

## تربية الطفل من دون تعنيف



ـ يلـجـأ مـعـظـم الـأـمـهـاتـ، خـاصـة الـحـدـيـثـاتـ، إـلـى الـضـربـ أو الـصـرـاخـ لـتـأـدـيـبـ أـطـفـالـهـنـ وـالـسـيـطـرـةـ عـلـى تـصـرـّـفـهـمـ الـجـامـحـةـ، غـير مـُدـرـكـاتـ أـنـ مـثـلـ هـذـا الـأـسـلـوـبـ يـُمـكـنـ أـنـ يـؤـدـيـ إـلـى تعـزـيزـ التـصـرـّـفـاتـ نـفـسـهـاـ، الـتـي تـسـعـيـ الـأـمـهـاتـ إـلـى تـصـحـيـحـهـاـ

ـ ثـمـةـ إـجـمـاعـ عـلـى أـنـ الـضـربـ أو الـصـرـاخـ يـدـلـ عـلـى عـدـمـ قـدـرـةـ الـأـمـ عـلـى فـرـضـ سـيـطـرـتـهـاـ، وـيـُعـلـّـمـ

ـ الـطـفـلـ أـنـ الـعـدـوـانـيـةـ وـسـيـلـةـ مـنـاسـبـةـ لـلـتـعـبـيرـ عـنـ الإـحـبـاطـ. لـذـلـكـ، عـلـى الـأـمـ أـنـ تـكـوـنـ مـُـتـنـبـّـهـةـ

ـ دـائـئـمـاـ لـأـنـ الـتـرـبـيـةـ لـيـسـ عـقـابـاـ فـقـطـ، بـلـ هـيـ تـعـلـيمـ أـيـضاـ. هـنـاكـ طـرـقـ عـدـيـدـ يـمـكـنـ أـنـ

ـ تـبـعـهـاـ الـأـمـ فـيـ تـرـبـيـةـ طـفـلـهـاـ، لـكـنـ الـمـفـتـاحـ وـاحـدـ وـهـوـ "ـالـحـبـ".

ـ يـجـبـ أـلـاـ يـغـيـبـ عـنـ بـالـ الـأـمـ عـنـ مـعـاقـبـةـ طـفـلـهـاـ، أـنـهـاـ تـعـاقـبـهـ لـأـنـهـاـ تـحـبـهـ وـتـرـيـدـهـ أـنـ يـكـوـنـ

ـ مـحـترـمـاـ وـصـادـقـاـ وـقـادـرـاـ عـلـىـ تـحـمـّـلـ الـمـسـؤـلـيـةـ عـنـدـمـاـ يـكـبـرـ. فـيـ أـحـيـانـ كـثـيرـةـ تـكـوـنـ مـعـاقـبـةـ

ـ الـطـفـلـ أـصـعـبـ كـثـيرـاـ مـنـ عـدـمـ مـعـاقـبـتـهـ. لـذـاـ، يـتـغـاضـىـ مـعـظـمـ الـأـهـلـ عـنـ بـعـضـ مـنـ أـخـطـاءـ الـطـفـلـ،

ـ وـيـتـرـكـونـ الـأـمـورـ تـسـيرـ بـشـكـلـ طـبـيـعـيـ.

ـ إـنـ مـفـتـاحـ الـتـرـبـيـةـ، بـغـصـنـ النـظـرـ عـنـ الـأـسـلـوـبـ الـمـتـّـبـعـ، هـوـ تـنـفـيـذـ الـأـمـ الـعـقـابـ الـذـيـ قـرـرـتـهـ

ـ مـهـماـ يـكـنـ هـذـاـ الـعـقـابـ. إـذـاـ لـمـ تـكـنـ رـاغـبـةـ فـيـ تـنـفـيـذـهـ، أـوـ لـمـ تـكـنـ قـادـرـةـ عـلـىـ ذـلـكـ، عـلـيـهـاـ

