"*Haqqi*"; No. 17; Fall 2007

حقي

عدد خاص للأهل

شركاء في تحويل حقوق الطفل إلى واقع

العدد السابع عشر، خريف 2007



الجمع بين حقوق الطفل وتعلّمه مسؤولياته: التأديب الإيجابي

إبني ذكي.. إبنتي جميلة: حكاية التمييز

للأهل و المربيين والمربيات، قرّاء حقّي:

تحاول مواد هذا العدد من «حقّي» أن تقدِّم للأهل مجموعة من المقالات التي يكمّل أحدها الآخر، في حين تركِّز على مواضيع تتسم بأهمِّية خاصة.

ولذلك يركّز معظم مواد العدد – على تنوّع مواضيعه – على التواصل الفعّال مع أطفالكم. فمن هنا تبدأ جميع حقوقه، أي من حقّهم في التعبير والمشاركة. ولكن، لا تكون مشاركتهم مهمّة من منطلق حقوقهم فحسب، بل هي أيضًا مهمّة لكونها وسيلة لحمايتهم. إنّ التواصل مع الأطفال، وتثقيفهم على حقوقهم، والاستماع إليهم ومشاركتهم، كلّها تأتي بأشكال مختلفة – من قراءة قصّة مع الطفل، إلى اللعب معه، فمن ثم إشراكه في القرارات – بحسب فئته العمرية. لذلك يقدّم لكم هذا العدد أفكار عملية لنشاطات وقراءات وأحاديث يمكنكم افتعالها مع أطفالكم.

فريق حقّي

في هذا العدد من «حقي»:

ص 3-4 إبني ذكي إبنتي جميلة: حكاية التمييز

ص 5-6 لعبة التواصل مع طفلكم

ص 7-8 الأطفال والأهل: الحقوق والمسؤوليات من الجانبين

ص 9-13 الجمع بين حقوق الطفل وتعلّمه مسؤولياته: التأديب الإيجابي

ص 14-15 على أبواب عام مدرسي جديد: الاستعداد للذهاب إلى المدرسة

ص 16-17 عندما يؤدي خرق المحرمات إلى الوقاية من الصدمة النفسية!

ص 18-19 أين تكمن الأخطار؟

ص 20-21 قصة: لا أحبُّ الدغدغة: حقُّ الطفل بقولا «لا»

ص 22-24 موارد

صور هذا العدد: *www.gettyimages.com*
www.sd139.k12.id.us/parents/images/parents.jpg

❖ تصدر «**حقي**» عن «ورشة الموارد العربية» (للرعاية الصحـية وتنمية المجتمع)
❖ARC. PoBox 27380. Nicosia 1644-Cyprus
❖ في لبنان: ورشة الموارد العربية، ص . ب 13-5916(شوران) بيروت . الهاتف: (+961)1 742075
www.mawared.org

❖ «**حقي**» تدعو جميع القراء إلى المساهمة فيها وترحب بكل الأخبار والأنشطة والمقالات والتقارير. تصدر حقي عن برنامج مشترك مع المنظمة السويدية لرعاية الأطفال SCS.

المقالات والمعلومات المنشورة تعبّر عن آراء أصحابها ولا تمثل بالضرورة اراء «ورشة الموارد العربية» او «المنظمة السويدية لرعاية الأطفال»

❖ «ورشة الموارد العربية» مؤسسة عربية مستقلة ذات منفعة عامة، لا تتوخى الربح التجاري، هدفها إعداد ونشر وتوزيع الكتب و المواد التعليمية والتثقيفية اللازمة في مشاريع الرعاية الصحية وتنمية المجتمع والموارد البشرية، وتطوير التواصل بين العاملين في هذه الميادين في البلدان العربية. تأسست الورشة في 1988، على أيدي مجموعة من العاملات والعاملين في حقول الرعاية الصحية الاولية، وتنمية المجتمع، والتربية، والنشر.

Haq-qi (My Rights) : a newsletter supporting NGOs and concerned parties working with Child's Rights in the Arab region.
Published by ARC; Arab Resource Collective as part of regional program on Child's Rights with, and supported by Save the Children Sweden (SCS).
ARC, P.O.Box.13-5916, Beirut-Lebanon.. Tel. (+961) 1 742075. arcleb@mawared.org
SCS, P.O.Box: 113-7167, Regional Office - Beirut - Lebanon
Tel.: (+961) 1 738654 info@scsmena.org

الاشتراكات	البلدان العربية	البلدان الأخرى
الأفراد والمؤسسات الإنسانية	10 دولار	20 دولار
المؤسسات الأخرى	20 دولار	40 دولار
الاشتراكات الجماعية يتفق بشأنها مع إدارة النشرة		

ورشة الموارد العربية

الفريق التنفيذي

مدير التحرير:
غانم بيبي

المحرر التنفيذي:
هيفاء قرطباوي

ساهم في هذا العدد:
د. فاديا حطيط
مارتين زغبي أبو زيد
دايفيد فيكرز
مي درويش
دار العلم للملايين
المركز الدانمركي للاجئين
رنا نويري -
المنظمة السويدية لرعاية الطفل
هبة القاضي
هيفاء قرطباوي

إخراج وتنفيذ:
أحمد برجاوي

حقّي في عددها الخاص: أداة عملية لتحويل الحوار إلى واقع

تتوجّه نشرة حقّي عادةً إلى جميع المنظمّات والأفراد العاملين مع الأطفال لتكون لهم مرجع عن حقوق الطفل في العالم العربي. إنّما يأتي هذا العدد مخصّصًا للأهالي ليكون لهم أداة عملية تساعدهم على لعب دورهم كآباء وأمّهات مسؤولين عن حماية أطفالهم، ونموّهم الصحّي – بالمفهوم الشامل للصحة كصحة جسدية، وعقلية، ونفسية، وعاطفية، واجتماعية – وإعمال حقوقهم كاملة.

ليست «حقّي» مجرّد نشرة يقرؤها الأهل في أوقات الفراغ، أو حتّى لوحدهم. وليست مجلّة موجّهة فقط للأمّهات. بل هي وثيقة تريد تعزيز المشاركة: أوّلا ما بين أفراد العائلة الواحدة، ثانيًا ما بين العائلة والمدرسة، وثالثًا ما بين العائلة والمجتمع.

وبكلمة «عائلة» نُعني الأهل كما الأطفال. فلهؤلاء دور مهمّ يلعبونه في العائلة، وحتّى المجتمع. ليسوا الأطفال فقط أصوات نكرة بل هم، إن أتيحت لهم الفرص، فعّالين بكلماتهم وأفعالهم في تحقيق نموّ صحّي ومتوازن ومنفتح على المستقبل أينما وجدوا.

