

أسئلة وأجوبة عن الغيرة موجهة إلى

د. لطيفة الكندري

انظر جريدة الوطن الاثنين 3 مارس 2011م العدد 12635-7081 السنة 50 ص 49



مديرة المركز الإقليمي للطفولة والأمومة وخبيرة تربوية لدى برنامج الأمم المتحدة الإنمائي وحاصلة على جائزة الدولة التشجيعية في مجال التربية وحاصلة على المرتبة الأولى في جائزة الأم المثالية للأسرة المتميزة

أسئلة الأستاذة هبة الطويل من جريدة الوطن

هل لك ان تتحدثين لنا عن انواع الغيرة بين الاطفال وهل الغيور يشعر بمشاكلته؟



الغيرة نوعان؛ إما طبيعية محمودة وإما سلبية مذمومة. الغيرة المذمومة هي حالة الاستياء التي يشعر بها الفرد تجاه موقف معين لاعتقاده بالخسارة لحق يملكه أو امتياز حصل عليه والغيور صيغة مبالغة أي كثير الغيرة ونقول ولد غيور وأيضاً بنت غيور. وعليه فالغيرة هي الانزعاج من

مشاركة الغير، في حقٍّ من الحقوق. والغيرة في محلها صفة حسنة ودليل شدة المحبة كالغيرة على الدين والوطن والأهل وغيرة الطفل على مكانه ومقتنياته. قال الشاعر:

ما أحسنَ الغيرةَ في حينها * وأقبحَ الغيرةَ في كُلِّ حينٍ

الغيرة عند الأطفال غريزة وطبيعة فعلى المربين ملاحظتهم منعا للنزاع والصراع كما ينبغي استغلال الغيرة لأداء محاسن الأعمال كالمحافظة على سلامة ممتلكاتنا ونظافة الممتلكات العامة. لا ضير من الشعور بالغيرة ولكن الخطر في أن تتحكم الغيرة المدمومة في مسلكنا. من الأهمية بمكان أن ندرك أن الحسد عند الإنسان هو تمنيه زوال النعمة من الآخرين أما الغبطة فهي أن يحب الحصول على نعمة مماثلة يتمتع بها الآخرون دون زوالها عنهم ولهذا فهي محمودة. وتظهر المنافسة عند الطفل عندما يبادر في تجويد عمله كي يتفوق ويتميز عن الأقران وهي محمودة عندما تقترن بالتعاون والتواضع والحب.

إن قصة يوسف عليه السلام تكشف لنا أنواع الغيرة فقد تكون غيرة فردية وقد تكون جماعية . قال تعالى على لسان إخوة يوسف { إِذْ قَالُوا لِيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَىٰ آبَائِنَا مِنَّا وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ آبَاءَنَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ } (يوسف : 8). ويستفاد من الآية الكريمة: الغيرة الجماعية من أشد أنواع الغيرة خطورة وأن الغيور يلوم غيره، وأن الغيرة تولد الكذب والغرور وضعف التفكير كما أن إطفاء نار الغيرة بماء المحبة والصفح الجميل من أفضل سبل العلاج. وأخيرا فإن الغيور قد لا يشعر بغيرته ولا ينتبه لهذه العلة ويزداد في غيرته إذا لم يتم نزع فتيل الانحياز لطفل ضد آخر.

هل صحيح ان الطفل الاول اكثر غيرة من الطفل الذي يليه وما الحل؟

قد يكون ذلك صحيحا في كثير من الحالات حيث يصب الأهل عنايتهم ورعايتهم في صالح



الطفل البكر على حساب من بعده. تظهر الغيرة في الأماكن التي يغيب فيها الاعتدال في عالم الكبار والصغار على حد سواء. كلما شعر الطفل بالظلم زادت احتمالات الغيرة نحو الشخص الذي يشعر أنه يأخذ حقوقه ويجرمه من مشاعر الترحيب به.

لا بد للوالدين من إشراك الطفل الغيور في مساعدة الأم في رعاية الطفل الرضيع فيشعر أن له دورا في البيت وأنه مهم فلا يغار من أخيه الرضيع فهو ليس منافسا بل الرضيع يحتاج لنا من غير أن يمنعنا من اللعب. نشرح للغيور بأسلوب بسيط أن حاجته تختلف عن أخيه الرضيع. ولكي يشعر

الطفل بالأمان فلا بد من التأكيد عمليا على أن حاجاته للحنان والحب واللعب لن تقل بسبب المولود الجديد بل هي في أمان. ومن جهة أخرى يجب أن يدرك الطفل الغيور أنه غير مسموح له ضرب المولود الجديد والاعتداء عليه.

