



أولاً: أربع عشر خطوة تجعلك مربياً ناجحاً لأبنائك

فيما يلي عرض صفات الوالدين كمربيين ناجحين لأطفالهما وهي تعتبر بمثابة مثاليات ومهارات للجدوة الشاملة لكي تكون مربياً مثالياً، والمربي هو الأب والأم فهذه الصفات تنطبق على كليهما، حتى يتمتعوا بأداء رفيع لفنون التربية الصحيحة لأبنائهم، وهذه الصفات لا نهاية لها ومنها:

٨- الذي لا يتشاجر مع الأم أمام أطفاله، لأن الشجار أمامهم يفقدهم الثقة بالنفس ويفقدهم الشعور بالأمان، وهو أيضاً يعتمد في أخذ قراراته على طرق موضوعية تماماً، مراعيًا أصول الشورى وأخذ الرأي ومراعاة وجهة نظر الآخر، وكثيراً ما يلجأ للتصويت وينزل على رأى الأغلبية حتى لو كان ضد رغبته الشخصية، فهو بذلك يدرّب الأبناء على احترام آراء بعضهم البعض.

٩- هو المتطور دائماً والمتجدد في الفكر، فلا يستطيع الابن أن يصنّفه على أنه «موديل قديم»، فعليه أن يتبع مقولة سيدنا على كرم الله وجهه «ربوا أولادكم على غير ما ربيتم فقد خلقوا لزمان غير زمانكم».

١٠- يتمتع بأفكار ومهارات في مختلف الألعاب وحتى الألعاب التي لم يلعبها من قبل يبدع في تناولها ويلعبها مع أبنائه.

١١- هو من يدرّب ابنه على التعامل مع مشاكل الحياة وقسوة المعاملات بها والمخاطر التي قد يواجهها، ويعلمه الاعتماد على نفسه، ويحاول أن يعلمهم فنون ومهارات الدفاع عن النفس.

١٢- هو من يخصص وقتاً كافياً للحوار مع أبنائه، ويكون الحديث معهم بفتح وحرفية ويسمع قصصهم وشكاواهم.

١٣- والثابت في مواقفه أمام أطفاله، فكلمته كالسيف، لأنها لا تصدر إلا عن دراسة وتوقعات معقولة، ولا يغيرها إلا في حالات الطوارئ، وفي حالة الخطأ يعترف بهذا أمام أبنائه بدون خجل، ونضيف إلى هذا الوفاء بالوعد.

١٤- وهو من يجيب عن كل الأسئلة التي توجه إليه بالصراحة الممكنة والمناسبة كماً ونوعاً، فهو هدفه مصارحة الطفل بالمعلومات المفيدة، ولكنه ليس مباشراً في إجاباته ليعود طفله على سلوك الاستيضاح والاستنهام.

ومن أهم الصفات التي لا بد أن تكون في

١- المربي هو الوحيد من يفكر بالحُب غير المشروط، فهو الذي يقبل طفله بأي شكل هو عليه وينقاط ضعفه قبل قوته، ومن المستحيل أن يرهن حبه لأبنائه بأداء عمل معين من جانبهم.

٢- هو الذي يتلطف في التعامل مع أولاده وأمههم، يعلمهم النزاهة بلا إسراف ولا غرور، بمعنى أن يتعاملوا مع الناس بدبلوماسية والتقبل للآخر بشكل كبير وبسعة صدر.

٣- الذي يقوم بتشكيل ابنه كباحث علمي من الدرجة الأولى، فيعود أنه في حالة الاستفسار عن شيء في الدين، مثلاً، أن يذهبوا سوياً إلى المكتبة للبحث في كتب الدين عن الإجابة السليمة لسؤاله، أو الذهاب إلى رجل الدين للسؤال، أو البحث على الإنترنت ولو تكرر هذا السلوك يوماً بعد يوم سوف يتربى هذا السلوك بداخله.

٤- يشعر بالطمأنينة، فهو بئر الأمان لأنه طيب القلب، وهو من يحميك من المخاطر.

٥- هو من لا يعتمد على أسلوب التهديد المستمر حتى لا يلتصق في ذاكرة الطفل منظر الأب المهدد له، فالتهديد هو واحد من أربع زوايا مربع الخطر في العلاقة بين الوالدين وأبنائهم.

