مشروع طفل

قصص ومواقف تربوية

شيماء عادل

دار البشير

مشروع
طفل

الطبعة الأولى
1440 هـ / 2018 م

اسم الكتـــاب: مشروع طفل (قصص ومواقف تربوية)
المـــؤلـــف: شيماء عادل
رسوم داخلية: نجلاء عادل
موضوع الكتاب: تربية أطفال
عدد الصفحات: 192 صفحة
عدد المـــلازم: 12 ملزمة
مقاس الكتاب: 14 x 21
عدد الطبعات: الطبعة الأولى
رقـم الإيـــداع: 2018 / 22870
الترقيم الدولي: 978 - 977 - 278 - 730 - 2 :ISBN

التوزيع والنشر

دار البشير للثقافة والعلوم

القاهرة - جمهورية مصر العربية
هاتف: 01012355714 - 01152806533
E-mail: elbasheer.marketing@gmail.com
elbasheernashr@gmail.com

جميع الحقوق محفوظة

جميع حقوق الطبع والنسخ والترجمة محفوظة لدار البشير للثقافة والعلوم، حسب قوانين الملكية الفكرية، ولا يجوز نسخ أو طبع أو اجتزاء أو إعادة نشر أية معلومات أو صور من هذا الكتاب إلا بإذن خطي من الناشر

دار البشير للثقافة والعلوم

© copyrights

شيماء عادل

مشروع طفل

(قصص ومواقف تربوية)

دار البشير للثقافة والعلوم

إهداء

إلى كل أم و أب يؤمنون

أن تنشأه جيل سوي تبدأ من عندهم

ليه اتّجهت للتخصّص في مجال تربية الأطفال؟

* مُمكن حدّ يستغرب أنا ازّاي صيدلانية، وبكتب كتاب في تربية الأطفال!!

الحكاية بدأت من حوالي ثلاث سنين، في يوم زوجي كان بيحكيلي إنّه حضر محاضرة في مؤتمر، وكانت بتتكلّم عن طريقة وضع المناهج للطلاب في الجامعة، فأوّل حاجة بيعملوها إنّهم بيشوفوا إيه الأهداف اللّي عايزين يوصلوا لها، يعني عايزين الطالب لمّا يتخرّج من الكلية يبقى عارف إيه بالضبط؟ وإيه كفاءته؟ وعلى أساس كده بيختاروا الكورسات اللّي هيدوهالهم وتؤدّي للهدف اللّي عايزين يوصلوا له.

فبعدها بصّيت على أطفالي، وقلت: هل وانا بربّيهم أنا حاطّه هدف عايزه أوصل له برضه وبسعى ليه؟ وهل حتى لو كان فيه هدف معيّن، هل أنا عارفه الطريقة اللّي أوْصل بيها للهدف ده؟ وكمان هل اللّي أنا بعمله معاهم بيؤدّي للهدف اللّي انا عايزاه واللّا ماشيه كده وخلاص؟

فقرّرت ساعتها إنّي أعتبر أطفالي دول همّا مشروع حياتي، ولازم

أحطّ له أهداف أحاول أحقّقها...

يعني مثلًا من الأهداف اللّي أنا شايفه إنّها مهمّة إنّهم يكونوا شخصيتهم سليمة، فيكون عندهم ثقة بنفسهم، صادقين، شجعان، وهكذا.... ويكونوا متفوّقين دراسيًّا ودينيًّا.

فكتبت كلّ الصفات اللّي عايزاها في ورقة، وبدأت أفكّر ازّاي هوصل للأهداف دي؟ هل عندي خطة همشي عليها؟! أو عارفة طريقة التّعامل الصحيحة اللّي بتؤدّي للنتيجه دي؟! فبدأت أدوّر ازّاي أوصل لكلّ هدف من الأهداف دي، وأكتب الطرق اللّي بعرفها، فقرأت كتير وأخدت كورسات في التربية علشان أحاول أوصل لهدفي.

بعد ما جمعت معلومات في التربية، وشفت ناس كتير حواليّا بيعانوا مع أولادهم ومش عارفين يصلحوا سلوكهم، وفي نفس الوقت معندهمش الوقت الكافي إنهم يقرؤوا كتير في التربية، ففكّرت أفيدهم بطريقه سهلة عن طريق كتابة الكتاب ده.

أنواع التربية

* بنسمع كتير...

- ابني مبيسمعش الكلام أبدًا، حتى تعالي مكاني وورّيني هتتصرّفي معاه ازّاي؟!

- ابني بيقول ألفاظ وحشة مع إنّي بضربه على أي كلمة بيقولها!

- بنتي حسّاسة قوي مبتستحملش أي كلمة.
- ابني بيحسّس الناس إنّه محروم مع إنّي مش حارماه من حاجة، وبجيب له اللّي نفسه فيه!!
- بنتي بتخاف من خيالها مع إنّي ميت مرّة أقول لها مفيش حاجة بتخوّف!

أمّهات كتير بيبقوا حاسّين إنّ فيه مشكلة في شخصية أطفالهم ومش عارفين سببها إيه، وبيقولوا «أنا عملت كلّ اللّي عليّا، ومش عارفه أعمل إيه تاني»!!

* هقولّك إيه هو سبب المشكلة...

الطّفل بيتولد زيّ الصفحة البيضاء، وبيتعرّض لمواقف كتيرة طول الوقت، المواقف دي بيترتّب عليها ردّ فعل تجاه الطفل من اللّي حواليه، خصوصًا الأبوين، ردّ الفعل ده بيكوّن شخصية الطفل ويبني فيه قيم ومبادئ وقناعات مهما كان الموقف بسيط. زيّ بالظبط اللّي بيبني بيت، بيحطّ طوبة فوق طوبة لحدّ ما يكمل بناء البيت.

يعني مثلًا.. لو ولد بيشرب عصير ووقع منّه شوية عصير على الأرض، فيه أمّ مُمكن تمسكه تزعّق له وتضربه، وأمّ تانية مُمكن تنزل على الأرض من غير أيّ تعليق وتمسح العصير، وأمّ تالتة مُمكن تقول له هات فوطة وامسح اللّي وقّعته...

كلّ أمّ من الأمهات دي اتعرّضت لنفس الموقف، بسّ كلّ أمّ منهم حطّت طوبة مختلفة في شخصية ابنها...

الأمّ الأولى مبتسمحش لابنها إنّه يغلط غلطة بسيطة علشان عايزه توصّله للكمال، ولو حصل وغلط مرّة بتعاقبه عقاب شديد، والنوع ده من التربية اسمه authoritarian parenting أو التربية المتسلّطة، وده بيبني طفل شخصيته مهزوزة، ومعندهوش ثقة بنفسه، وبيخاف يجرّب علشان خايف من الخطأ.

الأمّ التانية بتعتقد إنّها علشان توصّل حبّها لابنها وتربّيه على الحرية؛ فتسيبه يعمل اللّي هوّ عايزه من غير أيّ ضوابط، والنوع ده من التربية اسمه permissive parenting أو التربية المتساهلة، وده بيبني طفل مهمل وسلبي، ومش مهتمّ إذا كان أخطأ أو لا، ولا حتى عنده استعداد يصلّح أخطاؤه.

الأمّ التالتة اختارت إنّها بدل ما تعاقب طفلها على خطأه علّمته ازّاي يصلحه بنفسه ويتحمّل نتيجة أفعاله، فبالتالي هي عملت مزيج بين الحبّ والحزم في نفس الوقت، والنوع ده من التربية اسمه authoritative parenting أو التربية الوسطيّة، وده بيبني طفل شخصيته قوية، ومعندهوش مانع إنّه يجرّب علشان عارف إنّه لو أخطأ هيعرف يصلّح أخطاؤه.

طبعًا طريقة التربية المثالية هي الطريقة الوسطية، بسّ بما إننا بشر فمفيش أمّ هتفضل تتعامل بالشكل ده في كلّ موقف طول الوقت.. بسّ

الطريقة الغالبة اللّي بتتعامل بيها الأمّ معظم الوقت هي دي اللّي بتأثّر على شخصية الطفل، فلو معظم الوقت بتتعامل بالشدّة هيكون الطفل ضعيف الشخصية، ولو بتتساهل طول الوقت هيكون الطفل مهمِل وسلبي. فعلى حسب نوع الطوب اللّي بتستخدمه الأمّ علشان تبني شخصية الطفل هيطلع الطفل بنفس شكل الطّوب، فبالتالي المواقف المختلفة اللّي بيتعرّض لها الطفل لازم نتعامل معاها بشكل سليم يخلي البناء يكتمل في أجمل صورة. وطبعًا في تأثيرات تانية خارجية كتير بتأثّر على شخصية الطفل، ودي لازم الوالدين يتابعوها علشان متأثّرش عليهم سلبيًّا.

فالكتاب ده مخصوص لكلّ أمّ ولكلّ أب نفسهم يربّوا ولادهم كويس، ويشوفوهم أحسن حاجة، وبيحاولوا طول الوقت، بسّ حاسين إنّ فيه حاجة غلط في الطريقة اللّي بيتعاملوا بيها مع أولادهم بتخلّيهم يبعدوا عن هدفهم، وبالتالي بيبدأوا يستسلموا. فالكتاب بيعرض طرق التربية المختلفة من خلال مواقف عادية بنعملها في حياتنا اليومية من غير ما ناخد بالنا إذا كان ليها تأثير بعد كده على شخصية الطفل أو لا، ومعاملات مع ولادنا بنعملها بحُسن نيّة ونلاقي بعد كده ولادنا عندهم مشكلة في شخصيّتهم واحنا مش عارفين السبب.

اخترت إنّي أكتب الكتاب باللغة العاميّة علشان يكون سهل في القراءة، وعلشان أعرض المواقف اللّي بنمرّ بيها زيّ ما هي بنفس

الكلام اللّي بنستخدمه في حياتنا اليومية، وبالتالي مُمكن يدخل القلب أكتر، ومُمكن تشوفوا نفسكم فيه.

فهتلاقي في الكتاب نفسِك وانتِ بتشتكي من بنتك قدّام الناس وهي قاعدة وسامعاكِ، وهتلاقي نفسك وانتِ بتسكّتِي ابنك وبتجيبي له الشيكولاتة اللّي عايزها في المحلّ علشان يبطّل عياط، وانت هتلاقي نفسَك وانت بتكلّم صاحبك وبتقول له أنا خلاص أهو في الطريق وانتَ لسّه ملبستش أصلًا، وهتلاقي صاحبتك اللّي مدلّعة ابنها وطلباته كلّها أوامر، وهتلاقي أختك اللّي بتتْريق على ابنها لمّا يقول لها أنا خايف من العفريت... هتلاقي مواقف كتير شفتها قدّامك أو بتعملها وهتعرف قدّ إيه المواقف البسيطة دي مُمكن تأثّر تأثير كبير على شخصية الطّفل.

الكتاب متقسّم لـ 15 صفة نتمنّى تكون في أولادنا، الصفات دي أنا اخترتَها على سبيل المثال لا الحصر، كلّ صفة من الصفات فيها..

* قصّة بتبيّن تأثير معاملة الأمّ والأب على نقص الصفة دي من الطفل، وكمان حلول لتنمية الصّفة دي في شخصية الطفل، وبعد القصة هتلاقي..
* الخلاصة اللّي مكتوب فيها تلخيص بسيط للأخطاء اللّي وقع فيها الأمّ والأب، وبعده هتلاقي..
* الواجب العملي وده بقى الواجب اللّي المفروض تعمله لو لقيت نفسك في القصّة، أو ابنك عنده نقص في الصفة دي.

اسمعي لطفلك بقلبك قبل أذنك

* الثقة بالنفس

السّاعة سبعة الصّبح، نهى صحيت وعملت الفطار، وجهّزت اللانش بوكس بتاع أحمد، وراحت تصحّيه.

- اصحى يلّا يا أحمد بسرعة علشان منتأخّرش على الحفلة!

- مش قادر!

- يلّا.. إيه الكسل ده! ده لسّه أوّل يوم في المدرسة، وكمان حفلة وتقولّي مش قادر!! أمّال هتعمل إيه بعد كده؟ إنت فاشل كده على طول؟!!

نهى أخدت أحمد وشالته من على السرير وودّته الحمام، وغسلت له وشّه، وطلّعت له اللبس، أحمد جه يغيّر هدومه راحت نهى قالت له:

- إنت لسّه بتلبس؟! تعالى يلّا بسرعة ألبّسك أنا علشان انتَ بطيء، وهتأخّرنا لو استنّيتك تلبس لوحدك!

أحمد إدّاها الهدوم وراحلها، ولبّسته على طول ومأخدتش وقت طبعًا، وخلص وراح ياخد اللانش بوكس بتاعه علشان يحطّه في الشنطة، راحت مامته قالت له:

- استنّى متحطهوش في الجيب ده! هاته أحطهولك أنا علشان مش هتعرف تقفل السوستة بتاعته.

- إيه ده؟ ده سندوتش جبنة! مبحبوش!

- لا.. لازم تاكله علشان ده مفيد. لو أكلته ماما هتحبّك خالص.

زعل أحمد واعترض، مامته كمّلت:

- هزعل منّك لو رجعت بأي أكل، ومش هحبّك.

نزلت نهى وأحمد من البيت، وركبوا العربية، وطبعًا هي اللّي بتفتح له الباب وتقعّده، وتربط له الحزام علشان حاسّه إنّه مش هيعرف يعمل أيّ حاجة لوحده، وكمان علشان خايفة يتأخّروا.

وصلوا المدرسة، وبدأت حفلة بداية التيرم، وفيها الأمهات وأولادهم، نهى قابلت أمّ عمر صاحب أحمد ووقفت تتكلّم معاها شويّة..

جه أحمد وناداها، مردّتش عليه وفضلت تتكلّم مع صاحبتها.. شدّ هدومها علشان يلفت انتباهها، راحت بصّت له وهيّ مترفزة، وقالت:

- إيه؟!! عايز إيه؟!! مش شايفني بتكلّم؟!

-عايزك تفتحيلي إزازة العصير.

- يعني مش عارف تفتحها لوحدك! ليه؟! إنت لسّه بيبي؟!

وبصّت لصاحبتها وضحكت، وقالت لها:

- شفتِ زيّ ما كنت لسّه بقولك، مبيعرفش يعمل أيّ حاجة

لوحده، وتاعبني على طول، ومخلّيني أعمل له كلّ حاجته.

اتْكسف أحمد، وحطّ وشّه في الأرض، وأخد إزازته ومشي.

بعد شوية، جهْ عمر يشتكي من أحمد إنّه لوّن في الورقة بتاعته.

نهى نادت أحمد، وقالت له:

- إنت لوّنت في ورقة عمر؟

- مش قصدي، كنت بحسبها بتاعتي.

- يا سلام!! منا عارفه حركاتك دي اللّي بتعملها مع أختك في البيت، اتعدل أحسنْلَك!

عمر انبسط قوي بدفاعها عنه، وأحمد اتكسف من زعيقها ليه قدّام كلّ أصحابه.

خلصت الحفلة، وبدأت أيام الدراسة العادية.

في الفصل أحمد هادي ومطيع بسّ مشكلته إنّه مبيحبّش يتجاوب مع المُدرِسه، هو ده طبعًا مش عامل لها مشكلة طول ما هو هادي، ومبيعملش مشاكل، تيجي تسأله سؤال ميرضاش يجاوب كإنه خايف يجاوب أحسن يغلط قدّام الفصل. ييجوا يجرّبوا لعبة جديدة أو نشاط جديد مبيجرّبش معاهم، وحاسس دايمًا إنّه مش هيعرف. وزيادة على كده معندهوش أصحاب في المدرسة خالص، بيتفرّج عليهم بسّ وهمّا بيلعبوا، وطول الوقت ماشي ورا عمر، يشوفه بيكتب إيه يكتب زيّه، بيلوّن بلون إيه يلوّن بنفس اللون، يلعب لعبة يلعب زيّه، ومع نفس

الأطفال وبنفس الطريقة.. بيعمل زيّ ما بيعمل، عمل صحّ يعمل صحّ، عمل غلط يعمل زيّه.. مبيحاولش يفكّر يعمل حاجة من نفسه.

بعد شهور في المدرسة على الحال ده، الميس كلّمت نهى، وقالت لها على المشاكل بتاعة أحمد، وقدّ إيه هو مش مستمتع بالمدرسة. طبعًا نهى مش مصدّقة كإنها بتحكي عن واحد تاني، علشان أحمد في البيت قايم بدور البلطجي على سلمى أخته. عامل الـ Boss عليها، ممشّيها وراه، ومينفعش تمسك حاجته غير لمّا تستأذن، وموزّيها الويل فهي مش متخيّلة إنّه ضعيف كده في المدرسة.

لمّا رجع من المدرسة قالت تتأكّد من الكلام ده بنفسها، فقالت له:

- الميس كلّمتني بتشتكي منّك إنّك مبتجاوبش على أيّ سؤال ليها!!

- هي مبتدّنيش فرصة أجاوب خالص ومستقصداني.

- ومستقصداك ليه بقى إن شاء الله؟!!

- معرفش، هي ميس غلسة وأنا مبحبّهاش.

- اتكلّم عدل أحسن انتَ عارف أنا مُمكن أعمل إيه!!

- أنا مش عايز أروح المدرسة دي تاني (قال الكلام ده بصوت عالي).

هشام أبو أحمد سِمعه من جوّه وهو بيزعّق، ويقول إنّه مش عايز يروح المدرسة تاني. هشام علاقته بأحمد مش كويسة قوي، مبيتكلّمش

معاه كتير، لمّا بيتكلّم معاه بيدّيله دروس ومحاضرات في التربية، ولو غلط قدّامه وهو مش رايق وقتها (وده أغلب الوقت علشان هو دايمًا بيقول إنّه مضغوط في الشّغل) بيضرب على طول من غير تفاهم. فأحمد أوّل ما بيشوفه بيهرب على طول وبيخاف منّه.

لمّا سمعه في الوقت ده طلع طبعًا ضربه علقة، وقال له:

- إحنا مش مودّيينك مدرسة وبندفع فيها بالآلافات علشان تقول مش رايح تاني، مش عايز أسمع الكلام ده تاني! إنت فاهم؟!

دخل أحمد جوّه أوضته وعيّط شوية صغيرين، وراح يلعب ويغلّس على أخته، مهو متعوّد على الضرب ومبيتأثّرش بيه قوي.

نهى قالت لهشام:

- حرام عليك، إنت كلّ شوية تضربه؟

- أه، لازم يتضرب علشان يتربّى، إنتِ مش عارفه تربّيه كويس ومدلّعاه!

- مين قال إني لازم أضربه علشان يتربّى؟

- آه طبعًا لازم، ما احنا اتْربّينا كده كلّنا.

- إنتَ مش عارف الميس قالت لي عنّه إيه النهارده! وقدّ إيه هو كاره المدرسة!

- خلاص السنة الجايّة نغيّر له المدرسة.

- العيب مش في المدرسة، المشكلة في أحمد، أنا حاسّة إنّ فيه حاجة غلط ومش عارفة إيه هي!!

- يووووه بقى، أنا مش فاضي للكلام ده، أنا هدخل أنام؛ ورايا شغل الصبح.

دخل هشام ينام ونهى قاعدة في الصالة بتفكّر في كلام ميس هبة، وهي قاعدة جرس التليفون رنّ؛ كانت هدى أختها.

- إزّيك يا هدى؟

- إزّيك يا نهى، ما لك صوتك عامل كده ليه؟

- مفيش، متضايقة شوية.

- خير! حصل إيه؟

- ميس هبة مُدرّسة أحمد كلّمتني النهارده، وقالت لي إنّ أحمد مبيرضاش يشترك في أيّ حاجة ولا بيجاوب على حاجة ومعندوش أصحاب. مش عارفة ما له؟ وإيه مشكلته؟! نفسي حدّ يساعدني!! وهشام مش مهتمّ أصلًا، ومش شايف إنّ فيه مشكلة خالص.

- هقولّك، أنا عرفت إنّ فيه دكتور كويس اسمه الدكتور أسامة بيحلّ مشاكل الأطفال، ومُمكن يساعدك، إيه رأيك نحجز معاه وآجي معاكِ.

- يا ريت.

في عيادة الدكتور..

نهى حكتْ للدكتور على سلوك أحمد الغريب، وكلّ مخاوفها، وكمان معاملة هشام ليه..

- مشكلة أحمد الكبيرة هي قلّة ثقته بنفسه، وعلشان يعوّض النّقص ده بيحاول يمارس القوّة اللّي مفتقدها دي في البيت على اللّي أضعف منه زيّ أخته الصغيرة، فبيحاول يبقى bossy عليها.

- طيّب أعمل إيه يا دكتور؟ فيه حلّ للمشكلة دي؟

- أكيد طبعًا كلّ حاجة وليها حلّ، بسّ المهمّ إنّ الواحد يبقى عنده إرادة وينفّذه.

* أولًا كده فيه شويّة أخطاء في التربية بيقع فيها الآباء والأمهات وهمّا مش حاسّين، اعتقادًا منهم إنّ هيّ دي التربية الصحيحة لكن بالعكس الأخطاء دي مدمّرة وبتكسّر الطفل وتلغي ثقته بنفسه مش بسّ بتقلّلها.

- زيّ إيه يا دكتور؟ أكيد الضرب حاجة منهم!

- أكيد طبعًا، الضرب ده حاجة قاتلة لشخصية الطفل، مش بسّ الضّرب هو اللّي خطر، ده كمان الإهانة والاستهزاء والتّهديد، كفاية بسّ إنّك تخلّي حدّ يصوّرك وانتِ بتضربي ابنك، أو بتزعّقيله أو بتشتميه وتهدّديه، وشوفي شكلك في الفيديو، وشكل ابنك عامل ازّاي!! والرّعب اللّي هوّ فيه، وشوفي عينه مكسورة ازّاي وانتِ هتعرفي تأثير الحاجات دي لوحدك! وتخيّلي كمان لو الإهانات دي حصلت قدّام الناس وخصوصًا أصحابه، متخيّلة إحساسه هيكون إيه؟!!

بسّ تفتكري إيه اللّي بيخلّي الأب أو الأم يهينوا الطفل؟

- علشان بيعصبهم ومبيسمعش كلامهم.

- بالظبط، الخطأ الأوّل هو إنّ الأهل بيبقوا عايزين أولادهم يسمعوا كلامهم زيّ ما هو، عايزين لو طلبوا منهم حاجة ينفّذوها على طول (طاعة عمياء) بدون تفكير وبدون مناقشة، وبينسوا إنّ الطفل ده

بني آدم، وله مشاعر، وله أحاسيس ورأي. يعني تخيّلي مثلًا إنّ جوزك جهْ في يوم وقال لك عايزك تطبخيلي النهارده مكرونة بالباشاميل وانتِ تعبانة يومها ومش قادرة، جيتِ تقولي له إنّك تعبانة مش عايز يسمعك، ويقول لك لازم تسمعي كلامي غصْب عنّك ومن غير مناقشة، ومش عايز كلام كتير. هيكون إيه إحساسك؟!

الطفل برضه بني آدم، ولـه متطلبات، ولـه مشاعر ورأي، ساعات بتطلبي منه حاجات في وقت غير مناسب بالنسبة له (زيّ لمّا تؤمريه إنه يقفل التابلت وهو في نصّ الكارتون، وعايز يخلّصه) ولمّـا يعترض ويقول لأ؛ يبقى كده مش بيسمع الكلام وقليل الأدب ويستاهل الضرب والإهانة. اسمعى لطفلك وحسّي باللّي بيقوله، واسمعيه للآخر بقلبك قبل أذنك، اسمعي هو ليه معترض وقدّري مشاعره، وحطّي نفسك مكانه (إنتِ أكيد متحبّيش إنّ حدّ يشدّ منّك الموبايل وانتِ بتعملي شات مثلًا).

اسمعيه كويس وهو بيتكلّم، مش يبقى قاعد بيتكلّم وانتِ ماسكة الموبايل وتقولي له: سامعاك سامعاك... حسّسيه إنّه له أهمية، كلّميه واسمعيه زيّ ما بتكلّمي صاحباتك.

- طيّب كده لمّا اسمع له وأحسّ بيه معناها إنّي أسيبه ميسمعش كلامي، ويعمل اللّي عايزه براحته؟

- لا طبعًا، لازم يكون فيه قواعد وحدود في البيت وفي المعاملة وإلّا الطفل هيبقى أسوأ كمان، بسّ خلّي طفلك يفهم القواعد دي ويقتنع بيها، ويا ريت كمان لو يشترك في وضعها، وتراعي كمان متطلّباته وانتوا

بتحطّوا القواعد دي، يعني قبل ما تقولي له اقفل التابلت وتاخديه منّه، قولي له «إنت كده اتفرّجت كتير على التابلت، خلّص الكارتون اللّي بتتفرّج عليه، واقفل التابلت وتعالى نعمل حاجة تانية» كده هتبقي راعيتِ مشاعره وإنّه عايز يكمّل الفيديو للآخر، وفي نفس الوقت حطّيتِ القواعد المظبوطة، يعني جمعتِ بين الإحساس بالمشاعر والحزم.

- طيب وازّاي أخلّيه يحطّ القواعد معايا؟

- يعني مثلًا من قواعد البيت إنه المفروض يتفرّج على الكارتون ساعتين بسّ في اليوم، خدي رأيه وقولي له تحبّ السّاعتين دول نخلّيهم إمتى؟ وهو اللّي يحدّد معاكِ إمتى بالظبط يتفرّج على الكارتون فهيحاول ساعتها يلتزم بالقواعد اللّي حطّها لنفسه من غير ما يحسّ إنّها أوامر عسكرية.

مش معنى إنك تسمع وتحس بطفلك إنك تلغي كلّ القواعد وتنفذ كلّ رغباته

- طيّب وإيه الغلطات التانية اللّي قلت عليها في التربية؟

- من الغلطات برضه اللّي بتأثّر على الثقة بالنفس هي رغبة الأهل في الكمال وده بيسمّوه الـ perfectionism وده لمّا الأهل مبيستحملوش إنّ ابنهم يغلط غلطة واحدة، عايزينه شاطر في المدرسة على طول، مينقصش ولا درجة، مؤدّب، ميغلطش ولا غلطة من الآخر. ولو غلط غلطة صغيرة يكبروها ويدّوله دروس ومحاضرات، ويحسّسوه إنّ الطبيعي إنّ الواحد ميغلطش أبدًا وهو كده مش طبيعي.

طبعًا الطفل بيعمل حاجة من الاتنين: يا إمّا يحاول يرضيهم بأيّ شكل فعلشان يرضيهم يبطّل يعمل حاجة أو يجرّب حاجة أو يتكلّم علشان يفضل perfect على طول وميغلطش أبدًا، فأحسن حاجة يعملها إنّه يمشي جنب الحيط.

يا إمّا الطفل يفشل خالص إنّه يرضي أهله مهْما عمل فيفقد الأمل ويتمرّد عليهم، ويعمل اللّي عايزه وميمشيش على أيّ قواعد، مهو كده أو كده مش عاجب. وفي الحالتين الطفل بيطلع شخصيته مهزوزة وثقته بنفسه ضعيفة.

- آه أنا فعلًا بعمل كده مع أحمد علشان كده بيخاف يعمل أيّ حاجة أحسن يغلط.

- من الغلطات المشهورة برضه اللّي الأهل بيفتكروا إنّها تشجيع لأولادهم هي المقارنة. إنّك تقارني طفلك بأي طفل تاني بالذات لو أخوه أو أخته. إنّك تقولي له «شايف أخوك خلّص الواجب قبلك ازّاي؟! خلّيك شاطر زيّه» أو « نضّف أوضتك زيّ أختك» الطريقة دي مش بتضعف الثقة بالنفس بسّ، لا.. دي كمان بتخلق جوّ من الحسد والكره بين الإخوات، بتلاقي كلّ واحد مستنّي غلطة للتاني.

- أه عندك حقّ، أنا هاخد بالي من النقطة دي.

- كده أنا خلّصت الغلطات المشهورة اللّي بيقع فيها الأهل في التربية وتقلّل ثقة الطفل بنفسه، بسّ فيه بعض الطرق اللّي مُمكن تعمليها بقى علشان تزوّد ثقة طفلك بنفسه.

وأوّل طريقة هي إنك تسيبي الطفل يجرّب بنفسه ويغلط ويجرّب تاني، ميفضلش معتمد على إنّ فيه شخص هيحلّ له أبسط مشاكله، يعني خلّيه يلبس لوحده، يأكل لوحده، ينضّف أوضته، يحلّ واجباته لوحده مع التوجيه طبعًا، ولو كبير شويّة خلّيه يعمل حاجات أكبر، يصحى لوحده بالمنبه، يعمل فطاره، يغسل طبقه، وهكذا... مش بسّ كده، خلّيه كمان يساعدك في الحاجات اللّي بتعمليها علشان حتى يتعلّم المشاركة وميكونش أناني، يساعدك في تجهيز الأكل والسفرة، في التنظيف، يشتريلك حاجات من برّه لو كبير..... متقوليش ده لسّه ابني صغير، أو أنا كده هتعبه حرام، لا.. إنتِ كده بتساعديه إنّه يحسّ إنّه مهمّ وإنّه له لازمة في البيت (بسّ طبعًا بلاش مبالغة في طلب المساعدة منه).

- عندك حقّ يا دكتور، أنا على طول بعمل له حاجته ومبدّيلوش أيّ فرصة يعمل حاجة لحدّ ما هو استسلم ومبقاش يجرّب.

- ومهْما كان سنّه خلّيه يختار بنفسه القرارات اللّي تخصّه، ياكل إيه، يشرب إيه، يلبس إيه...

- بسّ هو مُمكن يختار اختيارات مش مناسبة يعني مثلًا، لو سألته تاكل إيه هيختار شيكولاتة أو حلويات، عمره ما هيختار حاجة مفيدة!

- لو طفلك صغير، وخايفه يختار اختيارات مش مناسبة، إدّيله اختيار بين حاجتين مُناسبين. يعني بدل ما تقولي له تاكل إيه؟ قولي له تاكل تفاح ولا موز؟ تلبس التيشيرت الأخضر ولا الأزرق؟

وهكذا.. متسيبيش الاختيار مفتوح. بالطريقة دي إنتِ كده تقريبًا اللّي بتختاري بسّ بتدّيله فرصة يختار معاكِ، وبتعوديه على اتّخاذ القرار من صغره، وطبعًا كلّ ما هيكبر تدّيله خيارات أكثر لحدّ ما ييجي الوقت اللّي يعرف يختار اختيارات سليمة لوحده.

