**الغيرة**

dr. Sajid Sharif Atiya اعداد سجاد الشمري sajidshamre@hotmail.com

**لقد خلق الله الجنسين وبينهما فروق فيزيولوجية وجسمية ونفسية واجتماعية**

**إن الذكورة النفسية أو الأنوثة النفسية تتحدد في ضوء ما إذا كان سلوك الفرد أكثر ميلا نحو السلوك الذكري أو نحو السلوك الأنثوي , بصرف النظر عن جنسه حيويا. فقد أظهرت إحدى الدراسات أن الشعور بالغيرة يبدأ ما بين ثلاث إلى أربع سنوات , وأن نسبة الغيرة في البنات أكثر منها في البنين. كذلك فإنها عند الأذكياء أكثر منها عند قليلي الذكاء. بالإضافة إلى ذلك فالغيرة تكون بنسبة أكبر بينت الأطفال الذين لا يوجد فارق كبير في السن بينهما. وتوجد بين الأطفال المتقاربين في السن**

**مظاهر الغيرة**

**من المظاهر التي تشير إلى الغيرة, الحالات التالية**

**الغضب الذي يتمثل في السب أو الهجاء أو التشهير أو المضايقات أو التخريب أو الثورة أو العصيان**

**ميل للصمت يبدو في الإنزواء , والتهم والسلبية والإضراب عن الأكل وفقدان الشهية والشعور بالخجل وشدة الحساسية**

**مظاهر جسمية   نقص الوزن , صداع وشعور بالتعب**

**مظاهر نفسية   حالات سلوكيةشاذة, كالبكاء والتبول اللاإرادي  , ومشاعر الحزن والإبتئاس**

**أسباب الغيرة**

**للغيرة أسباب متعددة أهمها ما يلي**

**شعور الطفل بميلاده طفل جديد , وكثيرا ما تبعد الأسرة طفلها أثناء وضع أمه. يجب تجنب هذه المأساة النفسية عن طريق التمهيد للطفل بأن هذا المولود هو أخ له وزميل وصديق يلعب معه ويمرح**

**القسوة والشدة في العقاب الذي يتبعه بعض الآباء في التفريق بين الأطفال أو كثرة المديح أو الإطراء**

**كما يجب ان يؤمن الآباء بأن الغيرة ليست سمة وراثية ولكن الطفل يكتسبها نتيجة لظروف معينة مثل العقاب والتفرقة والمديح والتدليل**

**شعور الفرد بالغيرة نتيجة حقوقه المهدورة وتمتع غيره بالمزايا الأخرى أو المراكز الاجتماعية**

**من الحالات الشائعة , غيرة الطالب الراسب من زملائه الناجحين . يحاول الإنتقام منهم عن طريق لصق التهم وإذاعة الشائعات عنهم**

**موازنة الطفل بأخوته وأقرانة في الذكاء أو الجمال او الطباع أو السن او الجنس**

**تغدق بعض الأسر مميزات خاصة على الطفل العليل, كإغداق الملابس واللعب والنقود مما ليس له علاقة بالعلاج , هذا يثير سخط أخوته والشعور بالكره نحو الأخ المريض**

**السلبيات والحلول**

**ان للغيرة سلبيات منها**

**انها تسبب وجود صراعات خفية في الحياة النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين**

**ان الشخص الذي يغير من الآخرين ينال سخطهم وعدم رضائهم عنه**

**انها تجعل صاحبها يشعر بالذلة والمهانة وعدم الثقة بالنفس**

**وينتج من الغيرة الشعور بالنقص والإنطواء والعزلة عن الحياة الإجتماعية**

**يمكن محاولة علاج هذه الحالة ببعض الإجراءات**

**عدم مقارنة الطفل مع غيره مما ينتج عنه هبوط مواهب الطفل وقدراته**

**تنمية ثقة الطفل بنفسه**

**إشراك الطفل بنشاطات متنوعة تشعره بالنجاح والسعادة**

**يجب معاملة الأطفال جميعا على قدم المساواة**

**يمكن للأسرة تنظيم عملية الإنجاب بحيث لا يكون هناك فاصل زمني كبير بين الأخوة**

**يجب أن تتاح للطفل فرصة إقامة علاقات مع غيره من الأطفال على أساس من الحب والتعاون والثقة**

**dr. Sajid Sharif Atiya اعداد سجاد الشمري sajidshamre@hotmail.com**