ـ أـلـاـ تـهـدـيـدـ الـطـفـلـ مـنـ الـأـسـاسـ. مـثـلاـ، إـذـاـ قـالـتـ الـأـمـ لـطـفـلـهـاـ أـثـنـاءـ وـجـودـهـمـاـ مـعاــ فـيـ

ـ السـوـبـرـمـارـكـتـ: "ـلـاـ تـلـقـ أـلـشـيـاءـ أـرـضـاـ عـنـ الرـَّـفـ وـإـلـاـ عـدـتـ بـكـ إـلـىـ الـبـيـتـ حـالـاـ"، عـلـيـهـاـ أـنـ

ـ تـنـفـيـذـ تـهـدـيـدـهـاـ لـأـنـ مـحـتمـلـ أـنـ يـعـودـ الـطـفـلـ إـلـىـ رـمـيـ الـلـشـيـاءـ، لـيـخـتـبـرـ إـنـ كـانـتـ جـادـةـ فـيـ

تهديدها فعلاً. لذا، إذا كانت الأم لا ترغب في أن تُغادر السوبرماركت، من دون شراء إحتياجاتها، عليها ألا تُهدّد طفلها.

أساليب جديدة على الأم أن تتبع أساليب جديدة في تربية طفلها، لأنَّ الطفل الذي يعتاد على وضعه في مكان مُحدَّد دائمًا، زاوية في البيت أو غرفته أو المطبخ، عقاباً له، يعتاد على هذا النوع من العقاب، فلا يعود يشعر بالإزعاج. مثلاً، إذا قال الطفل كلاماً سيءَ نَهَا لأحد، بدلاً من عَزْله في غرفته، يمكن أن تطلب منه الأم كتابة بضعة أسطر، يصف فيها الشخص الذي أساء إليه وصفاً جيًّداً عقاباً له. أو إذا صرخ، يمكنها أن تتعاقبه بالطلب منه ألا ين sis بكلمة واحدة مدة خمس دقائق. أمّا إذا أساء التصرُّف في متجر، يمكن أن تتعاقبه بحرمانه من الذهاب معها مدة أسبوع (في حال كان الطفل يحب الذهاب إلى المتجر). أمّا إذا ألقى لعبته، يمكن أن تضعها في مكان بعيد عن متناول يده لمدة أسبوع، إلى أن يُبرهن على أنَّه سيهتم بلعبيه ويضعها في مكانها المخصص.

مهما يكن أسلوب التربية، على الأم أن تتحدد إلى طفلها بإستمرار، وأن تشرح له بهدوء ما الذي يزعجها في تصرُّفه، وأن تُبيّن له التصرُّف الصحيح، وأن تلتف إنتباها إلى إحتمال مواجهة مشاكل في المستقبل، في حال لم يُصحِّح تصرُّفه وأخطاءه.

فن بما أنَّ التربية فن، لا يمكن استخدام التقنيات نفسها مع كل الأطفال وفي كل الحالات. إذا كانت الأم ترغب في أن يكون طفلها مُحبًاً وعطوفاً، عليها استخدام الكثير من الكلمات الحب أثناء التحدُّث إليه. وإذا كانت ترغب في أن يكون مُطيناً ويعترف القوانين، عليها أن تطبِّقها في كل مرّة يخرقها ويُسيء التصرُّف، لا أن تُعاقبه مرّة وتغضِّ الطرف مرّة أخرى.

