

المجلد ٤ الاصدار ١٢

المشوقَة

المجلة التي تحركك !



كيف تتحدث
بحيث يستمع الأطفال

لماذا نصرخ؟
أي منها حالتك؟

٣

لماذا نصرخ؟

٤

تعبت من الصراخ؟

كيف نوقف الصراخ ونمارس دور الأمومة والأبوة بفعالية

٦

كيف نتحدث بحيث يستمع الأطفال

وكيف تصغي حتى يتحدث الأطفال

٩

الإجابات على أسئلتك

ممندى الأمومة والأبوة

١٠

أي منها حالتك؟

١١

أن أكون مثلك

قصيدة

١٢

اقتباسات بارزة

الأبوة والأمومة

العدد
أسرة التحرير

التصميم:

اتصل بنا:

موقع الكتروني:
بريد الكتروني:المجلد ٤ الإصدار ١٢
كريستينا لين

واثق زيدان

motivated@motivatedmagazine.com
www.motivatedmagazine.comالمشوقة © ٢٠١٣
جميع الحقوق محفوظةبقلم: كريستينا لين
للمشوقة

كتب لي صديقي مؤخراً وسألني "كيف يمكن للوالدين تحفيز أطفالهم من دون اللجوء الى الصراخ والصياح عليهم. لا يبدو أن الكثير من الناس يعرفون أي وسيلة أخرى للتعامل مع أبنائهم عندما لا يستمعون ويردون بفضاظة وقلة إحترام، أو أنهم غير متحمسين لأداء مهامهم وواجباتهم المدرسية" إذا كنت أحد الوالدين. ربما تكون مررت في الحالة التالية، يُسيء طفلك التصرف أو يتحدث معك بقلة إحترام، فقبل أن تدرك الأمر ترفع صوتك - ويصرخ عليك طفلك بالمقابل. بعد ذلك ينتابك شعور فظيع. وتتساءل دائماً لماذا تُدني نفسك لمباراة في الصراخ، وتتمنى لو أنك تعاملت مع الوضع بشكل مختلف.

يساعد التواصل مع الأطفال على إتخاذ خيارات جيدة. و تعليمهم الطريق الصحيح ليست مهمة سهلة. وصلنا جميعاً الى حالة من السخط، التي تحتاج الى المشورة حول كيفية تحسين تعاملنا مع أطفالنا.

وقد جمعت بعض المقالات المفيدة والمثيرة للإهتمام في هذا الإصدار من المشوقة. وضمنتها نصائح عملية حول كيفية التواصل الفعّال مع الأطفال وقصص حقيقية من الناس الذين ساهموا بتجاربيهم.

قد تشعُر بالإنهاك من فداحة الأمور التي ترافق الأبوة والأمومة، لذلك فَكَّرْتُ أن أذكرك بتحرير نفسك من بعض الركود. لا يوجد شيء مثل الأبوة والأمومة المثالية. المطلب الوحيد هو أن تكون أحد الوالدين. لذلك تَتَأَوَّل كوب من الشاي أو القهوة وارفع قدميك واسترخي واقرأ. سوف تشعر على نحو أفضل بعد ذلك.



لماذا نصرخ ؟

حياة إيجابية، بتصرف

أعلى كي يسمعا بعضهما البعض من خلال تلك المسافة الكبيرة".

ثم قال الحكيم: "ماذا يحدث عندما يحب الناس بعضهم؟ لن يصرخوا على بعضهم البعض. يتحدثون بهدوء. لماذا؟ لأن قلوبهم قريبة جداً. المسافة بينهما صغيرة جداً." وتابع الحكيم: "ماذا يحدث عندما ينمو حبهم للآخر أكثر من ذلك؟ أنهم يسمعون فقط. قلوبهم تصبح أقرب مع الحب. أخيراً إنهم ليسوا بحاجة حتى للهمس. فقط ينظرون لبعضهم البعض. هذا كل شئ. كيف يكون الناس مجتمعين عندما يحبون بعضهم البعض. يصبح القلب واحداً."

في المرة القادمة التي تشعر بها بالغضب، حاول التحدث بصوت هادئ، وتذكر أن الحب هو أهم من ذلك كله.

