الطريقة المثالية لمعاقبة الأطفال

كثيراً ما يحتار الآباء والأُمّهات في طريقة عقاب أطفالهم على سلوكيات خاطئة يرتكبونها باستمرار، وقد يلجأ بعضهم إلى تعنيف أطفالهم بالضرب أو بالشتم والتجريح والصراخ عليهم بصوت عال ظنّاً بأنّ هذه الطريقة هي الأقدر على ردع أطفالهم عمّا يرتكبونه من أفعال مزعجة داخل المنزل، لكن أثبتت دراسات علم النفس بأنّ توبيخ الأطفال باستمرار وبخاصّة أمام أصدقائهم، وكذلك العقاب الجسدي من أفشل طُرق التربية الأُسرية، إذ إنّها تؤدّي إلى أضرار نفسية كبيرة على الطفل، وتبقى ترافقه إلى أن يكبر، فهذه الأساليب التقليدية في التربية تضعف من ثقة الطفل بنفسه، وتولّد الحقد والكراهية للآباء، كما تعزز السلوك العدواني لدى الطفل في تعامله مع الآخرين مستقبلاً.

تتنوّع أساليب العقاب حسب شخصية الطفل، هناك نوع من الأطفال هادئين يمكن عقابهم بتنبيههم على الأخطاء التي ارتكبوها بأسلوب هادئ، دون الحاجة إلى أساليب قوية وصارمة، لكن عقاب الطفل المشاكس العنيد يجب أن يتم التعامل معه بأسلوب أكثر حزماً وصرامة، وهنا إليك بعض الطّرق لعقاب طفلك دون أذى.

النظرة الحادّة

في السنوات الأولى من عمر الطفل يكون الطفل فضولياً جدّاً لمعرفة كلّ ما حوله، وقد يجعله فضوله أن يقوم باللعب مع أشياء خطيرة، لذلك لابدّ أن نقوم بإبعاد كلّ الأشياء عن طريقه، وخصوصاً لو كان يشكّل خطراً عليه، وقد تكون نظرة حادّة كافية لردعه، فنظرتك الحادّة وغضبك الذي يظهر على ملامح وجهك يجعله على دراية بأنّه قام بأمر خطأ لا يحبذه الآخرين، ولا يجب فعله مرّة أُخرى.

الحرمان

قد يكون الحرمان أحد أهم أساليب العقاب وأقواها فاعلية، فعند قيامك بحرمان طفلك من طفل شيء محبّب له يراجع نفسه ويكون مستعداً لفعل أي شيء كي لا يُحرم من الأشياء التي يحبّها، وهذه وسيلة توصل بها رسالة للطفل بأنّ ما قام بفعله خاطئ ولا يجب تكراره، ويجب الانتباه أثناء القيام بالمعاقبة، فلا يجب عقاب الحرمان إلّا بعد تكرار الخطأ مرّة أو مرّتين، ويكون لفترة محدودة مثلاً ليوم أو لساعة، لأنّ الحرمان الطويل قد يؤثّر سلباً في نفسية الطفل.

الحبس والإهمال

هذا النوع من العقاب مفيد جدّاً، ولكن لا يستخدمه الكثير، فعندما يُخطئ طفلك اجعله يذهب إلى زاوية معيّنة من البيت ويقف فيه أو يجلس على كرسي مع الانشغال عنه وإهماله، وفترة هذه العقوبة لا يجب أن تتعدى العشر دقائق ولا تقل عن خمس دقائق، ولا تتحدّث إلى الطفل أثناء فترة العقوبة، ولكن تحدث معه بعد انتهاء وقت العقوبة واعرف منه أسباب العقوبة وهل فهم سبب العقوبة، وتأكد بأنّه لن يقوم بتكرار خطأه.