



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

تعدیل السلوك



د سمر صلاح محمود



التعريف بالمحاضر

- د سمر صلاح محمود
دكتوراه الفلسفه ف التربيه جامعه الاسكندريه .
محاضر لدي البورد العلمي.
محاضر لدي جامعه ليدز .
اعتماد دولي من جامعه ادمور الامريكيه.
معالج نفسي لدي مستشفى الراهبات الدولي الطبي.
عضو ف جمعيه المعالجين النفسيين .

أكاديمية العلوم

للاستشارات والتدريب

مقدمه

• قد يتعرض الطفل منذ ميلاده وخلال مسيرة نموه إلى العديد من المشاكل النفسية السلوكية، على سبيل المثال: مشاكل تتعلق بالنوم أو الملابس أو المخاوف أو العناد أو الحركة المفرطة أو ضعف الانتباه أو الارتباط الشديد بالأم.. وغالباً تنتج تلك المشاكل بسبب النظام الأسري المضطرب الذي يؤدي إلى استعمال الوالدين لأساليب تربوية تميل للسلبية، كالضرب والصراخ والإهمال والحماية الزائدة.. فالطفل ينمو نفسياً واجتماعياً من خلال العلاقة الحميمة التي تربطه بالوالدين ومن ثم بالآخرين المحيطين به. وطالما وفرت له تلك العلاقات الشعور بالأمان والحب والحماية والثقة، فإن نموه يسير في اتجاه إيجابي، أي اتجاه الصحة النفسية والعقلية. بالمقابل قد تُشعره تلك العلاقات بالخوف وعدم الثقة فيسير نموه في اتجاه سلبي، فتظهر لديه مشاكل في السلوك



تابع للمقدمه

- قد تكون الاضطرابات السلوكية النفسية بسيطة، وتلاشى خلال فترة قصيرة من الزمن، وقد تكون صعبة ومعقدة، فتحتاج إلى تدخل أخصائي من أجل توجيه الوالدين إلى كيفية التعامل مع طفلها الذي يعاني من مشكلة ما.
- عادة تظهر مشاكل الأطفال في السنوات الأولى من أعمارهم، وتتفاقم خلال مراحل نموهم وتأخذ أشكالاً مختلفة في المراهقة، كالانحراف والإدمان وال فشل الدراسي والاكنتاب. وتعود جذور أسباب تلك المشاكل واستمرارها إلى طبيعة العلاقة بين الأم ورضيعها، بل وقبل ذلك إلى علاقتها به وهو جنين خلال فترة الحمل، كما تعود جذور تلك المشاكل إلى علاقة الطفل بأبيه، وأيضاً إلى طبيعة العلاقة بين الزوجين.



أولا :- مفهوم المشكلات السلوكية

– السلوك المشكل وتحديده لا يقتصر على خصائصه فقط، ولكنه يشمل الحكم على مدى ملائمته للظروف أيضا ، وتضع المراجع العلمية هذه المشكلات ضمن أربع

فئات رئيسية هي

- اضطرابات التصرف (مثل العصيان، السلوك الفوضوي ، نوبات الغضب)
- اضطرابات الشخصية (مثل الأنسحاب، الخجل، القلق، عدم الشعور بالسعادة)
- عدم النضج (السلبية ، أحلام اليقظة)
- العدوان الإجتماعي(مثل الجنوح، السرقة ، الهرب من المدرسة ، العدوان).



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

إن المصطلحات التي تشير إلى المشكلات السلوكية متعددة، وذلك لإختلاف الأخصائيين النفسيين، القانونيين، الإجماعيين، العلماء، التربويين والأطباء.

- ، وعدم الإتفاق على تعريف واحد لإختلاف المعيار المستخدم ، وتعدد النظريات، وتعدد المصطلحات ومن هذه المصطلحات ما يلي :
- المشكلات السلوكية Behavioral Problems
- الإضطرابات الإنفعالية Emotionally Disorders
- الإعاقة الإنفعالية Emotionally Handicap
- سوء التكيف الإجتماعى Social Maladjustment
- مشكلات التكيف Adjustment Problems
- الجنوح (Walsh, 2007) Delinquent
- وعلى الرغم من إختلاف المسميات السابقة، إلا أن المشكلات السلوكية هي الأكثر شيوعا . وهناك بعض المعايير التي يمكن الحكم من خلالها على السلوك المشكل :
- التكرار: تكرار حدوث سلوك غير مرغوب .
- المدة: المستغرقة أثناء القيام بالسلوك .
- الشدة: كأن تكون شدة السلوك قوية جدا، أو ضعيفة جدا.

تعريف المشكلات السلوكية من جوانب متعددة

• التعريفات ذات المحنى الإجتماعى:

• يعرف (زكريا الشربيني , 15، 2002) المشكلات السلوكية بأنها إضطراب نفسى يتضح عندما يسلك الفرد سلوكا منحرفا بصورة واضحة عن السلوك المتعارف عليه فى المجتمع الذى ينتمى إليه الفرد ؛ بحيث يتكرر هذا السلوك بإستمرار ، ويمكن ملاحظته والحكم عليه من قبل الراشدين والأسوياء ممن لهم علاقة بالفرد

• التعريفات ذات المحنى النفسى - الإجتماعى

• قام كلا من "كرايدونوميروف" (76، 2001) و Craighead & Nwmeroff " بإستخدام مصطلح سوء التكيف الإجتماعى كدليل على المشكلات السلوكية، وأن مشكلات التكيف تنقسم إلى قسمين هما :

• الإضطرابات الإنفعالية:

• ويستخدم هذا المصطلح على حالات كثيرة غير محددة بدقة، مثل الأمراض العقلية والذهان،والعصاب والتوحد ، وغيرها. وأن الأطفال الذين يظهرون أنماطا من الإضطرابات الإنفعالية غالبا ما يكونوا عدوانيين أو إنسحابيين أو كلاهما معا، والخروج على العرف الإجتماعى السائد

سوء التكيف الإجتماعى:



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

- ويشمل السلوك الذي يخرج عن القواعد الإجتماعية، فما هو مقبول فى مجتمع قد لا يكون مقبول فى آخر، ويعرف (مصطفى القمش و خليل معايطه، 2007، 37) المشكلات السلوكية بأنها الإنحراف الواضح فى مشاعر وإنفعالات الفرد حول نفسه، وحول بيئته، ويستدل على وجود المشكلات السلوكية عندما يتصرف الفرد تصرفا يؤذى فى نفسه أو الآخرين. فى هذه الحالة نقول أن هذا السلوك مشكل

أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

التعريفات ذات المحنى التربوى

• يعرف (" دافيزون " ونالى " Davision& Neale, (117،1998

• الطفل ذوى السلوك المشكل بأنه الطفل الذى لا يستطيع أن يتكيف معاير السلوك المقبول إجتماعيا؛ مما يؤدى إلى تدهور تقدمه الدراسى، والتأثير على زملائه فى الفصل، كذلك تدهور علاقاته الشخصية مع الآخرين

نسبة شيوع المشكلات السلوكية

- نسب متفاوتة بين الدراسات التي أجريت فمثلا يقدر (باور "، 212، Dyregrov2003) نسبة الأطفال الذين يعانون من مشكلات سلوكية (10%) من أطفال المدارس في الولايات المتحدة الأمريكية، والبعض يذكر أن نسبة الذين يعانون من مشكلات سلوكية يتراوح بين (3:6%) (Kauffman). ويشير تقرير "هيئة الصحة النفسية للأطفال " في الولايات المتحدة الأمريكية في مؤتمرها (1970) إلى ان شكلا من أشكال الرعاية المتخصصة ونسبته من (8:10%) يمكن رعايتهم من خلال الأخصائي النفسي في المدرسة (جمال القاسم وآخرون، 2000، 58).



تصنيف المشكلات السلوكية

- **تصنيف الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA) لعام (1994)**
- يركز هذا التصنيف على المشكلات السلوكية في مرحلة الطفولة المبكرة، والمتأخرة، والمراهقة، ويشمل على الفئات التالية (American Psychiatric Association, 1994)
- الفئة السلوكية وتشمل : ضعف الإنتباه، وإضطرابات التصرف ، الفئة الإنفعالية وتشمل : العناد ، والعدوان ، السرقة ، سوء التكيف الإجتماعى وغيرها من المشكلات التى تظهر فى الطفولة والمراهقة.



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

التصنيف السلوكي

- يركز هذا التصنيف على وصف السلوك ثم وضع السلوك ضمن المجموعة التي ينتمي إليها، حيث يصنف (" هالان" و"كوفمان" (Hallaha.Kouffman, 1997، 112) المشكلات السلوكية إلى أربع فئات رئيسية " الحركة الزائدة ، الإندفاعية ، الإنسحاب ، العدوان ، عدم النضج ، مشكلات النمو الخلقى والجنوح.

أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

التصنيف حسب شدة المشكلات

- ويقصد بشدة المشكلات مدى المعاناة والعجز في المشكلات ، وقد قسم العلماء هذا التصنيف إلى ثلاث فئات (محمد الريماوى وآخرون ، 2004 ، 23).
- فئة السلوك المشكل البسيط التي يمكن التعامل معها وعلاجها في البيت أو من خلال المعلمين في المدرسة.
- فئة السلوك المشكل المتوسط : وهذه الفئة أيضا يمكن التعامل معها في البيت أو عن طريق الأخصائيين في المدرسة.
- فئة السلوك المشكل الشديدة : هذه الفئة تحتاج إلى رعاية خاصة في مراكز علاجية خاصة، وتخضع لبرامج علاجية طويلة



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

النظريات المفسرة للمشكلات السلوكية:

• المنظور الإنساني للمشكلات السلوكية Humanistic : Perspective on B.P

- تنطلق وجهة النظر الإنسانية من أن الإنسان مزود بطاقة نمائية أى قوة دافعة للنمو وهذه القوة النمائية تتجه بالإنسان للوصول إلى تحقيق الذات ، أى إلى أقصى نمو تسمح به إمكاناته فى مختلف الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والإنفعالية. إلا أن بعض الظروف غير المناسبة التى يعيشها الفرد قد تعيق نموه . ويكون ذلك عندما يتعرض الطفل للنبد أو الرفض أو إساءة المعاملة أو التقييم
- السلبي فى البيت أو المدرسة أو المؤسسات المسئولة عن الأطفال



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

المنظور البيئي للمشكلات

السلوكية Perspective Environmental on

B.P

- يرى أنصار الإتجاه البيئي أن المشكلات السلوكية هي نتاج التفاعل بين الطفل والبيئة ؛ فالمشكلة ليست داخل الطفل ، ولكن في نمط التفاعل بين خصائص الطفل والخصائص



المنظور البيولوجي للمشكلات السلوكية

- تؤكد وجهة النظر البيولوجية على وجود أسباب عضوية للسلوك الإنساني . فالسلوك المشكل ينتج عن خلل في أعضاء الجسم أو الوظائف التي تؤديها الأعضاء . ويتحدد عمل المختص في معالجة المشكلة العضوية أو التعويض عن الخلل في وظائفها . ويقتصر أثر البيئة على السلوك المشكل على إستشارة العوامل العضوية

منظور التحليل النفسي- للمشكلات السلوكية

- تنطلق نظرية التحليل النفسي من وجهة نظر " فرويد " الذى يرى أن شخصية الإنسان تتألف من ثلاث مكونات (الهو ، الأنا ، الأنا الأعلى) ويمثل الأنا الواقع ، ويمثل الهو النزعة الغريزية والمتعة ، أما الأنا الأعلى فيمثل مجموعة من القيم والأخلاق والتعاليم الدينية والمثل العليا ، وتعمل الأنا الأعلى على منع النزعات الغريزية للهو. أما الأنا فتسعى إلى تحقيق تلك النزعات الغريزية فى إطار مقبول إجتماعيا ، أى أن الأنا تسعى إلى تحقيق التوازن بين الهو والأنا الأعلى .
- "وبسبب هذا الصراع المستمر بين المثل العليا والغرائز لدى الإنسان ، يظل الإنسان فى حالة من الإضطراب المستمر



المنظور المعرفى للمشكلات السلوكية

.Behavioral Perspective on B

- النظرة إلى السلوك الإنساني ، سواء أكان سويا ، أو منحرفا، بإعتباره سلوكا مكتسبا ، يتم تعلمه وتعديله على أساس مبادئ التعلم .
- الإلتزام بإستخدام الأساليب العلمية فى فحص السلوك وتغييره . (لطفى الشربيني ، 2001 ، 73-75).
- ويرى الإشراف التقليدى أن المشكلات السلوكية يتم تعلمها عن طريق إقتران مثيرات محايدة بمثيرات غير شرطية . ويعتقد أنصار الإشراف الإجرائى أن السلوك المشكل يتم تعلمه عن طريق التعزيز



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

تشخيص المشكلات السلوكية

- إن عملية تشخيص المشكلات السلوكية تبدأ من الأسرة، المدرسة، الأقران، الطفل نفسه، وذلك من خلال التقديرات والملاحظات، المشاهدة كملاحظة الإنسحاب والإنطواء وتعرف هذه المرحلة (بالتعرف الأولى)، ثم بعد ذلك الانتقال لمرحلة أكثر عمقا يقوم بها الأخصائيين باستخدام المقاييس والأدوات وهي مرحلة التأكد، أو ما تعرف بمرحلة (التعرف الدقيق)، ومن أهم المقاييس المستخدمة في الكشف عن المشكلات السلوكية (فارق الروسان، 2001، 38).