من الحالات التي اطلعت عليها عن قرب تقسيم عمل الأم والأب بين الطفل وأخيه بحيث يشعر الطفلان بالأهمية ويستمتعان بكامل الرعاية. يجب الحذر من الانجراف نحو رعاية أحد الأطفال وإهمال الآخر. يهتم ابني ناصر بحفيدي البكر عبد الله بينما يذهب معظم جهد زوجته عائشة برضيعها بدر وهذا التقسيم الموفق بحمد الله جعلنا لا نشعر بوجود غيره غير طبيعية.

لماذا تنشأ الغيرة ؟



تنشأ الغيرة من فرط المحبة كتدليل الابن البكر. وقد تنشأ الغيرة بسبب الانجذاب نحو أحد الأطفال وتخصيصه بمزيد عناية. وثمة آثار سلبية للثقافة الشعبية أحيانا مرتبطة بحب انجاب الذكور وأضرارها في العالم العربي كبيرة حيث ينال الولد الكثير فذهنية الترحيب بالذكر يوجد ميزانا ظالما من

شأنه أن يولد العديد من العلل الاجتماعية والنفسية الظاهرة والكامنة (المكبوتة). وفيما يلي مجموعة أسباب أخرى تؤدي إلى الغيرة المدمومة: التنافس المدموم بين الأشقاء إلى جانب معتقدات مبنية على الأوهام كالإيمان بوجود عوائق تهدد إشباع الحاجات الأساسية (الحب - الرعاية - الثناء) التي تجعل الطفل يعتقد أن أحدا سينازعه أو حتى يشاركه حاجاته الأساسية. ومن الأسباب أيضا وقوع الظلم على الطفل كأن تؤخذ ألعابه أو يبعد عن المشاركة دون وجه حق. قد يكون الأخ الأكبر المصدر الذي يمارس التمييز ضد إخوانه وأخواته الصغار فتنشأ بوادر الغيرة من ذلك كما أن التعثر الدراسي قد يجعل الطفل يقلل من جهود الناجحين فيتحول التنافس المحمود إلى صراع سافر وغيره مقبلة. قال الشاعر:

حسدوا الفتى إذ لم ينالوا سعيه فالكل أعداء له وخصوم

قد تسبب الأسرة والمدرسة مشكلات لا حصر لها في إهمال الأهل تلبية حاجات الطفل الرئيسية والانصراف عن النظر في احتياجاته مع الانشغال في الإقبال على غيره. يقوم الآباء بتفضيل طفل على آخر ويعقدون مقارنات دائمة (فلان أحسن منك ... لماذا لا تكون مثله؟). يسبب إهمال الأهل للطفل الغيور إلى فتور العلاقات الأسرية فمن الخطر التركيز على عضو واحد من أعضاء الأسرة رغم حاجة الجميع للرعاية الدائمة، والمدح الصادق. إن جهل أعضاء الأسرة بسبل حماية الطفل من شبح الغيرة وعدم الوقاية المستديمة يسبب الوقوع برائن الغيرة. إن تهميش مشاعر الغيرة وتهميش التعبير عن عاطفة الطفل وعدم السماح له بالتنفيس عنها وراء تفانم انفعالات الغيرة وتعاضم المعضلة. وعندما تخص المدرسة مجموعة طلاب وتهمل أخرى فإنها تسمح لبيئتها بالتفكك. إن إدراك الطفل للحوافز المعنوية والجوائز المادية التي لا تصله لكن تصل لغيره بطرق جلية أو خفية تؤدي للاحباط وأحياناً للغيرة فلا بد من تكافؤ الفرص ومراعاة الفروق الفردية لبت هذه الآفة أو على أقل تقدير تقليلها.

