







المملكة العربية السعودية  
جامعة الملك سعود  
كلية الزراعة  
مركز الإرشاد الزراعي

# تربية ومعاملة الطفل

المادة العلمية

الدكتورة/ أسماء الجبيري  
قسم الإرشاد الزراعي والمجتمع الريفي  
تخصص (تغذية واقتصاد زراعي)

نشرة إرشادية رقم (٤٣) ١٤١٧هـ / ١٩٩٧م

© جامعة الملك سعود، ١٤١٧هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية

الجبري، أسماء

تربية ومعاملة الطفل - الرياض.

٢٠ ص؛ ١٧ × ٢٤ سم - (إصدارات مركز الإرشاد الزراعي؛ ٤٣)

ردمك ٧ - ٣٦٨ - ٠٥ - ٩٩٦٠

ردمد ١٢٢٥ - ١٣١٩

١ - الأطفال - تربية ٢ - الأطفال - رعاية ١ - العنوان ب - السلسلة

١٧/٠٢٨٤

ديوي ٦٤٩،١

رقم الإيداع: ١٧/٠٢٨٤

ردمك: ٧ - ٣٦٨ - ٠٥ - ٩٩٦٠

ردمد: ١٢٢٥ - ١٣١٩

## مقدمة

تعتبر تربية ومعاملة الطفل في سنوات عمره الأولى هي اللبنة الأساسية، لما لهذه المرحلة السنية من أهمية في تنشئة الإنسان السوي، وذلك لأنها الفترة التي يتم فيها وضع البذور الأولى للشخصية التي تتبلور وتظهر ملامحها في مستقبل حياة الطفل، وتقدم تلك النشرة الإرشادية أهم مواصفات وخصائص نمو الأطفال وأساليب التنشئة الاجتماعية التي تشكل التكوين الإنساني، وتكون المعايير والقيم والمهارات والاتجاهات التي تتطابق وتتسق مع الدور الاجتماعي الذي يسلكه كل فرد وفقاً لجنسه (ذكر- أنثى)، ودوره المتوقع في المجتمع الذي يعيش فيه حاضراً ومستقبلاً. . وأيضاً إكساب الأطفال الحكم الخلقى والضبط الذاتي اللازم حتى يصبحوا أعضاء راشدين مسؤولين في مجتمعهم. . ولتحقيق ذلك تسلط هذه السلسلة الأضواء على الوقت المناسب لإكساب الطفل المهارات والاتجاهات والعادات المختلفة. . والأساليب التي يجب اتباعها لتنمية طاقات الطفل، والكشف عن قدراته المتعددة، وإمكاناته، واستعداداته الشخصية، والطرائق التي يجب اتباعها في الرد عن تساؤلاته واستفساراته، وكيفية اكتشاف عيوبه الخلقية ونواقصه الجسمية في الوقت المناسب حتى يسهل التدخل لعلاجها.

وتهدف تلك النشرة إلى تحديد وتخطيط المسارات المناسبة التي يجب السير فيها واتباعها من جانب الآباء والمربين والمشرفين على تربية أو توجيه الأطفال في مواجهة المشكلات النفسية التي يتعرض لها هؤلاء الأطفال والظروف والأوضاع التي قد تسهم في ظهور هذه المشكلات والاتجاهات المعاصرة في علاجها إذا تكرر حدوثها. . سعياً وراء توصيل الطفل إلى أعلى مستوى حدده له إمكاناته الوراثية ومكنته منه ظروفه البيئية الخاصة مع تعويضه عن الحرمان الثقافي أو العاطفي أو التعليمي الذي يعاني منه.

## مركز الإرشاد الزراعي

## أساليب معاملة الوالدين في علاج فقد الشهية عند الأطفال

### اضطراب الشهية للطعام:

إن رفض الطفل لتناول الطعام وهو ما يعرف «بضعف أو فقدان الشهية، من أكثر مشاكل السلوك شيوعاً. وهي من المشكلات سهلة الحل إذا ما عرفنا العوامل المسببة لها في أول الأمر أما إذا تأخرنا في حلها فإنها قد تتحول إلى مشكلة نفسية قوامها الرغبة في إثبات الذات والشعور بالأهمية مما يجعلها بحاجة إلى الكثير من الوقت والجهد في علاجها.

