

## السيطرة على الأبناء.. فن للبناء



خيل نفسك تقود سيارتك وتندمج أذناك مع الموسيقى المفضلة لديك، ومع كل ميل تتخطاه على الطريق السريع تشعر بالابتعاد عن مشاكلك خطوة، وفجأة صوتاً من المقعد الخلفي يقطع لحظتك السعيدة بصراخ:

"لقد ضربني" ..

"لا هو الذي صرخ بوجهي مرة أخرى"

انهم أبنائك.

هنا تسأل نفسك.. هل يمكنك السيطرة على أطفالك في المقعد الخلفي تماماً كما تسيطر على عداد السرعة أو دواصة البنزين؟..

الموضوع المنشور على موقع " [com.childdevelopmentinfo](http://com.childdevelopmentinfo) " يجب على هذا السؤال المهم، ويوضح أي أنماط الأبوة أقرب إلى السيطرة الفعالة والصحيحة، وكيف يمكنك استعادة السيطرة على أبنائك بشكل سريع وناجح.

قاعدتين ذهبيتين

بداية لا بدّ أن يتذكر الآباء والأمهات قاعدتين هامتين:

1- أننّا لا نستطيع السيطرة بشكل تام على الأطفال، وبالتالي لا يمكننا السيطرة على المواقف

والأوضاع، فأبناؤنا ليسوا "عرائس ماريونت" نحركم بالخيوط.

2- أن هناك عوامل تؤثر في كيفية استجابة الطفل والسيطرة عليه كالعلاقة بين المكافأة والعقاب.

وفقاً لدراسات عن تربية الأطفال وأنماط الآباء في السيطرة على سلوكياتهم (دراسة بامرند عن التربية 1991.. والبحوث الإضافية من ماكوبي ومارتين 1983)، فإن هناك أنماطاً ثلاثة للأبوة والأمومة والتي تؤدي إلى نتائج متوقعة.

أي نمط أنت؟

1- النمط السلطوي: وهؤلاء الآباء يتبعون قاعدة "أنا قلت ذلك".. وهم صارمون في تطبيق القواعد والتركيز على العقاب كنتيجة أكثر فعالية، ومشاعر الطفل تعد ثانوية بالنسبة لهم في سبيل الحفاظ على السلطة وتوافر الطاعة في المنزل.

أما أطفال الآباء السلطويين فيكونون بحالة جيدة في الواقع ولكن يفتقرون إلى الكفاءة الاجتماعية والسعادة الشاملة.

2- النمط المتوازن: وهؤلاء الآباء يضعون القواعد والتوقعات تماماً مثل الآباء السلطويين، ولكنهم أكثر تجاوباً مع مشاعر الطفل وردود فعله، ويعرضون الأهداف والقواعد في نمط إيجابي بدلاً من المعايير التي تسبب اضطرابات وخوف ورعشة لدى الطفل.

آباء هذا النمط يسعون لتحقيق بعض التوازن ولكن تزامناً مع الانضباط الإيجابي، ويمكن أن يقدموا العفو والمغفرة عندما يكون ذلك مناسباً، كما يكتسبون الاحترام من أبنائهم وهو ما يترجم لاحقاً إلى تحقيق السعادة والنجاح والقدرة على العمل.

3- النمط المتساهل المتسامح: وهؤلاء الآباء ينظرون إلى الأمر على أنه تحدٍ لوضع توقعات أو قواعد للأطفال، لأنهم يشعرون أن الأبناء سيختارون بشكل طبيعي حسن السير والسلوك وأن السلوك السيء سيغادر من تلقاء نفسه.

في الحقيقة آباء النمط المتساهل يخشون الدخول في صراع مع أطفالهم، ويسعون للصدقة معهم بدلاً من الشجار مع طفل غاضب.

والأبناء الذين ينشؤون في هذا النمط يكونون أفقر نتيجة عند العمل مع الكبار.