ما أهم مظاهر الغيرة على أرض الواقع وما مخاطرها؟

تتنوع صور الغيرة المذمومة وتتفق في خطورتها. من أهم أشكال الغيرة الغضب والكرامية والضيق والعداء فهي من لوازم الغيرة المفرطة. وتظهر الغيرة لدى الرضيع فهو يرفض أن نداعب غيره وتنمو الغيرة ولكنها تأخذ أشكالاً متنوعة (الضرب - الشتم - الوشاية والتحريض) مما يؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس وكبت المشاعر والعزلة وأحياناً رفض الطعام وضعف الشهية. وفي المدرسة تظهر الغيرة عندما يسرق الطفل الغيور كتاب صديقه في المدرسة كي يعاقبه المعلم فلا يحصل على درجات عالية ولا يتفوق عليه. وأخطر أشكال الغيرة العدوان المباشر على مصدر الضرر لدى الطفل الغيور والتخلص منه باليد أو الكيد والتحايل والتلفظ بعبارات التحقير والاستهزاء مع تصيد الأخطاء وتلمس العيوب. ومن هنا يقوم الغيور بإتلاف الألعاب الخاصة بأخيه وعدم احترام ملكية الغير.

ومن صور الغيرة العناد والتمرد والقسوة وضعف الثقة بالنفس والناس بل قد يبلغ الخطر إلى مستويات صحية ومشكلات سلوكية مثل التبول اللاإرادي وقضم الأظافر، ومص الأصابع. قد تؤثر الغيرة الشديدة في صحة الطفل العضوية فيعاني من الصداع والاضطرابات المعوية. ومن المشكلات الأخلاقية المرتبطة بالغيرة الكذب والافتراء فيزعم الغيور أن الذي يغار منه أساء إليه والشعور بأن الناس ضده مما يسبب الشك السلبي الذي يولد توتر العلاقات مع الآخرين. وفي بعض الأحيان يمكن أن يقوم الغيور بحركات غريبة من مثل تقليد الطفل الذي يغار منه فيقلده في كلماته وتصرفاته وصوته كي يستقطب عطف الآخرين بل قد يطالب بالرضاعة أو ارتداء الحفاضات أو أن تطعمه الأم بنفسها رغم عدم احتياجه لهذه المطالب فهذه سلوكيات طفولية لا تناسب عمره ولكنها حيلة دفاعية لاستدراز العطف.

كيف تتعامل الام مع غيرة ابنائها ؟

لا بد للأبوين من تحديد الأسباب ومعالجتها فإن الوعي بالمشكلة ورصد البدايات من أهم مراحل حل المشكلات. ولا شك أن الوقاية من المشكلة تكون عبر تهيئة الأسرة للمولود الجديد. ومن الأهمية بمكان ترك الكلمات والمقارنات السلبية التي يستخدمها الآباء والأمهات: "أخوك يحافظ على ألعابه أكثر منك" "أنت حساس جداً وتغار من أخيك دائماً" "لماذا لا تفعل مثل صديقك فلان؟" "فلان أفضل منك". تحتاج الأسرة دائماً إلى تصويب المعتقدات الخاطئة فكلما أدرك الغيور أن مخاوفه نابعة من أوهام لا أساس لها خفت غيرته وتبددت أحزانه وأدرك أنه على باطل. صرف انتباه الطفل الغيور من الأشخاص إلى الحقائق, فعندما يقول الطفل بأن قطعة الخبز التي عند أخته أكبر من قطعتة فإننا نؤكد له أنه سوف يحصل على المزيد من الخبز إذا لم يشبع, فهنا صرفنا انتباهه من التركيز على المقارنة إلى التفكير باحتياجاته, كما أكدنا له حرصنا على تحقيق رغبات الجميع قدر المستطاع. للوقاية من داء الغيرة لا بد للوالدين من تحقيق العدالة في التعامل مع البنين والبنات والصغار والكبار ففي كثير من الأحيان يكون الكبار سبب المشاكل عبر سلوكياتهم غير الموزونة.

