

الفصل السادس

الأم العاملة وأطفالها

مقدمة

كثيراً ما نلاحظ عدم قدرة الأمهات على التواصل مع أبنائهن؛ وذلك على الرغم من اختلاف ثقافة وظروف كل أم، إلا أن المشكلة واحدة وهى عدم القدرة على الاستمتاع بوقتهن مع الأبناء..

الوقت الذى ستقضينه مع أبنائك ليس هو المهم، ولكن الأهم هو كيفية قضائك لهذا الوقت معهم !!؟ فقد تكونين ربة منزل، ولكنك مرهقة ومشغولة بأعبائك المنزلية، وبهمومك الشخصية التى تدفعك بعيداً عن أبنائك، وقد تكونين امرأة عاملة لا تجد الوقت أو الطاقة لقضاء بعض الوقت مع أبنائها...

فنموذج المرأة العاملة المطحونة فى عملها -والتي قد تكون فى مركز مرموق- ومع انتهاء يومها فى العمل.. تتجه إلى دار الحضانة الموجود بها الابن لتتسلمه، وهى منهكة القوى لا تقوى على الحديث أو حتى الاستماع لما سيقوله ابنها، وفور وصولها إلى المنزل تسرع للانتهاء من احتياجاته الأساسية لتضعه فى السرير لتجد بعض الوقت لتنتهى من مسئولياتها المنزلية الأخرى... ومع نهاية اليوم تشعر بتقصير وتأنيب ضمير تجاه هذا الابن الذى لا تجد له الوقت لتقضيه معه.

ونموذج آخر لأم قررت عدم الخروج للعمل، وذلك لتتمكن من التفرغ لأبنائها ومنزلها سواء كان هذا القرار عن رضا وقناعة أم قد فُرضَ عليها، فهى تكرر حياتها لأبنائها، ومع ذلك قد تشعر ببُعد أبنائها عنها.

إن المشكلة فى الحالتين هى فى مدى المحاولة الحقيقية فى التواصل مع الأبناء، ما يهم هو قوة حضورك ومدى تأثيرك فى طفلك خلال الوقت الذى تقضيه معه، وليس كم ذلك الوقت.. فبنتظيمك لوقتكم ورغبتكم القوية فى إثبات

قدرتك على القيام بالتزاماتك جميعها سوف تجدين الوقت الذى تقضينه بين أبنائك؛ بحيث يكون وقتاً ممتعاً ومفيداً يقربك منهم ويؤثر فى نموهم النفسى، والعاطفى، والبدنى، والعقلى، والاجتماعى.

وسواء كنت امرأة عاملة أم ربة منزل خصصى وقتاً محدداً لابنك، وليكن نصف ساعة أو ساعة فى اليوم، كذلك حددى وقتاً للطبخ والاهتمام بنظافة المنزل، وحددى وقتاً لإنهاء ما قد يكون مطلوب منك فى العمل .. اغتنمى هذا الوقت فى اللعب مع أبنائك ألعبهم الطفولية الجميلة التى تخرجك من الروتين اليومى. قررى فى أحد الأيام أن تقوموا بالتلوين؛ أحضرى مجموعة ألوان وأوراق وابدئى فى التلوين، سيجلس ابنك بجوارك وهو فى منتهى السعادة وهو يراك تشاركينه اللعب والتلوين، وأكد لك أنك ستستمتعين بذلك الوقت، وفى يوم آخر أحضرى أوراقاً ملونة ومقصاً واصنعى علماً صغيراً للوطن .. علميه الألوان واستخدام المقص، وحدثيه عن وطنه وعلمه ونشيدته، ستشعرين أنك تبدئين حياتك من جديد مع أبنائك.. مع بداية فصل الربيع أحضرى طبقاً صغيراً وقطعة قطن وحبوب اللوبيا مثلاً، وحدثيه عن الربيع والزرع والنمو والشمس، وكيف أنه ينمو كما ينمو الزرع، ومدى حاجته للشمس والغذاء... قد يطول الحديث أو يقصر ولكن بالتأكيد سيتجاوب ابنك معك، ويتعلم كيف يفكر، وتنمو معه الرغبة فى المعرفة، ومن أسئلته ستجدين الموضوع التالى الذى تستطيعين أن تتواصلى معه من خلاله.

فقط جربى أن تتحدثى باهتمام مع ابنك أو تشاركيه أى نشاط من أى نوع يحبه، وسوف تدرकिन بنفسك مدى تأثير ذلك على علاقتكما..

أعطيه فى هذا الوقت المخصص له -بشكل يومى- الاهتمام والتركيز الحقيقى لكل ما يقول أو يفعل... انظرى فى عينيه، واستمعى له، ولا تقاطعيه،

ولا تتركه وهو يتحدث إليك لتفعل أي شيء آخر؛ لأن في ذلك إهمالاً له يفقده الرغبة في التحدث معك، وقد يشعره بأنه شخص غير مهم، وما يتبع ذلك من أثر سيئ على نفسيته... اهتمي بأن تستمعي له وأن تجعليه يتحدث عن نفسه، وعن الآخرين.. عن مخاوفه، أحلامه، رغباته، وعن رفضه لبعض أو لكثير من الأشياء وأسباب رفضه لها، وذلك ليتعلم كيف يعبر عن نفسه وعن مشاعره، وليتعلم الشجاعة في مواجهة ما يجهله أو يخافه..

