



المملكة الأردنية الهاشمية

إعداد

عبد الحليم البليسي

عضو قسم الإرشاد التربوي

مديرية التربية والتعليم للواء الرصيفة

٢٠٠٧

١- مشكلات الأطفال

مشكلات الأطفال

للأطفال مشكلات نفسية كثيرة، قد يقف عندها الآباء حائرين، يعانون منها، ويسهرون قلقين إزاءها، ويصرخون من آثارها.

ماذا نفعل لطفلنا العصبي؟ كيف نتعامل معه؟

ابني سرق!... ابني يميل إلي المشاجرة!!.

ابني منطو... ابني كاذب... ابني يسأل أسئلة محرجة... إلخ.

ونقطة الانطلاق للتغلب علي هذه المشكلات أن يكون لدي الأبوين قدر كافٍ من المعرفة بهذه المشكلات، وأسبابها، ومظاهرها، ومدى خطورتها من عدمه، ووسائل علاجها، فعلي كل أبوين ألا يتهاونا في معالجة مثل هذه المشكلات؛ لأنها تحضر بمخالبها في شخصية الطفل، فتمسخها وتطمس فطرتها، وتشوه كما لها.

مشكلة الخوف عند الأطفال

ليس غريباً أن نخاف!! فالخوف أمر طبيعي يشعر به الإنسان في بعض المواقف التي تهدد حياته بالخطر. والخوف الطبيعي المعقول مفيد للإنسان، فإذا كان الفرد منا لا يخاف النار؛ فقد تحرقه أو تقضي عليه، لكن هناك من الخوف ما هو مَرَضِي، بل إن من الخوف ما هو قاتل!!.. فالخوف المبالغ فيه والمتكرر لأي سبب يكون خوفاً غير طبيعي.

الخوف: حالة انفعالية طبيعية يشعر بها الإنسان وكل الكائنات الحية في بعض المواقف التي يهدده فيها نوع من الخطر. وقد تظهر هذه المخاوف بصورة واضحة في سن الثالثة من العمر، وتتراوح درجاتها بين: الحذر، والهلع، والرعب.

من أين يأتي الخوف للأطفال؟ هناك بعض الأمور التي تسبب الخوف عند الطفل، ومنها:

١- تهديد الأبوين له وتخويفه باستمرار مما يعرضه لمخاوف كثيرة.

٢- مشاهدة المناظر العنيفة أو المرعبة، واستماعه إلي القصص المخيفتة، وهذا يبين خطورة قصص الجن والعفاريت، وكذا لك أفلام الرعب والقصص البوليسية.

٣- فقد الحب والرعاية، حيث تكثر مخاوف الأطفال من فقد أمه أو أبيه، أو فقد الأمن بهجر والده له، أو انفصال أمه عن أبيه، ومما سيقع عليه من أذى وكراهية وحرمان.

٤- الخوف بالعدوى، فحالات الخوف كغيرها من الحالات الانفعالية تنتقل من فرد إلي آخر بالتأثير، فالكثير من الأمهات يظهرن الخوف والهلع أمام أطفالهن، مثل خوفهن من الحيوانات الأليفة، فينشأ أطفالهن علي الخوف من هذه الحيوانات.

٥- المبالغة في الخوف والقلق من الآباء علي الأبناء، فإذا رأي الصغير علي وجه أمه الارتباك وشحوب اللون إذا جرح جرحاً صغيراً، أو وقع علي الأرض؛ فإنه سيصاب بالذعر والخوف، وبهذا ينشأ الطفل شديد الخوف علي نفسه.

٦- البيئة العائلية المليئة بالتهديدات والمشاجرات والخلافات، والتي تززع اطمئنان الطفل وتجعله ينشأ علي الخوف.

وأكثر مخاوف الأطفال شيوعاً تكون من

* الأشياء المحسوسة؛ مثل الخوف من العسكري أو الطبيب

* بينما المخاوف غير المحسوسة تكون أقل شيوعاً، مثل الخوف من الموت والعضائيت.. إلخ.

وتلك أمور غالباً ما يكون السبب في نشوئها لدي الأطفال هم الآباء أنفسهم.

ويخطأ الأب والأم عندما يُخَوِّفان الطفل من شيء بهدف الضحك والتسلية، فهذه قسوة لا نظير لها، فما أقبح أن

يصرخ الطفل خوفاً، والأب والأم يضحكان من خوفه.

ويمكن تقسيم الأولاد من حيث الخوف إلي:

(١) أطفال لا يخافون؛ وهذا أمر نادر للغاية، ويرجع عادة لقلّة الإدراك، مثل: ضعاف العقل، أو الصغير الذي لا يفهم ما حوله. كالذي يمسك الثعبان جهلاً، أو سهواً، أو من عدم الانتباه.

(٢) أطفال يخافون خوفاً عادياً؛ قد يكون الخوف شعوراً طبيعياً يحسه كل من الطفل والبالغ عندما يخاف مما يخاف منه أغلب من في سنه كالخوف من حيوان مفترس.

(٣) أطفال يخافون خوفاً مَرَضِيّاً؛ وهو خوف شاذ مبالغ فيه ومتكرر أو شبه دائر مما لا يخيف أغلب من في سن الطفل، وقد يكون وهمياً (Phobia) ... إلخ.

علامات الخوف:

في سن الطفل الأولي؛ فزع علي ملامح الوجه وصراخ.

بعد السنة الثانية؛ صياح، وهروب، ورعشة، وتغيرات في ملامح الوجه، والكلام المتقطع، وقد يصحبه عرق وتبول لا إرادي.

التعرف علي مدى تأثير الخوف عند الأطفال بمقارنته بدرجة مخاوف الآخرين؛

* - الخوف من الظلام طبيعي لطفل الثالثة، أما إذا نتج عنه فزع شديد، وفقد الطفل اتزانه، كان خوفاً شاذاً في ضوء التقاليد السائدة.

* - مرحلة الحضانتة والطفولتة المبكرة مرحلة هامّة لزرع الشعور بالأمن والطمأنينة.

* - كبح جماح الطفل في التعبير عن الخوف، والضغط عليه لضبط انفعالاته بالتخويف، يحول دون نموه وجدانياً نحو حياة غنية بالخبرات، ويؤدي به إلي الضحالة الانفعالية والانطواء.

* - دفع الطفل في المواقف التي تخيفه بهدف مساعدته للتغلب علي الخوف لا يجدي معه، وقد يضره بشدة.

* - الطفل الأكثر ذكاءً في البدايتة يخاف من أشياء كثيرة بسبب نمو مدركاته واستطلاعها لما حوله، ومع تقدم السن تقل هذه المخاوف غير المنطقية وهناك نوع من الخوف يطلق عليه اسم الفوبيا (Phobia) وهذه

الفوبيا لها عدة صور منها؛

* الخوف من المجهول.

* الخوف من الفشل.

* الخوف من الموت المرتبط بالتهديد.

وعموماً الخوف من الأشياء التي لا تمثل تهديداً حقيقياً وفعلياً للإنسان في الحاضر.

مِمَّ يَخَافُ الْأَطْفَالُ؟

في السنة الأولى: يخاف الطفل من الأصوات العالية الفجائية بصفة أساسية. ومن ٢:٥ سنوات؛ تزداد تأثيرات

الخوف بتعدد أنواعها.

والطفل يخاف من الأماكن الغريبة الشاذة، ويخاف الوقوع من مكان مرتفع، ويخاف الغرباء، كما يخاف

الحيوانات والطيور التي لم يألفها، ويخاف تكرار الخبرات المؤلمة كالعلاج والعمليات الجراحية مما يخاف منه

الكبار في بيئته سواء كانت مخاوف واقعية أو وهمية أو خرافية، ويخاف الظلام، والدخان المتصاعد من النار، ويخاف الغول، ويخاف تصديق الأطفال للتهديدات المحيطة مثل: سأذبحك وسأصل الكهرباء إلي جسمك، العفريت ينتظر ك في هذا المكان.

الخوف والثقة بالنفس: بعض الأطفال يعانون من الخوف مع معظم المواقف، وهؤلاء يعانون من ضعف الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمن والطمأنينة، وقد يصاحبها ظهور مخاوف غير واقعية، وأعراض أخرى كعدم القدرة علي الكلام والتهتهة والانطواء والخجل والاكتئاب والتشاؤم وتوقع الخطر.

أسباب عدم الثقة بالنفس:

- (١) التربية الخاطئة في الطفولة الأولى، كالحماية الزائدة، أو التدليل الزائد.
- (٢) مقارنة الآباء بين طفل وآخر، بهدف التحفيز والتحميس مما يأتي بنتائج عكسية.
- (٢) النقد والزجر والتوبيخ والضرب.
- (٤) التنشئة الاعتمادية.. التي لا تدفع الطفل إلي التعرف بمفرده علي مواقف الحياة.
- (٥) تسلط الآباء وسيطرتهم.
- (٦) اضطراب الجو العائلي ومنازعات الوالدين.
- (٧) النقص الجسماني (عرج - حول - طول مفرط - قصر شديد - تشوه - سمنة مفرطة - انخفاض درجة الذكاء - والتأخر الدراسي).
- (٨) النشأة في بيئة تعاني من القلق النفسي والخوف وعدم الثقة.
- (٩) تكرار الفشل والإخفاق.

الوقاية من الخوف:

- (١) إحاطة الطفل بجو من الدفء العاطفي والحنان والمحبة، مع الحزم المعتدل والمرن.
- (٢) إذا صادف الطفل ما يخيفه يجب علي الأم ألا تساعد علي النسيان حتى لا تصبح مخاوف مدفونة، فبالفهم والطمأنينة وإجابة الأسئلة التي تُحيرهُ يستطيع التخلص من مخاوفه.
- (٢) تربية روح الاستقلال والاعتماد علي النفس في الطفل.. بالتقدير وعدم السخرية وعدم المقارنة.
- (٤) توفير جو عائلي هادئ ومستقر يشبع حاجاته النفسية.
- (٥) اتزان وهدوء سلوك الآباء (بلا هلع ولا فزع) في المواقف المختلفة خاصة عند مرضه، أو إصابته بمكروه؛ لتفادي الإيحاء والتقليد والمشاركة.
- (٦) مساعدته علي مواجهة مواقف الخوف - دون إجبار أو نقد - وتفهمه حقيقة الشيء الذي يخاف منه برفق وحنان.
- (٧) إبعاده عن مثيرات الخوف (المآثم - الروايات المخيفة - الخرافات - الجن والعفاريت -.. إلخ).
- (٨) عدم الإسراف في حثه علي التدين والسلوك القويم بالتخويف من جهنم والشياطين حتى لا يزيد شعوره بالضيق والخوف.
- (٩) مساعدته علي معرفة الحياة وتفهم ما يجهد، وبث الأمن والطمأنينة في نفسه.
- (١٠) تنشئته علي ممارسة الخبرات السارة كي يعتاد التعامل بثقة وبلا خوف.
- (١١) عدم قلق الآباء علي الأبناء، والتقليل من التحذير وعدم المبالغة والاستهزاء والحماية الزائدة.

علاج الخوف:

- (١) إزالة خوف الطفل بربط ما يخيفه بانفعال سرور (تطبيق قاعدة الإشتراط تطبيقاً عكسياً).
- (٢) العلاج النفسي بالكشف عن مخاوفه ودوافعها المكبوتة، وتصحيح مفاهيمه.
- (٢) العلاج الجماعي بتشجيعه على الاندماج مع الأطفال وتفاعله الاجتماعي السليم.
- (٤) علاج مخاوف الوالدين وتحسين الجو المنزلي.
- (٥) تعاون المدرسة مع الآباء في علاج الأطفال وعدم استعمال التخويف والضرب في المدرسة.
- (٦) علي الأمر أن تعلم ولدها دائماً الخشية من الله - عز وجل - حتى يرق قلبه، وتصير التقوى صفة لازمة له، قال تعالى:

{وأما من خاف مقام ربه ونهي النفس عن الهوى. فإن الجنة هي المأوي} [النازعات: ٤٠-٤١]. وقال: {ولمن خاف مقام ربه جنتان} [الرحمن: ٤٦]، وتعلمه الخوف من المعاصي: {قل إني أخاف إن عصيت ربي عذاب يوم عظيم} [الأنعام: ١٥]، ولكن عليها أن تحذر من الإسراف في تهديد طفلها من التخويف والتهديد بالعذاب والنار، وتدرِك أن خوف الطفل من الله وحده يمنع عنه الخوف مما سواه.

٢- التأخر الدراسي

مشكلة تربوية اجتماعية يعاني منها التلاميذ، ويشقي بها الآباء في المنازل، والمعلمون في المدارس، وهي من أهم المشكلات التي تشغل المهتمين بالتربية والتعليم في العالم؛ لأنها تحدد إمكانيات الدول المادية والبشرية، ويتضح حجم المشكلة إذا عرفنا أن (٢٠) تلميذاً من بين كل (١٠٠) تلميذ يعانون من هذه المشكلة.

ويقصد بالتأخر الدراسي قلّة التحصيل الدراسي للطفل بالمقارنة بمستوى زملائه. فالطفل المتأخر دراسياً؛ هو التلميذ الذي يكون مستوي تحصيله دون مستوي نظرائه ممن هم في مثل سنه، أو يكون مستوي تحصيله أقل من مستوي ذكائه العام.

سمات وخصائص المتأخرين دراسياً:

أولاً: السمات والخصائص العقلية:

- * نقص الذكاء، ويكون أقل من المتوسط.
- * عدم القدرة علي التركيز والانتباه، وضعف الذاكرة.
- * ضعف التفكير القائم علي الاستنتاج، واضطراب الفهم.
- * القدرة المحدودة علي التفكير الابتكاري والتحصيل.
- * عدم القدرة علي التفكير المجرد واستخدام الرموز.
- * الفشل في الانتقال المنظم من فكرة إلي أخرى.
- * التحصيل بصفة عامة دون المتوسط، وفي مواد خاصة ضعيف.

ثانياً: السمات والخصائص الجسمية:

- * الإجهاد والتوتر والكسل.
- * الحركات العصبية والتوتر.
- * ضعف الصحة العامة.
- * ضعف الحواس كالسمع والبصر والشم والتذوق.
- ثالثاً: السمات والخصائص الانفعالية:
- * العاطفة المضطربة والقلق والخمول والبلادة.
- * الاكتئاب وعدم الثبات الانفعالي.
- * الشعور بالذنب والشعور بالنقص والفشل والعجز واليأس.
- * الغيرة والحقد والحجل.
- * الاستغراق في أحلام اليقظة وشروذ الذهن والعدوان.
- * الانسحاب من المواقف الاجتماعية والانطواء.

رابعاً: السمات والخصائص الشخصية والاجتماعية:

- * القدرة المحدودة في توجيه الذات، أو التكيف مع المواقف الجديدة أو المتغيرة.
- * الانسحاب من المواقف الاجتماعية، ومن ثم الانطواء والعزلة والسلبية والانحراف.

أسباب التأخر الدراسي:

هناك أسباب تتعلق بالتأخر الدراسي منها ما يتعلق بالطفل، ومنها ما يتعلق بالمدرسة أو المنزل، بالإضافة إلى وجود أسباب أخرى مساعدة لهذه المشكلة.

أولاً: الأسباب التي تتعلق بالطفل:

- (١) أسباب عقلية: والمراد منها هو ضعف الذكاء العام للطفل، والذي يعد من أقوى الأسباب في التأخر الدراسي.
- (٢) أسباب جسمية: والمراد منها هو اضطرابات النمو الجسمي، وضعف البنية والصحة العامة، والأمراض الطفيلية المزمنة، واضطرابات إفرازات الغدد، والعاهات الجسمية كطول البصر وقصره وعمي الألوان، بالإضافة إلى حالات الاضطراب التي تصيب اللسان وأجهزة الكلام، مما يسبب صعوبة النطق.
- (٢) أسباب انفعالية: كشدة الحياء، والقلق وعدم الاستقرار.

ثانياً: الأسباب التي تتعلق بالمدرسة:

- سوء توزيع التلاميذ في الفصول وعدم مراعاة التناسق والتجانس أثناء توزيعهم.
- عدم الانتظام في الدراسة، وذلك بتكرار الغياب والتأخر.
- كثرة تنقلات المعلمين وعدم استقرارهم.
- الإدارة الدكتاتورية والتنظيم السيئ بالمدرسة.
- طريقة التدريس والمناهج التي لا تتماشى مع أهداف التربية الحديثة، وعدم إدراك الفروق الفردية بين التلاميذ.
- ثالثاً: الأسباب التي تتعلق بالمنزل، ومنها:

- المستوى الاقتصادي الذي يلعب دوراً خطيراً في عملية التأخر الدراسي أو عدمه.
- المستوى الثقافي كأن يكون الطفل مثلاً في بيئة لا تهتم بالتعليم، مع عدم توفر الجو المناسب له عند المذاكرة.
- الجو المنزلي: والمقصود منه كثرة المشاحنات والخلافات داخل الحياة المنزلية، أو استبداد الآباء والتفريق بين الأبناء في المعاملة، أو قسوة زوج الأم أو زوجة الأب، أو التدليل أو الإهمال، أو العقاب المستمر، أو الابتعاد عن غرس القيم الدينية.
- كل هذا يسبب القلق والاضطرابات للطفل مما يؤثر على حياته، ويكون نتيجة ذلك تأخره الدراسي.

رابعاً: العوامل المساعدة للتأخر الدراسي:

هناك بعض العوامل التي تسهم في تأخر الطفل دراسياً وذلك؛ كفقدان التوازن العاطفي، وانحطاط المستوى الثقافي في المنزل، وعدم المواظبة علي الحضور في المدرسة، والفقير المادي في المنزل.

علاج التأخر المدرسي:

١- دور المدرسة:

للمدرسة دور كبير في التغلب علي مشكلة التغلب الدراسي وذلك عن طريق:
- الاهتمام بالفروق الفردية.

- التقليل من عدد التلاميذ في الفصول ذات المستوى العلمي الضعيف مع زيادة عدد المعلمين.
- حذف المواد الدراسية التي لا تتناسب مع عقول الصغار وتصوراتهم.
- الاهتمام بالتوجيه التربوي والمزيد من الإعداد الجيد للمعلم.
- محاولة تضييق الفجوة بين الدراسة النظرية وواقع المجتمعات.
- الاهتمام بالنواحي الاجتماعية وحل ما يواجه الأطفال الذين يعانون من التأخر الدراسي من مشكلات.
- الاهتمام بالمناهج الدراسية، وطرق التدريس، ووسائل الإيضاح التعليمية.
- الاهتمام بالنواحي الصحية للتلاميذ، وعمل فحوص دورية لهم.
- أن تهيئ المدرسة الجو المدرسي الصالح وفق حاجاتهم ورغباتهم وميولهم وزيادة ألوان النشاط المحبب إليهم.
- أن يسمح للأطفال بممارسة ألوان النشاط والحركة داخل الفصل، وبفناء المدرسة، وسط الهواء الطلق والشمس الساطعة في بعض الأوقات، مع تزويدهم ببعض الألعاب التعليمية الهادفة.

- ويختلف علاج التأخر الدراسي باختلاف السبب، فإذا كان السبب ضعف حيوية الطفل فإنه يعرض علي طبيب المدرسة أو الوحدة العلاجية.

وإذا كان السبب هو ضعف البصر، يعرض علي الطبيب المختص، ويجلس الطفل قريباً من السبورة.
أما إذا كان التأخر بسبب انحرافات مزاجية وعوامل نفسية، فيستعان بالعيادات النفسية، ويفضل وجود مرشد وموجه نفسي في كل مدرسة يعاون المعلمين.

- وهناك حالات يكون سببها المعلم، نتيجة طريقته في التدريس، أو قسوته، أو الازدحام في الفصل، مما يؤدي إلي عدم استفادة الأطفال منه، لذلك عليه أن يطور من طرق تدريسه، وأن يفهم نفسيات ومشكلات التلاميذ، وأن يعد لكل منهم بطاقات تبين حالاتهم ومشاكلهم، ويبين العلاج الذي يناسبهم.
وفي بعض الحالات يفضل عمل مجموعات دراسية لهؤلاء التلاميذ لتعويض ما فاتهم بسبب المرض أو الغياب.

أما عن دور الأمر والأسرة في علاج التأخر الدراسي فيجب مراعاة ما يلي:

- العمل على تنمية ذكاء الطفل.
- الاهتمام بالطفل صحياً.
- الاهتمام بتغذيته جيداً.
- العمل على تخليص الطفل مما يعانيه من اضطرابات نفسية، وتصحيح علاقته بالمجتمع والناس من حوله.
- العمل على تنقية الجو الأسري الذي يعيش فيه من الخلافات والمشاحنات، وتنمية إحساسه بالأمان والاستقرار.
- متابعة الطفل من خلال زيارته بالمدرسة، والاطلاع على كتبه وكراساته، والوقوف على مستواه الدراسي.
- العمل على ترغيب الطفل في المدرسة والدراسة.

٢- العدوان

العدوان قد يكون في إحدى صوره ضرورة لحياة الإنسان وبقائه، فهو بمثابة سلاح يدافع به عن نفسه ضد الطبيعة والأفراد.

والعدوان هو القيام بأفعال عدوانية نحو الآخرين، وما يعادلها من عدااء معنوي، وهو محاولة تخريب ممتلكات الآخرين. كما أنه ضرب من السلوك الاجتماعي غير السوي يهدف إلي تحقيق رغبة صاحبه في السيطرة.

فالعدوان سلوك مرضي موجه للإيذاء والإيلام والحاق الضرر، وإذا نظرنا إليه من الجانب الإيجابي نجده وسيلة لأن يثبت الطفل فيه ذاته، ويعتبر تعويضاً عن الإحباط الذي يعانيه الشخص المعتدي.

والعدوان يأخذ أشكالاً شتى، وتأثيره قد يكون سلبياً، وقد يكون إيجابياً، فالعدوان السلبي يكون موجهاً نحو الذات (نحو الطفل نفسه)، ويكون الطفل عندئذ عنيداً وغير متعاون، بخلاف العدوان الإيجابي، فهو يتمثل في الاعتداء علي الآخرين أو تدمير ممتلكاتهم.

أما العدوان من حيث القوة، فقد يكون سافراً أو مكبوتاً، فالسافر ينصب مباشرة علي المنافس، ويتخذ أشكالاً متفاوتة الخطورة (كالاعتداء، والمشاجرة، وكلمات التحقير... إلخ)

أما العدوان المكبوت فتختفي فيه النزعة العدوانية في اللاشعور، وقد يعبر عنها بأساليب غير مباشرة. والعدوان من حيث شكل التعبير قد يكون مادياً، وقد يكون لفظياً، فالمادي هو الاعتداء علي الآخرين باليد وما شابه ذلك، أو بتدمير ممتلكاتهم، أما العدوان اللفظي فيكون بتوجيه الألفاظ الخارجة، مثل السباب، والتهكم، والسخرية والمشاجرة.

وتبدو ملامح هذه المشاجرة بين الأطفال عندما يقوم أحدهم بتعطيل أو تخريب لعب زميله، أو السيطرة عليها، وهي تكثريين الذكور، بينما تتسم مشاجرة الطفلة مع الطفلة بالشكل اللفظي والاعتراض الكلامي، وذلك لثموقدريتها اللغوية في التعبير عن مشاعر غضبها وقلقها.

العوامل التي تسبب العدوان:

هناك عوامل عديدة تؤدي إلي العدوان منها:

- فقدان الشعور بالأمن نتيجة الحرمان والإحباط.
- تهديد وامتهان الذات وفقدان الاعتبار.
- المشكلات الأسرية.
- التشوهات الخلقية.
- الحماية الزائدة والتدليل الزائد.

- ثورة وعصبية الأب لأتفه الأسباب.
- غياب أو ندرة فرص التعبير.
- غياب الحرية أو تقييدها.
- غياب السلطة الضابطة أو اضطرابها.
- تغير السلطة الضابطة أو تعددها.
- تنمية البوادر العدوانية بإهما لها؛ أو التكاسل عن علاجها.
- الكراهية الشديدة أو الغيرة.
- التربية الخاطئة والتعليم المغلوط.

أساليب الكشف عن العدوان:

يمكن التعرف علي الميول العدوانية عند الطفل من خلال الأساليب التالية:

- ملاحظة الطفل أثناء لعبه بالعرائس والدمى، ومن خلال رسوماته.
- من خلال القصص التي يقصها الطفل استجابة لسلسلة من الصور التي تعرض عليه.
- صور التعبير عن العدوان وهي كثيرة منها ما يكون بالوجه، أو باليد، أو بالقدم، أو باللسان، أو بالتمرد والعصيان، أو بالعناد والتحدي، أو بالفضل في الدراسة، أو بالخيانة.

العوامل المؤثرة في السلوك العدواني:

هناك عوامل كثيرة تؤثر في السلوك العدواني، منها: ما يعود إلي الطفل نفسه وذلك من خلال سنه، أو أصدقائه، أو ذكائه، أو تعليمه، أو مستواه المعيشي وتكوينه النفسي والاجتماعي، ومنها ما يعود إلي الأسرة من خلال عمل الوالدين وانشغالهما، بالإضافة إلي العلاقات الأسرية الهشة، ومنها عوامل خارجية كوسائل الإعلام المختلفة.

وقد يظهر العدوان إذا غابت الأم، وخاف الطفل فيصيح ليعبر عن ذاته ووجوده، والطفل يكثركلامه ليعلن عن وجوده، ويلفت النظر إليه، كما أن العدوان نوع من تحقيق القدرة وتأكيد الذات، وهي خاصية إنسانية يحتاج إليها الإنسان، وعدمها يعرضه للفضل في تحقيق وجوده وإمكاناته.

وقد يكون العدوان تدريباً للطفل ليكون مستعداً في الوقت المناسب للدفاع عن بقائه ووجوده، وتأكيد ذاته، وقد يكون العدوان كنوع من المقاومة للحقيقة، مثل مقاومة الشخص لكشف حقيقة نزاعه ومواقفه السلبيّة، وتكون المقاومة في شكل عدواني سافر، وقد يرجع العدوان إلي الحاجة إلي الحرية، فالصغار يثورون طلباً للحرية، ويستخدمون في ذلك العناد والمخالفة ورفض الطعام والتخريب.... إلخ.

كما يلاحظ أيضاً أن مشاهدة الأطفال للعنف في وسائل الإعلام يؤثر بشكل كبير علي سلوك الأطفال. والطفل الذي يشعر بتقبل والديه له ينجح في التكيف مع بيئته، بخلاف الطفل الذي لا يشعر بتقبل والديه له،

فإنه يميل إلى العدوانية، أي أن اتجاه التقبل الوالدي يرتبط بالعدوانية ارتباطًا سالبًا، كما أن اتجاه التفرقة الوالدي يرتبط بالعدوانية ارتباطًا موجبًا.

علاج مشكلة العدوان:

علي الأمر معرفة الأسباب الحقيقية التي تؤدي إلى خلق السلوك العدواني لدى الأطفال، وعليها تعليمهم موقف الإسلام من هذا السلوك المرفوض، فالإسلام يحرم العدوان بجميع أشكاله، وليس أدل على ذلك من قوله تعالى: {وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ} [البقرة: ١٩٠]. كما حرم كل أشكال التعاون في هذا الأمر الأثيم، قال تعالى: {وتعاونوا على البر والتقوى ولا تعاونوا على الإثم والعدوان} [المائدة: ٢]. وعليها أن تعلم أولادها حب الآخرين، لقوله: (لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه) [متفق عليه]. وتدريبهم على العطاء وتساعدتهم على منح الهدايا، قال (تهادوا تحابوا) [أبو يعلى]. وغير ذلك من الأخلاق التي تضاد السلوك العدواني لدى الصغار وتبغضهم فيه.

٤- الكذب

الكذب داء خطير إذا استشرى في المجتمع، ترك أثراً مدمراً عليه. لذلك اعتبره الإسلام من صفات المنافقين، قال رسول الله (؛ "أربع من كن فيه كان منافقاً خالصاً، ومن كانت فيه خصلة منهن؛ كانت فيه خصلة من النفاق حتى يدعها: إذا ائتمن خان، وإذا حدث كذب، وإذا عاهد غدر، وإذا خاصم فجر" [متفق عليه]. والطفل يتعلم الصدق من المحيطين به إذا كانوا يراعون الصدق في أقوالهم وأعمالهم ووعودهم، والطفل الذي يعيش في بيت يكثرفيه الكذب لا شك أنه يتعلمه بسهولة، خصوصاً إذا كان يتمتع بالقدرة الكلامية واللباقة وخصوصية الخيال؛ لأن الطفل يقلد من حوله، فيتعود منذ طفولته علي الكذب. والكذب سلوك مكتسب، وليس سلوكاً موروثاً، وهو عند الأطفال أنواع مختلفة تختلف باختلاف الأسباب الدافعة إليه، ومن هذه الأنواع:

الكذب الخيالي؛

الطفل الصغير لا يميز بين الحقيقة والخيال، ومن هنا فإن كلامه يكون قريباً من اللعب، فيتحدث وكأنه يلعب ويتسلى، ويكون حديثه نوعاً من التعبير عن أحلام طفولته أو ما يطلق عليه (أحلام اليقظة) التي تعبر عن رغباته وأمنيته التي يصعب التعبير عنها في الواقع. وهذا النوع من الخيال لا يعتبر كذباً، ولا يندربانحراف سلوكي أو اضطراب نفسي، وقد يلفق طفل عمره أربع سنوات قصة خيالية، حيث تختلط الأفكار عنده فلا يفرق بين الصواب والخطأ، أو الحقيقة والخيال.. هذه القصة يجب ألا ينظر إليها علي أنها كذب مما نتعارف عليه، حيث إن خياله قادر علي أن يجعل من الأوهام حقيقة واقعة.

الكذب الادعائي؛

قد يعاني الطفل من الشعور بالنقص مما يدفعه إلي محاولة التغلب علي ذلك بالكذب، فيبالغ في حديثه عن الأشياء التي يملكها، وفي حديثه عن صفاته وصفات أفراد أسرته، وذلك قد يحقق له مكانة وقيمة وسط زملائه. مثال ذلك: أن يدعي الطفل أن عنده لعبة كبيرة، ويأخذ في وصفها وحجمها بشيء من التهويل، كما أنه يلجأ إلي الادعاء والمباهاة بما يملك من اللعب، وهذا النوع من الكذب لا ضرر منه، وقد تراه الأمر بشكل متكرر في حديث طفلها، كما يلجأ إليه لجذب انتباه الأمر وأفراد الأسرة، فيدعي المرض، ليحصل علي درجة كافية من عطف أبويه. ومن الأشكال الأخرى لهذا النوع من الكذب: أن تري الأم طفلها يتهم غيره بضربه وإيذائه، وهنا يجب علي الأم أن تسرع بمعالجة الأسباب النفسية التي أدت إليه. الكذب خوفاً من العقاب: وهذا أكثر أنواع الكذب انتشاراً، وقد يلجأ إليه الأطفال من وقت لآخر خوفاً من العقاب، فقد يكسر الطفل لعبة أخته بطريق الخطأ، فإذا ما سئل عن ذلك أنكر وقوع الحادثة بأكملها، ومن الخطأ في مثل هذه الحالات أن نقسو علي الطفل؛ لأن ذلك لن يحمله علي الاعتراف بأخطائه، أما إذا أردنا أن

يعترف الطفل بأخطائه فيجب أن نساعد علي ذلك، فيمكن أن تقول له الأمر مثلاً: لقد كسرت اللعبة... تري ماذا حدث لها؟ مثل هذه العبارة تساعد الطفل أن يعترف ببساطة: أنا كسرتها. إنني آسف.. وذلك بدلاً من أن تخاطبه فتقول له عبارة: أنت الذي كسرت هذه اللعبة، اعترف أيها الشقي؟! وعندما يعترف الطفل بقيامه بخطأ ما، فلا ينبغي أن يُعاقب عقاباً قاسياً، حتى لا ندفعه إلي الكذب في المرة القادمة.

كذب الانتقام والكراهية: يكذب الطفل في هذه الحالة لإسقاط اللوم علي شخص ما يكرهه أو يغار منه، ويكون الكذب في هذه الحالة تنفيساً عن الكراهية المكبوتة في نفس الطفل ضد من يكرهه. مثلاً: الطفل الذي يغار من أخيه غير شديدة، قد تدفعه الغيرة إلي تصور أن ضرراً كبيراً قد حدث لأخيه لمجرد أنه وقع وهو يجري مثلاً، عندئذ قد يجري إلي أمه وهو يحمل إليها قصة خيالية، بأن أخيه قد جرح جرحاً شديداً وسال دمه وأغمي عليه. عندما تكتشف الأمر مثل هذه المبالغات، فلا تعاقب الطفل أو تصفه بالكذب، بل يكفي أن تقول له: أنت تخشي عليه إلي هذه الدرجة؟ الحمد لله أنه لم يصب بالشكل الذي وصفته، إنه مجرد جرح بسيط، والآن ساعدني علي تنظيف مكان الإصابة وتطهيره. وهذا النوع من الكذب خطر علي الصحة النفسية للطفل، وقد يكون أحد أعراض حالة نفسية مرضية.

الكذب التقليدي:

يتعلم الأطفال الكثير من الأشياء عن طريق ملاحظتهم للكبار وخاصة الوالدين، فالقدوة وسيلة تربوية مؤثرة، وعلي الأمر ألا تكذب علي أطفالها بحجة إسكاتهم عن البكاء، ولقد حذر الرسول (المربين من الكذب أمام أطفالهم ولو بقصد الإلهاء أو الترغيب، فعن عبد الله بن عامر -رضي الله عنه- قال: دعنتني أمي يوماً، ورسول الله (قاعد في بيتنا، فقالت: ها تعال أعطيك. فقال لها رسول الله (: (وما أردت أن تعطيه؟) قالت أعطيه تمراً، فقال لها رسول الله (: (أما إنك لو لم تعطيه شيئاً كتبت عليك كذبة) [أبو داود]. وكثيراً ما يخدع الآباء الأطفال فيكذبون عليهم في كثير من الأمور، ومن ثم يقلد الأطفال الآباء، ويلجئون إلي نفس السلوك في حياتهم.

مثال ذلك: أن تعد الأمر الطفل بأنها ستأخذه ليزور أخواله ثم يخرج معها فيجأ بأنها ذهبت إلي الطبيب، وأن يأتي شخص ما ليسأل عن الوالد فتقول الأمر بأنه غير موجود، بينما هو جالس أمام طفله ولذا يعرف (بالكذب الإيجائي).

الكذب المزمن:

ويندفع الطفل إليه بطريقة غير شعورية... ويكون الكذب عادة تلازمه في أغلب مواقفه. والطفل الذي يلجأ إلي هذا النوع من الكذب غالباً ما يكون فاشلاً في حياته المدرسية، يعاني من عدم القبول

من الأسرة والزملاء، لاتصافه بالكذب، ورغبة منه في تحقيق ذاته وسد الشعور بالنقص الذي يعاني منه، فقد يلجأ إلى السرقة، لتحقيق نوعاً من النجاح.

علاج الكذب:

إذا أردنا أن نعالج كذب الأطفال، فيجب دراسة كل حالة علي حدة، ومعرفة الدافع إلى الكذب، ومن الأهمية أن يكون عمر الطفل موضوعاً في الاعتبار، فإذا كان عمره أقل من أربع سنوات، فعلي الأمر ألا تنزعج مما يصوره له خياله، وتسارع إلى مساعدته ليدرك الفرق بين الواقع والخيال. ويجب علي الأمر أن تكون قدوة يحتذي بها الطفل، فلا تقول إلا الصدق، ولا تكذب عليه حتى لا يتعلم الكذب فيكون كذاباً.

ويجب أن تدرك الأمر أنه لا فائدة من علاج الكذب بالتهديد والسخرية والعقاب؛ لأن ذلك لن يجدي مع الطفل، ولن يمنعه من الكذب، بل إن الطفل سيعاند ويستمر في كذبه. وعلي الأمر وأفراد الأسرة إشباع حاجات الطفل النفسية، وتبصرته بأهمية الأمانة والصدق فيما نقوله ونفعله، ونشجعه علي ذلك.

علي الأمر قبل أي شيء خلق جو من الطمأنينة والثقة بينها وبين طفلها، وأن تشجعه علي الصدق، بل وتكافئه علي ذلك.

ولا شك أن الكذب لا يمكن أن يتسلل إلى أسرة تتسم كلها بالصدق، والخطر كل الخطر أن يقوم الكبار بصفة مستمرة ويومياً بقول الأكاذيب علي مسمع من الأطفال.

علي الأمر أن تراعي بعض الأمور التي تساعد في غرس قيمة الصدق عند طفلها فمثلاً:

عليها ألا تأمر طفلها بإخفاء شيء ما عن أبيه؛ بحجة أن الأب عصبى، وأن عقابه سيكون شديداً.

ألا تعود ابنها علي الكذب، كأن تقول له: إذا اتصلت السيدة فلانتي بي، فقل لها أنا لست موجودة، فليس لدي الوقت لمحدثتها.

ألا تُعلم طفلها الكذب علي مدرسيه، كأن تصحبه لنزهة، وتطلب منه أن يخبر المدرس أنه كان مريضاً.

٥- اضطرابات النوم

تعتبر حاجة الطفل إلى النوم حاجة طبيعية؛ ففي الشهر الأول ينام الطفل عشرين ساعة تقريباً، ثم ينخفض ما يحتاجه من ساعات النوم، فتصل إلى (١٦) ساعة أو أقل في نهاية الشهور الستة الأولى، ثم تنقص تدريجياً إلى (١٢) ساعة في سن الرابعة، وإلى ما يقرب من تسع أو عشر ساعات في دور المراهقة ثم إلى ما يقرب من ثماني ساعات فيما بعد.

ويتوقف عدد ساعات النوم عند الإنسان على حالته الجسمية من حيث الصحة العامة والتغذية، وحالته النفسية من حيث الهدوء والاضطراب، وكذلك الظروف التي ينام فيها الفرد من تهوية ورطوبة شديدة، وما إلى ذلك.

وفي أحيان كثيرة يضطرب نوم الطفل ويقل، ومن مظاهر قلّة النوم: الانقباض، ونوبات الغضب، والكسل، وضعف القدرة على التركيز، وانعدام الاستقرار، وفقدان التوازن الحركي، وازدياد الحالات العصبية لدى الأطفال في الأيام التي لا ينامون فيها نومًا كافيًا؛ كالتهدئة، ومص الأصابع، وقرص الأظافر.

أسباب عدم النوم عند الأطفال هي:

أسباب غير مرضية:

كوجود حشرات بالغرفة كالبعوض والبراغيث، أو إضاءة الغرفة بنور وهاج ينبه أعصاب الطفل، فيمنع نومه، أو يكون الغطاء ثقيلًا في الصيف أو خفيفًا في الشتاء، أو أن تكون الملابس ضاغطة على جسم الطفل، وخصوصًا حزام البطن والفتة، أو أن يكون الطفل جوعان، أو أن يكون قد تبول أو تبرز ولم يتم تغيير ملابسه.

أسباب انفعالية:

كفقدان الطفل للشعور بالأمن، أو اختفاء شخص عزيز عليه، أو إجبار الطفل على النوم، والإسراع في قطع حالات سرور الطفل إذا حانت ساعة النوم.

أسباب مرضية:

كسوء الهضم أو الإمساك أو الإفراط في الأكل قبل النوم، أو اضطراب الغدة الدرقية أو وجود ديدان. وهناك مشكلات أخرى عديدة تتعلق بنوم الطفل، ومن أبرزها:

- * - نقص قدرة الطفل على الانتقال من حالة اليقظة إلى حالة النوم إلا بمساعدة خارجية، كأن تحمله الأم على كتفها، أو تهزه، أو تنام بجانبه حتى يستسلم للنوم، أو أن يضع الطفل أصابعه في فمه.
- * - إقلاق الطفل أثناء نومه لأسباب تافهة كمداعبته، أو لكي يراه الضيوف.
- * - كثرة طلبات الطفل عند النوم كالأكل، أو اللعب، أو التذليل.

الأم وعلاج اضطرابات النوم:

- *- أن تتجنب جعل النوم نوعاً من العقاب، فالتهديد بالنوم مبكراً يخلق مشاعر سلبية لدى الطفل.
- *- أن يكون موقف الأم نحو نوم الطفل موقفاً طبيعياً هادئاً.
- *- أن لا تقلق ولا تتوتر إذا رفض الطفل الذهاب إلى النوم.
- *- أن تراعي حالة الطفل قبل نومه؛ فيكون هادئاً مسروراً، وليس من الحكمة مفاجأة الطفل بمنعه من اللعب ثم إرساله إلى النوم، بل يحسن إنذار الطفل وإعطاؤه مهلة كافية لذلك.
- *- أن تلتزم بنظام معين للنوم حتى يعتاد الطفل عليه.
- *- أن تحرص على أن يتعود الطفل في سرير مستقل، وبصفة عامة يجب ألا ينام الطفل في غرفة والديه بعد عمر السنة والنصف، لأن ذلك قد يسبب له حالة من الاضطراب النفسي.
- *- أن تحرص على قراءة قصة لطفلها قبل النوم، وأن تكون القصة خفيفة وأحداثها هادئة، وبعيدة كل البعد عن الإثارة والخوف، بحيث تساعد الطفل على الاستسلام للنوم.
- *- أن تستوثق من أن الطفل لا يعاني من أية صعوبات في الهضم أو أصيب بأيّة حالة مرضية.
- *- عدم تخويف الطفل لإجباره على النوم أو لمواصلته النوم إذا استيقظ ليلاً. حيث نجد بعض الأمهات يخوفن أطفالهن في هذا الصدد بالعقارب أو القطط أو غير ذلك.

٦- التبول اللاإرادي

يقلق كثير من الأمهات عندما يجدن أولادهن قد تجاوزوا الرابعة ولا يستطيعون السيطرة علي عملية التبول. ويستطيع الطفل التحكم في عملية التبول النهاري في الشهر الثامن عشر، أما التحكم في عملية التبول الليلي فيستطيع الطفل السيطرة عليها -عادة- في المدة التي تقع بين منتصف العام الثالث ونهايته (٢.٥-٢ سنوات). وتعتبر عملية التبول اللاإرادي عند الطفل شيئاً طبيعياً حتى سن الثالثة من عمره، وعندما يتجاوز الطفل هذه السن فإنها تصبح مشكلة يجب معالجتها.

أسباب التبول اللاإرادي:

وهي أسباب عضوية، وأسباب نفسية:

- ١- الأسباب العضوية ومنها:
 - * أمراض الجهاز البولي؛ مثل التهاب المثانة البولية، أو التهاب قناة مجري البول الخارجية.
 - * تضخم اللوزتين ووجود زوائد خلف الأنف.
 - * اضطراب الجهاز العصبي أو حساسيته.
 - * الإمساك المزمن وسوء الهضم.
 - * نقص كمية السوائل بالجسم، مما يؤدي إلي تركيز البول وارتفاع نسبة الحموضة فيه.
 - * الضعف العقلي أو البله الشديد عند الطفل.
- ٢- الأسباب النفسية ومنها:
 - * عدم إحساس الطفل بالأمن بسبب معاملته في البيت أو المدرسة، أو نتيجة لظروف بيئية مضطربة يعيشها الطفل، أو إحساسه بالخوف من الحيوانات، أو من الحكايات والقصص المزعجة.
 - * شعور الطفل بالغيرة الشديدة، فيلجأ إلي هذه العملية كوسيلة لجذب الانتباه.
 - * القسوة الشديدة في معاملة الطفل.
 - * حرمان الطفل من العطف والحنان، فيجعل من التبول حيلة لاشعورية تساعده علي تحقيق ما تعود منه الأمر من الاهتمام الشديد بجميع طلباته.

