هود والحجر الثقيل

قصة عن الذنب... والندم الذي يُصلح

للأعمار من ٥ إلى ٩ سنوات



مكتب حماية الطفل

إعداد د. هاشم



قالت ماما: «الكرة في الحديقة يا هود.»

لكن هود قال في نفسه: «ركلة واحدة فقط...» وبدأ يلعب بالكرة في غرفة الجلوس.



طارت الكرة... وأصابت مزهرية ماما الزرقاء، هدية الجدّة!

سقطت المزهرية... وتكسّرت!



خاف هود كثيراً.

جمع القطع بسرعة... وخبّأها تحت الكنبة.



سألت ماما: «هود، هل رأيت مزهريتي؟» قال هود: «لا... لا أعرف.»

وفجأة، شعر بحجر ثقيل في صدره.



وكبر الحجر. لم يستطع هود أن يأكل عشاءه، ولم يخرج ليلعب مع سامي.

كان الحجر ثقيلاً... ثقيلاً جداً.



في الليل، لم يستطع أن ينام، فنادى ماما وبكى: «ماما... أنا كسرت المزهرية، وخبّأتها!»

أخذت ماما نفساً عميقاً، ثم ضمّته وقالت: «شكراً لأنك
أخبرتني الحقيقة. أنا حزينة على المزهرية... لكني أحبك.»



ثم سألته: «ماذا كنت تقول لنفسك طوال اليوم؟»

أنا ولد سيئ!

ماما لن تسامحني أبداً!

أستحق أن أُعاقَب كثيراً!



قالت ماما: «هناك شعوران يا هود. الندم يقول: فعلت شيئاً خاطئاً، أنا آسف، وسأُصلحه.

والذنب الثقيل يقول: أنا سيئ... فأختبئ.

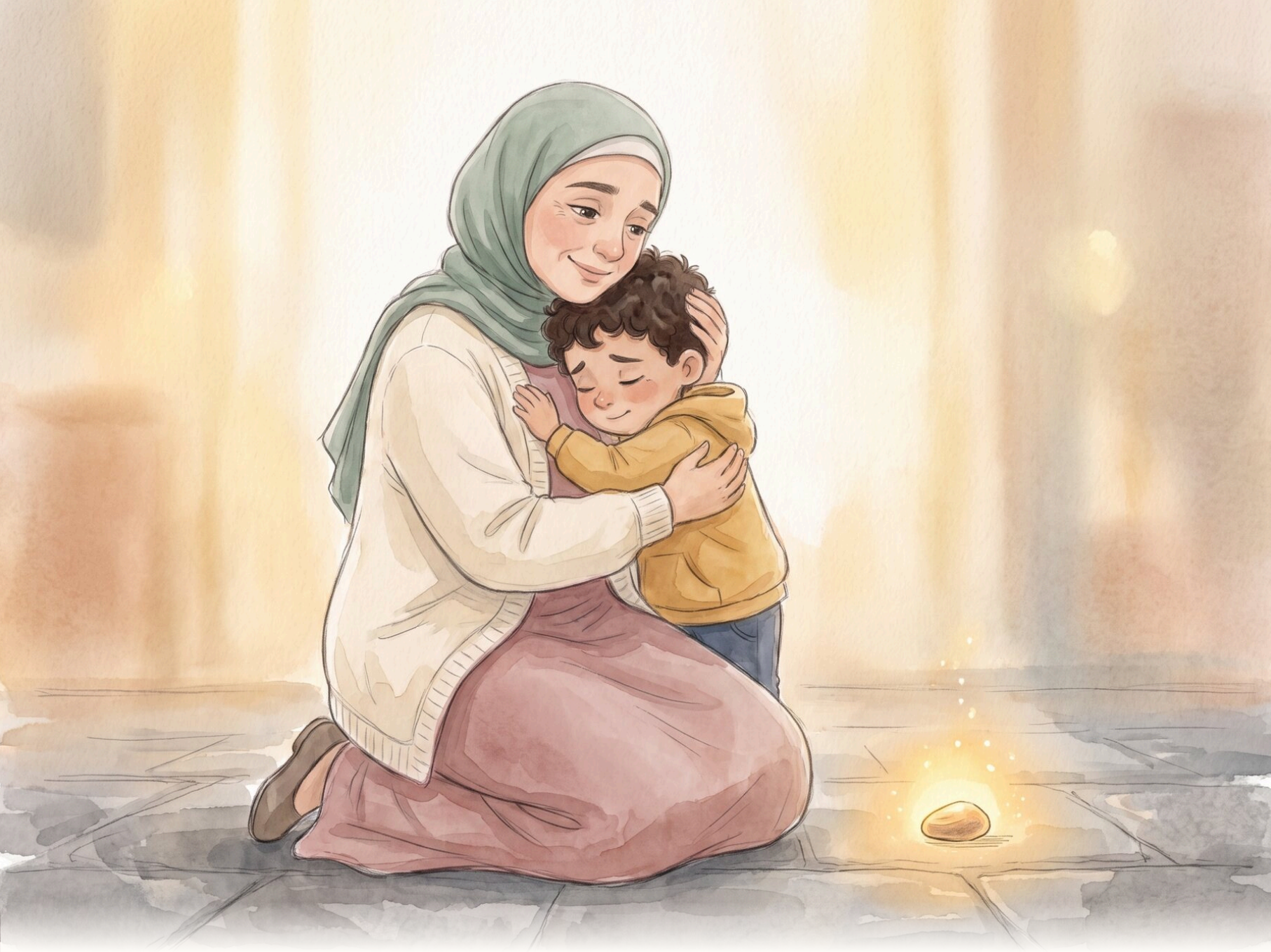
الندم يجعلنا نُصلح... والذنب يجعلنا نختبئ.»