أكاديمية العلوم

للاستشارات والتدريب

أساليب تعديل السلوك

• [1] التعزيز :

• تشجيع ومكافأة الفرد على سلوكٍ سوي وصحيح فعله،
فقد يكون التشجيع بالكلمة الطيبة، أو بمنحه هدية مادية
أو رمزية

• العقاب (بالإنجليزية: punishment)

• ويعني إخضاع الفرد لنوع من أنواع العقاب عند فعله
سلوكاً خاطئاً تجاه الآخرين، كالضرب والتسبب في
الإيذاء النفسي للآخرين، ويتم العقاب بأساليب عدة،
كالتوبيخ واللوم الصريح، والتهديد، أو عزله في غرفة
وحده فترة من الزمن،

التعميم (بالإنجليزية): (Generalization):

- وهو الأسلوب المستخدم عند توسع أثر تعزيز سلوك معين ليشمل ظروف وسلوكيات أخرى. وللتعميم نوعان، وهما:
التعميم المثير الذي يُمثل انتقال أثر تعزيز السلوك من الوضع الذي تم تشكيل السلوك عليه إلى أوضاع أخرى مشابهة، وتعميم الاستجابة الذي يُعبر عن انتقال أثر تعديل السلوك من استجابة تم تشكيلها إلى استجابات أخرى. التمييز (بالإنجليزية: Discrimination): ويعني الفرق في مدى الاستجابة للمثير المناسب، أي أن يتم تعزيز السلوك في موقف ما وإطفائه في مواقف أخرى، وتحدث الاستجابة فقط لبعض المواقف والمثيرات.



التشكيل بالإنجليزية: Shaping:

- يتم إكساب الفرد سلوكيات جديدة بعد أن يتم التعزيز الإيجابي للاستجابات التي تقترب من السلوك النهائي، وهذا لا يعني أن يتم خلق سلوكيات جديد من لا شيء؛ فالتشكيل يهدف إلى التركيز على استجابة معينة تُشبه السلوك النهائي الذي يرغب المرشد في الوصول إليه، وتعزيز هذه الاستجابة إلى أن تُصبح قريبة من السلوك النهائي، ويُعرف هذا النوع من التشكيل بالتقارب التدريجي.

التسلسل (بالإنجليزية: Chaining):

- وهو الأسلوب الذي يتم من خلاله تكوين سلسلة سلوكية لدى الفرد ومساعدته على تأدية الحلقات المكوّنة لهذه السلسلة بشكل متتال؛ فالأجزاء الصغيرة التي تكوّن السلوك تُمثّل الحلقات، وترابط هذه الحلقات مع بعضها البعض يُسمى السلسلة السلوكية، وتميز كل حلقة من حلقات السلسلة الاستجابة التي تليها وتعزز الاستجابة التي تسبقه



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

. التلقين (بالإنجليزية: Prompting):

- وهو الأسلوب الذي يجعل الاستجابة الصحيحة للفرد أكثر حدوثاً، وزيادة احتمالية أداء الفرد للسلوك المستهدف، بالإضافة إلى تشجيعه على إظهار السلوك المطلوب بالسرعة الممكنة؛ فالتلقين يُمثل الأحداث التي لها دور في بدء الاستجابة. وأنواع التلقين ثلاث، وهي: التلقين اللفظي، والتلقين الإيمائي، والتلقين الجسدي

السحب التدريجي أو التلاشي بالإنجليزية: Fading:

- أسلوب يعتمد بشكل أساسي على مبادئ الإشراف الإجرائي، حيث يتم التركيز على سلوك معين في موقف ما، وإجراء التغيير التدريجي عليه لجعل هذا السلوك يتكرر في موقف آخر.

تقليل الحساسية التدريجي (بالإنجليزية): :(Systematic Desensitization)

- أي أن يتم القضاء على المخاوف المرضية والقلق من خلال إحداث استجابات بديلة في المواقف التي تحدث فيها، ويُعتبر الاسترخاء هو أفضل الاستجابات البديلة في مثل هذه المواقف؛ فالاسترخاء التام يقضي على الاستجابات الانفعالية كالقلق والخوف.

التنفير (بالإنجليزية: (Aversion):

- أي أن يتم ربط الاستجابة للسلوك السيئ بشيء منفر، ويُساعد ذلك على حد من هذا السلوك أو القضاء عليه

توكيد الذات بالإنجليزية: Assertiveness Self:

- ويعتمد هذا الأسلوب بشكل أساسي على معالجة عدم الثقة بالنفس عند الأفراد وشعورهم بالخجل وانسحابهم من المواقف الاجتماعية، وتتم معالجة هذه السلوكيات من خلال التكرار وإعادة والتدريب على الموقف مرات عدة، بالإضافة إلى استخدام السلوك التوكيدي والتصاعد فيه.



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

الأهداف العامة لتعديل السلوك

- تركز عملية تعديل السلوك على جملة من الأهداف، أهمها: مساعدة الفرد على اكتساب سلوكيات جديدة لم تكن موجودة لديه. تشجيع الفرد على القيام بالسلوكيات المقبولة اجتماعياً، ومُساعدته على الحد من السلوكيات غير المقبولة. منح الفرد فرصة للتكيف مع البيئة الاجتماعية والمدرسية المحيطة به. القضاء على كافة مشاعر الخوف والقلق والإحباط لدى الفرد.

أكاديمية العلوم

للاستشارات والتدريب

نماذج من المشكلات السلوكية



مشكله السرقة

- تعتبر السرقة مشكلة بعد سن السابعة عندما يكون الولد قد فهم القواعد الاجتماعية. فسرعان ما يتعلم الطفل بخبرته أن كثيراً من الأشياء مُحَرَّمٌ عليه، غير أن سبب التحريم وسبب النتائج السيئة التي تلحقه لو أنه حصل على هذه المحرمات فأمرٌ لا يُدرکه إلا قليلاً، ومن ثم كانت خشية السخط والخوف من العقاب في مطالع حياة الطفل هو العامل الوحيد الذي يردع صغار الأطفال عن السرقة

اسباب السرقة

• **الحرمان :**

• يسرق الطفل شيئاً محروماً منه وليس في مقدوره الحصول عليه، فيشعر بحاجة ملحة أو حافز للسرقة، والدافع للسرقة هنا هو محاولة لإشباع بعض الحاجات النفسية نحو ما يسرقه.

• **الجهل :**

• يسرق الطفل لأنه يجهل معنى الملكية ويجهل كيف يحترم ملكية الآخرين، ومثل هذا الطفل لا نعتبره سارقاً ويكفى أن ننمى لديه فكرته عن الملكية.