### أسباب ضعف الشهية للطعام:

- ١ - أسباب مرضية: فالطفل المريض تتأثر جميع أجهزة جسمه بالمرض بما فيها الجهاز الهضمي وتقل الحيوية العامة.
- ٢ - أسباب نفسية: ترجع إلى حب الطفل لإثارة الضجة واجتذاب الانتباه ورغبته في الشعور بأهميته هذا، بالإضافة إلى ميله للرفض والمعارضة في هذا السن، وأيضاً ظروف الطفل الانفعالية من غضب أو غيره أو فقدان الشعور بالأمن أو ضيق من تقييد حريته أو ما شابه ذلك وهذه كلها تنتج من طبيعة علاقة الطفل بوالديه وأخوته ورفقائه وغيرها من ظروف الطفل نفسه.
- ٣ - سلوك الوالدين: من أسباب فقد الشهية الظاهر في رفض الطفل الطعام تلك المضايقات التي يتعرض لها الطفل غالباً عند جلوسه إلى المائدة، فهناك أولاً: الإصرار المستمر على مطالبة الطفل بتناوله قدرًا أكبر من الطعام، ثم عدم السماح له بتناول ما يريده، وذلك لرغبة الأم في أن يأكل الطعام المفيد كاللحم والخضار أولاً، وهناك سبب آخر لإجبار الطفل على تناول الطعام وهو قلق الأم على صحة الطفل ووزنه.

ويمكن أن تتكون لدى الطفل كراهية بعض أنواع الطعام نتيجة للإيحاء الصادر من ملاحظات غير مقصودة من جانب الآباء. فقد يضرب الآباء مثلاً سيئاً لأطفالهم

بأن ينقطعوا إلى حد كبير عن تناول الطعام لتخفيف الوزن أو عدم التعود على تناول وجبة الإفطار أو عدم الإقدام على تناول نوع من الطعام وبالطبع فإن الطفل المقلد سوف يقلد سلوك الوالدين في هذا الشأن .

٤ - نوع التغذية : قد يرجع ضعف الشهية إلى ما يتناوله الطفل من مواد دسمة تحتاج في هضمها إلى مدة طويلة أو إلى تناوله مواد شديدة الحلاوة قبل الأكل أو لعدم انتظام المواعيد أو لنقص في فيتامينات معينة .

٥ - شهية الطفل : للطفل شهية كالكبار فهو يفضل نوعا عن آخر، كما أن شهيته هذه قد تتأثر في بعض الأحيان أو نتيجة لطريقة تقديم الطعام ، ودرجة حرارته .

### **كيفية علاجك لفقد الشهية عند طفلك:**

١ - محاولة التعرف على سبب تلك المشكلة ليكون التصرف من هذا المنطلق .  
٢ - على الأم ألا تبدي أدنى اهتمام بما يتناوله الطفل أو تنظر إلى طبق الطفل بقلق حتى لا يشعر الطفل بهذا القلق من جانب الأم فيستمر في الرفض .  
\* كما أنه لا داعي لمديح الطفل عندما يأكل .

\* وإذا رفض تناول الغذاء وجب ألا نعطيه شيئا على الإطلاق بين الوجبات بل يجب أن يعرف ألا ينال شيئا حتى موعد الوجبة التالية مهما اشتد عليه الجوع . ومهما كان تحمل الطفل للجوع فسوف يشعر به ويطلب بنفسه الطعام .

٣ - لكي تزيد شهية الطفل للطعام يجب أن نجعل شكل الطعام جذابا مع تجنب الإكثار من الطعام في طبق الطفل فقد يؤدي كثرة الطعام في الطبق إلى العدول عن تناوله . كذلك يمكن إحلال طعام آخر بديل للذي يرفضه وله نفس القيمة الغذائية .

٤ - من الأفضل أن يشرف على طعام الطفل شخص هادئ الطبع حتى يجعل من وقت تناول الغذاء وقتا ممتعا .

٥ - يجب أن تتجنب الأم العقاب والإهانة والضرب والإجبار لأن رده على العقاب سيُكون الإصرار على الرفض ثم كره الطعام وعلى عكس ذلك يجب ألا تجعل من كل وجبة مناسبة للاحتفال والتصفيق .

٦ - جعل الطفل يأكل بين والديه وإخوته أو مع أطفال آخرين ، مع ترك الفرصة له كي يتعلم الأكل بنفسه حتى ولو كان ذلك متعبا للأم بعض الشيء .

## بعض الأساليب التربوية لعلاج الخوف عند الأطفال

الخوف : هو حالة انفعالية تثيرها مواقف خطيرة من وجهة نظر الطفل ، ومثيرات الخوف تختلف من مرحلة عمرية لأخرى ، فيخاف الأطفال حديثي الولادة من الأصوات العالية وفقدان السند، ومع تقدم نمو الطفل تزداد مثيرات الخوف التي يكتسبها من البيئة المحيطة به ومن الأشخاص الذين يتعامل معهم . ففي السنة الثانية : يخاف الطفل من الغرباء والوحدة وفي الطفولة المبكرة من ٢ - ٦ سنوات يخاف من بعض الحيوانات والأشياء الوهمية كالأشباح والغول والظلام ومن الحشرات . وفي الطفولة المتأخرة من ٦ - ١٢ سنة تزداد مثيرات الخوف ليبدأ الخوف من المدرسة والمدرسين والفشل الدراسي وقد يتخلص من مخاوفه السابقة أو تبقى معه ، كما يخاف من النار والكهرباء والبراكين والسقوط من الأماكن المرتفعة وجثث الموتى .