- آه فهمت.

- من الحاجات المهمّة في زيادة الثقة بالنفس هي إنّك تدّي لطفلك حبّ غير مشروط.

- إزّاي؟

- يعني تعرّفيه إنّك بتحبّيه على طول مهْما عمل، مش لازم يبقى شاطر علشان تحبّيه، مش لازم يخلّص أكله علشان تحبّيه. إنتِ بتحبّيه وخلاص علشان هو أحمد مش علشان عمل تصرّف معيّن، يعني بلاش كلمة «لو خلّصت طبقك هحبّك». وبرضه لو غلط إنتِ هتفضلي تحبّيه، بسّ مبتحبيش التصرّف والغلط اللّي عمله، بسّ حبّك له مش هيتغيّر. لازم توصّليله الكلام ده ويفهمه كويس، ويحسّ بيه في كلّ تصرفاتك معاه.

* - طيب ازّاي أعرّفه إني بحبّه؟

- فيه طرق كتير تعرّف طفلك إنك بتحبّيه، فيه كتاب بيتكلّم بسّ عن الموضوع ده اسمه (لغات الحبّ الخمسة التي يفهمها الأطفال لجاري تشابمان ود) بيقول إنّ كلّ طفل بيفهم حبّ والديه له بطريقة مختلفة عن الطفل التاني على حسب شخصيته.

فيه طفل يعرف إنك بتحبّيه عن طريق التلامس الجسدي زيّ لو قعدتِ تبوسي فيه وتحضني فيه طول الوقت، فيه طفل تاني يعرف إنك بتحبّيه لو قعدتِ تشجّعيه وتقدري كلّ المجهود اللّي بيعمله، فيه طفل ثالث يعرف إنّك بتحبّيه لو إدّيتيه وقت خاص به لوحده من غير ما تنشغلي بحاجة تانية، وطفل رابع يعرف إنّك بتحبّيه لو جبتيله هدية، ونوع أخير يفهم حبّك ليه لمّا تساعديه وتخدميه خدمات هو محتاجها زيّ إنّك مثلًا تودّيه التدريب، تساعديه في حلّ واجباته وهكذا. طبعًا كلّ واحدة مُمكن تستنتج إيه هي طريقة الحبّ اللّي يفهمها طفلها وتستخدمها معاه علشان تبين حبّها له، ومفيش مانع طبعًا.. بل مستحبّ كمان إنّك تستخدمي كلّ الطرق مع طفلك، وتركّزي أكتر على الطريقة المناسبة له.

قدّر مجهود طفلك مش النتيجة النهائية

- أه فعلًا، أحمد بينبسط قوي لمّا بنشجّعه، بسّ إحنا مش بنشجّعه كثير للأسف، بنبقى عايزين الحاجة اللّي يعملها تبقى perfect وده طبعًا مش بيحصل على طول.

- قدّري طفلك على حسب مجهوده، مش على حسب نتيجته. يعني لو دخل مسابقة واجتهدْ في التدريب ليها والاستعداد بسّ منجحش في المسابقة في الآخر، قدّري مجهوده، وافرحي به، مش تزعلي علشان النتيجة. لو ذاكر كويس بسّ مأخدش درجات كويسة قدّري تعبه ومجهوده وشجّعيه إنّه يكون أحسن المرّة الجاية. طبعاً بشرط إنه يكون عمل اللّي عليه وذاكر وإجتهد.

ولمّا تيجي تشجّعيه وتمدحي مجهوده، إمدحيه بسّ على الحاجة اللّي عملها، متبالغيش في المدح.. فيه ناس كتير بتفتكّر إنّها لمّا تمدح ابنها بزيادة ولو حتى على حاجات معملهاش يبقى هي كده بتشجّعه وبتدّيله ثقة بنفسه.. لكنْ بالعكس هي كده بتقلّله ثقته بنفسه وهي مش حاسّة.

- إزّاي؟

- هقولك، مثلًا أحمد رسم وردة ولونها حلو، ورسم جنبها شخابيط على إنّها بيت وشخابيط تانية على إنها شجرة، إنتِ عايزة تشجّعيه علشان يرسم كويس بعد كده، أو علشان يحبّ الرّسم أو علشان تدّيله ثقة في نفسه فهتقولي له «إيه الرّسمة الحلوة دي! دي أحسن رسمة في الوجود، إنتَ أشطر رسّام على الأرض» هييجي في بال أحمد حاجة من تلاتة:

أوّل حاجة هي «أنا برسم حلو، وماما عاجبها الرسم ده، فخلاص خلّيني على المستوى ده أدام عاجبها، واعتبرتني أحسن رسّام، ليه أتعب نفسي وأحاول أرسم أحسن؟»

الحاجة التانية اللّي مُمكن تيجي في باله هي «إزّاي ماما بتقول إنّ الرسمة حلوة قوي كده؟ أنا كنت بحسبها مش حلوة قوي، وبعدين ازّاي أنا أحسن رسّام؟ أنا لسّه شايف سارة اللّي معايا في الفصل، كنت فاكرها رسمت رسمة أحسن من دي! أكيد أنا لسّه صغير ومبعرفش قوي أميّز بين الرسم الحلو والوحش» وكده على عكس المتوقّع ثقته بنفسه هتقلّ.

الحاجة التالتة اللّي مُمكن تيجي في باله هي «أنا عارف إنّ ماما بتجاملني، بسّ علشان تشجّعني» ومش هيهتمّ باللّي بتقوليه مع الوقت، ويمكن ميسمعكيش أو مياخدش رأيك تاني علشان عارف إنّه مش مفيد.

- طيّب أقول له إيه يا دكتور؟ أقولّه الرسمة وحشة؟

- لا طبعًا، بسّ خليكِ محدّدة في المدح، قولي له «حلوة الصّورة، وأكتر حاجة عجبتني هي الوردة وألوانها الجميلة»، ومفيش مانع إنّك توجّهيه، وتقولي له إنّ الشجرة دي كانت هتبقى أحسن لو مخرجتش اللّون البني ده برّه، وزوّدت اللون الأخضر أكتر شوية. كده إنتِ بتشجّعيه وتمدحيه، وفي نفس الوقت بتوجّهيه وتعرّفيه نقاط الضعف عنده.

ومِن الحاجات الكويسة كمان، واللي بتزوّد ثقته بنفسه هي إنك تكتشفي موهبته، شوفيه هو شاطر في إيه؛ في الرسم؟ في التأليف؟ في الكتابة؟ في الابتكار؟ وحاولي تنمّي له موهبته وتخلّيه متميّز فيها.

وحاولي تخلّي عنده هدف حاطّه قدّامه، وبيحاول يوصل له، زيّ مثلًا في الأجازة دي الهدف إنّه يحفظ جزء من القرآن، أو إنّه يدخل مسابقة السباحة، واعْمليله مكافأة لو حقّق هدفه. الهدف ده بيخلّيه عنده إرادة وعزيمة وإصرار على تحقيقه، وبالتالي يزوّد ثقته بنفسه.

الخلاصة

أحمد محدّش بيسمع له، وبيستخدموا معاه دايمًا الزعيق والـضّرب، وكمان مامته مبتدّيلوش فرصة يعتمد على نفسه، ودايمًا رابطة حبّها له باللّي بيعمله، كلّ ده أثّر في شخصيته وخلّاه معندهوش ثقة بنفسه.

* * *

الواجب العملي

* اسألي نفسك الأسئلة دي، وجاوبي عليها بصراحة:

- لمّا بتطلبي حاجة من طفلك بتبقي عايزاه يعمل اللّي بتقوليه بالظّبط على طول، ومن غير أيّ مناقشة؟

.....

.....

- لمّا طفلك بيتكلّم بتسمعيه وانتِ باصّه في الموبايل أو التليفزيون؟

.....

.....

- مبتسمحيش لطفلك يغلط غلطه بسيطة وتقعدي تأنّبي فيه وتدّيله دروس؟

.....

.....

- بتقارني ولادك ببعض أو بأصحابهم؟

.....

.....

- بتسيبي طفلك الصغير يجرّب يعمل حاجته بنفسه؟

- بتخلّي طفلك يختار اختياراته البسيطة بنفسه؟

- بتقولي لطفلك دايمًا «اعْمل كذا علشان أحبّك»؟

- بتمدحي طفلك عمّال على بطّال، أو مبتمدحيهوش ولا بتشجّعيه خالص؟

ما تفعله صوته أعلى مما تقوله

الأدب واحترام الآخرين

في السوبر ماركت، أسماء كانت بتعمل شوبنج ومعاها ياسين ابنها. ياسين زهقان من الشوبنج فبيجري في المحلّ من هنا لهنا، ويمسك كلّ حاجة على الرفّ، ويلعب بيها شوية ويحطّها في مكانها أو مش في مكانها حتى، يمسك إزازة الزيت شوية، كيس السّكر شوية، كيس الأرز شوية، ومامته كلّ شوية تقول له:

- بسّ يا ياسين متلعبش في حاجة، وتعالى هنا جنبي.

ياسين مبيسمعش أسماء بتقول إيه أصلًا، ولا هي حتى بتبصّ تشوفه بيلعب لسّه في الحاجات ولا لأ، ومكمّلة شوبنج عادي. بسّ كلّ ما تشوف حدّ بيقرّب من ياسين أو بيبصّ على اللّي بيعمله تناديه برضه، وتقول له بطّل لعب في الحاجات.

فجأة وقِع كيس الأرز من ياسين، واتفتح على الأرض، جهْ العامل بصّ على اللّي حصل، أسماء قالت له:

- أنا آسفة جدًّا، أنا هحاسب عليه!

- طيّب خدي بالك يا مدام من ابنك علشان مُمكن يكسر حاجة في المحلّ.

- حاضر.. حاضر.

ياسين قال له بقلّة ذوق:

- إنت ما لك انت؟ ماحنا هندفعه!!

أسماء قالت لياسين وهو لسّه بيلعب في الحاجات ولا فارق معاه اللّي حصل:

- بسّ عيب.. مش كفاية جبتلنا الكلام؟! يلّا تعالى معايا واقْعد في عربيّة الشوبنج ومتنزلش منها أبدًا!

قعد في العربية وبيبصّ حواليه ويضحك ومش حاسس إنّ فيه حاجة حصلت أصلًا، وصَلوا قسم الحلويات، قال لها:

- ماما.. ماما.. نزّليني بسرعة، بسرعة!!

- لا مفيش حلويّات النهارده، إنت أكلت حلويات كتير النهارده، وبعدين إنت نسيت دكتور الأسنان قال لك إيه؟

- نزّليني بسّ وانا هتفرّج بسّ، مش هشتري.

نزّلته أسماء، قعد يتفرّج، ويمسك طبعًا كلّ حاجة، وأخد شيكولاتة كندر.

- أنا عايز بسّ الشيكولاتة دي وخلاص مش هاكل حاجة تانية!

- لا، أنا قلت لأ يعني لأ، مفيش حلويات النهارده!

- بلييييز.. أنا هاخد دي بسّ، ومش هاكلها النهارده، هشوف اللّعبة اللّي جوّه بسّ وهسيب الشيكولاتة لبكره..

- لا خلاص قلت.

ياسين فتح في العياط، جتْ مامته تمسكه راح رمى نفسه على الأرض، وقعد يصوّت كإنّها بتعذّبه. طبعًا لمّا أسماء لقت الناس بتبصّ عليها اتْكسفت منهم أحسن حدّ يقول عليها بتضربه أو بتحرمه من حاجة! وفي الآخر جابتله الشيكولاتة اللّي هو عايزها، وقالت له:

- خلاص قوم يلا، أنا جبتلك اللّي انتَ عايزه! استريّحت؟ بسّ متاكلهاش النهارده! فهمت؟

- حاضر.. حاضر.

مشيوا شويّة في المحلّ، وياسين فتح الشيكولاتة، وشاف اللعبة وبعدها بشويّة أكلها، وأسماء شافته بسّ طنّشت وعملت نفسها مش شايفاه علشان تتجنّب المشاكل. وصلوا عند قسم الألعاب، قال لها:

- ماما، أنا عايز العربية دي.

- لا.. إنت عندك عربيّات كتير.

- لا معنديش الشّكل ده، ونفسي فيها من زمان.

- لا خلاص بقى، إنت تعبتني قوي في الشوبنج.

- إنتِ مبتجيبيليش حاجة خالص، إنتِ أوحش أمّ.. إنتِ مبتحبّينيش (وبدأ يعيّط بدموع وبشكل مؤثّر يمكن يصعب عليها).

- ليه بسّ بتعيط؟ أنا بحبّك جدًّا، وبعدين مش أنا لسّه جايبالك شيكولاتة دلوقتِ؟ يبقى بحبّك...

- مش عايز شيكولاتة، أنا عايز العربيّة دي (بنفس الدموع المؤثّرة).

- خلاص هجيبهالك، متزعلش.

- هيييييييه.....

راحت أسماء عند الكاشير، وحاسبت على المشتريات اللّي اشترتها وزيادة عليها طبعًا الأرز اللّي اتفتح والشيكولاتة اللّي اتّاكلت، والعربية اللّي عندهم في البيت منها كتير، وهي بتحاسب.. رنّ الموبايل، ردّت وقالت:

- حاضر يا شريف خلّصت وطالعة أهو، يووووووه!!

طلعت أسماء وياسين، وركبوا عربيّة شريف جوزها، أوّل ما ركبت قال لها:

- إيه!! ساعة علشان تطلعي؟

- ساعة إيه؟! إنت لسّه جاى ومكلّمني!!

- لا بقالي كتير وواقف غلط بالعربية، وبعدين دي مش أوّل مرّة، إنتِ على طول بتسيبيني ملطوع برّه.

- يووه.. هتقعد تقول لي على طول ومش على طول، ما انتَ على طول

بتسيبني أعمل الشوبنج لوحدي، وتروح تقعد مع أصحابك على القهوة!

- كلّ شوية هتقوليلي أصحابك.. أصحابك، مش عايزاني أفُكّ شويّة بدل النّكد اللّي أنا فيه ده؟ دي بقت حاجة تخنق!

- خلاص وأنا هروح عند ماما بالليل، مش لازم تيجي معايا، خلّيك مع أصحابك، خلّيهم ينفعوك.

باللّيل راحت أسماء وياسين عند مامتها، وطبعًا شكلها متضايق، شويّة تتنرفز على ياسين، وشويّة ياسين يتعصّب عليها.

أمّ أسماء ستّ عاقلة وذكية، وبتحبّ دايمًا تنصح بنتها، فقالت لها:

- ما لك يا أسماء النهارده؟

- مفيش حاجة يا ماما، أنا كويسة أهو...

- اتخانقتِ مع شريف تاني؟

- هو اللّي بدأ.

- وبرضه طبعًا اتخانقتوا قدّام ياسين زيّ كلّ مرّة!

- هو اللّي نرفزني ومعرفتش أسكت!

- أنا قلت لِك كام مرّة قبل كده إنك مينفعش تشدّي مع جوزك قدّام ياسين، يا بنتي كده خطر عليه. إنتِ مش شايفه بقى بيزقّ في الكلام ازّاي على طول وعصبي؟! مع الوقت كده هيخاف منكوا إنتوا الاتنين.

- معرفش بقى يا ماما! إقفل يا ياسين التابلت علشان هنمشي.

طبعًا ياسين ولا هنا ولا سمعها، ولا ردّ عليها، وهي كمان طنّشت

طلبها بعدها كالعادة وكمّلت كلام مع مامتها، بعدها بنصّ ساعة فجأة كده راحت لياسين وشدّت منه التابلت، وقالت له بزعيق:

- أنا مش قلتلك إقفل التابلت بقالي ساعة!؟ إنت مبتسمعش الكلام ليه؟!

ياسين اترفز وراح قعد يضرب فيها، راحت مسكته وضربته هي كمان. مامتها أخدت ياسين ودخّلته جوّه الأوضة وهدّته وطلعت لأسماء، وقالت لها:

- فيه إيه يا أسماء؟ إنتِ حاسّه إنّ طريقتك دي هتربّي الولد؟

- ما انتِ مش شايفة بيعمل إيه وبيكلّمني ازّاي من الصبح؟

- بسّ مش هو ده الحل، إنتِ علشان متخانقة مع جوزك هتطلّعيه على ابنك؟ هو ذنبه إيه؟

- خلاص أنا زهقت، ومش عارفة أعمل معاه إيه!

- هقول لك، عارفه نادية جارتنا؟ ابنها كان عامل مشاكل على طول، وكانت بتشتكي منه دايمًا. راحت عند دكتور متخصّص في تربية الأطفال، قال لها ازّاي تتعامل مع ابنها كويس ودلوقتِ بقى مؤدّب جدًّا ما شاء الله، وهي كمان بقت هادية ومبقتش تتعصّب عليه خالص.

- اسمه إيه الدكتور ده وأنا أروح له؟ أنا محتاجاه فعلًا.

- اسمه الدكتور أسامة.. استنّي هكلّمها وأجيبلك رقمه وعنوانه.

عند عيادة الدكتور..

- ياسين ابني يا دكتور عنده سبع سنين، قليل الأدب، ومبيسمعش كلامي خالص، ولا بيردّ عليّا أصلًا لمّا أكلّمه، بيعيّط ويصرخ لمّا بيكون عايز حاجة، ولو ماجبتهاش يرمي نفسه على الأرض، ويمكن كمان يضربني لو معملتلهوش اللّي عايزه. والمشكلة كمان إنّي حتى لو جبتله اللّي عايزه مبيشكرنيش ولا بيقدّر اللّي جايباه، ومبرضاش بيه ويطلب حاجة تانية، وهكذا.... أعمل إيه يا دكتور؟ أنا مش عارفه أتعامل معاه خالص، والكلّ كمان بيشتكي منه، وباباه كمان شايل إيده من الموضوع، ولا كإنه ابنه.

* - أكبر حاجتين بيشاركوا في إنّ الطفل يتصرّف التصرفات دي هي:

أوّل حاجة إنّ الأمّ بتتعامل مع الطفل بطريقة والأب بيتعامل بطريقة تانية خالص عكسها، ومختلفين في طريقة التربية، وكلّ واحد بينتقد طريقة التاني، وبيبيّن ده في معاملته مع الطفل.

تاني حاجة إنّ الأمّ والأب بيبيّنوا مشاكلهم، وبينتقدوا بعض، أو بمعنى أصحّ بيتخانقوا كتير قدّامه.

في الحالة الأولى اللّي هي كلّ واحد له طريقة في التربية عكس طريقة التاني، يعني واحد بيدلّع قوي وواحد بيضرب، أو واحد بيسيبه

يعمل اللّي عايزه، والتاني ييجي يقول له غلط على اللّي بيعمله ده، الطفل ساعتها مش هيبقى عارف الصحّ من الغلط. هيبقى تايه في النصّ، ومع الوقت كمان بيعرف طريقة كلّ واحد، فيبقى عارف إنّه لو عايز حاجة يروح للّي بيوافق على طول، ويخبّي على التاني، مهو عارف إنّ فيه بينهم خلاف في التربية ومحدّش هيفتن عليه.

الصفة اللّي عايزاها تكون في طفلك لازم تتأكّدي الأوّل إنها فيكِ

في الحالة التانية اللّي هي لو بيتخانقوا مع بعض قدّامه، الموضوع ده بيخلّي الطفل عصبي ومش حاسس بالأمان، والأخطر من كده إنّه بيتعلّم عدم الاحترام.

الأمّ والأب بالنسبة للطفل قدوة، لو شتمتِ هيشتم، لو بتتعاملي بالزّعيق هيتعامل بالزّعيق، لو تعاملتِ بهدوء هيبقى هادي. من الآخر الصفة اللّي عايزاها تكون في طفلك لازم تكون فيكِ أوّلًا.

- عندك حقّ يا دكتور، أنا هحاول أغيّر نفسي الأوّل فعلًا.

- الخطأ التاني اللّي ممكن يكون سبب كبير في تصرّفات ابنك، وكتير من الأمّهات والآباء بيقعوا في الخطأ ده، هي عدم الثبات على الكلام، وعدم التناسق، واللّي بيسمّوها الـ consistency ، ودي لمّا تيجى تطلبي حاجة من ابنك أو بتقوليله على قاعدة يعملها أو يمشي عليها يبقى لازم تتأكّدي إنّه عملها مش تقولي له على الحاجة وتمشي وتطنّشي بعد كده. يعني لمّا تقوليله مش هجيب حلويات النهارده من السوبر ماركت يبقى لازم يعرف إنّك تقصدي فعلًا إنّك مش هتجيبي حلويات من

السوبر ماركت مش يبقى عارف إنّه المفروض يضغط عليكِ أو يتحايل عليكِ شويّة علشان توافقي، لو انتِ ناوية تجيبي يبقى متقوليش لأ من الأوّل.. لمّا تقولي متاكلش الشيكولاتة دلوقتِ يبقى معناها إنّه مياكلش الشيكولاتة دلوقتِ، مش معناها إنّه مُمكن ياكلها على جنب بعيد عنّك، وإنّك هتشوفيه ومش هتقولي له حاجة علشان هيصعب عليكِ.

الطّفل ذكي وعارف آخرك، لمّا بتطلبي منه حاجة بيبقى عارف إنتِ تقصديها فعلًا، ولا كلّها كام دقيقة وتنسي وتنشغلي عنه ويعمل اللّي عايزه! وساعتها هتلاقيه مش مُنتبه أصلًا وقت ما بتطلبي منه حاجة علشان عارف إنّه مش مهمّ يسمع علشان مش مهمّ ينفذ.

-أصله لمّا بيطلب منّي حاجة وأنا رفضتها في الأوّل، زيّ مثلًا عايز حلويّات في السوبر ماركت، وقلت له لأ بيرمي نفسه ويتمرمغ على الأرض، وبيعيّط عياط هستيري كإنّي بعذّبه، والنّاس كلّها بتتفرّج عليّا، مبيسكتش غير لو نفّذت له طلبه!

- لو طلب منّك حاجة وانتِ مش موافقة فقعد يعيّط، خديه برّه المحلّ بهدوء وهو بيعيّط، مُمكن تشيليه لو مش عايز يمشي معاكِ، وتقعدي معاه وتقولي له بهدوء «أنا مش هكمّل شوبنج لحدّ ما تهدى، أوّل ما تكون جاهز قل لي»، وممكن ساعتها تِطَلّعي حاجة تقريها أو تنشغلي بيها زيّ الموبايل مثلًا لحدّ ما يهدى، ويقول لك نرجع نكمّل شوبنج، وساعتها اشْكريه بهدوء إنّه عرف يهدّي نفسه ويسيطر على

مشاعره علشان تعرفوا تكمّلوا الشوبنج.

في حالة إنّه مسكتش وفضل يعيّط ويتشنّج ومش عايز يهدى قولي له «إنت مش عارف تهدى يبقى الحلّ إننا نروّح البيت دلوقتِ، وهنزل أعمل أنا شوبنج لوحدي مرّة تانيه» وفعلًا نفّذي ده، تروحي البيت وتسيبيه مع حدّ، وترجعي انتِ في نفس اليوم أو يوم تاني للشوبنج لوحدك، ولو شِبِط وعايز ينزل معاكِ تقولي له بكلّ هدوء «أنا آسفة مش هعرف آخدك معايا المرّة دي زي ماقلتلك، ممكن آخدك المرة الجاية».

اتصرّفي مع طفلك بالطريقة اللّي انتِ شايفاها مناسبة قدّام الناس أو من وراهم، متخلّيش دي نقطة ضعف تعوق تربيتك لإبنك

أنا عارف إنّ ده تعب عليكِ، ومُمكن تحسّي إنه مستحيل يتنفّذ بسّ هي دي التربية، لازم الطّفل يعرف عواقب فعله مش يعمل أيّ حاجة هو عاوزها في أيّ وقت وعارف ازّاي يعرف يضغط عليكِ كويس.

وبالنسبة لكلمة «الناس هتقول»، متخلّيش دي نقطة ضعفك قدّام ابنك، اتصرّفي مع طفلك بالطريقة اللّي انتِ شايفاها مناسبة قدّام الناس أو من وراهم، متخلّيش دي نقطة ضعف تعوق تربيتك لابنك، محدّش من الناس دول هينفعك لو معرفتيش تربّي ابنك كويس.

- طيّب أنا ساعات بنادي عليه وأطلب منه حاجة يعملها مبيعبّرنيش أصلًا كإنّي متكلّمتش، أطلب منه يقفل التابلت يفضل يلعب ولا كإنّي اتكلّمت.

- هو اتعوّد خلاص إنك لمّا بتانديه، وتطلبي حاجة منّه بتنسي بعدها ومبتصرّيش عليها، فمبيركّزش فيها علشان بالنسبة له الكلام ده مش مهمّ قوي.

لو عايزه ترجعي تفهميه إنّك لمّا بتطلبي منه حاجة إنّك بتعنيها مش بسّ كلام وهيتنسى.

أولًا اطلبي منّه حاجة منطقية يقدر يعملها (إن أردت أنْ تُطاع أؤمر بالمُستطاع) يعني مش يبقى في نصّ اللعبة وتقولي له اقْفل دلوقتِ، قولي له «خلّص اللعبة دي للآخر، وبعدين اقْفل».

تاني حاجة لمّا تناديه وميردّش عليكِ، تروحيله وتقولي له بهدوء «أنا كنت بناديك وبقول لك تقفل التابلت بعد اللعبة دي»، لو مردّش عليكِ برضه وطنّش، يبقى تعملي pause للّعبة، وتقولي له بهدوء «أنا وقفت اللعبة علشان لقيتك مش سامعني وأنا بقول لك اقْفل التابلت بعد اللعبة دي»، وخلّيه يفتحه تاني ويكمّل الدّور بتاعه، وتبقي واخدة بالك لمّا يخلص اللعبة إنّ المفروض ينفّذ اللّي اتّفقتوا عليه، وشجّعيه واشكريه لمّا ينفّذه، معلش مُمكن تتعبي في الأوّل، بسّ لحدّ ما يتعوّد إنه يسمع اللّي قدّامه كويس ويركّز معاه، والموضوع ده هياجد وقت، و محتاج صبر.

ناقص حاجة واحدة في موضوع الـ consistency وهي إنّك لمّا بتقولي على حاجة غلط يبقى تفضل غلط في كلّ المواقف وكلّ الظروف، وباباه كمان يقول له عليها غلط في كلّ الأحوال، يعني مثلًا مينفعش يقول لفظ مش مناسب فتضحكي في يوم وتزّعقيله على نفس اللفظ في يوم تاني، أو باباه يقول له غلط على تصرّف معيّن، وانتِ لمّا يعمل قدّامك نفس التصرّف يبقى عادي بالنسبالك. وعلشان تعملي كده لازم تبقي متّفقة إنتِ وزوجك على إيه الصحّ وإيه الغلط، وقبل ده كمان تكوني انتِ مقرّرة إيه الصحّ وإيه الغلط بالظبط.لمّا مبيكونش فيه consistency، الطفل بيتلخبط ومبيعرفش الصحّ من الغلط، ويحدّد هوّ الصحّ والغلط بمزاجه.

لمّا مبيكونش فيه consistency الطفل بيتلخبط ومبيعرفش الصحّ من الغلط, ويحدّد هو الصحّ والغلط بمزاجه.

- حلو يا دكتور، طيّب مفيش حاجة أعملها قدّامه حتى لو بتكلّف تخلّيه يتربّى شوية مادام أنا قدوة بالنسبة له؟

- آه فيه، بسّ مش لازم بتكلّف، اعمليها عادي واتعوّدي عليها. مثلًا لمّا يدّيكِ حاجة قولي له شكرًا، لمّا يطلب منك حاجة تقدري تعمليها قولي له حاضر، وردّي عليه على طول.

لمّا يكلّمك إدّيله انتباهك كلّه، متبقيش بتردّي عليه وانتِ بتعملي شات ومش باصّه له، لمّا تتكلّمي معاه أو تطلبي منه حاجة انزلي لمستواه،

وحطّي إيدك عليه، ودي حاجة اسمها لغة الجسد، وبتخلّي الطفل يتقبّل كلامك أكتر من إنّك تكلّميه من فوق وانتِ بعيدة عنه.

علّميه المرونة، لمّا يحصلّك حاجة عكس اللّي انتِ كنتِ مخطّطاه إرضي باللّي حصل وقولي "قدّر الله وما شاء فعل"، وعلّميه يعمل زيّك.

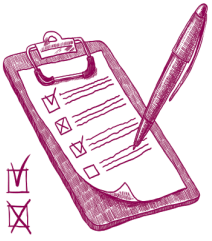
لمّا يعمل تصرُف غريب علشان يجذب انتباهك، قولي له التصرّف ده غلط، لو انت حاسس إنّي مشغولة عنك، وعايزني ألعبْ معاك قول لي وأنا هلعب معاك من غير ما تعمل التّصرفات دي، وقومي الْعبي معاه فعلًا.

وطبعًا لازم تتأكّدي من أخلاق أصحاب طفلك، واللّي بيقعد معاهم، ومن الحاجات اللّي بيتفرّج عليها في التليفزيون وعلى اليوتيوب علشان الحاجات دي ليها تأثير كبير على شخصيته.

الخلاصة

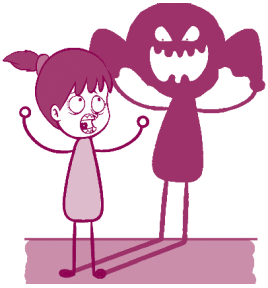
أسماء مبتهتمّش إنّ يكون كلامها لياسين مسموع. فلمّا بتطلب منّه حاجة مبتهتمّش إذا كان نفّذها أو لأ، وبتخاف تتعامل معاه بطريقتها قدّام الناس ده غير خناقاتها المستمرّة مع شريف جوزها قدّامه، كلّ ده أثّر في شخصية ياسين وخلّاه مبيحترمش حدّ، ولا بيهتمّ بكلام حد.

الواجب العملي



لو شفتِ نفسك في أسماء إبدأي إدّي لنفسك فرصة لتغيير معاملتك مع ابنك، واتأكّدي إنّك بتعملي الثلاث حاجات دول:

* اتّفقي مع زوجك على وسيلة تربية واحدة، مش كلّ واحد يبقى ماشي بطريقته.
* متشدّيش مع زوجك أبدًا قدّام ابنك.
* لمّا تطلبي حاجة من ابنك لازم تفضلي وراه لحدّ ما تتأكّدي إنه نفّذ طلبك، يا إمّا متطلبيهاش من الأوّل.



