طريقة التربية هذه هي المفتاح لثقة طفلك بنفسه!

مع وجود الكثير من الآراء ، والتوصيات الشخصية ، والكتب ، والمقالات حول موضوع تربية الأطفال ، يمكن أن يكون من الصعب اختيار نوع نمط التربية التي تود اعتماده. وفقا لبيتر إرنست هايمان ، بروفيسورا في علم نفس الأطفال والمراهقين والتعليم في مرحلة الطفولة المبكرة مع أكثر من 40 عاما من الخبرة ، هناك طريقة للتربية تعتمد على البحوث أكثر من غيرها: تربية التعلق.

ببساطة ، يمكن لتربية التعلق ان تجعل الإقتراب العاطفي والجسدي بين الوالد والطفل أولوية. بحث علمي عن الدماغ يبين أن هذا الارتباط يقوي إحساس الطفل بالأمان والثقة ، وفقا لهيمان ، وهذا هو السبب في أنه يستشهد به كأسلوب التربية الأكثر فائدة. ومع ذلك ، هذا النمط من التربية لا يخلو من المنتقدين. يقترح البعض أنه شامل للغاية ، وأنه مناهض للنسوية ، وأنه يجعل الآباء والأمهات يعطون الأولوية لأطفالهم فوق علاقتهم الخاصة. يفسر في المقال التالي هايمان العلم وراء هذه النظرية ، ويشرح كيف يمكنك وضعه موضع التنفيذ.

أساسيات هذه التقنية:

وفقا لهايمان ، يتم دعم تربية التعلق عن طريق المزيد من البحوث من أي طريقة أخرى لتربية الطفل. "هذه الطريقة نتيجة للبحوث على الدماغ" ، كما يقول. كل هذا له علاقة بالخلايا العصبية والمشابك العصبية ، والتي قد تتذكرها من صف علم النفس 101 مثل الألياف الصغيرة التي تحمل النبضات الكهربائية في الدماغ والوصلات الموجودة بينها على التوالي. يشرح هايمان أن الأنماط في الدماغ التي خلقتها هذه العصبونات والمشابك تتأثر بشدة بالعلاقة التي تربط الطفل بمقدم الرعاية الأساسي.

ببساطة ، عندما يبكي الطفل ويهدّئه أحد الوالدين من خلال الاتصال الجسدي ، يشعر الطفل بالأمان ويعترف برائحة وصحة مقدم الرعاية

الأساسي. من خلال هذا الإجراء المتكرر ، يخلق دماغ الطفل نمطًا عصبيًا يربط الوالد بمشاعر الأمن والثقة. يقول هايمان: "إنه نوع الارتباط الذي يدوم مدى الحياة".

كيف يتم تطبيق هذه التقنية

"يبدأ ذلك في اليوم الأول من الطفولة ،" وفقا لهيمان. من أجل تربية طفل آمن على هذه الطريقة ، فلا ب من ان يكون إنشاء اتصال مع الطفل هو المفتاح. فبدلاً من ترك الطفل يبكي وتهدئة نفسه ، تتطلب طريقة التربية بالتعلق من الوالدين أن يميلوا إلى الطفل. "عادة ما تكون واحدة من أهم الأشياء التي تقوم بها الأم هي إحضار الطفل إلى ثديها ، وهو المكان الأساسي الذي يشعر فيه الطفل بالأمان" ، يشرح هيمان. تخبر مثل هذه الإجراءات الطفل أن هذا مقدم الرعاية آمن وموثوق به وقادر على جعله يشعر بتحسن بغض النظر عن ما يزعجهم.

لكي يتمكن الطفل من تطوير أنماط في الدماغ تشير إلى الأمان ، من الأهمية بمكان تعزيز هذا الارتباط والعلاقة من مرحلة الطفولة إلى سن السادسة. يقترح هايمان ممارسة هذا الأسلوب الأبوي من خلال مراقبة طفلك كلما كان ذلك ممكنًا ، مع الانتباه إليه ، وعدم تركه بمفرده. هذا يسمح لك بمعرفة كيف يشعر طفلك عندما ينزعج ، ستتمكن من معرفة ما هي المشكلة وتميل إلى احتياجاتهم بطريقة حساسة.

وأخيراً ، يشدد هايمان على أهمية رؤية العالم من خلال عيون الأطفال الصغار. "معظم الآباء يرتكبون الخطأ الضخم والمدمر في النظر إلى الطفل من خلال عيون الوالدين الكبار – التي لا تعمل أبداً" ، كما يقول. "عليك أن تنظر إلى الطفل من خلال عيونه التنموية ، حيث يكونون كالرضع والأطفال الصغار ومرحلة ما قبل المدرسة."