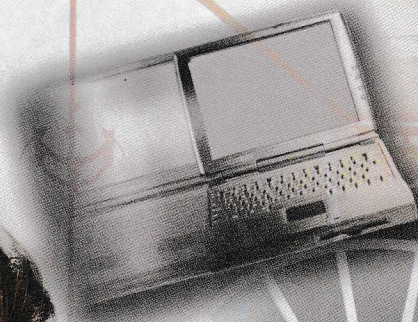
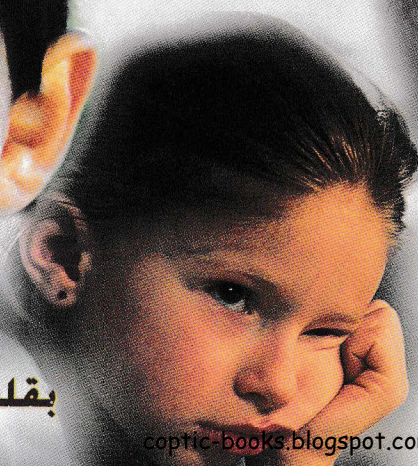




# طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

[www.christianlib.com](http://www.christianlib.com)



بقلم زج زجلر

# طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تأليف  
الكاتب زج زجلر  
ترجمة  
سمير محفوظ بشير





**Book Name** : **Raising Positive Kids In a Negative World**

**Author** : Zig Ziglar

**Publishing House** : Thomas Nelson Publishers, Inc.

Copyright © 1985 by Zig Ziglar.

Revised edition published in 2002. Published in Nashville,

Tennessee, by Thomas Nelson Publishers, Inc.

Scripture Quotations are from The New King James Version.

Copyright © 1979, 1980 , 1982, 1990, 1994 by Thomas Nelson, Inc.

Copyright © 2003 by Dar El Thaqafa Communications House.

Translated into Arabic with permission of Thomas Nelson, Inc.

All rights reserved.

---

---

### الطبعة الرابعة

الكتاب : طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير  
المؤلف : زج زجلر  
صدر عن : دار الثقافة - ص. ب. ١٦٢ - ١١٨١١ - البانوراما - القاهرة  
رقم الإيداع : ٢٠٠٣ / ١٩٥٨٨  
الترقيم الدولي : 3 - 213 - 678 - 977  
الطبعة : مطبعة سيورس  
ت: ٢٦٢٢١٤٢٥ / ٦  
الإخراج الفني والجمع : دار الثقافة  
تصميم الغلاف : نبيل ميخائيل  
جميع حقوق الطبع أو إعادة النشر محفوظة لدار الثقافة  
١٠ / ٩٥٣ ط / ١ - ٣,٥ / ٢٠٠٣ - ٢٠٠٥ - ٢٠٠٨ - ٢٠١٣

## مقدمة الدار

إن تربية الأبناء وقيادتهم في المراحل العمرية المبكرة ربما تكون عملية بسيطة ولكنها ليست سهلة. فكثير من السلوكيات والأقوال والقرارات التي يقوم بها الوالدان تظهر بشكل طبيعي وتلقائي نتيجة للموروثات الثقافية والاجتماعية، وما وضعه فينا والدانا ومن سبقونا ومجتمعنا ننقله نحن لأبنائنا ربما دون أن ندري... ولكن أليس ذلك خطير؟

إنه خطير بالفعل... ومن هنا جاءت أهمية هذا الكتاب الرائع، الذي يحاول أن يجعلنا نفكر مرة ثانية في هذه المسؤولية التي أوكّلها الله لنا على أبنائنا، وي طرح أمامنا عدة قضايا في غاية الأهمية تساعدنا على إدراك طبيعة هذه المهمة وكيفية القيام بها على خير وجه.

ربما يكون هذا الكتاب فرصة فريدة نحتاجها جميعاً لإعادة توجيه دفعة حياتنا الأسرية. والتعرف على نقاط الضعف وتجنبها وكذلك تنمية أساليب واتجاهات أكثر إيجابية في تنشئة أبنائنا من أجل التقدم كأسرة مترابطة نحو حياة أفضل.

### دار الثقافة





# المحتويات

٣	..... مقدمة الدار
٧	..... استهلال
١١	..... مقدمة
١٣	١- تنشئة الأبناء الإيجابيين أمر بسيط- لكنه ليس سهلاً .....
٢١	٢- لدينا مشكلة .....
٤٣	٣- خصائص الناجحين .....
٦٣	٤- التحفيز والتفكير الايجابي .....
٧٥	٥- الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين .....
١٠٥	٦- الطفل ذو الأبعاد الثلاثية .....
١٢٩	٧- بالنسبة للطفل، الحب يُنطق و-ق-ت .....
١٥٣	٨- الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي .....
١٧٣	٩- التواصل مع أعضاء العائلة .....
١٩١	١٠- بناء صورة شخصية صحية .....
٢١٣	١١- الجنس .....



- ٢٣٣ ..... ١٢- الانتهاك والتحرش الجنسي
- ٢٥١ ..... ١٣- العفو والغفران-أعظم فعل «إيجابى» في الحياة
- ٢٥٩ ..... ١٤- الانضباط- مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين
- ٢٨١ ..... ١٥- الإصرار الايجابى ينتج أطفالا إيجابيين
- ٢٨٩ ..... ١٦- الحب الحقيقى
- ٣٠٣ ..... ختام
- ٣٠٩ ..... كلمة عن المؤلف

## استهلال

تُحكى اسطورة مشهورة أن أحد المزارعين المرتعبين شاهد بنفسه خلال إحدى السنوات مزرعة القمح التى يمتلكها وهى تندثر وتخرّب أمام عينيه بفعل عاصفة من البرد والثلج . . فى تلك اللحظة تمنى واشتهى لو كان فى إمكانه أن يتحكم فى عوامل الطقس ولو لمدة عام واحد ، وقتها سوف يجنى محصولاً وفيراً ويربح ثروة طائلة تغنيه العمر كله . ولو سمح الله أن يتحكم فى الشمس بحيث لا تسطع إلا إذا رغب هو فى ذلك ، ولو جعل الثلج يتساقط فى الوقت الذى يحدده وأن يتحكم تماماً فى مجال هطول الأمطار والندى والصقيع وفى درجة الحرارة ، فإنه حينذاك سيحصل على أفضل المحاصيل وأوفرها .

وكما توقعتم بالطبع ، مُنحت له تلك الأمنيات وأُعطيت له ميزة جعل الأمطار تهطل متى وأينما أراد ، وسمح له أيضاً أن يتحكم فى درجات الحرارة المناسبة ، وامتلك المقدرة على التحكم فى الشمس بحيث يستطيع أن ينيها أو يطفئها ويحدد درجة حرارتها كما يشاء .

والنتيجة هى : مصيبة و كارثة مدوية لحقت بمزرعته ، وجنى أسوأ محصول فى حياته الزراعية .

عندما انتهى كل شئ ، سأل أحد جيرانه عما حدث ، فقال المزارع حزناً لقد نسيت أن أجعل الريح تهب . ( وهذا يعنى أنه لم يحدث تلقيح للنبات ليزهر ) .

بشكل ما ، يعتبر هذا مدخلاً مناسباً لكتابى هذا الذى يمكن أن أدعوه بعنوان



مختلف هو تربية أطفالنا إيجابياً وسط عالم سلبي .

أعتقد أنه يمكننا جميعاً وبقدر المعلومات التي بحوزتنا ، أن نجيب على أى سؤال يطرح علينا ، ونحن نعلم جيداً كيف نتصرف فى أى ظرف نتعرض له فيما يختص بتربية أولادنا . . وبالرغم من كل ذلك ينتهى الأمر بنا بأن نحاكى هذا المزارع ونجنى محصولاً ضعيفاً . السبب فى ذلك بسيط جداً : فأطفالنا عبارة عن كائنات حية وليسوا هم محصول من المحاصيل أو هم أجهزة كمبيوتر .

مع ذلك ، وبالرغم من قتام القصة الافتتاحية من هذا الكتاب ، دعنى أسرع بأن أضيف قناعتي بإمكانية اتخاذ خطوات محددة يمكن أن ننتهجها لنضع الأمور فى نصابها ولمصلحتنا ، فكلما اتخذنا خطوات ثابتة واثقة معقولة مملوءة بالحب والتفهم والإدراك ، كلما ازدادت فرصة أبنائنا ليصبحوا ما نود ونرغب أن يكونوا عليه .

لمن يعرفنى سابقاً ، يعلم أننى إنسان متفائل بطبعى ؛ واختيارى لأكون إيجابياً ومتفائلاً لم يكن أبداً بشكل عبثى أو ينقصه العقل والتدبر . اعتقادى الجازم هو أن جوهر الحياة والطبيعة خلاقة وإيجابية ومتفائلة وتميل إلى تغليب النافع من الأمور . هذا يفسر لماذا أنا إنسان متفائل فيما يختص بتنشئة أطفالنا ؛ فهم أمل ومستقبل بلادنا كما نعتبر نحن الآباء معقل آمالهم فى حاضرهم ومستقبلهم القريب .

للأسف كثير من الآباء لم يتعلموا بعد أن انتهاج النظرة المتفائلة فى الحياة ليست سوى اختيار يجب أن يختاروه ويلتزموا به . فى الواقع نحن نختار اتجاهاتنا ومساراتنا فى الحياة وفى أثناء ذلك نساعد أبنائنا فى تحديد اتجاهاتهم .

إننى على قناعة تامة أن الوسيلة الوحيدة لتنشئة أطفال ذوى اتجاهات إيجابية فى الحياة هى أن نكون نحن أيضاً إيجابيين . لكل هذا سوف أخصص جزءاً أساسياً فى

هذا الكتاب لكى أوضح لكم أنتم أيها الآباء كيف تكونون فائزين وناجحين فى الحياة .

### أسئلتكم التى لم تنطقوا بها

للإجابة على هذه الأسئلة ، أعلمكم بأننى بالمشاركة مع زوجتى لم نفعل كل ما سوف ننصحكم به فى هذا الكتاب عندما أنشأنا بناتنا الثلاثة وأخاهم ( فى مقدرة كل إنسان أن يحكى عن الحالة التى أمامه كما هى ، لكنى فى الواقع أود أن أحكى لكم عما يجب أن يكون الحال عليه ) . لقد تابعنا أنا وزوجتى معظم المبادئ الواردة فى هذا الكتاب ، وأشعر بأننا نجحنا فى تنشئة أبنائنا الأربعة ليشبوا وهم فى صحة جيدة ، سعداء ، منتجين ، ذوى أحاسيس مرهفة وأخلاق حميدة وإيجابيين فى الحياة .

وإذا لم أكن متأكداً تماماً بصحة هذه العبارات الأخيرة ؛ فإنه بالتأكيد ما كان لهذا الكتاب أن يظهر للوجود - على الأقل ليس بقلمى .





## مقدمة

عندما يمسك الأب والأم حديثو الأبوة بين أحضانهم بكل فخر تلك اللفافة الثمينة من اللحم الرقيق والتي لا يزيد وزنها عن ثلاثة كيلوجرامات وقد انفرجت أساريرهم من الفرح والغبطة ، يصعب إدراك أن هذا الطفل الصغير العاجز سوف يبلغ يوماً ١٧٠ سم طولاً ٧٥ كيلوجرام وزناً ، أو ١٦٠ سم من الجمال الصارخ إذا كانت فتاة ؛ وأنه أو أنها ستشارك بشكل فعال في عالمنا هذا .

مع ذلك يجب أن يتحلى الآباء بإيجابية ومقدرة على استجلاء المستقبل وأن يوظفوا الخيال ليدرخوا أن تنشئة طفل يكون الهدف منه هو تكوين إنسان بالغ يتمتع بالنجاح والابتكار والإيجابية في كل أمور حياته . وكما استشف مايكل أنجلو شكل تمثال موسى النبي من كتلة الجرانيت التي أمامه ، لذا علينا نحن الآباء أن :

١ - نخطط بكل ثقة لصورة هذا الشاب ( أو الفتاة ) الذي سوف يصدر من تلك الكتلة من الخلق الإنساني .

٢ - أن ننشئ هذا الطفل العاجز باستخدام خطوات محسوبة ليصبح إيجابياً في الحياة .

بالطبع لا تعتبر التنشئة عموماً عمل سهل بأي حال من الأحوال كأنك تخبز كعكة لذيذة الطعم . تذكر أن الكعكة تتكون من عناصر مختلفة في تكوينها وتحتاج إلى خلط ومزج ثم تحتاج إلى حرارة مقننة داخل الفرن . النتيجة ؟ كعكة جميلة

الشكل لذيدة الطعم .

لننشئ أطفالاً إيجابيين يجب علينا أن نستخدم مواد مختلفة ومتعددة - مثل الحب ، النظام ، التسامح وعناصر أخرى مختلفة مغلفة في رعاية واعية والتزام دقيق يحقق مصلحة وتقدم أبنائنا .

تنشئة الأطفال الإيجابيين ليست مهمة سهلة مهما تصورها العقل ، لكن يمكن أن تصبح عملية تتسم بالمرح والإثارة ومجربة للسرور والرضى .

لكل هذا ثبت حزامك جيداً إلى كرسيك ، لأنه سواء كان في بيتك أطفال كبار أو كتاكيت صغار فإن أمامك في الصفحات التالية بعض المعلومات المثيرة الشيقة .

# الفصل الأول

## تنشئة الأبناء الإيجابيين أمر بسيط

- لكنه ليس سهلاً

### نظارات جديدة تتناسب مع فرصة خلاقة.

منذ عدة سنوات ، ذهبت إلى طبيب عيون صديق لعمل نظارة جديدة ثنائية البؤرة (Bifocals) ، وهو طبيب يستخدم أحدث ما وصلت إليه التكنولوجيا والحاسبات الآلية ، لذا استطاع بسهولة أن يحدد تماماً ما يلزم لعيني . وفي مدى عشرة أيام جهّز لي بدقة تلك النظارة واعدأ بأبني سوف أرى بكل وضوح أى شيء أرغب في رؤيته ، وصرفني مودعاً بكل حرارة .

كنت قد ركنت سيارتي على بعد ١٥٠ متراً من عيادته ، وبينما أنا أسير في الشارع وقد وضعت على عيني تلك النظارات الجديدة ثنائية البؤرة ، لاحظت أنني أسير رافعاً قدمي عن الأرض . لم أعر هذه الملاحظة انتباهاً إلى أن وصلت إلى مكان سيارتي وتطلعت إلى نفسي في زجاج السيارة . لقد ارتفعت ساقي إلى أكثر من ١٠ سنتيمترات في الهواء ؛ وبسرعة التفت حولي لأتأكد من عدم تواجد أي إنسان ( تعلم بالطبع ما هو شعورك عندما تفعل أمراً غير مألوف ) وعندما تأكدت أنه ليس هناك من يلاحظني ، استغرقت في ضحك متواصل متفكراً كم كان شكلي غريباً .



## ١. تنشئة الأبناء الإيجابيين أمر بسيط - لكنه ليس سهلاً

وبعدها استغرقني فكر عاقل رزين ؛ فأنا أيضا اعتبر نفسي طبيب للعيون . إنني أجد كل أنحاء بلدي بشكل منتظم ، واصفاً للناس ما يلزم لكل منهم من نظارات مناسبة لعيونهم ! ولكنها بالطبع ليست نظارات وردية اللون أو مقعرة ، لكنها نظارات خاصة يمكنك بها أن تضخم قدراتك كأب لطفل أو أطفال . هذه النظارات تفعل أكثر من هذا ، فهي لها خاصية مذهلة تجعلك قادراً على أن ترى وتلمس الحب ، الأمل ، الذكاء ، الشخصية ، العبقرية وكل الصفات الأخرى التي يتحلى بها أبنائك .

بمفهوم آخر ، هذه النظارات ستساعدك على استكشاف الإمكانيات المذهلة التي تتفاعل داخل ابنك . وهذا هو ما يبدأ به هذا الكتاب - حيث يحثكم أنتم أيها الآباء أن تروا وتتلامسوا مع مقدار ما سيكون عليه طفلك هذا في المستقبل . هو يساعدك أيضا أن تكتشف ذاتك وتدرك الإمكانيات الكامنة فيك لتساعد هذا الطفل أن ينمو ويتطور ليصل إلى القدرات المأمولة .

### قاعدتان هامتان في مجال تنشئة الأطفال

في مجال تنشئة أطفال إيجابيين فأني دائما ما أذكر قاعدتين هامتين . إنني أفعل هذا لأنهما يمثلان أهمية بالغة ؛ وإذا أتقنتهما فإنهما سيسهلان كثيراً عليك عملية تعلم فن أن تكون أباً متميزاً .

الأسلوب الذي يتبع في تشكيل أفكارك هو الأسلوب الذي تنفذ به هذه الأفكار .

القاعدة الأولى هي : أنت كما أنت الآن وفي المكان الذي تعيش فيه حالياً سببه الأساسي هو ما يجري داخل ذهنك ، ويمكن لك أن تغير ما أنت عليه والمكان الذي أنت فيه بتغيير نمط أفكارك . بتعبير آخر ، فإن طريقة استخدامك للفكر تؤثر بشكل

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مباشر على درجة أدائك في الحياة .

عندما نتكلم عن الأداء أتذكر ما حدث منذ عدة سنوات عندما وافقت على شراء كمبيوتر لاقتناعي بأنه سيكون وسيلة ممتازة لكي تنمو و تزدهر الشركة التي كنت أعمل بها . كنت منبهراً بهذا الاختراع الجديد . وفي الحقيقة إذا علمت بأنني نشأت في بلدة صغيرة على المسيسيبي وأنني أشعر دائماً باستثارة بالغة عندما اشترى أي شيء جديد ، يمكن أن تقدر مدى حماسي لفكرة اقتناء شيء باهر كالكمبيوتر . لذا أخذت أجول القطر كله أخبر المستمعين عن هذا الكمبيوتر العجيب الذي سيحقق المعجزات وما سوف يصنعه لنا - فهو بكل سهولة سيراجع القوائم المالية ، ويحصر المخزون السلعي بكل دقة ويرسل لنا الرسائل ، ويحضر لنا القهوة ، وينظف بدلا عنا المطبخ .! أعني أن هذا الكمبيوتر سيفعل كل شيء نتمناه ونرغب فيه .

بعد ستة شهور من شرائي لهذا الكمبيوتر ، وضعته في سوق الخردة آملاً أن أبيعها بأبخس الأسعار ، أنت تظن أنه قام بعمل رديء ، نعم لقد حدث معنا هذا بالفعل .

واليكم مثلاً: كنا في ذلك الوقت نرسل مذكرات شهرية لعملائنا المقيدون في القوائم طرفنا . وكانت هذه عبارة عن نشرات تحفيزية ترسل لعملائنا تذكّرهم وتعرض عليهم المزايا المدهشة لمنتجاتنا الجديدة المطروحة في السوق . وكان في القائمة اسم/ دكتور ومام وليم ب . جونز . وهذا ما حدث ( بمعونة الكمبيوتر ) إذ وصل للدكتور ومام جونز عدداً من النشرات بسبب جدولة اسميهما بأكثر من طريقة ( الدكتور ومام وليم جونز ، دكتور ب وليم جونز وحرمة وليم ب جونز ، وليام جونز . . . الخ ) .

وبذلك انتهالت نفس النشرات على عائلة واحدة ، ولعلك أدركت ما حدث .

لقد أرسلنا مئات النشرات لنفس الأشخاص ، وربما لا تدرك مدى التعاسة التي

## ١. تنشئة الأبناء الإيجابيين أمر بسيط - لكنه ليس سهلاً

أحس بها بعض عملائنا ونحن نجمع منهم نفس النشرة للمرة الثالثة ؛ لقد اعترتهم الدهشة لما حدث .

الآن فإن القراء الذين يحوزون تلك الأجهزة الآلية يدركون ما أقصده . وعندما صدمني ما أحدثه لنا هذا الكمبيوتر شعرت كأني محلق في الهواء ، وصحت في معاوني يبعوه ، تخلصوا منه ، لا أود أن أراه أمامي فهو يحقق لنا الدمار والخراب . ! ولحسن الحظ لم نجد مشتر له ، أقول لحسن الحظ ، لأننا اليوم وبدون أدنى شك نعتبر هذا الجهاز هو سر نجاح مؤسسة زيغ زجلر .

سؤال : ما الفرق بين الكمبيوتر الذي كان لدينا سابقاً مقارنةً بالأجهزة الذي لدينا حالياً ؟ الإجابة : لا شيء ؛ سوى أن الناس الذين استخدمتهم لتشغيل الجهاز الأول كانوا غير مؤهلين لتشغيله بالطريقة المناسبة . ولم يحدث التغيير المدهش إلا عندما دخل على يوما ديف ومارلين بوير وقالوا لى : يا مستر زجلر ، نحن باستطاعتنا أن نجعل هذا الكمبيوتر الذي لديك أن يضحك ويتكلم ويصفر ويغني ، بل وفي استطاعتنا أن نجعله أيضاً يؤدي كل الأعمال المكتبية !

في اليوم التالي من تعيينهما دخلت غرفة الكمبيوتر وتكلمت فعلاً مع هذا الجهاز العجيب ، وأقول لكم بكل أمانة إنه أفضل الأجهزة الآلية إثارة وإمتاعاً . لقد رأيته وهو يضحك ويتكلم ويصفر ويغني أيضاً . . يعمل !

والسؤال الطبيعي الذي نتوقع الاستماع إليه هو : ما الذي فعلناه معه بالضبط ؟ والإجابة سهلة للغاية ! لقد غيرنا من المدخلات ، وما أن حدث هذا حتى حصلنا على مخرجات مختلفة . نعم هذا المبدأ البسيط يصلح للبشر بنفس الطريقة .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

**أنت كما أنت الآن وفي المكان الذي تعيش**

**فيه حالياً بسبب ما يجري داخل ذهنك.**

### إذا عاملت نفسك بحزم فإن الحياة ستكون ميسرة لك

هذا هو المبدأ الثاني ، فالحياة ليست سهلة - في الواقع هي صعبة ومرهقة وقاسية . وهذا حقيقي سواء كنت مديراً لمنزل أو مديراً لشركة . . وهذا حقيقي أيضاً إذا كنت بطلاً رياضياً أو حكماً للعبة . هو مبدأ صحيح مهما كانت نوعية العمل الذي تمتعته .

لتفوزوا وتنجحوا يجب عليكم أتم الآباء ومعكم أطفالكم أن تتعايشوا في عالم صعب قاس . لكن هذا يحتاج إلى تعلم كيف ننظم أنفسنا جيداً .

أيها الآباء ، لقد أدركت أنه كلما كنتم حازمين مع أنفسكم ، فإن الحياة تكون ميسرة سهلة لكم . لهذا السبب يصبح من الأهمية بمكان أن يدرّب الآباء أبناءهم في سن مبكرة كيف يكونون منضبطين .

أن تكون غير منضبط يعتبر مأساة أو كارثة لأن الولد عندما يخرج للحياة سيدرك فوراً أن أي التزام لم يحصله من أبويه المحبين له سوف يفرض عليه من عالم غير محب ولا عطوف . قيادة الإنسان لنفسه وتحكّمه فيها يحتاج غالباً إلى خبرات مؤلمة وقاسية ، ولكن النتائج تستحق المجهود المبذول .

### النجاح لا يدرك بسهولة

أحد الأمثلة التي أستخدمها كثيراً لتأكيد أن الحياة ليست سهلة تختص

## ١. تنشئة الأبناء الإيجابيين أمر بسيط - لكنه ليس سهلاً

بالمحاضرات التي ألقيتها . ففي أحد الأيام تقابلت مع امرأة يبدو عليها الامتعاض ، وبدون أن توجه ناظرها إليّ سألتني بالطبع أنت تحصل على أجر بسيط مقابل المحاضرات التي تلقيها ، أليس كذلك ؟ فنظرت إليها مبتسماً ، وقلت : لا يا سيدتي ، أنا لا أعلم من أين حصلت على معلوماتك هذه لأنها غير حقيقية بالمرّة فأنا في الواقع أحصل على أجر كبير جداً عن المحاضرات التي ألقيتها !

وما لم أقله لها هو أنني قبلما أحصل على أجر عن عملي هذا ألقيت مئات المحاضرات المجانية في نواد الليونز ، ونوادي الروتاري ، واجتماعات الكنائس ونوادي الحداث ومجموعات مختلفة من المهتمين بمجالات البيع والشراء . في مناسبات عدة كنت أسوق سيارتي أميال عدة في أمسية ما على حسابي الخاص لألقي محاضرة على مجموعة قليلة من الناس ثم أعود لمنزلي في نفس الليلة لأنه ينقصني أجر المبيت في فندق صغير .

لماذا فعلت هذا ؟ لقد تمسكت بعملتي هذا لأني على قناعة تامة بأن لدي ما أقوله وأني في نهاية الأمر سوف أحصل على مقابل لجهدي هذا .

وإذا سئلت ما الذي تريده حقاً من الحياة ؟ لعل كل أب سيقراً هذا الكتاب سيرد فوراً "أريد أن ينجح أبنائي في الحياة ويكونوا الأفضل في كل شيء" . ولكن كيف تتحقق لنا تلك النتيجة ؟

إنه باستخدام تلك النظّارات التي أشرت إليها سابقاً - أن ترى وتلمس المواهب الإلهية التي منحها الله لأبنائك ؛ أن تجهزهم لأن يلتزموا بها في الأماكن الوعرة في الحياة ، أن تلاحظ أن ما دخل أذهانهم كمدخلات سوف ينتج عنه مخرجات قوية إيجابية . في الفصل الثاني سوف نتلمس سوياً بعض الظواهر السلبية في الحياة

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المعاصرة ، وهو المكان الذي سيهجم علينا منه العديد من مشاكلنا الحالية .



### تقييم شخصي

- ١ - ما هو المبدأ الرئيسي الأول الذي سيساعدك على تنشئة طفل إيجابي ؟
- ٢ - فكر في لحظة مرّت بك اتضح فيها كيف أن طريقة تفكيرك قد أثرت فعلاً على طريقة أدائك .
- ٣ - ما هو المبدأ الثاني الهام في تنشئة أطفالك ؟
- ٤ - هل تحمي أبناءك من الأماكن الوعرة في الحياة ؟
- ٥ - سجل بعض الطرق التي يمكن بها تغيير نظمك وتعليماتك لكي يكون ابنك مستعداً لأن يلتزم بها وهو يجول في أرجاء الحياة الصعبة .
- ٦ - هل علمك أبواك أن تثابر وتجتهد ؟ وكيف فعلاً هذا ؟





# الفصل الثاني

## لدينا مشكلة

والآن.. ما هو شكل هذا العالم السلبي؟

الفرصة مهيأة تماماً لمن سوف يفتحون هذا الكتاب على هذا الفصل بالذات ويقرأون الصفحات القليلة التالية أن يقرأوا هذا الكتاب مقتنعين تماماً بأنني أكثر الناس سلبية وتجهماً ، خصوصاً إذا لم يقرأوا الفقرات القليلة التي ينتهي بها هذا الفصل . مع ذلك أخبركم مقدماً أنه بالرغم من أنني سوف أسرد عليكم قدراً كبيراً من المدخلات التي توضح كيف يبدو عالمنا الحالي أمام أعيننا ، لكنني على قناعة تامة وبشكل إيجابي أن هناك حلولاً لتلك المشكلات . أشعر أنني سأتهم بالإهمال إذا غلّفت هذه المشاكل وجملتها لتبدو بسيطة وسهلة ، هي في الواقع ليست كذلك . وأؤمن أن الخطوة الأولى والأكثر منطقية ومعقولة لحل أي مشكلة هي تحديدها بشكل دقيق ثم أن نعمل على حلها بشكل إيجابي . والآن دعنا نفحص بعض هذه المشاكل بشكل محدد .

المشكلة الأولى هي المناقشات السلبية وكذلك محاباة الذات بشكل غير إيجابي . مثلاً ، ما أن يوصل أحد الآباء ابنه إلى المدرسة حتى يعطيه إحدى تعليماته التي تقول لا تدع أحد زملائك يغلبك ! مثل آخر : شخص سمين ممتلئ يجلس ليأكل ويقول كل ما أتناوله كطعام يتحول إلى دهون ! .

معظم الناس يستيقظون من النوم بمساعدة ديك اليكتروني يدعونه باسم المنبه وهو من أكثر المظاهر السلبية في الحياة . إذا اقتحم لص أحد البنوك فإننا نسمع جرساً منبهاً يدوي مجلجلاً ومحدراً ، وهذا بالطبع يزعج الناس . عندما تهب النار في مبنى نسمع أيضاً هذا الجرس المنذر ، وهذا أيضاً يزعج البشر . وإذا استيقظت بفضل المنبه فإنك بالطبع ستشعر لحظياً بالانزعاج . في الحقيقة هو منبه يدعو لانتهاز الفرصة لأنك إذا سمعته ستحصل على فرصة أن تنهض من نومك وتذهب ، أما إذا لم تسمعه فهذا يعني أن الفرصة قد فاتت وانتهت . حتى تعبيراتنا تتسم بالسلبية نحن نمسك برغيف فينو من العيش ندعو القضمة الأولى منه بأنها بداية الرغيف وأن الطرف الآخر هو نهايته . بينما في الحقيقة أن لكل رغيف بدايتين في طرفيه . منذ فترة قريبة وأثناء حضوري إلى مدينة دلاس ، أمسك قائد الطائرة بنفسه الميكروفون ليخبرنا نحن الآن في دورة الاقتراب النهائي هذه الجملة جعلتني أقفز فرحاً ! وقلت للمضيف هل يمكن أن تخبري الكابتن أن يدعوها دورة ما قبل الاقتراب النهائي ؟ لأن لدي الكثير من الأمور التي أود أن أصنعها قبل حدوث ذلك ! .

كلاعب جولف اشتركت كثيراً في مباريات ، وفي إحداها شاهدت أحدهم يقذف بكرته لتسقط في بحيرة ماء ، ثم نظر إلينا قائلاً كنت متأكداً أن هذا ما سوف يحدث . والمسألة هنا واضحة : إذ كان متأكداً بأنه سيفعل هذا ، لماذا بالله عليكم أسرع بتنفيذ ذلك ؟ ليس هذا هو المقصود في تلك اللعبة ! ولن يحسن هذا من تحقيقه للأهداف الصائبة . أما الفرد الإيجابي فإنه سوف يتراجع قليلاً ويعيد برمجة أفكاره ويعلن بأنه ينوي أن يقذف بكرته عبر البحيرة إلى اليابسة ، ويفعل تماماً ما انتواه . أيضاً كعرف متداول عندما ينام أحدهم في وقت متأخر وهو مضطرب أن يصحو مبكراً ، فإن آخر ما ينطق به لنفسه بالتأكيد سوف أشعر بالتعب غداً ، وكثيراً ما

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تكون مكلفاً بأداء عمل صعب ، فتسرع بالقول لن أستطيع تنفيذ ذلك ، وإذا تجمعت عدة مهام مطلوب تنفيذها ، نقول لن نستطيع أبداً إنهاؤها ، أليست تلك الألفاظ هي السلبية بعينها ؟

### التغييرات التي حدثت

لتوضيح الصعوبة النسبية لتنشئة طفل في القرن الواحد والعشرين مقارنةً بجيلين سابقين ، دعنا نفحص ونسكتشف بعض المعلومات السلبية المخيفة .

وطبقاً لما كتب عنه الدكتور مارفن واطسن ، الرئيس السابق لجامعة المعمدانيين سنة ١٩٤٠ ، كان في رأيه أن أهم التهم التي تشوب تصرفات تلاميذ المدارس العامة هي : الجري في ممرات المدرسة ، مضغ اللبان ، ارتداء ملابس غير لائقة ( والتي تشمل ظهور ذيل القميص خارج البنطلون ) ، إثارة الضوضاء والإزعاج وعدم وضع الورق المستغنى عنه في سلة المهملات .

أما هذه الأيام فإن أهم الاتهامات التي توجه لتلاميذ المدارس العامة هي :

( ليس بتتابع حدوثها بالطبع ) : القتل ، الاغتصاب ، السرقة ، التهجم ، السطو ، تعاطي الأدوية المخدرة ، الحريق المتعمد ، تفجير القنابل ، تعاطي الكحوليات ، حمل الأسلحة ، غياب الوعي ، تخريب الممتلكات العامة والخاصة والابتزاز ، ولأن الكثير من هذه التهم تعتبر جرائم ، فليس هناك الكثير لإضافته سوى أن نقول إن الأوقات والأحوال قد تغيرت كلية ، وكل من يدعي أن هذه التغييرات جيدة نقول له ببساطة إنه لا يفكر . ولأنه من المحتمل أن يواجه ابنك مثل هذه المشاكل في المدرسة وفي بنية المجتمع ككل ، فمن الواضح أن مهمتك مع طفلك داخل المنزل تزداد صعوبة وأهمية .

نوضح هنا ظاهرة مثيرة للالتفات في الحياة الأمريكية . إذا تصادف ووقفت أمام جماعة من أي نوع في أمريكا ، سواء كانت مؤسسة للمبيعات أو مجموعة من المعلمين أو الجنود أو أبطال في الرياضة وانتقدت جلسات الشرب المجنة ، أو تعاطي الكوكايين والهيروين أو أي مؤثر على الذهن والإدراك فإنهم سيرمقوني في دهشة بالغة وانبهار . لكن إذا حاضرتهم مثلاً عن العلاقات الجنسية بين المحارم ، ارتكاب الفحشاء ، التزاوج المثلي أو حتى الانتحار ، فإنه بينما أعد لأعرض شيئاً ما أو حتى أبدأ في كتابة حروف أربعة ، حتى أكتشف هروب الجميع إلا فئة قليلة .

وأنا على يقين بأن الآباء من جمهور المستمعين الذين يعلمون بأنني سوف أعرض نفس تلك المحاضرة على أبنائهم وبناتهم في المدارس العامة في اليوم التالي ، سوف يقلبون الأرض والسماء ليلغوا هذه المحاضرة ولا يدعوا أبنائهم يستمعون إليها .

### الموسيقى

هناك حقيقة مدهشة ، أن نفس هؤلاء الآباء بمعرفة أو بدون معرفة يعطون أولادهم نقوداً يشترون بها أقراص CD تشرح لهم بالضبط ما ذكرته سابقاً . فالموسيقى والأغاني والألحان تعتبر مشكلة أساسية أخرى لعائلات هذه الأيام . وإذا ظننت أنني أبالغ فإنني أتحداك أن تذهب لمخلات بيع اسطوانات الموسيقى وتختار أفضل عشرة ألبومات من موسيقى البوب ، R&B ، الموسيقى الريفية والراب وخذ نسخة من كلمات هذه الأغاني ، وقرأ ما تقوله ، حينئذ سوف تصاب بصدمة هائلة لما تتغنى به وتعرضه .

ومن الواضح والجلي أن هذه الكلمات عندما تتردد في أذهان أبنائكم مصحوبة بالنغم واللحن عشرات أو مئات المرات ، فإن تأثيرها سيكون مضاعفاً لو رددت أنا

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هذه الكلمات واستخدمتها لمرة واحدة فقط .

الحقيقة معروفة أيها الآباء فأبناؤكم غالباً ما يستطيعون أن يغنوا كثير من تلك الألحان . وعندما ندرك حقيقة أن الكلمات ترسم صورة في الذهن ، ثم يعمل هذا الذهن جاهداً لاستكمال الصورة ، فهنا يصبح من السهل إدراك لماذا نسمع عن ازدياد حالات الانتحار ، إدمان المخدرات ، العنف ، والزواج العرفي . إن المزعج في الأمر هو أنه يمكن أن يبرمج الشاب ليصدق أي شيء وخصوصاً عندما يكون صغيراً في السن ومن السهل التأثير عليه .

فولتير الأديب الفرنسي كان صادقاً عندما قال من يستطيعون إقناعك بصدق الخرافات ، قادرون أن يجعلوا منك مجرماً .

### ما مدى تأثير الموسيقى على النفوس ؟

في سنة ١٧٠٣ قال البطل الاسكتلندي أندرو فلتشر ما معناه أنت لك أن تسن القوانين ، لكن دعني أكتب الأغاني ، وسوف يكون لي أنا حكم بلدك . وفي حالة عدم استطاعتك التوجه إلى محلات بيع الاسطوانات لتعرف شيئاً ما عن تلك الأغنيات ، دعني أوضح لك هنا قليلاً من الأمثلة . إحدى جماعات الروك تتراقص على أغنية تتكلم عن جهنم وأنه هو المكان المناسب لعمل احتفال مرح وأنه يجب عليك أن تتوجه إلى هناك لأنك سوف ترى كل أصدقائك مجتمعين هناك وهم فرحين . أغنية أخرى تتهكم على الديانة المسيحية ، وفي أجزاء منها تنكر وجود الله . وإحدى الفرق لديها أغنية تشجع المستمع أن لا يستمع لنصائح والديه أو أي سلطة أخرى ، فقط اصنع ما تريد على حساب الآخرين . وأغنية أخرى معروفة ومشهورة تقول : إنك جربت الويسكي ولكن هذا لم يساعدك . جربت المخدرات ولم

تنفع أيضاً . جربت الجنس وأيضاً هذا لم يساعدك ، لماذا لا تجرب الانتحار ؟ وقد علمت أن أغنيات إحدى تلك الفرق حرم تداولها وتوزيعها داخل اثنين وعشرين دولة لأن هذه الحكومات خشيت من تأثير تلك الألحان على شعوبها . وبالمصادفة ، فهناك عدد لا بأس به من الموسيقى الريفية والغربية سيئة أيضاً ، وفي الحقيقة ليست هي سوى دعارة مغلفة على شكل أغنيات .

### الموسيقى الجيدة تساعد وتنمي .

عند هذه النقطة لا أستطيع منع نفسي من ذكر أمر إيجابي - فلنكن نجابه تلك السلبيات والمداخلات اللاأخلاقية ، يجب على الآباء أن يستخدموا الموسيقى الجيدة منذ أيام الطفولة الأولى - ليس كاتجاه إنقاذ نهائي أو اختيار مرغوب فيه بعدما استقرت تفضيلاتهم الموسيقية ورسخت . الموسيقى الجيدة يمكنها أن ترفع الشخص إلى مستويات راقية من الإنجاز وتشجع الفرد على الإسهام الفعال في خدمة المجتمع . وقد أوضحت الإحصاءات أن القطع الموسيقية الرائعة التي تستخدم كخلفيات موسيقية ترفع من مستويات الإنتاج وتحقق الراحة والاستماع بمتعة وشغف .

---

**عندما نتحلّى بمداخلات إيجابية نحصل على**

**مخرجات إيجابية وعندما نتغذى بمداخلات**

**سلبية نحصل بالطبع على مخرجات سلبية**

---

### التليفزيون - محطّم القيم

لنكون واقعيين ، أصرح هنا أن التليفزيون سوف يستمر ويعيش ، ولكن السؤال ، هل هو شر أم خير ؟ هل يساعد أم يضر . وبغض النظر عما نشعر به فهو حقيقة من

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

حقائق الحياة الحالية . كثير من العائلات ترحب تماماً بأن تستغنى عن هذا الجهاز ولكنهم مشدودون إليه أو يخافون من لوم معارفهم وأصدقائهم أو ربما يتعرض أبنائهم للارتباك والشعور بالظلم عندما لا يتواجد هذا الجهاز في منازلهم .

لو كنت شاباً في مطلع حياتي العائلية ، لكنت قد منعت دخول التلفزيون لمنزلي . أقول هذا بالرغم من معرفتي الكاملة أنه أحياناً ما يعرض عدد من البرامج الممتازة . وأنا أحب أن أشاهد بعض المباريات الرياضية مثل الجولف ، كرة القدم والتنس . ولكن إجمالاً فإن معظم البرامج الباقية سلبية ولا أود أن يشاهدها أبنائي . الدلائل الموثقة ضد سلبية تأثير التلفزيون قوية للغاية . وقليل من الدلائل الرئيسية التي توضح ذلك ، ظهرت في دراسة سنة ١٩٩٧ أجرتها مؤسسة ميديا سكوب ، منها :

- العنف الذي يعرضه التلفزيون يمثل مخاطرة فظيعة على جمهور المشاهدين .
- الجناة لا يلحقهم العقاب في ٧٣ ٪ من مشاهد العنف .
- النتائج السلبية للعنف لا تظهر غالباً في البرامج المختصة بذلك .
- واحدة من أربعة عروض عنف تستخدم فيها المسدسات .
- ٤ ٪ من مشاهد العنف فقط تؤكد على أهمية انتهاج عدم العنف كرد فعل .
- تخصص قنوات الكابل المرتفعة الأجر في عرض النسبة الكبرى من روايات العنف والجنس ( ٨٥ ٪ ) .

والأكاديمية الأمريكية لعلم نفس الطفل والمراهق تقرر أن هناك مئات من الدراسات عن تأثير الكمبيوتر على العنف لدى الأطفال والمراهقين ، وأقرت بأن



هؤلاء ربما :

- أصبحوا محصنين ضد رعب العنف .
- تدريجياً يقبلون العنف كوسيلة لحل المشكلات .
- يقلدون العنف الذي يشاهدونه في التلفزيون .
- يتماثلون ويتوحدون مع شخصيات يشاهدونها سواء كانوا ضحايا أو جناة .

الدليل قاطع وبات أن برامج التلفزيون المتاحة هذه الأيام غير صحية بالمرّة لأطفالنا . عندما يجلس ابنك أمام تلفزيون أو شاشة سينما ، أنت هنا تدعه أن يتعلم ( يتلقن ) من أكثر الأدوات المؤثرة هذه الأيام . خلال التلفزيون يمكن لنا ( وأصبحنا بالفعل ) مؤهلين لأن نصدق أموراً خارقة للعادة . كثير من أشهر برامج ومسلسلات التلفزيون أقنعتنا وبرمجتنا بأن نصدق أن العلاقات الجنسية قبل الزواج وحتى العلاقات الخارجية صحيحة تماماً وأنها ليست سوى علاقات ذات معنى وشرعية . واليوم ، تقريباً ثلاثة من ضمن أربعة علاقات جنسية تظهر في التلفزيون تكون بين أفراد غير متزوجين ، وهذا يعلم بجلاء أن الجنس خارج نطاق الزواج الشرعي ليس فقط صحيحاً ولا بأس به ، بل هو أيضاً مثير وجميل . هذه هي الرسالة التي يتلقاها أبنائنا .

لقد تبرمجنا لنصدق أن تعاطي الخمر هو أفضل ما نصنعه في حياتنا . مثلاً ، كل سبع دقائق ونصف نرى في التلفزيون مشروبات كحولية تقدم ، وخمسة عشر مرة من ستة عشر ينتهي الأمر بالقبول . ومن المثير أنه إذا قدم هذا الكأس لبطل طيب أو لشيرير فإن النسبة التي ذكرناها لا تتغير . لقد غرس في أذهاننا أنه لكي نتمتع

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ونحس بالمرح والسعادة ، يجب أن نتناول كأساً . وإذا عرض علينا أن نتخذ قراراً هاماً في حياتنا فإن هذا يلزمه مشروب - إذا أردنا أن نهدي أعصابنا المشتعلة أمام تحدٍ حقيقي ، يجب هنا أن نبحث عن الأقداح . لذا لا عجب أن ظاهرة إدمان المراهقين للكحوليات تعتبر مشكلة منتشرة وطاقية في دولة كأمريكا .

### التلفزيون يغتصب منا ضريبة عنيفة

لن نتمكن أبداً أن نقيس مدى ما يغتصبه منا إدمان التلفزيون من ضريبة تؤثر على شباب الأمة فيما يختص بالمقدرة والإنتاجية ، وهنا أتكلم عن الإدمان المفرط الذي يخدم القدرة الخلاقة للإنسان ويدمر العلاقات الشخصية للبشر؛ وأتفق مع التعليقات التي وردت في مجلة « المجتمع الطبي » منذ عدة سنوات عندما كتبت قائلة : الخطأ الأساسي لشاشة التلفزيون لا يقع كثيراً في مجال التصرفات التي يعرضها ، بل فيما نفقده من وقت لا نستغله استغلالاً حسناً . كل ساعة نقضيها أمام التلفزيون محملقين تعتبر ساعة ناقصة من التحفيز الشخصي ، الإبداع الذهني والاختلاط الحقيقي في حياة الآخرين .

هناك بعض الأمور الشاذة المقحمة على اللغة الطبيعية التي يهتم بدراستها المختصون عن تأثير التلفزيون :

- ( ١ ) تزايد استخدام الألفاظ الغريبة المقحمة على اللغة الطبيعية .
- ( ٢ ) نقص في التخيل والابتكار والعفوية عند الشباب الصغير .
- ( ٣ ) تضخم غير منطقي في الاعتماد على الموسيقى الصاخبة كوسيلة وحيدة للتعبير عن الفن .

( ٤ ) المنظر الشائع لتعاطي المخدرات .

( ٥ ) الاهتمام المتزايد بالخبرات الانفعالية بالمقارنة بتلك التي تتطلب التلاحم الذهني والاهتمام الفعال .

( ٦ ) حل المشاكل بشكل خلاق بين الصغار محدود ونادر .

تشغيل جهاز التلفزيون يمكن أن يغلق و يهدد عملية تشكيل الأطفال ككل ، مانعاً إياهم من أن يكونوا أفراداً مدركين واعين . وتصبح القيم والمبادئ ملتوية ومشوشة بشكل غريب . ولهذا يمكن تفسير ما قالته طفلة صغيرة تبلغ تسع سنوات في سان فرانسيسكو : إنني أفضل مشاهدة التلفزيون عن اللعب خارج المنزل ، إنه جو ممل خارج بيتنا ، فهم دائماً لديهم نفس الأرجوحات والمسليات الأخرى السخيفة .

وكتبت ماى أليسون عن مدمني مشاهدة مسلسل « راكب الليل » أن الفتاة مونيك بنز ذات الأحد عشر ربيعاً قالت « لا أقوم بعمل واجبي المدرسي وأنسى . فما دمت قد بدأت في مشاهدة حلقات هذا المسلسل فلا أستطيع أن أتركه » . أما دافيد كين وعمره أحد عشر عاماً فقد قال إنني أشاهد أى عرض في التلفزيون .

وكل من دافيد ومونيك مدمنون لهذا الجهاز ، فالأول يستمر أمام التلفزيون لمدة عشر ساعات يومياً ، أما مونيك فهي تستقر أمامه لمدة خمس ساعات فقط .

وتقول باتي ريك مدبرة برنامج علم النفس بجامعة دي بول بشيكاغو « يصر الأطفال كثيراً على مشاهدة التلفزيون كنوع من الهروب من الدراسة أو الأسرة أو المشاكل الاجتماعية ، والأطفال المداومين على مشاهدة التلفزيون بإفراط يصابون بمرض الانسحاب ، ولا يطورون المبادرة لأنه نشاط إيجابي » وتضيف قائلة المشكلة

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تنشأ عندما لا يفعلون أي شيء آخر - ويهملون أي شيء آخر بسبب هذا الجهاز اشتكت إحدى الأمهات أن الأولاد لا يفكرون أبداً وهم يشاهدون التلفزيون وعندما يطلب منهم مثلاً في المدرسة كتابة قصة من إنشائهم ، فإنهم يقتبسون من التلفزيون . وتوافق مس ربيك قائلة تذكروا أن الأولاد ليسوا في حاجة إلى تسليّة كل الوقت ، وبعض من أكثر الأوقات فائدة لهم هي تلك اللحظات عندما يتركون بمفردهم مستخدمين ملكاتهم الخاصة . وللطفل عموماً يعتبر الخيال هو أفضل وسائل الترفيه .

هناك أيضاً تقرير خطير يؤكد أنه على الأقل قُتل ثمانية وثلاثين من البشر بعدما شاهدوا فيلم « صائد الغزلان » في التلفزيون - ماتوا وهم يقلدون مشهد الروليت الروسي في هذا الفيلم . وفي مقال ظهر في مجلة لوس أنجلوس تايمز في ١٧ يناير سنة ٢٠٠١ يقرر أن مشاهدة العنف في التلفزيون والألعاب الإلكترونية تزيد من الشعور بالعنف ، وهذا المقال استعان بقول الجنرال ديفيد ساتشر عندما قال « التعرض للعنف الذي تبرزه وسائل الإعلام المختلفة ، يلعب دوراً جوهرياً في تلك المشكلة الاجتماعية (عنف الشباب) ، ومن منظور خاص بالصحة العامة ، تعتبر وسائل العرض العامة ليست بريئة تماماً ، وهي جميعاً وبكل وضوح تعتبر ضارة بشكل بالغ بالصغار .

نحن في حاجة لأن نجعل أطفالنا يعلمون بأننا نتفهمهم وأننا متواجدون باستمرار نعضدهم بحبنا ودعمنا .

### ما هو قدر الوقت اللازم لمشاهدة التلفزيون ؟

ما هو الزمن الذي نقضيه في مشاهدة التلفزيون ؟ وبلا أي تردد يمكن القول إن

هناك برامج جيدة تستحق المشاهدة من وقت لآخر وبعض منها له رسالة مفيدة واضحة لكل أعضاء الأسرة ممكن أن نتعلم منها بعض من الجغرافيا والتاريخ وبعض المعارف عن الحضارات الأخرى ، وبعض من برامجهم تمدنا بالراحة المحببة والاستمتاع . مثلاً مسلسل « السماء السابعة » الذي يعتبر عملاً متمتعاً إيجابياً ومؤثراً ، حيث تبدو العائلة التقليدية ويصور الآباء ككائنات ذكية ونتعلم منه بعض القيم الراسخة .

إلا أن الشك والارتياح يحوطني فيما يختص بمجمل ما يعرضه هذا الجهاز الخطير .

وأصرح ، أن هناك إمكانية اعتبار أولادنا « مختلفين » إذا لم يتواجد جهاز للتلفزيون في منزلهم . وبعد عدة أسابيع ، سوف يصبحون بالفعل « مختلفين » . سوف تشملهم السعادة ويصبحون أكثر تواصلًا وإنتاجية وحب وراحة ، متحملين المسؤولية أخلاقياً ، ومقبولين اجتماعياً . إذن ما هو الحل ؟ طرحت كثير من التصورات ، لكن من أكثرها عمقاً هو التالي :

يجب أن يجلس الآباء مع أبنائهم يتصفحون جدول عروض التلفزيون الأسبوعية ويحددوا البرامج المناسبة لكل ولد منهم مع الأخذ في الاعتبار سن كل واحد . وتالياً يكتبون قائمة بهذه البرامج محددين فيها التاريخ والوقت لكل منها . ثم يعطى كل طفل مجموعة من التذاكر أو كارت مسجل فيه عشرة أرقام . ويقوم الأب بثقب التذكرة أو الكارت وعند اكتمال مشاهدة العشر برامج يعتبر أن الطفل قد شاهد ما يكفيه من برامج التلفزيون وتعلم . هذه الطريقة تعلم الطفل كيف يكون انتقائياً لما يشاهده وتدربه أيضاً على تحمل المسؤولية وإنكار الذات ، لأنه بلا شك سوف تتواجد برامج أخرى يود ويرغب في رؤيتها ولكن ليس بنفس الدرجة . هذا يساعد في خلق الحكم والتقييم في ذهن الابن . بالإضافة إلى ذلك ، فإنه من المحتمل أن يتمكن من

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

رؤية برامج أخرى زيادة كالمسيرات القومية ومظاهر الاحتفالات أو برامج أخرى تشاهدها العائلة ككل . وقد انتهجت إحدى مدارس ولاية بنسلفانيا طريقة أفضل تحقق رسم قواعد تحدد تماماً نظم مشاهدة برامج التلفزيون ، وهذا الاتجاه اتخذ لتجنب الطلبة مغبة النشاط الزائد والانفعالات العدوانية والسلوك اللااجتماعي - وكما صرح هنري بلانشارد مدير إحدى مدارس بنسلفانيا أن تلاميذ المرحلة الابتدائية الذين يميلون إلى مشاهدة برامج التلفزيون لمدة طويلة يتعرضون إلى حالات من النشاط الزائد ويصبحون غالباً منطويين على أنفسهم وغير اجتماعيين . وهذا المدير يشرف على ٣٢٠ طالباً من الحضنة حتى الفصل الثاني عشر وكتب تعليمات تدعو إلى منع مشاهدة التلفزيون لأولاد الفصل الأول . أما أطفال السنة الابتدائية الثانية وأعلى من ذلك فقد طلب منهم أن لا يشاهدوا التلفزيون في الليالي المدرسية وأن تقتصر المشاهدة على أيام الإجازات ونهاية الأسبوع بحيث لا تزيد عن ثلاثة أو أربعة ساعات . يعلق المدير على ذلك قائلاً « يمكنك ملاحظة تأثير ذلك على الفتيان تقريباً في الحال » . وأضاف في مقالة صدرت له في مجلة الآباء « بمجرد انقضاء ثلاثة أيام بعد إغلاق التلفزيون لاحظنا حدوث تغيير مذهش في سلوك الأولاد . فهم أصبحوا قادرين على التركيز بشكل أفضل وتحقق لهم مقدرة على متابعة التوجيهات ، ويتعايشون بشكل سلمي مع جيرانهم . ولكن إذا عادوا مرة أخرى لمشاهدة التلفزيون فإنك سوف تلاحظ الفرق فوراً » .

هناك فكرة أخرى يمكن تطبيقها إذا كنت من عائلة تهوى مشاهدة التلفزيون : سجل البرامج المختارة للمشاهدة في وقت مناسب للعائلة واستخدم أيضاً وسائل المشاهدة الأخرى كبديل مثل الفيديو والـ D.V.D التي يمكن أن تساهم في تعليم وتثقيف ابنك فيما يختص بالأمر المهمة في الحياة . نحن كأباء نستطيع أن نختار

إلى حد بعيد ما يعتبر مدخلات إلى أذهان أبنائنا ، وعندما تحصل على مدخلات إيجابية تجنى بالطبع مخرجات إيجابية والعكس صحيح .

### تصوير الأطفال جنسياً

من المشاكل الملحة التي تواجه الآباء في أيامنا هذه هي مسألة تصوير الأطفال جنسياً ، وقد صدر تقرير هام من لجنة منبثقة من الكونغرس الأمريكي سنة ١٩٨٦ يقول : « من أكثر الأمور انتشاراً في موضوع استغلال الأطفال جنسياً هو التصوير الجنسي لهم ، فالمرضى بمعاينة الأطفال جنسياً يسحره تماماً موضوع الاطلاع على الصور الجنسية للأطفال . ويقدر المخبر البوليسي وليم دورين الذي يعمل في دائرة بوليس لوس أنجلوس أن من ضمن سبعمائة متهم قبض عليهم بسبب معاينة الأطفال جنسياً خلال العشر سنوات الماضية ، وجد مع أكثر من نصفهم صور جنسية للأطفال ، ٨٠ ٪ منهم يحوزون صوراً جنسية للأطفال أو البالغين . والتصوير الجنسي للأطفال يلعب دوراً رئيسياً في استغلال اللواتين لهم . هو يخدمهم في تبرير سلوكهم المشين ويساعدهم أيضاً على إغراء ضحاياهم ويقدم لهم وسيلة لتهديد الأطفال لكي لا يفتضح أمرهم .

وقد عبر نورمان كوزنر في مجلة ساترداي ريفيو عن هذه المشكلة أفضل تعبير عندما كتب :

« المشكلة في ظاهرة انتشار التصوير الجنسي للأطفال ليس في أنها تفسد فقط ، لكن هي تهبط بالإنسانية درجات إلى أسفل ؛ ليس إنها تكشف العواطف لكن هي في الواقع تعرقل وتقيد المشاعر النبيلة ؛ ليس أنها تشجع الميول الناضجة لكن هي انتكاسة تعود بنا إلى عبودية الأطفال ؛ ليس أنها تفتح نوافذ المعرفة لكن هي تشوه



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

بشكل متعمد المنظر العام . الإقدام والبسالة تدعي ولكن الحب ينكر ، ما لدينا ليست هي الحرية ولكنها عبودية الإنسان للإنسان » .

وفي تاريخ سابق يعود إلى سنة ١٩٨٤ ظهر مقال قيم في جريدة مورننج نيوز بدالاس بقلم ريتشارد بينسيك يوضح فيه حقيقة مستغلي الأطفال - وهدي من نشر أجزاء من هذا المقال هو أنه مذكر دائم لنا بأن الأمور عموماً ليست كما تبدو في ظاهرها - وعنوان المقال « تعرف جيداً على الأشخاص الذين يرعون أطفالك » . وفيه :

« هذه السنة وفي مجال إجراء بحث مستفيض عن ظاهرة انتشار الصور الجنسية للأطفال ، تعرف موظفو الخدمات الجمركية الأمريكية على ٣٠٠ - ٤٠٠ ينتشرون في تسعة عشر ولاية تسلموا فعلاً رسائل تحتوي على مثل تلك الصور . من ضمنهم مثلاً أستاذ جامعي ، ضابط طيار في القوات الجوية ، طبيب نفساني متخصص في علاج الأطفال ، مفتش مدرسي مرموق . ويعلق على ذلك ألن ويليك وهو أحد المسؤولين الجمركيين قائلاً ربما تعتبر نوعية المراكز الاجتماعية السابق الإشارة إليها أمراً عادياً ، ولكننا في الواقع اكتشفنا وجود أناس آخرين تلقوا مثل هذه الرسائل ويمكن اعتبارهم من أعمدة المجتمع الأمريكي ! » .

ويقول كنيث لانيج العميل في FBI والخبير بقضايا الاستغلال الجنسي « لا تعتبر كل قضية « استغلال » جنسي مختصة فقط بالتصوير ، فاللواطين غالباً ما يجمعون صور الأطفال المولودين حديثاً ليوضحوا للطفل الضحية كم هو أمر عادي أن يتعرض . هم أيضاً يستخدمون تلك الصور للعمل على استثارة مشاعرهم المريضة ، فالشخص منهم يغري ويخدع بل ويهدد الطفل إذا دعت الحاجة لذلك ليقبل العلاقة الجنسية . وهنا تعتبر الصور ذات أهمية خاصة لتحقيق هدفه . ومن النادر أن يلجأوا للعنف مع

الأطفال ، فأخر ما يرغب فيه اللواطي أن يكون بين يديه ضحية غير راغبة . هم يختارون الطفل الذي ليس هناك احتمال أن يقول « لا » ، وغالباً ما تنتهي محاولاتهم مع الطفل المقاوم . يجب على المستغل أولاً أن يجد المكان والزمان المناسبين للحصول على الطفل . والعلاقة تحدث غالباً بسبب نوعية عمل المستغل أو من خلال المنظمات التطوعية . وحوالي ٨٠٪ من ضحايا الاستغلال الجنسي يعرفون من هم الذين اعتدوا عليهم . . وما أن يقع الطفل في مصيدة اللواطي حتى يحرضه هذا باستخدام الحلويات أو الألعاب ، أو اقتراح رحلة إلى المنتزهات أو دور السينما . وما أن يشعر الطفل بالاطمئنان حتى يمارس معه المستغل بعض النشاطات ذات المظهر البرئ كالزغزغة والمصارعة يتبعها بعض الأحضان .

ويضيف لانتج من FBI قائلاً تعتبر الصور هي المرحلة التالية في عملية الإغواء ، وهي تستخدم كمادة مناسبة للتقليل من ممانعة الطفل . . وكما تعلمون فإن الأطفال يتمتعون بخاصية الفضول ، فما أن يروا تلك الصور حتى يصيحون « لماذا يتعري هؤلاء الأطفال ؟ » هنا يجيب من وثق به الطفل قائلاً « هل تعتقد أنني أفعل شيئاً خاطئاً ؟ هؤلاء الأطفال الذين تراه في الصور تمتعوا بأجمل الأوقات ، وأنت تفوقهم جمالاً ، هل توافق أن أصورك بعض الصور مثلهم ؟ . . وكلما انغمس الطفل في تلك اللعبة صعب عليه التراجع . وإذا حاول أحدهم ذلك ، هنا يبدأ دور التهديد . وما أن تلتقط الصور حتى يهدد اللواطي الطفل بأنه سيعرض تلك الصور على أبويه .

لتحمي طفلك من الاستغلال ، يجب أن تعرف أين هو الآن وما الذي يفعله في كل وقت . إذا سمحت لجار طيب منهم أن يساعدك بأن يجالس أطفالك حتى تقضي أنت وزوجتك بعض الزيارات الخارجية ، فإنه واجب عليك أن تعرف الكثير

## طرق فعّالة للتربية الايجابية للطفل في عالم متغير

عن هذا الشخص . بالإضافة إلى ذلك يجب أن تكون حساساً وملاحظاً لما يتفوه به طفلك ذاكراً الألعاب التي شارك فيها أو الصور التي التقطت له .

يجب أن تعلم طفلك في سن مبكرة عن أماكن الجسد التي يجب أن لا يلمسها أحد بدون إذن بابا وماما ( بعض المختصين ينصحون بشراء مايوهات ساترة - لكن ليس من النوع البكيني الذي يعرض معظم الجسم ، وينبهون على الأطفال أن كل جزء مغطى من الجسم يجب أن لا يعرى أو يمس بدون إذن الأبوين ، وهذا يزيح الارتباك جانباً عندما تذهب بطفلك إلى الطبيب ) .

هناك احتياطات بديع يجب أن يتبع وهو أن تظهر فجأة لترى ما يفعله البالغ الذي يرفع أطفالك .

### هل تعاطي المخدرات مشكلة رقم واحد؟

هذه الأيام ، يعتبر كثير من الناس أن مشكلة تعاطي و تجارة المخدرات هي التي تصدر كل المشاكل . بالتأكيد هم يضعون في حساباتهم ضخامة التكلفة بالإضافة إلى التعاسة التي تسببها والتي تتصاعد بأرقام فلكية تجعل العقل في حالة من الذهول والارتباك .

إنها مشكلة عسيرة حقاً ، حتى أن الكثيرون يعتقدون أنه لا حل لها بشكل قاطع . بالطبع أرفض هذه الفكرة وأؤمن أن قدراً كبيراً من الحل سنجده في صفحات هذا الكتاب .

المخدرات ، العنف ، انعدام الأخلاق . . الخ ، ليست هي المشاكل ، إنها جميعاً تمثل المظهر الخارجي المغلف لهذه المشاكل ، ويجب علينا أن نتعامل مع أسباب المشاكل لأن هذا هو الطريق الوحيد المؤدي إلى حلها والقضاء عليها .

الدكتور فورست تينانت الخبير العالمي في المخدرات ومشاكلها وطرق العلاج منها ومنع تداولها ، يؤمن إيمانا قاطعا بأننا لو تمكنا من حل مشكلة التدخين نكون بذلك قد نجحنا في القضاء على جزء كبير وحيوي من مشكلة المخدرات . تفسيره بسيط ومنطقي ، فأكثر من ٩٥٪ ممن يتعاطون مخدر ( الماريجوانا ) بدأوا أولاً بتدخين السجائر ( أنت مضطر أن تتعلم كيف تستنشق جيداً لكي تتعاطى هذا المخدر ، وتدخين السجائر هو المعلم الأول لإتقان هذا الأمر ) ٩٥٪ ممن تعاطوا الكوكايين أو الهيروين أو كليهما دخنوا أولاً الماريجوانا في مساراتهم الأولى في طريق الإدمان . هو لا يقول إن كل شخص دخن السجائر سينتهي به الأمر بأن يتعاطى المخدرات ، لكنه يؤكد أن ٩٥٪ ممن يتعاطون الكوكايين و الهيروين بدأوا أولاً بتدخين السجائر .

هناك سبب وجيه آخر يبرر الإقلاع عن التدخين ، وهو حقيقة أن كل سيجارة تدخنها تنقص من عمرك ١٤ دقيقة مقارنة بمن لم يدخن أبداً . واليوم فإن واحد من كل خمسة بأمريكا يموت بسبب مباشر أو غير مباشر لتدخين السجائر . وطبقاً لتقرير أصدرته منظمة الصحة العالمية يقول إن هناك أربعة ملايين شخص يموتون سنوياً على مستوى العالم بسبب الأمراض التي يسببها التدخين . التدمير الذي يسببه تدخين الماريجوانا والجهل المطبق للأولاد وكذلك آبائهم بالمصائب والأضرار التي لا يمكن الإفلات منها التي يسببها تدخين هذا المخدر تمثل صدمة بالغة لي .

نعم نحن نعيش في عالم سلبي ، والعقبات التي نحتاج التغلب عليها عسيرة الحل ، دعنا إذن نتأمل فيما رصده أحدهم محلاً تلك العقبات .

حكى جيرهارد جولتنر عن ذلك الفيلسوف الحكيم الذي ذكر أن العقبة الوحيدة التي تعوق النسر عن الطيران بسرعة هائلة هو الهواء ، مع ذلك إذا سحبنا هذا الهواء

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وجعلنا هذا الطائر النبيل يطير في الفراغ فانه سوف يقع في الحال إلى الأرض ولن يتمكن من التحليق مرة أخرى . فالعنصر الذي يقدم لنا مقاومة الطيران هو نفسه العنصر اللازم للطيران . والعقبة الوحيدة التي يعاني منها قارب آلي في اختراق الأمواج هي مقاومة الماء للمحرك ، مع ذلك إذا انتفت هذه المقاومة فإن القارب لن يتحرك من مكانه . القانون الذي يحدد أن المقاومة هي ذاتها العنصر اللازم للنجاح يصلح تطبيقه أيضاً بالنسبة للبشر . فالحياة التي اندثرت فيها عناصر المقاومة والعقبات سوف تخفض من الفرص والإمكانات والقوى إلى درجة الصفر . المقاومات توقظنا وتشحذ ملكاتنا ، والإجهاذ يمدنا بقوى متجددة ، فمن حُسن المقاومة تبرز القوة ، ومن خُضم خيبة الأمل تظهر علامات النمو ومن الحرمان تتولد الرغبة .

لكي ننشئ طفلاً إيجابياً يجب أن نعلم أن هناك أموراً يصعب علينا أن نفعلها بالنيابة عن أبنائنا ، وحتى إذا حاولنا أن نحميمهم من الأذى فلن نستطيع أبداً أن نبعدهم عن تأثيرات العالم السلبية . لن يكون بمقدورنا أن نشعر بالألم بدلاً منهم عندما تلتوي أقدامهم أو يكسرون إصبعاً أو يجرحون إبهاماً أو يتعرضون لمرض . لن يتيسر لنا أن نجلس بدلاً منهم ونحضر الامتحان أو نكتب عنهم طلبات التوظيف عندما يستعدون لدخول عالم العمل .

بدلاً من النظر للعقبات كأمر لا يدعو للسرور . نقول إنه مما يدعو للغبطة أن تسير مسار الأمور على هذا الشكل ، وإذا فرض وأُتيح لنا نحن الآباء أن نتلقى كل الأذى بدلاً منهم ، فإن الكثيرين منا سيعتبر أن ما يحدث لهم مبالغ فيه إلى حد كبير بينما أولادنا يدرجون في مراحل العمر ، إلا أن المشكلة التي ستظهر حينذاك هي أن أطفالنا لن ينموا أبداً وسوف يظلون أطفالاً إلى المنتهى .

عندما يصطدم أولادنا بالمصاعب والضربات ، فما يحتاجونه منا فعلاً هو أننا نتفهم

ما يحدث لهم ، وإننا متواجدون دائماً ، وإننا نحبههم وندعمهم . نحن نحتاج أن نتفهم تماماً أهمية التدعيم في تلك المواقف ، وعلى العكس فإن الآباء الذين يتعاطفون مع أطفالهم غالباً ما ينشئون أطفالاً مدللين لأنهم يحاولون أن يفعلوا كل شيء نيابة عن الابن ، وأكثر تحديداً فإنهم يلبون له أي رغبة يديها .

التعاطف يعني أن يتمثل شعورك مع شعور الآخر ، أما التدعيم فيعني أنك تتفهم شعور الآخر ، لكنك لا تشعر تماماً بمثل شعوره . ولأنك لن تنخرط في الشعور المتماثل ، لذا تكون قادراً أن تخطو عدة خطوات للخلف وتمعن النظر في المشكلة التي تواجه ابنك وتقدم حلولاً موضوعية . وهذا هو الدور المطلوب أن تنتهجه لتربي طفلاً إيجابياً . إن شعوري المتفائل يخبرني أن هذا الكتاب الذي بين أيديكم سوف يكون أداة مفيدة في المساعدة على تحقيق ذلك .



### تقييم ذاتي

( ١ ) اعط مثلاً عن المناقشات السلبية التي جرت بينك وبين أبنائك ، وحاول أن تحول كل منها إلى مظهر إيجابي .

( ٢ ) ما هي المناقشات السلبية التي تجري بينك وبين ذاتك على أسس ثابتة ؟

( ٣ ) ما هي الأمثلة الأساسية التي تصور في رأيك المظاهر السلبية في العالم ؟

( ٤ ) ما هي نطاقات اهتماماتك ؟ وكذلك اهتمامات أبنائك ؟ ما هي التغييرات التي يمكن لك أن تحدثها لتحويل تأثيراتها من سلبية إلى إيجابية ؟

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

( ٥ ) هل لديك سياسة عائلية لتشغيل التلفزيون أو سماع الأنواع المختلفة من الموسيقى؟ وبعدها قرأت هذا الفصل ، هل تعتبر سياستك مناسبة ؟

( ٦ ) هل تؤمن أنه في استطاعتك أن تغير من موقف عائلي سلبي ؟ وإذا حدث هذا ، ما هي الخطوات التي سوف تتبعها لتحقيق ذلك ؟





# الفصل الثالث

## خصائص الناجحين

### من هنا أبدأ

أما وقد حددنا بعض العقبات التي تتواجد في عالمنا هذا ، وبالتالي تقف حائلاً أمامك لتنشئة طفل إيجابي ، لذا دعنا أن نبحث عن الحلول المطلوبة . أنني لا أعلم من أنت ولا أعرف ما هو تقييمك للفظه ( النجاح ) ، لكن عندما أتكلم عن النجاح ، فأنا في الواقع أقصد ذلك النجاح المتوازن .

من خلال تصوراتي الشخصية ، فإنه إذا أُتيح لي أن أربح مليوناً من الدولارات لكن في المقابل أدمر صحتي ، فأنا هنا دفعت ثمناً غالياً في سبيل ذلك ، ومثل هذا التصرف لاحظته عند عديد من زملائي الأفاضل . وإذا حققت نجاحاً هائلاً في مجال مهنتي وأصبحت أفضل إنسان على وجه الكرة الأرضية في مجال تلك المهنة ، ثم أفاجأ بأحد أبنائي الأربعة يأتي إلى قائلاً « هل تعلم يا أبي كنت أود لو ادخرت بعض من وقتك لي وأنا في طور النمو . ربما لو منحتني قليل من النصائح التي تسبغها بكرم على الآخرين لما فشلت في حياتي وتحولت إلى تلك الكارثة التي تراها الآن أمامك » . أوكد لكم أن هذا الكلام سيمزق قلبي ، لأنني في الواقع أحب أبنائي بإفراط بالغ .

نفس هذه المخاطر في سبيل تحقيق النجاح يمكن أن تنطبق عليك أنت أيضاً بغض النظر عن سنك أو جنسك أو وظيفتك في الحياة ، فإذا كانت علاقاتك راسخة ومتينة مع عائلتك وقائمة على الحب الخالص فأنت ستصبح حينذاك أكثر تأثيراً وإنتاجاً ونجاحاً في عملك أو مهنتك .

أحد أسباب كتابة هذا الكتاب هو محاولة منحك قدر من ترقية الميول والاتجاهات ، لأنك في الواقع تطبع هذه الميول على عائلتك وبدرجة أقل على زملائك في العمل . بميولك واتجاهاتك هذه وأيضاً ثباتك المستقبلي تستطيع أن تعمل بشكل مؤثر على أن تمد ابنك بكل المواصفات ليكون إيجابياً في الحياة .

### ما الذي يستلزمه النجاح ؟

ما الذي يستلزمه تحقيق ما يتمناه كل فرد منا ، ولكن القلة هم الذين يحققونه فعلاً ؟ من الأشياء التي أنفذها في المحاضرات التي ألقيتها في كل أنحاء العالم هي أن أسأل جمهوري أن يحددوا صفات أكثر الرجال نجاحاً صادفوه في حياتهم . من المثير للدهشة والاهتمام أنه بغض النظر عن الموقع الجغرافي أو نوعية السامعين – سواء كانوا أطباء أسنان ، بائعين ، معلمين ، وزراء أو حتى شخص من الجمهور العادي – فإن الإجابات تكون متشابهة تقريباً والصفات هي :

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مهتم	أمين*	يقدر ذاته
منصت جيد	ذو تفكير إيجابي*	مؤمن*
منظم	يمكن الاعتماد عليه*	ذو معارف متعددة
على خلق	له خيال	يشعر بالمرح دائماً*
باحث جيد	نشط	ودود
مثابر*	متوازن*	محب*
ملتزم*	يتحمل المسؤولية*	مفكر
يعمل بجد واجتهاد*	متحمس*	يعمل على تحقيق الأهداف
مقبول في شخصيته	ذكي	مخلص
متعاطف	له اتجاه أو موقف من الحياة*	حكيم

وهذه القائمة تتغير من حين لآخر ، لكن كل المستمعين تقريباً يسجلون الصفات التي أمامها نجمة .

