

## الحمد لله!

«الحمد لله على نعمة آدم» - جملة أقولها كثيرًا وأعنيها تمامًا. أحمد الله لأنه رزقني بطفل طيب حنون يملأ قلبه الحب والنقاء. البعض يقولون إنه تعلم من حبي له وحناني عليه، ولكنني مصرة على أن هذا رزق من الله. يكبر «آدم» أمامي وأرى فيه حب المسؤولية والمشاركة والتعاطف. أراه يساعد الكبير ويسأل عن عائلتنا ويودهم ويشجعني على مد جسور الحب دائمًا. إذا كان لي أي فضل، فسأحكي لكم ما فعلت معه خلال سنواته الست الأولى. تذكروا، أنا مقتنعة تمامًا أنه رزق!

يظن البعض أن نهج المونتيسوري يشجع على ترك الطفل بلا تهذيب وبلا توجيه، وقد يظن آخرون أن د. «ماريا مونتيسوري» اهتمت فقط بتحصيل الطفل ومهاراته دون الاهتمام بسلوكه وآداب التواصل. هذه الظنون بعيدة كل البعد عن الحقيقة، الطفل الذي يتم توجيهه بطريقة المونتيسوري يتعلم آداب اللقاء والضيافة والحوار والطعام منذ نعومة أظفاره، من خلال أساليب عديدة منها الاقتداء بالبالغين، وتمثيل الأدوار، والحكايات، والتوجيه المباشر، كل هذا بدون الإخلال بقواعد المونتيسوري الأساسية التي تحث على

احترام الطفل واحترام قدراته وفقاً لمرحلته العمرية واحتياجات شخصيته.

الذوق والكياسة يمثلان فصلاً كاملاً من فلسفة المونتيسوري، ويشمل:

- الحمد والشكر والرضا.
- استخدام: من فضلك، وأهلاً وسهلاً، ومع السلامة، وأشكرك، وآسف.
- آداب الحوار: الإنصات، وعدم المقاطعة، والتحدث بهدوء، والتعبير عن المشاعر باستخدام الكلمات بدلاً من الصراخ أو «لوي البوز».
- آداب الطعام: إعداد المائدة، وقدسية الغذاء، وعدم اللعب بالطعام، وإفراغ بقايا الطعام في السلة ووضع الطبق في الحوض.
- مراعاة مشاعر الآخرين في مواقف حياتية عديدة.

إذا نشأ الطفل وسط عائلة تنظر دائماً إلى نصف الكوب الفارغ، وليست لديهم القدرة على الاستمتاع بشيء أو الشعور بالرضا، وإذا لم يسمع سوى الشكوى والسلبيات والتذمر، وإذا لم يشعر بسعادة حقيقية تنبع من أهله، سوف يكبر هذا الطفل ساخطاً غاضباً ساخراً. المشكلة ليست في صفاته كشخص بالغ، المشكلة الحقيقية تكمن في تعامل هذا الطفل مع أهله من خلال هذا المنظور، أول من سيواجه غضب وسخط هذا الطفل هم الأهل وسوف يعانون من هذا الكائن «الجاحد» العبوس الذي يشكو من الطعام والشراب والخروج والفُسح واللعب، ولا يقدر أي من محاولات أهله لإسعاده وإدخال البهجة على قلبه. قبل أن تطلبوا من الطفل تقدير المتع التي توفرها له، يجب أن يراكم تقدرون النعم والعطايا التي في حياتكم.

ماذا يرى الطفل عندما يستيقظ؟ وجوه عابسة أو وجوه باسمة ضاحكة؟ كيف تبدءون يومكم؟ بالتذمر والشكوى والزعيق؟ أم بالحمد والشكر واللعب والضحك؟ ماذا يسمع منكم في حواراتكم معاً ومع الأهل والأصدقاء؟ مشاكل وحناق و«قرف»؟ أم حوار وتواصل وود؟ ماذا يرى من لغة جسديكم تجاهه وتجاه الآخرين؟ ماذا يلمس من مشاعر وطاقة تحوطونه بها؟

