

الفصل الثالث

مشكلات الطفولة

obeikandi.com

مقدمة

هل يتحدأكِ طفلكِ باستمرار لدرجة أنكِ تشعرين بأنكِ ستفقدين عقلكِ؟ اقرئى هذا الفصل لتعرفى أكثر عن طرق التعامل مع أبنائك فى مثل هذه المواقف.

إن التعامل مع طفلكِ يعتبر تحديًا يوميًا، فبعض الأطفال أكثر تحديًا من غيرهم وأقل استجابة لاتباع القواعد، هذه النوعية من الأطفال كثيرى الاحتياجات أو مثيرى المشكلات تكون الحياة معهم وتربيتهم تحديًا، ولكن المطمئن فى الأمر أنه إذا اكتشف الأبوان مبكرًا الخصال الصعبة فى طفلهما وعملا على توجيهها بعقلانية وبشكل سليم، فقد تصبح هذه الخصال الصعبة التى تضع الطفل فى مشكلات فى الوقت الحالى نافعة له فيما بعد، فكل طفل يأخذ من أبويه ويعطيهم، ولكن الحال يكون أصعب مع هذه النوعية من الأطفال.

طباع طفلك هى سلوكه الشخصى وهى التى تفسر تصرفاته، وليس هناك طباع "جيدة" وطباع "سيئة" لكنها "طباع" فقط، وبعض الطباع تمثل تحديًا للأباء أكثر من غيرها، ولكن أسلوب تربية هؤلاء الأطفال يمكن أن يحدد ما إذا كانت هذه الطباع الصعبة ستكون فى النهاية إضافة للطفل أم ضررًا له، وليس معنى أن الطفل كثير الاحتياجات أنه سيأخذ دائمًا والأبوين سيعطيان دائمًا، فالاهتمام برعاية الطفل كثير الاحتياجات يجعله فيما بعد شخصًا معطاءً، لأن الإنسان كلما أعطى أكثر كلما أخذ أكثر، وعندما تمنحان طفلكما التربية التى تناسب متطلباته الخاصة، ستكتسبان مهارات لم تكن لديكما من قبل، كما أنكما ستكتسبان طفلًا مطيعًا، واعلمنا أنكما لا تستطيعان اختيار طباع أو قدرات طفلكما، ولكن فى استطاعتكما اختيار الأسلوب الذى تشبعان به احتياجاته، بهذه الطريقة ستثريان حياتكما وحياة طفلكما.

وهذه بعض الأمور التى يجب أن تضعها فى الاعتبار عند التعامل مع طفل مثير للمشكلات:

أبناؤنا.. على ماذا نربيهم؟

تقول إحدى الأمهات:

ابنى فى السابعة من عمره، أريد أن أربيّه تربية إسلامية صحيحة، فلا أريده أن يسمع الأغاني، أو يلعب بالمجسمات التى تشبه البشر، ولكنه دائماً يرفض، خاصة أن المجتمع الذى نعيش فيه لا يُحرّم هذه الأشياء، وهى تحيط به فى كل مكان، وأنا لا أستطيع أن أعزله عن العالم المحيط به، كما أننى لا أستطيع أن أربي المجتمع من جديد!

حاولت أن أرغبه كثيراً فى سماع أغاني الأطفال الإسلامية كبديل، ولكنها لم تجذبه، ودائماً يقول: "فلان وفلان تتركهم أمهم يسمعون ويلعبون بما يريدون"، وأحياناً أحاول أن أرغبه فى طاعة الله والجنة والثواب وما إلى ذلك، ولكنه لا يدرك هذه الغيبيات، كما أن المغريات المحيطة به شديدة وهو سريع التأثر بها؛ لأنه ذكى جداً ومتفوق فى المدرسة، فماذا أفعل معه؟

وهذه الأم نقول:

لا تقلقى ولا تجزعى من رفض طفلك ومقاومته لك، فهذا يتماشى مع طبيعة عمره، وأنصحك بالتعرف على بعض سمات المرحلة العمرية التى يمر بها ابنك فهى أمر مهم، فالطفل فى هذه السن:

- يحب اللعب الخشن والفوضى.
- يعبر عن آرائه ووجهات نظره الشخصية.
- يفهم العمل الجماعى.
- يعبر عن نفسه بالكلام جيداً.

- ذاكرته السمعية جيدة.
 - يستمتع بالمنافسة والتحدى.
 - يكثر من الأسئلة.
 - لديه قدرة كبيرة على الإبداع.
 - يوسع اهتماماته (التلفزيون - يهوى ألعاب الإيقاع الحركى كالرقص وألعاب الجمباز وغيرها).
 - يحب أن يكرر الحركات والأنشطة المعروفة له والتي يتقنها.
 - يظهر الحاجة إلى استحسان وموافقة الآخرين، وهذا يتطلب تقديم الدعم الإيجابي للطفل بالتشجيع والتقدير.
 - يزداد وعيه الاجتماعي، وارتباطه بالمحيطين، وهذا يتطلب الاهتمام بتوفير البيئة الاجتماعية الطيبة.
 - لديه خوف من الحرج، وهذا يتطلب تجنب إحراجه أمام الآخرين.
 - يستمتع بالمدح والغبطة والعمل الجيد.
 - يتأثر كثيراً عندما يهزم أو يخسر، وهذا يتطلب تجنب اللوم.
 - يبدأ كل من الأولاد والبنات فى الانشغال بألعاب خاصة بكل منهم.
- والطفل -كإنسان- كائن اجتماعى بطبعه، يسعى إلى الاندماج فى المجتمع الذى يعيش فيه وتكوين علاقاته الخاصة ليشعر بالأمان ويستمد الثقة فى نفسه، ولهذا لا يمكن فصله أو انتزاعه عن مجتمعه، وإن استطعت ذلك الآن، فلن تستطيع ذلك حين يدخل مرحلة المراهقة، وإن استطعت ذلك حينها، فلن تتمكن من حصاره ومتابعته حين يكبر قليلاً أو يلتحق بالجامعة، فسوف يخرج وقتها عن رقابتك وسلطانك بدون شك.

ابنك لا يزال طفلاً، ومن حقّه أن يلعب ويكتشف العالم المحيط به، ويندمج فيه، وأن يكون لنفسه في هذه السن علاقاته الخاصة وصادقاته، ويختار أصدقاءه بنفسه وتحت إشراف ومتابعة منك دون فرض قيود عليه.

وكما ذكرت فإن "المغريات كثيرة"، ويصعب عليك عزل طفلك أو تربية المجتمع.. و"التربية الإسلامية" كلمة واسعة وشاملة، ولا تقتصر على منع سماع الأغاني أو مشاهدة التلفزيون، أو منع اللعب بالمجسمات.. فإن كان طفلك الآن يسأل عن الأغاني فسوف يسأل غذا عن مواقع الإنترنت والفضائيات والأفلام والتدخين، لن أتعرض للأحكام الشرعية لكل ما سبق، فهذا ليس مجالها، ولكني أتحدث عن المبدأ.. كما أن التربية الإسلامية ليست مقتصرة على الصلوات والعبادات والألفاظ التي تتردد كـ"جزاك الله خيراً"، و"الحمد لله"، و"إن شاء الله".. وليست هي فقط الحرام والحلال.

إن مفهوم "التربية الإسلامية" يشمل كل ما سبق، ومعه الاختلاط بالناس، والاحتكاك بالحياة، والتعرف عليها واكتساب مهاراتها، والنجاح فيها، والتعرف على الآخرين، والتعلم منهم، والتأثير فيهم، العبادة ليست صوماً وصلاة فقط، كما أن التربية الإسلامية ليست بسماع الأغاني أو منعها فقط! كما أننا لن نبقي لأبنائنا مدى الحياة نوجههم ونحميهم ونختار لهم.. فما الحل إذن؟

أقترح عليك بدلاً من المنع والعزل، تعليم طفلك كيفية الاختيار والتمييز بين البدائل المعروضة عليه، فهذا سينمي شخصيته، ويقوى ثقته بنفسه، ويساعده على الاستمرار في حياته، ويدربه على هذه المهارة التي ستفيده حين يكبر.. عرفه الصبح والخطأ ودعيه يختار، فسوف يقابل الكثير في حياته... دعيه يتعرض لكل شيء بما يناسب سنه، وكوني معه، فسوف يتعرض للأغاني والتلفزيون والإنترنت شئت أم أبيت، إن لم يكن في البيت ففي الشارع أو عند

الأصدقاء أو الأقارب، شاهدى معه التلفزيون، واسمعى معه الأغاني بنوعيتها العادية وأغاني الأطفال الأخرى التى ترغبين فيها، واقرئى معه قصص السيرة والخيال والمغامرات، وناقشى معه ما تشاهدون وما تسمعون وما تقرأون، وأشركيه معك مثلاً فى اختيار الأفلام التى ستشاهدونها، والقصص التى ستقرأونها معاً، وخذى رأيها فيما شاهدتم: "ما الذى استفدناه من الفيلم أو من القصة التى قرأناها؟ وما السلبيات التى رأيناها؟ وكيف نتعامل معها إذا ما تعرضنا لها؟" واشرحى له ما يصعب عليه فهمه، ونوعى له فى البرامج ما بين الترفيهى والعلمى حتى يحقق الاستفادة بدون ملل.

إن إحاطة الطفل فى هذه السن وتربيته فى قوقعة تعزله عن أترابه وتجعله يشعر بأنه مختلف عنهم، فهو لا يسمع ما يسمعون، ولا يشاهد ما يشاهدون، ولا يلعب بما يلعبون، أمر مستحيل، خاصة أنه يخرج الآن للمدرسة، ويحتك بمجتمع آخر غير مجتمع البيت والأسرة والأصدقاء الذين تحيطونه بهم، طفلك لن يدرك أن فى اختلافه عن يقابل تميز، ولكنه سيحس أنه مختلف، ولن يسعده هذا الاختلاف..

إن تعليم الطفل الاختيار والتقييم والنقد والتمييز لن يتعارض مع كونك تستهدفين التربية الإسلامية، علميه الصلاة، وحفظه القرآن الكريم، واقرئى له القصص، واحكى له قبل النوم، فالقصة والحكاية من أهم وأنسب الوسائل التربوية المستخدمة فى هذه السن للتوجيه غير المباشر، اقرئى له واحكى له ما يمكن أن يغرس فيه القيم والمبادئ ويثير خياله ويثريه، ويعرفه على شعوب وحضارات كان لها شأن فى زمن من الأزمنة الماضية.

لن يدرك ابنك الغيبات فى هذه السن، فهو لا يدرك إلا ما تلمسه حواسه، يمكنك أن تحدثيه عن الله سبحانه وتعالى، والجنة، والثواب، وفضائل الأعمال

-دون التطرق للعقاب والنار وغضب الله- ويمكن أن تحثيه على البر والخير، وكوني معينة له على ما حوله من مثيرات ومغريات، خاصة أنه في هذه السن يتأثر بكل ما حوله، ويكون لديه الفضول لاكتشافه.. وسينمو معه حب المعرفة يوماً بعد يوم..

وتذكرى أنه علينا الغرس، وليس علينا النتائج، والهداية بيد الله عز وجل، عليك تنمية المبادئ الصحيحة والقيم في طفلك في هذه السن، والاستعانة بالله والدعاء كثيراً، وستحصدين الثمار حين يأتي الوقت المناسب للحصاد.

ابنى الأول يرفض أن يكون الثانى

يقول أحد الآباء:

ابنى عمره ٦ سنوات، ونظراً لكونه الأول فى الترتيب فقد حصل على إطراء ومدح كبير منى، مثل: (أنت بطل أو أسد، أنت الأول والفائز)، حتى كبر الولد ودخل المدرسة، وصار له أصحاب، والمشكلة تتلخص فى أنه يرفض أن يهزم أو أن يكون الثانى لا فى لعبه معى ولا مع أصدقائه، فإذا ما لعبت معه مثلاً ألعاب الكمبيوتر أو البلاى ستيشن (سباق السيارات)، فبمجرد أن أسبقه إما أن يرجونى أن أدعه يفوز على أو يعطل سيارته، أو يخلق مشكلة لإنهاء اللعبة... فما الحل؟ وكيف أتعامل معه؟

ولهذا الأب نقول:

بداية أقول إنك قد ذكرت السبب فى المشكلة، ألا وهو إطراؤك ومدحك الكبير لابنك بشكل مبالغ فيه، فقد كان هذا سبباً مباشراً فى إحساسه بالتميز

الزائد، بل ورفضه أن يتميز عليه غيره، وحل هذا الأمر يسير، ولكنه يحتاج إلى صبر ومثابرة حتى يتم تعديل السلوك، وما عليك إلا اتباع الآتي:

- لا تبالغ في مدحه.
- لا تعزّز كل عمل عادي يقوم به، ولا أعنى بالطبع أن تقلل من قيمة ما ينجزه، بل اجعل الأمر وسطاً، حيث تتفاوت درجة مدحك بتفاوت وتنوع ما يفعل.
- استمر في اللعب معه، وتبادلا المكسب والخسارة، وإذا غضب أو أبدى حدة وعصبية لفوزك أو حتى استعطفك ليكسب هو، فلا تخضع له ولا لبكائه، ولكن عليك بصوت حانٍ وحازم في الوقت نفسه وبكلمات قصيرة لا داعي فيها للوعظ أو الخطابة أو حتى الاسترضاء أن تفهمه أن كثيراً من الأمور -وليس اللعب فقط- عرضة للمكسب والخسارة، والنصر والهزيمة، وعلى المرء ألا يحزن عندئذ، بل يكفينا شرف المحاولة الجادة. ويمكنك أن تقول على سبيل المثال: (فكر جيداً، هل هذا الأمر يستحق كل هذا الغضب أو كل هذا الحزن؟ الأفضل أن تفكر في السبب الذي جعلك تخسر، وتحاول أن تعالجه في المرات القادمة، ودائماً يكفينا أن نحاول بجدية)، واتركه وانصرف دون محاولة لاسترضائه حتى لو أحسست بالتعاطف معه.

هناك بعض الآباء، بعد أن يهدأ الطفل يحاول تعويضه عن هذه الخسارة بأن يقوم بالنزهة معه، أو بشراء بعض الحلوى، أو ما شابه ذلك، فلا تفعل ذلك على الإطلاق، كل ما عليك أن تعامله بطريقة طبيعية بعد أن يهدأ، ودون أن تعلق بأي تعليق على ما حدث، وعندما تلعبان في المرة التالية دعه يغلبك أو يهزمك، ولكن لا تجعله يحس على الإطلاق بأنك قصدت هذا أو تعمّدتَه فإن هذا يفسد ما تحاول إصلاحه، وهنّئ على فوزه

فقط دون التعليق بأى شئ، وبعد هاتين المرتين اجعل الأمر يسير بطريقة طبيعية، بمعنى أن تغلبه أو يغلبك على حسب مهارة كل منكما فى اللعبة. من الواضح أنك تولى لطفلك هذا اهتمامًا أكبر من اللازم، ربما لأنه الطفل الأول، أو ربما لكونه ذكرًا لست أدري، ولكن على أية حال أرجو أن تهتم به ولكن فى حدود المعقول، واجعل اللعب مشتركًا بينكم جميعًا (بمشاركة الأم طبعًا).

- احكِ لولدك عن الرسول -صلى الله عليه وسلم- وأنه كان يتسابق مع السيدة عائشة رضى الله عنها فيسبقها مرة وتسبقه هى مرة أخرى، ويمكنك أن تحكى له بعض القصص من مواقف الصحابة فى السباق والمصارعة، وهى موجودة بكتب السيرة، وأيضًا هناك من الحكايات المؤلفة للأطفال ما يعالج هذا الأمر وهى متوفرة بالمكتبات.

وأخيرًا اعلم أيها الأب أن ابنك سيفكر جيدًا فيما تفعله معه، ولكن ربما يرفضه فى بادئ الأمر، وربما يعلن خصامه لك ورفضه للعب معك، فأرجو ألا تتأثر بمثل هذا، فما هى إلا وسائل للضغط عليك حتى تستسلم وتخضع للعب معه بشروطه، فأرجو ألا تقع فى مثل هذا المطب مهما كان حبك له وتعاطفك معه، والأمر كما قلت لا يحتاج إلا إلى الصبر والمثابرة وحسن التصرف.

احترم طفلك.. يحترم نفسه!

تقول إحدى الأمهات:

لدى ابنتان، الأولى عمرها سنتان ونصف والثانية عمرها سنة. علاقتى مع أهل زوجى وخاصة حماتى ليست جيدة فى أغلب الأوقات، ولكننى أودهم وأواصل زيارتهم مع عائلتى دائمًا، وأنا أخاف جدًا على بناتى؛ إذ ألاحظ أن

حماتي تتعمد دائماً إغاضة الطفلة الصغيرة وتقول مثلاً: "أبوك حبيبي أنا، وهو ابني أنا وليس والدك" على أساس المزاح، أو تقول: "أختك الصغيرة أحلى منك وأذكى منك" بشكل يجعلها تغضب وتبكي أحياناً، وتقوم بتقبل الطفلة الثانية أمام الطفلة الكبيرة.

وأسأل: هل تؤثر مثل هذه الأشياء على طفلة في هذا العمر أو في السنوات المقبلة؟ وما كيفية التعامل مع هذه المواقف؟ وكيفية تعزيز ثقة الطفل بنفسه في جميع الأحوال وأمام أي شخص؟

ولهذه الأم نقول:

من المهم أن تنتبهي لطريقة تعاملك مع أطفالك في وجود الآخرين، ورد فعلك تجاه ما يصدر من تمييز ضد طفلتك، وسأبدأ بسؤالك الأول: هل تؤثر هذه الأفعال على ابنتك؟ بالطبع تؤثر في اتجاهين: أولهما حبها وارتباطها بهذه الجدة، وثانيهما تقدير الطفل لذاته:

نحن بلا شك نحب دائماً أن نعين الصغار على برنا فلا نزرع كرهاً يحيل أو يُصعّب البر؛ ولهذا عليك دور كبير، فلا تضخمي الأمر أمام طفلتك وتشعريها أن هناك ظلماً كبيراً وقع عليها، بل قولي لها: "إن جدتك تمزح معك.. إنها تحبك كثيراً.. انظري إنها تقول لي إنك بنت لطيفة جميلة". كما يمكنك أن تشتري بعض الهدايا لطفلتك وتقولين لها إنها من جدتها، واصطحبي ابنتك لتشتروا معاً شيئاً لجدتها. كل هذا سوف يرقق قلب الجدة دون شك، وربما كانت فرصة لتلطيف الأجواء بينكما وإفهامها بطريقة لطيفة أن ابنتك صغيرة، ولا يمكنها تقبل هذا المزاح، فالصغار لبراءتهم يصدقون كل ما يقال لهم، فلا تجعلها معركة، بل اجعليها محاولة لعقد صلح للعيش في سلام لاعتبارات عديدة، منها في حالتك أن الكبار -خاصة أهل الزوج- تؤثر علاقتنا بهم لحد

كبير في طريقة تعاملهم مع أطفالنا، حتى وإن كانوا أطفالهم في ذات الوقت، والطفل بحاجة لحب أهله واستشعار السلام في العلاقات المحيطة به خاصة الأقارب؛ إذ أنه يتعلم من خلال هذه العلاقات الكثير من قيم الحب والبر والتعاون والتسامح. وهذا هو التعلم الحقيقي الذي يترجمه فعلنا، ويسرى لنفس الطفل أكثر بكثير مما تفعله الكلمات.

لا شك أن صورة الذات لدى الطفل تتكون عبر تفاعلاته مع المحيطين به، والمحيطون به هم المحدد الأول لهذه الصورة لدى الطفل خاصة الأب والأم؛ لأنهما مصدر الثقة والأمان لديه، فحتى إن كانت ابنتك تتأثر ببعض من مزاج جدتها إلا أن بناء تقديرها الذاتي يظل رهناً بما تغرسينه أنت ووالدها فيها.

وتجدر الإشارة إلى أن الطفل الذي لديه تقدير جيد للذات يرفض معاملته بطريقة غير لائقة لما يرى نفسه أهلاً له، فضلاً عن قدرته على التعبير عن رفضه لتصرف ما أو سلوك ما دون أن يجد صعوبة في ذلك، ودون اضطراره لقبول أي تصرف استجداءً للحب المفقود أو عجزاً عن التعبير عن الرفض.

والذي يعيننا بالدرجة الأولى أن تقدير الذات يُزرع بذرة بذرة عبر حياة الفرد وعبر التدريب لاكتساب كل ما من شأنه بناء صورة جيدة للذات، بما في ذلك التعبير والتواصل الإيجابي والقدرات والمهارات المختلفة، والثقة بالنفس إحدى النقاط المتضمنة في المفهوم الأوسع لتقدير الذات.

ابنتك ما زالت في المرحلة الأولى لغرس بذور تقدير الذات عبر (الحب - المحادثات الكثيرة - الاستماع لها - المشاركة في اللعب والاهتمامات - التشجيع والدعم الإيجابي - تنمية مهاراتها وتعلمها للكثير من الأشياء خطوة خطوة - توليها مسؤوليات رعاية نفسها ومساعدتك في الأمور المنزلية وغير ذلك)، وسأفصل لك بعض هذه النقاط:

• **الحب:**

أخبريها كلما أمكن أنك تحبينها، وعبري لها عن ذلك لفظيًا (بالكلمات) وبأسلوب غير لفظي (المسح على رأسها - الابتسامة - الاحتضان - التقبيل)، وشجعيها على أن تبادل ذلك هذا التعبير أثناء تواجدهما وحدكما، وأيضًا في وجود الأقارب أو الأصدقاء. فهذا يكون مدعاة لفخر ابنتك الصغيرة بحب وتقدير واحترام والديها، وكذلك إشعارًا لها بالأمان.

• **المحادثة:**

أظهري لطفلك أنك تستمتعين بحديثها، وتحدثي معها حول كل ما يدور في عالمها من خلال كل ما يمكنك من وسائل (قصص - كتب - حكايات - موقف يمر بكما - زيارة لمكان جديد أو حتى قديم - برنامج تليفزيوني - حلم رأيته - تخيل لمستقبل ابنتك...)، اشرحي لها ماذا تفعلين ولماذا؟ بم تشعرين ولماذا؟ بم تفكرين؟ عبري لها عن ذلك وساعديها على هذا التعبير، وهكذا تحدثي لها.

اعلمي أن محادثتك مع طفلك تشعرها بالاهتمام والحب والتقدير، وتساعدتها على أن تبني مفرداتها سريعًا، وهو ما يؤثر كثيرًا في تقدير الطفل لذاته، خاصة إذا كان الأمر يحمل في ثناياه تدريبًا لها على تفهمها لمشاعرها ووصفها بدقة وإعطاء هذا الشعور اسمًا (متضايق - حزين - أشعر بملل - أشعر بسأم - ...)، وهناك بعض الكتب الصغيرة التي يمكن أن تعين في ذلك مرسوم فيها وجوه بتعبيرات مختلفة.

• **الاستماع:**

أنصتي لابنتك باهتمام، فإن استماعك لها يعني أن لديها شيئًا هامًا يستحق الإنصات له، فاجعليها تفهم جيدًا أنك تريد الاستماع لما لديها، فهذا يخلق علاقة قوية مع طفلك الحبيبة.

وعلمها التواصل بالعين أثناء الحديث، انظري في عينها وعلمها أن تنتظر في عين من تتحدث إليه.

وواجهي ابنتك بكامل جسدك أثناء الحديث فلا تنظري بعيداً عنها، ولا تديرى ظهرك أو تشغلي عنها مرادة كلمات تفهم منها طفلك جيداً أنك لا تستمعين بجدية لكلامها.

ولا تتعجلي ابنتك في الحديث فتقولى الكلام بدلاً منها أو تسكتيها بحجة أنك تفهمين وتعرفين ما تود قوله، فالطفل يتحدث ليستمع إليه وليظهر قدرته على استخدام ما تعلمه من مفردات ومفاهيم وأشياء جديدة.

وساعديها بالأسئلة المفتوحة التي لا تكون إجابتها (نعم أو لا)، بل التي تدفع لمزيد من التساؤلات قبلها والحوار الأطول والأمتع والأفعل لها.

• الاندماج مع الطفل والمشاركة في الأنشطة:

حاولي مشاركة ابنتك في أنشطتها باعتدال، فمن المفيد أن تتعلم قضاء الوقت بطريقتها دون الالتصاق تماماً ودائماً بك، ما أقصده هو وجودك معها في حياتها وفي اهتماماتها (اللعب معاً - التحدث معاً - الرسم معاً - الخروج معاً.. المساعدة في الأنشطة الأسرية، الاشتراك في الرحلات - النزاهات -...).

• التشجيع:

ليس فقط على النجاحات، بل على المجهودات والمحاولات، فاستخدمي الكلمات الإيجابية، وأثنى على الشيء المحدد الذي فعلته ابنتك حتى تفهم المرغوب من الأفعال؛ فثناؤك على سلوك ما يدعمه ويثبتها لديها، ويفهمها بالتحديد المرغوب والمقبول من السلوكيات والأفعال، فلا تشجعي تشجيعاً

عامًا واسعًا: "أنت ممتازة"، ولكن قولي: "رائع قد استطعت حمل الكوب بمفردك، ابنتي استطاعت أن تضع الكتاب في موضعه..." وهكذا. وانتبهى لنجاحاتها جيدًا وشجعها بحماس (تصفيق - هتاف - تعليق شارة - رسم كاريكاتير - وضع لوحة على الحائط بإنجازاتها مع صورة لها...) على أن تعطى ابنتك كامل الانتباه وقت التشجيع، ولكن لا تفرطى فى ذلك فيفقد التشجيع قيمته ومصادقته لدى الطفل، أى أنه تشجيع على تجربة ومحاولة محددة أو إنجاز أو سلوك محدد مفهوم من قبل ابنتك.

• المسئولية:

ساعدى طفلاتك لتقوم بما تستطيعه بنفسها، اسمحى لها أن تأكل بنفسها، وتغسل يديها، وتغلق الأزرار وتفكها، وغير ذلك مما يمكنها القيام به بنفسها، بل اجعلها مساعداً الأولى، فابنتك يمكنها عمل الكثير، مثل وضع الأشياء فى مكانها، مسح المنضدة، كنس مساحة من الأرض، تقطيع الخيار، ترتيب اللعب، ... فهذا من أكثر ما يشعر الأطفال بقيمتهم، وأن لهم دوراً هاماً مساوياً لدورنا، حيث يحمل للطفل معنى ثقته فى قدراته، وهو فى ذات الوقت فرصة لتنمية مهاراته وتعلمه المسئولية والتعاون، بل يمنحه الأمان والثقة لتجريب الأشياء والمهام الجديدة بإقبال أكثر وثقة أكبر فى النجاح فيها، وعلى النقيض من ذلك حين نقوم للطفل بكل شئ حتى تلك الأشياء التى يمكنه أن يقوم بها بنفسه، فضلاً عن عدم إشراكه فى أى شئ يخص الأسرة، فإن هذا يحمل له رسالة بعدم القدرة والعجز وعدم الثقة فيه، وبالتالي ينتج تدنى القدرات والاعتماد المطلق على المحيطين، وعدم القدرة على رعاية نفسه أو المحيطين أو المشاركة أو التعاون، فضلاً عن نشأته مدلاً غير مُعدٍّ للحياة الحقيقية.

• علميها لغة التجربة والإنجاز:

ساعدى ابنتك على زيادة إنجازاتها ونجاحاتها، ودعيها تجرب وتنجح فى هدف صغير تلو الآخر، واجعلى كلمة هدف من المفردات الهامة فى حياة الطفل، ويجب علينا إدراك أن كل ما يحتاج الطفل إلى تعلمه أو معرفته أو التمكن منه يعتبر بالنسبة له هدفًا عظيمًا، كالتمكن من التعرف على صور كتاب كامل، أو إغلاق ٤ أزرار فى المرة الواحدة، أو رسم خط فى ورقة ... فمثلاً القدرة على تقطيع الخيارة هدف عظيم حقًا بالنسبة للطفل، لا بد أن يخطط له ويقسم لمراحل، فالخطوة الأولى لتحقيق الهدف أن تعرف ابنتك كيفية الإمساك بالسكين، والخطوة الثانية تقطيع الخيارة لجزأين، والخطوة الثالثة تقطيع الجزء لعدد من القطع الصغيرة (وهذا ما يعرف بالخطوة).

صدقينى هذه هى لغة الإنجاز التى نفتقدها جدًا -حتى فى عالم الكبار- فعلميها لطفلك تكونى قد أهديتها طريقًا للسعادة والنجاح... ولا يهمنا الآن ماهية الهدف، ولكن ما يعيننا هو تعلم هذه اللغة ومفرداتها واستخدامها والتعود عليها.

لا تحلى لابنتك كل ما تواجهه من صعوبات، ولكن ساعديها أولاً على التعلم والتجربة بأمان، وعندما تواجه صعوبة فيما بعد أكدى على أهمية التجربة (جربى - حاولى .. رائع محاولة جيدة - هل رأيت عندما جربت استطعت -...)، ولكن دون أن تعرضيها لإحباطات متتالية؛ لذا دعيها تقوم بما تقدر عليه وتجرب ما تبدى الرغبة فى تجربته، وزودها من الإرشادات والتوجيهات بما يمكنها من إتمام وإنجاز عملها جيدًا.

وتحاورى معها حول ما تقابله من صعوبة دون تقديم حلول جاهزة، بل ساعديها لتصل للحل من خلال حواركما واستخدام الأسئلة.

• أبرزى نقاط القوة:

ابنتك فى مرحلة بناء فعليك بالوقوف على نقاط القوة وإبرازها، وحاولى أن تشيرى باعتدال إلى هذه النقاط فى ابنتك؛ وبالتالي فإن عليك إفساح المجال لكثير من التجارب والأنشطة (مفردات جديدة - حفظ ما تيسر من القرآن - قراءة - حكاية - مطالعة صور - ألوان - صلصال - قص ولصق - ألعاب تركيبية - موسيقى - غناء - تمثيل - رياضة...)، وعليك بالتربية والتقوية المتوازنة (الجانب الروحى والأخلاقى - اللغة - الدافعية والإنجاز والمثابرة - العلاقات والصدقات...)، وعليك بإضافة كل ما يخطر ببالك من قدرات نفسية وعقلية على أن تتعلمى وتتأكدى أن كل شئ قابل للتعلم.

