كيف أجعل طفلي سعيدًا؟

كتبه شروق طارق | 9 يناير ,2017

لا شك في ثبوت حب البشر لأطفالهم، فهو شيءٌ غريزي، وقد يكون طفلك هو الشخص الوحيد في هذا العالم الذي تفضله على ذاتك، وتتمنى له أن يصبح أفضل منك، وقد تكرس حياتك بأكملها من أجله، عن طيب خاطرٍ منك.

فأنت حين تحب شخصًا ما فإنك تتمنى له السعادة الدائمة، وهل هناك أفضل من السعادة هديةً تعطيها لشخصٍ تحبه؟

لا بد لك أن تعلم أنه بمقدورك التحكم في سعادة طفلك وانفتاحه عن طريق عدة أمور:

1- هناك قاعدة ثابتة في التربية هي: "ابدأ بنفسك أولًا"، أي اهتم بصحتك النفسية وتوازُنك النفسي، وإلا فكيف لك أن تعطي السعادة وأنت شخص تعيس؟!
فاهتم بعلاقتك مع شريك حياتك، فالطفل السعيد هو ثمرة بيتٍ أطرافه سعداء، وتجمعهم علاقة قوية ناجحة.

2- امنحه الحب دون شروط أو حدود: فالشعور بالحب والتقدير والقبول وتفهم الآخرين في فترة الطفولة المبكرة هو أكبر حامٍ من الاكتئاب والتوتر، فعلاقة واحدة سوية مع الطفل كافية لجعله سوي من الناحية النفسية بقية حياته، فامنحه حبك غير المشروط، واجعله يشعر به في كلامك

وتصرفاتك جميعها،
ومن الأمثلة على الأخطاء التى قد يقع فيها الأبوان وتوصل رسالة إلى الطفل أن حبهم مشروط أن تقول له مثلًا: "إن تناولت طعامك فسوف أحبك"، فحاول تجنب هذه التعبيرات، وإنما عليك إخباره بأنك تحبه في جميع الحالات.

3- من الجيد الاستجابة له والتعاطف معه، لكن أيضًا دعه – أحيانًا – يتعلم كيف يصلح الأشياء، دعه يواجه إحباطات الحياة، لا تحمه فقط، بل انصحه، ودعه يتعلم كيف يفكر في حلول للمشكلات التي تواجهه، ولا تستأ من بُكائه وغضبه، وتتخذ الحل الأسهل بأن تنفذ رغباته لتراه سعيدًا.

4- علمه تحمل المسؤولية: اعطه مهام، ثم دعه ينجح أو يفشل، وعلمه المثابرة، وقدر مجهوداته، وتقبل أخطاءه، ولا تتوقع منه المثالية، ولا تجعله يسعى وراءها.

5- المدح شيء جيد لطفلك لكن كيف تمدحه؟ لا تمتدح صفاته دائمًا، مثل أن تقول له: أنت أذكى من زملائك وتستطيع الفوز، ولكن امدح مجهوده وأفعاله دائمًا، كأن تقول له: أنا أعلم أنك ستفوز لأنك بذلت مجهودًا كبيرًا وأنا فخور بك.

6- نم لديه الذكاء العاطفى: ساعده في فهم مشاعره، والتعبير عنها بحرية دون إيذاء مشاعر الآخرين، وأخبره أن من الطبيعي في بعض الأحيان الشعور بالغضب والحزن، وعلمه كيفية التعامل مع هذه المشاعر.

تعاطف معه دائمًا، وأخبره أنك تتفهم شعوره، لكنك ترفض الفعل الخاطئ الناتج عن مشاعره.

7- حاول في معظم الأوقات أن تعامل طفلك بلين ورفق:أظهر وُدك وتعاطفك واهتمامك قدر المستطاع، وحين يرى العطف منك كسلوك سيتعلمه، ويتعامل به أيضًا.

8- علم طفلك أهمية بناء العلاقات: علمه كيفية بناء علاقات قوية ناجحة، وكيف يحافظ عليها، وعلمه أيضًا أهمية الأسرة وكيفية الترابط بين أفرادها، وكذلك الترابط بين أفراد المجتمع، وأهمية المساعدة والمشاركة، وأن الله خلقنا لنكمل بعضنا البعض، مع السماح له بإنجاز بعض الأعمال التطوعية.

9- اللعب والانطلاق والمرح من أكثر الأشياء الصحية خاصة في الطفولة المبكرة: شجع طفلك على اللعب والابتكار ولا تقيده ، ولا تجعل النظام والنظافة أو المظهر الخارجى شيئًا يُعيقكم عن المتعة، فيمكن أن نرتب وننظف الأشياء بعد اللعب، أيضًا ممارسة هواية ما من الأشياء المفيدة من الناحية النفسية له، وساعده في اكتشاف هواياته، وشجعه على تنميتها.

10- اعط طفلك الحرية في اتخاذ بعض القرارات: خذ رأيه وتحاور وتناقش
معه، فهذا كفيل ببناء الثقة بينكما، ولكن أيضًا علمه تحمل مسؤولية قراراته، والعواقب الناتجة عن اختياره للأشياء، وعلمه الصبر والالتزام والانضباط.

11- من أجمل الأشياء أن تقضوا الوقت معًا: وهذا كفيل ببناء علاقة قوية بينكم، فاكتشفوا العالم معًا، شاهدوا النجوم، تأملوا، اذهبوا إلى دروس الطبخ، أو ساعدوا الفقراء معًا، علمه متعة التجربة واكتشاف الأشياء الجديدة من حوله.

12- من الأشياء اللطيفة أيضًا: أن يكون لطفلك مدونته الخاصة التى يدون فيها أسئلته وأفكاره ومقتراحاته واكتشافاته الجديدة، والتي يدون فيها مواقفه وخبراته ونجاحاته.

13- علم طفلك عد النعم وشكر الله عليها والشعور بالامتنان، وأفضل طريقة لتعليمه ذلك هي أن يراك تفعل ذلك باستمرار.

رابط المقال : https://www.noonpost.com/16091/