فن الحوار مع الطفل

كيف تحاور طفلك بشكل ايجابى ؟

١ـ معرفة كيف يفكر الطفل

للحوار مع الطفل طبيعة خاصة تختلف عن طبيعة الحوار مع المراهق، لأن الطفل تفكيره عيانى أى محسوس ملموس، وبعيدا عن التفكير التجريدى ومعرفة المفاهيم المجردة مثل الحلال والحرام والديمقراطية والأمانة.. إلخ، فالجنة بالنسبة للطفل تمثلها «حاجة حلوة» والنار «لسعة خفيفة» فلا يتم الحوار مع الطفل بشكل تجريدى وعقلانى، لاسيما طفل المهد والطفولة المبكرة حتى ست سنوات، لأنه لن يستوعب المفاهيم والمصطلحات المجردة مثل هذا حلال وهذا حرام، وهذا عدل وهذا ظلم، فالعدل بالنسبة للطفل فى هذه المرحلة «أن تأتى ماما بحاجة حلوة وتقسمها بالعدل بينى وبين أخى» ثم يفهم المعنى المجرد للعدل والعدل الاجتماعى فى مرحلة المراهقة حينما يصل النمو لمستوى التجريد وتكوين المفاهيم.

٢ـ الإرشاد بشكل غير مباشر

أى عن طريق قصة لاسيما قصة مصورة، وعن طريق الأنشودة الهادفة والحكاية، ووصينا آنفاً بأن ندع القصص الخرافية التى تشوه عقول الأطفال وتصيبهم بالخوف والفزع الليلى مثل «أمنا الغولة» و«أبو رجل مسلوخة» و«العجوز الشريرة» ولاسيما قبل النوم، فالطفل خصب الخيال والمخ البشرى يبنى على آخر تجربة، فالقصة بالنسبة للكبير تنتهى مع آخر كلمة، لكن القصة لاسيما القصة المخيفة تبدأ من نهايتها عند الطفل، أى يبدأ الخيال الواسع للطفل بنسيج فصول أخرى «للحدوتة» أكثر رعباً، وكان أحد الآباء الأذكياء يعود من خطبة الجمعة يقص على زوجته ما قاله خطيب الجمعة ـ فى وجود الأطفال ـ وكان يبسط المعانى بما يناسب سن أطفاله، فهو فى الحقيقة يحكى لهم وهو يحدث الأم، أى يوصل لهم المعلومات بشكل غير مباشر، وكان يوصل لأبنائه ما يريد وهو يحكى خطبة الجمعة.

٣ـ وجّه الطفل بلغة إيجابية واحذر اللغة السلبية

ليكن توجيهك لطفلك بلغة إيجابية، واحذر اللغة السلبية: فلا تقل لطفلك مثلاً:

أ ـ لا تلعب بالكبريت، ولكن قل مثلا العب بلعبتك الجميلة.

ب ـ لا تفتح الغاز وتشير إلى مكان مفاتيح الغاز، لكن قل مثلا هذا المكان للكبار فقط.

ج ـ لا تضع هذا المسمار فى هذا المكان (مكان الكهرباء)، ولكن قل مثلا هذا المكان ليس للأطفال وربما يحرق يدك.

د ـ لا تسر وسط السيارات، ولكن قل مثلا حينما نسير فى الشارع امسك يدى.

المهم أن تصيغ توجيهك لطفلك بلغة إيجابية ومثبتة، وليس بشكل سلبى ومنفى، لأن المخ البشرى يفكر بالصورة، فمجرد قولك «وسط السيارات» فإن الطفل يستحضر ما قلته وينفذه وأنت تستثير انتباهه لأشياء لم تكن فى مخيلته أحيانا أو تلفت نظره لأشياء خطرة وأنت لا تدرى، كما أن الطفل لا يستطيع النفى وقلب الحقائق والمعانى، حيث يستلزم ذلك نموا عقليا أعلى، فالتوجيه يكون مثبتا ومباشرا وبكلمات قصيرة حتى تصل الرسالة واضحة ومفهومة، موصلة للغرض الذى من أجله وجّهته.

