

علمي طهاتك

د. عبدالرحمن بن علي الدوسري

الطبعة الأولى

١٤٢٢هـ - ٢٠٠٢م

دار احضارة للنشر والتوزيع

ح دار الحضارة للنشر والتوزيع، ١٤٣٢هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الدوسري، عبدالرحمن علي عبدالرحمن

علم طباعة / عبدالرحمن علي عبدالرحمن الدوسري الرياض ١٤٣٢هـ

٢٠١ ص ٠٠١ سم

ردمك: ٦- ٩٣٢ - ٥١ - ٩٩٦٠ - ٩٧٨

١- علوم طباعة - ٢- الطباعة علم نشر - ١- عنوان

ديوي ١٥٥.٥١ ١٤٣٢/٩٦٩

رقم الإيداع: ١٤٣٢/٩٦٩هـ

ردمك: ٦- ٩٣٢ - ٥١ - ٩٩٦٠ - ٩٧٨

حقوق الطبع محفوظة

الطبعة الأولى

١٤٣٣هـ - ٢٠١٢م

دار الحضارة للنشر والتوزيع

ص.ب ٢٨٢٣ الرياض ١١٦٨٥

هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٢ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤

الاستوديو تلفون: ٢٤١٦١٣٩ فاكس: ٢٤٢٧٥٢٨

الرقم الموحد: ٩٢٠٠٠٠٩٠٨

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



تقديم

في كتابه الجديد الذي بين أيديكم يقدم الكاتب بعض نصائح الخبراء والاختصاصيين في مجالات الطفولة للمرأة الأم، لكي تتعلم اطفالها عدة أشياء بأسلوب سلس بعيد عن التعقيد ولكي ينشؤوا نشأة صالحة ويتعلموا ما ينفعهم في حياتهم المستقبلية.

نتمنى للكتاب والكاتب مزيداً من النجاحات المتلاحقة، وللقراء الكرام بأن يجدوا ما ينفعهم ويفيدهم.

الناشر

الإهداء

أهدي هذا الإصدار الجديد إلى جميع قرائتي
الأعضاء وقارئاتي العزيزات في كل بقعة من بقاع
المعمورة .. آملاً أن يكون هدية جميلة وقيمة
ومقبولة ..

د. عبدالرحمن بن علي الدوسري



علمي طفلك الشعور بالمسؤولية^(١)

إن الطفل لا يولد مسؤولاً أو عارفاً بالمسؤولية، وهذا ينبغي أن يتعلم تحملها منذ صغره، فالواجب أن يتعلم التعاون واحترام الآخرين والأخلاق الكريمة كما يتعلم المشي والكلام، وعملية تعلم المسؤولية تبدأ في وقت أكثر تذكيراً مما يظن أكثر الناس، فهي تبدأ مع مولد الطفل، والطفل لا يستطيع تنمية الشعور بالمسؤولية من ذات نفسه، فهذه التنمية لا تأتي فجأة أو بطريق المصادفة، ولكن الطفل يتعلم شيئاً عن تحمل المسؤولية من العناية التي يلقاها من والديه والمعاملة التي يجدها ممن يتصلون به، ولما كانت عملية التعليم هذه تستمر إلى قرب نهاية مرحلة المراهقة فإن الآباء والمدرسين في مدارس الحضانه والمدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية لهم جميعاً دورهم في مساعدة الأطفال على تنمية هذا الشعور البالغ الأهمية ألا وهو الشعور بالمسؤولية، وقد وجد خبراء التربية أن الرضيع يبدأ تعلم المسؤولية منذ قيام والديه الأب والأم بسد حاجاته كلها ثم يبدأ بتعلم المسؤولية منذ البداية في الأسرة.

الاحتان والمسؤولية:

الواقع أن تحمل المسؤولية ليس إلا صورة من البذل والتعاون والمشاركة الفعلية في الأسرة، فالغالب أن يشارك الطفل من يكون قد شاركه قبلاً في شيء ما .. وهناك احتمال كبير مثلاً في أن يقدم الطفل بعض الحلوى لأقرانه إذا كانوا قد أشركوه قبلاً في حلواهم، ولكن هذا الاحتمال يقل إذا كانوا لم يدأبوا على فعل

(١) المجلة العربية، العدد: (١٣١)، أغسطس ١٩٨٨م.

ذلك، فالإنسان يتعلم البذل والعطاء والحرص على شعور غيره عن طريق حرص الآخرين على شعوره واهتمامهم بشأنه.

وتبين الدراسات العديدة التي قام بها (سوركن) العالم الاجتماعي المشهور، إذ يرى أن تنشئة الأطفال في جو من الحنان وعلى أيدي آباء عطوفين لها أهميتها العظمى في مساعدة الأطفال على أن يشبوا على التعاون والشعور بالمسؤولية. من هذا البحث الشامل الذي قام به الأستاذ (سوركن) على الكبار وطلبة الجامعة وأطفال الحضارة وجد في أغلب الحالات تقريباً أن أسعد الأطفال وأقربهم إلى قلوب الناس وأكثرهم شعوراً بالمسؤولية هم أبناء الأسرة السعيدة التي تشجع بين أفرادها روح المحبة والتعاطف والتي تقوم علاقاتها على أساس التفاهم والتوافق والمحبة بين أفراد الأسرة جميعاً.

ولم يعط أهمية للشراء والإمكانيات المادية الموفرة داخل الأسرة أهمية في البحث، ولكن الصفة الوحيدة المشتركة بينها كانت الحب المتبادل بين الوالدين والتفاهم القائم بينهما.

فإن الحنان والرعاية الكاملة والتوجيه والإرشاد هو السبيل والطريق السليم لتعليم الطفل المسؤولية، بجانب أن التنمية الحقة للشعور بالمسؤولية متدرجة من الوسائل البسيطة في البداية إلى الوسائل الكبيرة، وهذا يستلزم من الوالدين مستودع هائل من الشعور الطيب لدى الأطفال مع رصيد من الحب في أعماق نفوسهم، فالطفل يتعلم أن يكون محباً لغيره من معيشتته منذ بداية صغره في ظل رعاية أسرية تقوم على الحب.

فمن المعروف أن الذين يشعرون بالمسؤولية الحقة يكون الحب دائماً أساس علاقتهم بغيرهم، أما الذين يميلون إلى العداوة والسلوك العدواني تنطوي نفوسهم على المرارة وإيذاء غيرهم فهؤلاء يكونون عادة مشغولين بأحاسيسهم الخاصة لدرجة تصرفهم عن تحمل المسؤولية الحقة حيال أنفسهم وحيال غيرهم. وهكذا نجد الأطفال يوجهون نحو الحب والتعاطف أو العكس منذ حياتهم الأولى.

الوقت وتعلم المسؤولية:

يتطلب تعلم المسؤولية عند الأطفال وقتاً طويلاً، وتحقيقه لا يتأتى دفعة واحدة ولكن من الخطأ أن نرجع البدء فيه، فعندما يبدي الطفل رغبة واستعداداً؛ لأن يقوم بنفسه بعمل من الأعمال مهما تكن سئاً، فإن هذا يكون هو الوقت المناسب لتعلم تحمل المسؤولية، وعلى الآباء والمدرسين أن يشجعوا أطفالهم على تحمل المسؤولية في أي مكان وفي أي وقت يظهرون فيه استعداداً لذلك، فإن ابتسامة من الأم وكلمة تشجيع من الأب للطفل الصغير عندما يحاول أن يرتدي ملابسه لوحده يمكن أن تكون درساً يُعطى للطفل في التعاون أو في تحمل المسؤولية. إن كل طفل مستعد لتقبل دروس كثيرة في تحمل المسؤولية، ويستطيع الآباء والمدرسون أن يساعدوا على تنمية هذا الشعور عند الصغار، فإن المسألة تعتبر إلى حد كبير مسألة تعرف على استعداد الطفل ورغباته ليصبح أكثر تحملاً للمسؤولية، ثم يلي ذلك مساعدته وتشجيعه عليها.

الطفل وأعمال المنزل:

تستهوي الطفل أعمال المنزل غالباً حيث يتبع الصغير أمه ويحاول مساعدتها

في أعمال المنزل، وهذا وقت مناسب لتعلم الطفل تحمل المسؤولية، فمع أن الطفل يعوق عملية تنظيم المنزل ويضايقنا إلا أن رغبته في المساعدة تعتبر سلوك سوي طيب، وينبغي علينا أن نشجع الطفل في هذه الحالة ونشعره بأنه عضو نافع في الأسرة وبهذا ننمي الاتجاه السوي في القيام بالمساعدة في الأعمال المنزلية.

وقد تعارض بعض الأمهات رغبة طفلها في المساعدة والتعاون حتى نسرع هي بالإنهاء من كل الأعمال بنفسها وهذا خطأ.

سواء كان الصغير في سنه الأولى أم الثانية أم الثالثة فمن الواجب أن يعطى قدراً من المسؤولية عندما يكون مستعداً لذلك: كارتداء الملابس، وعنايته بشؤون نفسه والأشياء التي يملكها، والقيام ببعض الأعمال المنزلية الصغيرة، والتعاون الكامل مع أفراد الأسرة، والقيام بأداء الصلاة في أوقاتها من بعد سن السابعة. فهذه هي الطريقة التي يتعلم بها الأطفال الاتجاه السليم والسلوك السوي نحو القيام بنصيبه من العمل في الأسرة.

الاعتماد على النفس عند الأطفال:

أثبتت الدراسات الاجتماعية والنفسية والأبحاث التربوية في العالم أخيراً أن طلاب المرحلة الابتدائية يجب أن يعنوا بشؤون أنفسهم، ويجب التعود على الاعتماد على النفس وذلك بالقيام ببعض الأعمال، وأن تعطى لهم الفرصة والحرية في التصرف في بعض المواقف، فقد ثبت من هذه الدراسات التربوية أن الأطفال الذين يسمح لهم بتحمل المسؤولية والاستقلال الذاتي تنمو عندهم الثقة بالنفس في مواجهة المواقف الصعبة في الحياة.

هدف التربية:

إن التربية عمل وسلوك سوي ودعامة قوية في بناء صرح جيل جديد؛ لأن من شأن التربية لتحمل المسؤولية أن يشعر فيها كل إنسان بقيمته واحترامه لنفسه واستمتاعه بالحياة الكريمة.



علمي طفلك التغلب على عاداته العصبية

هل أصبح لطفلك عادة لا تستطيعين تفسيرها ولا تعلمين كيف تتعاملين معها؟ قد يرتبط طفل بعادة من العادات العصبية مثل: قضم الأظفار، إدخال إصبعه في أنفه، لف خصل من شعره على إصبعه، وضع شعره في فمه، أو التلعثم. وقد يرجع ذلك لعدة أسباب، ومن الضروري ألا يتجاهل الأبوان هذه العادات بل يجب أن يحاولوا البحث عن سببها وكيفية التعامل معها.

لماذا يصاب الأطفال بعادات عصبية؟ نقول إحدى الباحثات: إن الضغط النفسي هو السبب الرئيسي وراء هذه العادات.

فقد يصاب الأطفال بهذه العادات العصبية لعدم استطاعتهم التعبير عن قلقهم وخاوفهم سواء لأنفسهم أو لأي شخص آخر، فالعادات العصبية تساعدهم في التغلب على القلق والبقاء هادئين في المواقف الصعبة.

إن لجوء الطفل لهذه العادات هو أسلوبه في إخبار أبويه، مدرسيه، أو أي شخص كبير آخر بأنه يحتاج إلى الاهتمام والمساعدة، وبالتالي فهذه العادات هامة جداً؛ لأنها تُظهر للأبوين أن هناك مشكلة تزعج الطفل، ويجب أن يحاولوا التعرف عليها.

كيف يتم التعامل مع العادات العصبية؟

التخلص من عادة معينة ليس أمراً سهلاً، فحتى الكبار يعانون إذا حاولوا التخلص من عادة معينة مثل التدخين على سبيل المثال.

أحياناً يسهل الأبوان السكوت على عادة طفلهما ويتركاها يأخذ وقته لعله

يتغلب عليها بدلاً من اتخاذ خطوات لمساعدته، ولكن بالوقت والصبر يمكن أن تساعدنا طفلكما في التغلب على عادته السيئة.

كونا هادئين:

يجب على الأبوين أن يتعاملا بهدوء قدر الإمكان مع عادة طفلهما العصبية دون إعطائها اهتماماً شديداً، فالعادات العصبية أمر شائع عند الأطفال الصغار؛ ولأن الطفل لا يكون على دراية بما يفعل، فيجب ألا يعاقب أو يلام على ذلك. العصبية مع الطفل ستربكه فقط، والضغط على الطفل للتوقف عن العادة السيئة سيزيد فقط من ضغطه النفسي.

تعرفا على السبب:

يجب أن يركز الأبوان على معرفة سبب العادة السيئة بدلاً من التركيز على العادة نفسها، فيجب أن يفكر الأبوان: ما الذي يضايق الطفل؟ هل حدث أي تغير في بيئته مؤخراً؟

فالتغيرات التي قد لا تبدو ملحوظة أو قد تبدو غير هامة في نظر الأبوين، قد تمثل بالنسبة للطفل أمراً أساسياً، على سبيل المثال: مولد طفل جديد في الأسرة، الانتقال إلى بيت جديد، سفر أحد الوالدين للعمل، الانتقال إلى مرحلة مدرسية جديدة، كل هذه أمور قد تزعج الطفل.

كثيراً ما يستحق الأمر أخذ رأي شخص من خارج الأسرة يهتم بالطفل ويستطيع أن يتحدث بصراحة مع أبويه، فلأنه لا يكون له دخل مباشر بالمشكلة غالباً ما يكون قادراً على رؤية الأشياء بشكل أكثر وضوحاً عن هم في المشكلة.

هيرا عن حيكما ومساندتكما لطفلكما:

من المهم أن تتأكدا من أن طفلكما يشعر بأنه محبوب بغض النظر عن أي عادة عصبية لديه فبمنحه الكثير من الحب والمساندة يمكنكما مساعدته في التغلب على المشكلة، أريحا طفلكما بالكلام وطمئناه بأنكما ستكونان دائماً معه.

فإذا احتاج الطفل للوم أو التأنيب على سوء سلوكه في موقف معين، فيجب أن يكون نقد الأبوين للسلوك السيئ فقط وليس للطفل ككل؛ فكثيراً عندما يتعصب الآباء حيث يقومون بتقد أطفافهم والتعليق بكلام مثل: (أنت غبي)، أو (لا أحتمل رؤيتك)، أو (أخوك أفضل منك) .. إلخ، ولكن الآباء يجب أن يعلموا أن الطفل لا يعرف البديل السليم لسلوكه السيئ وكل ما ستفعله الإهانة هي أنها ستقلل من تقديره لذاته.

متى يجب أن يطلق الأبوان من العادات العصبية؟

عندما تصبح العادة العصبية واضحة لدرجة أنها تؤثر على حياة الطفل الأكاديمية والاجتماعية فذلك أمر يبعث على القلق وقد يحتاج إلى علاج نفسي.

التعامل مع التلعثم:

التلعثم من أكثر العادات العصبية التي تقلق الأبوين، فكثير من الأطفال الصغار وحتى سن دخول المدرسة يتلعثمون عندما يكونوا في مرحلة تعلم الكلام، فقد يكررون أصواتاً معينة، أو كلمات قصيرة، وقد يترددون أيضاً بين نطق كل كلمة وأخرى.

قد يظهر التلعثم بشكل أوضح عندما يكون الطفل متحمساً، مرهقاً بشدة، أو يعاني ضغطاً نفسياً، قد لا يلحظ الطفل سلوكه أو يكون له أي رد فعل تجاهه. إن

معظم الأطفال الذين يعانون التلعثم في الكلام يتخطون تلك المرحلة ويتكلمون بشكل طبيعي كلما كبوا.

إن الأسباب التي تؤدي إلى التلعثم هي نفس الأسباب التي تؤدي إلى العادات العصبية الأخرى، وليس صحيحاً أن الطفل الذي يعاني التلعثم تكون قدراته الذهنية أقل من غيره، فبعض الأطفال يكونون في غاية الذكاء ولكن عضلاتهم المسؤولة عن الكلام لا تستطيع متابعة سرعة تفكيرهم. عندما يكون التلعثم واضحاً ومستمراً، فهذا يشير إلى وجود شيء يزعج الطفل وقد يساعد العلاج النفسى في التعرف على السبب الكامن وراء ذلك. ينصح بالتعامل مع تلك المشكلة في المراحل المبكرة لتجنب تطورها.

ماذا يفعل الأهلون؟

إن التعامل مع التلعثم لا يختلف عن التعامل مع أية عادة عصبية أخرى، فيجب التعرف على السبب، التعبير للطفل عن حبكما ومساندتكما له، والالتزام بالهدوء لكي تستطيعا مساعدة طفلكما في التغلب على المشكلة، بالإضافة إلى ذلك، من الضروري اتباع الخطوات الآتية:

- لا تحاولا التصحيح أو التدخل أثناء حديث طفلكما، واطلبا أيضاً من الآخرين عدم التصحيح له.
- لا تطلبا من طفلكما أن يكرر ما قاله أو أن يبطئ من سرعة كلامه. أعطياه الوقت الذي يحتاج لكي يقول ما يريد.
- لا تجعلا طفلكما يتدرب على قول كلمات أو أصوات معينة.
- تحدثا إلى طفلكما كثيراً، يمكنكما مناقشته فيما مر به أثناء اليوم، وتحدثا إليه عما فعلتماه أثناء، اقرأ معه بعض الكتب.

- احرصا على التحدث إلى طفلكما ببطء وبوضوح.
- حاولا تقليل الضغط النفسي أو المواقف التي تثير التلعثم عند الطفل.
- إن هدوءكما ومنحكما المساندة والحب لطفلكما سيساعده في التغلب على عاداته العصبية.
- تذكرنا أنه ليس من السهل التخلص من العادات، فيجب أن تتمتعنا بالصبر والتفاهم معه ^(١).



(١) مجلة الجزيرة، العدد: (١٤٤)، الثلاثاء: ٢٠/٩/٢٠٠٥م.

علمي طفلك القيم^(١)

الطفل نواة المجتمع ومستقبله، يزيدنا تعلقاً به حاجته إلينا. وتعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل الطفولة، ومن أهم مراحل النمو وأكثرها أثراً في حياة الإنسان، فمرحلة الطفولة هي مرحلة تكوينية للفرد يتم فيها نموه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، وتؤثر هذه المرحلة تأثيراً عميقاً في حياة الشخص المستقبلية، وتظهر خلال هذه الفترة أهم القدرات والمؤهلات، وترسم الخطوط الكبرى لما سيكون عليه الطفل في المستقبل.

وأطفالنا بحاجة إلى تكوين شخصيتهم وتنميتها وتقويم أخلاقهم وإكسابهم العادات الصالحة والسلوكيات المهدية. وتربية الأطفال لا تقف عند تعليمهم وإنما تمتد إلى تربية خلقهم، وتوفير الصفاء في نفوسهم وتنظيم العادات الطيبة فيهم، وترسم الطريق لتكوين الإنسان الصالح الذي ينفع دينه ووطنه ونفسه.

والاعتماد على تعميق القيم الدينية الأصيلة في نفوس الأطفال منذ الصغر وتعويد الطفل على احترام دينه وإكسابه الإيمان بالله ثم بالقيم والمبادئ لهم الأثر الأكبر في إصلاح شؤون مجتمعنا.

عن ابن عباس . رضى الله عنهما - قال: كنت خلف النبي ﷺ يوماً فقال: (يا ضلام، إني أعلمك كلمات: احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، وإن اجتمعوا على أن يضروك

(١) مجلة الفرحة، العدد: (١١٩) أغسطس: ٢٠٠٦م.

بشيء لم يضررك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف).

ويجدد لنا على بن أبي طالب - رضى الله عنه - التربية المستقبلية للأطفال المسلمين حين يقول: علموا بنيكم أخلاقاً غير أخلاقكم فإنهم خلقوا لزمان غير زمانكم.

والقيم لا تكتسب إلا عن طريق الممارسة، وبها يكتسب الطفل قيم الصدق والتعاون والأمانة والجمال.

ومن بعض القيم التي يجب أن تتفق عليها الأسرة في ممارستها وأنشطتها لكي تغرس في نفوس أطفالنا، والتي من الممكن أن يكون لها أثر إيجابي بالغ في خلق دوافع طيبة تساعد على تنمية مجتمعنا بشكل عام:

- ١- الانتماء: إن حب الوطن دون عصبية وغرس الرغبة في تنميته وتطويره والشعور بالاعتزاز للانتماء إليه يجب أن يعاد غرسه في وجدان الطفل.
- ٢- التعاون: إن تحقيق النجاح لن يكون إلا عن طريق الجماعة، وليس عن طريق الفرد منفرداً وهذا أمر واجب التأكيد عليه؛ لأنه حتى لو حدث نجاح فردي فإنه يكون وقتياً ولا بد من توصيل النجاح عن طريق الجماعة وذلك لكي نخفف من روح المنافسة الشديدة التي قد تضر المجتمع بأكمله.
- ٣- الاعتماد على النفس: والاعتماد على النفس قيمة يحتاج إليها المجتمع ولا بد من غرسها في نفوس الأطفال حيث إن الاعتماد على الآخرين لتحقيق ما يصبو إليه الإنسان أمر لم يعد له مكان في مجتمعنا اليوم.

- ٤ - احترام العمل: إن قيمة العمل بما فيها العمل اليدوي والنظر إليها على أنها طريق التقدم يجب أن تفرس في نفوس الأطفال منذ الصغر.
- ٥ - حب البيئة: المحافظة على البيئة التي حولنا عن طريق حب الخضرة والنظافة والجمال هي قيمة من الجدير غرسها في أطفالنا اليوم.



علمي طفلك الابتعاد عن استخدام لغة غير لائقة

يكتسب الأطفال اللغة بسماع استعمالاتها ممن حولهم، ويتعلمون بالطريقة ذاتها كلمات الشتم. فعندما يشتم الكبار، فإن الأطفال يتعلمون تلك الكلمات غير اللائقة. فكيف يمكن حل هذه المشكلة؟

لا يفهم الجزء الأكبر من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة المعنى الحقيقي لكلمات الشتم التي يتلفظون بها، إلا أنهم يدركون بسرعة أن هذه الكلمات وقماً غير عادي، إذ يلاحظ الطفل أنه عندما يتلفظ بشتمة، تحصل سلسلة من ردود الفعل، تبدأ أولاً بإبداء الكبار، الذين يسمعونهم اشمزازهم أو يضحكون متفاجئين بسماع مثل هذه اللغة، تخرج من فمه. يلي ذلك السؤال عن المصدر الذي تعمل الطفل منه مثل هذه الكلمة، أو تحذيره وتنبهه بعدم استخدامها مرة أخرى.

ويتعلم الطفل بسرعة أن استعمال الشتم يجذب الاهتمام، ويزداد الوضع تعقيداً في محيط المدرسة، حيث يعزز الأطفال الآخرون الشتم بترداد الكلمة أو الضحك عليها أو إبلاء الطفل الذي تلفظ بها اهتماماً خاصاً.

هناك حل بسيط لمشكلة الشتم يقضي بوضع خطة معينة تهدف إلى مساعدة الطفل في التوقف عن الشتم، وتتضمن ثلاث خطوات أساسية وهي:

- منع الشتم كلما أمكن.
- تجاهل الشتم عندما يحدث.

- تعزيز الفترات التي لا يحدث فيها الشتم.
- من الضروري قبل تطبيق الخطة أن يتم تحديد عدد المرات التي يحدث فيها الشتم، إضافة إلى ضرورة تحديد الجهة أو المصدر الذي تعلم من خلاله استخدام الشتم، لكي يسهل القضاء على الأسلوب غير اللائق في التعبير.

تطبيق الخطة:

من المهم جداً إعلام الطفل أو إخباره بقلق أهله من استخدامه كلمات غير لائقة، وتعريفه إلى طريقة تعاملهم مع الشتم في المستقبل.

يجب أخذ الطفل حين يشتم فيها جانباً والتحدث معه بود وصراحة. كذلك، يجب إخباره بأن والدته ستعمل معه لمساعدته في تغيير سلوكه، كما يجب التأكد من إخبار الطفل سبب اعتبار كلمات الشتم أمراً غير مقبول.

تجاهل الشتم عندما يحدث: يجب تجاهل الشتم في أي وقت يلجأ فيه الطفل إلى الشتم، سواء أكان بسبب الغضب أم لجذب الانتباه. من المهم جداً عدم إظهار أي رد فعل تجاه تلك الكلمات، فلا توبخ ولا تنبيه ولا اشمزاز، ذلك أن أي رد فعل يمكن أن يعطي الطفل الاهتمام الذي يرغب فيه.

منع حوادث الشتم كلما أمكن: بعد مراقبة الطفل ستكون لدى الأهل مؤشرات تدل على ملامسات الشتم عادة، مثلاً قد يستعمل الطفل لغة غير لائقة عندما يكون غاضباً أو محبطاً، فإذا كانت هذه هي الحال، وجب على الأهل أن

يكونوا يقظين حيال أي علامات للتصادم مع طفل آخر. من هنا، ضرورة التحرك بسرعة نحو الطفل لمساعدته في التعبير عما يضايقه بأسلوب مقبول. كذلك، يجب مدح الطفل عندما يتصرف بطريقة لائقة.

