

أبناء كما نريدهم ومربون كما يريدوننا

اسم الكتاب:

الكاتبة: أ. خلود الخليفة

الطبعة: الرابعة

الصفحات: 213 صفحة

تلخيص: فاطمة عبدالوهاب الخويتم

حرر التلخيص: في شهر مايو 2023

5 رائع وقيم / تقيمي للكتاب 5

أنصح المربين باقتناء هذا الكتاب

إيجابيات: غلاف الكتاب مناسب، أوراق الكتاب ملونه تدخل البهجة للقارئ، وجود الصور تعطي طابع جميل ويساعد على التخيل.

الكتاب م ق س م إلى سبعة فصول وكل فصل به عدة مهارات، وكل مهارة نهايتها ومضة جميلة، وأيضاً وضع

ملاحظات ، يشرح بالأمثلة ، أعجبنى وضعه ورقة للتدريب فيها بعض الأسئلة ومكان للإجابات.

سلبية في الكتاب: ورقته لامعة جدا تزعج القارئ مع الضوء

الفصل الأول: من أين نبدأ؟

1 / إذا أردت أن تطاع فأمر بما يستطاع

وكل أم بتعرف ما المناسب الي يناسب طفلها في التعامل.

2 / وضحت الكاتبة بالصورة كيف يعمل مخ الطفل وأنه مقسم إلى قسمين

الأيمن: معني بالعواطف والفنون والإبداع والخيال والذكريات.

الأيسر: بالمنطق والتحليل والحقائق والأفكار والنظام والتسلسل.

- قبل الست سنوات النصف الأيمن من المخ هو المسيطر على الطفل.

- اعط الطفل فرصة يعبر عن انزعاجه بعدما يهدأ بين له ووضح له) انتبه أيها

المربي في حالة غضبك لا تصرخ وتضرب وتلفظ لأنك أنت القدوة لأبنائك)

3 / تفهم شعور الطفل والعيش معه في شعوره والإنصات له بالجسد كاملا

بعد انتهائه من الكلام اطرح عليه بعض الأسئلة تجعله يفكر في إجابات

...اسأله لو كان صديقك في هذا الموقف بماذا تنصحه يفعل.

- قدم له أمنيات فلها مفعول سحري في نفس الطفل سيعلم حينها أن والدي تفهما

مشاعري وبإمكانهم صنع المستقبل من أجل أسعادي

- علينا تعليم أطفالنا أن المشاعر تأتي وتذهب عندما نحزن لا يع ني هذا أن الحياة انتهت

-علمه أن يكون صاحب موقف وأن يعرف كيف يخرج من المواقف الصعبة.

٤ / تعزيز التعاون في حياتنا اليومية مع الأطفال

لكي يصبح أطفالنا جاهزين لمواجهة المواقف في المستقبل يكون بإعطائهم

معلومة لا إعطائهم أمر مثال (العصير يفسد إذا وضع خارج الثلاجة - بدلا من أعدلعصير الى الثلاجة بعد الانتهاء منه)

- أسلوب كلمة واحدة أو إشارة واحدة فقط تشعر طفلك بأنه ذكي وسريع

البديهة فيفهم ما تريد من نظرة واحدة أو كلمة واحدة

- أسلوب كتابة الملاحظات وتعززها برسومات مثل وجه مبتسم ومنتهي بشكرا

وضع ملاحظة مثلا على السرير، أو على المصباح (حبييت)

- أسلوب التخيير جميل وفعال وخصوصا مع الاطفال العنيدين، وعندهم ما هو إلا محاولة لفت الانتباه له فحاول تخيره بين أكلتين او لبستين كي تكسبه ولا تكسر الثقة والتخيير يكون بشروط، لا يكون بأسلوب التهديد وان تكون الخيارات منطقيه لا أقول له ستذهب معي الطبيب او ست بقى في المنزل لوحده.

-اسلوب اللعب فهي الوسيلة المحببة لدى الاطفال والأكثر فاعلية

-اسلوب التنبيه: أعطي الطفل بحالتك المزاجية

-اسلوب التهيئة: مثال عندما نذهب للحديقة اعط الاطفال تنبيه سنرحل بعد 10 دقائق وبعد مضي 5 دقائق

نبيهم سوف نرحل بعد 5 دقائق وإذا بقي دقيقتان . كذلك هنا الطفل يتنه يأ لرجيل نفسيا وتنخفض عنده حدة الحزن لخروجه من الحديقة

-التصور المسبق / عندما تريد ان تذهب مع طفلك مكان أخبره عن المكان

وكم من الوقت تقريبا سنمضيه فيه ، وما هو المسموح وغير المسموح فعله هناك سيكون الطفل مستعدا لبذل التعاون معك

- قوا نين واضحة ومنطقية: قوانين العائلة في المنزل وخارجة يجب ان تكون واضحة ومنطقية.