أما بالنسبة لموضوع مثل الاستئذان، فمعظم الأهل يشجعون الطفل على استخدام «من

فضلك» ويتعلم الطفل أن «من فضلك» كلمة سحرية تضمن له الحصول على مبتغاه. يجب على الأهل تذكير الطفل في كل مرة يستخدم فيها «من فضلك» أن الطرف الآخر حر، ومن حقه أن يقبل أو أن يرفض طلب الطفل. في تمثيل الأدوار، يستأذن الطفل مرة فيجيب طلبه، وفي مرة أخرى يرفض طلبه، أو قد يقبل طلبه بشرط الانتظار حتى وقت معين «يمكن تلعب بالقطار بعد أن ينتهي فلان من اللعب به. الآن يمكنك أن تلعب بالسيارات». من حق فلان هذا أن يتمسك بالقطار، ويصر أنه لا يريد لأحد أن يلعب به. يمكن هنا للأهل اقتراح لعبة جديدة يلعب بها الطفلان معًا ومن حق الأطفال رفض الاقتراح أو قبوله.

يتعلم الطفل التعامل مع الآخرين من خلال مراقبة أهله وأسلوب ترحيبهم بشخص يعرفونه جيدًا، أو التعامل مع شخص غريب عليهم. يتعلم الطفل استخدامات «أشكرك» عندما يشكره أهله وعندما يسمع أهله يشكرون من قدم لهم خدمة. نفس الشيء ينطبق على الاعتذار، إذا أخطأتم في حق طفلكم لا تتكبروا واعتذروا اعتذارًا يليق بكم وبه - هكذا يتعلم الطفل كيف يستخدم «آسف» ويعنيها!

مراعاة مشاعر الناس من أهم أسس الذوق والكياسة في نهج المونتيسوري، يجب أن تشرحو لطفلكم بالتفصيل كيف يراعي وجود شخص مريض أو شخص نائم أو شخص يقرأ أو شخص يقود السيارة ويحتاج التركيز. يجب أن تشرحو لطفلكم مرارًا وتكرارًا عواقب أفعاله وحدود حرياته - هو حر يلعب لكن ليس من حقه إزعاج شخص يحاول النوم! هو حر في الاستكشاف ولكن ليس من حقه استكشاف ما ليس له دون استئذان!

لا تتركوا طفلكم بدون توجيه إذا أهمل شكر أحدهم أو تعمد عدم رد التحية، في نفس الوقت لا تجبروه على تقبيل شخص ما أو احتضانه. من حق الطفل رفض التلامس الجسدي ولكن ليس من حقه التعامل بصلافة وعدم احترام. إلقاء التحية، الشكر، الاعتذار، احترام المكان، احترام نفسه، كلها أساسيات في التربية وكرست د. «ماريا مونتيسوري» لها الكثير من الوقت والأنشطة.

الطعام يحصل على نصيب الأسد في الحياة اليومية في نهج المونتيسوري، لا يقتصر الطعام على فعل الأكل، بل يبدأ من اختيار المكونات الغذائية وشرح أهميتها ثم تحضير الوجبات

وإعداد المائدة وانتظار الجميع. خلال الأكل يكون التركيز على الغزف وتبادل الملح والفلفل والجبن المشور وحوارات خفيفة مبهجة دون صخب أو انفعال. يتعلم الطفل أن يستمتع بمذاق الطعام وأن يحترم قدسية تناول الوجبات. عندما يشترك الطفل في الحوارات الصغيرة عن يومه أو يوم أفراد أسرته، أو عن مصادر الطعام وطرق زراعته أو نقله أو تحضيره، ينصرف ذهنه عن اللعب بالطعام أو الصراخ أو أي سلوكيات غير مرغوب فيها. المساعدة بعد الانتهاء من الأكل شيء يتعلمه الطفل بالمراقبة والتوجيه، والدرس هنا ليس الانصراف عن المائدة وترك مهمة التنظيف والترتيب للأم وحدها.

تعد هذه المهارات من أصعب ما يمكن أن يتعلمه الطفل ويبدأ استخدام النصائح التالية من سن سنتين إلى سبع سنوات حتى يصبح الذوق والكياسة من سمات شخصيته.

