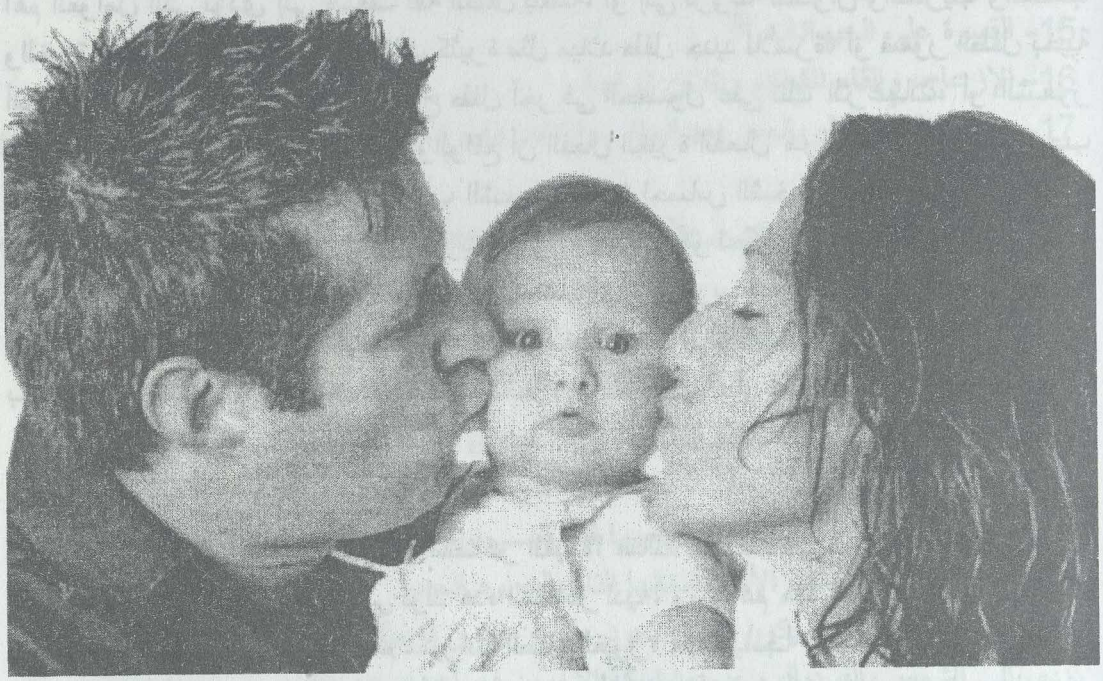
الغيرة عند الأطفال : المشكلة والحل

الغيرة عند الأطفال : المشكلة والحل

أ. وفاء الشاذلى



الغيرة إحدى المشاكل النفسية والمشاعر الإنسانية الطبيعية عند الطفل، فالقليل منها تشكل له دافعًا نحو التطور والمنافسة، لكن الكثير منها يفسد الحياة. ويعتبر السلوك العدوانى والأنانية أثر من الآثار الناجمة عن الغيرة عند الأطفال، وقد تصبح عادة تظهر بصورة مستمرة، وهنا تصبح مشكلة، فعلى المهتمين بالتربية السليمة للطفل أن ينتبهوا لهذه المشكلة، ومظاهرها، والوقوف على أسبابها، والتمييز بينها وبين الحسد، وكيفية علاجها.

تعريف الغيرة :

هى العامل المشترك فى الكثير من المشاكل النفسية عند الأطفال، ويقصد بذلك الغيرة المرضية التى تكون مدمرة للطفل، والتى قد تكون سببًا فى إحباطه وتعرضه للكثير من المشاكل النفسية. فالغيرة تعد حالة انفعالية يشعر بها الطفل، ويحاول إخفاءها، ولا تظهر إلا من خلال أفعال سلوكية يقوم بها؛ و الغيرة عند الأطفال هى مزيج من الإحساس بالفشل وانفعال الغضب؛ وتعد الغيرة أحد المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب؛ ولذلك يجب على الوالدين تقبل سلوك الغيرة عند الطفل كحقيقة واقعة، وفى نفس الوقت لا يسمحان بزيادتها، فالقليل من الغيرة عند الطفل حافز على المنافسة والتفوق، أما الكثير منها فيضر بشخصية ونمو الطفل، وما السلوك العدائى والأنانية والارتباك والانزواء إلا أثر من آثار الغيرة على سلوك الأطفال. ولا