### ميول ومواهب أم مهارات ؟

في الخطوة التالية أنا أسأل المستمعين أن يتأملوا في تلك الصفات ويحددوا ما الذي يعتبر منها اتجاه أو موهبة والآخر الذي يعتبر مهارة مكتسبة . ويجب أن تجرب أنت هذا وتفعل مثلهم . أكتب حرف ( أ ) أمام اتجاه وحرف ( م ) أمام المهارة . إذا

### ٣. خصائص الناجحين

كانت إجاباتك متوافقة مع جمهور المستمعين المثالية فأنت من المحتمل سوف تحدد اثنين وعشرين إلى ستة وعشرين صفة من التسعة والعشرين كاتجاهات . وواحدة أو اثنتين عبارة عن خليط من الميول والمهارات ، وواحدة أو اثنتين فقط كمهارات صافية ( مثل صفة منظم و منصت جيد ) وهناك صفات أخرى مثل الخيال والحكمة تعتبر أيضاً مواهب وآلآن ، هل تعتقد أن الميول والاتجاهات لها الأهمية الكبرى في الحياة بغض النظر عما تفعله أو تخطط لفعله ؟ .

سؤال : هل حضرت درسا في أي مكان أو في أي وقت و تحت أي ظروف حاول بشكل محدد أن يعلمك كيف تطور هذه الصفات ؟ .

خبرتي في أرجاء العالم تبين لي أن هناك ١ إلى ٢٪ فقط حصلوا فعلا على دراسات تهدف إلى ترقية صفات النجاح تلك .

### من هو المسئول

هنا أبادر المستمعين بذلك السؤال هل تعتقدون أننا لم نلحق بركب التعليم المدرسي كما نود ونرغب ، ومن المسئول عن ذلك ؟ وخلافا للسادة المعلمين أجد أن الكل قد أجاب بنعم . بل إنهم يشعرون بالراحة لأنهم وجدوا من يلقون عليهم باللوم بسبب الصعوبات التي يلاقونها في حياتهم ، ويقولون نعم إنهم المدرسون ، إنهم يؤدون مهام وظائفهم بشكل سييء . يجب أن نفعل شيئا بشأن هذه الجماعة من الناس . هنا يشعر الجميع - ماعدا السادة المربين - بأنهم وجدوا فعلا كبش الفداء . في تلك اللحظة أحذر المستمعين أن الإشارة بإصبع السبابة نحو الآخر موجهين له اللوم لأنه سبب في المشكلات التي تصادفنا في الحياة ليس هو دائما الاتجاه السليم ، علاوة على أنه أثناء قيامنا بتوجيه السبابة نحن في الواقع نوجه ثلاثة أصابع أخرى في اتجاه أنفسنا !

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

بعد ذلك أسأل المستمعين عن عدد الساعات وكذلك عدد الأيام التي يقضيها التلميذ في المدرسة في السنة . الإجابة تكون تقريباً أن الطالب يقضي ٦ ساعات يومياً لمدة ١٨٠ يوماً خلال السنة الدراسية . معنى هذا أنه يقضي ١٠٨٠ ساعة في المدرسة كل عام ، وبما أن السنة تتكون من ٨٧٦٠ ساعة فهذا يعني أن التلميذ يقضي ١٠٨٠ ساعة في المدرسة ، و٧٦٨٠ ساعة في البيت . ثم يأتي السؤال الضخم التالي عندما أسأل كم منكم يؤمن أن على الأبوبن أن يتحملاً جزءاً بسيطاً من المسؤولية نحو تعليم هذه الصفات لأبنائهم ؟ الكل يجيب بكل حماس ولكن بقدر قليل من الخجل ويعترفون بأنه من واجب الآباء أن يتحملوا هذا القدر من المسؤولية . وأنا أمل ( وأؤمن ) بأنك أنت أيها القارئ تشعر بنفس هذا الشعور .

ثم يأتي السؤال التالي الموجه لجمهور المستمعين « كم منكم يؤمن أنه إذا تم تعليم تلك الصفات للابن في البيت ثم تشدد عليها في المدرسة ، أليس هذا قادر أن يمنحنا أفضل مواطن مع إتاحة فرصة طيبة له لأن يكون سعيداً ناجحاً متوازناً في حياته ؟ » طبعاً يوافق الكل على ذلك .

السؤال التالي « كم منكم يؤمن بأنكم ستقدمون مساعدة هائلة لأبنائكم إذا تمكنت فيكم تلك الصفات قبل تعليمها للأبناء ؟ مرة أخرى يتجاوب الكل بكل حماس مع منطقية هذا . حينئذ أقول إذن سأحاول تشجيعكم للعودة إلى قائمة الصفات التي بين أيديكم وأن تضعوا علامة صح على كل الصفات التي تظنون أنها في مقدوركم تعلمها .

### صفات النجاح يمكن تعلمها

عندما تفحص هذه القائمة ستلاحظ أن كل هذه الصفات يمكن تعلمها واستيعابها . وإذا أمكن تعلمها ، إذن هي مهارات . هذا يعني أنه يمكنك أن تحصل

## ٣. خصائص الناجحين

على كل صفة ضرورية للنجاح ، بمعنى آخر هذا يعني أنك إذا حصلت عليها ثم استخدمتها فإنك ستصبح ناجحاً في مجالك . ليس هذا فقط بل يمكنك أن تربي أطفالك ليصبحوا هم أيضاً ناجحين . أكثر من ذلك ، فإن معظمكم يحوز فعلاً بعض من تلك الصفات التي يتسم بها أكثر الناس نجاحاً وتعرفونه . هذا يعني أنه في إمكانك أن تستخدم ما بحوزتك من صفات لتحسنها وترقيها . والقصة التالية توضح تلك النقطة .

### الحصول على فائدة مما تمتلكه

في أوائل عام ١٩٠٠ خارج بلدة بومنت التابعة لولاية تكساس ، كان أحد المزارعين يصارع من أجل بقاءه على قيد الحياة . فبالرغم من امتلاكه لقطعة كبيرة من الأرض فإن شح المطر سبب له الجذب والخراب . ولكي يعول عائلته بدأ في بيع بعض من أرضه . في يوم ما أخبره أحد الرجال العاملين في مجال البترول أنه يظن أن باطن أرضه يحتوي على هذا السائل السحري واتفق معه على أن يدفع له حقوق مجزية مقابل السماح له بالبحث عن البترول في أرضه . لأن هذا المزارع لم يكن لديه ما يخسره بل يمكن أن يحصل على الكثير ، لذا تم الاتفاق فعلاً . في تلك الأيام كانت آلة الحفر تصنع من الخشب ، وعند اكتشاف البترول بأي كمية معقولة كانت القوة الدافعة للسائل المنبثق تدمر آلة الحفر ، وكلما كان التدمير عظيماً كلما ازدادت الاستشارة والفرح ، لأن هذا هو المؤشر الحقيقي على حجم الحقل البترولي .

في حالتنا هذه تدمرت آلة الحفر بشناعة ، لقد عثروا على بئر غني للبترول ، في الحقيقة تدفق في الهواء مائة ألف برميل من البترول قبلما أتيحت لهم فرصة غلق فوهة البئر . لقد عثروا على حقل سبندل توب أشهر حقل بترولي في التاريخ وأصبح هذا المزارع في لحظة مليونيراً ، أو ليس كذلك ؟ في الواقع هذا الرجل كان مليونيراً

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

منذ امتلك هذه المزرعة ، لكن حتى اكتشاف البترول واستخراجه من القاع وطرحه في السوق للحصول على قيمته البيعية ، لم يكن للبترول المدفون في الأرض أي قيمة .

نحن نتشابه مع هذا الموقف ، فإلى حين تعرفنا على قدراتنا وتقييمها ، لن نستطيع عرضها في السوق لنحصل على قيمتها النقدية ، وبدون تمييزنا لقدرات أطفالنا فلن نتحمس ونسرع في مساعدتهم على تطوير وتحقيق قدراتهم الكامنة .

### دعم وأكد مطالبك في الحياة

منذ سنوات طرت أنا وزوج ابنتي إلى سكرمنتو لتنظيم سلسلة من المحاضرات ، فاستقبلنا المضيف والمضييفة في المطار وقادوا بنا السيارة ، وفي الطريق أخبرونا أن مناجم سترميل لا تبعد سوى ثلاثين دقيقة عن المكان الذي سوف ألقى فيه محاضراتي . وسترميل هذه هي المدينة التي اكتشف فيها جيمس مارشال الذهب في خليج ستر سنة ١٨٤٨ - وهو الاكتشاف الذي بدأ به الهجوم الكبير الذي بدأ سنة ١٨٤٩ حيث تدفق الناس من كل أنحاء أمريكا والخارج ليحربوا حظهم في اكتشاف ذهب كاليفورنيا .

الذي لا يعرفه الكثيرون أنه في سنة ١٨٨٠ وجدت جثة أحد المنقبين على الذهب في منجم مهجور . لم يكن هذا الشخص سوى جيمس مارشال - وهو نفس الشخص الذي اكتشف الذهب وتسبب في تلك الهجرة الضخمة إلى كاليفورنيا وتسبب في ثراء مجموعة كبيرة من الناس . لقد مات هذا الرجل مفلساً مهجوراً لأنه لم يجد لديه الوقت الكافي لإعلان حقوقه .

لتنشئة طفل إيجابي يجب علينا نحن الآباء أن نحدد الخصائص اللازمة للنجاح ، ثم نقنع أولادنا بأنهم يمتلكون فعلاً إمكانات النجاح ونعرفهم كيف يعلنون عن



### ٣. خصائص النجاحين

حقهم في الحياة .

إنه نظام ضخّم وجيد ، لكن يمكن تحقيقه وتنفيذه . الآن دعنا ننظر إلى بعض خصائص النجاح التي تحتاج إليها أنت وأطفالك لكي تعملوا على تنميتها لتحقيق هذا الهدف .

#### تأسيس النجاح

هناك اعتقاد شائع بأننا نبدأ في الالتحاق بالعمل بعدما نتخرج من مرحلة التعليم ثم نبحث عن عمل ، لكن هذا ليس حقيقياً . إن عملنا يبدأ منذ لحظة تشكيلنا في بطن أمهاتنا ويتطور مع الزمن حتى قبل اليوم الأول لدخولنا الرسمي للمدرسة . هناك كثير من العوامل تلعب أدواراً محددة في رسم حياتنا المستقبلية ونحن مازلنا في الرحم . هناك أيضاً معلومة موثقة تؤكد أننا نتجاوب مع المؤثرات الخارجية حتى قبل أربعة شهور من ولادتنا . ومنذ حدوث الولادة فإن مدخلاتنا وبيئتنا تلعب دوراً هاماً في مستقبل حياتنا .

منذ عدة سنوات كان لي حظ زيارة مدينة كالجاري بكندا ، وأن أتناول وجبة الغذاء في المطعم الذي يقع في قمة البرج . هذا المبنى الضخم يبلغ طوله ٦٢٦ قدماً - أطول من ملعبين لكرة القدم ملتصقين من نهايتهما - إنه ارتفاع مذهل ! وأثناء ركوبنا المصعد نحو القمة استمعنا لتسجيل يوضح بيانات عن طول البرج ومعلومات أخرى هامة . وزن البرج اثني عشر ألف طن ، وسبعة آلاف طن منها تقع أسفل الطابق الأرضي بأساس عميق ومتين ، لذلك لا عجب أن نصعد إلى قمته ونحن مطمئنين . المهندس الجيد يستطيع أن يتأمل في حجم الحفرة المعدة لوضع الأساس ويحسب جيداً حدود الشكل النهائي للمبنى . حجم الأساس هو الذي يحدد حجم المنشأة ، وكلما زاد عمق وعرض الأساس كلما أمكن أن يصبح المبنى أطول وأعرض .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### افعل مثلي

الأساس المتين للأطفال يشمل قاعدة أخلاق راسخة . الآباء الذين يعلمون أبناءهم الأمانة لكن يفشلون هم أنفسهم في تحقيق تلك الصفة يتركون ورائهم مشاكل حقيقية .

مثلاً ، افترض أن الأبوين يخبران أبناءهما دائماً أن ينطقوا بالصدق ، ولكن عندما يرن جرس التليفون يقول الأب للطفل الممسك بالسماعة قل لهم إنني غير موجود في المنزل . هنا الرسالة الموجهة للطفل واضحة تماماً . إذا سُمح للأطفال أن يكذبوا من أجل الآباء ، فإنهم بذلك يتعلمون كيف يكذبون على أبويهم .

هناك مثل آخر ، لنفرض أن الأبوين يلقنان ابنهما أن يطيع القانون ، بينما أنت تثبت جهازاً صغيراً في سيارتك يكشف أما كن تواجد الرادار لتتجنب الإمساك بك بسبب السرعة الزائدة . مرة أخرى الرسالة واضحة : إذا كنت في سبيلك لكسر القانون ، احذر أن تُضبط متلبساً . كن ذكياً مثل أبيك وأمك ، واستمعوا لمثال آخر : لنفرض أن الأبوين يرشدان أبناءهما ليصبحوا مواطنين صالحين ، بينما هما يغشان في بيانات الضرائب المقدمة للدولة . الرسالة ؟ لك الحق أن لا تكون أميناً فيما يختص بتحديد الضرائب المفروضة عليك لأن الحكومة سوف تبذر هذه النقود على أية حال . الآباء الذين يفعلون مثل هذا يعتبرون غير أمناء ويعلمون أبناءهم أن يماثلوهم في ذلك .

### هناك سوق للأخلاق الحميدة

المنزل هو المكان الوحيد الذي نرسي فيه أساس الأخلاق الجيدة ، ولكن المهمة يجب أن تتواصل في معاهدنا الدراسية .

### ٣. خصائص الناجحين

قال فرانكلين ديلانو روزفلت إن تدريب رجلاً لرفعة ذهنه فقط ، وليس أخلاقه ومبادئه ، إنما أنت تدرب إنساناً خطراً على المجتمع .

ويضيف ستيفن مولر الرئيس السابق لجامعة جون هوبكنز قائلاً « إن تفشل في غرس بعض القيم والمبادئ في طلابنا ، فهذا يعني أن الجامعات تفرز لنا مجموعة من البرابرة المهرة » . أضف على ذلك بقولي إن الأمانة هي بضاعة يمكن تداولها . منذ عدة سنوات قامت جماعة بحثية في بوسطن بدراسة أحوال ٣٤١ من رجال البيع ينتمون إلى أحد عشر شركة تتعامل مع خمس صناعات مختلفة لتحديد معايير تفوق الإنجازات البيعية للبعض مقارناً بمن يعتبرون متوسطي الإنجاز . ( من هؤلاء اتضح أن هناك ١٧٣ فرداً في قائمة أفضل الموزعين بينما هناك ١٦٨ فرداً ذوي قدرات متوسطة في التسويق ) .

عندما انتهت الدراسة ، كان واضحاً أن الفروق بين المجموعتين لا يمكن إرجاعها فقط لدرجة المهارة ، المعلومات أو المقدرة ، لقد اكتشفت تلك الجماعة البحثية أن الفرق يعود فقط إلى الأمانة ! الأفراد الذين حصلوا على القمة في الإنجاز كان بسبب أن عملاءهم يثقون فيهم ، ولأن زبائنهم يصدقونهم لذا هم يشترون منهم .

يرتبط اعتباركم أبوين مؤثرين على عنصر الثقة أيضاً ، إذا علم الأطفال أن الأب وألام يؤمنان فعلاً بما يلقيه لأطفالهما ، وعندما يعرفون أن ما ينصح به الآباء متطابق فعلاً مع حياة الوالدين الشخصية ، هنا يثق الأطفال في أبيهم ويتجاوزون بكل ثقة فيما يقولونه . نحن نهبط بمعنويات أبنائنا إذا قلنا لهم يوماً لا تفعل ما أفعله ، لكن افعل فقط ما أقوله لك .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### تقبل المسؤولية

عندما يشترك فردان أو أكثر في المعيشة المشتركة داخل المنزل ، نلاحظ دائماً تواجد مناقشات وصراعات تختص بالمسؤوليات ، وأفضل الفرص لتعليم غرس القيم وتحمل المسؤولية نحصل عليه أثناء سير الحياة اليومية للبيت . نحن جميعاً نعلم أن هناك أربعة آلاف مهمة مطلوب إنجازها داخل كل منزل يومياً ( مع بعض المبالغة البسيطة ) . وللأسف كثيراً ما نسمع داخل منازلنا بعض القرارات التعسفية تعلن هذا ليس من اختصاصي ولن أعمله . القصة القصيرة التالية توضح ما أقصده بطريقة أطرف .

تحكي هذه القصة عن أربعة أشخاص يعيشون في منزل واحد ، وأسمائهم على التوالي هي : ( كلهم ) ، ( بعضهم ) ، ( أيهم ) ، ( لا أحد ) . وكانت هناك مهمة ضرورية مطلوب إنجازها . كان ( كلهم ) موقناً أن ( بعضهم ) سوف يؤدي هذه المهمة ، وباستطاعة ( أيهم ) أن يؤديها ، لكن ( لا أحد ) أداها فعلاً ، غضب ( بعضهم ) لأن تلك المهمة تقع تحت اختصاص ( كلهم ) ، وبينما ( كلهم ) ظن أنه طالما أن ( أيهم ) يستطيع إنجاز تلك المهمة فإن ( بعضهم ) سيؤديها . لكن ( لا أحد ) تحقق من أن ( كلهم ) كان يظن أن ( بعضهم ) سوف يؤديها والنتيجة النهائية أن ( لا أحد ) فعل ما كان باستطاعة ( أيهم ) أن يفعله .

### أي إنسان يستطيع - وكل إنسان يجب عليه

البيئة التي يمثلها المنزل ذات أهمية بالغة في موضوع تنشئة الأطفال ، إنه من الأفضل أن يكون البيت مرتباً ومنظماً ( لاحظ أنني لم أقل أنه يجب أن يماثل المستشفى ) فالراحة والفخر اللذان يحس بها مالك المنزل نشعرنا بالارتياح والسرور ، لأن محيط المنزل يؤثر على كل من يعيش في حماه ، فإن هناك مناطق من المسؤولية مطلوب تحديدها ورسمها .

### ٣. خصائص الناجحين

مثلاً ، إذا وقعت قطعة من الورق على الأرض ، فإنها ليست من مسؤولية شخص محدد لالتقاطها ووضعها في سلة المهملات - إنها مسؤولية تخص الجميع ، والشخص الأول الذي يراها يكون ملزماً بالتقاطها . والكل سوف ينتفع عندما يقوم أحدهم بتنفيذ تلك المهمة البسيطة .

#### الشخصية وسيلة أمان وضمان

سئل ج . ب . مورجان مرة عما يعتبره أكثر ما يحتاجه البنوك من الفرد العامل ، فبدون تردد قال الشخصية . وعبر وليم ليك عن نفس المعنى بالشكل التالي من أكثر الدروس التي تعلمها لنا الخبرة المكتسبة أن النجاح يتحقق بشكل إجمالي معتمداً على الشخصية أكثر من الذكاء والحظ .

منذ أربعين عاماً وفي بدء إنشاء فريق الكرة الشهير ( دالاس كاوبويز ) اتخذ مديرو الفريق اتجاهاً غير عادي ، فهم بدلاً من التوجه إلى فرق الكرة الناجحة ليحصلوا منهم على المشورة وكيفية أداء المهام ، ذهبوا إلى الشركات الناجحة مثل جنرال موتورز ، أي . بي . أم وزيروكس وسألوا العاملين عما يتوقعونه من قادتهم . بدون استثناء ، قال أكثر الناس نجاحاً ورفعة في بلدنا ، إنهم يبحثون أولاً عن الشخصية لضمان توازن الإنسان .

عندما نبدأ بالشخصية الثابتة كأساس ، فإن اختياراتنا لن يكون لها حدود - أليس من المنطقي أن نحاول مساعدة أطفالنا على تنمية هذه الخاصية الهامة ؟ .

#### الاسم الحسن يحتاج إلى الرعاية والحماية

كل خطوة نخطوها تحمل في طياتها تأثير اسم العائلة التي ننتمي إليها ، وهو أمر بالغ الأهمية . منذ حوالي سنتين قررنا الذهاب إلى موطننا حيث ولدنا وهي مدينة يازو

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

التي تقع على الميسيسي لحضور مناسبة عائلية . كان باقي أفراد عائلتنا الكبيرة يحضرون دائماً ومعهم بعض المأكولات المنزلية ، لكن في حالتنا نحن ، فإننا كنا نظير أولاً إلى مدينة جاكسون ثم نستأجر سيارة حتى مدينتنا الأصلية . لكل هذا فإن ما كان يمكننا أن نحمله معنا محدوداً ، ولهذا السبب كنا نتوقف في محل كبير للبقالة في مدينة يازو ونشتري بعض المستلزمات . في هذه المناسبة بالذات كتبت زوجتي شيكاً وسلمته لموظف الخزينة ثم أمسكت بمحفظتها تبحث داخلها وهي تقول بالطبع سيلزمك أن تطلع على رخصة قيادتي وبطاقة ائتماني فتطلع الموظف إلى الشيك ورد قائلاً « لا يا سيدتي ، لأنه في مدينة يازو يعتبر هذا الاسم المذكور في الشيك هو الضمانة الوحيدة » .

هنا شعرت أنا وزوجتي براحة عميقة ، لأن عائلتي هي التي منحتنا هذا الميراث الثمين .

### السمعة الحسنة في المدرسة

من أكثر الأمور أهمية هو أن ننقل لأبنائنا أهمية حماية أسمائهم . فأسماؤنا مرادفة لما نكون وأين نحن الآن ، وما الذي نمثله .

يجب أن نعلم أطفالنا أن كلمتهم هي سندهم في الحياة وأن توقيعهم على ورقة ما لا يقدر بثمن . في المدرسة عندما يضع أطفالنا أسماءهم على ورقة مدرسية ، فهم يقررون هنا إما أنهم غشاشون أو أن العمل الذي أنجزوه يدل فعلاً على جهودهم التي بذلوها . بتعليم أطفالنا أهمية الحفاظ على الاسم الحسن نحن نعلمهم كيف يشيدون أسس لمستقبل مملوء بالنجاح والإنتاجية معتمدين في ذلك على الأساس الذي يمثل ما يفعلونه اليوم .

### الصورة العملية والاجتماعية

يجب أن يتعلم أبنائنا قيمة أسمائهم لأنها مرتبطة بصورتهم العملية والاجتماعية . وعندما نبدأ الاختلاط بالآخرين ، نحن نبدأ في تلميع أو تشويه صورتنا . كبداية حياة ، فإن الاسم يشبه كتاباً صفحته خالية بيضاء منتظر أن يمتلئ بقصة حياة . هذه القصة إما أن تبني الصورة الكاملة للفرد أو أن تدمرها وتخدشها .

وحماية ميراث الاسم الحسن من أهم المفاتيح المؤدية لمستقبل إيجابي . « الصيت أفضل من الغنى العظيم » ( أمثال ٢٢ : ١ )

### البحث عن الذهب

في زمن سابق كان أندرو كارينجي هو أغنى إنسان بالولايات المتحدة الأمريكية . هذا الرجل حضر لأمريكا قادماً من سكوتلندا وهو مازال صبيّاً صغيراً ، وعمل في عدة أعمال متنوعة إلى أن انتهى به الحال ليصبح أكبر منتج للصلب في أمريكا . في وقت ما كان يعمل لحسابه ٤٣ مليونيراً ، وفي تلك الأيام كان المليونير من العملات النادرة ، وبكل تحفظ يمكن القول إن المليون دولار في أيامه تساوي الآن عشرين مليوناً من الدولارات .

سأله يوماً أحد الصحفيين كيف يعمل ٤٣ مليونيراً تحت رئاسته ، فأجاب كارينجي قائلاً بأن هؤلاء لم يكونوا مليونيرات عندما بدأوا العمل معه ، لكنهم أصبحوا كذلك نتيجة لعملهم معه ، وكان السؤال التالي وكيف طورت من هؤلاء الأفراد بحيث أصبحوا ذوي فائدة كبيرة لك لدرجة أنك دفعت لهم تلك الأجور الضخمة ؟

أجاب كارينجي بأن الرجال يطورون بمثل الطريقة التي نستخرج بها الذهب من



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المناجم ، فعندما نستخرج الذهب نستغنى عن أطنان عديدة من الفضلات لنحصل من خلالها على أوقية واحدة فقط من الذهب . . فالإنسان لا يذهب للمنجم باحثاً عن الفضلات ولكن لبحث عن الذهب . هذا هو نفس الأسلوب الذي يتبعه الآباء لتنمية أبناء إيجابيين ناجحين . أنت لا تبحث عن الشوائب أو القاذورات أو العيوب لكنك تبحث عن الذهب ، تبحث عن الجيد وليس السيئ ، تبحث عن المظاهر الإيجابية في الحياة . ومثل أي شئ آخر ، كلما بحثنا عن مزايا جيدة يتحلى بها أبنائنا ، كلما وجدنا بالفعل تلك الصفات المتميزة .

### ابحث عن الجيد وقدم له التحية

عندما تجد أمامك شئ جيد ( وهذا من السهل حدوثه ) أخبر طفلك بشكل محدد ما الذي اكتشفته وأعجبك . ثم صفق لابنك . افعل ذلك كثيراً . ملايين من الآباء يحبون أبنائهم ، لكن للأسف لا يقولون لهم ذلك . وهذا اتجاه سيئ ، لأن التشجيع يبني الثقة الفعالة .

الاستحسان له تأثير مدهش لدرجة أن طريقة سوزوكي المعروفة عالمياً لتعليم العزف على الكمان ، يبدأ فيها الدرس الأول بتلقين لأطفال في الثانية أو الثالثة أو الرابعة من العمر بأن يتقنوا الانحناء أمام الجمهور . فالمدرسون يعلمون أنه عندما ينحني الطفل فإن الجمهور الحاضر سوف يصفق فوراً . الاستحسان هو أفضل محفز توصلنا إليه ليشعر الأطفال بالارتياح عن الأداء وعن أنفسهم أيضاً .

مع ذلك فإنه بالرغم من تلك الحقيقة ، فإن هناك دراسة صادرة من مؤسسة المعلمين والآباء توضح أنه يوجد بالمدرسة الأمريكية المتوسطة ثمانية عشر اتجاهًا سلبياً في مقابل اتجاه إيجابي واحد فقط .

### ٣. خصائص الناجحين

وصدرت أيضاً دراسة وسكونسن تكشف حقيقة غريبة وهي أنه عندما يلتحق الطفل بالفصل الدراسي الأول يشعر ٨٠٪ منهم بالرضا عن نفسه ، لكن مع مرور الزمن وعندما يصل التلميذ إلى الفصل الدراسي السادس فإن ١٠٪ منهم فقط يحتفظون بصورة جيدة لأنفسهم .

الاستحسان يعتبر من أعظم أدوات التشجيع ، لكن التشجيع الحقيقي أكبر من كونه ربت على الظهر أو منح الطالب ميزة أن يكون قائداً لفرقة من مردي الهتافات . هو اتجاه إيجابي ومدخل مؤكد من الآباء ، وهو أيضاً يؤكد السلطة بأفضل طريقة ممكنة .

المدير المدرسي الدكتور فرانك رينالدي يقول إن ما يحتاجه الأولاد هو أن يسمعوا استحساناً لأنهم يفعلون شيئاً حسناً ، في أي زمن نرى أولادنا بمظهر جيد أو يؤدون عملاً جيداً ، يجب أن يسمعوا فوراً استحساناً منا .

تشجيعنا يجب أن يكون محدداً ، لا يجب أن نقول مثلاً « أنت تبدو أنيقاً هذا الصباح لكن نقول تعجبنى الطريقة التي اخترت بها قميصك المتناسق تماماً مع لون بنطلونك . . إن مظهرهما معاً جميل » . ولأن تكون مشجعاً حسناً يجب أن تكون منصتاً جيداً ، نحن في حاجة لأن ننصت لما يريد أولادنا أن نستمع إليه .

البحث عن الأمور الجيدة داخل أي إنسان أو أي موقف هي مهارة تحتاج إلى ترقية ، لكن لأننا نحب أطفالنا ، لذا يجب أن تبذل كل الجهد في هذا الشأن . وكآباء يجب أن ندرّب أنفسنا وأن نكون مثلاً للباحث الجيد . هي خاصية يتمتع بها الناجحون في الحياة ، لكن يمكن التقاطها أكثر من إمكانية تعلمها .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

**عندما نبدأ بالأخلاق كأساس فإن**

**اختيارنا سيكون بلا حدود**

### احصد فوائد البحث الجيد

هناك تجربة أجرتها جماعة مهتمة بالدراسات العائلية سنة ١٩٨٤ ، حيث قسمت ستين تلميذاً إلى ثلاثة مجموعات تتكون كل منها من عشرين تلميذاً ، وأعطيت لكل مجموعة مسائل حسابية ليقوموا بحلها على مدى خمسة أيام متصلة لكل مجموعة . المجموعة الأولى كانت تمتدح دائماً بسبب إنجازاتها السابقة ، والمجموعة الثانية كانت تنتقد ؛ أما المجموعة الثالثة فقد تم تجاهلها تماماً . لوحظ أن المجموعة التي امتدحت تحسنت نتائجها بشكل ملموس ؛ أما من انتقدوا فقد تحسنت نتائجهم أيضاً لكن ليس بنفس مستوى المجموعة الأولى ، أما من تم تجاهلهم فإنه لم يحدث لهم أي تقدم ملموس .

هذا المبدأ مازال سائداً . وسوف يظل كذلك حتى المنتهى . قال شارلز شواب أنني دائماً ما أبحث عن الشخص - مهما كان شأنه عظيماً - الذي لم ينجز أو يبذل جهداً ملموساً وهو تحت تأثير روح التشجيع والقبول أكثر مما هو متأثر بدفقات من الانتقاد والتشبيط . على نفس المنوال ، أو من أن الأولاد الذين ينشأون في جو مليء بالتشجيع والقبول ، سيشعرون دائماً بالسعادة ويكونون أكثر إنتاجية ، وأكثر طوعاً بالمقارنة بمن يتعرضون للانتقاد المستمر .

### الحصول على الهدف

يعتبر النجاح التام من الأهداف التي يمكن أن تحققها أنت وأولادك . كمية

### ٣. خصائص الناجحين

ونوعية هذا النجاح يعتمد في جزء كبير منه على مدى الجهود التي تبذلها ، والتعرف على الخصائص المميزة للناجحين هي الخطوة الأولى في هذا المجال ، يأتي بعد ذلك التزام بأن نمشي ونغير ونطبق ونغذى هذه المميزات في حياتنا . يحدث هذا أساساً بتغيير المدخلات التي تؤثر في أذهاننا ، وهذا المدخل الإيجابي الجديد سيؤدي إلى قيامنا بتحقيق إنجازات ناجحة .

اعرض هنا ملحوظة اكتشفتها وهي ذات قيمة بالغة :

أفضل زمنين خلال اليوم لتأكيد تلك المدخلات تتم في الصباح الباكر وفي وقت متأخر من الليل . وقد قدر بعض علماء علم النفس أن أول تلامس فكري ذو طبيعة خاصة تتعرض له كل يوم له التأثير الأكبر لو قورن بالخمس تلامسات التالية له وذلك فيما يختص بنوعية تفكيرك واتجاهاتك . إذا أخذنا هذا في الاعتبار ، فإنه من الأهمية بمكان أن تبدأ يومك متعمداً أن يكون المدخل الأول إيجابياً ، ربما يحدث هذا عندما تبدأ بقراءة كتاب مثير أو تتأمل في كلام الله أو تستمع لتسجيلات أو قطع موسيقية مفضلة . يمكن أن تنفذ هذا بمجرد استيقاظك ، أو أن تستمع لتسجيلاتك المحببة وأنت في طريقك إلى العمل . الوقت التالي الأكثر أهمية ونتلقى فيه المدخلات الإيجابية يقع في وقت متأخر من المساء . لعدة سنوات كنت أصر على أن أقرأ ما هو إيجابي قبل ذهابي للنوم ، وهذا يسمح للعقل اللاواعي أن يتمعن فيه أثناء الليل ويعطي الخيال طعاماً حقيقياً ، وبذلك يتطور الاتجاه الإيجابي في حياتي . إنني أشجعك تماماً أن تماثلني في ذلك .

أختم هذا الفصل بأن أحدثكم عما حدث داخل نطاق عائلة راندي فلات الذي يقطن مدينة ممفيس التابعة لولاية تينيسي ، وعما حدث لهم بتأثير مداومتهم على الاستماع للمدخلات الإيجابية التي تحتوي على تسجيلات جماعة زج زجلر .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أخبرونا كيف أنهم استيقظوا ذات صباح ليفاجأوا بأنهم جاسون ذو الأحد عشر ربيعاً وهو يكلم نفسه ، وطبقاً لما روته والدته فإن كلماته كانت كالآتي : - يا له من يوم عظيم ، إنه يوم مناسب لانتهاز الفرصة ( في إحدى تسجيلاتي كنت أؤكد على تسمية ساعة المنبه بأنها ساعة الفرصة ، لأنك عندما تسمعه فهذا يعني أنك حصلت على فرصة لتقوم من نومك وتتقدم في حياتك ) إنني سأحصل على أعلى الدرجات في المدرسة هذا اليوم ! وسوف أحصل على أفضل شيء كل أيام حياتي ! إنني أشعر بأنني في كامل لياقتي ! في استطاعتي تحقيق أي شيء ، يا الله إنه يوم عظيم !

وعلقت الأم على ذلك قائلة « لقد انطلقنا ضاحكين أنا ووالده ووجهنا في سُرناً الشكر لزوج زجلر الذي أثر كل هذا التأثير على ابننا ، وظللنا في سريرنا نستمع لابننا وهو يقتبس بعض مما سمعه في الشرائط التي أصدرتها . وفعلاً حقق جاسون أعلى الدرجات في المدرسة وحصل على خطاب شكر من مدرسه يخبرنا فيه أن اتجاهات الغلام تحسنت بشكل ملموس تجاه نفسه والآخرين ، وقد حدد جاسون لنفسه هدفاً هو أن يحصل على جيتار إذا كانت معظم تقديراته في المدرسة هي الأفضل ، واستطاع أيضاً توفير بعض النقود من بعض أعمال قام بها خارج المنزل ، لقد حقق ابننا أهدافه ، وبكل سرور اشترينا له هذا الجيتار . جاسون هذا ابتداءً فعلاً في تعلم صفات النجاح ، وحصل على التشجيع اللازم لأن يطبق هذا في حياته .

في الفصل التالي سوف نطلع تفصيلاً عن التصور الهام المختص بالتحفيز وما يماثله وهو التفكير الإيجابي .

### النجاح الكامل هو هدف يمكن تحقيقه

## تقييم شخصي

- ( ١ ) اذكر خصائص النجاح المذكورة في الفصول السابقة التي تشعر أنها واضحة تماماً في شخصية ناجحة تعرفها .
- ( ٢ ) في مجال تحفيز أبنائنا ، ما أهمية تواجد المثال الذي نضعه دائماً أمام أعينهم ؟
- ( ٣ ) اذكر شيئين يمكن لك أن تذكرهم لابنك تساعد في اكتشاف الخصائص الجيدة في نفسه ، وبهما ربما يستطيع أن يغير من أسلوب تقييمه لذاته .
- ( ٤ ) هل تعتقد أن الاتجاه الإيجابي في الحياة يمكن تعلمه ؟ ما الذي يمكن أن تفعله مع أولادك لتشجعهم على اتخاذ موقف إيجابي ؟
- ( ٥ ) اذكر خاصية يتميز بها ابنك دائماً ، وكيف يمكنك أن تساعد على تغذية هذه الميزة تحقيقاً لمصلحته ؟

## الفصل الرابع

### التحفيز والتذكير الإيجابي

#### الشاب الذي حدث له تحفيز!

عندما أفكر في التحفيز ، أتذكر تلك الحادثة التي وقعت أحداثها في غرب تكساس ، فقد كان هناك أحد كبار الأغنياء له ابنة رائعة الجمال وهي في سن الزواج ، لذا قرر أن يقيم حفلة كبرى ليتعرف عليها شباب المنطقة . هذا الغني دعى كل الشبان الذين يقطنون على مدى مائة ميل حول مزرعته الضخمة ، هو يملك مزرعة تقدر مساحتها بأكثر من مائتي ألف هكتار ، وفيها تنتصب عشرات من أجهزة استخراج البترول والآلاف من قطعان الماشية ، أما قصره الذي ينتصب في وسط المزرعة فمساحته خرافية ويشمل أيضاً حمام للسباحة ذي أبعاد أولمبية .

في الوقت الأخير من المساء ، دعى المضيف كل الشبان ليتجمعوا حوله وهو واقف أمام حمام السباحة هذا ، لدهشة الجميع وجدوا أن هذا الحمام يعج بالأفاعي الأمريكية السامة والتماسيح . أخبر هذا المليونير هؤلاء الشبان بأن من يغامر منهم وينزل ماء ذلك الحمام ويعوم بسرعة كل طوله دونما يتعرض للأذى سوف يحصل على واحدة من ثلاثة أمنيّات : إما أن يحصل على مليون من الدولارات نقداً أو أن يُمنح ألف هكتار من أجود أنواع الأراضي أو يُسمح له بأن يتزوج ابنته رائعة الجمال ، بل إنه أشار إلى أن ابنته هذه هي الوريث الوحيد له وإنها بعد وفاته هو وزوجته سترث



#### ٤. التحفيز والتفكير الإيجابي

كل شيء ويكون لها هي وزوجها بالطبع .

بمجرد انتهاء كلامه سمعت جلبة في أحد نهايات حمام السباحة ، وتبع ذلك خروج شاب من الجهة الأخرى للحمام وهو يقطر ماء . لقد سجل هذا الشاب رقماً قياسياً عالمياً في السباحة يتعذر كسره بعد ذلك .

ما أن خرج الشاب من الماء حتى جرى نحوه المضيف قائلاً « حسناً يا ابني ، إنك حققت المستحيل تمنى علي ، هل تريد مليون دولار نقداً ؟ فأجاب الشاب « لا يا سيدي . فسأله المليونير « هل ترغب في امتلاك ألف هكتار من أجود الأراضي من مزرعتي ؟ أجاب الشاب مجدداً « لا يا سيدي » ، أخيراً قال المضيف « إذن فأنت ستطلب يد ابنتي الجميلة ، أليس كذلك ؟ فأجاب الشاب « لا يا سيدي » . هنا بدت الحيرة على وجه المليونير وقال « حسناً يا ابني ، لكن ماذا تريد ؟ » أجاب الشاب « أريد أن أعرف من هو ذلك الشخص المتحذلق الذي دفع بي إلى الماء ! »

ليس لنا حاجة أن نضيف ، أن هذا الشاب حدث له تحفيز هائل ليخرج مسرعاً من حمام السباحة هذا ، فالتحفيز على أسس يومية ضروري إذا دعتك الحاجة لأن تفعل ما تفعله بأحسن صورة ممكنة ، وبالأخص إذا كانت مهمتك أن تنشئ أطفالاً إيجابيين .

#### بعض الناس يتصفون بالسلبية

من المحتمل أن هناك خلط في تفهم موضوع التحفيز والتفكير الإيجابي أكثر من أي موضوع في مجتمعنا . وقد ظهرت مؤخراً دراسة أصدرتها جامعة هارفارد وضحت فيها أن ٨٥ ٪ من أسباب حصول الناس على وظائف وأن يتفوقوا فيها هو بسبب نوعية اتجاهاتهم وميولهم . الخلاصة هي - وأيضاً الدليل - توضح أن الآباء الذين يرغبون

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

في تهئية أبنائهم للحياة يجب عليهم أن يغرسوا فيهم الاتجاهات الإيجابية للفوز والنجاح كأسلوب للحياة .

التحفيز والتفكير ليس من الأمور التي في استطاعتك أن تستخدمها أو لا تستخدمها في ظروف خاصة أو أحداث تتعرض لها في حياتك . إنه أسلوب وطريق معين للتفكير والعمل وما يحقق لك ولأسرتك من منافع .

بالطبع ليس الجميع - ولا سيما رجال الإعلام - يؤمنون بذلك . إنني أتذكر هنا واقعة ظهوري في برنامج إخباري عام منذ عدة سنوات ، وكان ضيفاً لشخص يمكن أن نطلق عليه رجل إعلام طبق الأصل ، هذا يعني إنه من النوع المتشكك الذي نتوقع منه أن يطلب عد البكتيريا التي تسبح في الألبان التي يستهلكها إجمالي الجنس البشري ! كان من هذا النوع الذي نشأ في مدينة فكرت أن تنشئ نادياً للمفتائلين ، لكن لا أحد في تلك المدينة ظن أنها فكرة قابلة للتنفيذ !

على أية حال ، كانت المناسبة التي حضرت فيها جلييلة ، لقد تحولنا في المكان تلاحقنا كاميرات التصوير ، وما أن بدأ التسجيل حتى دس في يدي ميكروفون ، كانت جملته الافتتاحية هي مستر زجلر ، أنت تجوب أنحاء العالم وتتكلم دائماً عن التفكير الإيجابي للوصول للذرى العليا . أنت بالطبع إنسان إيجابي متفائل ، أنت مؤمن أنه باستخدام التفكير الإيجابي يمكنك أن تحقق أي شيء . حسناً ، أريد أن أسالك ، هل تستطيع بتفكيرك الإيجابي هذا أن تهزم محمد علي كلاي ؟ ( في هذا الوقت كان هذا الملاكم في القمة ) . بالطبع كان السؤال سخيفاً للغاية .

بالرغم أنني مارست الملاكمة لمدة عامين ، وكان سجلي دائماً رائعاً ( كانت أسوأ نتيجة أن يكون ترتيبى هو الثاني ) ، وفي الحقيقة كان السبب الوحيد لهجري هذه

## ٤. التحفيز والتفكير الإيجابي

الرياضة هو ما حدث ليدي - فقد داس عليها أحد الحكام بعنف بالغ !

### التفكير الإيجابي لن يدعك تفعل ( أيهم )

أجبت على سؤال هذا الرجل وقلت أنا لا أعتقد أنه باتباعي التفكير الإيجابي أستطيع أن أغلب محمد على ، أو أكون أحد الأفراد المتميزين في لعبة الكرة ، أو أصبح لاعب كرة سلة يشار له بالبنان ، وبكل أفكاره الإيجابية لن أستطيع تدريس مادة الكيمياء أو الطاقة الذرية ، وباستخدام كل الأفكار الإيجابية في العالم لن يستطيع الطالب الذي لم يذاكر دروسه أن يجيب عن أسئلة لا يفقه عنها شيئاً .

### ما الذي يستطيع الفكر الإيجابي أو السلبي أن يحققه ؟

لا يستطيع الفكر الإيجابي أن يفعل ( أيهم ) ، لكنه يستطيع أن يجعلك قادراً على تحقيق ( كلهم ) أفضل مما يحدثه التفكير السلبي . بالتفكير الإيجابي تستطيع أن تكون فعالاً وأنت تستخدم قدراتك ، تدريبك ، علمك وخبرتك التي تمتلكها .

وفيما يلي شرح مفصل لما أود التعبير عنه . أنت كطالب في المدرسة ، ألم يحدث مرة أنك خرجت من الفصل بعد أدائك أحد الاختبارات ثم يسألك أحد الأصدقاء عما فعلته ، فتكون إجابتك يا صديقي ، إنني لم أفقه كلمة واحدة من ذلك الامتحان . لقد ذاكرت بجهد استعداداً له ، وكنت أعرف النظريات كما لو كانت اسمي ، وكنت قد كتبتها جميعاً الليلة الماضية ورددتها عدة مرات ، لكنها اليوم طارت جميعاً من مخيلتي ولم أتذكر أي منها ، ولا أعلم السبب !

هناك احتمال كبير أنك تعرضت لمثل هذا الموقف ، وتفسير ما حدث بسيط للغاية . قبل دخولك الامتحان حرصت بكل دقة أن توحى لنفسك أن تنسى ما

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ذاكرته . فعلت هذا بترديد بعض الكلمات لنفسك أو بمحاورات مع زملائك مثل « يا صديقي ، كم أتمنى لو أذكر كل الحشو الذي ملأت به رأسي أو أود أن لا أصنع مثل ما فعلت في الامتحان السابق ، فقد ذاكرت الليل كله ، وذاكرت طوال ( فصل دراسي ) كامل ، لكن لم تكن إجاباتي مرضية أبداً . . لقد تعصبت وتوترت وبالتالي نسيت كل ما كان يجب على تذكره . لقد أعطيت عقلك تعليمات بأن ينسى ، وذهنك هذا نفذ تلك التعليمات .

ما يفعله التفكير الإيجابي بسيط للغاية ، هو يسمح لك ويشجعك - بل ويعلمك - كيفية استخدام قدراتك ، وكيف تتذكر ما تعلمته .

بمعايشة التفكير الإيجابي والاستعدادات المحكمة يمكنك أن تدخل الفصل وأنت في قمة الراحة والحبور فكلامك لنفسك سيكون كالتالي يا سلام إنني في قمة السعادة لأنني أدرس تلك المادة ، إنني مستعد تماماً لها ، وأعلم أنه إذا سألني المدرس أي سؤال في المنهج فسوف أجيب عليه فوراً إجابة صائبة . من المدهش أن نرى التفكير الإيجابي والاستعداد به كيف يعمل وما يحققه لك .

### ما هو التحفيز Motivation

كلمة تحفيز هذه غريبة ، وغالباً ما يصعب معرفة معناها الحقيقي ، وتعريف كلمة ( حفز ) هو أن ننبه ونحرك عملاً ما باستخدام محرض أو باعث . وفي قاموس وبستر الصادر عام ١٨٢٨ لا نجد أثراً لهذه الكلمة بالذات ، لذا هي تعتبر إلى حد ما كلمة جديدة في اللغة لكن هي ذات أهمية بالغة .

كثيراً ما تقابلني تحديات بسبب تلك الكلمة وكذلك معناها وما الذي لا تعنيه . والتحدي يسير بالشكل الآتي يا مستر زجلر هناك بعض الناس يقولون إنهم عندما

## ٤. التحفيز والتفكير الإيجابي

يحضرون دورة تهتم بدراسة موضوع التحفيز ، يبدأون فيها بحماس كامل ، لكن ما أن يمر أسبوع واحد حتى يعودون أدراجهم كما كانوا عليه قبل حضور تلك الدورة ، بعبارة أخرى ، التحفيز الذي تبشر به ليس عملاً دائماً ، ما هي ردود فعلك لهذا الرأي ؟

تكون إجابتي كالتالي بالطبع التحفيز ليس عملاً دائماً التأثير ، هو مماثل للوم في البحر ، هو عمل يجب أن نتعرض له على أسس منتظمة لنتقنه . تناول الطعام ليس عملاً دائماً . لكن إذا أدبته على منوال يومي فإنه سوف يطيل عمرك بشكل معقول . أن تظن أنه بحضورك دورة واحدة لتدرس التحفيز ، أو أن تقرأ كتاباً واحداً ، أو أن تستمع لمحاضرة واحدة ، ثم تحوز على تأثير ومنافع دائمة طوال حياتك شيء سخيف ويصعب تحقيقه في الحياة .

لا يمكنك أن تسحب بإسراف من مصرف اتجاهاتك العقلية الصائبة طوال حياتك ثم تجعل حسابك متوازناً ، وكل هذا بسبب إيداعك مبلغاً واحداً فقط .

ما يفعله التحفيز هو أنه يحضك على العمل ، أن يمدك بوجهات نظر متفائلة عن الحياة نفسها ، أن يرفع من أطيايف الأمل والإنجاز ، أن يشجعك على تحقيق ما تهدف إلى تحقيقه .

هناك من يقولون إن التحفيز كله ليس سوى التحفيز الذاتي ، هذا يشبه قولنا إن إنساناً ما لا يستطيع أن يؤثر في شخص آخر ، بالطبع هذا لا يسنده أي تفكير صائب .

خبراتي تدلني على أنه باستطاعتي أن استمع للموسيقى الملهمة ، أو عظة مؤثرة أو خطبة وطنية أو أستمع لمتحدث جذاب وأشعر بأنني في حالة أفضل بالنسبة لنفسي

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وإمكانياتي لإنجاز أكبر قدر من أهدافي .

**التحفيز هو شئ نفعله على أسس منتظمة.**

### أيها الناس، دعوا الأمور تجري على طبيعتها.

لتنشئة أطفال إيجابيين ، يجب أن تفهم أنك لكي ( تمد ) نفسك وأطفالك بالحوافز المناسبة ، يجب أن ( تتسلم ) أنت المحفزات المناسبة كمدخلات على أسس منتظمة . بالمدخل الإيجابي الذي يرد لك على أسس ثابتة ستصبح قادراً أن تحقق بشكل آلي الاقتراب الإيجابي نحو التحديات التي تقابلها في الحياة . مثلاً ، عندما يأتي الأطفال من المدرسة ، رحب بهم بطريقة إيجابية ، فبدلاً من سؤالهم : كيف كان يومكم ؟ أو ما الذي حدث معكم في المدرسة ؟ لماذا لا تغير النعمة بأن تسألهم ما الذي تعلمتموه اليوم وكان ممتعاً جذاباً ؟ ؛ من الذي قابلتموه أو لعبتم معه وأنتم تحبونه وتميلون إليه ؟ ؛ ما الذي قاله المدرس وأعجبكم ؟ ؛ هل قلتم أو فعلتم شيئاً لطيفاً لأي أحد ؟

( هذا الاتجاه يصنع العجائب في الاتجاهات والعلاقات بين الزوج والزوجة عندما يحضران من العمل ) . هذا القلب الذهني الإيجابي له أهمية بالغة عندما يحضر التلاميذ من المدرسة . إذا أمكنك أن تبث صلة إيجابية مع التجربة المدرسية ، فإن الفرصة ستكون متاحة لاعتبار تجربتهم المدرسية ستؤول إلى أن تكون مفرحة وإيجابية . ثم في وقت لاحق ، وعندما يتوافر لك وقت هادئ تقضيه مع أولادك ، يمكن أن تسألهم عن كل ما صادفوه من أحداث اليوم المدرسي .



## ٤. التحفيز والتفكير الإيجابي

هذا يؤكد إنك لا ترتدي نظارة وردية مهماً في ذلك المشاكل الموجودة فعلاً مع ذلك ، فإن هذا يمكنك ويمكنهم أيضاً بإبقاء أحداث اليوم في مجال المنظور . هذا الإجراء له أهمية خاصة لأن الأطفال يميلون بطبيعتهم إلى تشغيل خيالهم بشكل مبالغ فيه وينفخون في الحدث البسيط ليصبح في غير حجمه الطبيعي . عديد من المرات تحدث صدمة للآباء عندما يعلمون أن أول ما قاله الطفل بمجرد وصوله من المدرسة لم يكن هو ما حدث فعلاً ، فالطفل يحكي ما حدث بمنظوره الخاص في وقت حدوثه ، وللأسف فإن تلك المعلومة تتضح فحواها الحقيقية بعدما يذهب الأب أو الأم إلى المدرسة ليحميا مصالح ابنهما ليعلما أن الطفل لا يعني ما حكاه وأن الموضوع ليس بهذه الدرجة من سوء ، أو أن المشكلة اتخذ فيها فعلاً إجراء ما .

### السعي للحصول على علاوة

الاتجاه يلعب دوراً هاماً في حياتنا في المنزل أو المدرسة أو مجال العمل . أثناء عملي في محل للبقالة في مدينة يازور ، كنت أعرف ذلك الصبي الذي يعمل في محل البقالة الآخر الذي يقع عبر الشارع . وفي سنوات القحط تلك كانت معظم المحال وبسبب العقوبات المالية تحتفظ بأقل القليل من البضائع ، وما أن يكون رصيد صاحب المحل الأساسي هو البضائع حتى يحاول أن يتوقع ما يشتري منه خلال الأسبوع التالي . وبذلك يطلب إمداده بها من مؤسسات البيع بالجملة . بالطبع كانت هذه الطريقة تؤدي إلى حدوث نقص في المخزون ، وفي تلك الأحوال كان أصحاب المحال يلجأون إلى الاقتراض من بعضهم البعض كحل بسيط لتلك المشكلة .

هذا الصبي الذي يعمل في المحل عبر الطريق ويعتبر (مرسلاً) كما أدعي أنا هكذا كان اسمه شارلز سكوت . إنني أتذكر المرات العديدة التي كان يقتحم فيها محلنا وهو على آخر نفس ويأخذ في الغناء مخاطباً صاحب المحل ( مستر اندرسون )

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أريد أن أقترح ست برطمانات طماطم وكان رد مستر اندرسون الجاهز حسناً ، اذهب واحضرهم ، أنت تعلم أين هي . كان حينذاك يندفع نحو الرف المعروف له ويلتقط الشيء الذي يود اقتراضه ويضعهم على المنضدة ويسجل اسمه في صفحة من الورق موضحاً نوع وكمية ما اقترضه ثم يندفع خارجاً إلى المحل الذي يعمل فيه .

في أحد الأيام الكاسدة ، سألت مستر أندرسون عن سبب قيام شارلز بالجري هنا وهناك وهو يؤدي مهام عمله ، فأخبرني الرجل بأن هذا الغلام يسعى للحصول على علاوة ، فسألته مرة أخرى كيف عرف ذلك ؟ فقال لي أنه إذا لم يمنحه صاحب المحل تلك الزيادة في المرتب فسوف أعطيه أنا !

في سنة ١٩٧٩ ، كنت ألقى محاضرة في جامعة ولاية الميسيسيبي واستخدمت مثال تشارلز هذا لشرح لماذا يجب أن نبذل جهداً زائداً في عملنا . وعندما انتهت المحاضرة اقترب مني رجل مهيب الطلعة أحمر الشعر سائلاً إياي عن المدة التي لم أر فيها شارلز سكوت . فقلت له أنني أتذكر أن شارلز غادر مدينتنا يازور خلال الحرب العالمية الثانية حوالي سنة ١٩٤٢ أو ١٩٤٣ ، وأني لم أره منذ ذلك الحين . فقال هذا الرجل بالطبع لن تتعرف على هذا الرجل إذا قابلته الآن ، أليس كذلك ؟ فكان ردي أعتقد أنني لن أتعرف عليه ، فقال أعتقد فعلاً هذا لأنني أنا شارلز سكوت . وطبقاً لروايات أصدقائه فإن شارلز اتبع نفس الأسلوب الذي انتهجه في صباه ، لقد عمل دائماً بجد واجتهاد مع الأدب الجم وأصبح إنساناً ناجحاً ، وكحقيقة مؤكدة ترك هو عالم الأعمال وهو في سن الخمسين من العمر لأنه أصبح فائق الثراء .



عندما نعمل أكثر مما نتقاضى عنه أجر،

سيحين الوقت لاحقاً الذي نتقاضى

فيه أجراً أكثر مما نعمل.

### الطريقة التي تحقق التوظيف الدائم

أؤمن أننا إذا علّمنا أولادنا منذ البداية أن يبذلوا أقصى جهودهم ، فإنهم لن يطلبوا أكثر من عمل واحد - إلا إذا أفلست الشركة التي يعملون بها . ومقتنع أيضاً بأننا عندما نفرض أنفسنا في مجال العمل في وقت مبكر ونؤدي أعمالنا بأفضل طريقة ممكنة ، مع الابتسامة المتحمسة ، فإنه يصعب بعد ذلك الاستغناء عن خدماتنا . أؤمن أننا عندما نتعلم أموراً جديدة ونرحب دائماً بالمسؤوليات الإضافية فإن هذا سيصل إن عاجلاً أو آجلاً إلى أذان الإدارة العليا . إنه قانون عالمي - عندما تعمل أكثر مما تحصل عليه كأجر ، فإنك أخيراً ستحصل على أجر أكبر من مجهودك . عندما نتقبل مسؤوليات إضافية فيجب حينذاك أن نشابه القوارب الشراعية . في القارب الشراعي كلما زادت شراعاته المنصوبة ، كلما زادت سرعة القارب والمسافة التي سيقطعها . كذلك في الحياة ، إذا أردنا أن نذهب بعيداً وسريعاً ، يجب أن نفرّد المزيد من قلوبنا وأن نضع كل قلوبنا وجهنا في العمل الموكل إلينا .

نحن في حاجة لأن نعلّم أطفالنا أن العمل لمدة ثماني ساعات تظهر فيه المنافسة في أشد صورها ، لكن عندما تعمل ساعة أخرى إضافية ، فإن ٩٠٪ من المنافسة سوف تتساقط ، وعند هذه النقطة يفتح الباب لإنتاجية أفضل وترقية لمناصب أعلى .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

في تلك اللحظة أيضاً تستطيع تحقيق الأرقام القياسية وتنجز أفضل الإنجازات .

والقول المأثور يقرر « الطريقة الوحيدة لكي يتسع مجال مستقبلك هي أن تعمل على اتساع حاضرك » وهو قول صحيح وصادق .

يلزمنا أن نمنح أولادنا الأمل والتشجيع لأن يخترقوا طريقهم بقدر رغبتهم في تحقيق أفضل الإنجازات ، وثقتهم في أنفسهم واتجاهاتهم الذهنية وأخلاقهم القويمة كفيلة بأن تحقق لهم التقدم والنجاح .



### تقييم شخصي

( ١ ) التحفيز لازم لتنشئة أطفال إيجابيين ، ما هي المحفزات التي تؤثر فيك أنت ؟

( ٢ ) اذكر مثلاً توضح فيه كيف أن التفكير السلبي تسبب في فشلك في إنجاز أمر ما ؟

( ٣ ) قصة شارلز سكوت توضح مدى حماسه في العمل ، كيف تسبب حماسه في أن يصبح من الفائزين ؟

( ٤ ) هل تعتقد أن تقديم جائزة يعتبر ضرورياً لتحفيز الناس ؟



## الفصل الخامس

### الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

عند تلك المرحلة من قرائتك لهذا الكتاب ، ربما توصلت إلى قناعة أنك بتنشئة أولادك إيجابيا ، فإنك في الواقع في حاجة لعبقرية أينشتاين ، فراسة عالم نفسي ، قوة بطل أوليمبي ، مرح بوب هوب ، إيمان دانيال وهو في جب الأسود وشجاعة داود وهو يصارع جليات الجبار .

أشعر أنني مدين لك باعتذار . إذا وصلك هذا الشعور ، إن الشيء الوحيد الذي أردت أن أنقله لك هو أن تنشئة الأطفال ليس بالأمر الهين ، لكن الآباء المحبين الملتزمين الذين يتبعون بعض القواعد الواضحة يستطيعون أن يقوموا بتلك المهمة ويحصلون أيضاً على متعة فائقة نتيجة لذلك .

هذا الفصل به معلومات شائقة ستمدك ببعض الاقتراحات وكثير من التشجيع ، لذا كن معنا .

### التعليم يبدأ الآن

متى تبدأ إجراءات تعليم طفلك ؟ متى سوف تتخذ تلك الخطوات الإيجابية لتنمية الخصائص الإيجابية له ؟ كما نرى فإن الإجابة واضحة تماماً : مع ذلك ، الذين بدأوا متأخرين ، أو كد لهم أن الوقت لن يكون أبداً متأخراً لأن يصنعوا خيراً ، لذا لا تتأخر

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

يوماً آخر . ابدأ الآن .

في مقال ظهر في مجلة ( دالاس تايمز هيرالد ) سنة ١٩٨٢ ، أوضح جوزيف وكذلك زوجته جيتسكو سوسدك أنهما يؤمنان أن أي أبوين قادران على تربية أطفالهما ، وقالوا إن العناصر الفعالة لتحقيق ذلك تنحصر في البيئة ، تعليم النطق السليم ، الفضول .

نفس الآراء عبرت عنها أيضاً الدكتورة كارول تايلر - رئيسة أكاديمية علمية في بيتسبرج - وهي لديها ابنتين تبلغان عشرة وأربعة عشر عاماً ، وتعتبران من النوابغ حيث تم تسجيل اسميهما كمستمعين في بعض الدراسات الجامعية . كل من الدكتورة كارول وعائلة سوسدك أقروا بأن تدريس النطق السليم للحروف يعتبر أمراً حيوياً لتطوير الطفل ، وما أن يتقن الابن هذا الفن حتى يستطيع أن يقرأ أي شيء شاملاً في ذلك قراءات تختص بالدراسات المتقدمة .

جوزيف سوسدك مقتنع تماماً أنه في الإمكان مخاطبة الطفل وهو مازال داخل الرحم ، ويؤكد ضرورة توفير الجو الهادئ الصافي للأم الحامل ليولد لها طفل يثق ثقة تامة بأبويه ، وقال في ذلك « بدون توافر ثقة الطفل يصعب علينا بعد ذلك تعليمه ، يجب أن ندرّب الطفل مستخدمين في ذلك أكبر قدر من الحب واللفظ وكل هذا في الأوقات التي يرغبون فيها للتعلم .

عائلة سوسدك هذه ابتكرت عديد من الألعاب التعليمية ، ولاسيما بعد ولادة ابنتيهما . هذه الألعاب تشمل البطاقات المتهوجة ، ألعاب لتعليم الأصوات والحروف المتحركة والتعبيرات اللغوية . قال مستر سوسدك « تعتبر السنوات الخمس الأولى من عمر الطفل وحتى سن السادسة مرحلة تعليم غير مجهود ، وكل فتاة من بناتي كن

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

يستجبن بشكل مذهش للألعاب التعليمية التي كنت أعرضها عليهن » .

بالإضافة إلى الدروس فإن عائلة سوسدك تؤكد على أهمية قيام الأبوين بقضاء أكبر وقت ممكن مع أطفالهم ، وقال الأب « عندما يسألك الطفل مستفسراً عن شيء لا ترده أبداً » .

تتفق الدكتورة كارول تايلر مع عائلة سوسدك في مبادئ تنشئة الطفل وأهمية تأسيس القدرة على التعبير بالكلام في سن مبكرة ، وقالت « الآباء والمدرسون يجب أن يتفاعلوا مع أبنائهم ، وليس أن يخاطبوهم فقط ، وإذا كانوا مشغولين لا يجب أن يبعدوا عنهم الطفل قائلين له أن يعود في وقت آخر وأضافت قائلة التدريب على النطق السليم يساعد على تكوين التعبير وهذا ينظم بيئة الشخص ، وبتكسير الكلمات على هيئة أصوات مناسبة سيتعلم الأطفال في النهاية كيف يحللون الكلمات وبالتالي معانيها ، وما أن يتقن الطفل هذه المهارة حتى يتبع ذلك مباشرة خاصية تذكر الحقائق والمبادئ التي يمكن بعد ذلك تطبيقها في مجالات أخرى .

كل هذا يُمْكِنُ الطفل بأن يفكر بشكل تحليلي ومنطقي مما يترجم إلى قدرات متزايدة لاستيعاب أي معلومات فنية .

### النتائج مذهشة

كل ما قلناه سابقاً يعتبر كلاماً جميلاً وعظيماً - لكن هل يمكن تطبيقه ؟ اقرأ معي هذه البيانات . الطفلة سوزان سوسدك وهي ما زالت في الثانية عشر من عمرها التحقت بكلية ماسكنجهام ، وأختها تريسي وهي ما زالت في العاشرة التحقت بالمدرسة العليا ؛ وستفاني وعمرها ثمان سنوات كانت بالصف الثامن ؛ أما جوانا ذات السنوات الست فإنها تدرس في الصف الرابع . كل هؤلاء الفتيات حصلن على ما يزيد عن

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

١٥٠ درجة في اختبارات الذكاء IQ بينما تعدت الأخت الكبرى ٢٠٠ درجة بمقياس ستانفورد - بينت للذكاء . وهذا يضعهن جميعاً ضمن ١ - ١,٥ ٪ من أفضل سكان الولايات المتحدة ذكاء .

إذا كان الأبوين متوسطي الذكاء ، فما العمل إذن ؟ هناك دلائل مؤكدة توضح أن التحدث للطفل وهو مازال في الرحم له شأن عظيم لتحقيق ذلك ، ويعلق على ذلك مستر سوسدك مؤكداً حدوث ذلك في الماضي « عندما تكلم الله إلى إرميا وأيوب وهما مازالا في الرحم » .

وتوضح مسز سوسدك أنه بمجرد بلوغ الطفل خمسة شهور داخل رحم أمه يكتمل لديه تكوين الأذن ويستطيع أن يستمع بهما للأصوات ويحرك عينيه وأيضاً تنمو له خلايا متكاثرة في المخ يستخدمها للتذكر ببراعة تفوق ما سوف يحدث معه بعد ذلك طوال عمره .

وتذكر أيضاً أنه بالتحدث للطفل قبل ولادته ، فإنه يستجيب بشكل مدهش للمؤثرات المختلفة بعد ولادته . هذه السيدة كانت تغني مع طفلتها المولودة حديثاً وتراقص معها على أنغام الألحان الرائعة ، وتمدها بالألعاب المختلفة وتشرح لها بعض الكلمات البسيطة . كانت تنفذ كل هذا بينما زوجها مازال في العمل . هذه العائلة علمت بناتها كيف يقرآن بشعور متدفق ويعبرن عن الاندهاش ، الحزن ، السعادة ويستطعن استكمال القصص حسب خيالهن . كانوا يتجنبون قراءة قصص هانزل - جريتل ومشاهدة أفلام كرتون بوباى الذي يشترك دائماً في معارك متعددة والحشرة بوني التي تتلقى طلقات رصاص بشكل دائم . أما مشاهداتهم التلفزيونية فتشمل شارع سمسم ، الجماعة الإلكترونية لكن الأفلام التي تحكي مشاكل الزواج ، العنف ، الجنس ، المغامرات وما شابه فهي من المنوعات .



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

في مجال الرد على السؤال الذي يقول : هل الوراثة أم البيئة هي التي تحدد درجة الذكاء ؟ أم كلاهما ؟ تؤمن مسز سوسدك أن السبب هو أكبر من كونه الوراثة فقط ، هي تؤكد أن أطفالها كن أكثر من رائعات بسبب تعليمهن المبكر ؛ وتشير بأن دفقات الحب الذي غمرت به بناتها هو العنصر الأساسي في تطورهن إلى الأفضل . مع ذلك هي تحذر الآباء بأن المشاكل الطبيعية والعاطفية من أكبر العقبات في تعليم الأطفال « إنني أقترح بكل جهدي أن لا تبدأ في تعليم طفلك إذا كان هدفك الأساسي هو أن تنشئ عبقرياً على حساب سعادة الطفل » .

هذه المعلومات كلها مثيرة ، لكن من فضلك لا تنسى الفقرة الأخيرة . هناك معلومة أخرى تقول إن الأطفال الصغار لديهم إمكانيات مدهشة للملاحظة والتعلم . بالرغم أن التعليم يبدأ مع الصغار في سن مبكرة جداً ، فإن الدلائل تؤكد أهمية حدوث هذا في البيت وليس في المدرسة .

يخبرنا الطبيب النفسي ريموند مور في كتابه « المدرسة ممكن أن تنتظر » إنه من الأفضل أن يبدأ أولادنا في الالتحاق بالمدرسة وهم في سن الثامنة بدلا من سن السادسة . هو يشير إلى أن الأولاد خصوصاً يستفيدون من المدرسة في سن متأخرة ، ويضيف أن الأولاد مقارنة بالبنات يفشلون في الدراسة بمعدل ثلاث مرات ويعتبرون أكثر نشاطاً منهم بمعدل أربع مرات وهم في سن الخامسة حتى السابعة من العمر . يقول أيضاً « رعاية أبنائنا خارج المنزل قبل سن الثامنة يؤدي الطفل عاطفياً وتعليمياً واجتماعياً وكذلك نوعية تصرفاته . وهو يؤكد أن أعظم مدرس يعتبر مثلاً للطفل هما الأبوين المحبين . ودكتور مور هذا ، مؤيداً بمعظم آراء السادة المربين بما يتجاوز ٨٠٪ منهم ، يؤيدون دخول الطفل المدرسة في سن متأخرة .

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

العملية التعليمية تشمل - أو يجب أن تشمل - الآباء ، المدرسين ، الكنائس وجامعة الحياة التي تشمل الأصدقاء ، المدرسين ، الرؤساء والزعماء وغيرهم . لأن الطفل حتى التحاقه بالصف السادس سوف يقضي ٩٠٠٠٠ ساعة في بيت أبويه ، و ٥٠٠٠ ساعة تقريبا في المدرسة ، يمكن لكم أن تتفهموا لماذا شددت من الدور الحيوي للأبوين ، ولاسيما في المراحل الهامة من الحياة .

### لا يعتبر الوقت متأخرا أبدا لنفعل الصواب

#### سن سماع التعليمات

الآن دعنا نفحص بعض من تلك المراحل الهامة .

في كتاب آثار السنين الصادر سنة ١٩٨٤ وكتبه الكاتب « جون دريشر » يشير إلى أن الأطفال يمرون خلال ثلاث مراحل ، المرحلة الأولى تقع من عمر سنة حتى السابعة من العمر ، وهي المرحلة الخاصة بتلقي التعليمات ويفصل ذلك في كتابه : هناك فتاة ملتحقة بالصف الدراسي الأول وكانت أمها تشاركها النشاطات اليومية ، قالت يوماً « لقد قام بالتدريس لنا اليوم مدرسة بديلة وجعلتنا نفعل أي شئ نرغبه ، وكرهنا ذلك » . هذا التعليق يبين نوعية استجابة الطفل وحاجته في مراحل عمره المبكر خصوصاً خلال الفترة ما بين ولادته حتى سن السابعة .

أثناء هذا الوقت يحتاج الطفل إلى أن يعرف ما هو المطلوب منه بالضبط ، فهو بدون تعليمات واضحة محددة سيصبح مشوشاً ، ولن يشعر بالسعادة والأمان وسوف ينمو داخله شعور بأنه غير محبوب بالمرّة بالإضافة إلى أنه سيثور - أحياناً بأسوأ مظهر

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

يمكن - لكي يشعر أين حدوده ونواحيه تقف .

السنوات المبكرة في حياة الطفل هي زبدة الأوقات لتطور أخلاقيات الطفل ، هو في حاجة لأن يعرف ما هو المطلوب منه فعله قبل قيامه بالتفكير لما يجب عليه صنعه . هذه النوعية من التعليم سوف تبدأ معه منذ ولادته وسوف يباشر الملائقون له تنفيذها . هو السن الذي لن يفضل وقت آخر لتعلم الطاعة التي تعتبر هي العنصر الأول في تطور الشعور الذهني والأخلاقي للطفل .

خلال تلك السنوات المبكرة يعيش الطفل في عالم من الشعور والاكتشاف أكثر من المنطق والتفكير . ويشعر الطفل في فترته الأولى باللمسة الطبيعية ، الجو العاطفي ، نغمة الصوت والجو العائلي على وجه العموم . لكن الطفل لن يحصل على المساعدة إذا جربنا معه استخدام المنطق والعقولة ، فهو معتمد تماماً على والديه في تحديد المهام وفي حاجة إلى تعليمات محددة يقوم بتنفيذها . ويرتبط الطفل إذا طلب منه أن يمتثل للأمر وأن يقرر لنفسه المسار .

### استلم القيادة مبكراً وإلا فقدتها للأبد

كتب بول تورنيير في كتابه الصغير المعنون أن تقاوم أو تستسلم قائلاً « هناك العديد من الآباء لا يفضلون مناقشة أطفالهم عن كل خطأ يصنعونه ، هم يحتفظون بسلطتهم للأمور الخطيرة فقط ، لكن حينذاك يكون الوقت قد تأخر كثيراً . وباستسلامهم المتكرر سوف يفقدون كل سلطة على أبنائهم » .

معظم الآباء يحققون رغبات أطفالهم عندما يكونون صغاراً ، وهو نفس السن الذي يحتاج فيه الصغار إلى اليد الحازمة .

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

إنهم يضحكون لتصرفاتهم ، ثم ، وفي وقت متأخر جداً في سن المراهقة يحاولون إرساء بعض القوانين والنظم - بينما هذا الوقت هو الذي يحتاج فيه الأبناء إلى حرية أكبر ليحصلوا بأنفسهم على خبرات تجاربهم الخاصة .

إذا مارس الآباء ضوابط محددة في السنوات المبكرة فإنهم سيستريحون في السنوات اللاحقة ، لأن الطفل يكون قد تعود على بعض النواهي . وإذا كانت الحدود والضوابط مفككة في السنوات الأولى ، فإن الطفل لن يشعر فقط بالضياح في سنواته التالية بل من المحتمل أيضاً أن يعارض ويشور على أي نوع من القواعد تحاول أن تضبطه بعد ذلك .

الأوامر المباشرة هي المفضلة في السنوات المبكرة ، ولتكن عندك لفظة ( لا ) قليلة لكنها يجب أن تكون حازمة وفي حب .