أبناؤنا في الغد هم ثمار ما نزرعه اليوم، وكلما اهتمنا بما نزرعه داخلهم اليوم -وهم في أول الطريق- بالتأكيد سيظل داخلهم ينمو معهم ويكون شخصيتهم.. إذا أعطيناهم حباً واهتماماً حقيقياً ووقتاً ستكون النتيجة في النهاية مبهجة.. فقط حاولي ولا تستسلمي لما يفرضه عليك الواقع، أو ما تفرضه على نفسك من ظروف تحول دون تحقيق ذلك التواصل بينك وبين أبنائك؛ لأن قليل من الوقت والحب -ولكن بشكل دائم ومستمر- لهما الكثير من التأثير على أطفالك الأحياء.

الأم العاملة وأطفالها.. مشكلات وحلول

تقول إحدى الأمهات:

أريد أن أكون زوجة وأماً متميزة، وما يمنعني أنني أعمل بوظيفة ممتازة ودخلها مرتفع جداً، وعندما قررت أن أترك وظيفتي لأمارس دور الأم والزوجة كما أود وأحلم، جاءتني فرصة عمل أخرى أكثر روعة وأكثر تميزاً، هل هذه ضريبة التميز؟ أتمنى لو كنت امرأة عادية لا تحمل الشهادات ولا الخبرات التي تؤهلني للعمل الذي يلاحقني، وفي كل مرة أحسن من الذي قبله!! ما رأيكم؟

ونقول لهذه الأم:

ليست هذه ضريبة التميز بل ضريبة عدم معرفة ما تريد، أو بتعبير أدق عدم ترتيب الأولويات.

لو اعتبرت أن وظيفة الأم والزوجة وظيفة شديدة التميز لأنها تسمح لك بحرية حركة لا نهائية، وحرية تخطيط لليوم والأسبوع والشهر والسنة، وأن عائدها يتعدى الأموال إلى المستقبل والغد والامتداد، لاستطعت أن تقارني بينها وبين ما يقدم لك من وظائف في مكاتب أو شركات بمرتب مالي كبير جداً، ولكنه مقطوع من مستقبل الأبناء ودفء العلاقة مع الزوج، والاختيار لك.

وأظن أن من كانت في مثل موقفك وتمتلك شهادتك وخبراتك تستطيع أن تحدد أي مكسب تريد وأي خسارة تحتمل. وأعتقد أن التميز نعمة عظيمة لا بد أن نشكر الله عليها لا أن نحولها إلى نقمة. وأرى أن تبحثي في سبل التوفيق بين العمل والبيت بدلاً من ترك العمل، المهم أن تضعي البيت والأولاد في المقام الأول، بحيث تنظري في العمل الذي تختارينه ما يتناسب مع هذا الوضع أكثر من غيره.

وتقول أخرى:

عملى يستمر ثمانى ساعات يوميًا، ولى ابن عمره ثلاث سنوات أرسله للحضانه فى هذه الفترة، ثم نعود للبيت ويكون أمامنا أربع ساعات فقط قبل أن ينام، هل هذا يؤثر على نفسيته أو على علاقته بى؟ علمًا بأنه اجتماعى ويحب اللعب؟

ولهذه الأم نقول:

طالما ترين ابنك أربع ساعات فقط فى اليوم فسوف يؤثر هذا بلاشك على علاقتكما معًا، فكلما يعود للبيت متعبًا، بالإضافة إلى ما لديك من مهام منزلية أخرى، وهو ما يعنى أن هذه الساعات التى تتبقى لكما قبل نومه لن تكون كاملة له؛ وبالتالي يكون الوقت الذى تقضيه معًا قليل جدًا!!!

وسؤالى لك: لماذا تعملين ولديك ابن فى هذه السن الصغيرة؟ إنك بلا شك تدفعين معظم مرتبك فى مصاريف الحضانه والمواصلات والملابس والعلاج ومجاملات زملاء العمل، فلماذا تعملين إذا كان مرتبك سيضيع كله وما سيبقى منه لا يستحق التضحية؟

لماذا لا تبقيين فى المنزل لسنتين أخريين حتى يكبر ابنك بما فيه الكفاية ويدخل المدرسة؟ إنه فى أمس الحاجة إليك فى عمره هذا، ووجودك معه أهم بكثير من أى شئ آخر، وهذه السنوات من عمر طفلك لا يمكن تعويضها أبدًا.

وتقول أخرى:

أنا متزوجة منذ أربع سنوات وأم لطفلة عمرها تسعة أشهر؛ وذلك لأن الله لم يرزقنى بها إلا قريبًا، وأعمل بإحدى الشركات وسعيدة جدًا بعملى وأساهم مع زوجى فى نفقات البيت. وأسكن فى إحدى المدن الجديدة بعيدًا جدًا عن عملى

وأهلى، ولذلك أجد صعوبة فى الذهاب كل يوم للبيت مما يضطرنى وزوجى للمبيت عند أمى أو حماتى.

المشكلة أن طفلتى لم تنتظم فى النوم حتى الآن، وهو ما يؤرقنى جداً، وأجد صعوبة فى التعامل معها، كما أن زوجى دائم اللوم لى واتهامى بالتقصير.. فكيف أتعامل مع ابنتى الساهرة ليلاً، وأهتم ببيتى وزوجى وعملى فى نفس الوقت؟

ونقول لهذه الأم:

سأبدأ بعدة تساؤلات ثم أنتهى بالإجابة عن سؤالك: هل فكرت أثناء حملك الذى جاء بعد طول انتظار فى كيفية الاستعداد لهذا الزائر الذى طال انتظاره؟ وهل فكرت فى أولوياتك ومدى تغييرها بعد ولادته؟ إن التخطيط لسهرة أو مناسبة أو مشوار مهم يأخذ منا بعض الوقت، وأعتقد أن التغيرات الكبيرة التى تحدث فى حياتنا بقدوم فرد جديد فى العائلة تحتاج أيضاً إلى قدر من التخطيط.. ألا تتفقين معى فى ذلك؟