أحب أن أذكر بأهمية القدوة في تعليم الطفل أي شيء، إذا لم تنصت للطفل حق إنصات، وإذا قاطعته كلما حاول التعبير عن نفسه، وإذا تحدثت معه بعصبية وعجلة، واستخدمت نبرة صوت عالية أو مستفزة، وعبرت عن مشاعرك بالصراخ أو بالضرب، فتأكد أن طفلك سوف يتشرب منك هذه السلوكيات ولن ينجح نهج المونتيسوري في تربيته.

من أهم أدوات نهج المونتيسوري هي استخدام إشارات محددة عند التعامل مع الطفل:

- إشارة تعني الانتهاء أو البدء.
- إشارة تعني الرحيل أو الانتقال إلى نشاط آخر.
- إشارة تعني التوقف.

قد تكون الإشارة باستخدام التصفيق «مرة واحدة قد تعني الانتباه مثلاً».

يمكنكم الاتفاق مع الطفل على إشارة معينة للإنصات لما تقولون، وإشارة أخرى تعني أن هذا هو دوره في الحديث وأنكم سوف تسمعون به بدون مقاطعة، وإشارة إلى التحدث ببطء أو التحدث بنبرة منخفضة. إذا كنتم تتحدثون على الهاتف أو تتحدثون مع شخص بالغ ويصر طفلكم على المقاطعة، يمكنكم الاتفاق معه على إشارة تعني أنكم سوف تسمعون إليه بعد الانتهاء من حديثكم.

بالإضافة إلى الإشارات يشجع نهج المونتيسوري على إبرام الاتفاقيات البسيطة:

- الاتفاق على عدم مقاطعة شخص يتحدث على الهاتف.
- الاتفاق على عدم إزعاج شخص يعمل.
- الاتفاق على عدم الصراخ.

يتم تجديد هذه الاتفاقيات يومياً من قبيل التذكرة، ويتم تجديدها خلال الموقف كنوع من التأكيد، ويتم تجديدها بعد الانتهاء من الموقف لترسيخها.

كبالغين، عليكم إدراك واحترام قدرات الطفل في المراحل العمرية المختلفة، الطفل أقل من سنتين لا يستطيع التعبير عن نفسه باستخدام الكلمات، وليس لديه سوى الصراخ أو البكاء للتواصل معكم! لهذا عليكم استيعاب تلك المرحلة، وفي نفس الوقت ابدءوا في تعليمه بعض الكلمات والجمل للتعبير عن مشاعره. الطفل أقل من سبع سنوات قد تجرّفه مشاعره ويسبق بكأؤه أو صراخه لسانه، فلا يعبر عن مشاعره بصورة لائقة. عليكم تفهم ذلك واحتواؤه خلال الموقف ومساعدته على انتقاء الكلمات المناسبة لوصف احتياجاته.

في جميع الأوقات عليكم السيطرة على انفعالاتكم الشخصية لأنكم قدوة ولأنه طفل يحاول أن يكبر. عليكم بتجنب العنف الجسدي أو السخرية أو استفزاز الطفل، من خلال تجاهله أو قهره أو محاكاة بكائه أو صراخه أو «زنه». حاولوا أن تتعاطفوا معه وتذكروا أن الصبر والانتظار من أصعب القدرات التي يكتسبها الإنسان، وأن السيطرة على المشاعر رحلة لا تنتهي بالبلوغ، وأن كلنا هذا الطفل!

كيف يتعلم الطفل المشاركة؟

طفلي لا يلعب مع الأطفال! طفلي يتعارك مع الأطفال! طفلي لا يجب أن يلعب أحد بلعبه!  
طفلي يضرب/ يعض الأطفال! طفلي عدواني مع الآخرين! طفلي خجول حول الآخرين!  
طفلي أناني!

كلها عبارات ترددها الأمهات بعد أن يبلغ طفلها عامه الأول وتستمر الأحكام القاسية حتى يبلغ الثالثة وما بعدها! إحباطات الأم في التعامل مع طفلها سببها توقعات فرضها

المجتمع ورسمها القائمون على التربية، دون النظر لشخصية الطفل الفردية وتكوينه من حيث المزاج والطباع. تلك التوقعات تجاهلت البيئة المحيطة بالطفل وتأثيرها عليه، وتغاضت عن تأثير تعامل الأهل معه، وبصمتهم على تعامله مع الأطفال أو الكبار. بالإضافة إلى الضغوط من الأقارب والأصدقاء التي غالباً ما تتمثل في تعليقات «سخيفة» أو أسئلة «متطفلة» كلها تشعر الأم والأب بالذنب وبأن هناك شيئاً يجب «إصلاحه» بطفلها!