أنت عزيزى المربى إذا قلت لك مثلا «لا تفكر فى اللون الأزرق، أو لا تفكر فى الفيل الأخضر، أو لا تفكر فى البطيخة المربعة»، ففى أى شيء تفكر؟!! بالتأكيد سوف تفكر فى اللون الأزرق والفيل الأخضر والبطيخة المربعة، لأن العقل الإنسانى يفكر بالصور وبالأشكال الهندسية، وبالتالى من الأولى ألا نوجه أبناءنا بشكل سلبى.. وبشكل منفى، لأن عقلهم أيضا يفكر بالصورة والأشكال الهندسية دون القدرة على النفى.

٤ـ فن الحوار مع الطفل أثناء خطئه

ماذا تصنع عزيزى المربى.. عزيزتى المربية إن كسر طفلكم لعبته أو أضاعها؟ هل سوف تعطونه محاضرة عصماء فى ثمن اللعبة وقيمتها. أم سوف تنهالون عليه ضرباً، أم سوف تنهرونه بغلظة؟ الكثير من الآباء والأمهات يفعل ذلك، ولكن ذلك تفريغا لمحتوى الغضب لديهم ولكن ليس بالأسلوب التربوى المناسب فى الحالة، فما يحتاجه الطفل فى هذه الحالة هو أن تحتضنونه وتمسحوا حزنه، ويفهم فى هدوء كيفية الحفاظ على اللعبة... لأن لعبته تشكل بالنسبة له كل شيء (هى سلواه فى غيابكم)، وهى فرحته وحينما تكسر ينكسر معها حزنا وألماً، فهى بالنسبة له مهمة أهمية سيارتك بالنسبة لك، فلو أنك مررت بحادث بسيارتك ـ لا قدر الله ـ فسوف تحزن بالطبع .. هل تحب وأنت على هذا الحال أن يضربك أو ينهرك أحد.. أو على الأقل يلومك والدك أو

لو أردت توجيه اللوم والنصيحة لابنك فليكن بعيدا عن أصدقائه.. فالنصيحة على الملأ فضيحة

يعطيك أحد الناس درساً فى فنون القيادة، بالطبع سوف يزيد حزنك وألمك ويضاعف حسرتك، فأنت تحتاج من يمسح ألمك ويذهب عنك حزنك ويعيد لك ثقتك بنفسك بكلمة رقيقة رقراقة، بفهم عميق ووعى دقيق... ولذلك عزيزى المربى ما تحتاجه أنت فى هذه الحالة هو نفسه ما يحتاجه طفلك حينما يكسر لعبته أو يضيّع نقوده أو غير ذلك.

٥ـ فن الحوار مع الطفل أثناء طلب شيء

هناك فنيات للحوار مع الطفل أثناء طلب الشيء منه ومن هذه الفنيات ما يلى:

أ ـ التخيير: لا تطلب من الطفل بلغة الإمرة مثل «كل هذه البيضة الآن»، وإنما قم بتخييره قائلا «تحب تأكل بيضاً أم جبناً» وهكذا.

ب ـ الطلب بشكل غير مباشر: الطلب بشكل غير مباشر أفضل من الطلب بشكل مباشر، مثلا لا تقل للطفل «كل سلطة»، ولكن قل ذلك بشكل غير مباشر على النحو التالى «أنت تأكل السلطة حيث يراك تتحدث مع نفسك بصوت مرتفع قائلا: أنا أحب السلطة جداً لأن بها ألوانا جميلة، أحمر وأخضر وأصفر وبرتقالى وأبيض» وهكذا.

