

الفصل الأول

1

السلوك غير الناضج

Immature Behavior

السلوك غير الناضج (Immature Behavior)

الطفل غير الناضج هو الذي لم ينم سلوكياً أو نفسياً أو معرفياً وإجتماعياً تبعاً لبعض المعايير المتعارف عليها، والمعيار الشائع كما تحدده جماعة الرفاق والراشدين هو المتوسط. وعليه فإذا ما أظهر الطفل أي تأخر في أي جانب من جوانب النمو، صنف على أنه "غير ناضج"، وعدّ سلوكه سلوكاً طفولياً يناسب الأطفال الأصغر عمراً.

وينمو الكثير من الأطفال بشكل غير متجانس (unevenly)، فقد يكونون ناضجين تماماً في جانب ما وغير ناضجين إطلاقاً في جانب آخر، فقد يكون الطفل مثلاً مرتباً جداً ومنظماً ويظهر الكثير من ضبط النفس في المدرسة، ومع ذلك فقد يكون فوضوياً اعتمادياً كثير التذمر والشكوى في البيت. والمشكلة المعتادة هي أن يصف الأهل طفلهم بأنه غير ناضج مع أنه في الواقع لا يقل نضجاً عن الأطفال الذين هم في نفس عمره إلا أنه لا يحقق توقعات الوالدين الشخصية. وكذلك فقد يكون الأطفال ناضجين نسبياً إلا أنهم ينكصون في بعض المناسبات إلى سلوكيات طفولية نتيجة التوتر أو القلق، وهذه السلوكيات مثل البكاء أو الشكوى والتذمر تتوقف عادة بعد زوال التوتر. أما انتقاد السلوك غير الناضج فيؤدي إلى تفاقم المشكلة، في حين يساعد الدعم العاطفي والتشجيع الطفل على تخطي الأزمة والتخلي عن السلوك غير الناضج والعودة إلى طرق التكيف الأكثر كفاءة.

ويتناول هذا الفصل أكثر السلوكيات غير الناضجة شيوعاً، أما عدم النضج كسلوك عام فلم يتناوله هذا الفصل. وحسب خطة الكتاب فقد تم وصف بعض الأنماط المحددة من السلوك المشكل ثم قدمت أساليب محددة للتعامل معها، لذلك فالأب الذي يشكو من أن طفله غير ناضج عليه أن يحدد كيف يسلك طفله، فإذا كان هذا الطفل يكثر من التهريج أو أحلام اليقظة أو لا يعرف كيف يستفيد من الوقت، فإن هذه هي الأنماط السلوكية الثلاثة التي سوف تعالج. وفي حالة عدم التحديد سينتهي الآباء إلى استخدام طرق غير فعالة في تغيير السلوك تتصف بالعمومية. وتشمل السلوكيات غير الناضجة التي يتناولها هذا الفصل النشاط الزائد (hyper-active) والسلوك القهري (impulsive) والتشتت وعدم القدرة على التركيز (short-attention-span-distraction) والسلوك السخيف والتهريج (silly-clowning) وأحلام اليقظة (day dreaming) والفوضوية وعدم الترتيب (messy-sloppy) وعدم القدرة على استغلال الوقت (time-used-poorly) والأناية والتركز حول الذات (selfish-self centered) والاعتمادية (over dependent) والشكوى والتذمر المستمر (whining-com-tered)

(plaining). وتعد هذه السلوكيات عادة مؤشرات لعدم قدرة الطفل على التكيف مع متطلبات المواقف المختلفة. إن عدداً كبيراً من الأطفال لا يتمكنون من تلبية متطلبات أو توقعات الرفاق والراشدين من الطفل في أن يسلك بشكل ناضج أو بما يتناسب مع عمره. وسوف يعرض هذه الفصل أمثلة شائعة من السلوك غير الناضج ويقترح طرقاً لمنع مثل هذا السلوك أو تنمية سلوك بديل أكثر نضجاً، إن تكيف الطفل المناسب يؤدي إلى رضا الآخرين عن سلوكه كما يؤدي إلى شعور الطفل بالرضا عن نفسه وتكوين مفهوم أفضل عن الذات كما أن التغلب على مشكلات محددة سوف يمهد الطريق أمام الطفل لتحقيق المزيد من الثقة بالنفس والاستقلالية والعلاقات الاجتماعية المرضية.