مفيش حاجة تخوف

الشجاعة

* السّاعة تسعة بالليل، وجه وقت نوم سارة، هي ومامتها وباباها قاعدين في الصّالة، مامتها نادتها:

- يلّا يا سارة علشان ننام، غسلتِ أسنانك؟

- لا لسّه..

- طيّب يلّا روحي اغسلي أسنانك علشان متتأخّريش في النوم.

- طيّب تعالي معايا.

- آجي معاكِ ليه؟ ما انتِ بتعرفي تغسلي أسنانك لوحدك.

- تعالي بسّ افتحيلي نور الحمّام وأنا هغسل.

- لا مش قادرة أقوم دلوقتِ، يلّا بقى ادخلي الحمّام بسرعة.

- أنا خايفة.

- خايفة من إيه؟ مفيش حاجة تخوّف، بطّلي جُبن.

- عايزة حدّ يدخل معايا.

- يووووه.. وبعدين معاكِ؟! إنتِ كبيرة على شغل البيبيهات ده.

سارة فضلت واقفة مكانها ومخنوقة، وعينيها مليانة دموع، مامتها قالت لها:

- خلاص هاجي معاكِ أفتحلك النور (وقامت وهي مترفزة) مش معقولة الطريقة دي، مش عارفه إيه اللّي بيخوّف يعني!

سارة لسّه مخنوقة من كلام مامتها، وغسلت أسنانها، خلّصت ودخلوا الأوضة.

* مامتها نيّمتها في سريرها وغطّيتها، وقالت لها تصبحي على خير، ومشيت، وهي على باب الأوضة سارة نادت لها:

- ماما، سيبي النّور مفتوح، أنا مش هاعرف أنام في الضلمة.

- نعم!! فيه حدّ بينام في النور؟! مينفعش طبعًا.

- أنا خايفة أنام في الضلمة.

- بسّ بلاش دلع، يلّا نامي علشان فيه مدرسة الصبح.. تصبحي على خير.

* قفلت النور والباب كمان وطلعت الصالة، جوزها شافها مترفزة، قال لها:

- ما لك يا نهلة؟

- إنتَ مش سامع سارة؟ بقت بتدلّع ومش عارفة حصلّها إيه اليومين دول! كلّ حاجة خايفة.. خايفة.

- معلش بالرّاحة عليها.

وهمّا بيتكلّموا، جتْ سارة ووشّها أحمر، وشكلها معيّطة.

- ما لك؟ حصل إيه؟

- مش عارفة أنام، خايفة.

- مفيش حاجة اسمها خايفة.. إنتِ كبرتِ خلاص، وإيه بقى اللّي مخوّفك إن شاء الله؟

- خايفة من الـ monster!!

- هههههه... monster إيه وكلام فارغ إيه؟! مفيش حاجة اسمها كده، ويلّا بسرعة ادخلي نامي. هأعدّ واحد... اثنين...

لسّه بتقول تلاتة، لقت صرصار ماشي على الأرض.. أوّل واحدة خافت هي نهلة، وطلعت بسرعة فوق الكرسي واترعبت ورعّبت سارة، وهي أصلًا مش ناقصة، هي خايفة لوحدها!

- آآآآآه، الْحَق يا أحمد صرصار، اقْتله بسرعة!!

بعد ما أحمد قتل الصرصار، أخد سارة ودخّلها أوضتها علشان تنام. وكلّ شوية تطلع ويدخّلوها، وبعد محاولات كتير نامت سارة أخيرًا.

سارة صحيت الصبح، ورايحين المدرسة، قالت لماما:

- ماما، أنا بطني وجعاني.

- إنتِ كلّ يوم الصبح تقولي لي بطني وجعاني قبل المدرسة!! فيه إيه؟!

- أنا مش عايزه أروح المدرسة! خايفة.....

وبعد محاولات لإقناع سارة إنّها تروح المدرسة بالذّوق وبالعافية، نزلوا أخيرًا.

المدرسة قريبة من البيت، فبتتمشّى نهلة وسارة لحدّ المدرسة. الاتنين ماسكين إيد بعض جامد جدًّا كإنّ حدّ فيهم هيهرب. ييجوا يعدّوا الشّارع، نهله تقول لسارة:

- خدي بالك من العربية، حاسبي!!

وطول الطريق سارة خايفة من الشارع، وفي نفس الوقت نهلة كلّ شوية تقولّها: حاسبي العمود، حاسبي الطّوبة، حاسبي العربية، هتخبطي في عمو.. وهكذا كأنّها مش شايفة الطريق، لحدّ ما وصلوا المدرسة بالسلامة الحمد لله.

نهلة سابت سارة على باب المدرسة، بسّ بتبصّ عليها من بعيد، سارة ماشية في المدرسة، كلّ ما حدّ يقرّب منها متعرفوش سواء كان طالب أو مدرس أو دادة حتى، تخاف وتكشّ وتبعد. خايفة من كلّ الناس اللّي حواليها. كلّ ده نهلة بتبصّ عليها ومتضايقة.. فطلبت تقابل الميس بتاعة سارة.

- إزّيك يا ميس.

- إزيّك يا مدام نهلة.

- الحمد لله، سارة عامله إيه معاكِ؟

- سارة شاطرة وكويسة وهادية.

- طيّب هي بتلعب مع أصحابها.. وكده؟

- يعني مش دايمًا، بتلعب معاهم لمّا بنكون في الفصل. بسّ في الحوش مبتلعبش خالص، بتفضل قاعدة في مكانها.. لو جهْ حدّ من أصحابها قعد معاها ماشي، لو لأ.. بتقعد تتفرّج عليهم، وهمّا بيلعبوا بالزّحليقة والعقلة بسّ مبتحاولش تجرّب.

- شكرًا يا ميس.

روّحت نهلة، وفضلوا على الحال ده، كلّ يوم سارة مخاوفها بتزيد؛ تخاف تنام بالليل، وتخاف تروح المدرسة، وتخاف من الناس، وتخاف من كلّ حاجة..... ونهلة تزعّقلها أكتر، وساعات تعاقبها على جُبنها، وساعات تتّريق عليها وعلى مخاوفها، وسمّوها في البيت سارة الجبانة...

كلّ ده بدل ما يعالج سارة، خلّى سارة تخاف أكتر وأكتر، لدرجة إنّ خوفها بقى مَرَضي، بقت تقرض ضوافرها، وتعمل على نفسها بالليل.

أحمد ونهلة حاسّين بالضغط من اللّي سارة بتعمله، ومش عارفين يعملوا إيه، أحمد قال لنهلة:

- إنتِ هتفضلي مسمّيه سارة الجبانة كده على طول وتزعّقيلها؟

- ماهي بقت جبانة قوي، وأنا مش عارفه أتصرّف معاها ازّاي!

- أنا حاسس إنّ اللّي احنا بنعمله ده بيخلّيها جبانة أكتر.

- طيّب نعمل إيه!؟ أنا خايفة عليها!

- وأنا كمان، أنا حاسس إنّها هتبقى مريضة، وعندها فوبيا كده. تعالي ندوّر على دكتور متخصّص في التربية ولا حاجة يساعدنا بدل ما تضيع منّنا.

- طيّب ماشي، أنا هدوّر على دكتور ونروحله.

بعد تدوير كتير لقت دكتور أسامة.

في عيادة الدكتور...

- إحنا عندنا بنت اسمها سارة، سبع سنين، من فترة بقت بتخاف جدًّا من كلّ حاجة، بتخاف من الناس، بتخاف من الضلمة بطريقة مش طبيعية، بتنام في النور، بتخاف من المدرسة، ومن السلم حتى، تقريبًا بقت بتخاف من كلّ حاجة لحدّ ما بقينا مسمّينها سارة الجبانة (وحكوا له على كلّ تصرّفاتها) .

- بدايةً كده، حكاية إنكوا تطلقوا على الطفل لقب معيّن أو تسمّوه بصفة اعتقادًا منكوا إنّ ده كده هيساعد في تقليل الصفة السلبية اللّي عنده ده خطأ كبير جدًّا. وده بيسموه labeling وهو لمّا تسمّي بنتكوا مثلًا اسم الجبانة، وتنادوها على طول بالاسم ده أو فلان البطيء أو البليد،أو أيّ حاجة زي كده، بالطريقة دي بتزوّدوا عنده الصفة دي

أكتر وأكتر على عكس المتوقّع. ما انتوا خلاص لزقتوا فيها صفة الجبن، حتى لو هي مكانتش حاسّة إنّها جبانة قوي هتقتنع خلاص إنّها جبانة، وتتصرف على أساس كده لحدّ ما تقنع نفسها واللّي حواليها إنها جبانة فعلًا.. فأكبر خطر إنكوا تحطّوا label للأطفال.

«عندما نقوم بتسمية أطفالنا، فنقوم بتعريفهم دون قصد. فنحدّد لهم مَن هم وما نتوقّعه منهم»

د.روبن سيلفرمان

- آه عندك حقّ يا دكتور، أنا قلت لنهلة كده برضه. البنت كانت بتضّايق الأوّل من الكلمة دي، وبعدين اتعوّدت عليها، وكمان بقت بتخاف وجبانة أكثر بعدها.

- الخطأ الثاني اللّي ساعات كتير الأهل بيقعوا فيه هو إنّ لمّا طفلهم بيخاف من حاجة مبيراعوش مشاعره ومخاوفه، ويقللوا منها ويحقّروها اعتقادًا منهم إنهم كده بيصغّروا المخاوف دي في عين الطفل، ويخلّوه ميخافش خلاص. بسّ بالعكس الطفل كده بيحسّ إنّ محدّش حاسس بيه، ولا فاهم مخاوفه إيه، فبيفضل كاتمها في نفسه علشان لمّا بيقولها بيتريقوا عليه، فبالتالي بتزيد جوّاه يوم بعد يوم.

يعني لمّا سارة تيجي تقول أنا خايفه من الـ monster مثلًا، بدل ما تقولوا لها مفيش حاجة اسمها monsters أو إيه الكلام الفارغ ده، أو

إنتِ كبيرة مش بيبي علشان تقولي كده، احضنوها أولًا علشان دي أكتر حاجة مُمكن تطمّن الطفل وتحسّسه بالأمان، وبعدين اتناقشوا معاها من غير تريقة ولا استهزاء، قولوا لها: «مُمكن يكون الـ monster ده فين؟» لو قالت في الدّولاب خدوها وافتحولها الدولاب، وخلّوها تتأكّد إنّ مفيش حاجة جوّه، إنزلوا تحت السرير ورّوها إنّ تحت السرير فاضي، وده كلّه طبعًا من غير استهزاء أو تقطيم أو جرح مشاعر، يعني بلاش تقولوا «شفتِ.. أهو مفيش حاجة من الكلام الفارغ ده زي ماقلتلك» حسّسوها إنكوا بتدوّروا معاها بجدّ.

لمّا تقول لطفلك إنّ مفيش حاجة تخوّف وهو خايف، ده بيخلّي خوفه يزيد ويكبر جوّاه.

أو اسألوها «عندك أفكار نعملها علشان نمشّي الـ monster ده؟» وخلّيها تفكّر في حلول بنفسها، زي مثلًا تخلّي جنبها كشّاف نور أوّل ما تحسّ إنها خايفة بالليل تفتحه، أو اقترحوا عليها تجيبولها ونّاسة تتحطّ في الأوضة وهي نايمة، أو أيّ حلّ هي تقترحه، يعني مثلًا فيه أمّ إدّت لبنتها سبراي فيه مياه، وقالتلها ده سبراي سحري بيشيل الـ monsters وبتخلّيها ترشّ منه في الدولاب قبل ما تنام وتحت السرير. وعلى فكرة الطرق دي مبتاخدش وقت في العلاج، يعني كام يوم بسّ وهتلاقيها نسيت الحاجة اللّي كانت مخوّفاها، مش هتفضل تدوّر كلّ يوم في الـدولاب يعني! بسّ لمّا تقولولها إنّ مفيش حاجة تخوّف

وهي خايفة؛ ده بيخلّي خوفها يزيد ومشكلتها تكبر جوّاها.

- أنا بعد كده هتكلّم معاها فعلًا، ومش هسيبها تخاف لوحدها كده.

- فيه طريقة كمان مُمكن تعمليها تخلّيها تقدر تقيّم حدّة خوفها وتفكّر مع نفسها إذا كان الموضوع يستاهل الخوف ولا لأ، اسأليها إنتِ خايفة قدّ إيه؟ من الأرض لحدّ قدمك ولا لحدّ ركبتك ولا لحدّ بطنك مثلًا؟ أو لو طفل كبير شوية يبقى يقيّم حدّة خوفه بالأرقام، هو خايف قدّ إيه من صفر لعشرة، على أساس إنّ عشرة تكون أكتر خوف، وصفر أقلّ خوف، زي بالظبط لمّا الدكتور بيسأل المريض عن شدّة ألمه قدّ إيه. الطريقة دي بتخلّي الطفل يعرف قدّ إيه بالظبط هو خايف، ومُمكن بعدها كمان تسأليها تاني بعد ما تهدى أو بعد ما تهدّيها بالطّرق اللّي قلناها قبل كده وتشوفي خوفها قلّ فعلًا ولا لأ.

- دي فكرة جميلة جدًّا، سارة هتحبّ تعبّر عن نفسها بيها.

- كويس، من الحاجات المهمّة طبعًا في التربية، وبقولها دايمًا هي القدوة، الطفل هو مراية أبويه، لو سارة لقياكِ بتخافي من أقلّ حاجة هتخاف طبعًا، لو شايفاكِ مبتخافيش من كلّ حاجة هتعمل زيّك بالظبط. الطفل لمّا يتولد مبيبقاش عارف إيه الحاجة اللّي بتخوّف من الحاجة اللّي مش بتخوّف، هتلاقي القطة عنده زي الأسد مفيش فرق. الفرق بعد كده بييجي مع الخبرة في الحياة ومع تقليد الأبوين، يشوفك بتخافي من إيه يبقى ده خطر يبعد عنه، وهكذا.

طبعًا أحمد ونهلة مقدروش يمسكوا نفسهم وقعدوا يضحكوا وافتكروا الصّرصار اللّي نهله شافته.

- لو سارة كانت خايفة من حاجة حقيقيّة زيّ المدرسة أو المرجيحة أو السلّم مثلًا، اتكلّموا معاها، اعرفوا هي خايفة من إيه بالظبط في المدرسة، واسمعوها كويس للآخر من غير مقاطعة، ومن غير استهزاء بمخاوفها، ومن غير ما تحاولوا تقنعوها بعكس اللّي في دماغها.

لو هي كانت خايفة مثلًا من المدرسة خلّوها تخلّص كلامها الأوّل، وبعدين عرّفوها القواعد اللّي بتتبعها المدرسة لسلامة الطّلاب، يعني مفيش حدّ غريب بيسمحوا له إنه يدخل المدرسة، المدرسة عارفة كلّ الموجودين فيها وأرقامهم وعناوينهم، باب المدرسة مقفول على طول، والأمن بسّ اللّي معاه المفتاح، الطفل اللّي بيزقّ حدّ من على الزحليقة بيتعاقب، وحتى لو حدّ وقع على الأرض مبيحصلّوش حاجة علشان الأرض معمولة بطريقة تمتصّ الصدمات، وحتى لو اتعوّر بيروح عند المُمرضة وبتعملّه الإسعافات اللازمة ويرجع فصله.... وهكذا. حاولوا تطمّنوها بحقائق علمية، مش بسّ تقولولها مفيش حاجة تخوّف وخلاص، لازم تكون عارفة إيه آخر أيّ سيناريو مُرعب جِه في بالها.

ودوركوا كمان إنّكوا متخوّفوهاش من الناس ومن كلّ حاجة محيطة، يعني بدل ما تقولولها «متبعديش علشان محدّش يخطفك» قولوا لها «متبعديش علشان أفضل شايفاكِ على طول». وخلّوها تمشي بحرية

أكتر وتلعب بحرية أكتر، يعني مش على طول تستخدموا كلمات زي حاسبي و.. هتقعي... الخوف الزايد عليها بيخلّيها هي كمان خايفة على نفسها، وحاسّة بالخطر أكتر.

- أه صحّ، أنا بخاف عليها قوي، خصوصًا في الشارع.

- هي كبرت وعارفة الخطر، مش لازم تقوليلها حاسبي العمود مثلًا، أكيد هي شايفاه.

- أيوه صحّ، عندك حقّ يا دكتور.

- بالنسبة للنوم بقى، خلّي عندها روتين يومي ليلي للنوم، اقرئي لها قصة، وبعدين قولوا مع بعض أذكار النوم، وبعدين تبوسيها وتسيبيها تنام، مُمكن في الفترة دي تحكيلها قصص عن التعامل مع الخوف، وده يمكن يخلّيها تآخد أفكار أكتر للتعامل مع مخاوفها، احكيلها قصص الصحابة والرّسل، وركّزي على شجاعتهم. علّميها لمّا تخاف تستعيذ بالله، وتقول آية الكرسي وتآخد نفس عميق وتطلّعه ببطء، وهكذا علشان تعرف تتعامل مع مخاوفها لوحدها.

ومينفعش وهي خايفة وعايزة تطمّنيها تقوليلها متخافيش أنا معاكِ، هييجي في ذهنها إنّك مصدر الأمان، ولو إنتِ مش موجودة يبقى فيه خطر عليها.

- طيّب في حاجات معينة نتجنّبها علشان البنت تبقى شجاعة؟

- آه، من الحاجات الخطيرة اللّي بتحسّس الطفل بعدم الآمان هي

خناقات الأمّ والأب قدّام الأولاد، دي بتخلّي الطفل خايف دايمًا.

وكمان الفرجة على أفلام رعب أو ألعاب رعب، فلازم تعرفوا هي بتتعرّض لإيه بالظبط.

- أخيرًا الحمد لله في حاجة واحدة مبنعملهاش... هههههه.

الخلاصة

سارة كانت عندها مشكلة زيّ باقي الأطفال اللّي في سنّها، وهي الخوف، بسّ لمّا نهلة وأحمد كانوا بيتّريقوا على مخاوفها ومش حاسّين بمشاعرها وكمان مسمّيينها سارة الجبانة، ده غير إنّ نهلة أصلًا مكانتش قدوة لبنتها في الشّجاعة، كلّ ده بدل ما يقلّل الخوف عندها زوّده أكتر.. وأكتر.

الواجب العملي

الواجب العملي المرّة دي عبارة عن تدريبين تعملهم كلّ يوم وتعوّد نفسك عليهم، اليوم اللّي تعملهم فيه تحطّ علامة صحّ، واليوم اللّي تنسى فيه تحطّ علامة خطأ...

اليوم	تجنّب تسمية طفلك بأي صفة مهْما كانت	بيّن لطفلك إنّك حاسس بيه وبمشاعره، ومتعاطف معاه
السبت		
الأحد		
الاثنين		
الثلاثاء		
الأربعاء		
الخميس		
الجمعة		

ماما بتقولك إنها مش موجودة

الصدق

حمزة عنده بكره ماتش سكواش مهمّ في التمرين، وعايز يتدرّب شوية في البيت، بسّ مامته محرّجة عليه ميمسكش المضرب أبدًا في البيت علشان كلّ ما يمسكه ويلعب لازم حاجة تتكسر. هاله مامته دخلت المطبخ شوية تجهّز الغدا، وطارق باباه نايم شويّة في أوضته.

حمزة لقاها فرصة يلعب شوية بالمضرب، ومحدّش هياخد باله، وإن شاء الله هتيجي سليمة المرّة دي، ومفيش حاجة هتتكسر.... لعب شوية، وبعد ما اندمج في اللعب، الكرة جتْ في النّيش والإزاز اتْكسر... دششششششش..... هالة سمعت الصوت وطلعت الصّالة مفزوعة، سألت:

- فيه إيه!! إيه اللّي حصل؟ مين اللّي كسر الإزاز ده؟

- لا! ده.. ده.. ده مش أنا، أنا.. أنا.. أنا سمعت الصوت جيت أشوف فيه إيه، شكلها القطّة!!

- لا.. إنت اللّي كسرته، أنا شايفة المضرب أهو على الأرض!!

- لا! ده.. ده.. ده أنا كنت بسّ بجهّزه علشان بكره..

- إنت كذّاب! أنا مش قلتلك المضرب ده ميطلعش في البيت؟

- مش أنا، دي القطة! أحلفلك بإيه؟

- خلاص، ادخل أوضتك ومش عايزة صوت.

طارق صحي من الزّعيق طبعًا، وقال:

- ما لك يا هالة؟ صوتك جايب لآخر الدّنيا، فيه إيه! وإيه الإزاز ده؟

- حمزة مسمعش كلامي ولعب بالمضرب وكسر إزاز النيش، وكمان بيكذب زيّ عوايده، ويقوللي القطة اللّي كسرته!!

- معلش هدّي أعصابك، عملتِ الغدا؟ أنا نازل كمان شوية.

جرس موبايل طارق رنّ، ردّ طارق:

- ألو، أيوه يا باشا أنا خلاص أهو في الطريق، عشر دقايق وأكون عندك.

طبعًا طارق بيحوّر على صاحبه ولسّه مغسلش وشّه أصلًا، ولا لبس حتى علشان يبقى في الطريق، وحمزة وهالة سامعين المكالمة، ومتعوّدين طبعًا على التحوير ده....

- أنا هنزل دلوقتِ وهتغدا لمّا أرجع.

هالة دخلت قفلت على الأكل لحدّ ما جوزها ييجي، وراحت تلمّ الإزاز من على الأرض، وبعدين مسكت الموبايل وقعدت على الفيس

بوك علشان تهدّي أعصابها، وحمزة مسك التابلت يتفرّج شويّة على الكارتون اللّي بيحبّه، جرس التليفون الأرضي رنّ. هالة قالت لحمزة:

- روح ردّ على التليفون.

- ثواني طيّب.

- ثواني إيه! يلّا بسرعة شوف مين، مُمكن تكون حاجة مهمّة!

حمزة راح يردّ على التليفون:

- ألو، الحمد لله.. الحمد لله.. ثواني هشوفهالك... ماما.... ماما، دي طنط سامية عايزاكِ.

- قل لها إنّي نايمة!

- ماما نايمة يا طنط، حاضر.. هبقى أقولّها، سلام.

قفل الخطّ، وقال لمامته:

- هو انتِ ليه مش عايزة تكلّميها؟

- مش فايقة دلوقتِ، هكلّمها بعدين.

- طيّب ده كده مش كذب؟

- كذب إيه! بلاش إنت!! دي اسمها كدبة بيضاء متعتبرش كذب، ده علشان مينفعش أخلّيك تقولّها هي مش عايزة تكلّمك دلوقتِ... فهمت؟

- أه فهمت، أنا خفت بسّ ليكون كذب ولا حاجة!

عدّى اليوم خلاص، وجهْ يوم التدريب.

هالة وصّلت حمزة للتدريب، دخل الأوضة جوّه علشان يحضّر

نفسه قبل الماتش، فقابل زميله أحمد اللّي هيلعب قدّامه، حبّ يغلّس عليه ويستفزّه شوية قبل الماتش، قال له:

- هتتقطّع النهارده يا أحمد!!

- هنشوف مين اللّي هيكسب ومين هيخسر!

- هنشوف!! You loser

- بسّ يا حمزة، أنا عايز أركز شويّة قبل الماتش...

- بتقول لي بسّ!؟

وقام حمزة مسك في خناقُه، جَه المدرب فصل بينهم، وسألهم:

- إيه اللّي حصل؟

- حمزة جِه يضايقني ويضربني كمان علشان مش عايزني أركّز قبل المسابقة.

- لا، أحمد هو اللّي بدأ، وكمان قال لي هقطّعك وyou loser!!

- أنا؟!

- أه، ولمّا قلتله سيبني أركّز شويّة جِه مسَك فيّا، وعايز يضربني!!

- أنا؟!

- يلّا انتوا الاتنين، اللّي هلاقيه بيعمل شغب تاني مش هيلعب النهارده.

وفصلهم المدرّب كلّ واحد في مكان.. شويّة وبدأ الماتش...

لعبوا همّا الاتنين كويس طول الماتش بسّ في الآخر أحمد هو اللّي كسب بفرق بسيط، وحمزة محالفهوش الحظّ، هالة قابلت حمزة بعد الماتش وقالت له:

- معلش يا حمزة، المرّة الجاية هتكسب إن شاء الله.

- لا أنا كنت المفروض أكسب، بسّ أحمد هو اللّي جه قعد يتخانق معايا قبل الماتش ويضربني وخلّاني مش مركّز، وحتى في الماتش كذا مرّة كان قاصد يكعبلني ويزقّني، هو اللّي المفروض يخسر مش أنا... ده مش عدل!!

- معقولة!! طيّب روح اسبقني على العربية، وأنا هتكلّم مع المدرّب.

- لا خلاص يا ماما مش مشكلة!

- مش مشكلة إيه؟ ده كده ظلم!

- لا خلاص، خلاص، أنا راضي خلاص، خلّيه يكسب المرّة دي من نِفسه.

- روح بسّ اسبقني وأنا هاجي وراك، خدِ المفاتيح.

هالة راحت قابلت المدرّب وسألته على الكلام اللّي حمزة قاله، وطبعًا اتصدمت لمّا عرفت إنّ العكس تمامًا هو اللّي حصل، هالة اتنكّدت من كذب حمزة الدّائم ده، راحت لحمزة في العربية وقالت له:

- إنت ليه بتكذب عليّا وتقول لي إنّ أحمد اتخانق معاك، وانت أصلًا اللّي عملت كده؟

- مين قال لك كده؟ ده همّ اللّي كذابين مش أنا!!

- لا.. أنا عارفة إنّك كذاب! ماهى دي مش أوّل مرّة تكذب فيها، فاكر الإزاز بتاع امبارح؟! ولا فاكر خناقه الباص الأسبوع اللّي فات؟!

ولا اللّي الميس قالتهولي الأسبوع اللّي قبله؟!

- لا أنا مبكذبش، إمبارح قلت لك القطّة هي اللّي كسرت الإزاز، والباص الولاد همّا اللّي بدأوا يتّريقوا عليّا وأنا قاعد في حالي، وكمان إنتِ عارفة إنّ الميس دي مستقصداني من أوّل السنة... إنتِ بتصدّقي كلّ الناس ماعدا أنا... خلاص أنا بسّ اللّي وحِش والباقي كلّهم مبيغلطوش.

وحمزة قلبها دراما علشان يخلّص الموضوع على خير، وخلص فعلًا بالطريقة دي، وعدّت الأيام وجه وقت امتحانات الميد تيرم...

حمزة كان مذاكر كويس، بسّ فيه سؤال ناسيه في الامتحان، حاول يفتكر مش عارف، زميله اللّي قدّامه وقع منه القلم على الأرض نزل يجيبه، راح حمزة لقط بسرعة إجابة السؤال اللّي كان ناسيه، بسّ المراقب شافه وهو بيغشّ فقال له:

- حمزة، بصّ في ورقتك، إنت بتغش؟

- لا أنا مبغشّش!

- الامتحان ده معمول علشان نعرف مستوى كلّ طالب، ملهاش لازمة تغشّ، ده مش هيدخل في المجموع النهائي.

- يووووه يا مستر.. قلتلك أنا مبغشّش، ده حاتم هو اللّي سألني على السّؤال ده وأنا مرضتش أجاوبه.

- أنا شايفك بتغشّ بعيني، عمومًا اللّي هلاقيه بيغشّ تاني هنقصّه في أعمال السنة. فاهمين؟

خلص الامتحان، والكلام ده وصل لهالة ولطارق، فقعدوا مع حمزة، وسألوه:

- إنت غشّيت ليه يا حمزة؟

- أنا مغشّتش.

- المراقب بيقول إنّ الكلام في ورقتك زيّ الكلام في ورقة حاتم.

- ده هو اللّي كان عايز يغشّ منّي، ولمّا مرضتش بصّ هو في ورقتي وأنا مش واخد بالي!

- أمّال ليه المراقب بيقول كده؟

- هو مستقصدني وانتِ عارفه!!

- إيه يا حمزة! هي كلّ المدرسة مستقصداك؟

- وانتوا كمان مستقصدني، بتصدّقوا كلّ الناس ماعدا أنا!

وقلبها دراما طبعًا كالعاده علشان يعرف يخرج من الموقف، وخلّص الدراما ودخل أوضته.

هالة قالت لطارق:

- إنت مش حاسس إنّ حمزة كلّ يوم بيكذب أكتر من اليوم اللّي قبله؟!

- أه، أنا مبقتش بصدّقه في أيّ حاجة بصراحة!

- طيّب نتصرّف معاه ازّاي، ونعمل إيه؟ هنسيبه كده؟!

- مش عارف، اسألي أصحابك على حلّ، أو روحي حتى لدكتور متخصّص في التربية يمكن يفيدك.

- صحّ أنا هعمل كده.

سألت هالة أصحابها، ودلّوها على الدكتور أسامة..

في عيادة الدكتور..

- أنا عندي ولد اسمه حمزة، عنده عشر سنين، من فترة كده بقى كلّ حاجة يكذب.. عمّال على بطال، بيكذب في الحاجات الهايفة والحاجات المهمّة، محدّش بقى بيصدّقه خالص.....

وحكت له هالة على اللّي حمزة بيعمله، وسألته على حلّ للموضوع ده، وده كان ردّ الدكتور أسامة:

* - فيه شوية أخطاء كده بيقع فيها الأهل في التّعامل مع الطفل لمّا يكذب اعتقادًا منهم إنّهم كده بيعالجوا ابنهم من الكذب، وهمّا بالعكس بيضرّوه ويزوّدوا صفة الكذب عنده.