### مسببات الخوف :

إن الشعور بالخوف له أساس فطري زود الله به الإنسان ليحمي نفسه من كل ما يهدده فيفر منه أو يتجنبه ، ومن مسببات الخوف :

- \* مرور الطفل بخبرة مؤلمة منفرة من مثيرات معينة :
- مثل مشاهدة طفل للكلب يجري وراء طفل آخر ويعضه فمع تكرار هذا الموقف يخاف الطفل من هذه الحيوانات ، فعامل الخبرة والتكرار وراء هذا الخوف .
- \* الإكثار من القصص الخرافية المخيفة لهم وخاصة قبل النوم أو مشاهدة الأفلام المزعجة والصور المخيفة .
- وأشد مثيرات الخوف شيوعا هو تخويف الأطفال من : أشخاص أو أشياء معينة لإجبارهم على القيام بأعمال معينة أو الكف عن أخرى أو من أجل حفظ النظام داخل البيت . . وتكون النتيجة أحد أمرين : إما أن الطفل لا يقلع عما يفعل ولا توقع عليه العقوبة فينكشف بذلك ضعف الوالدين وقدرته على مخالفتهم ، أو أن يطيع الأمر ويهدأ ويشب خضوعا جباناً لغير سبب معقول والنتيجة في كلتا الحالتين سيئة .
- يلعب التقليد والإيحاء والمشاركة الوجدانية دورا في الخوف خاصة الذي يصدر عن الآباء والمدرسين .



- إن الخلافات العائلية والتهديدات المتبادلة والأجواء الأسرية المحيطة كلها عوامل تثير الخوف من المستقبل أو فقدان أحد الوالدين .

### علاج الخوف:

يلعب الوالدين دورا كبيرا في إزالة المخاوف عند الأطفال أو الوقاية منها ومن ذلك :

١ - عدم إظهار مخاوف الوالدين أمام الأطفال، فإذا كنت تخافين من الحشرات فلا تقولي ذلك أو تفعلي ذلك على مرأى من الأطفال، وإذا كنت تخافين شرب الدواء فلا تتألمي عند شربه. فكم من أم مريضة بالخوف أفزعت أطفالها من مثيرات عدة.

٢ - الابتعاد عن استثارة الطفل وتخويفه بأشياء للقيام بعمل ما أو الكف عنه، حتى لا ترتبط هذه الأشياء في ذهنه بالخوف، فلا داعي لتخويف الطفل بتسليمه إلى الشرطة أو وضعه في غرفة الأفاعي إذا لم يسمع أمرك فهناك طرق أكثر أمنا.

٣ - إشعار الطفل بالأمن داخل المنزل أو إشباع حاجاته وإبعاده قدر الإمكان عن المشاحنات الأسرية.

٤ - التعامل مع مخاوف الطفل بهدوء، فلا يجب الاستهزاء بها وخاصة بالمخاوف المرضية، أو إجباره على مواجهتها بالقوة، فإذا كان الطفل يخاف الظلام فلا يجبره قسرا على وضعه في غرفة مظلمة، وإنما يتم ذلك بصورة تدريجية، فنترك له النور ونجلس معه قليلا حتى يستشعر بالأمان ويدرك أن مخاوفه لا مبرر لها.

٥ - تعويد الطفل بصورة تدريجية مواجهة مثيرات الخوف، فإذا كان الطفل يخاف الققط مثلا فعلينا أن نشترى له لعبة قطة نلعب بها أمامه، فيكتشف أشياء سارة في القطة، ثم بصورة تدريجية ندفعه إلى الاقتراب من الققط وهي مع مجموعة من الأطفال يلعبون بها، فيشاهدتهم تدريجياً، ومع التكرار تصبح هذه المنبهات المخيفة مثيرات غير مؤلمة. وتسمى هذه الطريقة عند السلوكيين بطريقة التطمين التدريجي.

٦ - وهناك طريقة «ملاحظة النماذج» التي استخدمها باندورا وزملائه في علاج مخاوف الأطفال اعتمد على مشاهدة الأطفال الشجعان لمثيرات مخيفة له، فيعرض على

الطفل أفلام عن الشيء الذي يخافه، ويرى الأطفال الآخرين وهم يشاهدون ذلك الشيء فرحين مسرورين، ومع التكرار يقلدهم في سلوكهم الشجاع، ويقبل على المثير المخيف بارتياح.

## الأرق عند الأطفال

إن تكوين عادات صحية للنوم بالنسبة للطفل أمر في منتهى الأهمية سواء بالنسبة لصحته الجسمية أم بالنسبة لنموه النفسي، أم بالنسبة بينه وبين والديه. وفي الرد على مجموعة التساؤلات التالية: يمكن تمهيد نوم سعيد للطفل.

