خطوات تجعلك اكثر قربا من ابنائك

رانيا محمد عبد الكريم

obeikandl.com

"بسم الله الرحمن الرحيم"

قال الله تعالى:

"فبما رحمه من الله لنت لهم ولو كنت فظاً غليظ القلب لا نفضوا من حولك"

صدق الله العظيم

"ال عمران الأيه ١٥٩"

obeikandl.com

"مقدمه"

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على أشرف الخلق ومن تبع هداه

-أشكراكم اختياركم هذا الكتاب آملة من الله أن يساعدكم فى حياتكم القادمة، وفى تخطى بعض الصعوبات التى نواجهها أثناء رحلتنا مع أبنائنا.

دعواتى إليكم فى هذا الكتاب هى الحب والاستمتاع، فمن منهج هذا الكتاب، أبحر معكم فى هذين المعنيين وأسرد لكم بعض تجاربى لعلها ترشدكم إلى طريقة جديدة فى التعامل مع أبنائكم

لا شك لدينا جميعاً أن أبنائنا هم أغلى ما نملك وهم اسمن ما انعم اللعب به علينا، لكن فى مجتمعانا اليوم باتت المظاهر والتفاخر امام بعضنا البعض اولى أولوياتنا خاصةً بعد تفشى ظاهرة ما يسمى بالتواصل الإجتماعى (الفيس بوك) وهذا ما عاد على أبنائنا بنتائج سلبيه، من إشغال بعض الآباء و الأمهات بالجلوس مدد طويلة على الفيس بوك وإهمال أبنائهم الذين هم فى المقام الاول، ولقد سيطر على حياتنا اليوم لصوص سرقوا أوقاتنا وعقولنا اهتماماتنا و أصبحنا نصدر لأبنائنا تلك الإهتمامت الزائفة التى لا فائدة منها على الاطلاق فلا تكاد تلقى طفلاً اليوم إلا

وغرفته تحوى الآيباد أو الهاتف المتطور (SMART PHONE) ومزود بكافة التطبيقات المناسبة وغير المناسبة لسنه ومرحلته العمرية

- هذا الكتاب انما هو دعوة للتخلص من سطوة العالم الإفتراضى على حياتنا، وسطوة التلفاز والأغذية السريعة التى طبعت نمط السرعة على حياتنا وأيضا من سطوة الالعاب الإلكترونيه وهوس السيارات الفارهة

دعوة لحب ابنائنا والتعبير لهم عن مدى حبنا و الاستمتاع بهم فى مراحلهم المختلفة والعيش بجوارهم والأخذ بأيديهم إلى شاطئ الراحة و الاستقرار ٠

- إذن فمن أنا ؟

- أنا أم ف بداية الثلاثينات من عمرى، أم للأربع أبناء هم الشعله التى اضاءت لي الطريق كى استكمل مسيرة ابتدأتها وزوجى، واضعين أمام اعيننا هدف أن نخرج لهذا المجتمع أناس أسوياء مؤثرين فيمن حولهم، قادة وإيجابيين آملين أن يوفقنا الله لهذا الهدف بحوله وقوتة ٠

obeikandl.com

"بدايتي"

كم كنت انا اما صاخبة أتسبب أحيانا فى ازعاج من حولى لكن دون أن أشعر،فأنا من وجهة نظرى أربى وأقوم أبنائى، فلا يخلو اليوم من الصراخ أو الضجيج، وتفاقم الأمر حتى أصبحت أنزعج من نفسى فرحت أبحث عن حل وبدأت أقرأ اقرأ ايمانا منى بأن القراءة هى المنقذ الوحيد من تلك الأزمة التى أشعر بها تزداد يوما بعد يوم، فأنا لا أتمنى أن أفقد ود أبنائى بسبب كثرة المسؤوليات و الضغوطات فهم عندى فى المقدمه، وأصبحت أبحث و أقرأ فى اوقت القليل المتاح لى ولله الحمد تثنت لى الفرصة أن أحصل على دبلومه فى علم نفس الطفل ودبلومه فى طرق التعليم الحس(MONTESSORI)أصبحت أدرك بعدها ما التطورات التى يمر بها أبنائى أصبحت أتفهمهم أكثر وأدركت كيف أعبر عن حبى لهم بشكل أفضل، فالقراءة هى من خلصتنى من نصف عاداتى السيئة ومن تلك اللحظه زاد شغفى بالقراءة و البحث فى مجال التربية وعلم النفس.

وخاصة علم نفس الطفولة فلا شك أن الثقافة التربوية هى التى ترشدك الى معلومات قد تجنبك الصدمات مع الطفل الذى يمر بمراحل نمو حساسة لها متطلبات مختلفة قد

يسيء فهمها بعض الأبهاء و الأمهات نتيجة عدم درايتهم بمراحل تطور أبنائهم لذلك أحببت أن أضع بين طيات هذا الكتاب مجموعة دعوات أقدمها لكم قمت بتجربتها شخصيا.

لعلها تنير لكم الطريق فلطالما حلمت أن أجد بين يدى كتاب يدلنى ويرشدنى ويكون لى بمثابة شأن الكثير من الأمهات.

