إعداد : دعاء محمود جمال

التغلب على العصبية مع الأبناء

تجربة تربوية رااااائـعـة تخفّفى بها عصبيتك على أولادك فى أربع خطوات

تجربة مهمة جدا عشان تسيطرى على غضبك من أولادك وعصبيتك عليهم ومعاملتهم بشدة

التجربة عبارة عن تخزين صورة فى الذهن

صورة تتخزّن فى عقل وذهن الأم والأب على حد سواء

والموضوع من أربع خطوات:

١- روحى لسريره بعد ما ينام ويهدا

٢- بصى له كتيييييييير و تأملى فى براءته و ضعفه

٣- اسألى نفسك وبهدوء بجد ..شوية أسئلة شبه السؤال ده:

هل يستحق هذا المسكين أن أضربه أو أصرخ فى وجهه و أثور عليه ؟!

هل لو حصل له شىء هتتحملى ؟

هل لو قال آه مش هتقولى مليون آه ؟

هل تتحملين غيابه عنك لحظة ؟

وردى على نفسك انتى

٤- افتكرى لحظة غضبك ما يشتد ..افتكرى الصورة دى كويس جدا جدا جدا ..صورته ضعيف مالوش أى قوة ملامحه بريئة

واتصرفى بعد كده

هتلاقى عصبيتك بدأت تقل كتير جدا وحتى لو موجودة مش هتعامليه بنفس العنف جربى

لا تستحقر منْ أمامك مهما كانت الأسباب ..

طالب جامعى كاتب فى تويتر:

اليوم فى القاعة دخل علينا طالب جديد للتو سجل المادة والغريب أنه كان لابس جزمة (بوت) وفى نص المحاضرة سأل الدكتور سؤالا وجاوبه صاحبنا أبو البوت وكانت إجابته غلط ،الدكتور تترفز من الإجابة وقال للطالب: «أنا منذ شفتك لابس البوت فى عز الصيف وأنا غاسل يدى منك»

القاعة كلها ضحكت على الطالب قام الطالب بكل ثقة وقال:

«الله أنعم بأشياء كثيرة لكن أخذ منكم زينة العقل»

الطلاب كلهم أوقفوا ضحكهم باندهاش، والدكتور زاد عصبية وقبل ما يتخذ الدكتور إجراء بحق الطالب قام الطالب من على الكرسى ورفع ثوبه وإذ برجليه الاثنين صناعى والبوت هو الجزمة الوحيدة التى تستوعب حجم الرجلين الاصطناعتين

الدكتور ظل مبهورا لمدة دقيقتين وألغى المحاضرة وعيناه ممتلئان بالدموع

● لا تستحقر منْ أمامك مهما كانت الأسباب ..

*****

- كفاكم استهزاء بالآخرين وتعليقاً عليهم.. انظروا إلى أنفسكم فقط

أسوأ ما يحصل منا أننا حين نرى سلبية فى أحدهم نُخبر كل من حوله ولا نخبره بها !.

نحن نجيد التحدث عن بعضنا، لا مع بعضنا !

أعجبتنى عبارة مكتوبة فى أحد الفنادق :

«إن أرضيناك فتحدّث عنا، وإن لم نرضك فتحدّث إلينا»

فلنطبقها لتنتهى الغيبة بيننا

اللسان ليس له عظام لكنه يقتل [أممًا]

والحياه ما هى إلا قصة قصيرة !!

(من تراب . على تراب . إلى تراب) (ثم حساب .فثواب . أو عقاب)

فعش حياتك لله – تكن أسعد خلق الله

الله جبار !

د. راتب النابلسى:

* امرأة قالت لضرتها التى لا تنجب: موتى غيظاً فى بطنى جنين وعلى يدى طفل وأمامى ولد، من يصدق أن هؤلاء الأولاد الثلاثة ماتوا تباعاً ، وأن التى لا تنجب رزقها الله خمسة أطفال ذكور ؟

*هناك أخت ساكنة عند أخيها، الأخ كان يبالغ فى إذلال أخته، وهى كبيرة فى السن ولا يظهر لها أى مودة ولا احترام لدرجة أنه مرة ركلها بقدمه أمام زوجته لتأتى له بكأس ماء

ذهب بسفر إلى حلب، صار له حادث سير فقُطِعت رجله التى ركل بها أخته من أعلى الفخذ.

