

ثامناً: الأساس 3: مدى
الانتباه التفاعلي

www.ijerandl.com

obeikandi.com

لنعترف بأمر واحد: أن طفلك ربما يمتلك مدى انتباه طويلاً؛ ففي النهاية إذا كان طفلك يسلك سلوكاً نمطياً لساعات فإن هذا مدى انتباه جديرٌ بالتقدير! ولذلك، فمدى الانتباه ليس القضية؛ إذ القضية أن يكون مدى انتباه تفاعلي.

ما الفرق؟

سيداتي (من كان لها رجل مرتبط بها)، أنا واثق أن العديد منكن قد لاحظت مدى الانتباه الذي يوليه رجالكن في نزهته إلى الحمام أو عندما يشاهد مباراة على التلفاز، ولكن عندما تخبرينه عن يومك، فإن انتباهه يتقلص إلى ستين ثانية. أنتن تعرفن كيف يكون الشعور إزاء هذين النوعين المختلفين جداً من مدى الانتباه.

مدى الانتباه يقيس ببساطة طول المدة التي ينهمك فيها لطفلك في نشاط، أما مدى الانتباه التفاعلي فيشير إلى طول المدة التي ينخرط فيها لطفلك في نشاط تفاعلي مع شخص آخر (قبل أن ينفصل طفلك، أو يبدأ سلوكاته النمطية، ...إلخ). ومن ثم قد يكون مدى الانتباه التفاعلي لطفلك ثلاثين ثانية، أو دقيقتين، أو خمس عشرة دقيقة، أو حتى ساعة.

إليك حقيقة الأمر: إذا كان مدى الانتباه التفاعلي لطفلك قليلاً (وبخاصة ضمن فئة ثلاثين ثانية إلى دقيقتين)، فإنه لن يمكنها أن تتعلم المشاركة في تفاعل اجتماعي أصيل؛ إذ لا يمكنك أن تنخرط في محادثة فعلية أو لعبة في ثلاثين ثانية؛ لكن مدى الانتباه التفاعلي مهارة طبيعة جداً، وعندما يزداد مدى الانتباه التفاعلي لطفلك سوف يُحدث حلقة من رد الفعل الإيجابي حيث يؤدي الاشتراك في فترات أطول إلى زيادة الاهتمام فيما يقوم به الأشخاص الآخرون، الأمر الذي يبني مدى انتباه تفاعلي أطول فأطول، أليس هذا رائعاً؟

ولسوف ترغب في أن تكون متنبهاً لمدى الانتباه التفاعلي لطفلك، ابدأ بتتبع طول المدة التي يقضيها طفلك مندمجاً معك في أي نشاط، تذكر أنه إذا كان طفلك يسلك سلوكاً نمطياً، فهو ليس مندمجاً، إذا كان طفلك غير مستجيب لك فهو غير مندمج

أيضاً، ينبغي أن يكون طفلك متفاعلاً معك أو مع شخص آخر (لاعباً، متكلماً، مطارداً، ناظرًا) ليتم احتساب ذلك الوقت ضمن (وقت الاندماج).

افترض أن طفلك يقوم بسلوكاته النمطية، ثم انضمت أنت إليه، فجأة يتفاعل طفلك معك مدة دقيقة، ثم يعود لسلوكاته النمطية؛ فتتضم إليه ثانية، ثم يتفاعل معك مدة دقيقة أخرى، ثم يواصل السلوكات النمطية.

هذا مدى انتباه تفاعلي مدته دقيقة واحدة، وليس دقيقتين، إذًا كانت الدقيقة هي أطول مدة قبل أن يعود لسلوكاته النمطية؛ فهذا هو ما سوف تبدأ منه، وأود التأكيد أن هذا هو ما تبدأ منه؛ وهو لا يقول لنا شيئاً عما يمكن أن يصل إليه طفلك من تحسن، أو كم سيكون طول مدة تفاعله في خلال ستة أشهر.