تبقى بعض النقاط التى أنهى بها حديثى لك:

- تجنبى المقارنة تماماً بين طفلك وطفل آخر، فكل طفل بصمة إصبع لا تتكرر، وإنما تكون المقارنة بين الطفل ونفسه بين إنجاز اليوم وأمس.
- عززى تقديرى لذاتك من خلال التنمية الذاتية وبناء قدراتك ومهاراتك وفهمك الجيد لنفسك (تفكيرك ومشاعرك)، وكذلك تعبيرك عن هذه المشاعر والأفكار، وتواصلك الإيجابى مع المحيطين، فالثقة تنتقل لأطفالنا على غير وعى منا.
- احترامنا لأطفالنا يجعل الآخرين يحترمونهم، بل الأهم أنه يجعل الأطفال يحترمون أنفسهم، ويرفضون كل ما يتعارض مع هذا الاحترام للنفس.
- الطفل الذى نهديه التقدير الجيد للذات نهديه فى الحقيقة السعادة والإنجاز والقدرة، ونهذى المحيطين به شخصاً قادراً على الحب وتحمل المسؤولية والعطاء، شخصاً يشعر أنه جيد فلا يفعل إلا الجيد، ولا يقبل بأقل من الجيد!

احذروا رقة مشاعر الصغار

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى تبلغ من العمر ثلاث سنوات ونصف، ابنة وحيدة رزقنا الله بها بعد عدة سنوات من الزواج، مشكلتى مع ابنتى هذه أنها تفتقد وجود إخوة لها، وتشعر بالملل السريع، ورغم محاولتى ملء وقت فراغها واصطحابها معى فى أى مكان أذهب إليه، إلا أنها لا تفتنع بذلك، ومتعلقة بى بشدة، وترفض أن أفعل أى شئ بمفردى، فأنا لا أستطيع أن أقرأ، أو أشاهد التلفزيون، أو أستخدم الكمبيوتر، أو أذهب إلى المطبخ؛ لأنها تبكى وتقول لى: "يعنى أقعد لوحدى"، وعندما أقول لها تعالى معى ترفض.

كما أننى أواجه معها مشكلة أخرى وهى أنها اجتماعية أكثر من اللازم، فعندما نذهب للسوق مثلاً تتحرك وتروح وتجئ مع أى أحد، وتقول لى (ما تخافيش يا ماما، أنا مع عمو)، وطبعاً أنا أخاف عليها، ولا أعرف كيف أعلمها أن هناك بعض الأشخاص سيئين، ويجب ألا تذهب معهم. فإذا قلت لها (ربما ذهبت ولم أرك، وأظن أبحث عنك، وأبكى لأننى لا أجدك)، تقول لى (ما تخافيش أنا هاعرف ألاقك). كما أنها بالرغم من حبها لأبيها الذى ألمسه، فإنه قد ضربها مرة بشدة منذ عدة أشهر عندما عثت بأوراقه، ومنذ ذلك الوقت وهى ترفض اللعب أمامه، وتصر أن تأخذنى لغرفتها للعب معاً بمفردنا، وإن لم تجد أحداً تجلس للعب بمفردها فى غرفتها، وعندما سألتها منذ عدة أيام لماذا لا تحب أن تلعب أمام بابا، قالت: (علشان هو عمل حاجة غلط، وضربنى جامد لما لعبت فى ورقه)، وحاولت أن أشرح لها أن بابا يحبها، وأنه اعتذر لها بعد أن ضربها، وقال "أنا آسف"، وقد مرَّ وقت طويل على هذا، ولكنها لم تفتنع، وزوجى طبعاً يحبها بشدة، ولكنه بطبيعته قليل الكلام جداً ولا يلعب معها.

ابنتي الآن تعلمت الحروف العربية والإنجليزية والأرقام وتحب الرسم، وتحب قراءة القصص جدًّا، وسوف تدخل الحضانة هذه السنة إن شاء الله، وهي سعيدة بذلك، وقد أخذتها لزيارة المدرسة وكانت سعيدة بها جدًّا، وتجوَّلت فيها بمفردها أثناء قيامي باستكمال الأوراق بدون خوف، إنني أصبحت الآن أشعر أن التربية مسئولية كبيرة جدًّا وأخاف ألا أنجح فيها، ربما لأنها الطفلة الأولى؟ ماذا أفعل؟؟

ولهذه الأم نقول:

إن ابنتك شديدة الحساسية، وتتمتع بقدر عالٍ من الذكاء، وهذا المزيج من الحساسية والذكاء العالين يجعل حساسيتها للأحداث عالية بحيث تتأثر بها بشكل أقوى من غيرها من الأطفال ممن هم في مثل عمرها، وهو ما يفسر عدم قدرتها على نسيان وغفران عقاب والدها لها، رغم أنه شيء يمكن أن يحدث لكثير من الأطفال.

وإذا أضفنا إلى ما سبق طبيعة البنات في سن (٣-٥) سنوات حيث تبدأ في الانشغال بالأب أكثر، حتى أن كثيرات من الأمهات يشكن من توتر علاقتهن ببناتهن في هذه السن إلى حدٍّ عدوانية البنات عليهن، لأمكنك فهم سرِّ تعلق طفلك بك، ذلك أن عقاب والدها لها جعلها تنكص بعلاقتها التقدمية ناحيته في اتجاهك، أضف إلى ذلك انشغالك عنها لمدة ليست بالقليلة في العمل.

ولعلاج هذا الأمر، هناك أمور عليك أن تفعلها، وأمور أخرى على زوجك فعلها، كما يلي:

أولاً: ما يجب أن يفعله زوجك:

عليه أولاً أن يدرك طبيعة الطفلة ويفهمها، ويدرك أيضاً أن البنية النفسية لأي طفل تشبه العمارة التي تُبنى طوابقها بطريقة متتالية، فلا يمكن بناء الدور

الرابع مثلاً دون أن يكون الدور الثانى موجوداً... وأن لكل أب طوابق فى البنية النفسية للطفل معلومة المكان، يجب عليه بناؤها، وإذا لم يقدّم ببنائها ظل مكانها فارغاً، وبالتالي فعلى والدها:

- أن يحاول الاقتراب منها مرة ثانية بهدوء واتزان، فكما قلنا إن البنت نظراً لحساسيتها حملت الموقف أكثر مما يحتمل، وعلى والدها أن يجتهد فى إصلاح الأمر حتى لا يتحول من مجرد الغضب إلى الخوف منه فى المستقبل باعتباره شخصاً سيئاً، وهو ما لا نريد الوصول إليه؛ لأن ذلك لو حدث فسوف يوقف جزءاً من نمو البنية النفسية للطفلة.
- على والدها أن يقترب منها بكل الوسائل الممكنة، كأن يطلب منها أن يشاركها اللعب، ويحضر لها بعض الهدايا، ويخرج معها فى نزهة، كل هذا بشكل متزن ومعقول حتى يشغلها مرة ثانية.
- وفى أثناء محاولاته هذه عليه أن يتحين الفرصة المناسبة لشرح لها بمنتهى الهدوء أنه يحبها، وأنه ضربها؛ لأنها قامت بشئ غير صحيح، وأن هذا شئ يفعله كل الآباء وليس هو فقط، وأنه ربما كان قاسياً عليها فى العقاب؛ لأنه كان غاضباً للعبها فى أوراقه المهمة، لكن هذا لا يعنى أنه لا يحبها.
- وعليه أن يتيح لها الفرصة للكلام عن كل ما تشعر به، وأن يسمعها بكل هدوء واستيعاب حتى يتمكن من إنهاء الموقف.

ثانياً: ما يجب عليك فعله:

بالنسبة لكون ابنتك اجتماعية، فذلك أمر جميل يجب أن تستثمره وأن توجّهه وتتعامل معه بوعى لا أن تقاوميه، لا أقصد أن تتحول طفلك إلى عائق بالنسبة لك؛ لأن كل الناس عند الأطفال فى هذه السن طيبون، وليس بينهم شرير إلا من يؤذيهم فقط، فما عليك سوى الانتباه لها حتى تتجاوز هذه المرحلة بسلام.

وعليك بتشجيع والدها ليشغل جزءاً أكبر من وقتها، بالإضافة إلى تمرينها على الاستقلال عنك، عن طريق:

○ ملء وقتها بالأنشطة المختلفة، مثل: الرسم والتلوين، وأعمال الفك والتركيب، ومشاركتك في أعمال المنزل، بحيث تشتركان في صنع تورتة مثلاً، أو تطريز مفرش، أو صنع ملابس جديدة لعروستها.

○ حتى الأعمال التي تشتكين من عدم قدرتك على القيام بها مثل قراءة الجريدة، فلا مانع من أن تحضري لها قصة من قصص التلوين، وتحكيها لها، ثم تطلبين منها في النهاية أن تلوّن القصة، وفي أثناء ذلك تقومين أنت بما تريدن، ما أريد أن أقوله: إنك إذا أردت القيام بشئ بمفردك فعليك التأكد من انشغالها بعمل آخر.

○ بعد التحاقها بمرحلة رياض الأطفال يجب أن تجتهدى في ترتيب وقتك، بحيث تكونين متواجدة بالمنزل قبل عودتها من الحضانة، أو على الأقل تعودين معها إلى البيت في نفس التوقيت.

ويبقى قلقك من مشقة عملية التربية.. هوئى على نفسك، فلا داعى لكل هذا القلق، أنا معك في أن التربية عملية صعبة، وأنها طريق مفروش في أغلبه بالشوك، لكنه الشوك الذى يوصل للورد، ألم تسمعى قول المصطفى -صلى الله عليه وسلم- "حُفَّتِ الجنة بالمكاره"؟ فرغم انقطاع العهد النبوى وغياب بشاراته المباشرة بالجنة، فإن من أرسله رحمة للعالمين لم يحرم عباده من هذه البشرى إلى يوم الدين.. يقول -صلى الله عليه وسلم-: "من كان له ثلاث بنات يؤدّبهن، ويرحمهن، ويكفلهن، وجبت له الجنة"، قيل: "يا رسول الله فإن كانتا اثنتين؟" قال: "وإن كانتا اثنتين"، قال: فرأى بعض القوم أن لو قال واحدة لقال واحدة، وقال أيضاً -صلى الله عليه وسلم-: "من كانت له ابنة فأدبها، وأحسن أدبها،

«عَلَّمَهَا، وَأَحْسَنَ تَعْلِيمَهَا، وَأَوْسَعَ عَلَيْهَا مِنْ نِعَمِ اللَّهِ الَّتِي أَوْسَعَ عَلَيْهِ كَانَتْ لَهُ مَنَّةٌ وَسِتْرًا مِنَ النَّارِ».

ورغم ذلك يقول النبي -صلى الله عليه وسلم-: "إِذَا وَلِدْتَ الْجَارِيَةَ بَعَثَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِلَيْهَا مَلَكًا يَزِفُ الْبَرَكَاتِ زَفَاءً، يَقُولُ: ضَعِيفَةٌ خَرَجْتَ مِنْ ضَعِيفَةٍ، الْقِيَمُ عَلَيْهَا مُعَانٌ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ".

أفلا تكفيك هاتين البشارتين لتطمئني أن عملية تربيتهما ستمرّ بسلام بإذن الله مثل تربيته، ومثل غيرها من الأطفال في كل مكان، هوّنى على نفسك، وأحسنى الظن بالله بأنك ستنجحين.. فكل ما تحتاجه طفلك منك حب صادق متّزن بدون إفراط ولا تفريط.

ازرع الثقة في طفلك تنل ما تريد

تقول إحدى الأمهات:

ابنى عمره خمس سنوات، له أخ عمره ثلاث سنوات، وأخت عمرها ثلاثة أشهر، يعانى من عدة مشكلات، منها:

- ١ - التبول الليلي.
- ٢ - كثرة الضحك بشكل مبالغ فيه، فأى شئ يجعله يضحك.
- ٣ - ضعف التركيز ولا ينتبه للتوجيهات، ولا يحسن الاستماع لما يقال له.
- ٤ - إساءة الأدب معنا، خاصة إذا لم نستجب لطلباته أو إذا وبّخه والده.
- ٥ - شخصيته ضعيفة للغاية؛ لذا فهو مقلد من الدرجة الأولى ويتأثر بأفعال الغير. أدخلناه مدرسة لغات قريبة من البيت لأسباب معينة لسنة واحدة فقط، آملين أن تتحسن شخصيته، وحدث تقدّم فى هذا الجانب، ولكن مستواه فى

اللغة ما زال ضعيفاً، مع أنى أعتقد أنه ذكى، لكنه ضعيف التركيز وينسى سريعاً.

٦ - لا يرغب فى الاعتماد على نفسه.. أحاول معه أن أريه طريقة عمل أى شئ وأجعله يعيدها أمامى وعندما ينجح أثني عليه، ولكنه فى المرة التى بعدها يطلب منى أن أفعلها أنا، بالإضافة إلى أنه كسول ولا يستجيب لطلبنى عندما أطلب منه مساعدتى فى تنظيف المنزل وإزالة الفوضى التى سببها هو، ويستجيب تقليدًا لأخيه الذى يبادر فوراً لما أطلبه.

٧ - كثيراً ما يقوم بحركات بهلوانية بوجهه ويضحك، وعندما أسأله عن السبب فإذا هو سخيّف جداً جداً، ويفعل ذلك أمام المرأة.. بجانب ذلك فهو لديه صفات جميلة فهو حنون جداً ويحب أخاه كثيراً، وقلماً يضربه، لكنه يقلده فى كل كبيرة وصغيرة، ولا يحب أن يفارقه.

٨ - كثير الإلحاح، حيث يطلب الطلب أكثر من ٢٠ مرة.. أطلب منه أن ينتظرنى حتى أنتهى مما أفعل، ولا أدري هل هو يستوعب ذلك أم ينسى أم يتجاهل؟ ولما أغضب منه وأذكره بما طلبت أو أسأله ماذا قلت؟ يجيبنى بما يطلبه منى مراراً، ولا يعطى أهمية لاعتراضى عليه.

أخوه الأصغر -على العكس منه- مريح فى التعامل؛ فعلى الرغم من عناده إلا أن التفاهم معه سهل، فإذا أردت منه شيئاً أتعامل معه كأنه كبير وأوضح له، وأجيب عن أسئلته، وهو ذكى جداً ومحبوب ممن حوله، وصفاته الرائعة هذه هبة من الله وليست من صنعى، وأنا أدرك حتمية التفاوت فى المواهب والطاقات؛ لذا أريد معرفة الطريقة الصحيحة فى التعامل مع ابنى الكبير؛ فالصغير أسهل علىّ منه.

وعندى مشكلة مع الصغير؛ حيث إنه اخترع كلمة من عنده وصار يشتمنا بها فى الرضا والغضب، ونحن فى البيت لا نسب ولا نشتم، وإن حدث فهى زلة

عارضة ولا ننطق أبداً بتلك الكلمة التي اخترعها، والتي يسبب بها حتى من يحبونه.. نحاول معه ولكن دون فائدة، فهو مصمم على ذلك، مع أنه يقول لى: هذه الكلمة غلط، وإنه لا يحب الكلام الغلط، وأصبح يتبول على نفسه بعد أن كان متحكماً في عملية التبول قبل ذلك.

إننى أنا وزوجى مقتنعان بأن الضرب والتوبيخ والإهانة والمقارنة وأشباه ذلك ضررها أكبر من نفعها، كما أنها تزيد المشكلة وتضخمها، ونحاول ضبط أعصابنا ولكن ابنى الكبير لا يترك لنا أعصاباً وكأنه متخصص فيما يضايقنا، وأبوه وإن كان لا يتحملة فى كثير من الأحيان لكنه يندم إذا نهره ووبّخه، ويتناقش معى ماذا نفعل معه لنحسن من مستواه، فهو حتى الآن لا يتصرف بمستوى عمره.

نسيت أن أقول: إننى عندما أسأله سؤالاً ويجيب بغير المطلوب، وأسأله مرة أخرى مستوضحة يتعصب فوراً ويعيد نفس الإجابة، وإذا طلبت أن يعيد لفظة نطقها خطأ يغضب ويقول: لا أعرف، وإذا حاولنا معه بالتشجيع "يفقع مرارتيًا" ولا ينطقها صحيحة، بل بأحرف متداخلة، وأخوه الأصغر يبادر لينطقها نيابة عنه، ومع ذلك هو فى تقدم ولكن ببطء... أتمنى أن أجد حلاً عملياً ومريحاً للتعامل معه، وتوجيهه بشكل سليم.

ولهذه الأم نقول:

مشكلتنا أننا نتعامل مع أبنائنا ونتعجل النتائج، ونريد من أبنائنا وهم لا يزالون أطفالاً أن يكونوا الصورة النموذجية التى نريدها.

المشكلة الأخرى أننا أحياناً نرسم لأبنائنا صورة معينة لا نتخيل غيرها، ونريدهم أن يكونوا هذه الصورة؛ فنربى أبنائنا ليكونوا كما نريد نحن، وليس كما يناسب قدراتهم وشخصياتهم.

ابنك طفل صغير، يلعب ويعبث ويمارس هواياته ويعيش طفولته بما يناسبه، وأنت تنتقدين كل شئ فيه ولا ترضين عن أى سلوك من سلوكياته، ولا ترين فيه أى نقاط إيجابية، وترين أن أخاه الأصغر أفضل منه وأريح منه فى التعامل، وأبوه لا يكاد يتحملة.. فأين يذهب هذا المسكين؟ هل يبحث له عن أم وأب آخرين يحبانه ويتحملانه ويتقنانه فيه؟

أنا أعلم يا سيدتى أن كل أم وأب يريدان أبناءهما أفضل أبناء فى الدنيا، ولكن عليك بالصبر والرفق، فالتربية وبناء الشخصية السوية المتزنة ليسا شيئاً سهلاً ولا سريعاً.

اهدئى واعلمى أن أول خطوة هى أن تحبى ابنك، وتعجبى به، وتتقى فيه، وترضين عنه كما هو، ثم نبدأ خطوات التربية بهدوء خطوة خطوة.

ونأتى لاستعراض المشاكل التى عرضتها واحدة واحدة:

أولاً: التبول اللاإرادى لا يتم تشخيصه قبل سن ٥ سنوات، أى أننا حتى الآن لا نقول عن ابنك: إن عنده تبولاً لا إرادياً، فإذا أضفنا لذلك الضغط النفسى الذى يعانيه بسبب عدم ثقتهما به ومقارنته دائماً بأخيه، لا نقول أبداً: إنه لا يشعر بذلك؛ فأطفالنا أذكى كثيراً مما نتخيل، إنهم يفهمون مشاعرنا ورأينا فيهم.. تقى فى ذلك، بل ويرون أنفسهم فى مرآة رأينا فيهم، ويتصرفون على أساس ذلك.. إنهم يكوّنون صورهم عن أنفسهم من صورتنا نحن عنهم.

ولذلك يا سيدتى مع بعض التعامل الجيد والثقة فى ابنك، واتباع الإرشادات الخاصة بالتبول ليلاً.. سوف تحل المشكلة إن شاء الله تعالى، مع ملاحظة عدم معارته بذلك، وعدم ذكر ذلك أمام أى أحد حتى إخوته، وإعطائه الثقة فى نفسه، وإعطائه هدايا وجوائز عندما يتحكم فى نفسه.

ثانيًا: حاولي توجيهه بهدوء واحترام عندما يتصرف تصرفاً لا يعجبك، ولا توبخيه أو تحقري من تصرفاته؛ فأنتِ بنفسك ترين أنه "سخيف جداً جداً"؛ وهو يشعر بذلك. كل ما عليك أن تهدئيهِ وتوجيهه بهدوء واحترام، واعلمي أن بعضاً من هذه التصرفات إنما يعبر بها عن نفسه، ويُخرج بها انفعالاته الناشئة من إحساسه بالضيق من معاملتك له، وتفضييك النفسى لأخيه عنه، وهو ما يستشعره في نبرات صوتك وملامحك وردود أفعالك التى شرحتها لك، فهو أصلاً يتصرف تحت ضغط يعتل في نفسه؛ فلا تضغطي عليه بعصبيتك أنتِ أيضاً.

ثالثًا: ليس هناك طفل في هذه السن ليس عنيذاً ولا زناناً ولا كثير الطلبات؛ فهو لاء هم الأطفال، ولكن هناك أمٌ تستطيع التعامل مع عناد الطفل وزنه المستمر، وتستثمره حين تفهم الوجه الآخر الإيجابي للعناد ووظيفته في نمو شخصية الطفل وتطورها.

كل ما عليك فعله أن تضعي بعض القواعد في البيت، ثم اعرضيها على طفلك في جمل بسيطة، وكأنكم تتفقون عليها بدلاً من أن تجدى نفسك مضطرة لوضعها في كل مرة تكون هناك مشاكل.. ابحثي عن الأمور التى تسبب المشكلات بصورة مستمرة، وضعي لها قواعد ثابتة.. اتفقى عليها معه، وعلميهِ أن هذه قواعد البيت، وأنها جميعاً سنحترمها، وهكذا تقل جداً مواقف الخلاف، وكذلك بالنسبة للزّن حاولي أن تعلميه أن الأمر الذى سيطلبه بأدب وهدوء سيحصل عليه، والأمر الذى سيزنّ عليه لن يحصل عليه، واصدقي معه، وكذلك حاولي أنتِ ألا ترفضى كل طلباته، ولكن دعي له بعض المساحة؛ فهو لا يزال طفلاً صغيراً وليس رجلاً.

رابعًا: بالنسبة لموضوع الألفاظ السيئة فهو أمر شائع بين الأطفال، وحله يكون بالتعامل بهدوء ودون انفعال زائد، وفي كل مرة يقول هذا اللفظ خاصميه

عشر دقائق، وأعلميه أنك غاضبة منه، وحذّريه من تكرارها، وعندما يمضى وقت لا يقولها كافئيه، وعندما يقولها خاصميه أو احرميه من شئ يحبه مثل الحلوى أو نزهة، ولكن دون ضرب حتى لا يعاند ويصبح عصبياً.

خامساً: من الواضح أن موضوع الدراسة يشغلك كثيراً ويسبب لك مشكلة، لكن هناك أمر لابد من معرفته، وهو أن الأطفال يتفاوتون فيما بينهم فى القدرات والمواهب، فلا تقارنيه بغيره، واهدئى، واعلمى أن قدرات الأطفال الذهنية والعقلية تزيد سنة بعد سنة؛ فلا تستعجلى، ولا تضغطى عليه حتى لا يكره الدراسة.

وأخيراً.. أعيدى له ثقته فى نفسه، وابحثى له عن نقاط تميّز له عن أخيه، وأبرزىها واذكريها أمام الناس، وأشعريه بها حتى يستعيد الثقة فى نفسه، وفى حبك له، وإعجابك به، وأنه عند حسن ظنك.. عند ذلك سيحاول أن يكون عن حسن ظنك بالفعل، وستجدين منه عجباً، ولا تنسى الرفق والهدوء والصبر والدعاء له؛ فالتربية ليست أمراً سهلاً.

التربية منذ الولادة ..

نقول إحدى الأمهات:

أنا أم لطفل عمره الآن ثمانية أشهر، وأريد أن أعرف هل تبدأ تربية الطفل الآن؟ أقصد هل إذا أعطيته الآن كل ما يريده هل أجعله طفلاً مدللًا؟ لأنه الآن يبكي إذا أخذت منه أى شئ بيده كان يلعب به، فمتى تبدأ التربية؟

ولهذه الأم نقول:

دعينا أولاً نفهم معاً معنى كلمة (تربية)، وهل هى كلمة شاملة أم أنها كلمة تنقسم بالخصوصية.. فهى مما لا شك فيه كلمة شاملة، وتحتوى بداخلها على مفهوميين من أهم الأشياء فى حياة الإنسان وهما التعليم والرعاية، أما التعليم فإما تعليم دينى أو تعليم دنيوى، وأما الرعاية فهى رعاية من كافة النواحي بدنية وعقلية وأخلاقية، فإذا استطاع كل منا أن يحافظ على التعليم والرعاية فقد قام بعملية التربية بطريقة صحيحة وناجحة.

ويعتقد البعض أن التربية هى أن يقسو الآباء على أبنائهم، ولكنه مفهوم خاطئ لأن القسوة لا تؤدى إلى تربية الطفل، بل إنها فى بعض الأحيان تقوم بعملية كبت للطفل، ولكننا فى أسلوب التربية نحتاج إلى شئ من الشدة والحزم.

دعينا نتذكر عملية زرع أى نبات، فإن علينا قراءة ما يساعدنا على ذلك ونرى فى بعض الأحيان أن بعض النباتات تحتاج إلى ربطها بعصا حتى لا تميل مع الرياح، فهل إذا رأينا هذا نقول إنها قسوة وعدم رافة بالنبات؟ بالطبع لا؛ لأن النبات فى حاجة إلى ذلك.

كذلك الطفل في تربيته يحتاج إلى الشدة في كثير من الأحيان، خاصة في الصغر عند بداية تربيته، وكما تقولين أن ابنك بدأ يبكي إذا أخذت منه أى شئ يريده، وهذا دورنا في تعليمه ما يصح أن يأخذه وما يجب عليه أن يتركه، فهو لا يعلم الفرق بين النافع والضار بالنسبة له، وعليه الاستماع إلى كلام والديه وكل من هو أكبر منه وله احترامه.

عليك ألا تصغى إلى مطالبه في كل الأوقات، ويجب عليه أن يعرف أن هناك كلمة "لا" كما أن هناك كلمة "نعم".

كذلك تعبيرات وجهك يجب أن يعرفها، فإن فعل شيئاً حسناً ابتسمي له، وإن فعل شيئاً خطأ فلا تضحكي، ولابد هنا أن تفهميه وتصحي له أخطاءه، فكثير منا عندما يصدر من الطفل لفظ أو حركة غير لائقة يضحك ويقول إنه طفل لا يفهم وبالطبع ذلك خطأ لأن الطفل يفهم أن هذا الشئ ينم عن رضاكم فيفعله مرة وأخرى ويتكرر طوال الوقت، ونحن نقول إنه طفل لا يفهم شيئاً وعندما يكبر ويعي ويبدأ في فعل هذه الأشياء غير اللائقة نبدأ في معاقبته ونقول له أنه فعل فعلاً خاطئاً، ولكنه ليس ذنبه وإنما الخطأ علينا لأننا لم نعلم بتعليمه منذ الصغر الصواب من الخطأ، وفي هذه الحالة يحدث للطفل شعور بالحيرة، فما الخطأ الذى قام به وهو معتاد عليه منذ الصغر ولم يقم أحد بمعاقبته؟ وإنما كانوا يضحكون من هذا الفعل من قبل؟

ومن هنا نقول إن التربية تحدث منذ الولادة، فمثلاً في عمر ابنك علينا أن نتبع عدة أمور، منها:

١. الروتين اليومي:

لابد من عمل روتين أو نظام للطفل بتحديد موعد للنوم، وموعد لكل وجبة طعام، ومحاولة أن يكون مكان نومه في حجرة أخرى غير حجرتك، ولا

يتبع معه الهز وقت النوم، وإنما إطعامه وتغيير الحفاضة (الكادليز) له وتركه للنوم، وإن بكى استجيبى له وادخلى عليه الحجرة لكي تطمئنيه أنك بجواره، ولكن لا تحمليه، وكل يوم حاولى تأخير استجابتك لبكائه، حتى يعود على النوم وحده، ولكن مع ملاحظة أن بكاءه لا يكون بكاء تألم، فإن كان بكاء لألم ما فعليك بالاستجابة السريعة له.

٢. اتباع وسيلة الثواب والعقاب معه:

فإن فعل شيئاً حسناً فله مكافأة، وإن فعل شيئاً خاطئاً فعليك معاقبته بلومه وتغيير ملامح وجهك وإظهار عدم رضاك عن هذا الأسلوب.

٣. اختيار الألعاب المفيدة:

عند ذهابك لاختيار لعبة لطفك حاولى أن تفكرى فى مدى انتفاع الطفل من هذه اللعبة، وهل ستتمى قدرته اللغوية أو قدرته الذهنية أم لا، ولا تختارى ألعاباً بها حركة كثيرة ومصاحبة لموسيقى سريعة لأن الأطفال تتأثر بها، وينتج عنها نوع من أنواع العصبية للطفل.

٤. اللعب معه وقراءة القصص له:

احرصى على اللعب مع الطفل ومحاولة الانتفاع من هذه اللعبة بقدر المستطاع، فمثلاً عندما نقوم بمسك لعبة بها ألوان أو أشكال نستفيد منها بتعليمه أسماء الألوان ومعرفة الأشكال المختلفة، وفى المستقبل تقومين بالاستفادة منها عن طريق حساب وعد الألوان ومعرفة أسماء الأشكال، وإحضار القصص المسلية له، وأن تكون الصور أكبر من الكلام، ومن الأفضل ألا يكون بها كلام على الإطلاق ففى البداية يكون بها صور فقط، وأن تحاولى إحضار هذه الصور له على الطبيعة، فمثلاً إن كانت القصة تتكلم عن الحيوانات أحضرى له مجموعة من الحيوانات اللعبة، وقومى

باعطائها له، وتقليد أصواتها أمامه، وحاولي أن تستفيدي من كل شيء في الموضوع، فمثلاً لكي تعلميه التعبير عن السعادة والغضب عندما تقومين بقراءة القصة حاولي أن تكون ملامح وجهك ونبرات صوتك تتماشى مع كلامك، فإن كان هناك غضب قومي بفعل هذا، وإن كان هناك فرح ابتسمي له.

٥. دور الأب في تربيته:

وهذا من أهم الأشياء، فيجب أن يرى الطفل والده كل يوم إن كان هذا في الإمكان، وإن كان الأب يعمل في نفس البلد ومتواجد معكم، فحاولي أن يراه ابنه كل يوم قبل الخروج إلى العمل وعند عودته، وأن يجلس معه ويلعب معه، على أن تتفقا على معاملة الطفل معاملة واحدة في التربية، ولا تتناقشا أمام الطفل في أي شيء يخصه على الإطلاق، وعليكم التعود على ذلك حتى تستريحا عندما يكبر ابنكما.