يخلو تصرف طفل من إظهار الغيرة بين الحين والحين.... وهذا لا يسبب إشكالاً إذا فهمنا الموقف وعالجناه علاجًا سليمًا. أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك، وتظهر بصورة متكررة فى الأسرة تصبح مشكلة، ولاسيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة. والغيرة من أهم العوامل التى تؤدى إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب والغيرة شعور مؤلم يظهر فى حالات كثيرة مثل ميلاد طفل جديد للأسرة، أو شعور الطفل بخيبة أمل فى الحصول على رغباته، ونجاح طفل آخر فى الحصول على تلك الرغبات، أو الشعور بالنقص الناتج عن الإخفاق والفشل. والواقع أن انفعال الغيرة انفعال مركب، يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب، وقد يصاحب الشعور بالغيرة إحساس الشخص بالغضب من نفسه ومن إخوانه الذين تمكنوا من تحقيق مآربهم التى لم يستطع هو تحقيقها. وقد يصحب الغيرة كثير من مظاهر أخرى كالثورة، أو التشهير، أو المضايقة، أو التخريب، أو العناد، والعصيان، وقد يصاحبها مظاهر تشبه تلك التى تصحب انفعال الغضب فى حالة كبته، كاللامبالاة أو الشعور بالخجل، أو شدة الحساسية، أو الإحساس بالعجز، أو فقد الشهية، أو فقد الرغبة فى الكلام.[1]

مظاهر الغيرة

كيف تعرف أنَ طفلك يعانى من مشاعر الغيرة؟ هنالك العديد من المظاهر السلوكية التى قد يمارسها الطفل فتدل على تولد هذه المشاعر لديه، ومن أهم هذه المظاهر ما يلى :

1- العدوانية : فالعدوانية من أهم مميزات الطفل الغيور؛ حيث يلجأ الطفل إلى رفع صوته للحصول على ما يريد، وقد يصل الأمر إلى ضرب أشقائه الآخرين أو حتى المولود الجديد.

2- النكوص والتراجع إلى مراحل عمرية سابقة، كتبول الطفل على نفسه بعد أن يكون قد تجاوز هذه المرحلة، أو قد يطلب الأكل مثل أخيه الصغير أو قد يتكلم كالأطفال الأصغر منه سنا... إلخ؛ وكل هذا الأمر فقط ليشعر والديه بأنه يحتاج إلى الرعاية والاهتمام كأخيه الصغير.

3- الإنطوائية : حيث يميل الطفل الغيور فى بعض الأحيان إلى الصمت والانزواء عن الآخرين.

4- تغير مزاج الطفل الذى يصاحبه حالة من قلة النوم، وفقدان الشهية، ونقص الوزن، والصداع والشعور بالتعب، وقد يتطور الأمر إلى حدوث تقيؤ واضطرابات معوية.

5- البكاء والانفعال والخوف الشديد؛ فقد يخاف الطفل مثلاً من الذهاب إلى الحمام وحده، ويخاف من الظلام، ومن الذهاب للمدرسة.[2]

6- يظهر الطفل الغيور مشاعر عدم الرضا بشكل عام : نتيجة شعوره بأنه فقد الحب و الحنان الذى كان يحظى به من والديه.

7- طلب شراء وامتلاك كل ما يتم شراؤه للأخ الأصغر....

8- تقلب مزاج الطفل وعدم الرضا بالهبات التى قد تقدم له من المحيطين مهما كانت غالية الثمن كمحاولة منهم عن تعويضه بما فقده من حنان، و إن قبلها فيكون ذلك وقتيًا، و سرعان ما يتذكر الهبة الأكبر التى فقدها وهى حضن الأم الدافئ التى لا يستبدل بها أى ثمن.

9- فى حالات قليلة قد يتمارض بعض الأطفال الكبار لكسب عطف واهتمام الوالدين.[3]

10- الشعور بالخجل وشدة الحساسية.[4]

11- الاكتئاب.
12- التخلف المدرسى.
13- عدم احترام ملكية الغير.
14- إلقاء أشياء من النافذة أو الشرفة.
15- القسوة على الحيوانات.(5)
16- الإزعاج، وإلقاء الشتائم وإقلاق الراحة.
17- عندما يتقدم الطفل بالعمر بعد العاشرة تأخذ الغيرة شكل التجسس والوشاية والإيقاع بالآخرين.(6)
18- غيرة الطالب الراسب من زملائه الناجحين، ويحاول الانتقام منهم عن طريق لصق التهم بهم وإذاعة الشائعات عنهم.(7)

