

علّمي طفلك آداب المائدة



هناك العديد من الأساسيات التي يجب أن نعلّمها ونرسّخها في أطفالنا من بداية استيعابهم وفهمهم للتعليمات، حتى نربيّ جيل يُعتمد عليه ويحترم الآخر ولديه ثقة في نفسه.. أثناء جلوسك على المائدة في إحدى الأماكن العامّة قد يصدر من طفلك بعض التصرّّفات المحرّجة الغير لائقة، فماذا يكون تصرّّفك؟ حسناً يجب أن تبدئي بالمنزل وكيف تعودّي الطفل على الالتزام ببعض القواعد البسيطة خطوة بخطوة ليتعلّم آداب الجلوس على المائدة.

هناك أمران أساسيان:

أنتِ: أريهم تصرّّفاتك الحسنة أثناء تناولك الطعام وجلوسك على المائدة:

أنتِ أو والده أو أخيه الأكبر، عليكِ أنتِ أن تضربي المثل الأعلى والقُدوة الحسنة أمامه، لأنّ كلّ تصرّّفات الطفل تعتبر رد فعل وتقليد لما يشاهده أمامهم من تصرّّفات الآخرين، فإذا كانت تصرّفاتك كالتالي: التجشؤ أثناء تناول الطعام، وضع مرفقيك على المائدة، مضغ الطعام بفم مفتوح، فبالأكيد سوف يروا أنّ هذه التصرّّفات طبيعية وسيقوموا بها لاحقاً.

ماذا تفعلين عند قيامه بتصرّّفات غير لائقة؟

لا تصرخي فيه على مائدة الطعام وبحضور الجميع فسيشعر بالحرج ورد فعله سيأتي سلبياً بالتمادي في هذه التصرّّفات، لذا قومي بأخذه جانباً ونبيهه لهذا التصرّّف وأن يتوقف عنه، وإذا توقف سيحصل على الحلوى بعد الطعام وإذا لم يتوقف سيُمنع منها.

طفلك لن يتعلّم وحده حُسن التصرّّف، فيجب أن يرى هذه التصرّّفات أمامه وأيضاً عليكِ تعليمه هذه

التصرُّفات خطوة بخطوة، فمثلاً إذا كان هناك عشاء عائلي قبل موعد العشاء علميه بعض القواعد التي يجب أن يتبعها.

أيضاً لا تقومي بتعليمه مرّة واحدة، ولا تذكيره بعد ذلك ثمّ تلوميه أو تعاقبيه إذا أخطأ، بل عليك أن تكرري التعليمات والقواعد أمامه بأسلوب بسيط ومحبّ.

إليك بعض القواعد البسيطة التي من الممكن أن تعلميها لطفلك:

- 1- الجلوس بشكل مستقيم.
- 2- عدم وضع مرفقيه على المائدة.
- 3- كيف يعضغ طعامه بهدوء وفمه مغلق.
- 4- لا صراخ على المائدة.
- 5- عدم النقر بيديه أو قدميه على المائدة.
- 6- عدم إلقاء النكات أو السخرية من أحد.
- 7- عدم التجشؤ، وإذا حدث ذلك فليضع يديه على فمه ويعتذر عن هذا التصرُّف.
- 8- الاستئذان والشُّكر (قول شُكراً - بعد إذنك أو من فضلك).

وبالطبع هناك العديد من الخطوات الأُخرى التي يجب أن نعلّمها لهم، ومن الممكن أن تضيفي على هذه الخطوات، لكن يجب أن تتأكدي من مساعدة أطفالك على فهم هذه الخطوات ولماذا يجب أن يتعلّموه. ►