

الإساءة إلى الأطفال

د. أوسم وصفي



ophir

Copyrighted Material
Ophir Printers & Publishers

سلسلة ١٨٠ درجة - الإساءة إلى الأطفال

الطبعة العربية الأولى ٢٠٠٨

حقوق الطبع محفوظة

Arabic Edition Copyright © 2008 by Ophir Publishing, a division of Jongbloed
bv – Holland.

All rights reserved. No portion of this book may be reproduced, stored in
a retrieval system or transmitted in any form or by any means – electronic,
mechanical, photocopy, recording or any other – except for brief quotations in
printed reviews, without prior permission of the publisher.

أوفير للطباعة والنشر

ص.ب. ٣٠٦٢، عمان ١١١٨١، الأردن

هاتف: ٦ ٥٦٦٥ ٧٦٨ +٩٦٢

فاكس: ٦ ٥٦٣٩ ٧٦٨ +٩٦٢

Email: info@ophir.com.jo

www.ophir.com.jo

رقم الإيداع: ٢٠٠٨/١٢/٤١١٣

ISBN: 978- 90- 5950- 076- 1

جميع الحقوق محفوظة، لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب، أو أي جزء منه، أو تخزينه في
نطاق استعادة المعلومات أو نقلها، أو استنساخه بأي شكل من الأشكال، دون إذن خطي مسبق
من الناشر.

التدقيق اللغوي: شرين كرادشة ايوب

ملحوظة:

القصص المذكورة في هذا الكتاب واقعية، لكن نم
تغيير الأسماء ونفاصيل القصص حفاظاً على السرية.

1800

Copyrighted Material
Ophir Printers & Publishers

فهرس المصنويات

- ٦ الفصل الأول: ما الذي حدث؟
- ٣٤ الفصل الثاني: تأثير ما حدث
- ٥٠ الفصل الثالث: التعافي من الإساءات قرار.. ومشوار

1800

Copyrighted Material
Ophir Printers & Publishers

لم يكن الذنب ذنبك!

غالباً ما يلوم الأطفال أنفسهم على ما حدث من إساءة وبالذات الإساءات الجنسية، وذلك لأحد الأسباب التالية:

١. ربما يكون المعتدي هو الذي أخبرك أنك المذنبة فيما حدث. وربما قال لك عباراتٍ مثل: «أنتِ طفلةٌ مثيرةٌ جدًّا، أنا لا أستطيع أن أمنع نفسي عنك!»

٢. ربما تكون قد قلت لأحد والديك عما حدث وعاقبك.

٣. ربما تشعر بالذنب لأنك طلبت من جليسة الأطفال أن تراها عارية وهي وافقت. لذلك فأنت تشعر بالذنب، بينما في الحقيقة الذنب هو ذنب جليسة الأطفال التي وافقت على طلبك في حين كان عليها أن ترفض وتؤدّبك!

٤. قد تشعرين بسبب الإساءات المتكررة، أن هناك شرًّا ما بداخلك يجبر الناس على الإساءة لك جنسيًّا. وإن شركٍ أو فسادك هو العنصر المشترك بين كل هؤلاء، بينما في الحقيقة الشر هو شرّ المعتدين الذين رأوا فيك فرصةً للمتعة الجنسية، أو هو شر أو ربما كسل الوالدين الذين لم يعملوا على حمايتك بشكلٍ كافٍ. قد يكون الإهمال هو العنصر المشترك الذي جعل الكثيرون ينتهكونك!



٥. ربما كان من المرعب لك كطفل أن تصدق أن الذنب هو ذنب الكبار وأن هؤلاء الكبار فاقدون للسيطرة على أنفسهم. ربما من الأكثر أماناً أن تكون أنت السبب، لأنك عندئذ تستطيع أن تتحكم في نفسك وتمنع ما يحدث، وذلك من خلال محاولتك أن «تكون أفضل». بهذه الطريقة، يمكن أن يؤدي لوم النفس إلى بعض الشعور بالأمان! بالطبع هذه فكرة سحرية غير واقعية، فالذنب هو بالفعل ذنب الكبار. من المحتمل أننا لم نتمكن من قبول هذه الحقيقة ونحن أطفال، لكننا نستطيع اليوم أن نقبلها ونصدقها.