سأل حكيم أتباعه ، " لماذا يصرخ الناس على بعضهم البعض عندما يضطربون؟ " فكر أتباعه لفترة من الوقت وقال أحدهم ، " إننا نفقد هدوءنا ولذا نصرخ !"

"لكن إشرح لي لماذا تصرخ في حين أن الشخص الآخر يجلس بجانبك؟" سأل الحكيم "أليس من الممكن التحدث معه أو معها بصوت هادئ؟ لماذا تصرخ على الشخص عندما تكون غاضباً؟" قدّم بعض أتباعه المزيد من الإجابات لكن أيا منها لم يرضي الحكيم.

أخيراً شرح الحكيم: "عندما يكون شخصان غاضبان على بعضهما البعض، تنشأ هناك مسافة بين قلوبهما. لتغطية تلك المسافة يجب أن يصرخوا حتى يتمكنان من سماع بعضهما . كلما كانا أكثر غضباً كلما كان صراخهما

تعبت من الصراخ؟

بقلم : جانيت ليمان، بتصرف



كيفية وقف الصراخ وممارسة الأبوة والأمومة بفعالية

لماذا يصرخ الوالدان على أطفالهم وينهرونهم؟ أعتقد أن معظم الناس يصرخون لأنهم محبطين. في ذات اللحظة التي تفقد بها أعصابك، تشعر بأنه ليس لديك أية خيارات أخرى، بل يصبح وكأنه رد فعل متعجل. بعبارةٍ أخرى لا تفكر فيما تفعله، فقط تتصرف.

الوالدان يسمحان بتراكم المشاعر المتعلقة بتصرف طفلهم. ينتقلون من حالة الى أخرى مراكمين إحباطهم مع أطفالهم . في نهاية المطاف، تكون ردة فعلهم عن طريق الصراخ بدلاً من الإستجابة التي تتعامل فعلاً مع سوء السلوك بشكل فعال. أود الإشارة هنا الى أنه من المهم بالنسبة للوالدين أن يتذكروا أننا لسنا كاملين، ويمكننا أن نتعلم من أخطائنا. صرخة أو صرختان دوريتان لا تعني أننا والدان سيئان.

أريد أيضاً أن أشدد على أنه لا بأس من التحدث بقوة مع أطفالنا في بعض الأحيان. لكن الغضب ومن ثم التعقيد الى الصراخ ليس مفيداً، ولا سيما إذا كان على أي شيء وعلى كل شيء لأن ذلك لا صلة له بسوء التصرف الفعلي.

الطاولة. أحب أن يبقى كل شئ منظم، لذلك كان هذا مزعجاً للغاية بالنسبة لي. لن أكذب - بعض الأيام عندما أكون متعبة حقاً وجائعة ومحبطة، أصرخ عليه وأنهره.

بعد أن حدث ذلك لعدة مرات، شعرت أنه واجبي المنزلي الشخصي هو التفكير في كيفية الإستجابة على نحو أفضل في مستقبل. كان أول شئ أدركته

قصتي: " الواجب المنزلي " للوالدين

إسمحوا لي أن أخبركم قصة عن أسرتي . أثناء سنوات نمو إبني كنت أقوم برحلة طويلة الى مكان عملي و منه للبيت ، من وقت الى آخر كنت أشعر بالإحباط و أكون بمزاج سيء عندما أصل الى المنزل. كنت أصل متأخرة وأجد أن إبنتنا المراهق لا يقوم بفعل واجبه المنزلي ويجلس على الأريكة، يتناول الطعام ويحدث فوضى - قدميه مرفوعة على