*****

* حدثنى أخ بالقلعة أثناء إعدام قاتل، فقال ؛ قبل إعدام هذا القاتل قال لى: قبل أن أشنق سأروى لك قصتي

أنا لم أقتل هذا الذى اتُهمتُ بقتله! ولكنى قتلت إنساناً منذ ثلاثين سنة!، كنت رئيس مخفر

أودعوا عندى إنسانا حُكِم عليه بالإعدام فهرب فأحضرت بدوياً ووضعته مكانه، وفى اليوم الثانى أُعدم.

إياكم أن يظلم بعضكم بعضاً، قد يظلم الزوج زوجته، وقد تظلم الزوجة زوجها ،وقد يظلم الأخ أخاه، وقد يظلم الشريك شريكه، وقد يظلم الجار جاره، الله بالمرصاد قبل أن تظلم، قبل أن تأخذ ما ليس لك، قبل أن تلصق تهمة بإنسان برىء،

قبل أن تستغل قوتك فتسحق من تحتك، قبل أن تستغل مكانتك فتغطى على من قدّم لك خدمة، تذكر أن الظلم ظلمات، الذى يظلم إنساناً، ويتجاهل وجود الله أحمق وغبى، « اتقوا دعوة المظلوم ولو كان كافراً فإنَّهَا لَيْسَ بَيْنَهَا وَبَيْنَ اللهِ حِجَابٌ « .

[متفق عليه]

- دَعْـوَةُ المظلوم كالرصاصة القوية تُسافر فى سماء الأيام بقوة لتستقر فى أغلى ما يملك الظالم .

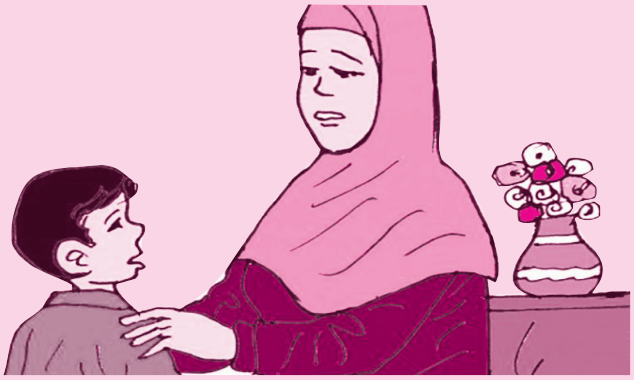
- ما من ذنب أسرع إلى تعجيل نقمة وتبديل نعمة من الظلم والبغى على الناس بغير الحق.

ابنك أمانه سيسألك الله عنها

يقول أحد علماء التربية :
كل مجهود تبذله فى تربية وتوجيه الآخرين قد ينجح وقد يفشل!! إلا التعامل مع الأطفال وتربيتهم فإنه لا يذهب سدى وله أثر أكيد على حياتهم.

ومما أعجبنى فى كيفية التعامل مع الأطفال:

* إذا عاش الطفل فى جو من التشجيع يتعلم الثقة بالنفس.
* إذا عاش الطفل فى جو من التحمُّل يتعلم الصبر.
*إذا عاش الطفل فى جو من المديح يتعلم الرضا والمحبة.
* إذا عاش الطفل فى جو من المشاركة يتعلم العطاء والكرم .
*إذا عاش الطفل فى جو من النزاهة يتعلم الصدق.
*إذا عاش الطفل فى جو من الإنصاف يتعلم العدل.
* إذا عاش الطفل فى جو من مراعاة المشاعر يتعلم الاحترام.
*إذا عاش الطفل فى جو من المحاسبة والانتقاد يتعلم الكذب.
*إذا عاش الطفل فى جو من الإحباط والعنف يتعلم العدوان.
* إذا عاش الطفل فى جو من الخوف يتعلم الضعف والقلق.
*إذا عاش الطفل فى جو من الوحدة الاجتماعية يتعلم الانطواء.



* إذا عاش الطفل فى جو من السخرية يتعلم الخجل.
*إذا عاش الطفل فى جو من الغيرة يتعلم الحسد.
* إذا عاش الطفل فى جو من الاهتمام الزائد يتعلم عدم الاعتماد على النفس.