ومن الأسباب الأخرى:

تقصير الأمهات في إكساب أطفالهن العادات الحسنة وابعادهم عن العادات السيئة، وعدم اكتراثهن بالتبول اللاإرادي للطفل.

علاج التبول اللاإرادي:

- يمكن علاج التبول اللاإرادي ببعض الأمور، منها:
- * فحص الطفل فحصاً طبياً شاملاً، فإذا كان السبب عضوياً، فيجب علاجه علي الفور.
 - * استبعاد السوائل من طعام الطفل في المساء، ومنع الأطعمة كثيرة التوابل.
 - * تدريب الطفل علي العادات السليمة وكيفية التحكم في عملية التبول.

*- عدم توبيخ الطفل أو السخرية منه أمام أقرانه وزملائه، لأن ذلك يسبب للطفل إحباطاً نفسياً، وألا تلجأ الأم والمربي في المنزل والمعلم في المدرسة إلى أي عقاب أو تقريع أدبي، بل يجب ألا نجعل الطفل يشعر بأن ما يفعله جريمة أو غلطة كبيرة، لأن ذلك سوف يؤدي إلى تدهور حالته.

*- أن تقوم الأمهات بجولات تفتيشية خلال الليل حتى يستطعن الوقوف على الميعاد الذي يقع فيه التبول، فإذا وقض على الميعاد، وجب عليهن أن يوقظن الطفل، وينبهنه للذهاب إلى دورة المياه.

*- تشجيع الطفل بكافة الوسائل على الامتناع عن التبول اللاإرادي.

وعموماً على الأمهات أن يسرعن بمعالجة التبول اللاإرادي؛ لأن هناك مشكلات أخرى تتعلق به، وتصاحبه العديد من الأعراض النفسية والتي تنتج عن الشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس، وهذه الأعراض تظهر بصور مختلفة منها: الفشل الدراسي، والخجل، والشعور بالمدانة، والميل إلى الانزواء، أو التهتة، أو أن تكون الأعراض تعويضية: كالعناد والتخريب، والميل إلى الانتقام، وكثرة النقد، وسرعة الغضب، كما يصاحب التبول اللاإرادي في كثير من الحالات: النوم المضطرب أو الأحلام المزعجة، أو الفزع الليلي.

من الأشياء التي تؤرق الأم أمراض الكلام التي قد تصيب طفلها، والتي يمكن أن تؤثر علي شخصيته وتهدد مستقبله.

ومن أهم أمراض الكلام عند الأطفال:

- *- تأخر الطفل في الكلام وقلّة عدد الكلمات التي ينطق بها.
- *- الحبسة (أي احتباس الكلام) وعدم القدرة علي التكلم.
- *- الكلام الطفولي والكلام التشنجي.
- *- الإبدال مثل الثأثة، والعيوب الصوتية.
- *- عيوب طلاقة اللسان والتعبير مثل اللجلجة والتتهتة.
- *- السرعة الزائدة في الكلام وما يصاحبها من إدغام وخلط وحذف.

*- عيوب النطق والكلام مثل الخمخمة (الخنف) كنتيجة لتشوه خلقي في سقف الحلق.

*- فقدان الهستيري للصوت وفقدان القدرة علي الكلام نتيجة الخوف من بعض المواقف الصعبة.

وهذه الأعراض كلها قد يصاحبها أعراض حركية، مثل: تحريك الكتفين أو اليدين أو الضغط بالقدمين علي الأرض وارتعاش رموش العينين والجفون وإخراج اللسان والميل بالرأس إلي الأمام أو إلي أي اتجاه، كما قد يصاحبها الأعراض النفسية مثل القلق وعدم الثقة في النفس والخجل والانطواء وسوء التوافق. وهناك مجموعة من العوامل تمهد لظهور صعوبات النطق بعضها عضوي، وبعضها نفسي، وبعضها يرجع إلي الوراثة، وبعضها يرجع إلي التقليد والبيئة.

أولاً: الأسباب العضوية:

- *- اضطراب الأعصاب المتحكّمة في الكلام.
- *- إصابة المراكز الكلامية في المخ بتلف أو نزيف أو ورم.
- *- اختلال الجهاز العصبي المركزي المتحكّم في عملية الكلام.
- *- عيوب الجهاز الكلامي (العنك واللسان والأسنان والشفيتين والفكين).
- *- عيوب الجهاز السمعي حيث تجعل الطفل عاجزاً عن التقاط الأصوات الصحيحة للكلمات مما يؤثر بالتالي علي طريقة نطقها فيما بعد.

ثانياً: الأسباب النفسية:

وهي من أكثر العوامل التي تسبب مشكلات الكلام، وتتركز في:

- *- التوتر النفسي المصاحب للقلق وعدم الشعور بالأمن والطمأنينة.
- *- الصراع، والقلق، والخوف المكبوت، والصدمات الانفعالية.
- *- الشعور بالنقص وعدم الكفاءة.
- *- قلق الآباء علي قدرة الطفل علي الكلام.

- *- الرعاية الزائدة أو التدليل الزائد.
- *- المبالغة في حرمان الطفل من الحنان وجوعه العاطفي يؤديان إلي النتيجة نفسها.

ثالثاً: الأسباب البيئية:

- ترجع عيوب النطق إلي ظروف بيئية مثل:
- *- تقليد الطفل للكلام المضطرب والنطق غير السليم من قبل الآباء والأمهات.
- *- تأخر نمو الطفل بصفة عامة أو ضعفه عقلياً.
- *- تعدد اللغات التي يتعلمها الطفل في وقت واحد.
- *- الكسل والاعتماد الزائد علي الآخرين.
- *- المشاكل العائلية وتصدع الأسرة.
- *- سوء التوافق المدرسي أو الاجتماعي.
- *- التغير المفاجئ في بيئة الطفل، كولادة أخ له، أو الالتحاق برياض الأطفال.

أمراض الكلام:

١- اللججة:

وهي من العيوب الكلامية الشائعة عند الأطفال والكبار علي السواء، وأسبابها معقدة، ولكن يعد الشعور بالقلق النفسي من أكثر العوامل التي تؤدي إلي ظهور هذا العيب، فالطفل القلق نفسياً يكون متوتراً في المواقف المختلفة، ولذلك قد يتلعثم ويتكأ في إخراج الكلام بالصورة التامة المطلوبة، وذلك كنتيجة لشدة تخوفه من المواقف التي يخشى مواجهتها.

اللثغ (التكلم بأسلوب غير ناضج): قد يستمر الطفل في التكلم بأسلوب طفولي كنوع من المحاكاة في تقليد أخيه أو أمه، وكذا قد تحدث هذه الظاهرة عندما يفقد الطفل أسنان الفك قبل ظهور الأسنان الدائمة.

وهذا العيب أكثر العيوب انتشاراً في أطفال ما قبل المدرسة، وغالبية الحالات التي تعاني من اللثغ ترجع إلي أن الكبار ينطقون الكلمات أمام أطفالهم بصورة غير سليمة علي سبيل المداعبة، فيواصل الطفل الكلام بهذه الطريقة الطفولية معتقداً أن يلقي استحساناً من الآخرين، لأنه خفيف الظل.

ولما كان الأطفال الذين يظهر لديهم هذا العيب يتعرضون إلي قدر كبير من السخرية، فإن من يعانون منه لأسباب غير عضوية يتغلبون عليه مبكراً قبل دخول المدرسة، أما اللثغ المستمر وعدم المقدرة علي نطق حروف الكلمات بصورة صحيحة، فقد يكون نتيجة للإصابة بصمم جزئي، أو خطأ خلقي، وإذا حدث ذلك فإن الطفل يصبح في حاجة للعلاج الطبي قبل بدء حياته.

العي: ويعجز فيها الطفل عن النطق بأول كلمة، والسبب يرجع إلي توتر العضلات الصوتية وجمودها، والطفل يبذل مجهوداً كبيراً حتى يتمكن من نطق أول كلمة في الجملة، لكنه بعد أن يتمكن من ذلك يندفع في كلامه كالسيل حتى تنتهي الجملة، ثم يعود إلي نفس الصعوبة عند بدء الجملة الثانية، وأغلب حالات العي سببها نفسي، وإن كان بعضها تصاحبه أمراض جسمية كاضطرابات الجهاز التنفسي، أو تضخم اللوزتين وغير

ذلك.

وتبدأ الحالة في البداية علي شكل لجلجة وحركات ارتعاشية متكررة تدل علي معاناة الطفل من اضطرابات انفعالية واضحة.

والطفل الذي يصاب بالعي تظهر عليه المعاناة والضغط علي الشفتين وتحريك الكفين أو اليدين أو الضغط بالقدمين علي الأرض أو التحرك يميناً ويساراً، أو القيام بحركات هستيرية في رموش وجفون العينين.

٢- مضغ الكلام:

ويرجع لقلّة نشاط الشفتين أو اللسان أو الفك لسبب أو لآخر، فقد يكون السبب عضوياً، كعدم نضج وتطور جهاز النطق، أو شلل في أعضاء الصوت أو بعض العضلات خاصة عضلات اللسان. وقد يرجع هذا العيب لأسباب انفعالية حيث يندفع الطفل في نطق الكلمات بدون وضوح. عدم الترتيب والتشوش؛ وذلك بأن يكون كلام الطفل سريعاً مشوشاً وغير مرتب، وكثيراً ما يخلط بينه وبين التهتهة، والفرق بينهما أن هذا العيب يمكن التغلب عليه إذا انتبه الطفل لكلامه، وكان يقظاً لما يقول، أما التهتهة فإن الطفل تسوء حالته أكثر إذا اهتم الطفل بكلامه. ويوجد هذا العيب أساساً لدي الأطفال الذين تأخر تطورهم اللغوي.

العلاج:

- ينبغي علي الأمر أن تبحث عن السبب وراء اضطرابات النطق عند الطفل، وعليها أن تتحلى بالصبر، وتتخلى عن القلق، فإن هي تعجلت شفاء طفلها، فإن المرض قد يستمر طويلاً، أو قد يفشل العلاج.
- * وفي البداية عليها أن تتأكد من أن طفلها لا يعاني من أمراض عضوية، وذلك بأن تذهب به إلي طبيب متخصص ليقوم بفحص الطفل، وتصحيح ما قد يوجد من خلل في الجهاز العصبي وجهاز الكلام والجهاز السمعي، وكل النواحي العضوية التي تتصل بإخراج الصوت.
- * فحص الطفل نفسياً، أو العلاج النفسي للكشف عن الصراعات الانفعالية، وإعادة الاتزان الانفعالي والعاطفي للطفل، وتقليل اتجاه الخجل والارتباك والانسحاب عنده، والتي تؤثر علي شخصيته، وتزيد من أخطائه واضطرابات الكلامية.
- * إحاطة الطفل بجو من الدفء العاطفي والمحبة وتحقيق أمن الطفل بكافة الوسائل.
- * العلاج الجماعي، والعلاج باللعب وتشجيع النشاط الجسمي والعقلي.
- * علاج الطفل عن طريق الاسترخاء الكلامي والتمرينات الإيقاعية في الكلام والتدرج من الكلمات والمواقف السهلة إلي الصعبة، وتدريب اللسان والشفتين والحلق، وتمرينات البلع؛ وذلك لتقوية عضلات الجهاز الكلامي، وتمرينات التنفس... وبصفة عامة تدريب الطفل المريض لتقوية عضلات النطق والجهاز الكلامي.

٨ أسئلة الأطفال العرجة

فجأة وبدون سابق إنذار، قد يأتي الطفل إلي أمه ليسألها: أين الله؟ ما هو الموت؟ من أين جئت؟.. وأسئلة كثيرة قد يصعب علي الأم الإجابة عنها بشكل مناسب. وقد تعتبر الأم أن مثل هذه الأسئلة غير هامة، وتتهرب من الإجابة عنها أو تجيب بكلام مبهم لا يمت للحقيقة بصلة. وهذا خطأ كبير؛ فالطفل من حقه أن يعرف ويسأل، وإذا لم يعرف الإجابة سوف يشعر بالحيرة والقلق والتوتر النفسي، بل والخوف أحياناً. وتخطئ الأم إذا لجأت إلي الصمت تجاه أسئلة طفلها، لأن الطفل سيحاول معرفة الإجابة من زملائه، أو بأي أسلوب آخر، مما قد يضره نفسياً، ويضله علمياً. بالإضافة إلي أنه سوف يشعر بالذنب مما قد يؤدي لانطوائه عن الحياة الاجتماعية.

أسباب أسئلة الأطفال العرجة ودوافعها:

تكثر أسئلة الطفل في السنوات الأولى من عمره.. من سن عامين إلي خمسة أعوام بسبب مخاوفه، وعدم وجود خبرة سابقة مباشرة، ومن الأسباب العديدة لأسئلة الطفل:

- (١) الخوف والقلق.. فالأطفال يسألون كثيراً عما يخافون منه؛ طلباً للشعور بالأمن والطمأنينة من خطر المجهول، فهم يخافون حتى ولو لم يهاجمهم في حياتهم حيوان ما كالكلب أو الذئب أو خلافه، وهم يخافون اللصوص والمجرمين والمتسولين.
- (٢) حب الاستطلاع... فهو يجهد ما حوله وما يحدث، ويريد أن يعرفه.
- (٢) الاستحواذ علي الانتباه، والحصول علي الاهتمام.
- (٤) المقاومة والتمرد علي الكبار، أو السخط علي سلطة الأب والأم أو غيرهما.
- (٥) ممارسة اللغة والمباهاة بها، لإدراكه أنه أصبح يتقن لغة الكلام والمخاطبة والتفاهم.

تصرفات الأم تجاه أسئلة أطفالها، وتأخذ صوراً متعددة منها:

- (١) التهرب من الإجابة بالصمت.
- (٢) تجاهل الأمر، وتغيير موضوع الحديث.
- (٢) الإجابة ببردود غير مقنعة وغير صحيحة، أو بإجابات عشوائية.
- (٤) الإجابة الصحيحة وبشكل علمي.

وتصرف الأم الصحيح تجاه أسئلة طفلها أن تهتم بتساؤلاته، وأن تجيبه بإجابة مناسبة، وأن تكون الإجابات محددة، مبسطة، قصيرة، وبطريقة ذكية لا تتطلب التدقيق والتفاصيل، ولا تثير لدي الطفل أسئلة أخرى، وأن تكون مناسبة مع مداركه ومزاجه الشخصي.

وترجع أهمية إجابة الأم عن أسئلة طفلها إلي:

- (١) زيادة الثقة بالنفس، وتحقيق الهدف الذي سأل من أجله.
- (٢) مساعدته علي النمو نفسياً بشكل سوي، وعلي التكيف الاجتماعي.
- (٢) تنمية قدرته اللغوية.

(٤) إكسابه الأخذ والعطاء.

(٥) تعليمه الإصغاء والاستماع.

(٦) استمتاعه بمشاركته والديه وجدانياً.

وعلي الأمر والأب أن يعلما أنه من الأفضل أن يتعلم طفلها من خلال أسئلته ما يتعلق بالتربية الجنسية السليمة، بدلاً من تلقيه بعض المعلومات الخاطئة غير الصحيحة من أصدقاء السوء أو من مصادر أخرى مشبوهة. وإذا وجه الطفل أسئلة لا تعرف الأمر الإجابة عنها، فيمكنها أن تقول له هذا سؤال جيد... ولكن لا أستطيع الإجابة عنه، فسوف نسأل والدك أو نبحث عن الإجابة في أحد الكتب. وعندما تشجع الأمر طفلها علي توجيه الأسئلة، وتعطيه إجابات وافية، تجعله سعيداً سوياً، ويشعر أنه ذو قيمة عند أبويه، وأن له شأنًا، وأن لديهما ما يحتاج إليه وما يفيد. ومن حق الطفل علي المحيطين به الإجابة عن كل تساؤلاته، وذلك لأنه فطر علي حب الاستطلاع لمعرفة ما يدور حوله.

وهذه المعرفة التي يحصل عليها تدفعه لمعرفة ذاته، ومعرفة الكون المحيط به، والي المعرفة الحقيقية بالإله الخالق، فمتي عرف الولد ربه، استطاع أن يعبده حق عبادته. وقد أودع الله روح البحث والتساؤل في الإنسان منذ بداية حياته... غير أن معظم المربين (آباء وأمهات وغيرهم) يرتكبون أخطر الأخطاء حينما يقتلون هذه الروح، وذلك عندما يتجاهلون تساؤلات الأطفال واستفساراتهم، بل يضيقون ذرعاً بها وبهم، فيهربون من الإجابة عن تساؤلاتهم، ويصدونهم بطريقة خاطئة. وقد يكون من المفيد أيضاً أن لا تنتظر الأمر حتى يسألها ولدها، بل عليها أن تبدأ هي بالتعليم والإرشاد، وتوجيهه إلي ما يجله، وما يجب عليه معرفته، مراعية في ذلك سنه وقدراته، وقد يصير هذا الأمر واجباً عليها إذا أحست أن ابنها لا يسأل، ولا يجب أن يعرف، فإن سلوكها هذا سيلفت نظره إلي ضرورة المعرفة واستكشاف العالم من حوله.

٩- السرقة

يحكي أن قاضياً في إحدى المحاكم الشرعية حاكم لصاً، وبعد المداولة أعلن حكمه بقطع يده، فقال للصوص: (قبل أن تقطعوا يدي اقطعوا لسان أمي). لماذا قال اللص ذلك؟.. لأنه عندما سرق بيضتة من جيرانه، ذهب بها إلي أمه، فلم تغضب، ولم تعترض، ولم تنصحه بإعادتها إلي الجيران، بل فرحت به وبما فعله. وصدق اللص حين قال: لو لا لسان أمي الذي زغرد للجريمة لما كنت في المجتمع سارقاً.

فالأمر مسئوليتها خطيرة، وعليها أن تنشئ طفلها علي مراقبة الله والخشية منه، وأن تعود الأمانة، وأن يحافظ علي حقوق الآخرين.

ويهمل كثير من الآباء والأمهات التمييز بين ما يملكه الطفل وما لا يملكه، فيتركونه بلا ملكية محددة، فلا يشعر الطفل أنه يملك شيئاً، حيث إن أبويه يشتريان له ولاخوته دون تمييز علي أساس أن هذا يفيد في تعليم التعاون، لكن ذلك قد يؤدي إلي أن الطفل لا يفصل بين ممتلكاته وممتلكات غيره، ويستمر ذلك معه في كبره.

أسباب السرقة ودوافعها:

السرقة لها دوافع، ومعرفة الدافع وتحديد بدقته ضرورة؛ لأنها طريق العلاج، وهذه الدوافع كثيرة، ومنها:-

- ١- الانتقام: قد يسرق الطفل لأن والده يعامله بقسوة، فيغضبه أو يضايقه بالجوع إلي السرقة.
- ٢- الجهل وعدم الإدراك الكافي: الطفل قد يسرق قلماً من أخيه أو زميله؛ لأنه لا يدرك معني الملكية واحترام خصوصيات الآخرين، وذلك لنقص إدراكه وعدم تمييزه بين ما له وما ليس له.
- ٢- إثبات الذات: فالطفل الذي ينتمي إلي طبقة اجتماعية متوسطة، ويخالط أقراناً من طبقات اجتماعية عليا، قد يلجأ إلي السرقة، ليثبت لهم أنه في مستواهم.
- ٤- نشأته الإجرامية: قد ينشأ الطفل في بيئة إجرامية تعودده علي السرقة والإعتداء علي ملكية الغير. قال الشاعر:-
وينشأ ناشيء الفتيان منا .. علي ما كان عودُه أبوه

- ٥- انخفاض الذكاء: قد يكون سبب السرقة الضعف العقلي أو انخفاض الذكاء، والوقوع تحت سيطرة أولاد يفوقونه ذكاءً فيوجهونه إلي السرقة.
- ٦- التدليل الزائد: الطفل الذي تعود أن تلبي كل رغباته، ولا يطيق أن يقف أمامه ما يحول دون تنفيذ ما يريده، ثم يفاض بامتناع والده عما يطلبه من رغبات يلجأ إلي السرقة.
- ٧- الرغبة في الحصول علي مركز مرموق: قد يسرق الطفل للتفاخر بما لديه من حاجيات ليست عند أحد من رفاقه، أو يعطي زملاءه؛ ليكون مقبولاً لديهم.

- ٨- التخلص من مآزق معين: فقد يفقد الطفل النقود التي أعطاها له والده ليشتري بها شيئاً ما، ويخاف من العقاب، فيهديه تفكيره للسرقة.
- ٩- الحرمان: فقد يسرق الطفل لأنه محروم من المتطلبات الضرورية للمعيشة، كأن يسرق الطعام لأنه جائع.

- ١٠- إشباع ميل أو عاطفة أو هواية: يميل بعض الأطفال أحياناً إلي ركوب الدراجات، أو الذهاب إلي السرك، ولا يملكون المال اللازم لذلك، فيسرقون لإشباع هذه الهوايات.

١١- الإصابة بمرض نفسي: الطفل المصاب بمرض نفسي قد يدفعه هذا المرض إلى السرقة الغير ارادية أو ما يسمى بالقهرية، والتي تعرف بحالة (الكلبتومانيا).

علاج السرقة:

قال عبد الله بن دينار: خرجت مع عبد الله بن عمر بن الخطاب - رضي الله عنهما - إلى مكة، فأنحدر بنا راع من الجبل، فقال عمر - ممتحنا - يا راعي بعني شاة من هذه الغنم. فقال: إني مملوك. فقال ابن عمر: قل لسيدك أكلها الذئب. فقال الراعي: فأين الله؟ فبكي ابن عمر - رضي الله عنه - ثم غدا مع المملوك، فاشتراه من مولاه وأعتقه، وقال له: أعتقتك في الدنيا هذه الكلمة، وأرجو أن تعتقك في الآخرة.

فلا شك أن المملوك قد نشأ على خشية الله ومراقبته، وتعود على الأمانة، لذلك لم يمد يده إلى أموال سيده، وهكذا فإن الأمر عندما تعود طفلها على التقوي والعمل الصالح، فإنه ينشأ أميناً لا يمد يده إلى ممتلكات الآخرين.

وعند علاج السرقة يجب أن ندرس كل حالة على حدة، حتى نعرف الدوافع التي أدت إليها، وبالتالي يسهل أسلوب علاجها.

وعلي كل أمر أن توضح لطفلها قبح السرقة، كما ينبغي عليها أن تضرب لطفلها المثل الأسمى في احترام ملكية الآخرين.

وعلي الأمر أن تراعي إشباع رغبة الطفل في الدفء العاطفي والحنان، حتى يشعر بالثقة في النفس، ولا يشعر بأي نقص قد يدفعه إلى السرقة.

وتعتبر تربية الطفل على مبادئ الإسلام، ومخافة الله، كفيلاً بإبعاده عن أي سلوك منحرف مثل السرقة.

١٠- الخجل

الطفل الخجول هو الذي ليس لديه القدرة علي التجاوب مع زملائه في المدرسة، أو الأشخاص الذين يراهم لأول مرة، سواء كان في البيت أو خارجه، وهو لا يندمج معهم، ولا يستطيع مواجهةهم بجرأة، لذلك فإن تجاربه في الحياة تكون محدودة، كما تكون صداقاته قصيرة الأجل غير مستديمتة، وكذا لا يتحمل نقد الآخرين له، أو ملاحظاتهم البسيطة نحوه.

كل هذه الصفات تجعل منه شخصا انعزالياً غير نافع لنفسه أو لمجتمعه.

والحياء شيء والخجل شيء آخر، والفرق بينهما كبير؛ لأن الخجل هو انطواء الولد وابتعاده عن معاملة الآخرين والتعامل معهم، أما الحياء فهو خلق وفضيلة من أخلاق الإسلام، يمنع من ارتكاب الخطأ والمحرمات، ولقد أوصي به رسول الله (حين قال: (استحيوا من الله حق الحياء). قلنا: يا رسول الله إنا نستحي والحمد لله. قال: ليس ذاك، ولكن الاستحياء من الله حق الحياء أن تحفظ الرأس وما وعي، والبطن وما حوي، ولتذكر الموت والبلي، ومن أراد الآخرة، ترك زينة الحياة، فمن فعل ذلك؛ فقد استحيا من الله حق الحياء) [الترمذي].

أسباب الخجل:

وأسلوب تربية الطفل قد يجعله خجولاً؛ حيث إن زيادة التدليل قد تسبب الخجل، كما أن التشدد في المعاملة وتكرار التوبيخ، والزجر والتأنيب بغير سبب، واستخدام القسوة في تصحيح الأخطاء خاصة أثناء وجود الغير، كل ذلك قد يؤدي إلي فقدان الثقة في النفس والشعور بالنقص، وبالتالي يؤدي إلي الخجل والانطواء عن الناس والمجتمع، وقد كان رسول الله (يلاطف الصغار حتى يشعروهم بالثقة في أنفسهم.

وقد يكون من أسباب الخجل، الشعور بالنقص لدي بعض الأطفال الذين يعانون من عاهات وعيوب خلقية، مما يجعلهم يميلون للعزلة.

كما أن التأخر في الدراسة قد يكون سبباً في الشعور بالنقص، وضعف الثقة في النفس مما يؤدي لأن يصبح الطفل خجولاً.

والطفل الوحيد غالباً ما يعاني من الخجل نظراً للاهتمام الزائد به، والخوف الشديد، واللهفة عليه أكثر مما يعامل الآباء الأطفال الذين في مثل سنه، وقد يؤدي ذلك للسخرية منه من قبل بعض زملائه مما يزيد من حدة المشكلة.

علاج الخجل:

عن أبي هريرة- رضي الله عنه- أن الأقرع بن حابس- رضي الله عنه- أبصر النبي (وهو يقبل حسيئاً فقال: إن لي عشرة من الولد ما فعلت هذا بواحد منهم. فقال رسول الله (: (من لا يرحم لا يرحم) [أبو داود]. وكان رسول الله (يتلطف مع أبناء الصحابة ويسلم عليهم، ويهتم بهم ويرحمهم. وروي لنا ذلك أنس بن مالك

فقال: (إنه كان له أخ صغير اسمه عمير، وكان له طائر يلعب معه، فلما مات حزن عليه حزناً شديداً، فكان رسول الله (إذا رآه داعبه ولاطفه وسرّي عنه بقوله (يا أبا عمير ما صنع النغير) [متفق عليه]، وكثيراً ما كان يركب الحسن والحسين علي ظهره (ويقول: (اللهم إني أحبهما، فأحبهما، وأحب من يحبهما) [الطبراني]. فالرحمة والحنان الغير زائدين عن الحد المعقول من العوامل المؤثرة التي تقوي الأطفال من الخجل.

ويمكن للأمر علاج طفلها من الخجل والانطواء، وذلك بتربيته علي الجرأة، وأن يصطحبه أبوه في المجالس العامة، لأن هذه المخالطة تجعله أقل خجلاً من الأطفال الذين لا يخالطون الناس.

وعلي الأمر أن توفر لطفلها قدرًا كافيًا من العطف والرعاية والمحبة، وإشعاره بالأمن والطمأنينة، وأن تحذر من التفرقة في المعاملة بين أبنائها حتى لا تحدث الغيرة لدي الطفل، فيشعر بعدم القبول فينتج عن ذلك انطواؤه وخجله، فالأطفال يكونون في غاية الحساسية، ولقد نهي النبي (عن ذلك فقال: (اعدلوا بين أولادكم في النحل، كما تحبون أن يعدلوا بينكم في البر) [الطبراني]. والتربية الاستقلالية في شخصية الطفل خير وسيلة للوقاية والعلاج من الخجل، لذلك كان رسول الله (قدوة صالحاً في تربية السلف الصالح علي الجرأة.

فعن سهل بن سعد الساعدي -رضي الله عنه- أن رسول الله (أتى بشراب، فشرب منه -وعن يمينه غلام، وعن يساره الأشياخ (أي المسنين)- فقال للغلام: (أتأذن لي أن أعطي هؤلاء؟) فقال الغلام: لا والله يا رسول الله، لا أؤثر بنصيب منك أحداً) [متفق عليه].

وعلي الأمر أن تعيد لطفلها ثقته بنفسه، فإذا كان متفوقاً في دراسته، أو ماهراً في موهبة كالرسم مثلاً ووجب عليها أن تشجع فيه هذه الموهبة، وأن تعلي من قيمتها عنده، وأن تمدحه وتشعره أنه متفوق.

وعلي الأمر أن تكون صبورة في علاج الخجل عند طفلها؛ لأنه يحتاج إلي وقت طويل، ويتم علي مراحل، وعليها أن تبدي سعادتها كلما تخلص من بعض خجله، ولكن إذا فشلت؛ فعليها أن تحاول معه مرة أخرى حتى يتحقق هدفها الذي تتطلع إليه.

وعلي الأمر الاهتمام بطفلها والإنصات له عندما يتكلم، وعدم السخرية من حديثه أو أفعاله، لأن هذا يكسبه الثقة في نفسه، بل يشجعه علي التحدث مع الآخرين بلا خوف أو خجل.

١١- الغضب

كثيراً ما تشتكي الأم فتقول: ابني سريع الغضب.. فما السبب؟ وما الحل؟

الغضب حالة انفعالية يشعر بها الطفل في الأيام الأولى من حياته، وتصحبه في جميع مراحل عمره. والغضب غريزة إنسانية قد تكون مفيدة في بعض الأحيان، كأن يشحن العزائم للمحافظة على النفس، والمحافظة على الدين، والعرض، والوطن.

أما الغضب المذموم فهو الغضب من غير مبرر معقول، وفي غير حق، لذلك أوصي رسول الله (بعدد الغضب. روي أبو هريرة - رضي الله عنه - أن رجلاً قال للنبي (أوصني؛ قال (لا تغضب) فرددها مراراً، قال (لا تغضب) [البخاري]. وعن ابن عمر - رضي الله عنهما - أنه سأل رسول الله (فقال له: ما يباعدني من غضب الله؟ قال: (لا تغضب) [أحمد والبخاري].

وامتدح القرآن الكريم الذين يملكون أنفسهم عند الغضب، فقال: {الذين ينفقون في السراء والضراء والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين} آل عمران: ١٢٤].

وقال (: (ليس الشديد بالصرعة، وإنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب) [متفق عليه]. وتظهر بوضوح نوبات الغضب لدى الأطفال في الفترة ما بين الشهر السادس والسنة الثالثة من حياة الطفل

، وهناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلي غضب الطفل منها:

- عدم تحقيق رغباته خصوصاً الفسيولوجية (الطعام - الإخراج).
- إذا ترك وحيداً في الحجرة، كما أنه قد يثور أيضاً عندما يغسل له وجهه أثناء الاستحمام، أو عند خلع ملابسه.
- تذبذب المعاملة بين أساليب الشدة والتراخي.
- تقييد حرية الطفل الحركية في لعبه وتحركاته، خاصة وأن الطفل مفضوّر علي حب الحركة واللعب والانطلاق؛ لأن في ذلك وسيلة للتعبير عما بداخله من طاقات متوقدة.

وتقييد حرية الطفل في التعبير عن رأيه أيضاً يؤدي إلي غضبه، لأن الطفل وإن كان صغيراً إلا أنه يشعر بالرغبة في أن يكون له شخصية مستقلة، ورأي خاص به يعبر عنه حتى يشعر بذاته.

- قسوة الوالدين ونزوعهم إلي الشدة والنقد اللاذع، كل ذلك يؤدي إلي تفجير ثورة غضب الطفل. وإن كان بعض الأطفال لا تبدو عليهم ثوراتهم وانفعالاتهم، ولكن لها آثارها السلبية أيضاً كالاكتئاب والانطواء.
- زيادة تدليل الأبوين للطفل يؤدي إلي نوبات الغضب المرضية، حيث تجاب كل رغباته في صغره مما يجعله يتوقع ممن حوله أن ينفذوا كل رغباته حتى في كبره.

- عصبية بعض الآباء والأمهات وثورتهم لأتفه الأسباب تؤدي إلي عصبية الأطفال وثورتهم وغضبهم ، لذلك فإن علي الأبوين أن يحرصا علي أن يكونا نموذجاً للهدوء وعدم العصبية الزائدة عن الحد.

- النقص العام أو ضعف صحة الطفل ، والتي تؤدي إلي ضعف مقدرته علي السيطرة علي موقف ما قد يجعل الطفل هائجاً غاضباً ، فبعض الأطفال لعدم قدرته علي المشي أو الكلام أو الرؤية أو اللعب مثل سائر أقرانهم يجعلهم في حالة تقزز واستعداد للغضب.

العلاج:

الخطوة الأولى لعلاج أي مشكلة هو دفع وإزالة أسبابها ، لذلك فإن علي المربين مساعدة الطفل علي الهدوء والتحكم في انفعالاته.

ويبرز دور الآباء والأمهات في تقديم صورة صالحة لأطفالهم ، فعليهم ألا يغضبوا ويثوروا لأتفه الأسباب ، بل الواجب أن ينزهوا أنفسهم عن كلمات التحقير والإهانة.. حتى لا تترسخ في نفس الولد الآفات النفسية ، وانفعالات الغضب ، وبذلك يكون الآباء والأمهات قدوة صالحة في الحلم والأناة وضبط النفس عند الغضب.

ويجب أن يكون تدخل الأبوين في أعمال الطفل بصورة تربوية لا تجعله يشعر بتقييد حركته أو إرغامه علي الطاعة بدون إفهامه أو إقناعه ، فالطفل بطبيعته تكمن بداخله طاقات هائلة متوقدة إلا أن قدراته الإدراكية لا تمكنه من توجيه هذه الطاقات بصورة إيجابية في مكانها المناسب.. وهنا يبرز دور المربي في توجيه هذا النشاط الزائد إلي بعض الأشغال والهوايات اليدوية المفيدة التي تنفس عن مشاعر الطفل المكبوتة فضلاً عن أنها تشعر الطفل بقيمته الذاتية.

ويجب علي المربين ألا يبالغوا في تدليل الطفل أو تلبية كل رغباته ، فإنه عندما يتعامل مع الآخرين ، فإنه يتوقع منهم نفس المعاملة ، لكنه يري معاملة قاسية فتثور في نفسه مشاعر الغضب.

ومن عظمت ديننا الإسلامي أنه لم يترك شيئاً إلا وقد أحاط به ، فهناك علاج ناجح أرشدنا إليه المنهج النبوي في تسكين الغضب ، وعلي الآباء والأمهات أن يعوّدوا أبناءهم عليه قدر المستطاع.. **وللمنهج النبوي في ذلك عدة مراحل:-**

- تغيير الوضع الذي يكون عليه الغاضب ، فعن رسول الله (أنه قال: (إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس ، فإن ذهب عنه الغضب.. وإلا فليضطجع) [أبو داود وأحمد].

*- اللجوء إلي الوضوء في حالة الغضب؛ عن رسول الله (أنه قال: (إن الغضب من الشيطان ، وإن الشيطان خلق من النار ، وإنما تطفأ النار بالماء ، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ) [أبو داود].

- التعوذ بالله من الشيطان الرجيم.. فقد استب رجلان عند النبي (وأحدهما يسب صاحبه مغضباً قد احمر وجهه ،

فقال النبي (: (إني لأعلم كلمة لو قالها ، لذهب عنه ما يجد ، لو قال : أعوذ بالله من الشيطان الرجيم) امتفق عليه .

* - مغادرة المكان الذي حدث فيه الغضب ، فقد حدثت مشادة بين علي كرم الله وجهه وفاطمة الزهراء - رضي الله عنها - فغضب كل منهما من الآخر ، فخرج الإمام علي إلى المسجد ، فمكث فيه ، فلما علم رسول الله (بذلك ذهب إلى علي ، وقد وقع عليه بعض التراب ، فأخذ ينفذه عنه ، ويقول : (قم يا أبا تراب) الطبراني .
- والأشياء التي تفيد في معالجة الغضب : التحلق بالخلق المضاد له ، وهو الحلم والأناة .. فعلي الأمر أن تنمي في أولادها الصبر والأناة بذاتهما ، فإن الإنسان الحليم ، لا يعرف الغضب إلا لله .

- كما عليها أن توظف ملكة الغضب في أبنائها التوظيف المناسب الذي يتلائم مع طبيعة الموقف ، فإذا كان هناك موقف يقتضي الغضب ، فعلي الأمر أن تنبه ابنها عليه ، وتعلمه أن الغضب هنا من الصفات المحمودة . وإذا كان الحلم في موقف ما أولى وأحسن ، فعليها أن تذكر أبنائها بذلك وتحملهم عليه . فما ليس بخلق في الأصل يسهل الوصول إليه وجعله خلقاً بالخلق به ، والتطبع عليه حتى يصير خلقاً وطبعاً .

* - اكتساب عادة الحلم .. فإن الحلم من أعظم الفضائل النفسية التي يجب أن يتحلي بها الإنسان .
فالتدريب علي ضبط انفعالات الغضب عنصر جوهري من عناصر النمو الانفعالي الصحيح ... ومن الأحاديث المأثورة عن الرسول (أنه قال : (إن من أحبكم إلي ، وأقربكم مني مجلساً يوم القيامة ، أحاسنكم أخلاقاً) الترمذي .

وهكذا يصبح ضبط النفس عند الغضب أمر ضروري ولا يعني هذا كبتها أو قمعها .

١٢ - الطفل والتدخين الاسباب والعلاج

قد يلجأ الطفل للتدخين في سن صغيرة وقبل دخوله مرحلة المراهقة أي في المرحلة الابتدائية وقد تصعب الأمر عندما تعلم ان ابنها ذو التسع سنوات او العشر سنوات يدخن وقد تلجأ لعقابه بطرق عنيفة حتى يقلع عن هذه العادة السيئة وتتساءل عن السبب ؟؟

والحقيقة ان الطفل قد يلجأ للتدخين لعدة اسباب :

اولا : الأسرة :

حيث تلعب دورا كبيرا في لجوء الأبناء للتدخين لفجوة احداثها عدم وجود علاقة صداقة بينهم وبين اولادهم فيندفع الأبناء الى ممارسة ارتكاب الكثير من الاخطاء من خلف ظهرا الأسرة ومنها الاتجاه الى التدخين خوفا منهم وايضا نتيجة لضغوط الأسرة وتعاملها وشدتها وحزمها وعدم تفهمها لحياة ومطالب الأبناء وعلى النقيض ايضا التدليل مما يدفع الأبناء الى اتخاذ السجارة كنوع من انواع التسليية والتمرد على الأهل وقد يلجأ للتدخين كنوع من التعويض بسبب عيب خلقي او فشل دراسي او فشل في العلاقات الاجتماعية

ثانيا : التقليد ووسائل الاعلام واصدقاء السوء

سواء للأب او لأحد افراد الأسرة او تقليدا لصديق او نوع من المحاكاة لبعض ما يراه في وسائل الاعلام عبر الاعلانات عن تلك السجائر او ما يشاهد عبر القنوات الفضائية (المسلسلات ، الافلام) الذي يكون فيها البطل يدخن فتختزن هذه الصورة في عقل الطفل ويبدأ يقلد هذا البطل ويربط شرب الدخان بالقوة والبطولة.. الخ

وقد تبدأ هذه الظاهرة في سن مبكرة الرابعة او الخامسة وهي الفترة التي يقلد فيها الطفل ما يراه دون وعي منه ان هذا ضار او ذلك مفيد له وعندم ينهى عن تلك العادة يصبح لديه تناقض شديد وحيرة اذ كيف ينهى عن شئى ووالداه يفعلانه ؟؟؟ وقد يقال له ان التدخين للكبار وهذه مشكلة ثانية اذ يربط الطفل التدخين بالرجولة والنضج وانه عندما يكبر سيعملها ليشعر بنضوجه ورجولته ، كما ان الطفل قد يقلد معلمه باعتبار انه مثل رائع لا بد ان يقلده الطلاب.

العلاج :

1- أن تتفهم الأمر شخصية ابنها وتترك له مجال للحوار معها وان تكون تلك الصداقة قائمة على المصارحة والاحترام.

2- الاتحاوول الأمر ان تسيئ الى طفلها في أي موقف يفعله حتى لا تفقده ثقته بنفسه.

- 2- ان تنبهه لخطورة مايفعل بكل حب وحنان وان لايفعل مثل تلك السلوكيات لأنها ضارة به ومحرمته.
- 4- ان تزرع فيه الوازع الديني وان تنبهه لعقوبة من يفعل ذلك من الله.
- 5- ان تنبهه لأضرار التدخين ومضارها على الصحة وانه باستمراره على هذه العادة فإن التدخين سيمنعه عن عمل اشياء محببة الى نفسه كاللعب.
- 6- ان تبين له تلك الاضرار عن طريق القصة فالطفل يميل الى فن القصة فمن خلال عدة قصص يمكنه الاقلاع عنها.
- 7- تجنب القسوة والضرب والنهر او السخرية والاستهزاء بالطفل او معايرته امام اخوته او اصدقائه.
- 8- مكافأته عندما يقلع عن التدخين بأعطائه شئ محبب الى نفسه واخذه لنزهة قصيرة.

١٢- مشكلة العناد والتمرد على الاوامر وعدم الطاعة :

العناد هو عصيان الطفل للأوامر وعدم استجابته لمطالب الكبار في الوقت الذي ينبغي ان يعمل فيه ،والعناد من اضطرابات السلوك الشائعة ،وقد يحدث لفترة وجيزة او مرحلة عابرة او يكون نمطا متواصلا او صفة ثابتة في

سلوك وشخصية الطفل.

اسباب مشكلة العناد لدى الطفل :

- ١- اصرار الوالدين على تنفيذ اوامرهما الغير متناسبة مع الواقع كطلب الامر من الطفل ان يرتدي الملابس الثقيلة مع ان الجو دافئ مما يدفع الطفل للعناد كردة فعل.
- ٢- رغبة الطفل في تأكيد ذاته واستقلاليته عن الاسرة خاصة اذا كانت الاسرة لا تنمي ذلك الدافع في نفسه.
- ٢- القسوة فالطفل يرفض اللهجة القاسية ويتقبل الرجاء ويلجأ للعناد وكذا عندما يتدخل الوالدين في كل صغيرة وكبيرة في حياته ويقيدانه بالأوامر التي تكون احيانا غير ضرورية فالوجد الطفل من مهرب سوى بالعناد.
- ٤- تلبية رغبات الطفل ومطالبه نتيجة العناد تدعم هذا السلوك لديه فيتخذ هذا السلوك لتحقيق اغراضه ورغباته.