- واليكم دعواتى والتى بها تصبحون أكثر قربا من أبنائكم فهى دعوات سلسة يمكنكم تطبيقها بالإرادة والحب.

obeikandl.com

الفقره الاولى:دعوه للقراءة

- فأنت أيتها الأم وإن لم تسنح لك الفرصة فى الحصول على دورات أو محاضرات أو شابه فيما يخص تربية الأبناء.
- فإن أضعف الأيمان من وجهة نظرى هو "قراءة يومية مبسطة فالقراءة فى هذا المجال أصبحت متاحة للجميع وأنت فى منزلك أو تقومين بعمل من أعمال المنزل يمكنك عمل بحث من الهاتف على الانترنت وتحميل الكتب أو قراءة المقالات بكل سهوله.
- فليكن شعارك " القراءة لأنهض بأبنائى "
- فالقراءة الدائمة تحفظ صحة علاقتنا بأبنائنا.
- ولنتذكر دائما أننا أمة "أقرأ"فلا يليق بنا أن نوّرث أبنائنا إهمال القراءة والانكباب على الهواتف.
- لذا يمكننا اصطحاب أبنائنا إلى المكتبات العامه أو معارض الكتب ومشاركتهم فى اختيار الكتب المناسبة لهم حتى ينشأوا على هذه العادة الحميدة

onelkan.com

- **<u>الفقرة الثانيه :دعوة للاحتواء...</u>**

- ودعواتى لك كأم أو كأب و التى سوف أنوه عنها فى كل أتطرق إليها فى هذا الكتاب هى احتضان أبنائنا فكثيرا ما يمهل الأب أو الام هى الجانب الحيوى فى حياة أبنائنا فاحتضانك لابنك يشعره بمدى احتوائك له بكل تفاصيله لا تهملون الاحتضان فحضنك لهم أجعلوه عادة يوميه تواصل يومى فقد يكونوا هم بحاجه إليها اكثر منك، وقد اثبتت الدراسات الحديثه أن الاحتضان وخاصة "حضن الأم"من شأنه توليد هرمون يشعر الإنسان بالهدوء و الطمأنينة ويذهب الألم و يخفف من حده التوتر ويشعره بالراحة النفسيه.

- فإذا كنت ايتها الأم فى قمة العصبيه فعليك أولا فعل الأتى:-

- أخذ نفس عميق وتفريغه ببط ء
- إستغفرى الله
- احتضنى أبنك وأخبريه أنك تحبيه

الفقرة الثالثه دعوة إلى نبذ السلبيات....

من منا لم يمر بتجارب فاشلة سواء عظمت أو صغرت كذلك أبنائنا منذ لحظة ميلادهم ومنذ الشهور الأولى فى عمرهم وهام يحاولون الاكتشاف فى محاولة منهم لمعرفة ما حولهم فى هذا العالم الغامض بالنسبة لهم مما قد يوقع بهم فى كثير من الأخطاء،فالسلبيات التى تترتب على هذه الاخطاء قد تزعجنا فى الواقع ومن حين إلى أخر،لكننا فى سبيل إعدادهم ونشأتهم نشأة صحية إيجابيه أرى أننا من واجبنا التغافل عن تلك السلبيات التى قد نراها كثيرا اثنا رحلة التربية ونبذها التركيز فقط على ألايجابيات وإن كانت ضئيلة،فإن ذلك قد يدفع بأبنائنا إلى ما هو أفضل فى كل تجربة جديدة وقد يعزز ثقتهم فى أنفسهم وثقتهم بنا بالطبع لأننا نحن من نمنحهم هذه الثقة.

- إذن إذا تبنينا هذا المثلث السحرى كقاعدة لبناء علاقة قويه تربطنا بأبنائنا فإن المستقبل القريب سيكون مليء بالتفاهم والحب والتفاؤل بمشيئة الله.وها نحن قد وضعنا الأساس القوى لعلاقة وطيدة وها نحن على مشارف الانطلاق نحو تربية إيجابية وأفضل مما سبق

الفقره الرابعة دعوه للحوار...

تعد السبع سنين الاولي من حياه الطفل مرحله تأسيسية وفارقه في حياته ومن ثم في حياتنا نحن حيث لابد من استجماع كل القوي والآليات الممكنه لدخول هذه المرحله ووضع بصمه في حياه أبنائنا والخروج منها إلي مرحله آخري بنتائج مرضيه ومن أهم تلك الاليات والتي من الممكن تأسيسها في ذالك الصغير حتى تصبح سلوكه الذي لا يمكن الاستغناء عنه. هي أليه الحوار نبته يمكننا زرعها أو غرسها وبمساعده دائمة واهتمام مستمر سوف تكبر وتؤتي ثمارها في مرحله هامه أخري في حياه أبنائنا وهي مرحله المراهقة.

فعلي سبيل المثال في فتره ما قبل المدرسه يمكن للأم أو الأب عرض موضوعات علي الابن من خلال صور أو العاب وفتح حوارات ومناقشات حول تلك اللعبه أو الصور هو طرح أسئلة تثير اهتمامه وأيضا تتناسب مع عمره وتفكيره كأن نسأله عن تلك اللعبه التي يحبها؟ولماذا؟وماذا إذ تصورن أنها تتكلم؟أو تطير؟أو كيف نحافظ عليها؟وقتها ستنهال علينا الكلمات والعبارات المفعمة بالعبارات الأخاذة ونشعر بتلذذ أبنائنا بالحوار معنا،ففي البداية دائماً علينا البحث عن الأشياء التي تشغل أذهانهم وما يثير اهتمامهم

ونبدأ الحوار بالإيجابيات دائماً،لنجعل الحوار عادة في يوم هذا الصغير حتى يتسنى لنا محاورته عندما يشب.

لا تدعو أبنائكم يغضبون دون السؤال عما أغصبهم. فهذا لاشك باب مهم للحوار أيضاً أما في مرحله ما بعد المدرسه فعلينا مسؤولية الأَن وهي تعليم أبنائنا أسس الحوار مع الكبار.

علينا تعليمهم توقير الكبير. علينا أيضاً تعليمهم حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم. ليس منا من لا يوقر كبيرنا ويرحم صغيرنا ".

- ولنجعل من اليوم المدرسى وإحداثه نافذة للحوار كل يوم نناقشهم فيما يعجبهم وفيما لا يعجبهم فى مدرستهم.
- حتى نبنى فى هذه المرحله من حياة أبنائنا جسور الحوار التى نعبر عليها بأمان إلى مرحلة المراهقة وهى الأخطر، فالحوار الهادئ ينمى عقل الطفل ويوسع مداركه ويزيد نشاطه، ويكسبه الخبرات الحياتيه ألازمه.
- فلابد ألا نتوهم بأننا إذا أهملنا لغة الحوار فى تلك المرحلة أنه سيأتى أبنائنا عندما يشبون فى مرحلة المراهقة و الشباب يناقشونا ويحيرونا بما يثير اهتمامهم
- فلغة الحوار فى الحقيقة إنما هى لغة حب يصنعها الآباء حتى تربطهم بفلذات اكبادهم مدى الحياة.