المشكلة والحلول

شجار الأبناء في الخلف مازال مستمراً.. ماذا سيفعل الأنماط الثلاثة:

الآباء السلطويون: في الظاهر يبدو أن لديهم القدرة على التحكم والسيطرة بكل شيء فأطفالهم لا يتشاجرون في الوراثة، ولا يتحدون سلطاتهم، ولا يلزمون أذرع بعض على مائدة العشاء، بشكل دقيق، فإن الآباء السلطويين غالباً ما يخطئون في السيطرة على وضع أطفالهم على المدى البعيد، أو عندما يكون أبناؤهم غائبين عن عيנם (أو سلطانهم).

كما أن المشكلة المترتبة مع هذه الآلية هو أن الأمر غالباً ما يترجم إلى خوف من السلطة، خاصة مع دخول الأطفال مرحلة أكبر في العمر، كما أن النسب السلبية باتباع هذه الطريقة مقارنة بالنسب الإيجابية تقرب في كثير من الأحيان من 4 إلى 1، وهو ما يعني أن اكتساب الخبرة يكون أكبر بكثير في حالة تجنب العقاب أو في قضاء وقت للسعي إلى نتائج إيجابية.

الآباء المتساهلون: في كثير من الأحيان لا يملكون المهارة الكاملة في استخدام وسائل السيطرة والتحكم، كالتعامل مع الصوت المرتفع ومراقبة الثناء، والانتباه أو التخطيط للمستقبل والسيطرة على مشاكل المواقف المختلفة.

فالآباء المتساهلون يرفعون أيديهم مستسلمين، وغالباً ما يلجئون إلى الصراخ كوسيلة للسيطرة أو يستخدمون أسلوب التهديد والقوة مثل: "انتظر ستري ماذا سأفعل بعد أن نذهب للمنزل".

الآباء المتوازنون: يبدون الأمل في سيطرتهم على مواقف الطفل من خلال وضع ضوابط له، ويعرفون كيفية استخدام النتائج والعواقب لصالحهم بشكل إيجابي أو سلبي للحصول على النتائج التي يتطلعون إليها.

كن أباً متوازناً

فهم يعرفون أدوات إنجاح العلاقة، مثل توفير الاهتمام الإيجابي والمدح والثناء، وكذلك رسائل تصحيح المسار وتوضيح العواقب السلبية والتي تعد أكثر فعالية من غيرها من أنواع المكافآت والعقوبات مثل الضرب.

ماذا يمكن أن يفعل إذن النمط المتوازن لاستعادة سيطرته على الأبناء داخل السيارة بشكل ناجح؟..

أولا هناك سببان يحرماننا من السيطرة السريعة:

1- أن الوقت ليس في صالحك، وترك الأمور يزيد سوءاً ولا يحلها.

2- أن حصر الطفل إلى مساحة صغيرة يؤدي بطبيعة الحال إلى خلق المشاكل والشجار.

وللحد من المعارك فوراً..

- يمكن صرف اهتمام الأطفال المنحصر في المساحة الضيقة، والاهتمام الإيجابي لمن يتصرف أفضل.

- كما أنه من المفيد إعطاء الأطفال وطاقمهم يقومون بها بدلاً من أن يجدوا أنفسهم محصورين في المقعد الخلفي، حتى لو كانت عدد مخارج على الطريق السريع حتى تصل إلى المخارج الخاص بك: "سننزل من المخارج رقم ستة" (مثلاً)، ولذا فإن عليهم أن يشاركوك الانتباه لعدد المخارج حتى لا يفوتك المخارج.

هذه الوسائل ستجعلك كما لو أنك دفعت بقارب تفكير كل طفل من أطفالك في جانب ما، بدلاً من تركهم محصورين في المساحة الخلفية الضيقة عرضة للاحتكاك.

تذكر: الموقف يشبه قيادة قارب في الماء، فالأمر أكبر بكثير من مجرد قيادة سيارة على الأرض، وهذا هو ما سوف يحرك الأطفال بشكل مباشر في اتجاه السيطرة والتحكم مع مرور الوقت، وتكرار المواقف، واعلم أن الأمور لا تتغير بين ليلة وضحاها.