الاستعداد للأمومة والمسئوليات الكثيرة المترتبة عليها يحتاج قدرًا من التنظيم؛ ففي حالتك أنتِ أعتقد أنه من المفيد إعادة التفكير فى مدى احتياجك فى الفترة الحالية للعمل.. وإذا كانت الإجابة بأن ظروف الحياة المادية لا تستقر سوى بعملك فعليك التفكير فى كيفية تنظيم وقتك، سواء باتخاذ قرار بالبقاء لدى منزل والدتك أو حماتك خلال أيام الأسبوع وأثناء تواجدك بالعمل والانتقال إلى منزلك فى نهاية الأسبوع، وذلك بشكل متفق عليه مع زوجك ومعلن عنه لوالدتك وحماتك حتى يتمكن الجميع من مساعدتك بشكل مريح وفيه اتفاق مسبق، وذلك لأنك وزوجك وطفلتك فى حاجة إلى نظام ما حتى تشعروا جميعًا بالاستقرار.

أما بالنسبة لرعاية طفلك، فهذا أمر يحتاج منك لتركيز في كيفية قضاء وقت مفيد وجيد مع ابنتك أثناء وجودك داخل البيت وبعد عودتك من العمل.

وأقترح عليك ما يلي:

- إعداد جدول زمنى بعدد الساعات التى تقضيها فى البيت منذ لحظة دخولك وحتى موعد نومك، وتقومين بتسجيل المهام اليومية المطلوبة منك على عدد الساعات المتاحة.
- عليك أن تقومى بتحديد الأولويات (غسيل الملابس يوم كذا، إعداد طعام للأسبوع يوم كذا، كى الملابس يوم كذا...).
- عليك أن تعيدى كتابة جدولك اليومى بعد وضع وقت كاف لتقضيه مع ابنتك، أربع ساعات يومياً فى حدود، وليس من الضرورى أن تكون متصلة.
- أما بخصوص مواعيد نوم ابنتك، فأعتقد أنك إذا قضيت مع ابنتك وقتاً قبل النوم فى إطعامها وجبة العشاء والاستعداد للنوم، ومحاولة وضع نظام للاستيقاظ مبكراً لها فسوف يساعدك فى حل مشكلتك.
- وأخيراً إذا رأى زوجك محاولتك لقضاء وقت أطول مع ابنتكما، ومحاولة إعداد نظام لكم جميعاً، ومناقشته ومحاولة إشراكه معك فى التفاصيل، سواء بالعلم أو العمل فسوف يكون موقفه أكثر دعماً لك.

ويقول أحد الآباء:

كيف يمكن للأم العاملة أن تربي أطفالها بطريقة لا تؤثر سلباً على الأطفال ولا على الأم؟

ولهذا الأب نقول:

أولاً وقبل أى شئ، على المرأة أن تحدد وأن تعرف بصدق مقدار طاقتها وقدرتها على العمل داخل وخارج المنزل؛ لأن عمل المرأة يتطلب منها القيام بعدة أدوار ويكون عليها عبء أكبر. وأعتقد أن تنظيم الوقت ومحاولة التوازن هو المفتاح لحل هذه المعادلة، فعلى الأم العاملة والأب العامل أيضاً أن يتخلصا من خلاقات العمل ومناقشاته وأعبائه بمجرد الخروج من المكتب، ولحظة دخولهما المنزل عليهما أن يعيشا تفاصيل حياة أبنائهما، وأن ينشغلا بأحاديثهم ومشكلاتهم وتفاصيل حياتهم اليومية حتى لا يشعر الأبناء ببعد الأب والأم عنهم مما يكون له الأثر السلبي على نفسياتهم.

نوعية الوقت وليس مقداره هو المهم، قد تبقى الأم بالمنزل ولكنها تكون منشغلة بأمور أخرى من طبخ وترتيب وخلافه ومنصرفه عن الأبناء، وقد تعمل ولكنها بشئ من التنظيم والتركيز تستطيع إعطاء الأبناء الاهتمام الذى يحتاجونه.. أعتقد أن المشكلة ليست فى عمل الأم فى حد ذاته وإنما بتنظيم وقتها وتوظيف أدائها داخل المنزل.

أما بالنسبة للأم العاملة كى لا يؤثر العمل عليها بشكل سلبي فعليها ألا ترهق نفسها بعد ساعات عملها بأشغال أخرى تخص عملها، وإنما تعطى كل ذى حق حقه، وأن يكون لراحته وقت أساسى يساعدها الجميع فى الحصول عليه حتى تتمكن من القيام بكل أدوارها وهى بصحة جيدة وبسعادة لشعورها بدعم الآخرين لها.

وأخيراً، أعتقد أن دور الزوج فى دعم زوجته وتشجيعها وإعطائها ملاحظات إيجابية حول أدائها بشكل عام ولو بأبسط عبارات التقدير، له فعل السحر على الزوجة، ويعطيها طاقة وقدرة على العطاء، كما أن دور الأب

رئيسى وأساسى ولا يمكن تجاهله؛ فمتابعة دراسة الأبناء وأصدقائهم وتصرفاتهم مسئولية مشتركة سواء عملت الأم أم لم تعمل.

وبهذا يمكن القول بأن المرأة العربية العاملة المحافظة على دينها وبيتها وزوجها، والقادرة على التوفيق بين عملها وبيتها وأولادها وزوجها دون الحاجة لتنازلات تغضب ربها وزوجها هى التى يجب أن تكررّ لأنها لم تقصر فى أى من واجباتها..