- **الفقرة الخامسة دعوة للتعرف على لغة الحب المثالى لأبنائى...**

-

- لا شك أننا كآباء و أمهات نسعى فى أغلب الوقت للبحث عما يسعد أبنائنا حتى ينعمون بحياة طيبة،لكن فى الحقيقة ما يجب فعلة هو تكريس تلك الجهود فى البحث عن سعادتهم على الوجه الصحيح.

- فليس من الحكمة أننا نظل طوال الوقت نبحث دون جدوى من ذلك لأننا قد أضعنا الوقت والجهد فى طرق غير صحيحة، فالطفل يعد تركيبه تبدوا لنا من الوهلة الأولى بسيطة وغير معقدة ولكنه يحتاج منا بذل الجهد لمعرفة ميوله ونمط شخصيته التى ربما تخضع لعوامل وراثية وأيضاً معرفة هواياته وما إلى ذلك...

- فكما أن سّنة الله فى خلقه هى التنوع و الاختلاف، فإنه يتعين علينا أيضاً معرفة أن لكل إنسان ولكل شخصيه لغة قد تنوع وتختلف من شخص إلى أخر، وأقصد هنا لغة الحب

- فلغة الحب تعد هى التعبير المترجم للحب تختلف فى الشكل من شخص لأخر ولكنها فى مضمونها تعد مجموعة تصرفات وتعبيرات إستصاغها الإنسان وجعلها وسيله للتعبير عن حبه

- وما يجب علينا حتى نكون أكثر قرباً من أبنائنا معرفة اللغة المفضله لطفلى للتعبير عن الحب فالتعبير عن الحب قد يكون:-

- بالكلمات. كأن يقول الوالدين للابن إنى أحبك أو يسعدنى مشاركتك أو أنى فخور بك أو أنا أقدر مجهوداتك فى الدراسة وأنا واثق بك فلغة الإطراء لغة محببة عند الصغار ويفضلون سماعها فى معظم الأحيان لتبث فى روحهم الثقة والطمأنينة.

وقد يكون التعبير عن الحب أيضا ب:-

- تخصيص اوقات طيبه ٠

- فعلى الأب والأم تخصيص وقت من حين إلى آخر للاستمتاع مع الأبناء بوقت من المرح أو التنزه أو مشاركتهم نشاط يفضلونه أو حتى مشاركتهم مشاهدة فيلم على التلفاز أو اصطحابهم إلى السينما لمشاهدة فيلما كرتونيا مثلا بذلك نجعل لأبنائنا رصيد من الذكريات الجميله التى تجمعنا بهم تُحفر فى ذاكرتهم إلى الابد ٠

- ويمكن أن يكون التعبير عن الحب ب:-

- تقديم الهدايا فالأبناء يسعدون بتقديمِ آبائهم الهدايا لهم وما يجب علينا فعله هنا هو أن نتلمس نوعية الهدايا التى يفضلها أبنائنا فلكلٍ رغباته التى يجب مراعاتهما ؛ وليس من الضرورة المبالغه فى قيمة الهدية بقدر كبير ولكن

الأهم هو نوع الهدية المقدمه وطريقة تقديمها لأن ذلك يعكس مدى اهتمامنا بأبنائنا وما نفضله من بذل جهد فى سبيل إسعادهم.

- وفى النهاية قد يكون التعبير عن الحب ب:-

- اللمسه الحانية تلك اللمسات الدافئه تملك الصغار فى لحظات ؛ فالأم والأب هم الأشد احتياجا لتملك قلوب صغارهم فهم بفعل هذه اللمسات يعبرون لهم ويترجمون لهم حبهم بشكل ملموس يشعرون به.

- وقد نجد كثيرا من الآباء والأمهات من يجدون صعوبة فى معرفة اى من لغات الحب تلك السالف ذكرها يفضلها أبنائهم فمن الأطفال من يفضل اللمسه الحانية ومنهم من يفضل ترك العالم كله والالتصاق بأحد والديه وقضاء اللحظات الجميله معه وتكوين ذكريات ممتعه بالنسبة له

- ومنهم من يفضل عبارات الحب والإطراء ويتلذذ بسماعها

- فهى تملك مشاعره وتؤثر فيه بشده ؛ ومنهم أيضا من يحب الهدايا فهى تُعد بالنسبة له دليل على حب والديه واهتمامهم به وتُعد مصدر إسعاده وتترك فى نفسه أثر طيب؛

- كل ما على هؤلاء الآباء والأمهات الحائرين والذين يجدون صعوبة فى معرفة أى لغة حب يُفضلها ابنائهم ؛ هو

ملاحظة اطفالهم أثناء تعبيرهم عن حبهم سواء معهم أو مع الآخرين ؛ ومعرفة اى لغة هم يستخدمونها

obeikandl.com

- **الفقره السادسة دعوه للإنصات....**

- إن فى الإنصات الفعال لأبنائنا لَسِّر من أسرار الحب والارتباط الوطيد بين الأبناء ووالديهم.. فما أقصده هنا من الإنصات الفعال هو ذلك الإنصات الذى يختلف فى الكيفية عن الاستماع فهو يكون بكامل الاهتمام وبلغة الجسد حيث انه بمجرد ابتداء الابن فى الحديث ننظر فى عينيه وتلامس يدنا يده فإن ملامح الوجه ونبرات الصوت المعبره عن الحب والحنان من شأنها أن ترسل برسائل إيجابيه للابن وتبعث فى روحه الطمأنينة فكل ما عليكما ايها الوالدان هو الإبتسامه فهى تبعث الانشراح فى النفس

