





سلاوى يوسف المؤيد

---

**إبني .. هذه حدودك  
لتكون مسؤولاً**

---

تربية الأبناء



سلوى يوسف المؤيد

---

**إبني .. هذه حدودك  
لتكون مسؤولاً**

---

تربية الأبناء



---

وضع الحدود في سن  
الطفولة

---





---

# الحدود والرسائل

(ليطور الأطفال سلوكهم بأنفسهم)

---



---

## « المقدمة »

إننا لا نخلق ونحن نعرف كيف نؤدي دورنا كأباء ولا نعرف كيف نربي أبنائنا تربية سليمة إذا لم نتعلم أساليب التربية الصحيحة.

التربية فن نتعلمه من تجارب غيرنا من آباء نجحوا في تربية أبنائهم «وخبراء في التربية وعلم نفس الطفل» من خلال كتب تحكي تجاربهم وخبراتهم وورش العمل والبحوث النفسية التي قاموا بها للوصول إلى أفضل الأساليب التربوية والنفسية في تربية الأطفال والمراهقين تربية بناء وفعالة .. تنمي ثقتهم بأنفسهم وتزرع روح المسؤولية في نفوس هؤلاء الأبناء منذ الطفولة حتى سن المراهقة.

هذا بالإضافة إلى إشباعنا لعواطفهم بالتعبير لهم كأباء عن حبنا لهم واحتضانهم لأن ذلك الإحساس بالدفء النفسي لا يعادله إحساس يملأ قلب الطفل بالأمن والطمأنينة والثقة بالنفس إلى جانب ما ذكرته من قبل من جهود تبذلها لنؤدي بها دورنا الهام كأباء من الكتب التي استندت منها كثيراً في فهم تطبيق الحدود بأسلوب عملي واستعنت به في كتابي بعد أن عملت على

---

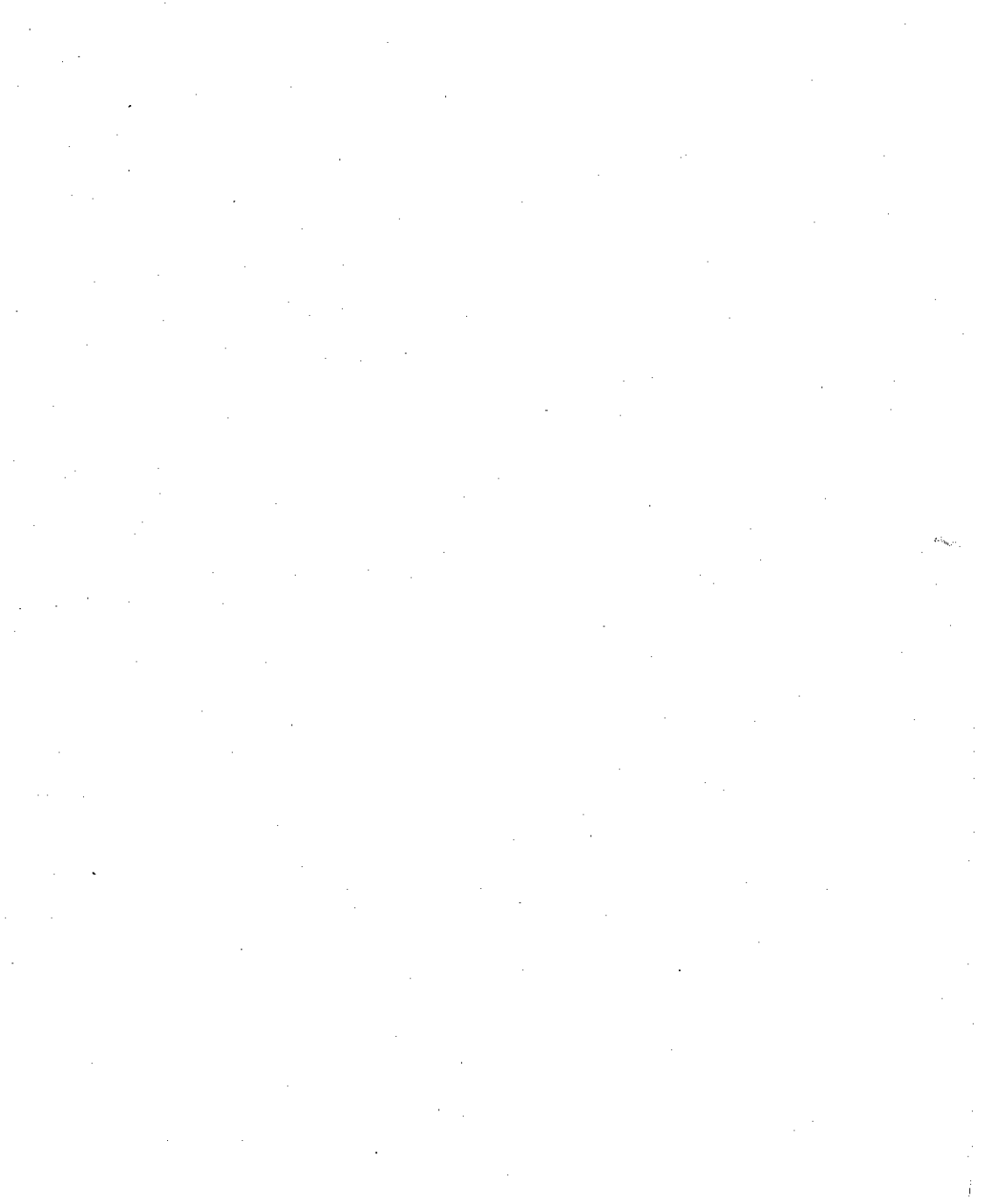
جلب أمثلة تتناسب مع عاداتنا العربية .. وكتاب «ضع الحدود» للكاتب المعروف الدكتور روبرت مكنزي .. لأنه كتاب عملي مكثني من التعبير بأسلوب واضح عن كيفية استخدام الحدود الديمقراطية الحازمة .. وقام بتوضيح الفرق بين الأسلوب المسيطر المتشدد الذي يمارسه الآباء كثيراً والأسلوب المتساهل المتسامح في التأثير على شخصية الأبناء بشكل سلبي .. بينما تنمو شخصية الأبناء إذا اتبع الآباء الحدود الديمقراطية الحازمة بشكل إيجابي.

كما أن للحدود الديمقراطية أنواع من الطرق التي تستخدم منها الإختيار المحدود أمام الأبناء .. ومنها استخدام النتائج الطبيعية والمنطقية لإفعالهم لتطوير سلوكهم ودعم الإحساس بالمسؤولية لديهم منذ سن الطفولة إلى المراهقة من خلال احترام آبائهم لشخصياتهم وبالتالي نمو إحساسهم بمسؤوليتهم عن أنفسهم في تطوير شخصياتهم ليصبحوا قادرين على اسعاد أنفسهم وأسرهم والمساهمة في تطوير مجتمعهم .. وقادرون على مواجهة مختلف المواقف العادية والصعبة في حياتهم المستقبلية.

لقد حاولت أن أستفيد ككاتبة من كتب التربية النفسية العملية وآراء علماء الطفل من قراءاتي المتعددة في هذا المجال الحيوي الهام .. في كتابة هذه

---

المواضيع التي تعمدت صياغتها بإسلوب سهل وواضح وعملي ليستفيد منه الآباء في تربية أبنائهم أجيال المستقبل في وطننا العربي.. وأكون ضمن من يعمل من أجل طفولة عربية أكثر إشرافاً وسعادة مع ضرورة اهتمام المسؤولين بتفعيل حقوق الطفل البحريني لحمايته من الأذى الذي يشكل شخصيته الخائفة أحياناً والقاسية المدمرة أحياناً .. فالطفل يتعلم الحب ممن حوله فإذا لم يجد من يحبه ويهتم به لن يتعلم كيف يحب غيره وبالتالي يهتم بإسرتة ومصالحة وطنه.



## ① « ثلاثة طرق لمعالجة شجار الأبناء »

يقع أكثر خبراء التربية في ورش إرشاد الآباء في خطأ .. يتمثل في عدم محاولتهم معرفة الأسلوب الذي يتبعه الآباء مع أولادهم للحد من تصرفاتهم السلبية .. فيقوموا بتعليمهم طرق جديدة .. ويقوم هؤلاء الآباء بتطبيقها بنفس أسلوبهم السابق .. وفي النهاية لا يستفيدوا من هذه الطرق الجديدة.

أن الطريقة الصحيحة في تعليم الآباء هذه الطرق .. تتلخص في أن يستعرض الأب أو الأم الأسلوب السابق الغير فعال عندما مارسه كل منهما في تقويم سلوك ابنه .. ويقوم الخبير التربوي بتعلمها كيفية تفادي أخطائهم القديمة.

مثال على ذلك يطلب الخبير من الأم أن تستعرض موقف معين مع ابنها لكي تحد من تصرف خاطيء قام به .. خطوة بعد خطوة ماذا قالت .. ماذا فعلت معه عندما ارتكب هذا التصرف السلبي .. وعندما تستعرض ما قامت به يقوم الخبير بكتابة ما تذكره على السبورة أمام بقية الآباء الحاضرين في الورشة .. ثم يبدأ في تعليمها الطريقة السليمة في التعامل مع هذا الموقف

---

بأسلوب عملي من خلال استعراض ثلاثة طرق لوضع الحدود. يدور في إطارها كل الحدود التي يضعها الآباء لتصرفات أبنائهم السلبية وهي :

- ١- الطريقة المتسلطة أي (حدود بلا حرية).
- ٢- الطريقة المتسامحة أي (حرية بلا حدود).
- ٣- الطريقة الديمقراطية أي (حرية مع الحدود).

ويبدأ أولاً بالطريقة المتسلطة ليشرح للأم ولبقية الآباء كيفية التعامل مع هذا الموقف بهذه الطريقة.

لنفترض هنا أن الأم واجهت مشكلة مع شجار أبنائها عندما يلعبون بألعابهم .. هنا يشرح للحضور كيفية تعامل الأم مع هذا الموقف بالطريقة المتسلطة .. ثم يعيد معالجة نفس الموقف بالطريقة المتسامحة ثم يعيد الموقف نفسه بالطريقة الديمقراطية .. لتري الأم وبقية الآباء أي طريقة من الطرق استخدموها .. وما هو الخطأ الذي ارتكبوه .. وما هي الطريقة الصحيحة المؤثرة في معالجة هذا الموقف وغيره من المواقف المشابهة له.

ويستعرض الخبير الموقف بدخول الأم الغرفة لتفاجىء بشجار إبنها علي ومحمد على لعبة واحدة .. فتقول بصوت عال :



---

(ماذا يحدث هنا .. ألا تستطيعان اللعب دون أن تتعاركا كالحيوانات المتوحشة).

قال علي (كانت اللعبة في يدي .. وأخذها مني)

قال محمد (لا .. أنا الذي كنت أَلعب بها الأول .. دعيه يعطيني إياها)  
بدأت الأم تفقد صبرها فقالت (لا يمكن أن يكون كل واحد منكما أخذها الأول .. لا بد أن يكذب أحدهما .. الأفضل أن تقولوا لي الحقيقة .. من الذي أخذها الأول).

أجاب علي (أنا الذي أخذها الأول).

رد محمد (كذاب .. أنا الذي أخذتها الأول).

أجابت الأم (أعرف أنني لا أستطيع أن أثق فيكما .. كلاكما كذاب .. لن يلعب أحد منكما بهذه اللعبة .. والآن إذا سمعت أي شجار منكما ستقضيان بقية الليل في غرفتكما .. هل تفهمان؟)

سخر علي قائلاً (بدأت تعاقب .. هي شاطرة في العقاب).

قال محمد معقياً (ويسعدنا أن تعاقبنا على إسبط الأشياء).

صيرخت الأم غاضبة (أنا لن أسمح لأحد أن يكلمني هكذا .. إذهبا كلاكما إلى غرفتكما .. ولا تخرجا منها إلى الغد).

---

قال على (أنا متأكد أنك تسعدين عندما تشقين من حولك).

أكد محمد على كلامه وفقدت الأم أعصابها قائلة (إذهبا إلى غرفتكما ..  
الآن)

وَضربت كل واحد منهما على مؤخرته وهما في طريقهما إلى غرفتهما.  
وهنا يوضح الخبير أن هذا الموقف يتكرر في معظم الأسر في ظل الطريقة  
المتسلطة في العقاب للحد من تصرفات الأبناء السيئة.

إن دور الآباء في هذا الأسلوب التربوي لا يزيد عن كونه مثل الشرطي أو  
القاضي أو السجان .. يستقصون ذنوب أطفالهم .. يلومونهم يعاقبهم  
ويحاضروهم .. أي أن الآباء هم الذين يوجهون ويتحكمون في حل مشاكل  
أبنائهم.

سنلاحظ في هذا الموقف مثلاً أن الأم منذ أن دخلت على طفلها لم تتعل أكثر  
من أن تحدد الصح والغلط وتوجه الذنب واللوم لإطفالها .. ولم يزد على أن  
تصف إبنها بالكذب .. ويستغل الطفلين هذه النقطة فيوجهان الإتهامات  
لبعضهما البعض .. مع استمرار الأم في اللوم والإتهام .. ويزداد ضيقها  
وتصاب بخيبة أمل .. وفي وسط هذا التفاعل بين سلوك الأم وسلوك طفلها

.. ازدادت حدة غضبها .. وأخذت كلام ولديها على أساس أنه مس  
لشخصيتها كأم .. وأنتقل الصراع بينها وبين ولديها إلى فرض كلمتها عليهما  
.. والشجار بين الطفلين أصبح الآن في درجة أقل من الأهمية .. أي الأهم الآن  
هو من يكسب معركة القوة الأم أم الطفلين .. أي من يملك زمام القوة في هذا  
الموقف .. وانتهى الأمر إلى أن قامت الأم بعقاب الولدين بسبب عدم طاعتها  
.. وأخذت الألعاب .. وهددت بنتائج أقسى إذا لم يتعاون معها طفليها .. لكن  
الأمر استمر واللعب بين الطفلين وشجارهما لم يعدا المسألة الرئيسية  
.. المشاعر قد حرحت والطفلان يريدان الإنتقام .. فأخذوا يحاولون إثارة  
غيبضا بتعليقاتهما الغير مؤدبة .. وازداد بذلك غضب الأم .. وقامت  
باستخدام آخر ورقة قوة لديها .. ضربت ولديها وأرسلتهما إلى غرفتهما  
ليقضيا بها بقية ليلتهما.

وهنا أ طرح هذا التساؤل .. ماذا استفاد الطفلان من هذا العقاب؟  
لقد أوقفت الأم السلوك السيء .. لكن هل تعلم إنناها مهارة جديدة في التعامل  
مع شجارهما مستقبلاً ..؟ هل حصلنا على دروس إيجابية موضوعية حول حل  
مشاكلهما؟ .. الواقع يقول أن الطريقة المتسلطة في وضع الحدود تنهي السلوك  
السيء لكنها لا تعلم الطفل الإستقلالية في حل المشاكل .. ولا تنمي لديه

---

الإحساس بالمسؤولية والسيطرة على النفس .. لأن الآباء من خلال هذه الطريقة هم الذين يملكون سلطة اتخاذ القرار .. وهم الذين يحلون مشكلات أبنائهم .. والأطفال لا يملكون شيئاً من هذه الطرق لكي يتعلموا كيف يحلون مشاكلهم عندما يتشاجرون في المستقبل .. لم يتعلموا كيف يتعايشوا بسلام وهم يلعبون. وسيعيدون نفس الشجار والعراك وسيلوم كل منهم الآخر .. ويتنادون بأقبح الصفات.

إذن من الأفضل للآباء أن يبتعدوا عن العقاب لأنه يجرح مشاعر الأطفال ويثير غضبهم ومقاومتهم أو يلجأوا إلى الإنسحاب السلبي .. والعقاب القاسي يقف حائلاً دون التعاون الذي نسعى إليه مع أبنائنا ليعيشوا في وفاق وتفاهم ويعم الهدوء والسلام محيط الأسرة.

« لا تكن متسامحاً في وضع الحدود لابنك »

الطالبة  
الشامية

إن أسوأ أساليب التربية في وضع الحدود للأطفال يتمثل في الطريقة المتسامحة للطفل أي منحه (حرية بلا حدود) وهو ما يمارسه الكثير من الآباء مع أبنائهم إعتقاداً منهم أن إمتثالهم لطلباتهم نابع من حبهم لهم .. بينما هم يحرمونهم من الإحساس بالأمان في أعماقهم .. ويضخمون إحساسهم بذواتهم .. ويصبحون مع الوقت أنانيون لا يفكرون بسبب التدليل إلا بأنفسهم.

ولكي نرى سلبية هذه الطريقة في التربية .. سنعود إلى المثال الذي ذكرته وهو شجار الأبناء .. وسنطبق عليه هذا الأسلوب التربوي. دخلت الأم الغرفة لتفاجأ بولديها أحمد ومحمد وهما يتشاجران حول لعبة واحدة.

قالت الأم (ما كل هذا الصراخ .. أريد أن تعلموا إنني لا أريد هذه الضجة حول لعبة .. أرجو أن تتوقفان عن الشجار) ثم خرجت من الغرفة لكن النقاش والشجار استمر .. لتعود إلى الغرفة مرة أخرى بعد دقائق.

قالت معاتباً (كم مرة علي أن أقول لكما أن تتوقفا عن الشجار .. هل تظنان

---

أني أسعد بترديد ما أقول .. إن هذا ليس بيتاً وإنما ساحة معركة .. سوف  
تقدمان على ما تفعلانه ببعض .. أرجوكم أن تلعبا بهدوء).

أحمد (أنا أخذت اللعبة الأول .. وهو أخذها مني)

قال محمد (هو كذاب .. لقد وضع اللعبة وبدأت ألعب بها)

ردت الأم (لماذا لا يلعب كل واحد منكما بعض الوقت لكي تتوقفوا عن العراك؟)

قال أحمد (طيب .. أنا أخذتها الأول لذلك سألعب بها الأول وبمسك اللعبة

بيديه)

أجاب محمد هاجماً عليه (أنا أخذتها الأول)

صرخت الأم بغضب (يكفي ما فعلتما بي اليوم .. لن يلعب أحد منكما بهذه

اللعبة وأخذت اللعبة منهما لتخفيها عنهما)

قال أحمد (ماما .. هذا ليس عدلاً)

علق محمد (كنا نلعب بها مع بعض)

الأم تتراجع عن قرارها قائلة (طيب .. خذا اللعبة ولا تتشاجرا مرة أخرى

عليها)

تجاوب أحمد معها (نعدك بذلك ثم وافقه أخوه).

وقامت الأم بتسليم اللعبة إليهما قائلة (لا أريد مزيداً من الشجار بينكما .. أنا

فعالاً أعني ما أقول)

وعاد الطفلان إلى الشجار

قال أحمد (هو لعب بها .. الآن جاء دوري)

قال محمد (لا لم أَلعب)

الأم (لا فائدة منكما .. كفاني ما وجدته منكما .. تشاجرا كما تشائان .. لكن افعلوا هذا بهدوء).

لنحلل هذا الموقف وأسلوب الأم المتسامح أو المتساهل لنرى مدى سلبية هذه الطريقة التي يبذل بها الوالدان جهداً مضاعفاً بلا نتيجة.

يحاول الآباء من خلال هذا الأسلوب طرق عديدة لكي يقنعوا أطفالهم بأن يتعاونوا معهم. [ونراهم يكررون ما يريدون ويقومون بتذكيرهم والتوسل إليهم ومساومتهم ومحاضرتهم والتفسير لهم] .. وأحياناً توبيخهم وتهديدهم .. والنتائج كلها متشابهة في عدم فعاليتها أو نجاحها .. والآباء عادةً إما أن يوقفوا في تطبيق حدودهم أو يستسلمون تماماً .. والأطفال أذكاء ويدركون كيف يحصلوا على ما يريدون بطرقهم الخاصة.

إن طريقة الآباء المتسامحة في التربية تهين شخصياتهم .. ومن وجهة نظر خبراء التربية فإنهم يعتقدون بإنها أسوأ بكثير من العقاب .. لأنهم بها لا يمنعون السلوك السيئ من التكرار فيما بعد ولا يعلمون أنبائهم المسؤولة.

توضيح المتساهل

إن أول ما نلاحظه في محاولة الأم إيقاف شجار ولديها هو طول المدة التي أخذتها وهي تكرر ما تريده منهما .. فبذلت جهداً مضاعفاً لكن دون أن تحصل على النتيجة المطلوبة .. فنراها قد بدأت بالتردد والتذكير لكن بإنها تجاهلها تماماً ثم بدأت تحاضرهما وتتوسل اليهما .. لكن فعلها هذا لم يعطي نتيجة إيجابية لأن الطفلان تجاهلها مرة أخرى .. ثم اقترحت الأم عليهما اقتراحاً معقولاً بأن يأخذ كل واحد منهما دوراً في اللعب باللعبة .. لكن الطفلان كانا غير مستعدان للتعاون .. مما جعل الأم تصاب بخيبة أمل. فجعلها ذلك تحاول طريقة أخرى بأن تعاقبهما بأخذ اللعبة منهما معاً وإخفاؤها .. لكنها واجهت احتجاجاً من الطفلين .. ثم بدا عليهما الضيق .. فشعرت الأم بالذنب وأعطتهما اللعبة .. أي تراجعت عن قرارها .. وقامت بالمحاولة الأخيرة بأن ساومت الطفلين لكي يتعاونوا معها .. وبذل الطفلان الوعود .. وسرعان ما كسراها .. فاستسلمت الأم وتركت الغرفة مهزومة لأنها لم تستطع إيقاف الشجار بين طفليها أو تعليمهما أسلوب أفضل لحل مشاكليهما.

وهنا أطرح هذا التساؤل الهام .. لماذا لم يتعاون الولدان؟  
الجواب واضح .. لأنهما غير ملزمان بذلك .. فوالدتهما لم تدعم أقوالها بإفعال مؤثرة تشعرهما أنهما ملزمان بتنفيذها وإنما كانت تحاول إقناعهما ..



فهل نتصور ماذا سيحدث من فوضى في الشوارع لو أن قوانين المرور وضعت بالطريقة التي تمارسها الأم مع ولديها .. تصور أنك في طريقك إلى البيت .. ورأيت إشارة حمراء وقطعتها بحجة أن الشوارع خالية .. وراك رجل المرور فقال لك (إن ما تفعله مخالف لقانون المرور .. والقانون وضع لسلامتك .. أرجو أن تتبعه في المستقبل)

ويمضي عنك دون أن يعاقبك .. هل سيمنعك هذا من أن تقطع الإشارة الحمراء إذا لم توجد سيارات حولك .. لا أعتقد .. لأنك غير ملزم بذلك .  
(ولن تأخذ كلام الشرطي بجديّة مرة أخرى إن أسلوب الآباء المتسامح مع الأبناء يشبه هذا المثال إلى حد كبير) .. فهم يوجهون الكثير من التحذيرات والأسباب المقنعة لكن الأبناء لا يتوقفون عن تجاوز الإشارة الحمراء أي الأمر الغير مسموح لهم تجاوزه .. أبائهم يهددوهم بالعقاب لكنهم لا يعاقبوهم .. والعقاب هو النتيجة الواجب تطبيقها لمخالفتهم قوانين آباءهم لذلك هم لا يهتمون ولا يأخذونها بروح جادة .. والآباء الذين يمارسون الطريقة المتسامحة لا يريدون أن يضايقوا أبنائهم أو يشعروهم بخيبة أمل .. وهم يعتقدون أن خيبة الأمل المؤقتة التي يشعر بها أطفالهم عندما يعاقبون ستضر نفسياتهم مستقبلاً .. لذلك يتراجعون عن قرار العقاب ليحموا شعور أبنائهم.

---

فهل يتوقع كل واحد منا أن يحصل علي ما يريده من هذا العالم ..؟ بالطبع لا .. بل بالعكس نحن نتعلم بهذه الطريقة كيف نتوافق مع الواقع [ . ] وعندما نمنع أطفالنا من أن يحصلوا على نتائج أعمالهم السلبية فإننا نمنعهم من أن يتعلموا قواعدنا ليتصرفوا التصرف الصحيح [ ٤٢ ]

الآباء المتساهلون مع أبنائهم يظنون أن أبنائهم سوف يتوقفون عن السلوك السيء .. إذا لا حظوا أن التوقف هو الشيء الصحيح .. ووظيفة الآباء هنا إقناع أبنائهم بهذا الاعتقاد .. فإذا لم تساند أفعالهم أقوالهم فإن الأطفال سوف يتعلمون كيف يتجاهلونها ليتابعوا ما يريدون القيام به ما دام لا يوجد ما يمنعهم من ذلك والأطفال يحاولون دائماً اختبار حدودنا ليروا إلى أي حد نسمح لهم بالتمادي فيما يريدون القيام به .. وهنا يصبح دور الآباء ضرورياً في وضع الحدود التي لا يسمحون لأطفالهم بتجاوزها ليحترموا قواعدهم مستقبلاً.

٢

## « الطريقة الديمقراطية أفضل طريقة لوضع الحدود للأطفال؟ »

يعتقد خبراء التربية أن أفضل طرق وضع الحدود للأطفال هي الطريقة الديمقراطية .. لأنها تعامل الطفل بحزم واحترام لعقله .. فالآباء يضعون أبناءهم أمام خيارين لا ثالث لهما ليتوقفوا عن سلوكهم الخاطيء .. وإذا لم ينفذوا هذا الإختيار فإنهم سوف يعاقبون بالحرمان من أمر يحبوه لوقت محدد يقرره الشخص المسؤول عن تربيتهم.

ولتكون الصورة واضحة أكثر أمام الآباء ليسهل عليهم تطبيقها سأورد المثال السابق وهو شجار الأبناء وسنطبق عليه الطريقة الديمقراطية للحد من شجار الطفلين حول تلك اللعبة .. وسنرى كيف ستحصل الأم على النتيجة الإيجابية في وقت أقصر وبمجهود أقل.

ولو سألنا أنفسنا لماذا تنجح الطريقة الديمقراطية بينما تفشل الطرق الأخرى للحد من سلوك الطفل السلبي .. فإن الإجابة على هذا السؤال بسيطة

---

وواضحة تتمثل في أن هذه الطريقة إلى جانب احترامها لشخصية الطفل وجمعها بين الحزم والإحترام فإنها تعلمه أيضاً قواعد السلوك المقبول والمسؤولية .. وأفضل من أي شيء آخر فإن هذا الأسلوب يمكن الآباء من الوصول إلى أهدافهم خلال وقت أقصر ومجهود أقل ودون جرح لمشاعر أطفالهم وتشويه علاقاتهم معهم وإثارة غضب أبنائهم للتعبير عن قهرهم .. كما يقوم هذا الأسلوب على التعاون لا المعاداة والخصام .. ويركز على تعليم الطفل وتدريبه .. ويوفر طرق محدودة وواضحة واختيارات مقبولة يضعها الآباء أمام أبنائهم لحل مشاكلهم .. ويحاسبون على أساس ما ينتج عن تصرفاتهم.

ولنعد إلى موقف الشجار بين الأخوين أحمد ومحمد .. وسوف نرى كيف تعاملت الأم معهما على أساس من الأسلوب الديمقراطي.

الأم بصوت حازم (أوقفوا هذا الصراخ والنقاش فوراً .. أنا على ثقة أننا نستطيع أن نجد طريقة أخرى لكي نتشارك في هذه اللعبة بدون عراك .. هل تريدان وقتاً قصيراً لتفكرا في الأمر قبل أن نتحدث؟)

أحمد (لا .. أنا أستطيع أن أتحدث)

محمد (وأنا أيضاً )

---

الأم (إذن .. ماهي الطريقة الأخرى التي نستطيع أن نتعامل مع هذه المشكلة بدون صراخ أو نقاش حولها؟)

أحمد (لا أدري .. لكنني أخذتها الأول .. وهو يريد أخذها مني)

محمد (لا .. لقد وضعها على الأرض .. لذلك أخذتها لإلعب بها)

الأم (طيب .. أمامكم خيارين .. إما إن يلعب كل واحد منكما باللعبة عشرة دقائق .. أو سأخذها منكما .. ماذا تختاران؟)

أحمد (سنفعل ما تريدين .. سيلعب كل واحد منا عشر دقائق)

محمد (أنا أيضاً .. لكنني أخذتها الأول)

الأم (اختيار ممتاز .. الآن سأرمي مائة فلساً وأخصص جهة منها لكل واحد منكما .. وصاحب الجهة التي سترسو عليها المائة فلساً سيلعب باللعبة عشرة

دقائق .. وسأضع ساعة وسأوقتها حتى لا يلعب أحكما أكثر من الآخر)

ونفذت الأم ما قررت عليه .. وساد الهدوء الغرفة بعد أن أدرك كل طفل منهما حدوده التي لا يستطيع تجاوزها والا سيحرم من اللعب فعلاً ..

لوقمنا بتحليل هذه الطريقة الديمقراطية التي تعاملت بها الأم مع ولديها فإننا سنجد أنها تختلف عن الطرق الأخرى كثيراً .. من حيث الوقت القصير الذي أخذته الأم لإيقاف السلوك السيء والجهد الأقل .. ومن حيث

---

تعليم أبنائها الدروس التي كانت تنوي تعليمهم .. وأنها الموقف دون أن ترفع صوتها بانفعال مثلما فعلت من قبل .. كما أننا نلاحظ أن هذه الأم كانت تعمل حسب خطة لديها .. فهي تعرف ماذا تريد أن تفعل .. وكانت مستعدة لأي معارضة من ولديها .. إن أول خطوة قامت بها هي إرسالها الرسالة الواضحة لهما عن السلوك الذي تريد منهما التوقف عن ممارسته .. وطلبت منهما بنبرة حازمة لا تناقش أن يتوقفا عن الصراخ والنقاش .. ثم قامت مباشرة بخلق المناخ للتعاون بإن استخدمت كلمة (نحن) ثم أشعرتهم أنها واثقة من قدراتهما في أن يجدا حلاً للمشكلة .. كلماتها كانت مشجعة .. رسالتها كانت واضحة ومباشرة وبذلك هيئت المناخ للولدين أن يتعاونوا معاً على أساس من الاحترام المتبادل.

لقد وفرت هذه المهارة التي يحتاجها طفلاها ليعتادوا ويتعاملوا مع شعورهما الغاضب نحو بعضهم البعض .. بإن سألتهم إذا كانا يريدان فرصة ليهدينا قبل أن يتكلما .. وكانت فترة التهدئة هي كإختيار للطفلين وتمارين لهما لكي يتمكنوا من التحكم في مشاعر الغضب لديهما .. إلا أن الأم تستطيع أن تفرض فترة التهدئة على الطفلين إذا كانت مشاعر الغضب عالية بينهما .. لا أن تجعلها كما في هذا المثال إقتراح لهما لكي يطبقاه .

---

أما مهمتها بعد ذلك فإنها تنحصر في أن تطل عليهما بين فترة وأخرى للتأكد من قدرتهما على حل خلافاتهما بهدوء .. وإذا شب نقاش بينهما فإنها تقترح عدة حلول ليستخدموها في إطار من الإختيارات المحدودة .. على أن يختاروا الحل بأنفسهما .. وبذلك سيتعلم الطفلان مسؤولية حل مشاكلهما والوسائل المطلوبة لحلها بطريقتهما الخاصة في المستقبل.

إذن .. من خلال الطريقة الديمقراطية في وضع الحدود للأطفال سنجد أن الأهداف تتحقق والسلوك السيء يتوقف .. والأطفال يحصلون على مهارة تمكنهم من حل مشاكلهم بأنفسهم .. دون أن تجرح مشاعرهم .. ودون أن يصاب الآباء بالإحباط وسط التكرار والضجة والعقاب الغاضب منهم لإبنائهم مثلما يحدث بالنسبة للأساليب التربوية الأخرى.

---

## « كيف يمكن تفادي المماثلة والجدال من الأبناء! »



مماثلة الأطفال في تلبية ما يطلبه آبائهم منهم .. تعد من أكثر العادات السلبية التي يرسخها الآباء في سلوك أبنائهم .. وهي كثيراً ما تحدث في مجتمعاتنا العربية.

خالد يعلم من والده أن عليه أولاً إنهاء واجباته قبل أن يشاهد التلفزيون .. لكنه لم يفعل ذلك .. حيث بدأ يشاهده قبل الإنتهاء من واجباته المدرسية. قال والده معلقاً ( خالد .. عليك الإنتهاء من واجباتك .. ثم مشاهدة التلفزيون)

رد خالد ( لكن يا أبي .. هل يجب أن أنهي جميع دروسي .. لقد انتهيت من نصفها حتى الآن؟)

أجاب والده موضحاً ( عندما تنتهي من مشاهدة التلفزيون سيكون الوقت متأخراً .. لتنتهي الباقي من واجباتك)

قال خالد متوسلاً ( أرجوك يا أبي .. سأشاهد هذا البرنامج فقط ثم أنهي بقية واجباتي)



قال والده يحاول إغرائه بإكماله واجبه (إذا أنهيت واجباتك كلها الآن ..  
سأدعك تظل ساعة أكثر في كل يوم)

(لكن يا أبي هل إذا أنهيت واجب آخر الآن وتركت الباقي بعد الساعة الثامنة  
ستدعني أتأخر ساعة أيضاً)

رد الأب متأففاً (لقد تعبت وأنا أتحدث في نفس الموضوع)

هنا .. لاحظ خالد ضعف والده فدخل من هذه الثغرة ليستخدمها لصالحه.

(أرجوك يا أبي .. أوعدك أنني سأنتهي من دروسي الساعة التاسعة مساءً)

أجاب الأب بعد أن فقد صبره تماماً .. (طيب سأدعك هذه المرة لكن غداً لا  
تعيد لي هذا الموال إذا كان لديك واجبات)

رد خالد فرحاً بانتصاره (أوعدك بأن أفعل ذلك)

هل سمع الإبن أي رسالة في هذا المثال من الأب أن أداء واجبه المدرسي قبل  
مشاهدة التلفزيون أمر واجب .. خالد لم يسمع هذه الرسالة ولا نحن .. بل  
بالعكس .. جعل الأب الأمر قابل للمناقشة والتفاوض مع ابنه .

وبالنسبة للأطفال .. التفاوض معناه فرص للاختيار .. وخالد حاول أن يدرك  
إلى أي حد يستطيع أن يستغل الفرصة التي سنحها له والده .. والآباء الذين  
يتركون أولادهم يماطلوهم بالنسبة لحدودهم .. كأنهم يشجعوهم على أن  
يقوموا بذلك .. وهذا ما فعله والد خالد معه.

---

الجدال والنقاش تعبيران من الأساليب السلبية التي يستخدمها الآباء في تربية أبنائهم.

واليكم مثال عليه حتى يمكننا أن ندركها لتجنبها مع أطفالنا.  
سهى فتاة في التاسعة من عمرها .. كان عليها ترتيب غرفتها قبل أن تذهب للعب مع صديقتها .. خصوصاً وأن الخادمة قامت بتنظيفها صباحاً كعادتها.

قالت سهى معترضة على طلب والدتها (لا أدري لماذا علي أن أرتب غرفتي قبل أن أذهب .. إذا كنت أنت لا ترتيبيها عندما تخرجين مع والدي مساءً)

رد عليها الأب (غرفتنا نظيفة .. نفذي ما ما قلناه لك)

أجابت سهى مجادلة (سريركما غير مرتب وكذلك الغرفة)

قال الأب بإصرار (أمك رتبت الغرفة .. الآن إفعلي ما طلبته منك)

واحتجت الإبنة فائلة (هذا ليس بعدل .. أنتما تختاران الوقت الذي تقومان فيه بترتيب غرفتكما خلاله .. وأنا لا أستطيع)

أجاب الأب بعد أن بدأ يفقد صبره مع ابنته ومماطلتها

(لقد سمعت ما فيه الكفاية منك .. ومللت من سماع شكاويك .. أنت تعرفين

القواعد في هذا البيت .. فافعلي ما قلته لك).

دعونا نحلل هذا الموقف التربوي لندرك أين يوجد الخطأ فيه .. رسالة الأب

---

للإبنة واجهتها بالجدال والنقاش حول القواعد التي وضعها لها .. وما حدث أثناء ذلك أن سهى لم تقم بتنظيف غرفتها .. ولن تقوم بذلك إلا بعد أن ينتهي ذلك التوتر .. وهذا النوع من النقاش قد يستمر فترة أطول .. ومعنى ذلك أن القواعد أو الحدود التي يضعها الاب لتسير عليها ابنته هي موضوع قابل للمناقشة والجدال .. وبدن أن يقصد .. كان الأب يشجع صراع القوة لتشجيع سهى لكي تختبر حدوده وتطيل فترة ممارستها لسلوكها السيء.

## « ابتعد عن الخطب ولا تتجاهل سلوك ابنك السلبي »»



تتعدد الأساليب المتساهلة التي يستخدمها الآباء في تربية أبنائهم .. لكنني سأحاول أن أتناول أهمها ليتفادها الآباء في تعاملهم مع أطفالهم.

### الخطب والمحاضرات :

لا تلقي محاضرة على ابنك إذا خالف قانون أو وقت يلتزم به وضعته له فهذا الأسلوب يعد من الأساليب السلبية في التربية .. خصوصاً إذا لم يتبعه ردع من الأب أو الأم على مخالفة الطفل .. وهذا الأسلوب أيضاً يبعده عنك ولا يكثر بك مرة أخرى .. وهو يتظاهر أمامك بالإصغاء وأنه سيقوم بتنفيذه لوعده .. وهو لا يصغي ولا ينوي تنفيذ ذلك الوعد.

وإليك مثال من واقع الحياة لنرى من خلاله خطأ هذا الأسلوب .  
يسرا فتاة في التاسعة من عمرها .. كانت والدتها قد أفهمتها قبل خروجها إلى بيت صديقتها أنها تريدها في البيت عند السادسة مساءً .. لأن ذلك الوقت مخصصاً لعشاء الأسرة كلها .. حيث يعمل كل من الأب والأم إلى الساعة

لكن يسرا لم تعد إلا عند الساعة السابعة .. لأنها كانت متمتعة بوقتها مع صديقتها ونست موعدها الذي التزمت به لإمها وأبيها أو بمعنى آخر تناسته قابلتها أمها عند باب البيت غاضبة بقولها :

(أين كنت إلى هذه الساعة .. ألم أقل لك عليك الحضور إلى البيت الساعة السادسة مساءً .. أنت تعلمين أننا ننتظر لنتناول وجبة العشاء .. والدك وأخوك وأنا جائعين وأنت بلا مبالاة تتأخرين ساعة .. ألا تفكرين فينا ونحن ننتظر عودتك .. لقد برد الطعام وعلي أن أقوم بتسخينه من جديد .. أي نوع من البيت سيكون هذا البيت إذا حضر كل شخص ليتناول العشاء متى ما أراد .. ألا ترى أنني أقوم وحدي بالإهتمام بهذه الأمور ولا يوجد من يساعدني الآن إذ هبي لتغسلي يدك وتعالني فوراً لنبدأ في تناول الطعام جميعاً)

هل كانت رسالة الأم واضحة ليسرا بإنها جاءت متأخرة .. هل قالت لها أنها لن تسامحها إن جاءت متأخرة مرة أخرى .. لم تسمع يسرا كلمة واحدة تفهم منها هذا المعنى.

هل ستساعد هذه المحاضرة يسرا في فهم مسؤوليتها حول قدومها في الوقت المحدد لها في المرة القادمة .. لا أعتقد .. بل بالعكس علمت يسرا من تعامل

أمها السلبي مع الموقف أن التأخر ساعة عن المجيء ليس بالأمر الهام .. ولن تسمع بسببه إلا محاضرة من أمها فقط .. أي أنها إذا أرادت أن تلعب مرة أخرى فأنها تستطيع ذلك .. ليس ذلك فقط .. وإنما سوف تعتمد على أمها التي ستقوم بتسخين العشاء لها .. وسيكون كل شيء معداً في انتظارها رغم تأخرها في عودتها .. أي أن أم يسرا أعطت ابنتها إضاءة صفراء وهذا يعني أنها تستطيع أن تتأخر إذا أرادت وسوف لن تتحرك يسرا الفرصة في أن تتأخر عندما ترغب.

#### تجاهل السلوك الخاطيء:

وهذا أسلوب آخر سلبي في التربية يقوم على أساس تجاهل تصرفات الأطفال السيئة.

فالطفل يتصرف بطريقة سيئة أمام والديه وهما يحاولان تجاهله لكي يصاب باليأس ويتوقف .. لكن من يؤكد لنا أن الطفل سيتوقف من تلقاء نفسه مادام مستمتعاً بما يفعل ولا يجد أحد يردعه.

محمد طفل في الرابعة من عمرة .. كانت أمه في زيارة لجارتها وأخذته معها .. وجد محمد أن البيت مليء بالإكسسوارات .. فأخذ يمسك هذه القطعة ليراها .. ويتركها ليمسك قطعة أخرى .. وصاحبة البيت تجلس على أعصابها

---

مخافة أن يكسر الطفل اكسسوار مما حوله .. ولا تستطيع أن تغضب على الطفل .. والأم تتجاهل ما يفعله طفلها على أمل أن يمل ويترك كل شيء ليجلس بجوارها .. لكن لماذا يترك محمد اللعب بهذه القطع وهو متمتع بها ؟ .. كان عليها أن تقول له بحزم أن هذه القطع التي حوله ليست للعب وتعطيه لعبة لديها ليلعب بها فوراً وبحزم.

التوجيهات الغير واضحة :

شيخة فتاة في السادسة عشر من عمرها .. قال لها والدها وهي خارجة إلى السينما مع صديقاتها :

(لا تتأخري كثيراً في العودة إلى البيت)

ماذا يعني الأب بكلمة متأخرة جداً .. هل هي الساعة التاسعة أو العاشرة أو أكثر .. ومن يصمم على ذلك .. أليس على الأب أن يجلس مع إبنته قبل أن تخرج ويتفق معها على وقت محدد للعودة فيه.

إن هذا النوع من الجمل التي يستخدمها الآباء مع أبنائهم تجذب الأبناء إلى اختبار مدى جدية آبائهم فيما يقولون .. وهل نعتقد أن شيخة إذا كانت تقضي وقت ممتع مع صديقاتها ستلتزم في العودة مبكرة ؟ .. أو ستتصل بوالدها

---

تطلب منه أن تظل أكثر .. لا أعتقد أنها ستفعل ذلك.

علينا بالابتعاد عن جمل (العب بطريقة أقل خشونة مع أخوك) إذ كيف يمكن للطفل أن يقدر ماهو اللعب الأقل خشونة أو الأكثر خشونة .. إن هذه الجمل العائمة ترسل رسائل غير واضحة للأبناء ولا تفيد في تقويم سلوكهم .. أو تعليمهم الإحساس بالمسؤولية .. الأفضل هو توجيه جمل واضحة تحدد مسار سلوك الأبناء الصحيح.

#### ضرب الأبناء :

أن يضرب الأب طفليه إذا تشاجرا بصوت عال .. لا يعلمهما أسلوب عملي مفيد في إنهاء مشاجراتهم .. بل بالعكس يتعلم الأطفال من ذلك أن آبائهم الذين يعتبروهم قدوة لهم قاموا بضربهم .. فلماذا لا يضربوا بعضهم بعضاً .. أي أن أباهم علمهم أن يفعلوا ما يحاول أن يجعلهم يبتعدون عنه.



## « الأسس الهامة في التربية الحازمة الناجحة »

٦

لكي نكون مؤثرين في تطوير سلوك أبنائنا فإننا يجب أن نوجه لهم رسائل واضحة تحمل الحدود التي نسمح لهم بها .. أي ماذا نتوقع منهم من تصرفات مقبولة لدينا في الموقف الذي نجد أنفسنا معهم أمامه .. إلا إن استخدام هذا الأسلوب الحازم في تربية الأبناء يتطلب عدة أسس لنجاحه .. ترى ما هي هذه الأسس؟

١. تركيز رسالة الآباء على سلوك الطفل لاعلى شخصيته.

أي على الآباء أن يفصلوا بين سلوك الطفل وشخصيته وهما ينتقدانه .. مع شرحهما للطريقة الصحيحة البديلة للسلوك المرفوض الصادر عنه. ولنقترب من الصورة أكثر .. فنستطيع تطبيقها بسهولة على أبنائنا سنضرب هذا المثال.

إذا كان والد عادل البالغ من العمر ست سنوات يريده أن يتوقف عن معاكسة ومضايقه أخوه الأصغر .. فإن على الأب أن يقول لإبنه بنبرة حازمة :  
(عادل .. توقف عن مضايقة أخوك الآن)

---

ولا يقول له ( أنت ثقيل الظل بتصرفاتك هذه )  
أو بأسلوب متساهل قائلاً ( عادل .. لا أحد يجب تصرفاتك السخيفة هذه ) أو  
( كيف تتصور شعور أخوك وأنت تتصرف معه هذه التصرفات؟ )  
لإن عادل سيكره نفسه التي تصفها ولا يهمله أن يعرف شعور أخوه نحو  
تصرفاته ولن يتوقف عنها من أجل ذلك.

وإذا كنت تريد لإبنتك مريم البالغة من العمر ٧ سنوات أن تتوقف عن  
مقاطعتك وأنت تتحدثين مع صديقتك هاتفياً عليك أن تقولي لها بحزم :  
( مريم .. توقفي عن مقاطعتي من فضلك ) أو ( مريم .. عليك أن تنتظري حتى  
أكمل مكالمتي )

ولا تقول لها الآتي : ( مريم .. ألا ترين أنني مشغولة )  
ماذا فهمت مريم من رسالة أمها .. لا شيء يعلمها أن لا تقاطعها وهي تتحدث  
هاتفياً، أو أن تقول لها : ( مريم .. أنت فعلاً لا تراعين شعور من حولك ).  
إذ لا يهم مريم أن لا تراعي شعور غيرها إذا مر تصرفها دون عقاب يردعها.

٢- كن مباشراً ومحدداً.

أي إمنح إبنتك المعلومات التي تريده أن يعرفها بطريقة مباشرة ومحددة ..  
عليك أن تقول له متى وكيف تريده أن يقوم بها .. وكلما قللت من كلماتك كلما

---

كان ذلك أفضل له.

