

كيف تبني علاقة قوية مع طفلك؟

تريد أن تكون أم جيدة؟ هل تريد أن تربي طفلاً سعيداً وصحياً يحسن التصرف؟ هل تريد العيش في منزل يصبح فيه الانضباط غير ضروري؟ السر هو إنشاء اتصال أوثق مع طفلك.

1. ابدأ بشكل سالم للحصول على أساس ثابت.

إن قرب الارتباط بين الوالدين والطفل خلال الحياة ينتج عن مدى تواصل الآباء مع أطفالهم ، منذ البداية. على سبيل المثال ، أظهرت الأبحاث أن الآباء الذين يأخذون أسبوعاً أو أكثر من العمل عندما يولدون أطفالاً لديهم علاقة وثيقة مع طفلهم في كل مرحلة ، بما في ذلك كطلاب مراهقين وطلاب جامعيين. هل هذا السبب والتأثير؟ يقول المنظرون الراسخون أنه إذا ما ربط رجل بمولوده الجديد ، فإنه سيبقى أقرب إليها طوال الحياة. لكنك لست مضطراً للاعتقاد بأن الارتباط مع المولود الجديد أمر حاسم أن نلاحظ أن هذا الرجل الذي يعتز مولوده الجديد ويغذي عائلته الجديدة من المرجح أن يستمر في القيام بذلك بطرق تقربهم أكثر خلال طفولتهم.



2. تذكر أن جميع العلاقات تأخذ العمل.

لا تنطلق اتصالات الوالدين والطفل الجيدة من أي مكان ، أي أكثر من الزواج الجيد. يعطينا علم الأحياء نقطة البداية - إذا لم نبرمج بيولوجياً لنحب أطفالنا ، لكان الجنس البشري قد توفي منذ زمن بعيد - ولكن عندما يكبر الأطفال سنحتاج إلى البناء على تلك الروابط الطبيعية ، أو تحديات الحياة العصرية تأكل ذلك. لحسن الحظ ، الأطفال يحبون آباءهم تلقائياً. طالما أننا لا نفش ذلك ، يمكننا الحفاظ على اتصال قوي.

3. إعطاء الأولوية لوقت مع طفلك.

افتراض أنك ستحتاج إلى إدخال قدر كبير من الوقت في إنشاء علاقة جيدة مع طفلك. إن وقت الجودة هو خرافة ، لأنه لا يوجد مفتاح لتشغيل التقارب. تخيل أنك تعمل طوال الوقت ، وقمت بتنحية أمسية مع زوجك ، والتي لم تشاهدها بالكاد في الأشهر الستة الماضية. هل يبدأ على الفور في إعاقه روحه؟ غير محتمل.

4. ابدأ بالثقة ، أساس كل علاقة جيدة.

تبدأ الثقة في مرحلة الطفولة ، عندما يتعلم طفلك ما إذا كان بإمكانه الاعتماد عليك لالتقاطها عندما يحتاجها لك. في الوقت الذي يكون فيه الطفل عمره عام واحد ، يمكن للباحثين تقييم ما إذا كان الأطفال "متصلين بإحكام" بوالديهم ، وهو ما يعني أن الطفل يثق في أن والديه يمكن الاعتماد عليه لتلبية احتياجاته العاطفية والجسدية .



وبمرور الوقت ، نكسب ثقة أطفالنا بطرق أخرى: اتباع وعدنا الذي نلعبه معهم في وقت لاحق ، وعدم كسر الثقة ، والتقاطها في الوقت المناسب.

5. تشجيع وتشجيع وتشجيع.

فكر في طفلك كمصنع مبرمج بطبيعته لينمو ويزهر. إذا رأيت النبات يحتوي على أوراق بنية ، فأنت تفكر إذا كان يحتاج إلى مزيد من الضوء والمزيد من الماء والمزيد من السماد. أنت لا تنتقد ذلك وتصرخ في التصفيق والنمو الصحيح.

6. تذكر أن هذا الاحترام يجب أن يكون متبادلاً .

واضح جدا ، أليس كذلك؟ لكننا ننسى ذلك مع أطفالنا ، لأننا نعرف أنه من المفترض أن نكون الرئيس. لا يزال بإمكانك وضع حدود (ويجب عليك) ، ولكن إذا قمت بذلك بشكل محترم وبالتعاطف ، سيتعلم طفلك على حد سواء أن يعامل الآخرين باحترام وأن يتوقع أن يتم التعامل معه باحترام.

7. فكر في العلاقات باعتبارها تراكم بطيء للتفاعلات اليومية.

ليس عليك القيام بأي شيء خاص لبناء علاقة مع طفلك. الأخبار الجيدة - والسيئة - هي أن كل تفاعل يخلق العلاقة. إن التسوق في البقالة ، واستخدام وسائل المواصلات العامة ، والوقت المخصص للاستحمام ، بقدر ما يكون لديك حديث كبير عند وجود مشكلة. لا يريد مشاركة لعبته ، أو الذهاب إلى الفراش ، أو القيام بواجباته المنزلية؟ كيف تتعامل مع ذلك هو لبنة واحدة في أساس علاقتك الدائمة ، وكذلك أفكاره حول جميع العلاقات.