- زيّ إيه يا دكتور؟

- زيّ تسمية الطفل بصفة الكذاب، أو بيسمّوها الـ labeling ، يعني لمّا تلاقي حمزة كذب قدّامك، كسر الإزاز مثلًا، وقال لك مش أنا اللّي كسرته، بدل ما تقولي له إنت كذّاب أو ليه بتكذب، قولي له أنا عارفة إنّ صعب الواحد يعترف بسهولة بالخطأ اللّي عمله، بسّ هو ده الصحّ، إنّ الواحد المفروض مينكرش اللّي عمله ويعترف بيه، والأهمّ من كده إنه يحاول يصلّح خطأه،

خلّي زعلك من كذب الطفل أكتر بكتير من الخطأ المادي اللّي وقع فيه

وتدّيله المقشة والجاروف يلمّ الإزاز اللّي اتكسر بنفسه، وكمان يقيس طول الإزاز اللّي اتكسر علشان تعملوا غيره، وبكده هيعرف إنّ كلّ مشكلة يقع فيها ليها حلّ، ويقدر يعمله بنفسه، وكمان الكذب مش هو الحلّ للمشكلة ومش هينجّيه.

- أيوه صحّ، أنا للأسف بزعّقله، وأتّهمه إنه كذاب، وكمان في الآخر أنا اللّي بنضّف وأقيس مش هو...

- والأهمّ من كده كمان إنّك تحسّسيه إنك زعلتِ من إنكار الحقيقة دي أكثر من كسر الزجاج، يعني خلّي الأولويات عندك هي الأخلاق أولًا، وبعد كده أيّ حاجة مادية. يعني يوم ما تزعّقيله أو تعاقبيه على حاجة تعاقبيه على سوء أخلاق عملها (كذب، شتم، ضرب) مش على حاجة مادية عملها (كسر حاجة، ضيّع حاجه) وهكذا، الموضوع ده هيرتّب الأولويّات عنده الترتيب السليم.

* من الأخطاء التانية اللّي بيقع فيها الأهل برضه هي إجبار الطفل على الكذب...

- ازّاي هجبره؟ ده أنا ببهدله لو كذب!!

- مش هتجبريه يعني تقولي له لازم تكذب، لا.. الإجبار هنا معناه إنك مثلًا شايفه المضرب ومتأكّدة إنه هو اللّي كسر الإزاز، متسأليش

«مين اللّي كسر الإزاز؟» ما انتِ متأكّدة إنّ هوّ من غير سؤال، سؤالك ده بيخلّيه يفكّر ازّاي يخرج من المشكلة دي، وجاتله فرصة إنّه ينكر والمفروض يستغلّها. يعني مثلًا بدل ما تسأليه «إنت عندك واجب النهارده؟» قولي له «لمّا تخلص الواجب هنتفرّج شوية على التليفزيون».. وهكذا، متدّيلهوش فرصة للكذب خالص.

- وإيه كمان باقي الأخطاء؟

- لمّا الطفل يكذب متقعديش تفكّريه بالقديم والجديد، وإنّ هو بيكذب طول حياته، مع إنّ الموضوع خلص من زمان، حلّي كلّ موقف لوحده من غير تذكّر المواقف القديمة، الطريقة دي بتخلّيه يفقد الأمل في إنّه يصلّح من نفسه. بالذات لو الطفل كمان اعترف بخطأه واعتذر عنه، بلاش التّأنيب والجلد، الطفل كده مُمكن يبطّل يعتذر علشان كده كده مش فارقة، وكده كده هيسمعله كلمتين.

وأخطر خطأ بقى على الإطلاق.. هو كذب الأهل بالذات قدّام أولادهم. الطفل هو مراية والديه، فلو لقى والديه بيكذبوا فطبيعي جدًّا إنه يكذب هو كمان.. ومش قصدي على الكذب التقليدي اللّي هو للخروج من المشكلة بسّ.. لا، قصدي على الكذب اللّي الأهل بيعتبروه مش كذب، أو زيّ ما بيسمّوه كذبة بيضاء وكذبة سوداء.. والألوان دي، زيّ الكذبات المشهورة طبعًا بتاعة «قول له إنّي مش موجود» أو «خلاص أنا في العربية ودقيقة وأبقى عندك»

طبعًا هاله سمعت الكلمتين دول ووشّها احمرّ وجابْ ألوان وسكتت خالص، والدكتور فهِمْ طبعًا وكمّل كلامه:

- نيجى بقى لشوية حاجات ووسائل كده مُمكن تعمليها علشان تعالجي صفة الكذب عند حمزة.. أوّل حاجة إنّك تعرفي إيه أصلًا سبب الكذب؟!

- إزّاي؟

- العلماء حدّدوا أسباب الكذب في ثلاثة أسباب:

أوّل سبب هو إنّ الطفل يكون خياله واسع فبيتخيّل حاجات أو يكون بيتمنّى حاجة تحصل فيقول إنّها حصلت، زيّ مثلًا يقول «أنا رحت ديزني لاند»، وده طبعًا مُمكن يكون إساءة تعبير في السنّ الصغير، ودور الأم ساعتها إنّها تفهّم طفلها الفرق بين الحقيقة والخيال.

والسبب التاني إنّ الطفل بتكون ثقته بنفسه قليلة، وبيحبّ يجذب انتباه اللّي حواليه فيتكلّم أيّ كلام، ويزوّد كلام من عنده على الحقيقة علشان بسّ يخلّي الناس تسمعه وتحسّ بوجوده، وفي الحالة دي لازم تتعالج المشكلة من جذورها، ونساعد الطفل إنه يكون عنده ثقة أكتر بنفسه.

السّبب التّالت وهو ده المشهور، وغالبًا هو ده حالة حمزة، وهو الكذب للخروج من المشاكل، وطبعًا ساعتها لازم يحسّ زيّ ما قلت لك إنّ الكذب عندك أخطر من المشكلة نفسها اللّي عملها وتدّيله فرصة إنّه لو قال الحقيقة هيكون مفيش عقاب، وتدّيله دايمًا الأمان إنّه يقول الحقيقة علشان عارف إنّك هتقدّري صدقه.

مثلًا موضوع الغشّ في الامتحان، اسأليه "إنت بتغشّ ليه؟ علشان تبيّن لأصحابك إنك ذكي؟ ولا علشان إحنا نفرح بيك؟» وعرّفيه إنّ مفيش فايدة من الغشّ، والناس لو قالت عليه شاطر مش هيفيدوه لو ربّنا مش راضي عنه، وبيعمل حاجة تغضب ربّنا. لو اعترفلك بحاجة عملها حتى لو كان عامل مصيبة، امْدحي صدقه وشجّعيه .

- صحّ عندك حقّ يا دكتور.

- من الحاجات المهمّة في القدوة برضه إنّك لمّا تقولي على كلمة يبقى تقصديها، وإنّ كلمتك واحدة. مش توعديه بحاجة ومتنفّذيهاش بعد كده، لو عارفة إنّك مش هتعرفي تنفّذي وعدك يبقى بلاش توعدي من الأوّل، ولو وعدتِ وانتِ في نيّتك إنك توفّي بسّ حصلت ظروف، لازم تفهّميه الظروف اللّي منعتك من تنفيذ وعدك، وميبقاش كلّ مرّة طبعًا.. يعني فيه أطفال لمّا يطلبوا حاجة من أهلهم ويقولولهم «إنْ شاء الله» يعرفوا خلاص إنّها مش هتتعمل..

بلاش تربطوا كلمة إن شاء الله في ذهن أطفالكوا بإن كده طلبهم مرفوض

- أيوه صحّ، أعرف ناس كده كتير.

- آخر حاجة بقى أقدر أقولهالك إنّك مُمكن تعرّفي طفلك قيمة وأهميه الصدق وخطورة الكذب عن طريق القصص، زيّ قصة

الرّاعي اللّي كان بيحرس الغنم، وكلّ شوية ينادي على الناس ويقول لهم الديب هجم على الغنم.. الحقوني، ولمّا ييجوا يقول لهم إنّه كان بيضحك عليهم، وفي يوم هجم الديب فعلًا على الغنم وناداهم تاني علشان ينقذوه، بسّ خلاص محدّش بقى بيصدّقه ومحدّش راحله ينقذه.... وهتلاقي قصص زيّ دي كتير مُمكن تدوّري عليها وتشوفي حاجات في مستوى سنّ حمزة، وقصص وروايات لسنّه عن الكذب هو يقرأها بنفسه.

الخلاصة

حمزة كان عنده داء الكذب، وهالة وطارق كانوا فاكرين إنّهم كده بيعالجوه لمّا يسمّوه كذّاب على طول، ويبيّنوا له إنّهم مش مصدّقينه في حاجة، ويفكّروه دايمًا بكذباته القديمة، لكن همّا للأسف زوّدوا عنده الكذب بالطريقة دي، خصوصًا كمان إنّهم بيكذبوا ويحوّروا قدّامه.

الواجب العملي

الواجب العملي المرّة دي يخصّ بسّ الأمّ والأب، خطأين خطيرين، كلّ يوم بالليل هتحاسب نفسك إذا كنت وقعت في الخطأ ده واللّا لأ...

اليوم	كذبة بيضا بسيطة أو تحوير	عدم وفاء بوعد وعدته لطفلك
السبت		
الأحد		
الاثنين		
الثلاثاء		
الأربعاء		
الخميس		
الجمعة		

ما تمسكش لعبي تاني

الكرم

كريم وسارة قاعدين بياكلوا على السفرة، ومروة مامتهم قاعدة معاهم، كريم أكل وشبع خلاص، فقال لمامته:

- أنا شبعت خلاص.

- طيّب خلّص باقي الفرخة بتاعتك، دي حتة صغيرة.

- لا أنا شبعت ومش عايز.

- طيّب روح اغسل إيدك، وانتِ يا سارة خدي الحتة دي كليها انتِ.

وحطّتلها حتة الفرخة بتاعة كريم في طبقها، راح كريم رجع جري، وخطفها من طبق سارة، وقال لمامته:

- لا.. لا.. دي بتاعتي، أنا هاكلها، أنا عايزها!!

وأخدها فعلًا كريم وأكلها رغم إنه شبعان، وقاموا كلّهم وغسلوا إيديهم، مروة وقفت تغسل المواعين، وكريم وسارة دخلوا جوّه الأوضة، بيبصّوا تحت المكتب لقوا شيكولاتة kisses واحدة واقعة على الأرض، كريم نزل بسرعة وأخدها وفتحها وأكلها كمان وهو تحت المكتب من

قبل ما يطلع حتى. طبعًا سارة فاكراه هينزل ويطلعلها بحاجة، فأوّل ما شافته معاه ورقة الشيكولاتة فتحت في عياط هستيري، مروة جتْ بسرعة وسألت سارة:

- ما لك يا ساره؟ فيه إيه؟

- كريم لقى شيكولاتة واحدة، وأكلها ومدّانيش حاجة!!

- ليه يا كريم؟ هي الشيكولاتة دي بتاعة مين؟

- معرفش!!

- طيّب مإدّتش حتة لأختك ليه؟

- أنا اللّي لقيتها الأوّل، تبقى بتاعتي.

ومشي كريم وسابهم، ومعندوش أيّ إحساس بالذنب إنه أخد حاجة ومدّاش لأخته...

جرس الباب رنّ، كريم جري على الباب علشان يفتحه.

- هيييييه تيتة..... إنتِ جايبه إيه يا تيتة؟ إيه اللّي في الكيس ده؟ حلويات.. هيييييييه.

مروة أوّل ما سمعت كلمة حلويات جتْ بسرعة، ومن قبل ما تسلّم على مامتها راحت لكريم وأخدت منه كيس الحلويات وقالت له:

- مفيش حلويات النهارده، إنت لسّه واكل شيكولاتة من شوية، هعينهم وكلّ أسبوع هديلك حاجة منهم!

- أنا عايز أشوف طيّب إيه هي الحلويات؟ طيب آكل حاجة واحدة بسّ صغيرة!

- قلت لا خلاص، وادخل يلّا جوّه.

- يووووه إيه الظلم ده!!

- إزيّك يا ماما.

- إزيّك يا مروة، إيه اللّي انتِ عاملاه في الولد ده؟ متسيبيه يفرح بالحلويات!! إدّيله حاجة واحدة طيّب.

- يا ماما، أنا خايفة على أسنانه، وهو عارف كده.

- إنتِ كده مش بتحافظي على أسنانه، إنتِ كده بتحرميه.

- لا يا ماما أنا قريت إنّ الحلويات مُمكن تتاكل بسّ كلّ أسبوع مرّة بالكتير، مش كلّ يوم.

- خلاص إنتِ حرّة! أختك هتعدي عليكِ أحمد ابنها بعد شوية يلعب مع كريم علشان عندها مشوار، وأنا هأخده معايا وأنا مروّحه.

- ماشي، ينوّر.

الجرس رنّ، وجهْ أحمد فرحان، وسلّم على مروة وعلى تيته، وسألهم:

- فين كريم؟

- كريم جوّه في الأوضة، روح إلعب معاه.

دخل أحمد يلعب مع كريم ومفيش خمس دقايق وسمعوا عياط وخناق، وأحمد جاي يشتكي ويقول:

- كريم مش عايزني أمسك أيّ حاجة في الأوضة، كلّ ما أمسك حاجة ياخدها منّي، ويقول لي دي بتاعتي، إنت هتبوّظها!!

- طيّب أنا هدخله.

ودخلت مروة لكريم وسألته:

- فيه إيه يا كريم!! مبتلاعبش أحمد معاك ليه في اللعب؟ وبعدين فين القطر الجديد اللّي لسّه جيباهولك؟ ورّيه يلّا لأحمد ولتيتة...

- لا بلاش القطر بلييييز، هيبووووظ!!!

- عيب كده، يلّا هات القطر دلوقتِ، وورّيه لهم.

- خلاص يلعب بباقي اللعب ما عدا القطر الجديد!!

- عيب كده قلت، هات اللعبة الجديدة بتاعتك يلّا!!

وفعلًا، طلّع القطر الجديد بتاعه بالغصب ولعبوا بيه. وشوية وأحمد بيلعب بيه وقع منّه على الأرض واتكسرت حتة منه. كريم زعل جدًّا، وحسّ بالقهر على لعبته الجديدة اللّي مبقالهاش أيّام، وزعق في أحمد وقال له:

- أنا قلت إنك هتكسرها!! أنا عمري ماهخلّي حدّ يلعب بلعبي تاني، اطلع برّه الأوضة!!!

مروة سمعت الزّعيق ده دخلت زعّقت لكريم وضربته وعملتله time out كمان علشان زعلان على لعبته اللّي اتكسرت....

خلص اليوم وتيتة وأحمد مشيوا، وجه أشرف زوج مروة من

الشغل، دخل فرحان ونادى على مروة، وقال لها:

- شفتِ يا مروه الهدية دي! إيه رأيك فيها؟ دي مجموعة كتب حلوة أصحابي جابوهالي في الشغل بمناسبة الترقية الجديدة.

- ورّيني كده! آه حلوين، بسّ في ثلاث كتب عندنا منهم، كده هيبقوا متكرّرين!!

- مش مشكلة، مُمكن أدّيهم لمحمد أخويا، هيحبّهم.

- لا.. لا، ليه ندّيهم لحد؟!! إحنا أحسن نرجّعهم المكتبة، ونجيب مكانهم كتب تانية مش عندنا.

جهْ وقت النوم، كريم وسارة ناموا، وقعدت مروة تحكي لأشرف على اللّي عمله كريم النهارده، وقالت له:

- إحنا المفروض مكنّاش نسمّيه كريم، إحنا المفروض كنّا سمّيناه بخيل أحسن!!

- طيّب متفكّري في أفكار تخلّيه يتعلّم الكرم شوية.

- أه ماانا بفكّر، أنا كنت قريت على النت إنّ لو خلّيت الطفل يتبرّع بحاجته اللّي مش عايزها هيتعلّم العطاء. أنا بكره إن شاء الله هاخده ونطلّع اللّبس اللّي مش عايزينه ونتبرّع بيه للفقراء.

جِه الصّبح، مروة نادت على كريم:

- تعالى يا كريم، عايزاك تساعدني نختار اللبس اللّي انتَ مش عايزه ونتبرّع بيه للفقراء.

- حاضر.

بدأوا يجمعوا اللبس، كريم قال لها:

- إيه رأيك نودّي ده يا ماما؟ أنا مبحبّوش ومش عايزه!

- لا.. لا، ده لبس حلو ويمكن تلبسه، هات البنطلون ده.

- بسّ ده مقطوع!!

- مش مشكلة دي حتة صغيرة وهمّا هيصلّحوه، هات كمان التيشيرت ده.

- ده!!؟

- لا مش ده، التيشيرت اللّي باهت عليه لون أحمر ده.

- طيّب خدي الجزمة دي، دي صغرت عليّا.

- لا.. لا.. خلّيها دي لسّه شكلها جديد، هات الجزمة المقطوع منها حتّة في الوش دي!

وخلّصوا جمع التبرعات بتاعتهم، أو بمعنى أصح لمّوا الزبالة اللّي المفروض يرموها.

بعد ما خلّصوا، سارة جتْ تاخد العربية بتاعة كريم، راح كريم قال لها:

- متاخديش العربية، خدي القطر المكسور العبي بيه!

فضلوا على الحال ده، كلّ يوم كريم بيبقى أقلّ كرم من اليوم اللّي قبله لدرجة إنّه ساعات بيحرج مروة قدّام الناس، ويحسّس النّاس إنه

محروم، وإنّه مش مستعدّ يدّي لحدّ أيّ حاجة.

مروة قعدت مع أشرف وسألته:

- هنعمل إيه مع كريم؟ ده كلّ يوم بيزيد بخلُه أكتر وأكتر... أمّال هيعمل إيه لمّا يكبر؟!

- مش عارف! أنا حاسس إنّ فيه حاجة غلط بنعملها في تربيته بتخلّيه كده، أظنّ إنّ الأحسن إننا ناخد رأي حدّ متخصّص.

- طيّب إيه رأيك نروح للدكتور أسامة؟ بيقولوا عليه شاطر جدًّا في التربية.

- ماشي، خدي معاد ونروح له إن شاء الله.

في عيادة الدكتور..

حكى أشرف ومروة على كلّ اللّي بيعمله كريم، والصفات اللّي خايفين منها كلّها، الدكتور قال لهم:

- متقلقوش، صفة الكرم والبخل دي غالبًا في معظم الناس بتبقى صفة مكتسبة، يعني مُمكن لو حاسّين إنّ صفة الكرم عنده ناقصة، بشوية مجهود ممكن تنمّوا عنده الصفة دي، خصوصًا إنه لسّه طفل صغير، وسهل التشكيل.

- طيّب ازّاي يا دكتور؟!

- من أبسط الحاجات وأهمّ الحاجات اللّي مُمكن تعملوها علشان تنمّوا عنده صفة الكرم والعطاء إنّكوا تخلّوه مش محتاج لحاجة، يعني مُمكن بمعنى آخر ميبقاش محروم.

- ازّاي يا دكتور؟! ده إحنا مش مخلّيينه نفسه في حاجة، وبعدين يا دكتور أنا كنت مرّة قريت من على النت إنّ مينفعش ندّي الطّفل كلّ اللّي يطلبه، وإلّا كده هيبقى متدلّع ومش مسئول... صحّ ولا أنا غلطانة؟

- أيوه صحّ، مش لازم الطفل لمّا يتمنى أيّ حاجة مهْما كانت تلبّوا طلبه على طول من غير تفكير، وبرضه في نفس الوقت ميبقاش نفسه في حاجة فعلًا متجيبوهاش اعتقادًا منكوا إنّه كده هيبقى متربّي وقوي. الوسطيّة هي أحسن حاجة. بالمناسبة، مُمكن تفهّموه الفرق بين إنّه عايز حاجة want ومحتاج حاجة need . عايز حاجة زيّ مثلًا عايز لعبة علشان عجبته، ومُمكن يكون عنده منها أو لأ.. بسّ هي مش مهمّة دلوقتِ، ودي مُمكن تتأجّل ومتجيبوهاش على طول، ممكن تقولوا له إنّ دي هنجبهالك هدية، أو ممكن تخلّوه يحوّش من مصروفه ويجيبها. لكن محتاج حاجة دي بتكون الحاجات الضّرورية اللّي مينفعش يستغنى عنها، زيّ اللبس والأكل وهكذا... وفيه فيديوهات كتير على اليوتيوب لتعليم الأطفال الفرق بين الـ wants والـ needs مُمكن تفرّجوه عليها لو تحبّوا...

نرجع بقى لموضوعنا، كنّا بنتكلّم على إنكوا تلبّوا رغباته حتى لو بعض الحاجات اللّي عايزها مش ضرورية دلوقتِ. زيّ مثلًا لو طلب منكوا لعبة، وانتوا قلتوا له حوّش من مصروفك علشان تجيبها، وهو أصلًا المصروف على القدّ، ازّاي هتطلبوا منّه يدّي فلوس للمحتاج من

فلوسه اللّي بيحوّشها علشان يجيب بيها اللعبة؟ ماهو هيخاف عليها تخلص وهو لمّا صدّق يجمّع شوية..... أو مثلًا الحلويات، لو هو محروم من الحلويات تمامًا ومبيشوفهاش خالص، إزّاي هتطلبي منّه إنّه لو معاه شيكولاتة يقسمها مع حدّ!؟ وهو لمّا صدّق شافها....

- مانا قريت على النتّ إنّ الحلويات خطر عليه وعلى أسنانه.

- يا دي النتّ اللّي هيودّينا في داهية ده يا مروة.

- أكيد يا أستاذ أشرف الحلويات الكتير خطر على الأطفال، بسّ زيّ ما قلت التوسّط في كلّ حاجة هو الأحسن. متمنعوهاش على الآخر لدرجة إنّه يبقى محروم منها، ولا في نفس الوقت يفطر ويتغدّى ويتعشى حلويات لحدّ ما أسنانه تسوّس... فهمتوا قصدي؟!

- أه يا دكتور.

علشان تطلب من إنسان إنه يعطي لازم يكون في الأول مش محتاج إللي بيعطيه

- الحاجة التانية المهمّة طبعًا في التربية هي القدوة، الطفل بيقلّد ويتعلّم من والديه، لو لقاكوا بتحبّوا تدّوا هدايا للأقارب والأصدقاء هيتعلّم يدّي هدايا ويحبّ يهادي، لو لقاكوا بتفضلوا نفسكوا وتحبّوا تاخدوا كلّ حاجة لنفسكوا وتستخسروا تدّوا للغير هيعمل زيّكوا أكيد. تصدقوا قدّامه للمحتاجين وإدّيه فلوس في إيده يتصدّق بيها هو، اطبخي حاجة مثلًا في يوم وابعتيه بيها للجيران كهدية، اجمعي اللبس والألعاب اللّي مش محتاجينها وإدّيها للمحتاج...

واختاري قدّامه الحاجات الكويسة اللّي ممكن تُستخدم مش تنقّي الحاجات اللّي خلاص بايظة أو مقطوعة وهي دي اللّي تتصدّقي بيها وتستخسري الحاجات الكويسة حتى لو انتوا مش محتاجينها... اعملوا صندوق طعام في البيت، كلّ شوبنج تجيبوا حاجة زيادة وتحطّوها فيها، وآخر الشهر تدّوا الحاجات دي لأي محتاج.... وهكذا، فيه أفكار كتير حاولوا تفكّروا فيها وتعملوها معاه، وتعلّموه بيها العطاء من غير مقابل.

- طيّب بالنسبة للـ sharing يا دكتور! هو مبيرضاش يخلّي حدّ يلمس لعبة ولا يقرّبلها، حتى كنت جايباله قطر جديد، وكنت فاكراه هيبقى عايز يورّيه لأصحابه ويفرح بيه لقيته خايف حدّ يشوفه، مورّاهوش لحدّ غير لمّا ضغطت عليه!

- إنتِ لو لسّه جايبه مثلًا عربية جديدة، هتبقي عايزه تدّيها لأصحابك يجرّبوها شوية ويلفّوا بيها لفّة، واللّا هتبقي خايفة عليها؟!

- أكيد مش هدّيها لحدّ...

- طيّب هو كمان نفس الكلام، عنده حاجة جديدة وخايف عليها إنّ حدّ يبوّظها، لازم ساعتها تحترمي رغبته في كده.. لازم تحترمي خصوصية الطفل في إنّه يخبي الحاجات اللّي بيحبّها وخايف عليها.

- يعني لمّا يجيلنا ضيوف أقولهم متلعبوش بالحاجات الجديدة وناخدها نخبّيها؟

- لا من قبل ما ييجي الضيوف بتتّفقي مع ابنك، وتسأليه إيه هي الحاجات اللّي خايف عليها ومش عايز حدّ يمسكها؟ وخبّوها في مكان آمن، واتّفقي معاه إنّ باقي الألعاب دي المفروض يخلّي أصحابه يشاركوه فيها عادي... بكده هيحافظ على حاجاته الغالية عليه، ومش هيبقى خايف وهمّا موجودين.

- طيّب ده بالنسبه للضيوف، لكن أخته بقى مبيخلّيهاش تمسك حاجته، ولو فيه مثلًا شيكولاتة واحدة ياخدها هو وميدّيهاش أيّ حاجة!

- بدل ما تدّيله محاضرة في الكرم والعطاء أو توصفيه بالبخل والأنانية أو تزعّقيله، اسأليه هو متوقّع يكون إحساس أخته إيه دلوقتِ وقولي له: «تفتكر أختك دلوقتِ حاسّة بإيه لمّا إنت أكلت الشيكولاتة كلّها ومدّتهاش ولا حتة؟! تفتكر لو إنت مكانها هتحسّ بإيه؟ هتعمل إيه لو مكانها؟» خلّيه هو اللّي يتخيّل نتيجة فعله من غير تدخّل منّك، الأسئلة دي بتزوّد عنده الإحساس بمشاعر الآخرين، وبتخلّيه يتخيّل خطورة اللّي بيعمله، ويحاول يصلّح غلطه، أو ميعملوش تاني من باب إحساسه بالآخرين مشْ من باب الخوف من العقاب.

وفي الآخر لازم يفهم أهمّية الكرم وثواب الكريم عند ربنا، ومُمكن تعملوا كده عن طريق القصص اللّي بتحكي على الكرم والبخل.

الخلاصة

قصة كريم بيّنت إنّ إحساس الطفل بالحرمان لمّا كانت مامته حارماه من الحلويات، والخوف من ضياع الأشياء اللّي بيحبّها لمّا مامته أجبرته إنّه يطلع القطر الجديد بتاعه لأحمد، مع عدم وجود القدوة الحسنة ليتعلّم منها ازّاي يبقى كريم هي اللّي خلّت كريم مش كريم.

الواجب العملي

* دي شوية أسئلة تسأليها لنفسك إذا كنتِ بتعمليها مع طفلك واللّا لأ؟

- هل طفلك فيه حاجة نفسه فيها جدًّا، وحاسس إنه محروم منها؟ وإيه هي؟

.....

- هل لمّا بتجمعي حاجات تتبرّعي بيها بتختاري أوحش حاجة وأقدم حاجة؟

.....

- هل لمّا بييجي لك أطفال تانيين يلعبوا مع طفلك بتسمحي لطفلك يخبّي اللعب اللّي بيحبّها وخايف عليها؟

.....

- هل إنتِ حاسّة إنّ طفلك بيحسّ بمشاعر اللّي قدّامه، ولا مش فارق معاه؟ ولو مش فارق معاه بتعملي إيه علشان تخلّيه يحسّ باللّي قدّامه؟

.....

- أنهي جُملة أحسن؟

* إنت أخدت كلّ البونبوني ومسبتش حاجة لأختك! إنت أناني!

* مينفعش إنك تأخد كلّ البونبوني، تفتكر أختك كده حاسّة بإيه؟

قلت لأ يعني لأ.....

التعبير عن الرأي بحرية

جودي قاعدة بتلعب بالتابلت، وفي نصّ اللعبة مامتها نادتلها من المطبخ:

- جودي..

جودي كانت قاعدة مركّزة في اللعبة فمسمعتش مامتها ومردّتش.

- جوديييييييييي.... تعالي عايزاكِ تساعديني في حاجة.

- حاضر، ثواني، هخلّص اللعبة وآجي.

- يعني إيه تخلّصي اللعبة!! أنا لمّا أناديكِ تيجي على طول وتقفلي اللّي في إيدك!

باباها سمع الكلام ده وهو في الأوضة، كالعادة حبّ يعقّب على كلام مامتها، ويدّي جودي درس في الأخلاق علشان هو معتقد إنّ

الطريقة دي هي اللّي هتخلّي جودي متغلطش أبدًا، وتبقى برفكت في كلّ حاجة، فطلع لها الصالة وأخد التابلت من إيديها وقفله، وقال لها:

- إنتِ سمعتِ ماما بتقول إيه؟ أوّل ما تسمعيها تروحي على طول، وتقفلي الزّفت ده، هي ماما مش هتستنّى لحدّ ما تخلّصي اللّي بتعمليه... بعد كده أوّل ما أسمعها بتناديكِ ألاقيكِ قايمة جري على طول... فهمتِ؟!

- حاضر. (بتقولها وهي خايفة طبعًا).

راحت لمامتها وشافتها عايزه إيه وجهّزوا السفرة، وجه وقت الأكل، مامتها بتسألها:

- أغرفلك شوية رز؟

- ماشي.

جودي مبتحبّش الرز، بسّ أخدته علشان متزعّلش مامتها وعلشان خايفة تقول لها لأ، فضل الرزّ بتاعها زيّ ما هو ومقرّبتلهوش، مامتها قالت لها:

- مبتاكليش رزّ ليه يا جودي؟

جودي بصّت لمامتها ومردّتش.

- لمّا انتِ مش عايزة الرّز قلتيلي أغرفلك ليه؟

باباها كمّل:

- بعد كده لو حاجة مش عايزاها تقولي مش عايزاها، حرام نحطّ الأكل في الطبق ونرميه.

مامتها قالت لها:

- خلاص أدام مش هتاكلي الرزّ كلي حتّة اللحمة دي كمان!

- لا مش عايزه، شبعت!

- يعني إيه لأ؟! إنتِ مأكلتيش الرز، هتتغدّي إيه؟! وبعدين مينفعش البنت الشاطرة تقول لمامتها لأ وتكسفها.

أخدت جودي اللحمة وحطّتها جنب الطبق، باباها قال لها:

- أدام أخدتِ حاجة وحطتيها في الطبق يبقى تاكليها، يا إمّا مكنتيش تاخديها من الأوّل، إحنا لسّه قايلين إيه؟ حرام نحطّ أكل ونرميه.

أخدتها جودي وهي شبعانة، وحاولت تاكلها علشان خاطر مامتها وباباها، بسّ مش قادرة، وفجأة قامت جريت على الحمام ورجّعت.