فمثلاً إذا أردت من ابنك البالغ ١٣ عاماً أن يصل في موعد العشاء الساعة السابعة فعليك أن تقول له (كن في البيت الساعة السابعة) ولا تقول له (لا تتأخر كثيراً في عودتك للبيت) أو (حاول أن تعود في الوقت المحدد)

لأنك إذا استخدمت هاتين العبارتين .. ستصيب ابنك بالحيرة. من الذي سيقدر ماذا تعني عبارة (لا تتأخر كثيراً) أو (في الوقت المحدد) هل الذي سيقدر ذلك أنت أم ابنك التي لا يتجاوز الثالثة عشرة من عمره. كلا العبارتين تفتح المجال لإختبار الأبناء لآبائهم حول مدى جديتهم .. وإذا كانت هناك طريقة للإفلات من العودة مبكراً .. سيقومون بها. لنفترض أن ابنتك أبدت إهمالاً في تنظيف حمامها بعد أن قامت باستخدامه .. رسالتك كأم يجب أن تكون كالآتي

(سارة .. حمامك بحاجة إلى تنظيف كامل منك .. أي عليك أن تتشلي الفوطة التي أسقطتها على الأرض بعد الإنتهاء من استخدامها .. وأن تضعي ملابسك في المكان المخصص للغسيل .. وأن تمسح شعر رأسك الذي تساقط على الحوض).

لو استبدلت الأم هذه العبارة الحازمة بعبارة أخرى قائلة (هدى .. أتمنى لو

---

أنك تقومي بواجبك في تنظيف حمامك بصورة أفضل) أو (الحمام يمكن أن يكون أكثر نظافة)

من يقرر هنا عبارة (واجبك في تنظيف حمامك بصورة افضل وأكثر نظافة) الأم أم الإبنة .. بدون رسالة واضحة ومحددة .. سيكون الأمر غير واضحاً بالنسبة إلى سارة .. وستقوم بعمل أقل مما تتوقعيه منها.

### ٣- استخدم نبرتك العادية.

نبرة صوتك مهمة جداً بالنسبة للتعامل مع ابنك. الصوت المرتفع يبعث رسالة خاطئة له .. تعني أنك قد بدأت تفقد السيطرة على نفسك في التعامل مع ابنك .. وأنت تريدين نبرة صوتك أن تمنح ابنك إحساساً أنك تسيطرين على الموقف وأنت حازمة ومصممة على أن ينفذ ما طلبتيه منه .. وأنه واجب لا يناقش .. كل ذلك بنبرة هادئة.

الحدود الحازمة لا تقال بطريقة عصبية وغاضبة .. ليس هناك حاجة للثورة والصراخ أو حتى أن يرتفع صوتك لتقنعي ابنك أنك تعنين فعلاً ما تقولين. وإذا تطلب الأمر فإن أفعالك الناتجة عن عدم طاعته لك سوف تؤكد له قوة سلطتك أكثر من كلامك معه.

---

٤. وضحي نتائج عدم طاعة إبنك لك إذا كان ذلك ضروريا.

إذا كنت تتوقعين أن يقوم إبنك باختبار طلبك أو أنه لن يتبعه فإن من الأفضل أن توضحي نتائج عدم التزامه التي ستطبقها عليه وأنت تطلين منه القيام به .. ولا يعد ذلك تهديداً لإبنك وضعته أمام اختيار أحد الأمرين.  
مثلا: إذا ركب إبنك الدراجة في شارع عام عليك أن تقولي له.  
(من فضلك لا تتركب الدراجة في الشارع العام إذا قمت بذلك .. فأني سأحرمك منها بقية اليوم)

الآن أصبح لدى إبنك كل المعلومات المطلوبة ليتعاون معك .. ولو أنه حاول اختبار مدى جديتك فيما حددته له .. ولم يطعك .. ما عليك هو أن تحرمه فوراً من الدراجة لبقية اليوم .. هنا سيبدأ في أخذ حدودك بجدية وسيفعل ما تريدين .. لن تكوني فيما بعد في حاجة أن تحددى نتائجك لتوضحي مصداقيتك.

7

« المسؤولية .. ماذا تعني؟ »

« وكيف يتعلمها الأبناء؟ »

نتطلع كأباء إلى أن يتعلم أبنائنا الإحساس بالمسؤولية .. ونعتقد بإننا نستطيع أن نحقق ذلك من خلال ما نرضه عليهم من واجبات يومية .. قد يطلب الأب من ابنه القيام بمسؤولية رمي القمامة يومياً .. أو قص حشيش الحديقة مرة في الأسبوع .. أو ترتيب غرفته عندما ينهض من النوم لكي يتعلم تحمل المسؤولية .. وقد تطلب الأم من ابنتها أن ترتب سريرها كل يوم .. أو أن تحتفظ بغرفتها نظيفة لكي تزرع في نفسها الإحساس بالمسؤولية .. إلا أن خبراء التربية يؤكدون أن هذا الإحساس لا ينمو في نفوس الأبناء من خلال ما نرضه عليهم من أعمال روتينية .. بل بالعكس إذ قد ينتج عنه صراع بينهم وبين آبائهم يسيء إلى علاقتهم بهم ، لما يستثيره من مشاعر الغضب والإستياء في نفوس هؤلاء الأبناء .. كما أن إصرار الأب على أن يقوم ابنه بواجب يومي سيجعله مرغماً على طاعته .. لا رغباً في أداء ذلك العمل .. والطاعة الناتجة عن غير اقتناع لا تجعل الطفل رغباً في تحمل المسؤولية .. لأن هذه الرغبة لا تنمو بالفرض وإنما بشكل طبيعي من خلال ما يمتصه هذا الطفل من قيم أخلاقية

---

اجتماعية إيجابية في البيت والمجتمع المحيط به أثناء نمو شخصيته .. وهي التي تزرع في نفسه الإحساس بالمسؤولية نحو أسرته ومجتمعه .. والمؤسف هنا أن معظم الآباء لا يدركون أو يتجاهلون حقيقة كونهم قدوة لإبنائهم .. فيتصرفون بإسلوب لا يحمل روح المسؤولية نحو أسرهم ومجتمعاتهم .. ثم يتطلبون من أبنائهم أن يشعروا بأهمية الإحساس بالمسؤولية .. بينما لن يتعلم هؤلاء الأبناء ذلك الإحساس مثلما ذكرت من قبل إلا من خلال امتصاصهم لما تحمله تصرفات آبائهم اليومية من قيم أخلاقية .. سوف تنغرس في نفوسهم وتشكل أحكامهم الخاصة .. فكيف نريد لهؤلاء الأبناء الإحساس بالمسؤولية .. وهي غير متواجدة في نفوس آبائهم ؟.

كما تؤكد لنا وقائع الحياة أن الطفل المؤدب الملتزم بإداء واجبات حياته اليومية .. قد لا يكون قادراً على أن يتخذ قرارات مسؤولة تتعلق بحياته أو مستقبله .. لماذا ؟ لأن والديه لا يتركان له الفرصة ليعبر من خلالها عن رأيه .. وإنما عليه أن يطيع ما يصدر إليه من أوامر .. بينما يحتاج كل طفل إلى مساحة من حرية الاختيار لكي يتعلم كيف يختار ويصدر أحكامه. ومن خلال ذلك سينمو الإحساس بالمسؤولية في أعماقه.

---

والخطأ الذي يرتكبه أكثر الآباء يتمثل في عدم إعداد أبنائهم لكي يتعاملوا مع مشاعرهم السلبية .. والسبب في ذلك يعود إلى أن الآباء أنفسهم لم يعلمهم آباؤهم أن يفعلوا ذلك.

فنرى مثلاً كيف ينكر الأب مشاعر الكراهية التي يبديها ابنه لإخاه قائلاً له (أنت بالتأكيد لا تعني ما تقول .. أنت تعلم أنك تحب أخاك الصغير) أو يستنكر على ابنه أن يشعر بذلك الشعور فيقول له (لست أنت بالتأكيد الذي تكره أخاك .. وإنما هو الشيطان في داخلك هو الذي يكره أخاك) أو يهدد الأب ابنه قائلاً (إذا سمعتك مرة أخرى تذكر أمامي أنك تكره أخاك .. سأضربك .. الأطفال الطيبون يجب أن لا يشعروا بالكراهية لإحد) أو يحاول تجميل مشاعر ابنه بأن يقول له (من المؤكد أنك لا تكره أخاك .. وإنما لا ترتاح إليه .. عليك أن تترفع عن هذه المشاعر)

إذن، ماذا فعل الأب من خلال هذه التعليقات؟ لقد أنكر وهو يتعامل مع ابنه حقيقة أن المشاعر مثل الأنهار لا يمكن إيقافها .. وإنما يمكن تحويلها إلى مكان آخر .. والمشاعر القوية أو الغاضبة مثل المياه الفائضة في النهر لا يمكن إنكارها أو تجاهلها .. لأننا عندما نفعل ذلك ..



---

فإننا بذلك نعد أنفسنا لكارثة قادمة .. لذلك كان على هذا الأب أن يدرك  
مدى قوة مشاعر ابنه السلبية وحقه في التعبير عنها .. أو يحاول تحويلها عن  
مسارها بمهارة .. لكي يخلق جواً من التفاهم والحب بينه وبين أبنائه.

## « كيف يتعلم الأبناء قوانين آبائهم »

لا يولد الأطفال بفهم غريزي للقواعد المطلوبة منهم للسلوك الصحيح .. من يقوم بهذه المهمة هم الآباء .. ولكي يقوم بها الآباء فإن عليهم أن يدركوا الدور الخطير الذي يلعبوه في حياة أبنائهم .. إن يتعلموا الطرق السليمة في توجيه هؤلاء الأبناء إلى التصرفات الصحيحة إلى جانب دورهم في زرع الإحساس بالإطمئنان والثقة في أعماقهم .. والرغبة في تطوير أنفسهم بأنفسهم.

والسؤال الهام هنا .. متى يتعلم الأبناء هذه القواعد من آبائهم؟  
يؤكد خبراء التربية أن من واجب الآباء أن يبدأوا في ذلك التعليم منذ سنوات الطفولة بأسلوب واضح ومفهوم .. فيتعود عليها هؤلاء الأبناء عندما يكبروا .. وتصبح جزء من سلوكهم اليومي.

كلنا نعلم أن الأطفال لديهم فضول غريزي للمعرفة .. وأحب الأشياء إليهم أن يكتشفوا الأجهزة المتواجدة حولهم في البيت .. من تلفزيونات وأجهزة تسجيل ورايوهات .. كل تلك الأزرار .. والألوان تستهويهم .. فتمتد أيديهم

---

للإمساك بها .. فماذا يكون رد فعل آبائهم ؟.. هناك آباء يوجهون إليهم نظرة غاضبة ويضربوهم على أيديهم حتى لا يمسكوا ذلك الشيء مرة أخرى .. ويكررون كلمة لا تمسك أو لا تفعل ذلك ويشرحون ويفسرون لهم دون أن يعاقبوا أطفالهم حتى يضعوا حداً لعبثهم المضر بإجهزة البيت أو لتصرفاتهم الأخرى الغير صحيحة.

أما بعض الآباء فيضع أمام طفله خيارات محدودة أخرى لكي يتوقف عما يفعل بحزم على أساس أن ما وضعوه أمر جازم لا يناقش ولا عودة بعد اختياره لما طلبه من والديه .. وبذلك يتوقف عن سلوكه الخاطيء.

هذه الطرق الثلاثة في التربية هي الإطار الذي تحدثت حوله من قبل لكن الأبناء يستمرون في اختبار آبائهم ومدى قوتهم وضعفهم في الإلتزام بحدودهم .. وتستمر هذه المحاولات أكثر من عشرة مرات أحياناً حتى تترسخ هذه الحدود في مفهومهم وتصبح جزء طبيعي من سلوكهم اليومي .. وتتطلب هذه الفترة من الإختبار من الآباء صبراً وإصراراً وفهماً واحتراماً لشخصية هؤلاء الأبناء حتى ينمولىديهم القدرة على اتخاذ القرار وتحمل مسؤوليته. كما علينا أن لا ننسى أهمية أن تكون الرسالة التي يوجهها الآباء إلى أبنائهم

---

واضحة .. وتطبيق حدودهم لردع السلوك السيء ثابتة .. وبتكرارها سيتعلم هؤلاء الأبناء كيف يحترمون تلك الحدود ويكونوا مسؤولين عن تصرفاتهم ونتائجها السلبية أو الإيجابية.

ولنضرب مثال على ذلك ليسهل على الآباء فهم ما ذكرته وتطبيقه .. لنفترض أن أم قالت لإبنتها أن موعد نومه الساعة الثامنة والنصف .. وتأخر في نومه إلى الساعة التاسعة .. وتعود على ذلك .. ماذا سيتعلم الطفل هنا؟ سيتعلم أن موعد نومه الساعة التاسعة وليس الساعة الثامنة والنصف .. لكنها إذا قالت لإبنتها أن موعد نومه الساعة الثامنة والنصف .. وأصرت على أن ينفذ هذا الموعد في الوقت الذي حددته له بالضبط .. فإنه عن طريق التكرار سيتعود على أن موعد نومه لن يتغير وعليه أن ينفذه كما هو .. وإصرار الأم هنا على تنفيذ الموعد هو الفعل الذي يؤكد القول بأن موعد نومه الساعة الثامنة والنصف .. وبذلك سيذهب الطفل فوراً إلى الفراش .. لأنه يدرك أن أمه تعني ما تقول ومصرة عليه وسيجد عقاباً إذا لم يطبقه.

وعندما تتطابق أفعالنا مع أقوالنا كأباء باستمرار .. سيتعلم أطفالنا أن يأخذوا كلماتنا بجدية وسيدركوا القواعد أو الحدود التي وضعناها .. وعندما

---

لا تتطابق أقوالنا مع أفعالنا سيتعلم أطفالنا كيف يتجاهلوننا على أساس ما لديهم من خبرة بالنسبة لتساهلنا معهم عندما قاموا بكسرها من قبل .. وهذا الأساس في عدم القدرة على الإتصال بيننا وبين أبنائنا هو مصدر إنهيار عملية التعليم والتعلم بالنسبة للطرق التي نستخدمها لتعديل سلوك أبنائنا من خلال وضع الحدود لهم .. لكن أكثر الآباء لا يدركون ذلك .. ويواصلوا تعليم قواعدهم لابنائهم بنفس الكلمات التي لا تدعمها أفعالهم بينما يتعلم هؤلاء الأبناء من هذه الأفعال.

---

## « كيف نوقف سلوك الأبناء السيئ؟ »

٩١

لوسألنا إنفسنا هل يتوقف أبنائنا عن سلوكهم السيئ .. لو أن خطابنا لهم أخذ شكل الأمل والتمني ليتوقفوا عن ذلك السلوك .. المثال الذي سأستعرضه يرينا أننا نحلم إذا كنا نظن أنهم سيتوقفون.

شهرزاد طفلة في الرابعة من عمرها .. وجدت جهاز الكمبيوتر أمامها في غرفة مكتب والدها .. فأثار فضولها .. وأرادت أن تعبت بمفاتيحه عندما دخلت أمها الغرفة.

قالت الأم (شهرزاد أتمنى منك أن لا تلعب مع كمبيوتر والدك).  
ماذا فعلت شهرزاد (تجاهلت كلام أمها وأمنيتها .. وتابعت اللعب بمفاتيح  
الطباعة).

حاولت معها والدتها مرة أخرى لكي تترك الجهاز.  
قائلة (شهرزاد أنت تعلمين أن والدك لا يعجبه أن تلعب بجهاز الكمبيوتر)  
لكن شهرزاد واصلت اللعب بمفاتيح الطباعة .. وبدأت الأم تفقد أعصابها

---

فقلت بحدة (لقد بدأت أغضب من تصرفك .. وأتمنى فعلاً أن تتوقف قبل أن يزداد غضبي)

ماذا فعلت شهرزاد..؟ واصلت العبث بمفاتيح الطباعة.

وهنا أسأل القاريء .. هل وجد في كلام الأم عبارة واضحة تقول من خلالها لإبنتها ماذا تتوقع منها أو ما هو المطلوب منها حتى تتوقف عن اللعب بجهاز الكمبيوتر؟

الواضح أن شهرزاد لم تسمع هذه العبارة.

الأمل والتمني والرغبة .. المشاعر التي أبدتها الأم لإبنتها لكي تتوقف .. ليست لها علاقة بأن ابنتها يجب أن تتوقف .. وطاعتها تعتمد على اختيارها هي .. ولا تعني أنها يجب أن تتوقف.

الأبناء عندما يقابلون عبارات شبيهة بهذه العبارة يحاولون جس نبض الطرف الآخر .. بأن يجربوا عمل العكس لكي يتأكدوا أن هذا الطرف جاد فيما يطلب .. وهذا ما فعلته شهرزاد عندما واصلت اللعب بمفاتيح الطباعة في جهاز كمبيوتر والدها.

هناك طريقة سلبية أخرى يستخدمها الآباء .. هي إعادة الطلب للطفل وتذكيره به لكي يتوقف عن سلوكه الخاطيء وسأستعرض مثال حتى يدرك الآباء ما هي هذه الطريقة ليتفادوها مع أبنائهم.

---

استلقى علي على الكرسي في غرفة التلفزيون يشاهد برنامج المفضل بصوت عال تضايق والده من علو صوت التلفزيون فناده من الغرفة الأخرى.  
(علي أخفض صوت التلفزيون).

لكن علي تجاهل طلب والده فهو متشوقاً لإحداث الفيلم الذي يشاهده .. مرت عدة دقائق وصوت التلفزيون لا زال عالياً.

صرخ والده بعد أن بدأ يفقد هدوء أعصابه (علي أخفض صوت التلفزيون) تجاهل علي مرة أخرى طلب والده .. مما أثار الأب .. فدخل الغرفة مندفعاً غاضباً ووقف بين ابنه وجهاز التلفزيون قائلاً (هل ستقبل التلفزيون بنفسك أم أقفله أنا؟)

حينذاك فقط أخفض علي صوت التلفزيون.

لنحلل ذلك الموقف التربوي لنذكر أين نقاط الضعف التي تجعل الولد لا يلتزم بكلام والده من البداية.

عندما تجاهل علي طلب والده لأول مرة .. لم يفعل الأب شيئاً .. وعندما رجاه في المرة الثانية ولم ينفذ علي رجائه .. لم يفعل الأب شيئاً .. إذا كان والد علي لم يفعل شيئاً لوقف سلوك ابنه .. فلماذا يهتم علي؟ .. وكذلك حدث الأمر نفسه في المرة الثانية .. فلماذا يأخذ علي كلامه مأخذ الجد؟.



---

هناك إذا رسالة غير واضحة يرسلها الأب لابنه .. تحيره .. والده يطلب منه أن يخفض صوت التلفزيون .. لكن فعله يقول لابنه :

لن أفعل أي شيء إذا لم تخفض الصوت .. على الأقل في الوقت الحاضر إذا كنت تريد أن تشاهد برنامجك بصوت عال.

أي أن الولد سيتبع هذه الرسالة التي لمسها في تصرف والده .. وهي عكس ما يريده الأب.

يخطأ الآباء كثيراً عندما يعيدوا ويذكروا أبنائهم دون قصد منهم .. لإنهم يعلمون أبنائهم كيف يتجاهلوهم .. وأمثال علي ووالده كثيرون في المجتمع .. لذلك يشتكي الآباء من عدم طاعة أبنائهم لهم.

إن الطفل لا يتوقف عن سلوكه السيء إلا إذا وجد موقفاً حازماً جاداً من الأب .. بأن يمنح الطفل لمدة محددة من مشاهدة التلفزيون لأنه لم يلتزم بما طلبه منه .. ما يقوله الآباء للأبناء ليتوقفوا عن سلوك سلبى .. يجب أن يتبعه فعل حازم يحترم به الأبناء ما يطلبه منهم آبائهم .. ولا أكتفي بهذه الأساليب المتسامحة الغير مؤثرة .. لأن هناك المزيد منها علينا كأباء الإمام بها لكي نستفيد منها في وضع الحدود لابنائنا ليعرف كل فرد في العائلة أين حقوقه وواجباته.

« لماذا لم تتوقف هنا عن سلوكها السيء ثم توقفت؟ »

١٧

تعود الآباء على استخدام أساليب خاطئة في التربية يهدفون منها إلى إيقاف تصرفات أبنائهم السيئة .. لكن هؤلاء الآباء لا يدركون أن تلك الأساليب لا يفهمها الأطفال على أنها تتطلب منهم التوقف .. هم لا يدركون أن محاولاتهم لأن يقولوا (لا) لإبنائهم يسمعونها هؤلاء الآباء على أنها (نعم) أو بعض الأحيان يمكن أن تكون (نعم ولا)

من المعروف في علم تربية الأطفال أن الحدود التي نضعها للأطفال تقوم على ٣ قواعد.

إما أن تكون حازمة أو متساهلة أو متسلطة وكل طريقة تختلف في توصيل ما نريد أن يسمعه أبنائنا.

وسيعرف الآباء أي نوع من الحدود التي يستخدمونها مع أبنائهم .. ولماذا لا يستجيب هؤلاء الأبناء لهذه الحدود .. وسيتعلم الآباء أيضاً كيف يقللوا من محاولات ابنائهم لإختبارهم بالنسبة لمدى صلابة مواقفهم منهم .. وذلك بأن

---

يبدأوا في توضيح حدودهم لإبنائهم بعبارات واضحة تبين توقعاتهم من هؤلاء الأبناء.

مثلما علمنا من قبل أن الحدود تشبه في تأثيرها على الأبناء إشارات المرور للساائقين .. الإشارات الحمراء تعني (الوقوف وإلا فإن هناك عقاب) .. والإشارات الصفراء لا تعني (لا) قطعياً .. والإشارات الخضراء تعني (نعم) واضحة.

وتحت ذلك الغطاء يكمن صراع السلطة بين الآباء وأبنائهم .. من يملك السلطة على الآخر ومن هو الواقع تحت هذه السلطة .. وهنا يسأل الأبناء أنفسهم.

(إلى أي مدى يمكن أن نذهب لنختبر صلابة موقف آبائنا من الرفض .. وماذا سيحدث لو أننا تمادينا في سوء التصرف؟)

ما نعلمه من تجارب الحياة أن الأبناء لا يسألون آبائهم أن يوضحوا حدودهم وتوقعاتهم. وإنما يستخدمون تصرفاتهم لاختبار هذه الحدود والتوقعات من آبائهم .. هم يفعلون ما لا يريدون منهم أن يقوموا به .. ويتنظروا ليلاحظوا ردود أفعال آبائهم .. وعلى أساس ردود الأفعال هذه يقرروا ما إذا كانوا سيطيعون آبائهم باختيارهم .. أو لا يوجد خيار لهم سوى طاعة هذه الحدود .. وهذا ما يسميه خبراء التربية (السلوك الإختباري للحدود التي يضعها

---

الآباء) وعلى أساسها إما أن يلتزم الطفل بالحدود التي وضعت له أم لا.  
وما سأورده من مثال يؤكد ما ذكرته.

هناك تبلغ من العمر ست سنوات. سلوكها يشبه سلوك الكثير من الأطفال.  
فهي رغم ذكائها ومعرفتها بحدود والديها .. إلا إنها تقاوم أن تفعل كل ما  
يقال لها في المدرسة أن تفعله .. هناك تدفع كل من حولها إلى حد التآفف  
والضيق .. بل والثورة عليها .. لذلك لم تجد أمها بدأً من أن تأخذها إلى خبير  
تربوي ليساعدها على وضع حداً لسلوك ابنتها السيء.  
يقول ذلك الخبير مستعرضاً تجربته مع هذه الابنة وكيف استطاع وضع حداً  
لعدم طاعتها للحدود التي توضع لها من قبل والديها.

بدأ أولاً بيان أوضح للأمر ما هو الخطأ في تعاملها مع ابنتها .. فماذا فعل؟  
يقول الخبير التربوي (استقلت هناك على الكرسي الدوار في مكتبي .. وبدأت  
خلال دقائق في الدوران مثل غيرها من الأطفال .. كان بعضهم يضع رجليه  
على الكرسي .. رغم علمهم أن آباءهم لا يرضون على هذا التصرف .. لكنهم  
يقومون به ثم ينظرون إلى آباءهم ويلاحظوا ردود فعلهم .. والدة هناك  
استجابت لدوران ابنتها كما يستجيب الكثير من الآباء .. نظرت إليها نظرة  
حاددة .. مع رفع أحد حاجبيها لإظهار عدم رضاها عن سلوكها.

---

هناك فعلت كما يفعل الكثير من الأطفال .. أدركت عدم رضا والديها .. وتوقفت قليلاً عن الدوران .. وعادت إليه بعد قليل .. وهو ما يبدو الإطار الذي تسير عليه علاقتها بوالدتها .. هناك بسلوكها تسأل نفس الإسئلة الإختبارية التي تسألها في البيت والمدرسة .. من هو الرئيس أي صاحب السلطة؟ .. ومن هو المرؤوس أي الواقع تحت السلطة؟ .. وإلى أي حد يمكنها أن تمضي؟ .. وماذا سيحدث لها إذا تمادت في عدم طاعتها؟ وهي أيضاً بهذه التصرفات تقصدني لتري مدى قوتي وسلطتي والحدود التي أضعها في مكتبي إذا تمادت في الدوران).

ويتابع الخبير التربوي الحديث قائلاً :

(استمرت هناك تدور بالكرسي .. وانتظرت أنا لإرى إلى متى ستستمر وماذا ستفعل والدتها في الخطوة التالية .. بعد عدة دقائق فعلت أمها كما يفعل كل الآباء أوقفت الكرسي عن الحركة .. وواصلت تصويب نظراتها الحادة إلى إبنتها .. استجابات الإبنة .. ادركت نظرات أمها الغاضبة .. وتوقفت قليلاً عن الحركة .. ثم واصلت الدوران .. هناك تعلم ان التوقف هو المتوقع أو المطلوب منها القيام به .. كل إشارات أمها وكلماتها لا تعني شيئاً بالنسبة لها .. لذلك استمرت في الدوران .. وعلمت مما حدث أمامي .. لماذا لا تتوقف هناك عندما

---

كانت تطلب منها المدرسة أن تتوقف عن الضجيج والانتباه في الفصل .. وبعد مرور خمس دقائق .. حاولت أن التزم خلالها الهدوء لأجيب على بعض أسئلتها إلا إني تعمدت أن أقول جملة قصدت من خلالها توضيح حدودي التي لا أسمح لها بتجاوزها).

(هنا .. أعلم أن كراسي العيادة مريحة .. وأنا أسمح لك باستخدامها .. لكن عليك أن تتبعي أمرين ضروريان .. أن لا تدوري على أحد الكراسي ولا تضعي قدميك عليهم .. وأنا واثق بإنك سوف تتبعين حدودي .. لكنك إذا قررت أنك لا تريدين ذلك فإنك سوف تجلسين على الكرسي البرتقالي بقية الجلسة)

ويكمل الخبير التربوي تجربته قائلاً:

(كنت قد احتفظت بكرسي برتقالي قديم من البلاستيك لهذه المواقف .. فماذا تتوقعون فعلت .. بالتأكيد فعلت مثلما يفعل الكثير من الأطفال .. جربت أن لا تطيعني عدة دقائق .. وأخذت تدور بالكرسي مرة أخرى .. وتنتظر رد فعلي .. كانت هناك سلوكها هذا كأنها تسألني هل أعني حقيقة ما قلت لها .. عند ذلك تفاعلت بياني جلبت الكرسي البرتقالي لتجلس عليه بقية الجلسة).

قائلاً لها (هذا سيكون الكرسي الذي ستجلسين عليه إلى بقية الجلسة .. يمكنك أن تجربي الكراسي الزرقاء الأخرى المرة القادمة).

---

واضطرت هناء أن تواصل الجلسة بهدوء على ذلك الكرسي الغير مريح ..  
لإنها اختارت هذه النتيجة عندما لم تلتزم بحدودي).

لقد نجح الخبير في تعديل سلوك هناء لأنه أجاب على أسئلتها ووفر لها  
المعلومات التي تريد أن تعرفها .. وبعد أن عرفت ماهي حدوده وما هي توقعاته  
لسلوكتها وأصبحت لديها كل المعلومات .. وضع أمامها خيارين .. إما أن تجلس  
على الكرسي المريح إذا التزمت بحدوده أو تجلس على الكرسي الغير مريح إذا  
لم تلتزم ..

هل تعلمون ماهي الفوضى العائلية؟ تحدث الفوضى .. عندما لا يتمكن الآباء من توصيل رسائل واضحة حول التصرفات التي يريدون أبنائهم القيام بها .. فتعم هذه الفوضى علاقات هؤلاء الآباء بأبنائهم .. فيرقص أفراد الأسرة كل على نعمته الخاصة به .. ويصل تعود الآباء في تعاملهم مع أبنائهم بهذه الطريقة إلى درجة أنهم لا يشعرون أنهم يعيشون وسط هذه الفوضى.

وفوضى العائلة إما أن يقوم على أساس تساهل الوالدين مع الأبناء أو باستخدام الشدة والتسلط معهم لإطاعة أوامرهم .. فكيف يمكن للآباء وقفها؟ للإجابة على هذا السؤال .. سنضرب هذا المثال لعله يساعد الآباء للتغلب على هذه المشكلة مع أبنائهم.

علياء ومحمد زوجان يعملان .. لديهما ثلاثة أطفال .. بدا الإرهاق واضحاً على الأم بسبب كثرة المشاجرات بين أبنائها .. وبسبب عدم طاعتهم لإوامرهما كوالدين عند القيام بواجباتهم اليومية.



كانت علياء على حافة الإنهيار عندما دخلت غرفة المعالج النفساني لتقول له: (مهما قلنا .. فإن أبنائنا يفعلون ما يريدون .. وكل شيء في البيت يتحول إلى معركة. أما نحن فكأننا نصرخ فيهم ونؤنبهم طوال النهار .. ولا يكفي هذا .. وإنما يصرخ كل واحد منهم في الآخر أيضاً طوال الوقت .. اعصابي لم تعد تحتل).

وتابع محمد معقباً على كلام زوجته بنبرة يائسة :

(نحن نحب أولادنا كثيراً .. لكنني بصراحة لم أعد أتمتع بوقتي معهم .. نحاول أن نفهمهم ونعاملهم بالعدل .. لكنهم يحاولون السيطرة علينا دائماً).  
قد لا يلاحظ علياء ومحمد أنهما يرقصان مع أطفالهما .. لقد ترسخ لديهما أسلوب التعامل المتساهل مع أبنائهما .. فتحوّلت حياتهما إلى معارك قوى من ينتصر من الطرفين الآباء أم الأبناء.

إن أول خطوة بدأها المعالج النفساني ليووقف هذه الفوضى الأسرية التي أمامه أن يجعل علياء ومحمد يدركان بأنهما لا يرسلان رسائل واضحة لإبنائهما .. لذلك سألهما قائلاً (خذا أي موقف وحاولا أن تتحدثا عنه خطوة بعد خطوة .. ماذا قلتما لهما؟ وماذا فعلتما عندما تصرفتا بالطريقة التي تصرفتما بها)

أخذت الأم المبادرة وبدأت تتحدث (سأبدأ بما يحدث في الصباح أوقظهم ..

فيماطلون .. في النهوض والذهاب إلى الحمام .. وأكرر إيقاظي لهم عدة مرات .. ثم أعيد تعليماتي لما عليهم القيام به للإستعداد للمدرسة .. ثم أذكرهم وهم يتباطئون .. ثم أكرر تذكيري لهم ولا فائدة .. ثم أحاول أن أشرح لهم لماذا أفعل ذلك .. ثم أحاضرهم .. ثم أصرخ فيهم عندما ينفذ صبري ثم أهددهم وهم يتجاهلون ما أفعل ويتمادون في سلوكهم .. إلى أن أصل إلى آخر حدود صبري .. فأحدد عقاب لهم إذا لم ينفذوا أوامري في وقت محدد .. عندئذ يطيعوني.

هنا سأل المعالج النفسي الأم :

( ألم تلاحظي أن أبنائك توقفوا عن التمرد وعدم الطاعة عندما وضعت وقتاً محدداً للعقاب وقمت بتطبيقه؟ )

وافقت الأم

سألها المعالج ( عند أي نقطة في صراخك معهم شعرت بالغضب؟ )

أجابت علياء ( بصراحة طوال الوقت .. أبدأ وأنا غاضبة لأنني أعلم أنهم لن يتعاونوا معي .. لكني لا أتصرف بطريقة غاضبة إلا فيما بعد .. عندما لا أستطيع أن أتحمل أكثر من ذلك .. وتدرجياً أشعر بالإرهاق ما بين تذكيرهم والقاء المحاضرة عليهم ثم أفقد أعصابي )

---

نقد لاحظ المعالج النفساني على مثال علياء أنها كلما أكثر في الكلام .. كلما قاوم أبناؤها .. وهذا يضاعف من غضبها .. وتتواصل الفوضى في علاقتها معهم لتزداد حرارة حتى يتوقف في النهاية بالخطوات العملية التي قامت بتنفيذها .. وشرح ذلك لها فوافقت على ملاحظته .. ثم استعرض معها الأسلوب الذي كانت تتعامل أمها معها على أساسه .. واكتشفت علياء أن نتائجه شبيهة بنتائج الأسلوب الذي تستخدمه مع أولادها .. وصاحت في دهشة (لقد كنت أظن طوال الوقت أنني كنت أتصرف بطريقة مختلفة عن أمي وأبي)

علق المعالج النفساني على كلامها قائلاً (إن رد فعلك هذا طبيعي .. لأن أكثر الآباء مثلك يظنون أنهم يخالفون أسلوب آبائهم في تربية أبنائهم .. وما يحدث حقاً أنهم يمارسون عكس ما يطبقه آبائهم معهم والنتائج سلبية دائماً .. فإذا عاملوهم بتساهل أصبحوا متشددين مع أبنائهم .. وإذا كانوا متشددين معهم أصبحوا متساهلين .. والنتائج السلبية متطابقة .. لكنهم في كلتا الحالتين لا يعلمون أبنائهم الإحساس بالمسؤولية في أداء واجباتهم اليومية .. أي أنهم مستمرين في الرقص مع أبنائهم بإسلوب آخر .. فلا يستفيد هؤلاء الأبناء من توجيههم).

سألت علياء المعالج النفساني :

---

(والآن .. كيف يمكننا أن نتخلص من هذا الفوضى أو من الأخطاء التي نرتكبها مع أبنائنا)  
أجب المعالج النفسي :

(إنك إذا أدركت أين الخطأ في تصرفك مع زوجك فإنك بدأت بذلك العلاج .. أما الخطوة الثانية .. فإنها تحتاج منك أن تكون خطواتك بعد كلماتك مباشرة وبأسلوب حاسم .. لا تستخدم عبارات كثيرة لا فائدة منها .. وإنما كلمات قليلة تتبعها أفعال مؤثرة .. إنك إذا فعلت ذلك فإن رقصك مع أبنائك سيتضاءل .. وكلما قلت من كلماتك الغير مؤثرة .. وأصبحت رسائلك واضحة يصاحبها تصرفات محددة أصبح اتصالك واضح معهم .. وستتوقف الفوضى تماماً بعد ذلك وسيعود التوازن والهدوء إلى علاقتك معهم).

« رسائل وأفعال متساهلة  
تضر ولا تنفع في التربية »

12

هناك بعض الجمل التي يستخدمها الآباء مع أبنائهم ولا تكون مؤثرة بالنسبة لتغيير سلوكهم لأنها غير واضحة وبالتالي لا يستطيعون من خلالها إيصال رسائل واضحة إليهم ولا يفهم الأبناء ماذا يقصد آبائهم منها .. ولا يصل آبائهم بها إلى تطوير سلوك هؤلاء الأبناء.  
قد يقول الأب مثلاً لإبنه وهو يريد أن يستحم.

(لقد حان الوقت لتأخذ حماماً)

ماذا يعني الأب هنا بجملة (لقد حان الوقت) هل هو الساعة السادسة أو السابعة مساءً؟. هل هو الآن أو بعد ساعة؟. ليس الأفضل أن يقول الأب لإبنه (الساعة السادسة موعد حمامك اليومي .. أدخل إلى الحمام واستحم سريعاً).

لنأخذ مثال آخر .. أم تقول لإبنتها

(هل من الممكن أن تحاولي أن تكوني لطيفة ومطبعة في بعض الأحيان)

ماذا تقصد الأم بأن تقول ذلك .. هل تقصد أن من الممكن لإبنتها أن تكون

أحياناً لطيفة ومطبعة وأحياناً غير لطيفة ومطبعة.. هذه جملة غير واضحة .. ولا تصل إلى الطفلة بشكل واضح لكي تلتزم الطفلة بما تريد منها أمها الإلتزام به وهو اللطف والطاعة .. أليس الأفضل أن تكون جملة الأم (مطلوب منك أن تكوني لطيفة ومطبعة في القيام بواجباتك وعليك أن تلتزمي بذلك ما دمت أحد أفراد هذا البيت؟)

لقد أدركت الإبنة بهذه الجملة أنه مطلوب منها أن تكون لطيفة ومطبعة وأن تقوم بواجباتها كفرد من أفراد الأسرة .. لأن العائلة لا تقبل بنوع آخر من الأفراد الذين يسببون المتاعب لمن حولهم.

ماذا لو قالت الأم لإبنتها (هل يمكن أن تؤدي لي جميلاً وتعاوني معي مرة واحدة على الأقل؟) إن معنى هذه الجملة أن طاعة الإبنة لوالدها جميل تفعله لإمها لا واجباً عليها .. وأن التعاون قد يكون مرة واحدة من عشر مرات .. إن هذه الجملة غير واضحة وغير مؤثرة على الإطلاق في التربية ولا تؤدي إلى تحسين سلوك الطفل .. والمفروض أن تقول الأم لإبنتها.

(تعاونك معي مهم جداً لتؤدي واجباتك في وقتها .. وحتى لا أغضب وأثور عليك إذا لم تجزيها قبل النوم)

لقد فهمت الطفلة من جملة أمها الواضحة أن تعاونها مع أمها مهم حتى تتمكن من أداء واجباتها في الوقت المناسب ولكي يسود البيت جو المودة والإلفة

---

بدل ثورة أمها عليها إذا لم تتعاون معها وحان وقت نومها.

ماذا يفيد الإبن إذا قاطع والده وهو يتحدث على الهاتف وقال له والده (هل يعجبك عندما أقاطعك وأنت تتحدث بالهاتف؟). هل كان لهذه الجملة أي تأثير على الطفل بحيث أنه لن يقاطع والده إذا تحدث على الهاتف أمامه مرة أخرى .. كلا بالطبع .. لأنه سيقاطعه المرة وراء المرة .. لماذا؟ لأن والده لم يحدد له الطريقة التي من الواجب أن يتعامل معه عندما يتحدث على الهاتف .. لكنه لو قال له (عندما يتكلم والدك على التلفون لا تقاطعه) فإن هذه الجملة ستكون مؤثرة لأنها توضح ماذا يريد الأب من ابنه وأنه إذا كرر سلوكه ذلك سوف يضع والده حداً لذلك.

هناك جمل غير مؤثرة أخرى من الأفضل للآباء عدم استخدامها لأنها لا تفيد في أن يتخلص الأطفال من تصرفاتهم السيئة ولا تعطي المعنى الذي يريده هؤلاء الآباء لإبنائهم .

(هل يمكنك أن تتادي أخوك بصوت أقل ارتفاعاً) كيف يكون الصوت الأقل ارتفاعاً وكيف يعرفه الطفل؟

(أفضل لك أن تتصرف بإدب) هذه جملة غير مؤثرة إذ كيف للطفل أن يدرك ماهو التصرف بإدب إذا لم يوضحه له والده؟

(أنا لا أحب تصرفاتك) وماذا بعد .. لم يفهم الطفل أي التصرفات التي لا

---

يحبها والده فيتوقف عنها.

(سيكون من الأفضل أن أجدك قد أنهيت واجباتك اليومية قبل الآن).  
(ماذا أدرك الطفل من هذه الجملة .. هل والده غاضباً أم لا .. وهل واجب عليه إنهاء واجبه قبل ذلك؟ .. ومتى؟)

(هل أطلب الكثير لو أنني رغبت في تعاونك معي؟) هل يتوسل الأب لولده .. أم يضع له حداً ليلتزم به .. الولد لم يعرف ماذا يريد والده بالضبط .. الرسالة التي يرسلها والده غير واضحة .. وهو حائر في فهمها.

إلى جانب هذه الجمل الغير مؤثرة أو المتساهلة الغير واضحة .. توجد تصرفات يقوم بها الآباء غير مؤثرة في تحسين سلوك أبنائهم .. فما هي؟  
❖ إذا سمحت الأم لابنها أن يذهب ليلعب مع أصحابه دون أن يرتب الفوضى التي تركها في غرفته أو في غرفة المعيشة.

❖ أن يقوم أحد الوالدين بترتيب المكان بعد أن ينشر الأطفال الفوضى فيه.  
❖ تبديل الطفل إذا كان يستطيع أن يقوم بتبديل نفسه بنفسه.  
❖ تجاهل سلوك الطفل السيء على أمل أن يتخلص الطفل منه.  
❖ ضرب الأب لطفله إذا ضرب غيره من الأطفال ليريه والده كيف يكون شعور الضرب.



---

## « نماذج من الرسائل الغير مشجعة للأبناء ليتم تضافيها »

13

لا تساعد الرسائل الغير مشجعة التي يوجهها الآباء إلى أبنائهم على تطوير سلوكهم ونمو شخصياتهم بطريقة إيجابية .. وكما ذكرت من قبل فإنها تكون بأشكال مختلفة بعضها يتمثل في رغبة الآباء في أن يساعدوا أبنائهم على حل واجباتهم المدرسية عندما لا يطلب هؤلاء الأبناء هذه المساعدة .. ويصر الآباء عليها وكأنهم يقولون لإبنائهم.

(نحن لا نثق في قدراتكم في أن تعتمدوا على أنفسكم في الدراسة)

بعض هذه الرسائل كأنها تقول للإبناء (نحن نخجل منكم أو نلومكم)  
كيف تصل للطفل عبارة تقول له فيها والدته.

(هل يمكن أن تتعاون معي مرة واحدة على الأقل بين حين وآخر)

إنها تصل إليه هكذا (أنا لا أعتقد أنك تستطيع أن تتساعد معي)

وتؤثر هذه الجملة على معنويات الطفل فيشعر من خلالها بتقليل والدته لشخصيته وتحقير قيمتها وتوجيه اللوم له.

وعندما يقول الأب لإبنه (أرني إذا كان لديك عقل يفكر .. وقم باختيار ما تريده لمجرد التغيير)

---

هذه الرسالة الغير مشجعة تصل إلى فهم الطفل هكذا ( أنت أحمق .. وأنا لا أعتقد أنك قادر على أن تختار بشكل جيد )

وتأثير هذه الرسالة سلبي على ثقة الطفل بنفسه لأنه يشعر أن والده يخجل منه ويقلل من شأنه.

وعندما يقول الأب لإبنه ( أنا لا أصدق نفسي .. هل أنت حقاً قمت بواجبك لمجرد التغيير؟ )

فإن الإبن يفهم الرسالة كالأبي ( أنا لا أتوقع تعاونك وأنت لا تصل إلى مستوى توقعاتي )

وعندما يقول الأب لإبنه ( هل ما فعلته هو أفضل ما يمكن أن تقوم به ؟ )

تصل هذه الرسالة السلبية إلى الإبن هكذا

( أنت لا تستطيع أن تتنافس ولا تصل إلى مستوى توقعاتي منك )

وإذا قالت الأم لإبنتها وهي تتجدها ( أفعلي ذلك العمل إذا كنت تجرأين؟ )

تفهم الطفلة هذه الرسالة هكذا

( استمري في سلوكك السيء لأنني لا أتوقع تعاونك وأريد أن أريك أنني أنا

الرئيسة لا أنت )

أما تأثير هذه الرسالة الغير مشجعة على الطفلة .. فهو إثارتهالنتجدي أمها

وتشعر بأن والدتها تلومها وتقلل من قيمة شخصيتها.

---

وعندما يقول الأب لإبنة عندما يثير غضبه بتصرفاته.

(هناك دائماً أراجوز في العائلة) فإن هذه الرسالة تصل إلى الطفل هكذا :

(أنت قليل الأهمية وغير مقبول منا كمائلة)

وتأثير هذه الرسالة السيء على الطفل شعوره أنه مرفوض من عائلته وأن والده يهينه ويخجل منه ويحط من قدره.

لتفترض قال الأب لإبنة (والآن يا ولد يا ذكي اخبرني كيف ستحل مشكلتك؟)

فإن هذه الرسالة السلبية سوف تصل إلى فهم إبنة هكذا :

(أنت ولد غبي ولا تستطيع أن تحل مشكلتك وحدك)

ألا يشعر الطفل بهذه الرسالة أن والده يهينه ويحط من قدر ذكائه ويقلل من شأنه.

وإذا قالت الأم لإبنتها (أعرف أنني لا أستطيع أن أتركك وحدك دون أن

تسببي مشكلة)

فإن هذه الرسالة السلبية تصل إلى فهم الإبنة هكذا.

(أنت غير قادرة وحدك على أن تتصرفي بطريقة مقبولة).

أما تأثير ذلك على الإبنة فإنها تشعر أن والدتها تلومها وتهينها وتقلل من شأنها.

ماذا عن التصرفات السلبية التي يتصرفها الآباء مع أبنائهم؟ من المؤكد أنها

---

ترسل رسائل غير مشجعة لا بالكلام وإنما بالفعل .. حتي لو كانت نية الآباء حسنة معهم.

لنقرأ معاً هذا المثال ليوضح ما هي الرسائل الفعلية الغير مشجعة للأبناء لتطوير سلوكهم.

محمد طفل في الرابعة من عمره .. كان يريد أن يصب الحليب في الكأس .. وكانت والدته تخاف أن يسكب الحليب على الأرض .. لذلك أسرعته وأمسكت بعقبة الحليب لتصب له بنفسها.

ترى كيف وصلت هذه الرسالة الفعلية لإينها؟

لقد وصلت هكذا ( أنت غير قادر على أن تصب بنفسك الحليب .. أي أنك غير قادر على القيام بهذه المهمة .. أنت بحاجة لي لكي أقوم بها عنك).

علياء طفلة في الثامنة من عمرها .. كانت تقوم بإداء واجباتها المدرسية وهي جالسة على كرسي طاولة الطعام في المطبخ مع والدتها وهي تعد طعام العائلة .. كانت هذه الأم تعرض مساعداتها لإبنتها في حل واجباتها عدة مرات ..

وتقترح عليها اقتراحات عديدة رغم أن الإبنة لم تطلب من أمها المساعدة.

إن الرسالة السلبية لفعل الأم تصل إلى علياء هكذا (أنت غير قادرة على حل واجباتك المدرسية وحدك .. ولذلك أنت بحاجة لي لحلها).

طفل في الخامسة من عمره طلب له والده من مطعم الوجبات السريعة سند

---

ويتش دون أن يسأله عما يريد وكأنه يقول له.