وتقول أخرى:

أنا لم أتزوج بعد، ولكن عقد قرانى، وأود أن أعرف السن المناسبة التى بعدها يمكن ترك طفلى فى حضانة أو ما شابه ذلك والعودة للعمل مرة أخرى؟ وكيف يمكن أن أطور نفسى فترة تركى للعمل والتى ستكون سنوات، خاصة أننى أعمل فى مجال تكنولوجيا المعلومات، وهذا المجال يظهر فيه الجديد كل يوم؟

كما أننى وزوج المستقبل نود إنجاب عدد كبير من الأطفال، وأنا فى حيرة؛ لأننى أحب عملى وأشعر أنه من واجبى تجاه أمتى أن أقدم فيه شيئاً، وفى نفس الوقت فإن حياتى الأسرية فى غاية الأهمية عندى. أفيدونى ماذا أفعل؟

ونقول لصاحبة هذا السؤال:

هل تسمحين لى أن آخذ رسالتك بالعكس، أى من آخرها؟ أنت تريدين تقديم شئ للأمة!!؟؟ جميل، هذا هو الهدف.. أليس تقديم أربعة أو خمسة أبناء يكونون مضرب الأمثال وقرّة عين لكل من يتعامل معهم أدباً والتزاماً وعلماً وتفوقاً وتديناً.. شيئاً يستحق؟؟؟

ليس معنى ذلك أنني لا أحبذ عملك، بل على العكس.. حين تستقر الأمور يجب أن تعملی، ولكن سؤالك الأول كان عن ترك طفلك في حضانة، واستقرار الأمور تكون بدخول كل الأطفال إلى المدرسة.

بمعنى آخر، لو أنجبت أربعة أطفال، فانتظري حتى يدخل آخرهم إلى المدرسة ثم عودي إلى العمل، وتعالی نفند أسبابك معاً:

من الممكن متابعة كل التقدم في تكنولوجيا المعلومات من المنزل لو كان عندك كمبيوتر وإنترنت، تستطيعين حتى عمل دراسات أون لاین فی هذا الوقت، وتستطيعين حتى العمل أحياناً على الكمبيوتر في المنزل، هذا فيم يختص بالتخصص وعدم التأخر فيه.

ومن الممكن أن تتركی طفلك في الحضانة حين يبلغ الثالثة، ولكن هذا ليس لتخرجی أثناء النهار طويلاً، بل هو جزء من تربيته له بوضعه مع أقران في نفس سنه ليعتاد التعامل مع الغرباء؛ وهو ما ينمي شخصيته وذكاءه الاجتماعي، وهذا بالطبع يستلزم وجودك في البيت لأنك ستأخذينه إلى الحضانة بعد تمام إفطاره معك في البيت، ومع إخوته، ثم تتركينه هناك ساعة أولاً، ثم تزيدنها إلى ساعتين أو ثلاث ليس أكثر. ثم تذهبين لإحضاره إلى البيت، لتكلمي معه مسيرة التربية مرة أخرى، وهكذا.

وتقول أخرى:

أنا أم لطفلة عمرها تسعة شهور، وحالتنا ميسورة، وبحاجة لدخل إضافي مع دخل زوجي، ولم يمانع زوجي في نزولي للعمل، قدمت للالتحاق بوظيفة بمستشفى، وتمت الموافقة على تعييني، وبعد أسبوع سأتسلم العمل، ولكن توجد بعض العقبات، حيث اكتشفت مؤخراً أنني حامل في الشهر الثالث، والمشكلة أنني بعد أن أضع مولودي الجديد.. أين سأترك طفلاً عمره شهر واحد؟ وخائفة من أنني قد لا أستطيع أن أوفق بين طفلين وزوجي والبيت؟

ونقول لهذه الأم:

بالنسبة لحيرتك، فأنت أكثر الناس قدرة على تقرير ما فيه الخير لك وللأسرة. وحسب ما ورد في سؤالك أنك ميسورة الحال، وأن ترك الأطفال في هذه المرحلة الحرجة قد يترتب عليه ما لا يحمد عقباه؛ لذا فإنني لو كنت مكانك لاخترت أن أدع الوظيفة حتى يبلغ الأطفال سن الروضة على الأقل؛ لأن الضرر الذي قد يلحق بالأطفال وهم في هذه السن الحرجة قد لا تستطيعين إصلاحه في مراحل مقبلة، ثم ألتحق بالعمل حتى لو فاتتني فرصة العمل الحالية، ومن يدري لعل الله يرزقك بفرصة أفضل من هذه عملاً بقاعدة أن من ترك شيئاً لله عوضه الله خيراً منه.

وختاماً.. استننى بسنة رسول الله -صلى الله عليه وسلم- بأداء صلاة الاستخارة ثم توكل على الله باختيار ما يناسبك.

وتقول أخرى:

أنا متزوجة حديثاً، وأؤخر مسألة الإنجاب إلى حين استطاعتي التوفيق بين العمل والبيت؛ لأنني أرى أنه عند إنجابي سأضطر إلى الجلوس في البيت حتى لا أحرِم طفلي من حنانى وعطفى له، وزوجى أيضاً يؤيد فكرة أننى حين أنجب أترك العمل، وأنا أشعر أن العمل يحقق لى نوعاً من الاستقرار المادى ويقوى من شخصيتى، ماذا أفعل؟

ولهذه السيدة نقول:

إن بداية الزواج هى فترة تأقلم وتكيف مع حياة جديدة، ومسئوليات جديدة، وتعوّد على وجود شريك للحياة نكتشفه ونحاول إيجاد علاقة ناجحة معه، ولكنها أيضاً فرصة للتفكير والتخطيط لمستقبل به من الأبناء ما يسعد ويثرى حياتك.

