



# The happiest toddler on the block

تمت مناقشة هذا الكتاب في اللقاء الأول بتاريخ 5 نوفمبر 2016

بماذا سيساعدك هذا الكتاب :

- 1- رفع مستوى الاحترام والتعاون والصبر لدى الطفل.
- 2- تربية وتعليم الطفل بحيث يكون صديق ومستمع جيد.
- 3- بناء ثقة الطفل ورضاه عن نفسه.
- 4- مساعدة الطفل في النمو العاطفي السليم والصحي.

يشمل الكتاب اربعة اقسام:

- 1- اساسيات العلاقة بين الام(الاب) / الطفل.

- 2- اساسيات التواصل مع الطفل.
- 3-الاساسيات السلوكية .
- 4-كيفية التعامل مع سلوكيات معينة .

في الفصل الاول يذكر المؤلف اكبر اربع مصاعب تواجه الاطفال في حياتنا الحديثة:

- 1- عالمنا الحديث وبيوتنا المغلقة والاعلام من افلام الكرتون وغيرها بيئة غريبة وتثير التوتر بالنسبة لهم.
- 2- ادمغتهم المستمرة في التطور والنمو بشكل متسارع غير متوازنة إلى الان(خصوصا الفص الايسر من الدماغ وهو المسؤول عن المنطق والنظام)
- 3- تطورهم ونشاطهم الطبيعي يدفعهم لإساءة التصرف احيانا .
- 4- طباعهم الشخصية قد تجعلهم منفعلين اكثر من اللازم.

اختبار العشر ثواني

لتحديد مزاج (طبع) طفلك ..تستطيعين القيام بالاختبار التالي:  
في سوق غير مزدحم، اتركي يد طفلك وتظاهري انك تلتفتين للجهة الأخرى لمدة ثانيتين (راقبي طفلك بطرف عينك ) ماذا فعل ؟

- 1- وقف مكانه : (سهل) بسيط
- 2- تمسك بملابسك وبكى: خجول
- 3- هرب بعيدا بدون النظر للخلف: حيوي(نشيط)

تقريبا 50% من الاطفال ينتمون للنوع الاول  
15% منهم النوع الثاني  
35% النوع الثالث

في الفصل الثاني يذكر المؤلف أكبر أربع مصاعب تواجه الوالدين اثناء تربية الأطفال:

- 1- افتقادهم وحاجتهم للمساعدة والتوجيه .
- 2- المعارك اليومية مع الأطفال تجعلهم يشعرون بالفشل.
- 3- سلوك الأطفال يدفعهم للتصرف بحدة احيانا .
- 4- عدم توافق الطباع بين الام/ الطفل، الاب/الطفل، مما يؤدي للصدام المستمر .

بالنسبة للصعوبة الأولى وهي افتقاد الوالدين للمساعدة والتوجيه يقول المؤلف:

انه من الصعب كأب او كأم ان تقضي طول يومك وانت تلعب وترفه عن

طفلك.. لكن كيف استطاع اجدادنا فعل ذلك ؟ ! بالواقع.. هم لم يفعلو ذلك ابدا!

الاسر الصغيرة المنغلقة هي شي جديد لم يكن موجودا من قبل.. في السابق، كانت العوائل تعيش متجاورة، الاجداد أبناءهم الاخوال والاعمام ، فكانت القرى عبارة عن عائلة ممتدة!

القرية كلها تساعد وتشارك في تنشئة الطفل ..

فيطرح عدة حلول لهذه المشكلة تحت عنوان ( اوجد قريرتك ) :

1- حاولي ايجاد مجموعة من اهالي اطفال بنفس عمر اطفالك بحيث تخرجي معهم بشكل اسبوعي

2- تعرفي على جيرانك

3- سجلي طفلك في حضانه او روضة

4- التحقي بنادي رياضي مخصص للامهات والاطفال

5- ابحثي عن منتدى الكتروني متخصص بامور الامومة والطفولة.

6- انتقلو لمنزل قريب من اهلكم.

في الفصل الثالث يشرح المؤلف اهم قاعدة للتواصل مع الطفل الغاضب او الحزين

وسماها Fast-Food Rule

نعم ! قاعدة طلبات الوجبات السريعة ?

تتلخص ب " للتحدث مع شخص مستاء، اذكر مشاعره أولا قبل ان تقول رأيك او تعليقك"

فعندما تطلب من مطعم، فالنادل يعيد ذكر طلبك ليتأكد من انه فهم بالضبط ماتريدا! وهذا بالضبط مايفضل ان نفعله مع اي شخص مستاء.

تنقسم القاعدة لجزئين:

الأول: الطرف الأكثر استياءاً يتحدث اولاً، الآخر ينصت ثم يعيد مقاله الأول باهتمام بعد ذلك يبدي رأيه.

الثاني: ماتقوله ليس بأهمية (كيف) تقوله!

نبرة صوتك، تعابير وجهك و لغة جسدك كلها يجب ان تكون متوافقة مع ماتقوله (متعاطف)

ينصح المؤلف بمحاكاة مشاعر وتصرفات الطفل بنسبة الثلث (اقل في حال كان الطفل خجول او لتطبيق القاعدة مع الكبار ) واكثر قليلا في حال كان الطفل حيوي(نشيط)

من المعروف انه عند الغضب فإن عقولنا تصبح منغلقة! مشاعرنا

متضخمة! لانستطيع الانصات !  
عند سماح الطرف الآخر لنا بالتعبير عن مشاعرنا، واعترافه بها  
واحساسه بما نشعر وتعاطفه معنا..  
تهداً عقولنا ثم نستطيع الانتباه لما يقوله الشخص الآخر.

في الفصل الرابع يشرح المؤلف المهارة الثانية من مهارات التواصل  
مع الأطفال.

Toddler-ese

التحدث بلغة الاطفال

بثلاث خطوات بسيطة:

1- جمل قصيرة جداً

2- التكرار

3- المحاكاة \*

\*المحاكاة الجزئية لمشاعر الطفل باستخدام نبرة الصوت وتعابير  
الوجة ولغة الجسد.

المفارقة الغريبة اننا دائما نستخدم هذا الأسلوب مع اطفالنا عندما  
يفعلون شي يسعدنا ! لكن بمجرد ما يغضب ويستاء الطفل فجأه نصبح  
جامدين وصارمين واصواتنا هادئة، لاننا نعتقد انه عندما نتصرف  
بهدوء سيهدأ الطفل لكن يحدث العكس!

ينفجر اكثر! لاننا عندما نتصرف بدون إظهار اي مشاعر، بينما الطفل  
مستاء جدا يشعر الطفل بالوحدة و بأننا لانفهمه ..بينما هو بأمس  
الحاجة لذلك

مثال:

بدلا من قول:

اعرف انك تشعر بالغضب بسبب.....

هل اخافك ذلك الكلب ؟

انت تريد تلك الحلوى! صحيح ؟

جرب ان تقول:

انت غاضب! غاضب! غاضب!

خائف! خائف! كلب كبير!

حلوى! حلوى! انت تريدها! الآن!