- شفتِ أديكِ بترجّعي علشان قاعدة تاكلي من أوّل الأكل من غير نفس لحدّ ما سدّيتِ لنا نفسنا كلّنا... إنتِ بقيتِ صعبة قوي يا جودي.

جودي طول الوقت ساكتة، وبتبصّلهم بس.

تاني يوم، راحت جودي المدرسة، جودي شاطرة في المدرسة، وهادية، وبتسمع كلام الميس أكتر واحدة في الفصل، الميس بتحبّها علشان مبتعملش مشاكل أبدًا.

في وقت الفسحة، جت سلمى صاحبتها في الفصل، وقالت لها:

- تيجي تلعبي معانا سباق؟

- ماشي.

مع إنّ جودي من أسبوع كانت بتجري ووقعت على رجلها واتْلوت، والدكتور قال لها تريّح فترة ومتعملش مجهود برجلها، راحت جودي جريت مع أصحابها مع إنّها مش قادرة، وهي في نصّ المسافة رجلها اتْلوت تاني ووقعت على الأرض.. وفيه شويّة أولاد ضحكوا عليها كمان أمّا وقعت.. زعلت جدًّا جودي من الموقف ده (زعلت لإنّها معملتش اللّي الدكتور قال عليه، وكده الدكتور ومامتها هيزعلوا، وكمان زعلت إنّ الولاد بيضحكوا عليها، وكمان زعلت إنّها معرفتش تعتذر لأصحابها ومتلعبش معاهم، ده غير إنّها رجلها واجعاها جدًّا).

راحت للدكتورة بتاعة المدرسة، والدكتورة كلّمت مامتها وطلبت منها تيجي تاخدها وتودّيها عند دكتور عظام يعمل لها أشعة. راحتلها مامتها بسرعة وأخدتها للدكتور، وهي في الطريق للدكتور مع جودي، قالت لها:

- مش أنا قلت لك متجريش لحدّ ما رجلك تخفّ؟ إنتِ مش فاهمة إنّها اتْلوت قبل كده؟

سكتت جودي كالعادة.

- متردّي عليّا، مش أنا بكلّمك؟!

- أصل سلمى صاحبتي جتْ قالت لي ألعب معاها سباق.

- وإيه يعني!! متقولي لها لأ علشان رجلي واجعاني!

- ماهي كده مُمكن تزعل منّي، ومتلعبش معايا تاني!

- نعم!! تقومي تكسري رجلك علشان خاطرها؟

سكتت جودي وراحوا عند الدكتور، والدكتور جبّس لها رجلها... وبالليل جودي راحت قالت لمامتها:

- ماما، أنا مش عايزة أروح المدرسة بكره!

- ليه؟

- مبحبّهاش.

- يعني إيه مبتحبّيهاش؟ مفيش حاجة اسمها كده! لازم تحبّي المدرسة.. إيه اللّي حصل النهارده؟

- فيه ولاد اتّريقوا عليّا!

باباها ردّ عليها وقال لها:

- وهو لو ولاد اتّريقوا عليكِ يبقى متروحيش؟ إيه شغل العيال ده!!

- طيّب أغيب بكره بسّ!!

- لا مش هينفع.

- ليه؟

- هو إيه اللّي ليه؟ إنتِ هتتناقشي معايا؟ مفيش بنت شاطرة بتقعد تتجادل مع باباها كده، قلت لأ يبقى خلاص مفيش غياب!

دخلت جودي أوضتها وقعدت تعيّط، دخلت لها مامتها وقالت لها:

- إنتِ بتعيطي ليه دلوقتِ؟

مردّتش جودي وكمّلت عياط..

- خلاص اسكتي ومش عايزة عياط، مينفعش حدّ يشوفك بتعيّطي، إنتِ بيبي علشان تعيّطي؟ قومي يلّا اغسلي وشّك وبطّلي عياط!

كتمت جودي عياطها وراحت غسلت وشّها، وراحت تاني يوم المدرسة وهي خايفة حدّ يتّريق عليها علشان الجبس.

وعدّت الأيام، وكلّ يوم جودي بتسكت أكتر وأكتر، وتسمع كلام الميس وأصحابها إذا كان الكلام صحّ أو غلط، ومتتكلّمش مع مامتها وباباها أكتر وأكتر، ومبتعرفش ترفض أيّ طلب يُطلب منها حتى لو مش عايزاه، وفضلت كاتمة مشاعرها جوّاها ومبتقولهاش لحدّ أبدًا.. ومع الوقت بدأ يظهر عليها الحزن والكآبة، وبقت نادرًا ما بتضحك.

مامتها وباباها لاحظوا كده، وحاولوا يخرّجوها ويفسّحوها، بسّ مفيش فايدة، مبتحكيش أيّ حاجة ولا بتقول رأيها في أيّ حاجة وأي طلب يطلبوه منها تنفّذه وهي ساكتة.

مامتها وبابها خافوا عليها، وحسّوا إنّ في حاجة غلط، قالوا لبعض:

- هي جودي ما لها؟!!

- أنا خايفة ليكون عندها اكتئاب.

- اكتئاب إيه بسّ في السنّ ده؟ دي لسّه سبع سنين!

- أمّال تفسّر بإيه إنها بقت سرحانة وزعلانة على طول؟ أنا مبقتش بشوفها بتضحك.

- معرفش، شوف إيه اللّي مزعّلها.

- ماهي مبتحكيليش أيّ حاجة ولا بتتكلّم، أنا بدأت أنسى صوتها.. أنا عايزة أودّيها لدكتور يشوفها!

- طيّب أديكِ رايحة لدكتورالعظام بتاعها، اسألِيه!

- عظام إيه؟! أنا عايزة دكتور يفهم في نفسية الأطفال.

ودوّرتْ على دكتور متخصّص في سلوك الأطفال، ولقت الدكتور أسامة، وحجزت معاه معاد.

في عيادة الدكتور...

حكت كلّ الأعراض اللّي عند جودي، وكلّ اللّي بتعمله، وسألته:

- تفتكر يا دكتور هي كده عندها اكتئاب ولا إيه؟

- مش شرط الأعراض دي تكون أعراض اكتئاب، مُمكن تكون حاسّة إنّ محدّش بيسمعها، ولا ليها رأي مهمّ في حاجة؛ ففضّلت السّكوت أكتر.

- ازّاي يا دكتور؟ ده أنا بتحايل عليها تتكلّم!

- ولّا بتتكلّم بتسمعيها؟

- آه طبعًا، بسمعها على طول!

- آباء وأمهات كتير بيعتقدوا إنّهم بيسمعوا أولادهم كويس، لكن في الحقيقة همّا بيكونوا السبب في إنّ أولادهم ميتكلّموش.

- إزّاي؟

- يعني لمّا بتيجي تكلّمك أو تورّيكِ حاجة وانتِ ماسكة الموبايل أو بتتفرّجي على التليفزيون وتقوليلها كمّلي أنا سامعاكِ، يبقى كده مبتسمعيهاش... لمّا تكلّمك وانتِباصّة الناحية التانية وبتقوليلها أنا معاكِ، يبقى كده مبتسمعيهاش.... لمّا تسمعيها للآخر وانتِ محضّرة الردّ اللّي هتردّيه عليها من قبل ما تكمّل كلّ اللّي جوّاها، يبقى كده مبتسمعيهاش.... لمّا بتقاطعيها وهي بتتكلّم علشان تدّيها نصايح من غير ما تخلّص كلامها يبقى كده مبتسمعيهاش.- طيّب أعمل إيه يا دكتور؟

لمّا بتسمع طفلك بودانك بسّ من غير قلبك يبقى كده مبتسمعهوش

- أوّل حاجة لازم تاخدي بالك منها هي إنّ الطفل ده بني آدم برضه، عنده مشاعر، وعنده رأي زيّنا بالظّبط، لازم تحترمي مشاعره، وتسيبيه يعبّر عن رأيه حتى لو كان غلط... لمّا الطفل بيكون ليه رأي وصوت مسموع في البيت (مش لازم يتنفّذ، بسّ المهمّ يتسمع ويتقدّر) ده بيدّيله إحساس إنّه له قيمة، وساعتها كمان هيعبّر عن رأيه براحته برّه البيت، لكن لو كان في البيت على طول بتسكّتيه ومبتدّيش أهمية لرأيه هيخاف يقول رأيه برّه البيت علشان عارف إنّ رأيه مش مهمّ، ومش هيضيف جديد.

ونفس الكلام في المشاعر وده كمان الأهمّ، المفروض تسيبي الطفل

يعبّر عن مشاعره براحته ومتحجريش عليها.. يعني مثلًا بنتك لمّا بتيجي تقول لك «أنا مش عايزه أروح المدرسة، أو أنا مبحبّش المدرسة»، تسألِيها هي ليه بتقول كده، وتسمعيها بقلبك للآخر من غير ما تكوني مجهّزة لها ردّ، وقاعدة تفكّري ازّاي تقنعيها بأهمية المدرسة، هي أكيد عندها سبب أو موقف حصل لها، وخلّى عندها شعور بعدم حبّ المدرسة، وفي الوقت ده مش بتكون محتاجة نصيحة أو إرشاد، هي في الوقت ده بتبقى محتاجة حدّ يسمعها ويقدّر مشاعرها وكمان يتعاطف معاها و ده إسمه active listening، وبعد ما تعملي كلّ ده، وجه وقت الحلّ تقعدوا إنتوا الاتنين وتفكّروا في حلّ مع بعض يرضيكوا إنتوا الاتنين.

وطبعًا أخطر حاجة إنك بعد ما تسمعيلها وتعرفي إيه المشاعر اللّي جوّاها، تسفّهي وتقلّلي من قيمة المشاعر دي، يعني لو هي زعلانة مثلًا علشان القلم بتاعها اللّي بتحبّه ضاع، متجيش تقولي لها «ده حتّة قلم هجيبلك غيره» هي مش عايزه غيره، هي عايزاكِ بسّ تقولي لها «معلش أنا عارفه إنّك بتحبيه».

أهمّ حاجة إنك تسيبيها تعبّر عن مشاعرها براحتها وتعرفيها إنّها عادي تحسّ بمشاعر سلبية.. مش غلط إنها تعيط، مش غلط إنّها تزعل، مش غلط إنّها تحسّ في لحظة إنها مبتحبّش حدّ معيّن، المهمّ بسّ تعلّميها ازّاي تتخلّص من مشاعرها السلبية دي بطريقة صحيحة من غير ما تؤذي حدّ.

- فهمت يا دكتور، طيّب بالنسبة للتعبير عن الرأي، أخلّيها عادي تقول رأيها وأنا مش موافقة عليه؟

- أه طبعًا، هي لازم تقول رأيها بحرية، وبلاش الكلام زيّ «أنا قلت لأ يبقى خلاص مفيش نقاش»، أو «مينفعش تجادلي مع بابا».

- طيّب كده لمّا أسيبها تقول رأيها براحتها، أسيبها بقى تعمل كلّ اللّي هي عايزاه حتى لو كان غلط؟

- لا طبعًا، كلّ شيء وله حدود. المفروض الطفل يعبّر عن رأيه بسّ يكون بأدب، ويلتزم بالقواعد المسموح بيها. يعني مثلًا إنتوا عندكوا قاعدة في البيت وهي إنّ المفروض لمّا ترجع من المدرسة تحلّ الواجب على طول قبل اللعب، علشان إنتِ عارفة إنّها لو لعبت مش هتركّز باقي اليوم ومش هتحلّ الواجب، لو هي اعترضت على القاعدة دي اللّي حطّاها، اسمعيها الأوّل وبعدين فهّميها ليه إنتِ حاطّة القاعدة دي بهدوء، وعرّفيها إنها لازم هتتنفّذ، ومُمكن لو عايزه تخلّيها تجرّب يوم الرأي بتاعها علشان تثبتيلها إنّ القاعدة اللّي حطّتيها هي الأنسب براحتك، بسّ إنتِ مش مُلزَمَه بكده.

لازم برضه تتعلّم إنّها تقول رأيها بأدب وبذوق، وفي الوقت المناسب، وإنّك لو قلتِ لها إنّ ده مش الوقت المناسب لإبداء رأيها فالمفروض إنّها تسكت لحدّ ما ييجي الوقت اللّي تطلبي فيه رأيها، وساعتها تسمعيها كويس بقلبك قبل ودنك.

لازم تعرّفيها برضه إنّ رأيها مهمّ، بسّ مش هو أهمّ رأي في البيت، لو اعتبرتيه إنّه أهمّ رأي، وإنّه لازم يتنفّذ يبقى إنتِ كده بتدلّعيها مش بتحلّي مشكلتها، وبتنمّي عندها صفات أسوأ زيّ الأنانية.

- طيّب مفيش أفكار كده أعملها تخلّينا نتعوّد أنا وهي على إنها تتكلّم وإنّي أسمعها؟

- أه فيه أفكار حلوة ومسلية مُمكن تمارس فيها إبداء رأيها، زيّ مثلًا إنكوا تقعدوا مع بعض كأسرة وتفتحوا موضوع معين وكلّ فرد من الأسرة مطلوب منه يقول رأيه في الموضوع ده، والباقي يسمعه كويس ويهتمّ برأيه.

وفيه فكرة كمان إنكوا تعملوا كرّاسة للعائلة family journal أو حتى ليكِ إنتِ وهي بسّ، وكلّ واحد منكوا لو حصل له موقف معيّن أثّر فيه أو عنده مشاعر معينة عايز يعبّر عنها أو عايز يقول حاجة لحدّ يكتبها في الكراسة دي، وأي حدّ منكوا مُمكن يقرأها عادي.

برضه مُمكن كلّ فترة تسألِيها أسئلة عادية تقول فيها رأيها، زيّ مثلًا.. إيه رأيك أعمل مع الأكل رزّ ولا مكرونة؟ تفتكري الدّنيا هتمطر النهارده ولا لأ؟ وهكذا... وفيه أفكار كتير غير كده مُمكن تألّفيها.

- طيّب فيه مشكلة كمان، جودي مبتقدرش تقول لأ لصاحباتها حتى لو جتْ على نفسها علشان خايفة إنّهم يزعلوا منها وتخسرهم.

أعمل لها إيه؟

- فيه أطفال كتير بتخاف تعارض الأغراب علشان زيّ ما قلتِ متخسرهمش، أو علشان حتى بتخاف تحرجهم، في الحالة دي مُمكن تعلّميها كلمات تستبدل بيها كلمة «لأ» زيّ «إيه رأيك مثلًا في كذا أحسن؟» أو « معلش مش هقدر أعمل كذا دلوقتِ، مُمكن مرّة تانية» وهكذا. وعرّفيها إنّ اختلاف الرأي بينها وبين أيّ حدّ ده حاجة طبيعية مش دليل على العداوة، ومش لازم علشان تحبّك يكون عندها نفس رأيك.

- صحّ يا دكتور، اختلاف الرأي لا يفسد للود قضية.

- من الحاجات المهمّة برضه إنك تدّيها مساحة تغلط وتصلّح غلطها، مش لازم تعلّقوا على أيّ تصرف كبير أو صغير، وحطّي نفسك مكانها، إنتِ مثلًا عملتِ حاجة غلط غصب عنك أو عملتِ الحاجة الغلط وأدركتِ بعدها إنها غلط، ولسّه هتحاولي تصلّحي غلطك لقيتِ حدّ مراقبك وبيلومك على أيّ تصرّف بتعمليه، هتحسّي بإيه؟

- هحسّ إني خايفة أعمل حاجة تاني قدّام حدّ.

- بالظّبط، هي كمان نفس الكلام، مش معنى كده إنّك تسيبيها تغلط براحتها ومتوجّهيهاش، بسّ قصدي إنك تدّيها مساحة من الحرية في إنّها تصلّح غلطها بالذات في الأخطاء البسيطة ومتتوقّعيش منها إنّها تكون برفكت طول الوقت، وملاك مبيغلطش أبدًا.

آخر حاجة هقولهالك إنّك مُمكن تعلّميها يكون عندها رأي عن طريق إنّك تكوني قدوة ليها.

- إزّاي؟

استخدموا كلمات زيّ «متهيّألي» و«أعتقد» و«أنا فاهم إنك قصدك....» علشان تعرف إنّ كلّ واحد رأيه يحتمل الصواب والخطأ. وكمان لو مثلًا قلتِ لها على حاجة هي مش موافقة عليها وبعدين سمعتيها واقتنعتِ فعلًا برأيها، فعادي إنك تغيّري رأيك، متعتبريش ده ضعف، ده بيخلّيها تتعلّم إنّ الحكمة ضالة المؤمن.

الخلاصة

جودي مامتها وباباها مبيسمعوهاش أبدًا، ومبيسمحولهاش تقول لأ على حاجة، ومفيش نقاش بينهم، ده غير إنّهم بيعلّقوا على أبسط فعل بتعمله، كلّ ده خلّاها مش قادرة تعبّر عن رأيها، ولا عن إحساسها، وخلّاها دايمًا كاتمة مشاعرها.

الواجب العملي

* دي شوية مواقف.. فكّر هتتصرّف فيهم إزّاي:

- لو ابنك جاي يورّيك قصة كتبها في المدرسة وانتَ بتتفرّج على ماتش في التليفزيون.

.....

- لو بنتك جت تقولك إنّها بتكره أختها البيبي.

.....

- لو كلكوا قرّرتوا تروحوا جنينة الحيوانات، وابنك مصمّم إنه عايز يروح الملاهي.

.....

- لو لسّه قايل لابنك ميقولش كلمة معينة، وبعد شوية لقيته قالها بسّ افتكر في النصّ وسكت على طول.

.....

- لو كنتِ بتحلّي الواجب مع بنتك، وفيه سؤال بتجاوبيه لها وهي مصرّة إنّ الميس جاوبته بطريقة تانية، وبعد شوية اكتشفتِ إنّها هي اللّي صحّ.

.....

مفيش إنسان كامل

تقبل النقد

* نور راجعة من المدرسة، ومعاها الصورة اللّي رسمتها النهارده، دخلت من الباب وهي زعلانة جدًّا، سها مامتها شافتها زعلانة فسألتها:

- ما لك يا نور يا حبيبتي؟ زعلانة ليه؟ حصل إيه في المدرسة؟

- رسمت الصورة دي، وكنت فاكرة إني هبقى المركز الأوّل في الفصل، بسّ الميس قالت إنّ سارة هي المركز الأوّل.

- أمّال إنتِ المركز الكام؟

- ولا أيّ مركز، الميس مقالتليش حاجة على الرسمة!

- إزّاي؟ طبْ ورّيني كده... الله! دي صورة حلوة جدًّا، دي أكيد أحسن رسمة في الفصل من غير ما شوف الباقي، ازّاي الميس متخلّيكيش الأولى!! إنتِ رسّامة وأنا كده هشتكي الميس بتاعتك علشان مش عارفة تفرّق بين الرسم الحلو والوحش.

دخلت نور أوضتها، وفرحت بكلام مامتها..

رجع باباها من الشغل، نور أخدت الصورة، وراحت تورّيها لباباها علشان عايزه تسمع كلمتين حلوين يعوّضوها عن اللّي حصل في المدرسة.

- إيه رأيك يا بابا؟

- حلوة، دي إيه بقى؟

- إيه ده! هي مش باينة؟

- لا باينة.. ده بيت وده شجر، صحّ؟

- لا يا بابا دي صورة جنينة الحيوانات، كده!!

- معلش مأخدتش بالي، بس إنتِ مش راسمة حيوانات.

- ماهو فيه أسد وفيل وزرافة أهو، إنت مش شايفهم؟

- لا كنت بحسبهم شجر في الخلفية!!

سها سمعت الكلام ده، جتْ بسرعة وقالت:

- إزّاي تقول كده يا أحمد؟ دي صورة حلوة وأحسن صورة كمان! ده أنا أوّل مرّة أشوف حدّ في سنّها رسّام كده.

سكت أحمد وبصّ للرسمة تاني يمكن مش واخد باله ولا حاجة، وبدأت نور تشكّ في كلام مامتها، بسّ حاولت تصدّقه وخلاص علشان متزعّلش نفسها.

دخلت نور أوضتها وسرّحت شعرها بطريقتها وعلى قدّ سنّها

طبعًا، طلعت الصالة وسألت مامتها:

- إيه رأيك يا ماما في التسريحة بتاعتي دي؟

- الله! دي تحفة! جميلة جدًّا، ازّاي عملتيها؟!

فرحت نور ودخلت عند باباها الأوضة، أوّل ما شافها باباها قال لها:

- ما لك يا نور منعكشة شعرك كده ليه؟ متخلّي ماما تسرحلك كويس!

طلعت نور برّه الأوضة وقعدت تعيّط وهو مش فاهم هي بتعيط ليه..

جتْ سها ودخلتله الأوضة، وقالت له:

- إنت ازّاي تقول كده لنور؟

- أنا قلت إيه؟

- بتقول لها منعكشة، مع إنّها جاية تورّيك تسريحة هي عاملاها لنفسها!

- وأنا هعرف منين؟!

- إنت جرحتها وخلّيتها تعيّط، البنت حساسة، خدْ بالك بعد كده!

جه الصّبح وراحت نور المدرسة، ميس نهى إدّتهم حاجات يحلّوها وتصحّحها لهم، لمّا جه الدّور على نور، الميس قالت لها الغلطات اللّي عندها وشرحتهم للفصل علشان الكلّ يستفاد، نور قعدت مكانها وفضلت تعيّط، الميس قالت لها:

- بتعيطي ليه يا نور؟ أنا بقولك على أخطائك علشان متغلطيش فيهم تاني!

وطول الوقت أيّ حدّ يصلّح حاجة لنور، أو يقول لها أيّ إرشادات؛ تزعل نور وتعيّط...

في يوم، سها جالها تليفون من ميس نهى:

- ألو، إزيّك يا ميس نهى.

- إزيّك يا مدام سها، أنا كنت محتاجة أتكلّم معاكِ شوية.

- خير!! فيه حاجة؟

- خير إن شاء الله، بسّ كنت عايزه ألفت نظرك لشوية حاجات بخصوص نور.

- ماشي حاضر هجيلك النهارده إن شاء الله.

ميس نهى بتعرف تتعامل مع الأطفال كويس، ومتخصّصة في مجال التربية، والكلّ بيحبّ ياخد منها نصايح علشان يربي ولاده.

راحت سها المدرسة وقابلت ميس نهى.

- إزيّك يا مدام سها؟

- الحمد لله، ما لها نور!؟ طمّنيني!

- متخافيش، نور كويسة الحمد لله، وشاطرة.. بسّ هي عندها مشكلة واحدة تعباها...

- إزّاي؟ أنا بنتي كويسة جدًّا، ومعندهاش أيّ مشاكل.

- بنتك كويسة آه، بسّ مفيش طفل معندوش مشاكل أو عيوب،

أكبر خطر هو إنّ الأهل ميشوفوش أو يتجاهلوا عيوب أولادهم

أكبر خطر هو إنّ الأهل ميشوفوش أو يتجاهلوا عيوب أولادهم، طول ما الواحد عارف إنّ ابنه فيه عيب عايز يتصلّح يعرف على طول إنّه ماشي في الطريق الصحّ.

- طيّب أنا عارفه إنّ نور بسّ حساسة شويّة، وبتتأثّر بأيّ نقد، هو ده العيب؟

- بالظّبط، هو ده اللّي كنت عايزه أكلّمك فيه.

- طيّب أعملّها إيه؟ هي حسّاسة علشان كده بخاف أوجّه لها أيّ نقد!

- مش هو ده الحلّ، لو إنتِ موجّهتيهاش، هي كده مش هتعرف الصحّ من الغلط، والأهمّ من كده إنّها هتواجه نقد كتير في حياتها برّه البيت، بسّ ساعتها مش هتقدر تتقبّله علشان هي مش متعوّدة على التوجيه من حدّ.. والمشكلة هتزيد وتتأثر أكتر وأكتر!

- طيّب إيه الحل؟

- أوّل وأهمّ حاجة لازم تعمليها إنك تبقي صريحة معاها، تقوليلها على الحلو حلو.. وعلى الوحش وحش، يعني متخافيش توجّهيها أو تنتقديها علشان يكون هو ده الطبيعي... والمدح أو النقد يكون على قدّ اللّي عملته من غير مبالغة، يعني رسمت صورة بدل ما تجامليها وتقولي لها دي تحفة وخطيرة أو تحبطيها وتقوليلها دي وحشة، قوليلها

أنا عجبني في الرّسمة البيت ده أو الألوان هنا حلوة أو الشجرة دي عجبتني، بسّ كنتِ محتاجة تلوّنيها بألوان تانية، وهكذا... بحيث يكون النقد أو المدح مُفيد ليها فعلًا.

- آه فهمت قصدك، يعني مأفورش.

- أيوه بالظبط، ولمّا تحبّي تدّيها إرشـادات وخايفة متتقبّلهاش مُمكن تستخدمي لغة جسد مناسبة توصّلها اللّي عايزه تقوليه من غير حساسية.

- إزّاي؟ أنا محتاجة حاجة زيّ كده فعلاً!!

«مشكلة معظمنا أننا نفضّل أن يدمّرنا المديح على أن ينقذنا الانتقاد!»
نورمان فينسنت بيل

- مثلًا وانتِ بتكلّميها انزلي لمستواها مش تبقي بتكلّميها وانتِ واقفة وهي شايفة رجلك بسّ، حطّي إيدك على كتفها وانتِ بتكلّميها، بصّيلها في عينيها، وبابتسامة حلوة في بداية الكلام، وبلاش تربّعي إيدك وانتِ بتكلّميها... الحاجات دي بتخلّي الطفل يتقبّل اللّي بتقوليه أكتر، ومن غير حساسية.

- مممم..

- وتركّزي على حاجة واحدة مهمّة وانتِ بتربّيها، إنها تكون بتعمل الصحّ علشان ترضي ربّنا وترضي ضميرها، مش الهدف من إنّها تعمل الصحّ إنّها تكون مستنّيه حدّ يمدحها، أو إنّ الناس تتكلّم عنها حلو.

- طيّب ازّاي أعلّمها الكلام ده في سنّها الصغير ده؟

- مثلًا بدل ما تقولي لها «أنا فخورة بيكِ» قولي لها «المفروض تكوني فخورة بنفسك». استخدمي أسئلة زيّ «تفتكري إيه الحاجة الكويسة اللّي انتِ عملتيها؟»، «تفتكري إيه اللّي لو كنتِ عملتيه كان هيبقى حلّ أحسن؟»، «إيه اللّي عايزه تعمليه المرّة الجاية علشان تحسّني الرسمة؟» وهكذا.... وده مش بسّ هيخلّيها تعمل الصحّ عشان ترضي نفسها، ده كمان هيخلّيها تعرف تقيّم وتنتقد نفسها، وتعرف أخطاءها قبل ما أيّ حدّ يقولها لها.

- كلام حلو، وعندك حقّ في كلّ اللّي قلتيه، أنا غلطانة إنّي خفت بزيادة على مشاعرها بطريقة مبالَغ فيها، أنا بعد كده هبهْدلها نقد!!

- هههههه. الأطفال بني آدمين زيّنا بالظّبط ليهم مشاعر وبيحسّوا، فقبل ما نقول لهم حاجة تجرح مشاعرهم نحطّ نفسنا مكانهم الأوّل.. فلمّا نضطرّ ننتقدهم أو نوجّههم، لازم يكون النقد ده في مصلحتهم وبكلام مفيد ومفهوم بالنسبة لهم، وكلام واضح وبسيط علشان الأطفال مبيفهموش وبيتوهوا من الكلام الكتير المرسل.

وضروري ميكونش نقد وخلاص علشان نفرّغ بيه شحنة سلبية جوّانا، يعني مش واحدة تبقى متخانقة مع جوزها تروح تطلّعه على ولادها.. والأهمّ من كده إنّ النقد يكون للصفة أو الموقف اللّي الطفل عمله، مش للطفل نفسه.

الخلاصة

نور عمرها ما بتسمع أيّ نقد على حاجة بتعملها، بل بالعكس على طول بتسمع مدح عمّال على بطّال، والموضوع ده خلّاها مش متقبّلة أيّ نقد، أو حتى إرشاد يتوجّه لها.

الواجب العملي

* دي شوية مواقف، فكّري هتتصرّفي فيهم ازّاي:

- بنتك جايّه تورّيكِ بروجكت حلو عملته في المدرسة، بسّ ملوّناه بطريقة وحشة وأقلّ من قدراتها.

.....

- لو بنتك جتْ قالت لك «أنا أخدت الدرجة النهائية في الامتحان، بسّ الميس مادّتنيش ستيكرز، ومقالتليش شاطرة ولا حتى سقّفتلي».

.....

- لو لسّه متخانقة مع زوجك، وطلعتِ من الأوضة لقيتِ الولاد موسّخين الصّالة اللّي انتِ لسّه منضّفاها.

.....

سلمي على طنط...

الاجتماعية

سليم وأميرة كانوا خارجين في يوم الأجازة يفسّحوا بنتهم فرح، راحوا الحديقة، وقاعدين مبسوطين والجوّ حلو، فرح قاعدة جنْبهم ومبتلعبش بلعب الأطفال، مع إنّ فيه مراجيح وزحاليق كتير، هي قاعدة بتتفرّج بسّ على الأطفال وهمّا بيلعبوا.. أميرة قالت لها:

- روحي الْعبي بالمراجيح زيّ باقي الأطفال بدل ما انتِ قاعدة كده!

- لا مش عايزه.

- ليه مش عايزه؟ إحنا قرّبنا نمشي خلاص، وانتِ لسّه ملعبتيش!

- طيّب تعالي معايا!

- آجي معاكِ فين وأنا كبيرة كده؟ كلّ الأطفال بيلعبوا لوحدهم!

فرح فضلت قاعده، ونفسها تلعب بسّ خايفة تروح لوحدها،

أميرة قالت لها:

- خلاص براحتك متلعبيش، بسّ متجيش تعيّطي أمّا نروّح وتقولي ملعبتش.

سليم قال لفرح:

- تعالي طيّب وأنا هودّيكِ.

فرحت فرح وراحت مع باباها عند الزحليقة، وطبعًا فيه أطفال كتير على الزّحليقة، فضلت ماسكة إيده ومش عايزه تطلع وتختلط بالأطفال التانية، وهو قاعد بيزقّها، ومفيش فايدة، جت بنت أكبر منها شويّة قالت له:

- عمّو أنا مُمكن أمسك إيديها وأطلّعها معايا الزحليقة.