5 / استخدام اللغة الذكية (نقدم الأمر بصيغة مغلغة ولطيفة)

مما يساعد في الحصول على استجابة أسرع للأوامر من قبل الأبناء .

-كلمة لا .. لا يجب سماعها الأبناء: استبدالها الى الفعل المطلوب الذي تريد من طفلك فعله

-صيغة الأمر تنفر الأبناء .

- امنح الابناء وقت لمعرفة الأسباب تجدهم يتعاونوا معكم أكثر.

-الحوار والمناقشة الذكية معهم توسع مداركهم وتزيد من ثقتهم بنفسهم وتقبلهم للآراء

- نبرة الصوت لها تأثير على مسامع الأبناء.. المتلقي بالكلمات يتأثر ب ٧ %، و 3٨

% يكون التأثير من نبرة الصوت، و 55 % من لغة الجسد.

-جمييل جدا ويعطي الأب طاقة ايجابية هو تحويل كلمة لا إلى نعم.. مثل: نعم يمكنك مشاهدة التلفاز بعد الانتهاء من واجباتك.

٦ / اختيار الوقت والمكان المناسب للحديث مع الأبناء

-جعل الطفل يتحدث عن مشاعره واحتياجاته

-التحدث عن مشاعرنا واحتياجنا نحن الوالدين

-نقوم معا بمحاولة ايجاد حلول للمشكلة دون الاعتراض أو مناقشتها مباشرة.

-تدوين جميع الحلول والأفكار المحتملة على ورقة دون تقييم وإصدار أحكام مسبقة.

-نقرر أي من الحلول مناسبة و مرضية لطرفين.

الفصل الثاني: دوافع السلوك

-مرحلة البوادر نلاحظ سلوك الأبناء ونبدأ بحل المشكلة قبل أن تتطور وتصبح مشكلة كبيرة.

(مرحلة معزز السلوك) يوجد سلوك سلبي وسلوك إيجابي: وكلاهما يؤدي الى توقف السلوك ولكن المعزز الإيجابي أفضل لعدة أسباب ...

السلوك السلبي والمعزز له.. (الصراخ، الخضوع، الضرب، السب، نعت الطفل بصفات سيئة...الخ)

قد يكون سريع المفعول لكن أثره لحظي، لأنّه توقف الطفل عن الصراخ بسبب الخوف من العقاب وليس الاقتناع.

السلوك الإيجابي والمعزز له..

(تجاهل السلوك السلبي مادام في حد المعقول أو ظهر لأول مرة، وضع القوانين

مسبقا والالتزام بها ، تغذية السلوك الإيجابي وتعزيزه..) وهذا يحتاج إلى وقت ولكن مفعوله أطول وأثره دائم ويؤدي الى تنشئة شخصية واثقة قوية وبناء أطفال مبدعين ومنطلقين

-دوافع لفت الانتباه.. هي محاولات الطفل للحصول على الاهتمام.. علينا كمربين أن

نعطيهم ردة فعل

لغات الحب الخمس

التلامس الجسدي، كلمات التوكيد، الوقت النوعي، الهدايا ، أعمال الخدمة

الأطفال يحتاجون للغات الحب الخمس جميعها ولكن ربما يكون تأثير أحد اللغات أقوى من الأخرى.

1 - دافع الانتقام

يكون عند الأطفال لشعورهم بعدم الإنتماء، أو لتجاهل الطفل، العقاب القاسي، النسيان لمتطلباته أو تأجيلها كثيرا....

رسالة الطفل: أنا مجروح، لا أعتقد أنى واحد منكم لذا سأجرحكم.

الحل: تقدير مشاعر الطفل، إعطاء قيمة لمجهوداته، البعد عن الوصف السلبي أثناء عتابه،

2 - دافع التحكم والعناد

مسبباته: عندما لا يجد أذن صاغية، تجاهل امكاناته وعدم تقديرها، الرغبة بالشعور أكثر بالانتماء للعائلة

رسالة الطفل: أنا جزء من العائلة عندما أكون القائد المتحكم.