ومن الأفكار المتعلقة بالنضج الانفعالي التي تجدر الإشارة إليها أن الأطفال الناضجين إنفعالياً أكثر مرونة، فهم يستطيعون تأخير ردود فعلهم بدل الرد مباشرة، وقدرتهم على تحمل التوتر تتزايد تدريجياً، وعند وصولهم إلى سن المدرسة يكونون قد أصبحوا قادرين على تحمل التوتر والضغوطات اليومية البسيطة دون أن ينفجروا أو ينفجروا.

ويمكن تنمية السلوك الناضج ومنع السلوك غير الناضج بتعليم الأطفال كيف يركزون انتباههم ويحلون مشاكلهم ويؤجلون الإشباع ويستخدمون وقتهم بشكل فعال ويتقبلون تحمل المسؤولية ويهتمون ويحظون بالاهتمام، ومن ناحية اجتماعية عليك أن تكون أنموذجاً وأن تشجع الاهتمام والاحترام والحساسية تجاه الآخرين، فالأطفال يجب أن يشعروا باستمرار بالكفاءة وتقبل الذات والإحساس بالرضا عن الذات.

النشاط الزائد (Hyperactive)

يعرف النشاط الزائد بأنه حركات جسمية تفوق الحد الطبيعي أو المقبول، ويستطيع الأبناء اللذان يتصفان بدرجة معقولة من الموضوعية معرفة ما إذا كانت كمية أو درجة النشاط الإرادي وغير الإرادي عند طفلهم مختلفة عما هي لدى مجموعة رفاق الطفل من الجنس نفسه، وإذا ما كانا في شك من الأمر فإن زيارة لأحد الصفوف أو أماكن الترفيه للأطفال الذين هم في عمر طفلهم تساعدهما على التيقن من الأمر. كما أن الطلب من أحد الأصدقاء القيام بمراقبة الطفل وتقديم معلومات موضوعية عن مستوى نشاطه قد تساعد الأبوين إلى حد بعيد، والفكرة المهمة هي أن النشاط الزائد يظهر من خلال النشاط غير الملائم وغير الموجه بالمقارنة مع سلوك الطفل النشط الذي تتسم فعاليته بأنها هادفة ومنتجة.

ومن المؤشرات العملية للأبوين، التقارير المتكررة عن كون الطفل لا يستقر أو أنه دائم

التجول في المكان ويتسلق الجدران في مواقف مختلفة، وكذلك تكرر فشله في إتمام أية مهمة يكلف بها بالرغم من شدة نشاطه وكونه نادراً ما يجلس هادئاً فهو دائم الحركة.

لقد أظهرت الدراسات أن النشاط الزائد ينتشر بشكل أكبر بين الذكور وبين أبناء الطبقات الفقيرة، كما يجب ملاحظة أن ارتفاع مستوى النشاط أمر طبيعي وشائع بين الأطفال الميالين إلى الاستكشاف والأذكاء جداً ممن هم عرضة لانتقاد الراشدين ومن يعيشون في بيئات فقيرة (1).

لقد وجدت معظم الدراسات أن حوالي 5%-10% من جميع الأطفال لديهم نشاط زائد وأن حوالي 40% من الأطفال الذين يحالون إلى عيادات الصحة النفسية يعانون من النشاط الزائد (2)، وكثيراً ما يؤدي النضج إلى التناقص في النشاط خلال سنوات المراهقة إلا أن بعض النشاط الزائد وضعف القدرة على التركيز قد يستمر خلال سنوات الرشد.

الأسباب: Reasons Why

تعد فطرة المزاج الموروث ذات أهمية في هذا المجال إذ إن هناك أطفالاً يظهرن نشاطين جداً منذ الولادة، لذا تعد العوامل الوراثية مهمة جداً في ظهور النشاط الزائد. وكثيراً ما يأتي النشاط الزائد مرافقاً للصرع والتوحد (autism) إلا أن عدداً كبيراً من الأطفال الذين لديهم نشاط زائد يعتقد بأنهم يعانون من خلل وظيفي في الدماغ هو الذي يسبب الحركات الكثيرة غير الهادفة. وقد يحدث النشاط الزائد أيضاً نتيجة الصدمات على الرأس أو التسمم، كما أن الظروف البيئية قد تشجع أو تخفض من مستوى سلوك النشاط الزائد، وكما سوف نرى في هذا الفصل فإن استجابات الراشدين قد تؤدي إلى ظهور سلوك النشاط الزائد أو تفاقم الحالة، كما يمكن أن تستخدم في تنمية النشاط الهادف، وبإمكان الأبوين الحصول على معلومات عن الأسباب المحتملة للنشاط الزائد (وكذلك عن أسماء المراكز التي تقوم بتشخيص وتقييم الأطفال) من مؤسسة الأطفال ذوي صعوبات التعلم (Association for children with Learning Disabilities 24156 Library Road, Pittsburgh PA 15234).