- كيف نكسب الطفل هذه العادات؟
- أين ينام الطفل؟
- كيف نتصرف إزاء إصراره على عدم النوم؟
- لماذا قد يصاب أحيانا بالأرق وماذا يكون موقفنا عندئذ؟
- ماذا تفعلين عندما يترك الطفل حجرته ويأتي إليك ليلا؟

## المكان المناسب لنوم الطفل:

بعد أيام قليلة من الميلاد حيث يكون الطفل قد استقر إلى حد كبير في عادات نومه ورضاعته وما إلى ذلك يجب أن ينام الطفل منفردا في فراش خاص به وربما احتاجت الأم أن يظل فراش الطفل في نفس الحجرة التي تنام بها ولكن ذلك يجب ألا يتخطى فترة الستة أشهر الأولى من ميلاده. أما بعد ذلك فمن الممكن أن يعزل جزء من حجرة الوالدين بحاجز أو ستارة أو غيره.

## أهمية نوم الطفل في فراش خاص:

فذلك حماية له إذ أحيانا تنقلب الأم على طفلها فتخنقه وهي لا تدري. كذلك ربما يتحرك الطفل فيقع وأمه نائمة.

\* أما عن نوم الطفل في حجرة مستقلة فذلك حماية له من الناحية النفسية . وذلك ، أنه في كثير من الأحيان يظن الآباء أن طفلهم نائم في حين أنه قد يكون مستيقظا ويقع في حالة اضطراب شديد، إذا ما تعرض للعلاقة الجنسية بين الوالدين . والأطفال يفسرون هذه العلاقة تفسيرا خاطئا ومخيفا إلى حد كبير، ولقد وجد المعالجون النفسيون أن حالات كثيرة من الاضطراب النفسي كان أحد عواملها الخبرة المؤلمة التي كان يعيشها الطفل في مثل هذه الظروف .

وفي أي الحالات لا بد أن يكون مكان نوم الطفل على عزله هذه قريبا من الأم بحيث تستطيع أن تسمعه عندما يستيقظ باكياً لسبب أو لآخر .

\* أما لماذا ننصح بأن ينام الطفل في غرفة مستقلة عند سن الستة أشهر فذلك لأن الأطفال في هذه السن يكونوا قد وصلوا إلى درجة من النمو تساعدهم على العناية بأنفسهم بمستوى لا بأس به . وفي الوقت نفسه فإنهم لا يكونون قد استطاعوا بعد أن يفاضلوا بين الأماكن التي يمكن أن يناموا فيها . أما بعد ذلك فقد يكون من الصعب أن نجعلهم يغيرون عادة النوم في حجرة الوالدين ، وكلما كبروا قويت لديهم تلك العادة وصعب التغيير .

## أنواع البكاء ونوبات الغضب عند الأطفال

إن البكاء ونوبات الغضب غالبا ما يكون لها سبب وجيه فالاستجابة لصراخ الطفل شيء أساسي بالنسبة لنا لأن الطفل قد يبكي لأنه في حاجة إلى شيء مهم ، ولكن هناك أطفال يكون بكاء استغلاليا للحصول على شيء يريدونه كحلوى أو لعبة أو ليلفت انتباه والديه إليه . . . الخ .

### بكاء الطفل والوقت المناسب للرد عليه:

عند الأطفال حديثي الولادة يستغرق وقت البكاء ٤ ساعات يوميا، ويزداد ذلك أثناء الستة أسابيع الأولى من العمر لأنها فترة البكاء الطبيعي فالطفل يبكي لأنه جائع أو مبتل أو نائم في وضع غير مريح . . الخ مع العلم أن هناك فروق بين طفل وآخر . وعندما يبكي الطفل هنا لا بد أن نتجه إليه ولا نتجاهل بكأؤه على الأقل في السنة الأولى من عمره، وكلما حملنا الطفل واعتنينا به نقص بكأؤه، فقد أثبتت الدراسات أن

حمل الطفل ٤ ساعات كحد أدنى ينقص بكاؤه إلى النصف تقريبا. وبمرور الوقت يتناقص البكاء بعد شهرين أو ثلاثة من الولادة وبعد عام يبكي الطفل ليس لتعب جسدي أو عضوي ولكن لأسباب بيئية كرؤيته لأغراب في ميعاد نومه أو أنه يفضل أنواعا معينة من الطعام، أو لجذب انتباه الآخرين.