الحزم في التربية.. علاج للفوضى

تقول إحدى الأمهات:

عندي طفل وطفلة متعلقان بي جداً، جربت كل الطرق كي يناما في غرفتهما، ولكن جميع المحاولات باءت بالفشل.. ابنتي التي تبلغ من العمر خمس سنوات ذات شخصية قوية وعصبية وتحب التحكم والسيطرة، نومها قليل جداً وتصحو من نومها ليلاً مرتين أو ثلاثة تصرخ وتبكي؛ تريد أن أنام بجوارها، وأخوها ذو الثلاث سنوات يقلدها.

ماذا أفعل؟ فما تركت شيئاً إلا وجربته.

ولهذه الأم نقول:

على الرغم من أن سؤالك الأصلي كان عن مشكلة النوم واستقلال أبنائك في غرفتهم؛ إلا أن المشكلة الأكبر في تعاملك مع ابنتك هي عدم انضباطها وعدم قدرتك على التحكم فيها، حيث إنكِ ذكرتِ أنها عصبية وعنيدة، ولا تسمع الكلام، والواقع أنه لا يوجد طفل يولد بهذه الصفات، ولكن طريقة تربيته له هي التي تؤدي به لهذه الحالة.

فمن الواضح حتى من مشكلة النوم أنك لا تستطيعين التحكم فيها أو التفاهم معها، وأنا أعتقد أن هناك حالة من التذليل أو عدم الحزم في تعاملك مع أولادك مما يؤدي لعدم إطاعتهم لأوامرك، وعندما يفيض بك الكيل فإنكِ تعاقبينهم بشدة ثم تعودين لحالة عدم الانضباط والحزم مرة أخرى، وهذا أسلوب خطير جداً في التربية؛ لأن ابنتك لا تعرف متى يجب أن تطيع أمرك، وأنت لا تتبعين أسلوباً يجعلها تنفذ ما تطلبينه منها دون عنف أو ضرب.

إن تربية الأطفال في هذا الزمن الصعب، وإن كانت ليست سهلة إلا أنها ليست مستحيلة، وبالتأكيد فإن المجهود الذي يمكن أن تبذليه لوضع نظام وقواعد ثابتة للبيت مهما كانت مرهقة ستكون أهون عليك من تحمُّل الكثير من المشكلات فيما بعد، ولهذا نقول لك: بدلا من "نعم" و "لا" و "افعل" و "لا تفعل"، ضعي قواعد للبيت يحترمها ويخضع لها الجميع.

ولكن ماذا نقصد بوضع قواعد للبيت؟ نعني بذلك وضع نظم ثابتة يسير عليها أفراد البيت جميعهم دون استثناء، قواعد يفهمها ويشارك في وضعها كل أفراد البيت، وعلى هذا يجب أن تكون:

- غير خاضعة للمناقشة مع كل موقف؛ لأنها ثابتة ومتفق عليها.
- ليست طلباً من شخص إلى شخص يحتاج للإلحاح والرفض، ولكنه نظام يجب اتباعه.

- لا يتم تغييرها أو إيقافها أو تأجيلها.

هذه القواعد تساعد الأولاد والآباء على التفاهم وتأدية المهام المطلوبة بأقل قدر من الصراع والمشاكل؛ لأن هذه القواعد قد تم الاتفاق عليها معهم من قبل، فنحن ننفذ ما اتفقنا عليه، وليس في كل مرة علينا التفاوض من جديد، ولأن تعامل الطفل مع قاعدة ثابتة حتى ولو كانت لا ترضيه كل الرضا أفضل كثيرًا من تعامله مع أم أو أب متقلب المزاج والآراء ولا يمكن التنبؤ بردود أفعاله، فالיום يمكن أن يرفض ما قبله بالأمس، وغداً يوافق على ما رفضه اليوم، وهكذا.

إن ذلك يصيب الأطفال بالتشتت، كما أن هذه القواعد تطبق على الجميع دون استثناء، وبهذا يشعر الأبناء بالعدل والمساواة بين جميع أفراد الأسرة.

ولابد من استخدام أسلوب الثواب والعقاب بطريقة هادئة وتربوية، فعندما يتصرف الأولاد بطريقة صحيحة نكافئهم، وعندما يسيئون التصرف نستخدم معهم أسلوب الحرمان من الأشياء المفضلة لديهم وأسلوب الخصام، وهما من الأساليب التربوية في عقاب الطفل وتوجيهه، ولكن لابد من ترشيد استخدامهما، وعدم الإفراط فيهما لكي لا يفقداهما، ولابد ألا تزيد مدة الخصام عن نصف ساعة أو ساعة؛ لأنها بعد ذلك تفقد قيمتها ويميل الطفل ويبحث عن اهتمامات أخرى، فنفقد الفائدة التربوية المرجوة منها.

ولابد ألا يعاقب الطفل أبدًا قبل مناقشته وتوضيح خطئه وسماع دفاعه عن نفسه وأخذ موافقته على أسلوب العقاب وعلى أنه أخطأ ويستحق العقاب.

أما مشكلة النوم فقد كانت تحتاج إلى الحل من وقت طويل، فالطفل يحتاج إلى النوم بجوار أمه في شهوره الأولى لاحتياجه للرعاية المتواصلة والرضاعة بصورة مكثفة، ولكن مع نمو الطفل واستقرار نومه إلى حد ما، وقلّة معدل

الرضاعة، فيحتاج الطفل مع اقترابه من عامه الأول إلى أن ينام في سرير منفصل في غرفة منفصلة، وهذا مهم جداً للأم وللطفل معاً، فالأم تحتاج إلى الاستقلال في سريرها والنوم بصورة مريحة لتتمكن من مواصلة نشاطها اليومي؛ لأن نوم الطفل بجوار أمه يجعلها قلقة طوال الليل وتستيقظ لأقل حركة تصدر عن طفلها، كما أنها تتخذ أوضاعاً غير مريحة في النوم تجعلها تستيقظ بآلام في كل جسدها. وكذلك الطفل.. فإن أقل حركة أو تقلب للأم تجعله يستيقظ، وطالما أنه وجد أمه بجواره فتلقائياً يبحث عن الرضاعة، والنتيجة هي أنه لا الطفل ولا الأم أخذاً كفايتهما من نوم هادئ مستقر.

والحل الصحيح والمثالي والمريح لجميع الأطراف هو فصل الأطفال كلهم في غرفتهم، كل في سريرته، وعندما يبكي الطفل تذهب إليه الأم ترضعه حتى ينام، ثم تعود إلى غرفتها، وهكذا تنال الأم والطفل والأب نوماً مريحاً مستقراً حتى ولو كان متقطعاً، وبعد فترة يعتاد الطفل على ذلك، ويقل عدد مرات استيقاظه لمرتين أو ثلاثة فقط، كما أن هذه الخطوة من الخطوات المهمة جداً في حياة الطفل ليتعود على الاستقلال والشجاعة وعدم الخوف.

واليوم أنت تحتاجين لأخذ قرار نهائي بنوم الأطفال في غرفتهم، وإفهامهم أن هذا قرار لا تراجع فيه، ثم تذهبين معهم قبل النوم إلى غرفتهم وتجلسين بجانب سريرهم تحكين لهم قصة أو تتحدثين معهم أو تغنين لهم حتى يناموا، وتُفهمينهم أن من ينام في غرفته حتى الصباح له مكافأة، وإذا استيقظوا في الليل تعودى بهم فوراً إلى غرفتهم ولا تسمحى لهم أبداً بالنوم معك.

في الصباح فقط أعطيه مكافأة لأنهم استيقظوا في غرفتهم، ولم يأتوا إليك ليلاً، واستمرى على هذا الأسلوب حتى يعتادوا ولو بعد شهور أو سنة، المهم عدم التراجع ولو ليوم واحد.

الأمر يبدو فى أوله صعباً، ولكن مع الصبر والإصرار تتجح الأسرة كلها فى الوصول لهذا الوضع المستقر، ويجب الحذر تماماً من التراجع لأى سبب من الأسباب؛ لأن هذا التراجع يجعل مقاومة الطفل للفكرة أشد.

الحد الأقصى للعقاب المناسب للخطأ

تقول إحدى الأمهات:

أرجو أن تفيدونى عن الحد الأقصى للعقاب الذى يمكن اللجوء إليه مع الصغار، على ألا يؤثر ذلك على نموهم النفسى والعاطفى والجسدى... أقصد أن لكل واحد منا قدرة وطاقة للاحتمال، وهناك الكثير من المؤثرات التى تؤثر علينا يومياً بشكل سلبى كالعامل فى البيت وخارجه، فنحن لسنا معصومين من الخطأ، قد نغضب، وقد نصرخ أو نضرب أحياناً إذا فقدنا السيطرة على أعصابنا، خاصة أن الأطفال فى الكثير من الأحيان يكونون استفزازيين ويرتكبون الكثير من الأعمال التى توترنا.

وسؤالى هو إذا كنا قد وصلنا إلى هذه المرحلة، فما هو الحد الأقصى للعقاب؟ وهل إذا قمنا بالعقاب فعلاً ثم أفهمناهم لماذا كانت معاقبتهم، ثم قمنا بمصالحتهم بالتقبيل والاحتضان وما إلى ذلك، أفلا يؤثر هذا سلباً على ما نسعى إليه من عقابهم؟

ولهذه الأم نقول:

نبدأ بالقول بأنه لا يوجد ما يسمى بالحد الأقصى للعقاب، ولكن يوجد العقاب المناسب للخطأ الذى وقع، بمعنى أن من أهم صفات العقاب الذى نوقعه على أطفالنا أن يكون مساوياً للخطأ الذى حدث؛ لأن أى خلل فى هذا التوازن لا

يحقق الفائدة التربوية المرجوة من العقاب؛ لأنه لو كان أقل من اللازم فإنه يُفقد العقاب معناه، ويجري الطفل على تجاوز الحدود المتفق عليها، ولو كان أكثر من اللازم فإنه يشعر الطفل بالظلم، ويشعره بعدم الثقة في أبيه أو فيمن يوقع عليه العقاب؛ لأنه لا يستطيع أن يتوقع ردود أفعاله فهو في وقت يتجاوز الحد في العقاب، وفي وقت آخر لا يكون عقابه مؤثراً، فلا يستطيع الطفل معرفة حدوده، وهنا يشعر بعدم الثقة والأمان؛ لأنه لا يعرف الحدود ولا يتوقع رد الفعل، لذا فإن من الأمور التي تضبط هذه المسألة أن يكون العقاب مناسباً للخطأ الذي وقع.

ويجب مراعاة أنه لا عقاب إلا باتفاق، بمعنى أن الأمر الذي يُعاقب عليه الطفل يجب أن يكون قد تم الاتفاق عليه مسبقاً بوضوح، بمعنى أن الطفل يُبلّغ بأن الأمر الفلاني لا يصح فعله مثلاً، وذلك للأسباب الموضحة والتي يدور حولها حوار لإقناع الطفل بها، ثم يوضح للطفل أن الإتيان بهذا الفعل ستترتب عليه العقوبة المحددة مثل الحرمان أو الخصام أو حتى الضرب، فإذا ما وقع الفعل المنهى عنه، فإننا نبلغه أنه قد وقع في الخطأ، وبالتالي فإنه يستحق العقوبة التي كان قد وافق عليها من قبل، وبعد وقوع الخطأ وتنفيذ العقوبة فإن الأمر يكون قد انتهى، بمعنى أن الطفل يقر بخطئه ويعتذر عنه فتعود العلاقات الطبيعية كما كانت وتصبح الأحضان أو القبلات أو المناداة بأحب الأسماء شيئاً عادياً.. فالعقوبة محددة بوقتها فإذا ما انتهت عادت الأمور لطبيعتها، وهذا الأمر لا يفقد العقوبة أثرها، بل على العكس يؤكد أثرها، حيث إن الرسالة التي تصل للطفل هي أن مشكلتنا ليست معك شخصياً، ولكن مع الخطأ الذي حدث، فإذا ما فهمت ما وقعت فيه من خطأ أو تحملت عقوبته فسينتهي الأمر، وبذلك يرتبط الخطأ بالعقوبة، وليس بشخص المعاقب أو رد فعله أو حالته النفسية أو المزاجية،

وبالتالى لا يكون للمؤثرات التى ذكرتها فى رسالتك أثر فى العقاب؛ لأننا جميعاً نتعامل مع القواعد أو النظام الذى اتفقنا عليه مسبقاً بهدوء.

وبالتالى، فالكل يعرف حدوده، نحن نعرفها وهم يعرفونها، ولا يصبح للاستفزاز أثر فى قرارنا، بل الخطأ وما يترتب عليه هو الذى يحكمنا، حيث لا عقوبة إلا بنص واضح وصريح، وبالتالى لن يكون هناك حد أقصى للعقوبة، بل سيكون هناك عقاب مناسب مُتَّفَق عليه للخطأ الذى وقع.

ابنتى ضعيفة الشخصية

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى فى عامها الثامن، وسوف تلتحق بالصف الثالث الابتدائى.. ثقافتنا فى التربية تعتمد على اللطف بالأطفال، بل أحيانا التدليل. طفلتى لها خال يزورها أحيانا، يخوف الأطفال بالتهديد بإدخالهم فى غرفة مظلمة، أو إغلاق الحمام عليهم، ويتناقل كل أطفالنا تهديداته بخوف كبير، وكثيراً ما نستغل هذا الرعب من خالها فى تهديدها هى والأطفال الآخرين عندما نريد منها أن تعمل شيئاً أو تنتهى عن شئ، وعلى الرغم من محاولة أبيها أن يوضح لها أن خالها لا يمكنه أن يضرها وإنما يهدد فقط إلا أنها لا تفتنع، كما أننا أحيانا فى البيت نخوف الأطفال من الكلاب والقطط والمجانين... وغير ذلك.

والدها يعتبر أن أسلوبى معها سبب فى ضعف تركيزها وانعزاليتها؛ وذلك لأننى منذ فترة الرضاعة لم أعوِّدها على الاستقلال عنى فى أى من أمورها؛ فعدد الرضعات لم يكن له حد ولا وقت بل حسب رغبتها هى، وإذا سقطت فلا تقوم حتى أساعدها، وإذا أرادت أن تأكل فلا بد أن أكون بجانبها، وامتد هذا الأسلوب إلى مذاكرتها فهى لا تقبل فتح كتبها إلا إذا كنت بجانبها ولا تذاكر إلا

بمساعدي، وكثيراً ما أقوم بذلك بنفسى وأرافقها إلى باب المدرسة وإلا فإنها لن تذهب إليها. وقد حاولت أن أغير هذه الطريقة معها لكننى لم أستطع، ويقلقنى أن مستواها أضعف من صديقاتها.

إذا أرادت ابنتى التعبير عن أى شئ فلا يمكنها ذلك إلا إذا جعلت فمها فى أذننى، وأحياناً تطلب منى ألا أبوح بسرهما لأى شخص كان رغم بساطته. أبوها يحاول أن يفرض عليها الاستقلالية بالعنف اللفظى وأحياناً بالضرب غير العنيف.

ابنتى تعاني من التبول ليلاً والذى يصل أحياناً إلى ٣ مرات أسبوعياً، وقد يكون خوفها من أن تذهب إلى الحمام وحدها من أسباب ذلك.

ضعف شخصية ابنتى لا يمكنها من دخول أى مكان به أفراد إلا معى، ولا تدخل فصلها إلا ورأسها مطأطئ إلى الأرض، ولا تتكلم إلا بصوت منخفض حتى مع معلميه الذين يشكون من ذلك ومن ضعف التركيز لديها، وهى لا تصبر على التركيز على حفظ أو حل مسائل فى كل المواد إلا نادراً كما تصبر على الرسم الذى تحبه، وإذا ركزت على موضوع استوعبته وحفظته.

أود أن أشير إلى أننى أدرك مشكلة ابنتى، وقد استعملت بعض الحلول معها مثل تشجيعها بوسائل مادية ومعنوية، كما حاولت أن أجعل من أى نجاح لها فى أى موضوع حدثاً كبيراً وأقدم لها الجوائز على ذلك، وأحاول معها أن تثق بنفسها عن طريق تكليفها ببعض الأمور المنزلية والإشادة بذلك.

والآن، كيف أعالج مشاكلها دون إكراه؟.

ولهذه الأم نقول:

أود أن أوضح لك بعض الأسباب التى أدت إلى ما أصبحت عليه ابنتك والتى غابت عنك ولم تنتبهى لها:

أول هذه الأسباب: موضوع الخال وتخويفه للأطفال بإدخالهم فى غرفة مظلمة أو فى الحمام أو غير ذلك، واستغلالكم هذا النوع من التخويف لجعل الأطفال يؤدون بعض المهام المطلوبة منهم أو ينتهون عن أشياء ترفضونها، وفى نفس الوقت ذكرت محاولة زوجك التوضيح لابنتك أن خالها لا يمكن أن يضرها وإنما يهدد فقط وعدم اقتناعها بذلك، فمن أين لها أن تقتنع وأنتم بالفعل تثبتون لها أن ما يهدد به واقع وذلك عندما تستغلون هذا التهديد فى الأمر أو النهى، كيف بالله عليك يستقيم الأمران معاً؟ وكيف يستقبل الأطفال هذا التناقض الواضح؟

كما أنكم لا تكتفون بهذا القدر من التناقض، بل تزيدون الأمر سوءاً بتهديد جديد بالكلاب والمجانين.. وما إلى ذلك، فبالله عليك -سيدتى- أى شخصية تريدان بناءها فى ابنتك مع هذا الأسلوب فى التربية القائم على هذا التناقض وهذا التهديد؟ ثم نشكو بعدها من أن الأطفال يشبون ضعاف الشخصية غير معتدين بأنفسهم يخافون ويرتعبون، أسمعك تقولين متعجبة: "ولماذا هى بالذات التى حدث معها هذا رغم أننا نفعل ذلك مع كل الأطفال؟!".

والرد بسيط للغاية، فهناك ما يسمى بالفروق الفردية بين الأطفال بل بين الأشخاص جميعاً، فرد فعل أى شخص تجاه المواقف التى يتعرض لها فى حياته يختلف من شخص إلى آخر، ولن يتسع المقام للتعرض لأسباب هذا، كما أنه لن يفيد فى الحل كثيراً.

المهم أن استجابة ابنتك لهذا التهديد أنت فى صورة الرعب والخوف والإحساس الدائم بالرغبة فى الحماية، فضلاً عما فعلته أنت من تدريبها على الاعتمادية وعدم الاستقلالية منذ صغرها، الأمر الذى أدى فى النهاية إلى أنها لا تؤدى شيئاً إلا إذا لزمته، وأصبحت ابنتك تنسم بهذه الشخصية التى وصفتها بالضعف.

أنا لم أتطرق للأسباب السابقة لومًا لك، بل لتكوني على بينة من الأمر، ولنتعرف معًا من أين نبدأ، وكيف نعالج هذه الأسباب لنصل للحل، والآن تعالى لنبدأ الخطوات العملية، سيتمثل هذا الحل في توجيهات واقتراحات لدورك مع الأهل، وأخرى مع ابنتك، وثالثة بالمدرسة.

ولنبدأ بدورك مع الأهل:

١. عليك أن تتحدثي مع خال ابنتك على انفراد، وتقنعيه بأن هذه التهديدات لا تسفر سوى عن نتائج تربوية سلبية، فهي تربي الخوف والذعر في نفوس الأطفال، وتخلق منهم أشخاصًا عديمي الثقة بأنفسهم وبمن حولهم، فضلًا عن الصورة التي سترسم في ذهن هؤلاء الأطفال عن هذا الخال وعن كل من يستغل هذا التهديد؛ فكل من اشترك في ذلك هو في نظر الطفل شخصية مخيفة كاذبة، وعما قليل سيكتشفون زيفها. وافعلي نفس الشيء مع الجدة والخالة، ووضحي لهما بأسلوب لطيف أن التهديد أسلوب مرفوض مع الأطفال بكل أنواعه وصوره.

٢. أود أن أنبه إلى ضرورة ألا يقوم أي شخص -مهما كان قريبًا منك- بمهامك أنت مع الأبناء من حيث الرعاية المعنوية والتواجد واللعب والمرح معهم، بل إن هناك من علماء النفس من أكدوا أن العناية المادية المتمثلة في الإشراف على إطعام الصغار وتغيير ملابسهم وتنظيفهم لها أثر كبير في بناء تلك العلاقة والرابطة الرائعة بين الأم وأبنائها، فلا تحرمي نفسك من هذه المتعة تحت أي ظروف.

٣. عليك أن توضحي لزوجك أن تربية الأولاد على تحمل المسؤولية والاعتداد بالنفس والثقة بها والاستقلالية لن يتم بالزجر والردع والكلمات القاسية أو العنف اللفظي، وإنما يتم ذلك من خلال التدريب والتعليم بالرفق، كما علمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم.

أما بالنسبة لدورك مع ابنتك فيممثل في النقاط التالية:

١. عليك أن تجلسي معها، وتحدثي بشكل ودود حازم، قائلة لها: "هل تشعرين أنك مسرورة حينما لا تفعلين شيئاً إلا معي؟" واستمعي لإجابتها التي غالباً ستكون: "نعم" أو ستكون: "أنا لا أستطيع أو لا أحب أن أفعل الأشياء بدونك" حينئذ وضحي لها أضرار ومساوئ الاعتماد الكلي عليك، بقولك: "تعالى لتتخيل حينما تكبر (اذكري اسمها) قليلاً وتحاول أن تختار لها صديقات فهل ستستطيع ذلك؟" انتظري إجابتها، فإذا لم تجبك وضحي لها أنها في الغالب لن تعرف كيف تختار لأنها كانت شديدة الاعتماد على أمها، وكذلك حينما يسألها أحد مشورة أو رأياً فلن تستطيع، لأنها لم تتعود على التفكير بنفسها، وكذلك إذا طلبت منها خدمة.

وهكذا، اضربي لها أمثلة على ما يلحق بها من أضرار نتيجة هذا الاعتماد عليك، وحاولي هذا من خلال حوار متبادل، أى لا تتحدثي وحدك بل لا بد أن يكون هناك نقاش تسألينها وتجيب أو تسألك وتتركيها تفكر في الإجابة، وفي نهاية هذا الحوار أخبريها أنه لا بد من التغيير وأنت سوف تساندينها فيه، وهذا التغيير لن يتم إلا بشكل ممنهج وفي خطوات عملية، وباقتراحات تصدر منها هي أولاً.

وعليكما كتابة هذه الخطة التي لا بد أن تشتمل على اختيار سلوك واحد للتركيز على تغييره وتعديله، مثل أن تغير ملابسها دون تواجدك معها، فعليها الاعتماد الكامل على نفسها دون مساعدتك، وحدداً توقيتاً لتعديل هذا السلوك وليكن عشرة أيام، وإذا نجحت في أكثر من ٣ محاولات خلال هذه المدة عليك بتعزيزها وإثابتها، وأفضل أن يكون تعزيزاً معنوياً وليكن التقبيل والاحتضان، أو أن تذكر لوالدها ما حققته من تقدم، ويجب ألا نبالغ في التعزيز، فكمرة التعزيز أو تعظيم ما قامت به الطفلة يؤدي إلى نتيجة

عكسية تمامًا، ثم انتقلا بعد ذلك إلى سلوك آخر لتعديله حتى تستطيع فى النهاية الاعتماد على النفس والاستقلالية، وأود أن أنبهك إلى أن هذا الأمر لن يحدث بسلاسة وسهولة، بل إنه يحتاج إلى صبر ومثابرة واستعانة بالله.

٢. عليك أن تقللى من كم الأوامر والنواهي؛ لأن هذا أدعى للسأم والملل، ومن ثم عدم الاستجابة، مما يؤدي إلى استخدام التهديد والعقاب من جهتك، والعناد والرفض والتمرد من جهة ابنك خاصة فى المرحلة المقبلة.

٣. حاولى الاستمتاع بأموستك باللعب مع أولادك والمزاح والتزهر معهم والقراءة لهم ومعهم وغير ذلك من الأنشطة التى توطد العلاقة بينكم.

٤. إن الطفل الأول هو التجربة الأولى للوالدين فى التربية؛ لذا فطموحات الوالدين فيه كبيرة وكثيرة، وينسيان أو يتجاهلان قدرات طفلها واستعداداته وميوله، حتى أنهما لا يدعانه يتصرف بتلقائية، ولا يستمتع كثيرًا بطفولته نظرًا لكثرة الأعباء التى يلقيها الوالدان عليه، وكل المطلوب منك أن تركزى على ما تستطيعه وتقدر عليه ابنك لا على طموحاتك أنت لها.

أما بالنسبة لدورك مع المدرسة:

١. عليك بمقابلة معلمى ابنك، وشرح ظروفها التى تتمثل فى عدم التحاقها بهذه المدرسة من قبل، وأنها لم تتح لها الفرصة الكافية للتكيف على نظامها، وربما أدى ذلك لضعف التركيز وانخفاض المستوى الدراسى، ثم اطلبى منهم المشورة فى كيفية التعامل مع ابنك ليتحسن مستواها.

٢. إن ما تعاني منه ابنك من ضعف التركيز والنشئت قد يكون عرضًا من أعراض صعوبات التعلم، وربما يكون بسبب ما تمر به الطفلة من ظروف داخل الأسرة، وحتى نتأكد من ذلك لا بد من تطبيق الاقتراحات السابقة، فإذا تحسن مستواها الدراسى فهذا يعنى أن الطفلة لا تعاني إلا من طرق خاطئة

فى التوجيه والتربية، أما إذا لم يتحسن مستواها التعليمى فربما يشير هذا إلى أن الطفلة تعاني من صعوبات التعلم بالفعل، وهنا لابد من عرضها على متخصصين فى هذا المجال، وبالتالى فلابد من البحث عن أحد هذه المراكز أو أحد المتخصصين لعرض ابنك عليه.

٣. شجعى ابنك على اكتساب أصدقاء بالمدرسة عن طريق دعوة بعضهم إلى منزلكم أو للتنزه أو للقيام برحلات معكم.

٤. شجعى ابنك على الاشتراك فى أنشطة المدرسة إن وجدت.

التربية السليمة استثمار لمستقبل أطفالك

تقول إحدى الأمهات:

لقد رزقنى الله بتوأم؛ وكل ما أريده من هذه الدنيا أن أربيهما تربية إسلامية صحيحة، وأحاول ذلك بقدر المستطاع.

أنا أقيم مع والدى زوجى؛ لأن زوجى مسافر، والآن بلغ عمر الولدين سنتين تقريباً، وأنا ألعب وألهو معهما، ومشكلتى أنهما دائماً الشجار معاً، فأحد الطفلين يضرب أخاه كثيراً بسبب أو بدون سبب، وقد تعبت جداً من هذا الأمر، وأحاول معهما أن يُقبَلَا بعضهما البعض ويحتضنا بعضهما، فيفعلان ذلك قليلاً ثم يعودان لضرب بعضهما مرة أخرى، ماذا أفعل معهما؟

ولهذه الأم نقول:

سأحاول أن أقدم لك بعض النصائح التربوية التى تفيدك فى هذا الأمر:

١- احرصى على الاستعانة بالله عز وجل فى استكمال مشروعك الاستثمارى فى أسرتك الطيبة؛ فرددى دوماً الدعاء الخاشع الرائع: "رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا". [الفرقان: ٧٤] فستكون أسرتك -بعون الله- أسرة كريمة طيبة صالحة، علماً وخلقاً وسلوكاً. واحرصى على قراءة أذكار النوم والرقية الشرعية؛ وهى موجودة بأى كتاب للأذكار، وامسحى بها على أبنائك قبل النوم.

٢- احرصى على معرفة سمات المرحلة السنية لتوأمك -وهى عمر السنتين- وكيفية التعامل معها، فمن أهم تلك السمات:

- الفضول: أى محاولة الطفل معرفة وفهم كل ما يحيط به من أشخاص وأشياء، وبالتالي كثرة الأسئلة المخرجة وغير المخرجة، وكثرة العبث بالأشياء ولو أدى ذلك إلى تكسيرها.
- الأنانية: أى حب الذات والغيرة من أى شخص آخر يقترب من ذاته أو بالاستئثار بحب الوالدين واهتمام الآخرين ورعاية المحيطين.
- الفوضوية: أى عدم ترك أى شئ على حاله؛ وبالتالي كثرة العبث بالأشياء.
- العناد: وكأنها رسائل موجهة إلى المحيطين، للحصول على مكاسب واهتمامات وحب، أو الهروب من مشكلات.

٣- احرصى على معرفة احتياجات المرحلة العمرية لتوأمك؛ ثم اجتهدى مع زوجك فى توفيرها، فمن أبرز احتياجات الطفل فى هذه المرحلة:

- الحاجة إلى الحب.
- الحاجة للدعم أو التعزيز الإيجابى، أى التشجيع الفورى.
- الحاجة إلى اللعب والترفيه والترويح.

- الحاجة إلى التقدير.
 - الحاجة إلى الانتماء، والشعور بالدفء العائلي.
 - الحاجة إلى التوجيه، وتقويم السلوك، والأخذ باليد لتصحيح الخطأ.
 - الحاجة إلى الطمأنينة، والشعور بالأمن.
- ٤- أبشرى بنوبات الشجار والعراك الأخوى؛ فهذه طبيعة سن أبنائك ومن سمات هذه المرحلة. وانتهى لهذه القاعدة: "كل سلوك للطفل ما هو إلا رسالة للمحيطين -وأولهم الوالدان- للحصول على مكاسب واهتمامات واحتياجات، أو الهروب من مشاكل وأخطاء".
- ٥- أما عن تعليم الطفل القرآن الكريم والأخلاق والقيم؛ فالأفضل أن تبدأ حسب ما قررته نظرية التعليم المبكر، ففي بحث عن أهمية التعليم المبكر ثبتت أهمية المشاركة، حيث وجد الباحثون أن الطفل الذي نادراً ما يلمس بعض الأشياء أو يلعب معه أحد يقل حجم مخه ٢٥% عن الأطفال الآخرين، وقد لاحظ التربويون والآباء أن الطفل الصغير يقبل على التعلم بنهم وشغف، وأن خبرات التعلم الأولى هي الأكثر ثباتاً!
- ويقدم علماء الأعصاب التفسير البيولوجي لذلك، حيث قاموا بدراسة نشاط المخ من الطفولة إلى البلوغ باستخدام أسلوب تصوير المخ ومراقبة استهلاكه للجلوكوز؛ فوجدوا أن مخ الطفل يمر بفترة تدفق نشاط هائلة بين ٤ إلى ١٠ سنوات ويستهلك أكثر من ضعف الطاقة التي يستهلكها مخ الكبار، وهذا يتوافق مع تلك الفترة من عمر الطفل التي يستطيع فيها التعلم بسرعة وتقوى الارتباطات العصبية لديه، وبعد سن العاشرة يبدأ استخدام المخ للطاقة في التناقص تدريجياً، وبوصوله سن ١٦ سنة يشبه مستوى الكبار.

