الهوائية؛

من أبرز صفاتها:

- \* أنها خيالية بعض الشيء..
- \* ولا تلتزم بالنظام فى شئون بيتها، وتصرفاتها مع أولادها تتم دائما عن عصبية واضحة.

\* لا تستقر على رأى معين: أحيانا نراها شديدة الاهتمام بأولادها، تحرض على نظافتهم، وعلى أن يؤدوا واجباتهم المدرسية فى مواعيدها، وفجأة ينقلب

الاهتمام إلى إهمال يكاد يكون كاملاً . لا حرص على نظافة، ولا سؤال  
عن واجب مدرسي، والصراخ هو أسلوبها في الحديث، والضرب هو  
طريقتها في التوجيه .

### تأثير الأم الهوائية على أولادها:

على الرغم من أن هذه السيدة تحب أولادها، وترغب في الخير لهم، إلا أن  
بأسلوبها في معاملتهم أنها تجعل منهم:

\* أفرادا غير مستقرين، لا يستطيعون أن يشبوا على رأي، أو يقطعوا بوجهة  
نظر.

\* هم دائما من الطراز المتردد الذي لا يستطيع أن يميز بين الحق من الباطل ولا  
الخير من الشر، ولا الصواب من الخطأ.

### واجب الأم الهوائية:

واجب الأم التي تعرف أنها من هذا النوع أن تراجع موقفها في هدوء . . ولا بد  
أن تأخذ نفسها بالحزم حتى تستطيع أن تغير أسلوب حياتها . . . عليها أن تفكر في كل  
معاييرها المستقرة ونظرتها المتقاربة، حتى لا تصيب أولادها بالخيبة ولا تعرضهم للبلبل،  
والصراع، والاضطراب النفسي، والتشتت في التفكير والفعل.

### ٣- الأم اللامبالية:

ولا شك أنها هي الأخرى أكثر الأمهات خطرا على أولادها، لم تكن هي  
بالفعل أكثرهن خطرا، وموقف اللامبالاة وعدم الاهتمام وترك الحبل على الغارب  
للأبناء له أسباب كثيرة منها:

\* معاناة الأم أثناء طفولتها بالقسوة والخشونة من أبيها، وتعرضها للكثير من  
ألوان العقاب بسبب وبدون سبب؛ ولهذا تلجأ الأم إلى أن تكون معاملتها  
لأولادها كمثل المعاملة التي لاقتها من أبيها.

### دور الأم اللامبالية نحو أبنائها:

\* لا تلجأ إلى أسلوب العقاب لأبنائها إطلاقا.

\* تتجنب الخشونة والقسوة فى معاملتهم .

\* لا تترك لأبنائها حرية كاملة يتصرفون من خلالها كيفما يشاءون . فالمرهق أو الشاب الذى لم يبلغ درجة كافية من النضج لن يستطيع أن يتحكم فى أهوائه وعواطفه ، ربما تورط فى أخطاء لا يسهل إصلاحها فيما بعد .

\* تجنب ترك الأبناء يتخبطون فى ظلمات الفوضى دون شعاع يهديهم فهو أخطر ما يمكن أن تفعله أم بأبنائها .

فالأبناء مهما أبدوا من سعادة بالحرية التى يمنحها لهم الآباء والأمهات فإنهم فى أعماقهم يحسون بحاجة ملحة إلى من يوجههم ، ويحسن تبصيرهم بعواقب الأمور .

\* ينبغى أن تكون الأم الشعاع الذى يهدى الأبناء إلى الطريق والسلوك السليم ، وتجنب الأخطاء .

\* ينبغى أن تجعل الأم من وقتها ساعة أو بعض الساعة تتفرغ فيها لأولادها فتحدث إليهم ويتحدثون إليها ، لتسمع منهم ويسمعون منها .

\* ينبغى على الأم ألا تحرم أبنائها من توجيهاتها البناءة ، وتشعرهم باهتمامها . .  
لأن إحساسهم بعدم مبالاتها سوف يحطم نفوسهم . . . لذلك ينبغى أن تكون دائما الأم الراعية . . الأم الموجهة . . الأم المرشدة . . .

#### ٤- الأم الصارمة:

وعلى نقيض الأم اللامبالية توجد الأم الصارمة ، التى يكسو العبوس وجها معظم الوقت ، إن لم يكن الوقت كله ، فماذا يكون صدى مثل هذه الأم على حياة أبنائها .

#### تأثير الأم الصارمة على أبنائها:

\* ستكون العلاقات المميزة لأبناء هذه الأم:

الانطواء على النفس ، الخوف من الناس ، وعدم الثقة بالنفس ، والتمرد .

\* من أعراض الاضطراب النفسى والعقلى : مثل التبول اللا إرداى ، والتعثر فى الكلام ، والتشرد ، والعدوانية ، والعنف ، والعناد ، وعدم الطاعة ، والهروب ، والتأخر الدراسى أو الفشل الدراسى .

\* أعراض أمراض عقلية : كالقصور ، والاكتئاب ، ولوثة الهوس .

## أسباب تأثير الأم الصارمة على أبنائها:

\* لا تسمع لرأى يبدونه، ولا تستجيب لصرخة شكوى أو همسة رجاء تصدر عنهم، وبهذا يشعر الابن أو الابنة بروح الهزيمة تملأ نفوسهم، وتنفذ إلى أعماقهم، وربما استمر معهم هذا الإحساس طوال حياتهم، فيكون أسلوبهم هو التنازل وعدم القدرة على مواجهة مشاكلهم مستقبلا.

## واجب الأم الصارمة نحو أبنائها:

\* على الأم أن تعيد النظر في الطريقة التي تلجأ إليها في تربية أبنائها.  
\* عليها أن تتخلى عن أسلوبها الجاف والقاسى فى المعاملة.  
\* عليها أن تشعر طفلها فى كل الحالات بأنها تحبه، وستظل تحبه حتى وإن تعرضت بعض أعماله للنقد أو تعرض للعقاب.. فإنها تحبه.  
فالحب والحنان والعطف والرعاية والرقه... كل هذه الأشياء هى الغذاء النفسى للطفل، والذى تغذى عليه شخصيته، والتي يلمسها الصغير عند أقرب الناس إليه وأشدهم التصاقا به وهى أمه.  
لذلك: إذا افتقد الطفل الحنان والحب والعطف، فإننا نتوقع أن يصاب بأى مرض نفسى، أو جسمى، أو عقلى... لذلك فعلاج هذه الاضطرابات هو حب الأم.

## ٥- الأم القلقة:

هى الام التى تشر دائما بالخوف والقلق.. وخوفها فى معظم الحالات قائم على غير أساس.. أنه خوف وهمى... وأحيانا تكون مخاوف مرضية تجعله يسلك سلوكا غير معقول، وغير مستساغ اجتماعيا.

- تحس بالضيق والتبرم مما يؤدى بها إلى سنوك غير سوى .

## سلوك الأم القلقة:

\* خوفها الشديد من منظر الفأر أو الصرصار .  
\* خوفها الشديد من الظلام أو هلعها إذا وجدت نفسها فى غرفة مغلقة.

✦ خوفها الشديد من الإصابة بالأمراض، واستمرار تنظيفها ليدها إلى أن تمرض ويتنزف منها الدم.

### تأثير الأم القلقة على أبنائها:

✦ سوف تنقل هذا القلق والخوف إلى كل من حولها وعلى رأسهم أبنائها وبناتها.

✦ ستسلبهم الإحساس بالطمأنينة والراحة.

✦ تدفعهم إلى عدم الثقة بالنفس، وعدم القدرة على اتخاذ القرار.

✦ التأخر أو الفشل الدراسي.

✦ يصاب الأبناء بأمراض نفسيه، نتيجة البث فيهم بمخاوفها المرضية.

### واجب الأم نحو نفسها للتخلص من القلق والخاوف:

✦ تحاول أن تتخلص من القلق وأعراضه، لتجنب إصابة أبنائها بالاضطراب النفسى .

✦ إذا لم تستطع التخلص من هذه الأعراض . . ينبغي أن تعرض نفسها على الطبيب النفسى لعلاجها . . وتجنب إصابة أبنائها بالأمراض النفسية .

### ٦- الأم المثقفة:

من الطبيعى أن الأم المثقفة تبث ثقافتها بطريق مباشر أو غير مباشر فى أبنائها . . وإذا كانت تهتم بالكتب، ومصادر المعرفة، فإنها تحب إذن المعرفة ومصادرها ووسائلها لأطفالها، فينشأون على حب المعرفة والتشوق إلى آفاقها.

وطريقة حديث الأم، وما تستخدمه من مفردات لغوية يتنقل بالتالى إلى الطفل فيجب ألا تنسى ما يمكن أن تطعم به الأم أطفالها من مثل عليا فى الحياة، وما يمكن أن تنقله إليهم من قيم، ومن اتجاهات أخلاقية وأساليب سلوكية متنوعة.

وأخيرا:

بعد هذه الجولة: ما هو نوع الأم التي ينبغي أن تحرصى على تحقيقه. يقول علماء التربية والطب النفسى : لا بأس أن تكونى أما حازمة تحسن التوجيه والقيادة ولكن الحزم ليس معناه القسوة، وليس معناه التجهم.

لا تنسى أن تكون الابتهامة هى الإطار الذى يشع منه الحب على جو الأسرة والأولاد، ولا تنسى أيضا الفهم. . إن للأطفال عالمهم الخاص الذى يختلف عن عالم الكبار. وأنت إذ رجعت إلى ماضيك أيام الطفولة، وإذا قرأت بعض الكتب عن نفسية الطفل وطريقة نموه، فلا بد أن التسامح سيكون هو أسلوبك المفضل فى التعامل مع صغارك. . إن الاعتدال فى كل شىء هو خير صفة ينبغي أن تتصف بها الأم الحنونة، العظوفة، الحكيمة.

ولذلك : فعلى كل أم أن تكون لها وقفة شجاعة مع نفسها، وأن تتعرف على مكانها من هذه الأنواع من الأمهات. فإذا كانت واحدة منهن، فلا تتردد لحظة فى محاولة التعبير. لسعادة أبنائها. وهى لا شك حريصة عليها مستعدة لأن تبذل فى سبيلها كل جهد، حتى لو كان ذلك يؤدى إلى تغيير طباعها، وتبديل عاداتها لمصلحة وسعادة أبنائها، حاليا ومستقبلا.

## الفصل السادس

### الأب.. والصحة النفسية للطفل

إن للاب في الأسرة وتنشئة الأطفال دورا لا يقل أهمية عن دور الأم.. ولذلك يخطئ الأب كثيرا إذا شغلته متاعب الحياة عن أسرته، وقضى معظم وقته بعيدا عنها، تاركا الأمر لسأم وحدها؛ لذلك أن دوره يختلف عن دورها إلى حد ما، ولا تستطيع هي أن تعوض أبناءها النقص الذي ينشأ عن تغيبه عنهم أو عدم العناية بالإشراف عليهم ومصاحبتهم.

ويمكننا أن نلخص فيما يلي مقومات الأبوة الحكيمة في توفير الصحة النفسية للأبناء.

١- عليه أن يشعر الصغير بحبه له، وعنايته به منذ وقت مبكر من حياته:

حقا إننا نعلم أن مسؤولياته الاجتماعية ووظيفته في المجتمع تجعل مركزه غير سهل كمركز الأم في كسب مودته وإشعاره بالحنان والحب، ولكن ذلك لا يمنعه من أن يحاول الاقتراب من ابنه منذ السنين الأولى من حياته.. كما عليه أن يستغل نمو الصغير حين يبدأ المشي واستخدام اللغة في تدعيم العلاقة معه عن طريق المداعبة، والمصاحبة، إذ يصبح في إمكانه في هذه السن تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية بها روح الود والمحبة... ولا تتركن على قضاء حاجاته الفسيولوجية كما في السنة الأولى.

مثل هذه المعاملة من جانب الأب تساعد على :

١- اطراد نمو الطفل، وشعوره بالأمن والرضا الناتج عن تمتعه بمحبة والديه. كما تساعد على تكامل شخصيته هو واستقراره النفسى كأب.

٢- تستمر علاقة الصغير بوالده كلما تقدم به العير حتى يصبح الأب ومصاحبته من الأمور البالغة الأهمية للطفل حتى سن العاشرة. فهو مثله الأعلى وموضع ثقته. وليس أدل على ذلك نتائج الإيجاب التي سئلت فيها مجموعة من الأطفال بين سن

الخامسة والسابعة عشرة عن شخصية يعجب بها، وتتخذ منها مثلا أعلى في الحياة، فكان جواب أغلبية الصغار بين سن الخامسة والعاشره هو أن الشخصية التي يعجبون بها، ويريدون تتبع خطاها هي الأب. بينما ذكر أغلبية مراهقى السابعة عشرة أسماء أشخاص آخرين غير آبائهم ليس من الضرورى أن يكونوا فى البيئه المحليه.

## ٢- عليه أن يهين نفسه للأبوه وتضحيات الأبوة:

بأن يحاول أن يشترك مع الأم كلما سنحت له الظروف بمساعدتها فى رعاية أطفالها والعناية بحاجاتهم اليومية، ولهذا الاتجاه الأبوى أهمية كبيرة وخصوصا فى حالة الطفل الأول؛ لأن هذا التعاون فى الأسرة المتفهمه السعيدة محجب إلى النفس. كما أنه تدريب جميل على مسئوليات الأبوة، وتمرين على تغيير عاداته اليومية، فهو فى هذه الحالة لا ينتظر من زوجته أن تعطيه كل عنايتها ووقتها، ولا ينتظر من أسرته السهر على خدمته دائما، بل يجد نفسه مساقا إلى أن يسخر نفسه لخدمة أطفاله.

## ٣- عليه أن يقضى مع أبنائه بعض الوقت يوميا:

وذلك كى يشعرهم بأنه على اتصال دائم بهم. وذلك بعد أن ثبت أن استمرار العناية واتصال الود، من الأمور المهمة الباعثة على استقرار الأطفال وأمنهم النفسى. وعليه أن يفكر فى أن يشغل هذا الوقت بطريقة ممتعة ومحبة لهم، وعاملة على تدعيم علاقته بهم. فيظهر اهتمامه بهوية خاصة يميل إليها أحد أبنائه، وينصت إلى الآخر وهو يقص عليه مغامراته اليومية، ويبدى إعجابه بحركة أو كلمة نطق بها ثالث من أطفاله وهكذا يمكنه فى هذه المدة القصيرة نسبيا أن ينزل إلى مستوى أبنائه، ويتمتع معهم بوقت طيب لا ينسونه ولا ينساه.

## ٤- عليه أن يعمل على أن يسود جو الأسرة الوفاق والهدوء:

ويتحقق ذلك بأن تكون علاقته بالأم علاقة طيبة؛ ولذلك كانت مهمة اختيار شريكة الحياة من المهام الخطيرة. على أنه مهما كان الأمر فعليه أن يتحكم فى غضبه، ويقلل من إظهار هذا الانفعال أمام أبنائه، وأن يتغاضى بقدر الإمكان عن أخطاء زوجته وأبنائه التافهة إن وجدت وأن يعمل : موجها، ومرشدا لهم، فينبههم إلى ما يراه من أخطاء بطريقة لطيفة بعيدة عن الأمر والنهى، حتى لا يثير مقاومتهم ورضبتهم فى التمرد على سلطته.

وعليه أن يعمل بقدر الإمكان على أن يتفق مع زوجته على طريقة متسقة في معاملتهما لأبنائهما؛ لأنه ليس أخطر على تنشئة الصغار من اختلاف الأبوين في طريقة المعاملة، وكثيرا ما يؤدي هذا الاختلاف إلى انحراف الصغار وصعوبة تكيفهم للوسط الذي يعيشون فيه .

٥- عليه تعليم أبنائه الذكور أنماط السلوك الاجتماعي المميز لجنسهم من أفراد المجتمع: ويكون قدوة لهم في التصرف والسلوك، والمثل الصالح الذي يضربه لأبنائه فيقلدونه دون عناء. وبطريقة شعورية أحيانا ولا شعورية أحيانا أخرى . وعليه أن يهيئ لهم مواقف حقيقية تتيح له ممارسة هذه الفضائل والعادات ممارسة فعلية على مستوى بسيط حتى تصبح عادة مستأصلة في نفسه .

