



جمعية البلّagh الثقافيّة

Al-Balagh Cultural Association

سلسلة معاً نربي أبنائنا

ابني وأنا

استشارات تربوية
وتجارب واقعية

إدارة التحرير - إسلام أون لاين

ابني... وأنا

(استشارات تربوية، وتجارب واقعية)

سلسلة «معاً نربي أبنائنا»

إعداد

إدارة التحرير "إسلام أون لاين.نت"

جمعية البلاغ الثقافية

رقم الإيداع بدار الكتب القطرية: 2018 / 676 Legal Deposit No/
الرقم الدولي (ردمك): 5 / 712 / 00 ISBN/978/9927/

ترخيص رقم (٢٠١٨/٥)
إدارة الجمعيات والمؤسسات الخاصة
وزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية

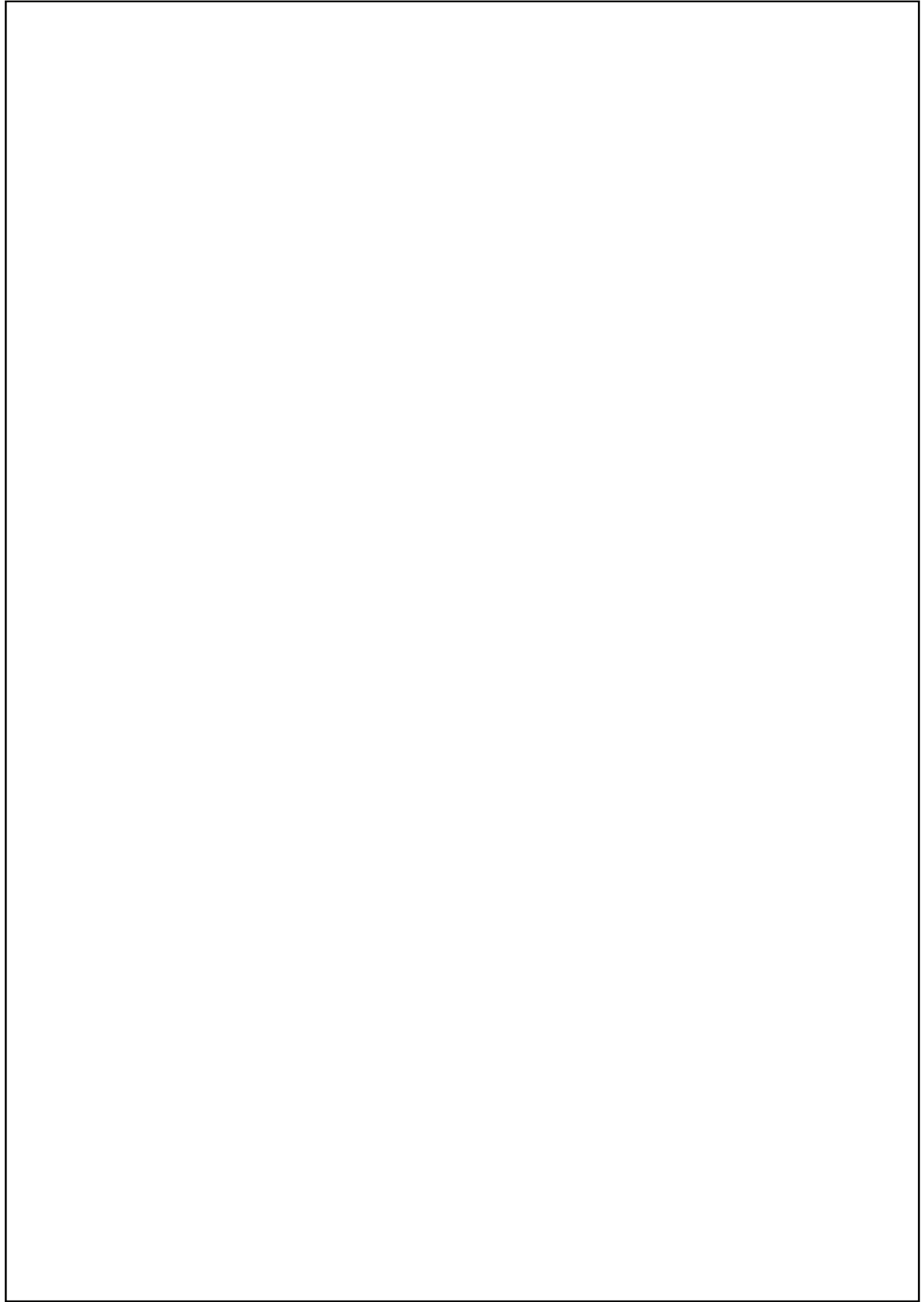
جميع الحقوق محفوظة
لجمعية البلاغ الثقافية

الطبعة الأولى
١٤٤٠هـ - ٢٠١٨م



المحتويات

5	مقدمة
7	الفصل الأول: إعادة بناء جسور المودة والحب بين الآباء والأبناء
9	1- قدم السبت
15	2- الحزم
22	3- الحوار الفعال
29	4- اللعب وأخواته
43	الفصل الثاني: فن إرساء قواعد بالبيت
45	1- كيف نضع القواعد ويلتزم الصغار بها؟
50	2- الثواب والعقاب
63	الفصل الثالث: فن حل المشكلات
65	1- ضبط الانفعالات
72	2- تعديل السلوك
77	وختاماً .. أم أبيها





مقدمة

يحتوي هذا الكتاب ثلاثة فصول رئيسية:

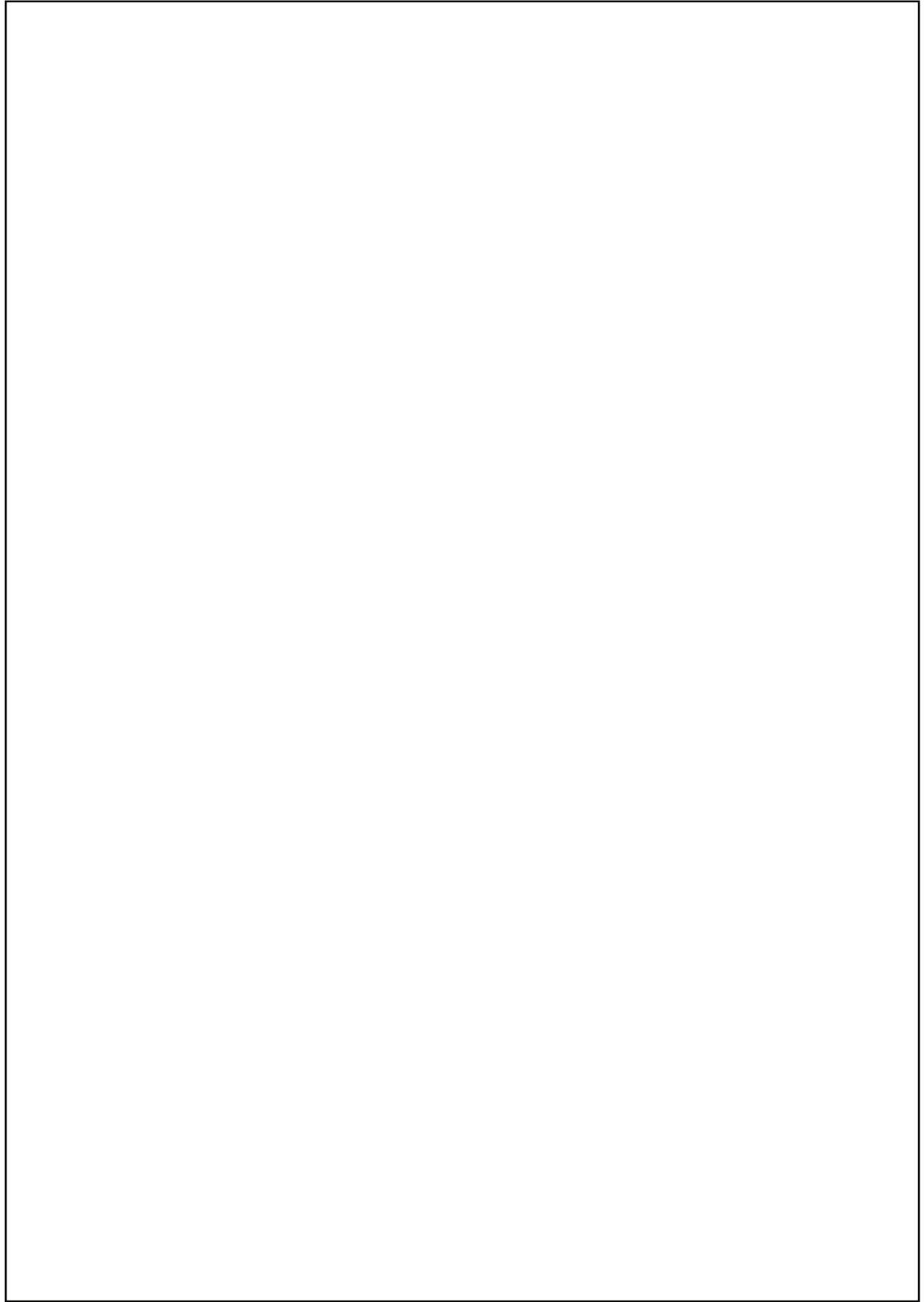
الفصل الأول: إعادة بناء جسور المودة والحب بين الآباء والأبناء، ومن خلاله سنتناول فيه أهم العناصر التي تساهم في إعادة بناء جسور الحب بين الآباء والأبناء.

الفصل الثاني: فن التعامل مع الأولاد، ومن خلاله سنتعرف على كيفية وضع قواعد بالبيت والالتزام بها.

الفصل الثالث: قواعد وأسس الثواب والعقاب، وكيفية ضبط الانفعالات عند العقاب ، وقواعد تعديل السلوك.

ونختم الكتاب بأدوات تساعد الآباء على تنشئة أولاد بارين بهم.

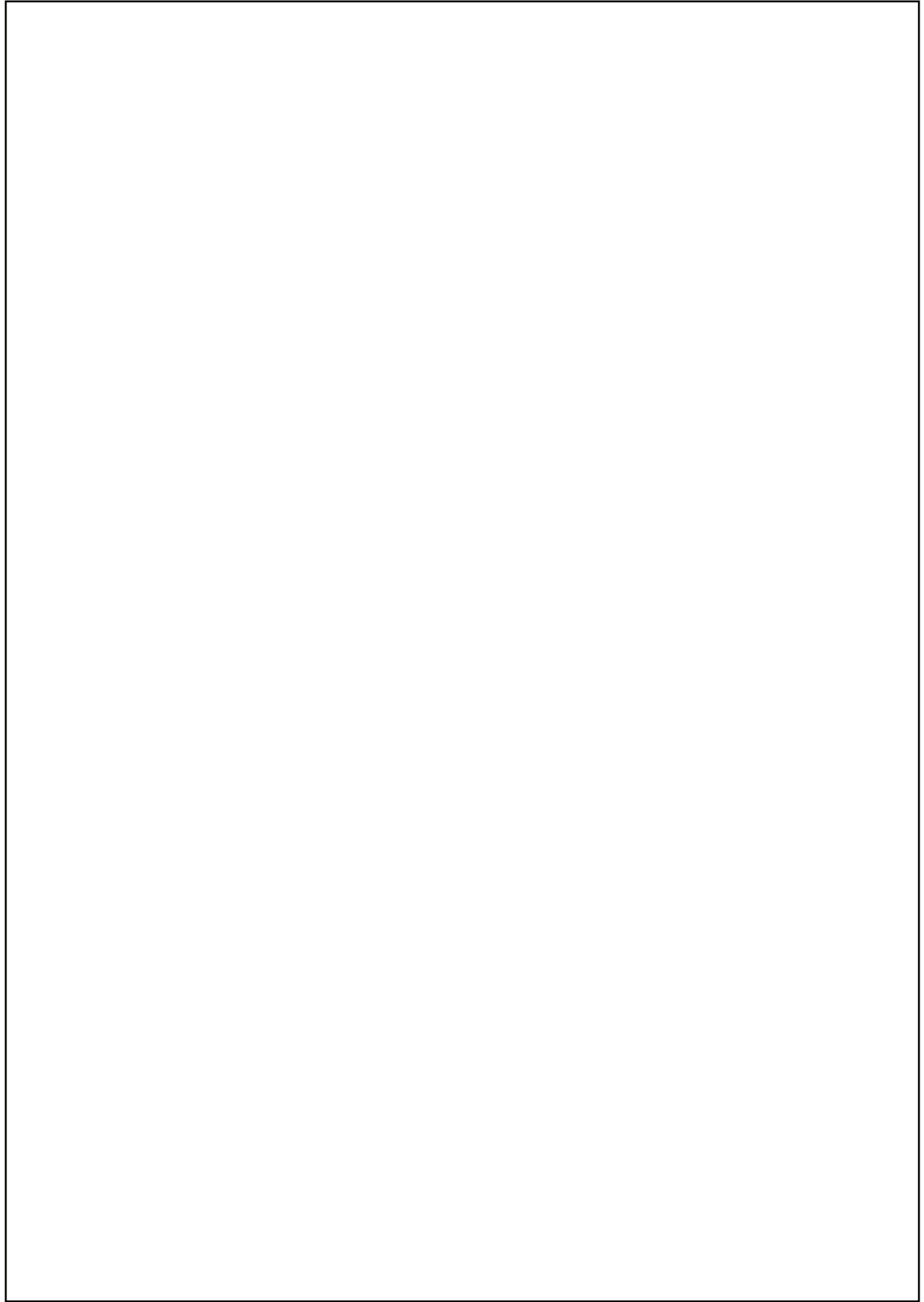
وسيالاحظ القارئ أننا عرضنا المشكلات المرسلة لنا من قبل الآباء كما وصلتنا، فيما عدا ما لا يناسب الجزء الذي نتناوله بالفصل، وعند عرض الرد عليها حذفنا المقدمات التي يستهل بها المستشار رده على المشكلة، والتي لا تهم القارئ في شيء، ولا تخدم الموضوع، وهناك بعض الاستشارات تم اختصارها، أو حذف ما لا يتصل بالموضوع الذي نتناوله؛ لتناسب المقام الذي ذكرت فيه، مع التنبيه على ذلك في الهوامش.





الفصل الأول

إعادة بناء جسور المودة
والحب بين الآباء والأبناء





1- قَدِّمُ السَّبْت

هل جربت أن تكوّن صورة كاملة في لعبة الصور المقطعة (Puzzle) بينما ينقصها بعض القطع أو الأجزاء؟ هذا ما حاولنا فعله مع بعض الأمهات في إحدى الدورات، ولم يستطعن بالطبع تكوين الشكل النهائي للصورة في غياب بعض أجزائها، وكان الهدف من هذا التدريب أن تعي الأمهات أنه ليس من المعقول ولا المقبول علاج أية مشكلة بينما بعض عناصر الحل مفقودة.

وأهم وأعظم هذه القطع المفقودة هو الحب، أو على الأدق إظهار الحب بطريقة صحيحة. وحينما تشكو كثير من الأمهات رفض أولادهن أداء الروتين اليومي، أو من عدم الرغبة في المذاكرة من تلقاء أنفسهم مثلاً، يكون الجواب عليهن باختصار: قدمي السبت⁽¹⁾.

أو كما أسماه «ستيفن كوفي»⁽²⁾ برصيد بنك الأحاسيس في كتابه الشهير «العادات السبع للناس الأكثر فاعلية»، وعرف المقصود بهذا الرصيد قائلًا: «فرصيد بنك الأحاسيس هو استعارة مجازية تصف مقدار الثقة التي تنشأ خلال علاقة... إنه شعور بالأمان مع شخص آخر»، ويضرب أمثلة عديدة منها هذا المثل: «افترض أن لك ابناً في سن المراهقة، ودائماً ما يكون حوارك معه كالأتي: نظف حجرتك، اقفل أزرار قميصك، أخفض صوت الراديو، اذهب وقص شعرك، ولا تنس أن تلقي النفاية بالخارج». (انتهى كلام ستيفن كوفي).

بالتأكيد سينفذ رصيد الأحاسيس الذي أودعته لديه، ولا تغتر برصيدك الكبير عند ابنك؛ لأن السحب المستمر بطريقة الأوامر والنواهي والوعظ المباشر والإلحاح... إلى آخر هذه القائمة - التي نتقنها جميعاً - سيؤدي بلا شك إلى نفاذ الرصيد، وهذا بالطبع ما لا يرتضيه الآباء والأبناء معاً.

1- «قدم السبت تلاقي الحد قدامك»: مثل شعبي يضرب لمن يرغب في تحصيل فائدة ما، وأن عليه أن يبدأ هو إثباتاً لحسن النوايا.
2- «صاحب شركة فرانكلين كوفي العالمية والمتخصصة والرائدة في مجال رفع فعالية الأفراد والمؤسسات».



وفي الصفحات القادمة سنتعلم معا كيف نعيد جسور الحب بيننا وبين أبنائنا، أو كيف ننمي رصيد الأحاسيس ، أو كيف نقدم السبب:

نُشر منذ فترة في إحدى المجلات عن فتاة روسية لديها قدرة خارقة، فهي تستطيع أن تقرأ وهي معصوبة العينين، وسواء صح هذا الخبر أو لم يصح فقد لفت الإنتباه تعليق قيل على لسانها أنها كانت تظن أن الناس جميعا يتمتعون بهذه المعجزة، هكذا كان إحساسي حينما نشأت في كنف والدين يعرفان للحب قدره، ويمنحاننا - نحن البنات الأربع - إياه دون إفراط أو تفريط، كنت أظن حينئذ أن كل الآباء لديهم هذه القدرة على العطاء والحب والبذل مثلما فعل والداي، فهي فطرة الله التي فطر الوالدين عليها، أو على الأقل أنه - أي الحب - المعروف من الوالدية بالضرورة، ولكنني علمت بعد ذلك أن الأمر ليس كذلك، وليس كل الأبناء يتمتعون بآباء لديهم هذا القدر من الحب أو من الوعي التربوي، كما أدركت أيضا أن المشكلة ليست في أن نحب أو لا نحب أولادنا، بل المشكلة تكمن في كيف نحبهم، فلا شك أن كل الآباء - إلا إذا كان هناك خلل ما - يحبون أولادهم، ويبغون الخير كل الخير لهم، بل دائما ما نردد أن الشخص الوحيد الذي نرغب في أن يفضلنا هو ولدنا؛ ولذا كان من المهم في وقتنا الحاضر أن نتعلم - ما كان يمارسه آباؤنا وأجدادنا بفطرة وتلقائية - كيف نحب أولادنا .

كيف نحب أولادنا؟

تشكو بعض الزوجات من أن زوجها غير رومانسي، ولا يعبر لها عن حبه بالكلمة الرقيقة أو بإهداء باقة ورد، والبعض الآخر يشكو من أن الزوج «بياع كلام»، ولا يترجم هذا الكلام لفعل، والحقيقة أن كلا الأمرين - القول والفعل - لازمان للحياة وللتعامل مع البشر جميعا، أي لا يقتصر الأمر على الزوجين فقط، ومن بين هؤلاء البشر أطفالنا، وباعتبار أننا حددنا أن الحب قول وعمل، فكيف نحقق هذه المعادلة الصعبة؟

بالطبع لا أعني بـ «القول» هذه الكلمات: «أحبك» أو «كم أحبك!» فحسب، بل أعني بها كل كلمة تتم عن الرحمة، والرفق، والشفقة، والحنان، والفخر... إلخ، وكذلك الفعل الذي يدخل في زمرته التعبير بالنظرة والابتسامة والاحتضان والتقبيل، إلى جانب أسلوب



التعامل المعبر عن تلك المعاني السابقة.

ورغم ضغوط الحياة اليومية وتزاحم الأولويات وضيق الوقت، يجب علينا ألا ننسى أموراً قد تبدو لنا ساذجة بسيطة للتعبير عن حبنا لأولادنا، لكنها تعني الكثير بالنسبة لهم، ولكي نعيد اللمسة الإنسانية بيننا وبينهم نذكر الأبوين - خاصة الأم التي تتواجد مع الطفل فترة أطول - أن يقدموا هذه اللمسات الحانية المعبرة من آن لآخر وبدون إفراط، والتي لن تكلف وقتاً أو جهداً كبيراً:

• عند استيقاظ طفلك من النوم: احتضنيه، وحدثه عما ستقومان بعمله في هذا اليوم الجديد.

• عند تناوله الطعام: داعبيه، وألقي روح المرح أثناء تناول الطعام.

• بعد استحمامه: جففي جسمه بلطف، وقولي له: كم أنت جميل!

• عند الاستعداد للخروج معكما (أي الأب والأم)، وعند ارتداء ملابسه: حدثه عن المكان المتوجه إليه، وعما سيتم فعله هناك، وأثني عليه عند التزامه بحسن التصرف.

• عند عودته: عبري له عن مدى اشتياقك له، وعن سعادتك لرؤيته من جديد.

• عندما يلزم طفلك الأدب ويلعب معتمداً على نفسه دون إزعاج: أظهري له إعجابك بسلوكه.

• عند النوم: اقرأ بالتناوب عليه قصة قبل النوم؛ حتى تتكون لديه عادة القراءة، ثم اتركه ليمارس هذه العادة بعد ذلك بنفسه.

أننا رغم حبنا الشديد لأولادنا فإن طريقة وأسلوب التعبير عن هذا الحب هو الذي يحتاج منا إلى وقفة وإعادة نظر.

وفي الرد على المشكلة التالية سنتعرف على بعض من هذا الأسلوب:

عندي 3 أطفال ، سارة 12 سنة، وعمر 10 سنوات، وعلي 3 سنوات، دائماً نعيش في



مشاكل، فسارة دائماً تغضب عندما أعنفها على أخطاء ارتكبتها، وتجادلني بشدة، وترفض حتى تنظيف أغراضها وغرفتها، وعنيدة جداً، ودائماً تغار من إخوتها، وعندما أعاقبها سواء بالضرب أو بالحرمان من شيء تحبه تقول: «لا يهمني».

أما بالنسبة لعمر فمشكلته أن صوته عال جداً، ولا يسمع الكلام، والذي يريده هو الذي ينفذ، وإذا خالف أحد مراده تحدث له عملية هياج، ويرفع صوته عالياً جداً، ولا يسكت إلا إذا ضرب.

أما الصغير علي فهو أيضاً عنيد ويقلد إخوته.

وكان الرد

قبل أن نبدأ في الرد على رسالتك نود أن نلفت نظرك إلى أن أولادك الثلاثة ينتمون لثلاث مراحل مختلفة:

مرحلة المراهقة التي تمر بها سارة، ومرحلة أعتاب المراهقة (إن صح هذا المسمى) أو الطفولة المتأخرة (كما يحلو لبعض متخصصي علم نفس النمو أن يسموها) وهي التي يمر بها عمر، ومرحلة الطفولة المبكرة التي يمثلها علي، حفظهم الله جميعاً.

