

# التربية الإيجابية في حياة الأهل اليومية



د. جون أ. دورانت

## كيف يتم ممارسة التربية الإيجابية ؟

التربية الإيجابية تحتوي على أربعة مكونات:

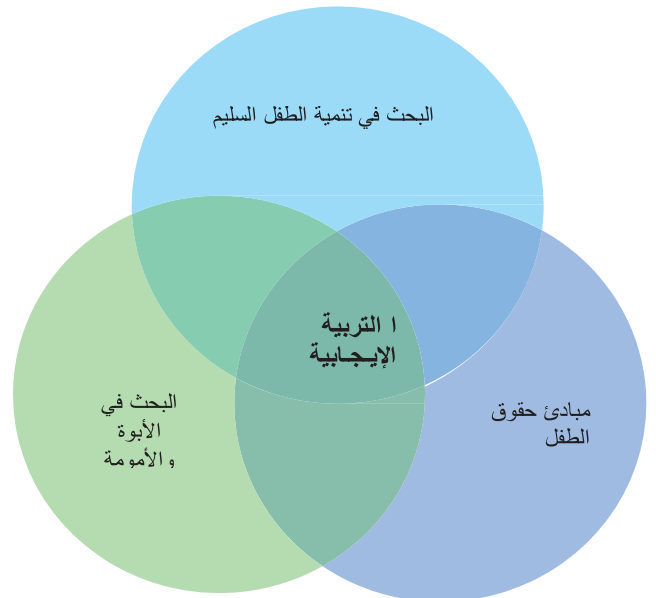
- (1) تحديد أهداف طويلة الأجل لتربية الأطفال ؛
- (2) توفير الحنان والبنية ؛
- (3) فهم كيف يفكر الأطفال ويشعرون ؛ و
- (4) حل المشاكل.



## ما هي التربية الإيجابية ؟

التربية الإيجابية هي نهج للتربية التي تعلم الأطفال وتوجه سلوكهم، مع احترام حقوقهم في التنمية الصحية، والحماية من العنف، والمشاركة في تعلمهم. وتستند التربية الإيجابية في البحوث المتعلقة بالتنمية الصحية للأطفال والآباء والأمومة الفعالة ، وتقوم على مبادئ حقوق الطفل.

و التربية الإيجابية ليست الآبوة و الأمومة المتساهلة ولا تتعلق بالعقاب. يتعلق بالحلول طويلة الأجل التي تنمي الانضباط الذاتي للأطفال ومهاراتهم مدى الحياة. التربية الإيجابية هي تعليم اللاعنف، والتعاطف ، واحترام الذات ، وحقوق الإنسان واحترام الآخرين .





## 1. تحديد الأهداف الطويلة الأجل

وإذا كان الأطفال يخافون من أولئك الذين يعتمدون عليهم ، فإنهم يصبحون أقل تحمساً للمحاولة وأقل صدقاً وأقل ثقة. البعض يصبح مستاءاً وعدوانياً. الآخرون يصبحون في حالة قلق واكتئاب. ولكن في حال توفر جو من الدفء والأمن العاطفي ، الأطفال يشعرون بالأمان ، حتى لو ارتكبوا أخطاء. وهم يصبحون متحفزين وواقنين ، ويثقون بوالديهم. كما أنهم يتعلمون أهمية التعاطف واحترام مشاعر الآخرين. إن المناخ المنزلي الدافئ هو الأساس لتحقيق أهدافك الطويلة الأجل.

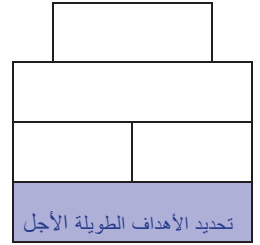
يوفر الأهل الحنان لأطفالهم من خلال إظهار أنهم يحبونهم بالرغم من ارتكابهم للأخطاء ، طمأننتهم عند الشعور بالألم والخوف ، الإستماع إليهم ، والنظر في الوضع من وجهة نظرهم ، واللعب معهم ، ويضحكون معهم ، دعمهم عندما يواجهون التحديات ، وتشجيعهم عندما يتحتم عليهم ان يفعلوا شيئاً صعباً ، ويقولون لهم أنهم يؤمنون بهم ، ويعترفون بجهودهم ونجاحاتهم ، ويظهرون لهم أنهم يثقون بهم.

الاداء الثانية هي البنية. كأشخاص بالغين ، نحن أكثر عرضة للنجاح في التعلم إذا تم تزويدنا بالمعلومات التي نحتاج إليها ، وإذا كان شخص ما يتحدث بهدوء معنا عن أخطائنا وبيِّن لنا كيفية تفادي مثل هذه الأخطاء في المرة القادمة. وأيضاً الأطفال يتعلمون بشكل أفضل عندما تكون لديهم معلومات ، وعندما تتم مساعدتهم على إيجاد طرق بناءة لتحقيق أهدافهم ، وإذا فهموا أسباب قواعدنا ومبادئنا التوجيهية.