عند التفكير فى إنجاب طفل، فإن التفكير لا يكون بالتضحيات وما ستركينه من أجل هذا الطفل، وإنما التفكير يكون فى مدى قدرتك على القيام بتحمل هذه المسؤولية الكبيرة والرائعة فى نفس الوقت.

تتغير المواسم على مدار العام، مثلما تتغير المواسم فى حياة الإنسان، فمرحلة الأمومة وما يترتب عليها من التزامات وأوقات رائعة ومشاعر يصعب وصفها ليست هى نهاية الحياة، فإن الحياة تستمر، وسيأتى وقت آخر من حياتك تعطى فيه مرة أخرى من خلال وظيفة مرموقة وعمل ناجح. وقيامك بواجب الأمومة لا يعنى توقف حياتك الشخصية أو تأخر مهاراتك العملية. بل على العكس، فتجربة الأمومة ستثرى شخصيتك، وتعطيك عمقاً أكبر فى فهم الحياة.

وفى هذه الأثناء يمكنك مواصلة القراءة والتعلم وتطوير مهاراتك وتطوير ذاتك حتى تعودى للعمل مرة أخرى وأنت فى مرحلة متقدمة ولست متأخرة عن استكمال مسيرة العمل الوظيفى من زميلات أو زملاء.

وتقول أخرى:

ابنى عمره أربع سنوات، مشكلتى تتمثل فى كونى أربيّه تربية تركز على مبادئ دينية، فى حين أن والده يشجعه على بعض الأشياء بدافع الحب؛ وهو ما يجعله لا يبالى بما أقوله.. أفيدونى برأيكم حتى لا يؤثر هذا على نفسية ابنى.

ولهذه الأم نقول:

معك كل الحق فى رغبتك فى تنشئة ابنك على القيم والأخلاق الإسلامية، ولا بد أن تتعاملى بحكمة مع زوجك؛ ليقتنع بوجهة نظرك ويشاركك نفس الأسلوب فى التربية.

إن حب الابن لا يعنى أن نتركه يفعل ما يحلو له بدعوى أنه صغير أو أننا نحبه ونريد أن نحقق له رغباته، فهذا الأسلوب فى التربية سيتلف ابنك ويعودّه على التدليل الزائد منذ صغره، وعندما يكبر ابنك سيجد صعوبة كبيرة فى مواجهة متاعب الحياة وحل مشكلاته بنفسه. كما أنه سيؤثر على شخصيته واختياره لأصدقائه ثم فى حياته مع زوجته فى المستقبل؛ لأن أسلوب التدليل وترك الطفل يفعل ما يحلو له بدافع حبنا له ينشئه طفلاً أنانياً لا يرى إلا رغباته فقط. ولكن هذا لا يعنى القسوة فى التربية أو الضغط على الطفل ليمارس ما نريده أو نرفض رغباته كلية، بل على سبيل المثال إذا أراد الطفل تناول الكثير من الحلوى فاطلبى منه أن يأكل فاكهة أولاً ودعّيه يختار الفاكهة التى يريدها، وبعدما يأكل الفاكهة نفذى وعدك له وأعطيه الحلوى.

كذلك لابد أن تضعى لطفلك بعض الحدود والقواعد أثناء لعبه أو تحدّثه مع الآخرين وما إلى ذلك، فمثلاً اسمحي له باللعب مع الآخرين بشرط ألا يضرب أحداً، أو ممنوع الجرى داخل المنزل حتى لا يجرّح نفسه، ولكن فى المقابل أعطيه وقتاً حراً يلهو ويلعب فيه كما يشاء بشرط عدم تخطى القواعد التى وضعتها له، مثل عدم ضرب الآخرين أو تعريض نفسه للخطر.

ولا تضعى لطفلك الكثير من القوانين التى تجعله مقيداً متذمراً من أسلوبك معه. بل اكتفى بقوانين قليلة وربّتى أولوياتك فى هذه القوانين جيداً حسب تقاليد مجتمعك ونمو طفلك. وكذلك القوانين القليلة ستكون أسهل على ابنك فى التنفيذ وأكثر قبولاً لدى زوجك، ولابد أن يدرك زوجك أهمية هذه القوانين والحدود فى حياة ابنكما، وأنها ستساعده على النمو والنضج العقلى والجسدى والنفسى. وعليه أن يطبقها عملياً وألا يعطى ابنكما كل ما يطلبه أو يتركه يفعل ما يحلو له، ولتتفقا معاً على أسلوب موحد فى تربية ابنكما.

استقلال الأبناء.. يبدأ من الفراش

تقول إحدى الأمهات:

ابنى البالغ من العمر عامين وثمانية أشهر، عندما يحين موعد النوم ينام هو وأخته الصغرى فى غرفتهما، وينام بكل هدوء وبدون مشكلات، ولكن فى منتصف الليل يأتى لينام فى غرفتى، ويرفض أن يرجع إلى غرفته، ويقاوم ويصرخ ويبكى لدرجة أنه يسعل بشدة حتى يتقيأ "يستفرغ"، فأضطر أن أدعه ينام فى غرفتى.

كما أنه عدوانى جداً، يضرب جميع الأولاد فى الحضانة، وفى البيت يضرب أخته وأبناء عمه، ويضرب الكبار أيضاً، حاولت معه بكل الطرق أن أعلمه ألا يضرب أحداً، ولكن لم أنجح، استعملت معه أسلوب الضرب والعقاب والحرمان ولكن دون جدوى، ولا أدري ماذا أفعل معه. مع العلم بأننى أقضى مع أولادى منتصف اليوم فقط نظراً لظروف عملى، ماذا أفعل معه؟

ولهذه الأم نقول:

من الواضح من رسالتك أن عدد ساعات وجودك مع أطفالك ست ساعات يومياً، ومن شدة تعلق الأطفال بك فإنهم يشعرون بافتقارك بشدة، ويشعرون بالاحتياج للبقاء معك أطول وقت ممكن خاصة فى الليل؛ لأنهم يشعرون أنهم فى الصباح سيفتقدونك ثانية، ولهذا يكونون شديدي التعلق بك، وهذا ما يطلق عليه قلق الانفصال.