- ماشي امْسكِ إيديها.

فرح قلبها بيدقّ بسرعة، وخايفة، ومش عايزة البنت تقرّب لها، أوّل ما سابت إيد باباها اختفى على طول بسرعة، موقفش حتى يشوفها هتعمل إيه، بصّت فرح وراها ملقتهوش (الإحساس اللّي جالها ساعتها إنّه ما صدّق خلص منها ومشي) خافت فرح وفتحت في العياط، والبنت الكبيرة اتْخضّت وسابتها... جت أميرة وقالت لها بنرفزة وزعيق:

- بتعيّطي ليه؟ إنتِ على طول كاسفاني كده؟ أنا غلطانة أصلًا إنّي بفسّحك... خلاص خلّيكِ قاعدة جنبي ومتلعبيش... حاجة تخنق.

وهي بتزعّق لبنتها لقت مها صاحبتها بالصّدفة في الحديقة:

- إزّيك يا مها؟

- إزيّك يا أميرة، عامله إيه؟ إزيّك يا فرّوحه يا حبيبتي؟

فرح خبّت وشّها في مامتها ومردّتش على مها.

- عامله إيه في المدرسة؟

فرح مبتردّش، أميرة قالتلها:

- متردّي على طنط! عيب كده!!

- خلاص سيبيها براحتها، إنتوا إيه أخباركوا؟

- أهو زيّ ماانتِ شايفة، فرح لازقة فيّا على طول ومش عايزة تكلّم حدّ ولا تلعب مع حدّ، وكاسفاني على طول... مش عارفة أعملّها إيه!

- معلش بكره تكبر وتلعب لوحدها، ومش هتعرفي توقّفيها تاني.

فرح سامعة مامتها وهي بتشتكي منها كالعادة، وماسكة في هدوم مامتها جامد. راحت أميرة بصّت لها وبعَدِت إيديها عنها بعنف، وقالت لها:

- خلاص بقى، ابْعدي شوية وبلاش اللزقة دي، هتفضلي جبانة كده؟! يا ساتر!

بعدِت فرح شوية، بسّ زعلانة، وحاسّة إنّها مش مرغوب فيها.

أميرة خلّصت الكلام مع صاحبتها، وبصّت جنبها ملقتش فرح، دوّرت حواليها لقيتها قاعدة بعيد شوية لوحدها، راحت لها وقالت لها:

- مش قلت لك قبل كده متبعديش عنّي علشان محدّش يخطفك؟! فيه ناس كتير مُمكن تخطف الأطفال ومشوفكيش تاني!!

اتْرعبت فرح من الكلام ده، وخافت من الناس أكتر ما هي.

خلّصوا فسحتهم وروّحوا البيت.

تاني يوم، فرح راحت المدرسة، فرح ملهاش أصحاب خالص، قاعدة لوحدها طول الوقت. ميس نهى ملاحظة الانطوائية بتاعة فرح، وبتحاول تدخّلها في أنشطة جماعية علشان تشجّعها يكون عندها صداقات، بسّ هي أوّل ما حدّ يقرّب لها أو يتكلّم معاها أو الميس تنادي اسمها؛ بتحسّ إنّ قلبها بيدقّ بسرعة، وبطنها بتوجعها، وفي الآخر بتفضل قاعدة ساكتة ومبتشتركش في أيّ حاجة.

خلصت السنة، وجه وقت حفلة نهاية السنة اللّي بتعملها المدرسة وبيشارك فيها كلّ الأطفال، والأهالي بيحضروا الحفلة وتوزيع الهدايا.

جتْ أميرة علشان تحضر حفلة بنتها وهي فرحانة وقاعدة في المكان المخصّص للمدعوين. فرح داخلة هي وكلّ الأطفال من جنب الأهالي علشان يسلّموا عليهم ويصوّروهم قبل ما يطلعوا على المسرح ويبدأوا الحفلة.. فرح عدّت جنب مامتها بسّ بدل ما تسلّم عليها وتكمّل وتروح المسرح فضلت مع مامتها وماسكة فيها، ومش عايزة تسيبها.. أميرة قالت لها:

- روحي يلّا على المسرح!!

- لا مش عايزه!!

- هو إيه اللّي مش عايزه؟ الأطفال كلّهم على المسرح! إنتِ هتلزقي فيّا هنا كمان؟

- خايفة أروح!

- مش بمزاجك هو، يلّا بسرعة علشان هيبدأوا! إنتِ هتكسفيني هنا كمان؟

قعدت تزقّها علشان تروح على المسرح، وفرح تقاوم، والدموع في عينيها.

شافتهم ميس نهى، راحت لأميرة وقالت لها:

- مش لازم فرح تشارك على المسرح، فرح ليها وظيفة تانية تعملها في الحفلة.

وأخدت فرح من إيديها وودّتها على أوضة جوّه فيها الأطفال اللّي بيساعدوا في تنظيم الحفلة، وخلّتها ترتّب معاهم الـ projects اللّي عملوها طول السنة علشان أولياء الأمور يتفرّجوا عليها آخر الحفلة. ورجعت ميس نهى لأميرة وقالت لها:

- كنت عايزه أتكلّم شوية معاكِ بعد الحفلة لو فاضية.

- أه طبعًا، هجيلك إن شاء الله.

خلصت الحفلة، وراحت أميرة مكتب ميس نهى..

- خير يا ميس نهى؟ فرح عامله إيه معاكِ؟

- كويسة، بسّ هي مشكلتها إنّها هادية خالص، ومبتحبّش تشترك

«كلّ الأطفال لديهم القدرة ليكونوا أطفالًا عظيمة، وظيفتنا هي توفير عالم عظيم لتنمية هذه القدرة»
ستانلي جرينسبان

في أيّ نشاط اجتماعي من أوّل السنة.

- آه عارفة، أنا غلبت معاها والله، زيّ ما انتِ شايفة؛ كنت بزقّها علشان تطلع على المسرح وهي لازقة فيّ على طول!!

- آه شفت، بسّ موضوع المسرح ده مش مشكلة كبيرة، فيه أطفال بطبيعتها بتحبّ الظهور، وتحبّ النّاس تشوفها، وفيه أطفال متحبّش حدّ يتفرّج عليها وتحبّ تكون مش باينة، وتتكسف لو لقت حدّ بيبصّ عليها، وفرح من النوع ده، فمش لازم تضغطي عليها علشان متزوّديش عندها الموضوع ده ويقلب معاها بخوف، حاولي تسيبيها براحتها وتشجّعيها إنها تعمل أنشطة تانية هي بتحبّها وتستريح فيها، ومع الوقت ومع سنّها لمّا يكبر هي مُمكن تبقى أجرأ، ومُمكن تشوفيها بعد كده بقت بتعمل الأنشطة اللّي انتِ نفسك تشوفيها فيها.

- يا ريت، بسّ مش موضوع المسرح بسّ! حتى أمّا بنروح أيّ مكان فيه أطفال مبترضاش تلعب معاهم، وتفضل لازقة فيّا، لحدّ ماسمّيناها اللزقة بتاعتنا!!

- فرح بنت خجولة، وإلى حدٍّ ما انطوائية، بسّ مش صحّ إنّك تعترفي بكده، وإنّك تسمّيها بصفة سلبية، كده الصفة دي هتكبر عندها... علشان طول ما انتِ بتوصفيها بيها، هتفضل مقتنعة إنّها كده فعلًا، وهيبقى صعب تغيير الصّفة دي بعدين، وده اللّي بيسمّوه الـ labeling فحاولي تتجنّبي الموضوع ده علشان خطير، وكمان متحاوليش تجبريها

إنّها تبقى اجتماعية، أو إنها تلعب مع الأطفال بالعافية، إدّيها وقتها لحدّ ما تتأقلم على المكان وخلّيكِ جنبها. وافتكري إنّك كلّ ما هتركّزي على الصفة دي كلّ ما هتزيد معاها، يعني طول ما انتِ بتدفعيها إنّها تلعب مع الأغراب، هتخاف أكتر وتحسّ بعدم الأمان أكتر وأكتر، لو كانت هتاخد ساعة علشان تتعوّد على المكان هتاخد عشر ساعات، وهكذا...

- يعني خلاص أسيبها كده براحتها، وأقول مفيش أمل؟

- لا فيه طرق تانية كتير مُمكن تعمليها تساعد فرح إنّها تكون اجتماعية أكتر.

- زيّ إيه؟

- أوّل حاجة إنّك تتكلّمي معاها، وتسمعيها كويس، وتتجاوبي معاها، اسأليها إيه اللّي بيخوّفها من الأغراب! واسمعي اللّي بتقوله، واقْبليه زيّ ما هو من غير لا نصح ولا إرشادات، ومش بسّ كده؛ إنتِ كمان المفروض تتعاطفي معاها، ومع اللّي بتقوله. ده هيخلّيها مش تحت ضغط إنّها لازم تتغير دلوقتِ وهتعرف إنّك متقبّلاها زيّ ما هي، وكمان متعاطفة معاها، وده هيسهّل عملية تغييرها.

- ماشي أحاول أتعاطف معاها، مش مشكلة.

- خلّيها تخرج كتير وتقابل ناس كتير، متعزليهاش ومتخوّفيهاش من الناس.

- أخوّفها إزّاي؟

- زيّ مثلًا إنّك تقولي لها إنّ مُمكن حدّ يخطفك، ممكن حدّ يسرقك.

- طيّب أقول لها إيه علشان متبعدش، إنتِ شايفة حوادث الخطف كتير إزّاي؟

- قولي لها مثلًا «متبعديش عني علشان أفضل شايفكِ»

- آه، فكرة فعلًا.

- ولمّا تخرّجيها كتير وتخلّيها تختلط بناس كتير؛ خلّيكِ معاها وجنبها علشان تفضل حاسّة بالأمان، عرّفيها إنتِ على الأطفال التّانية، متجبريهاش إنّها تلعب مع حدّ متعرفهوش. ولو حسّت بالأمان هتلاقيها واحدة واحدة بتتغيّر.

- طيّب ساعات ببقى مضطرّة أمشي وأسيبها، مش على طول هبقى معاها، أعمل إيه ساعتها؟

- لو اضّطرّيتِ تسيبيها لوحدها مع الأغراب لازم تهيّئيها لكده الأوّل، تعرّفيها إنك لازم تسيبيها وتسأليها «ممكن تعملي إيه لو حسّيتِ إنك قلقانة؟» اتّفقي معاها تأخد الدبدوب أو البطانية أو الكتاب أو الحاجة اللّي بتحبّها ومتعلّقة بيها وبتحسّسها بالأمان، ولو خافت أو قلقت في أيّ وقت تطلّعها وتمسكها شوية، مُمكن تطمّنها أكتر.

- أه فعلًا، هي عندها بطانية بتطمّن بيها، بسّ أنا محرّجة عليها متطلّعهاش برّه البيت، خلاص مُمكن نستخدمها فى المواقف دي.

- وفي الآخر خليكِ قدوة ليها، هي لو شافتك ليكِ أصحاب وبتكلّميهم كويس هي هتحاول تقلّدك.وعلّميها الرّدود المناسبه لكلّ موقف علشان هي مش هتعرفهم لوحدها من غير تعليم، يعني تسلّم بإيديها، لمّا تكلّم حدّ أو حدّ يكلّمها تبصّله، تبتسم في وشّ اللّي بيتكلّم، تردّ بصوت مناسب... وكلّ ده هييجي بالتدريب والمُمارسة إن شاء الله... متستعجليش.

«عندما يكون الآباء منزعجين، يكون الأطفال منزعجين أيضًا. فالأطفال يروْن العالم من خلال أعين آبائهم»
د/ براد جستفسون

الخلاصة

فرح بنت خجولة بطبعها، وبتحتاج وقت أطول علشان تتعوّد على الناس، لكن لمّا مامتها كانت بتضغط عليها تغيّر طبيعتها دي بالعافية وبتشتكي دايمًا إنّها انطوائية، ده بدل ما يخلّيها اجتماعية خلّاها بقت انطوائية أكتر.

الواجب العملي

* دي شوية مواقف، اكتبي هتتصرّفي ازّاي لو اتعرّضتِ ليهم:

- في العيد، والعائلة كلّها مجتمعة، وعايزين الأطفال اللّي في العائلة كلّهم يغنّوا أغنية العيد مع بعض، بسّ بنتك مكسوفة ومش عايزة.

.....

- قابلتِ واحدة صاحبتك، وبنتها عايزة تكلّم بنتك وتصاحبها، بسّ بنتك مش بتردّ عليها.

.....

- ابنك بيقول لك «أنا خايف من الأغراب».

.....

- بنتك رايحة أوّل يوم في المدرسة الجديدة، وعايزاكِ تفضلي معاها.

.....

لازم أضحي علشان إبني ينبسط

الإحساس بالآخرين وعدم الآنانية

* في المصيف على البحر، كانوا قاعدين.. إبراهيم وعلا وابنهم سيف.
* سيف كان قاعد بيلعب بالرّمل ويرميه حواليه، ومش واخد باله بييجي على حدّ ولا لأ.

إبراهيم باباه قال له:

- خدْ بالك مترميش الرّمل علشان مُمكن ييجي على حدّ!

علا ردّت عليه وقالت:

- سيبه يلعب براحته، مش كفاية قاعد بيلعب لوحده! وبعدين محدّش اشتكى.

كمّل سيف رمي الرمل، جه شويّة رمل في عين الولد اللّي جنبه وقعد يعيّط، مامته راحت لعلا، وقالت لها:

- مُمكن لو سمحتِ تخلّي ابنك ميرميش رمل علشان جِه في عين ابني!

- معلش، أنا آسفة جدًّا.. بسّ يا سيف.

سيف بطّل رمي الرمل، وشوية ورجع يرمي رمل تاني، ولد تاني أصغر منه شافه بيعمل كده فحبّ يقلّده، فأخد شوية رمل ورماهم على سيف، جِه الرّمل في عينه فقعد يعيّط، علا وإبراهيم قاموا جري عليه، راحوا زعّقوا للولد اللّي رمى عليه الرّمل، وعلا راحت لمامته وقالت لها:

- مُمكن تاخدي بالك من ابنك! مش معقولة كده! سايباه يرمي رمل على الناس، مُمكن يعوّر حدّ!

شويّة وهمّا قاعدين على الشاطئ، عدّى راجل بيبيع ألعاب بحر.

سيف راح لباباه وقال له:

- أنا عايز الجردل والجاروف دول.

- إحْنا مش لسّه جايبينلك امبارح؟ هو كلّ يوم!!

- لا اللّي بيبيعه ده على شكل برق بنزين وأنا معنديش!!

- لا مش هجيب، مُمكن وقت تاني.

- لا أنا عايزها دلوقتِ (وبدأ يعيّط).

- لا قلتلك أنا لسّه جايبلك امبارح!

علا لقيته بيعيّط، قالت لإبراهيم:

- حرام متسيبش سيف يعيّط كده، هنحرمه ليه من حاجة بيحبّها أدام نقدر نجيبهاله؟! جيبله اللّي هو عايزه، دي حاجة بسيطة، أنا عارفه إنّه بيحبّ فيلم كارز قوي.

وراحت وقّفت الراجل، واشترت له الجردل، أخده سيف وراح يلعب بيه، إبراهيم قال لعلا:

- إنتِ مدلّعة الولد قوي، وكده هتبوّظيه!!

- مدلّعاه فين بسّ! هو لازم أقول له لأ على اللّي بيطلبه علشان مبقاش مدلّعاه؟! وكمان مش معقولة في وقت المصيف وهو مبسوط هنكّد عليه، أنا نفسي يبقى مبسوط على طول، ويعيش حياة أحسن من حياتنا واحْنا في سنّه.

جهْ وقت المرْواح، إبراهيم وعلا نادوا على سيف علشان يروّحوا:

- يلّا هنروّح البيت.

- لا مش عايز!

- يلّا علشان الدنيا بدأت تضلّم!

- لا مش هروّح (وبدأ يدبدب على الأرض).

- هنمشي ونسيبك كده!!

سيف مردّش عليهم، وكمّل لعب..

- يلّا قلت، طيب لو جيت دلوقتِ هجيبلك آيس كريم واحْنا مروّحين.

- هيييييه.....

قام سيف جرْي، وروّح معاهم.

روّحوا البيت، فتح سيف التليفزيون وقعد يتفرّج على كارتون فترة طويلة، باباه قال له:

- هات بقى الرّيموت نتفرّج على حاجة تانية غير الكارتون، كده كفاية!

- لا، أنا عايز أتفرّج على الكارتون ده!

علا قالت لإبراهيم:

- سيبه يتفرّج على الكارتون، إحْنا في مصيف، أهمّ حاجة سيف ينبسط حتى لو كان على حسابنا.

زهق إبراهيم، ودخل نام.

سيف معلّي التليفزيون على الآخر، والوقت متأخّر، وكمان باباه نايم، علا قالت له:

- وطّي التليفزيون شويّة علشان بابا مش عارف ينام!

- لا، مش هسمع حاجة.

- يا ابني، الناس نايمة!

سيف مش مهتمّ، طنّشت علا، وعملت نفسها مش واخدة بالها كالعادة.

وعدّى المصيف ورجعوا بيتهم تاني.

علا دخلت الشقة قالت:

- يااااه.. البيت مليان تراب ومحتاج تنظيف جامد، أنا عايزاكوا تساعدوني بقى في التنضيف.

دخل سيف أوضته وكإنه مسمعش حاجة، وأخد اللعب بتاعته وفرشهم على الأرض، وسابهم ومسك التابلت.

باباه دخل أوضته، وقال له:

- إنت ليه مش بتساعد ماما؟

- تعبان!

- ماهو كلّنا تعبانين، وكلّنا بنساعد بعض علشان نخلّص.

- لا.. مش قادر.

دخلت علا أوضته اتخضّت!!

- يعني أنا بقول لك تعالى نضّف معايا تروح توسّخ أوضتك أكتر، على الأقلّ نضّف أوضتك طيّب!

- حاضر.

وكمّل لعب بالتابلت عادي طول الوقت لحدّ ما علا فقدت الأمل وخلّصت تنضيف الشقة، ودخلت نضّفت أوضته كمان.

جهْ وقت العشاء، وقعدوا ياكلوا وخلّصوا أكل، علا قالت:

- أنا خلاص اتهدّيت النهارده، كلّ واحد ياخد طبقه ويحطّه في المطبخ!

سيف كإنه مسمعش حاجة وقام، علا نادته:

- سيف، أنا بقول لك شيل طبقك.

مردّش عليها.

- شيل طبقك علشان أجيبلك آيس كريم!

راح شال طبقه من غير نفس، وحطّه في المطبخ.

- شاطر يا سيف، شفت يا بابا سيف جميل وبيساعدني إزاي!! سيف ده شاطر جدًّا.

وفضل سيف حاله كده، مبيساعدش حدّ، مبيسمعش كلام حدّ، مامته وباباه مُلزمين إنّهم يسمعوا كلامه ويلبّوا له كلّ رغباته، حاسس إنّ الدنيا كلّها ماشية تحت أمره.

في يوم، راحت علا مع سيف عند صاحبتها شيرين علشان يلعب مع ابنها أحمد.

دخل سيف يلعب مع أحمد جوّه في الأوضة، كلّ ما أحمد يمسك لعبه تحلوّ في عين سيف، ويروح يقول له ورّيني كده، وياخدها منّه، ولو رجع طلبها أحمد ميدّيهالوش، فضل كده أحمد مش عارف يلعب، وسيف واخد كلّ اللّعب جنبه، مع إنها لعب أحمد أصلًا.

زهق أحمد، وطلع يشتكي لمامته قدّام علا، علا قالت له:

- معلش يا أحمد، هو بسّ علشان اللعب بتاعتك جديدة بالنسبة له فهو عايز يلعب بيها.

جهْ سيف من جوّه، ومعاه عربية برق بنزين، وقال لمامته:

- أنا عايز عربيّة زيّ دي!

- مش أنا لسّه جايبالك عربية!

- لا مكانتش زيّ دي، دي كانت ماطم وأنا عايز برق بنزين!

- طيّب هبقى أشوف.

- لا أنا عايزها دلوقتِ يا إمّا آخد دي!

- دي بتاعة أحمد هتاخدها إزّاي!

- مليش دعوة! أنا عايزها (ورمى نفسه على الأرض وبدأ يفتح في العياط).

- خلاص.. خلاص، ادخل دلوقتِ وأنا هبقى أجيبهالك.

- النهارده.

- طيّب واحْنا مروّحين نبقى نعدّي نجيبها.

دخل سيف كمّل لعب، علا قالت لشيرين:

- شفتِ سيف! بقى صعب قوي، كلّ حاجة عايزها دلوقتِ.. عايزها دلوقتِ!!

- إنتِ بسّ شكلك مدلّعاه شوية.

- يووووه.. إنتِ هتعملي زيّ إبراهيم! كلّ شوية يقولّي مدلّعاه وهيبوظ، هو أنا يعني علشان مش عايزه أزعّله، وعايزاه يعيش عيشة كويسة ومش عايزه أنكّد عليه وهو مبسوط؛ أبقى مدلّعاه؟! وبعدين لمّا بتقولي لطفلك لأ كتير إنتِ كده بتقلّلي ثقته بنفسه وبيبقى معقّد، وأنا أحرمُه ليه أصلًا من اللّي هو عايزه أدام أقدر أعملهوله؟

- مُمكن يكون اللّي بتقوليه صحّ، بسّ في حدود برضه، إنتِ عارفه ازّاي تعرفي إذا كنتِ مدلّعة ابنك فعلًا واللّا لأ؟ فيه أربع كلمات كده يعرّفوكِ إذا كان ابنك متدلّع فعلًا ولا لأ.....

- إيه همّا؟

- أوّل كلمة «لا» لو مبيستحملش يسمع كلمة لأ تتقال له على أيّ طلب؛ يبقى متدلّع.

تاني كلمة «دلوقتِ» لو مبيستحملش إنّ طلبه يتأجّل شوية ولازم يتنفّذ في الحال.

ثالث كلمة «عايز» لو على طول بيحبّ ياخد وميدّيش، ومبيقدّرش كمان اللّي بتدّيهوله.

رابع كلمة «أنا» لو حاسس إنّ هو أهمّ واحد في الكون، والكلّ موجود حواليه علشان يلبّيله رغباته وبسّ.

لو لقيتِ حاجة من الأربعة دول موجودة فيه؛ يبقى تعيدي نظر تاني في معاملتك معاه.

- إنتِ بتتكلّمي على سيف، ده عنده كلّ الصفات دي... بسّ هو كده من زمان من غير ما أدلّعه ولا حاجة، شكل الحاجات دي مولود بيها ولا وارثها معرفش منين!!

- فيه صفات كتير فعلًا بتيجي بالوراثة، أو بيكون الطفل مولود بيها، بسّ دي بالذات صفة مُكتسبة من المعاملة، ومفيش جين اسمه جين الدّلع.

- طيّب أعمل إيه؟ خلاص كده الولد هيبوظ؟

- لا طبعًا أكيد فيه حلول...

- زيّ إيه طيب؟

- ابدئي قولي له كلمة «لأ» عادي من غير تأنيب ضمير، عمر ما كلمة «لأ» كانت سبب في تقليل ثقة الطفل بنفسه، أو إنّها تعقّده إلّا إذا كانت طبعًا عمّال على بطّال، لازم يكون فيه حدود، وفيه حاجات مسموح بيها، وحاجات لأ..

- أصله بيصعب عليّا قوي إنّي أقول له لأ وأزعّله، إنتِ عارفه هو ابني الوحيد.

- وازني بين حبّك ليه غير المشروط بأي حاجة وبين الحدود والقواعد اللّي المفروض يمشي عليها. يعني بتحبّيه أه مهْما عمل وتبيّني حبّك ليه، بسّ ده ميمنعش إنّك تقولي له لأ لمّا يعمل حاجة غلط، أو يطلب حاجة وانتِ مش عايزه تجيبيها له، وعلى فكرة مش لازم كلّ مرّة تبقي مُجبرة إنّك تقوليله وتقنعيه بسبب رفضك.. وكلّ ده ميأثّرش على حبّك ليه، والطفل ذكي وبيحسّ بحبّ والديه كويس.

إنتِ ليكِ حقوق لازم تاخديها علشان تقدري تكمّلي المشوار, زيّ ما طفلك ليه حقوق بالظبط.

- ده أنا باجي على نفسي كتير علشانه وعلشان أخلّيه مبسوط!

- إحنا مش مخلّفين عيال علشان نتعذّب، زيّ ما الطّفل له حقوق، إنتِ كمان ليكِ حقوق.. ليكِ حقّ إنّه يساعدك في البيت، ليكِ حقّ إنّك تتكلّمي مكالمة مهمّة في التليفون وميقاطعكيش فيها، ليكِ حقّ تنامي براحتك من غير ما يجبرك تيجي تنامي جنبه في سريره الصغير.. متتنازليش عن حقوقك علشان فاكره إنّ التضحية دي هتسعده، بالعكس إنتِ كده بتساعديه إنّه يكون أناني.

- خلاص هحاول، طيب متعرفيش ازّاي أخلّيه يحسّ بيّا وباللّي حواليه؟ أنا بحسّ إنه عايش في عالم لوحده، يعني أقول له وطّي التليفزيون علشان بابا نايم يقول لي مش هسمع، ومش فارق معاه الناس التانية، المهمّ هو بسّ ينبسط!

- هو ده برضه غالبًا بسبب تضحيتك الدايمة، وإنّك عايزه تلبّيله كلّ طلباته فاعْتقد إنّ الدنيا كلّها مخلوقة علشان راحته. في الفترة الجاية حاولي تساعديه يشوف الناس ومطالبهم أكتر، يعني بدل ما تقولي له «وطّي التليفزيون شوية» قولي له « تفتكر بابا حاسس بإيه دلوقتِ وهو نايم؟» خلّيه هو يفكّر في شعور الآخرين، قولي له «تفتكر أحمد مُمكن يحسّ بإيه لو أخدت لعبته؟» خلّيه لمّا تبقوا في مول مثلًا يمسك الباب

لحدّ ما الكلّ يعدّي، علّميه ميقفش في الطريق وانتوا ماشيين علشان الناس تعرف تعدّي كويس، قولي له «أحمد هو اللّي عليه الدّور وبعدين انتَ» عرّفيه إنّ الناس التانية عندها مهارات مختلفة وقولي له «أحمد رسمه حلو، تعالى نقول له يرسم لنا رسمة».... وهكذا، خلّيه يعرف إنّ فيه ناس فى الدنيا غيره.

- أه عندك حقّ بدل ما هو عايش في الدنيا لوحده كده!

- وانتِ كمان اعْملي قدّامه كده، خلّيه يشوفك بتشيلي الأذى عن الطريق، بتفتحي الباب للناس، بتساعدي حدّ في الشارع حتى لو بتوصفيله الطريق، بتعملي أكل وتبعتيه للجيران... كده.

وكمان متمدحيهوش على كلّ حاجة بيعملها، يعني فيه حاجات واجب عليه إنّه يعملها، مش معقولة أمّا يشيل هدومه تسقفيله وتجيبيله هدية، متمدحيهوش عمّال على بطّال، امْدحيه بسّ على الحاجات اللّي تستاهل.

الخلاصة

علا مدلّعة سيف قوي، وبتهتمّ دايمًا إنّها تنفّذ له كلّ اللّي هو عايزه، حتى لو كان على حساب الآخرين اعتقادًا منها إنه كده هيبقى سعيد وهيعرف إنّها بتحبّه، لكن بالعكس ده خلّاه بقى أناني أكتر، ومبيفكّرش غير في نفسه، وفي أوّل موقف هتقول له «لأ» فيه هيشكّك في حبّها ليه.

الواجب العملي

* دي شوية أسئلة تسأليها لنفسك وتجاوبيها بصراحة:

- هل طفلك مبيستحملش يسمع كلمة لأ تتقال له؟

.....

- هل طفلك لمّا بيكون عايز حاجة مبيستحملش إنّك تأجّليها؟! عايزها دلوقتِ!

.....

- هل طفلك على طول بيطلب بسّ، لكن لمّا حدّ يطلب منه حاجة ميرضاش ينفّذها؟

.....

- هل طفلك حاسس إنّه أهمّ واحد في البيت، وكلّ حاجة تتأجّل علشان خاطره؟

.....

- هل بتقدري تقولي لطفلك لأ على حاجة عايزها، ولا بتخافي من زعله وعياطه؟

.....

- تفتكري إنك لمّا بتقولي لطفلك لأ على حاجة هو عايزها كده هيحسّ إنّك مش بتحبّيه؟

.....

- لو كنتِ بتتفرّجي على حاجة في التليفزيون جِه ابنك عايز يغيّرها ويجيب الكارتون اللّي بيحبّه بتعملي إيه؟

.....

- هل ابنك بيراعي شعور اللّي حواليه، ولا مش شايف حدّ غير نفسه؟

.....

مش عارفه أختار إيه؟!

القدرة على اتخاذ القرار

* نادية بتنادي على نادين بنتها:

- نادين، يلّا بسرعة علشان هنتأخّر، لبستِ؟!

- لأ لسّه يا ماما!

- طيّب يلّا اختاري اللّبس اللّي انتِ عايزاه، والْبسي بسرعة علشان نلحق ننزل قبل المغرب.

فضلت نادين واقفة قدّام الدولاب فترة طويلة، وفي الآخر أخدت اللّبس اللّي اختارته ولبسته وطلعت لمامتها، أوّل ما نادية شافتها قالت لها:

- إيه العكّ اللّي انتِ لابساه ده؟ إنتِ مفيش مرّة تختاري حاجة عِدلة؟! تعالي أجيب لك لبس كويس شوية!

وراحت اختارت لها لبْس تاني وخلّتها تلبسُه.. نزلوا مع بعض المول علشان يجيبوا لبس العيد.

- يلّا يا نادين عايزين بقى نختار أحسن فستان علشان تبقي أجمل بنّوتة في العيد!

- الله!! بصّي ده! الفستان ده جميل قوي، ينفع ناخده؟

- إيه ده! ده مقرف قوي!

- طيّب بصّي ده يا ماما؟! أنا عايزه واحد هايش.

- ده فلّاح قوي، إنتِ بتختاري حاجات غريبة جدًّا، سيبك انتِ أنا هختارلك واحد يعجبك... بصّي الفستان ده!

- بسّ أنا كان نفسي في واحد هايش!