### إرشادات للأسرة عند بكا، وصراخ أطفالهم:

١ - لا بد أن نتأكد من أن نوبة الغضب لا تهدف لأن تكون وسيلة لتحقيق رغباته . .  
فإذا عرفت أن الطفل يريد شيئا كمشاهدة التلفزيون أو تناول حلوى أو يذهب إلى اللعب فلا بد أن نتجاهله لأن ذلك سيكون مؤثرا فيعرف الطفل أن الغضب لن يجدي ولن يفيد. ولكن من ناحية أخرى إذا كان الطفل يحاول تجنب شيء ما مثل أن يذهب إلى النوم أو يأكل بالملعقة فإن تجاهله يكون أسوأ شيء يمكن فعله، فإذا تجاهله فسيشعر أنه ليس مطالباً بالقيام بها وتكون هنا نوبات الغضب ناجحة لأنه قد نال ما يريد.

- لذلك لا تستمع لأحد يقول لك أنه يجب تجاهل الطفل باستمرار عندما يغضب لأن هذا اقتراح شائع بين الآباء، فإن البحوث الحديثة توضح أن هذا خطأ لأنها بشكل أو بآخر تبين للطفل أن نوبات الغضب قد تفيد أحيانا.  
٢ - التقليل من الحوار أو المناقشة خلال الغضب.

لا يجب أن نوضح أو نشرح خلال الغضب لماذا يجب ألا يأكل الحلوى الآن أو لماذا يجب أن يذهب إلى الفراش الآن، فكل الأطفال يتطلعون إلى الرعاية والاهتمام من آبائهم، ولكننا يجب ألا نجعل هذا هو السبب في الغضب وعلينا أن نوضح له ونشرح له الأسباب في المنع قبل أن تتناهم حالة الغضب.

٣ - عندما يحل بنا التعب ونكون في حال من الضيق والضغط العصبي: فإننا قد نلبي طلب الطفل من أول سؤال هاربين من التعامل مع الغضب، لذلك سوف يتعلم الطفل جدوى الغضب وفائدة استخدامه.

٤ - نحن نعلم الطفل الطرق السليمة لطلب ما يريد: إننا يجب أن نعلم الطفل كيف ومتى يشارك في أخذ دوره، فإذا أراد لعبة يلعب

بها طفل آخر فيجب أن يبدل معه لعبة أخرى مفضلة لديه، ويجب تعليم هذا في مواقف كثيرة، ولا تترك الغضب يتسلل إلى طريقة عرض طلباته.

٥ - التطلع إلى الأشياء الجيدة التي يفعلها الطفل والثناء عليها. . والتعامل مع الغضب يجب أن يبدأ من أول ملاحظتك لحدوثه. . ولكننا لا نود أن تسوء العلاقة بيننا وبين أطفالنا، ولذلك نبذل مجهودا لتحديد ماهي الأشياء الجميلة التي يفعلها ونثني عليها، ونقضي معه وقتا في اللعب ليتعلم أنه ليس بالطفل السيء، وأنها لحظات يظهر فيها هذا السلوك الذي لا نحبه.

٦ - إذا غضبت من الطفل في المتوسط مرة واحدة أو أكثر خلال اليوم فلا ينبغي أن نحيل بقية يومه إلى مضايقات وأحزان بتعليمه أشياء أخرى لا يود فعلها مثل تدريبات التواليت أو روتين قبل النوم. فممكن أن نبدأ في هذا بعد التأكد من انتهاء مشكلة الغضب.

٧ - غضبك أنت وإساءة تحكّمك في التعامل مع الغضب الذي بيديه طفلك يعوق معالجة الغضب لأنك بهذا تعلمين طفلك كيفية تعاملك مع الناس الآخرين، كما أنك أيضا تعلميه طرقا جديدة للغضب بل وتشجعيه على فعل ذلك.

## أثر العقاب في تأديب الطفل

بعض الآباء يشعر بضرورة توقيع العقاب على أطفالهم بينما البعض الآخر يرى عدم وجود أية ضرورة للجوء إلى العقاب كوسيلة للتأديب. . وحجة الفريق الأول: أنهم هم أنفسهم كانوا يعاقبون في أثناء تنشئتهم وهانحن أصبحنا لنا مكانتنا في المجتمع. ونحن نرد عليهم «أنكم إذا كنتم أصبحتم أشخاصا ذو مكانة كما تقولون، فليس هذا بسبب العقاب بل بالرغم منه».

### النتائج المترتبة على عقاب الطفل:

\* إن عقابك لطفلك قد يحدث أثره في اللحظة الراهنة فقط. إن الطفل قد يمتنع عن القيام بالفعل الخاطيء خوفا منك في تلك اللحظة، ولكن قد يعاود فعله عندما تكونين بعيدة عن نظره، وربما لاحظت ذلك بنفسك أو سمعت عنه من صديقاتك

عندما يقولون «إن أولادي يزدادون شقاوة كلما زاد عقابهم» .

\* إن عقابك لطفلك يوضح له عدم موافقتك على ما قام به من سلوك خاطيء ولكنه لا يوضح له كيف يتصرف التصرف السليم ، ذلك أن إكساب العادات الحسنة يحتاج إلى تدريب وإلى تشجيع وليس إلى العقاب .

