في التربية النفسية للطفل

الطفل نعمة من نعم الله تعالى يرزقه من يشاء، وهناك كثير من الأباء والأمهات يحزنون من عدم الإنجاب وبعضهم ينتظرون لتلك الحالة السعيدة، ولكن، نندم عندما يعاند من رزقه الله في تربية الأطفال حق التربية.

هذه نقاط توضح بعض الأمور التربوية وعوامل تاعد في بناء التوازن النفسي للطفل :

- **جو آمن للعائلة** : الأفضل في الحياة العائلية توفير بيئة أسرية آمنة ومستقرة لطفلك، خاصة فيما يتعلق بعلاقات حياتك البشرية؛ لأن شكل العلاقة بين الوالدين جانب أساسي في صحة الطفل النفسية، وإذا كانت العلاقة بينهما تتسم بالرحمة والحب والتفاهم؛ فهذا ينعكس إيجابيا على الطفل. أما إذا كانت تتسم بالتوتر والخلافات والصراعات ، فهذا له الكثير من الآثار النفسية السلبية.

- **التعبير بالحب** : وأيضا التعبير عن الحب لطفلك بكل الطرق الممكنة، مثل إخباره مباشرة أو تقبيله أو معانقته بالحب أو أي وسيلة تعبير أخرى؛ هذا يجعله يشعر بالأمان النفسي، ويلبي أحد الاحتياجات التي تؤثر على سلامته النفسية.

- **تفهم مرحلته** : عليك أن تكون مستوعبا للمرحلة العمرية التي يمر بها طفلك، فهي من أهم العوامل التوجيهية التي تؤكد أنك في الاتجاه الصحيح في تربيته. ستساعدك معرفته وإدراك خصائصه على فهم السلوكيات التي تأتي منه بطريقة مناسبة وهادئة تساعد على تنمية شخصيته بشكل طبيعي، بينما عدم إدراكه يؤدي إلى العديد من الأخطاء التربوية التي قد تؤثر على الشخص، وبناء شخصيته بشكل سلبي، على سبيل المثال: الطفل في مرحلة الطفولة المتوسطة (2-6 سنوات) خيالاته واسعة وخصبة، وهذا قد يدفعه عندما يخبر عن موقف يضيف إليه خياله بعض الأشياء التي لم تحدث، لذلك يعتقد الوالدان أنه يكذب ويتعاملان معه ككاذب. نتيجة عدم إدراك طبيعة المرحلة؛ هذا ينعكس سلبا على شخصيته.

- **التواصل الفعال** : والشيء الآخر هو أن تمد جسور الحوار بينك وبين طفلك، بتخصيص وقت للتحدث معه والاستماع إليه، والاهتمام أثناء حديثك معه لمشاركته هواياته واهتماماته، والابتعاد عن أسلوب التحقيق الذي يشعره أنه في استجواب، لذا فإن الحوار الناجح يلعب أدوارًا عديدة في دعم الجوانب النفسية والاجتماعية والفكرية وكذلك التطور اللغوي للطفل، ويسمح له بالتعبير عن احتياجاته وما يضايقه أو ما يواجهه من مشاكل، وكذلك تنمية ثقته بنفسه.

- **احترم آراءه** : احترم رأي طفلك، ولا تسعى إلى إلغائها، لأن هذا يسبب صراعًا حادًا بين الوالدين والأطفال، وتداعياته السلوكية السلبية، واستسلام الشخصية التابعة، على شكل عناد، وتمرد، ومكائد، وصراع، ومشاكل ليس لها أول من آخر.

- **تنمية قدراته** : احرص على اكتشاف قدرات طفلك ومهاراته وكل ما يتمتع به من قوة وتميز، ثم وفر له الفرص المناسبة لتنميتها وتنشئتها، ولا يقتصر تميزه على مجال معين، كالدراسة، بل وسعه وابحث عن تميزه في مجالات مختلفة، فربما يكون متميزًا في ممارسة الرياضة أو لديه القدرة على القيادة والتواصل الاجتماعي بشكل فعال، أو مبدعًا في الرسم والتلوين والنحت، أو لديه قدرات لغوية في الشعر والنثر، أو يجيد التمثيل واستخدام الجسد للتعبير عن أفكاره ومشاعره ... إلخ. وهذا يرفع مستوى ثقته بنفسه واحترامه لذاته.

- **تحمل المسؤولية** : دربه على الاعتماد على نفسه في كل ما يستطيع القيام به من عمل يتناسب مع قدراته في مستواه العمري، كأن يأكل ويشرب ويلبس ملابسه الخاصة ويرتب سريره وأدواته وألعابه، ويشارك في تحضير المائدة، والقيام بواجبه بنفسه، والاعتناء بأخيه الصغير واللعب معه بحب، ورعاية النباتات في المنزل ... إلخ، مع الثناء عليه، وتوجيه نظره بلطف لبعض الملاحظات الدقيقة للسلوك.

- **التوازن بين الرضا والحرمان** : الحرص على إشباع احتياجات طفلك الأساسية (مثل الطعام والشراب واللبس والترفيه والشعور بالقبول والحب والأمن والتقدير ... إلخ) بشكل متوازن لا مفرط ولا مهمل؛ لأن الرضا الكامل يولد الإنسان الأناني، فهو معتاد على عدم رفض طلباته، بينما الحرمان الشديد يولد مشاعر الكراهية لمن حوله.

- **حسن التعامل مع الأخطاء**: تعامل مع أخطائه بهدوء، واجتهد للسيطرة على انفعالاتك تجاهه، وتجنب إهانته أو وصفه بالفشل والفوضوية والغباء ... إلخ، خاصة أمام الآخرين.

ومن هذه الأمور يمكنك أن تربي طفلك منذ حداثة سنه بشكل جيد نفسيا ليكون مستقبله صحيحا وخاليا من المشاكل.

زبير بن عبدالعزيز

المصادر والمراجع:

•تريد تربية أطفال أقوياء عقليا؟/امي مورن.

•10 عادات لتقوية العلاقة بين الوالدين والطفل/لورى مارخم.

•تربية أطفال أذكياء عاطفيا/help guid.org

• 7 نصائح لتربية طفل سليم عاطفياً.

• كيف تربي طفلا سويا نفسيا/ ياسر محمود