



يوم في حياة طفل ●●

obeikandi.com

أَلقت الحضارة الآباء - في دور «مفسدى البهجة» الذين يجب أن يقولوا : لا لكثير من متع الطفل العظيمة : لا تمص إصبعك لا تلعب في أنفك ، لا تلمس عضوك التناسلي ، لا تلعب في القاذورات ، لا تصدر صوتاً . إن الحضارة بالنسبة لصغار الأطفال باردة وقاسية : فبدلاً من الثدى الناعم ، نقدم له فنجاناً جامداً . وبدلاً من الحفاضات الدافئة ، نقدم له القصرية الباردة ، ونطلب منه التحكم في نفسه .

وبعض القيود حتمية ، لا مفر منها ؛ ليصبح الطفل كائناً اجتماعياً . ومع ذلك ، يجب على الآباء ألا يبالغوا في لعب دورهم كرجال شرطة لهذه الحضارة ، خشية أن يتسببوا في الاستياء والعداوة التي يمكن تجنبها .

الصباح الجميل :

لا يجب على الأم أن تكون هي التي توقظ طفلها الذي في سن المدرسة كل صباح . فالطفل يستاء من الأم التي تزعجه من نومه وتزعجه من أحلامه . إنه يفرغ من دخولها لحجرتة وسحبها لغطائه ومن صوتها الذي يقول :

- انهض ! الوقت متأخر !

من الأفضل إذا استيقظ الطفل عن طريق ساعة منبهة ، بدلاً مما قد يبدو له مثل «أم منبهة» .

شيء (ثاني سنوات) تجد صعوبة في النهوض من الفراش في الصباح . تحاول كل صباح أن تبقى في الفراش لبضع دقائق أخرى لا نهائية ، وسواء كانت الأم حلوة أم فظة ، فشيء تتمنع في تشبث : بطيئة في النهوض ، مكتئبة عند الإفطار ، متأخرة

عن الذهاب إلى المدرسة . والمجادلات اليومية تترك أمها متعبة ممتعضة .

وتَحَسَّنَ الموقف بشكل كبير عندما أعطت الأم لابنتها هدية غير متوقعة . . . ساعة منبهة . وفي صندوق الهدية وجدت شياء ورقة مكتوباً فيها :

- إلى شياء التي لا تحب أن يوقظها أحد مبكراً في الصباح ، الآن يمكنك أن تكوني مسئولة عن نفسك . . . يا حبيبتى ، التوقيع : أمك .

واندهشت شياء بهذه المفاجأة السارة ، وقالت :

- كيف عرفت أنني لا أحب أن يوقظني أحد ؟

فابتسمت الأم وقالت :

- تصورت ذلك .

وعندما رقت الساعة المنبهة في الصباح التالي ، قالت الأم لشياء :

- ما زال الوقت مبكراً يا حبيبتى . لماذا لا تنامين بضع دقائق أخرى ؟

فقفزت شياء من فراشها وهي تقول :

- لا . أخشى أن أتأخر عن المدرسة .

إن الطفل الذى لا يستطيع أن يستيقظ بسهولة ، لا يجب أن يوصم بالكسل ؛ والذى لا ينهض وتنفرج أساريره في الحال لا يجب أن يقال عنه « وجهه نكد . . . يقطع الخميرة من البيت » .

إن الاطفال الذين يجدون صعوبة في أن يكونوا « فرحين سعداء في الصباح لا يحتاجون إلى السخرية . وبدلاً من الاحتكاك بهم في معركة حامية الوطيس ، فمن الأفضل أن ندعهم يمتعون أنفسهم بعشر دقائق ذهبية أخرى من النوم أو أحلام اليقظة . ويمكن تنفيذ ذلك بضبط الساعة المنبهة على أن ترن في وقت مبكر . ويجب أن نحمل أقوالنا التقمص العاطفى بدلاً من الغضب أو الاستهزاء أو الانزعاج على الصحة :

- إن من الصعب الاستيقاظ اليوم .

- إن الرقاد في السرير والاستسلام للأحلام لشيء ممتع .

- خذ لك خمس دقائق أخرى .

إن مثل هذه الأقوال تجعل الصباح وضّاءً بالبهجة والسعادة ؛ إنها تخلق جوّاً من الدفء والمودة . على عكس الأقوال التالية ، فهي تدعو لجو عاصف بارد :

- استيقظ يا كسلان !