ونقترح لعلاج مشكلة العناد مايلي :

- ١- تجنب الاكثار من الاوامر على الطفل وارغامه على اطاعتك وكن مرنا في القاءك الأوامر فالعناد البسيط يمكن ان نعوض الطرف عنه مادام انه لايسبب ضرر للطفل وخاطب الطفل بدفء وحنان فمثلا : استخدم عبارات يا حبيبي او يا طفلي العزيز.
- ٢- احرص على جذب انتباهه قبل اعطائه الاوامر.
- ٢- تجنب ضربه لأنك ستزيد بذلك من عناده وعليك بالصبر فالتعامل مع الطفل العنادي ليس بالامر السهل اذ يتطلب استخدام الحكمة في التعامل معه.
- ٤- ناقشه وخاطبه كإنسان كبير ووضح له النتائج السلبية التي نتجت من افعاله تلك.
- ٥- اذا اشتد عناده الجئ للعاطفة وقل له / اذا كنت تحبني افعل ذلك من اجلي.
- ٦- اذا لم يجدي معه العقل ولا العاطفة احرمه من شيء محبب اليه كالحلوى او الهدايا وهذا الحرمان يجب ان يكون فورا اي بعد سلوك الطفل للعناد ولا تؤجله.
- ٧- وضح له من خلال تعابير وجهك ومن خلال معاملتك انك لن تكلمه حتى يرجع.

ملاحظة :

عزيزي المرابي لاتنس ان الطفل عندما يمر عبر مراحل نموه النفسي انه تظهر لديه علامات العناد وهذا شيء طبيعي يشير الى مرحلة طبيعية من مراحل النمو وهذه المرحلة تساعد الطفل على الاستقرار واكتشاف نفسه وامكانياته وقدرته على التأثير في الآخرين وتمكنه من تكوين قوة الانا

فليس كل عناد مرضي او يستلزم العلاج .

إن مشكلة عناد الأطفال مشكلة كبيرة منها ما صنعها أطفالنا بأنفسهم ومنها ما صنعناه بأنسنا نحن ، نعم لا نخجل من ذكرها فنحن نصنع كثيراً من مواقف أبناءنا العنادية ، ونحن إذا نظرنا بنظرة أطفالنا إلى المواقف التي تمر بهم لوجدنا أنهم في كثير من الأحيان لهم كل الحق في العناد الذي يفعلونه من عدم الطاعة أو التخريب أو التهرب من المسؤوليات أو الصراخ أو المشاجرات أو غيرها وكل على حسب سنه ، ومما يعين أبناءنا على العناد كثرة قولنا لهم (أنت عنيد) أو (إنك عنيد جداً) ويكرهها الأطفال بالذات عند قولهم ذلك أمام الآخرين في وجودهم ، لماذا ؟ لأنه بكثرة ترداد هذه الكلمات ترسخ في ذهن الطفل وتصل له رسالته بأنه عنيد فينتقم الطفل من أبيه وأمه بفعل كل هذا الكرم من العناد ، صحيح أن نبحت عن العلاج له ولكن الأصح أن نقي أبناءنا من التوجه للعناد لأجل أن نرضخ لمطالبهم أو أن نتركهم وشأنهم ، لذلك

يجب على الوالدين ما يأتي حتى يتقوا عناد أبنائهم :

- ١- إن كثيراً من أوامر الآباء ونواهيهم لا تتفق مع ميول ورغبات الطفل ، كعدم اللعب والقفز أو السباحة وتسلق الأشجار وغيرها من الأمور التي يريد الطفل أن يقضي جزءاً من وقته فيها .
- ٢- وقد يكون الطفل منهمكاً بعمل ما ، يعتبره برأيه عملاً عظيماً ، كتركيب لعبته ما ، فإذا بأمه تدعوه إلى الطعام فلا يرد عليها ، والسبب أن لذته ومتعته في تركيب تلك اللعبة تفوق لذت الطعام والشراب ، والأولى في تلك الأمور أن تخبره أمه قبل حين بالاستعداد لتناول الطعام .
- ٢- وقد يرفض الطفل أوامر أبويه دلالاً وعناداً ، وذلك بسبب الدلال المفرط الذي أعطي لذلك الطفل .
- ٤- وكثيراً ما تكون أوامر الأبوين مُبهمة ، كقولنا له : لا توسخ ثيابك وأطع أبويك ، والأولى أن نقول له : ضع الوعاء على الطاولة واشتغل به بعيداً عن ثيابك ، (مثلاً) .
- ٥- هناك عبارات يلفظها الأبوان وهي تحمل معها فكرة العصيان والعناد كقولنا للطفل : هل تريد أن ترتب أغراضك أم لا ؟- وزجرنا إياه بشدة بقولنا : إنني أمتنع من فعل كذا . وكان الأجدران نقول : هيا لترتب أغراضك فالترتيب مفيد وجميل ، و : إن هذا لا يحسن عمله ، اعمل هكذا .

٦- إن فكرة المستحيل غير موجودة عند الطفل ، فهو يطلب كل ما يشاهده ظناً منه أن باستطاعته أبويه تأمينه له .

٧- هناك بعض الأحوال المرضية التي قد لا يشعر بها الأبوين مما تمنع الطفل من طاعة الوامر ، وهذا يحتاج إلى تقييم الطبيب .

من هنا نعلم أن تجنّبنا لهذه الأحوال أو الكلمات حال الأمر أو النهي يقي الطفل ويبقي الآباء اللجوء إلى العناد الذي يكره أن يراه كل منا ، ولكن إن لجأ الطفل إلى العناد فهنا ينبغي علينا أن لا نلجأ إلى العنف أبداً فإن ذلك يزيد الطفل شراً ، والأسلم منه أن نلجأ إلى علاجه بهدوء من خلال الآتي :

١ - الخروج من الغرفة التي فيها الطفل إلى غرفة أخرى تجنّباً للقائه ، وترك الطفل لوحده حتى يدرك عدم التفات الأبوين له .

٢ - عقوبة الحجز من أنفع العلاجات لكل المشكلات ، وهو أن يضع الأب كرسيّاً في زاوية إحدى الغرف أو الصالّة ، فإذا ما استخدم الابن العناد كوسيلة للطلب أو العصيان فإن الأب أو الأم يمسك بيد الطفل بهدوء ثم يسحبه إلى الكرسي ويجلسه عليه ويجعله لا يتحرك لفترة زمنية معينة ، ولا نستخدم هذا العلاج للطفل أقل من سنتين لعدم إدراكه العقوبة .

٢ - حاول أن تعرف قبل اللجوء إلى العقاب سبب فعله لأي أمر كان منشأه العناد .

وأخيراً :

لا أقول أنني جنّت بجديد فهناك من كتب في هذا الموضوع بأفضل مني وأكثر فائدة ، ومن لديه شيء من هذه المقالات فلا يبخل عليّ وعلى إخوانه بها ، ونحن بانتظاره أسفل هذا المقال ، وإلى حياة هانئة بدون عناد ، دمت في رعايتي تشكو كثير من الأمهات بأن أطفالهن لا يستمعوا إلى أوامرهن ، ولا يطيعوهن ، وقد ذكرت إحدى الأمهات بأن : " طفلي كثير العناد ، لا ينفذ ما أقوله له ، ويصر على تصرف ما ، وغالباً ما يكون هذا التصرف خاطئ . "

العناد من اضطرابات السلوك الشائعة عند الأطفال ، وجميع الأطفال يمرون في إحدى مراحل النمو لفترة وجيزة بسلوك العناد ، ومن الممكن أن يبقى هذا السلوك ثابتاً لدى بعض الأطفال ، وعادة يعاند الطفل أمه لأنه يريد أن يلفت انتباهها لتحقيق رغبة معينة مثل أن تشتري له لعبة ما ، أو يصر على أن يرتدي أحد الأثواب عناداً في والدته . وهناك بعض الأطفال يعاند نفسه أيضاً خاصة إذا غضب من أمه ، وخاصة حينما تطلب منه تناول الطعام ، يقوم بالرفض ويصر على عدم تناوله وجبته بالرغم من أنه يتضور جوعاً ، ولكنه يتنازل عن عناده إذا تجاهلت الأم سلوكه وتركته على راحته .

ما هي أسباب عناد الأطفال ؟

سلوك العناد هو عبارة عن ردود فعل من الطفل إذا أصرت الأم على تنفيذ الطفل لأمر من الأوامر ، كأن تطلب من الطفل أن يلبس ملابس ثقيلة خوفاً عليه من البرد ، وفي الوقت الذي يريد فيه أن يتحرك ويجري مما يعرقل

حركته ،ولذلك يصّر على عدم طاعة أوامرها .

وأحياناً يلجأ الطفل إلى الإصرار على لبس ملابس معينة هو الذي يختارها وليس والدته لأنه يريد التشبه بأبيه مثلاً أو أخ أكبر ،أو أنه يريد تأكيد ذاته وأنه شخص مستقل وله رأى مخالف لرأى أمه وأبيه . ويرفض الطفل أي لهجة جافتة من قبل والديه وخاصة اللهجة الأمّرة ، ويتقبل الأسلوب اللطيف ، والرجاء الحار لتنفيذ ما يطلب منه ، أما إصرار الأم بقوة على تنفيذ الأوامر يجعل الطفل يلجأ إلى العناد والإصرار على ما يريده هو وليس ما يطلب منه .

عزيزتي الأم : وبعد أن عرفتي السبب الذي يجعل الطفل يعاند لا بد أن تضعي في اعتبارك أنه بإمكانك التغلب على هذه المشكلة في حال معرفتك لبعض الصفات حتى نعرف إذا كان طفلك تنطبق عليه صفة العناد الشديد ، لذا عليك الإجابة عن هذه التساؤلات أولاً :

١ . هل يفقد طفلك توازنه ويتعكر مزاجه بسهولة؟

٢ . هل هو دائماً يجادل الآخرين بحدة؟

٢ . هل يعتمد مضايقة الآخرين بتصرفاته؟

٤ . هل يتحدى الأوامر في أغلب الأوقات؟

٥ . هل يلوم الآخرين (أخوته) فيما وقع هو فيه من أخطاء؟

٦ . هل يصربشدة على الانتقام؟

وعند محاولة مساعدة الطفل بأن يكون طفلاً عادياً وغير عنيد يجب عليك أن تتدربي على بعض المهارات في كيفية التعامل مع الطفل العنيد لكي يتخلص من عناده .

عزيزتي الأم : التدريب يتطلب منك أن تقومي بالآتي :

١ . يجب أن تحرصي على جذب انتباه الطفل كأن تقدمي له شيئاً يحبه مثل لعبة صغيرة أو قطعة حلوى ، ثم تسدي له الأوامر بأسلوب لطيف .

٢ عليك بتقديم الأوامر له بهدوء وبلطف وبدون تشدد أو تسلط ، وقومي بالربت على كتفه أو احتضنيه بحنان ، ثم اطلبي برجاء القيام ببعض الأعمال التي تريدين منه أن يقوم بها .

٢ . تجنبني دائماً إعطاء أوامر كثيرة في نفس الوقت .

٤ . يجب أن تثبتي في إعطاء أمر واحد لمرة واحدة دون تردد ، أي ألا نأمر بشيء ثم ننهي عنه بعد ذلك .

٥ . يجب إعطاء الأوامر لعمل شيء يعود على الطفل بفائدة أي أن يقوم بعمل شيء لنفسه وليس القيام بعمل شيء للآخرين ، أي تجنبني بأن تقولي للطفل أن يعطى كأساً من الماء لأخته مثلاً .

٦ . يجب مكافأة الطفل بلعبة صغيرة أو حلوى يحبها في كل مرة يطيع فيها أوامر ك .

٧ . تجنبني اللجوء إلى العقاب اللفظي أو البدني كوسيلة لتعديل سلوك العناد عند الطفل .

٨ . يجب عليك متابعة الطفل بأسلوب لطيف وبعيداً عن السيطرة ، وسؤاله عما إذا نفذ الأمر أم لا ، مثلاً يجب

عليك أن تتابعيه في حالة طلبك منه أداء الواجب المدرسي
بتصرف

توكل على الله في الامركله فاساس كل خير أن تعلم أن ما شاء الله كان، وما لم يشأ لم يكن وقد أجمع
العارفون على أن كل خير فأصله بتوفيق الله للعبد، وكل شر فأصله خذ لأنه لعبد، وأجمعوا أن التوفيق أن لا
يكلك الله الى نفسك، وأن الخذلان هو أن يخلي بينك وبين نفسك، فإذا كان كل والافتقار وصدق اللجأ
والرغبة والرغبة اليه . فمتى أعطى العبد هذا المفتاح فقد أراد أن يفتح له، ومتى أضله عن المفتاح بقي باب
الخير مرتجا دونه .

١٤ - إذا كنت تشعرين أن هناك صراع دائر بين رغباتك

ورغبات طفلك، إليك النصائح التالية :

أنت في زيارة إحدى صديقاتك لتشربي معها فنجاناً من القهوة وطفلك يلعب مع طفلها في أمان. بعد قليل تنظرين
في ساعتك وتجدين أن الوقت قد حان للرحيل، ولكن عندما تعلنين ذلك لطفلك، يرفض بشدة الرحيل
وينفجر في نوبة من الغضب، ويتوسل إليك في البقاء لبعض الوقت. تعطينه خمس دقائق أخرى، ولكن عندما
تمر الخمس دقائق تجدينه يفعل نفس الشيء .

رغم أن معظمنا يمر بمواقف مشابهة مع أطفالنا حيث يحدث صراع بين رغباتنا ورغباتهم، إلا أننا لا نتمتع جميعاً بمهارة التغلب على تلك المواقف. بالطبع نحن جميعاً نتمنى أن يتمتع أطفالنا بأخلاق طيبة وأن يتعلموا الفرق بين الصواب والخطأ، ولكن ليس ذلك دائماً سهل، خاصةً إذا كان الطفل عنيداً ويقابل كل ما تقولينه بكلمة "لا". لا شك أن التعامل مع الطفل العنيد شئ صعب وأحياناً ينفذ صبرك قبل أن ينفذ صبره هو، ولكن هناك طرق فعالة للتعامل مع العند حتى يكون بيتك مكاناً هادئاً بدلاً من أن يصبح ميداناً للمعارك!

هل من الطبيعي أن يكون طفلي عنيداً بهذا الشكل؟

إن العند صفة طبيعية جداً في الأطفال. السيدة جوانة الخياط - حاصلة على بكالوريوس علم نفس أطفال من جامعة بوسطن ورئيسة المعلمين السابقة بحضانة مستشفى الأطفال ببوسطن، والتي قامت بتصميم المنهج الدراسي للأطفال ورصد نموهم الأكاديمي، البدني، العقلي، والاجتماعي تقول: "كل طفل عنيد إلى حد معين، لأن من طبيعة الطفل أن يختبر البيئة المحيطة به لكي يعرف مداها. لكن الأطفال لا يعرفون حدودهم ومن مهمة الأبوين أن يضعوا لهم هذه الحدود".

تشرح د. نادية شريف - عميد سابق لكلية رياض الأطفال وأستاذة في معهد الدراسات التربوية بجامعة القاهرة - أن الطفل منذ صغر سنه يكتشف أنه شخصية مستقلة وله القدرة الذاتية على التفكير واتخاذ القرارات لنفسه، وكذلك القدرة على الاعتراض على أي شئ لا يعجبه. تقول د. نادية: "يبدأ ذلك عندما يبدأ الطفل في اكتشاف العالم من حوله ويقابل كثيراً بعبارات مثل، "لا"، "لا تفعل ذلك" أو "لا تلمس هذا". عندئذ يبدأ الطفل في الاعتراض ويحاول أن يفعل ما يريد بغض النظر عما يقوله أبويه. هنا يبدأ دور الأبوين في تهذيب طفلها، فكلما كان ذلك مبكراً كلما كان أفضل".

ما هو الحل؟

تتفق الخبيرتان على أن التربية الفعالة هي أفضل طريقة للتعامل مع العند ومنعه. تؤكد د. نادية:-

أول قاعدة:-

من قواعد التربية هي الثبات على المبدأ عند تعاملك مع الطفل. هذا يعني أن تتفق أنت وزوجك مسبقاً على ما هو مسموح به وما هو غير مسموح به لطفلك وماذا تفعلان إذا تعدى طفلكما الحدود الموضوعت له، فلا تقبلي شئ يرفضه زوجك والعكس صحيح. أيضاً لا تتغاضي عن شئ فعله طفلك اليوم ثم تعاقبينه على الفعل نفسه في اليوم التالي .

القاعدة الثانية:-

هي أن تكوني هادئة ولكن حاسمة في نفس الوقت عندما يعند طفلك. إذا طبقت هذه القواعد فسيظهر طفلك حدوده جيداً .

تقترح السيدة جوانة أيضاً قائلة: "إن إدخال روتين معين في حياة طفلك سيقبل من المواقف التي يحدث فيها الصدام بينكما وسييساعده ذلك على معرفته ما هو متوقع منه." فكرة جيدة أن تحددى مواعيد للطعام، الاستحمام، النوم، والأشياء الأخرى التي تعتبرينها هامة .

تضيف السيدة جوانة قائلة: "يجب أن تضعى فى اعتبارك أنه تماماً مثلما تتوقعين من طفلك اتباع النظام دون مساءلة يجب أيضاً أن تسمحى له بمساحة من الحرية لاتخاذ القرارات الخاصة به." أن يعلم الطفل أنه يستطيع تكوين رأى وأنه قادر على اتخاذ قرارات خاصة به ذلك يمثل جانباً هاماً فى نمو شخصيته. تنصح السيدة جوانة بأن يقرر الأبوان الأمور القابلة للنقاش والأمور الغير قابلة للنقاش. على سبيل المثال، لن يضر السماح لطفلكما باختيار فيلم الكرتون الذى يريد مشاهدته أو اختيار ال "تى شيرت" الذى يريد، فهذا سيعطيه شعوراً بإشباع رغبته فى الاختيار. لكن إذا صمم طفلك على فعل شئ خطر مثل اللعب بسكين، أو إذا أراد أن يفعل شيئاً لا يناسبك وأصر عليه مثل زيارته لجدته فى وقت يكون لديك فيه الكثير من المشاغل فى البيت، فى هذه الحالة يكون القرار النهائى لك .

إلى أى مدى أكون حازمة؟

تقول د. نادية: "لا يجب أن يكون الأبوان متراخيين أكثر من اللازم أو حادين أكثر من اللازم، فالمتابعة فى كلتا الحالتين ستؤدى إلى نتائج غير طيبة. فإذا قوبل كل ما يريده الطفل بالرفض دائماً دون إعطائه فرصة اتخاذ أى قرار، سيؤدى إلى عدم قدرته على اتخاذ أى قرار أو تكوين أى رأى، فتحكم الأبوين الدائم فى الطفل، يحجم شخصيته. على الجانب الآخر، إذا لم وجه الأبوان طفلهما وتركاه يفعل ما يريد بصفة دائمة؛ أياً كان ما يريده، فستكون النتيجة طفل منفلت ليس لكلام أبويه أى تأثير عليه ."

لقد وجدت السيدة جوانة من خلال خبرتها أن أفضل طريقة للتعامل مع الطفل الذى يصر على فعل شئ ترين أنه غير لائق تتضمن ثلاث خطوات؛ "أول خطوة هى أن تقولى لطفلك بهدوء وحسم أنه يجب أن يتوقف عن ذلك السلوك وأنك لا تريدينه أن يكرر هذا السلوك حيث أنك لا تقبلينه. ثانياً، إذا لم يتوقف الطفل عن سلوكه، ذكريه أنك قد طلبت منه من قبل التوقف عما يفعله وقولى له أنه إن لم يتوقف فى الحال فسوف يعاقب." وأخيراً، تؤكد السيدة جوانة أنه إذا استمر الطفل فيما يفعل بغض النظر عما قلتى له، فيجب أن تقومى بمعاقبته حتى لو أغضبه ذلك. تقول السيدة جوانة: "يجب أن يعرف الطفل أنك تعنين ما تقولين، وأنه لن يستطيع تحت أى ظرف من الظروف الاستمرار فى اتباع السلوك السئ." العقاب المناسب هو حرمان الطفل من شئ يحبه، مثل مشاهدة التليفزيون، أو الذهاب إلى النادي، لكن ليس من المناسب أبداً ضرب الطفل أو سبه بالفاظ جارحة .

من الطبيعى أن يحدث بينك وبين طفلك أحياناً تضارب فى الرأى. تقول كل من الخبيرتين أن السرفى التعامل مع عناد الطفل هو أن يتسم سلوكك معه بالهدوء ولكن بالحسم والثبات فى نفس الوقت.

١٥- لماذا يكذب الأطفال؟

على عكس الإعتقاد السائد بأن كل الأطفال يلجأون إلى الكذب يؤكد خبراء التربية أن لجوء الطفل إلى كذب يعلن عن وجود مشكلة تتجاوز عدم قوله للحقيقة، فالكذب هنا يعتبر استغاثة لإراديتة يطلقها من أعماقه .

ويرجع كذب الأطفال في معظم الأحيان إلى خطأ في التربية لأن الطفل يدرك تمام الإدراك أنه سيتم كشف النقاب عن أكلذوبته .

وبالرغم من ذلك فهو لا يتراجع بل تزداد لديه عادة الكذب.

وينصح الخبراء في جامعة أخن بألمانيا الآباء بعدم اللجوء إلى الشدة والعقاب عندما يكتشفون كذب أطفالهم بل يحاولون البحث عن الأسباب التي تدفعهم الي ذلك.

لذا وضع الخبراء الألمان مجموعة من الأسباب التي تدفع الطفل إلى الكذب ومن أهمها:
١- حماية النفس من العقاب:

فالطفل يكذب للتهرب من عقاب ما فهو يعتقد أن عدم الاعتراف بالحقيقة سوف يمنحه فرصة ولو ضعيفة للإفلات منه، ولكنه في هذه الحالة يتعرض للعقاب الصارم من الوالدين، وكلما زادت صرامتهم حاول اللجوء إلى الكذب وهكذا يدور الطفل في حلقة مفرغة.

٢- إثارة الانتباه:

في بعض الحالات يحاول الطفل إثارة انتباه من حوله فيحاول أن يكون مثيراً بأن يقصد قصصاً خيالية يكون هو بطلها في معظم الأحيان لذا ينصح مركز حماية الأم بمدينة أخن الألمانية الوالدين بالبحث عن جذور مشكلة الكذب لدى طفلهم وتوفير مناخ من الثقة المتبادلة بين أفراد الأسرة حتى لا يضطر الطفل إلى الكذب خوفاً من قول الحقيقة، فالطفل في حاجة إلى الشعور بأن حب والديه له ليس له حدود وأنه ليس مرتبباً بنجاحه أو فشله في أداء المهمات التي كلفوه بها وليس مرتبباً أيضاً بعدد الأخطاء التي يرتكبها. ماذا افعل لئبتعد طفلي عن الكذب؟؟ ماذا افعل لئبتعد طفلي عن الكذب؟؟

- إن الكذب في سن 4-5 سنوات يدل على الخيال وخصوبته عند الأطفال والكذب يكون نتيجة اختلاط الخيال بالواقع

وهناك عدة أنواع للكذب منها:

* الكذب من اجل الامتلاك: يكذب ليستحوذ على بعض الاشياء..

* الكذب الإلتباسي وهو نتيجة الخلط بين الواقع والخيال..

* الكذب الإدعائي: وهو يدعي وجود شيء عنده لشعوره بالنقص..

* الكذب الإنتقامي: يحاول ابعاد التهمة عنه وينسبها لشخص اخر

* الكذب التقليدي: وهو يكون تقليد للناس الذين يسكنون معه كالآباء والامهات...

* الكذب خوفاً من العقاب...

أسباب الكذب:

-قد يكون خصوصية الخيال عند الاطفال فيبدأون بتأليف الروايات..

-لحماية نفسة من الضرب.

-ليدخل السرور الى أهله؛ مثلاً هناك أهالي يعطون الدرجات المدرسية قدر كبير من الإهتمام فيكذب بإخبارهم عن حصوله على درجات كاملة.

-انشغال الأهل وعدم الإهتمام به يدفعه للكذب لي جذب انتباههم..

الحل:

-التذكير الدائم بقيمتنا وديننا الإسلامي وما العقاب الذي ينتظر الكاذب

-إذا كان خصب الخيال شاركه في خيالاته ودعيه يتحدث عن خيالاته أو ان يكتبها.

-الابتعاد عن الضرب لأنه يزيد من المشكلة.

-كونوا قدوته ولا تقفوا في وجهه.. فكثيراً ما نكذب دون ان نعلم.. مثلاً؛ اذا رن جرس الهاتف وكان هناك

شخص يريد التكلم معك تقولين لولدك قل له انني لست هنا.. ففي هذه اللحظة تعلم ان الكذب شيء

جائز..

-عززيه وكافئيه عندما ينطق بالصدق..

-اذا حصل موقف وكذب فيه أحد عليك ان ترفضه هذه الكذبه.

فعليك اختي أن تعلمي ان الكذب دون ٤ سنوات هو عبارة عن خيال ولا خوف منه.. أما بعد سن الرابعة عليك ان

تتكلمي عن الصدق من خلال القصص والقيم والدين.

١٦- مشكلة السرقة :

السرقة استحوذ الطفل على ما ليس له فيه حق، بإرادة منه وأحياناً باستغلال مالك الشيء، وهو من السلوكيات التي يكتسبها الطفل من بيئته يكتسبه عن طريق التعلم وتبدأ السرقة كاضطراب سلوكي واضح في الفترة العمرية 4-8 سنوات وقد يتطور ليصبح جنوحاً في عمر ١٠-١٥ سنة وقد يستمر الحال حتى المراهقة المتأخرة.

اسباب هذه المشكلة :

- ١-الاساليب التربوية الخاطئة في التعامل مع الطفل كاستخدام اسلوب القسوة والعقاب او التدليل الزائد اذا رافق ذلك عدم تعويد الطفل على التفرقة بين ممتلكاته وخصوصيات الاخرين، كذلك القدوة غير الحسنة لها دور فعال في ممارسة الطفل لهذا السلوك.
- ٢-البيئة الخارجية التي تحيط بالطفل فوجود الطفل وسط جماعة تمارس السرقة تجعله ينصاع لأوامرها حتى يحصل على مكانته فيها
- ٢-عوامل داخلية في الطفل كشعوره بالنقص امام اصدقائه اذا كانت حالة الاسرة الاقتصادية سيئة فيسرق لشراء ما يستطيع ان يتفاخر به بينهم
- او كردة فعل عدوانية من الطفل ورغبة في الانتقام والتمرد على السلطة او لغيرته ممن حوله
- ٤-عرض وسائل الاعلام لأفلام ومغامرات تمارس هذا السلوك واظهار السارق بالبطل القوي وهذا يعطي للطفل نماذج يحتذي حذوها فيتعرز لديه هذا السلوك
- ٥-حرمان الطفل من شيء يريده ويجب ان يمتلكه سواء كان هذا الحرمان متعلق بالامور المادية او المعنوية

ولعلاج مشكلة السرقة نقترح مايلي :

١. حاول توفير ما يلزمه من مأكول وملبس ومصروف ونحوه.
٢. توجيه الطفل اخلاقياً وديناً وان توضح له عقاب من يفعل ذلك عند الله فقد يكون الطفل يجهل معنى

السرقته او يقلد صديق له.

٢- احترام ممتلكاته .

٤- لا تؤنبه او تشهر به على سلوك السرقة امام الغير حتى لأيلجأ للتكرار.

٥- قص عليه بعض القصص التي توضح مآل السارقين ولكن لا تشير الي انه منهم.

٦- استخدم التعزيز فعندما لا يسرق في يوم ما كافئه باصطحابه لرحلة مميزة او اعطاءه بعض النقود.

٧- عندما تلاحظ ان طفلك قد سرق ممتلكات غيره دعه يعود بها لصاحبها وان يعتذر منه وعده بمكافأة او هدية قيمة ان هو فعل ذلك.

٨- حاول ان تشعر طفلك بحبك وحنانك فقد يسرق الطفل لشعوره بالنقص فيعوض ذلك بالسرقة حتى يرضي ذاته.

٩- ابعده عن اصدقاء السوء الذين يزينون له مثل هذه السلوكيات .

١٠- شجع الطفل على الحوار واطهار ما يكبته في الباطن .

١٧- مشكلتة مص الاصبع :

وتعني ادخال الطفل ابهامه في فمه واغلاق شفثيه عليه وأثناء المص تبدو حركة بسيطة للفكين والوجنتين .ويمكن ان يكون المص ليس للأصبع فقط وإنما قد يمص الطفل اصبع القدم او المنطقة بين السبابة والبهام اليد او كلوة اليد ،ومص الاصبع سلوك عادي في مرحلة الطفولة المبكرة ويمكن اعتباره من اكثر العادات شيوعا وانتشارا اما اذا استمر المص الى ما بعد السادسة من العمر فينبغي البحث عن الاسباب ووضع الطرق الناجعة للعلاج.

اسباب مشكلتة مص الاصبع :

- ١-شعور الطفل بالراحة والمتعة والسعادة فضلا على انها تشعره بالدفع والراحة والاسترخاء.
- ٢-عدم اشباع الطفل من الطعام وقصر فترة الرضاعة او حرمانه من الغذاء او تقديمه في فترات متباعدة تفوق امكانيات الطفل فيظطر الطفل الى مص اصبعه فتتكون لديه هذه العادة.
- ٢-الحرمان العاطفي بعدم اشباع حاجات الطفل النفسية وافتقاره للحنان والعطف من الام.
- ٤-القلق النفسي والشعور بالوحدة ونتيجة الرغبات المكبوتة فيستخدم الطفل المص كوسيلة للتنفيس.
- ٥-التوتر الاسري وكثرة المشاحنات بين الوالدين او انفصال احدهما عن الآخر.

ولعلاج مشكلتة مص الاصبع نقترح مايلي :

١. اشباع حاجات الطفل من الطعام .
٢. توفير الحب والحنان والعطف الكافيين اللذان يشعرانه بالأمن النفسي بضم الطفل عند اطعامه وتقبيله وملاعبته .
٢. توجيه الطفل عندما يمص اصبعه بحب وحنان وتجنب عقابه او زجره بقوة.
٤. وضع مادة مرة على اصبع الطفل وذات طعم كريه منفر.
٥. مكافأة الطفل وتعزيزه عندما يكف عن هذه العادة.
٦. تجنب زجره امام اخوته والاقرباء.

٧- قد يستخدم الطفل أصبعه لجذب انتباه والديه إذا علم أنهما يهتمان به كثيراً عندما يمارس هذا السلوك
وهنا يستخدم أسلوب التجاهل للطفل .

١٨- مشكلة العدوان :

العدوان نوع من السلوك الاجتماعي ويهدف الى تحقيق رغبة صاحبه في السيطرة وايداء الغير او الذات تعويضا عن الحرمان او بسبب التثبيط ويعد استجابة طبيعية للاحباط وهو متعلم او مكتسب عبر التعلم والمحاكاة نتيجة التعلم الاجتماعي فالطفل يستجيب للمواقف المختلفة بطرق متعددة قد تكون بالعدوان او التقبل ويتخذ العدوان اشكال عدة فقد يكون لفظيا او تعبيريا او مباشر او غير مباشر او يكون جمعي او فردي او يكون موجه للذات وقد يكون مقصود او عشوائي.....

اسباب المشكلة :

١- رغبة الطفل في التخلص من السلطة ومن ضغوط الكبار التي تحول دون تحقيق رغباته.

٢- الشعور بالحرمان فيكون الطفل عدواني انعكاسا للحرمان الذي يشعر به فتكون عدوانيته كأستجابة للتوتر الناشئ عن استمرار حاجة عضوية غير مشبعة او عندما يحال بينما يرغب الطفل او التضيق عليه او نتيجة هجوم مصدر خارجي يسبب له الشعور بالألم. او عندما يشعر بحرمانه من الحب والتقدير رغم جهوده المضيئة لكسب ذلك فيتحول سلوكه الى عدوان

٢- الشعور بالفشل؛ احيانا يفضل الطفل في تحقيق هدفه اكثر من مره مثلا عندما لا ينجح في لعبه يوجه عدوانيته اليها بكسرها او برميها .

٤- التدليل المفرط والحماية الزائدة للطفل فالطفل المدلل تظهر لديه المشاعر العدوانية اكثر من غيره ، فالطفل عندها لا يعرف الا الطاعة لأوامره ولا يتحمل الحرمان فيتحول سلوكه الى عدوان.

٥- شعور الطفل بعدم الأمان وعدم الثقة او الشعور بالنبذ والاهانت والتوبيخ

٦- شعور الطفل بالغضب فيعبر عن ذلك الشعور بالعدوان

٧- وسائل الإعلام المختلفة وترك الطفل لينظر في افلام العنف والمصارعة الحرة يعلم الطفل هذا السلوك.

٨- تجاهل العدوان من قبل الوالدين فكلما زادت عدوانية الطفل كان اكثر استعدادا للتساهل مع غيره من الاطفال

٩- غيرة الطفل من اقرانه وعدم سروره لنجاح الغير يجعله يسلك العدوان اللفظي بالسب والشتم او العدوان

١٠- شعور الطفل بالنقص الجسمي او الاقتصادي عن الآخرين وشعوره بالاحباط.

١١- رغبة الطفل في جذب الانتباه من الآخرين باستعراض قواه امامهم.

١٢- العقاب الجسدي للطفل يعزز يدغم في ذهنه ان العدوان والقسوة شيء مسموح به من القوي للضعيف.

ونقترح لعلاج هذه المشكلتة :

١- تجنب اسلوب التدليل الزائد او القسوة الزائدة حيث ان الطفل المدلل اعتاد تلبية رغباته جميعها والطفل الذي حرم الحنان وعومل بقسوة كلاهما يلجأ للتمرد على الأوامر.

٢- لا تحرم الطفل من شيء محبب اليه فالشعور بالألم قد يدفعه لممارسة العدوان

٢- اشعره بثقته بنفسه وانه مرغوب فيه وتجنب اهانتته وتوبيخه او ضربه.

٤- قد يلجأ الطفل لجذب انتباهك فإذا تأكدت من ذلك تجاهل هذا السلوك فقط في هذه الحالة.

٥- قد يكون طفلك يقلد شخصا ما في المنزل يمارس هذا العدوان او يقلد شخصية تلفزيونية او كرتونية شاهدا عبر التلفاز فحاول ابعاد الطفل عن هذه المشاهد العدوانية.

٦- اشرح له بلطف سلبية هذا السلوك وما لنتائج المترتبة على ذلك

٧- دعه ينفس عن هذا السلوك باللعب ووفر له الالعاب التي تمتص طاقته وجرب ان تشركه في الاندية الرياضية.

٨- عزز السلوك الاعدواني ماديا او معنويا.

٩- ابداء الاهتمام بالشخص الذي وقع عليه العدوان اما م الطفل العدواني حتى لا يستمر في عدوانيته.

١٠- حاول تجنب اساليب العقاب المؤلمة مع الطفل العدواني كالضرب والقرص ويفضل استخدام اسلوب الحرمان المؤقت بمنعه مثلا من ممارسة نشاط محبب للطفل اذا ما اقدم اثناءه على العدوان

١٩- مشكلة التخریب :

وهي رغبة الطفل في تدمير أو إتلاف الممتلكات الخاصة بالأخرين أو أثاث المنزل أو الحديقة أو الملابس أو الكتب.

وليس كل تخریب إتلاف أو عملاً سيئاً إذا بعض الأطفال يخرب الأشياء بدافع حب الاستطلاع.

وإذا لجأ الطفل إلى التشويه أو الكسر أو التمزيق أو القطع، ففي الغالب يعكس رغبة في التعرف على الأشياء أو الموجودات فيعبث بها، وحينما لا يحسن الأطفال تناول الأشياء فإنهم يفعلون ذلك من جهل بقيمة الأشياء أو آثارها.

أسباب المشكلة :

- ١- النشاط والطاقة الزائدة في الطفل وقد يرجع ذلك إلى اختلال في الغدد الصماء كالدرقية والنخامية ويؤدي اضطراب الغدة الدرقية إلى توتر الأعصاب فتتواصل الحركة ولا يمكن للطفل الاستقرار.
- ٢- ظهور مشاعر الغيرة لدى بعض الأطفال نتيجة ظهور مولود جديد في الأسرة أو نتيجة التفرقة في المعاملة بين الأخوة.
- ٢- حب الاستطلاع والميل إلى تعرف طبيعة الأشياء وكثير من أنواع النشاط التي يعدها الكبار نشاطاً هداماً إنما هي جهد يبذلها الطفل للوقوف على القوانين الطبيعية.
- ٤- النمو الجسمي الزائد مع انخفاض مستوى الذكاء.
- ٥- شعور الطفل بالنقص والظلم والضييق من النفس وكراهية الذات تدفع الطفل للانتقام ولأثبت ذاته.

تعالج المشكلة :

- ١- يجب معرفة الأسباب الكامنة وراء هذا السلوك والعوامل التي أدت لظهوره وهل هي شعورية أو لاشعورية.
- ٢- توفير الألعاب البسيطة للطفل التي يمكن فكها وتركيبها دون أن تتلف.

٣-الابتعاد عن كثرة تنبيه الصغير وتوجيهه لأن ذلك يفقد قوة تأثير التوجيه ، ويفقد الطفل الثقة في امكاناته ويجب ان تقلل الاوامر والنواهي التي تجعل الاطفال يشعرون بالملل وليس معنى ذلك ترك الامور بل خيرا الامور الوسط الحزم بغير عنف ومرونه بدون ضعف مع بيان ما هو خير وما هو شر.

٤-عرض الطفل على الطبيب للتأكد من طبيعة الغدة الدرقية وقياس مستوى ذكاء الطفل عن طريق مقاييس الذكاء.

٥-اشباع حاجة الطفل للاستطلاع ليس فقط بتوفير اللعب بل ومراعاة ما يناسب سنه وتنوعها بحيث تشمل الالعاب الرياضية تفرغ الطاقات الجسدية .

٢٠- مشكلة الاكتئاب :

يبدو الاكتئاب على الطفل بالخذلان والكسل وفتور الهمّة والشعور بالفشل وانحراف المزاج وزيادة الحساسية وسهولة جرح المشاعر والانسحاب الاجتماعي والهروب، او العلاقات السطحية المؤقتة، مع فقدان الامل والانغمار في التشاؤم من المستقبل وفقدان الشهية والشكوى من آلام جسمية وتوهم المرض، وصعوبة التركيز ويبتدبذ الطفل بين نقده القاسي لنفسه، وبين تأنيب غيره على ما ارتكبه نحوه من اخطاء، واحيانا عدم الرغبة في الحياة وقد تؤدي حالة الطفل هذه الى سرعة التأثر والبكاء واهماله لمظهره.

وتتعدد مظاهرواشكال الاكتئاب لدى الاطفال منها :

*الاكتئاب الحاد وتظهر فيه تلك الاعراض بشكل مفاجئ ونتيجة حصول مشكلة معينة كفقدان شخص عزيز.

*الاكتئاب المزمن: وتظهر فيه بعض تلك الاعراض ويكون الطفل معروفا عنه قبل تلك الاعراض التباطؤ الحركي ولايسبق الاعراض حادثه ما ويرجع لسبب في الطفل نفسه او تكون حالة وراثية.

*الاكتئاب المقنع: ولاتظهر فيه الاعراض المعروفة للاكتئاب بل تظهر علامات اخرى مثل كثرة الحركة والعبث بالاشياء التي تظهر امامه وتكسيها دون قصد وافعال تدل على ميول عدوانية.

اسباب الاكتئاب عند الاطفال :

١- وقوع مشكلة معينة او حادثه مؤلمة في حياة الطفل كفراق شخص عزيز لديه او فقده شيئاً عزيزاً عليه كلعبته او وفاة احد والديه او اقاربه المقربين اليه.

٢- كثرة توجيه النقد للطفل والتقليل من قيمته خاصة امام الغرباء.

٢- وجود الاكتئاب لدى احد الوالدين وهو من اهم اسباب اكتئاب الاطفال وتشير النتائج الى ان ٥٠% من الاطفال المكتئبين لهم آباء مكتئبون.

٤- الامراض الجسمية المزمنة والحوادث التي تسبب الاعاقات الشديدة والتشوهات.

٥ -شعور الطفل بالذنب ،وانه فاسد وسيء يستحق العقاب او انه السبب في وفاة او مرض اخيه مثالا.

٦-عدم تشجيع الطفل على التنفيس عما بداخله او التعبير عن نفسه فيلجأ الطفل للصمت والخذلان ومن ثم الاكتئاب نتيجة الشعور بالعجز عن افهام الاخرين والتعامل مع المشكلات.

٧-اسباب جسمية مثل اختلال في الهرمونات وفقر الدم وعدم انتظام السكر في الدم.

ولعلاج المشكلة نقترح مايلي :

١ -ترفيه الطفل واشراكه في جماعات اللعب والرحلات وعدم تركه فريسة للاحزان.

٢ -تعويد الطفل على التفاؤل والبعد عن الندم والتشاؤم وعدم التركيز على سلبيات الطفل ونقاط ضعفه.

٢ -تشجيع الطفل على التعبير عن ذاته وتنفيس ما به من آلام ومناقشته في تلك الافكار التي يراها وتسبب له هذا الاكتئاب.

٤ -العلاج الدوائي فقد ثبت صلاحية هذا العلاج في حالات كثيرة في الاطفال شرط ان يحال دون وجود نفس الظروف المحبطة والمؤلمة للطفل.

٥-العلاج الجماعي بحيث يشرك الاخوة والاخوات والوالدين في علاج المشكلة .

٢١- مشكلة الاستمناء (العادة السرية):

وهي العبث بالأعضاء التناسلية للحصول على المتعة.

اسباب المشكلة :

- ١- الحماية الزائدة للطفل او الاهمال الزائد وعدم اشباع حاجاته النفسية
- ٢- القلق والتوتر وعدم الثقة بالنفس.
- ٢- تقليد احد الوالدين أو أي شخص آخر في المنزل او المدرسة او من خلال وسائل الاعلام كالافلام.

ولعلاج المشكلة نقترح :

- ١- تنمية ميول اخرى لدى الطفل واشغاله بهوايات مفيدة.
- ٢- مواجهة ومصارحة الطفل بأضرار العادة السرية.
- ٢- فهم مشكلاته الاخرى التي قد تكون مسبب لهذه العادة والعمل على حلها.
- ٤- الحرص على عدم رؤيته لنشاط والديه الجنسي.
- ٥- لا تمنع الطفل بعنف وتدرج معه في المنع مثلاً قل للطفل لا تعمل هذا بحضرة الضيوف وحددي لها اماكن واوقات معينه كالحمام مثلاً.
- ٦- تجنب القسوة في التعامل مع الطفل لكفه عن هذه العادة لانك ان فعلت سيلجأ الطفل لأسلوب العناد .
- ٧- اشباع حاجات الطفل النفسية بتقبيله واحتضانه حتى يشعر بهذا الحب.
- ٨- استخدام التعزيز لسلوكيات الطفل عند الكف عن هذه العادة بمكافأته مثلاً بأخذه للملاهي او رحلة للتنزه .