لذلك أنصحك بأن تجعلى الفترة التى تقضينها مع أولادك وقتاً مميزاً جداً، ليس من حيث الكم فقط - أى طول الوقت - ولكن أيضاً من حيث الكيف - أى

نوعية التفاعل والأنشطة التي تمارسها معهم - فأنا أدرك أنك كأمراة عاملة يكون لديك الكثير من المهام المنزلية التي تحتاج أن تُقضى، ولكن نظمي وقتك بحيث يكون ذلك فى وقت نوم الأطفال، ويكون وقتك مع الأطفال عبارة عن تعايش كامل تتحدثين معهم، وتلعبين معهم، وتحكين لهم، وتغنين معهم، وتشاهدين معهم أفلام الكرتون، وتتنزهين معهم، وتحكين لهم عن أحداث يومك، ويحكون لك ماذا فعلوا بالنهار... أى يشعرون أنهم يتشبعون من حبك وحنانك واهتمامك بهم.

كل هذا أساسى جدًا فى علاقتك بهم، وفى تحقيق استقرارهم النفسى والعاطفى، ولنمو علاقة صحية وقوية بينك وبينهم تسمح لك بتوجيههم وتربيتهم بأسلوب هادئ طبيعى.

أما عن نومهم فى غرفتهم فالأمر ببساطة يحتاج إلى حزم وصبر وإلى مكافآت وتشجيع، بمعنى أن يفهم الأطفال أن نومهم يجب أن يكون فى غرفتهم، وأن نومهم فى غرفتك مرفوض تمامًا، وعند النوم تذهبين معهم إلى غرفتهم، وتدخلينهم إلى السرير، وتحكين لهم حكاية أو تغنين لهم، مجرد أن تبقى معهم، ولكن ليس فى السرير بل تكونين أنت على كرسى مثلا، بحيث يشعرون بالتدريج بعدم الخوف والاستقلال النفسى عنك عند النوم، ثم تتفقين معهم أن من ينام طول الليل فى غرفته دون أن يأتى إليك له مكافأة فى الصباح، وعندما يأتى أحدهما أو كلاهما إليك فى الليل عليك أن تقومى وتصحبينهم ثانية إلى غرفتهم، وتصرى على أن يناموا فيها، ولا تسمحى لهم أبدا بالنوم فى غرفتك ولا مرة واحدة حتى يحسم هذا الأمر، ومع الوقت والصبر والحزم -ولكن دون أى عنف أو قسوة- سيستقر الأمر، وسيصبح من الطبيعى أن يناموا فى غرفتهم.

المهم أن تصبرى أنت حتى ينجح هذا الأسلوب، وتستمرى فى المكافآت، وتحكى للأهل والأصدقاء عن ذلك حتى يشعروا بالثقة والتشجيع، وأن تستمرى فى قضاء وقتك معهم، وسوف تجدى نتيجة رائعة فى علاقتك بهم.

ابنى وعملى.. وتحقيق المعادلة الصعبة

تقول إحدى الأمهات:

ابنى عمره ٢٠ شهراً، هو الوحيد فى العائلة، لطيف وودود وأحبه كثيراً؛ فهو باختصار كل حياتى وأريد تربيته أحسن تربية، إلا إننى أعمل وأخشى ألا أحقق هذه الأمنية بسبب عدم وجودى معه فترة كافية.

أريد أن يصبح ذا أخلاق عالية ومكانة راقية فى المجتمع، أريد أن أربيّه على القيم والأخلاق الإسلامية، علماً بأن زوجى لا يهتم تماماً بما أصبو إليه، فمن حيث التربية الدينية والأخلاقية فإن نظرتنا للتربية مختلفة تماماً؛ فهو يؤمن بأن الطفل يتربى من نفسه بالفطرة؛ وأخيراً، أعينونى على تربية ابنى التربية الصحيحة والصالحة، كيف أوفق بين عملى وتربية ابنى؟

ولهذه الأم نقول:

أبناؤنا هم استثمارنا وكنزنا للدنيا والآخرة، وبقدر عظم المهمة يكون الجهد المبذول فيها، ويكون الأجر والثواب المستحق عليها.

من المؤكد أن الأفضل أن تكون الأم مع ابنها فى سنوات العمر الأولى لو كانت الظروف تسمح بذلك، أو كان فى إمكانها أن تتخفف من بعض أعباء العمل، أما إن كانت الظروف لا تسمح بذلك واضطرت الأم للخروج للعمل فلا

بأس إذا أمكنها تقسيم الوقت وتنظيمه بصورة متكافئة، بحيث لا يطغى عملها على احتياجات طفلها.

وفى كل الأحوال عليك أن تهتمى بالوقت الذى تقضيه مع طفلك؛ فقد تقضى الأم مع طفلها الساعات الطوال ولكنه لا يستفيد من هذا الوقت فى شئ؛ فهى عصبية واثرة طوال الوقت ولا تكف عن الصراخ فيه، كما لا تكف عن توجيه الأوامر أو اللوم والتقريع، أو غافلة عنه وعن احتياجاته النفسية والعاطفية والعقلية، وقد تقضى أم أخرى وقتاً أقل مع أطفالها ولكنها بحسن التدبير تحرص على الاستفادة من هذا الوقت، وحسن استثمار كل ثانية منه فى أنشطة محببة ومفيدة لطفلها.

