

# للآباء والأمهات ☐☐ 5. صفات أساسية يجب عليك غرسها في طفلك



الجمعة 3 مايو 2024 11:37 م

يقول الخبراء إن الأشخاص الناجحين والسعداء في حياتهم العملية وعلاقاتهم الشخصية لديهم صفات معينة، يمكنهم نقلها إلى أطفالهم والمساعدة في تعزيزها، حتى في مرحلة الرضاعة ☐ وسلط موقع parents.com للأبوة والأمومة، الضوء على أهم خمس صفات يجب رعايتها في الطفل، وفقاً للخبراء، والطرق التي يمكن من خلالها وضعه على الطريق الصحيح لاكتسابها:

## 1. الثقة

الثقة الأساسية في الآخرين هي الأساس الذي تركز عليه جميع السمات الأخرى، وبدونها سيواجه الأطفال صعوبات كبيرة في بناء العلاقات ☐ تقول ديبى فيليبس، المتخصصة في تنمية الطفل بشركة استشارية في بوسطن بالولايات المتحدة، إن الأطفال سيجدون صعوبة في بناء العلاقات والشعور بالثقة والمضي قدماً ما لم يتمكنوا من الثقة ☐ ويبدأ نقل الثقة مباشرة من وقت ولادة الطفل ☐ إذ يمكنك الارتباط بطفلك بطرق تغرس فيه شعوراً عميقاً بالأمان والإيمان بالعالم وفي النهاية بنفسه ☐ وفي مرحلة الطفولة، يعني ذلك الاستجابة لاحتياجاتهم الأساسية ☐ إطعامه عندما يشعر بالجوع ☐ هدهدته وحمله عندما يريدك أن تحتضنه، بتغيير حفاظاته عندما تكون متسخة ☐ ويمكنك تحقيق أقصى استفادة من تفاعلاتك اليومية مع طفلك، من خلال التحدث والتواصل البصري معه، لخلق مشاعر الأمان، ومن إدخال طقوس مثل قراءة قصة كل ليلة قبل النوم ☐ طفلك في الصغر احتياجاته أكثر تعقيداً ☐ فهو بحاجة إلى إطعامه وتشطيفه والعناية به ☐ لذا تنصح سوزان لاندري، اختصاصية علم النفس التنموي والمديرة المؤسسة لمعهد تعليم الأطفال في كلية الطب بجامعة تكساس في هيوستن، بالانتباه إلى إشارات الطفل والرد وفقاً لاحتياجاته ☐ انتبه أيضاً إلى مزاج طفلك ☐ ليس كل الأطفال متشابهين، وستصبح موضع ثقة طفلك إذا قمت بأفعال تناسب شخصيته ☐ على سبيل المثال، قد يحتاج بعض الأطفال إلى الكثير من التحفيز، وكلما أظهرت له أنك تفهم ميوله الخاصة، كلما شعر أنك تقف إلى جانبه ☐

## 2. الصبر

تقول كلير ليرنر ، اختصاصية تنمية الطفل التي تتمتع بخبرة تزيد عن 30 عامًا في العمل مع الأطفال والعائلات، إن الأطفال الذين يتعلمون الصبر يمكنهم المثابرة ومن المرجح أن ينجحوا ☐ وأوضح أن تعليم الطفل الصبر يمكن أن يساعد في غرس الشعور بالاستقلال والإنجاز ☐ لكن ليس لدى الأطفال الصغار نفس الإحساس بالوقت كما هو الحال بالنسبة للكبار، مما يزيد من صعوبة التحلي بالصبر ☐ يمكنك المساعدة من خلال تحديد الوقت بطرق أخرى غير الدقائق والساعات ☐ على سبيل المثال، إذا طلب طفلك وجبة خفيفة وقتما كنت تغسلين الأطباق، فبدلاً من الرد بـ "سأقوم بتحضيرها في خمس دقائق"، حاولي أن تقول: "سأقوم بها بمجرد الانتهاء من هذه الأطباق". بهذه الطريقة، يمكنه مشاهدة تقدمك وقياس مدى سرعة حصوله على وجبته الخفيفة ☐

## 3. المسؤولية

لكي تنجح في الحياة، كما تقول دورين فيرتو، المعالجة النفسية في لوس أنجلوس، عليك أن تعرف كيفية تقديم الالتزامات والمتابعة، وهو شيء يمكن حتى للطفل أن يبدأ في معالجته ☐ عندما يسقط طفلك البالغ من العمر سنة واحدة الزجاجات على الأرض بسعادة، في انتظار أن تلتقطها، ثم يكرر هذا مرارًا وتكرارًا، فهو مستعد لبدء تعلم تحمل المسؤولية، وذلك لأنه طور فهماً أولياً للسبب والنتيجة، وإدراك أن هناك عواقب لأفعاله ☐