وبقدر ما تستعملون «حقّي» مع أطفالكم – كقراءة قصّة «لا أحبّ الدغدغة» معاً– نشجّعكم على استعمالها بالتعاون مع المدرسة، وفي تواصلكم مع باقي الأهالي والعائلات في جواركم. فحماية أطفالكم ونموّهم الصحي يرتكزان أيضًا على تعاونكم مع المربّين ومع باقي أفراد المجتمع الأهلي. لذلك يطمح هذا العدد من حقّي إلى أن يكون مدخلاً إلى مشاركتكم الفعّالة في مدرسة أولادكم – عبر لجان الأهالي التي يمكنكم تفعيلها مثلا – وفي المجتمع – عبر البلديات ومجموعات العمل التطوّعي، إلخ...

ولهذه الغاية بالذات تبقى مقالات هذا العدد قصيرة نسبياً. فالهدف منها ليس استنزاف المواضيع بل إدخالكم إليها وتسهيل الحوار فتحوّلوه إلى محادثة فعّالة يمكنكم من خلالها إحداث تغيير حقيقي في عائلتكم، فمدرستكم، فبلدتكم. فلا أحد يعرف أكثر ممّا تعرفون عن محيطكم وعاداتكم، وبالتالي عن الطرق المناسبة للتغيير والتنمية.

فريق «حقّي»

إبني ذكي إبنتي جميلة : حكاية التمييز

صدر عن اليونيسف مؤخرًا تقرير بعنوان «واقع الأطفال في العالم 2007». واللافت أنَّ التقرير هذا يتناول الموضوع من وجهة نظر مساواة المرأة بالرجل والتأثير الإيجابي الناجم عن تحقيق ذلك على سلامة ورفاهة الأطفال كافة. الهدف إذن، بدرجة أولى، محو التمييز وبناء قدرات النساء والفتيات كأساس لصحة وإنماء العائلة والمجتمع، بل حتّى الأوطان. فبالرغم من التقدّم التي أحرزته النساء في العقود الأخيرة، إن حياة ملايين من الفتيات والنساء ما زال يسودها التمييز وما ينتجه من فقر وبؤس. وعلى ضوء هذه الإشكالية، تعتبر حقّي من المهم جدّا التكلّم عن موضوع التمييز الجنسي. فإن يبدأ في المنزل – مخفيًا – ليتفشّى في المجتمعات، فلنبتره عند البداية.

د. فادية حطيط
استاذة الطفولة المبكرة في كلية التربية – الجامعة اللبنانية

«أنكم تعاملون أخي غير ما تعاملوني». حتى نحن الأهل الذين عاهدنا أنفسنا أن لا نميز بين أطفالنا، نفاجأ بمثل هذه الصرخة، لا بل إنها تكون أحيانا أقوى في بيوتنا مما في البيوت الأخرى. فكيف يحصل هذا الأمر؟ من أين يتسرب التمييز؟ ومن أين تبدأ الحكاية؟

أنها حكاية دائرية ولا بداية لها. فالأهل كانوا أبناء، والأبناء صاروا أهلاً. يصنع الأبناء أهلهم ويصنع الأهل أبناءهم. وتجري العملية وفق قواعد يفرضها السياق الذي تعيش الاسرة فيه والماضي الذي عاشته. المهم حين ينضم الأبناء إلى قافلة الأهل يكونون متشكلين وفق صورة معينة لما هو صبي ولما هو بنت. إن أول ما يعرف به الانسان هو جنسه، وكل الاحتمالات والخيارات التي ستقدم له في الحياة ستكون مبنية على هويته الجنسية (أو الجندرية). باختصار إن كل السلوك الانساني محكوم بالاعتبار الجنسي، ولكن السؤال يبقى كيف انبنى التمييز ضد الإناث؟

لنأخذ شاباً وصبية تزوجا حديثا، متحابين متعلمين (أي أنهما الأبعد عن سلوك التمييز)، ولنتابع تجربتهما. من لحظة الزواج تبدأ الثقافة في بث انحيازاتها. في الأغلب الأعم سيكون الشاب أكبر من الفتاة بما معدله خمس سنوات، واحتمال أن يكون منتجاً هو أكبر بكثير من احتمال أن تكون هي منتجة. ولسوف يكون الزواج لحظة انتقال البنت من ثقافة أهلها إلى ثقافة أهل الزوج (ستحمل اسمه وستلد أبناء وبنات يحملون اسمه)، ولسوف يتم الزواج في إطار طقوسي يعين للزوجة مهمة اللحاق بالزوج.

عند الحمل، سيحقق الزوجان الشابان حلماً كانا يظنان أنه شخصي متعلق بهما تحديداً، وسيكتشفان أنه اوسع من ذلك بكثير. المرأة الحامل التي سمعت طوال حياتها الدعاء

لها بالفرحة الكبرى أي الإنجاب وخصوصاً إنجاب الذكر، ها هي تحقق رغبة شريك حياتها وتحافظ على ديمومة زواجها. والزوج الذي حمل توقع والديه ورجاءهم ها هو يخلَف ما يخلَد إسم العائلة أي الصبي. وحين ينتفخ بطن المرأة فإن السؤال الأكثر تردداً على مسامعها سيكون «صبي أو بنت؟».

تقسيم الألوان الجندري!

ثم مع لحظة الولادة يأخذ التمييز أشكالا أكثر نفاذاً. صحيح أن الجيل الجديد اليوم ملَ من تقسيم الألوان الجندري (الزهر للبنت والأزرق للصبي). كما أن الميل لتسمية الإبن البكر على اسم جده آخذ بالتضاؤل، إلا أن الحبور والفرحة الغامرة لمجيء الصبي، سوف تذكر الأبوين الشابين بكم هو عزيز أن ينجب المرء ذكراً. إنه إنجاز يخفف عنهما لاحقاً سؤال الأهل عن مجيء الصبي/ الوارث. أما في حال كانت المولودة فتاة، فلا شك في أنهما سيسمعان كلاماً صادراً على الأخص من كبار العائلة مفاده أن ليس بالامكان سوى الرضى والأمل مستقبلا بتحسين الحال (تَتْزِيْن بصبي!).

ومع الأيام الأولى من عمر المولود، سوف يجري الكلام هيناً على الصبي. هناك مسميات لعضوه الجنسي، تبدو مألوفة للجميع. وكثيرة هي العبارات الاحتفالية التي إذا لم يقلها الأهل فسيقولها الأجداد حول رمز ذكورته. أما البنت فاللغة لم تجد مسميات لعضوها الجنسي لأن ليس في الأمر ما يستدعي الاحتفاء. ولسبب غير معروف تماماً (ولكن تظهره الدراسات) سوف تقوم الأم بإرضاع الصبي وإطعامه أكثر من البنت، ربما تعبيراً عن ميل غريزي يقرَب ما بين الجنسين، الأمهات من أبنائهن، والآباء من بناتهم. ولكن هذا الميل لن يمنع الولدين (الصبي والبنت) من أن يتطلع كل منهما للتشابه مع الوالد الذي من جنسه. البنت تتطلع ناحية أمها والصبي يتطلع ناحية أبيه. وهنا تتعدد شبكة الخيارات السلوكية أكثر مما يمكننا أن نحصيها. ولكن يكفي ان نشير إلى أن الوجهة العامة لسلوك الأم والأب (من قبيل كيف يتم أخذ القرار في المنزل؟ مدى استقلالية كل منهما؟ مدى الاحترام الذي يلقاه كل منهما؟ الخ) سوف تشكل نموذجاً



مشاركة الصبيان والبنات ألعابهم وهواياتهم ينمّي قدرات الجنسين معاً

لتصرف الأبناء والبنات، ومؤشراً على مسار التمييز بينهما.