هل تعلمون أن أغلب الأطفال الذين يضربون أطفالاً آخرين يتعرضون هم أنفسهم للضرب في البيت؟ هل تعلمون أن أغلب الأطفال الذين يلجئون إلى العض، هم في الواقع، محبطون بسبب عدم قدرتهم على التواصل مع الآخرين، ويجب التعامل معهم بحب وهدوء. غالباً يكون مثل هذا الطفل لم يتمكن من التعبير عن احتياجاته بالكلام، فيعبر عن رفضه بالصرخ وعن غضبه بالعض أو الـ«زق»؟ إذا لاحظتم طفلاً «عضاض»، ابتعدوا بطفلكم عنه واتركوا التوجيه لأهله.

هل تعلمون أن الطفل الذي يكرر كلمات مثل «بتاعتي» أو «ممنوع» أو «غير مسموح» تعلم هذا السلوك في المنزل؟ «ما تمسكش التليفون!» «ما تلمسش اللابتوب» «ما تفتحش الدولاب» «ما تدخلش الأوضة دي» وقائمة طويلة من الممنوعات التي تطرح على هذا الطفل كل يوم وفي كل مكان.

هل تعلمون أن الطفل أقل من ثلاث سنوات غير قادر على اللعب مع أطفال آخرين بمفهوم اللعب لديكم؟ قبل ثلاث سنوات الطفل يلعب بجانب أطفال آخرين وليس معهم! يدرك وجودهم ولا يتفاعل معهم! هل تعلمون أن في هذه المرحلة يجب أن يلعب كل طفل بلعبه؟ هل تعلمون أن من حق كل طفل في أي عمر أن يختار بضعة ألعاب لتكون «عزيزة عليه»؟ من حقه أن يصر ألا يلعب بها سواه. هل تعلمون أن من حق الطفل اختيار من يريد مشاركتهم اللعب؟ دوركم هو إتاحة الفرصة له للعب مع أطفال مختلفين، ومن حقه تفضيل أحدهم على الآخر!

هل تعلمون أن الطفل يتعلم المشاركة أو الأنانية منكم؟ متى رآكم طفلكم تشاركون طعامكم أو كتبكم أو أجهزكم الإلكترونية أو سيارتكم أو أدواتكم المنزلية أو أيًا من

مقتنياتكم؟ هل تعلمون أن كل طفل يولد بطباع ومزاج محدد وأن عليكم احترام تكوينه وتفردته؟ هناك طفل خجول وطفل حريص وطفل يفضل صحبة نفسه على صحبة الآخرين، ولا شيء يعيب هؤلاء الأطفال! هل تعلمون أن طفلكم يتعلم مبادئ التواصل الاجتماعي منكم؟ كيف تستعدون لاستقبال ضيف في المنزل؟ كيف ترحبون بالضيف؟ كيف تتعاملون مع ضيف خلال تواجده في المنزل؟ هل ترحبون أصلاً بوجود ضيوف في المنزل؟ طفلكم لا يتعلم مما تقولون ولكنه يمتص نظراتكم ولغة جسدكم، التي يعرفها تمام المعرفة، فيدرك هل أنتم سعداء بوجود الأصدقاء أم أن الضيوف عبء عليكم.

يبقى سؤال كيف يصبح الطفل الخجول طفلاً اجتماعياً؟

الإجابة: لا يتحول الطفل الخجول إلى طفل اجتماعي!

طفلكم أقل من عام يعبر عن السمات التي ولد بها وليس من حقكم رفضها أو رفضه بسببها! طفلكم من بعد عامه الأول حتى عامه السادس يفتح مثل الزهرة التي تمتص غذاءها من التربة التي ترعرعت وسطها. ما هي البيئة التي نشأ الطفل فيها؟

كل محاولاتكم لـ «إجبار» الطفل أن يكون شخصاً غير نفسه لن تحوله إلى الطفل الذي تريده! الإصرار على «رمي» الطفل الخجول وسط الناس والأطفال حتى يجهم ويلعب معهم سوف تزيد من رفضه وخوفه وقلقه، وقد يتحول إلى شخص كاره للتجمعات بصورة مرضية بسبب إصراركم هذا.