هو أنني بحاجة الى أن أبقى لوحدي لفترة وجيزة بعد العمل، لأنه كان وقتاً تتطلق فيه مشاعري بسهولة. و بعد ذلك أخذت بعض الوقت لمراجعة سلوكي، واستعرضت المشهد في رأسي. في بعض الأحيان أتكلم مع إبني، أعتذر له عن الصراخ عليه وأشرح أنني كنت في يوم من العمل الشاق وأنتي آسفة لأنني أخرجت ما في داخلي من غضبٍ و تعبٍ عليه. إذا فَرَرْتُ أن تفعل ذلك فعليك أن تدرك أنه ليس من أجل الحصول على المغفرة من أطفالك، بل لتهديب سلوكك والتعلم من الوضع، وتحاول أن تكون أفضل في المرة القادمة. حرصنا أنا و زوجي على أن يكون إبنا مسؤولاً عن أفعاله. القيام بالعمل المنزلي وتطويف ما يحدثه من فوضى كانتا مسؤوليته، وإذا فشل بالقيام بأي منها هذا سيعرضه الى بعض العواقب. أصبح هدفي هو الإلتزام بالهدوء والتعامل مع سلوكه دون أن أفقد السيطرة على نفسي.

هل أنت مدمن على صراخ ؟

إذا وجدت نفسك تصرخ على أطفالك في معظم الوقت عليك أن تفهم أن ذلك يؤثر على أطفالك بطريقة سلبية، لأن ذلك يعطيهم إشارة لا تسيطر على الوضع. وإذا كنت خارج نطاق السيطرة، يفترضون أنهم هم المسؤولون. كلا الحالتين خطير الى حد ما في رأبي. من المهم أيضاً أن تفهم أن الأطفال يشعرون بعدم الأمان عندما يشعرون أن والديهم ليس لديهم سيطرة.

عندما يصبح الصراخ المزمّن قاعدة سلوكية ، فإن الأطفال يعتقدون أن الصراخ أمرٌ لا بأس به. أنت تُعلم أطفالك أن الصراخ هو الرد المناسب عندما تكون محبطاً ومقهوراً. إنه لا يعلم أي شئٍ إيجابي، بل يؤكد

فقط أن الحياة خارجة عن السيطرة - وعاطفياً أنت خارج نطاق السيطرة. هنا بيت القصيد: إذا كنت تستخدم الصراخ لتتال إمتثالهم، فأنت لا تعلمهم سلوكيات حل المشكلة. الصراخ حول المشكلة لا تجعلها تزول - إنما يجعل الأمور أكثر سوءاً.

إن كيفية تغيير طريقة تواصلك مع طفلك يتطلب ممارسة. قد تكون بحاجة الى حقيبة كبيرة من الحيل لأن أطفالك سوف يقومون بالضغط عليك لجعلك تفقد السيطرة. هذا ما إعتادوا عليه. لكن يمكنك تعلم السيطرة والتواصل معهم بشكل فعّال.

باستطاعتك دائماً الخروج من مباراة الصراخ والتوقف عند أية نقطة:

بغض النظر عما إذا كان العراك بدأ للتو، و حتى لو كنت ما تزال في خِصْمِه، أو كان مستمراً لمدة عشر دقائق، يمكنك منح نفسك الأذن للتوقف و الإبتعاد قليلاً . كما كان يقول زوجي " ليس عليك أن تحضر كل معركة يتم دعوتك إليها." الإبتعاد عن مباراة الصراخ غالباً ما توقف مسارات العراك، هنا وهناك.

الإبتعاد - إغتنام فرصة الإبتعاد عن سخونة الوضع - ساعدني كأم لمعرفة ما ينبغي أن يكون جوابي. في بعض الأحيان كان ذلك يعني قضاء بعض الوقت بعيداً عن طفلي والعودة في وقت لاحق والتواصل حول سوء تصرفه.

كيف تتحدث بحيث يستمتع الأطفال

- وكيف تصغي حتى يتحدث الأطفال

بقلم: أ. فابروني . مازليش، بتصرف



الأمثلة التالية تُعَلِّمُ "المهارات" عن كيفية التحدث مع الأطفال. يمكنك تكييف هذه المؤشرات مع مجالات قد تحتاج فيها لمساعدة أفراد عائلتك.

الوصف

وصف ما تراه أو وصف المشكلة

الجزء الأفضل من استخدام اللغة الوصفية هو أنها تزيل أصابع الإتهام وتساعد الجميع على التركيز على ما يجب القيام به.