وهنا نتساءل: ما هو الهدف من التعليم المبكر؟ وهل حقاً التعليم المبكر ضرورى؟ إن الهدف الذى يسعى إليه المربون هو غرس الأسس والطرق الصحيحة للتفكير، ومبادئ المعارف والعلوم، وليس هدفهم حبس جميع العلوم فى عقل الطفل، هذا هو هدف التعليم المبكر، وهو الدافع لاستغلال هذه الفترة من عمر الطفل. وحين نستغل هذه الفترة فإننا نحفظ للطفل حقه فى تنمية مداركه فى مرحلة لا يستطيع هو الاحتفاظ بها، تماماً كما نحفظ له ميراثه، أى من حقه علينا أن ننمى مداركه بحيث يعتمد عليها ويستفيد منها فى المستقبل أكمل استفادة وأفضل إنتاج. وهذا واجب تربوى علينا حتى يستقل الطفل بنفسه فتكون انطلاقته فى الحياة بعد ذلك انطلاقة فاعلة ومثمرة يعود خيرها على نفسه وأهله ومجتمعه وعلى الإنسانية جميعاً..

واستبشرى خيراً، بمشروعك الاستثمارى فى أبنائك؛ وخططى لذلك، وابدئى من الآن فى تنفيذ خططك، من خلال القراءة ومعرفة سمات كل مرحلة سنية، وكذلك احتياجاتها، أو الاشتراك فى أى دورة فى أى مركز أو جمعية تهتم بتربية الطفل.

التربية .. تفاهم

تقول إحدى الأمهات:

ابنى عمره عامان، ليس له أصدقاء، له أخت عمرها حوالى ثلاثة أشهر، يغار منها جداً، سياستى فى تربيته تتمثل فى استخدام الضرب والصراخ فى وجهه، خاصة فى الفترة التى بدأت أعوده فيها على الذهاب للحمام، وكذلك عندما يؤذى أخته، وأحياناً أستخدم الحديث والتهديد معه، ابنى هذا يحب والده، والعلاقة بينهما جيدة ولكنه أحياناً ينشغل عنه. ماذا أفعل؟

ولهذه الأم نقول:

لا ندري لماذا أصبح هاجس التربية عند بعض الأمهات هذه الأيام شيئاً معقداً ويحتاج إلى فلسفة، مع أننا لو تذكرنا فقط كيف كانت تتعامل معنا أمهاتنا وجداتنا، لاستفدنا من أسلوبهم الراقى، مع أنهم كان تعليمهن أقل منا.

جميل أن نهتم بتربية أبنائنا بشرط ألا نحول ذلك إلى موضوع جدلى فلسفى، بحيث تتخيل الأم أن الصراخ والضرب هو سياستها فى تهذيب وتربية ابنها، مع أنه ليس فى الأمر سياسة، بل هى نوع من الانتقام، وتفريغ الشحنة الانفعالية فى وجه الطفل المسكين حتى تهدأ الأم فقط.

لو أردنا حقاً الاهتمام بالتربية، علينا البحث عنها فى مصادرهما من كتب أو شرائط أو مواقع على الإنترنت أو غير ذلك.

إنك يا سيدتى تتحدثين عن طفل عمره سنتان فقط، أى أنه قد بدأ يدرك الأمور من حوله منذ أشهر قليلة.. إنه حتى ربما لا يفهم كل أوامرك له أو توجيهاتك.

وبالنسبة لغيرته من أخته الصغيرة، فهذا وضع طبيعى، فالغيرة من وجود طفل جديد فى العائلة أمر طبيعى عند الأطفال، خاصة عند الطفل الأول؛ لأنه يكون قد اعتاد على أنه وحده الذى ينال الاهتمام والرعاية، وفجأة يأتى من يشاركه هذا الوضع، دورنا معه هو محاولة منع المواقف التى تنثير غيرته وليس إنكار هذه الغيرة تماماً.

أما عن الأصدقاء فأنا لا أفهم كيف تريدان أن يكون لطفل السنتين أصدقاء.. أين يلتقى بهم أصلاً؟! وكيف يتفاعل معهم؟! إذا كنت تقصدين أبناء العائلة أو الجيران فإن أقصى ما يُنتظر منه أن يتآلف معهم بعد عدة لقاءات، ويلعب مع من يحسن التعامل معه منهم، وهذه الأمور فيها اختلافات شديدة بين

الأطفال، فمنهم من نجده سريع التآلف يلعب مع أى شخص، ويتآلف مع كل الأطفال، وهناك من ينفر من الزحام ولا يلتصق بأحد إذا وجد حوله عددًا كبيرًا من الأشخاص والأطفال، وكلاهما طبيعى.

إنها اختلافات فردية لا تعنى شيئاً، ولكن أن نتحدث عن الصداقة فى هذه السن فهذا أمر غريب.. كيف يفهم أصلاً موضوع الصداقة فى هذه السن؟! كل ما هو مطلوب منك -يا سيدتى- إتاحة الفرصة له للالتقاء مع أطفال آخرين فى مناسبات مختلفة، وتركه يتفاعل معهم وينشئ لغة حوار خاص بينه وبينهم، وعليك فقط متابعة سلوكه، والتدخل إذا حاول أحد الأطفال إيذائه فقط، فهذا التفاعل مع أطفال فى مثل سنّه يساعده كثيرًا على تنمية قدراته العقلية ومشاعره، ويعلمه كيفية التعامل مع الآخرين، كما أنه يمتصّ جزءًا من طاقته النفسية والبدنية فى نشاط مفيد.

أما سياسة التهذيب بالضرب والصراخ فى وجهه فهذا الأسلوب ليس فيه أى سياسة أو تهذيب، وإنما أنت تتركين نفسك لانفعالاتك وغضبك، ثم تدّعين بعد ذلك أن لك سياسة فى تربيته، ماذا سيفهم هو من ضربك له أو صراخك فى وجهه، هل أدرك خطأه؟! هل تعودّ على السلوك الصحيح؟! هل فهم ما تريدين منه؟! إنه فقط يخاف منك فيسكت ويلزم الهدوء حتى تهدئ أنت، وبعد قليل سيعتاد على ذلك، ويتحول سلوكه إلى العصبية الشديدة، والصراخ، والعنف، والعناد الشديد، وستكون المشكلة عندئذٍ كبيرة لنزع هذا السلوك منه.

إن الطفل فى هذه السن يحتاج إلى الحب، والحنان، والتوجيه برفق، وتعويده على السلوكيات الصحيحة بصبر وحكمة، ومحاولة التقرب منه، وإنشاء صداقة معه، وإيجاد أسلوب يفهمك به، ويعلم متى ترضين عنه، ومتى تغضبين منه بهدوء ودون ضرب أو صراخ.

وموضوع التعويد على الحمام قد يحتاج نوعاً من الضرب، ولكنه ضرب خفيف جداً وموجه، وليس ضرباً عشوائياً انتقامياً، ولعله من الأفضل استخدام أسلوب الترغيب والترهيب، مثل الحلوى والهدايا إذا أحسن، والخصام وحرمانه من الحلوى إذا أخطأ.

أما ضربه عندما يؤذى أخته فهذا يزيد من المشكلة ولا يحلها؛ لأنه لا يفهم أنه يؤذيها؛ حيث إنه لم يدرك الأمور بعد، إنه فقط يلعب معها بعنف، إنه يعبر عن ضيقه من اهتمامك بها أكثر منه، ولكنه لا يقصد إيذاؤها. أما أن تضربه لذلك فبالعكس سيثبت هذا عنده السلوك العدواني تجاه أخته، وسيزداد عنفه معها مع الوقت، ويصبح سلوكاً مقصوداً وليس عفويًا.

ومهم جداً أن يكون دور الأب واضح في التربية، وليس فقط من خلال علاقة جيدة معه، فمن الملاحظ قلة عدد ساعات تواجد الأب مع الأولاد؛ ولهذا لا بد من تفعيل دور الأب، بمعنى أن يكون الأب مشاركاً في التربية يعلم كل ما يحدث في غيابه، وتكون هناك بعض النقاط التي يتولى الأب تربية طفله عليها، حتى تكون العلاقة بينهما قوية ومفيدة، ولا بد أن تكون كلمة "سوف نقول لبابا" لها وزنها عند الطفل، وعلى الأم دور كبير في توضيح هذا الدور للأب ومساعدته في أدائه، ومرة أخرى نؤكد أنه لا داعي لسياسة الضرب والصراخ هذه في التربية.

الدرس الأول في الانضباط

تقول إحدى الأمهات:

ابنى يبلغ من العمر سنة ونصف، وأريد أن أسأل عدة أسئلة:

- كيف أتعامل معه إذا أخطأ فى شئ وأردت تقويمه؟ كأن يلقي بالطعام من فمه على الأرض مثلاً دون ضغط منى عليه للأكل.
- ابنى لا يستجيب للزجر ويسكب الماء أو العصير على الأرض.. ماذا أفعل حين أريد تعويده على شئ أو كفه عن آخر؟
- ونظرًا لأننا فى غربة وهو لا يرى أمامه أحدًا غيرى أنا وأبيه أغلب الوقت أجده حين يرى أطفالاً آخرين لا يستطيع الاندماج معهم، بل ينزعج من الضوضاء، فكيف أتعامل معه حتى لا يكون انطوائيًا أو أنانيًا؟

ولهذه الأم نقول:

كثيرًا ما نتصور أن الطفل الرضيع فى عامه الأول لا يستطيع أن يفهم رسالة الرفض أو الزجر أو الغضب من الأم، ولهذا فبعض الأمهات تتأخر كثيرًا فى صياغة لغة للتفاهم بينها وبين طفلها منذ الصغر على ما توافق عليه الأم وما ترفضه، وكيف يفهم الطفل ذلك، بينما البعض الآخر يتصور أن الطفل لن يفهم إلا إذا صرخت فيه الأم أو حتى ضربته ليفهم أن تصرفه هذا خطأ.

والواقع أن حدود فهم الطفل وإدراكه وإمكانياته فى استيعاب انفعالات وتعبيرات وجوه الآخرين ونبرات صوته أكبر وأوسع كثيرًا مما نتخيل، فالطفل يفهم جيدًا متى تكون أمه غاضبة، ومتى تكون سعيدة، ومتى تكون متوترة ومتى تكون رافضة لما يفعله؛ ولهذا نجد الطفل حتى قبل أن يتم عامه الأول إذا أراد أن يفعل خطأ ما يعلم أنه مرفوض مثل وضع يده فى الكهرباء مثلاً نجده ينظر إلى الأم ويتحين فرصة انشغالها ليفعل ذلك، وكذلك عندما تكون الأم غاضبة أو عصبية نجد الطفل يسكت وينظر إليها بحذر منتظرًا رد فعلها؛ فالطفل يفهم جيدًا رسالة الرضا ورسالة الرفض أو الغضب من الأم.

المشكلة فى قدرة الأم على الاستفادة من هذا الفهم لدى الطفل فى إيجاد صيغة للتفاهم بينهما حول ما هو مقبول وما هو مرفوض، فمثلاً فى حالة إلقاء الطفل للطعام من فمه أو سكب العصير على الأرض، على الأم فى البداية أن تظهر للطفل الغضب والرفض، فلا تبتسم له، وتصدر له صوتاً تحذيرياً، مع إشارة من أصبعها بأن هذا خطأ ومرفوض، فإذا استمر الطفل فى تصرفاته وبدأ يعاند ويفعل ذلك عامداً، على الأم أن تقوم وترفع الطعام من أمامه حتى ولو لم يكن قد أكمل طعامه بعد، أو تحمل كوب العصير بعيداً، وتخبره بأنها غاضبة منه، وأنها سوف تخاصمه ولن تكلمه، وتبتعد عنه فعلاً وعلى وجهها علامات الغضب، وترفض أن تتحدث إليه لمدة ١٠ دقائق مثلاً، ثم تأخذ الطفل من يده وتجعله يساعدها فى مسح الأرض وإزالة آثار ما فعله، وعندما يستجيب لها ويساعدها تصالحه وتقبله وتفهمه أنه هكذا يكون ولذا ممتازاً، وكلما كرر الأخطاء تكرر نفس السيناريو: الرفض، الغضب، المخاصمة قليلاً، وإصلاح ما أفسده، والمصالحة مع الاتفاق على عدم تكرار الخطأ.

تقضى تماماً أن الطفل يفهم كل ذلك ويستوعبه وينمى عنده حس التفريق بين الخطأ والصواب، والقدرة على التحكم فى النفس، ومحاولة عدم تكرار الخطأ، وهذا أول دروس الانضباط. وانتبهى فكل ذلك يجب أن يتم دون أى عصبية أو صوت عالٍ أو تهديد بالضرب.

القناعة والرضا لدى الأطفال

تقول إحدى الأمهات:

نحن أسرة ميسورة الحال والحمد لله، لا نبخل على ابنتنا ذات السبع سنوات بأى شئ فى حدود المعقول، ولكنى أ لمس فيها عدم القناعة بما فى يدها، فإذا

اشترينا لها لعبة مثلاً تطلب شراء أكثر من لعبة، وعندها إحساس دائم بأنها أقل من الآخرين، ودائماً تريد أن تكون أحسن من جميع زميلاتها، وليس لديها أى قناعة بما لديها، وتنتظر لما فى يد غيرها. أريد أن أعرف السبب، وكيف أغرس فيها القناعة والرضا بما لديها؟

ولهذه الأم نقول:

يبدو من رسالتك أن ابنتك هذه هى الابنة الأولى والوحيدة لديك، وهنا يصبح لمشكلتك شقان: شق عام يخص تعامل الآباء مع أطفالهم فيما يخص المعانى التجريدية أو القيم الرمزية مثل الرضا والقناعة والتعاون والحب وغير ذلك، وشق خاص يختص بتعامل الآباء مع طفلهم الأول، ورغبتهم فى أن يكبر بسرعة، أو هكذا يروونه كبيراً تنطبق عليه قوانين الكبار فى المحاسبة على الأفعال والتصرفات.

بالنسبة للشق الأول نحب أن نوضح أن إدراك الطفل لقيم مثل القناعة والرضا لا يبدأ فى مثل سن ابنتك، وربما يبدأ فى سن الثانية عشرة، أما فى هذه السن فإن التصرفات العملية والمواقف المادية هى التى توصل لهم الرسالة.. فمثلاً عندما تطلب الابنة أكثر من لعبة نقول لها: "يكفيك لعبة واحدة الآن؛ لأن هذه اللعبة ثمنها كذا، ومعنا ما يكفى لشراء هذه اللعبة فقط، وأنت تحتاجين للعبة واحدة".. وعندما تنتظر لما فى يد غيرها نقول لها: (لديك لعبة فى البيت، وهى -الطفلة الأخرى- ربما لا يكون لديها ما عندك.. فكل واحد لديه ما يخصه، إذا أردت أن تلعبى معها فأعطيها لعبتك مثلاً، أو تقاسمى معها ما تحبينه لتتقاسم معك ما تحبه).

والخلاصة أن الأمر لا علاقة له بفهم الأطفال للقناعة والرضا؛ لأنهم لا يفهمون ذلك، ولكن له علاقة بقدرتنا على تغيير سلوكياتهم، وتوجيهها نحو

المعنى الذى نريده دون انزعاج منا بفقدانهم لهذا المعنى، ودون توجيههم بشكل مباشر له؛ لأنهم لم يفهموه. بمعنى أن مشكلة طفلك لا توصف بأنها مشكلة عدم قناعة أو رضا، فلا نواجهها بقولنا: كوني قنوعة راضية، بل هي ناتجة عن عدم فهم لحدود الملكية، والرغبة فى الاقتناء، وهذه المشكلة تحتاج إلى توضيح لهذه الحدود ولكيفية الاقتناء وإمكانيته.

وهنا ندخل إلى النقطة الثانية، وهي عدم التعجل فى وصف أطفالنا بأوصاف الكبار، أو تفسير تصرفاتهم بناءً على ذلك؛ فلأطفال عالمهم الخاص ومفرداتهم التى لا ينطبق عليها ما يتناوله عالم الكبار؛ فألفاظ مثل "عدم القناعة والرضا" و"النظر إلى ما فى أيدي الآخرين" و"الإحساس بأنها أقل من زميلاتها"... لا تعنى لدى الأطفال ما نفهمه نحن من تصرفاتهم؛ فتصرفاتهم أبسط من ذلك، وهي سطحية فى دلالاتها أكثر مما نتصور؛ فحتى لو قالت "إن الآخرين لديهم... وأنا ليس لى"؛ فلا يعنى ذلك أنها تشعر أنها أقل من الآخرين، بل يعنى بسطحية وبساطة شديدة أنها تريد أن يكون لديها لعبة مثل صديقتها فقط.

لا تتعجلي نضج طفلك الصغيرة، ووجهيها بهدوء دون انفعال أو تصور لمعانٍ هي لا تدركها أو تقصدها أو تعرفها بالمرّة.

تأخر النطق عند الطفل

يقول أحد الآباء:

تعانى ابنتى ذات الأربعة أعوام من تأخر فى النطق والكلام، فما زالت حتى الآن لا تنطق سوى كلمات مفردة، وتطلب حاجتها بنفسها، وتعبّر عن رغباتها بمحاولات جادة للكلام والحديث بثقة، وإن كان الكلام غير مفهوم، وتستخدم الإشارة لشرح ما تريد عندما تعجز عن التعبير، وأحياناً حتى عند معرفتها

بالكلمة كما لو أرادت عَصِيرًا وهي تنطقها (سير)، فإنها تسحبني من يدي إلى الثلاجة دون أن تقول (أريد سير) مع معرفتها لها. وبالنسبة لقلب الكلمات أو حذف مقاطع منها فإنها تقوم بنطق الكلمات بحذف الحروف الأولية ونطق نهايات الكلمات، مثل: كلمة هدية تنطقها (ديّة) وعصير تنطقها (سير)، والحمد لله لا توجد مشاكل مصاحبة فهي تنفذ المطلوب منها من أول مرة، وعندما تلفظ كلمة ما ومع التحفيز تعيدها كما هي، كما أننا نلمس منها العناد في هذه الحالة. وقد عرضناها على طبيب نفسي، وعرض على ابنتي لعبة لوضع المكعبات التي تحتوي الصور والأشكال في المكان المناسب، وأفادنا بأنها يجب أن نستخدم معها الألعاب التي تنمي مهارات التمييز والتفكير، وعرضناها بعد ذلك على إخصائي نطق، قام بطرح بعض الأسئلة علينا وقام بمتابعتي وأنا أتحدث مع ابنتي (بناءً على طلبه)، ونصحنا بأن ننطق الكلمات كما ننطقها نحن بشكل صحيح، وليس كما تنطقها هي، ونصح بإلحاقها بروضة أطفال لتختلط بأقرانها، وشخص الحالة بأنها تأخر بسيط في الكلام.

وأود أن أضيف أننا كنا نكرر الكلمة أمامها كما تنطقها هي وليس كما ننطقها نحن بشكلها الصحيح في أحيان كثيرة، كما تعاني ابنتي من الحماية الزائدة من قبلنا، وكانت تجلس طوال العامين الماضيين أمام شريط فيديو مفضل لديها من ٣ إلى ٤ ساعات يوميًا، وهو خالٍ من المفردات اللغوية الكثيرة، وأظنه عاملاً ساعد في تأخرها هذا، وطفلتى هذه مدللة جدًا؛ لكونها الطفلة الأولى في الأسرة وأخاها عمره أسبوعان فقط.

أرجو إرشادي إلى تشخيص حالتها، وهل هناك حاجة إلى إجراء فحوصات طبية لها؟ وإن كان هذا التأخر طبيعيًا فما أفضل السبل إلى تخطي هذه المشكلة؟

ولهذا الأب نقول:

أحب بداية أن أؤكد على ما يلي فيما يتعلق بمسألة تأخر النطق:

- ضرورة الانتباه إلى ملاحظة وجود فروق فردية بين الأطفال في اكتساب جميع المهارات بما فيها الكلام؛ فهذا ما تشير إليه الحقائق والمبادئ العامة للنمو.
- عدم التركيز في التعامل مع الطفل على نقاط ضعفه مثل مشكلة الكلام، بل تحفيز الاكتساب في نطاق عام وغير مباشر؛ لأن الأطفال يميلون بطبعهم إلى تحاشي الضغط عليهم، فإذا شعروا مثلاً بأن حبنا وعاطفتنا تجاههم مرتبطة بمدى مهاراتهم الكلامية، فربما يرفضون ذلك، ويظهر ذلك على شكل انسحاب أو تمرد، وهو ما وصفته بالعناد.
- عدم إغفال تأثير العوامل الخارجية على اكتساب الطفل للكلام، مثل: عدم وجود شركاء في التواصل أو الكلام، أو عدم شعور الطفل بالحاجة للحديث كأن تتم تلبية جميع حاجاته دون سؤال أو دون حوار، أو قبل أن يطلب، أو بمجرد البكاء، أو الإشارة للشيء، أو عدم وجود سياق أو مناسبة أو فرصة للكلام أمام الطفل، أو بقاء الطفل لفترات طويلة وحيداً أو مع التلفزيون أو الفيديو أو الألعاب.

وبالتالي لابد من الانتباه إلى هذه الأشياء عند تعليم الأطفال النطق:

- ضرورة التحفيز المبكر للطفل، وخاصة للأطفال الذين يمضون فترات طويلة وحدهم؛ بسبب عمل الأبوين وعدم وجود شركاء تواصل آخرين مثل الإخوة أو العائلة الكبيرة.
- ضرورة تعزيز كل محاولة تواصل كلامية، وعدم إيصال الطفل إلى درجة الإحباط، والمحاولة الجادة في فهم ما يريد قوله؛ وذلك بربطه

بسياق الحديث، أو تكرار استعمال الطفل لنفس الألفاظ لنفس الأشياء، فإذا قال الطفل - ونأخذ هنا المثال الذى أوردته على طفلتك: أريد "سير" وهو دائماً يربطها بالعصير، فنقول له: "نعم أنت تريد عصير عصير"، أو إذا قال: "إيب"، نقول: "أنت تريد حليب"، وإذا لم نفهم وأعيتنا المحاولة نطلب من الطفل الإجابة على خيارات مساعدة، مثل: إذا قال: "بى" نسأله: "هل تريد حليب أم بيضة أم تريد الذهاب للحمام؟"، وإذا لم تنفع هذه الطريقة نطلب منه أن يرشدنا إلى ما يريد.

- لا بأس فى أثناء التدريب من تشجيع الطفل على استخدام وسائل مساعدة، مثل: الإشارات، والتمثيل، والصور، وأى شئ ممكن ومتوفر، مع ربط هذه الوسائل بالكلام دائماً.
- عدم استخدام الكلمات التى يقولها الطفل أثناء الحديث معه، بل نستخدم الكلمات الصحيحة بلفظ صحيح، وخاصة بعد سن السنتين، مثل: "بيب" بدل سيارة، فنقول: له "آه" بيب" سيارة.. أنت قلت سيارة" مع بعض المبالغة أحياناً، خصوصاً على الأصوات التى يحذفها الطفل، مثل: إير أو سير نقول له: نعم أنت تريد عصير أو ع ع ع عصير أو استخدام نبرة صوت أعلى.
- عدم الاكتفاء بالحديث على مستوى الطفل، بل نستعمل طريقة اسمها "الاستطراد والتوسع"، فإذا كان الطفل يستخدم كلمة نستعمل جملاً من كلمتين، وإذا كان يستخدم الأسماء نبدأ باستخدام الأفعال، ونعطيه الكثير من المعلومات حول الشئ الذى نتحدث عنه، مثل: "أنت تريد عصير نعم عصير، العصير لذيذ، هل تريد عصيراً بارداً أم ساخناً؟ هل تريد عصير برتقال أو تفاح؟ من أين نحضر العصير؟ من الثلجة... إلخ.

- مع الأخذ فى الاعتبار أن التحفيز لا يعنى إعطاء الطفل حصصاً، بل يتم فى نطاق طبيعى، من خلال الأنشطة اليومية العادية أثناء الأكل، والاستحمام، واللعب، واللبس، ومشاهدة التلفزيون وغيرها، أى طوال اليوم، بنفس الكيفية التى شرحتها سابقاً، والتحفيز لا يعنى فقط الكلمات، بل يجب أن يشتمل على المفاهيم؛ فلا بد لأى إنسان أن يكون لديه ما يتحدث عنه ليتحدث، بل إن كل إنسان يتحدث على مستوى معلوماته المختزنة فى ذهنه، وهو ما نسميه "اللغة الاستيعابية"، كما يفيد استخدام القصص المصورة، والألعاب المفيدة، والبرامج التعليمية كجزء من برنامج التحفيز.

وأخيراً.. أؤكد على ضرورة مراقبة التحسن على مدار ستة أشهر بعد تطبيق برنامج التحفيز، ووجود الطفل بروضة أو حضانة، فإذا كان التحسن ضعيفاً أو دون المتوقع فلا بد من مراجعة إحصائى نطق ولغة، والمتابعة فى التدريب الفردى، وذلك لأن عدم تحقيق تحسن ملحوظ مع التحفيز المناسب ووجود شركاء تواصل (أطفال آخرين، والأهل، والمعلمات، والجيران... إلخ) قد يشير إلى وجود مشكلة أخرى.

تأخر الكلام وتأخر النمو العقلى

تقول إحدى الأمهات:

لدى طفل عمره عامان، وهو حتى الآن لم ينطق بكلمة واحدة غير ماما وبابا، أشعر أنه يريد أن يقول أشياء، لكنه لا يعرف أن يتكلم، فيظل يقول مقاطع وأحرف متشابهة غير مفهومة، مع العلم بأنه يفهمنى جيداً عندما أطلب منه شيئاً، وأيضاً يمكن أن يقلدنى فى بعض الأفعال أو الحركات عندما أطلب منه ذلك،

ولكن عندما أحاول معه أن ينطق أى كلمة لا يحاول أن يكررها، أحضرت له صور بعض الطيور وعندما أقول له حمامة مثلاً ليكررها لا يحاول حتى ولو بحروف خاطئة.

وطبعاً هذا الموضوع سبّب لى قلقاً شديداً وأجريت له اختبار السمع، والحمد لله كان طبيعياً، وهو أيضاً لا يتواصل معى، بمعنى أنه إذا احتاج شيئاً كالماء مثلاً أو الأكل فلا يتكلم، ولكن يجئ لى وأنا طبعاً أفهمه، أحب استشارتكم فى كيفية التعامل معه، حيث إنه يختلط بقليل من الأصدقاء والمعارف، فكيف أتغلب على هذه المشكلة حتى ينشأ طفلاً طبيعياً؟ وهل من المفيد له أن ألحقه بحضانة فى هذه السن حتى يتعامل مع أطفال آخرين؟

وكيف لى أن أحدد مستوى ذكائه وقدراته؟ وكيف أطمئن أن تأخره فى الكلام طبيعى؟ حيث إننى قرأت فى أحد الكتب أن تأخره فى الكلام قد يسبب تأخراً فى نموه العقلى، وهذا الموضوع سبّب لى قلقاً شديداً.. أرجو إفادتى حتى يطمئن قلبى.

ولهذه الأم نقول:

إن إصدار الطفل للعديد من الأصوات المتشابهة أو التى نسميها لغة الأطفال أمر طبيعى يمر به كل الأطفال، ثم يتناقص هذا الكلام غير المفهوم بعد أن يصبح لدى الطفل القدرة على إصدار العديد من الأصوات مجتمعة معاً بطريقة صحيحة لتشكيل كلمات مفهومة، وغالباً فإن الأطفال فى عمر سنتين يُفترض أن يكون لديهم على الأقل ٣٠% من الكلام المفهوم ليس للأهل وحدهم، ولكن أيضاً للغرباء ويدخل فى هذه الحسبة الكلمات الطفولية مثل عو - امبو - هم - ننه - تاتا وما شابه، والمهم أن الطفل يستخدم هذه الكلمات للتواصل، أى أنه يعنى ما يقول ولا يكرر فقط.

ويجب متابعة قدرات الطفل الأدائية، أى جميع المهارات من حركية وإدراكية وعقلية ولغوية وغيرها طبقاً لجدول التطور الطبيعي للأطفال، فى ضوء ما يجب أن يكون الطفل قادراً على أدائه من مهارات فى العمر المناسب، وطبعاً هناك فروق فردية بين الأطفال، ولكن على ألا تتجاوز هذه الفروق بين العمر الزمنى للطفل وأدائه من ستة إلى ثمانية أشهر.

ويمكن عمل تقييم لقدرات الطفل لمعرفة هل هناك تأخر يستحق الاهتمام أم لا، ولكن غالباً لا يكون هذا الاختبار فى عمر التسنين واضح النتائج؛ لأن هناك عدة عوامل تتداخل فى أداء الطفل منها صغر عمره ومدى تَعَوُّده على التفاعل مع أشخاص غرباء وغير ذلك، ولكن يمكن التأكد من مدى ملاءمة مهارات الطفل لما هو متوقع منه فى سنه، وإذا كان رأى الإخصائيين أن هناك تأخراً ينبغى عمل برنامج للمساعدة فى رفع أداء الطفل، وعادة لا يظهر بوضوح إذا كان هذا التأخر بسبب تأخر فى المهارات العقلية أو غيرها من الأسباب - باستثناء ضعف السمع الذى يمكن التأكد منه فى أى عمر - إلا بعد أن يصبح عمر الطفل ٤ سنوات فأكثر؛ لأن التأخر بعد ذلك يبدو واضحاً.

المهم الآن أن هناك عدة أسباب للتأخر اللغوى منها التأخر العقلى، ولكنى أفضل عرض الطفل على إخصائى تطور نمو للأطفال، أو إخصائى نطق ولغة، أو إخصائى تربية خاصة، لملاحظة الطفل وتقييم أدائه، ومن ثم إعطاؤكم الإرشادات المناسبة؛ لأنه لا يمكن لأحد تقييم طفل إلا من خلال أخذ معلومات من الأهل ومراقبة أداء الطفل شخصياً.

