



العند نتيجة تربوية

العند سلوك مزعج جداً. معظم الأمهات والآباء يبيشكوا منه. إمتى بنقول "الطفل ده عنيد"؟. مين هو الطفل العنيد؟ هل هو "الطفل اللي ما بيسمعش الكلام" أو "الطفل اللي بيصر يعمل اللي هو عايزه"؟ طيب تفكروا الطفل ده عايز يقول لنا ايه؟



بقلم:

منال رستم

مش هيحقق حاجة من الاثنين. ولما تهدي هتقدر تشبني على موقفك لحد الآخر وهتجسي بالثقة والقوة. والأهم من كل ده إنك لما تهدي هيشوف نوع جديد من القوة. قوة الثبات على الموقف مع احترام الطرف الآخر. ولما تلاقيه بدأ يتعاون إمدحيه واشكره. لو ما كانش راضي يرتب أوضته قبل ما يخرج، وبدأ يرتبها وهو بينفخ ومترفز، إستني لما يخلص وبعدين اشكره. "شكرا يا حبيبي. إنت كنت منضايق، وما كنتش عايز ترتب الأوضة ومع ذلك في الآخر انت احترمت اتقافنا ورتبت الأوضة قبل ما تخرج". غالباً رد فعله مش هيكون ظريف قوي، لكن هيشوف إنك حاسة بيه ومقدرة موقفه ومقدرة الجهود اللي بذله مع نفسه. وبعد شوية هيكون راضي عن نفسه وفخور باللي عمله. والرضا عن النفس واحد من المكونات الأساسية للثقة في النفس. ويكده نبقي حولنا حاجة سلبية زي العند لحاجة إيجابية زي الثقة في النفس.

مقاومة الطفل ممكن تفضل إصرار ومحاولة جادة منه لتحقيق اللي هو عايزه (ودي حاجة حلوة جداً) لو أبدينا شيء من المرونة (مش التسيب). وممكن تتحول لعند وإصرار دائم على رفض التعاون، وعلى مخالفة الكبير سواء كان ولي أمر أو مدرس أو مدرب أو مدير، لو بادلنا المقاومة بمقاومة أشد، وقاومنا الإصرار بمحاولة كسره. الإصرار صفة وراثية..... والعند نتيجة تربوية..

واللي رافض يلعبه، هيفكر تاني لو قلت له بعب وهدوء، بنبرة اتفاق مش نبيرة تهديد "لو انت اللي لميت اللعب، هتلعب بيها بكرة. ولو انا اللي لميتها؛ هتلعب بيها بعد بكرة. تحب تلمها إنت ولا أهما أنا؟".

لغة التفاوض فيها احترام لإرادة الطرف الآخر وحرص على مشاعره وتقدير للاختلافات اللي بنا. فيها اعتراف بأننا من زمن وأولادنا من زمن وتقبل للحقيقة دي. أما الصغيرين خالص (من سنة - ٣ سنوات)، فالأحسن إننا ما ندخلش معاهم الصراع ده. ونحول اللي احنا عايزينه للعبة، أو مسابقة أو مجرد وقت لطيف. نشغلهم، نلهيهم، نسليهم. بدل ما ندرهم من صغرهم على المقاومة.

لو ابنك بيرفض يلتزم بالقواعد، وبيصر على اللي هو عايزه: إطفي عنده ببرودك. لما يبدأ يزن أو يعيط أو يصرخ أو يتخانق إحتفظي بهدوئك. إنكلمي بصوت واطي وببطاء. ولو كنتي منفعة قوي، إعملي نفسك اشغلتني بحاجة وامشي وسببيه. هو هدفه إن الموقف يشتعل عشان تستسلمي أو على الأقل يضايقك زي ما ضايقتيه. لو قدرتي تهدي،

حدش بيبات بره بس عشان انت بتحب أصحابك واحنا بتحبك وعائزيتك تبقى ميسوط. ممكن تخليك تقعد مع أصحابك لحد وقت متأخر واحنا نيجي ناخدك". واللي مش راضية تبطل كلام في التلفون ممكن تقبل بمواعيد محددة لوقف المكالمات أو هتفضد اللي مطلوب منها قبل ما تتكلم في التلفون، لو طلبنا ده بطريقة فيها تقدير ليه. ممكن تقولي "واضح إنك بتحبي تتكلمي مع أصحابك في التلفون. أنا ما عنديش مشكلة إنك تتكلمي في التلفون بعد ما تكوني خلصتي....، و.... وما عنديش مشكلة طول ما انتي بتراعي إنك تخلصي مكالماتك قبل الساعة....، وإني لما أحتاج التلفون تستأذني صاحبك وأنا أعمل مكالمتي وبعدين ترجعي تكلمي صاحبك تاني".

