

السلوك العدواني للأطفال.. كيف نحد منه؟



أثبتت الدراسات أنّ أفضل الوسائل للحد من سلوك الأطفال العدواني هو توفير بيئة منزليّة مستقرة وآمنة، مع الضبط الحازم؛ لكن بلطفه، لسلوكه ومراقبته وتتبعه طوال الوقت خلال عهد طفولته الباكر وأعوام ما قبل دخوله المدرسة. وأنّ كلّ مَنْ قد يشارك في رعاية طفل، فضلاً عن والديه، ينبغي له أن يكون مثلاً يُحتذى في سلوكه ويوافق على قواعد السلوك المتوقعة منه الالتزام بها في التعامل مع الطفل المعنى. وفي حالة مخالفة الطفل لأي من قواعد السلوك المهمّة التي يوصى بالالتزام بها يجب توبيقه في الحال حتى يفهم ما الذي بالضبط أخطأ في فعله.

- الأطفال بيئة خصبة للتعلّم:

الأطفال لا يعرفون قواعد السلوك بالمنزل قبل أن يتم تعليمهم لها من قبل والديهما، والصغرى من الأطفال شغوفون بطبعهم بلمس الأشياء واكتشافها، لذا من المنصوح به إخفاء المقتنيات والأشياء القيمة التي لا نريد أن يلمسوها عنهم أو إبعادها عن أيديهم، وقد يعين في هذا السياق تخصيص جزء منفصل من المنزل يمكن للطفل أن يلعب فيه بالكتُب والدُّمى.

وحتى يكن الضبط والتهذيب السلوكي للطفل أكثر فعالية ينبغي له أن يمارس بشكل مستمر وليس فقط عندما يسيء الطفل السلوك.

وفي الواقع يبدأ ضبط وتهذيب سلوك الطفل بابتسام الوالدين لصغيرهما وامتداح كلّ تصرف إيجابي ومناسب صدر عنه، وترسيخ وتشجيع الشعور لدى الطفل بأنّه محترم ومقدر وليس مُهاناً ومُحرجاً، سيساعد ذلك في أن يصغي الطفل لوالديه ويتعلّم منهما، بل ويبدّل سلوكه عند الضرورة.

إنّ الترسير الإيجابي لأشكال التصرف المرغوبة وتعليم الأطفال أشكال تصرف وسلوك بديلة، بدلاً عن الاكتفاء فقط بتوجيههم عند تصرفهم بصورة غير مرغوبة، هو دوماً السبيل الأكثر فعالية في تربيتهم.

- قدرة محدودة على السيطرة:

إنّ الطفل ليس له سوى قدرة طبيعية محدودة على السيطرة على ذاته وتصرفاته، لذا هو بحاجة لوالديه لكي يُعلّمه أنه لا يركل الأشياء أو يلجم للضرب أو العرض عندما يكون غاضباً، وإنما يحاول التعبير عن مشاعره من خلال استخدام الكلمات، كما ومن المهم له في هذا السياق تعلم التفرقة بين الإهانات الحقيقية والمحضية، وبين الدفاع المناسب عن حقوقه والمجاهدة بسبب دافع الغضب فحسب.

أدناه 6 نصائح للطريقة الأمثل لتعليم الطفل بصورة عملية كلّ ذلك:

مراقبة الطفل عن كثب عندما يدخل في نزاعات مع أقرانه في اللعب وعدم التدخل عندما تكون تلك النزاعات ثانوية، بل ترك الأطفال يحلونها فيما بينهم. ويتم التدخل الضوري هنا عند تحويل النزاع بين الأطفال إلى شجار بدني فعلي وعدم توقفه حتى من بعد إخبارهم بالكف عنه، أو حين يبدو أحد الأطفال في حالة هياج خارجة عن السيطرة تدفعه إلى العدوان على بعض الأطفال الآخرين بالضرب والعرض، عند ذلك ينبغي فك اشتباك الأطفال حتى يهدأوا.

في حالة عنف المشاجرة لدرجة متطرفة ينبغي وقف اللعب كلّياً وإفهام الأطفال أنّه لا عذر لهم لإيذاء بعضهم البعض.

لتجنب وضعيات الاحتكاك الخطيرة بين الأطفال ننصح الوالدين بتعليم أطفالهم طرائق للتعامل مع الغضب دون اللجوء لسلوك عدواني. ومما يعيّن هنا تعليم الطفل أنّ حل الخلافات عبر الحوار بالكلمات أكثر فعالية وتحصراً من حلها عبر العنف البدني، وامتداحه حين يتصرف بصورة مناسبة ووصفه بالتصوّف والعقلانية عند اتخاذه سبيلاً للحوار والكلمات بدلاً عن الضرب والعرض والكلمات عند مواجهته للنزاع والخلافات.