السؤال الخالد للطفل: من أين جئت؟

تقول إحدى الأمهات:

ابنى عمره سبع سنوات يسألنى من أين جاء؟ وكيف خلقه الله؟ وما علاقة خلقه بأمه وأبيه؟! أرجو منكم توضيح الإجابة النموذجية لهذا السؤال الخالد.

ولهذه الأم نقول:

إن السؤال الذى يجب أن نسأله لأنفسنا هو: لماذا يسأل الطفل؟! لأن الإجابة على هذا السؤال سوف تساعدنا فى الإجابة على الطفل، ليس فى هذا السؤال الخالد فحسب، بل فى كل أسئلة الأطفال. هل يسأل الأطفال دائماً لأنهم يريدون أن يعرفوا؟! فى الحقيقة إن هدف المعرفة ليس هو السبب الرئيسى لأسئلة الأطفال، ربما يكون فى بعض الأحيان أحد الأسباب، ولكن دائماً هناك أسباب أخرى ربما تكون أهم، أولها: لفت الانتباه، فالطفل يريد أن يقول لأبويه وللمن يسأله: أنا هنا، أرجو أن تهتم بى.

إننا لا نغير اهتمامنا لأطفالنا عندما يسألوننا سؤالاً بسيطاً أو يتحدثون إلينا حديثاً عادياً، لذا يلجأ الأطفال إلى الأسئلة التى قد تخرج الآباء حتى يضطروا للانتفات إليهم والاهتمام بهم، ولذلك فإن الطفل لا تهمة الإجابة قدر ما يهتم إحساسه بأن أمه وأباه الذى يجيبه قد اهتم به وبسؤاله؛ وبالتالي فإن إظهار الاهتمام بالطفل هو جزء من الإجابة على أى سؤال يسأله، وقد يغنيه ذلك حتى عن سماع الإجابة نفسها.

والأمر الثانى الذى يجعل الأطفال يسألون هو رغبتهم فى إظهار قدراتهم اللغوية أو غيرها، إنهم يريدون أن يجربوا أنفسهم فى القدرة على طرح السؤال،

وعلى إجابة هذه العملية، وعلى استعراض قدرتهم فى فعل ذلك، فربما يكون السؤال غير مقصود فى ذاته، والمقصود هو إعلامك أنه يستطيع أن يسأل ويستطيع أن يطوِّع اللغة، أو أن لديه معلومات تمكِّنه من السؤال بهذه الطريقة؛ لذلك فإن الثناء على السؤال أو تعليمه كيف يسأل أو تغيير طريقة السؤال قد تكون هى الإجابة على السؤال وليس السؤال نفسه.

وقد تكون الرغبة فى المعرفة هى غرض السؤال، وهنا نوضح أن الطفل لا يريد إجابة معينة كما نتصور عندما نسمع السؤال، ولكنه يريد معلومة جديدة تضاف إليه، بشرط أن تكون معلومة صادقة تحترم عقله ولا تستهين به، حتى ولو كانت غير مباشرة تمامًا فى موضوع السؤال.

إن الطفل يريد أن يعرف، وأى شئ يقال له هو إضافة لمعلوماته وهو الإجابة التى يريدها؛ لذا فنحن ننتهز الفرصة ونعلم الطفل حين يسأل أمورًا ربما لم تخطر بباله حين سأل سؤاله العفوى البسيط، وربما تكون المعلومة المباشرة هى الإجابة التى يريدها الطفل والتى تحسم ما يدور فى رأسه من تساؤلات دون لف أو دوران.

إن الحقائق البسيطة المناسبة لسن الأطفال لا تحتاج إلى إجابة نموذجية، ولكن تحتاج إلى فهم لنفسية الطفل ولماذا يسأل، وبالنسبة لسؤالك، إذا أشعرنا الطفل باهتمامنا وجعلنا السؤال يصاغ فى صيغة مباشرة، بمعنى أن نقول له: لقد جئت من بطن أمك مثلما تم مع فلان وفلان من أطفال العائلة من المواليد الذين لا بد وأن يكون قد رآهم، وأن الطبيب يقوم بهذه المهمة فى المستشفى، وأن الأم والأب لهما أدوار فى الحياة، فالأم ترعى الأبناء فى المنزل، والأب يعمل من أجل الإنفاق على الأسرة؛ لذا لا بد من وجودهما من أجل استمرار الأسرة، وأن الله - عز وجل - خلقنا مثلما يخلق الببضة فى بطن الدجاجة التى تبيضها.

إنها حقائق بسيطة لا تجبى عنها وأنت محرجة أو وأنت تشعرين أن هناك أموراً تخفيها، إن هذا الكلام صحيح وسوف يحرك رأسه مقتنعاً؛ لأنه لم يكن يريد الإجابة فقط، ولكنه يريد الاهتمام ويريد أن يخبرك أنه قد كبر ويستطيع أن يسألك.

أنا ولد.. أختى بنت.. لماذا؟

تقول إحدى الأمهات:

لدى خمس بنات، ثم رزقت بولد توعم مع بنت، هذا الولد يلفت نظره أن أعضاءه الجنسية مختلفة عن توعمته، وبالتالي عن باقى البنات، ويسألنى عن سبب الاختلاف وإلى غير ذلك من أسئلة، وأنا لا أعرف كيف أتعامل معه، فليس لى خبرة فى التعامل مع الصبيان، ولا أعرف بماذا أجيبه، أحياناً أبتسم ولا أجيب.

وبدأت أخواته فى السؤال عن هذا الاختلاف مثله، وعن تشابهه مع أبيه، وكيف يشبه أباه مع أنه كان فى بطنى أنا.. ولا أعرف كيف وبم أرد؟ ساعدونى.

ولهذه الأم نقول:

بالنسبة لسؤالك عن طفلك الذكر الوحيد بين خمس بنات والذى ربما كان مجيئه ذكراً مختلفاً عنهن هو السبب فيما ينهمر عليك من تساؤلات حول الفروق بين الجنسين، فنبدأ حديثنا بسرد المعلومات التالية:

- فى السنة الثانية والنصف أو الثالثة من العمر يتبلور لدى الطفل اكتشاف الفارق بينه وبين الجنس الآخر، وبخاصة الذكور الذين يلفت الاختلاف

أنظارهم بشكل كبير، بل ويثيرهم لمزيد من التساؤلات حول مَنْ سيكون رجلاً حين يكبر ومن سيكون امرأة ولماذا؟ وهل سيبيرز صدر البنات مثل النساء؟ وهل هناك ما يمنع أن يكونوا رجالاً يوماً ما؟ وما الدور المنوط بهذه الأجزاء البارزة الحساسة من الجسم غير إخراج الفضلات؟... وهكذا.

- قد يؤدي اكتشاف الطفل للفرق بينه وبين الإناث إلى اعتقاده أنه ينقصه شيء، وقد يخاف أنه من الممكن أن يفقده هو الآخر كما حدث لها، وقد يصيبه شعور وهمي بالتفوق؛ لأن لديه شيئاً مميزاً عن الأنثى.
- قد لا يعبر الطفل عن كل هذه الظنون والاعتقادات والمشاعر التي يحياها، ولكن يظهر ذلك في مواقفه وكلماته وتعبيراته وتساؤلاته، وبالتالي فلا بد من تجاوب الوالدين تماماً مع هذا الاهتمام لدى الأبناء، والإجابة بوضوح عن كل سؤال يطرحه الطفل، وعدم الاكتفاء بمجرد التهرب؛ لأن الأمر لا ينتهي بمجرد الهروب، وإنما يكبر ويأخذ أبعاداً أخرى.

يبقى لنا أن نمذك بالإجابات المناسبة والقواعد اللازمة للتعامل مع اختلاف أطفالك من الناحية الجنسية:

- لا بد أولاً من التعامل بعدالة مع جميع الأبناء، دون إبداء أى تمييز بين الذكر والأنثى، أو تمييز لأحد بحقوق لا يملكها الآخر لمجرد الاختلاف في الجنس، فلا بد أن تسعد البنت أنها بنت من معاملتكما الطيبة لها، ولا بد أن يسعد الولد بأنه ولد من معاملته بشكل فيه تحميل للمسئولية وإعداد للرجولة.
- لا بد من تعليم الأطفال أن الله - عز وجل - خلق نوعين مختلفين من كل شيء في الدنيا؛ لأن لكل منهما دوراً مختلفاً، فالأم تربي وتغذى وترضع، والأب يعمل ويجتهد، ودفعهم لملاحظة الفروق بين عضلات كل منهما، والفرق في كون الأم لديها صدر لا يملكه الأب الذي لا يرضع الأطفال، والمرأة تستطيع

أن تحمل طفلاً في بطنها ولا يستطيع الرجل ذلك.. والرجل هو والد المرأة وزوجها، والمرأة هي من ربّت الرجل وأنجبته.

• لا بد من اجتناب أى ممارسات داخل المنزل توحى بفضل للذكر على الأنثى لمجرد أنه ذكر، وبخس للأنثى لمجرد أنها أنثى، كما أنه ينبغي تجنب أى مشاجرات بين الوالدين تشعر الأبناء بتفوق الأب على الأم أو تحقيره لها؛ وهو ما يوحى لهم بأن هناك تمايزاً بينهما لا يبرره -فى نظرهم- إلا اختلافهما فى الجنس.

• لا بد من توزيع المهام المنزلية على الأبناء بالتساوى كل حسب سنه وقدرته وطاقته على التحمل؛ فالتعاون والمشاركة بين الأبناء يوحى لهم بالتكامل وليس التمايز لاختلاف النوع.

• لا بد من بناء علاقة قوية راسخة بين الطفل وأبيه، فالأب هو النموذج الحى للطفل من هذا الجنس، وهو من يقتدى به الطفل ليتوافق معه، وتترسخ فيه معالم الرجولة من خلال هذه القدوة.

• لا بد من وجود جو أسرى دافئ هادئ يحيا فيه أعضاء الأسرة فى انسجام ووثام؛ وهو ما يشعر الأبناء أن قطبى الأسرة متكاملان رغم تمايزهما، مما يسمح بمناخ ملائم يشعر فيه الأبناء أن أسئلتهم تواجه بشكل طبيعى دون توتر.

• لا بد من تجنب العبارات التى تستخدم غالباً بشكل دارج فتعمق الشعور لدى الأبناء الذكور بالتمايز، مثل: "الرجال لا يكونون"، و"البنات لا تتركب دراجة"... إلى غير ذلك، ولا شك أنه من المطلوب تشجيع الأطفال على السلوك المنتظر من جنسهم ولكن دون تعنت، فليس هناك مانع أن تلعب البنت "الكاراتيه" أو أن يشارك الابن أمه مرة فى صناعة الحلوى.

هذا بشكل عام مما يعينك على مواجهة تساؤلات أطفالك وإعدادك لهم لتلقى المعلومات والشرح حول هذا الاختلاف.

أين الله؟ سؤال كل طفل

يقول أحد الآباء:

طفلى يبلغ عمره أربع سنوات ونصف، يسألنى بعض الأسئلة التى أرجو مساعدتى فى الرد عليها، حيث يسألنى: ربنا ما شكله؟ هل هو مثلنا؟ هل يأكل؟ ما لون ربنا؟ هل يرانا من شباك؟ ويسأل طفلى أيضا عن نفسه هو، كيف ولدته أمه؟ وكيف دخل بطنها؟ وكيف "اتولد"؟

طفلى هذا لديه أخت عمرها سنة وأربعة شهور، لاحظنا أنها فى الفترة الأخيرة أخذت كثيرا من طباعه من قرص وضرب وصراخ وغير ذلك، رغم ما عرفنا فيها منذ ولادتها من الهدوء والوداعة، نرجو النصيحة.

ونقول لهذا الأب:

على الرغم من بساطة وتلقائية الأسئلة التى يلقيها ابنك عليك، وعلى الرغم من أنها طبيعية لمن هم فى مثل سنه، فإننى لمست انزعاجك منها.

إن الطفل فى هذه السن يتميز بعدة صفات منها الرغبة فى المعرفة، والخيال الواسع، وحب الاستطلاع، والفضول الشديد الذى يظهر فى أسئلة كثيرة عن كل ما تلتقطه حواسه، فلا يستطيع فهم أو إدراك إلا ما له واقع حسى، ولهذا نجده يعجز عن فهم وإدراك الغيبيات، فتجده يسأل عن كيف ولماذا وماذا وأين وهل؟ ولا يترك أداة إلا استخدمها ليصل إلى هدفه.

والسؤال عن الله وعن كيف جئت يعدان من أكثر ما يشغل أبناء هذه المرحلة، علينا أن نتلقى أسئلتهم بهدوء ورحابة صبر، وألا نهرب أو نبدى انزعاجنا منهم، فالرد على أسئلتهم يساعد على إشباع رغبتهم فى المعرفة، ويحقق لهم الاستقرار النفسى.

فى هذه السن علينا أن نزرع فى قلوب الأبناء حب الله ونربطهم به ونشعرهم بمعينته، وألا نخوفهم منه فلا نذكر أمامهم أنه يُعاقب أو يُدخل النار أو غير ذلك فليس هذا وقته، فالله هو الرازق وهو الحافظ وهو الذى يدخلنا الجنة ويستجيب لدعائنا ويشفينا إذا مرضنا.

وقد أورد الغزالي فى إحياء علوم الدين هذه القصة اللطيفة فقال: قال سهل بن عبد الله: كنت وأنا ابن ثلاث سنين أقوم بالليل فأنظر إلى صلاة خالى محمد بن سوار -أحد التابعين- فقال لى يوماً: ألا تذكر الله الذى خلقك، فقلت: كيف أذكره؟ فقال: قل بقلبك عند تقليبك بثيابك ثلاث مرات من غير أن تحرك به لسانك، الله معى، الله ناظرى، الله شاهدى، فقلت ذلك لىالى ثم أعلمته، فقال: قل فى كل ليلة سبع مرات، فقلت ذلك ثم أعلمته، فقال: قل ذلك فى كل ليلة إحدى عشرة مرة، فقلته، فوقع فى قلبى حلاوته، فلما كان بعد سنة، قال لى خالى: احفظ ما علمتك، ودم عليه إلى أن تدخل القبر فإنه ينفعك فى الدنيا والآخرة، فلم أزل على ذلك سنين، وكلما أقدمت على فعل المعصية، أتذكر أن الله يرانى. فأبتعد عنها، خوفاً من غضبه.

من المهم أن تكون إجابتنا على هذه الأسئلة موافقة للمستوى العمرى للطفل، فالله فى السماء ولهذا نرفع له أيدينا بالدعاء، ونحن لا نراه ولا يقوى أحد على ذلك ولكنه يرانا، ولهذا لا نعرف ما لونه ولا ما شكله.

أما بالنسبة للشق الثانى من أسئلة طفلك، حول كيف ولدَ ومن أين جاء، فمن المهم أيضا ألا تتجاهل هذه الأسئلة، وأن تجيبه على قدر فهمه واستيعابه، فعدم إجابتك عليه ستزيد من فضوله وسعيه للمعرفة وإلحاحه فى السؤال.

أما بالنسبة لطفلك الصغيرة، فهى فى سن تبدأ فيها الاكتشاف والتعرف على ما حولها، وطبيعة أبناء هذه السن أنهم يقلدون ما يرون ويحاولون بناء شخصيتهم. وكثير من الصغار يقلدون من يكبرهم سناً دون تمييز أو تفكير فيما يفعلون، لأنهم ببساطة لا زالوا صغاراً غير مدركين، لا يميزون الصواب من الخطأ، ولكنهم يسعون إلى لفت الانتباه إليهم بالتقليد، أو ظناً منهم أنه لعب ومشاركة لإخوتهم الأكبر سناً.

ولكن من المهم أن نعرف سبب صراخ الصغيرة، هل هو مجرد تقليد لأخيها ولعب، أم أن هناك سبباً آخر، فهذا ليس طبعها، ولهذا عليكم البحث عن السبب ومعالجته، فربما يكون صراخها رغبة منها فى لفت انتباهكم لها، وإشعارها بمزيد من الاهتمام بها.

الطفل الأوسط.. هل هو مشكلة؟

تقول إحدى الأمهات:

قرأت وسمعت عن الطفل الأوسط، فهل الطفل الأوسط يعتبر مشكلة لكونه الأوسط؟ وهل هناك تصورات خاطئة عند الوالدين تجاه الطفل الأوسط تجعله مشكلة؟ أم أن هناك اتجاهات سلبية من جهة الوالدين تؤثر على شخصيته وسلوكه؟

ولهذه الأم نقول:

بداية، لابد أن نوضح حقيقة هامة، وهى أن الطفل أيًا كان ترتيبه (الأكبر - الأوسط - الأصغر) لا يعتبر مشكلة إلا إذا اعتبرناه نحن كذلك وتعاملنا معه على هذا الأساس، أو كانت لديه ظروف خاصة أدت به إلى أن يصبح مشكلة، دعينا أولاً نعرّف الطفل الأوسط حتى نتكلم عن بيئته.

فالطفل الأوسط هو الطفل الأوسط فى أسرة مكونة من ثلاثة أطفال على الأقل بحيث يكون الفرق الزمنى بينه وبين من يسبقه أو من يليه أقل من ست سنوات، وجدير بالذكر أن الفترة الزمنية هى التى تحدد هذا الترتيب فإذا زادت هذه الفترة عن ست سنوات أصبحت الدلالة النفسية لها مغزى آخر، فقد يصبح الطفل الأكبر - فى هذه الحالة - هو الطفل الوحيد، وهكذا تلعب طول أو قصر الفترة الزمنية بين الأطفال دوراً سيكولوجياً هاماً فى هذا الموضوع.

والطفل الأوسط ليس كالطفل الأكبر مثلاً فهو فى موقف مختلف؛ إذ يشاركه آخر منذ البداية، فلا يحس أنه فقد اهتماماً أو مركزاً عند والديه؛ ولذلك فهو أكثر تعاوناً، وعنده الاستعداد للاعتماد على النفس، ولديه عدة مزايا بسبب موقعه الأوسط، هذا إذا توفر الوعى الكافى فى التربية لدى القائمين على تربيته.

وأما بعض المشكلات التى قد تواجه الطفل الأوسط فهى:

١- خوف الوالدين وحرصهما على عدم فقد الطفل الأكبر مكانته التى طالما حظى بها قبل قدوم الوافد الجديد - والذى سيصبح الطفل الأوسط بعد فترة زمنية أخرى - تجعلهما يبخسان حق هذا الطفل فى الاهتمام به مما يؤثر تأثيراً سلبياً على نفسيته.

٢- استدراك خطأ ما، فقد يحس الآباء أنهم أفرطوا فى تدليل الطفل الأكبر فيحاولون استدراك ذلك فى الطفل التالى؛ فيفرطون فى الشدة معه.

٣- عدم الانتباه لاحتياجات الطفل الأوسط، إذا لم ينتبه الوالدان للطفل الأوسط واحتياجاته فهذا يؤثر بشكل سلبي على هذا الطفل، فهو في الغالب لا يُستَرَى له شيء جديد، بل دائماً يرتدى فضلة أخيه، ويستخدم لعب الأخ الأكبر، بل ويصل الأمر إلى استخدام كل أدوات الطفل الأكبر؛ فبنشاً لديه الإحساس بعدم الرغبة فيه، بل إنه لولا ما تبقى من أخيه من فضلات لم يكن ليجد شيئاً له على الإطلاق.

٤- اضطهاد الطفل الأكبر له، إذا أحس الطفل الأكبر بفقد مكانته عند والديه فإنه سرعان ما يلجأ إلى العنف مع أخيه، ويجره إلى حرب لا يعرف سبباً حقيقياً وراءها، مما يؤثر بشكل سلبي على سلوكيات هذا الطفل فيصبح عنيفاً عدوانياً.

٥- قدوم (آخر العنقود): دائماً الطفل الأصغر في الأسرة يكون له دلال خاص ومكانة كبيرة، ليس عند الوالدين فحسب بل عند العائلة كلها، مما يجعل الطفل الأوسط يفقد الإحساس بالأهمية، فإما أن ينطوى على نفسه، أو يحاول الانتقام من هذا الطفل المدلل ويصبح عنيفاً أيضاً.

٦- تكبر المشكلة وتتفاقم إذا كان هذا الطفل بين أخ أكبر من ناحية قد أخذ كل اهتمام الوالدين ورعايتهما وحبهما، وبين الطفل الأصغر (آخر العنقود) من ناحية أخرى، الذي لا ينازعه أحد في هذه المكانة.

ومن هنا يتضح لك سيدتى أن مشكلة الطفل الأوسط أنه لا يأخذ حقه في الاهتمام والرعاية، وهذه المشكلة تكمن في موقف الوالدين بالنسبة للطفل الأوسط وطريقتهم في التعامل معه، ومن هنا أيضاً يتضح حل هذه المشكلة، فعلى الأبوين أن يفعلوا ما أوصى به الرسول -صلى الله عليه وسلم- في المساواة بين الأولاد كلهم، حتى في التقبيل، وتحاول الأم دائماً أن تُحدّث ابنها عن الوافد الجديد في أثناء حملها، كما تحاول أن تشاركهما في ألعابهما؛ لتوضح بطريقة

غير مباشرة أسس وقواعد اللعب السليم دون اللجوء إلى العنف، وإذا لمَحَت علامات الغيظ على الطفل الكبير، وأنه يحاول أن يكيد أخاه الأصغر، فعليها تهدئته بقولها مثلاً: "أنا أعرف ما تشعر به تماماً، ولكن فكر في أخيك هذا، فهو صغير لا حول له ولا قوة، وأنا متأكدة أنك إذا بادلتك الحب فستجده يحبك كثيراً إلى جانب أنه سيلعب معك" إن هذه الكلمات تجعله يحس أنك تقدرين مشاعره، لكنك في نفس الوقت لا تقرينها.

كما أنه لابد أن يكون هناك قدر من الخصوصية لكل طفل من أطفالك، سواء في الأمور المادية ك شراء احتياجاتهم، وتخصيص وقت لكل منهم، وفي الأمور المعنوية من الحب والرعاية والحنان.

وفي نهاية حديثي أنصحك بنصيحة واحدة فيها خلاصة ما سبق، عندما تتعاملين مع أي طفل من أطفالك فكل ما عليك أن تتخيلي نفسك مكانه وفي مثل سنه، وتعاملي معه على هذا الأساس.

طفلي ينتظر ضيفاً جديداً

يقول أحد الآباء:

زوجتي الآن حامل في نهاية الشهر الثامن مما يؤدي إلى عصبيتها الشديدة أحياناً على ابننا الذي يبلغ من العمر عامين، وأنا لا أدري ماذا أفعل لتهدئة أسلوبها معه، فابني نشيط وكثير الحركة ولا يترك شيئاً في مكانه، وهي إن صبرت عليه ساعة أو ساعتين فإنها تضيق به ذرعاً بقية اليوم.

وقد طلبت من زوجتي كثيراً تعليم الطفل قضاء حاجته ليتخلص من الحفاضات (الكادليز)، وبالرغم من محاولاتها البسيطة التي لم تؤدِ إلى نتيجة، فإنها تتحجج بتعبها المستمر من الحمل وأن متابعة الموضوع يرهقها، وأنا

أخشى أن يتأخر ابني في تعلم هذا الأمر، ونقع في مشكلة عندما يأتي المولود المنتظر.

ابني حتى الآن ينام في سريرنا، وبالرغم من محاولتي معه ومعها أن نفضله في سرير منفصل، فإني فشلت، فنحن نضعه في السرير بعد أن يغفو أول الليل، ولكن عندما يستيقظ ليلاً باكياً فإن زوجتي تحت وطئة النعاس والتعب تعيده إلى سريرنا، وأنا لا أدرى كيف نتصرف في هذا الموضوع عندما يأتي المولود الجديد.

حتى الآن ابني يتكلم قليلاً جداً، فالكلمات المكسرة التي يتحدثها لا تتجاوز ١٠ كلمات فقط، ويتعامل معنا بإصدار أصوات ذات تعبيرات مفهومة، فيكون تعبيره عند الغضب أو الرضا أو عند طلبه بعض الأشياء بصوت ذى نبرة وتموجات مفهومة ذات معنى، كما أنه يفهمنا عندما نطلب منه أن يحضر شيئاً، أو يذهب للنوم، أو غير ذلك، وعندما نعرض عليه بعض الصور فإنه يفهم محتواها، كأن نريه صورة ساعة فإنه يشير إلى ساعة اليد في يدي!

أنا في الحقيقة أرجع هذه المشكلات إلى ظروف زوجتي قبل الزواج، فهي وحيدة أهلها من الإناث وكانت قبل أن أتزوجها مدللة إلى حد لا بأس به، فلم تكن تعمل في البيت كثيراً، ولم تكن عليها أى مسؤوليات، ولكن بعد الزواج زاد عليها حجم المسؤوليات، فكان الناتج أن زوجتي عانت بعض الشيء أول الزواج من هذا الوضع غير المألوف بالنسبة لها. أرجو مساعدتي وإرشادي؟

ولهذا الأب نقول:

اسمح لى أن أبدأ بأخر نقطة طرحتها، وهي حصيلة ابنك اللغوية القليلة، فهذه الكلمات العشر أو الأكثر قليلاً أو أقل قليلاً هي في حدود الطبيعي بالنسبة

لعمر ابنك، ولا داعى للقلق خاصة أنه يفهم ويعى ما يقال له بل يتواصل معكم، ولكن يمكن مساعدته على زيادة الحصيلة اللغوية بأن تطلبها منه -دون إلحاح أو ضغط- أن يذكر لكما ما يريد بالكلمات وليس بالإشارة حتى لا يميل إلى استسهال استخدام الإشارة.

وبالنسبة لعدم صبر زوجتك على طفلكما فقد أرجعت ذلك إلى طبيعة النشأة الأولى التى نشأت فيها زوجتك فى وسط أهلها إضافة إلى تعبها من الحمل، ويمكن علاج ذلك من خلال الاقتراحات التالية:

- عليك أن توضح لزوجتك -بهدوء ولطف- أن الطفل مازال صغيراً، وطبيعة الأطفال فى هذه السن تتسم بالحركة والنشاط، ولا يصح أن نطلب منه ما لا يستطيع أن يفعله من الالتزام بالهدوء أو عدم العبث بالأشياء، فهذا الطلب يناهى طبيعة هذه المرحلة، كما أن الطفل إن استجاب لهذا المطلب فسيؤدى ذلك إلى كبتة وانطوائه وعدم رغبته فى التعلم، أو لعدوانيته وعنفه، وهذا ما لا ترضاه هى بالطبع، ويمكنك أنت أن تكون لها نموذجاً فى صبرك على طفلك.
- عليك أن تخصص وقتاً للعب مع طفلك، فالأطفال الذكور يسعدون باللعب مع آبائهم أكثر من الأمهات، فحاول أن تستوعب هذه الطاقة فى لعب المصارعة أو الملاكمة مثلاً فضلاً عن اللعب الذى ينمى التفكير والمهارات اليدوية والحسية.
- حاول أن تشارككما الأم فى اللعب -لا يكون ذلك فى لعبة المصارعة والملاكمة- ويجب أن يفهم الطفل ألا يلعب مثل هذه الألعاب مع الإناث.

- عليكما أن تخصصا مكاناً للعب الطفل، يسمح له بالحركة دون أن تحدث فيه خسائر، ويمكن رفع الأشياء الثمينة أو التي تخشيان عليها بعيداً عن متناول يد الطفل.
- حاول مساعدة زوجتك في بعض الأعمال المنزلية، فهذا يشعرها بالأمان والحب والتقدير، ولكن لا تتوب عنها في معظم الأعمال، بل حاول أن تجعلها تتحمل مسؤولية هذا البيت بالتدريج.
- وبالنسبة لتدريب الطفل على عملية الإخراج، أود أن أطمئنك أنكما لم تتأخرا على تدريب الطفل على هذه العملية، فهو ما زال في سن مناسبة، وعند تدريبه هناك الكثير من الأمور يجب مراعاتها، منها ما يلي:
- أن تبدأ الأم في إفهام الطفل بهدوء وبشكل واضح أن عليه أن يبلغها بالوقت الذي يرغب فيه في التبول أو التبرز، وأن يتفقا معاً على مصطلح للتعبير عن هذه الرغبة.
- عليها أن تعلمه أنها سوف تخلع له الحفاظة (الكادليز) تماماً أثناء النهار.
- عندما تأخذه للحمام، لابد أن يصاحب ذلك نوعاً من المرح بينهما.
- عندما ينتهي من قضاء حاجته في المكان الذي خصصته له، عليها مكافأته بقبلة أو احتضان أو الثناء عليه.
- عليها ألا تغضب أو تتعصب إذا قام الطفل بقضاء حاجته في مكان آخر غير الحمام، وعليها أيضاً عندئذ أن تصحبه للتغيير دون أن توجه له أى لوم أو عتاب أو أية كلمة على الإطلاق، وسيفهم هو من تلقاء نفسه أن هذا الأمر غير لائق، وبالتالي سيحاول أن يصلحه من تلقاء نفسه في المرات القادمة.

- عليكما أن توضحا له أنكما ستعتمدان عليه في مساعدتكما في تدريب الطفل الجديد على هذه العملية عندما يكبر، ووضحا له أن الأكبر هو الذى يستطيع أن يفعل أشياء لا يستطيعها الصغير الذى لا يدرك ولا يفهم.
- على الأم أن تنهياً نفسياً لعملية التدريب هذه؛ لأنها إذا عاقبتة على قضاء حاجته في المكان غير المخصص لذلك فإن هذا سوف يؤدى به إلى الخوف والفرع أو الاستفزاز أحياناً، وأن يعتمد أن يفعل ذلك في أى مكان، وربما أدى ذلك إلى احتباس البول أو البراز؛ بل ربما أدى ذلك إلى بعض الاضطرابات النفسية التى نحن في غنى عنها إذا ما تحليلنا بقليل من الصبر، خاصة مع وجود طفل جديد سيؤثر في مزيد من الإحساس بالاضطهاد والقهر، ويمكنك أنت أيضاً مساعدتها في عملية التدريب بالطريقة السابقة.
- وبالنسبة لموضوع نوم الطفل معكما وهو الأمر الذى كان يجب ألا يتأخر إلى الآن، خاصة مع استقبال مولود جديد، فأى محاولة الآن لتدريبه على النوم في غرفته سوف تُفسّر من جانبه بأنها نوع من الإبعاد والتخلي عنه بعد مجئ ضيف جديد يشاركه كل شئ بل يحرمه أيضاً من أشياء كان يتمتع بها، مما يثير غيرته بدرجة أكبر.
- لذا وبرغم أننى لا أنصح إطلاقاً بترك الأطفال ينامون مع آبائهم إلى هذه السن حيث إن أفضل سن لتدريب الطفل على أن ينام بمفرده هي نهاية السنة الأولى من عمره، فلن نبدأ في هذا التدريب - في حالتنا هذه - في الوقت الحالى بسبب قدوم طفل جديد، ولكن سيتم الأمر بتدريج وتأنٍ شديدين، وذلك عن طريق:
- أن تجعلا سريرين (أحدهما أكبر من الآخر) في حجرة نومكما للطفلين، وتبدأ في توضيح الأمر لطفلكما الكبير بأن هذين السريرين له ولأخيه وأنه سوف يكون لهما حجرة أخرى خاصة بهما.