وبالطبع سوف تمد الثقافة الأهل بالكثير من الوسائل المساعدة على تدعيم الهوية الجنسية، منها مثلاً الألعاب وقصص الأطفال وأناشيدهم. ألعاب الفتيات (الدمية والبيوت وكل ما يشجع على تعلم الدور الامومي لاحقاً) وألعاب الصبيان (القطع والمركبات التي يمكن ان تستخدم بطرق ذهنية ابتكارية لاحقاً). والقصص (التقليدية مثل ليلى والذئب و سندريللا و الجميلة النائمة أو الحديثة مثل القصص التي تملأ اليوم أرفف المكتبات) حيث البنت تتعلم أن تكون الأنثى الناعمة اللطيفة الجميلة، والصبي يتعلم أن يكون المبادر الذكي. بالإضافة إلى ما يمر من خلال الكلام البسيط. «اجلسي جيداً»، أو «تكلمي بهدوء»، أو «انتبهي لنظافة ملابسك الجميلة». أما الصبي، فتوجه له الملاحظات بطريقة أخرى «لا تصرخ لأن الصراخ مزعج»، «لا تخرب الأشياء لأنها ثمينة»، «لا تبكِ لأن هناك حلولا أخرى». يبدو القالب المهيأ للصبيان أوسع من حيث الاحتمالات من القالب المهيأ للبنات اللواتي ليس عليهن سوى الطاعة.

ولن يمكننا أن نحصي كل الافعال التي يقوم بها الأهل والتي تميز بين الجنسين، فتحصر البنات في قالب أقل استقلالية وأكثر احتضاناً من نمط الصبيان المبادر والذهني. ولا يتوقف الأمر عند الأمور المعلنة، بل كثيراً ما يكون مواربا أو غير منظور. مثلا حين يتصرف الأهل بتعاطف أكبر مع البنت، فإذا تعرضت لمشكلة ما فإنهم يسارعون لمساعدتها، إذ إنهم يتوقعون أنها تحتاج للمساعدة، أما في حال تعرض الصبي لمشكلة فيميل الأهل لجعله يجد الحل بنفسه. أو حين يجري التحاور مع الصبيان في مسائل ذات طابع عام (سياسي مثلا) في حين لا ينتظر من البنت امتلاك قدرات على الحوار والاستنتاج فلا نفسح لها في المجال للتداخل ونقاطعها أكثر بكثير مما نفعل مع أخيها. أو حين تبث تعليقات تثني على الجمال والمظهر والرقة والصفات العاطفية عند البنات أكثر بكثير مما لدى الصبيان، فهؤلاء تنصب التعليقات بشأنهم حول الذكاء وسرعة البديهة والحيوية والمبادرة. أو أيضاً حين نتوقع للبنات أدواراً اجتماعية محصورة ومحدودة (الزواج أولا ثم مهن لا تتعارض مع الدور الأمومي) في حين نضع الصبيان أمام احتمالات واسعة (على الصعيد السياسي والتكنولوجي والاقتصادي).

هذه بعض مظاهر التمييز التي تجري في بيت أبوين متعلمين، يتطلعان لتربية متساوية لأبنائهم. أما النظر في أحوال البيوت حيث الأهل غير متعلمين فيظهر أشكالاً من التمييز أكثر اتساعاً وعلانية ومغلّفة بثقافة دينية وشعبية ضاغطة تمنع أي حس نقدي. في هذه البيوت سيكون التمييز بين الجنسين امراً لا تجوز مجابهته لأنه من طبيعة الأمور «هكذا هي مشيئة الله».

هل عرفنا الآن لماذا هي أقوى صرخة بنات الأهل الأكثر تعلماً؟ إنهن يصرخن دفاعاً عن حق يعلمن علم اليقين انه لهن وأن الناس هم الذين يتلاعبون به، وأن الله لا يرضى بالظلم مهما كان شكله. ■

حق الطفل في التعبير: حق أساسي بين الأهل والطفل

لعبــة التواصــل مع طفلكــم

أيّ طفل لم يختبر هذا الشعور المؤلم الذي يرافق سوء المعاملة أو عدم الاحترام؟ حين يتجاهل الراشدون الطفل ولا يعيرونه أهميّة فإنه يفقد حسّ الهويّة. وحين نكّلم الطفل باستخفاف ولا نتكلّم معه، يفقد حقّه الأساسيّ: حقّ التعبير عن رأيه. فلنكتشف معاً ما هي طبيعة هذا الحقّ، وكيف يمكنكم التواصل بطريقة أفضل مع طفلكم.

مارتين زغبي أبو زيد
طبيبة ومعالجة نفسيّة

ما هو حقّ التعبير عن الرأي؟

لا يقتصر حقّ التعبير عن الرأي على الكلام، بل يتعلّق أيضاً بخلق حلقة وصل بين شخصين: الأوّل يتكلّم فيستمع الثاني إليه ومن ثمّ يجيبه. إن تكلّم الطفل من دون أن نستمع إليه، أو تكلّم ليتعرّض للانتقاد أو الصراخ، فهذا يعتبر انتهاكاً مباشراً لحقّ الطفل بالتعبير عن رأيه.

لسوء الحظّ هذا ما يحصل في أغلب الأحيان. إذ يتعرّض الأطفال للكبت بحجّة الانضباط، واحترام والديهم أو الأكبر سنّاً، أو عدم توفّر الوقت والطاقة للاستماع إلى آرائهم، إلخ...

إنّ التواصل مع شخص آخر – أكان طفلاً أو راشداً – أصعب من التحدّث باستخفاف إليه. فالتواصل مسألة تستلزم وقتاً وانفتاحاً، وتضع مشاعر الأهل على المحكّ. إنّما يجب أن تتذكّروا أنّ التواصل يضع مشاعر أطفالكم ورفاههم على المحكّ أيضاً. إذ أنّ التواصل طريقاً باتّجاهين.

ولذلك على الأهل والأطفال معاً، بحسب قدرات كلّ منهم، أن يتحمّلوا مسؤوليّة هذه العمليّة. بحيث يتجرّأ كلا الطرفين على الكلام فيستمع الآخرون إليه. ثمّ يدعهم ليخبروا قصصهم حتّى ولو كان ذلك يعني الاستماع وحسب، وعدم البوح بأفكاره لبعض الوقت.

وبالتالي، حين يتعلّق الأمر بالتواصل الفعليّ، الذي يعني المشاركة الحقيقيّة، يصبح تبادل الآراء بين الأهل والأطفال مفعماً بالحيويّة بفضل الفوارق بينهم والاحترام



الصراخ والانتقاد الدائمان ينتهكان حق الطفل بالتعبير عن رأيه، فيعلو الصراخ ويزيد الطفل من عناده!

