مشاعر العطف أهم من المغالاة في التمجيد

الإفراط في مدح الطفل يضعف مهاراته ويغذي نرجسيته

المبالغة في تفخيم خصال الأطفال تفقدهم التعاطف مع الآخر

يؤكد اختصاصيو علم نفس الطفل والمراهق على أهمية المديح والتشجيع والعبارات الرقيقة في بناء شخصية الأطفال مهما اختلفت أعمارهم، ويعتبرونها من أهم وسائل التواصل بين الآباء والأبناء، لكنهم يحذرون من المبالغة فيها لأنها تحفز شعورهم بالنرجسية.

راضية القيزاني
كاتبة تونسية

عادة ما يبالغ الآباء في مدح أبنائهم بغاية الرفع من معنوياتهم، لكن هذا الأسلوب في التعامل قد يضر بالطفل فيجعله فاشلا في بناء المهارات التي تدعم طموحاته وتطورها، وفق ما يؤكده المختصون في علم النفس.

ويشير علماء النفس إلى أن الأسلوب التربوي الحديث قد غذى الغرور عند الأطفال وساهم في تعزيز النرجسية لديهم، وهو ما يفسر أن شباب اليوم يعمل أقل ويتوقع الحصول على الكثير.

وقد أظهرت دراسة هولندية نشرها باحثو جامعة أمستردام في مجلة "بروسيدنجز" التابعة للأكاديمية الأميركية للعلوم أن المغالاة في تمجيد الطفل بصورة مستمرة تحفز إصابته بالنرجسية.

وبينت الدراسة أن الأطفال الذين يتسمون بالنرجسية هم الذين يتعامل معهم آباؤهم على أنهم شيء مميز وأفضل من غيرهم، لكن هذا التميز ليس بالمفهوم الإيجابي الذي يطمحون إليه.

ولإجراء هذه الدراسة، قام مجموعة من علماء النفس والعلماء التربويون بطرح أسئلة على 565 طفلا هولنديا تتراوح أعمارهم بين 7 و11 عاما وكذلك على آبائهم بمعدل كل ستة أشهر على مدار عامين.

وتبين من ذلك أن الأطفال الذين صرح آباؤهم أنهم "أفضل من غيرهم" أو "أنهم يستحقون شيئا غير عادي في الحياة" كانوا أكثر نرجسية من بقية الأطفال، حيث تراجعت قدرتهم على المشاركة الوجدانية مع غيرهم، كما اتسموا بحساسية مفرطة تجاه النقد.

وفي الوقت ذاته أكد الباحثون أن النرجسية لا تعني زيادة الشعور بقيمة الذات وشددوا على ضرورة عدم الخلط بينهما، مشيرين إلى أن الشعور بقيمة الذات ارتفع لدى الأطفال الذين أغدق عليهم آباؤهم مشاعر العطف والحنان بدلا من المغالاة في تمجيدهم.

وأكد الخبراء على أن الطفل النرجسي يعتقد أنه يمتلك مواهب أو قدرات استثنائية. وتنعكس وجهة نظره الخاصة بالتفوق على الآخرين من خلال التكبر عليهم.

وأشار أحمد الأبيض المختص في علم النفس إلى أن الإفراط في مديح الطفل يوقعه في الغرور ويجعله متمركزا حول ذاته، محذرا الآباء من ذلك.

وقال الأبيض لـ"العرب" إن فرط المدح يعيق الطفل عن التواصل مع الآخرين ويعزز نرجسيته ويجعله غير قادر على اكتشاف نواقصه وعلاجها.

وأضاف أن المبالغة في الاطراء والمدح يولدان طفلا متشددا لا يمتثل إلى القانون، مشيرا إلى أن الأصل في التنشئة السليمة هو مدح الطفل وإظهار محاسنه وشكره على كل مجهود يقوم به، لكن دون الوقوع في المبالغة.

كما أكدت سماح العكرمي أستاذة اللغة الفرنسية والدارسة لتعليم الطفل أن الآباء يتحملون كامل المسؤولية في جعل أبنائهم أطفالا نرجسيين وذلك لأنهم بالغوا في مدحهم وتوفير كل متطلباتهم.

وقالت لـ"العرب" "يتميز الأطفال النرجسيون بالتعالي عن زملائهم وعدم احترام معلميهم وحتى وإن حصلوا على معدلات ممتازة فإنهم يظلون غير قادرين على التواصل بطريقة إيجابية مع أقرانهم".

وحذرت من المبالغة في جعل الطفل يشعر أنه مركز الاهتمام وأن لا طفل آخر يضاهيه في قدراته ، لأن ذلك سيؤثر سلبا عليه في المستقبل.

كما أشار الخبراء إلى أن الطفل الذي بالغ أبواه في تمجيده لا يستطيع التعبير عن التعاطف تجاه الآخرين، أو الشعور بالدفء نحوهم بسبب تشوه إحساسه بنفسه، لافتين إلى أن الطفل النرجسي لا يظهر أي مشاعر ندم عندما يؤذي الآخرين وأنه حتى خلال اللعب يصرّ على أن يكون الأول ويشعر بالتوتر عندما يدرك أنه لن يكون الفائز.

