

عناد الأطفال 13 حلاً ليمر بسلام



الثلاثاء 21 مارس 2023 02:08 م

عناد الأطفال مشكلة تعانيها أغلب الأسر، لكنها ليست مستعصية عند فهم أسبابها، وما الإيجابي والسلبي فيها، والتعامل الأصح مع الطفل لتظل عند حدها الإيجابي []
يورد خبيران متخصصان في الاستشارات النفسية وتعديل السلوك لموقع "سكاي نيوز عربية"، 13 حلاً لهذه المشكلة كي تمر بسلام، وكذلك ماذا تفعل الأسرة إن لم يستجِب طفلها لهذه الحلول []
لماذا "العناد المفرط"؟

يصف استشاري العلاقات الأسرية والصحة النفسية، الدكتور أحمد علام، العناد لدى الأطفال بأنه "سلوك فطري" يحاولون به التعبير عن ذاتهم والاعتماد عليها []
لكنه في حديثه لموقع "سكاي نيوز عربية"، يحذر من تحول العناد إلى "متكرر ومفرط"، ما يمثل مشكلة حقيقية يجب التوقف عندها []

يعدد أسباب العناد المفرط:
محاولة الطفل لفت انتباه أولياء الأمور في حال وجود أطفال آخرين []

تعرض الطفل لـ"التهميش" من الأسرة []

سعيه للحصول على المزيد من الاهتمام []

تعرضه للعقاب المفرط أو التعنيف []

التدليل الزائد []

وصم الطفل بأنه "عنيد" وتكرار ذلك الوصف أمامه []

وجود مشكلات زوجية داخل الأسرة تدفع الطفل لاتخاذ "سلوك دفاعي لا شعوري".

إفراط الطفل في ممارسة "الألعاب الإلكترونية".

إيجابي وسلبي

استشاري الطب النفسي السلوكي بجامعة عين شمس المصرية، الدكتورة لميس مكاي، تلفت النظر لوجود نوعين من العناد، أحدهما "إيجابي" والآخر "سلبي".

توضح بقولها: "كل الأطفال يعرّون بالعناد الإيجابي من عمر سنتين تقريباً"، حيث يبدأ الطفل بتكوين هويته وذاته، ويرفض أغلب الأوامر والطلبات من الأم []

في هذه الحالة، "على الأسرة أن تشجع الطفل على اتخاذ قراراته بنفسه، حتى لو بسيطة، وقتها ستمر المرحلة بسلام".

أما إن تحدثت الأسرة الطفل، وقللت من شخصيته في تلك المرحلة "ستظهر علامات قلق لديه، كالتلعثم وقضم الأظافر والتبول اللاإرادي، كما تحذر الاستشارية النفسية []

تمثل تلك العلامات "حالة من التنفيس الجسدي" نتيجة الضغط على الطفل، وقد تتسبب في ظهور النوع الثاني السلبي من العناد وهو "التمرد أو المرضي"، حسب توصيفها []

13 حلاً

تشير لميس مكاوي إلى 7 حلول للتعامل مع الطفل العنيد، وهي كالتالي:
اهتمام أولياء الأمور بتصرفاتهم أمام أطفالهم؛ لأنها تنعكس عليهم
عدم وصف الأطفال بـ"صفات سيئة" أثناء تعديل سلوكهم، مثل القول له أنت "طفل عنيد" أو "غير مهذب".

إيجاد "حل بديل" عند رفض طلب الطفل، فعندما يطلب الآباء من أبنائهم مثلا "إغلاق التلفاز أو عدم استخدام الهاتف المحمول" نقدم له بديلا كاللعب الجماعي أو القيام بنشاط آخر

"الرفض بحب"، يعني امتناع الآباء عن تكرار "كلمة لا" أمام الطفل، حيث يمكن رفض طلبه بصورة "غير مباشرة".
تجنب "الأوامر المباشرة"، والأحسن إعطاء الطفل عدة خيارات

إعطاء الأطفال "مساحة من الحرية" في اختيار أصدقائهم وملابسهم وطعامهم

"المدح المتكرر" على كل التصرفات الإيجابية
من جانبه، يورد الدكتور أحمد علام 6 حلول أخرى لحل مشكلة العناد:
عدم تصدير الخلافات الزوجية للأبناء، وأن يكون النقاش بين الزوجين بعيدا عنهم
ترك الحرية للطفل للتعبير عن نفسه
عدم تعنيفه وعقابه بالضرب، أما البديل فيمكن حرمانه من بعض الأشياء بشكل غير مكثف

وقف "التدليل الزائد عن الحد"، والأحسن الاستجابة لبعض الطلبات وعدم الاستجابة لأخرى
عدم التفرقة بين الأبناء في المعاملة

تقليل استخدام الطفل للألعاب الإلكترونية
أما في حالة عدم استجابة الطفل لتلك الحلول، فينصح الخبيران بعرضه على مختصين في "تعديل السلوك" لتجنب استمرار تلك المشكلة في المستقبل وتفاقمها عند الكبر