# كلمة العدد

# من الذى يبكى؟؟

بقلم

**د. محمود أبـو العزائم**

**رئيس التحرير**


الحياة رحلة سريعة تمضى بنا وعلى الإنسان الحكيم أن يتدبر حكمة الخالق فى وجودنا على ظهر الأرض، وفى رحلة الحياة تظهر لك على السطح معادن الناس وخصائصهم، فمنهم الصابر الراضى بكل أقدار الله المطمئن بقضائه ومنهم القلق الساخط المتململ كثير الشكوى الذى لا يرى فى الوجود إلا كل شر.

وعند السفر يظهر للإنسان معادن الناس وسلوكهم وأحوالهم، وكطبيب نفسى دائما أحب ملاحظة سلوك البشر وتحليله من منطق نفسى وإنسانى.

وفى إحدى السفريات للخارج وأثناء الجلوس بالطائرة استعدادا للإقلاع لاحظت تباين السلوك الإنسانى ما بين شخص وآخر، وأنا احب دائما أن أدوّن ما أشاهده عسى أن أستفيد منه لاحقا، وقد دوّنت المشاهدات التالية:

- أم شابة تصعد للطائرة تحمل على ذراعها طفلا رضيعا وتمسك بيدها الأخرى حقيبة ثقيلة ويمسك بطرف ثوبها طفل لا يتعدى الخامسة من العمر، وحين تجلس يعبث الطفل الصغير فى محتويات حقيبة الأم وتتبعثر المحتويات فى ممر الطائرة مما يؤدى بالأم إلى ضربه وتأنيبه بعنف، ويؤدى ذلك إلى بكائه وصراخه أغلب أوقات الرحلة والأم تنهره وتصرخ به طوال الرحلة والركاب فى المقاعد المجاورة متأففين من ذلك السلوك.

- أم أخرى شابة أيضا يبدو من مظهرها أنها من جنسية أجنبية، تدخل الطائرة وخلفها طفل يمشى بهدوء ويجلس مستبشرا ويتبادل معها الحوار طوال الرحلة وكأنه شاب ناضج وتشرح له الأم تفاصيل الطائرة ومشوار السفر وخطوات الإقلاع وطرق طيران الطائرة ووسائل الأمان بها، كل ذلك بكلمات سهلة مفهومة لمن هو فى سنه وحين يأتى الطعام يتناوله بنظام بمساعدة والدته.

وهنا جال بخاطرى ما هو التحليل النفسى لسلوك هذا الطفل، وما هو الفرق بينه وبين الطفل الآخر وما سبب بكائه، وجال بخاطرى أيضا من الذى يبكى فى هذا الموقف؟ أهو الطفل أم الأم أم الركاب أم المجتمع الذى لم يربِ ويعلّم وينظّم أم هو مرض سلوكى حضارى فى الشعوب العربية التى أنتجت هذا الطفل؟.

- هل هو بكاء الطفل الذى يحتاج لرعاية خاصة أثناء السفر حيث يصرخ الطفل أحيانا أثناء ركوبه الطائرة دون أن تعلم أمه أن الأذن أحيانا هى السبب. وتحدث هذه الآلام بسبب انبعاج طبلة الأذن كنتيجة لتغيير الضغط الجوى فى كابينة الطائرة. وللتغلب على ذلك هو أن تحاول الأم أن يظل الطفل فاتحا فمه أثناء صعود الطائرة وهبوطها بإعطائه بعض الحلوى أو المصاصة. كذلك فإن الطفل كائن حسّاس يتأثر بتغير البيئة من حوله خصوصا عند تعرضه للمجتمعات الغريبة عنه وعند تغير موعد نومه وطعامه وتململه بسبب الجلوس مقيد الحركة مددا طويلة أثناء السفر.

- أم هو بكاء الأم التى لم تجد من يساعدها فى مشوار السفر والمعاناة فى تحمل المسئولية بمفردها والسفر لبلاد الغربة لرعاية زوجها وتحملها دور الأب والأم فى نفس الوقت، ومن يدرى ما تعانيه من إحباطات ومعاناة نفسية وشعور بالغربة.