وكل مرحلة من المراحل السابقة لها سماتها الخاصة بها، وفي نفس الوقت لها طريقة توجيه تتفق مع هذه السمات، وإن كان الإطار العام في التربية واحداً، والاحتياجات تتقارب إلى حد كبير، فكل منهم يحتاج إلى الحب والحنان، والرعاية والاهتمام، والتوجيه والحزم والسلطة الضابطة والتعليم.

لنضع الأساس الصحيح لعلاقتك أنت ووالدهما بهما: ابنتك الكبرى تحتاج إلى الأم الصديقة الحنون التي تستوعب أنوثتها، وهي إن لم تكن قد بلغت بعد فهي على مقربة من ذلك؛ ولذا من الصعب أن تؤدب بالضرب حتى لو تمردت، فجري معها الصداقة والتقرب، جربي ألا تعنيفها - على حد تعبيرك - على أخطائها، بل حديثها عن الآثار السلبية المترتبة على هذا الخطأ أو ذاك، جربي أن تتعاوني معها في إعداد بعض الحلول أو بعض الأطعمة التي تجمع الأسرة على تفضيلها، واستثمري هذه الفرصة



لإقامة حوار معها ملؤه الود والحب بعيدا عن الوعظ أو اللوم والتأنيب على الأخطاء.

جربي أن تتسوقا معا وتستشيريهما فيما تشتريان، جربي أن تعلميهما كيف تكون ربة بيت، جربي الضحك والمرح والنظرة الحانية والاحتضان والتقبيل بدلا من التعنيف والغضب والضرب واللوم، جربي أن تجلسا أمام التلفاز لتتناقشا معا في بعض برامجهم أو أفلامه، جربي أن تهديها هدية غير متوقعة، جربي أن تجعلها منها أما صغيرة لأخويها، ودربيها بلطف كيف تحنو على الصغير، جربي أن تشتركا معا في ممارسة هواية ما، أو أن تكون اهتماماتكما متقاربة، جربي بعد أن تفعل كل ما سبق أن تجافيهما وتعبسي في وجهها بنظرة حازمة حين تخطئ دون أدنى تعليق على هذا الخطأ.

جربي الحزم في إلقاء الأوامر بدلا من الإلحاح والصراخ والضرب، جربي الحوار والتفاهم في وجهات النظر المختلفة بينكما على ألا يكون ذلك باستعطاف ولين، فكما أن العطف والحنان مطلوبان كذلك الحزم والحسم، جربي أن تشركي الأب معك في أن يدلل ابنته ويحنو عليها ويوجهها في رقة وحنان؛ فكلمة الأب لها وقع أقوى على الأبناء.

صدقيني - سيدتي - لا بد من التواصل الجيد مع ابنتك قبل أن ينفلت الأمر منك، فإن استمر الحال على ما هو عليه فستجدينها شخصية غريبة عنك ، تبحث عن الحب والحنان خارج البيت، وبالطبع أنت تعرفين عواقب هذا المسلك .

حينما تجربين كل ما سبق ثقي أنك ستجدين ابنة تختلف كثيرا عما وصفتها، وستحل جل المشكلات التي وردت برسالتك مع سارة، على أن تبدئي ذلك بحوار بينكما تظهرين رغبتك في بداية صفحة جديدة مع التفاوضي عن كل المشكلات التي تحدث منها في البداية، مع الوضع في الاعتبار أنك تتعاملين مع بشر وليس آلة؛ بمعنى ألا تنتظري التحسن بعد هذا الاتفاق مباشرة، بل الأمر يتطلب جهدا ووقتا وصبرا واستعانة شديدة بالله، فأرجو عدم الاستعجال.

أما عمر فيحتاج أيضا إلى التفاوضي - في الوقت الحالي - عن صوته المرتفع وكل سلبياته، ويحتاج إلى أن يشعر بأنه رجل صغير له مكانة وتقدير، ولا تملّي عليه الأوامر دائما، ولكن يستشار ويدرب على أنه راع ومسؤول، ويأتي دور الأب هنا قويا؛ حيث يتوحد



عمر معه ويعتبره قدوة له فيتمثل به؛ فلا بد أن يتحاورا ويلعبا معا، ولن يستغرق ذلك وقتا طويلا من الأب حتى لا يتعلل بضيق الوقت، كما يحتاج عمر إلى أن يستثمر وقته، كما تحتاج سارة أيضا لذلك، وهذا بيت القصيد، فأطفالك لا يستثمرون وقتهم في شيء مفيد، ومن هنا تأتي معظم مشكلاتهم.

يحتاج عمر وسارة إلى هوايات يقضيان فيها أوقاتا ممتعة ومفيدة، مثل: ممارسة الرياضة، أو تعلم بعض الأعمال اليدوية والمنزلية من طهي وكي ورسم وتطريز، وزراعة بعض النباتات والعناية بها، وإصلاح أو دهان بعض أثاث البيت إلخ، وبالنسبة لعمر يكلفه والده ببعض الأعمال الخاصة بمهنته.

أما علي فهو ليس مشكلة على الإطلاق؛ لأنه - كما ذكرت - يتأثر بأخويه ويقلدهما، فإن صلحا صلح هو أيضا.

سيدتي، من المفيد والصحي في الحياة الأسرية أيضا أن تجتمع الأسرة في نزهة وزيارات للأهل والأقارب، وأن تجتمع على الطعام ولو في وجبة واحدة في اليوم، استشعري سيدتي نعمة الله عليك دائما بأن من عليك بأطفال هم قرة عينك مهما غضبت منهم، وهذا في حد ذاته سيعينك على الصبر، وسيخفف كثيرا من شعورك بالغضب والعصبية.



2- الحزم

نبدأ الحديث عن الحزم بعبارات من كتاب للدكتور جلال أمين، وهو كتاب «كتب لها تاريخ»، والذي يعرض في جزء منه فكرة للمؤلفة آن كاسيدي من كتابها «الآباء والأمهات الذين يفكرون كثيراً» (Parents who think too much)، فالفصل كله يحتاج إلى نقل عباراته، ولكن سنكتفي بما يخدم فكرة الحزم في التربية:

«فترى الكاتبة أننا في عصر يدلل الأطفال أكثر من اللازم، ويظهر من الاستعداد للاستجابة لرغباتهم وأهوائهم أكثر بكثير مما هو ضروري ومفيد، لنا ولهم ... وتسخر المؤلفة بحق في رأيي من الاعتقاد الشائع بين الآباء والأمهات في عصرنا الحالي بأن من واجبهم إذا طلبوا من أولادهم وبناتهم أن يفعلوا شيئاً ما، أو أن يمتنعوا عن شيء - أيا كان هذا الشيء - أن يعطوا دائماً تفسيراً لهذا الطلب، فإذا سأل الطفل معترضاً على ما وجه إليه من طلب أو أمر، وهو على وشك البكاء والنحيب: ولكن لماذا كان علينا أن نشرح له دائماً الحثثيات والأسباب، وأن نجتنب تماماً أي صورة من صور الطلب أو الأمر؟، ولكن المؤلفة قررت أن تقلع عن هذا الأسلوب، وتساءلت: ما الضرر الذي سيلحق الطفل إذا أجابت الأم عن تفسير كثير - أو بعض - من طلبات أبنائها؟ السبب هو أنني قلت هذا، أي تنفيذ الأمر دون مناقشة أو محاكمة، ذلك أنه ليس لكل أمر تفسير يمكن أن يفهمه الطفل، والأب والأم ليس لديهما دائماً الوقت ولا هدوء البال الذي يسمح بإعطاء تفسير لكل شيء... وتذهب المؤلفة إلى أن هذا الموقف، إذا استخدم في حدود معقولة وما دامت الأوامر والطلبات لا تعنت فيها ولا ظلم، له فوائد محققة في تربية الطفل، بل وقد لا يكرهه في قرارة نفسه، فالطفل لا يكره في الحقيقة أن تكون في مواجهته سلطة حازمة مادام مقتنعا بأن صاحب هذه السلطة يحبه ويبغي مصلحته». (انتهى كلام جلال أمين نقلاً عن آن كاسيدي).

لقد أصبحنا نسمع ونرى كثيراً من الأمهات يرددن «عشان خاطر ماما ذاكر، أو لا تضرب أختك، أو اغسل أسنانك ...



وفي هذا المقام نذكر قصة حدثت بالمدرسة مع أحد الأفاضل التي كان يعمل بها، يقول شكوت إلى رئيس قسم الفرنسي (وكانت سيدة فرنسية) بأن الأطفال مدللون جداً بهذه المدرسة، وأرجعت ذلك للمستوى الاقتصادي الذي يتمتع به أولياء أمورهم، فأجابتنني بأننا ندلل أولادنا في مختلف الطبقات الاجتماعية، وحكت لي عن السيدة التي تعمل لديها بالبيت - وهي من طبقة بسيطة للغاية بأنها (أي العاملة) تنهض بشئون أولادها الأربعة الذين يبلغ أصغرهم حوالي تسع سنوات وأكبرهم أربعة عشر عاماً تقريباً دون أن تكلفهم بشيء على الإطلاق سوى أن يذاكروا دروسهم بالمدرسة، وبالطبع لا يفتحون كتاباً، لكنهم يفتحون أفواههم دائماً إما بالطلبات وإما بتناول الطعام المعد سلفاً قبل مجيئهم من المدرسة، والذي يقدم لهم ويرفع من على المائدة دون أدنى حركة منهم.

نحن الآن في عصر يوجه اهتماماً متزايداً إلى الطفل، وكان من المفترض أن تتحسن أحوال الطفل بناءً على هذا الاهتمام، ولكن ما حدث عكس ذلك، فقد ازدادت أحواله سوءاً في بلاد كثيرة، وربما يكون سبب هذا التدهور هو الاهتمام المتزايد به، فالمريض لا بد أن يتعاطى الدواء بجرعات مقدرة وإلا أصابه الضرر البالغ، وأظن أن الجرعة التي تعدل الميزان هي الحزم.

فما الحزم المطلوب وكيف نحققه مع أطفالنا؟

إن الحزم يعني الثبات في التوجيهات وفي النظرات ونبرات الصوت التي لا تتم عن تردد أو جس نبض لابنك هل سينفذ المطلوب منه أم لا، وهو أيضاً عدم التذبذب بين السماح بشيء مرة ومنعه مرة، وهو عدم التكلف بإقناع طفلك بأن ينفذ هذا الأمر أو ذاك، وهو تدريب ولدك على تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس، فالطفل لا يشعر بالثقة بل لا يشعر بالأمان إلا في ظل والدين حازمين، ولا نقصد بالحزم الصرامة والقسوة وسرعة الغضب والعصبية وعدم مراجعة الأسلوب التربوي من آن لآخر، بل الحزم - كما أنصح به دائماً الحزم الودود الذي يشعر الطفل من ورائه كم نحبه وكم نبغي مصلحته كما ذكر الدكتور جلال أمين، وكما قال دكتور سبول: «فالأطفال يتقبلون التوجيه الحازم النابع من الحب العميق، ويفرحون في معظم الأحوال؛ لأن الوالد قد وضع حداً لأخطائهم»⁽¹⁾.

1- حديث إلى الأمهات، دكتور سبول، ترجمة منير عامر.



وقد أجرى أحد المدرسين حواراً (دردشة) مع طلبة الثانوية العامة بالمدرسة التي كان يعمل بها، وكان الهدف من ذلك استطلاع رأيهم لمعرفة أي من مدرسي مادة الفيزياء بالمدرسة أفضل، فقد كان كلاهما متمكناً من مادته، لكن أحدهما حازم بل يميل للصرامة أحياناً، والآخر عكس ذلك، وتعجبت أن معظمهم أبدى إعجاباً وحماساً للمدرس الحازم رغم شكواهم منه طوال العام، وحينما سألتهم عن السبب بدءوا بالثناء على المدرس الآخر (اللين)، لكن أكدوا أنهم في حصة المدرس الحازم يكونون أكثر تركيزاً وانتباهاً وأكثر تمكناً من المادة، بل أكثر أماناً وقدرة على اجتياز الاختبارات بثقة.

وما حكاه دكتور سبوك عن أمه يزيد معنى الحزم الودود وضوحاً عندما سألتها عن أهم نظرية في نظريات التربية طبقتها في حياتها أثناء تربيته وتربية إخوته، فقالت: «... كنت أحاول أن أجعل كل واحد منكم طفلاً سعيداً. قلت: ولكني لا أنسى أنك عاقبتني عقاباً شديداً؛ لأنني رميت بالطعام في سلة المهملات. قالت: لأنك قمت بعمل غير أخلاقي، وهو إهدار لجهد الفلاح الذي زرع الأرز والبطاطس، وإهدار لمال أبيك الذي اشترى لنا هذا الأرز وتلك البطاطس ومعها اللحم، وإهدار لتعبي أنا طوال النهار في المطبخ لأعد لكم الطعام، لقد عاقبتك لأنني أكرهك، ولكن لأعلمك كيف تحترم جهد الآخرين».

وفي الاستشارة التالية سنجد أن الحزم المفقود بالبيت يحوله إلى فوضى، ويحتاج إلى إعادة تنظيم وإرساء قواعد به، حيث تشكو الأم:

ابنتي وولدي متعلقان بي جداً، وجريت كل الطرق كي يناما في غرفتهما، ولكن جميع المحاولات باءت بالفشل، ابنتي «جوري» 5 سنوات تقوم تصرخ وتبكي تريد أن أنام بجوارها، وأخوها عمرو 3 سنوات يقلدها.

ابنتي نومها قليل جداً، وتصحو ليلاً بين مرتين وثلاث، أرجوكم ساعدوني، فقد تعبت، ما تركت شيئاً إلا جربته، وهي ذات شخصية قوية وعصبية، وتحب التحكم والسيطرة.



وكان الرد عليها

على الرغم من أن سؤالك الأصلي كان عن مشكلة النوم واستقلال أبنائك في غرفتهم، فإن المشكلة الأكبر في تعاملك مع ابنتك هي عدم انضباطها؛ حيث إنك ذكرت أنها عصبية وعنيدة، ولا تسمع الكلام، والواقع أنه لا يوجد طفل يولد بهذه المواصفات، ولكن طريقة تربيتنا له هي التي توصله لهذه الحالة.

فمن الواضح حتى من مشكلة النوم أنك لا تستطيعين السيطرة على الموقف أو التفاهم معها، هناك حالة من التدليل أو عدم الحزم في تعاملك مع أولادك، وهو ما يؤدي لعدم إطاعتهم لأوامرك، وعندما يفيض بك الكيل فإنك تعاقبينهم بشدة، ثم تعودين لحالة عدم الانضباط، وهذا أسلوب خطير جداً في التربية؛ لأن ابنتك لا تعرف متى يجب أن تطيع أمرك، وأنت لا تعرفين أسلوباً يجعلها تنفذ ما تطلبينه منها دون عنف أو ضرب.

إن تربية الأطفال في هذا الزمن الصعب، وإن كانت ليست سهلة، إلا أنها ليست مستحيلة، وبالتأكيد فإن المجهود الذي يمكن أن تبذليه لوضع نظام وقواعد ثابتة للبيت مهما كانت مرهقة ستكون أهون عليك من تحمل الكثير من المشاكل، ولهذا نقول لك: بدلاً من «نعم» و«لا» و«افعل» و«لا تفعل»، ضعي قواعد للبيت يحترمها ويخضع لها الجميع.

أما مشكلة النوم فقد كانت تحتاج إلى الحل منذ وقت طويل، فالطفل يحتاج إلى النوم بجوار أمه في شهوره الأولى لاحتياجه للرعاية المتواصلة والرضاعة بصورة مكثفة، ولكن مع نمو الطفل واستقرار نومه إلى حد ما، وقلة معدل الرضاعة، يحتاج الطفل مع اقترابه من عامه الأول إلى أن ينام في سرير منفصل في غرفة منفصلة، وهذا مهم جداً للأم والطفل.

فالأم تحتاج إلى الاستقلال في سريرها والنوم بصورة مريحة لتتمكن من مواصلة نشاطها اليومي؛ لأن نوم الطفل بجوار أمه يجعلها قلقة طوال الليل، وتستيقظ لأقل حركة تصدر عن طفلها، كما أنها تتخذ أوضاعاً غير مريحة في النوم تجعلها تستيقظ وبها آلام في كل جسدها.



وكذلك الطفل، فإن أقل حركة أو تقلب للآم يجعله يستيقظ، وما دام يجد أمه بجواره فتلقائياً يبحث عن الرضاعة، والنتيجة هي أن الطفل والأم لم يأخذا كفايتهما من نوم هادئ مستقر.

والحل الصحيح والمثالي والمريح لجميع الأطراف هو فصل الأطفال كلهم في غرفتهم، كل في سرير، وعندما يبكي الطفل تذهب إليه الأم ترضعه حتى ينام، ثم تعود إلى غرفتها، وإن كان هذا الأمر مجهداً في البداية للآم فإنه بعد فترة سيعتاد الطفل على ذلك، وتقل عدد مرات استيقاظه لمرتين أو ثلاث فقط، كما أن هذه الخطوة من الخطوات المهمة جداً في حياة الطفل ليتعود على الاستقلال والشجاعة وعدم الخوف.

وهذه طفلة أخرى عمرها ست سنوات، عنيدة لا تستمع لوالديها، وكان الحل الأساسي لشكلتها هو الحزم:

ابنتي التي تبلغ من العمر 6 سنوات عنيدة جداً، لدرجة أنها لا تسمع إرشاداتنا، وهي ذكية جداً ومتفوقة في دراستها وأنايتها، ويصدر منها أفعال وتصرفات أكبر من سنّها لدرجة تنسينا أنها طفلة، وهي تحب السيطرة على زميلاتها وأختها حتى إنهن يخفن منها، لذلك أرجو منكم أن تفيدوني بالأسلوب الأنجع لتقويم سلوكها؛ حيث إنها أصبحت تشكل لي إحراجاً.

وكان الرد عليها

أولاً: تهيئة الجو المناسب لعلاج المشكلة: من خلال مناقشة هذه المشكلة مع والد الطفلة، والاتفاق معاً على خطة وسياسة واحدة في التعامل معها، والتي تتلخص فيما يلي:

- عدم تعارض أوامر أو نواهي كل منكما للطفلة.
- عدم العناد مع الطفلة، أو بمعنى أوضح عدم التعامل معها بنديّة، حتى لو كانت تصرفاتها تكبر سنّها كما أوضحت في رسالتك.



- لا تكثر من التعليق على تصرفاتها (بأن هذا يليق أو لا يليق، أو هذا يصح وهذا لا يصح)، مع الإقلال من إصدار الأوامر والنواهي، ولكن في حالة إصدار أمر ما فلا بد أن تواجه الطفلة بالأمر (بمعنى ألا تكون الطفلة في مكان وأنت بمكان آخر وتصدرين لها الأمر، بل لا بد أن تكون واقفة أمامك)، وأن يكون الأمر واحداً غير متعدد (بمعنى ألا يطلب من الطفلة أكثر من أمر أو أمرين في المرة الواحدة)، وكما لا بد أن يكون الأمر واضحاً هادئاً حازماً مفهوماً لدى الطفلة وتستطيع القيام به.

- التفاوضي عن بعض أخطائها، فإذا لم تدرك الطفلة أنك ترين ما فعلت من خطأ فلا تعلقي على هذا الخطأ، وتظاهري بعدم رؤيتك لها، أما إذا أدركت وعرفت أنك قد رأيته فيمكن أن يكون النهي بنظرة حازمة توضح مدى الاستياء مما فعلت.

- لا تجعلي الطفلة تحس بأنك ووالدها لا حول لكما ولا قوة أمام تصرفاتها، بل يجب أن تحس بالقوة والحزم، وفي نفس الوقت بالحب والحنان، فالطفل العنيد لديه الإحساس بأنه يستطيع أن يهزم الجميع بتصرفاته، وأنه لا يوقفه أحد عند حد. أما ما يجب فعله فهو:

- نوصي الآباء بإيجاد علاقة إيجابية مع الأبناء؛ لأن هذا هو الأساس في التربية السوية السليمة؛ ولذا يجب إزالة الفجوات بينكما وبين الطفلة عن طريق اللعب معها ومع أختها، والتتزه والخروج مع كل منهما بالتناوب للتسوق مثلاً، والحديث مع كل منهما فيما تهتم به أو تهتمين أنت به دون مواعظ أو تأنيب أو عتاب.

- انظري إلى الجوانب الإيجابية في ابنتك، وعززِي بعضاً منها (الأفضل أن يكون معظم التعزيز معنوياً لا مادياً).

- أسندي للطفلة بعض الأعمال المنزلية المحددة (كأن تكون مسؤولة عن ترتيب سريرها وسرير أختها الصغيرة، أو تجفيف الأطباق بعد غسلها، أو شراء بعض المستلزمات البسيطة التي يحتاجها البيت).



وأما عن علاج الأنانية:

- فيمكنك أنت ووالدها أن تبرزتا قيمة الإيثار في حديث تسمعه الطفلة.

- كما يمكنك إظهار مشهد مع الوالد أيضا يبين أن أحكما تنازل للآخر عن شيء يحبه، أو أنه يمكنه أن يضحي بشيء ليسعد الآخرين، وبالطبع يجد الشاء من الطرف الآخر والتقدير لهذا الإيثار، وعليكما أيضا تعزيز ما يصدر من ابنتكما ويدل على الإيثار أو الاهتمام بالآخرين، وهذا من شأنه أن يوضح للطفلة أن الإيثار محل تقدير واحترام وحب من الجميع.

- كما يمكن أن يحكى للطفلة بعض القصص التي تدل على التضحية والإيثار من تراثنا الإسلامي، فهو مليء بمثل هذه النماذج، وهذا من شأنه أن يساعدها على التخلص من الأنانية.

- إذا اتبعنا ما سبق بدقة وحزم، فإن الطفلة ستستجيب، وسينسحب ذلك على حب السيطرة على أختها وزميلاتها، كما لا بد أن يوضع في الاعتبار أن صفات الطفلة تحمل جانبا إيجابيا ، فهي تتمتع بسمات الشخصية القيادية، ومن واجبنا عدم إغفال هذه القدرات، وإنما يجب توجيهها إلى الاتجاه الصحيح ، فيمكن مثلا أن تسند إليها مسؤولية تنظيم رحلة للأسرة تحت إشرافكما بالطبع، ويكون هذا الأمر بالتناوب بين كل أفراد الأسرة حتى الأخت الصغرى، فيسند إليها ما تستطيع عمله.