وهنا علينا التنبيه على خطأ فى غاية الخطورة وقد يقع فيه كثيراً مِنّا ٠-

- وهو توصيل شعور سلبى إلى الابن حينما نسمعه على مضض أو نكلمه وننظر إلى الساعة فيشعر بعدم رغبتنا فى سماعه

- إذا تجنبنا هذه الأخطاء فإن حديثنا مع أبنائنا ومع الإنصات إليهم واهتمامنا بحديثهم من شأنه أن يطمئنهم ويجعلهم متوازنين نفسياً ٠ فالأطفال عادة ما يكون لديهم الرغبة فى العناد وعدم تلبية امر الأب أو الأم بسهولة خاصة فى مرحلة الطفولة وكذلك فى المراهقة ٠ لذلك أرى

أن الإنصات الفعال للأبناء هو السبيل للقضاء على مقاومة الابن لوجيهات الآباء ٠

- فالإنصات ضرورة أخلاقيه ومهارة ضرورية
- يكننا كآباء وأمهات تمرين أنفسنا عليه ؛ وذلك بتخصيص وقت ولو قصير للإنصات إلى حكايات صغارنا ومعرفة ما يدور بخاطرهم ؛ فذلك يجعلنا أكثر قرباً من قلوبهم ذلك وأن اصطحاب هذا الأسلوب بالتشجيع وعبارات الإعجاب من شأنه أن يصل بنا إلى قمة الاتصال الملئ بالحب والشوق والتعلق ٠
- أنصتوا لأبنائكم حتى ينصتوا إليكم

obeikandl.com

- **الفقرة السابعة دعوة للتصبر...**

- فى بداية دعوتى لكما أيتها الأم أيها الأب الحنونان إلى التصبر أحب أن أعرفكم بصديق حميم قد يكون مرافق لكما فى رحلتكما لتربية أبنائكم تربية ايجابية فقد يكون مصاحبكم فى نزهاتكم وفى زيارتكم العائليه وفى المنزل حتى أنه قد يكون متواجد معكم على طاولة الطعام أثناء تناول صغاركم الطعام، وقد تستدعونه فى أوقات كثيرة ليساعدكم فى تخطى اللحظات الصعبة، فذلك الصديق الآباء المتهورون ولا يصادق سريعى الغضب أو سيئ الظن وإنما فى الحقيقة يصادق من هو يقدر قيمته.

- الصبر.. ذلك الصديق الذى إذا ما استدعيته فى اى لحظه يكون بمثابة المسكن الذى يمتص الغضب كما يمتص الأم.

- لا تدعيه أبدا يهرب من بيتك أيتها الأم فأنت دائما بحاجه إلى الصبر منذ ولادة ذلك الصغير حتى يكبر يوما بعد يوم فلأبد من الصبر على تعليمه والصبر على أخطاءة وخاصة فى مرحلة التعليم المدرسى. فكم من أم تفقد صبرها أثناء تدريس أبناءها. ولو أنها تعاملت مع أبنائها واضعه امام عيناها قول رسول الله صلى الله عليه وسلم " إنما العلم بالتعلم وإنما الصبر بالتصبر "

- ولذلك ففضلت تسمية تلك الدعوة بالتصبر وليست بالصبر لأننا نحن من نملك إلارادة كآباء وأمهات لكى نعين أنفسنا على تخطى الصعوبات فيكتسب أبنائنا تلك الصفه على المدى الطويل فعلينا أن نتصبر كما علمنا الحبيب حتى ننجز مهامنا فى هذه المرحلة المهمة

- فيصبح علينا الآن إجبار أنفسنا على الصبر وتعويد النفس يحتاج إلى فترة من الزمن ليست بالقليلة وإنما بإلاصرار سننجح ونصبح فى النهاية قادرين على العبور بأبنائنا من الازمات و الصعوبات بهدوء وبنجاح، فالصبر صفه هى فى الحقيقة حليفة النجاح، فذلك وعد الله فقد قال تعالى " وبشر الصابرين "

obeikandl.com

- **الفقرة الثامنة دعوة لتبادل الأدوار...**

- قد يوجد فى الواقع الكثير من الطرق و الحيل لدينا لاجتياز المواقف الصعبة و الحساسة فى حياة أبنائنا تلك المواقف التى قد يكون منها الصعب ومنها الطريف ومنها المحزن ومنها أيضاً ما يدعوا للقلق قد تبدأ مع أبنائنا منذ مولدهم وقد لا تنتهى أبداً فقد تجد منا من يتغافل عنها أو يتجاهلها ظناً منه أنه بهذا الأسلوب قد يجتاز ألازمه ويعبر الموقف دون تأثر، ومنا من تجده يبتعد ويفضل الهروب مع إلقاء المسؤليه على الطرف الآخر لكى يواجه هو تلك المواقف، ومنا من تجده يحلق فى سماء الخيال الفسيح فيرى أبنه مثلاً شريرا يخطط ويدبر لكى يضع والداه فى مأزق قد يصعب عليهم الخروج منه أو على النقيض من يرى أبنه ساذجاً إلى درجه الحماقة حتى أنه ينزع منه كل ثقة قد أكتسبها فى حياته،

- وأنا أرى من منظورى الشخصى أن الأمر يمكن تخطيه بسهوله وبساطه ودون تعقيد عن طريق تبادل أدوارنا مع أبناءنا فإذا ما واجهنا موقف ما من أحد أبنائنا نرى فيه نحن أنه مخطئى أو حتى اعتبرنا خطاة خطأً جسيماً فما علينا فعله فى تلك الحظه هو وضع أنفسنا وبكامل التصور محل هذا ألابن، فذلك التصور قد يستغرق دقائق ولكن علينا أن ننتبه أنه لابد من إعمال هذا التصور منذ الوهلة الأولى وقبل ألانفعال أو الغضب، فذلك قد

يتطلب منا معرفة متطلبات المرحله العمريه من الدعم النفسى وغيره لهذا الابن فيتسنى لنا بمجرد النظر بعمق فى عيون ذلك الصغير، وملاحظة تعبيرات وجهه معرفة دوافعه لارتكاب ما أغضبنا.