حاولوا أن تنظروا لأنفسكم، هل أنتم شخصيات اجتماعية؟ هل تسيرون في الشارع مبتسمين في وجه الغرباء؟ هل تلقون التحية على البوابين والمزارعين والمارة؟ هل تعرفون على جيرانكم وتزورونهم ويزورونكم؟ هل تتجاذبون أطراف الحديث وتتبادلون أرقام التليفونات مع الأمهات في النادي والتدريب والحضانة؟ هل ترحبون بالأحضان والقبلات من كل دائرة معارفكم؟ هل أنتم «ولاد نكتة»؟ هل أنتم دائماً في حالة مزاجية للضحك والحديث والسمر؟

في هذه الحياة، لا يمكن أن نكون كلنا مهرجين أو متحدثين أو قادة! هذه السفينة، مثلها مثل كل السفن، تحتاج إلى القائد والفريق والمهراج والضاحكين والباكين والمستمعين

والكتاب والقراء والمدرسين والطلاب والمتحدثين والمنصتين!

طفلكم قد يفضل قلة قليلة من الأصدقاء الأوفياء وهذا جميل! قد يفضل أن يكون مراقبًا ومحللاً جيداً للأمر! قد يفضل أن يكون قارئاً مثقفاً! قد يفضل أن يكون حذرًا متأنياً في علاقاته!

توقفوا الآن، في التو واللحظة، عن محاولاتكم لتغيير طفلكم وطبيعته وفطرته! إذا كان هناك داع للتغيير، فغيروا من أنفسكم ومن علاقاتكم الاجتماعية ليتشرب طفلكم قواعد العلاقات الاجتماعية المقبولة والمتعارف عليها في نظركم.

لا تغصبوه!

لا تلوموه!

لا تقارنوا بينه وبين أحد!

لا ترفضوه!

مخاطر لعب الأطفال معاً!

هل هناك خطر في ترك الأطفال يلعبون معاً؟ نعم! لا تتركوا الأطفال يلعبون وحدهم معاً! الكثير من الناس تأثروا بعقود متتالية من الإعلام الذي روج للطبيعة على أنها أم حنون، وروج للطفل على أنه كائن ملائكي، وروج للطفولة على أنها مرحلة براءة تامة ومطلقة! الحقيقة عكس ذلك تماماً!

الطبيعة قاسية وموحشة وصادمة في جوهرها! أتذكر بداية مشاهدي لوثائقيات ناشونال جيوغرافيك عن الحيوانات وكيف صدمت، وصدمة «آدم»، من مشاهد صيد الأسد للغزاة ومطاردة التمساح للحمار الوحشي والعراك بين الضفادع في مواسم التزاوج، وغيرها من لحظات توثيق الطبيعة بلا تزييف! هذه هي الطبيعة، الكل مفترس والكل معتدٍ والكل معتدٍ عليه وكلنا نؤكل في النهاية - كلنا!

أما بالنسبة للطفل، الطفل يولد على فطرته الحيوانية. بدون أي تهذيب أو توجيه أو تربية، يكبر هذا الطفل ليصير حيواناً في هيئة آدمية مثل طفل الغاب. طفلك لا يعرف شيئاً عن الذوق والأصول والآداب العامة والاستئذان والتعاطف ومراعاة مشاعر الآخرين والمشاركة، إلا

إذا علمتموه، ولا تتصوروا أنكم ستعلمونه بين ليلة وضحاها! سوف تبذلون مجهودًا خرافيًا أول ست سنوات من عمره لغرس هذه القيم والمبادئ، وسوف تقضون ست سنوات أخرى تؤكدون وتعززون القيم التي غرستموها في السنوات الست الأولى، ثم ستقضون ست سنوات أخرى في تطبيقات عملية لما زرعتهم. بعد ثمانية عشر عامًا من المجهود المضني... انتظروا موسم الحصاد!

