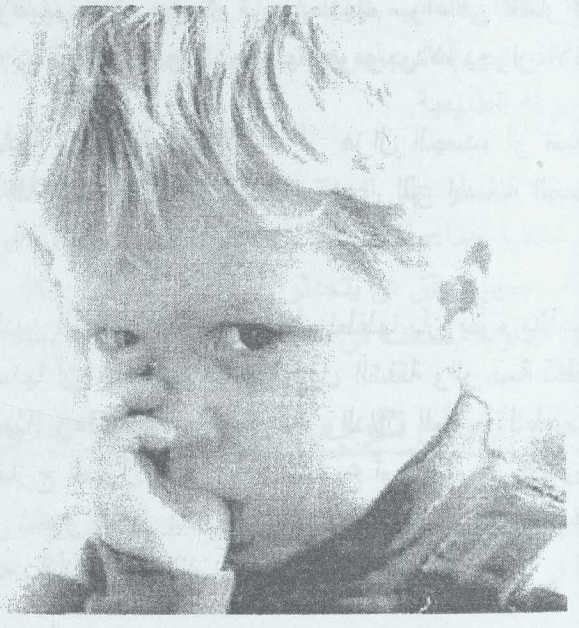
الطفل الخجول والانطوائى

الطفل الخجول والانطوائى

أ.هيام حمدى العنانى

تتفق الآراء التربوية على أهمية مرحلة الطفولة فى بنـــاء شخصية الإنســـان المستقبلية، فإذا ما واجه تربية الطفل أى خلل فإن ذلك سيؤدى حتمًا إلـى نتائج غير مرضية تنعكس ســلبًا على الفرد والمجتمــع معًا ومشكلة الخجل التى يعانــى منهــا بعـــض الأطفال يجب على الوالدين والمربين مواجهتها وتداركها.

فكثير من الأطفال يشبون منطوين على أنفسهم، خجولين يعتمدون اعتمادًا كامــلاً على والديهم، ويلتصقون بهم، لا يعرفون كيف يواجهــون الحــياة منفردين، ويظهر ذلك بوضــوح عند بداية احتكاكهم بالعالم الخارجى كالمدرســة والنــادى والشــارع، والطفـــل الخجول يقـــول عنه الأطبـاء إنه طفل لديه حالة عاطفية وانفعالية معقدة تنطوى على الشعور بالنقص، وهـــو طفل متردد فى قراراته منعزل، وسلوكه يتسم بالجمود والخمول، وينمـــو محدود الخبرة لا يستطيع التكيف مع الآخرين.



وتعد الوراثة أحد الأسباب الرئيسة لولادة طفل خجـول.. ومن الأسباب الرئيسة أيضًا:

• الأطفال الذين يعانون من حرمان من احتياجاتهم الأساسية مثل : المأكل، والمشـــرب، ومكان النوم الملائم (المسكن)، وسوء التغذية، وسوء العلاج الصحى، أو الطبى.

• الحرمان العاطفى : كغياب الحنان، والدفء، والتعامل الرحيـم مع الطفل ووضعه فى أولويتنا (عدم الرضاعة، أم تتكلم فى الهاتف وتطعم ابنهـا بزجاجـة اللبن من بعيد.. إلـخ)، فمن الضرورى مخاطبة الطفل، وإشعاره بالارتبـاط النفسى المعنوى، خاصة فى حالة إعطائه وجبة غذائية، أو تبديل ملابسه، فالطفل لديـه القـدرة على تخزين هذه المضامين، فيعكسها فـــى مرحلة يكون فيها قادرًا على الحديث والتكلم.

• الحرمان التربوى : ونقصد هنا ضرورة تهيئة الجو المناسب والمستلزمات المناسبة للطفل لتنميته فكريًا، وعقليًا مثل : الألعاب، وضرورة تواجد الوالدين فترة معينة خلال اليوم مع الطفل لإكسابه معايير تربوية جديدة.