ومما يعينك على التواصل السوى مع ابنك الحبيب أن تجيدى ترتيب أولوياتك، وأن تحاولى الاستعانة بمن يساعدك فى أعمالك المنزلية؛ حتى يتبقى لطفلك جزء معقول من وقتك ومن جهدك.

وفى هذا الوقت عليك أن تجلسى مع طفلك، وأن تخططا معا لهذا الوقت، حدثيه واسمعى منه، واسأليه عن رأيه فى كيف يحب أن يقضى هذا الوقت، هل يفضل أن تحكى له بعض القصص الجميلة الملونة الشيقة التى تزرع القيم وتنمى العقل؟ أم أنه يفضل أن يمارس الرسم، أو إنشاد بعض الأناشيد، أو اللعب بالألعاب التى يحبها والتى يفضل أن تكون فى معظمها ألعاباً حركية أو تركيبية، مع الحرص على التقليل قدر المستطاع من الألعاب الإلكترونية التى تخبأ ألباب الصغار وتجعلهم ينصرفون تماماً عن الألعاب الإبداعية الأخرى.

وفى أثناء هذا النشاط المستمر مع طفلك، يمكنك أن تتعرفى على سماته الشخصية وعلى نقاط قوته ونقاط ضعفه، كما يمكنك أن تتعرفى على قدراته ومهاراته، وما يحب وما يكره.

ومن خلال رسم خريطة لملامح شخصية طفلك يمكنك أن تبني خطة لتحقيق التوازن في شخصيته، خطة لاستثمار طاقاته وتنمية مهاراته، وتقويم عيوبه وسلوكياته، وتطوير ودعم إيجابياته وميزاته.

ومن المهم في العملية التربوية أن تحرصى على بناء الشخصية المتوازنة السوية من خلال حرصك على دعم اعتماده على نفسه ودعم ثقته بنفسه... وذلك بتشجيعه على القيام بأى مهمة آمنة وملائمة لسنة ويمكنه القيام بها.. مع الحرص على تشجيعه عند إنجازها والإشادة بما تم إنجازه، وعدم التهوين مطلقاً من الجهد المبذول أو المهمة المنجزة، واعلمى أن الحرص على تجنب لومه أو تجريحه أو الاستهانة به وخصوصاً أمام الناس يدعم جداً ثقته بنفسه، وتركه يعتمد على نفسه فى إيجاد حلول لمشاكله الصغيرة يعين فى بناء شخصيته وتنمية قدرته على الاعتماد على النفس.

ومن المهم واللازم والضرورى أن نربى أولادنا على الحرية، ونساعدهم على اكتساب مهارات الاختيار والمفاضلة بين الخيارات المختلفة، بالطبع يتم فى البداية التدريب فى الأمور البسيطة فعند اختيار ملابس مثلاً قد يكون الخيار بين الملابس الأجل ولكنها غير عملية وقد تفسد بسرعة أو سعرها مرتفع، وهناك بالمقارنة ملابس جميلة أيضاً ولكنها عملية أو سعرها مناسب أو غير ذلك فأيهما نختار؟ وعند اختيار طعامه... قد يكون أمامنا خياران.. هناك طعام نحببه ونرغب فيه وتتوافر به العناصر الغذائية اللازمة لبناء جسم قوى وسليم، وهناك طعام آخر نحببه أكثر ولكنه لا يحتوى على العناصر الغذائية اللازمة، أو به مواد حافظة وألوان صناعية ضارة بالجسم، أيهما نختار؟

وهكذا فى كل أمر وعند كل اختيار، عوّدى طفلك أن يقارن وأن يوازن بين الخيارات المختلفة، مع الحرص على استخدام ألفاظ بسيطة يمكن لطفلك أن يفهمها، مع التدرج المستمر فى تعلم هذه المهارات.

ومن المهم أن نربى أولادنا ونعوّدهم على تحمل نتيجة أخطائهم، والبحث عن سبل إصلاح ما أفسدته أيديهم.. فإذا ألقى بالأوراق على الأرض فعليه أن يجمعها، وعليه أن يعتذر إذا أغضب والده أو والدته، وكونى أنتِ ووالده قدوة له فى ذلك، حيث يراكِ تعتذرين لوالده ووالده يعتذر لكِ، وكلاكما يعتذر له هو نفسه إذا أخطأ فى حقه.

وبداية فإن إصلاح الأخطاء يكون باكتسابه مهارة التعرف على هذه الأخطاء التى قام بها والنتيجة المترتبة عليها.. فإلقاء الكوب الزجاجى على الأرض يؤدى إلى كسر الكوب وتناثر الزجاج الذى قد يجرحنا، وإلقاء الأشياء من الشرفة يؤدى إلى ضياع هذه الأشياء أو تلفها... مع التدرج فى هذه المسألة، فالطالب الذى لا يؤدى واجباته يتعرض لغضب مدرسيه ويرسب فى الامتحان وهكذا.

ومن الأمور المهمة جدا فى أثناء العملية التربوية أن نحرص على تنمية حبه لربه وحب طاعته وتقوية ضبطه الداخلى لنفسه ومراقبتها، وذلك بالحرص الدائم على تذكر نعم الله علينا، فهذه النعم تدلنا على مقدار حب الله لنا ومقدار حرصه علينا، وفى المقابل علينا أن نبحث دائما عن سبل شكره عز وجل على هذه النعم، وأول ما نشكره به أن نأتى ما يحب وأن ندع ما يكره...

