

الرعاية النفسية للطفل



الكثير من الآباء اليوم مشغولون ما بين طاحونة العمل وواجبات الأسرة والبيت، وبالتالي قد لا يولون الأهمية الكبيرة لرعاية الطفل النفسية كما يولونها لتوفير ما يحتاجه من ماديّات واحتياجات، والوقت الذي قد تقضيه مع طفلك على مائدة العشاء أو في أثناء اصطحابك له للمدرسة ليس كافياً أبداً، لكي تفهم طفلك يجب أن تخصص وقتاً كافياً للحديث واللعب معه ومشاركته فعالياته وعالمه الصغير.

فمن خلال محادثة مع طفلك قد تعرف الكثير عمّا يحدث معه في الخارج، سواء مع أصدقائه أو في المدرسة، قد تعرف هواياته واهتماماته، وقد تستطيع فهم نقاط ضعفه ومخاوفه، فالكثير منّا يكتشف أنّّه عاجزٌ عن التعبير عن نفسه أو عكس ما يجول في عقله ولا وعيه عندما يكبر، فقط لأنّه لم تتح له تلك الفرصة حين كان صغيراً.

معظم مخاوفنا من التعبير عن الذات ونقل أفكارنا ومشاعرنا وعواطفنا بصورة صادقة وصريحة دون خوف أو تردد قد يكون سببها عجزنا عن قيامنا بذلك في أثناء طفولتنا، أو أنّنا لم نجد الشخص الذي نثق به - ومن المفترض أن يكون الوالدان في الطفولة - لننقل له كلّ ذلك، فبتنا خائفين من أن نفهم خطأً أو لا نجد مَنْ يفهمنا بالأصل في حال جرّبنا أن نتحدث بها مع أحد لاحقاً.

خصص وقتاً كاملاً لطفلك، للاستماع إليه ومحادثته وسماع قصصه وحكاياته، ولا تجعل من هذه الفعالية جزءاً من فعالية أخرى كتحضير طعام العشاء أو مشاهدة برنامج تليفزيوني ما، الأمر الذي يجعلك تستوعب أفكاره بشكلٍ شبه كامل دون أن تضع بعض التفاصيل.

قد يعرف الآباء الكثير عن علم وظائف الأعضاء بشكلٍ عام، لكنهم لا يولون اهتماماً كافياً بكيفية عمل دماغ أطفالهم، والذي بدوره يمكن أن يساعد معرفة قدرات الطفل اللغوية والمعرفية والإدراكية والاجتماعية، وكيفية اتخاذ القرارات وحل المشكلات، وعلاقة الدماغ بالمشاعر والعواطف والأحاسيس.

تلعب التجارب التي يخوضها الطفل في سنين حياته الأولى دوراً كبيراً في تشكيل دماغه، ومعرفة ذلك قد تشكّل فارقاً قوياً عند الأبوين في تربيتهم للطفل، ففهم وظائف الدماغ وكيفية عملها تساعد بشكلٍ كبيرٍ في وضع صورةٍ أساسيةٍ لنفسية الطفل وكلّ ما يتعلق بها، قد تستطيع ذلك من خلال قراءة الكتب المتعلقة بذلك، أو مشاهدة البرامج والوثائقيات التي ركّزت على هذا الجانب.