(أنت غير قادر على اتخاذ هذا القرار .. أنا وحدي القادر على أن أقوم بذلك) .. طفلة في الخامسة من عمرها .. أصرت والدتها على أن تساعدتها في ارتداء ملابسها .. الرسالة التي وصلت إلى فهم الطفلة هي (أنت غير قادرة على ارتداء ملابسك وحدك أو بمعنى آخر أن تتخذي قراراتك دون مساعدتي؟)

وهذه الرسالة الغير مشجعة تحمل تقليل لشأن الإبنه وعدم ثقة الأم في قدرة ابنتها على اتخاذ قراراتها.

---

## ١٤ « الرسائل الغير مشجعة .. لا تطور سلوك »

إن الآباء الذين يستخدمون الحدود المتساهلة أو المتساهلة مع أبنائهم لا يطيعهم هؤلاء الأبناء .. والنتيجة أنهم يصابون بخيبة أمل ويشعروا بالغضب والثورة عليهم .. وبالتالي يصبون عليهم سيل من الكلمات المؤلمة و الجارحة لشخصيات أبنائهم .. وهو ما يطلق عليه علماء التربية ( الرسائل الغير مشجعة لتحسين سلوك الأبناء ) .. إلا إن هؤلاء الآباء لا يعتقدون أن الحدود المتساهلة هي التي جعلت أبنائهم لا يفكرون في طاعتهم .. وإنما هم يقصدون عدم الطاعة من أنفسهم.

إذن تسير الحدود المتساهلة مع الرسائل الغير مشجعة في إحداث الخلل في علاقة الآباء بأبنائهم لعدم تعاون الطرفين معاً لئتم تحسين سلوك الأبناء ونشر روح الصداقة والمودة مع أبنائهم فيعم السلام والهدوء والإطمئنان الحياة الأسرية.

وبالطبع الرسائل المشجعة تسير معاً مع الحدود الحازمة المؤثرة وبالتالي

---

فنتائجها رائعة في تحسين سلوك الأبناء وهو ما سأذكرها مع أمثلة توضح ذلك  
وسنضرب مثلاً بالنسبة لإستخدام الرسائل الغير مشجعة أو السلبية وسنرى  
أين مواطن الخطأ بها لتجنبها في تعاملنا مع أبنائنا في مراحل حياتهم  
المختلفة.

نبيل طفل في التاسعة من عمره .. تعود أن يتحرش بأخته ويضايقها وهي تلعب  
معه في غرفة ألعابهما .. تضايقت الأم من صراخ ابنتها .. فقالت مستخدمة  
الأسلوب المتساهل في ردعه.

(نبيل .. أتمنى أنك لا تضايق أختك مرة أخرى .. أنت تعرف كيف أشعر  
عندما تفعل ذلك)

هل توقف نبيل عن مضايقة إخته .. بالطبع لا .. فهو لم يجد حدود تردعه  
للتوقف .. وهو يتمتع بما يفعل .. دخلت والدته الغرفة وهي غاضبة بسبب عدم  
تعاونه معها و وبدأت في إطلاق سبيل رسائلها الغير مشجعة له لتطوير سلوكه  
قائلة :

(ألا ترى أنك تضايق أختك كثيراً .. هل أطلب الشيء الكثير لو أنك تعاونت  
معي بين حين وآخر .. إنني أتوقع هذا السلوك من طفل في الرابعة من عمره  
لا منك أنت .. هل يمكن أن تكبر وتكف عن إزعاج من حولك؟)

---

فوجيء نبيل بهذه الرسائل الغير مشجعة أي الجمل الجارحة لشخصيته.  
فرد عليها مقهوراً.

(هل يعجبك أنت أن تصرخي في وجهي هكذا طوال اليوم؟)

ردت الأم غاضبة برسالة أخرى غير مشجعة (كفى ما فعلته حتى الآن .. أنا  
تعبة منك ومن سخافاتك هذه) ثم أعطته ورقة وقلم وقالت له بصرامة  
(أجلس واكتب هذه العبارة مائة مرة لن أضايق أمني)

أجاب نبيل غاضباً (لن أكتب أنت لا تستطيعين إرغامي إذا كنت لا أريد)  
ردت عليه أمه غاضبة (إذن لن أدعك تلعب أو تشاهد التلفزيون بقية  
الأسبوع).

أجابها إبنها بتحدى :

(لا يهمني سأريك أنني لن أهتم)

والآن .. دعونا نحلل هذا الموقف الذي جرى بين الأم وإبنها نبيل .. ألا نرى بأن  
جهل الأم باستخدام الأسلوب الحازم مع إبنها ثم توجيهها له بجمل تحمل  
رسائل غير مشجعة تقلل من ذكائه وشخصيته .. دفعته إلى تحديها ..  
وبالتالي تحول ذلك الموقف إلى معركة بين الإبن والأم .. وفي النهاية لن تطور  
الأم سلوك إبنها بهذه الرسائل الغير مشجعة أو السلبية .. بل ستدفعه إلى  
التمرد والثورة عليه .. رغم أنها مثل معظم الأمهات تنوي الخير لإبنها ..



---

وتريد إيقافه لكنها أخطأت في استخدام الأساليب في توقيفه وتطوير سلوكه . كانت الأم متساهلة مع ابنها في البداية وعندما غضبت بسبب عدم تعاونه معها حاولت أن تخجله وتدفعه لكي يتعاون معها فبدأت في إرسال عدة رسائل غير مشجعة.

وكانت هذه الرسائل تشتمل على صفات تقلل بها من شخصية ابنها .. أي أنها ركزت على شخصيته وقدراته والتقليل من شأنها .. لا تصرفاته .. وكانت تحتوى على عدم ثقتها بمقدرته على أن يتصرف بطريقة مقبولة وكأنها تقول له (أنت غير قادر .. وليس لدي ثقة بك ولا أتوقع تعاونك) وكانت النتيجة أنه فعلاً فعل ما توقعته منه لأنه لم يتعاون معها.

هل سنتعاون لو عاملنا أحد هكذا؟ .. بالطبع لا .. وهكذا فعل نبيل بمقاومته وتمرده .. أليست أمه مثال له .. وبحلها مشكلتها معه بهذا الأسلوب الجارح السلبي تعلمه أن العبارات المؤلمة الغير مشجعة مقبولة لكي يجعل الآخرين يتعاونوا معه .. أي أنها دون أن تشعر كانت تعلمه نفس السلوك الذي تحاول أن تخلصه منه.

«رسائلنا المشجعة لإبنائنا  
تدفعهم إلى التعاون معنا كأباء»

١٥  
١٥

كان عادل ومحمد يلعبان الورق عندما دخل عليهما الكلب الذي يربيانه في البيت .. لم ينتبه ذلك الكلب للأوراق فداس عليها وتبعثرت .. وهنا بدأ الجدل بين الشقيقين كالآتي :

محمد (هذه أوراقي التي في يدك)

عادل (لا هي لي .. وامسك بهما بشدة)

محمد (أنت تغش وتريد أن تفوز بالهدية التي وضعناها للفائز).

سمع الأب نقاشهما الحاد وهو في مكتبه .. فجاء ليتحقق في الأمر .. لكنه تراجع في آخر لحظة .. وقال لنفسه بأنه سيدعهما يحلان مشكلتهما وحدهما. لكن النقاش ازداد حدة وبدأ أحدهما يصرخ .. هنا تدخل الأب .. وانبهر بما شاهد .. محمد يسحب عادل من شعره محاولاً الحصول على أوراقه .. وعادل يقاوم بشدة ماسكاً بالأوراق في يده.

قال الأب لإبنه محمد بحزم (أترك شعراًخوك)

---

وعندما حاول محمد أن يبرر ما فعل .. قال الأب (نستطيع أن نتكلم في هذا الأمر بعد خمسة عشر دقيقة .. أريد كلاكما أن يهدأ .. ويظل في غرفته .. ثم نجتمع مرة أخرى لنتناقش فيما أنتما فيه مختلفان).

وافق الطفلان .. وذهبا إلى غرفتهما .. وبعد خمسة عشر دقيقة ناداهما والدهما ليناقشا معه موضوعهما قائلًا  
(هل تريدان أن نناقش الموضوع الآن)  
أجاب محمد (نعم وأنا الذي سيبدأ .. عادل يتهمني أنني خلطت الأوراق .. وأنا لم أفعل ذلك وإنما الكلب الذي دخل الغرفة وبعثرها).  
قال عادل (لا أنت أنتهزت وجود الكلب ودفعته على الأوراق لإن أوراقي أفضل منك وكنت سأحصل على الهدية).

كان الأب يراقب إبنه دون أن يتكلم .. وكان يفكر في أفضل طريقة يعلن بها المشكلة التي بينهما .. لكنه يريد هما أن يجدا هذه الطريقة بأنفسهما.  
قال الأب (هل لديكما طرق أخرى نحل بها معاً مشكلتكما؟)  
كان الأب يحاول أن يكون بهذا السؤال ديمقراطي في تعامله مع ولديه .. ويعلمهما كيف يقررا ما يراه كل منهما مناسباً ليلتزما به .. وهذا يمنحهما

---

القدرة على اتخاذ القرار والإلتزام به منذ الطفولة .. وهو ما يجب أن نعلمه أطفالنا لكي نريدهم أن يدركوا معنى الديمقراطية عندما يكبروا وكيف يمارسوها.

قال محمد (أستطيع أن أتوقف عن اللعب مع عادل).

أجاب الأب (هذا اختيارك الأول هل هناك اختيار آخر لك يا عادل؟)

أجاب عادل (نستطيع أن نلعب اللعبة مرة أخرى ما دام الكلب قد أفسدها .. ونغلق الباب جيداً حتى لا يدخل مرة أخرى ويفسد علينا لعبتنا).

قال الأب مبتسماً (أعتقد أن هذه اختيارات جيدة .. أنا واثق يا أولادي أنكما ستتصرفان بشكل جيد لو حدث هذا الأمر مرة أخرى وعاد الأب إلى مكتبه.

سأل محمد عادل (هل تريد أن نبدأ اللعبة من جديد؟)

أجاب عادل (نعم .. لكن سنضع الكلب في الخارج أولاً)

إذا حللنا هذا الموقف التربوي بين الأب وولديه .. سنجد أن الأب استخدم مع أبنائه التشجيع بطريقة مؤثرة وفعالة .. وسبب نجاحه الأكبر يعود إلى الطريقة التي بدأ بها التعامل مع مشاجرة ولديه.

---

بدأ الأب برسالة وضحت حدوده الحازمة .. ثم طلب منهما التوقف لمدة خمسة عشر دقيقة لتهدأ نفوسهما .. وهذا وفر الجو المناسب لحل المشكلة بينهما .. لم يحقر أحد ولديه أو كلاهما ولم يثر عليهما ولم يوجه لهما أي لوم .. لقد ركز الأب تشجيعه على توفير الاختيارات لولديه بالنسبة لتصرفاتهما .. ساعد كل واحد منهما على اكتشاف قدرتهما على حل مشكلتهما .. وعبر عن ثقته بهما في الوصول الى ذلك الحل.

إذن .. هذه الطريقة الديمقراطية ألهمت إبنيه بدل أن تحبطهما ووصلت إليهما هكذا (أنتما قادران على حل مشاكلكما اليوم وفي المستقبل .. أنا أثق بكما .. وأتوقع منكما أن تتعاونوا معي ومع أنفسكما)

وهنا أطرح هذا السؤال الهام .. كيف سنشعر لو عاملنا المحيطون بنا عائلياً أو في العمل هكذا ؟.. أئن نشعر أننا مقبولون منهم ومتعاونون معنا ولدينا ثقة في أنفسنا .. كما إننا مهمون بالنسبة لهم ومدعومون فيما نريد القيام به .. هكذا سنشعر صغاراً وكباراً بهذه الرسائل المشجعة الإيجابية .. وهذا ينطبق على الجو العائلي أو في مجال العمل بين الرئيس والمرؤوس .. نفس هذا الشعور الصحي الإيجابي شعر به محمد وعادل .. ودفعهما تشجيع والدهما إلى التعاون معه لا مقاومته وتحديه.

يوجه أغلب الآباء كلمات لإرشاد أبنائهم .. لكنهم لا يهتمون بما يقوموا به من أفعال أو تصرفات بعد ذلك لتطبيق هذه الكلمات والتأكيد عليها لكي ينفذها الأبناء .. والواقع يقول أن الرسالة التي يرسلها هؤلاء الآباء لإبنائهم إذا لم تكن واضحة ومؤثرة .. فسوف ينهار الإتصال بينهم وبين هؤلاء الأبناء وبالتالي لن يستفيدوا بتوجيههم نحو السلوك السليم.

لتبدأ أولاً بمثال يوضح هذا الأسلوب السلبي في وضع الحدود للأبناء .. وسنحاول تحليل هذا الأسلوب .. وتوضيح الخطأ الذي يرتكبه الآباء ويعطل عملية الإتصال فلا يستفيد الأبناء من توجيههم .. فيستمرؤا في تصرفاتهم السلبية.

إذا قالت الأم لطفلها ( عليك أن تقوم بتنظيف غرفتك قبل أن تلعب ) ولم ينفذ الإبن ما قالته أمه .. فتقوم الأم بإثارة بترتيب غرفته متأففة لعدم طاعته.

---

هنا نرى بيان الجملة التي قالتها الأم لطفلها لم تتطابق مع تصرفاتها التي قامت بها.

إذن .. الطفل هنا استلم رسالة مشوشة أو غير مفهومة .. ولم يدرك بالضبط ماذا تريد منه أمه، كلماتها قالت له :

(عليك أن تقوم بتنظيف غرفتك قبل أن تلعب) لكن فعلها قال له (ليس من المهم يا إبني أن تنفذ ما طلبته منك .. أو أنت غير ملزم بالقيام بهذا الأمر) ماذا يطيع الإبن هنا..؟ وأين هي القاعدة التي تركز عليها هذه الأم وهي تعلم ابنها تحمل مسؤولية ترتيب غرفته قبل أن يذهب للعب.

أما الأسلوب الآخر الذي تصل من خلاله رسائل غير واضحة للأبناء ولا يتمكن الآباء به من إصلاح تصرفات أبنائهم السلبية .. فهو الأسلوب المتسلط .. لذلك سأحاول توضيحه من خلال المثال الآتي :

طفل في التاسعة من عمره .. اشتكى مدرسه لإبيه أنه لا يصغي له .. ولا يبدي أي تعاون معه ويضرب زملائه في المدرسة.

ماذا فعل الأب؟

انتظر إبنيه إلى أن عاد من المدرسة .. وأعطاه محاضرة عن أهمية تعاونه مع مدرسه في الفصل .. ثم ضربه لأنه كان قد ضرب زملائه في المدرسة لكي يؤدبه.

---

لنحلل هذا الموقف حتى نجد الخطأ في هذا الأسلوب.  
دعونا أولاً نسأل أنفسنا .. ماذا تعلم الطفل من والده؟  
كلمات والده تقول له (تعاون في المدرسة) .. لكن ضربه له أوصل للولد رسالة  
أخرى مختلفة هي الآتي :

(يعتبر الضرب وسيلة لنحل بها مشاكلنا .. بدل أن نكون متعاونين)  
ماذا سيفعل هذا الطفل غالباً في المستقبل .. عندما يذهب إلى المدرسة  
ويواجه مناقشة أو مشاجرة مع أصدقائه .. سيطبق طبعاً الأساليب التي  
تعلمها من والده في التعاون مع الآخرين .. وهي أن يضرب الطالب الذي  
يعارضه أو يضايقه.

إن تعليم الآباء لإبنائهم القواعد الصحيحة في معاملة الآخرين .. يجب أن  
تكون مرتبطة بإفعالهم ولا تتعارض معها .. وإلا فهم بذلك يرسلون لهؤلاء  
الأبناء رسائل غير واضحة .. وتؤدي إلى عكس ما يقصدوه من تأثير على  
أبنائهم.

إلا إن هناك طريقة إيجابية تقوم على الأسلوب الديمقراطي في التربية ..  
القائم على حرية اختيار الطفل أحد أمرين .. على أن يكون الأب حازماً مع  
إبنه في تطبيق الأمر الذي اختاره .. وقد ثبت نجاح هذا الأسلوب عملياً من  
خلال تجارب كثيرة قام بها الخبير التربوي (الدكتور روبرت مكنزي) ووضع



بعدها كتاب عملي غني بالتجارب العملية التي أثبتت مدى نجاح هذا الأسلوب الذي يعلم الطفل كيفية اتخاذ القرار والالتزام بتنفيذه .. أي تنمية الإحساس بمسؤوليته عن تصرفاته لأنه أختارها بنفسه .. فيعمل بذلك على تطوير سلوكه بنفسه .. وهو ما يريده الآباء من تربية أبنائهم وتقويم سلوكهم .. كما إنني أريد أن أوضح هنا أن هذه الطريقة المؤثرة في تقويم تصرفات أبنائنا تحتاج منا إلى وقت أقصر ومجهود أقل من الأساليب المستخدمة الأخرى .. وتمنحنا نتائج أفضل.

دعونا هنا نضرب مثال حول هذه الطريقة لتتضح لنا الصورة أكثر. علي طفل في الثامنة من عمره .. حصل على هدية كان يتمناها وهي دراجة سريعة .. صنعت بحيث يمكن أن يستخدمها في الشوارع المرتفعة. قال له والده وهو يضع له القواعد المسموح له أن يتصرف بدراجته على أساسها .. بعد أن أبدى إعجابه بها

(دراجتك جميلة وكثير من الأطفال قد يتمنون ركوبها .. لذلك عليك أن تقفلها عندما تأخذها معك إلى المدرسة لكي لا يسرقها أحد .. وأتوقع منك أن أن تضعها في الكراج كل مساء)

نفذ علي ما طلبه منه والده .. لكنه بعد يومين فقط ترك دراجته أمام البيت معرضة للسرقة.

---

قال والده لنفسه .. سأ دعه قليلاً فقد يتذكر ويأخذها إلى الكراج .. لكن علي تناول عشائه وذهب لينام دون أن يتذكر دراجته .. لذلك قام الأب بقفل الدراجة وأخذ المفتاح معه ووضعها في الكراج.

وعندما خرج علي في اليوم التالي إلى المدرسة بحث عن دراجته فوجدها مقفلة وموضوعة في الكراج .. وسأل والده .. من وضع دراجته هكذا .. لأنه يريد لها للذهاب إلى المدرسة ؟

رد عليه والده بنبرة حازمة

(أنا الذي وضعتها هنا .. كانت متروكة أمام البيت البازحة)

قال علي (أنا فعلاً آسف يا أبي .. أوعدك بياني لن أنساها مرة أخرى .. هل باستطاعتي أن أركبها اليوم فقط إلى المدرسة) ورغم توسل علي لوالده .. إلا إنه تمسك بعقابه لإبنه قائلاً :

(يمكنك أخذها يوم السبت القادم .. والآن أسرع إلى الباص قبل أن يرحل بدونك)

والد علي مثلنا جميعاً .. شعر بالشفقة على ولده وكان في إمكانه أن يسامحه هذه المرة ويكسر القاعدة التي وضعها .. لكن ماذا سيجني من ذلك ؟ .. إنه لن يحترم قواعده وسيكسرهما مرة أخرى وأخرى .. لكنه عندما تمسك بموقفه .. وعاقب ابنه بعدم استخدام دراجته إلى يوم السبت .. فعله كان هنا مطابقاً

---

لكلامه أو القاعدة التي وضعها لإبنه. وهو يرسل له هنا رسا لتوضحة ..  
تجعله يشعر بالمسؤولية عما بين يديه من أشياء .. وتجعله أيضاً يحترم كلام  
والده عندما يضع له قاعدة أخرى ليعوده على السلوك الصحيح.

الخلاصة إذن .. أن إيمان الأبناء بأهمية ما نضعه لهم من قواعد أو حدود  
للسلوك الصحيح يقوم على ما نقوم به من أفعال تؤكد كلماتنا التي تناولت  
هذه القواعد أو الحدود وتلك حقيقة هامة جداً في تربية الأبناء للتخلص من  
تصرفاتهم الخاطئة أو السلبية .. لأن الطفل إذا وجد أن والده طبق ما قاله  
حول قاعدة معينة .. يمولديه إحترام كلامه أو كلام والدته .. وينمولديه  
تلقائياً التعود على الإحساس بالمسؤولية نحو أشياءه الخاصة ودراسته أو نحو  
أسرته ومجتمعه عندما يكبر.

## ١٧ « كيف ننمي مسؤولية أداء الواجبات لدى الأبناء »

تناولت من قبل وظائف الأبناء ووظائف الآباء التي يقومون بها وتعيق حدوث التوازن المطلوب في أداء الأبناء لواجباتهم الدراسية .. بقي أن نذكر كيف يعيق المدرسين حدوث ذلك التوازن المثمر الذي ينمي لدى الأبناء تحمل هذه المسؤولية الهامة.

وهي الآتي :

- ١- أن يحاضر المدرس الطالب ويحثه أو يجبره لكي يقوم بالواجب المدرسي.
- ٢- تذكير الطالب عدة مرات لكي يهتم بدروسه.
- ٣- يضع المدرس للطالب وقت اضافي أو أن يمنحه عدة درجات أو فرص أخرى لكي يؤدي خلالها واجباته.
- ٤- يجعل الواجب أكثر سهوله على أمل أن يقوم به الطالب في وقته.
- ٥- يطلب من الأب والأم أن يشاركا أكثر في مساعدة ابنهما لكي يحل واجباته المدرسية.
- ٦- يوفر مكافآت خاصة للطالب لكي ينهي واجباته المدرسية.

---

٧- يشعر أنه مسؤول عن فشل الطالب في فصله.

إن مشكلة عدم التوازن في أداء الأدوار بالنسبة لقيام الطالب بواجباته المدرسية في البيت تصبح مزمنة إلى درجة لا يلاحظها الآباء ولا الأبناء ولا المدرسين.. لأنها تتسلل تدريجياً في ذلك النظام بطريقة لا شعورية.. وعندما يكتشف الآباء المصيدة التي وقعوا فيها والتوتر الذي يحدثه عدم إحساس أبنائهم بمسؤولية قيامهم بواجباتهم المدرسية يكونون قد ساهموا لا شعورياً في توطيد روح اللامسؤولية لدى أبنائهم بالنسبة لهذه الواجبات.

شعرت والدة فواز بالحيرة وهي تجلس مع الخبير التربوي أثناء شرحه لها ما يعيق اعتماد ابنها على نفسه في هذا الأمر.

فسألته (هل معنى هذا أنني ووالده كنا مخطئين عندما كنا نذكره بإداء واجباته أو كنا نساعد في إنجازها).

أجابها الخبير (بالطبع .. لكنك تستطيعين تعديل ذلك بتوزيع الأدوار بينكما وبين أبنكما ومدرسيه بطريقة أخرى تجعله مسؤولاً عن واجباته .. عليك أولاً أن

---

لا تقومي بواجباته عنه .. والقيام بالدور المطلوب منك فقط .. إذ ما فائدة الواجب المدرسي للطالب إذا قام به والديه بدلاً عنه .. أو لم يشعر بالمسؤولية تجاهه).

ردت الأم (لكني إذا لم أساعده لن يؤديه).

قال الخبير (أعلم ذلك .. لكنه لن يبدأ بمسؤوليته إلا إذا تحمل عواقب إهماله في النظام الذي سوف تضعيه له أنت ووالده لكي يتحمل مسؤولية أدائه لهذه الواجبات .. إذ كل ما يفعله الآن هو تحمله لحثكما ومحاضراتكما ثم يصبح حراً فيما يفعل لا يتحمل نتيجة إهماله في أداء تلك الواجبات).

وكان الخبير بينه وبين نفسه يعذر الأم والأب على ما قاما به في الماضي لأن المدرسات كن يحثانها لكي يساعدا ابنتهما في أدائه لواجباته .. ولم يعلمهما أحد ما هي الحدود التي عليهما الوقوف عندها في مساعدتهما لابنتهما .. وانتبه على سؤال الأم (والآن .. كيف يمكننا أن نجعله يتحمل هذه المسؤولية؟)

قال الخبير (وهذا ما سأعلمكما القيام به ليحدث التوازن المطلوب لكل طرف من الأطراف الثلاثة ابنتكما وأنتما ومدرسيه .. إن واجب الوالدين يتحدد في أن يكونا عاملاً ميسراً ومشجعاً وداعماً فقط .. أي دوراً مختصراً أهم ما يقوم

---

عليه أن يحدد الحدود التي على إبنهما الإلتزام بها .. ما عليهما إلى جانب ماذكرت إلا أن يوفرا له ما يحتاجه فيما عهد إليه من واجبات مدرسية .. لكن وظيفتهما تقف عند ذلك الحد فقط والباقي يقع على عاتق الإبن القيام به)

علقت الأم قائلة (علينا إذاً أن نضع له وقتاً محدداً ومتتابعاً .. ومكاناً معيناً يقوم فيه بإداء واجباته المدرسية).

سأل الأب (وكيف سيفرق ذلك عما كنا نقوم به من قبل لكي يشعر فواز بالمسؤولية؟)

قال الخبير (هذا سؤال جيد سأجيب عليه من خلال تحديد الأوقات والأماكن لكي يؤدي الإبن واجباته في نظام التوازن في الأدوار بالنسبة لإداء تلك الواجبات مثلما شرحت ذلك من قبل).

عندما يختار الآباء الوقت المناسب ليؤدي أبنائهم خلاله واجباتهم الدراسية عليهم أن يضعوا ثلاثة اعتبارات أمام أعينهم.

أولاً - اختيار الوقت المناسب الذي يمكن للأبناء الإلتزام بإداء الواجبات خلاله يومياً .. الواجب المدرسي يجب أن يكون روتين يومي وعادة على الأبناء القيام بها بشكل منتظم .. بهذه الطريقة نكون كأباء قد ساعدنا أبنائنا على تطوير

---

عادات أداء الواجبات المدرسية .. وكلما بدأ الأبناء واجباتهم خلال اليوم بشكل مبكر سيكون ذلك أفضل لأنهم يكونون أكثر انتعاشاً وذكاءً من أن يبدأوا متأخراً .. وسيكون لديهم دافع لإن ينتهوا سريعاً لكي يشاهدوا أفلامهم المفضلة في التلفزيون أو قراءة كتاب أو اللعب مع الأصدقاء .. كما أن أداء الأبناء للواجبات ليلاً لا يدع للآباء الفرصة لكي يعاقبوهم ليتحملوا نتائج أفعالهم.

والوقت المناسب يكون بين ٤:٣٠ أو ٥:٣٠ مساءً وبذلك يتمكن الطفل من تعلم وضع خطة ليدير بها أدائه لواجباته .. وسيوفر لكل من الآباء وأبنائهم وقتاً ممتعاً معاً دون توتر وإلحاح من الآباء على أبنائهم لكي يؤديوا واجباتهم المدرسية.



---

## 18 « ما فائدة أن ينجز الآباء الواجب المدرسي وأين الحال؟ »

يغفل الكثير من الآباء عن الهدف الأساسي من الواجب المدرسي .. فيفكروا أن على أبنائهم إنجازه بأي شكل لليوم التالي حتى لو قاموا هم الآباء بإداء الواجب عنهم لكي لا يذهب الأبناء في اليوم التالي إلى المدرسة ولم ينجزوا ما عليهم من واجبات .. لكن هل استفاد الطالب من واجبه المدرسي بهذا الشكل؟ .. ولماذا أعطاه المدرس الواجب ليحله في البيت؟ .. أليس لكي يختبر الطالب إذا كان قد فهم الدرس أم لا .. وتتاح له الفرصة لكي يطبق ما درسه ذلك اليوم .. لتطوير مهاراته؟

وبالطبع التطبيق أفضل طريقة للوصول إلى هذه المهارات .. التي ستدعم قدرته في الحصول على علامات متقدمة .. كما أن الواجبات المدرسية تعلم الطالب الإلتزام والمسؤولية والإستقلالية وتنظيم الوقت على المدى البعيد .. وهذه المهارات سيكون لها تأثير كبير على نجاح الطفل في المستقبل .. لا في المدرسة فقط وإنما عندما يلتحق بوظيفة وفي حياته اليومية .. لكن كيف يمكن

---

للطالب أن يعتمد على نفسه في أداء واجباته المدرسية دون أن يتدخل والديه أو مدرسيه؟ .. الواقع أن هذا العمل بحاجة إلى رسائل سلوكية قوية من الآباء إلى أبنائهم مثل (أنا واثق أنك قادر على إنجاز واجبك وحدك) أو (أنا أثق في مقدرتك على أن تعتمد على نفسك في حل الواجب).

ولنعد إلى مثال فواز الذي أتيت به من قبل .. ونسأل أنفسنا .. مسؤولية من أداء واجبه المدرسي؟ .. كلنا نعلم أنها مسؤوليته هو .. وليست مسؤولية الأم والأب .. لكن التطبيق الذي حدث يؤكد لنا أن الواجب كان وكأنه مسؤولية الوالدين .. بينما من سيتحمل النتائج يجب أن يكون فواز .. وعليه هو أن يتحمل مسؤولية واجباته المدرسية وحده بمساعدة من والديه عندما يطلبها ثم يتركه ليعتمد على نفسه في أداء هذه الواجبات.

وهذا الأسلوب السلبي الذي يتبعه الوالدين لا يعطي الابن الحافز ليطور قدراته ويستقل بنفسه ويتحمل مسؤولية أعماله .. لأنه يعلم أنه بهذه الطريقة السابقة سيجد من ينقذه ويتحمل المسؤولية بدلاً منه عندما يهمل هو.

إذن والدي فواز وقعوا في المصيدة .. أي أنهما لكي يعوضا إهمال إبنهما قاما

---

بواجبه عنه .. وهذا ليس دورهما وإنما دوره وعليه أن يؤديه وحده لكي يحدث التوازن في أداء الواجبات الأسرية وعندما يختل ذلك التوازن .. فإن معنى ذلك المزيد من التوتر والأنين على الإبن ليؤدي واجباته المدرسية اليومية أو أنهما سيجعلانه يعتمد عليهما في حلها ولن يجعله ذلك قوياً مطمئناً وواثق من قدراته. ولن يعود التوازن في علاقات أفراد الأسرة إلا إذا تركا ابنهما يعتمد على نفسه للقيام بواجبه.

قال الخبير للإب (دعنا ننظر عن قرب لمنهجك الذي تسير عليه لتساعد إبنك على أداء واجبه المدرسي)  
نظر الأب إلى الخبير بدهشة قائلاً (أي منهج تتكلم عنه .. لا يوجد لدي منهج).

كان الخبير قد توقع ردة الفعل هذه من الأب .. لأن معظم الآباء الذي يساعدون أبنائهم في أداء واجباتهم المدرسية لا يدركون ماهي الأدوار التي يقومون بها لإبنائهم ضمن منهج أو نظام معين.

قال الخبير للأب (كل والدين لا بد أن يكون لهما نظام في كيفية التعامل مع

---

أبنائهم وهم يؤدون واجباتهم المدرسية .. لا بد أنك لم تؤسسه مع زوجتك بعد  
أو أنك لا تدركه).

عندئذ أعطى الخبير الأب ورقة توضح الأدوار الغير متوازنة التي يؤديها الآباء  
والأبناء والمدرسين في أداء الطلبة لمسئولياتهم في أداء واجباتهم المدرسية مما  
يسبب التوتر والفوضى العائلية.

وشرح الخبير قائلاً : إن للثلاثة أطراف وظائف .. يجب أن تكون متوازنة وهي  
كالآتي:

وظائف الآباء:

- 1- يسأل الآباء أبنائهم عدة مرات في اليوم إذا ما أدوا واجباتهم .. أو إذا كانوا  
يجدون صعوبة في أدائها.
- 2- يذكرون أبنائهم بإداء دروسهم.
- 3- يسألون أبنائهم إذا أنهوا دروسهم.
- 4- القيام برحلات أكثر إلى المدرسة لإعطاء ابن لهما نسي كتاب له أو واجب.
- 5- مساعدة الابن بالقيام ببعض واجباته.

- 
- ٦- يحاضر الأب ابنه أو يعاقبه لعدم قيامه بواجبه.  
٧- الإحساس لدى الآباء بالفشل إذا فشل أبنائهم.

### وظائف الأبناء :

- ١- يعطي الأبناء أعماراً لأبائهم إذا لم يقوموا بواجباتهم بأن واجبهم سرق منهم أو ضاع.  
٢- ينتظر الأبناء إلى آخر الوقت للبدء في أداء الواجب .. أحياناً القيام بالبحث في الليلة السابقة لإعطاء البحث رغم أن المدرس قد طلب منه القيام به أسبوع من قبل.  
٣- يستمعون للتذكير والمحاضرات التي تلقى عليهم بسبب إهمالهم من قبل آبائهم ومدرسيهم.  
٤- القيام بإداء الواجب في مكان مليء بالضجيج .: رغم ما يتطلبه الواجب من تركيز شديد.  
٥- يتظاهر الأبناء أنهم لا يفهمون حتى يساعدهم آبائهم في أداء واجباتهم.

---

## « حدودكم كأباء في دراسة إبنائكم » ١٩

بعد الخطوتين التي ذكرتهما وتؤديان إلى إعادة التوازن بين الآباء والأبناء والمدرسين في مسألة أداء الواجبات المدرسية .. تأتي الخطوة الثالثة والأخيرة وهي :

١- أن لا تسبب الفوضى بتدخلك في تأدية إبنك لواجباته المدرسية :  
عندما تنتهي من التوضيح لإبنك عن الوظائف المطلوبة منه .. وماهي مقاييسك التي ستحاسبه على أساسها .. عندئذ ستكون جاهزاً لتتركه يحل واجباته لوحده .. على أساس النظام الذي وضعته له .. المسؤولية يتحملها هو الآن وعليك أن تضع أمامك هدف أن يحقق إبنك ما تريده منه وذلك بعدم تدخلك في واجباته إلا في حدود وظيفتك المحددة وتدع النظام الذي وضعته له يقوم ببقية المهمة.

لكن كم سيستغرق تطبيق هذا النظام ليسود التوازن علاقة الآباء والأبناء والمدرسين من ناحية تأدية الأبناء لواجباتهم المدرسية؟

---

كل الآباء يتمنون أن يحدث ذلك الأمر في وقت قصير .. لكن تغيير العادات يحتاج إلى بعض الوقت .. كما أنه يعتمد على طول المدة التي استمرت خلالها هذه العادة .. إذا كانت منذ فترة قصيرة فإن الأبناء بحاجة إلى عدة أسابيع ليتعودوا على النظام الجديد .. لكن إذا كانت الفوضى التي تعم أداء الواجبات قد بدأت منذ فترة طويلة إلى حد ما .. فإن الأمور ستدهور في البداية ثم ستتطور فيما بعد .. على الإبن أن يتحمل نتائج إهماله لواجباته من خلال ما قام به من اختيار سيء هو مسؤول عنه .. قد يأخذ ذلك وقتاً يصل إلى ثلاثة إلى ستة أسابيع تقريباً .. لكن الأبناء لن يستسلموا هكذا ببساطة لإسلوب جديد .. وإنما سيحاولون وهم يتحولون اختبار آبائهم ليرى مدى جدبتهم في تحميلهم مسؤولية إهمالهم لواجباتهم الدراسية .. سيرتكبون الأفعال التي كانوا يقومون بها من قبل .. مثل تقديم الأعذار لنسيانهم أبحاثهم أو ادعاء الحيرة واليأس .. بل أنهم سيحاولون كسر روتين حياتهم أثناء محاولتهم استثارة آبائهم وإرهاقهم لكي يستسلموا ويتدخلوا حتى يساعدهم في تأدية واجباتهم .. لكن على الآباء أن لا يستسلموا .. ويطبقوا الخطوات الثلاث التي ذكرتها لكي يحدث التوازن المطلوب .. الذي سينتج عنه أبناء مسؤولين.

مثال على ذلك أن يضع الوالدين بداية للبدء في أداء الواجبات الساعة الرابعة

---

مساء .. والإنتهاء مثلاً الساعة الخامسة .. وأي سؤال من الإبن لوالديه عن  
الواجب لا يجاوبان عليه .. إلا إذا تم الإتفاق عليه مقدماً .

النظام الذي اتفق عليه والدي فواز هو أن يسمحان له بالإستمتاع بالتلفزيون  
واللعب مع أصدقائه إذا بدأ واجباته الساعة الرابعة وانتهى منها في الوقت  
الذي يحدده له على أساس ما عليه من واجبات .. أما المكان الذي يخصصه  
له والديه فهو غرفته في الطابق الأعلى .. ويوفران له طاولة عليها كل ما  
يحتاجه لدراسته .. لكنهما يضعان ألعابه في الطابق الأرضي .. وعليه إذا أراد  
أن يسأل والديه يذهب لهما ليسألهما عن الموضوع الذي يحيره ويحصل على  
الإجابة ويذهب إلى غرفته ليكمل أداء واجبه .

أما من حيث المحاسبة فإن على فواز أن يكون مسؤولاً عن جلب واجباته  
المدرسية وإذا نساها فإنه سيحرم من التلفزيون يوماً ويحرم إلى جانب ذلك  
من رؤية أصدقائه .. وإذا كان لديه واجب متبقي عليه أن يكمله يوم الجمعة  
قبل أن يبدأ الأسبوع .

بعد أسبوعين لاحظا الوالدان أن ابنتهما فواز ظل مصراً على أن لا يكمل



---

واجباته إلا في نهاية المدة .. لكنهما لم يتعاركا معه .. ولم يشعرا بالتوتر في التعامل معه .. كل شيء مضى هادئاً مريحاً.

وكالعادة حاول فواز أن يختبر والديه حتى يعود إلى اعتماده عليهما .. لذلك استمر في إهماله جلب واجباته أو أبحاثه إلى يوم الثلاثاء من نفس الأسبوع .. لكن والديه ظلاً يحاسبانه على عدم التزامه بما ذكرته من قبل .. ثم بدأ يلتزم بجلب واجباته .. لكنه لم يلتزم بإدائها في الوقت المحدد .. وبدأت محاسبة والديه له مرة أخرى حتى اضطر إلى الإلتزام بإدائها كاملة حسب نظام التوازن الذي وضعه والديه .. ولم يكن الأمر سهلاً حيث ادعى في البداية عدم اهتمامه باللعب مع أصدقائه وظل مصراً على إهماله .. ثم بدأ يبكي ويتهمهما أنهما خبثاء معه .. لكنه يوم الأربعاء من نفس الأسبوع .. عندما يأس من محاولاته السلبية .. دخل غرفته وأكمل واجبه وأعطاهما إياه في الوقت المحدد وخرج يلعب مع أصدقائه .. كل ذلك تم بهدوء .. وهكذا فعل يوم الخميس حيث أكمل ما كان قد أهمل في تأديته من قبل.

وهكذا نجح النظام الذي وضعه والديه له .. بل تطور فيما بعد وأصبح فواز مسؤولاً تماماً عن واجباته .. يسأل والديه إذا احتاج لهما .. ثم يتركانه ليكمل ما

---

عليه من مسؤولية .. وعندما حدث وتراجع يعودان مرة أخرى . إلى إلامه  
بتحمل نتائج إهماله بحزم .. ويعود هو إلى التلامه ..

أما إذا كان لدى الأبناء أسباب أخرى صحية مثلاً أو نفسية .. فإن على الآباء  
الإستعانة بطبيب نفسي أو معالج سيكولوجي أو معالج اجتماعي لحل  
مشاكلهم حتى يتمكنوا من الإلتزام بمسؤولية أدايم لواجباتهم .

---

« كيف يتعلم الطفل حل مشاكله بنفسه » (20)

تكمن أهمية رسائلنا المشجعة لإبنائنا في مقدرتهم علي تطوير شخصياتهم وتعاونهم معنا أو مع غيرنا .. وكذلك قدرتهم على حل مشاكلهم واتخاذ قراراتهم باستقلاليه على أن تكون أفعالهم مقبولة منا ومن المجتمع .. كما تشعرهم أنهم جزء من العائلة .. هذه الطرق في معاملة الأبناء هي التي توضح الفرق بين تعاون الأبناء مع آبائهم .. لكن نجاح هذه الطريقة تعتمد إلى حد كبير على الهدف الذي يريد الآباء أن يصلوا إليه من هذا التشجيع ليتم التطوير في شخصية الأبناء.

وهنا نجد ضرورة تعلم الأبناء مهارة حل مشاكلهم بأنفسهم .. وهم لن يتعلموا ذلك إلا نحل لهم هذه المشاكل .. وإنما عن طريق تطبيقهم للطرق التي نعلمهم إياها .. وتكرارها بالتمرين حتى يجيدوها.

لنفترض أن أب يريد أن يعلم ابنه ركوب الدراجة .. سيعلمه في البداية كيفية الركوب .. وسيشرح له الخطوات نظرياً ثم سيعلمه كيف يطبقها عملياً .. لكنه

---

لن يكتسب مهارة ركوب الدراجة إلا بعد أن يتمرن عليها حتى يتقنها .. وبهذا الأسلوب يتعلم الطفل في أي مجال أي مهارة جديدة.

وحل المشاكل مهارة يجب أن يتعلمها الطفل أيضاً لكي يطبقها ولا يجيدها إلا بالتمرين .. وواجبنا كأباء أن نوفر لإبنائنا المعلومات اللازمة وعلى الأبناء أن يطبقوها في البداية تحت إشرافنا ثم عليهم بالتمرن عليها وحدهم لكي يتقنوها كمهارة.

إذن توجد أربعة طرق تكمل كل واحدة منها الأخرى .. تمكنا كأباء من تعليم أبنائنا فن مهارة حل مشاكلهم بأنفسهم لكي يثقوا بأنفسهم وقدراتهم ويكونوا أصحاب شخصية مستقلة ومتوازنة نفسياً هي:

- ١- معلوماتنا أحياناً لا تكون كافية فماذا علينا أن نفعل؟
  - ٢- أن نضع مثل أعلى للطفل لتصحيح سلوكه السلبي.
  - ٣- أن نشجع أبنائنا بتكرار المحاولة.
  - ٤- اكتشاف الآباء الخيارات مع الأبناء .. ليختار الأبناء أفضلها في نظرهم.
- ولنبداً بالطريقة الأولى لكي نوضح أسلوب استخدامها عن طريق أمثلة من الحياة.

---

نورة طفلة في السادسة من عمرها .. كانت مشكلتها أنها تأخذ وجبة الغداء معها من البيت إلى المدرسة .. لكنها تعود وقد أخذت زميلاتها أفضل ما لديها من طعام .. دخلت الأم على الخبير التربوي وهي في حيرة تتسائل لكي يجد لها حلاً لمشكلة إبنتها لأنها بدأت تشعر باليأس معها.

قالت الأم للخبير (لقد علمتها عدة مرات أن عليها أن ترفض عندما يطلب منها تلاميذ الصف الذين يكبرونها سنأ طعامها الذي تحبه .. لكن لا فائدة .. فهي تعود في كل مرة محرومة من أفضل ما أضعه في حقيبتها)

سأل الخبير نوره (ماذا علمتك والدتك بأن ترد على زملائك إذا طلبوا أن يأكلوا من طعامك؟)

ردت الطفلة (علي أن أقول لهم لا .. أمي أعدته لي وحدي)  
(وهل فعلت ذلك؟)

(لا لم أفعل .. صعب علي أن أقول ذلك لتلاميذ أكبر مني)

هنا حاول الخبير أن يشرح للأم أن معرفة إبنتها ماذا عليها أن تفعل .. وأن تفعله حقاً بطريقة صحيحة .. مهارتان مختلفتان .. لأن البنت لم تحصل على التمرين الكافي من الأم لاستخدام هذه المهارة جيداً .. لذلك هي غير قادرة على القيام بها حسب ما تريد أمها وتريد هي أيضاً.

لذلك اقترح الخبير على نوره أن يقوم بتمرينها على رفض ما يريده زملائها

---

دون أن تخاف وبدأ يمثل أمامها بأنه نوره في يدها كيس من البطاطس المقلية .. وتمثل الأم دور طالب أكبر منها.

سألت الأم الخبير الذي مثل دور ابنتها (ماذا تأكلين؟ .. أريد بعض منه) حرك الخبير الكيس جانباً ورد على الأم (لا .. هذا الكيس لي ولا أسمح لإحد أن يأخذه مني)

وأخذ الخبير يعيد الموقف مع الأم عدة مرات .. ثم طلب من الابنة أن تقوم بدورها ويقوم هو بدور طالب أكبر منها يحاول أن يأخذ شيئاً من البطاطس منها.

ردت نوره بحزم عليه وبوضوح (هذا لي)

وأعاد الخبير الموقف عدة مرات .. في كل مرة يعلم نوره كيف تقول (لا) بطرق مختلفة لمن يطلب شيئاً من أكلها .. لكي تختار الطريقة التي ترتاح لها .. وفي النهاية اختارت أن ترد بجملة (لا .. أنا آسفة) ورأت أن لا تنظر إلى وجه الشخص لأن ذلك يمنحها ثقة أكبر في نفسها وهي ترد.

سأل الخبير نورة (هل أنت مستعدة غداً لتجربي ما تمرنتي على القيام به؟) أجابت (أعتقد ذلك)

(طلب الخبير من الأم أن تعيد التمرين مع ابنتها عدة مرات .. قبل أن تذهب إلى المدرسة في اليوم التالي .. وأن تشجعها ببعض العبارات التي تدعم ثقتها

---

في نفسها .. وطلب منها أن تخبره بالنتيجة في زيارتها الثانية)  
وعندما عادت الأم بعد أسبوع مع ابنتها إلى عيادة الخبير التربوي .. كان يبدو  
عليها الإرتياح.  
سألها الخبير (كيف سارت الأمور؟)  
ردت الأم (سارت على ما يرام .. لقد ساعدها التمرين كثيراً .. ولم تسمح  
لإحد بإخذ طعامها منها)  
وبدا الإحساس بنشوة النجاح واضحاً على وجه نوره.

---

## « كيف يساعد النموذج الذي يتبعه الطفل في حل مشاكله بنفسه؟ »

21

ذكرت من قبل أن هناك أربع طرق تكمل الواحدة منها الأخرى لمساعدة أبنائنا على حل مشاكلهم بأنفسهم .. والآن سأتناول الطريقة الثانية المكتملة للطريقة الأولى .. وهي تمرين الطفل على تقادي مشاكله أو حلها لو وقعت باتباعه لنموذج أمامه.

تساعد هذه التمارين العملية على تأسيس شخصية الطفل لذلك فمن الأفضل أن نبدأ في تطبيقها على الأطفال الصغار بداية من سن الثانية إلى سن السابعة.

الخطوة العملية تشتمل على رسالة واضحة حول ما نتوقعه من أولادنا أن يقوموا به ليتفادوا وقوع الخطأ .. أو بمعنى آخر ماذا نتوقع منهم لإصلاح ما ارتكبوه من خطأ .. وفي جميع الحالات فإن الآباء يريدون تعليم أبنائهم مهارة حل مشاكلهم بأنفسهم.