أسباب الغيرة

1- ولادة أطفال جدد دون التمهيد للطفل الأول : فيؤدى ذلك إلى ظهور عاطفة الغيرة لدى الطفل الأكبر، وهذا يكون راجعًا إلى أن الطفل الأكبر كان مستأثرًا بالحب والحنان واهتمام الأبوين، وفجأة يجد حب وحنان الأبوين واهتمامهما قد انقسم بينه وبين أخيه، بل قد يتعرض لبعض الإهمال، خاصة من جانب الأم لانشغالها التام بالمولود الجديد.
2- الشعور بالفردية : قد يكون الطفل تعود على أن يكون له ملكيته الخاصة لفترة طويلة، فهذا يؤدى الى الشعور بالفردية، وعدم مشاركة الآخرين فى أغراضه؛ لذلك يجب تعويد الطفل على الألعاب المشتركة بين الأخوين وتقاسم الألعاب.
3- وجود الطفل فى بيئة فقيرة وأصحابه فى بيئة مترفة : تتولد الغيرة الطبقية، فالطفل يشعر بأنه محروم خلاف الطفل الآخر.(8)
4- المقارنة الهدامة بين الأطفال سواء كان بالصراحة أو السلوك.
5- المشاجرات المستمرة بين الوالدين.
6- خوف الطفل إذا فقد بعض امتيازاته أو احتياجاته الأساسية كالحب والعطف مثلاً.(9)
7- ضعف ثقة الطفل بنفسه يشعره بالإحباط، ومن ثم بالغيرة.
8- الشعور بالنقص لدى الطفل يدفعه للغيرة، خاصة إذا كانت جوانب النقص ترجع لعيوب جسمية أو عقلية أو حاجات اقتصادية من ملابس ونحوه.
9- عدم سماح الأهل للطفل بإظهار مشاعر الغيرة على نحو سليم يساهم فى كبت هذه المشاعر مما يعزز لدى الطفل الإحساس بأنه منبوذ وغير مرغوب فيه فيزداد لديه الشعوربالإحباط وعدم الثقة بالنفس عقاب الطفل الجسدى بالضرب إذا أظهر غيرته نحو أخيه؛ مما يزيد من مشاعر الطفل السلبية والتى تظهر على شكل عداء نحو أخيه.(10)
10- يجب أن يؤمن الآباء أن هذه الغيرة ليست سمة وراثية، ولكن الطفل يكتسبها نتيجة لظروف معينة مثل العقاب والتفرقة.(11)

11- الغيرة عند الأطفال المعاقين جسديًا تظهر الغيرة عند الطفل المعاق لأنه يشعر بالحرمان مما يتمتع به أخوته من بنية سليمة، ويعمل الأهل على زيادة وتنمية هذه الغيرة إذا لم يعرفوا كيفية التعامل مع الطفل المعاق.

12- تحميل الطفل الأكبر مسئوليات تتجاوز قدرته واستعداده الطبيعى.. كأن يطلب منه بأن يكون هو الكبير وهو القدوة، ولومه دائمًا على تصرفات الطفولة، مما يدفعه إلى الرجوع إلى تصرفات لا تتناسب مع عمره، ويلجأ إلى النكوص أى يعود إلى تصرفات تشبه أخيه مثل التبول اللاإرادى والجلوس فى حضن أمه لعله يحظى ببعض الامتيازات التى يحظى بها الصغير.

13- غيرة الأخ الأصغر من الأكبر سنًا : تظهر الغيرة من الصغير نحو الكبير، وذلك عندما يهتم الوالدين بالابن الأكبر، وخاصة إذا أهمل الوالدان الصغير، وهناك أخطاء تبدو شائعة لدى بعض الأسر، وهى تخصيص لهذا الصغير كل ما سبق أن استعمله الكبير من ملابس وألعاب وأحذية وكتب.. إلخ. لذا يشعر الصغير بالدونية وبأنه مهمل من قبل والديه حيث إنه ليست لديه خصوصية، فتشتعل غيرته ويبدى عداءه نحو الأخ الأكبر.(12)

14- ظروف الأسرة الاقتصادية : فبعض الأسر دخلها الاقتصادى منخفض أو شديدة البخل على أبنائها مقارنة بالأسر الأخرى؛ فتنمو بذور الغيرة فى نفس الطفل نتيجة عدم حصوله على ما يريد من أسرته.