٦- على الأب أن يعمل على كسب ثقة أبنائه وبناته ومودتهم:

لدرجة أن يتخذوا منه صديقا حكيما يلجأون إليه كلما أعتهم الخيل في حل مشكلة من مشكلات الحياة التي كثيرا ما تصادفهم في هذه السن، ويسرون إليه بأسرارهم، ويتمتعون بذلك الشعور الجميل الذي يتميز بالراحة النفسية، والاطمئنان الذي يشعر به المرء إذا كان له شخص قوى موثوق فيه يأتمنه على أسراره .

ويمكن القول، مع الأسف، أن معظم الآباء والأمهات في مصر لا يهتمون بصداقة أبنائهم، وبناتهم، وتشجيعهم على الالتجاء إليهم وقت الحيرة والقلق، واستدل على ذلك من بحث أجرى على مجموعة كبيرة من الفتيات . إذ اتفقت الأغلبية العظمى منهن أنهن يلجأن إلى أمهاتهن لا آبائهن بأى سر من أسرارهن، وذكر البعض أنهن لم يعودن على ذلك .

٧- عليه مشاركة الأم في تنشئة الأبناء:

على الأب أن يشارك الأم، سواء كانت تعمل في الخارج أو لا تعمل، في أعباء المنزل ورعاية الأبناء، ففي ذلك مصلحة صحية له ولهم جميعا .

فرعاية الأبناء تضيف إلى حياة الكبار إشراقا لا سبيل لهم إلى اختياره عن غير هذا الطريق. يضاف إلى ذلك، فإن إشراك الأب في أعباء المنزل ورعاية الأبناء هو التجسيد العملي للرعاية بمفهوم المساواة، والمشاركة، والتعاون في العلاقة بينه وبين زوجته .

وهو أيضا الوسيلة الوحيدة لخلق المناخ الصحى والسليم فى العلاقة بين أفراد الأسرة جميعا. وفى مثل هذا المناخ سوف يكون للأب دوره المؤثر والفعال فى مساعدة أبنائه على تحقيق أهداف التنشئة السليمة وهى تنمية ما لديهم من إمكانيات ذهنية ووجدانية إلى أقصى غاياتها، وتهيئة الفرص الملائمة لاختبار وجودهم كعامل محفز لهم للسير فى طريق التقدم، والارتقاء دون محاولة صب شخصياتهم فى القوالب التى يريدها الكبار لهم، وفى سبيل تحقيق ذلك يستطيع الأب أن يساهم بالكثير .

#### ٨- على الأب توفير السعادة للأم:

ينبغى على الأب أن يتيح للأم فرصة تحقيق الصحة والسعادة وراحة البال، لا وفاء بحقها فحسب، ولكن تلبية لالتزامه الأول إزاء أبنائه أيضا، ذلك أن الطفل مخلوق شديد الحساسية لكل ما يجرى حوله بوجه عام، وللعلاقة بين والديه على وجه الخصوص، فإذا لمس من هذه العلاقة الحب والتعاون، غمره الشعور بالرضا عن الحياة، والاطمئنان إليها، والإقبال عليها، وكان هذا الشعور تمهيدا مساندا، ومعينا له حين يكون عليه أن يمارس الحياة فيما بعد.

كما أنه يقوم بدور السند المعنوى لزوجته، لا لأن ذلك يبعث فيها الإشراق ويدفعها إلى الاقبال، ويطلق طاقتها إلى جهد مؤثر وبناء فحسب، لكن أيضا لأن عملية التنشئة مهما يكون مقدار الحرية التى تتاح فيها للصغير لابد أن تنطوى على بعض القيود بالنسبة لرغباته.

ومن أهم أصول التنشئة أن يشعر الصغار بأن الأب والأم لهما رأى واحد فى هذا الاتجاه، لأن إدراكهم وجود اختلاف بين والديهم خلىق بأن يصيبهم بالحيرة والقلق والانزعاج أو قد يحفزهم ذلك على محاولة الانحياز لأحدهما دون الآخر، واللعب على اختلافهما لتحقيق رغباتهم، وبراعة الأطفال فى هذا المجال تفوق أى تصور أو توقع الكبار.

#### ٩- على الأب خلق المناخ الصحى الملائم بالأسرة:

ينبغى على الأب أن يجعل من وجوده فى حياة الأسرة سبيلا لكى يتعرف الصغار على ما له من صفات إيجابية تعينهم على التعرف عليها والتوحد معها على

تكوين شخصياتهم ونضجها وليس معنى هذا أن يحاول الأب فرض صفاته وشخصيته على الصغار بأي حال . ولكن معناه أن يعمل الأب على خلق المناخ الصحى الملائم بالأسرة؛ لأن هذا المناخ خلفية لا بد منها ليكون وجوده فى الأسرة عامل إثراء لشخصية الأطفال .

وفى هذا المجال، فإن الأبناء يكونون مثلهم العليا، ولو بصورة جزئية على الأقل، مما يرونه فى الأب، فالأب الذى له وجود واضح وسليم فى حياة أسرته، يمكنه أن يمنع عن أبنائه الكثير من معوقات النمو وانحرافاتة .

١٠- على الأب أن يقف من الطفل موقفا فيه الحزم أحيانا:

وكذلك فيه قدر من الحد من نشاطه، ومنه الإجابة لرغباته؛ لأن الأب مهما كان فى رفته وهدوئه يمثل بالنسبة للصغير السلطة، والصغير يحتاج نفسيا إلى وجود السلطة فى حياته، لأنها هى التى تساعد على تمثل القيم والمفاهيم السائدة فى المجتمع الذى يعيش فيه، وهى التى تكفه عن الانطلاق وراء نزواته الطفولية، وأهوائها، وتساعد على الاستقرار النفسى اللازم لعملية التكيف الاجتماعى .

١١- على الأب أن يكون مصدرا للحنان:

إن مهمة الأب كمرکز للسلطة لا يتنافى مع مهمته كمصدر للحنان، فحنان الأب لازم لصحة الطفل النفسية لزوم حنان الأم . فإظهار الحنان للصغار وبخاصة الصبيان، لا يتعارض مع رجولة الكبار، ولا يتعارض مع النمو بل على العكس هو الصحيح . . . إن الصبى الذى يلقى الحنان صبغيا يلقى مع الحنان الإشباع لحاجة نفسية ملحة، هى حاجته إلى أن يشعر أنه مقبول ومحبوب .

وإذا لقيت هذه الحاجة الإشباع فسوف يشب وهو لا يطيق أن يرى الحرمان يعانى منه الغير، وسيعمل جاهدا على مكافحة هذا الحرمان، سيشب على وجدان اجتماعى يتلخص فى صفة الشهامة، والشهامة من أهم صفات الرجولة .

ولو صبر كل أب على صغيره قليلا، وأعطاه من وقته بعض الوقت لتشاحسى كثيرا من عوامل القلق والههم والخطيئة والعدوان التى كثيرا ما تفتك بالنفوس الصغيرة .

إن الطفل يحتاج إلى هذه اللفتات من أبيه، ويستجيب لها . وليس أقل فى إدخال الطمأنينة على نفس الطفل، وفى تقويم سلوكه، من أن يشعر أن أباه يقوم بدوره كأب

يرعى مصلحته، ويرقب أخطائه، ويرده عنها فى أسلوب يجمع بين الحزم والعطف معا. ولا يضمن عليه بالثناء إذا أصاب، ويعامله بنزاهة انفعالية تجعله دائما وفى جميع الأحيان جديرا بالثقة وأهلا بالاعتماد.

#### ١٢- على الأب تحويل أنانية الطفل إلى حب الغير:

الطفل فى البواكير الأولى من حياته كائن أنانى لا يعرف إلا نفسه، ولا يحيا إلا لها. والأبوة الرشيدة الناجحة هى التى تعمل فى دأب ومثابرة، على تحويل قدر من الأنانية إلى حب الغير. حتى إذا أدرك مرحلة المراهقة، كان مستطعا عن طريق ما أتبع له من فرص الإعطاء والمشاركة وعن طريق المناقشة الودية فى بعض الأحيان، ثم عن طريق المثال الذى يراه من والديه، فليس فى الواقع أفضل من هذا المثال فى نفوس الصغار، كان مستطعا أن يقدم لنفسه معيارا للقيم الخلقية، فيكون حب الصغير ورعاية حقوقهم من مقوماته الأساسية.

#### ١٣- على الأب تشجيع أبنائه وتقديرهم:

إن الأبناء فى حاجة إلى أن يلقوا التشجيع، ويطمثوا إلى الموافقة والقبول من أبيهم كى ينعموا بحياة فيها الشجاعة والتعاون.

إن شعور الطفل بتقدير أبيه لما يفعل خليك بأن ينبه فيه خير ما عنده، ويبعث لديه الحماس للقيام بخير ما يستطيع، فكلمة التشجيع يحظى بها من أبيه متى أعطيت له فى حينها، هى الحجر الأساسى فى تكوين الثقة بالنفس، وهى صفة لا بد منها لإمكان التقدم فيما بعد.

إن قدرات الطفل تنمو على التشجيع، وتضمرب باللوم والتشبيط، وشعوره بأنه يلقى الثقة والتقدير والاحترام من أبيه خليك بأن ينمى فى نفسه صفات الشجاعة والعزم والاتزان وهى دائما من مقومات الشخصية الخلاقة.

#### ١٤- على الأب تجنب النقد اللاذع، والتفرقة بين أبنائه:

الأب مسئول على أن يسود حياة الأسرة جو المودة والحب والاحترام، وأن يتفرض عنها النقد اللاذع إذا كان مركزا على فرد بعينه لأى سبب من الأسباب، فإن الجو المشبع بالاحترام ينتقل إلى الأطفال ويعلمهم كيف يحترم بعضهم بعضا.

وكذلك : على الأب أن يتجنب، ثم يتصدى لأي بادرة تفرقة بين الولد والبنت فإن هذا التحيز هو البذرة الأولى التي ينبت منها وتتفرع عنها كل انحرافات العلاقة بين الجنسين فيما بعد.

فالأب الذى يضع نصب عينيه أن ينشئ ابنه على احترام الغير وحقوقهم ومعتقداتهم ومساهماتهم، إنما يساعده على أن يظل على الحياة من أفق واسع، وعلى أن ينظر إلى مسائلها ومشاكلها بنظرة موضوعية متحررة من آثار التحيز والهوى .

#### ١٥- على الأب ضرورة عدم نقل هموم العمل إلى المنزل:

من الخير أن يذكر الأب دائما أنه لا بد من الفصل بين العمل والمنزل فصلا تاما بقدر الإمكان . . ومعنى هذا الفصل ألا ينقل هموم العمل ومتاعبه معه إلى البيت .

إن البيت مكان يختلف كل الاختلاف عن العمل . . وجو البيت من أجل ذلك ينبغي أن يختلف كل الاختلاف أيضا عن جو العمل . لأن الصغار لا يستطيعون فهم هموم العمل ومتاعبه، وبالتالي لا يستطيعون المساعدة فيها، ومن ثم فإن ترك هموم العمل حيث هى أمر حتمى إذا شاء الأب أن ينهض بالتزاماته فى تنشئة الصغار على خير وجه؛ لأنه إذا لم يفعل فسيعجز عن أن يتفرغ كما يجب . . والصغار شديدي الحساسية فى هذا الأمر . . ويضاف إلى ذلك، فإن نقل هموم العمل إلى المنزل خليق بأن يجعل الأب ضيق الخلق، سهل الإثارة، وهذا أمر قد يفسر بواسطة الصغار أنه صد لهم، واعتداء عليهم، لأنه ليس فى وسعهم أن يفهموا باعشه الحقيقى، ولا أن يروا له سببا آخر .

#### ١٦- على الأب أن يتجنب معاملة أبنائه على أساس الأمر والنهى والعقاب:

إذا ألحت على الطفل بعض رغباته، وهى لا بد أن تلح عليه أحيانا، فدفعت به إلى محاولة الانطلاق خارج الحدود التى تقتضيها مصلحته، ففى وسع الأب، ومن واجبه أن يعطيه فى حديث قصير إيضاحا لمدلول السلوك الذى يراد له قدر من الضبط . . والطفل كائن منطقى معتدل يستجيب إذا لقى الاحترام، وعومل على مستوى إنسانيته .

أما معاملته على أساس الأمر والنهى والعقاب، فإنها تثير فى نفسه الكثير من أسباب الهم والتلق والخطيئة والعدوان، فوق أنها تؤدى إلى أن يرى أباه فى صورة المتسلط الباطش الغاشم لا الموجه الصديق الهادئ. . . وشتان بين الصورتين تأثرا فى نفس الطفل.

وأخيرا:

مما سبق نرى أن الدور الذى يستطيع الأب القيام به فى تنشئة أبنائه دور عظيم القدر والخطر، ولو قام كل أب بواجبه فى هذا الصدد على النحو الذى ينبغى لكان لنا أن نرجو أن يجرى عالم الغد خيرا من عالم اليوم.

إن بيد الأب - إن أحسن القيام بواجبه - أن ينشئ ابنه على الولاء، والإيمان والشجاعة، وضبط النفس والثقة بها.

بيده أن يفجر ما بنفس الطفل من ينابيع الخير والسخاء والحماس للحياة.

## الفصل السابع

### الوالدان.. والصحة النفسية للطفل

#### أهمية مرحلة الطفولة:

تعتبر مرحلة الطفولة من المراحل المهمة في حياة الفرد، التي من خلالها يتعلم الطفل: القيم، والأخلاقيات، والسلوكيات، والعادات الصحية والعادات العقلية الحسنة. كذلك لهذه المرحلة أهمية كبيرة في تكوين شخصية الطفل وسلوكه، وأسلوبه في التعامل مع الحياة بعد ذلك.. حتى أنه يعتقد بعض علماء النفس أن اتجاهات الطفل المميزة تتكون في الأغلب من خلال التربية الأسرية في مرحلة الطفولة. حقيقة أن هذه الاتجاهات قابلة للتغيير بعد ذلك من تأثير عوامل التربية المختلفة، ولكنها على العموم لها تأثير في مراحل العمر المختلفة التالية.

#### دور الوالدين لتحقيق الصحة النفسية للطفل:

##### ١- القدوة الحسنة:

ينبغي أن يمثل سلوك الوالدين القدوة الطيبة للأطفال، فإن لهذا أكبر الأثر في طبع الروح الأسرية بطابع خاص، وذلك هو الذي يمتصه الطفل ثم ينعكس على سلوكه في مرحلة الطفولة.. ومستقبلا.. فعليهما أن:

- ١- يقيما علاقتهما معا على أساس المحبة والاحترام المتبادل.
- ٢- يتبعنا معاملة ثابتة مع أبنائهما تجمع بين العطف والحزم.
- ٣- يعطيا الطفل فرصة الحرية مع إطار الضبط والنظام فتربى فيه الثقة بالنفس والاعتماد عليها.
- ٤- ينميا فيه احترام حريات الآخرين، ومشاعرهم.
- ٥- ينميا فيه القدرة على ضبط النفس، وحسن التعامل مع الغير.
- ٦- يتجنبنا الألفاظ الجارحة، والخشونة في المعاملة.

## ٢- تدريب الطفل على احترام القيم الأخلاقية والروحية:

إن المجتمع المصرى يحتاج إلى الوعى والمعرفة والتوجيه إلى وسائل التربية السليمة للأطفال، حيث إن معظم الآباء والأمهات لا يبذلون جهداً فى توجيه أبنائهم.

فكثيراً ما يشجع فيهم الصفات غير المرغوب فيها بإهمالهم تهيئة الجو المناسب للتربية السليمة السوية . . مما يعطل إعدادهم إعداداً صالحاً للحياة المستقبلية فى المجتمع . فالمجتمع لكى يكون سليماً متجانساً يجب أن يقوم على صفات أساسية مثل: التعاون، وتبادل الثقة بين الأفراد والاعتماد على النفس، والمعاملة الصريحة المستقيمة. فإذا لم يدرّب الطفل على هذه الصفات فى الأسرة عجز عن ممارستها فى حياته الاجتماعية بعد ذلك، مما يؤدى إلى تفكك المجتمع، وعدم وصوله إلى الرقى المطلوب.