---

إذا لم يرتكب الطفل السلوك السلبي ونريد أن نعلمه كيف يتفاداه فإن علينا اتباع الطرق الآتية :

- ١- نضع له النموذج الذي نريد الطفل أن يتبعه حتى يتفادى الوقوع في الخطأ.
- ٢- تشجيع الطفل على أن يجرب مرة أخرى مستخدماً الأسلوب الذي عليه أن يتبعه لكي يصحح فعله السلبي لو حدث.
- ٣- تشجيع جهود الطفل وتطوره.

ولنأت بمثال من واقع الحياة لنذكر كيفية استخدام هذا الأسلوب.

محمد في الثالثة من عمره كان يرغب في مساعدة والده في تقديم الطعام لكلب البيت .. وضع الأب الطعام في الماعون وأخذ يحركه .. فعل ابنه مثله .. ثم حمل الأب الصحن إلى فناء البيت الخارجي وكان وزنه ثقيلاً إلى حد ما .. لكنه لم يمنع ابنه من حمله عندما أراد .. وطلب منه أن يأخذ حذره.

ورغم حذر محمد وإمساكه للصحن بقوة لكنه بعد خطوتين سقط على أرض المطبخ .. وامتألت عيناه بالدموع .. خوفاً من والده.  
لكن والده بدل أن يفضب عليه ويلومه .. شجعه قائلاً.  
(لقد أوشكت أن تصل)

---

واشتركا معاً في مسح أرضية المطبخ .. ووضع طعام الكلب مرة أخرى في الوعاء وقال لإبنه.

(انظر كيف أمسك الوعاء وافعل مثلي .. أضع يدي في أسفل الوعاء .. وبذلك لن يتزحلق من يدي)

وقلد محمد والده فيما فعل كنموذج له ونجح.

قال له والده (حسناً فعلت .. أنت قادر الآن أن تقوم بهذا العمل وحدك الآن) لو غضب والده وأنبه لما استفاد ابنه .. وإنما سيقبل ذلك التأنيب ثقته في نفسه .. لكننا نستطيع كأباء أن نستخدم أسلوب النموذج لتصحيح السلوك السلبي في وضع الحدود للأبناء.

ولكي تتضح الصورة للأباء أكثر ليتمكنوا من معرفة كيفية استخدام هذا الأسلوب .. سأضرب مثال من الحياة.

علي في الرابعة من عمره .. دفع صديقه لأنه كان في طريقه .. تدخل والده قائلاً (علي علينا أن لا ندفع الشخص الذي في طريقنا .. علينا أن نقول له لو سمحت) أو نطلب منه أن يتحرك بأن نقول له (تحرك من فضلك) (ومثل الأب الطريقتين أمام ابنه ثم طلب منه أن يقلده فيما فعل)

سار علي إلى صديقه وقال له (تحرك من فضلك)

---

وتحرك الصديق ليدع علي يمر .. وشكر الأب إبنه لحسن تصرفه.

محمود طفل في السابعة من عمره .. يتمنى أن يحتضنه والده .. لكنه غير قادر على أن يعبر عن هذه الرغبة .. فكان يتسلل لوالده ويضربه على ظهره أو ينفزه في خاصرته ليجذب اهتمامه .. تضايق والده من طريقة إبنه وأراد أن يعلمه كيف يعبر عن رغبته بطريقة صحيحة فقال له:

(محمود .. ليس من اللائق أن تتسلل هكذا تضربني أو تنفزي .. إذا كنت تريدني أن أحضنك عبر عن شعورك لي بأن تقول)  
(أبي أريدك أن تحضنني وسيسعدني أن أحضنك .. والآن جرب ما قلته لك .. وسأريك أنك ستجح فيما تريد).

قال محمود لوالده بخجل لأنه لم يتعود بعد (أبي أريد أن أحضنك) واحتضنه والده بحنان وحب قائلاً (افعل هكذا في كل مرة تريد فيها أن أحضنك .. وسيسعدني أن أفعل ذلك).

وتعلم محمود من والده كنموذج له أن يفعل ما يعبر به عن رغبته بالإحتضان وفعل والده ما وعد به إبنه.

---

## « تحمل المسؤولية يتعلمها الطفل

منذ سن الخامسة »

27

كلما بدأ الآباء في تعليم أبنائهم تحمل مسؤولية واجباتهم في سن مبكرة .. كلما كان ذلك أفضل في تأثيره على شخصياتهم من ناحية تحمل المسؤولية بالنسبة لترتيب غرفهم أو واجباتهم المنزلية الأخرى أو الواجبات الدراسية .. ومن ثم خلال مراحل حياتهم القادمة كرجال ونساء أو كآباء.

لاحظت الأم عندما ذهبت إلى ابنها حسام البالغ من العمر خمس سنوات .. أنه في الحضانة يضع حقيبته في مكان مخصص لها .. وعندما يلعب بالألعاب مع بقية الأطفال فإنهم يتعاونون جميعاً في إعادة الألعاب إلى مكانها في الحضانة .. حتى أن أحد الأمهات حولها علقت قائلة (كم أتمنى أن أجعل طفلي يقوم بذلك في البيت)

وهذا ما كانت تعاني منه أم حسام عندما يعود ابنها من المدرسه فهو يرمي حقيبته في البهو ويخلع حذائه .. ويذهب فوراً إلى المطبخ ليأكل غذائه .. ولا

---

يأخذ صحنه إلى حوض غسيل الصحون. وعندما يلعب بإلغابه في غرفته أو غرفة المعيشة يتركها مبعثرة لمن يقوم بعده بترتيبها إما أمه أو المربية.

قالت الأم لنفسها .. هاهو إبني يفعل ذلك في المدرسة ومعه بقية الأطفال كل يوم .. فلماذا لا يقوم بذلك الواجب في البيت؟.

وأدركت حقيقة هامة تتلخص في أن المدرسة تحدد للطلبة واجباتهم .. وعليهم أدائها وإلا عليهم تحمل عواقب أعمالهم السلبية وبذلك تعودوا على القيام بواجباتهم بطريق تلقائية ودون تذكير .. ولكي تجعل طفلها حسام يفعل في البيت ما يفعله في المدرسة لكي يدرك واجبه .. فإن عليها أن تحدد له واجباته.

وهكذا قررت أن تفعل ذلك في البيت لكي يتحمل واجباته المنزلية والدراسية أيضاً.

---

دخلت الأم على إبنها في غرفة المعيشة وهو يستعد للنهوض تاركاً ألغابه مبعثرة في الغرفة.

قالت له (لقد لاحظت أنك في المدرسة تعيد ألغابك إلى مكانها)  
رد حسام (طبعاً يا أمي .. هم لا يدعوننا نفعل ذلك)

---

فكرت الأم .. إذن ما ذا ينقصنا أنا ووالدهة .. لماذا لا أن نضع له الحدود ونلزمه بها بحزم؟ .. لا أن نقوم بها بدلاً عنه مثلما يفعل معظم الآباء رغم أن أبنائهم قادرون على القيام بها .. غير واثقين بأن في إمكان أبنائهم القيام بها .. فيتحملوا هم هذه المسؤولية.

وهنا يكمن الخطأ في أسلوب تربيته لإبنائنا .. لإنهم قادرون على أن يدركوا واجباتهم ويستطيعون تحمل مسؤوليتها حتى لو كانوا في سن الرابعة أو الخامسة .. إذ أنهم يفعلون ذلك منذ سن الحضانه .. في تلك الليلة قررت الأم أن تضع مكان مخصص لإحدىة إبنها حسام .. وقرر زوجها أن يقوم بعمل أرفف في المخزن لكي يضع حسام ألعابه فوقها عندما ينتهي من اللعب بها في غرفة المعيشة .. وجلسا الوالدين مع ولدهما وحددا الواجبات التي عليه تحملها.

حذائه يضعه في المكان المخصص له .. وشنطته يضعها فوق الرف الذي جهزه الأب في المخزن القريب من المطبخ الداخلي المخصص أيضاً لإعبابه .. وعندما يأكل في غرفة المعيشة يضع الفضلات في الزبالة .. وسألاه إذا كان لديه أية أسئلة.

---

أجاب حسام (ماذا إذا نسيت القيام بأي من هذه الواجبات؟)  
أجاب الأب (هذه ليست مشكلة. ها أنت تتذكر كل شيء في المدرسة .. لكنك  
إذا نسيت سنعلمك .. ولن تلعب بها مرة أخرى إلا بعد يومين .. حتى تتذكر  
ذلك في المرة القادمة).

وسار الأمر ببسر وسهولة في الأيام الأولى .. لأن حسام كان قد تعود على تحمل  
مسئولية إعادة ألعابه ووضع حدائه وشنطته في مكانهما المخصصان لهما في  
الحضانة .. إلا أنه حاول أن يختبر مدى جدية والديه بعد أسبوع .. فوجد  
العقاب الذي حدداه له .. والتزم بعدها بدوره المطلوب منه في المنزل.

إن معظم الآباء يقومون بواجبات أبنائهم في البيت من تنظيف مكان لعبهم  
إلى غرفهم بعد أن يثيروا الفوضى بها وحتى واجباتهم يجلس معظم الآباء مع  
أبنائهم لحل تلك الواجبات وقد يحلون عنهم بعضها أو يقوموا بعمل أبحاثهم  
أو الواجب المطلوب منهم القيام به من تجهيز لخرايط أو عمل مجسمات ..  
وكان ذلك من مسؤوليتهم .. وهم يضررون أبنائهم ولا يفيدونهم .. لأنهم لا  
يتحملون تلك الواجبات الخاصة بهم ولا يدركوا ما معنى تحمل المسؤولية عندما  
يكبروا.

---

« كيف تعدوا أبناءكم  
ليتغيروا إلى الأفضل »

23

سيعارض الأبناء منذ البداية تغيير عاداتهم التي تعودوا عليهم .. إذ ليس من السهل عليهم تقبل هذا الأمر. بل ليس من السهل أيضاً على الآباء أن يطبقوها بعد أن تعودوا على عاداتهم القديمة في تربية أبنائهم .. وكلنا نعلم أن الكلام سهل لكن التطبيق صعب ويتطلب إرادة وصبراً للوصول إلى الهدف الذي نسعى إليه.

إن ما أريده مما سأكتبه أن يتجاوز كل من الأبناء والآباء هذه الصعوبة ليتعودوا على أساليب سليمة من الناحية النفسية في تعاملهم مع بعضهم البعض ليتطور سلوك الأبناء ويرتقي أسلوب تعاملهم مع أبنائهم فيعم الهدوء والإستقرار نفوس أفراد العائلة.

لقد ذكرت من قبل أن أول ما ستلاحظه على ابنك عندما تتعامل معه بإسلوبك الجديد أنه سيقاومه .. وسيحاول اختبار مدى حزمك والتزامك في تطبيق



---

طرقك الحديثة .. لا تخف من ذلك .. لأنه أمر مؤقت وطبيعي .. ويعتبر جزء من طرق التعلم والتمرين على اكتساب العادات الجديدة.

إذن .. لا تتوقع أن يسعد طفلك أو ابنك المراهق بإساليبك الحديثة .. ولن ينفذها فوراً لأنه لا يعرفها ولم يتعود عليها .. بل إنه يتمنى لو يعود إلى طريقته السابقة التي تعود عليها.

إن الله سبحانه خلق البشر هكذا عندما يتعودون على عادات معينة يجدون من الصعب التخلص منها والتعود على عادات جديدة .. سواء كانوا صغاراً أو كباراً .. إلا إن الأبناء سوف يطورون أنفسهم بتنفيذ هذه العادات إذا قرروا ذلك بإرادتهم .. ولن يقتنعوا بها إلا إذا جربوها بأنفسهم لكي يتراجعوا عما يؤمنوا به ويتقبلوا حقيقة أن آبائهم أصبحوا مختلفين عن السابق .. عليكم كأباء أن تطلعوهم عما قررتم عليه لكي تجعلوه مناجاً لكم كأباء وتمارسوه كسلوك يومي ويروكم وأنتم تقومون بتطبيقه بشكل مستمر .. كما إنكم توقعوا كأباء منهم أن يختبروا طرقكم التي تريدون تطبيقها عليهم .. وسوف يفعلون كل ما في مقدورهم ليختبروا هذه الطرق وسيفعلوا ما في وسعهم ليقاوموكم ويعيدوكم إلى أساليبكم القديمة التي تعودوا عليها.

---

فإذا كانت الأم مثلاً متساهلة ومتساهلة في السابق فإن ابنها سيتجاهلها ويتابع تجاهلها وسيتحداها وسيتوسل إليها لكي تسمح له بما تعودت أن تسمح له في السابق لكنها يجب أن تتقيد بما وضعته من خطط تعلمتها من قبل لكي توقف هذه الفوضى في علاقتها مع ابنها .. فتظل عليه بين فترة وأخرى وهو يؤدي واجباته الدراسية لتتأكد أنه يقوم بها .. أو لو أراد أن يسأل سؤال ترد عليه ثم تتركه يواصل حل واجبه بنفسه أو تواجه غضبه إن تطلب منه أن يدعها وحدها إذا كانت غاضبة لخمس دقائق لكي تهدأ أعصابها وترد عليه دون انفعال لتوضح ما تريده منه حتى ينهي واجباته المدرسية ثم تمضى عنه إلى أعمالها ليعتمد على نفسه في حل تلك الواجبات أو ارتداء ملابسه أو القيام بأي واجب منزلي آخر مطلوب منه من قبل العائلة كأحد أفرادها.

قد تضطر كأب إلى استخدام النتائج المنطقية أو العواقب المنطقية لأنها تلعب دوراً هاماً وأنت تحاول أن تغير سلوك ابنك أو ابنتك .. غالباً ما ستحتاج إلى استخدامهما بين الحين والآخر لتدعم قواعدك الأساسية في التعامل معهما .. لتحد من سوء سلوكهما ولكي تحاسبهما على اختياراتهما الغير مقبولة .. وكلما استطعت الإستمرار أكثر في أن تربط فعلك بقولك كلما ازدادت العادات الجديدة السليمة توطداً في سلوك الأبناء وكذلك في سلوك الآباء لأنهم أيضاً

---

يجربون أساليب جديدة لم يتعودوا عليها بعد .. وسيقل اختبار الأبناء لآبائهم مع الوقت لأنهم يدركون أنها بلا فائدة وأنهم لن يحصلوا على ما يريدون من العودة إلى عاداتهم السلبية القديمة وسيعاونوا معهم دون أن يحتاجوا إلى معرفة عواقب عدم التزامهم بها.

وهنا أطرح هذا السؤال الهام .. كم سيأخذ الأبناء من الوقت ليتعودوا على عاداتهم الجديدة .. إن ذلك يعتمد على عدة أمور .. منها سن الأبناء .. ومدى استمرارية الآباء في معاملتهم بالأسلوب الجديد .. وطول الوقت الذي مر على الأبناء وهم متعودون على الأساليب القديمة السلبية .. إن أكثر الآباء الذين استمروا في تطبيق الطرق الجديدة وجدوا أن محاولة أبنائهم إختبار مدى جدبتهم في تطبيق هذه الأساليب قد قلت بعد ٥ أسابيع .. لكن الأبناء الأصغر سناً احتاجوا إلى وقت أقل ولم تزد محاولات اختبارهم أكثر من ثلاثة أسابيع.

إذن أغلب المراهقون سيحتاجوا إلى ما بين ٤ و ٥ أسابيع لكي تقل رغبتهم في اختبار آباءهم والإستجابة جدياً خصوصاً إذا وجدوا إصراراً من آباءهم وجدية في تطبيق العادات الجديدة .. وعدم تقبل الأبناء للطرق الجديدة

---

واختبارهم لإبائهم سيمنح هؤلاء الآباء الفرصة لكي يتمرّنوا ويكتسبوا مهارات جديدة وكلما تمرّنوا ازدادوا مهارة .. أما إذا تجاوب الأبناء سريعاً فقد يعرض ذلك الآباء إلى العودة لا إرادياً إلى أساليب تربيّتهم التي تعودوا عليها من قبل وهذا أمر يحتمل حدوثه لأن الآباء أيضاً من الصعب عليهم تغيير عاداتهم القديمة ويحتاجوا إلى الإستمرار في تطبيقها على أبنائهم ليتقبلوها نفسياً ويتعودوا عليه.

---

« كيف نقضي على مقاومة  
الأبناء لتطوير سلوكهم؟ »

24

ماذا يمكن أن نفعل مع أبنائنا عندما نعلم أن مقاومتهم لإساليبنا الجديدة هي أمر طبيعي؟ .. كيف يمكننا القضاء عليها وتمكينهم من الاستفادة من هذه الطرق ..؟ ما هو نوع الدعم الذي نحتاجه ..؟

نحن بالطبع سنحتاج إلى نوع أو نوعين من الدعم .. أحدهما نوع البرنامج الذي نقوم بتطبيقه .. والثاني أن نتأقلم نحن أيضاً على تقبل ذلك التغيير .. حتى نقنع أبنائنا به فتزول المقاومة.

وكلما تواصلنا مع الناس الذي يحتك بهم أبنائنا من مدرسين وأصدقاء وأقارب .. وتعمدنا الإصرار على تطبيق أسلوبنا الجديد في تعاملنا مع كل هذه الفئات .. التي لها علاقة بحياة هؤلاء الأبناء .. كلما تحقق هذا الأمر بصورة أسهل وأسرع.

---

حاول أن توضح لهؤلاء الأشخاص الطرق التي تعلمتها مما ذكرته سابقاً  
ستجدهم سعيدين ومرحبين للتعاون معك لكي تصل إلى أهدافك.

رشاد طفل في الرابعة من عمره .. وجد والديه الكثير من التعاون والدعم من  
مدرسي ابنه .. وهذا الأمر ساعده أن يبدأ إبنهما دراسته في الروضة الجديدة  
على أساس من نظام ناجح .. والسبب أنه لم يقبل في روضتين من قبل بسبب  
طبعه المشاكس العدواني .. حيث بقي في كل منهما فترة قصيرة فقط وتم  
رفضه منهما.

كان والدي رشاد متشوقان لأي شخص يعلمهما كيف يتعاملان مع إبنهما ..  
لأنه سيدخل إلى روضته الجديدة الفصل القادم .. أي بعد أسبوع.  
سألتهما الخبير التربوي (ما هو الأسلوب الذي كنتم تستخدمانه معه من  
قبل؟)

قالت الأم (بدأنا بالتسامح معه وعدم عقابه .. وبعد ذلك أصبحنا نكرر له  
تأنيينا ونذكره بما وعدنا أن يفعل .. لكن كل ذلك لم يأت بنتيجة معه ..  
وعندما كان يقاومنا أصبحنا نثور ويعلو صوتنا عليه).

بعد عدة دروس في ورشة للأباء أعدها لهم الخبير مع مجموعة من الآباء

---

يعانون من مشاكل شبيهة بهم .. أستطاعوا أن يتعلموا استخدام بعض الحدود الحازمة .. والعواقب المنطقية لسوء سلوك الأبناء .. ووضع وقت محدد لهم لإنهاء المهمة المطلوبة منهم .. بدل أن يضربوهم على عدم استجابتهم لهم .. وطلب الخبير من الآباء أن يسجلوا ما يلاحظوا على أبنائهم و تطور سلوكهم .. لكي يلمسوا مدى ما يحرزوه من تقدم.

ثم احتاج الخبير أن يؤسس اتصال بين البيت والمدرسة والإستمرار في التواصل والتعاون بينهما.

كانت مدرسات رشاد في الروضة الجديدة على استعداد للتعاون .. ووضحا والدي رشاد لمدرسيه أن يستخدموا نفس التوجيهات اللفظية التي يستخدمونها في البيت .. وكيف يستخدموا النتائج المنطقية .. وتحديد الوقت لإنهاء الطفل المهمة المطلوبة منه وإلا تعرض للعقاب .. ووافق المدرسين على تسجيل المرات التي يستجيب لهم رشاد حتى يتأكد الوالدان من تطور سلوكه.

وكما هو متوقع .. أخذ رشاد يمتحن مدرسيه في مدى جدية ما يطلبوا منه القيام به لعدة أسابيع .. ثم بدأ يبدي تطور تدريجي في سلوكه ثم استقر هذا السلوك على نمط واحد أخذ في التحسن .. وبعد أربعة أشهر من بداية

---

التطبيق أظهر رشاد كثير من التحسن في سلوكه العدائي السابق في المدرسه  
والبيت .. وأخذ في التطور أكثر فأكثر في الشهور التالية أيضاً حتى أصبح  
الأبوين والمدرسين أكثر راحة في التعامل معه .. وظل هكذا في روضته ما بقي  
له من سنة قبل أن يلتحق بالمدرسه السنة التي بعدها.

هنا لاحظنا أن مدرسي رشاد قد دعموا أساليب الأبوين لتطوير سلوك ابنهما  
.. وكان لهذا الدعم دور كبير في تطور سلوك رشاد ولا ننسى دعم الكبار حول  
الطفل في العائلة مثل الجد والجدة وضرورة دعمهما لإساليب الأبوين وكذلك  
الأقرباء والأخوة الكبار والأصدقاء .. والأفضل من ذلك كله هو اقتناع  
الوالدين أنفسهما بما يقومان به وتعويد أنفسهما على الإلتزام بهذه الطرق  
الجديدة التي لم يتعودوا عليه .. بعد إيمانهما بأهميتها.

والآباء الذين يتجاوبون سريعاً مع الطرق الجديدة ولا يقاوموها .. يجدون من  
السهل اتباعها وتطوير سلوك أبنائهم .. لكن الذين يقاومونها لا إرادياً أو  
بحكم التعود ولا يجدون الدعم ممن هم حولهم من الذين ذكرتهم .. يجدون  
صعوبة في تطبيقها وتطوير سلوك أبنائهم.



---

## « الحوافز المادية .. كيف تسيء إلى تربية الأبناء؟ »

25

لا تمنحي طفلك حافزاً مادياً لكي يطور من سلوكه .. هذا ما ينصح به علماء التربية فهذا أسلوب سلبي يضر الطفل .. وما سأذكره من مثال يؤكد هذه النظرية التي ترسخ العادات السيئة في نفوس الأبناء بدل أن تساعدكم على تحسين سلوكهم.

شعرت أم وليد البالغ من العمر عشر سنوات بالإحباط .. فأبنتها لا يطيعها فيما تريد منه القيام به .. اقترحت عليها جارتها قائلة :  
(الأطفال في سن وليد يحبون المال .. لماذا لا تحاولي أن تدفعي له مبلغ قليل من المال مقابل ما يقوم به لك).

قالت أم وليد لنفسها (قد تكون جارتي على حق لإن وليد يطلب منها مالاً دائماً).

لذلك قررت أن تحاول معه هذه الطريقة.

---

غادر وليد غرفة المعيشة بعد أن نشر الفوضى بها .. فطلبت أمه منه أن يقوم بترتيبها .. تجاهل وليد طلبها .. مدعياً أنه مستعجل لإنه وعد جاره أنه سيكون معه بعد دقائق .. لكنه أكد لها أنه سيقوم بتنظيفها بعد عودته .

هنا .. حاولت والدته معه الطريقة التي نصحتها بها جارتها .. وهي أن تدفع له مبلغ صغير من المال مقابل أن يقوم بتنظيف غرفته مباشرة قائلة :  
(سأدفع لك ٣٠٠ فلساً إذا قمت بترتيبها الآن قبل أن تذهب)  
طمع وليد في مال أكثر فقال (هل تعطيني ٥٠٠ فلساً إذا نظفت الغرفة الآن؟)  
ووافقت الأم وأعطته ٥٠٠ فلساً بعد أن قام بتنظيف الغرفة.

فكر وليد قائلاً لنفسه (هذه فكرة جيدة وسأحصل في مقابلها على مال أكثر) وهكذا استمرت أم وليد تدفع له كلما طلبت منه مساعدتها في أعمال البيت أو ترتيب غرفته قبل خروجه للعب .. وكانت هي سعيدة لأنها جعلته يقوم بالمزيد من أعمال البيت عن السابق .. لكنها اكتشفت أنها دفعت له في نهاية الأسبوع الأول حوالي ١٠ دنانير.

ويبلغ ما دفعته لإبنتها في نهاية الأسبوع الثاني ٢٠ دينار وفي نهاية الأسبوع الثالث وصل المبلغ إلى ٤٠ دينار .. وقالت أم وليد لنفسها :

---

(الجاررة محقة .. وليد كغيره من الأطفال يحب المال)

لكنها سألت نفسها هذا السؤال.

ماذا تعلم إبنها من هذه الطريقة في إلزامه بإداء بعض الواجبات التي يجب أن يقوم بها كأحد أفراد الأسرة .. لاشيء .. لأنها بعد شهر من استخدامها لهذا الأسلوب في معاملة إبنها وجدت أنها دفعت له أكثر من خمسون دينار ليقوم بإعمال من المفروض أن يقوم بها مجاناً.

وكانت هي تقوم بها لإمها دون مقابل مادي.

في ذلك المساء قررت أم وليد أن تتوقف عن إعطائه حافزاً مادياً لكي يقوم بواجباته في البيت .. فطلبت منه أن يلتقط ألعابه التي رماها فوق الحشيش في الحديقة ويعيدها إلى داخل البيت قبل أن يحل الظلام.

وفوجئت به يسألها (وكم ستدفعي لي؟)

أجابته بحدة (ليس من المفروض أن أدفع لك أي شيء فهذا واجبك .. أنت من لعب بهذه الألعاب وعلبك الآن إعادتها إلى مكانها في داخل البيت) رفض وليد ذلك قائلاً (إذا لم تدفعي لن أقوم بإعادتها).

أدركت أم وليد أنها بتساهلها مع إبنها وعدم وضع الحدود الحازمة التي عليه اتباعها .. كانت ترسل رسائل غير واضحة له .. بل خاطئة .. فهي عندما تدفع

له المال مقابل تعاونه معها كأنها تقول له (لاتتعاون معي حتى أمنحك بعض المال لأنه حقك وهذا الأسلوب يسمح للطفل بالإختيار بين القيام بالعمل المطلوب منه أو لا يقوم .. لأن يعتبر هذا العمل واجب عليه القيام به مادام هو واحد من أفراد الأسرة .. دون أن يحصل على مقابل مادي.

هناك طريقة تربوية سلبية يتبعها الكثير من الاباء .. وهي لا تعلم الأطفال القيام بواجباتهم في أوقاتها المحددة .. وهي (التناقض بين ما يطلبه الأب عن الأم).

من الطبيعي أن يشعر الطفل بالحيرة أمام هذا التناقض فيما يطلبه والديه .. ولا يدري أي منهما عليه الإلتزام بتنفيذه .. وهو ينحاز عادة إلى من يكون رؤوفاً به ويدلله.

لنفترض أن محمد أراد الخروج مع صديقه وأمه أصرت على أن يعود عند السادسة مساء ليذاكر دروسه المتبقية .. ويريد هو أن ظل حتى الساعة مساء ثم يعود لإكمال واجباته .. وقبل والده بما طلب قائلاً (دعيه يلعب مع صديقه .. فساعة واحدة لن تؤثر في دراسته)

ألن يقع محمد في حيرة أيهما يلتزم بكلامه ..؟ طبعاً سيختار؟ لأن أمه أرسلت له رسالة تقول له أن عليه العودة الساعة السادسة مساء .. ووالده يقول له أنه يستطيع أن يتأخر إلى الساعة مساء .. وبالطبع استجاب محمد لرسالة والده

---

لإنها تنا سبه أكثر .. وفي كل مرة سيحاول محمد استغلال هذه الثغرة في عدم اتفاق والديه على قواعد تربيته ليحصل على ما يريد من الأضعف منهما .. وسينتج عن ذلك العديد من المشاجرات بين الأم والأب لن تكون في صالح تربية إبنهما ولن يتعلم بهذه الطريقة كيف يتحمل مسؤولية عودته في الوقت المناسب لتأدية واجباته.

هناك أسلوب آخر سلبي يتلخص في أن تمنع الأم إبنها من عدم تناول أي طعام قبل وجبة الغداء .. فيذهب الطفل متسللاً ليأكل من الزجاجة التي ملئتها أمه بالحلويات ووضعتها في متناول يده .. فتقول له أمه معاتبه ( ألم أقل لك أن تبتعد عن الحلويات قبل الطعام؟ )  
لكنها لا تكمل كلامها بفعل محدد أن ترفع الزجاجة إلى مكان لا يستطيع الطفل الحصول عليه.  
أي أنها لا تتبع كلامها بفعل يدعم قولها.

## « الأسس الهامة في التربية الحازمة الناجحة »

لكي نكون مؤثرين في تطوير سلوك أبنائنا فإننا يجب أن نوجه لهم رسائل واضحة تحمل الحدود التي نسمح لهم بها .. أي ماذا نتوقع منهم من تصرفات مقبولة لدينا في الموقف الذي نجد أنفسنا معهم أمامه .. إلا إن استخدام هذا الأسلوب الحازم في تربية الأبناء يتطلب عدة أسس لنجاحه .. ترى ما هي هذه الأسس؟

1- تركيز رسالة الآباء على سلوك الطفل لا على شخصيته.

أي على الآباء أن يفصلوا بين سلوك الطفل وشخصيته وهما ينتقدانه .. مع شرحهما للطريقة الصحيحة البديلة للسلوك المرفوض الصادر عنه. ولتقرب من الصورة أكثر .. فنستطيع تطبيقها بسهولة على أبنائنا سنضرب هذا المثال.

إذا كان والد عادل البالغ من العمر ست سنوات يريد أن يتوقف عن معاكسة ومضايقة أخوه الأصغر .. فإن على الأب أن يقول لإبنه بنبرة حازمة :  
(عادل .. توقف عن مضايقة أخوك الآن)

---

ولا يقول له (أنت ثقيل الظل بتصرفاتك هذه)  
أو بإسلوب متساهل قائلاً (عادل .. لا أحد يحب تصرفاتك السخيفة هذه. أو  
كيف تتصور شعور أخوك وأنت تتصرف معه هذه التصرفات؟)  
لإن عادل سيكره نفسه التي تصفها ولا يهمله أن يعرف شعور أخوه نحو  
تصرفاته ولن يتوقف عنها من أجل ذلك.

وإذا كنت تريد لإبنتك مريم البالغة من العمر ٧ سنوات أن تتوقف عن  
مقاطعتك وأنت تتحدثين مع صديقتك هاتفياً عليك أن تقولي لها بحزم :  
(مريم .. توقفي عن مقاطعتي من فضلك) أو (مريم .. عليك أن تنتظري حتى  
أكمل مكالمتي).

ولا تقول لها الآتي (مريم .. ألا ترين أنني مشغولة)  
ماذا فهمت مريم من رسالة أمها .. لا شيء يعلمها أن لا تقاطعها وهي تتحدث  
هاتفياً، أو أن تقول لها (مريم .. أنت فعلاً لا تراعين شعور من حولك).  
إذ لا يهم مريم أن تراعي شعور غيرها إذا مر تصرفها دون عقاب يردعها

٢- كن مباشراً ومحدداً.

أي إمنح إبنك المعلومات التي تريده أن يعرفها بطريقة مباشرة ومحددة ..  
عليك أن تقول له متى وكيف تريده أن يقوم بها .. وكلما قللت من كلماتك كلما

كان ذلك أفضل له.

فمثلاً إذا أردت من ابنك البالغ ١٣ عاماً أن يصل في موعد العشاء الساعة السابعة فعليك أن تقول له (كن في البيت الساعة السابعة)  
ولا تقول له (لا تتأخر كثيراً في عودتك للبيت أو حاول أن تعود في الوقت المحدد)

لأنك إذا استخدمت هاتين العبارتين .. ستصيب ابنك بالحيرة.  
من الذي سيقدر ماذا تعني عبارة (لا تتأخر كثيراً أو في الوقت المحدد؟)  
هل الذي سيقدر ذلك أنت أم ابنك التي لا يتجاوز الثالثة عشرة من عمره؟  
كلا العبارتين تفتح المجال لإختبار الأبناء لأبائهم حول مدى جديتهم .. وإذا كان هناك طريقة للإفلات من العودة مبكرين .. سيقومون بها.  
لنفترض أن ابنتك أبدت إهمالاً في تنظيف حمامها بعد أن تقوم باستخدامه .. رسالتك كأم يجب أن تكون كالآتي

(سارة .. حمامك بحاجة إلى تنظيف كامل منك .. أي عليك أن تنتشلي الفوطة التي أسقطتها على الأرض بعد الإنتهاء من استخدامها .. وأن تضعي ملابسك في المكان المخصص للغسيل .. وأن تمسح شعر رأسك الذي تساقط على الحوض).

لو استبدلت الأم هذه العبارة الحازمة بعبارة أخرى قائمة



---

(هدى .. أتمنى لو أنك تقومي بواجبك في تنظيف حمامك بصورة أفضل)

أو (الحمام يمكن أن يكون أكثر نظافة)

من يقرر هنا عبارة (واجبك في تنظيف حمامك بصورة أفضل) (أكثر نظافة) الأم أم الإبنة؟ .. بدون رسالة واضحة ومحددة .. سيكون الأمر غير واضحاً بالنسبة إلى سارة .. وستقوم بعمل أقل مما تتوقعه منها.

٣- استخدم نبرتك العادية.

نبرة صوتك مهمة جداً بالنسبة للتعامل مع ابنك. الصوت المرتفع يبعث رسالة خاطئة له .. تعني أنك قد بدأت تفقد السيطرة على نفسك في التعامل مع ابنك .. وأنت تريدين نبرة صوتك أن تمنح ابنك إحساساً أنك تسيطرين على الموقف وأنت حازمة ومصممة على أن ينفذ ابنك ما طلبتيه منه .. وأنه واجب لا يناقش .. كل ذلك بنبرة هادئة.

الحدود الحازمة لا تقال بطريقة عصبية وغاضبة .. ليس هناك حاجة للثورة والصراخ أو حتى أن يرتفع صوتك لتقنعي ابنك أنك تعين فعلاً ما تقولين .. وإذا تطلب الأمر فإن أفعالك الناتجة عن عدم طاعته لك سوف تؤكد له قوة سلطتك أكثر من كلامك معه.

---

٤. وضحى نتائج عدم طاعة إبنك لك إذا كان ذلك ضرورياً.  
إذا كنت تتوقعين أن يقوم إبنك باختبار طلبك أو أنه لن يتبعه فإن من الأفضل أن توضحى نتائج عدم التزامه التى ستطبقها عليه وأنت تطلبين منه القيام به .. ولا يعد ذلك تهديداً لإنك وضعتيه أمام اختيار أحد الأمرين.  
مثلا إذا ركب ابنك الدراجة فى شارع عام عليك أن تقولى له (من فضلك لا تتركب الدراجة فى الشارع العام إذا قمت بذلك .. فإنى سأحرمك منها بقية اليوم).

الآن أصبح لدى إبنك كل المعلومات المطلوبة ليتعاون معك .. ولو أنه حاول اختبار مدى جديتك فيما حددتية له .. ولم يطعك .. ما عليك هو أن تحرميه فوراً من الدراجة لبقية اليوم .. هنا سيبدأ فى أخذ حدودك بجدية وسيفعل ما تريدين .. لن تكونى فيما بعد فى حاجة أن تحددى نتائجك لتوضحى مصداقيتك.

## 27 « ما هي المواقف التي يفيد فيها تحديد الوقت لتطوير سلوك الأبناء »»

هناك بعض المواقف التي يقفها الآباء مع أبنائهم في تعديل سلوكهم ويساعدهم عقاب تحديد الوقت في تطوير سلوك هؤلاء الأبناء...

يقوم الأبناء أحياناً بالمماطلة واختبار آبائهم إذا كان في إمكانهم كسر القواعد التي يضعونها لهم .. ولنضرب مثال على ذلك ونوضح كيفية استخدام الآباء تحديد الوقت للحد من سلوك أبنائهم الغير مرغوب فيه.

منى في العاشرة من عمرها قالت لها والدتها أن عليها أداء واجبها المدرسي .. لتستطيع أن تخرج مع صديقتها إلى فيلم كرتوني في السينما.

حاولت منى اختبار مدى حزم والدتها في اتخاذ هذا القرار قائلة:  
(أرجوك يا أمي .. سأقوم بواجبي المدرسي بعد أن أذهب إلى السينما)

ردت الأم بحزم وهي تدرك هدف ابنتها

(لقد انهيت كلامي حول هذا الموضوع .. إذا فتحت هذا الموضوع معي مرة

أخرى ستقضين العشر دقائق القادمة في غرفة نومك .. والخيار أتركه لك)

---

احتجت منى قائلة ( لكن يا أمي أنت غير عادلة لقد سمحت لي بذلك الأسبوع الماضي عندما كان لدينا ضيوف )  
لم تهتم أمها بمحاولتها لإثباتها عن قرارها فردت عليها بطريقة جادة لا مجال للنقاش فيها.

(أراك بعد عشر دقائق عندما تخرجين من غرفتك)  
وبطريقة تلقائية ولأن منى تعلم أن العقاب قد وقع .. ذهبت إلى غرفتها ..  
وأنتهى الموقف بإن خضعت الابنة لقرار أمها أن تنهي واجبها المدرسي ثم  
تذهب مع صديقتها إلى السينما.

يمكن استخدام هذه الطريقة أيضاً عندما يسيء الطفل سلوكه ويبيدي عدم احترام لوالديه مثال على ذلك لنتمكن من تطبيق هذه الطريقة.  
سامي في العاشرة من عمره كان غاضباً إن والده منعه من استخدام الكمبيوتر ذلك اليوم لأنه لاحظ أنه بدأ ينشغل به عن دروسه وعلاماته بدأت تتخفف .. ثار عليه وقال له بدون احترام.  
( أنتي أكرهك .. أنت أكثر الناس بغضاً وقسوة .. أكرهك ).

رد عليه والده ( عليك أن تكلمني باحترام لا بهذا الأسلوب وأيضاً بصوتك

---

العادي أو ستقتضي العشر دقائق القادمة في غرفتك لا تفعل شيئاً .. أيهما تختار؟ (9)

حدق سامي في والده وتابع صراخه (أكرهك .. أكرهك)

رد والده بهدوء (أراك إذن .. بعد عشر دقائق .. أدخل إلى غرفتك لإني سأضع توقيت الساعة عندما تدخل .. وتوجه سامي فوراً إلى غرفته طائماً لا خيار أمامه).

تتفع طريقة تحديد الوقت أيضاً إذا عاند الطفل في تنظيف مكان طعامه بعد أن يكمله أو إذا كان يلعب بلعبه وترك المكان دون ترتيب .. عندئذ تطبق الأم على ابنها هذا العقاب لكي لا يكرره مرة أخرى .. أما الأسلوب فهو كما ذكرته في المثالين السابقين عبارات الأم يجب أن تكون موجزة ومحددة وواضحة وحازمة لا مفر من عدم تنفيذها .. ولا تجرح شخصية الطفل وإنما تنصب على سلوكه السلبي.

يمكن للآباء أيضاً استخدام هذه الطريقة لوقف ثورة الطفل العنيفة وتعليمه التصرف بسلوك هادئ.

لتفترض أن هاني البالغ من العمر خمسة أعوام يريد أن يشاهد التلفزيون

---

أكثر الوقت .. وقام والده بتحديد الوقت له لمشاهدته وثار الإبن لذلك .. لأنه كان يريد أن يشاهد بعد الساعة المحددة له برنامج مفضل عنده .. لكن والده رفض قائلاً (قوانين البيت أن تشاهد التلفزيون ساعة واحدة .. أما بقية الوقت فإن عليك أن تشغله بممارسة الرياضة أو باللعب مع أصدقائك)

رد هاني محتجاً (لكنك ليس عادلاً معي)

قال له والده وهو يحدد له خيارين يختار بينهما

(إما أن تقفل التلفزيون .. أو تحرم منه غداً أيضاً أيهما تختار؟)

تجاهل هاني كلام والده وتابع مشاعرة برنامج الكرتوني المفضل.

أقفل والده بحزم التلفزيون .. لكن هاني عاد وفتحته فوراً .. قام والده بنزع الكهرياء .. فألقى هاني نفسه على الأرض وهو يبكي ويرفس الأثاث برجله قائلاً (هذا ليس عادلاً .. أنت غير عادل .. أكرهك)

قال الوالد لنفسه (أنا لن أستسلم له)

حمل الأب هاني إلى غرفته وقال له (تستطيع أن تخرج بعد عشر دقائق إذا لم تظل باكياً)

لكن هاني استمر يبكي ويئن لكي يخضع له والده بعد أن يفقد صبره معه. لكن الأمر لم يحدث كما توقع هاني .. لذلك تجدد عقابه حتى وصل إلى

---

عشرون دقيقة في غرفته .. حسب أوامر والده .. وحرّم من مشاهدة الكرتون  
في اليوم الثاني .. وهكذا تم تنفيذ ما أراد والده .. وسيتعلم هاني وغيره من  
الأطفال كيف يلتزموا بالقوانين المفروضة عليهم في البيت والمجتمع عندما  
يكبروا .. منذ الطفولة.

## « كيف نطبق الاختيار المحدود للأبناء لمساعدتهم في حل مشاكلهم أو تعديل سلوكهم »

يلعب الوالدين دوراً كبيراً في الاختيار المحدود للأبناء لأن الوالدين هنا هما اللذين يحددان الاختيارات أمام الطفل لكي يختار منها .. قاصدين وضع الفعل الذي يقوم بتصحيح سلوك الطفل السلبي ضمن هذه الخيارات .. على أن لا تتجاوز الاختيارين أو الثلاثة فقط.

وهذا الأسلوب يختلف عن الأسلوب القائم على أن يقترح الأبناء أفكار عديدة لحل مشاكلهم ليختاروا واحد منها ويلتزموا بها .. وهو صالح للمراهقين أكثر من الأطفال.

إلا إن كلا الطريقتين مفيد في تعويد أبنائنا على الإستقلال بإرائهم والإعتماد على أنفسهم في حل مشاكلهم أو تعديل سلوكهم.

لنفترض مثلاً أن الأب لا يريد ابنه أن يرمي ألعابه التي يلعب بها في الحديقة داخل البيت فإن على الأب أن يضعه أمام اختيارين ليختار واحداً منهما قائلاً (تستطيع ن تضع ألعابك في الفناء الأمامي من الحديقة أو الفناء الخلفي أيهما تختار؟)



علينا هنا أن نوضح أن النبذة التي يستخدمها الأب يجب أن تكون حازمة ولا مجال فيها لتلاعب الإبن وإلا فإنك تدعو إبنك إلى اختبار حدودك بالمماطلة. لنفترض أنك كأب لا تريد لإبنك أن يأكل آيس كريم في البيت إلا في المطبخ فإنك يجب أن تضعه أمام خيارين ليختار واحداً منهما قائلاً (عليك أن تأكل الآيس كريم في المطبخ أو خارج البيت أيهما تختار؟)

هذا السؤال يحمل الطفل مسؤولية اتخاذ القرار لتصحيح سلوكه .. وعندما لا ينفذ الطفل القرار الذي اتخذه .. فإن على الأب هنا أن يوقع عليه العقاب الذي حدده كنتيجة منطقية لمخالفته للقواعد التي وضعها له بصورة مباشرة وحازمة لا تردد فيها بحرمان الطفل من أكل الآيس كريم مثلاً لمدة يومين .. أو حرمانه من مشاهدة برنامج مفضل لديه ليوم واحد أولاً ثم يومين إذا كرر نفس المخالفة .. وهكذا بالنسبة لأفعال أخرى يقصد الأب تصحيحها.

ماذا إذا اقترح الطفل خيارات أخرى غير مناسبة للأم مثلاً؟  
على الأم أن لا تقبل بأي اقتراح آخر .. وإلا فتحت على نفسها باب المماطلة من إبنها في تنفيذ المطلوب منه .. وتقول له (هذا لا يعد واحد من الخيارات التي وضعتها أمامك لتختار منها)

إذا حاول الطفل أن يماطل على الأم أن تقول له.

(هذه هي اختياراتك المتوفرة لك وعليك أن تختار واحداً منها فقط .. ماذا

تريد أن تفعل؟

لنفترض أن الطفل أصر على تنفيذ ما يريد .. على الأم هنا أن تحدد وقتاً محدداً لتنفيذ ما طلبت من ابنها وإلا سوف يعاقب. لأنها وفرت له كل المعلومات التي يريدها.

ولنستعرض بعض النماذج لتطبيق هذا الأسلوب التربوي.

علي في الخامسة من عمره .. كان يصدر أصواتاً عندما يأكل ليضحك أخويه .. طلبت منه والدته أن يتوقف عن إصدار هذه الأصوات .. توقف قليلاً ثم عاد يصدرها مرة أخرى.

قالت له والدته بنبرة حازمة ونظرة جادة :

(علي .. في إمكانك أن تتوقف عن إصدار هذه الأصوات أو سوف تقضي الخمس دقائق القادمة في غرفتك لكي تراجع نفسك حتى تتعاون معي .. ماذا تريد أن تفعل؟)

علي قرر أن يتعاون مع والدته ويتوقف عن إصدار تلك الأصوات.

باسم في الثامنة من عمره كان يفتش في لعب الورق مع أخويه .. طلب منه شقيقه أن يتوقف ويلعب بنظافة إلا إنه تجاهله .. ذهب الأخ ليشتهي لوالده قال الأب لابنه (باسم إما أن تلعب حسب القواعد أو تختار لعبة أخرى لتلعب بها .. ماذا تريد أن تفعل؟)

---

أجاب باسم (سألعب حسب القواعد)

لكنه بعد خمس دقائق .. عاد إلى نفس سلوكه .. وعادت إخته إلى الشكوى منه لوالدها.

هنا قام الأب بتطبيق ما يسمى في التربية بالعقاب القائم على النتيجة المنطقية للمخالفة ليرتدع الطفل عن سلوكه السيء .. بإن حرمة من اللعب وجعل أخويه يلعبان وحدهما .. لأنه كرر مخالفته ولم يلتزم بقراره. يسرا طفلة في العشرة من عمرها أساءت الرد على والدتها فقالت لها أمها بنبرة حازمة لا تراجع فيها.

(يسرا إما أن تذهبي إلى غرفتك لمدة عشر دقائق أو ستذهبين لمدة عشرين دقيقة أيهما تفضلين).

فكرت يسرا عشرة دقائق أفضل من عشرون دقيقة .. لا مفر من تطبيق ما تريد أمها .. لا مجال لإختبار مدى جديتها .. لذلك وبلا تردد اختارت أن تذهب إلى غرفتها لمدة عشرة دقائق وهنا علينا أن نوضح أن الآباء عليهم أن لا يتراجعوا أبداً عن عقابهم .. وإلا سيفتحون على أنفسهم باب الإلحاح والمماطلة في تحقيق ما يريدون من أبنائهم.

