من أجمل العواطف تعليم الأطفال الحب

◄اثنتا عشرة نصيحة من علماء النفس للأُمّهات:

1- كوني متقبّلة لطفلك أياً كانت حالته الجسمية أو العقلية أو الوجدانية أو الأخلاقية، فالتقبّل (وعكسه النفور المؤدي إلى الإهمال والنبذ) هو نقطة البداية الأساسية للنجاح في تربيته.

2- تعاملي معه دائماً بمبدأ الثواب والعقاب: لكي يعرف ماذا تريدين منه أن يكون وماذا ترفضين، ولا تركّزي على العقاب كلما أخطأ، ولا على الإثابة كلما أجاد فكلاهما ضروري لتوجيه سلوكه ومشاعره الوجهة السليمة.

3- لا يجب أن يكون العقاب بالإهانات اللفظية ولا بالإيذاء البدني، وإنما يكون بالحرمان من المزايا، على أن يكون العقاب على قدر الخطأ، كما يجب أن تُشعري صغيرك بأنك سوف تنهي العقاب وتعودي إلى حبه فور إقراره بخطئه وعدم تكراره له.

4- لا يجب ترك الصغيرة لفترة طويلة (بالسفر للخارج أو بالانفصال عن الأب) خاصة في المرحلة بين ثلاث وسبع سنوات، فالحرمان الأُم يكون أقل أثراً قبل ذلك.

5- ليس بالضرورة أن تكون الطريقة التي عاملتك بها أمّك في صغرك هي الطريقة المُثلى التي تُلزمين نفسك بها في تربية صغارك، مثل الضرب كان السبب في نجاحنا، فليس بالضرورة أن تكون تلك القسوة هي المقدمات (الأسباب) التي أدت إلى تلك النتيجة الممتازة.

6- لتقليل بكاء طفلك وصخبه عليك أن تهتمي بإشباع حاجاته عندما يحين وقت لإشباعها دون الانتظار لإلحاحه عليك بطلبها، والحاجات هي ما يجب توفيره له لضمان سلامته البدنية والنفسية، وقد تم تصنيف الحاجات إلى بيولوجية (كالهواء والماء والغذاء والراحة البدنية والنفسية) كالشعور بالأمان، وبأنّه محبوب، وباستطاعته أن يجد مَن هو جدير بحبه وثقته، والشعور بأنّه موضع تقدير، وله حقّ الانتماء، والحصول على ما يريد من المعلومات، وبأنّه في إمكانه الاستمتاع بما هو لذيذ أو جميل من الطعام

واللعب، وبالتالي في استطاعته أن يحقق ذاته.

7- حمّ ِلي صغيرك مسؤوليات بسيطة بعد إقناعه بأهمية آدائه لها، مع إظهار الفائدة التي تعود من ذلك عليه وعليك، ثم اشكريه وامتدحيه أمام الغير على قيامه بها. من الخطأ أن تقولي لصغيرك: "أنت الآن رجل البيت حتى يعود والدك من السفر"، ففي هذا تحميله بهموم نفسية هو في غنى عنها في تلك السن.

8- استمعي لما يقوله طفلك لنفسه خلال تعامله مع ألعابه، فكثيراً ما تكشف العبارات التي يقولها للشريك الوهمي خلال هذا اللعب عن مكنونات نفسيه من رغبات ومخاوف وعواطف، فالذي يقوله للدمية: "سأعطيك موز حتى تشبعي" إنما يكافئها بما يتمنى أن يناله هو. ومَن يقول للدمية: "إن لم تسمعي كلامي سأذهب بك للمستشفى لكي تموتي هناك" إنما يبدي فزعه من فكرة الموت وبأنّ دخول الإنسان للمستشفى معناها موته حتماً.

9- يظهر لدى بعض الأطفال اتجاهاً قوياً نحو توثيق علاقاتهم بالأفراد، في حين يظهر لدى غيرهم اتجاهاً نحو الأشياء، فإن كان طفلك من النمط الأوّل فيمكنك تقويم سلوكه بالتهديد بحرمانه من الاتصال بالأفراد الذين يحبهم (وأنت منهم) إن ساء تصرفه، ومكافأته بتيسير لقائه بهم إن أحسن التصرف، أما طفل النمط الثاني فالعقاب والمكافأة يمكن ربطهما بتيسير حصوله على أدوات اللعب وقضاء وقت طويل معها.

10- يتأثر الطفل تأثراً شديداً بما يقوله عنه الأفراد الذين يحبهم ويثق بهم: كالأُم، والأب وكالعم أو الخال المفضل لديه، وكالمدرس الذي يرتاح إليه. لذلك فيجب أن يحذر هؤلاء من السخرية من شكله أو من قدراته أو من إنجازاته أو من طموحاته.

11- إذا فشل صغيرك في أحد امتحاناته فلا تشجّعيه من خلال التشكيك في صلاحية الأسئلة أو في ذمة المدرسين بهدف رفع معنوياته، لأنّه سيكتسب عادة إلقاء مسؤولية فشله على غيره، وقد يكتشف أنّك كنت تجاملينه فتفقدين مصداقيتك عنده. والأفضل أن تجعليه يواجه الموقف بشجاعة، وتؤكدي له أنّك ستدعمي موقفه في بذل المزيد من الجهد لتحقيق فهم أفضل للدروس وأنّ النجاح ممكن ومضمون مع الاجتهاد.

12- من الخطأ الضغط على الصغير ليكون الأوّل على فصله، فهذا يسبب له توتراً شديداً وخوفاً من الفشل والازدراء من والديه وبالتالي فقدان محبتهم ودعمهم له، ويمكن للأب أن ينمّي طموحاته بأن يطلب منه أن يبذل كامل جهده لكي يكون ضمن الخمس الأوائل بفصله، على أن يلقى المساعدة التعليمية والدعم النفسي الهادئ من الوالدين.►

المصدر: كتاب دليل الآباء والأُمّهات في تربية الأبناء