- بسّ بلاش الاختيارات بتاعتك الخايبة دي، ادخلي إلبسي ده بسّ.

دخلت نادين لبستُه.

- الله ده حلو عليكِ، يلّا ناخده.

وجابته نادية، ونادين رضيت بيه.

وهمّا ماشيين في المول نادية قالت لها:

- تعالي نشرب حاجة، تحبّي تشربي إيه يا حبيبتي؟

- مش عارفة!

- يعني إيه مش عارفة! أمّال مين اللّي عارف؟

- خلاص هاخد بيبسي.

- لا البيبسي مش حلو ليكِ، أنا هجيبلك عصير مانجو.

رضيت نادين بالعصير، وشربته من غير مناقشة.

جهْ يوم العيد، كلّ العائلة بتتجمع في بيت أمّ نادية بعد صلاة العيد، الكلّ إدّى لنادين العيدية، وبقى معاها فلوس كتير، نادية نادتها:

- نادين، تعالي علشان نخرج ونشتري حاجة بالعيدية بتاعتك، تحبّي تشتري إيه؟

- معرفش!!

- خلاص تعالي ننزل وتختاري.

- لا.. بكره!

- يعني مش عايزه تجيبي حاجة بيهم النهارده؟ النهارده العيد!

- لا هحوّشهم أحسن.

ودخلت نادين جوّه في الأوضة، استغربت نادية من ردّ فعل نادين ده.

جتْ دينا خالة نادين ومعاها آيس كريم:

- جبتلكوا آيس كريم، كلّ واحد يختار النوع اللّي عاوزه.

جهْ وقت اختيار نادين، دينا قالت لها:

- تحبّي تاخدي آيس كريم بالشيكولاتة ولا الفراولة ولا الفانيليا؟

فضلت واقفة نادين حيرانة ومش عارفة تختار، نادية قالت لها:

- إيه!؟ ساعة عشان تختاري حتة آيس كريم، يلّا بسرعة علشان الآيس كريم هيسيح، والكلّ عايز يختار!!

- خلاص اختاريلي إنتِ.

- إدّيها يا دينا بالفانيليا.

فرحت نادين وأخدت الآيس كريم ودخلت جوّه، كإنّها استريحت

من همّ الاختيار.

استغربت دينا قوي من الموقف ده، وقالت لنادية:

- هي ليه نادين خايفه تختار؟ إنتِ بتختاري لها كلّ حاجة واللّا إيه؟

- شفتِ اللّي أنا فيه؟! كلّ حاجة أطلب رأيها فيها متعرفش تختار، ويوم ما تختار بتختار حاجة زفت!

- ولمّا بتختار الاختيارات الزّفت اللّي بتقولي عليها دي بتعملي إيه؟

- بختار أنا وخلاص علشان نخلص!

- طيّب ما يمكن يكون هو ده السبب.

- إزّاي؟

- المفروض لمّا تيجي تختار أيّ حاجة مهْما كانت حلوة أو وحشة تشجّعيها على إنها اختارت، يعني قوليلها «برافو عليكِ علشان اخترتِ، بسّ إحنا محتاجين نختار حاجة تانية علشان ده فيه المشكلة كذا وكذا»، إوعي تثّريقي على اختيارها... لو اثّريقتِ على اختيارها إنتِ كده بتخلّيها تخاف تختار حاجة قدّامك تاني.

ولو حصل واختارت حاجة كويسة إوعي تفوّتي الفرصة دي، شجّعيها وقولي لها «يااه اختيارك جميل، أنا لو مكانك كنت اخترت كده برضه».

وحتّى كمان فيه أوقات مُمكن تنفّذي لها اختيارها اللّي انتِ مش شايفاه مناسب قوي، بسّ مفيش فيه ضرر كبير، يعني لو بتختار مثلًا نوع عصير، مُمكن

تنصحيها بالنوع اللّي هيعجبها، وبعدين تسيبيها تختار النوع اللّي هي عايزاه، وتتحمّل نتيجة اختيارها. مشْ لازم الحياة كلّها تبقى ماشية perfect .....

- آه فهمتك، إنتِ فعلًا عندك حقّ، ساعات كتير ببقى عايزه الدنيا تمشي زيّ ما أنا مخطّطة بالظبط، فلمّا بتختار حاجة غير اللّي أنا مخطّطاها بتنرفز وبتّريق على اختيارها من غير ما أحسّ. هي عمومًا بطّلت تختار قدّامي حاجة، تصوّري بقول لها تعالي ننزل نختارلعبة العيد قالت لي مش عايزه، وهحوّش الفلوس، ودخلت جوّه!!

"لا شئ ينهك المرء ويضيع وقته اكثر من التردد في اتخاذ القرارات"
برتراند راسل

- غالبًا ده نوع من أنواع الهروب من تحمّل مسئولية الاختيار، فبتحاول تتجنّبه بأي طريقة.

إنتِ ممكن علشان تبقي ضامنة إنّ الدنيا ماشية زيّ ما انتِ عايزه، إدّيها اختيارين بسّ، يعني بدل ما تقولي لها «تحبّي تلبسي إيه؟» قولي لها «تحبّي تلبسي الفستان ده ولا ده؟» وكده هتبقي ضربتِ عصفورين بحجر، خلّيتيها تختار.. وفي نفس الوقت إنتِ راضية عن الاختيارين.

- أه فكرة فعلًا.

- وفيه فكرة كمان مُمكن تطبّقيها، مُمكن تعلّميها إنّ القرارات في منها ثلاثة أنواع، بسيط ووسط وكبير... البسيط زيّ مثلًا اختيار نوع الآيس كريم، مش هيحصل حاجة خطيرة لو اختارت غلط، والقرار الوسط

زيّ وانتوا بتشتروا لعبة أو لبس جديد هيقعد معاها فترة، فتفكّر أكتر شوية، والقرار الكبير زيّ مثلًا هتختار التدريب اللّي هتلعبه في النادي طول الصيف، فالقرار ده تفكّر فيه أكتر ومتتسرّعش... فلمّا ييجي وقت اختيار الأكل ولقيتيها محتارة قولي لها إنّ الاختيار ده من النوع البسيط يعني مش هيحصل ضرر كبير لو اخترتِ غلط... وهكذا.

- جميلة قوي الفكرة دي برضه، إنتِ عندك أفكار حلوة أهو...

- ومُمكن حتى تعلّميها طريقة الاختيار عن طريق القدوة، يعني أمّا تيجي تشتري حاجة قدّامها، فكّري بصوت عالي. يعني مثلًا بتجيبى لي هدية فقولي بصوتٍ عالي «أجيبلها الشنطة دي ولا دي؟! دينا بتحبّ البني، وكمان دي سعرها حلو، يبقى مُمكن نختار دي أحسن» وهكذا... يعني تعرّفيها ازّاي طريقة اتّخاذ القرار بتحصل بالخطوات.

الخلاصة

نادية مبتدّيش فرصة أبدًا لنادين إنّها تختار براحتها حتى في أبسط الحاجات، ويوم ما نادين بتختار اللّي هي عايزاه، نادية بتتّريق على اختيارها، وتختار هي في الآخر، وده خلّى نادين مبقاش عندها قدرة على اختيار أبسط حاجة، حتى لو كان نكهة الآيس كريم اللّي هتاكله!!

الواجب العملي

* لو شايفة طفلك متردّد في الاختيارات هتعملي معاه التلات خطوات دول كلّ ما تلاقيه متردّد:

* سهّلي عليه الاختيار، وادّيله بسّ خيارين يختار بينهم.
* قولي له على نوع الاختيار ده، هل هو بسيط ولا متوسّط ولا كبير.
* لو اختياره كويس امدحي اختياره، ولو اختياره خطأ اشْكريه على تعبه إنّه اختار، وقولي له عيوب اختياره بهدوء.

خليهم براحتهم، دول لسه صغيرين!

الحياء

* ليلى ومازن أخدوا الأجازة، وخلاص قعدوا في البيت، أمل مامتهم واقفة في المطبخ مشغولة كالعادة.. مازن راح لها وقال لها:

- إحْنا زهقانين...

- طيّب روحوا إلعبوا مع بعض.

- تعالي العبي معانا!

- أنا مش فاضية دلوقتِ، أمّا أخلّص.

مشي وراح لليلى، ومفيش دقيقتين وبدأوا يتخانقوا ويعيّطوا، أمل راحت لهم، بسّ هي مشغولة في الطبيخ، ومفيش وقت تشوف مين الغلطان ومين اللّي عنده حقّ، فعلشان تريّح نفسها وتنجز قالت لهم:

- خدوا التابلت اتفرّجوا عليه لحدّ ما أخلّص.

فتحوا اليوتيوب وقعدوا يقلّبوا في الـ home واختاروا الفيديو اللّي لفت انتباههم، خلص الفيديو وجابوا غيره.. وفيديو ورا فيديو

وقاعدين مُنسجمين جدًّا وهاديين، أمل خلّصت الطبيخ وقالت لنفسها:

- يااااه أخيرًا العيال هاديين!! فين فكرة التابلت دي من زمان؟! أمّا أروح بقى بسرعة أعمل كام مكالمة مهمّة قبل ما يزهقوا وييجوا لي تاني.

دخلت أوضتها تتكلّم براحتها في الهدوء، وهمّا قاعدين في أوضتهم يتفرّجوا على اللّي همّا عايزينه من غير أيّ رقيب.

جهْ أشرف باباهم من الشغل وأكلوا وقعدوا بالليل شوية في الصّالة، مازن وليلى قاعدين معاهم في الصّالة ومعاهم اللعب بتاعتهم.

أشرف فتح التليفزيون وقعد يقلّب في القنوات لحدّ ما استقرّ في الآخر على قناة أفلام، وقعدوا يتفرّجوا على الفيلم، الفيلم فيه مشاهد خارجة كتير، ورقص وألفاظ مش مناسبة إنّها تدخل البيت، أمل قالت له:

- غيّر الفيلم ده علشان العيال قاعدين!

- همّا فاهمين حاجة؟! دول لسّه صغيّرين، وكمان قاعدين بيلعبوا بألعابهم أهو...

همّا كان معاهم ألعابهم بسّ كانوا بيتفرّجوا على التليفزيون معاهم وبيلقطوا اللّي يلقطوه.

جِه اليوم اللّي بعده، وكان الويك إند، أشرف قال لهم:

- إحْنا هنروح النادي النهارده وهنقابل عمّكوا أحمد وأولاده!

- هيييييه!!!

أحمد عمّهم عنده ولد وبنت في نفس سنّهم، وبيحبّوا يلعبوا معاهم.

أمل طلّعت لهم لبس علشان يلبسوه، ليلى لابسة تيشيرت قصيّر وشورت قصيّر خالص.. أشرف قال لأمل:

- اللّبس بتاع ليلى ده قصيّر كده ليه؟

- خلّيها تلبس براحتها، دي لسّه صغيرة، إنت عايزنا نخنقها ولا نحجّبها من دلوقتِ؟!

راحوا النادي وقابلوا ولاد عمّهم، وقعدوا يلعبوا معاهم، معظم الألعاب اللّي بيلعبوها فيها مسك بالإيد وأحضان، وأولاد مع بنات مش فارقة.. خلّصوا يومها وانبسطوا وروّحوا.

وفضل السيناريو ده يتكرّر طول الأجازة، الصبح على اليوتيوب وبالليل أفلام ويوم ما يخرجوا، الولاد بيحتكّوا بالبنات أكتر من اللازم.

خلصت الأجازة وبدأت الدّراسة، عدى الأسبوع الأوّل، أمل قاعدة في البيت جالها تليفون من المدرسة:

- ألو، أنا ميس نهى، وكنت عايزه أقابلك.

- خير؟!

- خير إن شاء الله، أنا بسّ كنت عايزه أتكلّم معاكِ شوية.

- حاضر هجيلك!

راحت أمل المدرسة، وقابلت ميس نهى:

- خير! ما لهم مازن وليلى؟

- ليلى ومازن أطفال كويّسين ما شاء الله، بسّ السنة دي لاحظت إنّهم متغيّرين كتير عن السنة اللّي قبلها، فكنت عايزه ألفت نظرك لسبب التّغيير اللّي حصل.

- متغيّرين إزّاي!؟

- مازن كان هادي ومحترم جدًّا، ومبيشتمش ولا بيضايق حدّ، السنة دي بقى بيقف علي الدّيسك ويرقص بطريقة وحشة جدًّا، ويقول ألفاظ سيئة لأصحابه، ويعمل حركات وإيحاءات غريبة ومش محترمة، ده غير إنّه كذا بنت في الفصل اشْتكت منّه إنه كلّ شوية يحضنها، ولعبُه مع البنات بقى غريب ومش بريء. وليلى السنة اللّي فاتت كانت بريئة وهادية ورقيقة، السنة دي بقت صوتها عالي، وبتقول ألفاظ وحشة قوي، وتشتم أصحابها ولعبها مع الأولاد بقى غريب ومش طبيعي!!

- يا خبر!!! كلّ ده؟! أنا مش واخدة بالي من كلّ ده... طبْ وإيه السبب؟ إيه اللّي حصل؟

- ماهو ده اللّي كنت عايزة أكلّمك فيه، أنا بتخيّل إنّ مُمكن ده يكون تأثير مشاهد وفيديوهات وأفلام مش مناسبة اتْعرّضوا ليها طول الأجازة.. صحّ؟

- أنا مش عارفة بالظبط همّا كانوا بيشوفوا إيه على اليوتيوب!!

- لازم تتابعي كلّ حاجة بيشوفوها حتى لو كانت كارتون، فيه كارتون كتير فيه أفكار ومشاهد بتسمّم عقول الأطفال، وطبعًا الأفلام، مش محتاجة أقولك إنها مش مناسبة ليهم، ويستحسن أصلًا إنّ الأفلام

اللّي من النوعية دي تتقطع خالص من البيت.

- آه عندك حقّ.

- حاولي كمان تقلّلي الاختلاط بين الأولاد والبنات، عرّفيهم إنّ البنات ليهم ألعاب معينة مناسبة ليهم، والأولاد ليهم ألعاب تانية، بلاش يكون الاختلاط زيادة عن اللزوم بحجّة إنّهم لسّه صغيّرين.

- طيّب مفيش عندك أفكار تانية أعملها لهم تزوّد من حياءهم اللّي اتضرب طول الأجازة؟

- بصّي، لو اتعرّضتوا لأي منظر أو مشهد أو حتى تصرّف مش مناسب في الشارع وأولادك شافوه، حاولي تتكلّمي معاهم وتعرّفيهم إنّ ده غلط وميرضيش ربّنا، متتغافليش عنه وتعملي نفسك مش شايفة. اربطي أيّ حاجة بيعملوها بإرضاء ربّنا، يعني متقوليش عيب أو ميصحّش، قولي حلال وحرام. وخلّيهم دايمًا متذكّرين إنّ ربّنا شايفهم حتى لو انتِ مش معاهم، وشايفهم بيعملوا إيه وبيتفرّجوا على إيه. قولي لهم إنّ سيدنا محمد هو قدوتنا، لو كان معانا دلوقتِ كان هيعمل إيه ويتصرّف إزّاي!؟ كان هيعجبه الحاجات اللّي بنشوفها في التليفزيون واللّا لأ؟

"من يستحيي من الناس و لا يستحيي من نفسه فلا قدر لنفسه عنده"
الثعالبي

- يعني أحاول أخلّيهم يراقبوا الله في تصرّفاتهم مش الناس.

- بالظبط، وبالنسبة لليلى علشان هي بنت تاخدي بالك هي بتلبس

إيه، ميبقاش اللبس بتاعها مكشوف قوي بحجّة إنّها لسّه صغيرة، هي بتكبر مع الوقت من غير ما تحسّي، بسّ بتكون خلاص اتعوّدت على النوع ده من اللبس، وصعب تغييره بعد كده.

الخلاصة

أمل علشان تريّح دماغها في الأجازة من دوشة ولادها فبتدّيهم التّابلت طول اليوم يتفرّجوا على اللّي همّا عايزينه من غير رقابة، وكمان أشرف علشان يستمتع بوقته بعد ما يرجع من الشغل فبيتفرّج على اللّي هو عايزه في التليفزيون، ومش مهتمّ إذا كان ولادُه بيتفرّجوا ولا لأ. ده غير إنّهم مستصغرين ولادهم فمش بيدقّوا قوي على لبسهم، ولا على طريقة لعبهم مع الجنس الآخر. كلّ ده أثّر على حياء ليلى ومازن بطريقة ملحوظة.

الواجب العملي

* دي كذا حاجة هتاخدي بالك منها ضروري، ومتطنّشيهاش أبدًا:

- الكارتون الـلّي أطفالك بيشوفوه، وياريت يشغّلوه على التليفزيون علشان كده هتعرفي تتابعيه أكتر من لو هيشوفوه على موبايل أو تابلت.

- الحاجات اللّي انتوا بتتفرّجوا عليها في البيت وأولادك قاعدين.

- ملابس أطفالك، بالذّات البنات.

إنتي إللي بإيدك تفرحي نفسك بنفسك

السّعادة

آية قاعدة على التابلت في الصّالة كالعادة، وحنان مامتها في المطبخ ولابسه جلابية شغل البيت زيّ كلّ يوم، وضاربة شعرها كعكة، علاء جوزها رجع من الشغل، ودخل البيت قال:

- السّلام عليكم.

محدّش طبعًا فاضي له يردّ عليه وكإنّه مجاش، عدّى على حنان في المطبخ، قالت له:

- إنتَ جيت؟ جبتلي اللّي طلبته منك؟

- لا نسيت، هبقى أجيبهولك بالليل وأنا راجع.

- نعم؟! إنت نازل تاني؟

- آه هاكل برّه مع أصحابي.

- طبْ والأكل اللّي واقفة بعمل فيه ده، وتعبانة من الصبح؟!

- خلّيه يوم تاني!

- إنت على طول كده؟! أصحابي أصحابي.. ولا كأنّ فيه بني آدمة في البيت، أمّال إنت اتجوّزتني ليه؟

- يووووه، هنبدأ بقى في الموّال بتاع كلّ يوم!

- وكمان مش عاجبك كلامي؟! (وبدأت تعيّط).

- يووووه، ده إيه العيشة النّكد دي!! أنا سايبلك البيت وماشي.

وخرج علاء ورزع الباب وراه، حنان طلعت الصالة وقعدت تعيّط ، كلّ ده آية شايفاهم وسامعاهم زيّ خناقة كلّ يوم، بسّ متكلّمتش أيّ كلمة، وكمّلت فُرجة على التابلت، حنان ملقتش قدّامها غير آية تطلّع نرفزتها عليها، زعّقتلها وقالت لها:

- ما تقومي مِن على الزّفت اللّي إنتِ قاعدة عليه ده من الصبح، روحي اعْملي حاجة تانية بدل ما آخده أكسرهولك!!

دخلت آية أوضتها وقفلت الباب عليها، ومسكت قلم وورقة ورسمتْ رسومات صغيّرة على طرف الورقة، وكلّها ألوانها غامقه قريبة من الإسود.

خلص اليوم، ورجع علاء بالليل بعد ما الكلّ نام..... وهكذا كلّ يوم ينزل علاء الشّغل ويفطر هناك ويتغدّى مع أصحابه ويخرج معاهم ويرجع بالليل، ولو رجع البيت وحنان صاحية لازم يعملوا خناقة، وآية بقت لمّا تسمع إنّ فيه خناقة هتبدأ؛ بقت تدخل أوضتها وتقفل عليها، وتنزل تحت البطانية يمكن متسمعش حاجة.

في يوم، أمل أخت حنان طلبت منها تجيب آية تقعد مع بناتها يومين تغيّر جوّ، ووافقت حنان.

مِن أوّل يوم، أمل لاحظت إنّ آية سلوكها غريب، مبتضحكش أبدًا، قاعدة ساكتة على طول ومشغولة بسّ بالتابلت طول اليوم، أمل قالت للبنات:

- إيه رأيكوا تساعدوني نعمل كيكة حلوة النهارده علشان نحتفل بآية؟

استغربت آية جدًّا، وقالت في سرّها:

- أنا عمري ما ماما خلّتني أعمل حاجة معاها في المطبخ، ازّاي طنط أمل واثقة إنّها تدخّلنا المطبخ عادي كده؟ وكمان أنا عمري ما حدّ احتفل بيّا!!

وقفت آية معاهم في المطبخ بتبصّ من بعيد وخايفة تمسك أيّ حاجة، معندهاش الثقة إنّها تقدر تعمل حاجة صحّ. والبنات التّانيين بيشتغلوا في الكيكة ومبسوطين. أمل قالت لها:

- تعالي يا آية يا حبيبتي إكسري لنا البيضة دي.

- مش هعرف!

- طيّب جرّبي، أنا متأكّدة إنّك هتعرفي.

جرّبت آية، وكسرتها فعلًا..

فرحت آية شوية بعد التجربة البسيطة دي، بسّ برضه رجعت تاني زيّ ما هي.

جتْ حنان بعد يومين علشان تأخد آية ويروّحوا، جت وهي ضاربة بوز، أمل قالت لها:

- ما لك يا حنان؟

- مفيش، لسّه متخانقه مع علاء قبل ماجي.

- إنتوا لسّه بتتخانقوا برضه؟

- أيوه أنا زهقت، مبقاش عاجبه حاجة بعملها خالص، وعلى طول مع أصحابه، بييجي ينكّد عليّا ويمشي!!

-طيّب وآية؟

- ما لها آية؟

- بتشوفكوا وانتوا بتتخانقوا؟

- مبخدش بالي، أنا ببقى فاضيالها!! أنا ببقى في إيه ولا في إيه!!

- إنتِ عارفه إنّ خناق الوالدين ده بيأثّر جامد على الطفل؟

- بيأثّر فين؟ ماهي زيّ القردة أهه!

- قردة إيه؟ إنتِ شكلك مش عارفة آية، ومش حاسّه بيها! إنتِ مش شايفة هي عاملة ازّاي!؟ آية داخلة على مرحلة اكتئاب، ده إذا مكانش عندها أصلًا!

- نعم!! اكتئاب من دلوقتِ؟ ده إيه المصايب دي يا رب!

- يا بنتي، اسمعيني بدل ما تقعدي تندبي كده.

- أهو سامعاكِ.

- آية مبتضحكش خالص، قاعدة لوحدها منطوية على طول، دايمًا حاسّة بالتشاؤم، وخايفة تعمل أيّ حاجة علشان متفشلش، نفسها مسدودة خالص، وبترسم صور صغيّرة جدًّا في زاوية في

إنّ السّعادة تنتقل بالعدوى.. لا تنتظر عدوى أحد.. كنْ حاملًا لهذا الميكروب"
أنيس منصور

الصفحة، وكمان بتلوّن بالإسود أكتر حاجة.

متستنّيش حدّ يفرّحك، لازم تفرّحي نفسك بنفسك

- طيّب ماهي كده على طول!

- ماهي دي أعراض الاكتئاب عند الأطفال.

- طيّب أعمل إيه؟ ساعديني.. خلاص البنت هتروح منّي كمان؟!!

- أولًا، لازم إنتِ الأوّل تبقي سعيدة علشان البيت كلّه يبقى سعيد.

- وأنا أفرح إزّاي؟! إنتِ مش شايفة علاء بيعاملني ازّاي!؟

- متستنّيش حدّ يفرّحك، لازم تفرّحي نفسك بنفسك.. قرّبي من ربّنا أكتر، غيّري من نفسك وشكلك، اعملي نيو لوك هيغيّرلك المود، اعملي حاجة مفيدة بتحبّيها علشان ترجّعلك نشاطك تاني، اخرجوا خروجة حلوة لوحدكوا تجدّدوا بيها نشاطكوا... هتلاقي أساليب كتير تسعدي بيها نفسك، ومتلوميش حدّ إنّه سبب تعاستك. ولمّا انتِ هتحسّي بالسّعادة الداخلية هتعرفي تنشريها في البيت.

- ماشي هحاول أسعد نفسي.

- ولو حصل واتخانقتوا يبقى بينكوا وبين بعض، مش قدّام آية علشان ده أخطر حاجة على نفسيّتها.

ثانيًا بقى خلّي آية تساعدك في أيّ حاجة مفيدة في البيت، خلّيها تحسّ إنّها تقدر تعمل حاجة بنفسها علشان هي معندهاش ثقة إنّها تقدر تعمل حاجة أصلًا.

- ماهي قاعدة على طول على التابلت! هتعمل فين؟!

- هي قاعدة عليه علشان معندهاش حاجة تانية تعملها، والتابلت ده أصلا كفيل إنه يجيب اكتئاب للأطفال، إنتِ عارفة إنّ الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (American Academy of Pediatrics APP) بتقول إنّ المفروض الطفل ميقعدش أكتر من ساعتين في اليوم قدّام الشّاشات؟! وأصلًا لمّا الأطفال بتلعب وبتتحرّك وبتخرج برّه ده بيخلّيهم أنشط وأسعد.

- خلاص هبقى أمرمطها في شغل البيت.

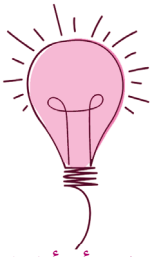
- ومن الحاجات الكويسة كمان إنّ الأسرة كلّها تاكل مع بعض، مش كلّ واحد ياكل لوحده، أو فى مكان تاني. الموضوع ده بيبني أسرة سعيدة فعلًا.

- ماهو علاء هو اللّي مبيقعدش معانا!

- مانا بقولّك بقى من النهارده متلوميش حدّ وابدئي إنتِ التّغيير وكلّ حاجة هتتغيّر بعد كده.

الخلاصة

حنان منكّدة البيت دايمًا ومستنّيه إنّ زوجها هو اللّي يسعدها ويخلّي البيت مبسوط، لكن بالعكس هو بيرجع من الشغل ويتخانقوا مع بعض قدّام آية، وبعدها تطلّع غضبها على آية لحدّ ما آية بقت تستخبّى من الخناقات دي. وكمان آية حاسّة إنها مبتعملش أيّ حاجة مهمّة في البيت، وقاعدة بسّ بتتفرّج على التليفزيون طول اليوم. كلّ الحاجات دي أثّرت على نفسيتها وبدأ يظهر عندها أعراض اكتئاب.



الواجب العملي

* دي شوية أفكار لمّا تحسّي إنّك متضايقة أو مش في المود أو أولادك متضايقين تقدري تنفّذيهم، وكمان فيه مكان تزودي فيه أفكار زيادة مناسبة ليكِ:

- إتوضّي وصلّي ركعتين.
- اقرئي قرآن.
- إنزلي اتمشّي شوية لوحدك، أو مع أولادك، أو مع حدّ بتحبّيه.
- الْعبي رياضة.
- اعملي حاجة بتحبّيها زيّ القراءة أو الرسم أو التلوين.
- اعملي أكلة جديدة في المطبخ أو حلويات، وخلّي أولادك يشاركوكِ.
- العبي مع أولادك كأنّك طفلة.

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

إنت مش عارف إنت بتكلم مين؟!

البَساطة وعدم التّباهي

* جِه وقت التّقديم للمدارس، إنجي عايزة تغيّر مدرسة بنتها ميار، فقعدت مع زوجها أشرف بتقول له:

- ها.. قلت إيه؟ هنقدّم في المدرسة اللّي قلت لك عليها؟

- دي غالية قوي وبعيدة جدًّا، ما لها بسّ المدرسة اللّي هي فيها دلوقتِ؟

- كلّ أصحابي حطّوا ولادهم في مدارس إنترناشيونال ومدارس ألمانية، عايزهم يقولوا عليّا إيه؟ مدخّله مدرسة خاصّة علشان مستخسرة في بنتي؟!

- لا يا ستّي، خلّينا نستلف علشان محدّش يقول علينا مستخسرين في بنتنا!

وقعدت تقنع أشرف بالمدرسة الإنترناشيونال الغالية، وفي الآخر قدّمت لها فيها.

في يوم ويك إند، راحوا المول علشان عايزين يجيبوا شوية هدوم لمِيار تليق بالنادي الغالي اللّي مُشتركين فيه، إنجي شافت فستان، وقالت لأشرف:

- الله! إيه رأيك في الفستان البولو ده؟

- ده غالي قوي.

- بسّ متقولش كده قدّام ميار! إنت عايز تحسّسها إنّ إحنا مش قادرين نجيبلها الحاجات الكويسة اللّي نفسها فيها؟

- نفسها فيها فين؟ هي شافته أصلًا؟ وبعدين شوفي ده زيّه بالظّبط، بسّ من غير علامة البولو!

- عايز بنتي متلبسش ماركة؟! أصحابها يقولوا عليها إيه؟

خلصت الأجازة، ودخلت ميار المدرسة الجديدة، ولسّه ملهاش أصحاب وبتحاول تختار أصحاب، ميار بتشوف الأول البنت لابسة جزمة ماركة إيه علشان تقرّر إذا كانت تقدر تكلّمها ولا لأ.

في الفسحة لقت بنت معاهاش لانش بوكس، راحت لها وقالت لها:

- إيه ده! إنتِ ازّاي مامتك مجابتلكيش لانش بوكس؟

وقعدت تتّريق عليها لحدّ ما البنت مشيت وسابتها.

عدّى شهرين في المدرسة، ميس هبة كانت بتحضّر لعرض مدرسي، وبتختار الطلاب المناسبين.

ميار كانت واثقة إنّ الميس هتختارها، بسّ للأسف محصلش والميس اختارت أطفال تانيين.. ميار زعلت جدًّا وروحت البيت وقعدت تعيّط لمامتها، مامتها طبعًا زعلت، وقالت:

- ازّاي يعني متختاركيش؟ هي مش عارفة إنتِ مين وبنت مين؟! أنا هروح لها بكره!

راحت إنجي المدرسة علشان تقابل ميس هبة، وقالت لها:

- ميار جت امبارح البيت معيّطة وزعلانة جدًّا.

- ليه؟ خير!!

- علشان ماختارتيهاش في العرض واخترتِ أطفال تانيين أقلّ منها.

- مين قال لك إنّ اللّي اخترتهم أقلّ منها؟

- إحنا دافعين قدّ كده في المدرسة علشان في الآخر ترجعلي ميار زعلانة!؟

- كلّ الطلاب اللّي في المدرسة دافعين زيّكوا بالظبط، وأنا اخترت الأطفال المناسبين علشان عملتلهم اختبار performance بسيط أشوف مين هينفع للعرض ده، مُمكن ميار تشترك في العرض الجاي إن شاء الله.