٢٢- مشكلة اضطراب الهوية الجنسية :

كرب شديد ينتاب الطفل حول جنسه ، وإصراره على انه من الجنس الآخر ورغبته الملحّة في ان يصبح من جنس غير جنسه ، مع الرفض الدائم للتركيب التشريحي والانشغال بأنشطة من هم من غير جنسه او التعبير الصريح برغبة الطفل في ان يكون من جنس غير جنسه.

فالاناث المصابات بهذا الاضطراب يمارسن الالعب الخشنه ويلعبن دور الذكور ويخترن العابهم ويبتعدن عن اللعب بالعرائس والذكور المصابين بهذا الاضطراب فتكون مظاهر تخنثه واضحه في حبه لبس الفساتين ولعبه بالعرائس ولا يجب اللعب مع الاولاد ويبدأ هذا الاضطراب قبيل الرابعة من العمر ويزداد في عمر المدرست الابتدائية وبخاصة في الفئة العمرية ٧-٨ سنوات.

اسباب هذه المشكلت :

- ١- عدم اهتمام الوالدين لما يظهر على اطفالهم من سلوكيات مغايرة لجنسهم او تشجيع الوالدين او صمتهم.
- ٢- افتقاد الطفل للأب او الاخ الذي يعلمه مظاهر الرجولة وافتقاد الطفلة لوجود ام او اخت تعلمها مظاهر الانوثة .
- ٢- عدم انجاب الأم للذكور فتنادي الفتاة باسم ذكر لتحقيق رغبتها بوجود ابن ذكر والعكس.
- ٤- وجود ملامح انثوية لدى الاطفال الذكور من العوامل المهيئة لحدوث الاضطراب للذكور وكذلك وجود ملامح ذكورية لدى الاناث.

نقترح لعلاج المشكلت :

- ١- محاولة غرس النمط السلوكي لكل جنس والتركيز على سلوك الطفل وتشجيعه على مطابقت جنسه.
- ٢- توجيه الوالدين لتصحيح دورهم في السلوك اللذي ينتهجانه مع الطفل.
- ٢- عرض الطفل على طبيب مختص لتأكيد هوية الطفل وإقناعه بنوع جنسه .

٢٢- مشكلت سلس التغوط (الغائط)

عدم قدرة الطفل على السيطرة على الغائط بعد العمر الذي يعتبر فيه الطفل قادرا على ضبط نفسه، وهو قبيل الرابعة، وذلك في اماكن ومواقف ليست مناسبة مرة على الاقل شهريا لمدة لا تقل عن ستة اشهر، وذلك دون وجود اسباب عضوية ودون احساس الطفل وظهور قوام الغائط طبيعيا او قريبا من الطبيعي. ويتخذ عدة اشكال فقد يكون التغوط اولي ويظهر لدى بعض الاطفال الذين لم يسبق لهم نهائيا التحكم او ضبط الغائط لمدة عام على الاقل. وهناك التغوط الثانوي وهو الذي يظهر لدى اطفال سبق لهم ضبط الغائط لمدة لا تقل عن عام.

اسباب المشكلت :

١-العوامل النفسيت واساليب التنشئة الغير سوية: مثل الشعور بالغيرة المصاحب لولادة شقيق آخر او الانفصال عن الأم او انفصال الوالدين او بسبب اساليب التدريب المبكرة القاسية المرتبطة بالعقاب البدني. او قد يكون راجع الى عدوانية الطفل، كما ان اساليب التنشئة مثل القسوة والحماية الزائدة والتذبذب تلعب دورا في هذا الامر.

٢-العوامل العضوية: مصل مرض هرشبرنج الذي يصيب الامعاء ويسبب الامساك ومن ثم خروج الغائط لا اراديا وربما عاد الامر للامساك لفترات طويلة فيحدث فيض الغائط.

٢-عوامل عقلية احيانا كنقص ذكاء الطفل او تخلفه عقليا.

ويقترح لعلاج المشكلت :

١-الفحص الطبي للوقوف على السبب وراء تغوط الطفل.

٢-الارشاد الاسري بتوجيه الاسرة لعدم استخدام العقاب والشدة واشعار الطفل بالخزي وتعريفها بأن هذا الامر عبارة عن عرض وسوف يختفي، وحث الاسرة على تشجيع الطفل ومنحه المكافآت له عند احتفاظه بنفسه نظيفا ولفت نظر الاسرة الى ابعاد الطفل عن المشاكل الاسرية والمشاحنات بين الزوجين.

٢-العلاج الفردي للطفل يجعله يعبر عن نفسه وتوجيه عدوانيته او امتصاصها مع التركيز على ازالة الشعور بالنقص

٢٤- مشكلة قلق الانفصال :

شعور الطفل بعدم الارتياح والاضطراب والهمل ويظهر ذلك نتيجة للخوف المستمر من فقدان احد الابوين والتعلق غير الآمن بالحاضن ، ويعبر عنه الطفل ببكاء شديد لمدة طويلة عندما ينفصل عن امه ، ثم يبكائه مره اخرى عندما يجتمعان ، كذلك يبكي الطفل الغير آمن عندما يبعد عن الالتصاق العضوي بجسد الأم.

اسباب المشكلة :

١- الشعور بعدم الأمان نتيجة للحماية الزائدة والاعتماد على الكبار.

٢- غياب الأم المتكرر عن الطفل في السنوات الأولى من عمره.

٢- المشاكل والصراعات الاسرية التي تثير خوف الطفل من فقدان احد الابوين.

ويقتراح لعلاج المشكلة :

١- اشعار الطفل بالأمن والطمأنينة وتعويده الاعتماد على النفس.

٢- بناء علاقة عاطفية ومستمرة معه.

٢- التماسك الأسري وحل الخلافات الاسرية بعيد عنه.

٤- عدم تركه فجأة في السنوات الأولى من عمره ، وأذا حدث ذلك يجب تعويضه بحاضن مناسب .

٢٥- مشكلات الرضاعة :

*رفض الطفل للثدي :

يرفض بعض الاطفال التقاط الثدي اذا اعطي له.

اسباب المشكلة:

١- احيانا يضغط ثدي الأم على انف الطفل الرضيع ويسبب له صعوبة في التنفس ،والطفل عندها لا يستطيع ان يبلع ويرضع ويتنفس في آن واحد.

٢- تقديم الثدي للطفل بعد فترة طويلة من الولادة.

٢- شعور الطفل بعدم ارتياح الأمر وهدوئها.

يقترح لعلاج المشكلة:

١- يجب تأكد الأم من عدم ضغط ثديها على انف الطفل ،ومعاونته على رضاعة سهلة باستخدام اليد الأخرى.

٢- إذا ظهرت بعض الافرازات المخاطية من الطفل فإنه يمكن استشارة الطبيب فقد ينصح باستخدام نقط الأنف او شطف لهذه الافرازات التي تؤثر على تنفس الطفل اثناء الرضاعة.

٢- التبكير بإعطاء الثدي للطفل وخاصة خلال اول ٤٨ ساعة من الولادة وعلى الأم ان تتحمل وتصبر.

٢٦ النوم اثناء الرضاعة

ينتاب بعض الاطفال النوم اثناء الرضاعة.

اسباب المشكلت:

- ١-شعور الطفل بالراحة التامة والاسترخاء لما يشعر به من حنان الأم.
- ٢-عدم حاجة الطفل الى الغذاء
- ٢-حاجة الطفل للراحة.

يقترح لعلاج المشكلت:

ترك الطفل لينا م بين ساعة ونصف الساعة، ثم ايقاظه ومحاولة اعطائه الثدي وسوف يلتقطه اذا كان جائعا.

*عض حلمة الثدي:

قبض الطفل على حلمة الثدي بفكيه، وحتى قبل ان تظهر اسنانه.

اسباب المشكلت:

- ١-شعور الطفل بألم في الفكين ربما لأسباب فسيولوجية او لبدايات نمو الأسنان.
- ٢-ربما يأتي العض كرد فعل انعكاسي.

يقترح لعلاج المشكلت:

- ١-يكتفي ان تقول الأم (لا) بطريقة حازمة وبدون صراخ، وسوف يشع الطفل برد الفعل هذا من جانب الأم حتى في السن المبكر جدا.
- ٢-الضغط على فك الطفل السفلي (الذقن) بهدوء فسوف يفتح الطفل فمه.

*النقص في افراز الثدي:

قد تكون كمية اللبن التي يفرزها الثدي غير كافية لإشباع الرضيع ويبدو ذلك من استمرار الطفل في عملية المص حتى بعد استخدامه لكلا الثديين، ويبدو وزن الطفل اقل من المفروض في هذا العمر.

أسباب المشكلة:

١- إجهاد الأم بالعمل او السهر او ممارسة اعمال المنزل الكثيرة عن طاقتها.

٢- الحالة النفسية السيئة للأم.

٤- عدم تناول قسط وافر من الطعام الذي تحتاجه.

يقترح لعلاج المشكلة:

١- يجب ان تنال الأم قسطا وفيرا من الراحة وخاصة في الأسابيع الأولى من الولادة، وتناول بعض الفيتامينات طبقا لإرشادات الطبيب مع تجنب استخدام اقراص منع الحمل في الأشهر الستة الأولى من الولادة.

٢- تجنب الأم للانفعالات.

٢- تجنب السهر واخذ قسط وافر من النوم وتجنب اعمال المنزل الكثيرة قدر الإمكان.

٤- تناول العصائر والسوائل لأنها تساعد على ادرار اللبن.

٥- عدم انشغال الأم بما يحدث من مشكلات او طلبات لأفراد الأسرة اثناء الرضاعة، وتركيز اهتمامها في كل ما يجلب الهدوء والسعادة لطفلها.

٢٧- مشكلة الفطام:

الفطام هو تدريب الطفل على الاستقلال عن ثدي الأم، واول موقف صدمي احباطي يتعرض له الطفل ، والطريقة التي يتم بها الفطام تنعكس على الطفل وشخصيته ومشاعره تجاه الأم وتجاه المجتمع المحيط ، فالخبرات التي يمر بها اثناء الرضاعة قد تأخذ الاتجاه الموجب او السالب ، ويعتمد ذلك على الطريقة التي تتبع من جانب الأم.

اسباب اجراء عملية الفطام بطرق غير طبيعية:

- ١- الرغبة في تخلص الأم من عبء الطفل.
- ٢ -رغبة الأم في المحافظة على رشاقتة جسمها.
- ٢-انشغال الأم بالعمل خارج المنزل فترات طويلة.
- ٥-مرض الأم.
- ٦-افتقاد الأم لمعلومات عما يجب ان يتم في عملية الفطام ا وجعلها.

يقترح للتغلب على الطرق الغير طبيعية في الفطام:

- ١-توعية الأم الحامل قبل الولادة وبعدها.
- ٢-التدرج في عملية الفطام حتى لا يشعر الطفل بصدمة التغيير المفاجئ.
- ٢-عدم استخدام الاساليب المنفرة لوضعها على الثدي نهائيا.
- ٤-متابعة حالة الأم والطفل طبيا ، وبخاصة خلال اشهر الحمل والاشهر الاولى من ميلاد الطفل.
- ٥-عدم اللجوء لحرمان الطفل فجأة من ثدي الأم الا لأسباب صحية ويمكن تعويض عن ذلك تدريجيا باستخدام الرضاعة الصناعية او اللبن الصناعي ، مع مراعاة انه يسبب عسرا للهضم.

٢٨- اضطرابات التعلق الانفعالي :

يظهر هذا الاضطراب في صورة فشل الطفل في المبادرة بالتفاعل مع الآخرين او الانتباه لهم في اشكال مثل الابتسام او محاكاة او اظهار تعبيرات السرور او الفضول او الاستطلاع او الخوف او الغضب او الانتباه، وعد الاستجابة للمداعبة، و احيانا عدم التمييز الاجتماعي بعمل الفترة مضطربة مع غرباء يراهم لأول مرة وذلك في سن يتوقع فيه من الطفل استجابة معقول مع التبلد او البكاء الهادئ او الضعيف، او نقص الحركة وكثرة النوم ووهن العضلات والقبض.

ويبدأ هذا الاضطراب قبل الخامسة من العمر والرضع من اصحاب هذا الاضطراب غالباً يضيّق لديهم مجال الرؤية مع قلّة الاستجابة حتى لأقرب الناس مثل صوت الأم وافتقاد النظرة المتبادلة معها، وكذا افتقاد التواصل البصري او اللفظي في وجودها معه ويصاحب الاضطراب اعراض مثل نقص الأكل والاجترار والقيء و احيانا اضطرابات النوم.

اسباب المشكلة :

- ١- عدم مراعاة الطفل الجسميّة (التغذية وعدم الاعتداء الجنسي) والحاجة الى الراحة.
- ٢- اسباب عضوية: تخلف عقلي او اصابة بالصمم او العمى او القصور في بعض اعضاء الحس او المرض الجسدي المزمن.
- ٢- القسوة في معاملة الطفل او تجاهله.
- ٤- تكرار غياب الأم لفترات طويلة او تكرار تغيير المربيات اللاتي تتابع لرعاية الطفل.
- ٥- اكتئاب الأم او المربية الشديد.
- ٦- شعور الأم او المربية بالإحباط نتيجة تبلد الطفل.

يقترح لعلاج المشكلة :

- ١- آراء الوالدين لا يجب الاعتماد عليها وخاصة في حالة توقع إهمال الطفل من جانبهم.
- ٢- تعليم الأم او المربية كيفية رعاية الطفل .

٢-تحسين الظروف النفسية والاجتماعية للمريية واستبدالها .

٢٩- السمنة

لاشك أن السمنة مرض يعاني منه بعض أفراد المجتمع ولاسيما الأطفال ،والأسر التي لديها طفل بدين قد تستخدم بعض الأساليب الخاطئة في التعامل معه...

فالبعض مثلالايولي لهذا المرض أي أهمية بل ويعتقد ان هذا عارض طبيعي سيزول مع نضوج الطفل مستقبلا وأن ذلك دليل على الصحة أما البعض الآخر فيسرف في إعطاء الطفل الطعام رغما عنه بل وبلجأ إلي القسوة بالمقابل هناك بعض الأسر تولي لهذا المرض (السمنة)اهتماما كبيرا يفتقد للأساليب التربوية السليمة،كمعاقبة الطفل عند إسرافه في تناول الطعام وحرمانه من الأطعمة الأخرى مما يجعل ذلك يؤثر سلبا على الطفل وعلى حالته النفسية فيلجأ لتناول الطعام بشراهة بدافع العناد والتمرد ..

لذا الابد من:

١-تنمية الوعي الصحي والتربوي للأسر في كيفية التعامل مع هذا الطفل من خلال وسائل الإعلام المختلفة ومن خلال المدرسة والمراكز الصحية.

٢-ان الطفل لن يكف عن تناول الطعام ،حتى يقتنع قناعه تامة بأضرار السمنة وبأهمية الإقلال من تناول الطعام ،فعلى الوالدين أن يوضحا له ذلك مع ذكر قصص بعض الأشخاص الذين أصيبوا بهذا المرض وما نتج عن ذلك من أضرار صحية أيضا اطلاعهم على بعض الصور لهؤلاء البداء وتذكير الطفل بأنه اذا ما استمر في تناول الطعام بشراهة فانه عندما يكبر سيكون مثلهم.

٢-تجنب استخدام القسوة والضرب لمنع الطفل من تناول نوعية من الطعام لأن ذلك له مردود سلبي كبير يدفع بالطفل للعناد والتمرد على الوالدين بتناول الطعام أما مهما أو عند غيابهما ،كذلك عدم مقارنته بمن هم أخف منه وزنا كاخوته وأصدقائه حتى لا يتعقد نفسيا فيصبح منطويا حزينا كئيبا قلقا .

٤-استخدام الأساليب التربوية الصحيحة في التعامل مع هذا الطفل فمثلا يستخدم أسلوب التعزيز (فكلما قل تناول الطفل للحلويات والغازيات يكافأ)والعكس.

٥-القدوة مهمة في هذا الجانب فالطفل الذي يشاهد والديه يسرفان في تناول الطعام فانه يسلك نفس المنحنى ، فعلى الوالدين أن يكونا قدوة لأبنائهما .

٦ - على ربة المنزل ان تخصص جزء يسيراً من وقتها للعب مع الطفل فذلك يفيدده جسمياً ونفسياً.

٧ - قد يلاقي الطفل السخرية من زملائه فعلى الأمان تراعي ذلك الأمر وأن تأخذ بيد الطفل إلى الرشاقتة من خلال عرضه على أخصائيي التغذية لرسم برنامج معين يسهم في رشاقتة.

٨- امر هام لابد ان تتنبه اليه الاسرة التي لديها طفل بدين وهو ان الطفل قد يكون بدينا بسبب مرض عضوي مثل امراض الغدد ونحوه فيجب الكشف على الطفل وعلاج هذا المرض.

كيفية التعامل مع الطفل السمين:

ليس من السهل أبداً أن تجعل طفلك يفقد وزنه الزائد دون أن تجرح مشاعره وتحسسه بالكأبة والحزن فمسألة السمنة حساسة للغاية وتتطلب كثيراً من اللباقة والدراية والصبر من قبل الأباء لكي لا تتحول حياة الطفل البدين إلى كابوس مرعب، فهل يمكن للمرأة أن يحافظ على صحة طفله دون أن يملأ قلبه بالحزن؟

فحين تقول لطفلك أنه ينبغي عليه تخفيف وزنه أو مزاولته التمارين الرياضية، فهذا النصح قد يؤدي إلى أن يفقد الطفل ثقته فيمن يفترض أن يمنحه الحب بلا شروط ولا حدود وقد يجعله يعتقد أن والديه أصبحا ضده ولم يعودا يأبهان به أو يحبونه وقد تتعدى الآثار السلبية إلى شعوره بالقهر والمذلة ليصبح الطفل مهدداً بالكأبة والقلق واضطراب النظام الغذائي #

ولهذا فإن الشعور بالضغط والرغبة الملحة لتخفيف الوزن يجعل الطفل يعتقد أنه هو سبب النقد وليس وزنه وبالتالي فإن الطفل إذا أحس برفضنا لشيء لا يتحكم هو فيه تماماً فقد يكون ذلك مدمراً جداً #
والحقيقة أن الأسر التي لديها طفل سمين مطالبة بالتعامل مع ثلاثة أمور مهمة وهي
هل ينبغي التدخل لمعالجة هذه المشكلة؟ ومتى وكيف يحدث هذا التدخل؟

إن الواجب على الأباء هو عدم الشعور بالإنزعاج والقلق على طفلهم السمين لأن ٢٠% فقط من الأطفال من ذوى الوزن الزائد الذين تتراوح أعمارهم بين ٤ و ٥، سنوات هم الذين يظلون يعانون من السمنة فيما بعد ويختلف الأمر كذلك حسب درجات السمنة لدى الطفل لهذا ينبغي أن نعرف ما إذا كان وزن الطفل يزيد على الوزن المطلوب بمعدل الضعف أم أنه يعاني فقط من شيء من الترهل في البطن، وعلى أى حال فالأطفال من الإناث والذكور يمرون بمرحلة من زيادة الوزن أثناء فترة المراهقة المبكرة، ويتحول هذا الوزن الزائد إلى شحوم عند الفتيات ويتحول إلى عضلات عند الفتيان ومن ثم عندما يلاحظ الأباء أن ابنتهم أخذت حجم خصرها يزداد قليلاً، فليس من الضروري دائماً التدخل، إذا ما كانت الفتاة تحافظ على نشاطها وتتناول وجبات غذائية صحية، وما يجب معرفته هو أن الطفلة تبدأ في الإمتلاء في اتجاه العرض قبل الطول وذلك قبل بلوغ فترة النمو السريع عند المراهق وهذا يعنى أن الوزن غالباً ما يسبق الطول #

والمهم هو ألا يعتبر الأباء أبداً أن سمنة طفلهم معناها الحط من صورتهم، فغالباً ما يصدر عن أحكاماً تتعلق بإحساسهم بالفشل عندما يكون طفلهم سميناً، والواقع أن الأباء يحتاجون للتركيز على الطفل وليس على أنفسهم، كما أن يجب قبلها معرفة العادات الغذائية وأنماط العيش التي يسير عليها الطفل #

وعموماً فإن الطفل يقبل بسهولة رغبة والديه في تخفيف وزنه عندما يشعر أنه محبوب وغير محاسب على ما هو فيه من السمنة والشيء الوحيد الذى لا يحتاجه الطفل السمين هو نعتة بالبدانة وترهل الجسم من قبل الأشخاص الذين ينبغي عليهم أن يولوهم العناية والعطف والحب بكل سخاء وتفهم #
إلى كل ام سئمت الشكوى من رفض طفلها لوجبة الطعام

إن الوضع الصحي لطعام الطفل لا يحدد بكمية ما يتناوله بل يعتمد على نوع الطعام.

فإذا رفض الطفل وجبة الطعام العادية يجب أن تأخذي في عين الاعتبار هذه الامور:

١- قد تكون هناك سابقة لاجبار الطفل على الطعام.

٢- عدم انتظام الوجبات لذلك قد يكون الطفل لم يشعر بالجوع بعد.

٢- تقديم وجبات لا تناسب الطفل.

٤- تقديم حصص كبيرة من الطعام.

٥- وجود الكثير من المشتتات مثل التلفاز.

من الأفضل ان يأكل الطفل مع العائلة لأن ذلك يفتح شهيته أكثر، ويجب أن يقدم الطعام في جو هادئ ومريح بعيد عن الانفعال وفي أوقات متباينة حتى لا يكره الطفل الطعام.

وعموما الطفل تتغير شهيته ففي فترات النمو السريع تكون كبيرة ولكن عندما يكبر تقل الشهية وهذا طبيعي لأن النمو بطئ.

كيف تصبح الوجبة وقت مرغوب؟

١- يجب ان تكون وضعية جلوس الطفل مريحة ومناسبة.

٢- تقديم حصص مناسبة ابدئي بالقليل ثم زيدي تدريجيا حسب الرغبة.

٢- يجب أن يأكل الآباء طعام منوع لتشجيع الطفل على ذلك لأنه يقلد من حوله.

٤- تقديم أي طعام جديد تدريجيا.

٥- السماح للطفل بأخذ قسط من الراحة (١٥-٢٠) قبل تناول الطعام بعد اللعب لأن النشاط يؤثر على الشهية.

٦- استخدمى الأواني الصغيرة والتي يستمتع بها الطفل.

٧- شجعيه على تناول الطعام بنفسه إن كان ذلك مناسب.

معظم الأطفال يفضلون وجبات متكررة وخفيفة بدلا من الوجبة الأساسية الكبيرة وهذه أفضل خاصة للأطفال الذين يتعبون بسرعة من الوجبة الأساسية أو الطفل الذي يتحرك بشكل زائد أو لدى الطفل ذي الشهية الضعيفة أو الذين يعانون مشاكل في المضغ أو البلع.

يجب مراعاة ما يلي عند إعداد الوجبة الخفيفة:

١- قدمي الخضراوات والفواكه والخبز والحبوب واللحوم ومشتقات الألبان.

٢- يجب أن تكون قبل الوجبة الأساسية بساعتين.

٢- التقليل من استهلاك السكر وتناول الفطائر والكعك والحلوى والشيبس لأنها فقيرة في القيمة الغذائية وتسبب الأمراض.

٤- السماح للطفل بتحضير وجبته مثلا أن يسكب طعامه في طبقه بنفسه لأنهم عادة يأكلون مما تصنع أيديهم. مواصفات الوجبة الخفيفة المفيدة:

#الأجبان، السندويشات، الفواكه الطازجة أو المعلبة غير المحلاة، الخضراوات الطازجة، زبدة الفول السوداني مع بسكويت هش، الألبان، الحليب، قوست الجبن، العصائر والحبوب غير المحلاة.

مواصفات الوجبات الخفيفة الغير مفيدة:

#رقائق البطاطا، الكيك والفطائر، الشاي البارد، البسكويت بالسكر،

مع تمنياتي لكم بالصحة والعافية والحياة السليمة

٢٠- لماذا يصبح الطفل مزعجاً..؟

الطفل المزعج مشكلة تؤرق أي أسرة فهو غالباً ما يسبب العديد من المشكلات لأسرته في الشارع مع الجيران وفي المدرسة مع زملائه ومعلميه وفي النادي مع أصدقائه.

من هو..؟

لا نستطيع أن نطلق كلمة مزعج على أي طفل شقي أو يثير صخباً وازعاجاً أثناء لعبه مع أقرانه أو حتى حديثه بصوت عال معهم أو قيامه بأخذ لعبته أخيه أو صديقه أو ضربه.. ولكن الطفل المثير للإزعاج هو الطفل الذي يجد من حوله صعوبة في التعامل معه دائماً فيشكو منه معلموه وزملاؤه بالمدرسة وجيرانه وأقاربه بل ووالديه. فهو مثير لأعصاب من حوله وبخاصة معلميه في المدرسة ووالديه في البيت، حيث قد يضطرون لاستخدام الشدة معه لكي يهدأ فلا يزعج زملاءه في الفصل أو جيرانه في الشارع، وقد يجدون أن الشدة معه لا تجدي للتخلص من إزعاجه.

صفاته:

يتصف الطفل المزعج بأنه قليل التركيز يتحرك كثيراً في المكان الذي يوجد فيه ويجعله مبعثراً وغير منظم، مثيراً للوضاء والصخب والشغب والتشويش يتحدث بكثرة وبسرعة وبصوت عال ومرتفع.. عجول يقوم بالإجابة عن الأسئلة قبل استكمالها يقاطع حديث الآخرين ويتدخل في أنشطتهم وأعمالهم.. يتصف بعدم الاستقرار العاطفي وسرعة تغير مزاجه من السعادة إلى الحزن والغضب.

والطفل المزعج حقاً هو المثير للإزعاج في البيت والمدرسة والشارع والنادي ولكل من حوله.

ففي بعض الأحيان نجد سلوك الطفل يتسم بالإزعاج في البيت فقط ومع الوالدين أما في المدرسة فيتميز سلوكه بالطيبة وحسن المعاملة والأدب مع زملائه ومدرسيه.

وقد نجد العكس تماماً فقد يكون الطفل مزعجاً في المدرسة ويشتكى منه زملاؤه ومدرسه ويفاجأ الوالدان بهذه الشكوى وقد لا يصدقانها إذ يجدون أن سلوك طفلهم يتميز بالهدوء في البيت.

لماذا يصبح الطفل مزعجاً..؟

يؤكد علماء النفس والأطباء النفسيون على أن الطفل المزعج لا يعتبر حالة أو ظاهرة مرضية وإنما هو سلوك يعبر عما يعترى الطفل من شيء يخافه أو يقلقه أو يضايقه.

فقد يرجع السلوك المزعج من قبل الطفل إلى شدة الخوف من والديه أو أحدهما وقسوتهما في معاملته وعقابه دائماً بصورة مبالغ فيها على كل كبيرة وصغيرة أو أي خطأ ولو بسيط يقع فيه الطفل.. وقد يرجع إزعاج الطفل لخوفه من المدرسة ومدرسيه لمستواه الدراسي الضعيف وعدم رغبته في استكمال تعليمه. وقد يرجع إلى كثرة المشاحنات والمشاجرات المستمرة بين والديه وخلو البيت من جو الحب والدفء العاطفي وإحساس الطفل بعدم الأمان، وفي بعض الأحيان قد يرجع سلوك الطفل المزعج إلى التدليل الزائد والمفرط من جانب الوالدين للطفل وتلبية كل مطالبه، وقد يرجع إزعاج الطفل لبعض العوامل النفسية التي يعاني منها الطفل مثل إحساسه وشعوره بالنقص ومستواه الاجتماعي المتواضع أو رغبته في إثبات ذاته وكيانه، وقد يرجع لأسباب صحية مثل فرط النشاط عند الطفل وامتلاكه لنشاط كبير من الانفعالات.

العلاج:

- * ضرورة توفير الجو النفسي المناسب بالمنزل- من قبل الوالدين- المليء بالحب والحنان واللفظ والهدوء والاستقرار حتى ينشأ الطفل سوياً- وابتعاد الوالدين عن المشاجرات الصاخبة والعنيفة أمام الطفل.
- * عدم معاقبة الوالدين لطفلهم أمام الغير والسخرية منه أو الاستخفاف به حتى لا يشعر بالدونية والنقص أو الضيق.
- * عدم انفعال الوالدين وثورتهم ولجوتهم للعقاب الجسدي في حالة خطأ الطفل بل عليهم إرشاد الطفل لخطئه بأسلوب سهل ومرن وتوفير جو من التسامح داخل البيت.
- * مساعدة الطفل على ضبط نفسه والسيطرة عليها من خلال برنامج للتحكم الذاتي وهو يشمل مجموعة من الجلسات مع طبيب نفسي أو أحد المربين يتم تدريب الطفل من خلالها على التحكم في انفعالاته.
- * عدم الإفراط في تلبية كل طلبات الطفل في الحال بل يجب على الوالدين إرجاء بعضها لوقت لاحق حتى لا يتعود الطفل على اللجوء للإزعاج والبكاء والغضب لتلبية حاجاته.
- * شغل أوقات فراغ الطفل بتشجيعه على اللعب مع أقرانه وزملائه وتعليمه الأخذ والعطاء واحترام الآخرين.
- * المتابعة المستمرة من قبل البيت والوالدين للطفل مع المدرسة لمعرفة أحواله وسلوكياته مع زملائه ومدرسيه والتدخل في حالة وجود مشكلة لطفلهم في المدرسة بكياسية وعقل وحكمة ومرونة في التعامل مع ابنيهما.
- * وعدم العرج في اللجوء لأخصائي نفسي أو طبيب نفسي لمساعدتهما في اختيار أنسب الطرق لعلاج السلوك المزعج من قبل الطفل

٢١- وسيلة لعلاج تشتت الانتباه عند الأطفال

لقد حاولت يوم وضع ابنك تحت مراقبتك الأبوية التربوية أثناء دراسته وتأديته واجباته المدرسية؟؟

وهل سالت نفسك : لماذا يستجيب هذا الابن لكل ما يحدث حوله حتى لو كان خارج المنزل ، في الحديقة مثلا؟؟ إن حفيف الأشجار أو صوت أخ أو أخت كفيلا أن يشتت انتباهه ، فيترك دراسته ليلعب بإحدى لعبه وفي أثناء عودته للدراسة يداعب أخاه الصغير ، لماذا لا يبقى فترة كافية لإنهاء واجباته ؟ تبدو مشكلة فترة الانتباه القصير ، أنها صعبة الحل ولكن الخبراء يقولون :

أن هناك أشياء كثيرة يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك وتحسين تركيزه نوجزها في التالي :

١ *التشاور والتباحث مع المدرس

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك فقط في المدرسة فقد يكون هناك مشكلة مع المدرس في أسلوب شرحه للدرس ، وفي هذه الحالة لابد من مقابلة المدرس ومشاورته ومناقشة المشكلة والحلول الممكنة

٢ *مراقبة الضغوطات داخل المنزل

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك في المنزل فقد يكون ذلك رد فعل لضغوط معينة في المنزل ، فإذا لاحظنا تشتت الانتباه أو النشاط الزائد أو الاندفاع " التهور " لدى طفلك وأنت تمر بظروف انفصال أو طلاق أو أحوال غير مستقرة ، فإن هذا السلوك قد يكون مؤقتاً ، ويقترح الأخصائيون هنا زيادة الوقت الذي تقضيه مع الطفل حتى تزيد فرصته في التعبير عن مشاعره

٢ *فحص حاسة السمع :

إذا كان طفلك قليل الانتباه وسهل التشتت ولكن غير مندفع أو كثير الحركة ، فعليك فحص حاسة السمع عنده للتأكد من سلامته وعدم وجود أي مشكلات به وبعمليات الاستماع ، ففي بعض الأحيان رغم أنه يسمع جيداً يحتمل أن المعلومات لاتصل كلها بشكل تام للمخ.

٤ *زيادة التسلية والترفيه

يجب أن تحتوي أنشطة الطفل على الحركة والإبداع ، والتنوع ، والألوان والتماس الجسدي والإثارة فمثلاً عند مساعدة الطفل في هجاء الكلمات يمكن للطفل كتابة الكلمات على بطاقات بقلم ألوان وهذه البطاقات

تستخدم للتكرار والمراجعة والتدريب

٥ * تغيير مكان الطفل:

الطفل الذي يتشتت انتباهه بسرعة يستطيع التركيز أكثر في الواجبات ولفترات أطول إذا كان كرسي المكتب يواجه حائطاً بدلاً من حجرة مفتوحة أو شبك

٦ * تركيز انتباه الطفل

اقطع قطعة كبيره من الورق المقوى على شكل صورة ما وضعها على مساحة أو منطقة تركيز الانتباه أمام مكتب الطفل واطلب منه التركيز والنظر داخل الإطار وذلك أثناء عمل الواجبات وهذا يساعد على زيادة التركيز.

٧ * الاتصال البصري:

لتحسين التواصل مع طفلك قليل الانتباه عليك دائماً بالاتصال البصري معه قبل الحديث والكلام

٨ * ابتعد عن الأسئلة المملت

تعود على استخدام الجمل والعبارات بدلاً من الأسئلة فالأوامر البسيطة القصيرة أسهل على الطفل في التنفيذ .. فلا تقل للطفل ألا تستطيع أن تجد كتابك؟) فبدلاً من ذلك قل له: (اذهب واحضر كتابك الآن وعد قل له أرني ذلك)

٩ * حدد كلامك جيداً:

يقول د. جولداشتاين .. الخبير بشؤون الأطفال : دائماً أعط تعليمات إيجابية لطفلك فبدلاً من أن تقول لا تفعل كذا ، أخبره أن يفعل كذا وكذا ، فلا تقل (ابعده عن الكرسي) وبدلاً من ذلك قل له (ضع قدمك على الأرض) (ولا سوف يبعد الطفل قدميه عن الكرسي ويقوم بعمل آخر كأن يضع قدميه على المكتبة.

١٠ * إعداد قائمة الواجبات:

عليك إعداد قائمة بالأعمال والواجبات التي يجب على الطفل أن يقوم بها ووضع علامة (صح) أمام كل عمل يكمله الطفل وبهذا لا تكرر نفسك وتعمل هذه القائمة كمفكرة ، والأعمال التي لا تكتمل أخبر الطفل أن يتعرف عليها في القائمة

١١ * تقدير وتحفيز الطفل على المحاولة:

كن صبوراً مع طفلك قليل الانتباه فقد يكون يبذل أقصى ما في وسعه فكثيراً من الأطفال لديهم صعوبة في البدء بعمل ما والاستمرار به.

١٢* حدد اتجاهك جيداً::

خبراء نمو الأطفال ينصحون دائماً بتجاهل الطفل عندما يقوم بسلوك غير مرغوب فيه، ومع تكرار ذلك سيتوقف الطفل عن ذلك لأنه لا يلقى أي انتباه لذلك والمهم هو إغارة الطفل كل انتباه عندما يتوقف عن السلوك الغير مرغوب ويبدأ في السلوك الجيد

١٢* ضع نظاماً محددًا والتزم به:

التزم بالأعمال والمواعيد الموضوعية، فالأطفال الذين يعانون من مشكلات الانتباه يستفيدون غالباً من الأعمال الواظبة عليها والمنظمة كأداء الواجبات ومشاهدة التلفاز وتناول الأكل وغيره ويوصى بتقليل فترات الانقطاع والتوقف حتى لا يشعر الطفل بتغيير الجدول أو النظام وعدم ثباته

١٤* أعط الطفل فرصة للتنفيس:

لكي يبقى طفلك مستمراً في عمله فترة أطول يقترح الخبراء السماح بالطفل ببعض الحركة أثناء العمل.. فمثلاً: أن يعطى كرة إسفنجية من الخيط الملون أو المطاط يلعب بها أثناء عمله

١٥* التقليل من السكر

كثير من الأبحاث لا تحذر من السكر كثيراً ولكن يرى بعض المختصين أنه يجب على الأباء تقليل كمية السكر التي يتناولها الطفل فبعد تشخيص ما يقرب من ١٤٠٠ طفل وجد حوالي ثلث الأطفال يتدهور سلوكهم بشكل واضح عند تناولهم الأطعمة مرتفعة السكرية، وأثبتت بعض البحوث أيضاً أن الطعام الغني بالبروتين يمكن ان يبطل مفعول السكر لدى الأطفال الحساسين له .. لذلك إذا كان طفلك يتناول طعاما يحتوي على السكر فقدم له مصدر بروتين كاللبن، أو البيض، والجبن ..

٢٢- اضطرابات نقص الانتباه

هي اضطرابات تتصف بضعف القدرة على التركيز، وانجذاب الطفل لأي مثير خارجي ملهيا عن المثير السابق في فترة لا تتجاوز الثواني، وسرعة الغضب والضحك بعمق، والانجذاب إلى أي شيء دون تفكير أو روية، ما دام قد استهواه

وهناك نوعان هما:

١- اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد،

٢- اضطراب نقص الانتباه غير المصحوب بنشاط زائد

ولكل منهما اسباب واسلوب لمواجهة.

اولا : نقص الانتباه المصحوب بنشاط زائد :

واطلق عليه في الماضي انفعال الاطفال مضطبي الحركة او زائدي النشاط او اعراض تلف المخ البسيط ، ومن مظاهر هذا الاضطراب:

***نقص في مدى الانتباه:**

مثل الفشل في انهاء المهمة التي شغلته فترة سهولة التشيت - يبدو الطفل وكأنه لا يستمع - صعوبة التركيز في العمل المدرسي

***الاندفاعية:**

مثل الاندفاع في ممارسة دون تفكير - الانتقال من نشاط الى آخر - الحاجة الى اشراف جاد حتى ينهي واجباته - الإخلال بالنظام أثناء انطباق بقية الاطفال الموجودين معه - لا ينتظر دوره مثل باقي الاطفال.

النشاط الزائد:

كثرة الحركة وتسلق الأشياء - التملل من الجلوس لفترة - كثرة التحرك اثناء النوم.

وكثيرا تظهر اعراض هذا الاضطراب في السنة الأولى وعادة يظهر نقص الانتباه المصحوب بنشاط زائد في سن ثلاث سنوات ويصل ذروته في الفئة العمرية بين ٨-١٠ سنوات وعندما يبلغ عمر الطفل من ثلاث الى خمس سنوات يلاحظ عدم قدرته على السيطرة على الجري وكثيرا ما يسقط او يسقط الاشياء او الالعاب التي في يديه وقد لا يستطيع قذف الكره او تلقيها مقارنة بمن هم في اقرانه وقد تختفي هذه المظاهر مع المراهقة واحيانا تظل

لدى البالغين او تختفي كثرة الحركة ويظل نقص الانتباه والاندفاعية لدى البالغ والذي يؤثر على المستوى الدراسي او الاصابة بالمرض النفسي او الاقبال على الاجرام .

فالطفل المصاب بهذا الاضطراب لا يكون يقظا تجاه مثير معين لفترة مناسبة واثم النشاط والحركة تقريبا لدرجة تجعله موضع شكوى في الروضة او المنزل ويصاحب هذا الاضطراب لدى الاطفال العناد وتقلب المزاج وسرعة الشعور بالإحباط ، وانخفاض الانجاز بالمدرسة واحيانا عدم توافق حركة العين واليدين ، ولدى هؤلاء الاطفال ضعف في التمييز بين اليمين واليسار ، وضعف في تقدير الوقت كما الاطفال في مثل سنه ، وكذا اضطراب في القدرة على التكلم ، والذكاء يكون طبيعيا ويكون لديهم ضعف في الرياضيات واللغات ان كانوا بالمدرسة . وللمظاهر السابقة تأثير على الطفل نفسه اذ يشعر بالنقص وانخفاض مفهوم الذات ومستوى من الاكتاب .

اسباب هذه المشكلة :

١-عوامل عضوية:

وتأتي الوراثة في المقدمة فنسبة ١٠% من آباء هؤلاء الاطفال لهم نفس الاعراض ، وكذا التشوهات الخلقية اثناء الولادة والرضوض وهزات المخ بسبب وقوع الاطفال . كما ان التسمم بالرصاص ربما نتيجة الاكل او استخدام بعض اللعب يؤدي الى حالات شبيهة بنقص الانتباه المصحوب بنشاط زائد .

٢-الاضطرابات الاسريّة والتوتر الذي يسود العائلة.

٢-نقص ذكاء الطفل ، او ارتفاع عدوانيته تجاه نفسه او البيئة المحيطة.

٤-دخول الطفل في عبء اجتماعي جديد مثل الروضة او المدرسة.

يقترح لعلاج المشكلة :

قبل العلاج يجب ان نوضح انه لايفضل وضع الطفل تحت العلاج الا حينما يلتحق بالمدرسة الابتدائية على الاقل ويجب:

١-فحص الطفل جسميا لمعرفة المتغيرات الجسمية الكامنة ، وكذا تخطيط المخ الكهربائي لفحص شذوذ نشاطه .

٢-الكشف عن القدرة العقلية العامة والتذكر والإدراك .

٢- استخدام عقاقير طبية محددة تحت اشراف الطبيب مثل الدسكرين وهو انجح الاساليب ، وهذا اليعني انه العلاج الوحيد المفيد.

٤- عن طريق المعالج يمكن شرح حالة الطفل وصعوباته في لقاء فردي مع الطفل ،ويمكن استخدام اساليب التعزيز والتدريب على تحطم الطفل في نفسه كما يكون من المفيد معرفة الحيل الدفاعية التي يستخدمها الطفل.

٥- تعديل نظرة الاسرة للطفل ، وتعديل الممارسات التي تؤدي الى احباطه مثل الصراعات القائمة واهمية الهدوء والنظام في حياة الطفل.

ثانيا : نقص الانتباه غير المصحوب بنشاط زائد :

يكون لدى الطفل ضعف في القدرة على تركيز الانتباه دون ان يصاحب ذلك نشاط وحركة كثيرة ، ويظهر على الطفل ضعف التركيز وكثرة الاخطاء في العمل المدرسي ، وهو اضطراب نادر الشيوع ويظهر لدى اكثر الاطفال الذكور مقارنة بالاناث ، ولا يمكن تشخيصه بصورة واضحة في عمر اقل من اربع سنوات.

اسبابه :

ليس لها حدود ويضيق المكان عن شرحها هنا

يقترح لعلاج المشكلة :

١- توجيه تدريس خاص على مستوى فردي للطفل من هذا النوع وذلك بهدف استثمار كل طاقاته وامكاناته.

٢- الاستفادة من الاساليب التي سبق عرضها في اضطراب نقص الانتباه المصحوب بنشاط زائد .

١٨- طفلك فوضوي ؟؟ .. الحل بسيط

تعاني كثير من الأمهات من فوضى وإهمال أبنائهم وعدم ترتيبهم للأشياء الخاصة بهم في غرفهم

وخزائنهم.

يقول علماء النفس: إنَّ الأولاد الذين يعانون مشاكل سلوكية يأتون من بيوت تسود فيها الفوضى والإهمال؛ حيث لا توجد قوانين وتنظيمات ثابتة في حياة الأسرة لتنظيم مجرى الأمور بشكل يمنح الأولاد الثقة والتعاون، وتعويدهم العطاء وحب الخير ومحبة الآخرين.

