

لا تقولي هذه العبارات لطفلك وإلا...

في بعض الأحيان قد يزعجك طفلك، في بعض الأحيان قد تودين القيام بمهمة ما ولكن تجدين طفلك يقاطعك ألف مرة. ولكن عليك أن تتحكمي بنفسك قدر المستطاع. إليك بعض مالا يجب أن تقولي لطفلك:

“أتركني وشأني!”

ليس هناك أم لا تود أن تحصل على فسحة من الوقت أو إستراحة من كونها أم. ولكن حين تقولين لطفلك “لا تزعجني، انا مشغولة، أتركني وشأني” فهم يستوعبون ذلك، يقول بعض الخبراء “يبدأ حينها طفلك في التفكير بأنه لا جدوى من التحدث إليك حيث أنك دائماً ما تبعديه عنك”،

“لا تبكي!”

“لا تحزن، لا تبكي، لا تكن طفلاً”، ليس هناك سبب للخوف!“. ولكن الأطفال يمكن أن تنزعج كفاية لتبكي، خصوصاً الأطفال الصغار الذين لا يستطيعون التعبير عن مشاعرهم بالكلمات. نعم هم يصابون بالحزن أو الخوف، ومن الطبيعي أن ترغب في حماية طفلك من مثل هذه المشاعر. ولكن ليس الحل أن تنكري على طفلك تلك الأحاسيس ولكن بدلا من ذلك قولي له مثلا “من المؤكد أنك تشعر بالحزن عندما يقول لك صديقك أنه لا يود اللعب معك” أو “نعم شكل مياة البحر والأمواج قد تكون مخيفة لأنك لم تعتدها بعد، ولكنك ستتعود عليها إذا وقفت هنا قليلا وسمحت لها بدغدغة قدمك وأعدك أنني لن أترك يدك“. بتلك الطريقة أنتي تصفين مشاعرة الحقيقية ويشعر الطفل أنك تفهمينه مما يخفف حدة الخوف أو الحزن لديه، أيضا ذلك يعطي لطفلك الكلمات التعبيرية اللازمة للتعبير عن نفسه بالكلمات، ويحث بمعنى التعاطف من رد فعلك معه.

“لماذا لا تكون مثل أختك/أخيك؟”

قد يبدو من المفيد وضع شقيق أو صديق كمثال يحتذى به كقولك لطفلك “إنظر كيف يستطيع صديقك إرتداء معطفة بنفسه” أو “يمكن لشقيقك ربط حذاءه بنفسه، لما لا يمكنك فعل ذلك؟“. ولكن تلك المقارنات دوماً ما تأتي بنتيجة عكسية. طفلك له شخصيته الخاصة هو ليس صديقه وليس

شقيقة، هو نفسه!

فمن الطبيعي لك كأم أن تقارني بين سلوكيات طفلك بطفل آخر ولكن لا تدعي طفلك يسمع بتلك المقارانات.