

## كيف تتوارد مشاعر الخجل عند الطفل؟



إن عادات الطفل تتأثر كثيراً بخبراته وتجاربه القليلة في المنزل مع أسرته ومن نتائج هذا الخجل انه يحرمه من إقامة علاقات مع أقرانه ويتجنب الاتصال بهم ويحرم نفسه من تعلم عادات جديدة منهم وهو ما يؤدي به إلى الميل للعزلة والانطواء وأثبتت الدراسات النفسية المتعلقة بالطفولة ان الخجل الشديد عند بعض الأطفال يعوقهم عن التفاعل الاجتماعي ويحرمهم من فرص النمو والتغيير عن الذات.

تتوارد لدى الطفل مشاعر الخجل من عدة اسباب نفسية داخلية يستشعرها هو أولاً ويعزز هذا الشعور المحبيطين به من أفراد أسرته فمن هذه المشاعر هو النقص بسبب ملابسه الرثة لانه من أسرة فقيرة أو به عاهة خلقية أو تأتأة في الكلام أو صعوبة في السمع، ربما لا توجد هذه التشوّهات بل وجود الاحساس الداخلي لديه وهو شعوره انه ليس جميل واعتاد أن يسمع هذه الكلمات تتداول بين أفراد أسرته بأنه غير وسيم وإن منظره الخارجي غير مرتب فتترسخ في ذاكرته الندية هذه الالفاظ حتى تتشكل مع تكوين شخصيته في سنواته الاولى، وبما إنه لم يتعلم بعد اسلوب الرفض والتمرد فإنه ينبع ويتمثل حتى تبدو وكأنها شئ صحيح فيه، أدركها من الاخرين المحبيطين به داخل الاسرة ويحق لنا أن نقول إن العادات الخاطئة المكتسبة لدى ابناينا تؤدي الى "الخجل ، أو قضم الاظافر، أو مص الاصبع، أو السمنة المفرطة، أو التبول الليلي في الطفولة المتأخرة، أو الإمتنان من الذهاب الى المدرسة، أو الغضب،أو العناد،

أو عدم الثقة بالنفس، أو الخوف من أشياء وهمية .. الخ " ما هي إلا المعبر الظاهري عن عادات الأسرة ومرضها وربما كان هذا الطفل الخجول أو العنيف أو الغاضب دائمًا الذي يقضم أطافره باستمرار هو أكثر أبناء الأسرة ذكاءً ووعياً وحساسية ورغبة في النمو السريع واعراضه هذه ليست إلا دليلاً على صدق رغبته وان احبطات الأسرة المستمرة بشكل شعوري أو لا شعوري له أدت الى أن تحرر على ما يريد أن يعبر عنه فظهرت مثل هذه الاعراض .

إن الطفل الذي يحصر تفكيره حول ذاته سينشأ لديه الكثير من الصراعات وان جميع أنواع هذه الصراعات الخاصة بالطفولة الاولى والتي لم تحظ بتوسيع وحل تظهر في المراحل اللاحقة في مرحلة المراهقة والبلوغ لتشكل شخصيته مثل الزيادة في القلق وهي الشخصية القلقة والزيادة في الحساسية والافراط بها لتصبح بعد ذلك الشخصية الحساسة والزيادة في الشك بنفسه وبقدراته وبالآخرين حتى تتشكل الشخصية الشكاكة أما اذا كان عصبي المزاج، سهل الاستثارة ف تكون شخصيته أميل الى الشخصية المتفجرة، أما اذا كان الخوف هي السمة السائدة في شخصيته مع التردد ف تكون الشخصية الرهابية أو الفوبيا أو لديه مخاوف عالية ومنها المخاوف الاجتماعية ويغلب عليه الخوف من التعبير عن نفسه وعن رغباته كما يبدو متراجعاً دائمًا وخائفاً ومتعدداً عن الآخرين ومتسلكاً فيهم.

حينما يكبر الطفل الخجول ويصبح راشداً تكون شخصيته في الأغلب هي الشخصية المكتوفة وتتميز هذه الشخصية في إنها تجد التعلق والحب الموجه للموضوع الخارجي هو الذي يغلب على سلوكها وإن كان مغلفاً بالخوف وبالتالي بالانطواء، أما العدوان والمشاعر المرتبطة به ف تكون مكتوبة تماماً وموجهة إلى الداخل "داخل ذاته" فتكثر لدى مثل هؤلاء وهم كبار قرحة المعدة أو عند البعض مشكلات في القولون بسبب الكبت أو عند البعض البهاق أو أمراض جلدية أخرى أو أمراض أخرى سببها نفسي ونتائجها جسدية وهو ما يطلق عليه "الاضطرابات النفسجمسية" .

إن تكون الخجل في الطفولة يترك آثاراً سلبية على شخصية الفرد في البلوغ صفات الخجل والخوف والكبت لا تزول بسهولة ولكنها تستمر فلا يقف القصور هنا عند القدرة على التعبير عن المشاعر والرغبات بل يمتد إلى عملية الوعي بهذه المشاعر مع صفات أخرى مثل البرود العاطفي والانطواء الشديد وهي بالحقيقة كانت في الطفولة مظاهر خوف شديد بها موضوعات داخلية خيالية يتعامل معها وهو طفل، أما في البلوغ فتاخذ صور أخرى مثل الميل إلى الخيال وربما يؤدي ذلك إلى تحويل اهتمامه إلى الفن والقراءة وحب الطبيعة فيهتم بهذه الموضوعات أكثر من اهتمامه بالأشخاص كما يقول "د. محمد شعلان" .

إن الشخص الخجول في الطفولة يكون منعزلاً في الرشد وتتصف علاقته بالآخرين دائمًا بالسلبية والخلو من الانفعال . وتأكد الدراسات النفسية التحليلية إن الطفل المهمل في طفولته يأبه ان يتخد له مكاناً في المجتمع، إنه يعجز أن يضبط دوافعه الغريزية ويتحكم فيها وتقول "انا فرويد" إنه لا يستطيع أن يحول جزءاً كافياً من طاقة غرائزه لكي يوجهها إلى تحقيق اهداف يقدرها المجتمع في البلوغ .

إن الخجل في الطفولة يترك لدى الفرد بثور في شخصيته منها عدم الاتزان، ويكون ذي عزيمة منهكة

وأعراض أخرى، إنه تعرض لنوع من البتير في نموه النفسي وبالتالي لما وصل إلى مرحلة الرشد الناضج وجد نفسه مكبلًا في بقايا الطفولة التي تركت الاثر الصار للكبت المزدوج في شخصيته.

\* استاذ جامعي وباحث سيكولوجي