لا وقت أهم من مراحل السن المبكرة لتحديد فيه الأم نوع التوجهات في حياة الطفل ، ولا يماثل هذا الوقت وقتاً آخر تقرر فيه الأم أغراضها ، تحفيزاتها شخصيتها وأهدافها بشكل واضح .

وشعورها القوي بالتوجيهات ، الاستقرار العاطفي ، التحصيل الذهني يجب أن تتماشى جميعاً مع الخصائص المطلوبة منها مثل الحزم مع الحب ، الإصرار ، التكامل ، التوقعات الواضحة والثقة ، كل هذا لازم لتنمية أخلاقيات وسلوك الطفل .

على وجه الخصوص وبسبب اقتراب الأم من الطفل ، تصبح هي الهادي والمرشد له ، وبالطبع فإن الأب له دور مهم وفعال في تلك المرحلة من العمر ، ولا سيما عندما يقف معضداً للأم بالحب والعواطف المتدفقة التي تساند الأم وكذلك طفلها .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

القواعد المنظمة لها أهمية كبرى، لكن ضرب

المثال هو المحـرف ————— ز الأعظم.

### سن التقليد

المرحلة الثانية في عمر الطفل هي مرحلة التقليد ، وهي تحدث في سن الثامنة حتى الثانية عشر ، وهذا هو ما عبر عنه « جون مالجوي » عندما كتب « مهما كانت تعليمات الأب جيدة ، لكن هو يعتبر مثلاً سيئاً ، فإنه في ذلك يشبه ذلك الشخص الذي يمنح ابنه الطعام في يد والسم في اليد الأخرى ! »

أثناء تلك السنوات يعتبر تدريس النماذج الجيدة له أهمية بالغة ، لكن المؤثر الأعظم هو المثال .

لاري بولند مدير « حركة آجاب » وكذلك زوجته دونالد كتب المقال التالي المعنون « التحدي العالمي » في أكتوبر ١٩٨١ ، فيه يقولان « يحتاج الطفل أن يتعلم من المثال الراسخ حتى سن الحادية عشر ، لأن قدرته على التفكير بشكل مجرد ليست متطورة كما يجب في تلك السن ، والمظاهر القوية والضعيفة في شخصياتنا تنعكس على أطفالنا كما في المرأة ، وكثيرا ما تكون الأشياء التي لا نقبلها من أطفالنا هي في الواقع أسوأ أخطائنا . كم رأينا ذلك الأب الدنيوي ذي الأفعال الفاضحة وهو ينقل تلك الصفات ذاتها إلى ابنه ، أو تلك الأم سليطة اللسان المترفعة وقد أنجبت فتاة لا أخلاق لها . لا يوجد أي تدريب مدرسي أو كتابي يستطيع أن يبطل مفعول المثال الذي يمثله والدينا لنا » .

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

كل ما ذكرناه هنا ، تلخصه عبارة ما يراه طفلي مثله يفعل ، أو ما يشابه ما كانت تردده والدتي لي بصفة مستمرة عندما بدأت في تكوين أسرة « يا ابني ، إن أبناءك يلحظون جيداً ما تفعل أكثر من أقوالك » والكتاب المقدس يعطي مثالا واضحاً ملزماً ، لكنه مثلاً مخيفاً تجده في ( لو ٦ : ٣٩-٤٠ ) « هل يقدر أعمى أن يقود أعمى ، أم يسقط الاثنان في حفرة . ليس التلميذ أفضل من معلمه ، بل كل من صار كاملاً يكون مثل معلمه » هذا كلام صعب إذا كان المثال الأبوي سيئاً ، لكنه مشير وحقيقي إذا كان المثال الأبوي جيداً . نحن ندرس لأبنائنا ما نكون عليه ، وليس ما نقوله أو نفعله والقول القديم التالي حقيقي : ما تنطق به بصوت عالي ، لن أتمكن أبداً من سماعه .

في مقال صدر في مجلة الآباء ورد فيه : إنه خلال تلك المرحلة من عمر الطفل ، يبنى ويكوّن الولد طبعه ومزاجه الأساسي الذي سوف يرشده بعد ذلك لاتخاذ القرارات المصيرية الكبرى في الحياة ، ما نوع الأشخاص الذين سوف ينجذب إليهم ، ما نوع الحياة التي يود أن يعيش في رحابها ، ما نوعية الإنفاق التي يشعر أنه مرتاح إليها ، كمية المرجعية التي يشعر بها تجاه العالم الحي ومدى أهمية التوازن والالتزام بالنسبة إليه .

في ذلك الوقت أيضاً ينشأ حجر المحك للمعتقدات والقيم ، لذا سيصبح عند الطفل ما يتمسك به عند هبوب عواصف الإغواء وعدم التأكد التي تتجلى أثناء فترة البلوغ .

اتجاهاته وميوله نحو الحياة والآخرين سوف تتطور أيضاً ، وذلك عندما يلاحظ الابن كيف يعامل أبويه الباعة في المحلات ، وفي مكالماتهم التليفونية مع الجيران ، وفي محادثاتهم مع الأصدقاء أثناء التجمعات العائلية .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

نوعية ميوله واتجاهاته عند التعامل مع الناس ستنعكس عليه عند سماعه للمناقشات العائلية التي تمس الآخرين وكذلك كيفية الإشارة إلى حاجات المجتمع والعالم ككل .

القراءة تزيد معدلاتها في تلك الفترة ، والكتب والمجلات الجيدة تساعد على تحديد القيم والمبادئ ، قراءة القصص ذات المستوى الجيد والتي تدافع عن الحق والأمانة بشجاعة في مختلف المواقف يجب أن تقدم للابن في تلك الفترة لأنه سيرغب أن يقلد ما يعتقد أنه عمل بطولي .

في دراسة ظهرت من عدة سنوات تبين أن حوالي نصف من أصبحوا قساً مسيحيين كانوا قد قرروا التقدم إلى هذا المجال وهم مازالوا في سن الحادية عشر . الآن ، أكثر مما هو مطلوب منا فيما قبل أو فيما بعد ، لا يجب أن يجرؤ الأب أن يكون أو يفعل ما يود أن لا يكونه أو يفعله ابنه .

الحياة المتكاملة المتناسقة التي تتطابق مع ما يتم تلقينه هي في الصدارة دائماً ، لذا من الأهمية بمكان أن يكون البالغين الذين يرشدون الأبناء أثناء تلك الفترة من نوعية الناس الجديرين بأن يقلدوا .

### سن الإلهام

المرحلة التالية هي سن الإلهامات - تبدأ من سن الثالثة عشر فأعلى .

في مرحلة المراهقة هذه يستقي الطفل الإلهام من الأفكار الكبرى من نوعية معينة أو من أخرى ، ويجب أن يبرز له أبطال . إذا لم يحصل على أبطاله ، فإنه سوف يعثر عليهم ، وإذا لم يتأثر بالنوع الجيد منهم ، فإنه سيتمسك بالنوع السيئ منهم .



## ٥. الخطوات الايجابية لتنمية أطفال إيجابيين

خلال تلك الفترة تستقر أحوال وطباع الفتى إذا ظهر أمامه هدف ذهني محدد ، وهو دائماً في حاجة إلى أهداف طويلة أو قصيرة الأجل . وبالطبع فإن الأوامر والنواهي والحدود مازالت هامة وضرورية .

مع ذلك ، فإن المراهق يحتاج في تلك الفترة أن تكون ضوابطه الداخلية عاملة وفعالة ، لأن الآباء ليسوا متواجدين أمامه في كل وقت ، وعلى الفتى أن يسترجع خبراته السابقة ليتعامل مع ما يجرى له .

ما أن يدخل الفتى في طور المراهقة ، حتى يعلم تماماً ما هي معتقدات وقيم والديه ، لكنه لا يفهم لما رسخت في أفئدتهم تلك القيم ، لذا من الأهمية أن نأخذ الوقت الكافي لنوضح ونوصل لهم لماذا نؤمن بهذا أو ذاك ، وهذه جميعاً يمكن تقويتها وتدعيمها في وعيهم بالمناقش المتبادل . الشاب دائماً ما يود ويرغب أن يستمع لنفسه ولأبويه وكذلك لأصدقائه وزملائه بينما هم يتبادلون أمامه بالتحليل مظاهر الحياة المختلفة ؛ والمناقشات العرضية على وجه الخصوص لها تأثير قوي على طريقة تفكير الشاب .

فوق كل شيء ، يرغب الفتى في سن المراهقة هذه أن يحس بالحب والتفاهم والتدعيم من أبويه ، وعندما يتلامس مع الحب والقبول يصبح حينذاك مستعداً للترحيب بكل أنواع التغيرات نحو الصالح من الأمور .

من أفضل المقالات التي قرأتها ظهرت في مجلة ( ريدرز دايجست ) الصادرة في شهر يناير ١٩٨٥ ، لذا سوف انقلها لكم بكاملها - بعد الإذن لي بذلك .

## كيف تنشئ نجماً عالمياً

في دراسة حديثة ، نُشرت أخبار مذهشة للآباء تقول : إذا توافرت الشروط السليمة ، فإنه يمكن لأي طفل أن يرتفع بمقدراته ، وأن يعيش في أفضل حال ، وبإمكانه أن يشع ويبرق في مجتمعه .

### كلير سافران

ما الذي صنع اينشتاين ؟ أو فون كلايرون ؟ أو كريس ايفرت لويد ؟ دائماً ما كانت الموهبة العظيمة من الأمور الغامضة لنا ، من أين ظهرت ؟ وكيف نمت ؟

المربي الفاضل والباحث بنجامين بلوم بالاشتراك مع فريق بحثي متخصص ، وهم جميعاً تابعين لجامعة شيكاغو ، أنهوا أخيراً دراسة اجتماعية استمر العمل فيها خمس سنوات ، يدرسون فيها حالة ١٢٠ من النجوم البارزة على مستوى العالم كله - السباحين العالميين ، لاعبي التنس ، عازفي البيانو ، المثاليين ، العلماء والمخترعين - الأفضل والألمع والذين يمكن اعتبارهم من القمم كل في مجاله .

من المدهش أن هؤلاء الباحثين اكتشفوا أن هؤلاء النجوم لم يولدوا هكذا - لكن تم تنشئتهم ليصبحوا كذلك . ربما تختلف مواهبهم ، لكن فترة طفولتهم تكاد أن تكون متشابهة بشكل ملحوظ .

إذا كان الباحث بلوم وفريقه على حق - وكثير من ثقافة المربين يعتقدون كذلك - فإن الموهبة المحتملة تتواجد أكثر مما نظن . في الحقيقة يشعر بلوم أن معظم الأطفال إذا تعرضوا لظروف مناسبة ، يمكن لهم أن يتعلموا أي شيء ، هو يؤكد ذلك قائلاً القدرات الإنسانية أكثر تواجداً مما قد ندركه بمقاييس الذكاء أو اختبارات تحديد الاتجاهات والميول .

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

وليكتشفوا أكثر عما هي الظروف المناسبة تمنع بلوم وفريقه في حياة هؤلاء الذين صعدوا إلى قمة التميز في مجالهم ، وهذا كله شرحوه في كتابهم الذي أصدره بعنوان تطوير موهبة الشباب وفيه اختاروا أفراداً موهوبين لكن مازالوا صغاراً في السن ، أكبرهم لم يتجاوز ٣٥ عاماً من العمر ، هؤلاء بالطبع مازالت ذكريات طفولتهم مطبوعة في الذاكرة وكثير منهم مازال آبائهم ومدرسوهم على قيد الحياة وقادرون على حكي دورهم في قصة التفوق .

عندما قورنت وحللت المقابلات التي حدثت ، وجدوا تشابهاً عجيبة - نفس المؤشرات تظهر من حالة لأخرى ، وكانت المفاجأة الأخرى المدهشة : كم كان تأثير البيت قويا في حياة النجم العالمي .

مع ذلك لم يعن لأحد آباء هؤلاء المتفوقين أن يتخذ لنفسه خطة محكمة لخلق النجم . ويعلق على ذلك الباحث بلوم قائلاً « إذا وضعت في ذهنك أنك في سبيل خلق موهبة عظيمة فإنك غالباً لن تنجح ، لأن مستوى الدفع سيكون أكبر مما يجب أن يكون عليه » . بدلاً من ذلك ، وفي كل خطوة على مدى الطريق ، فعل هؤلاء الآباء كل ما هو جيد ومفيد للطفل في وقته المناسب .

### تأمل في هذا

إحدى الأمهات أخبرتنا أنها كانت تركن عربة الأطفال وبها ابنتها الرضيعة بجوار ملعب للتنس ، بينما ينشغل الأبوان في اللعب ، وتعلق الأم قائلة ربما كان صوت كرة التنس هو الصوت الأول الذي تتذكره ابنتي ثم تضحك وهي تتذكر ذلك . هناك أم أخرى تتذكر رحلة قامت بها هي وعائلتها إلى متحف للفنون ، وشب ابن محبي الفنون هؤلاء ليصبح رساماً شهيراً . وتقريباً في معظم الحالات كان المسار

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هكذا ، فيه يحاول الأبناء تجربة النشاط الذي يميل إليه الآباء .

وكما عبر بلوم « إذا وجدت الموسيقى في منزل ما ، لا يعني هذا أن الطفل سينشأ ليصبح موسيقياً ، لكن إذا اختفت الموسيقى الرفيعة نهائياً من البيت ، فإنه من المحتمل أن لا يصبح الابن موسيقياً »

لقد توقع بلوم أن يرى أمامه الطفل المعجزة الذي ظهرت مواهبه الفذة وهو مازال في سنوات عمره المبكرة ، بدلاً من ذلك وجد أن معظم الأطفال الذين شملتهم الدراسة لم يعرف عنهم أنهم موهوبون إلا بعد عدة سنوات من العمل الشاق .

العاзفون على البيانو أظهروا شعوراً طيباً في التلاحم مع النغم والإيقاع ، لكن أقل من نصفهم كانت تعوزهم القدرة على التعرف على طبقات الصوت المختلفة .

كثير من علماء الرياضة الذين أصبحوا مشهورين كانت لديهم صعوبات في التعليم . بينما تظهر مواهب السباحين العالميين في مراحل العمر المبكرة ، لكنهم لم يكونوا في مبدأ حياتهم غير عاديين بحيث يمكن أن نطلق عليهم بأنهم معجزات متحركة .

ما حصل عليه هؤلاء الأطفال ويزيد عن الاحتياجات الطبيعية والعقلية ، هو استعداد واهتمام الأبوين بهم ، وبهذا لوحظت المؤشرات المحتملة للموهبة وتم تشجيعها وتقويمها . مثلاً تلعب فتاة تبلغ خمس سنوات على البيانو ، فتقول الأم هذا عزف جميل هي تعني ذلك ، إن الأم تحب الموسيقى وتظن أنه أمر جيد أن تفعل ابنتها ذلك أيضاً .

باتباع تلك الطرق الاعتيادية الصغيرة ، ربما يظهر شئ غير عادي ، يمدح الآباء

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

نشاط معين يؤديه الابن ، ويهملون آخر ، والأطفال يتجاوبون .

والدة إحدى المثلثات احتفظت بكل ورقة خطت فيها ابنتها رسوما ( ليس من ضمنها أي موضوع إنشائي مكتوب ) . ووالدة أحد المحبين لعلم الرياضيات تمتدح ابنتها لأنه يصبر على حل كل المسائل بمفرده داخل المنزل ، وهذا بالطبع أمر قد يزعج الآباء الذين يهتمون بالرياضة البدنية مثلاً .

يتذكر أحد السباحين أنه وهو طفل صغير ، كان يراقب والده وهو يستخدم أدوات النجارة لتصميم بعض النماذج ، وإذا لم يصنع جزءاً من النموذج بشكل جيد ، فإنه كان يتناول الجزء المعيب ويكرسه ، ثم يبدأ من جديد .

لم ينس الفتى ذلك أبداً ، فبعد عشر سنوات وفي غرفته المليئة بكتكوس التفوق والميداليات ، أخبر أحد الصحفيين « لقد علّمني أبي أنه إذا صممت على فعل أمر مرغوب فيه ، فأفعله دائماً بشكل متقن »

وتقريباً معظم النجوم حكوا عن قصص حدثت في منازلهم مشابهة لذلك بالرغم أن النجاح أدرك معظمهم وهم في سن مبكرة ، لكنها لم تحدث في يوم وليلة ، لم يحصل أي منهم على قمة الموهبة في أقل من عشرة سنوات من العمل الشاق ، وجميعهم درجوا في مراحل ثلاث :

المرحلة الأولى هي وقت للعب والمرح وأن تقع في غرام ما تميل إليه ، المرحلة الثانية هي مرحلة التحديد وفيها يستعمل فن العلم أو الهواية المتخصص فيها لمصلحته حتى يصل إلى مرحلة التحدي والشعور بالتفوق . ثم يصل إلى المرحلة الثالثة وهي مرحلة التطبع وذلك عندما يبرز أسلوبه الذاتي ، ويعمل على تطويره .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

في تلك الدراسة ، كان الآباء يحاولون منح أبنائهم الخبرة اللازمة لهم في كل مرحلة ويعملون على تشجيع اللوحة الأولى من الموهبة ، كأن يقدمون للفتيان دروساً خاصة في مجالاتهم ، ويسعون لاستخدام المدرسين الذين يعتبرون « خبراء في التعامل مع الأولاد » ، وليس من الضروري أن يكون هؤلاء من أفضل عازفي البيانو أو أحسن من لعب كرة التنس ، لكن يجب أن يكون المدرب إنساناً ذا مودة صادقة وقدرة على اكتساب الصداقة ، وسريع في امتداح الطفل على جهوده .

بعد فترة ، يقرر الأب أو المدرب أن الطفل في حاجة إلى ما هو أكثر ليرتفع في معدلات نموه ، فيأتي المدرب التالي الأكثر تحديداً والذي يصر على أن يقوم الابن بالتدريب على قطعة موسيقية أو نوع من أنواع السباحة كثيراً حتى يتقنها تماماً ، المدرب الأخير سيكون ماهراً ونموذجاً يحتذى به - مدرب ممتاز ذو موهبة خلاقة .

في كل مرحلة من تلك العملية ، يحاول الآباء إيجاد الوقت اللازم والنشاط والمال لتغطية تكاليف الدروس والأجهزة . والد الموسيقي الواعد يشتري بيانو ضخماً بدلاً من السيارة التي هو في أمس الحاجة إليها ، عائلة فتى التنس تقضي أجازتها الأسبوعية في ملاعب التنس لمشاهدة الابن المباريات المقامة . تضحيات كثيرة مثل هذه تحدث ، لكن إحدى الأمهات علقَت على هذا قائلة « كنا نشعر بالسعادة عندما نفعل ذلك وكذلك ابنا ، لأن هذا هو الذي يجعل منا عائلة » .

مثل كل الأولاد ، هؤلاء النجوم الواعدون كانوا يذكرون دائماً بأن يتدربوا ، وكثيراً ما يجلس الآباء معهم . إذا شعر نجم المستقبل بالإحباط ، يقدم الأب التشجيع ، وعندما ينتقل السباح إلى مرحلة سنوية أكبر ويلاحظ أنه يخسر أي سباق يدخله ويشعر بأنه يريد أن يهجر تلك اللعبة ، يقول له الأب أصبر قليلاً حتى تكسب ولو لمرة واحدة بعد ذلك . لا تترك هذا المجال لمجرد أنك خسرت مباراة واحدة ، وما أن

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

يكسب الفتى مبارزة حتى تشتعل عنده الرغبة في الاستمرار .

الآباء كانوا يصفقون لهم عندما يفوزون ويواسونهم عندما يفشلون . إذا بذل الفتى جهده وحصل على نتيجة أفضل من المرة السابقة ، كان هذا أيضاً انتصاراً ، أما إذا حدثت هزيمة فهذا شيء نافع نتعلم منه تصحيح الأخطاء .

بعد فترة يترك الأمر كله للفتى ، يتذكر بعض الآباء أن هناك ابن أو ابنة أخرى كانوا أكثر موهبة من ذلك الفتى ، لكن يعوزه أو يعوزها عنصر العمل الجاد والمثابرة ، بعكس النجوم الذين كانوا يوفقون دائماً بين البدائل . فهناك وقت مطلوب للتدريب بينما هناك نشاطات مدرسية ومذاكرة واجبة الأداء في نفس الوقت . وعندما تبدأ فترة المراهقة يلاحظ أن هؤلاء الفتيان يقضون ٢٥ ساعة أسبوعياً في المتوسط لصقل الموهبة ، وهو وقت يزيد عن أي نشاط آخر ملتزمون به بما في ذلك دروس المدرسة . لكن هذا الوقت لن يزيد بأي حال من الأحوال عما يقضيه الطفل الآن أمام التلفزيون .

الآباء يفرحون بموهبة أبنائهم وهم موجودون دائماً ، لكن لن يعيشوا من خلال أبنائهم ، هم يعلمون أن تلك الموهبة بالذات خاصة بالأبناء .

طبقاً لما قرره الباحث بلوم ، نلاحظ أن هناك موهبة دفينية داخل كل طفل ، والآباء يستطيعون تغذية تلك المواهب لتزدهر وتبرز ، وحتى إذا لم يبلغ الفتى مرحلة النجومية ، فإن الهاوي - المحب لرياضة معينة أو العازف على آلة موسيقية أو المهتم بالبحوث الذهنية - سيعتبر فعلاً بحياة أفضل .

لكن هل يستحق هذا كل ذلك الجهد والوقت المبذول ؟ نعم ، لأن الدروس التي تجرى أيام الطفولة ستصبح غريزة وأساس لفترة البلوغ ، ومهما أصبحت وظائف الأبناء



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

في الحياة لاحقاً ، فإنهم سوف يتقنون مهارة ما وسيصرفون دائماً كفائزين حيث سيبدلون الجهد الأفضل ويكونون في أحسن حالاتهم .

أيها الآباء لا تستطيعون إنكار ذلك . فالطفل سواء كان داخل الرحم أو أثناء عبوره نحو مراحل الحياة المختلفة حتى وصوله مرحلة البلوغ ، تعتبر المدخلات ذات أهمية بالغة لبلوغهم النجاح والتوفيق ، فالمدخلات الإيجابية في أشكالها المختلفة سيصدر عنها على وجه العموم مخرجات إيجابية .

الآن دعنا ننظر في بعض الاقتراحات العملية التي سوف تساعدك على أن تصنع مهمة وجهداً أفضل نحو تغذية أطفالك بالخصائص الإيجابية .

### طور الخيال

هناك الكثير الذي يمكن أن يبذل نحو طفلك لمساعدته على تطوير خياله الخلاق ، لكن كيف ؟ بقضاء وقت أكبر وأنت تقرأ له .

عندما تقرأ له قصة الأميرة والأقزام السبعة ويندمج طفلك في القصة ، قدم له هؤلاء الأقزام السبعة واطلب منه أن يقلد كل واحد منهم في كلامه وحركاته ، هناك احتمال أن يتمنى طفلك الرجوع إلى زمن الأميرة في أوقات مختلفة محاولاً أن ينطق بما كان يقوله كل شخصيات القصة .

هذا الأمر يحدث أموراً عدة أولها وأكثرها أهمية أنه يقرب ما بين الأب وابنه ، ثانياً هو يحفز خيال الطفل وكذلك قدرته على الإبداع . وبإعطائه بعض النشاطات الأخرى لن يشعر بعدها بالملل . ثالثاً تعلمه هذه الطريقة إمكانية أن يفعل بصوته أشياء أكثر من أسلوبه المعتاد في الكلام العادي ، ومن يعلم ؟ ربما تكتشف أنك قد

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

أنشأت ممثلاً مسرحياً بارزاً أثناء تلك العملية .

هناك طرق أخرى لتطوير الإبداع والتواصل مع طفلك ، أعطه بعض القطع البلاستيكية أو الطينية ليبنى بها بعض النماذج واطلب منه أن يستخدم خياله لبناء شيء مختلف . وإذا توافر للمنزل فناء دعه يلعب فيه ووفر له كومة من الرمال ليبنى القصور بها أو أي شيء آخر يسمح له خياله بعمله ، هذا سوف يبقيه مشغولاً لساعات . وعندما تمنح ابنك لاحقاً وبعدما يكبر قليلاً بعض الأجزاء المعقدة ، فإن خياله سوف يجمع ويخترع أشكالاً عجيبة .

أحد النماذج الكلاسيكية التي توضح أين تستقر اهتمامات الأطفال يحدث كثيراً في أعياد الميلاد عندما يفتح الطفل هداياه من اللعب المحفوظة بها ، فإن الأمر ينتهي به أن يلعب بالعب بدلاً من الألعاب التي حصل عليها حيث يصنعون بها كل ما يخطر على بالهم من أشكال . ثم يستخدم الفتيان والفتيات بعد ذلك أي شيء يقع تحت أيديهم لبناء قلاعهم وعرائسهم سواء كانت غطاء أو منشقة أو حتى وسادة قديمة .

### المرح يساعد - جرب ذلك

لنعيش في جو متفائل وبتاح لنا تنشئة أطفال إيجابيين ، يجب أن نتحلى بروح المرح والفكاهة لتغلب على المشاكل والعقبات والمثبطات التي نتعرض لها ونحن في طريق الحياة . نحن في ذلك نشبه ذلك الرجل الذي قاد سيارته القديمة المستعملة شهوراً عدة ، ثم في يوم اقترب من بائع السيارات قائلاً له « سيدي ، هل أنت الذي بعثني هذه السيارة ؟ » فنظر إليه البائع ، ثم أجاب « أعتقد أنني فعلاً من باعك تلك السيارة » فقال صاحب السيارة المستعملة « من فضلك هل يمكن أن تشرح لي

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مجدداً طريقة تشغيلها؟ إن الإحباط يملكني كثيراً بسببها». مثل هذا يحدث أحياناً مع الآباء عندما لا تسير الأمور على ما يرام ويحتاجون إلى تشجيع مختلف.

يمكن لروح المرح أن تكون من أكثر المشجعات على تقبل الحياة، فالدلائل جميعاً توضح أن المرح من أكبر المعلمين للتحفيز في حياتنا.

في دراسة صدرت في ولاية سان دييجو (مجلس الآباء) أوضحت أن المرح ساعد الطلبة في تحقيق أفضل النتائج في الاختبارات. فقد اختاروا أربع مجموعات من الطلبة الذين يدرسون علم النفس، وأعطيت لكل مجموعة فرصة الاختيار بين حضور محاضرات جادة أو محاضرات مرحة في نفس المادة، وبمجرد انتهاء المحاضرات حصل كل من الطرفين على أرقام متساوية عندما كلفوا بحل إحدى المسائل، لكن بعد مرور ستة أسابيع أظهر اختبار آخر أن الطلبة الذين حضروا المحاضرات المرحة كانت ذاكرتهم أنشط وإجاباتهم أدق بالمقارنة بالمجموعة الأخرى.

كما ذكرت سابقاً عندما ناقشت معكم الخصائص الإيجابية للنجاحين (الفصل الثالث) كان المرح هو أحد الخصائص التي كانت ترد دائماً في اختيار المجموعات.

في عالمنا اليوم هناك الكثير من التجهم، وكثير من الناس يسرون في طريقهم مشابهين في ذلك قبطان السفينة (تيتانيك) ويبدون كما لو أنهم قد استنفذوا كل متع الحياة ولم يعد أمامهم سوى الجدية والتجهم.

---

**ساعد ابنك أن يطور شمووره بالمرح**

---

### اخلق جواً يسوده الحب والثواب

هناك خطوة أخرى هامة في عملية تطوير الخصائص الإيجابية للطفل ، وهي أن نحاول خلق بيئة مناسبة تعمل على ترقية شعورهم بالقبول والرفاهية . يحدث هذا بأن نساعدهم على بدء وإنهاء اليوم بطريقة مملوءة بالحب والتفاؤل .

الطريقة التي توظف بها أولادك لها نصيب كبير في ذلك ، فإذا حدث هذا الأمر بتكشيرة وشخط كأن تقول « استيقظ الآن وفوراً ، لا تدعني أعود إليك مرة أخرى لتقوم من سريرك » ، والنتيجة هي أن الطفل لن يقبل على هذا اليوم وقد بدأ بتلك المقدمة المزعجة .

من أكثر المناظر جمالاً وكان لي حظ متابعتها هو ما كانت تفعله ابنتي سوزان وهي توظف ابنتها وحفيدتنا إليزابيث ، فهي تقف أولاً فوق سرير الطفلة متأملة لعدة ثوان ، ثم تدعك جبهة الصغيرة بحنو بالغ قبل أن تنحني عليها وتقبلها ، مما يجعل الفتاة تفتح عيناها وهي تبدأ بالاستيقاظ ، وتبدو على وجهها أمارات الغبطة وهي تستقبل ذلك اليوم الرائع .

كل صباح كانت سوزان تحادث طفلتها بكل الحب مما يجعلها مريحة بالعودة إلى عالم الاستيقاظ .

أعتقد أن معظم الناس يجب أن يوقظوا أطفالهم بنفس أسلوب سوزان ، لكن للأسف وبمرور السنين سوف تتغير الأمور نوعاً ، سوف يدفع بالأطفال دفعاً في المساء المتأخر من أمام التلفزيون ، ثم يتم إيقاظهم بالخبط على باب غرفة النوم وهم يسمعون صيحات مزعجة مثل « اصحوا الآن وفوراً ، لن تتأخر اليوم كما يحدث لنا دائماً » ! ثم يدفعون ليخطفوا اليسير ليأكلونه ، ثم يدفعون مرة أخرى داخل السيارة ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وهكذا يبدأ يومهم .

اقترح : افتح باب غرفة أبنائك برفق ، اذهب واجلس بجوار السرير ، أربت على رؤوسهم ثم قبل جبينهم ، وأخبرهم بأنك تحبهم وأن اليوم سيصبح جميلاً بالنسبة لك ولهم ، أخبرهم بأنهم سيتقابلون بالمرح وسوف يتعلمون شيئاً مثيراً هذا اليوم ، وإنك ترغب أن تسمع كل ما حدث معهم خلال النهار عندما يجتمعون جميعاً وقت الغذاء ، وفي المساء وقبل دقائق من وقت النوم ، ذكر أولادك أن يغسلوا أسنانهم بالمعجون والفرشاة ، واطلع على الواجبات المدرسية المطلوبة منهم ، اخرج القطة خارجاً ، ادخل الدراجة داخل المنزل ، اشربوا جميعاً بعض أقداح الماء واعمَلوا ثلاثة رحلات إلى الحمام .

عندما يحين وقت النوم ، أطفئ جهاز التليفزيون ، خذ أبنائك من أيديهم ، اذهب معهم إلى أسرتهم وغطّهم ، ثم تسامر معهم قليلاً . كثيراً ما يفتح أولادنا ويوحوا بكل ما يعتمل في قلوبهم قبل استغراقهم في النوم أكثر من أي وقت آخر خلال النهار .

يمكن عشرة دقائق أو خمسة عشر دقيقة أن يحدثوا فرقاً كبيراً في عملية التلاحم مع أطفالك ويمنحهم تأكيداً موثقاً بأنهم محبوبون ، وأن لديك الوقت الكافي للاستماع إليهم ، وأنهم أفضل كثيراً من عشرة دقائق تقضيها أمام التليفزيون .

عندما يكبر الطفل قليلاً ، فإن الآباء المتفهمين يجرون تغييراً وحيداً في الخطة السابقة ، تحديداً يجب أن يدقوا على باب غرفة أولادهم قبل دخولها لإيقاظهم صباحاً ، إذا كان الابن قد استيقظ فعلاً فإنه لن يضبط وهو في وضع غير لائق من ناحية ملابس نومه ، وهذا مهم على وجه الخصوص عندما توقظ الأم ابنها أو عندما يوقظ الأب ابنته .

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

### "ها هنا إنسان فائز"

الاقتراح الأخير الذي أود أن تتذكروه هو أن تثبت في وجدان أبنائك بالكلمات اللطيفة . أنك لن تستطيع تحديد اللحظة التي يمكن فيها لبعض العبارات المخلصة أن تؤثر في حياة إنسان .

في رحلة قمت بها منذ وقت قريب لألقي بعض محاضراتي في الساحل الغربي لأمريكا ، قابلت شاباً وسيماً له ابتسامة خلابة ، وقد كتبت على جبهته « إنه من الفائزين . كان مصاحباً لوالديه الذين كانوا من بين الحضور وكان يبدو عليه إمارات الارتياح وهو وسط مجموعة كبيرة من البالغين . وما أن تدبر لي بعض الوقت حتى قدمه أبواه لي ، فقلت له ما اعتدت قوله في تلك الحالات . انحنيت قليلاً نحوه ونظرت مباشرة في عينيه ، وسألته سؤالاً قادنا إلى مجموعة من الاستجابات المدهشة .

زوج : يا ابني ، هل تعلم ما الذي يمكن لي عمله ؟ الشاب : لا

زوج : أنا لدي موهبة خاصة ، وأستطيع فعل شيء ما لا يستطيعه غيري ، هل لديك فكرة ما هو ؟ الشاب : ( وهو متحير لكنه مستثار ) لا

زوج : أنني أستطيع أن أميز الإنسان الفائز بمجرد نظرة واحدة ، وأنت واحد منهم .

كل هذا الحوار لم يستغرق سوى دقيقة واحدة ، لكنهم جميعاً أنصتوا لي بكل شغاف قلوبهم .

بعد عدة أيام وصلني خطاب من أم هذا الشاب ، أقنعني بضرورة مواصلة استخدام نفس الأسلوب في كل زمان يتاح لي فيها أن أتخاور مع أحد الشباب ( ربما علمتم

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الآن ، إنني أؤمن أن كل الفتية ولدوا لكي يفوزوا في حياتهم ، لكن للأسف فإن الكثير منهم حصل لهم تعديل بحيث يخسرون في معركة الحياة ) .

هذا الشاب بالذات تعرض للعنف وهو مازال طفلاً صغيراً ، ثم أصيب بعدة كسور قبل أن يصل عمره سنتين ، ولا تنس بالطبع ما تعرض له من جراح نفسية وعاطفية ، وما أن بلغ الثالثة من العمر حتى جاز في اختبار التبنّي ، وعملت معجزة الحب الذي غمره به والديه البديلان العجائب . لقد شكرتني الأم لأنني أضفت خطوة أخرى إلى سلم التشجيعات التي داوم هذا الشاب على ارتقاؤه وهو صاعد نحو القمة . قالت لي إن تلك المقابلة الصغيرة التي جرت بيننا كان لها معنى مدهش بالنسبة لها ، وإنها هي وزوجها لن يدعاه أن ينسى أبداً أنه حقاً إنسان فائز وناجح .

الرسالة : لتنشئ أطفالك كفائزين إيجابيين ، يجب عليكم أيها الآباء أن تؤكدوا لهم ذلك .

### يحتاج الطفل أن يعلم بأنه متميز

هذه الفكرة لها أهمية بالغة

رجل الأعمال ريتشارد جرين استخدم فكرة مؤثرة وبارعة في تعامله مع طفليه . كان هو قد تبني هذين الطفلين ، لذا كانت عائلته تحتفل بعيدين لكل طفل ، أحدهما عيد مولده والآخر يقع في تاريخ تبنيه . هذا نقل للطفلين كريد وبروك شعوراً بأنهما متميزان ، وأصبحت ذكرى تبنيهما إضافة أخرى لسجل فخرهما ويرفع من مدى تقديرهما لأنفسهما .

كان كريد الذي يبلغ السادسة من العمر ( بينما تبلغ بروك ثلاث سنوات )



## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

يحصل على معاملة خاصة ، عندما بلغ الرابعة من العمر خصصت له العائلة ليلة خاصة كل أسبوع ، إذا كان تصرفه جيداً خلال الأسبوع . في تلك الحالة كان يسمح له أن يطلب ما يشاء ، على أن يكون طلباً معقولاً .

إحدى الطلبات التي رغب فيها في أحد الأسابيع هي أن يذهب مع والديه إلى أحد المحلات الكبرى ليشاهد الأسماك في أحواضها الضخمة . لذا في ليلة الجمعة ذهبوا جميعاً إلى هذا المحل ، وجهزوا له مقعداً وأجلسوه وسط الأحواض الهائلة التي تسبح داخلها الأسماك المتنوعة . ولدة ساعة كاملة جلس وهو منسجم تماماً مراقباً للأسماك وهي تتلاعب هنا وهناك .

ليس أنه شعر بالمتعة فقط ، لكن أبواه استطاعا بذلك أن ينقلوا إليه الشعور بمدى اهتمامهما وجهما له ، وكذلك مدى تفرد ذلك .

إنني مقتنع تماماً أنه وهو يتابع تلك الأسماك ويشاهد النباتات البحرية والصخور بأشكالها الرائعة ، كان منهمكاً في امتصاص بعض من الجمال والمعجزات التي أسبغها الله على مخلوقاته في الطبيعة .

كانت تكلفة هذه الرحلة بالطبع ، لا شيء سوى تكلفة البنزين الذي استهلكته السيارة وهم في طريقهم إلى هذا المحل .

وأيضاً كان مستر جريرن هذا يصطحب معه ابنه كريد إلى مصنعه ، في هذه المناسبة يرتدي الطفل حلة كاملة ويتأكد أن حذاءه يلمع وأن شعره قد صفف جيداً . لفترة بسيطة يزامل الأب ابنه في جولة سريعة في أنحاء المصنع ويعمل على تقديمه إلى العاملين ، وكان قد علّمه كيف يصافح الآخرين جيداً ، وكيف يجيب على أسئلتهم بكل أدب ووقار . كل هذا جدير بأن يكون علاقة متينة بين الأب وابنه ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وعملية ارتدائه لملابسه الخاصة تضيف إلى مدى اعتزازه بنفسه . وذهابه مع والده وملاحظته وهو يؤدي مهامه الإدارية تطبع في ذهن الغلام أشكالاً إدارية يحتفظ بها لنفسه لتكون في متناول يده في يوم من الأيام . والتكلفة مازالت - لا شيء . إن مستر جرين هذا يبني ويطور « فائزاً آخر » .

أختتم هذا الفصل بمثال ذكره لي مستر جيري وزوجته جو الذين يعيشون في شارلستون بكاليفورنيا .

منذ عدة سنوات واجهوا موقفاً غريباً مع ابنتهم الجميلة بيث التي يمكن اعتبارها ملكة جمال أمريكا لجمالها الأخاذ ، فهي من ذلك النوع المتحمس ، المؤدب ، يمكن الاعتماد عليها ، لطيفة ، محبة ، على سجيته - بها كل الصفات الإيجابية التي يمكن أن تخطر على بالك ! وهي بطبيعتها إنسانة مرحة طوال وقت صحوها .

منذ عدة سنوات ، أهدى جيري وزوجته ابنتهما هذه منبه على شكل راديو كهديّة في عيد الميلاد للعمل على إيقاظها صباحاً . ولم يراعيا ما حدث بعد ذلك . لقد ضبط الأب هذا الراديو بحيث يعمل في وقت مجدّد صباحاً لتستيقظ الفتاة عندما تسمع بعض من موسيقى الروك . وكل صباح عندما تصحو تستمع أولاً إلى خمس دقائق من الأخبار العالمية ، ثم تبدأ المحطة في إذاعة تلك الموسيقى الحماسية .

كان التغيير بطيئاً وبالكاد يمكن ملاحظته ، لكن بعد ثلاثة أو أربعة شهور أصبحت الفتاة متحفزة ، متوترة ، تثور لأنفها الأسباب . لم تعد محبة ودودة كما كانت في عهدها السابق ، لم تعد تلك الفتاة المرحّة الضاحكة وكثرت شكواها ، لقد أصبحت مختلفة تماماً .

لاحظ الأب والأم هذا التغيير ، واستعملوا طريقة « عصر الفكر » لمعرفة

## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

الأسباب ، وإحدى المؤشرات قادت لأخرى إلى أن أيقنا أن التغيير الذى حدث في سلوكها ابتدأ بعد حصولها على هدية عيد الميلاد . كان الحل في منتهى البساطة ، لقد سحبوا منها هذا الراديو ( لقد ثارت بالطبع ، لكن الأب المسعول المحب يضع دائماً ما هو نافع لابنه وعائلته ) . ودرجا بعد ذلك على الذهاب إليها ليوقظونها بالأحضان والقبلات استعداداً لاستقبال يوم جديد .

من الواضح ، أنك تعرف نهاية القصة ، وإلا ما كنت تقرأها الآن بالطبع أنت على حق . بعد عدة أسابيع عادت مرة أخرى لتصبح تلك الفتاة المرححة المحبوبة السعيدة المتحمسة كما كانت من قبل .

غير من التدخلات وبهذا يحدث بالتالي تغيير في المخرجات .

---

**لا يمكنك أن تتصور ما يمكن أن تفعله بعض  
الكلمات المخلصة في مسيرة شخص ما.**

---

**يتعلم الأطفال ما يتعايشون معه**

إذا عاش الطفل منتقداً ،

فسيتعلم الإدانة .

إذا عاش الطفل في جو عدائي ،

سيتعلم العنف .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

---

إذا عاش الطفل في جو الاستهزاء به ،  
سيصبح إنساناً خجولاً .

إذا عاش الطفل شاعراً بالعار ،  
سيتعلم كيف يشعر بالذنب .

إذا عاش الطفل في جو التشجيع ،  
سيتعلم الثقة بالنفس .

إذا عاش الطفل في جو الامتداح ،  
سيتعلم كيف يقدر الآخرين .

إذا عاش الطفل في جو الاستقامة ،  
سيتعلم العدالة .

إذا عاش الطفل في جو آمن ،  
سيتعلم الإيمان .

إذا عاش الطفل في جو القبول ،  
سيتعلم كيف يحب نفسه .

إذا عاش الطفل محاطاً بجو من الصداقة والود ،  
سيتعلم كيف يحب العالم كله .

دورثي لو نولت - ١٩٧٢



## ٥. الخطوات الإيجابية لتنمية أطفال إيجابيين

### تقييم شخصي

( ١ ) كم يكون مبكراً شعورك بأن الوقت لم يحن بعد لبداية العملية التعليمية لطفلك ؟

( ٢ ) الطفل الصغير يحتاج إلى قواعد ونظم يتبعها ، ارسم في ذهنك صورة لطفل لا يخضع لأي قواعد .

( ٣ ) ما هي الطرق التي تعتبر ملائمة في عمل حدود لطفلك وأفادت فعلاً في تحسين معيشة أسرتك ؟

( ٤ ) هل تعرف أشخاصاً علموا أو في طريقهم لتعليم أطفالهم داخل المنزل ؟ وإذا كان هذا بالإيجاب ، هل سألتهم عن رأيهم في تلك التجربة ؟ وهل هو أمر يمكنك أن تفعله ؟

( ٥ ) كما ذكرنا سابقاً ، تعتبر السنوات المبكرة في حياة الطفل هامة وحيوية ، هل تستطيع أن تكمل تلك الجملة « خذ القيادة . . . أو . . . ؟ »

( ٦ ) ما هي المراحل السنية للأطفال طبقاً لاعتقاد جون دريشر ؟

وما هي خصائص كل مرحلة سنية ؟

( ٧ ) هل أنت تضع طفلك أو أطفالك في أسرّتهم ليلاً ، وتعمل على إيقاظهم صباحاً بكل الحب واللفظ ؟

## الفصل السادس

### الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

لا ينكر أي أب مسئول أهمية توفير فرصة التعليم لابنه . وإذا تم تنشئة الطفل في بيئة لا يحصل فيها على تعليمات من أي نوع ليطور ملكاته العقلية ، فإنه سيتعرض حتماً لعجز كامل .

بالطبع ، معظم الآباء يتفوقون مع هذا ، وربما البعض يبذل جهوداً عرضية ليتأكدوا أن الطفل قد نال فرصة ليتعلم وينمو . في الحقيقة تنتشر في معظم دول العالم المتمدين قوانين ملزمة لتعليم الأطفال .

كل إنسان يتفق أيضاً على أن احتياجات الطفل المادية الطبيعية يجب أن تراعى . وفي الولايات المتحدة مثلاً يعاقب الوالدين إذا أعاقوا إمداد الطفل باحتياجاته الطبيعية ، كالأكل ، المأوى والملبس .

مرة أخرىؤكد على أن الوالدين المسؤولين لن يحلموا أبداً بأن يحرموا الطفل من حاجته للمأكل ، أو إنهم يمدونه بالطعام الذي بالكاد يبقيه على قيد الحياة ، وبذلك لا يسمحون له بالنمو ومباشرة نشاطاته الصحية .

### التحرر من الارتباطات الدينية !

لا يمكن أبداً إنكار حاجة الطفل إلى الاحتياجات الذهنية والعقلية ، لكن في حالة التوجهات الروحية فالموقف محير نوعاً ما .

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثة

إذا كان الأبوان جادين لأن ينشئوا طفلاً إيجابياً ، فإنهم بالتأكيد لن يهملوا أبداً الاحتياجات الروحية للطفل ثلاثي الأبعاد .

بعض الآباء يقومون بكل وقار بتثبيت هالة الورع فوق رؤوسهم ، ثم يقولون إنهم لا يرغبون في إرغام الطفل على اتباع ( قيمهم الدينية ) لذا هم لا يصطحبون الابن إلى الكنيسة أو يدرّبونهم على قراءة الكتاب المقدس واتباع تعليماته . هم يقولون بأنهم سوف ينتظرون حتى يكبر الطفل قليلاً حينئذ يمكن له أن يختار لنفسه الاعتقاد الذي يشاءه .

هل يثق هؤلاء الآباء بالذات في حكم ابن السادسة أو الثامنة من العمر في اختيار نوع طعامه ، وقت نومه ، الملابس التي يرتديها أو ما يلبسه في الجو القارس ؟ لست مقتنعا أبداً بأن يهمل الأب تدريب ابنه الصغير القيم الخلقية والروحية ، أو يترك ذلك للظروف ، أو أن يجعلون هذا الأمر وارد ضمن خيارات الطفل عندما يكبر قليلاً .

ما أن يصل الطفل لهذه السن الكبيرة ، فإن الطفل يكون قد حدد اختياراته فعلاً ، لأنه سوف يتأثر بشكل مباشر أو بطريقة غير مباشرة بما يراه في الأبوين ، الأب الذي يتبع هذا المنطق الغريب يكون بالفعل قد نطق بهذا الاعتقاد بأعلى صوت معلناً أن الدين والإيمان بالله لا يمثلان شيئاً هاماً في حياته الشخصية ، وأنها اعتقادات غير هامة أو ضرورية .

هذه النتيجة واضحة تماماً ، فالطفل يشعر دائماً أن أبويه لن يفعلوا خطأ أبداً ، فالأب في نظر الطفل ليس سوى « إله في نظره » .

كثير من علماء النفس يتفقون على أن الوالدين المنتهكين لحقوق الطفل ،



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ولاسيما الأب ، سوف يخلقون عقبات كثودة تلاحق الطفل طوال حياته ، لاسيماً للمعايير الدينية .

الطفل ، بطريقته الخاصة ، سوف يظن انه طالما أن أبيه العالمي يعوزه المنطق السليم ومتصف بالقسوة وليس محباً أو راعياً له ، فما المانع في ظنه أن أبيه السماوي أيضاً لن يكون مشابهاً لأبيه الأرضي .

---

**الإيمان هو رد فعلك تجاه قدرة الله.**

---

### نحن نعلم.. لكن لا ندرس

يقول المحامي الدستوري وليم بيل أنه عندما أخرجنا الله من مدارسنا ، رسخنا بذلك نموذجاً أساسياً ، ويضيف بأن الهدف الرئيسي لضرورة تواجد الله في مدارسنا هو أن الطفل يقضي وقتاً هاماً من حياته داخل جدران المدرسة .

ينبه على الطفل دائماً أن المدرسة هو المكان الذي سوف يتعلم فيه كل شيء ، لذا فإنه إذا غابت دراسة الدين ومنعت من كل المناهج الدراسية ، فمعنى هذا أنها غير هامة ، وأنها لا تمثل جزءاً من نظامه التعليمي الخاص بدراسة القيم والأخلاق .

هذا يعلمه أمراً خطيراً ، على الأقل ، أن دراسة الدين ليس ضرورياً بالمرة .

هذا سبب من الأسباب التي تدعوني إلى المطالبة بأهمية دراسة الدين في المدارس ، ومنذ فترة بسيطة قرأت عبارة طريفة ثبتت على لوحة في مكتب أحد النظار تقول في حالة هجوم نووي أو حريق أو زلزال ، فانه يمكن أن تقطع الصلاة بشكل

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

مؤقت !

الصينيون والمصريون واليونانيون وكذلك الرومان القدامى أدركوا أن الإنسان كائن ثلاثي التكوين .

والمظهر الروحي للإنسان منها هو الأكثر أهمية ، لكنه للأسف هو الأكثر إهمالاً .

عندي اعتقاد جازم بأن حالة الطفل الروحية هي العامل المسيطر على ما سوف يكونه في المستقبل ، فمن خلال روح الإنسان تتدفق ميوله واتجاهاته . وليس بقدراته فقط سوف يتحدد مدى تقدمه في الحياة . كتحليل نهائي ، أقرر هنا أن عمق اتجاهات الطفل الروحية سوف تحدد بالتأكيد مدى نجاحه في الحياة .

### الإيمان هو استجابتك لقدرة الله

نحن في حاجة إلى توازن معقول على مدى حياتنا كلها . باستطاعتنا أن نملاً حياتنا بأمور عدة ، لكن المشكلة تبرز إذا افتقدنا الامتلاء بالإيمان والمعتقدات الدينية .

تقرر دراسة قام بها قسم الدراسات الاجتماعية بجامعة ميتشجان أن نسبة الأمريكيين البالغين الذين يحضرون الخدمات الدينية خلال الشهر الواحد انخفض عددهم من ٦٠٪ سنة ١٩٨١ ليصبح ٥٥٪ سنة ١٩٩٨ .

ما ينقصنا هنا هو تحقيق التوازن الروحي في مجتمع يبحث - لكن لا يعثر - على الرضى في مجال الإشباع الذهني وإقرار الأحاسيس الجسدية في مجالات الحياة المختلفة . هنا نقرر أن هناك شيئاً ناقصاً في التوازن الإنساني .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هناك طريقة معروفة لتصبح فيها سليماً - لكن ليس كاملاً - فقط . سليماً « وأن تشعر بأنك » « متوازن » من الناحية الأخلاقية والطبيعية والروحية ، مماثلاً في ذلك الشخص الذي يود أن يكون ذهنه حاداً ومتيقظاً فيحرص على حضور المحاضرات والدراسات ويقرأ في المجالات المتخصصة ، ومماثلاً لذلك الشخص الذي يهتم أن يكون صحيح البدن ، لذا يحرص على أداء التدريبات البدنية بشكل مستمر ، لذا فإن الشخص الذي يود أن يعيش بكل كيانه سوف يبحث أيضاً عما يغطي احتياجاته الروحية .

طالما أنني خصصت باقي الكتاب لبحث أهمية المدخلات العقلية والذهنية في حياة الطفل الإيجابي ، لذا سوف أركز في هذا الفصل على الاعتبارات الطبيعية والروحية اللازمة له . لذا دعنا نبحث جيداً عن الحاجات الطبيعية للطفل .

### الصحة البدنية لتحقيق النمو العقلي والاجتماعي

في مقال كتبه الدكتور جاب ميركن ظهر بجريدة « كانساس سيتي تايمز » ، أكد فيه على أهمية حالتنا البدنية ، واستخدم كمثال حالة الطفل جيمي البالغ من العمر اثنتي عشر عاماً . فبالرغم كونه طفلاً واعداً ، إلا أن نتائجه الدراسية كانت سيئة للغاية . العام الماضي ، كان هذا الطفل زائد الوزن قليلاً ، وأثبتت الاختبارات التي أجريت لقياس عضلاته أنها ضعيفة بالمقارنة بأمثاله . كان هذا الطفل دائم التوتر ، لا يستطيع أن يستقر به الحال في مكان واحد ، وظهر أن كل ما يفعله هو أن يشاهد التلفزيون أو يذهب إلى السينما . ولم يكن منخرطاً في أي نوع من أنواع الرياضة البدنية .

في خلال فترة الصيف ، وضع له الدكتور ميركن برنامجاً رياضياً كان من اختيار

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

الطفل ذاته .

أخبرنا الدكتور بأن العديد من الأطفال يشابهون الطفل جيمي ، ولا يحصلون على القدر الكافي من التدريبات الرياضية ، بالرغم أننا نعتبر فترة الطفولة هي عمر الحركة الدائبة التي لا تكل ولا تمل . وأضاف أن تكون خارج المألوف في الشكل البدني ، فهناك فرصة أكبر أن يكون تحصيلك المدرسي سيئاً ، لذا اقترحت أن يحصل جيمي على جرعة أكبر من التدريبات البدنية . كانت النتيجة جيدة ، لقد تحسن أداء جيمي ، وهو الآن يلعب ضمن فريق الكرة بالمدرسة ويحقق نتائج مذهشة في الدراسة .

وطبقاً لما قرره دكتور ميركن ، أثبتت الدراسات أن الذين يحققون نتائج سيئة في دراساتهم ، كانت لياقتهم البدنية منخفضة . وأحصى أن ٨٣٪ من الطلبة الذين تخرجوا من جامعة سيراكيوز لا يستطيعون اجتياز الاختبارات الدنيا التي توضح مدى اللياقة البدنية . ومعظم الطلبة الذين فشلوا في التخرج من الأكاديمية الحربية الأمريكية في وست بوينت كانوا في قاع فصولهم من ناحية اللياقة البدنية .

الدراسات الرائدة التي أجراها أ . و . إسماعيل وهو أستاذ في الدراسات الطبيعية بجامعة بورديو أثبتت أن الأفراد ذوي اللياقة البدنية يمتازون بالمهارات العقلية أيضاً ، وهم أكثر ثباتاً عاطفياً ، متوازنين ، واثقين من أنفسهم ، يسهل التعامل معهم وهادئين . وأضاف أن إصرارهم على أن يستمروا على نفس المنوال ، يقوي من اتجاهاتهم العقلية فالتدريب البدني لا يعمل فقط على تحقيق اللياقة البدنية ، بل هو يستطيع إبراز إمكانية الشخص على هضم المعلومات المختلفة ، وبالتالي يحفز وبشكل أكبر على تحسين قدراته العقلية ككل .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ويقول الدكتور إسماعيل أيضاً الولد الذي يتميز بأنه من النوع الثائر ، غير المتوازن عاطفياً ، عدواني ومتزمت ، يمكن أن تتغير شخصيته بشكل واضح إذا اتبع برنامجاً طويلاً لتحقيق لياقته البدنية ، مثل هذا البرنامج بالإضافة إلى تحقيقه لخاصية الشعور بالصحة يؤدي إلى إحساس الفرد بالهدوء ، التوازن ، الثقة بالنفس ، التعامل السهل وكذلك الشعور بالراحة والحبور .

### التدريب والحمية للحصول على الرشاقة الذهنية

يلخص الدكتور إسماعيل نتيجة الدراسات التي أجراها في عديد من الجامعات ومن ضمنها جامعة بوردو ، وكان من ضمنها اختباراً سيكولوجياً على ستين شخصاً تتراوح أعمارهم ما بين ٢٥ - ٦٥ سنة قبل وبعد إتمامهم برنامجاً للتدريب البدني استغرق أربعة شهور ، وقال نحن نعلم أن الأفراد اللائقين بدنياً ويداومون على التدريب ، يصبحون أكثر تنظيماً وتنسيقاً في قدراتهم على حل المشاكل ويحسن أيضاً قدراتهم اللفظية والإحصائية ويضيف الأفراد الذين ثبت أن استقرارهم العاطفي منخفض قبل التدريبات ، يلاحظ أنهم حققوا تقدماً ملموساً في الاختبارات النهائية التي جرت بعد انتهاء البرنامج .

الصلة ما بين اللياقة البدنية والتحصيل الأكاديمي ربما تعود إلى شعور الشاب الذي يداوم على التدريب البدني بالرضى عن نفسه ، ومن المعروف أن الشعور بالثقة بالنفس يرفع ويحسن من مستوى العادات التحصيلية .

وكمشجع أصيل لأهمية ممارسة التدريبات البدنية ، أذكر لكم ومن واقع خبرتي الشخصية أن الإنسان يحصد من ممارستها فوائد عقلية ونفسية ، ويعلق على ذلك الدكتور كنيث كوبر بشكل علمي قائلاً إنك عندما تمارس الرياضة فإنك تنشط

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

الغدة النخامية التي تفرز مادة الأندوفين ذات التأثير القوي الذي يزيد بمقدار مائتين من المرات بالمقارنة بالمورفين . وكنتيجة لاستمرارك في التدريبات الرياضية ستظل لمدة ساعة وحتى ثلاث ساعات بعد الانتهاء منها في قمة نشاطك البدني ، وترتفع قدرتك على الابتكار والإبداع . وزيادة معدلات نشاطك مضافاً إليه حدة انتباهك الذهني ستساعدك بالطبع كثيراً من الناحية الأكاديمية .

من المناطق الحساسة في حياة الطفل ما يتعلق بمظهره ، وهذا بالطبع يتعلق بما قد يأكله أو يشربه . هناك الكثير مما لا يستطيع التحكم فيه مثل طول القامة أو قصرها ، أو امتلاء وجهها بالنمش أو شعرنا لونه أحمر أو أسود ، وأيضاً لا نستطيع أن نتحكم في كوننا نكتب باليد اليمنى أو اليسرى ، لكن هناك الكثير الذي يمكن لنا أن نسيطر ونتحكم فيه مثل الحمية ، التدريبات الرياضية والذوق السليم .

الحياة النموذجية التي نتمنى أن نحياها تستدعي منا نحن الآباء أن نمنع أبناءنا نهائياً من تناول الحلوى والمشروبات الغازية وكذلك الكثير من المأكولات الرديئة التي تعج بها أسواق هذه الأيام . لكن واقعياً ، يصعب بل ويستحيل تنفيذ ذلك ، بسبب الانتشار الهائل للأصناف المختلفة من الحلويات والمقرمشات ، والإقبال عليها ، وقوة الدعاية والإعلان ، وتواجدها المستمر في بيوت أقبائنا وأصدقائنا وفي الحفلات وكل مكان آخر ، كل هذا يجعل الزهد والامتناع عن تناولها صعب للغاية ، لكن مع ذلك هناك الكثير الذي يمكن اتخاذه لتقليل الكميات المستهلكة منها .

من يحرصون على تنشئة أطفال إيجابيين ، يبذلون جهداً أعظم لتحقيق ذلك ، مثلاً ، المراهق الأمريكي يستهلك ٨٣٦ علبة من مشروب الصودا كل سنة ( من مجلة ديس دايز الصادرة في فبراير ١٩٨٤ ) وهذا يعني انه يستهلك علبتين كل يوم ! وهذا مقارب للجنون والسخف المطلق .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هذا وقد أصدرت الجمعية النفسية الأمريكية دراسة أوضحت فيها أن تقليل نسبة المستهلك من السكر بين أشرس المشردين في أمريكا ، يؤدي إلى نقص تصرفاتهم السوية بمعدل ٨٠٪ عن الطبيعي .

### التعامل مع الطفل البدين

منذ اللحظات الأولى التي يلاحظ فيها الأبوين أن طفلهم الوليد بدين ، يجب عليهما استشارة الطبيب ليدلهم عما يفعلونه للسيطرة على ذلك . كلما كانت الاستشارة مبكرة أصبحت السيطرة على البدانة أمراً بسيطاً . كثيراً ما رأيت بعض الآباء وهم يضعون المشروبات الغازية في زجاجة رضاعة الطفل لكي يقيق في المشروب السكرى ، وبذلك يضيفون أرطالاً مضاعفة إلى وزنه . هى طريقة سهلة - بشكل مؤقت - للأم المشغلة باستمرار ، لكنها لن تغنى عن الآثار الضارة التي تسببها للطفل ، فقط تمنع في حجم الوقت وكمية الدموع التي ستزرف على الطفل البدين فيما بعد .

تخفيض المأكولات السكرية له تأثير دراماتيكي على مشكلة زيادة الوزن التي يعانى منها الكثير من الأطفال ، ومن أكثر المناظر المحزنة في مجتمعنا هذه الأيام رؤيتنا للأطفال الأولاد والبنات وهم في بداية حياتهم ويصعب دعوتهم للمشاركة في المباريات الرياضية أو ألعاب الأطفال المعروفة لأنهم يعانون السمنة المفرطة التي تقف أمامهم عائقاً في مجارة الأطفال العاديين .

العادات التي يكتسبها الصغار في سنهم المبكرة تحدد ما سوف يصبح بهم الحال مستقبلاً ، وهل سيصبحون بدناء أم لا . تلعب كمية الطعام المستهلك ، الظروف التي يتم تناول الطعام فيها ونوعية هذا الطعام الدور الرئيسي في هذا التحديد .



## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

من المحتمل أن هناك آلاف من الوسائل التي يمكن اتباعها للتحكم في وزن طفلك ، لكن دعنا نشرح بعض منها بشكل بسيط .

( ١ ) اجعل وقت تناول الطعام ، من أكثر خبرات اليوم إمتاعاً وراحة بقدر الإمكان ، المشاكل العائلية يمكن مناقشتها في وقت آخر ، ومشاهدة التلفزيون بمواد المبهرة وقراءة الجرائد والمجلات والكتب أثناء تناول الطعام تعتبر جميعاً من المحرمات . فأنت بإمكانك تناول وجبة كاملة مصحوبة بمسليات خارجية ولا تدري ما نوع ما تأكله . والنتيجة الطبيعية لذلك أنك تأكل أكثر مما يجب .

( ٢ ) حدد كمية ما يستهلكه طفلك من المأكولات الرديئة التي تزدحم بها الأسواق هذه الأيام . إحدى المراحل الحساسة في حياة الطفل هي عندما يكبر قليلاً ويأخذ في اختيار طعامه بنفسه ، ثم يركز على استهلاك الحلويات والمأكولات الرديئة . وسوف يحين حينذاك الوقت عندما يصبح ضرورياً أن تمنع عنه بعض الأطعمة رافضاً تماماً العادات المدمرة . إذا تمرد الطفل رافضاً أن يأكل شيئاً لا تتراجع عن قرارك . ففي اليوم التالي ، أو ربما في وقت تناول الوجبة التالية سيكتشف الطفل الطعام الحقيقي والقيمة الغذائية للوجبات المختارة بعناية ، ويضمن بذلك أنه لن يجوع حتى يصل لمرحلة الموت . هذا يذكركني بالقصة الطريفة التي حكاها أخى المحاضر أيضاً ، القاضي زجلر ، وهي تحكى عن ولدين كانا يتحدثان عن الأطعمة التي يقدمها كل منهما لكلبيهما . أحدهم قال إنه يقدم لكلبه أفضل أنواع المأكولات التي يمكن شراؤها بالمال ، الآخر قال إنه يطعم كلبه أوراق اللفت ، قال الأول إن كلبه لا يأكل أبداً أوراق اللفت ، وقال الثاني « وكلبي أيضاً لا يفعل ذلك في الأسابيع الثلاثة الأولى التي اشترته فيها » . ربما يرفض طفلك تناول أي طعام ( أو هكذا يبدو ) لمدة يوم أو اثنين ، لكن من المهم أن لا يتراجع الأب أو الأم ويعطونه

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مشروباً غازياً ، وبعض المقرمشات أو قطعة من الحلوى ، لأنه لم يأكل شيئاً طوال اليوم - الناس المعتادون على الصوم يؤكّدون أن مرور يوم أو اثنين أو حتى ثلاثة أيام بدون تناول ولو لقمة واحدة ليست من الأفكار السيئة التي لا يجب أن نفكر في تطبيقها في حياتنا .

( ٣ ) مد الطفل بإفطار صحي ، الكثير يعتبرون أن وجبة الإفطار ليس سوى وجبة الحبوب عالية السكريات ذات القيمة الغذائية المنخفضة ، لكن أفضل أن يقدم للطفل مختارات من بعض الفاكهة ، حبوب كاملة القشرة ، خبز مدهون بطبقة خفيفة من بعض الأطعمة اللينة ذات السعر المنخفض بالإضافة إلى كوب من اللبن . وإذا أضيف لكل هذا بعض ما تبقى من وجبة عشاء الليلة الماضية وعلى الأخص بعض الدجاج أو لحم الكندوز ، فإنه يتوافر للطفل إفطاراً نموذجياً . وبسبب السرعة التي يتناول بها الطفل الطعام . لذا يتحدد بشكل رئيسي كمية ما ملأ به معدته ، لكل هذا وفر وقتاً كافياً للإفطار وذلك ببدء اليوم قبل نصف ساعة من الوقت المعتاد . دراسات كثيرة صدرت توضح أن الطفل الذي يبدأ يومه بإفطار جيد يكون أدائه في المدرسة أفضل ، بالإضافة إلى ذلك فالأطفال الذين لا يفطرون يعوضون ذلك بتناول بعض المأكولات المحفوظة المملحة أثناء النهار ، وهذا يؤدي بالطبع إلى زيادة وزنه وتعرضه لعوامل القلق والتوتر أثناء النهار .

تناول الإفطار مع الأب أو الأم أو كليهما ، له أهمية كبرى لأنه يعطى الطفل وقتاً كافياً يقضيه معهما قبل توجهه للمدرسة ويمكن بذلك للأبوين أن يجهزا مسرح اليوم ويستطيعا تقديم التشجيع الكافي له . متابعة لما ذكرته ، فإنه من الأهمية بمكان أن تكون إنساناً صبوراً ، ليس مسرعاً بالنقد ومحباً لطفلك . الأطفال يرغبون أن يغادروا المنزل وهم شاعرون بالاطمئنان والأمان ، وإلا افتقدوه من الجانب الخطأ في

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

المدرسة . وبعد عودتهم إلى البيت ، فإن الوقت يعتبر كافياً لكل شئ بعد ذلك ، كأن تعلق على مظهرهم المشوش ، قيامهم صباحاً بدون ترتيب أسرّتهم أو العادات السيئة في تناول الطعام وذلك بأسلوب مؤثر ونافع . الوجبة التي تلى الإفطار في الأهمية هي وجبة الغذاء . في معظم البيوت تعتبر هي الوجبة الأثقل ، بينما في الحقيقة يجب أن تكون الأخف . القاعدة العامة تدعو أن تتناول إفطارك كمليونير ، ووجبة الغذاء كإنسان ذو ميزانية محدودة ووجبة العشاء كأنك فقدت وظيفتك منذ لحظات . ووجبة المساء يجب أن يتم تناولها في وقت مبكر جداً لا يتعدى السادسة مساءً إذا كانت هي الوجبة الرئيسية عند من يعملون لوقت متأخر ويعودون إلى بيوتهم مساءً .

( ٤ ) استخدم مبادئ المنطق السليم ، من المهم أن يدرك الأبوان ضرورة عدم حشو معدة الطفل بمأكولات متنوعة وأن تجربره على أن يزيد معدل تناوله للطعام ، ثم تتخذ إجراءات عنيفة مع طفل يبلغ أربع سنوات وقد بدت عليه مظاهر البدانة . إنه من الخطأ أن تبدأ فجأة باتباع تغييرات دراماتيكية في عادات الطفل الغذائية بينما بابا وماما مستمران في أكل الخبز ، المعجنات ، الحلويات وكثير من الأغذية المكسبة للوزن الزائد . عندما يعاني أحد أفراد العائلة من مشكلة الوزن الزائد ، فإنه على باقي أفراد العائلة أن يساعدو على تخفيض وزنه . بالطبع يعتبر النقد والمحاجة ليست من الأمور الكفيلة بتحقيق الهدف ، لكن المطلوب هو التشجيع الحب والنظم الدقيقة في التغذية . معظم الأمريكيين يسوقون سياراتهم لمدة عشرة دقائق حول مخزن الأطعمة باحثين عن أقرب مكان للمدخل ، يجب على الآباء أن يركنوا سياراتهم في مكان أبعد قليلاً ثم يمشون حتى يصلوا لهذا المخزن ، إلا إذا كان الجو سيئاً ، بالتأكيد المشى النشط هو من أطرف الأشياء التي يمكن أن تحدث للعائلة ، ليس لأنه يجمع العائلة سوياً لكن لفائدته الأخرى المتمثلة في حرق بعض السعرات الحرارية الزائدة مما

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

يجعل الفرد في أحسن حالاته الطبيعية . هناك إجراء آخر نافع لك ولأبنائك وهو أن تلتزم بالصعود على قدميك إلى الدور الثاني أو الثالث لأى مكان تقصده ، إن هذا نافع لك .

( ٥ ) كن صبوراً ، قبل كل شئ ، أدلكم على منطقة يلزم أن يستخدم فيها المنطق السليم ، إذا كان طفلك زائد في الوزن لأنه يأكل كثيراً ولا يؤدي أى تدريبات بدنية ، فإنك لن تستطيع تحويل اتجاهاته ١٨٠ درجة بشكل فوري . في الحقيقة سوف تواجه بعدم القبول وبموجات من التمرد إذا حاولت تطبيق بعض الإجراءات القاسية .

هناك خطوة بسيطة وفعالة ، هى أن تتخلص من الأشقياء المتربصين لك في المطبخ - الفطائر ، البسكوتات ، الأيس كريم ، المعجنات وكل الأغذية ذات السعرات الغذائية المرتفعة . شئ آخر يمكن أن تفعله السيدة وهو أن تطبخ بشكل علمي واقعي ، ابدأى أولاً بالتخلص من الصلصات المختلفة ، المرق وكذلك الإضافات الأخرى التي تضيف سعرات زائدة .

استبدلى الدقيق الأبيض المغموس في الزبد وعلى قمته يربض الجبن الدسم ، بالدقيق الأسمر المغموس ببعض المأكولات اللينة ذات السعر المنخفض ، هذه قد تعطى خفضاً بمقدار مائة سعر حرارى . بالإضافة إلى القيمة الغذائية للأكل المعدل ، فإنه يعمل على تخفيض معدلات الكوليسترول في الجسم ، ويحسن من مظهر ابنك بشكل فعال .

( ٦ ) كن مثالاً جيداً ، أيها الآباء ، المثال الذى تقدمونه للأبناء هو المؤثر الوحيد والأعظم على مشكلة زيادة وزنهم وعاداتهم الغذائية .

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

كتب روبرت دونهايم المحرر بجريدة ( لوس انجلس تايمز ) الآتى -

عندما يزيد معدل ما يأكله الآباء ، فإنه من الطبيعى افتراض أن أبناءهم سوف يقلدونهم ، فظاهرة الطبق المسوح حتى آخره ، وأن الطفل النموذجى في أعينهم هو الطفل الممتلئ ذو الحدود الموردة ، يبدو أنها من الصور التي رسخت في مجتمعا ، كثير من الناس يكررون التعليق الشائع « إنه طفل سمين ، لكنه سوف يتغلب على تلك المشكلة عندما يكبر قليلاً » . المشكلة هي أن هذا ربما لا يكون صحيحاً . والادعاء بأن الطفل يعانى من مشكلة في الغدد هو في الواقع يعود إلى كثرة الأكل وتناول كثير من الأطعمة الخطأ .

هناك حقيقة موثقة تقول إن الأطفال البدناء كثيراً ما يتجنبهم زملاؤهم ، ويبدأ إغاظه الطفل بأنه « كرنبة » من الحضانة وتزيد معدلاته عندما يدخل المدرسة الابتدائية ثم الإعدادية والثانوية . الأطفال البدناء يتعرضون لذلك بسبب زيادة وزنهم ، وزيادة الوزن تؤدي إلى قلة نشاطهم البدنى ، لذلك لا يستطيعون اللعب بنشاط وحماس كما يفعل الأطفال الآخريين ، ويتبع ذلك أن عدد أصدقائهم يقل وكثير منهم يعود للمنزل وحيداً مرفوضاً من زملائه ، لذلك هم يعبرون عن إحباطاتهم بالانغماس أكثر في الأكل الزائد .

( ٧ ) « شجع التصبيرة الصحية » ، هناك حقيقة تقول إن الأطفال غير محتاجين إلى نقص ملحوظ في الوزن لكي يعتدل قوامهم . وإذا اكتسب الأطفال أوزانهم الزائدة على مدى سنتين أو ثلاثة ، فإنهم سوف يفقدون تلك الزيادة طالما أن قامتهم سوف تطول مع الزمن .

المحرم الرئيسى في قضية زيادة الوزن هي « التصبيرة » التي تعتبر مشكلة تفوق

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الانخراط الزائد في تناول الطعام في مواعيده . إذا احتاج الأطفال تصبيرة تأكد أنهم يتناولونها على المائدة وليس أمام التلفزيون ، أيضاً اجعل هذا النوع من الأكل منحصراً في : الفاكهة الطازجة ، المكسرات ، اللبن الزبادى ، قطع الجزر والعصير الطازج ، كل هذه بدلاً من الجيلي ، الشيكولاتة باللبن والأيس كريم . على الأقل ستحدث تلك التصبيرة زيادة قدرها أوقية في وزن الطفل أسبوعياً تضاف إلى رصيد الطفل البدين - مازالت أهمية كون الآباء هم المثال سارياً .