٦. ربما كان المعتدي يعطيك نقوداً أو هدايا أو يوافق أن يلعب معك مقابل ما كان يفعله، لذلك فأنت تشعر أنك «قد قبضت» ثمن فعلتك، فأنت المسؤول عنها. إلا أن الحقيقة هي: أنت كطفل لم تكن قادراً أن ترفض.

٧. ربما تشعرين أنك كنتِ قادرة على إيقاف ما يحدث، لكن الحقيقة هي: أنت كطفلة لست قادرة على ذلك. قد يكون هذا بسبب الخوف من العقاب أو عدم تصديق الكبار.

(٧) تُعد الإساءات في الطفولة أحد أهم أسباب «هوس الكمال» الذي يعاني منه البعض، وذلك استمراراً لفكرة سحرية تقول «ربما إذا كنت أفضل، سوف يهتم والدي بي». ويمكن أن تتحول هذه الفكرة فيما بعد إلى فكرة اجتماعية تقول: «إذا كنت أفضل، سوف يحبني الناس»، أو إلى فكرة «دينية» تقول: «إذا كنت أفضل، سوف يحبني الله!» وهكذا تتعدّد صور هوس الكمال. يقول إنجيل النعمة: «الله يحبك كما أنت» الله يحب «لك» أن تكون أفضل، لكنه «يحبك» كما أنت. العجيب في الأمر أن هذه «الطمأنينة» هي أكثر ما يجعلنا نصير... «أفضل»!

ما الذي حدث؟

في بعض الأحيان نخلط بين شخصياتنا الماضية كأطفال صغار وشخصياتنا الحالية كشباب بالغين. حيث نزن أننا كأطفال كان باستطاعتنا مثلاً إيقاف المعتدي عند حده، فنشعر بالذنب ولوم النفس. وقد يحدث العكس أيضاً وذلك عندما يستمر الاستغلال الجنسي إلى سن المراهقة والشباب، حيث نزن أننا لا نستطيع أن نوقف المعتدي عند حده لكننا في الحقيقة نستطيع ذلك الآن.

كتبت لنا إحدى الشابات التي تجاوزت العشرين من عمرها هذا الخطاب بعد حضور مدرسة لإعداد القادة لخدمة المراهقين.^٨

«من خلال هذه المدرسة قدرت أن أواجه خالي وأوقفه عند حده، ليس فقط في علاقته معي جنسياً ولكن استطعت أيضاً أن أوقف استغلاله لبنات «آخرين» من أفراد أسرتي. بعد سماعي المحاضرة الأولى منعت خالي بالكلام المباشر وحكيت حكايته معي «لأحد أقاربنا» أيضاً «فرفض» و «ابتعد» الآن عنه. كنت في الماضي «فقير» القيمة وقد صرت الآن «نافعاً» بجد شكراً لكم»^٩.

٨. ربما تشعر بالذنب لأنك كنت تستمتع بالقرب والحنان، لأن الجنس كان الطريقة الوحيدة التي كنت تحصل بها على الحنان والتلامس

(٨) مدرسة «القلب الواعي»

(٩) نلاحظ كلامها عن نفسها وعن البنات الأخريات بصيغة «المذكر»، لعل هذا يعكس أيضاً رفضها لجنسها المؤنث الذي أدى بها إلى الانتهاك الجنسي. لست أظن أن هذا مجرد ضعف لغوي فهي تقول عن نفسها صرت «نافعاً»، فلا أظن أنها تجهل اللغة للدرجة التي تجعلها لا تستطيع أن تكتب «صرت نافعاً». جدير بالذكر أن الإساءات الجنسية التي تتعرض لها الفتيات ربما تلعب دوراً في رفض الدور الأنثوي في العلاقات وهذا قد يؤدي إلى مشكلات عديدة بدءاً من رفض الزواج وحتى الجنسية المثلية وانتهاء بالرغبة في «تغيير الجنس» تماماً في بعض الحالات النادرة.



يحتاج كل طفل،
بل كل إنسان إلى
الحنان والتلامس.

البشري. كل طفل، بل كل إنسان، هو في حاجة إلى الحنان والتلامس. ليس ذنبك أنك كنت تحتاج إلى ذلك وطلبتة، لكن الذنب هو ذنب من استغل هذا الاحتياج ليستخدمك جنسيًا.

٩. ربما تشعرين بالذنب لأنك شعرت بلذّة جنسية. فقط بعض الأطفال

يشعرون بالألم والإهانة عندما يتعرّضون للإساءة الجنسية، بينما البعض

ليس جسّدك هو
الذي خانك بل من
اعتدى عليك هو
الذي خانك!