15- المفاضلة بين الأبناء : فبعض الأسر تفضل الذكور على الإناث أو عندما يفضل الصغير على الكبير وهكذا فتنمو الغيرة بين الأبناء.(13)

16- خلق الآباء أو المعلمين جوًا من المنافسة الشديدة بين الأطفال، ورفع الطفل الذى يفوز إلى درجات عالية وتقدير، فى حين أن الطفل الذى لا يحصل على هذا التقدير تتم معاقبته، أو السخرية والاستهزاء منه؛ مما يجعل مشاعر الغيرة تتفجر تجاه هذا الطفل الغائر ولذا تقول الحكمة :

- تواضع عند النصر وابتسم عند الهزيمة.
- تبسمك عند الهزيمة تنس الفائز لذة انتصاره.
- ليس من المهم أننى خسرت، بل من المهم أن أعرف سبب خسارتى.

17- ميل الآباء والمدربين إلى استخدام أساليب العقاب الصارم والقسوة فى التعامل مع الطفل لدرجة أن الطفل يدرك أن والديه أو المدرسين يتلككون ويتصيدون الأخطاء لمعاقبته، ورغم أهمية إفراد حديث للحديث عن كيفية العقاب، إلا أن إحساس الطفل وإدراكه أن هناك : نبذًا – إهمالاً – بثًا للخوف – إحساسًا دائمًا بأنه سيعاقب – تأجيلاً للعقاب – تناقضًا فى العقاب من مرة إلى أخرى، فإن العقاب يتم وفقًا للحالة المزاجية للقائم بالعقاب، لا توجد قواعد صارمة أو متواترة - أى متكررة – يوجد تناقض بين موقف الأم وموقف الأب فيما يتعلق بالعقاب – معاقبته فى مرة وعدم معاقبته فى مرة ثانية رغم ارتكابه نفس الخطأ؟!

كل ما سبق إنما يؤكد ضرورة : وضع مجموعة من الأسس والشروط الواجب مراعاتها عند معاقبة الطفل، وإلا فإن عدم وضع الأسس سوف يميع القضية، ولا يجعل الطفل يثبت

لديــه القيــم والاتجاهات، وكيفيــة وضع المعايير، وهى مسـألة فى غايــة الخطــورة.
18- التدليل الزائد : حيث يميل بعض الآباء إلى التدليل الزائد للطفل :
- كأن يكون الطفل الوحيد.
- كأن يكون الذكر الذى جاء بعد مجموعة من الإناث.
- كأن تكون الأنثى التى جاءت بعد مجموعة من الأولاد الذكور. المهم أن هناك مجموعة من الظروف قد حتمت ضرورة الاهتمام بالطفل... أو قد كان الآباء كبار السن خاصة الأب، ويدرك أن أيامه معــدودة فى الحياة، ولذا يضـع على طاقته فى تعامـله مع الطفل ويدللــه.

ولذلك فإن هذا التدليل الشديد للطفل سوف تكون له أوخم العواقب؛ لأنه :

ينمى لديه الاعتمادية، يجعله يرفض تحمل المسئولة، يتهرب من مواجهة المشاكل وقضايا الواقع، يتعود على الاستسهال، يكون سريع التعرض للإحباط، ينظر إلى ذاته وكأنه مركز الكون؛ مما يولد لديه الأنانية، يجعله لا يطيق أن يكون على الهامش، وينظر إلى الآخرين وكأنهم قد خلقوا لتلبية مطالبه، وإعطائهم الأوامر؛ ولذلك :

يفشل، ويصاب بالغيرة، ويصاب بالعديد من الأمراض والاضطرابات والانحرافات؛ ولذلك فإن حديث الرسول صلى الله عليه وسلم يحض على ضرورة أن نخشوشن لأن النعم لا تدوم. وإذا كنت أدلل ابنى، فإن مؤسسات المجتمع الأخرى قد لا تفعل ذلك؛ ولذا تكون صدمة هذا الابن فى قابل الأيام شديدة قاسية، عنيفة، تدمره وتجعله منطويًا منعزلاً، يتشكك فى نوايا الآخرين، لا يثق فى ذاته، ودائما غاضب، يفكر ويسرح فى الماضى، لا يفرق بين الملكية الخاصة وملكية الآخر؛ ولذلك فإن القاعدة الذهبية فى هذا الصدد تتلخص فى :

