

كيف تتعامل مع الغيرة بين أطفالك في ست خطوات؟



السبت 4 نوفمبر 2017 12:11 م

نشرت صحيفة "البائس" الإسبانية تقريرا تحدثت فيه عن كيفية تعامل الوالدين تجاه غيرة أحد الأشقاء اعتمادا على ست خطوات

وقالت الصحيفة، في تقريرها الذي ترجمته "عربي21"، إن التعامل بشكل صحيح أمام هذه المشاجرات هو مفتاح العلاقات الاجتماعية المستقبلية لأطفالنا. فغالبا ما تولد الغيرة بين الأشقاء مضايقات وشتائم وأجواء سيئة في المنزل، الأمر الذي عادة ما يثير أعصاب الوالدين، مما يزيد من الإحباط لديهما وفرض مزيد من العقوبات عليهم.

وبناء على ذلك، فمن المؤكد أن الأطفال يعتبرون مميزين في نظر وفي حياة الآباء والأمهات. لكن، كلما ارتفع عدد الأبناء، ازداد التفاعل بينهم، فلكل منهم احتياجاته وأذواقه وأفكاره التي يصعب أن تتكيف مع شخص آخر. ومن المعلوم أيضا أن العلاقة الاجتماعية الحالية والمستقبلية بين الإخوة تعتمد إلى حد كبير على العلاقة بينهم خلال مرحلة الطفولة والمراهقة.

وأوردت الصحيفة أنه عند تنامي الغيرة بين الأشقاء، من المهم جدا أن نعرف ما يجب القيام به تجاه هذه النزاعات، لمساعدة الأطفال على إقامة علاقة جيدة بعضهم مع بعض. كما يجب على الآباء العمل من أجل إنشاء علاقة تقوم على أساس التفاهم والمساواة والهدوء والاحترام المتبادل بينهم، نظرا لأن الأطفال غالبا ما يسبرون على آباءهم وأمهاتهم ويتبعون ناصحتهم.

وفي السياق ذاته، فمن الضروري أن نأخذ بعين الاعتبار بعض النقاط الأساسية للتعامل مع الغيرة بين الأبناء بطريقة فعالة، التي يحتاج الآباء إلى تطبيقها باستمرار لخلق أجواء من التفاهم بين أبنائهم، وفقا لخبرة العلاقات الأسرية الإسبانية تانيا غارسيا.

أولا، أنه من الضروري أن نفهم أن الغيرة بين الأشقاء ليست عادة سيئة وإنما أمر طبيعي تماما. فقد اعتاد الطفل الأول في العائلة أن يحتكر اهتمام والديه لنفسه وأن يحظى بمحبتهم وتوجهاتهم، لذلك فهو يحتاج دائما إلى تفهم كبير من جهتهم. وتزامنا مع قدوم طفل جديد إلى العائلة، حتى إذا قام الوالدان بإعداد طفلها مسبقا لهذا الحدث، تبقى الغيرة أمرا لا مفر منه. إضافة إلى ذلك، يصبح في بعض الأحيان الطفل أكثر عدوانية تجاه أخيه الجديد، وحتى والديه، ما من شأنه أن يؤثر على نفسيته ونموه. في المقابل، يتعين على الوالدين التعامل مع هذه المسألة كأمر طبيعي واحترام ما يشعر به طفلهم.

ثانيا، أنه من الضروري توفير الاهتمام اللازم لكل فرد منهما بهدف خلق أجواء من الحياة الطبيعية في المنزل. لذلك، من الضروري تخصيص بضع من الوقت لكل منهما. ومن المؤكد أن ذلك سيعقد وتيرة الحياة لدينا، لكن من شأنه أن يحدث تغييرا واضحا في سلوك أطفالنا. وبالتالي، ستكون خمس دقائق من وقتك، وحدك مع طفلك واللعب والتواصل معه كفيلا لتعزيز علاقتك به.

ثالثا، ضرورة تخصيص عالم خاص لكل طفل، نظرا لأن كل واحد يختلف على الآخر ويحتاج إلى مساحة خاصة به. ولا يهم إذا كان هذا المكان غرفة أو ركنًا منها، لأن كل ما يحتاجونه هو الشعور بأنهم في عالمهم الخاص.

رابعاً، أن هذه الظروف غالباً ما تجعل الآباء يتصرفون بعصبية، مما يجعلهم لا يحسنون التعامل مع هذه التغييرات في المقابل، من المهم جداً أن يتصرف الوالدان بهدوء ويعملان على توجيه الأمور في كنف الاحترام، بغض النظر عما يشعر به الأطفال والأسباب التي دفعتهم للقيام بذلك

خامساً، أن الممارك بين الإخوة تنمو وتزداد على طول مسار الحياة، وهو أمر طبيعي وعلى أية حال، هناك حالات أكثر حدة من غيرها لذلك، فإن أطفالنا في حاجة ماسة إلينا وإلى دعم جيد منا لمساعدتهم على حل مشاكلهم وتعزيز العلاقة بينهم ويرتبط هذا الأمر بكيفية التصرف في اللحظات الصعبة في المقابل، يجب فسخ المجال أمام أطفالنا للحديث ولاتخاذ قراراتهم ليتم فيما بعد مناقشتها بهدوء، مع ضرورة الاستماع لكليهما وتقديم الدعم لهما، فضلاً عن مساعدتهم على إيجاد حلول دون فرض آرائنا عليهم

سادساً، أن الولدين مطالبان دائماً بوقف السلوك العدواني بين أطفالهم ووضع حدود للسلوك العنيف والاندفاعي لكل طفل تجاه الآخر والجدير بالذكر أن القيام بذلك لا يجب أن يكون باستخدام العنف والصراخ والعقاب، لأنه سيعتقد الأطفال بهذه الطريقة أن السبيل الوحيد لحل المشاكل وتحسين علاقته بإخوته والأشخاص الآخرين، يتمثل في ممارسة العنف بالإضافة إلى ذلك، يزيد السلوك العدواني للآباء تجاه أبنائهم من شعورهم بانعدام الأمن وتقديرهم لذواتهم، مما يخلق لديهم حزناً عميقاً

وفي الختام، أشارت الصحيفة إلى ضرورة التخلي عن هذه التصرفات العدوانية تجاه أطفالنا، وأن نحاول فهمهم واستيعابهم من جهة أخرى، لا بأس بالسماح لهم بالتعبير عن مشاعرهم بحرية وتشجيعهم على حل النزاع بينهم بطريقة إيجابية وفعالة وبالتالي، لا تحسن الإحاطة الجيدة بالغيرة التي تنشأ بين أطفالنا علاقتهم بعضهم ببعض، أو تقلل من التوتر في حياتهم الأسرية، وإنما ستزودهم أيضاً بجملة من المبادئ التوجيهية التي بإمكانهم اتباعها بقية حياتهم