الأخر يشعر ببعض اللذّة، خصوصًا إذا كانت الإساءة مصحوبةً بحنان وبطريقة غير مهينة وغير عنيفة. اللذّة الجنسية في الحقيقة هي رد فعل طبيعي وتلقائي للمس مناطق معينة من الجسم. عندما يشعر الطفل أو المراهق

باللذّة الجنسية أو بالوصول إلى ذروة النشوة الجنسية، فهذا لا يعني أنه كان يريد ما حدث أو أنه مسؤول عنه. كما أنه لا ينبغي عليك أن تشعر أن جسّدك قد خانك. ليس جسّدك هو الذي خانك بل من اعتدى عليك هو الذي خانك!

١٠. ربما تشعرين بالذنب لأنك أنت التي بدأت العلاقة أو وافقت على

الخروج مع المعتدي. ربما تقترب مراهقة من شاب أو رجل أكبر منها لأنها تحبه أو معجبة به، ثم يغتصبها أثناء أحد اللقاءات العاطفية. في

الانجذاب العاطفي أو
حتى الجنسي لا يبرر
الاعتداء الجنسي!

هذه الحالة قد تلوم هذه المراهقة نفسها ولا تتمكن من الإفصاح عما حدث معها. الحقيقة هي أنك كنت تريدين علاقة

ما الذي حدث؟

عاطفية، وليس جنسية. حتى وإن كان هناك انجذابٌ جنسي، فهذا لا يعني أنك كنت ترغيبين فيما حدث أو كنت موافقةً عليه، وإنما كنتِ تتوقَّعين منه أن يحترمك.

ما هي الحالة التي تنطبق عليك؟ لماذا تشعر/تشعرين بالذنب لحدوث الاعتداء عليك؟



الجوع للحب

هل يمكن أن يموت الإنسان من «قلة الحب»؟ ... هذا هو السؤال الذي أتت به إليَّ سيِّدة شابة وذلك بعد وفاة إحدى قريباتها وهي في ريعان الشباب بعد تعاطيها جرعة عالية من المخدرات. وبعدما رَوَت لي القصة، سألتها مستنكرةً: «ولكنك تقولين: إنها ماتت من المخدرات!» فأجابتنني قائلة: كانت المخدرات هي السبب الظاهري، ولكنني أعتقد أن السبب الحقيقي هو الجوع للحب.» وأضافت قائلة أن قريبتها المتوفاة كانت تقول لها دائماً، أنه وبالرغم من ترعرعها في أسرة ميسورة الحال وفُرت لها حياةٌ مرفهة، إلا أنها لم تشعر في يوم من الأيام أنها محبوبة أو مفهومة أو أن هناك



من يستمع إليها... صمّمت محدّثي قليلاً ثمّ قالت: «ربما كانت المخدرات محاولةً لتخدير ذلك الأم!»

السبب الرئيسي لحدوث الإساءات السلبية هو عدم إدراك الوالدين أن للأطفال وللمرهقين احتياجات نفسية ووجدانية لا تقل أهمية عن احتياجاتهم الجسدية.

يقودنا مفهوم الإساءات السلبية (أي الإساءات الناتجة عن عدم فعل ما كان ينبغي فعله) إلى مفهوم آخر هام، وهو الاحتياجات النفسية. فالسبب الرئيسي لحدوث هذه الإساءات السلبية هو عدم إدراك الوالدين أن للأطفال وللمرهقين احتياجات نفسية

ووجدانية لا تقل أهمية عن احتياجاتهم الجسدية. وصف تشارلز وايتفيلد في كتابه «شفاء الطفل الداخلي»¹⁰ عشرين احتياجاً إنسانياً أساسياً وصنّفهم في تسلسل هرمي مبتدئاً بأبسط الاحتياجات وهو البقاء على قيد الحياة، ومنتهياً بأعلى احتياج روحي للإنسان، ألا وهو القبول غير المشروط.

عندما نحصل كأطفال على احتياجاتنا النفسية بشكل جيد من خلال التنشئة السليمة التي تراعي احتياجاتنا النفسية جنباً إلى جنب مع احتياجاتنا الأخرى، فإننا نتمتع كمرهقين وبالغين بما يسمى «المتانة النفسية»¹¹ وهي القدرة على مواجهة الضغوط المختلفة التي يتعرّض لها الأطفال والمرهقون دون حدوث مرض نفسي أو انحراف سلوكي. بطبيعة الحال لا يمكننا التخلص تماماً من الضغوط التي يتعرض لها الأطفال سواء الفقر أو الجهل أو المرض أو العنف في

(10) C. L. Whitefield, M.D. Healing the Child Within (Florida: HCI, 1987), p. 18.