وفي أثناء قيامها بهذه المسؤولية يمكن تدريبها على كيفية القيادة الصحيحة، ومما يساعد على تصحيح مفهومها عن القيادة ما ستلمسه بطريقة عملية منكم حين يتم التناوب بينكما في تنظيم هذه الرحلات).



3 - الحوار الفعال

«إذا جاء الطفل الصغير ليقول لوالده أو والدته:

- أحمد ضربني اليوم في المدرسة.

وإذا أجاب الوالد أو الوالدة:

- هل أنت على ثقة أنك لم تكن البادئ بضربه أو إهانته؟

هنا يغلق الأب الباب أمام الحوار، إنه يتحول في نظر ابنه من صديق يلجأ إليه إلى محقق أو قاض يملك الثواب والعقاب .

فإذا تكلم الابن أولاً إلى والديه فعلى الوالدين أن يقاوما أي ميل إلى الانتقاد أو اللامبالاة بما يقول الابن». هكذا بدأ دكتور سبوك فصلاً بعنوان: الصداقة مع الأبناء حق طبيعي للأبناء فهل يعرف الآباء ذلك؟⁽¹⁾

ورغم أن كلمة الحوار أو الحوار الفعال تتردد كثيراً في الآونة الأخيرة - ككثير من الكلمات المتداولة هذه الأيام - فإننا كأباء نفتقد بالفعل لأسس هذا الحوار الجيد ومبادئه مع أبنائنا .

فما الحوار الفعال؟ وما طريقه ودوره في التربية؟ هناك خمس طرق للحوار مع الطفل، وهذه الطرق هي:

- أولاً : طريقة التعليم.
- ثانياً: طريقة التعاطف.
- ثالثاً: أسلوب التشجيع والثناء.
- رابعاً: طريقة التفاوض.
- خامساً: طريقة الأوامر والنواهي.

1- تربية الأبناء في الزمن الصعب، دكتور سبوك، ترجمة منير عامر.



أولاً: طريقة التعليم

هذه الطريقة هي الأكثر شيوعاً بين الآباء؛ حيث يرى معظم الآباء أن مهمتهم الأولى في حياة الطفل هي تعليمه وإرشاده، وهذا يحدث يوماً بل لحظياً، فدائماً ما يمر الابن بتجربة جديدة أو تتاح له فرصة للتعلم، وقد يؤدي هذا ثمرته تعلماً وتقارباً، أو توتراً وإخفاقاً وضرباً لجذور تقدير الذات لدى الطفل، الأمر الذي يضيع معه الهدف من هذا النوع من الحوار (التعلم).

وحين تلجأ لهذا النوع من أنواع الحوار قل:

- «دعني أشرح لك....».
- «يمكنني أن أساعدك في....».
- «ما رأيك أن نجرب؟».
- «اختيارك رائع، أخبرني لماذا اخترت هذا الاختيار؟».
- «من فضلك، انظر لي، ثم افعل تماماً كما أفعل....».
- «لا يمكنك الذهاب لحمام السباحة؛ لأن....».
- «حين أخذت قلم أختك دون إذنها .. كيف تظن أنها شعرت؟».

ولا تقل:

- «هذا غباء منك».
- «لا أصدق أنك فعلتها أخيراً».
- «لا يهملك ، سأفعلها أنا».
- «إذا بقيت هكذا فلن تتعلم أبداً».
- «خطأ، ألم تقل إنك ذاكرت جيداً؟».
- «لم لا تكون مثل أخيك / صديقك ...؟».



انتبه تماماً لنبرة الصوت وملامح الوجه وطريقة الإلقاء، ولا تعلّم وأنت مشغول أو متوتر أو محبط، كذلك تحين فرصة استعداد الطفل ورغبته في التعلم

ثانياً: طريقة التعاطف

إذا جاءك طفلك سائلاً: «أين تقع كوالالمبور؟».

وفي مرة أخرى سمعته يحدث نفسه غاضباً: «ما شأنى أنا بموقع كوالالمبور؟».

ترى ما الفرق بين الحالتين؟ وترى هل نجيب بنفس الطريقة في الحالتين؟

الطفل في الحالة الأولى يسأل ليعلم، وهو في الحقيقة يريد مساعدته للحصول على إجابة، أما في الحالة الثانية فعليك أن تتفد إلى ما وراء الكلمات من مشاعر إحباط وضيق من هذا الواجب العمل أو الصعب بالنسبة له، وما عليك هو تحسس احتياجه في هذا الوقت؛ فما يحتاجه ليس الإجابة بل يحتاج التعاطف مع مشاعره السلبية، وإدراك ما يعانيه من ألم أو إحباط أو مخاوف أو حزن أو غضب، والتحدث عن هذه المشاعر ووصفها بطريقة تساعد الطفل على تفهم حقيقة ما يشعر به.

فمثلاً تخيل أن مريم جاءت إلى أمها من المدرسة شاردة، يبدو عليها الضيق، وأخبرت أمها أن أصحابها لا يريدون اللعب معها، ترد الأم: «ولا يهكم، سيعود أخوك حالاً والعبي معه».

ما حاولته الأم هو حل ما اعتقدت أنه مشكلة ابنتها، ولكن مريم كانت تحتاج لشيء آخر: التعاطف مع مشاعر الإحباط لديها وكان على الأم أن تقول شيئاً كهذا: «لا بد أن ذلك جعلك تشعرين بالضيق والغضب».

في هذه الحالة تدرك مريم أن أمها تعرف وتفهم وتقدر مشاعرها، وأن مثل هذه المشاعر الغاضبة مقبولة وغير محرمة أو مرفوضة، والمتوقع غالباً في مثل هذه الحالة استرسال مريم في حكي تفاصيل الموضوع؛ وربما طلب المشورة، إضافة لتخلصها من هذه المشاعر السلبية.



ويمكن أن يتبع التعاطف تعليم أي مساعدة في الحصول على إجابة أو تقديم نصح، ويصعب التعاطف وقت انزعاجك أو غضبك أو اضطرابك الشديد مما فعله ابنك.

ولذا قل:

- «أظنك محبطاً من سؤال كهذا...».
- «لا يمكنك تذكر هذه المعلومة...»
- «أرى أنك تجد صعوبة ما في فهم هذا الدرس؛ وهذا يضايقك...».
- «أنت حزين، وعصبي، ومحبط، ومتضايق من...».
- «أخفقت في تسديد الهدف.. تشعر بالحزن؛ لأنك سبب خسارة فريقك» .
- «كنت تتمنى الذهاب لعيد ميلاد يوسف، ولكن الأمطار منعتك، هذا يضايقك .. كنت أتمنى لو أنك استطعت قضاء وقت جميل...».
- «أعرف أنك تخاف من صعود السلم وحدك ، ولكن ما رأيك لو...؟».
- «أظنك سعيدة بهذه الصداقة الجديدة مع سارة؟».
- «أراك سعيداً جداً باختيارك لقيادة الفريق، هذا جميل حقاً».

ولا تقل:

- «أدرك تماماً حقيقة مشاعرك»: فأنت لم تقدم وصفا لهذا الشعور، ولم تقدم دليلاً على أنك تفهمه.
- «أنا ما زلت أحبك رغم ذلك»: ليس هذا ما يفكر فيه طفلك الآن، فلا تقدم للأرنب اللحم الذي تحبه أنت؛ فهو يحتاج الجزر.
- «الموضوع ليس مشكلة كما تتصور»: لا تسفه مشاعره فهو متضايق أو غضبان أو محبط حقاً؛ لأنه يرى بطريقة مختلفة عنك.
- «أعرف أنك غاضب، ولكن هذا أسلوب سخيف منك»: ليس هذا وقت التعليم أو التأديب.



ثالثا: أسلوب التشجيع والثناء

هذا من أهم الطرق للإبقاء على السلوكيات السليمة في طفلك، اقتنص فعلا حسنا فعله طفلك وأثن على هذا الفعل المحدد، ولا تضيع فائدته باتباعه بنقد: «لقد فعلتها، ولكن بعد نفاذ صبري».

- «أعجبتني الطريقة التي رتبت بها حجرتك»: كن محددا بشأن ما تمدحه.
- «هل تذكر كيف استطعت فعل ... من قبل؟ أعتقد أنك يمكنك فعلها مرة ثانية»: ذكر طفلك بجهوده ونجاحاته السابقة.
- «كان من الممكن أن يغضبك تصرف أختك، ولكنك تحكممت في غضبك، هذا يدل على سعة صدرك؟ أشكرك».

ولا تقل:

- «ممتاز.. ممتاز»: حدد ما الذي تراه ممتازا، ولا تفرط لدرجة عدم تصديق طفلك لشائئك.
- «لا تقلق، أنا واثق أنك يمكنك عمل...»: لا بد أن تتعرف على أسباب قلقه عن قرب بما يجعله متأكدا من فهمك له، وربما استخدمت أسلوب التعاطف قبل التشجيع.
- «كلنا معرضون للخسارة»: هذه ليست عبارة تشجيع أو تعاطف، وقليلة هي الأوقات التي تصلح للوعظ.⁽¹⁾

رابعا: طريقة التفاوض

- أحمد يريد شراء عجلة جديدة؛ والأب لديه تخوف من نقطتين: عادة أحمد في التأخر في واجباته المدرسية، ولعب أحمد بالعجلة في الطريق.
- عرض الأب على الطفل هذه المخاوف، وجاء رد أحمد مفاوضا: «إذا لم أنهِ واجبي قبل الساعة.. فلن ألعب بها».

1- أرى أن الجملة الأخيرة لا غبار عليها إذا قلت بأداء صوتي معبر عن التعاطف.



رد الأب: «إذا لعبت في الطريق؟».

أحمد: «لن ألعب بها في اليوم التالي».

التفاوض طريقة يمارسها الطرفان عن قناعة وانضباط ، ف كلا الطرفين ينوي تنفيذ الجزء المسؤول عنه في الاتفاق، وهذا يختلف كثيرا عن التفاوض الذي يحمل في طياته يأتنا، كأن تكون متوقعا سلوكا سيئا، ثم تعرض مكافأة: «إذا لم تصرخ في المحل فسأشتري لك الآيس كريم»، هذه رشوة وليست تفاوضا .

والتفاوض عادة يستخدم عند الرغبة في الحصول على مزيد من الحرية مثلا من قبل الابن، كأن يقضي وقتا أطول مع أصدقائه، أو يسهر وقتا أطول مع الأسرة في المنزل، وفي هذه الحالة لا بد من ذكر أن كل حرية يقابلها مسؤولية، والتفاوض بفاعلية يعني أنك مستعد للتكيف مع رغبات ابنك الممكنة؛ وفي نفس الوقت لا تتوان عن محاسبة المسؤول، وهذا يزيد من فرص التعاون بين الطفل والأهل مستقبلا .

قل:

- «قبل أن تذهب إلى المباراة عليك عمل...».

- «أعرف أنك تريد الذهاب للرحلة، ولكن لن يمكنني دفع كل التكاليف، هل لديك مقترحات؟».

- «أعرف أن هذا سيكون رائعا، فكيف.....».

ولا تقل:

- هل تعدني أن ترجع مبكرا إذا وافقت على ذهابك...»: بالطبع سيعيدك، ولكن هذا ليس تفاوضا، لا بد أن يكون هناك تبعات لوفائه بوعده أو عدم وفائه .

- «إذا كنت هادئا في نصف الساعة المقبلة فسأشتري لك...»: هذا ابتزاز ورشوة وليس تفاوضا .

- التفاوض هو الحالة التي نصافح بعضها ونهتف بحماس: اتفقنا .



خامساً: طريقة الأوامر والنواهي

هناك بعض الأوقات التي نفضل هذا الأسلوب دون غيره من أساليب التعليم أو التفاوض، وغالباً ما يتم ذلك وقت الخطر أو عدم الاستعداد لإبداء الأسباب أو التفاوض وقبول بدائل.

قل:

- «أعرف أنك لا تحب فعل ذلك؛ ولكن القاعدة تقول:».
- «ارتد معطفك قبل الخروج».
- «كف عن لعب الكرة في المنزل».
- «مرفوض أن تضرب أخاك».
- «يحين موعد نومك بعد 5 دقائق ، اغسل أسنانك».
- «هذا موعد العشاء، قم بإغلاق التلفاز»⁽¹⁾.

ولا تقل:

- «ما الذي تحدثنا عنه حالا؟».
- «طالما أخبرتك أن...».
- «لم يعجبني ردك علي بهذه الطريقة».

ولا بد ألا يعبر الأمر أو النهي عن رأيك الشخصي فلا تقل مثلاً: «لا أريدك أن تخرج دون معطفك»، فالأمر والنهي لا بد أن يكون واضحاً تماماً؛ فلا تستخدم الكلمات الغامضة مثل: «لا تفعل هذا...»، سم هذا الذي تقصده .

السؤال المطروح: كيف يتم هذا الحوار الفعال دون أن تفقد تلقائية الحوار مع أبنائنا؟ وكيف نفكر في كل كلمة نتفوه بها معهم وكثير من المواقف تحتاج إلى استجابة سريعة؟!

1 - فلنتأمل طريقة إلقاء الأمر والحزم الواضح بها .



كما أنه ليس لدينا متسع من الوقت لكل هذا الجهد، وأذكر هؤلاء الآباء بحالنا جميعاً في بداية تعلم أي مهارة جديدة، فمثلاً حينما بدأنا -أو بدأ بعض منا- تعلم قيادة السيارات، كيف كان حالنا؟ كنا في غاية البطء، وكنا نركز في كل حركة وسكنة نقوم بها، وننتبه لكل التفاصيل، كذلك الحال ونحن نحاول أن نعدل من أسلوبنا في الحوار مع أولادنا، وأظن أن أولادنا يستحقون هذه المحاولة مهما كانت مجهدة أو متعبة، فالأمر في الواقع يحتاج تدريباً وصبراً، وهما مهارتان نفتقدهما كثيراً في حياتنا اليوم.

4- اللعب وأخواته

حدثت أم عن ابنتها الوحيدة التي لم تبلغ التاسعة بعد بأنها أصبحت عنيفة وعدوانية، يخلو كلامها من أدب مع والديها، وعرفنا بعد ذلك أن الوالدين مشغولان عن هذه الطفلة، فالأم لها مشروعاتها الخيرية، والأب بالطبع منغمس في عمله، على الرغم من اعتراف الأم بأن ابنتهما هذه «قد جاءت على شوق» بحد تعبيرها، فقد رزقا بهذه الصبية بعد سنوات عديدة من الزواج، وعلى الرغم من ذلك أهملها بعد ذهاب الفرحة بها.

وتذكرت قول الشاعر:

إن اليتيم هو الذي تلقى له

أمّاً تخلت أو أباً مشغولاً

حينما نشغل عن أطفالنا، ولا نجد لهم قليلاً من الوقت للعب أو المرح أو الحوار معهم؛ لأن هناك ما هو أولى من وجهة نظرنا، فإن ذلك يشعر الطفل بأنه عالة على والديه، بل عالة على الدنيا كلها، ومن ثم تنحصر علاقتنا بأطفالنا في النمط الذي نريد أن نخرجهم فيه، أو بمعنى أدق في القوالب التي نصبهم فيها.

وحتى لو أبدينا استعداداً للعب مع أولادنا فلن نكف عن الملاحظة والتوجيه، وقد عقد دكتور سبوك بين لعب الآباء والأجداد⁽¹⁾، فإن الأب قد يداعب ابنه وكذلك الأم،

1- تربية الأبناء في الزمن الصعب، دكتور سبوك، ترجمة منير عامر.



ويختلط هذا اللعب بالرغبة الدائمة في التوجيه، أما الأجداد فيملكون الرغبة في النزول إلى مستوى الطفل والحديث معه عما يسعده .

ولسنا في حاجة إلى تأكيد أهمية اللعب بالنسبة للطفل من حيث إنه ينمي قدرات ومهارات لا حصر لها لدى الطفل، فضلاً عن أنه -أي اللعب- ترويح عن نفس الطفل ، ومبعث للسرور والإحساس بالسعادة، إلى جانب إكسابه قيماً أخلاقية واجتماعية مختلفة .

ولكن ما نحن في حاجة إلى تأكيده هو الأمور التي تراعي عند اللعب، فلا يستفيد أو يستمتع الطفل باللعب إلا إذا تهيأت له تلك الظروف:

- عدم الإكثار من فرض القواعد والأوامر أثناء اللعب .
- عدم المبالغة في الحماية الزائدة للطفل أثناء لعبه .
- عدم الإصرار على أن يظل الطفل بكامل نظافته .
- إعداد ما يلزم للعب قبل البدء .
- استثمار موارد البيئة للاستعانة بها (زجاجات بلاستيكية فارغة - خيوط - أقمشة...) .
- تناسب الأنشطة مع المرحلة العمرية للطفل .
- تحقيق اللعب الغرض منه من إحساس بالمتعة والراحة والحرية .
- عدم اللعب مع الطفل وكأنه في اختبار .
- تدريب الطفل على إعادة تنظيم وترتيب مكان اللعب .
- عند الشجار بين الأطفال يتجاهل الذي أثار الشجار .
- وللمعترضين أو للمتعللين بضيق الوقت - خاصة الآباء - نقول: إن الأمر لا يحتاج جهداً أو وقتاً ، بل يحتاج فقط الشعور بأهمية احتياج الأطفال للعب والمرح معهم، فالإبتسام والاحتضان والقبلة الحانية والألعاب البسيطة من آن لآخر لن تستغرق أكثر من دقائق معدودة .



وقد ذكر شخصاً أنه أجرى أكثر من حوار مع عدد من سائقي التاكسي - أثناء تنقله من مكان لآخر - عن الوقت الذي يقضونه مع أولادهم متى وكيف، وهل هناك وقت أصلاً يقضونه مع أولادهم، فبهرتني إجاباتهم؛ لأنني توقعت أنهم سيعتذرون بضيق الوقت خاصة أنهم «يجرون على رزق عيالهم»، وأن الضغوط اليومية أصعب من أن ينتبه الأب لأولاده، لكنني فوجئت بعكس ذلك، صحيح أنهم يقضون وقتاً قصيراً (لا يتعدى نصف الساعة يومياً) إلى جانب نصف يوم الإجازة الأسبوعية إلا أن معظمهم أكد لي أنه لا شيء يذهب عنه عناء اليوم إلا رؤية ابتسامة أولاده وهو عائد لبيته محملاً ببعض أكياس الفاكهة أو الحلوى، وتناول وجبة العشاء معهم، وهو يدرك تماماً أن الأم وحدها لن تستطيع تحمل مسؤولية التربية في هذا الزمن، وتمضي أيام الإجازات بين زيارة الأجداد أو في المتنزهات العامة، أو في المسامرة بالبيت، وسعدت أيما سعادة حينما وجدت أن مبدأ الرعاية واللعب وارد على خريطة اهتمامهم، وأجندتهم تسمح بذلك، على عكس بعض المثقفين من الأطباء والمهندسين ورجال الأعمال، بل ومن التربويين والدعاة، الذين قالت بعض زوجاتهم على لسان الأزواج بالطبع: إنه يكفينا أننا نعمل ليل نهار لتأمين مستقبل أولادنا، وآخرون أجابوا زوجاتهم مندهشين عندما طلبن منهم المشاركة في التربية: وما مهمتكن أنتن إذا؟.

وهناك آباء لا يلعبون مع أطفالهم، ولا يقضون وقتاً معهم لا شيء إلا لأنهم لا يعرفون كيف يستثمرون هذا الوقت مع أولادهم، وهناك من يحاولون استثمار هذا الوقت في تنمية قدرات الأطفال إلا أنهم - أي الأطفال - لا يستجيبون لآبائهم.

والى هؤلاء وأولئك نستعرض هذه الاستشارة التي توضح للآباء كيف نتعامل مع أطفالنا أثناء اللعب، وكيف نستثمر قدراتهم ومهاراتهم:

طفلي يبلغ من العمر عاماً وتسعة أشهر، أحياناً أجلس معه لأعلمه بعض المهارات كالألوان مثلاً عن طريق المكعبات الملونة، ولكنه أحياناً يصغي إلي، وأحياناً لا يفعل، فما الطريقة التي أجعله يصغي إلي حينما أحاول تعليمه أما ما، مع العلم أنه كثير الحركة، ولا يريد أن يفعل إلا ما يراه هو؟.



وكان الرد

أول ما نود ذكره لك عن تنمية طفلك هو ضرورة التنمية الشاملة للطفل، أي لنواحي النمو المختلفة له، وهي كالآتي:

- النمو العقلي واللغوي.
- النمو الجسمي والحركي.
- النمو الوجداني والاجتماعي.

وذلك لأن مراعاة نواحي النمو المكتملة تعضد بعضها بعضاً، وتساعد على التوازن الصحي في قدرات الطفل.

وأولى خطوات هذه التنمية تبدأ بمعرفة طبيعة النمو في كل مرحلة من مراحل نمو طفلك، أي تعرفين سمات النمو في النواحي المختلفة في سن العامين وما بعدها تدريجياً، هذه الخطوة مهمة حتى تقفي على طبيعة ما يمر به طفلك خطوة فخطوة، يلي ذلك أن نعرف ما الطرق التي يمكننا بها تنمية كل جانب من جوانب النمو.

ولعل أكثر ما أجده مهما وحاسماً في نمو الأطفال هو التوازن؛ فكثير من الآباء يهتمون كثيراً بالجانب الجسمي مثلاً على حساب بقية الجوانب، أو تجدين منهم من يهتم بالجانب اللغوي أكثر من بقية الجوانب.

ورداً على سؤالك نقول: إن الطفل يمل كما يمل الكبار بل أكثر؛ لأنه لا يمكنه التركيز لفترة طويلة، وهو ما يستدعي منا:

- الهدوء والمرح أثناء تعليمه.
- التوزيع في الأنشطة المستخدمة.
- قصر المدة التي يؤدي فيها كل نشاط.



• الانطلاق مما يحب الطفل ليتعلم من خلاله ما نريد تعليمه له .

• الاستفادة من كل فرصة لتدعيم الهدف التنموي الواحد: (أثناء السير - من خلال الكتب - في المطبخ - في النادي ...)، فكل مكان ستجدين فيه فرصة لتعليمه معرفة ما، وربما نفس المعرفة .

• مراعاة التدرج حسب نمو الطفل ورغبته وإقباله .

• تغيير الأوقات والظروف التي يقدم فيها النشاط .