## ٣- تجنب التدخل فى كل كبيرة وصغيرة:

تخطئ كثير من الأمهات، والآباء بتدخلهم فى كل صغيرة وكبيرة فى حياة أطفالهم وبمحاولة تقييد تصرفاتهم، بإرادة أو بدون إرادة.

وقد يلجأون فى سبيل ذلك إلى وسائل العتاب، والعنف، والقهر، مما يترتب عليه كبت حرية الطفل، وإشعاره بالحرمان، فيصاب بالتردد والجنون. ويفشل فى تكوين النظرة الصائبة للأمور.

## ٤- إشباع الحاجات النفسية للطفل:

لتوفير النمو النفسى السليم للطفل، ينبغى إشباع الحاجات النفسية للطفل فى مراحل العمر المختلفة بطرق سوية، وهى الحاجة إلى: الأمن، والعطف، والتقدير، والحرية، والنجاح، والضببط. . . وإشباع هذه الحاجات تأثير واضح فى نمو الطفل النفسى، وتجنبه الشعور بالخوف أو النقص، أو الفشل.

## ٥- تجنب تمييز طفل على آخر أو تفضيل الولد على البنت أو العكس

فإن لهذا التمييز آثاراً سيئة من الناحية النفسية بعيدة المدى فى إصابة الأطفال بالغيرة، التى تتحول مع الوقت إلى شعور بالعدوان، والرغبة فى الانتقام. والتعويض عن العطف المفقود بوسائل شاذة.

## ٦- الجزاء والعقاب بطرق سليمة،

إن اتباع نظرية الجزاء والعقاب منذ الصغر بطرق سليمة يؤدي إلى تعريف الطفل بالخطأ والصواب بشرط أن يخلو العقاب من روح الانتقام والعنف وأن يخلو الثواب أيضاً من مكافأة الطفل على ما يجب أن يقوم به من أعمال أو يؤدي من واجبات، حتى لا ينتظر المكافأة على كل ما يعمل مما يجعله أنانياً، ضعيف الشخصية لا ينظر إلى الأمور نظرة طبيعية... وكلما تحول الثواب من المستوى المادى إلى المستوى المعنوى أو النفسى، كان ذلك أدهى إلى نمو الطفل نمواً سليماً واتباعه السلوك المرغوب فيه بطريقة أفضل.

وكذلك يجب ألا يعاقب الطفل على خطأ واحد أكثر من مرة، وأن لا يعود الوالدان إلى معاقبة الطفل بهذا الخطأ بعد ذلك.

## ٧- تحقيق الحب المتبادل بين أفراد الأسرة

إن أهم دور للوالدين أن يمنحا الحب لبعضهما ولأبنائهما؛ لأن المحبة هي أهم سمة للأسرة المتماسكة، وإذا انتفت أصبحت الأسرة بلا معنى... ومفككة.

إن المحبة التي تملك قلوب أعضاء الأسرة تعطى المعنى وتشرح الهدف للحياة الروحية القوية والمحبة القائمة بين الأزواج والزوجات، وبين الآباء والأبناء هي وحدها التي ستدوم وتستمر مع الأبناء مدى الحياة.

فالطفل بالذات له قيمة كبرى في الأسرة المتماسكة المتدينة؛ لأن فيه تلتقى مشاعر المحبة المتدفقة من كلا الوالدين، وكان الطفل هو ملتقى مصب نهر الأبوة الخالدة، ونهر الأمومة الحانية العطوفة الأيدي. إنه ثمرة الحب المتبادل بين الزوجين، الحب الذى يمتد فيشمل كل جوانب حياتهما الجسدية والوجدانية.

## ٨- غرس القيم الدينية فى الأطفال؛

عندما ينشأ الطفل فى أسرة متدينة، فإنه يتشرب الدين فى مذاق الحب، ويتشبع بروح الوقار والقداسة، ويمتلئ من مخافة الله ووجهه، ويرسخ فيه الإيمان بوجود الله الحى. وينفتح وجدانه نحو حب الإله، ويشعر بالاطمئنان فى كل ما يعمل حيث إنه يشعر أن الله بجانبه.

ونتأدية العبادات فائدة كبيرة للطفل: حيث إنها تعطيه شعورا بأنه يتنمي إلى جماعة كبيرة تشترك معه في التفكير والعقيدة في تأدية العبادات بنفس الطريقة وهذا الشعور بالانتماء إلى الجماعة ينمي الشعور بالأمن والاستقرار.

وعليه، ينبغي أن نشجع الأطفال على الاختلاط بروح الدين وأهدافه والتمسك بالقيم الأخلاقية والسلوك السليم الذي يهدف لصالح المجموع، وحماية حقوق الأفراد من عدوانهم على بعض. وليس من المستحب أن يكون الاتجاه الديني ضيق الأفق.

#### ٩- التمسك بالسمات الدينية الأصيلة بالأسرة:

##### الحشمة، والطهارة، والعفة، والوقار،

ينبغي أن تكون هذه المبادئ أسما قوية يقدسها الأطفال منذ نعومة أظافرهم، يصطبغون بها، إلى حد أن مغريات العالم، وإثارته الشهوانية لا تستطيع أن تخرج منهم هذه العفة الأصيلة، وذلك الوقار العظيم.

##### - الوطنية وعدم التعصب:

الأسرة التماسكة الحقيقية تشجع أطفالها منذ صغرهم على الاشتراك مع مواطنين يختلفون عنهم في الديانة، والمذهب، والعقيدة على مستوى الوطنية وخدمة البلاد، وتأسيس دولة يسودها الوعي الوطني والإخاء بين المواطنين، وتقديس المصلحة الوطنية فوق كل اعتبار. . أي الانعزالية، والتفوق، والتعصب، فهذه دلالة على وجود روح الطائفية التي يلزم إبادتها في الجو المتزلي التماسك.

ويستطيع الوالدان أن يساعدا ابنهما على مواجهة أي تحيز أو جفاء يديه زميل له في المدرسة مختلفا عنه دينيا أو مذهبيا، وذلك بأن يقدم الابن روح المودة لا عن ضعف وجبن، بل عن قوة وإيمان.

وعلى الوالدين أن يرشدا أبناءهما إلى كيفية الحياة بصفاء روحي، ونقاء اجتماعي خارجي، بإيمان داخلي في القلب، ووعي وطني مستند لخدمة الوطن.

#### ١٠- العدالة في المعاملة:

إن أفراد الأسرة إذا ما لقوا معاملة متناسقة، غير مشفوعة بالظلم، فإنهم يسلكون في خط واحد، ولا تشوب علاقاتهم أية فرقة أو أية كراهية. . .

والعدالة معناها أن يلقي كل شخص الجزاء الذى يناسب سنه، ومكانته فى الأسرة، وهذه العدالة يجب اتباعها بالأسرة حتى يتسنى إحداث التأثير المطلوب فى أفراد الأسرة، وذلك بأن تكون العدالة بين أفرادها متناسبة، فقد يكون بين الأبناء من هو سريع الاستشارة، فيجب معاملته بطريقة معينة تتماشى مع حالته.

وكذلك تختلف معاملة الأطفال بالأسرة عن معاملة المراهقين بها.

### ١١- توفير الجو الديمقراطي فى الأسرة:

إن الجو الديمقراطي إذا ما شاع بأرجاء الأسرة منذ قيامها، فإن شخصيات أبنائها وبناتها تترعرع فى جو أقرب ما يكون إلى التلقائية والتفتح وتتفق مكونات الشخصية بحيث يبدى ما بها من استعدادات كانت ستبقى كامنة لولا توافر الجو الديمقراطي فى الأسرة.

من السمات التى تتميز بها الأسرة التى تتمتع بالجو الديمقراطي :

أ- حرية التعبير.

ب- حرية النقد.

ج- أخذ مقترحات كل أفراد الأسرة فى الاعتبار.

د- احترام حرية كل فرد، واحترام اختلاف الأمزجة الفردية.

هـ- تشجيع نمو كل فرد فى حدود طاقته.

ويقصد هنا بالنمو، النمو الجسمى، والعقلى، والوجدانى، والعلمى، والثقافى، والاجتماعى ولا شك أن الحرية إذا ما كفلت للطفل، وأزيلت المعوقات من طريق نموه، فإنه يأخذ فى النمو إلى أن يصل إلى النضج.

و- توفير أكبر قدر من السعادة لكل فرد فى الأسرة، وذلك بأن يتعاونوا فى سبيل توفيرها وتنميتها.

ز- احترام الصغير للكبير، وعطف الكبير على الصغير.

وينبغى ألا يفهم الاحترام بأنه إذلال الشخص الصغير لإعطاء الفرصة للطفليان والسيادة، بل يجب أن يفهم بأن الاحترام هو حب وتقدير، وليس خوفا وامتهانا.

ح- الإحساس بالانتماء للأسرة، وكيانها العضوى النابع من حب المجموعة.

## ١٢- انتظام اجتماعات الأسرة:

لكي تتحقق الصحة النفسية للأبناء في الأسرة، وكى يستمر تماسك كيانها لا بد أن يجتمع أفرادها بعضهم مع بعض فى أوقات منتظمة تقريبا، بحيث لا يتخلف منهم أحد بقدر الإمكان .

## التأثير النفسى لاجتماعات الأسرة:

تؤدى هذه الاجتماعات إلى انسجام القلوب، وتقارب الأفكار، والتناسق بين الاتجاهات وكذلك خلق أهداف مشتركة، وآمال عريضة غير متعارضة .

## أهداف اجتماعات الأسرة:

من أهم الأهداف التى ينبغى أن تستهدفها اجتماعات الأسرة:

أ- تناول الأفكار بين أفرادها، وأخذ الصغير بنصيحة الكبير، وتبصير الكبير بما يحتاجه الصغير، وما يهتم به، ويتناسب مع مستواه العقلى .

ب- مصدر هام من مصادر الأفكار: فلقد تأتى فكرة من أحد الأشخاص، تمثل لدى الابن مكانة رئيسية فى عقله ووجدانه، بحيث تصبح محورا يدور حوله نشاطه .

ج- تنمية الثقة بالنفس لدى الابناء: وذلك بإصغاء الوالدين إلى ما يقوله الابناء والاستماع إلى ما يدور بخلدهم، حيث يعطيهم الفرصة للتدريب على الاستماع والتحدث .

د- تبادل العواطف ومشاعر الحب، والتقارب النفسى .

## ١٣- توفير النجاح للأبناء فى حياتهم المدرسية:

وذلك يتحقق بالوسائل الآتية:

\* توفير المكان المناسب، البعيد عن الضوضاء .

\* توفير ما يحتاجه الأبناء من أدوات وكراسات . إلخ .

\* الامتناع عن تكليف الأبناء بقضاء بعض حاجات الأسرة، وقطع مواصلة الاستذكار .

\* الامتناع عن الخروج إلى زيارات، وترك الأبناء بالبيت للاستذكار.

\* مراقبة الأبناء أثناء الاستذكار.

\* قيام الأب أو الأم بزيارة المدرسة للوقوف على أحوال الابن أو الابنة بالمدرسة.

\* المبادرة إلى اكتشاف ما يتعثر فيه الابن من المواد الدراسية، ومساعدته بالدروس اللازمة.

\* تشجيع الابن بالحوافز عندما يثبت تفوقه.

\* متابعة عملية التحصيل الدراسي، والإشراف على أدائه لواجباته المدرسية، والاطمئنان إلى علاقاته مع مدرسيه وزملائه أثناء فترة تواجده بالمدرسة.

أخيراً:

مما سبق يتضح لنا دور الوالدين المهم لتحقيق الصحة النفسية للأبناء في مرحلة الطفولة، الذي يساعدهم على عبور جسر الحياة في يسر وأمان، فيهنأون بطفولة سعيدة، ومراهقة هادئة، وشباب منتج، وشيخوخة آمنة.

obeikandi.com

## الفصل الثامن

### الوالدان.... واحترام لتخصية الطفل

«الطفل الطبيعي يتفجر نشاطا، وحساسية، خيالا وتلهفا على اختبار ما يجذب نظره أو ينبه عنده حاسة أخرى من حواسه... ولذلك يشعر برغبة لا تقاوم فى أن يتحرك ويلمس بيده.. يشعر برغبة لا تقدر فى التعبير عما يحسه ويتخيله، وفى إثبات وجوده وأهميته لمن حوله».

جاءتني سيدة متوسطة الحال يبدو عليها التعب ولا أعالي إذا قلت الإنهاك.. .  
تعب نظراتها عن قلق، وتنهدياتها عن شعور بالضيق.

وتتلخص قصة هذه السيدة فى أنها تعاني من شقاوة ابنها الذى لا يتوقف عن الحركة، والنشاط الزائدين.. إذ أصبح يشكل إرهاقا لها ولأفراد الأسرة.

فالشكوى منه تكاد لا تنقطع، والخسائر بسببه تكاد لا تعرف حدا تقف عنده، فهو تارة يعبث بممتلكات غيره، وتارة أخرى يصب زجاجة الحبر على بعض الأشياء، ذات القيمة، هذا إلى جانب مضايقاته المستمرة، وعدم الرغبة فى التعاون، مما يحمل الأم على أن تشتد فى معامنته يضاف إلى ذلك تلفظه بالشتائم للمحيطين به، وتشعر الأم إزاء ذلك بحرج شديد ولاسيما أمام من يزورونها من أقارب وأصدقاء، وخاصة أنه يأتى بأعمال وسلوك تخجل منها أمامهم، الأمر الذى يضطرها إلى القسوة فى ضربه وعقابه.

ومع ذلك فكلما زادت هى شدة وقسوة وعنف فى التعامل معه ازداد هو عنفا وعنادا وعدم طاعة.

#### ١- الخبرة الشخصية للطفل؛

إن هذه السيدة تعالج الموقف الحالى بالقسوة فى التعامل مع طفلها، الأمر الذى يزيد الأمور تعقيدا. فهى لا تدرك أن الطفل الطبيعي يتفجر نشاطا وحساسية، خيالا وتلهفا على اختبار ما يجذب نظره أو ينبه عنده حاسة أخرى من حواسه.

فالطفل فى هذه السن يشعر برغبة تكاد لا تقاوم فى أن يتحرك ويلمس بيده، ويعمل بنفسه، يشعر برغبة قوية لا يمكن لأحد أن يحد منها فى التعبير عما يحسه ويتخيله ومحاكاة ما يسمعه، وما يراه فى البيئة التى يقيم فيها.

والطفل يشعر أيضا برغبة ملحة فى أن يثبت وجوده وأهميته لمن حوله، فإذا كانت هذه هى طبيعة الطفولة فى تلك السن، فحل المشكلة إذن ليس فى أن تقسو الأم فى معاملة طفلها أو تعاقبه بالضرب.

## ٢- الحرية والنشاط للطفل:

الطفل الطبيعى يمتلك نشاطا جسميا وعقليا، لا يعرف حدودا يقف عندها، وهو سيحاول أن يلتمس لهذا النشاط سبيلا للتعبير عنه سواء رضينا أم أبينا، وإذا طلبنا منه السكون فنحن نطلب منه المستحيل، هذه حقائق يجب الالتفات إليها دائما، حتى يمكن استغلال هذا النشاط فيما يشبع فيه الاطمئنان، ويكسبه خبرات جديدة، ويعرفه على تكوين عادات عقلية واجتماعية ذات قيمة ونفع.

ولذلك:

من الضرورى منح الطفل قسطا معتدلا من الحرية ليفرغ هذا النشاط فى أعمال يرغب فيها، ليتعلم كيف يركز تفكيره ويعمل فى خطوات منتظمة متصلة. الأمر الذى يؤدى إلى إعداد الطفل، والفرد بصفة عامة بحيث تتوافر له الشجاعة على مواجهة الواقع، ثم القدرة على حل ما يعرض له من مشكلات بدلا من التهرب منها.

## ٣- إرهاب الطفل بولدا الانفجار أو الانهيار:

إن نعييد الطريق الذى ينتهى بالفرد إلى الهناء والاستقرار النفسى، وحرية التفكير، والاستقلال فى التنفيذ، واكتساب الخبرات، واكتساب القيم الرفيعة التى تكون سلوكه، لا يمكن أن يكون بالإرهاب؛ لأن الإرهاب يشل التفكير، ويعطل التعبير، ويقلل النشاط، ويولد الضغط ثم الانفجار أو الانهيار.

