



كيف حالكم أيها الآباء والأمهات؟ نعود اليوم مرة أخرى لنكمل ما بدأناه في المقال الماضي حول أثر تصرفات الآباء على سلوك الأبناء وقد ذكرنا أربعة منها سابقاً، واليوم سنكمل أربعة أخرى على لسان الطفل نفسه.

## أهم القواعد للتعامل مع الأطفال (2):

- إذا تحدث طفلك وعبر عن مشاعره، فاستمع له باهتمام، وإذا رأيت أنه من الهام إعطاء رأيك فاصبر حتى ينتهي من حديثه، عندها سيقبل ما تقوله "استمعوا لي عندما أتحدث أو أعبر عن مشاعري وانظروا إلي، ولا تقاطعوني مباشرة بالنصائح والتعليمات": فالإنسان بشكل عام والطفل بشكل خاص يحب ويرتاح عندما ينصت إلى حديثه الآخرون وخاصة عندما يعبر عن مشاعره، ولا يرتاح في الحديث مع من يقاطعه مباشرة ويبدأ بإغداق النصائح والآراء دون أن يدعه يكمل حديثه، فالإصغاء مهارة هامة في التواصل، ولها فوائد كثيرة تعود على الطفل، فهي تُشعره بقيمته، وتساعد على بناء جسور الثقة بينه وبين الأهل، وتجعله يرتاح في الحديث معهم وتقوي العلاقة معهم، وتنمي شعوره بالمسؤولية ومهاراته في التواصل والتعبير والاستماع، وتعزز قدرته على حل المشكلات.
- ليس كل ما يُسعد الطفل مفيد له، وكثيراً من الأحيان تكون مصلحة الطفل أهم من سعادته المبنية على ضرر "تذكروا!! ما يسعدني ليس هو دائماً ما يفيدني": فما يطلبه الطفل بشكل عام ويجعله سعيداً إذا حصل عليه ليس مفيداً بالمطلق، وربما بعض الآباء والأمهات لا يستطيعون أن يرفض طلباً لابنهم خوفاً من حزنه أو اعتقاداً خاطئاً بأنه إذا لم يحقق للطفل ما يريد دائماً سيعلمه ذلك أن يطلب ويتسول من الآخرين، فما يُسعد الطفل هو أن يحصل على الكثير من الحلو ولكن ما يفيدته هو القليل منها، وما يسعده هو الجلوس على الموبايل أو الشاشات طوال النهار ولكن ما يفيدته هو تقنين الوقت وتقليله وتوزيع مرات المشاهدة على عدة أوقات وما يُسعدته أيضاً هو القيام عنه بكل واجباته المدرسية وغير المدرسية ولكن ما يفيدته هو تحميله مسؤوليته نفسه بما يناسب سنه وقدراته وهو ما قد يكون صعباً في البداية ولكنه يربحنا كثيراً فيما بعد.

## أهم القواعد للتعامل مع الأطفال (2):

• من الطبيعي أن يختلف الوالدان وتحصل بينهما بعض المشكلات ضمن حدود معينة، ولكن ليس من الطبيعي أن تُحل هذه الخلافات أمام الأبناء "أبي ... أمي!! ابتعدوا بخلافاتكم عني"; فالخلافات والشجارات المتكررة أمام الأبناء لها مخاطر كبيرة على صحة الطفل النفسية والعاطفية وخاصة إذا احتوت على الصراخ العالي والالتهامات والشتائم، فهي تؤثر كثيراً على شعور الطفل بالأمان فإذا تحول مصدر الأمان الرئيسي للطفل وهما الوالدان إلى مصدر خوف ورعب، فكيف هو العالم الخارجي بنظر الطفل؟ وبالتالي قد يعاني الطفل من الخوف وتشتت الانتباه والشروع، حتى أنه قد يصبح عدوانياً، وهنا لابد من التنويه بأن الحياة الزوجية لابد أن يتخللها بعض الخلافات، ولكن من الهام جداً حلها بعيداً عن الأبناء وعدم جعلهم ضحية هذه الخلافات.

• ببساطة شديدة إذا أردت من ابنك أن يفعل شيئاً أو يعتاد عادةً تريدها فافعلها أمامه ولا يُخالف فعلك قولك "والدائي العزيزان: كيف تريدان مني الالتزام بأمر وأنتما لا تفعلاه وأن أتوقف عن فعل أمر أراكما تفعلاه (أنتما قدوتي)؟"; فالفعل بالنسبة للطفل أبلغ وأقوى ألف مرة من القول، فكيف نطلب من طفلنا أن يكون صادقاً ونحن نكذب أمامه وكيف نطلب منه أن يلتزم بنظافة الأماكن العامة ويرانا نرمي الأوراق على الأرض وكيف نطلب منه ألا يصرخ في الحديث ونحن نصرخ؟؟ حيث أنه دائماً ما تكون أعين أبنائنا معقودة على أفعالنا قبل أقوالنا وعندما يرى التناقض والاختلاف بينهما يفقد المعيار الصحيح وعندما حتماً سيستجيب للفعل وليس للقول

ختاماً:

أبي ..أمي هاقد وضعت أربعة قواعد أخرى بين يديكم وسيكون هناك المزيد في الأيام القادمة بإذن الله ومجدداً أشكركما على اهتمامكما وعلى كل ما تفعلاه لأجلي فأنا مرآتكما إلى لقاء آخر .....



ولدكما المحب