"إنسكب الحليب، نحتاج لإسفنجة"

"المرطبان إنكسر، نحتاج إلى مكنسة"

"البيجاما ممزقة، نحتاج إلى إبرة وخيط"

الآن جرب كل من التعليقات أعلاه على نفسك، فقط هذه المرة إبدأ كل جملة بـ "أنت". على سبيل المثال: أنت سكب الحليب أنت كسرت المرطبان أنت ممزقت البيجاما لاحظ الفرق؟ "أنت" جعلتك تشعر بأنك مُتَّهَمٌ ومن ثم مدافعاً.

عندما نَصِفُ الحدث، نجعله من الأسهل على الطفل أن يسمع ما هي المشكلة ويتعامل معها.

هنا حكاية لتوضيح ذلك: كنتُ غاضبة عندما جاء إثنان

عندما نتقبل مشاعر أطفالنا، فإنهم سيكونون أكثر قدرة على قبول الحدود التي وضعناها لهم. ما يحتاجه الناس في جميع مراحل العمر في لحظة الشدة ليس إتفاقنا أو إختلافنا بل يحتاج إلى شخص ما يفهم ما يعانون منه. الأطفال بحاجة لقبول مشاعرهم واحترامها. لمساعدة الأطفال على التعامل مع مشاعرهم، يمكنك:

1. الإستماع بهدوء وإهتمام.
2. الإعتراف بمشاعرهم لفظياً.
3. إعطاء الشعور إسمًا: "هذا يبدو محبطاً!".
4. إعطاء الطفل تمنياته في الخيال: أتمنى لو باستطاعتي أن أجعل الموزة ناضجة لك الآن! والوالدين لا يستجيبون لهذه الأمور في معظم الأحيان، لأنهم يخشون أن إعطاء إسمٍ للشعور سوف يزيد الأمر سوءاً. لكن العكس تماماً هو الصحيح. الطفل الذي يسمع كلمات تتعلق فيما يعانيتها يشعر بإرتياح عميق. شخصٌ ما إعترف بتجربته الداخلية.

من أبنائي لتناول العشاء مغطيان بماء أخضر __ لون
الطلاء ، لكنني قررت أن لا أفقد أعصابي وأصرخ عليهم
. إنتفتت الى قائمتي من النصائح حول كيفية التحدث
مع الأطفال والتي كانت ملصقة على باب الحجرة
واستخدمت أول نصيحة رأيتها __ قُم بوصف ما تراه.
هنا ما حدث وبعد ذلك:

أنا: إنني أرى صبيان بطلاء أخضر على يديهما
ووجهيهما! نظرا الى بعضهما البعض وركضا الى الحمام
ليغسلا يديهما و وجهيهما. بعد بضع دقائق مشيت الى
الحمام وكنت على إستعداد للصراخ مرة أخرى. البلاط
مغطى بالطلاء ! لكنني تمسكت بمهارتي .

أنا : أرى طلاءً أخضر على جدران الحمام! ركض إبنني
الأكبر سناً للحصول على قطعة قماش قائلاً " للإنقاذ!"
و بعد خمس دقائق دعاني للنظر مرة أخرى.

أنا: (ممسكة بالوصف) أرى شخصاً مفيداً نظّف جميع
الطلاء الأخضر عن جدران الحمام.

قام إبنني الأكبر بتوجيه رسالة غير مباشرة. شرع إبنني
الأصغر بالكلام، " انا الآن ذاهب لتنظيف المغسلة "

لولم أكن رأيت ذلك، لم أكن لأصدقه!

تقديم المعلومات

عندما نعطي المعلومات، فنحن بمعنى من المعاني نعطي
الطفل هدية يمكن أن يستخدمها للأبد. سوف يحتاج
لبقية حياته أن يعرف أن " الحليب سيتحول الى رائب
" إذا لم يتم حفظه في البراد " وأن الجروح المفتوحة
تحتاج الى أن تبقى نظيفة، وأن الإلكترونيات تتلف عند
تركها بالقرب من موضع حار، وأن البسكويت يصبح تنه
المذاق إذا تركت اللعبة مفتوحة "، وهلم جرا.

