

# لماذا لا يجدي الضرب نفعاً مع أطفالك؟



الأربعاء 19 أبريل 2017 11:04 م

يقوم ابنك بفعل شيء ما خطأ قد نبهتبه عليه مراراً وتكراراً، ويبدو أن التفاهم والإقناع لا يجديان مع هذا الطفل، فما الحل؟ معظم الأمهات يلجئن إلى الضرب □  
أليس هذا موقفاً مألوفاً؟

الضرب قد يبدو أنه أوقف سلوك طفلك الخاطئ الآن، لكن على المدى البعيد الضرب ليس له أي تأثير إيجابي، وقد أثبتت الدراسات أن العقاب الجسدي مثل الضرب له تأثير سيئ وسلبي على الطفل على المدى البعيد □  
واكتشفت الدراسات أن الأطفال الذين تعرضوا لعقاب جسدي، يكون احترامهم لذاتهم أقل ولا يشعرون بقيمتهم، وقد يؤدي أداء سيئ في الدراسة وفي الحياة الاجتماعية، على عكس الأطفال الذين لم يتعرضوا للضرب نهائياً، فهم عدوانيون أكثر مع باقي الأطفال، و يمكن أن يؤدي به السلوك السيئ إلى مشاكل سلوكية أكثر □  
إن استخدامك للعنف الجسدي مع طفلك يعطيه رسالة بأن العنف لغة تواصل بين البشر، بدلا من تعليمة أدوات التواصل الفعالة □  
وهناك دراسة أثبتت أن من يمارس معهم العنف الجسدي، يصبحون أشخاصا عدائيون، وقد يستخدمون العنف مع أقرانهم في المدرسة، ثم مع شركاء حياتهم العاطفية ومع أطفالهم أيضاً □  
لقد أثبت العلم أن الضرب لا يأتي بنتيجة مع الأطفال الصغار، وعلى صعيد آخر □ فالطرق الإيجابية التي يكون فيها دفء وإحساس من الأم أو الأب، تكون أكثر فاعلية وتقلل من مشاكل التواصل على عكس العنف تماماً □  
الأطفال المعتادي ارتكاب الأخطاء لا يتأثرون بالعقاب، لكن يتأثروا بالمكافأة والإحساس من الأم و الأب □

إذن ماذا يجب أن أفعل للتعامل مع سلوك طفلي الخاطئ بدلا من الضرب؟  
أولا: اعرفي لماذا قام طفلك بذلك السلوك الخاطئ

هل تعبري طفلك انتباهك عندما يقوم بشيء جيد □ أم فقط تهتمين به عندما يخطأ؟ هل بسلوكه الخاطئ يسعي أن يشد انتباهك إليه بعيداً عن إخوته الصغار الذين تهتمين بهم؟ هل لاحظتي أن هناك هناك شيء معين يزيد سوء سلوك طفلك فيه؟  
فهم لماذا يقوم طفلك بسلوك خاطيء هي أول وأهم خطوة، وأغلب الأسباب تكون حول لفت انتباه الأم □  
الأطفال في هذا العمر ينتابهم الإحباط بسهولة إذا لم يستطيعوا أن يفعلوا شيئاً بأنفسهم، شعور الاستقلال عند الطفل هو شعور صحي ويستحق التشجيع □  
من الصعب جداً للأطفال الصغار أن يتحكموا في ردة فعلهم، لأن الجزء المسئول عن التحكم في ردة الفعل في المخ «prefrontal cortex»، لم يكتمل نموه بعد، وذلك ما يجعل الأمر صعب عند الأطفال أن يفكروا قبل التصرف أو قبل اتخاذ قرار □

ثانيا: ما هي البدائل للعقاب عوضا عن الضرب، عندما يسيء الطفل السلوك؟  
ابدئي بنفسك: امهلي نفسك بضع دقائق قبل أن تقومي بردة فعل مع طفلك، إذا ما فعله لم يلحق أذى بأحد أو بنفسه، فأمهلي نفسك بضع ثوان لتقري كيف ستعاملين بهدوء، ردة الفعل الهادئة لها أثر إيجابي أعمق من الغضب □  
اعيدي القواعد على مسمعه: حاولي أن يكون هناك بعض قواعد للسلامة لكي لا يتعدها طفلك □  
استخدمي عبارات إيجابية: تجنبي استخدام كلمة «لا» باستمرار، حتى لا تفقد معناها، استخدمي بدائل لها، مثال لا تقولي «لا تلعب في الطين»، لكن اجعلي الجملة إيجابية: «هيا لنلعب في صندوق الرمال بدلا من الطين».  
الإصرار والثبات: الصبر مهم جداً في تربية وتقويم سلوك الأطفال، وتذكري دائما أن الطفل يتعلم بالتكرار، فإذا رأيته أنه لم يتعلم هذه المرة فاعلمي أنه سيتعلم عن قريب □

الترمي بأقوالك: من المهم جداً أن تلتزمي بما تقولين، فمثلاً إذا قررتي الذهاب إلى المنزل لأن طفلك يلعب بالعجلة خارج المنطقة المسموح بها للعجل وقتلي ذلك لطفلك □ فعليك الالتزام بقرارك، لا تستخدمي التهديد مع طفلك ليفعل ما تريدينه، لا تتراجع في فطرك سيضغط عليك لتقومي بما يريدته هو، فلا تتجاوزي لأنك إذا فعلتي سيصبح ذلك الأسلوب قوة بين يدي طفلك، وسيضغط عليك كل مرة

ليفعل ما يريد

تذكرني أن طفلك عنده الرغبة الطبيعية في الاعتماد على نفسه في ذلك السن الصغير، فحاولي أن تتنازلي أو تتوصلي لحل يرضيكم، اعطيه حرية الاختيار بين أمرين سواء في الأكل أو في اللبس أو موعد الاستحمام، اجعلي الاختيار بين أمرين أو اختياريين فقط، فيكون من السهل على طفلك الاختيار ويكون من السهل عليك الموافقة على ذلك الاختيار

كوني صبورة: الصبر هو أهم أداه في التعامل مع طفلك، وتذكرني أن كل شيء بالنسبة لطفلك جديد، فهناك الكثير ليجربه والكثير من المعلومات يريد استيعابها وتذكرها، وفي بعض الأحيان يكون ذلك محبطاً، خاصة أن قدرات الطفل الذهنية والبدنية والعاطفية واللغوية والاجتماعية في طور النمو