وكل هذه الأمور مجتمعة تهدد هناءة الفرد لأنها تفسد عليه هدوء نفسه، وتضر بصحته العقلية، فوق ما تسببه من تخلخل فى وحدة نشاطه الجسمى والنفسى والذهنى.

إذن :

فالإرهاب لا يمكن - بأى حال - أن يسهم فى تعبيد الطريق الذى ينتهى بالفرد إلى التفكير الحر، والسلوك المستقل، والقدرة على التكيف مع مقتضيات الحياة الاجتماعية، أو التغلب على ما قد يتحده من أزمات، وهذه أمور لازمة للحياة المنطلقة المستقرة.

#### ٤- الخبرة الشخصية، والجو الأسرى الهادئ يكفل للطفل النمو السليم؛

والحل المناسب الذى يكفل للأم الهدوء، ويكفل للطفل النمو السليم ويستنفد نشاطه، ويخفف حدة تلهفه على الاختبار بقصد المعرفة، ويشبع رغبته فى اللمس بيده والعمل بنفسه، وفى الوقت ذاته يشعره بالأهمية، الحل هو أن نوفر له الخبرة الشخصية، وأن نوفر له ما يلزمه من خامات مستهلكة، ومواد طبيعة، ولعب تناسبه... مع توفير الجو الأسرى الهادئ الذى يساعد على توفير الشعور بالطمأنينة والثقة بالنفس التى تتيح له حرية فردية ينظمها التفكير التعاونى والرغبة فى رعاية حقوق الغير واحترامهم... والتضحية من أجل الآخرين، ومساعدتهم.

#### ٥- تجنب استخدام الشتائم والألفاظ النابية على سمع من الطفل؛

##### التقاط الطفل ما يسمع على سمعه من ألفاظ

الطفل الصغير الذى تنبه حديثا على قدرته على الكلام، والتفت فجأة إلى هذا الكشف الجديد فى كيانه الخاص، يستمد لغته ممن يختلط بهم من الأفراد، فيلتقط عقله ما يسمع من الألفاظ والعبارات.

غير أن هؤلاء المخالطين لا يكونون عنده بمنزلة واحدة، من حيث اهتمامه بالتقاط ألفاظهم، وترديد عباراتهم، وإنما تكون لبعضهم مكانة خاصة عنده فى المرحلة الأولى، لتكوين قاموسه اللغوى، من بين هؤلاء المعلمون ذوو المكانة الخاصة، وكل شخص ذو مكانة ونفوذ كبير فى البيت مثل الأب والأم. وكذلك الشخص الذى يقضى الطفل معه أكبر وقته، والشخص الذى يغمره بعطفه، ويدافع عنه كلما ثار غضب «ماما» عليه لعبته بأدراج أو غضب «بابا» وتمزيق بعض الأوراق.

## الطفل لا يدرك مدلولات الألفاظ كما يدركها الكبار:

إن الطفل لا يدرك مدلولات الألفاظ كما يدركها الكبار، بداية عهده بالكلام، فنراه يردد الكلمات ترديداً آلياً، دون إدراك مغزاها أو مدلولها، فليس من المستغرب إذن، أن نسمعه يستعمل عبارات سمعها منا، وألفاظاً ما قصدنا أن يستعملها بحال من الأحوال.

فقد يصغى مثلاً: إلى حديث بين والديه عن سوء حال الخادمة ويسمع ضمن الحديث: شتائم، ولعنات، مصحوبة بتصميم على الاستغناء عنها، فيتجه الطفل دون تقدير أو وعى لما هو مقبل عليه، ويوجه بعض الشتائم ليس للخادمة فحسب، بل لأي شخص آخر ممن لا يجوز مطلقاً أن يخاطب بمثل هذه العبارات، وربما ازداد الموقف سوءاً، وحرماً، حين يكون ذلك الشخص ضيفاً أو قريباً مما يجرح شعور هذا الزائر المسكين، ويحرج الأبوين أمامه.

على أن الطفل البريء لا ذنب له في استخدام الشتائم في غير محلها، ولا في نقله إلى الخادمة أو سواها، ما دار بين أبويه بشأنها.

ولكن:

اللوم يقع على الكبار لأنهم لم يتبهبوا إلى أن للطفل شخصية يريد أن يشعر جميع من معه بوجودها، وخصوصاً من يجد من الزائرين . ويستخدم في سبيل ذلك قدراته التي يكتشفها حديثاً، بصرف النظر عن منطق الكبار؛ لأنه طفل له منطق الأطفال الخاص بهم.

لهذا كان من الصواب: أن تقيم وزناً لهذا المنطق وأصحاب هذا المنطق، حتى لا نتصرف أمامه بما لا يجوز، وحتى لا تتعارض مطالبنا وقيمنا وسلوكنا مع مطالب أبنائنا.

## ٦- التأثير السيئ لتأدية الطفل بغير اسمه السيئ:

ومن الأمور التي لها أثر سيئ على شخصية الطفل، ونفسيته، وعلى سلوكه العام إنما أن تناديه بأسماء غير اسمه- بأسماء مثل يا... ولد - يا شقي، يا كلب، يا حيوان... إلخ.

قد يخطر لنا أنه فعل عادى بسيط، لا يمكن أن يترك أثرا سينا على خُلُق الطفل، أو نفسيته، ولكننا فى الحقيقة بتصرفنا هذا، نعوق تقدم أطفالنا، ونحارب نضوجهم، ونفسد علاقاتنا بهم.

ذلك: أن الأب أو الام عندما تنادى طفلها باسمه، لا بأسماء أخرى، تعرف تمام المعرفة أن ذلك يشعره أنه محل رضاها، وتزيده اطمئنانا إليها، إذ إن فى عملها هذا إقرارا منها باعتبارها إياه وتقديرها لوجوده.

ولذا كان استخدام الطفل لاسمه: من أهم العوامل التى تشعر الطفل بأنه عضو متميز عن غيره، مما يحمله على الثقة بالنفس، والاطمئنان إلى من يحيطون به، الأمر الذى يؤدى إلى أن يكون أسهل وأسرع إلى تنفيذ ما يطلب منه.

أما استخدام الأسماء الأخرى: التى يشعر أنها مهينة له، وأنه لا يرضاها، فتولد فيه حتما، شعورا غير طيب من جهة أمه، كما تسمى إلى علاقته بها، وأن وقوعها فى مثل هذا الخطأ يؤدى بالطفل إلى مقاومتها، وإغضابها لأن العلاقة التى بينهما أصبحت غير مرضية، وفى الوقت نفسه تدفعه رغبته الملحة فى تعزيز شخصيته إلى أن ينبهها بوجوده، الأمر الذى يدفعه محتجا إلى العبث والتكسير، والعصيان، والعناد، والتمرد، وعدم الطاعة.. وما إلى ذلك سواء فى البيت أو فى المدرسة أو خارجهما.

هذا النوع من السلوك يؤدى غرضين من وجهة نظر الطفل:

الغرض الأول: مظهر من مظاهر الاحتجاج، وهذا بدوره يؤدى إلى

الغرض الثانى: وهو ينبه من حوله إلى وجوده، وتلك هى مشكلة الطفل بل همه الأول يحققه بطريقته الخاصة التى تتناسب مع مقدار فهمنا له، وتقديرنا لوجوده بيننا فى صورة إيجابية.

وعلى ضوء هذا التفسير: يمكننا أن ندرك أنه من المصلحة أن نهتم بتفهم رغبات الطفل، ودوافع السلوك عنده قبل أن تشتد معه، حتى لا تكون الشدة موضع اللين، واللين موضع الشدة فتكون النتيجة غير ما نرضاه له أو لأنفسنا.

٧- تأثير مدح أحد الأطفال فى حضور أخت أو أخ أقل منه كفاءة:

كثيرا ما يصادف الام التى تأخذ فى مدح أحد أطفالها فى حضور أخت أو أخ أقل منه كفاءة، وقد يكون صحيحا جدا ما تقوله فى مدح هذا الطفل.

لكن: لا يجب أن يكون المدح بالرغم من صحته على حساب شعور أو كرامة أخيه الموجود معه، يستمع إلى ما يقال من مدح دون أن يُذكر شيء طيب عنه، يكفيه أنه يعرف ويدرك كل ذلك من قبل كحقيقة واقعة.

ينبغي على الأم: ألا تزيد ألمه بالمدح العلني لأخيه في حضوره؛ لأن أثر هذا المدح العلني يكون أشد إيلا ما لشعور الأخ المسكين إذا كان أكبر سنا من أخيه المحظوظ، أو كان ولدا تفوقت عليه أخته، الأمر الذي يؤدي في النهاية إلى الغيرة، والكراهية والحقد في نفس الطفل الأقل كفاءة.. ويفقد ثقته بنفسه، ويعبر عن كراهيته وحقده: بالعناد، والعنف، وعدم الطاعة.. إلخ.

ولذلك فعلى الأم: أن تكون الزميل والصديق العطوف الرحب الصدر، ليفرغ عندها الطفل مضايقاته كلها، ويجد فيها خير من يخفف عنه، ويصحح أخطاءه، ويوجهه التوجيه المرغوب فيها.

وربما تستطيع بهذا الأسلوب في معاملته الوصول إلى سر ارتبأكه ومن ثم إلى علة تأخره، وطبيعته، واضطرابه النفسي.

حينئذ يمكنها أن تعينه، ويمكنها أيضا أن تجد عنده الشيء الكثير مما يستحق الذكر، ويستوجب المدح - فبذلك فقط - يقل تدريجيا قلقه على نفسه، ويشعر أنه لا يقل عن أخته الممتازة، فيطمئن، ويهدأ وتختفي عنده حالة الصراع الداخلي الناجمة عن شعوره بأنه أقل من أخته على الرغم من أنه ولد وأكبر منها سنا.

## **واجب الوالدين لمنع الغيرة:**

### **١- في حالة ولادة طفل جديد:**

يستحسن أن يمهد الوالدان لاستقبال المولود الجديد، ويجب عليهما أن يحببا المولود الجديد له بشتى الوسائل، حتى إذا جاء المولود شعر الطفل أنه شيء محبب إلى نفسه لا منافس يريد أن يتزعج حب والديه انتزاعا.

كما يجب أن يقتصدا في إظهار محبتهم وعطفهم على المولود الجديد، فإن ذلك مما يذكى نار الغيرة في صدر أخيه، غير أنه كثيرا ما يببالغ الوالدان في حمل وتقويل المولود الجديد، فيثير ذلك عوامل الغيرة في الطفل الأكبر.

## ٢- يجب على الآباء أن يقلعوا عن الموازنات الصريحة:

وذلك بتجنب خلق الجو الذى يشعر فيه الطفل بالموازنة. . بل يجب اعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها مزاياها واستعداداتها الخاصة بها: فإذا نجح طفل فى عمل ما يجب أن يشجع ولا يوازن بغيره. وكل طفل مهما خاب، له ناحية طيبة يمكن كشفها والاعتزاز بها.

وبذلك: يمكن أن يزول الشعور النفسى والإحساس بالنقص. وبدلا من الموازنات بين أخ وأخيه أو التلميذ وزميله، يمكن الموازنة بين الطفل ونفسه فى أوقات ونواح مختلفة.

فإذا تقدم فى وقت ما عما كان عليه من قبل فهذا كافٍ لتشجيعه.

## ٣- يجب المساواة فى المعاملة:

بين الابن والابنة، لأن التفرقة فى المعاملة تثير الغيرة وتؤدى إلى الشعور بكرهية البنات للجنس الآخر فى المستقبل.

## ٤- عدم إعطاء امتيازات كثيرة للطفل العليل:

فإن هذا يثير الغيرة فى الأبناء الأصحاء، وتبدو مظاهرها فى تمنى المرض وكرهية الطفل المريض. . وكذلك لا يجوز إعطاء أى امتياز أكثر من العناية التى يتطلبها المريض. وخلاصة ما تقدم:

أنه يجب مهما تكن الفروق الفردية الدائمة بين الإخوة، عدم استشارة الموازنات الفردية المؤدية إلى الغيرة.

وهذا لا يمنع بالطبع من إظهار النواحي الطيبة فى كل منهم ومحاولة تنميتها والعناية بها.

obeikandi.com

## الفصل التاسع

### الحب... والصحة النفسية للطفل

#### ما هو الحب؟

أنه يشمل أشياء متعددة.. فمن الصعب أن تكون لدينا كلمة واحدة تعنى نواحي متعددة ومرتبطة ببعضها لهذا الإحساس الهام.. ولذلك ينبغى عند معاملة الأطفال والكبار أيضا، معرفة وفهم المصطلحات اللازمة للحب والصفة الهامة للحب والملازمة لنمو شخصية الطفل السوى هي التي تقول: «أحب هدى ليس لما تفعله أو لا تفعله بل لأنها هدى».

هذا النوع من الحب غير المشروط، المفضل للطفل على ما هو عليه لا يمكن الاستغناء عنه لنمو شخصية الطفل... بل هو الغذاء اللازم لضمان سلامة الشخصية السوية حتى في المراحل المتقدمة الأخرى من العمر.

#### الحب الغذاء النفسى للطفل:

الحب للطفل هو الغذاء النفسى الذى تنمو وتنضج عليه شخصيته، وكما يتغذى جسمه على الطعام فإن نفسه تتغذى على الحب والقبول.. وكما أن جسم الطفل ينمو مع الغذاء الصحى لا مع أى لون من الطعام، فإن نفسه أيضا تنمو مع الحب الصحى.. الحب المستير الواعى فليس كل حب يقدم، مع الأسف، بالغذاء الملائم المفيد لنفس الطفل.

الحب الواعى المستير: يقتضينا أن نبدأ أولا بإحاطة الطفل بجو «الدفء».. دفء شعورنا وحناننا وإقبالنا وإعطائه من أنفسنا فى سخاء، فإن ذلك خليق بأن يملأه ثقة بنا واطمئنانا إلينا وبالتالي ثقة بنفسه وإطمئنانا إلى العالم حوله، وهو بأشد الحاجة إلى هذه الثقة لكى يخطوا الخطوة التالية فى مسيرته نحو النضج.

أما هذه الخطوة التالية: فهي خروج الطفل ببطء تدريجيا عن أنانيته وتركيزه على نفسه، إن كل ما يجرى حوله لا معنى له فى أول الأمر من حيث ما يرتبط بنفسه فقط، ويرى أن رغباته حق مطلق لا سبيل إلى الإبطاء فيها أو الإغضاء عنها، كما يصر على

أن يوجه الانتباه كله إليه . . غير أنه إذا بدأ يطمئن إلى نفسه وإلى الدنيا من حوله، استطاع رويدا أن يخرج عن الذاتية المطلقة وأن يتجه في ببطء إلى قدر يسير من الموضوعية يطرد زيادة كلما تقدم به العمر .

وهذه الموضوعية: تساعد حقا على أن يدرك أن للغير أيضا رغبات وحقوقا قد تتعارض في بعض الأحيان مع رغباته وحقوقه، وأنه لا بد له أحيانا من قبول الحل الوسط الذى قد يكون من شأنه إرجاء بعض رغباته أو التنازل عنها، أى أنها تساعد على أن يخرج عن تركيزه على ذاته وعلى أن يقبل المشاركة . . ومتى انبثقت هذه القدرة على نفس الطفل فقد أمتنا عليه من الأنانية، وحق لنا أنه نطمئن إلى سيره قدما في طريق النضج الصحيح .

### الفهم الخاطئ للحب:

من الشائع فى مجتمعنا المتعلم إعطاء الطفل الإحساس بأن قبوله من آبائه ومدرسيه وأصدقائه يتوقف إلى حد كبير على ما يعمل، هذا يدعو الطفل إلى الاقتناع بما يعنى «إذا كنت تعمل جيدا فسوف أحبك على كل ما تعمل عملا متقنا يكون احتمال نجاحك أكبر، وكذلك أحبك أكثر وكل ما تهمل فى عملك تخطئ أكثر وأحلك أقل» .

ويعد هذا الفهم الخاطئ والشائع عاملا كبيرا فى إحساس الطفل بالخوف، وعدم الثقة بالنفس، وله تأثير غير بناء على نمو شخصية الطفل . ويعتبر السبب الأساسى فى كثير من المشاكل الحالية والمستقبلية فى حياة الطفل .