---

## « كيف تساعد طفلك على تعلم اختيار أفضل الخيارات لحل مشاكله بنفسه؟ »

29

إن أفضل طريقة يمكن بها أن تساعد طفلك على اختيار أفضل الخيارات لحل مشاكله هي :

- ١- أن تسأله ماهي الخيارات الأخرى التي يراها لحل مشكلته أو لكي يتعامل مع الموقف الذي يجد نفسه أمامه بإسلوب أكثر فاعلية.
- ٢- شجع طفلك على تنفيذ واحد من أفضل الخيارات التي اختارها.

ودعونا نقرب أكثر من هذا الأسلوب لنوضح أسلوب تطبيقه عن طريق بعض الأمثلة.

بدر طفل في الثامنة من عمره .. عاقبه والده لأنه ضرب إخته .. بإن حبسه في غرفة نومه عشر دقائق .. وبعد ذلك حاول الأب أن يساعد طفله على اختيار أحد الخيارات التي يقترحها الطفل بنفسه .. ليتعامل مع هذه المشكلة في المرة القادمة إذا حدثت.

---

قال الأب لابنه .

(ضرب أختك لكي تعطيك المسجل لم يكن اختيار جيد منك .. فالضرب يعرضك للعقاب .. ماذا يمكنك أن تفعل شيئاً مختلفاً المرة القادمة إذا رفضت أختك أن تعطيك ذلك المسجل؟)

أجاب بدر (لا أدري)

قال الأب (يمكنك أن تطلب منها ما تريد بإدب .. إذا لم تعطك إياه .. تستطيع أن تسألني أو تسأل أمك لتساعدك .. كل هذه اختيارات جيدة .. ماذا إذا سئلت في المرة القادمة؟)

رد بدر (سأسألك أو أسأل أمي إذا لم تعطني أن تكلمها)

قال الأب (هذا اختيار جيد وسيكون له مفعول طيب .. وأعلم أنك تستطيع القيام به).

وهذا مثال آخر يوضح أكثر استخدام هذه الطريقة في تعليم الطفل كيف يفكر في طرق أخرى لحل مشكلته.

نبيل عمره ١٥ سنة .. دعاه صديقه إلى حفلة في بيته عند نهاية الأسبوع .. لكنه لم يعد إلى منزله إلا الساعة الواحدة صباحاً .. ولأنه خالف والده ولم يحضر في الموعد المحدد له .. فقد حرمه والده من الذهاب إلى حفلات نهاية الأسبوع ثلاثة أسابيع.

---

دافع نبيل عن نفسه قائلاً (لم تكن غلطتي .. أصحابي ظلوا إلى ذلك الوقت .. ولم تكن لدي سيارة لكي أعود بها).

قال له والده (أن تدعي بإنك لم تكن قادراً على الرجوع لإنك ذهبت مع أصدقائك بسيارتهم .. فهذا ليس عذراً .. دعنا نبحث عن خيارات أخرى كان يمكنك أن تقوم بها لكي تعود في الوقت الذي حددناه لك أنا وأمك .. يمكنك مثلاً الإتصال بنا لنأتي ونأخذك .. قل لي ماذا ستفعل في المرة القادمة ؟)

أجاب نبيل (سأتصل بكما)

قال والده (هذا اختيار جيد)

إلا أن هناك طريقة أخرى يمكن للوالدين استخدامها مع أطفالهما .. وذلك بأن يضع الأب مثلاً خيارات محددة بنفسه لطفله أو ابنه المراهق .. وعليه أن يختار من بينها.

مثال على ذلك :

منح الأب ابنه يوسف البالغ من العمر سبع سنوات سيارة تسير (بالرموت كونترول) وقال له أن يلعب بها في الحديقة بعيداً عن بقعة مليئة بالزهور .. وافق يوسف وفعل ما وعد به والده لعدة دقائق .. ثم اكتشف أن منطقة الزهور مناسبة له ليسيير عليها بسيارته .. حيث يوجد بها مرتفعات .. وخشب أحمر

يلف حوله .. فلم يستطع أن يقاوم .. ودخل في المنطقة المحرمة عليه .. وفجأة  
خرج والده ووجد ابنه يلعب في منطقة الورود فقال له.

(يوسف .. قلت لك أنك تستطيع أن تسير بسيارتك في كل مناطق الحديقة إلا  
هذه المنطقة .. هذه هي خيارتك .. وإلا سأأخذ العربة بقية النهار ولن تلعب  
بها .. والآن ماذا تريد أن تفعل؟)

قال يوسف (سألعب خارج منطقة الورود)

رد عليه والده (وأنا أشكرك على تعاونك معي)

والد يوسف استخدم طريقة الخيارات المحدودة التي يضعها الأب ويختار  
أحدها الإبن .. لا مثل الطريقة السابقة حيث يختار الإبن خياراته بنفسه ..  
ثم يختار واحد منها ويلتزم به .. هذه الطريقة تعلم الطفل كيف يصنع  
قراراته ويلتزم بها .. أي يكون مسؤولاً عنها .. والطريقة التي استخدم فيها  
الأب ستجعل يوسف لا يستطيع أن يتفادى كونه مسؤولاً عن سلوكه .. الحدود  
واضحة وكذلك النتائج إذا لم يتبع تلك الحدود .. بعد أن حصل على كل  
المعلومات التي يحتاجها ليتمكن من أن يقرر قراراً مقبولاً .. وهو في هذه  
الحالة قرر أن يتبع حدود والده وأن يتعاون معه .. وإذا لم يتعاون مع والده  
فسيحرمه أبوه من السيارة لفترة من الوقت وفي كل الحالتين تعلم يوسف  
الدرس الذي يحاول والده أن يعلمه.

---

## ٣٥ « يابني .. كرر التجربة مرة أخرى »

عندما يقوم الطفل بالعمل ويخطأ في تنفيذه .. يعد تكراره له بتشجيع من الأب أو الأم أفضل ما يمكن أن يقوم به لكي يثق في نفسه ويتقن ذلك العمل .. لأن ذلك التكرار يمنح الطفل فرصة أخرى لكي يؤكد لنفسه أنه قادر على يتصرف دون أن يخطأ.

ولنستعرض مثال يوضح كيف نطبق كأباء أسلوب (دعنا نكرر ما تقوم به من عمل لتتقنه)

نسمه في السادسة من عمرها .. دخلت البيت قادمة من المدرسة .. رمت صندوق أكلها على أرضية البيت بلا مبالاة .. ووضعت معطفها على الكرسي في الصالة.

قالت لها والدتها بحزم.

(نسمه .. لقد وضعت أشياءك في الأماكن الغير مخصصة لها .. صندوق أكلك يجب أن تضعه في المطبخ ومعطفك يجب أن تعلقه في دولااب ملابسك



.. والآن عودي إلى الباب لتفعلني ما قلته لك الآن مرة أخرى.

(وأعطت الأم ابنتها الصندوق والمعطف لتنفذ ما أمرتها به).

وهذا مثال آخر لشاب في الثامنة عشر من عمره يدعى هشام .. طلب من والده مفتاح سيارته ليذهب إلى بيت صديقه .. فطلب منه والده أن يصبر حتى ينهي ما كان يقوم به من عمل للبيت. إلا إن ابنه رد عليه دون احترام قائلاً (هل يمكن لعبك الصغير أن يأخذ سيارتك ويذهب بها إلى بيت صديقه) نظر إليه والده بغضب ورد عليه بحزم.

(أنالني أعطيك المفتاح ما دمت تكلمني بهذه الطريقة الغير مؤدبة)

ثم قال له (أعد الآن سؤالك مرة أخرى بالطريقة التي ذكرتها)

قال الابن بنبرة تدل على احترام والده.

(هل يمكنني أن أستخدم السيارة لإذهب إلى بيت صديقي؟)

وافق والده فوراً وقال له (أشكرك على سؤالك بالطريقة الصحيحة)

علي في السابعة من عمره طلبت منه والدته أن ينتبه في سياقته للدراجة ..

لكنه سار مسرعاً وفجأة سقط على الأرض وأخذ يبكي.

قالت له والدته (إنهض الآن .. واسمع كلامي .. إمسك الدراجة جيداً ولا

تسرع .. جرب مرة أخرى)

نهض على وأعاد التجربة .. ولف لفة كاملة وعاد إلى والدته مبتسماً.

---

قالت له والدته (حسناً فعلت .. لا تسرع مرة أخرى)  
هناك طفلة في الثامنة من عمرها تلعب لعبة القفز على الحبل أمام البيت ..  
كانت طريقتها عنيفة وقد تضر بظهرها إذا استمرت بالقفز بنفس الأسلوب.  
قالت لها أمها (لم تكن تلعب هذه اللعبة هكذا عندما كنا أطفالاً)

وأخذت منها الحبل لتعلمها كيف تقفز قفزاً سليماً .. وطلبت منها أن تجرب  
مرة وأخرى حتى تجيد اللعبة.

لقد ذكرت من قبل عدة أمثلة شبيهة بهذه الأمثلة الهدف منها تعليم الطفل  
كيف يتصرف بإسلوب صحيح .. فيقوم بتطبيقه إما بهدف أن يتعلم الصح  
من الخطأ في التصرف .. أو في أحيان أخرى لكي لا يفقد ثقته بنفسه فإنه  
لا يستطيع القيام بما هو مطلوب منه بطريقة صحيحة .. ومع التكرار سيتقن  
الطفل القيام بالعمل المطلوب منه أو الذي يريد القيام به.

اكتشاف الخيارات :

أحياناً لا يدرك الأبناء أن هناك خيارات أخرى أمامهم ليحلوا بها مشاكلهم  
أوليتصرفوا بطريقة صحيحة .. لذلك على الآباء تعليم أبنائهم كيف يمكنهم  
من اكتشاف هذه الخيارات البديلة للسلوك وتشجيعهم على تحمل مسؤوليتها.

---

إن هذه الطريقة في الإمكان استخدامها لتعليم الأبناء مهارات حل مشاكلهم .. أو عندما يطبق الأب مثلاً نتيجة كان قد حددها لقيام ابنه بفعل ما .. فيضع أمامه إختيارات بديلة لكي يختار أحدها ويطبقه ليتحمل نتيجة ما يقوم به.

إلا إن علي أن أوضح أسلوب اكتشاف الخيارات يناسب الأبناء المراهقين وما فوق لأنه بحاجة إلى مهارات التفكير التجريدي .. والقدرة على التفكير رأساً في المستقبل.

لكن قد تصلح هذه الطريقة للأطفال الأقل عمراً .. إن يقترحوا هذه الخيارات ويمزجوها مع نموذج المثل الأعلى .. ويتبعوها (بأسلوب جرب مرة أخرى) الذي ذكرته لكي تكون عملية التعليم للطفل لها تأثير فعال على سلوكه.

## « كيف نشجع أبنائنا لكي يتعاونوا معنا لتحسين سلوكهم؟ »

إذا عرفنا كأباء ما هو الهدف الذي من أجله نشجع أبنائنا .. فإننا نكون بذلك أمسكنا بالمفتاح لتطبيق أسلوب التشجيع .. الذي يؤثر في سلوك هؤلاء الأبناء ويدفعهم إلى تطوير أنفسهم.

يؤكد هذه الحقيقة التربوية النفسية كبار علماء النفس منهم العالمين المعروفين (الفريد أدلر) و (فرويد) اللذين كانا يعتقدان بعد تجاربهما العلمية النفسية أن التشجيع يعد عنصر أساسي لإحداث التغيير في النفس الإنسانية .. ويتبعهما عالمان كبيران في مجال الطب النفسي هما (رودلف دركير) و (دونالد دينكماير) في تأكيد هذه الحقيقة بعد تجارب تربوية ونفسية قاما بها في الحقول التعليمية والتربوية النفسية السلوكية وغيرها من مجالات العمل في الحياة.

إذن .. علينا أن نعلم ونحن نربي أبنائنا ماذا نريد أن نشجع بهذه الطرق

---

التدريبية .. هل كيف يختارون تصرفاتهم بشكل أفضل؟ .. هل كيف يطبقون ما يختارون؟ .. أو كيف يتعاونون معنا في تحسين سلوكهم إلى جانب تمتعهم باستقلال الشخصية والإحساس بأن تطورهم نابع من إرادتهم ..

ولنبدأ أولاً بكيفية تشجيعهم لكي يتعلموا كيف يختاروا بشكل أفضل من خلال بعض الأمثلة التي تجعل عملية تطبيقها بالنسبة للآباء أكثر سهولة.

علينا أن نشعر أننا بمسئوليتهم عما يختاروه من تصرفات سواء كانت نتائجها إيجابية أو سلبية .. وفي أغلب الأحيان لا يحسن الأطفال التصرف لأنهم لا يدركون أن هذه التصرفات غير مقبولة .. أي لم يضع أمامهم آباؤهم عدة اختيارات وطلبوا منهم أن يختاروا أفضلها في نظرهم على أن يتحملوا نتائجها فيما بعد مهما كانت .. سلبية أو إيجابية .. لذلك عندما نساعدهم على أن يكتشفوا مقدرتهم على الإختيار ونشجعهم على أن يختاروا أفضلها .. فنحن بذلك نعلمهم تحمل المسؤولية .. ولنضرب مثال يوضح ما ذكرت.

سليم في العاشرة من عمره .. عاد من المدرسة متذمراً بأن مدرسته أرسلت معه ملاحظة إلى والديه بأنه سوف يظل في المدرسة ليعمل ساعتين بعد الدوام

---

لما سببه من إزعاج في الفصل.

سألته أمه بهدوء عما فعل في المدرسة لتعاقبه المدرسه.

فقال (لم أفعل شيئاً .. كان عليها أن تعاقب التلميذ الذي يجلس خلفي .. لأنه كان يحاول أن يثير غضبي بسخريته السخيفة .. قلت له أن يتوقف لكنه لم يفعل .. لذلك التفت له وقلت له أنه قليل الأدب بصوت أظنه كان عال قليلاً) أجابت أمه وهي تحاول أن تشعره بإنها تدرك مشاعره.

(بيدو لي أنه كان يزعجك فعلاً .. ماذا ستفعل لو أنه فعل ذلك لك مرة أخرى؟)

أجاب سليم (قالت لي المدرسة أن أخبرها إذا فعل معي ذلك مرة أخرى .. وستهتم هي بالموضوع ..)

سألته أمه (هذا الاختيار الأول .. ما هو اختيارك الآخر لحل هذه المشكلة؟) أجاب سليم (أظن أن علي تجاهله .. لكنني أعتقد أن ذلك صعب .. لأنه قليل الأدب وسيواصل سخريته)

قالت والدته (هذا أمر صعب حقاً .. لكنني أعتقد أنه سيؤثر فيه إذا صبرت وواصلت في تجاهلك له .. والآن لديك خيارين جيدين لتنفيذهما في المرة

---

القادمة .. أنا واثقة أنك ستتمكن من استخدامهما بشكل جيد) ..  
وترك سليم والدته وهو يشعر بدعمها وتشجيعها .. ومدرك مالمديه من  
خيارات .. ومستعد لتنفيذ طريقة أخرى لوقف استهزاء زميله به دون أن  
يفضب مدرسته.

إن اختيار الطفل للتصرف المقبول خطوة مهمة لتحقيق الهدف لكنها لا تكمل  
إلا بتنفيذها بنجاح .. لذلك لا يمكن أن يكون تشجيعنا كأباء مؤثراً إلا إذا  
ركزنا على الأفعال التي سيقوم بها أبنائنا .. وهذا ما يسميه علماء التربية  
النفسية تشجيع الأفعال المقبولة الصادرة عن الأبناء.

## « تطبيق وتشجيع الأفعال الصحيحة .. كيف يكون؟ »

32

أن يتعلم الطفل كيف يختار الحل الأمثل لمشكلته .. فإنه بذلك يكتسب مهارة جيدة .. لكن الأهم من ذلك هو كيف يقوم بتطبيق ذلك الحل.  
لكن أحيانا يكون تشجيع الآباء أفضل عندما يركزون على مساعدة أبنائهم على تطوير أفعالهم مباشرة.

مازن طفل في السابعة من عمره .. قام صديقه بدعوته إلى بركة السباحة .. فذهب مسرعاً إلى أمه ليستأذن منها الذهاب معه.  
وجد مازن والدته مشغولة بحديث مع جارة لها جاءت لزيارتها .. كان الطفل يعلم أن عليه عدم مقاطعة أمه أثناء حديثها مع جارتها .. لكنه كان متشوقاً للذهاب .. وقاطع حديث والدته ..

قائلاً بحماس (أمي .. هل أستطيع أن أستحم في بركة منزل صديقي).  
انزعجت الأم من مقاطعة ابنها لحديثها مع ضيفتها .. وأرادت أن تعلم ابنها أن تصرفه غير لائق لكي لا يكرره مرة أخرى قالت (مازن .. ماذا كان عليك



---

أن تفعل إذا كنت تريد أن تتحدث معي وأنا اتحدث مع شخص آخر؟)

أجاب مازن (أنتظر حتى تنتهي .. واستأذنك للحديث معك)

واقفت الأم إبنها وقالت له بحزم (إذن .. إذهب إلى خارج الغرفة .. وتصرف

معني مثلما ذكرت الآن)

فعل مازن ما طلبته أمه منه وخرج من الغرفة وعاد إليها وانتظر قليلاً حتى

توقفت أمه عن حديثها للحظة لتسأله قائله :

(اهلاً مازن .. هل تريد شيئاً ؟)

(هل أستطيع أن أذهب إلى بيت صديقي لإسبح معه)

(بالطبع وأشكرك على الطريقة التي سألت بها)

ومنحت الأم إبنها ابتسامة امتنان .. وخرج ليأت بملابس السباحة وذهب مع

صديقه.

لقد استلم مازن الرسالة واضحة من والدته بطريقة ايجابية جداً .. وسيفكر

مرتان قبل أن يقاطع والدته أثناء حديثها مرة أخرى.

سهير البالغة من العمر ثلاث سنوات كانت بحاجة أيضاً إلى تشجيع من والد

ها حول ما يجب أن تقوم به من تصرف مقبول وهي تتناول العشاء مع

إسرتها.

قالت لإمها (أنا عطشانه .. اعطيني عصير برتقال)

والدها لم تعجبه نبرة إبنته الأمرة لإمها .. فقال لها  
ماهي الطريقة التي عليك أن تتبعيها عندما تطلبين شيئاً من والدتك أو أي  
شخص آخر؟ محمد أخوك يعرف الطريقة .. أليس كذلك؟  
رد محمد البالغ من العمر ست سنوات (نعم يا أبي عليها أن تقول هل يمكن  
أن تعطيني كأس من عصير البرتقال؟)  
رد الأب (بالطبع يا بني .. بهذا الأسلوب أريد أن يسألني أي شخص يريدني  
أن أقوم بعمل له)  
ومليء الأب كأس محمد ثم قال لإبنته (بهذه الطريقة عليك أن تسألني أي  
شخص عندما تريدني شيئاً منه يا إبنتي معنا أو خارج المنزل)  
لقد تعلمت سهر من والدها الأسلوب الصحيح المطلوب منها عندما تطلب  
أي شيء في أي مكان .. وستعود عليه بمرور الوقت ليصبح فيما بعد جزء من  
سلوكها المعتاد.

إلا إننا لسنا بحاجة إلى أن يسيء الطفل التصرف حتى نشجعه على القيام  
بالتصرف الصحيح .. لأن علينا أن نشجع وننمي كأباء سلوك الأبناء الإيجابي  
أيضاً وأن نبرعن سعادتنا بإهمية التعاون بين الأبناء أو بينهم وبين الآخرين.  
على البالغ من العمر سبع سنوات ساعد أخته في ترتيب غرفتها أثناء انشغال  
والدته في المطبخ .. لاحظت والدته ما فعل .. فمدحته قائلة (شكراً علي على

---

مساعدتك لإختك في ترتيب غرفتها .. أنا فعلا سعيدة بما قمت به).  
تأقت عينا علي بالسعادة والإعتزاز بالنفس .. كان سعيداً أن والدته لاحظت  
ما فعل لإخته .. وسيكرر تعاونه معها في أمور أخري في البيت أو مع زملائه في  
الخارج كلمة وكلمتان من التشجيع في الوقت المناسب من الأب أو الأم لإبنائهم  
لهما تأثير كبير عليهم والأطفال يميلون إلى تطوير أنفسهم عندما يلمسوا روح  
التشجيع من آبائهم .. والآن سأعرض بعض الأمثلة للآباء عن بعض عبارات  
التشجيع لتطوير سلوك أبنائهم.

(لقد أعجبتني الطريقة التي أنجزت بها عملك)

(غرفتك تبدو رائعة اليوم)

(مساعدتك لي .. جعلتني أرتاح فعلاً)

(قمت بعمل جيد)

(أعرف أنني أستطيع الإعتماد عليك)

(شكراً .. انا ممتن لما قمت به من أجلي).



---

# النتائج الطبيعية والمنطقية لوضع الحدود للأطفال

---



## « أداء الدور في المنزل قبل اللعب قانون هام في الأسرة »

33

لو أردنا أن نتعلم كأباء كيف نعود أبنائنا على أداء أدوارهم في البيت فإن علينا أن نكون كما قلت في السابق واضحين وحازمين .. وعندما نضرب الأمثلة حول كيفية تطبيق ما نعلمهم إياه من أدوار عليهم الإلتزام بها كأفراد في الأسرة فإن ذلك يتطلب منا أن نستفيد عملياً بكيفية تطبيق ذلك من خلال ورش العمل التي يقوم بتنفيذها خبراء التربية مع الآباء الذين يعانون من هذه المشاكل ووجدوا لهم حلول عملية وناجحة.

ولكي نعود الأبناء مهما كان سنهم على الإلتزام بقيام دورهم أو واجبهم المنزلي أو المدرسي في الوقت المناسب فإننا يجب أن نضع العمل قبل اللعب أمامهم .. كقانون عليهم تطبيقه بأنفسهم بعد التعود علي ممارسته عملياً.

فريد طفل في الرابعة من عمره تعود صباح كل يوم أن يأكل إفطاره صباحاً الساعة السادسة والنصف .. وكان يتلأأ متمتعاً في تناوله أطول مدة ممكنة ..

---

وعند الساعة السابعة يذهب إلى كلبه ليطعمه إفطاره .. ثم يتذكر أن الباص قادم للذهاب إلى المدرسة فيذهب مسرعاً إلى غرفته ليرتدي ملابس الروضة .. فيقضي خمس دقائق في ارتداء ملابسه الداخلية ويلبس على مهل ملابسه كاملة بعد إلحاح من والدته .. لكنه في النهاية يذهب في وقته المحدد.

سألت أمه نفسها (لماذا لا أضع له الخطوات التي عليه أن يسير عليها صباح كل يوم دون أن يحتاج مني ذلك إلى الإلحاح عليه لينتهي في الوقت المناسب).. جلست أم فريد معه مساءً وقالت له

(تعال اجلس بجانبني أريد أن أخبرك بخطوات تسير عليها صباح كل يوم حتى لا أحتاج إلى الإلحاح والثورة عليك .. ولكي تتعود على القيام بواجباتك بنفسك)

رد فريد بتشوق (ما هي؟)

أجابت الأم (أولاً .. سأضع لك الملابس في المكان الذي تجد أنه مريح لك أكثر من حيث ارتدائها بصورة سريعة .. سأترك لك اختيار المكان .. هل هو في غرفة النوم أو أعدها لك في غرفة المعيشة على أن لا تزيد في ارتدائها عن عشرة دقائق .. سأضع الساعة على الوقت)

أجاب فريد (أريد أن تضعها في غرفة المعيشة)



---

لم يتوقع فريد أن الوقت سيمر بهذه السرعة ووجد نفسه لم ينتهي من ارتداء  
ملابسه في الوقت المحدد.

قالت له أمه ( لم تنتهي بعد .. خذ ملابسك واذهب إلى غرفة نومك واكمل  
ارتداء ملابسك ).

وفوجئت الأم بإبنتها بعد عشر دقائق وقد ارتدى ملابسه كاملة  
مدحته أمه قائلة ( حسناً فعلت .. الآن تستطيع أن أقول أنك قد كبرت.  
واستمر ذلك التمرين ثلاثة أسابيع .. تضع الأم ثياب فريد في غرفة نومه إذا  
لم يرتديها في غرفة المعيشة. لارتداء ملابسه في وقت تحدده هي .. ولم يخلو  
الأمر من محاولة اختباره مدى جدية والدته لهذا القانون الذي وضعته ..  
وقررت الأم بعد أن وضعت له وقت محدد يصل إلى النصف ساعة أن تقلله  
حتى أصبح عشرة دقائق .. لكنه ظل يحتاج إلى مراقتها في تنفيذه.

وفي يوم قررت أن تعكس المطلوب منه .. لماذا لا يرتدي فريد ملابسه ثم يتناول  
طعام الإفطار .. وفي اليوم التالي وصل إلى طاولة الإفطار مرتدياً ملابسه  
مستعداً للذهاب إلى المدرسة بعد تناوله لطعامه.

إن ما فعلته أم فريد يمكن لكل أم أن تطبقه على أبنائها مهما اختلفت  
أعمارهم بالنسبة لمختلف المهام المطلوبة منهم من قبل البيت أو المدرسة ..

---

بالنسبة للإستحمام .. ترتيب الغرفة .. إعادة الألعاب إلى مكانها .. وغيرها من الأعمال التي تتناسب مع حياة كل أسرة وكل مجتمع .. المهم أن يكافأ الطفل إذا قام بواجبه في وقته ليشعر بالتشجيع ليطور سلوكه بنفسه.

فوزية طفلة في الخامسة من عمرها كانت تأخذ دقيقتين في ارتداء بيجامتها وعشر دقائق في برش أسنانها قبل النوم.

تذهب إلى فراشها الساعة السابعة بعد أن ترتدي بيجامتها في دقيقتين لكنها تأخذ في برش أسنانها ربع ساعة بعد أن تطالع قصتها إلى الساعة السابعة والربع مما يجعل أمها تضطر أن تدخل عليها الحمام لتستعجلها وتأخذها إلى الفراش.

وهكذا تسير الأمور بالنسبة لفوزية كل ليلة .. إن الحل العملي الذي كان على الوالدين القيام به هو أن تقوم فوزية ببرش أسنانها قبل أن تذهب إلى فراشها لمطالعة قصتها .. وبهذا تنتهي مشكلة والديها معها .. أي أداء الواجب قبل اللعب أو التسلية .. وبهذا ستنام في موعدها كل ليلة.

---

## 34 « النتائج المنطقية ومتى يتم استخدامها لتحسين سلوك الأبناء »

بماذا تختلف النتائج المنطقية عن النتائج الطبيعية عندما يستخدمها الآباء لردع التصرفات الخاطئة لإبنائهم من أجل تطوير شخصياتهم.

عادة ما تستخدم النتائج الطبيعية إذا ما أخطأ الأبناء بشكل تلقائي لا قاصدين التحدى لأبائهم كما وضحت من قبل.

النتائج المنطقية يستخدمها الآباء عندما يقصد الأبناء التمادي في تصرفاتهم السلبية هنا يطبق هؤلاء الآباء العقاب من خلال النتائج المنطقية لسوء سلوك أبنائهم.

ولنضرب مثال على ذلك لنذكر كيفية استخدام الآباء لهذه الطريقة التربوية الناجحة.

علي طفل في العاشرة من عمره .. ماهر في ألعاب الفيديو .. لكنه لا يحسن القدرة على أن يشارك أصدقائه في هذه اللعبة عندما يقومون بزيارته.

---

في البداية لم يتدخل الأب الذي لاحظ سلوك ابنه السلبي ليحسن تعامله مع أصدقائه .. وتركهم ليحلوا مشاكلهم وحدهم .. لكنه اضطر إلى التدخل بعد يومين من توالي الشجار بينه وبين أصدقائه من أولاد الجيران.

دخل الأب مساءً ورأى علي مع أصدقائه يلعبون في غرفة المعيشة ألعاب الفيديو وسمع صديق ابنه يقول له (لقد أنهيت دورك من دقائق .. لقد حان دوري الآن)

وسمع ابنه يرد عليه قائلاً (لا .. لم أعب مثلما تدعي .. وثم هذا بيتي .أنا أقرر من يكون له الدور في كل مرة)

تدخل والده مطبقاً (الإختيارات المحدودة لتطبيق النتائج المنطقية) قائلاً (علي .. إما أن يكون دورك مثل أصدقائك أو سأأخذ اللعبة لإعطيك إياها غداً .. أي الخيارين تفضل؟)

رد علي (الإختيار الأول .. سأفعل ما تريد)

قال والده (إختيار طيب .. وسأرى إذا كنت تطبقه)

لكن بعد أقل من خمسة عشر دقيقة .. شب الشجار بينه وبين أصدقائه .. لأن علي إستولى على المحرك وقرر أن يكون لعبه أطول لأن نقاطه التي سجلها أكثر.

---

علق الأب بهدوء وحزم (بيدو إنتي مضطر أن أخذ اللعبة لكي لا تلعب بها مع أصدقائك .. وسأعطيك إياها غدا)

والد علي طبق هنا النتائج المنطقية لعدم التزامه بالإختيار الذي اختاره .. وهذا الأسلوب التربوي يعد من أفضل الوسائل للوصول إلى تحمل الأبناء مسؤولية تصرفاتهم الخاطئة وتطوير سلوكهم منذ أن قام الخبير التربوي (رودولف دريكورس) بتبسيطه وجعل من السهل على الناس أن يطبقوه في مختلف المجالات ومنهم الآباء.

إذن .. الواضح أمامنا اختلاف استخدام النتائج المنطقية عن النتائج الطبيعية لأن الأولى يخطط لها الآباء وهي متعلقة منطقياً بموقف أو سوء سلوك صدر عن الطفل حيث حرم الأب ابنه علي .. من اللعب بلعبته لأنه أختار أن لا يلتزم باختياره وهو أن يحسن مشاركة أصدقائه في اللعب باللعاب الفيديو .. أي أنه تجاوز الحدود الذي وضعها له والده ليتمكن من اللعب باللعبة .. والنتيجة المنطقية لذلك أنه خسر قوته وسيطرته على اللعبة .. لكنه لم يخسر مسؤوليته عن قراره.

النتائج المنطقية ترسل أفعال واضحة من الآباء يفهمها الأبناء .. وهي تحد من

---

التصرفات الخاطئة .. تعلم أبنائنا حدودنا .. وتجب على الأسئلة التي لم نجب عليها بإقوالنا .. أي عندما يجرب اولادنا النتائج المنطقية فإنهم يدركون أين يقفون وماذا نتوقع منهم .. لكن علينا كأباء لكي نحصل على أفضل النتائج منهم أن نقوم بتطبيقها فوراً بعد أي سلوك خاطئ منهم وباستمرار .. وعلى الآباء أن يسلطوا انتقادهم على تصرفات أبنائهم الخاطئة لا شخصياتهم .. وعندما يقوم الآباء بتطبيقها فإن عليهم استخدام نبراتهم العادية الحازمة .. لأن نبرات أصواتهم إذا حملت مشاعر الغضب والتسلط والعاطفة .. فإنهم بذلك يكونون قد تدخلوا كثيراً في أمور أبنائهم وكأنهم يأخذون المسؤولية عن أكتافهم .. وعندما يحدث ذلك فإن موضوع تعليم الأبناء تحمل المسؤولية سوف يفشل وسيتحول إلى صراع كلامي سلبي بينهم وبين آبائهم .. ولنتذكر كأباء أن النتائج المنطقية الهدف منها هو وقف تصرفات الأبناء السلبية لا دفعهم إلى الإحساس باليأس والإحباط وعدم احترام أنفسهم.

## 35 « ماذا تتطلب النتائج المنطقية لنجاحها في تعديل سلوك الأبناء؟ »

لكي يستفيد الآباء من استخدام النتائج المنطقية في تعديل سلوك أبنائهم .. ينصح خبراء التربية عدة أمور تستوجب منهم تطبيقها ليكون استخدام هذه الطريقة التربوية ناجحة.

أولاً: على الآباء استخدام نبرة أصواتهم العادية الحازمة وهم يستخدمون نتائج أفعال ابنائهم المنطقية لردع تصرفاتهم السلبية .. لأن ذلك يعطي أفضل النتائج في تحسين سلوكهم .. حيث أن صوت الآباء الغاضب المتسلط يقضي على إحساس الأبناء بالمسؤولية وقد يتحول تأديبهم إلى صراع بالكلام بينهم وبين آبائهم.

ثانياً : تصرف ببساطه مع أبنائك .. الأمر ليس بحاجة إلى تعقيد ولا إلى الدخول في التفاصيل لأن النتيجة المنطقية لسوء سلوك الأبناء تعمل على تطوير سلوكهم .. إن أكثر الحالات تحدث نتيجة لتصرف طفل مع طفل آخر

---

.. من خلال سلوك معين يقوم به أحدهما .. وما على الأب هنا إلا أن يفصل الذي أساء التصرف عن الآخر .. أو أن يتحمل الطفل المسيء النتيجة المنطقية لسوء سلوكه بطريقة مباشرة .. كطفل مثلاً لو استخدم لعبة ولا يشارك بها صديقه (يحرم منها لمدة محددة) أو حرمان الطفل المخطف من امتياز معين يمارسه لمدة يوم (مثل مشاهدة التلفزيون) وهكذا.

ثالثاً : وضع خيارين أمام الطفل قبل أن يرتكب السلوك الخاطئ .. وعليه بعد ذلك أن يتحمل النتيجة المنطقية لاختياره.

ولنأت بمثال على ذلك ليتمكن الآباء تطبيق هذه الطريقة.

عمر طفل في الثامنة من عمره .. يسكن في منطقة جبلية .. كان يرغب في أن يمارس التزلح بالحذاء مع أصدقائه في منطقة آمنة .. لكن والده يفضل أن يرتدي ملابس واقية وغطاء لرأسه عندما يلعب معهم .. خصوصاً وأن بعضهم قد أصيب بجروح من قبل نتيجة لتهورهم في التزلح بإحذية التزلح .. إلا أن عمر يرى أصدقائه لا يهتمون بارتداء ملابس واقية مثله وغطاء للرأس .. فطلب من والده أن لا يفعل ذلك هو أيضاً .. لكن والده رفض .. وأعطاه خيارين .. إما أن يفعل ما قال له أو لا يلعب بالحذاء وسأله أيهما يفضل؟ .. ولم يجد عمر بد من الإلتزام بما اختاره لكي يلعب .. وهو أن يرتدي



---

الملابس الواقية والقبعة.

وتعد الإختيارات المحدودة من أفضل ما يمكن أن يتعامل بها الآباء مع أبنائهم في هذه المواقف كنتائج منطقية لسلوك الأبناء في حالة ردعهم..حتى يدركوا أن لديهم مسؤولية نحو ضرورة الإلتزام بقراراتهم.

رابعاً : من الضروري توقع العقوبة كنتيجة منطقية لسوء السلوك فوراً :

مثلاً على الأب إذا أصر عمر على التزحلق دون أن ينفذ وعده لوالده أن يحرمه من اللعب طوال اليوم فوراً .. وسيرى الأب أن ابنه سيلتزم بوعده في المرة المقبلة لأنه جرب النتيجة المنطقية لعدم التزامه لما يريد والده لمصلحته. لورا الطفلة البالغة من العمر سبع سنوات ضربت إختها على بطنها وهي تحاول إزاحتها عن مكان استلقائها وهما تشاهدان التلفزيون ولا توجد إلا كنية طويلة واحدة .. وسمعت الأم صراخ إبنتها .. وجاءت إلى غرفة التلفزيون لتحاول معرفة سبب بكائها.

كذبت لورا وهي تقول لإمها (كنت أحاول بلطف إزاحتها عن الكنية لإتمكن من الإستلقاء عليه)

علقت إختها (لا يا أمي .. لقد ضربتني على بطني)

---

قالت الأم بحزم لإبنتها لورا (نحن لا نضرب الآخرين على بطونهم ليتحركوا .. عليك البقاء في غرفتك عشر دقائق نتيجة لمخالفتك قانون الأسرة .. ثم تعودين ..)

عندما جاءت الأم كان وقت الإختيار قد أنتهى .. لإن ابنتها لورا قد كسرت قانون الأسرة فعلاً .. وعليها أن توقع عليها العقاب فوراً .. أي أن عليها أن ترسل إليها رسالة حازمة فعليه لتؤكد قانون الأسرة.

خامساً : أن يستخدم الآباء توقيت معين لينهي الطفل واجبه وإلا سيتحمل النتيجة المنطقية لتأخره.

مثلاً حدث لوليد الذي كان يتأخر في الإنتهاء من ارتداء ملابسه وتناول إفطاره .. قبل الذهاب إلى المدرسة .. ويؤخر والده عن عمله .. لذلك قرر والده أن يضع له توقيت محدد هو عشرون دقيقة لكي ينتهي من كل شيء بعد نهوضه من النوم ليأخذه إلى المدرسة وإلا فإن عليه أن يمشي إليها عشرون دقيقة.

كالعادة .. اختبر وليد والده وتأخر عن الوقت المحدد .. وفوجيء به يركب سيارته ويقول له.

---

(عليك اليوم أن تسيّر إلى المدرسة)

بكى وليد وألح على والده ليأخذه .. لكنه أصر قائلاً (سنجرب ذلك غداً ..

اليوم عليك الذهاب ماشياً)

وكان وليد في اليوم الثاني جاهزاً بجانب السيارة في الوقت المحدد ليأخذه والده إلى المدرسة.

« ماذا تقول الأم لابنتها عندما أضععت معطفها الثمين؟ »

لا يمكن للنتائج الطبيعية أن يكون لها تأثير على تطوير شخصية الطفل إلا إذا تحمل الطفل نتيجة أخطائه .. وإلا فإنه سيهمل مرة أخرى وأخرى ولن يشعر بالمسؤولية نحو أشياءه الخاصة.

ابتسام طفلة في الثامنة من عمرها اشترت لها أمها معطفاً ثميناً .. وذهبت لتلعب مع صديقتها في المنتزه .. عادت ابتسام مساءً وهي تبكي قائلة :  
(أمي .. لقد ضاع معطفي .. وضعته على الكرسي .. وانشغلت باللعب مع صديقاتي .. التفت فلم أجده)

عاتبتها أمها وشعرت بالقهر على ابنتها .. كيف أهملت في الحفاظ على معطف ثمين كالمعطف الذي اشترته لها .. وقررت عدم شراء معطف آخر لها.

بكت الابنة كثيراً لأنها تريد من والدتها شراء معطف ثمين آخر لها .. لكن هل التزمت الأم بموقفها؟ كلا .. وهنا أخطأت فيما فعلت .. لأنها لم تترك الخطأ الذي ارتكبه ابنتها يعلمها النتيجة الطبيعية لما فعلته من سلوك خاطئ ..

---

وهو حرمانها من معطف آخر حتى تتعلم كيف تحافظ على أشياءها الخاصة.

هل حافظت ابتسام على المعطف الجديد الثمين؟ مع الأسف .. لا .. فقد أضاعته مرة أخرى في المنتزه مرة أخرى وعادت إلى أمها تبكي .. تريد معطف آخر.

هنا وقفت أمها معها موقفاً حازماً وجعلت النتائج الطبيعية لإهمالها تعلمها كيف تحرص على أشياءها .. رفضت شراء معطف جديد لها .. وألحت الابنة وبكت لساعات .. لكن الأم أصرت على موقفها الحازم .. وكذلك والدها .. وهنا تكمن أهمية الإتحاد في الرأي بين الوالدين في التربية.

وفكرت الأم في فكرة أخرى تعلم الابنة كيف تستفيد من ذلك الدرس..فماذا فعلت؟

قررت شراء معطف رخيص لإبنتها وقالت لها:

(سأرى مدى محافظتك على هذا المعطف .. إذا أثبت أنك ستتحملين مسؤولية

المحافظة عليه .. فأنتي سأشتري لك معطف جيد بعد فترة من الإختبار)

فهمت ابتسام الدرس الناتج عن إهمالها .. وحافظت كثيراً على معطفها ..

وبعد عدة أشهر اجتازت ابتسام هذا الإختبار .. واشترت لها معطفاً مناسباً

---

وجمياً .. واهتمت به ايتسام وحافظت عليه كثيراً .. بعد أن استوعبت الالرس  
الالربوي المطلوب.

ماذا إذا نسي الأبناء واجباتهم الالدرسية أو فلولس وجاتهم الالدرسية؟  
ليس من واجب الوالدين القيام بهذه الواجبات عن ابنائهم .. أو يقوموا  
بالوصول الفلولس لأبنائهم ليشترروا بها غلائلهم في الالمرسة .. لإنهم لن يطوروا  
شخصياتهم إلا إذا تحملوا هم نائلع أعمالهم .. وقاموا بالواجباتهم بأنفسهم.

ليال طفلة في العاشرة من عمرها لديها عادة سلبية وهي .. أنها كثيراً ما  
تنسى فلولس وجاتها للالمرسة .. وأحياناً واجباتها الالدرسية بعد أن تلجزها ..  
وكانت والاليتها كثيراً ما كانت تلذهب إلى الالمرسة لكي تلعطها ما نسته من  
لعام أو واجب الالدرسي.

لا حظت الالمرسة ليال هذه العادة السيئة لديها رغم اجتهادها في الفصل ..  
فلطلبت من الأم أن تلوقف لمة أسبوعين عن العولة إلى الالمرسة لتلعطى ابناليتها  
ما نسته من أشياء .. وشرحت الالمرسة للأم أن ذلك لملصلحة ابناليتها الالتي  
تلتحمل مسؤولية نسيانها.

وافقت الأم ومعا الأب على ذلك وابتلنا في تلطبيقه

---

بعد عدة أيام نست ليال نقود وجبتها المدرسية .. وتذكرتها عندما عادت أمها إلى البيت .. واتصلت بها قائلة (أمي .. لقد نسيت فلوسي التي اشتري بها غذائي .. هل يمكنك إحضارها لي؟)

ردت الأم بحزم قاطع (لا .. لا أستطيع .. لماذا لم تتذكري أشياءك؟ .. هذه مسؤوليتك لا مسؤوليتي)

بكت ليال وهي تتوسل (أرجوك يا أمي أتي بها لن أنسى بعد اليوم) لم ترضخ الأم لتوسلات ابنتها ليال ولم تفعل ما أرادت .. وكان ذلك درساً مفيداً لكي تتعلم ابنتها كيف تتحمل النتائج الطبيعية لإهمالها. بعد عدة أيام نست ليال واجبها المدرسي .. فسألت المدرسة إذا كان في إمكان والدتها أن تأت به من البيت لإنها أنجزته لكنها نستته. ردت عليها المدرسة (لا .. ليس الآن)

ومر الوقت وليال تتحرق مقهورة لإن والدتها لم تتذكر واجبها لكي تأت به قبل أن يحين موعد الحصة .. وادعت الذهاب إلى الحمام لتتصل بأمها .. لكن أمها رفضت أن تأتي بواجبها.

ردت عليها أمها أيضاً أنها لن تأت به وعليها تحمل نتيجة نسيانها .. ولم تخضع لبكاء ابنتها وتوسلاتها .. وتحملت ليال النتيجة الطبيعية لإهمالها لكي لا تعود إليه مرة أخرى.

---

عادت الإبنة حزينة من المدرسة لأنها حصلت على صفر في المادة التي نسبت واجبها .. ومند ذلك اليوم لم تنسى واجبها للمدرسة ولا نقودها أبداً لأنها تعلمت أن تتحمل من نسيانها ونتائج الأليمة مسؤلية أن تتذكر أشياءها الخاصة بأن تجهزها قبل أن تنام للذهاب في اليوم التالي إلى المدرسة.

إن الأم تستطيع أن تطبق هذا الأسلوب التربوي في ما يتعلق بالواجبات اليومية بالنسبة لإطفالها من تجميع ملابسهم المتسخة لغسلها .. إذا لم يجمعوها وأتوا بها لها لا تغسلهم فيفاجئوا بعد عدة أيام بأن ملابسهم الداخلية أو بيجاماتهم جميعاً بحاجة إلى غسيل .. فيتعلموا من إهمالهم ونتائج الطبيعية بحرمانهم من الملابس النظيفة عندما يحتاجونها .. أن يتذكروا أن واجب إعطاء أمهم ملابسهم المتسخة لغسلها مسؤليتهم .. وهكذا بالنسبة لواجباتهم الأخرى.



## 37 « أفضل السبل في تطوير سلوك الأبناء عن طريق نتائج أفعالهم »

إننا نهدف كأباء من العقاب الذي يعتبر نتيجة لسلوك الطفل الغير صحيح أن نوقف ذلك السلوك .. ونشجع الأسلوب البديل الذي يجعله يتصرف بطريقة صحيحة.

إذا استطعنا الوصول إلى هذا الهدف من خلال (عقاب قصير المدة) نطبقه على أبنائنا كنتيجة لسوء سلوكهم .. فإن الوقت المتبقي المخصص للعقاب علينا أن نستغله كأباء في اختبار تصرفات أبنائنا المعدلة الصحيحة .. من خلال تعاوننا معهم لكي نصل معهم إلى السلوك المقبول منا كأباء.

مثال على ذلك .. إذا أرسلت الأم ابنها باسل البالغ من العمر سبع سنوات إلى غرفته لمدة خمس دقائق فقط لتحرمه من مشاهدة برنامج الذي يحبه لأنه كان يضايق أخته أثناء مشاهدته .. وشعرت الأم أن ابنها استفاد من هذا العقاب القصير .. بأن تحسن أسلوبه .. فإن ذلك أفضل من أن يظل باسل في

---

غرفته ساعتين مثلاً كعقاب له .. أليس الأحسن أن تختبر الأم سلوك ابنها بأسل الصحيح الذي تريد أن يطبقه مع أخته بدل أن يضيع وهو محبوس في غرفته.

إن المهم في تربية الأبناء هو تحقيق الأهداف التي يضعها الآباء لتعديل سلوك أبنائهم وتحسينها وإحساسهم بأن هذا التطوير هو مسؤوليتهم لا مسؤولية آبائهم .

كما أن (تحديد الوقت في تطبيق العقاب الناتج عن سوء السلوك) مهم جداً .. على الأم مثلاً أن تحدد وهي تعاقب ابنها بأسل هل ستعاقبه لمدة خمس دقائق أو عشر دقائق أو أكثر .. المهم أن تحدد الوقت الذي ستحبس الأم طفلها في غرفته ليرتدع عن السلوك السيء .. لأن الطفل سيظل حائراً طوال فترة عقابه إذا لم يحدد له الوقت الذي يستغرق فيها هذا العقاب .. كما إنه كلما مر عدة دقائق سيسأل والدته هل انتهى وقت عقابه .. وقد يلح كثيراً إلى درجة تغضبها فتزيد خلال غضبها فترة حبسه دون ذنب.

