

الباب التاسع

سلوكيات طفلك

أحياناً يشعر الآباء بالقلق عندما يواجهون موضوع تربية أطفالهم، لكن المشاحنات اليومية بخصوص إطعام الطفل، تغيير الحفاضة له، نوبات غضبه، .. الخ، ليست هي في الواقع الأمور التي تبعث في نفوس الآباء هذا القلق ولكن ما يهتمهم بشكل أكبر هي الأمور الخاصة بكيفية توجيه أطفالهم بحيث يستطيعون اتخاذ القرارات السليمة التي تؤثر على حياتهم، وكيف يساعدونهم على فهم قيمة حياتهم هم وحياة الآخرين أيضاً. بمعنى آخر، كيف ينمى الأبوان في طفلهم مشاعر الحب والاهتمام تجاه الآخرين وكيف يربون فيه الضمير أيضاً.

يقول د. نبيل أحمد - أخصائي نفسي بولاية فلوريدا بالولايات المتحدة: "بما أن الطفل يأتي إلى هذه الدنيا وهو يحتاج لتعلم كل شيء، فإن أبويه يمثلان بالنسبة له القدوة الأولى وبالتالي فإن المسؤولية تقع على عاتقهما. يمثل الأبوان بالنسبة لطفلهم القدوة في كيفية التعامل مع الآخرين، لكن قد يقلق الأبوان من أنهما ربما لا يكونان قدوة ممتازة في كل شيء، لكن كل ما عليهما هو أن يكونا بالنسبة له نموذجاً للمبادئ والقيم التي يؤمنان بها". عندما سئل د. نبيل أحمد عن كيفية تنمية مشاعر الطيبة والتعاطف عند الطفل، اقترح د. نبيل

الأساليب الآتية :

١- أظهر لطفلك كيف يعامل أفراد الأسرة والآخرين برعاية واهتمام وأسلوب مهذب من المهم أن يلمس الطفل مشاعر الحب والرعاية بين أبويه حتى لو اختلفا أحياناً. يقول د. نبيل: "قد يربح الطفل على سبيل المثال أن يرى مشاجرات بين أمه وأبيه. إذا حدث ذلك في أي وقت يجب أن يشرح الأبوان لطفلهم أنه من الممكن أن يختلف الناس في الرأي وقد يتجادلون ولكن لا يعنى ذلك أنهم لا يهتمون ببعضهم البعض." يقترح د. نبيل أيضاً أنه إذا ذهب الأبوان

لزيارة الجدود أو قريب مريض، يمكن أن يأخذا معهما طفلهما ليرى كيف يهتم أبواه بأفراد أسرتهما.

٢- يجب أن يتعلم الطفل الأدب بقول "لو سمحت" و "شكراً"، والطيبة بأن يشرك الأطفال معه في اللعب بألعابه بدلاً من محاولة إغاضتهم، ومساعدة الآخرين بمساعدة صديق يحتاج إليه أو بمساعدة أحد الجيران في حمل بعض المشتريات، .. الخ.

٣- يجب كذلك أن يعلم الأبوان طفلهما أن يعتذر عندما يخطئ وأن قول "آسف" لا يقلل من شأنه، بل على العكس سيتعلم الطفل أن الاعتراف بالخطأ أفضل، وهو أمر يحدث لكل الناس.

* يضيف د. نبيل أحمد أن هذه السلوكيات الطيبة يمكن أيضاً أن تنطبق على معاملته لأشخاص حتى من خارج الأسرة أو الأصدقاء. على سبيل المثال، يمكن أن يعلم الأبوان الطفل أن يكون لطيفاً مع مربيته، أو أن يقول للبوابة في الأعياد "كل سنة وأنت طيب." بعض الأطفال يسيئون معاملة من لديهم إعاقة وهم لا يدركون أن تلك المعاملة ستجرح مشاعرهم، قد يكون السبب أن الطفل لا يفهم كيف أو لماذا ذلك الشخص معاق. يمكن في هذه الحالة أن يشرح الأبوان للطفل نوع الإعاقة التي يعاني منها ذلك الشخص وكيف يراعى شعوره بشكل أكبر.

نمى في طفلك الشعور بالانتماء والمسئولية :

يمكن أيضاً أن يشجع الأبوان طفلهما على التبرع ببعض لعبه للأطفال المحتاجين أو للأيتام، أو أن يكون له دور في رعاية حيوان أليف، أو أن يعطى جزءاً من مصروفه لمن هم في حاجة إليه . من المهم أن يتعلم الطفل أيضاً أن يعامل الناس الذين يقدمون خدمات بسيطة ولكن هامة للمجتمع بطريقة مهذبة ومتواضعة مثل ساعي البريد، سائق التاكسي، وجامع القمامة.

عندما نشعر الطفل أنه "منتمى" أو أنه "جزء من الكل" ليس فقط جزء من أسرته ولكن جزء من المجتمع، يمنحه ذلك شعوراً بالاستقرار والأمان، وعندما تأتى الفرصة للطفل بعد ذلك لمنح المساعدة وتحمل المسئولية داخل

وخارج البيت، وقتها سيجنى مكافأته وهى شعوره بأهميته بالنسبة للآخرين. بمجرد أن يشعر الطفل بالرضا لاهتمامه بشخص وتحمله المسئولية سيصبح أكثر حناناً وتعاطفاً وسينمى ذلك عنده مشاعر الطيبة والاهتمام بالآخرين .