الحل: إبداء الاهتمام من قبل أن يبدي احتياجه له. كالإحتضان أو اللعب أو الحديث

. محاولة تصيد الإيجابيات ومدحه عليها

. اللجوء إلى اللين والإقناع

. عدم إكثار الطلبات إلى الطفل

. التهديدات لا تجدي نفعا مع عناد الطفل. الطلبات المربكة تربك الطفل وتؤدي إلى

رفضه لذا جزء طلباتك

. من المهم جدا عدم وصفه بالعناد على مسمع منه

3 - دافع نقص الثقة

. مقارنة الطفل بغيره من إخوانه أو أقرانه

. تعرض الطفل للضغوط النفسية من قبل والديه

. المشاجرات بين الوالدين أمام الطفل

. إهمال الطفل

. الإفراط في تدليل الطفل

. النقد المستمر

. التعنيف اللفظي أو الجسدي للطفل

رسالة الطفل: أنا فاشل وغير مثالي وغير قادر لن أتمكن من القيام بما هو صحيح

مهما اجتهدت.

الحل:

. مساعدة الطفل وتوجيهه

. مدح انجاز الطفل

. عدم انتقاد الطفل أو عقابه أمام الآخرين

. غمر الطفل بالحب والحنان

. ع ند اضطرارك لنقده وجه النقد السلبي للسلوك نفسه

. الإنصات له وتشجيعه على الحوار

4 - دافع العنف

السبب: الغيرة، تعرضه للعنف، مشاهدة البرامج التلفزيونية العنيفة،

رسالة الطفل: أحتاج أن أعبر عن مشاعري ولم أجد سوى طريقة العنف

الحل: تعليم الطفل أساليب التعبير عن المشاعر باستخدام الأسلوب اللغوي

. أعطه وقت كافي للعب

. توج يه مشاعر الطفل إلى الاتجاه الصحيح

. وضح لطفل الآثار السلبية التي يتركها الضرب ع الآخرين

. محاولة فهم نفسية الطفل، ووقف الأسباب التي تؤدي إلى لجوؤه للضرب

. تشج يع الطفل على تحمل مسؤولية أخطائه بتقديم الاعتذار اللفظي

هو تغيير الأطفال للحقائق لأسباب كما أن الخيال يلعب دوره في السنوات

الأربعة الأولى في حياة الطفل فبعض الأطفال لا يستطيعون التمييز بين الواقع

تلتبس عليهم الحقيقة

أسبابه: الكذب الخوف من العقوبة.

الكذب هو محاولة التقرب والانتماء ورفض الذي يعيشه او شعوره بالنقص.

الكذب الكيدي: هو محاولة إسقاط اللوم على طفل آخر لا يحبه ويغار منه.

الكذب الادعائي: ادعاء المرض لمحاولة الحصول على اهتمام أكثر أو الهروب إلى

مكان لا يريده

الحل: رسالة الطفل موفقي حرج أريد فقط أن تمر هذه اللحظة في حال وقوع

الطفل في خطأ ما يجب محاولة علاج المشكلة مع الطفل بطريقة فعالة في نفس

الوقت نشعره بالأمان حتى لا يلجأ إلى الكذب

وأن يكون المربي خير مثال يحتذى به في الصدق.

حالة انفعالية تظهر عند الطفل بسبب مؤثرات لا يريد الاعتراف بها وبالتالي

ترجمة الأفعال سلوكية يقوم بها .

-أسبابها قدوم مولود جديد للأسرة وإشغال الأهل عن الطفل الأول من غير قصد

-مقارنة الطفل

- لاقى الطفل تشجيعا عند وشايته

رسالة الطفل: أن هناك ما يزعجني ولا يعجبني أن أخسر امتيازاتي

الحل:

-الابتعاد عن مقارنة الطفل بغيره مهما كان هدفك .

-تهيئة الطفل لقبول مولود.

-الاهتمام بالفوارق الفردية لدى الأطفال.

-إشعار الإخوة بالمواساة والعدل فيما بينهم حتى بأبسط الأمور.

-الابتعاد عن أسلوب الفسوة والحرمان في تنشئة الطفل.

الفصل الثالث: بدائل العقوبات

القالب النمطي هو حصر سلوكيات معينة وإلباسها أشخاصا معينين مثلا

عندما يستمر الطفل بتلقي صفات عن شخصية فيها سواء من قبل الأهل أو

الأصدقاء والمجتمع الذي هو فيه .

الكاتب إيهاب فكري في "فن الكلام وأصول الحوار الناجح" يقول: (الأم بالنسبة للطفل هي المرجع الموثوق فيه مهما قالت فإذا قالت أنني مستهتر فإذا أنا مستهتر)

من الأساليب المساهمة في تصحيح القلب النمطي:

- اغتنام الفرص لنري الطفل صورة جديدة عن طريق تصيد بعض الأفعال الإيجابية

عند الطفل ومدحه فيها.

-دعه يسمعك تتحدث مع الآخرين عن إيجابيات.