في جميع الأحوال، يجب أن يعرف الطفل أنَّ هناك نتائج لأفعاله، ولماذا تُرفض تصرُّفاته. وأفضل طريقة لفعل ذلك وأكثرها فاعلية، هي جعل الطفل يُدرك أنَّ عليه أن يتحمل مسؤولية الفوضى التي يُحدثها، وأن يهتم بترتيب غرفته وإعادة كل شيء إلى مكانه. قد يتعدد بعض الأمّهات في الطلب من طفل في عمر الثلاث سنوات، جَمع ألعابه ووضعها في مكانها أو ترتيب غرفته، إمّا اعتقاداً منها أنَّه عاجز، أو لأنَّه من غير المناسب تكليفه بهذا مهمة، ولكن عليها ألا تستهين بقدراته. مثلاً، إذا ألقى الطفل طعامه على الأرض، على الأم الطلب منه

تنظيفها أو على الأقل المشاركة في ذلك. وإذا رسم على الجدران، يمكنها إعطاؤه قطعة مُبَلَّلة والطلب منه تنظيف الجدران، وبعد دقيقة أو دقيقتين تُنهي هي المهمة. مقترحات تسعى للأُم دائمًا إلى تعليم طفلها أن يتصرف بطريقة تناسب القيم التي ترغب في غرسها فيه. يمكن للمقترحات التالية أن تساعدها على التوصل إلى هدفها:

\* وضع قوانين واضحة: على الأُم أن تصوغ القوانين بوضوح وأن تحرص على شرحها للطفل وتنأكِّد من فهمه لها، حتى يستطيع متابعتها والعمل على تطبيقها. عليها أن تُبيِّن له أهميَّة القوانين، لأن إدراك الطفل هذا الأمر، يساعد على التمييز بين التصرُّفات المناسبة والمقبولة، وتلك غير المناسبة والمرفوضة. وقد يؤدِّي هذا إلى إدراك الأُم، ألا حاجة إلى ضرب طفلها أو الصراخ في وجهه لتأديبه.

\* إطلاع الطفل على نتائج التصرُّف السيِّئ: يجب أن تُطلع الأُم طفلها على نتائج التصرُّف غير المقبول ونتائج خرق قوانينها، لأن هذا يساعد على إدراك أن لأفعاله وخياراته نتائج. ولكن يجب أن تكون النتائج معقولة وتناسب مع خرق القوانين. مثلاً، إذا كانت القاعدة "من غير المسموح مشاهدة التلفزيون قبل إنهاء الفرض المدرسي"، يمكن أن تكون نتيجة خرق القاعدة حرمانه يوماً بطوله من إمتياز مشاهدة التلفزيون. وعلى الأُم أن تشرح لطفلها نتيجة خرق القوانين قبل ذلك.

\* تنفيذ النتائج حالاً: عندما يخرق الطفل القانون، يجب أن يطبق عليه عقاب الخرق حالاً. لأنَّه إذا كان هناك وقت طويل بين خرق القانون وتنفيذ العقاب، لا يستطيع الطفل ربط الفعل بالنتيجة. وفي الوقت نفسه، إذا انتظرت الأُم فترة من الزمن قبل تنفيذ العقاب، يمكن أن يستمر الطفل في خرق القاعدة، عندها قد تفقد الأُم أعصابها فتلجم إلى الصراخ على الطفل أو ضربه.

\* المثابرة: بعدما تضع الأُم القوانين، والنتائج التي يمكن أن تنجم عن خرقها، يجب أن تُثابر على تطبيقها. إذا بكى الطفل أو التَّمَس منها مسامحته عند تطبيق العقاب، في حال ارتكب خطأً ما، على الأُم أن تبقى على موقفها وألا تتردد في تنفيذ العقاب، لأن تراجُّعها أو تَرْدُّدها، يعطي الطفل إنطباعاً بأنَّها غير جادة في تطبيق القوانين، فيعتاد على خرقها من دون خوف من النتائج. وفي المقابل، إذا شعر الطفل بأنَّ الأُم جادة، يزداد احتمال إحترامه القوانين ويحرص على الإلتزام بها.

\* الثناء على التصرُّف الجيد: يجب مدح الطفل دائمًا وشكره وتشجيعه في حال تصرُّف تصرُّفًا جيدًا. يرى التربويون، أنَّه يجب الثناء على تصرفات الطفل أكثر من الطفل نفسه. مثلاً، إذا قالت الأُم لطفلها: "برافو، لقد سُررت منك لأنَّك أنهيت دروسك قبل مشاهدة التلفزيون"، فإنَّها تشجعه على إحترام القوانين وتُذكِّره بما يتوجَّب عليه فعله.