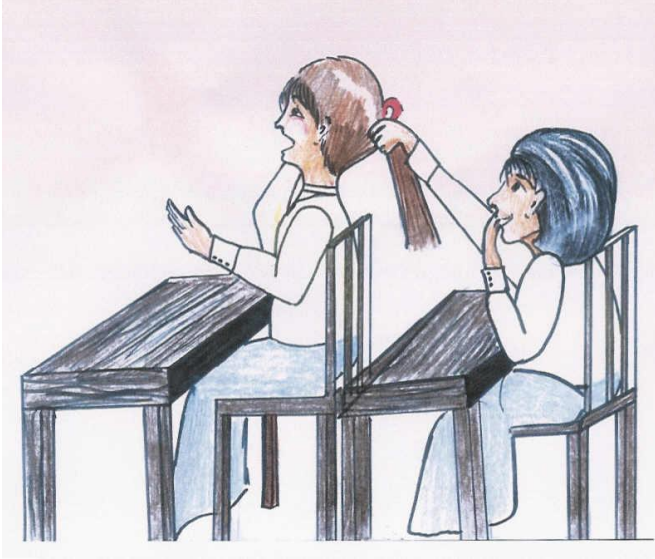


يتطلب من الوالدين تشجيع الأبناء والبنات على معالجة مشاكلهم اليومية العادية بطرقهم الخاصة ودون تدخل الكبار لمعاينة المخطئ إلا إذا تطلب الأمر. الأسرة السعيدة هي الأسرة التي توفر حبا غير مشروط لا يرتبط بسن الطفل أو جنسه أو امكاناته أو شكله بل

تقدم الحب الوافر لأن طفلهم هو قدرهم وطفلتهم هبة إلهية وجميعهم منحة ربانية.

إننا نفرق أحيانا بين أبنائنا لأسباب وجيهة فنخصصهم بمزيد رعاية أثناء حالة المرض مثلا ولكن الأصل أن الجميع ينال الرعاية والحب ولا مجال للتفاضل بين الأبناء والبنات.

كيف تتعامل المدرسة (الأبلّة) مع غيرة الاطفال في الفصل لديها ؟



1. التوسط في تكريم المتفوقين وإعطاء الهدايا كي لا نثير مشاعر الغرور أو الغيرة فالمبالغة سبب معظم النقم الظاهرة والباطنة.

2. تدريب الطفل على اللعب الجماعي وتعويدته على التعاون والمشاركة وأنه متميز وهذه الموضوعات من أهم مواضيع مهارات الحياة.

3. رواية قصص تقرب مفهوم

المشاركة مع الإخوة

والأخوات والأصدقاء والجيران مع بيان دورهم في مساعدته وسعادته. وفي المقابل لا بد من رواية القصة التي تدم الغيرة المدمومة وكشف نهايتها الأليمة.

4. تشجيع الطفل على ممارسة هواياته واكتشاف ذاته مما أجل التنافس الذاتي فيحب الإنسان

أن يتفوق على نفسه فلا يقنع بما عنده بل يسعى لتطوير نفسه دائما.

5. ترك المفاضلة وتحاشي المقارنات إذا كانت تؤدي لمفاسد "أنت أفضل من فلان" فكل طفل مسخر لما خلق له وعليه أن يستبق الخيرات ويبدل الأسباب. تقوم التربية الإسلامية على الإيمان بالفروق الفردية ورعاية المواهب الإنسانية وتشغيل الطاقات المعطلة. قال تعالى "وَلِكُلِّ وِجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّيَهَا فَاسْتَبِقُوا الْحَيْرَاتِ" (سورة البقرة: 138) وهذه الآية الكريمة تتطابق مع توجيه النبي صلى الله عليه وسلم "كل امرئ مهيأ لما خلق له". فكل إنسان يمضي حسب قدراته فيحقق ما يستطيع دون تعنيف وهذا ركائز التربية الحديثة.

6. تحويل الحالات المتعسرة إلى الإحصائية لمعالجتها قبل تفاقمها.