إذا كان مدى انتباه طفلك التفاعلي قليلاً الآن يمكنك فعلاً أن ترى ذلك بوصفه أمراً جيداً. إن هذا يعني أن قدرات طفلك وعجزه يعكسان ما هو قادر عليه استناداً لمدى انتباهه التفاعلي الحالي؛ فكر فيما هو ممكن أكثر عندما تتمكن من زيادته!

الإستراتيجيات

مرة أخرى، تقدم مبادئ الانضمام والدافعية اللبنة الأساسية هنا؛ فكلما انضمت أكثر قلّت مدد السلوكات النمطية، وطالت مدد التفاعل، وعندما تُركّز الأنشطة التفاعلية على محفزات طفلك واهتماماته سوف تحظى بمدد أطول من انخراطه أكثر مما لو لم تستعن بحوافز طفلك. إليك بعض الطرق الرئيسة الأخرى لزيادة مدى الانتباه التفاعلي لطفلك:

1. أدخل كثيراً من الأشياء الجيدة.

جد ذلك الجزء من اللعبة أو المحادثة الذي يحبه طفلك، وأدخل الكثير منه، إذا كان طفلك يحب الإمساك به ودغدغته في لعبة المطاردة، فقم بالكثير من ذلك، إذا

كان طفلك يستمتع بمشاهدتك تسقط أرضاً، فاسقط على الأرض كثيراً، وإذا كان طفلك يحب أن تؤرجحه، فأرجحه أو أرجحها كثيراً، وإذا كان طفلك يحب في لعبة (نزهة) ذلك الجزء عندما تتلع الطائرة (المتخيلة)، فقم بذلك غالباً. وإذا كان طفلك يحب الحديث عن حرب النجوم، اسأله أو اسألها سؤالاً عن حرب النجوم عندما ترى أن اهتمامها قد بدأ يخبو.

2. استمر بالعودة إلى لعبتك أو نشاطك.

يخشى العديد من الآباء والأمهات من أن يفقد أطفالهم اهتمامهم باللعبة التفاعلية بمجرد حصولهم على انتباه طفلهم واهتمامه، لربما أنت تشعر بذلك، تحقق من الأمر بنفسك؛ هل لاحظت أن طفلك انفصل، وابتدأ السلوكيات النمطية في وسط اللعبة أو النشاط؟ (أنا أراهن أن ذلك قد حصل!)، وأنت انضمت إليه ثانية كما أمل، صحيح؟ (صحيح؟ قل: نعم!). ولربما اتصل معك ثانية. إليك إذا السؤال الجوهرية: هل حصل وأن قررت - في هذا الموقف - ألا تحاول إشراك طفلك في اللعبة أو النشاط السابق مُجدداً؛ لأنه بدا أنه فقد الاهتمام في المرة السابقة؟ (إذا حصل ذلك، فلا تتعرق؛ فمعظم الآباء والأمهات قد فعلوا الأمر نفسه تماماً). من المفيد جداً لطفلك أن يسعى إلى استكمال النشاط نفسه من حيث توقف. وعندما تحصل على انتباه طفلك الطوعي ثانية (بعد أن تكون قد انضمت) يمكنك أن تقول شيئاً مثل: «هل تعرف؟ نحن لم نكمل اللعبة! إنه دورك الآن» أو «أنا في غاية السرور أنك قد عدت! نحن نكاد نصل قمة الجبل الآن!» أو «أنا أتشوق لسماع إجابتك عن السؤال الذي سألته لك سابقاً؛ ما حيوانك المفضل؟».

3. ادع طفلك ليعود إلى اللعبة أو النشاط مرة واحدة فقط

مثلما أنه من المهم أن تكون راغباً بإعادة تقديم اللعبة أو النشاط من المهم أيضاً أن تتركها. هل وجدت نفسك مرة متشوقاً جداً لإشراك طفلك معك في نشاط معين، وأنه عندما انفصل طفلك فقدت إشارته، وبقيت تحاول إبقاءه في النشاط؟ (إذا كان الأمر كذلك فأنا أعيدك أنني إلى الآن لم أعمل مع والد لم يقيم بذلك؛ ولذلك