• **الإنتقام :**

• قد يكون الدافع للسرقة هو الإنتقام فقد يسرق الطفل والده لأنه صارم في معاملته فيتجه الطفل للسرقة إنتقاماً من والده لمعاملته السيئه.

• **التخلص من مأزق :**

• أحياناً يسرق الطفل في المنزل أحد الأشياء الثمينة أثناء لعبه ولكي يتخلص من المأزق يسرق النقود ليشتري بدل الشيء لإخفاء فعلته والتخلص من المأزق

اسباب السرقة

- **الحصول على مركز مرموق:**
- قد يكون دافع السرقة هو الحصول على مركز مرموق بأن يعطى أقرانه مما سرق وهذا الطفل عادة يعاني من الشعور بالنقص.
- **الضعف العقلي :**
- يكون السبب هنا إنخفاض الذكاء والطفل واقع تحت سيطرة أولاد أو زعماء أذكىء من أقران يوجهونه إلى السرقة ويشجعونه عليها ، وقد يسرق الطفل لأنه مريض بمرض نفسي .
- **شدة حفاظ الأم على الأشياء:** أحيانا يلجأ الطفل إلى السرقة فى الأسر التي تعودت فيها الأم على الإحتفاظ بكل شئ مغلق وبعيد عن متناول الأطفال وهذه السرقات تعبر عن رغبة الطفل فى الإستطلاع والمعرفة .



العلاج النفسى لمشكلة السرقة :

أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

يجب أن يعيش الأبناء فى وسط عائلى يتمتع بالدفء العاطفى المتبادل بين الآباء والأبناء ويشعر الأبناء بالأمن والطمأنينة وتوفير الضروريات اللازمة للأطفال من مأكلى وملبس ولعب وخلافه.

• تنمية الشعور بالملكية عند الطفل منذ سنينه الأولى ويخصص للطفل دولاى خاص به كل الأشياء التى يمتلكها .

• مساعدة الأطفال على الشعور بالإنتماء والاندماج فى جماعات سوية فى المدرسة والنادى والمنزل .
• المرونة والتسامح فى حالات السرقة الفردية العابرة التى تحدث فى حياة الأطفال بعد معرفة السبب ورائها وعلاجه بإشباع حاجاتهم النفسية

• عدم الإلحاح على الطفل بالإعتراف لأن ذلك يدفعه للكذب وقد ينجح فى الكذب فيتماذى فى السرقة والكذب معا.

• لكى تنمى سلوك الأمانة فى الطفل يجب أن نحترم ملكية الطفل ومن ثم نعلمه إحترام ملكية الغير ونشبع حاجات الطفل النفسية

• قص عليه بعض القصص التى توضح مآل السارقين ولمن لا نشير أنه منهم .

• استخدام التعزيز فعندما لا يسرق فى يوم ما نكافئه باصطحابه لرحلة معينة واعطائه بعض

• النقود .

مشكلة السلوك العدواني



للاستشارات والتدريب



مشكلة السلوك العدواني

- يستخدم مفهوم العدوان "Aggression" فى علم النفس وحقولة المختلفة ؛ للدلالة على إستجابة يرد بها المرء على الإحباط ، والحرمان ، وذلك بأن يهاجم مصدر الإحباط أو بديلا عنه . ويعرف " باص Buss " العدوان أنه " سلوك يصدره الفرد لفظيا أو بدنيا أو ماديا ، صريحا أو ضمنيا
- ، مباشرا أو غير مباشر ، ناشطا أو سلبيا ، ويترتب على هذا السلوك إلحاق أذى بدنى أو نقص للشخص نفسه صاحب السلوك ، أو للآخرين " ، يعرفه (طارق عبد الرؤوف ، 2008، 16) بأنه : " من أكثر الخصائص النفسية للأطفال المضطربين شيوعا . فعلى الرغم من أن إستجابات العنف والعدوان تنتج كوسائل لحل المشكلات فى المراحل العمرية المبكرة لدى جميع الأطفال ، إلا أنها تحدث بشكل مبالغ فيه لدى المضطربين سلوكيا



أكاديمية العلوم
للإستشارات والتدريب

: العوامل التي تسبب السلوك العدواني

- المشكلات الأسرية حيث أشار (Forgas.J.,e.t al(2011,112 إلى أن الأسرة تلعب دورا مهما في تشكيل السلوك السوى والغير سوى للطفل وتسهم بشكل كبير في ظهور العدوان.
- غياب الحرية أو تقييدها كما يحدث في مؤسسات الأحداث
- التشوّهات الخلقية
- غياب أو ندرة فرصة التعبير
- فقدان الشعور بالأمن نتيجة الإحباط والحرمان



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

: وسائل علاج السلوك العدواني

- اتباع أساليب التعزيز مع الطفل ذو السلوك العدواني عندما يقوم بسلوك مقبول .
- إن إدراك الأطفال للآثار السيئة والمؤلمة للعدوان غير كاف بل على المربين تعليم إستجابة بديلة وتعزيز هذا الإستجابات إن الدفاع عن النفس والمناقشة من البدائل المناسبة عن العدوان
- توفير الأنشطة الحركية المنظمة للطفل
- إن خير مجالات التعبير عن الإنفعالات والتنفيس هي المجالات الرياضية ويجب منح الأطفال الوقت الكافي للعب نظرا لإمكانية تحويله إلى عدوان وخاصة في مرحلة رياض الأطفال. (سناء محمد ، 2008 ، 226)

التبول اللاإرادي

- التبول اللاإرادي من المشكلات التي تصيب الكثير من الأطفال سواء أثناء الاستيقاظ أو خلال النوم..
- التبول اللاإرادي من المشكلات التي تصيب الكثير من الأطفال سواء أثناء الاستيقاظ أو خلال النوم، ويكون أمرا مزعجا نفسيا للطفل والأسرة ومصدرا للإحراج

أنواع التبول اللاإرادي عند الأطفال

• التبول اللاإرادي الأولي:

• يرجع التبول اللاإرادي عادةً إلى تأخير في نضوج الجزء من الجهاز العصبي الذي يتحكم في وظيفة المثانة، وقد يكون هناك سبب آخر للأطفال الذين يتبولون خلال الليل، وهو نقص في الهرمون المضاد لإدرار البول ADH بما يمنع التحكم في المثانة أثناء النوم، علاوة على أن الأطفال الصغار لا يملكون آلية الإشارات الكافية بين المثانة والدماغ، وبالتالي يفشلون في الاستيقاظ أثناء الليل وربما يبللون الفراش.

• - التبول اللاإرادي الثانوي:

• قد يكون هذا النوع ناتجا إما عن مشاكل نفسية وإما اضطرابات طبية، مثل عدوى المسالك البولية، أو تشوهات المسالك البولية أو مرض السكري.