أخبرنا الآباء أن مهارة إعطاء المعلومات ليست صعبة.
لكن الصعب كما يقولون، هو الكف عن الإهانة في
النهاية ، مثل " الملابس الوسخة تخص سلة الغسيل أنت
لا تتعلم أبداً؟ "

بدلاً من ذلك

الوالد: مَنْ شَرِبَ الحليب وَتَرَكَ الزجاجة موضوعة
هناك؟

إعطاء المعلومات: أيها الأطفال، الحليب يتحول الى
رائب إذا لم يتم حفظه في البراد.

التحدث عن مشاعرك

شعَرَ معظم الآباء والأمهات بإرتياح عندما إكتشفوا أنه
من المفيد تبادل مشاعرهم الحقيقية مع أطفالهم، وأنه
ليس من المفروض أن يكونوا صبورين للأبد . يستطيع
الأطفال التعامل مع العبارات الصادقة مثل: " هذا ليس
وقتهاً جيداً بالنسبة لي لقراءة مَقَالِكَ . أحتاج القليل من
الراحة في الوقت الحالي . بعد تناول العشاء سأكون
قادراً على الإهتمام به و قراءته على أكمل وجه " .

يَحِقُّ للأطفال أن يسمعوا مشاعر والديهم بكل صدق.
عن طريق وصف ما نشعر به، يمكننا أن نكون صادقين
دون أن نكون مؤذيين .

قلها بكلمة

العديد الآباء والأمهات أخبرونا كم يقدرّون هذه المهارة.
ويزعمون أنها توفر الوقت والجهد والتفسيرات المملة.
كذلك المراهقين الذين عملنا معهم يفضلون الكلمة
الواحدة، "باب" او " كلب " او " الأطباق " ووجدوها
مريحة ومرحبٌ بها أكثر من المحاضرة المعتادة.

نعتمد أن قيمة " عبارة الكلمة الواحدة " تكمن في حقيقة
أنه بدلاً من إصدار أمر القمعي، فإننا نعطي الطفل
فرصة لممارسة مبادرته ودكاثه. عندما يسمعك تقول، "

يحبون استخدام المذكرات. يقولون أنها طريقة سريعة وسهلة تمكن الإتصال بالطفل وتترك إحساساً طيباً.

مذكرة أو ملاحظة صغيرة ليست ضرورية، لكن يمكنها أن تساعد بالتأكيد.

في بعض الأحيان لا يكون الوضع مضحكاً، والمزاح لن يكون لائقاً. وهنا نتذكر الأب الذي أخبرنا أن إبنته خربت قرصه المضغوط الجديد. قال أنه لو لم يكن قادراً على تنفيس غضبه في الكتابة لكان قد عاقبها. بدلاً من ذلك كتب: أليسون، إنني أغلي من الغضب!!! قرصي المضغوط الجديد تم أخذه بدون إذني وقد إمتلأ بالخدوش ولا يصلح بعد الآن - والدك الغضبان.

وبعد قليل تلقى الأب هذه المذكرة من إبنته: والدي العزيز، أنا أسفه حقاً. سوف أشتري لك واحداً آخر هذا السبت ومهما يكلف، إخصم ذلك من مصروفي. إليسون .

لمزيد من المعلومات عن الكاتب و أعماله نرجوا زيارة هذا موقع www.fabermazlish.com



الكلب " يبدأ في التفكير، " ماذا عن الكلب؟ أوه، نعم، لم أمشيهِ بعد ظهر هذا اليوم من الأفضل أن أخذه الآن " .

ومع ذلك، لا تستخدم إسم طفلك بعبارة كلمة واحدة. عندما يسمع الطفل إسمه بإستهجان، "سوزي" عدة مرات خلال اليوم، تبدأ بربط إسمها بعدم الموافقة. بدلاً من ذلك

الوالد: لقد طلبت وطلبت منكم أيها الأطفال أن ترتدوا البيجامات وكل ما تقومون به هو التهريج حيال ذلك، لقد وافقتم على ارتداء البيجامات قبل مشاهدة التلفزيون وأنا لا أرى أي إشارة من أحدكم يقوم بفعل أي شئ حيال ذلك! قلها بكلمة: أطفال، البيجامات!