المتبادل الذي يمكن أن يظهره الطرفان أحدهما للآخر. ويزداد هذا التبادل غنىً، حين يتنبّه الأهل – لأنّهم يتمتّعون بالقدرة على ملاحظة هذه الأمور أكثر من أطفالهم – إلى وسائل التواصل غير الكلامية التي يمكن أن يلجأ إليها الطفل.

التواصل حق من حقوق الطفل...

بحسب الأخصّائيّين وعلماء النفس، بمتناول كلّ الآباء والأمهات أن يتكلموا مع أولادهم دون انتهاك حقّهم الخاص بالتعبير عن رأيهم. وللتوصّل إلى ذلك، على الأهل والأطفال أن يتبعوا بعض القوانين، بالإضافة إلى أن يتقبّل كلاهما حقوق الطرف الآخر وواجباته. وعلى الأهل أن يحدّدوا هذه القوانين، بما أنّهم يلعبون دور المرشد في العلاقة التي تربطهم بأطفالهم.

وبما أنّ التعبير عن الرأي حقّ، فلنتناول موضوع التواصل وفق نهج حقوقي. ومن هذا المنطلق، يسعنا القول أنّه يمكننا التعريف عن حقّ التعبير عن الرأي من خلال أربعة محاور مختلفة:

1 – الحقّ في الطلب: يحقّ للطفل أن يطلب بشكل صريح ومباشر من دون أن يخشى العقاب أو أن يشعر بالذنب أو بأنّه عبء على والديه. يحقّ للطفل أن يطلب، لكن لا يحقّ له أن يلجأ إلى الابتزاز. فعلى سبيل المثال، على الطفل أن يتمكّن من أن يطلب من والده اصطحابه في نزهة حتّى إن كان هذا الأخير متعباً. هذا يعني على الأرجح أنّ أمنية الطفل لن تتحقّق لكن يبقى للطفل الحقّ بالطلب من دون أن يلقى جواباً عنيفاً أو عدائيّاً في المقابل.

2 – **الحقّ في العطاء والمساهمة، وفي تقديم العروض والآراء:** على الطفل أن يتمكّن من أن يعبّر شفهيّاً، وجسديّاً وعاطفيّاً، عمّا يجعله سعيداً. في أغلب الأحيان، سيرغب الطفل في أن يقدّم أكثر مما يمكن أن يتلقّاه الآخرون بانفتاح تامّ ومن دون أحكام مسبقة.

3 – **الحقّ في التلقّي:** وهذا لا يقتصر على ما يرغب الآخرون في تقديمه للطفل بل يشمل أيضاً ما يحتاج هو إليه.

4 – **الحقّ في الرفض، والمعارضة، وقول كلمة لا:** يحقّ للطفل أن يكوّن رأيه ومنظوره الخاص، اللذين يمكن أن يختلفا عن رأي ومنظور والديه. يشكّل التعبير عن هذه الآراء جزءاً من نموّ الشخصيّة وتطوّرها.

ما هي مسؤوليّات الأهل في لعبة التواصل؟

إنّ أطفالكم يتمتّعون بعدّة حقوق، لكن بما أنّكم الأهل وما زال أطفالكم ما زالوا في طور النموّ ليصبحوا راشدي الغد، فأنتم تلعبون دور المرشد في علاقتكم بهم. وهذا يعني أنّكم مسؤولون عن وضع الحدود، وعن إنارة درب الطفل وتوجيه خطواته. إنّ تطوير طريقة تواصل تلقائيّة ومرنة مع طفلكم قد تساعدكم جدّاً على رسم دربه نحو بلوغ سنّ الرشد. يعتمد التواصل، تماماً كالتأديب، على ما تودّون أن يصبح عليه الطفل. إنّ اعتماد نهج تواصل مبنيّ على الحقوق ، يعلّم الطفل قيماً كالاحترام والعدل، كما يسمح للطفل أن يطوّر تقدير الذات، والثقة بالنفس، والقدرة على بناء العلاقات في المجتمع.

إليكم 8 خطوات بسيطة نحو تواصل فعّال مبنيّ على الحقوق:

1 – إنّ التحدّث إلى الطفل ومعه، عوضاً عن مخاطبته باستخفاف، هو أمر أساسيّ للتمكّن من التواصل بصورة حقيقيّة. يُنصح باستخدام صيغة المتكلّم (أنا) عوضاً عن صيغة الأمر أو المخاطب (أنت). ستساعدكم هذه الطريقة على تجنّب إصدار الأوامر. فعلى سبيل المثال، استخدموا جملة «أنا أطلب منك أن تنجز فرضك» عوضاً عن «أنجز فرضك!» من حقّ الطفل أن يحظى بالاحترام حين تتحدّثون إليه.

2 – بما أنّ عمليّة التواصل تستلزم طرفين، يحقّ لكلّ منهما أن يستمع الآخر إليه. أكّدوا للطفل أنّكم استمعتم إلى آرائه. «أجل، أنا أفهم أنّك ترغب في اللعب، لكن أظنّ أنّه عليك مساعدتنا في تنظيف المائدة أوّلاً». يحتاج الطفل إلى أن يعلم أنّكم استمعتم إلى ما قاله.

3 – من المهمّ أن تكونوا متنبّهين إلى مشاعر الطفل التي تختبئ أحياناً وراء الكلمات. ولهذا السّبب من المهمّ أن تروا أبعد من الحادثة وأن تتفاعلوا مع الوضع بأكمله. ومن المهمّ أيضاً أن تتخطّوا مشاعركم الخاصّة في هذا الوضع المعيّن. إذ يحقّ للطفل أيضاً أن يكون له مشاعر وأن يعبّر عنها. فعلى سبيل المثال يمكن أن تقولوا: «نعم، أنا أعلم أنّك حزين لأنّك لم تنل علامة جيّدة على امتحان الرياضيّات. ما رأيك إن ساعدتك لكي تحسّن علامتك في المرّة المقبلة؟».

4 – لا أحد يحبّ أن تُقارن مهاراته أو مقدراته بمهارات ومقدرات شخص آخر. والأطفال يكرهون المقارنة أكثر مما يكرهها الراشدون. حاولوا ألاّ تقولوا «شقيقتك تنفّذ ما يُطلب منها من المرّة الأولى»، أو «ابن الجيران يساعد والدته في تنظيف المنزل». كلّما زاد عدد أطفالكم، أصبح من الضروريّ أكثر أن تجعلوا كلّ واحد منهم يشعر بأنّه فريد ومميّز. يحقّ للطفل أن يتّبع نمطه وطرقه الخاصة.

