

## الخوف عند الاطفال

### تعريف الخوف

حاله نفسيه ودانيه يصاب بها الطفل عندمت يتسبب مؤثر خارجي في احساسه بالخطر هو تعبير في الحفاظ علي الذات (الخوف علي نفسه)

وايضا هو خوف مكتسب احيانا بمعني ان الاولاد في حاله خوف الاب او الام من شئ فالطفل لا شعوريا يقلد من حوله

### انواع الخوف

1 خوف عادي 2 خوف مرضي

### الخوف العادي

شعور طبيعي يحسه كل انسان بالغ او طفل ان يخاف من الاشياء التي يخاف منها غيره او نفسه في نفس عمره مثل الخوف من الموت

### الخوف المرضي

هذا الخوف يكون غير طبيعي وزائد عن حده مثل

- 1- الخوف من الحيوانات والحشرات وهذه اشياء مرئيه موضوعيه
- 2- الخوف من الاماكن تكون مرتبطه باشياء مرعبه مثل الدكتور أو الحضانه والمدرسه في الاول
- 3- الخوف من الهواجس كالأشياء التي لا تري كالعفاريت والجن
- 4- الخوف من فقدان الثقة مثل الخوف من الضيوف والامتحانات
- 5- الخوف من العداوة والنقد مثل الخوف من مشاعر الغضب التي تنتاب الكبار او اصواتهم العاليه

### أسباب الخوف

تزيد اسباب الخوف في الحالات الاتيه

# قمع انفعال الخوف : بعض الاباء يخشي علي ابنه ان يكون خوافا فيعاقب ابنه علي ذلك او يجبره علي فعل ما يخاف منه

#السخرية من الطفل الخائف وعدم تدريبه لان الخوف يتكون داخل الطفل من جهله بحقيقه الاشياء

# تخويف الطفل يلجاء بعض الكبار الي تخويف الطفل كي يمارس العمل الذي يطلبونه منه

## العلاج واساليب المواجهه

اولا التفاهم مع الطفل عن الشئ الذي يخاف منه 0000

لouxاف من شئ لأول وهله يجب مواجهته والتفاهم مع الطفل حول هذا الشئ المخيف ويضعه مع الطفل غي مستواه الصحيح مع تقليل حجم الشئ المخيف

ثانيا : تدريب الطفل علي مواجهه مصادر الخوف بعد موافقته

وهنا يستخدم استراتيجيه التعرض التدريجي لمواجهه المخاوف عند الطفل

ثالثا: محاوله اتران وتماسك الوالدين في المواقف الصعبه ويكون السلوك خالي دائما الذعر

رابعا:مراقبه النموذج الجيد والمكافاهه علي تقليده :

بتعويد الاطفال علي مشاهده اطفال لا يعانون من الفزع او الخوف مع كلام التعزيز والتشجيع

خامسا واهم شئ ابعاد الطفل مؤقتا عن مثيرات الخوف

## الكذب عند الاطفال

### تعريف الكذب

ذكر شئ غير حقيقي مع معرفه وادراك ذلك

### أنواع الكذب وأسبابه

#### اولا اسبابه

- 1- يكذب الطفل للتخلص من العقاب 70% منهم يرجع للخوف من العقاب
- 2- يكذب الطفل لانه تعلم من ابيه و امه الكذب
- 3- يكذب الطفل لكسب اهتمام وتقدير المحيطين به

#### فروعه واشكاله

- 1- الكذب الانتقامي ليوقع الاذي بطفل اخر
- 2- الكذب الدفاعي :يكذب ليدافع عن نفسه وابعاد الاذي عنه وذلك بانكار الاشياء
- 3- الكذب الادعائي : ليعوض شعور بالنقص عنده وهو عند الكبار ايضا
- 4- الكذب الاناني : يكذب ليحقق مصلحه لنفسه
- 5- كذب خيالي : يتخيل الطفل الاشياء الغرض منها التسليه
- 6- الكذب بدافع الخوف
- 7- الكذب الانتقامي : لينتقم من من يغير منه من اخواته او اصحاب المدرسه
- 8- كذب العناد: يكذب الطفل ليعاند احد والديه
- 9- كذب التقليد : تقليد الابهاء
- 10- الكذب المبالغ فيه : كالخوف علي الاخوات لينال رضاء والديه

## العلاج

اولا البيئه ثم البيئه تكون صالحه وقدوة حسنه

ثانيا لو اعترف الطفل بذنبه فلا داعي للقصاص بل يجب مكافئته اذا اعترف بالحقيقه والتسامح مع شرح الاخطاء

ثالثا بعض الاراء تري انه لا تترك الطفل يمرر كذبه علي الاهل لان ذلك يزيد من كذبه

ولابد ان نعرفه اننا عرفنا كذبتة

رابعا اطفال الخيال يجب ان نعرفهم الفرق بين الحقيقه والخيال واشباع حاجات الطفل بقدر المستطاع