عدم تدليل الطفل بالقدر الكافى، بل تلبية كثير من مطالبه، ثم حرمانه من إحضار بعض احتياجاته خاصة غير الأساسية؛ لأنك حين تقوم بحرمانه وأنت تملك أفضل من أن تقوم بذلك وأنت لا تملك... كما أن ذلك إنما يضع اللبنة الأولى فى طريق طويل من الصحة، والسعادة، والسواء، والتوافق، والانسجام، والصحة النفسية، والإبداع والابتكار؛ لأن قانون الحياة : "لقد خلقنا الإنسان فى كبد"، أى مشقة وتعب، وأيضًا : تأتى الرياح بما لا تشتهى السفن.(14)

الغيرة والحسد

ومع أن هاتين الكلمتين تستخدمان غالبًا بصورة متبادلة، فهما لا يعنيان الشىء نفسه على الإطلاق، فالحسد هو أمر بسيط يميل نسبيًا إلى التطلع إلى الخارج، يتمنى فيه المرء أن يمتلك ما يملكه غيره، فقد يحسد الطفل صديقه على دراجته، وتحسد الفتاة المراهقة صديقتها على طلعتها البهية، فالغيرة هى ليست الرغبة فى الحصول على شىء يملكه الشخص الآخر، بل هى أن ينتاب المرء القلق بسبب عدم حصوله على شىء ما... فإذا كان ذلك الطفل يغار من صديقه الذى يملك الدراجة، فذلك لا يعود فقط إلى كونه يريد دراجة كتلك لنفسه، بل وإلى شعوره بأن تلك الدراجة توفر الحب... رمزًا لنوع من الحب والطمأنينة اللذين يتمتع بهما الطفل الآخر بينما هو محروم منهما، وإذا كانت تلك الفتاة تغار من صديقتها تلك ذات الطلعة البهية فيعود ذلك إلى أن قوام هذه الصديقة يمثل الشعور بالسعادة والقبول الذاتى اللذين يتمتع بهما المراهق، والتى حرمت

منه تلك الفتاة، فالغيرة إذن تدور حول عدم القدرة على أن نمنح الآخرين حبنا ويحبنا الآخرون بما فيه الكفاية، وبالتالى فهى تدور حول الشعور بعدم الطمأنينة والقلق تجاه العلاقة القائمة مع الأشخاص الذين يهمنا أمرهم.

والغيرة فى الطفولة المبكرة تعتبر شيئًا طبيعيًا حيث يتصف صغار الأطفال بالأنانية وحب التملك وحب الظهور، لرغبتهم فى إشباع حاجاتهم، دون مبالاة بغيرهم، أو بالظروف الخارجية. وقمة الشعور بالغيرة تحدث فيما بين 3 – 4 سنوات، وتكثر نسبتها بين البنات عنها بين البنين.

والشعور بالغيرة أمر خطير يؤثر على حياة الفرد، ويسبب له صراعات نفسية متعددة، وهى تمثل خطرًا داهمًا على توافقه الشخصى والاجتماعى، بمظاهر سلوكية مختلفة منها التبول اللاإرادى أو مص الأصابع أو قضم الأظافر، أو الرغبة فى شد انتباه الآخرين، وجلب عطفهم بشتى الطرق، أو التظاهر بالمرض، أو الخوف والقلق، أو بمظاهر العدوان السافر.[15]

لعلاج الغيرة أو الوقاية من آثارها السلبية عند الطفل نقترح ما يلى:

إن معرفة الداء نصفُ الدواء كما يقول الحكماء؛ ولذا فمعرفة أسباب الغيرة تنفعنا كثيرًا فى العلاج، فهناك مجموعة من الأساليب والوسائل التى يمكن من خلالها معالجة ظاهرة الغيرة عند الطفل، ومنها :

1- التعرف على الأسباب وعلاجها.

2- توفير العلاقات القائمة على أساس المساواة والعدل، دون تميز أو تفضيل طفل على آخر، مهما كان جنسه أو سنه أو قدراته، فلا تحيز ولا امتيازات، بل معاملة على قدم المساواة واعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها. وكلنا يذكر حديث الرسول – صلى الله عليه وسلم – "أعدلوا بين أولادكم حتى فى القبل".

3- المساواة فى المعاملة بين الابن والابنة؛ لأن التفرقة فى المعاملة تودى إلى شعور الأولاد بالغرور، وتنمو عند البنات غيرة تكبت وتظهر أعراضها فى صور أخرى فى مستقبل حياتهن مثل كراهية الرجال وعدم الثقة بهم، وغير ذلك من المظاهر الضارة لحياتهن..