\* إن العقاب فضلا عن أنه لا يؤدي إلى النتيجة المطلوبة فإنه قد يكون خطيرا، فضربة خفيفة لطفلك قد يختل توازنه معها فيقع على عموده الفقري بدلا من مؤخرته . وصفعة على أذن الطفل قد تتسبب في انفجار طبلة الأذن والإصابة بالصمم ، كما أن هزة شديدة للطفل قد تتسبب له في ارتجاج أو إصابة في ظهره وهكذا . لذا فإن العقاب البدني مرفوض تماما ، لأنه سوف يجرك إلى ممارسته ثم التشديد منه مرة بعد مرة حتى تسيرين في حلقة مفرغة ليس لها أي تأثير .

\* أن يستخدم الطفل نفس طريقتك في حل مشاكله أو في إخضاع الآخرين لعمل ما يريد لأنه يتخذ منك قدوة للسلوك الذي لا ترضين أنت أن يسلكه طفلك مع الآخرين ويستخدم العدوان وقد أثبتت البحوث أن الأطفال الذين يستخدم آباؤهم العقاب البدني يكونون أكثر عدوانية من غيرهم الذين يستخدمون معهم آباؤهم وسائل أخرى في التأديب . أو على الأقل يكونون هادئين في المنزل ولكن غير عابئين بالانضباط في الخارج .

\* إن العقاب سوف يشيع في المنزل جوا من التوتر بدلا من الدفء العاطفي وسوف يجعل منك شخصا نحيفا أكثر من محترما محبوبا مما يجعل معه في النهاية انخفاضا كبيرا في قدرتك على التأثير على سلوك الطفل .

\* لا يترك العقاب أثرا يذكر سوى الألم والغضب ولا يعلم الصغير، إلا إن الشخص الأكبر حجما والأقوى هو الذي يستطيع الحصول على ما يريد سواء أكان على حق أم لا .

\* وليس العقاب البدني وحده هو الذي يؤدي إلى مثل هذه النتائج الخطيرة ؛ بل هناك أساليب أخرى من العقاب يجب ترشيدها .

\* كل ما يحقر من شأن طفلك أو يجرح كرامته وكبرياؤه سواء باللفظ أو بالفعل . . فإذا مكنت طفلك الأصغر من أن يضرب أخاه الأكبر مثلا أو يهينه بشكل أو بآخر

لأنه سبق أن اعتدى عليه ، أو إذا أجبرت طفلك على ارتداء مريلة صغيرة لأنه يلوث ملابسه ببعض الطعام ، أو إذا نعت طفلك بما لا يجب من النعوت أو شجعت الآخر على ذلك إمعانا في إهانتته لسوء تصرفه ، كل ذلك قد يحطم من شخصية طفلك ولا يعاونه بالمرّة على النمو السليم .

\* السخرية من الطفل سواء : من حيث شكله أو من حيث قدرته ظنا منا أن ذلك يساعدنا على ضبط سلوكه وتوجيهه والواقع أن ذلك يؤدي إلى الشعور بالنقص أو العجز مما قد يجعل منه طفلا متمردا عدوانيا أو سلبيا هيبا .

\* التهديد بأشياء خرافية مثل العفريت أو الغول أو بشخصيات واقعية : كالعسكري والطبيب أو بما سيناله من عذاب في النار . . . الخ كل ذلك يثير الرعب المدمر لدى الطفل ولن يعلم شيء وما الذي يجب أن يفعله .

\* القيام بحبس الطفل في حجرته : حتى يحسن التصرف وتكون النتيجة أن تصبح حجرة الطفل عبارة عن سجن بالنسبة له .

وإذا كان العقاب البدني وإثارة الألم النفسي أساليب مرفوضة تماما كوسائل لضبط السلوك أو ما نسميه بالتأديب فإن هناك أساليب أخرى مرفوضة أيضا ، ولكن ليس بسبب خطورتها بل بسبب عدم جدواها ، ومن ذلك :

\* اللجوء باستمرار إلى التهديد مع عدم القيام بتنفيذه .

\* التشدد أو الحزم مرة ثم التراخي والسماح بالعصيان مرات .

\* الضحك أثناء عقاب الطفل .

\* الصراخ في وجه الطفل .

\* الشكوى من الطفل باستمرار مع صديقه أو جاره مثل هذه الأساليب سوف تقلل من قدرتك على التأثير في سلوك طفلك لأنه سوف يتعلم أنك لست حازمة وأنه بإمكانه أن يتجاوز الحدود المسموح بها دون مساءلة جادة .

● إذن كيف ترشدي تصرفاتك تذكري دائما :

\* إن طفلك لديه النية الطيبة دائما للتصرف السليم : ولكن ليس لديه الخبرة الكافية لذلك ، لهذا فإن دورك هو أن تساعد طفلك على معرفة الصحيح والخطأ بالحب والحزم .