5 – يحقّ لكم الاّ تتعرّضوا للابتزاز. ولتجنّب المواقف التي يلجأ فيها الأطفال إلى الابتزاز، من الأفضل ألاّ تلجأوا أبداً بدوركم إلى الابتزاز. في حين يُنصح بوضع قوانين واضحة للأطفال، يوصى بشدّة ايضاً عدم اللجوء إلى القوانين العشوائيّة للتأثير على سلوك الطفل. يمكنكم على سبيل المثال أن تشرحوا للطفل أنّ الخروج برفقة أصدقائه هو امتياز يمكن أن يستحقّه إن كان أداؤه جيّداً في المدرسة طوال الأسبوع. لكن حاولوا عدم ابتزازه عبر القول: «إن لم تحصل على درجة «ممتاز» في امتحان الرياضيّات فسأمنعك من اللعب مع أصدقائك». فالطفل يحتاج قبل كلّ شيء إلى أن يعلم أنّ حبّكم له غير مشروط، ولا يتوقف على نجاحه في المدرسة. يجب ألاّ يخشى الطفل أبداً خسارة حبّ أهله.

6 – هناك طرق عديدة للتمييز بين الفعل والفاعل. فالتصريحات السلبيّة على غرار «أنت لا تصلح لأيّ شيء» أو «أنا واثق من أنّك سترسب في الامتحانات هذه السنة» تترك أثراً بالغاً في نفس الطفل لأنّها تستهدف تقديره لذاته وقيمته الذاتيّة. لا يُطلب منكم هنا إخفاء الحقيقة أو اختراع الأكاذيب، إنّما ذِكر الوقائع وتعداد الحلول المتوفّرة، مع التوضيح في الوقت نفسه أنّكم تعارضون ما يفعله الطفل وليس الطفل نفسه. يمكنكم على سبيل المثال أن تقولوا له «لقد لاحظت أنّك تواجه بعض الصعوبات في فهم علم الأحياء. مع قليل من المساعدة بعض الجهد منك، أنا واثق أنّك ستتحسّن». عادة يكون تشجيع الطفل أكثر فعّاليّة من تهديده.


اللعب كأداة تواصل مع الأطفال

7 – إنّ الأهل أبطال في عينيّ أطفالهم. لكنّكم في الواقع من البشر وأنتم تتمتّعون بطاقة محدّدة. إنّما لا يجب أن تجعلوا أطفالكم يشعرون بالذنب بسبب لحظات الضعف تلك. فإن قلتم للطفل «إن كنتُ أشعر بالتعب، فأنت السبب، لذا يمكنك الانتظار!»، فذلك يؤثّر سلباً على رفاه الطفل. إنّما يحقّ لكم أن تقولوا «أنا متعب الآن ولا يمكنني مساعدتك، يمكنك الانتظار إلى أن أحظى ببعض الراحة». يحق لطفلكم أن يعرف الحقيقة وإن إظهار قدراتكم المحدودة أمر ضروريّ لتطوّره ونموّه.

8 – تقتصر إحدى مراحل نموّ طفلكم على تعلّم الانضباط. لذا عليه أن يتعلّم أنّ لأفعاله عواقب. ويكون مسؤولاً عن تصرّفاته. «آسَفُ لأنّك تأخّرت على الامتحان، لكنّك رفضت أن تنام باكراً بالأمس فاستيقظت متعباً ومتأخّراً هذا الصباح». يظهر التعبير بهذه الطريقة تعاطفكم مع الطفل من دون أي شفقة أو تغاضٍ عن تصرّفه. ■

للمزيد من المعرفة:

* التواصل مع الأطفال؛ نعومي ريتشمان، ورشة الموارد العربية. للتنزيل:
www.mawared.org/arabic/files/51.pdf

الأطفال والأهل:
الحقوق والمسؤوليّات من الجانبين

من النعمة أن نصبح اباءً وأمهات. غير أن البعض يعجزون عن فهم ذلك، وقد يعتبرونه حتّى بعيداً كلّ البعد عن النعمة. أكتب هذا المقال اليوم كأبٍ وكشخص كان طفلاً ذات يوم، حتّى ولو مضى على تلك المرحلة عدّة سنوات.

دايفيد فيكرز(*)

ما هو تعريف الطفل؟

يُعرّف الطفل عالميّاً بأنّه كلّ شخص لم يتجاوز سنّ الثّامنة عشرة. لكن متى يعتبرُ الأطفال أنّهم لم يعودوا أطفالاً؟

في العديد من الثقافات، تتزوّج النساء باكراً، أي ما إن تبدأ الفتاة بالدورة الشهريّة. وتُعتبر المرأة في هذا السّن أنّها قد أصبحت ناضجة بيولوجيّاً، إنّما للأسف لا تولي هذه النظرة سوى بعض الاهتمام لنضوجها النفسيّ أو العاطفيّ. فالقدرة على إنجاب الأطفال لا تعني بالضرورة أنّ المرأة أصبحت مستعدّة لكي تصبح والدة. يبلغ الأطفال سنّا معيّناً، أي عادة في منتصف مرحلة المراهقة، حيث يبدأون بالتمرّد ضدّ القيود التي يفرضها الأهل عليهم. وذلك لأنّ الأطفال يتّخذون من أهلهم قدوة لهم، ولا يفهمون لماذا يردّدون على مسامعهم «لا يمكنكم أن تفعلوا ذلك إلى أن تصبحوا أكبر سناً».

هناك أعمار مختلفة للقدرة على القيادة، والزواج، والحصول على حسم للأطفال عند شراء البوظة. وهذه الأمور كلّها تصيب الطفل بإرباك شديد بالنسبة لمن هو راشد ومن ليس راشدًا بعد.

متى يمكن أن يبدأ الطفل بتحمّل المسؤوليّة؟

ما إن يطوّر الطفل قدرته على الكلام،



للعائلة أيضاً حقوق على المجتمع والدولة

حتى نتوقّع منه أن يُنفّذ بعض القوانين التي يفرضها الراشدون عليه. حين يحترم هذه القوانين بشكل متواصل يمكن القول إنّه بدأ يتحمّل المسؤوليّة. وإن اعتمد بعد ذلك القيم المرتبطة بهذه القوانين فيُقال إنّه ينضج. فعلى سبيل المثال، الطفل الذي يغسل يديه قبل وجبات الطعام، يفعل ذلك في بادئ الأمر عندما يطلب منه أحد والديه ذلك. في نهاية المطاف، يفهم الطفل قيم النظافة الشخصيّة، فيغسل يديه جيّداً من تلقاء نفسه ويطلب من إخوته الصغار أن يفعلوا مثله.

يتعلّم الأطفال وفق درجات مختلفة من السرعة، ويتحمّلون المسؤوليّة عند القيام بنشاطات مختلفة في العائلة أيضًا وفقًا لأعمار مختلفة. وغالباً ما يتمّ ذلك عبر التجربة والخطأ، فيرون إلى أيّ درجة يمكنهم أن يتمادوا في التصرّفات التي يقبلها الأهل. فيكتشفون أنّ التصرّف المقبول يُكافأ بعكس التصرّف المرفوض الذي يُعاتب الطفل عليه.