كتابة الملاحظة

معظم الأطفال يحبون تلقي الملاحظات - على حد سواء أولئك الذين يستطيعون القراءة وأولئك الذين لا يستطيعون.

الأطفال الصغار عادةً يكونون مسرورين لتلقي رسالة مطبوعة من والديهم. يشجعهم على كتابة الرد على والديهم.

الأطفال الأكبر سنًا يُريدون تلقي الملاحظات أيضاً. مجموعة من المراهقين الذين عملنا معهم أخبرونا أن المذكرة أو الملاحظة المكتوبة يمكن أن تجعلك تشعر بشعور جيد، "كما أنك تلقيت رسالة من صديق." ويلمس قلوبهم أن والديهم يهتمون بما فيه الكفاية ليأخذوا الوقت والعناء من أجل الكتابة إليهم.

أعرب أحد الشباب أن أكثر ما يقدره حول المذكرات هي أنها " لا تحدث صوتاً عالياً " . وروى الوالدان أنهم، أيضا

الإجابات على أسئلتك

منتدى الأمومة والأبوة

س: أليس كيفية قول شيء لطفلك لا يقل أهمية عن ماذا تقول؟

ج: بالتأكيد هو كذلك، الموقف من كلامك لا يقل أهمية عن الكلمات نفسها. إن الموقف الذي يبعث على نجاح الأطفال هو ذلك الذي يبلغ رسالة شفوية - "أنت في الأساس شخص محبوب ومؤهل. هناك الآن مشكلة تحتاج إلى عناية، ما أن تكون على بينة منها، فإنك على الأرجح سوف تستجيب بشكل مسؤول." الموقف الذي يلحق الهزيمة بالأطفال هو ذلك الذي يبلغ رسالة شفوية - "أنت في الأساس مزعج وغير كفؤ. أنت دائماً تفعل الشيء الخطأ وهذا الحدث الأخير دليل آخر على خطئك."

س: إذا كان الموقف مهم جداً لماذا القلق حول الكلمات؟

ج: نظرة الوالدين التي تبعث على الإشمئزاز أو نبرة الإزدراء يمكن أن تؤدي بشدة. لكن إذا تعرض الأطفال إلى كلمة "غبي" "....." مهمل "....." غير مسؤول "....." أنت لن تتعلم أبداً" تلك الكلمات ستجرحه على نحو مضاعف. الكلمات بطريقة أو بأخرى لديها وسيلة البقاء لفترة طويلة ومؤذية. الجزء الأسوأ أن الأطفال أحياناً يتذكرون هذه الكلمات في وقت لاحق ويستخدمونها كأسلحة ضد أنفسهم.

س: هل هناك أي طريقة لشرح حقيقة أنه في بعض الأحيان يستجيب الأطفال عندما أطلب منهم القيام بفعال شيء ما و أحياناً أخرى لا يستجيبون؟

ج: لقد سألتنا مرة مجموعة أطفال مدرسة، لماذا لا يستمعون إلى والديهم. هذا ما أخبرونا به: "عندما أعود إلى البيت من المدرسة، أكون متعباً، وإذا طلبت مني والدتي أن أفعل شيئاً ما، أظاهر بعدم سماعها. " أحياناً أكون غاضباً حول شيء ما حصل في المدرسة وأشعر بعدم الرغبة بالقيام بما تطلبه مني."

بالإضافة إلى أفكار الأطفال، هنا بعض الأسئلة التي قد ترغب أن تسألها لنفسك عندما تشعر بأنك "لا تصل إلى المكان الذي تقصده".