كيف يتم توفير جو تنافسي صحي دون الحاجة الى الاستفزاز او الغيرة ؟

الغيرة المدمومة هي كراهية مشاركة الغير، في حقّ من الحقوق أو امتياز يتمتع به الفرد مما يولد الأنانية وضعف الثقة بالنفس. الغيرة الزائدة انفعال سلبي قد ينتاب الطفل في مرحلة من مراحل حياته ولا بد من تكوين الوعي الفوري المبكر بمستوى التحدي ومعرفة العوامل المسببة للغيرة كظاهرة طارئة لإزالتها ومعالجتها والوقاية منها بما يتناسب مع ظروف كل حالة على حدة. الغفلة عن رصد الأحداث داخل المنزل من أهم عوامل تنامي مشاعر الغيرة كما أن التجاهل المستمر لفهم معاناة الأطفال وأحاسيسهم من أكبر العوائق التي تواجه الآباء والأمهات في تعاملهم مع المشكلات اليومية مما يؤدي إلى نشوب مشكلات لا حصر لها ويصعب حلها لاحقاً. يساهم الأهل بصورة مباشرة أو غير مباشرة في زيادة حدة الغيرة وذلك من خلال تسفيه مشاعر الطفل الغيور أو علاج الأمر بطريقة علنية قاسية لا تتفق مع أساسيات التربية السليمة التي تقوم على الرفق، والتفهم، والصبر والتدرج في العلاج.

هناك عدة وسائل لتعزيز الصحة النفسية في مؤسساتنا المعنية بالتنشئة الاجتماعية فيما يلي اشارة

لبعضها:

1. التعريف بحدود المنافسة المحمودة والسماح بالغيرة المعقولة وذم الغيرة المرضية بأسلوب يناسب عمر الطفل وثقافته.
2. السماح للطفل بالتنفيس عن مشاعر الغيرة طالما أنها لا تتضمن الضرر فالتوبيخ العلني والاستخفاف بمشاعر الطفل الغيور من أسباب تفاقم المشكلات. الكبت من أهم أسباب غليان تلك المشاعر.
3. بناء الثقة وتقبل النفس والتواصل الإيجابي والتقدير المستمر والإحساس بالأمان كي يشعر الطفل أنه محبوب.
4. التغافل عن بعض أشكال الغيرة فلا مانع من الاستجابة لمطالب الطفل الغيور في بعض الأحيان فإذا أصر على أن تقوم الأم بنفسها بإطعامه فلا بأس بفعل ذلك لبعض الوقت. هذه المداراة مهمة في تربية الأطفال على وجه الخصوص. المداراة: من الأخلاق الحميدة للمربين وذلك لاستمالة نفوس الأطفال وتأليف قلوبهم. المداراة تعني التدرج في التعامل مع الناس والحلم معهم والتلطف بهم بشرط أن لا يترتب على المداراة مفاسد كبيرة. أما المداينة فتعني التنازل عن المبادئ ومن ثمة قيل:

اتسعت دار من يداري وضافت دار من يماري" وعلى الأسرة أن تؤدب الطفل كي يتعامل مع إخوته وأقرانه بنحو مداراة ورفق ومواساة وسعة صدر واحتمال كما تستخدم المداراة لانتقاء الشرور بروية أو لإصلاح الأمور بحكمة.

هل الغيرة وراثية ؟

يملك الإنسان قوة هائلة لتغيير طبائعه. تلعب التربية وعلى رأسها التربية الأسرية دورا حاسما في تزيكية الفرد، وتشكيل شخصيته، وتحديد توجهاته، وتكوين طبائعه. **الفكر هو الذي يكوّن العادات، والعادات هي التي تقود سلوكنا فإذا أردنا تغيير السلوك فلا بد من تعديل الفكر وتنميته ثم العادات.** هذه الرؤية أساس لإزالة الخلل في تصورات أو سلوكيات الإنسان ومن غير ذلك المبدأ الواضح تضيع التنشئة السليمة لولدنا بل لأنفسنا ونحسر مستقبل مجتمعنا. لا يستطيع الانسان تعديل طبائعه من المعتقدات السلبية لأن التغيير الحقيقي يكون من النفس ذاتها ومن يتحرى الخير لنفسه ولأبنائه وبناته ومجتمعه فالله ييسر له والله هو الموفق.

اليوم متطلبات الطفل الثانوية اضحت تثقل الاسرة ماديا من اجهزة العاب وتلفونات وشنط وهدايا وغيرها كيف للاسرة ان تتفادي هذه الخسارات الفادحة دون التأثير على نفسية الطفل وعلى النمو الذهني وعلى ميزانية الاسرة ؟