للراشدين حقوقٌ أيضاً

تقع على الأهل مسؤوليّة تعليم الطفل وحمايته إلى أن يبلغ مرحلة يمكن فيها أن يتحمّل المسؤوليّة بدوره، وتكون هذه العمليّة قيد التطوّر. إنّما للأهل حقوق أيضاً، يُعلّق العديد منها مؤقّتًا حين يتعلّق الأمر بأطفالهم. فخيار الزوجين بأن يرزقا طفل يعني اتّخاذ القرار بالقيام بتضحيات. وفي العديد من الحالات، هذا الخيار يعني تخلّي الوالدين عن حقّ الحريّات الشخصيّة التي كانا يتمتّعان بها قبل أن يرزقا بأطفال. إن اتُّخذ هذا القرار بدافع الحبّ، فيكون ذلك ثمناً مقبولاً يدفعه الأهل. لكن إن جاء نتيجة الضغط، ومن دون تحضير ودعم فسيؤدّي إلى نزاعات عديدة. وقد يسبّب حتّى الإصابة بحالات مرضية متعلّقة بالضغط النفسيّ، كالإكتئاب مثلاً. يجب أن يغمر الأهل الشعور بالفرح حين يعطون لينمو طفلهم. ولكن الشعور يكون أحياناً بعيداً كلّ البعد عن الفرح.

ما هي مسؤوليّات الطفل تجاه الراشد؟

إن تعلّم الطفل أنّ انتهاك القوانين له عواقب، إذاً يمكن أن يتعلّم أيضاً أنّ لتخطّي حدود مختلفة عواقب أيضاً. إن عبّر أحد الوالدين عن حاجته لقضاء بعض الوقت بمفرده، بسلام، للقراءة، أو العمل على نشاط

(*) دايفيد فيكرز هو المسؤول الإداري لدى المركز التدريبي للتنمية المجتمعية. والمركز منظمة غير حكومية، تعمل في صيدا، ضمن مشروع فاعل أيضاً في اليمن. يركّز المركز منذ 2002 على حلّ النزاعات المبنية على السلم، في المدارس والمجتمع الأهلي. ويعتمد المركز مقاربة نفسية–تعليمية لتدريب المعلّمات والمعلّمين، والأهل، والأطفال.

يحبّه، إلخ... فيمكن أن يتعلّم الطفل احترام هذه الحاجة عبر اللعب بهدوء أو في الخارج مع أصدقائه، خلال فترات محدّدة من النهار. وقد يشكّل هذا الأمر موضوع اتّفاق يُبرم بين الأهل والطفل – إنّها طريقة ناضجة ليعرف الطفل حدوده. يمكن أن يتضمّن هذا الاتّفاق مكافآت – ولكن من دون أن تبدو كرشوة لإبعاد الطفل من الوالدين. يحق للوالدين أن ينعما بفسحة من الحريّة وأن يخصّصا وقتاً لنشاطاتهما الشخصيّة. كما يحقّ للوالدين أن يخاطبهما الطفل بطريقة حضاريّة من دون صراخ أو عصبيّة. إنّ الرضيع أو الطفل الذي يتلقّى العناية والانتباه دوماً حين يبكي يتعلّم أنّ البكاء يؤدّي إلى مكافأته. ويتحوّل البكاء لاحقاً إلى صراخ عندما يصبح طفلاً درّاجاً. فيحصد الأهل ما زرعوه باكراً.

كيف يتعلّم الراشدون أن يصبحوا أهلاً؟

يمكن للزوجين الاختيار إلى درجة معيّنة متى يودّان أن يصبحا والدين. إنّما قلّة هم الأزواج الذين يكونون مستعدّين للعب هذا الدور. قد يمضي كلّ منهما فترة من الوقت في اختيار الشريك والتودّد إليه. إنّما غالباً ما يكون مفهوم الأبوّة أو الأمومة بالنسبة إليهما انعكاساً لعلاقتهما بوالديهما كما هي في الوقت الحاضر وكما يذكرانها في مراحل سابقة من حياتهم. وتكون العديد من التجارب الفعليّة التي ميّزت هذه العلاقة في مرحلة الطفولة قد أصبحت طيّ النسيان. فوحدها بعض لحظات الفرح الشديد والجراح العميقة تبقى في الذّاكرة. ما يؤدّي إلى نظرة غير موضوعيّة على العلاقة، والأدوار، والحقوق، والمسؤوليّات المتأتية عنها. من دون أن ننسى تأثير الحموين والجدّين المتواصل، والضغوطات والمسائل الثقافيّة العديدة التي تلوّن هذه العلاقة فتصبح الصورة شديدة التعقيد.

إذاً من هم الأهل الصالحون إن صحّ ذلك؟

لو توفّرت طريقة نوعيّة كمقياس لتقييم هذا الأمر، يُخشى أن يدين الأهل أنفسهم لأنّهم ليسوا «مثاليّين». إنّما تجدر الإشارة أنّ بلوغ الكمال أمر مستحيل مهما كان الدور الذي نلعبه في الحياة. فارتكاب الأخطاء يشكّل وسيلة للتقدّم. إنّها القدرة على التعلّم من أخطائنا التي تؤدّي إلى علاقات ناضجة.

ومن هنا، يجب رعاية هذه العلاقات. فهي تولد، وتنمو، وتحتاج إلى الحماية تماماً كالإنسان. وهي تنضج فقط مع مرور الزمن. يتطوّر الأهل والأطفال ضمن العلاقة لتي تربط بينهم ويضفون إليها طابعاً مميّزاً وفريداً. فتكون العلاقة ناضجة حين تتميّز بالصراحة، والانفتاح، والتواصل، والاحترام، والقبول، وتتخذ الحب المتبادل كحافز لها.

كيف يمكن أن يؤدّب الأهل الطفل ويحترموا حقوقه كإنسان في آنٍ واحد؟

يتمتّع الأهل بحقوق. إنها حقوق الإنسان الأساسيّة. وهم يتوقّعون من الراشدين الآخرين احترامها، لكن ربّما بدرجة أقلّ ممّا يتوقّعوا الاحترام من أطفالهم. من جهة أخرى، لا يكون الأطفال مطّلعين بشكل كاف على حقوقهم، لا سيّما الصغار منهم. فهم يتوقعون من أهلهم أن يؤمّنوا لهم الحبّ والحماية. ولا يعتبرون ذلك من حقوقهم. غير أنّ الأهل يعرفون في أغلب الأحيان حقوق الطفل التي ذكرناها. لكن غالباً ما تتجاذبهم الحاجة إلى احترام حقوق الطفل وأسلوب التأديب الذي يتّبعونه. قد يظنّ الأهل بدافع الحبّ أنّ العقاب ضروريّ ليعلّموا الطفل قواعد السلوك وحدوده. ويميل الأهل إلى اتّباع الأسلوب التأديبيّ نفسه الذي اختبروه في طفولتهم. قد يُكافأ سلوك معيّن بعناق أو يُعاقب بصفعة أو باحتجاز الطفل في غرفته. وفي هذا الإطار، لم تُشر الأدلّة كلّها أنّه لا حاجة لضرب الأطفال وحسب، لا بل أظهرت أيضاً أنّه لا يأتي ذلك بأيّ نتيجة فعّالة. إنّ



الطفل بحاجة إلى يدّ مساعدة ومحبّة ترافقه في دربه

السلوك الذي يوجّهه الخوف من العقاب يؤدّي إلى التمرّد في وقت لاحق. أمّا الأطفال الذين يتلقّون كمّاً هائلاً من العناق والقبل، فيستجيبون بشكل مناسب حين يحرمون منها – وهذا يعتبر مثلاً عقاب غير عنيف. لا يأتي التأديب بدافع الغضب بأي نتيجة إنّما يدمّر العلاقة التي يرعاها الوالدان.