- فبمجرد تدريب أنفسنا كأم وأب على ذلك التصور والذى أعتبره تمريناً قد يمرن الشخص على فعلة مرة بعد مرة قد يجنبنا الكثير من الخسائر وينقذ علاقتنا بأبنائنا والتى قد تضر فى لحظات ألانفعال.

- مرنى نفسك..مرن نفسك.. ودعونا نتبادل الأدوار مع أبنائنا ليس فقط وقت الخطاء

- وأرى أنه يتعين على الآباء يمكننا أن نصنعها لعبه نلعبها سوياً مع أبنائنا " لعبة تبادل الأدوار"نضفى عليها أجواء المرح وسوف تندهشون من أبنائكم وتسعدون بهم.

openkandil.com

- **الفقرة التاسعة دعوة للإفصاح عن حبنا لأبنائنا...**

- -الحب كلمة مكونه من مقطعين " الحاء " وهو حرف يخرج من أسفل الحنجرة أما " الباء " فهو يخرج من الشفتين ليعبر عن المعنى فلا يحتاج هذه الكلمه إلى ترجمه حرفيه وإنما تحتاج إلى ترجمه حسية.

- -فكما اننا ملزمون بتسديد احتياجات أبنائنا من ملبس، ومأكل، ومأوى. غير أننا مسؤلون عن رعايتهم الصحية والنفسية والبدنية

- و الأمهات فى هذه الأيام المليئة بالأزمات والضغوط أن يولوا الجانب النفسى عند أبنائهم الاهتمام الأكبر.

- - فإن الأقراط فى استعمال لغة الحب و العبارات المفعمة بالحب تجاه أبنائنا لا يعنى بالضرورة أن ينتج طفلاً متمرداً ذائد الدلال.

- بل يعنى أننا قد أمنا هذا الطفل فى المستقبل من مخاطر قد تعصف به وبمشاعره فى مراحل حرجه كمرحلة المراهقة، فلكل طفل مستودع عاطفى وعلينا نحن كآباء و أمهات مليء هذا المستودع بالحب والود وعبارات المحبه حتى يتشبع هذا الصغير فيصبح فى المستقبل شخصاً سؤلا.

- - فالطفل الذى يلمس المحبه والرعاية منذ الطفولة يحقق النتائج المرجوة منه فعندما يشعر الطفل بالحب من والده فإنه يصبح اكثر إستجابه للتربية والتهذيب، لأنه قد وصله شعور الحب الصادق الغير مشروط من والديه

- فالحب الغير مشروط يفهمه جيداً الصغار الأمر الذى يغفل عنه الكثير من الآباء والأمهات

- فلا يجب أن نعبر عن حبنا لأبنائنا فقط في أوقات تفوقهم الدراسي أو تميزهم الرياضي أو أثناء ابرازهم لمواهبهم بل يجب علينا التعبير عن الحب في كل الأوقات وخاصة الأوقات العصبيه فهذا يشعرهم بالأمان أو الثقة بنا .

- فالمحبة الغير مشروطة هي السبيل الوحيد لتفادي مشاكل التمرد والنغمة والشعور بالرفض وعدم تقبل تلك المشاكل التى قد نراها كثيرا في فتره المراهقة .

- فلا سبيل أمامنا سوي الإفصاح عن حبنا لأبنائنا،فهناك حاجه ضرورية وملحه لأن أقول إلي ولدي أنت مهم ومحبوب بالنسبة لى حتى وإن أخطأت حتى وإن لم تنجز فأنت بالنسبة لي تعني الكثير،أنت بالنسبة لى أهم إنسان في الوجود.

- **الفقره العاشرة: دعوه لمنح أبنائنا الاستقلالية.....**

- تلك المسؤليه التي منحها الله لنا والتي يستشعرها بعض الآباء والأمهات لشده حبهم لفلذات أكبادهم والتي تجعلهم دائمي البحث لأساليب لتنميه قدرات أبنائهم الأجتماعيه أيضا.

- ذالك ما دفعني أب أكتب دعوتي هذه عن طرق وأساليب تجعلنا قادرين علي منح الاستقلالية لأبنائنا الصغار بداية من إعطائهم فرص اختيار ملابسهم وطعامهم الذي يفضلونه أو المكان الذي يودون التنزه بة أو حتى ألوان غرفتهم

- وعن الأساليب التي قد نالت استحسان الكثير خاصة فيما يتعلق بالأطفال في مرحله المدرسه.

- وهي عمل جداول للسلوكيات وتعليقها في غرفهم وجعلهم يقومون هم بوضع علامات أمام السلوك الحسن إذا قاموا بفعله فذالك يمنحهم الثقة والاستقلال فيصبحون هم المراقب الأول علي تصرفاتهم ويعي معني الاستقلال في التصرف ويحسن سلوكه الغير مرغوب فيه في ذات الوقت.

- وقد قمت أنا بعمل تلك الجداول وتلمست أثرها الطيب علي أبنائي وخاصة مع وضع مكافئات رمزيه أو هديه في نهاية الجدول للفائز والحاصل علي علامات صحيحة أكثر وإليكم نموذج لأحد هذه الجداول.

وعلي جانب آخر قد تنمي روح الاستقلالية والشعور بالمسؤولية عند أبنائنا كوننا أباء وأمهات قدوه حسنه.

- فقد جاء في الأثر أن عتبه بن أبي سفيان قال لمؤدب أو معلم ولده "ليكن أول إصلاحك لولدي إصلاحك لنفسك، فإن عيونهم معقودة بك، "فالحسن عندهم ما صنعت والقبيح منهم ما تركت "

فللقدوة الحسنه أثر كبير في نفس الطفل إذا كثيرا ما يقاد الطفل والديه حتى أنهم يطبعون فيه أقوي الآثار.