في حالات أخرى يستعمل الطفل الشتم لا للتنفيس، عن مشاعره فحسب، بل كتصرف عادي يهدف إلى جذب الاهتمام إليه، وفي هذه الحالة فقط يجب اعتماد سياسة تجاهل الشتم.

ثمة خطوات تساعد على إيقاف الشتم من خلال درس البدائل:

- إذا كان الطفل يشتم في ظل ظروف معينة، ربما يفعل ذلك نتيجة معلومات خاطئة، أو نقص في الفهم، مثلاً، قد يستعمل لغة غير مقبولة عندما يمثل دور شخص معين. قد يكون عامل محطة الوقود الوحيد الذي يعرفه الطفل يشتم طيلة الوقت، فيقوم الطفل بتعميم تلك التجربة، فيعتقد أن العاملين في محطات الوقود كلهم يشتمون. في هذه الحالة يجب مناقشة الطفل في محاولة لتصحيح هذا المفهوم الخاطئ، قد يفكر الأهل في أخذ طفلهم في زيارة إلى إحدى محطات الوقود للتعرف إلى عمل هذه المحطة.

- ربما يجذب الطفل نحو سلوك ما يثير اهتمام الآخرين ويجذب انتباههم، مثل الشتم بسبب الملل والضجر في هذه الحال، يجب الانتباه إلى الوقت الذي يحدث فيه الشتم، فإذا تبين أنه يحدث كثيراً خلال الأنشطة المخطط

لها مسبقاً، أو تلك العفوية، فقد يرجع ذلك إلى كون الطفل يشعر بأن النشاط أقل من مستواه أو مثير للضجر، فيعمد إلى ابتكار أسلوب خاص به لمزيد من الإثارة، هنا يجب اختيار النشاط المناسب لعمر الطفل وطبيعته بحيث لا يشعر بالملل أو الضجر.

- يميل بعض الأطفال خلال السنة الرابعة من العمر، إلى المرور عبر مرحلة يستمتعون فيها باستخدام (لغة الحمام). هنا يجب تحديد ما إذا كان الطفل يقلد شخصاً بالغاً يشتم أو أنه يستعمل كلماته الخاصة التي تبدو مثل لغة الطفل (كوكو بويو كاكا). ولأن استعمال (لغة الحمام) مسألة مرحلية، فإن الأطلاق يتوقفون، في النهاية عن استخدامها لا سيما إذا لم يتم إعطاء الموضوع اهتماماً لا يستحقه. لكن أحياناً قد يخرج الأمر على السيطرة، وفي هذه الحالة يجب التحدث مع الطفل بهدف تحديد استخدام تلك الكلمات بطريقة ما، فقد يتم الاتفاق مثلاً، معه على أن كلمات مماثلة تستخدم فقط في الحمام وليس في أي مكان آخر.

الشتم في الأماكن العامة:

لعل أسوأ ما يمكن أن يحصل هو أن يلجأ الطفل إلى استخدام الشتم في الأماكن العامة. من سوء الحظ أنه لا يمكن تفادي هذا الأمر، وفي حال حصوله، يجب على الأهل عدم نهر الطفل أو تأنيبه أو الصراخ عليه، جل ما عليهم فعله هو

أخذه إلى مكان منعزل مثلاً، إذا حصل الشتم في مطعم يمكن أخذ الطفل إلى الحمام، والقول له: إن ما فعله كان أمراً غير مقبول، وإذا كرر تصرفه هذا فإنه سوف يعود إلى منزله. من المهم جداً تنفيذ التهديد وعدم التراجع عن الكلام، كي لا يستخف الطفل بالأمر فيعيد تكرار تصرفه.



علمي طفلك النظام

من بين السلوكيات والأخلاقيات الحميدة تعود الطفل على النظام في حياته، وإذا تعلم الطفل النظام والتزم بالسلوك اللائق المهذب منذ الصغر فإنه ينمو في جوي صحي ويعرف كيف يتعامل مع الناس ويتحمل المسؤولية عندما يشب عن الطوق ويواجه معترك الحياة.

ويقول الخبراء: إن أنسب وقت لتعليم الطفل النظام هو السنوات الثلاث الأولى من حياته، ففي هذه السنة يكون واعياً ومتقبلاً للإرشادات والتعاليم الصحيحة، وينبغي على الوالدين خاصة الأم باعتبارها المعلمة الأولى في حياة الطفل، وضع الأسس والقواعد السلوكية الصحيحة، ورسم الحدود التي لا ينبغي تجاوزها، وتنبية الطفل إلى ضرورة مراعاتها واحترامها باعتبار ذلك من أصول التربية القوية، وتظل هذه القواعد هي الركيزة الأساسية التي يعتمد عليها النمو الأخلاقي للطفل ويظل متمسكاً بها بعد أن يكبر لتصبح جزءاً من سلوكياته وشخصيته والسؤال المطروح هو: كيف نعلم أطفالنا النظام؟ وبعبارة أخرى كيف نعودهم على الآداب والقواعد السلوكية والأخلاقية الصحيحة؟

لنرد على هذا السؤال يقول الخبراء: إن المسألة تبدأ بوضع المثل الصحيحة، فالأم والأب يلتزمان، أمام الطفل، بالتصرف السليم والسلوك اللائق والطفل بطبيعته يقلد ما يراه.

فإذا نسي الطفل - أو تناسى - فإن من واجب الأم أو (الأب) تنبيهه إلى الخطأ وإرشاده إلى الصواب.

لكن كيف تكون طريقة التعليم في هذه السن الغضة؟

نحن نسمع عن أم تضرب ابنها؛ لأنه ألقى ببعض الأوراق على الأرض وعن أب يصيح في وجه ابنه مستخدماً ألفاظاً قاسية أو نابية؛ لأن الطفل ظل يشكو أو يتبرم غاضباً في محل لعب الأطفال؛ لأنه لم يحصل على لعبة ما يريد، ونسمع من ناحية أخرى عن طفل يرمى طفلاً آخر بالرمل في وجهه على الشاطئ، أو ينقل بعض سلم الجمعية أو السوبر ماركت من مكان إلى مكان آخر دون أن يعبا بذلك الوالدان .. وكان الأمر لا يهمهما وليسا مطالبين بتعليم الطفل التصرف الصحيح فإن هذا التصرف خطأ قاذ.

إن الساهل الزائد يخلق طفلاً منفلتاً، ويجعل منه إنساناً غير قادر على التكيف مع المجتمع أو التعامل مع الناس بالأسلوب اللائق عندما يكبر، كما أن الشدة أو الصرامة الزائدة تولد في نفس الطفل الخوف وتصيبه باضطرابات نفسية أمام إخوته وأصدقائه والناس، ويفقد احترامه لنفسه ويميل إلى العزلة والانطواء الشعور بالحرج والحجل عند التعامل مع الآخرين، ويمكن أيضاً أن تؤدي الشدة إلى نتيجة عكسية فيتحول الطفل إلى شخص حاقد متمرد، وتتسم تصرفاته بالشراسة والعدوانية.

الوسط بين الشدة والتراخي هو الأسلوب الأمثل:

إن الأسلوب الصحيح في تعليم الطفل النظام والانضباط هو اتباع الطريق الوسط بين الساهل المبالغ فيه والتسلط الزائد قال أحد الحكماء: (خير الأمور أوسطها).

إن القسوة لن تعلم الطفل النظام والضرب لا يحل مشكلة التسيب أو الخطأ في التصرف، كما أن التغاضي عن السلوك الخاطئ يعود الطفل على تكرار الخطأ؛ لأنه لم يجد من يرشده وهو في سن صغيرة.

إن كلمة نظام مشتقة من كلمة (نظم) التي تعني وضع الشيء في مكانه الصحيح بحيث لا يتجاوزها، ويظل منسجماً فيه من دون خلل وإذا علم الوالدان طفلهما الصغير النظام والترتيب ووضع كل شيء في موضعه الملائم، والحرص على النظافة، والنوم والاستيقاظ في موعد ثابت مناسب، والتحدث مع الآخرين بما يليق، وعدم إلقاء القمامة على الأرض والسير في الشارع على الجانب الأيمن من الرصيف، واحترام قواعد المرور الأولية، وكيفية استقبال الضيوف، والأسلوب المهذب في الحوار مع من هم أكبر منه سناً .. إلخ، فإنه يشب على احترام النظام ويظل متمسكاً به طوال حياته.

إبداء الحب والاهتمام بالطفل:

أهم ما ينبغي أن يحرص عليه الوالدان في تعليم الطفل النظام هو إبداء العطف أثناء إرشاده إلى السلوك الصحيح، وإذا كانت الحكمة والموعظة الحسنة هي الوسيلة التي أوصانا بها الدين في تعليم الكبار وإرشادهم .. فما بالننا بالصغار؟

إن تعليم الطفل النظام يبدأ منذ السنة الأولى بطريقة هينة لينية، فالأم تعود طفلها بعد إرضاعه كيف ينام في مهده الصغير، ومن الطبيعي أن يبكي الطفل إذا ترك حضن أمه الدافئ .. لكن الأم تعود برفق على ذلك تدريجياً حتى وإن بكى، وبهذه الطريقة يدرك الطفل أن عنصر الأمان موجود حتى بعيداً عن الأم ويبدأ في الإدراك بأن أشياء معينة لا بد أن تتم في أوقات معينة فإذا كبر قليلاً واستطاع المشي

والنطق ببعض الكلمات وأراد عبور الشارع فإن الأم تقول له كلمة: (لا) وبدرك الطفل أن هذا تصرف خاطئ والصواب هو أن يسير على الرصيف ومن الضروري على الوالدين أن يعطيا المبررات الواضحة. بحيث يفهمها الطفل بسرعة، ويعرف الفرق ما بين الصبح والخطأ ويتولد لديه الوعي الكافي بالتوقف عن تصرف خاطئ أو أهوج لأسباب محددة، وعند اعتراض الوالدين على تصرف خاطئ من الطفل لا يتبعها الشدة الزائدة أو اللين المفرط، وإنما يظهران له الحبة وعدم الكراهية وإنما فقط كراهية التصرف الخاطئ.

وكمثال على ذلك يمكن أن تقول الأم لطفلها: (إنني أحبك) لكنني لا أحب أن تضرب أختك الصغيرة.

وعلى الأم أن تملك نفسها ولا تنفعل أو تصرخ في وجه الطفل أو تضربه إذا أخطأ، وإنما تعطي نفسها فرصة لهدوء الأعصاب ثم تنظر في الموضوع وتشرح ملبساته للطفل وتدي إليه النصيحة الحازمة من دون عصبية، وينبغي أن تفهم الأم أن ما سببه طفلها من خسائر بسبب أخطائه ليس إلا تعبيراً عن دخوله مرحلة جديدة من التطور والنمو، فالطفل في الثانية من عمره مثلاً يحب تجربة كل الأشياء الجديدة من حوله، فهو مثلاً يحب اللعب بالمفاتيح وتجربتها، واستخدام القلم في التخطيط (حتى على الجدران) والضغط على أزرار الهاتف والتلفزيون والدخول تحت السرير والمغسلة .. إلخ، إنه يريد أن يفهم الأشياء من حوله، وهذه مرحلة معينة من النمو والتطور فإذا صاحت الأم في وجهه أو ضربته فإنه يفقد الاهتمام ويزاوله حب الاستطلاع، ذلك الحب الذي يعتبر عاملاً رئيساً من عوامل التعلم واكتساب المهارات، وفي هذه الحالة ينبغي أن تصبر الأم قليلاً على الطفل كي

تعلمه التصرف الصحيح وتتخذ إجراءات الأمن اللازمة داخل الشقة.
 إن تصرف الطفل حتى وإن كان خاطئاً دليل على نموه واستغلال شخصيته،
 إلا أن ذلك لا يعني أن على الأم أن تتجاهل ما يفعله من أخطاء؛ لأنها بذلك يمكن
 أن تضره وتضر غيره وهذا يعني أنه ليس هناك مبرر؛ لأن تتجاهل الأم سوء سلوك
 الطفل بحجة النمو، وإنما عليها أن تكون حازمة أمام الخطأ كأن تقول للطفل: إن
 رمى الطفل الآخر بالرمل على شاطئ البحر عمل غير لائق ويؤذي العينين كما
 تقدره من تكرار هذا الفعل قائلة له: إنها ستضطر إلى إعادته إلى البيت وحرمانه من
 الخروج إلى البحر مرة أخرى.

الاستمرار في مراقبة الطفل:

وعلى الأم أن تستمر في مراقبة الطفل والتأكد من التزامه بالقواعد المرعية في
 التصرف السليم في جميع الأوقات. والتهاون بحجة انشغال المرأة في العمل وما يعنيه
 من الابتعاد معظم الوقت عن الطفل وعدم الرغبة في تركه مستاء في غيابها أمر غير
 مقبول، كما أن الاستجابة لطلبات الطفل كلها حتى وإن زادت عن الحد (فيما
 يتعلق بالأكل أو المصروف مثلاً) بحجة الحرج أمام الضيوف والعمل على إرضاء
 الطفل خوفاً من بكائه أمام الآخرين أمر خاطئ؛ لأن كسر القواعد سيكون له تأثير
 سلبي على الطفل؛ لأنه سيدرك أن هذه القواعد (مطاطة) وعندئذ يفقد المصداقية
 ويتمرد من آن لآخر، والأفضل هو أن تستمر الأم في رفض طلب الطفل والحصول
 على ما هو أكثر من حقه أو ما هو غير مناسب له، وتعلمه أن يلتزم بالقواعد في
 كل وقت، وفي هذه الحالة سيثق الطفل في أمه ويعرف الحدود الثابتة التي ينبغي
 عدم تجاوزها بأي حال من الأحوال.

إن تعليم الطفل النظام وتعوديه عليه في سن الثالثة ليس مهمة سهلة؛ إلا أن ما يبذله الوالدان من جهد وما يخصصانه من وقت لإنجاز هذه المهمة سيكون له أطيّب الأثر في تحقيق الهدف النهائي وجنى الثمار المرجوة، وعندئذ تتم تنشئة ان طفل بطريقة سليمة، ويصبح النظام عادة يلازمه طوال حياته، كما أنه يتسلح بالأخلاق القويمة والسلوكيات الصحيحة، وإذا حاول أحد ممن هم أكبر منه سنّاً التأثير عليه بطريقة سلبية أو إجباره على عمل شيء لا ينبغي عمله فإنه سيكون متمتعاً بالصلاية الذاتية والقوة المعنوية التي تمكنه من مقاومة الضغوط والالتزام بالقواعد المرعية والسلوك القويم^(١).



- ٦- تبيه الطفل إلى أن معاملة الجد الجافة له ربما تكون بسبب عدم قدرته على الاعتماد على نفسه لتلبية متطلباته الشخصية، لذا فهو بحاجة إلى معاملة خاصة؛ لأنه أصبح عاجزاً عن القيام بأموره الشخصية.
- ٧- اعملى على توفير جو من التواصل الجيد بين الأبناء والأحفاد والجد والجددة، وذلك من خلال مشاركتهما في الحديث عن مشاكلهما والتعبير عن انفعالاتهما.
- ٨- شكلى مجلس للأسرة، وحددي أوقاتاً معينة يلتقى خلالها الجد والجددة وجميع أفراد الأسرة للمناقشة وتبادل الآراء.
- ٩- اعملى مع طفلك على ترتيب نشاطات ترفيهية جماعية متكررة للأسرة مثل: النزعات والحفلات والألعاب؛ لأن كل ذلك يساعد على تقوية المشاعر الإيجابية ما بين أفراد الأسرة ككل.
- ١٠- اطلبي من كل طفل من أطفالك أن يقضى وقتاً خاصاً مع الجد أو الجددة بحيث يكون مركز انتباههما في ذلك الوقت.
- ١١- هبى طفلك لتقبل الأزمات المفاجئة التي قد يتعرض لها الأجداد، فقد يعتقد الأطفال أنهم في مواجهة مشاكل غير قابلة للحل كبعض المشاكل الصحية التي قد يتعرض لها الأجداد.



علمي طفلك كيف يصبح اجتماعياً

فجأة، بدأ طفلك بشارك أترابه الآخرين، ألعابه ويوزع عليهم قبلاته، لكنه بين الفينة والأخرى، يعود إلى سابق عهده، فيضرب رفيقه ويتزعزع منه الألعاب.

هل صحيح أن طفلك يتعلم كيفية العيش ضمن مجموعة على مراحل، وأنت قادرة على مساعدته في اكتساب مهارات الطفل الاجتماعي؟

يُقال: إن الحياة هي مدرسة مهمة تُعلم الإنسان أغلبية الأمور التي يحتاج إليها، ليتمكن من العيش بأسلوب كريم وسليم وسلمي، ومن جملة ما يتعلمه طريقة تفاعله مع الآخرين، وكيفية التأقلم مع أفراد جماعته. هذه العملية التعليمية تبدأ منذ نعومة أظفاره، وما عليك، عزيزتي، إلا أن تساعديه في اكتسابها من خلال تقديم الفرص له للتفاعل مع أقرانه، وتصحيح سلوكه عندما يبدو لك أنه أخطأ في التصرف.

بداية الطريق:

هل تعرفين عزيزتي - أن طفلك قبل عمر السنة لا يهتم كثيراً بالأشخاص الذين يحيطون به باستثنائك أنت، وبالتأكيد شخصه هو، حيث يكون في طور اكتشاف ذاته. لكن تتغير الأمور مع اكتسابه مهارتي المشي والكلام، إذ يكتشف أنه بات قادراً على التعاطي مع الآخرين والتفاعل معهم من خلال اللعب أو الكلام، فيصبح هذا الآخر محور اهتمامه و(شيئاً) مثيراً للاكتشاف. في هذه المرحلة، يبدأ طفلك استخدام وسائله الجديدة لخلق علاقة ما مع هذا الآخر، طفلاً كان أم راشداً، والتواصل معه بأسلوبه الخاص.

إنه الآن في صدد المشروع في الاندماج بعملية الاختلاط مع المحيطين به، بمعنى آخر صار جاهزاً لتعلم تكتيكات اللعبة الاجتماعية، ليصبح جزءاً من هذا المجتمع. في عمر السنة أو السنة والثلاثة أشهر، ستفاجئين بقيام طفلك بمواساة رفيقه عندما يبكي هذا الأخير. لقد خطا طفلك خطوة كبيرة في عملية تعلمه (المهارة الاجتماعية)، إذ بات الآن قادراً على المشي بمفرده، أي أنه نوعاً ما مستقل عنك لينطلق في رحلة استكشاف العالم. غير أن علاقته مع هذا الآخر يتخللها، بين الفينة والأخرى، لحظات من المشاحنات فترينه يتزعزع اللعبة من بين يدي رفيقه بعد أن يدفعه أو يطرحه على الأرض، أو يشد شعره أو حتى يعضه. كما سبق أن أشرنا، يعتبر طفلك هذا الآخر بمثابة (شيء) يريد اختباره ليرى بأم عينه، رد فعله، ولكن لا تنسى أيضاً أن الشجار الذي يفتعله مع رفيقه، قد يهدف أحياناً إلى جذب انتباهك.

ويكتسب الطفل في عمر الـ ١٥ شهراً مجموعة صغيرة من المفردات، لا تتعدى عشرات الكلمات، لا يلبث أن يزيد عددها بسرعة، حتى تصبح لديه كمية كبيرة من المفردات التي تساعده على التواصل مع الآخرين، ونقل مشاعره أو آرائه إليهم. ويبدأ بين عمر ١٥ و ١٨ شهراً، بإعارة ألعابه طوعاً، إنها الفترة المثالية لتعليمه كيفية الانخراط في المجتمع.

صحيح أن الأطفال في هذا العمر يحبون اللعب مع بعضهم، إلا أنهم لا يفضلون رفيقاً على آخر.

ويبدأ الطفل ما إن يبلغ الـ ١٨ شهراً، البحث عن الألعاب التي تتضمن أكثر من نشاط واحد في الوقت ذاته، مثل القفز والركض. ويبدأ كذلك بفهم بعض

الطقوس الاجتماعية التي تضمن دخوله حياة الجماعة، واستيعابها بشكل جدي. هذه المشاعر التي يتعلمونها في صغرهم، سوف تساعدهم لاحقاً على الانخراط مع أي جماعة أخرى.

ثمة مراحل يمر بها الطفل: تكسبه المهارات الاجتماعية، وهي:

- بين عمر الثمانية والتسعة أشهر: تتاب الطفل في هذه المرحلة العمرية مشاعر الخوف من الغرباء، ويمكن أن يرفض التحدث أو حتى النظر إلى أي شخص لا يعرفه أو لم يسبق أن رآه من قبل. إنها بداية فترة التفاعل مع الآخرين.
- بين عمر الـ ١٢ والـ ١٥ شهراً: إنها مرحلة التقليد.
- بين عمر الـ ١٥ والـ ١٨ شهراً: يكتسب الطفل في هذه المرحلة، مجموعة من المفردات التي لا تتعدى عشرات الكلمات.
- في عمر الـ ٢٠ شهراً: تزيد رغبة الطفل في اللعب مع الآخرين، والتفاعل معهم.
- في عمر السنتين: يكون الطفل في هذه المرحلة، أولى جُملة المفهومة.
- في عمر السنتين ونصف السنة: إنها مرحلة تكوين الصداقات واختيار الأصدقاء المفضلين.



علمي طفلك كيف يحترم ذاته

تعدُّ عملية تعزيز ثقة طفلك بنفسه وتقدير ذاته مسؤولية صعبة، فهي تؤهله لخوض تجارب جديدة من دون خوف أو تردد. إن تقدير الذات ينم في الإجمال من الاعتقاد أننا قادرون على فعل الأشياء وأن إنجازاتنا قيمة في حد ذاتها ولها موضع تقدير.

يعني الأهل أن مسألة تقدير الذات هي تجربة حيوية ومهمة، غير أنها متارجحة. فأحياناً نشعر برضا عن الذات، وأحياناً أخرى نكون في المقلب الآخر، لكن الأساس، هو أن ننجح كأهل ولا سيما الأم التي يقم على كاهلها القسم الأكبر من عملية التربية، في تعليم طفلها مهارات الحياة التي يمكن تلخيصها في القدرة على التكيف مع الظروف والأوضاع كلها.

وهذا يتطلب منها منح الطفل الشعور بالفخر وتقدير الذات واحترام جذوره الثقافية، وثقته بنفسه وبقدرته على مواجهة تحديات الحياة العملية تبدأ مع تعليم طفل في عمر المستين كيفية بناء برج متين من المكعبات أو حثه على إعادة بناء البرج في حال انهياره وتبعثر مكعباته.

إليك عشر استراتيجيات بسيطة لتعزيز تقدير طفلك لذاته:

١- امنحيه حباً غير مشروط: ينمو ويزدهر التقدير الذاتي عند الطفل من خلال منحه حباً غير مشروط. لهذا دعيه يعي أنك تحبينه في كل الأوقات ومهما كانت أفعاله، لا يمكن أن تعرفي مدى الاستفادة التي

سوف يحصل عليها، عندما يعي تماماً أنك تتقبلينه كما هو، بغض النظر عن نقاط ضعفه أو قوته أو طباعه أو قدراته أو شخصيته. أغدقي عليه مشاعر الحب واغمريه بحنانك وأحيطيه بقبلائك. ولا تنسي أن تعبري له بالكلام عن حبك له. وعندما تكونين مرغمة على تأديبه، أوضحي له أن سلوكه غير مقبول وليس شخصه. فبدلاً من أن تقولى له: (أنت طفل سيئ لماذا لا تكون صالحاً)؟ قولي: (إن ضرب شقيقك هو فعل سيئ. إذ من الممكن أن تؤذي، أرجو أن تتوقف عن ضربه).

٢- أوليه اهتماماً خاصاً: تسهم عملية منح طفلك وقتاً كافياً وانتباهاً كاملاً، في تعزيز تقديره لذاته. إذ سوف يفهم أنه مهم جداً بالنسبة إليك، وأنه موضع تقدير أيضاً لا تهم مدة الوقت الذي تمضيه معه وإنما نوعيته. بمعنى آخر، احرصي على عدم انهماكك في أي شيء آخر أثناء الجلوس معه والاستماع إلى كلامه. من المهم جداً أن تنظري مباشرة إلى عينيه ليتأكد من أنك تستمعين فعلاً إليه وتفهمينه. إذ بدأ الوقت ينفد منك أعلميه بذلك من دون أن تتجاهلي حاجاته. قولي له مثلاً: (اخبرني عن لوحتك الجميلة التي رسمتها، جهزها لي ريثما أحضر طعام العشاء).

٣- علميه احترام القواعد: ضعي له قواعد عقلانية، مثلاً إذا أفهمته أنه يجب أن يتناول وجباته الحفيفة في المطبخ، لا تسمحي له في اليوم التالي بالتجول في أنحاء المنزل والساندوتش بين يديه. إرساء القواعد

الواضحة والصارمة يثبت في نفسه روح الطمأنينة والشعور بالاستقرار. لا تتوقعي أن يتفاعل فوراً مع هذه القواعد، سوف يتطلب الأمر منك بعض الصبر، إلا أنه في النهاية سيستجيب لطفلك لهذه القواعد ويعمل وفقها. ما عليك سوى أن تكوني واضحة في التعامل معه وأن تُظهري له مدى ثقتك به وأنتك تتوقعين منه دائماً اتخاذ القرار الصحيح.