\* إن الأطفال يتمنون أن يكونوا على قدر من المسئولية : وأن يقوموا بإرضاء الكبار

كما أنهم يستجيبوا دائما للثواب والمديح . فحاولي أن تكسبي طفلك إلى جانبك عن طريق الثواب وليس عن طريق العقاب .

✱ إن تصرفات طفلك غير اللائقة تحمل في حد ذاتها نتائج غير طيبة وغير مريحة بالنسبة له . وتعريض طفلك لمثل هذه النتائج هو في الحقيقة أفضل طريقة لعقابه .

فإذا أصر طفلك مثلا على إلقاء ألعابه في غضب ، فإن إحدى هذه اللعب سوف تنكسر في إحدى هذه المرات وسوف يجعله هذا يشعر بالحزن والأسف ، ولو ساعدته على إصلاح اللعبة فسوف يشعر بالندم .

إن طفلك في هذه الحالة قد تعلم الدرس واكتشف كيفية التصرف اللائق . وفي كثير من الحالات عندما يكسر الطفل طبقا مثلا أو يمزق ملابسه دون قصد أو نتيجة أعمال فإنه يشعر بالحزن والتعاسة وهنا أيضا لا تكون هناك أية ضرورة للعقاب بل على العكس فإنك في مثل هذه المواقف يجب أن تهدئي من روعه .

#### ● مساءلة جادة :

✱ ولكن هل معنى هذا أننا نستبعد كل وسيلة لضبط سلوك الطفل ؟ ولقدر كبير؛ لكن ستبقى هناك أساليب أخرى لضبط سلوك الطفل وتوجيهه .

✱ المهم هنا أن يكون تدخلك :

- في بداية تسلسل الأحداث وليس في نهايتها .

✱ أن يكون هناك استقرار في طريقة تصرفك وإصرار على تنفيذ ما هو مطلوب .

✱ أن يكون تصرفك طبقا للقواعد والتعليمات التي سبق أن وضعناها في عملية التأديب أي بأقل درجة من درجات الانفعال .

#### ● وإليك بعض الأمثلة :

✱ لنفرض أن طفلك أمسك بلعبته الجديدة وأخذ يضرب بها الأثاث . في هذه الحالة مجرد أن تسحبي منه اللعبة حتى يكف عن هذا ، يكون إجراء كافيا . ويمكن تكرار هذا إذا لزم الأمر .

✱ إذا تشاجر طفلان يفصلان بعضهما عن بعض حتى يهدءا .

✱ يمكن أن تسحب بعض المزايا من الأطفال إذا تكرر منهم سلوك غير مرغوب فيه



على أن تعاد لهم هذه المزايا (مثل الخروج في نزهة أو الذهاب لزيارة صديق . . الخ ،  
عندما ينضبط سلوكهم) .

#### ● نصيحة نهائية :

إن الحاجة إلى العقاب : إنما تنشأ في الواقع بعد أن يكون الأمر قد استفحل  
نتيجة لعدم تدخلنا في مرحلة مبكرة من تطور الأحداث ، أي عندما يكون قد فاض  
بنا . فلا تدعي نفسك تصلين إلى هذه المرحلة ، وسوف تجدين الأمر سهلا بعد ذلك .

### التوازن في معاملة الطفل

إن التدليل مرجعه إلى ميزان القوى في الأسرة وإن التدليل يُشعر الطفل بأنه  
وحده مركز اهتمامك طول الوقت ويقتنع تدريجيا بأن العالم يدور حوله هو فقط ، وأنه  
هو مركز هذا العالم .  
وهل القضية كلها تكمن في قرارك أنت وعمما تعتبرينه معقولا بالنسبة لما يمكن  
أن يقوم به أو يحصل عليه .

وإليك بعض القواعد التي تساعدك على اتخاذ هذا القرار :

\* إذا استطاع طفلك أن يقنعك بتغيير رأيك عن طريق مناقشة معقولة أو عن طريق  
إقناع لطيف فلا بأس في هذا ، ذلك أنه هنا يستخدم تأثيراً من أجل الوصول إلى  
نتيجة طيبة . ولكنه إذا استخدم الدموع ونوبات الغضب واستجبت له فهذا هو  
التدليل .

\* اعتبري نفسك قاضيا عليك أن تستمعي دائما وبصبر لكل مايقوله طفلك ولكن مع  
الإصرار دائما على ضرورة التصرف المعقول من جانبه .