واللي مش راضي يقعد في كرسي الأطفال هيرضى لو عرضت عليه اختيارين أنت موافقة عليهما "ترتبط الحزام لوحك ولا اربطه أنا؟"

واللي مش راضيه تخلص أكلها؛ ممكن تخلصه لو قلت لها "لما تخلصي أكلك هنخرج" بدل ما تقولي لها "لوما خلصتيش مش هنخرج".

العند محاولة من الطفل لتوصيل رسالة "أنا موجود. أنا عايز أكون صاحب القرار". طيب إحنا بقى، الطريقة اللي بنتعامل بيها مع عند الأولاد بتوصلهم رسالة إيه؟

لما نقاوم إصرار الأولاد بنبقى كأننا بنقول لهم "إنت تقول اللي انت عايزه وفي الآخر هيحصل اللي انا عايزه". باختصار بنقدم لهم نموذج للعند.

العند في الحقيقة مجرد صراع قوى.... لو احنا غلبنا أولادنا، هيقسروا. وخسارتهم معناها أنهم هينتهزوا أقرب فرصة عشان يغلبونا. ولو كان عندهم إرادة قوية، بتخلينا نستسلم أحياناً؛ فإحنا برضه هنعس بالهزيمة وهنبقى عايزين نثبت لهم إننا أقوى منهم وإن كلمتنا هي اللي هتمشي.

طيب ما تيجو بدل ما يكون هدفنا إننا نكسب ويستسلموا وينفذوا رغباتنا، نخلي هدفنا إن احنا وهما نخرج من الموقف كسبانين.

وعشان نكسب احنا الاثنين لازم نتفاوض. كل واحد فينا يتنازل عن جزء من اللي هو عايزه. وكاننا بدل ما كل واحد بيحاول يشد الثاني عشان ييجي يقف في النقطة بتاعته؛ هنبقى كل واحد بياخد خطوة ناحية الثاني لحد ما نتقابل في منطقة وسط، بعيدة شوية عن اللي كل واحد فينا عايزه لكن إحنا الإثنين واقفين عليها وما حدش فينا انسحب ولا انهزم.

اللي كان مصر بيبات عند صحابه هيرضى يقعد عندهم لحد وقت متأخر بدل ما بيبات لو قدمنا له حل بديل برضيه ويرضينا: "بص يا حبيبي. إحنا عندنا قاعدة في البيت إن ما



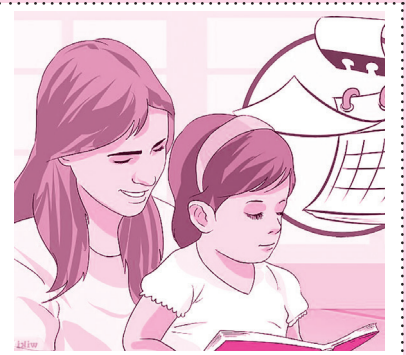


الكثيرات يشكين من عصبية أولادهن خارج البيت

العصبي العنيد أولاً لازم تكوني هادية خالص تضبطي أعصابك، وخاصة إذا كنت خارج المنزل أو في زيارة لأحد الأقارب ابنك وهو بره البيت وعيط جامد وصرخ وقلب الدنيا كلها وأخرجك مستحيل هتوصله المعلومة منك غير لما يبطل يعيط ويصرخ، فلازم تفضلي على حالك هادية، وقولي لابنك لن تحصل على طلبك إلا إذا توقفت عن الصراخ، وطلبت ما تريد بهدوء وأدب، فإن استجاب كافتيه، واستجيب له، مرة في مرة هتلاقي عرف إن الصرخ والعياط مبيجيش معاك نتيجة ولا بهزك، تجاهلي صراخ طفلك نهائياً، وحاولي إشغاله بموضوع آخر، إذا توقفت الطفل عن الصراخ، وهدا، اغتيمي الفرصة، وأعطيه اهتمامك، وأظهري له سعادتك بتصرفه، وأشرحي له ماذا عليه أن يفعل إن أراد الحصول على شيء ما، امنحي طفلك