والطفل يعتبر اللعب وظيفته الأساسية في الحياة، ولعل ما يضايقه أو يثيره تدخلنا الدائم في لعبه؛ فهو بحاجة للاستكشاف والبحث بمفرده بعض الوقت، عليك حينها أن تتابعي وتهيئي الأمان في بيئته وتدعيه لاستكشافه، على أن ترتبي للعب معه في أوقات أخرى، ولكنني أؤكد أن الطفل بحاجة لاستكشاف عالمه دون دفع وضغط وملازمة من الكبار، فوازني بين الأمرين: حرية لعبه ومتابعته، وترتيب لعب منظم معه .

كذلك من الأمور التي لا يلتفت إليها كثير من الأمهات حاجة الطفل للمرح أثناء اللعب، فنراها تنظم اللعب كما لو أنه مدرسة وإلزام، هذا مما تعافه نفس الطفل، ومما يبغضه في ملازمة الأم له في اللعب وعزوفه عما تقدمه له من ألعاب يلمح جديتها الزائدة وتنظيمها المحكم؛ فعليها أن تراعي المرح والحرية، فهما أهم ما يميز اللعب، وللعلم فهذان العنصران يمثلان عنصرين حيويين لوظيفة اللعب الأساسية حتى التنموية منها .

في سن العامين يبدأ الطفل في اللعب التخيلي: الأسرة والسائق والركاب والبائع، ومن المفيد للأم أن تشاركه هذه الألعاب، فتعلمه من خلالها العديد والعديد من الأشياء، على أن تلعب معه بروح الطفل وليس بروح الوصاية والتعليم المنظم .

ومن النقاط المهمة أيضا أن تهتمي اهتماما أساسيا بكل ما يثير حواس طفلك المختلفة؛ فالطفل ينمو عن طريق حواسه: السمع والبصر والشم واللمس والتذوق، فاستثيري حواس طفلك حتى تنمي الوصلات بين الخلايا المختلفة للمخ، علما بأن كثرة هذه الوصلات من العوامل المحددة لكفاءة عمل المخ .



هناك نقاط لا بد من مراعاتها عند اختيار لعبة الطفل؛ فاللعبة الجيدة يجب أن تكون:

• آمنة لسن الطفل، ومتينة، وكبيرة الحجم نسبياً ، وليس لها حافات، وجيدة التركيب لا تتفصل أجزاؤها في يد الطفل.

• مقبولة وممتعة للطفل.

• مناسبة لقدرات الطفل الجسمانية ونموه العقلي والاجتماعي.

وهناك الكثير من الألعاب التي يمكن أن تسهم في تنمية الطفل، مثل:

• المكعبات الخشبية.

• القطع الكبيرة الحجم (Puzzle).

• الألوان والأوراق الكبيرة.

• الألوان المائية والفرش والتلوين.

• الخرز الكبير الحجم.

• القصص.

• التمثيل.

• الجري.

• الكرة.

• الألعاب التي تنمي الحواس .

• القفز.

• الأرجوحة.

• الماء.

• العجائن والصلصال (والأفضل العجائن التي تصنع من الدقيق والملح).



وإذا كان من وظائف اللعب الترويحي واكتشاف وتنمية مهارات الطفل فإن من أهم وظائفه أيضاً تعديل السلوك كما نرى في هذه الاستشارة:

ابني عمره 8 سنوات، وهو متفوق دراسياً والحمد لله، لكن سلوكه دائماً يميل إلى العنف حتى عند لعبه مع أخته، فإنه يميل إلى الضرب والتكسير والتخريب في أحيان كثيرة.

وتصرفاته فيها نوع من الهمجية وعدم التركيز، فإذا ذهب لشراء بعض الأشياء تضيع منه النقود، ودائماً ما يقلد تصرفات المشاغبين في الأفلام ويحفظ كلامهم، وهو دائماً يسبب لي المشاكل، إما مع والده أو مع الأقارب أو في المدرسة، ولقد استعملت أساليب العقاب كلها، من حرمانه من مصروفه أو من شراء الأشياء التي يحبها، وأخيراً الضرب وأساليب العقاب، ولكنها تنفع في وقتها فقط، ثم يعود إلى ما كان عليه.

أرجو مساعدتي في تقويم سلوكه مرة أخرى؛ لأنني دائماً ما أتهم بأني دلتته، ولكم جزيل الشكر.

وكان الرد عليها

سيدتي الكريمة، تحدثت عن ابنك وعن عدوانيته وتقليده لسلوكيات المشاغبين؛ وهو ما يوقعك في الحرج أنت وزوجك أمام أفراد العائلة، وقلت: إنك جربت الكثير من الحلول لتقويم سلوكه؛ كالحرمان من المصروف ومن الأشياء التي يحبها، ثم جربت الضرب كأسلوب أخير، وعلى الرغم من ذلك فالعقاب - كما ذكرت - لا يعطي غير نتائج لحظية، سرعان ما تزول ويعود إلى ارتكاب نفس الممارسات.

وفاتك أن تذكرني لنا مدة جلوسه أمام التلفزيون، وأن تصفي لنا إحساسه بعد قيامه بسلوك عدواني، هل يشعر بالندم؟ وهل يتعاطف مع أخته إذا ضربها وبكت، أم أنه لا يشعر بأي تأنيب الضمير في حالة ممارسة العنف؟



نريد أن نشير أولاً إلى خطورة التلفزيون، خصوصاً بالنسبة لمن هم في مثل سن ابنك، فحسب آخر الدراسات في علم نفس الطفل؛ فإن التلفزيون خطر حقيقي على الطفل قبل 6 سنوات؛ لأن الانتقال السريع للصورة على شاشة التلفاز يؤثر بشكل مباشر في عدم اكتمال نمو قدرات معينة في الدماغ؛ فالتلفزيون عامل حقيقي في زيادة العنف لدى الأطفال؛ لذا أقترح:

- 1- تحديد ساعات الجلوس أمام شاشة التلفاز، والأفضل أن يعوض عنه بنشاط آخر.
- 2- زيادة النشاطات البدنية للطفل، مثل: كرة القدم، والسباحة، وكرة السلة، وكرة المضرب، واللعب في الهواء الطلق.
- 3- توجيه الطفل إلى التركيز على ألعاب الفك والتركيب.
- 4- التوجيه إلى القراءة، وتعويد الطفل الذهاب إلى المكتبة.

كما نود أن نشير إلى نقطة ثانية، وهي أن العنف يولد العنف، وعندما يمارس العنف بأي شكل من الأشكال في المنزل، فإن النتيجة الحتمية هي سلوك عدواني عند الأطفال، والعنف مع الأطفال يؤدي إلى نتائج عكسية في كثير من الأحيان؛ فهو يزعزع ثقة الطفل واحترامه لنفسه، ويجعل منه إنساناً متردداً مذعوراً وخائفاً أغلب الوقت، ومذعناً للأوامر التي يتلقاها دون مناقشة... إلخ.

وفي أحيان أخرى يؤدي العنف إلى تبنيه كوسيلة لإخضاع الآخر، وبمجرد الوصول إلى درجة الأذى المقصود والمخطط له لا بد أن يتم التساؤل حوله كإشارة لاضطراب ما.

سيدتي.. اهتمي باللعب مع صغيرك، فقد اهتم العلماء كثيراً ببيان آثار اللعب في حياة الأطفال؛ فهذا عالم النفس الألماني «كارل بيولر» يؤكد أهمية اللعب في النمو العقلي للطفل، والعالم الروسي «ماكارينكو» يؤكد التأثير البالغ للعب في تكوين شخصية الطفل، ومن المؤكد أن للعب فوائده من نواح عديدة، أكتفي بذكر بعضها مما له علاقة بالمشكلة المطروحة:

فاللعب يساعد ابنك على تصريف طاقته الزائدة، ويحقق تكاملاً بين وظائف الجسم



الحركية والانفعالية والعقلية، كما أنه من الناحية الاجتماعية يساعد على تعلم النظام والإيمان بروح الجماعة واحترامها، وإذا استطاع إقامة علاقات متوازنة مع الآخرين فإنه سيبتعد عن الأنانية والعدوانية والتمركز حول الذات، كما يسهم اللعب في تكوين النظام الأخلاقي المعنوي لشخصية الطفل، فمن خلال اللعب يتعلم الطفل من الكبار معايير السلوك الخلقية كضبط النفس والصبر، إضافة إلى أن القدرة على الإحساس بشعور الآخرين تنمو وتتطور من خلال العلاقات الاجتماعية التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى من حياته.

وفي أثناء اللعب يمكنك تمرير الكثير من الخطابات بطريقة غير مباشرة، وستكون قدرة ابنك على الاقتناع بها كبيرة جداً، فاعملي على تكليفه ببعض المسؤوليات البسيطة، وبيّني له أنه مسئول عن حماية أخته، وشجعيه على ممارسة الرياضة والرسم والقراءة؛ فكل هذه المواهب تساعد على اتخاذ ردود الأفعال الصحيحة بعيداً عن العنف الذي لن يزيده إلا عناداً وثورة.

كتب الفنان «حمدي أحمد» مقال العواطف النبيلة وهذا الزمان: «في أحيان كثيرة تهرب من بين ضلوعنا الأحاسيس الجميلة، تغيب شمس العواطف النبيلة بداخلنا، يتم هذا رغماً عنا، ودون أن ندري... وفي عصر قاس دهن فيه قطار المادية طفل العواطف الجميلة فينا»⁽¹⁾.

نعم، فالأحداث والحوادث اليومية تجثم على صدورنا، ولا تترك لنا مساحة نتنفس فيها المشاعر النبيلة ويتسمها أطفالنا، لكننا رغم كل شيء علينا أن نسمح لنداء الحب الغريزي والعواطف الفطرية لينطلق لكي يروي عطش أبنائنا له.

وباعتبار أن منهجنا في هذا الكتاب هو استخدام الأساليب البسيطة في التعامل مع أطفالنا، فإننا نستعرض معاً هذا المقال الذي يجمع في خطوات عملية كيف نتواصل مع أبنائنا، وكيف نعيد هذه العواطف النبيلة: وأدوات هذا التواصل:

1- نقلاً عن الدكتور محمد سليم العوا من كتابه «بين الآباء والأبناء».



• تناول وجبة واحدة يوماً على الأقل مع أبنائنا، وإدارة حوار معهم عن طبيعة عملنا وتفصيله، وعما نتجه، أو الخدمات التي نقدمها للمجتمع، ومن خلال هذا الحوار نسرد لهم الإيجابيات التي نحجبها في العمل، وغيرها من الأمور السلبية التي لا نجعلها، وكيف نتعامل معها، ونحاول تغييرها إن استطعنا إلى ذلك سبيلاً، وعن مدى أهمية هذا العمل لنا كأفراد أسرة بصفة خاصة، وللمجتمع بصفة عامة، وعن أهمية إنجاز المطلوب في الوقت المحدد وعواقب مخالفة ذلك، وحسن التعامل مع الناس، على ألا يكون ذلك في إطار مواعظ وتوجيه مباشر، بل عن طريق حوار ممتع عفوي.

وهذا ما أكدّه الدكتور محمد سليم العوا في كتابه «بين الآباء والأبناء»: «واستشرت - في أول عهدي بالأبوة - أبي رحمه الله فيما يجب أن أوازن به بين مشاغلي وبين واجبي نحو أولادي، فقال لي: خصص لأولادك أوقات الطعام، واحرص على أن تأكل وجبة على الأقل يوماً معهم، وأطل زمن المكوث على المائدة؛ وتحدث معهم بكل أنواع الحديث».

• اختلاق مواقف للتواصل بيننا وبين أبنائنا مثل اصطحابهم للتسوق لا بغرض الشراء فحسب، بل لإثارة بعض الموضوعات التي يهتمون بها .

• الاستماع الجيد دون فرض رأي أو استدراج أو مقاطعة الإساءة نصيحة؛ حتى تزداد الثقة بيننا وبين أولادنا، وهو ما يؤدي إلى مزيد من الحوارات في موضوعات متعددة، أبادر في طرحها أحياناً، ويثيرونها هم أحياناً أخرى.

• عادة ما نغفل تأثير لغة العيون في الحوار مع أولادنا، وتأثير الإشارة والإيماء والابتسامة، كل هذا له وقع السحر عليهم، وقبله مشجعة قد يكون لها أثر واضح، وتسفيه قاس للطفل قد يتركه مشلول الفكر ساعات طويلة.

• إضفاء روح المرح والتفاؤل دائماً، وخاصة عند اجتماع الأسرة أثناء تناول الطعام مثلاً أو في وقت السمر، ومفتاح هذه الروح هو البشاشة والابتسامة الحانية مع ما نتكبده من عناء في حياتنا اليومية، ويظن الكثير منا أن الجدية والحزم يستلزمان العبوس والكآبة، وطبعاً ليس لهذا الظن أو الاعتقاد أساس من الصحة.

• إذا نشأ أطفالنا في أسرة منتجة وتقدر قيمة الإنتاج فإنهم سيتأثرون بهذا السلوك ويشبون عليه، ومن ثم لا بد من تدريب الطفل منذ الصغر على حب العمل والانتاج.



• وإذا أشرنا إلى قيمة الإنتاج فإن طلب العلم وسيلة لتحقيق هذا الإنتاج، فلا فضل في علم بلا عمل، وذلك من أجل عمارة الأرض، وإذا لم ينشأ الطفل في أسرة مطلعة تطلب العلم للعمل به فلا ننتظر منه سوى تحقيق أقل درجة من درجات النجاح، ليس في عملية الاستذكار فحسب، بل في الحياة بأسرها.

• كثيرا ما نشكو من ردود أفعال أولادنا في مواقف الغضب، والسبب في ذلك هو أفعال الآباء أنفسهم؛ حيث استفزاز الابن بالسب والصراخ؛ لأنه لم يرد على النداء المتكرر مثلا، أو بسبب معاكسته لأخيه الأصغر، أو ما إلى ذلك من المناوشات اليومية، فإذا ما سمع هذا السب والصراخ فإنه يثور، بل يتطور الأمر للتعبير عن غضبه بالعنف تجاه الأشياء والأشخاص على حد سواء، ولكي نتجنب مثل هذه الردود علينا مراجعة وسائل التهذيب، فإذا كنت ممن يصرخون أو يعنفون أبناءهم فدرب نفسك على الحلم وكظم الغيظ، والصبر على تصحيح الأخطاء وتعديل سلوك الأولاد مع عدم تعجل النتائج.

• إغلاق الوحدة العسكرية: «... ولا يكاد يرى - أي الابن - حتى يتلقفه الأب أمرا أو ناهيا أو مؤنبا أو معاقبا، فالصلة بينهما كالصلة بين الشرطي والمشتبه فيه»⁽¹⁾.

فالأوامر الكثيرة والنواهي يضيق الطفل بها ذرعاً، ومن ثم فهو لا ينفذ منها إلا القليل، ومما يساعد على التغلب على هذه المشكلة وضع نظام يكون واضحا للجميع، يشمل مواعيد لتناول الطعام ومواعيد للاستذكار...، نظام يتسم بالمرونة.

• كما يجب ألا نقارن بين أبناءنا وأبناء الآخرين، فإن ذلك يورث البغضاء والحسد.

• التدريب على تحمل المسؤولية: إذا قام الطفل بزرع نوع معين من النباتات مثلما يفعل كثير من أطفالنا في مرحلة رياض الأطفال أو في السنوات الأولى من المرحلة الابتدائية، واعتني بها ورعاها كل يوم حتى ولا تذبل، فإن ذلك يساعده على تحمل المسؤولية.

• أن يتحمل مسؤولية اتخاذ بعض القرارات، فإذا قرر مثلا أن ينهض من النوم متأخرا فليدرك أن هذا القرار سيترتب عليه عدم استمتاعه بتناول وجبة الإفطار مع

1- بين الآباء والأبناء، محمد سليم العوا، الطبعة الثالثة.



أسرته، كما أن سيارة المدرسة ستفوته، وهو ما يؤدي إلى استذكاره الدروس بنفسه دون مساعدة من أحد ليتحمل عاقبة اختياره وأفعاله.

• الطفل الذي يتمتع بقدر واف من الإحساس بالذات واحترامها هو ذلك الطفل الذي نما في أحضان والديه الدافئة، ويدرك تماماً حب أبويه له، لكن ليس معنى ذلك التغاضي عن أخطاء الأبناء، بل من واجب الآباء أن يوضحوا لأبنائهم أن الحب ليس معناه أن تتجاهل الأخطاء.

• تحديد مواضع الحرية، فلا يصح أن يكون الذهاب إلى المدرسة مثلاً موضع اختيار أو تفاوض، لكن يمكن أن يكون لديه حرية الاختيار فيما يحب أن يتناول في وجبة الإفطار، فعلى سبيل المثال نخيره: «هل تحب أن تفطر بيتا أو فولاً؟»، فإذا اختار أحدهما وأعد له بالفعل ثم غير رأيه فلا نعيه اهتماماً على أن يخير بين شيئين أو ثلاثة فقط، خاصة في السن الصغيرة حتى لا يتحير).

• مساعدة الأبناء على طريقة التفكير السليم عن طريق إثارة أسئلة تعلمه بطريقة غير مباشرة، فإذا سألك ابنك سؤالاً فيمكنك إجابته قائلاً: هذا سؤال جيد، هيا بنا نجد له إجابة، وتساعدك كيف يبحث عن الإجابة، فلا تعطه السمكة، ولكن علمه كيف يصطاد، ولا تتهرب من الإجابات بحجة أنه لن يفهم ما تقول، فإذا كنت لا تعرف الإجابة عما يسأل؛ فعليك بمصارحته دون خجل، وتعهده بالإجابة عندما تعرفها، وتفي بهذا الوعد في أقرب وقت، أما إذا سألك أنت سؤالاً فأعطه فرصة كافية للإجابة، وحاول ألا تكون إجابة هذه الأسئلة بنعم أو لا.

• من العادات الطيبة أن ينشأ الطفل في أسرة مطلعة اعتادت على القراءة في مجالات مختلفة، ولكي تنمو هذه العادة بشكل طيب فيمكن:

- تدريب الطفل على القراءة قبل النوم، وإذا كان دون سن القراءة فيقرأ له أبواه، ويكون ذلك بالتناوب .

- تدريبه على اختيار الكتب.

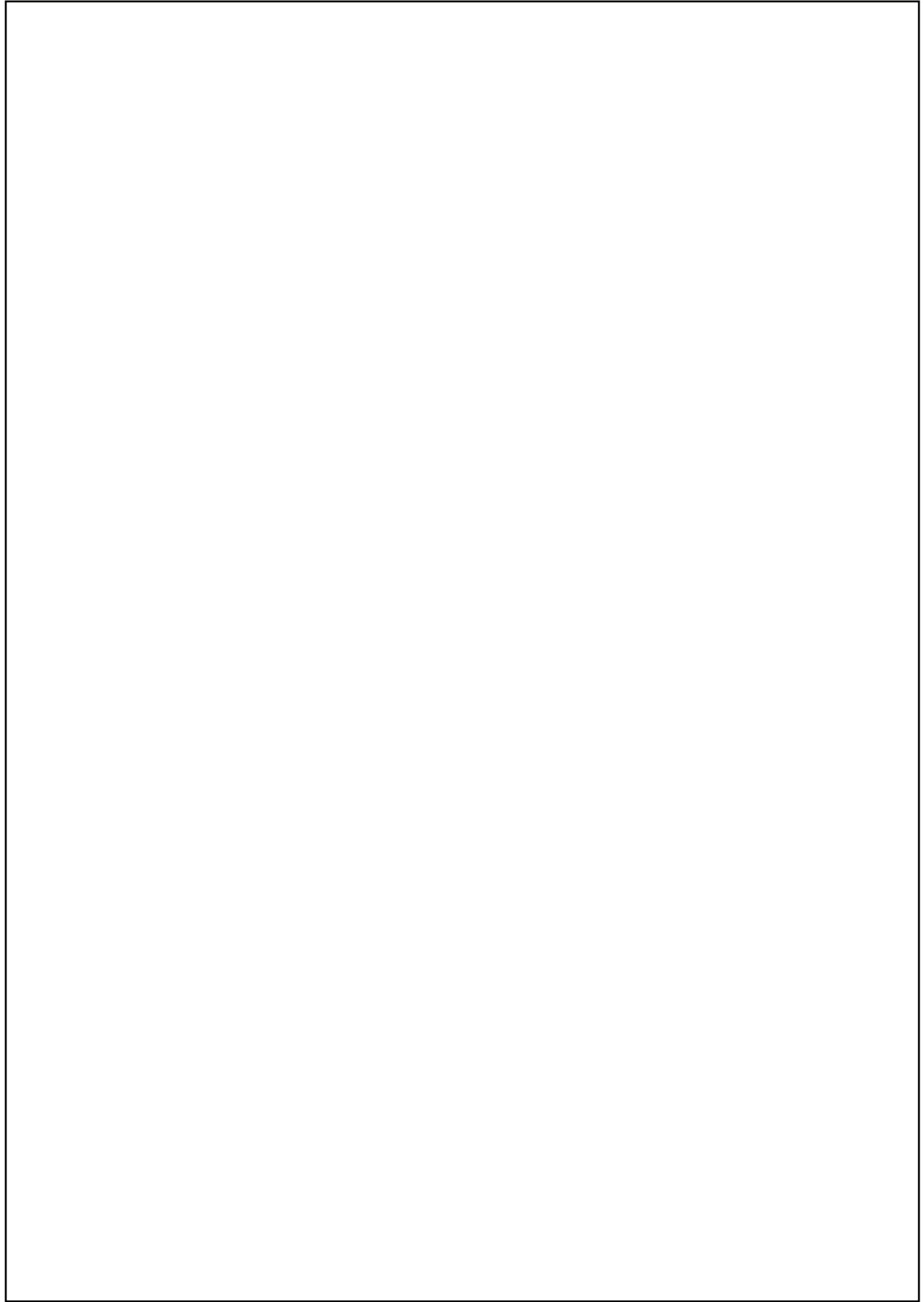
- تكوين مكتبة متنوعة.

- تبادل الكتب مع الأصدقاء.



- الاشتراك في إحدى المكتبات.

