

# 8 أشياء لا يجب عليك فعلها أبداً أمام أطفالك

يُمتص الأطفال المعلومات من حولهم منذ الولادة. في الواقع ، يُمتص الأطفال المعلومات بحواسهم. إنهم مثل الإسفنج الصغير ويكتسبون حجم دماغ طفلك حرفياً خلال السنة الأولى من العمر. لذلك تجنب هذه الأفعال أبداً ما مهما:

## • قول كلمات اللعنة

### اللَّيْكَ كِيفْ تَزِيدِينْ خَصْوِيْتَكَ فِي الرِّبَاعِ

الأطفال يتعرفون على اللغة من الرحم. يمكنهم بسهولة التقاط الكلمات وتخزينها بأمان في ملفات الذاكرة الخاصة بهم ، والشأن ليس هي اللغة الأولى التي تريد طفلك التحدث بها.



## • الأكاذيب البيضاء الصغيرة

في كثير من الأحيان نكذب أكاذيب بيضاء دون أن ندرك ذلك. لكن حاول ألا تكذب أبداً أمام طفلك. هم أكثر ذكاء مما تعتقدون.



## • الصراخ

من السهل أن تشعر بالإحباط. خاصة عندما تعاني من قلة النوم. حاول ألا تقاتل أو تصرخ أبداً أمام طفلك. قد تظن أنهم أصغر من أن يفهموا الكلمات الفعلية ، لكنهم يلتقطون النبرة والقلق. يميل الأطفال إلى التفكير في الأمر ، ويفترضون أنك منزعج بسبب شيء فعلوه.



## • التقليل من قيمة شريك حياتك

### هَلْ تَرْضَعِينْ طَفْلَكَ؟ تَنَاوِلِي هَذِهِ الْأطْعَمَةِ

مرة أخرى ، لدينا جميعاً تلك الأيام ، عندما يحبطنا شركاؤنا. ولكن إذا كان لديك أي شيء سلبي لتقوله ، فانتظر حتى يصبح طفلك بعيداً ولا يمكنه سماعك. تجنب أيضاً أن تطلب من طفلك الحفاظ على أسرار شريك لأن ذلك يدل على أنه من المناسب أن يكذب.



## • التعليق سلبا على الآخرين

قد يبدو تعليقاً غير منطقي أو تهكمًا بسيطاً حول أحد أفراد العائلة أو صديقاً أمام طفلك وكأنه لا شيء. ولكن تذكر ، الأطفال إسفنجات صغيرة. ليس لديهم النضج العاطفي لفهم أنك تقولأشياء لأنك غاضب وأنت في الأغلب لا تعنيها. وقد يكررون حرفياً ما قلته أمام هذا الشخص.



## • تمضي الكثير من الوقت أمام الشاشات

إذا كنت تريد قضاء بعض الوقت في نشطة أخرى ، أو قضاء بعض الوقت في الهواء الطلق ، فأنت بحاجة أيضاً إلى وضع أجهزتك والإلكترونيات بعيداً عندما يكون طفلك في مكان قريب. كن نشطاً بنفسك ، وسيتبع طفلك ذلك.



## • تجاهل طفلك

### 5 خطوات أساسية لمساعدة الأطفال على مواجهة الإجهاد

يولد المواليد الجدد على استعداد للتواصل وهم يفعلون ذلك من خلال همما تهم والبكاء والركل والعواطف. كلما تواصلت معهم منذ الولادة واستجابت لإشاراتهم ، كلما كان ذلك أفضل. بالإضافة إلى ذلك ، يتعلم طفلك من الوقت الذي يكون فيه صغيراً وهو ذو قيمة ومهمة. بدوره ، هذا يبني احترامه لذاته. وعندما يعبر طفلك عن مشاعر سلبية ، فإن الاستهزاء به أو تجاهله يقلل من مشاعره. المحادثات المفتوحة تؤدي إلى مزيد من الترابط.



## • إظهار تدني احترام الذات

من الطبيعي أن تمر بمراحل عندما لا تشعر بالراحة الكافية. الهرمونات والتعب والإجهاد العام للحياة كلها من العوامل. يلتقط طفلك عواطفك ، وإذا لم تشعر بالرضا تجاه نفسك ، فقد يعكس طفلك العواطف نفسها. من المهم أن ندرك أنه من المهم أن نأخذ أيام عطلة للترفيه عن أنفسنا والإهتمام بصحتنا النفسيّة والعقلية. لا يوجد شيء مثل الأم المثالية - لكنك الأم المثالية لطفلك.

**مواضيع ذات صلة:**

**أفضل 5 نصائح تواصل بين الوالدين واطفالهم**

**5 طرق لجعل وقت العشاء ثميناً للأسرة**

**لماذا تفقد الأمهات هوبيتهن وكيف يمكنهن استعادتها؟**