ولقد حثنا النبي صلي الله عليه وسلم أن تكون قدوه حسنه في خلق الصدق أثناء تعاملنا مع الأطفال، فعن أبي هريرة رضي الله عنه عن الرسول صلي الله عليه وسلم أنه قال:"من قال لصبي تعال هاك،ثم لم يعطيه فهي كذبه"

- وعن كون الوالدين قدوه حسنه فإن الطفل الصغير يكون دائم الترقب لسلوكهما فمثلا عند منحنا أبنائنا الاستقلال في اختيار ما يودون رؤيته أو مشاهدته في التلفاز وقد يجلس الأب أو الأم بجوار أبنائهم ومشاركه أبنائهم في المشاهده والاستمتاع سويا وتوجيههم وإبداء

ملاحظتهم إذا ما رأوا ما يتعارض مع القيم والمبادئ التي يودون زرعها بأبنائهم

- فالوالدان مطالبان دائما بتطبيق أوامر الله تعالي وسنه رسوله سلوكا وعملا والاستزادة من ذالك قدر الإمكان،فأطفالنا في مراقبه مستمرة لنا صباح مساء، فقدره أطفالنا علي الالتقاط الواعي وغير الواعي كبيره جدا ،فنحن دائما ننظر إليهم كونهم ذالك الكائن الصغير الذي لا يعى ولا يدرك !!

obeikandl.com

- **الفقره الحاديه عشر:دعوه للعدل والمساواة...**

كثيراً ما ينشد الآباء والأمهات صفة العدل والمساواة فى المجتمع المحيط ويتمنون أن يروها سائدة فى مجتمعاتنا ولا يدرون أن ذلك المبدأ إنما ينبع من داخل الأسرة وأنه لابد من تطبيقهم لهذا المبدأ داخل مجتمعهم الصغير أولاً حتى ينتقل بالتبعية إلى المجتمع الكبير.

لاشك أن هذا الركن بالتحديد مخاطب به فى المقام الأول الآباء أعنى الوالدين وعليهم الالتزام به حتى يشجعون أبنائهم على المسارعة فى طاعتهم وبرهم.

- فشعور أحد الابناء أن والديهم قد يميلون إلى أحد الأخوة دونه قد يولد شعوراً بالحقد و الحسد لدى هذا الصغير قد لا يستطيع الآباء كبح جماح هذا الشعور خاصة مع إهمالهم لمبدأ العدل و المساواة بين أبنائهم.
- فتميز بعض الأولاد على البعض الآخر، أمر من شأنه توليد العداوة و الحقد والبغضاء ويؤدى إلى قطيعه الرحم عند الكبر
- وقد حثا الرسول الكريم على المساواة بين أبنائنا حتى فى القبله وعدم التفريق بين الصبى والبنت
- وما علينا تذكرة دائماً أن ما تزرعه اليوم بين أبنائنا من محبه و مؤاخاة و مساواة سوف نحصده فى الغد ألفه و اخوة و ترابط إلى الأبد.

الفقرة الثانية عشر دعوة للتروى وتصحيح الأخطاء

-قد يكون انتزاع الخطأ من جذوره نجاحاً مبهراً وتقدماً عظيماً فى عملية التربية.

فأبنائنا حين يخطئون يجب علينا كآباء و أمهات التروى ولو للحظات قليله قبل الشروع فى أخذ أى خطوة نحو تأديبه، فبتمعن النظر إلى الخطاء قد نجدة إما أن يكون سببه فكرة خاطئة حصل عليها الطفل من خلالنا فيتصرف بناءً عليها فأخطأ، أو أن الطفل قد لا يستطيع أن يقوم بعمل معين ولم يتدرب عليه بالشكل الكافى فيخطأ عند فعله، أو أن الطفل يحمل صفة العند ويصر على فعل الخطأ، فإذا قمنا نحن كآباء وأمهات بالتروى وتفسير الخطأ، ولماذا اقام أبننا بهذا الخطأ؟

- فذلك قد يسهل علينا الكثير لإيجاد حلول وتصحيح الخطأ وتلاقى الكثير من الانفعالات التى من شأنها أن تأرق مشاعر أبنائنا تجاهنا.

- فعند تصحيح الخطأ القائم على أفكار غير صحيحة:-

- فعلينا نحن أن تعلم أن الطفل قد لا يدرك أحياناً الكثير من الأمور ويجهل الكثير وأنه ليس مثلك في فهم ووعي الأمور والتي تطورت بالنسبة لك عبر السنين فهو مازال صغيرا ويحتاج إلي التوجيه والشرح والتفسير وغيرها....

- ومن واجبنا هنا أن نرفق بهذا الصغير فالرفق واللين في الحديث قد يوصل الفكره الصحيحة بشكل أسهل وأسرع.

- فليكن شعارنا الرفق واللين مع أبنائنا ولنا هنا في رسول الله(ص)أسوه حسنه فقد كان رسول الله صلي الله عليه وسلم أرفق البشر وألينهم.فقد قال رسول الله (ص) يا عائشة "أرفقى،فإن الله إذا أراد بأهل بيت خيرا أبخل عليهم الرفق"

- وعند خطأ أبنائنا في فعل أشياء لم يقوموا بفعلها من قبل أو لم يتدربوا عليها جيدا.

- فإن العقاب في هذه الحاله يعد ظلما وجهلا، فتري كثيرا من الأمهات تعاقب أبنائها وتزجرهم زجرا عند الخطأ أثناء الدراسة مثلا وقد يكون معلم أو معلمه الصف لم تقم بتدريبهم التدريب الكافي أو أنهم يحتاجون إلي المزيد من التدريب حتى يتجنبون الوقوع في الخطأ.ولذالك فعلي الام أو من يدرس الأبناء التروي وإعطاء الفرصه لهم للتدرب أكثر من الأفضل القيام بهذا التدريب امامهم أكثر من مره حتى يستطيع فعلها، فالتدريب العملي كطريقه لتصحيح أخطاء أبنائنا طريقه مثلي تأتى بنتائج عظيمه وفي وقت سريع.