٤- قدمي له خيارات عدة: ثمة قاعدة جيدة جداً يجب اتباعها دائماً لتقوية ثقة الطفل بنفسه، بالتالي تعزيز تقديره للذات. وهي تنص على توفير خيارين أو احتمالين فقط، لطفل في عمر السنتين؛ لأن الخيارات الكثيرة سوف تربكه وترهقه. مثلاً: أسأليه عما إذا كان يريد أن يرتدي قميصه الأزرق أو الأبيض، أو ما إذا كان يريد أن يرسم أو أن يلعب بالكرة، أو ما إذا كان يريد تناول (ساندويتش) أو أن يشرب الحليب على الفطور.

٥- شجعيه على تجربة الأشياء الجديدة: شجعي طفلك على استكشاف الأشياء الجديدة مثل: تناول طعام جديد، أو ممارسة رياضة التزلج، أو التفتيش عن أصدقاء جدد. صحيح أن ثمة احتمالاً في أن يفشل في تجربته الجديدة، إلا أنه من دون المحاولة أو المخاطرة لن يحظى سوى بفرصة ضئيلة جداً للنجاح. إذن شجعي طفلك كي يختبر الحياة بشكل آمن، ولا تتدخل كثيراً إلا عندما تشعرين بخطر ما يحدث. مثلاً: حاولي ألا تساعدته إذا لاحظت استياءه أثناء محاولته استكشاف لعبة جديدة.

إن أدنى تدخل، من الممكن أن يعزز لديه روح الاتكال أو يقضي على ثقته بذاته. إذا أردت فعلاً أن تساعدته في بناء شعور تقدير الذات، عليك أن تواظبي دائماً بين حاجتك إلى حمايته وحاجته إلى انقيام بمهمات جديدة.

٦- لا تخافي من ارتكاب الأخطاء: تُعتبر الأخطاء المرتبكة أثناء خوض تجارب جديدة أمراً طبيعياً، لا بل إنها تعد درساً قيماً جداً، بالنسبة إلى مسألة تعزيز الثقة بالنفس. لا تجادليه أو نحاولي منعه إذا رأيته مثلاً، يرتدي ثياباً شتوية في عز موسم الصيف، لكن احرصى على أخذ ثياب مناسبة له، وعندما يبدأ في الشكوى من أن الطقس حار، لا تقولي له: (سبق أن قلت لك إن ثيابك غير مناسبة)؟ بل قومي فقط بإخراج قميصه المفضل وسرواله القصير، ثم قولي له: (ما رأيك لو ترتدي هذه الملابس في هذا الطقس الحار)؟. بهذه الطريقة لن تؤثر في تقديره للذات، وسيفهم طفلك أنه من الطبيعي أن يرتكب أحياناً الأخطاء.

٧- ساعديه على الاستقلالية: اشترى له ثياباً سهل عليه ارتداؤها واجلبى له سلماً صغيراً؛ ليتمكن من الوصول إلى الخنفة وغسل يديه بمفرده أو تفريش أسنانه في الحمام. اختاري الأماكن التي يمكن الوصول إليها لتوضيب العابه. من خلال التوفير لطفلك الصغير البالغ من العمر سنتين كل الوسائل التي تساعدته في تلبية بعض حاجاته، سوف تعززين لديه روح الاستقلالية والافتخار بقدرته على القيام بالأشياء وحده.

٨- كوني مستمعة جيدة: إذا كان طفلك بحاجة إلى التحدث معك، توقفي عن القيام بأي عمل وانصتي إلى ما يود أن يقوله لك. فهو يحتاج إلى معرفة أن أفكاره وأحاسيسه ورغباته وآراءه مهمة. ساعديه في أن يكون مرتاحاً مع أحاسيسه من خلال وصفها له، مثلاً يمكنك أن تقول له: (اعلم أنك حزين؛ لأن علينا أن نغادر مكان اللعب). من خلال تقبل مشاعره من دون أي أحكام مسبقة، فإنك تضيفين قيمة عليها أو تثمنين ما يود أن يقوله.

٩- وفري له الدعم: يحتاج كل طفل إلى عبارات الدعم عن مجيهم مثل: (أنا أثق بك)، أو (أرى أنك تحاول استمر في ذلك)، تُعتبر عملية التشجيع والدعم إقراراً بإحراز تطور ما، وليس مجرد مكافأة على أي إنجاز يحققه الطفل. وهذا يتجلى من خلال شكر طفلك على توضيب العابه حتى لو ترك بعضها تحت السرير، أو الابتسام له وتشجيعه على الاستمرار أثناء محاولته استخدام الشوكة لتناول الطعام، على الرغم من تناثر الأكل خارج الصحن، أو أن تعانقه لتأديته أغنية، حتى لو لم يتمكن من لفظ كل كلماتها بشكل صحيح.

١٠- لا تكثري من المدح: ثمة فرق كبير بين المدح والتشجيع، فالأول هو بمثابة مكافأة على فعل ما، تم إنجازه، في حين أن الثاني يكافئ الشخص ذاته وليس فعله، كأن تقول للطفل: (أحسننت لقد فعلتها). بدلاً من (أنا فخورة بك). يُشعر المدح الطفل بأنه مهم فقط، عندما ينجز أمراً

بشكل جيداً، في حين أن التشجيع يقدر الجهود المبذولة. مثلاً، من الأفضل أن تقولِي له: (دعني أرى لوحتك، ألاحظ أنك تحب اللون الأرجواني)، بدلاً من (إنها أجمل لوحة رأيتها في حياتي). إن الإكثار من المدح، ممكن أن يؤثر سلباً في تقدير الطفل الذاتي؛ لأنه يُلقى على كاهله ضغطاً قوياً لتأدية أفضل ما لديه دائماً^(١).



(١) مجلة زهرة الخليج، العدد: (١٣٩٢)، السبت: ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٥ م.

علمي طفلك كيف يكون ودوداً مع الآخرين

يتطلب تعليم الطفل كيفية رعاية الآخرين ومساعدتهم والاهتمام بهم. أن يحصل هو في البداية على العناية الخاصة به؛ فهذا يؤسس في نفسه مبادئ التعامل الجيد مع أفراد عائلته وكل من حوله، سواء في المنزل أم خارجه.

تكون مسألة الحنان والشفقة نحو الآخرين مكتسبة لدى الطفل الذي يراها ويلمساها في تصرفات من هم حوله، فإذا نمت تنشئته على هذه الأسس فهو سيعتنقها بالتأكيد في كل حياته، ولكن عندما يتم إبعاده مثلاً في موقف من المواقف فإنه سيجد طرقاً يدافع فيها بشراسة عن عزلته وشعوره بالوحدة، وقد تتكون لديه ردة فعل سلبية بالنسبة لعلاقاته مع الآخرين.

لكي تعلمي طفلك كيف يكون متعاطفاً وودوداً مع الآخرين؛ يهتم بهم ويساعدهم، عليك أن تبجي معه الأساليب الآتية:

- تحدثي معه عن الطرق التي يمكن من خلالها الاهتمام بالآخرين؛ وذلك قد يكون بمساعدة رجل مسن يعبر الطريق أو رعاية طفل مريض في المستشفى وإحضار هدية جميلة له، وغير ذلك من المواقف الإنسانية النبيلة.
- اثني على أي تصرف لائق وجيد يقوم به طفلك مع شخص آخر.
- شجعيه دائماً على مساعدتك في المهام المنزلية.
- علميه أن يتحمل القليل وليس الكثير من المسؤولية نحو أخيه الأصغر منه سناً؛ فمجرد أن يعطيه زجاجة الحليب مثلاً سيشعر بالفخر بنفسه

- وسيشعر بأهميته بالنسبة لأفراد عائلته.
- ساعدي طفلك على أن يفهم مشاعر الآخرين، وأن يتعاطف معهم ويحس بهم في المواقف التي تستدعي ذلك.
 - دعيه على سبيل المثال - يعمل مع أطفال الحارة لإزالة أوراق الشجر من الحلي؛ فبذلك سيدرك أنه شخص مهم بالنسبة للمجتمع ككل.
 - خذي به إلى بيوت المسنين أو المستشفيات؛ فبذلك سيعتاد على قضاء بعض الوقت مع عدد من الأفراد الذين يشعرون بالحزن والوحدة.
 - عندما يتعامل بطريقة فضة مع طفل آخر لا توبخيه بعنف، بل أخبريه أنك تعرفين كم يشعر بالأسف لما فعله، وكيف يعتذر إلى الطفل الذي قام بإذائه^(١).



(١) سيدتي كيف؟ إيمان محمد نصار، ط٢، ١٤٢٧هـ / ٢٠٠٦م.

عَلْمِي طِفْلِكَ أَنْ يَسْمَعَ كَلَامَكَ مِنْ دُونِ تَرْدَدٍ

كم مرة طلبت من طفلك أن يوضب أظفاره، وكم مرة ناديتَه لِيَتَاوَلَ طَعَامَهُ أو لِيُخْرِجَ النِّفَايَاتِ، مِنْ دُونِ أَنْ تَلْقَى أَيَّ تَجَاوِبٍ أو أَيَّ رَدِّ مِنْهُ، وَكَأَنَّهُ أُصِيبَ بِالصَّمَمِ؟ كَيْفَ السَّبِيلُ إِلَى جَعْلِ طِفْلِكَ يَسْمَعُ لَكَ؟

تَاكْدِي - يَا عَزِيزَتِي - أَنْ طِفْلَكَ لَا يَقْصِدُ مَضَايِقَتَكَ بِعَدَمِ اسْتِمَاعِهِ لَكَ أو الرَّدَّ عَلَى مَطَالِبِكَ فَوْرًا، إِنَّهُ لَا يَعْنِي قِيَمَةَ الْوَقْتِ بِالنِّسْبَةِ إِلَيْكَ. فِي الْإِجْمَالِ يَتَعَامَلُ الْإِطْفَالُ مَعَ الْوَقْتِ بِصُورَةٍ مُغَايِرَةٍ عَنِ اسْلُوبِ تَعَامُلِ الْبَالِغِينَ مَعَهُ، إِذْ تَخْتَلِفُ الْأَوْلِيَايَاتُ بَيْنَهُمْ.

فِي أَغْلِيَّةِ الْأَوْقَاتِ يَرْفُضُ الطِّفْلُ، بَيْنَ عَمْرِ الْخَمْسِ وَالسَّتِّ سِنَوَاتِ الْاسْتِمَاعِ لِأَهْلِهِ بِسَبَبِ انْهَمَاكِهِ فِي اسْتِكْشَافِ لَعْبَةٍ جَدِيدَةٍ أو لِقِيَامِ بَأْيِ نَشَاطٍ يَعْجِبُهُ. فِي هَذِهِ السَّنِّ تَزِيدُ قُدْرَةُ الطِّفْلِ عَلَى التَّرْكِيزِ أَكْثَرَ مِمَّا اعْتَادَهُ فِي الْمَرْحَلَةِ السَّابِقَةِ، مَا يَصْعَبُ عَلَيْهِ تَرْكُ مَا بَيْنَ يَدَيْهِ فِجْأَةً، وَالانْتِقَالَ إِلَى فِعْلِ شَيْءٍ آخَرَ، لِذَا فَإِنَّهُ لَا يَتَجَاوَبُ فَوْرًا مَعَ أَوْامِرٍ أو طَلِبَاتٍ وَالِدَتِهِ بَلْ يَتَابِعُ الْقِيَامَ بِمَا يَفْعَلُهُ إِلَى أَنْ يَنْتَهِيَ، أو إِلَى حِينِ أَنْ يَلْقَى تَوْبِيخًا مِنْهَا. كَذَلِكَ يَتَوَقَّعُ الْأَهْلُ مِنْ طِفْلِهِمُ الَّذِي اثْبَتَ أَنَّهُ تَلْمِيذٌ مِثَالِي يَتَجَاوَبُ بِسُرْعَةٍ مَعَ أَسَاتِذَتِهِ وَيَتَبَهَّ كَثِيرًا إِلَى مَا يَقُولُونَهُ لَهُ، أَنْ يَفْعَلَ الْأَمْرَ ذَاتَهُ فِي الْمَنْزَلِ، مِثْنَسِينَ الْفَارِقَ بَيْنَ الْحَيَاةِ الْمَدْرَسِيَّةِ، حَيْثُ يَتِمُّ تَقْوِيمُ كُلِّ تَصْرُفٍ وَمَحَاسِبَةٍ صَاحِبِهِ مِنْ خِلَالِ وَضْعِ الْعَلَامَاتِ، وَبَيْنَ الْحَيَاةِ الْمَنْزَلِيَّةِ، حَيْثُ يَسُودُ جَوْ مِنْ الْاسْتِرْحَاءِ وَالْحُرِيَّةِ وَالرَّاحَةِ بِشَكْلِ لَا يَشْعُرُ فِيهِ الطِّفْلُ بِأَنَّهُ مَرْغَمٌ عَلَى التَّجَاوِبِ بِسُرْعَةٍ مَعَ أَهْلِهِ! لِأَنَّ تَصْرُفَهُ لَنْ يَكُونَ مَوْضِعَ تَقْوِيمٍ.

أحياناً يعتمد الطفل عدم الاستماع لوالدته مثلاً، ليؤكد لها أنه هو المسيطر وأنه يرغب في إنجاز الأمور وفق أسلوبه وفي الوقت الذي يناسبه. من جهة أخرى ثمة أوقات معينة يكون فيها الطفل متعباً ومرهقاً أو جائعاً مما يصعب عليه الإذعان إلى طلبات أهله. في هذه الحالة يجب على الأهل تقويم وضعه والانتظار قليلاً إلى أن يهدأ أو يرتاح ليكرر الطلب عليه.

اللافت للانتباه في الموضوع أنه كلما انتقدت طفلك ووبخته على عدم استماعه لك زاد هو من عناده ورفضه تلبية طلباتك. فما السبيل إلى جعل طفلك يستمع لك ويلبي نداءك بسرعة، من دون أن ترغمي على تكرار طلبك مرات عديدة؟ أخبري طفلك أن لكل تصرف خاطئ عواقب معينة، قولي له: (إذا لم تستحم الآن، فلن يكون لدينا وقت للعب المنوبولي). إنها إحدى أفضل الاستراتيجيات في التعامل مع هذه الحالة.

يبدأ الأطفال في هذه السن في التجاوب مع الأمور المنطقية وفهم العواقب اللاحقة التي تنجم عن فعل ما. انطلاقاً من هنا يمكنك أن تشرحي لطفلك مثلاً أن تأخره عن الوصول إلى المدرسة في الموعد المحدد سوف يؤخر وصول الباص، وسوف يؤثر في دورة العمل في الصف.

في حال اتبعت الخطوتين السابقتين ولم تحصل على النتيجة المرجوة، تأكدي من أنك تطلبين أموراً عدة في الوقت ذاته، إذ يميل بعض الأهل إلى إصدار أكثر من أمر واحد في الوقت ذاته، مثلاً: (عليك الذهاب إلى غرفة النوم وارتداء البيجاما، ومن ثم تفريش الأسنان وغسل وجهك ويديك)، مما يصعب على الطفل تنفيذ الأمر لمعجزه عن حفظ هذه الأوامر كلها. حاولي دوماً أن يكون طلبك بسيطاً

وواضحاً لطفلك، ثم انتظري نحو ٣٠ ثانية قبل أن تكرر به على مسامحه. لا تنسى أن تنظري مباشرة إلى عيني طفلك أثناء توجيه الأمر إليه، لكي يعي أن ما تقولينه مهم، بدلاً من مناداته من غرفة أخرى.

كيف تجذبين انتباه طفلك؟

- الأطفال كما الكبار يرفضون الانصياع للصراخ والتهديد، لهذا يستحسن تفادي التوتر من خلال تنبيه الطفل إلى الاستعداد لتغيير نشاطه، مثلاً: إذا كان منهمكاً في تلوين الصور قولي له: (لديك خمس دقائق لتنتهي من تلوين رسوماتك؛ لأنه سيحين موعد الاستحمام بعد ذلك).
- اطلبي من طفلك ان يكرر ما قلته له، لتتأكدي من أنه فهم الأمر جيداً، ولتتمكني من الشرح له في حال كان يجهل كيفية تنفيذ الطلب.
- استمعي لطفلك عندما يخبرك بأمر ما عليك أن تتوقفي عن القيام بأي أمر آخر وتولييه كامل اهتمامك، بذلك تقدمين له مثلاً عن المستمع الجيد كي يجذو جذوك.
- صفى له الأمور التي يجب أن يقوم بها، فبدلاً من ان تشتكي من الفوضى، مثل: (ما هذه الفوضى في الغرفة)؟ حاولي أن تقولي: (أرى أن العابك مبعثرة في أرجاء الغرفة، تعال لنجمعها ونضعها في مكانها).
- تفادي إعطاء مهمات تعرفين أنه لن يتمكن من إنهاؤها في الوقت المناسب، كأن تسمحلي له بالبده بالرسم قبل موعد العشاء.
- حضري لائحة بالمهمات التي يجب القيام بها في الصباح قبل الذهاب إلى المدرسة، ثم اطلبي من طفلك أن يشطب كل مهمة تم تنفيذها، مثلاً:

الاستيقاظ وترتيب السرير وتفريش الأسنان وارتداء الملابس .. إلخ. لا تنسى أن تعلقي اللائحة في مكان سهل رؤيتها.

- امدحي طفلك إذا أثبت لك أنه مستمع جيد، إذ يرغب الأطفال في هذه السن في الشعور بالاستقلالية، والحصول على رضا أهلهم في الوقت ذاته. لهذا عندما تمدحين طفلك على تعاونه معك، سوف يشعر بأنه حقق الهدفين معاً.

كيف تتحدثين إلى طفلك بأسلوب يضمن استماعه لك؟

في حال كان يتلصقاً في ارتداء ملابسه قبل خروجكما من المنزل قولي له: (يجب أن نذهب حالياً، هل تظن أنك قادر على انتعال حذائك خلال الدقيقتين المقبلتين أم أنك تحتاج إلى مساعدة)؟ بدلاً من: (إذا لم ترتد ملابسك في غضون ثلاث دقائق، فسوف أغادر المنزل من دونك).

في حال أردته أن يوضب غرفته ويرتبها، لا تقولي له: (نظف غرفتك الآن) بل قولي: (تحتاج هذه الغرفة إلى ترتيب، فهل تبدأ بتوضيب الألعاب أم الثياب)؟ في حال اصطحبتته إلى (السوبرماركت)، لا تقولي له: (سبق أن نهتلك إلى أنه ممنوع عليك الجري في أروقة (السوبرماركت)، وبما أنك لم تسمع كلامي فسوف أعاقبك بجرمانك من مشاهدة التلفزيون مساءً، بل قولي له: (لا أحب ما تفعله هنا، إنك تزعج المتسوقين الآخرين، أمامك خياران، إما أن تسير بهدوء إلى جانبي أو تجلس في عربة التسوق، القرار يعود لك).



علمي طفلك عبر حاسة اللمس

تؤدي حاسة اللمس دوراً أساسياً في عملية تطور الطفل الجسدي والعاطفي؛ لأنها تشكل وسيلة إضافية لالتقاط المعلومات من محيط الطفل ونقلها إلى الدماغ، حيث يتم تحليلها ومن ثم فهمها واستيعابها فتمتد لتكون هذه الحاسة، وما انعكاساتها على الطفل في حال أصيبت بخلل ما؟

تعتبر حاسة اللمس من الحواس التي تظهر في بداية عملية تكوّن الجنين. وتبدأ الخلايا، منذ الشهر الأول للحمل، في التكون على الطبقة السطحية للبويضة الملقحة، فتتشكل البشرة أو الجلد. وابتداءً من الشهر الثالث تظهر المستقبلات الحسية في المنطقة المحيطة بالفم، يليها في الشهر التالي تكون المستقبلات الحسية الجلدية في راحتي الكفين وفي أسفل القدمين ومنطقة الوجه.

في الشهر الخامس تنتشر هذه المستقبلات الحسية على سطح الجلد بأكمله، إلا أنها تبقى غير موصولة بالدماغ، مما يعني أن الجنين لا يختبر في هذه المرحلة حاسة اللمس الحقيقية كما نعرفها.

تستمر حاسة اللمس في التطور إلى أن تصل إلى الشهر السابع، حيث تبدأ الموصلات العصبية، التي تربط الجلد والنخاع الشوكي بالدماغ، في تأدية وظيفتها، مما يمكن الجنين من تلمس جسمه والأشياء المحيطة به، في الرحم.

لقد نجح العلماء في فهم آلية تطور هذه الحاسة، من خلال دراستهم حالات الأطفال الخُدج الذين يولدون في الشهر السادس من الحمل، حيث لوحظ افتقارهم في هذه الفترة القدرة على لمس الأشياء والتفاعل معها.

تسهم عملية تطور حاسة اللمس تدريجياً في تمكين الجنين من التفاعل مع المحفزات الحسية، مثل لمس جدار الرحم أو وضع يده على رأسه أو إبهامه في الفم. صحيح أن هذه الحركات غالباً ما تكون عفوية وتفتقد التناسق، إلا أن هذا لا يعني توقف حاسة اللمس عن التطور، وعن تحسين أدائها خلال المرحلة الأخيرة من الحمل، مما يكسب الجنين القدرة على الشعور بلمس الأشياء. ولتأكيد ذلك يمكن مراقبة رد فعل الطفل المولود حديثاً، عندما تضم والدته إحدى أصابعها على يده. إذ نراه يسارع إلى الإمساك بالإصبع بشكل عفوي وفوري.

تحتوي كل يد على حوالي ٢٥٠ وحدة استقبال عصبية في السنتيمتر المربع، ويختلف هذا العدد من منطقة إلى أخرى، كما تختلف درجة الإدراك الحسي من منطقة إلى أخرى، حيث يوجد عدد كبير من مراكز الإحساس في أطراف أسطح الأصابع، مما يجعلها حساسة جداً، وهذا ما يفسر استخدام المكفوفين أطراف أصابعهم في قراءة أحرف بريل النافرة. ابتداءً من عمر الشهرين يلاحظ قيام الطفل باللعب بيديه، ومن ثم يحاول إمساك الأشياء بهما.

نسيج فائق الحساسية:

يتساءل الخبراء أحياناً عن السر الكامن وراء هذه العلاقة المتميزة والأبدية بين البشرة والدماغ، فهناك من يشير إلى أن هذين العنصرين يتكونان من مجموعة الخلايا الجنينية ذاتها، وهو ما يفسر هذا الرابط القوي بينهما. فقد أظهرت الدراسات الحديثة أن حاسة اللمس هي ثاني الحواس بعد حاسة النظر التي تلتقط المعلومات وتحولها إلى إشارات عصبية وترسلها إلى الدماغ ليترجمها.

لكن الإحساس لا يقتصر على اليدين فقط، بل إن الأمر يطال بشرة الطفل

المولود حديثاً بالكامل، التي تؤدي دور الغلاف الجسدي، فتبدو وكأنها ناشطة جداً لالتقاط أدنى معلومة حسية بهدف نقلها إلى الدماغ. كما سبق وأشرنا تحتوي البشرة في مختلف طبقاتها على عدد كبير من المستقبلات الحسية الموزعة بشكل عشوائي في كل أجزاء الجسم، مع وجود اختلاف في العدد بين منطقتي وأخرى.

بفضل هذه المستقبلات الحسية تحصل البشرة على المعلومات التي تمكنها من التمييز بين الحار والبارد والجاف والرطب والناعم والخشن. لهذا يُنصح دوماً بحفز الطفل إلى لمس مختلف أنواع الأسطح ليتعرف إلى ذلك التنوع الموجود في محيطه.

حدود الحيز الجسدي:

يبحث الطفل منذ الولادة عن الإحساس الذي كان يغلفه أثناء وجوده في الرحم، وتعتبر حاسة اللمس الوسيلة الوحيدة التي تتيح له تحقيق ذلك، من خلال جعله يتلمس حدود جسده. حملُ الطفل يساعد على استيعاب حدود شكل جسده النهائي. إذ عندما تحمل الأم طفلها لحظة ولادته يشعر هو بلمس بشرة والدته، وهذا يساعده في إرساء قاعدة خارطته الجسدية، وتحديد وجوده في الحيز الفضائي، مما يضيف عليه الشعور بالأمان والسلامة.

يحتاج الطفل إلى الشعور بلمسات والدته الرقيقة. إذ تُعتبر هذه المداعبات الناعمة من الحاجات الأساسية والحيوية للطفل، تماماً كالمأكل والمشرب. وقد بينت الأبحاث التي أجريت في معهد الأبحاث الخاصة بحاسة اللمس في ميامي، أهمية تأثير اللمس في نمو الطفل، لا سيما عند الأطفال الخُدج، فقد أجرى الخبراء اختباراً حسياً للتأكد من صحة معلوماتهم، حيث طلبوا من الأمهات تدليك أجسام أطفالهن، بالضغط بنعومة على منطقة الظهر والأطراف مدة ١٥ دقيقة يومياً وعلى

مدى أسبوعين. وكانت النتيجة زيادة ٤٧٪ من وزن الأطفال الخدج، مقارنة بالأطفال الآخرين الذين لم يتلقوا مثل هذه العناية الخاصة، كما تقلصت فترة حاجتهم إلى البقاء في المستشفى.