- أم هو بكاء المجتمع الذى لم يدرِّب ويثقف الأمهات وإعطائهن التدريب والتثقيف اللازم للقيام بواجباتهن نحو الأبناء لإنشاء جيل سليم يتمتع بالطمأنينة النفسية.

وهنا ننصح كل أسرة تصطحب أبناءها فى السفر بإعداد الأبناء فكريا ونفسيا قبل السفر لتكون الرحلة جزءا ممتعا وتعليميا للأسرة والأبناء وذلك باتباع النصائح التالية:

**أخبر أطفالك بكل المعلومات مسبقاً**

الأطفال أكثر الكائنات الحية فضولاً، فهم مازالوا فى مرحلة التعلم وتكوين الشخصية، لذلك يسعون للتعرف على كل شىء حولهم، إذا كنت مسافراً بالطائرة فتوقع أن تنهال عليك ملايين الأسئلة حول كيفية عملها، ومن صنعها ولماذا تطير وأسئلة أخرى ! لذلك عليك إخبارهم أى معلومة ممكنة بطريقة سهله قبل بداية الرحلة حتى تؤهلهم نفسياً للسفر، كذلك لا تنس أن تخبرهم بكافة قواعد السفر، كاستخدام أحزمة الأمان وغيرها.

**حضّره جيداً للرحلة**

تأكد من حصول طفلك على قدر كافٍ من النوم فى الليلة السابقة للسفر، لا تعتمد على نومه أثناء الرحلة، فالتعب والإرهاق قد يجعل طفلك مزعجاً للغاية لك ولكل المسافرين، مما يسبب لك الكثير من الإحراج والتوتر فتفقد أعصابك ويصبح الأمر أسوأ، لذلك تأكد من ذهابه للنوم قبل الرحلة بوقت كافٍ حتى يكون نشيطاً وفى مزاج جيد أثناء السفر، كذلك لا تنس إحضار بعض الطعام معك قبل الصعود للطائرة.

**شاركه اللعب**

أحضر له بعض المجلات المصورة وكتب التلوين، كذلك لا تنس إحضار ألعابه المفضلة، ولا تتوقع أن يبقى طفلك منشغلاً طوال الرحلة لمجرد أنك أعطيته بعض الألعاب، عليك مشاركته اللعب والتلوين وقراءة القصص المصورة له حتى لا يمل، لا تقم بإعطائه كافة الألعاب دفعة واحدة بل على فترات متقطعة حتى يبقى متحمساً أكبر فترة ممكنة.. اسمح له بالتعرف واللعب مع الأطفال الآخرين إن كان هناك مسافرون آخرون يصطحبون أطفالهم، فلا بأس أن تسمح له بالتعرف عليهم واللعب معهم، لكن إن كان طفلك مشاغباً فانتبه لتصرفاته حتى لا يؤذى الأطفال الآخرين.

**امدحه على تصرفاته الجيدة**

العناد أمر طبيعى فى سن الطفولة، فالطفل يحب دائماً أن يشعر باستقلاله وقدرته على اتخاذ القرارات، لذلك توقف عن إعطائه أوامر صارمة حتى لا يتخذ الأمر منحنى آخر ويبدأ فى عنادك وافتعال الفوضى وإزعاج الآخرين فقط لإحراجك! بل امدح تصرفاته الجيدة وأخبره أنك سعيد بقدرته على تحمل المسئولية وعدم إحراجك أمام الآخرين، وإذا فعل شيئا لا يعجبك فلا تغضب منه وتصرخ فيه بلا داع، بل اشرح له وجهة نظرك وسبب غضبك منه، ثم اطلب منه ألا يكرره مرة أخرى وأنت فى منتهى الهدوء. إذاً، حاول أن تضبط أعصابك وتبتعد عن التوتر والضغط العصبى قدر الإمكان.

وأخيراً الأبوة ليست شيئاً سهلاً، فكما أنجبك والداك وتحملاك حتى صرت شخصاً بالغاً قادراً على تحمل المسئولية عليك فعل الشىء نفسه مع طفلك، تحمّل ثوراته وعناده وتعلّم أن تحتويه بحنانك - بدلا من إسقاط مشاكلك النفسية عليه - حتى يكون شخصاً سوياً صالحاً فى المستقبل.