إن أكثر الأساليب المؤثرة في عقاب الأبناء لتعديل سلوكهم هي التي (لها بداية

---

ولها نهاية واضحة محددة) .. لأن عدم الوضوح وعدم التحديد يدعو الطفل إلى المماثلة وإزعاج الوالدين ولا تؤدي إلى الهدف التربوي المقصود منه تعديل سلوك الطفل.

كما إن (لوم الطفل وتذكيره) بتصرفه الخاطيء من قبل لا يشجعه على تحسين سلوكه .

لذلك من الأفضل هو إتاحة الآباء لإبنائهم فرصة جديدة ليبدأوا من جديد بسلوك صحيح لأن يقوموا بتذكيرهم بسلوكهم الخاطيء وهو يحاولون تطوير سلوكهم .. ولكي تتمكن من تطبيق هذا الأسلوب سأذكر هذا المثال ويمكن للآباء تطبيقه بطرق مختلفة.

منال طفلة في التاسعة من عمرها قالت لوالدتها أنها ستذهب إلى المنتزه المجاور لبيتهم بعد المدرسة وستعود الساعة السادسة مساء.

وافقت الأم .. لكن منال لم تعد في الوقت الذي حددته .. فذهبت الأم إلى المنتزه ووجدتها لا زالت تلعب غير مبالية بالوقت .. أعادتها إلى البيت دون غضب وبحزم قالت لإبنتها (غداً لن تذهبي إلى المنتزه بعد المدرسة .. عليك أن تعودي إلى البيت مباشرة ولا خروج لك .. لأنك لم تعودي في الوقت الذي

---

حددته لي .. وعشاؤك أصبح بارداً تناوليه وهو بارد لإنني لن أسخنه لك  
وقبلت الإبنة العقاب الذي استحقته نتيجة لعدم التزامها بوعدها.

ومنذ ذلك اليوم أصبحت منال تعود إلى البيت الساعة السادسة بعد أن  
حرمت يوم واحد من الذهاب إلى المنتزه.

لكن وبالرغم من التزام منال بموعد عودتها ظلت والدتها تذكرها بعدم  
التأخر كل يوم حتى لا تعود إلى تأخرها السابق .. أي أن الأم لم تمتدح الجانب  
الإيجابي من تصرف أبنيتها وهو التزامها بالعودة في الوقت المحدد وحسن  
أخلاقها .. وركزت على الجانب السلبي وهو تأخرها السابق .. وهذا أسلوب  
خاطيء في التربية لأن الأم لم تركز على التزام ابنتها في العودة وتشجعها على  
ذلك وتعتبره بداية منعهه لشخصيتها التي أصبحت ملتزمة وتستطيع أن  
تختار الأفضل لها وتكون مسؤولة عن اختيارها وعن نفسها.

أحياناً تكون نتائج سلوك الطفل كافية لتعليمه السلوك الصحيح.  
وليد طفل في الخامسة من عمره كان يأكل أيس كريم في أحد المحلات مع  
إسرتة .. أخذ يلوح به وهو في يده مقلداً الطائرة وهي في طريقها إلى الهبوط  
.. لم يعجب تصرفه والده فنظر إليه نظرة غاضبة .. لكن وليد تجاهله وتمادى

في لعبه .. وفجأة .. سقط الأيسكريم من يده فوق الأرض .. أبوي وليد تركا نتيجة فعلته تؤدبه إذ لم يشتريا آيس كريم غيره له .. وتعلم من حرمانه من الأيسكريم أن لا يعود إلى أفعاله هذه مرة أخرى .. كان بود والدي وليد أن يقولوا له (ألم نقل لك أن ذلك سيحدث) ويلقيان عليه محاضرة بإن عليه أن لا يفعل مرة أخرى ما فعله اليوم ما دام يحمل الأيسكريم في يده .. لكنهما لاحظا أن أي جملة سيقولانها سوف يأخذان بها المسؤولية من على كتف ابنهما وسيفسد تأثير الواقع الذي اختبره .. لأنه في المستقبل سوف يفكر جيداً قبل أن يتلاعب بالأيسكريم في يده.

إن النتائج الطبيعية تنبع من الحدث أو الموقف وترسل رسائل فعلية إلى الأطفال لأنهم يجعلونهم يتحملون مسؤولية ما قاموا به من نتائج مباشرة وتجعل الأطفال ليسوا في حاجة إلى تدخل الآباء لأن تدخلهم يفسد قيمة ما تعلموه .. إلا إن بعض الآباء يجد سهولة في تطبيقه وبعضهم يجد صعوبة .. لكن عليهم مع ذلك أن لا يتدخلوا ويديروا الموقف .. إذا حدث لك ذلك كأب جرب أن تحد من مشاركتك .. فمثلاً إذا كسر طفلك اللعبة قل له (ما دامت اللعبة قد كسرت فأنت لا تستطيع أن تلعب بها).

---

38 « ما هي الطرق العملية للاستفادة من  
النتائج المنطقية لتحسين سلوك الأبناء؟ »

ذكرت من قبل أهمية تطبيق النتيجة المنطقية لما يفعل الطفل من سوء سلوك كعقاب له لكي يردع عن سلوكه السلبي ..  
وهنا سأحاول أن أوضح بشكل عملي كيف نستخدم هذا الأسلوب في تحسين سلوك الطفل .. لنستفيد منه استفادة كاملة في تطوير سلوكه.

إن أهمية هذا الأسلوب تكمن في أنه يرسل رسائل واضحة للأبناء حول الحدود التي عليهم أن لا يتجاوزوها .. ويعلمهم أيضاً المسؤولية لإنهم هم المسؤولين عن سلوكهم ومهمة تحسينه .. إلا إن التأثير الإيجابي على سلوك الأبناء بسبب تطبيق هذه الطريقة لا يحدث إلا إذا طبقها الوالدين بطريقة ديمقراطية حازمة لإن تأثيرها بهذا الشكل سيكون ممتازاً من حيث تأسيس المبادئ التي يتعلم الطفل كيف يسير عليها.

ولنستعرض بعض النماذج العملية لتطبيق هذا الأسلوب وماهي الصفة

---

المشتركة لتطبيق العقاب مباشرة بعد ارتكاب الخطأ.

نزار طفل في السابعة من عمره .. كان يضايق أخته بإن يحذف عليها بطاطس مقلية وهما يشاهدان التلفزيون .. اشتكت أخته لوالدته .. فطلبت منه أمه أن يتوقف عن مضايقة اخته وإلا فإنها ستحرمه من مشاهدة التلفزيون بقية المساء إلى وقت نومه .. توقف نزار قليلاً .. لكنه عاد يرمي بقطع البطاطس على اخته مرة أخرى .. هنا قالت له والدته بحزم (نزار .. إذهب إلى غرفتك قبل أن يكمل برنامجك)

ولم يجد نزار مجال للمقاومة .. فنظرة أمه الحازمة والتأكيد في نبرتها جعلته يطيع أمرها .. وينفذ العقاب الناتج عن سوء سلوكه مع اخته.

إلا أن من المهم في هذه الطريقة أن تنفذ الأم (العقاب مباشرة) لا أن تنتظر للمرة القادمة لأن الطفل بذلك لن يربطه بسوء سلوكه كسبب للعقاب لكي لا يعيده مرة أخرى.

كما أن الثبات في تطبيق العقاب مهم جداً .. لنفترض أن عماد البالغ من العمر ٨ سنوات كان يتحدث مع صديقه على الهاتف وقالت له أمه أن الحديث

---

في ذلك الوقت مع صديقه أمر غير مسموح به .. لكنه لم يرضخ، وتوسل إلى والدته أن تسمح له بالكلام مع صديقه في ذلك الوقت .. وعندما أصابه اليأس اتجه إلى والده .. لكن والده أصر على موقف والدته وطلب منه أن يطيع كلامها .. عندئذٍ لم يشع عماد إلا أن يطيع والديه.

إذن .. لو حرص جميع الآباء على (الإتحاد في آرائهم) عندما يواجهون مثل هذه المواقف لوفروا على أنفسهم الكثير من التوتر والفوضى في علاقاتهم الأسرية ومنحوا أبنائهم الإحساس بالطمأنينة والرضى لما يحصلون عليه دون مماطلة للحصول على المزيد منه ..

ويعتقد علماء النفس التربويين إن العقاب المباشر الناتج عن سوء سلوك الطفل والثبات من الوالدين في تطبيق الحدود أو النتائج المنطقية لسوء سلوك الأبناء يعتبره علماء النفس من أفضل الطرق لتحسين سلوكهم.

إن الثبات على تطبيق النتائج المنطقية بالذات له تأثير حيوي وأساسي على تدريب الطفل لكي يطور سلوكه.

لنفترض أن والدة عماد سمحت له باستخدام التلفون أثناء فترة عقابه بعد أن ألح عليها .. أليس معنى هذا أن والدته ترسل له رساله كأنها تقول به (لا



---

تحتزم عقابي وافعل ما يحلو لك .. لاني سأسامحك في كل مرة)  
.. إلا إن والدته لم تفعل ذلك وإنما حرمت إبنها من استخدام الهاتف لمدة  
يومان آخران لأنه لم يطع أوامرها أو عقابها له.

كما أن هناك أمر آخر مهم على الأب والأم الإلتزام به وهو (التطابق بين  
الكلام والفعل الموجه للطفل) من قبل أحد الوالدين .. وعلى هذا إذا كنا نريد  
أن نطبق بين ما ذكرت ومثال عماد فإن عليه حتى يقلل فترات عقابه أن يلتزم  
بالحدود التي وضعها والديه له .. لإنهما لن يرضخا لتوسلاته بإن يغيرا  
موقفهما. فكلامهما متطابق مع أفعالهما هناك أمر آخر هام على الآباء أن  
يراعوه عند تطبيق هذه الحدود .. وهو (تطابق نوع العقاب مع نوع الفعل)  
الذي ارتكبه الطفل .. فإذا لم يقبل إبن أن يشارك أخوته في لعبة فيديو فإن  
على الأب هنا أن يحرم إبنه من اللعب في اللعبة مباشرة قائلاً له (إذا كنت لا  
تريد أن تشارك أخويك في لعبة الفيديو .. فإنك لن تستطيع أن تلعب بها بقية  
الليلة .. سأعطيك إياها غداً)

من خلال هذا المثال لاحظنا أن النتائج التي تحملها الطفل مؤثرة جداً لأن لها  
علاقة بالسلوك الغير مقبول الذي تصرفه الطفل مع أخويه .. ويريد الوالدان  
من إبنهما التوقف عنه.

---

ماذا لو تصرف الطفل بطريقة خاطئة وعلمه أبوه كيف يتصرف بطريقة صحيحة مثلما فعل والد وليد البالغ من العمر ست سنوات عندما كان يفرز الشوكة في قطعة البطاطس بطريقة كان يقصد بها إضحاك أخويه حيث علمه كيف يأكل بطريقة صحيحة.

وفوجيء الأب بعد قليل بأنه عاد يفعل مثلما فعل في السابق .. عندئذ أخذ والد وليد الشوكة من يد ابنه.

هنا علم الطفل أنه وجد عقاباً يستحقه .. ولم يجرح الأب ابنه بكلام جارح لشخصيته وإنما صب عقابه على فعل ابنه لكي لا يرتكبه مرة أخرى.

---

## 39 « كيف يمكن استخدام تحديد الوقت كعقاب من أجل تحسين سلوك الطفل؟ »

يعد استخدام الوقت لوضع حد لتصرفات الأبناء السيئة احد الأساليب الفعالة في تطوير سلوكهم كنتيجة منطقية لتصرفاتهم السلبية.

كيف يمكن استخدام هذه الطريقة ومتى؟

سأحاول الإجابة على هذا السؤال بأسلوب بسيط واضح حتى يستفيد الآباء من استخدامه.

إن أول ما على الآباء القيام به هو أن يجلسوا مع أبنائهم ويحاولوا أن يشرحوا لهم ماهو هدفهم من استخدام هذه الطريقة كنتيجة منطقية لمخالفتهم الحدود الواجب عليهم حسب قوانين العائلة عدم تجاوزها.  
مثال على ذلك .. يجلس الأب مع ابنه ويقول له.

(لدي طريقة جديدة أريد أن أساعدك بها في تعلم الحدود المطلوب منك عدم تجاوزها بشكل أفضل .. أعتقد أن هذه الطريقة ستجعلنا أكثر تفاهماً من السابق .. والطريقة التي سأطبقها ستكون كالآتي :

إذا وجدتك مخالفاً .. سأطلب منك التوقف .. إذا اخترت أنت عدم التوقف

---

بعد أن طلبت منك ذلك .. ستذهب إلى غرفتك لتبقى عشر دقائق على الأقل .. سأضع الساعة في المطبخ أو في غرفتي .. وسأدعك تعلم متى عليك الخروج .. إذا خرجت قبل الوقت فإنك ستعيد الوقت منذ البداية وستقتضي عشر دقائق أخرى.

إن اختيار المكان الذي سيقضي فيه الطفل فترة العقاب مهم جداً .. سيكون المكان المفضل في البيت هو غرفة نومه دون أي وسيلة من وسائل الترفيه .. فإذا وجد بها من قبل فالأفضل اختيار غرفة أخرى وتكون من أهدأ الغرف في البيت .. كما أن تحديد الوقت من خلال الساعة التي ستعلن نهاية مدة العقاب لا بد أن تكون منذ دخول الولد الغرفة لا قبلها .. ويخرج الأم والأب من الصورة بعدها .. ما بقي من الوقت بين الإبن والساعة.

كم من الوقت على الطفل أن يبقى في الغرفة ؟

من الأفضل أن لا تزيد المدة عن خمس دقائق لمن كان في الخامسة من عمره .. لكنه إذا ضرب أحد فإن على الأم أو الأب أن يضاعف المدة ثلاث مرات .. لا تجعل الوقت يطول أكثر من ربع ساعة .. لأن الوقت الطويل لا يفيد بقدر ما يفيد إعادة نفس العقاب في كل مرة يقوم بها الطفل بنفس العمل السلبي .  
ماذا إذا حاول الطفل أن يعيد نفس العمل الذي عوقب من أجله بلا مبالاة؟

على الأم هنا أن تضعه أمام خيارين إما أن يفعل ما تطلبه منه أو يحرم من لعبته طوال اليوم وتطلب منه أيهما يختار .. عندئذٍ عليه التزام بما اختار وإلا سيقضي ربع ساعة في غرفته.

لنفترض أن يسرا كانت تلعب مع أخوها فؤاد وعندما غضبت عليه ضربته على وجهه وصرخ الطفل باكياً قائلاً لإبيه أن أخته قد ضربته على وجهه .. ماذا على الأب أن يفعل في هذا الموقف؟

عليه أن يقول لابنته (الضرب أمر غير مسموح به في البيت .. عليك أن تقضي العشر دقائق القادمة في غرفتك .. وسأضع الساعة وسأقوم بتوقيتها على لحظة خروجك).

دعونا هنا نشرح ما أهمية أن يوقع الأب العقاب مباشرة على ابنته.

الأهمية هنا تكمن في أن تجرب العقاب بعد كسرها لقاعدة البيت كنتيجة لما فعلت لذلك ..

ماذا إذا أحدث الطفل ضجيجاً طوال فترة عقابه في غرفته؟  
على الأم هنا أن تقول لابنتها الآتي (إنك لن تخرج يا بني قبل أن تهدأ وليس قبل ذلك)

---

وعندما يهدأ تناديه أمه بنبرة لطيفة ليخرج .. وتتفادى جملة (لقد قلت لك ذلك) أو تحاضره بطريقة شخصية لأنها إذا فعلت ذلك فإنها تمتص تأثير تحمله لنتيجة ما فعل .. بل أنها عندما تكون لطيفة مع ابنها فإنها تستثير رغبته وقدرته على التعاون معها لتطوير سلوكه .. لكن هذه الطريقة لن تفيد منذ المرة الأولى عند استخدامها وإنما بعد تكرارها .. وحتى إذا كسر الطفل مدة العقاب وخرج .. أو أعاد نفس التصرف السلبي فإن تكرار ما سيحدث له من خلال مواصلة الأم في تطبيق هذه الطريقة سيجعله يعدل سلوكه ويقوم بتطويره.

---

## « كيف نستخدم النتائج المنطقية للحد من

السلوك السيء للأبناء؟ »

40

لقد علمنا من قبل كيف نرسل رسائل واضحة إلى أبنائنا حول الحدود التي نضعها لهم حتى لا يتجاوزوها .. وكيف نشجع تعاونهم معنا .. وكيف نعلمهم مهارات حل مشاكلهم.

إن هذه الخطوات جميعها تعد الأبناء بكل المعلومات التي هم بحاجة إليها لكي يتصرفوا بطريقة سليمة .. لكننا نعلم جميعاً أنها خطوات أولى فقط لأن أبنائنا سيحاولون اختبار مدى جديتنا كأباء في تنفيذ ما وضعوه من حدود إذا خالفوهم .. وعندما يحاولوا أن يفعلوا ذلك فإن الكلام لا يفيد هنا .. وإنما الفعل .. أي الإجابة على أسئلتهم بأفعال ثابتة هي النتائج.

والنتائج هي الجزء الثاني والمكمل لرسائلنا التي نرسلها لإبنائنا لنوضح لهم قوانيننا وحدودنا التي عليهم الإلتزام بها .. والأفعال دائماً لها تأثير أكبر بكثير من الكلام

---

إذن .. كيف ندعم حدودنا لإبنائنا باستخدام النتائج التي نطبقها عليهم  
كنتيجة منطقية لعدم طاعتهم لهذه الحدود بطريقة واضحة ومفهومة ..  
خصوصاً إذا اعتمد الآباء من قبل على الأسلوب القائم على التساهل  
والتسامح مع الأبناء لردعهم ..

إن الأسلوب القائم على النتائج المنطقية لسلوك الأبناء السلبي سوف يساعد  
الآباء على التعامل بشكل أفضل مع أبنائهم ويكسبهم احتراماً أكثر منهم ..  
ويعلم الأبناء كيف يصفون لأبنائهم.

أما إذا كنتم كأباء قد استخدمتم أسلوب العقاب الصارم فإن تحمل الأبناء  
لنتائج أفعالهم يساعد على بناء علاقة قوية بينكم وبينهم قائمة على التعاون  
والإحترام المتبادل لا الطاعة بسبب الخوف منكم .. وستكونوا بذلك قد  
خطوتم خطوة كبيرة نحو التواصل معهم وحل مشاكلهم بأسلوب إيجابي.  
إن الأسلوب التربوي لوضع الحدود القائم على النتائج المنطقية للأفعال شبيه  
بالحائط الصلب الذي تستند عليه نفسية الأبناء ليشعروا بالأمان .. فهو  
يوقف السلوك السيء لأنه يوفر الإجابات المحددة والواضحة لإسئلة الأطفال  
حول ما هو مقبول وما مدى مسؤولياتهم عنها .. لإنهم يتحملون بهذا الأسلوب



---

نتائج أفعالهم التي اختاروها .

وعندما يواصل الآباء اتباع ذلك الأسلوب بانتظام في تعاملهم مع أبنائهم فإنه سيعلّمهم أن يتراجعوا عن سوء تصرفاتهم ويأخذوا كلام آبائهم بأسلوب أكثر جدية.

إلا إن على الآباء أن يواصلوا دون انقطاع اتباع هذا الأسلوب بانتظام يصل إلى ٣ أو ٤ أسابيع على الأقل لأن أبنائهم سيحاولون اختبارهم أغلب الأحيان .. وهذه هي الطريقة الوحيدة التي ستجعلهم يدركون أن قواعد وحدود آبائهم صامدة وقوية لا يستطيعون اختراقها ويعودوا إلى نفس تصرفاتهم الغير مقبولة السابقة.

ستسمع الأم تعليقات مثل (أنت غير عادلة ) أو (أنت لئيمة) وغير ذلك من التعليقات التي يقصد بها الأبناء كسر هذه الحدود لتعاملهم الأم بطريقتها القديمة.

وهو ما حاولت سناء ذات الإثني عشر سنة من عمرها مع والديها اللذين كانا متساهلان معها من قبل .. فحاولت أن تقاومهم وتناقشهم في ما وضعاه من

---

حدود لها .. لكنهما جلسا معها وحاولا إفهامها .. قال لها الأب ( حاولي أن تدركي أن طريقتنا قد تغيرت .. فنحن لن نعيد لك ولن نذكرك أكثر مما فعلنا من قبل عندما نطلب منك القيام بعمل مفترض منك القيام به .. سنقول لك مرة واحدة ولن نناقشك أو نجادلك ولن نحاضرك أو نرفع أصواتنا أنا وأمك .. إذا اخترت عدم التعاون معنا .. عندذاك سنستخدم معك أسلوب جديد قائم على نتيجة عملك .. وسوف تلتزمي بتطبيقه .. )

حدثت سناء نفسها قائلة ( سأصدق ما يقول أبواي عندما يحدث ذلك ) وبالطبع لم تتوقع الابنة أن والديها جادين فيما ذكراه أمامها هذه المرة.

وهذا ما حدث بالفعل .. عندما طلبت منها أمها الذهاب إلى غرفتها للبدء في أداء واجباتها .. وعندما تجاهلت سناء طلب أمها كمعادتها من قبل .. ذكرت لها أمها أنها ستظل عليها بعد خمس دقائق لتري إذا كانت قد بدأت في أداء واجباتها المدرسية وعندما حاولت سناء أن تناقش أمها أو تماطل .. ذكرت لها أمها أنها ستمنحها ساعة واحدة لتنتهي واجبها أو أكثر بقليل.

وهنا واجب على الأم أن تذكر لها كم من الوقت سوف تحتاج لتكمل ذلك الواجب .. وإذا لم تستجب لما طلبته منها ولم تتعاون معها فإنها مضطرة أن تعاقبها بالنتيجة المنطقية لعدم طاعتها بالنسبة لإداء واجبها المدرسي .. أي

---

قد تحرم من الخروج مع صديقاتها في عطلة نهاية الأسبوع.

ونجحت تلك الطريقة .. رغم أن في البداية تضايقت الإبنة من الإختيارات المحدودة أمامها .. وحاولت أن تقاوم .. لكنها تقبلت الأمر عندما وجدت أن لا مفر أمامها من قبوله لإنها ستكون مسؤولة عن سلوكها وليس والديها .. لكن محاولة اختبار حدود والديها لم تتوقف لأول مرة .. بل بالعكس حاولت أن تقاوم لمدة أسبوعين .. لكنها عندما وجدت أن والديها حازمين في قرارهما .. بدأت سناء في القول لإمها (أنت غير عادلة) أو أكرهك لكي تشعرها بالذنب فتسمح لها بما تريد .. واستنفذت كل محاولاتها لتعيد أمها أو أبيها إلي التعامل معها مثل السابق لكنها وجدتهما كلاهما كالجدار الصامد أمامها لا يتنازلان عن الحدود التي وضعها لها .. وهنا تكمن أهمية التوافق في الرأي بين الأم والأب في وضع الحدود للأبناء وإلا فإن هذه الطريقة سوف تفشل وتؤدي نفسية الأبناء ويشيع الإضطراب الحياة الأسرية.

وهكذا استسلمت سناء لحدود والديها .. وبعد أربعة أسابيع لاحظ والديها التغيير في سلوكها بدأت محاولاتها لاختبار حدودهما تقل وأصبحت متعاونة أكثر وبدأت تغير اعتقادها في حدود والديها وتأخذها مأخذ الجد .. وتعلم أنها ستكون مسؤولة عن سوء تصرفاتها.

---

## 4 | « ماذا لو لم يستجب الأبناء لنتائج أفعالهم المنطقية؟ »

لماذا لا يستجيب الأبناء أحياناً لنتائج أعمالهم المنطقية ولا يتطور سلوكهم .. سؤال يحير الكثير من الآباء .. لكن الإجابة علي هذا السؤال في رأي خبراء التربية بسيطاً ويتلخص في عدة أسباب .. لم ينتبه لها الآباء وعليهم الإلتزام بها لتفيد هذه الطريقة في تحسين سلوك أولادهم.

ليسأل الآباء أنفسهم هذه الأسئلة الستة التي سأستعرضها الآن فإذا كانت الإجابة عليها بنعم .. فإن هذه الطريقة لا بد أن تكون فعالة .. لأن الآباء أحياناً يطبقون ما يقرأون من طرق تربوية بأسلوبهم الخاص .. لا بالإسلوب التي يشرحه خبراء التربية.

أولاً : هل قام الآباء بتطبيق نتائج أفعال أبنائهم المنطقية مباشرة بعد تصرفات أبنائهم السلبية .. لأن التطبيق لكي يكون مؤثراً لا بد أن يكون بعد ارتكاب الطفل للتصرف الخطأ مباشرة.

---

ثانياً : هل قام الآباء بتطبيق هذه الطريقة بصفة مستمرة أم متقطعة .. لأن الإستمرار ضروري جداً حتى تكون النتائج إيجابية على سلوك الأبناء فيتحسن سلوكهم.

ثالثاً : هل كان العقاب الذي طبقه الأب على ابنه مثلاً له علاقة بالفعل الذي قام به لأنه يجب أن يكون كنتيجة منطقية للسلوك السلبي الذي ارتكبه.

رابعاً : هل استخدمت الأم الطريقة الديمقراطية الحازمة كنموذج يتبعه الابن كسلوك سليم ولم تستخدم الطريقة المتساهلة أو المتسلطة لأن هاتين الطريقتان ترسلان رسائل غيرالتي تقصدها الأم .. فلا يستفيد منها الابن.

خامساً : هل الطريقة التي تعاملت بها الأم في استخدام نتيجة سلوك الطفل السلبي مؤفته .. هل لها بداية ولها نهاية .. هل استخدمتها بعد فوات الأوان أو قالت لابنها ( ألم أقل لك أنك ستفعل ذلك في نهاية حديثها ) .. لأن كل هذه الأساليب في التعامل مع نتائج سلوك الابن المنطقية لا تصل به الرغبة في تحسين سلوكه.

---

سادساً : هل أتبع الأب أو الأم نتائج أفعال أبنائهم المنطقية بكلام مباشر وواضح.

إذا طبق الآباء هذه الشروط الستة .. فإن هذه الطريقة التربوية تعد من أنجح الوسائل لتحسين سلوك الأبناء.

لكن توجد عدة أمور على الآباء أن ينتبهوا لها وهم يطبقون هذه الطريقة وهي جملة يرددها الأطفال أحياناً في هذه المواقف هي (لن يهمني ما تفعلين) كرد الطفل على حرمانه من لعبة مثلاً كان يلعب بها وحرمته أمه منها طوال اليوم .. لأنه يختبر بهذه الجملة والدته ليرى إذا كانت ستتراجع عندما تعلم أنه لن يهتم .. على الأم هنا أن لا تتراجع وتطبق النتيجة المنطقية لسلوك ابنها السلبي مباشرة بأن يتحمله كعقاب له لكي لا يكرره مرة أخرى .. وإذا أعاد الإبن نفس التصرف السلبي .. عليها أن تكرر العقاب بنفس الأسلوب الحازم الهاديء المباشر .. وسيأت ذلك ثماره الطيبة من ناحية تطوير سلوك ابنها .. إن التربية تحتاج إلى الصبر والتمرين والتكرار والإستمرار ووضوح الهدف لدى الآباء لكي يستفيد منها الأبناء في تحسين سلوكهم.

إن عشر دقائق يقضيها الإبن في غرفته لأنه خالف قواعد البيت لها تأثير

---

إيجابي على سلوكه إذا قام الأب بتكرارها لإبنه إذا عاند وتعمد التكرار ..  
وكنت قد طرحت أمثلة عديدة للتعامل مع الأبناء بالنسبة لهذا النوع من  
التصرفات وعلى القاريء أن يعود إليه ليتعرف على كيفية تحمل الأبناء لنتائج  
أفعالهم المنطقية .. إن تحديد الوقت للطفل بإسلوب حازم هاديء ومباشر  
وواضح .. ومن غير تجريح لشخصية الطفل .. يعتبر من أفضل الوسائل  
لتطوير سلوك الأبناء .. لكن معظم الآباء لا يطبقوها بالأسلوب الذي ذكرته ..  
ويجعلوه مرتبطاً بالقسوة والسجن والتجريح لشخصية الطفل .. الأسلوب  
التسلطي في تطبيق هذه الطريقة يسيء إلى شخصية الطفل ويتدهور سلوكه  
.. لأنها تستثير الغضب والإنقام في نفسه لا الرغبة في تحسين سلوكه .. كما  
إن الأسلوب المتساهل أيضاً يسيء إلى شخصية الطفل وله نفس المفعول  
السلبى عليه لأنه لا يوحى له بالحزم والقدرة على تنفيذ القرار .. والطفل هو  
الذي يقرر متى يبدأ ومتى ينتهي بالنسبة للوقت المحدد للعقاب في الأسلوب  
المتساهل هذا إذا كان هناك عقاب من الأساس لإن الطفل بهذه الطريقة هو  
الذي يتلاعب بالديه وقوانينهم حيث أنه هو المحدد لوقت العقاب وهم  
يسمحون له بذلك بسبب تسامحهم وعدم ثباتهم على القرارات التي  
يحدونها.

---

نتأمل هذه الجملة تصدر من أم وتتصور وقعها على الطفل في هذا الأسلوب .. إذا قالت الأم لإبنتها (إذهب إلى غرفتك ولا تخرج إلا عندما تعتقد أنك تستطيع أن تلتزم بما وعدتني به من إتمام واجبك) من يقرر هنا .. الطفل طبعاً لا الأم .. هل الرسالة واضحة للطفل بأن أمه غاضبة عليه وحازمة؟ لا بالطبع .. الرسالة مشوشة ولا تمنح الطفل الهدف من عقابه الناتج عن سلوكه السلبي .. إذن .. الطفل هنا هو الذي يتحكم في مسرح الأحداث وهو الذي يقرر لا الأم .. وبالطبع سيمنح الطفل نفسه عقاباً سهلاً وسيدعي أنه استفاد منه وسيحسن سلوكه .. ولن يفعل شيئاً من ذلك.

إن تحديد الوقت لعقاب الطفل كنتيجة منطقية لسوء سلوكه يجب أن لا يقل عن عشرة دقائق ولا يزيد عن عشرون دقيقة وإلا فإنه سيرتبط بشكل السجن والقسوة وسيؤدي إلى نفور الطفل من تطوير سلوكه .. كما أن على الوالدين إعادته عدة مرات لكي يرسخ في ذهن الطفل حتى لا يكرر تصرفه السلبي .. وسيرى الآباء أن سلوك أبنائهم سيتطور تدريجياً إلى الأحسن.



---

# الحدود والمراقبة

---



---

الحدود والرسائل مع الأبناء المراهقين

---



## 2 « كيف نفهم نمو المراهق من الناحية الاجتماعية والإنفعالية النفسية »

تعد مرحلة المراهقة من أهم وأخطر المراحل في حياة أبنائنا .. الأمر الذي يتطلب منا التسلح بالمعرفة لما يمر به هؤلاء الأبناء من مراحل نمو تتعلق بالنواحي الاجتماعية والنفسية والإنفعالية في تلك الفترة من حياتهم وهم يواجهون إسرهم ورفاقهم ومجتمعهم .. لكي نتمكن من فهمهم والتعامل معهم بحب وحزم، حتى يجتازوا هذه المرحلة في حياتهم بهدوء وسلام .. ليتمتعوا بشخصيات متوازنة وسعيدة مستقبلاً.

يواجه الطفل في بداية سن المراهقة موقفاً متناقضاً .. فهو قد كبر عن مرحلة الطفولة ويريد أن يحقق رغبته المتدرجة في أن يستقل ويتحمل المسؤولية .. إلا أنه يجد نفسه غير قادر على أن يفعل ذلك لأنه لا زال يعتمد مادياً على إسرته وتحت إرشادهم ورعايتهم .. هذا التناقض يدفع المراهق إلى صراع إسرته .. لكن ليس بالضرورة أن يكون هذا الصراع حاداً بالنسبة لكل مراهق .. إذ أن بعض المراهقين يمرون في هذه الفترة دون صراع حاد، وخاصة الفتيات .. لأن

---

العادات والتقاليد لا تتساهل مع خروج البنت عن طاعة أهلها.

وحتى درجة الصراع بين المراهق وأسرته فإنها تشتد في فترة وتقل في فترة أخرى .. فنرى المراهق ما بين سن ١٢ - ١٦ سنة يثور ويتمرّد أكثر على سلطة والديه .. والصراع الذي ينشأ بينه وبين أسرته قد يكون لإسباب تافهة، مثلاً (هل يذهب إلى السينما مع أصدقائه .. أم لا بد أن يكون معه أخوه الكبير؟) أو (متى يقوم ببعض الحاجات لإسرته .. ومتى تترك له الحرية في أن يتمتع بوقته؟) أما بالنسبة للبنات فإن الصراع عندهن قد ينشأ لإسباب أخرى مثل (متى تبدأ في وضع الماكياج؟) (هل تختار ملابسها بنفسها؟) (متى يسمح لها بزيارة صديقاتها؟).

إذن ما دام الأمر يتعلق بالظروف الأسرية التي تحيط بالمراهق .. فإن ذلك يفرض علينا سؤالاً هاماً.

كيف يعامل الوالدان أبناءهم وهم ينتقلون من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة؟ متى تسبب لهم معاملتهم صعوبة في الانتقال؟ ومتى تجعله يسيراً سهلاً؟.

يؤكد الباحثون الإجتماعيين أن الأطفال الذين ينشأون بين آباء محبون لإبنائهم وديمقراطيين في تعاملهم معهم ويشجعون روح الإستقلال لديهم ويتفقون في أسلوب معاملتهم كما إنهم يثقون في القيم الإجتماعية التي يربون أبناءهم عليها .. يصبح هؤلاء الأبناء أكثر تحملاً للمسؤولية .. يؤمنون بالمبادئ الخلقية ويمتلكون إرادة قوية .. ولا يميلون إلى النصائح وإنما يمتصون قيم آبائهم من خلال تعاملهم معهم أثناء سنوات مراهقتهم .. أما إذا عاش الأبناء بين آباء متسلطين على أبنائهم .. لا يريدون لهم أن يستقلوا بشخصياتهم .. ولا يوجد اتفاق بينهم في تربية أبنائهم .. كما إنهم غير واثقين من القيم التي يربون أبنائهم عليها .. فإن هؤلاء المراهقين يعانون من القلق والإكتئاب ويضخمون ما يصابون به من إحباطات بسيطة.

ترى ماذا يحدث للطفل من تغيير في تفكيره الإجتماعي عندما يكبر ويدخل مرحلة المراهقة؟

لاحظ العلماء الأتماعيون أن حاجته تزداد إلى الإنتماء إلى جماعة أخرى غير أسرته لأنها لم تعد تشبع جميع إحتياجاته الإجتماعية.

بالطبع ستكون علاقة المراهق بإصدقائه مختلفة عن طبيعة علاقته بإسرته من خلال النقاط التالية :

١- علاقته بإسرته مفروضة عليه ودائمة .. بينما علاقته بإصدقائه يحددها

بنفسه وقابلة للتغيير.

٢- الصداقة توسع الخبرة التي يحتاجها المراهق بطريقة لا تساعد عليها في الغالب العلاقات الأسرية.

إذن .. يميل المراهق إلى أصدقائه ما بين سن ١٢ سنة - ١٤ سنة أكثر من ميله لإسرتة .. كما نلاحظ أن المراهق يرى في بداية سنوات مراهقته في الصداقة نوع من الزمالة القائمة على الإشتراك في نشاطات معينة .. لكنها تزداد أهمية في نفسه عندما يتقدم في سنوات مراهقته .. ويعتقد العديد من الباحثين الاجتماعيين أن المراهقين يكونون مجتمعاً خاصاً بهم له معاييرهم وقيمهم ونظمهم الخاصة المتفرعة من الثقافة العامة التي ينتمون إليها .. حيث لاحظ عالم اجتماعي يدعى (كولمان) من خلال دراسة قام بها على طلبة في المدرسة الثانوية .. أنهم يكونون نظاماً خاصاً بهم .. فيشترطون مثلاً على من يريد الإنضمام إليهم .. أن يكون لديه قدرة رياضية .. أو يمتلك قدرة على القيادة الجماعية .. كما أنه لاحظ تشابهاً في طريقة ارتدائهم للملابسهم وحبهم للموسيقى .. ولاحظ كذلك أنهم يحملون ولاء وأخلاقاً للجماعة التي ينضمون إليها.

لكن هل معنى هذا أن يفقد الآباء تأثيرهم على أبنائهم؟  
يؤكد العالم الاجتماعي (كولمان) أن تأثر المراهق برفاقه لا يعني فقدانه



---

لتقدير والديه .. ولاحظ عالم إجتماعي آخر يدعى (كورتيس) أن المراهق يتأثر بإراء والديه أكثر في سنوات مراهقته المتأخرة .. وحتى لو تأثر بأراء رفاقه ، إلا أنه لو خير بين صداقته أو رضى والديه فإنه سيختار والديه. إذن .. يستمد المراهق توجيهه من رفاقه ومن والديه.

لكن متى يزداد تأثير الرفاق على المراهق ومتى يزداد تأثير والديه عليه؟ لاحظ علماء الإجتماع أنه خلال السنتين الأوليتين من سنوات حياة المراهق يطبع أصدقاءه أكثر مما يطبع والديه .. لكن ذلك يقل بالتدرج عندما يكبر لأنه سيجد لنفسه مجالاً يشتق منه تقديره لنفسه .. مثل التفوق في الدراسة أو في لعبة رياضية أو غيرها من الهوايات .. هذا إلى جانب زيادة نضجه العقلي ووعيه الإجتماعي .. مما يجعله يقيم علاقته بإصدقائه على أساس التعاون .. لا المسابرة أو الطاعة.

كما نلاحظ أن المراهق قد يتأثر بإصدقائه فيما يتعلق بالعادات السطحية .. مثل التدخين والتغيب عن المدرسة وتعاطي الكحول والمخدرات .. لكنه يتأثر بوالديه فيما يتصل بالعقائد والقيم الإجتماعية.

إلإننا سنجد هنا أن المراهق عندما يجد الحب والرعاية والإهتمام من والديه

---

فإنه سيقتدي بهما أكثر مما يقتدي بإصدقائه .. لكنه إذا وجد إهمالاً وقسوة في المعاملة منهما فإنه سوف يميل إلى التأثر أكثر برفاقه.

كما لاحظ خبراء الإجتماع أن المراهق يتأثر بجماعة الأصدقاء أكثر من الأصدقاء .. والأصدقاء هم الشلة الصغيرة التي تتفرع من جماعة الأصدقاء .. وتصبح علاقته بهم أكثر عمقاً .. إلا أنه إذا انضم إلى جماعة الجانحين او المنحرفين .. فإنه عندئذ سيكون واقعاً تحت سيطرتها تماماً .. خصوصاً في ظل إهمال أسرته له.

أما أهم الأسباب التي تدفع المراهق إلى الإنحراف فإنها تتلخص في شعوره بالحرمان والإهمال والقسوة داخل أسرته .. إلى جانب حرمانه من المركز الإجتماعي الذي يشعره باعترازه بنفسه ويكون له حافز لكي يكون له دور في المجتمع.

ترى .. متى يبدأ المراهق بتحديد اهتماماته المهنية؟

لاحظ علماء الإجتماع أن هذا الإهتمام يبدأ بصورة مثالية ما بين سن ١٤ - ١٨ سنة، لكنه يتجه إلى الواقعية بالتدرج مع تقدم سنه.

---

هذه أهم معالم النمو الإجتماعي بالنسبة للمراهقين والمشاكل التي تعترضه ..  
لكن الصورة لن تكتمل لنفهم سن المراهقة إلا بذكر النمو الإنفعالي النفسي  
عند المراهق حتى ندرك ما يمر به الإنسان في هذه السنوات الحرجة من  
حياته ..

### **النمو الإنفعالي النفسي عند المراهق :**

تعد مرحلة المراهقة مرحلة انتقالية في حياة الإنسان .. لأنه يعبر من خلالها  
من الطفولة إلى الرشد .. فهو عندما كان طفلاً كان يعتمد على والديه اعتماداً  
كلياً .. لكنه - مثلما ذكرت سابقاً - ما أن يدخل إلى مرحلة المراهقة حتى تنمو  
لديه الرغبة في أن يقف على رجليه ..

ويصبح شخصاً مستقلاً كال كبار الراشدين .. وهنا يقع المراهق في تناقضات  
قد تكون عنيفة أو هادئة .. لكنه يجب أن يعيشها بكل مشاعره وبكل ما تسببه  
له من اضطراب نفسي.

نلاحظ أيضاً أن المراهق عندما لا يجد نفسه قادراً على فهم الدوافع القوية  
المتدفقة في أعماقه .. فإنه يشعر بحالة إحباط شديدة .. فيثور حسب  
درجة اليأس لديه .. هذا بالإضافة إلى قلقه على مستقبله .. وهو يجد نفسه  
لا يملك القدرة أو الخبرة لكي يوجه نفسه نحو بناء هذا المستقبل الذي يريده

---

.. أي أن يحدد الشكل النهائي الذي سيكون عليه جسماً وعقلاً ومركزاً عندما يكبر ويصل إلى سن النضج .  
إذن، من الأفضل أن نتعرف على خصائص النمو الإنفعالي النفسي عند المراهق لكي نتمكن كأباء ومربين على فهم هذه الفترة الهامة من حياة أبنائنا .. وهي تتلخص في النقاط التالية:

#### (١) شعور المراهق بالعنف وعدم الإستقرار:

أهم ما يميز هذه المرحلة المشاعر المتوترة التي تجتاح نفس المراهق وتتمثل في إحساسه بالعنف وعدم الإستقرار .. خصوصاً في الفترة الأولى من سنوات مراهقته .. فنراه يحطم ويمزق ملابسه عندما يغضب .. وأحياناً يؤذي نفسه وممتلكاته بانفعاله .. أما عدم الإستقرار فنلاحظه في تقلبه من حالة اليأس والقنوط .. إلى الإحساس بالأمل الواسع والأهداف العريضة .. ومن ثقة بالنفس .. إلى فقدانه الكامل لهذه الثقة .. ومن تدوين شديد إلى الشك والصراع الديني وهكذا.

إذن .. التقلب المزاجي يظهر بوضوح بين المراهقين عنه عند الكبار .. ويعود ذلك إلى ما يعانيه المراهق من تغييرات جسمية سريعة ينتج عنها دوافع جديدة عارمة في نفسه .. منها الدوافع الجنسية وما يصاحبها من كبت

---

وحرمان .. كما أن المراهق قد يتعارك مع والديه أو مع من له سلطة عليه .. فيجعله ذلك الصراع يشعر بالذنب والقلق لأنه لا يعرف طبيعة هذه المشكلات ولا كيف يتصرف نحوها .. لذلك يصبح مزاجه رهناً بما يمر به من ظروف سواء كانت سعيدة أو شقية.

## (٢) القلق والإحساس بالذنب :

يشعر المراهق خلال فترة المراهقة بالقلق .. والقلق معناه الخوف من المجهول أو الخوف حينما لا يكون هنالك شيء محدد مخيف .. وعندما يواجه المراهق دوافعه الجنسية .. فهو يقلق .. وإذا ما تعرض لإثارة هذه الدوافع بشكل أو بآخر .. فإنه يشعر أكثر بالقلق .. لأن الدوافع الجنسية مرتبطة لديه بمعاني الذنب والقذارة أو المرض .. لما تلقاه من مفاهيم خاطئة حول هذا الموضوع .. وكلها أشياء مخيفة بالنسبة له وتصبح مخيفة جداً بل مرعبة عندما يكون هذا المراهق معرضاً للإصابة بمرض الإكتئاب النفسي .. وهو لا يعلم بحقيقة مرضه .. لذلك أنصح كل والدين بالتوجه فوراً إلى أي طبيب نفسي .. ليتمكن عن طريق العلاج الطبي والنفسي السليم من إيقاف هذه الأفكار السوداء الملحة لدى أبنائهم .. والمصاحبة بالرغبة في تعذيب الذات ولومها وبفقدان الشهية وعدم الرغبة في الإنتاج .. حتى يتمكنوا من

---

العودة إلى صحتهم العادية التي قد ينتابهم خلالها القلق بصورة عادية لا  
ترعبهم .. وعلينا كأباء أن نقوم بتوعية أبنائنا من الناحية الجنسية بأسلوب  
علمي بسيط .. حتى لا يصابوا بالعقد النفسية المتعلقة بهذا الموضوع الحساس  
.. هذه المهمة ليست مطلوبة من الآباء فقط .. وإنما من المدرسة نحو الطلبة  
حتى لا يقع المراهق ضحية لمخاوف وقلق من هذه الدوافع دون داع.

### (٣) تمرکز المراهق حول ذاته :

وهذا معناه أن يعتقد المراهق أن مايشغل تفكير الآخرين هو نفس ما يشغل  
عقله .. وهذا الإحساس يجعله يعتقد أن الناس تراقب مظهره وسلوكه مما  
يضايقه .. خصوصاً إذا كان هذا المراهق من النوع الحساس .. لأنه سيتهوم  
أن هناك شخصاً يراقبه دائماً في مظهره وفي جلوسه وكل حركاته .. وسبب  
ظنه بوجود هذا الشخص الذي يراقبه .. يعود إلى اعتقاده أنه يقع في بؤرة  
اهتمام الآخرين .. وأحياناً يصل به إحساسه بهذا الشخص الوهمي إلى درجة  
تجعله يراجع كل كلام يتفوه به أو أي تصرف يقوم به .. ويصل المراهق أحياناً  
إلى درجة التوهم بأن ذلك الشخص موجود بالفعل .. فيخاطبه بغضب عندما  
يكون وحده .. وقد يشعر نتيجة لذلك بالخجل والإنطواء .

لكن قد يحدث أحياناً العكس .. إذا كان المراهق معجب بنفسه .. عندئذٍ يغذي

هذا الشخص الوهمي أفكاره .. فيزهو ويتصرف بطريقة صبيانية متفاخرة .  
ولهذا السبب لا يستطيع مثل هذا المراهق أن يفهم .. لماذا ينتقده الكبار حوله؟  
.. لأنه لا يدرك مشاعر الآخرين إلا في ضوء مشاعره هو .. فتجد مثلاً ذلك  
الذي يركز مشاعره على فتاة معينة يعتقد أنها معجبة به .. ويصدم عندما  
يكشف عكس ذلك .. الأمر الذي يفسر لنا سبب الكثير من الأزمات الإنفعالية  
العنيفة التي يمر بها المراهقون .. كما أن المراهق يعتقد أيضاً أن ما يقع فيه من  
خبرات لا يحدث لغيره بنفس الشكل والدرجة التي تقع له .. وتتضح هذه  
الحقيقة في تعبير يردده الكثير من المراهقين (لا أحد يفهمني) إلا أن هذا  
التوهم بالتفرد سرعان ما يزول عندما يصل إلى سن ١٦ سنة .. لأنه يبدأ  
منذ هذه السن في إدراك نفسه ونفوس الآخرين بشكل أكثر واقعية ويتعامل  
معهم في ظل هذا المفهوم.