4- هدوء الأجواء الأسرية، والبعد عن المشاكل والخلافات.

5- إشعار الطفل بقيمته ومكانته فى الأسرة والمدرسة وبين الزملاء.

6- تعويد الطفل على أن يشاركه غيره فى حب الآخرين.

7- تعليم الطفل على أن الحياة أخذ وعطاء منذ الصغر، وأنه يجب على الإنسان أن يحترم حقوق الآخرين.

8- تعويد الطفل على المنافسة الشريفة بروح رياضية تجاه الآخرين.

9- بعث الثقة فى نفس الطفل، وتخفيف حدة الشعور بالنقص أو العجز عنده.

10- تعويد الطفل على تقبل التفوق، وتقبل الهزيمة، بحيث يعمل على تحقيق النجاح ببذل

الجهد المناسب، دون غيرة من تفوق الآخرين عليه، بالصورة التى تدفعه لفقد الثقة بنفسه.

11- تعويد الطفل الأنانى على احترام وتقدير الجماعة، ومشاطرتها الوجدانية، ومشاركة الأطفال فى اللعب وفيما يملكه من أدوات.

12- تنمية الهوايات المختلفة بين الأخوة كالموسيقى والتصوير وجمع الطوابع والقراءة وألعاب الكمبيوتر، وغير ذلك؛ وبذلك يتفوق كل فى ناحيته، ويصبح تقييمه وتقديره بلا مقارنة مع الآخرين.

13- إشباع حاجتهم للحُبِّ والحنان، مع الاهتمام بوجودهم، وهى نفس الأسباب التى تدفعهم للعناد وعدم طاعة الوالدين.

14- رواية قصص تقرب مفهوم المشاركة مع الإخوة والأخوات والأصدقاء والجيران، مع بيان دورهم فى مساعدته وسعادته.[16]

15- عدم عقد المقارنات أو الموازنات بين الطفل وغيره من الأطفال، بحيث لا تحط الأسرة من قدر الطفل ومن قدراته ومواهبه، وإنما يمكن مقارنة الطفل بنفسه، كذلك لا يجوز المقارنة فى الأشياء التى لا دخل للفرد فيها، مثل الطول، أو الوسامة، أو الذكاء... إلخ.

16- تشجيع الطفل على إقامة علاقات مع غيره من الأطفال؛ لأن علاقة الطفل بالطفل تقوم على المساواة والمعاملة بالند، وهى فى ذلك تختلف عن علاقته بالراشد الكبير.

17- عدم المبالغة فى إغداق الاهتمام بالطفل المريض مثلاً؛ لأن ذلك سوف يشجع الأطفال على الدخول فى المرض أو تمنيه أو التمارض لأنه قد وجد من خلال الآخر أو من خلال التجربة كيف أن الطفل المريض يتحول إلى بؤرة اهتمام من قبل الآخرين، بل وتتم كل مطالبه.[17]

18- فى حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهمال الطفل الكبير وإعطاء الصغير عناية أكثر مما يلزمه، فلا يعط المولود من العناية إلا بقدر حاجته، وهو لا يحتاج إلى الكثير، والذى يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولود وكثرة الالتصاق الجسمى الذى يضر المولود أكثر مما يفيده. وواجب الآباء كذلك أن يهيئوا الطفل إلى حادث الولادة مع مراعاة فطامه وجدانيًا تدريجيًا بقدر الإمكان، فلا يحرم حرمانًا مفاجئًا من الامتياز الذى كان يتمتع به.[18] فبالحب والحنان والوعى يمكن للأسرة أن تتجاوز هذه المشكلة بسهولة؛ إذ أنه لابد للوالدين من إشراك الطفل فى كل الاستعدادات اللازمة لاستقبال المولود الجديد، كاختيار ملابس أو احتياجات أو اسم المولود الجديد، وفى هذا المجال ننصح الوالدين عامة والأم بشكل خاص بما يلى :

- ينصح بالحرص على عدم إلحاق الطفل بالحضانة أو الروضة تزامنًا مع ميلاد الطفل الجديد، وإذا حان موعد الالتحاق بالمدرسة يجب التمهيد مسبقًا لهذا الأمر؛ وذلك حتى لا يتغير روتين الحياة التى اعتادها الطفل فجأة، أو يظن أن أمه تريد إبعاده، وبالتالى يفقد شعوره بالأمان والراحة.