إذا وضعنا قواعد لأطفالنا نحن أنفسنا لا نتبعها، أو نتوقع منهم معرفة الأمور ومعاقبتهم عندما يخطئون ، فإننا سوف نشعرهم بالارتباك والقلق. وإذا حاولنا إرغامهم على التصرف بطرق معينة ، فإنهم سيقاومون. إذا أذنبناهم عندما يخطئون سيخافون من المحاولة. ولكن إذا قمنا بنمذجة ما نريد لأطفالنا ان يفعلوه وقدمنا لهم المعلومات التي يحتاجونها لاتخاذ قرارات جيدة ، فإنهم سيصبحون أكثر ثقة، وكفاءة واستقلالاً.

ويوفر الوالدان البنية لأطفالهما عن طريق التصرف كقدوة ايجابية لهم ومرشدين إيجابيين ، وشرح أسباب وضع القواعد ، وإشراك أطفالهما في وضع هذه القواعد ، والاستماع إلى وجهة نظرهم ، ومساعدتهم على إيجاد سبل لإصلاح أخطائهم بطريقه تساعد على التعلم ، وتعليمهم عن اثار أفعالهم على الناس الآخرين ، والتحدث معهم في كثير من الأحيان ، والتصرف بنزاهة ومرونة ، والسيطرة على الغضب وتجنب التهديدات.

وتمتلى أيام الأهالي بمحاولة إيجاد طرق لتحقيق أهدافهم على المدى القصير - جعل الطفل يضع حذاءه الآن ، ابتعد عن الطريق الآن ، تعال إلى البيت الآن ، توقف عن ضرب أختك الآن. الحلول القصيرة الأجل يمكن ان تسبب الإحباط والتوتر، والشعور بالإحاح قد يؤدي إلى استجابة الآباء والأمهات بالضرب والصراخ.

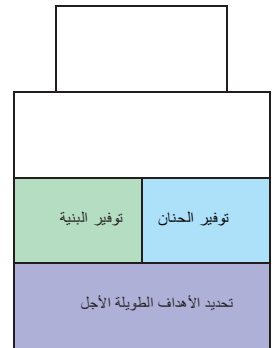


لكن ردات الفعل والإستجابات السريعة هذه لا تعلم الأطفال ما نريد منهم أن يتعلموا على المدى الطويل. يرغب معظم الآباء في تعليم أبنائهم مهارات حل المشاكل والتحاوَر بشكل فعال. انهم يريدون ان تكون لهم علاقات قوية مع اطفالهم. ويطمحوا لتعزيز ثقة النفس لدى اطفالهم ، أن يكونوا لطفاء ، ولديهم دوافع ، ومسؤولين ، ومتعاطفين ، وغير عنيفين. الضرب و الصراخ يمنعان هذه الأهداف.

من خلال التفكير في أنواع الأشخاص الذين نريد أن يصبح أطفالنا ، يمكننا تحديد أهدافنا طويلة الأجل المتعلقة بتربية الأطفال. ثم ، يمكننا تحويل التحديات على المدى القصير إلى فرص للعمل نحو تلك الأهداف من خلال تعليم الأطفال كيفية إدارة التوتر ، والتواصل باحترام ، والتعامل مع الصراخ دون الضرب ، ومراعاة مشاعر الآخرين ، وتحقيق رغباتهم دون الإضرار بالآخرين جسدياً أو عاطفياً.

## 2. توفير الحنان والبنية

وبمجرد ان نعرف أين نحن متجهون وماذا نريد ان نحقق ، يمكننا استخدام اثنين من الادوات القوية للوصول إلى مبتغانا. الأول هو الحنان: ووصفنا بالغين ، فإننا نسعى إلى محاولة التعلم من أخطائنا ، والقيام بعمل أفضل في المرة القادمة عندما نشعر بالتأييد من جانب من حولنا. ويتعلم الأطفال أيضاً أفضل عندما يشعرون بالاحترام والفهم والثقة والأمان والحب.





### 3. فهم طريقة تفكير الأطفال وشعورهم

عندما تبدأ المرحلة الدراسية ، تتوسع عوالم الأطفال الاجتماعية بسرعة. الأطفال الذين رأوا والديهم يتعاملون مع الصراع والغضب والتوتر دون عدوان أو عنف ، من المرجح أن يحلوا نزاعاتهم بشكل جيد. أولئك الذين يرون أنفسهم جيدين ومهتمون وقادرون هم أكثر احتمالاً لاتخاذ قرارات جيدة. أولئك الذين تعلموا كيف يستمعون ويتواصلون ويعاملون الآخرين باحترام ، هم أكثر احتمالية أن يفعلوا نفس الشيء مع أقرانهم ومعلميهم. و أولئك الذين يشعرون أنهم مدعومون ومقبولون من آبائهم هم أكثر احتمالية للتوجه إليهم للنصيحة والمساعدة.