- قم من هذا السرير حالاً ، وإلا فسأعاقبك !

- قم سقط عليك حائط !

أما مثل الأقوال التالية :

- هل مازلت في السرير ؟ هل أنت مريض ؟ هل تشعر بأى ألم ؟ هل عندك مغص ؟ صداع ؟ أخرج لسانك لأراه . .

فهى توحى للطفل بأن الطريقة التى يستحوذ بها على الرعاية الحانية هى أن يكون مريضاً . وقد يفكر أيضاً أن أمه سيخيب ظنّها إذا اعترف بعدم إصابته بأى مرض من الأمراض التى ذكرتها بشكل رؤوم . ولإرضاء الأم قد يشعر الطفل أنه مضطر إلى الاعتراف بأنه يشعر بالمرض .

ساعة الذروة :

عندما نقول للطفل أن يسرع ، فهو يأخذ وقته ، وغالباً ما يقاوم بالانشغال فى التباطؤ . وما يظهر من عدم فعالية هو فى الواقع سلاح الطفل الفعال ضد طغيان الجدول الزمنى الذى لا يتناسب معه .

يجب ألا نستعجل الطفل دائماً . بل من الأفضل أن نعطيه حدود الوقت المعقول ، ونتركه ليكون جاهزاً فى الوقت المطلوب :

- أتوبيس المدرسة سيكون هنا بعد عشر دقائق .

- العشاء سيكون في تمام التاسعة : والآن الساعة الثامنة والنصف .

- إن صديقك سيكون هنا في خلال خمس عشرة دقيقة .

إن القصد من قولنا الموجز هو أننا نقول للطفل : إننا نتوقع منه أن يكون جاهزاً في الموعد المحدد ، وأننا نثق في ذلك تماماً .

الإفطار : وجبات بدون مواعظ :

إن وجبة الإفطار ليست وقتاً مناسباً لتعليم الأطفال الفلسفات العالمية ، أو المواعظ ، أو آداب التصرف . إنه الوقت المناسب لننقل فيه للأطفال أن منزلهم فيه مطبخ ومائدة طعام مع جو بهيج وطعام جيد .

وبصفة عامة ، فالإفطار ليس الوقت المناسب للمحادثات الطويلة . فغالباً ما يكون الآباء أو الأطفال نعسانين ، ضيقى الخلق ، وقد تتحول المجادلات إلى نوبات غضب بسهولة .

ارتداء الملابس : معركة رباط الحذاء :

في بعض البيوت ينشغل الآباء والأطفال في معركة يومية على رباط الحذاء . ويقول أحد الآباء :

- عندما أرى حذاء ابني مفكوك الرباط ، تنفك معه أعصابي . أريد أن أعرف هل نُجبره على ربطه أم ندعه يتجول به مفكوكاً . وقد يكون في غمرة السعادة ، ولكن ألا يجب أن نعلّمه المسؤولية ؟

من الأفضل عدم ربط تعليم المسؤولية مع ربط الحذاء ؛ ومن الأفضل تجنب المجادلات بشراء حذاء الطفل بدون رباط أو ربطه بدون تعليق . ويظل المرء يؤكد أن الطفل نفسه إن آجلاً أو عاجلاً سيتعلم الاحتفاظ بحذائه مربوطاً .

لا يجب أن يذهب الأطفال للمدرسة وهم يرتدون «ماعلى الحبل» . فلا يجب أن يقلقوا بخصوص الاحتفاظ بملابسهم نظيفة ، بل يجب أن تأخذ حركة الطفل - على الجرى - أو القفز ، أو اللعب - أسبقية على نظافة الملابس . وعندما يعود الطفل من المدرسة بقميص متسخ ، فعلى الأم أن تقول :

- يبدو أنك قضيت يوماً حافلاً . إذا أردت أن تغير ، يوجد قميص آخر في حجرتك .

وليس من المفيد أن تقول للطفل : كم هو آخر بهدلة ! وكم يبدو قذراً ! وكم تعبنا وزهقنا من غسيل وكى قمصانه ! فالطريقة الواقعية لاتركن لمقدرة الطفل على تقديم النظافة على اللعب . وبدلاً من ذلك تأخذها أمراً مسلماً به أن ملابس الأطفال لن تستمر نظيفة لمدة طويلة . وزيادة لبس الطفل للقمصان قميصين نظيفين أفضل بالنسبة للصحة العقلية من مائة موعظة عن النظافة .