الألم وحاسة اللمس:

تؤدي حاسة اللمس دوراً مهماً في حماية الطفل من المخاطر، التي ربما تكون محدقة به، فأي خلل فيها يمكن أن يعرضه للإصابة بالضرر. مثلاً ثمة أماكن معينة في الجسم تكون أكثر حساسية للحرارة، حيث يوجد فيها عدد كبير من المستقبلات الحرارية، التي تلتقط التنبهات بواسطة سطح الجلد و تنقلها إلى الدماغ الذي يتولى ترجمتها.

وعندما تكون هذه التنبهات قوية جداً، تفوق حدها الطبيعي، ينتج عنها الشعور بالألم، وبنه الألم باقي الجسم؛ لكي يقوم بالحماية ضد أي خطر. فإذا كان ثمة خلل ما في آلية حاسة اللمس، كأن يصاب الطفل بمرض الجذام، فإنه سوف يعجز عن التمييز بين الإحساس بالبرودة أو بالحرارة وسوف يضيغ عنده الشعور بالألم، مما يؤدي إلى إصابته بحروق من دون أن يدرك ذلك.

التعلم باللمس:

هل يعتبر اللمس حاسة مستقلة عن باقي الحواس؟

للإجابة عن هذا السؤال، قام الطبيب إدوارد جيتاز من المعهد الوطني للأبحاث العلمية في فرنسا، بإجراء عدد من الاختبارات على الأطفال الرضع المولودين حديثاً، وحصل على نتائج مذهلة.

خلال أحد الاختبارات قام جيتاز بإغماض أعين الأطفال بقطعة من

القماش، ثم اعطاهم جسماً أسطوانى الشكل ليتلمسوه، بعد فترة أزال الغطاء عن أعينهم ووضع أمامهم الجسم أسطوانى الشكل وجسماً آخر مثلث الشكل، فلاحظ أن جميع الأطفال وجهوا نظرهم فوراً إلى الجسم المثلث الذي لم يشاهدوه من قبل، على اعتبار أنهم تعرفوا إلى الجسم الأسطوانى من خلال اللمس. يمكن الاستنتاج هنا، وعلى عكس ما كان يعتقد أن الطفل المولود حديثاً قادر على نقل المعلومات التى استقاها من إحدى الحواس إلى حاسة أخرى، وفي هذه الحالة من حاسة اللمس إلى حاسة النظر.

من أجل الاستفادة من هذا الاكتشاف، دأب هذا الباحث على إجراء الاختبارات على أطفال الحضانه، في محاولة للاستفادة من حاسة اللمس في عملية التعلم، رغبة منه في إضافة حاسة اللمس إلى عملية تعليم الطفل القراءة، التى تعتمد في العادة على تعرف الطفل إلى شكل الحرف ونغمة لفظه، لرؤية مدى فاعلية اللمس في تطوير مهارة الطفل في القراءة. بعد فترة اختبار دامت حوالى ثلاثة أشهر، تبين أن فريق الأطفال الذي اعتمد على حفظ شكل الحرف، من خلال اللمس، كان أسرع في تعلم قراءة الأحرف من الفريق الثانى، الذي اعتمد فقط على رؤية الحرف وسماع نغمة لفظه.



علمي طفلك الكلام

- ١- يحتاج الطفل إلى الاتصال بالآخرين منذ أول يوم من ولادته، حتى لو كان يعجز عن الكلام. لذلك يبدو دور الأهل وكيفية تعاملهم مع الطفل من الأولويات في تعليم الطفل الكلام. لذلك عليهم أن يعتادوا على التكلم مع الطفل منذ ولادته.
- ٢- عدم تشويه الكلمات عند نطقها حتى لا يظن الطفل أن هذا هو النطق الصحيح. فالأهل يظنون أنهم بتشويه الكلمات، يقلدون لغة الأطفال، لكن ذلك غير صحيح.
- ٣- التحدث إلى الطفل والنظر إليه والقيام بحركات تساعد على الفهم.
- ٤- إعطاء الطفل الأشرطة التعليمية للاستماع إليها.
- ٥- عدم مقاطعة الطفل أثناء حديثه من أجل تصحيح أخطائه، لا سيما أمام الآخرين؛ لأن ذلك يفقده الثقة بنفسه، ويمكن أن يؤدي إلى إصابته بإحدى مشاكل النطق كالتأتأة والتلعثم وغير ذلك.
- ٦- من المهم أن يلعب الطفل مع أطفال في سنه؛ لأن ذلك يدفعه للتحدث معهم، مما يزيد من قدرته على الكلام.



علمي طفلك الضحك

تشعرين بعد يوم حافل بكل خلافات الأطفال وتلبية مطالبهم والعناية بهم، بالإرهاق والتعب، وتقسمين على أن تأخذي يوم عطلة من الهموم وتربية الأولاد، لكنك ما إن ترين ابتسامة طفلك وتسمعي رنة ضحكته حتى يزول توترك وتنسى كل الهموم وتنغمسي معه في عالم من الأحلام الجميلة والمشاعر الدافئة. فما سر هذه الضحكة؟

يقول المثل (ضاحك تضحك لك الدنيا)، ومفاده أن الضحك يريح الأعصاب ويضفي إحساساً بالعافية والصحة الجيدة. وتؤكد الدراسات صحة هذا المثل الشائم، من خلال استنتاجها أن الضحك يسهم في تخفيض ارتفاع ضغط الدم، وتبديد التوتر وتقوية جهاز مناعة الجسم، ما يعزز مقاومته للأمراض. وأشارت أبحاث أخرى إلى أن الإنسان عندما يضحك يفرز جسمه مواد طبيعية مسكنة للألم تسمى (أندورفين) فتتحسن حالته النفسية.

لكن المشكلة الوحيدة في اعتماد هذه الوصفة الشفائية السحرية، هي أن روح الدعابة غالباً ما تفارق الإنسان عندما يكون في أشد الحاجة إليها، وذلك عندما تشدد به الظروف والأحوال.

لا شك في أن تربية الطفل تجهد الأعصاب، فالبكاء ومواعيد الطعام والنوم المتقطع والمغص وتغيير الحفاض، كلها أشياء تسهم في زيادة توترك وإجهادك. الحيلة هنا، هي أن تنظري إلى الجوانب المضحكة للحياة اليومية، وأن تستخدم الضحك لتقللي من حدة المواقف العصبية وتبديدي التوتر. بمجرد أن تذوقتي شعور

المرح والسعادة لضحك طفلك، ستعتادين عليه، وسوف تشوقين لسماع المزيد من ضحكه.

أهمية الضحك

يمثل تأثير الضحك الإيجابي في الحالتين النفسية والجسمية للأطفال تأثيره في الكبار. إذ تعتبر الحالة المزاجية للطفل قبل أن يستطيع التعبير عن مشاعره بالكلام المؤشر الوحيد إلى مدى راحته أو سعادته. إن الطفل الذي يتمتع بضحكات جميلة، إنما يوضح لوالديه أنه في حالة جيدة، بالتالي يشير إلى أنهما يقومان بمهمتهما على أفضل وجه.

كذلك يؤدي الضحك دوراً رئيسياً في تمتين الروابط بين الطفل ووالديه، خاصة أبيه. ربما يجد الكثير من الآباء صعوبة في التأقلم مع دورهم الجديد، خاصة خلال الثلاثة أشهر الأولى عندما يشعرهم صغر حجم الطفل ورقته بالخوف. أكثر مما يشعرهم بالجادبية نحوه. ولكن ما إن يبدأ الطفل في الضحك حتى تذوب مشاعر الأب، ويصبح متشوقاً إلى أي فرصة تجعل طفله يضحك.

من جهته، يتعلم الطفل سريعاً أنك تعشقين رؤيته وهو يضحك وأن ضحكته تلك تروق لك، فيعمد إلى الضحك على أمل أن يأسر انتباهك أطول وقت ممكن، إنها طريقته في التعبير عن مدى سعادته بصحبتك.

كيف تضحكين طفلك؟

يتمتع كل طفل بروح دعابة خاصة به كالكبار. فبعض الأطفال يضحكون كثيراً لرؤية البالونات، بينما يضحك الآخرون لرؤية فقاقيم الصابون أو المهرج. ولن تستطيعي معرفة ما الذي يضحك طفلك إلا بالتجربة.

ربما تجهدين نفسك بالقيام بمحاولات سبق لها أن أضحكت أخاه أو أخته الأكبر سناً، من دون أن تحصلى على أي رد فعل منه، لكن إذا جربت شيئاً مختلفاً، فلربما تجهدينه ينفجر ضاحكاً.

نقول إحدى الأمهات: إنه عندما يكون طفلها حزينا، تمسكه من قدميه وتنتظر بأنها تبحث عن رأسه في كل مكان ولا تجده، مما يثير ضحكه بشدة. وتضيف إنها تستخدم هذه الطريقة فقط، عندما يكون طفلها في أسوأ حالاته كي لا تفقد فاعليتها أو تأثيرها بالنسبة إليه.

لذا يعد الابتكار المستوحى من شخصية طفلك أفضل طريقة لاكتشاف ما يضحكه. لكن هناك بعض الطرق الكلاسيكية التي تصلح لمعظم الأطفال. يستعرض الكاتب جاك مور، في كتابه (٩٧ طريقة لإضحاك طفلك) طرقاً مختلفة ومضمونة، تم اختبارها لإضحاك الأطفال وهنا نقدم لك خمساً منها لتجربها:

١- فقاقيع الصابون:

اشترى علبة فقاقيع صابون واستخدمتها لتنفخي الفقاقيع لطفلك، فهو يستمتع كثيراً برؤية الفقاقيع وهي تكبر وتطير في الهواء ثم تنفجر.

٢- شخير الأب:

اطلبي من والده أو أي أحد من أفراد العائلة أن يرقد على الأرض ويتظاهر بالنوم، ثم يصدر شخيراً عالياً مبالغاً فيه، وعندما يلمس طفلك الشخص الراقد يصحو هذا الأخير بطريقة فجائية ما يثير ضحكه.

٣- المرأة:

يعشق الأطفال النظر في المرأة واللعب مع الطفل الآخر الذي يرونه. احلمي

طفلك ودعيه يقف أمام المرأة وقولي له: (انظر: يوجد طفل هنا) ثم قومي بعمل حركة مضحكة بوجهك مثلاً، أو ضعي قبعة مقياس رأس طفلك على رأسه، وأخرى مقياسك على رأسك، ثم بدلي القبعتين وكرري الحركة ذاتها.

٤ - الزحف إلى خلف:

ضعي طفلك على سرير كبير، ودعيه يزحف بضع خطوات بعيداً عنك، ثم قومي بجذب قدميه بلطف في محاولة لإرجاعه إلى نقطة البداية، سيحاول طفلك الاستمرار في التحرك بعيداً عنك، وسيزداد ضحكه كلما حاولت جذبه إليك مرة أخرى.

٥ - القبلة الكبيرة:

بللي شفتيك، ثم انفخي بلطف على جلد طفلك: (على سبيل المثال على صدره: بطنه، أو ذراعيه). فالصوت والإحساس بالزغزغة سيضحكانه كثيراً. إن الضحك مفيد لصحة طفلك الجسمية والعاطفية، فلا تحرميه من هذه النعمة الغالية.



علمي طفلك البكر التأقلم مع المولود الجديد

منذ قدوم شقيقه الجديد راح طفلك الأكبر سناً يهدد برميهِ في سلة القمامة والتوقف عن حبك. ببساطة لقد تغير فجأة لدرجة لم تعودِي تعرفينه جيداً فما الذي حصل؟

منذ أن علم طفلك الكبير أن مولوداً جديداً سيأتي إلى منزله، بدأ يتلفظ بعبارات مرعبة في حق هذا الشقيق المستقبلي، مثل سوف يأكل شقيقه الصغير ويطهوه، ليحظى وحده باهتمامك. كان قبل مجيء شقيقه يهرع إليك ليضع رأسه على بطنك ويحدث الجنين ويقبله. لكن ما إن جاء الطفل، حتى تحول الطفل اللطيف إلى آخر عنيف وشرس، مما أثار مخاوفك وقلقك. فهل ما يحصل له أمر طبيعي؟

يقول الخبراء إنه: لا يوجد ما يدعو إلى القلق، فطفلك يمرُّ بمرحلة طبيعية من الغيرة وهو أمر لا بد منه.

لماذا المفردات العدائية؟

ما إن وصل المولود الجديد إلى المنزل حتى سمعت طفلك البكر يقول: (أريد أن أرميه من النافذة). في الواقع يشير الخبراء إلى أن مجيء طفل جديد يولد في طفلك الأكبر ثورة حقيقية؛ إذ تحتاجه مشاعر لا يمكنه أن يسيطر عليها ويحتاج إلى التعبير عنها. فما هذه المشاعر أو المخاوف التي تنتابه؟

• الخوف من خسارتك أو فقدانك:

يشعر طفلك البكر بخوف من أن يتم استبداله بهذا المخلوق الغريب، مما

يفقده حبك وحب والده له. تؤلمه هذه المشاعر التي لا يفهمها دائماً، وما الكلمات القاسية والعبارات القوية التي يتلفظ بها إلا ترجمة لمدي معاناته وآلامه.

• الرغبة في الحفاظ على عرشه والبقاء على أنه طفلك المفضل:

من الصعب أن تقنعى طفلاً بأن في إمكانه أن يتقاسم عرشه الصغير مع طفل آخر جديد، سوف يبتكر طفلك كل السيناريوهات ليحافظ على مكانته، هذا مسار طبيعي يتخذُه أي كائن بشري، عندما يواجه من ينافسه. من هنا تكمن أهمية مرافقته في تلك التجربة الأولى في صراع المنافسة.

كيفية التعاطي مع هذه الحالة:

من المهم جداً التعاطي بشكل سليم مع الطفل المتاء من وجود منافس له كي لا يعاني اضطرابات عاطفية أو نفسية في وقت لاحق، ويتعلم في الوقت ذاته كيفية مواجهة مشكلاته. في حال واجهت مثل هذه الحالة، ينصحك الخبراء باتباع الخطوات الآتية:

- اسمحي له بأن يُعبّر عن مشاعره:

مهما كان ردُّ فعله قوياً، عليك كأماً ألا تمنعيه من التعبير عن مشاعره، وإنما العمل على طمأنته من خلال الشرح له أن قلب الأم يتسع لمشاعر كثيرة تمكنها من حب أكثر من طفل واحد في الوقت ذاته.

- حافظي على هدوئك:

قد يصعب عليك سماع طفلك يصف شقيقه الصغير بالنكرة وأنه يرغب في (تفتيته)، لكن عليك هنا ألا تؤنبيه، أو توجيهه أو تصغيه بأنه شرير؛ لأنك سوف تجعله يشعر بعقدة ذنب تجاه ذاته بسبب المشاعر التي انتابته، وهذا ربما سيضعف من ألمه وانزعاجه.

- امنحيه الطمأنينة:

اشرحي له أنك تفهمين نداءات النجدة التي يطلقها، عندما يحاول استنزارك بتعابيره القاسية. أخبريه أنك تفهمين جداً مدى معاناته وألمه وأن شعوره هذا أمر طبيعي جداً، إلا أنه يجب أن يعي أنه في الوقت الحالي، لا يستطيع شقيقه الصغير أن يلعب معه وأن عليك أن تهتمي به قليلاً، ثم أعلميه أنه عندما كان في مثل عمر شقيقه، كنت تهتمين به بالطريقة ذاتها.

- خذيه على محمل الجد:

أحياناً تلجئين إلى التخفيف من وطأة الأمر خلال أخذ عباراته على غير محمل الجد. فتمازحينه قائلة: (هل ستاكل شقيقك من دون صلصة)؟، لن يستوعب طفلك ما تقولينه، فالأطفال في عمر ٣ و٤ سنوات غير مستعدين بعد لتحليل مثل هذه التعليقات، يبقى الطفل لغاية عمر السنوات الست عاجزاً عن فهم المعاني المجازية لبعض العبارات، فيأخذها كما هي.

يفضل الخبراء في هذه الحالة أن تقولى له: (إذن أنت لا تريد التعاطي مع شقيقك، افهم أنه يثير حفيظتك ولكن لن يحصل شيء إذا لم تهتم به أنت).

- دعيه يعثر على نفسه:

يخاف عدد كبير من الأهل أن يعاني طفلهم البكر الغيرة التي تسببوا له فيها. ومع ذلك فهي تجربة يجب أن يمر بها كل طفل ليتمكن من بناء علاقاته مع الآخر. إن الإفراط في حمايته يمكن أن يضلله ويمنعه من التعبير عن مشاعره.

- تصرفي مجزم:

يجق لطفلك الكبير أن يُعبر عن استيائه أو معاناته من المولود الجديد. لكن في المقابل يجب أن تمنعه من القيام بأي فعل مؤذ. يمكنه أن يقول: إنه يريد أن يأكل شقيق، لكن لا يجق له إبدأ أن يعضه.

اشرحى له الفرق بين الكلام والفعل، يمكنك أن تقترحي عليه التنفيس عن غضبه بركل الكرة أو ضرب لعبة. من المهم أن تكونى صارمة وحازمة جداً تجاه تصرفاته مع الرضيع أو معك أنت.

عليك أن تساعدية في السيطرة على شعوره بالغضب وإرشاده إلى الطرق التي يمكنه من خلالها أن يعبر عن حنقه من دون أن يؤذي شقيقه. في النهاية يجب أن يفهم أن لديه الحق في أن يعارض ويغضب، لكنه لا يملك الحق في اذية الطفل.



علمي طفلك كيف يواجه المشاكل الحياتية

يحرص الأهل غالباً على إقصاء أطفالهم عن مواجهة المشاكل الحياتية وإبعادهم عنها، وذلك لمحاولة بناء عالم خاص بهم بعيداً عن الضغوط اليومية. لكن، هذا التصرف لا يخلو من السلبية، إذ يدفع الأهل -- ولو عن غير قصد -- إلى بناء عالم هش، غير واقعي لأطفالهم، لن يكون موجوداً في حياتهم مستقبلاً.

وتحتل الخلافات الزوجية لائحة المشاكل التي تؤثر سلباً على شخصية الطفل. ومن المعروف أن بث الشعور بالطمأنينة إلى نفس الطفل يحتاج إلى تماسك العلاقة بين الوالدين، فضلاً عن توافقهما وانسجامهما في مواجهة المسؤوليات.

وإذ يسعى بعض الأهل إلى كتم غضبهم خلال هذه الخلافات، ويحاول أن يبعد أبنائه عن آثارها، فثمة نظرية تشير إلى أن الطفل الذي ينشأ في كنف والدين يعيشان في انسجام تام (ولو كان كاذباً أحياناً)، لا يكون مؤهلاً لمواجهة الحياة مستقبلاً.

وتوضح بعض الدراسات النفسية، أن كتمان الأهل غضبهم بشكل صارم لا يحول دون إحساس الطفل بالعلاقة المتوترة التي تربط والديه. فالطفل يشعر بحالة أهله المزاجية، ويؤثر فيه الخلاف غير المعلن بينهما بصورة أشد من الخلاف الصاحب الذي سرعان ما ينتهي.

وثمة رأي يشير إلى أن أحد أسباب مرض الربو في سنوات الطفل الأولى يتمثل في الخلافات المكتومة أو غير المعلنة بين الوالدين.

هذه الإشارات لا تدل على أن المطلوب خلال الخلافات الزوجية أن تقوم

الزوجة بقذف زوجها بشيء ما، أو أن يقوم الزوج بصقم زوجته عند الشعور بالغضب؛ لأن من شأن ذلك أن يدمر إحساس الطفل بالأمان. بل إن من الضروري أن يقوم الزوجان بضبط أعصابهما خلال الخلافات، حتى يؤكدوا لأبنائهما أن ما بينهما أقوى من الخلافات، وأن يوضح كل منهما أن هذا اختلاف لا يتعلق بمسائل أساسية، وأن الكبار - كما الصغار - يختلفون ويتضايقون من بعضهم بعضاً، لكن سرعان ما ينتهي هذا الأمر.

فالمشكلة لا تكمن في الخلافات الكثيرة، بل في ضرورة إيجاد أسلوب للتفاهم، لتذليل أي خلاف، ولتلافي تعرض الأبناء إلى القلق الدائم وإفقادهم الإحساس بالطمأنينة والاستقرار.

انفصال الأهل في الموازاة، يعتبر من أصعب القرارات التي تؤثر على الطفل. وينبغي على الوالدين مناقشة أبنائهما في هذا الأمر؛ حتى يتمكن الأولاد من التأقلم والعيش مع الظروف الجديدة المترتبة على انفصال والديهم.

ويجب على الوالدين في حال الطلاق التصرف بوعي، وحجب مظاهر الكراهية، والغضب، والعداء المتبادل بينهما قدر الإمكان، والابتعاد عن تبادل الاتهامات ليكون التركيز على مصلحة الطفل وسلامة مستقبله.

ويفضل ابتعاد الوالدين عن تفاصيل أسباب الطلاق، حتى لا نجرح إحساس الطفل، ونشوه صورة أهله أمامه.

ومن الضروري: ألا يحاول الأب إقناع أبنائه بأن والديهم سيئة أو أن تسعى الأم إلى تشويه صورة الأب أمام طفلها، حتى لا يفقد إيمانه بذاته ويكبل رجل أو امرأة بعد ذلك.

- ٦- تنيه الطفل إلى أن معاملة الجد الجافة له ربما تكون بسبب عدم قدرته على الاعتماد على نفسه لتلبية متطلباته الشخصية، لذا فهو بحاجة إلى معاملة خاصة؛ لأنه أصبح عاجزاً عن القيام بأموره الشخصية.
- ٧- اعملي على توفير جو من التواصل الجيد بين الأبناء والأحفاد والجد والجددة، وذلك من خلال مشاركتهما في الحديث عن مشاكلهما والتعبير عن انفعالاتهما.
- ٨- شكلي مجلس للأسرة، وحددي أوقاتاً معينة يلتقى خلالها الجد والجددة وجميع أفراد الأسرة للمناقشة وتبادل الآراء.
- ٩- اعملي مع طفلك على ترتيب نشاطات ترفيهية جماعية متكررة للأسرة مثل: الزهات والحفلات والألعاب؛ لأن كل ذلك يساعد على تقوية المشاعر الإيجابية ما بين أفراد الأسرة ككل.
- ١٠- اطلبي من كل طفل من أطفالك أن يقضى وقتاً خاصاً مع الجد أو الجددة بحيث يكون مركز انتباههما في ذلك الوقت.
- ١١- هيني طفلك لتقبل الأزمات المفاجئة التي قد يتعرض لها الأجداد، فقد يعتقد الأطفال أنهم في مواجهة مشاكل غير قابلة للحل كبعض المشاكل الصحية التي قد يتعرض لها الأجداد.



علمي طفلك كيف يصبح اجتماعياً

فجأة، بدأ طفلك يشارك أترابه الآخرين، أعبابه ويوزع عليهم قبلاته. لكنه بين الفينة والأخرى، يعود إلى سابق عهده، فيضرب رفيقه ويتزح من الألعاب.

هل صحيح أن طفلك يتعلم كيفية العيش ضمن مجموعة على مراحل، وأنتك قادرة على مساعدته في اكتساب مهارات الطفل الاجتماعي؟

يقال: إن الحياة هي مدرسة مهمة تُعلّم الإنسان أغلبية الأمور التي يحتاج إليها؛ لبتمكن من العيش بأسلوب كريم وسليم وسلمي، ومن جملة ما يتعلمه طريقة تفاعله مع الآخرين، وكيفية التأقلم مع أفراد جماعته. هذه العملية التعليمية تبدأ منذ نعومة أظفاره، وما عليك، عزيزتي، إلا أن تساعدته في اكتسابها من خلال تقديم الفرص له للتفاعل مع أقرانه، وتصحيح سلوكه عندما يبدو لك أنه أخطأ في التصرف.

بداية الطريق:

هل تعرفين - عزيزتي - أن طفلك قبل عمر السنة لا يهتم كثيراً بالأشخاص الذين يحيطون به باستثنائك أنت، وبالتأكيد شخصه هو، حيث يكون في طور اكتشاف ذاته. لكن تتغير الأمور مع اكتسابه مهارتي المشي والكلام، إذ يكتشف أنه بات قادراً على التعاطي مع الآخرين والتفاعل معهم من خلال اللعب أو الكلام، فيصبح هذا الآخر محور اهتمامه (شيئاً) مثيراً للاكتشاف. في هذه المرحلة، يبدأ طفلك استخدام وسائله الجديدة لخلق علاقة ما مع هذا الآخر، طفلاً كان أم راشداً، والتواصل معه بأسلوبه الخاص.

إنه الآن في صدد الشروع في الاندماج بعملية الاختلاط مع المحيطين به، بمعنى آخر صار جاهزاً لتعلم تكتيكات اللعبة الاجتماعية، ليصبح جزءاً من هذا المجتمع. في عمر السنة أو السنة والثلاثة أشهر، ستفاجئين بقيام طفلك بمواساة رفيقه عندما يبكي هذا الأخير. لقد خطا طفلك خطوة كبيرة في عملية تعلمه (المهارة الاجتماعية)، إذ بات الآن قادراً على المشي بمفرده، أي أنه نوعاً ما مستقل عنك لينطلق في رحلة استكشاف العالم. غير أن علاقته مع هذا الآخر يتخللها، بين الفينة والأخرى، لحظات من المشاحنات فترينه ينتزع اللعبة من بين يدي رفيقه بعد أن يدفعه أو يطرحه على الأرض، أو يشد شعره أو حتى يعضه. كما سبق أن أشرنا، يعتبر طفلك هذا الآخر بمثابة (شيء) يريد اخباره ليرى بأم عينه، رد فعله، ولكن لا تنسى أيضاً أن الشجار الذي يفتعله مع رفيقه، قد يهدف أحياناً إلى جذب انتباهك.