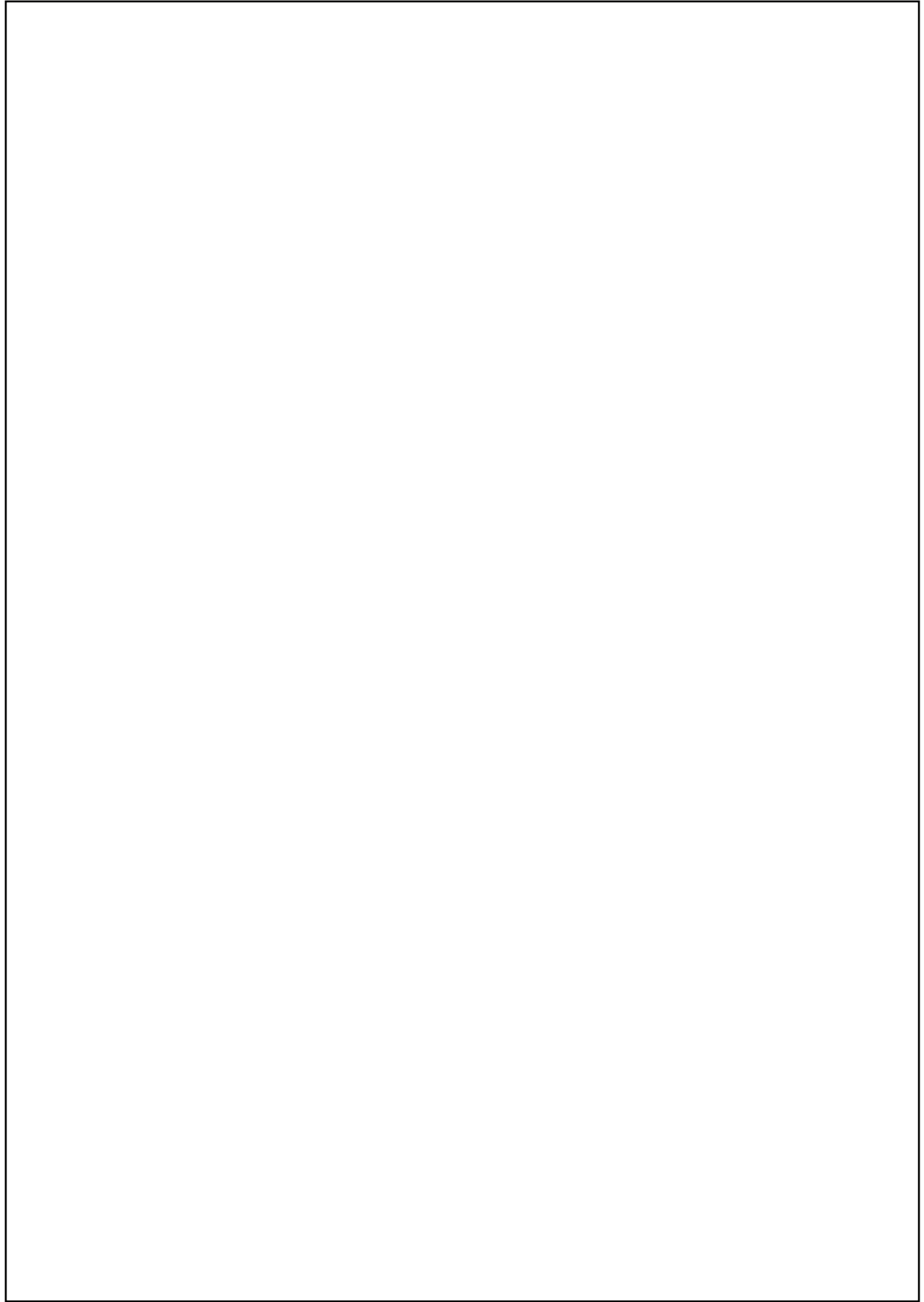
- مشاركة الأبناء في الأنشطة المختلفة مثل التلوين أو الرسم، وتعليق إنتاج الأطفال في حجراتهم، على ألا يقوم الوالدان أو أحدهما بهذه الأنشطة بالنيابة عنهم).





الفصل الثاني

فن إرساء قواعد بالبيت





1- كيف نضع القواعد ويلتزم الصغار بها؟

في إحدى دورات المراهقات طُلبَ منهن أن يتخيلن آباءهن وقد استجابوا لكل ما يطلبن : فلا حدود لموعد العودة إلى البيت، ولا ضوابط لاستخدام الهاتف، ولا اعتراض على صديقاتهن، ولا تعليق على ملابسهن التي لا تعجب الآباء أحيانا ... إلى آخر هذه الحدود التي يرى الأولاد أنها قيود لا داعي لها .

وكان التعليق كالتالي:

البعض قال: ستكون الحياة مملة؛ فأمتع ما فيها هو هذا الشد والجذب بيننا وبين آبائنا وأمهاتنا .

وهناك من أجاب : فما فائدة الآباء إذن؟

وآخر تعليق كان: إذا وقع لنا مكروه، سنحمل والدينا المسؤولية لما فرطوا فيه من أداء النصح .

لاشك أن أولادنا يحتاجون إلى السلطة الضابطة حتى لو تمردوا عليها، خاصة في سن المراهقة، كما يحتاجون لتلك القواعد الضابطة بالبيت في غير لين أو قسوة، وقديما قالوا: «لا تكن لدينا فتعصر ولا صلبا فتكسر». وإذا كنا تحدثنا عن الحزم⁽¹⁾ فمن أهم أدواته وجود نظام بالبيت الروتين اليومي؛ ليشعر الطفل بالاستقرار والأمان.

ولكن ماذا نقصد بإرساء القواعد بالبيت؟

«نعني بذلك وضع نظم ثابتة يسير عليها أفراد البيت جميعهم دون استثناء، ويفهمها ويشارك في وضعها كل أفراد البيت .

وعلى هذا فيجب أن تكون هذه القواعد :

- غير خاضعة للمناقشة مع كل موقف؛ لأنها ثابتة ومتفق عليها .

- ليست طلبا من شخص إلى شخص يحتاج للإلحاح والرفض، ولكنه نظام .

1- يمكن مراجعة موضوع الحزم بالفصل الأول .



- لا يتم تغييرها أو إيقافها أو تأجيلها .

هذه القواعد تساعد الأولاد والآباء على التفاهم وتأدية المهام المطلوبة بأقل قدر من الصراع والمشاكل؛ وذلك لأن هذه القواعد قد تم الاتفاق عليها معهم، فنحن ننفذ ما اتفقنا عليه، وليس في كل مرة علينا التفاوض من جديد، ولأن يتعامل الطفل مع قاعدة ثابتة حتى ولو كانت لا ترضيه كل الرضا أفضل كثيرا من تعامله مع أم أو أب متقلبي المزاج والآراء لا يمكن التنبؤ بردود أفعالهما، فاليوم يمكن أن يرفض ما قبله بالأمس، وغدا يوافقان على ما رفضاه اليوم. إن ذلك يصيب الأطفال بالتشتت، كما أن هذه القواعد تطبق على الجميع دون استثناء⁽¹⁾؛ وبهذا يشعر الأبناء بالعدل بين جميع أفراد الأسرة.

ولا بد من استخدام أسلوب الثواب والعقاب بطريقة هادفة وتربوية، فعند التصرف بطريقة صحيحة يكافأ صاحبها، وعند الإساءة يستخدم أسلوب الحرمان من الأشياء المفضلة والخصام، وهما يعتبران من الأساليب التربوية في عقاب الطفل وتوجيهه، ولكن لا بد من ترشيد استخدامهما وعدم الإفراط فيهما؛ لكي لا يفقدا معناهما . ولا بد ألا يعاقب الطفل أبدا قبل توضيح خطئه وسماع دفاعه عن نفسه .

الأمر يبدو في أوله - وللهولة الأولى - صعبا، ولكن مع الصبر والإصرار تنجح الأسرة كلها معا في الوصول لهذا الوضع المستقر، ويجب الحذر تماما من التراجع لأي سبب من الأسباب؛ لأن هذا يجعل مقاومة الطفل للفكرة أشد .

أما كيف نضع هذه القواعد، وكيف يلتزم الصغار بها ، هذا ما سنوضحه في الرد على هذه الاستشارة:

«أنا أم لسبعة أطفال، أعرف تماما أن مشكلتي تكمن في عدد الولادات، ولكننا لا نريد أن نكون خياليين؛ فهذا هو الواقع. لي سؤال: هل على الأم أن تكون دائمة العطاء من غير مقابل؟ فأنا تغيرت كثيرا بعد أن تعلمت الكثير منكم، أصبحت أستمع لأولادي وأعطيهـم

1 - هناك بعض القواعد التي من شأنها أن تختص بالآباء دون الأبناء كتأخير الأب في عمله ليلا مثلا .



الوقت الكثير، ولكنني عندما أوجه لأحدهم طلباً يبدأ بالتكؤ، وبعدها يثور، ويبدأ يندب حظه العاثر - على حد تعبيره - وعندما أطلب من أحدهم شيئاً يبدأ بالصراخ (لماذا طلبت مني أنا وليس من أخي؟)، والآخر يقول نفس الكلام، وعندما يجن جنوني، وأصبح مثل حبة الحمص في المقلاة، ينفذون ما أطلب.

أناشدكم الله أن تعلموني كيف أجعل أولادي يتحملون المسؤولية نحو أشياء بسيطة وضرورية؟ فهذا ما يوتر علاقتنا ببعض؛ لدرجة أن ابني الأكبر عندما أطلب منه شيئاً بسيطاً يبدأ يدعو على نفسه بالموت، بينما في المقابل يريدون من الأم مارد علاء الدين؛ يفرك خاتمه فيظهر المارد، ويقول: «شبيك لبيك، عبدك بين إيديك». وماذا لو أن للمارد سبعة «علاء الدين» فماذا سيفعل هذا المارد المسكين؟!

وكان الرد

«سيدتي، من غير المعقول أن نحيل البيت إلى ساحة قتال لا تهدأ إلا وقت النوم؛ فهذا يدمرك أنت أولاً قبلهم، وبالتأكيد الجهود الذي يمكن أن تبذليه لوضع نظام وقواعد ثابتة للبيت - مهما كان مرهقا - سيكون أهون عليك من تحمل كل هذه المشاكل.

كيف نضع القواعد؟ وكيف يلتزم الصغار بها؟

1- تخيري مناسبة جيدة تستحق أن تكافئهم على حسن أدائهم؛ مثل نجاح في الامتحانات، أو سلوك جيد في موقف معين، أو أي مناسبة، واصنعي لهم حلوى يحبونها، ويا حبذا لو أخذتهم في رحلة ممتعة ومنعشة، واجعلي جو الرحلة فيه الكثير من المرح والحب والتفاهم والاحترام لهم، ثم بطريقة طبيعية تحدثي معهم، وأثني على السلوك الجيد الذي تكافئهم عليه، وأخبرهم أنك تحبينهم، لكنك تضيقين ذرعاً عندما تختلفين معهم؛ فيتوتر جو البيت، وتحدث فيه مشاكل وصراعات، وابدئي معهم مناقشة أسباب هذه المشاكل، وكيف نوقفها، ولا تتحدثي أنت حتى يقولوا كل ما لديهم، واحترمي كل آرائهم، ثم وضحي لهم أن هذا البيت هو بيتنا جميعاً، وكلنا نعيش فيه؛ ولذلك لا بد أن يكون مريحاً ونظيفاً، وأن نتعاون معاً كلنا في ذلك، واطلبي منهم هم أن يضعوا الحلول



المناسبة لكل المشاكل معهم، وساعديهم أنت في وضع وصياغة القواعد الجديدة التي سيسير عليها البيت، وسيلتزم بها الجميع.

2- حتى تكون هذه القواعد ناجحة وفعالة لا بد أن تكون واضحة ومحددة، ويفهمها الجميع بوضوح... فمثلاً لا تقولي: «لا لعب أثناء فترة الدراسة»؛ فمن غير المنطقي ألا يلعب الأطفال خلال 6 أو 7 أشهر (مدة الدراسة)؛ فاللعب وظيفة الطفل، ولكن قولي: «اللعب بعد الانتهاء من المذاكرة والواجبات اليومية»، وهكذا..

3- لا بد أن تكون هذه القواعد منطقية وفي حدود طاقتهم، وتراعي أنهم أطفال؛ فلا يمكن أن نقول: «لا للعب ولا لإفساد ترتيب الغرفة»، ولكن نقول: «بعد اللعب لا بد من إعادة كل شيء كما كان». فهذا طلب منطقي، ولا تقولي مثلاً: «لا تكن شقياً دائماً الحركة»؛ فهو طلب غير مفهوم، لكن طلباً مثل «لا للصوت العالي وقت راحة والدك.. لا لضرب أخيك؛ فعقابه من سلطة الوالد»... إلى غيرها، طلب مفهوم وقابل للتنفيذ حتى ولو كان بصعوبة. ما عليك هو أن تجعل الأمر محدداً ومباشراً وممكن التنفيذ ومنطقياً وعادلاً؛ بأن يحتوي على سبب منطقي وعادل.

4- لا بد أن يحتوي الاتفاق على بنود الثواب والعقاب عند الالتزام بالتنفيذ أو عدمه، ولا بد أن تكوني صادقة معهم حتى لا تفقدي مصداقيتك أمامهم.

5- عند التنفيذ لا بد أن تكوني أكثر الملتزمين بتنفيذ الاتفاق مهما كلفك احترام القواعد، ولا تبادري أبداً بكسر القاعدة، أو طلب استثناء لنفسك أو لأحد من الأولاد.

6- اعتمدي على أسلوب التشجيع والثناء على التصرفات الجيدة، وامنحيهم الاحترام والثقة، وقللي التوبيخ والمعاتبة والتأنيب الدائمين، وتغاضي عن الأخطاء الصغيرة غير المقصودة.

7- لا تجعل هذه القواعد مثل الأوامر العسكرية التي تطبق بطريقة عمياء لا تراعي الظروف؛ حتى لا يشعر الأولاد أن هذه القواعد تخنقهم؛ فيتركوا الاتفاق كله ويختاروا الفوضى التي كانوا فيها، ولكن حاولي دائماً إشعارهم بفضل هذه القواعد في تهدئة البيت، وفي التفاهم والاحترام الذي صار بينك وبينهم.

8- أشعريهم أن لهم الفضل في نجاح الفكرة بالالتزامهم وحسن سلوكهم، واجعليهم



يشعرون بفضلها في شكل مميزات يحصلون عليها، مثل تفرغك الأكبر للحديث واللعب معهم وزيادة اقترابكم من بعض، وتوافر وقت للخروج للنزهة، أو ممارسة شيء يحبونه.

9- اعلمي أن وضع القواعد ليس معناه أن البيت سيتحول إلى جنة هادئة أو سيخلق المدينة الفاضلة، ولكنه فقط أسلوب أفضل لإدارة البيت والتعامل مع المشاكل بأقل قدر من الصراع.

عندما يخالف الأولاد القاعدة أو يرفضون تنفيذها:

لا تعودي للفوضى ثانية، ولا لأسلوب «حبة الحمص في المقلاة»، ولكن بهدوء شديد تحدثي مع المخطئ وحده، وركزي كلامك حول المشكلة الحالية أو القاعدة محل المشكلة، وإياك أن تخلطي الأمور؛ فتبدئي معاتبته على أخطاء أخرى سابقة أو تبدئي الشكوى منهم جميعاً؛ لأنهم أولاد متعبون ولا يسمعون الكلام، ولكن كوني محددة في النقطة التي تتناقشون فيها .

وكرري له القاعدة التي اتفقت عليها من قبل بهدوء ودون انفعال أو إهانة أو صراخ، وذكره بالنتائج والثواب والعقاب الذي اتفقت عليه، ودعيه يأخذ قراره في الالتزام بالقاعدة أولاً، ولا تتحدثي عنه بطريقة سيئة أمام إخوته، ولا تشهدهم عليه، أو تجعلي من بعضهم حزياً عليه.

- عند تنفيذ القاعدة احتراميه واشكري له الالتزام بنظام البيت، ولا مانع من مراجعة بعض القواعد أو معاونتهم في تنفيذها إذا شعرت أنها أكبر من طاقتهم .

ونصيحة أخيرة لك: أشيعي جواً من التعاون والاحترام بين أبنائك، وابدئي بنفسك فاحترميهم، وإياك والتجريح أو الإهانة.

إذا أردنا أولاداً منظمين محترمين هادئين متفاهمين، فلنكن نحن القدوة في ذلك.

اتبعي قليلاً في وضع القواعد وإعادة صياغة نظام البيت على الاحترام والهدوء، تجدي الراحة بعد ذلك.

وربما سبعة أولاد عدد كبير بالنسبة لبعض الآباء؛ وبالتالي يرون أن هذا العدد لاشك يحتاج إلى مثل هذه القواعد، لكن وضع قواعد للبيت أمر يحتاجه كل بيت قل عدد أفرادهم أو أكثر.



إن مثل هذه القواعد والنظم إنما هي نابعة عن حب واحترام، ومن المهم إرشاد الطفل إلى النظام في أي مرحلة عمرية بطريق الرفق والحنان، وقد حث الرسول - عليه الصلاة والسلام على الرفق فقال: «إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه» .

- عدم التذبذب ؛ فلا يصح الامتثال للنظام يوماً وإهماله أياماً .
- توزيع المهام على الأطفال، وتكليف كل بما يستطيع من أعمال المنزل؛ ليتعودوا أن هذا منزلهم وهم مسئولون عن ترتيبه ونظامه، وبالطبع عليهم ترتيب غرفهم قبل كل شيء .
- وعند مخالفة النظام لا تكون عمليات العقاب مفيدة إذا لم يتم ربطها بالتوجيه وربط العقاب بالذنب، على أن تكون العقوبات طبعاً بمقدار الذنب، وأحياناً يمكن ترك الطفل ليكتشف بنفسه مساوئ عدم تطبيق النظام؛ ليفهم من ذلك أهمية تطبيقه، فمثلاً إذا كان الطفل لا يعيد الأشياء إلى مكانها؛ يترك للبحث عنها ، وليعلم أن هذا الوقت الذي يضيع في البحث سيقطع من وقت لعبه وليس من وقت دراسته، ولتكن العقوبات صغيرة لمن يخالف نظام البيت أو يساهم في الفوضى بأي شيء تجدينه مناسباً، كاقطاع جزء بسيط من المصروف.
- وإن في انتظامهم على الصلوات الخمس في مواعيدها بداية طيبة لتنظيم الوقت.

2- الثواب والعقاب

يقول الأستاذ حسن العشماوي:

«إن العصا، وجارح القول، لا يخلقان إنساناً صالحاً أبداً... قد يخلقان فرداً مدرباً تبدو على حركاته وسكناته مظاهر الأدب .. ولكننا نريد أولاداً بشراً لا قروداً .. وإنني لأربأ بالبشرية التي كرمها الله - وإن أخطأت - عن مسخها قرده لا تخطئ .. ولا أقول تصيب؛ لأن مناط الصواب عقل وقلب خُص بهما الإنسان دون القرده؛ فنال عليها بذلك - وعلى غيرها من الكائنات - فضلاً، وإن أديا به إلى الصواب تارة وإلى الخطأ تارة أخرى».(1)

1- هكذا نربي أولادنا، الأستاذ حسن العشماوي.



لا نعلم السر وراء أسئلة الآباء عن العقاب ووسائله وأساليبه قبل السؤال - أو حتى دون السؤال - عن الإثابة متى هي وكيف؟ ربما لأن الآباء يرون أن الإثابة أمرها سهل وكلنا يعرف طرق الإثابة، أو أن الهدايا التي يحصل عليها الأولاد في المناسبات المختلفة فيها التعزيز الكافي، أو أنه لا داعي للإثابة، فالأصل هو أن يحسن الطفل التصرف، فلماذا الإثابة إذن؟!

أصبح من المعروف الآن أنه وإن اختلفت نظريات التعلم في منطلقاتها؛ فإنها تكاد تجمع على أنه لا تعلم بدون دافع، ولا تعلم بدون تدعيم؛ أي بدون ثواب أو عقاب، وفي التجارب التربوية التي أجريت حول الثواب وجد أن نتائج مجموعات التلاميذ التي أثبتت، أو عوقبت، أفضل من نتائج المجموعة التي تم تجاهلها فلم تثب أو تعاقب، كما وجد أن أفضل المجموعات الثلاث في النتائج كانت المجموعة التي أثبتت⁽¹⁾.

وقبل استعراض بعض المشكلات أو الموضوعات نود أن نتناول بعض القضايا الخاصة بهما:

أولاً: الثواب

ربما كان من نافلة القول أن نعرف الثواب بأنه تلك المكافأة التي يحصل عليها الكائن الحي نتيجة إتيانه بسلوك مرغوب أو جيد.

والمكافأة كما يصنفها المتخصصون في مجال التربية مكافأة مادية؛ من مال أو هدية، أو إنفاذ وعد بالسفر لمكان معين، أو رحلة مع الأصدقاء مثلاً....، وأخرى معنوية، تتمثل في الابتسام والاحتضان والثناء والدعم النفسي.

لكن الذي يحير بعض الآباء هو متى نثيب أولادنا، وما الفعل الذي يأتي به الطفل فيستحق عليه الإثابة، ونعود مرة أخرى إلى كتاب «كتب لها تاريخ» للدكتور جلال أمين، الذي عرض فيه كتاب: «الآباء والأمهات الذين يفكرون كثيراً» (Parents who think too much)؛ حيث يقول: «تتقد المؤلفة المسلك الشائع بين

1- الثواب والعقاب، محمود ماهر زيدان.



آباء وأمّهات هذا العصر في المبالغة في تلبية طلب الطفل: أن نلتفت إلى ما يصنع، وأن نراقبه وهو يقوم بهذا العمل أو ذاك، وإبداء الإعجاب بهذا العمل مهما كان عادياً وإظهار الإعجاب بمهارات الطفل شيء مستحب طبعاً ومطلوب؛ تشجيعاً له ودعماً لثقته بنفسه، ولكن لهذا الشيء المطلوب، كما لكل شيء آخر، حدوداً يصبح بعدها سخيلاً بل ومضراً، فإظهار الإعجاب في غير محله قد يصبح هو التذليل بعينه، الذي يفسد الطفل ويعوده على توقع الثناء حيث لا موجب له ولا مبرر، كما قد يعود الطفل على الاعتقاد بأن الفائدة الوحيدة من القيام بعمل ما هي الحصول على الثناء والإعجاب من الغير، وليس المتعة المباشرة التي تأتي من ممارسة الطفل لقدراته، ناهيك بالطبع عن الضرر الذي يتحقق دائماً إذا استقر لدى الطفل الاعتقاد بأن الكبار كلهم، بل والعالم كله، لا وظيفة لهم إلا متابعة ما يفعل

ويذكر أن أحد طلاب الثانوية العامة لم يشعر بفرحة حقيقية لنجاحه بتفوق - رغم أن الشعور بالتفوق تعزيز في حد ذاته - إلا عندما أثنى عليه أحد معلميه؛ ذلك لأن هذا المعلم الجليل كان لا يثني إلا على المتميز حقاً، وهنا فقط شعر الطالب بفخر حقيقي وسعادة غامرة تفوق مئات المرات تلك الفرحة التي شعر بها عندما هنأه كل من حوله.