وهنا دعوني أطرح سؤالاً هاماً .. سأحاول الإجابة عليه بوضوح .. لنتمكن أكثر  
من فهم سبب تصرفات المراهقين التي قد تدهشنا وتحيرنا أحياناً .  
ماهي الحيل التي يواجه بها المراهق انفعالاته الداخليه لكي يهرب منها لما  
تسببه له من قلق وضيق؟

(٤) المبالغة في المثالية :

---

قد يلجأ المراهق المثالي عندما يرتكب عمل يعتقد هو أنه سيء ويريد أن يتجنب التفكير فيه .. إلى المبالغة في المثالية .. وسبب ذلك يعود إلى قلقه الداخلي .. فنراه مثلاً يبالغ في أن يكون مثالياً في سلوكه إلى درجة تأتي على حساب صحته وإنتاجه .. أو يحرص على أن يتقن عمله إلى الحد الذي يتعطل فيه العمل نفسه .. وتوضح هذه المبالغة التي تعبر عن قلقه الداخلي عندما تنشط رغباته الجنسية .. التي تدفعه عندما يمارسها عن طريق العادة السرية مثلاً إلى الشعور بالقلق والذنب .. فيتعهد القيام بأعمال لا معنى لها ليحاول التغلب على مشاعر القلق والإحساس بالذنب لديه .. وتكون النتيجة أن يضيع معظم وقته في القيام بهذه الأشياء .. بدلاً من أن يقوم بعمل إنتاجي.

#### (ه) النشاط الزائد وعدم اتزان المراهق :

هذه وسيلة أخرى يهرب بها المراهق من انفعالاته الداخليه .. فنراه لا يستقر في مكانه .. ولا ينتظر دوره في الكلام في الصف أو يطلب من المدرس الذهاب إلى الحمام .. أو يتحرك كثيراً في مقعده .. وهنا علينا أن لا نطلب منه أن يوقف هذا النشاط الزائد لأنه سيزداد أكثر وإنما أن نساعد على أن يخرج من دائرة القلق الذي يعانيه .. بأن نشجعه على ممارسة رياضة أو هواية معينة أو زيارة أحد أصدقائه.



---

## (٦) الإستغراق في الخيال وأحلام اليقظة :

هذه وسيلة ثالثة يهرب بها المراهق من مواجهة انفعالاته .. وهي ظاهرة عامة عند معظم المراهقين حيث يهربون من خلالها من رغباتهم التي يحرمها الدين أو التقاليد .. فيحلم بإعمال البطولة والفروسية أو بمغامرات عاطفية أو كل ما يتمناه في حياته اليومية ولا يستطيع الحصول عليه.

إلا أن المراهق قد يتجه أحياناً إلى طرق إيجابية لمواجهة بها انفعالاته مثل ممارسة الرسم أو كتابة الشعر أو إلى الموسيقى .. عندئذٍ علينا كأباء أن ننمي هذه الميول لأنها ستساعده على التكيف مع دوافعه فيتغلب على الكثير من مشاكله الإنفعالية .. هذا إلى جانب الفائدة التي ستعود على المجتمع من تنمية هذه المواهب.

## (٧) التقمص :

هذه الوسيلة منشرة بين المراهقين عندما يتجه المراهق بشعوره كله إلى شخصية حقيقية أو وهمية يتوحد معها توحداً تاماً فيقلد كل ما يصدر عنها .. وغالباً ما نجد هذه الوسيلة منتشرة بين الطلبة في المدارس الإعدادية والثانوية .. فنرى بعض التلاميذ يتقمص شخصية المدرس أو المدرسة .. ويتعلق بها تعلقاً انفعالياً عنيفاً .. ويحاول أن يتقرب له وأن يرضيه بأي

---

صورة من الصور .. فيقدم له الهدايا أو يقوم له بخدمات مختلفة .. مثل حمل حقيبته أو تقليده في حركاته أو في ملبسه .. وأحياناً ينغمس الطالب أكثر في أحلام اليقظة .. فيتصور أن مدرسه بطل هذه الإحلام وبالطبع يعيق هذا التفكير شخصيته من أن تنمو نمواً سليماً .. لذلك على المدرس أن لا يشجع الطالب .. لكنه أيضاً لا يويخه .. بل عليه أن يوجهه إلى أن تقديره له سيكون حسب اجتهاده في أداء واجباته الدراسية .. ويستطيع المدرس هنا أيضاً أن يتبع التلميذ في سيره الدراسي .. كوسيلة يحول بها انتباه هذا التلميذ عنه إلى الإهتمام بعمله الدراسي.

#### (أ) التأخر الدراسي :

يلجأ المراهق إلى تلك الحيلة لا شعورياً لكي يتغلب على حالة القلق الشديدة التي يشعر بها .. فلا يستطيع التركيز في دراسته فيتأخر دراسياً مهما كانت درجة ذكائه .. والخطورة هنا أن تستمر هذه الحالة لدى المراهق الذي يعاني من اضطرابات إنفعاليه منذ سنوات الطفولة فيتمادى في تأخره الدراسي ويفشل في دراسته ويتركها .. إذن الطالب في هذه الحالة لا يحتاج إلى دروس خصوصية .. وإنما إلى مساعدته ليحل مشاكله الشخصية.

---

## (٩) العزلة والإنطواء :

هذه الوسيلة يستخدمها المراهق ليتخلص من القلق الذي يعانیه فيعزل عن المجتمع .. لكن أكثر المراهقين يظلون هكذا فترة مؤقتة ثم يعودون إلى الحياة الطبيعية .. لكن الخطورة أيضاً تكمن في استمرار حالة الإنزواء عند المراهق لدرجة تجعل من الصعب عليه الخروج من هذه العزلة التي قد تتطور إلى مرض نفسي أو عقلي .. والحل .. العملي لهذه المشكلة يركز على أهمية إحاطته بالحب والإهتمام من المحيطين به حتى يخرج من عزلته .. وأخيراً .. لا بد أن يصل المراهق في نهاية سن المراهقة إلى درجة من النضج الاجتماعي والإنفعالي النفسي مناسباً لعمره الزمني .. إلا أن هناك بعض الأشخاص يتجاوزون فترة المراهقة ولا يزال لديهم بقايا من الصراعات الإنفعالية النفسية التي تظل تؤثر لفترة طويلة في سلوكهم وهم يمارسون حياتهم اليومية .. مما يستدعي علاجهم نفسياً للتخلص من هذه الأعراض السلبية .. وتعود إليهم صحتهم النفسية كاملة.

---

## 43 « وضوح وفهم الأباء واحترام الأبناء للوقت

### « ضروري لمراهقة مريحة »

كيف يمكننا أن نساعد ابناؤنا المراهقين وهم يمرون بكل ما يصاحب مرحلة المراهقة من تغيرات تخيف الأهل أحياناً عندما يلاحظونها على تصرفاتهم؟ إننا نستطيع أن نقوم بذلك من خلال فهمنا لما يمرون به .. أو ما يكتشفوه من أشياء بدل أن نقاومهم .. فهم يعيشون تجربة مؤقتة هي عدة سنوات .. يجربون خلالها ويتصرفون بحساسية .. لكنها لن تدوم إلى الأبد .. ولن تكون تصرفاتهم طابع لسلوكلهم عندما يكبروا .. لينتقلوا بعدها إلى مرحلة النضج والمسؤولية كنساء ورجال.

إن طابع المراهقة هو حب الإكتشاف والمعرفة .. فهم يريدون أن يكتشفوا القوانين التي تتوافق مع حريتهم واستقلاليتهم المتزايدة .. يحتاجون أن يختبروا حدودنا كأباء .. قد يكونونا ضدنا أحياناً ونحن نجيب على أسئلتهم الكثيرة .. حول ماهو الأمر المقبول منهم القيام به وماهو الأمر الغير صحيح الواجب عليهم الإبتعاد عنه .. إنهم يحاولون معرفة من هو الذي يملك السلطة

---

ومن هو المسيطر على الآخر هم أم آبائهم.. لذلك نجد أن تقاهم الآباء مع أبنائهم في هذه السن يوضح هذه السلطات بشكلها الصحيح و يمنح الأبناء معلومات أكثر توضح لهم ماهو دورهم في هذه المرحلة الهامة من حياتهم.

وهنا أطرح هذا التساؤل الهام

ماذا على الآباء أن يفعلوا عندما يختبرهم أبنائهم المراهقين؟

إن أول واجب على الآباء هو أن يجيبوا على أسئلة أبنائهم إجابات واضحة ومباشرة .. ولا يتعاملوا معهم بحدود متساهلة ذكرتها من قبل من خلال التعامل مع الأبناء في سن الطفولة .. لأن هذه الحدود المتساهلة تؤدي إلى انتشار الفوضى في علاقة الآباء بأبنائهم .. ولا يستطيع الآباء أن يساعدوا أبنائهم خلال صراعهم معهم .. وإنما يستطيعوا ذلك عندما يوفروا لهم .. الحدود الواضحة الحازمة التي تقودهم إلى الإكتشاف.

إلا أن عليهم أن يتجنبوا الحدود المتسلطة التي يستخدمها الآباء ليحاولوا السيطرة على أبنائهم لأنها تعيق قدرتهم على الإكتشاف والمعرفة.

ندی فتاة في الخامسة عشر من عمرها .. تعلم أنها موهوبة في الرسم .. لكنها

---

لا تريد أن تقضي وقتاً أكثر في المدرسة لتتعلم أصول الرسم وتتمرن عليه لتتطور قدرتها .. فهي تعتقد أن ما تأخذه في دروس الرسم يكفي .. إلا أن أمها مصرة على أن تأخذ فصل للرسم اختياري لكي تطور قدرتها قائلة لها:

(هذه فرصتك الآن .. لتدربي نفسك على الرسم والتلوين)

ردت الابنة بغضب (لكني لا أريد أن أكون رسامة محترفة .. دعيني أمارس هوايتي حسبما أشاء .. ألا يكفي أنني أقضي أغلب يومي كله في المدرسة) ندى تريد أن تقرر ما تريد وحدها .. وأمها تريد أن تفرض عليها رأيها رغم أن فيه صالحها .. لكن ذلك لا يعجب ابنتها .. لأنها تريد أن تكون هي صاحبة القرار فيما تود أن تفعله لتنمي هوايتها .. والأم حائرة لا تدري لماذا ترفض ابنتها ما تريد لها رغم أنه في صالحها .. لكنها لا تعلم أن هذا الصراع أهم ما يميز نفسية الأبناء في سن المراهقة .. وهو محاولة إثبات الذات والرغبة في اتخاذ قراراتهم بأنفسهم وكذلك رغبتهم في الاستقلال.

لو حاولت الأم امتداح موهبة ابنتها والتعبير عن أمنيته أن تراها وقد طورت موهبتها .. لربما قررت الابنة بنفسها الإنضمام إلى الدرس الإختياري للرسم لتطوير موهبتها .. خصوصاً لو وجدت تشجيع وإطراء من مدرستها .. وكان هناك معرض سيقام لكل الموهوبين من الطلبة في الرسم والتلوين.

---

إن النضج الذي يعتقد الأبناء أنهم وصلوا إليه في سن المراهقة لا يكتمل إلا بتحملهم لمسئولية ما يقومون به.

مثلما حدث مع لبنى البالغة من العمر ١٥ سنة عندما استأذنت أمها في الذهاب إلى السينما مع صديقاتها في يوم الإجازة الأسبوعية.  
قالت لها أمها (عودي الساعة الحادية عشر مساءً)  
ردت الابنة (ولماذا الحادية عشر وليس الثانية عشر مساءً؟)  
ردت الأم (لا الثانية عشر مساءً سيكون الوقت متأخراً أستطيع أن أدعك إلى الساعة الحادية عشر والربع)

وافقت الابنة .. لكنها الآن هي المسؤلة عن تنفيذ ما وافقت عليه .. فإذا نفذت ما وعدت به أمها فستحصل على مزيد من الوقت في الشهور القادمة .. لكنها إذا لم تلتزم وتأخرت فإن عليها أن تتحمل نتيجة تأخرها وهو عودتها الساعة العاشرة والنصف مساءً .. الأم هنا مرنة لكنها حازمة .. والعودة في الوقت الذي حدده والدتها هو المقياس لتحمل الابنة المراهقة المسؤلية للحصول على امتيازات أخرى في صالحها مستقبلاً.

---

## 44 « كيف نضع الحدود لابنائنا المراهقين؟ »

كيف نتصرف مع أبناؤنا عندما يصلوا إلى سن المراهقة؟ .. هل هناك أساليب خاصة علينا استخدامها للتعامل معهم خلال هذه السنوات الهامة والخطرة أحياناً .. التي يشعر فيها الطفل بالحيرة بين إحساسه بأنه لا زال طفلاً .. لكنه على أبواب مرحلة جديدة عليه أن يواجهها بتغييراتها النفسية والجسمية التي يشعر بها قد طرأت على جسده مع استمرار نموه.

إن أول الأمور الهامة التي علينا أن نهتم بها هي أن نتعلم الأسس التربوية السليمة في تربية أبناؤنا في سن المراهقة .. وهي امتداد للأسلوب الديمقراطي الحازم الحنون القائم على التشجيع والإرشاد في حل مشاكلهم .. وتحمل نتائج أفعالهم .. لأن خبراء التربية يعتقدون أن هذا الأسلوب هو من أفضل الأساليب التربوية النفسية في التعامل مع الأبناء في جميع مراحل حياتهم.

لكن علينا أن ندرك أن من أصعب الأمور التي يواجهها الآباء هو رغبة أبنائهم



---

المتزايدة في الحصول على المزيد من الحرية والإستقلالية والمسئولية .. فهم يريدون أن يشاركوا أكثر في اتخاذ القرارات التي تؤثر على حياتهم ويريدون أن يقودوا حياتهم بأنفسهم و يرغبون في التفاوض مع آبائهم في صياغة القواعد الأساسية التي كانت تتحكم في حياتهم كأطفال لأنهم يعتقدون أنهم تجاوزوا هذه المرحلة إلى سن البلوغ.

إلا أن الآباء من جهة أخرى يشعرون أن عليهم أن يعملوا على توازن خطواتهم وهم يتعاملون مع أبنائهم في هذه المرحلة الحرجة من حياتهم .. وما هو مقدار الحرية التي يمكن منحهم إياها .. ويكونوا قادرين على القيام بها ؟ .. وكيف يمكنهم معرفة مدى تحملهم لهذه المسئولية .. وهل يمنحهم المزيد من الحرية والمسئولية مثلما يطلبون؟.

لذلك سأتناول كيفية تعامل هؤلاء الآباء مع أبنائهم المراهقين من ناحية نفسية و تربوية عملية .. حتى يتمكنوا أن يصلوا بهم بسلام إلى مرحلة النضج والمسئولية التي قاموا بزرعها في نفوسهم منذ سنوات الطفولة بما اتبعوه من طرق تربوية نفسية ديمقراطية حازمة ذكرتها من قبل.

---

وبالطبع كل ما أذكره نابع من آراء خبراء التربية النفسية التي وضعوها للآباء لمساعدتهم على التعامل مع أبنائهم في خلال هذه الفترة الهامة التي تتطلب الكثير من الصبر والتواصل والفهم منهم.

إن أكثر ما يميز مرحلة المراهقة شعور الأبناء بالحيرة التي تدفعهم إلى الفوضى في تصرفاتهم في أغلب الأحيان .. أما سبب ذلك فيعود إلى التغيرات الجسدية التي تطرأ على أجسامهم وما يصاحبها من تطور جنسي مصاحب بتغيرات عاطفية تدفعهم إلى تفكير وسلوك يندفع إلى طلب المزيد من الاستقلالية من آبائهم بأسلوب محير لهم وللمراهقين أنفسهم.

إذن نحن نلاحظ أن هناك قدرتين متطورتين تتكون لدى الأطفال في سن المراهقة لهما أكبر الأثر على الطرق التي يفكر بها الأبناء في هذه المرحلة.

الأولى : لها علاقة بالتغيير الذي يطرأ على ذكائهم وقدرتهم على التفكير بمنطقية مثل الكبار.

أما الثانية : فإن لها علاقة بمحاولة استقلال الشخصية والتوجه نحو

---

## الإحساس بالخصوصية.

لقد أثبتت بحوث عالمة النفسانية (جين بياجيه) خول تطور ذكاء الأطفال أن التغيير الهام يحدث في مرحلة المراهقة .. إذ يصبح لدى الأطفال القدرة على التفكير المجرد .. حيث تنمو لديهم القدرة على التفكير بطريقة منطقية حول مختلف الإحتمالات المتعلقة بالمستقبل .. ويستطيعون تقييم وجهات النظر المؤيدة والمعارضة بطريقة قائمة على مواقف افتراضية .. وهم عكس الأطفال الذين يتعاملون في الغالب مع الحاضر .. لأنهم يهتمون كثيراً بمستقبلهم .. ولا تصبح أفكارهم محددة بمنظورهم الخاص بالواقع المباشر الذي يعيشونه .. ومعنى ذلك أنهم يصبحون مسلحين بالقدرة العقلية على المشاركة في اتخاذ القرار وحل المشاكل التي تواجههم ويصبحوا أكثر قدرة على التفكير والتخطيط للمستقبل والكشف عن النتائج للمواقف العملية التي يمرون بها .. كما أنهم يدركون النتائج الطويلة المدى .. أما على المدى القصير فإنهم يكونون قادرين على أن يبدأوا ليختبروا الحدود بقدرتهم العقلية وبتصرفاتهم.

## ٤٥ «التدليل وأصدقاء السوء وخراب الأبناء»

هذه مأساة فتاة بحرينية لا تتجاوز السابعة عشر من عمرها حرمتها تدليل والدها الشديد من الإتران والإحساس بالأمان وهاهي اليوم .. تدفعها صديقة منحرفة بسبب الفقر الشديد وإهمال والديها إلى الإنحراف مثلها .. فتخرج مع الرجال مقابل حفنة من الدنانير .. رغم ذكائها وكونها من عائلة محترمة.

ولهذه المأساة بداية دعوني أسردها عليكم باختصار ليأخذ الآباء عبرة منها لحماية أبنائهم سواء كانوا فتيان أم فتيات .. ويحاولوا أن يتبعوا الأسلوب الحازم مع أبنائهم القائم على الحب والرعاية والإحترام و الحوار .. واتفاق الوالدين على أسلوب موحد في التربية. لأن عدم تواجد في جو الأسرة أخطر منزلق يقع فيه الآباء ويجنون به على أبنائهم.

كان والد هذه الفتاة يدلها أشد التدليل .. ولا يرفض لها طلباً أبداً .. وعندما كانت الأم تعترض على تلبيته المستمره لطلبات إبنته رغم وجود أبناء آخرين له لا يعاملهم بالمثل .. كان يفضب بقسوة على الأم ويحقر في شخصيتها حتى

---

أصبحت إبنتها لا تحترمها وكذلك أبنائها .

واستمر هذا الأب على أسلوبه الخاطيء في التربيته ينخر في شخصية إبنته ويزيدها عدم طمأنينة وهشاشة وضعفاً لعدم تواجد الحزم في تربيته لها .  
وفي يوم حلت الكارثة .. عندما توفى الأب بنوبة قلبية والفتاة لا تزيد عن ١٧ عاماً .. بكت الابنة على والدها كثيراً .. وشعرت كأنه تخلى عنها بموته .. وبدأت تشعر بالخوف من فقدان من تحبهم .. ربما بسبب عدم اطمئنانها شعرت أنها السبب في موت والدها .. واستمرت تصر على طلباتها الكثيرة التي كانت تحصل عليها من والدها عندما كان حياً .. حاولت الأم إقناعها أنها لا تملك المال لتلبي كل طلباتها .. لكن لا فائدة .. إذ كانت تنهرها ولا تحترم ألفاظها معها .

ولسوء حظ الأم والابنة .. أن تعرفت هذه الابنة الضحية إلى فتاة منحرفة .. كانت تخرج مع الرجال مقابل المال لكي تتفق منه على نفسها وإسرتها بسبب كثرة الإبناء وقصر الأب .. بدأت بتعريفها إلى صديقاتها المنحرفات .. وعندما اندمجت في الجو .. بدأت بتعريفها إلى الرجال .. ولم تنحرف في البداية .. حاول أهلها حمايتها إلا إنها كما قالت لإمها والطبيبة التي تعالجها أنها تخاف

---

أن تفقد صديقتها إذا لم تطع كلامها .. ربما شعرت هذه الابنة أن خوفها من فقدان صديقتها سببه تخلي والدها عنها بموته.

وتعددت مرات خروج الابنة مع هذه الصديقة .. وعندما غضبت والدتها ومعها شقيقها .. هربت من البيت .. وكلما أعادوها هربت مرة أخرى .. والأسرة تعاني كثيراً من تدهور أخلاق الابنة عندما امتهنت الدعارة في هذه السن الشابة لكي تتمكن من تلبية متطلباتها المادية التي كان والدها يلبيها لها بإسراف ودون حزم وتوجيه .. لقد قضى هذا الأب على مستقبل ابنته بتدليله السام .. وهاهي لا تحترم أمها أو أخوتها .. وتغوص أكثر في وحل الدعارة لكي لا تفقد حب صديقتها بسبب عدم اطمئنانها وهشاشة شخصيتها المدللة ولكي تشتري ما تشاء من كماليات ترفيحية .. فهل يرتدع الآباء ويحبوا أبنائهم بحزم؟.

---

# النتائج الطبيعية والمنطقية

(لوضع الحدود للمراهقين)

---

-----

100

100

100

100

100

100



---

« ماذا فعل محمود بحريته المطلقة »

١٣٥

« وكيف تجاوب والديه؟ »

يعتقد بعض الآباء أنهم إذا منحوا أبنائهم حرية مطلقة في اختيار الأوقات التي يقومون خلالها بإداء واجباتهم المدرسية أو ما يتعلق بخروجهم مع أصدقائهم .. فإن ذلك ينمي لديهم القدرة على تحمل المسؤولية والثقة بأنفسهم .. لكنهم أيضاً يرون أن هذه الثقة الكبيرة يجب أن تتم مراجعتها مع أبنائهم إذا لم يبدوا تحملاً لمسؤولية قراراتهم .. فيبدأوا في حرمانهم من هذه الحرية شيئاً فشيئاً ليدركوا أخطائهم .. ويتراجعوا عنها حتى يعود إليهم ما حرموا منه من امتيازات حريتهم المسؤولة.

لنستعرض مثال على ذلك لكي ندرك كيف يتم تطبيق هذا النوع من التربية للأبناء ومدى فائدته حتى يكون الأمر واضحاً أمام الآباء فيما يختاروه من أساليب تربية يريدون أن تكون أساساً لتعاملهم مع أبنائهم.

محمود مراهق في السادسة عشر من عمره .. تعود أن يقوم بواجباته اليومية

---

المنزلية والدراسية دون أن يحتاج إلى تذكير من والديه .. حيث تعود أن يكون مسؤولاً عن تصرفاته .. مما أسعد والديه وسمحوا له بحرية اختيار قراراته. كان مستوى محمود الدراسي لا يقل عن جيد جداً وفي بعض المواد يحصل على امتياز .. ولا يصاحب إلا أصدقاء يتمتعون بالمسؤولية والرزانة بالنسبة لتصرفاتهم اليومية.

وكان والديه يسمحان له بوجود أصدقائه في المنزل أثناء عدم تواجدهما .. ولم يفكرا أبداً في مراقبته في المدرسة من خلال مدرسيه لإنهما كانا يعتقدان أنهما في غير حاجة لذلك بسبب عدم شكوى مدرسيه لإي تصرف من تصرفاته في المدرسه وكذلك لعل درجاته الدراسية .. كما إن محمود تعود أن يذهب إلى أصدقائه في يوم الإجازة الأسبوعية دون أن يطلب الإذن من والديه .. وهما راضيان على أن لا يتأخر في العودة عن الساعة الثانية عشر مساءً.

إلا أن محمود بدأ يتغير عندما دخل سن السابعة عشر .. حيث لاحظ والديه أنه أصبح يقوم ببعض التصرفات اللا مسؤولة .. يقضي وقتاً أطول مع أصدقائه .. ويصل متأخراً إلى البيت وقت العشاء .. أما في الإجازات فقد بدأ يتجاوز في عودته الساعة الثانية عشر والنصف مساءً.

---

في البداية .. لم يبد الوالدين أي اعتراض للتغيرات التي طرأت على سلوك  
إبنهما لعله يعود إلى تصرفاته المسؤلة مرة أخرى .. ولم يكن الوالدان يعلمان  
أن محود كان يمتحنهما إذا كانا سيبيديان أي احتجاج أم لا حتى يستطيع أن  
يتمادى.

وعندما سأله والده يوماً (كيف تسير دراستك؟)

رد محمود (على ما يرام)

وعندما تساءل والده (لا أراك تقوم بإداء واجباتك المدرسية في البيت هذه  
الأيام)

قال محمود (أفضل أن اكملهم في مكتبة المدرسة لأنها أكثر هدوء من البيت)  
إلا أن والديه اكتشفا بعد عدة أسابيع أن الأمور ليست على ما يرام .. عندما  
وصلت علامات محمود وكانت قد بدأت في التدهور حيث كان مستواه العام بها  
جيد فقط بدل جيد جداً وأحياناً ممتاز.

بدأ القلق يسري في نفس الأب والأم من هذا التغير التدريجي .. لكن محمود  
تدارك الموقف وأدخل في قلبهما شيئاً من الإطمئنان قائلاً لهما أنه لم يكمل  
بعض الأبحاث التي سيقدمها وسيستعيد علاماته السابقة قبل نهاية الفصل  
الأول .

---

لكن محمود بدل أن يطور من سلوكه تدهور أكثر .. حيث أبدى مرة أخرى عدم مسؤولية عندما ذهب إلى حفلة صديقه عادل وسمير لأنه وعد والديه بأنه سيعود الساعة الثانية عشر والنصف ولم يعد إلا الساعة الثانية صباحاً .. وفوق ذلك كان مخموراً.

قال له والده (غداً سنناقش هذا الأمر)

وفي صباح اليوم التالي .. دخل محمود إلى غرفة المعيشة وهو ويشعر بالقلق الشديد لما ينتظره من والده بعد كل ما فعل من تصرفات لا مسؤولية. لأنه هذه المرة لن يفلت من العقاب .. خصوصاً وأن الغضب مرسوم على ملامح أبيه ممتزجاً بخيبة أمل شديدة في ابنه الذي كان مثال للرزانة والتصرفات المسؤولة.

اعترف محمود بخطئه قبل أن يهاجمه والده قائلاً  
(أعلم يا أبي أنني لم أكن شخصاً مسؤولاً البارحة)

سأله والده

(ومن جاء بك إلى البيت وأنت في هذه الحال؟)

(صديقي)

(وهل كان مخموراً مثلك)

انكس محمود رأسه خجلاً وأجاب (نعم .. لكنه استطاع أن يوصلنا بسلام)

---

أجاب والده بغضب (وماذا لو تسبب في حدوث حادث لكما .. أو لإحد في الطريق .. ألم تفكرا في ذلك..؟ ألم تفكرا أن من من الممكن أن يقبض الشرطي عليكما وأنتما في حالة سكر؟)

رد محمود (لم نفكر في ذلك)

قال والده (لماذا لم تتصل بي لإعديك؟)

قال محمود (كنت أخاف أن تعلمنا فأقع في متاعب كثيرة؟)

وقرر الوالدان حرمان إبنهما من امتيازته العديدة لمدة أسبوع .. ثم سيقوما سلوك محمود بعده.

---

## 47 « الطريقة الديمقراطية الحازمة في التعامل مع الأبناء المراهقين »

رجاء ومحمود كانا نموذجان لمراهقين تعرضا لإسلوبين مختلفين في التربية .. رجاء كانت حريتها محدودة جداً مما جعلها تنمرّد على والدتها .. ومحمود دفعته حريته المطلقة إلى اختبار والديه في الحصول على المزيد من الحرية اللامسؤولة .. لكي يكتشف ويختبر الحياة من حوله.

اليوم سأتناول الأسلوب الصحيح في التعامل مع الأبناء المراهقين .. وهو الذي يمنحهم الحرية المحدودة بقواعد مسؤولة .. لكي يكتشفوا ويختبروا الحياة من حولهم .. الأبناء بحاجة إلى حدود تقودهم وهم يكتشفون وتعلمهم الإحساس بالمسؤولية .. لذلك على الآباء أن يوازنوا بين الحرية والمسؤولية ويضعوها في اعتبارهم عندما يقومون بتربية أبنائهم المراهقين، بالنسبة لرجاء الفتاة المراهقة لم يكن أمامها في ظل حرية أمها المقيدة جداً أن تكتشف إلا القليل .. وبالتالي لم تتح لها الفرصة لكي تكتشف مقدرتها على التعامل مع الحرية المسؤولة الواجب منحها إياها حتى تكون شخصية واعية ومنتزعة.

---

كما أن حصول محمود على الحرية المطلقة جعله يتمادى في تصرفاته اللامسؤولة عندما دخل سن المراهقة .. حتى وصل ذلك التماذي إلى حد أضر بمستقبله الدراسي وكذلك بحياته لولا ذهاب الوالدين إلى المعالج النفسي التربوي .. وتقديمه الطريقة الديمقراطية الحازمة التي ساعدتهما على الوصول به إلى بر الأمان.

إن الطريقة الديمقراطية الحازمة تعد من أفضل الوسائل التربوية لإن بها يمنح الآباء أبنائهم حرية مرتبطة بحدود معينة تمنحهم القدرة على التفكير والإختيار من خلال حدود واضحة .. تطور لديهم الإحساس بالمسؤولية لأنهم سيكونون ملتزمين باختياراتهم .. وهم يمارسون حرية قادرين على تحمل مسؤوليتها .. وعندما قام والدي محمود باستخدام هذه الطريقة التربوية استطاعا أن يشبعا احتياجات أبنهم وتعليمه الدروس التي يريدان تعليمه إياها.

كما أن باستطاعة الآباء أن يعلموا أبنائهم كيف يحلوا مشاكلهم .. ويستطيعون أن يتبحروا لإبنائهم الفرصة في اختبار حدودهم بطريقة إيجابية فعالة تطور شخصياتهم. وذلك من خلال تقديم الإرشاد لإبنائهم وهم يدفعونهم إلى تمرين قدراتهم بأن يقوموا بمساعدتهم على طرق حل مشاكلهم .. بتوضيح

---

الإختيارات المسموحة لهم لإختيار ما يناسبهم.

نحن قادرون كأباء أيضاً على أن ندعم طرق تعلمهم بأن لا نتدخل فيما يختاروه ويتعلموه عن طريق أخطائهم .. لذلك سأضرب مثال على ذلك لتكون الصورة واضحة أمام الآباء حتى يمكنهم من استخدامها مع أبنائهم.

فاتن مراهقة في الخامسة عشر من عمرها .. لديها مشكلة مع مدرسة التاريخ التي تعتقد أنها لا تحترمها فقامت بفصلها مؤقتاً من دروس التاريخ .. اتصلت المدرسة المسؤولة عن علاقات الطلبة بمدرسيهم في المدرسة لتخبر والدة فاتن بما حدث لإبنتها لتجد حلاً لمشكلتها حتى لا تخسر علاماتها ولا تستطيع تعويضها لاقتراب نهاية الفصل.

جلست الأم مع إبنتها بعد وجبة العشاء لتخبرها بما قالت لها المدرسة المسؤولة حتى تجدان حلاً للمشكلة.

أجابت فاتن (كنت واثقة أنها ستصل لإن مدرسة التاريخ فصلتني مؤقتاً من درس التاريخ كم هي سخيفه .. أكرهها وأتمنى أن أأخذ المادة مع مدرسة أخرى ولا أكملها معها)

قالت الأم (مدرسة التاريخ تقول أنها إذا فصلتكم لن تمتحني في هذه المادة)



---

أجابت فاتن ( ذلك أفضل من أن أوصل مع هذه المدرسة .. فأنا لا أحتملها )

قالت الأم ( أعلم أن هذا المدرسة تغضبك .. لكن ماذا تظنين سيحدث لك إذا حرمتك من امتحان المادة النهائي؟ )

ردت فاتن ( سوف أنتقل إلى فصل آخر للتاريخ )

قالت الأم ( المدرسة المسؤولة تقول أنك لن تستطيعي دراسة مادة جديدة. لأن الوقت قصير لديك إلى نهاية الفصل .. ودرجاتك كلها كانت بتقدير جيداً .. ماذا سيحدث لها؟ )

ردت فاتن ( سأخسرهما طبعاً .. لكني أعتقد أن ذلك أفضل من البقاء مع هذه المدرسة )

كانت الأم تحاول أن تبدو متفهمة لمشاعر ابنتها لتساعدتها على إيجاد حل تختاره بنفسها

( لكنك ستندمين فيما بعد لأنك سوف تضطرين إلى إعادة المادة في فصل الصيف )

قالت فاتن ( لا يهمني ذلك أفضل )

إلا أن أمها ردت عليها ( هل نسيت أنك وعدت صديقتك بالسفر إليها في منتصف الإجازة )

تراجعت الابنة عندما تذكرت برامجها في الصيف عندئذ .. أرادت الأم أن

---

تساعد إبنتها في اختيار حلاً تريده وتلتزم به فقالت لها

(ماهو أفضل اختيار لك الآن؟)

قالت فاتن ( أن أقفل فمي أربعة أسابيع وأتبع تعليمات هذه المدرسة التافهة ..

لكن ذلك صعب ومؤلّم .. حتى إنني لا أعتقد بإني أستطيع تحمله)

قالت الأم (وماهو الإختيار الثاني؟)

أجابت الإبنة وهي تبسّم ( أن أعانده وأخسر مادة التاريخ .. لكنني سأحرم

بذلك من التمتع بإجازتي الصيفية .. ألا يكفي أذاها لي في المدرسه .. لا ..

سوف ألتزم بالإختيار الأول حتى لا أحرم من السفر إلى صديقتي في منتصف

الإجازة الصيفية)

وافقتها أمها .. وكانت بذلك قد قادت إبنتها إلى أن تجد بنفسها الحل وأن

تلتزم به لأنه اختيارها .. كما أن الإبنة اختبرت الحدود المسموحة لها بعقلها

.. عندما قالت أنها ستترك المادة .. لكنها التزمت من خلال تصرفاتها بهذه

الحدود .. لأنها أدركت بتفكيرها النتائج السلبية لعدم طاعتها لقوانين

المدرسة .. وهو حرمانها من التمتع من عطلتها الصيفية .. فقررت الخضوع

لها وتحملها لكي تستمتع بإجازتها.

---

« ماذا نفعل لكي نلائم قواعدنا التربوية

مع أبنائنا لنا المراهقين؟ »

٢٥

لا يريد أبنائنا المراهقين أن نطبق عليهم قواعدنا التربوية كأباء مثلما كنا نفعّل ذلك في تعاملنا معهم وهم أطفال .. لذلك سنراهم يحاولون معارضة قراراتنا أو سيقومون باختبار مدى حزمنا في تطبيقها .. والإختبار هو أسلوبهم الذي يريدون به التعبير عن مدى حاجتهم إلى المزيد من المرونة في قواعدنا الأساسية في التربية.

إن أكثر ما يشجع الأبناء على اختبار آبائهم هو الأسلوب المتساهل في التربية .. وهذا الأسلوب يشجع الأبناء على الإلحاح في الحصول على ما يريدون فيقاومهم آبائهم .. ويحدث الشجار الذي يؤدي بالعلاقات بين الآباء وأبنائهم إلى التوتر والتعب النفسي.

رجاء مراهقة في الخامسة عشر من عمرها .. تشتكي أن والدتها تعاملها كالطفلة.

---

(أمي تعاملني مثل الطفلة .. لا تدعني أفعل أي شيء وحدي .. لا تدعني أذهب مع صديقاتي بعد المدرسة .. والآن لا تسمح لي بدعوة صديقاتي إلى بيتنا لأنهم يشغلوني في نظرها عن أداء واجباتي .. وعندما أحاول أن أناقشها .. لا تستمع إلى أسبابي .. فهي تحاول أن تسيطر على كل شيء أريده .. لا تدعني أن أبقى مع صديقاتي بعد الساعة العاشرة .. أليس ذلك أمر مضحك أن تعاملني هكذا وأنا في هذه السن وفي ليلة يوم الإجازة؟).

ما نلاحظه على سلوك رجاء أنها تريد ما يريده الأبناء المراهقين .. حرية أكثر .. المزيد من الإستقلالية والامتيازات .. أكثر قدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتهم الخاصة .. قضاء وقت أقل في البيت وأكثر مع الأصدقاء .. كما نلاحظ الرغبة في إعادة وضع القواعد الأساسية في التربية التي تحكم علاقتهم بأبائهم .. فرجاء كانت طفلة مسؤولة في البيت والمدرسة .. تقوم بواجباتها وتتهيأ قبل أن تنام مبكرة .. وكان والديها يثقان بها عندما تظل في البيت وحدها إلى أن يعودان من العمل .. وكان مسموح لها نتيجة لذلك أن تدعو صديقاتها في البيت عندما تكون أمها غير متواجدة به .. لكنها عندما بلغت سن الخامسة عشرة .. بدأت أطباعها في التغير .. أخذت تقضي وقت أكثر مع صديقاتها ووقتاً أقل في أداء واجباتها الدراسية .. أما غرفة نومها

---

فقد أصبحت صورة للفوضى .. أهملت واجباتها المنزلية وعلاماتها الدراسية بدأت في الهبوط من (b+) إلى (c) لأنها أصبحت تقضي معظم وقتها مع صديقاتها بالتلفون.

وأكثر ما كان يضايق أمها أنها كانت تدعو صديقاتها بعد المدرسة .. وتعم الفوضى غرفة المعيشة وغرفتها .. ثم تترك كل شيء كما هو .. كما أن رائحة التدخين أصبحت واضحة في البيت .. أي أن البيت أصبح بلا حدود تلتزم بها رجاء مع صديقاتها.

قالت الأم لمعالجها النفسي (لا أدري لماذا تفعل إبنتي كل ذلك لي؟ .. لم تكن تكسر قواعد البيت التي وضعناها أنا ووالدها من قبل.

جلس المعالج النفسي مع الأم يناقشها من خلال عدة جلسات .. طرق التعامل مع الأبناء المراهقين.

تكلم معها عن الطرق التي سيستخدمها الأبناء في اختبار آبائهم .. ثم علمها كيفية تطبيق الحدود الحازمة مع ابنتها .. وكيف تستخدم النتائج المنطقية

---

لتسند قوانينها التي تضعها لها .. واستغرق ذلك منه عدة جلسات .. وكان مهماً للأم أن يوضح لها ذلك المعالج أن ما يعتبر غير طبيعي بالنسبة لسلوك ابنتها يعتبر سلوكاً عادياً لكونها تمر بمرحلة المراهقة .. ثم تناقش مع الأم حول أهمية أن تمنح ابنتها المزيد من الحرية إذا أثبتت مسؤولية في تصرفاتها مثلما كانت تفعل معها في الماضي.

ادركت الأم المخاطر وخيبات الأمل التي يواجهها الأبناء المراهقين وهم يكبرون .. وكانت خائفة من أن تختار ابنتها قرارات تؤثر على حياتها بطريقة سلبية .. لكنها أيضاً فهمت من المعالج أنها ستضرب ابنتها إذا حاولت حمايتها من اختياراتها الضعيفة أو السلبية .. لإن رجاء لن تتعلم تحمل المسؤولية حتى تتاح لها الفرص لتختار بنفسها وتختبر نتائج اختياراتها .. فهي بحاجة إلى سعة من الحرية للإكتشاف. لكنها أيضاً بحاجة إلى قوانين صلبة لتقودها إلى ذلك الإكتشاف وإشباع فضولها .. ونصحها المعالج أن تكلم ابنتها في اليوم التالي.

دخلت أم رجاء إلى غرفة ابنتها وقالت لها  
(رجاء .. لقد لاحظت أنني لم أوضح لك ماذا أتوقع منك .. أعتقد أن الوقت

---

قد حان لكي نغير بعض القواعد .. التي كنا نتشاجر حولها).

شعرت رجاء بالدهشة من كلام أمها وقالت لها (هل أنت جادة فيما تقولين؟)  
أجابت الأم (بالتأكيد .. لقد مللت من الصراخ والتشاجر والمناقشات  
والمحاضرات الغاضبة معك .. لقد وثقت بك من قبل .. وأعتقد أنك على  
استعداد اليوم للمزيد من الإمتيازات والمسؤولية .. لكنك يجب أن تؤدي أيضاً  
واجبك نحو البيت .. إذا كنت تريد أن تحتفظي بهذه الإمتيازات).

وافقت الإبنه وبدأت الأم حديثها الذي ستشرح فيه لإبنتها القائمة التي  
ستناقشها.

---

« كيف كان جدول الاتفاق بين

48

الأم وابنتها المراهقة؟ »

جلست رجاء مع أمها في غرفة المعيشة لكي تضع بمساعدتها القائمة التي سنتفق معها على القيام بها .. وعلى أساسها تتحمل الابنة نتائج اختياراتها. قالت الأم لرجاء (هل نبدأ بيوم الخميس ليلة إجازتك الإيسوعية) ردت رجاء بحماس.

(هل معنى ذلك أنك ستسمحين لي هذا الأسبوع بالبقاء مع صديقاتي إلى الساعة الحادية عشر مساءً؟)

قالت الأم متجاوبة

(أنا موافقة على ذلك في بعض المناسبات .. لكن عليك أن تطلب ذلك مني قبل يوم الإجازة بعدة أيام .. بشرط أن يقوم كلا من الأبوين أو أحدهما بتوصيلك عندما يحين موعد عودتك وليس السائق)

وتابعت الأم حديثها



---

(لكنك إذا تأخرت عن الساعة الحادية عشر .. عليك أن تخبريني بسبب تأخرك حتى نتفق ماذا عليك أن تفعلني)  
كانت رجاء سعيدة بما اكتسبته من حرية زائدة وأن أمها وافقت على ما تريد.

وأكملت الأم.

(سواصل هذا الأمر لمدة أشهر. إذا التزمت بهذه القوانين التي وضعناها سوياً .. لكنك إذا لم تلتزمي بها .. فإنك سوف تعودين لأسابيع قليلة الساعة العاشرة .. وسنحاول بعد فترة أن نعود إلى نفس الإتفاق لعلك تكوني قد نضجت وعرفت مسؤوليتك .. والآن سنتحدث عن واجباتك في البيت كأحد أفراد الأسرة في المحافظة على غرفة نومك نظيفة وكذلك غرفة المعيشة في حالة زيارة صديقاتك لك .. كما إننا يجب أن نتفق حول الوقت المحدد لك للتحدثي مع صديقاتك بالهاتف ومتى).

سألت رجاء

(هل معنى ذلك أن تظل غرفتي نظيفة دائماً .. أتم أبلغ من العمر أستطيع أن أترك غرفتي تبدو بالشكل الذي يعجبني؟)  
(تستطيعين ذلك .. لكن عيني تتأذى كلما مررت على غرفتك ووجدتها بهذه

---

(الفضى)

اقترحت رجاء على أمها قائلة

(ماذا لو تركت باب غرفتي مغلقاً دائماً؟)

وافقت الأم لكنها اشترطت على ابنتها قائلة

(إذا وجدت الباب مفتوحاً والفضى أمامي ستضطررين إلى تنظيفها .. فأنا لا

أحب أن تدعي صديقاتك وغرفتك بهذه الفضى .. ولن تنام صديقاتك معك

إلا إذا قمت بترتيب الغرفة .. إذا قبلت بذلك قبلت به أنا أيضاً).

وافقت رجاء على قوانين أمها وسألته

(هل يمكنني أن أبدأ غداً مثلاً؟)

أجابت الأم

(بالطبع مادمت ملتزمة بهذه القوانين .. وبعد انتهاءك من واجباتك المدرسية

.. لكن غداً لا يعد يوم إجازة .. لذلك عليك أن تعلميني أين ستذهبين ..

وتلتزمين بالعودة إلى البيت الساعة السادسة مساءً هل توافقين على ذلك؟)

قالت رجاء (ماذا لو نسيت؟)

ردت الأم

(إذن سوف تخسرين ذلك الإمتياز لمدة ثلاثة أيام .. لكنك إذا نسيت ذلك

---

عدة مرات فيما بعد .. فإننا سنلغي ذلك الإمتياز لإنك بذلك لست ناضجة بما فيه الكفاية).

قالت رجاء (ماذا عن مجيء صديقاتي إلى بيتنا؟)

أجابت الأم بحزم

(موافقة بشرطين هو عدم نشر الفوضى في البيت .. ولا أريد أن أشم رائحة السجائر التي شممتها من قبل .. هل أنت موافقة؟)

قالت الابنة

(أوعدك .. لكنني لا أعلم إذا كانت صديقاتي سيلتزم من بذلك)

ردت الأم بنبرة جادة

(معنى ذلك أن صديقاتك غير مسؤولات بما فيه الكفاية .. ولن يزوروك إلا إذا كنت أنا متواجدة في البيت).

وانتقلت الأم إلى موضوع الهاتف وكيفية استخدام ابنتها له

(ماذا عن التلفون .. أكثر شجارنا حول من يستطيع أن يستخدمه .. أنت

تطيلين محادثاتك مع صديقاتك .. وأنا أريد أن أكلّم أحد حول موضوع ما ..

هل لديك اقتراح يحل المشكلة؟)

---

ردت رجاء

(أن لا أستطيع أن أتبأ متى ستتصل بي صديقاتي .. ولا مدة المكالمة)

قالت الأم

(في إمكانك أن تحدد لي لهم وقت يمكنهم الإتصال بك .. لنحدد الآن الساعة الرابعة إلى السادسة مساء .. ومن الساعة الثامنة في إيماني أنا أن أستخدمه .. ما رأيك؟)

(ماذا أفعل لو أتصلوا بي خارج نطاق ذلك الوقت؟)

أجابت الأم

(إخبرهم أن وقت السماح لك بالتحدث هاتيفاً انتهى .. يستطيعون الإتصال في اليوم الثاني في الوقت الذي حددناه .. هل أنت موافقة؟)

هزت رجاء رأسها وافقة.