## السرقه عند الاطفال

### تعريفها

هو ان يحصل علي مايملكه الاخرين ومع علمه بانها ليست ملكا له

### مشكله السرقه

مفهوم حقوق الملكية للطفل في هذه المرحله شئ مهم وان الاسره الواحده فيها اشياء يمتلكها جميعهم واشياء يمتلكها اشخاص بعينهم ( ملكيه خاصه )

### من وجهه نظر الطفل

نجد ان الطفل لا يعرف فروق الملكية وانه ممكن ان ياخذ شئ من السوبر ماركت او الروضه اقليم والوان دون التفرقه بلمن تكون ( هنا يجب تعريف الملكية الخاصه )

### اسباب السرقه

- 1- سد حاجه ضروري هو اسباع غريزه عنده لايسطيع ان يمتلكها الا بالسرقه
- 2- اثبات الذات امام الزملاء من خلال اشعارهم بانهم قادر علي مجاراتهم في النفقات او المكانه الاجتماعيه
- 3- الانتقام من الذين يكرههم او يحقد عليهم فلا يجد الا السرقه وسيله لتحقيق كيده لهم
- 4- فقدان الشعور بالامن والرعايه والاستقرار نتيجته التفكك والاضطرابات فيقزم بالسرقه لفت انتباه الوالدين كأسلوب لا شعوري في اشباع حاجته الي الامن
- 5- تقصير الاباء وسكوتهم عن استمرار هذا السلوك الشاذ بتبريرهم الخاطئ بان الطفل لا يزال صغيرا ودون معاقبته علي فعلته
- 6- تأثر الاطفال ببعض الافلام والمسلسلات التي يظهر فيه اللص بمظهر البطل الذي يتمتع بالسلطه والقوة
- 7- سوء التربيه الاسريه التي لا تعود الطفل علي الاحترام ملكيه الاخرين وتخليصه من الاتانيه الزائده الي محو اليه الاستحواذ علي كل شئ لنفسه لوكانت ملكا لغيره

### اساليب مواجهه السرقه

اولا معرفه الاسباب التي من اجلها حدثت السرقه من حيث معرفه حياه الطفل ( نفسه - انفعاليه - عاديه )

- مساعده الصغير علي دفع او رد السرقه
- تصرف الاباء فورا في الامر حتي لا يصل الطفل لدرجه المتعه التي تعطيها السرقه
- احترام مايمتلكه الطفل حتي نعلمه احترام ملكيه الاخرين
- تعزيز المعايير الدينيه والاخلاقيه عند الطفل وايضا القدوه
- بالنسبه للافلام التي يشاهدونها اختيار مايشاهدونه
- في حاله ارجاع المسروقات لاينبغي علي الوالدين اثاره الموضوع مره اخرى
- لوكانت متواصله فهي في هذه الحاله علام هان اسبابها وجود مشاكل اكبر خطوره في النمو العاطفي للطفل او مشكله اسريه

## التبول اللارادي

هو تبول من الاولاد في سن كنا ننتظر فيه ان يكونوا قد تعودوا علي ضبط جهازهم البولي ويختلف هذا السن من طفل لآخر يرجع بعضها الي

- 1- حساسيه الجهاز البولي
- 2- حجم المثانه
- 3- الحاله النفسيه

والسن الذي يتوقع فيها ان يتحكم الطفل بمثانته هو سن الرابعه وعند بلوغ هذا السن تصبح له القدره في التحكم الارادي في التبول

تصل نسبه التبول الي 30% في سن الرابعه و 10% في سن السادسه و 3% في سن 12 سنه و 1% في سن 18

وممكن ان يكون اوليا وهو عدم قدره الطفل علي ضبط عمله التبول منذ ولادته  
او ثانويا هو اعاده تبول الطفل بعد ضبط المثانه لا سباب نفسيه او عضويه  
اسباب عضويه بنسبه 2/1 % واسباب نفسيه بنسبه 98% لوجود عوامل اجتماعيه وتربويه

#### اسباب نفسيه

من اهم الاسباب النفسيه

- 1- الخوف ( من الظلام – من التهديد – سماع قصه مرعبه او فيلم رعب - )
- 2- الغيره ( في حاله وجود طفل قادم جديد وخوفه من فقد اهتمام والديه ) نجد في عدد كثير من هذه الحالات رغبه الطفل في ( النكوص ) حتي يتمتع برعايه الام مره اخرى ويصاحب الطفل كثير من حالات ( الخجل – الميل الي الانزواء- التهتهه –النوبه العصبيه الاحلام المزعجه
- 3- المشاجرات والمشاحنات العائليه
- 4- القسوة والضرب من احد الابويين
- 5- نقص الحب والحرمان العاطفي
- 6- القلق من شئ سيحدث له لاول مره ( كدخول المدرسه – الذهاب الي الطبيب )

#### اسباب اجتماعيه

- 1- الاهمال في تدريب الطفل علي استخدام المراض والتحكم في البول
- 2- التدريب المبكر علي التحكم في البول
- 3- التفكك الاسري