وفي موضوع الإثابة نذكر أنها قد تكون عاجلة ومباشرة، أي قد تكون بعد الإتيان بالسلوك المرغوب مباشرة، أو تكون مرجأة أو مؤجلة إلى حين، وعلى الرغم من أن هذا الأمر يتوقف إلى حد كبير على عدة عوامل منها: طبيعة العمل الذي يستحق الإثابة، وطبيعة الظروف المحيطة بالمتأثر، وعملية الإثابة نفسها؛ فإنه من المفيد أن تتراوح المكافآت بين المرجأة والعاجلة؛ ليتعلم الطفل أن هناك ثواباً ومكافأة يمكن أن تتأخر حتى مع استطاعة الوالدين (أو من يقوم بالإثابة) على إنفاذها مباشرة، وذلك ليتعلم أن هذه هي طبيعة الحياة، فقد يظل المرء سنين يكدي ويعمل ولا يحصل على نتيجة كدّه إلا مؤجلاً كما أنه - ربما بهذا الإرجاء - يدرك الحكمة الإلهية من أن أعظم ما نثاب به مرجأً إلى يوم القيامة.

ونعود مرة أخرى إلى فكرة الوسطية بأنه لا يصح أن يرجأ كل ثواب، كما لا يصح تعجيله أيضاً.



ومما يعجل الثواب هذه الحالات:

- في بداية تعلم الطفل سلوكا جديدا مرغوبا فيه، مثل تعلمه المشي، أو تعلمه القراءة أو الكتابة.... (وأنبه مرة أخرى ألا يكون التعزيز أو الثواب مبالغا فيه؛ فيكفي الابتسامة أو التبريت..).

- أو حين يعدل سلوكا سلبيا غير مرغوب فيه.

- أو حين يأتي بسلوك مميز غير مسبوق .

يُخدَع الآباء أحيانا ويفرحون بالنتيجة السريعة التي يحصلون عليها بعد إثابتهم أطفالهم، ولا يدركون أن الطريقة التي أثابوا بها أولادهم ربما يكون لها تأثير سلبي على المدى الطويل، ولا يكون ذلك - في الغالب إلا في حالة المكافأة المادية أو المبالغة في الإثابة المعنوية.

وهذا ما سنراه في المشكلة التالية:

«أود أن أستشيركم في تجربة قمنا بها أنا وزوجتي مع أولادنا . أنا أدرس الدكتوراه وأعيش مع أسرتي (زوجتي وثلاثة أبناء: ولدان 12 سنة و10 سنوات، وبنت 8 سنوات) في أمريكا للدراسة. وقبل هذا أريد أن أشير أننا قبل هذه التجربة - وكأي أبوين - أردنا من أولادنا أن يكونوا على خلق حسن ومطيعين ومساعدين في البيت ومنظمين ... إلخ. وكنا نجد صعوبة في إيقاظهم صباحا للصلاة، والمحافظة على النظافة الشخصية، وتنظيف المائدة بعد الطعام، وترتيب الوقت. ومن هنا بدأنا في وضع برنامج عبارة عن قائمة من الأعمال اليومية الأساسية (استيقاظ، وضوء، غسل أسنان ، صلاة، ترتيب السرير والحجرة، قراءة حرة، حفظ آيتين من القرآن ... إلخ. ووضعنا لكل عمل مجموعة من النقاط يدونها الولد/البنت في ورقة أسبوعية معلقة في حجرته/حجرتها. وهذه الأعمال تتكون من أعمال يومية أساسية (مجموعها 110 نقطة)، ومجموعة أعمال حرة يختار منها إذا أراد/أرادت أن يكمل 150 (الحد الأقصى). ثم قبل النوم نعطيهم «سنتا» مقابل كل نقطة؛ فيكون لديهم دولار ونصف (إذا كان نشيطا وأتم النقاط كلها). ومع هذا البرنامج طلبنا من كل واحد منهم أن يحسب المتطلبات المالية له/لها في الشهر. ويقوم



بدفع هذه المتطلبات مما يحصله من أعمال في المنزل. وهم أصلاً يذهبون للتدريب على الكاراتيه (حزام أخضر وبرتقالي)، ويذهبون إلى حمام السباحة وكنا ندفع لهم.

أما الآن فيقومون بدفع مقابل حمام السباحة بأنفسهم عندما نذهب إلى الحمام وبدفع نصف مقابل الكاراتيه للمدرب (وَأدفع النصف الباقي). وأيضاً يدفعون لأنفسهم إذا ذهبنا للغداء في الخارج (وإن كان مرة في الشهر). وأيضاً اتفقنا أن يضعوا ما تجود به أنفسهم وجيوبهم للمسجد. والنتيجة كانت أكبر مما توقعنا. الكل قام من النوم من أول نداء، وغسلوا، وصلوا، وأفطروا، ورتبوا الحجرات والمطبخ، وقرءوا، وحفظوا القرآن قبل الثانية عشرة ظهراً. والكل يسارع في التقاط أي ورقة وترتيب أي شيء غير مرتب. نحن سعداء بهذا، ولكن السؤال هو: هل ما طبقناه ينمي الاتجاه المادي لدى الأطفال؛ بحيث لا يعملون إلا إذا كان هناك نتيجة مادية لعملهم أم أن هذا سيعودهم على النظام وعندما يكبرون سيسعدون به؟

أما الرد فكان

هناك أنواع كثيرة لتعديل السلوك منها: الوعظ - العقاب - التعزيز والانطفاء - استخدام المكافأة المادية المؤجلة - استخدام المكافأة المادية المباشرة - استخدام التعاقد أو الالتزام بعقد (وهو الأسلوب الذي تستخدمه أنت وزوجك مع أبنائك)، وكل أسلوب من الأساليب السابقة له مزايا وعيوب، ومن أهم مزايا هذا الأسلوب:

- 1- تجني ثمرته سريعاً وفي وقت وجيز.
 - 2- يضمن التزام الأبناء به إلى حد كبير.
 - 3- يوضع في نقاط محددة واضحة لجميع الأطراف.
 - 4- لا يستطيع أحد الأطراف المراوغة أو التفلت منه بسهولة.
- لكن برغم هذه المزايا لهذا الأسلوب التي - ربما - لا نجدها في غيره من الأساليب الأخرى فإن له عيوباً، من أهمها:
- 1- يغلب على الأبناء الجانب المادي؛ فهذا صحيح؟ فسوف يتعلم الأطفال أنهم لا



يقومون بعمل إلا إذا أخذوا عليه مقابلاً مادياً، ويرسخ في ذهنهم أن كل شيء له ثمن، وهذا ما نعيبه على الغرب؛ فالجانب المادي قد طغى على حياتهم إلى الدرجة التي لم يعد فيها للقيم والمبادئ مكان، وهو معيارهم الأساسي في الحكم على الأشياء، كما هو واضح لا على مستوى الأفراد بل على مستوى الدول.

2- إن ما يأخذون عليه مقابلاً مادياً هو في الواقع أفعال واجب عليهم فعلها، والإثابة على الواجبات تعزز قيمة المكافأة لا السلوك نفسه؛ فأنت - على سبيل المثال - ترعى أبناءك وتحميمهم وتتفق عليهم؛ لأن هذا واجب عليك، وكذلك تفعل الأم ولا تأخذان على ذلك أجراً أو راتباً .

3- وبناء على ما سبق فإن السلوكيات المرغوب فيها مثل الترتيب والتنظيم والالتزام ... إلخ تقل القيمة المتعلمة من ورائها، وتكمن في المقابل المادي الذي يأخذه الأبناء .

4- كما أنها لا تتيح فرصة للأبناء أن يتعلموا التضحية أو البذل والعطاء أو تقديم خدمة دون مقابل أو دون جني منفعة مادية من ورائها .

الآن قد عرفت مزايا وعيوب هذا الأسلوب، فإذا تراءى لك التراجع عنه؛ فلا بد أن يكون بطريقة لا تؤثر سلباً على نفسية الأبناء، خاصة بعد أن كان العائد المادي دافعاً قوياً للإنجاز؛ ولذا أنصحك بما يلي:

1- أن تجلس أنت وزوجك مع أبنائك، وتوضحا لهم الأسباب التي من أجلها ستتخليان عن الإثابة المادية مع الاحتفاظ بطريقة النقاط، وتركها لهم فرصة للمناقشة معكم .

2- أن تربطاً إثابة إنجاز الأعمال الواجبة عليهم بدافع أكبر من الجانب المادي، وهو سعادتكما بهم ورضاكما عنهم (أرجو عدم ذكر رضا الله في هذه الفترة؛ لأنه سيرتبط في ذهنهم بالحرمان من شيء كان يسعدهم، أما أنتما فلن يرتبط بكم هذا الحرمان؛ لأنكما بالنسبة لهم - المصدر المباشر الذي يعرفونه للحنان والأمان والعطاء).

3- عدم التعامل معهم بعد ذلك بحساسية كأنكما مذبذبان، وتحاولان التكفير عن هذا الذنب، أو بتعويضهما بأشياء أخرى، بل عليكما التعامل معهم - بعد المناقشة بشكل عادي، وأن تسيّر حياتكم على نفس المنوال من قبل .

4- ربما تجدان بعض الفتور وقلة الحماس في بادئ الأمر في تنفيذ الأعمال التي كانوا



يتقاضون عليها مبلغا ماليا، لكن عليكم بالصبر وربط هذه الأعمال بالقيم القائمة عليها».

إن ما قام به الوالدان في إرساء قواعد بالبيت؛ للتنظيم من ناحية، والالتزام بالأبناء بهذا النظام من ناحية ثانية، وتدريبهم على الاعتماد على النفس من ناحية ثالثة، الأمر يحمي للوالدين، وفكرة الجدول واحتساب النقاط أسلوب ناجح في حد ذاته لولا ارتباطه بالجانب المالي كما سبق وذكر، ولكي يحقق هذا الأسلوب النتائج المرجوة منه يمكن ربط إنجازهم الأعمال المطلوبة منهم بتعزيز معنوي، أو بالتزهد أو شراء بعض الهدايا، على ألا يسبق هذه الهدايا وعد مسبق بذلك.

أما العائد المالي فأنا أرحب به، بل أنصح دائما أن يقوم به الوالدان في حالة ما إذا أسند للطفل عمل له الطابع المهني، كأن يساعد الطفل الأب في عمله بكتابة بعض التقارير الخاصة بمهنته على الكمبيوتر، أو يساعده في بعض الأعمال اليدوية إذا كان صاحب حرفة... وهكذا.

ثانيا: العقاب

الآن وصلنا إلى الموضوع الذي يحير الآباء ويشغل بالهم ألا وهو العقاب.

والمشكلة التالية ترد على كثير من تساؤلات الآباء حول هذا الموضوع:

«أريد أن أسأل عن كيفية عقاب ابني (5 سنوات)، وأعني من سؤالي هل فلسفة العقاب تبنى على الأثر النفسي حيث يشعر الطفل أنه أخطأ؟ أم تبنى على أن يكون العقاب مؤثرا؟ فأنا حاليا أعاقب ابني بالحرمان من اللعب على الكمبيوتر أو البلاي ستيشن، أو بالمنع من الكارتون لمدة يوم مثلا، ولكني أعرف أنها أهم الأشياء بالنسبة إليه، وأخشى أن يتعلم الكذب ليتجنب العقاب، فأفكر أن أعاقبه بشيء غير ذي أهمية، أو أكتفي بمعاقبته حرصا مني على ألا يتعلم الكذب، ولكني أخشى أن أعلمه اللامبالاة، أحاول أحيانا ولكني أقف أمامه حائرة هل يكذب أم لا؟ لا أعرف ماذا أفعل».



والرد كان

أولا يجب أن ندرك أن الغاية من وراء عقاب الأطفال هي تعديل السلوك السلبي لديهم إذا لم تجبر الطرق المسبقة على عملية العقاب ، وهذا يعني أن العقاب ليس هدفا في حد ذاته، ولا انتقاما من الطفل، بل هو وسيلة التقويم السلوك ، والواقع أن العقاب يحدث ألما في نفس الطفل ، لكن المطلوب ألا يكون هذا الألم مهيئا أو مذلا أو يفقد الطفل آدميته، أي لا يترك أثرا نفسيا أو بدنيا بالغا، ونحن في حياتنا الدنيا نتعلم من المواقف المؤلمة ربما أكثر من المواقف المبهجة التي نمر بها . كما أن العقاب لا يأتي إلا في مرحلة متأخرة بعد عدة أساليب، وهي:

أولا: التعليم:

فلا يصح مثلا أن أضرب أو أحرم أو حتى أنظر نظرة الغضب على أمر يجهله الطفل، كذلك لا يصح أن يعاقب الطفل على سلوك لم ينبه عليه أنه خطأ من قبل.

ثانيا: التدريب والتذكرة بالسلوك الصحيح خاصة في مرحلة الطفولة المبكرة:

فيمكن أن ينبه الطفل على ألا يأتي بسلوك غير مرغوب فيه مرة؛ وإذا بالطفل يقع في نفس الخطأ مرة أخرى لا لشيء إلا أنه نسي التنبيهات أو التعليمات الخاصة بذلك السلوك ، فإذا نبهت طفلا على أن يجمع الدمى بعد الانتهاء من اللعب بها مثلا فقد ينسى هذا التنبيه ولا يجمع لعبه في مرة تالية، فهنا لا بد أن يذكر بما يجب فعله مرة أخرى ولا يعاقب.

ثالثا: التبصير بالعاقبة:

فمثلا إذا كنت اتفقت مع ابنك على أن ينتهي من دروسه ومذاكرته أولا قبل أن يبدأ اللعب لكنه لم يلتزم بهذا الاتفاق ؛ فعليك حينئذ أن توضح له أهمية الالتزام بما تم الاتفاق عليه، وتوضح له عاقبة الأمر إذا لم يلتزم به: من تأثر في أداء المهام المطلوبة منه، وتأخر في النوم إلى نهوضه متأخرا، وربما يتأخر على موعد المدرسة، واحتمالية تعرضه إما للعقاب في المدرسة أو على الأقل لموقف لا يحبه، إلى فقدانه التركيز نتيجة لعدم كفايته من النوم.



رابعاً: تركه يواجه نتيجة اختياره أحياناً:

في بعض المواقف أترك ابني يواجه عاقبة خطئه ليتعلم منها، وذلك إذا أصر على اختيار محدد مثل أن يلعب أو قبل إتمام واجباته المدرسية، فإذا تقلت منه الوقت ولم ينته من واجباته، فعليه حينئذ الذهاب إلى المدرسة لمواجهة نتيجة اتخاذ قرار اللعب في الوقت غير المناسب.

وبالطبع ليس المطلوب أن أتركه يواجه كل قراراته، فإذا أصر مثلاً على عدم الذهاب مطلقاً إلى المدرسة فلن أتركه ينفذ هذا القرار ويتحمل نتيجة اختياره ليرى بعد سنوات أثر ونتيجة هذا القرار، والفيصل في هذا الأمر أن أتركه يتحمل مسؤولية اختياره إذا لم يكن قراره هذا مصيراً .

خامساً: توضيح طريقة للمساعدة:

فمثلاً إذا كان ابنك يتصرف بطريقة غير لائقة في أثناء التسوق فيمكنك أن تعرضي عليه طريقة حتى يكف عن هذا التصرف بأن تحددنا معاً قائمة بالطلبات قبل الذهاب إلى مكان التسوق، وعليه هو اختيار هذه الطلبات ووضعها بالعربة الخاصة بالتسوق.

سادساً: التعبير بحزم عن عدم استحسانك لموقف ما:

إذا تصرف بشكل غير لائق مثلاً في أثناء زيارتكما للأهل أو المعارف فعليك الحديث معه على انفراد بشكل حازم بأن عليه أن يسلك سلوكاً أفضل من هذا .

سابعاً: إعطاؤه اختيارات:

فإذا كنتم في زيارة أو مكان التسوق وأساء التصرف؛ فيمكنك هنا إعطاؤه اختيارات بقولك: لك أن تختار؛ إما أن تتصرف بشكل لائق، وإما أن ننصرف.

ثامناً: حدي توقعاتك:

ان عندما يخطئ ابنك في شيء، كأن يرمي بملابسه في حجرته؛ فعليك أن تحدي ما المتوقع منه، كأن تقولي له: كان من المتوقع أن أرى ملابسك معلقة في المكان المخصص لها .



تاسعا: علميه كيف يمكن إصلاح ما أفسد: (1)

فعندما يسكب ابنك مشروباً على ملابسه مثلاً بعد تحذيرك إياه بأن يغير ملابسه أولاً أو يضع منشفة قبل احتسائه هذا المشروب؛ فإن عليك حينئذ تعليمه كيفية غسلها، ثم تركيه يفعل ذلك بنفسه.

هناك ملحوظة لا بد من الانتباه لها، وهي: ليس شرطاً أن تستخدم الأساليب السابقة بنفس الترتيب، ولكن هي أساليب تستخدم وفق الموقف الذي تتعرضين له مع طفلك.

عاشرا: العقاب

وهو آخر مرحلة يمكن أن نلجأ إليها بعد استفاد كل الخطوات السابقة، وله وسائل متعددة:

أولها النظرة الغاضبة، ثم إعادة التوبيخات بأسلوب غاضب، ثم الحرمان من أمر يحبه، ثم التجهم والمقاطعة، ثم التهديد بإبلاغ الأب (على ألا يكون كل دور الأب منحصر في عملية التهديد فقط)، ثم الضرب ولكن بشروط: ألا يكون مبرحاً، ألا يكون في وقت الغضب، ألا يكون انتقامياً، ألا ترتفع يدك عند الضرب، ألا نستسهله فيصبح عادة عند كل خطأ، ألا يكون أول وسيلة للعقاب.

«ولا بد أن نعي أن الحكمة الإلهية اقتضت ألا يخلق الناس متشابهين... والاختلاف يمثل القاعدة؛ لذا فإن المداخل إلى التأثير في الشخصيات تتعدد، وما يصلح لطفل للتعامل قد لا يصلح لآخر، خاصة في مجال العقاب، فهناك من تكفيه نظرة عاتبة، وهناك من لا يرتدع إلا بعقاب قاس» (2).

وللأستاذ حسن العشماوي مقولة رائعة في كتابه «هكذا نربي أولادنا» وهو عبارة عن رسائل كتبها لزوجته لتعينها على تربية أولادهما أثناء غيابه، فكتب لها: «أظنك

1- هذه الأساليب مستوحاة من كتاب

How to Talk so Kids Will Listen & How to Listen so Kids Will Talk
For: Adele Faber, Elaine Mazlish

2- كتاب الثواب والعقاب، محمود ماهر زيدان، بتصرف، لم تكتب في أصل الاستشارة، وأضيفت لمناسبتها للموضوع.



توافقيني بعد هذا كله على أن الإيلام لن يكون وسيلة لحمل الطفل على الإقلاع عن خطأ ما إلا أخطاء عدم المبالاة التي ترجع إلى انعدام الاكتراث بمشاعر الغير وحقوقهم المشروعة وهم قائلون بما عليه قبلنا.. والإيلام في هذه الصورة ما هو في الواقع إلا إقناع بما في عدم الاكتراث بالمشاعر والحقوق من قسوة؛ وذلك عن طريق حرمانه هو من حقه في الرفق وإيذاء مشاعره بالقسوة».

ونأتي لأهم نقطة برسالتك، وهي كيف يمكن أن نعاقب الطفل دون أن يتعلم الكذب ليتفادى العقاب:

أولاً: لو اتبعت الطرق السابقة فلن يلجأ طفلك للكذب؛ لأن هناك بدائل كثيرة استخدمتها بدلا من العقاب تدل على تفهمك واستيعابك لطفلك.

ثانياً: الطفل الذي يكذب أو بمعنى أدق يعتاد الكذب هو ذلك الطفل الذي لا يشعر بحب والديه ولا بدفء العلاقة بينه وبينهم، ويشعر بأنهما حين يعاقبانه ينتقمان منه، وهو ذلك الطفل الذي يشعر دائماً بالقهر والذلة في التعامل وعدم التقدير لمشاعره أو احترامها.

وهو ذلك الطفل الذي يشعر بالملاحقة الدائمة والتركيز على كل كبيرة وصغيرة في حياته، ويملي عليه دائماً ما يفعل دون ترك فرصة كي يبادر هو نفسه بالكف عن ارتكاب الخطأ، وحينما يخطئ نتبع أخطاءه ونتعقبها ولا نترك له مساحة للتراجع عنها من تلقاء نفسه.

