21390 ـ التعامل مع خوف الطفل

السؤال

لدي طفل يخاف من كل شيء حتى من ظله ولا أعرف هل طريقة تربيتي خاطئة وكيف أعلمه الشجاعة ؟.

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

يرى المختصون بعلم نفس الأطفال أن الطفل في السنة الأولى قد يبدي علامات الخوف عند حدوث ضجة مفاجئة ، أو سقوط شيء بشكل مفاجئ ، أو ما شابه ذلك ، ويخاف الطفل من الأشخاص الغرباء اعتباراً من الشهر السادس تقريباً ، وأما الطفل في سنته الثالثة فإنه يخاف أشياء كثيرة مثل الحيوانات ، والسيارات ، والمنحدرات ، والمياه ، وما شابه هذا .

وبوجه عام فإن الإناث أكثر إظهاراً للخوف من الذكور ، كما تختلف شدته تبعاً لشدة تخيل الطفل ، فكلما كان أكثر تخيلاً كان أكثر تخوفاً .

ولازدياد الخوف لدى الطفل عوامل وأسباب ، منها :

ـ تخويف الأم للطفل بالأشباح ، أو الغول ، أو العسكري ، أو الظلام ، أو العفريت ، أو المخلوقات الغريبة ... الخ .

ـ دلال الوالدين المفرط ، وقلقهما الزائد ، وتحسسهما الشديد .

ـ تربية الطفل على العزلة ، والإنطوائية ، والاحتماء بجدران المنزل .

ـ سرد القصص الخيالية التي تتصل بالجن ، والعفاريت .. إلى غير ذلك من الأسباب .

ـ وقد يبدي الطفل استعداداً قوياً لالتقاط مخاوف والديه عن طريق العلم بالمشاهدة ، وهذه المخاوف التي تكتسب عن هذا الطريق تمتاز بطول بقائها ، لذا كان للقدوة الحسنة دور كبير في تربية الطفل على عدم الخوف ، والقدوة المطلوبة هنا هي القدوة الشجاعة في كل المواقف على اختلافها ، وعدم الخوف من الحيوانات التي لا تضر ، ومن الأفراد – وإن علت مكانتهم – في الحق بالطبع ، وعدم الخوف عموماً بدون داع .

ولعلاج ظاهرة الخوف عند الطفل كان على الوالدين مراعاة عدة أمور منها :

ـ تنشئته منذ نعومة أظفاره على الإيمان بالله ، وعبادته ، واللجوء إليه في كل ما ينوب ويروع .

ـ إعطاؤه حرية التصرف ، وتحمل المسؤولية ، وممارسة الأمور على قدر نموها .

ـ عدم تخويفه ولا سيما عند البكاء بالغول والضبع والحرامي والجني والعفريت .. إلى غير ذلك ، وذلك يدخل في عموم الخيرية : (المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف) أخرجه مسلم رقم 2664

ـ تمكينه منذ أن يعقل من الخلطة العملية مع الآخرين ، وإتاحة المجال له للالتقاء بهم والتعرف عليهم ليشعر من قرارة نفسه ووجدانه أنه محل عطف ومحبة واحترام مع كل من يجتمع به ، ويتعرف عليه .

ومما ينصح به علماء النفس والتربية : أن تتاح الفرصة للطفل للتعرف على الشيء الذي يخيفه ، فإذا كان يخاف الظلام فلا بأس بأن يُداعب بإطفاء النور ثم إشعاله ، وإن كان يخاف الماء فلا بأس بأن يسمح له بأن يلعب بقليل من الماء في إناء صغير ... وهكذا .

ـ تلقينه مواقف السلف البطولية ، وتأديبه على التخلق بأخلاق الصحابيات ، ليتطبع على الشجاعة ، والبطولة .

أما إذا كان الخوف عند الطفلة قلقاً ، فسببه يرجع إلى مجموعة من عوامل متداخلة ، عالجتها السنة النبوية بشيء من الروية ، ومن هذه العوامل :

ـ تكليف الطفل ما لا يستطيع أداءه ، في حين يقول صلى الله عليه وسلم : (من لم يرحم صغيرنا ويعرف حق كبيرنا فليس منا) أخرجه أبو داود رقم 4943 ، والترمذي رقم 1921 وفي صحيح الجامع للألباني 5444

ـ عدم إشباع حاجته للنجاح ، في حين ورد عن علي رضي الله عنه أنه قال : (ما سمعت رسول الله يفدي أحداً غير سعد ، سمعته يقول : (ارم فداك أبي وأمي) أظنه يوم أحد) أخرجه البخاري رقم 6184 ، ومسلم رقم 2411 . وفي ذلك توجيه للآباء إلى تشجيع أولادهم على أي مستوى أداء يحققونه تحفيزاً لهم على مزيد من الاهتمام .

ـ الإسراف في العقاب البدني ، والقسوة في المعاملة ، والرسول صلى الله عليه وسلم يقول : (من يُحرم الرفق يُحرم الخير كله) أخرجه مسلم ، رقم 2292 .

ـ الظروف المعيشية الصعبة التي تدفع الوالدين لصبِّ غضبهم على أولادهم . كعدم التوافق بين الزوجين ، أو عمل الأم ، أو عدم الرضا عن العمل في حين يقول الرسول صلى الله عليه وسلم : (ليس الشديد بالصُّرعة ، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب) أخرجه البخاري برقم 6116 .

ونشير ختاماً أنه ليس معنى هذا ألا يخاف الطفل مطلقاً ، فالخوف لا بد منه في بعض الأمور ، لأنه يحفظ بقاء الطفل ، فعليه أن

يخاف من الله ، وإيذاء الناس ، وارتكاب الجرائم ... الخ ، وليكن خوفاً طبيعياً سوياً لا مبالغة فيه ولا تهاون .