• - السلس النهاري:

• السلس النهاري غير المرتبط بالتهاب المسالك البولية أو التشوهات التشريحية أقل شيوعا من سلس البول الليلي، وأحد الأسباب المحتملة لسلس البول أثناء النهار هو المثانة المفرطة النشاط

أسباب التبول اللاإرادي النفسية

- القلق والتوتر والضغطات النفسية الناتجة عن المشكلات الأسرية.
- وضع الطفل على الهامش في الأسرة، وتهميشه في حالة ولادة طفل جديد في العائلة.
- عدم شعور الطفل بالثقة في النفس وتعرضه للتوبيخ باستمرار.
- العنف في تربية الطفل وضربه.
- معاملة الطفل معاملة قاسية في التربية

طرق علاج التبول اللاإرادي عند الأطفال

- في حالة كان سبب التبول اللاإرادي لدى الأطفال نفسياً، بسبب مشكلات عصبية ونفسية ومشكلات أسرية، يجب الرجوع إلى سبب المشكلة وعلاجها، ويمكن استشارة الطبيب ومراجعته لتشخيص الحالة والعلاج.
- الحرص على تشجيع الطفل للذهاب إلى المرحاض بصورة متكررة، وعدم الانتظار فترة طويلة من دون تفريغ المثانة.
- أهمية إيقاظ الطفل من آن لآخر أثناء الليل للذهاب إلى المرحاض.
- عدم تناول الطفل لكمية كبيرة من السوائل قبل النوم.
- يمكن أن تشمل تقنيات العلاج أنظمة إنذار الرطوبة وتدريب السرير الجاف، والذي يتضمن تدريب المثانة والأدوية، حيث يرتبط إنذار مستشعر الرطوبة بملابس نوم الطفل، مع وجود مكبر صوت صغير على كتف الطفل، وقطرة واحدة من البول كافية لتفعيل الإنذار، والذي يوتر الطفل ويوقفه عن التبول.
- تعويد الطفل على التبول على جدول زمني مثلاً مرة كل ساعتين.



مشكله العناد عند الاطفال

- **العناد عند الأطفال من أهم المشاكل التي يواجهها**
- **أى أب و أم تجاه طفلهم و خاصة فى السنوات الأولى**
- **و تبدأ هذه المشكلة فى الظهور من بداية الكلام و المشى**
- **عند الأطفال . حيث بداية شعوره بالإستقلال , فى الشهور الأولى كانت الأم هى العائل الوحيد له لكنه الآن يشعر بالإستقلال و الحرية لذلك يبدأ بقول كلمة "لا" كثيراً و يمتنع عند تنفيذ الأوامر التى تطلب منه و تقل هذه المشكلة تدريجياً بعد دخوله للمدرسة . و هناك أسباب عدة لهذه الظاهره السيئه و التى سنتحدث عنها تفصيلاً فى هذا الموضوع بإذن الله و سوف نذكر أفضل الوسائل الفعالة لعلاج هذه المشكلة**

سباب العناد عند الأطفال



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

- ١- أحياناً يكون العناد بسبب عدم تلبية الإحتياجات الكاملة للطفل , أى يشعر الطفل بالجوع مثلاً و يكون الطعام غير جاهز أو يريد الطفل اللعب و لكنه غير مسموح له باللعب الآن , كل هذه الأسباب تؤثر بالسلب على نفسية الطفل مما يدفعه إلى العناد لإظهار ذاته
- ٢- تقليد الكبار , هذا اعتبره أهم سبب على الإطلاق حيث أنه فى بداية الحياه يقوم الطفل بتقليد من أهم أكبر منه سناً و ليكن على سبيل المثال أخته الكبيره تقوم برفض الأوامر التى تطلب منها من قبل أبيها و أمها بالتالى سوف يقوم الطفل بتقليد ما يقوم به أخوته , فالعناد هنا يكون من باب التقليد ليس أكثر
- ٣- أحياناً يكون العناد بسبب الغيره , فمثلاً يغير الطفل من أخيه الأصغر بسبب إهتمام أبواه به لصغره فعندما يتم طلب منه أى طلب بخصوص أخيه فسوف يرفض القيام به
- ٤- من أهم الأسباب أيضاً التدليل الزائد من قبل الأم و الأب , حيث أن هذا يؤثر بالسلب على شخصية الطفل و سلوكه

هم طرق علاج العناد لدى الأطفال

• ١- إحاطه الطفل بالجو الأسرى الهادئ بدون أى مشاكل أو إضطرابات نفسية و الكلام الهادئ مع الطفل و إقناعه بأسباب كل شئ و تلبية جميع إحتياجات الطفل

• ٢- معاقبة الطفل مع عدم إعطاء الإهتمام الزائد للموضوع أمام الطفل حتى لا يعتقد الطفل أنه بهذه الطريقة أحصل على ما أريد فى النهاية ، فيجب عندما يرفض الطفل فعل الشئ المطلوب منه تخبره أنه معاقب بعدم اللعب على الكمبيوتر على سبيل المثال مع عدم الكلام فى الموضوع مره أخرى حتى يفقد العناد معناه لدى الطفل

• ٣- مكافئه الطفل عند إستجابته للأوامر ، فكما قلنا المعاقبه عند الرفض فلا بد أيضاً من المكافئه عند تنفيذ الأوامر و وعده بالعديد من المكافئات إذا إستمر فى تنفيذ الأوامر ، فهذا سيعطيه دافع جيد لتنفيذ الأوامر

تابع علاج العناد عند الاطفال

- ٤- يجب أيضاً عدم تكرار كلمة "لا" كثيراً أمام الطفل حتى لا يتعود على قولها
- ٥- تجنبى التدليل الزائد و أيضاً القسوة الزائده فكلاهما يؤدي فى النهاية إلى طفل عنيد
- ٦- تجنب العنف و الضرب للطفل فهذا سوف يؤدي إلى زياده الأمر سوءاً ، فكما قلنا يجب معاقبة الطفل بحرمانه من الأشياء التى يحبها و ليس بالضرب
- ٧- عدم تكرار قول أنه عنيد أمامه أو مقارنته بغيره من أقاربه أو أصدقائه المطيعين فإن هذا يؤثر بالسلب على نفسية الطفل و على سلوكه و يمكن أن يصبح حاقد على غيره بسبب أن أبيه و أمه يعتبران أن غيره أفضل منه
- ٨- عدم التمييز فى المعاملة بينه و بين أخوته و عدم قول أن أخوانه أفضل منه لأنهم يطيعون الأوامر لأن هذا يخلق جو من