الذهاب إلى المدرسة :

من الممكن توقع أن الطفل في اندفاعه في الصباح قد ينسى بعض كتبه ، أو نظارته ، أو سندوتشاتة أو مصروفه . ومن المستحسن مناولته ماقد نسيه بدون إضافة أية موعظة عن سرحانه وعدم مسئوليته . وسيكون القول :

- ها هي نظارتك .

أكثر فائدة للطفل عن :

- أريد أن أعيش وأرى اليوم الذى تتذكر فيه لبس نظارتك .

- ها هو ذا سندويتشك .

أفضل من :

- إنك شارذ الدهن . إنك ستنسى رأسك إذا لم تكن مثبتة فوق كتفيك .

- ها هو ذا مصروفك .

سيفضلها الطفل أكثر من السؤال التهكمى :

- كيف تخرج بدون نقود؟

ويجب عدم إعطاء الطفل كسفاً باللوم والتحذير قبل الذهاب إلى المدرسة :

- فلتجعله يوماً سعيداً .

أفضل من التحذير العام :

- إياك والدخول في مشاكل .

- سأراك في الساعة الثانية .

أكثر إرشاداً للطفل عن :

- لا تَصُلْ وَتَجُلْ في الشوارع بعد المدرسة .

العودة من المدرسة :

من المحبب أن تكون الأم في البيت لاستقبال الطفل عند عودته من المدرسة . وبدلاً

من سؤاله أسئلة تجعله يجيب إجابات مبتذلة . . . :

- كيف كانت المدرسة؟

- تمام .

- ماذا فعلت اليوم؟

- لا شيء .

. . . يمكن للأم أن تقول ما يحمل تفهمها للمحاولات والمحن بالمدرسة :

- يبدو أنك قضيت يوماً عصيباً !

- أكيد لم تستطع الانتظار لانتهاؤ المدرسة !

- يبدو أنك سعيد برجوعك للبيت .

وعندما لا يمكن للأُم أن تكون في البيت لتستقبل طفلها العائد فمجرد رسالة تقول فيها أين هي تعتبر مفيدة جداً . وبعض الأمهات اللاتي هن أطفال في المدارس يستخدمن الرسالة المكتوبة لتعميق العلاقة مع أطفالهن . إنه من السهل عليهن أن يعبرن عن تقديرهن وحبهن كتابة . وبعض الأمهات يتركن رسائل مسجلة على شريط تسجيل صغير . ويستطيع الطفل الاستماع لكلمات الأم مرات ومرات .

على أية حال ، مثل هذه الرسائل تشجع التفاهم المجدى بين الآباء والطفل .

عودة الأب للبيت :

عندما يعود الأب للبيت بعد الظهر ، فهو يحتاج إلى فترة انتقالية هادئة بين مطالب الدنيا ومطالب أسرته . فيجب عدم مقابلة الأب عند الباب بوابل من الشكوى والمطالب . إن مشروباً جاهزاً ، أو حماماً دافئاً ، أو بريد اليوم ، أو مجلة الأسبوع ، مع فترة «اللاأسئلة» - تساعد على خلق واحة الهدوء التي تضيف الكثير لنوعية حياة الأسرة . ومن الطفولة المبكرة ، يتعلم الأطفال أنه عند عودة الأب للبيت ، فهو يحتاج إلى فترة قصيرة من الهدوء والراحة . والعشاء أو الغداء ، من ناحية أخرى ، يجب أن يكون وقتاً للمحادثة . ويجب التركيز على الطعام بشكل أقل ، إلا إذا كان ذلك التركيز من أجل الفكر . فقليل من الملاحظات على كيف وماذا يأكل الطفل ، وبعض الأفعال الانضباطية ، مع أمثلة كثيرة من فن الحديث العتيد .