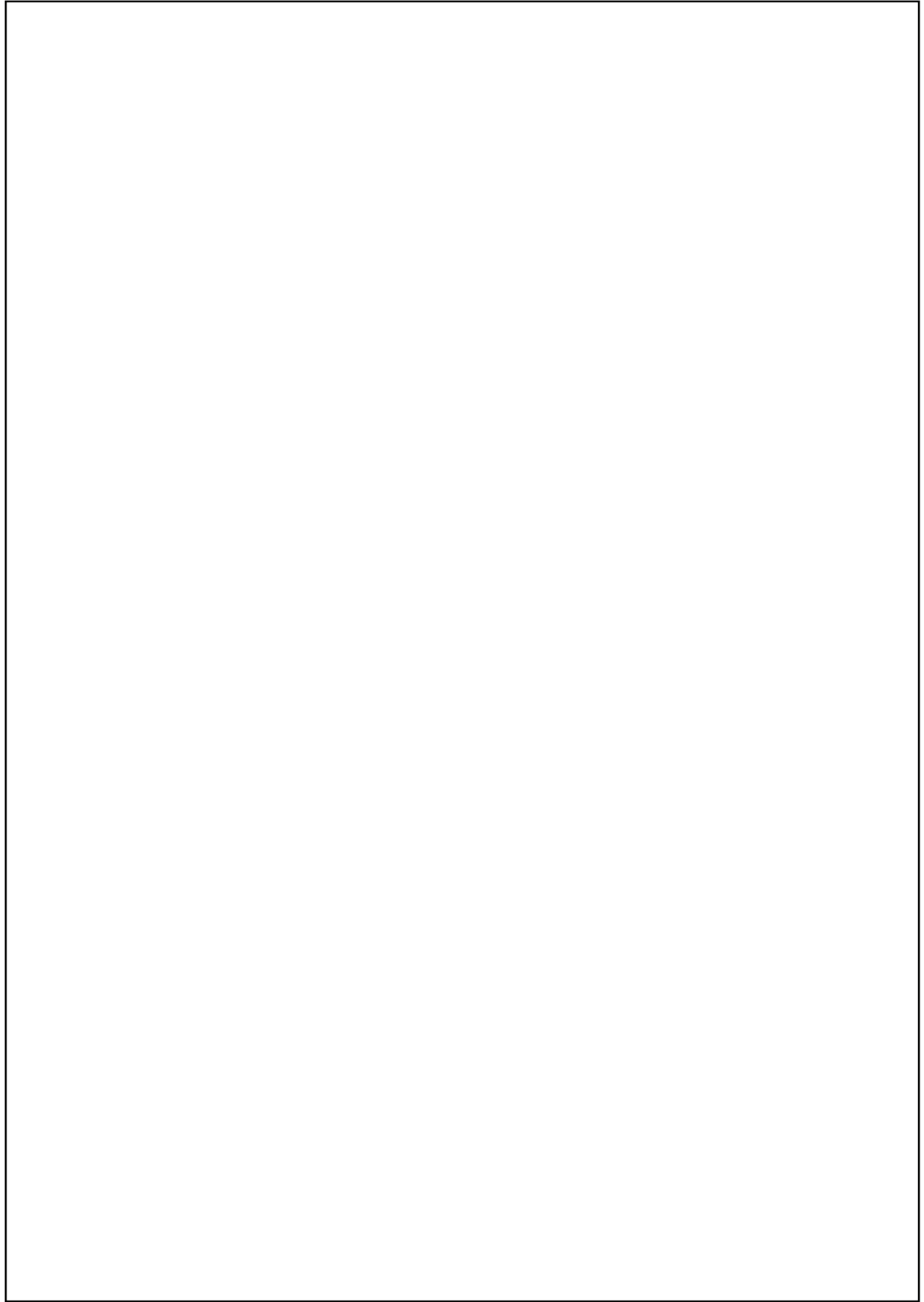
وهو ذلك الطفل الذي يواجه دائماً بسؤال مباشر مستفز عند الخطأ: «أأنت الذي فعلت هذا أو ذاك؟» وهو ذلك الطفل الذي نكثر من عتابه ولومه على أخطائه مهما كانت بسيطة، وهو ذلك الطفل الذي يتهم بالكذب أو يطلق عليه هذه الصفة. كل هذا هو الذي ينشئ طفلاً يعاني الكذب، فضلاً عن الاضطرابات النفسية الأخرى».

«واستكمالا لما سبق أقول إن العقاب لابد وأن يتوافر فيه العدل؛ بمعنى توقيع العقوبة بما يتناسب مع الذنب المقترف لا يزيد، وتعالوا لنرى هذا العدل فيما روته السيدة عائشة ، قالت: «جاء رجل قعد بين يدي رسول الله ﷺ، فقال: إن لي مملوكين يكذبونني ويخونونني ويعصونني، فاشتهم وأضربهم، فكيف أنا منهم؟ فقال ﷺ: إذا كان يوم



القيامة يحسب ما خانوك وعصوك وكذبوك، فإن كان عقابك إياهم بقدر ذنوبهم كان كفاها لا لك ولا عليك ، وإن كان عقابك إياهم فوق ذنوبهم اقتص لهم منك الفضل. ففتحى الرجل وجعل يهتف ويبكي، فقال له ﷺ: أما تقرأ قول الله ﴿ وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئاً وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَى بِنَا حَاسِبِينَ ﴾ (الأنبياء: 47)، فقال الرجل: يا رسول الله، ما أجد لي ولهؤلاء خيراً من مفارقتهم، أشهد أنهم كلهم أحرار». رواه أحمد والترمذي .

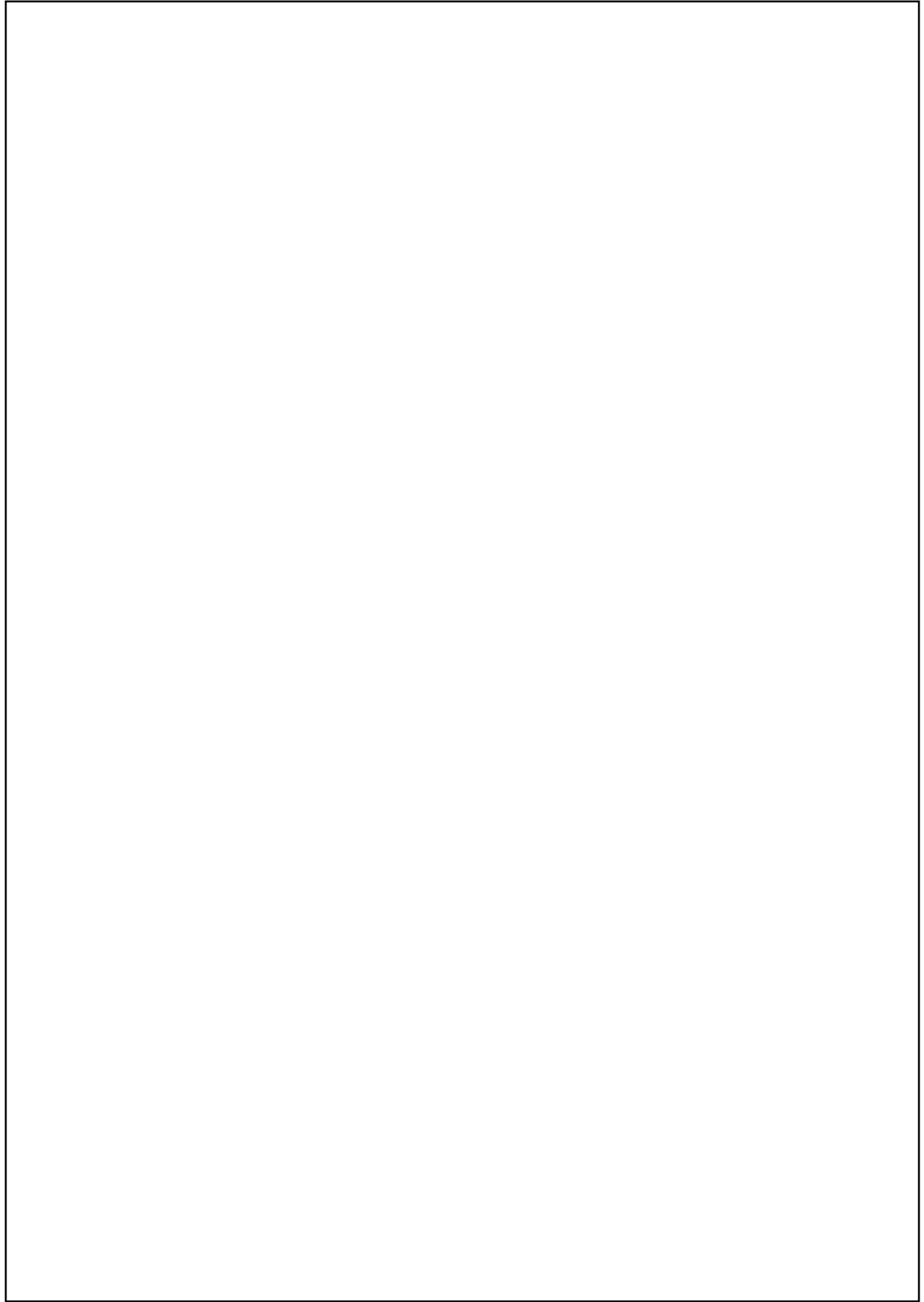
والعدل لا يقتصر على تناسبه مع الذنب فقط، بل لابد من العدل بين الأولاد جميعاً، وإلا اهتزت في نفوسهم معاني العدالة هزاً عنيفاً.





الفصل الثالث

فن حل المشكلات





1- ضبط الانفعالات

الصراخ في وجه الطفل وعقابه في وقت الغضب والحدة أكثر الأمور - من وجهة نظرنا - التي تؤدي إلى اعوجاج ملحوظ في سلوك الأولاد .

فالصراخ والتهديد ينشئ طفلاً إما جباناً رعيدياً؛ فيتعلم المراوغة والكذب واختلاق القصص والأعذار ليتفادى هذا التيار الجارف من الصراخ والتهديد، وإما طفلاً غير مبال مستهترا بارداً (إن صح هذا التعبير) لا يكثرث لشيء، وتقوم الدنيا وتقعده وهو غير عابئ بشيء.

والوالدان الغاضبان الصارخان دائماً لا يتخيّلان كم يخسران عندما لا يحاولان ضبط انفعالاتهما خاصة عند العقاب!

إن من أضرار هذا الأسلوب أن الطفل الذي ينشأ عليه لا ينمو لديه الإحساس بتمييز الأشياء، فما الخطب الجلل؟ وما الأمور العادية البسيطة؟ متى ينهض ويتحمس؟ ومتى يتروى ويتأنى؟ فيلتبس عليه الأمر، وتصبح سلوكياته غير مناسبة للموقف بأي حال، هذا فضلاً عن اكتساب الطفل هذه الخاصية التي تفسد علاقاته الاجتماعية جميعاً، بدءاً بعلاقته بأبويه، ومروراً بزملاء الدراسة والعمل، وبرؤسائه ومرءوسيه، ونهاية بزوجه وأولاده الذين يكتسبون ذات الصفة بعد ذلك. والأضرار عديدة وكثيرة للدرجة التي لا نتخيل أنها نتيجة هذه الانفعالات والعصبية.

وأنا أزعم أن معظم الغاضبين والمنفعلين يستطيعون التحكم في انفعالاتهم مهما تكن درجة الغضب أو الحدة، وأكبر دليل على ذلك إذا سألنا الشخص الحاد الطباع المنفعل دائماً: هل تستطيع أن تفعل ذلك مع رئيسك في العمل؟ (ولا أعني بالطبع ذلك الرئيس الذي عرف عنه الضعف أو اللين، بل أعني ذلك الرئيس الذي يهابه المحيطون به، أو الذي يستطيع أن يلحق الأذى بمرءوسيه). ولنسأل الأم عن هذه الانفعالات أين تذهب أمام أهل الزوج مثلاً؟ أو مع شخص له مهابة في نفسها؟ أو الذي تخشاه بصورة أو بأخرى.

إذن فنحن نستطيع ضبط الانفعالات فعلاً، ولكن الفرق كبير بين ضبط الانفعالات



وبين كبتهما، فضبط الانفعالات يحدث عن إدراك وإرادة، وعن قدرة على إنفاذ الغضب، والكبت غير ذلك . .

وأظن أنه من الأجدر، بل من الشهامة والمروءة ، ضبط النفس والانفعالات مع الأضعف والأقل قدرة، ومن هؤلاء أولادنا .

والاستشارة التالية سندرك من خلالها كيف يمكن ضبط الانفعال مع أولادنا :

«أنا أشعر أن ردود أفعالي على تصرفات أبنائي الخاطئة تبدو انفعالية بشكل زائد . عندي طفل يبلغ من العمر سنتين ونصفاً، وهو نشيط عادة، ولكن ليس بصورة مرضية، أشعر أنني أبالغ في عقابه أو الرد على أخطائه وبخاصة مع تعب وإرهاق نهاية اليوم، وحتى لا تفهموني خطأ فأنا لا أضربه عدا ضربات خفيفة على يديه، ولكنني أصرخ في وجهه، وأعزله لدقائق في غرفته أحياناً، وفي كل مرة أعاقبه أشعر بالذنب؛ لأن هذه السن هي التي يرتكب فيها الأطفال الحماقات، وأشعر أنني أنصرف بشكل خاطئ رغم أنني تفرغت لتربيته هو وأخته بتجميد دراساتي العليا . أرجوكم ساعدوني، ماذا أفعل عندما أشعر بالتحرق غضباً بدلاً من الصراخ أو العقاب الذي أكرهه؟».

وكان الرد

نعلم تماماً بأن حدة المزاج والثورة والعصبية أمر يعكر على الإنسان صفو حياته بصفة عامة، ويربك علاقاته مع أبنائه بصفة خاصة؛ ونستعرض الحل في الخطوات التالية:

- 1- راقبي سلوكك العصبي مع ابنك لمدة ثلاثة أيام أو أسبوع على الأكثر واكتبي هذه السلوكيات في قائمة .
- 2- حددي لكل سلوك درجة العصبية من 1:3 فرقم (3) للسلوك الذي يثيرك بشكل حاد، ورقم (2) للمتوسط و (1) لأقلها حدة .
- 3- ناقشي مع نفسك أو مع زوجك (إن أمكن ذلك) هذه السلوكيات ومدى مبالغتك



فيها، وحاولي أن تعرفي السبب الحقيقي وراء هذه الثورة.

4- ركزي في بادئ الأمر على السلوكيات رقم (1) وحاولي التخلص منها حتى تشعرى بالإنجاز مما يحفزك على الاستمرار، ثم انتقلي للسلوكيات رقم (2) وبعدها رقم (3)، على أن تضعي حداً زمنياً لكل مرحلة؛ حتى لا يتفلسف منك الوقت دون إنجاز يذكر. وذلك مع اتباع ما يلي ليساعدك على تغيير هذا السلوك:

- هيئى مكاناً مناسباً لابنك للعب فيه، بحيث لا تكون الأشياء القابلة للكسر في متناول يده .

- رددى على مسامعك أن ابنك في مرحلة استكشاف العالم الخارجي، كما أن هذه المرحلة تتميز بالحركة المستمرة والنشاط، وهذا مدعاة للفخر به والمرح معه وليس لعقابه، كما أنه يرى الأحجام عملاقة بالنسبة لحجمه فيخشاه، فتذكري ذلك، وتخليه جيداً عندما تثورين عليه.

- وإذا أخطأ طفلك فعليك أن تتجاهلي هذا الخطأ وتظاهري بعدم رؤيتك له في حالة عدم إدراكه برؤيتك له، إلا إذا كان الأمر خطيراً، مثل الاقتراب من الكهرباء أو النار .. فعليك والحالة هذه تنبيهه بصوت حذر وليست بصرخة فزع.

- أما إذا علم برؤيتك له أثناء ارتكاب الخطأ فعليك قبل أن تبدئي في عقابه أن تغيري وضعك، فإذا كنت مضطجعة فاجلسي، وإن كنت جالسة فقفى، كما علمنا رسول الله ﷺ عنه في حالات الغضب، وهذا من شأنه أن يحد من ثورتك .

- ذكري نفسك بأن ابنك لا دخل له في ظروفك الخارجية التي قد تؤثر سلباً على أعصابك، وأنه لا حول له ولا قوة، وإذا دعتك قوتك لعقابه فتذكري قوة الله عليك .

- لا أحبذ على الإطلاق حبس الطفل في حجرته ولو للحظات كعقاب؛ لأن ذلك من شأنه أن يفقده الأمان.

- عليك أن تشيبي نفسك إذا نجحت في ضبط انفعالاتك في موقفين متتاليين بكلمات مشجعة بأنك أحسنت صنعا، وأنت حتماً ستصبحين أما مثالية، أما إذا أخفقت فيهما فاحذري أن تقللي من شأنك وترددي بعض العبارات المشبطة مثل: «أنا أم سيئة».. «أنا لا أصلح أما»، ولكن عليك أن تقولي: لقد أخفقت هذه المرة، وسأنجح في المرات القادمة إن شاء الله.



- احذري عند إخفاقك أن تحاولي تعويض ابنك عما فعلت في مواقف أخرى، أو تدليله كنوع من تخفيف شعورك بالذنب، وليكن معيارك الحقيقي في التعامل مع ابنك هو الموقف نفسه، وما يستحقه الابن في هذا الموقف.

- حاولي تعزيز الجوانب الإيجابية في طفلك والثناء عليه عندما يقوم بالسلوك المرغوب فيه، وأخبري والده عن هذا السلوك عند عودته من عمله.

وحتى تضمني إلى حد كبير إطااعته أوامرك؛ فإن بعض علماء التربية ينصحون باتباع هذه النصائح:

- الحرص على جذب انتباه الطفل قبل إعطاء الأوامر.
- استخدام لغة يفهمها الطفل.
- إعطاء الأمر ببطء ووضوح كافيين.
- عدم إعطائه أوامر كثيرة مرة واحدة.
- الثبات وعدم الأمر بشيء ثم النهي عنه بعد ذلك.
- عدم تحدي الطفل والعناد معه لكي ينفذ الأمر.
- المعقولية والعدل.
- إثابة الطفل على الطاعة والسلوك السوي (ليس بشيء مادي مثل الحلوى أو ما شابه، ولكن كلمة «أنا مسرورة منك»، أو «إنك ولد ممتاز» تكفي، أو حتى بابتسامة رضا).
- عدم استخدام التهديد أو الرشوة.
- عدم اللجوء للعنف كوسيلة لتنفيذ الأوامر.
- متابعة تنفيذ الطفل للأوامر.

وأخيرا ثقي تماما أنك تحملين بين جنبيك أما رائعة، وكل ما عليك أن تتصرفي بتلقائية دون شد وجذب مع نفسك ، فاستمتعي بطفلك وأمومتك ، وتذكري دائما نعمة الله عليك بهذه المكانة، وحاولي إسعاد ابنك؛ فهذه السن من أجمل المراحل العمرية التي تستطيعين فيها مشاركة ابنك لعبه ومرحه ونشاطاته المتعددة من قراءة له، والقيام برحلات، والغناء والتمثيل والتسوق



وبرغم أن ضبط الانفعالات ممكن، فإننا لابد أن نتعرف - في كثير من الأحيان - على أسباب الانفعال حتى يتم علاجه على بصيرة ودراية.

وحينما يتسم أحد الوالدين بالعصبية والحدة، ففضلاً عن تأثيرهما على الأبناء، فهما بلا شك تؤثران تأثيراً سلبياً على الطرف الآخر، مما يؤدي إلى توتر العلاقة الأسرية بأكملها .

وهذه استشارة لزوج يشكو حدة زوجته قائلاً:

زوجتي حادة عصبية مع أولادنا، ولا أدري كيف أعالج هذا الأمر، وخاصة أن هذا السلوك يؤثر بطريقة سلبية على الأولاد .

وكان الرد

على الرغم من أنك لم تذكر إلى أي حد يؤثر سلوك عصبية زوجتك على أولادكما؟ وهل يحدث من جراء هذا السلوك إيذاء نفسي ومادي (جسمي) بالغ أم لا؛ فإنني سأبني الرد على احتمالية الإيذاء .

• هناك أسباب - لاشك - لهذه الحدة والعصبية ، وهذه الأسباب إما أسباب عضوية وإما نفسية وإما اجتماعية .

- فالأسباب العضوية: مثل زيادة نسبة الثيروكسين في الغدة الدرقية والذي يسبب المزاج الحاد والعصبية، أو أنها تعاني ضعفاً عاماً بصحتها؛ ولذا لابد من استشارة طبيب أولاً .

والأسباب الاجتماعية: مثل الضغط الذي تتعرض له الأم من كثرة الالتزامات والأعباء المنزلية (ربما لا ترى أنت ذلك، ولكن قد تكون مشكلة بالنسبة للأم، وربما لا تستطيع أن تبوح بها لأحد لأنها ستقابل بالاستنكار أو بالسخرية)؛ لذلك يجب أن تناقشها في هذا



الأمر بوضوح وصراحة وبتعاطف، وحل هذا الأمر عن طريق مساعدتها في تنظيم الوقت، وترتيب الأولويات ، ومساعدتها في إنجاز هذه الالتزامات بشكل فعال كما سيأتي بيانه. أو بسبب بعض المشكلات في علاقتها معك أنت، أو مع أسرتها أو أسرته ، وبالطبع في كل هذه الحالات يمكن أن تناقش هذه الأمور وتبدي الاستعداد لحلها، مع منحها الإحساس بأن كل مشكلة يمكن حلها .

- والأسباب النفسية: مثل عدم استعدادها لدورها كأم، وإذا بها تجد نفسها مسئولة عن ثلاثة أطفال ولا تعرف كيف تتصرف معهم، وهذا يمكن علاجه بأن توضح لها قولا وعملا أن مسئولية التربية لا تقع على عاتق الأم وحدها بل هي مسئولية مشتركة .

أو بسبب شعورها بضيق عمرها وأنها لا تتجز شيئاً يذكر أو شيئاً يرضيها، وهذا إحساس ينتاب أكثر ما ينتاب النساء اللائي حصلن على درجات علمية عالية، أو اللائي يشغلن مناصب مرموقة وتنازلن عن ذلك كله من أجل تربية الأبناء؛ فإذا كانت زوجتك من هؤلاء فعليك أن توضح لها مدى أهمية تربية الأبناء، فهي من أشرف المهام إن لم تكن أشرفها على الإطلاق، وتحاول أن تساعدتها على الاستمتاع بأبنائكما، فهم زينة الحياة الدنيا، وعليك أن تذكرها بلطف كيف يمكن أن يكون حالكما بدون هؤلاء الأطفال، وأنهم نعمة الله عليكما، ولا بد من شكر النعمة بالمحافظة عليهم .

كما يمكنها ممارسة نشاطاتها أو دراستها إذا استطاعت أن توفق بين المهام المطلوبة منها . أما إذا لم تكن من هؤلاء النساء العاملات أو الدارسات، فعليك أن تعينها على استثمار وقتها بشكل أفضل؛ بحيث تكون لها اهتمامات أخرى، كالعمل في الميادين الخيرية، ولا تحصر كل اهتماماتها على الأولاد والبيت فقط .

- وقد يكون السبب هو فقدتها لاهتمامك بها بعد إنجاب الأولاد؛ ومن هنا لا بد أن تعبر لها عن حبك واهتمامك بها، كشراء بعض الهدايا من آن لآخر .

- وهناك أسباب أخرى عديدة للحدة والعصبية، وأنا أرى أنك أقرب الناس لزوجتك، وبالتالي يمكنك مساعدتها لاجتياز هذه المرحلة بسلام .



والى أن يتم علاج هذا الأمر، فإذا كان احتكاكها بأبنائها يؤذيهم إيذاء بالغاً نفسياً أو مادياً، فعليك :

- الاتفاق مع زوجتك على قلة الاحتكاك بالأولاد، وأن تحاول أن تجد من يرفع شأن الأولاد بشكل عام - إن أمكن ذلك - خاصة الصغار، ويكون للأم دور في عملية الإشراف على كل هذا، ويكون لكل واحد منكم دوره، كأن يحدد لكل واحد في الأسرة جزء من الأعمال المنزلية يتناسب وسنه، فالطفل ذو السنوات الثلاث تكون مسؤوليته وضع المناشف في أماكنها، وأن يساعد في تداول الأشياء بينكم، والطفل ذو الأربع سنوات يمكنه ترتيب سريريه وسرير أخيه الصغير، والابنة يمكنها طي الملابس المغسولة وعمل طبق السلطة ومساعدة أمها في المطبخ، أما أنت فيمكنك غسل الأطباق بعد وجبة العشاء مثلاً وشراء ما يحتاجه البيت، وثق أن هذه الأدوار المحددة ستكون مثار سعادة للجميع، خاصة للأولاد؛ فهذا يعلمهم الاعتماد على أنفسهم.