لبس هود قبعة المحقّق. السؤال الأول: **هل فعلُ شيء خاطئ يجعلني ولداً سيئاً؟**

نظر إلى لوحة صوره: هود يغنّي لقمر، هود يساعد سامي، هود يقتسم سندويشه.

قال: «**فعلت شيئاً خاطئاً... لكني لست ولداً سيئاً.**»



السؤال الثاني: **هل لن تسامحني ماما أبداً؟**

ضمّته ماما وقالت: «أنا أسامحك يا حبيبي. وأحبك حين تصيب... وحين تخطئ.»

فصغُر الحجر حتى صار حصاة صغيرة.



السؤال الثالث: **ماذا أفعل الآن؟**

علّمته ماما ثلاث خطوات: أعترف... أعتذر... أُصلح.

قال هود: «اعترفت، واعتذرت... بقي أن أُصلح!»



في الصباح، أخرجا القطع من تحت الكنبة، وألصقاها بغراء ذهبي لامع.

وأخرج هود من حصّالته نقوداً ليشتري لماما ورداً جديداً.



ثم قال هود: «الكرة في الحديقة فقط!»

وخرج يلعب مع سامي على العشب.



عادت المزهرية إلى الرف، بخطوط ذهبية تلمع وورود جديدة. قالت ماما: «صارت أجمل من قبل.»

وقال هود: «أنا هود الذي أخطأ... واعترف... وأصلح. والحجر الثقيل؟ اختفى!»

دليل الأهل والمربّين

القصة السابعة في السلسلة. تفرّق REBT بين الذنب غير الصحي (إدانة الذات، والاختباء، والكذب، والعقاب الذاتي) والندم الصحي (الأسف على الفعل، وتحمّل المسؤولية، والإصلاح). الهدف أن يتحمّل الطفل مسؤولية خطئه دون أن يكره نفسه.

١. الحجر الثقيل

الذنب الذي يُخبّأ يكبر، ويظهر في فقدان الشهية، والانسحاب من اللعب، واضطراب النوم. ص ٣–٦

٢. أفكار الذنب

- **تقييم الذات الكلي:** «أنا ولد سيئ».
- **التهويل:** «لن تسامحني أبداً».
- **المطالبة بالعقاب:** «أستحق أن أُعاقَب كثيراً». ص ٧

٣. المجادلة

- **فصل السلوك عن الذات:** لوحة الأفعال الطيبة. ص ٩
- **الحب غير المشروط:** «أحبك حين تصيب وحين تخطئ». ص ١٠

٤. الخطوات الثلاث

أعترف، أعتذر، أُصلح. هذا هو الندم الصحي في صورة عملية يحفظها الطفل. ص ١١

٥. الإصلاح الذهبي

المزهرية الملصقة بخطوط ذهبية مستوحاة من فن «كينتسوغي» الياباني: الكسر جزء من القصة، لا عيب يُخفى. ومشاركة الطفل في الإصلاح من حصّالته عاقبة منطقية أنفع من العقاب. ص ١٢، ١٤

أسئلة للحوار بعد القراءة

- لماذا خبّأ هود قطع المزهرية؟
- متى صار الحجر أخفّ؟
- ما الخطوات الثلاث؟
- هل أخطأت مرة وأصلحت خطأك؟

تنبيه مهم للأهل

حين يُقابَل اعتراف الطفل بالصراخ أو العقاب القاسي، يتعلّم أن الكذب أكثر أماناً من الصدق. أما الطفل الذي يجد الأمان حين يعترف بخطئه، فيكون أقدر على أن يحكي لأهله حين يتعرّض هو لأذى أو يُطلب منه كتمان سرّ مخيف. اجعلوا الصدق آمناً في بيتكم. وإذا كان الطفل يجلد ذاته بقسوة أو يعاقب نفسه، فاستشر مختصاً نفسياً.