مشكلة الكذب عند الاطفال

- الكذب هي طريقة الطفل لإنكار فعل ممكن يتعاقب عليه، أو لعرض قصة غير حقيقية لهدف ما عنده زي إنه يتجنب العقاب، أو يلفت انتباه اللي حواليه ويحظى باهتمامهم، أو غيرهما. بنلاحظ إن درجات الكذب بتختلف من طفل للتاني، بمعنى إن ممكن يكون الطفل مش بيلجا للكذب إلا في أوقات بسيطة خوفا من اللي حواليه، لكن على الجانب التاني بتلاقي أطفال بيتعمدوا يكذبوا في أكثر المواقف اليومية اللي بيمروا بيها حتى بدون وجود داعي للسلوك



اسباب مشكلة الكذب عند الأطفال:

- قسوة الوالدين في التعامل مع الطفل
- اتباع أساليب العقاب الشديدة
- فقدان الطفل لشعور الأمان داخل الأسرة
- محاكاة الطفل للمحيطين به
- عدم استقرار العلاقة بين الوالدين
- رغبة الطفل في جذب الانتباه



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

طرق تعديل سلوك الطفل الكاذب

- من الاشياء المهمه ف مساعده أولياء أمور في التخلص من مشكلة الكذب عند الأطفال:
التعامل بلطف مع الطفل وتجنب اتهامه المستمر بالكذب محاولة معرفة السبب الرئيس وراء المشكلة إبعاد الطفل عن الأطفال كثيري الكذب الكف عن العقاب المؤذي نفسيا وجسديا توجيه الطفل وتفهيمة خطورة الكذب بالطريقة المناسبة لعمره استخدام وسائل العقاب الصحيحة في حالة تكرار الكذب



مشكله الخجل عند الاطفال

علوم
تدريب



أكاديمية العلوم

للاستشارات والتدريب



- يمر الأطفال بمراحل عديدة خلال نموهم إلى أن يصبحوا راشدين، منهم من يتجاوز هذه المراحل بشكل اعتيادي، ومنهم من لا يستطيع التكيف، فتظهر لديه واحدة أو أكثر من المشكلات السلوكية أو النفسية التي قد تؤثر، إذا ما استمرت لفترة طويلة، على حياته الأكاديمية أو الاجتماعية أو المهنية وتحول دون تقدمه بنجاح.

الخجل الاجتماعي

- الخجل، حالة انفعالية تصيب الطفل عند احتكاكه بالآخرين، تنطوي على شعور بالنقص والعيب، ويصاحبها شعور بالقلق وعدم الراحة، في مواقف لا تستدعي حدوث ذلك لدى الطفل الطبيعي، ويظهر في صورة أعراض جسمية، كاحمرار الوجه وتقطع الأنفاس والشعور بالغثيان أو الرجفان، وسلوكية، كنقص المهارات الاجتماعية والثقة بالنفس، والالتصاق بالوالدين والاعتماد عليهما في أبسط الأمور، والانسحاب من المواقف الاجتماعية لتجنب التعليقات

والهزء، ومن أنظار الناس



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

متي يصبح الخجل مشكله تحتاج

علاج

- إن أي موقف جديد يستدعي الارتباك والخجل عند الأطفال، حتى وإن كانوا يتمتعون بثقة عالية في النفس، كمان أن جميع الأطفال من عمر 18 شهرًا إلى ثلاث سنوات يشعرون بالقلق إزاء أي إنسان غريب، فالخجل طبيعي حتى عمر 3 سنوات، أما إذا استمر أكثر من ذلك فيصبح مشكلة تحتاج لعلاج.
- وأكثر ما تظهر مشكلة الخجل في مرحلة المدرسة، فإذا استمرت لمرحلة طويلة قد تتفاقم وتحول دون تقدم الطفل ونجاحه، وتعيق قدرته على التعلم واللعب، وعلى بناء علاقات مع الجنس الآخر وأي اختبار للتقدم في الحياة.
- والخجل يختلف عن الحياء، الخلق الذي حض عليه الإسلام بفعل أوامر الله واجتناب المعاصي لقول الرسول (ص) "إذا لم تستح فاصنع ما شئت".

لماذا يخجل الاطفال

- يظهر الأطفال فروقًا فردية منذ الولادة في ردود فعلهم واستجاباتهم للمحيط من حولهم، وتختلف أسباب الخجل بحسب شخصية كل طفل والظروف البيئية التي يعيش بها:
- أسباب جينية (الوراثة): تحمل الجينات سمات الوالدين أو أحدهما، وأحيانًا تكون السمات للأقارب، فالطفل الذي لديه جينات وراثية يكون استعداده للمشكلة أكبر من طفل ليس في جيناته سمات الخجل.

- أساليب التربية: القسوة الزائدة أو الإهمال الزائد أو عدم الثبات والتأرجح في التربية.
- الإفراط في توجيه الطفل وتأنيبه لأتفه الأسباب، والسخرية منه أمام الناس، فذلك يشعره بضعف الثقة بالنفس وعدم قدرته على القيام بشيء، فيزيد مشاعر القلق والخوف عنده.
- وجود إعاقة جسدية، أو مشاكل في النطق، كالتلعثم أو التهتهة.
- إفراط الأم في العناية بطفلها واعتماده عليها في الأكل والمشرب وعدم السماح له بالاختلاط مع الأصدقاء بحجة الخوف عليه من الأذى، كل ذلك يجعله طفلاً متكالياً ويعزز شعوره بالخجل.
- السكن في مكان بعيد يجعل الاحتكاك بالناس ضعيف جداً.
- التقليد: وجود نماذج خجولة في المنزل كالوالدين أو أحدهما قد تدفع الطفل لتقليدها فيصبح خجولاً.

علاج الخجل

- علاج أي مشكلة يبدأ بالبحث عن السبب، فإذا عرف السبب وتمت إزالته، فإن ذلك يقطع نصف الطريق إلى العلاج.
- منح الطفل فرصًا لتنمية الثقة بالنفس، كتدريبه على القيام بواجباته بنفسه، حسب سنه، (ارتداء ملابسه، استخدام الحمام، وغير ذلك) الابتعاد عن مقارنة الطفل بغيره، سواء بالقدرات أو التحصيل أو الذكاء.
- تجنب وصف الطفل بالخجول، فتكرار هذه الكلمة أمامه يغذي شعوره بالخجل. يجب استبدال ذلك بعبارات إيجابية.
- مكافئة الطفل في كل مرة ينجح فيها بالاندماج.
- يجب عدم تجنب المواقف المثيرة للخجل عند الطفل، بل مواجهتها وتدريبه على تحديها، وتشجيعه على تكوين الصداقات والاختلاط بالناس.
- تناول الغذاء الذي يساعد على التخلص من الإجهاد، والأطعمة التي تحتوي على فيتامين C، كذلك المكسرات والسمك والدواجن والفيتامينات المتعددة.