- عليكما بإعداد الحجرة للطفلين، وتبدأ اللعب معه في الحجرة في الصباح حتى ترتبط هذه الحجرة بشئ محبب له.
- عليك أن تقترح على ابنك -بعد مرور شهرين مثلاً من ميلاد الطفل الجديد- نقل سرير الطفل الكبير إلى حجرة نومه حتى ينعم بنوم هادئ في حجرته، بعيداً عن إزعاج الصغير، فإن تساءل أو طلب منك النوم معه حتى لا تنزعج أنت أيضاً فوضح له أن عليك أنت أيضاً مسؤولية في مساعدة الأم في تهدئة الطفل كما كنتما تفعلان معه وهو صغير لا يدرك، كما أنه من الضروري أن يعرف أن الأب لا بد أن ينام بجوار الأم.

وحتى لا يشعر طفلك بالنبذ، يمكنك أن تأخذه لتقرأ عليه قصة حتى يدخل في النوم فتتركه لينام، فإن استيقظ وذهب لحجرتكما فانتظرا حتى يكون بين اليقظة والنوم واحمله أنت أو زوجتك لينام في سريره، واستمرا على هذا الأمر حتى يعتاد أن مكانه في حجرته وفي سريره وليس معكما، فإن بكى اشرح له ثانية أن مكانه لا بد أن يكون في سريره، وأنت ستنتظر معه حتى ينام، ويمكنكما أنت وزوجتك أن تتناوبا قراءة القصة أو إعادته إلى حجرته كلما حاول النوم بجواركما... وكل ما سبق لا يمكن أن يحدث إلا في إطار من الصبر والمثابرة.

ساحات الاستكشاف حيث التعلم متعة!

تقول إحدى الأمهات:

طفلي عمره سنتان، وهو من النوع المتحرك، يحب أن يكتشف كل ما يخطر في باله، وأنا أركض وراءه طوال النهار، وهو عندما يجتمع مع الأطفال يتعامل معهم غالباً بأسلوب الضرب، فكيف السبيل لتهدئته بالرغم من أنه ذكي، وينتبه بشكل جيد؟ كما أنه عندما ينام يستيقظ مرتين أو ثلاثة ليطمئن أنى بجانبه ويستمر في النوم، فما العمل؟

ولهذه الأم نقول:

تعالى فى البداية نحدد جوانب المشكلة:

- الحركة الكثيرة والاستكشاف.
- ضرب الأطفال الآخرين.
- الاستيقاظ أثناء النوم.

دعينا نتناول هذه النقاط بالترتيب:

بالنسبة للنقطة الأولى، الحركة والاستكشاف فطرة طبيعية للطفل، ولولاها لما اكتشف الإنسان نفسه وبيئته.. تلك الفطرة تصحبها لذة هي لذة الاستكشاف؛ وإذا ما وصل الطفل خلال رحلة الاستكشاف لنتيجة (تعلم شيئاً أو اكتشف شيئاً) فإنه يحقق لذة أخرى هي لذة التعلم. وعليك أن تستفيدى من هذه الفطرة لأبعد مدى تستطيعينه.

وقد تسألين كيف يتعلم الإنسان؟ وما هي وسائل الاستكشاف لديه؟ الإنسان يتعلم بالتجربة والخطأ، ثم التوجيه الآمن دون توتر، أما وسائله فهي الحواس الخمس التى ينتقل بها من ساحة تعلم إلى ساحة أخرى، وهذه الساحة أو تلك قد تكون غرفة نومك أو غرفته الخاصة أو المطبخ وما أمتعته للطفل، أو (الحمام) وما فيه من ماء وأدوات وصابون وغيره من الكنوز الشيقة الجذابة للطفل.

إذن ماذا نفعل؟

- وفرى لطفلك بيئة آمنة للاستكشاف؛ ويمكنك مصاحبته فى ذلك، دعيه يستخدم حواسه، يمسك ويشم ويلمس ويتذوق ويرى جديداً كل يوم سواء فى الشارع أو البيت أو السوق أو غير ذلك.

- الكتب كنز ثمين؛ احرصى على وجود هذا الكنز حول طفلك فى أرجاء المنزل (غرفته - غرفة المعيشة - المطبخ) حيث يبقى معها فترة طويلة.
- شجعيه على مطالعة هذه الكتب الصغيرة المصورة التى تضم صوراً لأشياء كثيرة (حيوانات - أجزاء الجسم - صور لأطفال من بلاد مختلفة - طيور - تعبيرات وجوه مختلفة...).
- ضعى نظاماً لمسرح الاستكشاف، فمثلاً إذا أراد طفلك أن يعيّن بأدراجك الخاصة فحاولى لفت نظره لشيء بديل على أن تصحى ذلك بجملة حازمة حانية (الدرج لا يخص زياد، دعنا نتفرج على شيء آخر، انظر هذا.. اسمع، ما هذا الصوت...).
- اسمح لطفلك أن يجرب بمصاحبتك دون رفض مطلق، ولكن كررى عليه (يمكن أن تضغط زر الكمبيوتر مع ماما / بابا)، أو (يمكن أن تضع الصابون مع ماما.. يمكن أن تقطع الخبز...) فكل ما يمكنه عمله دعيه يجربه فى وجودك.. أكرر "فى وجودك" وهذا يجعل الطفل يعرف أنك لا تمنعنه إلا حين الضرر، ويثق فى أنك تسمحين بكل ما هو ممكن، وهذا أمر هام يجعل احتمالية محاولته لأن يغافلك ضئيلة وليست مستحيلة.
- لا تركضى وراءه طيلة النهار.. بل عوديه من هذه السن المبكرة أن يجلس بمفرده بعض الوقت فى حجرته مع ألعابه وكتبه واهتماماته، على أن تراعى أن تكون حجرته مرتبة ترتيباً يكفل له الوصول لألعابه بسهولة، وربما يتم هذا تدريجياً بأن تعلّميه اللعب بجوارك بعض الوقت ثم تتركينه بعد أن يندمج فى هذا اللعب، ولكن يفيد الطفل كثيراً أن يتعود البقاء بعض الوقت بين اهتماماته الخاصة، وأحياناً يكون لفرط رعايته وقلق الأم أثر كبير فى عدم استقلال الطفل.. فلاحظى هذا، واحتاطى له منذ وقت مبكر.

- أتذكر دائماً عبارة جميلة تقول "تفسك إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل" هذا ينطبق تماماً على الوقت لدى الطفل؛ فإن لم نملؤه بالمبهج النافع ملأه هو بالصراخ والنكد والشكاية والمشاجبات، والأمر بالمثل، فعقله إن لم نعطه محتوى مفيداً يفكر فيه تعطل عمله ولم يصل لأعلى قدر ممكن من التفكير؛ فباعدى بين طفلك وبين فراغه الوقتى والعقلى، اشغليه بمثيرات محببة تستنفذ طاقته، وتعمل عقله وتبعث فى نفسه الفرح والسرور بالإنجاز.
- دربى نفسك على فن تحويل الهدم إلى بناء، فمثلاً: طفلك الآن يشد الملابس من الدولاب.. اذهبى إليه بهدوء ووجهك تعلوه ابتسامة هادئة وقولى له: (دعنا نرتب هذه الملابس معاً.. انظر كيف نضع البنطلون على الشماعة.. ضع الرجل الأولى على الثانية.. ساعدنى فى إدخاله فى هذه الفتحة.. هاه.. شكراً لك لقد ساعدتني ووضعنا البنطلون فى مكانه.. أنت طفل متعاون حقاً.. سأخبر بابا أنك أنت الذى وضعت بنطلونه مكانه).

أما النقطة الثانية وهى ضرب الآخرين:

لابد أن نعلم أولاً هل هو ضرب عدوان وعنف؟ أم أنه ضرب تعارف؟! لا تتعجبي، فربما كان هذا وسيلة للتعارف لدى طفلك، فهناك من الأطفال من لم تراته وسيلة مناسبة لحظة مقابلته مع الغرباء للتعارف عليهم... فيكون أول ما يطرأ فى ذهنه هو هذه الطريقة العجيبة؛ لذا دعينا نعرف أولاً شكل هذا الضرب وسببه، فربما كان من مشاجرات الأطفال العادية أثناء اللعب كنوع من الشجار على اللعب بلعبة معينة أو لفت نظر الكبار المحيطين، وغالباً ما يكون هؤلاء المحيطون هم والديه.

وإليك بعض النقاط التى ربما تكون مفيدة فى تعاملك مع هذا الأمر:

- اعلّمى أن هناك قدرًا طبيعيًا من العدوان لدى الأطفال، ويكثر في البنين عنه في البنات، ويستفيد الطفل من هذا النوع من التعاملات التي يعتبرها الكبار خشنة نوعًا ما، حيث إنها تعلّمه كيفية التعامل مع الآخرين، والتنافس والرد على العدوان، وأخذ الحق وهكذا.
- يجب علينا عدم التدخل المستمر فيما بين الأطفال، ولكن دعى طفلك يتعلم التعامل مع الآخرين، ولا تقف دائما حكما أو مدافعا عنه؛ فهذا النوع من الحماية الزائدة يضر الطفل ويعوق نموه الاجتماعي.
- أعطى لابنك بديلاً عن هذا التعامل، كأن تقولى له: "اذكر لصديقك ماذا تريد منه، فبدلاً من ضربه قل له: "تعال العب معنا بالكرة". أو تدخلى لتلهبهما عن الشجار بشئ آخر مثل: "استمعا لهذه الأغنية الجميلة، هيا صفقا"، المهم أن تعطى لابنك بديلاً وتدريبه على التعامل الجيد مع الآخرين فى مواقف أخرى، على أن تعطى فى الموقف ذاته أداة أخرى ليتلهم بها عن الشجار.
- اذكرى له أن الله لا يحب العدوان "الله لا يحب من يضربون هكذا"، "الله يحب أن نعطي أصدقاءنا". وحين يفعل شيئاً من هذه الإيجابيات نحو الآخرين.. لا تنسى أبداً تعزيز ذلك بالثناء عليه، وأخبريه "هكذا يحبك الله، انظر لصديقك إنه يحبك.. إنه يحب اللعب معك"، وهكذا ابندى بالحافز الداخلى القوي بوصله بحب الله. وتأكدى أنه سيفهم.. والتكرار مفيد.. مفيد.. مفيد.
- تأكدى أن الكبار لا يلعبون لعباً خشناً مع ابنك.. فلا نتصور مثلاً أن يكون لعبنا مع الطفل الرفس والضرب والعض ثم نتصور وهماً أنه يدرك أنه مجرد لعب؛ فهذا وهم كبير، فما نفعله مع أطفالنا بمثابة مثل أو قدوة بالنسبة لهم لا بد أن يتمثلوه فى موقف ما.

النقطة الأخيرة وهى النوم:

حاولى تعويد ابنك على المكوث بمفرده لفترة أثناء يقظته فسيجعله هذا أقل التصاقاً بك وقت نومه، ولا تنسى أن الأنشطة المتعددة ستستنفد طاقة ولدك وحين يحتاج جسمه للنوم سينام فوراً بدون إصرار على وجودك معه.

ولا تنسى أن النوم عادة.. فعوديه النوم بمفرده دون جلوسك بجانبه ويحدث هذا بعد إشعاره بالأمان الكامل أثناء يومه كله.

ماذا لو لم يستجب ابنك لتدريبك الجاد المثابر؟ لا مانع ولا ضرر فى أن نتحلى بالصبر وطول النفس، واعلمى أن جديتنا ومثابرتنا وحزمنا الحانى هو المحدد للعادات التى يكتسبها طفلنا.

وختاماً.. أؤكد على ضرورة معرفة طبيعة المرحلة العمرية التى يمر بها طفلك.

رضيعتى لا تحب الغرباء

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى تبلغ من العمر سبعة أشهر تقريباً، كثيرة البكاء والغضب إذا لم أحملها أو أتحدث إليها، فى بعض الأحيان أتركها تبكى وتصرخ ولا أحدثها بسبب بعض أشغال المنزل، وأنا خائفة أن يؤثر ذلك على نفسيته ويفقدها الثقة بنفسها، وكذلك عند رؤيتها أى شخص فإنها تبكى بسرعة، وقد سببت لى الإحراج والتعب، فلا أعرف كيف أتعامل معها، وهل هذا يسمى دلالاً أم ماذا؟

ولهذه الأم نقول:

إن ما ذكرته من مشكلات تشعرين بها مع ابنتك يمكن تحديده فيما يلي:

١- ابنتك كثيرة الغضب والبكاء عندما تتركينها.

٢- ترغب في أن تحملها باستمرار.

٣- تبكى عند رؤية الأغراب.

ونبدأ بالبكاء وهو إلى الآن وسيلة ابنتك للتعبير عن رغباتها، وهي باستمرار ترغب في مصاحبتك فأنتِ متعتها وسعادتها وأمنها وعالمها كله، وبالتالي فالتصاقها بك ورغبتها في مصاحبتك أمر طبيعي ومبرر، ولكن غالباً ما يشعر الآباء تجاه طفلهم الأول بالحيرة؛ فهذا الطفل كائن عزيز للغاية ومزعج للغاية، ولا نعرف كيف نعامله.

وبما أنه لابد من تحديد مواعيد لرضعات ووجبات ابنتك، فسيصبح هناك بالتالي أوقات ليست للابنة حاجة حقيقية للوجود معك لحاجة بيولوجية ملحة إلا السعادة بالتواجد معك، وطفلك في عمرها هذا في مرحلة ترغب فيها بالاستقلال عنك، ولكن سلوكك معها كأم هو الذي يجعلها تختار بين الاعتماد المطلق عليك أو الاستقلال عنك، فإما أن تشعرها بأنك ستار حديدى من الحماية تلجأ إليه مع كل مشكلة تضايقها مما يعوقها عن الاستقلال، وإما أن توفرى لها مجالاً آمناً للاستكشاف والانطلاق والاستقلال عنك.

أرجو ألا يفهم من كلامى أن ترك الطفلة تبكى وتصرخ بلا إجابة تصرف سليم، ولكن أقصد ألا تستسلمى للصراخ والبكاء -إن كان لا يوجد داعٍ لهما من جوع أو ألم- كوسيلة للضغط، وأن تلعبى مع ابنتك، ولكن وقت استعدادك لذلك وليس فى الوقت الذى تفرضه هى بصراخها... ويصبح البديل أن تتعود أن هناك وقتاً للعبك معها وآخر لأداء مهامك ينتهى سريعاً؛ لكيلا ترتبط بك ارتباطاً يمنعها من الاعتماد على النفس.

ويبقى السؤال: كيف تقضى وقتها عند انشغالك عنها؟

إنها فى سن يمكنها فيها الحبو والجلوس والإمساك بالألعاب المطاطية والعرائس.. فوفرى لها بيئة آمنة من الحواف المؤذية ومفاتيح الكهرباء والأجسام الحادة أو البلاستيكية الصغيرة التى يمكن ابتلاعها، واطركيها تلعب بهذه الألعاب تحت رعايتك من حين لآخر دون الاستجابة لرغبتها فى أن تحملها حتى تعتاد على أن لكل شئ وقته، ولا يصبح البكاء والصراخ مرتبطاً بتحقيق ما تريد.

أما مسألة الخوف من الغرباء فهو أمر ما زال الحكم عليه مبكراً جداً فى سنها هذه، ولعل الخروج للحدائق العامة والمتنزهات والزيارات العائلية يتيح للطفلة فرصة التعرف على أنماط كثيرة من البشر ويقرب المسافات بينها وبين الغرباء.

وبوجه عام، فعلاقتك بابنتك كسفينة تديرين دفتها حسب الظروف المواتية لتصل بكما لبر الأمان وهو ما يؤكد أن المهم فى أى معاملة بينكما أن يسودها الحنان والرحمة والود والإقناع، فحينما تتركينها مثلاً لأداء أعمالك المنزلية فلا بد أن تقنعها بنظرات عينيك الواثقة أنها ستستمتع باللعب بالدمية أو بجمع الألعاب الملونة، وأنت لا تتركينها كمهاً مهملاً حتى تملّ البكاء، وحين تحملها احرصى على ألا يبدو ذلك تحت ضغط بكائها أو صراخها بل لبداية فقراتكم اليومية من النعب والمرح معاً، وتأكدى أن الاعتقاد وإن كان صعباً فى بدايته، لكنه أمر حتمى نتيجة التكرار بدون تردد أو قلق، وتأكدى أن الطفل يفعل ما اعتاده وليس ما يعلم أنه صواب؛ لأنه ببساطة لا يدرك معنى الخطأ والصواب فى هذه السن الصغيرة.

هناك مثل قديم يقول: "نقطة من العسل تصيد من الذباب أكثر مما يصيده برميل من العلقم"، وكذلك الحال مع البشر وبالأخص أطفالنا؛ فإشعارهم بالمودة والمحبة والعطف -بتوازن ودون إفراط فى التدليل- والابتسامة الصادقة تفعل

فعلها فى نفسية الصغار، وتبنى جسوراً حقيقية من المحبة والود بين الطرفين، وفتح الذراعين للأبناء لعناقهم يعطى الصغار الكثير من الثقة والاطمئنان والشعور بمحبة الوالدين، وهو ما لا يُقدَّر لديهم بأى شئ آخر فى الحياة.

انتبهى لرسائل صغيرك الصامتة

تقول إحدى الأمهات:

ابنى عمره سنتين ونصف، أتركه فى الحضانة من الساعة الثامنة وحتى الواحدة والنصف كل يوم ماعدا الخميس والجمعة يكون معى طول الوقت.

ابنى هذا لاحظت أنه عندما يكون مع أشخاص آخرين مثل أهلى أو أهل زوجى أو فى الحضانة يكون مطيعاً وهادئاً وغير عصبى، وعندما يكون معنا أيضاً يكون هادئاً ولكنه يبكى إذا تركته، ويريد أن أكون معه طوال الوقت وإذا ذهبت بعيداً عنه أعمل شيئاً فى البيت يبكى ويجرى ورائى، وإذا كان مع جدته وأنا غير موجودة يسكت ويكون هادئاً.. فما السبب وماذا أفعل؟

كما لاحظت أن أكله ضعيف جداً، لا يريد أن يأكل خضراوات نهائياً مثل (الجزر - الكوسة - البطاطس...)، وهو الآن فى مرحلة ظهور الأضراس.. فهل هذا هو السبب فى حالته؟ وماذا أفعل لأطعمه شيئاً مفيداً لجسمه؟

ولهذه الأم نقول:

بالنسبة لمشكلة ابنك فهى تتمثل فى شدة الارتباط بك، ومشكلة الأكل. وهى مشاكل نعتبرها من السلوكيات الطبيعية لمن هم فى مثل سن ابنك، وذلك بناءً على طبيعة المرحلة العمرية التى يمر بها، وتأثير البيئة المحيطة به.

أما عن المشكلة الأولى.. وهى مشكلة شدة الارتباط بك: فسنحلها طبقاً لهذين الأمرين:

بالنسبة لطبيعة المرحلة العمرية لابنك؛ فإن من هم في مثل سنه لهم بعض الاحتياجات النفسية الأساسية مثل:

- الحاجة إلى الحب والحنان والعطف والرحمة خاصة من الوالدين.
- الحاجة إلى اللعب واللهو ومشاركة الوالدين والمحيطين به.
- الحاجة إلى التشجيع والتقدير، وعدم اللوم أو التوبيخ والتعنيف.
- الحاجة إلى الانتماء وإلى الجماعية خاصة الشعور بالدفع والاحتضان الأسرى، وهذا في الأساس دور الوالدين.
- الحاجة إلى التوجيه والإرشاد.
- الحاجة إلى الأمان والرعاية والحماية.

تخيلى شعور ابنك وهو فى طريقه إلى هذه الحضانة التى تفصله بالساعات الطوال عن المصدر الأساسى -أقصد الوالدين- فى إشباع هذه الاحتياجات خاصة حاجته للأمان والحماية.. كما أنه لابد من الانتباه إلى مدى تقبل الطفل لوجوده فى الحضانة من الناحية النفسية، فبعض الأطفال يكون تأثرهم قليلاً بهذا الأمر، وبعضهم يكون محبباً للانطلاق والاختلاط بالناس فى سن مبكرة، وبعض الأطفال يكونون شديدي التأثير بانفصالهم مبكراً عن أمهاتهم، وحسب طبيعة كل منهم يكون القرار بتركهم فى الحضانة ومدة بقائهم فيها.

فإذا كان طفلك من النوع شديد التأثير بهذا الانفصال فتخيلى مشاعره وهو منفصل عنك فى هذه الحضانة، وتخيلى رد فعل المحيطين به فى هذه الحضانة إذا شعر طفلك بأحد الاحتياجات الأساسية، وتخيلى صراخ وعويل وعصبية هؤلاء المحيطين به؛ خاصة من يقوم برعاية أكثر من طفل فى نفس السن المبكرة، وكل منهم يطمع فى إشباع حاجاته النفسية.. خاصة إن لم تكن

الحضانة مؤهلة بالقدر الكافى بالكوارى البشرية المؤهلة للتعامل مع الأطفال فى هذه السن.

تخلى مدى المعانة التى تنشأ عند طفلك من طول مدة الحرمان من إشباع هذه الاحتياجات لفترة طويلة، سواء كانت ساعات أم امتدت إلى أيام ثم إلى شهور ثم إلى سنوات لتصبح عائقاً يفصله عن مصدر إشباع احتياجاته النفسية والتى تنمو وتكبر مع سنه؟!.

وعلامات كره الطفل لانفصاله المبكر عن والديه المتمثل فى كره الحضانة كثيرة، منها ادعاء الطفل معاناته آلام البطن كل يوم، عدا يوم الإجازة بالطبع.

ومن الواضح أن طفلك الصغير كاره لهذا الانفصال المبكر، وهو يعبر عن احتياجه إلى الالتصاق بك وحاجته إلى الشعور بالأمان والحماية والحنان فى حضنك بتصميمه باستماتة على التمسك بك، ومحاولة الاستفراد بعطفك ولو للحظات كل يوم عندما يراك.

وإليك هذه الرسائل الصامته لطفلك والتى تترجمها سلوكياته (أخيراً وجدتك أيتها الأم الأقرب إلى قلبى وروحى وعقلى وكيانى، إنها فرصتى الذهبية لأن أشبع منك ومن حنانك؛ ولن أدعك تبعدين عن عيني.. هل أطمع أن أمارس بعضاً من سمات مرحلتى العمرية؛ ألا وهى الأنانية وحب الذات فى وجودك أيتها الغالية...؟).

أما تأثير البيئة المحيطة على سلوك الطفل الصغير، فعندما لا يجد حبه الأول ومصدر إشباع احتياجاته النفسية الأساسية، ألا وهى الأم، وإن افتقدها يعود فيسرع إلى الأب، فإن لم يجده فإن أول ما يفكر فيه ويبحث عنه هو أقرب وأحن وأرق بديل ألا وهما الجد والجدة؛ فإن لم يجدهما بحث عن الأقرب فى المرتبة فى المحيطين سواء من الأقارب أو من الأصدقاء والأقران، فإن لم يجد

ذهب إلى أخطر بديل ألا وهو التلفزيون والإنترنت والفضائيات والقنوات الكارتونية! فإن لم يجد ذهب إلى أقسى بديل ألا وهو الانكفاء على الذات والانعزال عن الكل.. وتذكرى أن (من لا يجد ما يحب، يحب ما يجد) ولو كانت نفسه وخیالاته وأحلامه!!!!

الحل إذن هو:

- فهم سمات مرحلته العمرية.
- الاجتهاد فى إشباع احتياجاته النفسية.
- الإسراع إلى فهم رسائله الصامتة والتى تترجمها سلوكياته وأفعاله وصرخاته.
- أما عن مشكلة الطعام أو ما نسميه بمعركة أو صراع المائدة الخالد فى حياة الأطفال، فهى من المشكلات السلوكية الشهيرة.. فعلى الأم أن تجيد فن إدارة صراع الطعام جيداً، بحيث تراعى الضوابط الآتية:
- المعرفة الجيدة بالاحتياجات الضرورية من الطعام بالنسبة لكل سن، من حيث النوع والكمية.
- المعرفة الجيدة بمكونات الوجبات الرئيسية؛ فلا تقدمى فى الفطور مكوناً من مكونات الغداء.
- تنظيم مواعيد الوجبات؛ فالتغيير يؤثر على الشهية.
- تنظيم وقت الوجبات؛ فمدة الوجبة يجب أن تتراوح بين (٢٠-٣٠) دقيقة؛ بعدها يجب رفع الأطباق، ولا تحاولى أن تتركى المائدة لفترة أطول من ذلك.
- مراعاة التنوع اليومي فى مكونات الوجبات الثلاثة؛ فالروتينية تؤثر على الشهية.

- عدم الانشغال بالحديث مع الكبار وتجاهل الصغار أثناء الوجبات.
- الحديث المرح الشيق والحوار الودى مع الأطفال على المائدة، وتجنب الصمت أو مشاهدة التلفزيون.
- المشاركة الأسرية.. فلا يترك الطفل ليأكل وحده.
- المشاركة الاجتماعية.. أى مشاركة الأطفال معه فى وجباته، سواء الأقارب أو الأصدقاء فى المدرسة.
- الحرص على تقديم الطعام الجديد أولاً؛ أى قبل ما يشتهونه من طعام.
- لا تثيرى عناده، أى لا تجبريه على طعام معين، بل اتركى أمامه الأكل فترة الوجبة المحددة، ثم ارفعيها فى وقتها، دون عتاب أو لوم.
- لا تعاقبيه بسبب الطعام.. فلا تستخدمى العنف مع الطفل مما يثير عناده وكرهه للأكل، ويتكون عنده رابط ذهنى وعصبى، يربط بين العقاب والأكل، أى كلما رأى الأكل أو شم رائحته تذكر العلاقة الساخنة.
- استخدمى أسلوب الدعم الإيجابى بالتشجيع والتقدير والمكافأة الطيبة للاستجابة.
- تجاهلى عناده.. فإذا رفعت الطعام بعد انتهاء وقت الوجبة، ضعيه على منضدة المطبخ، أى فى متناول يده، ولا تستجيبى لبكائه أو صراخه، فإذا جاع يذهب ويأتى بالطعام بنفسه.
- تمالكى أعصابك.. فلا يثير غضبك عبثه بالطعام ليعاندك.
- لا تستسلمى.. فسيحاول جس نبضك ويعرف نقاط ضعفك وسيستخدمها لإغاظتك وكسر مقاومتك، وأساليبه كثيرة فمنها البكاء، ورفض الأكل فى موعده، والعبث بالمائدة.
- لا تحاولى إثارة حب الظهور والتمرد عنده.. فلا تسأليه عن طعم الأكل الجديد، إذا كنت متأكدة من طعمه.

- لا تحاولى إثارة غريزة الرفض.. فلا تجعله يربط بين رفضه للطعام الجديد، وتبديله بنوع آخر.
- احتفظى بهدوءك.. فهو صراع خالد والمنصر هو من يصبر حتى النهاية.
- عليك بالحزم والجدية.. فلا تتراجعى عن خطوة إيجابية قمت بها، ولا يغرنك نداؤك الداخلى بالعطف، واتهام نفسك بالقسوة، فهى ليست معركة بمعناها المجرد، ولكنها خطوة تربوية لمصلحة أحب البشر على قلوبنا وفلذات أكبادنا، ألا وهم أطفالنا.
- حاولى معرفة الأسباب الخاصة بفقدان الشهية.. فنعالج المرضى منها، ونتعامل مع الفسيولوجى والنفسى والعصبى حسب الحالة بالعرض على إخصائى الأطفال.
- عليك بالدعاء.. فلا ننس الدعاء بقوله تعالى: (رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا). [الفرقان ٧٤].
- احرصى على قراءة أذكار الطعام والنوم والرقية الشرعية.. وهى موجودة بأى كتاب للأذكار، وامسحى بها على أبنائك قبل النوم.

الثرثرة.. وعلاجها

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى طفلة مجتهدة فى الصف الأول من الحضانه (KG1)، اجتماعية، وذكية، وعاطفية، ولكنها كثيرة الكلام والأسئلة؛ وهو ما يتسبب فى ضيق المعلمة منها رغم حبها الشديد لها، وقد حاولنا معالجة ذلك بالعقاب تارة وبالثواب تارة أخرى، وكذلك فعلت المعلمة دون جدوى.. ما الحل؟

ولهذه الأم نقول:

ابنتك حباها الله بمميزات يتطلب شكرها السعى إلى استثمارها؛ أملاً فى حصاد أغلى ثمرة من ثمارها، ألا وهى أمنية كل أم وأب أن تتمتع ابنتهما بالهداية وبالصحة النفسية، وأعنى بها أن تكون ذات قدرة عالية على العمل، والإنجاز، والسعادة، والحب.

ولهذا عليك بما يلى:

أولاً: التسليم بأنه ما من شخص بدون عيب، فلا توجّهى إليها اتهاماً بأنها ذات علة، فسوف يشوّه هذا صورة طفلك عن نفسها، ويعوق تمتعها بالصحة النفسية، ووصولها إلى حالة الرضا الداخلى عن نفسها، تلك الحالة التى تتحقق للإنسان إذا استطاع تكوين صورة جيدة عن نفسه، فصورنا عن ذواتنا تتشكل من خلال ما نراه فى عيون آبائنا وأمهاتنا، ومن خلال تعليقاتهم وإيماءاتهم، ومن قبولهم لسماتنا الشخصية؛ ليتحقق لنا فى النهاية تناغمنا مع ذواتنا ورضانا عن أنفسنا.