- أن تشترك الزوجة في بعض الأعمال الخيرية كما سبق وذكرت (كالجمعيات النسائية أو الملاجئ ... إلخ)، مع مساعدتها في تنظيم وقتها وحسن تقسيمه بين هذه الأعمال ورعاية البيت والأولاد.

- أن توضح للأولاد مدى حب أمهم لهم، ولكنها متعبة في الوقت الحالي، وتتوقع منا أن نساعدنا؛ ولذلك يجب علينا ألا نرهقها بمزيد من الطلبات، وثق أن الأولاد سيفهمون ويقدرّون إلى حد كبير ما تقول حتى الصغير منهم .

- أن تحتوي أولادك ، وتقوم بإيجاد علاقة جيدة؛ محاولاً إشراك الأم في ذلك عن طريق:

* التنزه معهم بصفة دورية، وتنظيم بعض الرحلات ، ومحاولة إضفاء روح المرح قدر استطاعتك ، وتشترك الأم في إعداد وتنفيذ هذه الرحلات.

* تخصيص وقت للعب معهم وإدارة حوار يتناسب وسنهم، وتحاول أن تشرك الأم في ذلك.

* تخرجون جميعاً للتسوق.

* تتجاذب معهم أطراف الحديث والطرف أثناء تناول الطعام، وتشرك الأم أيضاً في ذلك .



* تحاول الابنة الكبرى أن تسري عن والدتها ، وأن تشتري لها بعض الهدايا ، وذلك بالطبع تحت إشرافك ، ولا بد أن تعلم الأم بذلك .

لاحظ أن اشتراك الأم في نشاطات الأولاد بقدر، يجعلها قريبة منهم دون أن يكون عليها العبء الأكبر في تنظيم هذه الأمور وترتيبها، ورويدا رويدا ستجد الأم تشارك بطريقة تلقائية في الحياة الأسرية الطبيعية في كل ما سبق .

2- تعديل السلوك

كنت حريصة أن يسبق تعديل السلوك ضبط الانفعالات؛ وذلك لأن محاولة تعديل السلوك لا تجدي في بيئة تتميز بالانفعال والغضب والحدة .

إن محاولة التغيير وتعديل السلوك أمر صعب على من يدرك أهمية هذا التعديل ويعتمد إليه عمداً، فما بالناس بمن لا يرغب ولا يدرك أنه في حاجة إلى ذلك؟ هذا ما نعاينه مع أولادنا عندما نحاول تعديل سلوكهم العدواني مثلاً، أو الغيرة، أو العناد... إلخ .

وحيثما نحاول تعديل سلوكيات أولادنا غير المرغوب فيها؛ فإننا في الواقع نراجع أسلوب توجيهنا لهم ، ونعدل من ردود أفعالنا نحن تجاه أخطائهم .

وتعالوا لتعرف أولاً على المقصود بتعديل السلوك ، ثم نتعرف بعد ذلك على كيف نعدل سلوكيات أولادنا غير المرغوب فيها .

تعريف تعديل السلوك

هو: «تعلم محدد البنين يتعلم فيه الفرد مهارات جديدة وسلوكاً جديداً ويقلل من الاستجابات والعادات غير المرغوبة، وتزداد فيه الدافعية (دافعية العميل) للتغيير المرغوب»⁽¹⁾.

والآن لنتعرف على قواعد تعديل السلوك؛ من خلال تناول مشكلة الغيرة في الاستشارة التالية:

1- العلاج السلوكي وتعديل السلوك، دكتور لويس كامل مليكة .



«أنا متزوجة وعندي ابنة تبلغ من العمر سنتين، ومنذ شهرين رزقت بطفلي الثاني والحمد لله..

في البداية كانت ابنتي تظن أن أخاها لعبة، وبعد فترة لاحظت أنها أصبحت عصبية وتصرخ على كل شيء، وتبكي ولا تريدني أن أحمله، وعندما يبكي تبكي هي أيضاً.. والكثير. أعلم أنه أمر طبيعي، ولكن أريد معرفة كيفية التعامل معها؟ أنا أريد أن أتعامل معها بما لا يؤثر على نفسيته.

وكان الرد عليها

نشكرك على حرصك على تنشئة أبنائك تنشئة تربوية سليمة. وأنت أدركت مبكراً أنه لا بد من علاج أمر الغيرة عند ابنتك قبل أن يتفاقم الأمر. ولنضع معاً القواعد الأساسية التي تجعل أمر الغيرة يمر بسلام على ولديك جميعاً.

ولنبداً أولاً بالتعرف على الغيرة وأعراضها وأسبابها :

لا بد أن نعي تماماً أن الغيرة أمر طبيعي عند الأطفال، وهي مزيج بين عدة انفعالات، مثل القلق والخوف والغضب؛ فهو قلق وخوف من فقد المكانة التي كان يتمتع بها قبل ظهور الضيف الجديد الذي استولى على عرشه دون وجه حق من وجهة نظره، وغضب لأنه يشعر بالفعل أن من حوله يركزون اهتمامهم على هذا الصغير دون أن يدركوا أو يقصدوا أحياناً.

وتظهر الغيرة في شكل سلوكيات مختلفة؛ منها التبول اللاإرادي، أو مص الأصابع، أو قضم الأظافر، أو الرغبة في جذب الانتباه وجلب العطف بشتى الطرق، أو الغضب والحدة، والصراخ والعنوان أحياناً.

ومن أسباب الغيرة أمور عديدة؛ منها: ضعف الثقة بالنفس؛ نتيجة إحساس الطفل بالنقص في شيء ما، أو تأخر طفل عن آخر في التحصيل الدراسي، أو ولادة طفل جديد، أو تمييز في المعاملة بينه وبين غيره من إخوته، أو المقارنة بينه وبين أترابه.

أما كيف نتعامل مع الغيرة، فمن خلال قواعد تعديل السلوك التالية:

1- التخلص من التعزيز المصاحب لسلوك الغيرة:



أحياناً ودون أن ندري نعزز السلوك الذي نشكو بسببه من أطفالنا، وهذا التعزيز يبدو في التركيز على هذا السلوك؛ ولذا فعليك سيدتي ألا تنتقدي تصرف طفلتك؛ فعندما تبكي أو تصرخ لا تظهرى تأففاً أو ضيقاً من هذا التصرف، ولا ترددي على مسامع ابنتك أنها أصبحت لا تطاق من كثرة صراخها، أو تنعيتها بهذه الصفة صفة الغيرة) أمام أحد، ولا تقولي لها على سبيل المثال، عندما ترغب في حملها لأخيها الصغير: «هل عدت طفلة صغيرة؟»، أو «فيه حد كبير يعمل هذا؟»، بل تجاهلي الأمر، ولا تعلقي على صراخها، ولكن في الوقت نفسه أخبريها أنك لا تستطيعين سماع ما تقول أثناء صراخها؛ ولذا عليها أن تكف عن البكاء أو الصراخ حتى تفهمي ما تقول، أو حتى يتم التفاهم على ما ترغب، واتركيها حتى تهدأ دون تعليق آخر أو «محايلة».

2- تعديل البيئة للتقليل من سلوك الغيرة:

تجنبى وضع الابنة في مواقف تكون الغيرة هي الاستجابة الطبيعية؛ فعلى سبيل المثال:

- لا تمتدحي الصغير (أنت وزوجك) بشكل مبالغ فيه، أو لا تركزا على كل حركاته.
- تجنبى عدم العدل في الحب والحنان وشراء الهدايا.
- لا تقارنى بين ولديك في سلوكهما.

3- تعزيز السلوك الجيد باستمرار:

أوجدى المواقف التي تسمح بتكرار سلوك عدم الغيرة مع تعزيز كل استجابة:

- اطلبي من الابنة أن تتبه وترعى أخاها الصغير حتى تعدّ له وجبته، ويكون ذلك تحت إشرافك، وعندما تنفذ ما طلبت اشكريها على معاونتها لك.
- احمليها في بعض الأوقات دون أن تطلب هي، واحتضنيها من آن لآخر.
- امتدحي كونها كبرت واستطاعت أن تقوم ببعض الأمور بنفسها، وأوضحي لها مزايا أن يعتمد الإنسان على نفسه بشكل أكبر، ولا يعني ذلك أن ندم الصغير لكونه صغيراً ولا يستطيع فعل شيء بمفرده؛ فهذا خطأ أرجو ألا تقعي فيه.
- اشتركا في مداعبة وملاعبة الطفل الصغير ما.
- خصصي وقتاً للعب مع الابنة في أثناء وجود الطفل الصغير بجواركما ولا تنتظري



حتى ينام؛ لأن ذلك تعزيز الشعور الطفلة بأنكما منسجمتان بدونه، وعند لعبكما لعبة فيها مكسب وخسارة لا بد أن تتبادلا النصر والهزيمة.

• عند عودتها من الحضانة - فيما بعد - أظهري لها مدى شوقك وافتقادك لها، واصنعا معا بعض الوجبات الخفيفة.

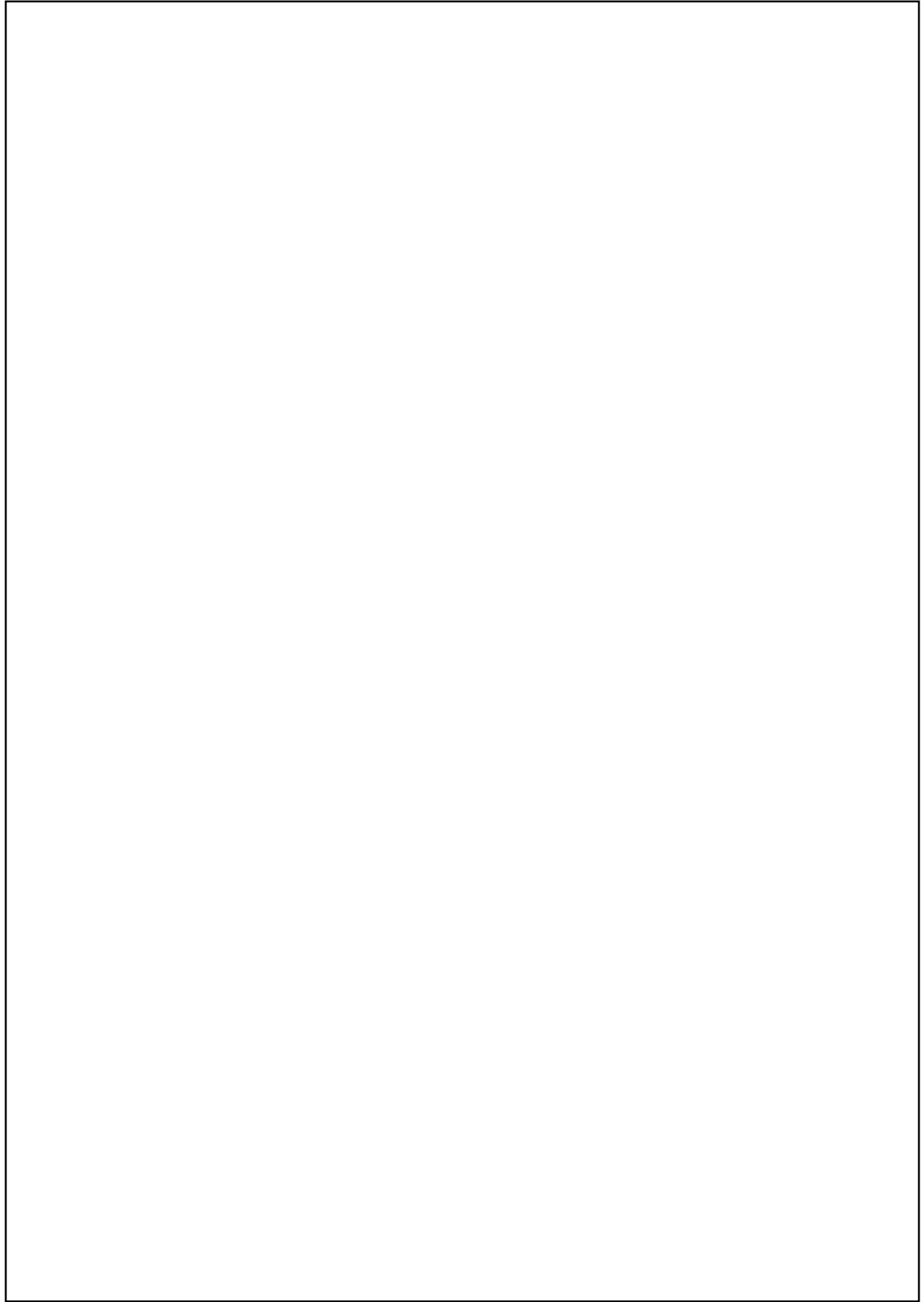
• لا بد أن تتزهدوا جميعا، وتظهري مدى سعادتك بولديك وبحياتك، وأن تضيفي هذه السعادة على الجو العام لحياتكم بأسرها.

• للقصة أهمية كبيرة في حياة الطفل؛ فيمكنك الاستعانة ببعض القصص المسلية الهادفة، وأن يكون من بينها قصص عن أهمية الأخوة في حياتنا.

• وكلما أظهرت الطفلة استجابة مرجوة من عدم الغيرة بعد كل موقف من المواقف السابقة؛ فعليك بتعزيزها فوراً بالتقبيل أو الاحتضان دون إفراط.

4- تعزيز السلوك الجيد بشكل عشوائي:

عندما يتكرر سلوك عدم الغيرة بشكل مطلوب فيعزز بطريقة عشوائية، أي ليس في كل موقف يظهر فيه عدم غيرة الطفلة، بل تعزز بعد عدة مواقف، وذلك لتثبيت السلوك الجيد بها.





وختاماً .. أم أبيها

من أين يأتي البر؟ ولماذا نجد أباً جحوداً وآخر باراً؟

إن البر بالأباء أمر متعلم يربي عليه الطفل منذ نعومة أظفاره، فالطفل الذي ينشأ على القسوة والإهانة والمذلة، أو الرعاية المبالغ فيها وتلبية كل رغبة والانتباه لكل لفظة - كما سبق وأشرنا في باب الحزم- والتنازل له والتضحية من أجله بصفة مستمرة، ينشأ معه الجحود والكران والأنانية.

كيف السبيل لتربية الابن البار؟

تعليم بر الوالدين لا يتوقف عند تعليم الأبناء الاحترام وعدم رفع الصوت وطاعة الأوامر وعدم الإزعاج، وليس منا على الأبناء بفضل الوالدين، بل هو غرس وتنمية الثقافة والحب والمشاعر والبر.

الحب.. فعل

يطلق الناس على ما يشعرون به من ميل وتقارب تجاه بعضهم البعض، فضلاً عن الشعور بالاحتياج، اسم الحب.. ومن هنا شعر البعض أن الحب مشاعر لا إرادية تظهر فجأة وربما أيضاً تتضب فجأة. ولكن لو تأملنا قليلاً كلمة (أحب) وجدنا أنها فعل، أي أن تلك المشاعر التي يشعر بها الناس وتؤلف بين قلوبهم هي نتيجة أفعال تحدث فتقوي الروابط وتحرك المشاعر صعوداً وهبوطاً مع كم وكيف تلك الأفعال.

بناءً على ذلك فإن شعور الأبناء بالحب تجاه والديهم لا يأت فجأة .. بل هو شعور ينبع في قلب الوليد من لحظة ولادته؛ إذ لا يجد الابن الحنان والرحمة والإشباع لحاجاته من أمان ودفع إلا في هذا الحضان الجميل الدافئ حضان الأم والأب.. ثم يكبر ويستقل قليلاً فتأخذ بيده الأم ليمشي وتحكي له الحكايات لينام، وتوقظه على ضحكة بهدوء وصوت حنون؛ لتقدم له طعامه وتنظف له يومه.



ولكن: كيف نستثمر وننمي تلك المشاعر ونُفَعِّلُها لتكون في حيز التصرفات بـراً دائماً لا يتغير ولا ينقص بخروج الطفل إلى العالم الخارجي واختلاطه بغير أسرته؟ إذ ربما تحول حب الوالدين لولدهما لتدليل يفسده، وربما كان بالتوجيه الخطوة إلى إفراز جيل جديد يعطي للمشاعر والأحاسيس والحب مكانها في ذلك العصر المشحون بالتوتر.

حبة قلب رسول الله

ولنا في هدي رسولنا الكريم (ﷺ) القدوة والأسوة الحسنة في التودد وإظهار الحب والعطف والاهتمام بكل من حوله، وكذلك الأطفال على الرغم من تحمله أعباء ومسئوليات جساما، فقد كان ينادي فاطمة الزهراء (بأم أبيها) ويقوم ليجلسها على ثوبه إذا دخلت عليه، ثم يقبلها في جبينها.

أما الزهراء (رضي الله عنها) فكانت وهي ذات السنوات التي تعد على أصابع اليدين تخترق الجموع القرشية الكافرة في شجاعة وحب؛ لتزيل عن كتف أبيها الأذى الذي وضعوه عليه وهو ساجد في صلاته... فالحب واللين والرحمة مع الابن لم ينقص من هيبة الأب، ولم يقلل من احترامه في نظر ابنه.

الحب الأسري.. برنامج عملي

لو أردنا التطبيق بشكل عملي فليتعاون كلا الوالدين على إشعار الطفل بشكل غير مباشر بهذه المعاني وتدريبه على ممارستها:

يمكن للأب أن تعلم طفلها فضل أبيه عليه:

- 1- من خلال القصص والحكايات والسرد لدور الأب المهم في حياة أبنائه.
- 2- تحسن استقبال الوالد وترحب به عند عودته من العمل فيقلدها أو لادهما.
- 3- تشجع ابنها على تقبيل جبين والده ويده، والمساعدة في تغيير ملابسه ومناولته ما يحتاجه كالحذاء أو المنشفة مثلاً ريثما تعد الأم الطعام.
- 4- كما تدربه على ضرورة المحافظة وعدم نسيان تحيات الصباح والمساء عند



الاستيقاظ وعند النوم.

وكذلك الأب يخطط مع الطفل لخطط يسعد بها الأم والإخوة:

- 1- إحضار هدية أو باقة ورد أو ترتيب الحجرة أو كتابة كلمة رقيقة أو رسم جميل يقوم بتلويحه وتقديمه لها .
- 2- هدية يقوم بصناعتها يدويا كصناعة ألبوم الصور مثلا يضم صور العائلة أو مجسمات ذات أشكال ودلالات مختلفة .
- 3- أن يثني على ما تفعله له من إعداد الطعام أو كي ملابسه إلخ.
- 4- أن يعلم كل طفل أن له دورا ومهمة بالأسرة: لينشأ على تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس، وهذا يجعله ينشأ على البر بطريق غير مباشر .
- 5- عند مرض أحد الوالدين لابد من تدريب الأطفال و على مساندة المريض ماديا كالمبادرة بتحمل مسؤولية أكبر مما كان يتحملها -أي الطفل - في الأوقات العادية، ومعنويا عن طريق الدعم النفسي والتسرية عن المريض .
- 6- أن يرى الأطفال كيف يتنازل كل من الأب والأم عن شيء يحبه للآخر في بعض الأوقات التعليم الطفل كيف يكون الإيثار .

استثمار المناسبات السعيدة

يمكن للأبوين أن يحققا ذلك بتخصيص دفتر مثلا يكتب فيه الطفل تواريخ هامة مثل ذكرى ميلاد والده وجده وأصدقائه وأمه وأبناء عمومته وكل من يحبهم ويحبونه، وكذلك الأعياد والمناسبات المختلفة كبداية العام الدراسي والعام الهجري وحلول رمضان ... إلخ، وذلك ليقوم بتهنئة كل من يحب ويدعو لهم في تلك المناسبات .

ويمكن أن تتسع الدائرة ليتعاون هذا الفريق المكون من الأب والأم والأطفال في تنفيذ خطط أخرى لإسعاد الجد والجدة والجيران بتهنئة جاره في مناسبة، بإحضار هدية جميلة معبرة مع بسملة رقيقة دائمة تثير الوجه .



ولا شك أن الصغير سيسعد بكونه عضوا بارزا في هذه التنظيمات ذات الأهداف النبيلة، كما سيسعد جدا بالمناسبات التي تظهر عبقريته في حبه ومشاعره وتستفز طاقاته لإشعار من حوله بما يكن تجاههم من مشاعر جميلة، وستكون كل مناسبة فرصة لإعادة الحيوية والشباب لعواطف الأسرة والمحيطين بها .

إنها ثقافة الحب التي من شأنها إفراز جيل يعطي للمشاعر والأحاسيس والحب تقديرها اللائق ومكانها ونصيبيها في ذلك العصر المشحون بالتوتر... «رحم الله والدا أعان ولده على بره»

وأخيرا... كَوْنُكَ أبا أو كَوْنُكَ أما فهذا شرف ربما لا يضاهيه شرف آخر، وسعادة ربما لا تعادلها سعادة أخرى، ولأن كل متعة وسعادة وراءهما مسؤولية عظيمة؛ فإن مسؤولية كل من الأب والأم مسؤولية جلية وليست بالأمر الهين، فهي مسؤولية تحتاج لصبر وعلم وقبلهما فطرة سليمة وحس تربوي عال .



جمعية البلّagh الثقافيّة

Al-Balagh Cultural Association



IslamOnline.net

إسلام أون لاين.نت



/ISLAMONLINE



/ISLAMONLINE_NET



@ISLAMONLINE



/ISLAMONLINE



islamonline.net/apps



لأبي إستفسار أو لطلب نسخ

500 44 304

T : +974 44 56 7777 F : +974 445 67766 P.O.Box : 22212 Doha-Qatar

Email : info@islamonline.net Web : balaghcs.org



جمعية البلّagh الثقافيّة

Al-Balagh Cultural Association

ابني وأنا

بعيداً عن العناوين المعقدة أو العصرية، سنتحدث معاً.. تشكو لي، وأبث لك ما في نفسي، لنصل لبعض الحلول (البسيطة والعملية) لبناء جسور المودة والحب بين الآباء والابناء ومنها:

- فن التعامل مع الأولاد.
- وضع قواعد عامة ملزمة بالبيت لراحة الجميع.
- كيف نضبط انفعالاتنا عند العقاب؟
- قواعد وأسس الثواب والعقاب.
- قواعد تعديل السلوك.
- أدوات تساعد الآباء على تنشئة أولاد باريين بهم.