

كيف تتعاملين مع الطفل شديد الخوف أو ضعيف الشخصية؟



الأحد 9 أبريل 2017 05:04 م

يقول د. طارق الحبيب أحد الأطباء النفسيين السعوديين وواحد من أهم المتخصصين في تقديم حلول للمشكلات التربوية والأسرية بعض العبارات الشرطية التي يجب أن يضعها الأبوان أمام أعينهما، ومنها:

إن كان طفلك ضعيف الثقة بالنفس أنت لا تشجعه أو تسخر منه باستمرار!

إن كان طفلك جباً أنت تدافع عنه أو تخيفه وترعبه!

إن كان طفلك ضعيفاً .. أنت تستخدم التهديد!

قد يرى الأبوان الأطفال أقوياء في مواجهة إخوتهم الأصغر، لكنهم جنباء في مواجهة عنف الزملاء في المدرسة، أو ربما كان الجبن وضعف الشخصية في مواجهة الخطأ والاعتراف به، أو في مواجهة الكبار حتى لو كان بطريقة مهذبة. إنه الخوف بوجه عام، فما حل تلك المشكلة وكيف تتعاملين معها؟

تشير الدراسات إلى أن الأبوين هما من يزرعان الخوف في نفس الطفل وقد أثبتت الدراسات إن هذا الخلل يكون نتاجاً للحرص الشديد والقلق المستمر، أو قد يكون نتاجاً لتخويفه بشدة، وأحياناً نتاجاً لإظهار الهلع والفرع أمامه حتى لمواقف لا دخل له فيها. حلول وأفكار عملية

احرصي بشدة عدم إظهار الهلع أمامه من أي موقف

لا تقدمي على مناقشة مع زوجك أو أي من العائلة أمام الطفل خاصة لو كانت المناقشة تحتل الغضب

لا تهددي طفلك أو تخوفيه

أظهري الحب لطفلك بالحنان والقبلات والضمات لكن دون دلال شديد

اسمحي له بالتعبير عن حزنه وغضبه وخوفه بالكلمات في حوار معك ومع أبيه

لا تسخري منه أو تنعته بالغبان أو ضعيف الشخصية

صفيه بكلمات إيجابية مثل (أنت شجاع ونبيل - أنت رجل بمعنى الكلمة) لكن لا تقارن في الأوصاف بينه وبين الآخرين كأن تقول أنت أشجع

زملائك أنت أشجع أخوتك

اربطي الشجاعة بالله والدين على قدر عمره، حتى لا يكون مصدره شخص إن غاب لم يستطع الإقدام على أمر

اقرئي له قصصاً تتكلم عن الشجاعة كقصة الطفل الذي تكلم أمام أمير المؤمنين عمر بن الخطاب دون خوف

علميه التفريق بين الشجاعة والتهور وبين الشجاعة والوقاحة، فيجب احترام النظام والأكثر عمراً والدفاع عن الحق دون إساءة الأدب

لا تعوديه على مشاهدة الأفلام المرعبة والإجرامية وقراءة قصص الرعب على الأقل لمن هم دون الخامسة عشرة

لا تسمح له بالغير بأن يؤذي طفلك لكن قبل أن تتشاجري أو تدفعي عنه بنفسك وجهيه للدفاع عن نفسه

خصصي من وقتك لطفلك وكوني صديقتة

كلفيه بمسؤوليات واشكريه عليه وامدحيه عنها أمام أبيه وأخوته الأكبر والعائلية
اشتركي له في مجموعات رياضية أو تعليمية أو دينية أو فنية ليتعلم روح الفريق والعمل الجماعي