فطفلك بحاجة لمن يضع له حدوداً في كل مجالات حياته اليومية، فهو يحتاج إلى أن يعرف متى يأكل، ومتى يستحم، ومتى يذهب إلى سريره، وكذلك ترتيب أغراضه.

هذه الحدود التي يضعها الوالدان تعطي شيئاً من الانضباط داخل الأسرة، وهذا الانضباط يعطي ولدك شعور بأن هناك من يحميه ويهتم به ويرعاه.

وإذا أمعنا النظر في حال الأمهات مع أطفالهن في قضية الترتيب والنظام والانضباط نجد أنهن على حالين:

• من الأمهات من لا تبدي لطفلها أي ضيق من عدم ترتيبه لأشياءه في غرفته وخزائنه، وتقوم هي بترتيب كل شيء.. ويتكرر ذلك مهما تكررت فوضى طفلها وإهماله!

• ومنهن من تثور ثائرتها؛ فتصرخ في طفلها بكلمات تزيد من سلوكه السيئ وتضعه في دائرة الكسالى.

وكلا الحالتين جانبيهما الصواب.. فالأمر الأولى تنشئ طفلاً اتكالياً، والثانية تقهر طفلها دون أن تسلك به مسلك التعليم.

وما ينبغي أن يفعله طفلك هو إعادة ترتيب غرفته وخزائنه، ومن أجل تعويده احترام تلك الأمور

ينصحك خبراء التربية باتباع ما يلي:

• حاولي تبسيط عملية الترتيب والنظام لطفلك بتقسيمها إلى مراحل، كأن تقولي له: ضع المكعبات في السلة الخاصة بها، ثم اجمع الكتب وضعها على الرف.. ولا بأس بمشاركتك إياه في المرات الأولى على الأقل.

عوديه مرة تلو الأخرى.. وساعديه في تعليق ثيابه التي ألقاها في زوايا الغرفة.. وقولي له:
"سأعلق لك ثيابك هذه المرة وساعدني في ذلك". وفي المرات اللاحقة تستطيعين أن تشجعي
طفلك على الترتيب مستفيدة من التجربة السابقة: "هيا يا بطل.. أنت تستطيع أن ترتب غرفتك كما
فعلت المرة الماضية بنجاح."

شجعي طفلك على احترام النظام والترتيب وقولي له: "إذا استيقظت وجهزت نفسك باكراً
للمدرسة

، ورتبت غرفتك.. تستطيع اللعب قليلاً قبل الذهاب إلى المدرسة أو بعد العودة."

كذلك يجب على كلا الوالدين أن يتفقا على نفس النظام والقوانين البيتية، فلا يجوز أن تتسامح الأم
بموضوع معين ثم يأتي الأب ويناقضها كلياً في نفس الموضوع!!

إن مثل هذا التناقض في الأساليب التربوية في البيت الواحد يؤدي إلى البلبلة والحيرة والضياغ عند
طفلك.. وهذه المشاعر غالباً ما تكون هي المسؤولة عن الفوضى والإهمال والمشاكل السلوكية الشائعة
عند أطفالنا.

حاولي بعد ذلك أن يتحمل طفلك بمفرده مسؤولية إنجاز عمل ما ، كترتيب أغراضه ، بعد أن تحلدي
له أهداف هذا العمل ، وما ينتظر منه أن يعمل .. فيمكن أن تعلمي طفلك البالغ (٢ سنوات) أن يرفع
لعبه قبل الطعام وإعادتها إلى مكانها ، وترتيب أدواته الخاصة به من قصص وملابس بسيطة ونحوها .

اجعلي فكرة التعاون والمشاركة في إنجاز عمل ما ، مع مجموعة يكون طفلك واحداً منها ، وهنا يعرف
أهمية التعاون وقيمه في إنجاز الأعمال وترتيب الأشياء .

أظهري مشاعر الفرح والسرور بعد إنجازه العمل ، وذلك بحزم ولطف معاً ، ودربيه على حسن استخدام المرافق
والأدوات ورعاية الأثاث والاهتمام بنظافته ، والمساهمة في تزيين المائدة والتزام النظام في جميع شؤونه

٢٢ - هل طفلك غير مرتب؟!! إليك الحل

مما تشتكيه الأمهات في أطفالهن ..

عدم ترتيبهم غرفهم وخزائنهم ، وتركها في حالة من الفوضى كبيرة.

من الأمهات من لا تبدي لطفلها أي ضيق من ذلك ، فتقوم بترتيب غرفته وخزائنه ، وتكرر ذلك مهما تكررت فوضى طفلها وإهماله.

ومنهن من تثور ثائرتها فتصرخ في طفلها وتطلق في وجهه الاتهامات : أنت طفل غير مرتب ، أنت لا تصلح لعمل شيء

أحسب أن كلاً من الأمر الأولي والأمر الثاني لا تتصرف بشكل صحيح ، فالأمر الأولي تنشأ طفلاً إتكالياً ، والأمر الثاني تقهر طفلها دون أن تعلمه ما ينبغي عليه أن يفعله.

وما ينبغي أن يفعله الطفل هو إعادة ترتيب غرفته وخزائنه ، ولا بأس بمساعدة أمه له ومشاركتها إياه في المرات الأولى على الأقل ، وننصح الأمر بتبسيط عملية الترتيب لطفلها بتقسيمها إلى مراحل كأن تقول له : ضع المكعبات في السلة الخاصة بها ، ثم اجمع الكتب وضعها على الرف ..

ويمكن مشاركة الأمر ومساعدتها لطفلها بمبادرتها إلى تعليق ثيابه التي ألقاه في زاوية الغرفة وهي تقول له : سأعلق لك ثيابك بينما تقوم أنت بجمع المكعبات ، وفي المرات اللاحقة تستطيع الأمر أن تشجع طفلها على الترتيب مستفيدة من التجربة السابقة : هيا يا بطل .. أنت تستطيع أن ترتب غرفتك كما فعلت المرة الماضية بنجاح

٢٤ - مشكلة التبول اللاارادي :

التبول الارادي من اكثر الاضطرابات شيوعا في مرحلة الطفوله ويعني عدم قدرة الطفل على السيطرة على مثانته فلايستطيع التحكم في انسياب البول. فإذا ماتبول الطفل في فراشه اثناء نومه سمي تبولاً ليلياً وإذا تبول اثناء لعبه او جلوسه او وقوفه سمي تبولاً نهارياً.

ولايعد تبول الطفل لاراديا حتى سن الخامسة مشكلة ولايعد تبليل الطفل لفراشه وملابسه مرات قليلة مشكلة ما لم يتكرر العرض .

أسباب التبول الارادي :

١-الاسباب الفسيولوجية والعضوية:

كأمراض الجهاز البولي المتمثلة في التهاب المثانة او التهاب قناة مجرى البول او ضعف صمامات المثانة وربما التهاب الكليتين او بسبب التهاب فتحة البول الوتضخم لحمية الانف حيث تسبب للطفل صعوبة في التنفس اثناء النوم مما يؤدي الى الاجهاد واستغراق الطفل في النوم مما يؤدي لافراغ هذه المثانة اثناء الاستغراق في النوم، كذلك بسبب فقر الدم ونقص الفيتامينات اذ يؤدي الضعف العام لعدم السيطرة على عضلات المثانة وكثرة شرب السوائل قبل النوم.

٢-اسباب وراثية:

يلعب العامل الوراثي دوره في حدوث هذه المشكلة فيرث الطفل هذا السلوك من والديه فهناك دلائل تحتاج الى تأكيدات تشير الى وجود علاقة وراثية بين الأباء والاطفال وفي مشكلة التبول اللاارادي كما ان هناك علاقة بين تبول الاطفال وتبول اخوة لهم، كما ان الضعف العقلي الناتج عن خلل كروموزومي يصاحبه غالبا تبول لارادي.

٢-اسباب اجتماعية وتربوية:

*تقصير الأبوين وعجزهم في تكوين عادة ضبط البول لدى الطفل عدم مبالاة الوالدين بمراقبة الطفل ومحاولته ايضا ليليا في الاوقات المناسبة لقضاء حاجته وارشاده للذهاب الى الحمام قبل النوم.

*سوء علاقة الطفل بأمه الذي يعود للأمر مما يجعل تدريب الطفل على التحكم بعضلات المثانة امرا صعبا.

*الاهتمام المبالغ فيه في التدريب على عملية الاخراج والتبول والنظافة واتباع اسلوب القسوة والضرب والحرمان كي يتعلم الطفل التحكم في بوله.

*تعويد الطفل على التحكم في بوله في سن مبكرة وقد وجد ان حالات التبول اللاارادي تنتشر بشكل افضل لدى الامهات اللاتي يبكرن في عملية تدريب اطفالهن على التحكم في البول.

*تدليل الطفل او حمايته والتسامح معه عندما يتبول وهذا يعزز لدي الطفل هذا السلوك ويعتقد انه على صواب

*التفكك الاسري وفقدان الطفل الشعور بالامن كترك احد الوالدين للمنزل او الطلاق وكثرة الشجار من الوالدين امام الابناء

*وجود مشاعر الغيرة لدى الطفل كوجود منافس له او زميل متفوق عليه في المدرسة

*وفاة شخص عزيز على الاسرة وخاصة اذا كان ممن يعتني بالطفل.

٥-الاسباب النفسية:

*خوف الطفل من الظلام او بعض الحيوانات او الافلام والصور المرعبة او من كثرة الشجار داخل المنزل والخوف من فقدان الرعاية والاهتمام نتيجة قدوم مولود جديد.

*غيرة الطفل عندما يشعر انه ليس له مكانته وان احد اخوته يتفوق عليه في دفع هذا الطفل الى النكوص أي: استخدام اسلوب طفولي يعيد له الرعاية والاهتمام مثل سلوك التبول.

*شعور الطفل بالحرمان العاطفي من جانب الام اما بسبب غيابها المتكرر او الانفصال بين الوالدين.

*الافراط في رعاية الطفل وحمايته تنمي عدم ثقته في الاعتماد على نفسه وعدم تحمله مسؤولية التصرفات السلبية كالتبول اللاارادي.

ولعلاج هذه المشكلة نقترح مايلي :

١-اراحة الطفل نفسيا وبدنيا بإعطاءه فرص كافية للنوم حتى يهدأ جهازه العصبي ويخف توتره النفسي الذي قد يسبب له الافراط في التبول والقراءة عليه بالقرآن الكريم قبل النوم واثناء النوم .

٢-التحقق من سلامة الطفل عضويا وفحص جهازه البولي والتناسلي وجهاز الاخراج واجراء التحاليل للبول والبراز والدم والفحص بالاشعة والفحص عند طبيب الانف والاذن والحنجرة .

٢-منع الطفل من السوائل قبل النوم .

٤- التبول قبل النوم وإيقاظه بعد عدة ساعات لئيتبول .

٥- تدريبه على العادات السليمة للتبول وكيفية التحكم في البول .

٦- عدم الاسراف في تخويفه وعقابه وتأنيبه وبث الطمأنينة في نفسه واشعاره بالمسؤولية بأشراكه مع والديه والايحاء له بأنه يستطيع السيطرة على بوله.

٧- تشجيعه عندما نجد فراشه نظيفا واستطاع ان يذهب لدورة المياة.

ومكافئته اذا كان فراشه غير مبلل واخباره انه سيحرم من هذه المكافأة ان بلل فراشه .

٨- تجنب مقارنته بأخوته الذين يتحكمون في البول وعدم استخدام التهديد والابتعاد عن السخرية منه و التشهير به امام الاخرين

٩- استخدام اسلوب الكف المتبادل؛ ونعني به كف نمطين سلوكيين مترابطين بسبب تداخلهما واحلال استجابة متوافقة محل الاستجابة غير المتوافقة بكف النوم حتى يحدث الاستيقاظ والتبول وكف البول بأكتساب عادة الاستيقاظ أي ان كف النوم يكف البوال وكف البوال يكف النوم بالتبادل.

١٠- الجديد في علاج التبول الارادي كما يؤكد الدكتور؛ عبد الوهاب القصيبي استاذ جراحة المسالك البولية؛ استخدام المنظار بالنسبة لعلاج عضلات المثانة العصبية، ومن اهم ميزات هذه الطريقة انه ينم الوصول الى النتيجة الجراحية المطلوبة بأقل مجهود على المريض سواء صحيا او اقتصاديا.

١١- استخدام العلاج الطبيعي بإعطاء الطفل ملعقة صغيرة من العسل قبل النوم مباشرة فهو مفيد لأنه يساعد على امتصاص الماء في الجسم والاحتفاظ به طيلة مدة النوم كما ان العسل مسكن للجهاز العصبي عند الاطفال ومريح ايضا للكلى، واذا زال التبول الارادي للطفل مع استعمال العسل المستمر في المساء او وقف استعماله حتى ترى ما إذا كانت السيطرة على المثانة قد عادت لحالتها الطبيعية، بعدها قلل جرعة العسل بنصف ملعقة بدل من ملعقة كاملة، واحتفظ بالعسل دائما للرجوع اليه في الايام والمناسبات التي تنذر بالخطر.

٢٥ - مشكلة انغلاق الذات لدى الأطفال

يعتبر؛ جان أيرس الطبيب النفسي الأمريكي ن رائد النظرية التي ترى بان بعض الأطفال يعانون من اضطراب عصبي ن يجعل الجهاز العصبي يستقبل المعلومات الواردة من خلال الحواس -بطريقة غير فعالة، ويطلق على هذا الخلل اسم " الاضطراب التكامل الحسي "٠٠ وقد يوجد هذا الاضطراب لدى بعض الأطفال المصابين بانغلاق الذات أي الاسترسال في التخيل هربا من الواقع وهو ما نطلق عليه -بلغة علم النفس- الاجترار العقلي" أو التفكير الاجتراري -0 " وبالإضافة الى عمل الحواس الخمس المعروفة وهي: الأبصار والسمع والشم واللمس والتذوق، فان الجهاز العصبي يحس أيضا بالضغط والحركة وقوة الجاذبية، ويطلق على هذه الحواس، الحاسة اللمسية، وحاسة الدهليز السمي، والاستقبال الحسي الذاتي وتعمل كل هذه الحواس في منظومة ديناميكية مع أجهزة الجسم الأخرى التي تساعد على إظهار الاستجابة المناسبة للأحاسيس الواردة من بيئة الطفل. ونطلق على هذه العملية المعقدة " التكامل الحسي "٠٠ ومن المعروف أنه في حالة عدم نمو التكامل الحسي لدى الطفل بالطريقة العادية، تظهر مشاكل عديدة. ومن إمارات الخلل أو الاضطراب في التكامل الحسي،

تلك الإمارات الآتية:-

فرط الحساسية نحو اللمس والحركة والنظر والصوت.

رد الفعل الناقص للمثير الحسي.

مستويات نشاط عالية أو منخفضة بشكل غير عادي.

مشكلات في التناسق

تأخر في الكلام واللغة والمهارات الحركية.

مشكلات سلوكية حادة كالتأخر الدراسي، والتبول الليلي، وأحلام الكوابيس. أدراك ذاتي ضعيف

هذا ويمكن علاج اضطراب التكامل الحسي

، في الوفاء باحتياجات الطفل أثناء مراحل نموه الأولى ان أهم نقطة في علاج " اضطراب التكامل الحسي " تتركز في اهتمام المعالج بتحفيز الطفل نحو الأنشطة الجديدة والمفيدة في دنيا اللعب والألعاب لان معظم الأطفال يستمتعون كثيرا باللعب. ولما كان العلاج الناجح باللعب يزيد من قدرة الطفل على دمج المعلومات الحسية بطريقة فعالة، فان النتائج المستهدفة في هذا الشأن تبدو في مدى التقدم في التكامل الحركي وتطور اللغة والتقليل من ظاهرة الاستجابة الناقصة أو الزائدة للمثير الحسي، ومن مزايا العلاج الناجح، وجود توافق انفعالي أفضل وثقة بالنفس أكثر ولا شك ان المتابعة الواعية لنمو الطفل حركيا ولفويا وانفعاليا وحسيا، إنما ينبغي أن تتم عن طريق المعالج النفسي الماهر، وقد يستغرق العلاج بين ستة أشهر الى عامين وذلك طبقا لاحتياجات الطفل الأساسية

٢٦- مشاكل اضطرابات النوم :

وتتخذ اشكال عدة:

الأرق المصحوب بالتقلب وكثرة الحركة وهي حالة يتعذر فيها على الطفل النوم افراط النوم ويبدو فيها خمول الطفل واضحا وميله الى النوم ساعات عديدة نهاريا لاضافة الى ساعات نومه المعتادة في الليل الصراخ والخوف الشديد اثناء النوم مصحوبا بالبكاء المشي اثناء النوم او الكلام او الاستيقاظ المبكر او قرص الاسنان وغيرها..

اسباب مشاكل اضطرابات النوم :

- ١-الضغوط النفسية والتوتر والارهاق الجسدي.
- ٢-تغير مكان النوم فبعض الاطفال لا يحب التغيير وتربطه علاقة قوية بسريره وغرفته.
- ٢-الحرمان من الام ووجود مشكلتاما اسريرة او مدرسية.
- ٤-الرغبات المكبوتة او الشعور بالذنب او الخوف من الوقوع في الخطأ والتفكير في ذلك.
- ٥-الممارسات الخاطئة التي يكسبها الوالدين للطفل قبل نومه كهددته
- ٦-اسباب عضوية: كفقر الدم او اختلال الهرمونات او سوء التغذية او تناول بعض الادوية واصابات الجهاز العصبي.
- ٧-سماع الطفل للقصص المرعبة او مشاهدته للافلام المخيفة.
- ٨-ارغام الطفل على النوم وتخويفه ان لم ينام بالحيوانات او الوحوش او نومه في غرفة مظلمة.

ويقترح لعلاج المشكلتة :

١-تنظيم وقت الطفل بوضع برنامج منظم لساعات نومه ويقظته وذلك يبعده عن مشكلته عدم الرعب في النوم او الأرق ويجعله اكثر استعدادا للنوم.

٢-يجب ان تكون الساعة التي تسبق نوم الطفل مريحة وهادئة وخالية من الشجار والانفعالات مع الطفل او داخل الاسرة.

٢-الحزم مع الطفل فعليه ان ينام وان يترك له مكان نومه متجاهلين مناشدته او قليلا من طلباته.

٤-تنبيه الطفل قبل موعد نومه كي يستعد بأنهاء لعبه وهو اياته قبل موعد النوم.

٥-وضع لعب مشوقة على سرير الطفل تجعله يشعر بالامان ويقبل على النوم وتؤنس وحشته ووحده.

٦-البعد عن اللوم والتهديد ومنح الطفل الحب والحنان.

٧-اضاءة غرفة الطفل بالابجورات او المصابيح ذات النور الضئيل وان لا تتركه ينام في الظلام حتى لا يخاف.

٨-تجنب وضع سرير الطفل في اماكن تجعله يرى ظلال او تحرك ستائر كي لا تخيفه.

٩-سرد قصة هادفة غير مخيفتة على الطفل قبل نومه.

١٠-عدم استخدام النوم كعقاب للطفل حتى لا يربط الطفل ذلك المفهوم في ذهنه فيتجنب النوم .

٢٧- مشكلة الغيرة :

الغيرة هي حالة انفعالية مركبة من حب التملك وشعور الغضب بسبب وجود عائق مصحوبة بتغيرات فسيولوجية داخلية وخارجية يشعر بها الطفل عادة عند فقدان الامتيازات التي كان يحصل عليها او عند ظهور مولود جديد في الاسرة او عند نجاح طفل اخر في المدرسة في حين كان حظه الفشل والاختراق هذه المشاعر المركبة يرفض الطفل الافصاح عنها او الاعتراف بها ويحاول الاخفاء لأن الاظهار او الافصاح عنها تزيد من شعوره بالمهانة والتقصير.

اسباب مشكلة الغيرة لدى الطفل :

١- شعور الطفل بالنقص ومروره بمواقف محبطة: كنقص الجمال او في الحاجات الاقتصادية من ملابس ونحوه ومرور الطفل بمواقف محبطة او فشلة المتكرر ويزداد هذا الشعور ويثبت نتيجة سوء معاملة الوالدين وقسوتهم معه والسخرية من ذلك الفشل.

٢- اناية الطفل التي تجعله راغبا في حيازة اكبر قدر من عناية الوالدين.

٢- قدوم طفل جديد للأسرة.

٥- ظروف الاسرة الاقتصادية فبعض الاسر دخلها الاقتصادي منخفض او شديدة البخل على ابناءها مقارنة بالاسر الاخرى فتتمو بدور الغيرة في نفس الطفل نتيجة عدم حصوله على ما يريد من اسرته.

٦- المفاضلة بين الابناء فبعض الاسر تفضل الذكور على الاناث او عندما يفضل الصغير على الكبير وهكذا فتنمو الغيرة بين الابناء.

٧- كثرة المديح للاخوة او الاصدقاء امام الطفل واظهار محاسنهم امامه.

ولعلاج مشكلة الغيرة عند الطفل نقترح مايلي :

١- ان نزرع في الطفل ثقته بنفسه وان نشجعه على النجاح وانه عندما يفشل في عمل ما سينجح في عمل آخر .

٢. ان نتجنب عقابه او مقارنته بأصدقائه او اخوته و اظهار نواحي ضعفه وعجزه فالمقارنة تصنع الغيرة بين الاخوة والاصدقاء وابعاده عن مواقف المنافسات غير العادلة.

٢. ان نعلمه ان هناك فروقا فرديه بين الناس ونضرب له الامثلة على ذلك.

٤. ان نزرع فيه حب المنافسة الشريفة وان الفضل ليس هو نهاية المطاف بل ان الفضل قد يقود الى النجاح.

٥. تشجيعه لان يعبر عن انفعالاته بشكل متزن.

٦. اشعار الطفل بأنه مقبول بما فيه لدى الاسرة وان تفوق الاخرين لا يعني ان ذلك سيقلل من حب الاسرة له او تنزل مكانته.

٧. اذا قدم للاسرة مولود جديد ولاحظت غيرة ابنك منه فلا تكفه او تزجره بل دعه يساعدك في العناية بالطفل في اموره في حدود طاقته واثني عليه واشعره بالمسؤولية وراقبه عن بعد دون ان يشعر. ولا تظهر اهتمامك بالطفل الجديد وهو يري ولا تدعه يشعر بأن هذا الطفل قد اخذ حبه منك وكن دائما يقظ لسلوك الطفل وصح خطأه بلطف ولباقة.

٧- تعويد الطفل منذ الصغر على تدنّب الانانية والفردية والتمركز حول الذات وان له حقوقا وعليه واجبات ونوضح له السلوك الصحيح.

٨- ادماج الطفل في جماعات نشاط وفرق رياضية .

طفلك وغيرته من المولود الجديد

يعد استقبال مولود جديد في محيط الأسرة أمراً مزعجاً للطفل الأول أو للأطفال الأقل من ثلاث سنوات، ففي هذه السن يفضل كل منهم أن يكون الوحيد لوالديه فلا يريد أن يشاركه أحد في عطفهما واهتمامهما، لا سيما الطفل الأول الذي اعتاد أن يكون محط أنظار الجميع دون منافس، فلاتنزعجي إذا رأيت صغيرك مرابطاً بجوار مهد أخيه الرضيع، يعود إليه كلما أبعدته. وقد تمتد إليه يده من قبيل الفضول واستكشاف هذا المخلوق الجديد، الأمر الذي يثير القلق من هذا الطفل المتوثب .

وقد يختلف الأمر بالنسبة للطفل الثاني أو الثالث الذي اعتاد أن يتقاسم انتباه وعاطفة والديه مع إخوته الأكبر سناً، غير أن هذا لا يعني أن الطفل الثاني أو الثالث لا يشعر بالمنافسة تجاه المولود الجديد، فالشعور موجود لكن المهم هنا هو كيفية تعامل الأهل مع هذا الوضع، والتخفيف من حدة شعوره بالغيرة نحو أخيه وتحويله إلى شعور إيجابي .

للغيرة أعراض

أكثر أعراض غيرة الأطفال شيوعاً هو زيادة طلبات الطفل كي يجذب اهتمام أهله إليه، فهو يريد أن يحمله أبواه

ويدوران به، خصوصاً عندما يرى الأم مشغولة بالمولود الجديد، أما بقية الأعراض فتشمل تصرفه كطفل رضيع من جديد، كأن يضع إبهامه في فمه مثلاً أو يتبول أو يتبرز على نفسه، وقد يميل إلى العنف والعدوانية في سلوكه كأن يتعامل مع المولود بخشونة مثلاً، وجميع هذه الأعراض طبيعية، وبالإضافة إلى أنه يمكن منع بعض الأعراض؛ فإن بقيتها يمكن أن يتحسن خلال شهر قليلة .

ويمكن الوقاية من غيرة الأطفال من المولود الجديد ابتداء من فترة الحمل؛ وذلك من خلال ما يلي :

اجعلي الطفل الأكبر مستعداً لاستقبال أخيه المولود الجديد؛ بأن تحدثيه عن الحمل وتجعليه يتحسس حركات الجنين أيضاً .

أعطي الطفل الفرصة ليراقب عن كثب أحد المواليد الجدد حتى يكون لديه فكرة أفضل عن المولود القادم .

شجعي الطفل على مساعدتك في تحضير غرفة المولود .

انقلي سرير الطفل إلى غرفة أخرى أو إلى سرير جديد قبل حلول المولود الجديد بعدة أشهر؛ حتى لا يشعر بأنه قد تم إبعاده بسبب المولود الجديد، وإذا كنت ستلحقين الطفل بروضة الأطفال فاعلي ذلك قبل موعد الولادة بوقت كاف .

أخبري الطفل أين ستتركينه ومن سيعتنى به عند دخولك المستشفى؛ إذا لم يكن سيمكث مع والده بالمنزل .

شاهدي مع الطفل ملف صور العائلة وحدثيه عن السنة الأولى في حياته أو حياة أحد إخوته الكبار .

وعند دخولك المستشفى للولادة اتبعي الآتي :

اتصلي هاتفياً بالطفل الأكبر واطلبي منه أن يزورك في المستشفى، فالعديد من المستشفيات تسمح بذلك، وإذا لم يكن من الممكن أن يزورك الطفل في المستشفى فأرسلني له هدية وكأنها من المولود الجديد .

شجعي والد الطفل على أن يأخذه في بعض المنزهات .

وبعد مغادرة المستشفى والعودة للمنزل احرصي على ما يلي :

عند دخولك المنزل اقضي اللحظات الأولى مع الطفل الأكبر؛ واجعلي شخصاً آخر يحمل المولود الجديد بدلاً منك .

اطلبي من الزوار أن يعطو كثيراً من اهتمامهم للطفل الأكبر، ودعي الطفل يفتح الهدايا التي تأتي للمولود الجديد بنفسه .

ومن البداية يجب أن تشيرى إلى المولود الجديد دائماً بـ "طفلنا الرضيع".

وخلال الشهور الأولى لوليدك أعط الطفل الأكبر قدراً أكبر من الاهتمام والرعاية التي يحتاج إليها، وحاولي أن تشعرى به بأنه أكثر أهمية من غيره؛ وأن تجلسى معه لمدة نصف ساعة متصلة على الأقل يومياً، وتأكدي من أن الأب والأقارب يقضون وقتاً إضافياً مع الطفل، وبخاصة في الشهر الأول، وخصيه أنت بقدر كبير من الحنان طوال اليوم، وإذا طلب منك أن تحمليه أثناء إرضاعك للمولود أو هزه فأشركيه في الرعاية، أو على الأقل يمكنك أن تحدثيه أثناء انشغالك برعاية رضيعك.

شجعي الطفل على أن يتحسس المولود ويلعب معه، بشرط أن يكون ذلك في حضورك، واسمحي له أن يمسكه أثناء جلوسه في مقعد ذي مسندين جانبيين (لمنع انزلاق المولود)، وتجنبي تحذيره بمثل قولك: "لا تلمس المولود"، فالمولود ليس هشاً لهذه الدرجة، ومن الضروري أن تظهرى للطفل مدى ثقته به؛ ولكن لا يمكن السماح عادة للطفل بحمل المولود إلا بعد بلوغه سن المدرسة.

اجعلي الطفل يساعدك في العناية بالمولود؛ فشجعيه على أن يساعدك في غسل المولود وتجفيفه وإحضار الحفاظ وأن يبحث عن لعبته أو مصاسته، وفي بعض الأحيان شجعيه على اللعب بدميته (سواء بإطعامها أو غسلها) أثناء قيامك بإرضاع المولود أو غسله، وأكدى للطفل مدى حب المولود له؛ بأن تقولي له: "انظر إليه كم هو سعيد عندما تلاعبه" أو "إنك تستطيع دائماً أن تجعله يضحك".

لا تطلبي من الطفل أن يلزم الهدوء من أجل المولود؛ فالأطفال حديثو الولادة يستطيعون النوم جيداً دون أن يخيم الهدوء على المنزل، ومثل هذا الطلب قد يؤدي إلى امتعاض الطفل بدون داع.

لا تنتقدي طفلك إذا قلد أخيه الرضيع في البكاء أو غير ذلك من السلوكيات فهذا أمر مؤقت.

تدخلى على الفور عند صدور أي سلوك عنيف من الطفل حيال أخيه الرضيع، وذلك بعزله وإبعاده عنه دون تعنيف أو ضرب؛ لأن معاقبته ستجعله يحاول باستمرار أن يفعل نفس الشيء مع المولود على سبيل الانتقام، لذا حديثه دائماً عن ضرورة الرحمة بالصغير والعطف عليه وعدم إيذائه؛ لأنه مخلوق ضعيف.

أما إذا كان الطفل كبيراً - نوعاً ما - فشجعيه على أن يحدثك عن مشاعره المتضاربة تجاه المولود الجديد، ثم ضعي له سلوكاً بديلاً كأن تقولي له: "عندما ينتابك الشعور بالغيظ من المولود الجديد فتعال وعانقني عناقاً طويلاً".

الغيرة بين الأطفال

السؤال

عندي من الأولاد اثنان، بنت عمرها سنتان ونصف، وولد عمره سنت، والمشكلة التي نعاني منها هي شدة الغيرة

من البنت الكبيرة، فكما أعطينا شيئاً للولد تأخذه منه وتضربه، ونحاول بكل الجهد أنا وأمها أن نحبيها فيه، لكنها كلما رآته سعيداً تنكّد عليه، ولا أدري ما أفعل؟ الولد مظلوم والبنت كذلك لتقارب السن ورغبة كل واحد في أخذ أكبر قسط من الدلع، هل من نصائح مفيدة تقلل من هذه الغيرة؟ .

الجواب

في الحقيقة أن هذه المشكلة التي أنت تعاني منها مع أولادك هي مشكلة يعاني منها الكثير من البيوت، وخصوصاً إذا كان سن الأولاد في مثل سن أولادك، وهذه المشكلة تنتهي بمرور الأيام، وتقدم سن الطفل، ولكن هناك بعض النصائح ننصح بها حيال هذه المشكلة فمستعيناً بالله أقول :

(1) لا بد من إشعار هذه البنت بالاهتمام والرعاية والحب، وخصوصاً إذا اجتمعت هي وأخيها في مكان واحد.
(2) في حالة لعب الابن الأصغر ينبغي أن يتواجد أحدكم أو كلاكما مع الأولاد؛ حتى لا يحدث ما يحدث من البنت تجاه أخيها.

(2) إحضار بعض اللعب خاصة للبنت ووضعها عند أخيها، ثم إعطاء هذه اللعب للبنت وإقناعها بأن أخاها هو الذي أحضر لها هذه اللعب حتى تحبه .

(4) كرروا دائماً على لسان ابنتكم حبي أخيك، قبلي أخيك، وجعلها تحمله على رجلها بمساعدة تكم طبعاً .

(5) إحضار بعض الألعاب الخاصة بالطفل وإعطائها للبنت، وجعل البنت تعطي هذه الألعاب لأخيها، وبذلك تسود روح المحبة بينهما .

(6) احذروا من إنزال العقاب الشديد على البنت إذا قامت بضرب أخيها مثلاً، ولكن أشعروها بأن هذا خطأ وأن أخاك يحبك فلا تؤذيه.

(7) وخاتمة القول عليكم بالدعاء واللجوء إلى الله بصدق أن ينهي هذه المشكلة على خير.

ما هي الغيرة :

هي حالة انفعالية يشعر بها الشخص، ويحاول إخفاءها، ولا تظهر إلا من خلال أفعال سلوكية يقوم بها .. وهي مزيج من الإحساس بالفشل وانفعال الغضب .. وتعد الغيرة أحد المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب، ولذلك يجب على الوالدين تقبل ذلك كحقيقة واقعة، وفي نفس الوقت لا تسمح بزيادتها، فالقليل من الغيرة حافز على المنافسة والتفوق، أما الكثير فإنه مضر لشخصية ونمو الطفل .. ومن آثار الغيرة لدى الأطفال ظهور السلوك العدواني، والأنانية، والنقد، والثورة، ومن ناحية أخرى يتسم السلوك بالانطواء وعدم المشاركة .. وجميع هذه المظاهر تمثل الشعور بالنقص .

كيف يظهر شعور الغيرة على الطفل :

تظهر الغيرة بأسلوب تعويضي مصطنع، حيث يخفى الطفل مشاعره الحقيقية ويقوم بدور الممثل نحو أخيه المولود الجديد الذي يأخذ في ضمه وتقبيله ولكنه في حقيقة الأمر يود قرصه أو ضربه، ومن جانب آخر تبدو الغيرة واضحة بسلوك عدواني موجه للصغير. كذلك يعتمد الطفل إلى جذب الأنظار إليه، ويحاول

كراهيته لأنه التي توجه اهتماماً بالصغير وليس له، فيبدأ هنا في الانتقام، ويتظاهر في المرض أو البكاء أو العناد والسلبية .

ومن أحد مظاهر جذب الاهتمام هو نكوص الطفل إلى أنماط سلوكية طفلية سابقة، مثل العودة إلى شرب الحليب من الزجاج، والنوم في سرير الطفل، والتبول الليلي في الفراش، والتحدث بأسلوب طفلي، ومص الإصبع، والالتصاق بالأم، والبقاء في حضنها كلما حاولت حمل الصغير .

أنواع الغيرة :

° الغيرة من المولود الجديد: وخاصة إذا توجهت الأم برعايتها واهتمامها الشديد للصغير وأهملت الطفل الكبير .

° المقارنته بين الأخوة: المقارنته التي تقوم على أساس الذكاء أو التحصيل الدراسي أو التفوق أو الجمال أو البنية القوية، فإذا ما أخفق أحد الأطفال لا يجب مقارنته بأخيه المتفوق لأن ذلك يوجب الغيرة في صورة مقرونه بالنقمة والحقد .

° الغيرة عند الأطفال المعاقين جسدياً: تظهر الغيرة عند الطفل المعاق لأنه يشعر بالحرج بما يتمتع به أخوته من بنية سليمة، ويعمل الأهل على زيادة وتنمية هذه الغيرة إذ لم يعرفوا كيفية التعامل مع الطفل المعاق .

° العقاب الجسدي: عقاب الطفل الجسدي بالضرب إذا أظهر غيرته نحو أخيه يزيد لديه مشاعر الغيرة السلبية والتي تظهر على شكل عداوة نحوه .

° عدم سماح الأهل بإبداء مشاعر الغضب أو الغيرة: عدم سماح الأهل للطفل بإظهار مشاعر الغيرة على نحو سليم يساهم في كبت هذه المشاعر مما يعزز لدى الطفل الإحساس بأنه منبوذ وغير مرغوب فيه فيزداد لديه الإحباط وعدم الثقة بالنفس .

° تحميل الطفل الأكبر مسؤوليات تفوق طاقته: تحميل الطفل الأكبر مسؤوليات تتجاوز قدرته واستعداده الطبيعي.. كأن يطلب منه بأن يكون هو الكبير وهو القدوة ولومه دائماً على تصرفات الطفولة، مما يدفعه إلى الرجوع إلى تصرفات لا تتناسب مع عمره ويلجأ إلى النكوص أي يعود إلى تصرفات تشبه أخيه مثل التبول اللاإرادي والجلوس في حضن أمه عليه يحظى ببعض الامتيازات التي يحظى بها الصغير .

° الأنانية: ارتباط الغيرة بالأنانية، أي كلما زاد الإحساس بالأنانية، تولدت الغيرة عند الطفل .

° غيرة الأخ الأصغر من الأكبر سناً: تظهر الغيرة من الصغير نحو الكبير وذلك عندما يهتم الوالدين بالأخ الأكبر وخاصة إذا أهمل الوالدين الصغير، وهناك أخطاء تبدو شائعة لدى بعض الأسر، وهي تخصيص لهذا الصغير كل ما سبق أن استعمله الكبير من ملابس والعباب وأحذية وكتب.. الخ. لذا يشعر الصغير بالدونية وبأنه مهمل من قبل والديه حيث أنه ليست لديه خصوصية فتشتعل غيرته ويبدى عداوته نحو الأخ الأكبر .

الوسائل السلبية للتعبير عن الغيرة :

١. بالصراخ والعبث بأغراض الآخرين أو سرقتها أو تدميرها .
٢. بالاعتداء الجسدي بالضرب أو القرص .
٢. بالإزعاج وإلقاء الشتائم وإقلاق الراحة .

- ٤ . عندما يتقدم الطفل بالعمر (بعد العاشرة) تأخذ الغيرة شكل التجسس والوشاية والإيقاع بالآخرين .
- ٥ . وتظهر الغيرة عند الأطفال الصغار بالقيام بتصنع الحب الزائد نحو الطفل الجديد وذلك لإخفاء مشاعر الغيرة الدفينة . وإذا أتيحت الفرصة للطفل الغيور حتى يقوم بإيذاء أخيه بالضرب أو بالعض .
- تعديل سلوك الغيرة عند الأطفال :
- ينبغي اتباع الأساليب التالية :
- ١ . المساواة بين الأخوة ، وحسن المعاملة ، وعدم التدليل الزائد .
 - ٢ . هدوء الأجواء الأسرية والبعد عن المشاكل والخلافات .
 - ٢ . مراعاة مبدأ الفروق بين الأطفال وتقدير كل طفل على حدة وعدم المقارنة أو المفاضلة بين أخ وآخر .
 - ٤ . عدم إتاحة الفرصة للطفل بالتعلق الشديد بهما ، وترك العلاقة بالطفل طيبة جداً وعادية وغير مبالغ بها .

مع خالص تمنياتي بطفولتة سعيدة لجميع الأطفال

٢٨- مشكلة الغضب :

الطفل الغاضب هو ذلك الطفل الذي يكون كثير الصراخ والبكاء يضرب ويرفس الأرض بقدميه ويصاحب ذلك الصوت المرتفع ويعمد الى تصليب جسمه عند حمله لغسل يديه او قدميه وتكسير الاشياء ورميها على الأرض وتكون هذه التعبيرات عن الغضب بين الثالث والخامسة تقريبا وبعد الخامسة يكون تعبير الغضب في صورة لفظية اكثر من كونها فعلية.

اسباب مشكلة الغضب عند الاطفال :

١- نقد الطفل ولومه واغاظته امام الآخرين خاصة امام من لهم مكانة عنده او عند من هم في سنه او تحقيره او الاستهزاء به او التعدي على شيء من ممتلكاته

٢- تكليف الطفل بأداء اعمال فوق إمكانياته ولومه عند التقصير مما يعرضه للاحباط نتيجة تكليفه بما لا يستطيع كتنفيذ الاوامر بسرعة

٢- حرمان الطفل من اهتمام الكبار وحبهم وعطفهم فيكون الغضب كوسيلة للتعبير.

٤- كثرة فرض الاوامر على الطفل واستخدام اساليب المنع والحرمان بكثرة والزامه بمعايير سلوكية لا تتفق مع عمره والتدخل في شؤونه

٥- تدليل الطفل وذلك يعود الطفل ان على الآخرين الاستجابة لرغباته دائما ويغضب ان لم يستجيبوا له.

٦- القسوة الشديدة على الطفل وشعوره بظلم المحيطين به من آباء واخوة

٧- التقليد : فيقلد الطفل احد والديه او معلميه او يقلد ما يراه عبر وسائل الاعلام

٨- شعور الطفل بالفشل في حياته اما في المدرسة او في تكوين العلاقات او في المنزل .

ولعلاج هذه المشكلة نقترح ما يلي :

١- لا بد ان يحتفظ الوالدين بهدؤهما اثناء غضب الطفل واخباره انها على علم بغضبه وان من حقه ان يغضب ولكن من الخطأ ان يعبر عن غضبه بهذا الأسلوب ومن ثم اخباره عن الأسلوب الامثل في التعبير عن غضبه

٢. عدم التدخل في كل صغيرة وكبيرة في حياته فمثلا: عندما يتشاجر الطفل مع طفل آخر لا يتدخل الوالدين الا عندما يكون فيه ضرر على الطفلين او احدهما

٢. الابتعاد عن حرمان الطفل من ممتلكاته الشخصية واستخدامه كعقاب للطفل

٤. تجنب مناقشة مشاكله مع غيره على مسمع منه

٧. ان يكون الوالدين قدوة للطفل وان لا يغضبوا بمرأى الطفل لأن الطفل ربما يقلد الوالدين او كلاهما

٨. العمل على اشباع حاجاته النفسية وعدم اهماله او تفضيل احد اخوته عليه

٩. البعد عن اثاره الطفل بهدف الضحك عليه او احتقاره والحط من قيمته

١٠. أن لا تكثر عليه الأوامر والتعليمات وليكن له استقلاليته

١١. ان لانكلفه باعمال تفوق طاقته.

١٢- ارشاد الطفل للوضوء عندما يغضب والجلوس ان كان واقفا والاضطجاع ان كان جالسا .

الصراع الذي ينشب بين الأشقاء ليس شرا كله ، إذ من خلاله يتعلم الأبناء الدفاع عن أنفسهم والتعبير عن مشاعرهم ، لكن إذا تطور الأمر إلى الإيذاء والاعتداء البدني هنا يلزم التدخل من قبل الوالدين.

٢٩- لماذا يحدث شجار بين الأشقاء؟

يتطور صراع الأشقاء لعدة اسباب منها :

١ - تفضيل احد الوالدين طفل على الآخر قد يولد البغضاء بين الأبناء.

- ٢ -رفض الوالدين سلوك احد الأبناء يظهر من خلال سلوك الآخرين تجاه هذا الابن.
 ٢ -الصراع بين الأبناء في احيان كثيرة يحاكي الصراع الناشب بين الأبوين.
 ٤ -شعور الأبناء بأن الصراع الناشب بينهم يصرف انظار الوالدين عن مشاكل اخرى بينهما.