ج ـ فى حالة سؤال الطفل عن شيء: تجنب السؤال المباشر الذى تظهر فيه لغة الأمر وأحيانا لهجة الشك والتحقيق والاتهام للطفل، فمثلا لو أردت سؤاله عن كيفية قضاء يومه فى المدرسة قل الآتى «اليوم يا حبيبى كان يوما ممتعاً فقد فعلت كذا وكذا وكذا .. وبابا كان يومه ممتعاً فقد فعل كذا وكذا وكذا، وأنت يا حبيبى كان يومك جميلا .. كيف؟ وهكذا».

د ـ فى حالة إجابة الطفل عن سؤال ما: بداية يجب أن نجيب على أسئلة الطفل ولا نستهزئ به وبأسئلته، ربما تحمل بالنسبة له معنى كبيرا ولاسيما أن من ١٠ ـ ١٥٪ من حديث طفل الطفولة المبكرة (من ٣ : ٦ سنوات) تكون أسئلته، وبالتالى اجتهد أن تكون إجابتك صحيحة، أو أجّل الإجابة حتى تعرفها، أو ابحث معه عن الإجابة فى كتاب أو فى الإنترنت، وحاول إقناع الطفل «وبلاش العصفورة قالت لى»، ولكن أجب إجابة تناسب سن الطفل وقدراته العقلية، وذلك من خلال التمثيل أو التجسيد أو القصة.

٦ـ تخيّر الوقت المناسب للحوار مع ابنك:

كثيراً ما يطلب منك ابنك محادثتك وترفض معللا ذلك بأن الوقت لا يسمح للحديث معه، وتذكر قولك لابنك «أنا مشغول دلوقتى» .. ولكنك عزيزى المربى حينما تطلب ابنك لحوار فإنك تطلبه فى أى وقت دون مراعاة لوقته ورغباته، ولذلك تخيّر الوقت المناسب للحوار معه فربما اخترت وقتا يتزامن مع وقت لعبته، أو حلقته الكرتونية المفضلة أو وجود أصدقائه معه، ومن أفضل الأوقات حينما تسير مع ابنك فى طريق ما، ولكن أثناء الذهاب للمسجد أو المدرسة، أو أثناء نزهة جميلة أو أثناء وجوده معك فى السيارة، أو أثناء وجودكما معا منفردين، وأفضل الأوقات التى تصل فيه الرسائل الإيجابية للأبناء وهم سعداء، فحينها تنفرج أسارير الطفل وتسعد نفسه ويتقبل الحديث بيسر.

٧ـ المكان المناسب للحوار مع ابنك:

إن طبيعة المكان تساعد على توصيل الرسائل الإيجابية للأبناء، فيفضل الحوار فى مكان غير مشحون بانفعالات سلبية، أقصد مكانا لم يُضرب فيه الطفل قبل ذلك (وإن لم تجد .. فاعمل على تغيير الطبيعة النفسية للمكان من خلال مصالحة الابن فيه وإهدائه هدية فى نفس المكان) .. بمعنى أن تجعل المكان الذى ارتبط سابقا بالألم يرتبط بالسعادة، حيث يستحضر المخ الإنسانى الارتباطات السلبية أو الإيجابية الخاصة بالمكان، ولذا تجد نفسك أحيانا فى حالة من الضيق لتواجدك فى مكان معين بدون أسباب ظاهرية، وأحيانا تجد نفسك سعيدا لتواجدك فى مكان معين دون وجود أسباب ظاهرية.. إنه الارتباط الشرطى .. إنه عمل العقل الباطن.

