

القلق والجوانب الحساسة والصعوبات الاجتماعية بين الأطفال فائقي المواهب

Anxiety, Sensitivities and Social Struggles among Profoundly Gifted Kids

Source

<https://www.davidsongifted.org/gifted-blog/anxiety-sensitivities-and-social-struggles-among-profoundly-gifted-kid>

Permission to reprint this article has been granted to the Davidson Institute, a 501(c)3 nonprofit dedicated to supporting profoundly gifted young people 18 and under. To learn more about the Davidson Institute's programs, please visit www.DavidsonGifted.org

مصدر المقال

<https://www.davidsongifted.org/gifted-blog/anxiety-sensitivities-and-social-struggles-among-profoundly-gifted-kid>

ترجمة

مركز التميز

إدارة البحوث والتطوير

مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع (٢٠٢٢)

بإذن من معهد ديفيدسون www.DavidsonGifted.org

القلق والجوانب الحساسة والصعوبات الاجتماعية بين الأطفال فائقي المواهب

موارد اجتماعية وعاطفية

تقدم ميجان فولى نيكبون في هذا المقال نصائح للوالدين استناداً على ندوة استضافتها للاجتماع بأسر العلماء الشباب، وتناقش فيه كيف يمكن أن تظهر مفاهيم القلق والجوانب الحساسة والصعوبات الاجتماعية لدى الأطفال فائقي المواهب، كما تحدد طرق التدخل الإيجابي.

يُعد التعامل مع القلق والجوانب الحساسة والصعوبات الاجتماعية موضوعاً وثيق الصلة بالعديد من أولياء الأمور الذين عانى أطفالهم فائقو المواهب من هذه المشكلات في أوقات مختلفة في مراحل نموهم. وتؤثر هذه التحديات غالباً على بعضها البعض، مما يجعل الحلول المحتملة معقدة، وسألتخص في هذا المقال بعض الأوجه التي يمكن أن تظهر بها جوانب القلق والحساسية والمشاكل الاجتماعية لدى الأطفال فائقي المواهب وأقدم اقتراحاتٍ بشأن طريقة مساعدتهم (ومساعدتك!) على التكيف.

يمكن أن يظهر القلق لدى الأطفال فائقي المواهب بأوجه متعددة، فعلى سبيل المثال: قد يعاني الطلاب من مخاوف متعلقة بالابتعاد عن والديهم؛ مما يقلل من مشاركتهم في الأنشطة اللاصفية والفعاليات الاجتماعية؛ ونظراً لميلهم إلى الكمال، فقد يعاني الأطفال فائقو المواهب من الخوف من الفشل وقد يبذلون جهوداً غير واقعية ليكون نتاج عملهم خالياً من الأخطاء، وفي حالة تقديم تعقيبات تصحيحية إليهم، فقد يواجهون صعوبةً في "إيقاف" هذه الرسائل ويبدوون في الاعتقاد بوجود "خطأ" لديهم. وقد تعاني فئة أخرى من الأطفال فائقي المواهب من مخاوف وجودهم في أماكن عامة أو في مجموعات كبيرة وتتجنب تلك الفئة مثل هذه المواقف، وقد تكون استجابة الخوف لدى الأطفال شديدة ومربكة ومخيفة للغاية في بعض الحالات، وأخيراً: قد يعاني الأطفال فائقو المواهب من قلق تتعدى السيطرة عليه تجاه قضايا خارجة عن سيطرتهم، مثل: الاحتباس الحراري، أو الفقر في المناطق الحضرية؛ ويمكن أن تؤدي هذه المخاوف إلى الشعور بسرعة الانفعال والإحباط واليأس.

يُعد مصطلح "الجوانب الحساسة" أقل صرامة؛ فلا يوجد تشخيص للصححة العقلية يقابل "الحساسية" ومن الأهمية بمكان عدم تشخيص استجابات الأطفال المتغيرة للمحفزات البيئية. ومع ذلك، قد يعاني بعض الأطفال فائقي المواهب من حساسية حسية متزايدة، مثل: عدم الرغبة في ارتداء ملابس معينة أو إبداء ردود فعل متزايدة تجاه إضاءة المصابيح أو الأصوات العالية، فيما قد يعاني البعض الآخر من حساسية تجاه التعبيرات الكلامية أو مشاعر الآخرين لدرجة أنها تسبب لهم كرباً شديداً. وأعتقد أنه من المهم تطبيع بعض هذه المشاعر وفهم مخاوف الأطفال، ولكن من المهم التماس الخدمات المهنية إذا كانت حساسيتهم تسبب إحباطاً شديداً أو تُضعف أداءهم.