**الرجاء هو القوة التي تمنح الإنسان  
الثقة لأن يتقدم ويحاول مرة أخرى.**

### الجهود الجماعية والتدريب

نقص الزيادة في الوزن هو عمل جماعى ، تستطيع الأم أن تسيطر على الموقف بأن تضع كمية أقل في طبق الطفل ، وألا تقدم له طبقاً ثانياً ، ولا تقدم التحلية إلا بعد فترة معقولة . تذكر ، إذا فقد الطفل وزناً أو حتى ظل كما هو ، فهذا يعتبر أيضاً تقدماً . مع ذلك ، إذا فقد الطفل نصف إلى كيلو في الأسبوع على مدى طويل ، فإن النمو الطبيعى له سيتأثر بشدة - الاعتدال هو مفتاح هذا الموضوع . يقول الخبراء إن فقدان رطل واحد في الأسبوع هو المعدل المثالى . لا تعول على طفل التاسعة من العمر أن يتغلب على مشاكل التخلص من الدهون . هذه المشاكل يجب أن تعالج والأطفال مازالوا صغاراً . وإذا ظل الولد بديناً إلى أن يبلغ سن السابعة عشر ، فهذا يعنى أنه لن يستطيع الوصول للمعدل الطبيعى للوزن لأى فترة لاحقة بعد ذلك . الأطفال البدناء غالباً ما يصبحون مراهقون بدناء ، والمراهقين البدناء عادة ما يصبحون



## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

بالغين بدناء ، وهؤلاء هم المرشحون لأن يصابوا بأمراض القلب ، الضغط العالي ومرض السكر .

يقول الدكتور كين كوبر خبير الأيروباتك الشهير إن الطريقة المثلى لخفض الوزن بصفة دائمة هي أن تربط ما بين انتهاج العادات الصحية المعقولة مع التدريبات البدنية المناسبة . فالحمية المتكررة بمفردها أو الطويلة ربما تجعل الأمر أكثر سهولة للعودة إلى الزيادة في الوزن بالرغم من النقص المتواصل في استهلاك الطعام .

يقول العالم النفسى مارتن كاتاهان مدير برنامج المحافظة على الوزن إن الجسم يعمل بذاته على تحديد استهلاكه عندما يواجه بظروف مهددة للحياة ، ويعمل حينذاك على خفض معدل الاحتراق ليحتفظ بالطاقة . استهلاك ٢٠٠٠ كالورى في اليوم يتسبب في عودة الوزن إلى سابق عهده قبل برنامج الحمية ، وأيضاً استهلاك ١٤٠٠ سعر حراري الآن ربما تحدث زيادة في الوزن ، لذا هناك ضرورة لامتزاج نظام الأكل المعتدل بالتدريبات الرياضية للاستمرار في نقص الوزن ، ويمكن للإنسان أن يقضى على ٢٠٠ سعر حراري يومياً إذا مشى بشكل جاد لمدة ٤٥ دقيقة يومياً ، ومجرد إنفاق هذه الـ ٢٠٠ وحدة يعنى أنك تفقد حوالي ٩ - ١٢ كيلوجراماً من الدهون سنوياً .

### ابدأ مبكراً في الروحانيات

لاحظ الدكتور جيمس روبسون الطبيب النفسى الشهير أن الأولاد يبدأون في التقاط الإرشادات الروحية والاتجاهات الأخلاقية من الآباء وهم مازالوا في سن الخامسة من العمر . في تلك المرحلة من العمر في حياة وخبرة ابنك ، أنت المثال الرئيسى له والأكثر تأثيراً . وأكثر ما يحتاجه الطفل في عالم متذبذب هو المثال



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الواضح ، المؤثر الثابت . الطريق المؤدى للإيمان والتمسك بالتعاليم الدينية له أهمية كبرى ويجب أن يبدأ في السنوات المبكرة من حياة الطفل . والمزايا الداخلية للإنسان - المادة الروحية - تجعله هو ومجتمعه عظيماً .

في سنة ١٨٣٠ قام الفرنسي ألكسيس دى توكفيل بجولة عبر أمريكا كلها ، وعندما أنهاها علق قائلاً لقد جلت كل أنحاء أمريكا ، ورأيت كل ما حرصتم على أن أراه ، لاحظت غنى حقولها والثروة الهائلة القابعة في مناجمها ، رأيت قوتها الصناعية الجبارة ، جمال الأنهار ، الجداول ، البحيرات وعظمة الجبال . ولاحظت وفرة غاباتكم والجو البديع الذى تعيشون في كنفه .

ليس في واحدة من هذه أدركت سبب عظمة أمريكا ، لم يحدث هذا إلا عندما زرت كنائسكم ، عرفت حينذاك السبب . أمريكا لها طابع روحي ، وطالما احتفظت بروحانياتها فهي عظيمة ، وإذا توقف اهتمامها الروحي ، ستفقد بالتالى عظمتها .

وفي الدراسة التي أصدرتها الكاتبة جيا شيهى في كتابها المعنون « الباحثون عن الطريق » والتي أجرتها لتحديد مميزات الأفراد الذين يشعرون بالرضى على النفس ، توصلت إلى أن أكثر الناس رضى هم الأكثر تديناً . وهناك شئ آخر توصلت إليه يوضح مدى ما يلعبه الالتزام في حياة الناس ، عندما قالت إن الشخص الذى يبدى اعتزازاً بالنفس والشخصية ، ربما يكون هو أو هى يهدفون لغرض خارجى ، وأن المقولة الأمريكية المنتشرة « يمكن أن أصبح رقم ١ » تبدو كأنها التزام بالانتحار القومى . وفى محاضرة ألقاها دكتور أنتونى كامبولو أستاذ مادة الاجتماع الشرقية ببينسلفانيا قال :

« ما تلتزم به سوف يغير من حالتك الحالية ويجعل منك شخصاً آخر ، لكن

دعنى أكرر لك أنه ليس هو الماضى الذى يشكلك ، لكنه المستقبل ، لأن ما سوف تلتزم فعلاً بعزم وقوة سيحدد من ستكون ، أكثر مما يكون قد حدث لك بالأمس أو أول أمس . لذلك أسألكم سؤالاً بسيطاً للغاية : ما هى التزاماتكم وارتباطاتكم ؟ وإلى أين المسير ؟ ماذا ستصبحون ؟ دعنى أرى شخصاً لم يحدد بعد التزامه هذا بعد ، وسوف أريكم شخصاً بلا هوية ، ولا مسئولية وبلا أى اتجاه .

إننى أتقابل مع كثير من الأشخاص الذين يرون أن المشكلة الرئيسية لشباب هذه الأيام أن لديهم أزمة هوية ، هل تعلم لم هم كذلك ؟ نعم ، أنهم يفتقدون الالتزام .

أنا لا أقترح أن مجرد الذهاب إلى بيوت العبادة سوف يصنع العلاقة مع خالق السماوات والأرض ، أنا أقول إن حياتك وطريقك الروحى لازم و ضرورى وأنت في طريقك لتنشئ طفلاً إيجابياً ، هذا الابن سيكتب له النجاح وتتقوى اتجاهاته وميوله من خلال التزامك واشتراكك المنتظم مع مجموعة المؤمنين .

عندما أتكلم عن الإيمان ، أتكلم عن المظهر المهم والضروري لتفعيل إمكانيات المستقبل ، إن مستقبلك ومستقبل أولادك يعتمد أساساً على البنيان الروحى الذى قامت عليه الأم وعاشت .

### هذا ما سوف يدوم

الأساس الروحى يشرحه بوضوح القديس بولس الرسول في ( ١ كو ١٣ : ١٣ ) أما الآن فيثبت الإيمان والرجاء والمحبة . هذه الثلاثة ولكن أعظمهن المحبة . هو يقول الآن يثبت ، أو بمعنى آخر ما سوف يدوم ، ما سوف يبقى ، ما سوف يستمر .

القيمة المرتفعة للجواهر الثمينة راجع إلى إنها تدوم وتظل قيمتها باقية وثابتة .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

والقيمة الحقيقية لتلك الجواهر الثلاثة للروح وهى الإيمان ، الرجاء والمحبة ، تكمن في أنها دائمة . هذه العناصر الثلاثة تطبع في حياة الشخص المؤمن بها خصائص دائمة ثابتة ومدعمة للشخصية والروح ، وتمدنا بالأسس اللازمة لبلوغ النجاح في الحياة .

هذه الجواهر الثلاثة تتكلم عن الاتجاهات والميول والإيمان هو اتجاه يشمل داخله خصائص الثقة ، الاعتماد ، الإخلاص .

والرجاء هو أيضاً اتجاه ، إنه يشرح خصائص التوقعات ، الثقة ، الإلهام . وكذلك الحب - فالحب هو الأكثر بقاءً وثباتاً ويحمل في طياته الذهب المصفى للالتزام ، التضحية والأمانة . دع هذه القيم تتجمع سوياً لتعطينا في شخص واحد عنصري الاستقامة والنزاهة ، والجوهر الداخلى لإنسان يفتخر أي إنسان آخر بالتعامل معه .

### الإيمان: المبدأ الموحد للحياة

الإيمان هو المبدأ الموحد للحياة - هو الذى يعطى للحياة المعنى والتحديد والاتجاه . الإيمان يوحد الفرد ويمده بالصمغ الروحى الذى يلصق أجزاء الحياة في بعضها البعض ، ويحفظ البؤرة مركزة نحو الأهداف والمستقبل . الإيمان هو الذى يجعل الحياة مقبولة .

لقد رأيت أفراداً كثيرين يعملون بجهد واجتهاد في الحياة ، ويبدو عليهم كأنهم يملكون كل شئ في الحياة ، لكن داخلياً كانوا معوقين ويسيروا في الحياة بلا اتجاه محدد . كانوا مملوءين بكل ما يلزم للنجاح كما لو كانوا رواداً للفضاء داخل سفينة فضائية ، لكن ينقصهم وقود الإيمان الذى يمكن أن يحقق لهم القوة لأفكارهم ، أحلامهم وآمالهم . بالنسبة لأطفالك ، إيمانك أنت سوف يكون درساً حياً يتعلمونه .

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثة

والمثال الذى تقدمه لهم هو أكثر العوامل تأثيراً ، أما رعايتك الأبوية لهم في مسار حياتهم فهو ثانى العوامل المؤثرة .

ربما يحمل لنا الغد صعوبات ، تجارب وأحزان ، لكنى أعلم أن الله خالق السماوات والأرض موجوداً ، وأن الحل سيكون في متناول أيدينا إذا آمنا بذلك . الإيمان هو أول خطوة ، هو المبدأ الموحد للوجود الإنسانى ، وهو الذى يمدنا بشعور الثقة . الإيمان يضيف للحياة ليس فقط شعور بالتحديد والغرض ، لكن يمدنا أيضاً باعتقاد مؤكد بإمكانية تحقيق الممكن ، إنه عبارة عن الرجاء المرتبط بالاعتقاد ، الإيمان هو رد فعلك تجاه قدرة الله .

### الرجاء. المحفز الأكبر

الرجاء هو ثمرة الإيمان ، وللأسف فإن معظم الناس عندما يتكلمون عن الرجاء ، يعبرون عن شئ لا يتوقعونه في الواقع ، عندما يتكلم الإنسان عن فكرة ما ، تحدى أو هدف ، نجد أحدهم يقول « إننى أرجو ذلك ، وهذا يعنى تماماً ليس لديك فرصة معى ، مع ذلك فأنا أود أن لا أبذو كما لو كنت رافضاً لما تعرضه ! » .

لكن الرجاء المشروح في الكتاب المقدس محدد بأنه « التوقع مع الرغبة » وأن التوقع هذا هو الذى يجعلنا نستمر في الحياة .

هذا النوع من الرجاء هو أكبر من كونه مظهر مدعم للحياة ، وهو أيضاً يعتبر من الناحية الطبية ، من العناصر الشافية .

أصدر الدكتور فيكتور فرانكل دراسة عملية أجراها على بعض الناجين من أسر سجون النازى بعد الحرب العالمية الثانية وتوصل إلى نتيجة مؤداها أن هناك عناصر

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

كانت راسخة داخل أفئدة هؤلاء الناجين مثل الإرادة القوية ، الرغبة والرجاء . الرجاء - مع الإيمان - هو من أعظم الهبات التي يمكن أن تهديها لابنك ، إنه أداة ضرورية لإرساء عوامل النجاح .

الرجاء هو القوة التي تمنح الشخص الثقة في أن يخطو وأن يحاول ، وعندما تتعسر الأمور ، فإن الذين يؤمنون بالرجاء هم الذين يستطيعون استكمال مسيرة الحياة .

### آمن . وعلم من واقع حياتك

عندما بلغت الخامسة والأربعين من عمري وأصبح الإيمان أحد حقائق معيشتي ، تغيرت حياتي وأثرت ، وتحسنت صحتي بشكل ملحوظ - جسدياً ومادياً - أصبحت أكثر سعادة ، أكثر أماناً ، أحسست بالسلام الداخلى يغمرنى أكثر مما حلمت به ، وأصبحت علاقتى بزوجتى وأبنائى أفضل من أى وقت آخر ، وكانت سابقاً جيدة فقط . في الحقيقة لقد حصلت على السلام الداخلى الذى يفوق كل عقل . حتى وأنا أكتب هذه الكلمات ، لا أستطيع منع نفسى من التحسر على المأساة والظلم الذى من الممكن أن يتعرض له أطفالك إذا لم تقدمهم إلى الله والكتب المقدسة ، لأن هذا ليس هو الطريق المناسب لأن تنشئ طفلاً إيجابياً في عالم سلبى .

وعلى كل ، إذا أردت أن تؤكد القيم التي تعرفها سماعاً أعتقد أنه يلزمك أن تدعمها بأن تنتظم في حضور الصلوات في بيوت الله ، يجب عليكم أن تذهبوا جميعاً كعائلة بانتظام و كالتزام ثابت .

يجيب الدكتور براندت عالم النفس عن السؤال الذى يتردد كثيراً وهو هل تعتقد أنه واجب علينا أن نقول لأبنائنا أن يذهبوا للكنيسة ؟ « يقول هذا الطبيب بأنه حتى إذا لم يرد ابنك للكنيسة فإنك ملزم أن تأخذه قسراً »

## ٦. الطفل ذو الأبعاد الثلاثية

الأب : وإذا رفض الطفل فعلاً وأوضح بشكل واضح أنه لا يريد ؟

برانت : ما زلت أكرر ، يجب أن تأخذه ، دعنى أسألك سؤالاً ، إذا كان ابنك مريضاً ولا يريد الذهاب إلى الطبيب ، ما الذى سوف تفعله ؟

الأب : طبعاً سوف آخذه للطبيب .

برانت : لماذا تفعل ذلك ؟

الأب : لأن هذا هو النافع له .

برانت : أنت تستخدم نفس المنطق ، إنه من النافع أن تأخذ ابنك إلى الكنيسة ، لذا خذه .

إذا افتقد المنزل الروحانيات ، سيعتقد الأطفال أنها ليست سوى مظهر من مظاهر بعض الأشخاص الذين يرونهم ذاهبين للكنيسة . ربما يظنون أن الروحانيات ما هى إلا الذهاب للكنيسة . وهذا يعتبر سوء فهم بالغ إذا كان الإنسان باحثاً عن الطريق الإيجابى ، المدعم والمنتج في الحياة .

نعم يمكن لابنك أن يشق طريقه في الحياة ، أن يحصل على وظيفة مناسبة ، أن ينشئ عائلة و أن يشعر بالاحترام بدون أن يحصل على حياة روحية قوية ، لكنى أنا شخصياً على اعتقاد جازم بأهمية الحياة الروحية الراسخة في حياة طفلك ليرسم وينمى قدراته وإمكاناته ويلزمك أن تمنحه الأسس الثلاثية الأبعاد ليصبح هذا الطفل هو ما انتوى الله أن يفعل به .



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### تقييم شخصى

( ١ ) بسبب أعمالك أو عدم إيمانك بدور الدين في الحياة ، ما هى وجهة نظر أبنائك في الله ؟ وكذلك أعماله ؟

( ٢ ) اللياقة الجسدية والتحصيل العلمى مرتبطان ، ما هى الطرق التى تدلك على أن طفلك سيظل دائماً في صحة بدنية ممتازة ؟

( ٣ ) الصحة الجيدة أمر بسيط - لكن ليس سهلاً ، ماذا يعنى هذا ؟

( ٤ ) لماذا تعتبر الجهود الجماعية هامة في مجالات التطور السيكولوجى والروحى لابنك ؟

( ٥ ) كيف تختلف نوعية التعليم الدينى الذى تمد أطفالك به عن التعليم الذى تلقّيته من أبويك ؟ لماذا ؟





## الفصل السابع

### بالنسبة للطفل، الحب يُنطق و-ق-ت

#### غير "لو" بكلمة "المرّة القادمة"

عبرت المدربة والمتحدثة التحفيزية شيلا موراى عن رأى يقول :

( لم أسمع من قبل عن شخص كبير في السن يستعرض مسار حياته الماضية ثم يقول لنفسه ، كنت أتمنى لو قضيت وقتاً أطول في الشركة التي كنت أعمل بها ، أو إذا عاد بى الزمن إلى الوراء ، إذن لحرصت على القيام مبكراً في الصباح لأذهب لعملى في الشركة وأمارس مهام عملى بكل جد واجتهاد ) .

في استعراض لحياتى الماضية ، أقرر أن آلاف الساعات التي قضيتها زوجتى في خدمة مصالح أبنائها والوقت الثمين الذى قضيته أنا فى نفس الشأن لم يضع هدراً ، فأطفالنا يستحقون كل لحظة منها .

ربما تسأل ما الذى كان بإمكاننا أن نفعل أكثر من ذلك لرعايتهم ، إليك ما كنت أود فعله : كنت صنعت المزيد من كل شئ ، كنت قضيت وقتاً أطول معهم ، أن أخرج معهم أكثر لنقضى مدة إجازات أطول ، كنت قد حرصت على أن أكون أكثر حزمًا معهم ، أن تكون مطالبى منهم أكثر ، أن أغمرهم بدافق من الحب والتفاهم .

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

معظم وقتي وجهدى قضيتي في المؤسسة التي كنت أراسها ، لكن الوقت والجهود الذي قضيتي مع زوجتي وأولادى يمدنا الآن بدفقات من الحب والمتعة بأكثر مما أتصور أو أتخيل ، لهذا ربما سمعتي وأنا أقول في بعض محاضراتي ( أنت لا تدفع الثمن أنت تتمتع بالفوائد ) .

بال تأكيد إن أكثر الكلمات إثارة للحزن في أى لغة هي كلمة لو وما هو سيئ في تلك الكلمة أنها تأخذنا إلى الخلف نحو زمن مضى وفات بالطبع . لم نعد نعيش في رحابه . مع ذلك تستخدم تلك الكلمة كثيراً ، « لو علمت أنه كان شديد المرض ، لكنك بدأت إجازتي أسبوعاً مبكراً » نعم أن كلمة لو هذه قد تكون حزينة وسلبية . الشيء الطريف أنه بإمكانك وباستطاعتك أن تستبدل كلمة « لو » بكلمة « المرة القادمة » . واليك ما أعنيه بذلك . لا تقل لو كنت أعلم أهمية الموضوع لحرصت على حضور المباراة التي كان ابني مشتركاً فيها أو لو علمت أهمية رؤيتي لابنتي وهي تلعب دورها في مسرحية المدرسة ، لبذلت جهداً أكبر لأحضرها لكن لأنك أب إيجابى تنشئ طفلاً إيجابياً ، عليك أن تقول المرة القادمة عندما تقابلنى مثل تلك الظروف ، سوف أكون حاضراً في المناسبات التي تخص حياة أطفالى .

### إنه ليس بالأمر السهل

هناك شئ حرصت أن أؤكد عليه في كتابي هذا ، هو أن تنشئة طفل إيجابى ليس بالعمل السهل . إنه بالسهولة بمكان أن أنتحى جانباً في الحياة وأقول لنفسى دعه ينمو ، كما يفعل ملايين من الآباء . مع ذلك أخبركم أنه بعدما رأيت بعيني الدموع المنكسرة لعدد لا يحصى من الآباء ، أن الثمن الذى تدفعه عندما لا تنفق الوقت الكافى ، أو تفعل كل ما في جهدك لتنشئ الطفل الإيجابى ، هو ثمن باهظ ومكلف جداً . إن أفضل صفقة للوقت والجهد المبذول ، هو الذى ينقضى في خدمة

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مصالح أولادك ، وهو الريح الذي ستحصل عليه وأنت في مسارك في طريق الحياة .

هناك قصة رواها فرتز كريزلر ، عازف البيانو الشهير ، وذلك عندما اقتربت منه إحدى المعجبات بفننه الموسيقي قائلة « مستر كريزلر ، أنى مستعدة أن أضحي بحياتى ذاتها في سبيل قيامى بالعزف مثلك » ، فأجابها بكل هدوء « سيدتى ، أنا لم أقترح عليك أن تضحي بحياتك في سبيل تنشئة طفل إيجابى ، لكن كل ما أرجوه منك أن تخصصى له مزيد من الوقت » .

من فضلك تفهم أن لكل قاعدة شواذ ، لقد عرفت كثيراً من الآباء الذين فعلوا كل شئ بشكل صحيح . وهم محبوبون لأطفالهم ويراعونهم ويهتمون بهم بكل جماع قلوبهم ، هم كانوا يقضون أطول وقت معهم ، وقد حرصوا أن يعلمونهم كل القيم الأخلاقية ، مع ذلك فقدوا هؤلاء الأطفال ، ربما بشكل مؤقت ، لأن الطفل اتجه نحو العقاقير المخدرة ، الجريمة أو سلك في تصرفات غير أخلاقية .

بالرغم من ذلك أؤكد أن الفوائد سوف تؤول لمصلحتك ومصلحة أطفالك إذا حرصت أن تقضى وقتاً ذو قيمة مع أطفالك في مبدأ حياتهم .

وكحقيقة ثابتة ، إنه من السهل بمكان أن تقول بأنك سوف تقضى وقتاً كافياً معهم بطريقة أو بأخرى ، سوف تقضى الوقت معهم وهم مازالوا يحبون على ركبهم وتعلمهم المبادئ والقيم التي تؤمن بها ، أو في وقت متأخر من حياتهم سوف تنشغل وتخصص وقتاً لمساعدتهم في التغلب على المصاعب التي يلاقونها في حياتهم بسبب الآخرين ، أو من العالم الخارجى الذى يحاول أن يعزز فيهم قيم ومبادئ مختلفة تماماً .

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

## قدر من الوقت ذي القيمة

من الواضح أننى أتكلم هنا عن الوقت ذي القيمة والمنفعة ، لكنه يجب أن يكون كافياً وله قدر . لا توجد هنالك طريقة لأن تجلس مع طفلك قائلاً « حسناً ، دعنا إذن نقضى عشرة دقائق من وقت ذي منفعة لك » .

إننى أتذكر بكل العمق إحدى أمسيات يوم الأحد وبعد الساعة التاسعة مساءً عندما كنا أنا وابنى توم وصديقه سام ونج نجرى خارج المنزل عندما أكملنا المران وغادرنا سام ، قال لى ابنى « يا أبى ، دعنا نتمشى قليلاً » . لذا سرنا لمدة عشرة دقائق إضافية .

هذه العشر دقائق كانت أكثر الأوقات قيمة قضيتها مع ابنى ، ولكى أكون أميناً في عرضى ، أعترف بأننى نسيت ما تبادلناه من مواضيع وكلمات ، لكن أتذكر جيداً أننى لم أكن قبلاً بمثل هذا التلاحم معه ، مع ذلك فإن هذه العشر دقائق ما أصبحت بتلك الأهمية لو لم نكن قد قضينا سابقاً العديد من الأوقات سوياً ، كم من وقت قضيناه معاً في مدارس الأحد والكنيسة ، كنا سوياً ونحن نتناول الغذاء ، سوياً ونحن نقضى فترة ما بعد الظهر ، سوياً ونحن نتعشى ، سوياً ونحن نجرى جنباً إلى جنب ، كنا نشعر بالراحة وأنا على سجيئنا - هذا كله هو الذى جعل تلك العشر دقائق الأ أكثر قيمة .

إن مسألة الوقت القيم الذى تخرج منه بفائدة مشتركة أسوأ فهمه والتعبير عنه لسنوات عدة . في الواقع هو لفظ اخترعه الخبراء واستخدمه كثير من الآباء والأزواج والزوجات ، لقد برروا جميعاً تدبير الوقت اللازم مع أطفالهم أو أزواجهم باستخدام تلك اللفظة ، وكعذر للوقت المحدود الذى يخصصونه لقضاء فترة مع أحبائهم .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الوقت العائلي القيم له أهمية عظمى ، مثلاً يمكن قضاءه في التخطيط لعمل زيارات للأصدقاء والأقارب ، ربما يمثل وقتاً ممتعاً لكنه يفيد مع أبنائك في حديقة الحيوان أو المتحف . ربما تعنى رحلة عائلية تشغل بها جميع أفراد الأسرة في تجهيز الطعام ، اختيار المكان ، تخطيط النشاطات قبل وبعد وجبة الطعام . ربما تعنى رحلة إلى مكان تاريخي أو تمشية في المنتزه أو في الجوار .

مع ذلك فإنه من النادر أن يعتبر الوقت له قيمة إذا خصصت وقتاً في جدول أعمالك وتقول إنك سوف تقضى ساعة مع شريك حياتك أو طفلك وأنت في ذهنك الآن ، دعنا نقضى هذا الوقت القيم معاً - ما الذى نود أن نتكلم فيه ؟

على العكس من ذلك ، إذا كان الوقت مخططاً له لأن نكون سوياً في المنزل ، تتزاورون ، تنخرطون في شئ اللحوم على الشواية ، أو تفعلون أى شئ آخر مخطط له أو بشكل تلقائي ، فهذا يعتبر في تلك الحالة حدثاً له معنى وقيمة .

عندما كان أحفادنا صغاراً ، كان من أهم الأوقات قيمة تلك التي يحضر فيها أبنائى وأزواجهم والأحفاد لنقضى جميعاً وقت الاحتفال بعيد الميلاد ، وكنا نقضى الليلة وصباح يوم العيد سوياً ، ومازلنا نفعل ذلك ، وهو من أعظم الأوقات جمالاً في السنة كلها .

### السنوات المبكرة لها أهمية كبرى

من أكثر الأمور أهمية في حياة الأسرة هي عندما يقرر الزوجان أن ينجبا طفلاً ، بنعمة من الله ، ليرى هذا العالم . وعندما يفكرا في المشاكل التي نواجهها في المجتمع - امتهان حقوق الطفل ، الجريمة وكل المشاكل الحياتية الأخرى ، فإن هذا القرار لن يكون سهلاً .

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

ما أن يقررا إجناب ذلك الطفل ، حتى يكون واجب عليهما أن يتذكرا أموراً أخرى ، ما هي خططهما لتنشئة هذا الطفل ؟ هل ستعود الأم إلى العمل بعد الإنجاب ؟ هل تخطط أن تظل في البيت مع الطفل لمدة ستة أسابيع ، ستة أشهر ، سنة كاملة ، سنتين ؟ في كثير من الأحيان يكون القرار محكوماً بالاعتبارات المادية ، لكن في هذا الشأن ، لدي عدد من الأفكار أود الإفصاح عنها . فكر فيما هو صالح للطفل ، ودعنا نفترض أن بقاء الأم في المنزل هو الأفضل له ، لكن هذا يتعارض مع اهتماماتك المادية التي تقرر أن أجراً واحداً لا يكفي معيشة الأسرة ، في تلك اللحظة على الأم أن تزن عديد من الأمور لتتأكد أن مصلحة العائلة مادياً أن تعمل . وأكثر الأماكن فائدة لتقييم ذلك هو أن تتعرف وتخالط الأمهات الأخريات ، سواء اللاتي تعملن أم لا .

كثير من العائلات تكتشف أنه إذا عمل فرد واحد منهم فقط ، فإنه من الممكن الاستغناء عن السيارة الأخرى ، وبذلك يوفر مالاً ، ويجب أن يحسبوا مصروفات السيارة الإضافية من وقود ، زيوت ، أقساط السيارة ، الاستهلاك ، التأمين ، الإصلاحات ، الضرائب . وعليها أيضاً أن لا تهمل احتساب تكلفة ملابس الطفل الذي سوف تخرج به ، والحفاضات الإضافية ، البودرة ، وباقي العناصر اللازمة لرعايته . على وجه العموم ، نلاحظ أن فاتورة الطبيب ستزيد بسبب الجو المختلف الذي يتعرض له الطفل وهو ينتقل من البيت إلى دار الحضانة ، ومدى تأثيره بالتغيير في درجات الحرارة وما شابه ذلك . نضيف إلى ذلك تكلفة الملابس الإضافية للزوجة المضطرة إلى شراء المزيد منها ، وضرورة أن تجعلها دائماً نظيفة ، أنيقة . ثم فكر في المساهمات التي ستشارك فيها الزوجة في مكان عملها كالحفلات ، أعياد الميلاد ، خروج بعض الزملاء إلى المعاش ، الزواج . . . وهذا يكلف الكثير . وعندما تفكر أن الدخل الثاني معناه أيضاً



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ضرائب أكثر ، وسيارة أخرى ، فأنت في الواقع محتاج إلى دخل مشترك مرتفع لتقابل كل تلك المستلزمات . لذلك هل يستحق الأمر ؟

يجب أن تقيم حقيقة أن مستوى طاقة الأم لها حدود ، فهي لن تصبح على مستوى عال كأم ، وموظفة من الدرجة الأولى ، وزوجة كاملة الأوصاف . هناك توضيحات سوف تظهر في ذلك المسار كله يؤثر على علاقتها بالطفل والزوج ، بالتالي سوف تتأثر الحياة المعيشية للطفل .

سوف تزداد المناسبات التي يتحتم عليك فيها أن تقف أمام محل لبيع الأطعمة السريعة وأنت في طريقك للمنزل لأنه تعذر على الأم العاملة أن تطبخ بعد يوم العمل المرهق ، وتكلفة هذه الوجبات السريعة يجب احتسابها ضمن ميزانيتك . وتذكر أيضاً أن هناك فرق في القيمة الغذائية للوجبة المعدة في البيت مقارنة بوجبة الطريق .

### الأم العاملة

#### والأم المتضرعة

المزايا المادية التي تحصل عليها الأسرة عندما تذهب الأم إلى العمل في أقل من مركز مرموق ، يدعو للتساؤل والاعتبار ، لكن في معظم الأحوال فإن بقاء الأم في المنزل لرعاية طفلها هو الأفضل في كل الأحوال .

تأثير الأم على الطفل الوليد لا يمكن إنكاره ، وفي دراسة أعدها عدد من الخبراء أوضحوا فيها أن الأمهات اللاتي سمح لهن بقضاء ساعة مع أطفالهن حديثي الولادة ، بالإضافة إلى خمس ساعات في كل يوم من الأيام الثلاثة التالية ، يتصرفن بشكل مختلف عن الأمهات اللاتي حرمن من هذا الحق . وهناك باحثون آخرون توصلوا للنتيجة التالية التواصل المستمر للأم مع الطفل الوليد الصحيح البدن في

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

الأيام الأولى والأسابيع التالية للولادة ، تقلل إلى حد كبير من حوادث انتهاك الطفل في مستقبل حياته .

التواصل المستمر بين الأم وطفلها ينتج عنه بكاء أقل للطفل ، نمو سريع وحب متدفق وثقة بالنفس .

وبنفس المعنى ، فالأم التي تسرع بالعودة إلى العمل بعد ولادة الطفل تجابه مصاعب عديدة بسبب الافتراق عن الطفل ، ولن تكون الروابط العاطفية معه بنفس القوة والدرجة .

### أكثر الكلمات تكديراً في اللغة هي "لو"

## اعتبارات أخرى

المؤلفة ماريون تايلر تقترب من موضوعنا هذا وتسأل بعض الأسئلة الاستطلاعية .

( ١ ) هل الأم متأكدة أن الشخص ( أو الأشخاص ) الموكل إليهم رعاية الطفل يتمتعون باستقرار عاطفي متوازن ؟ في دور الحضانه عموماً يكون التركيز على مستوى الرعاية والنظم المتبعة داخلياً . هل النظم التي تدار بها الدار متوافقة مع رغباتك ؟ وإذا كانت الأم سيدة عاملة ، أليس من الأفضل استخدام شخص واحد لرعاية الطفل - أو ربما كان التحاق الأم بالعمل فترة محدودة خلال اليوم هو الأفضل .

( ٢ ) ما رأي الأم العاملة فيما يثار حالياً عن قيمة أو حجم الوقت المنقضى مع

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الطفل ؟ هل تواجد الطفل هو الذى يحدد قيمة الوقت الذى لا يتوافر لها سوى أيام العطلات الأسبوعية ، أو في فترات المساء ( حيث تتكاثر المهام المطلوب إنجازها في البيت ) ؟ هل سيكون هذا الوقت هو الذى ستخصصه لتلقين ابنها الكلمات والتصورات ، أو ربما يختار الطفل أن يمرض في هذا الوقت ؟

( ٣ ) هل تستطيع الأم أن تحدد الأوقات التي تكثر فيها « المواقف التعليمية » ( « ماما . . من خلقتني ؟ » « لماذا يحدث الظلام ؟ » « لماذا ماتت جدتي ؟ » « وإلى أين ذهبت ؟ » ) .

هل سيجاب عن هذه الأسئلة كما يجب ؟ أم هل سيتعلم طفلك هذه الأمور من الآخرين ؟ وكيف ؟ وهل ستعلمين بذلك ؟

إننى لا أود أن أعطي انطباعاً بأن السيدات اللاتي يفضلن تربية أطفالهن داخل المنزل. لن يتعرضن للتعب والتوتر ، أو أنهن لن يسنن لأطفالهن ، لكنى على قناعة تامة أن الاستجابة الجيدة للأم ستكون لها فائدة عظيمة كمدخل لولوج لعقل الطفل الذى يشبه الأسفنجة التي تمتص كل شيء .

هذا الأمر عموماً يعتبر صحيحاً إذا كان الأمر مختصاً بتعليم القيم الأخلاقية وهي ليست من الأمور التي يمكن أن تلقنيها إلى ابنك ببساطة كما لو كنت تناوله كوب من اللبن . يجب أن تثابري في تعليمهم إياها منذ الصغر وفي عدة دروس بسيطة بعد ذلك . إن هذا الأمر يحتاج إلى المزيد من الوقت ، ولا يوجد أي معلم مهما كانت درجة مهارته يقدر أن يعوض ما فات من سنوات أهملتها الأم في تعليمه .

### بعد وقت المدرسة

عندما يكبر الطفل قليلاً ويذهب للمدرسة ، يكون في أمس الحاجة للراحة في حماية الكبار الذين كانوا دائماً هو مصدر شعوره بالأمان ، كل هذا الأمان هو محتاج إليه عندما يعود بعد ست أو سبع ساعات من الصراع الاجتماعي . في البيت تتدفق المناقشات بحرية تامة ؛ وتبرز على السطح كل الأفراح والأفراح .

يقول جون يونكر مدير إحدى المدارس بسانت لويس لا تتوقع من الطفل أن يعود للمنزل بمفرده بعد عدة ساعات قضاها في المدرسة ولا يشعر بالحرمان أو الخوف . إنهم يعانون من الاحتكاك بعالم الكبار وبالتالي الشعور بعدم الأمان .

المخاطر التي يتعرض لها الطفل ليست فقط داخلية - الشعور بالوحدة ، الزهق والخوف - لكنها أيضاً واقعية .

واحدة من كل ست مكالمات تتلقاها فرقة الإطفاء بنيويورك تصدر فعلاً من أطفال يشعرون بالوحدة .

وعندما يصل الأطفال لسن البلوغ ، توضح الدراسات أن مجرد التطلع من الزجاج الخلفى للسيارة لم يعد هو العمل المسلى الوحيد للولد . إنه وقت تواجد الفتاة بمفردها والآباء نائمون ، كلها جميعاً تعطينا دليلاً لا يدحض بأن الفرصة تولد النشاط . تواجد الأم بنفسها داخل المنزل يستطيع أن يمنع الكارثة في عديد من المآسى عندما يصبح المراهقون ومن هم قبل سن المراهقة مهتمين بالأمور الجنسية .

الأم التي تستطيع أن تستقر في المنزل أو هي فيه فعلاً ، يمكن لها أن تجعل هذا

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المنزل نظيفاً ومنظماً . المنزل المنظم يولد في ذهن الطفل إنه يتعايش في عالم منظم - والبيت المشوش يولد فكر مشوش في عقل الطفل . في نفس الوقت عندما تكون الأم في البيت ، فإن الأب ربما يشغل نفسه بأمور منزلية مثل الإصلاحات البسيطة أو الاهتمام بحديقة المنزل . هو يستطيع أن يؤدي تلك المهام وفي نفس الوقت يستطيع أن يقضى وقتاً كافياً مع أطفاله . هنا يشعر هؤلاء بالأمان وهم عالمون أن المنزل في أحسن حالاته من ناحية النظام وكذلك الرعاية .

بالرغم من المشاكل المتعددة لعمل الأم ، فهن مازلن ركن أساسى في قوة العمل .

السبب الأول لذلك هو كثرة حالات الطلاق بين الأزواج والتي تؤدي إلى إدارة المنزل بمعرفة أحد الأبوين .

ثانياً ، أصبحت الحاجة ملحة لتواجد دخليين في بعض البيوت بسبب التضخم الذى يستنزف معظم موارد الدخل .

ثالثاً ، هى الرغبة . فالكثير من الأمهات يعملن خارج المنزل ليس بسبب حاجتهن لكن لأنهن يرغبن في ذلك .

### الآن نستعرض بعض الأخبار الجيدة

بالرغم أنه اتجاه يصعب التكهن منه بوضوح ، إلا أن حركة عودة الأمهات إلى بيوتهن في ازدياد مضطرد . ونظام العمل لفترة محدودة أو المشاركة في عمل واحد أصبحت شائعة هذه الأيام .

هناك أسباب متعددة لتلك الاتجاهات ، لكن هناك أدلة متزايدة مؤكدة أننا لا

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب يتنطق و.ق.ت

نشاهد المرأة السوبر سوى في التليفزيون .

السيدة التي لها النشاط والقوة الكافية عليها أن تقوم مبكرة لتستغرق فوراً في أداء بعض الواجبات المنزلية ، ثم تندفع خارجة بشكل جنوني لتصل لمكان عملها في موعده ، ثم تنهك في خدمة صاحب العمل لمدة ثمان ساعات يومياً ، ثم تندفع عائدة إلى المنزل لتحضر وجبة الطعام ، وتجهز أطفالها للنوم ثم تنهك في تسليّة زوجها . . كل هذه الصور تعتبر خرافية روج لها الخيال الجامح لبعض الصحفيين ومعدّي البرامج .

هناك سبب ثانٍ ، هو ما يظنه كل فرد أن عمل الزوجة الأم له أهمية خاصة ويعتمد عليه مستقبل الأمة ، لكن الإحصاءات الموثقة تؤكد مزاياء بقاء الأم داخل المنزل بجوار أبنائها .

آلان جنزبرج الذى يعمل في إدارة تعليمية مرموقة ، أجرى دراسة أوضحت أن الأطفال الذين تعمل أمهاتهم ، يكون أدائهم وتحصيلهم داخل المدرسة أسوأ من الذين أمهاتهم في البيت . وأحصى نفس الباحث أن الأم العاملة في أمريكا تقضى حوالى ١١ دقيقة خلال اليوم في متابعة نشاط ابنها المدرسى ، ٢٣ دقيقة في الإجازات لنفس الغرض . وتضيف هذه الدراسة أن الأب لا يحاول المشاركة لتغطية هذا النقص .

مع ذلك فإن هناك دراسة أخرى أجريت على ٢٤٠٠ من تلاميذ الفصل الخامس أوضحت الشئ الوحيد الذى يزعج الأطفال كثيراً هو قضاء أقل وقت ممكن مع آبائهم .

ويقدر الدكتور ارنولد نيكولى في الطب النفسى في مدرسة هارفارد للطب أنه حتى

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

عندما يحدث انفصال بين الأبوين لأسباب جوهرية في بيت كان يسوده الحب سابقاً ، فإن الطفل يؤول ما حدث بأنه مرفوض ، وهذا الشعور يؤدي إلى سلسلة من العواطف الضارة مثل الغضب الجامح إلى الشعور بعدم القيمة . ويضيف قائلاً الانشغال الكامل للأبوين في معركة الحياة تنتج شعوراً للطفل يشابه ذلك الذي يحدث عند افتراق الأبوين بالطلاق . وهنا يقع أكبر خطأ نرتكبه نحن الآباء في حق أبنائنا .

والدراسات الاستقصائية تبين أن الآباء في الولايات المتحدة يقضون أقل وقت مع الأبناء بالمقارنة بأى أمة أخرى على مستوى العالم .

في ٣٠ مايو ٢٠٠١ أصدرت جمعية ورشة سمس دراسة عن الأطفال ما بين السادسة حتى الحادية عشر من سنوات العمر ، وكانت النتيجة ليست غير متوقعة – فالأطفال يتوقون إلى إنشاء علاقات مع البالغين والأكبر سناً ، ولاسيما في العائلات كبيرة الحجم . أعتقد أن هذا الشعور يعود إلى عدم حصولهم على الوقت الذي يقضونه مع وتحت رعاية الآباء .

لذا ليس من المستغرب أن يتجه الأطفال إلى استخدام المخدرات ، الجنس ، التمرد وأحياناً الانتحار – ولاسيما عندما لا يتاح لهم أقل القليل من الوقت ليقضونه مع والديهم ، بينما هذا هو الاهتمام الأكبر للأبوين .

---

**لا يستطيع أي إنسان أن يفعل كل شيء لكل الناس**

---



## الأطفال الذين يفتقدون التوجيه يسببون المشاكل

مزايا وفوائد معيشة الأطفال مع أب وأم لا يمكن إنكارها ، لكن ذكرنا سابقاً أن أطفال المطلقين يتعرضون أكثر للانزواء والاكتئاب ويفشلون غالباً في دراستهم . وطبقاً لدراسات جوش ماكدويل عن تأثير الطلاق يوضح فيها أن الأطفال الذين تعرض والديهم للطلاق يكونوا أكثر من غيرهم عرضة للانتهاك والإهمال ، وهم أيضاً يتعرضون إلى مشاكل صحية أكبر بالإضافة إلى المشاكل العاطفية والشعورية ، ويشاركون بدرجة أكبر في عالم الجريمة وتجارة المخدرات ، ومنهم تصدر أكبر نسبة من محاولات الانتحار .

## عليك أن تتعرف على ابنك

إحدى مسرات حياتي المفضلة هي أن أقضى وقتاً مع أبنائي ، واعترف بأنني كنت أقضى أطول وقت مع ابني منذ أصبح انشغالي بالعمل أقل وكان وضع عائلي أكثر هدوءاً عندما ولد .

ربما أشعر بأنني مدين لكم بتفسير لهذا الأمر . لقد ولد ابني هذا بعد آخر أخواته البنات بحوالى عشر سنوات ، وبدلاً من تواجد ثلاث صغيرات في المنزل ، لم يتبق لى سوى واحد فقط ، لذا لم تكن المشغوليات معقدة كما في السابق .

وحتى عندما كانت بناتي صغيرات في السن ، كنت أحاول قضاء وقت كافٍ وسطهن ، وعندما كبرن قليلاً كنت حينذاك أعمل في تجارة أدوات الطهي ، لذا فإنه عندما تبلغ الفتاة منهن خمس أو ست سنوات ، كنت اصطحبها في رحلات نسافر فيها إلى أماكن العمل لتتلاقى مع مساعدى في إدارة الشركة . أثناء تلك الرحلات الطويلة كنا نقضى وقتاً طيباً نتحدث فيه . كان الهدف من كل هذا هو أن تتعرف

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الابنة على النساء والرجال الذين كانوا يعاونوني في العمل ، ولتتعلم بالضبط ما يفعله والدها لا كتساب عيشه ويمكن أيضاً أن يتعرفن على شخصية والدهن .

من الواضح أن زوجتي كانت تقضى معظم وقتها معهن ، وأنا ممتن لها لأنها تواجدت دائماً أثناء مرور بناتي بسن الطفولة والمراهقة ، واعتقد أن الروابط التي انتهجتها أنا وزوجتي أثناء فترة التكوين هذه هي التي جعلت منا عائلة متحابّة مترابطة . في الحقيقة كل بنت من بناتي وكذلك أزواجهن يملكون حالياً مفاتيح لمنزلنا وهم يأتون ويذهبون في أى وقت يشاءون .

في حالة ابننا توفر لى وقت كاف اقضيه معه ، وعندما انتقلنا إلى دالاس كان عمره ثلاث سنوات ونصف فقط ، وحانت لنا الفرص المتعددة للبقاء سوياً لمدة طويلة .

كانت هناك غابة صغيرة خلف منزلنا ، وكنا نذهب إليها ما بين مرة إلى ثلاث مرات أسبوعياً نتحسس طريقنا ونستكشف ممراتها . كنا نذهب دائماً إلى نفس المكان ، وينتهى بنا المطاف بالجلوس تحت شجرة بلوط ضخمة ونتكلم ونتسامر ، وربما نتحدث لمدة خمس دقائق وأحياناً أخرى لمدة ساعة كاملة ، ومازال هو يتذكر ضاحكاً تلك الفترة التي كنا نتمشى فيها في الغابة وصادفنا سنجاب ومعه أطفاله الثلاثة الصغار .

الرسالة التي أود أن أنقلها لكم هي أهمية وضع العائلة على قمة الاهتمامات بدلاً من خلط هذا الاهتمام مع ألف وواحد من الأشياء التي نود عملها وإنجازها .

### ما هي أولوياتك

أوضح لاري بولند في مقال صدر له بمجلة التحدى العالمى الملامح الضرورية

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و.ق.ت

للعائلة الناجحة ، وقال : فلتكن لعائلتك الأولوية المطلقة في كل اهتماماتك . وللأسف ، يبدو أن الكثير من الآباء يتداولون فكرة أنه في إمكانهم إنشاء عائلة على طريقة « اخطف واجري » في الوقت الإضافي المتاح لهم .

الأولويات لها أهمية بالغة ، وعندما تفحص ما هي أولوياتك ، يصبح من السهل أن تفهم ما هو الأهم في حياتك وذلك بفحص الوقت الذي تخصصه لأي أمر تهتم به .

الأب الذي يقضى عدة ساعات في مشاهدة التلفزيون لكن لا يتوافر له الوقت ليأخذ ابنه لمشاهدة مباراة في الكرة ، هو بهذا ينقل للطفل أن مشاهدة التلفزيون لها الأولوية الأولى في حياته بالمقارنة بقضاء وقت كاف معه وهو يكبر وينمو .

الأب الذي يقضى عشر ساعات أسبوعياً في جولة للعبة الجولف ، لكن ليس لديه الوقت لأن يخرج بعائلته للغذاء في مطعم ما ، هو في الواقع يعبر عن أولوياته وأين يقع مركز عائلته في قائمة الاهتمامات . الأب الذي يشتري معدات رياضية باهظة الثمن ويتوفر له الوقت لأن يذهب ليصطاد الحيوانات أو الأسماك ، لكن ليس لديه الوقت الكافي ليأخذ أولاده إلى مدارس الأحد والكنيسة ، لأن هذا هو اليوم الوحيد الذي يمكن لى أن أقضيه مع نفسه ، هو في الواقع يقول إن أهمية تدريس القيم الروحية وتكريم خالقنا هي في المقام الثاني البعيد عن ارتباطاته المتعددة .

بالنسبة لأهمية استثمار الوقت مع أبنائنا ، أحصت دونا بولند ثلاثين ساعة خلال أسبوع واحد قضته في نشاطات مدرسة أبنائنا . هل كان الانشغال بالتلفزيون هو الاستثمار الأمثل لوقتها ؟ الذهاب للنادى ؟ العمل التطوعى ؟ العمل لفترة من الوقت ؟ لا ، كان أطفالها هم أولوياتها العليا .

بلا شك فإن اعتبار العائلة هي في قمة الأولويات يحقق قمة النجاح ، أما اعتبار

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

العائلة في مركز متوسط ، فإنها سوف تحقق بعض النجاح وبعض من الفشل ، أما إذا لم يكن لها أولوية على الإطلاق ، فسوف يحدث الفشل ، العار ، وحكم الله القاسى علينا . والاختيار لنا .

يحدد آل بولند عنصر مهم آخر : خطط لبناء شخصية وتصرفات أطفالك والتزم بتلك الخطة ، لا يعنى هذا إنهم سوف يحققون إصابات مباشرة ، فقط ركز جهودك على تصويب الضعف الخلقى في أبنائك ، وانشغل برسم خطة بناءة مع الالتزام بها .

### وهذا هو الطريق الوحيد المؤدى لتحقيق النجاح

بالنسبة للأمهات اللاتي ينظر إليهن البعض باعتبارهن جاهلات ، أو أنهن لا تتمتعن بالإحساس ، لأنهن اخترن أن يمكنن في بيوتهن لتربية أطفالهن . أعجب بما قالت لندا بورتن ، والدة طفلين ، عندما انتقدتها بعض من صديقاتها قائلات : « عقلك ممتاز ، خسارة أن تظلى في البيت » فكان ردها « نعم عقلى ممتاز . . وأفضل العقول هي المطلوبة لتظل داخل البيوت » . إننى أؤيد ما قالت ، وأضيف أن أهم وظيفة والأكثر احتياجا ومكسبا هي التي يمكن بها تربية أطفال إيجابيين في عالم سلبى .

وواقعيا طالما أن الأم منشغلة في تربية أطفالها الإيجابيين ، فإنها يجب أن تستعد لذلك اليوم الذى يشب فيه أطفالها من الطوق ، أو عندما تتفرق العائلة سواء بالموت أو الطلاق . ولضمان مستقبلك أيتها الأم ، يمكن أن تحصلي على محاضرات بالمراسلة أو تنضمي إلى إحدى الجامعات التي تعطى دروسا في المساء لمدة يوم أو يومين في الأسبوع .

لأن تقضى الأم وابنها بعض الأمسيات في جو تنشيطى ، هذا يحفظ ذهنك وتتفاعل شخصيتك مع عالم اليوم ، وذلك يزيد من مدى جاذبية أحاديثك وتصبحي

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب يتنطق و.ق.ت

رقيقة مؤنسة لزوجك ، كل هذا يساعدك في تحقيق الإثارة والمتعة بأموثك .

( من الفوائد الأخرى لهذا النهج أن زوجك سيتاح له أن يقضى بعض وقته ملييا مطالب الأولاد ، وسوف تتاح الفرصة حينذاك أن يتوقف عن سؤالك عما كنت تفعلين طوال اليوم ، وذلك بعد قيامه بالإشراف على الأطفال على أسس ثابتة . )

أيضاً لتحقيق هذا الهدف ، يجب عليك أن ترسمي لنفسك المسار الدراسي الذي يحتاج إلى جهد مركز على أسس يومية - لكن يجب أن تكوني على وعى كامل أنه في حالة الطوارئ العائلية يجب عليك أن تكافحي لتحصيلي على مزيد من الوقت . أنت تعلمين أنه إذا اقتضى الأمر أن تنهى برنامج دراسي مدته ثلاث سنوات في أربع سنوات ، فإن أولوياتك ستظل كما هي ، حيث أنك الأم والزوجة المثالية ( لكن لا تجعل هذا سببا في تأجيل خططك الدراسية إلى الغد ) .

**أن تكون العائلة في قمة اهتماماتك، ذلك**

**يحق لك كل النجـاح.**

### حل وسط مثير

بشكل عرضي - أقول للأمهات اللاتي يجب أن يعملن بسبب عيشهن المنفرد أو لأن دخل الزوج ضعيف ولا يحقق احتياجات الأسرة ، أكرر هنا أنني أكن لهن أعظم احتراماتي وإعجابي بسبب الطرق المؤثرة التي يتبعنها معظمهن بمسؤولياتهن الجسيمة .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

إنه من الأفضل ، في معظم الحالات ، أن تعمل السيدة وفي نفس الوقت تعلم أطفالها من البداية أنه ليس هناك طعام مجاني . وهذا بالطبع أفضل من اللجوء إلى الجمعيات الخيرية ، وبذلك تدع أطفالك يتعلمون أن العالم هو المسؤول عن إعاشتهم وإعالتهم .

بالنسبة للأمهات اللاتي يحتجن إلى دخل بسيط تكميلي ، فإن العمل بنظام المشاركة في عمل واحد ربما يحقق لهن المطلوب .

في شركتنا المسماة ( النظم التدريبية لرجلر ) ، أنشأنا نظاماً للعمل بنظام المشاركة وذلك لمقابلة مطالب بعض موظفاتنا وتحقيق مصلحتنا أيضاً . ليست كل الوظائف صالحة لأن يطبق عليها هذا النظام ، لكن الصالح منها يحقق مرونة كاملة .

وبمرور الوقت لاحظ المسئولون على الموارد البشرية بمؤسستنا أن المشتركات في هذا النظام أقل غياباً وفترة بقائهن في المنزل بسبب المرض قليلة ، بل لوحظ أيضاً أن اثنتين متشاركتين في عمل واحد تحققن عمل ثلاث نساء . من تنخرط في هذا النوع من العمل تحرص على بقاء واستمرار نظامها الخاص بالعمل ، وتصنع كل جهد ممكن لمقابلة متطلبات الوظيفة وأيضاً ارتباطاتها المنزلية .

بتطبيق هذا النظام ، أصبح ممكناً للآباء والأمهات أن يحضروا المناسبات التي يشترك فيها أطفالهم - ألعاب الكرة ، يوم الآباء ، الحفلات الموسيقية والمسرحيات المدرسية .

تقدم شركتنا أيضاً وقتاً مرناً ، وهي تسمح للموظفين اختيار الوقت للوصول إلى مكان العمل والمغادرة طالما أنهم يقضون وقت العمل بالكامل . بعض العاملين يختارون الوصول الساعة السابعة صباحاً ويغادرون الساعة الرابعة بعد الظهر ، لذا هم



## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

يتجنبون زحمة المواصلات والطرق ، البعض الآخر يختار الحضور الساعة التاسعة صباحاً والعودة الساعة السادسة مساءً لأنهم مثلاً مضطرين لاصطحاب طفلهم إلى المدرسة .

ذكرت كل هذا لأن هناك في بعض الأماكن أو في الشركات الصغيرة ربما لا تكون هذه النوعية من الوظائف متاحة ، في تلك الحالة يمكن للأمهات الصغار أن يتجمعن ويقمن بعمل واحد . مثلاً في محال التجزئة التي تعمل لمدة ستة أيام في الأسبوع ، يمكن لكل واحدة منهن أن تعمل لمدة ثلاثة أيام . وربما لاختلاف مواعيد الأزواج ، فإنه يمكن للواحدة منهن أن تعمل صباحاً والأخرى تعمل في الفترة المسائية . وإذا كان الزوج يعمل في وظيفة متواضعة ، كأن يكون مساعد في مصلحة الإطفاء ، أو سائق شاحنة ، فإن قيام الزوجة بالعمل لمدة ثلاثة أيام متصلة بينما تعمل الأخرى الثلاثة أيام الباقية ، ربما يكون نظام مناسب . إن القليل من الخيال يمكن له أن يحقق بعض الدخل وتظل الأم قادرة على تلبية احتياجات أولادها وزوجها بدون تعرضها للإجهاد البدني أو الذهني .

يأتى سؤال بالنسبة للنسوة الأمهات اللاتي لا يردن أن يطلق عليهن « الباقيات في البيت » . فهناك عديد من النساء لا يشعرن بأى سعادة خارج مجال العمل . وبكل صراحة فإن البحوث تدل على أنهن إذا كرهن البقاء في البيت مع أطفالهن ، فإنهن لا يصبحن أبداً أمهات مؤثرات . في الحقيقة ، إذا حاولن جاهدات ولاحظن أنهن مازلن متوترات وغير مستريحات ، وأن مستوى جبهن لأطفالهن أقل ، أنصح هؤلاء أن يرجعن للعمل . ومع ذلك فإنهن إذا جربن نظام المشاركة في العمل فسوف يدركن فوائد ذلك للام والطفل أيضاً .

نعم ، إن الوقت الذى نقضيه مع أطفالنا يعتبر هاماً وحيوياً . والأغنية التي غناها هارى شاين تعبر عن ذلك أفضل تعبير ، أرجوك أن تبطئ قليلاً ، وتقرأها بدقة ، ثم



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ضع الكتاب جانبا وتمعن وفكر فيما تنقله من رسالة .

### القطة في المهدي

ابني وصل العالم بالأمس ؛  
أتى للعالم بالطريقة المعتادة .  
لكن هناك التزامات وفواتير مطلوبة للسداد ؛  
لذلك تعلم المشي وأنا غائب  
وتكلم قبل أن أدرك هذا  
هو يشب عن الطوق ويقول  
سأصبح شبهك يا أبني  
أنت تعلم أنني سأصبح مثلك يا والدي

القطة في المهدي وكذلك الملعقة الفضية  
والطفل الأزرق الصغير والرجل فوق القمر  
متى ستحضر إلى المنزل يا أبني ؟  
لا أعلم متى ، لكن بالتأكيد سنجتمع  
أنت تعلم أننا سنقضي وقتاً ممتعاً حينذاك

ابني بلغ عشر سنوات بالأمس ،  
قال أشكرك من أجل الكرة يا أبني  
تعالى نلعب سوياً  
هل تستطيع أن تعلمني كيف أرميها ؟

## ٧. بالنسبة للطفل، الحب ينطق و-ق-ت

قلت له ليس اليوم ،  
 عندي من المشاكل الكثير  
 قال حسناً يا أبى  
 وابتعد بعيداً عنى  
 لكن ابتسامته لم تفارقه  
 قال نعم ، سوف أصبح مثلك ،  
 أنت تعلم أنى سأصبح مثلك يا والدى

والقطة في المهد وكذلك الملعقة الفضية  
 والطفل الأزرق الصغير والرجل فوق القمر  
 متى ستحضر إلى المنزل يا أبى ؟  
 لا أعلم متى ، لكن بالتأكيد سنجتمع  
 أنت تعلم أننا سوف نقضى وقتاً ممتعاً حينذاك

حسناً ، هو حضر من الكلية بالأمس فقط  
 إنه يشبه الرجال ، هذا ما قلته ،  
 يا ابنى ، أنا فخور بك ، هل يمكن أن تجلس معى قليلاً ؟  
 فhez رأسه وقال بابتسامة ،  
 ما أوده يا أبى هو أن أستعير مفاتيح سيارتك ،  
 أراك لاحقاً ، هل يمكن من فضلك أن تعطيها لى .

والقطة في المهد وكذلك الملعقة الفضية

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

والطفل الأزرق الصغير والرجل فوق القمر  
متى ستحضر إلى المنزل يا أبى ؟  
لا أعلم متى ، لكن بالتأكيد سنجتمع  
أنت تعلم أننا سوف نقضى وقتاً ممتعاً حينذاك

خرجت على المعاش منذ فترة ، وابنى غادرنا  
طلبت به بالأمس تليفونياً  
قلت أريد أن أراك لو سمحت ،  
قال أود ذلك يا أبى إذا تيسر لى الوقت  
أنت تعلم مطالب وظيفتى ، وأبنائى يعانون الأنفلونزا  
لكن شئ جميل أن أكلمك .  
عندما أغلقت التليفون ، خطر في بالى  
لقد شب ابنى ليشبهنى  
نعم ، أصبح ابنى مشابهاً لى

والقطة في المهد وكذلك الملعقة الفضية  
والطفل الأزرق والرجل فوق القمر  
متى ستحضر إلى المنزل يا أبى ؟  
لا أعلم متى ، لكن بالتأكيد سنجتمع  
أنت تعلم أننا سوف نقضى وقتاً ممتعاً حينذاك

هارى شابن



### تقييم شخصى

(١) بتغيير كلمة لو بكلمة المرة القادمة املأ الفراغات بما سوف تفعله

لو لم يكن عندي .....

المرة القادمة .....

(٢) في تقديرك ، ما مدى أهمية بقاء الأم في المنزل لرعاية طفلها الصغير؟

لخص ما شرحه هذا الفصل لك .

(٣) إذا كانت عائلتك هى في المقام الأول من ناحية الأولويات ، وإذا كان هذا

يعنى ضرورة تغيير بعض الأمور ، ما هى ؟

(٤) ما هى المزايا التي تحصل عليها الأمهات العاملات ؟ هل توجد مساوئ ؟

(٥) أغنية هارى شابن التي غناها سنة ١٩٨٤ مؤثرة ، ما هو رد فعلك بشأنها ؟

## الفصل الثامن

### الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

#### السلطة الأبوية

كثير من القطع الموسيقية التي يستمع إليها أولادنا تدرج تحت : « لكى نحس أننا أحرار » « وأن نصنع ما نريد فعله » . إلا أن كل الدلائل توضح أن ما يحتاجه الأطفال فعلاً هو الشعور بالأمان .

يقول الطبيب النفسى الدكتور مارتن كوهين : الأمان يتحقق بالسلطة الأبوية ، وأطفالنا يشعرون بخوف بالغ عندما يفتقدون السلطة التي يفرضها عليهم الأبوين . ويضيف قائلاً ، بأن الطفل أحياناً ما يضغط ويضغط بأكثر قوة إلى أن يضطر الأب إلى إيقافه .

ما فعله هذا الطفل هو أن يطلب من الآباء أن يصبحوا آباءً . الطفل يود أن يتأكد أن تلك القوة التي طالما اعتمد عليها مازالت سارية ومفعولها قائم . هو يرمق الأبوين بلمحة من طرف ناظرية ليتأكد أنه لم يخطئ في ولوج مصدر أمانه . وأنتم أيها الآباء ، يجب ألا تخبئوا ظنه يجب أن تظلوا متماسكين في أما كنكم كأباء .

السلطة طبقاً لتعريف القاموس هى القوة أو الحق في إصدار الأوامر والمطالب ، إرغام الطاعة ، إجراء عمل ما أو اتخاذ قرار نهائى . ما يحتاجه الأطفال فعلاً - أو ما

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

يرغبونه - هو الاحتكاك مع ضغط منتظم يفرضه على الأبوين ، مما يجعله مهتدياً إلى الطريق الصحيح .

عندما نتعامل مع أطفالنا ، يجب أن ندرك أنهم بالفعل أطفال ، أحد الأقوال الأفريقية المأثورة تقول « كل إنسان كان صغيراً من قبل ، لكن ليس كل إنسان كان كبيراً من قبل » .

واحدة من أكثر مطالب الابن قوة ، هو أن يكون أبواه من هؤلاء الذين يفهمون دورهم في الخطة الديناميكية التي تسير العائلة ، يطلب منهما أن يكونا له المثال ، أن يقودا ، يرشدا ، يوجهها ، يصححا ويشجعا .

أحياناً عندما يسبب لنا الأبناء المتاعب ويرفضون سلطتنا ، نتعجب كثيراً مما يحدث . تذكر أن الأبناء كثيراً ما سوف يجربون ذلك ، لكنهم في قرارة أنفسهم يتمنون أن نكسب المعركة ونحتفظ بمرکزنا التسلطي لكي يحسوا هم بالأمان .

الأولاد يريدون أن يعرفوا أن هناك من يمسك بالجام - يريدون أن يعرفوا من يتبعونه ، من سيقود ، لمن يتقدمون بإجاباتهم . كل هذه هي حقائق الحياة ، إنها جزء من كل وحدة في المجتمع بما فيها الأسرة ، هي أمور يجب أن يعرفها الآباء ليتأكدوا أن جهدهم الأبوي سيؤول أخيراً للنجاح ، وكنتيجة لذلك يفلح أيضاً أبنائهم .

### الكشفة تعلم الأطفال كيف يقادون ويقودون

في أيامنا هذه ، حيث تحاول عديد من التنظيمات أن تجعل من نفسها عائلة للطفل ، أشجع الآباء ولاسيما الفرادى منهم أن ينخرط أبنائهم في النظام الكشفى .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

إحدى مجالات فخري وتميزي أن أخدم في المجلس الاستشاري القومي للكشافة الأمريكية .

معدل نجاح الأولاد الذين ينخرطون في هذا النظام لمدة لا تقل عن خمس سنوات يزيد عمن ليس مشترك أصلاً فيه . والقسم الكشفي هو « أقسم بشرفي » ، سابدل كل جهدي لأفعل واجبي نحو إلهي ونحو وطني ، وأن أطيع نظام الكشافة ، وأن أساعد الناس في كل وقت ، أن أحفظ جسدي قوياً وعقلي متيقظاً وأكون مستقيماً أخلاقياً . وشعار الكشافة هو كن مستعداً ، وقانون الكشافة هو فرد الكشافة إنسان يعتمد عليه ، مخلص ، يساعد الآخرين ، ودود ، شجاع ، حنون ، مطيع ، مرح ، مقتصد ، نظيف ومحترم .

التدريب يعلم الكشاف كيف يصبح مسئولاً ، ويعطيهم شيئاً يعيشون من أجله ويساعدهم على تركيز جهودهم على الآخرين أكثر من أنفسهم وذلك بتعليمهم ضرورة فعل شيء جيد لشخص ما كل يوم .

والسؤال هو ، ما تأثير انخراط الفتى الصغير في نظام الكشافة ؟

القاضي الفين براون الذي حكم من فوق منصة محاكم مدينة نورمان / أو كلاهما لمدة تزيد على عشرين سنة ، أخبرنا في اجتماع حضرناه سوياً أنه لم يعرض أمامه أبداً أحد الأحداث وكان سابقاً منخرط في النظام الكشفي لمدة لا تقل عن سنة . هذه العبارة في منتهى القوة ، وتمدنا بمؤشر جيد يوضح أهمية تعليم أبنائنا القيم والمبادئ ليس في البيت فقط لكن وسط مجموعات الصغار الذين يتعلمون نفس الشيء . وكنتييجة لعلاقات هؤلاء الأولاد بعضهم ببعض ، فإنه من الطبيعي أن تصبح نسب نجاحهم مرتفعة ، ولا سيما إذا أثبتوا كفاءة وتفوق وأصبحوا ضمن النور



## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

الكشفية . وهم جميعاً يتفوقون على الأولاد الذين لم ينخرطوا في النظام الكشفى .

### الأمهات والآباء متميزون

مؤخراً ، قرأت ملصقاً تدعو كلماته إلى التفكير والتأمل ، وفيه أى إنسان يستطيع أن يكون والدًا ، لكن الأمر محتاج لإنسان متميز ليصبح أبًا . وهذا حق ، كل امرأة تستطيع أن تنجب طفلاً ، لكن الأمر يحتاج إلى امرأة متميزة لتصبح أمًا .

عندما تدرس حياة من أثروا في مجرى التاريخ وكانوا عظماء إيجابيين ، غالباً ستجدهم يذكرون تأثير آبائهم عليهم ، قال ابراهيم لنكلون « كل ما أنا فيه الآن أنسبه إلى أمى الملاك » . وقال الجنرال ماك أرثر « أمى القديسة علمتني عبادة الله وحب الوطن ، وهذا هو ما حفظنى ، لها أقدم مرة أخرى خالص شكرى وامتنانى » . الواعظ الشهير ج . كامبل مورجان كان له أربعة أبناء كلهم أصبحوا مثله وعاظاً أو قسساً . في اجتماع عائلى سأل صديق أحد الأبناء « أيكم أفضل واعظ يا آل مورجان ؟ » ، فرد عليه الابن وعينه تلمع ، وموجهاً نظريه نحو أبيه الشهير « بالطبع ، هى أمى ! » .

مثال ذلك هناك مثل قديم يقول « أب واحد يساوى مائة مدرس » . وهذا حق ، لأن بين يدى الآباء يستقر مصير أبنائهم . وبنفس المفهوم ، أن تكون أباً هو أمر مقدس . ويستقر بين يدى الآباء مستقبل الأمم جميعاً لأن مستقبلنا يقع على كاهل أبنائنا وكذلك العالم الذى سوف يشيدونه ، ونموذج العالم هذا وكذلك نظرتهم للمستقبل تعتمد إلى حد كبير على كيفية رؤيتهم لنا نحن الآباء وكيف قمنا بتربيتهم ، وبإلها من مسئولية جسيمة ! .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

حقيقة أن الآباء هم عماد الأسرة يعطيهم الحق في أن يحكموا ، ويمكن لهم استخدام تلك القوة والسلطة والحق بشكل إيجابى ليقنعوا بها الأولاد أن يبذلوا الجهد ، أن يفوزوا ، أن ينجحوا ، أن يحترموا زملائهم ، أن يصبحوا أناساً ذوى أمانة واتزان .

يستطيع الآباء أن يختاروا هذا الطريق ، أو أن يتركوا الأطفال يحددون مساراتهم بأنفسهم وبالتالي إلى تأثير العالم السلبي .

### الأمريحتاج إلى العمل الجماعى والقيادة الجماعية

تربية الأطفال الإيجابيين يحدث في أحسن صورة له بفضل الجهود الجماعية ، ولأن العائلة عبارة عن وحدة ، لذا فإنها تصبح أكثر تأثيراً إذا أصبح العمل والجهد على شكل جماعى ، والعائلة عندنا تعمل سوياً أفضل من جهدهم كأفراد منفصلين .

عندما يكون لديكم مشروع أو أهداف عائلية اختر لتنفيذها جميع أفراد العائلة ( سواء كانت إجازة سنوية ، الالتحاق بدراسات معينة ، التخطيط لفسحة ، أو بناء حمام سباحة ) فسوف تكون النتائج أفضل عند العمل سوياً لأن هذا يقرب أفراد العائلة من بعضهم البعض .

لحسن الحظ ، فإن العمل سوياً كعائلة يساعد الأولاد على تحقيق مهارات التواصل والتعاون والتي يمكن الانتقال بها إلى المدرسة وإلى عالم الأعمال . كل الناس يتفوقون على أن العمل الجماعى في حاجة إلى رئيس أو قائد . فريق الكرة مثلاً بدون رئيس يتحول إلى كارثة ، مشروع تجارى أو صناعى بدون رئيس لمجلس الإدارة ،

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

أو فرقة من الجيش بدون ضابط ، كل هذه التنظيمات ستؤول إلى الفشل وتحلل سريعاً . نفس الشيء يحدث في العائلة .

العائلة في حاجة إلى رئيس ، وبالرغم أنها مختلفة عن المهنة أو التجارة ، إلا أنها في الواقع هي مهنة أو تجارة .

إذا أخذنا في الحسبان معدل التضخم الحالي ، وإذا كان لزوج وزوجته ولدين ، والزوجان يستمران في العمل حتى سن الخامسة والستين ، حينذاك يبلغ ما أنفقه على الولدين حوالي مليون دولار لتنشئتهم وتلبية مطالبهم ( طبقاً لمعدلات الأسعار في أمريكا ) وهذه تجارة ضخمة في عالم المشروعات الكبرى ، يكون شكل الشركة في معظم الأحوال مكوناً من : رئيس مجلس الإدارة ، نائب الرئيس ، المسئول على الخزينة ، السكرتير . لكن في الأسرة يصعب تحديد الرئيس ، بالرغم أنه واضح وهام . إلا أنني أعتقد وجوب أن يكون الرئيس هو الزوج ، أي الأب . عندى أسباب متعددة لقولي هذا ، لكن السبب الواضح هو أن مجتمعنا منظم على هذا الأساس . هذا لا يعنى أن الزوجة ( مساعد الرئيس ) لديها القليل لأن تقدمه بخصوص القرارات التي تؤثر على العائلة ، هي الرئيس المناوب ( لكن ليست الثانية في الأهمية ) ولها دور هام ومؤثر على العائلة ووحدها . كل رئيس مجاهد سوف يعقد اجتماعات عديدة مع مساعده أو الرئيس المناوب فيما يختص بالقرارات الحساسة ، بالإضافة إلى أهمية قيام الرئيس المناوب باستلام كل المسئولية والسلطة في حالة غياب أو عدم تواجد الرئيس .

### المحب اللطيف

إذا قامت رحلة مكونة من سيارتين ، فإنهما سوف يتوهان من بعضهما البعض إذا لم يحددوا من هو القائد . خذ ذلك في الاعتبار ، ستعملون ما أقصده عندما أقول

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

لكم إن الأطفال في حاجة لأن يعرفوا من ذاك الذى سوف يقودهم ، وما معنى إنهم تابعون .

### الشئ المنطقى

أذكر في مناسبة معينة في بلدة روشستر/ نيويورك ، أننى تكلمت في مدرسة عليا حيث دعيت لإلقاء محاضرة على مجموعة من قادة التلاميذ . كان عددهم عشرين طالبا متجمعين ومستعدين لإلقاء الأسئلة وتلقى الأجوبة بعد انتهاء المحاضرة الأساسية . . لقد كان تجمعا حيا مثيرا ومفيدا .