وقت النوم :

في كثير من البيوت وقت النوم هو وقت الهرج والمرج - كمجانين مستشفى المجاذيب - مع أطفال وأمهم وهم يشكّلون مجتمعاً من الإحباط المتبادل . فالأطفال يحاولون البقاء مستيقظين أطول مدة ممكنة ، في حين أن الأم تريد لهم أن يخلدوا للنوم في أسرع وقت ممكن . وتصبح الأمسيات هي وقت العكنة الأكبر للأمهات ووقت المراوغة التكتيكية للأطفال .

إن أطفال ما قبل المدرسة يحتاجون من الأم أو الأب أن يدسّوهم في السرر . ويمكن

الاستفادة من وقت النوم من أجل المحادثة الحميمة مع كل طفل . ويبدأ الأطفال ، عندئذ ، في التطلع إلى وقت النوم وانتظاره في شوق . فهم يحبون أن يستأثروا بأهمهم أو أبيهم ويكون لديهم وقت يقضونه معاً ، وإذا تحاملت الأم على نفسها ، واستمعت ، فسيتعلم الطفل إشراكها في مخاوفه ، وآماله ، وأمانياته . إن هذه اللحظات الحميمة تخفف عن الطفل قلقه ، وتهدهده وتدخله في نوم هانئ سعيد .

وهناك أيضاً بعض الأطفال الأكبر سناً يحبون أن تضعهم أمهاتهم في الفراش . فيجب أن تحترم رغبتهم وتنفذ لهم ذلك ، ويجب عدم السخرية منهم أو انتقادهم لحاجتهم إلى ما قد يبدو للآباء ما يسمى «شغل عيال» . أما وقت النوم بالنسبة للأطفال الأكبر فيجب أن يحدد ويثبت مواعده :

- وقت النوم هو بين الثامنة والتاسعة [أو التاسعة والعاشر] . حدد أنت بالضبط متى تريد أن تنام .

ومن الأفضل ألا تقحم نفسك في معركة عندما يدعى الطفل أنه «نسى» أن يذهب إلى الحمام أو أنه يريد كوباً من الماء . ومع ذلك ، فالطفل الذي يظل ينادى أمه لتعود إلى حجرته يجب أن يقال له :

- اعلم أنك تود أنى أستطيع أن أكون معك مدة أطول ، ولكن وقتى الآن من حق أبيك .

إن الأطفال في حاجة إلى أن يعلموا بأن هناك علاقات ومواقف لابد من استثنائهم منها .

ليس الترخيص مطلوباً للترويح :

في بعض البيوت ، للأطفال حق الفيتو (الاعتراض) على قدوم وذهاب آبائهم . وهناك آباء عليهم أن يحصلوا على الإذن من بعض الأطفال للسهر خارج البيت . وبعض الأمهات يتجنبن الذهاب إلى المسرح أو السينما بسبب رافع الستار المنتظر في البيت .

إن الآباء ليسوا في حاجة إلى الإذن أو الموافقة من الأطفال لكي يعيشوا حياتهم . وإذا بكى طفل لأن أمه وأباه سيخرجان في المساء ، فيجب شجب مخاوفه ، أو رغباته فلا يجب الإذعان لها . يمكننا أن نفهم رغبته في عدم تركنا له مع أحد غيرنا لمؤانسته ، بل ونتعاطف معه ونواسيه ، ولكن ليس من الضروري شراء ترخيص منه للترويح عن النفس ونقول للطفل الباكي بتعاطف :

- اعلم أنك تود ألا نخرج الليلة . وأحياناً عندما لانكون هنا تشعر بالخوف . كنا نود أن نبقي معك ، ولكن أنا وأبوك سنذهب لنستمتع بفيلم [أو أصدقاء ، أو عشاء ، أو حفلة] الليلة .

ويجب تجاهل الرد على اعتراضات الطفل ، أو توسلاته ، أو تهديداته . ويجب أن يكون ردنا رداً حازماً وحنوناً :

- تود لو استطعنا البقاء معك ، ولكننا قد عملنا ترتيبات للخروج والاستمتاع بأمسية أنا وأبوك معاً .

التليفزيون : العراة والأموات :

لن تكتمل أى مناقشة عن يوم الطفل بدون تقدير أثر التليفزيون على قيمه وسلوكه . إن الأطفال يحبون مشاهدة التليفزيون . إنهم يفضلونه على قراءة الكتب ، أو الاستماع للموسيقا ، أو الانشغال في محادثة .