ولو أردت توجيه اللوم والنصيحة لابنك فليكن بعيدا عن أصدقائه، فالنصيحة على الملأ فضيحة، وتخيّر للحوار مع ابنك مكانا يخلو من الضوضاء لكيلا يرتفع صوتيكما وليس ذلك من طبيعة الحوار الإيجابى والفعال، ولاسيما أن هناك علاقة بين الضوضاء والشعور بالضيق، فاحذر أن يكون ابنك كبش فداء لضيقك من الضوضاء، كما أن الحوار الفعال يجب ألا تشتته مثيرات خارجية

د/ علاء فرغلى
استشاري الطب النفسي

كالحوار أمام التليفزيون أو الكومبيوتر مثلا لأن المخ يركز على شيء واحد فقط، ولا يركز على شيئين فى آن واحد، إلا إذا كان أحدهما فى بؤرة الشعور وكان الآخر فى هامش الشعور، فاحذر عزيزى المربى أن تكون فى هامش شعور ابنك، أو يكون ابنك فى هامش شعورك وتركيزك حيث يكون بؤرة الشعور التليفزيون أو الكومبيوتر .. إلخ.

٨ـ طريقة جلسة الحوار المناسبة مع الطفل:

احذر ان تكون جلسة الحوار مع ابنك جلسة المدرس الذى يعاقب التلميذ، حيث تكون واقفا والابن جالسا لا يتحرك، واحذر أن تكون جلسة الحوار بينك وبين ابنك كحوار المحقق (وكيل النيابة) مع المتهم.. أنت جالس والابن واقف، ولكن لتكن جلسة الحوار مع ابنك هى جلسة المحب مع المحبوب (المربى مع ابنه)، حيث يجلس كلاكما فى وجه الآخر، وينظر فى عينيه أثناء إرسال الرسائل واستقبالها ويفضل أن يتم التلامس الحنون بينكما حيث يضع المربى يده على كتف ابنه أو صدره أو رأسه من حين لآخر، فاللمس موصل جيد لحرارة المشاعر.

٩ـ حدّد الهدف من الحوار:

حينما تتحدث مع ابنك لتوجيهه أو نصيحة حدّد هدفا معينا للحوار واعمل على تحقيقه، ولا يكون حوارك فى كل الأمور مرة واحدة، فالكلام ينسى بعضه بعضا، هدف واحد يحقق أفضل من عشرة أهداف لا تتحقق.

١٠ـ كرّر ذكر اسم ابنك كثيرا أثناء الحوار:

ففى ذكر الاسم اعتراف ضمنى بالآخر، وتقرير مبدئى بحبه، والرغبة فى التحاور معه ، ومن ثم يسهل الحوار، ويلين الابن مع أبيه، ويهوّن حديث الأب مهما كان، وتعلمون المثل القائل «حبيبك يبلع لك الظلط...».

١١ـ احذر الكلمات السلبية أثناء الحوار مع الطفل:

احذر الكلمات السلبية أثناء الحوار مع الطفل مثل (أنت غبى، تافه، أنت لا تفهم، أنت على خطأ، كذب،.... إلخ)، لأن تلك الكلمات تجعل ابنك يدافع عن سلوك الخاطئ، وعن رأيه ومن ثم يعاند ويعاند لأنه يضع رأيه الخاطئ وكرامته فى ميزان واحد، ويشعر أنه إن تنازل عن رأيه فقد تنازل عن كرامته، وضع نفسك مكان ابنك وتذكر أن ابنك يكره سماع الألفاظ التى تكره أنت سماعها، وتذكر أنه ما دخل الرفق فى شيء إلا زانه وما نُزع من شيء

احذر الكلمات السلبية أثناء الحوار مع الطفل

إلا شانه، وتذكر أن الورد والزهور الرقيقة لا تحتاج إلى « بلدوزر» للتعامل معها.

١٢- امتدح ابنك وركّز على الكلمات الإيجابية:

امتدح ابنك وركز على الكلمات الإيجابية مثل (ممتاز، رائع، عبقرى، بطل، إلخ)، ومع تكرار هذه الكلمات تبرمج العقل اللاوعى لابنك برمجة إيجابية وتغرس الثقة فى نفسه، وتدفعه للإنجاز والإبداع.. وتذكر دوما عزيزى المربى أن المطر يحفر فى الصخر، ليس بالعنف وإنما بالتكرار.