(11) Edith H.Grotberg, The International Resilience Project: www.resilnet.uiuc.edu/library/grotb95b.htm

ما الذي حدث؟

هذا العالم، لذلك فإن ما يمكننا عمله هو أن نزيد من متانتهم النفسية حتى يتمكنوا من مواجهة هذه الضغوط ولا ينكسروا تحتها.

المئات النفسية

تنقسم المئات النفسية إلى ثلاثة عناصر أساسية:

١. عنصر الدعم الخارجي. أي أن يكون لدينا من الدعم والمساندة

النفسية ما يُمَيِّ متانتنا النفسية. هذا ما سنشير إليه اختصارًا بعبارة

I have (أنا عندي)

٢. عنصر الإحساس الإيجابي بالنفس. أي أن نشعر أننا بطبيعتنا جيّدون

وليس بسبب ما نفعله أو يحدث لنا. وهذا ما سنشير إليه اختصارًا

I am (... أنا ...)

٣. عنصر القدرة الذاتية. أي أن نشعر أنه يمكننا القيام ببعض الأشياء

بأنفسنا، وإن تدخل الآخرون فإنهم يتدخلون لمساعدتنا وليس

للسيطرة علينا. هذا ما سنشير إليه اختصارًا بعبارة **I can (أنا أقدر)**

بشكل عام، يستطيع الطفل أو المراهق الذي يتمتّع بكامل المئات النفسية

أن يقول:

Copyrighted Material
Ophir Printers & Publishers

أنا عندي: (I have)

• أنا عندي أشخاص أثق بهم! (أشعر بالأمان والثقة في قبول من حولي)

• أنا عندي نظام في حياتي! (أعيش في بيئة لها نظامٌ ثابتٌ مستقر)



- أنا عندي أشخاص أحب أن أكون مثلهم! (حولي أمثلة صالحة من الشخصيات)
- أنا عندي أشخاص يمنحونني فرصة! (الكبار يمنحونني فرصة أن أقوم بعمل أشياء بنفسني وأكون مسؤولاً عنها)
- أنا عندي أشخاص يهتمون باحتياجي! (أعيش في بيت آمن، وأحصل على أكل صحي وعلى رعاية عندما أمرض)

ما الذي يمكن أن تقول أنه «عندك» الآن من هذه الأشياء أو غيرها؟



ما الذي تحتاج لأن تنميه في حياتك من هذه الأشياء؟



Copyrighted Material
Ophir Printers & Publishers

ما الذي حدث؟

أنا : (I am)

- أنا.. شخص محبوب! (أشعر من خلال علاقتي بمن حولي أنني مقبول ولست مرفوضاً)
- أنا.... أحب الناس وأشعر بهم وأحب أن أساعد غيري! (لست أنانيًا أفكر في نفسي فقط)
- أنا... فخور بنفسي! (أشعر بقيمتي وأهمية وجودي)

ما هي الأشياء الإيجابية التي تستطيع أن تقولها عن نفسك؟



أنا أستطيع: (I can)

- أنا أستطيع أن أتكلم عما أفكر فيه وأشعر به! (أستطيع أن أعبر عن مشاعري وأفكاري).
- أنا أستطيع أن أتحكم في مشاعري! (عندما أخاف أو أغضب، أستطيع أن أتحكم في نفسي).
- أنا أستطيع أن أقيم علاقات جيدة! (أستطيع أن أصنع صداقات



وأحافظ عليها).

- أنا أستطيع أن أحلّ مشاكلي! (أنا المسؤول عن حل مشكلاتي، وأنا أقرّر طلب المساعدة ممن أريد منه أن يساعدني).

ما هي الأشياء التي أنت متأكد من قدرتك على عملها؟



ما هي الأشياء التي تود أن تزيد من قدراتك فيها؟



Copyrighted Material

Ophir Printers & Publishers

من المهم الآن وبعد أن أدركنا ما حدث (أو ربما لا يزال يحدث الآن)، وقبل أن نتكلّم عما يجب أن يحدث، من المهم أن ندرك تأثير ما حدث!