> الأطفال الذين يتسمون بالنرجسية هم الذين يتعامل معهم آباؤهم على أنهم مميزون وأفضل من غيرهم، لكن هذا التميز ليس بالمفهوم الإيجابي الذي يطمحون إليه

وقد يستحوذ على الطفل شعور بالتميّز أو يتوقع أن الحياة سوف تكون سهلة بالنسبة إليه، مما يجعله غير مستعد لتحديات الواقع التي سوف يواجهها.

وكشفت بعض الدراسات أن المديح وبناء الشخصية بشكل غير سليم يجعلان الأطفال يشعرون بأن عليهم أن يكونوا رائعين حتى يتقبلهم المجتمع المحيط بهم، مما يعزز لديهم إحساسهم بعدم أهليتهم.

وبينت الدراسة أن هذا الإحساس يشوش أفكارهم لأنهم يظنون أن قدراتهم أقل مما يظنه الأهل ويتوقعونه وهو ما يولد لديهم شعورا بعدم الأمان وبعدم الثقة، وبالتالي يتراجعون عن أي عمل يقومون به.

وقد يشعر الأطفال أيضا بأن قدراتهم زائفة فيخشون من الفشل، ومن ألا يكونوا على قدر توقّعات أهلهم المجسّدة في المديح.

ويشير علماء النفس إلى أن الآباء عندما يلبون رغبات أطفالهم من غير حدود، فإنهم عن غير قصد يخفون الصورة الحقيقية للعالم ولما يمكن أن يواجهه الطفل عندما يكبر. ويؤكدون أن الاهتمام المفرط بتفاصيل حياة الأبناء يمكن أن يضرهم أكثر مما ينفعهم وأن الأهل الذين يبالغون في تدليل أبنائهم ومدحهم لأبسط عمل يقومون به يعيقون تطور شخصيتهم فيصابون بالخيبة عند مواجهة المشكلات.

كما كشف خبراء أن المديح المبالغ فيه له تأثير عكسي إذا انتُقد الأطفال على أمر كانوا قد تلقوا فيه من قبل مديحا وثناء كثيرا من آبائهم، على الرغم من تأكيدهم على أن المديح والثناء على الأطفال يمنحانهم ارتياحا نفسيا كبيرا.

وأوضحوا أنه يترسخ عند الطفل على سبيل المثال انطباع بأنه يرسم جيدا إذا كان مديح الوالدين مبالغا فيه عن صورة شجرة رسمها، وإذا تعرض الطفل في ما بعد إلى انتقاد عن هذه الصورة فإن ذلك يمكن أن يولد عنده إحباطا وضغطا نفسيا.

وشددوا على ضرورة أن يكون المديح مصحوبا بتفسيرات ومبررات وألا يكون عشوائيا، كأن يَذكر الوالدان في مديحهما بأن الشجرة التي رسمها طفلهما لديها أوراق جميلة ما يُعزز عند الطفل الانطباع بأن الوالدين مهتمان بما يفعله.

كما بينوا أن الأطفال الذين يتلقون مديحا مبالغا فيه يتأثرون بالانتقادات أكثر من الأطفال الذين يتلقون مديحا مصحوبا بتفسيرات وشروحات من آبائهم.

الفايروس الذي يمتلك عزة نفس

نهى الصراف
كاتبة عراقية

يقال إن لفايروس كورونا عزة نفس، فهو لا يأتي لزيارتك في المنزل إلا بدعوة شخصية وإلحاح من جانبك. هذه المزحة تبدو معقولة إلى حد ما لتمرير فكرة العزل أو الحجر المنزلي الاختياري أو القسري، فهو الطريقة الوحيدة المتاحة للتعامل مع شراسة ضيف غير مرغوب فيه يحاول الدخول إلى حياتك عنوة، وإخافة أحبائك وأفراد أسرتك.

لكن فكرة العزلة قد تبدو مخيفة في حد ذاتها لمن لم يعتدها، العزلة بمعنى المكوث طويلا في مكان واحد بعيد في الغالب عن خط سير الطبيعة التي تضج بالحياة خارج مكان العزلة؛ الشمس والهواء، الضوء، صوت العصافير، حميمية التجوال في الشوارع والتبضع من الأسواق، لقاء الأصدقاء، زيارة المطاعم وفنجان قهوة في كافيه، كل هذا وغيره من متع الحياة اليومية البسيطة أصبح محظورا لملايين البشر حول العالم، البشر الذين وجدوا أنفسهم بين ليلة وضحاها مجرد مجسمات عضوية مفزوعة تحاول الاختباء في كهوفها المتحضرة، للتحايل على كائن مجهري لا يرى بالعين المجردة أصبح يهدد وجودها ويهدم بمعوله الدقيق أحلاما وآمالا، لسكان مدن بناطحات سحاب وأنظمة تقنية هائلة، من دون سبب مفهوم.