لا أنسى أحد هؤلاء الشباب عندما وقف وسألنى يبدو يا سيدى أنك تعتمد كثيرا على معونة وإرشاد الله في كل حياتك وعائلتك وعملك ، لكننى أنا لا أؤمن بالله ، وأنا محتار ، لماذا تؤكد هذا الموضوع مرة تلو الأخرى ؟

فأجبته بأن أحد أهم الأسباب لانتجاهى هذا هو رغبتى في أن يصبح أبنائى مسئولين بقدر الإمكان ، وأن يتفهموا جيدا دور السلطة داخل الأسرة .

بالطبع قام متسائلا مرة أخرى حسنا ، لكن ما دور الله في هذا الموضوع الذى تعرضه ؟

قلت هذا شئ بسيط للغاية . عندما يجد أطفالى إننى أسجد بكل خضوع واحترام أمام سلطة عليا ، فإنهم سيعلمون في الحال أننى أحترم السلطات . ليست فقط سلطة الله ، لكن أيضاً سلطة الحكومة ، ضباط تنفيذ الأحكام ، رئيسى في العمل ، القضاة ، المحاكم ، وعندما يلاحظ أولادى أننى أحترم السلطة ، سيعلمون حينذاك أننى لست مبالغاً عندما أطلب منهم احترام سلطتى ، والنتيجة الخالصة لذلك هى

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

أننى سوف أحصل على أولاد أكثر نظاماً وحباً وطاعة . فتقهقر الفتى قليلاً ، لكنه عاد وقال « حسناً ، لكنى لا أعتقد في وجود الله ، لكن ما تقوله يبدو لى معقولاً جداً » .

عملياً ، ومن وجهة نظر حسابية ، العائلة تعتبر وحدة صغيرة ، لذا من الضروري على كل فرد منها - بما فيهم الرئيس - أن ينسى الجميع المناصب داخل العائلة ويتكاتفوا جميعاً لإنجاز الأعمال .

في وحدة عائلية تتكون من الزوج ، الزوجة ، وطفلين صغيرين ، إذا تصرف الزوج كأن دوره يقتصر على إصدار الأوامر فقط ، فإنه سوف يفقد حب واحترام زوجته وأولاده .

واقعياً إذا تسببت تربية الأطفال في عمل مطلوب أدائه داخل المنزل ، هنا يكمن موقف دقيق في طريقه لإثارة المتاعب .

---

**عندما نامل مع أولادنا يجب أن**

**نتذكر أنهم مازالوا أطفالاً .**

---

### الضيق الفائز- بابا وماما سوياً

إيجاد حل لتلك المشكلة بسيط للغاية ، لكنه ليس سهلاً إذا أرادت الأسرة أن تعمل كوحدة متكاملة ، فإن على كل من الأب والأم أن يتعاونوا أكثر من إمداد المنزل بالنقود .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مثلاً يمكن للأب أن يراعى الأطفال إذا كانت مهارات الأم أفضل في المطبخ ، يمكن أيضاً أن يساعد الأبناء في أداء واجباتهم المدرسية بدلاً من قيامه بقراءة الجريدة ، أو أن يستريح ، بينما الزوجة المتعبة أساساً تجهز للعشاء .

بعد العشاء ، يشترك الأب مع الأم في تنظيف الأدوات بالمطبخ ، وإذا ذهب الأطفال مباشرة بعد العشاء إلى أسرتهم فإن الأب والأم يتبادلان ما بين تنظيف المطبخ ، والاهتمام بالأطفال حتى يناموا . أما عندما يحين موعد النوم ، لكن الأطفال مازالوا متيقظين ، فإن الأب حينذاك يشارك في روتين الاستعداد لنوم الأطفال .

النقطة التي أود إيضاها ، هي أنه في سبيل قيامنا بتنشئة طفل إيجابي ، وإذا كان الأب والأم متواجدين سوياً داخل المنزل ، فإن كليهما يجب أن ينشغل بكل مظاهر تربية الأطفال . هذه هي الطريقة الوحيدة الكفيلة بأن يفوز الأب والأم والأولاد في معركة الحياة .

### العائلة ذات العائل الواحد

في تلك العائلة ، تزداد الحاجة إلى النظام والروتين ، فالأم ( أو الأب ) التي عليها أن تقوم مبكراً ، وأن تجهز إفطار أطفالها ، ثم تستعد للخروج إلى العمل ، وتذهب مسرعة لإيداع الأطفال دار الحضانة أو المدرسة ، ثم تضع في حساباتها عشر ساعات ستقضيتها في عمل شاق في مكان عملها ، ثم بعد الخروج من العمل عليها أن تغير مسارها لتأخذ أطفالها من دار الحضانة ، ثم تحضر العشاء وترعى الأطفال ، وهذا يشمل مساعدتهم في أداء الواجبات المنزلية ، تجهيزهم للنوم ، قراءة القصص عليهم قبل النوم وتسليتهم لرفع معنوياتهم بالإضافة إلى الخدمات المنزلية المتعددة المحتاجة إلى إنجاز .

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

نلاحظ هنا المطالب الضخمة على مواردها الجسدية ، العاطفية ، ويدولي أن الطريقة الوحيدة التي يمكن أن تعيش بها هذه الأم لأطول مدة ممكنة ، هي أن تلتزم بأسلوب عائلي صارم ومرتب ، ويكون قوامه هو النظام ، والروتين المحكم .

### عندما لا يصلح نظام الفريق

في العائلات التي تفتقد العمل بنظام الفريق ، نتفهم لماذا تتكاثر الصعاب ، ومن السهولة أن نتفهم كيف أننا نرى تكاثر حالات إهمال وانتهاك الأطفال . أكثر من ذلك ، في حالة اتخاذ الأب دور المتفرج داخل عائلته ، فهذا يوضح لماذا تكثر حالات هجر الزوجة ( وليس الزوج ) منزل الزوجية . إنهن بكل بساطة يرمين بالمنشفة في وجه الزوج ويخرجن مبتعدات عنه وعن الأولاد ، ويهجرن مسؤولياتهن الضخمة . إنها مأساة وفعل غير عادل ، وسوف يحفر داخل نفوس هؤلاء الأمهات أخاديد من الندم تلازمهن طوال حياتهن بعد ذلك .

كثير من الروابط العائلية تتهدم لأنها بدأت بالنقص في العمل الجماعي ، والعديد من الزوجات هجرن بيوتهن وأهملن مسؤولياتهن بعدما شعرن باليأس يتملكهن لرؤية الزوج وهو لا يؤدي أي دور داخل المنزل . وبعض الآباء الهاربين سيحاولون دفن ذكريات العائلة المهجورة في علاقات غرامية خارجية وممارسة حياة حرة خالية من الالتزامات والقيود ، لكنهم لن ينجحوا في هذا المسعى لأنهم سوف يفتقدون تلك الأيادي الصغيرة التي تحيط أعناقهم وتنطق بلفظة ( بابا ) أو ( ماما ) ، وكذلك التعبيرات الطفولية الأخرى المحببة ، كل تلك المناظر سوف تشتعل داخل أفئدتهم وتلازمهم وتصبح جزءاً من كيانهم حتى نهاية العمر .

في تلك المرحلة من هذا الموضوع ، أود أن أشير إلى الحركة النسائية النشطة هذه



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الأيام ، حيث نجد عديد من النساء يرفعن راية المطالب وتحقيق المساواة . لكن وهن في سبيلهن للحصول على الحقوق يفقدن درجات من التصور السليم المتوازن ، وفي بعض الأحيان المأساوية يفقدن أيضاً المنطق والحكم والحب ، كل هذه المشاعر تتساقط من الصورة العامة لها .

وبالنسبة للأب ، فإنه لكي يتمكن من تجنب التفكير في إفشال العائلة سواء عن طريق الطلاق أو الهجر ، فهو مطالب أن ينزل قليلاً عن عرشه ويؤدى دوره .

الأب والأم مطالبان بأن يعملان كفريق واحد ، وأن يعملان على تشجيع أبنائهما ليتوقفوا جميعاً ويساهمون في كل ما هو لازم لمصلحة العائلة . وهما مطالبان بإعداد الأطفال لمستقبلهم المأمول عندما يصبحون يوماً أزواج وزوجات المستقبل .

كل فرد من العائلة يستطيع أن يتعلم كيف يؤدى دوراً . حتى الطفل ذو الأربع سنوات ، يمكن تدريبه كيف يلتقط ألعابه من الأرض وكذلك الملابس والأوراق المتناثرة هنا وهناك ، وذلك حتى تستريح الأم من تلك المسئوليات وتدخر بعض من جهدها .

الشئ الجميل هو عندما يعطى الأب توجيهات محكمة خاصة باتباع النظام والطاعة ، هاتان الخاصتان من الخصائص المهمة التي تمكن الأطفال من بناء حياة فائزة في مستقبل حياتهم . وهذا الاتجاه عموماً يساعد الطفل الذى يود أن ينمو غنياً في كل مظهر من مظاهر الحياة ، ويعلمه أنه قبلما يفكر في أن يقبض عليه أولاً أن يدفع ، وعندما يبذل جهداً كفرد من العائلة سيلمس بنفسه النتائج الإيجابية . بعد ذلك ، سوف يفهم لماذا عليه أن يدفع سواء في المدرسة أو في مجال عمله .

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

هذه الاتجاهات جميعاً تقلل احتمالات تنشئة أطفال سلبيين منشغلين فقط بمطالبهم الخاصة ومدللين ، ويكون كل همهم في الحياة هو أن يحصلوا ما يرغبون فيه حسب قدرتهم وقوتهم ، بغض النظر عما يسببه ذلك من آلام للآخرين .

هناك شئ جميل آخر خاص بتحميل كل فرد من العائلة بمسؤولية ، إن معظمنا يريد - بل ويحتاج - إلى أن ينتمى إلى نوع من التشكيلات الموحدة ، لذا فمن الطبيعي أن يرغب الأولاد في أن ينتموا ، ويعلمون فعلاً أنهم منتمون .

الرائع في وحدة العائلة المتماسكة هو أنها تعلم التعاون ، الاحترام والحب ، وقبول طفلك داخل وحدة العائلة وهو محمل بمسؤوليات محددة تجعله شاعراً بأهميته كعضو في فريق ، هذا سوف يمنعه من الالتحاق بإحدى الجماعات المنظمة ، كعصابة مكونة من أولاد الجيران التي قد تحقق له أن يكون مقبولاً وإنه ينتمى ، لكن هو في الواقع لن يحتاج لهذا لأن متطلباته كلها موجودة داخل العائلة الموجودة .

### إنماء الاحترام- ضرورة

لبقاء علاقة قوامها الحب والاحترام ، يجب أن تتذكر أن أطفالك يتجاوبون معك طبقاً للطريقة التي ينظرون بها إليك . إذا كانت هذه المشاعر هي خليط من الحب والاحترام ، فسوف تحصل منهم على الطاعة . والاستجابة المحبة بكامل رغبتهم . مع ذلك إذا افتقدوا عنصر الاحترام ، فتأكد أنك ستواجه حالات من التمرد والعصيان لكل هذا يجب على الآباء أن يديروا أنفسهم بطريقة تحقق الحب والاحترام ، ولا توجد وحدة حقيقية بدون الاحترام .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الآباء الذين لا يوفون بالعهود ، ويدأومون باستمرار على الشخط والزعيق في بعضهم البعض سواء في السر أو العلن ، أو أن يحضر أحدهما إلى البيت وهو يتمايل من السكر ، أو أن يعامل بعضهما البعض باحتقار وعدم احترام ، كل هذا سوف يهدم ويدمر أي شعور بالشرف والاعتزاز في قلوب الصغار .

عندما يحدث هذا الأمر ، فإن الطاعة والنظام تسرعان بالهرب من الباب ، بالإضافة إلى ذلك ستحدث ارتباكات متعددة في عقل الأطفال ، هم في الحقيقة يحبون الأبوين ، لكن إذا افتقدوا الاحترام والتوقير فالحب سوف يختفى وبذلك يتعرض الأبناء لأزمة عاطفية .

ما الحل إذن ؟ الإجابة : إذا كانت الفقرة السابقة تشرح حالتك أنت ، فأنت محتاج فعلاً لمساعدة عاجلة . احصل عليها . إذا أصيبت عواطفك ومدى تقديرك للأمور ، الجأ إلى طبيب نفسى أو أحد القسس أو الوعاظ الذين يمكنهم أن يقوموا بدور هام في هذا الشأن .

إذا كانت لديك مشكلة تعاطى المخدرات ، شرب الخمر ، فإنه يلزمك أن تستعيد أبوتك وحب أطفالك وأن تسعى للحصول على المساعدة قبل أن تصل إلى مرحلة الإدمان . الانغماس في شرب الكحوليات أو انتهاك الأطفال يمكن أن يدمرك أنت وكذلك أبنائك .

في الحقيقة ، من أكثر مصادر الحصول على المساعدة ، ولا سيما إذا لم تكن مشاكلك شديدة ، أنى أشجعك أن تعيد قراءة الفصول المختصة في هذا الكتاب . لقد تداولت هذه المعلومات مع الكثيرين الذين حضروا محاضراتى أو استمعوا لشرائط التسجيل التي أصدرتها ، وأؤكد لك أن هناك حل لمئات ومئات من الحالات ، ولن

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

تخسر إذا حاولت ، ودعني أردد على مسامعك ذلك القول المأثور العائلة التي تنقذها ، سوف تصبح ملكاً لك .

### عمل الأب والأم

تربية الطفل الإيجابي هو بالتأكيد عمل إيجابي ، لذا هو ليس مهمة رجل أو مهمة امرأة . إنه مهمة الرجل والمرأة متحدتين . مع ذلك ، ففي حالة عمل كل من الزوج والزوجة نجد أن هناك اعتقاداً راسخاً في أفئدة الأزواج أن المساعدة في تجهيز العشاء أو تنظيف المطبخ وكذلك مساعدة الأولاد في أداء واجباتهم الدراسية وتجهيزهم للنوم هي مهام أصيلة للأم ويجب أن تقوم بأدائها .

هذه الأزمة الحقيقية رسمها سى شاسلر في مقال نشرته ( باراد ) سنة ١٩٨٥ ، وفيما يلي اقتباس منها بعد أخذ الإذن بذلك .

منذ عشرون عاماً ، اشتبكت أنا وزوجتي في نقاش حاد تحول إلى مشاجرة - كان من النوع العنيف الذى يترك آثاره لسنين قادمة - وفجأة وأنا غير قادر على ضبط عواطفى ، قالت لى زوجتى « منذ الآن عليك أن تشتري الطلبات ، وتخطط ماذا سوف نأكل ونشرب ، وتشرف على المنزل كله ، وكل شئ . لقد فاض بى الكيل ! » كنت واقفاً في المطبخ أتأمل في الرفوف ، الحوض ، الثلاجة ، أدوات النظافة ثم إلى زوجتى .

لقد تملكنى الرعب ، وسالت الدموع من عيناى ، فمهما كانت الأحوال ، فأنا لست بقادر على أداء تلك المهام التي ألقته على كاهلى . لا يمكن لى أن أؤدي واجبات عملى ثم أعود لأقوم بكل الواجبات المنزلية أيضاً . لدى الكثير من المهام

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الضرورة مطلوبة الأداء . بالإضافة إلى ذلك ، كيف يمكننى أن أقضى يوماً منهكاً في العمل ما بين مشاكل الموظفين ، الميزانيات ، الإدارة ، أرقام الربح والخسارة وفي نفس الوقت أعود للمنزل فأنشغل بالتخطيط لما سناً كله في المساء وكذلك إفطار الصباح وغذاء اليوم التالي ، وكذلك التجهيز لحفلة ستقام في نهاية الأسبوع . وشراء المستلزمات لنا جميعاً ، والعمل على أن يكون المنزل في أحسن حال ، وأن أحرص على التأكد بأن السيدة التي تقوم بالتنظيف سوف تحضر في مواعيدها وتؤدي مهامها على الوجه الأكمل . ثم هناك الغسيل ، والعناية بالأطفال . .

كيف يمكن لأى إنسان أن يؤدي كل هذه المهام ثم يظل عاقلاً ، نظرت لزوجتى برهة ، ثم قالت لى حسناً ، لا تقلق ، سوف أستمّر في أداء واجباتى ، ثم ارتدت معطفها وذهبت لمكان عملها في المستشفى - لتدير شئون عشرات من الناس ومئات من المرضى .

بالرغم من جملتها البسيطة التي نطقت بها معلنة استعدادها لاستعادة مهمتها في رعاية شئون الأسرة ، إلا أنني توقفت في مكاني أفكر ، فعلاً لا يستطيع أى إنسان أن يؤدي كل هذه المهام ثم أدركت أنها تفعل ذلك فعلاً .

خلال الأيام والأسابيع التي تلت ، أيقنت أن معظم النساء يتحملن جهوداً مضاعفة : فهي ملزمة بعمل داخلي يتلخص في رعاية بيتها وأولادها وكذلك عمل خارجي للحصول على أجر إضافي يغطي بعض مستلزمات المنزل .

من جانب آخر ، فإن معظم الرجال يحضرون إلى المنزل ويفعلون أقل القليل للمساعدة في شئون المنزل والأولاد . المساعدة مفيدة لكن لا تماثل عمل الشئ ذاته ، لأنها تترك المسؤولية الرئيسية على عاتق شخص آخر .

## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

في معظم البيوت ، تترك المسؤولية العظمى على كاهل النساء ، فكل الاهتمامات ، الصراع ، التخطيط ، الإدارة ، أداء الأعمال هي من واجباتهن .

وكم كان عدد الرجال الذين أدركو ذلك ولم يصابوا بصدمة كما حدث معي ؟  
وكم عدد من يتدبرون فيما تصنعه المرأة أو يستمعون لشكواها ؟ كم من مرة نمنا في  
أسرتنا شاعرين بالراحة والطمأنينة وحب زوجاتنا اللاتي نعرف القليل عنهن ، ولا  
ندري حجم المسؤوليات الملقاة على عاتقهن ؟

### اتفاق الأب والأم

ربما تذكرون أنني حذرتكم سابقاً ، أن تنشئة الطفل الإيجابي ليس عملاً سهلاً ،  
وأن هناك أمور ضرورية يجب أن تؤدي ، وأكثرها أهمية هي مدى العلاقة التي تربط  
ما بين الزوج والزوجة .

إذا شب الطفل وهو يرى أمام عينيه أن هناك قليل من الاحترام والعطف  
يتبادلانه ، وأنهما يشتبكان في صراع مرير قوامه الكلمات الجارحة المسيئة - وربما  
يصل إلى حد الإيذاء البدني هنا سوف يدرك الطفل ببطء ولكن بشكل راسخ أن  
الزواج هو ميدان المعركة ، وأن تكوين عائلة ليس من الأمور المشجعة لكنه أمر علينا  
تحمله - ثم نحاول بعد ذلك الفكك منه بأسرع وقت ممكن .

هذا يتضاعف تأثيره إذا حاول أحد الطرفين أن يؤلب الطفل لينحاز لطرف ضد  
آخر ، وعندما يكبر الطفل قليلاً ، ويصبح خبيراً في التعامل مع الأبوين ، سيحاول  
كل منهما الحصول على رضاه . إنها معركة قوامها اثنين ضد فرد واحد ، وكلاً من  
الأبوين سيقدم تنازلات غير حكيمة للولد ، ويعد المسرح بعد ذلك لكارثة وشيكة .

## طرق فعالة للتربية الايجابية للطفل في عالم متغير

### صورة كارثة متوقعة

عندما يتجه الطفل إلى أحد الأبوين طالباً تنفيذ شيء يرغبه ، ويرفض الأب ذلك ثم يليه له الطرف الآخر احتياجاته ، فإن النتائج ستكون مدمرة . وإذا كان الطرف الثاني يعلم أو لا يعلم أن الطرف الأول قد رفض الطلب ، فإن الأمور مازالت سيئة .

عندما يقترب الطفل من الأب أو الأم طالبا الإذن لفعل شيئاً ما ، يجب أن يكون السؤال الأول الموجه له « هل طلبت ذلك من ماما ( أو بابا ) ؟ » إذا كانت الإجابة بالنفي ، وكان في داخلك شك ، يمكن لك أن تقول « سوف نتحدث سوياً عن هذا الموضوع ، وسنخبرك بعد ذلك عن قرارنا » . وإذا كان الطفل قد تكلم مع الطرف الثاني وكان أمانه وسمعته في خطر ، فإن كلا الأبوين عليهما أن يشتركا في اتخاذ القرار الموحد .

أذكر في إحدى المناسبات عندما كان ابننا مازال فتى صغيراً يدرس في مدرسة عليا ( ثانوية ) . سأل والدته عما إذا كان في إمكانه أن يذهب مع أحد زملائه لحضور مباراة لكرة السلة ستقام ليلة الجمعة في بلدة تبعد مائة ميل من دالاس . فقالت له « لا أظن ذلك ، لكن على أية حال اسأل والدك » .

وعندما حضر عندي مستأذناً ، فكرت أولاً ثم رفضت طلبه .

بالطبع أراد أن يعرف مبررات هذا القرار فشرحت له الآتي :

في ليالي الجمعة والسبت لن يخلو الأمر من تواجد سائق أو أكثر يقود سيارته وهو سكران ، ولأن عودته هو وزميله سوف تكون ليلاً فهناك احتمال أن ينعس من يقود السيارة ، وذكرته بأنه هو أو زميله لم يقودا من قبل سيارة لمسافات طويلة . كل هذه



## ٨. الجهود الجماعية في تنشئة الطفل الإيجابي

العوامل أوضحت لى أن المخاطر جسيمة . وقبل ولدى مبررات رفضى لطلبه .

لكن إلى هذا اليوم مازلت أتذكر تلك الابتسامة التي تراقصت في فمه عندما انتهى حوارنا ، وقد حاول أن يجرب خطة للمرة الأخيرة عندما قال « حسناً ، إذن أنت ترفض أن أقوم بهذه الرحلة ، أليس كذلك ؟ » فقلت له « نعم يا ابنى . . ليست هذه المرة ، وتأكد أن يومك سوف يأتى ، لكن ليس الآن » .

لو كانت الظروف مختلفة ، لكنت الإجابة بالموافقة على الرحلة . مثلاً ، إذا كان من سوف يقود السيارة هو والد زميله ، هذا بالطبع يجرى تعديلاً جوهرياً في الصورة ، ولو كانت المسافة أقصر وفى ليلة غير ليلة الجمعة فهذا أيضاً أمر مختلف .

في تلك المناسبة بالذات ، كان الأداء الجماعى للعائلة في أعلى مراحل النجاح والتوفيق .

ما الذى يمكن أن يفعله الآباء العاديين لمنح أولادهم فرصة أفضل في الحياة ؟ هناك أمر مؤكد لتحقيق ذلك ، هو أن نلجأ إلى بنك الاتحاد الأبوى المتماسك الذى يصرف لنا مزيد من الحب والاحترام . هذا هو الذى يمكن بواسطته تنشئة أطفالنا على أحسن حال ممكن .



### تقييم شخصى

( ١ ) تذكر فترة في حياتك وأنت طفل حدثت شعرت فيها مدى التقدير الذى تكنه لأبويك . ما الذى فعلاه وكان له مغزى ومعنى ؟

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

- ( ٢ ) ما هي بعض الوسائل التي تتبعها للحصول على احترام أبنائك ؟
- ( ٣ ) إذا وافقت أن جهود الفريق هي الأفضل لتأسيس عائلة ، فكيف تصنف نفسك وزوجك أو زوجتك في هذا الشأن ؟ وما الذى يمكن أن تفعله ويكون أفضل ؟
- ( ٤ ) ذكرنا في هذا الفصل عن صورة كارثة متوقعة هل حدث مثل هذا في منزلك ؟
- ( ٥ ) متى كانت المرة الأخيرة التي تصرف فيها عائلتك كجماعة متحدة ؟ وكيف صار الأمر ؟



## الفصل التاسع

### التواصل مع أعضاء العائلة

#### دعنا نتكلم عن ذلك

في أحيان كثيرة وعديدة يمكن حل المشكلات الزوجية باللف والناقشة . أحد أفراد العائلة سواء بقصد أو بدونه يحرج الطرف الآخر سواء بعدم تقبله إجراء حوار بسيط معه ، وربما في أحيان كثيرة يسد أذنيه عما يقوله الآخر .

لتنشئة أبناء إيجابيين ، يجب أن يتعلم الآباء كيف يتواصلون مع أولادهم ومع بعضهم البعض .

على السطح ، يبدو كأن الأمر سهلاً ، لكن في زحمة الحياة يبدو أن الوقت متاح فقط لأداء كل الأعمال . كل الأعمال ما عدا المظهر القديم الجيد ألا وهو المناقشة . كنت على وعى بتلك المشكلة مبكراً جداً لأنني ولدة ستة عشر عاماً كان عملي هو البيع المباشر ، أي أنني كنت أبيع منتجات خاصة إلى الناس في بيوتهم . لقد دخلت آلاف من البيوت ورأيت الأطفال وهم يعاملون بشتى الطرق التي يمكن تصورها ، رأيت أطفالاً في سن الخامسة من العمر وهم منضبطين تماماً وقادرين على التفاعل والتصرف ، ودخلت منازل بها مراهقين منكسرين مغلوبين على أمرهم حتى أنهم يعجزون على النطق بكلمة واحدة ، وعندما يوجه إليهم سؤال ، لا يستطيعون أو لا يريدون أن ينطقوا ببنت شفة .

بالتأكيد أن أكثر المناظر حزناً و كنت ألاحظها بشكل متكرر هي الجهود اليائسة التي يصطنعها الأبناء لجذب الانتباه ، لكن ويا للأسف لا يتلقون سوى الإهمال التام . رأيت أطفالاً يتعلقون بأذرع الأب والأم ثلاث وأربع دقائق في المرة الواحدة صارخين ماما ، ماما أو بابا ، بابا بشكل يائس محاولين أن يلفتوا الانتباه لتحقيق رغبة بسيطة لهم .

كثيراً ما رأيت الأعاجيب التي حدثت لهؤلاء الأطفال في مستقبل حياتهم . وأتعجب ، بعدما كبر هؤلاء وكونوا عائلات ، هل هم أيضاً يتجاهلون أطفالهم ؟

### الحديث محتاج إلى وقت

إحدى الحقائق التي وضحت مع الزمن ، هي أن المدخلات التي تتسلل داخل عقول الأطفال ، حتى قبل ولادتهم ، هي التأثير الوحيد الذي يحدد نوعية تصرفاته بعد ذلك ، مرتبط بهذا حقيقة أن الحوار المتبادل يمكن أن يكون له تأثير مذهش على معدل نجاح تنشئة الطفل بحيث يصبح بعد ذلك إنساناً كاملاً ومتوافقاً .

في مجتمعاتنا هذه الأيام نصطدم بحالة بيئية تكاد تختفى فيها الحوارات وذلك بسبب انشغالنا بما نسعى إليه ، بسبب الراديو ، التلفزيون ، الفيديو ، والألعاب الرياضية المختلفة . نرى الكثير من الناس ينفقون الوقت في حشر رسائل ميكانيكية في أذهانهم وفي نفس الوقت يفتقدون الوقت اللازم لتبادل تلك الرسائل مع أحبائه من البشر - على الأخص أفراد عائلته . عندما ينشغل بابا وماما بمشاهدة التلفزيون لأكثر من سبع ساعات في اليوم للبيت المتوسط ثم نضيف إليها وقت النوم والعمل والأكل ، نجد أنه لن يتبقى وقت آخر لتبادل الحديث .

لا توجد أمامي وسيلة لتكبير وتضخيم أهمية قيام الزوج والزوجة بالتكلم مع

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

بعضهم البعض ، فالشكوى الأولى التي تعاني منها الزوجة المتوسطة هي أن زوجها لا يتعامل إلا بالحقائق والأرقام ، ويفصح عن أقل القليل من المعلومات . هناك العديد من المناسبات ، وحتى عندما يعمل كل من الزوج والزوجة ، يجب فيها أن ينشغلا فيها بإجراء حوارات بسيطة فيما بينهما ، هذه الحوارات لها أهمية قصوى لصحة العلاقة ، ولها أيضاً شأن كبير لنمو وحيوية الطفل . الجرائد والمجلات ونشرات الأخبار والمسلسلات التلفزيونية لا واحدة منها جميعاً بقادرة أن تنير شمعة واحدة نرى على ضوئها أهمية تواصل الزوج مع الزوجة في حضور الطفل . عندما يستمع الطفل إلى حديث مرح محب ونافع بين الزوج والزوجة ، حينذاك سيشعر بأمان ويعرف أنه جزء من العائلة .

منذ مولد الطفل ، هو محتاج لمن يكلمه ، وكحقيقة مؤكدة هناك دلائل واضحة تبين أنه عندما تحضن الطفل ، تغني له ، تتكلم معه وتهدهده ، كلما أصبح مستقراً من الناحية العاطفية معدل درجات ذكائه ترتفع بشكل متواصل .

إذا كان لديك أطفال في البيت ، تجنب المشكلة الأساسية التي يقع فيها معظم الآباء وهي التكلم بلغة الطفل باستمرار . أفضل وقت لتقليد لغة الطفل أو الحابى هي عندما تكون ممسكاً به أو بين أحضانك أو عندما تُقبله ، أما إذا كان على بعد ذراع منك أو متواجد عبر الغرفة وأنت تحادثه ، فيجب عليك حينذاك أن تكلمه كما لو كان ولداً كبيراً . تحادثه مرة بصوت بطى ، واضح وبحب ، لكن استخدم أكثر من كلمة أو تعبير واحد . الطفل أو الحابى يستطيع أن يفهمك بأكثر من قدراته على التواصل المفهوم معك .

في عائلتي ، نشعر بالابتهاج ونحن نرى أحفادنا أمام عيوننا وهم يكبرون ، وأحد أهم أسباب تطور الكلام عندهم أن آبائهم وأجدادهم دأبوا على مخاطبتهم دائماً بلغة

البالغين . علماً بأن تعبيرات الأطفال حتى سن السادسة أو التاسعة مدهشة للغاية .

### التعامل مع المتأثر ذي الأربع سنوات

تبرز مشكلة أخرى في مجال الكلام ، هي عندما يقاطعك طفل الأربع سنوات ويجذبك من ملاسك وأنت في مناقشة مع كبار آخرين طالبا منك الانتباه قائلاً « ماما . . ماما أو بابا . . بابا ! »

يقول جيمس دوبسون إنه يمكن أن تسمح لطفلك هذا أن يقاطعك لفترات قصيرة ، كأن تكون ثلاثين ثانية مثلاً وتتبادل معه استشارات ، مطمئنتات ، معلومات أو جمل حماسية . في معظم الحالات سوف يحس الطفل بسعادة بالغة ، على الأقل لمدة دقائق قليلة .

يجب عليك أن تتذكر أن الطفل ليس هو ذلك البالغ الصغير الدقيق . الطفل اهتماماته طفولية وانتباهه قصير الأمد ، وما يعتبر وقتاً قصيراً للبالغ يبدو في نظر الطفل أنه الأبدية ذاتها . إنني لا أدعو بالطبع أن يشترك في المناقشة التي تجرى بين الكبار ، فقط أقترح أنه عندما يتدخل الطفل وسط مناقشة بين الكبار ، فأنت تفعل لنفسك ولضيفك أيضاً معروفاً ، وسوف تنشئ طفلاً متوازناً وذلك إذا نظرت لابنك سريعاً وتجاوزت معه ثم تابع حوارك مع الكبار .

إذا كانت المقاطعة سريعة وثقيلة ، عليك أن تستخدم بعض من خيالك وابتكاراتك ، كلف الطفل بأداء مهمة ما أو اشغله بعمل يحبه ، حينذاك سوف يتحول انتباهه وبذلك تستطيع أن تعود إلى المناقشة الأصلية .

يجب أن يشترك الأطفال في الحوارات العائلية ، وإذا كانت هي العائلة ذاتها



( الأب والأم والأخوة ) فإنه يجب أن يشتركوا في الحوار ، هذه هي الطريقة التي يمكن بها للطفل أن يتعلم كيف يتعامل مع عالم الكبار . هذا كفيل بتحسين استجاباتهم ، ويبنى محصولهم اللغوى ، إلى القدر الذي يمكن أن يطور مهاراتهم الاجتماعية والحوارية . كل هذا يشعرهم بأنهم جزء من فريق .

بمنظور اجتماعى ، من السهولة بمكان أن تدرك مدى شعور الآباء تجاه أولادهم ، ولا سيما عندما يكبرون قليلاً ويدرجون نحو سن المراهقة . كثير من الأحيان عندما يتداخل ولد العاشرة أو الاثنى عشر أو الأربعة عشر عاماً في الحوار الدائر ، نجد الآباء لا يردون سوى بكلمتى نعم ، لا فقط ولا يتجشمون مشقة التمعن فيما يعرضه الغلام أو يتوسعون فيه . أؤمن أن هذا هو الطريق المؤكد الذى سوف يسوق الغلام إلى اللجوء لأبناء الجيران أو لعصابة من الفتيان أو يستعين بزملائه لإجراء الحوار والمناقشة معهم .

### دعهم ينغمسون

من الدلائل الشائعة هي أننا جميعاً نسعى لأن يحبنا الآخرون ويفهمونا . وفي مناقشات عائلتنا نتعمد أن يشعر أولادنا بأنهم أفراد مهمون في كيان العائلة . من وجهة النظر التواصلية نحن بهذا المنهج نبني ونطور علاقات تتمتع بها طوال العمر .

لا يعنى هذا أنك تدعو لاجتماع عائلى عام لمناقشة كل أمر ، وبالتأكيد لن تكون هناك مناقشة تختص بالعمل الخارجى .

مع ذلك ، إذا كنت تتناقش مع الغير بشأن أمور حساسة تخص العائلة ، مثلاً : الانتقال إلى مدينة أخرى ( لا سيما إذا كان أبناؤك المراهقين سوف يتأثرون بهذا القرار ) فيمكن ، بل ويجب أن يشتركوا في الحوار . بهذه الطريقة سوف تفهم

## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

مشاعرهم ، وسوف يعلمون منذ البداية مبررات هذا القرار ، وسوف يتم موضوع الانتقال هذا بشكل سهل على الجميع ، ويصبح الفتیان جزءاً من الخطة الموضوعة .

في أي وقت ، بغض النظر عن السن ، عندما يحس الفرد أن هذا المشروع أو تلك الفكرة هي على الأقل ولو جزئياً من اختيارهم ، هناك احتمال كبير أن يشعروا بالحماس للتنفيذ والدعم .

هذه واحدة من الطرق التي يمكن بها أن تتواصل مع أبنائك مبدئياً لهم حبك واحترامك .

هناك ضرورة أخرى في شأن التواصل العائلي ، وهي أن نشرك الأولاد في خطط النشاط العائلي ، كنزهة ستقومون بها أو إجازة سنوية . مثلاً : إذا خططت للقيام بإجازة مدتها أسبوعين ، فإنك سوف تلجأ إلى أطلس الخرائط لتختار المكان الذي سوف تذهب إليه ، وإذا كان الوقت والدخل غير كاف فيمكن أن تطلب من أبنائك اختيار المكان الذي يفضلون قضاء الإجازة فيه بعدما تضع المحددات اللازمة . هذا الإجراء يمنح الأسرة أساساً قوياً في شأن اتخاذ القرارات فيما يختص بالمكان الذي يرغبون السفر إليه ، وماذا يودون عمله في هذا المكان . عندما يتشارك الكل في التخطيط ، فإن الإثارة الخاصة بالرحلة ستزداد ، لأن كل البشر ، وحتى أبنائنا ، يعضدون تماماً أي شيء يشتركون في إقراره .

أليست هذه الطريقة أفضل في فتح مسارات الاتصال بينك وبين أبنائك عندما يشتركون معك في التخطيط ؟ أليس هذا أفضل من إدمان مشاهدة التلفزيون أو أن يهيم أولادك في الشوارع ؟

## الرفض الفعال

يؤمن الدكتور شارلز سويندول بأن على الآباء ، إذا كان هذا ممكناً ، أن يمنحوا الأطفال كلمة ( نعم ) ، وينطقوا بكلمة ( لا ) عندما تستدعي الضرورة لذلك فقط . هو يقول إن الإيجاب يبنى الثقة في أفئدة الأطفال ويوصل إليهم شعور بأنهم مؤتمنين . وأضاف قائلاً « عندما أنطق بلفظة ( لا ) فهذا يعنى أنني أنقل للطفل شعورى بأننى لا أثق فيه ، أو أن ما عرضه ليس في مصلحته » .

دكتور سويندول يقول ( لا ) أيضاً في عائلته ، لكن نحن نتحدث طويلاً عن هذه الـ ( لا ) التي صدرت ، لأن أطفالنا سيكبرون يوماً وسيفهمون متى سوف يحصلون على تفسير أو شرح لأى شئ هذا بالطبع يجعل من ( لا ) إحدى الخبرات التنموية ، أليس كذلك ؟ .

هناك عديد من المناسبات تنشأ فيها ضرورة لإصدار كلمة ( لا ) ، لكنها أحيانا تكون صعبة . هناك مرات عدة يفشل فيها الأطفال ، بسبب عدم اكتمال نضجهم وبعد نظرهم ، أن يروا مخاطر الإقدام على أمر ما ، وتقديرهم الناقص للأمور قد لا يهتم أبداً بتحقيق سلامتهم والحفاظ على صحتهم ، هذا يؤثر بالطبع على أمان الأسرة ككل .

الأطفال الصغار من أولاد وبنات في عمر الثالثة والرابعة والخامسة ، وكذلك الطفل الحابى عندما يبدأون في المشى والاستكشاف ، كثيراً ما يفعلون أشياء أو يشرعون فيها ، لذا تصدر لفظة ( لا ) من الأب . وبالنسبة الحابى ، عندما تصل يده إلى شئ خطير أو سهل الكسر ، أحسن تصرف عمله هو أن تأخذ بيده ، وتبعده من المكان وأنت تقول له لا لا لا . إذا أصر الطفل ، حينذاك تصدر ( لا ) حازمة

قاطعة . إذا استمر في الإصرار ، فإن صفقة بسيطة فوق اليد تعتبر مناسبة .

بالنسبة للصغار ، تعتبر كلمة ( لا ) كافية ، لكن عندما يكبر الطفل ويبلغ الرابعة أو الخامسة من العمر ، يجب أن تضيف للرفض تفسيراً ما ، كأن تقول هذا الشيء لا تريد ماما أن تلعب به وإلا انكسر أو خطر أن تلعب بهذا الشيء أو عندما تبلغ سبعة سنوات يمكن لى أن أسمح لك باللعب في تلك .

### راقب هذه النغمة الصوتية

كثير من الأحيان ما يجربنا أطفالنا ، إنهم يحاولون التأكد من مدى سلطتنا محاولين إدراك ما إذا كنا سنراجع ، أو ندعهم ونتركهم لتحقيق مبتغاهم . مع ذلك ، إذا وضعت القواعد بشكل حازم ، فإن الطفل سيشعر بالراحة والامتنان لهذه المحددات .

نغمة الصوت التي تستخدمها في إصدار الأوامر والتعليمات والنهي لها جميعاً أهمية كبرى . الشيء الرئيسى هو أن يكون صوتك ، الذى هو أداة التوصيل والالتحام ، يجب أن يكون في الطبقة المناسبة التي تعكس السلطة ، لكن في نفس الوقت ، تنقل إليه نبضات الحب والاهتمام به . هذا يحتاج إلى جهد خلاق ، حساسية ونظام من قبلك ، وهذا هو أحد الأسباب التي أوردناها سابقاً عندما قلنا أننا في حاجة إلى أفضل العقول والأكثر حياً داخل المنزل .

عندما تنطق بلفظة ( لا ) ، فإنك في أغلب الأحوال يجب أن تنطقها بعد بعض التدبر . وعندما تكثر من تعديل ( لا ) إلى ( نعم ) ، هنا يزداد احتمال اختبار الطفل لك بعد كل لفظة ( لا ) تنطق بها بعد ذلك . هذا سوف يؤدي إلى صراع مستمر ومعركة دائبة بين الذكائين ، ويعتبر هذا مضيعة للوقت ومهدر للطاقة وهادم للثقة

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

فيما يختص بقبول الطفل ورضاه بحقيقة أن الأبوين هما مصدر السلطة وهم الحكام .

في أغلب الأحوال عندما تقول ( لا ) ، يجب أن تكون حازمة ولا رجوع فيها ، وبالطبع هناك استثناءات . فعندما تختلف الظروف أو عندما تصلك معلومات إضافية تدعو إلى تغيير ( لا ) إلى ( نعم ) ، حينئذ يمكن أن تجرى التغيير . وعندما تغير قرارك ، كن متأكداً أنك شرحت له لما حدث هذا ، وأن هذا التعديل لم يحدث بسبب أنك غيرت رأيك ، لكن بسبب المعلومات الجديدة التي وصلت إلى علمك .

### ارفض بحرص - لكن بحزم

هنا أوضح بعض المحددات التي تبرر رفضك لأمر ما . قبل كل شيء صدور ( لا ) مجردة سوف يثير الاحتجاج غالباً ، الاستثناء هو عندما يحاول ولد كبير أداء فعل يمثل خطورة ، فعل غير شرعى ، غير أخلاقى أو أى تصرف آخر ليس في مصلحته . هنا في تلك الحالات يجب على الفريق المكون من الأب والأم أن يتدخل ، هذا يمثل فرقاً في الطريقة التي يود ابنك انتهاجها . مثلاً : ترفض سريعاً أن يذهب ابنك ليشرب بيرة مع أصدقائه ، هذا يؤكد ويعضد مركزك ويجعل الأمور واضحة أن هذا الأمر ليس ضمن الحدود التي يمكن أن يخترقها الابن . من الواضح أن هذا قد يسبب لك صعوبات جمّة إذا كنت أنت مدمناً لشرب البيرة والخمور وحضور الحفلات ، هنا نجد أننا أمام معايير مزدوجة - واحدة للأبوين والأخرى للأبناء . ومع ذلك ، وحتى في ظل تلك الظروف ، يجب الالتزام بقوانين البلد . تذكر جيداً أن الإنسان من الممكن له أن يسكر من البيرة ويتعرض لحوادث خطيرة مماثلاً في ذلك من يتعاطى الخمور الصرفة .

## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

أحياناً عندما ترفض طلباً وأنت تتنوى أن تبحث الموضوع لاحقاً ، يمكن لك أن تقول « حسناً يا ابني ، في هذه اللحظة الإجابة ستكون ( لا ) لأنه يعوزني الوقت الكافي لدراسة الأمر ، لما لا نتكلم عن هذا الموضوع بعد العشاء أو عندما أعود من العمل هذا المساء ؟ هذا ليس وعد بالموافقة على طلبك ، لكن لأنني لا أعرف كل الحقائق ، علينا أن نتروى ونبحث الأمر ملياً . بالطبع هناك ضرورة قصوى أن تفي بوعدك وإلا اهترت معايير الصدق في كلامك وبذلك تفقد ثقة الغلام .

عندما يتفهم أبنائك أنك تقبل طلباتهم الممكنة وكانت في مصلحتهم ، فإنهم بالتالي سيتفهمون وفي العادة سيقبلون قرارك بالرفض دون إبداء أى علامات للتذمر أو الثورة .

### اجعل هناك هدفاً لرفضك

عندما تقول ( لا ) ، لا تبرر هذا الرفض لأن ابنك ينقصه التقدير السليم أو النضوج ، هذا يؤدي إلى تدمير إحساسه بالذات - أسس رفضك على أساس حكمك أنت وسلطتك معطياً أسباباً وجيهة للرفض . أحياناً عندما تقول ( لا ) ويسأل ابنك السؤال الخالد وهو ( لماذا ؟ ) يمكن أن ترد عليه بكل هدوء ماذا تعتقد هو السبب ؟ ماذا تظن أن يكون السبب الذي من أجله لا أريد أن تفعل هذا أو ذاك ؟ . هناك فرصة سانحة أن يعضدك ويذكر أسباباً تؤيد قرارك ؛ وربما يعطيك أسباباً لم تخطر على بالك أبداً ( هذا الموقف صحيح إذا كنت إنساناً عادلاً حريصاً على بقاء خطوط الاتصال بينك وبين ابنك مفتوحاً ) .

في كل الأحوال ، عندما تقول ( لا ) ، لا يجب أن يظهر على وجهك أنك مسرور باتخاذ هذا القرار ، لأنك بهذا ستبدو ( كهادم للذات ) أو كأنك واحد من هؤلاء

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الآخرين . يجب أن تكون باستمرار في جانب ابنك وأن يكون هناك أسباب لرفض الطلب ، لكن لا تجعل هذا يبدو كأنك تفجر ألغاماً .

إنني على قناعة تامة أن هناك الكثير الذى قيل وكتب عن ضرورة عرض الحقائق على الأطفال - ولا سيما الصغار منهم - وإننا مطالبون بتقديم تفسير لكل شئ ، لكن إذا سمح الوقت ، وكان التفسير بسيطاً يفهمه الطفل ، أعتقد أنه من الحكمة شرح وجهة نظرك . مع ذلك ، هناك عديد من المواقف تفتقد فيها التفسير المقنع ، لكن يشغلك شعور باطنى قوى يبرر رفضك ، لذا يمكنك في تلك الحالة أن تقول « يا ابنى ، أشعر في داخلى بأن الرفض هو مآل طلبك هذا ، ليس لدى تفسير جيد له ، لكنك سوف تفهم يوماً لماذا سارت الأمور هكذا » . يجب أن تكون تلك الكلمات رقيقة ، لكن في نفس الوقت حازمة ، ولا يجب أن يظهر عليك شعور بالذنب نتيجة لرفضك طلبه . مع ذلك ، أود أن أوضح ، أن معظم الأولاد بما فيهم أبنائى الأربعة ، سيشعرون بالإحباط إذا تشبث بالإجابة الدائمة التي تقول « فقط بسبب . . » والأطفال عموماً يفتنون للاستجابة الفظة التي تقول « لأنني قلت هكذا » ويعتبرونها عسكرية الأداء ، وبذلك تتدمر لديهم مصداقية الآباء .

---

**التوجيه الحازم مع الرقابة باستخدام نغمة**

**صوتية مناسبة هو أسلوب قوى، مقنع ومشجع**

**يمكن للصوت العالى أن يسبب المشاكل**

---

عند التواصل مع الأبناء ، فإن الخطأ الأكبر الذى يقع فيه الآباء هو حجم تردد



## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

الصوت . هناك دراسات بحثية قامت بها جامعة مقاطعة واين على مجموعة من الأولاد الصغار في سن الثالثة والرابعة ، ومجموعة أخرى مكونة من أطفال في سن الخامسة والسادسة من العمر . هذه الدراسة كشفت عن حقائق هامة .

أعطى للأولاد مجموعة من الأوامر ، بعضها إيجابى مثل ، صفقوا بالأيدي وبعضها الآخر سلبى مثل لا تلمسوا أقدامكم . عندما كان الباحثون ينطقون هذه الأوامر بصوت هادئ ، كانت كلا المجموعتين تنفذان الأوامر بشكل صحيح ، لكن عندما رفع الباحثون أصواتهم ، فإن مجموعة الأطفال الصغار ذوى الثلاثة والأربعة سنوات على وجه الخصوص فعلوا بالضبط عكس المطلوب .

بالنسبة للأطفال الصغار المماثلين لهؤلاء ، هناك احتمال كبير أن يفعلوا أشياء تسبب لهم الأذى لأن طبقة صوت الأبوين العالية تشتت انتباههم عما هم منغمسين فيه . مثلاً يصرخ الأب « ابتعد عن الطريق » ، هذه الصيحة ذات النبرة العالية قد تفرع الطفل وتجعله يسرع بعبور الطريق .

قالت لى إحدى الخبيرات بأن ابنها ذا العشرة سنوات نفذ صبره على أخته ذات الثمانية سنوات ، وصاح فيها قائلاً « أنا أقول لك . . » ، لكنه لم يستطع استكمال جملته لأن أخته سارعت بالرد عليه قائلة « أنت لا تقول ، أنت تصيح في » .

السلطة هى الهدوء ، الثقة والحزم ؛ وهذا هو ما يفهمه الأطفال ويحترمونه ويستجيبون إليه . وقد قال القديس فرنسيس يوماً لا شيء يعادل اللطف قوة ؛ ولا شيء لطيف مثل القوة الحقيقية . السلطة الحقيقية هى ضبط النفس مع اللطف ، لكن بحزم . عندما تفقد أعصابك ، أنت هنا تفقد أطفالك واحترامهم لك ، لأنهم يعلمون مدى الارتباط الذى يجمعكم سوياً . التوجيهات الحازمة مع الصوت المنضبط تعتبر

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

قوية ، مقنعة ومشجعة . وعندما يلاحظ أولادك أنك مسيطر على كل الأمور والمواقف ، سوف يستجيبون فوراً لذلك الصوت الهادئ ، الرزين ، المسيطر والواق من نفسه .

### قل "من فضلك" لتحصل على أفضل النتائج

الاستجابة المؤدبة تعتبر معدية في المواقف العائلية . عندما يطلب منك أولادك شيئاً ، اطلب منهم أن يبدأوا الطلب بمقولة « من فضلك » . « ماما . . من فضلك ممكن أن أتناول كوب آخر من اللبن ؟ » أو « بابا . . هل من الممكن من فضلك أن تساعدني على خلع حذائي ؟ » . وبنفس الطريقة التي تعلمه بها هذا الأسلوب المؤدب ، عليك أنت أيضاً تتبع معه نفس المنهاج : « من فضلك ، رتب سريرك » أو « من فضلك ، اسكت قليلاً » . وعندما ينفذ الابن طلبك ، عليك أن تقول « شكراً » .

هذا الأسلوب يعلمهم الأدب في الحديث بدون أن تخدش سلطتك وبذلك يتعلم أطفالك كيف يشكرون الآخرين عندما يصنع لهم أي إنسان معروفاً أو خدمة ، ويعلمهم أيضاً الطاعة بالإضافة إلى الأدب . تذكر هنا ما قالت آن سوليفان معلمة الأدبية العمياء هيلين كيلر « لقد فكرت في هذا كثيراً ، وكلما تعمقت في التفكير زاد اقتناعي أن الطاعة هي الباب المؤدى إلى المعرفة التي تدلف إلى ذهن أى طفل بسهولة ويسر ، ولا ننسى بالطبع دور الحب في تلك المسألة » .

### اعقلها وتوكل

أحياناً ما نجعل نحن الآباء من كل شئ مسألة عويصة ، سواء كان الأمر هاماً أم لا . أنا أعتقد أن هناك أوقاتاً تعتبر فيه الحلول الوسط هي الأفضل وتكون في مصلحة الجميع .

## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

ربما يكون هذا الأمر مخالفاً لبعض الأمور التي ذكرتها سابقاً ؛ لكنى وأنا أراقب بنفسى ثلاثة فتيات وابن واحد وهم يشبون في بيتى ، مع إدراكى مدى الاختلاف الذى يميز بعضهم عن الآخر ، توصلت إلى نتيجة خلاصتها أن هناك أولاد بطبيعتهم خاضعين - أو أن تلك الصفة قد اكتسبوها وهم ما زالوا أطفالاً صغاراً .

البعض الآخر من الأطفال لديهم ميل طبيعى للعصيان ومخالفة الأوامر وتحدى السلطة ، وتظهر تلك الصفات مثلاً عندما يطلب الأب من ابنه أن يرتب سريره ، يخرج سلة القمامة ، يلتقط ملابسه المبعثرة أو أن يستيقظ من نومه في الصباح . هناك أيضاً أطفال يعشقون السهر إلى وقت متأخر في الليل وغيرهم الذين يعتبرون من أطفال النهار . إذا لم يعلم الآباء والأبناء غلة هذه التصرفات وطبيعتها فإنهم سوف يتورطون في صراع محتدم لا ينتهى مسبباً لإعاقة تواصلية تفصل ما بين الطرفين . مثلاً : طلب الذهاب للسرير ليلاً لينام الطفل ، هناك أبناء يكرهون هذا الأمر كراهية شديدة . ومن السخرية أن نفس الطفل يلتصق بسريره صباح اليوم التالى ويقاوم أي محاولة لإيقاظه . ! لكن ما حل تلك المعضلة ؟ فى منزلنا اكتشفنا أنه عندما نحدد لأولادنا مدة زمنية مبكرة قبل ضرورة توجيههم للنوم ، أصبحت الحياة معهم أكثر متعة وقلّت المتاعب إلى درجة كبيرة . هذا الأسلوب قلل من ترديد عبارات مثل : « دعنى مستيقظاً لمدة خمسة عشر دقيقة أخرى يا أبى » أو « ممكن أن أتكلم في التليفون مكالمة أخرى إضافية ؟ » أو « اتركنى قليلاً حتى أنهى هذا » .

إذا كان موعد النوم المحدد هو التاسعة مساءً ، تعلمنا أن نقول لهم « حسناً يا أولاد ، بعد ثلاثين دقيقة عليكم جميعاً التوجه إلى السرير ، إذا احتاج أحدكم إلى كوب من الماء ، يستخدم الحمام ، تغذية القطط ، فعليه أن يفعل ذلك الآن ، لأنه في

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ظرف ثلاثين دقيقة ستذهبون جميعاً إلى غرف نومكم » .

مع ذلك فإن مسألة القيام من السرير صباحاً ، تحتاج إلى وقت أطول وإلى ابتكارات وجهد من جانبنا . لقد توصلت إلى أن الجهد والصراع ينخفضان إلى حد كبير إذا قمنا أولاً بالقرع على باب نومهم ، ثم نفتحه ونقول « حسناً ، لديكم عشرة دقائق أخرى ، بعدها يجب أن تنهضوا من السرير » .

كنت أنا وزوجتي ودودين جداً مع أطفالنا ، كنا نساعدهم على القيام من السرير بالدعابات وكثير من العناق والقبل . لقد اكتشفنا أننا باتباع هذه الوسائل نحصل على نتائج فعالة لبداية ونهاية اليوم في جو كله حب واهتمام .

الأطفال من سن ثلاثة سنوات حتى السابعة من العمر ، تعتبر حكايات ما قبل النوم ذات تأثير مدهش عليهم ، ويمائل في ذلك قراءة قصص الكتاب المقدس عليهم . لكن نحن في منزلنا كنا نحكى لهم قصصاً قمنا نحن بتأليفها . في الحقيقة من أكثر الأوقات نفعاً وفاعلية لتقريب أفراد الأسرة من بعضهما البعض هو جو الحب والوداد حينما يشترك الجميع في استكمال قصة مؤلفة .

إلى يومنا هذا ، ما زالت بناتي يطلبن مني أن أحكى لأحفادي وللآخرين حكايات قمت بتأليفها من بنات أفكارى مثل سكيتر ، سكاتر ، سكوتر ثلاثة سكيترات خائفين من شنكتادى . وعندما كانت بناتي أطفال صغار كنا كثيراً ونحن في طريقنا إلى غرفة النوم ، نوافق على توسلاتهم ليستمعوا إلى سلسلة جديدة من حكايات سكيتر وإخوته ويشاركونني في تأليفها ، وكان سرورهم وبهجتهم وضحكاتهم مصدر دهشة وسرور لنا .

## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

بقليل من التفنن والابتكار ، أعتقد أنكم تستطيعون أيها الآباء أن تفكوا كل مشا كل الاتصال وتبتعدوا عن انطباق الفقرات التالية عليكم .

### أهم عنصر في آلية الاتصالات العائلية هو الإنصات الجيد والاستماع الحقيقي

#### الاتصال هو كل شئ

نحن نجري اتصالاً مع أطفالنا بطرق عدة ، وحتى جسدنا له لغة غير مباشرة يعبر بها ويقول الكثير ، نحن أيضاً نجري اتصالاً بالكلمات المنطوقة وبالوقت الذى نقضيه مع أولادنا . وأكثر أنواع الاتصالات الإيجابية أو السلبية ، فيما يختص بآثارها ، تحدث عندما نتكلم عن أطفالنا . الشعور الحقيقى للأب نحو طفله يظهر كثيراً في المناقشات التي تحدث سواء في حضور الطفل أو ظاهرياً إذا كان الابن غير منصت ، وفي الحقيقة هو يستوعب كل ما يقال عنه ويستجيب طبقاً له . كم من مرة سمعت آباءً يطلقون على أولادهم ألفاظ مثل : وحوش أو دمي ، وسمعت آباءً يتلفظون بعبارات خالية من التفكير وغبية أيضاً مثل : عندما فشل ابني في اجتياز امتحان السنة الثالثة ، كنت أعلم أنه سوف يسبب لنا المشاكل ، هو لن يصبح أبداً تلميذاً متميزاً ، هو يتصرف بغباء في المدرسة ، لكن هذا هو المتوقع حدوثه منه ، هو أيضاً مخرب داخل وخارج المنزل . سمعت والدًا يسمي ابنه ذا السنتين من العمر بأنه « هو الآن في السنتين المزعجتين » ، بينما في الحقيقة أن طفله يعيش الآن في سنتيه المدهشتين ، ثم سيصل إلى الثلاث سنوات العظيمة ، ثم الأربعة المدهشة ، والخمسة الرائعة ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

والسنة الكبرى ، ثم سن السابعة المليئة بالمشاعر الفياضة الحساسة .

كن متأكداً أن ما يسمعه طفلك عما تقوله عنه ينطبع في ذهنه كحقيقة كبرى ، أما ما تقوله فيما بينكما فإنه غالباً ما يتلعب بقليل من الملح . لكل هذه الأسباب ، شعورك الحقيقي وميولك نحو طفلك لها أهمية خاصة ، لهذا أنصحك أن تكون « باحثاً جيداً » . إذا استمع إليك الابن وأنت تقول عنه كلام إيجابي ومدح ، سوف يعتقد ويؤمن أن هذا هو شعورك الحقيقي نحوه ويتجاوب معك بناء على ذلك . لكل هذه الأسباب كان هذا الكتاب موجهاً لكم أيها الآباء .

يمكن لك أن تخدع طفلك مرة ، لكن لن تستطيع أن تستمر في ذلك طوال الحياة . إن مشاعرك الحقيقية واتجاهاتك سوف تنتقل إلى شعور الأولاد ، وهذا شيء محمود ، لأنك وحتى هذه اللحظة قد طورت اتجاهاتاً فائزاً نحو أطفالك ، أليس كذلك ؟ ( ولحسن الحظ ، هذا الشعور مستمر في التحسن والتطور ، أليس كذلك ؟ )

كل هذا محتاج إلى عمل وجهد وتفان من جانبك ، لكن من قال إن تربية أطفال إيجابيين في عالم سلبي هي مهمة سهلة ؟

سأنهى هذا الفصل بفكرة تختص بإحدى خصائص الانصال الجيد ، وهي مفترض تواجدها في معظم البشر ، لكن يصعب تطبيقها . هذه الخاصية المفتاح هي الإنصات - أعني الإنصات الحقيقي - عندما يدرك الآباء أو الأطفال أن هناك من ينصت إليهم ، يرسخ في أذهانهم احترام المستمع واحترام أنفسهم أيضاً - طالما تعليقاتهم ذات فائدة . هذا يقودنا إلى الفصل التالي حيث سوف نبحث عن أهمية

## ٩. التواصل مع أعضاء العائلة

الشعور بالرضى على النفس .

هذا صحيح - كيف تحصل أنت ، وتساعد أبنائك أيضاً على رسم صورة إيجابية عن الشعور بالذات .



### تقييم شخصى

١ - عندما كنت في دور النمو ، كيف كان حال الحوار المتبادل في بيتكم ؟

٢ - ما هى الخطوات المرسومة التي تتخذها للتواصل مع أبنائك ؟

٣ - طبقة الصوت لها أهمية خاصة ، ونحن لا نستطيع الاستماع لأصواتنا ، ما الذى يقوله زوجك أو زوجتك عن طبقة صوتك وأنت تخاطب أطفالك ؟

٤ - إذا كانت الإجابة عن إحدى مطالب ابنك هى ( لا ) لكن تود أن تلتطفها قليلاً ، ماذا سوف يكون قولك ؟ هل تعتبر نصيحة سويندول مفيدة لك في هذا الشأن ؟

٥ - متى كانت آخر مرة استمعت فيها لأطفالك ؟ ما الذى قالوه ؟



## الفصل العاشر

### بناء صورة شخصية صحية

نحن الآن في الفصل العاشر ، وما زلنا نركز جهدنا ووقتنا على الوالدين ، لكن لماذا؟ الصورة التي عليها الوالدين وكذلك ميولهما واتجاهاتهما وقيمهما الخلقية لها جميعاً تأثير قوى ومباشر على أبنائهما . إذا كانت صورة أحد الوالدين لنفسه سليمة وصحيحة ، فإن أسلوبه في حب أولاده وتعليمهم وتقويم سلوكهم سوف يختلف بشكل دراماتيكي عن إذا كان تقديرهم لذواتهم منخفضاً .

في الواقع ، كل إنسان يتفق على أن صورة الإنسان لنفسه لها أهمية بالغة . كثير من الكتب والنشرات والمقالات كتبت في هذا الموضوع ، بالرغم من ذلك فإن التصور الذاتي الضعيف والتقدير النفسى المنخفض يعتبر معضلة قومية . لماذا ؟

هناك العديد من الأسباب ، كثير منها مرتبط بالشخصية السلبية التي أشرنا إليها في الفصل الثانى ، لذا لن أتوسع أكثر فيها سوى بالإشارة إلى أن بعض العوامل مثل الاستخفاف بالطفل ، انتهاكه ، هجره وانتهاج معايير أخلاقية منخفضة يمكن أن تكون مدمرة إلى حد كبير . دعنا نعمق قليلاً في بعض منها .

## الاستخفاف والانتهاك

من الأمور التي تؤثر تأثيراً سلبياً على تكوين الصورة الشخصية لنفسية الابن هو كلمات التحقير والشتم . يحدث هذا كثيراً في العائلات التي تعاني من تعاطي المسكرات ، المخدرات ، الطلاق ، الهجر ، السجن أو أي من المشاكل المترتبة على تواجد والد أو والدته واحدة في المنزل . من الأسباب الأخرى معيشة الطفل وسط عائلة مستبحة لا أخلاق لها ، أو السكن في أماكن غير لائقة مما لا يشجع الابن على دعوة أصدقائه لبيته ليلعبوا سوياً .

من أسوأ الأسباب لتكوين صورة سيئة لنفسية الطفل هي انتهاكه . ولأننى سوف أتطرق لهذا الموضوع بالذات في الفصل الثانى عشر ، لذا لن أتوسع هنا فيه سوى بقولى إن هذه المشكلة تزداد سوءاً في أمريكا بسبب الزيادة الدراماتيكية لانتشار صور الاعتداء الجنسي على الأطفال ، والطبيعة اللاأخلاقية التي تظهره وسائل الإعلام مثل السينما ، التليفزيون والأغاني ، هذا بالإضافة إلى انتشار انفصال العائلات بسبب أو لآخر .

## الحاجة إلى حب غير مشروط

إن التحقير والانتهاك والبحث عن العيوب وهلم جرا ، تعتبر من القوى المدمرة ، ومن منظور واحد نقول إنها جميعاً تصدر من روح ناقدة ، مؤذية وسلبية . جميعها مرتبطة سوياً ، لكنى توصلت إلى قناعة مؤكدة أن السبب الرئيسى الأول عن انطباع صورة سيئة لنفسية البالغين والأطفال هو غياب الحب الأبوى غير المشروط . هذا العنصر الحيوى يسبق بمراحل قبول الذات . توصلت إلى تلك النتيجة بعد بحوث مدققة قمت بها شخصياً وكذلك عدد من مجموعة المحاضرين في المؤسسة التي

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أترأسها والذين تخاوروا مع ألوف من الأفراد في برنامج « أستطيع » وكذلك برنامج « ولدت لتفوز » .

ما هو الحب غير المشروط ؟ إن الجملة تشرح نفسها - إنها حب شخصي بدون شروط مسبقة ، نحب الآخر بسبب من هو وليس بسبب ما فعله أو يفعله . وللأسف فإن هناك الكثير من الآباء يحبون الطفل لو نظف غرفته ، وأن يحصل على درجات متفوقة في المدرسة ، أن يحضر للبيت قبل الساعة الحادية عشر مساءً ، أنها بنت أو ولد جيد . باختصار ، هنا الحب مشروط . هذا يعنى كثيراً أن الطفل لا يشعر باستحقاقه لهذا الحب ، حتى من أبويه . الحب هنا مرتبط بأداء معين ، إذا ساء هذا الأداء ، فالمؤشر الواضح هو انتفاء الحب . إذا شعر الابن أن الأبوين يحبان العمل الجيد فقط والأداء المتميز ، فإن هذا يفتح باب للمتاعب .

إذا شعر الابن أنه لا يستحق هذا الحب من أبويه ، حينذاك يفترض أنه غير جدير به ، لذا هولن يحب نفسه . من الطبيعي حينذاك ، إذا انتفى حبه لنفسه أو تقديره لذاته ، فمن ذاك الذى سوف يحبه ؟ حقاً ، إنها الخطوة القصيرة المؤدية للشعور بأنه خالى القيمة - أنه لا أحد ، مثل تلك الضربة الموجهة لصورته الذاتية - بالتحديد شعوره بأنه لا شئ - مدمرة ومخربة .

### مظاهر الصورة السيئة للذات

الشخص الذى يعانى من عدم تقدير الذات يعبر عن ذلك بصور متعددة . أخبر أحد هؤلاء الفتيان الصغار أن يتعد عن تعاطى المخدرات لأنها سيئة وقاتلة ، إلا أن تفكيره سيتجه إلى الحوار الذاتى التالى « يا رجل ، لا تخبرنى عن هذه الترهات ، أصحابى يخبرونى بأن المخدرات كلها متعة ، واننى بتعاطيها سوف أرتفع إلى الذرى

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

وأصبح فرداً في الجماعة ، ليس لدى ما أخسره ، لأننى لست شيئاً .

تذكروا أيها الآباء ، أنه إذا أتيح لهذا الفتى أن يصبح « شخصاً ما » في عصابة من المنحرفين ، أو يحس أنه مقبول لأنه يفعل شيئاً ما ، مهما كان هذا الشيء غريباً أو شاذاً ، فإن واحد من هؤلاء الذين يحسون أنهم لا شيء سوف يقفز منتهزاً هذه الفرصة لفعل أي شيء لا كتساب القبول - وهذا يتيح له أن يصبح « شخصاً ما » .

قل له أن يذاكر دروسه ، أن يستقيم ، أن يطيع القانون ، تلاحظ فوراً أن أفكاره تخطر قائلة « كل الظروف ضدى ، والكل يعيش في أحسن الأحوال ، لن أستطيع أن أهزم البيروقراطية . بالإضافة لذلك ، طالما أننى لا أحد ، فأنا لا أستحق أي شيء جيد ؛ لذا لماذا لا أمتع نفسى ، أملاً معدتى بالطعام ، أشعر بالسعادة وأنا أتعاطى المخدرات ، الكحوليات ، أنشغل بالجنس وأفعل كل ما ينصحنى به أصدقائى لأصبح عضواً في العصابة ؟ إننى لا أحب نفسى كما هى ، لذا ما لدى كى أخسره ؟ » .

إحدى الصور المأساوية في مدارسنا هى مهرجان الفصل ، الذى تدعوه صورته الذاتية السيئة أنه يجب أن يشعر بأن كل ما يراه داخل الفصل مثير للضحك ، لذا هو يصطنع مزاح طفولى ليلفت إليه الأنظار ويحصل على الضحكات . هذا التصرف يجعل باقى زملائه يشجعونه ليطلق المزيد من نكاته وليضحكوا على أفعاله . هذا بالطبع يعتبر اعتراف الآخرين به ويؤمن أن لا أحد سوف يتجاهله . في الحالات الصعبة قد يسعى مهرجان الفصل على أن يطرد من المدرسة لأنه يعلم مدى الصعوبات التى تقابله لينجح في الدراسة .

اكتئاب المراهقة هو مظهر عام لظاهرة التقدير السيئ للذات . هو واضح تماماً ، علماً بأن قمة الاكتئاب وكرهية النفس هو الانتحار . وطبقاً لإحصاءات الجمعية

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الأمريكية لعلم نفس المراهقين تؤكد أن الانتحار هو الوسيلة الثالثة لموت الفتيان والفتيات من عمر خمسة عشر حتى الرابعة والعشرين من العمر . عندما يستصغر الإنسان نفسه ، هو يميل حينذاك إلى أن يفكر في ضالة فرصته في الحياة - ثم يدخل الاكتئاب في الصورة وتبدأ بعدها مرحلة التجهيز أو الشروع في التخلص من الحياة .

هؤلاء الذين لديهم انطباع سيء عن أنفسهم ، يصعب عليهم إدراك شعور الآخرين بأنهم ليسوا بهذا السوء . الانطباع السيء يشعل صراعاً داخلياً في نفسه يؤدي في النهاية إلى إيذاء علاقاته الشخصية مع الآخرين ، وهذا يخلق صورة ذهنية ثابتة للتدمير الذاتي ، ويرفضه من باقي زملائه ، هذا يضيف ويزيد من عوامل اكتابه .

بهذه المناسبة ، حاولت أن أوضح لك بعض الخصائص ، لأنك لو أمكنك أن تتعرف على المتاعب المحتمل تواجدها في ابنك ، فإن تأثيرك للتعامل معه سوف يتحسن بشكل جذري .

حالة عامة أخرى تتعرض لها الفتيات ذوات الصورة السيئة لأنفسهن والتي تشعر أنها لا شيء . إذا انطبع في ذاتها هذا الشعور ، حينذاك لا تجد ما تقدمه للآخرين سوى جسدها . وتصبح بعد ذلك فريسة سهلة لأي شاب يبدى بعض الاهتمام بها . هذا الاحتمال يشجعه بالطبع ما نراه في بيوتنا من نماذج جنسية واضحة تعرضها وسائل الإعلام المختلفة على مدار اليوم ويكون أبطالها من المراهقين .

إذا لم يجد الصغير ذو الصورة السيئة عن نفسه رفيقاً أو صديقاً بينما يتمتع الجميع بذلك ، فإنها هي أو هو يتعمدون ارتداء الملابس بطريقة مثيرة ليقعوا في شباكهم أي أحد ، وكل علاقة تنبنى على الجاذبية الجنسية ستكون قصيرة الأمد .

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

هذا سبب يجعل الآباء مهتمين ومتبهمين عندما يبدأ أبنائهم وبناتهم في إظهار المشاعر الأولى بالاهتمام بالجنس الآخر . الحكماء من الآباء سوف يلاحظون ذلك عندما يحدث تغيير مفاجئ في اختيار الملابس وطريقة ارتدائها للأبناء من الجنسين .

يمكن القول إن كل منطقة في الحياة وكل مهنة أو وظيفة مصابة بأفة الصورة السيئة للذات . إذا تطابقت أو تظن أنك متطابق مع المجموعة ذات الصورة السيئة عن ذاتها أو لديك ابن هكذا ، دعني أخبرك بكل حماس أن هناك مساعدة متاحة وموجودة .

في الصفحات التالية ، سوف أعرض عليك خطوات متدرجة لتحسين الصورة السيئة للنفس .

### فليحيا الاختلاف

الناس عموماً مختلفون ، نعم هذا صحيح سواء كانوا - أطفالاً أو مراهقين - وكل واحد متفرد عن الآخر . في عائلة واحدة قد نجد فرداً كل أصابعه عبارة عن إبهام ، لكنه لا يستطيع أن يدير لمبة كهربائية في محجرها ، بينما نجد طفلاً صغيراً في منتهى البراعة في هذا الشأن . أحد الأبناء يحصل على أفضل الدرجات في المدرسة وتكون له شخصية جذابة ومنظره جميل ، بينما أخوه على النقيض من ذلك ، حيث يناضل ليحصل على درجات النجاح فقط ويحتاج إلى الكثير من الثقة بالنفس للتغلب على الخجل ويشعر في صميم قلبه انه مرفوض . من الأهمية بمكان أن يحصل هذا الطفل الأخير على كل تعاطفكم وحبكم غير المشروط .

لا حاجة لأن أذكركم ، لا تعاملوا كل صغير بشكل متشابه أو تأملوا أن تحصلوا على نفس النتائج والتوقعات منهم جميعاً . مع ذلك ، يمكن لك أن تربي كل واحد

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

فيهم ليصبح طفلاً إيجابياً يساهم في خدمة المجتمع .

من الأهمية بمكان تذكّر أنه بغض النظر عن مدى استجابة الابن الذهنية أو قوة عضلاته أو جمالها أو وسامته ، فإن صورته الذهنية عن نفسه تعتمد إلى حد كبير على فكرته عما تظنون فيه أيها الآباء .

تذكروا أيها الآباء ، بوجه عام يمكن للطفل النابه أن يحس بالرضى عن النفس ويحس بالقبول من زملائه ، لكن الطفل الأقل كفاءة هو الذى سيصبح ضحية للتقليل من شأن الذات لسبب أو لآخر . بالنسبة لهذا الطفل ، يجب أن يتحلّى الآباء بصفة الباحثين الأذكاء ويعملون على تشجيعه ومنحه حب من نوع خاص قوامه التعاطف والحب والحكمة .