ماذا نصنع؟

- ١ -تجاهل الشجارات التافهه : عندما يكون الطرفين متكافان والموضوع تافه لا تتدخل طالما أنه لا يتعرض احد الطرفين للإيذاء لأن في ذلك تعويد لهما على حل النزاع دون اللجوء للآخرين.
- ٢ -درّب الأبناء على مهارات حل المشكلات: من خلال دعوتهم بعد ان بتوقف الشجار وتدريبهم على تحديد المشكلة وتوليد الحلول واختيار الأنسب منها .
- ٢ -مكافأة الأبناء عندما يتسامحون فيما بينهم وعند اظهار روح التعاون فيما بينهم.
- ٤ -استخدام الإبعاد المؤقت مع الاثنيين : حتى يتعودون ضبط النفس.
- ٥ -تجنب المقارنه :لأنه يخلق حالة من الغضب لدى الطفل اتجاه اخوانه.
- ٦ -حاول ان تقضي وقتا بشكل منفرد مع كل طفل.
- ٧ -تذكر ان الشجار بين الأخوة امر طبيعي.

أحدى الأخوات تشكو من تشا جرابنتاها الدائموأنها مهما تحاول من إصلاح حالهما لاتستجيبان..فهما دائمتا الشكوى من بعضهما حتى انها لاتشعرانها تحبان بعضيهما.انتهى كلام الشاكية

أعتقد أن هناك مشكلة تواجهها اغلب البيوت

ماهي الأسباب يا ترى؟؟

الدلال الزائد؟

الرفاهية في العيش حتى اصبح لأحد يحتمل التضحية؟

الفراغ الديني في أغلب منازلنا ؟

الموضوع بحاجة الى نقاش من ذوي الخبرة حتى نرتقي بأبنائنا

شجار الاطفال فيما بينهم وسيلة لاثبات الذات والسيطرة وهو امر طبيعي خاصة بين الاخوان وقد يكون وسيلة جيدة لتعليم الطفل بعض الخبرات اذا استغل الوالدين هذه الفرصة وهي الشجار وقاما بتوجيه الطفل الى وجوب احترام الآخرين والعدل وتوجيههم لأساليب اخرى في التعامل فيما بينهم فالشجار يدل على ان الطفل لا يزال غير ناضج اجتماعيا ولا يعرف اساليب التعامل مع الآخر فتكون فرصة لتعليم الابناء تلك السلوكيات والقواعد ولكن بعض الاسر لاتعرف كيف تتعامل مع ذلك الشجار بأساليب تربوية صحيحة تجعل من الاطفال يستفيدون منه إذ يوقع احد الوالدين العقاب على احد الطفلين سواء كان عقاب بدني او لفظي او السخرية من الطفل خاصة اذا كان الاكبر وهذا بالطبع ليس اسلوب لحل الشجار بين الطفلين إذ يلجأ احدهما للعناد واستمرار الشجار بغياب الابوين وقد يحدث نتائج وخيمة بسبب ذلك

وقد يرجع الشجار بين الاطفال لعدة اسباب:

١-الغيرة:

فالطفل بلجاً للشجار مع اخيه عندما يشعر بالغيرة منه اما لتفوقه او لوسامته فيلجأ للشجار.

٢-الانانية وحب التملك:

فالطفل احياناً لايسمح بأن يأخذ طفل اخر منه لعب او كتاب اوغيره فيتشاجر معه.

٢-فرض السيطرة:

فالطفل عندما يكون الاكبر يحاول فرض سيطرته على الاصغر واثبات مكانته.

٤-الشعور بالنقص:

فالطفل عندما يشعر انه اقل من اخيه يبدأ بالشجار معه حتى يثبت ذاته.

٥-الشعور بالظلم من الوالدين:

عندما يشعر الطفل بظلم والديه له بتفضيل احد اخوته عليه فيتشاجر مع اخيه لينتقم.

٦-الحالة الصحية للطفل:

قد يرجع حب الطفل للشجار نتيجة اختلال في افرازات الغدد او الشعور بالامساك او الارق او قد يكون بسبب سوء التغذية وغيرها.

٧-اساليب التربية الخاطئة في معاملة الطفل (القسوة ،المفاضلة بين الابناء ،فرض الاوامر والتسلط ، وغيرها)

٨-التقليد : فقد يكون الطفل يقلد والديه او احدهما او نتيجة لما رآه عن طريق التلفاز او الفيديو.

العلاج:

١-يجب اشباع حاجات الطفل النفسية (كالحاجة للحب والتقدير والثقة بالنفس والامان والنجاح)

٢-عدم المفاضلة بين الاخوان.

٢-ان يسود الاسرة روح الود والتعاون والتسامح حتى يشعر الطفل بالاستقرار والهدوء النفسي.

٤-عدم تدخل الوالدين في الشجار بين الابناء الا في الحالات التي يكون فيها ضرر على احدهما والتدخل يكون بالتوجيه والاصلاح والتعزيز لطفل دون الاخر.

٥-استغلال الشجار في تعليم الاطفال بعض المبادئ والاساسيات الهامة في التعامل مع الطرف الآخر وتعليمهم التسامح ونشر المودة فيما بينهم.

٦-استخدام القصة كوسيلة تربوية هادفة في تعليم الطفل وتوجيهه الى التقليل من الشجار والتعامل الامثل فيما بينهم .

ماذا نفع اذا بدأ أبناؤنا في الشجار؟

سؤال يتكرر يومياً في كل العائلات في جميع انحاء العالم ، والإجابة عليه تتطلب من الوالدين ان يعرفوا متى يكون تدخلهم ضرورة، ومتى لا يتدخلون لان التصرفات البسيطة التي قد يقوم بها الوالدان دون قصد، تتحول الى معاول تهدم جزءاً من شخصية الأبناء، وربما يلوم البعض نفسه على ذلك ولكن بعد فوات الاوان، ومن أجل

ان نصل الى اسرة متألقته ومتفاهمة تسلط الضوء على أفضل الطرق للتعامل مع شجار الابناء.

*هل هناك علاقة بين الغيرة والخلافات بين الاخوة؟

ان الغيرة سبب من الأسباب التي تؤدي الى وقوع الخلافات بين الأخوة، وخاصة اذا كان الوالدان او احدهما يعقد مقارنات مستمرة بين الاخوة والاخوات، فتلك المقارنات من شأنها ان تولد الحساسية في العلاقات بين الاخوة وخاصة اذا كانت المقارنة متصلة بأمور مهمة كالذكاء، والشكل والنشاط والحيوية ولعلاج ذلك على الآباء التنبيه الى ضرورة توزيع المديح والنقد على الاولاد قدر الامكان، ولنا في قصة هابيل وقابيل العظيمة والعبرة.

*هل من الممكن ان يكون الغرض من العراك بين الإخوة هو جذب الانتباه؟

نعم هذا ممكن ويعد ايضا واحدا من الاسباب ولكن ليس كل الاسباب، فالطفل يصعب عليه ان يهمل، ولهذا قد يلجأ للعراك من أجل ان يقول لهم أرجوكم اهتموا، وعلاج هذا الأمر سهل من علاج الانواع الاخرى، ويتمثل هذا العلاج في ان يصرا الوالدان ويحزم على ان يتصافى الإخوان ويقولوا لهم بالحرف الواحد اذا كنتما تريدان العراك فعليكما أن تذهبا في مكان بعيد ولا أريد ان ارى ذلك وعندما تتصافيان وتلعبان بهدوء ومحبة فمرحبا بكم أما مي. مع الانتباه الى ضرورة عدم قول هذا الكلام الا عندما يكون هذا ان الطفلان بقوة متعادلتين، وليس هناك خطورة مباشرة على أحد الطفلين.

توجيه الرسول

*كيف يمكن تكوين علاقات جيدة بين الأبناء؟

في البداية لا بد ان اذكر ان الطريقة المثالية بين الاطفال هي:

١ توجيه الرسول صلى الله عليه وسلم في أن يحترم الصغير الكبير، وأن يحنو الكبير على الصغير، ومثال ذلك توجيه الطفل الكبير للاهتمام بالاخوة الصغار في اداء بعض المهام المحببة لنفسه وتوجيه الصغير لسماع الاوامر من الكبير.

٢ العدل في المعاملة وعدم تفضيل واحد على الآخر وهو الأصل في صفاء قلوب الاخوة مع بعضهم وتعويدهم على التعبير عن المشاعر من اجل ان تصبح كلمتنا انا احبك عادة.

٤ تحويل عيد الفطر والاضحى الى يوم للتهادي العائلي، فيشتري كل اخ لاخيه هدية بمناسبة هذا اليوم (تهادوا تحابوا).

٥ التشجيع والثناء على الاخوة الذين يبادرون بأعمال تنم عن الحب والود والايثار.

٦ عمل أنشطة جماعية عائلية مثل التسوق أو الرحلات والزيارات الاسرية يقوم الوالدان من خلالها بتوجيه الاطفال لطريقة التعامل المثالية مع بعضهم وحثهم ومساعدتهم على التعاون والاحترام فيما بينهم. عدم ضرب الجميع

*ما هي الامور التي يجب ان يتجنبها الآباء عند التعامل مع ابنائهم؟

اولا تجنب حل المشاكل بين الاولاد بضرب الجميع وعدم السماع لهم بحجة أن الوقت لا يكفي، فمثل هذا

التصرف يولد في نفوس الابناء الشعور بالظلم والقسوة والرغبة في الانتقام، ثانيا مراعاة الفروق الفردية بين الاخوة، لان لكل طفل قدراته وانجازاته التي تختلف عن الآخرين حتى لو كانوا إخوة، فهناك من يكتفي بنظرة عاتية، وهناك من يحتاج لنوع من انواع العقاب حتى يرتدع.

ثالثا: تجنب الدفاع عن الأخ الاصغر او وصف احدهم انه هو سبب المشاكل او اغداق العطاء للولد وتجاهل البنات، رابعا: عدم مطالبتهم بالاقلاع عن ما يفعله الوالدان فمثلا يجب الا ينادى الأبناء بأي لفظ جارح، حتى لا يتعود الابن على ترديد ذلك اللفظ مع إخوته أوقات الغضب.

ايضا ان يحرص كل من الأم والأب على تقديم قدوة حسنة وذلك بتهذيب انفسهم، والظهور بالمظهر اللائق أمام الأبناء.

بعد التوتر

*في حالة توتر العلاقة بين الاخوة كيف يمكن تصفية الاجواء بينهم؟

ان التوجيه السليم بدون شك يلعب دورا في تصفية العلاقات وذلك باتباع عدد من الأمور منها:

تكريم الابن الذي يبادر في فض الخلاف والتنازل.

إعطاء الابناء فرصة ثلاثة أيام قبل التدخل.

اشراكهم في عمل جماعي أثناء فترة خلافهم.

تكريم الابن الذي يعتذر ولا يشعر بالانهزام.

الحديث مع كل ابن على انفراد وتذكيره بحب أخيه له في مواقف سابقة كثيرة.

تشجيع كل ابن على انفراد على اخذ أجر السبق في ارجاع صفاء العلاقة.

بيان مقدار الخير الذي فات كل طرف بسبب خلافه مع أخيه.

تعويدهم على القاء السلام بينهم رغم الخلاف.

إذا كان احد الابناء مثيرا دائما للخلاف فلا بد من محاسنته بشكل غير علني وبأسلوب هادىء.

التدخل في فض الخلاف اذا استمر الخصام لليوم الثالث ونقاش اسباب المشكلة.

وفي ختام اللقاء اكدت على ان الطريقة المثلى للتعامل مع الابناء لن تجنى ثمارها الا إذا اظهر الوالدان الحب والموودة بين الاخوة وتشجيع روح التعاون بينهم .

الشجار بين الأطفال لا يكاد يخلو منه بيت من البيوت ، وكثيراً ما يستمتع الإخوة وهم يتشاجرون مع بعضهم البعض ، فهم يتعرفون من خلال تلك المناوشات على إمكاناتهم ونقاط الضعف والقوة عندهم ، وهم يجربون نشوة الإثارة والانتصار .

ومن أهم أسباب التشاجرين الإخوة:

الغيرة، والشعور بالنقص، والشعور بالضهاد الكبار وانشغال الأبوين عن الأطفال .

كما أن الأطفال الذكور يحاولون السيطرة على البنات، وقد يعير الأطفال بعضهم بعضاً بشكل الجسم أو قصره أو ضخامته .. فيتشاجرون، وكثيراً ما يتشاجر الأطفال لامتلاك بعض اللعب .

وبالطبع فإن تلك المشاجرات تثير أعصاب الأبوين اللذين يصابا بالصدمة حين يعجزان عن منع تلك المشاجرات، حتى إن بعض الآباء يشك في قدرته على التربية، ويسائل نفسه كيف لا يستطيع تربية أبناءه

من دون شجار ولا خصومات .

وينبغي البدء أولاً بدراسة حالة الطفل الصحية فقد يكون سرعة الغضب أو البكاء اختلالاً في إفرازات الغدة الدرقية أو الشعور بالإجهاد أو الإمساك المزمن نتيجة سوء التغذية أو غيرها من الأسباب .

ماذا أفعل عندما يتشاجر الأولاد ؟ :

١ - إذا كان أحد الأولاد عرضة للإصابة بأذى جسدي فعليك أن تتدخل فوراً حتى تمنع الخطر المحقق ، بأن تنادي عليهم أن يتوقفوا عن الشجار فوراً ، وهذا ما يحدث في شجار الأولاد عادة ، أمر البنات فتميل إلى جولات الصراخ بدلاً من استخدام العضلات .

٢ - بعد تحقق الهدوء ، حاول أن تقضي وقتاً قصيراً في الاستماع إلى كيف بدأت المعركة ، رغم أن من المستحيل غالباً أن تصل إلى القصة الصحيحة ، ولكن المهم هو أن تشعرهم أنك محايد وعادل ، وأنت تسمع لما يجول في صدورهم .

٢ - إذا لم يكن هناك ضرب أو استعمال العضلات في النزاع ، فلا حاجة إلى المسارعة للتدخل وحل النزاع ، فالأولاد يحتاجون لمثل تلك النزاعات والخلافات ، فهم يتعلمون منها أموراً كثيرة ، ولو حاولت منع الشجار تماماً فإنهم سيبحثون عن بديل لتفريغ تلك الطاقة .

وإذا كنت دائماً المسيطرة على المواقف فهذا يعني أن العلاقة بينهم غير طبيعية ، ومضبوطة بسلطتك أنت عليهم ، وأنهم سيهجمون على بعضهم عندما تدير ظهرك عنهم ، وأن تدوم روح العداء بينهم ، والتي لم يُنْفَس عنها طوال طفولتهم ، وستكون العلاقة بينهم ضعيفة حيث يفضلون الانفصال عن بعضهم في أول فرصة . أما الأولاد الذين يُسمح لهم ببعض الجدل في صغرهم فيصبحون عادةً أشد قريباً من بعضهم في كبرهم .

٤ - تذكر أن الخلاف بين الأولاد ليس كله ضاراً ، وليس بالسوء الذي يبدو للكبار .

٥ - أوضح لأبناءك أنك لست ضد محاولتهم فض الخلاف بأنفسهم ، ولكن ضد الضوضاء التي يصلون إليها لفض خلافهم ، وإذا كان الخلاف على لعبة فيمكنك أخذ اللعبة منهم جميعاً ، وأخبرهم أنه يمكن استرجاعها بعد أن يتوصلوا إلى اتفاق ، وقد يحتاج الأمر إلى إرسال كل منهم إلى مكان أو غرفة لفترة قصيرة .

٦ - ربما تكون المشكلة أعمر عندما يكون فارق السن كبيراً بين الأولاد المتنازعين ، ورغم أن الكبير أقوى من الصغير ، إلا أن الصغير قادراً أيضاً على إزعاج الكبير ، وخاصةً أنه قد يحتمي بصغره ، وقد يبالي الولد في ألمه ودموعه .

٧ - حاول ألا تنحاز مع أحد الأولاد ضد الآخر ، أشعر الكبير أن عليه أن يعطف على أخيه الصغير ، واطلب منه أن يخبرك فوراً إذا كان قد حاول الصبر ولم يتمالك نفسه .

٨ - ساعد الصغير على أن يحترم الكبير ، وأن لا يحاول إزعاج الولد الأكبر فينتقم منه .

٩ - لا تسرع بمعاقبة المذنب فإن ذلك ينمي بينهم روح الغيظ والانتقام، وقد يقع عقابك على البريء في شك الطرفان في حكمك في المستقبل .

١٠ - لا تقارن الواحد منهم بالآخر فتقول لأحدهم: (إن أخاك كان أفضل منك عندما كان في سنك) ،أو) إنك على عكس أخيك فهو يطيع من أول مرة أقول له شيئاً) ، فإن ذلك يجعل الولد يشعر بالذنب من نفسه والغيظ من أخيه ، وإن تكرر هذه المقارنة يجعل الولد يكره التشبه والإقتداء بأخيه رغم صفاته الحسنة .

١١ - ولعل من الطرق المناسبة لإمتصاص ثورة العرا ك بين الأطفال تحويل نغمتهم إلى نوع من العمل الإيجابي السليم ، كمساعدة الغير أو دعوتهم إلى مساعدة أمهم أو ما شابه ، ومن الخطأ أن يتوقع الآباء أن يتصرف الأبناء بعقلية الآباء .

١٢ - على الأم المحافظة على هدوءها قدر الإمكان أثناء غضب ابنها أو مشاجرته مع إخوته .

١٢ - على الأبوين أن يكونا قدوة حسنة فيقلعوا عن عصبيتهم وثورتهم لأتفه الأمور أمام الأبناء .

١٤ - لا تدع ابنك يذوق حلاوة الانتصار بتحقيق الرغبة التي انفجرت باكياً من أجلها وغضب .

١٥ - على الآباء إصلاح أنفسهم أولاً ، فكثير من حالات التشاجر عند الأطفال مرجعها الآباء أنسهم ، بسبب سلوكهم المتسم بالحزم المبالغ فيه ، والسيكرة الكاملة على الطفل ، ورغبتهم في إطاعة أوامرهم طاعة عمياء ، وثورتهم وشجارهم بين بعضهم البعض (أي الزوجين) لأتفه الأسباب .

٤٠- الهروب من حل الواجبات المدرسية

وبالرغم من الجهد الذي تبذله الأمر في محاولة أن يبدأ ابنها أو ابنتها بداية جيدة في عام دراسي جديد. إلا أن الأبن يحاول أن يهرب من الواجب بكل الطرق .
مثلاً: قد تحدث معركة بين الابن ووالديه من أجل تأديته واجباته المدرسية. وقد يقوم الطفل بالمجادلة لمدة ساعتين من أجل القيام بواجباته أو يتفنن في ضياع الوقت بأن يبيري القلم مرة كل كلمتين أو يشطب الجملة ويعيد كتابتها مرة أخرى أو أن يذهب إلى دورة المياه كل ربع ساعة أو أن يخلق الأعذار بأن يطلب الأكل أكثر من مرة..... كل هذه محاولات لتضييع الوقت ثم يبكي الطفل وذلك لأن الوقت ضاع وأنه تعب من الكتابة. وباختصار يفعل كل شيء لكي يهرب من الواجبات المدرسية . هذا النوع من الأطفال تجدهم أيضاً في المدرسة لا يكملون كتابة الدرس ويفضلون أن تكتب لهم أمهاتهم واجباتهم رغم أن الاغلبية منهم أذكاء. هذا التصرف قد يجعلنا نحكم عليهم بالأهمال ولكن هذا المفهوم خطأ كما يقول علماء النفس فيرون أن الطفل هنا يحتاج إلى مساعدة نفسية وليست مساعدة في حل الواجب.
فالوالدين عندما يرون ابنهم مقصر في حل واجباته فإنهم فيعتقدون أنه مهمل رغم توفر كل وسائل الراحة له. إلا أن عدم الاهتمام به يعطيه عدم الثقة بنفسه. فينعزل عن أصدقائه أو يغرق في قراءة الكتب أو مشاهدة التلفزيون ويصبح حساساً جداً من مشاكله الصحية ويمكن أن ينقلب إلى طفل مشاغب في المدرسة.

العلاج في مثل هذه الحالة هو:

١. أن تعطيه الأهتمام مثل أخوته تماماً وأن تعدلي بينهم .
٢. كذلك اعطيه الثقة بنفسه فإذا نجح في عمل في البيت اجعليه يكرره مرة أخرى .
٢. عليك أن تهتمي بملابسه وتبدي اعجابك بما يختاره .
٤. ولا تلقي العبء وحده بل اجعليه يشعر بالمساعدة .
٥. لا تؤنبيه إذا أخطأ في شيء .
٦. إذا حصل على درجات عالية عليكِ أن تفتخري به بين أصدقائه .
٧. افعلي كل هذا بدون مبالغة في المديح حتى لا يشعر أنه عملية مفتعلة .
٨. اختاري له الأصدقاء أصحاب الأخلاق الحسنة والمتفوقين في المدرسة .
٩. هذا العلاج يحتاج إلى وقت طويل لكي يتغير الطفل

٤١- السب والشتم

مشكلة تربوية قد تواجه كثيرون في تربية أبنائهم وبناتهم فتقول - يبلغ ابني من العمر ثلاثة أعوام كنت و
مازلت أحرص على الكلمات التي يتعلمها ويتكلم بها ولكن نظرا لاختلاطه ببعض صغار العائلة والأصدقاء و
اللعب معهم بصفة متكررة والذين كانوا لا يلعبون إلا بالصراخ والسب وشيئا فشيئا حتى بدأ يتعلم منهم
ويقلدهم فبدأ يتكلم ويسب مثلهم وفي البداية كان فقط يقولها عندما يغضب في اللعب ولمن هم في مثل سنه
ثم أصبح يقولها لي ولأبيه وعلى كل شيء مما اضطرني إلى ضربه أكثر من مرة... فما هو الحل

بالنظر إلى المشكلة فقد رأيت أن أطرح أمامك ما لدي من حلول منها ما تم ترجمته عن بعض المصادر التربوية
الأجنبية ومنها ما هو مستقى من دافع الفطرة السليمة للإنسان المسلم واليك الرأي

يجب ربط الأطفال منذ نعومتهم بأظفارهم بالله سواء عند الثواب أو العقاب وعلى أي خطأ يرتكبونه منذ سن
الثانية

قولي له - لا تقل هذه الكلمات السيئة والبذيئة لكي يحبك الله وإذا أحبك الله يجعل ماما وبابا وكل
الناس يحبوك

قولي له ماما تحبك ولكن تزعل منك لو قلت هذه الكلمة لأنها كلمة سيئة ما يقولها الولد الصالح ، الطيب
، المؤدب

أجلسه في مكان محدد يعاقب فيه الطفل ولا يتحرك منه لمدة دقيقة أو اثنين ثم يطلب منه الاعتذار

قد تضيفين لطفل السابعة بأن تقولي له "أنا أعرف بأنك فتى طيب ومؤدب - ولكن الشيطان يجعلك تقولها
عشان ربنا يزعل منك وهو يفرح بعملك هذا - فإذا وسوس لك أو قال في نفسك أشتم أو سب أو أفعل كذا
وكذا قل - أعوذ بالله من الشيطان الرجيم أنا ولد مسلم ما أخليك تفرح وأبغى ربنا يحبني ويدخلني الجنة

أما ما تمت ترجمته من كتاب - ماذا تتوقع في مرحلة الطفولة
What to expect the toddler years

هناك عدة حالات ومسببات تدفع الطفل إلى تعلم السب والشتم والتعود عليه ، ومنها أنه عند بداية انتقالهم
لمرحلة اللعب مع الأطفال الآخرين يتولد لديهم إحساس بالصراع والنزاع فيتسبب ذلك في توليد الرغبة
لاستخدام كلمات عدائية مع الأطفال تظهر عدم رضاهم ومنازعتهم على الأشياء فيستخدموا غالبا الكلمات
التي يسمعونها من والديهم عند الغضب أو الكلمات التي تستخدم في الأماكن غير الجيدة كالحمام وتكون
وقتها أفضل الكلمات التي تعبر عن عدم رضاهم

لا تبدي انزعاجا ملحوظا عند سماعك لكلمة الشتم عند الوهلة الأولى وكذلك لا تبدي ارتياحا ورضا
بالتبسم والضحك مما يوولد تشجيعا له على تكرارها

عند سماعك كلمات سيئة منه حاولي أن تشرحي له أن هذه الكلمات تؤلم مشاعر الآخرين كما يؤلمهم
الضرب

حاولي أن تدريبيه على كيفية التعبير عن عدم الرضا عن الآخرين وذلك بان تدريبيه على قول - إذا عملت معي
كذا فذلك سيغضبني منك - وإذا استدعى الأمر قولي له لا تلعب مع هذا الطفل وأجعليه يلعب مع آخرين

قد لا تؤدي الخطوات المذكورة إلى نتائج سريعة وفعالة لأن إحساس الطفل بقدرته على إحداث الأثر والانفعال
على أعدائه - في اللعب بالسب والشتم أقوى من اثر الضرب لذلك فهو يشبع رغبة جامحة تجعله يحرص على
الشتم وتفضيله على الحلول الأخرى

دائما يكون التعبير بالقدوة هو افضل الوسائل لتدريب الطفل ومعالجة تلفظه بكلمات نابية ولذلك يجب أن
يتجنب الكبار التلفظ بما يكرهون أن يتلفظ به الصغار وكذلك التصرف بانفعالات وعصبية وسلبية في
المواقف والتي بلا شك ستنتقل إلى الصغار الذين يفهمون اكثر بكثير مما يعتقد أهليهم انهم يفهمونه فمثلا
عند اعتراض سيارة للأب أثناء قيادته ومعه الطفل يجب انضباط الأب وعدم التلفظ بالألفاظ غير اللائقة عن
السائق الأخر وأمام الابن والاسيكون خير مثال يحتذي به

هناك أسباب أخرى للشتم

وهي أن يستخدم الطفل الشتم على سبيل المرح ولجلب اهتمام الآخرين وليس للعداء مع الآخرين كأن يكون
صوت كلمة الشتم جميل وله نغمة وعذوبة ويعالج ذلك بان نطلب منه الذهاب إلى مكان لوحده ويكرر
لفظ الكلمة عدد ما يشاء وحيدا وبعيدا عنهم ويعلم انه قد يؤدي الآخريين ولا يريدون سماعها ، أو نحاول
استبدال كلمة الشتم بكلمة مشابهة لها في الصوت والنغمة مثل حمار بظنار أو محارو كلب بقلب

لا تحبطي إذا تكرر سماعك لما تكرهين لأن الطفل لن ينسى أو يتغير بين يوم وليلة

حاولي استخدام كلمات جميلة أو مقبولة للتعبير بها عن الأشياء غير الجميلة - مثل كلمات الحمام -

كلما يكبر الطفل سيكون أكثر فهما للكلمات التي يجب أن لا يتفوه بها وعندها يمكن التعامل معه من
مبدأ الثواب والعقاب على كل كلمة سيئة ينطق بها

يلجأ بعض الأطفال إلى طقطة أو فرقة أصابعهم أو مفاصل أصابع اليد كنوع من التفاخر بين الزملاء على
قدرتهم على القيام بأشياء خارقة ينبهر لها الآخرون .

ومع الوقت تستمر هذه الحركة وتصبح ملازمة للطفل مما يسبب الإزعاج والقلق للأمر التي تخشى أو يكون لهذه
الحركة تأثير ضار على المفاصل فيما بعد ، فهل هذا القلق في محله؟ تجيب على هذا التساؤل د. لورا تاستادون
أخصائية الأطفال في نيويورك بقولها إن الدراسات العلمية التي أجريت في هذا المجال لا تشير من قريب أو

بعيد إلى احتمالات أن تسبب هذه الحركة أي أذى للعظام أو أن تتسبب في التهاب المفاصل فيما بعد .

أما عن تفسير هذه الظاهرة فيرجع في رأي المتخصصين إلى أن لجوء بعض الأطفال إلى طقطة أصابع اليد أو الرسغ أو الفك أو العنق ما هي إلا وسيلة لتفريغ شحنة انفعالية أو عاطفية إذ تساعدهم هذه الحركة على التخلص من التوتر .

وتنصح الأم التي ترغب في مساعدة طفلها على التخلص من هذه الحركة غير المستحبة في المجتمع بعدم تكرار مطالبته بالنهاي عنها.. لأن هذا التكرار سوف يذكركه بأنه يمارس حركة غير مرغوبة وتسبب الإزعاج لمن حوله فيزيده هذا الإحساس بالتوتر ويجعله عاجزاً عن الكف عن ممارستها .

والحل الأفضل هو أن تحرص الأم على ملاحظة طفلها من بعيد لتعرف متى يلجأ إلى هذه الحركة.. هل يفعل ذلك وهو يشاهد التليفزيون أو أثناء المذاكرة أو وهو جالس في السيارة؟ وتحاول بعد ذلك أن تشغل يديه بشيء آخر، فتعلمه أن يمسك بقلم مثلاً وهو يذاكر ليسطر به على الأجزاء المهمة .

كما يجب على الأم أن تتحدث مع ابنها بصراحة عما إذا كانت هناك مشاكل تواجهه في المدرسة أو مع الأصدقاء وتنبهه إلى أن هذه الحركة تدل على ذلك ثم يتفقان معا على طريقة بسيطة يمكن للأمر أن تذكركه بها بالكف عنها دون إحراج وسط الناس كأن تبتسم له ابتسامة خاصة أو تشير له بإيماءة من رأسها.. ومع الوقت سوف يتجاوب معها الطفل ويتخلص من هذه الحركة تماما .

عندما يبدأ ابنك بتلفظ كلمات نابية محرجة، تنم عن وقاحة وسخرية وبذاءة.. ينشأ لدى الوالدين شعور بالأسف والألم اتجاه سلوك الابن غير الواعي بما يخرج من فمه من ألفاظ مزعجة. والحقيقة التي لا ينبغي تجاهلها أن الألفاظ اللغوية لدى الطفل يكتسبها فقط من خلال محاولته تقليد الغير.

لذلك كان لزاماً على الوالدين مراقبة عملية احتكاك الطفل ابتداء بعلاقاته الإنسانية واللغة المتداولة بين من يختلطون بالأسرة عموماً وبالطفل خصوصاً ومراقبة البرامج الإعلامية التي يستمع إليها ويتابعها، والأهم من ذلك اللغة المستعملة من طرق الوالدين اتجاه أبنائهما وفيما بينهما..

الوقاية من المشكلة

١- عامل الطفل كما تحب أن تعامل وخاطبه باللغة التي تحب أن تخاطب بها.

٢- استعمل اللغة التي ترغب أن يستعملها أبنائك.

من هنا البداية وهكذا يتعلم الطفل.

قل 'شكراً' ومن فضلك ولو سمحت وأتسمح وأعتذر.. يتعلمها ابنك منك.. مهم أن تقولها والأهم كيف تقولها؟ قلها وأنت مبتسم بكل هدوء وبصوت منسجم مع دلالات الكلمة...

٢. تأكد أن اللفظ.. فعلاً.. غير لائق:!

حتى لا تنجم عن ردة فعلك سلوكيات شاذة وألفاظ أشد وقاحة حتى تأكد فعلاً أن اللفظ غير لائق وليس مجرد طريقة التلفظ هي المرفوضة.. فمثلاً لو نطق بكلام وهو يصيح، أو يبكي، أو يعبر عن رفضه ومعارضته كقوله: 'لا أريد' لماذا تمنعوني 'لماذا أنا بالضبط' وهذه كلمات تعبر عن رأي وليس تلفظاً غير لائق!! فعلمية التقويم تحتاج إلى تحديد هدف التغيير وتوضيحه للطفل هل هو اللفظ أو الأسلوب؟

٤. راقب اللغة المتداولة في محيطه الواسع.

كيف تعالج المشكلة؟!

١. لا تهتم بشكل مثير بهذه الألفاظ:

حاول قدر المستطاع عدم تضخيم الأمر ولا تعطه اهتماماً أكثر من اللازم، تظاهر بعدم المبالاة حتى لا تعطي للكلمة سلطة وأهمية وسلاحاً يشهره الطفل متى أراد سواء بنية اللعب والمرح أو بنية الرد على سلوك أبوي لا يعجبه. وبهذا تنسحب من الساحة..، اللعب بالألفاظ بمفرده ليس ممتعاً إذا لم يجد من يشاركه.

٢. مدح الكلام الجميل:

علم ابنك ما هو نوع الكلام الذي تحبه وتقدره ويعجبك سماعه على لسانه.. أبدأ إعجابك به كلما سمعته منه.. عبر عن ذلك الإعجاب بمثل 'يعجبني كلامك هذا الهادئ' هذا جميل منك 'كلام من ذهب.'

٢. علمه فن الكلام:

علمه مهارات الحديث وفن الكلام من خلال الأمثلة والتدريب وعلمه الأسلوب اللائق في الرد '.. لا يهمني' تعبير مقبول لوقيل بهدوء واحترام للسامع.. وتصبح غير لائقة لوقيلت بسخرية واستهزاء بالمستمع..

٤. حول اللفظ بتعديل بسيط:

لو تدخلت بعنف لجعلت ابنك يتمسك باللفظ ويكتشف سلاحاً ضدك أو نقطة ضعف لديك.. ولكن حاول بكل هدوء اللعب على الألفاظ بإضافة حرف أو حذفه، أو تغيير حرف، أو تصحيح اللفظ لدى الطفل موهماً إياه بأنه أخطأ فلو كانت مثلاً كلمة 'قلع' غير لائقة فقل له: لا وإنما تنطق 'ملعب' وهكذا.

كيف تعالج فلتات لسان طفلك؟

.. إن من أكثر ما يعانيه الآباء والأمهات تلفظاً بذيئاً وكلمات نابية ويحاولون علاجها بشتى الطرق، ومن أهم طرق العلاج هي توجيه شحنات الغضب لدى الأطفال حتى يصدر عنها ردود فعل صحيحة ويعاد الطفل ويتدرب على توجيه سلوكه بصورة سليمة، ويتخلص من ذلك السلوك المرفوض. وللوصول إلى هذا

لابد من اتباع التالي:

١ [التغلب على أسباب الغضب:

- فالطفل يغضب وينفعل لأسباب قد نراها تافهتة كفقدان اللعبة أو الرغبة في اللعب الآن أو عدم النوم وعلينا نحن الكبار عدم التهوين من شأن أسباب انفعاله هذه فاللعبة بالنسبة له مصدر متعة ولا يعرف متعة غيرها فعلى الأب أو الأم أن يهدئ من روع الطفل ويذكر له أنه على استعداد لسماعه وحل مشكلاته وإزالة أسباب انفعاله وهذا ممكن إذا تحلى بالهدوء والذوق في التعبير عن مسببات غضبه.

٢ [إحلال السلوك القومي محل السلوك المرفوض:

البحث عن مصدر الألفاظ البذيئة في بيئة الطفل سواء من [الأسرة- الجيران- الأقران- الحضائنة.]

- يعرف الطفل عن مصدر الألفاظ البذيئة.

- إظهار الرفض لهذا السلوك وذمه علناً.

- التحلي بالصبر والهدوء في علاج المشكلة.

- مكافأة الطفل بالمدح والتشجيع عند تعبيره عن غضبه بطريقة سليمة.

- إذا لم يستجب الطفل بعد ٤-٥ مرات من التنبيه يعاقب بالحرمان من شيء يحبه.

- يعود على 'الأسف' كلما تلفظ بكلمة بذيئة ويكون هنا الأمر بنوع من الحزم والاستمرارية والثبات.

- أن يكون الوالدان قدوة صالحة لطفلها وأن يبتعدا عن الألفاظ البذيئة.

- تطوير مهارة التفكير لدى الطفل وفتح أبواب للحوار معه من قبل الوالدين، فهذا يولد لديه قناعات ويعطيه قدرة على التفكير في الأمور قبل الإقدام عليها

كيف تطهري لسان طفلك من اللعن والكلام البذيء؟؟؟؟

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

في هذا المقال طرق عملية لتطهير لسان الطفل والطفلة من اللعن والسب والشتم.... نسأل الله لهم الهداية والصالح....

وعنوانه (((اللاعن الصغير)))

تلتهم عيناه الضاحكتان، وتتأرجح ضحكاته السعيدة، فتشعر بأن روحه بتلات وردة بيضاء، تندى بالظهر وتضوح بالنقاء، وهو يخطر في حلة الطفولة الحلوة العذبة!
لكن لطخة إثر مقبلة تعكر ذلك النقاء إذ يتلفظ فجأة بكلمة نابية كريهة أو لفظ شامئ شنيع، فيدنس بذلك إهاب الطفولة النقي، ويخفق في أخلاقه براعم الاحترام والمرورة الغضبية.

إنه ليحز في النفس أن ترى الطفل لما يبلغ سن التمييز بعد، وهو يقذف بشتام يكسره ولا يقيم حروفه، فلا يجد من بعض الوالدين والأهل إلا ضحكا وتعجبا واستحسانا، حتى تراه يعاود الشتم مرة بعد مرة، ليصير ذلك ديدن لسانه وعادة كلامه، فيصعب بعد ذلك الإصلاح له، ويوقع أهله في الحرج الشديد، خاصة إذا ما وجه هذه الكلمات لأصدقاء أو غرباء، أو كبار في السن.

لا شك أولاً أن الوقاية خير من العلاج، والطفل الذي جاء إلى الدنيا لا يعرف شيئا، إنه لم يقتنص هذه الكلمات النابية إلا بسماعه لأحدا، خاصة إذا كانت تصب في مسامع ليل نهار من أب غاضب، أو أم مرهقة، أو أخ غير مهتم، ومن زرع حصدا.

وعلاج ذلك يعود إلى مرحلة الابن العمرية، فإذا كان في سنواته الأولى، فهو لي من أمر صنيعه وشنعي فعله، وأبدي الأسف الشديد تجاهه إذ نطق بها.

في المرحلة التالية، استخدمي أسلوب الترهيب والترغيب، هديديه بالحرمان، ورغيبه في أمر يريه، واهتمي كثيرا بتأسيس ركيزة دينية لهذه القضية في نفسه، بتخويضه من غضب الله والنار، وترغيبه في الجنة ووصف نعيمها له، وتقوية جانب الإحسان لديه بمراقبة الله عز وجل، كأن تقولين: إن الله يسمعك ويغضب لكلامك.

قربي شناعة الأمر لعقله بضرب الأمثلة الحسية، فهو في مرحلة لا يعرف بعد فيها تقدير القيم والأخلاق والمبادئ، فيحتاج إلى تشبيه وتمثيل، قولي له مثلا: كما تحب أن يكون ثوبك نظيفا، فليكن لسانك نظيفا أيضا، واحكي له قصصا تجسد كل مبدأ تؤدين أن تزرعيه في نفسه.

فيما بعد، قد تلاحظين استفزاز الطفل وعناده لك بنطق الكلمات النابية، فلا تبدي فورا التذمر والقلق له، فهو لا يريد إلا لفت نظرك وجذب اهتمامك إليه، فعليك إذن التنوع في أساليب مواجهتك لفعله غير السوي، تجاهليه يوما، وعظييه يوما، واحرميه يوما، وهكذا، كي لا يربط بين اهتمامك الشديد وتلفظه بهذه الكلمات أمامك.

إن حدث وسمع طفلك شخصا كبيرا يقذف بالكلمات الشنيعة وأبدي تعجبا، فوافقيه على إنكار ذلك، وركزي في نفسه أساسا بأن الحق أكبر من الجميع، وقد يقع في الخطيئة كل أحد، وحاولي أن تجعله مستقل

بشخصيته عن التقليد والتبعية إلا لمثل أعلى، رسول الله صلى الله عليه وسلم، فيحذر من تبرير أخطائه بوقوع الناس في ذات الأمر.

نقطة مهمة! لا أنسى طفلة عذبة حزنت يوماً على والدتها إذ حرمتها من شيء، فقالت غاضبة ببحّة طفولية رائعتة: الله يهديك! هكذا سمعت دعاء طيباً من في والدها أو والدتها إذا ما غضبا، فأعادته لما احتاجت إليه، فاملئي إذن لسان أطفالك بالحق والذكر والدعاء، كي لا تشغل ألسنتهم النقية بالباطل والإثم!

٤٢- اضطرابات التعلق الانفعالي :

يظهر هذا الاضطراب في صورة فشل الطفل في المبادرة بالتفاعل مع الآخرين او الاستجابة لهم في اشكال مثل الابتسام او محاكاة او اظهار تعبيرات السرور او الفضول او الاستطلاع او الخوف او الغضب او الانتباه ، و عدم الاستجابة للمداعبة ، و احيانا عدم التمييز الاجتماعي بعمل الفترة مضطمة مع غرباء يراهم لأول مرة و ذلك في سن يتوقع فيه من الطفل استجابة معقول مع التبدل او البكاء الهادئ او الضعيف ، او نقص الحركة وكثرة النوم و وهن العضلات والقبض .

ويبدأ هذا الاضطراب قبل الخامسة من العمر والرضع من اصحاب هذا الاضطراب غالباً يضيّق لديهم مجال الرؤية مع قلّة الاستجابة حتى لأقرب الناس مثل صوت الأم وافتقاد النظرة المتبادلة معها ، وكذا افتقاد التواصل البصري او اللفظي في وجودها معه و يصاحب الاضطراب اعراض مثل نقص الأكل والاجترار او القيء و احيانا اضطرابات النوم .

اسباب المشكلة :

- ١- عدم مراعاة الطفل الجسميّة (التغذية وعدم الاعتداء الجنسي) والحاجة الى الراحة.
- ٢- اسباب عضوية: تخلف عقلي او اصابة بالصمم او العمى او القصور في بعض اعضاء الحس او المرض الجسدي المزمن.
- ٢- القسوة في معاملة الطفل او تجاهله.
- ٤- تكرار غياب الأم لفترات طويلة او تكرار تغيير المربيات اللاتي تتابع لرعاية الطفل.
- ٥- اكتئاب الأم او المربية الشديد.
- ٦- شعور الأم او المربية بالإحباط نتيجة تبدل الطفل.

يقترح لعلاج المشكلة :

- ١- آراء الوالدين لا يجب الاعتماد عليها وخاصة في حالة توقع إهمال الطفل من جانبهم.

٢-تعليم الأم او المريية كيفية رعاية الطفل .

٢-تحسين الظروف النفسية والاجتماعية للمريية واستبدالها

٤٣- مشكلة الغش او التزوير :

الغش او التزوير من العادات التي تظهر لدى الاطفال والراشدين الذكور والانات على حد سواء واطهار حقائق الامور بشكل غير حقيقي بغرض الوصول الى غاية معينة او تغطية العجز او التقصير او الاهمال وتبدأ هذه العادة عند الطفل في وقت مبكر وتلازمه في المنزل او المدرسة وغالبا ما يحقق الطفل بهذا الاسلوب مكاسب مؤقتة منها المادية كالطعام وغير المادية كالتجاح في اللعب والامتحان واكثر الامثلة على غش الاطفال هو ما يحدث داخل المدرسة وفي غرفة الصف اثناء الامتحان.