- ولنا هو أسوه حسنه في سيدا شباب الجنه "الحسن والحسين" رضوان الله عليهم حين مروا برجل كبير لم

يحسن الوضوء فقاما يتوضأن أمامه ٠كنوع من التدريب العملي لتصحيح الخطأ

- أما عن حاله أتصاف الابن بصفه العند، والإصرار علي فعل الخطأ ٠

- فعلينا وقفه هنا مع قول علماء التربيه إذا أن ما يكون الآباء والأمهات هم السبب فى تأجيل العناد لدى الأطفال ، فالطفل يولد لا يعرف شيئاً عن العناد، فالأم أو الأب يتعاملان مع الطفل بحب ويتصوران أن من التربيه عدم تحقيق كل طلبات الطفل فى حين أن الطفل يصر عليها وهم يصران على العكس فيتربى الطفل على العناد.

- وفى هذه الحاله يجب فعل الخطوات الآتيه للتخلص من مشكلة العند عند الأطفال:-

- ١-البعد عن إرغام الطفل على الطاعة، وللجوء إلى دفء المعاملة والمرونة فى الموقف واللين، فالعناد اليسير يمكننا أن نغض الطرف عنه، ونستجيب لما يريده الطفل ما دام أيضاً هذا فى حدود المقبول عند الأبوين

- شغل الطفل بشيء آخر والتمويه عليه إذا كان صغيراً ومناقشته والتفاهم معه إذا كان كبيراً

- عدم صياغة طلباتنا تشعر أبنائنا بأننا نتوقع منهم الرفض، فذلك يفتح أمامهم الفرصه لعدم الإستجابه و العناد.

- عدم وصف الابن بالعناد على مسمع منه، ومقارنته بأطفال آخرين
- العقاب عند وقوع العناد مباشراً، بشرط معرفة نوع العقاب الذى يجدى مع هذا الابن، لأن نوع العقاب قد يختلف فى شكله وتأثيره من طفل إلى آخر. ولكن علينا البعد عن العقاب البدنى والشتم، فإنها لن تجدى أبداً فى هذه الحاله بل تزيد الأمر سوءاً وتشعر الابن بالمهانة والانكسار.
- وأخيراً علينا أن تمدح أبنائنا عندما يظهر منهم بادرة حسنه فى أى تصرف.
- وعلينا أن ندرك فى النهاية أن معاملة الطفل العنيد ليست بالأمر السهل مهى تتطلب من جانب الأبوين الحكمه والصبر وعدم اليأس. والله المستعان

oneikandi.com

الفقرةالثالثة عشر دعوة لزرع الحب والاحترام بين أبنائنا٠٠٠

- إن من أخص العلاقات وأوثقها رباطاً هى علاقة الأخ بأخيه داخل الأسرة الواحدة، لكنها فى الواقع تتوتر كثيراً فى مرحلة الطفولة لكثرة الشجار بين الأبناء فى هذه المرحله لذا يجب علينا الحرص على زرع وتنميه المحبه والاحترام بين اطفالنا فى الصغر.

- وهناك أيضاً وسائل وأساليب عديدة لتنمية الحب والاحترام بين الأبناء فمنها على سبيل المثال.

- احترام الخصوصية. فالمربى الواعى يعرف جيداً قيمة احترام الخصوصية فيزرع فى أبنائه هذه القيمة بتعريفهم وتعليمهم قواعد احترام خصوصية الأخ فمثلاً: لا يسمح له بفتح أو تفتيش حقيبة اخيه دون علمه وأيضا تعليمهم قواعد الاستئذان قبل دخول غرف بعضهم. وذلك فى ضوء القران الكريم والسنة المطهرة ليرتبط هذا المفهوم لديه بطاعة الله ورسوله منذ الصغر.

- فن الاعتذار. إذا أردنا تفادى العديد من المشكلات التى قد تحدث فى المستقبل بسبب التكبر و التعالى وعدم الاعتراف بالخطاء،

فعلينا كمربين تعليم أبنائنا الاعتذار عندما يخطؤن بأن يكون لهم قدوة فى ذلك، وعندما يتشاجر الأبناء يجب علينا

التدخل والفصل بينهم وتفهم الموقف وتشجيع المخطئ على الاعتذار لأخيه الذى اخطأ بحقه.

فكم من الكبار البالغين من لا يستطيع الاعتذار إلى الآخر عند الخطأ، وذلك لأنه لهم ينشأ منذ الصغر على الاعتذار إلى الآخر عند الخطاء، وذلك لأنه لم ينشأ منذ الصغر على الاعتذار عند الخطأ.

فلنعلم أبنائنا كلمة " أنا آسف " فعند إخبارك أحد أبنائك بأنه أخطأ فى حق أحد أصدقائه أو أحد معلميه بالصف فعليك أن تشجعه على المبادرة بالاعتذار فوراً ودون تردد ومن المفضل مصاحبة الاعتذار بهدية تعبر عن المشاعر الطيبه فذلك السلوك السيئ قد يمحى بالسلوك الطيب فيعد ذلك الاسلوب من أمثل الطرق فى تعديل سلوك أبنائنا وهو محبب عندهم.

- السلام عند اللقاء بحب و عند الوداع بحب.
- من الجميل أيضاً تعليم أبنائنا كيف يسلمون على بعضهم البعض عند اللقاء وعند الوداع بالابتسامة واحتضان بعضهم البعض فتعلمهم قيمة الإبتسامه والتعبير عن المشاعر الطيبه.
- " ما من مسلمين يلتقيان فيتصافحان إلا غفر لهما قبل أن يتفرق صحيح سنن أبن ماجه: **2/302**

- **الفقرة الرابعة عشر دعوة لتحديد الأولويات...**

- إذا سألت الأم وبالتحديد الأم لأنها من يقع عليها العبء الأكبر فى التربيه بحكم الظروف والطبيعة وما خلقت له وفطرت عليه ما هى أولى أولوياتكم لجاوبتك ودون تردد "أبنائى " وهذا ما أتفق مع الجميع عليه ولكنى لا أتفق على أن جميع الأمهات يطبقون ذلك فعلياً وإن كانت ممن يتبنون هذه الإجابة.. فقد أرى كثير من الأمهات الأتى يتفطرن على أبنائهن فى كل يوم ويبكين مرارة وحسرة على ما قد يفقدن من مشاعر أبنائهن تجاههن وذلك بسبب انشغالهن بما هو للأسف أدنى أهميه من هؤلاء الصغار،

- قد يكون رأي فى هذه الدعوة تحديداً صريحاً وواضحاً وقد لا يستحسنه البعض، ولكن ما يسعنى قوله هو أنك تملكين الاختيار.