• مخاوف الأم الزائدة فى حماية أطفالها، فهذه المخاوف تساعد فى نمو صفة الخجل فى نفسية أبنائها، حيث ينشأ الأبناء ولديهم خوف من كل ما يحيط بهم سواء فى الشارع أو مع الأقران، ويتولد لديهم شعور بإن المكان الآمن الوحيد لهم هو وجودهم بجوار الأم.

• عيوب الطفل الجسمية أو المادية مثل : قصر القامة، أو هزال الجسد، أو ضعف السمع، أو السمنة المفرطة، أو قلة المصروف كلها أمور تؤدى إلى إصابة الصغار بالخجل فى مواجهة الآخرين.

• التدليل المفرط من جانب الوالدين للطفل كعدم سماح الأم لطفلها بأن يقوم بالأعمال التى أصبح قادرًا عليها اعتقادًا منها أن هذه المعاملة من قبيل الشفقة والرحمة للطفل، وعدم محاسبتها له حينما يفسد شيئًا، وهذه المعاملة المتميزة والدلال المفرط للطفل من جانب والديه بالطبع لن يجدها خارج المنزل، سواء فى الشارع أو الحى أو النادى أو المدرسة؛ فغالبًا ما يؤدى ذلك إلى شعور الطفل بالخجل الشديد، خاصة إذا قوبلت رغبته بالصد، وإذا عوقب على تصرفاته بالتأنيب، والعقاب، والتوبيخ.

• أكــثر فئـة من الانطوائيين الأطفال الذين يعانـون حالات التنكيل الجسدى والنفسى والجنسى وحالات الإهمــال، هذه الفئــة أكثر تعرضًا لهذه الظاهــرة، وخاصة الأولاد المعنفين جنسيًا.

ويمكننا أن نقي أطفالنا من مشــاعر الخجل والانطــواء على الذات من خلال اتبــاع التعاليم الآتية:

* توفير جو هادىء فى المنزل بعيدًا عن التوتر وعدم تعريضهم للمواقف التى تؤثر فى نفوسهم وتشعرهم بالقلق والخوف وعدم الاطمئنان. ويتحقق ذلك بتجنب القسوة فى معاملاتهم، وبتجنب المشاحنات والمشاجرات التى تتم بين الوالدين.

* يتحتم على الآباء أن يوفروا لأولادهم الصغار قدرًا معقولاً من الحب، والعطف، والحنان، وعدم نقدهم وتعريضهم للإهانة أو التحقير، وخصوصًا أمام أصدقائهم، أو أقرانهم؛ لأن النقد الشديد والإهانة أو التحقير – وخصوصًا أمام أصدقائهم - يشعر الطفل بأنه غير مرغوب فيه، ويزيد من خجله وانطوائه.

* ابتعاد الآباء عن إظهار قلقهما الزائد على أبنائهما، وإتاحة الفرصة أمامهم للاعتماد على أنفسهم، ومواجهة بعض المواقف التى قد تؤذيه بهدوء وثقة، فكل إنسان - كما يؤكد علماء النفس- لديه غريزة طبيعية يولد بها تدفعه للمحافظة على نفسه وتجنب المخاطر؛ وبالتالى فهو يستطيع أن يحافظ على نفسه أمام الخطــر الذى قد يواجهه بغريزته الطبيعية.

* تعويد الطفل على الحياة الاجتماعية سواء باستضافة الأقارب فى المنزل، أو إشراكه فى ألعاب جماعية، أو مصاحبتهم لآبائهم وأمهاتهم فى زيارة الأصدقاء والأقارب، أو الطلب منهم برفق أن يتحدثوا أمام غيرهم، سواء كان المتحدث إليهم كبيرًا أو صغيرًا، وهذا التعويد يضعف فى نفوسهم ظاهرة الخجل ويكسبهم الثقة بأنفسهم.