فوضعك جيد). مع ذلك، فإن هذا الإلحاح في الممارسة يهدم الوثام والثقة التي بنيتها بجهدك؛ ولذلك عندما تكون في وسط نشاط مع طفلك، وتلاحظ أنه أو أنها ابتدأت في الانفصال ادعها لتواصل مرة واحدة؛ تأكد من أنك تقوم بذلك بطريقة مرحة وسهلة، كأن تقول مثلاً: «أوه، أوه، إنه دورك الآن! دعينا ننهي دورك!»، أو «أيتها الإوزة الجميلة، لا يمكنك أن تقودي الشاحنة من هناك! تعالي إلى هنا، وامسكي المقود»، أو «انتظري! انتظري! ابعي دقيقتين أخريين بحيث نكمل اللعبة! أنا مستمتع جداً، ونكاد ننهي اللعبة!». من الأهمية العظمى -مع ذلك- أن تقوم بذلك مرة واحدة. إذا لم يستجب طفلك من المهم أن تتوقف عن الطلب. عند هذه اللحظة ارتبط به أو بها عن طريق الانضمام، وكن في غاية الود، غير متطلب، ...إلخ.

وقت النشاط!

الجدول 6 يتتبع مدى الانتباه التفاعلي. اقض خمس عشرة دقيقة مع طفلك، ابذل وسعك لقضاء الخمس عشرة دقيقة تلك في لعب لعبة تفاعلية، وأنا أقترح أن تكون بسيطة جداً، اختر شيئاً بسيطاً يحبه هو؛ من الأسهل -غالباً- أن تختار لعبة جسمانية، كالمطاردة أو المصارعة. تذكر أيضاً أنك لا تريد أن تذهب، وتختار عن قصد لعبة يستخدمها طفلك في أثناء سلوكاته النمطية. (نحن نتتبع مدى الانتباه التفاعلي، وليس مدى الانتباه العادي).

سوف تستخدم الجدول 6 للبدء بتتبع أنواع الألعاب التفاعلية أو الأنشطة التي يلتصق بها طفلك مدداً أطول (والأخرى الأقصر). في العمود الأول اكتب بضع كلمات تلخص ماذا كان النشاط، مثل (لعبة مطاردة)، أو (بناء قلعة)، أو (لعبة الداما). في العمود الثاني اكتب المدة التي استغرقها النشاط. وبكلمات أخرى، كم بقي طفلك مندمجاً قبل أن ينفصل، ويبدأ سلوكاته النمطية أو يدعه لأمر آخر، ...إلخ.

تذكر أنك لا تحاول أن تكون مثاليًا من خلال القيام بالألعاب التي ستنجح كثيرًا في إشراك طفلك فيها؛ فالنقطة الأساسية هنا أن تكون محققًا، وتحاول أشياء مختلفة، وأن تبدأ بملاحظة ما الذي ينجح في إشراك طفلك، وما الذي لا ينجح. إذا كان طفلك يبقى مندمجًا طوال الوقت، فهذا رائع! في المرة القادمة يمكنك أن تحاول جعل المدة أطول.

مدى الانتباه التفاعلي	
طول المدة	اللعبه أو النشاط

الجدول 6

مصادر على الإنترنت

لمزيد من المساعدة المتعمقة للمبادئ والتقنيات في هذا الفصل يرجى الاستماع
بزيارة:

نقطة البداية

اختر لعبة أو نشاطاً واحداً من الجدول 6 وقدمها لطفلك مرة واحدة في اليوم مدة أسبوع. انظر إذا ما حدثت تغييرات في مشاركة طفلك وكم مدتها.

تذكر أن تقوم بتقديم النشاط بطريقة مرحة مبهجة، ولكن دونما إلحاح. إذا اندمج طفلك أكثر في النشاط في نهاية ذلك الأسبوع فهذا مدهش، وإذا لم يندمج أو تندمج فهو رائع أيضاً؛ فالآن ومن خلال (التجربة والمعلومات) سوف تعرف أن هذا النشاط غير جذاب لطفلك، يمكنك أن تحاول ثانية في خلال شهر أو اثنين!