ما علاقة الحب بذلك؟

إنّ الحبّ يعني في الأصل فهم حاجات الشخص الآخر، وتقديم التضحيات لتحقيق المصالح الفضلى الخاصّة بهذا الشخص عندما تقضي الحاجة بذلك. وإن تمّ ذلك، فستُحترم حقوق هذا الشخص كلّها وستُكافأ أفعالكم بنموّ فرد ناضج. قد يفرض الأهل على أطفالهم، بدافع الحبّ حتّى، أنظمة حازمة وعقوبات صارمة. وقد يشمل بعضها تقييد الحريّة أو الحركة، أو التحكّم باختيار الأصدقاء، إلخ... إن لم يفهم الأطفال هذه القوانين والعقوبات فستخلق نزاعات وتدفعهم إلى التمرّد. ولسوء الحظّ تحلّ الصراعات عند ذلك بطريقة ناشطة عبر اللجوء إلى العنف، أو غير ناشطة من خلال الانسحاب والانعزال. أمّا الأهل والطفل الذين يلجأون إلى التواصل بشكل فعّال يتقبّلون أكثر من غيرهم قيمة التدابيرالحازمةً، إن كانوا يتقبلون أيضاً ويظهرون الحبّ الضمنيّ التي يختبئ وراء تلك التدابير.

ماذا يمكنكم أن تفعلوا لتقبّل الحقوق والمسؤوليّات في العائلة؟

- كونوا مستعدّين لتصبحوا أهلاً،
- تواصلوا مع زوجكم/زوجتكم وأطفالكم (لا سيّما الاستماع بشكل ناشط واحترام آراء الغير)،
- احموا طفلكم من تأثير الراشدين الآخرين، وتأثير التلفزيون، إلخ...
- العبوا مع طفلكم ألعاباً تجمع بين المتعة وتعليم القوانين،
- حافظوا على الثبات في القوانين وردّات الفعل إزاء سلوك طفلكم،
- ركّزوا على مكافأة الطفل عوضاً عن معاقبته،
- عبّروا عن مشاعركم عند مواجهة الأزمات والصدمات النفسيّة،
- شاركوا في النشاطات المدرسيّة. ■

الجمع بين حقوق الطفل وتعلّمه مسؤولياته:

التأديب الإيجابي

يبدو تأديب الطفل في أغلب الأحيان كطريق أحاديّ الاتجاه على الأهل أن يسلكوه بمفردهم وهم يجرّون الطفل وراءهم وهو يصرخ. بحسب النهج المبنيّ على حقوق الطفل، هذا النوع من التأديب غير مقبول. ولا يقتصر الأمر على ذلك وحسب، بل غالباً ما تكون هذه الطريقة غير فعّالة على المدى البعيد، بل تعارض حقوق الأهل في التمتع بالحياة مع أطفالهم. وهنا يأتي دور التأديب الايجابي. نأمل أن يشكّل هذا المقال أداة عملية للاطلاع أكثر على التأديب «اللطيف» وكيفية تطبيقه في المنزل.

هيفاء قرطباوي

إن كل عائلة مميّزة، وهذا الأمر ينطبق على كل طفل ووضع نواجهه. لهذا السبب من السخافة الادعاء أنه يمكن تطبيق قاعدة واحدة في مسألة تأديب الطفل. غير أن هناك عناصر أساسية يمكن أن تبقى ثابتة طيلة الوقت، ويستطيع الأهل اعتمادها للعمل مع أطفالهم. اليكم القاعدتان الأساسّيتان اللتان نقترح العمل بهما اولاً لبلوغ التأديب الإيجابي:

- إن الطفل فرد يتمتع بحقوق، وآراء، وشخصيّة.
- إن الطفل بحاجة الى مرشد ليساعده حتّى ينمو ويصبح راشداً.

استناداً الى هذين المبدئين يمكن أن نبدأ التعريف بالتأديب الإيجابي وكيف يمكن تحقيقه.

ما الذي نريده لأطفالنا؟

نودّ جميعنا تأمين الأفضل لأطفالنا. يحق لأطفالنا أن يتنعّموا بالمأكل، والملبس، والمأوى، والحماية، والتعليم والصحة. إنّها حقوقهم الأساسية. إنما إن فكرنا في أبعد من ذلك، فإنه يحق للطفل أن يُوصّل أفكاره وآراءه، وأن يصبح تدريجياً الشخص الراشد الذي يتمنّاه. ومن هذا المنطلق، نريد أن يحقق الأطفال إمكانيّاتهم الكاملة وان يكتسبوا القيم «الصحيحة».



التأديب بالعنف يذلّ الطفل فيغدو نكرة ومجروح الهوية

> «من أين خطرت لنا هذه الفكرة الجنونية بأنه لكي يُحسن الأطفال التصرّف يجب أن نشعرهم أولاً بالسوء؟ يُحسن الأطفال التصرف حين يشعرون بأنهم في أفضل حال».
>
> **جاين نيلسن (دكتورة في التربية)**

ماذا نريد من أطفالنا؟

من جهة أخرى نريد من أطفالنا أن يحترمونا ويحبونا. نريدهم أن يتصرّفوا بلطافة في المنزل والمجتمع. نريدهم أن يوقفوا البكاء والنوبات العصبية والنزوات. أحياناً نرغب في بعض السكون والهدوء! وفي أحيان أخرى، نريدهم أن ينموا ويتطوروا ليصبحوا راشدين نتواصل معهم ونحبهم ونستند إليهم حين نتقدم في السن.

التوازن الصحيح

لا يُعتبر العثور على التوازن الصحيح أمراً سهلاً، لكنَّه أساسيّ لأنه الطريقة الأنسب لنضمن تلبية حاجات أطفالنا وحاجاتنا على المدى البعيد وبصورة متناغمة. في النهاية، هل تودُّون أن تفرضوا على طفلكم



التأديب في محلّه وباحترام أكثر فعالية من ردّات الفعل المضخّمة والعشوائية

التزام الصمت الآن إن كنتم تعلمون أن هذا التصرف سيؤثر عليه مدى الحياة أم تفضلون أن تخصّصوا 10 دقائق لتشرحوا له لم عليه أن يبقى هادئاً في ظرف معين، وبالتالي تعلموه أن يضبط نفسه بنفسه وهو ينمو ويكبر؟

العقاب مقابل التأديب

هذا هو الفرق بالتحديد بين العقاب والتأديب. قد يدفع العقاب طفلكم إلى التوقف في الوقت الحاضر عن القيام بالعمل غير المرغوب فيه، لكنّه سيؤثر عليه وعليكم سلباً على المدى الطويل. أما التأديب، ورغم أنّه قد يستلزم منكم مجهوداً أكبر لبلوغ النتيجة المرجوة، فإنه يؤدي إلى سلسلة من الفوائد على المدى البعيد.