## « كيف يختبر المراهق حدود والديه؟ »

50

يحاول الأبناء المراهقين في أغلب الأحيان اختبار حدود آبائهم عندما يطلب الآباء من أبنائهم أن يتحملوا نتائج أفعالهم المنطقية .. وهذا أمر طبيعي إذ لا توجد لديهم طريقة أخرى لكي يتأكدوا أن آبائهم جادون في توقيع العقاب عليهم .. هم يحاولون .. لكن على الآباء أن لا يشعروا باليأس من مدى فعالية هذه الطريقة المثمرة في تعليم الأبناء تحمل نتائج أفعالهم لأنها تساعدهم على تطوير شخصياتهم.

وهذا بالضبط ما حاول محمود أن يفعله لوالديه عندما طلبا منه إعلامهم بالمكان الذي يذهب إليه بعد المدرسة أو عندما أخذوا منه امتياز العودة الساعة الحادية عشر مساء لفترة محدودة حتى يثبت لهم تحمله لمسئولية إهماله لحدودهما من قبل.

في البداية بدأ محمود بالشكوى ثم أخذ يختبر والديه حول مدى جديتهما في توقيع العقاب عليه لكي يتحمل نتائج تصرفاته السلبية .. إلا أنه كان يواجه في

---

كل مرة يحاول فيها ذلك بموقف متحداً جاداً من والديه لا يقوم على إلقاء المحاضرات ولا المناقشات الطويلة ولا العقاب المتسلط .. لإنهم قرروا وضع المسؤولية على عاتق ابنهما محمود .. وجعله مسؤول عن اختياراته وتصرفاته .. لكنه أخذ وقتاً حتى أدرك أن قواعد والديه أو حدودهما كانت حازمة .. وعندما وصل إلى ذلك الإدراك خضع للأمر الواقع وأصبح يعلم والديه بما يفعل وتدرجياً تعلم الدرس الذي كانا يحاولان تعليمه إياه.

والذي محمود ورجاء كان مؤثران لإنهما جعلتا التمرين الذي مارسه أبنائهما يعلمهما فعلياً الواجب عليهما القيام به .. لقد وضع الآباء الحدود الواضحة التي تساعدهم على الإكتشاف .. ودعموا حدودهما بالنتائج المنطقية التي يتحملها الأبناء عملياً ليحصلوا على التمرين الذي يستطيعان به تطوير تصرفاتهم .. أي لم يتدخلوا .. وتركوا أبنائهم يقومون بالتعلم .. وطرق التعليم والتعلم تصبح أكثر مرونة وسلاسة عندما يسيطر الآباء على الحدود أو القواعد الأسرية التي يضعونها لإبنائهم.

إن اكتشاف المراهقين لذواتهم هي المهارة الأولى التي يكتسبوها .. هم يريدون الحرية بالنسبة لاختياراتهم للقواعد الجديدة بالنسبة إليهم عندما وصلوا إلى هذه السن .. أصبحوا يؤمنون بقيم واعتقادات جديدة .. ولديهم علاقات

---

وارتباطات .. وكل تجربة جديدة تقربهم خطوة إلى إشباع مهاراتهم في اكتشاف هوياتهم.

والمراهقون مسلحين من الناحية الذكائية لكي يتعاملوا مع مهارات التطور .. فهم قادرون على النظر إلى الأمام واكتشاف المواقف المتناقضة .. ولديهم القدرة أن يختبروا الحدود التي توضع لهم بعقولهم لا بتصرفاتهم .. وهذا الإختلاف في النمو العقلي الذكائي هو الذي يؤثر في الطرق التي يحاولون الوصول من خلالها إلى التصرفات السليمة .. وهم بحاجة أثناء ذلك إلى حدودنا الحازمة وتشجيعنا .. والتعليمات التي نضعها لهم لكي يتحملوا نتائج أعمالهم المنطقية .. لكنهم أيضاً بحاجة إلى شيء من المرونة في الحدود التي يضعها لهم آبائهم .. وأن يشاركوا أكثر في اتخاذ القرارات الخاصة بهم وبمستقبلهم .. وهم بحاجة أيضاً إلى مساعدتهم من أجل ان يختاروا ما هو مسموح لهم من خيارات بعقولهم .. ويريدون أيضاً المزيد من الحرية ليكتشفوا .. لكنهم أيضاً بحاجة إلى حدود أو قواعد واضحة لتقودهم إلى هذا الإكتشاف المعرفي .. وأفضل الحدود هي التي تقوم على تحمل المراهق لعواقب أو نتائج أفعاله السيئة واختياره الحلول من ضمن عدة خيارات يناقشها مع والديه ليختار أحدها .. ويلتزم به لأنه اختاره بنفسه .. وبذلك يتعلم الإحساس بالمسؤولية والالتزام .. منذ سنوات المراهقة .. ولهذا السبب فإن تعامل الآباء

---

مع أبنائهم على أساس التضييق عليهم بمنحهم حرية محدودة أو منحهم حرية مطلقة بلا حدود .. فإنهم يمنعون بذلك تطور الفضول المعرفية والرغبة في اكتشاف نفوسهم من الداخل أو تشعرهم الحرية بلا حدود بعدم الاطمئنان يستطيع الآباء إذن .. أن يوازنوا بين حدودهم ليصلوا بإبنائهم إلى التوازن المطلوب بين الحرية والمسؤولية.

وأعود وأكرر حقيقة هامة تتمثل في أننا لا يمكن أن نقوم بهذا المجهود التربوي مع أبنائنا .. إذا كنا كأباء لا نشعر بالمسؤولية وننجم عدد من الأبناء يفوق قدراتنا المادية والصحية .. لأن هذا النوع من التربية التي نحن بأمس الحاجة إليها في العصر الحاضر لا يمكن أن تتم إلا إذا تعامل الآباء مع أبنائهم بصبر وتأنى وجلسات يجلسها الأب أو الأم مع كل إبن من أبنائهم على حده .. ويقضي وقتاً مناسباً في فهم شخصيته وكيفية التعامل معه على أساسها.

سنوات المراهقة حساسة وخطيرة مع الإهمال والحرمان واليؤس والتدليل .. أي أن الإنجاب لا علاقة له بالفقر والغنى .. وإنما بالإحساس بالمسؤولية لدى الآباء بالنسبة لدورهم الخطير في تربية أطفال ومراهقين سيكونون رجال ونساء المستقبل.



## « كيف نواجه فوضى أداء الواجبات الدراسية لدى المراهقين؟ »

52

أكثر ما يعاني الآباء هو أداء أبنائهم لواجباتهم المدرسية في الوقت المحدد لهم .. لذلك سأحاول أن أسهل المهمة لهم عن طريق طرح النماذج العملية من خلال ورش الآباء وكيفية معالجتها من قبل خبراء التربية النفسية للتعامل مع الأبناء المراهقين .. والأسلوب الصحيح الذي عليهم أن يتبعوه مع أبنائهم ليصلوا بهم إلى الإعتماد على أنفسهم في تحمل مسؤولية هذه الواجبات.

تعود الآباء مع أبنائهم على الإلحاح المتكرر والتهديد بالعقاب .. والجلوس معهم عند أدائهم لهذه الواجبات .. وأحياناً يقومون بالبحث المطلوب منهم من قبل المدرسة لأن إبنهم لا يعد نفسه من قبل لإعداد البحث فيأتي لوالديه قبل تسليمه له بفترة قصيرة توضح عدم مسؤوليته نحو أداء واجباته المدرسية.

كثير من الآباء لا يعلمون متى بدأوا يتعاركون مع أبنائهم لتأدية واجباتهم المدرسية .. لكن المشكلة في ذلك أنهم ما أن يبدأوا حتى يجدوا أنفسهم

---

مربوطون بسلسلة لا تنتهي من المعارك لكي ينهي أبنائهم هذه الواجبات  
وكأنها واجباتهم هم لا أبنائهم.

إن أغلب الآباء لا يعلمون أن الواجبات المدرسية كنظام يشترك فيه ثلاثة  
أطراف .. الأبوين والمعلم والطفل وكل منهم له وظائفه أو مسؤولياته في تأدية  
هذه الواجبات وتوازن أدائها بين الأطراف الثلاثة هو الذي يجعل المراهق  
شخصاً مسؤولاً عنها .. لكن ذلك النظام يختل إذا قام أحد الأطراف بإكتر من  
واجبه أو أقل.

إن ما يجب علينا كأباء أن ندركه أن مفتاح أداء الأبناء لواجباتهم المدرسية  
يكنم في أن يؤدي كل طرف دوره فقط ولا شيء غير ذلك .. بهذا الأسلوب  
سيتفيد الطالب من واجبه المدرسي الذي أعطي من قبل مدرسه ليمتحن مدى  
استيعابه لدروسه التي يحضرها في المدرسة.

فواز طفل في العاشرة من عمره .. وصل إلى الصف الرابع ابتدائي .. اشتكت  
مدرسته أنه لا يقوم بواجبه المدرسي .. وسقط في مادتين .. معلمة فواز حاولت  
معه كل الطرق ليجتهد أكثر .. وضعت له وقت محدد .. عاقبته .. حاولت

---

تشجيعه بمنحه المزيد من العلامات إذا ما أدى واجبه .. حاولت أن تضع له نقاط أو تتكلم معه أو تضع له ملاحظات يومية .. لم يفد معه أي من هذه الطرق.

وبالطبع يعتبر الواجب المدرسي مشكلة بالنسبة للكثير من المدرسين والآباء .. لكن هل هو حقيقة كذلك؟ لا .. فالمشكلة سببها نقص المهارات .. أو عدم القدرة على التعليم .. مشاكل في السلوك .. أو وجود مشكلة في علاقات الأبناء بأبائهم العاطفية .. أو مشاكل يسببها تعاطي الإبن للكحول والمخدرات .. إن من الواجب أن نفحص حدوث هذه العوامل قبل أن نحل مشكلة إهمال أبنائنا لواجباتهم.

أعطى الخبير التربوي الذي لجأ إليه الوالدين لحل مشكلة إهمال إبنهما لواجباته الدراسية .. ورقة استبيان للوالدين لمعرفة خلفية تاريخ الطفل .. وحدد ذلك الخبير الذي لجأ إليه الوالدين لحل مشكلة إهمال إبنهما موعد مقابلة مع الوالدين وإبنهما لبحث ذلك الموضوع الهام.

بدا فواز أثناء المقابلة التي أجراها الوالدين والخبير معه وكأنه طفل طبيعي

---

.. لديه علاقات اجتماعية ممتازة مع أصدقائه .. يميل إلى اللهو واللعب .. كما أن لديه مقدرة ذكائية عالية.

أوضح الأب ووافقته الأم على كلامه بأن فواز كان يقول لوالديه أن المدرسه لم تطلب منه واجب منزلي وواجبه المدرسي أداءه في المدرسه.

ويتابع الأب (وعندما نطلب رؤية ما قام به .. يقول لنا أنه قام به كما قال لهما في المدرسه أو فقدته .. أو أحياناً أنه لا يوجد لديه بحث .. فنتصل بزملائه لنكتشف أن لديه واجب عليه أن يؤديه في المنزل وأنه يكذب علينا .. أحياناً كان يستغرق منا ذلك البحث ساعة لمعرفة ماهية بحثه منه أو من أصدقائه وكأن ذلك مسؤوليتنا وليست مسؤوليته .. لحسن الحظ تغير الآن وتطور بعض الشيء .. الآن تتصل بنا المدرسه كل يوم اثنتين وتعطينا كل واجباته وأبحاثه الواجبه عليه طوال الأسبوع).

قال الخبير (وهل ساعد ذلك الإجراء مسألة أدائه لواجباته؟)  
قالت الأم (على الأقل أصبحنا نعرف الآن ماذا عليه القيام به من واجبات .. لكن المشكلة أنه لا يؤديها في وقتها دون تذكير مستمر منا .. أجلس معه

---

وأستعرض واجباته .. وأطلب منه حل مشكلة رياضية أو اثنتان بعد أن أحل واحدة أمامه كمثال وأتركه .. لكنني أعود له بعد فترة قصيرة .. ولم يحل إلا القليل .. أحاول أن أشجعه لا فائدة .. فأبدأ في الإلحاح .. وهكذا يسير الأمر بيني وبينه حتى الساعة الثامنة وقت استحمامه فيقوم به ويعود ليكمل واجبه تحت إشرافي .. أحياناً أغضب من الضيق وعدم احساسه بإن دراسته مسؤوليته هو لا أنا .. وعندما أعنفه ويبدأ العراك بيننا .. أحاول أن أطف لهجتي فيغضب والده ويعتبرني متسامحة معه وهو ما يجعله يتعارك معي وعندما يراني وإبني منشغلان في النقاش يتسلل لمشاهدة التلفزيون).

وتتابع (ورغم أن المدرسة تقول لنا أن واجبه لا يستغرق إلا ٣٠ دقيقة إلا أنه يأخذ منه ساعات لإدائه مع إشرافنا وإلحاحنا المستمر بين تهديدنا ومحاضراتنا).

---

## 53 « كيف يكون توزيع الأدوار في المنزل.. هل هو إجباري أم اختياري؟ »

إذا أردنا من أبنائنا القيام بأدوارهم أو واجباتهم المنزلية كأفراد في الأسرة فإننا يجب أن نبتعد عن جعل الأدوار اختيارية وليست إلزامية لأن الإبناء المراهقين عندما لا يشعرون أنهم ملزمون بإداء أدوارهم في البيت في وقت محدد فإنهم سيتهربون وسيؤخرون أدائها .. وسيكون ذلك مصدر للتوتر في نفوس آبائهم. كما أنهم للأسف لن يقوموا بواجبهم لا في الوقت المحدد أو بعده .. وهو الأسلوب المتساهل مع الأبناء العديم الفائدة في تربية حس المسؤولية لديهم وهو عكس الأسلوب الحازم الديمقراطي.

لنوضح الصورة أكثر سأقوم باستعراض مثالين لنفس الشخصيتين وكيفية استجابتهما للأسلوب المتساهل والأسلوب الحازم .. لنرى الفرق الفعال في الإحساس بالمسؤولية ليستفيد من تطبيقه الآباء في تربيتهم لإبنائهم سواء كانوا أطفال أو مراهقين.

في كل يوم كان على سوزي البالغة من العمر ١٣ سنة أن تقوم بوضع الصحون

---

في ماكينه الغسيل قبل أن تذهب للعب مع صديقاتها .. فهذا الواجب يعد واحد من الواجبات العديده عليها في البيت كأحد أفراد الأسرة.

سألتهأ أمها (هل انتهيت من واجبك بالنسبة لوضع الصحون في ماكينه الغسيل .. إذا لم تفعلي إذهبي وقومي به قبل أن تذهب للعب مع صديقاتك في الخارج)

قالت سوزي لنفسها (لقد مسكتني أمي قبل أن أخرج .. لو خرجت من قبل أن تراني لهربت من هذه المهمه)  
وهذا ما فعلته سوزي في اليوم التالي .. فقامت أمها بالعملية بدلاً منها مع عتابها فيما بعد.

هل أثر العتاب في سوزي .. ولن تتهرب من خلال مسؤوليتها فيما بعد .. بالطبع لا .. لأن أمها كانت تعتقد أن ما فعلته مع ابنتها الصحيحه الفعاله يلزمها والواقع أن الطريقه الصحيحه الفعاله أنها يجب أن لا تقوم بعمل ابنتها بدلاً منها ثم تعاتبها .. وإنما تضع أمامها خيارين تلتزم بإحدهما .. فتختار ما تريد إما أن تضع الصحون قبل الخروج في الغساله أو بعد أن تعود .. ثم توضح لها ما تتوقعه منها وهو أن تقوم بواجبها في الوقت الذي اختارته .. وتبين لها نتيجة عدم التزامها بحرمانها من اللعب في ذلك اليوم مع

---

صديقاتها (العواقب المنطقية للتصرفات السلبية) بعد انتهاء واجباتها أو عدم مشاهدة التلفزيون في تلك الليلة .. أما إذا قامت به فأنها تمتدحها وتقول لها أنها فخورة بأن لديها ابنة تدرك مسؤولياتها وتقوم بها بنفسها .. وهو ما نسميه الأسلوب الحازم الديمقراطي في تربية الأبناء وهو أفضلها.

لنأت بمثال آخر يدور حول طلال الشاب البالغ من العمر ١٥ سنة .. الذي طلب منه والده أن يهتم بحديقة البيت طوال فترة عدم حصولهم على مزارع .. وكان المطلوب منه أن يقوم بتشذيب الأشجار وسقاية المزروعات .. ولم يكن ذلك يأخذ من وقته أكثر من ساعة ونصف .. ولا يقوم به إلا في يومي الإجازة الإسبوعية كما حدد له والده.

فهل اعتبر طلال هذا الأمر إلزامي لو لم يعاقبه والده إذا لم يقيم به .. في البداية قام به على سبيل التسلية .. لكنه بعد عدة مرات .. أصابه الملل فأخذ يتهرب .. في ذلك الأسبوع طلب منه والده القيام بمهمته قبل أن يذهب مع أصدقائه .. لكن طلال توصل لوالده (أبي .. أوعدك أنني سأقوم به غداً لأنني سأذهب مع صديقي إلى مباراة لكرة السلة .. فقد اشتري أمس والد صديقي التذاكر لنا)



---

قال والده: تستطيع أن تقوم بعمل جزء من مهمتك قبل أن تذهب لمباراة كرة السلة.

أجاب طلال متعللاً (أبي غداً إجازة .. ولأريد أن أصحومبكراً .. أوعدك أنني سأقوم به بعد عودتي قبل أن يحل الظلام)

وافق والده على أمل أن يقوم إبنه بما وعد به .. لكن طلال لم يعد إلا بعد أن حل الليل .. عاتبه والده ووعد إبنه أنه سيقوم بواجبه المطلوب منه يوم الجمعة صباحاً .. وبالطبع نام طلال إلى الساعة الحادية عشر صباحاً .. وعندما نهض وأكل إفطاره .. وأراد أن يبدأ بمهمته .. فوجىء بصديقه قادماً يطلب منه الذهاب معه إلى (مجمع السيف) لشراء بعض القمصان التي وصلت حديثاً .. توسل طلال إلى والده أن يذهب معه .. وعندما يعود سيكمل المهمة.

فهل صدق طلال في وعده لوالده؟ كلا .. ولماذا يصدق وهو يرى أباً يفعل له ما يريد .. على أمل أن يقوم بواجبه .. فهو الدمتساهل مع حدوده .. وفي النهاية عاد طلال متأخراً واعتذر وأبدى سبباً لوالده الذي عاتبه قليلاً وطلب منه القيام بمهمته الأسبوع القادم.

لقد تعلم طلال أمراً واحداً من أبيه أن في إمكانه تأخير مهمته مادام يجد

---

الحجج لتأخيرها ووالده يوافق عليها .. صحيح أنه يشعر بالذنب قليلاً لأنه أحبط والده .. لكنه أقتع نفسه أنه سرعان ما ينسى.

الخطأ الذي ارتكبه والد طلال أنه لم يحدد اليوم المطلوب من طلال أن يهتم بالحديقة وإنما ترك الوقت عائماً في عطلة نهاية الأسبوع وهي يومان .. فأى يوم على ابنه القيام بمهمته .. أما الخطأ الثاني فإنه لم يحدد العبارات الواضحة التي تبين ماذا يتوقع من ابنه القيام به مثل أن يقول لطلال: الحديقة بحاجة إلى العناية .. والمزارع خرج منذ فترة .. مطلوب منك أن تهتم بها مرة في الأسبوع هو يوم الخميس هل هذا الأمر واضح لك.

إذا قال الابن (نعم) عندها يسأله والده (أنا أترك لك الخيار بين يوم الخميس أو الجمعة أيهما تختار؟) إذا أجاب طلال (الجمعة) فإن معنى هذا أن يوم الجمعة لا ينتهي إلا وطلال قد قام بواجبه أي أنه لن يذهب مع أصدقائه أو يتسلى بأي شيء إلا إذا قام بهذا الواجب الذي اختار الوقت الذي سيقوم به خلاله .. وبأسلوب جيد لا أن يقوم بجزء من عمله أو لا يحسن عمل مهمته .. ويذهب سريعاً إلى أصدقائه .. لأن أداء المسؤولية يجب أن يكون بإخلاص وإتقان.

## « رغبة الأبناء المراهقين في اتخاذ قراراتهم كيف يواجهها الآباء »

أن أهم الأمور التي سيلاحظها الآباء عندما يصل أبنائهم إلى سن المراهقة .. هو رغبتهم في المزيد من المشاركة بالنسبة لاتخاذ قراراتهم حول الأمور المتعلقة بحياتهم أو الحدود التي يضعها آباؤهم لهم.

لكن هل معنى ذلك أنهم يجب أن يقرروا قراراتهم بأنفسهم؟ بالطبع لا .. إلا أن ذلك لا يمنع من أن يكونوا جاهزين في أن يشاركوا في اتخاذ القرارات المتعلقة بهم بصورة أكثر فعالية .. وهذا يعني أنهم يستطيعون أن يشاركوا بإفكارهم ومشاعرهم.. وأن يناقشوا الأسباب التي وضعت على أساسها القواعد لهم مع مراعاة ما لديهم من طاقات في الإعتبار بشكل جدي .. لكن ذلك لا يمنع أن يظل القرار النهائي في يد الآباء.

سامي مراهق في الرابعة عشر من عمره .. كان يدعو أصدقائه دائماً للمجيء إلى بيته بعد المدرسه .. ليتحدثوا ويلعبوا ويستمعوا إلى الموسيقى أو يشاهدوا

---

التلفزيون .. عندما لا يكون والديه متواجدين في البيت .. وكانو إذا شعروا بالجوع طلبوا طعاماً ليأكلوه .. ولا يعود الوالدان مساء إلا والفوضى تعم البيت .. الصحون متسخة والأكواب الفارغة في أنحاء غرفة المعيشة .. ولم يبق إلا القليل من الطعام في الثلاجة.

تضايق والديه من إهماله هو وأصدقائه في مسألة عدم تنظيف البيت بعد أن ينتهوا من لعبهم .. لذلك قررا وقف هذه الفوضى فماذا فعلا؟  
جلس الوالدان مع ابنهما سامي ليناقشا معه قواعد أساسية للبيت عليه أن يلتزم بها عندما يدعو أصدقائه إلى المنزل.

قال الأب (سامي .. نحن نقبل بأن تأتي بإصدقائك إلى المنزل بعد المدرسة .. إذا كنا غير متواجدين .. لكن الفوضى التي تتركونها في المكان يجب أن تتوقف).

قال سامي (أعتقد أن جزء من هذه الفوضى يعود لي .. لإنني قدمت لهم بعض أكياس البطاطس .. ثم قام كل منهم ليأكل ما يريد .. ولم أدرك أنهم أكلوا معظم الطعام في الثلاجة).

---

رد والده (الآن وقد عرفت ذلك .. كيف ستتعامل مع هذا الموقف في

المستقبل؟)

أجاب سامي (سأقول لهم أن من الأفضل أن يأكلوا في بيوتهم قبل أن يأتوا ..

لكن أليس محرراً أن أقول لهم ذلك؟)

قال والده (في إمكانك أن تقدم لهم بعض الفشار والمشروبات الخفيفة .. لا

أكثر من ذلك؟)

قال سامي متسائلاً (وإذا ذهب أحدهم إلى الثلاجة وأخذ شيئاً .. ماذا

أفعل؟)

رد والده (عندئذٍ عليهم أن يعلموا أن من غير المسموح لهم أن يأتوا إلى البيت

ونحن غير متواجدين فيه).

رد سامي (ماذا إذا فعل محمد وأحمد ذلك ولم يفعل مثلهما عادل .. هل أقول

لهم جميعاً ذلك؟ لن يكون في ذلك عدل بحق عادل)

قال والده (سأترك ذلك لك لتقرر الحل الأفضل عندما يحدث .. وأنا واثق

أنك ستقرر القرار المناسب .. المهم أن الذي يحضر منهم عليه أن يسير على

القواعد التي نضعها لن يكون في هذا البيت).

قال سامي (حسناً .. سأخبرهم بذلك غداً)

علق والده (هذا أمر جيد .. سندعك تجرب هذا الحل لمدة أسبوع وسنرى ..

---

لكنهم إذا لم يلتزموا بما وضعناه من قواعد .. فإننا لن نسمح لك بجلبهم إلى البيت إلا إذا كنا متواجدين به).

كان في إمكان والد سامي أن يحل هذه المشكلة بسهولة بإن يمنع ابنه وأصدقائه من الإجتماع في البيت في حالة عدم تواجدهم به .. لكن هذا الإبن لن يتعلم درساً بهذه الطريقة حول القدرة على اتخاذ القرار .. لقد استمع الأب إلى وجهة نظر ابنه .. ثم ساعده على استعراض عدة خيارات اقترحها الإبن .. لكي يساعده على اتخاذ القرار بنفسه .. وتعلم سامي بذلك أن يتدرب على أن يقرر القرار المناسب .. حتى يدرك أنه وحده المسؤول عن إيجاد حل لمشكلته.

---

## 55 « كيف تطور قدرة المراهقين على الاختيار »

أن يكون لدى المراهق القدرة على الاختيار .. فإن معنى ذلك أنه ينمو بأسلوب يتمتع من خلاله بشخصية لها اعتبار ولديه قدرة على اتخاذ قراراته. إلا إن أبحاث العالم النفساني (بياجيه) تؤكد بأن مقدرة الأبناء المراهقين على أن يخططوا لمستقبلهم لا يعني أنهم سيفكرون بطريقة تلقائية بما هو أفضل لهم من قرارات .. لأن هذه القدرة لا تعني أن في إمكانهم تعلم المهارات التي يعلمهم إياها آبائهم .. وهما أمران مختلفان.

أذن .. هناك خطوة هامة على الآباء أن يتخذوها مع أبنائهم المراهقين وهي : تعليمهم كيف يستخدمون قدراتهم العقلية في حل مشاكلهم .. كما أن عليهم أن يتيحوا لهم الفرص لتطبيقها.

والآباء هنا عليهم أن يعلموا أولادهم طرق التعلم المختلفة مع وضع الخيارات أمامهم لكي يختاروا الأفضل منها .. وذلك عن طريق تدريبهم على أساس من الإرشاد .. أي أن يسألوهم ويوفروا المعلومات لهم ويشجعوهم على المزيد من الإكتشاف .. لمساعدتهم في اختيار أفضل الحلول لمشاكلهم.

أليس من الأسهل للآباء أن يخبروا أبنائهم ماذا عليهم أن يفعلوا..؟ نعم .. لكن ذلك سيجعل أبنائهم سلبيين في اتخاذ قراراتهم .. ولهذا السبب فإن من الأفضل أن يترك الآباء لإبنائهم الفرصة ليختاروا ما يناسبهم .. ثم يتخذوا قراراتهم .. أي أن يكتشفوا بأنفسهم ما هو أفضل بالنسبة لهم .. وثم يتحملون مسؤولية ما يختارون .. حتى يفكروا في مستقبلهم بطريقتهم الخاصة .. فيتعلموا كيف يحلوا مشاكلهم بأنفسهم. ليصبحوا أكثر فاعلية .. لأنهم لكي يحلوا تلك الأسئلة عليهم استخدام قدراتهم العقلية ليصلوا إلى النتائج من خلال اختياراتهم .. وخصوصاً عندما يوفر الآباء لإبنائهم الثقة بهم والتواصل معهم.

بهاء طالب في الخامسة عشر من عمره .. كان ابناً مسؤلاً دائماً .. وحريص على التقدم بدرجاته العلمية.

كان من الواضح على علامات هذا الإبن تولعه بمادتي الرياضيات والمواد الإجتماعية .. كما كان لديه حب شديد لممارسة كرة القدم .. وكان قادراً من قبل على أن لا تؤثر هوايته هذه على دروسه .. لكنهما لا حظا في الفترة الأخيرة أنه انشغل بهذه الهواية عن مذاكرة دروسه بشكل جيد .. مما أدى إلى تدهور درجاته العلمية.

سأله والده (هل تدرك يا بهاء أن درجاتك العلمية قد تراجعت في مادتي



---

الرياضيات والمواد الإجتماعية؟)

رد بهاء (أعلم يا أبي .. لكنني لم أكن أتصور أنني تراجعتم إلى هذا الحد ..  
لكنك تعلم أنني أعد نفسي للمباراة النهائية في كرة القدم بين مدرستنا  
ومدرسة أخرى تنافسنا على الكأس هذا العام).

قال والده (لكن ذلك لا يعني أن تهمل دروسك .. هل سيظل التمرين فترة  
طويلة؟)

أجاب بهاء (نعم لكنني .. سأحاول يا أبي أن أستعيد درجاتي وأتمرن في نفس  
الوقت).

رد والده (وإذا لم تحقق ذلك .. أعتقد في هذه الحالة .. سوف تحرم من  
رخصة السياقة التي وعدتك بها).

فكر بهاء .. هاهو والده سيحرمه من رخصة السياقة التي طالما حلم بها ..  
لقد بدأ يقلق .. عليه أن يتقدم بعلاماته بصورة سريعة.

سأله والده (ماذا ستفعل لكي تطور علاماتك؟)

قال بهاء (سأحاول أن أكلم مدرسي حول المواد التي فاتتني لكي أذاكر أكثر ..  
كما إنني سأقلل من ساعات التمرين وسأجعلها بعد انتهائي من أداء واجباتي  
المدرسية)

اكتشاف سبل أخرى للاختيار ساعد بهاء على الإلتزام بقراراته وتحمل

---

مسؤوليتها .. لقد تحمل مسؤوليات عديدة ولم يضع في اعتباره كيف سيوازن بينها .. لكنه الآن أدرك الأهم ثم المهم منها وأختار سبل تحسين أدائه الدراسي بنفسه.

والذي بهاء مثل كل الآباء كانا يتمنيان أن يشرحا له عما يجب عليه القيام به ليطور علاماته .. لكنهما فضلا أن يختار الحلول بنفسه ثم الإلتزام بها .. أي أن يتعلم تحمل المسؤولية عن قراراته من سن المراهقة فتزداد ثقته بنفسه .. وتتقوى شخصيته بطريقة إيجابية .. وهو ما يريده الآباء لإبنائهم .. ونفس ما حدث فيما بعد لبهاء عندما اختار قراراته والتزم بها وتطورت علاماته كما كان والديه يريدان.

---

## « ماذا قال الخبير التربوي للأب لحل مشكلته مع ابنه المراهق؟ » 56

جلسا الأب والأم يفكران ويتشاوران .. كيف يحلا مشكلتهما مع ابنهما المراهق يأسر بعد أن فقدنا ثقتهما فيه عندما تدهورت درجاته الدراسية بسبب إهماله .. وكذلك لكسره قاعدة أساسية في البيت .. وهي عودته الساعة الثانية صباحاً بدلاً من الوقت الذي اتفقا عليه معه وهو الثانية عشر والنصف مساءً في ليلة الإجازة المدرسية .. إلي جانب صدمتهم فيه عندما اكتشفا أنه عاد مخموراً.

كانا الأب والأم حائران كيف يستعيدا ثقتهما في يأسر مرة أخرى بعد أن خسر هذه الثقة .. خصوصاً أنهما اكتشفا وهما يتحدثان معه أنه كان لا يذهب إلى المدرسة كما كانا يعتقدان .. وإنما كان يتجول بلا مسؤولية مع أصدقائه في المجمعات التجارية أو في سيارة صديقه أو يجتمعون في بيت أحد أصدقائه في غياب والديه في العمل.

وبدأ الأب عقابه لإبنه بأن حرمه خلال ٣ أسابيع من الخروج مع أصدقائه

---

سواء في أيام المدرسة أو ليلة الإجازة الإسبوعية .. ثم منعه من الذهاب إلى أية رحلة خاصة معهم .. وكان الجو في البيت طوال فترة العقاب متوتراً كثيراً.

كان ياسر يتفادى والديه وهما يبادلانه نفس المعاملة .. لكن الأمر الوحيد الذي أسعدهما أنهما لاحظا تطور درجات ياسر الدراسية .. وفي ذلك اليوم بالذات قرر الأب زيارة الخبير النفسي التربوي لكي يساعده على فهم ابنه خلال مروره بفترة المراهقة .. حتى يستعيد ذلك الابن الذي كان يشعر بالمسؤولية من قبل .. وسيكون كذلك بإذن الله إذا ما اهتم به كأب مسؤول مع والدته ما دام قد قررا إنجابيه حتى يكون إنساناً متزناً ومسؤولاً وسعيداً.

بدأ الأب حديثه قائلاً (أنا وزوجتي حائران كيف نتصرف مع ابننا ياسر بعد أن منحناه ثقة كبيرة وأساء استخدامها وخسر ثقتنا .. رغم أننا نلاحظ أنه يبذل مجهوداً كبيراً أثناء عقابه لكي يطور أدائه الدراسي .. لا ندرى .. هل إذا منحناه الثقة مرة أخرى سيستخدمها؟ .. لكننا أيضاً لا نريد أن يظل حبس البيت مدة أطول من ٣ أسابيع .. لأن ذلك العقاب لا يسرنا جميعاً .. نحن نعساء به وهو أيضاً؟)

طلب الخبير التربوي من الأب أن يقص عليه كل ما حدث له وزوجته مع ابنهما

---

ياسر والتغير الذي طرأ على شخصيته مؤخراً.  
ثم قال للأب (إن أول أمر مطلوب منكما كوالدين أن تعيدا صياغة قواعد البيت الأساسية بالنسبة لتعاملكما مع ابنكما .. وهو ما سأقوم بتوضيحه لكما).

رد الأب (لكننا فقدنا ثقتنا فيه كشخص مسؤول .. فهل سنستطيع أن نستعيد هذه الثقة .. وماذا نفعل؟ وهو غير قادر على الإنتظار ومتحرق لاسترداد هذه الحرية .. ويوعدنا أنه سيكون شخصاً مسؤولاً).

كان ياسر بالفعل متلهف لاسترداد حريته السابقة المسؤولة .. لقد علمته أخطائه بعض الدروس الهامة والمؤلمة .. اكتشف أن الثقة رقيقة وقابلة للكسر بسهولة إذا لم تكن تصرفاته مسؤولة .. وأنه لكي يكسب ثقة والديه مرة أخرى .. يحتاج إلى بعض الوقت.

جلس المعالج النفسي في الجلسة الثانية مع الأب والأم معاً ليناقدش معهما ما معنى الحرية .. وما معنى الإمتيازات التي يحصل عليها الأبناء ومتى يمكنهم الحصول عليها؟ .. وماذا تعني المسؤولية والثقة بين الآباء والأبناء؟ ومتى تكون وكيف تنمو وتساعد الإبن على اكتساب الإحساس بالمسؤولية والنضج العقلي والإجتماعي؟.

---

ثم ناقش معهما مسألة الحدود .. وشرح ماهي الحدود المتساهلة أو المتسامحة؟ التي يحاول الأبناء من خلالها اختبار مدى جدية آباءهم في ردعهم إذا أساءوا التصرف .. لكي يجدوا منفذاً لعدم الطاعة فيحدث ما يشبه الفوضى العائلية .. فلا يدرك كل طرف تحديداً ما هي واجباته وما هي حقوقه.

ثم شرح الخبير التربوي للوالدين أهمية الحدود الديمقراطية القائمة على النتائج المنطقية لكي يدعموا الحدود التي يضعها لإبنائهما كي يستخدمها. عندئذ شعر الأب والأم أن الصورة أصبحت واضحة أمامهما حول الكيفية التي يجب أن يعاملا ابنتهما المراهق في المستقبل .. ومستعدان لمنحه بعض الإمتيازات ليختبرا مقدار ما سيتحمل منها بمسؤولية .. لكنهما هذه المرة سيستخدما حدود حازمة أكثر لإرشاده حول ما يريد اكتشافه من أمور تتعلق بشخصيته أو الحياة حوله.

---

« كيف يمكن أن نعاقب المراهق  
ونزرع الثقة في نفسه معاً؟ »

57

أن يتحمل المراهق نتيجة أفعاله .. هو أفضل أسلوب يمكن للآباء أن يربوا  
أبنائهم على أساسه .. لأنه يقودهم إلى النضج العقلي والاجتماعي.

هذا ما يؤكد علماء التربية النفسية لأنه يعود الأبناء المراهقين على تحمل  
مسؤولية تصرفاتهم .. ويربي لديهم روح الإستقلالية .. إلا أن ذلك أيضاً يعتمد  
على كيفية استخدام الآباء لهذا الأسلوب في التربية .. إذ قد يتحول الأمر  
بينهم بين أبنائهم إلى صراع وشجار لا يريده هؤلاء الآباء ويأتي بنتائج  
عكسية.

إذن هناك طريقة صحيحة تم تجربتها من قبل خبراء التربية وتمت الإستفادة  
منها وجاءت بالنتائج الإيجابية من خلال استخدام نتائج أفعال الأبناء لتقويم  
سلوكهم.

---

هذه الطريقة هي الطريقة الديمقراطية في استخدام النتائج الطبيعية والنتائج المنطقية لتعديل سلوك الأبناء.

فالطريقة المتسلطة تخلق نوع سلبي من الصراع بين الآباء والأبناء نحو من هو الأقوى .. وقد يدفعهم ذلك الصراع إلى التمرد .. ولن يصل الآباء إلى الهدف من العقاب وهو تعديل سلوك الإبناء وتطور روح المسؤولية والإستقلالية لديهم.

ونفس الأمر ينطبق على الطريقة المتساهلة .. لكن إذا استخدم الآباء الطريقة الديمقراطية فأنهم سوف يخلقوا نوع من الصداقة والتفاهم والإحترام بينهم وبين أبنائهم .. وستتاح الفرصة لإبنائهم لكي يتعلموا من أخطائهم .. ويتحملوا مسؤولية قراراتهم التي يختاروها من خلال عدة خيارات يضعها لهم آباؤهم لتعديل سلوكهم .. وسيخلق ذلك نوع من الحوار بينهم وبين أبنائهم .. وسيدفع الأبناء إلى الجرأة الصحية لاكتشاف المزيد من أمور العالم حولهم.

ونتائج الأفعال التي يستخدمها الآباء لتقويم سلوك أبنائهم هي النتائج الطبيعية والنتائج المنطقية إلا إنني سأعطي مثال بسيط للنتائج الطبيعية و ثم مثال آخر على استخدام النتائج المنطقية:



---

بالنسبة لاستخدام النتائج الطبيعية .. فهذا المثال سوف يوضح الصورة :  
مراهق قالت له والدته أنها قد وضعت وقتاً محدداً لمن يريد أن يغسل ملابسه  
من أبنائها أو زوجها .. ثم بدأت الغسيل .. وجاء ابنها بقميصه يريد أن  
تغسله .. عندئذ على الأم أن تستخدم النتيجة الطبيعية لعدم التزام ابنها بما  
قالت .. بأن ترفض أن تغسل قميصه خلال ذلك اليوم وتتركه إلى اليوم التالي  
حتى لو كان بحاجة إليه.

أما عن النتائج المنطقية وكيفية استخدامها لتقويم سلوك المراهق .. فهذا  
المثال الذي سأطرحه سيوضح الأمر للأباء :  
إذا قالت الأم لابنتها أن عليها المجيء إلى البيت الساعة العاشرة مساءً  
وجاءت الساعة الحادية عشر بدلاً من ذلك فإن على الإبنه أن تدرك بإنها  
سوف تتحمل النتيجة المنطقية لتأخرها .. لأنها لم تنفذ وعدها لإمها .. فتقوم  
الأم عندذاك بحرمان ابنتها من مشاهدة حلقة مفضلة لها خلال اليوم أو من  
الخروج مع صديقاتها في يوم الإجازة بعد ارتكابها المخالفة.

وهنا على أن أوضح أمراً هاماً .. وهو أن خبراء التربية يؤكدون أن عقاب  
النتائج المنطقية للأبناء المراهقين يجب أن يكون قصيراً .. لأن تطويل مدة

---

العقاب لا تؤدي إلى أهدافها الإيجابية في تنمية الإحساس بالمسؤولية في نفس الإبن المراهق .. فهو بحاجة أن يكون لديه وقت ليتمرن على تنفيذ ما وعد به والديه من تحسين سلوكه .. كما أن العقاب الطويل يخلق روح من التمرد والعصيان لدى المراهق ولا يصل بالوالدين إلى تعديل سلوك أبنائهما .. إلا في حالة تمادي الإبن المراهق في إهماله لدروسه مثلاً على الرغم حرمانه اسبوعاً من يوم إجازته .. فإن على والديه متفقان أن يوقعا عليه عقاب أشد قليلاً بأن يحرم أسبوعين من إجازته الأسبوعية .. وهكذا يتدرج العقاب حتى يشعر الإبن أن لا مفر له من الإلتزام بما وعد به والديه .. ولا ينسى الآباء توضيح سبب العقاب لأبنائهم .. وماذا يتوقعون منهم .. ويحددون أهدافهم أمامهم في أنهم يريدون منهم أن يكونوا أصحاب شخصيات مستقلة ومسؤولة وناضجة ليصلوا الى النجاح والرضاء عن أنفسهم مستقبلاً.

## الفهرس

الصفحة	الرقم
1	1 - وضع الحدود في سن الطفولة
3	2 - الحدود والرسائل (ليطور الأطفال سلوكهم بأنفسهم)
5	3 - المقدمة
9	4 - ثلاثة طرق لمعالجة شجار الأبناء
15	5 - لا تكن متسامحاً في وضع الحدود لإبنك
21	6 - الطريقة الديمقراطية .. أفضل طريقة لوضع الحدود للأبناء؟
26	7 - كيف يمكن تضادي الماطلة والجدال من الأبناء؟
30	8 - ابتعد عن الخطب ولا تتجاهل سلوك ابنك السلبي
35	9 - الأسس الهامة في التربية الحازمة الناجحة
40	10 - المسؤولية .. ماذا تعني؟ .. وكيف يتعلمها الأبناء؟
44	11 - كيف يتعلم الأبناء هوانين آباؤهم
48	12 - كيف نوقف سلوك الأبناء السيئ؟
52	13 - لماذا لم تتوقف هناك عن سلوكها السيء ثم توقفت؟
58	14 - كيف نوقف فوضى العائلة؟
63	15 - رسائل وأفعال متساهلة .. تضر ولا تنفع في التربية
67	16 - نماذج من الرسائل الغير مشجعة للأبناء ليتم تضادها

## الفهرس

الرقم	الصفحة
17 -	الرسائل الغير مشجعة .. لا تطور سلوك
18 -	رسائلنا المشجعة لإبنائنا .. تدفعهم إلى التعاون معنا كأباء
19 -	كيف نوصل لإبنائنا رسائلنا لتتوهمهم؟
20 -	كيف نتمي مسؤولية أداء الواجبات لدى الأبناء
21 -	ما فائدة أن ينجز الأباء الواجب المدرسي .. وأين الحل؟
22 -	حدودكم كأباء في دراسة إبنائكم
23 -	كيف يتعلم الطفل حل مشاكله بنفسه
24 -	كيف يساعد النموذج الذي يتبعه الطفل في حل مشاكله بنفسه؟
25 -	تحمل المسؤولية يتعلمها الطفل .. منذ سن الخامسة
26 -	كيف تعدوا أبناءكم ليتغيروا إلى الأفضل
27 -	كيف نقضي على مقاومة .. الأبناء لتطوير سلوكهم؟
28 -	الحوافز المادية .. كيف تسيء إلى تربية الأبناء؟
29 -	الأسس الهامة في التربية الحازمة الناجحة
30 -	ما هي المواقف التي يفيد فيها .. تحديد الوقت لتطوير سلوك الأبناء
31 -	كيف نطبق الإختيار المحدود للأبناء لمساعدتهم في حل مشاكلهم أو تعديل سلوكهم
32 -	كيف تساعد طفلك على تعلم إختيار .. أفضل الخيارات لحل مشاكله بنفسه؟

## الفهرس

الرقم	الصفحة
33 -	يا بني .. كرر التجربة مرة أخرى
149	
34 -	كيف نشجع أبنائنا .. لكي يتعاونوا معنا لتحسين سلوكهم؟
150	
35 -	تطبيق وتشجيع الأفعال الصحيحة .. كيف يكون؟
154	
36 -	النتائج الطبيعية والمنطقية (لوضع الحدود للأطفال)
159	
37 -	أداء الدور في المنزل قبل اللعب قانون هام في الأسرة
161	
38 -	النتائج المنطقية ومتى يتم استخدامها لتحسين سلوك الأبناء
165	
39 -	ماذا تتطلب النتائج المنطقية لنجاحها في تعديل سلوك الأبناء؟
169	
40 -	ماذا تقول الأم لابنتها عندما أضاقت معطفها الثمين؟
174	
41 -	أفضل السبل في تطوير سلوك الأبناء عن طريق نتائج أفعالهم
179	
42 -	ما هي الطرق العملية للإستفادة من النتائج المنطقية لتحسين سلوك الأبناء؟
184	
43 -	كيف يمكن استخدام تحديد الوقت كعقاب من أجل تحسين سلوك الطفل؟
189	
44 -	كيف نستخدم النتائج المنطقية للحد من السلوك السيء للأبناء؟
193	
45 -	ماذا لو لم يستجب الأبناء لنتائج أفعالهم المنطقية؟
198	
46 -	الحدود والمراهقة
203	
47 -	الحدود والوسائل مع الأبناء المراهقين
205	
48 -	كيف نفهم نمو المراهق من الناحية الإجتماعية والإنفعالية النفسية
207	

## الفهرس

الرقم	الصفحة
49 -	وضوح وفهم الأباء واحترام الأبناء للوقت ضروري لمراهقة مريحة
50 -	كيف نضع الحدود لابنائنا المراهقين؟
51 -	التدليل وأصدقاء السوء وخراب الأبناء
52 -	النتائج الطبيعية والمنطقية (لوضع الحدود للمراهقين)
53 -	ماذا فعل محمود بحريته المطلقة وكيف تجاوب والديه؟
54 -	الطريقة الديمقراطية الحازمة في التعامل مع الأبناء المراهقين
55 -	ماذا نفعل لكي نلائم قواعدنا التربوية مع أبنائنا لنا المراهقين؟
56 -	كيف كان جدول الإتفاق بين الأم وأبنتها المراهقة؟
57 -	كيف يختبر المراهق حدود والديه؟
58 -	كيف نواجه فوضى أداء الواجبات الدراسية لدى المراهقين؟
59 -	كيف يكون توزيع الأدوار في المنزل .. هل هو اجباري أم اختياري؟
60 -	رغبة الأبناء المراهقين في اتخاذ قراراتهم كيف يواجهها الآباء
61 -	كيف تطور قدرة المراهقين على الإختيار
62 -	ماذا قال الخبير التربوي للأب لحل مشكلته مع ابنه المراهق؟
63 -	كيف يمكن أن نعاقب المراهق ونزرع الثقة في نفسه معاً؟

---

رقم الناشر الدولي : ISBN 978-99901-94-39-5  
رقم الإيداع بإدارة المكتبات العامة : د.ع 2008/6957 م

---