إن من الضروري تحديد السبب في إصابة الطفل بالنشاط الزائد، ويعد الفحص الطبي والنفسي مهماً جداً في هذا المجال، وقد يكون التشخيص الأمثل هو ما يمكن الحصول عليه من قبل مركز متعدد التخصصات. وإن وعي الأهل بالأصول العصبية للنشاط الزائد يؤدي إلى مزيد من التفهم والتحمل لمثل هذا السلوك وبدل لوم الطفل على إزعاجه للآخرين بشكل

مقصود يتم التركيز على مساعدة الطفل في أن يصبح أكثر هدوءاً ومساعدته على التكيف بشكل فعال مع مشكلة ذات أسباب عضوية.

وهناك حالات نادرة يؤدي فيها الخلل في كهربائية الدماغ أو الاضطراب في إفراز الغدد أو الورم الدماغى إلى النشاط الزائد، في مثل هذه الحالات النادرة فإن التشخيص الصحيح والمناسب يجب أن يتم حتى يقدم للطفل العلاج الطبى المناسب. كما يدور حديثاً الكثير من الجدل عن إمكانية تسبب الحالة نتيجة التغذية أو الحساسية لأنواع خاصة من الغذاء، فالكثير من علماء الحساسية يرون أن بعض أنواع المواد قد تؤدي إلى النشاط الزائد في الأطفال. ونظام الحماية المثير للجدل الذي اقترحه (Fingold)⁽³⁾ يستثني من غذاء الطفل المواد ذات النكهة الصناعية والأسبرين والسلسيلات (نوع من أنواع ملح الطعام) إلا أن معظم الآباء يجدون صعوبة كبيرة في منع أطفالهم من تناول المثلجات (ice cream) والمرطبات (soft drinks) والفطائر والمعجنات (bakery products) والعديد من أنواع الفواكه والخضار، وعلى كل حال لم يثبت علمياً أثر هذه الأنواع من الأغذية في النشاط حتى كتابة هذا الكتاب.

طرق الوقاية: (How to Prevent)

1- هيء بيئة صحية للطفل، فقد أوضحت العديد من الدراسات أن الحالة الجسمية والعقلية للأم الحامل لها تأثير مباشر في مستوى نشاط الطفل وقدرته على التركيز في ما بعد، لقد وجد أن الإصابة بالأمراض أثناء الحمل أو تعاطي العقاقير أو التعرض للتوتر والقلق الشديد لفترات طويلة ترتبط كلها بالنشاط الزائد لدى الطفل في السنوات الأولى من العمر. إن البيئة الطبيعية المناسبة للجنين يمكن ضمانها عن طريق توفير نظام تغذية جيد للأم الحامل وامتناعها عن تناول العقاقير (الكحول والتدخين والمهدئات والمخدرات... إلخ). وهناك دلائل متزايدة تشير إلى وجود علاقة بين النشاط الزائد (ومشكلات سلوكية وتعليمية أخرى) والطريقة المستخدمة في الولادة (Method of Delivery)، فاستخدام الملقط (forceps) أو مقادير كبيرة من العقاقير يسبب النشاط الزائد والقهرية (Impulsivity) والتشوش الذهني معاً في بعض الأطفال، وهناك قناعة متزايدة بأن الولادة الطبيعية هي أفضل طريقة لتجنب إحداث أي ضرر عضوي بالجهاز العصبي المركزي للطفل حديث الولادة. كذلك فإن توفر التغذية الجيدة والحماية والاستشارة الحسية للرضيع تضمن له تحقيق أقصى قدر من النمو. وتشير نتائج الدراسات إلى الأثر الموجب للأشياء المتحركة والألعاب المتنوعة في نضج الطفل، ومع تزايد نضجه يجب تجنب الإثارة الزائدة (كالصوت المرتفع والشجار المستمر والبيئة غير

المرتبة) أو نقص الإثارة (كالحرمان من مواد اللعب والخبرات العادية الأخرى). إن نشاطات الطفل الطبيعية والهادفة تنمو إلى أقصى حد ممكن في بيئة طبيعية عادية ومرتبطة إلى حد ما، وبما أن هناك علاقة قوية بين النشاط الزائد ومناكدة الأهل للطفل، لذا يجب تجنب الأهل مثل هذا السلوك. والمشكلة المألوفة هي نقد الأهل الدائم للطفل إذا كان يخالفهم في حالته المزاجية، لذا فإن بعض التقبل والتكيف لمستوى حركة الطفل الطبيعية سوف يمنع حدوث المشكلة.

