ما هو التصرّف الإيجابي من الأهل لمساعدة الطفل؟

◄لا شكّ أنّ الثقافة والمعرفة وحسن معالجة الأمور يؤدّي إلى نتائج إيجابيّة، فإذا تقبّلنا حالة الخوف عند الولد وراقبنا واستمعنا جيّداً وشرحنا للولد كلّ العوامل المحيطة به والمسبّبة لهذا الخوف وإلى أي مدى يمكن أن يسبّب الأذى والضرر أو عدمه نكون قد ساعدنا الولد على تجاوز هذه الحالة لأنّنا نكون قد شرحنا له بصدق ووضوح ما يمكن أن يكون ملتبساً في ذهنه وهكذا يستطيع أن يخرج من دائرة الخوف بعد أن تتضح له الأمور. بعض الأطفال يخافون من البرق والرعد ويرتعدون وكأن هذه الأنوار الساطعة القوية أو صوت الرعد المدوي يجعلهم يعيشون في رعب حقيقي، في هذه الحالة يتوجّب على الأهل التوضيح للولد أنّ هذا الذي يحصل أمر طبيعي وغالباً دون أن يسبّب الأذى ولا داعي للخوف وإن كان هناك بعض الإزعاج. إنّ طريقة الحوار والمناقشة تساعد الولد على تكوين فكرة جيّدة عمّا يحيط به، فمثلاً إذا قلنا للطفل أنّ عامل الخوف موجود عند كل الناس وأحياناً أي شخص يمكن أن يتعرّض للخوف من أمر ما ولكن يجب ألا يأخذنا هذا الخوف بعيداً بحيث ينغّص علينا حياتنا، فإذا تخيّلنا أنّ الأمر الذي يخيفنا قد يقتلنا أو يؤذينا بشكل كبير فإنّ هذا التخيّل قد يؤثر على أعصابنا وسيؤذينا فعلاً، لذلك يتوجّب على الأهل أن يفهّموا الطفل أن لا يذهب بعيداً في تخيّلاته كي لا يتعرّض لضرر مؤكّد نتيجة لذلك. إنّ معظم الأطفال يتابعون بعض البرامج التلفزيونية أو الأفلام وأحياناً كثيرة يكون فيها عنف ودماء تسيل، في هذه الحالة يجب أن لا نترك أطفالنا يتابعون هذه البرامج دون مراقبة، لأنّ وجود أحد الأهل بجانبهم

لمتابعة هذه البرامج ضروري وذلك لتغيير القنال أو إقفال التلفاز دون تردّد. بعض الأولاد يخافون من الحيوانات، لذلك يتوجّب على الأهل مرافقة أولادهم في بعض العطل إلى حديقة الحيوانات ليرى الطفل على كثب كيف تعيش هذه الحيوانات وكيف تتعايش مع بعضها بسلام، فقد يقترب الولد من الأسد أو النمر أو أي حيوان آخر دون أن يسببوا له أي أذى وبذلك يتعود على عدم الخوف من هذه المخلوقات. كثير من الأهل يقلقون كثيراً إذا أصاب ولدهم عارضٌ صحيّ ولو كان بسيطاً وهذا ما يجعله ضعيفاً في مواجهة المتاعب لأنّ الشخص سيتعرّض في حياته لكثير من المتاعب الصحية ويجب أن يعتاد أن يكون قويّاً ما أمكن ليتجاوز هذه المتاعب وإلا فإنّ الوهم سيقتله ولن ينفع دواء إلّا ما رحم ربي. أحياناً نمنع أولادنا من الخروج ونطلب منهم أن يبقوا دائماً أمام أعيننا لأننا نخاف عليهم هذا صحيح وجيّد ولكن كلما تقدم السن بالطفل من الطفولة المبكرة إلى الطفولة المتأخرة فهو بحاجة إلى نوع من الإستقلالية ويحتاج أن يلعب خارج البيت وأصبح له رفاق يبادلونه الحاجة للقاء واللعب معهم فيجب أن لا نحرمه من هذه المتعة ولكن على شرط أن نحدّد له الوقت الذي سيتغيّبه وأن يرجع إلى البيت قبل الغداء مثلاً أو قبل أن يحل الظلام. فمن ناحية نشجّعه على الإستقلالية ومن ناحية أخرى نعوّده على النظام. بعض الأطفال يتعرّضون لكوابيس أثناء النوم، وفي هذه الحالة يستيقظ الطفل مذعوراً وقد يترك فراشه ويقصد غرفة والديه أو إخوته لينام معهم، لذلك يستحسن عدم إطفاء النور كلياً في الغرفة التي ينام فيها الطفل، وإذا حصل وإستيقظنا على حركته وخوفه مما يتعرّض له يجب أن نجلس معه قليلاً ونحكي له حكاية تبعده عمّا يفكّر به وتشعره بالأمان، وإذا تكرّرت هذه الحالة ومحاولاتنا لم تجد نفعاً يجب مراجعة طبيب الأطفال فعسى أن يكون عنده النصيحة الشافية. أحياناً يسمع الطفل أنّ أحد أقارب العائلة قد مات وعندما يكون خارج المنزل يرى حيواناً ميتاً أو حشرة ميتة فيقفز إلى ذهنه هذا السؤال. ما هو الموت؟ ولماذا مات فلان أو لماذا مات هذا الحيوان أو هذه الحشرة. وهل يرجع من يموت، هنا يلعب الجواب الهادئ والرّصين دوراً في إفهام الطفل أنّ الموت كُتب على كلّ المخلوقات ولكن ليس اليوم أو غداً لذلك يجب أن نحافظ على صحّتنا جيّداً بأن نأكل وننام بشكل صحّي ومنظم وأن نقوم بنشاطات رياضية حتى نعيش عمراً طويلاً وبصّحة جيّدة. إنّ علماء النفس متفقون على أنّه يتوجّب على الأهل والمتابعين للطفل تزويده بالعادات والقيم الصحيحة حتى يكون في حالة نفسيّة مُرضية تؤهّله كلّما تقدّم به العمر أن يعيش سعيداً بذاته وأن يساعد غيره ويعطيه الفرصة للعيش السّعيد.► المصدر: كتاب أبنائنا من الطفولة المبكّرة إلى سن الرشد