- هل طلبتي معقول من حيث عمر طفلي وقدرته؟ (على سبيل المثال، هل أتوقع من طفل يبلغ من العمر أربع سنوات أن يعرف آداب المائدة بكل معنى الكلمة؟)
- هل يشعر أنه طلب غير معقول؟ ("لماذا هي تضايقتني لغسل ما وراء إذني؟ لا أحد ينظر هناك.")
- هل يمكنني أن أعطيها خياراً حول متى تقوم بفعال شيء ما، بدلاً من الإصرار على "الآن". ("هل تريدين الإستحمام قبل مشاهدة الفيديو أو بعد ذلك مباشرة؟")
- هل يمكنني تقديم خيار لها حول كيفية القيام بشيء ما؟ ("هل تريدين إرتداء البنطلون أو الشورت؟")

أخيراً، هل معظم اللحظات مع طفلي أفضيها وأنا أطلب منها القيام بفعال أشياء؟ "أو هل أخذت بعض الوقت كي أكون وحيدة مع إبنتي - لمجرد أن نكون معاً؟"

أيُّ منها حالتك؟

الكاتب غير معروف

تمتم بروس شيئاً في نفسه "ما هذا؟" سألت الأم، تتمم مرة أخرى، أنهى بروس إفطاره في صمت. ثم قام بتغيير بنطلونه، وضع حذاءه في قدميه وجمع كتبه وغادر الى المدرسة. نادته عليه أمه: "بروس لقد نسيت طعام غداءك! لو لم يكن راسك مثبت على كتفيك، أنا واثقة من أنك كنت ستنساه أيضاً".

أخذ بروس طعام غداءه وأثناء خروجه من الباب مرة أخرى ذكرته أمه "كن على يقين الآن أن تسلك سلوكاً حسناً في المدرسة اليوم".

كان ديفيد يسكن في الجانب الآخر من الشارع. كان أول شئ يسمعه في الصباح، "السابعة السابعة"، ديفيد . هل ترغب النهوض الآن أو تأخذ خمس دقائق أخرى؟"، تقلب ديفيد وتساءب. "خمس دقائق أخرى" تتمم.

وفي وقت لاحق جاء لتناول طعام الإفطار مرتدياً ملابس، بإستثناء حذاءه. قالت الأم، "أرى أنك إرتديت ملابسك. لم يتبقى لك إلا أن تضع حذاءك في قدميك! أوه- هناك شق في درزة بنطلونك. يبدو كما لو أن

ذات مرة كان طفلان في السابعة من عمرهما يُدعيان بروس وديفيد. كان لكلٍ منهما والدة تحبه كثيراً جداً. كل صبي يبدأ بداية مختلفة كل يوم. كان أول شئ يسمعه بروس عندما يستيقظ في الصباح "إنهض الآن"، بروس! سوف تتأخر على المدرسة مرة أخرى". نَهَض بروس من سريره - إرتدى ملابسه - بإستثناء حذاءه - ودخل لتناول الإفطار.

قالت الأم، "أين حذاؤك؟ هل تخطط للذهاب الى المدرسة حافي القدمين؟ وأنظر الى ما ترتديه! تلك السترة الزرقاء تبدو مريعة مع ذلك القميص الأخضر... بروس، عزيزي، ماذا فعلت بينطلونك؟ إنه ممزق. أريدك أن تغيره بعد وجبة الإفطار. لا أحد من أبنائي يذهب الى المدرسة بينطلون ممزق راقب الآن كيف تصب عصيرك. لا تسكبه بالطريقة التي تقوم بها عادة!"

سكب بروس الحليب وانسكب. غضبت الأم. وأثناء تنظيفها الفوضى التي حدثت، قالت: لا أعرف ماذا أفعل معك ؟

الجانب كله يمكن أن يتمزق. هل أرتقه أثناء وقوفك أو تفضل تغييره؟" فكر ديفيد لثانية وقال: "سوف أغيره بعد وجبة الإفطار." ثم جلس حول طاولة المائدة وصب عصيره. وانسكب بعضاً منه.

"خرقة التنظيف في حوض المغسلة"، قالت الأم أثناء مواصلتها تحضير طعام الغذاء له. أحضر ديفيد الخرقة ومسح ما انسكب من العصير. تحدثنا لفترة من الوقت أثناء تناول ديفيد إفطاره، ثم غير بنطلونه ووضع حذاءه في قدميه، جمع كتبه وغادر الى المدرسة - من دون طعام غذاءه. نادته أمه "ديفيد، طعام غذاءك!"