أتفق معك تماما فإن الذي تقولينه يشكل تحديا حقيقيا للأسرة وإدارتها اقتصاديا. إن غياب الإدارة الحكيمة في شراء الكماليات من أسباب الغيرة بين الأشقاء ومن الحكمة توفير حاجيات الطفل حسب المرحلة العمرية وفي ضوء ميزانية الأسرة وبما لا يثير الحساسية بين الأخوة. وهكذا فإن من المهم اليوم أن نعلم الطفل كيف يفكر لنفسه ويحافظ على ممتلكاته ويتعامل بذكاء مع مصروفه المالي فيشتري وفق مبادئ معلومة ويمكن أن يقترض من أخيه - في أضييق الظروف - على أساس أخلاقيات الواجبات والحقوق وبكامل رغبة وحرية الطرفين. ينبغي أن ينمي الوالدان في الطفل مجموعة قيم اقتصادية تحمي مستقبل الأسرة ومصصلحة الفرد ومن ذلك تدريب الطفل في أن **يجعل أمواله توازي آماله ويدير موارده بواقعية.** وتدريب الأطفال على تداول المفردات الاقتصادية (الميزانية - المصروف - الراتب - الادخار - الاستثمار - القرض - الصدقة) والعمل بما ينميها ويمنع من الإساءة. إن الطفل الذي يصرف أكثر مما يملك لا يستحق الثواب ولا بد من تأنيبه على اسرافه وإلا سيقوم اخوته بتقليده أو الغيرة منه.

التميز بين الاحتياجات والرغبات؛ الأولى هي الأولى. الاحتياجات فورية لا يمكن تأجيلها أما الرغبات يمكن التدرج في تحقيقها أو تأخير أو إنجازها. ليس كل ما يطلبه الأبناء نلبيه على الفور دون أن نسألهم هل هذا الطلب أو اللبس تحتاجه لأن المدرسة طلبت منك هذا اللون أم مجرد رغبة في لبس هذا اللون فإن كانت حاجة ضرورية مرتبطة بتثقيفه والمدرسة وفرناها بأسرع وقت، فإن لم يكن الأمر كذلك نلبي له ما يريد على التراخي، وإن كانت الميزانية الشهرية لا تسمح وعدناه بتلبية الشراء لاحقا. إن معرفة سلم الأولويات والتفريق بين الضرورات والكماليات في غاية البساطة إذا نجحنا في تنفيذها بحزم ودرينا الأبناء عليها.

إن ارتفاع الأسعار أصبح يصيب الجميع بالقلق وإن كثرة المغريات وسيل الإعلانات التجارية وتسهيل القروض البنكية قد تجعل الكثير يجاربهها وينجذب نحوها دون وعي، ويقع بجائلها من غير أن يعلم باستثناء من عرف فنون التوفير واتخذ من تدوين الخطط المالية مرجعا لمسلكه، وتكوين عادات التوفير منهجا لحياته، والتواصي على الترشيد منهلا لأسرته، وبذلك السلوك الراشد يعز شأن الأوطان ويرقى الإنسان.

من أهم التوجيهات الراشدة في وضع ميزانية الأسرة المالية العدل في توزيع الميزانية بلا تفرقة بين الذكر والأنثى إلا لسبب واضح، وعدم التمييز بين الأبناء إلا لمبررات وجيهة يقدرها الجميع ويتفهمها الكل.

من الجميل أن يتصرف الطفل بمصروفة على أساس الحرية الفردية ومن الأجل والأكمل أن يدرك أن الحرية تعني المسؤولية وإعمال العقل فإن شراء ما نريد دون ضوابط هو خطأ جسيم يؤثر في نضج الشخصية. إن التحاور مع أبنائنا حول هذه المعاني في غاية الأهمية. ليس كل ما نشتهيه نشتره بل نشتره ما نحتاجه لمصلحة معلومة لا مشاعر موهومة، ونشتره ما يكون له سببا وجيها وفي حدود المصروف المرصود مسبقا وبعد دراسة كافية لجودة المنتج المراد الحصول عليه. العدالة أن نعطي كل ذي حق حقه في المصروفات المالية والتصرفات اليومية كي نكون قدوة حسنة ونمنع مسببات الغيرة المذمومة وقديما قالوا الدفع أقوى من الرفع بمعنى الوقاية خير من العلاج. إن حبنا لأطفالنا لا يعني الانحراف نحو شراء كل ما يطلبون ولا يعني أبدا التفريق بينهم في توزيع ميزانية الأسرة حيث للأسف ينال الولد الأكبر نصيب الأسد بلا رقيب أو حسيب.