وفى هذا الإطار عوّدى طفلك أن يختار سلوكياته بنفسه بناءً على معرفته بما يحبه الله ويكرهه، واستشعارا لمراقبة الله عز وجل له.. فالله سبحانه يحب الصدق ويكره الكذب... علميه أن يقول الصدق حتى لو كان يتوقع الضرر

نتيجة لصدقه، وأخبريه أن الله وحده هو الذى يطلع عليه ويدرك مقدار صدقه.. فإذا قال الصدق فكافئيه على صدقه وسامحيه على الخطأ الذى ارتكبه.

وهكذا يتم التدرج فى تعليمه معنى مراقبة الله عز وجل لنا فى كل وقت، وتذكرى دائما أن العملية التربوية هى عملية شديدة التعقيد والتركيب، ولا توجد وصفة سحرية تصلح لتربية كل الأبناء، فكل ابن من أبنائنا كيان متفرد، ونحتاج أن نبني من الوسائل التربوية ما يعيننا على تحقيق الأهداف المرجوة.

أيهما أقدم طفلى أم دراستى؟

تقول إحدى الأمهات:

لى ابن عمره عام ونصف، وأنا مضطرة أن أتركه عند أمى لفترة مؤقتة؛ نظراً لذهابى إلى عملى واستكمال دراستى العليا، مع العلم بأن ابنى شديد التعلق جداً بجذته، وأحياناً يرفض العودة للمنزل معى. ونظراً لبعد المسافة فإننى لا أتمكن من رؤيته إلا فى نهاية الشهر.

أريد أن أعرف هل يؤثر ذلك سلباً على نفسيته؟ وأيهما أقدم طفلى أم دراستى؟

ولهذه الأم نقول:

سأبدأ بآخر جزئية وهى سؤال مهم، ألا وهو: "أيهما أقدم طفلى أم دراستى؟" فإن خيرنى أحد فسأختار طفلى؛ لأنه نعمة كبيرة أنعم الله بها علينا وخصنا بها، ولا يعرف معناها الأشمل والأقوى إلا من حُرِمَ منها، كما أنها لا تساوى الدنيا وما فيها، ولكن !!!.

الجزء الثاني وهو تكملة دراستك:

أنا من أكثر مَنْ ينادون بتعليم المرأة وتثقيفها وأن تكمل دراستها وأن تتعمق في تخصصها وأن تستزيد من المعرفة قدر ما تستطيع؛ لأنها لن تفيد أبنائها فقط بل تستطيع أن تفيد المجتمع بأكمله، وأدعو كثيراً من النساء إلى الاستزادة من المعرفة في كل شئ والقراءة في كافة المواضيع، ولكنني لا أحب أن تترك الأم أبنائها لتفعل كل هذا، فعليها أن تحاول أن تجمع بين الاثنين ولكن كيف؟

إما أن تنتظر حتى يدخل أبنائها المدرسة وتبدأ في دراستها وعندها يمكن أن تكون قد انشغلت أكثر في مذاكرة أبنائها ومشاكلهم.. وإما أن تجد من يرعى أبنائها أو تجعلهم في حضانة لصغار السن، وهذا ما أرفضه تماماً ولا أوافق عليه، حتى وإن كانت الدراسة هذه تتوقف عليها أشياء كثيرة.

أما في حالتك فهي والحمد لله أيسر وأسهل؛ لأن من قامت على تربيته ومراعاتك هي من ستقوم على تربية ابنك ومراعاته، وهذا فضل من الله.

ولكن هل سيؤثر هذا سلبيًا على نفسية طفلك؟

مما لا شك فيه أن الطفل في السنوات الأولى من عمره يحتاج إلى وجوده بجانب أمه؛ لأنه يستمد منها كل شئ يحتاجه، الحنان والطمأنينة والرعاية، وتفهمه لنظام أمه وبدء التربية وما تريد أن تغرسه داخل طفلها ووضع الأساس لتكوين شخصيته، وكما قلت لك فأنا لا أحب أن تترك الأم طفلها لمربية أو في دار الرعاية (الحضانة) حتى لا يأخذ الطفل كل ذلك ممن حوله دون الأم، ولكن بالنسبة لك فالحمد لله أن أمك ستقوم على مراعاته.

وهذه بعض الأمور التي يمكن أن تساعدك في تجنب هذه المشكلات:

- عليك أن تتفقى أنت ووالدتك على نظام موحد في تربية الطفل حتى لا يحس بفرق بينك وبينها، وهذا خوفاً من أن يتعلق بها ويختار أن يجلس معها طوال الوقت، وسيساعد هذا أيضاً على ألا يشعر بفرق بعد عودته معك إلى بيته.

- عدم القيام بتدليل زائد للطفل تعويضاً عن عدم وجود أمه معه حتى لا يستغل هذه الفرصة.
- العمل على وجود إخوته معه أكبر وقت ممكن في العطلات (عطلة نهاية الأسبوع - العطلات الدراسية).
- محاولة وجود الأم معه بقدر الاستطاعة، وأن تحنو عليه وتجلس معه طوال الوقت، وأن تلعب معه أطول وقت ممكن، وأن يكون بينهما اتصالات هاتفية دائمة حتى يسمع صوتها وإن لم يستطع الرد عليها.
- ألا تكون مدة الدراسة لعدة سنوات.
- أن تأتي به إلى بيتك في وقت استراحتك حتى يرى بيته ويتعود على وجوده فيه.
- وجود والده في حياته من أهم الأساسيات؛ فعلى الأب أن يأتي له بهدايا مميزة، وأن يذكره كل من حوله بأن هذا من والده، وأن يأخذه للتنزه معه في الحدائق، وأن يتصورا معا حتى لا يحس الطفل في سنواته القادمة أنه تُرك وأهمِل من قبل والديه.