ذلك من المرغوب فيه دوماً مدح تصرف الطفل حينما يتصرف بشكل عطف ولهفة ومتفهم.

أيضاً ليس هنالك ما نع من إلزام الطفل بقضاء فترة راحة وهدوء حينما يكون سلوكه غير مناسب أو مستحب، غير أنّنا ننصح بعدم اللجوء إلى ذلك إلا عند الضرورة القصوى أو كحل آخر. وعند فعل ذلك يمكن إجلاس الطفل على كرسي أو الذهاب معه إلى مكان ليس فيه ما قد يشتت انتباذه أو ذهنه. بتلك الطريقة يمكن فصل الطفل عن سلوكه السيئ وإعطاؤه فرصة لتهيئة انفعاليه. ومن المفيد في هذا السياق إفهام الطفل بصورة موجزة وبسيطة، لماذا تمّ التعامل معه بتلك الصورة. وعند انتهاء فترة الراحة والهدوء تلك ومن بعد أن يهدأ الطفل ويسكن، يكون الطفل قد تعلم أنّ تلك الفترة تعني "الهدوء والسكينة".

وبحسب رأي الخبراء والمحترفين، يمكن تحديد مدة فترة الراحة والهدوء المعنية وفق عمر الطفل وذلك بحسب فترة دقيقة لكلّ عام من عمره، فإن كان عمره 3 أعوام مثلاً تحدد تلك الفترة بثلاث دقائق في كلّ مرّة.

ومن الوسائل الأفضل لتعليم الطفل حُسن السلوك والتصريف، سيطرة والديه على انفعالاتهما أما ماه بحث لا يبدي أي منها غضبه بصورة عنيفة أو عدوانية، مما يشجع الطفل على أن يحذو حذوهما في ذلك، وإذا اضطرَّ أحد الوالدين تأديب أحد أطفاله ينبغي له أَلا يشعر بالذنب بسبب ذلك، وإنَّا فإنَّ الطفل المعنى قد يحس باختلاط مشاعره ومن ثم قد يقنع نفسه بأَنَّه لم يكن مخطئاً فيما فعل وإنَّما "المخطئ" في ذلك هو مَن حاول تأديبه من الوالدين، وضرورة التأديب هنا كائنة في أنَّ الطفل بحاجة إلى أن يفهم أَنَّه مخطئ عندما يكون مخطئاً حتى يتمحَّل مسؤولية أفعاله ويصبح مستعداً لتقبل وتحمل نتائجها.

ماذا يفعل الوالدان عندما يصبح أحد أطفالهما عدواً؟ بصورة غير اعتيادية لأكثر من أسابيع ولا تجدي محاولاته في التعامل مع حالته تلك؟

عند ذلك ننصح الوالدين باستشارة طبيب الأطفال الخاص بهما، ومن العلامات المُنذرة في هذا السياق:

- تسبب الطفل المعنى في إيذاء نفسه أو آخرين.
- عدواً له على والديه أو آخرين راشدين آخرين.
- طرده من المدرسة أو منعه من اللعب مع الأطفال الآخرين من قبل الجيران أو المدرسة.
- خشية والديه بشأن سلامة وأمان مَن هم حوله.

سيقوم الطبيب المعنى باقتراح عددٍ من وسائل لضبط سلوك الطفل وسيساعد والديه على تقرير ما إن يكن يعاني من اضطرابات سلوكيَّة حقيقية. وفي حالة ثبوت معاناته من تلك الاضطرابات قد ينصح الطبيب بتحويله لمعالج نفسي. وفي تلك الحالة ستجرى مقابلات معه ومع والديه وقد يتم تتبع ودراسة تصرفاته في بيئات مختلفة مثل بيئات المنزل والمدرسة والتعامل مع الراشدين والأطفال الآخرين.

وبناءً على ذلك، سيوضع للطفل برنامج من شأنه عونه على السيطرة على سلوكه والتحكم فيه، تجرب وفقه وسائل عدة لاكتشاف مدى فعاليتها في ذلك ومن ثم تستخدم الأكثر فعالية من بين تلك الوسائل معه، في المنزل وخارج المنزل، بهدف معالجته من سلوكه العدواني.

تجدر الإشارة هنا إلى أنَّ تقدِّم الطفل في العلاج وفق ذلك البرنامج قد يكن بطيناً، عليه نتبه إلى أنَّ أمثل تلك البرامج تفلح أكثر في إنجاز المراد منها عند الشروع فيها باكراً أو في أوان بدء الاضطرابات السلوكيَّة لدى الطفل في الظهور والتمساح.