

البكاء المستمر عند الأطفال (2 - 4 سنوات)

د. لطيفة الكندري مديرة المركز الإقليمي للطفولة والأمومة

البكاء في عمومه لا يمثل مشكلة حقيقية إلا عندما يزيد عن الحد الطبيعي ولا يذرف الطفل الدموع إلا ليعبر عن شعوره غالباً حيال تحديات تحيط به ، فبكاؤه رسالة تتضمن الشكوى أو الجوع والعطش أو الحزن أو الألم من مرض أصابه، أو خطر يدهمه، أو مشاعر تنتابه. الطفل الشكاء البكاء هو الذي يستدر انتباه الأهل من خلال الدموع وهي عادة تنم عن خلل في التواصل الاجتماعي وعجز عن التعبير السليم . ومن الطريف في حياة الأطفال أن قلة منهم تبالغ في الشكوى والبكاء لأسباب غير وجيهة كقول الطفل لأمه : ماما انظري لأخي إنه ينظر إلي !! وكأنه يريد أن يتحكم في سلوك أخيه ويشتكي منه بلا مرر مما يبعث الأم على السامة والضجر من تلك التصرفات الغريبة. وفي جميع الأحوال لا بد من التأكيد على أن الطفل في سن الثانية إلى الرابعة من العمر هو أحياناً امتداد لمرحلة سابقة ألا وهي مرحلة الرضاعة فالطفل في تلك المرحلة (مرحلة الرضاعة) يلجأ للبكاء للتعبير عن آلامه وعن احتياجاته الضرورية (الجوع والعطش). وعليه فلا تتصور أن الطفل يتخلص من طريقته القديمة إلا بالتدرج فنجد أحياناً يلتمس المرحلة الأولى طريقة مثالية للتكيف وهذا قد يبرر لنا تزايد مشكلة الطفل البكاء الشكاء في مرحلة الطفولة المبكرة.

وعلاوة لما سبق فقد يعاني الطفل من ظاهرة البكاء المستمر وذلك لعدة أسباب منها:

1. محاولة الطفل لإثبات الذات ولفت الأنظار إليه.
2. النشاط الزائد عند الطفل.
3. التدليل الزائد والإسراف في لين التعامل مع الطفل.
4. شعور الطفل بالوحدة فلا ينبغي ترك الأطفال لوحدهم في المنزل على الإطلاق.
5. عدم توجيه انتباهه إلى مثيرات من مثل الألعاب والأنشطة الهادفة.
6. جهل الوالدين بكيفية التعامل مع هذه المرحلة والاكتفاء بتوفير الضرورات المادية.
7. التعرض إلى مضايقات من الآخرين.
8. الشعور بالإحباط وخاصة عندما لا يجد إجابة لأسئلته واهتماماته.
9. إرغام الطفل على أداء بعض الأعمال من مثل النوم أو إبعاده عن ألعابه.
10. عدم تهئية الطفل لأداء المطلوب والتركيز على ضرورة الطاعة والانصياع للأوامر دون توفير المناخ المناسب الذي يساعد الطفل على التفاعل مع الأحداث بطريقة سليمة.

11. تقييد حركة الطفل وتقليص مساحة اللعب.
12. عدم تلبية حاجات الطفل الأساسية (حقه في اللعب، وحقه في اختيار أعباءه).

هناك عدة استراتيجيات لوقاية الطفل من ظاهرة البكاء المستمر من هذه الاستراتيجيات:

1. تهئية البيئة المناسبة والتأكد من حالة الطفل الصحية ودرجة حرارته لأنه في هذه المرحلة لا يستطيع التعبير عن شعوره بالشكل الصحيح.
2. التأكد من نظافة ملابسه الداخلية والحذر من لبس الصوف الذي يسبب الحساسية والأفضل لبس الملابس المصنوعة من القطن ومن المطلوب أن تكون الملابس دافئة.
3. التأكد من ملائمة الحذاء فالحذاء الضيق يسبب آلام غير مرئية.
4. إشراكه ببعض الأنشطة الهادفة والمحبة لديه وتشجيعه على التحدث بالكلمات والعبارات وكذلك تشجيعه على المشي والركض وتناول الطعام دون مساعدة كبيرة من الأم .
5. تخصيص أماكن واسعة للعب الآمن.
6. عدم الانشغال عن الطفل والحذر من تركه مع المربيات الأجنبية لفترات طويلة.
7. مشاركة الطفل في أعباءه وتجديدها بين حين وآخر.
8. الحذر من صرف الانتباه نحو طفل على حساب الآخر فهذا يشعل الغيرة في نفسه.
9. رواية القصص القصيرة المبسطة الدالة على سوء عاقبة البكاء دون سبب وإيراد القصص ذات النهايات السعيدة التي ترسم تعزز السلوكيات الحميدة مثل المرح والنشاط.
10. تصويب المعتقدات الخاطئة مثل أن البكاء شفاء لصدر الطفل فيهمل وهذا فيه ضرر تربوي على نمو الطفل ومن الممارسات الخاطئة أيضا أن نقول للطفل منذ نعومة أظفاره أنك رجل والرجل لا يبكي وهذا تصور قاصر بهذا الشكل فالبكاء رحمة ولغة اعتذار وندم في بعض الأحيان وفيض الدموع يشير إلى مشاعر نبيلة عند الذكور والإناث إذا كانت الدموع تعبر عن أحاسيس نبيلة.
11. الاستفادة من خبرات المتخصصين والأمهات وانتقاء النافع منها فلكل طفل خصوصياته.