١٣-استخدام هذه العبارات أثناء الحوار:

أظن أن كذا ، وأعتقد أن ذلك، رأيك مهم، نعم وأحب أن أضيف، أنا أفهم موقفك، ورحم الله الإمام الشافعى حيث كان يقول «رأيى على صواب يحتمل الخطأ ورأى غيرى على خطأ يحتمل الصواب»، وعوّد نفسك عزيزى المربى حينما تطلب شيئا من ابنك أن تقول له «من فضلك هات كذا، لو سمحت افعل كذا، ممكن تعمل كذا، بعد إذنك..»، وبذلك تعلّم ابنك أدب الحوار معك ومع غيرك، لأن اللغة وهذا الأسلوب فى الحوار سوف يصبح أسلوبه معك ومع الناس بعد ذلك.

١٤- احذر أن يكون الحوار مع ابنك من طرف واحد:

(سواء استئثارك بالحديث كله، أو عدم انتباهك لابنك أثناء الحديث)، وتذكر أن من فنون الاتصال الجيد أن يكون هناك تفاعل بين المرسل والمستقبل، أى يصبح المرسل مستقبلا والمستقبل مرسلا، وهما يلعبان نفس الدور (المرسل والمستقبل) فى آن واحد، فأنت حينما تتحدث فأنت مرسل وتكون مستقبلا من خلال إنصات الطرف الآخر لك ورفضه.

١٥- فن الإنصات أثناء الحوار مع الطفل:

من أهم فنيات الحوار الفعال والاتصال الجيد الإنصات..وهو ليس مجرد الاستماع إنما الإنصات أعمق وأكثر تأثيرا فى الاتصال الجيد.

١٦-ابتسم أثناء الحوار مع الطفل:

تعتبر الابتسامة هى المفتاح السحرى للقلوب، وهى لغة الحوار الصامتة، وهى صدقة، وفى الحديث يقول النبى - صلى الله عليه وآله وسلم - «تبسمك فى وجه أخيك صدقة» (رواه البخارى)، ولذلك تصدق على ابنك، والأقربون أولى بالمعروف.

١٧-احذر لغة الأوامر والنواهى أثناء الحوار مع الطفل:

فهى لغة عسكرية بين آمر ومأمور، ولا تصلح للحوار الجيد مع الأبناء، ولاحظ نفسك حينما ترفع صوتك صارخا فى وجه ابنك قائلا له «قلت لك ألف مرة افعل كذا ولم تفعل وقلت لا تفعل كذا وفعلت»، ولم تجرب مرة واحدة خلال الألف مرة أن تبعد الأوامر والنواهى وتلاحظ الفرق (وترحم نفسك وابنك من ألف مرة).

١٨-احذر تصيد الأخطاء أثناء الحوار مع الطفل:

لا تكن مثل الذباب تقع على أقذر شيء، وإنما كن مثل النحل تقف على الزهور، لا تركز على نقاط الضعف عند ابنك، وتنتظر سقطاته وأخطاءه - فكلنا ذوو خطأ - فربما لم يحسن ابنك التعبير خوفا أو جهلاً.

فن الحوار أن تنصت للآخر كي تتعرف على أفكاره ورغباته

١٩- احذر ... النقد اللاذع يقتل الحوار مع الطفل:

انقد الخطأ ولا تنتقد الخاطئ، ولن أنسى قصة تلك الأم الآن التى كانت تنتقد ابنتها دوماً، وكأن النقد جزء من خلاياها، ويسير فى دمها حتى ضاقت الفتاة ذرعاً من نقد أمها وكرهت الحوار معها، ولم تجد أمامها إلا أن تكتب مشاعرها الحزينة لأمها فى رسالة مكتوبة وسلمتها لها، وحينما قرأت الأم رسالة ابنتها تأثرت كثيراً.. ونادت ابنتها وأجلستها أمامها وبدأت تمارس هوايتها فى نقد ابنتها وتعنيفها للأخطاء اللغوية والنحوية فى خطابها الحزين.. فأين تذهب هذه الفتاة بعد ذلك ...؟!