٦- المربي الناجح هو الأب الحساس الذي يتمتع بجهاز استقبال قوى، بالإضافة إلى ذكائه العاطفي العالي، فهو يدرك سريعاً أن ابنه أو ابنته متأثر بموقف ما فهو يفهم ويدرك ذلك دون أن يتحدث الابن إليه، فهو لا يجبره على التحدث معه في شيء، ويفهم ما بداخله من عيونه، ويشعر بما يشعر به أبنائه ويتألم لمن يصيبه منهم الألم، ويمكن أن يلمح ما يرغبون في قوله من نظرة العين.

٧- هو من لا يظهر نظرات خيبة الأمل في أداء أبنائه في أي موقف، فيقوم بالتركيز أكثر على الجوانب الإيجابية دون السلبية فهو لا يرى في طفله إلا كل جميل.

كيف تربي أبناءك؟ ..وكيف تتعامل مع الطفل العصبي؟



د/ علاء فرغلي

(استشاري الطب النفسى)

المربي هي المراقبة لألعاب وسلوك وردود أفعال أطفاله في المواقف المختلفة، فهو لا يعتبر اللعب فقط فرصة للمرح، بل لدراسة شخصية الأبناء

ثانياً: التعامل التربوي مع الطفل العصبي
يجب أن تكون نظرتنا لأبنائنا نظرة إيجابية، وأن نغدق عليهم من عطفنا وحبنا، بدلاً من الصراخ في وجوههم، وإعلان الثورة عليهم لأتفه الأسباب، حتى لا يكتسبوا منا سلوكاً غير مرغوب فيه.

فلقد ثبت علمياً أن الطفل يتأثر بما يحيط به من الحنو أو القسوة تأثراً عميقاً يصاحبه بقية حياته وعمره ويشمل نواحيه الصحية والنفسية، وكما هو معلوم لدى علماء التربية أن الطفل يولد وليس له سلوك مكتسب، بل يعتمد على أسرته في اكتساب سلوكياته، وتنمية شخصيته؛ لأن الأسرة هي المحضن التربوي الأول التي ترعى البذرة الإنسانية منذ ولادتها، ومنها يكتسب الكثير من الخبرات والمعلومات، والمهارات، والسلوكيات والقدرات التي تؤثر في نموه النفسي - إيجاباً وسلباً - وهي التي تشكل شخصيته بعد ذلك، ومن الظواهر التي كثيراً ما يشكو منها الآباء والأمهات ظاهرة العصبية لدى الأطفال. ونحن في هذه السطور سنلقي الضوء على هذه الظاهرة بشيء من التفصيل.

* تعريف العصبية :

هي ضيق وتوتر وقلق نفسي شديد يمر به الإنسان سواء الطفل أو البالغ تجاه مشكلة أو موقف ما، يظهر في صورة صراخ أو ربما مشاجرات مع الأقران أو أقرب الناس مثل الإخوة أو الوالدين.

* أسباب العصبية لدى الأطفال :

إن العصبية لدى الأطفال ترجع إلى أحد السببين الآتيين:

١. أسباب عضوية (مرضية)، مثل :

- اضطرابات الغدة الدرقية.
 - اضطرابات سوء الهضم.
 - مرض الصرع.
- وفي حالة وجود سبب عضوي لا بد من اصطحاب الطفل إلى الطبيب المختص

لمعالجته منه، فلا بد من التأكد من خلو الطفل من الأمراض العضوية قبل البحث عن أسباب نفسية أو فسيولوجية تكمن وراء عصبية الطفل.

وفي حالة التأكد من خلو الطفل من تلك الأمراض السابقة، علينا أن نبحث في السبب الثاني للعصبية وهو:

٢. أسباب نفسية واجتماعية وتربوية، وتتمثل في :

- اتصاف الوالدين أو أحدهما بها، مما يجعل الطفل يقلد هذا السلوك الذي يراه أمام عينيه صباح مساء.

- غياب الحنان والدفء العاطفي داخل الأسرة التي ينتمي إليها الطفل، سواء بين الوالدين، أو إخوته.

- عدم إشباع حاجات ورغبات الطفل المنطقية والمعتدلة.