ويمكن إدراك التشابه فى ذلك بما يأتى :

بما يحسه الزوج بالاطمئنان والرضى عن معرفته أن زوجته تحبه بدرجة لا تتعلق إطلاقا بنجاحه أو فشله، ولا تعطى له الشعور بأنها تحبه أكثر إذا كان ناجحا فى حياته أو تحبه بصورة أقل إذا كان غير موفق . . ولكن تشعره بالحب الدائم سواء نجح أو فشل .

مثال آخر:

الزوجة التى تعيش وفق اعتبارها أن حب زوجها يتوقف مباشرة على وجود شبابها وجمالها، وعلى معرفتها تنظيم وإعداد الطعام، وعلى كيفية تصرفها بنجاح مع متطلبات المجتمع . بالمقارنة مع الزوجة التى تشعر بأن زوجها يحبها لشخصها، هذا الحب الذى لا يتعلق إطلاقا بجمالها وقدرتها على عمل ما .

## نوع الحب الذى يساعد على نمو شخصية الطفل:

هذا النوع من الحب الذى يمنح للطفل الحب غير المشروط، هذا الحب يعتبر أحد الأركان الأساسية لنمو شخصية الطفل السوى . . هذا هو نوع الحب الذى يساعد على نمو الثقة بالنفس . . ويخلق فى الفرد إحساسه الطيب نحو نفسه، ويؤدى إلى إحساسه بالرغبة الصادقة أو يحاول ويغامر فى حياته بدون خوف من نتيجة الفشل . هذا هو نوع الحب الذى يخلق الأبطال ويساعد على نمو أطفال واعين ومدركين للحياة .

هذا الحب : حيوى، وهام، وضرورى للطفل ولا سيما فى سنواته العشر الأولى من حياته . . وينبغى على الآباء منحه للطفل بسخاء فى هذه الفترة (وهذا لا يعنى أن هذا الحب غير هام فى مراحل العمر الأخرى فى الحياة).

فالفشل فى إقناع الطفل فى مراحل نموه المختلفة بأن هذا الحب هو : إحساس والديه نحوه، يكون السبب الوحيد والهام الذى يؤدى إلى انحراف شخصية الطفل فى مراحل الطفولة المتأخرة أو فى المراهقة أو فى الرشد .

وعما لا شك فيه أن معظم الآباء لديهم هذا الشعور بالحب والحنان نحو أطفالهم .

### كيف يمكن نقل إحساس الوالدين بحبهم للطفل لشخصه وليس لما يقوله؟

هناك ثلاثة اتجاهات تصدر من الوالدين لكى يشعر الطفل أن الوالدين يحبانه لشخصه وليس لما يفعله .

### أ- ينبغى أن تكون عدم الموافقة موجهة نحو ما يفعله الطفل وليس نحو الطفل نفسه،

الأفضل أن يكون واضحا فى ذهن وتفكير الآباء والمدرسين والموجهين، وكذلك إلى الطفل من البداية الحقيقة التى تدعو إلى أنه على الرغم من عدم الموافقة على ما يفعله الطفل فهو مقبول لدى الجميع، ويمكن الإدراك جيدا بأنه ليس هناك أى تعارض فى تصحيح ونقد أخطاء الطفل وفى الوقت نفسه مساعدته على الإحساس بحبنا له كإنسان مهم فعلا . . ولكى نوضح هذه الفكرة أكثر، ليس هناك أى تعارض فى نهر الطفل ونقده لسوء سلوكه ثم رفعه، ومعانقته أو التعبير له بالحب بالكلمات أو التقبيل .

وفى الحقيقة هذه الأفعال ليس بها تناقض أو تعارض، ولكن لها تأثيرا فعلا من

ناحيتين:

١- يهمنى أن أصحح سلوكك لأنى أحبك .

٢- لا أوافق على أفعالك، ولكنى أحبك حبا جما دون النظر إلى ما تفعله، وفى الحقيقة ليس هناك أى تعارض فى رغبة الأب الصادقة فى تعليم وحب طفله . وكذلك المدرس الأمين، بلا شك يشعر بالفخر لمحاولته المخلصة فى تحسين سلوك الطفل عن طريق الحب .

وأيا كان الحال: فليس هناك تعارض فى أن يدرك الطفل ما يلى :

«أحبك حبا مستقلا عن سلوكك، أحبك حتى لو أدت تصرفاتك إلى إغضابى أحبك أكثر لو تسلك سلوكا حسنا» .

وبذلك يحاول الطفل أن يعدل من سلوكه عن رغبة وليس عن رهبة .

٢- ينبغى أن يمتدح الطفل لشخصه أكثر مما يمتدح لما يأتى به من أفعال،

ينبع السبب الثانى من عدم فهمنا لدور الطفل من تحمسننا الزائد أن نرى أطفالنا ينجحون فى مجتمعنا المعاصر . وفى هذا الاتجاه نمتدح، ونكافئ أطفالنا حين يبذلون مجهودا كبيرا، ويحصلون على أى مستوى من النجاح . . مثال ذلك:

ما يشعر به الآباء من الفرح والرضا والتقدير الجيد الذى حصل عليه الطفل، أو لأى نوع من التفكير أو العمل المنتج الذى يقوم به الطفل، وبهذا يصبح من السهل أن يشعر الطفل أن هذه الأفعال هى المصدر الوحيد الذى عن طريقه ينال المدح، والمكافأة والقبول .

وأنة فى غاية الأهمية أن يمدق على الطفل الكثير من المديح والحب دون ربطهما بالتحصيل والنجاح . وينبغى أن نعطي الفرصة للطفل بالشعور بأن التقدير الجيد، والتفكير المنتج يستحقان الإعجاب والمديح والتشجيع أو المكافأة . . ومع ذلك ينبغى أن يشعر أيضا بأنه يمكن أن يمنح بسخاء المديح والتشجيع والحب دون أى ارتباط بأى شىء آخر حتى فى الحالات التى يتعرض فيها للنقد .

٢- ينبغى أن يكون الحب متبادلا:

ينبغى أن يدرك الآباء الصعوبات التى كان يعانى منها من سبقونا فى علاقاتهم ببعض، فإذا كان إنسان يحب آخر بكل ما فيه من مساوئ وعيوب دون أن يعلم الأخير

بهذه الحقيقة، فهذا الحب لا يكون له وجود، بل ينبغى أن يكون متبادلاً فإنه لا يكفى أن يشعر الإنسان بالحب، بل ينبغى أن يشعر بحب الطرف الآخر، ويمكن للآباء التعبير عن حبهم لأبنائهم بوسائل متعددة أو بالحركات البسيطة كل يوم... وبعض هذه التعبيرات غير المباشرة عن الحب هي :

١- احتضان الطفل فى فراشه ليلاً: على الرغم من ارتكابه بعض الأخطاء نهاراً مع استمرار احتضانه حتى إذا وصل إلى سن لا يدعو إلى هذا النوع من التعبير.

٢- الإشارة إلى الطفل بهذه العبارة.. أصبحت الآن رجلاً أو شاباً فى الوقت الذى يرغب فيه أن يكون كبيراً.

٣- فى حالة ما إذا أخطأ الطفل فى عمل، فالأفضل الإشارة إليه بذلك عن طريق الضغط على الشفاة بدلاً من لومه وإحراجة أمام أصدقائه.

٤- احترام شخصية الطفل فى كل المواقف، ومحاولة أخذ رأيه فى اختيار حاجياته وأشياءه الخاصة بقدر الإمكان.

٥- تجنب الإشارة أو امتداح أى طفل آخر سواء يعرفه أو لا يعرفه الطفل فى جميع المناقشات.

ولكن، لا تكفى هذه الأفعال للتعبير عن الحب للطفل سواء كان طفلاً أم مراهقاً أم راشداً؛ ولذلك، كان من الضرورى فى معاملة الأطفال التعبير مباشرة عن الحب كالقول «أحبك» أو «أنتك طفل لطيف».. إلخ، ويفضل وقت التعبير عن الحب للطفل حين لا يكون منصرفاً إلى أى عمل ما، وربما ذلك الوقت يكون حين يلجأ إلى فراشه للنوم مثلاً.

وهناك طريقة أخرى للتعبير عن الحب للطفل:

وذلك بامتداحه، وسرد صفاته الحميدة على مسمع من الطفل أمام الأقارب، أو الضيوف فهذه الطريقة التى بواسطتها نتحدث عن الطفل بطريقة غير مباشرة تساعد كثيراً على التقرب والتآلف مع الطفل، ولكن لنحرص على ألا نقلل من شأن الطفل، وألا نذكر مساوئه لأى فرد آخر على مسمع من الطفل.

٤- ينبغي أن يشعر الطفل أنه المفضل لوجود صفات خاصة له وحده:

قليل من الآباء الذين يشعرون بقدر متساو من الحب لكل أطفالهم، وفي الغالب هم يحاولون ويكافحون ليظهروا حبا متساويا لكل طفل لإحساسهم بأن هذا هو العدل، ولكن هذا المجهود لا قيمة له.

وهناك رأى أعتقد أنه صائب:

يحتاج إليه كل طفل، ومن حقه أيضا أن يعتقد بأنه الطفل المفضل لدى والديه، وبأنه لا ينال قدرا مساويا من الحب مع إخوته وأخواته بل يمنح من الحب بقدر أكبر من أى منهم.

ينبغي أن يشعر الطفل بأنه المفضل وذلك لوجود صفات ومميزات خاصة له وحده، فمثلا أفضل «منى» لأنها الكبرى، و«هدى» لأنها الصغرى، «ورامى» لأن شعره جميل، فيشعر الطفل أنه مقبول ومحبوب من والديه لصفة فيه، وليس لعمل قد قام به أو سوف يقوم به.

فإذا شعر الطفل أنه المفضل لأنه أكثر أدبا أو أحسن سلوكا أو أكثر رقة، فإن هذا الاتجاه سوف يعجزه عن الاستمرار على هذا النحو.

أما إذا كان شعور الطفل أنه المفضل دائما لأنه قائم على صفاته الشخصية المميزة فسوف يبعث ذلك في نفسه الإحساس بالهدوء والرضا والاطمئنان.

### **الطفل والحب المستتير الواعي؛**

إذا كنا نحب الطفل حبا مستتيرا واعيا، لأهمية قدراته وحدوده، ويقلته لرغباته وحاجاته، فإن فى ظل هذا الحب سينمو الطفل أيضا مطمئنا، وسيدفعنا هذا الحب إلى أن نقف منه موقف التشجيع والمساندة ما احتاج إليهما فى كفاحه الدءوب لممارسة قدراته تحقيقا لحاجات نموه.. لن يخطر لنا أن نقوم عنه ببعض ما يود فنحرمه من لذة الاكتشاف والأداء اقتصادا للوقت والجهد..

فإذا أصاب نجاحا فى جهوده التى نراها صغيرة ويرأها كبيرة أحس منا الغبطة ولقى الشاء، وإذا أصاب فشلا لمس منا الهدوء والتشجيع على أن يعيد المحاولة من جديد، فإذا به يزداد اطمئنانا إلى العالم حوله، وإذا به يبدأ يشعر بالثقة بنفسه ثم تستمر الطمأنينة تحوطه، والثقة تنمو معه حتى يكبر ليكون إنسانا مترنا هادئا واثقا من نفسه فى

غير خيلاء أو زهو، قادرا على مقابلة تحديات الحياة فى فهم وعزم، بعيدا عن أن يزهيه النجاح أو يقعده الفشل، ناعما سعيدا بما يحقق، منطلقا إلى المستقبل فى إيمان وتفاؤل، سيد قدره ومسيره، فى نطاق ما يملك الإنسان وسلطان على القدر والمصير.

### **الطفل.. والحب الغشيم المغلق:**

إذا كان حبنا للطفل «الجب الغشيم المغلق» الذى يخاف عليه الأذى فيحوطه بعناية مسرقة، نرقبه فى جذع، ونحصى عليه خطواته نكاد نمنعه من أى نشاط مستقل خشية مما يتعرض له من ضرر، سيتقل هلعنا على الطفل، فيباعد بينه وبين الطمانينة وسيبدأ ينظر إلى العالم حوله وكأنه مستودع أخطار لا يعرف حتى أو كيف أو من أين ستهمه، والطفل إذا ملأ الخوف نفسه قيد متطلعاته، وخفقت قدرته على الانطلاق إلى الخبرة فقعد دونها كيف نتظر منه حين يكبر أن يكون إنسانا، عارفا قدراته، مطمئنا إليها، واثقا من أنها ستكون عدته وعونه فيما يقابل من مشاكل الحياة.

### **الطفل.. وتقدير وتشجيع الكبار لما يفعل:**

شعور الطفل بتقدير الكبار من أفراد أسرته لما يفعل ينبه فيه خير ما عنده، ويبعث الحماس للقيام بخير ما يستطيع، أما من لقى الاستهانة والتحقير أو الإساءة، وعدم الاكتراث فلن يبعث ذلك فى نفسه إلا الشعور بالمرارة والعجز... ذلك أن قدرات الطفل تغذى وتنمو على التشجيع، ولكنها تضرر وتموت على التقريع والتشيط والإهمال، ومعنى ذلك ألا يتقد الطفل أو يراجع إذا أخطأ، وألا يحفظ من التعرض لأخطاء يؤذيه التعرض لها فعلا، ولكن ما أبعد الفارق بين المراجعة فى رفق والوقاية فى هلع أو الإشاحة فى إهمال وازدراء أو اللوم فى تحقير وعنف.

فإن الكبار الذين تعوزهم الثقة بالنفس كانوا رجالا لم يحاطوا بالفهم والمساندة والتشجيع، ولم تسعد قلوبهم بكلمة ثناء قط، ولم يحاطوا بالحب الواعى المستير الذى يبعث الاطمئنان والثقة فى نفوسهم.

### **الطفل واحساسه بجب المحيطين:**

عما سبق يتبين أن قوة الخلق والشخصية والشجاعة والعزم والأمانة والاتزان والثقة بالنفس والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا إنما تنبعث كلها من شعور الطفل بدفء الجو

الذى يعيش فيه، ومن خبرته بأنه موضع الحب والثقة والاحترام، وبأن جهوده تلقى من المساندة والتشجيع، ثم من الشناء والتقدير ما تستحقه، وما أكثر ما يعرض للأسرة من فرص لتنمية هذه الفضائل فى صغارها كل يوم.

فإذا شئنا أن ينشأ أبناؤنا على الثقة والاطمئنان، وأن يتجهوا إلى العمل البناء فى تعاون وإيثار، وأن يجدوا السعادة فى البذل والعطاء فلنعطهم الحب أولاً، لنعطهم الحب الواعى المستنير اليوم، إذا شئنا لهم أن يعطوه لنا بدورهم فى غد، لنعطهم الحب فإن فاقد الشيء لا يعطيه . . . ليكون حبنا لهم حب الإيثار لا الأثرة، حب العطاء لا الأخذ . . . حب التضحية والبذل . . . الحب الذى ننسى أنفسنا فيه دائماً ونذكرهم أبداً، حتى يمهد لهم السبيل ليكونوا الأفراد الذين نود ويود الوطن معنا أن يكونوا.

## الفصل العاشر

### حاجات النمو... للطفل

إن مرحلة الطفولة هي المرحلة التأسيسية في نمو الطفل من جميع النواحي :  
الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية؛ لذلك : يجب أن نقف على حاجات الطفل  
الجوهرية، وعلى كيفية تحقيقها وإشباعها، لكي ينمو الطفل ويتفتح بشكل كامل متزن  
في جوانب شخصيته المختلفة: الجسمية، والنفسية، والاجتماعية، والعقلية، والروحية،  
وكلها حاجات ضرورية يجب إشباعها حتى تنمو شخصية الطفل نموا سليما متزنا.

وينبغي ملاحظة أن هذه الحاجات تتشابه وتتداخل وتتفاعل، بحيث إن عدم  
إشباع أى حاجة يؤثر على الحاجات الأخرى فيحبطها:

فمثلا: إذا لم تشبع الحاجات الفسيولوجية المختلفة، كالحاجة إلى الغذاء،  
والراحة، والنوم، فسوف تسبب إحباطا لحاجة أساسية من حاجات النمو الوجداني  
والاجتماعى وهى الحاجة إلى الأمن.