\* إعتماد الكتابة أسلوب من أساليب العقاب: يُمكن تطبيق هذا الأسلوب مع الأطفال بعد سن السابعة. تستطيع الأُم أن تعاقب طفلها في حال أخطأ التصرّف، بأن يكتب بضعة أسطر أو رسالة اعتذار، ومن الأفضل أن يكتب عن تصرّفه الخاطئ وكيف كان يمكن أن يتصرّف، وعن مشاعر الأنداد الذين أخطأوا في حقّهم. إنّ عمر الثمانية أعوام هو الأنسب لبدء غرس القيم الجيّدة في الطفل.

\* حرمان الطفل من غرضه المفضّل: إنّ أهم ما في هذا الأسلوب، هو لأنّه يحفز الطفل إلى العمل لإسترجاع غرضه. على الأُم ألا تكتفي بالقول لطفلها إنّها سترحمه من غرضه مدة ساعة أو يومين أو أسبوع، بل عليها التوضيح له بأنّها سترحمه منه مدة (اي مدة تراها الأُم مناسبة). وإذا لم يأتِ بأيّ تصرّف خاطئ خلال هذه المدة، يُمكن أن يستعيد غرضه. مثلاً، إذا كذب الطفل، على الأُم حرمانه من لعبته المفضّلة، وإذا عاد وكذب يمكنها القول: "سأعود إلى إحتساب الوقت منذ هذه اللحظة". إذا كان الطفل كبيراً يُمكن أن تأخذ منه غرضاً آخر، ثمّ تُحدّد الوقت الذي يستطيع خلاله إسترجاع كل غرض لوحده.

\* حرمان الطفل من إمتياز مُعيّن: ويُعتبر هذا من أفضل أساليب التربية من دون ضرب أو صرخ، لأنّه من أكثرها فاعليةً، خاصة إنّ كان الطفل متعلّقاً جداً بهذا الإمتياز، مثل مشاهدة التلفزيون، حضور فيلم سينمائي يرغبه الطفل بشدة في مشاهدته، ألعاب الفيديو، الكمبيوتر، آلة موسيقية يعزف عليها الطفل و المتعلّق بها جداً، دراجته، حرمانه من الكلام مدة خمس دقائق أو أكثر.. إلخ، شرط أن تُنفّذ الأُم قرارها بحذا فيره. مثلاً، إذا قالت الأُم لطفلها: "لن أسمح لك باللعب بألعاب الفيديو إذا لم تُنهِ دروسك". عليها فعلاً منعه من ألعاب الفيديو طوال المدة التي حدّتها. يجب ألا يَغيب عن بال الأُم، لأنّه عند حرمان طفلها من إمتياز ما، فإنّها تُعاقب نفسها أيضاً. لذا، عليها ألا تُبالغ في المدة التي تحدّدها. مثلاً، عليها أن تسأل نفسها، هل في إمكان الطفل تحمّل حرمانه من مشاهدة التلفزيون مدة أسبوع بكماله قبل إتخاذ هكذا قرار؟ لأنّ الطفل يشعر بالظلم إذا لم يكن العقاب يتناسب مع الخطأ. فالهدف من العقاب هو تأديب الطفل لا ظلمه.

\* حرمان الطفل من وجبة العشاء الخفيفة: بالطبع هذا لا يعني ترك الطفل ينام جائعاً، إذ يمكن حرمانه من الحلوي أو العصير أو الفاكهة، أو حتى من وجبة العشاء الخفيفة التي تقدّمها له قبل النوم. يمكن أن يعطي هذا الأسلوب النتيجة المرجوّة، لأنّه من المعروف أنّ الطفل لا يتحمّل حرمانه بشكل خاص من الحلوي والشوكولاتة. فالطفل يُبدي أحياناً إستعداداً لتناول طعام لا يحبّه حتى لا يُحرم من قطعة الـ(كاندي).