مشكله مص الاصابع

- «مص الإصبع» من العادات المنتشرة بين الأطفال وفي بعض الأحيان تستمر إلى ما بعد مرحلة الطفولة، فهو سلوك عادي في مرحلة الطفولة المبكرة ويمكن اعتباره من أكثر العادات انتشاراً.
- وقال أخصائي طب الأطفال وحديث الولادة د. مؤمن محمد، إن هناك حقائق بسيطة عن مص الإصبع وهو أنه بشكل عام هو مجرد سلوك طبيعي وليس مرضاً، حيث يبدأ مص الأصابع عندما يكون الطفل جنيناً في بطن أمه وليس بعد الولادة، ويستمر بشكل آلي وطبيعي لمدة 6 أشهر ويبدأ يقل تدريجياً في عمر ستة أشهر ولكنه قد لا يتوقف تماماً في كل الأطفال.
- وأضاف أنه في الغالب يختفي سلوك مص الأصابع لوحده في سن الثالثة إلى السادسة دون تدخل من أحد، كما أن العضاضات والأشياء اللينة الأخرى التي يضعها الطفل في فمه قد تكون مشكلة وتؤدي لنفس مضاعفات مص الأصابع.

اسباب مص الاصابع

- أوضح د. مؤمن محمد أن أسباب مص الطفل أصابعه هو أنه يعد سلوك مريح للطفل ويجعله يسترخي ويساعده على النوم، وكوسيلة طمأنة عند الخوف والقلق، وقد يكون أحيانا مجرد علامة على الجوع، قد يكون علامة على الإهمال أو عدم رضا الطفل عن عناية الوالدين به كغيابهم عنه طويلا مثلا أو ضربه أو توبيخه أو عندما يولد طفل جديد في الأسرة أو عندما تحصل مشكلة حول الطفل تؤدي إلى قلقه وخوفه، وقد يستخدم الطفل إصبعه لجذب انتباه والديه اذ يعلم أنهم مهتمين به كثيراً عندما



المشكلات التي يسببها مص الاصابع

- وأشار إلى أننا نعتبر مص الإصبع مشكلة عندما تبدأ الأسنان الدائمة بالظهور، فهي تشوه الأسنان وتجعل الأسنان بارزة مما يؤدي لظهور ضب وهذا قد يغير شكل الطفل أيضا، والأسنان لا تتضرر لوحدها بل حتى سقف الحلق قد يتغير شكله ودرجة تقعره. بعض الأطفال تتأذى لديهم حتى الأسنان اللبنية أي أن المضاعفات تظهر مبكرا جدا في مثل هذه الحالة يتطلب الأمر اللجوء للطبيب مبكرا.
- وأضاف أن ظهور مشكلة في النطق تكون كمضاعفات لتشوهات غير ملحوظة أو غير منتبه لها وهي علامة قوية على المشكلة، لذا ننصح بضرورة اللجوء لطبيب التقويم للمساعدة في حلها

كيفية التخلص من مشكله مص الاصابع



- في الغالب لا يعتبر مص الأصابع مشكلة قبل سن الرابعة من العمر حيث يبدأ الخوف والقلق من قبل الوالدين بسبب هذه المشكلة.
- معظم حالات مص الأصابع يتم شفاؤها وتختفي بخطوات بسيطة.
- توفير عدد رضعات كافية مشبعة لطفلك ووضع مواعيد لوجبات ثابتة أساسية للطفل ووجبات خفيفه بينهما.
- إعطاء الطفل الحب والحنان وعدم الانشغال عنه بالعمل أو تدريبه على الذهاب إلى الحضانة في سن مبكره.
- تجنبى كل الوسائل العقابية. هذه الطريقة تزيد من المشكلة وتفاقم منها وتزيد من مضاعفاتها. خلق الخوف والفرع في نفس الطفل يضيف سببا آخر لمص الأصابع غير الأسباب الطبيعية.



- - عدم استخدام العنف والتوبيخ فى توجيه الطفل، لأن ذلك سوف يثبت السلوك عند الطفل ويدعم بشىء من العناد والتمرد.
- - تجنب أن توقظى الطفل من نومه فقط لكي يتوقف عن مص إصبعه، وأن كان نومه سينزعج أن أزلته أنت بنفسك فدعه حتى يستيقظ.
- - حاولى صرف انتباه الطفل باللعب والأنشطة المستمرة التى تشاركين فيها طفلك ليسقط تدريجياً السلوك وينشغل عنه بشىء مفيد.
- - مكافأة الطفل وتعزيزه عندما يكف عن هذه العادة.
- - تكلم مع الطفل وبأسلوب مبسط وغير مخيف بأن مص الأصبع قد يؤذيه.

تابع علاج مص الاصابع

- لا تناقش المشكلة أمام الأعراب ولا أمام أخوته أيضا بصفة الإحراج له أو كوسيلة ضغط أو مقارنة بينه وبين الآخرين الذين لا يمصون أصابعهم. ذلك قد يكون كفيلا بزيادة المشكلة بدلا من حلها.
- إذا لاحظت أنك ستنفعل أو لا تجد طريقة توصيل المعلومة, فأشرك معك من يجيد ذلك وبالذات طبيب التقويم حيث أن لديه من الخبرة ووسائل الإيضاح والمجسمات ما يعين على ذلك.
- تغطية اليد ليلا بواسطة قفازات خاصة أو ربط شيء مزعج للطفل أو وضع مادة مرة أو لاذعة أو غير مستساغة للطفل على أصابعه يعتبرها الطفل عقابا له كما أنها تؤرق نومه مما يؤثر على نفسية الطفل ونشاطه.
- عندما تفشل محاولات إثناء الطفل عن هذه العادة, فيفضل اللجوء لطبيب التقويم لتصميم أداة فموية بسيطة للطفل حيث تحفز الطفل على وقف هذه العادة وشرح أنها تستخدم كوسيلة تذكير له فقط.

مشكلات المراهقه السلوكيه



مشكلات المراهق السلوكيه

- تختلف تربية طفل في سن الثانية عشرة في أيامنا هذه كثيرًا عن تربيته من عقد واحد فقط من الزمان، فمع المجتمعات المفتوحة على التليفونات الذكية وأجهزة الكمبيوتر، ومع عادات وتصرفات زملائهم وطبيعة المرحلة نفسها التي تحمل إغراءً للطفل للتصرف كمراهق، واستمرار رغبته في التعامل كطفل مدلل، أصبحت تربية الأطفال في بداية مرحلة المراهقة تشكل تحديًا واضحًا للآباء، فعدم تمكنهم من التعامل مع كل هذه العوامل المختلطة بحكمة قد يؤدي لمشكلات سلوكية لديهم.