### ما الذى يمكن أن تفعله أو لا تفعله الصورة الذاتية

الآن سوف أعرض عليكم بعض ما تفعله أو لا تفعله الصورة الذاتية مع ضرب بعض الأمثلة التي تمكن من التأثير على صورتكم أو صورة أبنائكم . سوف تلاحظون أن بعض منها تمت تغطيته في بعض أجزاء هذا الكتاب ، مع ذلك فإن موضوع الصورة الذاتية له أهمية فائقة لأنه يتخلل كل ما يلزم لتنشئة طفل إيجابى ويؤثر في الكثير منها .

١ - يجب على الآباء أن لا يستجيبوا لإغراء ذكر مفاخرهم التحصيلية عندما كانوا في المدرسة . أحدهم علق على هذا ضاحكاً وقال إن نتائج الآباء تتحسن مع مرور الوقت بشكل دراماتيكي . في الحقيقة ، معظم الآباء يطلبون من أبنائهم ما لم يحدث معهم أبداً عندما كانوا في المدرسة ، مثل الدرجات النهائية في الامتحانات ، تقدير ممتاز عن السلوك ، ١٠٠ ٪ من نسبة الحضور .



## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

٢ - نحتاج أن نعلم أولادنا ونذكرهم دائماً ، أن لا أحد يستطيع أن يجعلهم يشعرون بقلّة شأنهم بدون سماحهم بذلك . يجب أن يعلموا بأن من لا يخطئ أبداً ليس سوى الله وحده .

يجب أن نفهم ونقبل تلك المقولة التي نطق بها « الكسيس دى توكفيل » لأنها قادرة أن تحسن صورة الإنسان لنفسه « يسافر الإنسان مئات الأميال ليحقق في المنظر البانورامى الرائع للمحيط الواسع ، وينظر إلى أعلى متأملاً في جلال السماء ، ويتملكه العجب من جمال الحقول ، الجبال ، الأنهار ، الينابيع ، لكنه يمر على نفسه مرور الكرام بدون تمنع أو إعجاب ، بينما هو في الواقع ، أكثر مخلوقات الله جدارة بالإعجاب والاندعاش » .

٣ - طالما أن من يحكم على شخصيتك هم الآخرون ، ودائماً ما يتابعونك بنظراتهم . لذا على الآباء أن يعلموا أبناءهم كيف يتواصلون لأن هذا مفيد في كل مناحى الحياة . لذا أحفزكم أيها الآباء أن تساعدوا أبناءكم لتنمية نظرة متحمسة على مجرى الحياة . يمكن لهذا أن يتحقق بطرق عدة . مثلاً ، إذا تقابل ابنك مع آخر علمه أن يقول له بكل أدب « شئ طيب أن أقابلك » وأن يناديه بعد ذلك باسمه الأول مع حفظ الألقاب بالطبع ، إذا تعلم أبنائك كيف ينادون الشخص الآخر باسمه المجرد ، فهذا سوف ينقل إليهم أن اسم الشخص أمر مهم . هذا يجعلهم مقبولين اجتماعياً ويسهل عليهم اكتساب الأصدقاء ، وهذا يحقق لهم الشعور بقيمة أنفسهم وأهميته . وعندما ينتهى الحوار مع الآخر علمه أن يقول « شئ جميل أن أقابلك ، فرصة سعيدة » . ثم يكرر اسم هذا الشخص .

أيضاً ، علمهم كيف يقولون « من فضلك » « أشكرك » وكيف يصافحون الآخرين - ليس كالسمكة الميتة أو كأنه اختبار لقوة العضلات ، لكن فلتكن

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

مصافحة نشطة حازمة وحارة .

علم أولادك أنه عندما يدق جرس التليفون ، عليهم أن يردوا بسرعة وبشكل مرح ( كما تفعل أنت ) ، كما لو كانوا متأكدين أن أحدهم سوف يتصل لإخبارهم بأنباء مفرحة ، وإنهم متشوقين لسماعها ومنتظرين لها منذ زمن .

علم أولادك كيف يحيوا زملائهم بكل حرارة وحماس وحب ، وكذلك آباء أصدقائهم .

وضح لابنك أن له شخصية متميزة وله قيمة كبرى وذلك عندما تقدمه للآخرين . هذا هام للغاية عندما يبلغ الطفل سن السادسة والسابعة من العمر . وعندما تقدمه قل « هذا هو ابني أو هذه هي ابنتي » ونبرة صوتك سوف تدل الابن ما إذا كنت تحبه وتفخر به لكونه ابنك ، أم أنه ليس بذات أهمية عندك على الإطلاق .

٤ - اختر لأنبائك أعمال أو مهام يقومون بتأديتها في محيط المنزل ، لكن يجب أن يكون لها بداية ونهاية . إن استكمال أي شيء له شأن كبير في تحسين صورة الإنسان لنفسه ، يمكنك المساعدة في تأكيد انتهاء المهمة على أحسن وجه وذلك بتخطيط العمل ليتمكن إنجازها في زمن معقول .

مثلاً : فتى صغير كلف بأن يجز حشائش حديقة المنزل الكبيرة ، هنا يجب تقطيع المهمة إلى اثنين ووقتتين ، فالعمل في الحديقة كلها يصعب تحقيقه ، لكن بتحديد أهداف صغيرة على خطوات متعددة تتم بشكل متتابع ، هذا يسهل المأمورية على الغلام ويستطيع أن ينهي العمل في الوقت المحدد .

٥ - شجع أولادك أن يحسنوا اختيار أصدقائهم . اشرح لهم بأنهم إذا اختلطوا

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

بالطموحين ذوى الأخلاق المتينة الذين يملكون نظرة متفائلة للحياة ، فإن الفوائد ستكون عديدة .

منذ عدة سنوات جرت مسابقة في مدرسة عليا بولاية إيلينوي للحصول على المواطنة الجديدة . فاز بتلك الجائزة تسعة من الطلاب ، كان أربعة منهم زملاء وأصدقاء منذ كانوا في المدرسة الابتدائية . لهذا فإنه باختلاط أبنائنا بهؤلاء الذين يتمتعون بشخصيات إيجابية وعلى خلق ، فإن فرصتهم في التفوق والنجاح ترتفع كثيراً .

٦ - شجع الارتفاع بأخلاقيات ابنك . الحقيقة المؤكدة تقول إن أى إنسان لا يستطيع أن يتفوق في كل مجال ، مثل الذكاء ، القوة العضلية ، الشكل الوسيم ، لكن يمكن أن تؤكد لابنك أنه في استطاعته أن يصبح أميناً ، مؤدباً ، مرحاً ، مخلصاً ، متحمساً ، وأن في استطاعته أن يمتلك أي صفة أخرى من مئات الصفات الإيجابية . هذه الصفات والخصائص يمكن له أن يطرحها بعد ذلك في سوق العمل أو الزواج ويجد حتماً من يشتري منه . عندما يتفهم ابنك مدى ما يمكن أن يحصل عليه ، ويحاول أن يغرس في نفسه تلك الصفات بمساعدتك ، فأنت في طريقك لتربية طفل إيجابى . لذلك من الخطوات المهمة التي يجب أن تتبعها هي أن تساعد ابنك على جرد لمميزاته الإيجابية . تذكر أن الابن كثيراً ما يشعر بالدونية لأن تقديره لنفسه إدراك لمميزاته هابط نوعاً . هنا أنت محتاج أن تكون من ( المصفقين ) له .

٧ - من أكثر الأمور أهمية أن تعلم ابنك كيف يقرأ جيداً . تقول لنا الدكتور أليس بليير الخبيرة في شئون المشردين إن ٩٠ ٪ من المشردين الذكور البالغين يقرأون بأقل من كفاءة طفل الفصل الثالث . وتضيف بأن التشرد هي صرخة تبحث عن تقدير الذات .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

حسن القراءة هو مفتاح التعليم في كل مجالات الحياة . في حالة تحسين النطق والمحصل اللغوى ، لديك خيارات متعددة وخبرات في هذا الشأن بالتأكيد ، هناك المكتبات ومحال بيع الكتب التي يمكن توظيفها لتبنى وتقوى من محصول ابنك اللغوى بما يناسب عمره والسنة الدراسية للتحقق بها . في كل أمسية خصص عشرة دقائق من وقتك لتعليم ابنك كلمة جديدة ، شجعه أن يتعلم كلمة واحدة جديدة من الكتاب الذى أحضرته له ، تشارك معه في تجربة هذه الكلمة بإدخالها في جمل مختلفة . هذه طريقة رائعة لتعليم الابن لغة الكبار ، والتي سوف يكون لها مردود كبير في حياته ، وسيساعدك هذا أنت أيضاً .

٨ - لكى تبنى لابنك صورة جيدة لنفسه ، علمه السلوك والتصرفات الحسنة . شكلت مجتمعاتنا خلال العقود الثلاثة الماضية ، الجميع في قالب عجيب من التسرع والعجلة لدرجة أن كثير من الآباء أصبحوا مشغولين بشكل مبالغ فيه وغير مستعدين لتعليم أبنائهم النظام ، الآداب العامة ، آداب المائدة . عندما يتجاهل الأب تعليم أولاده هذه الأمور ، هو بذلك يرتكب جرمًا لا يغتفر . هناك نسبة مدهشة من الآباء لا يعرفون بالفعل قواعد آداب المائدة . هم يتكلمون وأفواههم ممتلئة بالطعام ، يمسكون بالشوكة كأنهم ممسكون بمضرب البيسبول ، يقطعون جزءاً كبيراً من قطعة اللحم التي أمامهم ويحشرونها في أفواههم ، لا يعرفون ما هى الأدوات اللازمة المخصصة لكل غرض ، يتركون الملعقة في كوب الشاي أو القهوة بعد تقليبه ، يمدون أيديهم عبر المائدة ليتناولون شيئاً . لذلك كله إذا لم يكن لديكم أنتم أيها الآباء تلك المعرفة أو تفتقدون الصبر لتعليم أبنائكم آداب المائدة ، أقترح أن تشجعوا أولادكم أن يلتحقوا بدراسات تعليم الإتيكيت ليحسنوا استخدام هذه الخصائص الاجتماعية الضرورية .

٩ - أؤكد على ضرورة تنمية الخيال الخصب لأطفالك . علمهم كيف يروا .

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

توصف كلمة التخيل في القاموس بأنها عمل أو قدرة على تكوين صورة ذهنية لشيء غير مدرك بالحواس ، أو أنه لم يوجد أو يدرك من قبل « في الواقع . هو « الابتكار الذهني » .

منذ عدة سنوات سابقة ، عندما فقدت من وزنى ما خططت له ، كانت إحدى الوسائل التي اتبعتها أننى وضعت صورة رجل بلباس راكبى جياد السباق ( الجوكى ) ولصقتها على مرآة الحمام ، وتخيلت نفسى مثله . هذا استعمال للخيال البناء . رأيت نفسى كإنسان رشيق ، وهذا ما حدث لى فعلاً بمرور الأيام .

كل الناجحين في الحياة يتبعون هذا الأسلوب في كل مجال . بطل الجولف الذائع الصيت جاك نيكولوس كان يرى الكرة وهى تسقط في الحفرة قبل أن يقذف بها . مؤلف القطع الموسيقية وكتاب المسرح يرون العمل متكاملًا حتى قبل أن يخطوا فيه حرفاً على ورقة . الآباء الناجحون المنهمكون في تربية أبناء إيجابيين ، يجب عليهم أن يروا أولادهم ككبار بالغين ، كاملين ، ناجحين ، قادرين وهم ما زالوا أطفالاً ؛ ويسعدونهم أن يروا أنفسهم أيضاً كبالغين ناضجين في المستقبل .

سواء أردت أن تندمج في عالم الأعمال ، تصبح بطلاً رياضياً ، أباً وزوجاً موفقاً أو أن تمتلك مشروعاً ناجحاً ، عليك أن ترى نفسك وأنت في هذا الوضع والمكان .

١٠ - أحد أهم الوسائل المهمة في بناء صورة ذاتية صحية هى أن تؤسس حولك جوّاً إيجابياً مملوءاً بالحب والإعزاز . إنى أتكلم ، بالطبع ، عن اتجاه وسلوك ننتهجه في بيتنا نحن . عندما يدق جرس التليفون في منزلنا ، فإن أفضل رد أبدأ به مخاطبة محدثى هو صباح الخير ، أنا زوج جين زيجلر السعيد ! أقول هذا لأن ذلك أمر صحيح . وهذا يمكننى أن أعدد المزاياء الحسنة التي تتمتع بها زوجتى ، ومن الممكن

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أن هذا يشجع محدثي أن ينطق ببعض المديح في زوجته أو زوجها . أعترف بأنه تحدث فترة طويلة من الصمت ! ثم استرسل إذا لم تتكلم ، سوف أنهى المكالمة . ما أن يسمع الطالب هذا حتى ينطق قائلاً « يا لك من رجل ، أنت بالتأكيد في منتهى السعادة اليوم » فأرد عليه « نعم ، منذ سنوات عديدة قررت أن أكون سعيداً كل يوم من حياتي ! » .

يتفق كل الأطباء النفسيين على أن القرار الذي تتخذه لتحديد كيفية شعورك وما تتوقعه من مشاعر يلعب دوراً هاماً في تحديد شعورك الحقيقي . وعندما كان أطفالى ، ثم بعد ذلك أحفادى صغراً ، كان ردى على طالب المكالمة التليفونية مختلفاً ، إذا كان اسم حفيدتى « كبير » وأختها الصغرى « صن شاين » ، وكانتا حولى عندما دق جرس التليفون ، لكان ردى هكذا صباح الخير ، من يتكلم معك هو جد « كبير » و « صن شاين » الفخور ! . حينذاك سوف يتلأأ وجهها البنيتين وهما يستمعان لأسمائهم تتردد ، إنه منظر يستحق المشاهدة ؛ لكن بالأكثر ، فكر فيما صنعتته للصورة الذاتية لكل منهما .

إن تحقيق جو محب وسعيد داخل البيت يساعد أفراد العائلة أن يحسوا بالانتعاش ويتقبلوا أنفسهم ويسعدوا عند تواجدهم داخل المنزل . بالطبع هذا يعنى أنهم سوف يتشجعون على دعوة أصدقائهم لزيارتهم في البيت بدلا من أن يذهبوا إلى منازل أصدقائهم ، ولكى أكون أميناً ، فإننى أفضل أن يكون لدى ستة أولاد في منزلى وبذلك أعرف ماذا يحدث ، على أن يتواجد أبنائى في مكان آخر وليس لدى أدنى فكرة عما يحدث هناك .

١١ - ساعد ابنك على أن يشعر بالفخر لأنه هو جزء من كيان كبير ونبيل وله قيمة . هذه هى أسهل الوسائل وأسرعها لبناء صورة نفسية صحية لابنك . وكما

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

ذكرت سابقاً تعتبر الأسرة هي المنطقة الأولى لبدء هذا الأمر ، ويمكن أيضاً أن تكون الكنيسة والمدرسة والمجتمع الذى تتعايش في ظله أن يكونوا جميعاً مصدراً حقيقياً للفخر . ومن الواضح أن انتماء كل فرد لوطن عريق له تاريخه وأمجاده له تأثير إيجابى على تحسين صورة الفرد لذاته .

١٢ - ابني صورتك الذاتية بأن تبدأ في ذلك هذا اليوم بالذات ، وذلك بالتعمق في التركيز على عينك في المرآة وأن تلتزم أمام نفسك بأنك سوف تفعلها وتكون في أفضل حالاتك في هذا اليوم . ثم استمر في هذا المنهج ، فقبل أن تتوجه إلى النوم هذه الليلة ، انظر إلى عينيك مرة أخرى وبكل أمانة قل هذا اليوم فعلت أفضل ما لدي . تقريباً لا شئ يجعلك قادراً على الشعور بالرضى أكثر من معرفتك بأنك بذلت في ذلك المسعى أفضل الجهود ، وهذا حقيقى سواء كنت بالغاً أو صبياً . هذه الطريقة ستجعل منك الفائز رقم ١ في مواجهة الشخص الذى يهتم بنجاحك وسعادتك أكثر من أي شخص آخر - أعنى أنه هو أنت ذاتك . عندما تعلم ابنك كيف يصبح الفائز رقم ١ يجعله هذا قادر على رسم صورة ذاتية لنفسه ذات قوة وثبات .

١٣ - إذا كان ابنك يعاني من مشكلة جسدية تساهم في بناء صورة سلبية لذاته ، ابحث عن البدائل .

هذه المشاكل عموماً يمكن أن يحدث فيها تغيير للأحسن بدون بذل جهد ، وقت ، تكاليف ضخمة . إذا كان هذا هو الحال ، فإننى أشجعك أن تبحث عن هذه البدائل وتنتهجها .

أحياناً تنجح جراحات التجميل في تحسين صورة الشخص لذاته . هذا صحيح



## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تماماً عندما يكون أنف الطفل طويلاً أو قصيراً جداً أو له أذنان بارزتان أو شفتاه أرنبيتان . هذه المشاكل الجسدية لها تأثيرات سيكولوجية يجب التعامل معها بعمق شديد وعلى أسس شخصية تختلف من فرد لآخر ، لكن الحذر والاستشارة هما المفتاحان المهمان في هذا الموضوع . لقد رأيت تغييرات جوهرية تحدث في شخصية بعض الأفراد بعد إجراء جراحة التجميل .

عندما أعود بالذاكرة إلى الماضي ، كان أمراً غريباً أننا لم نلاحظ أبداً مشكلة ابنتنا الصغرى جولى . فعندما بلغت السابعة عشر من العمر ، تكلمت معنا عن أذناها . لقد نظرت لابنتى هذه عشرات الألوف من المرات من قبل ولم ألاحظ عليها شئ سوى أنها فتاة ذات حيوية بالغة ، لامعة العينين ، جميلة الوجه . مع ذلك ، سألتنى سؤالاً : هل لاحظت من قبل يا أبى أننى دائماً ما أصف شعري بحيث لا تظهر أذناى ؟ . في الحقيقة ، أقول لكم لم ألاحظ أبداً ذلك . ثم أظهرت لى أذناها التي تعتقد أنهما بارزتان .

بصراحة ، ما زلت حتى الآن أشك في أنهما بارزتان ، مع ذلك ، اتفقنا أنا وأمها أن نعرضها على طبيب التجميل . واليوم إذا شاهدت ابنتنا الصغرى ، فإن فرصة رؤيتك لها وهى رافعة شعرها إلى أعلى وبذلك تظهر أذناها للعيان ، تبلغ عشرة مرات إلى مرة واحدة . نعم لقد حدث تغيير كبير في ثققتها بنفسها وكذلك صورتها لذاتها .

عندما نستعرض ما يمكن أن تفعله أو لا تفعله لبناء صورة ذاتية إيجابية لابنك ، دعنى أذكرك أن كل خطوة تكلمت عنها كان الهدف منها أن يقبل ابنك نفسه ويرضى بها . وما يدعو للسخرية ، أنه ما أن يقبل الإنسان نفسه ، فإن الأمر لا يعد كما كان سابقاً كأنما هو مسألة حياة أو موت من ناحية قبول الآخرين له . بعد حل مشاكله

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

هذه لن يكون ابنك مقبولاً من معارفه فقط ، بل إنهم أيضاً سوف يسعون للتعرف عليه أكثر ومصادقته . هذا بالطبع يعتبر أيضاً من وسائل بناء الصورة الجيدة للشخص .

### الحب غير المشروط هو أن تحب شخصاً بدون أن تحدد لذلك شروطاً مسبقة

## كلمة أخيرة عن بناء الصورة الذاتية للشخص

أقول وأنا متأكد بشكل معقول إنه عندما يبلغ ابنك ما بين التاسعة حتى الخامسة عشر من العمر ، هناك احتمال كبير أن تفقده بسبب المخدرات والتخلف بالأخلاق المنحطة أكثر من أي مرحلة سنية أخرى . أثناء تلك السنوات الحساسة ، وفي تلك المرحلة العمرية يتعرض الابن لتغيرات فسيولوجية وسيكولوجية ، في نفس الوقت يتلقى جرعات مكثفة من قيم تبشها وسائل للإعلام ، أقرانه وأصدقائه ، الأسرة ، الكنيسة والمدرسة . كثير من هذه القيم متعارضة وتسبب ارتباكاً في نفوس الفتيان والفتيات من حيث تمييز القيم الحقيقية عن القيم المصطنعة . هي فترة يتمنى فيها الابن أن تضع يدك على كتفه وتحتضنه وتخبره كم تحبه وكم هو مهم بالنسبة لك . هذه هي الاحتياجات وهي حقيقية . من المدهش ، بالرغم أن الأولاد يحتاجون إليك بشدة خلال تلك الفترة ، إلا أنه من المحتمل أن يكونوا في أقل حالاتهم ارتياحاً في وجودك ، لهذا السبب يبدو عدد كبير منهم مبتعداً ومنعزلاً . هذا الابتعاد هو مؤشر لكم أيها الآباء أن تظهروا حبكم واهتمامكم وتحتفظوا بهويات الالتقاط مرفوعة لتستمعوا إلى ما يقوله أبنائكم وما لم يقولوه .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أثناء تلك السنوات ربما يغير أبنائك المدرسة مرتين ، وهذه الانتقالات الجديدة سوف تجعلهم معرضين لضغوط جديدة وأصدقاء وتأثيرات مختلفة . وربما كان الابن محبوباً في مدرسته القديمة ، لكن الانتقال إلى المدرسة الجديدة ربما يعرضه إلى ظروف مختلفة تماماً . بالنسبة لتلك النقطة بالذات ، ربما ينغمس ابنك في تعاطي المخدرات . عندما انتقلنا إلى دالاس ، قدمت إحدى البنات المخدرات إلى ابنتي في اليوم الأول لدخولها مدرستها الجديدة .

خلال تلك الفترة أيضاً ، أشجعك أن تكون منصتاً ومدعماً لابنك ، لأنها سنوات حاسمة لتكوين شخصية الابن . اصرف وقتاً أطول معه ، راقب أصدقائه ، كن مستعداً ، واستمع جيداً عندما يتكلم عن أحداث أو عن أشخاص تقابل معهم في المدرسة . من الأسباب الضرورية لبناء وسائل الاتصال المبكرة عندما يغير الابن مدرسته ، ضرورة أن يبادر بإخبارك عن « كل شيء » حدث هناك ، لكن ربما لن يخبرك بأى شيء .

**لكي ينشئ الآباء الناجحون أطفالاً إيجابيين،**

**يجب عليهم أن "يروا" أولادهم**

**كفتية قادرين، كاملين وإيجابيين**

### احضن ابنك واخبره بأنك تحبه

إلى أن يتم حل كل مشاكل العائلة ، فإن المشكلة الرئيسية لن تحل . أعنى بذلك العلاقة التي تربط الأب بالابن .

بيل جلاس لاعب كرة القدم الأمريكية السابق ، وقس السجون لسنوات عدة ، الذى زار مئات من السجون وتحدث إلى ألوف من المساجين على انفراد ، ومنهم ٩٣٪ من الرجال ، يقول بيل إنه لم يتكلم مع أحد من المساجين إلا وعبر عن كراهيته لأبيه . وبالطبع انسحبت هذه الكراهية على ذاته ( المخدرات والكحوليات ) وكذلك كراهية المجتمع كله .

وقال أحد العاملين في مؤسسة هولمارك للبطاقات إنهم كانوا يوزعون تلك البطاقات لعدة سنوات على النساء في السجون ليرسلونها إلى أمهاتهن في عيد الأم . وبالفعل أرسل عدد كبير منهن تلك البطاقات . مع ذلك ، فإن نسبة الرجال الذين ارتضوا أن يرسلوا تلك البطاقات لآبائهم كان محدودا للغاية ، لدرجة أن تلك المؤسسة اعتبرت أن هذا الموضوع مضيعة للوقت والمال وامتنعت من إمداد السجناء بتلك البطاقات .

يمكن أيضاً أن نستفيد بأحداث التاريخ لتحسين مستقبلنا ، وذلك عندما نعود إلى أيام الآباء إبراهيم واسحق ويعقوب . نجد أن هؤلاء كانوا يفعلون ثلاثة أشياء محددة مع أبنائهم . أولاً يقول الأب لابنه « أباركك يا ابني » ، والثانية « أنا أحبك يا ابني » ، أما الخطوة الثالثة فكانت عبارة عن حضن كبير وقبلة على الوجنتين .

أعترف بأن علاقاتي مع بناتي وزوجتي كانت من هذا النوع عندما نتقابل ، نحن نحضن ونقبل بعضنا البعض ونعترف بحبنا كما نفعل هذا أيضاً في مكالماتنا التليفونية . أما بالنسبة لابني فالموضوع مختلف قليلاً . إننى لم أحدد وقتاً أمتنع فيه من إبداء حبي له ، أو حتى خطر بيالى أنه أصبح الآن كبيراً وحن الوقت للابتعاد عن المظاهر المخرجة ، لكن من وقت لآخر كنت أعبر عن تقديري له ، لكن كنت أفصح عن مدى حبي له على فترات متباعدة . في يوم وبعد مباراة في الجولف ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

كان ابني يوم ينقل عصيان الجولف من سيارتي إلى سيارته ، عندما أخبرته بأننى في حاجة لأن نتكلم سوياً . قلت له « على مدى سنوات يا ابنى ، لا أعلم لماذا توقفت عن إخبارك كم أنا مهتم بك وأحبك » ، والآن أريد أن أقول لك إنك في غاية الأهمية لى وأنا أحبك كثيراً ، نظر إلى ابني ملياً ثم قال « حسنا يا أبى ، أنا أعلم ذلك ، لكن الدموع طفرت من عينيه ، فتعانقنا سوياً وتماسكنا ، وليس هناك شئ أفضل من ذاك الذى أتى بعد وقت طويل .

دعنى أركز هنا على نقطة هامة هنا : أنا أعلم أن علاقتى مع ابنى كانت دائماً متينة ، وقد ولد بعد آخر بناتى بعشرة سنوات . وهو زميلى في لعبة الجولف ، لكنى الآن عندما أحبي ابنى ، سواء في الكنيسة أو المطعم أو ملعب الجولف أو أمام عملاء المؤسسة ، لم أعد إلى مصافحته باليد ، بل أفعل التصرف الرجولى . إننى أحتضنه . علاقتنا أجمل ما تكون ويزداد جمالها من يوم لآخر .

أيها الأب ، احضن ابنك . إذا لم تمارس ذلك حتى الآن أبدأ الآن مهما كان عمره ، أخبره عن مدى حبك له ، وسوف تدهش من الطريقة التي سيتفاعل بها ابنك أوكد لك أن هذا سيغير أشياء كثيرة .

ماذا عن الفتيات ؟ نعم أيها الوالد ، لم تجد أي صعوبة في حضن وتقبيل ابنتك وإخبارها كم هو مقدار حبك لها . هذا ، في معظم الأحوال ، حتى يصلن إلى سن البلوغ ، بعد ذلك سوف تلاحظ أن هناك مخلوقة جديدة تعيش في منزلك ، وتدهش عما حدث . هناك أمرين مهمين في تلك الحالة . أولاً ، يجب أن تعد الأم ابنتها للمرحلة المقبلة عليها الفتاة . لكن حتى في ذلك الحين ، عندما تحدث التغييرات ، فإن الحيرة والإحباط وربما القلق يتسلل إلى قلب الفتاة وهى تتعجب عما إذا كانت تلك المشاعر التي تحس بها ستستمر وتكون جزءاً من حياتها ، كثير من المرات في

## ١٠. بناء صورة شخصية صحية

تلك المرحلة الحساسة من عمرها يبتعد عنها الأب ، وفي نفس اللحظة التي هي في أمس الحاجة إلى أحضانه وحب ، تجد أن جميعها ينسحب ويختفى . وفي تلك اللحظات بالذات ، في كثير من الأحيان تتكون علاقة خارجية غير حميدة في تلك السن المبكرة .

يقول الدكتور روس كامبل الطبيب النفسى البارع إن الدلائل قوية أن الفتاة التي تتمتع بحب جارف من الأب ، لن تتعرض لأى مظهر من مظاهر الانحراف ، وليس من المحتمل أن تنخرط في تعاطى المخدرات أو الانضمام للجماعات المؤذية كالعصابات .

ما الذى يعنيه كل ما ذكرناه ؟ إنه بكل بساطة يعنى أنه من الضرورى أن تخبر ابنك عن مدى حبك له أو لها ، وتظهر ذلك بأسلوب أبوى . هذا يحفظهم بعيداً عن المتاعب ويبنى ثقتهم بأنفسهم .



### تقييم شخصى

١ - اذكر بعض المظاهر التي يديها الأبناء وتعبر عن صورة سلبية ، هل توجد تلك الخصائص في بعض أبنائك ؟

٢ - ما عدد الأفعال الجيدة التي تمارسها بغرض تحسين صورتك الذاتية ؟

٣ - لما كانت الفترة ما بين التاسعة حتى الخامسة عشر من العمر حساسة في تكوين الصورة الذاتية ؟

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

٤ - ما هي بعض التوصيات المناسبة التي يمكن أن يتبعها الآباء خلال تلك الفترة الحرجة من حياة الابن ؟

٥ - هل توافق على الامتناع عن أن تستخف وتُسيء معاملة أبنائك عند تعاملك المستمر معهم ؟ كيف تفعل هذا ، وما هي الفوائد التي سوف تعود على عائلتك عند تطبيق ذلك ؟

٦ - اعطنا تحديداً لما يعنيه الحب غير المشروط .





# الفصل الحادي عشر

## الجنس

عند استعراضنا لمقومات الحياة ، نجد أن الجنس هو الأكثر احتمالاً أن يصدر منه خير أو شر . إذا استخدم كما خلقه وأراد الله ، فإننا سوف نشعر عند ممارسته بالسعادة والسرور أكثر من أى شئ آخر . إنه يقوى الصلات ما بين الزوج والزوجة ، ويضعها في إطار محكم وجميل من الحب بأكثر مما نتصور . إنه وسيلة استمرار الجنس البشرى ويمكن من استمرار الحب العائلى واتساعه على مدى الأجيال . سوء استخدام الجنس وخروجه عن السيطرة بطريقة غير أخلاقية ( بأى وسيلة خارج نطاق العلاقة الزوجية ) تسبب حزناً وضيقاً أكثر من أى عنصر آخر .

### من الذى يعلم جوفى وما هو الجنس؟

أكثر المناقشات كراهية وثقلاً في أمريكا هذه الأيام هى مسألة تعليم الجنس داخل المدارس . كثير من الناس يشعرون بكل أمانة أن تدريس الجنس في المدارس هو ضرورة لمنع أو تخفيض حالات الزيادة المطردة للحمل غير المشروع ، الإجهاض ، الإيدز والأمراض الجنسية الأخرى ، لكن الكثيرين أيضاً يرفضون ذلك .

هناك دلائل مؤكدة تشير إلى أن تدريس الجنس في بعض المناطق بدون تدعيمه بدراسة تعليم القيم الأخلاقية ، كان مصيره التشويش ، الأمراض الجنسية المختلفة

والتعرض للحمل . إننى على قناعة تامة أننا لسنا في حاجة إلى تقديم معلومات تتكلم عن التحكم فى تنظيم النسل بالمدارس ، لكن ما نحتاجه أكثر هو تدريس القيم الأخلاقية والتحكم فى النفس ، على أن يكون ذلك فى البيت نفسه . أو من أيضاً أنه طالما يتعرض أبناؤنا للاستشارة الجنسية مبكراً بفضل التلفزيون ، الأغاني ، الثثرة التي تدور بين زملاء المدرسة والمحملة بالمعلومات الخاطئة ، هنا يجب تعليم الجنس في مرحلة مبكرة بواسطة الأبوين . وفى حالات نادرة يكون في المدرسة .

إذا كان الأب والأم على علاقة متينة من الحب والإعزاز ، ويتأكد ذلك بتشابك الأيدي ، تعبيرات الحب ، أحضان ليس لها مدلول جنسى ، حينذاك يتعلم الأطفال في سن مبكرة أن الأسرة هي وحدة محبة ، وإنه من الأمور المفضلة أن يكون للفرد رفيق وونيس . عندما يظهر الأبوان الاهتمام واللفظ تجاه بعضهما ، يتعلم الأطفال الأسلوب المناسب للتعامل مع الجنس الآخر أكثر من أى طريقة أخرى . مثل هؤلاء الآباء يقدمون لأولادهم معملاً جاهزاً لتفهم هذا الموضوع بالملاحظة ، ويفتح الباب لتعليم الجنس والدور الهام الذى يلعبه في حياتنا .

أذكر يوماً عندما كان ابني وهو مازال في السادسة من العمر يشاهد رواية قديمة معروضة في التلفزيون . كان البطل يعانق البطلة ، وعندما مررت بجواره ، رأيت المنظر وعلقت قائلاً « يا الله ، هذا المنظر ليس لطيفاً » فرد ابني قائلاً « يجب أن تشاهد نفسك أنت وماما وماذا تفعلان » .

لأكون أميناً ، إننى أفضل أن ينشر ابننا بين أصدقائه في الجوار أن أباه وأمه يتعانقان ، بدلاً من إنهما يتعاركان . وكما أعلم ، فإن ابني لم يشاهدني أبداً مع أمه نفعل شيئاً سوى تبادل قبلة سريعة ودودة . لكن بالتأكيد رآنا كثيراً ونحن متشابكي الأيدي أو نتعانق بحب ، أو نندمج في تعبير عن الحب لا يتشارك هو فيه . مع

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ذلك ، فإن ابني فهم وعرف أن بابا وماما يقدران ويحبان بعضهما البعض ، كأن الأمر ( طبيعياً ) أن يرى أباه يحب أمه ويعانقها بطريقة غير جنسية ، لدرجة أنه لم يحول وجهه عن شاشة التليفزيون عندما قال جملة هذه . أعتقد أن تلك هي أحسن الوسائل لتربية طفل إيجابي يتطلع إلى توطيد علاقة دائمة مع الفتاة التي سوف يتزوجها يوماً .

في دراسة نشرها الطبيب النفسي برنت الياس بجامعة يوتاه شملت ١١٥٠ من المراهقين ، كشفت على أنه إذا تكلم الأبوان مع أولادهم بكل صراحة عن أمور الجنس ودورها في بناء المجتمع وقيمها واعتقاداتها ، كلما قلت حالات انغماس الأولاد في نشاطات جنسية ضارة . بالإضافة إلى ذلك ، إذا تعلم الأبناء حقائق الجنس من الآباء ، سوف يكونون أقل ممارسة لهذا النشاط مبكراً بالمقارنة بمن يعرفونها عن طريق الأصدقاء .

### تعليم الجنس

أفضل وسيلة وأكثرها تأثيراً هي أن تعلم ابنك أمور الجنس وهو ما زال في سن الرابعة أو الخامسة من العمر ، وهناك الكثير من الكتب التي يمكن أن تساعدك في هذا الشأن . وأشجعك أن تذهب لحال بيع الكتب أو المكتبات العامة لتطالع فيها ما يخص ذلك . ومنذ هبوط الأخلاقيات في معظم المجتمعات ، والكثيرون يطبقون نظرية « كله ماشى » وبذلك أصبح من الصعب اختيار المادة المناسبة لتقرأها لابنك . لكن من الممكن أن يصلح لك كتاب متخصص في تعليم الأطفال ما بين ثلاثة إلى خمسة سنوات يسهل عليك أمور تعليم ابنك الأمور الجنسية خلال الشهور والسنوات التالية من عمره . أحد أهم فوائد هذا الاتجاه هو أنها تخفض من احتمالات استغلال ابنك جنسياً بشكل دراماتيكي ( تذكر ، أكثر من ٨٠٪ من حالات اغتصاب

الأطفال تكون من أفراد العائلة ، الأصدقاء ، وأناس آخرين تعتقد أنهم مأمونين ) .

بدلاً من قدوم ابنك طالباً المعلومات ، قدم له هذا الكتاب الذى يشرح له من أين يأتى الأطفال كنوع طبيعى من التعليم ، في نفس الوقت عندما تقرأ له استخدم اللغة العادية وبنفس المظهر الذى تقرأ به أي كتاب آخر .

بعض فقرات هذا الكتاب سوف ترضى الفضول الطفولى لابنك ، وتجيّب على بعض الأسئلة التي ربما فكر فيها ، وهى تجهز المسرح لمناقشات مفصلة لاحقاً .

هناك كتاب أرشحه لك يختص بالمراهقين وما قبل ذلك ، ألفه جيمس دوبسون تحت مسمى « الاستعداد لسن المراهقة » ، وهو مكتوب بلغة يفهمها الطفل .

إحدى المظاهر الهامة لتعليم الجنس ، ولا سيما لابنتك ، الطرق التي ينتهجها العالم عند الالتحاق بعمل ، وفى معظم الحالات يمس ذلك موضوع مراعاة أطفال الآخرين بأجر . عندما تكلف المراهقة بذلك العمل ، يجب أن يعلم الأب والأم ظروف ونوعية الناس الذين سوف يستفيدون بخدمات ابنتك . يجب أيضاً أن يجرى بينك وبين ابنتك حديث جاد ، بغض النظر عن درجة وثوقك وحبك للشخص الذى ستذهب ابنتك إلى منزله لترعى طفله أو أطفاله . هناك بعض الرجال ينجذبون بشدة للبنات الصغيرات في السن ، لذلك إذا لم تكن لديهم حواجز خلقية ، فإنهم سوف يبررون أي عمل يشعرون فيه . عندما تأخذ هذا في الاعتبار ، يجب أن تخبر ابنتك أن هناك بعض الرجال في العالم لا يعاملون الفتيات الصغيرات بشكل محترم ( افترض بالطبع أنك كنت من قبل قد غطيت مسائل تعليمها الجنسي الأساسى ) . قل لها إنك يجب أن تعلم بالضبط ما قيل وما عمل . في معظم الأحوال يمكنكم أنتم أيها الآباء والأمهات أن تثيروا عما يمكن قد حدث في تلك الأمسية عندما تعود البنت

إلى منزلها .

بشكل نموذجي ، ومن وجهة نظر بيولوجية وسيكولوجية ، فإن الأم يجب أن تتكلم مع ابنتها ، والأب يتكلم مع ابنه . مع ذلك ، عندما تستدعي الظروف إطلاع البنت عما يمكن أن يفعله الأولاد معها ، فإن الأب يستطيع أن يوعيتها في دقائق أكثر مما قد تقوله الأم في يوم كامل . مثلاً ، معظم الأولاد في معرض إغواء البنت ( الذي ربما يخلطون بينه وبين الحب ) سوف يعترف لها بحبه ، وأنه يتعهد بغلق فمه عن العلاقة التي تربطهما ، وفي اليوم التالي تنتشر القصة وتعرف مجموعة مختارة من أصدقاء الفتى منه بتفاصيل تلك العلاقة ، وبذلك يحاولون مضايقة الفتاة والتحرش بها ، بالرغم أنهم لم يعرفوها من قبل . لقد صدقوا كل ما قاله عنها بطريقة غبية ذاك الذي أغواها . وهذه ليست حالة غير دائمة الحدوث ، بل هي ح . د . ح ( حالة دائمة الحدوث ) مع الأولاد الذكور . إن إحساس الذكر بذاته يدعو إلى تكرار حدوث هذا الروتين ، حتى إذا كان هذا الفتى مستقيماً ، أو أنه يفكر جدياً بالتقدم لخطبة الفتاة .

يمكن للأب أن يخبر ابنته بعبارات غير محددة تماماً بأن أقدم حيلة منذ أيام آدم وحواء هو أن يقوم الذكر بتحدى الأنثى لإثبات حبها له بأن تفرط في عذريتها . وأى فتاة لديها ذرة من التفكير سوف تفهم ما هو الموضوع ، لكن إذا كان هناك حب حقيقي للفتى ، ومتأثرة بفوران العاطفة اللحظي ، وتحت ظروف إغرائية لا تقاوم ، كل هذا يدعو الفتاة إلى التفريط في نفسها إذا لم ينبه عليها أولاً وتسلح بالمعلومات من قبل .

ولأن الأم تفهم شعور البنات ، يمكن لها حينذاك أن تخبر ابنها بكل الحب كيف يعامل الفتيات ليكتسب حبهن واحترامهن ، يمكن لها أيضاً أن تعطيه فكرة

عما تأمله النساء وتشرح له نوعية تفكير وشعور الفتيات .ومن المحتمل أن تحذر الأم ابنها أن لا يورط نفسه في علاقة غير صحية .

منذ بداية التعليم الجنسي لابنك ، يجب أن تؤكد له أن الجنس هبة جميلة خلقها لنا الله ليستخدمها فقط الأزواج والزوجات . ويجب أيضاً تعليم الفتيان أن يحافظوا على عذريتهم لأنها ذات قيمة عالية ويمكن أن يمنحوها بعد ذلك لزوجاتهم . وبغض النظر عما يقوله الخبراء والمدافعين عن حقوق الإنسان هذه الأيام ، فإن المباشرة الجنسية قبل الزواج ليست فقط خطيئة ، بل كما سأوضح في جزء آخر من هذا الكتاب ، تعتبر تصرفاً غير مسئول ، وبالتحديد ليست في مصلحة الشخص المنغمس فيها .

المأساة هذه الأيام هي أن كثير من الآباء لا يحذرون أبناءهم أبداً أن ممارسة الجنس خارج إطار الزواج ليس أمراً يفعله الجميع ، ولا يخبرونهم أنه عمل خاطئ ، وفي كثير من الحالات لا يقولون لأبنائهم أنهم عندما يفرطون في عذريتهم ، هم بذلك يخدعون أزواجهم في المستقبل ، ويفقدون جزءاً من أنفسهم لا يقدر بثمن . بشكل مؤسف ، كثير من الآباء لا يخبرون أبناءهم ما هي العذرية ، وكيف يتم فقدانها ؛ ولا يذكرون لهم احتمالات حدوث الحمل أو الإصابة بالأمراض الجنسية .

مرة أخبرني أحد الأطباء النفسيين عما شاهده من ذلك الكم الهائل من الدموع والقلوب المنكسرة لعشرات من الفتيان والفتيات أثناء الاستشارات الطبية . لقد تزوجوا وهم محملون بذنب يقلقهم كثيراً ، لأنهم كانوا في حالة حب قبل الزواج وارتكبوا الإثم ، وأنهم منطلقوا ذلك بأن المعاشرة الجنسية قبل الزواج ليست فقط مقبولة ، بل هي عمل مسئول وضروري ، لذا لا يعتبر خطيئة في نظر الله !



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وأخبرني عن قصة محددة كان لها تأثير بالغ على ( لن أذكر أسماءً بالطبع ) . جلست يوماً في مكتبه سيدة جميلة ، وحكت كيف إنها في سبيل أن تكون مقبولة عند مجموعة من الأصدقاء ، استسلمت وفقدت عذريتها . هذه الجماعة كانت تشترط على كل عضوة جديدة تطلب الانضمام أن لا تكون عذراء . النتيجة : وهى ما زالت في طور المراهقة ، باعت عذريتها لولد لم تكن معجبة به في الأصل . وليس هناك حاجة للقول إنه لم يكن الوحيد الذى مارس معها الجنس بعد ذلك ، فما أن تفقد الفتاة عذريتها حتى يفور النشاط الجنسي عندها ويبدو في أقصى حالاته ، وصعب على الشباب أن يرفض .

أشار الطبيب النفسى إلى أنه عندما كبرت الفتاة وتبينت ما فعلته بنفسها ، أصيبت بغضب شديد - وبمرارة أيضاً - لحقيقة أن لا أحد من أهلها قد حذرها من قبل عما يمكن أن تضحي به . لقد استبدلت وضيعت هدية لا تقدر بثمن كان من الممكن أن تهديها لزوجها . كل هذا حدث لأنها رغبت أن تكون مقبولة ضمن مجموعة من المنحرفين الخطيرين . لقد أخذت منها تلك الحادثة الأولى أعواماً من التكدير ، فكرت خلالها مراراً بشكل جدى أن تتخلص من حياتها من جراء الصراع النفسى الدائر في وجدانها .

كنتيجة لهذه المناقشة والمعلومات الأخرى في هذا الكتاب ، توصلت إلى قناعة مؤكدة أن الآباء الذين يتقاعسون عن تعليم أبنائهم المعلومات الجنسية الضرورية ، إنما يتركونهم فريسة سهلة للتغيرات البيولوجية . والمعنى الحقيقى لذلك هو أن الآباء قد انتهكوا - أو أهملوا - أولادهم ، والنتائج سوف تكون فظيعة ومدمرة .

شئ في غاية الأهمية : إذا كنت أباً ولم تخبر ابنك بالحقائق ، وإذا قاسى من جراء ذلك ، لا يجب أن تعذب نفسك بالشعور بالذنب . أعرف تماماً أنك تحب

ابنك وأنت فعلت كل ما في جهدك لتعلمه ما تعرفه وما يجب أن يعرفه . بالنسبة للآباء الآخرين الذين لديهم أطفال ما زالوا صغاراً ، فإن المعلومات الواردة في هذا الفصل يمكن أن تحدث تغييرات هامة في حياتهم .

الحقيقة واضحة تماماً . إذا علم كل من الأب والأم أولادهما أن الاحتفاظ بالعذرية أمر لا يقدر بثمن ، وأن المخالطة الجنسية قبل الزواج مرفوضة وسيئة ، فإن سنوات من الحزن والتعاسة سوف نتحاشاها . لذا أيها الآباء ، إذا لم تفعلوا أي جهد لتعليم الجنس ، لكن تحاولون إقناع أبنائكم بالحفاظ على عذريتهم حتى يتزوجوا ، أتم بذلك تساعدونهم على الاحتفاظ بشرفهم وتتجنبوا أحزاناً غير محددة . لذا كيف ؟ ومتى ؟ وأين ؟ تعلم ابنك حقائق الحياة .

### اسأل الطفل

تعطينا ماري جوهكنجر نصيحة سليمة عن دور الآباء في التعليم الجنسي . هي تحذر بأنه في حالة قيام الطفل بتوجيه سؤال إلينا ، تكون الخطوة الأولى أن نتأكد عما يعنيه بهذا السؤال . وأسهل طريقة لتحقيق ذلك هي أن تسأل الطفل ، ماذا يعتقد هو إجابة ذلك السؤال .

هذا يمكنك من تركيز إجابتك على المعلومات التي يريدتها وتكتشف ما هو الخطأ في تصوراتها .

الباحثة تقرر أيضاً أن ٨٠٪ من الاستخدام الخاطئ للجنس يمكن تجنبه إذا كان الأب والأم لديهما فكرة عن مبادئ التشريح للجسم البشري . هذا مع العلم بأن طلبة المدرس العليا ( الثانوية ) لا يستطيعون رسم الجهاز التناسلي أو أن يشرحوا بالتفصيل مهامه في الجسم . لذا علينا نحن الآباء أن نحصل على قاموس جيد يشرح التعبيرات

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

التشريحية ، ويمكن لنا أن نستعمله ونحن نشرح الموضوع للأبناء . وتضيف قائلة ، أنه يجب أعداد الفتى والفتاة عن التغيرات التي سوف تحدث لهما عندما يكبران قليلاً كالاتحلام الليلي والطمث ، فهذه الأحداث مفزعة لمن ليس مستعداً لها .

عندما يبلغ الأبناء سن المراهقة ، يكون من الصعب تبادل الحديث معهم ، لأنهم غالباً ما يطلبون أن يتركوا لشأنهم ، إلا أنهم في الواقع هم في أمس الحاجة إلى تعضيدك وإرشادك ، فالمرهق لن يكون قادراً على الوقوف على قدميه ثابتاً لا يتزعزع ، وهو يعلم ذلك .

### تعليم الجنس بضرب الأمثلة

تؤكد الباحثة على الدور الذى يكشفه لنا الله في موضوع الجنس . إنه يوضح لنا بكل جلاء أن الجنس هو هدية منوحة لكل من الرجل والمرأة ، وعندما نضع هذا النشاط في مكانه الصحيح ، يصبح جميلاً وحسناً . لكن يصعب إقناع فتى الثامنة عشر أن : الرجال يسعون إلى كل ما يمكن الحصول عليه ، أن كل البنات يثرن الغيظ ، وأن إظهار العواطف للجنس الآخر هو شئ قبيح ، وإن الممارسة الجنسية قبل الزواج أمر سيئ ، ثم في آخر الأمر وفى ليلة زفافهم تقول لهم إن الجنس هبة من الله ! .

تؤكد الباحثة أيضاً على دور المثال ، هى تلاحظ أنه إذا رأى الولد كل الذكور وهم يفتحون الباب للنساء تأدباً ، لذا سوف يقلدهم ويفتح الباب لهن . إذا رأت البنت النساء وهن يحملن حقائب يدوية عند الخروج ، فهن أيضاً يفعلن ذلك . فبمشاهدة الآخرين من نفس الجنس يفعلون شيئاً ، يقوم الأبناء فوراً بتقليد سلوكهم .

الباحثة تشير أيضاً إلى موضوع رؤية الأطفال للجسد العارى للبالغ ، وتقول إنه إذا ضبط أحد الأبوين وهو عريان ، فيجب أن يتصرف الوالد بكل هدوء لكن بحزم . فالمسألة تمس الخصوصية وليس العرى . الوالد في حدود حقوقه يقول لابنه « نحن يا ابني نقرع الباب قبل الدخول ، من فضلك اخرج . سوف أكون معك بمجرد ما ارتدى ملابسى » لكن أن يطلق صرخة القرد ثم ينزع غطاء السرير ليدارى نفسه ، هذا سيقنع الابن أن هناك شئ خاطئ في رؤية الجسد عارياً . إذن كيفية تصرفاتك أنت هي التي تحدد اتجاهات ابنك عن الجسد فيما بعد .

### كونى على حذر أيتها الأم- لا تثيرى الابن

عندما يشاهد الابن البالغ أمه وهى تحضر طعام الإفطار وقد ارتدت قميصاً للنوم شفاف يكشف مفاتيحها ، هنا ربما يعانى الابن من شعور بالذنب لأنه يشعر بإثارة جنسية .

يجب على الآباء أن يتجنبوا بطريقة لا شعورية إثارة أبنائهم . توصلت الباحثة جويس برازرز إلى نتيجة مؤداها أن بعض الناس يصبحون مغتصبين للنساء نتيجة لاستثارتهم جنسياً وهم صغار بسبب الأم أو زوجة الأب .

على السطح ، ربما يبدو على هؤلاء الأبناء أنهم حصلوا على قدر كبير من الرعاية والحنان من أمهاتهم ، لكن هم في الحقيقة تعرضوا إلى إحباط جنسى مستمر . كانوا دائماً ما يستشارون بدون إشباع ؛ في معظم الأحيان يكون هذا السلوك الذى تتبعه الأم سبباً في تغيير سلوك الابن ليصبح أكثر قسوة وفضاظة وكثير العدوان والتعدى على الآخرين . يشب هذا الولد وقد استقر في فؤاده أن المرأة يجب أن تخضع باستخدام القوة البدنية ، لذا ليس من المستغرب أنه عندما يتزوج مغتصب النساء ، فإنه

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

يحرص على اختيار المرأة التي تتشابه مع أمه في مشاكلها العاطفية .

المشاعر الصحية الطبيعية التي تربط ما بين الأب وابنته وكذلك الابن وأمّه لها أهمية خاصة لصحة الحالة النفسية والعاطفية لكل الأطراف ، وضرورية لخلق علاقة عائلية متينة وجيدة .

### علاقة الأب بالأم

يلاحظ الطبيب النفسى جون كوزاك أنه في كثير من الأحيان ، عندما تبدأ الفتاة مرحلة النضوج وتنتقل من مرحلة المراهقة البريئة إلى مرحلة البلوغ ، يفقد كثير من الآباء بناتهم بسبب عدم يقين الأب من دوره في الحياة .

وفى دراسة أخرى قامت بإجرائها وكالة FBI منذ عدة سنوات ، أظهرت أنه عندما يظهر الأب مشاعر طبيعية نحو ابنته ، فإن نسبة انتهاك ابنته جنسياً سوف يقل إلى حد كبير بالمقارنة بالفتيات اللاتي لم يتلقين هذا الاهتمام . ولاحظ الدكتور كوزاك أيضاً أنه في مجتمعنا هذا الشديد التغير والتقلب ، يحدث في كثير من الأحيان أن الأب ذو الصورة السيئة لذاته يتوقف نهائياً عن حضن وإمساك يدي ابنته عندما تصل إلى مرحلة البلوغ . وفجأة ، تلك الفتاة التي كانت تسعد وهى جالسة على ركبتى الأب ، يقال لها في اليوم التالى ، بلغة الجسد ، أن تذهب عنه بعيداً . إن ما يفعله هذا الأب هو أنه يلقي بها بعيداً ليتلقفها آخر يتمنى أن يظهر لها الحب لكن بالطريقة الخاطئة .

أنت تخلق مستوى جيد من العلاقات ، وتبنى علاقة متينة ، وتحمى ابنتك التي تتفتح في سن المراهقة من الانهماك في الجنس بإبداء أكبر قدر من الحب والود ، الذى هى في أشد الحاجة إليها . مع ذلك ، يجب على الأب أن يكون شديد الحذر

بأن تفسر طبيعة هذا الحب تفسيراً جنسياً . إذا شعرت الفتاة بعدم الراحة من مظاهر حب الأب بأى شكل ، يجب عليه حينذاك أن يتوقف .

في تلك الأوقات الحرجة من عمر الفتاة ، يجب أن يكون الآباء حريصين تماماً على اختيار الفتاة للصديق . كثير من الأحيان يتقدم ولد إلى البنت التي تدرس في الفصل الثامن أو التاسع فقط ، وهى ما زالت في مراحلها الأولى للتفتح ليحصل على موعد معها.

كبدية ، أقول إنه من الضروري أن تبلغ الفتاة سن السادسة عشر لتسمح لها العائلة أن تواعد شاباً للخروج سوياً بمفردهم . وتكشف الدراسة التي أجراها الباحث الدكتور جوش ماكدويل أن الفرصة تكون ١ : ٩ أن الفتاة ذات الاثنى عشر عاماً التي يسمح لها أن تواعد ولداً سوف تصبح نشطة جنسياً حتى قبل دخولها المدرسة الثانوية . لكن إذا انتظرت الفتاة حتى سن السادسة عشر لتبدأ المواعدة ، فإن الفرصة تصبح ١ : ٤ أن تنشط جنسياً حتى تتخرج من المدرسة العليا . وللآباء المحبين لبناتهم ، لعل هذه الإحصاءات تكون مرشداً ودليلاً لهم .

يجب على الأبوين أن يكونا على حذر شديد عندما يواعد الولد الذى يكبر ابنتهما بثلاثة إلى خمسة سنوات ، بينما هى فى الثانية عشر أو الثالثة عشر أو الرابعة عشر من العمر . ربما يكون الاهتمام الذى يبديه هذا الشاب الكبير فى السن مهمناً ، وبذلك تفقد البنت حسن الإدراك والتبصر ، وغالباً ما يكون اهتمامه بها هو علامة لعدم النضوج وصورة سيئة لذاته . وعلى الآباء الذين لديهم أولاد فى الفصل الحادى عشر أو الثانى عشر ويدون فجأة اهتماماً بفتاة صغيرة لا يتعدى عمرها الثانية عشر حتى الرابعة عشر من العمر ، أن يقنعوا الفتى بقطع هذه العلاقة . يتحتم على هؤلاء الآباء أن يحادثوه جدياً عن الدور الذى يلعبه الجنس ومسئوليته ، يبدأون فى قضاء وقت

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

أطول معه .

في الواقع ، يجب أن أحذرهم من ذلك الولد الخجول المرتبك ذي الأربعة عشر عاماً ، لأنه يمثل خطورة بالغة على بنت الثاني عشر والثالثة عشر ، ومعظم المخاطر مغلفة في كلمات « الفرصة » « الوقت » . إذا ترك الفتى والفتاة ساعات طويلة يتذاكران أو يشاهدان التلفيزيون بدون رقابة ، فإن الهرمونات المتوثبة في جسديهما ستتحرك وتتغلب على أي شعور بالخجل ، وينتج عن ذلك مخاطر بالغة ، وتتضاعف تلك المخاطر كلما زاد عدد مرات التقائهما . تذكر أن التعود والفرصة يخلقان المحاولة . لذا يجب ملاحظتهما - وجعلهما منشغلين - مع تحويل نشاطاتهما إلى مخارج صحية .

وبغض النظر عما إذا كنت قد أجريت نقاشاً جاداً عن الجنس مع أبنائك أو لم تقم ، فإنني أشجعكم أيها الأبوين أن تخصصوا يوماً على الأقل لهذا الشأن ، عندما تكون الأم منفردة بابنتها والأب مع ابنه في رحلة لمنطقة منعزلة ، حتى لا تتعرضان لأى إزعاج من أحد وتكلمان على راحتكما .

### أساس للزواج

عندما بلغ ابني السادسة عشر من عمره ، قضينا إجازة أسبوعية طويلة سوياً ، وكان في ذلك الوقت يبدى اهتماماً شديداً بفتاة جميلة . وبالرغم أنه اختلط كثيراً بالفتيات سواء في الحفلات الاجتماعية ، في الكنيسة أو المدرسة ، إلا أنه للمرة الأولى يبدى اهتماماً غير عادى بفتاة معينة . كان من السهل علينا إدراك ذلك ، لأنه كان عندما يرق جرس التلفون ، لا أحد منا يحفره للقيام بالرد ، بل إنه في قفرتين يكون قد وصل إلى سماعة التلفون . وعندما يحلق ذقه كان يبدى اهتماماً فائقاً



بذلك ، وانتهج أيضاً خطوة خاصة وهو يخطو في الشارع أمامنا ، كل هذه الشواهد تؤكد أن ابننا قد كبر .

واضعاً كل هذه الاعتبارات في ذهني ، خططت أن أقضى معه وقتاً سعيداً في مناقشات هامة . وألخص لكم هنا أساسيات ما تحدثنا فيه ( بالمناسبة ، كنا قد تطرقنا لهذه المواضيع من قبل ) .

كانت النقطة الأولى التي ركزت عليها حقيقة أن العلاقات الجنسية قبل الزواج عمل خاسر وبطال ، وأن هذه العلاقة تعتبر أخلاقياً وكتابياً فعل خاطئ - والله لا يجرى أي استثناءات في هذا الشأن ، ويحذرنا دائماً قائلاً « الجنس خارج العلاقة الزوجية هي خطيئة » . إن الله لم يخبرنا بذلك لأنه يرغب في منعنا من الحصول على قليل من المتعة والمرح ، لكن لأنه يحبنا بشكل بالغ ويريد أن يتحقق لنا في الحياة أفضل ما فيها لنعيش .

المنطقة الثانية التي غطيتها - وكان هو يشك فيها من قبل ، مماثلاً في ذلك ٩٩٪ من الشباب عندما تبدأ هرموناتهم وجيناتهم في العمل - أن العلاقة الزوجية هي في الحقيقة من أجمل الخبرات الإنسانية التي يمكن أن يحصل عليها البشر ، وقد ساهمت السينما ، التلفزيون ، الروايات والمجلات في ترويح هذا الرأي . وأن إنكارى للجاذبية التي تحدث بين الرجل والمرأة بشكل تلقائي سوف يعتبر غباءً محضاً مني ، وستدمر أي ثقة يديها ابني في أقوالى .

النقطة الثالثة التي أبديتها هي قولى إن الزواج الناجح ينبني على الثقة . إذا أحجم هو وفتاته عن أى نشاط جنسى أثناء فترة التعارف ، وإذا كانا فعلاً مهتمين ببعضهما وانتهت علاقتهما بالزواج ، فإنهما سوف يبعدان يوماً عن بعضهما بسبب قرب ولادة

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

طفل أو بسبب القيام برحلة عمل ، لذا إذا امتنعا عن إقامة علاقة جنسية قبل الزواج ، فإنهما سوف يشيدان علاقة مبنية على الثقة متبادلة أكيدة هي أساس الزواج الناجح . لقد أكدت له ، طبقاً لما أذكركه والمعلومات التي قرأتها ، أن شباب السادسة عشر من العمر والثامنة عشر يكونون في أوج نشاطهم الجنسي ، لذا إذا حافظوا على أنفسهم وامتنعوا عن الممارسة الجنسية المختلفة ، فإنهم سوف يواجهون صعوبات أقل في البقاء مخلصين لأزواجهم طوال الحياة الزوجية .

النقطة الرابعة التي أثرتها مع ابني ، هي أنه إذا لم تكن تلك الفتاة من نصيبه ، حينذاك سيكون مدعاة لفخرها أن تصرح يوماً بقولها « من الأشياء العظيمة التي حدثت في حياتي هي أن موعدي الأول كان مع توم زيجلر الذي عاملني كفتاة محترمة » . ووضحت لابني أنهما ربما يصبحان أصدقاء طوال العمر بعد ذلك ، ويمكن له أن يتحرك هنا وهناك بضمير صالح سليم .

**كثير من الآباء لا يخبرون أبناءهم أبداً أن الجنس**

**خارج إطار الزواج ليس شيئاً "يفعله الجميع"**

### ليس هناك خيار مقبول

خامساً ، أوضحت له أن الانغماس في الجنس ، سواء كنت الفتى أو الفتاة ، ليس هو عمل خاطئ فقط ، بل هو أيضاً يقود إلى التشويش والنتائج المدمرة .

إذا حدث حمل ، هنا يجب اتخاذ قرار ما . هل سيتزوجان ؟ هل يتم الإجهاض ؟ هل ستم ولادة الطفل خارج نطاق الزوجية ؟ علماً بأن الكتاب المقدس الذي يؤمن

به كل المسيحيين يؤكد أن الإجهاض جريمة ( خروج ١٣ : ٢٠ ) ، لذا فهذا الاختيار مستبعد تماماً . لذلك ، هناك قرار آخر يمكن النظر فيه . هل سيتم الاحتفاظ بالطفل والعمل على تربيته ؟ أو سوف يعرض للتبني ؟

اتخاذ كل هذه القرارات والتفكير فيها مؤلم للغاية ، فكل اختيار منها يقودنا إلى مشكلة ، وهناك مشكلة تكتنف كل خيار .

المراهقات الحوامل يتعرضن إلى مشاكل صحية خطيرة ، والأطفال الذين يولدون منهن معرضون بالأكثر إلى العيوب الخلقية بدرجة تزيد معدلاتها عن الأمهات الأكبر سناً . وللأسف ، فإن نسب وفيات هؤلاء الأطفال مرتفعة للغاية .

لقد أكدت على ابني أن الحمل غير المرغوب فيه أو المخطط له سوف يغير بشكل كامل من حياة المراهقين ، فإذا اختار الفتى أن يتزوج بالفتاة ، فمعنى ذلك أنه مضطر لهجر تعليمه وخططه للمستقبل وكثير من أحلامه وأمنيائه . وإذا اختار أن لا يتزوج الفتاة ، سوف يستمر في الحياة وهو مثقل بذنب خيانة الأمانة التي أولتها له الفتاة .

لقد أوضحت له أنهما إذا انغمسا في علاقة زوجية قبل الزواج ، فمن المحتمل أن يشعرا بالذنب ، وكنتيجة لذلك ، سوف يضطرا إلى الزواج . والزواج بسبب الشعور بالذنب لن يؤسس علاقة زوجية سعيدة وصحية .

### لن يتيسر لكما التعرف

المنطقة الأخيرة التي تعمدت أن أثيرها مع ابني هي : إذا تورطا في علاقة جنسية ، لن يتيسر لك أن تتعرف جيداً على فتاتك . على السطح يبدو هذا الكلام غريباً ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

لكن التفسير سهل وبسيط . ما أن تبدأ العلاقة الجنسية ، فإن احتمالات قطعها تكاد تكون ضئيلة . في الحقيقة ، عندما يظهر الجنس في الصورة ، كل ما يشغل فكر الاثنين سوف ينحصر فقط في تدبير الالتقاء للممارسة ( وهذا صحيح تماماً بالنسبة للفتى ) ، هما يخططان ، ويخترعان كل حيلة بشرية لينفردا ببعضهما . وأوضحت لابنى أن هذا الأمر يجعل من الفتى إنسان مختلس وكاذب ، ويعكر الصلة التي تربطنا نحن الأبوين به ، وكذلك صلته بأبوى الفتاة .

أخبرته أيضاً أنه إذا كانت العلاقة الجنسية هى فقط التي تشغلها ، فإن ذلك سوف يحدد أو يمنع المناقشات الهامة فيما بينهما والتي سوف يبنى عليها زواج ثابت الأركان . لن يتيسر لهما أن يسألا : هل سوف يعمل كلانا أم واحد منا فقط ؟ كم طفلاً نود إنجاب ، أو ربما لا نريد أطفالاً ؟ ما هى فلسفتنا في تنشئة الأطفال ؟ أين سوف نتعبد لله ؟

كانت تلك الفترة هى أهم الفترات التي قضيتها مع ابنى ، لكن أكرر بأنها لم تكن هى المرة الوحيدة التي نتكلم في مثل تلك الأمور أثناء فترات نموه المختلفة .

### تكلّموا معهم أيها الآباء

كل ما أهدف إليه من مناقشاتى لتربية طفل إيجابى ذي أخلاقيات حسنة ومعد للمستقبل ، هو أن أوضح أهمية أن نلتفت إليه وننصت ونكون مستعدين دائماً للحديث معه .

أحد أهم مفاتيح الاتصال لإدراك أي مسألة أو موضوع ، بالأخص المسائل التي تشغل ذهننا هذه الأيام ، هو أن نهى كل مناقشة بفاصلة بدلاً من نقطة . في نهاية كل حديث في تلك الموضوعات ، على الأب الحكيم أن يقول أريدك يا ابنى أن

تذكر جيداً أنك في أى وقت تريد فيه أن تستأنف هذا الحوار ، سوف تجدنى سعيداً بذلك ، وأعدك بأن أعطيك جواباً أميناً . هذا الاتجاه يظهر ويوضح الإحساسات النبيلة وحسن التصرف .

### مسألة العلاقة الجنسية المثلية

من المسائل التي تشغل الآباء هى العلاقة الجنسية المثلية ، فالآباء يريدون أن يعرفوا ما الذى يمكن أن يفعلوه لكى يطمئنوا على بناتهم وأولادهم ، وإنهم سوف ينشأون بشكل طبيعى مستقيم . هم يضطربون عندما يسمعون أو يقرأون عن أمور متعارضة مع بعضها البعض . وقراءة كتاب جون انكربرج عن « حقائق الجنس المثلى » مفيد في تلك الحالة .

### دور الأب

الدور الهام في موضوع الجنس المثلى يقع على عاتق الوالدين ، فعندما يكون الآباء غائبين عن البيت سواء جسدياً أو نفسياً ، هنا ربما يعانى الأبناء من مشاكل التوافق الجنسي . إحدى المظاهر النفسية التي ينطبع عليها المماثلين جنسياً تشمل تعايشهم مع أم ملتوية غير محبة أو ودودة ، أيضاً يكون تصرف الأب مع ابنه عدائياً ودائماً ما يكون مبتعداً عنه وأقل حباً بالمقارنة مع آباء الفتيان الآخرين الذين يفضلون التعامل مع الجنس الآخر .

في دراسة أجريت على أربعين من الرجال الشواذ ، لم تتواجد حالة واحدة قرر فيها الشاذ أنه كان على علاقة حسنة مع أبيه ، ووجد أيضاً أن آباء هؤلاء الناس لا يهتمون كثيراً بأسرهم . وفي معظم الأحوال ، تركت مسألة اتخاذ القرارات الهامة في

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الأسرة على كاهل الأم .

كثير من المثاليين قرروا أن بيوتهم وطفولتهم كانت تحت حكم وتصرف الأم . في تلك البيوت ، ولا يحاول الأب أو الأم أن يشجعا الأبناء على انتهاج نشاطات أو اتجاهات سليمة .

إننى أشير إلى هذا الموضوع لأنبه الآباء على مخاطره وأشجعهم على عدم اليأس إذا انخرط الابن في هذا الموضوع ، حيث يمكن بالفعل مساعدته .

لتربية الأبناء الإيجابيين ذوى الأخلاق المتينة القويمة ، يجب أن ننصت للأبناء ونتكلم معهم ، يجب أن نعاملهم وننظر إليهم كأناس وبشر - بشر صغير ، بشر يافع ، بشر شاب . يجب أن نعلم أن لديهم مشاعر جنسية تكون في اعتبار الأب والأم وما زال الطفل صغيراً . إنهم في حاجة لمن يفهمهم ويقبلهم ويتعامل معهم بطريقة إيجابية كلها حب وود .

---

أحد المفاتيح الهامة لتحقيق الاتصال بالنسبة

لأى موضوع أو مسألة هو أن ننهي كل

مناقشة بفاصلة وليس نقطة.

---

•••••

## تقييم شخصى

١ - من الذى علمك الأمور الجنسية ؟

٢ - كيف تريد أن يتعلم أبنائك عن الجنس ؟ ومن ؟

٣ - كيف يمكنك أيتها الأم أن تتفاهمى مع أبنائك فيما يختص بالأمور الجنسية ؟ وأنت أيضاً أيها الأب ؟

٤ - عند التسلح بالحقائق الواقعية ، سوف يقابل ابنك أو ابنتك كل المواقف بشكل أفضل . هل هذا خطأ أم صواب ؟

٥ - ربما ارتكبت بعض الأخطاء وأنت تعلم أبناءك حقائق الجنس - ما الذى يمكن أن تفعله لتصحيح ذلك ؟

٦ - اقرأ مرة أخرى عن الرحلة التي قمت بها مع ابنى . ولخص الحوار الذى دار بيننا . هل هناك فائدة إذا جربت نفس هذا الأسلوب مع ابنك أو ابنتك ؟



## الفصل الثاني عشر

### الانتهاك والتحرش الجنسي

ربما يكون هذا الفصل هو أهم فصول هذا الكتاب ، وآمل أن تكون المعلومات التي به سبيل لإنقاذ عديد من الأبناء الذين كانوا ضحية للانتهاك وذلك بتنبيهكم أيها الآباء والأوصياء فيما يختص بتلك المشكلة وتقديم بعض التوصيات لاتباعها . هذا في غاية الأهمية لأنه موضوع صعب ، لكن ليس مستحيلاً بأى شكل من الأشكال بأن يصبح الابن الذى تعرض للانتهاك إنساناً إيجابياً وحرراً من المشاكل النفسية . لاحظ أن ٨٠٪ من حالات الانتهاك تحدث من أشخاص يعرفهم الابن معرفة وثيقة ، ربما يكون زوج الأم ، رئيس الكشافة ، الجار ، الصديق . وكلما أسرعنا في اكتشاف الانتهاك وأوقفناه ، كلما زادت فرصة الشفاء .

وهذا المقال الذى قرأته في إحدى المجلات هو أفضل معبر عن هذا الموضوع من حيث التعرف على الضحية ومحاولة مساعدته .

الضحايا غالباً ما يكونون من النوع الهادئ ، السعيد ، وفجأة يصابون بحالة من الاكتئاب ويعانون من الأحلام المزعجة والكوابيس ويعبرون عن مخاوف لم تصدر منهم من قبل . لذا فإن الفصول ربما يستثار .

إذا كان انتهاك الأبناء خارج المنزل ، فإنهم ربما يرفضون الذهاب للمدرسة أو

## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

الحضانة ، وربما يكون ويتمسكون بالأم . ربما يحدث لهم نكوص وارتداد - ينسون تدريبات التواليت ، أو يعودون إلى التحدث بلغة الأطفال - وهذا ما يتفق عليه المحللون والعاملون في المجال الاجتماعي .

وتخبرنا آن كلارك ، الخبيرة في مجال انتهاك الأطفال في تكساس بالآتي :  
 « ربما يبدأ الطفل في التقبيل بفم مفتوح أو بأى طريقة غير طبيعية ، أو يستخدم تعبيرات مختلفة لأجزاء الجسم لم يستخدمها من قبل . بالنسبة للفتيات فإن ازدياد حجم الطمث لعله يكون دليلاً على الانتهاك » وتضيف الباحثة « عندما يلاحظ الآباء هذه المؤشرات على أبنائهم ، فإن الخبراء ينصحون بعدم الذعر وأن يلتزموا الهدوء ، حتى ولو كانت قلوبهم تشتعل من الداخل ، تكلم بصوت حيادى هادئ وبتعابير مألوفة ، فالسلوك المتفجر يخيف ويرعب الابن » .

تقول بارنى هيساناجو المديرية الطبية لإرشاد الآباء « ربما يظهر على الآباء مشاعر الاندهاش ، الغضب ، الامتعاض أو كل هذه عندما يعلمون بالواقعة . لكن إذا كان رد فعل الأب الواضح هو الصدمة والمفاجأة ، فإن الابن سوف يفكر في نفسه « لقد فعلت شيئاً خاطئاً »

تخبرنا أيضاً شيريل ديلمان ، المحللة في مركز دراسة الطفل في فورتورث الآتي :  
 « الطفل الصغير على وجه الخصوص يحس برعب بالغ من رد فعل الآباء ، وهذا يجعله يخرس ولا يتكلم في الموضوع مرة أخرى ، لأن الأطفال عموماً حساسين للغاية لما نظهره من عواطف » .