#### العلاج

- 1- التقليل من المشروبات وخصوصا قبل النوم
- 2- يمكن استخدامه الساعه البيولوجيه للجسم بحيث ان يستيقظ الطفل في ساعه معينه كل ليله
- 3- السيطرة علي توتر الطفل والتخلص من القلق بشتي الطرق
- 4- توفير الاجواء الهادئه وبعد الطفل عن المشاحنات العائليه
- 5- تحذير اخواته من عدم السخريه من الطفل
- 6- اعطاء الطفل النقه بالنفس وترديد عبارات المدح والثناء عل السلوكيات الجيده التي يفعلها
- 7- منع التوابل الحارقه والموايح وعدم الافراط في السكريات
- 8- اخر ميعاد لشرب السوائل قبل النوم 3 ساعات علي الاقل
- 9- نحضر ملابس بديله للطفل بجواره وتشجيعه علي تبيلها بمفرده في حاله التبول حتي يشعر بالمسئوليه
- 10- عند ايقاظ الطفل لقضاء حاجته لابد ان يكون الايقاظ كامل ويكون علي وعي كامل
- 11- تشجيع الطفل في حاله عدم بلل فراشه والثناء عليه
- 12- الانتباه للافلام التي يراها الطفل قبل نومه
- 13- تدريبات المثانه في الصباح
- 14- الحنان والحب ثم الحنان والحب والمشاعر العاطفيه نحو الطفل والشعور بالامان حل انجح لكل المشاكل

#### العدوان عند الاطفال والطفل العدواني

هو سلوك يعبر عن رد فعل يهدف الي ايقاع الاذي او الضرر والالم بالذات والآخرين ان كان انسان او حيوان او ممتلكات وتحطيم الاشياء

## مظاهر السلوك العدواني

### 1 – العدوان الجسدي

هو مظاهر ضرر بالغير او بالذات ويهدف هذا الايذاء الي خلق شعور بالخوف مثل ( الضرب – الدفع – الركل – شد الشعرة وغيره )

### 2 – العدوان اللفظي

هو الكلام الذي يحدث عند الغضب والشتم والسخرية والتهديد

### 3 – العدوان الرمزي

هو تعبير غير لفظي عن احتقار الافراد وتوجيه الالهانه اليهم

## انواع العدوان

### العدوان الغير ظاهر

كعدوان الطفل عندما يلد له اخ صغير ( يكيد له ويغير منه ويمكن ان يضربه او بقرصه دون ان يراه احد )

### العدوان الظاهر

من الضرب والسب وغيره ويكون واضح الالهانه والشتم ونوبات الغضب

### عدوان سلبي

العناد

### العدوان المرتد علي الذات

يحدث في بعض الحالات الخطر هاذ لم يجد الفرد وسيله ليصرف شحنته العدوانيه و تفرغها في العالم الخارجي يتحول علي نفسه مثل ( خبط الرأس في الحائط والطم وضرب الرأس باليد وعض اليدين

## اسباب العدوان

- 1- اخطاء يرتكبها المحيطون مثل سلوكيات الاهل يكون لهم السبب الاول فيه هو تشجيع الطفل علي فعل الاشياء الخاطئه ( اضرب اللي يضربك او اضرب اخو كاو اشتم )
- 2- تعرض الطفل للسلوك العدواني فيصبح عدواني بطبعه مثل كثره ضغط الوالدين او الضرب الكثير له في البيت كان او في المدرسه
- 3- الاحباط وما يعانیه الفرد من الحرمان
- 4- التنبذ والاحساس به وعدم الحب الامان

## طرق ضبط السلوك العدواني

- 1- التعزيز السلبي وتعزيز السلوكيات الاجتماعيه المرغوب فيها وتجاهل السلوكيات الغير مرغوب فيها
- 2- ابعاد الطفل عن القدوة السيئه التي يتعامل معها من اصدقاء او تليفزيون
- 3- ابعاد الطفل عن النزاعات الاسريه
- 4- الحرمان المؤقت من اللعب ( في حاله الطفل العدواني مع الجماعه يوقف اللعب معهم )
- 5- تعليم الطفل علي المهارات الاجتماعيه وتدريبه علي الاسترخاء
- 6- اسلوب العزل وهو نوع من انواع العقاب
- 7- التصحيح الزائد ( هي استراتيجيه مهمه التنفيذ بالنسبه لسلوك المخرب ) وتشمل
  - تحذير الطفل العدواني لفظا الا يفعل ذلك
  - الممارسه الايجابيه وتشمل ان يرفع يده الذي ضرب بها الطفل الاخر يرفعها وينزلها عشر مرات او اكثر مثلا بعد هذا السلوك
  - في حاله التخريب يعيد ترتيب ما فعله
  - النمذجه ( استراتيجيه ) وايضا تبادل الادوار
  - الطرق البديله لتفريغ العدوان ( اللعب – الرياضه – التريينات اهمها السباحه )