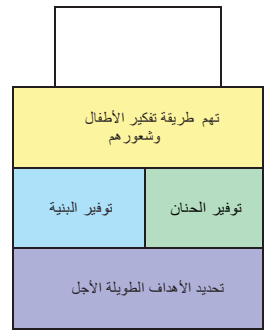
مع بلوغ مرحلة المراهقة المبكرة تأتي رغبة قوية للاستقلال ، تغييرات عميقة جسدياً و عاطفياً ، والحاجة القوية لتقبلهم من قبل أقرانهم. مهمة الوالدين الآن هي تشجيع اتخاذ القرارات المستقلة مع توفير شبكة أمان قوية. فهم بحاجة إلى مساعدة أطفالهم على تنمية حسهم بالصلوَاب والخطأ ، فضلاً عن الشعور بالمسؤولية والكفاءة. و كذلك يجب على الوالدين أن يكونوا متواجدين لتزويد أطفالهم بالدعم عندما يخطئون . من المرجح الآن أن يستمع الأطفال الذين تعلموا أن آباءهم يمكن الوثوق بهم إلى نصيحتهم . ومن المرجح أن الأطفال الذين تلقوا الدعم والتوجيه من والديهم أن يلجأوا إليهم قبل وقوع او حدوث الاضطرابات.

في منتصف فترة المراهقة ، يكافح الأطفال لتحديد هويتهم الخاصة. قد يغيرون فجأة أنماط ملابسهم ، أو مذاقهم في الموسيقى ، أو المصالح الأكاديمية ، أو الخطط المستقبلية. في كثير من الأحيان ، يحاول المراهقون التعرف على هويات مختلفة تمامًا عن هويات آبائهم. يستمعون إلى الموسيقى التي لا يحبها آباؤهم ويرتدون ملابس لا يحبها آباؤهم ويحتفظون بآراء خاصة بهم لا يتفق الآباء معها. حين يصبحون مختلفون جدا عن والديهم ، تزداد قدرتهم على التعرف على ذاتهم بطريقة مثلى.

في المرحلة النهائية من الطفولة ، تصبح الثقة مهمة للغاية. يحتاج الأطفال إلى معرفة أن والديهم موجودون ، ويقدمون معلومات واضحة ونزيهة ، وتوقعات وأسس واضحة ، وبيئة آمنة.

في بعض الأحيان يخطئون الأطفال، ومثلما حافظ آباؤهم على بيئتهم آمنة، وقدموا لهم المعلومات، ودعموا نموهم كاطفال صغار ، يمكن لوالديهم أيضاً القيام بذلك الآن من خلال تعزيز رابطة الوالدين ورعاية استقلال الطفل.

في بعض الأحيان ، نتوقع أن يتصرف الأطفال بطرق تفوق قدراتهم ، مثل توقع أن ينام الطفل ليلاً أو أن يتوقع من طفل ذو ثلاثة أعوام ان يبقى جالساً . في بعض الأحيان ، نعتقد أن الأطفال "عنيدون" أو "مدلون" عندما لا يذهبون إلى الفراش أو عندما يكون لديهم نوبات من الغضب. و عندما لا تتوافق توقعاتنا مع قدرات أطفالنا ، أو عندما نفكر في انهم يحاولون أن يكونوا " سيئون "، يمكننا إثارة صراعات يصعب حلها لأنها نتيجة لمعتقداتنا الخاطئة.



عندما نرى العالم من خلال عيون طفل عمره عام واحد ، خمسة أعوام أو ثلاثة عشر عامًا ، يمكننا البدء في فهم الأسباب الحقيقية لسلوكهم. ثم يمكننا أن نكون معلمين أكثر فعالية.

تبدأ علاقاتنا مع أطفالنا عندما يولدون. في الأشهر الأولى ، نبنى ثقة أطفالنا فينا ونشكل رابطة ستشكل أساس علاقتنا لسنوات قادمة. مهمتنا هي توفير بيئة آمن وأمان لأطفالنا – في مكان حيث تلبى فيه احتياجاتهم ، دون أن يتعرضوا للضرب أو الدفع ، في مكان يمكنهم الإستكشاف دون التعرض لخطر الأذى ، وفيه سيحصلون على الدعم والطمأنينة عندما يكونوا خائفين. نحن بحاجة إلى احترام أساليب الاتصال الخاصة بهم والإظهار لهم بأنه بإمكانهم الوثوق بنا للاستجابة.

مع تفهم الأطفال للعالم من حولهم ، يمكننا البدء في توفير بنية الأساس في مناخ من الأمان العاطفي. لكننا بحاجة إلى رؤية الوضع من وجهة نظرهم من أجل الاستجابة البناءة. يجب أن نفهم ما الذي يحاولون إخبارنا به عندما يبكون ، يقولون "لا!" أو يضربون الارض بأقدامهم. مهمتنا أن نظهر لهم كيفية التعبير عن مشاعرهم وكيفية حل النزاع دون عنف.

مع نموهم ، يريد الأطفال تعلم المزيد والمزيد. نحن نعلمهم احترام الذات عندما نجيب على أسئلتهم باحترام. نحفزهم على التعلم عندما نشجع استكشافاتهم. نظهر لهم أنهم ذوي كفاءة عندما نعطيهم الفرص لإيجاد حلول للمشاكل. عندما يؤمن الأطفال بأنهم قادرين ، فهم مستعدون بشكل أفضل لإدارة التحديات التي سيواجهونها في السنوات القادمة.