وتضيف الباحثة اليس ويدنهوف قائلة « من الطبيعى أن يكون الأبوين حساسين لهذا الموضوع ، وهذا أفضل سبب يدعو للإسراع بالاتصال بأى متخصص أو جهة

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

خدمات استشارية تستطيع أن تتكلم مع الطفل ، بدلاً من استقصاء التفاصيل بأنفسهم . إنه من الأهمية بمكان بالنسبة للعائلة أو المستشار لكي ينجحوا في إعادة الطفل إلى حالته الطبيعية أن يقنعوه بأنه لم يكن هو المخطئ » . وتضيف وندهوف قائلة « يجب أن تفهمهم بأنهم ليسوا هم المسؤولين ، وليس هناك داع لأن يشعروا بالذنب . . قل للطفل إن المعتدى لديه مشكلة ، وأنت أنت والآخرون سوف تحمونه بحيث لا يحدث هذا الأمر له مجدداً . إذا أكدت له بأنه لن يرى المنتهك مرة أخرى ، فهذا سوف يساعده ، مع ذلك ، لا تفعل هذا دون التأكد بأن ما تقوله هو الصحيح » .

تقول الباحثة ديلمان « لتطمين الطفل يمكن أن تقول له « هذا الشخص قد خدعك وكذب عليك ، بالطبع أنت خائف » وتضيف قائلة « يجب أن تعيد بناء صورة الطفل الذاتية ، وكلما حصلوا على شعور إيجابي ، كلما تغلبوا على ما حدث معهم . وإذا كانوا متفوقين أو ناجحين في أداء عمل ما أو في المدرسة ، فهذا عادة ما يساعد كثيراً » .

وتضيف الباحثة هيساناجو « تأثير ما حدث للطفل هو ما يجب أن يتعامل معه المخلل ، فهذا التأثير قد يتحول إلى الشعور بالذنب ، خوف ، كوابيس ، اكتئاب ، هبوط معنوي . والفتيات اللاتي يحدث لهن ذلك يحسن بأنهن أصبحن « بضاعة بائرة » ، أما بالنسبة للأولاد الكبار فربما يشعرون بأنهم سوف يصبحون شواذاً بسبب التجربة التي تعرضوا لها » .

وتضيف قائلة « إنها فكرة جيدة أن تعطى للابن قائمة بأسماء من يلجأ إليهم ليتكلم معهم إذا حدث هذا الأمر مرة أخرى ، تضع في القائمة أسماء من تثق في حكمهم من الأقرباء والأصدقاء ، بذلك يعرف الولد أن هناك من يستطيع أن

يتكلم معه . الأطفال يشعرون بالراحة عندما يتعاملون مع مشكلتهم سواء بالكلام أو العلاج باللعب ، هذا يشبه ما يفعله البالغون عندما يفصحون عن مشاكلهم النفسية أمام الطبيب النفسى .

تقول ديلمان أيضاً « كان لدي طفلة صغيرة اعتادت دائماً أن تضرب دميتها المسماة بوفو قائلة « هو كان سيئ ، كان سيئ ، كان سيئ . إذا حاول أن يؤذيني مرة أخرى ، سوف أضربه مجدداً » وأضافت الباحثة « كان هناك أيضاً طفلة أخرى عملت معها ، وكانت التجربة التي مرت بها قاسية ومفزعة ، وكان لها مقدرة مدهشة على حكي الموضوع بتفاصيله بوضوح تام مراراً وتكراراً ، إلى أن لم تعد تلك المسألة راسخة في ذهنها بالقوة التي كانت عليها في مراحلها الأولى » وتقول ويندهوف « بالرغم أن أى انتهاك للطفل داخل حدود العائلة له تأثير مدمر على نفسية الطفل ، إلا أنه إذا حدث خارج حدود العائلة ، فإن تأثيره لن يكون ماثلاً في السوء ، كأن يكون قد حدث في الحضانة أو المدرسة ، لأنه ما زال هناك أمان العائلة التي سوف تقف معه وتساعد في تجاوز تلك المحنة » .

لحماية الأطفال من الاعتداء ، يجب التنبيه عليهم بأن هناك أجزاء في جسدهم تعتبر خصوصية وأنه ليس مسموحاً للآخرين أن يلمسوها . يقول الخبراء يجب أن يدرّب الطفل للتمييز بين « اللمسة الجيدة » و « اللمسة السيئة » ونقول لهم « اصرخ » وقل « إذا حاول أحدهم أن يلمسك بشكل سيئ » . وتأكد أن طفلك يمكن أن يحدثك دائماً أو يحدث أحد البالغين المأمونين عن الأفعال المخيفة « كالانتهاك ، المشاكل في المدرسة ، أو المشاعر الغريبة » . وتضيف ديلمان قائلة « أعتقد أن أفضل وسيلة لمساعدة الطفل ليحدد أنه لمس بطريقة سيئة هو أن تجعله يرتدى لباس البحر وتقول له أو لها ، ليس مسموحاً لأحد أن يلمس أي جزء يغطيه

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المايوه ، ما عدا الطبيب بالطبع » .

وتقول كلارك « كثيراً ما يحس الأبوان بالإحراج وهم يناقشون المسائل الجنسية مع أولادهم . نحن نُعلّم أولادنا أن يحترموا السلطات المختلفة ، وأن يطيعوا مدرسيهم ، لذلك تعمل هذه التعليمات ضدهم في حالة الانتهاك . نحن نُعلّم أبناءنا كل القواعد والأعراف ، لكن للأسف لا نُعلّمهم كيف يتصرفون إذا حاول أحدهم لمسهم بطريقة غير طبيعية . الأولاد في حاجة لأن يتعلموا أنه في مقدورهم أن يصرخوا في البالغ « لا تلمسني هكذا » أو « ابتعد عني » ، علماً بأن كل المستشارين يؤكدون أهمية التفرقة بين التواصل الصحي وتخويف الطفل » .

### من هم المنتهكون؟ لما يفعلون هذا؟

عندما يتطرق لذهننا أن فرداً من العائلة أو بالغ ينتهك طفلاً ، فإننا نحس برد فعل عنيف ونصدق الأمر بصعوبة بالغة . لكن من هؤلاء الأشخاص ؟ من أين أتوا ؟ ما هو تكويناتهم ؟ .

نشرت جريدة دالاس تايمز هيرالد مقالاً كتبه جون سويني موجهاً للقراء ذلك السؤال هل حضنت ابنك هذا اليوم ؟ إذا لم يحدث ذلك ، فإن منتهكاً سوف يفعلها . في هذا المقال كتبت :

معظم المنتهكين لا يقدرّون ذاتهم ولا يثقون في أنفسهم ويتميزون برد فعل منخفض وعلاقات سطحية ، ولا ينشئون علاقات غرامية مشبعة وطويلة الأمد . كثير منهم من النوع المتوحد الفردي . كثير منهم لديه أدوات مساعدة للانتهاك مثل الكحوليات والمخدرات ، ولهم خبرات فاشلة مع النساء ومواعيد لم تتحقق معهن وتجارب زوجية غير ناجحة ، والبعض أحس بالفشل عند قيامه بممارسة الجنس

الطبيعى . المنتهكون كثيراً ما ينشأون في عائلات غير سوية ، ينقصها النظام العادل والثبات والحب ، وربما يكونون قد تعرضوا للانتهاك أو الحرمان ، ومن الممكن أيضاً أن يكونوا صغاراً أو كباراً في السن ، ذكوراً أو إناثاً . ومنتهك الطفل العادى لا يلجأ للتهديدات الشديدة ، هو يعمل على إغراء الضحية .

يقول السارجنت جوزيف بوليسار من شرطة نيومكسيكو إن الشمس تشرق وتغرب مع الطفل ، وهؤلاء المنتهكون يذلون الساعات من وقتهم ليكتسبوا ثقة الطفل . هم يختارون الولد الذى ليس من المحتمل أن يرفض ، وهم غالباً ما يتعدون عن هذا الذى يقاوم ( أيها الآباء ، لاحظوا تلك الجملة الأخيرة ) . رجال مثل هؤلاء يبحثون عن الفرصة للبقاء وسط الأطفال . ربما يبحثون في مجال خدمة المجتمع ، أو يبحثون عن وظائف تتعامل مع الأطفال دائماً وبجهات مؤتمنة - مدرب رياضى ، الكشافة ، مستشار مخيم صيفى . وهذا ما يؤكد الدكتور بروس جروس عندما أضاف قائلاً « إنهم يبدون كأى إنسان عادى في المجتمع ، وعندما يفضل هذا النوع الفتيات الصغيرات ، فإن فرص تواجده معهن ستكون قليلة ، لذلك ربما يبحث عن أم وحيدة يستخدمها كطريق للوصول إلى ابنتها الصغيرة » . ويقول الدكتور رولاند سامت « هو على وجه العموم يبدو كأنه مشارك جيد مع الأطفال ، فهو يعلم الطفل كيف يقدر الجنس ، هو يشعر في قرارة نفسه أنه يحقق معايير للعلاقة التي يمنع الأطفال من ممارستها مع البالغين ، ويشعر أن مهمته الأساسية هي أن يعطى الأطفال فرصة ليحربوا الجنس وما فيه من متع ! » « مع ذلك ، فمهما كانت الأسباب ، ما أن ينتهك البالغ طفلاً حتى يصبح مدمناً لذلك ، وما أن تخترق الحدود حتى يستمر في هوايته إلى ما لا نهاية » .

## المنتهك يغري الضحية هكذا

حوالى ٨٠٪ من الضحايا يعرفون من هم المنتهكين ، ربما يكون هو جارك الطيب أو الإنسان اللطيف الذي يقول للآباء « لماذا لا تتركونى أساعدكم ؟ يمكن أن يقيم معى هذا الطفل لمدة يومين فقط » . وما أن تستقر الضحية في عرينه ، حتى يظهر عامل الإغراء الذى ربما يكون الحلوى ، اللعب ، الرحلات إلى المنتزهات أو السينما والمسرح . وما أن يشعر الولد بالراحة والسعادة حتى يجرى معه هذا اللطيف بعض الدغدغة أو المصارعة التي تبدو بريئة ، ثم يأتى دور عرض صور الأطفال العراة عليه ، وهى تستخدم كوسيلة لتقليل مقاومة الطفل . يبدأ أولاً بصور أطفال عرايا فقط وهم مبتسمين وسعداء وليسوا في أوضاع جنسية ، أو يظهر له صور ضحايا السابقين أو مجلات نوادى العراة ، أو كتب تعليم الجنس مثل كتاب « دعنى أشاهد » الذى كتب كمنهج تعليمى للأطفال في شئون الجنس ، وهو يعتبر من أهم الكتب التي يستخدمها المنتهكون للإغراء ، فالطفل من طبيعته الفضول ، فهو يسأل « كيف تعرى هؤلاء الأطفال ؟ » فيجيب الشخص المؤتمن « هل أعرض عليك أبداً شيئاً مخالفاً أو خاطئاً ، هؤلاء الأطفال يتمتعون بقضاء وقت لطيف ، وأنت جميل مثلهم ، هل تود أن أصورك مثلهم ؟ وكلما انغمس الطفل ، كلما قلت فرصة هربه ، وقد يحاول البعض الهرب ، هنا يأتى دور التهديد . وعندما تلتقط الصور له ، يهدد المنتهك بأنه سوف يعرضها على الأبوين ، إلا إذا . .

## تذكر ما تهدف إليه

كما كررت كثيراً في هذا الكتاب ، أقول إننا نبحث في موضوع تربية الطفل الإيجابى ، وهو الذى سوف يفعل المثل عندما يكبر ويتزوج ، فإذا تم تلقينه منذ البداية التعاليم الأخلاقية مع إنشاء علاقة وثيقة وثابتة بين الأب وابنه ، فإن الأزواج والآباء



## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

سوف يشيدون علاقة وثيقة في المنزل وبذلك لن يميل الأبناء بعد ذلك إلى الالتجاء للمنحرفات أو باقى النسوة ، وعلى الزوجات والأمهات أن ينشئن علاقات طبيعية ومشبعة مع أزواجهن وأبنائهم أيضاً .

إذا كنت أبا تسعى إلى أمان ورعاية ابنك وأن تفعل كل ما في جهدك لتحميه أو تحميها من المنتهكين ، فإننى أشجعك بكل قوة أن تتمسك بالقيم الأخلاقية والدينية . وللأسف ، ربما تكون إنساناً سوياً ذا أخلاق متينة ومطيعاً للقانون والعرف ، مع ذلك تفقد ابنك بسبب هؤلاء المنتهكين .

الآباء الذين لديهم أطفال صغار في السن ، عليهم أن يرعوا أبناءهم وينتبهوا لعلاقاتهم في كل مجال من مجالات الحياة .

### لا .. لا للتورط الجنسي

التحرش الجنسي في مجال العمل حقيقة معروفة ، وهو مشكلة تتزايد وتتصاعد . ولحسن الحظ صدر العديد من القوانين وهناك الكثير من السوابق القضائية التي تصلح لاستخدامها إذا زاد التحرش عن حده وأصبح عنيفاً . مع ذلك ، فإنه من الأفضل أن تحت ابنتك أو ابنك لترك الوظيفة التي يشغلها ويتعرض فيها لتلك المشكلة بدون اللجوء للإجراءات القانونية .

بأخذ ذلك في الاعتبار ، دعنا نلقى نظرة على ما يحدث ، وكيف نعد أبناءنا لأن يتعاملوا مع التنبيهات الجنسية غير المرغوبة أو المفتعلة عندما يدخلون سوق العمل .

أحياناً يظهر التحرش بشكل لطيف محب وكله مكر ودهاء ، أحياناً أخرى يكون خشناً ، قاسياً ، هوجائياً ومستمرّاً . في كل الأحوال يجب التعامل معه ، وأن يستعد

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

له أولادنا ويحذروا منه .

في أحيان كثيرة تتعرض الفتيات الصغيرات ( والكبيرات أيضاً ) وكذلك ( الأولاد ) للتحرش الجنسي من زملائهم في العمل ، الملاحظين ، الرؤساء ، في مكان العمل ، في ثكنات الجيش ، في المصانع والمدارس . . . إذا كان على الفتيات الصغيرات أن يرفعن من هوائيات التحذير إلى أعلى ويجعلن إدراكهن في كامل لياقته ، لن يجدن أفضل من مواقف التحرش الجنسي .

يجب أن تبدأ في تعليم أولادك عن أبعاد هذه المشكلة في الوقت الذي تقول لك فيه ابنتك أنها تبحث عن وظيفة ، وربما حتى كراعية لطفل . وفي حالة قيامها بهذه المهمة بالذات ، على الأب والأم أن يعلما بكل الظروف المحيطة وكذلك الناس الذين سوف تؤدي لهم هذه الخدمة .

### بعض المحددات

الملاحظات التالية مفيدة ويمكن أن تتشارك مع ابنتك فيها .

١ - أيتها الفتاة ، عندما تعملين كمرافقة لطفل ، وإذا حضر شخص ما إلى المنزل ( إلا إذا كانت لك معرفة سابقة به أو عندك علم سابق بحضوره ) يجب أن لا تدعيه للدخول إلى المنزل قبل أن تتصلى بأبويك لتفعلي ذلك . سوف يجن هذا الشخص بالطبع ، لكنه سوف يتغلب على ذلك ، تذكرى ، أنت مسئولة عن الطفل ومسئولة أيضاً عن نفسك .

٢ - أثناء فترة المساء ، إذا قال شخص ما شيئاً لا تستريحين له ، يجب أن نخبرنا عما قاله أو فعله .

## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

أيها الأب ، فى معظم الأحوال ، يكون عليك واجب استجلاء كل ما حدث أثناء الأمسية بعد عودة ابنتك إلى البيت ، هذا يعتبر إعداد جيد لابنتك عندما تحصل على عمل ثابت وتعود فى وقت متأخر . أنت فى حاجة إلى التنبيه المستمر لها بأنه إذا حاول ذكّر فى المنزل الذى تعمل فيه - سواء كان أخ أكبر ، الزوج ، العم أو الجار الزائر - لأن يقول شيئاً له مدلول خاص أو حاول أن يحتضنها ، يجب أن تعلم أنت بذلك . وإذا حاول أحدهم أن يقوم بتوصيلها إلى البيت بسيارته وطلب أن تجلس بجواره ثم يضع يده على جسدها أو يحاول أن يحيطها بذراعه ، حينئذ عليها أن تخبر هذا الشخص بأنها لا تشعر بالراحة من جراء تلك التصرفات ، وتخبرك أنت أيضاً عنها . إذا ظهر أى دليل ، مهما كان بسيطاً عن حدوث تصرف غير مقبول تجاه ابنتك ، فلا يتم السماح لها أن تعمل مرافقة لطفل هذا المنزل بعد ذلك .

**من يحذر يستطيع ويجب عليه أن يسأل.**

### بعض الرجال منحرفين

الدخول المنتظم إلى عالم الأعمال له شأن آخر ، سوف تصبح الفتاة فى السادسة عشر من العمر على الأقل ، لذا يمكنك أن تتكلم معها بأكثر حرية . فى تلك السن سوف تتوافق هى مع مشاكلها الجنسية وما قد تتعرض له فى عالم الأعمال . مع ذلك ، فإن فتاة السادسة عشر لا تتناسب مع فتى الواحد والعشرين وبالتأكيد ليس مع رجل الخامسة والثلاثين أو الخامسة والأربعين .

كثير من الأحيان يتخذ هؤلاء مظهر « الأبوة » ويستخدمونها كعذر للحرية التى

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

سوف يعاملونها بها والمطالب التي ييشونها ، وربما تكون بعض من تعليقاتهم ومحاولاتهم تبدو كأنها جزء من هذه اللعبة . عملياً سوف يحاول أحدهم أن يصطنع ألف محاولة من تلك المحاولات « البريئة » « والعرضية » ليغزو قلب ابنتك ، ربما تكون مصافحة تستغرق أكثر من ثلاث ثوان ، أو تصدر منه كلمة « أعذريني » وهو يلكزها بكل « براءة » ، أو يضع يده حول وسطها وهما يغادران المصعد المزدحم ، أو أن يسير حولها في ممر ضيق بمكان العمل ، أو أن يشجعها على الجلوس في مكتبه لمدة دقائق معدودة ليتبادل معها أطراف الحديث ، أو يساعدها على ارتداء معطفها ، وهكذا هناك العديد من الأشياء الصغيرة يصطنعها لينشئ علاقة شخصية معها .

بالتأكيد لا أود لك أو لابنتك أن تشعروا بجنون الاضطهاد عند قراءتكم لكل هذا ، لكن من يحذر إنما هو يسلم .

التملق والاهتمام هما أمضى الأسلحة في جعبة الغاوى ، وكثير من الفتيات الصغيرات عليهن أن يتحملن ما قد يصبه في أذانهم ، من عينة « يا لك من فتاة رائعة » « أجمل فستان رأيته عيناي » « أراهن أن أباك مستعد دائماً بعصا البيسبول في يده ليطرده المعجبين من حولك » « هذا العطر خطير ، ألا تخشين ما يمكن أن يحدث لنا عندما نتعطرين به ؟ » « أرجوكى لا تغضبى ، لكن أنت تستطيعين أن تعملى في صناعة الحلويات بكل سهولة ! » .

هذه النوعية من التملقات بالإضافة إلى الاهتمام بما تؤديه من مهام وظيفتها وضرورات « مسaire الجو العام » ، ربما تؤثر جميعها على حسن تفكير الفتاة الصغيرة ويؤثر أيضاً على مستوى أدائها في العمل . ( بالرغم أن بناتنا الصغيرات يتعرضن بدرجة أكبر للغواية ، لكنى أسرع بالقول إن الشباب الصغير ربما يقع أيضاً ضحية للسيدات الجريئات والكبيرات في السن . يجب التنبيه عليهم من هذه المخاطر وكيف

## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

يتجنبون هذه العلاقات الخطرة .

لكن لكي أكون منصفاً ، يجب أن أذكركم بالواضح من الأمور ، فالرجال في معظم الأماكن هم مؤدبون وعلى خلق ومحترمون . وهم يرحبون بأن تعمل ابنتك معهم ويعتبرونها كفرد من فريق متكامل . ولأن تكون ابنتك غير ودودة أو شكاكة مع كل شخص لن يكون بالأمر الواقعى وتصرف بجانبه التوفيق . بصراحة تامة أقول إنه أحياناً يكون الفرق ما بين الصداقة ومحاولة التآلف بغرض ضئيلة للغاية ، وأفضل تدريب للتفرقة بين الصفتين هى مدى صلة الفتاة بأبيها . وهذا في الحقيقة يدعونا إلى الاهتمام بأهمية دور الأب في تنمية العواطف الأبوية الحقيقية لابنته وأن يداوم على مدحها في كل المناسبات على مدار حياتها .

### كونى على حذريا ابنتى

كل ما ذكرناه نقصد به أن تحذر ابنتك بأن تكون حريصة وحصيفة عندما تلتحق بعمل جديد . لا يعنى هذا أبداً أن تكون متباعدة أو عدوانية ، ويعنى أيضاً أنها لا يجب أبداً أن تتورط في علاقات جنسية بالرجال ، وبذلك تدمر قيمها الأخلاقية ويؤثر بعد ذلك على كل حياتها بالسلب ، ويعنى أن تحاول تجنب المديح المبالغ فيه أو المغازلة كما لو كان هذا هو مرض الطاعون ، ولا سيما ما قد يصدر من المتزوجين من الرجال . كل هذا سيؤدى في النهاية إلى انكسار قلبها وتواجه بعد ذلك الكارثة .

واضعاً كل هذا في اعتبارك أيها الأب ، أرجوك أن تتحدث مع ابنتك وتحذرها بأن تكون حريصة تماماً ، وأن لا تتهاون وتبدي ترحيباً وانتباهاً خاصاً لمن يحيط بها من الرجال . العين هى المفتاح . وأنت أيتها الأم ، هنا لك دور هام ، نبهى ابنتك بأن تكون على حذر ، وأنه بنظرة واحدة من عينيها يمكن أن ترسل كمية هائلة من

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

إشارات المغازلة ، أيضاً كوني مهتمة بطريقة ارتداء ابنتك لملابسها ، فالفستان المحزق القصير يمثل دعوة لإثارة المتاعب ، والصدري المحبوك أو البلوزة المنخفضة إلى حد كبير بحيث تظهر أكثر مما تخفى ليست جميعاً مما يناسب جو الأعمال .

على الآباء أن يشرحوا لبناتهم أن الرجال ينبهرون بالنظر ، وبعض منهم له القدرة على منطقة أى شئ ، وكثير منهم يتمتع بخيال خصب يسمح لهم أن يلوموا الفتاة لأنها شجعتهم على إثارة مشاعرهم ، لأنها تطلب ذلك . تذكر أن هناك العديد من الشبان خارجاً ينتظرون ابنتك . اخبر ابنتك أن الأسلوب الإغوائي وطريقة ارتداء الملابس ليست مناسبة في كل وقت وزمان ، ولا سيما في جو الأعمال والمكاتب . فهذا هو طعم الصنارة الذى يجذب الخطيرين من الرجال . الأب العملى يمكن أن يمد ابنته بالعديد من الأفكار والتحذيرات لأنه يعرف جيداً طبيعة ونفسية الرجال .

### كن مستعداً

شئ وحيد يجب أن تعلمه ابنتك ، وهو أنه أمر خطير عندما يتجرأ زميل لها في العمل ويهين أخلاقياتها . هذا الأمر لا يجب أن يمر بسهولة واستخفاف . من الواضح ، أنه عندما تبدأ الفتاة ممارسة العمل للمرة الأولى ، فإنها لن تتمتع بوقت سهل ، لذا من المهم أن تحذر ابنتك وتمدها بكثير من الاستعدادات . أنت في حاجة إلى أن تؤكد لها دعمك الكامل في رغبتها تجنب المغامرات الجنسية داخل نطاق العمل . إذا لم تستطع منع المعاكسة الأولى التي صدرت من رئيسها وهذا ما يحدث في معظم الأحيان - فإن المحاولة الثانية يجب أن تقاوم بكل حزم . هنالك مدخل آخر لهذا الموضوع وذلك بأن يبدو عليها الغضب ، وتخبر رئيسها بأنها صدمت ولا يمكن أن تصدق صدور هذا التصرف منه ، وإذا كان رجل كبير في السن ويقارب عمر أيها ، ربما تستطيع أن تحبطه بقولها إنه لو كان أصغر سنًا لذكّرها بأبيها .

## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

أعترف بأن كل هذه المعالجات صعبة إلى حد ما لأن كل إنسان يود أن يؤدي عملاً ناجحاً ولا سيما في بداياته الوظيفية وذلك لبناء مستقبل مشرق . وهذا هو السبب المحدد الذي يدعو بعض الرجال المنحرفين أن يسمحو لأنفسهم معاكسة الفتيات الصغيرات . هذا السلوك يعود أيضاً إلى من ينصح الفتيات أنهن لكي يدخلن عالم الأعمال عليهن أن يتماشين لكي يحققن شيئاً مذكوراً . هذا فكر حقير وغير حقيقي .

مما يزيد تلك المشكلة صعوبة حقيقة أنه ربما تكون الوظائف محدودة في المنطقة التي تعيش فيها الفتاة ، وربما لا تعمل سوى في الوظيفة الوحيدة المتاحة . لذلك فإن تعرض الفتاة للتحرش الجنسي محبط للغاية ، في تلك الحالة يجب أن نوضح للفتاة أنه في حالة استمرار المضايقات ، فإنها سوف تتخذ الإجراءات القانونية ، وإذا فصلت من عملها بسبب مقولتها هذه ، فلها الحق بعد ذلك أن تنفذ وعيدها . أعلم مدى الصعوبة التي يمكن أن تلاقها الفتاة الصغيرة وهي تخبر رئيسها أو صاحب العمل الكبير في السن معظم ما قلته ، مع ذلك ، مهما كانت الأحوال ، يجب أن يتناغم كل من الأب والأم مع مجريات الأمور ، لأنه ليس هناك وظيفة أو عمل يستحق في سبيل الالتحاق به المخاطرة بتدمير أخلاقيات ابنتك وانتهائها جنسياً .

**ليس هناك عمل أو وظيفة تستحق**

**انتهاك ابنتك أو الإساءة إلى أخلاقياتها**

### إذا كنت ضحية للانتهاك الجنسي

أخيراً ، أريد أن أكتب بعض الكلمات الإرشادية في موضوع شائك هو - غشيان



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المحارم . فإن تلك المشكلة تقف في القمة ويصدر عنها مأس حقيقية وعميقة . علينا جميعاً أن ندرك قسوة تلك المشكلة ، وهناك احتمال أن تحدث لأولادنا ، لذا نحن هنا نتطرق إليها بوجه عام .

في سنة ١٩٨٤ ، تشاركت مع جمهوري حول العالم في مناقشة تلك المشكلة التي تتزايد مرات حدوثها مع الزمن ، وكذلك تأثيرها المدمر على الضحايا . في خلال عملي كمحاضر لمدة خمسة وأربعين عاماً ، لم ألتطرق لموضوع أثار رد فعل بالغ سوى هذا الموضوع . لقد وصلتني مئات البرقيات والمكالمات التليفونية والزيارات الشخصية والخطابات ، جميعها يشجعني على التطرق دائماً إلى هذا الموضوع . لكن لماذا ؟ ، لسبب وحيد - هناك عديد من البالغين كانوا قرييين من الانزلاق في هذا النوع وكاد بعضهم أن يصبحوا ضحايا له ، لكن يصعب عليهم أن يعرفوا أنفسهم ، هم يشعرون بالأضرار التي حلت بهم ، لكنهم ليسوا بقادرين على طلب المساعدة ، أو لا يعلمون أن المساعدة موجودة ومتاحة .

في كثير من الأحوال ، بعدما أثير هذا الموضوع ، أفاجأ بأحد الحاضرين يتقدم نحوي وينظر في عيني بعمق ، ثم يشد على يدي ، وبصوت كله عاطفة وانفعال يقول لي بكل بساطة « أشكرك » .

يحجم الجميع من فتح هذا الموضوع ، لكنني على يقين ، كما لو كنت أعرف اسمي ، أن هناك ضحايا كثيرين ، وعندما أخاطب مجموعة من الناس وأتأمل في وجوههم وأعينهم ، أستطيع ، بقدر كبير من التأكد ، أن أميز هؤلاء الذين كانوا ضحايا لهذا النوع وهم صغار في السن .

أريد أن أذكر حادثتين وقعتا منذ عدة سنوات . في شيكاغو حضرت ستة من

النساء إحدى محاضراتي سوياً ، وعند مغادرتهن متوجهات لمنازلهن في ذلك المساء ، اكتشفن بعد تبادل للحديث ، أن ثلاثة منهن كن ضحايا لغشيان المحارم عندما كن صغيرات في السن . وكانت تلك هى المرة الأولى التي تعترف فيها إحداهن بما حدث لها . وكل منهن أعلن بأنهن يشعرن بأمل جديد يغلفهن مختلط بقدر كبير من الارتياح مع إزاحة للشعور بالذنب ، مما أعطاهن شعوراً متزايداً بقرب الشفاء .

في مناسبة أخرى ، تكلمت في هذا الموضوع داخل اجتماع كنسى . وفوجئت بإحدى السيدات التي أعرفها جيداً تقول بأنها أصيبت بصدمة شديدة لأننى تطرقت لهذا الموضوع داخل جدران الكنيسة . في نفس مساء اليوم ، عندما كانت تتناول طعام العشاء مع زوجها في مطعم ، عبرت عن دهشتها وقالت إن الموضوع خارج وأنه ليس هناك لزوم لإثارته بسبب القلة القليلة من الضحايا - وربما لا يوجد أبداً ضحايا لهذا النوع من الشذوذ . ساد هدوء تام بعد مقولتها هذه ، ثم اعترف لها زوجها بأنه عندما كان في السادسة من عمره ، اعتدى عليه جار لهم ، وكانت تلك هى المرة الأولى التي يدلى بهذه المعلومات لأحد .

لست ساذجاً لأصدق بأن تعريف المشكلة سوف يؤدي بالتالى إلى حلها ، لكنى إنسان واقعى وأعلم أنه في حالة وجود مشكلة ما ، فإنها لن تحل إذا لم تعرف جيداً وتنشر . إننى مقتنع الآن أن هؤلاء المعترفين وكثير غيرهم يرغبون في التقدم وتعريف ما حدث معهم ويطلبون المساعدة المتاحة فعلاً .

وهذا ما أتمناه لك أيضاً إذا كنت أنت الضحية ، لأن تأثيرك كأب أو كأم ربما يؤثر فيه ما حدث معك وأنت صغير .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### يجب أن تتخذ إجراء ما - الآن

تماشياً مع نفس الخط ، إذا كان زوجك ينتهك طفلك وتعلمين ذلك ، لكن لست مستعدة للاعتراف بها ، فأنت الآن لديك أقوى دافع لمواجهة الموضوع في الحال وبشكل حاسم . بالتأكيد يعتبر حماية الطفل العاجز له أهمية قصوى في حياة أي إنسان . إذا كنت تخشين على سلامتك ، أرجوك أن تلجأى إلى طلب المساعدة من النظام القضائي ، راعى الكنيسة أو المحامى ، يمكن أن يقدموا لك النصيحة والتوجيه الذى تحتاجينه لحماية حياتك ولمنع التدمير المستمر في حياة طفلك . أنت تتعاملين مع إنسان مريض في عقله ، وسوف يستمر في أفعاله إلا إذا اتخذ إجراء ما . وهذا هو أفضل ما يحدث للطفل . في الواقع إذا كان هذا موقفك ، فأنت ليس لديك « عائلة » في تلك المرحلة . إننى أشجعك - اتخذ قراراً الآن .

وإذا كنت أنت الذى انتهك الطفل ، ومعتاد على فعل هذه الجرائم الجنسية مع الآخرين وبالأخص الأطفال ، أقول لك في لغة واضحة بسيطة وبكل لطف وإنسانية ، أنت يا سيدى إنسان مريض بائس . أنت لست فقط تحطم حياة الطفل الذى تخيفه باستمرار ، لكن أنت أيضاً تدمر نفسك . إننى أشجعك أن تبحث عن علاج بشكل فوري ، وهناك احتمال قدره ألف إلى واحد بأنك تعلم بخطئك وخطيئتك ، وإنك بكل أمانة عاهدت نفسك أن تتوقف . الاحتمالات تقرر أنك حاولت جاهداً أن تمتنع ، لكن كما لا تستطيع أن تزيل زائدتك الدودية أو لوزك بنفسك ، فأنت أيضاً ، في معظم الأحوال ، لا تستطيع أن تعالج نفسك من هذا المرض الخطير .

إننى أشجعك أن تنتهى من قراءة هذه الفقرة ، ثم تطلب مكالمة تليفونية للمساعدة ، يمكن لطبيب نفسى أن يكون مفيداً لك ، حاول أن تقابله . لكن على أية حال ، أنت في حاجة ماسة للمساعدة ، ومحتاج لها الآن . افعل ذلك قبل

## ١٢. الانتهاك والتحرش الجنسي

قيامك بتدمير حياة من تعاهدت على حمايتهم وجبهم . وإذا كنت تحبهم أطلب المساعدة الآن ، وإلا استمر شعورك باليأس والحزن . تذكر أن الله موجود ، هو يحبك ويريد أن يساعدك . هو يستطيع ويفعل ذلك بالتصام ، لكن غالباً ما يفعل ذلك من خلال المستشارين . ابحث عن أحدهم .

أيها الآباء ، تأكدوا بأن أبناءكم في ظل حمايتكم ، كونوا في الصورة ، سلحوهم بأساس قوى من الأخلاق القويمة .



### تقييم شخصي

- ١ - ما هي الخصائص التي يتصف بها الطفل الذي تعرض للانتهاك الجنسي ؟
- ٢ - ماذا يمكن لكم أيها الآباء والأمهات أن تفعلوا سويًا لحماية أبنائكم من المنتهكين ؟
- ٣ - من هم أكثر المنتهكين عمومية ؟
- ٤ - إذا كان لديك ابنة ، ما هي الملاحظات التي يمكن أن تتشارك معها فيها لحمايتها عندما تلتحق بعمل ؟
- ٥ - كأب أو كأم ، ربما تكون أنت الجاني في انتهاك الطفل ، هل هناك مجال للمساعدة إذا أشركت آخرين في معلوماتك ؟ زوجك أو زوجتك ؟ راعى الكنيسة ؟ محلل نفسى متخصص ؟ ما الذى ينصحك به هذا الباب ؟

## الفصل الثالث عشر

### العفو والغفران - أعظم فعل "إيجابي" في الحياة

طالما أننا بحثنا موضوع الانتهاك الجنسي بتفاصيله في الفصل السابق ، نحن الآن في حاجة لأن نبحث بعناية فائقة عما سوف يكون الحل الأمثل الذى يجب انتهاجه إذا كنت أنت الضحية . ونظراً لعدم تواجد أي وسيلة لتشعر بالرضى عن نفسك بشكل كاف حتى يتاح لك أن تربي أطفالك ، بينما أنت تحمل في طيات جوانحك جرح عاطفى يمسك بأعمالقك من الناحية النفسية لسنوات عديدة . إذن ما هو الحل بالنسبة لك ؟

نعم هو الغفران ، هو أهم وأصعب وأخطر فعل يمكن أن تقوم به . والإنجيل صريح في هذا الموضوع حيث يقول « فإنه إن غفرتُم للناس زلاتهم يغفر لكم أيضاً أبوكم السماوى ، وإن لم تغفروا للناس زلاتهم لا يغفر لكم أبوكم أيضاً زلاتكم » ( متى : ٦ : ١٤ ) .

الغفران يحدد لك الطريق الواضح لتتمتع بحب وتعزيد الآب السماوى ، هو يصفى الجو ويفتح مجال الاتصال مع الشخص الذى أساء إليك . إذا كانت هناك كراهية ، احتقار أو مرارة مع قريب لك . أو صديق سابق أو حتى بينك وبين من اعتدى عليك ( أنا أفترض أنك الآن إنسان بالغ ، ومن الممكن أن تحرر نفسك بشكل كامل من خلال الصفح والغفران ) . واقرأ معى هذه القصة .

## ١٢. العفو والغفران - أعظم فعل "إيجابي" في الحياة

منذ عدة سنوات تسلمت في البريد تهنئة طويلة بمناسبة عيد الكريسماس من رجل تؤثره مشكلة ما . في خطابه هذا قال ، إنه عندما كنا أنا وهو سوياً « تعاركنا معركة حامية الوطيس » ، وكان هو مقتنعاً في ذلك الوقت أنني مخطئ في حقه بدرجة ١٠٠ ٪ . والآن هو يكتب لى أنه بمرور السنين ، أيقن أنه هو الذى كان مخطئاً . وقال إنه يود أن يصفى الجو بيننا ويعدل الأمور حتى تسير حياته في مسارها الصحيح . ثم طلب الصفح والغفران ، معترفاً بأنه كان مخطئاً في حقى ، ثم وقع اسمه . للأسف لم يذكر عنوانه ، وكم كنت أتمنى لو فعل ذلك ، لأنه إذا اعتمدت حياتى على ذلك ، فإننى لن أذكر الرجل ولا الأحداث التي ذكرها . مع ذلك كان هذا أمراً حيويّاً بالنسبة له . إننى مسرور لأنه كتب هذا الخطاب ، لأنه الآن هو إنسان حر .

إذا أمكننى أن أستخرج شيئاً واحداً فقط من هذا الكتاب ، يستطيع أن يفعل الكثير لك ولأولادك وعملك ويحقق لك راحة البال لتتمتع بحياة أفضل ، سوف يكون هو : أن تبحث عن الناس الذين أسأت إليهم واسأل كل واحد منهم أن يغفر لك لما قلته أو فعلته معه ، ثم أكد على كل واحد منهم بأنك أنت أيضاً قد سامحته . أقول هنا إن هذا هو أهم قرار مفرد تتخذه وأيضاً أخطرها شأناً ( وسوف اشرح لاحقاً لماذا هو خطير ) .

### الإنسان القوي هو الذى يسامح

عندما أخطب الجمهور العادى أقول له يجب أن تغفو عن الذين أساءوا إليكم ، أغاظوكم أو سببوا لكم عطباً في الحياة ، بغض النظر عن نوع الإساءة . بالطبع ، قائمة الإساءات طويلة ومتشعبة ، منها مثلاً : الهجر ، سرقة المتاع ، الخيانة ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

التشهير . . . . وتحدد الإحصاءات أن غشيان المحارم وانتهاك الأطفال قد تظهر في قوائم بعض الناس . هناك ألوف من البالغين يحملون جراحات عميقة حدثت لهم أيام الطفولة ، وهناك حاجة ماسة لالتماس الشفاء الداخلي . من خلال خبرتي الطويلة في التعامل مع ضحايا غشيان المحارم والانتهاك ، بغض النظر عما إذا كانت الجريمة قد حدثت مؤخراً أو من أربعين سنة ، أقول إنني لم أجد مع واحد منهم إلا ورأيته يذرف الدموع الثخينة التي تعبر عن الندم ، الغضب ، الألم ، الإحباط .

### سامح نفسك

إذا كنت أنت الضحية ، وبغض النظر عن الجريمة التي حدثت في حقك ، يجب أن تتعلم كيف تغفر وتسامح . وبتحديد أكبر ، إذا كنت أنت من ضحايا غشيان المحارم ، أشجعك أن شيئين ، أولاً: وهو الأكثر أهمية ، أن تسامح نفسك ، فأنت كطفل لم تشجع هذا الفعل ولم يكن في استطاعتك أن تفعل شيئاً لمقاومة أكثر أنواع الانتهاك بشاعة . أنت كنت الضحية البريئة ( بعض الخبراء يحددون أن ٣٤٪ من النساء ، ١١٪ من الرجال كانوا ضحايا هذا النوع في أمريكا ) نعم ، اغفر لنفسك إذا ما كان ما زال لديك شعور بالذنب ، وهذه يمكن ، وفي كل حالة ، التعرف عليها باعتبارها هي البذور التي زرعت في وجدانك بواسطة من أساء إليك .

---

**إنك في حاجة لأن تعفو عن الخطي، بغض**

**النظر عن الإساءة التي تعرضت لها**

---



## اغفر للشخص الآخر

الأمر الثاني الذى يجب أن تفعله هو أن تغفر لمن أساء إليك ، وهو موضوع صعب ، صعب جدا ، لكنه أمر ضرورى لتصبح حرا وفى أحسن أحوالك وأفضل أب لأطفالك . إذا وجدت أنه من الاستحالة أن تغفر لنفسك وكذلك لمن أساء إليك ، أشجعك أن تلجأ إلى اختصاصيين يساعدونك .

كلاً من خطوتى الغفران السابق ذكرهما تعتبران قاسيتان وخطرتان عند الوفاء بهما ، وسبب أنهما قاسيتان واضح مما تعانیه من آلام نفسية ، وكذلك من حقيقة أن المعتدى يسعى أيضاً للحصول على العفو منك . لكن مع ذلك ، دعنى أذكرك أنه من المحتمل ، أن تكون أنت ، في نظر الشخص الآخر ، ملوما فيما قد حدث .

هما خطوتان خطرتان لأنك عندما تغفر للمنتهك القريب ، الجار ، الصديق المؤمن للعائلة أو مهما كانت صلته بك ، أنت هنا تقول أنا الآن أقبل المسؤولية كاملة فيما يختص بمستقبلى ، سلوكى ، نجاحى وفشلى - لم أعد ألومك بسبب أدائى الحالى غير المرضى ، أو لأننى مفلس ، مدمن لشرب الخمر أو أتعاطى المخدرات ، أو مهما كانت المشكلة التي تعانى منها حالياً . عندما تقبل تلك المسؤولية الخاصة بسلوكك ، فأنت هنا قد اتخذت الخطوة الكبرى نحو التحرر والنمو الفردي والنجاح الشخصي .

أنت بذلك تستطيع أن تحقق شيئين آخرين لهما قيمة عظيمة . أولاً : عفوك يمكن الشخص الآخر أن يواجه ضحايا آخرين له ( إذا كان هنالك ) ، لذا أنت هنا قد حررت شخصاً آخر ( أو أكثر ) وجعلته قادراً أن يحقق كل قدراته . ثانياً : أنت بذلك تحمى ابنك أو أطفالك ، لأن هناك نسبة كبيرة من منتهكى الأطفال ومعتادى غشيان

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

المحارم كانوا هم أيضاً ضحايا ، وكما أن الضحية تكره كونها ضحية ، لكن هذا الموضوع يؤثر تأثيراً قوياً على ذهنه وسلوكه ، هنا يبرز احتمال فعل نفس الخطأ مع ابنه ، وهو احتمال وارد وقوى .

### الغفران هو تعبير عن الحكمة

الشخص الذى أساء إليك قد أثر تأثيراً سلبياً على ماضيك ، وهو جزئياً يسيطر ويؤثر على حاضرك ، وبالتأكيد لن تترك له بكل طوعية وتأذن له بتدمير مستقبلك أيضاً .

نعم الغفران هو إجراء عملى وسليم من الناحية النفسية ومهم لاستقرار حالتك الطبيعية والعقلية وكيانك كله .

في حياتى الخاصة حدثت معى واقعة منذ عشرين عاماً . حيث اختلفت أنا وصديق حميم حول مبلغ من المال . كل منا فكر أن موقفه هو السليم ، وعندما عجزت عن تحصيل حقوقى المالية منه ، رفعت عليه قضية لأسترد ( حقوقى القانونية ) .

عندما استرجع ذكريات الماضى ، يتضح لى أننى فعلت أمراً خاطئاً عندما لم أحاول جاهداً أن أسوى خلافاتى مع صديقى خارج قاعات المحاكم . وأيضاً تصرفت بشكل دنى عندما أخبرت أصدقاءنا المشتركين كيف أنه أساء إليّ بشكل بالغ ، ولا سيما عندما تسبب تأخره في الوفاء بالدين إلى اضطرارى إلى بيع منزلى . كانت فاتورة مؤلة . وفى النهاية حكمت المحكمة لصالحى . بالطبع ليس هناك حاجة للقول إن الجروح ظلت مؤلة ، لأن الأذى الذى تعرضت له كان عميقاً .

بعد ذلك بعامين ، تدخل الله في حياتي وأصبح حقيقة واقعية ، وولدت من جديد . وخلال الشهور التالية ، كلما فتحت الكتاب المقدس وجدت عيني ترى كلمات الصفح والغفران ، وأنه إذا لم أعفر للآخرين فلن يغفر لى أبى الذى في السماوات .

كنت مازلت متألماً ، ساخطاً وأحس بالمرارة من صديقى الذى تحول إلى عدو . مع ذلك ، كلما زادت خطواتى نحو طريق الله وتتبع خطواته وأعماله تأملت في فقرات الصفح هذه ، كلما جعلنى هذا مصمماً أن أتخذ خطوة ضرورية في هذا الشأن .

ولأنني أعتقد أن على كل إنسان أن يكون في حالة من الصفح والغفران بمناسبة عيد الكريسماس ، طلبت أخيراً صديقى هذا تليفونياً راجياً مقابله . وكانت لنا بعد ذلك جلسة ممتعة سوياً ، اعترفت له فيها بالخطأ الذى ارتكبته في حقه وسألته الصفح والغفران عن كل ما فعلته أو قلته . هو من جانبه رحب بذلك وقبل اعتذارى ، وبهذا بدأت مرحلة الشفاء تأخذ مجراها في الحال تقريباً .

منذ عيد الكريسماس هذا ، تطورت علاقاتنا سوياً بسرعة ، واليوم هو من أفضل أصدقائي ومستشاري المؤتمن ، وقد ساعدنى كثيراً في مناسبات متعددة .

في الحقيقة ، بعد عدة شهور من المكالمات التليفونية التي حدثت في عيد الكريسماس ، وبناء على توصية منه تعاقدت على إلقاء سلسلة من المحاضرات في شركة كبرى تعطى أجراً هائلاً ، بالإضافة إلى ذلك ، طلب منى مديرو تلك الشركة أن أقبل أجر هذه السلسلة من المحاضرات مقدماً لكي يدرجوا قيمتها في ميزانية السنة الحالية بدلاً من ميزانية السنة القادمة . وكانت تلك هى المرة الوحيدة التي ترضى فيها

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

إحدى المؤسسات الدّفع لى مقدماً ، وهذا المبلغ الذى حصلت عليه أنقذنى من ضغط هائل وصعوبات عديدة ، حيث كنت أمر بحالة من العسر المالى في ذلك الحين .

إنه من الأهمية بمكان أن تفهم بأنك إذا سعت للغفران لأسباب أنانية أو للحصول على كسب من ورائه ، حينئذ يصبح هذا الغفران مصطنعاً ومضحكاً .

ولذا فإن كانت المنافع التي حصلت عليها لا تقدر بثمن ، لكنها جميعاً كانت حصيلة لطاعتي لوصايا الله .

إذا كنت تعاني من مشكلة حقيقية أو متخيلة مع صديق أو أى شخص محبوب لك ، وبغض النظر عن الألم أو الذى حل بك ، فإننى أشجعك أن تسامح هذا الشخص وتخبره أو تخبرها أن تسامحك عما قلته أو فعلته . هذا هو أفضل شئ يمكن أن تصنعه ولمصلحة الطرفين . هذا ليس فقط يعمل على تصفية العلاقة التي بينكما وكذلك بينك وبين خالقك ، لكن أيضاً يفتح الباب للشفاء والتصالح مع من أساء إليك .

---

**كل من خطوتى الصفح حساستين**

**وخطيـرتين عند التطبـيق**

---



### تقييم شخصي

١ - هل مبدأ العفو والغفران يعمل في عائلتك ؟ إذا لم يكن ، ما هى الخطوات

اللازمة لكي يعمل ؟

## ١٣. العفو والغفران- أعظم فعل "إيجابى" في الحياة

- ٢ - لماذا يعتبر السعى لأن تصفح وتغفر لمن أساء إليك فيه بعض الخطورة ؟
- ٣ - يمكن أن يقدم لنا السعى للصفح والغفران فوائد هامة ، ما هي ؟
- ٤ - هل هناك شخص ما تود أن تغفر له عما قاله أو فعله ؟ هل هو ابنك ؟ زوجك ؟ ما الذى يمنعك عن ذلك ؟
- ٥ - الغفران فقط يدعو لا لتحسين وتصفية ما بينك وبين من أساء إليك ، لكن هو أيضاً يفتح الباب ..... و .....

## الفصل الرابع عشر

### الانضباط - مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين

الأطفال المعوقون يظهرون هكذا في أشكال متعددة - مثلاً أنا أعتبر الطفل فريدى معوقاً . لقد وقعت عليه عيناى منذ عدة سنوات عندما دخلت بيتا في جنوب كارولينا لأبيع لأهله مجموعة من أدوات المطبخ . مجرد النظر لهذا الطفل تجعلك تشك في كونه معوقاً . كان هو حينذاك طفلاً في التاسعة من العمر ، كامل النمو ، ذو شعر أشقر وعيون زرقاء ، جسمه ضخيم يفوق مرحلته السنية ، وقد وصفه أبوه بأنه « بطل رياضى » . درجاته في الدراسة كانت مرتفعة وكل المؤشرات تدل أنه من المتفوقين . مع ذلك ، فإننى أقول بكل أمانة ، إنه كان أكثر الأطفال تعويقاً قابلية في حياتى . كان تعويقه أخلاقياً .

فريدى هذا كان طفلاً فظاً . لا يراعى إحساسات الآخرين ، أنانى ، كثير المطالب ولا يحترم أحداً . يتمتع بطبع حاد يستخدمه ليخضع ويفزع بهما عائلته . عندما يذهب أهله لزيارة أصدقائهم ، لا يلقي هذا الطفل الترحيب اللازم لأنه يحاول دائماً الحصول على نصيب الأسد من أى شئ يقدمه المضيف من واجبات الضيافة ، ويستولى على لعب الأطفال ويطلب أن يستخدم كل شئ يجده أمامه بأسلوبه الخاص . وبعد حين وبمرور السنين ، عندما يتقدم فريدى هذا للحصول على وظيفة ، فإنه سيقابل حتماً نفس الأسلوب من الامتناع والرفض الذى يتعرض له

## ١٤. الانضباط - مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين

الآن عندما يتواجد في أي مكان .

مع ذلك ، فهي ليست غلطته ، هو يفعل ما تم تلقينه ، لقد انهمك الأبوان في تدليله تعبيراً عن حبهما له بحيث كانا لا يرفضان له طلباً ، أو أى نزوة من نزواته ، مطالبه ، طبعه ، ضعفاته ، أنانيته وسوء تفكيره . عندما يكبر هذا الولد سترفضه دوائر الأعمال والعلم والمجتمع الذى لم يجزؤ الأبوان أن يرفضاً له طلباً . يا لها من مأساة ، ولا سيما أن فريدى ، مشابهاً في ذلك جميع الأولاد ، يريد حقاً أن يشعر بالحب الكافى وذلك بأن يتعلم النظام .

أؤمن أن الطبيعة البشرية لجميعنا ترفض وتقاوم الخضوع للسلطة . ومن وقت لآخر ، وفى كل مراحل نمو الطفل ، سنلاحظ مظاهر المقاومة هذه .

أيها الأب المهتم بتنشئة الطفل الإيجابى ، أنت في حاجة لأن تعلم بأن مقاومة طفلك أو تمرده لا تعنى أبداً أنه يريد أن يفوز عليك أو أن تستسلم له ، هو بكل بساطة يختبرك . ما يريده حقاً هو الحصول على ضمان بأنك حازم وقوى ، ولكنك أيضاً تحبه ، هو يريد ويتمنى أن ترسم له حدوداً يستطيع في مدارها أن يتحرك بأمان ، وسلطة محبة يلجأ إليها في المحكات مع شعور بالثقة تقوده نحو الطريق المؤدى إلى النجاح في الحياة .

### الأمان من خلال الانضباط

إذا منعت ابنك من فتح فمه يوماً كاملاً ، ثم سمحت له في اليوم التالى بارتكاب جريمة الرد عليك بشكل غير مؤدب ، فأنت حينذاك تخلق صراعاً ومشكلة داخلية له .

يقول الدكتور برونو بيتلهام الطبيب النفسى الشهير من جامعة شيكاغو في أي وقت يسمح فيه الآباء للأبناء أن يردونهم أو يسفهنون كلامهم أو يصغرونهم ويحتلوا



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

من شأنهم ، هنا يحدث تخريب في مشاعر الطفل ، فأمان الطفل ينطوى تحت جناح أب يثق فيه ويبحث عنده على القوة والإرشاد . عندما يصغر الابن والده أو يقلل من شأنه ، لن يجد الابن من يلجأ إليه وتبعاً لذلك يفقد أمانه .

من الأمور التي تدعو للحزن بخصوص ترك الحبل على الغارب للطفل ، وذلك عندما يترك طليقاً يفعل كل ما يشاء ، هذا يترك انطباعاً في ذهن الوالدين بأن الآخرين سوف يعاملونه بالمثل ، وهذا بالطبع ليس بالأمر الواقع وليس معقولاً . عندما يزور مثل هذا الطفل بيوت الآخرين وعندما يلتحق بالمدرسة ، فإنه سوف يعيش فيها فساداً .

هذا بالتأكيد إعداد ضعيف للعيش في عالمنا الحالي ، وعلى المدى الطويل ، ستسبب تلك التصرفات مشا كل تلحق بالابن والوالدين ، لأن العديد من أصدقاء الوالد سوف لا يرحبون باستقبال هذا المخرب ويعتبرونه كأنما هو وحش صغير ( كما يرونه ) . فهو مخرب ، أناني ، سعى التربية ، ذو طبع خشن ويمكن أيضاً أن ينتهك أطفالهم . هذا بالطبع يسبب للابن غير المنضبط شعوراً بعدم القبول وبالتأكيد سوف يخرب شخصيته ويعوق قبوله لذاته .

الانضباط والترتيب هما مكونان رئيسيان من قوانين الكون كله . الطفل غير المنضبط ولا يشعر بالحب داخل عالمه الصغير ( العائلة ) ، سوف ينضبط حتماً عندما يتفاعل مع العالم الكبير ، لكن لن يعامل أبداً بالحب .

### الآباء - وليس الأصدقاء - هم من نحتاج إليهم بشدة

بعض الآباء يعملون بجهد واجتهاد ليصبحوا أصدقاء لأبنائهم ، لذا يسمحون لهم بأن يدعونهم بأسمائهم الأولى ، ويعاملون أطفالهم كأنهم متساوين في كل شيء . في الحقيقة ليس هناك مساواة بين طفل عمره خمس سنوات ورجل بالغ عمره

ثلاثين عاماً .

السؤال الواضح هو : إذا أنت أصبحت صديقاً لابنك ، وإذا دعت الحاجة أن تطبق النظام ، تصدر التعليمات ، تطلب نوعية معينة من السلوك والآداب من طفلك ، لما إذن يطيع هو أوامر صديقه ؟ ألستما على قدم المساواة ؟ على الأقل هذا هو ما زرعت في مخيلته بأنك صديقه وليس أباه أو أمه - والمفترض أن يبحث لديهما على الحماية ، الاستشارة ، الإرشاد والنظام تحت مظلة من الحب والود .

### ما هو النظام والانضباط

النظام أو الانضباط هو تعليم الابن الطريق السليم الذى يجب أن يسلكه . إذن فالنظام ، يشمل كل شئ تفعله لمساعدة الطفل على التعلم .

وللأسف ، فإن هذه الكلمة من أكثر الكلمات التي يصعب فهم مدلولها الحقيقي بدقة . معظم الناس يفسرونها بشكل عام كأنها نوع من العقاب أو شئ كرهه . نحن في حاجة أن نفهم بأن النظام هو شئ نفعله ( من أجل ) الطفل ، بينما العقاب هو فعل نصنعه ( مع ) الطفل عندما يفشل النظام . وفى اللغة اليونانية والعبرية يشتمل مفهوم تلك الكلمة على التأديب ، التصحيح ، التعنيف ، التريية ، التدريب ، التعليمات ، التدريس والتوبيخ . هدف النظام هو إيجابى - أن تنشئ طفلاً كاملاً خالياً من الأخطاء الخطيرة التي قد تعوقه أو تقف عقبة في سبيل نموه إلى أعلى الدرجات . أحد مترادفات كلمة النظام هو التعليم . فى اللغة الإنجليزية تأتي كلمة DISCIPLINE من DISCIPLE وهو الشخص التلميذ أو الذى يتبع المعلم . والتابع هذا لا يجب أن يتبع معلمه بدافع الخوف أو العقاب ، لكن بسبب الحب والاقتران . الآباء المحبون ، المتأكدون ، الإيجابيون سوف يرغبون أن يتبعهم أولادهم

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وينفذوا تعليماتهم لأن هناك علاقة حب وثيقة تربطهم سوياً ، وهى ليست علاقة خوف أو فرع .

الحقيقة أنك سواء أخضعت ابنك للنظام أو لم تحاول ، فأنت ما زلت تعلمه مجموعة من القيم .

وواقعياً ، إذا لم تخلط الحب بالنظام بل اتبعت التدليل المطلق في معاملة الطفل ، تأكد أن المجتمع عاجلاً أو آجلاً سوف يتولى مهمة تعليمه ، لكن ليس دائماً بطريقة كلها حب وأساليب عادلة .

أجرت جامعة ايلينويس دراسة عن النظام في حياة الأسرة وتوصلت إلى نتيجة مؤداها أن المراهقين يؤيدون عادة أن يستقلوا ويتخذوا القرارات لأنفسهم ، لكنهم يتعشرون إذا لم يبد الآباء أي اهتمام بما يفكرون فيه أو يعلمونه . وبالرغم أنهم لا يعبرون عن مشاعرهم ، إلا أنهم يريدون ويطلبون بالإحاح حدود معقولة تلجمهم في حياتهم . ربما يعلم هؤلاء الصغار بالفطرة أنه بدخولهم إلى رحاب العالم الحقيقي ( عندما تستبدل شهادة الدرجات المدرسية بشيك المرتب ) سوف يحتاجون حينذاك إلى كل أنواع المعرفة ، الثقة والنظام يستطيعون الحصول عليها . هم يعلمون أن الناجحين لم يصبجوا كذلك وهم نيام على مراتب من ريش النعام .

**الابن الذى لم يتعلم النظام في عالمه الصغير في  
المنزل حيث يسود الحب، سوف يتعلم النظام قهراً  
من العالم الكبير، لكن بلا حب أو رحمة**

## النظام أو الانضباط - مرغوب فيه، محتاجون إليه ومطلوب

أحب هذه الفكرة « لم يصبح أى إنسان عظيماً وترك لشأنه يفعل ما يشاء » . صغار الرجال يفعلون ما يشاءون ، أما العظام فإنهم يطوعون أنفسهم مع قوانين ونظم ترعى حدود عظمتهم .

عندما تعلم طفلك النظام ، أنت تمدّه حينئذ بأهم الأدوات التي تضمن نجاحه وسعادته في المستقبل . والأطفال يعلمون ذلك تلقائياً . مثلاً ، في العائلات التي يحدث فيها الطلاق ويترك للطفل حرية البقاء مع أحد الأبوين ، هو غالباً ما يختار الوالد الأكثر تنظيماً - الأكثر حزماً . الطفل يعلم أن النظام الحقيقي هو تعبير عن الحب ، وأنه على المدى البعيد هو لمصلحته .

الإنسان المنظم هو الذى يفعل ما يجب فعله ومتى يجب أن يفعله ، لكى يأتى ذلك اليوم الذى فيه يستطيع أن يفعل الأشياء التي يريد فعلها عندما يشاء وفى أى وقت . هو إنسان براجماتى عملى يفعل ما هو ضرورى وليس الأشياء التي يريدها . أرنى شخصاً حقق شيئاً في حياته له قيمة ، وسوف أشير بإصبعى على إنسان منظم .

## لا أحد منهم يشعر بالسعادة

في صيف سابق عندما كنت أنا وزوجتى في « إجازة عمل بـكولورادو » ، تصادف أن قابلنا محاضرة مشهورة في التليفزيون . وفى ذلك الوقت كانت هذه السيدة على معرفة وثيقة بعدد كبير من مشاهير هوليوود أكثر من أى شخص آخر .

كانت المناقشة بيننا عن أسباب موت الكوميدي فريدى برنز الذى كان قد انتحر مؤخراً . سألت هذه المحاضرة « هل تعرفين أى من عظماء الرياضة ، الموسيقى ،

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

التسلية ، التلفزيون أو السينما ربما يكونون معرضين سواء بشكل عرضي أو عمدى للإقدام على الانتحار؟ » ، بعد تفكير استمر لحظات ، ردت بأكثر العبارات حزناً سمعتها من قبل « لا أعرف أى إنسان شهير في كل المجالات وليس معرضاً بشكل عرضي أو عمدى للتخلص من حياته ، لأننى لا أعرف أي واحد منهم سعيداً في حياته » .

هذه فى الحقيقة مأساة ، أليس كذلك ؟ في معظم الأحوال ، يحتكم هؤلاء الناس على مال أكثر بكثير من قدرتهم على صرفه ، وينفقون على خزانة ملابسهم في شهر واحد أكثر مما ينفقه الشخص العادى في عشرات من السنوات ، والطائرات النفاثة الخاصة تأخذهم إلى أي مكان يشاءون ؛ ويحصلون على أكبر قدر من الدعاية ، وكثير منهم يتمتع بكاريزما هائلة يضطرون من أجلها أن يستأجروا حراساً خصوصيين ليمنعوا الجنس الآخر من الهجوم عليهم . هم يدللون ويمدحون في كل مكان وكل وقت . مع ذلك ، فلا واحد منهم سعيد ! .

تؤكد الدلائل كل يوم في أجلى صورها أن ما تملكه ليس هو ما يجعلك سعيداً - لكن هو من أنت . لذا فإننى في كتابى هذا الخاص بتربية الطفل ركزت بشكل متكرر على أن ما تعلمه لأطفالك من قيم أكثر أهمية من الأشياء التي تعطيها أو تتركها لهم ليتمتعوا بها .

### بعض الملاحظات العملية للأباء

أت مسز جونسون إلى غرفة ابنها بيلي

وجدته رابطاً إبهامه بمندبل سألته

« ما الذى حدث ؟ »

« لقد خبطت على أصبعى بمطرقة »

« لكنى لم أسمعك تبكى ؟ »

« كنت أظنك خارج المنزل »

١. و. و. بيرزن

هذه الطُرفة « المضحكة » ظهرت في جريدة « ساتر داي ايفننج بوست » سنة ١٩٨٤ . وكلها صدق في الحياة . لكى ننشئ طفلاً إيجابياً ، يجب على الآباء والجدود أن يتجاهلوا الطفل من حين لآخر .

إننى سعيد بهذه الطُرفة ، لأنه في الواقع كل الآباء عندما يلاحظون أن جوى أو مارى الصغيرة تقع ، فإنهم يندفعون بسرعة إلى الأمام ويرفعونهم سريعاً من الأرض ، ويعبرون عن كل مشاعر المواساة ويؤكدون للطفل لأن كل شئ على ما يرام ، ويقبلون المكان المتألم ، هم بذلك ينشئون سابقة أو نموذج . في كل مرة بعد ذلك عندما تحدث صدمة خفيفة لإصبع قدم جوى أو مارى فإنهما سوف تبكيان ، وتطلبان نفس الانتباه الذى تعلموا أنهما يستحقانه ، بذلك فإن بابا وماما في طريقهم إلى تنشئة طفل باك سوف يعتمد عليهما لوقت طويل جداً .

لا تفهمنى خطأ ، إذا وقع ابنك وأصيب فعلاً ، فمن الواضح أنه محتاج فعلاً إلى انتباهك ورعايتك . أما عن عائلتى وأبنائى الأربعة ، فأخبركم بأننى وأمههم رأيتهم في كثير من المناسبات وقد تعرضوا إلى نوع من الأذى ، وبينما نراقبهم من طرف عيوننا ، كان واضحاً أن رد فعلهم - البكاء وطلب الانتباه واستكمال باقى الأسلوب المعتاد - كان يعتمد أساساً على : هل سوف نندفع إلى الأمام ونشرع في تقبيل المكان الذى تعرض للأذى أم لا . أعترف لكم ، إنه بعد الفتاة الأولى ، أصبحنا أقل التفاتاً لما يحدث للأبناء الثلاثة الذين ولدوا بعدها . لقد استخدمنا أسلوباً طورناه ، هو أن نلاحظ رد الفعل السريع الصادر من البنت الصغيرة ، فإذا بدت عليها الحيرة ،

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هل تبكى أم تضحك ، نبادر نحن بالقول تعالى هنا وسوف نرفعك إلى أعلى ، فإذا قامت وأتت إلينا نشعر نحن بالراحة لأننا نعلم حينذاك أنها ستستمر على ما يرام .

في مناسبة أخرى خالدة ، عندما كانت حفيدتنا صن شاين في الرابعة من عمرها ، كانت تبكى بسبب ألم متخيل سواء كان طبيعياً أو عاطفياً ، فذهبت إلى الحمام وأحضرت القصرية وأخبرتها أن دموعها لها قيمة غالية لدينا ومن الخسارة البالغة أن نفقدها ، لذا يجب أن تبكيها في القصرية لكي نبيعها لاحقاً بأعلى الأسعار . فضحكنا سوياً ، وانتهت بذلك عملية جمع الدموع .

هناك حادثة أخرى أطلب منك أن تتجاهلها وهي عراك الأطفال . عندما يتعارك طفلك مع آخر في واحدة من ال ٢٨٢١١ معركة التي سوف ينشغل بها في طفولته ، عليك أن تتخذ موقفاً بعيداً إلى حد ما ، مفترضاً أن الخصمين في نفس السن والحجم ، إننى لا أقول بأن تترك طفلك حتى يؤذى أو يجرح الطفل الآخر أو يحدث له هو ذلك ، إننى أقول بكل بساطة إنه عندما يختلف طفلان في الرابعة من العمر بسبب لعبة أو من سوف يستخدم جردل الرمال أولاً ، فإنهما بالتأكيد سوف يتعرضان إلى العديد من حالات العراك ، وإذا تدخل الأبوان سوف تزداد المسألة سوءاً وتصبح أكبر من حجمها ، وربما امتنع الطفلان عن اللعب سوياً ، لذا كليهما سوف يخسر وكذلك الآباء .

ربما تسأل متى يصبح من اللازم أن تنحنى على طفلك الذى تعرض للأذى وتحمله ؟ أو كيف نتحدد الوقت الذى يجب فيه أن تتدخل لتنتهى عراكاً نشب بين ابنك وصديقه ؟ مثل هذه الأسئلة لن يستطيع أى كتاب أن يرد عليها . يجب أن تعتمد كلية على حكم المنطق والحكم السليم الذى منحه لكما الخالق كوالدين . ومن الواضح أنكما عندما تكبران وكذلك أطفالكما ، سوف توفقان في اتخاذ



القرارات المناسبة لكل مناسبة .

### لا تكن والدًا من نوع " شجرة اليوباس "

بالرغم من مزايا وفوائد بقاء الأم في المنزل لتربية أطفالها التي تناولناها سابقاً في هذا الكتاب ، هنا أؤكد على أهمية قيام الأم بتعليم أبنائها كيفية الاعتماد على النفس بدلاً من الاعتماد الكلى على الأبوين ، الغلطة الكبرى التي ربما يقع فيها الأبوان هي أن يخصصا كل وقتهم ، انتباههما وطاقتهم إلى الأطفال . وهذا ما تفعله شجرة اليوباس ، دعني أشرح .

هذه الشجرة تنمو في اندونيسيا ، وهي تفرز نوعاً من السموم لكي تتمكن من النمو والتكاثر بلا شريك ، لذا هي تقتل كل الزرع تحتها ، إنها تحمي وتظل وتدمر أيضاً . نوعية الآباء المماثلين لشجرة اليوباس يكتمون أطفالهم ، وبالرغم أنهم لا يخنقون أطفالهم فعلاً ، إلا أنهم يعوقون نموهم ويقتلونهم أطفالاً طوال عمرهم . وفيما يلي مثال يوضح من هو الوالد الذي يشبه تلك الشجرة .

بسبب المساحة المتاحة المحدودة وبسبب رغبتهم في العناية بالطفل الوليد ، يحرص كثير من الأزواج على بقاء سرير الطفل في غرفتهما ، هناك أيضاً بعض الأزواج الذين يرتكبون الخطأ الشائع وهو أن يضعوا الطفل معهما في السرير لهذه الليلة فقط .

هذه التصرفات غير ضرورية بالمرّة إلا إذا كان الطفل مريضاً أو متبرماً أو منزعجاً وتشعر الأم أن طفلها محتاج للراحة والطمأنينة بوجودها قريبة منه . من ضمن المحاذير الأخرى ، هناك دائماً خطر قيام الأب أو الأم بالتقلب في السرير وبذلك يعرضون الطفل للخطر . إذا استمر هذا الحال ، فإنه سوف يدمر الأسلوب الحياتي والعلاقة التي

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تربط الزوج بزوجته ( ملحوظة : إننى لا أتكلم عن الطفل الذى يقوم من سريره مبكراً ويندس في أحضان أبويه ليحصل على بعض المداعبة والدغدغة ) . هناك حقيقة واضحة جلية ، وهى أن الطفل سوف ينمو وهو معتاد على النوم مع الأبوين ، ولن يكون بعد ذلك راغباً في النوم في أي مكان آخر . عندما يحدث هذا ، فأنت وطفلك وزواجك تواجهون طريقاً صخرياً أمامكم ، هذا يعنى ضرورة أن يخرج الطفل من غرفتكما بأى شكل من الأشكال .

إنه أمر حقيقى أن الطفل لن ينام مرتاحاً في الليلة الأولى وهو منفرد ، لكنه أمر حقيقى أيضاً إنه بعد مرور أربعة أو خمسة ليال سوف يستغرق في النوم الهادئ وسوف تنام أنت أيضاً بشكل أفضل . هذا يجعلكما أبوين أفضل .

### ابدأ العملية التعليمية مبكراً

ابدأ تعليم طفلك أن يفعل أشياء في وقت مبكر ، مع الافتراض بالطبع أنه لم يتعرض لمخاطر بدنية ، مثل استخدام السكين ، جهاز كهربى أو أى أداة أخرى خطيرة أو مضرة . لكن شجعه على ممارسة نشاطات بسيطة ، مثل كنس الأرضية ، وضع المهملات في صندوق القمامة ، تسوية السرير . . وهذه جميعاً تعتبر نشاطات مفيدة للصغار .

بصراحة ، يمكن أن تسرع أنت وتؤدى تلك المهام البسيطة ، وبالطبع سوف تؤديها بشكل أسرع وأفضل وببذل جهد أقل من ذلك الذى تنفقه وأنت تغرى الطفل وتعلمه كيف يؤديها . مشكلة طفل الأربعة سنوات أنه لا يعرف أين تقف حدوده ، في تلك المرحلة من اللعبة ، يعتقد هو أنه قادر على فعل أي شئ ويكون حريصاً على المحاولة . وعندما تزيح الطفل جانباً قائلاً له « وبعدين » ، دع بابا أو ماما يفعل هذا

الأمر ، أنت هنا تنقل إليه رسالة تقول « أنت لا تستطيع أن تؤدي هذه المهمة بشكل جيد ، لكن والديك قادران على ذلك ، وغالباً سوف تستغرق وقتاً لإقناعه بذلك ، لكن ما أن يبلغ هذا الطفل إلى سن التاسعة أو العاشرة من العمر ، تكون أنت قد أفتعته بشكل كامل وبات أنكما أفضل منه بمراحل في إنجاز كل شيء بالمقارنة بمجهوداته ، نتيجة لذلك ، فإن هذا الطفل لن يدعك فقط أن تفعل كل شيء بنفسك ، لكن أيضاً بكل عناد سوف يرفض أن يساعدك في المهام المطلوب تأديتها داخل المنزل ، أما هذا أو أنه سوف يؤدي المهمة وهو متذمر وغاضب مما يجعلك مضطراً إلى استنتاج أنكما كنتما على حق في كل وقت . بالطبع ، أنتما ترسلان هذا الطفل إلى العالم غير مستعد وغير راغب أن يقوم بأداء أي أمر صعب أو كرهه .

أنت تنشئ أطفالاً إيجابيين بتعليمهم والزامهم في وقت مبكر أن يؤديوا المهام البسيطة داخل المنزل . وخطوة إثر خطوة ، من الطبيعي بعد ذلك سوف يقبلون على أداء مسئوليات أخرى إلى أن يصل اليوم السعيد عندما يكونون فيه قادرين على إنجاز أشياء عديدة أفضل كثيراً من والديهم ، في تلك اللحظة تعرف أن النظام يجازى .