2- علم الطفل نشاطات هادفة: (Teach Purposeful Activity)

كثيرا ما يقلل الآباء من أهمية تأثير تعليمهم المستمر للطفل للسلوك الهادف، فمنذ الطفولة المبكرة وما بعد، بإمكان الأبوين تعزيز الطفل إيجابيا (انظر الفصل التالي) في نشاطاته الهادفة، فالانتباه والثناء على أي إنجاز يحققه الرضيع أو الطفل في سنواته الأولى (toddler) سوف يقوي السلوك الفعال. وفي الوقت نفسه فإن الآباء والأخوة يمثلون نماذج للقدرة على التركيز وإتمام المهمات، إن التعلم المبكر بالملاحظة (observational) يضع الأساس لسلوك التركيز عند الطفل، وخلال الطفولة فإن مستوى نشاط الأهل ومدى فعالية هذا النشاط يمثل نموذجا يمكن تقليده بالنسبة للطفل النامي. كذلك يمكن للأبوين أيضا توضيح كيفية استخدام اللغة كموجه للسلوك الهادف، مثلا، (يجب أن أنتهي من هذا وبعد ذلك سأستريح)، كما تستخدم اللغة أيضا كأداة للمتابعة الذاتية (Self Monitoring) مثلا: (هذه لم يتم إنهاؤها بشكل مناسب، لذا علي أن أصلحها).

العلاج: (What to do)

1- التعزيز اللفظي للسلوك المناسب: إن وجود مستوى ملائم من النشاط هو عكس النشاط الزائد، خصوصا النشاط الهادف أو المنتج. ويجب أن يحرص الأبوان على إبراز أي سلوك منتج يقوم به الطفل، وأن يمسكا الطفل وهو يعمل شيئا بشكل جيد ليقولا له (رائع لقد أنهيت العمل بدقة تامة)، وعندما يستقر الطفل في مكان ما وينتبه وينجز المهمات التي يكلف بها بإمكان الأبوين أن يقولوا له: (كم هو جميل أنك جلست وأكملت المطلوب منك). ويمكن تحديد الأهداف اليومية للطفل وامتداح أي جهد يبذله لتحقيق هذه الأهداف، كأن تقول له: (فعلا لقد حاولت جهدك أن تجلس بهدوء أثناء العشاء)، وفي آخر النهار يمكن إخبار الطفل بالتحسن الذي أحرزه فيما يتعلق بالهدوء والنشاط الهادف. وقد يكون من الضروري في بعض الأوقات أن يقوم الآباء بتوضيح أو تمثيل النشاط الهادف المناسب، وعندما يقلد الطفل سلوك الأب يجب أن يعزز فوراً إما بالثناء أو بالمكافآت المادية، وقد يكون من الضروري تكرار التقليد والثناء بشكل دوري، وفي حين أن الثناء الفوري والتعزيز

قصير الأجل يناسبان الأطفال الأصغر عمراً، فإن التعزيز المؤجل وعقد الاتفاقية يناسبان الأطفال الأكبر عمراً والمراهقين.

2- الاتفاقيات: لقد أورد هوم (Homme) (5) القواعد الأساسية للتعاقد التبادلي (Contingen-cy Contracting)، أي الاتفاق على تقديم مكافآت في مقابل السلوك المرغوب الذي يسلكه الطفل، فإذا نفذ شيئاً تريده أنت أن يفعله، فإن له بعد ذلك أن يقوم بعمل شيء يرغب هو في القيام به. ويجب أن يكون التعزيز متكرراً أو بمقادير صغيرة وفورياً، على أن يعطى في مقابل تنفيذ المطلوب وليس مجرد إبداء الطاعة، إن الاتفاقيات الأولية يجب أن تؤدي إلى الاقتراب من السلوك النهائي المرغوب به، ويجب أن تكون الاتفاقية واضحة وعادلة، وممكنة التحقيق، ويجب الالتزام بها، كما أن السلوك غير المرغوب به يجب ألا يعزز اطلاقاً،

ويمكن أن تحدد الاتفاقية أن السلوك الأفضل، أو إتمام مهمة محددة سوف يؤدي إلى الحصول على تعزيز أو امتيازات، وفيما يلي نموذج لاتفاقية تستخدم جدولاً لتوضيح عملية عد السلوك بحيث يرى الطفل أو المراهق العملية واضحة وعادلة. ويمكن أن تكتب الكثير من الاتفاقيات دون جدول، فمثلاً يمكن للمراهق أن يوقع على مايلي: (إنني أوافق على أن أكون أكثر هدوءاً في المدرسة وأن أتم جميع واجباتي البيتية، فإذا كان تقدير المعلم عني بعد شهرين من الآن إيجابياً فسوف يشتري لي والدي الحاكي "Phonograph"). وعلى الأبوين والمعلم مناقشة درجة التحسن المطلوب للحصول على تقرير إيجابي، فتناقص الحركات غير الطوعية بدرجة ملحوظة وإكمال الواجبات البيتية تعد تحسناً مناسباً.