- فى الواقع من خلال إطلاعى تبين لى أن الأم ليست فقط بالمدرسة وإنما هى العالم الذى يؤثر فى الابن ويحتويه ويحتضنه منذ اللحظه الأولى فهى ملاذه فى هذه الدنيا وهى النافذة التى يطل منها هذا الصغير على العالم يشاهد ويتعلم ويعى ويدرك ويحب ويكره.

- فإذا كانت هذه النافذة تفتح له بمواعيد محددة وتغلق فى وجهه هذه الدنيا بما بها من صعوبات فى مستقبله.

- لهذا أرى أن على كل أم منشغلة عن أبنائها أن تعيد ترتيب أولوياتها وتضع أبنائها فى المقدمه فتخصص لهم

الوقت الكافى لربيتهم وتوجيههم وتعليمهم والتنزه معهم والاستمتاع معهم بهذه المرحله المهمة من حياتهم.

- فكم من أم سخرت بذكائها كل طاقاتها لتنهض بأبنائها وتصبح هى أول معلم يزرع بداخلها العقيدة، والعلوم، والفنون، والحب، والخير وكل طيب لتكون تلك الزرعه المغروسة بداخل أبنائها أساس حياتهم لينهضوا بالأمة لتسعد بهم ويسعدوا بها. فحصاد اليوم هو غراس الأمس.

- فلنذكر أنفسنا دائماً أن حياة أبنائنا كاللوحة فأن عبنا عنهم، غابت الوان اللوحه فهذا لا يفقدهم الحياة وإنما يفقدهم طعم الحياة.

- فنصيحتى لك أيتها الأم. إجعلى أبنائك فى مقدمة عملك أو وظيفتك

- " اجعليهم فى المقدمة يجعلوك فى المقدمة "

obeikandl.com

- **الفقرة الخامسة عشر دعوه للاحتفال بإنجازات أبنائنا**

فمن الأشياء الرائعة تعلق بذاكرة أبنائنا ولا تنسى هى جعل ما يحرزه أبنائنا من إنجازات احتفالا يدخل الفرح و السرور على نفوسهم فيرتبط هذا الانجاز فى ذاكرتهم بمناسبة سعيدة تظل معهم حتى الكبر، وهذا يسمى الارتباط الشرطى وهو أمر لابد من التنبه إليه أثناء تربيتنا لأبنائنا.

فمن المهم أن نعلم جيدا أن أبنائنا عندما يكبرون لن يتذكروا ثمن الهدايا التي أهديناها لهم في الصغار وفي أي الماركات كانت وإنما ما يحملونه بذاكرتهم هو ما صحبها من ابتسامات وقبلات وعبارات حب،ما سيعلق في أذانهم هي المشاعر وليست الماديات إنما المشاعر هي من تبقي والمادة هي من يفني.

Orbeikandi.com

الفقره السادسة عشر دعوه لدعاء لأبنائنا...

_ لا يسعنى فى النهاية غير أن أدعوكم كآباء و أمهات مسئولين عن اغلى نعم الله فى الوجود بتضرع بين يدي الله تعالى والدعاء لأبنائنا ، فالدعاء أحد الأركان الأساسية في بنائهم ونشأتهم تنشاه سويه ٠

لذا فعلينا نحن الألتزام بالدعاء دائما إذ أن دعاء الوالدين مستجاب عند الله تعالي،فبالدعاء تزداد المحبه والعاطفة وتتمكن الرأفه والرحمة من قلب الوالدين،فالمتضرع إلي الله ونبتهل إليه أن يصلح حاضرهم ومستقبلهم بهذا نجد النهي النبوي للإباء في الدعاء علي الأبناء

-وقد روي أبو داود عن رسول الله صلي الله عليه وسلم ٠

"لا تدعو علي أنفسكم،ولا تدعو علي أولادكم ولا تدعو علي خدمكم ولا تدعو علي أموالكم لا توافقوا من الله ساعة فينزل فيها عطاء،فيستجاب لكم" لنكن سببا في صلاح ذريتنا ٠

وجعلهم أكثر قربا وحبا ورفقا بنا

إذا ماأتبعنا تلك الدعوات البسيطة التطبيقات التي أسردتها لكم في هذا الكتاب مستعينين بالله تعالي في كل خطوه ٠

مراقبين لله مطبقين الأوامر متضرعين إليه بالدعاء ٠

ولله الموفق والمستعان

"حفظ الله لنا ذريتنا من كل شر"

الفهرس

المقدمه	٣
بدايتى	٥
دعوه للقراءة	٧
دعوه للاحتواء	٨
دعوه الى نبذ السلبيات	٩
دعوه للحوار	١٠
دعوه للتعرف على لغة الحب المثالى لأبنائى	١٢
دعوه لإنصات	١٦
دعوه للتصبر	١٨
دعوه لتبادل الادوار	٢٠
دعوه لإفصاح عن حبنا لأبنائنا	٢٢
دعوه لمنح ابنائنا الاستقلالية	٢٤
دعوه للعدل و المساواة	٢٧
دعوه للتروى وتصحيح الأخطاء	٢٨
دعوه لزرع الحب والاحترام بين أبنائنا	٣٢
دعوه: لتحديد الأولويات	٣٥
دعوه: لاحتفال بإنجازات أبنائنا	٣٧
دعوه: للدعاء لأبنائنا	٣٨

obeikandl.com