ما سبب كلامي هذا؟

السبب هو رسائل الأمهات اللاتي يتعجبين من طفلة عمرها عام أو اثنان تضرب وتعض وتقرص الأطفال الذين يلعبون معها! أو من طفل عمره ثلاث سنوات يريد أن يطعم زميله، وطفل يجذب شعر زميلته، وطفلة تدفع وترق الآخرين، وطفل يضرب بالقلم، وطفلة تريد الاستحواذ على ألعاب غيرها! تتعجب الأمهات من ردي «لماذا هم وحدهم؟ لماذا لا يوجد أحد البالغين معهم؟ لماذا تتركوهم وحدهم؟»

هل من المعقول ترك «وحوش ضارية» بدون أي ترويض أو تدريب وحدهم تحت مسمى أنهم أطفال يلعبون؟ هل من الطبيعي أن نتوقع من أكثر الكائنات أنانية التعامل معًا باحترام وحب؟ هذه هي طبيعة الأطفال خاصة في أول ثلاث سنوات! يتحسن الوضع قليلًا ما بين ثلاثة وستة أعوام ولكن رحلة التهذيب طويلة ومضنية!

لهذا السبب نجد فصول المونتيسوري الحقيقية للأطفال أقل من ثلاث سنوات بها مدرسة واحدة مسئولة عن طفلين أو ثلاثة على الأكثر. دورها هو تعليمهم كيف يلعبون معًا، وكيف يتواصلون، وكيف يستخدمون الكلمات بدلًا من الأيدي أو الصراخ، وكيف يتبادلون الأدوار، وكيف يفهم بعضهم مشاعر بعض.

الفصول من أربع إلى ست سنوات تتكون من 20 طفلًا في المتوسط، وبها ثلاث مدرسات يعلمون الأطفال الأنشطة المختلفة. يبدأ التعليم باللعب منفردين مستقلين ثم تقدم الألعاب الجماعية في أوقات محددة. إذا أراد أكثر من طفل استخدام نفس الأدوات، فعليهم جميعًا انتظار الطفل الذي بدأ بالنشاط قبلهم حتى ينتهي من عمله، وعليهم اختيار أنشطة أخرى يعملون عليها.

الخلاصة: لا تركوا مجموعة من الأطفال يلعبون وحدهم، وتتخيلون أنهم سيلعبون في سلام وأمان! يجب أن تكونوا متواجدين وفي قمة تركيزكم لأنكم ستنزّلون معهم على الأرض، وتجلسون وسطهم، وتقدمون لهم أمثلة عديدة على كيفية اللعب والتواصل!

### التعبير عن المشاعر

في البداية ظننت أن أهم علامات نمو الطفل اجتماعياً هي قدرته على مشاركة لعبه مع أطفال آخرين، أو قدرته على اللعب معهم، أو قدرته على الالتزام بأداب المائدة، أو غيرها من السلوكيات المطلوبة اجتماعياً! ظننت أن الطفل «المؤدب» هو طفل وصل لمرحلة متطورة من النضج الاجتماعي! لقد كنت مخطئة!

في الكتيبات التعليمية الخاصة بدراسة نهج المونتيسوري، وجدت العديد من التدريبات التي تركز على تنمية قدرة الطفل على التواصل والتعبير عن مشاعره! أغلب الكتب التي قرأتها عن الطفولة والتربية تركز على تعليم الطفل التعبير عن احتياجاته الجسدية باستخدام اللغة: «أريد أن أأكل، أريد أن أشرب، أريد أن أدخل الحمام، أريد أن أنام!» ولكن ما أهمية التعبير عن المشاعر؟

سألتني موجهتي في دراسة المونتيسوري: «هل قابلت أشخاصاً بالغين يجدون صعوبة في التعبير عن الحزن أو الغضب أو السعادة أو القبول أو الرفض؟»

قفزت إلى ذاكرتي وجوه عديدة مشكلتها الأساسية في الحياة هي وضع المشاعر في جمل وكلمات هدفها التواصل البناء! تذكرت مواقف عديدة تمنيت أنا شخصياً أن أقول شيئاً ما وعجزت عن التعبير عن نفسي. تذكرت أنني أعبر عن نفسي عن طريق الكتابة أفضل بمراحل من التعبير اللفظي!

