20872 - تنمية ثقة الطفلة بنفسها

السؤال

لقد كان تعامل والدتي معي سيئاً لدرجة أنني فقدت الثقة بنفسي وصرت مترددة ومهزوزة لا أحسن الأمور ولا أعرف أن اتخذ قراراً وقد تزوجت ورزقني الله ببنت وأريد أن أتجنب ما حصل لي حتى لا تتكرر هذه التجربة المؤلمة مع ابنتي ، ماذا تنصحونني أن أفعل ؟

الإجابة المفصلة

الطفلة في سن الثانية تبدأ في تكوين اتجاهاتها نحو العالم من حولها ، ويعتقد بعض علماء نفس النمو أن الإحساس بالثقة هو أول تلك الاتجاهات ، وتتوقف شدة هذا الشعور في السنة الثانية على نوع العناية التي تلقاها الطفلة ، وعلى موقف الوالدين من إرضاء حاجاتها الأساسية ، وتتضح ملامح نمو الطفلة في هذه المرحلة في نزعتها إلى الاستقلال ، فهي في حاجة لحرية الكلام ، والمشي واللعب ، وكل ذلك مرتبط بالحاجة إلى تأكيد الذات التي لا تتحقق إلا بالاستقلال الذي يتاح لها ، وهذا ما تؤكده نظرية النمو عن طريق النضج التي تدعو إلى احترام فردية الطفل ، وتركه ينمو بطبيعته . وتنشأ بعض الفتيات غير واثقات في أنفسهن حيث لا تعتمد على أنفسهن في كثير ولا قليل ، وقلما تقوم بعمل ابتداء ، ودائماً تنظر من يقول لها : اعملي كذا وكذا ، فإذا ما واجهتها مشكلة توقفت فلا تستطيع اتخاذ قرار ، وقد تتهرب من المواجهة ، وقد تبكي ، وهذا جانب من جناية الوالدين عليها ، ويكون بسبب أمور منها :

-كثرة الأمر والنهي على كل صغير وكبير حتى ولو كان الأمر لا يستحق مما يفقد الطفلة الإبداع ، ويجعلها لا تثق بعملها ، بل تنتظر دائماً من يصحح لها ، ويمنحها اليقين بأن عملها صواب .

-انتقادها ولومها على كل عمل تعمله ، وتتبع عثراتها ، وتقريعها إذ قد تجتهد الطفلة فتخطيء فتجني اللوم والعتاب أكثر مما تستحق في حين كانت تنتظر الإشادة على اجتهادها مما يقضي على توجه الطفلة نحو العمل والمنافسة في الإنجاز والإجادة .

-عدم إتاحة الفرصة للطفلة بالحديث أمام الآخرين مخافة أن تخطيء أو تتحدث وتخوض في أمور غير مرغوب فيها ، أو الإذن لها بالحديث ولكن يتم تلقينها ما تقول .

-كثرة تحذيرها من الخطر ، الأمر الذي يجعلها تتوقع الشر دائماً ، وتتصور أن الخطر محيط بها من كل جانب .

-إذلالها ومقارنتها بالآخرين بما يقلل من قيمتها .

-التهكم والسخرية .

-عدم الاهتمام بما توجهه من الأسئلة .

-الرعاية الزائدة التي تظهر في الخوف الشديد على صحتها أو مستقبلها .

ويظهر على الطفلة التي فقدت ثقتها بنفسها عدة آثار سيئة ، منها :

1-أنها لا تستطيع أن تقوم بعمل استقلالاً ، وإذا طُلب منها أن تحضر شيئاً ووجدته مختلفاً عما وصف لها توقفت ، وإذا واجهتها مشكلة لا تتخذ قراراً .

2-يصيبها التبلد ، وعدم الإبداع .

3-يصيبها التبرم والضيق من كل عمل يسند إليها ، لأنها تتصور أن اللوم الحاصل لها على عملها ، إذ تتوقع أنها لن تنجزه وفق ما يراد .

4-يصيبها ضعف في الإرادة وخور في العزيمة ، واستكانة ومسكنة في غير موضعها وإهمال وسوء نظام .

5-يصيبها القلق والإحباط والنزعات العدوانية أو الميل إلى الإنطواء ، والعزلة .

ولتجنيب الطفلة تلك الآثار السيئة كان على الوالدين إتباع عدة طرق في تنمية ثقة الطفلة في نفسها ومنها على سبيل المثال لا الحصر :

-أن يُرسم لها خطوطاً عامة ينبغي عليها إتباعها والسير على نطاقها ، فيخبراها بما أحل الله لها فتأخذ به ، ويحذراها مما حرم الله عليها فتحذره ، ويجعلاها على دراية بالأخلاق الفاضلة ، والآداب السامية ، ويبثا في نفسها النفور من سيء الأخلاق والأعمال والأقوال والتباعد عن سفاسف الأمور ، وتوافقها ثم يتركا لها حرية الإبداع بعد ذلك .