يُعد مصطلح "الصعوبات الاجتماعية" مصطلحاً واسعاً للغاية أيضاً، حيث يعاني بعض الأطفال فائقي المواهب من صعوبات اجتماعية؛ إذ لا يجدون أقراناً مشابهين لهم من الناحية الإدراكية. وتُظهر الأبحاث والتجارب الحياتية أننا نسعى إلى إقامة علاقات مع الأشخاص الذين يخوضون تجارب حياتية مماثلة؛ فإذا كانت قدرة طفلك قائمة بين أقل من طفل واحد من بين كل ١٠٠٠ طفل، فقد يكون من الصعب جداً العثور على أقران يتمتعون بنفس التفكير. ويُعد البحث عن فرص اجتماعية، طبقاً لمعهد ديفيدسون، طريقة ممتازة للأطفال فائقي المواهب للتواصل مع الآخرين أمثالهم. وفي الوقت ذاته، يُعد تعلم التفاعل مع أشخاص ليسوا مثلنا وإيجاد قيمة في العلاقات القائمة معهم مهارةً حياتيةً نستفيد منها جميعاً بالتعلم.

إذا كان طفلك فائق المواهب يواجه واحدة أو أكثر من هذه الصعوبات، فهناك طرق يمكنك من خلالها تقديم المساعدة. وفيما يلي بعض الاقتراحات، وأحثك على قراءة مقالي الأصلي للاطلاع على مزيد من الأفكار:

١- تحدث مع طفلك. غالباً ما يستفيد الأطفال الذين يشعرون بالقلق من قضاء وقت مع أحد الوالدين على انفراد، على أن يكون الوالد مستعداً وقادراً على الاستماع إلى مخاوفهم دون إصدار حكم أو تفسير.

٢- حدد وقتاً خاصاً لطفلك. توجد لدى الأسر اليوم جداول عمل مزدحمة وسرعان ما يصبح من المستحيل تقريباً قضاء وقت بمفردك مع طفلك، فاحرص على تحديد "موعد" مع طفلك على أن تُخطط لتنفيذ أمر ممتع تماماً خلاله، وحاول تركيز طاقتك على الاستمتاع برفقة بعضكم البعض، وليست مناقشة الموضوعات المسببة للتوتر.

٣- تعرّف على فوائد تلقي المساعدة النفسية المتخصصة. لا يزال مجتمعنا ينظر بعين الريبة لخدمات الصحة، ولكن هناك أدلة كثيرة تشير إلى فوائد التدخل العلاجي لمعالجة القلق والمخاوف الاجتماعية، ويمكن أن يؤدي تطبيع ما تعنيه زيارة المعالج أو الاستشاري إلى تبديد أي مفاهيم خاطئة قد يتبناها طفلك تجاه ما يعنيه طلب المساعدة.

٤- تقبل حقيقة أن الجوانب الحساسة هي أمور خارجة عن سيطرة طفلك. عندما كانت ابنتي صغيرة، كانت تصرخ في كل مرة اضطررنا فيها إلى استخدام دورة مياه عامة؛ لأن أصوات تدفق المراحيض وتشغيل أجهزة التجفيف كانت تخيم على المكان بشدة. في البداية شعرت بالحرج الشديد (خاصةً عندما كان والدها يسمع صوتها العالي بوضوح من مكانٍ بعيدٍ خارج دورة المياه!)، لكنني تعلمت بعد ذلك أن أنقبل حقيقة أن الضوضاء كانت تزعجها للغاية، حتى أنها تجعلها تصرخ. وبمجرد مواجهتي الأمر بكل هدوء، هدأت هي الأخرى؛ فقد غيرت سلوكي وطمأننتها عندما كانت خائفة، إذ كنت أغسل المراض بمجرد خروجها وأخرج دائمًا بيدي مبتلة! وقد ساعدها هذا الفعل مساعدة كبيرة ولم تعد تصرخ الآن، وهي في سن الرابعة من عمرها. يتخلص العديد من الأطفال من الجوانب الحساسة ويتعلم الآخرون طرقًا أفضل للتكيف معها (بخلاف الصراخ!).