أما الرجال، فهم خط الدفاع الأول في مقاومة متاريس هذه الثقافة العالمية المؤقتة التي بدأت ترّوج لفوائد العزلة والتباعد الاجتماعي، الرجل باعتباره كائنا اجتماعيا فريدا من نوعه هو الضحية المفترضة لهذا التقليد العالمي الذي بدأت تفرضه بعض الحكومات بقوة القانون، فمن لا يلتزم ويقاوم قرارات حظر التجوال أو العزل الاختياري للمصابين أو لمن يشك في إصابته، فإن العقوبة تساوي مئات الدولارات أو الجنيهات فضلا عن الحبس.

في مقابل القوانين المجتمعية الصارمة، تبذل الزوجة هذه الأيام بشكل خاص جهودا مضنية لترويض شريكها الرجل وإقناعه بتقبل الأمر الواقع الذي لن يستمر إلى الأبد، فضلا عن واجباتها ومسؤولياتها التي أخذت تتفرع مثل خيوط العنكبوت للتأكد من نظافة المنزل وتعقيمه مع توفير حياة منزلية جاذبة لأفراد الأسرة سواء بإعداد الأطعمة المتنوعة أو محاولة سد ثغرات أوقات الفراغ الطويلة للتسرية عن الصغار والكبار.

كل هذه المسؤوليات تبدو مهام باهتة في مقابل منع رب الأسرة من اتخاذ قرارات عشوائية بين حين وآخر للتنصل من العزلة المنزلية، وتبدو في أغلبها محاولات يائسة كمن يحاول إقناع فرد يعاني من هشاشة نفسية بعدم تكرار محاولات الانتحار، لكن المحاولات للأسف تنجح في بعض الأوقات فيخرج الزوج أو الابن المحبوس من قفصه البيتي المؤقت إلى فضاء مشبع باحتمالات فايروسية خطيرة.

تناغما مع إجراءات أغلب سكان الكرة الأرضية هذه الأيام، بضرورة عزل أنفسهم طوعا أو قسرا للتحايل على سرعة تفشي وباء كورونا، تنبهت صديقتي منذ بداية سماعها لكلمة "عزلة"، وكانت تتقافز وهي تهاتفني من لمخرها الاختياري قائلة "هذه أنا.. أنا من ينطبق عليه مصطلح العزلة الاختيارية ومنذ سنوات!".

> واجبات أخذت تتفرع للتأكد من نظافة المنزل وتعقيمه مع توفير حياة منزلية جاذبة لأفراد الأسرة

صديقتي ربة منزل، زوجة وأم منذ سنوات طويلة، لم يتسن لها الحصول على فرصة عمل باختيارها أو بغير ذلك، فواجبات الأمومة لم تترك لها فرصة واحدة للترويح عن نفسها ولو بوظيفة بربع ساعات عمل أسبوعية، كما أنها لم تتلق كلمة تشجيع واحدة من شريكها للبحث عن فرصة عمل تسمح لها بمغادرة المنزل بين وقت وآخر والانعتاق من حدود السجن الاختياري الذي فرض عليها رغم أنفها، حتى اعتادت عزلتها وباعدت بين أوقات خروجها من المنزل أياما طويلة وحتى أسابيع لتأتي فرصة خروج واحدة للتسوق أو لزيارة صالون التجميل أو الطبيب! كان هذا هو خط سيرها لسنوات، ولم تصدر عنها خلال هذه المدة الطويلة أي شكوى أو تذمر فالأمور تسير على أحسن ما يرام في المنزل والكل سعيد وراض.

يصعب على هذه السيدة التزام الصمت وهي تراقب تذمر زوجها على الواقع الجديد الذي يقيّد حركته، من دون أن تسأل نفسها "لماذا كل هذا التمرد؟ إنها أيام وستمضي، المنزل مليء بالكثير من الأعمال التي بحاجة إلى صيانة أغفلها صاحب الدار لانشغاله خارج المنزل، أليس هذا هو الوقت المناسب لإنجاز المتراكم من الأعمال؟". فيجيبها الصوت الآخر "هذا الوقت غير مناسب لأي شيء على الإطلاق! الفايروس سيقتلنا جميعا..."، فترد عليه "لماذا تسمح له بالدخول إذا؟".

نصائح

بخار المكواة يعيد إلى السجاد رونقه

أوضح الاتحاد الألماني للبيئة وحماية الطبيعة أن قطع السجاد في المنزل تحتاج إلى قدر من العناية أكثر من مجرد عملية التنظيف بالمكنسة الكهربائية، وإذا تعذر على المرء استعمال جهاز تنظيف بالبخار فيمكنه استعمال المكواة في العناية بالسجاد.

وأضاف الاتحاد الألماني أنه يمكن استعادة رونق السجاد وتنظيفه والتخلص من مواضع الانضغاط به من خلال دفقات من بخار المكواة، ولكن يجب مراعاة ألا يحدث تلامس مباشر ما بين المكواة والسجاد.

ويمكن التخلص من الاتساخات والروائح الكريهة في السجاد من خلال نشر طبقة رقيقة من مادة بيكربونات الصوديوم عليها وتركها لبضع ساعات، ثم إزالتها بواسطة المكنسة الكهربائية.