\* فكري قليلا قبل أن تردي على طفلك بالرفض إزاء طلب معين : فإذا طلب منك  
طفلك أن تلعب معه وأنت مشغولة عنه ، فربما يكون ذلك لشعوره بالملل عندئذ  
يمكنك أن تردي عليه كالآتي : «أنا لا أستطيع أن ألعب معك الآن لأن لدي بعض

الملابس التي أقوم بغسلها، ولكن إذا كنت تشعر بالوحدة فلماذا لا تأتي بدميتك وتقوم أنت أيضا بغسل ملابسها» .

\* حاولي أن توازي بين حقوق الطفل وحقوقك بالطريقة نفسها التي توازنين بها بين حقوق طفلين . فإذا كنت تريدين أن تمضي فترة الظهيرة في العناية بالمنزل بينما طفلك يريد أن يخرج للنزهة هنا تنشأ مشكلة . ناقشي المشكلة مع طفلك فقولي له ذلك بصراحة وبحزم ولا تجعله يشعر بأنك مترددة بحيث يشعر بأن قليلا من الضغط سوف يجعلك تلبين رغبته . وإذا شعرت أن طلب طفلك معقول فحاولي أن تجدي حلا وسطا بين رغبتك ورغبة طفلك فيمكنك مثلا أن تقترحي أن تخرجي معه لنزهة قصيرة لمدة نصف ساعة ثم تعودي للقيام بأعمالك المنزلية . وعليك ألا تشعرى طفلك في كل خطوة في النزهة أنها تشكل ضغطا عليك فإن ذلك سوف يشعره بأنه أجبرك على الخروج معه وسوف يفقد الشعور بالمتعة من النزهة .

\* ساعدي طفلك على فهم مشاعر الآخرين :

إن فهم مشاعر الآخرين هو أساس العطاء والبعد عن الأنانية والبعد عن التذليل . قصي عليه كيف سرقت دراجة الطفلة الصغيرة ابنة الجيران وكيف شعرت بالحزن وإذا ما عقب طفلك على ذلك بأن الطفلة يمكنها شراء دراجة أخرى ، اشرحي له أن الآباء غالبا ما يريدون شراء أشياء كثيرة لأطفالهم ولكن ليس بإمكانهم دائما أن يشتروا كل ما يطلبونه .

\* اشركي أطفالك معك عندما تضعين أي خطة خاصة بالأسرة . . رحلة أو حفلة الخ . . ودعي طفلك يتعرف على المشكلات التي تنشأ عن ذلك وكيف يمكن التغلب عليها بحيث يكون جميع الأفراد المشتركين في هذه المناسبات مسرورين ومستمتعين .

\* ساعدي طفلك على أن يرى أنه ليس من العدل أن تقومي بطهو الأطعمة التي يجيها فقط فقد لا يجيها أفراد آخرون في الأسرة .

من كل هذه المواقف نحن نهدف إلى أن يشعر الطفل بأنه ليس وحده مركز اهتمامك طول الوقت ، وأنه يعلم ويقتنع تدريجيا بأن العالم لا يدور حوله هو فقط ، أي أنه ليس مركز هذا العالم .

## استمارة رأي

### نشرة إرشادية رقم (٤٣) تربية و معالجة الطفل

إلى القاريء الكريم : فيما يلي مجموعة من الأسئلة تستهدف التعرف على رأيك في هذه النشرة، وسوف تساعدنا إجاباتك ومقترحاتك على تحسين هذه النشرة وزيادة فائدتها، نأمل الإجابة على الأسئلة بكل دقة وصراحة ثم إرسالها الى :

مركز الإرشاد الزراعي

كلية الزراعة - جامعة الملك سعود

ص . ب . / ٢٤٦٠ - الرياض ١١٤٥١

١ - وضح رأيك في كل ممايلي :-

ممتاز	جيد	مقبول	رديء	ماهي ملاحظاتك واقتراحاتك بهذا الشأن

(١) حجم النشرة

(ب) غلاف النشرة

(ج) موضوع النشرة

(د) ألوان النشرة

(هـ) الرسوم والصور التوضيحية

(و) لغة النشرة

٢ - في رأيك ماهي الأشياء الجيدة والمرغوبة في هذه النشرة :

٣ - في رأيك ماهي الأشياء السيئة وغير المرغوبة في هذه النشرة :

٤ - هل ترى أن هناك أى أخطاء في هذه النشرة - فضلا وضحها :

٥ - ماهي مقترحاتك لزيادة فعالية وفائدة هذه النشرة :

إذا كنت ترغب في الحصول على مزيد من النشرات في مختلف المجالات الزراعية إملأ البيانات التالية :

الاسم :

العنوان :

المهنة :

رقم التليفون :

مستوى التعليم :





● مع تقيات ●

هاتف

٤٦٧-٨٧٥٤

مركز الإرشاد الزراعي

٤٦٧-٨٤١٤

كلية الزراعة بالرياض

٤٦٧-٨٤١٦

جامعة الملك سعود

٤٦٧-٦٩٨٠

ص. ب. ٢٤٦٠ - الرياض ١١٤٥١

