

نصائح تربوية للتعامل مع الطفل في الحياة اليومية

- مع الوقت الذي يبدأ فيه ابنك في الحركة، يصبح التدريب على الانضباط أمراً يومياً. يجد الآباء أنفسهم يصححون تصرفات الطفل ويعاقبونه وذلك من أجل أمانه في المقام الأول وأن يكون نظيفاً طول الوقت أو منعه من تدمير شيء. أغلبنا يندفع بسهولة في استخدام كلمة "لا" بسهولة وهو ما يؤدي إلى نوبات الغضب والبكاء (من الطرفين أحياناً) هل هناك بدائل؟ نعم.. هناك طرقاً للتعامل مع طفلك وتوضيح الصح من الخطأ له .. نعم يمكنك من خلالها تجنب الصراعات اليومية قدر الإمكان... نعم، يمكنك القيام بكل هذا من خلال ما يسمى بـ "الإنضباط الإيجابي".

لا ينبغي الخلط بين "الإنضباط" و "العقاب"

- يعتمد العقاب على التسبب في بعض الإنزعاج أو الخوف أو الحرمان للطفل والذي يجبره على القيام بشيء. ولكن العقاب لا يعلم طفلك "لماذا لا؟" ولا يقدم له بدائل أخرى. أما التربية الإيجابية هدفها تعليم الطفل ومساعدته على فهم "حدوده" وقدراته وكذلك تشجيعه على التواصل معك وفي نفس الوقت الاعتماد على نفسه في التفكير. سيتعلم طفلك من خلال التربية الإيجابية كيف يرى نفسه ويرى العالم من حوله من خلال التجارب والخبرات التي يخوضها معك. ما سوف يتعلمه الآن سيبقى نموذجا له في كيفية التعامل عندما يصبح مرافقا أو شابا. ومن هنا تنبع أهمية تلك السنوات الأولى من عمر الطفل في تطوير قدراته على الاختيار والتواصل مع الآخرين.

ضعي قواعد قليلة وواضحة:

- القواعد مهمة حتى يعرف الطفل ما يجب أن يفعله وما لا يجب أن يفعله. اشرحي لابنك تلك القواعد حتى يعرف حدوده، وبينى له عواقب تجاوزها. تحديد بعض القواعد يجعل الأمر أيسر ليتذكرها وينفذها. لتكن الأولوية لقواعد الأمان والسلامة مثل "عدم لمس الفرن" أو "تعدية الشارع وحده". انزلي بحيث يكون مستوى عينيك في عيني طفلك: هذا أفضل لجذب انتباه الطفل. عندما تتكلمين بصوت عالي بعيدا عن الطفل لن يفهم هو أنك تتحدثين إليه.

خذي وقت قبل القيام برد فعل:

- إذا أساء ابنك التصرف، لا يجب أن تنهضي بسرعة إليه إلا إذا كان يؤذي نفسه أو يؤذي الآخرين. أعط نفسك بعض الثواني لاستيعاب الموقف والتفكير بهدوء في كيفية التعامل معه. تذكر أن يكون صوتك حازما ولكن منخفضا عندما تتحدثين إلى طفلك.

وفري بيئة مناسبة:

- قد يجد ابنك صعوبة في السيطرة على حركته، لذلك تأكدي من عوامل الأمان والسلامة حوله. اخفي كل ما يجذب انبتهاه طفلك من أثاث وديكور البيت. وفري له كتاب أو صندوق من الألوان كبداية للعب.

عبري عن نفسك، واعرضي البدائل:

- استخدمي جملا تعبر عن شعورك الآن مثل "لا استطيع قراءة الجريدة عندما تقوم أنت بكرمشتها" أو "يمكنك احضار قصتك وقرائها بجانبني". بهذه الطريقة تكوني قد عبرت عن نفسك بشكل إيجابي وارسلتي رسالة واضحة لطفلك. وفي نفس الوقت تقدمين لإبنك بديل مناسب للحظة القائمة.

قدمي خيارات متعددة:

- عرض الخيارات المختلفة على ابنك يعطيه احساسا بالاستقلال ويساعده على القيام باتخاذ قرارات. قولي له مثلا "يمكنك أن تأخذ حماما الآن أو بعد العشاء" أو "هل تريد أن تلبس القميص الأزرق أم الأحمر؟". حاولي أن تقللي الخيارات إلى خيارين فقط في هذه المرحلة حتى تتجنبي التشبث والحيرة من قبل الطفل.

لا تستخدمى العقاب البدنى.. أبداً:

- لا فائدة مطلقاً من استخدام العقاب البدنى لتربية ابنك وتعليمه الانضباط. هذه الطريقة تغرس بداخله الخوف وتقلل من ثقته بنفسه بدلاً من دعم رغبته الداخلية فى أن يقوم بالتصرفات الصحيحة. وكذلك فإنه يتعلم أن العقاب البدنى هو الوسيلة المناسبة للتعامل مع الأمور المختلف عليها، وقد يسىء التعامل مع زوجته وأصدقائه عندما يكبر.

تذكرني دائما :

- الأطفال مختلفون، لكل طفل شخصيته وطباعه. لا توجد قاعدة واحدة تناسب الجميع. يجب أن تراقبي ابنك أولا وتقرري ما هو الأسلوب الأنسب معه ومع شخصيته. ابنك لا يقصد أن يضايقك ويستفزك طول الوقت، قد تريد أن ابنك "لا يستمع إليك" ولكن يجب أن تعرفي أنه لا يزال في مرحلة تطوير قدراته ومهاراته، وأنه من الصعب على الطفل أن يتحكم في نفسه تماما في هذه المرحلة.