كذلك: عدم إشباع حاجة الطفل إلى الحب والعطف والحنان بإهماله ونبذه، أو  
القسوة عليه، وكثرة تهديده، وعقابه، يؤدي إلى زعزعة شعوره بالأمن، وهذا بدوره  
يؤثر تأثيرا سلبيا على نموه الجسمى والعقلى والوجدانى .

#### ١- حاجات النمو الجسمى للطفل:

تشمل حاجات النمو الجسمى للطفل ما يأتى :

##### أ- الغذاء الصحى:

الغذاء الصحى يلعب دورا هاما فى نمو الطفل:

\* يزود الجسم بالطاقة التى يحتاج إليها للقيام بنشاطه .

\* يساعد على إصلاح الخلايا التالفة وإعادة بنائها .

\* يساعد على زيادة مناعة الجسم ضد بعض الأمراض .

العناصر الغذائية التى يحتاج إليها الطفل : المواد السكرية، والنشوية، والمواد

البروتينية الحيوانية، والنباتية، والأملاح المعدنية، والفيتامينات والماء .

يحتاج الطفل إلى :

١- ثلاث وجبات رئيسية يوميا، تحوى الكميات الكافية من الأغذية الحيوية اللازمة لنموه، ونشاطه ووقايته من الأمراض مثل:

اللحوم - البيض - اللبن - الزبدة- والفواكه- والخضروات المطهية والطازجة والحبز.

٢- يحتاج أيضا إلى أن يعود على تناول الوجبات كاملة، وفي مواعيدها، حتى لا يتعرض للجوع بين الوجبات، فيضطر إلى تناول الفاكهة والحلوى التي لا تمدّه، بالأغذية الأساسية اللازمة له في هذه السن، وبذلك يتعرض لأمراض سوء التغذية.

### ب- الإخراج:

\* يتحكم الطفل في التبرز في سن عام.

\* يتحكم الطفل في التبول في سن ٢-٣ سنوات.

\* الاتجاه السليم في التعامل مع الطفل خلال عملية التدريب على ضبط وظائف الإخراج.

\* يبدأ التدريب على هذا الضبط قبل سنة يعد نضوج عضلات الظهر.

\* على الأم أن تعود الطفل على الجلوس على الإناء الخاص بالتبرز في مواعيد منتظمة، وتعلمه أن يحدث صوتا معينا عندما يريد التبرز.

في حالة إخفاقه: تتجنب التوبيخ والعقاب بل تظهر عدم رضاها فقط، وتعيد محاولات التدريب.

في حالة النجاح: وتشجع الأم طفلها، وتظهر رضاها، وموافقتها فيسعد بذلك الطفل ويحاول التحكم .

تمثل هذه العملية أول احتكاك الطفل بالسلطة الخارجية.

التبكير في التدريب، وعقابه على عدم قدرته على الضبط يؤدي إلى أن يشب الطفل معرضا للأمراض النفسية، وخاصة الوسواس القهرى، ويشب كارها للسلطة الخارجية.

### ج- الحاجة إلى الملابس المناسب:

يحتاج الطفل إلى ملابس مناسبة للجو الذى يعيش فيه، مع ملاحظة عدم الإكثار من الملابس بطريقة مبالغ فيها، لأن ذلك يجعله يشعر بثقلها، كما أنه يعرضه لنزلات البرد بسبب غزارة العرق، وخاصة إذا كان من الأطفال الذين يتميزون بكثرة الحركة.

### د- الحاجة إلى مسكن مناسب:

هو الذى يتوافر فيه: الهواء النقى، والشمس، والهدوء والبعد عن الضوضاء والاتساع وتوافر المكان الذى يستطيع أن يجرى ويلعب فيه؛ لأن الحركة واللعب هما مفتاح النمو الجسمى والعقلى والوجدانى والاجتماعى للطفل.

### هـ- الحاجة إلى الوقاية والعلاج من الأمراض:

بالوسائل الطبية المعروفة لمقاومة كثير من الأمراض، والوقاية منها:

كالجدرى، والدفتيريا، والتيفود، وشلل الأطفال، والسعال الديكى، والسل، والحصبة، وغير ذلك من الأمراض الأخرى .

وسرعة معالجة الطفل من المرض بمجرد ظهوره لتجنب المضاعفات.

### و- الحاجة إلى الوقاية من الحوادث:

ترتبط ارتباطا شديدا بحاجته النمائية للحركة واللعب والجرى، والتي يرتبط بدورها بحاجته إلى الكشف والمعرفة، وحب الاستطلاع.

لذلك فالطفل فى حاجة إلى الرقابة والوقاية من الظروف المؤدية للحوادث، كما أنه أيضا فى أمس الحاجة إلى تعلم السلوك الذى يؤمنه من الأخطار.

### ٢- حاجات النمو العقلى للطفل:

#### أ- الحاجة إلى البحث وحب الاستطلاع:

١- يرتبط نمو الطفل العقلى بنموه الجسمى، والطفل بطبيعته ميال للحركة واللعب كما أنه ميال بغريزته إلى المعرفة وحب الاستطلاع.

٢- يكتسب معلوماته ونمو معارفه عن طريق خبراته التى يمارسها بنفسه عن طريق استعمال عضلاته، وعن طريق حواسه المختلفة كالبصر والسمع، والذوق، والشم، واللمس، فالحواس هى أبواب المعرفة.

٣- وأخيرا فإن ألوان نشاط الطفل تحقق حاجته إلى : الحركة، واللعب وإشباع لفهمه المعرفة، وفهم البيئة التي يعيش فيها.

ب- الحاجة إلى اكتساب المهارات اللغوية؛

يرتبط النمو العقلي أيضا بالنمو اللغوي، والجسمي :

العوامل التي يتوقف عليها النمو اللغوي :

- \* العمر الزمني .
- \* الصحة العامة .
- \* الجنس .
- \* الذكاء .
- \* البيئة .
- \* الاتصال بالكبار والتفاعل معهم .

ج- الحاجة إلى تنمية القدرة على التفكير؛

من خلال :

- \* الملاحظة الدقيقة للحقائق .
- \* ممارسة الخبرات الحسية والحركية .
- \* كسب المهارات اللغوية .
- \* تهيئة بيئة زاخرة بما يشجع الطفل على اللعب والبحث والممارسة العقلية للأشياء .
- \* الاتصال بغيره من الصغار والكبار .

٣- حاجات النمو الانفعالي للطفل؛

أ- الحاجة إلى الأمن.

\* تعتبر الأم مصدر الإشباع لحاجات الطفل، والسند الأساسي لأمنه واطمئنانه فهي التي :

- \* تطعمه إذا جاع .
- \* تدفئه إذا برد .
- \* توفر له الراحة إذا تعب .
- \* تهرع لنجدته إذا صرخ .
- \* لا تعاقبه إذا أتعبها أو أقلق نومها ليلا بصراخه وبكائه .

\* لا تقسو عليه أو تضربه إذا تسبب في إتلاف شيء من ملابسه . أو أثار مهده . ولكل هذا يشعر الطفل أنه في حماية، وفي طمأنينة وسعادة، وتمتلى نفسه بالأمن .

\* ملاحظة الأم للطفل تؤدي إلى نمو الجهاز العصبي والمساعدة على النمو الحركي . الخبرات المختلفة مثل : الهز، والغناء، تشبع المطالب السيكولوجية عند الطفل .

\* إذا أخفقت الأم في إشباع أمن طفلها في سنواته الأولى : بإهمالها إياه، تسىء إليه حالياً ومستقبلاً، فيشعر طول حياته بالخوف من الناس، وعدم الثقة بهم ويظل يشعر بالاضطراب والقلق وعدم الاستقرار .

**الطفل لا يشعر بالأمن إلا إذا:**

عاش في جو أسرى متماسك في كنف والديه . فتمتلى نفسه ثقة، تكون معينه الأكبر على تكوين علاقات اجتماعية سوية مع غيره من الناس في مراحل العمر المختلفة .

**عوامل عدم إشباع الطفل بالأمن:**

١- انفصال الأم عن الطفل في سنواته الأولى .

٢- تفكك الروابط الأسرية .

٣- فقدان أحد الوالدين أو كليهما .

٤- الشجار بين الوالدين .

٥- إصابة أحد الوالدين أو كليهما بمرض نفسى أو عقلى .

**ب- الحاجة إلى التقبل،**

\* الطفل في حاجة إلى أن يكون محبوباً مقبولاً مرغوباً فيه من الوالدين والآخرين .

\* الطفل في حاجة إلى الانتمائية .

\* الطفل في حاجة إلى أناس يعترفون به ويبادلونه حبا بحب ويشعرونه بكيانه .

- \* الطفل فى حاجة إلى أسرة يجد فيها الحماية والعطف .
  - \* الطفل فى حاجة إلى أسرة توفر له احتياجاته المادية والنفسية .
- تأثير تقبل الطفل من المحيطين:

- \* يكون أكثر ثقة بنفسه، وأكثر استقرارا وميلا إلى المودة .
  - \* يكون قادرا على تكوين علاقات اجتماعية طيبة مع المحيطين .
  - \* يكون تبعا لصفاته المزاجية: إما هادئا متزنا أو نشطا متحمسا .
- تأثير نبذ الطفل:

- \* فقدان الشعور بالأمن .
- \* ييث فى الطفل روح العدوان، والحققد، والعناد، والعنف، والرغبة فى الانتقام .
- \* يؤدى إلى الجنوح عند الاطفال والشباب .
- \* يؤدى إلى استدعاء الأنظار إليه، متلهفا إلى العطف بطرق منفرة .
- \* يصبح مترددا، قلقا، مرتبكا، خجولا، غير مكترث .

#### ج- الحاجة إلى التقدير الاجتماعى:

- \* يجب أن يشعر الطفل بأنه موضع سرور وإعجاب والديه والناس .
- \* يجب أن يعامل ويقدر كفرد له قيمته .
- \* يجب تحقيق إحساسه بالأهمية بقيامه بخدمات بسيطة للآخرين من حوله .

#### د- الحاجة إلى النجاح:

تشجيع الطفل والثناء عليه عند قيامه بأعمال فى حدود قدراته، فىؤدى ذلك إلى مزيد من الثقة بالنفس، فيبذل الجهد مما يؤدى إلى شعوره بالأمن ويدفعه إلى الاسترسال فى محاولة تحسين سلوكه، وكسب مختلف الخبرات والمهارات .

#### هـ- الحاجة إلى تأكيد الذات:

يبدأ شعور الطفل بذاته كذات مستقلة فى أوائل السنة الثانية . ويبدأ عمليات المشى والكلام التى تسهل انفصاله واعتماده على أمه، وتزيد فى الوقت نفسه من اعتماده على نفسه ومن اتصاله بالآخرين .

- عناصر إشباع - حاجة الطفل إلى تأكيد ذاته:

- \* تشجيع الطفل على الاستقلال والاعتماد على نفسه بقدر ما يتطلبه نموه.
- \* توفير مناخ الحرية والاستقلال وتشجيعه، ومراعاة حسن معاملته.
- \* إتاحة الفرصة أمامه من حين لآخر كي يجرب بنفسه شؤون الحياة.
- \* عدم التدخل لمساعدته إلا لإنقاذه من أى خطر عادى قد يلحق به.

و- الحاجة إلى الاستقلال والحرية،

- \* أول استقلال ظاهر للطفل هو استقلاله عن أمه بالفطام.
- \* يستقل عن أمه جزئياً، ليتصل بباقي أفراد الأسرة، ويساعده على ذلك المشى والكلام.

- \* يستقل عن أفراد الأسرة جزئياً حين يتصل برفاقه فى المدرسة.
- \* فى حاجة إلى : المشى، والكلام، والجري، والتسلق.
- \* فى حاجة إلى : اللعب بالأشياء، ومع الناس فيتعلم الاعتماد على الناس، ويكتسب الثقة فيهم، ويزداد أمنه إلى العالم حوله.

- معوقات الاستقلال:

- \* المبالغة فى حماية الطفل، يفقد نشاطه خشية أن يصاب بمكروه .
- \* اعتماد الطفل على الكبار. حتى فى أبسط الأمور.

- تأثير الحماية المفرطة:

- \* سلوك غير موعوب فيه، وسوء التكيف الاجتماعي.
- \* مقاومة السلطة. تصل إلى درجة التحدى .
- \* الإصرار على أن يكون مركز اهتمام، ويتنظر الكثير من الآخرين.
- \* الالتجاء إلى الغضب والصياح، والتهديد، والعنف، إيذاء الغير.
- \* فرض ما يحبون ويكرهون على المحيطين، ولا يعترفون بخطئهم.

## ز- الحاجة إلى السلطة الضابطة والمرشدة:

- ✳ يحتاج الطفل إلى سلطة ضابطة تشعره بالرقابة والإرشاد.
- ✳ يحتاج إلى نظام يفرض عليه كإطار للحياة المنتظمة في البيت.
- ✳ يحتاج إلى بعض الأوامر المعتدلة التي تحمّد من نزعاته الاندفاعية. الأمر الذي يجعله يساير جو البيت والمجتمع الذي يعيش فيه.
- ✳ يحتاج إلى ثبات الوالدين كوحدة تشارك في تربية الطفل في معاملته وتنشئته.

## ح- الحاجة إلى الرفاق من سنه:

- ✳ يتفاعل معهم ويشارك في ألعابهم اشتراكا فعليا في الرابعة أو الخامسة.
- ✳ الطفل في هذه السن أناني متركز حول نفسه.
- ✳ هنا تظهر أهمية المدرسة فيها يتعرف الطفل بمجموعة من الأطفال، تستمر العلاقة بينهم فترة طويلة من خلال اللعب.

## د- حاجات النمو الاجتماعي للطفل:

### أهمية التنشئة الاجتماعية للطفل:

- لها أثر عميق وخطير في تشكيل شخصية الطفل وتنشئته وذلك لأن:
  - ✳ الطفل في مرحلة الطفولة يكون خاضعا لسلطان أسرته.
  - ✳ يكون في سن سهل التشكيل، شديد القابلية للإيحاء والتعليم.
  - ✳ يكون قليل الخبرة عاجزا، ضعيف الإرادة، قليل الخيلة.
  - ✳ في حاجة دائما إلى من يعوله، ويرعى نموه وحاجاته العضوية والنفسية.
- دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية للطفل:
- ✳ تعريفه بالسلوك السليم المتوافق مع المجتمع.
  - ✳ تدريبه على طرق التفكير السليم المتزن البعيد عن الاندفاع.
  - ✳ غرس المعتقدات الدينية.

- \* التعود على كف بعض الدوافع غير المرغوب فيها أو الحد منها.
- \* إقامة الحواجز، والتوجيه ضد الإشباع المباشر للدوافع الجنسية، والدوافع العدوانية، وهى الحواجز اللازمة لبقاء كل مجتمع.
- \* تدريبه على : المشى، والكلام، وضبط المثانة والأمعاء، والاستيحاء الجنسي، وكبت العدوان على الآخرين، والأقربين والكبار.
- \* الالتزام بالعبادات، وطرق التصرف الملائمة، والآداب الاجتماعية، ونحو المبادئ السليمة، والسلطة نحو الوالدين والأسرة.
- \* الانضباط، والتعود على التوقيت المنتظم.
- \* احترام المحيطين، وتجنب الأنانية، والعدوانية.
- \* التعود على احترام المحيطين، وتجنب الأنانية والعدوانية.
- \* القيام بأدوار معينة محدودة: أهمها الدور الذى يحدده الجنس، ذكرا أو أنثى.

obeikandi.com

## الفصل الحادى عشر

### العادات الصحية والعقلية الحسنة للطفل

#### ١- العادات الصحية الحسنة للطفل،

على الأم أن تعود طفلها على العادات الصحية النظيفة، حتى تكون جزءا من البرنامج اليومى الذى يكرر يوميا . ويساعد الطفل على اكتساب هذه العادات .

\* وجود القدوة الحسنة من الأبوين، وعموما يكون صدر الأم الرحب وجو الصداقة والمحبة بينهما وبين الطفل عاملا هاما لاكتساب هذه العادات .