ويكتسب الطفل في عمر الـ ١٥ شهراً مجموعة صغيرة من المفردات، لا تتعدى عشرات الكلمات، لا يلبث أن يزيد عددها بسرعة، حتى تصبح لديه كمية كبيرة من المفردات التي تساعد على التواصل مع الآخرين، ونقل مشاعره أو آرائه إليهم. ويبدأ بين عمر ١٥ و ١٨ شهراً، بإعادة ألعابه طوعاً، إنها الفترة المثالية لتعليمه كيفية الانخراط في المجتمع.

صحيح أن الأطفال في هذا العمر يحبون اللعب مع بعضهم، إلا أنهم لا يفضلون رفيقاً على آخر.

ويبدأ الطفل ما إن يبلغ الـ ١٨ شهراً، البحث عن الألعاب التي تتضمن أكثر من نشاط واحد في الوقت ذاته، مثل القفز والركض. ويبدأ كذلك بفهم بعض

الطقوس الاجتماعية التي تضمن دخوله حياة الجماعة، واستيعابها بشكل جدي. هذه المشاعر التي يتعلمونها في صغرهم، سوف تساعدهم لاحقاً على الانخراط مع أي جماعة أخرى.

ثمة مراحل يمر بها الطفل، تكسبه المهارات الاجتماعية، وهي:

بين عمر الثمانية والتسعة أشهر: تتناوب الطفل في هذه المرحلة العمرية مشاعر الخوف من الغرباء، ويمكن أن يرفض التحدث أو حتى النظر إلى أي شخص لا يعرفه أو لم يسبق أن رآه من قبل. إنها بداية فترة التفاعل مع الآخرين.

- بين عمر الـ ١٢ والـ ١٥ شهراً: إنها مرحلة التقليد.

- بين عمر الـ ١٥ والـ ١٨ شهراً: يكتسب الطفل في هذه المرحلة، مجموعة من المفردات التي لا تتعدى عشرات الكلمات.

- في عمر الـ ٢٠ شهراً: تزيد رغبة الطفل في اللعب مع الآخرين، والتفاعل معهم.

- في عمر السنتين: يكون الطفل في هذه المرحلة، أولى جملته المفهومة.

- في عمر السنتين ونصف السنة: إنها مرحلة تكوين الصداقات واختيار الأصدقاء المفضلين.



علمي طفلك كيف يحترم ذاته

تعدُّ عملية تعزيز ثقة طفلك بنفسه وتقدير ذاته مسؤولية صعبة، فهي تزله لخوض تجارب جديدة من دون خوف أو تردد. إن تقدير الذات ينبع في الإجمال من الاعتقاد أننا قادرون على فعل الأشياء وأن إنجازاتنا قيمة في حد ذاتها ولها موضع تقدير.

يعنى الأهل أن مسألة تقدير الذات هي تجربة حيوية ومهمة، غير أنها متارجحة. فأحياناً نشعر برضا عن الذات، وأحياناً أخرى نكون في المقلب الآخر، لكن الأساس، هو أن ننجح كأهل ولا سيما الأم التي يقم على كاهلها القسم الأكبر من عملية التربية، في تعليم طفلها مهارات الحياة التي يمكن تلخيصها في القدرة على التكيف مع الظروف والأوضاع كلها.

وهذا يتطلب منها منح الطفل الشعور بالفخر وتقدير الذات واحترام جذوره الثقافية، وثقته بنفسه وبقدرته على مواجهة تحديات الحياة العملية تبدأ مع تعليم طفل في عمر الستين كيفية بناء برج متين من المكعبات أو حثه على إعادة بناء البرج في حال انهياره وتبعثر مكعباته.

إليك عشر استراتيجيات بسيطة لتعزيز تقدير طفلك لذاته:

١- امنحيه حباً غير مشروط: ينمو ويزدهر التقدير الذاتي عند الطفل من خلال منحه حباً غير مشروط. لهذا دعيه يعي أنك تحبينه في كل الأوقات ومهما كانت أفعاله، لا يمكن أن نعرفي مدى الاستفادة التي

سوف يحصل عليها، عندما يعي تماماً أنك تتقبلينه كما هو، بغض النظر عن نقاط ضعفه أو قوته أو طباعه أو قدراته أو شخصيته. أغدقني عليه مشاعر الحب واغمره بحنانك وأحيطه بقبلااتك. ولا تنسى أن تعبري له بالكلام عن حبك له. وعندما تكونين مرغمة على تأديبه، أوضحي له أن سلوكه غير مقبول وليس شخصه. فبدلاً من أن تقولي له: (أنت طفل سيء لماذا لا تكون صالحاً)؟ قولي: (إن ضرب شقيقك هو فعل سيء. إذ من الممكن أن تؤذي، أرجو أن تتوقف عن ضربه).

٢- أوليه اهتماماً خاصاً: تسهم عملية منح طفلك وقتاً كافياً وانتبهاً كاملاً، في تعزيز تقديره لذاته. إذ سوف يفهم أنه مهم جداً بالنسبة إليك، وأنه موضع تقدير أيضاً لا تهم مدة الوقت الذي تمضيه معه وإنما نوعيته. بمعنى آخر، احرص على عدم انهماكك في أي شيء آخر أثناء الجلوس معه والاستماع إلى كلامه. من المهم جداً أن تنظري مباشرة إلى عينيه ليتأكد من أنك تستمعين فعلاً إليه وتفهمينه. إذا بدأ الوقت ينفد منك أعلمه بذلك من دون أن تتجاهلي حاجاته. قولي له مثلاً: (اخبرني عن لوحتك الجميلة التي رسمتها، جهزها لي ريثما أحضر طعام العشاء).

٣- علميه احترام القواعد: ضعي له قواعد عقلانية، مثلاً إذا أنهمت أنه يجب أن يتناول وجباته الخفيفة في المطبخ، لا تسمح له في اليوم التالي بالتنجول في أنحاء المنزل والساندويتش بين يديه. إرساء القواعد

الواضحة والصارمة يبث في نفسه روح الطمأنينة والشعور بالاستقرار. لا توقعي أن يتفاعل فوراً مع هذه القواعد، سوف يتطلب الأمر منك بعض الصبر، إلا أنه في النهاية سيستجيب طفلك لهذه القواعد ويعمل وفقها. ما عليك سوى أن تكوني واضحة في التعامل معه وأن تظهري له مدى ثقتك به وأنتك توقعين منه دائماً اتخاذ القرار الصحيح.

٤- قدمي له خيارات عدة: ثمة قاعدة جيدة جداً يجب اتباعها دائماً لتقوية ثقة الطفل بنفسه، بالتالي تعزيز تقديره للذات. وهي تنص على توفير خيارين أو احتمالين فقط، لطفل في عمر الستين؛ لأن الخيارات الكثيرة سوف تربكه وترهقه. مثلاً: أسأليه عما إذا كان يريد أن يرتدي قميصه الأزرق أو الأبيض، أو ما إذا كان يريد أن يرسم أو أن يلعب بالكرة، أو ما إذا كان يريد تناول (ساندويتش) أو أن يشرب الحليب على الفطور.

٥- شجعيه على تجربة الأشياء الجديدة: شجعي طفلك على استكشاف الأشياء الجديدة مثل: تناول طعام جديد، أو ممارسة رياضة التزلج، أو التفتيش عن أصدقاء جدد. صحيح أن ثمة احتمالاً في أن يفشل في تجربته الجديدة، إلا أنه من دون المحاولة أو المخاطرة لن يحظى سوى بفرصة ضئيلة جداً للنجاح. إذن شجعي طفلك كي يختبر الحياة بشكل آمن، ولا تتدخل كثيراً إلا عندما تشعرين بمخطر ما يحدث. مثلاً: حاولي ألا تساعدته إذا لاحظت استياءه أثناء محاولته استكشاف لعبة جديدة.

إن أدنى تدخل، من الممكن أن يعزز لديه روح الاكتال أو يقضي على ثقته بذاته. إذا أردت فعلاً أن تساعدته في بناء شعور تقدير الذات، عليك أن توازني دائماً بين حاجتك إلى حمايته وحاجته إلى القيام بمهمات جديدة.

٦- لا تخافي من ارتكاب الأخطاء: تُعتبر الأخطاء المرتبكة أثناء خوض تجارب جديدة أمراً طبيعياً، لا بل إنها تعد درساً قيماً جداً، بالنسبة إلى مسألة تعزيز الثقة بالنفس. لا تجادلته أو تحاولي منعه إذا رأته مثلاً، يرتدي ثياباً شتوية في عز موسم الصيف، لكن احرصي على أخذ ثياب مناسبة له، وعندما يبدأ في الشكوى من أن الطقس حار، لا تقولي له: (سبق أن قلت لك إن ثيابك غير مناسبة)؟ بل قومي فقط بإخراج قميصه المفضل وسرواله القصير، ثم قولي له: (ما رأيك لو توتدي هذه الملابس في هذا الطقس الحار)؟. بهذه الطريقة لن تؤثر في تقديره للذات، وسيفهم طفلك أنه من الطبيعي أن يرتكب أحياناً الأخطاء.

٧- ساعديه على الاستقلالية: اشترى له ثياباً يسهل عليه ارتداؤها واجلبى له سلماً صغيراً؛ ليتمكن من الوصول إلى الحنفية وغسل يديه بمفرده أو تفريش أسنانه في الحمام. اختاري الأماكن التي يمكن الوصول إليها لتوضيب ألعابه. من خلال التوفير لطفلك الصغير البالغ من العمر ستين كل الوسائل التي تساعدته في تلبية بعض حاجاته، سوف تعززين لديه روح الاستقلالية والافتخار بقدرته على القيام بالأشياء وحده.

٨- كوني مستمعة جيدة: إذا كان طفلك بحاجة إلى التحدث معك، توقفي عن القيام بأي عمل وانصتي إلى ما يود أن يقوله لك. فهو يحتاج إلى معرفة أن أفكاره وأحاسيسه ورغباته وآراءه مهمة. ساعديه في أن يكون مرتاحاً مع أحاسيسه من خلال وصفها له، مثلاً يمكنك أن تقولي له: (اعلم أنك حزين؛ لأن علينا أن نغادر مكان اللعب). من خلال تقبل مشاعره من دون أي أحكام مسبقة، فإنك تضيفين قيمة عليها أو تثنينين ما يود أن يقوله.

٩- وفري له الدعم: يحتاج كل طفل إلى عبارات الدعم من يجهم مثل: (أنا أثق بك)، أو (أرى أنك تحاول استمر في ذلك)، تُعتبر عملية التشجيع والدعم إقراراً بإحراز تطور ما، وليس مجرد مكافأة على أي إنجاز يحققه الطفل. وهذا يتجلى من خلال شكر طفلك على توضيب ألعابه حتى لو ترك بعضها تحت السرير، أو الابتسام له وتشجيعه على الاستمرار أثناء محاولته استخدام الشوكة لتناول الطعام، على الرغم من تناثر الأكل خارج الصحن، أو أن تعانقيه لتأديته أغنية، حتى لو لم يتمكن من لفظ كل كلماتها بشكل صحيح.

١٠- لا تكثري من المدح: ثمة فرق كبير بين المدح والتشجيع، فالأول هو بمثابة مكافأة على فعل ما، تم إنجازه، في حين أن الثاني يكافئ الشخص ذاته وليس فعله، كان تقولي للطفل: (أحسنت لقد فعلتها). بدلاً من (أنا فخورة بك). يُشعر المدحُ الطفل بأنه مهم فقط، عندما ينجز أمراً

بشكل جيداً، في حين أن التشجيع يقدر الجهود المبذولة. مثلاً، من الأفضل أن تقول له: (دعني أرى لوحتك، ألاحظ أنك تحب اللون الأرجواني)، بدلاً من (إنها أجمل لوحة رأيتها في حياتي). إن الإكثار من المدح، يمكن أن يؤثر سلباً في تقدير الطفل الذاتي؛ لأنه يُلقى على كاهله ضغطاً قوياً لتأدية أفضل ما لديه دائماً^(١).



(١) مجلة زهرة الخليج، العدد: (١٣٩٤)، السبت: ٢٦/١١/٢٠٠٥ م.

علمي طفلك كيف يكون ودوداً مع الآخرين

يتطلب تعليم الطفل كيفية رعاية الآخرين ومساعدتهم والاهتمام بهم. أن يحصل هو في البداية على العناية الخاصة به؛ فهذا يؤسس في نفسه مبادئ التعامل الجيد مع أفراد عائلته وكل من حوله، سواء في المنزل أم خارجه.

تكون مسألة الحنان والشفقة نحو الآخرين مكتسبة لدى الطفل الذي يراها ويلمسها في تصرفات من هم حوله، فإذا تمت تنشئته على هذه الأسس فهو سيعتقها بالتأكيد في كل حياته، ولكن عندما يتم إبعاده مثلاً في موقف من المواقف فإنه سيجد طرقاً يدافع فيها بشراسة عن عزله وشعوره بالوحدة، وقد تتكون لديه ردة فعل سلبية بالنسبة لعلاقاته مع الآخرين.

لكي تعلمي طفلك كيف يكون متعاطفاً وودوداً مع الآخرين؛ يهتم بهم ويساعدهم، عليك أن تتبني معه الأساليب الآتية:

- تحدثي معه عن الطرق التي يمكن من خلالها الاهتمام بالآخرين؛ وذلك قد يكون بمساعدة رجل مسن يعبر الطريق أو رعاية طفل مريض في المستشفى وإحضار هدية جميلة له، وغير ذلك من المواقف الإنسانية النبيلة.
- اثني على أي تصرف لائق وجيد يقوم به طفلك مع شخص آخر.
- شجعيه دائماً على مساعدتك في المهام المنزلية.
- علميه أن يتحمل القليل وليس الكثير من المسؤولية نحو أخيه الأصغر منه سناً؛ فمجرد أن يعطيه زجاجة الحليب مثلاً سيشعر بالفخر بنفسه

وسيشعر بأهميته بالنسبة لأفراد عائلته.

- ساعدي طفلك على أن يفهم مشاعر الآخرين، وأن يتعاطف معهم ويحس بهم في المواقف التي تستدعي ذلك.
- دعيه - على سبيل المثال - يعمل مع أطفال الحارة لإزالة أوراق اشجار من الحبي؛ فبذلك سيدرك أنه شخص مهم بالنسبة للمجتمع ككل.
- تخذيهِ إلى بيوت المسنين أو المستشفيات؛ فبذلك سيعتاد على قضاء بعض الوقت مع عدد من الأفراد الذين يشعرون بالحزن والوحدة.
- عندما يتعامل بطريقة فظة مع طفل آخر لا توجيهِه بعنف، بل أخبريه أنك تعرفين كم يشعر بالأسف لما فعله، وكيف يعتذر إلى الطفل الذي قام بإيذائه^(١).



(١) سيدني كيف؟ إيمان محمد نصار، ط٣، ١٤٢٧هـ / ٢٠٠٦م.

علمي طفلك أن يسمع كلامك من دون تردد

كم مرة طلبت من طفلك أن يوضب ألعابه، وكم مرة ناديته ليتناول طعامه أو ليخرج النفايات، من دون أن تلقى أي تجاوب أو أي رد منه، وكأنه أصيب بالصمم؟ كيف السبيل إلى جعل طفلك يسمع لك؟

تأكدي - يا عزيزتي - أن طفلك لا يقصد مضايقتك بعدم استماعه لك أو الرد على مطالبك فوراً، إنه لا يعي قيمة الوقت بالنسبة إليك. في الإجمال يتعامل الأطفال مع الوقت بصورة مغايرة عن أسلوب تعامل البالغين معه، إذ تختلف الأولويات بينهم.

في أغلبية الأوقات يرفض الطفل، بين عمر الخمس والست سنوات الاستماع لأهله بسبب انهماكه في استكشاف لعبة جديدة أو لقيام بأي نشاط يعجبه. في هذه السن تزيد قدرة الطفل على التركيز أكثر مما اعتاده في المرحلة السابقة، ما يصعب عليه ترك ما بين يديه فجأة، والانتقال إلى فعل شئ آخر، لهذا فإنه لا يتجاوب فوراً مع أوامر أو طلبات والدته بل يتابع القيام بما يفعله إلى أن ينتهي، أو إلى حين أن يلقي تويحاً منها. كذلك يتوهم الأهل من طفلهم الذي أثبت أنه تلميذ مثالي يتجاوب بسرعة مع أساتذته ويتبه كثيراً إلى ما يقولونه له، أن يفعل الأمر ذاته في المنزل، متناسين الفارق بين الحياة المدرسية، حيث يتم تقويم كل تصرف ومحاسبة صاحبه من خلال وضع العلامات، وبين الحياة المنزلية، حيث يسود جو من الاسترخاء والحرية والراحة بشكل لا يشعر فيه الطفل بأنه مرغم على التجاوب بسرعة مع أهله؛ لأن تصرفه لن يكون موضع تقويم.

أحياناً يعتمد الطفل عدم الاستماع لوالدته مثلاً، ليؤكد لها أنه هو المسيطر وأنه يرغب في إنجاز الأمور وفق أسلوبه وفي الوقت الذي يناسبه. من جهة أخرى ثمة أوقات معينة يكون فيها الطفل متعباً ومرهقاً أو جائعاً مما يصعب عليه الإذعان إلى طلبات أهله. في هذه الحالة يجب على الأهل تقويم وضعه والانتظار قليلاً إلى أن يهدأ أو يرتاح ليكرر الطلب عليه.

اللافت للانتباه في الموضوع أنه كلما انتقدت طفلك ووبخته على عدم استماعه لك زاد هو من عناده ورفضه تلبية طلباتك. فما السبيل إلى جعل طفلك يستمع لك ويلبي نداءك بسرعة، من دون أن ترغمي على تكرار طلبك مرات عديدة؟ أخبري طفلك أن لكل تصرف خاطئ عواقب معينة، قولي له: (إذا لم تستحم الآن، فلن يكون لدينا وقت للعب المنبولى). إنها إحدى أفضل الاستراتيجيات في التعامل مع هذه الحالة.

يبدأ الأطفال في هذه السن في التجاوب مع الأمور المنطقية وفهم العواقب اللاحقة التي تنجم عن فعل ما. انطلاقاً من هنا يمكنك أن تشرحي لطفلك مثلاً أن تأخره عن الوصول إلى المدرسة في الموعد المحدد سوف يؤخر وصول الباص، وسوف يؤثر في دورة العمل في الصف.

في حال اتبعت الخطوتين السابقتين ولم تحصى على النتيجة المرجوة، تأكدي من أنك تطلبين أموراً عدة في الوقت ذاته، إذ يميل بعض الأهل إلى إصدار أكثر من أمر واحد في الوقت ذاته، مثلاً: (عليك الذهاب إلى غرفة النوم وارتداء البيجاما، ومن ثم تفريش الأسنان وغسل وجهك ويديك)، مما يصعب على الطفل تنفيذ الأمر لعجزه عن حفظ هذه الأوامر كلها. حاولي دوماً أن يكون طلبك بسيطاً

وواضحاً لطفلك، ثم انتظري نحو ٣٠ ثانية قبل أن تكرر به على مسامحة. لا تنسى أن تنظري مباشرة إلى عيني طفلك أثناء توجيه الأمر إليه، لكي يعي أن ما تقولينه مهم، بدلاً من مناداته من غرفة أخرى.

كيف تجذبين انتباه طفلك؟

- الأطفال كما الكبار يرفضون الانصياع للصراخ والتهديد، لذا يستحسن تفادي التوتر من خلال تبيه الطفل إلى الاستعداد لتغيير نشاطه، مثلاً: إذا كان منهمكاً في تلوين الصور قولي له: (لديك خمس دقائق لتنتهي من تلوين رسوماتك؛ لأنه سيحين موعد الاستحمام بعد ذلك).
- اطلبي من طفلك أن يكرر ما قلته له، لتأكدتي من أنه فهم الأمر جيداً، ولتتمكني من الشرح له في حال كان يجهل كيفية تنفيذ الطلب.
- استمعي لطفلك عندما يجربك بأمر ما عليك أن تتوقفي عن القيام بأي أمر آخر وتولييه كامل اهتمامك، بذلك تقدمين له مثلاً عن المستمع الجيد كي يحدو حدوك.
- صفى له الأمور التي يجب أن يقوم بها، بدلاً من أن تشتكي من الفوضى، مثل: (ما هذه الفوضى في الغرفة)؟ حاولي أن تقولِي: (أرى أن ألعابك مبعثرة في أرجاء الغرفة، تعال لنجمعها ونضعها في مكانها).
- تفادي إعطائه مهمات تعرفين أنه لن يتمكن من إنهاؤها في الوقت المناسب، كأن تمحي له باليد بالرسم قبل موعد العشاء.
- حضري لائحة بالمهمات التي يجب القيام بها في الصباح قبل الذهاب إلى المدرسة، ثم اطلبي من طفلك أن يشطب كل مهمة تم تنفيذها، مثلاً:

الاستيقاظ وترتيب السرير وتفريش الأسنان وارتداء الملابس .. إلخ. لا تنسي أن تعلقى الملائحة في مكان يسهل رؤيتها.

- امدحي طفلك إذا أثبت لك أنه مستمع جيد، إذ يرغب الأطفال في هذه السن في الشعور بالاستقلالية، والحصول على رضا أهلهم في الوقت ذاته. لهذا عندما تمدحين طفلك على تعاونه معك، سوف يشعر بأنه حقق الهدفين معاً.

كيف تتحدثين إلى طفلك بأسلوب يضمن استماعه لك؟

في حال كان يتلصقاً في ارتداء ملبسه قبل خروجكما من المنزل قولي له: (يجب أن نذهب حالاً، هل تظن أنك قادر على انتعال حذائك خلال الدقيقتين المقبلتين أم أنك تحتاج إلى مساعدة)؟ بدلاً من: (إذا لم ترتد ملبسك في غضون ثلاث دقائق، فسوف أغادر المنزل من دونك).

في حال أردته أن يوضب غرفته ويرتبها، لا تقولي له: (نظف غرفتك الآن) بل قولي: (تحتاج هذه الغرفة إلى ترتيب، فهل نبدأ بتوضيب الألعاب أم الثياب)؟ في حال اصطحبتة إلى (السوبرماركت)، لا تقولي له: (سبق أن نبهتكم على أنه ممنوع عليكم الجري في أروقة (السوبرماركت)، وبما أنك لم تسمع كلامي فسوف أعاقبك بحرمانك من مشاهدة التلفزيون مساءً، بل قولي له: (لا أحب ما تفعله هنا، إنك تزعج المتسوقين الآخرين، أمامك خياران، إما أن تسير بهدوء إلى جانبي أو تجلس في عربة التسوق، القرار يعود لك).



علمي طفلك عبر حاسة اللمس

تؤدي حاسة اللمس دوراً أساسياً في عملية تطور الطفل الجسدي والعاطفي؛ لأنها تشكل وسيلة إضافية لالتقاط المعلومات من محيط الطفل ونقلها إلى الدماغ، حيث يتم تحليلها ومن ثم فهمها واستيعابها فتمتد لتكون هذه الحاسة، وما انعكاساتها على الطفل في حال أصيبت بخلل ما؟

تعتبر حاسة اللمس من الحواس التي تظهر في بداية عملية تكوّن الجنين. وتبدأ الخلايا، منذ الشهر الأول للحمل، في التكون على الطبقة السطحية للبويضة الملقحة، فتشكل البشرة أو الجلد. وابتداءً من الشهر الثالث تظهر المستقبلات الحسية في المنطقة المحيطة بالفم، يليها في الشهر التالي تكون المستقبلات الحسية الجلدية في راحتي الكفين وفي أسفل القدمين ومنطقة الوجه.

في الشهر الخامس تنشر هذه المستقبلات الحسية على سطح الجلد بأكمله، إلا أنها تبقى غير موصولة بالدماغ، مما يعني أن الجنين لا يختبر في هذه المرحلة حاسة اللمس الحقيقية كما نعرفها.

تستمر حاسة اللمس في التطور إلى أن تصل إلى الشهر السابع، حيث تبدأ الموصلات العصبية، التي تربط الجلد والنخاع الشوكي بالدماغ، في تأدية وظيفتها. مما يمكن الجنين من تلمس جسمه والأشياء المحيطة به، في الرحم.

لقد نجح العلماء في فهم آلية تطوّر هذه الحاسة، من خلال دراستهم حالات الأطفال الخُدج الذين يولدون في الشهر السادس من الحمل، حيث لوحظ افتقارهم في هذه الفترة القدرة على لمس الأشياء والتفاعل معها.