*بدائل العقوبات

- يجب تعريف الطفل بالخطأ الذي ارتكبه تعريفا تاما.

-وصف شعورنا السلبي حول الفعل لا عن الفاعل.

- وضح توقعنا من الطفل.

- توجيه الطفل لتصحيح الخطأ

في الوقت نفسه علينا أن نتذكر الهدف هو توجيه السلوك بهدوء وليس الانتقام وأخذ ردة فعل قوية .

في التربية للدكتورة أمل العوامي استشارية طب الأطفال التطوري والسلوكي

وكانت فكرة الفقرة هي (بنك الحساب العاطفي) مع الاطفال ينقسم الى قسمين...

*إيداعات: مثل المديح للفعل والإحتضان والتربيت على الكتف وكلمات الحب.

*السحب: مثل الصراخ والنعت بصفات سيئة والعنف والضرب

قانون بنك الحساب العاطفي هو أن كل سحب تقوم به من الحساب العاطفي

لطفلك يجب عليك أن تودع مكانه 10 من الإيداعات الإيجابية للمحافظة على الدفع

والتوازن العاطفي.

الفصل الرابع: الإتيكيت

ومن أهم الآداب التي يجب يتعلمها الأبناء هي:

آداب المجالس والزيارة

آداب الطعام

آداب الحديث

وآداب الخصوصية

الفصل الخامس: س ل ح طفلك

من المهم جدا تسليح الأطفال حتى يتمكنوا من مواجهه المستقبل بثقة ولا يستسلموا مع أول عقبة تواجههم

نصح الكاتب ب كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية ل ستيفن كوفي فمن أهم هذه الأهداف..

1 / تعليمه المبادرة في حياته.

2 / التفكير خارج الصندوق.

3 / الثقة بالنفس بتحديد الأهداف والتخطيط الناجح.

4 / ترتيب أولوياته القيام باختيارات ذكية.

5/ التفاهم والانسجام والعمل بروح الفريق.

6 / إنجاز الكثير في وقت قليل.

٧ / إيجاد التوازن في الحياة.

وكذلك من الأشياء المهمة ينبغي لطفل أن يكون ملم بها...

- الوعي بالذات.

- التواصل.

- تحفيز النفس

- الذكاء الاجتماعي.

- إدارة عواطفهم.

- العلم بحر.

- مهارة الشكر.

- الثقافة الصحية والبدنية.

الفصل السادس: مقتطفات تربوية

تصحيح مفاهيم التمييز لدى الطفل حين يكون لدى الطفل مفاهيم محددة حول التمييز . مثلا قد يعتقد الطفل أن التمييز فقط لمن يتفوق في الأداء المدرسي لابد أن نوضح الفروقات الفردية للطفل لكل طفل

نقاط قوة تميزه . نماذج ومقترحات للتعامل مع الطفل:

-زرع القيم في طفلك على طريقة نقاط جرب معادلة تصحيح السلوك

مثال.. عندما يترك محمد العصير خارج الثلاجة اقول له أنا منزعة من وضع العصير خارج الثلاجة وأبين له أن العصير يفسد خارج الثلاجة المرة القادمة أحرص على إرجاع علبة العصير فور انتهاءك منها.

فائدة هذا الأسلوب حددت سلوك الخطأ ووضحت له شعورك شرح السبب يساعده في فهم المشكلة ويساهم في كسب تعاونه معك للمرات القادمة.

* من اسباب الإكتئاب عند الأطفال....

- وقوع حادثة مؤلمة في حياة -الطفل فراق شخص عزيز.

-أعط الطفل مساحة وفرصة لتنفيس عما بداخله والتعبير.

- اسباب جسمية مثل اختلال في الهرمونات.

- فقر الدم.

-عدم انتظام السكر.

-خلافات بين الوالدين.

الفصل السابع: قيل في التربية

جذور التربية مرة ولكن ثمارها حلوة (أرسطو)

الأولاد بحاجة إلى نماذج أكثر من نقاد (جوزيف جوبير)

- ومضات أعجبتني:

-لنكن مرساة الأمان لأطفالنا ليلجؤوا إلينا لا لغيرنا عند احتياجهم)

(المشاعر حق للجميع كبارا وصغارا)

(كن مستودع أسرار طفلك وأمانة ، ولا تدعه يسمع حديثك عن عيوبه وسلوكياته غير الجيدة أمام الآخرين
لأنك تكسر ثقته بك)

(الأطفال لا يولدون متعلمين ..فهم مثل لوحة الرسم البيضاء تجد فيها ما تبدعه من فن ألوان التربية)

نهاية ملخص كتاب:

أبناء كما نريدهم

ومربون كما يريدوننا__