- ينصح بإحضار بعض الهدايا الجديدة للطفل الكبير، وإخباره أن أخاه الصغير قد أحضرها له، وبلاشك سيترك هذا الأمر الأثر الطيب فى نفسه.

- عندما يكبر الأبناء يجب تعويدهم على اقتسام كل شىء بينهم مثل الألعاب أو الأكل.

- ينصح بالتحدث مع الطفل والإجابة على أسئلته وإخباره أنه كان مثل أخيه الصغير، ويمكن الاستعانة بالصور فى إفهامه مدى تعلق الوالدين به وحبهما له.

- ينصح بترتيب مكان مستقل لنوم الطفل الأكبر قبل ولادة الأخ الجديد؛ لأنه إذا كان معتادًا على النوم فى حضن أمه فسيفاجأ بمن يأتى ويحتل مكانه بعد الولادة.

- مشاركة الطفل فى رعاية المولود الجديد مثل إحضار حاجياته وأدواته أو مداعبته واللعب معه، والمساعدة فى حمام أخيه بشرط ألا يكون فى ذلك أذى لأى منهما.

- إشعار الطفل بالثقة؛ كالطلب منه أن يراقب أخاه، مع مراقبته دون أن يشعر، ثم التحدث للجميع عن تعاونه وحبه لأخيه.

- الإكثار من ترديد لفظ أخيك وأختك وحبيبك للتقريب بينهم.

- عدم توبيخ الطفل الأكبر إذا أظهر غيرته من أخيه، ومن الأفضل تركه يعبر عن شعوره الحقيقى حتى يرتاح، أفضل من أن يلحق الأذى بالطفل الصغير.

- السماح للطفل بمخالطة أطفال آخرين قبل مولد أخيه؛ لأن هذا سيشغل الطفل عن أمه وعن أخيه الجديد.

- لنتذكر أنه لا مكان للعقاب الجسدى فى علاج الغيرة؛ لأن استخدام العنف يولد شعورًا زائدًا بالإحباط ورغبة فى الانتقام.

- تخصيص وقت للعب والحديث مع الطفل، فهذا يساعد على طمأنته وإزالة الغيرة من نفسه.

- إذا ظهرت علامات الغيرة على الطفل فيجب ألا نجعلها مصدرًا للفكاهة، كما يجب تجنب انتقاده وتوبيخه لئلا يفقد ثقته بنفسه.

- إذا ضعفت شهية الطفل فيجب أن تتولى الأم إطعامه بنفسها وهى تحدثه وتلاعبه، وهذا يساعده على التخلص من غيرته.[19]

- يمكن للأسرة أن تنظم عملية إنجاب الأطفال بحيث لا يكون هناك فاصل زمنى كبير بين الطفل الأول والثانى؛ وذلك حتى لا يشعر الطفل الأول بالوحدة ويفقد مزايا الزمالة كما لا تضطر الأسرة إلى إعطائه كل الامتيازات، ثم تضطر إلى تحويل حبها عند ميلاد طفل أخر .[20]

- عدم إتاحة الفرصة للطفل بالتعلق الشديد بهما، وترك العلاقة بالطفل طبية جدًا وعادية وغير مبالغ بها.[21]

- يجب على الآباء الحزم فيما يتعلق بمشاعر الغيرة لدى الطفل، فلا يجوز إظهار القلق والاهتمام الزائد بتلك المشاعر، كما أنه لا ينبغى إغفال الطفل الذى لا ينفعل، ولا تظهر عليه مشاعر الغيرة مطلقًا.

- مدى الاستفادة النفسية والتربوية بعد دراسة هذه المشكلة.

- عدم المعاقبة أو التأنيب أو النقد المباشر أمام الإخوة، ولكن بصورة انفرادية أفضل، حتى لا يشعر بنقص فى الشخصية؛ فيكون ذلك سببًا للغيرة والتحدى.

أهمية دور الأسرة في حماية الأطفال من الاضطرابات :

هناك خطوات يجب اتخاذها أثناء تربية الأبناء ومنها :

- العمل على إنشاء جو من الصداقة المتبادلة بين الأبناء والأمهات.
- جعل الابن أو الابنة تشعر بأن حب الوالدين لهما غير مشروط.
- على الأبوين محاولة تفهم وجهة نظر الأبناء فى أى مشكلة يتعرضون لها.
- الاستماع بهدوء لأى مشكلة، وعدم الاستخفاف بشكوى الأبناء.
- عدم الإغداق على الابن أو الابنة بالهدايا لتعويضهم عن الحنان.
- اتباع أسلوب علمى فى الحوار فى جلسة هادئة عندما يكون الكل مستعدًا.
- على الوالدين إدراك أنهما قدوة للأبناء.[22]
- خططى جيدًا وأعطى لكل طفل حقه معك :

على الأم أو المعلمة على السواء أن ترتب وقتها بحيث تستطيع توزيعه على الأطفال وأن تشاركهم أنشطتهم بشكل متسق.