وعلى الأم أن تقوم بالآتى مع طفلها الخجول:

* أن تمتدح كل إيجابياته الاجتماعية كمساعدته لأحد إخوته، أو اللعب معهم، أو حين يبدأ في الحديث مع الآخرين.

* تحاول تدريبه على كيفية الثقة بنفسه من خلال التحدث عنه أمام الآخرين بفخر وإعزاز، وتركه يتصرف فى شئونه بطريقته دون أن تُملى عليه ما يجب أن يفعل.

* لا تتدخل لتدافع عنه فى المواقف الخلافية بينه وبين إخوته، بل تدعه يتصرف من تلقاء نفسه، حتى لو تعرَّض إلى الضرب، والحالة الوحيدة التى يمكنها التدخل فيها إذا كان هناك خطر ما يتعرَّض له أحد المتشاجرين.

* تشجيعه على ممارسة أى نوع من أنواع الرياضة، فهذا يمنحه لياقة بدنية، فيزداد ثقة بنفسه.

* تشجيعه – فى بعض الأحيان - على اللعب مع بعض أقاربه، أو جيرانه، أو زملائه بالمدرسة الأصغر سنًا (أصغر بسنة أو سنتين فقط بحد أقصى)، حتى يتعلم القيادية لا التبعية.

*أن تحاول أن تمثل مع أولادها لعبة الضيوف، كلٌّ له دور، ومن خلال هذه اللعبة يمكنها أن تعلّم ابنها كيف يحسن التصرف سواء كان ضيفًا أو مضيفًا.

* عليها أن تترك للطفل الحرية فى اختيار أصدقائه وطريقة لبسه حتى فى حالة عدم موافقتها على هذه الطريقة.

المدرسة ودورها مع الطفل الخجول والانطوائى:

كانت المدرسة ومازالت الشق المكمل للأسرة، ونظرًا لأهمية دور الإخصائى وكذلك المعلمين فإنه يستوجب على المدرسة أن لا تكتفى بدورها التعليمى فقط بل، تعمل على تحقيق دورها التربوى كذلك، فبالملاحظة يستطيع المعلم والإخصائى أن يلاحظا انعزال طفل ما عن أقرانه أو تفاعله معهم. بتلك الملاحظة والتى لا تحتاج لجهد كبير نستطيع علاج أى خلل فى شخصية أطفالنا، فمن الضرورى أن يكون للمدرسة دور مع الوالدين ولا يقتصر هذا الدور على الشكوى من النشاط الزائد أو سباب الطفل لزملائه، وإنما يقتضى الشراكة فى التربية. فكما تعقد مجالس الآباء جلسات جماعية يفترض من المدرسة أن تعد جلسات منفردة مع الوالدين فى حالة ملاحظة أى سلوك غريب على الأطفال، أو حتى كنوع من المتابعة.

يحاول الإخصائي التعرف على والدى الطفل جيدًا ليدرك مستواهما الثقافى والاجتماعى حتى يتمكن من تحديد مستوى الخطاب معهما ،ومن ثم يستطيع توجيههما للطريقة المثلى للتعامل مع طفلهم المنطوى عن طريق:

* مدهما بالأساليب التربوية الحديثة.

* إعداد دورات تثقيفية عن الطفل المنطوى.

* لفت أنظارهما للطريقة المثلى للتعامل مع المنطوى.

* إرشاد الوالدين لبعض الدورات أو الندوات حول النضج الوجدانى والمهارات الاجتماعية.

* يعمل الأخصائى بما أوتى من حرفية ومؤهل دراسى متخصص لتوجيه النصح للوالدين مثل:

- أن لا يعملا على إلصاق صفة الخجل بطفلهم : فبعض الآباء حينما يحرج من طفله يقول للضيوف "أرجو أن تعذروه، فهو خجول" ذلك يضاعف إحساس الطفل بانطوائه، بل قد يشعر بأنه معفى من محاولة تغيير سلوكه.. من هنا يبدأ الأخصائى بتصحيح وتوجيه الآباء فى موقف كهذا، فمن الأفضل القول "إنه لا يعرفكم جيدًا، وسوف يحدثكم بالتأكيد فى المرة المقبلة".