تُسهم عملية تطور حاسة اللمس تدريجياً في تمكين الجنين من التفاعل مع المحفزات الحسية، مثل لمس جدار الرحم أو وضع يده على رأسه أو إبهامه في الفم. صحيح أن هذه الحركات غالباً ما تكون عفوية وتفقد التناسق، إلا أن هذا لا يعني توقف حاسة اللمس عن التطور، وعن تحسين أدائها خلال المرحلة الأخيرة من الحمل، مما يكسب الجنين القدرة على الشعور بلمس الأشياء. ولتأكيد ذلك يمكن مراقبة رد فعل الطفل المولود حديثاً، عندما تضع والدته إحدى أصابعها على يده. إذ نراه يسارع إلى الإمساك بالإصبع بشكل عفوي وفوري.

تحتوي كل يد على حوالي ٢٥٠ وحدة استقبال عصبية في السنتيمتر المربع، ويختلف هذا العدد من منطقة إلى أخرى، كما تختلف درجة الإدراك الحسي من منطقة إلى أخرى، حيث يوجد عدد كبير من مراكز الإحساس في أطراف أسطح الأصابع، مما يجعلها حساسة جداً، وهذا ما يفسر استخدام المكفوفين أطراف أصابعهم في قراءة أحرف بريل النافرة. ابتداءً من عمر الشهرين يلاحظ قيام الطفل باللعب بيديه، ومن ثم يحاول إمساك الأشياء بهما.

نسيج فائق الحساسية:

يتساءل الخبراء أحياناً عن السر الكامن وراء هذه العلاقة المتميزة والأبدية بين البشرة والدماغ، فهناك من يشير إلى أن هذين العضوين يتكونان من مجموعة الخلايا الجنينية ذاتها، وهو ما يفسر هذا الرابط القوي بينهما. فقد أظهرت الدراسات الحديثة أن حاسة اللمس هي ثاني الحواس بعد حاسة النظر التي تنتقط المعلومات وتحولها إلى إشارات عصبية وترسلها إلى الدماغ ليترجمها.

لكن الإحساس لا يقتصر على اليدين فقط، بل إن الأمر يطال بشرة الطفل

المولود حديثاً بالكامل، التي تؤدي دور الغلاف الجسدي، فتبدو وكأنها ناشطة جداً لالتقاط أدنى معلومة حسية بهدف نقلها إلى الدماغ. كما سبق وأشرنا تحتوي البشرة في مختلف طبقاتها على عدد كبير من المستقبلات الحسية الموزعة بشكل عشوائي في كل أجزاء الجسم، مع وجود اختلاف في العدد بين منطقة وأخرى.

يفضل هذه المستقبلات الحسية تحصل البشرة على المعلومات التي تمكنها من التمييز بين الحار والبارد والجاف والرطب والناعم والخشن. لهذا ينصح دوماً بحفز الطفل إلى لمس مختلف أنواع الأسطح ليتعرف إلى ذلك التنوع الموجود في محيطه.

حدود الحيز الجسدي:

يبحث الطفل منذ الولادة عن الإحساس الذي كان يغلفه أثناء وجوده في الرحم، وتعتبر حاسة اللمس الوسيلة الوحيدة التي تتيح له تحقيق ذلك، من خلال جعله يتلمس حدود جسده. حمل الطفل يساعد على استيعاب حدود شكل جسده النهائي. إذ عندما تحمل الأم طفلها لحظة ولادته يشعر هو بلمس بشرة والدته، وهذا يساعده في إرساء قاعدة خارطة الجسدية، وتحديد وجوده في الحيز الفضائي، مما يضيء عليه الشعور بالأمان والسلامة.

يحتاج الطفل إلى الشعور بلمسات والدته الرقيقة. إذ تُعتبر هذه المداعبات الناعمة من الحاجات الأساسية والحيوية للطفل، تماماً كما المأكّل والمشرب. وقد بينت الأبحاث التي أجريت في معهد الأبحاث الخاصة بحاسة اللمس في ميامي، أهمية تأثير اللمس في نمو الطفل، لا سيما عند الأطفال الخُدج، فقد أجرى الخبراء اختباراً حسياً للتأكد من صحة معلوماتهم، حيث طلبوا من الأمهات تدليك أجسام أطفالهن، بالضغط بنعومة على منطقة الظهر والأطراف مدة ١٥ دقيقة يومياً وعلى

مدى أسبوعين، وكانت النتيجة زيادة ٤٧٪ من وزن الأطفال الخدج، مقارنة بالأطفال الآخرين الذين لم يتلقوا مثل هذه العناية الخاصة، كما تقلصت فترة حاجتهم إلى البقاء في المستشفى.

الألم وحاسة اللمس:

تؤدي حاسة اللمس دوراً مهماً في حماية الطفل من المخاطر، التي ربما تكون محدقة به، فأي خلل فيها يمكن أن يعرضه للإصابة بالضرر. مثلاً ثمة أماكن معينة في الجسم تكون أكثر حساسية للحرارة، حيث يوجد فيها عدد كبير من المستقبلات الحرارية، التي تلتقط التنبهات بواسطة سطح الجلد و تنقلها إلى الدماغ الذي يتولى ترجمتها.

وعندما تكون هذه التنبهات قوية جداً، تفوق حدها الطبيعي، ينتج عنها الشعور بالألم، وينبه الألم باقى الجسم؛ لكي يقوم بالحماية ضد أي خطر. فإذا كان ثمة خلل ما في آلية حاسة اللمس، كأن يصاب الطفل بمرض الجذام، فإنه سوف يعجز عن التمييز بين الإحساس بالبرودة أو بالحرارة وسوف يضيع عنده الشعور بالألم، مما يؤدي إلى إصابته بجروح من دون أن يدرك ذلك.

التعلم باللمس:

هل يعتبر اللمس حاسة مستقلة عن باقي الحواس؟

للإجابة عن هذا السؤال، قام الطبيب إدوارد جيتاز من المعهد الوطني للأبحاث العلمية في فرنسا، بإجراء عدد من الاختبارات على الأطفال الرضع المولودين حديثاً، وحصل على نتائج مذهلة.

خلال أحد الاختبارات قام جيتاز بإغماض أعين الأطفال بقطعة من

القماش، ثم أعطاهم جسماً أسطوانى الشكل ليتمسوه، بعد فترة أزال الغطاء عن أعينهم ووضع أمامهم الجسم أسطوانى الشكل وجسماً آخر مثلث الشكل، فلاحظ أن جميع الأطفال وجهوا نظرهم فوراً إلى الجسم المثلث الذي لم يشاهدوه من قبل، على اعتبار أنهم تعرفوا إلى الجسم الأسطوانى من خلال اللمس. يمكن الاستنتاج هنا، وعلى عكس ما كان يعتقد أن الطفل المولود حديثاً قادر على نقل المعلومات التي استقاها من إحدى الحواس إلى حاسة أخرى، وفي هذه الحالة من حاسة اللمس إلى حاسة النظر.

من أجل الاستفادة من هذا الاكتشاف، دأب هذا الباحث على إجراء الاختبارات على أطفال الحضانة، في محاولة للاستفادة من حاسة اللمس في عملية التعلم، رغبة منه في إضافة حاسة اللمس إلى عملية تعليم الطفل القراءة، التي تعتمد في العادة على تعرف الطفل إلى شكل الحرف ونغمة لفظه، لرؤية مدى فاعلية اللمس في تطوير مهارة الطفل في القراءة. بعد فترة اختبار دامت حوالي ثلاثة أشهر، تبين أن فريق الأطفال الذي اعتمد على حفظ شكل الحرف، من خلال اللمس، كان أسرع في تعلم قراءة الأحرف من الفريق الثانى، الذي اعتمد فقط على رؤية الحرف وسماع نغمة لفظه.



علمي طفلك الكلام

- ١- يحتاج الطفل إلى الاتصال بالآخرين منذ أول يوم من ولادته، حتى لو كان يعجز عن الكلام. لذلك يبدو دور الأهل وكيفية تعاملهم مع الطفل من الأولويات في تعليم الطفل الكلام. لذلك عليهم أن يعتادوا على التكلم مع الطفل منذ ولادته.
- ٢- عدم تشويه الكلمات عند نطقها حتى لا يظن الطفل أن هذا هو النطق الصحيح. فالأهل يظنون أنهم بتشويه الكلمات، يقلدون لغة الأطفال، لكن ذلك غير صحيح.
- ٣- التحدث إلى الطفل والنظر إليه والقيام بحركات تساعد على الفهم.
- ٤- إعطاء الطفل الأشرطة التعليمية للاستماع إليها.
- ٥- عدم مقاطعة الطفل أثناء حديثه من أجل تصحيح أخطائه، لا سيما أمام الآخرين؛ لأن ذلك يفقده الثقة بنفسه، ويمكن أن يؤدي إلى إصابته بإحدى مشاكل النطق كالتأتأة والتلعثم وغير ذلك.
- ٦- من المهم أن يلعب الطفل مع أطفال في سنه؛ لأن ذلك يدفعه للتحدث معهم، مما يزيد من قدرته على الكلام.



علمي طفلك الضحك

تشرين بعد يوم حافل بكل خلافات الأطفال وتلبية مطالبهم والعناية بهم، بالإرهاق والتعب، وتقسيم على أن تأخذي يوم عطلة من الهموم وتربية الأولاد، لكنك ما إن ترين ابتسامة طفلك وتسمعي رنة ضحكته حتى يزول توترك وتنسى كل الهموم وتنغمسي معه في عالم من الأحلام الجميلة والمشاعر الدافئة. فما سر هذه الضحكة؟

يقول المثل (ضاحك تضحك لك الدنيا)، ومقاده أن الضحك يريح الأعصاب ويضفي إحساساً بالعافية والصحة الجيدة. وتؤكد الدراسات صحة هذا المثل الشائع، من خلال استنتاجها أن الضحك يسهم في تخفيض ارتفاع ضغط الدم، وتبديد التوتر وتقوية جهاز مناعة الجسم، ما يعزز مقاومته للأمراض. وأشارت أبحاث أخرى إلى أن الإنسان عندما يضحك يفرز جسمه مواد طبيعية مسكنة للألم تسمى (أندورفين) فتتحسن حالته النفسية.

لكن المشكلة الوحيدة في اعتماد هذه الوصفة الشفائية السحرية، هي أن روح الدعابة غالباً ما تفارق الإنسان عندما يكون في أشد الحاجة إليها، وذلك عندما تشتد به الظروف والأحوال.

لا شك في أن تربية الطفل تجهد الأعصاب، فالبكاء ومواعيد الطعام والنوم المتقطع والمغص وتغيير الحفاض، كلها أشياء تسهم في زيادة توترك وإجهادك. الحيلة هنا، هي أن تنظري إلى الجوانب المضحكة للحياة اليومية، وأن تستخدم الضحك لتقللي من حدة المواقف العصيبة وتبديدي التوتر. بمجرد أن تتذوقي شعور

المرح والسعادة لضحك طفلك، ستعتادين عليه، وسوف تتشوقين لسماع المزيد من ضحكك.

أهمية الضحك:

يمثل تأثير الضحك الإيجابي في الحالتين النفسية والجسمية للأطفال تأثيره في الكبار. إذ تعتبر الحالة المزاجية للطفل قبل أن يستطيع التعبير عن مشاعره بالكلام المؤشر الوحيد إلى مدى راحته أو سعادته. إن الطفل الذي يمتع بضحكات جميلة، إنما يوضح لوالديه أنه في حالة جيدة، بالتالي يشير إلى أنهما يقومان بمهمتهما على أفضل وجه.

كذلك يؤدي الضحك دوراً رئيسياً في تامين الروابط بين الطفل ووالديه، خاصة أبيه. ربما يجد الكثير من الآباء صعوبة في التأقلم مع دورهم الجديد، خاصة خلال الثلاثة أشهر الأولى عندما يشعرهم صغر حجم الطفل ورقته بالحقوق، أكثر مما يشعرهم بالجاهزية نحوه. ولكن ما إن يبدأ الطفل في الضحك حتى تذوب مشاعر الأب، ويصبح متشوقاً إلى أي فرصة تجعل طفله يضحك.

من جهته، يتعلم الطفل سريعاً أنك تعشقين رؤيته وهو يضحك وأن ضحكته تلك تروق لك، فيعمد إلى الضحك على أمل أن يأسر انتباهك أطول وقت ممكن، إنها طريقته في التعبير عن مدى سعادته بصحبتك.

كيف تضحكين طفلك؟

يتمتع كل طفل بروح دعابة خاصة به كالكبار، فبعض الأطفال يضحكون كثيراً لرؤية البالونات، بينما يضحك الآخرون لرؤية فقاعات الصابون أو المهرج. ولن تستطيعي معرفة ما الذي يضحك طفلك إلا بالتجربة.

ربما تجهدين نفسك بالقيام بمحاولات سبق لها أن أضحكت أخاه أو أخته الأكبر سناً، من دون أن تحصلى على أي رد فعل منه، لكن إذا جربت شيئاً مختلفاً، فلربما تجدينه يتفجر ضاحكاً.

تقول إحدى الأمهات: إنه عندما يكون طفلها حزيناً، تمسكه من قدميه وتظاهر بأنها تبحث عن رأسه في كل مكان ولا تجده، مما يثير ضحكه بشدة. وتضيف إنها تستخدم هذه الطريقة فقط، عندما يكون طفلها في أسوأ حالاته كي لا تفقد فاعليتها أو تأثيرها بالنسبة إليه.

لذا يعد الابتكار المستوحى من شخصية طفلك أفضل طريقة لاكتشاف ما يضحكه. لكن هناك بعض الطرق الكلاسيكية التي تصلح لمعظم الأطفال. يستعرض الكاتب جاك مور، في كتابه (٩٧ طريقة لإضحاك طفلك) طرقاً مختلفة ومضمونة، تم اختبارها لإضحاك الأطفال وهنا نقدم لك خمساً منها لتجربها:

١- فقاقيع الصابون:

اشترى علبة فقاقيع صابون واستخدمتها لتنفخي الفقاقيع لطفلك، فهو يستمتع كثيراً برؤية الفقاقيع وهي تكبر وتطير في الهواء ثم تنفجر.

٢- شخير الأب:

اطلبي من والده أو أي أحد من أفراد العائلة أن يرقد على الأرض ويتظاهر بالنوم، ثم يصدر شخيراً عالياً مبالغاً فيه، وعندما يلمس طفلك الشخص الرائد يصحو هذا الأخير بطريقة فجائية ما يثير ضحكه.

٣- المرأة:

يعشق الأطفال النظر في المرأة واللعب مع الطفل الآخر الذي يروونه. احلمي

طفلك ودعيه يقف أمام المرأة وقولي له: (انظر: يوجد طفل هنا) ثم قومي بعمل حركة مضحكة بوجهك مثلاً، أو ضعي قبعة مقاس رأس طفلك على رأسه، وأخرى مقاسك على رأسك، ثم بدلي القبعتين وكرري الحركة ذاتها.

٤ - الزحف إلى خلف:

ضعي طفلك على سرير كبير، ودعيه يزحف بضم خطوات بعيداً عنك، ثم قومي بجذب قدميه بلطف في محاولة لإرجاعه إلى نقطة البداية، سيحاول طفلك الاستمرار في التحرك بعيداً عنك، وميزداد ضحكه كلما حاولت جذبه إليك مرة أخرى.

٥ - القبلة الكبيرة:

بللي شفتيك، ثم انفخي بلطف على جلد طفلك: (على سبيل المثال على صدره، بطنه، أو ذراعيه). فالصوت والإحساس بالزغزغة سيضحكانه كثيراً. إن الضحك مفيد لصحة طفلك الجسمية والعاطفية، فلا تحرميه من هذه النعمة الغالية.



علمي طفلك البكر التأقلم مع المولود الجديد

منذ قدوم شقيقه الجديد راح طفلك الأكبر سناً يهدد برميهِ في سلة القمامة والتوقف عن حبك. ببساطة لقد تغير فجأة لدرجة لم تعودى تعرفينه جيداً فما الذي حصل؟

منذ أن علم طفلك الكبير أن مولوداً جديداً سيأتى إلى منزله، بدأ يتلفظ بعبارات مرعبة في حق هذا الشقيق المستقبلي، مثل سوف يأكل شقيقه الصغير ويظهوهُ، ليحظى وحده باهتمامك. كان قبل مجيء شقيقه يهرع إليك ليضم رأسه على بطنك ويحدث الجنين ويقبله. لكن ما إن جاء الطفل، حتى تحول الطفل اللطيف إلى آخر عنيف وشرس، مما أثار مخاوفك وقلقك. فهل ما يحصل له أمر طبيعي؟

يقول الخبراء إنه: لا يوجد ما يدعو إلى القلق، فطفلك يمرُّ بمرحلة طبيعية من الغيرة وهو أمر لا بد منه.

لماذا المفردات العدائية؟

ما إن وصل المولود الجديد إلى المنزل حتى سمعت طفلك البكر يقول: (أريد أن أرميه من النافذة). في الواقع يشير الخبراء إلى أن مجيء طفل جديد يولد في طفلك الأكبر ثورة حقيقية، إذ تحتاجه مشاعر لا يمكنه أن يسيطر عليها ويحتاج إلى التعبير عنها. فما هذه المشاعر أو المخاوف التي تنتابه؟

• الخوف من خسارتك أو فقدانك:

يشعر طفلك البكر بخوف من أن يتم استبداله بهذا المخلوق الغريب، مما

يفقده حبك وحب والده له. تؤله هذه المشاعر التي لا يفهمها دائماً، وما الكلمات القاسية والعبارات القوية التي يتلفظ بها إلا ترجمة لمدى معاناته وآلامه.

• الرغبة في الحفاظ على عرشه والبقاء على أنه طفلك المفضل:

من الصعب أن تقمى طفلاً بأن في إمكانه أن يتقاسم عرشه الصغير مع طفل آخر جديد، سوف يتكرر طفلك كل السيناريوهات ليحافظ على مكانته، هذا مسار طبيعي يتخذه أي كائن بشري، عندما يواجه من ينافسه. من هنا تكمن أهمية مراقبته في تلك التجربة الأولى في صراع المنافسة.

كيفية التعاطي مع هذه الحالة:

من المهم جداً التعاطي بشكل سليم مع الطفل المستاء من وجود منافس له كي لا يعاني اضطرابات عاطفية أو نفسية في وقت لاحق، ويتعلم في الوقت ذاته كيفية مواجهة مشكلاته. في حال واجهت مثل هذه الحالة، ينصحك الخبراء باتباع الخطوات الآتية:

- اسمحي له بأن يُعبّر عن مشاعره:

مهما كان رد فعله قوياً، عليك كأم ألا تمنعيه من التعبير عن مشاعره، وإنما العمل على طمأنته من خلال الشرح له أن قلب الأم يتسع لمشاعر كثيرة تمكنها من حب أكثر من طفل واحد في الوقت ذاته.

- حافظي على هدوئك:

قد يصعب عليك سماع طفلك يصف شقيقه الصغير بالنكرة وأنه يرغب في (تفتيته)، لكن عليك هنا ألا تؤنبه، أو تؤنجه أو تصفيه بأنه شرير؛ لأنك سوف تجعله يشعر بعقدة ذنب تجاه ذاته بسبب المشاعر التي انتابتها، وهذا ربما سيضعف من أمله وانزعاجه.

- امتحيه الطمأنينة:

اشرحى له أنك تفهمين نداءات النجدة التي يطلقها، عندما يحاول استفزرك بتعابير القاسية. أخبريه أنك تفهمين جداً مدى معاناته وألمه وأن شعوره هذا أمر طبيعي جداً، إلا أنه يجب أن يعي أنه في الوقت الحالي، لا يستطيع شقيقه الصغير أن يلعب معه وأن عليك أن تهتمى به قليلاً، ثم أعلميه أنه عندما كان في مثل عمر شقيقه، كنت تهتمين به بالطريقة ذاتها.

- خذيه على عمل الجلد:

أحياناً تلجئين إلى التخفيف من وطأة الأمر خلال أخذ عباراته على غير حمل الجلد. فتمازجينه قائلة: (هل ستأكل شقيقك من دون صلصة؟)، لن يستوعب طفلك ما تقولينه، فالأطفال في عمر ٣ و٤ سنوات غير مستعدين بعد لتحليل مثل هذه التعليقات، يبقى الطفل لغاية عمر السنوات الست عاجزاً عن فهم المعاني المجازية لبعض العبارات، فياخذها كما هي.

يفضل الخبراء في هذه الحالة أن تقولى له: (إذن أنت لا تريد التعاطى مع شقيقك، أفهم أنه يثير حفيظتك ولكن لن يحصل شيء إذا لم تهتم به أنت).

- دعيه يعثر على نفسه:

يخاف عدد كبير من الأهل أن يعانى طفلهم البكر الغيرة التي تسببوا له فيها. ومع ذلك فهي تجربة يجب أن يمر بها كل طفل ليتمكن من بناء علاقاته مع الآخر. إن الإفراط في حمايته يمكن أن يضلله ويمنعه من التعبير عن مشاعره.

- تصرفي بحزم:

يحق لطفلك الكبير أن يُعبر عن استيائه أو معاناته من المولود الجديد. لكن في المقابل يجب أن تمنعيه من القيام بأي فعل مؤذ. يمكنه أن يقول: إنه يريد أن يأكل شقيق، لكن لا يحق له أبداً أن يعضه.

اشرح له الفرق بين الكلام والفعل، يمكنك أن تقترحي عليه التنفيس عن غضبه بركل الكرة أو ضرب لعبة. من المهم أن تكوني صارمة وحازمة جداً تجاه تصرفاته مع الرضيع أو معك أنت.

عليك أن تساعديه في السيطرة على شعوره بالغضب وإرشاده إلى الطرق التي يمكنه من خلالها أن يعبر عن حنقه من دون أن يؤذي شقيقه. في النهاية يجب أن يفهم أن لديه الحق في أن يعارض ويغضب، لكنه لا يملك الحق في أذية الطفل.



علمي طفلك كيف يواجه المشاكل الحياتية

يحرص الأهل غالباً على إقصاء أطفالهم عن مواجهة المشاكل الحياتية وإبعادهم عنها، وذلك لمحاولة بناء عالم خاص بهم بعيداً عن الضغوط اليومية. لكن، هذا التصرف لا يخلو من السلبية، إذ يدغم الأهل - ولو عن غير قصد - إلى بناء عالم هش، غير واقعي لأطفالهم، لن يكون موجوداً في حياتهم مستقبلاً.

وتحتل الخلافات الزوجية لائحة المشاكل التي تؤثر سلباً على شخصية الطفل. ومن المعروف أن بث الشعور بالطمأنينة إلى نفس الطفل يحتاج إلى تماسك العلاقة بين الوالدين، فضلاً عن توافقهما وانسجامهما في مواجهة المسؤوليات.

وإذ يسعى بعض الأهل إلى كتم غضبهم خلال هذه الخلافات، ويحاول أن يبعد أبناءه عن آثارها، فثمة نظرية تشير إلى أن الطفل الذي ينشأ في كنف والدين يعيشان في انسجام تام (ولو كان كاذباً أحياناً)، لا يكون مؤهلاً لمواجهة الحياة مستقبلاً.

وتوضح بعض الدراسات النفسية، أن كتمان الأهل غضبهم بشكل صارم لا يحول دون إحساس الطفل بالعلاقة المتوترة التي تربط والديه. فالطفل يشعر بحالة أهله المزاجية، ويؤثر فيه الخلاف غير المعلن بينهما بصورة أشد من الخلاف الصاخب الذي سرعان ما ينتهي.

وثمة رأي يشير إلى أن أحد أسباب مرض الربو في سنوات الطفل الأولى يتعمل في الخلافات المكتومة أو غير المعلنة بين الوالدين.

هذه الإشارات لا تدل على أن المطلوب خلال الخلافات الزوجية أن تقوم

الزوجة بقذف زوجها بشيء ما، أو أن يقوم الزوج بصفع زوجته عند الشعور بالغضب؛ لأن من شأن ذلك أن يدمر إحساس الطفل بالأمان، بل إن من الضروري أن يقوم الزوجان بضبط أعصابهما خلال الخلافات، حتى يؤكدوا لأبنائهما أن ما بينهما أقوى من الخلافات، وأن يوضح كل منهما أن هذا الخلاف لا يتعلق بمسائل أساسية، وأن الكبار - كما الصغار - يختلفون ويتضايقون من بعضهم بعضاً، لكن سرعان ما سينتهي هذا الأمر.

فالمشكلة لا تكمن في الخلافات الكثيرة، بل في ضرورة إيجاد أسلوب للتفاهم، لتذليل أي خلاف، ولتلافي تعرض الأبناء إلى القلق الدائم وإفقادهم الإحساس بالطمأنينة والاستقرار.

انفصال الأهل في الموازاة، يعتبر من أصعب القرارات التي تؤثر على الطفل. وينبغي على الوالدين مناقشة أبنائهما في هذا الأمر؛ حتى يتمكن الأولاد من التأقلم والعيش مع الظروف الجديدة المترتبة على انفصال والديهم.

ويجب على الوالدين في حال الطلاق التصرف بوعي، وحجب مظاهر الكراهية، والغضب، والعداء المتبادل بينهما قدر الإمكان، والابتعاد عن تبادل الاتهامات ليكون التركيز على مصلحة الطفل وسلامته مستقبلاً.

ويفضل ابتعاد الوالدين عن تفاصيل أسباب الطلاق، حتى لا نجرح إحساس الطفل، ونشوه صورة أهله أمامه.