إن الأطفال مشاهدون ممتازون : فهم يتأثرون بسهولة ، بإيحاء وأفكار الآخرين ويصدقون الإعلانات . إنهم يتعلمون الجلجلة البلهاء بسهولة مدهشة ، ويصبحون سعداء جداً لدرجة يمتنُّ لها صاحب الإعلان بإزعاج آبائهم بالشعارات والنداءات السخيفة . وهم يسألون القليل عن البرامج : فلا أصالة مطلوبة ، ولا فن ضرورى . فالجياذ وحاملو المسدسات والبنادق يستأثرون باهتمامهم . وهكذا ، لساعات لانهاية لها . يوماً وراء يوم ، والأطفال يواجهون العنف والإجرام والقتل المختلط بالجلجلة والإعلانات .

والآباء يشعرون باتجاهين نحو التلفزيون . إنهم يحبون حقيقة أنه يشغل الأطفال بعيداً عن المتاعب ، ولكنهم قلقون إزاء احتمال ضرر عيون الأطفال وعقولهم . . أما بالنسبة لأثره على البصر ، فلقد أكد لنا الاختصاصيون أنه ليس فيه أى ضرر حتى في المشاهدة الطويلة* . ومع ذلك ، فليس هناك يقين تماماً إزاء أثر التلفزيون على الشخصية . وقال الخبراء آراء متناقضة :

١ - التلفزيون سيء للأطفال . إنه يولد شهوة للعنف ويجعل الأطفال متبلدى الشعور نحو معاناة الإنسان .

٢ - التلفزيون مفيد للأطفال : إن العنف المقدم بشكل درامى يساعد الأطفال على التخلص من دوافع العدوان .

٣ - التلفزيون له تأثير ضئيل على الأطفال : فالآباء والأقران هم الذين يشكلون الشخصية والقيم ، وليست الصور التى على الشاشة .

والكل وافق على حقيقة واحدة ، أن التلفزيون يستنفد جزءاً كبيراً من يوم الطفل . فكثير من وقته يقضيه مع جهاز التلفزيون ، بل أكثر من الوقت الذى يقضيه مع والده وأمه . وحتى لو كانت مشاهد الجنس والوحشية ماهى إلاّ متعة بريئة ، فهى تبعد الأطفال عن الأنشطة البناءة . فى بعض البيوت ، يسمح للأطفال بمشاهدة التلفزيون فى نهاية الأسبوع فقط . وفى بعض البيوت الأخرى يسمح لهم فى أوقات وبرامج معينة منتقاة بموافقة الوالدين ، ومثل هؤلاء الآباء يؤمنون بأن التلفزيون مثل الدواء ، يجب تناوله حسب الأوقات الموصوفة وبمقدار صحيح .

وعدد متزايد من الآباء من رأيهم أن اختيار البرامج لايمكن أن يُترك كلية للطفل .

* ظهر تقرير غير مطمئن تماماً بعنوان «هؤلاء الأطفال المتعبون» فى مجلة التايم يقول : إن اختصاصى العيون فى قاعدتين جويتين قد فوجئوا بمجموعة كبيرة من الأطفال ، سنوات ٣ إلى ١٢ ، يعانون من تعب مزمن ، وصداع ، وقلة نوم ، وقىء . ولم يعثروا على أسباب صحية لهذه الأعراض . وبعد بحث دائم مع الآباء تم اكتشاف إدمان هؤلاء الأطفال للتلفزيون : كانوا يشاهدون التلفزيون من ٣ إلى ست ساعات فى أيام الأسبوع ، ومن ست إلى تسع ساعات أيام السبت والأحد . وبحرمانهم من التلفزيون تماماً لفترة . زالت الأعراض . وعندما عادوا عادت .

فهم لا يرغبون في أن يدعوا المجرمين وقطاع الطرق والسفاحين يؤثرون على أطفالهم في حجات معيشتهم الخاصة .

إن الآباء لهم الحق في حماية أطفالهم من العرض اليومي لجرعات من الجنس الخسيس والعنف الصارخ . وبينما قد لا يحتاج الأطفال إلى الحماية من كل مأساة يجب علينا أن نصوصهم من التسلية التي فيها وحشية الإنسان لأخيه الإنسان كوصفة علاج .

obeikandi.com