\* فالطريقة العنيفة المتسرفة، والأوامر والنواهى الشديدة تأتى بنتيجة عكسية، إذ يكره الطفل عادات النظافة، كما أن الإهمال من الأبوين فى مسكنهم الخاص، وعدم اهتمامهم بتعويد الطفل على النظافة سيؤدى إلى قذارة الأطفال وإهمالهم .

#### أ- النظافة الشخصية، ونظافة البيئة،

على الأم أن تساعد الطفل على أن يتعود يوميا على غسل الوجه مثلا، والأسنان فى الصباح وقبل النوم، وكذلك يعتاد على غسل يديه قبل الأكل وبعده .

#### ب- النظام،

الطفل قبل السادسة لا بد له أن يتحرك، وأن يمك الأشياء ويختبرها، فيخل ذلك بنظام المنزل، وليس من الحكمة أن تمنعه من ذلك، فكأننا نضع العقبات فى طريق نموه السليم؛ لذلك: ينبغى أن تخصص غرفة أو ركن خاص للطفل ليعبث فيه كما يشاء، كما نبعد عنه الأشياء الثمينة أو الخطرة .

ومن السادسة فأكثر: تشرك الأم طفلها فى المحافظة على النظام، فترشده إلى كيفية ترتيب لعبه بعد أن ينتهى منها، وتطلب منه فى رفق مع الإرشاد أن يعلق ملابسه . وأن ينظم كتبه ولوازمه .

وتبث الأم فى طفلها الشعور بالفخر لأناقة غرفته ونظامها ونظافتها، ولا تصيح فى المبالغة فى تطبيق النظام، إذ يكون ذلك فى أغلب الأحيان على حساب الصحة النفسية للطفل .

### ج-الراحة:

\* يحتاج الطفل فى سن ٦ ، ٧ سنوات إلى عشر ساعات من النوم يوميا وتقل ساعات النوم بنمو الطفل.

\* ومن سن العاشرة يحتاج إلى ٩ ساعات من النوم يوميا.

\* ومن الثانية عشرة حتى الأربعين يكفى أن ينام الفرد من ٦ إلى ٨ ساعات يوميا، ويجب أن يعود الطفل على احترام مواعيد النوم بأن نهى له جوا ساكنا خاليا من المؤثرات المختلفة التى تؤدى إلى الأرق أو إلى اضطراب النوم.

### د-الرياضة:

فضلا عن الفائدة الجسمية التى تعود على الطفل من الرياضة، فهناك فوائد نفسية كثيرة منها:

\* اكتساب الثقة بالنفس والاعتماد عليها.

\* الاختلاط بالأفراد الآخرين فى جو سليم.

\* التعبير أو التنفيس عن النزعة العدوانية بطريقة مقبولة من المجتمع.

\* وكذلك تعلم الروح الرياضية: كأن يتقبل الفرد الهزيمة بصدر رحب مع الأمل المستمر فى الانتصار مستقبلا.

\* وفى حالة الانتصار يتعلم ألا يزهو بنفسه ويركبه الغرور.

### هـ-التغذية:

على الأم أن تهى للطفل أنواعا مختلفة متنوعة من الطعام الذى يحتوى على جميع العناصر الغذائية الحيوية اللازمة للنمو.

والطفل الطبيعى سوف يختار منها ما يناسب مزاجه الخاص، وهو فى أغلب الأحيان يختار ما يكون الغذاء الكامل.

ولذلك : ليس من الصحة النفسية فى شىء ما أن يجبر الطفل على تناول طعام لا يريده، أو تناول كمية أكثر من طاقته.

يجب أن يكون الجو المصاحب لعملية الطعام جوا هادئا خاليا من المنغصات فتجنب الأم الحديث فى الموضوعات المثيرة أو المخيفة، كما تتجنب إجبار الطفل على الطعام بأى طريقة من الطرق المثيرة أو المخيفة، فلا يصح استعمال الضرب أو الشدة أو التهديد ولا المحايلة الزائدة أو استعمال الرشوة.

### و- العناية بالقوام والمظهر الخارجى؛

للمظهر الخارجى وظيفة اجتماعية، فهو يساعد على اكتساب رضى الناس وإعجابهم وقبولهم . . .

\* فالاهتمام بالمظهر الخارجى يدل على اهتمام الشخص برأى الناس مما يساعد على التوافق الاجتماعى، والقبول والمحبة والانسجام مع الآخرين.

\* والطفل يشعر بأهميته عند العناية : بشعره وملابسه، وأظافره.

\* ويجب أن يتعود الطفل على المشية الصحية والجلسة الصحية، والتي يستمر اتباعه لها مدى الحياة فيتجنب بذلك أى إعاقات أو تشوهات فى قوامه عامة.

### ز- العناية بالنظر؛

يجب أن يتعود الطفل القراءة فى ضوء كاف، وعلى بعد مناسب من العين . وإذا احتاج الطفل إلى نظارة يجب أن يتعود قبول ذلك بدون حرج أو ضيق. ويتوقف ذلك إلى حد كبير على اتجاه الوالدين ومساعدته على ذلك.

### ٢- العادات العقلية الحسنة للطفل؛

يجب أن يساعد على اكتساب العادات العقلية الحسنة التى تساعد على التوافق مع البيئة، وعلى مواجهة مشكلات الحياة بطريقة ناجحة.

وفيما يلى أهم الاتجاهات السليمة للطفل:

### أ- احترام القيم والمعايير الأخلاقية؛

يكتسب الطفل القيم الأخلاقية من الأبوين أو من يقوم مقامهما فى تربيته، ولذلك تلعب القدوة الحسنة من الوالدين دورا هاما فى تكوين أخلاق الطفل وسلوكياته وعلاقاته بالآخرين . . . ويتوقف مدى اكتساب الطفل لقيم الوالدين على علاقته العاطفية بهما. فإذا كان كل إعجابه واحترامه وحبهما نشأ مثلهما .

وإذا فشل الطفل في أن يجد مثله الأعلى في الوالدين، فهو يتخذ مثلاً أعلى من خارج الأسرة. . فإذا كان هذا المثل منحرفاً فقد ينحرف الطفل؛ ولذلك يجب أن نهى للطفل الفرصة في أن يجد مثلاً أعلى مناسباً في محيط الأسرة والمدرسة.

### ب- السيطرة على النفس والاتزان الانفعالي:

يعود الطفل على التحكم في انفعالاته حسب الظروف، فلا يتمادى في إظهار الغضب أو يبالي في الشعور بالفرح أو الحزن، كما يحسن أن يتحمل بعض الحرمان بدون أن يضطرب، وما يساعد الطفل على هذا العمل في مرحلة الطفولة، أن يكون قد حصل على إشباع كاف في مرحلة الطفولة المبكرة.

فالطفل الذي شعر بالاطمئنان والإشباع العاطفي والحب من الوالدين أقدر على تحمل الحرمان عن الطفل المحروم. .

فاتزان الأم وتحكمها في انفعالاتها يعطى الطفل قدوة حسنة يقلدها فيصل إلى الاتزان المطلوب.

ويجب أن يساعد الطفل على أن يصل إلى المواقف التي قد تكون مصحوبة بانفعالات إيجابية (مثل الفرح، السرور، الحب، الفخر، الانتصار) فكلما تكررت هذه المواقف اكتسب الطفل اتزاناً وقدرة على التحكم في انفعالاته.

ويجب أن تتجنب بقدر الإمكان المواقف التي تؤدي إلى انفعالات سلبية (مثل الحزن: الغيرة، الغضب، الكراهية، البكاء) فكلها انفعالات ضارة بالصحة النفسية لو تكررت.

### ج- الثقة بالنفس:

تنمو الثقة بالنفس مع إتقان الطفل للمهارات المختلفة التي تناسب قدراته والواجب أن يهيا للطفل التعرض لتعلم أشياء جديدة كثيرة، ونشجعه عند إتمامه عملاً متقناً أو عملاً مفيداً، وتجنب المقارنة بين الإخوة، فإنها تضعف الثقة بالنفس، وتثير مشاعر الغيرة والكراهية.

### د- الاعتماد على النفس:

يعود الطفل على أداء شئونه الخاصة بنفسه مثل عمليات النظافة، وترتيب أوراقه، وملابسه، ولعبه. . . إلخ، وإذا وجد الطفل صعوبة في أداء واجبه المدرسي، فقد تساعده الأم على فهم الموضوع، ولكن تتجنب كتابة الواجب له.

## هـ- الانطلاق في التعبير:

تتيح الأم الفرصة للأطفال لكي يعبروا عما يريدون أو ما يدور في أنفسهم بطلاقة وصراحة، وذلك بتدبير الجلسات الهادئة يوميا، والكلام مع كل طفل عن مشاكله الخاصة على حدة لو أمكن، ولكن لو كانت الأسرة كبيرة العدد والأم كثيرة المشاغل فيكون من الصعب عليها أن تمكن كل طفل من التعبير عن نفسه بمفرده... ولذلك: تساعد الجلسات الهادئة العائلية الجماعية على انطلاق الأطفال في التعبير وعلى تكوين علاقات سليمة بين أفراد الأسرة.. والأطفال الأصغر سنا يعبرون عما في نفوسهم باللعب والرسم.

## و- الاختلاط بالاجتمع:

يشجع الطفل على الاختلاط بالأطفال الآخرين، وعلى تكوين صداقات مختلفة، وذلك بتهيئة المجال لهم، إما بالتزاور أو بالاشتراك في أحد الأندية أو الجمعيات وتحاول أن تغرس في نفس الطفل الصفات التي تجعله محبوبا من الآخرين، ويسهل عليه الاحتفاظ بالأصدقاء كصفات: التعاون، وتبادل الخدمات الصغيرة، وتبادل الهدايا، والطفل الذي استطاع أن يتخلص من أنانيته يشارك الآخرين شعورهم، ويهتم بأمرهم، وينصت إليهم باهتمام مما يزيدهم حبا له. والطفل الذي يشعر بالطمأنينة، والذي يعيش في أسرة سعيدة متحابية يكون أقدر على الاهتمام بالمجتمع عن الطفل الذي يعاني اضطرابا نفسيا، ونشأ في أسرة مفككة، متعددة الصراعات والخلافات.

## ز- الدقة والإتقان في الحركات والتعبير والعمل:

أثناء عملية التعليم يشجع الطفل على إتقان العمل مهما كلفه ذلك من جهد أو وقت، ولا يجب أن نعطي أي اهتمام بسرعة الأداء، لأنه يجب أن يتقن عمله أولا، ويكتسب السرعة تدريجيا مع التكرار.

## ح- الطاعة:

يطيع الطفل الأبوين عادة لحبه لهما ورغبته في كسب رضاها وقبولهما، ولثقتة في حكمهما وسداد رأيهما، وثقتة بوقوفهما بجانبه دائما.

فإذا توافرت هذه العلاقة بين الطفل والديه، كانت طاعتهما عليه سهلة وبدون مشاكل، أما الطاعة التي يرغم الطفل عليها بالشدة والعنف فهي إما أن تؤدي إلى تحطيم

شخصية الطفل وسلب إرادته، أو تؤدي إلى ثورة الطفل على سلطة الوالدين وانحراف سلوكه . . .

### ط- حل المشكلات بطريقة إيجابية:

إذا قابلت الطفل مشكلة أو صعوبة فيجب أن نعلمه كيف يفهم جميع الظروف المحيطة بالمشكلة ونعوده على التفكير في حل عملي حتى يتغلب عليها، ونجبه الحلول السلبية مثل الهروب من المشكلة بتجاهلها أو تركها بدون تفكير أو ترك المسائل معلقة، ويجب أن يدرك الطفل أن كل مجهود إيجابي لا بد أن يصل إلى ثمرة.

### ي- التفكير الموضوعي:

تعود الطفل عن طريق المناقشة وتبادل الآراء أن يصدر أحكاما موضوعية عن الأعمال التي يراها بصرف النظر عن شعوره الذاتي، فإذا رأى عملا ظالما- أى شخصا يظلم شخصا آخر- فمن واجبه أن يحكم على هذا العمل بأنه ظالم وخاطئ حتى إذا كان الشخص المظلوم مكروها من الطفل. فالتفكير الذاتي الموضوعي يحكم على الأشياء حسب شعور الشخص بها وليس حسب الظروف الموضوعية للعمل، ويجب أن يتعلم ويدرك تماما أن كل مجهود وتفكير إيجابي لا بد أن يصل إلى ثمرة.

### وأخيرا:

إذا اهتم الوالدان بمساعدة الطفل على الالتزام بالعادات الصحية والعقلية الحسنة فسوف ينمو الطفل نموا جسميا ونفسيا سليما، ويستطيع التغلب على مشاكل الحياة التي تقابله مستقبلا بسهولة ويسر . . .

## الفصل الثاني عشر

### لماذا يخطئ الآباء... في التنشئة النفسية للآباء

#### المقدمة:

«حاول أن تدرب طفلك على المنهج الذى ينبغى عليه أن يسلكه فحين يصبح مسنا فسوف يظل متمسكا به».

هذا قول مأثور قاله أحد الخبراء فى تنشئة الأطفال، فهل هو صحيح، وهل يتمكن الآباء الصالحون من تنشئة أطفال أسوياء، لا يسببون لهم المعاناة والمتاعب فيما بعد.

والإجابة السليمة على هذا السؤال كثيرا ما تدعو إلى الشك فى تحقيق ذلك، فالآباء الصالحون الذين أعينهم، هم هؤلاء الذين يأخذون الأمور بصفة جادة، ويتصفون بالعطف والذكاء، ويشغلون مكانة مرموقة، ومع ذلك فهؤلاء الآباء على الرغم من الاعتدال والحكمة التى يتصفون بها إلا أنهم كثيرا ما يحاولون التفكير فى البحث عن الأسباب التى أدت إلى اضطراب أطفالهم نفسيا.

فالابن الأنانى، والابن الثانى مضطرب السلوك، والثالث غير متكيف مع البيئة التى تحيط به، والرابع مهموم متكرر لا يتذوق للحياة طعاما.

فيحاول الآباء دائما معرفة الدوافع التى ساقته إلى ظهور هذه الأعراض، وغالبا ما يتجه تفكيرهم إلى الاعتقاد أن ما حدث لأبنائهم كله تتجه خطأ اقترفوه فى التنشئة النفسية للطفل... ولذا كان من الأهمية بمكان البحث عن الإجابة الصحيحة على سؤال العائلة المهم وهو:

«لماذا لم يتمكن الآباء من تدريب الطفل على النهج الذى ينبغى عليه أن يسلكه؟»

تبين من البحوث المختلفة فى هذا المجال أن الإجابة الصحيحة الواحدة بعد التحليل النهائى أن مصدر متاعب الآباء والأمهات مع أطفالهم هو أن أكثر الآباء والأمهات لم يصلوا بعد إلى المفهوم الدقيق والوعى التام الذى يمكنهم من التخلص من هذه المتاعب على طول المدى...

## أسباب عدم توافر صلاحية الآباء:

١- إنهم يحملون أثر المعوقات التي كانت قائمة في بيتهم الشخصية والتي يتوارثونها من حيث الاستعداد النفسى .

٢- يحملون أثر الأخطاء والمفاهيم المتزمتة التي كانت سائدة فى عصرهم فالآباء كائى فرد غير معصومين من ضعف الإرادة، فظهور الآباء على حقيقتهم التي يحاولون إخفاءها أمام أطفالهم سوف يكشف حتما عن الكثير الذى كانوا يتمنون إخفاءه، كى يتجنبوا تأثيره على حياة أطفالهم إذا تمكنوا من ذلك .

٣- عدم تمكين الآباء من إخفاء عيوبهم: من الصواب أن نخفى عيوبنا التي تزعجنا بداخلنا دون أن تمس أطفالنا . . . ولكن لم يتمكن إنسان من ابتكار طريقة لاتباعها فى هذا المجال: مثال ذلك: عدوى خوف البالغين، فالأم التي تخاف من الكلاب أو الظلام، لا يتمكن أطفالها من التغلب على العدوى منها .

ويحدث نفس الشيء حين يخاف الآباء من الدخول فى أعمال جديدة أو حتى التفكير فى مغامرات جديدة . . فالحقائق توضح لنا أنه لا يوجد آباء مهما وصلوا إلى درجة كبيرة من الصلاحية لا يحملون بعض المخاوف غير المعتدلة . . مخاوف عميقة فى عقلهم غير الواعى مما يجعلهم غير مدركين وجودها، والأطفال مرتبطين بشعورهم بها .