ومن الضروري، ألا يحاول الأب إقناع أبنائه بأن والديهم سيئة أو أن تسعى الأم إلى تشويه صورة الأب أمام طفلها، حتى لا يفقد إيمانه بذاته وبكل رجل أو امرأة بعد ذلك.

وعلى الوالدين التأكيد أن الفضل في استمرار الحياة الزوجية هو مشترك وأن كلاهما قد عجز عن علاج هذا الخلاف ولم يجد وسيلة ناجحة لحسمه.

وفي حال الطلاق، يجب على الوالدين أن يوضحا للطفل بأنهما لن يتخليا عنه، وأن كلاً منهما سيحمل له الحب والحنان، وأن الاهتمام به لن يقل عما سبق بل سينال كل الحب والرعاية من قبلهما.

ومن الضروري، ألا يفقد الآباء والأمهات القدرة على التواصل مع أبنائهم بعد الطلاق، والا يسلكوا طرقاً مادية للتعبير عن حبهم لهم بإغراقهم بالهدايا، فالطفل يحترق هذه الطريقة، خصوصاً إذا شعر أنها بديلة عن حب والديه له.

طفلك والعالم الاقتصادي:

بالمقابل، يلاحظ الطفل العالم الاقتصادي من خلال حقه في الحصول على ما يفي برغباته أو يشبع نهمه. فهو يطلب كل شيء، علماً أنه ليس للنقود أو للمفهوم المادي معنى واضحاً ضمن حساباته. فالطفل يهتم بتمتته الشخصية والحصول على ما يريد بغض النظر عما يترتب على ذلك من وسائل مادية، وهذه خطوات تدفع طفلك لفهم الحالة المادية:

كيف تعودين طفلك على وعى أهمية الاقتصاد ومراعاة الحالة المادية للعائلة؟

- تحديد رغبات الطفل، وتعويده على أن متطلباته واحتياجاته المادية لها ثمن.
- مناقشة أهمية الادخار والتوفير، وتعويد الطفل على هذا الأمر منذ الصغر.

- لا يتخلى الطفل بشكل مفاجئ عن حب الامتلاك لذا علينا أن نوازن بين قبول متطلباته وتأجيلها وأحياناً رفضها فنوافق على سبيل المثال - على إعطائه مبلغاً من المال، ونقوم بعدها بخفضه تدريجياً، وشرح الأسباب المقنعة وراء هذا الترشيده.
- مشاركة الطفل تحمل المسؤولية بما يتناسب مع عمره وحجم المشكلة.
- جعل الطفل يدرك أن هناك مطالب يرفضها الأهل ليس بسبب عدم القدرة المادية فقط وإنما لوجود بدائل عنها.
- تشجيع الطفل على أن يخطط بنفسه كيف يتفق مصروفه الشخصي، وذلك بمحاورته حول أولوياته واهتماماته واحتياجاته الشخصية.
- أهمية تخصيص مبلغ مادي معين لطفلك عند الذهاب للشراء من الأسواق التجارية، وعدم السماح له بتجاوز المبلغ المحدد له مهما كانت الأسباب.
- جعل الطفل يشارك ضمن اجتماعات الأمرة المادية، وتعليمه كيفية الموازنة بين القدرة المادية للعائلة والمتطلبات المقروضة، ليتعلم خبرة الإنفاق، ويدرك أنه فرد من مجموعة وليس منعزلاً عنهم، فيتخلى الطفل عن النزعة الأنانية ويتفاعل إيجاباً مع بيئته المحيطة، فتتطور شخصيته وتنمو.



علمي طفلك كيفية اجتياز محنة الطلاق

الطلاق مسألة مأساوية بكل المقاييس .. في الشرق كما في الغرب. في المجتمعات المتقدمة كما في المجتمعات المتخلفة التي تعيش على هامش الحضارات في الغاية، ولا يستطيع أحد أن ينكر قط أن الطلاق شعور رهيب بالخسارة، فهو يماثل هدم صرح عملاق واجتثاث شجرة جميلة رائعة بكل المقاييس يستظل تحت ظلها الوارفة أفراد الأسرة الواحدة.

وتعد مهمة مساعدة الطفل على اجتياز محنة الطلاق من أصعب المهام التي يمر بها الوالدان. وفيما يلي نصائح مقتضبة يمكنها المساعدة خلال مشوارك الصعب في مرحلة ما بعد الطلاق:

١- كوني مخلصه في إيضاح ما حدث وتجنبي القول (والدك مسافر في عمل في الخارج) أو (كل شيء سيكون رائعاً وسنصلح الأمور) ولا يخطر في اعتقادك أن طفلك ساذج ولا يعي أي شيء أو ما حدث فعلاً، فالطفل ذكي فطن يدري ما تحاولين إخفاءه عنه. وحتى إذا كان هدفك عدم جرح مشاعر طفلك إلا أنه بحاجة لإجابات مرحة وبسيطة حتى يفهم بجلاء ومن دون تعقيد ما يحدث دون أن تحملى زوجك السابق أو غيره مسؤولية الطلاق.

٢- دعي أطفالك يعون أن الطلاق لم يكن بسببهم وينبغي أن تعي أن جميع أطفال المطلقين والمطلقات يشعرون ضمناً، ولو خطأ، أنهم المسؤولون عن التسبب في الطلاق، وينبغي أن تكرر على مسامعهم دوماً أن الطلاق قضية خاصة بالكبار لا دخل لهم فيها أو بسلوكهم.

٣- استمعي إليهم بهدوء. فالأطفال تحيرهم أسئلة كثيرة وتختلط عليهم الأمور ويشعرون بحساسية شديدة نحو أية قضية لها صلة بالطلاق. وهناك الكثيرون من أولياء الأمور يقاطعون أطفالهم أو حتى يحاولون دون إشارتهم لأية قضية لها صلة بالطلاق وهذا هو الخطأ بعينه. ويشعر الأطفال بضرورة أن يصغى إليهم أي طرف بأناة وهدوء ودون محاولة تشتيت تركيزهم إزاء ما يرغبون معرفته.

٤- دعي طفلك يعرف أنه مهما كان رد فعله إزاء الطلاق فلا مانع من إبدائه. والملفت أن الكثيرين من أطفال المطلقين يخفون مشاعر الحزن والأسى والغضب والحيرة؛ لأنهم يخشون التعبير عن هذه المشاعر لأنها قد تثير والديهم ويحتاج الأطفال إلى معرفة أن جميع مشاعرهم مقبولة ومسموح بالإفصاح عنها.

٥- طفلك من الطبيعي أن يعتربه شعور قوي بعودة والديه إلى بعضهما وعودة كل شيء إلى حالته الأولى، وقد يشعر الأطفال بالخجل أو الخزي إزاء مشاعرهم الطبيعية جداً، فدعهم يشعرون بهذه الأحاسيس، ولا بأس أن تقولي لطفلك وتشرحي له أنه عندما ينفصل زوجان بالطلاق يصعب أن يعودا لبعضهما وأفهمي طفلك أن أمنيانه بعودتك إلى والده وزوجك السابق والمصالحة مسألة طبيعية للغاية.

٦- طمئني ابنك على سلامته الشخصية؛ لأن أغلبية الأطفال يشعرون عندما يتم الطلاق بين والديهم، أنهم سيحرمون من الطعام والمأوى والمدرسة وسيفرض عليهم التشرّد ويفضل أن تبادري طفلك بكشف النقاب عن مخططاتك المستقبلية نحوه فيما يخص حياته وأين سيقم، وكيف سيتابع دراسته، وأنتك لن تتخلي عنه.

٧- تحمري من أطفالك عن زملاء لديهم قد انفصل والديهم بالطلاق. ولعل تلك وسيلة جيدة للتعرف على مخاوف طفلك ومواقفه وأفكاره حول الآباء المطلقين وسيمنحك ذلك الفرصة لإزالة كل الأفكار الخاطئة العالقة في ذهنه ولعلك ستذكرينه بأن زملاءه قد مروا بالظروف ذاتها وأنهم الآن يعيشون حياة طبيعية.

٨- لا تدعى طفلك لاتخاذ موقف متحيز أو إلى مواقف يشعر فيها بالحيرة بينك وبين والده، لا تقولي أي شيء لطفلك قد يسئ لوالده. ولا تدعى طفلك ينقل رسائل أو مؤشرات إلى طليقتك. إن ما يحتاج إليه الطفل هو تغذي المحبة في نفسه تجاه والديه. ولاحظي أنه إذا أعرب أي من الوالدين عن استيائه من المشاعر التي يعبر عنها طفلها تجاه أحد منهما فإن ذلك سيدفع الطفل إلى الانكماش على نفسه وتصبح مشاعره غير صادقة أو قد يصاب بالاكئاب.

٩- اقضي أوقاتاً مع معارف عائلتك واجعلي طفلك يشعر بالأمان والاطمئنان بوجود آخرين يحبونه ويحيطونه برعايتهم وتحببني عزله عن الناس.

١٠- اقرأ معاً وتحدثا عن مسائل خاصة بالطلاق وسيساعدك ذلك إيضاح حقائق مهمة لطفلك، وسيساعد ذلك طفلك على صياغة أسئلة من دونها لن يمتلك الكلمات المناسبة للتعبير عما يجول في ذهنه^(١).



علمي طفلك مواجهة الفشل

الفشل وخيبة الأمل يتركان أثراً غائرة في نفسية الطفل، قد تؤدي بالطفل إلى اتخاذ أنواع من السلوك غير سوية، للوصول إلى أهدافه، وتجنب الفشل وخيبة الأمل، وهذا طريق آخر للانحراف، يحتاج إلى مدة لتعليم الطفل كيفية التغلب على خيبة الأمل، من سن مبكرة، حتى يشب قادراً على مواجهة الفشل في كبره.

أهم ما يجب عمله هو أن يوجد الأب طريقة بديلة لإنجاز ما فشل فيه الطفل، لنفرض على سبيل المثال أن طفلك تأثر جداً لفشله في إقناع طفل آخر لقبول دعوة للعب معه. حينئذ يشعر طفلك بنوع من المهانة ويظن أنه منبوذ لا يستحق أن يلعب معه الآخرون، وعلى الأب أن يعبر عن حبه وتقديره، ويشرح له كيف أن الطفل الآخر رفض اللعب معه لأسباب أخرى لا علاقة له بها، وربما رفض لانشغاله. أما الطريقة البديلة فهي الاستعاضة عن الصديق الأول بصديق آخر.

مثال آخر: هو أن الأطفال يصابون بخيبة الأمل عادة حينما يحصلون على درجات ضعيفة في اختبارات المدرسة. وعلى الأب في هذه الحالة أن يقنع ابنه بأن الحصول على درجات ضعيفة في مادة واحدة ليس نهاية العالم، فهناك مواد أخرى درجاتها متفوقة، وأمامه من الوقت ما يبذل فيه جهداً لتحسين درجات المادة التي فشل فيها.

يمكنك أن تذكر الطفل بأنه مجتهد، لا يضيع وقته هباءً، وأنه يستحق كل خير، قل له: (أنا أفهم سبب خيبة أملك. عليك أن تتقبل ما حدث بدون جزع، وفكر جيداً في كيفية تغيير النتيجة مستقبلاً). الواقع أننا نتعلم بمرور الأيام من أخطائنا،

ونعرف مواطن القوة والضعف في قدراتنا. لكن يبدو أن الأطفال يميلون إلى الاعتقاد بأنهم قادرون على أي شيء وكل شيء من بواكير العمر. ولا يتحققون من خطأ هذا الظن إلا حينما يكبرون، ومع كل فشل يصابون بخيبة أمل. لذا يجب أن نعلم الأطفال أن الحياة مليئة بالنجاحات، وبنفس القدر مليئة بمرات الفشل، وعليهم أن يتجنبوا الفشل بحسن الاستعداد. وإذا حدث الفشل، يجب ألا يعوقنا عن مواصلة السير بخطوات أسرع^(١).



(١) كيف تتعاملين مع أبنائك؟ جمال الكاشف.

علمي طفلك الفرق بين الحاجة والرغبة

الطفل بطبيعته يبدأ في الإحساس بأن ارتداء ملابسه بنفسه، وتنظيف أسنانه والكنس، وترتيب الأشياء ووضعها في محلها هي أعمال مثيرة يقوم بها عادة الكبار الراشدون، فإذا نجح أبواه بإيقاء علاقتهما به طيبة مع استمرار تقدمه في السن، فإنه يستمتع بعمل الأخشاب ونفض البسط؛ لأنه يريد أن ينفذ الأعمال المهمة أكثر، وبالتالي إرضاء أمه وأبيه.

مع أن معظمنا لا يستطيع أن يربي أولاده على خير وجه، بحيث يظفر بتعاونهم طيلة الوقت، فأغلب الظن أن ننجح بتفادي نظرة الطفل إلى أداء الأعمال المنزلية على أنه شيء غير مستحب، شريطة ألا نكلفهم القيام بها ونحن في حالة الغضب والتوتر والهياج.

على أن هذا لا يعني أن نتوقع من الطفل أن يكون مسؤولاً، دوغماً حد، على أداء واجباته حتى حين يبلغ الخامسة عشرة (معظم البالغين أنفسهم يمرون في فترات من انعدام الشعور بالمسؤولية)؛ ومن هنا كان لا بد من تذكير الطفل بواجباته، وعليك أيتها الأم أن تشبى بالصبر، وحاولي أن تجعلي تذكير طفلك بواجباته جزءاً من واجباتك، شريطة أن يتم ذلك بلطف وهدوء وكأنك تخاطبين إنساناً بالغاً، فالتكدي والشكوى المستمرة وتغير شأن الطفل.

كل ذلك مما يقتل الشعور بالاعتزاز لدى الطفل عندما يقوم بالتعاون مع أعضاء آخرين من الأسرة، ومن شأن ذلك أن يثير حماسه ويجعله يستمتع بعمله ويتعلق به.

يبدأ الطفل فيما بين السنة الأولى ومنتصف الثانية من العمر بمحاولة خلع ثيابه (يسحب طرف جوربه نحو بطنه مباشرة الأمر الذي يجعل الجورب لا يخرج من القدم) وبحلول العام الثاني من العمر يصبح في مقدوره خلع جزء كبير من ثيابه. وهنا يحاول جاهداً أن يعود في الصباح إلى ارتدائها، ولكنه يجد في ذلك صعوبة بالغة. وأغلب الظن أنه يحتاج إلى عام آخر قبل أن يبدأ بتعلم ارتداء الملابس السهلة حسب الأصول، وإلى عام ثان (أي ما بين الرابعة والخامسة من العمر) لإنجاز أعمال أصعب مثل فك الأزرار، وربط الأشرطة وفكها وما شابه ذلك.

أما الفترة التي يكون فيها الطفل بين سن السنة والنصف وسن الرابعة من العمر، فإنها تحتاج إلى قدر كبير من اللياقة فإذا حاولت أن تمنعه من أداء الأعمال التي يستطيع القيام بها، أو حاولت التدخل أكثر مما ينبغي فيما يقوم به من أعمال، فذلك كفيل بإثارة استيائه وغضبه أما إذا لم توفر له الفرصة؛ لكي يتعلم ما يروقه من الأشياء في السن المناسبة فقد يفقد الاهتمام والرغبة في القيام بها. وإذا أنت تركته وشأنه دون مد يد العون له أبداً؛ فإنه سيفشل في تعلم ارتداء ملابسه، وقد يشط هذا الفشل من عزيمته. إذن في وسعك أن تساعد به بلباقة في الأعمال التي يستطيع القيام بها، اسحبي مثلاً جوربه قليلاً بحيث يصبح من السهل عليه إتمام عملية خلع جوربه كله من قدمه بسهولة، ضعي مثلاً الثوب الذي يريد ارتدائه بالقرب منه حتى يبدأ بذلك فوراً، حاولي إثارة اهتمامه في القيام بالأعمال السهلة، في الوقت الذي تقومين فيه أنت نفسك بالأعمال الصعبة لدى ارتدائه ملابسه، وعندما تجدينه يتخبط مرتبكاً في ارتداء إحدى قطع ثيابه لا تصري على تلوي المهمة عنه، بل ساعديه على التغلب على الصعوبات التي يواجهها، بحيث يتمكن

من إنجاز العمل بنفسه. وحين يحس بأنك معه ولست ضده يزداد تعاوناً وإقبالاً على التعلم ولا شك أن ذلك كله يتطلب قدراً كبيراً من الصبر والقوة والجلد.

يعلم الطفل من والديه كل شيء .. لهذا فإن أي قول أو فعل تقومين به هو في الحقيقة درس لابنك، فاحرصي على أن تعلمي أبناءك ما لا يتعلمونه في المدرسة. وهذه بعض الأسئلة التي من الأفضل أن توجهيها إلى نفسك:

- ١- هل أقضي وقتاً طويلاً في التسوق للبحث عن ماركات معينة؟
- ٢- إن دخولي للمنزل ويدي أشياء كثيرة يعني السعادة بالنسبة لي؟
- ٣- هل أقوم بشراء كل جديد لأبنائي لمجرد أن أقرانهم قاموا بشراؤه؟
- ٤- هل أقوم بالتبرع لجهات خيرية وأدعو أبنائي لمشاركتي في ذلك؟
- ٥- هل أقوم بإنفاق الأموال على متطلباتي وأنسى أبنائي؟
- ٦- هل أستطيع أن أجعل أبنائي يشعرون بالسعادة عندما أقضي وقتاً أطول معهم وليس بشراء أشياء جديدة؟

هذه الأسئلة توضع تحت المجهر أمام عينيك لترى تقاليدك المالية. وأعرافك التي وضعتها لنفسك، وكوني على يقين أن هذه الأعراف ستتقل إلى أبنائك دون أن تدري.

هناك عدة مجالات من الأفضل أن نسبر أغوارها مع أبنائنا ونعلمهم التعامل معها ومن تلك المجالات:

التسوق:

- علميهم الفرق بين الحاجة والرغبة، واكتبي معهم ٣ رغبات و٣

احتياجات يرغبون في شرائها قبل الذهاب للتسوق، وطبعاً يأتي دائماً شراء الاحتياجات قبل الرغبات.

- توقعي المبلغ الذي ستحتاجونه لشراء الاحتياجات، وضعي مبلغاً معيناً للصرف.
- عندما ينتهي المبلغ المحدد أخبري أبناءك بذلك.
- اصطحبي ابنك عند شراء احتياجات المنزل في وسيلة جيدة لتعليمه فن التسوق، فمثلاً الطفل الصغير ذو السنة الواحدة يستطيع أن يسلم الكاشير المال، أم الطفل ذو الخمس سنوات، فإنه يستطيع أن يعرف إمكان شراء الأشياء، وأخيراً الطفل ذو العشر سنوات يستطيع أن يقارن بين المشتريات أيها أفضل.

صرف المال:

- أعطيهم مصروفاً أسبوعياً، والسن المناسبة للمصروف تبدأ عندما يبدأ ابنك في شراء احتياجاته بنفسه، وامنحه مصروفاً كافياً حسب عمره وراقبيه وهو يشتري احتياجاته ويوفر منه، وتذكري عندما تحصلين على أي ترقية أو علاوة أن تمنحي ابنك علاوة أيضاً.
- دريه على تقسيم المصروف إلى أجزاء صغيرة يتعامل معها طول الأسبوع، ووجهي نظره إلى الأشياء التي يجب أن يشتريها من مصروفه.
- عندما يشتري ابنك بمصروفه أشياء لم تعجبه لاحقاً أو تتعطل خلال فترة قصيرة، لا تبرعي حينها بشراء أشياء جديدة وستكون هذه أول دروس حياته.

- لا تُفقد الهدايا معناها، بكثرة شرائها لأبنائك عند كل نزهة أو تسوق.
- ضع أهدافاً محددة لكم؛ كأسرة، أو لابنك، تدخرون لها مثل الذهب لرحلة أو تغيير شيء في غرفته.

قائمة العطلات:

- تبدأ العطلات وتبدأ معها المتطلبات الإضافية وطلبات زيادة المصروف، وعليك هنا بوضع قائمة مع أبنائك بالطلبات وناقش كل فكرة على حدة ودعي ابنك يلغي الأشياء الأقل أهمية له.
- قدمي بدائل لأبنائك، فعندما يطلب أحدهم شيئاً مرتفع الثمن قدمي له اقتراحاً بأن يتشارك مع أخيه في هذا الشيء وتقاسما استخدامه أو أن تساهم الأسرة كلها في شراء هذا الشيء الذي يتقاسمون استخدامه^(١).



علمي طفلك التخلص من الطمع

الطفل الصغير - بطبيعة - يحب التملك، ويرى أنه من الأفضل أن يكون الشيء في يده بدلاً من أن يكون في يد غيره. ويبدو أن الطمع خصلة مميزة للأطفال فيما بين الثالثة والخامسة من أعمارهم. وقد تكون للطبيعة يد في ذلك لأن الطفل في هذا السن يبدأ في الشعور بالاستقلال والاعتماد إلى حد ما على نفسه، وهذا هو سر تمسكه بالأشياء التي تشبه حاجاته إلى الغذاء واللعب والترفيه والتسلية واقتناء الجميل من الأشياء.

إلا أن الشيء إذا زاد عن حده انقلب إلى ضده، وهذا ينبغي على الأم أن تعمل على تهذيب طباع طفلها خصوصاً فيما يتعلق بالطمع وحب التملك. وتدرك الأم هذه النزعة لدى طفلها من إلحاحه في طلب الكثير من الأشياء كالشيكولاتة والآيس كريم وأقلام التلوين واللعب .. إلخ. كما أن هناك أطفالاً يريدون الحصول على معظم السلم التي يتم الترويج لها في نشرات الإعلان بالتلفزيون، وآخرين يريدون شراء أشياء معينة تعجبهم قبل أن يشتريها أصدقاؤهم، وبعض الأطفال لا يسأم من طلب المزيد من اللعب حتى بعد أن يشتري لهم آباؤهم بعض ما يريدون وإذا كسر الطفل لعبته فإنه يقول لوالديه ببساطة: هذا لا يهم، يمكنكما أن تشتريا لي لعبة أخرى جديدة.

المعروف أن الطمع خصلة سيئة وهو ينتشر بين الأطفال في سن ٣ - ٥ سنوات إلا أن على الأم أن تعمل على علاج هذه الخصلة والتخفيف من آثارها السلبية، وأن تعلم طفلها القناعة وأن القليل يعني.

وفي ما يلي نلقى مزيداً من الضوء على موضوع الطعم لدى الطفل وكيف نعلمه الرضى بالموجود والاكتفاء بالقليل.

النزعة المادية أمر طبيعي:

قد ترى الأم أن رغبة الطفل في الحصول على كثير من الأشياء المادية مسألة مزعجة إلا أنها في الواقع ظاهرة طبيعية تدل على النمو. كما تدل على حدوث تطورين إيجابيين هما:

- ١- سعة الخيال: وهي مسألة مهمة ورائعة، باستثناء أمر واحد هو التأثير بالإعلانات التلفزيونية، فإذا رأى طفلك يا سيدتي طفلاً آخر يلعب بسيارة شاهدها على التلفزيون ويقضي معها وقتاً سعيداً فإنه يتخيل أنه بالإمكان الحصول على مثلها وقضاء وقت ممتع معها أيضاً.
- ٢- الروح الاجتماعية: يرى الطفل أن الحصول على لعب جديدة تجعله يزهو بها وسط أقرانه ويتبادلها مع زملائه، وبما لا شك فيه أن اختياره لعباً معينة جاء نتيجة تفكير وتقييم ومقارنة - تماماً مثلما يفكر في اختيار الملابس والأحذية والأدوات الأخرى التي تعجبه والتي يطلب من والده شراءها.

وضع حد للطلبات:

يشعر الوالدان بالسعادة عندما يستجيبان لطلب طفلهما الحصول على شيء معين يعجبه (كقطعة شيكولاتة كبيرة، أو حذاء رياضي جديد، أو لعبة مسلية)، إلا أن الاستجابة لكل طلبات الطفل أسلوب خطأ في التربية والتعامل، فإذا لاحظت الطفل أن والديه يستجيبان لكل ما طلبه خصوصاً مع الإلحاح والشكوى فإنه يدرك

أن الشكوى والعويل وإثارة التوتر تحقق النتائج المطلوبة وتجعل والديه يزعمان لمطالبه المستمرة، ويتخذ هذه الوسيلة المزعجة أداة لتحقيق مآربه، ويظل يتبعها بطريقة سخيفة تؤدي إلى خلافات دائمة ومشاعر إحباط كثيفة.

نورد فيما يلي الخطوات التي يمكن أن يتبعها الوالدان لتحقيق التوازن بين الرغبات:

(١) وضع قواعد أساسية: قبل التوجه إلى السوق المركزية يمكن للوالدين أن يقولوا للطفل: (نحن لن نشترى سوى الأشياء التي كتبناها في قائمة المشتريات).

(٢) الالتزام بالكلمة: إذا تأثر الأب والأم بأنين الطفل وشكواه وبدلاً يزعمان لمطلبه فإنه سيستمر على هذه الطريقة لاحقاً، لهذا إذا رفض الوالدان طلب الطفل فبالإمكان إبلاغه بأن والديه يقدران مشاعره الحزينة إلا أنهما لن يستجيبا لمطلبه في الوقت الراهن.