- لا.. لازم ميار تشترك في العرض ده! إنتِ مش عارفة أنا مُمكن أعمل إيه!!

- اهدي بسّ يا مدام إنجي، أنا مُمكن بكلّ بساطة أقول لك خلاص هو ده اختياري واعملي اللّي انتِ عايزاه! بسّ أنا كان عندي شويّة ملاحظات كنت عايزه أقول لك عليهم.. أنا واخده بالي إنّ ميار ملهاش أصحاب في المدرسة، وفيه أطفال كتير بتتجنّب تكلّمها.

- ليه بقى إن شاء الله؟

- ميار بتبصّ لكلّ اللّي معاها في الفصل بتعالي، وحاسّة إنّها

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لا يدخل الجنة مَن كان في قلبه مثقالُ ذرّةٍ من كِبر»

أحسن منهم، مع إنّ تقريبًا كلّ المدرسة مستوى واحد الحمد لله، ميار بتتّريق على أصحابها اللّي مش جايبين شنطة أو جزمة ماركة، أو معاهمش لانش بوكس، ميار بتقيّم زمايلها باللّي معاهم واللّي لابسينه.. ودي مشكلة كبيرة يا مدام إنجي مُمكن تكوني مش حاسّة بيها دلوقتِ، بسّ هتحسّي بيها بعدين لمّا تلاقي ميار مش مهتمّة غير بالشكليات، ومش فارق معاها أيّ حاجة تانية.... إنتِ عارفة إنّ الدراسات أثبتت إنّ الطفل اللّي أهله بيجيبوا له كلّ حاجة وأحدث حاجة علشان خايفين على نفسيّته وبيجيلهم إحساس بتأنيب الضمير لو أصحابه عندهم حاجة وهو معندهوش بيكون في الآخر أقلّ سعادة وأكثر قلق من باقي الأطفال، ده غير إنّه مبيبقاش عنده قدرة إنّه يتصرّف صحّ في الأزمات، وبيكون حاسس بعدم الأمان ومعندوش ثقة بنفسه، وأقلّ كرم، والأهمّ من ده كلّه إنه بيكون في النهاية غير راضي عن أهله، وبيجادل معاهم أكتر من الطفل الطبيعي.

- كلّ ده؟! طيب أعمل إيه؟

- لازم تبدئي بنفسك يا مدام إنجي الأوّل، لازم تعرفي وتعلّمي بنتك إنّ الإنسان مش بفلوسه ولا بلبسه ولا بماركاته، الإنسان بأخلاقه،

إوعي تحسّي بتأنيب الضمير إنّ فيه حدّ عنده حاجة زيادة عن بنتك، دي حاجة طبيعية أكيد.

اصرفي على بنتك وقتك أحسَن من إنّك تصرفي عليها فلوسك، هي لمّا تكبر مش هتفتكر الجزمة السكتشرز اللّي جبتيها لها في أولى ابتدائي، بسّ هتفتكر الوقت الحلو اللّي قضيتيه معاها ولعبتوا وضحكتوا مع بعض فيه.

حاولي تخلّي بنتك مميزة في حاجة، علشان تحسّ بنفسها ومتحتاجش إنّها لازم يكون عندها حاجة معينة تظهر بيها.

خلّيها تساعد الناس المحتاجة، مُمكن تشتركوا في جمعية خيرية وتساعدوا الناس علشان تعرف إنّ الدنيا فيها ناس كتير محتاجة.

علّميها ازّاي أمّا حدّ يعمل لها خدمة لازم تشكره، ولمّا يكون فيه حدّ أحسن منها في حاجة معينة تتواضع وتعترف بكده، ولمّا تزعّل حدّ تعرف تعتذر له.... وهكذا.

الخلاصة

مشكلة ميار المرّة دي في مامتها، هي علّمتها إنّ الإنسان بفلوسه وبلبسه وبالماركات اللّي لابسها مش بشخصه ولا بقدراته، وده عمل عندها مشكلة في تقبّل الآخرين والتكبّر عليهم.

الواجب العملي

* المرّة دي الواجب العملي كلّه يخصّ الأمّ، هتسألي نفسك الأسئلة دي وتجاوبيها بصراحة:

- آخر مرّة خرجتِ تشتري حاجات ليكِ، جبتِ ماركات علشان أصحابك ميقولوش عليكِ مش بتلبسي حاجات ماركات؟

.....

- لمّا دخّلتِ ولادك مدرسة، اخترتيها علشان ولاد أصحابك فيها ولازم تكوني نفس المستوى؟

.....

- لمّا بتلاقي واحدة متواضعة، ومش لابسة حاجة ماركة، أو مش مشتركة في نادي بتبصّي لها ازّاي؟

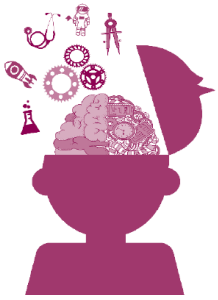
.....

- لمّا ولادك بيعملوا حاجة غلط قدّام الناس بتتكسفي الناس هتقول عليهم إيه، ولا بتزعلي علشان عملوا الحاجة الغلط عمومًا؟

.....

- لمّا بتلاقي واحدة صاحبتك بتحكي عن ممتلكاتها، وقدّ إيه هي غنية بتنبهري بيها وبتتمنّي تكوني مكانها؟

.....



متزهقش
من أسئله طفلك

القدرات الذّهنية

* بلال أخد الأجازة وقاعد على التّابلت بيلعب، ومامته قاعدة جنبه ماسكة الموبايل، قال لها:

- ماما، هي إيه الكلمة دي؟ أنا مش فاهم هو عايز إيه في اللعبة!

- نعم يا بلال، مش عارف تقرأ الكلمات الهايفة دي!! فيه حدّ في سنّك مش عارف يقرأ كلمة arrange ؟ ماهو انتَ لو كنت بتعمل حاجة تانية مفيدة طول النهار مكانتش دماغك اتمسحت كده! سيب بقى الزّفت ده اللّي انت ماسكة طول النهار، وقوم هات قصّة اقرأها ولا حاجة.

طبعًا بلال قال في سرّه:

- أنا إيه اللّي خلّاني أسألها؟!! يا ريتني ما سألتها على حاجة!

جِه الليل وباباه رجع من الشغل وقاعد معاهم وماسك موبايله، بلال قال له:

- بابا، أنا عايز أسألك على حاجة.

- اتفضّل يا حبيبي اسأل براحتك.

- مش انت بتشتغل مهندس؟

- آه.

- مش المهندس ده بيبني البيوت والعمارات؟ إنت ليه بقى مش بتبني؟

- لا.. فيه مهندسين بيعملوا حاجات تانية مختلفة كتير.

- زيّ إيه؟ طب وانتَ بتعمل إيه؟ و....؟ و.....؟

- خلاص بقى يا بلال أنا تعبان طول النهار في الشغل، كفاية أسئلة بقى! أنا صدّعت.

سكت بلال وفي دماغه 100 سؤال.....

اليوم اللّي بعده قعد بلال مش لاقي حاجة يعملها، مامته مشغولة في التنضيف وباباه في الشغل، راح فتح التليفزيون وفضل قاعد قدّامه طول النهار، مامته أوّل ما خلّصت، راحت لبلال وقالت له:

- كفاية بقى تليفزيون، إحنا هنقضّي كلّ الأجازة على التليفزيون ولا إيه؟ ما تقوم تعمل أيّ حاجة مفيدة تانية.

دخل بلال أوضته وقعد يدوّر على أيّ حاجة يعملها، لقى علبة صلصال في الدرج فتحها وقعد يلعب بيها، وعمل أشكال جميلة.

دخلت مامته الأوضة.. بلال فرح وقال في سرّه:

- أنا ماما هتلاقيني بقى مش بالْعب بالتابلت وبعمل حاجة مفيدة وكمان بعمل أشكال حلوة؛ أكيد ماما هتنبسط.

لكنْ للأسف أوّل ما مامته فتحت الأوضة وشافت الأرض عاملة إزّاي، زعّقت وقالت:

- إيه اللّي طلّع القرف ده من الخزنة؟!! بصّ الأرض بقت عاملة ازّاي؟! الصلصال ده يترمى حالًا في الزّبالة.

بلال طبعًا جاله إحباط من ردّ فعل مامته، كان نفسُه يا عيني مامته تشوف الأشكال اللّي عملها الأوّل على الأقلّ، رجع تاني للتليفزيون والتابلت، أهو أيّ حاجة مبتوسّخش الدنيا، ومامته سابته يقعد براحته علشان يسيب الشقة نظيفة.

خلصت الأجازة، وبدأت الدّراسة ودخل بلال ثالثة ابتدائي.

بلال كلّ يوم يروح المدرسة يحفظ كلّ اللّي الميس بتقوله حتى لو مش فاهم حاجة، يرجع ينقش الواجب بسرعة بسرعة ويخلّص ويقوم، ومامته فرحانة إنّه بيخلّص الواجب بسرعة، وكمان مبيسألهاش أيّ أسئلة.

جت حصّة الـ Math، الميس كتبت لهم مسألة على السبورة يحلّوها مختلفه شوية عن اللّي في الكتاب اللّي بلال حافظها وقالت لهم:

- الامتحان قرّب، ودي مسألة شبه اللّي هتيجي في الامتحان، اللّي مش عارف بتتحلّ ازّاي يقول لي علشان أفهّمها له كويس.

بعض الأطفال راحوا سألوا الميس، لكن بلال مسألش وحلّها أيّ حلّ وقفل كراسته.

جت حصّة الـ science، الميس سألت الفصل سؤال:

- تفتكروا إيه الحاجة الـ acid اللّي موجودة عندنا في البيت، ولو حطّيناها على الـ baking soda تعمل reaction وتفور؟

الكلّ قاعد يفكّر، سألت بلال:

- ها.. يا بلال تعرف؟

الولد اللّي جنب بلال وشوشه، وقال له:

- الشيكولاتة!

راح ردّ بلال على الميس من غير تفكير، وقال:

- الشيكولاتة!

كلّ الفصل قعد يضحك عليه، وبلال قعد مكسوف.....

خلص التّرم الأوّل وامتحاناته، وظهرت النتيجة، مامة بلال اتفاجئت بالنتيجة على غير المتوقّع، هي شايفه بلال مبيسألش على حاجة، وبيحلّ الواجب بسرعة، يعني فاهم كويس، لكن الدّرجات بتاعته وحشة جدًّا، يا دوب درجة النجاح.

راحت على المدرسة تسأل إيه الدّرجات دي، دي أكيد مش درجات بلال.

الميس قالت لها:

- بلال شاطر في الحفظ، لكن هو عنده مشاكل تانية.

- مشاكل إيه؟

- بلال لو مش فاهم حاجة معينة عمره ما بيسأل، أو يقول أنا مش فاهم، كإنه مكسوف أو خايف يسأل، وحتى لمّا يسمع أيّ معلومة بيصدّقها على طول من غير أيّ مناقشة، يعني بسهولة لو أيّ حدّ قال له معلومة غلط

مُمكن يجاوب بيها من غير تفكير حتّى لو إجابة باين إنّها مش منطقية.

- طبْ وده كلّه من إيه تفتكري؟

- بلال محتاج تنمّي عنده قدراته الذهنية أكثر، يعني ميبقاش معتمد على الحفظ بس.

* - إيه القدرات الذهنيه دي بقى؟

- يعني مثلًا تنمّي عنده التفكير النقدي اللّي يقدر يخلّيه يحلّل اللّي بيسمعه وميقبلش بأي معلومة من غير تفكير، وتنمّي عنده التفكير الإبداعي اللّي يخلّيه مُبدع في تفكيره، ويفكّر برّه الصندوق.

- طيّب ازّاي أنمّيهم؟ عندك أيّ أفكار؟

- شجعي بلال إنّه يسأل ويتحاور دايما، إوعي تصدّيه لمّا يسأل كتير، بالعكس حاولي تخلّيه يسأل أكتر، ومتتّريقيش على أسئلته مهْما كانت ساذجة وتافهة، وجاوبيه بكلّ بساطة من غير استهزاء. مش بس كده ده إنتِ تسألِيه أسئلة على شكل حوار ظريف علشان تتأكّدي إذا كان فاهم ولا لأ.

- أه فهمت قصدك.

- كمان فيه شويّة نشاطات كده، مُمكن تعمليها معاه.. مثلا اسألِيه أسئلة تنشّط مخّه، وخلّيه يتوقّع مُمكن تكون إيه الإجابة زيّ «تفتكر ازّاي النبات بيكبر؟»، «تفتكر ازّاي بيصنعوا الجبنة؟» أي أسئلة تخليه يسعى إنّه يجيب إجابة.

لمّا تحكيله قصة خلّيه يتوقّع هو النهاية، وقولي له «تفتكر هيحصل إيه في الآخر؟» أو «إنت كنت عايز النهاية تكون إزّاي؟».

لاعبيه لعبة «ماذا لو» اسأليه «ماذا لو الإنسان بيطير؟»، «ماذا لو الدنيا كانت بتمطر أكْل بدَل مطَر؟»..... وهكذا. الألعاب اللّي زيّ دي بتوسّع تخيّله، وتزوّد عنده التفكير النقدي والإبداعي اللّي قلت لك عليهم.

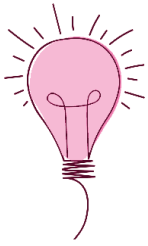
- حلوة الألعاب دي، هبقى ألعبها معاه إن شاء الله.

- من الحاجات كمان اللّي بتقتل التفكير الإبداعي عند الأطفال هي التليفزيون، القعدة الكتير على التليفزيون بتخلّي الطفل يتلقّى بسّ من غير تفكير.

ومن الحاجات بقى اللّي بتنمّي التفكير الإبداعي هي إنّك تدّيله فرصة يلعب بالألعاب الاستكشافية والإبداعية زيّ الصّلصال، الرّمل، الألوان..... خلّيه يلعب براحته ومتهتمّيش بالنضافة قوي بحيث تكون عندك أهمّ من تنمية قدرات بلال لأنّ الدنيا كده كده بتنضف بعد كده، بسّ ابنك هو الأهمّ في الآخر.

الخلاصة

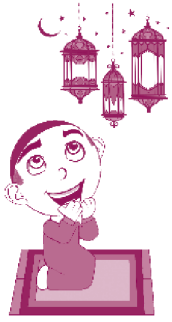
بلال كان طفل ذكي، بسّ علشان مامته وباباه مبيتقبلوش أسئلته واستفساراته، ومُمكن يسفهّوا منها، فخلّوه يبطّل يسأل تاني وبقى يحفظ من غير فهْم ده غير إنّ مامته مش بتشجّعه إنّه يلعب بالألعاب اللّي بتزوّد قدراته العقلية. كلّ ده خلّى مستواه الدّراسي يقلّ بشكل واضح.



الواجب العملي

* كلّ يوم هتختاري لعبة من الألعاب دي، وتلعبيها مع طفلك وحطّي كمان أفكار من عندك:

- لعبة ماذا لو؟! (واسأليه أسئلة خيالية).
- اسأليه أسئلة واقعية تنشّط مخّه.
- احكي له قصة وخلّيه يحطّ نهاية من تأليفه.
- الصّلصال أو الرّمل.
- رسم وألوان.
- مكعّبات.
- يعمل crafts.
- .....
- .....
- .....
- .....



أنا شايفك.. إنت مبتصليش!!

العبادات

* أذان المغرب بيأذّن، وأحمد قاعد بيتفرّج على التليفزيون، صلاح باباه جِه لقاه فاتح التليفزيون فزعّق له، وقال:

- لمّا تسمع الأذان تقفل التليفزيون على طول، وتقول ورا المؤذّن، إنت فاهم؟ مش عايز أكرّر الكلام ده مرّة تانية!

قفل أحمد التليفزيون لحدّ ما الأذان خلّص ورجع فتحه تاني. صلاح ناداه وقال له:

- يلّا قوم صلّي.

- طيّب هخلّص الكارتون ده الأوّل، وأقوم أصلّي.

- لا تخلّص إيه! الصّلاة أهمّ طبعًا، أوّل ما الأذان يؤذّن تسيب كلّ اللّي بتعمله وتقوم تصلّي.

قام أحمد وقفل التليفزيون علشان خايف من باباه، باباه كمّل:

- ادْخل اتوضّى الأوّل، أنا شايفك.

دخل أحمد الحمّام، وقفل على نفسه، وفتح الحنفية وبلّل حتّة من

شَعْره كده بالميّه علشان يبقى كإنّه اتوضّى وقعد شوية في الحمّام وطلع، دخل الأوضة بتاعته، وقفل الباب اللّي فيه جزء منّه زجاج، ووقف وراه، وقعد يعمل شويّة حركات للصلاة كإنه بيصلّي وطلع.

صلاح قال له:

- صلّيت؟

- أه.

- طيّب تعالى يلّا علشان نحفظ آيات القرآن بتاعة النهارده.

- يا بابا، مُمكن بعد شوية بسّ علشان مش قادر؟!

- (بزعيق) لا.. مفيش شوية، لمّا حدّ يقول لك تقوم تقرأ قرآن يبقى تقوم على طول، يلّا هات المصحف وتعالى من غير كلام كتير.

قام أحمد وجاب المُصحف، وبدأ صلاح يقول له الآية، وهو يقول وراه.

بسّ أحمد قاعد بيفرك، ومش ثابت في مكانه وهو بيقول، صلاح اتنرْفز من منظر الحركة الكتير دي، راح ضربُه كفّ جامد على ضهره، وقال له:

- اقعد عِدِل، وكلّ ما تتحرّك افْتكر الضربة دي، يا إمّا هتضرب تاني! فاهم؟

فضل أحمد قاعد زيّ الألف وخايف يتحرّك، وبيردّد وراه ونفسه الوقت ده يخلص بأي شكل كإنه همّ على قلبه... خلّصوا الآيات بتاعة النهارده، وصلاح قال له:

- بكره هسمّعهمْلك إن شاء الله، إنت عارف بقى لو لقيتك مش حافظهم هعمل إيه؟!

جِه اليوم اللّي بعده، صلاح في الشّغل، أحمد قاعد بيلعب ونسي طبعًا

القرآن والصلاة وكلّ ده، ومامته مشغولة طول النهار في الشقّة وفي المطبخ.

رجع صلاح من الشّغل، جِه وقت المغرب، ونادى على أحمد:

- حفظت النهارده؟

طبعًا أحمد محفظش حاجة، وخايف يقول لباباه لأ.

- أه حفظت.

- طيّب يلّا سمّع لي.

- بسم الله الرحمن الرحيم... آه، هي إيه أوّل الآية؟

- والشمس...

- والشمس....

طبعًا أحمد مش حافظ ولا كلمة، صلاح لقاه مش حافظ راح نزل فيه ضرب، وهو قعد يعيّط جامد، قال له:

- علشان بعد كده لمّا متحفظش القرآن تفتكر الضرب ده، وتحفظ كويس.

الأذان بدأ يؤذّن، قال له:

- يلّا قوم اتوضّى دلوقتِ وصلّي.

دخل أحمد الحمّام ومتوضّاش، ودخل الأوضة ومصلّاش كالعادة، بسّ في النصّ دخل عليه باباه واكتشف إنه مبيصلّيش، زعّق، وقال له:

- إنت مبتصلّيش كلّ يوم وتقول لي إنّك بتصلّي؟!!!

- لا بصلّي.

- إنت كذّاب، إنت ربّنا هيدخّلك النار وتتحرق وتتشوى فيها عشان بتكذب ومبتصلّيش، وحتى مبتحفظش قرآن، أكيد ربنا مش بيحبّك وهيودّيك جهنم.

اتخضّ أحمد من الكلام ده، وزعل قوي وفضل خايف، وفضلوا على الحال ده كلّ يوم.....

في يوم كانوا معزومين عند ناس أصحابهم... أوّل ما خلّصوا أكل، جه وقت الصلاة، أوّل ما صاحب البيت قام وأقام الصلاة، كلّ أولاده سابوا اللعب وجُم جري علشان يصلّوا لكن أحمد مجاش، صلاح ناداه، وقال له:

- يعني الكلّ جه علشان يصلّي، اشمعنى إنت ماجتش؟

جِه أحمد ووقف مع أصحابه وصلّوا كلّهم، بعد الصلاة كلّهم قعدوا شوية يقولوا أذكار الصلاة كمان من غير ما باباهم يقول لهم حاجة، وبعدها راحوا يلعبوا.

استغرب صلاح، وقال لصاحبه:

- همّا ازّاي بييجوا يصلّوا لوحدهم كده من غير ما تقول لهم ولا تتحايل عليهم ولا تزعّق لهم؟ ده أنا لازم أحمد يقوم بالزّعيق والضّرب علشان يصلّي.

- عُمْر الصلاة ولا القرآن كان بييجي بالعافية، حاول تحبّب أحمد في الصلاة والقرآن، وميبقاش قايم يصلّي غصب عنه أو علشان خايف منك وإلّا أبسط حاجة هيعملها إنّه هيصلّي بسّ قدّامك، ولو إنت مش موجود مش هيصلّي أو هيعمل نفسه بيصلّي.

- أه فعلًا هو بيعمل كده من دلوقتِ، أقول له يصلّي يقوم يدخل الأوضة ويعمل نفسه بيصلّي ويطلع يقول لي صلّيت!

- لازم يعرف الأوّل إنّه بيصلّي علشان ربّنا مش علشانك، ولازم يحبّ ربّنا، ويتمنّى إنّه يدخل الجنة، وده هيحصل بإنك تكلّمه كتير عن ربّنا وعن الجنّة وتخلّيه يحبّها.

وبلاش في السنّ ده تخوّفه من النار ومن عذاب النار علشان لمّا يعبد ربّنا يبقى حبًّا له مش خوفًا منّه.

عرّفه إنّ ربّنا موجود وشايفه في كلّ مكان، حتى لو انتَ مش موجود فربّنا موجود، وبيحبّ يشوفه بيطيعه، فمُمكن تسأله سؤال تقول له «إنت لو عايز تعمل حاجة غلط، ومش عايز ربنا يشوفك، مُمكن تستخبّى فين؟» وتخلّيه يفكّر إيه المكان اللّي ربنا مش هيشوفه فيه.

- أه فكرة فعلًا.

- ومهمّ برضه إنّك متسيبهوش يصلّي لوحده، صلّوا جماعة في البيت، وخلّيه يصلّي جنبك، أو خلّيه يصلّي معاك في المسجد، فيتعوّد إنّه يصلي معاكوا دايمًا.

واعملوا مكان مخصوص في البيت للصلاة، ويا ريت لو كان ليه سجّادة صغيرة مخصوصة ليه.

وخلّوا كلّ الأحداث مرتبطة بالصلاة، يعني قول له «هنخرج بعد صلاة العصر»، «هنزور فلان بعد صلاة العشاء» وهكذا...

ولمّا يصلّي كويس معاكوا شجّعه وامْدحه على إنّه صلّى، وقل له إنت كده أكيد ربّنا بيحبّك علشان صلّيت كويس.

ومفيش مانع إنّ كلّ فترة تجيب له مكافأة ماديّة علشان بيصلّي كويس، بسّ من غير ما تقول له صلّي علشان أجيب لك مكافأة يعني ميبقاش هدفه من الصلاة هي المكافأة.

وشجّعه إنه ينصح أصحابه ويدعوهم إنهم يصلّوا معاه.

- طيّب بالنسبه للقرآن!! ده بالذّوق مش نافع وبالضرب مش نافع.

- متخلّيهوش يكْرَه القرآن، ويبقى مرتبط في ذهنه وقت القرآن بوقت الزّعيق والضرب، أولًا عادي جدًّا إنّ الطفل يتحرّك كتير وهو قاعد بيقرأ القرآن، الطّفل عنده طاقة ومبيعرفش يقعد ساكن زيّنا.

متخلّيش طفلك يكره القرآن ويبقى مرتبط في ذهنه وقت القرآن بوقت الزّعيق والضّرب

إدّيله مصحف هدية ليه يحفظ منه.

ويا ريت لو يشترك مع أطفال تانية في الحفظ وميبقاش لوحده، يعني خلّيه ينزل حلقة في المسجد علشان الأطفال بيشجّعوا بعض.

احكي له قصص القرآن ومعاني القرآن علشان يحفظ أسرع، وجاوب كلّ أسئلته مهْما كانت معقّدة أو تافهة بطريقة بسيطة ومنطقيّة يفهمها علشان تثبت له معاني القرآن.

مُمكن كلّ ما يحفظ سورة من القرآن تسجّل له فيديو وهو بيقولها، ده بيشجّعه أكتر ويخلّيه يحفظ أكتر.

ومفيش مانع برضه إنّك تجيب له هدية كلّ فترة لمّا يحفظ كام سورة، أو تعمل له حفلة لمّا يخلّص جزء من القرآن.

الخلاصة

صلاح زيّ أيّ أب نفسُه ابنه يبقى من حفظة القرآن، ويصلّي كلّ الفروض، بسّ للأسف هو بدل ما يستخدم أساليب تحبّبه في القرآن والصلاة كرّهه فيهم عن طريق الضّرب والزّعيق والتّخويف من النار.

الواجب العملي

* دي شوية أسئلة تسألها لنفسك، وتشوف إذا كنت بتحبّب ابنك في الصّلاة والقرآن واللّا بتنفّرهم منها:

- لمّا بييجي وقت الصلاة، بتطلب منه يقوم يصلّي لوحده، ولا بتقوموا تصلّوا كلكوا جماعة؟

.....

- لمّا طفلك بيصلّي الفروض أو بيحفظ قرآن، هل بتشجّعه بالكلام ولا مبتتكلّمش خالص؟

.....

- هل فكّرت قبل كده تجيب له هدية علشان حفَظ كذا سورة؟ أو علشان صلّى كذا يوم؟

.....

- هل لمّا بييجي يقعد يحفظ قرآن بتجبره إنّه يفضل قاعد ثابت ولا بتسيبه براحته؟

.....

- هل فكّرت في مرّة تجيب له مصحف خاصّ بيه هدية وتزوّقهوله أو تعملّه إهداء؟

.....

- هل لمّا بيسألك عن معاني في القرآن بتجاوبه إجابات بسيطة ومُقنعة، ولا بتقول له مش وقته؟

- هل بتجيب له قصص القرآن وتحكيها له أو تفرّجه عليها كارتون؟

- هل فكّرت تسجّل له فيديو وهو بيصلّي، أو وهو بيقرأ سورة لسّه حافظها جديد؟

- هل فكّرت تعمل له حفلة لو حفَظ جزء من القرآن، وتكون أحسن من حفلات عيد الميلاد؟

كلمة أخيرة..

بعد ما قرأت الكتاب، واكتشفت بعض الأخطاء اللّي بتعملها مع أطفالك، وازّاي هي خطيرة، ومُمكن تأثّر تأثير كبير في شخصيّتهم، أكيد قرّرت التغيير.

* بسّ قبل ما تبدأ في التّغيير لازم تعرف حاجتين:

الحاجة الأولى هي إنّ التربية الصحيحة محتاجة صبر ومثابرة وهمّة وعدم يأس، يعني طفلك اللّي عنده دلوقتِ سبع سنين وانتَ بتعامله طول السّبع سنين بطريقة معينة، وبعد ما قرّرت التّغيير غيّرت طريقتك معاه، متتوقّعش إنّه هيغيّر سلوكه الخاطئ ويصلّحه من موقف واحد أو اتنين اتصرّفت فيهم صحّ، مفيش عصاية سحرية بتحوّل سلوك الطفل من سلوك سلبي لإيجابي... الموضوع محتاج وقت طويل ومواقف كتير تتعرّضوا لها علشان تبدأ تحسّ بالتّغير في شخصية الطفل.

الحاجة التانية اللّي لازم تفتكرها وانت بتغيّر طريقة تعاملك مع الطفل هي إنّك بشر ومُمكن تغلط عادي، مش معنى إنّك خلاص قلت أنا هغيّر طريقتي لكنْ في يوم حصل موقف ونسيت واستخدمت

طريقتك القديمة؛ إنّ كده خلاص كلّ اللّي بنيته اتْهدّ، متخافش.. اللّي بيأثّر في شخصية الطفل هو الاستمرارية في نفس طريقة التّعامل. موقف واحد مش هيأثّر في شخصية الطفل قوي لو كان عارض.

وفي النهاية، تربية الأطفال هي توفيق من عند الله، استعينوا بالله على تربيتهم، وادْعوا لأولادكوا، وادْعوا بالتوفيق، وأخلصوا النيّة، وربّنا هيوفّقكوا إن شاء الله.

فهرس المحتويات

ليه اتّجهت للتخصّص في مجال تربية الأطفال؟ 5

أنواع التربية 6

اسمعي لطفلك بقلبك قبل أذنك 11

ما تفعله صوته أعلى مما تقوله 29

مفيش حاجة تخوف 45

ماما بتقولك إنها مش موجودة 59

ما تمسكش لعبي تاني 75

قلت لأ يعني لأ..... 89

مفيش إنسان كامل 105

سلمي على طنط 115

لازم أضحي علشان إبني ينبسط 127

مش عارفه أختار إيه؟! 141

خليهم براحتهم، دول لسه صغيرين! 149

إنتي إللي بإيدك تفرحي نفسك بنفسك 157

البَساطة وعدم التّباهي 165

متزهقش من أسئله طفلك 173

أنا شايفك!! إنت مبتصليش!! 181

كلمة أخيرة.. 189

تعريف بالمؤلف

شيماء عادل..

دكتورة صيْدلانيّة، تخصّصتْ في مجال تربية الأطْفال منذ حوالي ثلاثِ سنوات.

حصلتْ على عدّة «كورسات» في مجال التربية من كندا، مثل: Right from the start و COPEing with toddler behavior .

قرأتْ وبحثتْ في العديدِ من كتب التربية؛ العربيّة والأجنبية.

لها العديدُ من الأنشطة مع الأطفال.

وهي- حاليًا- تقومُ بتدريس كورس «صاحبْ طفلَك» المعتَمَد من Texas institute of behavior research للأمّهات العرب في الولايات المتّحدة.

لها صفحةٌ متخصّصة على «الفيس بوك» في حلّ مشاكل الأطفال باسم (مشروع طفل).

* رابط الصفحة:

https://www.facebook.com/%D9%85%D8%B4%D8%B1%D9%88%D8%B9-%D8%B7%D9%81%D9%84-1502580149755195/