مشكلة عصبية الطفل بره البيت وطلباته الكثيرة وعصبيته وعناده الطفل في هذه السن الصغير ده بيتطور كل شهر عن الشهر اللي قبله متقلقيش من كثرة حركته، الشقاوة دي أمر طبيعي وصحية حتى العناد معناه إن عنده شخصية لازم تقهمني طبيعة سن هذا الطفل وهي ثلاث سنوات، لسه يادوب عجيبة في أيديكي تقدري تشكيليها زي ما تحبي ولازم تفهمي أزي تقدري تتعاملي معاه وإيه اللي تقدري تعمله وإيه اللي متقدرينش عمله، علماء الطب النفسي بيقلو «إن كثرة النشاط غريزية بالنسبة للطفل، وطبيعية إلى سن معين، وإن قلة النشاط هي الأصب، فالطفل الذي لا يلعب كثيراً، ولا يسأل كثيراً، هو الذي يجب أن يُثير اهتمامنا وتخوفنا، ونستفيد من كلامهم: أن كثرة الحركة أمر طبيعي. أزي نتصرف مع الطفل

الحنان والحب والعاطفة، والحنن الدافئ، وأسمعيه الكلام الإيجابي. احذري من الوقوع في فخ تلبية رغباته إذا صرخ أو بكى؛ فإن تلبية رغبة الطفل عند الصراخ، وإعطاءه ما يريد، هي أحد الأسباب لجعل هذا التصرف يستمر، ولو فعل ذلك مرة واحدة، واستجبت له، فإنها تصبح له عادة، فيعلم أن أسهل طريقة لفعل ما يريد هو الصراخ والغضب. أسمعيه الكثير من العبارات الإيجابية؛ لأن كثرة الحركة إذا تمازجت مع افتقاد الأمان، فذلك يجعل طفلك أكثر قلقاً، وبالتالي تزداد العصبية لديه.



من وسائل التربية

عندما تحاول تعليم طفلك كلمة معينة فلا تكرر عليها (بدرجة مفرطة) .. أي لا تستخدم أسلوب (التلقين دائماً) .. مثل عبارة: قل بعدي .. لأن الطفل يخزن في دماغه ما قلت له ويتكلم به لاحقاً ، ليس بالضرورة في نفس اللحظة . علاوة على ذلك فإن الإكثار من استخدام هذا الأسلوب التقليدي في تعليم الطفل الكلام قد يشعره بالملل، و يصعب عليه المهمة، ويقلل من رغبته في تعلم الكلام. لأنك هنا تقوم بدور المتسلط .. وتلق على طفلك باب التفكير .. بدلاً من ذلك استخدم طريقة التعليم من خلال (اللعب) . من أجل أن تجمع بين المتعة والتعلم في نفس الوقت. ويعطيك طفلك تركيزاً أكبر. إذاً فلتنقل (لا) للتلقين كوسيلة وحيدة في تعليم أطفالنا الكلام والمهارات الأخرى.

12 خطوة ليستمع طفلك إليك بسهولة

- 1- كوني على مستوى نظره أي اجلسي أمامه، أو خذيه على ركبتيك. وافعلي ذلك حتى عندما تحتضنيه وتقبله ليحس بقربك في الصفاء ويشعر بحزمك عند التوجيه.
- 2- انظري في عينه عند الكلام واحصلي على انتباهه ليستمع إليك جيداً.
- 3- وجهي رسالتك مباشرة ولتكن كلماتك واضحة بسيطة مناسبة لسنه وفهمه.
- 4- كوني هادئة فالصراخ يمنعه من إدراك الكلمات وإنما يصيبه الفزع دون أن يعي جميع التوجيهات
- 5- امنحيه بعض الصلاحيات والخيارات ولا تكوني متسلطة على الدوام كأن تجعله يختار بين قميصين مثلاً عند ارتداء ملابس
- 6- تابعي تنفيذ التوجيهات قبلها بفترة كأن تهيئيه لوقت النوم قبل حلول الوقت وتكررين ذلك بأداء طقوس النوم من تناول الحليب وغسل الأسنان وغير ذلك.
- 7- ضعي القواعد المنزلية مع زوجك واتفقا عليها معاً حتي يحترم كلاكما تنفيذها فلا يجب أن ييني أحدهما ليهدم الآخر.
- 8- لا تكرري التعليمات كثيراً فمرتان أو ثلاثة على الأكثر كافية والا ابدئي في وضع عقاب لمخالفة الوعود بينكما.
- 9- اجعلي التكرار الأخير هو التحذير لما قبل وقوع العقاب وعرفيه بأنه سيحل عليه عقاب ما.
- 10- اصدقي في وعودك ليتعلم منك وكوني قدوته في كل شيء.
- 11- امدحي حسن السير والسلوك عند أي من أطفالك لأنه سيسعى لنيل المديح والاحترام وسيستجيب لأوامرك.
- 12- امنحيه وقتاً للعب والحنان واللعب ولا تكن علاقتك به دوماً ضمن الأوامر والنواهي والحدود والتوجيهات.