اسباب هذه المشكلة عند الاطفال :

- ١-تقليد الطفل للكبار عند ممارستهم هذا السلوك سواء في المنزل او المدرسة الاصدقاء والاسرة فالقدوة مهمة جدا في انغمار الطفل في هذا النوع.
- ٢-الهروب من الفشل او العقوبة فعندما يكون الفشل مهددا للطفل بفقدان العطف والحنان او الرعاية فقد يلجأ الى الغش ، وحينما يفقده تعرف الآخرين على حقيقته الى الحب فسوف يرى الغش ملاذله ، وكذا حينما يكون ظهوره على حقيقته سوف يصابه عقاب او معزز سالب.
- ٢-شعور الطفل بالنقص فيعوض عن فقدان الثقة بالغش.
- ٤-يقبل بعض الاطفال على الغش املا في الحصول على المديح او تحقيق المكانة.
- ٥-الحالة الاقتصادية السيئة للأسرة فيقبل الطفل على هذا السلوك لكسب المال.
- ٦-المقارنة بين الطفل واخوته الذين يحرزون تقدما متميزا في الدراسة والتحقيق من شأن الطفل ومقارنته بأخوته يجعله يمارس الغش ليحصل على الرضا .

ويقترح لعلاج المشكلة :

١-تعريف الطفل بأن أي عمل فيه مهزوم ومنتصروفيه ناجح وراسب، والمهزوم والراسب اشخاص عاديون ويجب ان يأخذوا من فشلهم حافزا على النجاح في المرات التالية، ولا عيب في الفشل بل العيب في الرضا عنه باستمرار وعدم المحاولة لتحقيق النصر.

٢-اسماع الطفل القصص والانايد التي توضح نتائج الغش والعقاب في الدنيا والآخرة لمن يمارسه.

٣-تجنب العقاب والبعد عن تحقير الطفل لأتفه الاسباب او السخرية من امكانياته وقدراته او المقارنته بينه وبين اخوته او زملائه.

٤-توفير القدوة الحسنة للطفل حتى يتقبلوا فشلهم كنقطة انطلاق لتحقيق نجاح مقبل من خلال ممارسة بعض الالعب الهادفة.

٥-ان يعرف الوالدين حدود قدرات الطفل وامكانياته في تحقيق النجاح ولا يصران على ان يحرز ما هو اعلى من امكانياته فمثلا: الطفل لم يحصل على درجات عالية في المدرسة والوالدين يصران على ان يحصل الطفل على هذه الدرجات المرتفعة وقد يعاقبانه وهذا يدفع الطفل للغش في الامتحان ارضاء لوالديه وكسبا لحيهما وحتى يرفع عن نفسه العقوبة .

٤٤ - مشاكل اضطرابات الكلام :

قدرة الاطفال على النطق تختلف من طفل الى اخر وتنمو من سنة الى اخرى وبعض الاطفال يتأخرون في الكلام وبعض الاطفال يعجزون عن استدعاء الكلمات التي يحتاجونها عند التعبير عن افكارهم وبعض الاطفال يتكثون في اخراج الكلمات او ينطقون بها غير صحيحة ، وعادة ما يصاحب هذه الاضطرابات القلق او الارتباك والخجل والشعور بالنقص او الانطواء وعدم القدرة على التوافق . وتتعدد امراض الكلام ومنها : اللججة ، التأتأة ، التهتهة ، الخمخمة ، الخذف ، العي ، اللثغة الخ

اسباب مشاكل اضطرابات الكلام :

١- الاسباب العضوية : كنقص اختلال الجهاز العصبي المركزي واضطراب الاعصاب المتحكمة في الكلام ، مثل اختلال اربطة اللسان ، اصابة المراكز الكلامية في المخ بتلف او نزيف او مرض ضوي اوورم .

٢- الاسباب النفسية : وهي الاسباب الغالبة على معظم حالات عيوب النطق كما انها تصاحب اغلب الحالات العضوية ومن هذه الاسباب : القلق النفسي ، الصراع ، عدم الشعور بالأمن والطمأنينة ، المخاوف ، الوسواس ، الصدمات الانفعالية ، الشعور بالنقص وعدم الكفاءة .

٢- الاسباب البيئية : كتعلم عادات النطق السيئة دون ان يكون الطفل يعاني من أي عيب بيولوجي سوى اللسان او الاسنان والشفة ، فكم من طفل ثبت بعد عامه الثاني على نطقه الطفلي الذي يسمى "Baby Talk" لعدة سنوات لأن من حوله دلوله وشجعوه على استخدام هذه الالفاظ الطفلية غير السليمة .

٤- اسباب اخرى كتأخر نموه او بسبب ضعفه العقلي او لوجوده في بيئة تتعدد فيها اللغات واللهجات في وقت وآخر .

لعلاج مشاكل اضطرابات الكلام نقترح مايلي :

١- يجب التأكد في البداية من سبب هذا الاضطراب هل هو عضوي او نفسي ؟؟

٢- العلاج النفسي : وذلك بتقليل الاثر الانفعالي والتوتر النفسي عند الطفل وتنمية شخصيته ووضع حد لخلجه وشعوره بالنقص وتدريبه على الأخذ والعطاء حتي نقلل من انسحابه وانطوائه تشجيع الطفل على النطق

الصحيح وعدم معاملته بقسوة او ارغامه وقسره على الكلام رغما منه وتجنب السخرية والاستهزاء من كلماته.

٢- العلاج الكلامي: وهو علاج ضروري ومكمل للعلاج النفسي ويجب ان يلازمه في اغلب الحالات وهو اسلوب للتدريب على النطق الصحيح عبر جلسات متعددة عن طريق اخصائي علاج نطق.

٤- العلاج البيئي: ويعني ادماج الطفل في نشاطات اجتماعية وجماعية تدريجيا حتى يتدرب على الأخذ والعطاء وتتاح له فرصة التفاعل الاجتماعي وتنمية شخصيته مما ينمي الشخصية اجتماعيا العلاج باللعب والاشتراك بالأنشطة الجماعية .

٥ - لاتنسى عزيزي المربي ان تجرب القرآن الكريم بقراءة تك على طفلك يوميا على الاقل .

تأناة الصغار مشكلة لها حل

ليس في الوجود أجمل من مناغاة طفل يحاول الكلام، إذ يجد والده لذة خاصة لدى سماع أخطاء لسانه وعيوب ألفاظه، وكثيراً ما يقلده أحدهما ويحمله على التكرار.

لكننا إذا شئنا مصلحة الطفل، وأثرناها على مسرات الآباء، فسنبسطر إلى أن نطلب من الأبوين ألا يستمرنا هذه اللذة الساحرة؛ لئلا تخرج عن حدودها المعقولة، فتعوق الطفل عن تقدمه اللغوي.

في عامه الثاني يبدأ الطفل بتكوين جمل من كلمتين، ومع أن قاموس مفرداته محدود جداً، فهو يستطيع استخدام هذه الكلمات بطرائق مختلفة للتعبير عن أمور عديدة، مثل وصف الشيء أو مكان الشيء أو حالته الشيء من خلال مقاطع كلامية محدودة.

يزداد قاموس المفردات تدريجياً لدى الطفل، ويؤكد المختصون أن كل أربعة من خمسة أطفال يسيئون التلفظ، دون أن يكون لديهم آفات سمعية أو عضوية، وهذا يعني أن بوسعهم أن يصححوا ألفاظهم ويجودوا نطقهم.. فهناك أطفال يقولون: "ثبعت" بدلاً من "شبع"، أو "حشان" بدلاً من "حصان"، وعلينا أن ندرّب هؤلاء الأطفال، دون تأخير، والزمن المناسب لهذا التصحيح يقع بين عمر ٤ و٧ سنوات، فإذا تأخر الأبوان بعد ذلك وظلت العيوب اللفظية عالقة بلسان الصغير، فإنه حين يدرك أخطاءه ويعيها عقله، ويحسّ بضعفه إزاءها، فمن الجائز أن يقع في صراع مع نفسه ويتأخر نمو شخصيته.

وبين السنة الرابعة والخامسة، تبرز أسئلة "كيف" و"لماذا" و"متى" .. ويستطيع الطفل ربط الجمل بعضها ببعض باستعمال واو العطف.

في هذا العمر أيضاً، يستطيع أن يروي قصة صغيرة (مع بعض الأخطاء في التسلسل الزمني للأحداث) ويتقن العدّ من "١" إلى "١٠" .

بين الخامسة والسادسة نلاحظ أن هناك فرقاً قليلاً بين القواعد التي يستخدمها الطفل في كلامه والقواعد التي يستخدمها الراشدون في كلامهم، فابن السادسة يصبح محاوراً فعلاً، يستطيع إيصال أفكاره بوضوح إلى الغير، إذ تراه يستمع بانتباه إلى حديث الآخر، وينتظر دوره للتكلم، ويبقى ضمن الموضوع الواحد للحديث، فيبدو لنا وكأن الطفل أتقن كل الجوانب الوظيفية العملية للنطق.

ويجب أن نذكر أن إتقان مهارات الحوار الفعال يُكتسب على مدى السنوات الأولى من الحياة من خلال احتكاك الطفل اليومي بمن حوله، لكن يحدث أحياناً أن يعاني الطفل تعثراً في قدرته اللغوية.

الأسباب:

يحدث التعثر الطبيعي في الكلام؛ لأن قدرة الطفل الذهنية على التفكير بالكلام أسرع من تمكن اللسان على إخراجها، أما صعوبة النطق الطبيعية فهي عادة ترجع إلى أسباب وراثية، وفي معظم الحالات تنشأ التأتأة الحقيقية عندما يعاني الطفل التعثر الطبيعي، أو صعوبة النطق الطبيعية، ثم يقوم الأهل بالضغط عليه لتصحيح كلامه؛ الأمر الذي يزيد من حساسيته لقصوره وفشله، ويصبح الطفل متوتراً عندما يتكلم، وكلما حاول أن يتحكم في كلامه ازداد الأمر سوءاً بزيادة التأتأة، وهكذا يدور الطفل في حلقة مفرغة، ويتضاعف تكرار الكلام بدلاً من نطقه مرة واحدة، وقد تحدث التأتأة المؤقتة في أي مرحلة من العمر إذا أصبح الشخص مرتبكاً خائفاً من طريقة تحدثه. وعلى الرغم من أننا ندرك ما نتلفظ به إلا أن كيفية التلفظ به مسألة لا شعورية في العادة، كما أن العوامل الوراثية تؤدي دوراً أيضاً في حدوث التأتأة.

ماذا تفعلين؟

ينبغي مساعدة الطفل للتغلب على التعثر الطبيعي في الكلام وصعوبة النطق الطبيعية (المؤقتة) حتى لا يحدث تدهور للحالة وتحولها إلى التأتأة الحقيقية عند الأطفال، ومن أهم وسائل المساعدة ما يلي :

تشجيع الطفل على الحديث:

اجلسي مع الطفل وحديثه ولو مرة واحدة في اليوم، اجعلي الموضوع شيقاً وممتعاً، تجنبني أن تطلبي منه إتقان الكلام أو إعادة كلامك، ولكن اجعلي من التحدث نوعاً من التسلية.

ساعدني الطفل على الاسترخاء عند حدوث التأتأة:

لا تأبهي للتأتأة الحقيقية التي لا تسبب للطفل أي مضايقة، أما إذا لم يستطع الطفل الكلام فطمأنيه بمثل قولك: "لا تنزعج فإني أفهم ما تريد أن تقوله". أما إذا سألك الطفل عن مشكلة التأتأة لديه فأخبريه أنه سيتحسن ثم تزول التأتأة أخيراً.

عدم مقاطعة الطفل عندما يتكلم:

يجب منح الطفل الوقت الكافي كي ينتهي مما يقوله وعدم إكمال الجملة له، حاولي أن تضعي فاصلاً لمدة

ثانيتين بين نهاية جملة الطفل وبداية كلامك، ولا تسمحى للإخوة بمقاطعة بعضهم لبعض أثناء الكلام.

لا تطلبى من الطفل أن يكرر ما قاله أو يبدأ كلامه من جديد:

حاولى قدر الإمكان أن تخمنى ما يحاول الطفل أن يوصله إليك، يجب أن تنصتى له جيداً عندما يحدثك، ولكن لا تطلبى منه أن يكرر كلامه إلا إذا لم تستطيعى فهم بعض الكلام الذي يبدو مهماً.

لا تطلبى من الطفل أن يتمهل عندما يتكلم:

حاولى أن تشعرى الطفل أن لديك الوقت الكافى كي تسمعى منه، وأنك لست مستعجلة، وكمثال يحتذى، اتبعى أسلوباً هادئاً فى حديثك معه. إن اندفاع الطفل فى كلامه مرحلة مؤقتة لا يمكن للوالدين تغييرها بإصدار الأوامر له.

عدم تعبير الطفل بالتأتأة:

فإن هذه النعوت تصبح من التوقعات المحققة ذاتياً، كما يجب عدم مناقشة مشكلات النطق عند الطفل فى حضوره.

اطلبى من الآخرين ألا يصححوا كلام الطفل:

يجب أن يطلع كل من حاضنة الطفل وأقاربه ومدرسيه والجيران والزوار على هذه الإرشادات، ولا تسمحى لإخوته بأن يقلدوه فى تأتأته أو يسخروا منه.

ساعدى الطفل على الطمأنينة والشعور بأنه مقبول بوجه عام:

يجب زيادة وقت لهُو الطفل ولعبه اليومي، حاولى تهدئة إيقاع الحياة فى الأسرة، وتجنبى المواقف التى تثير التأتأة لدى الطفل، وإذا كانت هناك بعض الأمور التى تتبعين فيها نظاماً صارماً، يجب أن تخفضى من حدة الموقف.

طفلى ضعيف الكلام.. عمره الآن ٤ سنوات.. لا يتحدث بصورة واضحة.. الجمل التى يقولها جدار كيكته وغير مفهومته.. عصبى جداً.. وكثير الصراخ.. ماذا افعل؟)

كثير من الاهل يشكون من الضعف اللغوى عند اطفالهم.. ويتسائلون عن كيفية التعامل مع هذه المشكلته.
لكى يتعلم الطفل الكلام.. لابد ان تكون اللغة المراد تعلمها متواجده (اى ان الطفل يسمعها دائماً)
بالاضافه الى ان المراكز الحسيه فى الدماغ المسؤله عن استقبال اللغة، لابد ان تكون سليمة.

من اسباب الضعف اللغوى عند الاطفال:

أ- التأخر التطورى للغة .

Specific Developmental Disorder of Speech and Language

وينقسم الى عدة انواع :

١ - ضعف لغوى فى القدرة على الكلام ولكن القدرة على الفهم جيدة (وهو الاكثر شيوعا Expressive) Language Disorder يتواجد بنسبة ٢% الى ١٠% اكثر فى الاولاد من البنات، والسبب الاساسى غير معروف

٢ - بالاضافة الى ضعف القدرة الكلامية يوجد ايضا ضعف لغوى فى استقبال الكلام وفهمه Mixed Receptive / Expressive Language Disorder

٢ - ضعف فى مخارج بعض الحروف Phonological Disorder .

ب- ضعف السمع.

ح- امراض طيف التوحد.

د- امراض التخلف العقلى.

ملاحظة : تقييم الطفل ووضع اللغوى والنفسى وايضا التشخيص المبكر مهم جدا فى اعطائه نتائج مستقبلية جيدة... سواء كان ضعف فى السمع او توحد او حتى تاخر لغوى حيث من الضرورى تهيئة الطفل لغويا قبل دخول المرحلة الابتدائية حتى لا تصبح معنوياته ضعيفة ويشعر انه اقل من اقرانه .

نصائح عامة:

١ - الحديث مع الطفل دوما من السنة الاولى من العمر فمن المهم تواجد اللغة على مسامح الطفل.

٢ - تجنبى جلوس الطفل ضعيف اللغة مع المربية الاجنبية فترات طويلة فذلك يقلل من حصيلته اللغوية.

٢ - رددى دوما مع طفلك اسماء الاشياء الموجودة فى البيت او فى الشارع.. استعينى بالكتب الملون فهى تلفت النظر وتزيد حصيلته اللغوية.

٤ - لا تتحدثى لطفلك بلغة الاطفال.. بل استعملى لغة سهلة بسيطة وجمل واضحة

٥ - اجعلى طفلك يختلط مع الاطفال الاخرين اكبر وقت ممكن.

٦ - الابتعاد عن النقد والاستهزاء بحديث الطفل مهما كانت درجة ضعفه وايضا حمايته من سخريه الاطفال الاخرين.. تعاونى مع المعلمة فى ذلك... ومع امهات الاطفال الذين يلعب معهم طفلك خارج نطاق المدرسة.

٧ - لا تتركى الطفل فترة طويلة على التلفزيون صامتا يشاهد الرسوم المتحركة.. او اجلسى معه وشرحى ما

٨ - احكى كل يوم قصة لطفلك.. واجعليه يحاول ان يعيدها لك شجعيه وهو يحكى القصة وتفاعلي معها اعيدا سويا نفس القصة كل يوم وجددي كل اسبوع قصة جديدة .

التخاطب هو القدرة على توظيف المهارات اللفظية واللغوية والصوتية ومهارات الفصاحة للتواصل مع الآخرين سواء على مستوى الاستيعاب أو التعبير. ويحدث اضطراب في هذه المهارات عندما يفشل الشخص في توظيفها للتواصل مع الآخرين. وترتبط هذه الاضطرابات بعوامل متعددة منها الضعف السمعي، أمراض الجهاز العصبي المركزي والطرفي، الإصابات الدماغية، الشرود الذهني، انخفاض مستوى الذكاء، متلازمة داون، الشق الحنكي، وغيرها من الأسباب. وهناك عوامل بيئية واجتماعية ينبغي وضعها في عين الاعتبار. ويجدر الإشارة أنه لم يتم البت في الكيفية التي تؤثر فيها جميع هذه العوامل (الأسباب) على مهارات التخاطب. لذلك نستطيع القول أن الأسباب في أغلب الأحيان غير معروفة .

يفسر كثير من العاملين في هذا المجال صعوبات التخاطب التي يواجهها الأطفال بالتأخر اللغوي. أي أن الطفل، مقارنة مع أقرانه، لا يكتسب اللغة في نفس الجدول الزمني المتعارف عليه. وليس من المستغرب أحياناً أن تتفوق مهارات الطفل الاستيعابية على مهاراته التعبيرية. وقد يواجه الأشخاص اللذين يعانون من اضطراب في اللغة من صعوبات في فهم ما يقال لهم أو التعبير عما يريدون لعدم تمكنهم من استخدام المفردات في سياقها المناسب أو بسبب استخدام تراكيب نحوية و صرفية خاطئة.

أما اضطرابات الكلام فهي صعوبات في إخراج أصوات الحروف (النطق)، واضطرابات في خصائص الصوت، أو تعثر في المحاولات الكلامية (التلعثم). أما اضطرابات النطق فتظهر في شكل إبدال أصوات الحروف بأخرى أو تشويهها أو حذفها من المقاطع والكلمات. قد تعيق اضطرابات الصوت المتحدث بسبب انخفاض حدة الصوت أو شدته أو حدوث بحة صوتية. وإذا تعددت الأخطاء في إخراج أصوات الحروف فإنه قد يتعسر فهم الكلام من قبل الآخرين .

يعرف أسماء الأشخاص والأشياء

لديه ٢ مفردات تعبيرية إلى جانب " ماما" و" بابا "

يقلد لفظ الكلمات المألوفة

يفهم التعليمات البسيطة

يربط الكلمات بالأشياء (مثال: سيارة- يشير إلى: كراج السيارة، عندما يسمع كلمة قطرة- يقوم بإصدار

صوت القطرة)

نشاطات لتحفيز لغة الطفل

- بادر بترديد الأصوات التي يصدرها الطفل كالمناغاة وترديد مقاطع الصوت .
- تحدث مع طفلك عن الأشياء التي تقوم بها أوتراها في أثناء العناية بطفلك (الاستحمام، وجبة الطعام، تغيير الملابس، الخ)
- اقرأ القصص الملونة كل يوم لطفلك
- قم بترديد الأناشيد مع طفلك
- قم بتلقين طفلك أسماء الأشياء التي من حوله وأسماء الأشخاص المألوفين له .
- خذ طفلك إلى أماكن لم يسبق له أن ذهب إليها واجعله يدخل في مواقف لم يسبق له أن خاض فيها .
- العب مع طفلك ألعاب تتناسب مع سنه .

يفهم "لا"

- يستخدم ١٠-٢٠ مفرد أغلبها أسماء
- يستخدم جمل قصيرة مكونة من كلمتين "أبغى ماء"
- يلوح بيده "مع السلامة"
- يقلد أصوات الحيوانات المألوفة
- يناول اللعبة عندما يطلب منه ذلك
- يعبر عن رغبته باستخدام كلمات مثل "زيادة أو أكثر"
- يؤشر على عينه، أنفه، أو أصابعه عندما يطلب منه ذلك
- يجلب الأشياء من غرفة أخرى عندما يطلب منه ذلك .

نشاطات لتحفيز مهارات طفلك اللغوية

- حضر محاولات الطفل المبكرة لاستخدام كلمات جديدة
- تحدث مع طفلك عن كل الأشياء التي تقوم بفعلها عند وجوده معك
- تحدث بوضوح، بهدوء، وببساطه مع طفلك
- أعط اهتمام لمحاولات طفلك الكلامية وانظر إليه أثناء الحديث
- قم بوصف الأشياء (الأعمال) التي يقوم بها طفلك عند قيامه بنشاط ما وتحدث عن الأشياء التي يسمعها وصف الأحاسيس التي يشعر بها
- وفر لطفلك تسجيلات صوتية من عمل الأطفال
- شجع محاولات طفلك التخاطبية
- يؤشر إلى أعضاء جسمه عندما يطلب منه ذلك
- يدخل في حوار مع نفسه أو مع لعبته
- يسأل عن الأشياء باستخدام "ماذا؟"، "أين؟"
- يستخدم جمل نفي مكونة من كلمتين مثل "لا أريد"

يستخدم بعض أنواع الجمع "يلعبون...سيارات "
تصل حصيلته المفرد اتيّة إلى ٤٥٠ كلمة
يجيب عن اسمه عندما يطلب منه ذلك ويجيب بأصابعه عندما يسأل عن عمره
يستطيع أن يربط الأسماء والأفعال في جمل بسيطة "ماما راحت "
يعرف بعض المفاهيم البسيطة للوقت "بكرة"، "اليوم "
يستخدم "أنا" بدل أن يذكر اسمه
يحاول أن يجذب انتباه الآخرين "انظر إلي "
يحب سماع نفس القصة عدة مرات
يتحدث مع أقرانه ومع الكبار
يحل المشاكل بدلا من البكاء أو الضرب
يجيب على أسئلة "أين "
يسمي الأشياء والصور الشائعة
يستخدم جمل بسيطة فيها ضمائر غير مناسبة
يعرف "كبير"، "صغير" ويستطيع أن يركب ٢-٤ ألوان مع نظائرها
نشاطات لتحفيز لغة الطفل

كلما سحنت لك الفرصة كرر الكلمات الجديدة عدة مرات
عزز مهارات طفلك السماعية أثناء اللعب كأن تطلب منه أن ينفذ التعليمات التي يسمعها
عندما تأخذ طفلك في نزهة أو رحلة عائلية تحدث معه عن الأشياء التي حصلت قبل وبعد وأثناء النزهة أو
الرحلة
أخلق فرصة لطفلك للإجابة على الأسئلة البسيطة
عود طفلك على سماع القصص بصفة مستمرة خصوصا قبل النوم
أعط اهتمام كافي عندما يتحدث معك طفلك
صف لطفلك الأشياء التي تقوم بها والأشياء التي تفكر فيها أو تنوي القيام بها
أطلب من طفلك أن يوصل المهام التي تريدها لفظيا إلى أحد أفراد أسرتك "ماما...بابا يبغاك "
لا تتوقف عن الحديث مع طفلك خصوصا عندما يتوفر الوقت المناسب لكما
أسأل طفلك أسئلة تحثه على التفكير والإجابة
بين لطفلك أنك فهمت ما يقول وذلك بالإجابة والابتسامته وهز الرأس
أضف مفردات على الجمل التي يقولها طفلك. إذا قال "عصير"، أنت تقول "عمر يبغى عصير "

يستطيع أن يسرد قصة
يستخدم جمل طويلة مكونة من ٤-٥ كلمات
تصل مفرداته إلى ١٠٠٠ كلمة
يستطيع أن يسمي على الأقل لونا واحدا

يفهم مفردات مثل "البارح"، "في الليل"، "في النهار"، "صغير-كبير"
يبدأ في الاستجابة إلى طلبات مثل "ضع المكعب تحت الطاولة"
يعرف اسمه الأول والأخير، واسم الحي الذي يعيش فيه والروضة التي يدرس فيها

نشاطات لتحفيز لغة الطفل

تحدث عن الكيفية التي تتشابه وتختلف فيها الأشياء
ساعد طفلك على سرد القصة باستخدام القصص والبطاقات المصورة
دع طفلك يلعب مع الأطفال الآخرين
اقرأ قصص أطول لطفلك
أعطي اهتمام لطفلك عندما يتحدث
تحدث عن أماكن تنوي الذهاب إليها أو سبق لك أن ذهبت إليها
يستخدم جمل طويلة مكونة من 5-4 كلمات
يستخدم الفعل الماضي استخدام صحيح
تصل مفرداته إلى 1000 كلمة
يعرف اللون الأحمر، الأزرق، الأصفر، والأخضر
يفرق بين شكل المثلث والدائرة والمربع
يفهم "في الصباح"، "بعدين"، "في الليل"
يتحدث بمفردات فيها نوع من التخيل "أنا أتمنى"
يكثُر في الأسئلة "من"، "لماذا"

نشاطات لتحفيز لغة الطفل

ساعد طفلك على تصنيف الأشياء "المأكولات، الحيوانات، المواصلات"
علم طفلك كيف يستخدم التلفون
دع طفلك يساعدك في تخطيط نشاطات ستقوم بها في مناسبات الأعياد
استمر في الحديث مع طفلك في الأشياء التي من اهتماماته
اقرأ قصص أطول معه
شجع طفلك على ابتكار قصص أو سردها
أبدي له السرور عندما يأتي ليتحدث معك
يستخدم جمل طويلة مكونة من 6-5 كلمات
تصل مفرداته إلى 2000 كلمة
يتحدث عن وظائف الأشياء "أنت تأكل بالملعقة" ويعرف الأشياء مصنوعة من ماذا
يعرف المفردات المكانية "فوق"، "خلف"، "بعيد"، "قريب"
يعرف عنوانه

يعرف العملة المحلية كالريال والقرش والهللة
يعرف نقيض الكلمات مثل " صغير/ كبير "
يفهم "نفس الشيء"، "مختلف "
يعد ١٠ أشياء
يسأل أسئلة للحصول على معلومات
يميز بين يده اليمنى واليسرى
يستخدم كل أنواع الجمل البسيطة والمركبة
نشاطات لتحفيز لغة الطفل

امتدح طفلك عندما يعبر عن شعوره وأفكاره وآماله وما شابه ذلك
علق على الأشياء التي يمكن أن يشعر بها طفلك
غني أناشيد لطفلك
استمر في قراءة قصص أطول
تحدث معه كما لو أنك تتحدث مع رجل
تصفح ألبوم العائلة وتحدث عن تاريخ الأسرة
استمع جيدا عندما يتحدث إليك طفلك

٤٥- الخجل

الطفل الخجول عادة ما يتحاشى الآخرين ولا يميل للمشاركة في المواقف الاجتماعية ويتعد عنها يكون خائف ضعيف الثقة بنفسه وبالأخرين متردد ويكون صوته منخفض وعندما يتحدث إليه شخص غريب يحمر وجهه وقد يلزم الصمت ولا يجيب ويخفي نفسه عند مواجهة الغرباء ويبدأ الخجل عند الاطفال في الفئة العمرية ٢.٢ سنوات ويستمر عند بعض الاطفال حتى سن المدرسة وقد يختفي او يستمر .

اسباب الخجل عند الاطفال :

١- مشاعر النقص التي تعترى نفسية الطفل وذلك قد يكون بسبب وجود عاهات جسمية مثل العرج او طول الانف او السمنة او انتشار الحبوب والبثور والبقع في وجهه او بسبب كثرة ما يسمعه من الاهل من انه دميم الخلقه ويتأكد ذلك عندما يكون يقارن نفسه بأخوته او اصدقائه وقد تكون مشاعر النقص تلك تتكون بسبب انخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة الذي يؤدي لعدم مقدرة الطفل على مجاراة اصدقائه فيشعر بالنقص وبالتالي الخجل

٢- التأخر الدراسي:

ان انخفاض مستوى الطفل الدراسي مقارنة بمن هم في مثل سنه يؤدي لخجله

٢- افتقاد الشعور بالأمن:

الطفل الذي لا يشعر بالأمن والطمانينة لا يميل الى الاختلاط مع غيره اما لقلقه الشديد واما لفقدته الثقة بالغير وخوفه منهم ، فهم في نظره مهددون له يذكرونه بخجله ، وخوفا من نقدهم له. كذلك الطفل تتنابه تلك المشاعر مع الكبار فيخشى من نقد الكبار وسخريتهم خاصة الوالدين

٢- اشعار الطفل بالتبعية:

يجعل الطفل تابعا للكبار وفرض الرقابة الشديدة عليه وذلك يشعره بالعجز عند محاولة الاستقلال وكذلك اتخاذ القرارات المتعلقة به مثل لون الملابس وماذا يريد ان يلبس ويكثر الوالدين من الحديث نيابة عن الطفل وعدم الاهتمام بأخذ رأيه فمثلا يقول الوالدين احيانا: احمد يحب السكوت) مع ان هذا الطفل لم يتكلم ولم يعبر عن رأيه اطلاقا

٤- طلب الكمال والتجريح امام الاقران:

يلج بعض الأباء والامهات في طلب الكمال في كل شيء في اطفالهم في المشي ، في الاكل ، في الدراسة ويفضل الوالدين عن ان السلوكيات يتعلمها الطفل بالتدريج وهناك بعض الاباء او الامهات لا يبالي بتجريح الطفل امام اقرانه وذلك له اكبر الاثر في نفسية الطفل

٥- تكرار كلمة الخجل امام الطفل ونعته بها فيقبل الطفل بهذه الفكرة وتجعله يشعر بالخجل وتدعم عنده هذه الكلمة الشعور بالنقص.

- ٦ الوراثة وتقليد احد الوالدين:

عادة ما يكون لدى الاباء الخجولين ابناء خجولين والعكس غير صحيح ودعم احد الوالدين للخجل من الطفل على انه ادب وحياء سبب جوهر في الخجل

٧- اضطرابات النمو الخاصة والمرض الجسمي:

كأضطرابات اللغة تجنب الطفل الاحتكاك بالآخرين كما ان اصابته ببعض الامراض مثل الحمى او الاعاقة تمنعه من الاندماج او حتى الاختلاط مع اقرانه ويجد في تجنبهم مخرجا مريحا له .

ولعلاج تلك المشكلة نقترح اتباع التالي :

التعرف على الاسباب وعلاجها فمثلا ان كان سبب خجل الطفل هو اضطراب باللغة على الوالدين ان يسارعا في علاج هذه المشكلة لدى الطفل.

١. تشجيع الطفل على الثقة بنفسه ،وتعريفه بالنواحي التي يمتاز فيها عن غيره

٢. عدم مقارنته بالأطفال الآخرين ممن هم افضل منه

٣. توفير قدر كاف من الرعاية والعطف والمحبة

٤. الابتعاد عن نقد الطفل باستمرار وخاصة عند اقراءه او اخوته

٥. يجب ان لاتدفع الطفل للقيام بأعمال تفوق قدراته ومهاراته

٦. العمل على تدريبه في تكوين الصداقات وتعليمه فن المهارات الاجتماعية

٧. الثناء على انجازاته ولو كانت قليلة

٨. أن يشجع الطفل على الحوار من قبل الوالدين كما يجب ان يشجع على الحوار مع الآخرين

٩. تدريبه على الاسترخاء لتقليل الحساسية من الخجل

١٠. أخذه في نزهة الى احد المتنزهات واشراكه في اللعب مع الاطفال

١١. العلاج العقلي الانفعالي بتعليم الطفل ان يتحدث مع ذاته لمحاولة القضاء على الافكار السلبية مثل (انا

خجول) وابدالها بافكار ايجابية مثل (سأنجح ، سأكون اكثر جرأة)

٤٦- مشكلة الخوف :

الخوف حالة شعورية وجدانية يصاحبها انفعال نفسي وبدني تنتاب الطفل عندما يشعر بالخطر ويكون مصدر هذا الخطر داخلي من نفس الطفل او خارجي من البيئة.

اسباب الخوف لدى الاطفال :

١- تخويف الطفل ، فيلجأ بعض الكبار الى تخويف الطفل كي يمارس ما يريد الوالدين مثل ان يقول الوالدين

**للطفل : ان لم تنم فسنأتي لك بالوحش او الذئب لتأكلك .
وبأحاطة الطفل بذلك الخوف يشعر بالنقص ويفقدان الثقة بالنفس ومن ثم الخوف**

٢-السخرية من الطفل الخائف والضحك عليه امام الآخرين.

٢-جهل الطفل بحقيقة الاشياء التي يخافها او الاحداث التي يسمع عنها.

٤-تقليد الطفل للوالدين او الاخوة او مما شاهدته في وسائل الاعلام كالافلام.

٥-يخاف الطفل احيانا لجذب انتباه والديه ومعلميه خاصة اذا كان الطفل يفتقد لمشاعر الحب والحنان وعندما يستجيب الوالدين لذلك يدعمان فكرة الخوف لديه.

٦-شعور الطفل بعدم الاستقرار والأمن في الاسرة بسبب المنازعات التي تحدث بين الوالدين او فقدان احدهما.

٧-الاهتمام الشديد من قبل الوالدين والانزعاج الواضح يكرس لدى الطفل الخوف ويدعمه.

ونقترح لعلاج الخوف عند الاطفال مايلي :

١.الامتناع عن السخرية مما يخاف منه الطفل.

٢.أن نناقش الطفل بالموضوع الذي يخاف منه ولا نطلب منه نسيانه لأنه سيبقى يخيفه ويسبب له القلق.

٢.تشجيعه على التحدث عن ما يخيفه.

٤.تعريض الطفل للموقف بالتدرج مع وجود الأم.

٥.الابتعاد عن تخويف الطفل واستثارته عندما لايقوم بعمل ما او عندما نريد منه ان يكف عن عمل سيئ.

٦.اشعار الطفل بالأمن النفسي داخل المنزل وابعاده عن المشاحنات الاسرية.

٧.استخدام اسلوب النمذجة؛ وذلك بان نحضر للطفل فلماً لأطفال شجعان يتخلله مشيرات تخيفه ومع التكرار سيقوم الطفل بتقليدهم.

٨.ان لاتشعر الطفل بخوفك من شيء ما لأنه يكتسب منك تلك الصفة.

٩. يجب تفقد مكتبة الطفل السمعية والمقروءة والبصرية فقد يكون لديه مايشعره بالخوف اما صور لبعض الحيوانات المخيفة او افلاما مرعبة .

قد يخاف الطفل عندما يعرف ان الوالدين سذهبان به الى عيادة طبيب الاسنان وهذا بلاشك يسبب متاعب لاحصر لها للوالدين وللطفل وللطبيب المعالج اثناء معالجة اسنان الطفل ولكن لابد ان نتعرف على الاسباب التي تثير هذه المخاوف لدى الطفل والتي منها:

- ١- العبارات التي تستخدم لتخويف الطفل في المنزل لمنعه من سلوك سلبي مثل قول بعض الامهات اذا فعلت كذا فسأذهب بك للعيادة لاعطائك ابره او... الخ
- ٢- مشاهدة الطفل لشخص اتي من العيادة وتألمه الشديد وسماعه لقصة ذلك الامر او مشاهدة مقطع تلفزيوني عن الاسنان كل ذلك يجعله يربط عيادة الاسنان بمثير سلبي.
- ٣- قسوة الطبيب المعالج وعدم تفهمه لمشاعر الطفل والتعامل معه بخشونه مما يترك انطباع سلبي وسيء في نفس الطفل عن الطبيب بشكل عام.
- ٤- وجود صور مخيفه عن الاسنان وشكلها قبل وبعد السوس ونحوها سواء في العيادة او في أي مكان اخر
- ٥- اخافتة الطفل بالآلات التي يستخدمها الطبيب المعالج من قبل بعض اخوته او والدته اثناء تواجدهم في العيادة.

ويقترح لحل المشكلة:

- ١- تجنب تخويف الطفل بالطبيب مهما كان خطأه والابتعاد عن الأساليب البدائية التي تثير في نفس الطفل الخوف والقلق والمناقشة معه برفق وود ومسح أي فكرة خاطئة يعتقد بها.
- ٢- إقامة علاقة ودية بين الطفل والطبيب المعالج واختيار الطبيب صاحب الخلق الرفيع والابتسامه والذي يرفق بالطفل حتى لا يأخذ الطفل الانطباع السيء عن الاطباء ككل.
- ٣- ان يقوم الطبيب بطمئنة الطفل وتهنئته وان ماسي عمله في مصلحته حتى يستطيع ان يأكل ويشرب مثل الاطفال الاخرين وان يشرح له بشكل مبسط ماسي يقوم به.
- ٤- وضع بعض الصور التي تجذب الطفل للعيادة وخاصة فوق كرسي المريض بحيث ينصب نظره عليها.
- ٥- نزع أي صورة في العيادة تثير خوف الطفل وابعاد الآلات المستخدمة عن نظره .

٤٧- الخوف المرضي من المدرسة

المخاوف المرضية من المدرسة هي واحدة من العديد من الاضطرابات السلوكية التي تنتشر بين الأطفال في مرحلة الطفولة بصفة عامة ،وهي حالة انفعالية طبيعية تشعر بها كل الكائنات الحية ،وتبتدئ في أشكال متعددة وبدرجات متفاوتة في الشدة وإهما لها سينعكس على نمو الطفل انفعاليا واجتماعيا ،ولو استمرت حالة الخوف لدى الطفل فإنها ستتخذ أنماطا مختلفة ،وغالبا تؤدي إلى الاضطراب النفسي الذي يصفه

الأطباء النفسيون بالاضطراب (النفس / جسمي)
وهي تختلف في نوعيتها (كالخوف من الظلام..الخوف من الطلاق..الخوف من الطائرة..الخوف من
الاستحمام..الخوف من الموت وهو اشدها..الخ) والمخاوف تعد جزء من نمو كل طفل ،

وعلىنا مساعدته من أجل تجاوز تلك المخاوف لكي يصبح مستقل وناضجا وقادرا على التعامل مع واقعه في
المدرسة وخارجها .

*تؤكد بعض الدراسات من واقع سجلات بعض العيادات النفسية ومراكز الإرشاد للأطفال الى ان نسبة الأطفال
الذين يعانون من المخاوف المرضية من المدرسة تتراوح بين ٢-٨% من مجموع الأطفال المراجعين للعيادات أو
المراكز وهي مشكلة محيرة ومحبطة للوالدين والمسؤولين في المدرسة مما يتطلب التعرف المبكر عند
ظهور الأعراض الأولى لتلك المخاوف المرضية.

*يختلف مفهوم الخوف المرضي من المدرسة عن الهروب منها وعن القلق النفسي ..

فالخوف المرضي من المدرسة هو رفض الطفل الذهاب إليها وهو تعبير عن قلق الانفصال عن الأم مما يجعل
خوفه واقعا من رؤية الطفل ذاته الذي يقاوم ذلك الشعور ليتجنب انفصاله أو بعده عن والدته وهو يختلف عن
الهروب من المدرسة في كون الطالب الذي يهرب دائما يكون دون علم ومعرفة أسرته بذلك

وبشكل أوضح يمكن التمييز بين (الهروب من المدرسة) و(الخوف المرضي من المدرسة)

في ان دوافع الطفل للهروب من المدرسة وعدم استمراره فيها عائد لأكثر من سبب ومتغير ونادرا ما يتشابه في
الأعراض مع الخوف من المدرسة..لأن الطفل الخائف من المدرسة قد يتصنع الآلام العضوية أو تظهر فعلا عليه
لكنها تتلاشى بعد عودته للبيت أو السماح من قبل أسرته بالبقاء في البيت بينما الطالب الهارب عادة يكون
بعيدا عن البيت أثناء غيابه ، وغالبا يعكس غيابه تمردا أو احتجاجا على ظروفه الأسرية أو المدرسة أو
كليهما معا ، والخوف الطبيعي كالخوف من النار ، أو الأسد يتلاشى باختفاء مصدر التهديد أيا كان نوع المثير
المخيف ، وبالنسبة لمفهوم القلق فإنه يعبر عن إحساس تشاؤمي عام بحدوث خطرو شيك الوقوع وهو دائم
ومستمر ويعكس ضعفا عاما في نفسية الفرد

مظاهر الخوف المرضي من المدرسة

*الصعوبة الشديدة في المواظبة على الحضور للمدرسة .

*الخوف الزائد.. المزاج المتقلب.. الشكوى من إحساسه بمرض دون سبب عضوي واضح.. البكاء المستمر.. رفض الإفطار في الصباح .

*حدوث أعراض جسمية في الصباح كالقي والإسهال والشعور بالغثيان

* وآلام في البطن ،والصداع ومثل تلك الأعراض تتوقف بعد الخروج من المدرسة وخلال الإجازات .

*ويؤدي الخوف لدى الطفل إلى سرعة نبضات القلب وارتفاع ضغط الدم وزيادة إمداد السكر لأزم لمواجهة الخطر

وتنشيط إفراز الأدرينالين والنورادرينالين.. كل هذا من أجل منح الفرد قوة يواجه بها الخطر أما بالقتال أو الهروب..

والحالات الشديدة من الخوف تؤدي إلى ردود أفعال فيزيولوجية لا تساعد على التغلب على الخوف كأعراض الارتعاش والتعرق الغزير والشعور بالإغماء والغثيان والإسهال .

أسباب حدوث المشكلة

تعتمد أسباب المشكلة على عدة متغيرات..

كحالة الطالب وطبيعة المشكلة (نمط الخوف المدرسي الحاد أو المزمن) أسلوب التنشئة الأسرية ..والمدرسة التي يلتحق بها ،وبشكل عام يمكن القول أن الأطفال الذين يخافون ويعانون اضطراب الخوف من المدرسة خوفا مرضيا

*يعد قلقهم نتيجة انفصالهم عن أسرهم أكثر من كونهم يخشون المدرسة ذاتها نتيجة لعدم استقلاليتهم واستعدادهم النفسي والاجتماعي للمدرسة.

*التوتر في العلاقة الأسرية بين الأب والأم الذي يشعر معها الطفل بعد الاستقرار والأمن في جو المنازعات بين الوالدين.

*المبالغة في الرعاية والخوف ،والاهتمام الزائد بشكاوى الطفل .

*عقاب الطفل أو السخرية منه عند ظهور أعراض الخوف من أي شئ.

*تخويف الطفل بشكل عام وبالذات في الظلام أو قبل النوم .

*تعرض الطفل-الطالب-إلى العقاب البدني أو النفسي في المدرسة أو رؤية ذلك. الممارسات الخاطئة في المدرسة

*عدم الإلمام والمعرفة بمشكلة الخوف المرضي من المدرسة وأبعادها. اللجوء إلى التعامل بتلقائية وذاتية دون دراسة حالة الطفل والظروف التي عايشها .

*استخدام الشدة، والضرب، والتهديد، والقسوة لإجبار الطفل على المشاركة في الأسبوع التمهيدي وإبقاءه في

المدرسة طوال اليوم الدراسي أو الحضور مع زملائه في الصف .

