ان من الصعب ان تكون أبا" او اما" , هناك أوقات تمر على الابوين يشعران فيها بالقلق والاضطراب والارتباك , ان الابوان بحاجة الى دعم المختصيين ونصيحتهم فيما يتعلق بتنشئة الطفل , تهدف هذه المقالات الى تزويد الوالدان وغيرهم من المختصين بالاسرة والطفل بمعلومات وأساليب مفيدة للتعامل مع المشكلات السلوكية للأطفال العاديين .

السلوك غير الناضج / الطفل غير الناضج هو طفل لم ينمو سلوكيا ونفسيا واجتماعيا وانفعاليا , وفقا لبعض الأساسيات

 المتعارف عليها مثل تأخر الطفل في جانب من جوانب النمو وإصدار سلوك طفولي لايناسب عمره , ينمو الأطفال بشكل غير متساوي فقد يكونوا ناضجين في جانب ما وغير ناضجين في جانب اخر مثلا" يكون الطفل مرتبا" منظما " في المدرسة بينما يكون كثير الفوضى والشكوى في المنزل , ان انتقاد هذا السلوك الغير ناضج قد يزيد المشكلة في حين يساعد الطفل الدعم النفسي والعاطفي والتشجيع على عبور هذه الازمة والتخلي عن السلوك الغير ناضج تدريجيا"

النشاط الزائد / حركات جسمية كثيرة متنوعه دون الحد الطبيعي مقارنه بالأطفال الاخرين , مثلا" طفل كثير التجول والحركة في مكان معين تسلق الأثاث , فشل الطفل في أي مهمه يكلف بها وهو نادرا مايجلس هادئا" , ان من الضروري تحديد السبب من إصابة الطفل بالنشاط الزائد ويعد الفحص الطبي مهما ومراجعه تاريخ الاسرة .

ان مساعدة الطفل على التخلص من هذا السلوك في توفير بيئة صحية للطفل تبدا اثناء فترة الحمل او تعاطي الام للعقاقير والأدوية او تعرض الام للتوتر والقلق الشديد مرتبطة بالنشاط الزائد في السنوات الأولى لعمر الطفل كذلك تعزيز إيجابي للطفل في السنوات الأولى من عمر الطفل والثناء على أي انجاز واستخدام التعزيز اللفظي للسلوك المناسب , يجب ايحرص الوالدان على ابراز أي سلوك إيجابي يقوم به الطفل مدح وثناء كذلك الاتفاقيات أي الاتفاق على تقديم مكافاه مقابل السلوك المرغوب الذي يسلكه الطفل ويجب ان تكون المكافاه فورية ومتكررة لكن بمقادير صغيرة وصولا الي السلوك النهائي المراد تثبيته .

نموذج اتفاقية بسيط يمكن للوالدين تنفيذه للاعمار من 6-10 سنة

( أوافق على ان احصل على مفاجئة سارة او حلوى اذا نجحت في اخذ علامات صح في الجدول )

توقيع الوالدان توقيع الطفل

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المهمات  | **الاحد**  | **الاثنين**  | **الثلاثاء** | **الأربعاء** | **الخميس**  | **الجمعه**  | **السبت**  |
| ترتيب الفراش صباحا"  |  |  |  |  |  |  |  |
| الاستحمام  |  |  |  |  |  |  |  |
| اكمال الواجبات المدرسية  |  |  |  |  |  |  |  |

 السلوك المتهور / يتصرف الأطفال بشكل متهور بشكل مفاجئ وكذلك يمكن ان يتحدثوا عن نتائج هذه السلوكيات اذا تم سوالهم من قبل الوالدان والسبب ان هولاء الأطفال لايستطيعون الانتظار لاشباع احتياجاتهم المختلفه , هولاء الأطفال لايخططون للمستقبل حيث ان الفئة العمرية ( 8-9 ) اكثر فئة يكون فيها السلوك المتهور , ان أسباب هذه السلوكيات منها عضوي داخل الدماغ او وراثي او تأخر النمو في الخلايا العصبية من ناحية التكوين , وقد يولد الأطفال بهذا النمط السلوكي , كذلك هناك الأطفال المتشائمين الذين يشعرون بالحزن دائما فهم يختارون المكافات الفورية الصغيرة عكس الأطفال السعداء يختارون المكافئة الأكبر حتى لو كانت تاتي بوقت متأخر , ان علاج هذا السلوك تعليم الطفل تأجيل اشباع حاجاته أي الانتظار أي تأجيل المكافاه , والهدف هو ان يصبح الطفل قادر على انتظار المكافاه يرافق هذا الانتظار كمية قليلة من التوتر والغضب , وبالاصرار يعلم الوالدان الأطفال ان لديهم القدرة على الانتظار لفترات أطول من الوقت , ان الانتظار شيء صعب لدى الطفل على الوالدان ان يكونا محايدين حتى يتعلم الطفل الانتظار وهو جزء ضروري من عملية نضج الطفل وان استخدام الألعاب وسرد القصص والرسم والتمثيل يساعد في تشجيع الطفل على تعلم الانتظار مثلا قصة باجزاء متعددة كل يوم جزء وصولا الى نهايتها , يجب على الوالدان ان يوضحان للطفل ان عدم الصبر في الحصول على الأشياء يسبب مشكلات وازعاج للاخرين كذلك تعليم الطفل أسلوب حل المشكلات مثلا" اذا أراد طفل من صديقه ان يلعب معه ورفض صديقه فقد يغضب الطفل ويحزن ويحاول ان يجبر صديقه على اللعب , هنا دور الوالدان في مناقشة الطفل لاستعمال طريقة أخرى يكسب بها صديقه للمشاركة في اللعبه مثلا اقتراح لعبة أخرى من قبل الوالدان تكون بالمشاركة مقبولة لدى الاثنان , هنا ننبه على الوالدان عندما يرون ردة فعل الطفل المحزنة المولمة ولايعرف ماهي الخطوات اللازمة لكي يحل المشكلة مع صديقه حول اللعب المشترك تصدر بعض تعليقات الوالدان ( حلو المشكلة بينكم ) هذه التعليقات تسبب الإحباط والعجز لدى الطفل نتيجة فشل محاولاتهم , هنا يقوم الوالدان تعليم الطفل كيف يتحدث مع نفسه ويستعمل هذا الأسلوب لتاخير اشباع حاجة اللعب وان ينتظر دوره مثلا ان لاياكل الحلوى قبل العشاء ولايقاطع حديث والداه , على الوالدان ان يكونا نموذج في استخدام الحديث مع النفس مثلا يقول الاب لنفسه امام الطفل يجب علية ان اصحوا مبكرا غدا في الساعه السادسة صباحا لدى عمل مهم وهكذا .

**السيرة الذاتية :**

احمد جمال احمد

باحث نفسي / ماجستير ارشاد نفسي جامعة البصرة

هيئة الرعاية والطفولة البصرة