٥- احرص على تعرض طفلك لمختلف البيئات الاجتماعية وتحدث عن التجربة، فعلى سبيل المثال: قد يكره الطفل الذهاب إلى مباريات كرة القدم في مدرسته بسبب الضوضاء والحشود، ولكنه يستمتع بحضور مباريات كرة القدم في الاستاد الرياضي بسبب الاختلافات الطفيفة في البيئة.

٦- احرص على زيادة فرص التفاعل مع أقران لهم نفس الاهتمامات والخبرات؛ حيث يمكن أن تُغيّر الفعاليات، مثل: فعالية قمة ديفيدسون للعلماء الشباب في حياة العلماء الشباب الذين يشعرون عمومًا أنه "لا أحد مثلهم". وقد تفاعلت في الماضي مع العديد من الأسر الذين أشاروا إلى أن حضور هذه الفعاليات أحدث اختلافات جذرية في حياة أطفالهم.

٧- خطط لتفاعلات اجتماعية وأثني على المحاولات المبذولة في تلك التفاعلات؛ حيث إن الطفل إذا شعر أنه ليس جيدًا في أمر ما، تصبح حينئذٍ المشاركة في هذا السلوك أصعب وأصعب، ويمكن أن يؤدي الدعم الإيجابي للمحاولات الاجتماعية والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية إلى بناء الثقة والرغبة في توسيع نطاق الخبرات الاجتماعية لدى الطفل.

٨- شجع الطلاب عندما مواجهتهم تحديات تعليمية. عندما يقرر الطالب فائق المواهب أن يدرس مقرراً دراسياً أكثر صعوبة مع المخاطرة بعدم الحصول على درجة "كاملة"، فيجب الاحتفاء بهذا التحدي. بينما يواصل المجتمع التركيز على النتائج، يمكننا أيضاً، بصفتنا والدين، التأكيد على عملية التعلم ومتعتها، وليست ضرورة الحصول على درجة ممتازة.

٩- كن قدوةً في تبني المرونة ومواجهة المخاوف. بحيث يستفيد الأطفال من مشاهدة والديهم يواجهون مخاوفهم، سواء كانت اجتماعية أو سلوكية أو بيئية، فعندما تشعر بالخوف من تجربة أمر ما (مثل ركوب قطار الرعب أو حضور فعالية اجتماعية جديدة)، احرص على خوض التجربة ومشاركة شعورك مع طفلك.

١٠- اهتم بنفسك؛ فتربية الأطفال أمر مرهق للغاية. سترتكب أخطاء؛ فأنت إنسان! حدد وقتاً لممارسة الأنشطة التي تستمتع بها حتى تأخذ قسطاً من الراحة بعيداً عن التوتر ومتطلبات الحياة. أنت والد/ والدة، وتستحق/ تستحقين ذلك.

للاقتباس من هذه المقالة يمكن نسخ التالي:

مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع. (٢٠٢٢، ديسمبر). القلق والجوانب الحساسة والصعوبات الاجتماعية بين الأطفال

فاتحي الموهب، (مقال مترجم من قبل Davidson Institute). مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع.

<https://www.mawhiba.org/Ar/DigitalLibrary/Resources/ScientificPublications/Pages>

[/Latest.aspx?type=%D8%AA%D9%82%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%B1%20%D9%8](https://www.mawhiba.org/Ar/DigitalLibrary/Resources/ScientificPublications/Pages/Latest.aspx?type=%D8%AA%D9%82%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%B1%20%D9%8)

[5%D8%AA%D8%B1%D8%AC%D9%85%D8%A9](https://www.mawhiba.org/Ar/DigitalLibrary/Resources/ScientificPublications/Pages/Latest.aspx?type=%D8%AA%D9%82%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%B1%20%D9%85%D8%A9)