- قدمى للأطفال بدائل تغنيهم عن الشىء محل الشجار :

حينما يتشاجر الأطفال ويستمر الشجار حول شىء ما، علميهم الاستفادة من الفرص المتاحة. اجعلى كلا منهم يترك الآخر وشأنه لفترة يعاودون اللعب بعدها مرة أخرى وهكذا باستخدام الإقصاء علميهم اتخاذ القرار.

- علمى الأطفال كيفية الابتعاد :

وجهى الثناء للأطفال حينما يلعبون معًا بلطف كى يتعلموا أن يلعبوا سويًا وحينما يتشاجرون قولى لهم لابد أن يبتعد كل منكم عن الآخر لبعض الوقت.

- التجاوز عن استمرار العراك بأشكال أخرى :

بعد أن ينفصل الأطفال يمكن أن يستمروا فى العراك بالألفاظ، ويجب على المعلمة أن توضح لهم أنهم لن يستمروا فى أداء النشاط المشترك ماداموا لم يوقفوا العراك.

- لا تذكر الأطفال بعراك كل منهم مع الأخر.

إسئلى الطفل الأكبر عما حدث ليحكى لك عن الأطفال، واشرحى لهم أن العراك لا يعنى أنهم أعداء، ولا تنزعجى من عراك الأطفال، فهذه خصائص نمائية طبيعية، ولكن يجب التعامل معها بحذر حتى لا تترك عندهم مشاعر سيئة.[23]

وأخيرًا لابدّ من القول : إن الأطفال هم أساس المجتمع وتبدأ تربيتهم وتكوين شخصيتهم السوية من داخل الأسرة، وحتى نحافظ على توافقهم النفسى والاجتماعى يجب علينا أن نتفادى تكريس المظاهر السلبية فى نفوسهم مثل العدوان والخجل والغيرة لأن الابتعاد عن أسباب المرض خير من علاجه، ويبقى حضن الأم الدافئ الحنون الذى لا يخذل الطفل مهما كبر هو ملاذه الأول والأخير والذى يتعامل مع مشكلاته النفسية والاجتماعية التى تواجهه، ويدعمه للتغلب على كل أشكال القلق والخوف وضعف الثقة بالنفس عنده، بما يزيد من فرص النجاح ويقلل من خبرات الفشل، وينمى القدرة على التعاون الاجتماعى بينه وبين أقرانه ومحبتهم.[24]

المراجع

(1)http://hamdisocio.blogspot.com
(2) http://www.motawasset.com/AccrodioneNews.aspx?NewsID=1639)
(3)httpwww.childclinic.netccsdetails-697.html
(4) http://ejabat.google.com
(5) كوستى بندلى.الغيرة الأخوية وتفهم الوالدين-طرابلس(لبنان):جروس برس، 1994)، ص25-36
(6) http://mnwat.net
(7) http://ejabat.google.com (سابق)
(8) www.panet.co.il
(9)http://www.cars2arab.com/vb/showthread.php?t=5303#ixzz2OYfeWBYR
(10) http://mynono.com.
(11) http://ejabat.google.com
(12) http://www.ibtesama.com
(13) http://www.sef.ps
(14)محمد حسن غانم : الغيرة لدى الأطفال وعلاجها، ص 40-43
(15) http://forums.3roos.com
(16) http://forum.hawahome.com/t391245.html
(17) محمد حسن غانم : الغيرة لدى الأطفال وعلاجها ص46 .
(18) http://forum.hawahome.com/t391245.html. (18)
(19)http://www.motawasset.com/AccrodioneNews.aspx? (19)
NewsID=1639#.UX2mv6JHLqE (20)
(20)محمد حسن غانم : الغيرة لدى الأطفال وعلاجها ص 46.
(21) http://www.ibtesama.com
(22) http://www.sau1di.com/vb/t50359/
(23) فن التعامل مع الطفل / سلوى محمد عبدالباقى .- الإسكندرية : مركز الإسكندرية للكتاب،2004، ص 142-144
(24) http://forum.hawahome.com/t391245.htm