\* عزل الطفل لفترة محدّدة: أكثر ما ينفع هذا الأسلوب مع الطفل العصبي، الذي يثور بسرعة ويبداً في إلقاء الأشياء أرضاً، وأحياناً كثيرة يرمي نفسه على الأرض ويأخذ في الصراخ. مثل

هذا الطفل يحتاج إلى بعض الوقت حتى يعود إلى هدوئه. لذا، يُفضّل أن يُعزل الطفل في غرفته لفترة محددة، خاصة إذا شعرت الأم بالغضب من تصرّفه، عندها يُحتمل أن تضربه أو تثور في وجهه. في هذه الحالة، تحتاج الأم نفسها إلى وقت حتى تهدأ. بعد أن يهدأ كلاهما، على الأم أن تتحدث إلى طفلها بهدوء وحُب، وتعرف منه سبب غضبه الذي دعاها إلى عزله، إذ إنّ إدراك الطفل خطأه، يُعتبر الخطوة الأولى نحو تصحيح تصرّفه.

\* وضع الطفل في سريره أبكر من المعتاد: يمكن أن تتبع الأم هذا الأسلوب في تربية الطفل، إذا قلل من احترامها أو إحترام أي فرد في الأسرة، أو إذا بدا نكداً. يمكن أن تقول الأم لطفلها : "لقد صرخت كثيراً اليوم. هل تشعر بالتعب؟" في الأغلب يرد الطفل بالنفي. ولكن إذا عاد طفلها إلى الصراخ والنكد، يمكنها أن تقول له بحزن : "يبدو أنك فعلاً متعب. لذا عليك الذهاب إلى النوم باكراً.. ولكن، إذا أحسنت التصرف وبهنت على أنه لست متعباً، يمكنك أن تبقى ساهراً إلى أن يحين وقت نومك".

موضوع خلافي قد يقول البعض، إن الطفل الذي يُضرب يُحقق نجاحاً أكبر في الحياة، ويمكن أن يعيش حياة أسعد، ويمكن أن يظهر تعاطفاً أكبر مع الآخرين. يمكن أن يكون هناك الكثير من الحقيقة في هذا الكلام، ولكن كل الدراسات التي تناولت هذا الموضوع مؤخراً، دلت على أن الطفل الذي يعاني بعد سن السادسة، يتحمل أن يواجه مشاكل كبيرة تتعلق بالتصريف عندما يكبر. مثل الدخول في مشاجرات مع الآخرين، اللجوء إلى العنف والضرب، إحتمال أن يلحأ إلى تعاطي الممنوعات. كما إكتشفت الدراسات، أن الطفل الذي يُضرب في عمر ما بين الثانية والسادسة، يمكن ألا يتأثر كثيراً، بل قد يتحسن أداؤه إلى حد معقول.

إن تربية الطفل موضوع خلافي كبير، إذ تختلف الآراء حوله، خاصة إن كان الموضوع يتعلق بالعقاب الجسدي. فالبعض يرى أن الضرب طبيعي وأسلوب مقبول. في جميع الأحوال، من المهم أن تتذكر الأم عند تأديب طفلها، أن عليها أن تكون هادئة وتعامل معه بلطف. فمعظم الأمهات يفقدن السيطرة على أعصابهن، فيلجأن إلى ضرب الطفل والصراخ عليه. وفي هذه الحالة، يمكن أن تنعدم الأم حيث لا ينفع الندم. لذا، من الأفضل للأم عندما تشعر بالغضب أن تنسحب من المسرح، وأن تعطي نفسها الفرصة لتعود إلى هدوئها، أو أن ترسل طفلها إلى غرفته، وأن تقول له إنها سيناقشان الأمر بعد أن يهدأ. ▶