على وجه التحديد، يمكنك البدء في التفكير في المسؤوليات المتعلقة بحجم الطفل، مثل تسليمه ملعقة ومطالبتة بإعطائها لشخص آخر في العائلة. ومع تقدمه في السن، يمكنك جعل المسؤوليات أكبر، مثل رمي جواربه في السلة أو ترتيب كتبه. اجعل أوامرك محددة وفردية (شيء واحد فقط في كل مرة)، واذكر طلبك بشكل إيجابي (ما يجب فعله، وليس ما لا يجب فعله)، مما يهيئك أنت وطفلك لتحقيق النجاح. إذا كان الوقت ضيقًا، فاختر واحدة أو مسؤوليتين رئيسيتين، فقط تأكد من تنفيذهما.

## 4. التعاطف

تقول فيليبس، إن التعاطف هو المفتاح لتطوير الكفاءة الاجتماعية للشخص. لكي تحظى بعلاقات ناجحة، عليك أن تعرف كيف يشعر الناس وتستجيب لهم بشكل مناسب بعناية ولطف. في حين أنه حتى الرضع يظهرون شكلاً بدائيًا من التعاطف، فإن الأطفال لا يصبحون قادرين على وضع أنفسهم في مكان شخص آخر حتى تتراوح أعمارهم بين 3 و6 سنوات. وقبل ذلك، يواجهون صعوبة في رؤية العالم من منظور أي شخص باستثناء منظورهم الخاص. تقول فيليبس إنه عندما يضرب طفل يبلغ من العمر عامين صديقه على رأسه، فإنهم لا يفهم مدى الألم لأنه لم يشعر بأي شيء بنفسه. لكن هناك الكثير الذي يمكنك القيام به لمساعدة الطفل على تنمية شعور التعاطف. اسأل طفلك: "كيف ستشعر إذا حدث لك ذلك؟"، واطرح له كيف تؤثر أفعاله على الآخرين. إذا عضوا أخاه، على سبيل المثال، وبين له أن ذلك مؤلم وقد يسبب استهجانًا. إذا شاهد طفلك الرسوم المتحركة التي تقوم فيها الشخصيات بضرب بعضها البعض، وضح كيف سيكون ذلك أمرًا سيئًا في الحياة الواقعية. في حين أن الفرق بين الواقع والخيال لا زال ضبابيًا بالنسبة لطفلك، فسوف تزرع بذرة درس مهم. وفي الوقت نفسه، ليست كل البرامج ضارة، بل إن بعضها مفيد. والأهم من ذلك هو سلوكك كوالد. يقول ليرنز: "افعل مع طفلك ما تريد أن يفعله مع الآخرين". وهذا يعني الاهتمام باحتياجاته وإظهار أنك تحترم مشاعره.

## 5. الاعتماد على الذات

من خلال تعلم التصرف بشكل مستقل، سوف يكبر طفلك ولديه بوصلة داخلية قوية بما يكفي لمعرفة ما يريد وإصدار أحكام سليمة بشكل مستقل. ولعل السمة الأكثر فعالية التي يمكنك نقلها إلى طفلك - والتي تساعد على التحلي بالصبر والمسؤولية والافتقار الذاتي - هي القدرة على تنظيم عواطفه وحل المشكلات. إذا نفذ صبر طفلك البالغ من العمر 14 شهرًا، لأنه لا يستطيع اللعب بلعبة طفل آخر، اعترفي بعدم سعادته، لكن شجعيه على البحث عن حلول أخرى، كما توصي فيليبس. ساعدي طفلك على تقسيم المهام إلى خطوات صغيرة، ثم دعيه يتقن كل خطوة بمفرده. إذا تمكن من معرفة كيفية سحب المنشقة الخاصة به على سبيل المثال، فسوف يشعر وبمزيد من الاستقلالية والثقة في التعامل مع المهام الأكبر في جميع أنحاء المنزل. امتدح جهودهم، بدلاً من التركيز فقط على النجاحات. يمكنك أيضًا المساعدة في بناء الاعتماد على الذات من خلال إعطاء طفلك أشياء مناسبة لعمره للقيام بها. في عمر السنة الأولى، اجعليه يتناول الطعام بالملعقة في الثانية من العمر، يمكن أن يقوم بارتداء قميص فضفاض. واحدة من أفضل الطرق لطفلك لتعلم الاعتماد على الذات هي من خلال نمذجة سلوكك. إذا كنت تواجه مشكلة، على سبيل المثال، في تجميع جهاز الكمبيوتر الجديد الخاص بك، تحدث إلى نفسك بصوت عالٍ، وقم بتنفيذ الخطوات بنفسك، حتى يتمكن طفلك من رؤيتك أثناء عملية حل المشكلة.

[لمطالعة الموضوع من المصدر اضغط هنا](#)