ركض عائداً لأخذه وشكر أمه. وأثناء إعطائه طعام غذاءه قالت، "أراك لاحقاً"

كان لكل من بروس وديفيد نفس المدرس. خلال اليوم قال المدرس للطلاب: "يا أطفال، كما تعلمون، سوف تقدم مسرحيتنا في الأسبوع القادم. نحن بحاجة الى متطوع لرسم إشارة ترحيب ملونه على باب غرفة صفنا. وبحاجة أيضاً الى متطوع لصب عصير الليمون وتقديمه لضيوفنا بعد المسرحية. وأخيراً، نحن بحاجة الى شخص ما للذهاب الى صفوف الثالث الأخرى، يقدم كلمة قصيرة يدعو فيها الجميع الى حضور مسرحيتنا ونخبرهم عن الوقت واليوم والمكان." بعض من الأطفال رفعوا أيديهم على الفور وبعضهم رفعوا أيديهم مترددين وبعضهم لم يرفعوا أيديهم على الإطلاق.

قصتنا تتوقف هنا. هذا كل ما نعرفه. ما حدث بعد ذلك، يمكننا تخمينه فقط، لكن ذلك يترك لنا غذاءً للفكر. خذ لحظة للنظر في هذه الأسئلة وأجب عليها لنفسك.

أن أكون مثلك

بقلم : ليزلي هيل

هناك عيونٌ صغيرة عليك، ويراقبون ليلاً ونهاراً،
هناك أذانٌ صغيرة تلتقط كل شئٍ تقوله بسرعة
الأطفال الصغار الذين يحلمون باليوم الذي سوف يكونون مثلك.

أنت معبود الأطفال الصغار وأحكم الحكماء،
في أذهانهم الصغيرة لا شكوك حولك،
إنهم يؤمنون بورعك ويتمسكون بكل ما تقوله وتفعله
سوف يقولون ويفعلون حسب طريقتك عندما يكبرون مثلك.

هناك أطفال صغار بعيون واسعة يؤمنون بأنك دائماً على حق
فأذنانهم مفتوحة دائماً، ويراقبون ليلاً ونهاراً.
أنت قدوتهم في كل شيء تفعله يومياً
بالنسبة للأطفال الذين ينتظرون أن يكبروا ليكونوا مثلك.



الأمومة والأبوة

الأطفال بحاجة شديدة لمعرفة وسماع بالوسائل التي يفهمونها ويتذكرونها - من أنهم محبوبين ومُقدَّرين من قبل والديهم -. بول سمالى

عندما تعطي قليلاً من نفسك إلى طفل، فإنك تعطي جزءاً من نفسك الى مستقبلهم. - كيفن هيث

الحب والإحترام هما أهم جوانب الأمومة والأبوة وجميع العلاقات - جودي فوستر

إذا كان الطفل يعيش بقبول وصدقة، فإنه يتعلم إيجاد الحب في العالم -. دوروثي لونيث

أثني على أطفالك علناً. ووبخهم سراً. - دبليو . سيسيل

إذا أُعجب أطفالك بك، تكون حققت نجاحاً في أكبر وظيفة في الحياة- غير معروف

الإنسان لا يقف أبداً شامخاً كما هو الحال عندما يركع لمساعدة طفل - فرسان فيثاغوراس

الأطفال سوف يصبحون ما أنت عليه، لذلك كن كما تريد أن يكونوا - ديفيد بلاي

توقف عن محاولة تهذيب أطفالك، لكن واضب على تهذيب علاقتك معهم. - د . هنكر

الوالدان بحاجة ملئاً دلو إحترام الذات عند أطفالهم بشكل كبير، بحيث لا يمكن لبقية العالم إستنزافه أو تحضيفه مهما أحدثوا فيه من ثقوب - الفين براي

كلما كبر أطفالك فإنهم قد ينسون ما قلتها، لكنهم لن ينسوا كيف جعلتهم يشعرون. - كيفن هيث

إذا كنت ترغب في تحسين أطفالك، دعهم يسمعون الأشياء اللطيفة التي ترويها عنهم للآخرين. - هايم جينوت