علمي طفلك أن يشعر بالنعم التى يتمتع بها:

يوضح د. أحمد نبيل قائلاً: "أن يشعر الطفل بالامتنان لما يتمتع به هو في الواقع أمر هام للعناية، فسيعرف الطفل أن لديه من النعم ما قد لا يتمتع به أطفال آخرون." على سبيل المثال، الجوع الذي يشعر به الطفل في شهر رمضان وهو صائم سيذكره بالجوع الذي قد يشعر به الفقراء حتى في الأيام العادية، الفرق أنه بعد بضع ساعات سيأكل ولكن الطفل الفقير قد لا يكون لديه نفس الحظ. كما أنه قد يسلى نفسه بقراءة كتاب جديد أو لعبة أثناء صيامه وهو غالباً ما لا يكون متوفراً للطفل الفقير.

علمي طفلك كيف يعبر عن مشاعره السلبية مثل الغضب أو الحزن:

من المهم أن يظهر الأبوان للطفل كيف يعبر ليس فقط عن مشاعره الإيجابية ولكن أيضاً عن مشاعره السلبية. على سبيل المثال، يمكن للأبوين أن يعلمنا طفلهما كيفية التعبير عن الغضب دون صراخ، أو كيفية التعامل مع مشاعر الحزن بهدوء بدلاً من الإصابة بالإحباط.

أولاً: من المهم أن يعرف الطفل أن المشاعر السلبية أمر طبيعي. على سبيل المثال، عندما يكون طفلك حزينا، وضحي له أن هذه مشاعر طبيعية وقولي له أنكما تحتاجان للجلوس سوياً لمناقشة أسباب حزنه وكيفية التغلب عليه. هذا السلوك يمثل بالنسبة للطفل مشاعر الاهتمام والرعاية من قبل والديه وهكذا يتم تعليم هذه المشاعر للطفل. عندما يأتي الأب من عمله إلى البيت عصبياً أو متضايقاً ويصرخ في طفله، يجب أن يعتذر سريعاً لطفله مع الاعتراف بأنه قد أخطأ في ذلك، ويشرح له السبب

وليس العذر وراء تصرفه. يمكنه أن يشرح له أن لديه مشاكل في عمله جعلته عصبياً. هذا سيعلم الطفل أنه يجب أن يتحكم في غضبه لكي لا يجرح شخصاً آخر، وإذا حدث وتصرف بعصبية فيجب أن يشرح السبب.

يجب أن يوضح الأبوان للطفل أن الوقاحة مع الآخرين غير مقبولة، ويجب أن يشرحا لطفلهما أنه إذا تصرف طفل معه بوقاحة لا يجب أن يرد عليه بنفس الوقاحة، بل يجب أن يتجاهله وبذلك يشعره بأن سلوكه غير مقبول .

اشرحى مشاعرك وأحاسيسك لطفلك :

يقول د. أحمد : " اشرحى لطفلك عندما تكونين سعيدة، حزينة، مجروحة، أو قلقة. " يمكنك أن تقولي له "أنا سعيدة" عندما يشرك الأطفال الآخرين معه في لعبه، أو "أنا حزينة" عندما يسافر أحد أفراد الأسرة قد سافر، أو "أنا مجروحة" عندما يقول لك كلام يجرح، أو "أنا قلقة" عندما يكون أخوه مريضاً أو أخته مريضة. مع الوقت سيفهم الطفل معنى هذه المشاعر، وكيف تؤثر عليه وعلى من حوله وأنها مشاعر طبيعية تمر بكل الناس .

عاملى طفلك بنفس الاحترام الذي تعاملين به الآخرين :

يقول د. أحمد : "عاملى طفلك بطريقة مهذبة و اشرحى له ما تفعلين ولماذا. على سبيل المثال، إذا كسر طفلك الأصغر كوباً، لا تضربيه على يده وتنصرفين بعصبية، بدلاً من ذلك اشرحى له لماذا يعتبر ذلك تصرفاً غير سليم . " بهذه الطريقة أنت تهذبينه ولكن بالاحترام الذي يستحقه وهو نفس الاحترام الذي سيعامل به الآخرين فيما بعد .

من المهم أيضاً أن تؤكدى على الميزات الحميدة في طفلك بمدحه وتقليل انتقاده له.

يقول د. أحمد : "يسهل على الأبوين عادةً تحديد التصرفات السلبية لطفلهما ولكن يجب في نفس الوقت الإشارة إلى الجوانب الإيجابية فيه للتأكيد على السلوكيات الحميدة لديه. على سبيل المثال، أن يشرك الطفل أطفال آخرين

في لعبه سلوك حميد، لذلك يجب أن يمدح الطفل على هذا السلوك للتأكيد على هذه الصفة الحميدة فيه."

أغلب الآباء يتمنون أن يصبح أطفالهم طيبين وحنونين. لا تيأسا فبالصبر والرعاية سيصبح طفلكما إنساناً طيباً. تذكر أن الطفل يتعلم كيف يهتم بالآخرين ويعطف عليهم ليس فقط من مشاهدة سلوكيات غيره ولكن أيضاً من شعوره هو بالحب، والتقييم، والرعاية من قبل الآخرين. عندما ينشأ الطفل في جو من الحب والرعاية، سيصبح هو فيما بعد إنساناً محباً للآخرين ومهتماً بهم.