

# لمغامرة الأسرة

## الدوافع التربوية



### 47\_ المساواة تعزز احترام الذات

يسأل الآباء كثيرًا كيف يمكنهم تعزيز احترام أطفالهم لأنفسهم. من الأهمية بمكان معاملة الأطفال على قدم المساواة. تعني المساواة أن رغبات واحتياجات وحدود وقيم وأفكار كل فرد من أفراد الأسرة يتم إدراكها وأخذها على محمل الجد، بغض النظر عن العمر أو الصحة أو الجنس.

**الاعتراف والأخذ بجديّة يلبي حاجة الفرد الأساسية في أن يراه الآخرون.**

لا يتم إيذاء أحد أو انتقاده أو إذلاله أو السخرية منه لما يشعر به أو يفكر فيه أو يفعله. أخذ هذا الأمر على محمل الجد وإدراكه يلبي حاجة الإنسان الأساسية إلى أن يُرى ويُسمع كما هو. يتيح ذلك للأطفال تنمية احترام الذات بشكل صحي؛ لأنهم يشعرون بأنهم قيمون و "على حق" تمامًا كما هم. أي انتقاد أو سخرية أو عدم احترام يجعل الأطفال يشعرون بالذنب والخطأ. المساواة هي موقف داخلي يتم التعبير عنه قبل كل شيء، من خلال الطريقة التي نتحدث ونعامل بها بعضنا البعض.

#### كيف نلتقي؟

غالبًا ما يجد الآباء صعوبة في أخذ رغبات أطفالهم على محمل الجد؛ لأنهم يعتقدون أنه يجب عليهم الآن تلبية رغباتهم. والأطفال دائمًا لديهم رغبات. ومع ذلك، لمجرد أنني أخذ رغبة شخص ما على محمل الجد لا يعني أنني يجب أن أحققها. لكنه يُحدث فرقًا كبيرًا في كيفية مقابلة الراغب.

يوجد فرق بين الإقرار بالرغبة ثم قول لا لها، أو انتقاد شخص ما على رغبة لديه: "توقف عن النحيب بدميتك"، "أنت غير راضٍ أبدًا، وتريد دائمًا شيئًا ما"، "ألم تفهم ما قلته لك "لا"؟ كم مرة يجب أن يتم إخبارك بشيء ما؟" هذه الاستجابات تسيء إلى الطفل وتحطمه وتجرحه وتنتقده، وبالتالي تنتهك سلامته. إنه شعور خاطئ ومذنب حتى أن يكون لديك رغبة.

#### كيف يمكن للمرء أن يعبر عن نفسه بقدر متساوٍ؟

"أرى كم تريد هذه الدمية، إنها جميلة أيضًا، لكنني لن أشتريها لك الآن." هذا بيان واضح لا يسيء إلى أي شخص. الأم تأخذ الطفل على محمل الجد، وتأخذ نفسها على محمل الجد. وهذا ما يظهر للطفل: "يمكنك أن تأخذ نفسك على محمل الجد، ويمكنك أيضًا احترام الآخرين." يترك هذا السلوك انطباعًا كبيرًا على الطفل، رغم أنه قد يكون محبطًا في الوقت الحالي لعدم حصوله على ما يريد. لكن كرامته لم تنتهك: لا انتقاد ولا لوم ولا إخضاع. الأشخاص الذين يشعرون أنهم يُؤخذون على محمل الجد ليسوا أيضًا حريصين على المضى قدمًا في حياتهم.

ما يهم ليس المحتوى، سواء قلت نعم أو لا لشيء ما، ولكن كيف أقول شيئًا، ما إذا كنت أحترم كرامة الطفل.

"لن ألعب معك الآن. سوف أستريح لمدة نصف ساعة." العكس: ألا ترى أنني متعب؟ متى ستفهم ذلك بصفة نهائية؟"

"أصرّ على أن تعلق الجاكيت؛ لأنني لا أريد أن أتعثّر به ويُسقطني." العكس: "يا وغدا! إذا لم تتعلم كيف تعلق الجاكيت، فسأضطر إلى تغيير نغمة حديثي معك."

#### من المهم أن نتحدث عن نفسك وعن رغباتك ووجهات نظرك.

يمكن أن يكون هذا أيضًا بغضب، ولكن بنبرة هادئة: "اللعنة. أريدك أن تترك جهاز الكمبيوتر الخاص بي وشأنه. هذا يجعلني غاضبًا!" بدلًا من: "ألا تسمع أيها الوغد. دائمًا ما تعبت بأشياءني. أنت تثير أعصابي."

عندما أتحدث عن نفسي، لا أؤذي الشخص الآخر، لكنني أحترم كرامته وكرامتي. لا أحد يتأذى، ومع ذلك أصرح بوضوح أين حدودي. وبالمثل، فإنني أراعي حدودي وحدوده.

هذا يقوي احترام الذات لدى الكبار؛ لأنه يتحمل المسؤولية عن نفسه ويقوي احترام الطفل لذاته؛ لأنه يعلم أنه: في هذه العائلة يمكنك الحفاظ على حدودك دون الإضرار بالآخرين.

النص: أستريد إيجر | [www.familie.it](http://www.familie.it)