- يوجه الإخصائى الوالدين بكيفية التعامل مع أبنائهم من خلال تحديد السلوك المنتظر من الطفل الخجول مثل : "إذا كنا لا نرغب فى محادثة الآخرين فمن واجبنا على الأقل إلقاء التحية" مع دعمه بالتشجيع كلما بادر بإلقاء التحية من نفسه.

- ينصح الإخصائى الوالدين بأن لا يتحدثا بالنيابة عن طفلهم المنطوى حتى لو لم يجب عن الأسئلة الموجهة له، بل يحاولا أن يوصلا الصورة العكسية للطفل بشكل مبسط ولطيف كأن يقولا : "ماذا لو كنت مكان فلان السائل؟"

- يوجه الإخصائى الوالدين بضرورة إعادة الثقة بنفسه من خلال الإطراء الصادق والمحدد مثل: "إنى أحب أسلوبك الفكاهى" أنت ناجح فى الألعاب الرياضية.. وعليك استكمال المشوار".

- يدعو الإخصائى الوالدين للعب مع طفلهم خصوصًا لو كانت هناك لعبة يستطيع أن يخبئ بها وجهه مثل " قناع لوجه أسد "، ويعمل الطفل على الانقضاض على والديه مع إصدار زئير الأسد ويمثل الوالدين الخوف منه مثلاً.

- يذكرهما أن الإفراط فى عتاب الطفل وإلقاء اللوم عليه وفرض العقاب المستمر والزجر، الألقاب الساخرة كلها تعمل على تشكيك الطفل فى ذاته. وعلى النقيض تمامًا

ربما كانت الحماية والحرص الشديدين والخوف المبالغ فيه من قبل الوالدين على طفلهم يجعل منه هشًا لينًا خائفًا من خوض أية تجربة.

ـ لو كان الطفل به إعاقة ما أو تأتأة، أو عيب خلقى يلفت الإخصائى نظر الوالدين لضرورة أن يعملا على أن يتقبل الطفل إعاقته نفسيًا، أو كان الوالدان والإخوة يسخرون من إعاقته تلك فبالتأكيد سيشعر الطفل أنه أقل من أخوته وزملائه فيفضل الانعزال والانسحاب.

ـ من خلال الجلسات مع الوالدين يستطيع الإخصائى إدراك بعض المفارقات او المتناقضات فى الأسرة فيعمل بخبرته ومؤهله على تفاديها مثل تفرقة الوالدين بين الإخوة تدفع الطفل للانطواء فطرافة، أو تفوق، أو لباقة، أو وسامة أحدهم على الآخر تجذب الأنظار إليه فيضطر "المحروم" (الطفل المنطوى) من تلك الصفات أن يتوارى تفاديًا للاستماع للمقارنة بينه وبين أحد إخوته.

ـ كذلك الحال فى الخلافات العائلية، فإذا أدرك الإخصائى ذلك فعليه توجيههما لكيفية إدارة الخلاف أمام أطفالهم؛ لأن ذلك لا يشعرهم بالأمان بل يسلب من برائتهم الكثير ويفقدهم الثقة فى والديهم.

ـ ينصح الإخصائى الأسرة بتكثيف التزاور بين الأهل والجيران أو العمل على إشراك الطفل فى نادى رياضى أو اجتماعى أو مراكز لتنمية المواهب.

ـ يدرب الإخصائى الوالدين على فن الاستماع لطفلهم، وكيفية إثابته والربت على كتفه.

ـ يحاول الوالدين رواية ذكرياتهم المدرسية لطفلهما الخجول، وشرح العلاقة بينهما وبين أصدقائهم، وكيف كانا يلعبان فى المدرسة، وهكذا ... فتلك الطريقة المثلى لدمج الطفل فى مدرسته لأنه إما سيعاود الكرة ليسأل والديه عن موقف ما فى المدرسة، أو يبدأ هو بسرد أحداث يومه فى المدرسة.

