6 نصائح حول كيفية تربية طفل على قيمة الامتنان

انت نتكون ام او اب هو وظيفة بدوام كامل. يقدم هذا مجموعة فريدة من التحديات لتربية الطفل. ليس من السهل دائمًا التوفيق بين الحياة المهنية والعائلة والحياة الاجتماعية ، ناهيك عن أننا نبذل قصارى جهدنا لأطفالنا وزوجنا وأصدقائنا. بالطبع ، الأولوية واضحة.

نحن نقنع أنفسنا بأن هناك طرقًا غير محدودة لكون الوالد سيئًا ، ولكن هذا الشعور يمكن أن يتحول إلى تشاؤم – هناك طرق غير محدودة لكونك والدًا كبيرًا أيضًا. سنفعل أي شيء لأطفالنا ، لكننا نريد أيضًا أن نمنحهم قيمًا جيدة. على وجه التحديد ، نحن لا نريد أن يفسد أطفالنا لدرجة أنهم أصبحوا ناكرين.

بينما نفكر في ما سنقوم بعرضه على هذا الشكر ، قمنا بالاتصال بجياكومو بونو ، دكتوراه ، للحصول على نصائح حول كيفية تربية طفل ممتن. بونو هو طبيب نفساني للأطفال ومؤلف كتاب " أطفال ممتنون" ، وقد أنشأ منهجًا مدرسيًا اسمه شكرًا! منهج للامتياز مبني على أساس القوة للمراهقين والمراهقين ، يمكن لكل من الآباء والمعلمين استخدامه لمصلحتهم. نصيحة له موضوع واحد ثابت: التعاطف. وكلما زاد الدعم الذي يمكن أن يقدمه الوالد لأطفاله سوف يولد عادات جيدة وتعبيرات صحية – كل المكونات الأساسية في التحول إلى شخص ممتن إلى مرحلة البلوغ.

1. **تعرف الى قوة شخصيتهم**

عندما ينضج الأطفال ، يبدأون في تطوير شخصياتهم الفريدة ، ومن المهم الانتباه إلى من يصبحون. الخطوة الأولى في منهج امتنان بونو هي أخذ استقصاء لقوة الشخصية لتحديد السمات التي تعود إليها بشكل طبيعي ؛ من هناك يمكنك تحديد كيفية تدريس ودعم طفلك. قد تكون منبهر من النتائج. "لم أدرك أن أكبر قوة لابني الأصغر كانت روح الدعابة!". الآن أنا أفهم أنه يستخدم السخرية ليكون مضحكا ، وكنا قادرين على النمو من هناك".

2. **استمع لهم عندما يحتاجون إلى مساعدة**

بين العمل والواجبات الاجتماعية ، فإن وقتنا واهتمامنا قيمان. لا تنس مشاركة بعض منها مع أطفالك. يجب أن يراها مهتمون بها لبناء روابط ذات معنى مع الآخرين في حياتهم.

3. **ثق بهم**

يرغب بعض الآباء في متابعة كل حركة طفلهم ، ونفهم ذلك تمامًا. ولكن يجب أن تثق أيضًا بالموجهين الآخرين في حياة طفلك. في محاولة لتعليم أحد أبنائه كيفية ربط حذائه ، قام الدّكتور بونو وزوجته بكلّ شيء – الدرس أخيرًا مرّ من خلال ابنه الكاراتي. وأضاف الطبيب: "نحن الآن نثق به للمساعدة في نقل الأفكار التي قد يكون ابننا يقاومها بطريقة أخرى" ، مثل القيام بالواجبات المنزلية في الوقت المحدد والمسؤوليات الأخرى.

4. **اجعل وقت لاتواصل**

يمكن للوالدين أن يكونوا مذنبين لكونهم معلقين في هواتفهم كأطفالهم ، لذلك قم بجهد لكسر هذه العادة. يمكنك حظر الهواتف من مائدة العشاء ، أو تحديد موعد آخر للترابط ، مثل المشي بانتظام في الحي.

5. **منحهم المسؤوليات غير المسددة**

يمكنك إفساد طفلك بطرق أخرى أثناء تعليمه للمسؤولية. اعطِ أطفالك الأعمال المنزلية حول المنزل بدون إعانة لإظهار أن العمل الشاق هو مكافأة خاصة به.

6. **تشجيع العمل الجماعي للعائلة**

في الوقت الذي يتعلق فيه بالنقطة أعلاه ، من المهم أيضًا إظهار الأطفال أنهم جزء من فريق العائلة. إذا كان إعداد طاولة العشاء جزءًا من المهام الموكلة إليهم ، فإن كل شخص يأكل يمكنه أن يمد يده. إن القيام بأنشطة معاً يجعلهم يشعرون بأنهم أقل عملاً وأنهم يبنون الثقة في جميع أنحاء العائلة.