(٣) شرح الفرق بين الرغبات والاحتياجات: يمكن للأم أن تقول لطفلها على سبيل المثال: (نحن في حاجة ماسة إلى طعام، لكنك لست في حاجة ماسة إلى لعب حتى لو كنت ترغبها)، وقد لا يفهم الطفل - أول الأمر - الفرق بين الحاجة الضرورية والرغبة الشخصية، إلا أنه بمرور الوقت سيدرك هذا الفرق ويقتنع به.

(٤) إنهاء حالة التذمر والشكوى: إذا بدأ الطفل في الشكوى والتذمر والاحتجاج فإن عليك يا سيدتي إبلاغه بأنك تستائين من هذا التصرف، وإن الأنين والشكوى لن يؤديا إلى أي نتيجة. كما يمكنك إبلاغه أيضاً

بأنك ستنتظرين حتى ينتهي من هذه الحالة ويهدأ، وبعد ذلك تتجاهلين إلى أن يعود إلى حالة الهدوء فعلاً.

٥) كوني نموذجاً يحتذى وأظهري للطفل إنه بإمكان الإنسان الصبر والانتظار إلى أن يتم إشباع حاجته في الوقت المناسب، فإذا كنت يا سيدتي في السوق وشاهدت فستاناً جميلاً فإن بإمكانك أن تقولى للطفل: (هذا فستان رائع وسأدخر بعض المال حتى يمكنني شراءه في المستقبل القريب).

٦) كوني كريمة مع أفضل هدية: وعليك يا سيدتي أن تتذكري أن انتباهك لنفسك وراحتهما أعلى وأقيم من أي لعبة أو شريط فيديو يمكن أن تمنحيه الطفل.

٧) عدم رشوة الطفل على سلوكه الحسن: فلا ترشي الطفل بإغراقه بالهدايا واللعب؛ لأن ذلك معناه لجوءك باستمرار إلى هذه الطريقة فيما تظل (الرشوة) تكبر تدريجياً في الحجم والقيمة عما كانت عليه من قبل، والكلمات الحلوة تغني كثيراً عن الماديات، ولا مانع من أن تقولى للطفل: (إن من حقك أن تفخر بما أبديته من سلوك حسن).

٨) الاستجابة لما يهم الطفل أمر جيد: إذا كان طفلك يحب الموسيقى أو الرسم فلا بأس من شراء آلة موسيقية أو قرص كمبيوترى أو علبة ألوان حسب طلبه وطبقاً لما يعجبه، وقولي له: (إن هذه الأشياء (اختيار حسن).

٩) اقتسام لحظات السعادة بالعطاء: شجعي الطفل على جمع لعبه القديمة والتبرع بها للأطفال الفقراء (أو لجمعية خيرية)، وفي هذه الحالة سيعرف الطفل أن العطاء للأشخاص الأقل حظاً أو الأقل ثراء يعني متعة كبيرة؛ لأن أطراف أخرى ستستمتع بها، وإذا اشترى الطفل لعبة جديدة مكان القديمة فإن عليك أن تعطيه الفرصة لتجربتها مرات عدة بوجودك وأن تشاركه الفرحه والسعادة.



علمي طفلك قيمة المال

تعليم الطفل قيمة المال أمر سهل إذا اتبعت القواعد الآتية:

- ابدئي إعطاء الطفل مصروفاً حين يبلغ الرابعة من عمره، وشجعه على التفكير في الكيفية التي يريد بها إنفاق نقوده، وحينما يتعلم القليل مما يمكنه أو لا يمكنه الشراء بنقوده، أضف للمصروف زيادة.
- لا تجعل المصروف يومياً. ولاحظ على الطفل واجب الاحتفاظ بنظافة غرفته. والمساعدة في أعمال المطبخ، وتقليب تربة الحديقة أو حش الأعشاب، إلى غير ذلك مما يتناسب مع نموه العضلي على مراحل الطفولة المتتابعة. علماً بأن التزامه بهذه الواجبات ينبع من كونه عضواً في الأسرة، لا ترتيباً على تقاضيه مصروفاً. وإذا كبر ادفع له مقابل أعمال يؤديها، كما لو دفعت لشخص أجنبي.
- ساعد ابنك على تحصيل خبرات الإنفاق والشراء، بالسماح له بالتعامل مع البقال، والاشتراك في القرارات الخاصة بملابسه.
- لا تستخدم النقود مادة للمكافأة أو العقاب، وتذكر أن مصروف الطفل تعهد دائم، لا دخل له بسلوكه جيداً كان أو رديئاً.
- عندما يبلغ سن الطفل ١٢ سنة، سيحتاج إلى زيادة المصروف، فشجعه على أداء أعمال خارجية: كتوزيع الصحف، وبيع الحلوى والأدوات المدرسية. وعلى مر الأيام تجده يتحرك تلقائياً نحو العمل بعض الوقت، وهنا يأتي دور الوالدين في مراعاة عدم تعارض هذا النشاط مع دراسته.

- شجع الطفل على أن يكون له مالاً خاصاً، وأن ينمي مدخراته بانتظام، وأن مجرد اطلاعه على مدخرات تنمو باضطراد، يعطيه درساً مالياً عظيماً.
- ساعد الطفل على تجهيز ميزانية بسيطة، ليعرف مقدار ما كسب، ومقدار ما أنفق، ومقدار الرصيد، حتى يستطيع إعادة النظر في أسلوبه المالي.
- اعقد اجتماعات تشاور فيها الأسرة حول موقفها المالي فذلك يساعد الطفل على فهم المشكلات المالية المعقدة التي تواجه الأسرة.
- عندما يبلغ الطفل أشده، اشرح له في الوقت المناسب، وظيفة الشيكات في المجتمع، وعاذير التعامل بها.
- كن قدوة حسنة لطفلك في معاملاتك المالية^(١).



(١) من أجل أطفالنا، عدنان السيمي، ط ٢، ١٤٠٣ هـ.

علمي طفلك الادخار

كيف نشجع أطفالنا على ادخار الأموال بطرق بسيطة وعجيبة لديهم؟
وتعليمهم في الوقت نفسه كيفية المحافظة على المال وعدم إهداره فيما لا يعود
عليهم بالنفع والفائدة؟

حول كيفية ادخار الأموال، النصائح التالية للأهل:

- ١- بداية يحتاج الوالدان إلى شرح أهمية الأموال لأبنائهما وإعلامهم أن المال وسيلة وليس غاية.
- ٢- ينبغي على الوالدين إشعار أطفالهما أن المال ليس كل شيء في الحياة، وأن هناك أشياء لا نستطيع أن نشتريها بالمال، مثل الصدق والشرف.
- ٣- لا بد أن يعلم الأهل أبناءهم، أن الادخار هو سلوك يساعد الفرد على تحقيق أهدافه المستقبلية، وذلك لتفادي إهدار الأموال.
- ٤- يفضل شراء الأم أو الأب حصاله، حتى يتسنى للطفل أو الطفلة حفظ ماله بداخلها.
- ٥- ينبغي إعطاء الطفل مصروف الجيب الخاص بالمدرسة حسب سنة ومرحلته الدراسية، فعلى سبيل المثال: إذا كان في الصف الأول الابتدائي، يعطى ريالان مع ساندوتش وعصير من المنزل، حتى يستطيع أن يدخر ريالاً وهكذا.
- ٦- على الأهل تعريف الأبناء أن الادخار لا يكون فقط على مصروف

الجيب، ولكن هناك الهدايا والأموال التي تقدم لهم في العيد.

- ٧- لا بد من مشاركة الوالدين طفلتهما في وضع المبلغ المراد ادخاره فور عودته من المدرسة، وأن يدرياه على أن يحمد الله على هذه النعمة.
- ٨- يستحسن أن يشترك الوالدان في فتح الحصالة نهاية الشهر، حتى يعرف الطفل كم المبلغ الذي تمكن من جمعه خلال الشهر.
- ٩- على الوالدين تشجيع طفلتهما في القول له: (كم هو رائع وأنت تضم المال في الحصالة، نحن واثقان أنك تستطيع أن تدخر مبلغاً كبيراً من المال في نهاية الشهر).
- ١٠- يمكن للطفل أن يأخذ جزءاً من المبلغ الذي ادخره لشراء ما يحتاج إليه من ألعاب وأدوات رسم وتلوين إذا كان ممن يهوى الرسم، وأدوات رياضية وغيرها ليشعر بقيمة المال.



علمي طفلك كيف يعتمد على نفسه

متى أترك ابني يتحمل مسؤوليته بنفسه؟ كيف أخفف تدخلتي في حياته؟
ومتى يمكنه تناول طعامه وارتداء ملابسه وأخذ حمامه بنفسه؟

البحث عن تحقيق هذا الغداف مهم جداً، لكن الطفل لن يصل إلى الاعتماد على نفسه مرة واحدة، وإنما عبر تدريب يومي، مباشر أحياناً، وغير مباشر في معظم الأحيان، وإليك الطريقة:

(١) الأكل بمفرده:

السن: من سن عام يبدأ بعض الأطفال رغبتهم في الإمساك بالملعقة وتناول الطعام بمفردهم ولكن الأكثر شيوعاً منذ ١٦ إلى ١٨ شهراً.

في هذا الوقت تكون لديهم تلك القدرة، حتى إذا لم يتمكن الطفل في البداية من الإمساك بها بالطريقة السليمة بأطراف أصابعه وأمسكها بكامل أصابعه، حتى يتمرن ويستطيع الإمساك بالملعقة بين الإبهام والسبابة.

يجب أيضاً أن يتمرن الطفل على التنسيق بين اليد والقدم والعين فالعين، تشرف على مسار اليد حتى الفم، ولكنها ليست فقط مسألة تمرين وإنما مسألة نضوج أعصاب فيجب الانتظار حتى سن ١٨ شهراً حتى تنجح أجزاء الجسم الثلاثة في العمل في تناغم وتكامل.

ما لا يجب عمله، الإمساك بيده لإرشاده من الطبق حتى فمه، فهذا يشعر الطفل بأنه غير قادر على القيام بمسؤوليته، وتثنيه هذه الطريقة من نمو أحاسيسه والارتقاء بحركاته.

ما يجب عمله اتركى له ملعقةته وغذي ملعقة أخرى لك لجمع ما لا يستطيع إدخاله في فمه، وهكذا تنجحين في تغذيته بأقل قدر ممكن، وألا تنسى أن رغبته في التقليد هي أيضاً هدف في حد ذاته، فاتركيه يجلس على المائدة معك حتى يستطيع بسهولة تقطيع الأكل قطعاً صغيرة؛ ليسهل عليه حملها بيده إلى فمه، وأعطيه شرائح جبن أو فاصوليا لشعر بالسعادة في النجاح في تناولها بمفرده، وتكون بمثابة تشجيع له على العودة إلى الأكل بالملعقة.

٢) يتمخط بمفرده:

السن: يستطيع الطفل أن يبدأ في الإخراج من أنفه والتمخط من سن ١٨ شهراً، ولكن هذه الكفاءة نادراً ما تكتسب قبل ثلاث سنوات.

النمو السليم لهذه الخطوة: التخط يعد حدثاً استثنائياً مركباً بالنسبة للطفل، ويفترض أن يعرف الطفل كيف يكتم نفسه من فمه ويأخذ النفس في الوقت ذاته من أنفه، فهذه الحركة تكتسب بالتدريب وليست طبيعية بالمرّة، فالطفل يعتاد التخط من فمه ومن الصعب أيضاً أن يأخذ في اعتباره عملية التنفس فهي حركة غريزية مثالية، فالطفل الصغير لا يعلم أن يتنفس وهو لا يرى أهمية أو ضرورة التخط ويمكن أن ينتظر حتى يسيل أنفه ويمسحه حتى في أطراف أكمامه فهذه الحركة مخلّة باللياقة والأدب لا تضايقه إطلاقاً.

مآلا يجب فعله الإمساك بأنف الطفل بقوة في المنديل أو إجباره على التخط فالفشل محقق.

ما يجب عمله لتساعده على التخط من أنفه: ضع على سبيل المثال منديلاً تحت أنفه وتمخطي أو إذا كان لديهم ريش صغير فيمكن أن تضعيه في ثنيات يديك

وضعيه تحت أنفه وقت الزفير فسيرى الريش يتطاير، ودائماً وفي طريق اللعب سيحب الحركات المثالية للعب فيعجب بسحب المنديل من العبلة التي يجب أن تكون متواجدة ومناثرة في أرجاء المنزل ثم يذهب ويضع المنديل في الزبالة بعد التمخط بالتأكيد، وهي لعبة مسلية بالنسبة له.

(٣) ارتداء الملابس بمفرده:

السن من ١٨ شهراً حتى عامين: الطفل الصغير يمكن أن يبدأ في إظهار الرغبة من حين إلى آخر في ارتداء ملابسه بمفرده، ولكن لن يتمكن من إتمام العملية بمفرده إلا في غضون الخمس إلى الست سنوات الأولى من عمره.

النمو السليم لهذه الخطوة: بالنسبة لارتداء الملابس العملية كلها مركبة فلارتداء بالظو أو جاكيت على سبيل المثال يجب إيجاد الكم الآخر في الظهر، في حين أننا لا نملك أعين خلف الرأس، وليس من الضروري أن نكون على وعى كامل بكل أجزاء الجسم الخفية.

والأزرار أيضاً أكثر صعوبة، فالأصابع يجب أن تكون ماهرة وقادرة على العمل كل على حدة، فالتركيز يجب أن يكون مثالياً وكذلك القدرة على تقدير المسافات من أجل إيجاد المكان السليم للزرار السليم.

والأصعب من هذا وذاك ارتداء الحلى مثل الحلق على سبيل المثال، فهذا يستلزم حركة مركزية وهي تحول الاستعداد الحركي لدى الصغير بين الثالثة والسادسة من عمره نحو أحد الشقين الأيسر أو الأيمن من جسمه؛ حتى تستطيع اليد المسيطرة أن تحرك القفل في حين أن اليد الأخرى تسنده أو ترفعه، ولا ننسى الناحية النفسية، فارتداء الملابس بدون الأم يعني البعد نسبياً عنها.

ما لا يجب فعله: لا تظلي منه أبداً ارتداء ملابس بمفرده صباحاً حينما يكون الجميع على عجلة فهو يحتاج إلى وقت.

ما يجب فعله: اقترحي عليه أن يرتدي ملابس على طريقة اللعب بين اثنين مثلاً قولي له: (أنت ترتدي البنطلون وأنا البك الجوارب) وفكري دائماً في تسهيل الأشياء له إلى أقصى حد لتفادي إحساسه بالفشل وأحضري له ملابس عملية وسهلة الاستخدام كأن تكون مطاوية وواسعة وتغلق على الجسم بلاصق ذاتي.

وضعي له ملابس في ترتيب جيد ومنطقي؛ ليستطيع أخذ ما يريد بسهولة ولا تنسى أن كل الألعاب اليدوية الدقيقة تجعله ينمو بطريقة سليمة في هذا المضمار مثل نظم اللؤلؤ في عقد أو حتى اللعب بسجادة الاكتشافات حيث يكون بها كل أنواع الأزرار.

٤) الاستحمام بمفرده:

السن: من سن ستين يمكن أن تعطى الطفل اسفنجة للاستحمام ولكنه لن يستطيع الاستحمام بمفرده كاملاً إلا عندما يبلغ تقريباً خمس سنوات أو ست. النمو السليم لهذه الخطوة: قبل التعبير عن الرغبة في الاستحمام بمفرده يجب أن يكون الطفل قد اكتسب ثقة في جسمه، وبدأ في التحكم فيه عبر نشاطات مختلفة مثل الجري والقفز وغيرها وهو ما يبدأ تقريباً في سن العامين، ومن الناحية النفسية يجب أن يعيش الطفل كشخصية مستقلة بالفعل، وهو يقوم به عندما يبدأ مرحلته العمرية الشهيرة للمواجهة عند قرابة العامين، وهنا تجتمع كل الظروف ليولي اهتماماً بجسمه عن قريب، ويكون لديه الرغبة في أن يكون هناك تعامل مباشر بينه وبين جسمه مثل الاستحمام.

ما لا يجب عمله: فعند الاستحمام بمفرده أو دعك جسمه بحجة أنه لن ينظف نفسه جيداً أو لن يستطيع الاستحمام بمفرده، فيجب أن تتأكد كل أنه إذا مكث ابنها في البانيو لمدة نصف ساعة فمن الضروري أني أخرج منه نظيفاً.

ما يجب عمله: الموافقة على أن يحيا حياته الخاصة التي ولدت الآن، وبالتالي إظهار الثقة له وترك الاسفنجة له، وسيبدأ هو بالطبع في تنظيف المناطق المرئية مثل البطن واليدين.

ولا مانع من أن تعرضي عليه بطريقة لطيفة تنظيف بعض المناطق الخفية بالاسفنجة التي يمسكها كما هي وقولي له بطل.

كأن تقولي له: هذا دوري بين أصابع القدمين مثلاً. ويمكن أن تكفي بالنصيحة الشفوية دون أن تقترن بالفعل كأن تقولي له: اعتقد أنك نسيت أصابع قدميك، وحثيه أيضاً على تنظيف نفسه بالماء فهذه فرصة ليعتاد على هذا.



علمي طفلك ركوب الدراجة

ركوب الدراجة حدث مهم في حياة الطفل، وعندما تمر تجربة قيادة الدراجة بدون سنادات بنجاح تشعرين بالفعل أن ابنك قد كبر، من سن الرابعة وحتى السادسة يبدأ الطفل في الإحساس بأنه لم يعد طفلاً صغيراً، كما يبدأ ملاحظة من حوله خاصة الأكبر سناً ويسعى إلى تقليده.

وأكثر الأمور التي تثير غيrote إذا وجد زميله يركب دراجة حقيقية وحده وأنه ودع دراجة الأطفال ذات المسندين التي تحفظه من السقوط، وإذا طالب ابنك أن يخوض هذه التجربة فشجعيه وتحلى أنت عن قلقك ومخاوفك حتى يتعلم الطفل قيادة الدراجة خطوة بخطوة.

التوازن أولاً:

قبل أي شيء يجب اختيار أرض مستوية لتعليم طفلك ركوب الدراجة ثنائية العجل، وبعدها يمكن فك العجل، عليك خفض المقعد حتى يسهل على طفلك لمس الأرض بسهولة، فالطفل يشعر عادة بالأمان ولا يخاف عندما يشعر أنه يلمس الأرض بقدمه، ويمكن استخدام الدراجة مثل مشاية الأطفال للتقدم للأمام.

في الخطوة التالية عليك دفع الدراجة والطفل بسرعة بسيطة مع حثه على حفظ التوازن والتأكيد على السير ببطء شديد، ثم زبدي السرعة كلما شعرت بنجاحه في حفظ توازنه، مع تشجيعه بكلمات مناسبة باستمرار مثل: ممتاز وغيرها.

بداية التبديل:

حافظي على معاونة طفلك بإمساك المقعد، وتدرجياً ارفعي يديك بهدوء مع توجيه الطفل لاستخدام البدالات بعد الاطمئنان على حفاظه على التوازن. لا تترددي في وضع يديك مرة أخرى حينما تشعرين أن طفلك بدأ يفقد توازنه للحظة، ويمكن أيضاً الاستعانة بعصا التعلم التي تباع في محلات لعب الأطفال وهي عبارة عن عصا تشبه العكاز بحيث تمسكين بطرفها المستوي وتظلين خلف طفلك فإذا شعرت باختلال توازنه يمكنك إمساك الدراجة بطرف العكاز المقوس. وأهم شيء في هذه الفترة هو التفاؤل والهدوء خاصة عندما يقع الطفل؛ لأن هذا سيحدث إن عاجلاً أو آجلاً.

وعندما تتأكدين أن طفلك تلقى الدرس جيداً وفهم كل الحركات ويستطيع السير باستخدام الفواصل والدوران حول نفسه يمكنك رفع المقعد لطول مناسب واتركي طفلك ينطلق بالدراجة ولكن كوني دائماً بجانبه.

ضمانات السلامة:

وهناك عدد من النصائح يجب اتباعها لتمر هذه الفترة بسلام:

- لا تجبري طفلك على ركوب الدراجة ثنائية العجل وبدون العجل الجانبي مجرد أن هذه هي السن المناسبة لتلك الخطوة، فهناك أطفال يستعدون لتلك المرحلة قبل آخرين، وهناك فروق فردية واستعدادات شخصية مثل: أن تأخذي طفلك في نزهة بالدراجة، علميه قواعد الأمان ومبادئ الحفاظ على السلامة الشخصية.

- في البداية تجنبي الشوارع المزدحمة أو غير الممهدة جيداً.

- لا تنسى التزود بكل الاستعدادات مثل: القبعة وواقى الركبة، واجعلى الطفل يحرص على ارتدائها خاصة في البداية.

نصيحة:

أحدث أبحاث علم النفس التربوي تؤكد أن من الأخطاء الجسيمة عقد مقارنة على مرأى ومسمع من الطفل بأقرانه أو إخوته أو أقاربه، وكل أم تقول بهذا تعتقد أن هذا لمصلحة الطفل؛ ليكون ابنها أفضل ممن تقارنه بهم ولكن العكس هو الصحيح.

خبراء التربية يؤكدون أن هذه المقارنة تؤثر سلباً على نفسية طفلك؛ لأن هناك فوارق فردية بين الأطفال، فما ينجح فيه طفل قد يفشل فيه الآخر، وما يتميز فيه ابنك يفشل فيه ابن الجيران، وهكذا فالحل هو ملاحظة طفلك ومعرفة مواهبه ومواطن القوة في شخصيته سواء كانت فنية أو رياضية أو غيرها والتركيز عليها والاهتمام بها^(١).



(١) أنت وطفلك، دتيلك الشامل إلى كيفية رعاية طفلك، إيمان محمد نصار، ط١، ١٤٣٦هـ - ٢٠١٠م.

أهم المراجع

- ١- سيدتي كيف؟ إيمان محمد نصار، ط ٢، ١٤٢٧هـ - ٢٠٠٦م.
- ٢- كيف تتعاملين مع أبنائك؟ جمال الكاشف.
- ٣- أنت وطفلك، دليلك الشامل إلى كيفية رعاية طفلك، إيمان محمد نصار، ط ١، ١٤٣١هـ - ٢٠١٠م.
- ٤- من أجل أطفالنا، عدنان السبيعي، ط ٢، ١٤٠٣هـ.
- ٥- الرقاية من الحوادث (سلامة طفلك)، إعداد الدكتورة، راندة موريس، ط ١، ١٩٩٧م.
- ٦- أعداد مختلفة من الصحف والمجلات السعودية والعربية.



الفهرس

٥	تقديم
٧	الإهداء
٩	عَلْمِي طِفْلُكَ الشعور بالمسؤولية
١٤	عَلْمِي طِفْلُكَ التغلب على عاداته العصبية
١٩	عَلْمِي طِفْلُكَ القيم
٢٢	عَلْمِي طِفْلُكَ الابتعاد عن استخدام لغة غير لائقة
٢٧	عَلْمِي طِفْلُكَ النظام
٣٣	عَلْمِي طِفْلُكَ القيم والمبادئ منذ نعومة أظفاره
٣٦	عَلْمِي طِفْلُكَ الكرم منذ الصغر
٤١	عَلْمِي طِفْلُكَ أصول التعايش مع الآخرين
٤٧	عَلْمِي طِفْلُكَ التغلب على اختلافه مع الآخرين
٥٠	عَلْمِي طِفْلُكَ احترام ملكية الغير
٥٤	عَلْمِي طِفْلُكَ الاعتذار
٥٩	عَلْمِي طِفْلُكَ مُراعاة مشاعر الآخرين
٦٤	عَلْمِي طِفْلُكَ كيف يعنى بجمده وجدته
٦٦	عَلْمِي طِفْلُكَ كيف يصبح اجتماعياً
٦٩	عَلْمِي طِفْلُكَ كيف يحترم ذاته
٧٥	عَلْمِي طِفْلُكَ كيف يكون ودوداً مع الآخرين
٧٧	عَلْمِي طِفْلُكَ أن يسمع كلامك من دون تردد
٨١	عَلْمِي طِفْلُكَ عبر حاسة اللمس
٨٦	عَلْمِي طِفْلُكَ الكلام
٨٧	عَلْمِي طِفْلُكَ الضحك
٩١	عَلْمِي طِفْلُكَ المبكر التأقلم مع المولود الجديد

- ٩٥ علمي طفلك كيف يواجه المشاكل الحياتية
- ٩٩ علمي طفلك كيفية اجتيازحنة الطلاق
- ١٠٢ علمي طفلك مواجهة الفشل
- ١٠٤ علمي طفلك الفرق بين الحاجة والرغبة
- ١٠٩ علمي طفلك التخلص من الطمع
- ١١٤ علمي طفلك قيمة المال
- ١١٦ علمي طفلك الادخار
- ١١٨ علمي طفلك كيف يعتمد على نفسه
- ١٢٣ علمي طفلك ركوب الدراجة
- ١٢٦ هم المراجع
- ١٢٧ الفهرس



رسالة إلى القارئ الكريم

عند وجود أي ملاحظات على الكتاب
أو الرغبة في التواصل مع الكاتب يمكن
ذلك عن طريق العناوين الآتية:

ص. ب. ٧٠٢٩٨ الرياض ١١٥٦٧ جوال ٠٠٩٦٦٥٠٨٢٧٣٢٠٩

بريد إلكتروني: dr.aldossary@hotmail.com

أو عن طريق دار الحضارة للنشر والتوزيع