- قال لى أحدهم: أنا أضرب أبنائى لأن القسوة تمنح الخوف.. قلت له صحيح أنت ربحت الخوف ولكنك خسرت المحبة والتقدير.. فأيهما أولى !!!!؟

ليست التربية بالضرب فالجاهل من يعتقد ذلك.

- وقال آخر: كنت ألوم إخوانى حين يضربون أولادهم وصرت أنا أضرب أولادى ،

قلت التربية ليست بكثرة القراءة وحضور الدورات وإنما بضبط النفس!-

إذا فقدت أعصابك أثناء تدريس أبنائك فلا ترم الكتاب أو تغلقه بقوة فهذه رسالة سلبية على عدم حبك للعلم ، اضبط أعصابك وكن حليماً.

التدريس للأبناء مهمة صعبة ولكن الأصعب منها أن تغضب إذا درست لهم ،لا تغضب أثناء التدريس فيكرهك ولدك ويكره التعليم .

نظام الجوافز يساعد ابنك فى سرعة التعلُّم وحل الواجبات لكن لا تكثر منه.. حبِّبه بالعلم وأهله

فى الصباح أدع لأبنائك : اللهم إنى أسالك لأولادى قوة الحفظ وسرعة الفهم وصفاء الذهن. دعاء الأب مستجاب

نقول للمدخنين فى الصباح (نرجو أن يقلعوا عنه) لا تدخن أمام أبنائك وأنت توصلهم للمدرسة حتى لا ترتبط أذهانهم بين الصباح والتدخين فيكونون مدخنين كذلك.

تربوى أثبت أن الولد يتعلم من أمه وأبيه أكثر من المعلم فى المدرسة.. احرص على تعليم ولدك إن استطعت.

لا تقل لابنك إن زمانك خير من زمانه فإنه يسمعك بأذنه ويقول فى نفسه أنت مسكين .. تعيش خارج الزمن.

امسك أبناءك وأنت توصلهم للمدرسة فإن ابنك يسعد بلمس يدك.. اللمس يطمئن النفوس

قبّل ابنك أثناء نومه وانظر إلى تأثير ذلك فى نفسه.

كونوا قدوة صالحة لأبنائكم

- مرحلة الاكتشاف لدى الأطفال: من سن ٣ إلى ١٠ تكثر أسئلة الأطفال فكن صبورًا معلما

- مرحلة تكوين الصداقات من سن ١١ إلى ١٤ فكن صديقاً حبيباً رفيقاً لأبنائك كى لا تخسرهم

- مرحلة إثبات الذات (أنا موجود) من سن ١٤ إلى ١٨ لا تجعله نسخة منك ، احترم ذاته

- مرحلة الحرية والإنجازات من سن ١٩ إلى ٢٤ أعطه حريته وادعم إنجازاته وشاركه بمشروع

علمينى يا أمى ..علمنى يا أبي

«أبناؤنا ضائعون بين المثالية التى نطلب منهم التحلى بها وبين ما يرونه من سوء أخلاقنا معهم إن صح التعبير»

-عزيزى الأب - عزيزتى الأم :

لابد أن نكون قدوة لأبنائنا فهذا زمن فقد الطفل فيه كل شىء!! لا صحبة صالحة ولا ألعاب بريئة ولا حتى أولاد الجيران يلعب معهم،، أطفال اليوم سيواجهون فى مراهقتهم و شبابهم تيارا قويا لم نواجهه نحن. تربيتنا كانت فى أحضان أمهاتنا ربات البيوت بعيدا عن عوامل إثارة العنف والشهوات التى يشاهدها أطفالنا، وها نحن نشاهد الانحراف والجرائم المنتشره!! فكيف

سيكون حالهم!!

أخى الأب - أختى الأم :

أعيدها « كونوا قدوة لأبنائكم »

علّموهم الأدب

علّموهم الحدود الشرعية.. فقد اختلط الحلال بالحرام.

نعم علّموهم لكن بتصرفاتكم وأفعالكم وليس بالصراخ وبالكلام فقط.

لا تجعلوهم ينفرون من بيوتكم.