-أن تسند إليها الأم بعض المهام التي في مقدورها القيام بها ، وإذا أخطأت شجعتها على مبادرتها ، ثم تخبرها كيف ينبغي أن تعمل ، وأحياناً تشجعها فقط على عملها ، وتكمل عنها العمل بلطف دون أن توجهها توجيهاً مباشراً ، وإذا لم تكن المهمة في مقدور الطفلة فإنها تستشيرها فيها ، وتطلب منها في بعض الأحيان إبداء رأيها في بعض الأمور ، وبيان فسادها من صلاحها ، حتى تعلم الطفلة أن الجميع عرضة للخطأ والصواب فتتقوى عزيمتها .

-أن يحرص الوالدان على تشجيعها أمام أقاربها ، وعند صديقاتها ، ويمنحاها من الجوائز ما يناسب إنجازها ، ويشيدا بما تقوم به من عمل تعبُّدي كالمحافظة على الصلاة ، وحفظها للقرآن ، وتفوقها في دراستها ، وعلو أخلاقها ... وهكذا .

-أن يجعلا لها كنية تميزها عن غيرها ، ويمنعاها من الألقاب المشينة ، وإذا أغضبتهما ناداياها باسمها ، فتعرف أنها قصرت في حقهما – أو أحدهما – أو أخطأت في حق غيرها فتتنبه .

-تقوية إرادتها ، وذلك بتعويدها أمرين اثنين ، وهما :

أ-حفظ الأسرار : فهي عندما تتعلم كتم الأسرار ولا تفضحها ، فإن إرادتها تنمو وتقوى ، ومن ثم تكبر ثقتها بنفسها .

ب- تعويدها الصيام : فهي عندما تصمد أمام الجوع والعطش في الصوم تشعر بنشوة الظفر والانتصار على النفس ، وبالتالي فإن إرادتها تقوى على مواجهة الحياة مما يزيد في ثقتها بنفسها .

-تقوية ثقتها الاجتماعية بنفسها : وذلك عن طريق قضائها حاجيات المنزل ، وأوامر الوالدين ، ومجالستها للكبار ، واجتماعها مع الصغار .

-تقوية ثقتها العلمية بنفسها : وذلك بتعليمها القرآن ، وسنة رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وسيرته العظيمة ، فتنشأ وقد حملت علماً غزيراً في صغرها فتنمو ثقتها العلمية بنفسها ، لأنها تحمل حقائق العلم بعيداً عن الخرافات والأساطير .

وفي مقابل ذلك كان على الوالدين كذلك أن يتخذا الأسباب الوقائية ، والوسائل العلاجية لتحرير الطفلة من ظاهرة الشعور بالنقص ، ومن العوامل التي تسبب هذه الظاهرة : التحقير ، والإهانة ، والاستهزاء ، كمنادة الطفلة بكلمات نابية ، وعبارات قبيحة أمام الإخوة والأقارب ، وفي بعض الأحيان أمام صديقاتها ، أو أمام غرباء لم يسبق لها أن رأتهم واجتمعت بهم ، مما يجعلها تنظر إلى نفسها على أنها حقيرة مهينة ، مما يولد لديها العقد النفسية التي تدفعها إلى أن تنظر إلى الآخرين نظرة حقد ، وكراهية وأن تنطوي على نفسها فارة من الحياة .

وإذا كانت الكلمات النابية التي تنزلق من الوالدين للطفلة لم تصدر إلا عن غاية تأديبية إصلاحية لذنب كبير ، أو صغير وقعت فيه وبدر منها ، إلا أن المعالجة لارتكاب هذا الذنب لا تصلح بهذه الوسيلة التي تترك آثاراً خطيرة في نفسية الطفلة وسلوكها الشخصي ، وتجعل منها إنسانة متطبعة على لغة السب والشتائم وتحطمها نفسياً وخلقياً .

وخير علاج لهذه الظاهرة هو : تنبيه الطفلة إلى خطئها إذا أخطأت برفق ولين مع تبيان الحجج التي تقنع بها لاجتناب الخطأ ، وألا يزجرها الوالدان ، أو يوبخاها أمام الحاضرين ، وأن يسلكا معها في بادئ الأمر الأسلوب الحسن في إصلاحها ، وتقويمها إقتداءً بالرسول صلى الله عليه وسلم في الإصلاح والتربية ، وتقويم الاعوجاج ، فعالم الأطفال دقيق الحس ، سريع التأثر شديد الانفعال ، قليل الإدراك ، ضئيل الحيلة ، وبناء الثقة بالنفس لدى الطفلة يعتبر الركيزة الأولى في بناء شخصيتها في جميع أطوار حياتها .