*البيئة المدرسية المتمثلة في وجود أدوات الخوف من عصي وليات وصراخ في التعامل والتفاعل مع طلاب المرحلة الابتدائية وبالذات الصفوف الأولى .

*الاستعجال في حدوث النتائج الإيجابية من قبل بعض العاملين في المدرسة ومحاولاتهم في معالجة حالات الخوف المدرسي .

*عدم استشارة المختصين نفسياً أو تربوياً لاعتقاد بعض العاملين في المدرسة بالشعور بالكمال تربوياً ، والإحساس بالنقص في حالة الاستشارة

أساليب مواجهة المشكلة

*التفاهم والحوار بأسلوب مناسب مع الطفل عن مصدر الخوف الذي يعانيه .

*الكشف والتعرف المبكر على مصادر مخاوف الطفل .

*عدم استخدام أساليب العقاب أو السخرية من مخاوف الطفل .

*استشارة المختصين في مراكز التوجيه والإرشاد الطلابي والعيادات النفسية .

*دراسة المشكلة في ضوء التنشئة الأسرية والمفاهيم الخاطئة التي شكلت ودعمت الخوف المدرسي للطفل

*معرفة وتحديد نمط الخوف المدرسي-الحاد أو المزمن عن طريق مراجعة العيادة النفسية لمعرفة مدى احتياج الطفل

للعلاج النفسي أو الدواء المناسب في الحالات الشديدة .

*وضع برنامج متكامل يأخذ في الاعتبار حالة الطفل في علاقته بأسرته ،وطبيعة المشكلة ،ونوعية المعلمين ،والإدارة في المدرسة ومدى مشاركتهم وتضهمهم لتطبيق البرنامج الذي قد يتطلب فصلاً أو عامادراسياً .

متى يتحول خوف الأطفال إلى فوبيا ؟!

الفضرة السليمة تقتضي الخوف ،هذا صحيح إذا كان الخوف طبيعياً بحدوده المعروفة ،ولكن ماذا لو تجاوز الخوف هذه الحدود ،إنه عندئذ مرض الفوبيا ،

ذلك المرض الذي يجعل الأطفال يشعرون بالهلع والجزع عند كل سبب من أسباب الخوف ،فمنهم من يخاف الظلام ،ومنهم من يخاف المياه ،أو المرتفعات ،أو المدرسة ،أو حتى الطبيب ،ولكل نوع من المخاوف أسبابه ومؤثراته ،فهل نتعلم كيف نجنب أبناءنا أسباب الخوف ،وننأى بهم عن أخطاره ومحاذيره .
واعلم أن الخوف صفة مكتسبة أنت تزرعها في ابنك ،أو يكتسبها الطفل من البيئة المحيطة به ،وهذا ما يؤكد التربويون .

■مَرِيخاف الأطفال؟

الحيوانات .. الظلام .. المياه .. الذهاب للمدرسة .. الطبيب .. الشخصيات الخيالية .. كلها أشياء قد يخاف منها معظم الأطفال ، وهناك المزيد من كل تلك الأشياء ،نجد مثلاً أن القطرة تحتل موقع الصدارة في تخويف الأطفال ، خاصة في عمر سنتين فما فوق .

■القطرة في الصدارة

مدرسة ولها ولدان .. الصغير عمره (٢) أعوام وحديثنا عنه :

ابني يخاف بشدة من القطرة وهذا يعود لحادثة بسيطة جرت به معها وعمره عامان ،عندما فوجئ بها على السلالم وجهاً لوجه وحيداً ومنذ تلك اللحظة وهو يخافها بشدة ،لكني أستخدم القطرة عندما يرفض أن يستجيب لي ، كأن يمتنع عن النوم مثلاً ،أو يكف عن شقاوته ،وطبعاً يستجيب ،ولهذا فأنا أرى خوفه من القطرة مفيداً أحياناً .

ولدي :إن المخاوف إذا كانت طبيعية فإنها تحقق وظيفة صحية ،ولكن المبالغة الشديدة وكثرة تكرارها وخاصة من الآباء والأمهات ،يمكن أن يعوق عملية النمو الصحيح للأبناء .

■الخوف من الظلام

الخوف من الظلام أمر شائع ،ولنا نخفي سرّاً إذا قلنا إن كثيراً من الكبار لا يزالون يخافون من الظلام .

وعن خوف ابنتها :عمر ابنتي ٦ سنوات وهي تهلع من الظلمة منذ كان عمرها عامين ،وأظن أنها تعودت على الإضاءة ،لأنني لم أغلق الأنوار بتاتاً منذ أن كانت رضيعاً ،حسب الأفكار القديمة أن الرضيع يخافون الظلمة ،ولكن ابنتي اعتادت علي ذلك .

وتتابع: لقد حاولت أن أرغمها على النوم في الظلام ذات مرة، ولكنني فوجئت بها ترتجف وترتعش وتبول لا إرادياً، فكانت الإضاءة أهون من الأعراض السابقة .

■ الخوف من الحيوانات العامتة

الخوف من الكلب وعضته أمر طبيعي ولكن ازدياد الخوف ليس بالأمر الطبيعي.. منى عامر أم لولده في الثالثة والنصف من عمره: ابني يخاف من الكلب بشدة، ويخاف من صوته أو مجرد شكله، ولقد أخذته مرة إلى حديقة الحيوان وبدلاً من أن يخاف الكلب فقط، أصبح يخاف من الحيوانات التي تشبهه كالثعلب والذئب .

.. ابنتي هدى تخاف من كل الطيور رغم أنها تجاوزت العشرين من عمرها، ولكنها منذ أن كانت طفلة وهي تخاف من العصفورة والحمام، واستمر خوفها إلى الآن .

■ الخوف من المصعد الكهربائي

مرور الطفل بحادثة معينة وخاصة إذا كانت مؤلمة تسبب له خوفاً ورهبة من تلك الحادثة .

.. أم لثلاث أولاد وبنات تقول: لم أواجه مخاوف الأطفال إلا مع ابني الصغير وعمره الآن (١٢) عاماً، ومنذ أن كان عمره (٥) سنوات وهو يخاف ركوب المصعد الكهربائي، وتوقعت أن تزول مخاوفه بمرور الوقت، بيد أنها ازدادت، خاصة بعد أن حبس أخوه الأكبر في المصعد لمدة ساعتين لتعطله، وهذا ما رسخ مخاوفه، وعند مناقشته لا يعترف أنه يخاف من المصعد، بل يقول: إنه يفضل صعود ونزول السلالم، ولكنه أمر مرهق له، لأننا نسكن في الدور الرابع، وإذا سألت ابني عن أهم أمانيه يقول: أن نسكن في عمارة بدون مصعد كهربائي !

ويخاف الطفل عمر أيضاً من المصعد الكهربائي وعمره ٤ سنوات وتقول أمه ناهد وجدي :

عمر ابني ٢ سنوات وأثناء لعبه مع أصحابه داخل المصعد علق ولم يفلح في الخروج، واستمر في الصراخ حتى استطعنا إخراجه، ومنذ ذلك الحين وهو يخاف بشدة من المصعد الكهربائي وترتعش يداها.. كلما استقلنا المصعد، وما إن نخرج من المصعد حتى يتنفس الصعداء .

■ حمام السباحة والبحر

الخوف من المياه من المخاوف التي لها جذور تبدأ من الطفولة وإذا لم تعالج فإنها تستمر حتى الكبر . تخبرنا عن ابنتها الكبيرة.. عمره الآن ١٧ عاماً، ولكن هل تصدقون أنه يخاف الماء، سواء البحر أم حمام السباحة؟! ولقد بدأت معه في الطفولة وعمره (٥) سنوات وأثناء لعبه مع أبناء عمه حاولوا تعليمه السباحة في البحر وكانت النتيجة أن ابتلع كمية كبيرة من المياه، وضاق تنفسه، ولقد بقي مريضاً لمدة شهر بعد هذه الحادثة، ورفض النزول للماء بعدها، حتى ولو في حمام السباحة .

طفلتها عمرها (٤) سنوات تخاف بشدة من المياه والحمام وتقول أمها :

عند انتقالنا إلى مسكن جديد دخلت ابنتي مسرعةً لتلعب في صنوبر المياه، ومن الصنوبر نزلت بعض الحشرات السوداء، وفزعنت ابنتي وصرخت، ومنذ ذلك الحين وهي تخاف من المياه والحمام معتقدة إنها مليئة بالحشرات، وأتوقع بمرور الوقت أن تختفي تلك المخاوف .

■ من هو المتهم وراء خوف الأطفال

الأطفال يولدون كالورقة البيضاء ونسطر فيها نحن الآباء بإرادتنا ودون إرادتنا المعلومات والخبرات التي تستمر معهم طوال حياتهم .

احذر من القطة السوداء ..

هل أحضر لك الكلب؟ إياك أن تخرج الآن فالظلام مخيف ..

هل سمعت تلك الأصوات بالخارج إنها ستؤذيك؟ عزيزي المربي: هذه كلها تحذيرات قد تخرج منك وببساطة، لكنها تشكل أكبر الأثر على أطفالك .

الخوف صفة مكتسبة وليست فطرية.. هذا ما يقوله علماء التربية. وهناك عدة مصادر لهذه الصفة :

١- الآباء أنفسهم .

٢- الخادمة .

٣- الأصدقاء والمعارف .

٤- وسائل الإعلام وأفلام الرعب .

٥- القصص الأسطورية .

■ الخوف من المدرسة

في عمر ٥-٦ سنوات يظهر الخوف الشديد عند بعض الأطفال من الذهاب للمدرسة ومثال ذلك ما يقوله أحد الآباء وهو مدرس: رغم كوني مدرساً إلا أن ابني الأكبر محمد عند بداية دخوله للمدرسة بدأ يتهامس حتى لا يذهب، في البداية لم أشأ إرغامه، ولكن بعد أن زاد الأمر أرغمته على الذهاب، وهو الآن في السنة الثانية الابتدائية، وفي بداية كل عام جديد يبدأ بالبكاء، ويكون حزينا في الأسبوع، ولقد حاولت مناقشته، فقال لي: إنه لا يحب فراق المنزل ولا يعرف لماذا يخاف من المدرسة؟ !

ومحمد ليس الطفل الوحيد الذي يخاف من المدرسة، بل مثله كثيرون وخاصة إذا كان هؤلاء الأطفال متعلقين بأمهاتهم، فتقول رشا البحيري: عندما دخل ابني ولأول مرة هذا العام الروضة ظلمت لمدة شهر كامل أذهب وأجلس بجانبه حتى طلبت مني مديرة المدرسة مغادرة الفصل، وأنا اسمع بكاء ابني، ولقد استسلم للوضع بعد مرور شهرين، ولكنه ما زال يتشبث بيدي عند باب المدرسة راجياً مني أن لا أتركه !

■ الخوف من الطبيب

أم محمد تتحدث عن خوف ابنها من الطبيب: عمر ابني ٤ سنوات، وقد كسرت قدمه أثناء لعبته مع أصحابه واضطررنا للذهاب إلى المستشفى، وبقي فيها ساعة وهو يصرخ من شدة الألم، ومن ذلك الحين يكره ابني كل

طبيب ويخافه !

ابني لم يرغب بزيارتي في المستشفى عند ولادتي لأخته الصغيرة، الرواية لأم عنود .. عانى ابني من فقر الدم لفترة طويلة وعمره (5) سنوات مما اضطر الطبيب لحجزه في المستشفى ونقل كميات دم ومقويات عبر الحقن إليه، واستمر لمدة أسبوع في المستشفى، ورغم مرور أكثر من عامين على تلك الواقعة إلا أن ابني يكره دخول المستشفى .

ويتحدث أبو فيصل عن قصة ولده عندما زار معاً طبيب الأسنان: ما إن جلس ابني على الكرسي أمام طبيب الأسنان ورأى أجهزته حتى بدأ بصراخ متواصل سمعه كل من كان في العيادة المجاورة، إنه يخشى من إبرة طبيب الأسنان ويخاف من الألم .

العدد (٢٢) أكتوبر ٢٠٠٠ - ص: ١٠

خوف الآباء ينتقل للأبناء

إحساس الطفل بخوف أمه أو أبيه من شيء معين ينتقل إليه وبسرعة رهيبته ويقدر متضاعف ليخزن ويقوة داخله . أم مصطفى تخاف من فروة الخروف تقول: عندما كان عمري (5) سنوات وفي بيت أهلي كانت لدينا غرفة للمواد الغذائية، وفي عيد الأضحى وبعد ذبح الخروف وضعت فروة الخروف في تلك الغرفة، وفي الليل وسط الظلام دخلت وإذا بقدمي تغوص في شيء لم أستطع تمييزه حينها ولكني ظللت أصرخ وأنا أتخيل أنني سأغرق في هذا الشيء، وعندما أضاء أهلي النور ضحكوا عليّ لأنني كنت أغوص في الفروة، ومنذ ذلك الحين أفزع من أي فروة سواء كانت ملابس أو فرشة على الأرض، ولاحظ أبنائي ذلك فانتقل الفزع إليهم .

أم علي تصرح بأثر خوف زوجها على ابنها قائلة: لم أكن أعلم أن زوجي يخاف من الفئران حتى تصادف أن وجدت فأراً في المنزل، فناديت على زوجي ببداهته ليتخلص منه، ولكنني فوجئت بزوجي يتلعثم في الكلام وتزداد عصبيته، وبالتالي انتقل القلق لابني الذي تحول عنده إلى خوف مستمر .

ما هي مظاهر الخوف الفسيولوجية؟

الخوف هو أحد الانفعالات البدائية الفطرية .. وفيه تزداد نبضات القلب ويكون التنفس سريعاً ويجف لعاب الحلق، ويرتعد الجسم، وتتقلص عضلات الوجه، وقد يصيح الطفل أو يصرخ، وترجف الكلمات على شفتيه، والنتيجة هو الجري هرباً أو الاختفاء عن مصدر الخوف .

■ الخادمت

تعد الخادمت من أهم المؤثرات الحالية على أطفالنا، فمنها يتعلمون كيف يتكلمون ويأكلون ويشربون، وأيضاً يتعلمون الخوف، والقصة التالية تؤكد ذلك .

تقول أم لطفلين: أستعين بالخادمت أثناء دوامي صباحاً، ولكن ابني الأكبر وعندما كان عمره (٢) أعوام لاحظت خوفه الشديد من الخادمت، فقلت ربما إنه يحترمها، ولكن أباه شك في ذلك، فوضع كاميرا ومسجل

في مكان خفي، فوجدناها تخيفه بحركات معينة وإصدار أصوات مخيفه إن لم يكف عن البكاء وبالنسبة
استغنيت عنها وأخذت إجازة من عملي، واستمر علاج ابني لـ (٦) أشهر حتى نسي أمر الخادمة، ولكنه يخاف إلى
الآن من أي خادمة تشبه التي كانت لدينا .

رفض ابني أن يذهب معنا إلى البرقائلاً.. إن الحية (الثعبان) في البر.. تتحدث لنا أم نوف الهاجري: ابني وعمره
(٦) سنوات، رفض أن يذهب للبر قائلاً: إنه ملئ بالحيات (الثعابين)، وعندما سألته من أخبرك بذلك؟ قال لي:
أصحابي .. لقد رأها سالم بعينه هناك .. وأنا أخاف منها لوليلة ذهبنا للبر فوجئت بابني ترتفع درجة حرارته
ويرتعش مريضاً، فأشقت عليه وأجلنا ذهبنا للبر هذا العام .

■ متى يكون الخوف صحيحاً ؟

إن مخاوف الأطفال ليست جميعها شيئاً سيئاً، فهي تعلمهم الحذر وحساب المخاطر، والإعداد للأزمات الطارئة
وتجنب الدخول في مواقف قد تكون خطيرة على سلامتهم .

■ شخصيات أسطورية مخيفه :

في ثقافة كل الشعوب شخصيات أسطورية مخيفه، يستخدمها الكبار لترويع وإخافة الصغار تديباً لهم
وتعليماً للطاعة، وفي ثقافتنا العربية توجد تلك الشخصيات الأسطورية :
- حمار القليلة، وهي أسطورة لكائن نصفه حمار ونصفه الآخر إنسان .
- العوا: أمر مجهول وخفي يظهر ليلاً .
- الطنطل: عملاق طويل ومخيف .
- أم السعف والليف: امرأة مخيفه .
- أمنا الغولته: أسطورة لامرأة بشعة تأكل الأطفال الصغار .
- أبو رجل مسلوخته: رجل سلخت قدمه في الماء المغلي ويخيف الأطفال .

■ إذا كان ابنك يخاف من حوض السباحة

يمكنك أن تقوم بالآتي :

- ١- إذا كان الطفل عصبياً إلى حد ما وهو على بعد عشرة أقدام من حمام السباحة، فإننا نتوقف هنا ونبدأ في الكلام ثم اللعب بالعرائس والألعاب حتى تشعر تماماً أنه مستريح وفي حالته الطبيعية .
- ٢- ثم نكرر نفس ما حدث من تهدئة إذا شعرنا أنه بدأ في الخوف ثانية عندما نقرب خطوة أخرى في اتجاه الحوض وهكذا في كل خطوة .
- ٢- قد يأخذ هذا حوالي (٢٠) دقيقة حتى يهدأ الطفل تماماً، لكن لا بد منه، ونسرف في تشجيعه خطوة خطوة حتى يصل للحمام .
- ٤- نجلس على حافة الحمام وندعوه إلى ذلك، فإن قاوم لا نرغمه، بل نشجعه بوضع أقدامنا في المياه ونضحك ثم نضع الألعاب معنا .
- ٥- خطوة خطوة سينزل الطفل إلى الحمام ويبدأ اللعب بالمياه، وهكذا يستطيع التغلب على خوفه الشديد تجاه المياه .

٨ خطوات : إذا كان ابنك يخاف من المدرسة

١ -في البداية يجب التأكد أنه لا توجد لديه مشكلة في المدرسة.. كأن تكون معلمته قاسية، أو يكون هناك طفل يضايقه باستمرار .

٢ -قبل يومين من موعد بداية الدراسة تجنب مناقشة أي موضوع يتعلق بمخاوف الطفل من الذهاب للمدرسة، فلا شيء يثير مخاوف الطفل أكثر من الكلام عن موضوع الخوف .

٢ -أخبر الطفل بكل بساطة قبل يوم من بدء الدراسة ومن دون انفعال وكأمر واقعي بأنه سيذهب للمدرسة غداً .

٤ -أيقظ الطفل في صباح اليوم التالي، وساعده على ارتداء ملابسه، وزوده ببعض الأطعمة الجذابة على ألا تكون من النوع الدسم .

٥ -خلال فترة الإعداد تجنب أي أسئلة عن مشاعره ولا تذكر أي موضوعات خاصة بخوفه ولو بهدف طمأنته .

٦ -لا تلمس جبهته لتفحص حرارته صباح كل يوم مدرسي طالما أنك متأكد من سلامته الصحية .

٧ -كل المطلوب منك أن تأخذه للمدرسة وسلمه للمشرفين، واحرص على تكوين علاقة طيبة بالمدرسة للتعرف على مشاكل الطفل سريعاً .

٨ -عند عودته من المدرسة امدحه على سلوكه ونجاحه في الذهاب للمدرسة وأبلغه أن غداً سيكون أسهل من اليوم .

■ كيف نعالج الخوف في أطفالنا ؟

إن الطفل الذكي يكون أكثر خوفاً من الطفل الأقل ذكاء، وقد يرجع ذلك إلى أن الطفل الذكي هو أقدر على تصور الخطر المحتمل ويتمتع بخيال أشد خصوصية ..

ولكن لا يعني أن نترك أبناءنا لخوفهم .. ولذلك

١ -ابحث عن الدوافع الأساسية لخوف ابنك، وإذا كنت أنت أحد أسبابها بقصصك أو رواياتك الأسطورية، فاستبدلها بأخرى واستعن بكتب الأطفال في ذلك .

٢ -يمكنك أن تجلس مع ابنك وتحتضنه وتتكلم معه بشكل مرح ومسل حتى تزول أعراض الخوف عنده .

٢ -حاول وجرب أن تزيل مخاوف ابنك بتبسيطها له وتدرجك معه في مسح هذه المخاوف .

٤ -ابدأ بأقل المواقف وأقلها فزعا لابنك حتى تصل تدريجياً لأصعبها وأخطرها، واستخدم كلمات التهدئة والتشجيع المستمر .

ما هو الفرق بين الخوف والقلق والفوبيا ؟

الخوف الواقعي : هو استجابة لخطر حقيقي كحيوان مفترس أو سيارة .

القلق : هو الخوف من المجهول، أي أن موضوعه لا يكون محدد أو واضحاً بشكل محسوس .

الضوبيا : هي أكثر بكثير من الخوف والطفولة الطبيعية تتغلب على الخوف، بمرور الوقت، أما إذا استمر الخوف أو ازداد في القوة والرعب والهلع، من ريشه تطير مثلاً، فهذه هي الضوبيا .

ومثال آخر الطفل الذي يخاف من الماء ويرفض أن يشارك الأطفال ألعاب الماء، بل ويرفض الاقتراب من حمام السباحة مما يجعله أضحوكة .

■ لكل عمر مخاوف معينة

تؤكد الأبحاث أن مخاوف الطفل في سن الثانية تختلف عن مخاوفه في سن الثالثة والخامسة ويوضح الجدول التالي المخاوف الشائعة لكل عمر .

■ أسباب خوف الأطفال

- ١ - تخويف الأم لابنها لإجباره على النوم أو الطاعة .
- ٢ - مرور الابن بحادثة أفزعته عندما كان صغيراً، كرؤية قطة بمفرده وهو صغير .
- ٢ - أسلوب تربية الأسرة للابن، كإغلاق النور عمداً وهو صغير لإجباره على النوم في الظلام .
- ٤ - القصص المرعبة التي قد يسمعا من والديه أو أقاربه وأصدقائه .
- ٥ - أفلام الرعب التلفزيونية، والتي تترك أثراً كبيراً في نفسية الطفل .
- ٦ - سيطرة فكرة ما خاطئة على الطفل اكتسبها من صديقه أو المدرسة تأثير مخاوفه .
- ٧ - الألم المتكرر الذي تتركه له زيارة الطبيب الدورية، تجعله يخاف من زيارة الطبيب .
- ٨ - الأصدقاء وخوفهم من الظلام أو الشخصيات الخيالية .
- ٩ - الخادمة، وأسلوبها في تخويف الطفل لإرغامه على السكوت والهدوء .

نوع المخاوف

من سن ٢:٠.٥

- الخوف من: القاطرات، الرعد، الناقلات الضخمة، المكناس الكهربائية .
- والخوف من انفصال عن الأم وقت النوم، خروج الأم أو مغادرتها المنزل، المطر والرياح .
- مخاوف من الأحجام الضخمة خاصة الناقلات .

من سن 2:4

- الخوف من: الأقنعة، الظلام، حيوانات، رجال الشرطة، اللصوص .
- مغادرة الأم أو الأب أو المنزل، خاصة ليلاً .
- الظلام، الحيوانات البرية، مغادرة الأم للمنزل خاصة بالليل، ومخاوف واقعية كالخوف من الإيداع والأشجار والاختطاف .

مخاوف مكانية: الخوف من الضياع أو فقدان، الخوف من الغابات والأماكن الموحشة، الخوف من بعض العناصر الطبيعية .

من سن ٦:٥

الخوف من النار، الماء، الرعد، البرق، الخوف من النوم المنفرد، البقاء في المنزل أو في حجرة، الخوف من ألا يجد الأمر بعد العودة لمنزله، أو أن يحدث لها أذى، أو أن تموت .
الخوف من أن يعتدي عليه أحد بالضرب، الخوف من الجروح والدم، والتنظيف .

٧ سنوات :

تستمر المخاوف في الانتشار لتشمل :
الظلام، الممرات الضيقة، تفسير الظلال على أنها أشباح أو كائنات .

٨ سنوات :

تتضاءل عموماً المخاوف في هذه الفترة، وتختفي المخاوف من الماء، وتقل بشكل ملحوظ مخاوف الظلام .

٩ سنوات :

ومن أهم مخاوف هذه الفترة الخوف من الحيوانات خاصة الثعابين والحيوانات الوحشية .

١٠ سنوات :

الخوف من النار والمجرمين أو القتلة أو اللصوص .

٤٨- تسع طرق لتجنب بكاء طفلك عندما تخرجين من المنزل لمفردك!!!!

تظطر الأم أحيانا الى الخروج من المنزل دون ان تصحب معها طفلها الصغير وهذا يثير الطفل فيشعر بالغضب والحزن ويعبر عن ذلك بالتذمر والبكاء احيانا او التعلق بالأم وقد تغضب الأم وتتذمر من سلوك طفلها هذا وقد تضربه او تكف عن ذهابها ...

والأم الحكيمه هي التي تعرف كيف تمتص حدة المقف وتخفف عن الطفل وتخرج من المنزل بطيئا تدريجيا وبأقناع وتفهم من جانب الطفل لابعصبيته او اوامر لأن العصبية او القسوة على الطفل وزجره ووو غيرها من اساليب تؤثر على نفسيته الطفل وفد لا تكون قبل خروج الأم من المنزل فقط ولكن تستمر حتى بعد عودة الأم فتشعر الأم بالغضب ورفض الطفل ولكن علماء النفس يشيرون الى ان ما فعله الطفل من سلوك وان حزنه لا يعني بالتأكيد انه غير سعيد لأن امه قد عادت اليه بل هو مجرد تعبير عن جالته الغضب والضيق التي شعر بها عندما تركته فالطفل يخترن القلق ولاضيق طوال فترى غياب الأم ثم يعبر عنها عند عودتها اليه ، لأنه يسعر بالارتياح في وجودها معه.

أن الموقف يحتاج عزيزتي الأمر الى شيء من الصبر والحكمة حتى لاتسببي لطفلك ألما نفسيا قد يدفعه لاضطرابات سلوكيه او حالته نفسيته مستعصية فكيف تتصرفين عزيزتي الأمر في هذا الموقف ؟؟؟؟

هذه الخطوات الجيدة

التي ذكرها الدكتور فكري عبد العزيز استشاري الطب النفسي والدكتور فؤاد كامل استاذ الطب النفسي وهي كالتالي :

- ١- عليك أن تتركي طفلك مع شخص محبب يحبه ويعتمد عليه حتى تأمني عدم اعتراضه عندما تنوين الخروج من المنزل.
- ٢- أخبري طفلك على الدوام انك ستعودين اليه وانك لن تتركيه ابدًا وعندما تعودين قولي له (ها أنذا قد أتيت ولم أتركك كما وعدتك.
- ٢- لاتخبري طفلك بخروجك قبلها بوقت طويل وانما حاولي ان تخبريه قبل خروجك بدقائق.
- ٤- قبل خروجك حاولي مشاركته اللعب مع من ستركيه معه ، واتركي له بعض اللعب حتى يشغل وقته بها حتى تعودي.

٥- إذا وجدت طفلك يبكي فلا تحاولي كفه عن البكاء او منعه عن الاعتراض على خروجك ، بل اتركه يعبر عن مشاعره بالصورة التي يرغبها وللمدة التي ترضيه ، ولا تطلبي منه ابدا ان يكون عاقلا رزيناً .

٦- احتفظي بهدوء اعصابك ازاء هذه الانفعالات الحادة التي يصدرها الطفل ليثني عزمك عن الخروج ، وحاولي تهدئته بإظهار العطف عليه ولكن اياك ان تستجيبى لجموعه او تعدلي عن رأيك في الخروج .

٧- حاولي تقبيل طفلك واخذه في حضنك لتشعريه بالدفء والحنان حتى يهدأ ، وحاولي مكافأته فتلك المشاعر الجميلة تهدئ من روعه وتحج من عنقه .

٨- حاولي ان تمدحي سلوك الطفل وتسعريه بأن رضاه عن الخروج بدون قلق امر يسعدك في الوقت نفسه يدل على انه ولد او بنت او طفل جميل مطيع ، وفي مقابل هدوئه وطاعته عليك بمكافأته سواء بهديه له او بوعده بالخروج معه في وقت قريب الى أي مكان يرغب فيه ، وبالتالي يسعرا انه حتما يخرج معك بمفرده وانك لاتنبذينه او ترفضين الخروج معه .

٩- حاولي ان تقنعيه ان خروجك من المنزل بمفرده له اسباب جوهرية لا بد ان يقتنع بها ، فأنتي مثلاً كنتي تزورين مريضا سواء في بيت او مستشفى وهذا يتطلب عدم اصجاب الاطفال وانك ستذهبين للسوق وهو مكان مزدحم ووجوده يعرقل شراء اشياء هو يحبها فالاقناع اقصر طريق لعقله .

طفلي يبكي كيف أتجنب بكاءه ؟؟

يعتبر بكاء الطفل في السنين الأولى من العمر طريقة اتصاله بمن حوله ، فهو يحتاج إلى الطعام والرعاية ، ويطلبهم بوسيلته الوحيدة التي يعرفها ، فإذا لم يُمنح الطفل ما يشبعه منهم فإنه يلجأ إلى البكاء الكثير ، لذلك يجب أن نلبي حاجات الطفل الأساسية الحيوية ، ولكن ليس من الصواب أن نسرع إليه في كل مرة يبكي فيها ..

ولكن إذا كان بكاءه نتيجة الخوف أو الغضب أو الألم ، فمن الأصوب ألا يُترك وحيداً يصرخ ، وخاصة حين يستيقظ ليلاً من صوت ما ، أو بسبب آلام بعض الأسنان أو من حلم مزعج ، فإن منح الطفل الحب والإطمئنان من أمه يزيل مخاوفه ، ويعاوده الهدوء مباشرة .

وكلما كان المنزل الذي يعيش فيه مضطرباً وغير مستقر ، لجأ الطفل إلى البكاء كإحدى الوسائل التي يُعبر بها عن قلقه ، ومع ذلك فإن بكاء الطفل يقل تدريجياً كلما تقدم في السن .

وفي الفترة بين الشهر السادس والسنة الثالثة من حياة الطفل نجده يغضب ويثور إذا لم تُحقق له رغباته وخصوصاً الفسيولوجية ، أو إذا ترك وحيداً في الغرفة أو إذا فشل في جذب انتباه من حوله ، كما قد يثور أثناء

الإستحمام أو خلع ملابسه .

وأغلب أسباب غضب الأطفال في السنوات الأولى ترجع إلى علاقة الطفل بوالديه وإخوته ، وفرضهم رغبات معينة عليه تتصل بذهابه إلى النوم أو تنظيف الأسنان أو تناول الطعام وغيرها .

ورغم أن الغالبية العظمى من أعراض الغضب في السن المبكرة تعتبر سلوكاً طبيعياً ، إلا أنه يجب اللجوء أولاً بدراسة الحالة الصحية للطفل ، فقد يكون سرعة الغضب أو البكاء اختلالاً في إفرازات الغدة الدرقية أو الشعور بالإجهاد أو الإمساك المزمن نتيجة سوء التغذية وغيرها .

وغالبية البكاء يكون عند الأطفال المدللين الذين يتخذون من الدموع وسيلةً لنيل مطالبهم ، وفي هذه الحالة يقول الأبوان للطفل : لا تبكي وإذا بكيت فلن نسمع شكواك ، تكلم .. ليتحول البكاء إلى الشكوى ، ونحن عندها سنصفي إليك ، وبذلك يتعلم الطفل ضبط النفس وتجنب البكاء عند الشكوى [

نصائح لتجنب نوبات البكاء :

- ١ - يجب على الآباء أن يقلعوا عن عصبيتهم وثورتهم لأتفه الأسباب أما الأبناء .
- ٢ - لا تكثر من نقد الطفل أو إظهاره بمظهر السخرية أو العجز وخصوصاً أمام طفل آخر أو أمام الضيوف .
- ٢ - على الآباء ألا يستخدموا طفلهم كوسيلة للتسلية في الأسرة أو عند حضور الضيوف .
- ٤ - لا يجوز أن نجيب الطفل لرغباته لمجرد صراخه أو غضبه أو عناده .
- ٥ - عند تشاجر الأطفال يحسن - كلما أمكن - تركهم ليحلوا مشكلاتهم بأنفسهم .
- ٦ - لا يجوز أن نعبث بممتلكات الطفل أو نسمح لغيره من الأطفال بذلك .

البكاء التدريجي

إن كان بكاء طفلك تدريجياً في الارتفاع فقد يكون جوعاً ويريد الرضاعة ، فإن لم ترضعيه ارتفع صوته في البكاء أكثر .. فإن لم ترضعيه فسيستمر في الارتفاع ، وقد ينهكه التعب فيغضب ويرفض الرضاعة متمسكاً بكرامته ! لا تجعله يلجأ إلى هذا السلوك من بداية حياته .. ضميه إلى صدرك وأرضعيه ... طوقيه بذراعيك ... أخفضي الأصوات العالية من حوله حتى يسمع دقات قلبك .. إنها الهمسات الأولى في حياته .. وهي التي كان ينام على أنغامها وهو في بطنك .. بعدها سيسكت عن البكاء .

كرري ذلك كلما بدأ الطفل بكاءه بالتدريج ... وأرضعيه قبل أن يبدأ الصراخ .

البكاء الانفجاري

فجأة وبدون مقدمات ينفجر الطفل أحياناً بالبكاء عالياً ، وقد يكون مصحوباً بالتهيج والرفس برجليه ، رافضاً الرضاعة والتفاهم . قد يكون ذلك بسبب مغمص أو عضّة نملّة أو لسعه ناموسة ، تفقديه .. أحمله .. تحركي به .. اربتي على ظهره ... هالي له .

الحساسية والمغص : قد يعاني الطفل من المغص ، خاصة بعد الرضاعة ، قد يكون بسبب حساسية من الأطعمة التي تأكلينها .. راقبي ذلك . لا تأكلي الأطعمة التي تسبب لك أو لأبي الطفل (زوجك) حساسية ؛ لاحتمال أن يرث الطفل الحساسية منك أو من زوجك . عندها قد يتحسس الطفل من الطعام الذي تتناولينه إن مرع

حليب الرضاعة ثم رضعه طفلك. قد يصاب بالمغص خاصة إذا ظهر الاحمرار التحسسي على حدود الطفل.
وجود حمى: راقبي حرارة جسم الطفل فإن كانت مرتفعة فقد يكون مصاباً بانسدادات تنفسية، فإن كان كذلك فاعرضيه على طبيب أطفال.

وجود برد: تحسسي يده فقد تكون باردة، وهذا يدل على أن الطفل يعاني من البرد فأدفيه.

وجود حر: تحسسي حول رقبته فربما كانت تتصبب عرقاً، فهذا يدل على أن الطفل يعاني من الحر الشديد فخفضي عنه.

وقد يبكي الطفل قبل النوم، لفيه بشرشف أو شال فيهدأ بإذن الله.

ابحثي عن الأسباب الأخرى، مثل التهاب فتشي ثنايا جسده، ابحثي عن نملة .. ابحثي عن شعره.. ابحثي عن طرف خشن من ملابسه يحك جلده ويزعجه.

شعور الطفل بال عزلته: إن سكت الطفل بعد حمله فهذا يدل على أن الطفل يعاني من العزلة والشعور بعدم الاهتمام به، امنحيه حناناً أكثر، أشعريه بالأمان، دعي عينيك تكلم عينيه، ودعي أصابعك تدغدغ أرنبتة أنفه، احكي له قصة.

البكاء الخافت المتقطع

هذا النوع من البكاء قد يدل على وجود مرض خطير لا يستطيع الطفل معه البكاء بصوت عال أو الاستمرار فيه، فيجب أن تعرضيه على طبيب الأطفال بسرعة.

٤٩- ظاهرة تمارض الأبناء عند الذهاب للمدرسة اسبابها وعلاجها

مع بدء العام الدراسي تواجه بعض الاسر مشكلة لدى احد ابنائها بالامتناع عن الذهاب للمدرسة والتمارض بأي مرض مثل وجع الرأس، البطن.... الخ من حيل تشفع له عند والديه عدم الذهاب للمدرسة ولا شك ان لكل

مشكلة اسباب تكمن وراء نشوئها وقد يكون الطفل صادق فيما يقول وقد يكون خاطئ ويستعمل التمارض كحيلة هروبية من المدرسة فيج ان تتأكد الأمر في البداية ما اذا كان الطفل مريضا فعلا وانه يحتال بأعطائه المسكنات والادوية والذهاب به الى الطبيب لتتأكد من سلامته....

اما اذا كانت المسألة نفسية للاحتيال على الاسرة بالامتناع عن الذهاب للمدرسة هنا لابد ان نضع هذه المشكلة تحت المجهر ونقف على اهم تلك الاسباب اولاً وان نحلل تلك المشكلة بجميع ابعادها لنرى ما هو السبب الخفي الذي يجعل الطفل يمارض ويتعلل بالمرض لكي لا يذهب للمدرسة فعلى الأمر ان تبحث جاهدة عن السبب وتتلافاه وكما يقال (اذا عرف السبب بطل العجب)

ومن تلك الاسباب:

- ١- تعلق الطفل الشديد بأمه وخوفه من فقدانها وتركها له او تعلقه بألعابه وغرفته او للعب مع اخوته.
- ٢- الخوف من المدرسة نفسها او من المعلمين من عقابهم او عدم اداء احد الواجبات او للتخلص من حصّة مادة معينة لا يحبها الطفل او لعدم حضور الامتحان .
- ٢- شعور الطفل بالملل وتقليد بعض اصدقائه الذين يتغيّبون عن المدرسة.
- ٤- رغبة الطفل بجذب انتباه والديه خاصة اذا كان الطفل يفتقد الحب والحنان والرعاية او كان غيورا من اخيه أو أخته الصغرى التي نالت مكانه من الدلال او كان مهملًا من قبل والدته فيتمارض لكي يكسب الحب والحنان والاهتمام من والدته.
- ٥- مشكلة نفسية يعاني منها الطفل في المدرسة مثل السخرية والاستهزاء به من قبل المعلمين او الاصدقاء ونحوها .

اما عن الطرق الفعالة و الناجحة لحل هذه المشكلة فتتمثل في التالي:

- ١- ان نبحث عن سبب هذه المشكلة ان كانت في المنزل او في المدرسة ببحثها مع معلم الابن او الاخصائي الاجتماعي بالمدرسة ومعرفة الاسباب ان كانت من المدرسة ام مع جماعة الاقران.
- ٢- ان نحاور الابن ونناقشه في سبب عدم ذهابه الاسباب والحلول وتشجيعه على الحوار والتحدث عما يواجهه بكل ثقة وبدون خوف او تردد.
- ٢- التعزيز والمكافأة للأبن في حالة ذهابه والعكس الحرمان من رحلة او من مصروف في حالة تحايله
- ٤- اشعار الابن بالحب والعطف والحنان واشباع حاجاته النفسية حتى يشعر بالأمان النفسي.
- ٥- تجاهل مرض الابن اذا كان فعلا يمارض وعدم السماح له بالتغيب عن المدرسة وعليه الذهاب للمدرسة وبعدها اخبره انك ستناقش معه بالموضوع لأنك عندما تسمح له بالتغيب تصبح لديه عادة.
- ٦- قد يكون الطفل يمارض بسبب خوفه وخجله من المعلمين او من زملائه او بسبب شعوره بالنقص وقد يتحول هذا الخوف الى مرض جسدي عندها يكون الطفل مصاب بالسيكوسوماتية (الامراض نفس جسمية) فيشعر بالمغص او بالتقيؤ او غيرها من اعراض القلق والخوف فيجب تطمين الابن وتهنئته ومعرفة الاسباب التي تشعره

٧- تجنب الضرب والقسوة الشديدة على الطفل واستخدام الأساليب الأخرى مثل الحرمان كقول (لو كنت ستذهب اليوم للمدرسة كنت سأذهب بك الى التنزه، المراهي... او سأعطيك مصروف اكثر.. الخ). ونحوها.

٥٠- كيف تعودين طفلك... الاعتماد على النفس؟؟؟

يؤكد علماء النفس أن عبارات التشجيع لها اثر كبير على نفسية الطفل، وانها تعطيه الثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية...
ودائما تكون النصيحة التي يقدمونها للامهات هي: تشجيع الطفل على اتخاذ قراراته بنفسه طالما أنه قادر على اتخاذ القرارات المناسبة... على أن يكون ذلك تحت اشرافهن .. فالطفل يحتاج الى تمرين وصبر، وجهد ليكون قادرا على تحمل المسؤولية.
والاستماع الى ما يشعر به الطفل من احساس ومشاكل يعد من أهم العوامل لتحقيق هذا.
فالطفل يشعر بالقلق والانفعال عندما يلاحظ أن والديه لا يستمعان اليه باهتمام.. وهذا يؤدي به الى عدم الثقة بنفسه.
فعلى الأباء والامهات اتاحة الفرصة لأطفالهم للتعبير عن مشاعرهم دون حرج او خوف، والطفل عندما يعيش في جو يسوده القلق والتوتر فإنه لن يصل الى مستوى تحمل المسؤولية ولقد اثبتت الدراسات ان اسلوب العنف والتسلط يبعد الطفل عن الاعتماد على نفسه

ولكي تعودى عزيزتي الام طفلك على تحمل المسؤولية اتبعي هذه النصائح والاساليب الصحيحة التي ينصح بها العلماء:

- ١- علمي طفلك المبادئ والقيم السليمة فالوالدان هما القدوة وواجبهما تعليم اطفالهما لكي يكونوا مواطنين صالحين.
- ٢- استمعي الى اطفالك ليشعروا بالتفاهم والاستجابة واحرصي ان تكوني دائما موجودة عندما يحتاج اليك طفلك واجعليه يدرك ان بإمكانه ان يتحدث معك بصراحة.
- ٢- ساعديه على الاستقلال بنفسه فمنذ سن الخامسة يمكنك تعليم طفلك القيام ببعض الاعمال بنفسه
- ٤- الحزم في المعاملة ضروري فإذا طلبت من الطفل القيام بعمل ما فاحرصي على ان يؤديه على النحو المطلوب فالنظم والطاعة من اهم اسس الاعتماد على النفس
- ٥- ان للقراءة فوائد نفسية واجتماعية وثقافية... فعن طريق الكتاب يستطيع الصغير اكتساب الثقة بنفسه والقدرة على التعبير عن الافكار والمشاعر بسهولة.

٦- اشاعة جو السعادة واحاطته بالحب والامان وبكل مايتيح له نمو جسمانيا وعقليا ووجدانيا واجتماعيا دون ضغط او ارهاق

٧- تعتبر الأم مدرسة لطفلها كذلك عليك التقرب اكثر لطفلك ولا تفقدي اعصابك اثناء التعامل معه.

٨- تؤكد الدراسات ان افضل الطرق لمساعدة الطفل على تحمل المسؤولية هو ان يشعره الأب والأم بالحب والاستقرار فالوالدان يلعبان دورا فعالا في اعطاء الصغير احساسا داخليا بالراحة والسعادة والثقة بالنفس فينمو ويتطور في جو من الطمأنينة يكسبه صفات تجعل منه أمل اليوم ورجل المستقبل.