### البراميل ثنائية التركيب

« إنها تؤلنى أكثر منك » . هذه الجملة تكررت على مدى الأجيال كلها . ولا شك أن الكثير من الأولاد سمعوا تلك الجملة وقالوا في أنفسهم « نعم ، حسناً ، لماذا لا نتبادل الأدوار ! » . وعندما يكونون في نهاية خط استقبال هذه التعزية ، يمكن لك أن تراهن بأن الأبناء لا يشعرون بأى أسف على آبائهم ، لكن هذه المهمة هي من أصعب مهام الأبوة . إننى أطلق على هذه الورطة اسم البراميل ثنائية التركيب . إنها تشبه البندقية المزدوجة التي تطلق النار في اتجاهين مختلفين ، لذا يجب أن تفكر جيداً قبل أن تطلق النار .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الطريقة التي توبّخ بها أطفالك عملية حساسة جداً في حقل المهام الأبوية ، لأن الطريقة التي سوف تستخدمها سوف تؤثر على تقديرهم لذواتهم . يجب أن توبخ وتنتقد العمل السيئ نفسه وليس الشخص الذى قام بها . عندما يكون هناك نوع من التفاهم مع أبنائك ، سوف يعلمون حينذاك ما هو المتوقع منهم إذا لم يفعلوا ما هو متوقع منهم ومتفق عليه ، هم بذلك يتوقعون ، بل يطلبون توبيخاً أو عقاباً . ولكن عندما تتغاضى ولا تتابع ، أنت بذلك تضعف وتبعد من احتمال المتابعة المستقبلية النافعة المؤثرة . عندما يرتكب الأطفال عملاً خاطئاً ولا يلامون عليه ، يشعرون حينذاك بالذنب . الطريقة الوحيدة لتخفف عنهم هذا الشعور وتقوى من سلطتك هو أن تتخذ إجراء ما في تلك المشكلة .

### هل تضربهم

في معرض حديثنا عن فرض النظام الأبوى ، أخبرنا مرة الواعظ الشهير بيلي جراهام عن الواقعة التي حدثت من ابنه عندما كان عمره سنتين ، ففى لحظة غضب قام طفله باللبصق تجاه والده ، وعلق بيلي على ذلك قائلاً لا أعلم من أين استقى طفلى تلك العادة القبيحة ، لكن كان هناك شيء أعلمه علم اليقين ، إذا حدث ومضغ هذا الطفل الدخان عندما يكبر ، فإنه سوف يبلغ عصيره . أما بعد ما فعلته معه ، فإنه لن يجروُ أبداً أن يبصق على أحد بعد ذلك .

سؤال : هل العقاب الجسدى ( الضرب ) مفيد ؟

الجواب : نعم ، هو كذلك ، لأسباب عديدة . أولاً ، الأطفال في عمر ما بين سنتين حتى الثانية عشر يعيشون عقداً من الزمان وهم ينقصهم النضج الكافى لأن يسمعوا الكلام ويفهموا ما هو المطلوب منهم ويستجيبوا للتعليمات الأبوين . بعض من

## ١٤. الانضباط - مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين

خلقة الإنسان هي إرادة الفرد ، الأطفال يأتون للعالم ، إلى العائلة وإلى المجتمع بدون ضوابط تحكم إرادتهم . أحد أهم مظاهر النضج هو تعلم الانضباط أو الانتظام الذاتي . وبكل بساطة ، الطفل الصغير ليس لديه بعد ذلك النضج المطلوب . النظام يعنى في حقيقته التدريب ، والصغار في حاجة مستمرة إلى تدريبات كثيرة ، معظمها ترد إليه على شكل منطوق وكلامى ، لكن البعض منها سوف يظهر بشكل فيه قدر أكبر من الحزم ، ذو طبيعة بدنية .

كقاعدة عامة ، عندما يبدى الطفل عصيانياً عن عمد هنا يصبح من الضرورة استخدام العقاب البدنى . يمكن لهذا العقاب أن ينقل الرسالة المطلوبة بأسهل وأيسر السبل . إذا استمر الطفل في الاقتراب من شئ خطر بالرغم من التنبيهات الشفهية عدة مرات ، يلعب في الشارع ، يقف فوق المقاعد أو على مائدة المطبخ ، يتسلق سقف المنزل ، يلعب بأعواد الكبريت أو يعبث بالأجهزة المنزلية - هنا يجب عليك أن تتصرف سريعاً وبشكل حتمى . بعض من الضربات على المؤخرة سوف تنقل فوراً الرسالة التي تود نقلها إليه .

الأطفال « يطلبون ذلك » ، لكن لا يعلمون دائماً لماذا ، ربما يستغرق الأمر بعض اللحظات من العصيان المتعمد ، يتبعه أعمال التصحيحات الفورية ، قبل أن يفهم ويلتزم تعليمات الوالدين . يجب أن لا تفشل أو تتهاون في تحقيق مطلب الطفل . إنه من الأهمية بمكان أن تضرب الطفل إذا تخذاك . ويجب أن تدرك بأن قرارك بضربه سوف يقابل بالاحتجاج . يجب أن تعلم أن الأطفال ليسوا دائماً يريدون تحقيق ما يسعون وراءه ، لكن هم عادة ما يكونون في حاجة إليه . عندما ندرّب أبناءنا على متابعة النظم الواجبة ، سوف يطورون بعد ذلك شخصياتهم وتصرفاتهم التي سوف يحتاجون إليها عندما يشبون عن الطوق ويصبحون كما يجب أن يكون عليه الإنسان الناجح .

## استعمل بحذر

عندما تمارس النظام البدنى ، يجب أن تعلم أن الضرب هو أحد وسائل تحقيق النظام ، ويجب أن يستخدم بروية بالغة بالأخص في حالة العصيان المتعمد . إذا لم تدع الحاجة إلى الضرب ، فإن تصرفك الآخر أيضاً له أهمية خاصة ، لا تضرب أبداً ابنك وأنت غاضب . الأطفال قادرون ويريدون أن يفعلوا أشياء تجعلك في قمة ثورتك ، لكن ليس هو الوقت المناسب لأن تضرب .

يرى الطبيب النفسى جون كوزاك إنه إذا كان غضبك في قمته بسبب عدم طاعة ابنك ، وفي حالة الحاجة إلى استخدام وسيلة الضرب ، انتظر قليلاً لتهدأ ، أنت في حاجة لأن تتأكد بأن حجم قاعدة النظام التى تعدى عليها الطفل مناسب للخطأ الذى ارتكبه ، وليس متصللاً بمقدار غضبك . ويوصى الدكتور كوزاك بأنه ، إذا كان ذلك ممكناً ، فيجب أن يكون الوالد الآخر متواجداً ، وبمجرد اتخاذ الإجراءات العقابية ، يتبعه فوراً تعبيرات تدل على الحب مع كثير من العناق مع شرح لأسباب الضرب . من أكثر الأمور أهمية أن تنقل لأبنائك - أنك تحبهم - ولأنك تحبهم وبسبب عصيانهم ، قمت بإقرار النظام وذلك بضربهم .

كلامك سوف ينقل إليهم رسالة اهتمام ، رعاية وحب ويساعدهم على استبعاد الشعور بالذنب .

علماء النفس يبنهون بأن الشعور بالذنب له تأثير مدمر على النفس البشرية ، هو مضر إذا لم يتم التعامل معه . عندما يتمرد الطفل أو لا يطيع والده ، هنا يحس بالذنب ، وهو ذنب حقيقى . الضرب سوف يزيل هذا الشعور . وكما قال سويندول ، دموع الطفل تطهره وتخلصه من الشعور بالذنب وتريح مشاعره وضميره .

لكن متى تستخدم أسلوب الضرب ، ما هو حجمه ومقداره ووقته ؟ سوف ترد عليك فترات خلال نمو الطفل تحتاج فيها أن تستخدم هذا الأسلوب أكثر من أى وقت آخر . عندما يصل الطفل سن الدخول إلى المدرسة وكان النظام المتبع في المنزل قد استتب على ما هو عليه والطفل ما زال صغيراً ، فإن اللجوء إلى الضرب سوف يتضاءل . الحاجة إلى هذا العقاب شئ يقرره الآباء ولا أحد يستطيع أن يقرر لهم ذلك .

مع ذلك ، دعنا نفكر في بعض القواعد المرشدة ، إلى أن يحين فهم الأطفال لكلماتك ، ويستوعبوا توجيهاتك عندما يقتربون من المخاطر والصعوبات ( حوالى ما بين الخامسة عشر حتى الثامنة عشر شهراً من العمر ) فإنك كبالغ ناضج يجب أن تتمتع عن استخدام العقاب البدنى .

### كن على حذر وأنت تطبق النظام

ينتشر تعبير « حالة الطفل المهزوز » في كل أرجاء أمريكا فالآباء وهم يقصدون خيراً بتصرفاتهم ، يهزون الطفل بعنف حتى يتسببوا في إحداث ضرر بالغ يصيب مخ الطفل . عادة ما يكون الأب راغباً في إيقاف بكاء طفله أو يعاقبه لتصرف سيئ صدر منه ، وهو بالطبع ليس سوى تصرف طفولى . ليس فقط ما حدث مع الطفل هو بلا فائدة ، لكن أيضاً يمكن تجنب المأساة إذا فهم الأبوان أكثر عما يمكن أن يصدر من الأطفال . إن هز الطفل بعنف ليس من قواعد النظام - إنه انتهاك .

الأطفال سيكون عندما يشعرون بالجوع ، بالحر ، بالبرد ، بعدم الراحة ، البلل أو المرض . والأطفال في فترة الجوع على وجه الخصوص قد يفعلون كثيراً من الأمور الخرقاء . عندما يسكب الطفل شيئاً أو يدمر أو يخرب بسبب تفكيره الطفولى ، فإن



## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

الضرب يؤدي إلى إرباكه ، لأنه حدث لأسباب مغلوبة . أنت لا تضرب الطفل لأن شعره أسود وليس بنياً أو لأن لديه نمش بدلاً من الغمازات ، أيضاً يتوجب عليك أن لا تضربه بسبب تصرفاته الطفولية غير الناضجة .

لكن ما الذي يحدث عندما يرفض يبلى الصغير الجلوس على مقعده ليأكل ؟ إن اتخاذ إجراء بسيط على مؤخرته كفيل بالقيام المطلوب ، ولا سيما إذا تركت المسطرة أو أى أداة للضرب تحت وقع نظريه .

عندما يقترب الطفل إلى سن الحضانة أو المدرسة ، يحتاج أيضاً لأن يعاقب بسبب عصيانه المتعمد ، لكن يجب أيضاً أن يجرى تعليمه وأن نشرح له أسباب وعواقب تصرفاته .

وهناك وسائل أخرى لإقرار النظام ، مثل التحديدات المختلفة ، الخصم من المصروف ، الحرمان من المزايا الأخرى ، وهذه جميعاً قد تكون أكثر نفعاً .

هذا يثير مسألة أخرى تتصل بالوسيلة التي تستخدمها لتضرب بها طفلك . القاعدة المحددة لذلك أن تستخدم وسيلة « محايدة » ، مثل مسطرة خفيفة أو عصا لينة ، بدلاً من استخدام يديك . وأهم ما في الموضوع ، أن لا تكون تلك الأداة ثقيلة بحيث من الممكن أن تسبب الأذى للطفل ، لأن هذا في حد ذاته مأساة . يجب أيضاً أن تسبب الأداة المستخدمة بعض الألم على مؤخرة الطفل لتحقيق المطلوب ، كالقول المأثور لا ألم . لا مكسب .

عندما تدعو الحاجة لإقرار النظام ، من اللازم أن لا تستخدم يديك ، لكن استخدم وسيلة محايدة لا ترتبط بك شخصياً . إذا كان الموقف دقيقاً ( مثلاً عندما يواجه الطفل خطراً داهماً ، أنت مضطر إلى استخدام يديك لتضربه بقوة مرة أو مرتين

لتلفت انتباهه ، وهذا لا غبار عليه . مع ذلك ، إذا كان التصرف المقر للنظام ضرورياً بسبب تكرار تخدى الأوامر وتعليمات الأبوين ، حينئذ يتخذ موقفاً رسمياً ، يعنى هذا التفرد بالطفل داخل المنزل لإجراء اللازم لتحقيق الطاعة وإقرار النظام .

---

**الإنسان المنظم هو الذى يفعل ما يحتاجه  
الأمر فى الوقت اللازم لذلك**

---

### كن حريصاً بخصوص متى وأين

هناك أمر آخر يختص بطريقة استخدام العقاب البدنى ، لا يجب أبداً أن تضرب الابن على وجهه سواء أكان طفلاً أو يافعاً .

إذا حاولت يوماً أن تربت على ظهر كلب داوم سيده على ضربه ، فإنك سوف تكتشف أن هذه الكلب أصبح خائفاً خائفاً ولا يستطيع الدفاع عن نفسه ، بالقياس يمكن أن تفهم بأن ضرب الطفل على وجهه ، هو في الحقيقة سوف يدمر روحه ، بدلاً من إعادة توجيهه وتصحيح مساره السلوكى ، وهو ما يحققه استخدام الأسلوب الصحيح . الشئ المثير في الموضوع كله إن الجسم مجهز طبيعياً بمناطق حساسة لكنها مغطاة جيداً وتصلح للعقاب . نعم هذا صحيح ، فمؤخرة الطفل هو المكان المناسب الذى ينفذ عليه العقاب عند مخالفة قواعد النظام .

مباهج الحياة العائلية سوف تملح من حين لآخر ببعض من العقاب البدنى ، إنه جزء من النظام العام للحياة والتربية الأبوية ، ويستخدم دائماً بطريقة تبادلية مع اتخاذ

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

احتياطات مشددة ، لكنها تستخدم في كل الأحوال بواسطة من ينشدون تنشئة الأبناء الإيجابيين . لسنين عدة ، صرخ المنظرون الجدد والثوريون في مجال تربية الأطفال قائلين إن اتباع هذه الأساليب تخرب أساسيات شخصية الطفل ، واعتبروها إجراء بربرياً ، وقالوا بأنها مصدر لتنشئة منتهكى الأطفال .

لكن لحسن الحظ ، فإن الدراسات المتعمقة ترفض هذا المفهوم المغلوط وتوضح أن ما ذكرته سابقاً من إرشادات لها فوائد واضحة تماماً . وكما يضرب المثال في كتلة الحجر الصماء ليصنع منها تحفة رائعة ، لذا فإن الابن عند تعرضه المفاجئ لضربة يتمزق فعلاً شيئاً من شخصيته - يتمزق عنه عدم النضج والتصرفات الأنانية وتوجهه نحو الصلابة والوقوف ثابت القدمين في مواجهة عالم سلبي . وبذلك يكون من الفائزين .

### تحذير لكل الآباء

أحياناً يكون هناك فاصل دقيق جداً ما بين ضرب الطفل وانتهاكه . إذا فقدت مرة أعصابك بالكامل وبدأت في ضرب ابنك بقسوة ، فإنك في تلك الحالة يجب أن تنسى إلى الأبد مسألة العقاب البدني كوسيلة لإقرار النظام . وإذا حمل جسده ( مؤخرته ) أي سحجات ، تسليخات ، خدش أو قطع بعد ساعة من الضرب ، فأنت هنا قد بلغت . وهذه الفقرة هي من أهم فقرات هذا الكتاب .

### « التسامحية » ضد « التسلطية »

يذكر الطبيب النفسي فيكتور كلاين مؤلف كتاب « كيف تجعل من ابنك فائزاً في الحياة » ، أن هناك كارثة حقيقية لحقت بعدد كبير من العائلات الأمريكية منذ عام ١٩٥٠ ، وأطلق عليها أسماء متعددة ، منها « التسامحية » و « ديمقراطية

## ١٤. الانضباط - مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين

العائلة » . لقد كانت تجربة نبيلة أسست على تصور مغلوط يقول « إن الأطفال الصغار هم في الأصل مخلوقات حكيمة في الأصل وقادرة تماماً أن تحدد مستقبلها ومصيرها . أما إحكام الرقابة على الأبناء فقد دعيت « التسلطية » أو « ضد الديمقراطية » ، لذا فالضرب ، حتى ولو بحب ، كان ينظر إليه من وجهة نظر هؤلاء الخبراء كنوع من انتهاك حقوق الطفل . أن تكون أباً صالحاً يجب عليك أن تترك طفلك يشق طريقه بنفسه . ويؤكد الدكتور كلاين أنه معارض تماماً لمعظم هذه الآراء التي ظهرت في الخمسينيات من القرن الماضي ، ويوضح أنه بتأسيس قواعد مقبولة تتابع بها سلوك ابنك وتباشر تنفيذها بنفسك ، هذا يساعده على تكوين ضوابطه الداخلية التي تحكم توجهاته غير الاجتماعية .

وفي كتابه « الطفل ذو الإرادة القوية » يقول أستاذ علم النفس جيمس دوبسون « بالتأكيد أنا كأب سوف أرتكب أخطاء ، لكن لا يمكن لى أن أهمل مسئولياتي لأننى في حاجة للحكمة والتبصر . بالإضافة إلى ذلك ، لدى معين من التجربة وتصور أفضل أبني عليها قراراتى متفوقاً في ذلك عن أبنائى ، فقد كنت سابقاً في المكان الذين هم الآن فيه أو يسرون إليه » .

وفي مجموعة من الدراسات التي قام بها الأستاذ ستانلى كوبرمس ، وجد أن الأبناء الذين يتفوقون في مجال تقدير الذات ، لديهم آباء قادوا سفينة العائلة بكل مقدرة مستخدمين في ذلك مجموعة واضحة ومحددة ومفهومة من القواعد ، وطبقوها بكل همة ونشاط . هذه النتائج تقترح أن الآباء الذين يتمسكون بالقيم المحددة ، الذين لديهم رأى واضح عما هو السلوك الحسن المناسب ، الذين يراعون أن يوضحوا تماماً لأبنائهم ما يؤمنون به ، هم الأكثر توفيقاً في تنشئة أبناء ذوى أخلاقيات مرتفعة ، ويكون همهم الأكبر هو أن تشجذ إحساساتهم بالقيم والمبادئ ،

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

ولديهم احترام أكبر لآبائهم .

إذا لم يتمسك الآباء بهذه المسؤوليات ، وإذا لم يبنوا ويطبقوا باستمرار الحدود المعقولة ، فإن الطفل سوف يفسر ذلك بأن الأب لا يهتم به . هذا يجعل الابن قلقاً ويخفض من قدراته على إنماء المحددات الداخلية .

النظام هام وضرورى ، لا يمكن أن تربي طفلاً ناجحاً بدون ذلك ، لكن النظام لا يجب أن يجمع أو أن يطغى . يجب أن يقود النظام إلى تكوين عادات قوية من التوجيه ، العمل والحكم الصحيح . النظام الجيد ينتج القوة وليس الضعف ، الابتكار وليس المألوف من الأمور ، المسؤولية وليس الانغماس في الذات . إنه يستطيع أيضاً أن يشكل الأخلاق التي من خلالها تنبثق القدرة على الحب والتضحية .

---

---

**النظام الجيد يخلق القوة**

**وليس الضعف أو العجز**

---

---

•••••

### تقييم شخصى

- ١ - يستخدم هذا الفصل فريدى كمثال ، لماذا ؟
- ٢ - وضع تحديداً ما هو النظام كما ورد في هذا الفصل .
- ٣ - من هو الأب الذى يمكن أن يوصف بأنه شجرة يوباس ؟

## ١٤. الانضباط - مفتاح عظمة الأبناء الإيجابيين

٤ - ما هو رأى المؤلف في موضوع ضرب الطفل ؟ ما هى أهم فقرة في هذا الكتاب ؟

٥ - هل تتفق مع ما قاله الطبيب النفسى جيمس دوبسون ؟

٦ - لا يجب أن يكون النظام ..... أو ..... النظام الجيد ينتج ..... ، وليس الضعف ..... المؤلف ..... ، وليس الانغماس في الذات . هل تتفق مع هذه الآراء ؟

## الفصل الخامس عشر

### الإصرار الإيجابي ينتج أطفالاً إيجابيين

تحقيق الانتصار دائماً ما يكون أمراً سهلاً ، ليس علينا سوى أن نكدح قليلاً ، نتحمل قليلاً ، نؤمن دائماً ولا نتراجع أو نرتد عائدتين للخلف .

سيمز

**يجب أن تثبت أقدامك هنا**

يجب على كل الأطفال أن يتعلموا قصة شجرة البامبو الصينية .

يحكى لنا هذه القصة صديقي جويل ويلدون المتحدث البارز في فيونكس / أريزونا ويقول إن الصينيون يزرعون ؛ يضعون البذور ؛ ثم يصبون عليها الماء ؛ ويضعون المخصبات حولها ، لكن في السنة الأولى لا يحدث شيئاً . في السنة التالية يستمرون في سقيها بالماء ووضع المخصبات ، لكن أيضاً لا يحدث شيئاً ، في السنة الثالثة والرابعة يستمرون في سقيها بالماء ووضع المخصبات ، ولا يحدث شيئاً . ثم في أثناء السنة الخامسة وفي مدى ستة أسابيع ، تبزغ شجرة البامبو وترتفع صاعدة إلى السماء ، ليبلغ طولها حوالي تسعين قدماً .

السؤال هو ، هل نمت تلك الشجرة ليصبح طولها تسعين قدماً في ستة أسابيع أم إنها نمت وأصبح طولها تسعين قدماً في خمس سنوات ؟



الإجابة الواضحة هي أنها نمت ليصبح طولها تسعين قدماً في خمس سنوات ، لأنهم إذا توقفوا عن إمدادها بالماء والمخصبات كل سنة ، لما وجدت شجرة البامبو الصينية .

كل منا مر بتجربة شجرة البامبو الصينية ، ربما جابهتنا من قبل مسألة صعبة في الحساب ، الطبيعة أو الكيمياء - لقد عملنا فيها بجد واجتهاد ولم نصل إلى الحل ، وحاولنا مرة أخرى ولم نفلح ، ومرة أخرى جاهدنا ولم نصل للحل . أخيراً نذهب إلى المدرس ونقول له يا أستاذ ، هناك بالتأكيد خطأ في تلك المسألة ، كتاب المدرسة محتاج لتصحيح ! فينظر إلينا المدرس جيداً ، ثم يقول مبتسماً « اعمل محاولة أخيرة » ، فنعود إلى مكاننا ونحاول ، ثم أخيراً نتوصل للحل . . في الحقيقة ، بمجرد ما أن نتوصل للجواب الصحيح حتى ندرك أنه بسيط للغاية وواضح تماماً ، لدرجة أننا نندش لعدم توفيقنا السابق للوصول إليه . على هنا أستطيع القول بأننا توصلنا للحل ، ليس بسبب ذكائنا الخارق ولكن بسبب إصرارنا .

---

---

**المنطق لا يغير عاطفة، لكنه الفعل**

**والعمل هو الذي يغير**

---

---

### النظام أولاً - المرح تالياً

لمدة أربعة وعشرين عاماً ، وباختياري ، بلغ وزني ٩٧ كيلوجراماً ، فقد اعتدت أن أكل كثيراً كل يوم ، لذا فأنا ( اخترت ) أن يزيد وزني بهذا الشكل الفظيع . وما أن بلغ عمري خمسة وأربعين عاماً ، حتى صممت أن أفعل شيئاً بخصوص وزني هذا ،

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

لذا غيرت من عاداتي الغذائية وكذلك نوع الرياضات التي كنت أمارسها ، فانخفض وزني وأصبح ٨٠ كيلوجراماً ، وبذلك حدث تغير شامل في مسار حياتي . الآن أريد أن أوضح أن الشهور التي فقدت فيها ١٧ كيلوجراماً كانت عشرة شهور فقط ، وهي من أصعب الأيام التي مرت على في حياتي .

في تسعة من العشرة شهور تلك ، كرهت شيئاً اسمه الجري ، لكن ما كرهته بالأكثر هو انقطاع أنفاسي وشكلي الملفت للنظر . ( ربما يجب على أن أعترف بأنني حتى بداية موضوع الجري هذا ، كانت كل فكرتي عن الرياضة هي أن أملاً البانيو بالماء ، ثم أستحم ، ثم انزع السدادة ، ثم أتعارك مع المياه المنسحبة نحو البالوعة ) .

ولمدة تسعة عشر سنة لاحقة ، كنت أجرى مهرولاً خمسة عشر ميلاً في الأسبوع ، ولم تحدث لى فيها سوى إصابة واحدة ، عندما التوى كاحلي أثناء وقوعي في حفرة . كنت أهرولاً خمسة أيام في المتوسط أسبوعياً ، أشعر بعدها بأنني في أحسن حالاتي ، وأصبح لدى نشاط وطاقة جعلتني قادراً أن أفعل أشياء ما كنت قادراً على فعلها وعمرى تسعة عشر عاماً .

لقد أصبح حبي وحماسي لموضوع الجري عظيماً ، لدرجة أنني كنت أمارس تلك الرياضة وحرارة الجو تبلغ ٥ درجات تحت الصفر ( بالطبع ، لكي أكون صادقاً ، كنت أجرى داخل البيت ! ) .

في سنة ١٩٩٠ ، وبعد أبحاث معملية مستفيضة عن حالتي الصحية ، نصحتني الدكتور كوبر أن أستبدل الجري بالمشي السريع ، لأنه أفضل لى على المدى الطويل ، واليوم وأنا في سن الخامسة والسبعين ، تبلغ دقات قلبي في وقت الراحة ٤٧ نبضة ، وضغط الدم ٨٠ / ١١٨ وقال لى مساعد الدكتور كوبر أن مستوى الكولسترول في

## ١٥. الإصرار الإيجابي ينتج أطفالاً إيجابيين

دمي مضبوط تماماً .

أؤمن أنه لتنشئة أطفال إيجابيين ، يجب أن تكون أهم الدروس التي نلقنها لهم ، هي أن يتمتعوا بالمثابرة والإصرار .

كثير من المرات ، نطلب من أولادنا أن يؤديوا واجباتهم المدرسية سواء رغبوا في ذلك أم لا ، أن يذهبوا للمدرسة سواء كانوا في أحسن حالاتهم أم لا . من فضلك لا تفهمنى خطأ ، إننى لا أعنى ذلك الطفل المريض بالحمى أو المريض فعلاً ، أنى أتكلم عن الفترات المتعددة التي نكون فيها جميعاً ، بما فيها أطفالنا نريد أن نهمل كل شيء لمجرد أننا لا نريد فعل هذا أو ذاك من الأمور ، أو أننا لا نشعر بأننا في أفضل حالاتنا .

كثير من الناجحين في الحياة ممن عرفتهم ، فعلوا أشياء وهم ليسوا في أفضل حالاتهم . والمثير في الأمر أننا كثيراً عندما نبدأ في فعل شيء ما ، نشعر بأننا غير راغبين في البدء فيه ، ثم ننتهى وقد أحببناه وأنجزناه بأفضل ما يكون . الرسالة هنا واضحة وجليّة . المنطق لن يغير عاطفة أو شعور ، لكن العمل هو الذى يغير . وهذا درس ذو قيمة عظيمة ، لكنه صعب لأن نعلمه لأولادنا . هو يحتاج إلى إصرار وحب من جانبنا .

أي إنسان يستخدم كل قدراته ، يفعل ذلك فقط لأنه يعلم أن الشخص المثابر ، المصّر والمنظّم هو الذى في إمكانه في النهاية أن يحقق ما هو مطلوب . لكن لا مفر من إننا سوف نعانى أحياناً من الإحباط ، الهزيمة والتراجع ونحن في الطريق . يمكن لنا أن نتعلم من المخترع الكبير تشارلس كيترنج الذى يقترح أن نتعلم كيف نفشل بذكاء . هو يلاحظ أنك عندما تفشل ، يجب عليك حينذاك أن تحلل المشكلة ،

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

وتكتشف لماذا فشلت . هو يؤمن أن كل فشل يعتبر خطوة في سبيل تحقيق النجاح المرة الوحيدة التي لا تريد فيها أن تفشل ، هي المرة الأخيرة التي تحاول فيها ثم يضيف قائلاً « عندما تفشل فعلاً ، أنت في حاجة إلى أن تواجه الهزيمة بكل أمانة . أنت لن تستطيع تزوير النجاح » .

عندما تفشل ، لا تضع هذا الفشل . تعلم كل شيء منه ، لأن كل تجربة فشل تعلمك شيء ما ، في الواقع أنت لم تفشل حتى لو حدث هذا بالفعل . وقبل كل شيء ، لا تستخدم الفشل كعذر لعدم المحاولة مرة أخرى . مع ذلك ، إذا وقع طفلك الحابي وهو يجرب المشي للمرة الأولى ، فهل سوف تقول له لقد أخذت فرصتك ، لقد انتهت محاولتك ، اجلس في مقعدك حتى نهاية العمر ! .

### جرب أن تخطو خطوة إضافية أخرى

ربما لا تستطيع أن تسترد ما خسرت ، أو تصحح ما تلف أو تقلب النتائج ، لكن مهما كانت درجات فشلك ، يمكنك أن تقلد هذا الحابي ، وبكل بساطة قف على رجلك وابدأ في خطوة جديدة إضافية . لكن هذه المرة ستكون أكثر حكمة ، أكثر حساسية وأكثر تصميمًا . معرفة كيف تستفيد من الفشل هو مفتاح النجاح ، إذا رأى أبنائك أنك تتقدم في حياتك على أسس يومية وتنمو بسبب أخطائك ، فهم بالتأكيد سوف يتشجعون ويحاولون مرة أخرى في اتخاذ خطوة إضافية . وكما عبر عن ذلك ستيف براون من أطلنطا/ جورجيا عندما قال أي شيء مطلوب عمله ، سيتم إنجازه أولاً بشكل سيئ - حتى تتعلم كيف تؤديه بشكل جيد . الإصرار هو قيمة عظيمة تجدها في كثير من العظماء والناجحين .

هناك مثال كلاسيكي آخر يضربه لنا المستكشف فريدجوف نانسن ، وذلك عندما

## ١٥. الإصرار الإيجابي ينتج أطفالاً إيجابيين

تاه هو وزميله في الأرجاء الفسيحة للقطب الشمالي وانتهت مؤنتهم من الغذاء وأكلوا كل شئ بما في ذلك كلابهم والأسرحة المصنوعة من الجلد . واستمروا في السير بعناء شديد يجرون أرجلهم جراً وسط الفراغ الهائل الواسع للمحيط المتجمد القاسى البرودة ، وبدون أى دليل على تواجد أى إنسان على مدى مئات الأميال حولهم . ثم استسلم زميل نانسن ، وجلس وسط الثلوج وأسلم الروح . مع ذلك ، فإن إرادة نانسن كانت تمده بمعين من القوة والعزم الذى يقف صامداً في مواجهة الهزيمة . استمر يردد في ذهنه باستمرار أستطيع أن أخطو خطوة أخرى ، فقط خطوة أخرى إلى الأمام ، إلى أن تعثر فيه أفراد الجماعة الأمريكية التي أرسلت للبحث عن المكتشفين . الرسالة هنا واضحة ، عندما تستمر في مسيرتك حتى إذا تعثرت ، لن تعلم أبداً من سوف تتعثر فيه ، وهذا ما فعله نانسن بالضبط . من الواضح أنك لن تتعثر في شئ وأنت جالس في مكانك .

في مرة ، لاحظ أحد الحكماء أن المثابرة الدؤوبة والتعلم والنمو لا يمكن فصلها جميعاً عن البحث عن السعادة . ولأن السعادة هى هدف كل إنسان ، لذا يعتبر الإصرار على المتابعة من الصفات الأولى التي يجب أن نعلمها لأولادنا إذا أردنا أن نربي الأبناء الإيجابيين المنتجين .

---

**هناك أقل القليل من المشاكل التي يتعذر حلها بالإصرار النقي، والمثابر والمستمر**

---

## قدموا المثال أيها الآباء

إنه مثل قديم لكنه صحيح : المنسحبون لا يفوزون أبداً ، والفائزون لا ينسحبون أبداً حتى تتم المهمة على الوجه الأكمل .

وللأسف ، لا يولد الأبناء وهم مسلحون بالإصرار . وكثير منهم بطبيعتهم منسحبين ، حيث يبدون اهتماماً بأمر ما ، وما أن يشعرون بالتعب حتى يتركونه . وهذه هي طريقة الأطفال الصغار في الحياة .

مع ذلك ، عندما يكبرون ويتحملون مسؤوليات ، مثل ترك ألعابهم جانباً ، المساعدة في ترتيب البيت ، إخراج صندوق المهملات ، توضيب فراشهم ، مساعدة الأم في غسل الصحون وفعل العديد من الأعمال المنزلية الأخرى ، هنا يمكن للأبوين أن يبنوا صفة الإصرار فيهم . إنه من المفيد جداً أن يتأكد الأبوان أن أولادهم يفعلون ما طلب منهم ، في الوقت المناسب لذلك ، وأن المهمة أُنجزت بنجاح كامل . إذا تنصّل الأبناء عن القيام بمسؤولياتهم التي يكلفون بها في وقت ما من العمر ، سوف يحاولون التخلص منها فيما بعد ذلك . هنا يصبحون متمرّسين على عادة لا تؤدي أبداً للفوز والنجاح في الحياة .

أيها الآباء ، يجب أن تطبقوا إصراركم الأبوى على الأبناء ، إذا أردتم غرس قيمة المثابرة في نفوسهم . من الواضح أنهم لن يكونوا سعداء بمنهجكم ، لكنهم سوف يسترجعون الماضي ويشكروكم عندما يكبرون وحتى نهاية العمر .

منذ سنوات عدة ، قال كالفن كولديج لا شيء في العالم يمكن أن يحل بدلاً عن الإصرار والمثابرة ، الموهبة لا تستطيع ، فما أكثر الموهوبين الفاشلين . العبقرية لا تستطيع ، فالعباقرة الذين لم يقدرهم أحد منتشرون في كل مكان . التعليم أيضاً لا يستطيع ، فالعالم ممتلئ بالمتعلمين المنبوذين .



### تقييم شخصي

١ - بأسلوبك أنت ، اشرح قصة شجرة البامبو الصينية .

٢ - ما الدرس الذى تتعلمه من تشارلس كيتريج ، وهل هذا الدرس كان له دور مؤثر في حياتك ؟ كيف تعلمه لأولادك ؟

٣ - المؤلف يظن أن الأطفال يولدون وهم غير مسلحين بالإصرار ، ما الذى يقترحه على الآباء من أفعال للتغلب على تلك المشكلة ؟

٤ - استكمل مقولة ستيف براون أي شئ مطلوب عمله . . . . . حتى تتعلم كيف تؤديه بشكل جيد .

٥ - متى كانت آخر مرة صممت فيها أن يستمر ابنك في إنجاز مهمة صعبة ؟ هل كان الأمر صعباً عليك أنت أيضاً ؟ هل كان الموضوع يستحق ؟



# الفصل السادس عشر

## الحب الحقيقي

« الحب ليس له منطق ، لكنه يعطى بسخاء - يعطى كالمسرف الذى يعوزه التفكير السليم ، يمنح كل ما عنده ، ثم يهتز هنا وهناك ويرتعش خوفاً من ظنه أنه أعطى القليل »  
هانا مور

### ولد صغير " متميز "

كثير من الأحيان لا تكون بركة الأبوين كثيراً بولادة ذلك الطفل الجميل ، الصحيح ، الذكى سواء كان ولداً أو بنتاً . بدلاً من ذلك ، وبطرق عديدة ، ينالون بركة أكثر بولادة طفل يعانى من مشكلة من نوع ما - سواء كانت طبيعية ، عقلية أو عاطفية . بعض من هذه المشاكل قد تكون بسيطة ، والأخرى معقدة وخطيرة .

في كتابى « أراك في القمة » أعطيت تفاصيل حية عن قصة ولد صغير يعانى من الشلل الدماغى . وأبواه الكنديان برنى وإيلين لوفشك من مدينة ونبيج بكندا ، وهما يعتبران الآن بالنسبة لى كأخ وأخت . لقد أعلن ثلاثون من الأطباء أن الأمل مفقود تماماً بالنسبة لابنهم دافيد ونضحوهما أن يودعاه مؤسسة خارجية متخصصة في تلك الحالات وذلك لمصلحة « الأشخاص الطبيعيين في العائلة » .

مع ذلك ، كان هناك طبيب آخر من ذلك النوع الذى يهتم بالحلول أكثر من

المشاكل ، كان هو الطبيب العالمى دكتور بيرلشتاين من شيكاغو .

استطاع الأب برنى أن يحصل على موعد مع هذا الطبيب المشهور عندما ألغى طفل من استراليا مواعده معه ، لذا سافرت العائلة إلى شيكاغو لفحص ابنهم . كان هذا الفحص دقيق للغاية ، ونطق الدكتور بيرلشتاين بما هو مطلوب إذا توقعوا أن يتحسن ابنهم دافيد وبالطريقة التي توقع هو أن يحرزها الغلام .

من الأشياء التي طلبها هذا الطبيب ، والطفل ما زال في الثانية من عمره ، هو أن يضعوا أطواقاً ثقيلة حول ساقيه ، وكل مساء عليهما أن يحكما إقفال تلك الأطواق حتى تصبح أكثر إحكاماً حول ساقيه وبالتالي كان ألمه يزداد ويعظم . في أحيان كثيرة عندما يشرع الأب والأم في وضع تلك الحلقات ، كان الطفل يبكي ويصرخ .

الآن أريدكم أن تتأملوا الصورة بإمعان ، كان ديفيد ولد جميل - شعره فاحم السواد ، بشرته زيتونية اللون ، عيناه خضراء جميلة . وبدموع كثيفة كان يتوسل إليهما « ماما ، هل من الضرورى أن تضعى تلك الأطواق هذه الليلة ؟ أو بابا ، أليس من الممكن أن لا ألبسهم ولو لمرة واحدة ؟ أو هل من اللازم أن تحكموا قفلها بهذا الشكل ؟ . بالتأكيد كل أب يمكن أن يتصور الموقف ويفهم الصعوبات التي واجهت كل من برنى وإيلين لوفتشك . لكنهما كانا يحبان ابنهما هذا حباً عظيماً ، وقالوا لا لدموعه الحالية ليتمكن لهما أن يقولوا نعم للضحك الذى سوف يجلب بعد ذلك طوال عمره .

اليوم وزن « دافيد الصغير حوالى ٩٠ كيلوجراماً ، صدره كأنما هو برمىل متحرك ، هو رجل مدهش في كل مجال من مجالات الحياة - نعم ، الحب عنيف - يفعل ما هو الصالح للغلام ، وليس ما هو مريح أو ملائم للأبوين .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

لا حاجة لنا للقول ، سوف تواجهون في كثير من الأوقات وأنتم تنشئون الأبناء الإيجابيين أوقاتاً تضطرون فيها أن ترضخوا لمطالب الأبناء . ستواجهون بمواقف يكون من الأفضل لكم فيها أن تضعوا أبنائكم أمام التلفزيون بالساعات ، أو تدعوهم يأكلون كل ما هو سيئ من الأطعمة الخارجية . بعد حين ، سيصبح من السهل عليكم أن تسمحوا لهم بالبقاء خارج المنزل لساعات متأخرة ليلاً ، بدلاً من أن تشرحوا لهم أهمية النوم المبكر . بعد حين آخر ، سوف يكون أكثر سهولة عليكم أن تتركوا للأولاد يتواعدون مع الجنس الآخر وهم في سن صغيرة ويقفون خارج المنزل لساعة تعلمون إنها متأخرة ، كل هذا لكي تتجنبوا وجع الدماغ - تتركونهم ليصبحوا مماثلين لباقي الأولاد . مع ذلك ، فإن الحب الحقيقي يطلب منكم أن تفعلوا ما هو صالح لأبنائكم وليس ما هو سهلاً عليكم أو ما يفعله الآخرون .

### الحب الحقيقي ضد الحب المزيف

إلى حد كبير يعتبر أهم عنصر في معادلة تنشئة الأبناء الإيجابيين في عالم سلبي هو الحب العميق الأصيل . وعلى الأبناء أن يدركوا جيداً الفرق ما بين الحب الحقيقي والحب المزيف الذي يشاهدون أمثاله في التلفزيون .

منذ عدة سنوات مضت ، ذهبت زوجتي إلى البنك لإيداع مبلغ من المال . وكما تعلمون ، عندما يقوم موظف البنك بعد النقود فإنه يفعل ذلك بسرعة وكفاءة ، إنه يحرك مجموعة النقود أمامه بسرعة بالغة لدرجة أنني كنت أندش كيف يعلم عدد ما قام بعده ، في الحقيقة ، كنت أخشى دائماً أن يعطيني أكثر مما أستحق ، لذا كنت أكرر العد لأنك أد أنه على حق .

في ذلك اليوم ، كانت موظفة البنك تعد النقود التي استلمتها من زوجتي ،

وفجأة توقفت ، والتقطت من مجموعة النقود ورقة فئة عشرين دولاراً وقالت « مسر زجلر ، هذه الورقة مزورة ، لقد ميزت الورقة المالية المزورة في الحال ، ولأنهم في معظم البنوك لا يسمحون لموظفي الشباك حتى أن يلمسوا الورقة المزورة ، لذا فبمجرد ظهور ورقة مزورة ، فإنهم يشيرون نحوها حتى بدون النظر إليها ! .

نعم ، هناك فرق بين النقود الحقيقية والنقود المزيفة ، وأيضاً هناك فرق كبير بين الحب الحقيقي والحب المزيف . الأنواع المختلفة من الحب المزيف نشاهدنا كثيراً في التليفزيون ونقرأها في الروايات الرخيصة .

في مدى ساعة واحدة ، يقابل الشاب الفتاة ، يذهبان سوياً للعشاء ، ثم يكونان علاقة لها معنى ، ويقعان في مصيدة الحب بجنون ، ثم يذهبان سوياً إلى السرير . إنهما يبذلان كل جهد ممكن ليتصورا أن هذا هو الحب الحقيقي ، ويقولان إنه ليس هناك مانع أخلاقي في تلك العلاقة ، ويعتبرانها علاقة « ذات معنى » !

يعرف القاموس الحب أنه « هو عاطفة رقيقة عميقة لفرد من الجنس الآخر » ، من الواضح ، أن الحب الحقيقي يرمى لأبعد من العاطفة الرقيقة العميقة . يجب على الابن أن يشاهد الحب الحقيقي عندما يرى بكل وضوح أن جملة « في السراء والضراء » لها معنى إيجابى ، وأنه في حالة ما إذا مرض الأب أو الأم ، فإن الطرف الآخر المخلص سوف يراعى المريض ، سواء كان هذا المرض سيستغرق البقاء أياماً قليلة في السرير أو أنه دائم ، كالعجز المستمر أو الإصابة المعوقة التي قد تستمر شهوراً وأعواماً فى علاج ورعاية كلها حب وتفان . هنا تكون الفرصة متاحة لتنشئة الابن الإيجابى الذى تأصلت فيه معايير الحب بشكل درامى . لماذا ؟ ، لأن الابن يرى أمامه الحب الحقيقي وهو يعمل ، وليس هناك عاطفة أقوى من ذلك .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### إظهار الحب

منذ عدة سنوات ، أتذكر مرة عندما كنت أتسامر مع ابني ، أننى سألته « يا ابني ، إذا سألك أحدهم عما تراه الأفضل في صفات والدك ، ماذا تقول ؟ » ففكر قليلاً ثم أجاب « سوف أقول بأن أكثر ما أحبه في أبى هو أنه يحب أمى » ، هنا سألت بالطبع ، لماذا يقول ذلك ، أجاب « حسناً يا أبى ، أعلم أنك طالما تحب أمى ، فإنك سوف تعاملها بشكل صحيح ، وطالما أنك تعاملها بشكل صحيح ، سوف نستمر على الدوام كعائلة ، لأنها هى أيضاً تحبك . وطالما أنكما تحبان بعضكما ، وتتعاملان سوياً بشكل صحيح ، فإننى لن أختار أبداً أن أعيش معك أو معها » . بالطبع ، لم أعرف في ذلك الوقت ، أنه في نفس هذا اليوم كان أحد أصدقائه عليه أن يختار العيش مع الأب أو الأم .

الحاجة ماسة لأن يظهر الأب والأم حبهما لبعض أمام الأولاد ، لأن ذلك له أهمية عظيمة ، وإذا كان حبهما فعلاً حقيقى فإنهما سوف يراعيان ويقدران بعضهما البعض ، ولن تقتصر الفائدة عليهما بل سوف تمتد لتشمل أولادهما أيضاً ، حيث ستكون فائدتهم جميعاً هى الأعظم ولا تقدر بثمن .

أنا جالس الآن في منزلى أكتب تلك الكلمات حيث أقيم في شرق تكساس ، أمام بحيرة هولى ، وهذا هو المكان الذى حضرت إليه أنا وزوجتى لنتمتع ونرتاح قليلاً ، هنا أودى جزء كبير من كتاباتى . هذه الليلة كثيفة الضباب ، ونحن الآن في فترة الإجازات المدرسية ، لذا فابننا معنا أيضاً . كان هو وأمه قد خططوا أن يتناولوا العشاء في الخارج سوياً ثم قررا أن يذهبا إلى إحدى دور السينما في بلدة تايلر التي تبعد ثلاثين ميلاً من المكان الذى نعيش فيه ، ولم أستطع أن أذهب معهما بسبب مشغوليتى فى الكتابة . مع ذلك ، وبمرور اليوم ، بدأ الضباب في التكاثر ، وفى

موعد مغادرتهم المنزل ، كان الضباب ثقيلًا للغاية . ثم لاحظت أن ابني مهتمًا ومصممًا على الخروج ، لكن زوجتي انشغل فكرها كثيرًا ، وأقول لكم الحق ، كنت أنا أكثر منهما اهتمامًا وقلقًا ، لذا طلبت منهما أن لا يذهبا . لو كانت الرحلة إلى مدينة تايلر لها أهمية خاصة ، لما شعرت بهذا الشعور القوي . مع ذلك ، فمع المخاطر المتوقعة في ليلة ضبابية كهذه ، لم أتحمل بكل بساطة فكرة أن يخرجنا . أنا لم أشجعهما على البقاء في المنزل لأنني هادم للملذات أو لأنني أحسدهما لأنهما سوف يقضيان وقتًا ممتعًا سويًا . هذا بعيد تمامًا عن فكري ، لأنني أشعر دائمًا بسرور بالغ من أي مرح تنشغل به عائلتي . مع ذلك ، أنا أحبهما حبًا جمًّا ويصعب على أن أشاهدهما يركبان السيارة في تلك الليلة الضبابية بمخاطرها المجهولة والسائقون المشهورون على الطريق . خطر في بالي حينذاك أن هذا هو الحب الحقيقي وهو يعمل . وعلى الوالدين أن يظهرها دائمًا هذا الحب لأبنائهم .

---

**الحب الحقيقي يطلب منك أن تفعل ما هو صالح  
ونافع لأبنائك، وليس ما هو سهل في نظرك**

---

### الأحضان والقبلات

ربما من أكثر المناطق التي لا يدركها الوالدون ، ولا سيما الآباء منهم ، تتركز في قدر الحب الذي يمكن أن يمنحوه لأولادهم . ولا أستطيع حصر عدد الرجال والنساء وأعمارهم ، أربعون ، خمسون ، ستون سنة ، الذين أخبروني وهم يحضرون لى سلسلة المحاضرات المعنونة « ولد ليفوز » أنهم لا يتذكرون أن آباءهم قالوا لهم

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

من قبل إنهم يحبونهم أو شرعوا في حضنهم وتقبيلهم ، حتى وهم ما زالوا أطفالاً .

إنها فعلاً مأساة ، هذا يعنى في كثير من الأحيان أن هؤلاء الناس لن يظهروا بالتالى الحب والوداد لأبنائهم أو أحفادهم ، وهذا يدعو للحزن والأسى .

لحسن الحظ ، فإن حلقة انعدام الأحضان يمكن كسرها ، وبالرغم من أنهم لم يشعروا سابقاً بحنان القبل والأحضان ، فالكثير من الآباء يتعرفون على الفراغ الذى أحدثه هذا في حياتهم ، وتبعاً لذلك ، هم مصممون على كسر هذه الحلقة . وبكل تأن ، وهم متأكدون ، كثير منهم الآن يتعلمون أن يظهروا الحب والعواطف الرقيقة والتقدير لأبنائهم . إنه أمر يجب أن يعلم .

على الآباء والأمهات أن يقبلوا أبنائهم وبناتهم ، هناك تصور خاطئ كتب عنه البعض مدعين أن إظهار العواطف للأبناء الصغار ، ولا سيما بعد مرحلة الحبو ، سوف تزيد من فرصة أن يصبحوا منهمكين في موضوع الجنس المثلى . في الحقيقة العكس هو الصحيح . يقول الدكتور روس كامبل الطبيب النفسى الخبير في مشاكل الطفولة ، أن قراءاته وخبراته تدلّه على أنه لم يعرف أحد الشواذ جنسياً وكانت له سابقاً علاقة حب دافئ مع والديه .

الحاجة إلى الحب وإبداء العواطف لا تنتهى ونحن بالغين . أحد السيكولوجيين البارزين يقول ، نحن في حاجة إلى أربعة أحضان يومياً لكي نستمر في صحة جيدة . وإحدى الدراسات التي جرت في جامعة كاليفورنيا توصلت إلى النتيجة التالية : الأحضان تقلل كثيراً من المشاكل الطبيعية والعاطفية ، وتساعد على جعل الناس يعيشون عمراً أطول ، ويصبحون أصحاء بدنياً ، ويخفض التوتر ، ويحسن من نوعية النوم .



إننى نادراً ما أتشجع عندما أقول « فعلنا هذا الأمر بشكل صحيح ، لكن في موضوع الأحضان هذا ، إذا وجدت عائلة فعلتها بشكل صحيح ، فهى عائلتى . فزوجتى ذات الشعر الأحمر ، تعرف في وسطنا بأنها الحضانة السعيدة . ونحن نقول ضاحكين ، إنها إذا وجدت أي شئ يتحرك فإنها تحضنه ، وإذا لم يتحرك فإنها تنفضه ثم تبيعه . وبسبب عادة الأحضان هذه التي اعتدنا عليها أنا وزوجتى ، التقطها منا الأبناء . النتيجة ؟ تقارب عاطفى قوى يتزايد مع مرور الأيام .

### يستطيع الحب أن يجعلنا جميعاً فائزين

إننى على قناعة تامة أن الحب ، وإظهار الحب ، هو الإجابة على العديد من المشاكل التي قد تتواجد داخل العائلة هذه الأيام . في الحقيقة ، الحب يستطيع أن يفعل ما لا يستطيع غيره من العواطف عمله .

في إحدى محاضرات سلسلة « ولد ليفوز » التي جرت في دالاس ، كان يحضر معنا شاب وزوجته تلك المحاضرات . كان هذا الشخص مستريحاً من الناحية المالية وناجحاً في عمله ، لكن لديه مشكلة - إنه لا يستطيع القراءة أو الكتابة .

ونظراً لأن جزءاً من تلك المحاضرات كانت أن تكتب في ورقة ما وجدته حسناً في الآخرين من الحاضرين ، وهذا ما نسميه : ملاحظات « أنا أحب » . لذا كان هذا الشاب في مأزق حقيقى .

في ثالث يوم من المحاضرات ، وقف ليتكلم أمام جمع الحاضرين ، وقال لدى شئ أود أن أعترف به ، كل واحد منكم داوم على إرسال تلك الملاحظات الجميلة عني ، تخبروننى فيها عن الأشياء الحسنة التي ترونها في ، وهذا رفع من معنوياتي بشكل عظيم ؛ لكنى لم أرسل لأى واحد منكم أي ورقة . وزوجتى هى التي كانت

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

تقرأ لى الأوراق ، لأننى في الواقع لا أقرأ ولا أكتب في تلك اللحظة ، جلس منهاراً ، وانهمر في البكاء .

أسرع إليه البعض ، كان من ضمنهم شاب من تكساس ، وامرأة من استراليا ، كليهما أسرع إليه واحتضناه وبكيا معه بسبب عاطفة اللحظة . ووقف الحاضرون جميعاً في أما كنهم وصفقوا وهتفوا لذلك الشاب ولمن تعاطفوا معه وأحاطوه بأيديهم ليؤكدوا له أنه إنسان ذو قيمة كبرى وأنهم يحترمونه . كنت أود فقط لو حضرت الأمم المتحدة وتشاهد هذا المنظر الذى تشارك فيه الجميع من أمم مختلفة في مظاهرة جميلة من الحب والرعاية .

الحب هو أعلى وأظهر كل القيم الروحية ، إنه يخرج من الناس أفضل ما فيهم من مواهب ، وبتعبيرات عملية أقول إنه يثبت الإرادة ويجعلها مصممة عندما تصعب المواقف ويكون على العاقل أن ينسحب . نحن نرى الحب العامل كثيراً في الأوقات التي قد يصاب فيها طفل بمرض خطير أو يصاب في حادثة ، فيصرف الأب والأم ساعات وساعات وربما شهور - وسنوات ، في جهود دؤوبة لتخفيف أوجاعه آملين أن يعود إليهما صحيح الجسد والبدن . فالحب هو الفائز - دائماً .

### من ندين إليه في إصدار هذا الكتاب

بطرق متعددة ، أعتقد أننى سوف أنهى هذا الكتاب بطريقة غير عادية . لقد تداولت المعلومات والمواد التي ظهرت فيه من واقع خبرتى وملاحظاتى في الحياة ، وكذلك من الأحاديث التي أجريتها مع العديد من الآباء والأمهات على مدى سنوات طويلة ، واقتبست الكثير مما قاله أو كتبه الخبراء في تربية الأطفال . وقد عرضت عليكم تلك المعلومات التي تشرح ما أؤمن به ، وآمل وأتمنى أن أكون قد أعطيتكم

بعض الإرشادات التي تمكنكم من التعامل بأكثر إيجابية في الحياة ، وأن تعطوا أبناءكم دفعة أفضل ليشبوا ويصبحوا من الفائزين .

لا بد لي من الاعتراف ، إنه ما أن أنجزت ٩٥ ٪ من مادة هذا الكتاب ، حتى زارتني واحدة من خبراء تربية الأطفال ، وهي ذات مقدرة عجيبة لأن تعلمنا جميعا الكثير من الدروس المفيدة .

### يظهر الحب في صور وأشكال متعددة

اسم الخبيرة هو ثيلما بوسطن ، وقد قابلتها للمرة الأولى في ٢١ ديسمبر ١٩٨٤ ، بالرغم أنني سمعت الكثير عنها على مدى سنوات سابقة .

في شهر سبتمبر سنة ١٩٦٩ تعرض زوج ثيلما للاغتial ، وبدت كل الأحوال حولها كئيبة وقاسية . مع ذلك ، فإن ثيلما هي في الحقيقة من أكثر الناس الذين صادفتهم في حياتي شهرة ونجاحاً . وبكل ما تحمله الكلمة من معنى ، تعتبر ثيلما هي الأم تيريزا لمنطقة جنوب دالاس ، فيما يختص بالحب الخالص والإيمان الكامل . والى حد كبير ، كان لها شأن عظيم في رعاية وتدريب معيشة مائتين من الأطفال اللقطاء ، وفي ديسمبر ١٩٨٤ كان داخل منزلها أربعة عشر طفلاً منهم . والأطفال الذين عاشوا داخل منزلها من النوع الذي لا يرحب بهم أحداً ، بعض منهم كان متخلفاً عقلياً بشكل حاد ، والبعض الآخر لديهم مشاكل جسدية مؤلمة إلى أبعد الحدود .

مع ذلك ، عندما حصلت ثيلما على هؤلاء الأطفال ، بدأت المعجزات في الظهور . كان الكثير منهم قد تعرض للانتهاك جسدياً ونفسياً وعقلياً ، سواء كانوا من الأولاد أو البنات ، ويمثلون الجنس الأسود والجنس الأبيض وما بينهما .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

من ضمنهم كان هناك الولد جوناثان الذى يبلغ من العمر اثنين وعشرين عاماً ، لكن عمره العقلى لا يتعدى تسع أو عشرة سنوات ، وهو مثال لهؤلاء الأولاد المحتاجين للرعاية .

جوناثان هذا كانت له شهرة خاصة في العشرين منزل رعاية التي عاش فيها من قبل ، وأن الجميع يرفضون أن يبقى معهم ويطردونه ، لكن هو من تلك النوعية التي ترحب بها ثيلما . لم يكن تخلفه العقلى هو السبب في رفضه . كثير من الأولاد عانى من تخلف يفوق ما تعرض له جوناثان وكان يقبل في تلك البيوت . كان مرفوضاً لأنه كان يفعل أموراً ليست مقبولة اجتماعياً . أشياء صغيرة ، كالسير في منتصف الليل ، ثم يقترب من سرير زميله ويصق عليه ثم يتبول في وجهه . أشياء صغيرة أخرى كان يهواها ، مثل خنق قطعة جاره حتى تموت . جوناثان هذا لم يكن من النوعية التي يمكن استقبالها في أى بيت من بيوت الرعاية . والآن هو من أبناء السيدة ثيلما .

وهناك أيضاً ماركو ايفانز . هذا الولد في سن المراهقة وطوله لا يتعدى الثلاثة أقدام . هو في السرير بشكل دائم لأن حالته الجسدية لا تسمح له بغير ذلك ، حيث أن عظامه رقيقة للغاية ، ولا يستطيع الوقوف على قدميه . ماركو هذا ولد لامع وواضح ويؤثر في الجميع ، وتأثيره هذا والاحترام الذى يغلفه ويناله من الجميع شيء مدهش وملحوظ . وعندما تشاهد ثيلما وهى تحادثه ثم ترى عينيه البراقنتين المملوءتين بالتفاؤل والمرح ، لا تمنع نفسك سوى أن تتشجع وتتأثر .

### فقط "أحبهم" و "أثق في عمل الله"

عندما تحادثت مع ثيلما ، وسألتها كيف تمكنت من تحقيق تلك المعجزة ،

وبدون أي مظهر من أي شئ سوى التواضع ، اللطف والإيمان ، قالت ثيلما « إننى لم أفعل سوى أن أحبهم وأثق في عمل الله » .

عندما أبدت تعاطفاً واحتفاءً بكلامها ، تبسمت ثيلما وهى تقول « ليس هناك مشكلة ، فالله هو الذى يرعى كل شئ » . نعم هو الله الذى يرعى كل شئ ، لكن في الحالة « الخاصة » بهؤلاء الأولاد ، هو يفعل ذلك من خلال القلب المحب واليد الحنون لسيده بارزة تظهر الحب المختلط بالإيمان ، الذى هو قوة خارقة في عملية تربية الأبناء الإيجابيين في عالم سلبي .

إنى أخبرك بهذه القصة لأنك عندما تنظر إلى طفلك ، أقول لك إنه بالرغم من إمكانية تعرضه لمشكلة طبيعية أو ذهنية أو عاطفية ، فإن الاحتمالات قوية أنه يوجد على الأقل واحد من أبناء ثيلما أسوأ منه بكثير . مع ذلك ، كل واحد منهم يتفاعل مع حبها وإيمانها . أنا لا ألمح بأن ما فعلته أو لم تفعله ثيلما أمر سهل ، لكن عندما نستعرض حالات كل هؤلاء الأولاد في منزلها ، يتضح للجميع أن الفائز الأكبر في هذا الموضوع هو ثيلما ذاتها . إن الإثارة التي يحدثها النجاح والفوز قوى للغاية ، لكنه سوف يبدو ظلاً باهتاً إذا قورن بالمشاعر التي يمكن أن تحس بها عندما تتعهد طفلاً وتجعل من حياته ذات معنى وأكثر ثراء ، بغض النظر عن أى مشاكل يعانى منها .

إذا حدث ولم يكن ابنك طبيعياً ، أرجو أن تتدبر تلك المعجزة الحادثة في بيت ثيلما واسترجع بذلك الأمل . إذا استطاعت هى أن تمنح الأمل والحب لمائتين من المعوقين الذين تعرضوا لكل أنواع الانتهاك أو الإهمال وهم في الأصل متخلفين ، لذا فأنت لديك الكثير الذى يمكن أن تمنحه لابنك مثل الحب والالتزام والود الذى سوف يخفف عنه أحماله وهو يسير في مجرى الحياة وتساعدته بذلك على أن يكون من الفائزين ، وفى أثناء ذلك ، فإن الفائز الأكبر في هذا الموضوع هو أنت .

## طرق فعالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

هنا ينتهى هذا الكتاب - هو يحثكم أيها الآباء أن تستخدموا النظارات الجديدة التي أشرت إليها في الصفحة الأولى ، التي أرجو أن تنظروا بها مرة أخرى وتدبروا عما سوف يكون عليه طفلك المدهش هذا في مستقبل أيامه . وذلك بتحفيز أملك الصابر وإيمانك ، مع المدخلات الإيجابية ، بالإضافة للحب الذى غرسه فينا الله والذى يمكنه أن يقهر أى مشكلة تقابلنا .



### تقييم شخصى

١ - هل تذكر عائلة (لوفشك) من (ويننج) ؟ لقد أحبوا ديفيد كثيراً ، لذا قالوا لا ل ..... للحظة ، لكى يمكنهم أن يقولوا نعم ل ..... حتى نهاية العمر .

٢ - اشرح الفرق بين الحب الحقيقى والحب المزيف .

٣ - هل أنتم عائلة تنتشر فيها عادة الاحتضان ؟ إذا لم تكونا كذلك ، هل لأن والديك لم يمارسا هذا معك ؟ هل تتفق معى أنه أمر مهم في حياة وتكوين الطفل ؟

٤ - هل تذكر ذلك الشاب الذى حضر معنا محاضرات « ولد ليفوز » ؟ ماذا كانت مشكلته ؟ كيف تم التعبير عن الحب الحقيقى ؟

٥ - لديك طفل خاص ، وهو فريد من نواح متعددة ، ما الذى يمكن أن تفعله لإظهار الحب الحقيقى له على المدى الطويل ؟





## خ ت ا م

كثير منكم يتعجب عما قد يفكر فيه أبنائي عما كتبت من أفكار في هذا الكتاب ، وبهذا الخاطر في ذهني ، توجهت إليهم وسألت كل منهم عن اقتراحاته وتعليقه عن الأشياء التي فعلناها أنا وأمهم وكانت فعالة من وجهة نظرهم وكذلك الأشياء الأخرى التي لم تكن فعالة بل وخاطئة أيضاً .

### فعلنا بعض الأخطاء

#### ١ - نسمع كلمة ( لا ) بدون إبداء أى أسباب

الفائز الأكبر في القرارات غير الفعالة هو من يميل كثيراً لعدم إعطاء أسباب للرفض . وكثير من الأحيان كانت إجابتنا لأنني قلت هكذا . وإذا استرجعنا الماضي ، فهذه الطريقة سوف تتغير .

#### ٢ - قلة عدد الأيام التي خرجت فيها العائلة مجتمعة

عبروا عن خيبة أملهم لتحقيق أننا لم نفعل أكثر كعائلة . وذكروا على وجه الخصوص موضوع القيام برحلات ، حضور مباريات كرة القدم والبيسبول أو الذهاب في رحلة لنصب الخيام .

#### ٣ - المتابعة بالعقاب

كثيراً ما لم تتابع بعض أنواع العقاب عندما كانوا يفشلون في إنجاز ما يكلفون به - وكل منهم قال بأن فرصة نموهم وتجهيزهم للحياة كانت سوف تتحسن بمقدار

لو كنا قد كلفناهم بمسؤوليات أكبر داخل المنزل .

#### ٤ - تحذيرات غير دقيقة عن التحرش الجنسي

هناك منطقة أخرى أخطأنا فيها في حق بناتنا ، وهى أننا لم نعدهم جيداً لإمكانية تعرضهم لمعاكسات ذات طابع جنسى عندما كبرن والتحقن بالأعمال.

#### ٥ - عدم الإحساس بتأثير تغيير أماكن السكنى مع العائلة

من أسوأ الأمور التي فعلناها هو أننا كنا نتنقل كثيراً من مدينة لأخرى . بعض هذه التنقلات كانت ضرورية ، لكن العديد الآخر منها كان من الممكن تفاديه ، لو كنا أكثر حساسية لاحتياجات ومطالب بناتى . إذا عاد بى الزمن ، لكننت قد أشركتهم في اتخاذ هذه القرارات ، وسوف نناقشها سوياً بحب وليس بطريقة ديكتاتورية .

#### ٦ - التعامل مع الصعوبات المالية

إلى أن بلغت ابنتى الصغرى السابعة عشر من العمر ، كنا دائماً نعانى من صعوبات مالية . مع ذلك ، لم نناقش أو نعتزف لأبنائنا عن مشاكلنا هذه . وبعد عدة سنوات عرفنا كم عانت بناتنا في تلك الأيام . لقد انطبع في ذهنهن أننا على وشك أن نفقد كل شئ . لو كنا قد تحدثنا معهن قليلاً وأوضحنا لهن كل ما يحيط بنا من ظروف ، لكان هذا جدير بأن يطمئنهن ويزيل مخاوفهن .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### فعلنا بعض الأشياء بشكل صحيح

شعرنا بسعادة بالغة عندما اكتشفنا أن قائمة ما فعلناه معهم وكان موفّقاً ، أطول من القائمة التي خيّننا فيها ظنونهم .

#### ١ - نفس المزايا والمطالب

من الأشياء المثيرة للاهتمام أن أكثر الأمور التي قدروها لنا حقيقة هو أننا عندما كنا نتوجه إلى مطعم ما لتناول الطعام ، كنا نسمح لهم بأن يحصلوا على نفس المزايا التي حصلنا عليها أنا وأمهم . إذا طلبنا شريحة من اللحم المقلّى وكانت هي نفس مطلبهم ، كانت رغباتهم تلّبي على الفور . هذا نقل إليهم شعورنا بقيمتهم في أعيننا ، وزاد من تقديرهم لذواتهم .

#### ٢ - تعليمهم حدود الصواب والخطأ

مثلاً ، لا تكذب أمهم بالنيابة عنهم إذا لم يريدوا أن يتحدّثوا مع أحد الأفراد تليفونياً أو قام بزيارتنا . وأيضاً في اليوم الذي يصل فيه عمر الفتاة الثانية عشر ، يكون هو اليوم الذي نشترى فيه تذكرة لها لدخول سينما البالغين .

#### ٣ - عدم استخدام الكلمات الجارحة أو البذيئة

شعروا بأهمية قيامنا بعدم السماح لهم باستخدام الكلمات المحرّجة أو التي بها نوع من السباب مثل : يا غبي ، يا أبله ، أيها الكريه . . . ولم يسمعوها منا أبداً . وأيضاً لم يسمعوناً أبداً لنعن أحداً أو نستخدم ألفاظاً جارحة .

## ٤ - تعليمهم الإجابات المؤدبة

علمناهم كيف يحترمون الأكبر سناً ، بما في ذلك نحن . وأن يقولوا دائماً « نعم يا سيدى » « نعم يا مدام » ، مع استخدام سخي لكلمات مثل « من فضلك » « أشكرك » . هذا كان مفيداً لهم في حياتهم بعد ذلك .

## ٥ - احترام أنفسنا والآخرين

لم يرونا أبداً ونحن سكارى أو فاقدين لأعصابنا . وهذا له أهمية خاصة بالنسبة للبنات . أما ابنتا توم فقد قدرنا لنا المحبة والود الذى نظهره بعضنا للبعض ، وكذلك احترام الجنسيات الأخرى بألوانها المختلفة ، وهذا كان له أفضلية كبرى في قوائمهم .

## ٦ - الإصرار على المسؤولية الشخصية

ابتنتا الوسطى ( سدى ) ، سعدت على وجه الخصوص لأننا أشعرناها دائماً بأنها مسؤولة كلية عن أداء واجباتها المنزلية وكذلك موعد عودتها للبيت عندما كبرت نوعاً ، وأنه بعد انتهاء السنة الأولى في الكلية تركنا لها مسؤولية اتخاذ القرار المناسب لها فيما يختص باستكمال تعليمها .

## ٧ - تحديد قواعد بسيطة للتعارف

كنا لا نسمح لهن بالتعارف مع أحد لن يكون هو الذى سوف يكمل معهن ، وليس لمجرد أن الجميع يفعل هكذا . كنا نشعر دائماً أنه يلزم أن لا يواعدوا أحداً ليس من المحتمل أن يتقدم يوماً طالباً الزواج منهن ، وأنه مناسب ليصبح زوجاً وأباً لأبنائهن .

## طرق فعّالة للتربية الإيجابية للطفل في عالم متغير

### ٨ - تخصيص وقت كاف للاستماع

ابتنتا سوزان قدرت على وجه الخصوص حقيقة أننا كنا نخصص الوقت الكافي للاستماع ، ووقت آخر لأن نتكلم معهم بكل استفاضة لكل ما يهمهم أن يتحدثوا فيه .

### ٩ - عدم إظهار أى تفضيلات

معاملتهم جميعاً كانت على قدم المساواة ، وأنا لم نظهر أى نوع من التفضيلات ، إلا أن البنات أوضحن أن ابنتا توم كان مستثنى من ذلك ، لأنه هو الوحيد الذى سافر معنا خارج البلاد ( وُلد توم بعد آخر بنت بعشرة سنوات ، وكانت الفتيات قد تزوجن فعلاً عندما اصطحبنا توم إلى رحلات خارجية ) . مع ذلك ، إلا أنهن أكدن أن الوقت ما زال متاحاً .

### ١٠ - إظهار الحب بشكل واضح وجلى

كان من أهم الأمور بالنسبة لهم ، أننا كنا نظهر الحب لهم بشكل واضح ، وكانوا يشعرون بالارتياح أن بابا وماما كانا يحترمان ويحبان بعضهما البعض .

في الواقع ، من كل الأشياء التي فعلناها وكانت صحيحة ، فإن حبنا غير المشروط لهم كان هو الأكثر أهمية . الحب هو أقوى روابط الحياة وأفضلها لتنشئة الأبناء الإيجابيين على وجه الأرض .

ويمكن للعائلات بل ويجب أن تكون مصدراً عظيماً للحب ، الإلهام والمرح . هنا أتمنى أن يكون هذا الكتاب معيماً لك وأفراد عائلتك وأنتم تتقدمون في مسار الحياة سوياً .



## كلمة عن المؤلف

زيج زيجلر ، هو كاتب ومتحدث موهوب ، وله حضور يتخطى كثيراً عوامل السن والثقافة والوظيفة . منذ عام ١٩٧٠ سافر حول العالم مبشراً بفكره الذى يهدف إلى تحسين أوجه الحياة المختلفة وتنمية طاقة التغيير إلى الأفضل . وقد تبادل الكلمات الملهمة على منصات شاركه فيها كثير من المشاهير أمثال الرؤساء فورد ، ريجان ، بوش الأب ، جنرال شوارز كوف وكولين باول وكذلك الدكتور نورمان فنست بيل ، بول هارفى ، دكتور روبرت شولر وكثير من رجال الكونجرس وحكام الولايات .

هو مشهور بخبرته في مجال تدريس الحياة المتوازنة المتكاملة ، وقد نال شرف ذكر اسمه ثلاث مرات في سجلات الكونجرس لأعماله المتميزة في مجال التعامل مع الشباب في الحرب ضد المخدرات وإخلاصه وحبه لبلده .

هو منشئ مؤسسة زيجلر لأساليب التدريب ومقرها الرئيسى في كارلتون / تكساس .

كتب مستر زيجلر واحداً وعشرين كتاباً عن : النمو الشخصى ، القيادة ، المبيعات ، الإيمان ، العائلة والنجاح ، يشمل ذلك كتاب « أراك في القمة » ، « الغزل بعد الزواج » ، « أسرار نهاية فترة البيع » ، « نجاح المعوقين » ، « اعترافات مسيحي مهتم » . وتسعة منها كانت في قائمة أفضل الكتب مبيعاً .

وترجمت كتبه وشرائطه إلى أكثر من ثماني وثلاثين لغة ولهجة .



## انتبه جيداً !!

كثير من سلوكنا وقراراتنا تكون نتيجة للموروثات الثقافية والاجتماعية وما وضعه فينا آباؤنا ومجتمعنا... ولكن أليس ذلك خطير؟

هذا الكتاب يعرض مشكلات نواجهها كل يوم وتواجهها كل أسرة في رحلتها لتنشئة أطفال أصحاء وفعالين في وسط مجتمع متغير.

هنا سوف نتعرف على أسس موضوعية لتربية الطفل وتنمية قدراته وكذلك تدعيم ثقته بنفسه وتهذيبه أخلاقياً وإنسانياً. كما سنتجول بين أساليب التعامل مع المشكلات والصعوبات التي قد تواجه الابن والابنة في المراحل العمرية المختلفة سواء في الجوانب العملية أو الروحية أو الفكرية أو الجنسية وغيرها.

والكاتب لا يزعم امتلاكه لوصفة سحرية لتربية الأبناء وإنما من واقع خبراته ودراساته يمتلك القدرة على مساعدتنا نحو إدراك أهمية وخطورة هذه المسؤولية، وكيفية القيام بها بأفضل صورة ممكنة، من أجل حياة أفضل لجميع أفراد الأسرة.



١٠١٠٢٥٠٩

25.00