٢٠- لغة الجسد وتأثيرها على الحوار مع الطفل:

لاحظ نفسك أثناء الحوار مع ابنك، ولاحظ تعبيرات وجهك، والحظ عصبيتك، وحركات جسمك ويديك، ومن المعروف أن أى شيء سلبى إن أدركته لاحظته يتغير، فإذا لاحظت سرعتك فى الكلام فسوف تبطئ من سرعتك كما لو كنت تقود سيارتك وتخطى عداد السرعة ١٤٠ كم فى الساعة، فحينما تلاحظ سرعتك تهدئ السرعة تلقائياً ولو لاحظت شدة عصبيتك أثناء الحوار سوف تغير انفعالك (وإذا وجدت ابنك ينفر من الحديث معك حاول أن يصورك أحد بشكل تلقائى أثناء أحد حواراتك مع ابنك، ولاحظ لغة جسدك وكيف تصل إلى ابنك قبل كلامك ومن ثم ينفر الابن منك)، وتذكر دوما أن الاتصال غير اللفظى يشكل ٩٣٪ من الاتصال، فى حين الاتصال اللفظى ٧٪ فقط.

٢١ - فن الإقناع:

كثير من الآباء يتحدثون مع أبنائهم ويوافق الأبناء على ما يقوله الآباء، ولكن أريدك أيها المربى أن تسأل نفسك سؤالا قد لا تعيره اهتماما وهو: هل اقتنع ابنك بما قلت أم وافق حياء أو خوفا أو جبرا؟ وتذكر دوما أنه فى الحوار الجيد والاتصال الفعال لا تكون العبرة بما قلت ولك العبرة بما وصل، فهل وصلت أفكارك ومشاعرك إلى ابنك؟!! هل كنت مقنعا لابنك؟! وبالطبع إذا أردت أن تتأكد من مدى إقناع ولدك بحوارك معه فانظر إلى مدى استجابته وتنفيذه لما قلت، وتذكر قصة ذلك الرجل الأعرابى الذى بال فى المسجد فقام الصحابة ليمنعوه، فمنعهم رسول الله - صلى الله عليه وآله وسلم - وقال : دعوه حتى يكمل بوله ثم دعا بسطل ماء وصبه على بول الرجل، ثم قال لأصحابه: إنما بعثتم ميسرين ولم تبعثوا معسرين، فيسروا ولا تعسروا وبشروا ولا تنفروا، ثم التفت إلى الأعرابى وقال: إنما بنيت المساجد لذكر الله وللصلاة، فلما حسن أدب الأعرابى فى الإسلام كان يقولك بأبى وهو وأمى رسول الله لم يعنفنى ولم يؤنبنى .(رواه مسلم).

٢٢-ابدأ الحوار مع ابنك بما يحبه هو لا بما تحبه أنت:

إن فن الحوار أن تنصت للآخر كى تتعرف على أفكاره ورغباته وأن تستمع ضعف ما تتكلم، (فالله تعالى خلق لنا أذنين ولسانا واحدا)، وتحدث فيما يحب الآخر لا فيما تحب أنت، وتذكر دوما أنك إن أردت اصطياد السمك فلا بد أن تلقى له طعما يحبه مثل (الديدان)، ولا تلق له ما تحبه أنت مثل «المانجو أو التفاح»، ولذا تحدث مع ابنك فيما يحبه وأبناء اليوم يحبون الحديث عن الإنترنت والتليفون المحمول «الجوال» واللعب وذكريات الوالدين..فلتبدأ حديثك بهذا وتكمله بما تريد.