أسباب تغير سلوك الأطفال مع الآباء في بداية المراهقة:

- يتعرض الأبناء في هذه المرحلة لعدة تغيرات هرمونية ترتبط بعملية البلوغ، هذه التغيرات تجعلهم أكثر حدة وغضبًا، وتفقدتهم كذلك التحكم في ردود فعلهم بطرق مناسبة مع مختلف الشخصيات. ولذلك تكمن النصيحة الكبرى لعلماء النفس في التعامل مع هذه السن في ضرورة إيجاد مخرج لهؤلاء الأطفال، للتنفيس عن مشاعرهم وأفكارهم وغضبهم.

اسباب تغير سلوك المراهق

- لا يستطيع هؤلاء الأطفال الانفجار في مدرسيهم أو زملائهم، وكذلك فإن ممارسة الرياضة أو اللعب في المدرسة أو النادي لا تعد متنفسًا لمشاعر الغضب والإحباط التي تصاحب هذه المرحلة من النمو النفسي، وبعد المكان الآمن الوحيد لتفريغ هذه الشحنة من المشاعر المختلطة هو البيت، ومعك أنتِ شخصيًا. يكمن دورك كأم في هذه المرحلة في تحمل التبجح في الكلام وصفق الأبواب والنظرات المستفزة، والتشكي المستمر من قسوة الحياة وظلم الأهل والأصدقاء، وليس هذا فقط بل يجب عليكِ أيضًا إظهار تعاطفك التام وتقديرك لكل هذه الأفكار.



أكاديمية العلوم
للاستشارات والتدريب

- إجبار الطفل على منع التنفيس عن مشاعره في البيت، هو المقدمة الطبيعية لخلق شخص عنيف غير قادر على كبح جماح تصرفاته وردود فعله فيما بعد. تزداد المشكلات السلوكية في عمر المراهقة، فهي مرحلة حرجة للغاية، تتغير فيها سلوكيات الطفل بشكل كبير.

أكاديمية العلوم

للاستشارات والتدريب



أشهر مشكلات فترة المراهقة، وطرق التعامل معها

- التمرد والاستقلالية: يبتعد كثير من الأطفال في مرحلة المراهقة عن والديهم، من أجل العثور على هوياتهم الخاصة، ويركز المراهقون على أصدقائهم أكثر من تركيزهم على أسرهم، وهو أمر طبيعي فعليك أن تظل هادئ، وتحاول التغلب على مرحلة التمرد في هذه السن، الذي يخف عادةً مع الوقت، عند بلوغ الطفل الـ16 أو 17 عامًا، لكن لا تيأس.

- حاول احتواء طفلك، والقرب منه وتفهمه قدر استطاعتك.
- الانشغال بمواقع التواصل الاجتماعي: يقضي المراهقون ساعات طويلة أمام الشاشات، منشغلين بمواقع التواصل الاجتماعي، لكن إذا كان ابنك يسير بشكل جيد في المدرسة، ويقوم بالأعمال المنزلية المكلف بها، فلا تدعي الأمر يسبب مشكلة بينكما، لكن مع وضع حدود معقولة لاستخدامها، كعدم إرسال الرسائل النصية أو إجراء مكالمات هاتفية في أثناء تناول الطعام مع الأسرة،



- على سبيل المثال. التصرفات الغربية: قد يميل الأطفال في هذه السن إلى كل ما هو غريب، سواء في السلوك أو الموضة أو الأصدقاء، والحل هنا الامتناع عن انتقاد شيء سطحي، كالشكل والملابس مثلاً، والتركيز على الأمور الأكثر أهمية، حتى يتقبل المراهق النقد، ويحاول التعديل من نفسه إذا كانت المشكلة كبيرة. أخذ السلوكيات منى درامي: هذا يخص البنات أكثر، وبالفعل مرحلة المراهقة تجعل الفتاة تشعر بالأشياء بشكل مكثف، لذا فإن ما قد يبدو أنه ليس مشكلة كبيرة بالنسبة لك، هو أمر بالغ الأهمية بالنسبة لها، فقط استمعي إليها وتعاطفي معها، وضعي نفسك مكانها، فقد كنتِ هكذا من قبل.



كيف يمكنك عقاب الطفل في سن 12 سنة بطريقة فعالة؟

- قبل التفكير في طرق العقاب، يجب عليك أولاً وضع القواعد العامة للسلوك والتعامل مع الطفل، فتحديد ساعات اللعب، أو ساعات استعمال التليفون المحمول، أو ساعات البقاء خارج المنزل، وأيضًا النتائج المدرسية المتوقعة، والمعاملة مع الإخوة، والمشاركة في الواجبات المنزلية، كل هذه تعد أمورًا أساسية تحتاج توضيحها للطفل وتعويده عليها، قبل عقابه على مخالفتها أو خرقها. من الضروري جدًا مراجعة هذه القواعد كل فترة مع طفلك والتأكيد عليها. ويجب أن تعتمد طريقة العقاب على قراءتك لشخصية طفلك واهتماماته، فأحيانًا قد يكون الحرمان من التليفون المحمول هو العقاب الملائم.



- بينما قد يكون الحرمان من الخروج مع الأصدقاء أو الذهاب في نزهة في نهاية الأسبوع هو العقاب المناسب لطفل آخر، وكذلك الحرمان من المصروف الشخصي، فتقدير مناسبة العقاب، يعتمد في مجمله على عمق علاقتك بطفلك وإدراكك لاهتماماته. واعلم أن حرمان الطفل مما يتعلق به قلبه ليس هو الحل الأمثل في بعض الأحيان، فيمكن أن يصبح التعويض عن الخطأ هو العقاب المناسب، كأن يتنازل عن شريط لعبته المفضل لأخيه، أو يقوم بأحد الواجبات المنزلية عوضًا عن أخته. وأن المكافأة على الأفعال الإيجابية عند اللزوم تعد جزءًا من تعزيز الأساليب العقابية للطفل، فاعتياد الطفل على التقدير يجعل العقاب أكثر فاعلية عند تطبيقه. وأحيانًا قد يكون خصامك للطفل فعالًا جدًا معه، خصوصًا إذا كانت العلاقة بينكما إيجابية وقوية، ولكن إذا اتبعت هذه الطريقة يجب أن تكون لفترات محدودة فقط لترسيخ إحساس الطفل بخطئه. عزيزتي الأم، عزيزي الأب إن تربية طفل في بداية مرحلة المراهقة تستلزم كثيرًا من الصبر والحلم والتفهم، والعقاب برغم أهميته في تهذيبه وتعديل سلوكياته الخاطئة، يجب أن يكون مسبوقًا بشوط كبير من التفاهم والاحتواء وأحيانًا التغافل مع تفهم طبيعة هذه المرحلة.