٤- أنانية الأب: ليس من الغلو أن يقال أن الوالد كثيرا ما يسيء إلى ابنه، وأن المصاعب التي يعانها طالب الجامعة أو المدرسة الثانوية، وتلميذ المدرسة الابتدائية، قد يكون مرجعها كلها أو معظمها إلى تصرفات الأب الخاطئة فى اندفاعاته بعامل الشفقة المجردة من التبصر والخالية من التفكير السوى . بل قد يكون الأب نفسه هو الذى يقلق على مستقبل ابنه دون أن يدرى . . وكلنا نعلم أن نية الأب نحو ابنه لا يمكن أن تخرج عن السعى فى توفير الخير، فى حاضره ومستقبله، هو فى هذا السبيل يصرف الكثير والقليل، مرهقا نفسه، وبأذلا أقصى ما يمكن من عناء وجهد، حتى يطمئن آخر الأمر إلى أنه أدى واجبه نحو ابنه على الوجه الأكمل .

ولكن النية وحدها لا تكفى هنا، فإن هناك عاملا آخر يلعب دورا له خطورته، وهذا العامل الخطير هو أنانية الوالد. . نعم أنانيته وهى أنانية مجسمة ومقتنة فى آن واحد. . وكلما زاد جهل الوالد بالأصول الفكرية فى تربية ابنه عظم أثر هذا العامل وعم ضرره.

وليست مكانة الأب العلمية، ولا مركزه الاجتماعى بعاصم له من الوقوع فى هذا الشر ما دام يجهل أو يتجاهل المبادئ الأساسية فى التربية، وما دام هذا الجهل يقف حائلا بينه وبين ما يجب أن يضعه نصب عينيه مثل البدء فى تنفيذ أى خطة إزاء تنشئة ابنه التنشئة التى تكفل له الحصول على أكبر قدر من صحة الجسم والعقل والخلق.

٥- أنانية الأم: أما أنانية الأم فلا حاجة إلى الإفاضة فى الحديث عنها، لأن الأمثلة عليها متكررة كل يوم، وهى أكثر من أن تحصى كما أن لها على حاضر أبنائها وعلى مستقبلهم أثرا ملموسا، فكم من فرصة للنفع والإفادة أضاعتها الأم على ابنها بسبب أنانيته القصيرة النظر. . . وكم من أم وقفت فى سبيل مستقبل ابنها لأنها لا تريده بعيدا عنها، تريده دائما إلى جانبها كان فى البعد عنها قضاء عليها وعليه. . .

إن الأم فى هذه الأنانية الغاشمة المستبدة لا تعرف أين يكون الخير لابنها، إنها تريد له الخير بعاطفتها فقط، واهمة أن العاطفة هى المربى، تمنى مثل هذه الأم أن يكون ابنها رجلا كامل الرجولة، ولكن جهودها فى هذا السبيل لا تتعدى الرغبة، ومتى حققت الرغبة وحدها غاية؟! .

والأم الحكيمة تستطيع أن تجعل من أبسط الأمور مجالا للتطبيق فى تربية أبنائها؛ فهى مثلا: تستطيع أن تبدأ بالسماح لهم بقضاء حاجتهم الخاصة مثل: ارتداء الخذاء أو خلع الملابس ووضعها فى مكانها الخاص بدلا من تركها للخدم أو لها هى. . . وهكذا رويدا رويدا. . هذه الأعمال البسيطة فى مظهرها وأثرها فى نفس الطفل. إذ إن عن طريق الممارسة تتكون شخصية الإنسان وتظهر كفايته. . والواقع أن ما تشكو منه الآن من رخاوة السلوك، وعدم القدرة على الاعتماد على النفس، إنما غرست بذورها فى البيت.

غرسها الآباء والأمهات بعاطفتهم الساذجة إزاء أبنائهم، ورجبتهم فى توفير الراحة لهم كاملة. والطريق السوى:

هو أن يعلموهم مواجهة الحقائق كما هي، وكل حقيقة يواجهها الطفل كما هي مهما تكن بسيطة تافهة في مظهرها، إنما هي كسب له وتدعيم لشخصيته، وسيرى الوالدان أن كل مشقة تتحملها عواطفهم في سبيل هذه الغاية لا تحسب إذا قيست بنتائجها وهي: إعداد رجل سعيد لانسجامه مع نفسه أولا، ثم لقدرته على الانسجام مع بيئته ومجتمعه ثانيا، متمسك بمبادئه لإيمانه بها.

ولن يجدى في تربية الشخصية أن يجد الطفل جميع رغباته تنفذ على الفور كما لن يشفع للوالدين حسن النية، وصدق الرغبة في إسعاد أطفالهم، ولو أدركوا القيمة التربوية لسنوات الطفولة ومدى أثرها على تكوين شخصية الرجل الذي سوف يكون، لعرفوا أن العاطفة الساذجة وحدها لن تحقق رجلا.

٦- عدم تقبل الآباء اختلاف أبنائهم عنهم: إن الآباء يتعشرون كذلك في أن يتقبلوا معارضة أطفالهم الذين يختلفون عنهم اختلافا بينا، يعتبرون هذا الاختلاف أمرا سيئا فكثيرا ما يرددون «ما أجمل أن يكون أطفالنا صورة حية مثلنا» لأنهم يعتقدون في علم النفس السلوكي الذي يؤمن بأن الأطفال صفحات بيضاء تسطر عليها ما نروم ونهوى بالطريقة التي تروق لنا... وفي الحقيقة أن هذا المفهوم ليس صحيحا، إذا أصبحنا لا ندرك الآن جيدا أن الطفل كثير الشبه بألة موسيقية مُعدة للإيقاع، بالاشتراك بينه وبين والديه يمكن اللعب عليها حسب النغم المعد لها.

### الوراثة واستعداد الطفل الأصلي:

في هذه الأيام يضع الأطباء النفسيون والاجتماعيون والأخصائيون النفسيون اعتبارا كبيرا للوراثة إلى درجة تفوق الواقع، إذ إنهم يقررون أن طبيعة الطفل تحدد إلى حد كبير من أول لحظة الإخصاب، حين يتم اتحاد الخلايا الوراثية بعضها ببعض (الجينية) كما قال أحد الخبراء في علم الوراثة . . «استعداد الطفل الأصلي يأتي معه إلى العالم».

### اختلاف الأطفال عن والديهم وعن بعضهم البعض:

ينبغي أن يدرك الآباء والأمهات جيدا أن أطفالهم لا يختلفون عنهم فقط بل يختلفون بعضهم عن بعض منذ ساعة ولادتهم . . وفي الحقيقة إذا أُلقيت نظرة من نافذة إحدى دور الحضانة سوف نلاحظ أن الأطفال لا يتشابهون، فهم يختلفون في: الحجم، والوزن، والطول، وشكل الرأس، ولون الجلد.

وحتى فى استجابتهم إلى العالم المحيط بهم:

فالبعض يظهر نشاطا، والآخر متكاسل، والبعض يصرخ بقوة، والآخر نادرا ما يصدر عنهم أى صوت . . .

فالأطفال بصفة عامة يختلفون فى سلوكهم، ويختلفون فى مقدار معارضتهم ويختلفون فى اتجاه معتقداتهم، ولا بد من هذا الاختلاف لأنه يقدر باختلاف الظروف التى تنشأ فيها والقدرات الموجودة لدى كل منهم.

### الآباء ومواهب صغارهم:

إذا شاء الآباء لأبنائهم التمييز ينبغى عليهم أن يتبينوا فى أى الاتجاهات تسير مواهب صغارهم وقدراتهم، وأن يعملوا على توفير الفرص الملائمة لهم التى تتيح لهذه المواهب والقدرات أن تنمو وتزدهر بغض النظر عن رغباتهم، فكثيرا ما نرى موهبة موسيقية أو فنية عند صبي قد وئدت لأن الوالدين يريدان أن يكون طبيبا أو مهندسا، ولأنهما يريدان أن الفن كمهنة دون ما يرجوان لابنهما، فالوالدان حين يرغبان «التميز» لابنهما فإنهما كثيرا ما يقصدان هذا التمييز، ولا يستطيعان إخراج نفسيهما من الصورة كلية.

٧- صعوبة رؤية الأشياء من وجهة نظر الطفل: على الرغم أنه ينبغى على الآباء تقبل الاختلاف الواضح فى هذا العالم الذى لا يشبه عالمهم الذى نشأوا فيه . . . ومع ذلك فهم لا يستطيعون تقبل ذلك كاملا . . . ففى أحسن الأوقات التى يكون فيها الهدوء سائدا يعانى الآباء من صعوبة رؤية الأمور من وجهة نظر الطفل . ويرجع ذلك إلى:

الحقيقة التى توضح أن السنوات قد أخفت الأخطاء والآلام التى كانوا يعانون منها فى طفولتهم وأظهرت فقط الذكريات السعيدة.

فمعظم الآباء لا يستطيعون تذكر كيف كان حالهم حين كانوا أطفالا، فيذكرون فقط الأشياء الجميلة، وتتلاشى المشاكل من ذاكرتهم فيرددون.

« لم تجاوب بهذه الطريقة فى طفولتنا، ولا يمكن أن نكون فعلنا ذلك وطمره النسيان».

٨- جهل الآباء بأسباب مخاوف الأطفال واضطراباتهم: أثبتت الدراسات أن الآباء لا يستطيعون فى معظم الأحيان فهم أسباب المخاوف والاضطرابات التى تصيب أبناءهم ولذلك لا يستطيعون السيطرة عليها.

وقد قال أحد الخبراء «لا شك أن المشاكل الخارجية لها تأثير على الأطفال أيضا. كما تفعل مع الكبار، فالمرض، والوفاة في محيط الأسرة أو الأزمات الاقتصادية، أو الانتقال إلى مكان آخر، وبلد آخر تعرض الطفل لمثل هذه التوترات وتؤثر على صحته النفسية فالأطفال يمكن أن يعانون من صدمة ربما لا يكون لها تأثير على آبائهم، لكن يمكن أن تؤدي إلى صراعات داخلية أو اضطرابات نفسية لديهم.

فإنى أعرف طفلا كان يعاني من كابوس ليلي مستمر استمر لشهور من رؤيته «حادث عربة في الطريق حيث قتل فيها طفل في مثل سنه».

### تأثير الضغوط النفسية على الطفل:

أحيانا يكون الطفل عريضا ضعيفا البنية مما يؤثر على تحصيله الدراسي، إذ تكون الضغوط التي يعانيها مع أقرانه في المدرسة أكثر من قوة احتماله. أو قدوم طفل جديد في وقت محنة معينة تعاني فيها الأسرة مما يصرف انتباههم عن مساعدة الطفل أو الطفلة الكبرى.

إنى أعرف طفلة في الخامسة كان عليها أن تتحمل قدوم طفل جديد مع ضغط ذهابها لأول مرة إلى المدرسة، مضافا إلى ذلك ما كانت تعانيه من ضرورة ارتداء طوق نحاسي في إحدى ساقيها بعد إصابتها بشلل الأطفال.

### طرق تخفيف التوتر بين الآباء وأطفالهم:

التخفيف نعم لكن المنع لا، فلا توجد قاعدة لتغيير الطبيعة البشرية وجنوحها نحو الاستقلال، ومع ذلك لا يوجد آباء مهما بلغوا من الحكمة يستطيعون تجنب المتاعب التي يقابلونها مع هذه المخلوقات الصغيرة غير المتوقعة، والتي أعطيت لهم لحضانتها ورعايتها بواسطة حادث الولادة.

ومع ذلك : فهناك بعض الطرق التي تخفف من شدة التوتر بين الآباء وأبنائهم فيمكن تجنب هذه التوترات إذا حاول الآباء قبول الحقيقة التي تقول: «الطفل هو الطفل مخلوق بشري يبدأ حياته، ثم ينمو، ويتعلم الكثير، وأمامه طريق طويل لتحقيق النضج الكامل من الناحية الجسمية والنفسية والعقلية... فلا يمكن للعقاب أو الثواب أن يفعلوا شيئا للطفل إذا كان استعداده الداخلي لا يسمح بذلك، ولا يستطيع الآباء أن يرغبوا الطفل على استكمال شيء ما لم يصل إلى درجة النمو فعلا».

## خلاصة القول:

طفل الخامسة لا يستطيع عمل ما يفعله طفل التاسعة مهما كانت المحاولات في سبيل ذلك، وخير ما يقال في هذا المجال:

«أنه ينبغي أن يقول الطفل الصدق دائما، وأن يتكلم حين يطلب منه ذلك. ويتبع آداب المائدة حين يكون قادرا على ذلك. . .»

وكذلك ينبغي كما أشرنا سابقا: على الآباء والأمهات أن يتقبلوا بدون تحفظ الحقيقة « إن أطفالهم ليسوا صورا طبق الأصل لأنفسهم، وأن يدركوا بأن ليس في استطاعة أى والدين فى هذا العالم أن يشكلوهم بصورتهم، فالأطفال كائنات حية على صواب منذ البداية يشبهون أنفسهم ولا يشبهوننا».

وما ينبغي أن نفعله نحو أطفالنا هو:

أن نمهد لهم الطريق الذى يشعرون فيه بكيانهم، ونشعر نحن أيضا بذلك، وأن ندرك أن التهذيب شىء أعمق بكثير من العقاب والجزاء.

فى الحقيقة أنه يعنى وضع أطفالنا تحت سيطرة أنفسهم فيستطيعون استخدام أحسن صفاتهم، ويعنى أيضا إتاحة الفرصة لهم لاتخاذ القرارات وقبول نتائج اختبارهم.

فالتهديب: يعطى أفضل نتيجة حين يصدر عن آباء مدركين لمواقع ضعفهم أنفسهم وعلى استعداد لإصلاحها والنجاح فى التغلب عليها.

ولذلك فمن الحكمة: حين يتدرب القلب يصاحب ذلك تدريب العقل والعاطفة والتفكير، إذ إن كثيرا من الآباء يفرضون على أطفالهم اتجاهات واسعة من المسئولية، لأنهم يتوقعون بصورة مبالغ فيها قدرة أطفالهم على استيعاب هذا الاتجاه، ولكن إذا كان فى قدرة الكلمات فقط أن تصلح من شأننا أو إذا كان فى إمكاننا تنفيذ الشىء بمجرد أنه قيل لنا، فإننا جميعا سوف نكون دائما على صواب فى تصرفاتنا. وهذا بعيد عن الواقع. ودوافع السلوك عند الطفل تشبه دوافع السلوك لدينا تماما، تنفذ أحيانا إلى القلب ولكن لا تصل إلى العقل.

## والخلاصة:

لا يمكن إنكار أن الكارثة لن تصيب أطفالنا بالداخل وبالخارج، ولا يستطيع الآباء بأى كمية من المعلومات أو الحكمة أن يطمئنوا بأن أبناءهم سوف يشبون باعتدال، وتنشئة الأطفال ليست فى حدود معينة، ولا يستطيع أى شخص أن يدرك بدقة سبب سير الأمور بصورة مختلفة.

ولكن ما ينبغى أن يفعله الآباء:

هو اتباع أفضل ما لديهم من المعاملة، وأنه أقرب إلى الحقيقة القول أن الطفل سوف يكون بعيدا عن المتاعب: إذا أغدق والداه عليه الحب والحنان، وأبعده عن التوتر النفسى . وإذا أشعراه بالسعادة فى الحياة اليومية معه، وكانا يملكان المهارة الكافية التى تساعدهما على تحقيق المقاييس التى تصل إلى درجة التهديد، وإذا حاولا معاملته كشخصهما فى احتمال التعرض للضعف والخطأ.

ولكن: تحركهما بأحلام واسعة، وتوقعهما الكثير من الطفل فهذا لن يصل إلا إلى الكارثة.

وفى الوقت الحالى : يسعدنا أن الأطفال يبذلون ما فى وسعهم فى محاولة تتبع المثل العليا التى يتحلى بها آباؤهم، فإذا لم يتمكنوا من السير بدقة على الطريق المرسوم لهم، فهم ليسوا بعيدين عنه، والممر الذى يقع بين طريق الوالدين وبين الطفل غالبا ما يكون يانعا مزدهرا لكلا الطرفين.