ثانياً: محاولة فهم سبب هذا العيب "الثرثرة"، وقد حاولت الدراسات النفسية تفسير الثرثرة، وذهبوا إلى أنها تعبر عن إشباعات فمية لا بد للفرد منها كي يتوازن ضد إحباط ما حدث فى مرحلة الطفولة المبكرة، تلك الفترة التى تسمى عندهم "بالمحلة الفمّية"، بمعنى أن الطفل عندما يُولد، يولد بحاجة للامتصاص "الرضاعة"، وإذا كانت الرضاعة تكفل الحياة لجميع الكائنات عندما تولد، فإنها عند الطفل الإنسان لا تقدم له الاحتياج البدنى فقط، وإنما الاحتياج النفسى أيضاً.

وربما تكون ابنتك الذكية المتميزة -حسب هذا التفسير- قد عانت من إحباط ما فى هذه المرحلة أو حتى من إشباع مفرط. لا أقصد أن تفتشى بطريقة تحليلية

عما حدث لطفلتك في هذه المرحلة، فما تخلف عنها هو أمر في غاية البساطة، إنما أردت ألا أخفي عليك شيئاً، ومن جانب آخر فكثيراً ما يُتيح لنا التفسير التحليلي إمكانية فهم دوافع سلوك الطفل، وهو ما يمنحنا مزيداً من الصبر، والتفهم، والتعاطف مع طفلنا، ويمنحنا الدافع ويقوّى عزائمنا في منح طفلنا الاهتمام الأكبر الذي يعيننا على تحويل أى سمة فيه، سواء أكانت إيجابية أو سلبية، إلى نشاط ما، أو إبداع فيما بعد..

واسمحي لى أن أوضح لك كيف يكون هذا بخطوات عملية:

- قومي بتبنيه ابنتك إلى أن ما تفعله يضايق الآخرين، ولكن بهدوء وبكلمات تدعيمية، فقولى لها: (أنت جميلة وعندك مميزات كثيرة)، وقومي بتعديد هذه المميزات لها.. (أنت ذكية.. حنونة.. رائعة، ولا ينقصك إلا أن تتحكمى فيما يضايق الآخرين منك، خصوصاً معلمتك التى تحبينها، أنا واثقة أنك عندما تتحكمين فى هذا الأمر مع الآخرين، ستكونين رائعة جميلة)، وقومي بتدريبها على هذا الأمر باحترام الآخرين، واحترام النظام والقواعد، وحسن الاستماع، وتنظيم الوقت، وذلك من خلال المواقف المختلفة. وقومي بعمل جدول لها يعلق فى حجرتها، توضع فيه نقاط حمراء لكل مرة تلتزم فيها بالقواعد، ونقطة سوداء لكل مرة لا تلتزم فيها بالقواعد، وفى النهاية تعدّ النقاط، وتكافأ عليها بهدية أو نزهة.

- ويمكنك تأصيل فكرة احترام القواعد عبر آليات أخرى، مثل: زيارة المتاحف، وحدائق الطفل العامة، التى تسمح إلى جانب لحظات النظام الصارمة بلحظات للمرح الحر فى الأماكن المخصصة لذلك. كما يمكنك الاجتهاد فى إيجاد نماذج أخرى لتطبيق نفس الفكرة عبر مواقف الحياة اليومية لتأكيد نفس المعنى.

- يمكنك أيضاً الاستعانة بالحكايات وقصص قبل النوم لتأصيل نفس المفهوم، وكذلك يمكنك توجيه رغبتها للكلام فى الفصل بأن تتفقى مع معلمتها على أن تتيح لطفلك الفرصة فى الفصل لتروى بعض الحكايات التى تحكىها أنتِ لها فى البيت، وربما تعطيتها هذه ميزة عن صديقاتها تساهم فى بناء ثقته بنفسها بشكل أفضل.
- ويمكنك استثمار ما يرفضونه من الثروة فى تأصيل روح الاكتشاف لديها، فتحولينه من سلبية مرفوضة إلى ميزة وقيمة فى بث روح البحث والاكتشاف لديها، وهو ما يعين على ترشيد كثرة أسئلتها، فمثلاً إذا أعددت دجاجة على الغذاء، وتبدأ هى بالسؤال عنها، فتخبرها أنك ستذهبون لرؤية الدجاجة وهى تأكل وتشرب وتلعب فى الحديقة يوم العطلة إذا كانت معلمتها سعيدة وراضية عنها.
- ويمكنك بالاتفاق مع معلمتها أن تطلب منها حصر أسئلتها، وتقوم بالبحث عن إجاباتها عبر المكتبة أو الكمبيوتر، ثم تقوم بعرضها على زميلاتهن، ولعلها تكون فرصة طيبة للمساهمة فى خلق وعى جديد بكيفية التعاون مع المعلمة، وتدعيم العلاقة بين الأسرة والمدرسة لما فيه صالح أبنائنا.
- إذا كان متاحاً أشركها فى فرقة الإلقاء أو التمثيل بالمدرسة، فسيمتص هذا جزءاً من طاقتها، ويشبع جزءاً من رغبتها فى الحديث المتواصل الجميل الهادف.
- هكذا ستحصلين على الطفلة المثالية التى تتمنيها، لكن بالترغيب لا بالعقاب، برضاها لا بالفرض والجبر، فما من مشكلة يمكن أن تحدث للأبناء أخطر من تلك المشكلة التى تنتج عن لهتهم وراء الصورة المثالية التى يرسمها لهم آباؤهم، ويدفعونهم إلى تحقيقها دفعا، فربما يستطيع

الابن تحقيق هذه الصورة، لكنه سيُحرم في مقابلها من صحته النفسية، سيحرم من رضائه عن ذاته، وسيفقد قدرته العالية على الحب، والعمل، والإنجاز، والسعادة.

فهل هذا ما تتمنيه لطفلتك؟! هل هذا ما تسعين إليه أيتها الأم؟ أشك في هذا؛ إذا أوصلى لطفلتك تلك الرسالة: (نحن نحبك كما أنت، ونتمنى لك الأفضل؛ لأننا نحبك). قولى لها بطريقة مشجعة ليس بطريقة "لو" التى تفتح عمل الشيطان، ولكن بالأمل وحسن الظن بالله الذى هو دائماً عند حسن ظن عباده به: (ستكونين أفضل.. ستمتعين بكذا وكذا.. نحن واثقان من ذلك، نحن نثق فى قدراتك).

وتذكرى جيداً أنه بالصبر، والهدوء، وبكثير من الاهتمام، سيتحول هذه السمة فى طفلك إلى نشاط ما أو إبداع فيما بعد...

ابن العاشرة يتشاغل عن الصلاة

تقول إحدى الأمهات:

ابنى فى العاشرة من عمره، أجد دائماً صعوبة فى إقناعه ليصلى، حيث يتعلل بأمور تشغله عن الصلاة كالجوع أحياناً والتعب أحياناً أخرى، وهكذا... فى العادة لا أشتد معه، بل أحاول معه بالهدوء، وأحدثه عن أن الصلاة شئ جميل، وأنها الطريق إلى الجنة، وأن الله يحب المصلين، ولكن لا فائدة، بماذا تتصحووننى؟

ولهذه الأم نقول:

إن الصلاة مثلها مثل أى سلوك نريد أن نكسبه لأطفالنا.. ولكننا نتعامل مع الصلاة بحساسية نتيجة لبعدها الدينى .. ولنا فى رسول الله — صلى الله عليه

وسلم — أسوة حسنة حينما وجهنا لتعليم أولادنا الصلاة وقد راعى هذا الأمر بوضوح، حيث قال (عوّدوا أولادكم الصلاة لسبع، واضربوهم عليها لعشر) .. ويتضح من ذلك أن كلمة عوّدوهم تتحدث عن خطوات محددة، وتجعل لذلك مدة زمنية قدرها ثلاث سنوات حتى يكتسب الطفل هذه العادة، ثم يبدأ الحساب عليها، ويدخل العقاب كوسيلة من وسائل التربية في نظام اكتساب السلوك ..

إن عامل الزمن في اكتساب السلوك عامل مهم يغفله كثير من الآباء وهم يحاولون إكساب أبنائهم سلوكيات جديدة أو يمنعونهم من سلوكيات سيئة .. حيث يعتقدون أن مجرد التوجيه للسلوك الجيد يكفي لاكتسابه، في حين أن الأمر يحتاج إلى تخطيط وخطوات إجرائية وزمن كاف للوصول إلى ذلك .. كما أن الدافع لاكتساب السلوك أيضاً من الأمور المهمة، وحتى يتكون فإنه يحتاج إلى بداية مبكرة وإلى تراكم في القيم والمعاني التي تصل إلى الطفل؛ حتى يكتسب أو يتكون لديه الدافع الخاص بالسلوك الذي نود أن يكتسبه.

إذا أردنا أن نطبق هذا الكلام العام على حالة ابنك، فإننا إن لم نكن قد بدأنا معه في سن السابعة لتعويده على الصلاة وخلق الحافز داخله ناحيتها سواء بالقدوة أو بالحافز المعنوي أو المادي؛ فإننا لا يمكن أن نغفل عن هذه الخطوة، ونطالبه بالصلاة في سن العاشرة، وندعوه للالتزام بها بذكر بعض الكلمات عن حب الله لمن يصلى وما إلى ذلك .. إننا يجب أن نبدأ من البداية الصحيحة، وهى التدرج وخلق الدافع وإعطاء الزمن حقه في اكتساب السلوك، وفي هذه الحالة قد نحتاج إلى زمن أطول مما لو بدأنا مبكراً، حيث إن طبيعة التكوين النفسى والعقلى لطفل العاشرة قد تحتاج لمجهود أكبر من المجهود الذى يحتاجه طفل السابعة من أجل اكتساب السلوك نفسه.

وخلاصة القول أن المسألة لا تحتاج إلى عصبية أو توتر أو تعجل ونحن نتعامل مع الصلاة، بل يحتاج المرء إلى صبر وحكمة وهدوء .. لا يحتاج إلى أوامر مباشرة وتوجيهات وعظية قدر ما يحتاج إلى استيعاب الطفل والإقناع العقلي له، وإيجاد علاقة طيبة مع هذا الطفل حتى يحب أباه وأمه، ويحب سلوكهما وأفكارهما بما فيه سلوكهما المتدين .. ولا ننس أن التربية عملية صعبة طويلة مستمرة، أعانك الله وساعدك على التحلى بالصبر والحكمة.

التحكم.....تعلم

تقول إحدى الأمهات:

طفلى الوحيد يبلغ من العمر سنتين ونصف، ذكى جداً ونبه ويفهم فهماً تاماً كل ما يقال له أو حتى ما يسمعه من الآخرين، علاوة على ذلك فإن النطق عنده سليم تماماً، ولكنه يجد صعوبة فى نطق حرفين فقط هما الراء والشين.

المشكلة عند طفلى هذا هى التبول أثناء النهار، وفى الليل أيضاً، لقد بدأت تعليمه كيفية التبول فى الحمام منذ أكثر من ستة أشهر، بالنسبة للبراز فالعملية والحمد لله انتظمت تماماً فهو ينادينى لمساعدته عندما يريد دخول الحمام، أما بالنسبة لعملية التبول فهو لا يقول إنه يريد الذهاب للحمام، استعملت معه كل الطرق، الكلمة الطيبة، والضرب والتخويف، ولكنه لا يتعلم، وكما ذكرت سابقاً فإنه يتكلم جيداً ولا يعجز عن التعبير عن أى شئ، ولكن عند هذا الأمر لا يتكلم مطلقاً. نصحونى بأن أجرى له بعض الفحوصات لأنه من المحتمل أن يكون عنده التهابات فى مجرى البول، أجريت هذه الفحوصات والنتيجة أكدت أنه لا يعانى من أى شئ.

المشكلة فى عدم قوله أنه يريد أن يتبول فقط، ولكننى مع ذلك ألاحظ عليه كثرة التبول، ففى خلال نصف ساعة من الممكن أن يتبول أكثر من مرتين. الجدير بالذكر أننى امرأة عاملة أخرج من الثامنة وحتى بعد الظهر يومياً، وأترك طفلى هذا عند إحدى جدتيه وفى اليوم الذى يليه عند الجدة الثانية، وهما تدللانه كثيراً، حتى عندما يبول على نفسه فإنهما لا تؤنبانه إلا قليلاً.

رجاءً أعينونى فى حل مشكلتى هذه التى لا أعرف متى سأتخلص منها وإلى متى ستدوم، ما الطريقة المجدية مع طفلى هذا؟ إننى أرى جميع الأطفال فى سنه أو حتى أصغر منه يذهبون بأنفسهم إلى الحمام لقضاء حاجتهم دون حتى الرجوع إلى أمهاتهم.

ولهذه الأم نقول:

إن قلقك على ابنك البالغ من العمر سنتين ونصف لعدم تحكمه فى عملية التبول لا يمكن أن يُطلق عليه من الناحية العلمية "مرضاً" أو يُشخص على أنه مشكلة مرضية، فهذا المصطلح لا يُطلق إلا بعد بلوغ الطفل سن السادسة، فلا داعى للقلق؛ فابنك يتحكم فى تبرزه، وهذا دليل صحة وعافية. أما قلقك فهو نابع من مقارنتك له بأقرانه، وإزالة هذا القلق نرى ضرورة استعراض بعض الحقائق العلمية:

- يستطيع الطفل الطبيعى التحكم فى عملية التبرز مع بلوغه ٣٠ شهراً (أى سنتان ونصف)؛ وذلك لاكتمال نمو العضلة المسئولة عن التحكم فى التبرز فى هذه السن.

- أما التحكم فى عملية التبول فمسئول عنه الجهاز العصبى والجهاز الحركى بالجسم، ويختلف معدل نمو الجهازين من طفل إلى آخر، وقد يحدث تأخر هذا النمو عند طفل ما مقارنة بأقرانه، ولكن يبقى ذلك ضمن إطار النمو

الطبيعى (طالما لم يتعدَّ الطفل سن السادسة)، وبالتالي ننصح بالابتعاد عن المقارنة.

- ذكرت أنك قمت بالتحاليل التى أثبتت نظافة بوله وخلوه من الميكروبات، بالإضافة إلى ذلك - ولاستبعاد الأسباب العضوية بصورة يقينية - نرى استكمال التحاليل بتحليل لمعرفة نسبة السكر فى الدم، فمن المعروف أن السكر يسبب زيادة كمية البول.

- بعد استبعاد كل الأسباب العضوية، يبقى تناول الشق الخاص "بطريقة التمرين على التبول"، وأغلب الظن أنه سبب عدم التحكم فى عملية التبول حتى الآن.

وهناك ثلاثة شروط للتمرين الصحيح: الاستمرارية - الثبات - الإيجابية.

o الاستمرارية: بمعنى أن يكون هناك تكثيف لعملية التمرين بصورة غير متقطعة على مدار اليوم والليلة، ففى حالتك تقومين أنت بالتمرين خلال فترة تواجدك معه "بعد الرجوع من عملك"، بينما يبقى دونما تمرين خلال فترة النهار "فترة تواجده مع الجدة"، وبالتالي لأبد من الاتفاق حول السياسة التربوية التى تُتبع مع الطفل حيال هذا الأمر "بينك وبين جدته"، فلا بد أن تقوم هى أيضاً باتباع نفس طريقته فى التدريب خلال النهار، وهى الطريقة التى سنشرحها لك.

o الثبات: الثبات فى التعامل مع الطفل حيال هذا الموضوع، فلا يصح أن تتشددى معه عندما يتبول فى ملابسه، وتقابله جدته بنوع من اللين ورد فعل يخلو تماماً من التوجيه، فهذا الاضطراب يترك أثره السلبي على الطفل الذى لا يدرك ولا يستوعب فى النهاية المطلوب منه بالضبط.

٥ الإيجابية: عملية التمرين كأي تدريب على سلوك جديد يحتاج إلى حافز ودافع، ويحتاج إلى الكثير من التشجيع والثناء عند الإنجاز.

طريقة التمرين:

- ١- اختيار وتثبيت مكان قضاء الحاجة (المرحاض نفسه أو الوعاء الخاص بذلك).
- ٢- إجلال الطفل كل ساعة على المكان الخاص بقضاء الحاجة - فى بعض الأحيان تحتاج الأم إلى إغراء الطفل لإلزامه بالجلوس مدة معينة كالإتيان ببعض الألعاب حوله أو الجلوس بجواره وسرد بعض القصص...).
- ٣- الإصرار على ضرورة إجلالته، حتى لو رفض هو الانصياع إلى ذلك، فلا بد من التعامل مع الأمر بنوع من الهدوء والطف والمحايلة والتشجيع.
- ٤- إجلال الطفل على المكان المخصص لقضاء الحاجة ينتج عنه لمس الجسم لمكان قضاء الحاجة، فيحدث ما يعرف برد فعل انعكاسى، فيشعر الطفل بالرغبة فى الإخراج.
- ٥- ضرورة ربط عملية التبول دومًا بمكافأة، ولا تظهر المكافأة إلا فى حالة التبول فى المكان المخصص لذلك، فهذا ينبه الطفل وجهازه العصبى.

وفى النهاية، لابد من مراعاة النقاط التالية:

- تقليل نسبة السوائل، وبخاصة مُدرات البول كعصير القصب والبرتقال ليلاً، ويكون آخر ما يشربه الصغير من السوائل قبل موعد النوم بحوالى ساعتين.
- إجلال الصغير مرة قبل نومه ومرة أثناء النوم ومرة بعد الاستيقاظ مباشرة على مكان قضاء الحاجة، والانتظار حتى تتم عملية تفرغ المثانة.

- نصيحة: حاولي استثمار أى إجازة كى تتفرغى لهذه المهمة، مما يتيح لكِ ضمان شرطى الثبات والاستمرارية.
- البعد كل البعد عن تربيته أو لومه إذا فشل فى التبول فى المكان المخصص لذلك، فلا تعاتبيه إلا سرًا (بينك وبينه فقط).
- المكافأة يمكن أن تكون معنوية كالابتسامة، أو التصفيق، أو الاحتضان. أو مادية كالحلوى أو لعبة صغيرة...

العنف وسيلة للتربية!!

تقول إحدى الأمهات:

لدى أكثر من مشكلة فى العلاقة مع ابنتى التى تبلغ من العمر (١١ سنة) فهى طفلة وحيدة ذكية ومتميزة، ولكنها عنيدة بشكل رهيب ودائمًا متذمرة، ولى عدة تساؤلات:

- ١ - هل استعمال العنف يصلح كوسيلة للتربية والإصلاح؟ أم أن الإقناع واستخدام وسائل العقاب غير البدنى أفضل وأجدى إذا كان العقاب الجسدى يؤدى لمزيد من العناد والتمسك بالموقف الخاطئ؟
- ٢ - أخشى من تعرض ابنتى لتحرش جنسى، ولذلك أصبحت أخاف عليها بشكل مرضى، وأخاف عليها من الجميع حتى الأقارب والأصدقاء، ولا أعرف ماذا أفعل؟
- ٣ - ابنتى مقبلة على مرحلة المراهقة، وهى ذكية ولماحة، وأخشى عليها من مشاهد الجنس فى الأفلام الأجنبية وأغاني الفيديو كليب، ولا أعرف كيف أتصرف معها؟

٤ - ابنتى وحيدة وهذه إرادة الله، ولكنها غير راضية وتشعر دائماً بالوحدة، خاصة وأنا ليس لنا جيران فى مثل سنها، والأقارب يسكنون فى مناطق بعيدة.. ماذا أفعل معها؟

ولهذه الأم نقول:

يبدو أننا نعرف الإجابة على بعض ما نوجه من أسئلة، ولكننا نريد أن نتأكد، يبدو ذلك من صيغة السؤال.. فسؤال بصيغة هل يصلح العنف وسيلة للتربية؟ لابد أن من تسأله لا تريد الحصول على إجابة، ولكنها تريد أن تقرر حقيقة هى أن العنف لا يصلح وسيلة للتربية، بدليل أنها تكمل السؤال بحقائق تربوية أيضاً لا يختلف عليها اثنان، وهى أن الإصلاح والإقناع ووسائل العقاب غير البدنى أفضل وأجدى، بينما العقوبات الجسدية تؤدى لمزيد من العناد والتمسك بالموقف الخطأ.

نحن نقر هذا الكلام تماماً، ونضيف أننا نعتبر العقاب البدنى فى التربية مثل عقوبة الإعدام فى التشريع والقانون لا يلجأ إليها إلا فى الحالات القصوى وهى حالات محددة ومعدودة، وهذا حال الضرب أيضاً فهو وسيلة أخيرة فى حالات محددة مسبقاً ومعدودة جداً، ويكون بشروطه التربوية والشرعية، فلا يكون مؤذياً أو مهيناً أو بدافع الغضب والانتقام، ولكن يكون رمزياً فى أنه يعبر عن أقصى العقاب نتيجة لارتكاب الخطأ الكبير المتعمد، فيكون بضربة خفيفة باليد على يد الطفل أو مقعدته، بحيث يفهم الطفل أنه ليس للانتقام ولكنه للتربية. هذا إذا اضطررنا للجوء إليه وما أغنانا عنه إذا أجدنا التفاهم والحوار واستخدام وسائل العقاب الأخرى غير البدنية، مثل الخصام والحرمان.

وبالنسبة لمسألة التحرش الجنسى، فإن الحل بصورة عامة لكل أطفالنا وليس لمن تعرض للتحرش هو أن نعلمهم كيف يحمون أنفسهم، واعلمى أن

الرقابة اللصيقة أو الخوف الزائد لن يحل المشكلة، بل ربما يعقدها، ولذلك فلا بد من وجود ثقافة جنسية دفاعية - إن صح التعبير - يتعلم فيها الطفل ألا يسمح لأحد بالاقتراب منه بصورة معينة، وكيف يصرخ ويستغيث، وكيف يبلغ أهله أو مدرسيه بحدوث أى محاولة اعتداء عليه بغير خوف من العقاب، حيث إن المتهم هو الجاني وليس هو.

ولابد أن نلاحظ بصورة عامة أيضاً أى تغيرات سلوكية حادة فى أطفالنا، مثل التدهور الدراسى المفاجئ، أو عدم الرغبة فى الذهاب إلى المدرسة دون مقدمات وبعد فترة استقرار، أو ظهور عادة عصابية مفاجئة، مثل مص الأصابع أو قضم الأظافر أو العودة المفاجئة للتبول اللاإرادية، حيث تكون كلها علامات على حدوث أزمة للطفل يعبر عنها بصورة غير مباشرة من خلال هذه التغيرات السلوكية، والتي يكون أحد أهم أسبابها تعرض الطفل لتحرش جنسى لا يستطيع التعبير عنه إلا عن طريق هذه التغيرات الحادة والمفاجئة فى سلوكياته.

والخلاصة.. إن الوقاية والتعليم المبسط والمباشر لأطفالنا لكيفية حماية أنفسهم والإبلاغ عما يتعرضون له دون خوف بحيث لا يكونون هم المذنبون، مع ملاحظة أى تغيرات سلوكية، هو الذى يجعلنا مطمئنين فى التعامل مع هذه القضية.

ولا ندرى.. لماذا اخترت مشاهد الجنس فى الأفلام الأجنبية وأغانى الفيديو كليب لتخشى على ابنتك منها وهى على أعتاب المراهقة؟ المراهقة ليست جنساً ومشاكل جنسية فقط، المراهقة مرحلة متكاملة تشهد تغيرات على كل المستويات العقلية والعاطفية والجسمية والجنسية والاجتماعية لطفلك، وتحتاج إلى استعداد منذ الآن لإعدادها لاستقبال هذه المرحلة حتى تمر بسلام وأمان، وعندها ستكون مشكلة المشاهد الجنسية جزءاً بسيطاً من كل كبير يتم التعامل معه؛ لذا فنحن

ننصحك بقراءة بعض الموضوعات عن كيفية إعداد ابنك لمرحلة المراهقة، وكيفية التعامل مع ابنك المراهقة.

وبالنسبة لمسألة إحساسها بالوحدة، فحلها أن تهينى لها مجالاً حيوياً من الصديقات المقربات، فتقومين بعمل حفل لها وتشجيعينها على دعوة أكبر عدد من زميلاتنا، وبالتالي ستقوم هؤلاء الزميلات بدعوتها لمناسبات خاصة بهن فتشجعينها أنتِ على تلبية هذه الدعوات، ومن خلال ذلك تتعرفين على أسر هؤلاء الزميلات وتوطدين العلاقة أكثر من خلال إعداد رحلة مشتركة لمن تربيته الأقرب من زميلاتنا، والتخطيط مع الأمهات الأخريات على تبادل هذه الرحلات أو الزيارات بحيث تقوم كل أم بالإشراف على رحلة أو زيارة لمكان تجمع بين عدد من الزميلات.

وأيضاً احرصى على الاشتراك لها فى لعبة جماعية بأحد النوادي بحيث تتاح لها فرصة للاحتكاك والتعارف مع مجموعة جديدة من الزميلات، وهكذا تجد ابنك مجالات مختلفة لتكوين صداقات متعددة تخرجها من إحساسها بالوحدة.. إن الأمر يحتاج إلى خطة هادئة ودعوية، وستجدين نتائج جيدة.

ابنى عدوانى.. هل العنف طاقة أم أذى؟

تقول إحدى الأمهات:

لدى ابن فى العاشرة من العمر، وهو أول أولادى، وله أخ صغير وأختان. مشكلته أنه دائماً متوتر بشكل ملحوظ، ولديه ميل للعدوان، ويؤذى أخته بالضرب على رأسيهما، ويشعر دائماً أن الجميع لا يحبونه.

المشكلة الآن في المدرسة، فأنا أهتم به أكثر من إخوته، أدخلته مدرسة خاصة، وأجلس لأذاكر له دروسه أكثر من ساعتين في اليوم، وهو ذكى جداً ولكنه لعوب، ولا يحب الدراسة ونتائجه متدنية، شعرت أنه يذاكر لوجودى بجواره، فتركته يذاكر وحده ولم أعطه اهتماماً أكثر من إخوته، وقد أشركته في لعبة الكاراتيه، ولكن نتائجه ما زالت متدنية جداً، فما الحل؟

ولهذه الأم نقول:

حسناً فعلت عندما أعطيت ابنك قدرًا من الحرية وأشركته في لعبة الكاراتيه التى يحبها، فمن المعلوم أن الله - سبحانه وتعالى - قد خلق الناس مختلفين فى طبائعهم وأمزجتهم وأخلاقهم، وقام بتوزيع المواهب بين الناس، فليس كل فرد مثل الآخر، والمطلوب اكتشاف تلك المواهب وتنميتها، مع الاهتمام طبعًا بالجانب الدراسى، ولكن يجب أن يتم ذلك فى حدود الضوابط الآتية:

أولاً: الصبر وعدم الاستعجال، وأحب أن أطمئنك أن شخصية الفرد لا تزال تتكون وتنضج حتى سن البلوغ، وتكتمل حيث يكون التغير طفيفاً بعد ذلك فى سن الثامنة عشر، فما تشعرين به الآن من إعراض ابنك عن الاستذكار وميله إلى اللعب ليس كافياً للحكم عليه بأنه سيظل هكذا، بل من الشائع جداً أن تتغير هذه الشخصية كلما تقدم به العمر.

ثانياً: تجنبى مقارنته بالآخرين ما أمكن ذلك، فهذا يؤلّد فى ابنك نوعاً من الإحباط والغيرة والحقد، ومن الحكمة ألا نطالب أبناءنا بما نطالب به الأولاد الآخرين، والله قد خلقهم مختلفين فى الطباع والأمزجة والمواهب والرغبات حتى يكمل بعضهم بعضاً.

ثالثاً: حاولى بناء شئ ما داخل نفس ابنك قبل أن تهدمى شيئاً آخر فيه، فمثلاً يُفضّل أسلوب التشجيع على أنه سينال جائزة معينة إذا هو ذاكر هذا الجزء، على أسلوب العقاب والحرمان إذا هو أهمل فى دراسته.

رابعاً: تجنبى العقاب البدنى ما أمكن ذلك، وإذا لم يكن منه بد، فلا بد أن يكون غرضه التهذيب وليس الإذلال والإهانة، وأن توضحى له سبب العقاب.

خامساً: احرصى على أن تكون عملية التعليم ممتعة ومشوقة، فيجب أن تكون المعلومات التى يدرسها مفيدة له فى حياته العادية، وأن تكون مصحوبة بالممارسة العملية، والوسائل الإيضاحية المسموعة والمرئية مثل المواد الفيلمية، والكومبيوتر، وما شابه ذلك.

وبالتالى يلزم تحديد مشكلة الابن بدقة، فما مقدار تدنى مستواه؟! وهل نتائجه متدنية فى لعبة الكاراتيه أيضاً؟ كما يلزم الاهتمام ببقية نواحي الجو الأسرى وطريقة معاملة والده له.

اعتذار الأطفال.. لا يمنع العقاب

تقول إحدى الأمهات:

لى طفل عمره حوالى ثلاث سنوات، حركته زائدة عن الطبيعى، وكلما اشتريت له شيئاً من الألعاب كسره، ويضرب أخاه الذى يكبره بسنتين بأى شئ فى يده.. وقد حاولت عقابه بعدة وسائل كضربه أحياناً أو منعه من الخروج أو عدم الشراء له أو غير ذلك من الأساليب، لكنه عاطفى وحنون جداً، فيأتى لى ويعتذر ويقول: "أسف لن أفعلها ثانية"، ولكنه بعد دقائق يكسر الريموت أو السيارة أو يرمى أحداً بأى شئ، أرجو أن تدلوني على الطريقة المثلى للتعامل مع طفلى الشقى.

ولهذه الأم نقول:

إن المشكلة التي تقع فيها الكثير من الأمهات عندما تعاقب طفلها هي عدم الحسم والحزم في توقيع العقاب، بحيث لا يحقق العقاب أثره المطلوب، ويُفقد الطفلُ العقابَ نتیجته عن طريق قطع الطريق أمام الأم بالاعتذار السريع قبل أن تنفع العقوبة.