كل ما سبق وغيره يعمل على تكوين شخصية الطفل فإن لم يتدارك الإخصائى مع الوالدين الأمر عملاً على دفع الطفل للانسحاب من الحياة وتعمق بداخله الشعور بالنقص و انعدام الثقة بالنفس، وتنعدم لديه القدرة على التعبير عن مشاعره، وشعوره بالذنب على الدوام.

دور المدرسة مع الطفل المنطوى

نظرًا لأن المدرس يلاحظ الطفل لساعات طويلة مما يحتم تعاون المدرسة مع الأسرة فى تشجيع الطفل المنطوى على التفاعل مع زملائه ومشاركتهم اللعب، فالمدرس مثلاً يعمل على تشجيع الطفل على الإجابة والحوار والمناقشة داخل الفصل، بل ومدحه وإثابته على ذلك.

* يفترض ألا يحاول المعلمين إلصاق صفة "الانطوائية" بالطفل المنطوى كأن يسأله "لماذا لا تلعب مع زملائك؟ لماذا ليس لك أصدقاء"؟

* يحاول المدرسون إشراك زملاء الفصل فى دعوته لرحلة مدرسية أو الاشتراك فى إعداد حفلة ما.

* دمج الطفل مع أقرانه خصوصًا فى الألعاب الجماعية، فمثلا : يتم إشراك الطفل فى لعبة يشترك فيها فى البداية أطفال مألوفون ومعروفون جـدًا بالنسبة له، ثم يتم بعد ذلك إدخال طفل غريب إلى اللعبة يعقبه طفل غريب آخر وهكذا، وفى منتصف اللعبة ينسحب الأطفال المألوفون ويبقى الأطفال الغرباء وحدهم مع الطفل الخجول، وبهذه الطريقة يعتاد الطفل بالتدريج على التعامل مع الآخرين حتى لو كانوا غير مألوفين بالنسبة له.

* إشراك الطفل فى مسرحيات المدرسة مرتديًا قناعًا أو زيًا يتنكر فيه.

* على المعلم والإخصائى المتعاملين مع الطفل أن يثنيا على أعمال الطفل المنطوى مهما كانت بساطتها، ويحاولا إبراز أعماله الفنية فى معارض المدرسة مثلاً مقرونة باسم الطفل وصورته.

* إذا كان انطواء الطفل بسبب إعاقة جسدية فإن دور الإخصائى يكون مضاعفًا مع الطفل ومعلميه فسيدعو الإخصائى المعلمين لإشراك الطفل فى الإجابة على الأسئلة الدراسية متغاضين تمامًا عن إعاقته أو إبداء أى نظرة تعاطف أو شفقه عليه.

* قد يستعين الإخصائى بمشاركة زملاء الطفل ليعملوا على دمجه فى المدرسة كأن يطلب الإخصائى من أحد الزملاء أن يتقرب منه ويشركه فى عمل أو نشاط ما.

* إذا لم يستطع الإخصائى تقويم المنطوى فعليه أن لا ييأس من تكرار المحاولة مرة أخرى، لكن هذه المرة بعد أن يعمل على نقل الطفل لفصل آخر إذا وجد من يستطيع الطفل المنطوى الاندماج معه لتشابه الحالة أو الإعاقة، أو ليحيله بالتعاون مع والديه لطبيب نفسى يعمل على علاج الطفل من خلال جلسات إرشادية.

يتبقى أن نذكر أن المنطوى طفل يحتاج للكثير من الرعاية والاهتمام المقننين فلا إفراط ولا تفريط ، وأن دور المدرسة لم ولن يقتصر أبدًا على التلقين التعليمى فقط، بل هو دور تربوى إصلاحى مشترك مع دور الأسرة بالتأكيد.