نموذج اتفاقية

أوافق على أن أحصل على عشرة سنتات مصروفياً إضافياً كل يوم، وعلى مفاجأة سارة خلال عطلة نهاية الأسبوع إذا جلست هادئاً أثناء العشاء وأنهيت أعمال الروتينية المبينة في الجدول.

توقيع الطفل.....

توقيع الأب.....

الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد	السبت	
					1- ترتيب الفراش والاستعداد في الوقت المناسب في الصباح
					2- إخراج القمامة قبل العشاء.
					3- الجلوس بهدوء لتناول العشاء.

يعطى الطفل إشارة (صح) لكل مهمة يقوم بها، وفيما يتعلق بالجلوس بهدوء يقوم الأبوان بتقدير التحسن الذي طرأ عليه ومن ثم وضع الإشارة، ويؤدي الحصول على أكثر من (10) إشارات (صح) خلال الأسبوع إلى حصول الطفل على مفاجأة سارة في عطلة نهاية الأسبوع مثل (لعبة بولنج، أو الذهاب إلى السينما، أو زيارة أقارب..... الخ). ولايسمح بالجدل حول وضع الإشارات بينما يمكن محو إشارة كعقوبة فالجدال مثلاً قد يؤدي إلى خسارة إشارة واحدة.

3- نظام النقاط (Point system): وكما هو في نظام الاتفاقية قد يجد الآباء أن نظاماً لوضع إشارات على جدول أو إعطاء الطفل فيشا (chips) وسيلة مفيدة لتعريف الطفل متى يكون سلوكه مناسباً، وهذه الإشارات أو الفيش يمكن للطفل أن يستبدل بها بعض الألعاب الصغيرة أو الامتيازات الإضافية أو المشاركة في رحلة..... إلخ، ويحصل الطفل على هذه الإشارات عندما يجلس في البيت لفترات معقولة دون أن يظهر نشاطاً زائداً. ويمكن الحصول على أثر أقوى لهذا النظام إذا كان بالإمكان جعل المعلم يستخدم الأسلوب نفسه مع الطفل في الصف. وبما أن، السلوك هو غالباً محدد بحسب الموقف، لذا كان في الإمكان استخدام هذا الأسلوب مع الطفل عندما يكون بصحبة أبويه في مكان عام، إن من المفيد للأبوين الاحتفاظ بمذكرة وتسجيل الإشارات التي حصل عليها الطفل لإن الإشارة أو التعزيز يجب أن يتبع السلوك المناسب مباشرة، أما سلوك النشاط الزائد فيجب أن يهمل، وعند الضرورة فإن النشاط الزائد غير العادي يمكن أن يؤدي إلى خسارة في بعض النقاط التي تم اكتسابها. ويعد نظام النقاط أو الإشارات أو الفيش مفيداً جداً لأنه يتبع السلوك مباشرة ولا يضطر الطفل إلى التوقف عن نشاطه ليستهلك أو ينظر إلى هذه الفيش، والأهم من ذلك إمكانية استخدام نظام النقاط مع أنواع عديدة من السلوك، وإمكان تغيير معدل الدفع مع تحسن سلوك الطفل كما أن نوع التعزيز الذي يمكن للطفل الحصول عليه مقابل الفيش المتجمعة يمكن تغييره أو تعديله حسب فلسفة الأهل، فيرى بعض الآباء أن المصروف اليومي يجب أن يحصل عليه الطفل مقابل الفيش المتجمعة، في حين يعارض البعض الآخر بشدة أسلوب استخدام النقود. وعلى كل حال يمكن استخدام الأحداث الخاصة والامتيازات الإضافية ومنح المزيد من الاستقلالية وغيرها كتعزيز يكسبه الطفل. ويعد نظام النقاط ضرورياً في حالة الأطفال الذين لا يستجيبون للثناء. ويجب أن يستخدم هذا النظام بثبات وألا تعطى النقاط إلا مقابل السلوكات المحددة. كما يجب أن تتاح للطفل فرصة الحصول الفوري على عدد قليل من الفيش وأن يبذل جهداً أكبر أو يصل إلى هدف