- القسوة في التربية مع الأطفال، سواء بالضرب أو السب، أو عدم تقبل الطفل وتقديره، أو تعنيفه لأتفه الأسباب.

- الإسراف في تدليل الطفل مما يربي لديه الأنانية والأثرة وحب الذات، ويجعله يثور عند عدم تحقيق رغباته.

- التفريق بين الأطفال في المعاملة داخل الأسرة، سواء الذكور أو الإناث، الكبار أو الصغار.

- مشاهدة التلفاز بكثرة وخاصة الأفلام والمشاهد التي تحوي عنفاً وإثارة، بما في ذلك أفلام الرسوم المتحركة.

- هناك دور رئيس للمدرسة، فربما يكون أحد المعلمين، أو إحدى المعلمات تتصف بالعصبية، مما يجعل الطفل متوتراً، ويصبح عصبياً.

* مظاهر العصبية لدى الأطفال :

- مص الأصابع.
- قضم الأظافر.
- إصرار الطفل على رأيه.
- بعض الحركات اللاشعورية مثل: تحريك الفم، أو الأذن، أو الرقبة، أو الرجل وهزها بشكل متواصل.. إلخ.

- صراخ الطفل بشكل دائم في حالة عدم تنفيذ مطالبه.

- كثرة المشاجرات مع أقرانه.

* خطوات العلاج :

١. أن يتخلى الوالدان عن العصبية في معاملة الطفل. وخاصة في المواقف التي يكون فيها الغضب هو سيد الموقف. حيث إن الطفل يكتسب العصبية عندما يعيش في منزل يسوده التوتر والقلق.

٢. إشباع الحاجات السيكولوجية والعاطفية للطفل بتوفير أجواء الاستقرار والمحبة والحنان والأمان والدفء، وتوفير الألعاب الضرورية والآلات التي ترضي ميوله، ورغباته، وهواياته.

٣. لا بد أن يتخلى الآباء والمعلمون عن القسوة في معاملة الطفل أو ضربه أو توبيخه أو تحقيره، حيث إن هذه الأساليب تؤثر في شخصية الطفل، ولا تنتج لنا إلا العصبية والعدوانية.

٤. البعد عن الإسراف في حب وتدليل الطفل. لأن ذلك ينشئ طفلاً أنانياً لا يحب إلا نفسه، ولا يريد إلا تنفيذ مطالبه.

٥. عدم التفريق بين الأبناء في المعاملة أو تفضيل الذكور على الإناث، ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم الأسوة الحسنة، في الحديث الذي يرويه البخاري عن عامر قال سمعت النعمان بن بشير رضي الله عنهما وهو على المنبر يقول: أعطاني أبي عطية، فقالت عمرة بنت ربيعة لا أرضى حتى تشهد رسول الله صلى الله عليه وسلم فأتي رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال إني أعطيت ابني من عمرة بنت ربيعة عطية فأمرتني أن أشهدك يا رسول الله قال (أعطيت سائر ولدك مثل هذا). قال لا قال (فاتقوا الله واعدوا بين أولادكم). قال فرجع فرد عطيته.

٦. إعطاء الطفل شيئاً من الحرية، وخاصة فيما يتعلق بشراء ألعابه، أو ملابسه، وعدم التدخل في كل صغيرة وكبيرة من شؤون الطفل؛ لأن هذا يخلق جواً من القلق والتوتر بين الطفل والديه.

٧. استخدام أسلوب النقاش والحوار والإقناع مع الطفل العصبي بدلاً من الصراخ في وجهه حيث إن ذلك لن يجدي معه نفعاً.

٨. تعزيز السلوك الإيجابي للطفل سواء بالمكافآت المادية أو بالتحفيز المعنوي عن طريق إطلاق عبارات المدح والثناء.

٩. إتاحة الفرصة للطفل في ممارسة نشاطه الاجتماعي مع الأطفال الآخرين، وعدم الإفراط في الخوف على الطفل، حيث إن تفاعله مع الآخرين يساعد في نمو شخصيته الاجتماعية.

١٠. مراقبة ما يشاهده الطفل في التلفاز، وعدم السماح له برؤية المشاهد التي تحوي عنفاً أو إثارة.