ادعوا لهم ليس فى قلوبكم فقط ، ادعوا لهم أمامهم بالتوفيق والهداية و أنتم مبتسمون، أخبروهم بمحبتكم لهم ، وأعطوهم شيئا من وقتكم، لا تجعلوهم حائرين يبحثون عمن يسمعهم ويوجههم، كونوا لهم آباء و معلمين أصدقاء و مستشارين.

حفظ الله لكم أبناءكم و أقر أعينكم بهم ورزقكم دعواتهم حين تنقطع أعمالكم.

التربية بالحب

امتى آخر مرة جوزك نرفزك وأهانك وخرجتى عن شعورك ومسكتى الشبشب ورنيته علقة محترمة؟؟

حتقولى طبعا مين المجنونة دى اللى تعمل كدا؟؟؟؟؟

طب حماتك لو بتهزقك وتلقح عليكى كلام ..هل جربتى تقوليلها مش عايزة أسمع صوت لأقوم أموتك وأعجنك ضرب؟؟

حتقولى طبعا مين برضو المجنونة اللى تعمل كدا؟؟؟؟

طب مديرك فى الشغل اللى مش مقدّر شغلك هل جيتى فى يوم وصرختى فى وشه وصوتك جاب آخر الشركة؟؟؟؟؟

حتقولى طبعا ماينفعش نتعامل مع الأمور بالشكل دا..

طيب سؤال..اشمعنى عندك قدرة مع الناس كلها إنك تمسكى نفسك وبتيجى على أضعف كائن فى حياتك وتضربيه..

ابنك هو الوحيد اللى لما بيغلط مابيبقاش قاصد يهينك ولا جواه حقد ولا غل ولا كره ولا أى حاجة من اللى بتبقى جوة كل الناس اللى معصبينك

إزاى بتقدرى تبررى ضربك ليه بكلمة «أصله بيعصبنى!» برغم إن إنت ناس كتيرة بتعصبك وما بتعمليش معاهم ربع اللى بتعمليه معاه.

أقولك ليه..عشان طفلك أو طفلتك هى الكائنات الوحيدة اللى بتقدرى تستقوى عليهم.

طفلك هو الوحيد اللى لما بتقربى عشان تضربيه بتلاقى فى عنيه إنه خايف منك. طفلك هو الوحيد اللى بتقدرى تخليه يعيط ويترجاكى توقفى ضرب وإنه خلاص حرّم وانتى بتستغلى خوفه وضعفه وبتكملى ضرب..

كل الناس جت فى حياتك بقرفها وسلوكياتها السلبية نتيجة تربيتها..بس انتى لما ربنا أنعم عليكى بالكائن الوحيد فى حياتك اللى صفحة بيضا وانتى اللى حتكبريه وتربى سلوكه قررتى تخليه مهزوز ومتعوّد على الإهانة ..وتكسريه علشان انتى مش عايزة تتعبى نفسك وتجاهديها وتربى صح..

قررتى تربيه كدا علشان لما يكبر المعقدين يزيدوا واحد ..وربنا يكرمه ويخلف ويربى بالضرب برضو..وتفضلى انتى السبب فى صراخ كل طفل بيتولد فى العيلة دي...

الأمهات اللى بتضرب أطفالها... اتقين الله...اتقين الله

لماذا لم يرض الله للنساء الحزن ؟

قال الله تعالى فى سورة القصص « كى تقر عينها ولا تحزن»

وقال فى سورة الأحزاب ..» أن تقر أعينهن ولا يحزن»

وقال فى سورة مريم» فناداها من تحتها ألا تحزنى»

وقال فى سورة القصص « ولا تخافى ولا تحزنى»

وضحت الآيات أن حزن المرأة عميق، وذو ألم شديد لا يتحمله قلبها، فهى إذا حزنت انكسر قلبها فرفقاً بالقوارير

● لا تكسر قلب أمك بكلمة أو تأخير طلبها، لا تعتصر قلب أختك باستهزاء واستنقاص، لا تجرح قلب زوجتك بإهمال وتهميش، استمع لابنتك وابتسم لها ولبِّ طلبها.

تقرّب إلى الله بالإحسان لهن، ولا تُحزن قلوبهن ...فلا يكرمهن إلا كريم ...ولا يهينهن إلا لئيم ...فوالله لا تعلم أجر الفرح والسرور إذا أدخلته عليهن ..فهن سبب فى رزقك وسعادتك بعد الله.