أجابني موجهتي قائلة إن أغلب مشاكل البالغين في التواصل وفي التعبير نابعة من الطفولة، وأن القدرة على التعبير لا تنمو وحدها ولا تتطور تلقائياً مع التقدم في العمر. التواصل مهارة يجب أن يتدرب الطفل عليها مثلها مثل الكتابة والقراءة والحساب.

الطفل الذي يلجأ إلى الضرب أو العض أو قذف الأشياء أو الصراخ ليس طفلاً سيئاً يستحق العقاب! هذا طفل عجز عن التعبير عن ذاته وشعر بالعجز، فلجأ إلى العنف. قد يكون هذا الطفل صغيراً لم يتمكن من استخدام اللغة بعد، وقد يكون الطفل متأخراً عن أقرانه في الكلام، وقد يكون طفلاً لا يعرف أدوات للتعبير عن ذاته. دوركم في جميع الأحوال هو مساعدة الطفل على التعبير وتدريبه على استخدام الأدوات اللازمة لذلك.

كلنا نألف الحوار المعتاد الخاص بالمدرسة:

«عملت إيه في المدرسة النهاردة؟»

«الحمد لله»

«أخذت إيه؟»

«حاجات جديدة»

«حصل إيه في المدرسة»

«ولا حاجة»

«زمايلك قالوا إيه؟»

«ولا حاجة»

كذلك قد يلجأ الطفل إلى اختلاق القصص لإرضاء الأهل بدلاً من الواقع الأليم الذي لا يعرف، أو لا يريد، التعبير عنه!

كيف نساعد أطفالنا على التعبير عن أنفسهم؟

- ابدأ بنفسك! الطفل يجد سهولة في التعبير عن مشاعره إذا نشأ في أسرة تحيد التعبير عن المشاعر. «أحبك» «وحشتني» «إنت هدية ربنا» «يجلي أيامك» «أنا زعلانة» «أنا قلقانة» «أنا مبسوطة» «أنا خايفة» وهكذا!
- إذا كان طفلك أقل من عام، أحضر صوراً له، أو لأطفال آخرين، في حالات مختلفة، واجمعها في كتيب صغير وتصفحوها معاً - وجه طفل بيتسم ووجه آخر يضحك ووجه يبكي ووجه حزين ووجه متوجس ووجه مخضوض وغيرها من الوجوه المعبرة عن المشاعر المختلفة. احك له عن مواقف مفترضة تسببت في هذه المشاعر، وفي كل

- مرة أكد له أن هذه المشاعر طبيعية. عندما يكبر الطفل، دعه هو يحكي لك عن هذه المشاعر ومتى شعر بالقلق أو بالسعادة مثلاً.
- احفظ وجوه التعبير عن المشاعر المستخدمة على مواقع التواصل مثل الفيسبوك أو الماسينجر، وقم بتكبيرها وطباعتها وتغليفها وقصها إلى وجوه منفصلة، وعلم طفلك اختيار الوجه المناسب للتعبير عن مشاعره في المواقف المختلفة.
  - اقرأ له عن المشاعر! هناك كتاب جميل للكاتب Todd Parr اسمه The Feelings Book وهناك سلسلة من الكتب كل كتاب فيها يعبر عن شعور ما مثل الشجاعة أو القلق أو الحب للكاتبة Sarah Medina.
  - اسأل طفلك عن مشاعره تجاه أحداث معينة خلال يومه أو مشاعره تجاه أشخاص محددين.
  - اسأل طفلك إذا كان سعيداً، كل يوم.
  - اسأل طفلك بعد فُسحة ما عن التفاصيل: هل يجب أن يكرر الزيارة لهذا المكان، أكثر ما أعجبه، أكثر ما لم يعجبه. اسأل عن الأشخاص وهل يجب أن يخرج معهم مرة أخرى. اسأل عن أي اقتراحات أو إضافات أو تعديلات.
  - الطفل لن يتحدث عن مشاعره أو أفكاره إلا إذا شعر بالأمان! يجب أن يشعر أنه مهما كان رده، فلن تغضب ولن تنفعل!
  - الطفل لن يشكو إلا إذا شعر أن هناك جدوى من الشكوى!
  - احك لطفلك عن يومك وعن مشاعرك عندما تكون معه أو مشاعرك عندما تكون بعيداً عنه!