بمعنى أنه إذا كانت العقوبة المقررة هي عدم الخروج أو عدم الشراء وهو ما نسميه الحرمان، فإن الطفل يذهب إلى الأم ويعتذر بالرغم من علمه المسبق بنتيجة المخالفة، فهو يعلم أن العقوبة لن تقع، وأن الأمر لا يحتاج إلا لمجرد كلمات الاعتذار التي توقف كل شيء، وبالطبع يرق قلب الأم عندما ترى الطفل يعتذر وتنسى أنها كانت تعاقبه، وتعتبر أو تتصور أن الاعتذار سيحل المشكلة الحقيقية، علماً بأن الاعتذار أمر مهم جداً في منظومة العقاب، ولكن بعد توقيع العقوبة وليس قبلها.

بمعنى أن جزءاً مهماً في توصيل رسالة العقاب التربوية هو الاعتذار؛ حتى يترسخ في ذهن الطفل سبب العقاب، ويكون الاعتذار هو التعبير العملي عن وصول رسالة العقاب إليه، أي أنه عرف خطأه، ولذلك يعتذر عنه وقد دفع ثمن هذا الخطأ، وهذا ما لا يحدث في حالة الاعتذار قبل وقوع العقاب، وبالتالي لا يصبح لهذا التهديد بالعقاب أو عدم الاستمرار في تنفيذه أي أثر تربوي، وعلى ذلك فبعد الاعتذار مباشرة يعود الطفل لنفس السلوك السيئ.

إذن فالحل هو علمه السابق بالعقوبة، ثم عندما يقع الخطأ تنفذ العقوبة أولاً بحزم وحسم، ثم يقوم بالاعتذار بعد ذلك، وإذا تكرر الخطأ فلا مانع من مضاعفة العقوبة، والأفضل ألا يُستخدم الضرب كأحدى وسائل العقاب؛ لأن العنف لا يُواجه بالعنف، ولكن بالخصام لمدة محددة (نصف ساعة مثلاً) تزيد مع التكرار

أو الحرمان لمدة محددة، كل هذه وسائل فعّالة بشرط الحزم والحسم والاستمرار حتى يقلع الطفل تمامًا عن السلوك المطلوب تغييره.

الطفل المدلل لا يعرف حدوده

تقول إحدى الأمهات:

ابنى يبلغ من العمر أربع سنوات ونصف، له أخت عمرها عامان، ووالدهما يعمل فى الخارج، المشكلة أن سلوك طفلى هذا يتغير من حين إلى آخر؛ فهو بالحضانة ذكى ومتفوق، لكننى ألاحظ عليه فى المنزل -مع أولاد أختى وهم فى سن أولادى- أنه عنيف جدًا وعصبى للغاية وكثير الكلام، أما فى المدرسة فسلوكه مختلف تمامًا؛ فهو هادئ ولا يتكلم، وبمجرد عودته للمنزل يتغير للعكس.. كذلك ألاحظ عليه أنه أحيانًا يكون عنيف جدًا مع أخته، فأقول: ربما يكون السبب دافع الغيرة بالرغم من أنه لطيف جدًا مع بنت خالته الأصغر سنًا من أخته، ويعاملها معاملة جيدة.

طفلى هذا تحيرنى فيه تصرفاته المتناقضة. أعرف أن سنه ما زالت صغيرة، ولكننى أخاف أن يكون التقصير نتيجة لبُعد والده عنه حيث إنه مرتبط به جدًا، أو من طريقة تربيته له فأنا فى الحقيقة أدللّه. هل لهذا دور فيما هو فيه؟ أفيدونى.

ولهذه الأم نقول:

هل تشعرين أن طفلك طفلان أو طفل له شخصيتان؟ دعينا نعرف ذلك. هذا الطفل الذكى المتفوق الهادئ فى الحضانة لماذا يتحول إلى طفل عنيف جدًا مع أبناء خالته ومع أخته فى البيت؟ ما الذى يجده هذا الطفل فى الحضانة ولا يجده

فى البيت؟! إن السر يكمن فى كلمة واحدة هى كلمة "أدله" أى أدله؛ أى أن هذا الطفل يجد فى الحضانة نظاماً وحدوداً وقواعد يلتزم بها ويحترمها، وتكون النتيجة هى التفوق والهدوء. وفى البيت لا قواعد ولا حدود يعرفها، ولكنه التدليل الذى يجعله حائراً لا يعرف ماذا يفعل أو أين يقف، فتكون النتيجة العصبية والعنف والكلام الكثير. إنه عصبى لأنه لا يعرف اتجاهه وحدوده ومتى يقف ومتى يمشى.

إن التدليل الزائد ضار بقدر ضرر الإهمال، كلاهما ضار تربوياً بالطفل. إن هذا الطفل يحتاج إلى اعتدال فى التعامل معه، يحتاج إلى الإحساس بالحب والدفء والحنان والرعاية، ولكن دون أن تتحول إلى تدليل، فمع هذا الحب يحتاج إلى قواعد ترتب حياته؛ يحتاج إلى حزم فى تطبيق القواعد، يحتاج إلى معرفة متى يُعاقب وكيف يُعاقب، وإلى معرفة العواقب على سلوكياته الخطئة، فيعرف أن هناك ثواباً وعقاباً واضحاً ومحددًا سبق الاتفاق عليه، وأنه عندما يتجاوز حدوده سيحصل على العقاب المناسب دون إفراط أو تفريط. والعقاب بالطبع ليس ضرباً فقط، ولكن هناك النظرة اللائمة المتوقعة، وهناك الخصام، وهناك الحرمان، وغير ذلك من درجات العقاب المتدرجة، مع نظم مقابلة للإثابة والتحفيز تطبق فى جميع الأوقات دون استثناء.

الطفل المدلل طفل ليس سعيداً؛ لأنه لا يعرف حدوده.. إنه فى الحضانة متفوق وهادئ؛ لأن الأمور واضحة أمام عينيه، وهو يختار تجنب العقاب، وأن يكون من الأطفال الهادئين، ولكنه فى البيت لا يعرف ماذا يختار.

بالطبع غياب الأب بصورة عامة له تأثير تربوى فى نمو الأبناء النفسى؛ لأن الطفل الذكر بالذات يفقد صورة الأب الذى يريد أن يتمثله، وهذا أيضاً ربما ينطبع على تصرفاته. إنه عامل مشترك ستجدينه فى كل مشكلة تواجهينها مع

هذا الطفل؛ لذا يجب أن تكون هناك خطة محددة واضحة لدى الأب للاستقرار مع أطفاله، حتى يكون نموهم النفسى طبيعياً وسوياً.

الخوف.. ذلك اللغز الغامض

يقول أحد الآباء:

أرجو أن تساعدونى فى التخلص من عقدة الخوف الملازمة لابنى الصغير الذى يبلغ من العمر عشر سنوات وكيفية التعامل معه، كما أرجو أن تجدوا لى حلاً للتخلص من العصبية الزائدة التى تلازم بعض تصرفاته، علماً بأنه ذكى وناجح دراسياً، ويحب اللعب كثيراً، كما يحب أصدقاءه بشكل كبير.

ولهذا الأب نقول:

لا شك أن نعمة الأمن والشعور بالاطمئنان نعمة غالية أنعم الله بها على الإنسان، حتى أن الله - عز وجل - يقول فى كتابه الكريم فى سورة قريش: "قَلِّعُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ * الَّذِى أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ".

توجد قاعدة هامة تتعلق بمسألة خوف الأطفال، وهى أن الخوف عادة ما يكون رد فعل لضغط عصبى يقع تحته الطفل، وفيما يلى بعض الأسباب المحتملة لمسألة الخوف عند طفلك:

- عدم شعوره بالأمان التام فى البيئة المحيطة به (كخوفه من الظلام - الحشرات - ... إلخ).

- خوفه من رد فعل الشخص الذى أمامه لتعرضه فى موقف سابق لسخرية أو عقاب أو ضحك على تصرف قام به، وبالتالي فإنه من الممكن أن تكون ثقته بنفسه قد اهتزت، كذلك فإن من أسباب الخوف المحتملة لديه

الخوف من الإخفاق في تنفيذ المهمات المطلوبة منه على الوجه المطلوب، أو الخوف من عواقب التقصير أو من رد فعل من حوله إذا فشل...

- هناك الخوف المرضى، كالخوف من الأماكن المغلقة أو العالية أو المظلمة أو المتحركة... إلخ، وهذا النوع من الخوف له برامج من العلاج مختلفة تحتاج لمتابعة مع الطبيب النفسى.

وفى ضوء المعلومات الدالة على تلازم بعض تصرفات طفلك مع حركات عصبية، والتي تدل على أنه فى الأغلب يعانى الخوف من العواقب أو الفشل، وهو ما يمكن أن يلقى الضوء على موقف سابق لرد فعل خاطئ تعرض له الطفل نتيجة إخفاقه فى مهمة ما، سنورد لك بعض التوجيهات للتعامل مع الطفل:

١- يجب تأمين البيئة التى يتعامل معها الطفل، وإزالة ما يخيفه، وإشعاره بالأمان، فمثلاً إذا كان يخاف من الظلام، وهو ما يسبب له الخوف من الذهاب للحمام أو المطبخ ليلاً فيجب إنارة الطريق له ليلاً، وهكذا...

٢- محاولة إنعاش ثقته بنفسه.

٣- يجب تقبل الفشل من الطفل بصدر رحب، ومكافأة ما نجح فى تأديته من المهمات المطلوبة منه أيًا كانت نسبته، ومحاولة تجاهل الفشل أو التقصير فى المهمة المؤداة، مع بثه دائماً الشعور بأن الفشل ليس أبدياً، وحثاً مع الجهد سينتور الطفل وتتطور إمكانياته، وبالتالي يجب تشجيعه على الجهد المبذول وليس على النتائج، كما يجب أن تكون المكافأة والثناء منبهة لكل حواسه، بمعنى أن تشمل على اللمس،

والاحتضان، والتصفيق، والضحك بحيث تتنبه كل حواسه إلى أنه قادر على فعل الكثير.

٤- مشاركته في أداء المهمات المطلوبة منه، وإنقاص قدر المشاركة تدريجياً حتى تصل إلى الصفر.

وللوصول لتشخيص أكثر دقة، لابد من الإجابة عن الأسئلة التالية بالحوار مع الطفل:

- ١- ما هي أسباب خوفه؟ أو ما الذى يسبب له هذا الخوف؟
 - ٢- ما هو رد فعل الشخص الكبير أو من حوله حينما يخاف؟ هل يسخرون منه؟ هل يعاقبونه؟... إلخ.
 - ٣- ما نوع الخوف الذى يصيبه؟ هل يكون مصحوباً بصراخ.. أو بكاء؟... إلخ.
 - ٤- متى بدأت لديه حالة الخوف تلك؟ وهل كانت مفاجئة أو طارئة عليه لظروف ما؟
 - ٥- هل الخوف عنده عَرَض مستمر؟ أم متقطع؟
 - ٦- هل تختلف لديه أسباب الخوف؟ أم هي ثابتة؟
 - ٧- هل يتساوى الطفل مع أقرانه فى نموه المهارى والجسمى والذهنى؟
- ومن خلال الإجابة عن هذه الأسئلة يمكن معالجة مشكلة طفلك بسهولة.

دعوا أطفالكم يخافون

تقول إحدى الأمهات:

طفلى عمره سنة ونصف، مشكلتى تكمن فى أننى عندما أستخدم المكنسة الكهربائية يخاف منها كثيراً ويبكى، وأحاول أن أفهمه أنها لا تعمل شيئاً، وهى

حلوة، وأطلب منه أن يساعدي في إمساكها، وفعلاً أحس أنه يتفهم بعض الشيء، إلا أنني عندما أسأله هل أطفئها؟ يقول: نعم نعم بحرقه قلب، ويبتعد عنها ويقول: 'خاف خاف...'.

وهذه المشكلة جديدة، حيث إنني بدأت استعمالها منذ أسبوعين فقط، وأحياناً يذهب للغرفة ويعود ويقول: "خاف خاف"، وهو بذلك يقصد المكنسة الكهربائية.

وسؤالي هو: هل أداوم على حل هذه المشكلة بهذه الطريقة؟ أم أخفيها لفترة حتى ينساها وأعاود استخدامها لاحقاً؟ أم لكم رأى آخر؟

مع العلم أنه يخاف من الأصوات العالية منذ صغره حتى الآن، واستطعنا بالصبر عليه وإفهامه حل كثير من مشكلات الخوف معه، إلا أن هذه المشكلة أراها ليست سهلة، وجديرة بالتفكير، والسؤال عنها وحلها في هذا العمر لكى لا تصبح عنده عقدة فيما بعد.

ولهذه الأم نقول:

فى البداية اسمحى لى أن أسألك أنت: ألا تخافين؟ ألا تمرّين بمواقف تشعرين فيها بالخوف رغم نضجك وسنك؟

إن الخوف شعور إنسانى طبيعى يواجه به الإنسان المجهول، فلماذا دائماً نشور على أطفالنا حين يخافون ونتهمهم بالجبن أو نخاف أن ينشئوا جبناءً!!

إن الخوف ينمو ويتطور مع الطفل، ومع تطور إدراكه لما حوله من أشياء، وفهمه لما يدور فى العالم المحيط به من أحداث وأشخاص، ففى السنة الأولى من عمر الطفل نلاحظ أنه فى البداية لا يخاف من شئ، لا يخاف من الظلام، ولا من المناظر المفزعة فى التلفزيون مثلاً؛ وذلك لأنه لا يفهم ولا يدرك معنى هذه المناظر ولا معنى الظلام.. ربما يبكى فقط ويخاف لدى شعوره بالجوع.

وفى خلال السنة الثانية والثالثة ومع نمو إدراكه يبدأ الطفل فى الشعور بالخوف من الظلام، ومن الوجوه الغريبة التى لا يعرفها ومن الأصوات العالية.. حيث إنه فى هذه المرحلة بدأ يفهم ويعتاد على البيئة المحيطة به، فهو يعلم أن الطبيعى أن المكان مضئ فعندما يظلم يشعر بالخوف، ومعتاد على أصوات معينة فعندما يفاجئه صوت عالٍ يشعر بالخوف وهكذا.

وبعد ذلك فى سن ٨ - ١٠ سنوات يبدأ الخوف من الموت عمومًا أو من موت أحد الأعمام عليه مثل أحد الوالدين أو الأجداد، وهكذا نلاحظ أن الخوف مرتبط بإدراك الطفل لمعنى الأشياء التى يراها ويتعامل معها، وهو كذلك مرتبط بمدى تطور ونمو إدراكه وفهمه للأشياء.

ولا يعنى أى نوع من الخوف فى مراحل المختلفة أن الطفل جبان أو سيكون جبانًا عندما يكبر.. إنه فقط يتفاعل مع البيئة المحيطة به.

ونأتى الآن لمشكلة ابنك.. إن خوفه من صوت المكنسة طبعى جدًا، ومتناسب مع سنه، والأسلوب الذى تتبعينه معه ممتاز جدًا وصحيح، ومع قليل من التشجيع والمكافأة له عندما يتحكم فى خوفه من صوت المكنسة ستنتهى المشكلة تمامًا، ولكن أنصحك بالصبر وبأن تهمدى له فى كل مرة قبل تشغيل المكنسة، بمعنى ألا يفاجأ بصوت المكنسة يعلو فى الشقة، ولكن دائمًا تناقش معه وأخبريه أنك ستشغلين المكنسة الآن وله مكافأة إذا لم يخف ولم يبك، وهكذا شجعيه دائمًا وتفاهمى معه.

أما إخفاء المكنسة لبعض الوقت فلن يودى إلى نتيجة؛ لأن ذاكرة الطفل فى هذه السن قوية وتستطيع تذكر الأشياء، وخاصة المواقف المرتبطة بشعور مؤلم مثل الخوف. وحتى تأتى بنتيجة لا بد أن تخفى المكنسة لمدة طويلة -عدة أشهر مثلاً-، وهذا أمر غير عملى وغير مطلوب؛ لأن تعويد الطفل أن يتحكم فى

خوفه بالتدريج شئ مفيد ومطلوب، ولا تخافى شيئاً فلن يؤدي الأمر لآى عَقد فى المستقبل، فكما اتفقنا دعوا أطفالكم يخافون وساعدوهم فقط على التحكم فى خوفهم.

وفى مشكلة مشابهة تقول إحدى الأمهات:

طفلى يبلغ من العمر سبعة أشهر، ومنذ حوالى شهر بينما كنت أكنس بمكنسة السجاد أراد زوجى أن يعرف إن كان ابنى سيخاف من المكنسة، فجعله يقترب منها ويحاول لمسها بيده وهى تعمل. وطبعاً فابنى حاول لمسها بفضول، ولكنه فجأة وقبل أن تصل يده إليها بدأ بالبكاء والخوف، وأصبح يتعلق بوالده كى يضمه.

المهم بعد حوالى أسبوعين، أحضرت المكنسة من جديد، ولكن ابنى بمجرد رؤيتها حتى قبل أن تدور بدأ يصدر أصواتاً ويريدنى أن أحمله، ثم ينظر إليها بخوف ويعود ليخبي وجهه فى صدرى. المؤكد الآن أن ابنى يخاف منها بشدة، فماذا أفعل؟؟ لا أستطيع استعمالها أمامه حتى لا يخاف. ومن هنا أريد أن أعرف: هل من الممكن أن يخاف لو سمع صرخاً فى التلفزيون أو سمع موسيقى مخيفة بعض الشئ؟

ولهذه الأم نقول:

إن الخوف صورة من صور التعبير عن نمو الإدراك لدى الطفل، وتطور الخوف وتغيير صورته إنما هو انعكاس لفهم الطفل لما يدور حوله من أحداث.

فالطفل لا يفهم الإحساس إلا عندما يختبره ويجربه بنفسه، ولكن علينا دائماً أن ندرك أن نمو الطفل فى كافة المجالات الصحية، والنفسية، والاجتماعية

وغيرها، يسير وفقاً لجدول زمني إلهي، وخطة ربانية هي سر من أسرار الله في الخلق أودعها في الأطفال.

فلماذا يجلس عند ٦ أشهر، ويقف عند ٩ أشهر، ويمشي عند ١٢ شهراً، ويتحدث عند ١٨ شهراً؟ هكذا خلقه ربه، وكذلك النمو النفسي والمعرفي لدى الطفل تماماً، كما تضره محاولة جعله يمشي في سن ٦ أشهر فتعوج ساقاه؛ لأنه ليس مؤهلاً بعد لهذا المجهود.

إن الطفل في السنة الأولى تكون مخاوفه نابعة من مشاعره الداخلية، فهو يبكي عند إحساسه بالجوع أو بالبرد أو بغياب الأم؛ لأن هذا هو ما يدركه ويفهمه في العالم كله.

أما البيئة الخارجية مثل الظلام والأصوات العالية والصور المفزعة فهي أشياء لا يفهمها ولا يدرك وجودها؛ ولذلك فهو لا يخاف منها.. فهو قد يكون جالساً يلعب بجانبك وهو غير مدرك لصوت المكنسة، ودخل صوتها العالي في مجال إدراكه، وكذلك لمسه لها واهتزازها الشديد.. كل ذلك أصابه بالخوف والفرع منها تماماً كما يفزع أي شخص إذا فوجئ بشئ لا يتوقعه، ولكن مشكلة ابنك أنه صغير وغير مؤهل بعد للتعامل مع هذا الشعور الجديد.

ولذلك نقول دائماً لا تجعلوا أطفالكم حقل تجارب، فلماذا يريد والده معرفة إن كان سيخاف أم لا؟ لماذا لا تتركون مشاعر وإدراك أطفالكم تنمو طبيعياً كما أرادها خالقها؟ المهم الآن أن ابنك ارتبط عنده شكل المكنسة بالخوف، وقد تنعكس هذه التجربة على أي أصوات عالية أخرى؛ ولذلك أنصحك بإخفاء المكنسة عنه بعض الوقت، حيث إن ذاكرة الأطفال في هذه السن ما زالت في بداية تكوينها.

أحرصى على استعمال المكينة فى عدم وجوده أو فى غرفة بعيدة مغلقة لمدة شهرين أو ثلاثة حتى ينسى تجربة الخوف هذه، فلا تقلقى، وكذلك أحرصى على عدم وجود أصوات عالية مثل الصراخ أو الموسيقى العالية حوله، أو فى وجوده حتى لا تثبت عنده تجربة الخوف أو تتعمم فيخاف من كل شئ، ولكن بعد السنة الأولى سيعتاد تدريجياً على الأصوات العالية.

الخوف من الأصوات

تقول إحدى الأمهات:

ابنى يبلغ من العمر عامين وتسعة أشهر، له أخت أصغر منه بعام ونصف، وقد فطمته عن الرضاع، وكان عمره سنة وشهراً.

المشكلة الآن أنه يخاف بشكل مبالغ فيه من الألعاب التى تتحرك أو تصدر أصوات الحيوانات، وكذلك من بعض الأشخاص، كما يخاف إن أصدر الأطفال الذين فى سنه أصواتاً عالية أو حاولوا تقليد الحيوانات مثلاً، فهو يرتجف من الخوف والذعر فعلاً، ولا يدعى ذلك، ولا أعلم كيف أتصرف معه.

فى البداية كنت أبعد عنه ما يخيفه وأطمئنه، ولكنى وجدت أن مخاوفه تبقى داخله، فبدأت أواجهه بمخاوفه، ولكنه يزداد رعباً، علماً بأنه لا يخاف من الظلام، كما أننى أنا وأبوه لا نستعمل معه أسلوب التخويف من أى شئ مطلقاً، كما أننى أتابع البرامج التى يشاهدها فى التلفزيون فلا يرى مشاهد رعب مثلاً. هذا الموضوع يضايقنى جداً حتى أننى الآن بدأت أنهره إن رأيته خائفاً، وأنا أعلم أنه خطأ، ولكننى لا أعلم ما هو الصواب.. أرجو الإفادة.

ولهذه الأم نقول:

هناك أمر هام نقع فيه جميعاً وهو أن اعتيادنا للأمور غير المألوفة جعلنا نستغرب الأشياء المألوفة؛ فالطبيعي أن لعب الأطفال حتى سن الثالثة وربما بعد ذلك بقليل تكون من الألعاب التي يتحكم فيها الطفل أى يمسكها ويقذفها بحيث تتكون لديه علاقة مع لعبته تشبع رغبته فى النشاط والتناول، وتمكنه من التعرف عليها وتحسسها، ويكون هو العنصر النشط فى التعامل معها؛ وفائدة ذلك أنه ينشط عقله وتفكيره ويساعد فى نمو جسمه ويخرج طاقته فى صورة صحية، وبالتالي فإننا نجد أن الألعاب المتحركة تحرمه من كل ذلك، وتكون خارج سيطرته، فهي تتحرك بعيداً عنه وتحرمه من متعة تناولها والتفاعل معها.

وتزداد المشكلة إذا كانت اللعبة تصدر صوتاً لا يعرف الطفل كيف يصدر أو لماذا يصدر، خاصة إذا كان هذا الصوت عالياً، مما يزيد من فزع واستغرابه ليصبح التساؤل ليس "ما الداعى لإفزاز الطفل بهذه اللعبة؟" ولكن لماذا فزع وخاف الطفل؟! وكان هذا هو الغريب والعجيب!!

فالأصوات غير المألوفة والأصوات العالية بالنسبة لطفل ما قبل الثالثة تسبب له الإزعاج، ثم يرتبط هذا الإزعاج بالخوف إن صح أن نطلق على هذا التفاعل فى هذه السن اسم (الخوف) وهذا هو الطبيعى، وليس العكس.

ليس مطلوباً من هذا الطفل أن يظل هادئاً مطمئناً والأطفال حوله يتصايحون بصوت عالٍ يوقظ أصحاب القبور، أو وهو يرى لعبة تتحرك فى اتجاهه وتصدر أصواتاً مزعجة لا يعرف لها مصدر؛ وبالتالي فلا مشكلة عند طفلك يستحق عليها النهر والتأنيب؛ فهو ينزعج لما يحدث حوله وهو غير مستوعب له.. والطبيعى أن يكون فى بيئة هادئة، وأن يتناول لعبته بهدوء ويحاورها ويقربها ويبعدها ويلمسها ويقذفها ويتناولها بطريقته دون أن تهاجمه اللعبة بالحركة أو الصوت الذى يسبب له كل هذا الفزع.

الحل أن نوفر لطفلنا بيئة هادئة، ونختار له ما يناسبه من ألعاب لا تصدر صوتاً ولا تتحرك... وأن ندعو زملاءه الأطفال وهم يلعبون ألا يصدروا أصواتاً مزعجة بطريقة أفلام الكارتون التي يشاهدونها، فالقضية ليست مشاهد الرعب فقط، ولكن قد يكون سلوك الرعب أيضاً بإصدار الأصوات العالية والصرخات المدوية، وهو ما نحتاج أن نجنب أطفالنا التعرض له، والذي نرى أثره الخطير إذا ما جلسنا نراقب مجموعة من الأطفال وهم يلعبون ويصرخون ويصدرون هذه الأصوات مثل أبطال أفلام الكارتون.

طفلك طبيعي، ولكن ما نعرض له أطفالنا هو غير الطبيعي، فلنعد للطبيعي ونفهم طفلنا وتطور نموه.

خوف ابنك سلوك مكتسب

نقول إحدى الأمهات:

أود أن أسأل عن مفهوم الخوف عند الأطفال؛ حيث إن ابني (٨ أشهر) بدأ ينظر بخوف وذعر إلى سلسلة معلقة في سقف المطبخ ويبكي وليس هناك ما يخيفه، كما أنه أثناء نومه يظل يتقلب ويبكي، وعندما نوقظه يكون بخير.. فما السبب؟

كما أريد أن أعرف ما هي السن المناسبة لاستقبال أخ له بحيث يكون مستعداً لذلك؟ وما أفضل الطرق للتعامل مع مشكلة "التعلق" بكل شيء يراه في هذه السن؟

ولهذه الأم نقول:

لا ندرى ما هو شكل الخوف أو الذعر الذى ظهر فى عينى طفلك ذى الثمانية أشهر.. ولماذا ترجمت هذه النظرات بالخوف والذعر؟ ولماذا فسرت بكاءه على أنه بسبب الخوف من السلسلة المعلقة؟

من المبكر جداً الحديث عن الخوف والذعر فى هذه السن، وإن كان هذا أمر غير محسوم.. هل يخاف الأطفال فى هذه السن أم لا؟ ولكنى مع الذين يعتبرون الخوف أمراً مكتسباً أو سلوكاً يكتسبه الطفل ممن حوله، سواء برؤيته ومراقبته لسلوكهم أو بتخويفهم له من أمر ما، بحيث يمكن القول إننا نولد ونحن لا نخاف.. ولكننا نتعلم الخوف.

أما لماذا يستيقظ الأطفال أثناء النوم باكين؟... ولماذا يتقلبون؟... تتعدد التفسيرات ولكن لا يوجد منها ما يخيف أو يقلق... فأبسطها أن تكون هناك بعض الغازات التى تدور فى بطنه والتى تجعل نومه قلقاً فيصحو باكياً ثم يعود لهدوئه لزوال السبب.. وقد تكون رؤيته لحلم أزعجه سبباً لبكائه أيضاً؛ حيث ثبت أن الأطفال يحلمون منذ شهورهم الأولى من خلال دراسة التغيرات الكهربائية والنشاط الكهربائى لمخ الأطفال أثناء نومهم.

وبالنسبة لقدم الطفل الثانى فإن الأمر يتعلق بقدرة الأم الصحية أكثر مما يتعلق باستعداد الطفل لاستقبال أخيه، ويرى أطباء النساء والتوليد أن مرور عامين على الولادة فترة كافية تكون الأم قد استعادت فيها لياقتها البدنية والنفسية التى تسمح لها بالحمل مرة أخرى، والتى عندها سيصبح الطفل قد قارب عمره على ثلاث سنوات عند قدوم أخيه، وبالتالي يصبح قادراً على الاعتماد على نفسه فى كثير من الأمور، بحيث تستطيع الأم منح رعايتها لطفلها الجديد بصورة لا تؤثر على رعايتها للطفل الأول، وهذا لا يجعل الطفل منزعجاً من قدوم أخيه.

أما (تعلقُ) الطفل في هذه السن بكل ما يراه فهذا ليس مشكلة تحتاج إلى حل، بل هو سلوك طبيعي ناتج عن دافع فطري يولد مع الإنسان، وهو دافع تناول والاستكشاف، وهو من الدوافع المهمة للنمو السوي للطفل؛ لأنه يمكنه من التعرف على البيئة المحيطة به والتعامل معها...

العلاج السلوكي المتدرج للمخاوف

يقول أحد الآباء:

لدى طفل عمره الآن ثمانى سنوات، ويدرس بالصف الثانى الابتدائى، عندما كان عمره سنتين تقريباً دخل إلى الحمام وأغلق على نفسه الباب، ولم يستطع فتحه لصغر سنه، حيث إنه لم يستطع الوصول لمفتاح الباب، المهم أننا تمكنا بعد قرابة ساعة من إخراجه، ويبدو أن هذه الحادثة قد تركت أثراً فى نفسه، فهو الآن لا يغلق باب الحمام عند دخوله لقضاء حاجته، ولا يجلس فى مكان بمفرده ليلاً أو نهاراً، بل يستعطف أحد إخوته أو والدته أن يبقوا معه فى الغرفة التى يودُّ الجلوس فيها لمشاهدة التلفزيون أو اللعب بالكمبيوتر.

كيف يمكننى أن أساعد ابنى على التخلص من هذه المشكلة؟

ولهذا الأب نقول:

إن التخلص من مشاعر الخوف لدى ابنك نتيجة للموقف الذى تعرض له، يحتاج إلى علاج سلوكى متدرج، بحيث نعرضه للمواقف التى يخاف منها بالتدريج، بمعنى أن نطلب منه فى بداية الأمر أن يدخل الحمام والباب موارب (مفتوح نصف فتحة)، ونشجعه على ذلك لفترة ثم نغلق الباب، ونكون خارج الباب نطمئنه ونفعل ذلك لفترة، ثم نشجعه على الدخول ونكون فى مكان أبعد،

وهكذا حتى يتعود على الأمر تدريجيًا، ونفس الأمر نكرّره في غرفة التلفزيون، وهكذا حتى تنتهى مخاوفه مع عدم زجره أو السخرية منه.

واعلم أنكم بالتزام الصبر والهدوء، والتعامل مع طفلكم بتدعيم كامل سوف تنتهى مخاوفه تدريجيًا.