قد يؤدي الضرب أو الصراخ إلى تشتيت الانتباه عن التصرف غير المرغوب فيه، فهما يصيبان الأطفال بالإرباك ويمنعانهم من معرفة ما هو المرفوض في أفعالهم. كما إنهما يخلقان جواً من عدم الثقة في العلاقة التي تربط بين الوالدين والطفل. وبالتالي، يُركِّز الأطفال المُعاقبين على فرصة للانتقام أو للعثور على وسائل جديدة لإخفاء أفعالهم السيئة، بدل أن يحاولوا العثور على حلولٍ وأن يفهموا لم لا يجب أن يقوموا بتصرّف معيّن.

يعتمد التأديب الإيجابي من جهة أخرى، على إطلاع طفلكم على ما تتوقعونه منه، ولماذا تتوقعون منه هذا التصرف، وما هي الخيارات البديلة المتوفّرة لديه. وغرابته بأنه أداة مبنيّة على الحقوق، تتولّى تعليم الطفل مسؤوليّاته. وفق لجنة الطفل (2004)(*)، يهدف التأديب الى «تشجيع النمو الخلقي، والجسدي، والفكري، وحسّ المسؤولية لدى الأطفال. في النهاية سيقوم الأطفال الأكبر سناً بالأمر الصائب ليس خشية من العقاب الخارجي، بل لأنهم استوعبوا قيم ومعايير للتصرّف قدّمها لهم الأهل وغيرهم من الأوصياء. إن تعليم الأطفال كيف يعتمدون على مواردهم الخاصة عوضاً عن موارد الوالدين، يجعل الأطفال يكتسبون الثقة بالنفس ويبنون صورة ذاتية ايجابية».

لبلوغ هذه الأهداف يعتمد التأديب الإيجابي على المبادىء التالية:

الاحترام المتبادل: إن أظهرتم لطفلكم أنّكم تحترمونه فذلك لن يُنَقِّص من احترامه لكم بل على العكس، سيزيده. إن احترمتم الطفل فهذا لا يعني أنكم فقدتم صفة «رأس العائلة»، بل على العكس. فالطفل بحاجة إليكم لتضعوا له الحدود، والاحترام يتعلق بالطريقة التي تعتمدونها لوضع تلك الحدود. كونوا حازمين إنما لطفاء. وهذا يعني عدم اللجوء الى أي شكل من أشكال العنف: أكان جسديّاً او مُذلاً.

سلسلة من القيم

إليكم بعض القيم التي قد تفيد الأطفال عند اكتسابها:

- الثقة بالنفس وتقدير الذات
- القدرة على التركيز على الأهداف
- الحكمة لاتخاذ القرارات الصائبة
- الصراحة والنزاهة
- القدرة على بناء العلاقات
- احترام السلطة والقوانين
- حس المسؤولية
- مهارات لحل المشاكل
- الرغبة في التعلم
- الاحساس المرهف
- حس الفكاهة (روح النكتة)

ما هي القيم الأخرى التي تودون ان يكتسبها أطفالكم؟ قد يساعدكم تدوينها على التخطيط للمستقبل.

التأديب المناسب بحسب العمر

الطرق	السنّ			
	من سنة إلى سنتين ونصف	من سنتين إلى 5 سنوات	من 5 إلى 12 سنة	من 12 إلى 18 سنة
تبديل توجّه الطفل	■			
تجنّب الأشياء المغرية	■			
فصل الطفل عن النشاط	■	■		
التشجيع	■	■	■	■
التوقّف عن اللعب/وقت مستقطع		■	■	
حرمان من الامتيازات لفترة معيّنة		■	■	■
التعليمات الشفهيّة			■	■
القوانين المنزليّة		■	■	■
النتائج الطبيعيّة والمنطقيّة		■	■	■
أ. و. خ: (راجعوا الفقرة أدناه لقراءة الشرح)		■	■	■
الأخذ والعطاء/التبادل			■	■
المصافحة بعد الاتّفاق!				■

التأديب الذي يعلّم: لا يعتمد التأديب الإيجابي على التساهل ولا على العقاب. ولا يتعلق بالسماح للأطفال بالقيام بما يحلو لهم لكنه لا يتعلق أيضاً بمعاقبتهم. إن التأديب الإيجابي هو العمل مع الأطفال وليس ضدهم لاستنباط العبر التي ستفيدهم طيلة أيام حياتهم.

التواصل الفعّال ومهارات حلّ المشاكل: إن التواصل بطريقة أفضل ضروري في التأديب. ويرتكز التواصل على الاستماع بقدر ما يعتمد على التعبير. (انظروا مقالنا حول التواصل في الصفحة 4)

تحديد السبب الصحيح الذي ينبع منه التصرف: بحسب الأخصائيين في نمو الطفل، غالباً ما يُسيء الأطفال التصرف لسبب من الأسباب الأربعة الرئيسية: لفت الانتباه، أو انتقاد السلطة، أو الانتقام، أو عدم التوافق مع بيئتهم. وبصفتكم مؤدّبي الطفل، حاولوا أن تفهموا ما يجعل الطفل يكرر تصرفاً معيناً. إن معالجة الأسباب المؤدية إلى هذا التصرف أكثر فعاليّة على المدى البعيد.

التركيز على التصرّف السيّء وليس على الطفل: يركّز التأديب دائماً على الفعل (أكان جيّداً أم سيّئاً) ولا يركّز أبداً على الطفل (كفرد كفؤ أو عديم القيمة). على الأطفال أن يفهموا أنّكم ما زلتم تحبّونهم مهما حصل، إنّما أنتم لا تحبّذون الأعمال السيّئة التي يرتكبونها. يجب أن تكون ردّة فعلكم منطقيّة وثابتة ومتناسبة مع سلوكهم.

التركيز على إيجاد الحلول عوضاً عن العقوبات: يقتصر التأديب الإيجابيّ على منح الطفل خيارات بديلة وحلول. لا بل هو أفضل من ذلك، فالتأديب الإيجابيّ يُشرك الأطفال الأكبر سنّاً في عمليتيّ صنع القرار وإيجاد الحلول.

التشجيع: بقدر ما يحتاج الأطفال إلى وضع حدود لهم، هم بحاجة أيضاً إلى الشعور بالحريّة لكي يتقدّموا ويحسّنوا آداءهم. يُظهر التشجيع أنكم لاحظتم المجهود الذي بذله طفلكم والتقدّم الذي أحرزه، مما يعزّز إمكانات الطفل وتقديره لذاته.

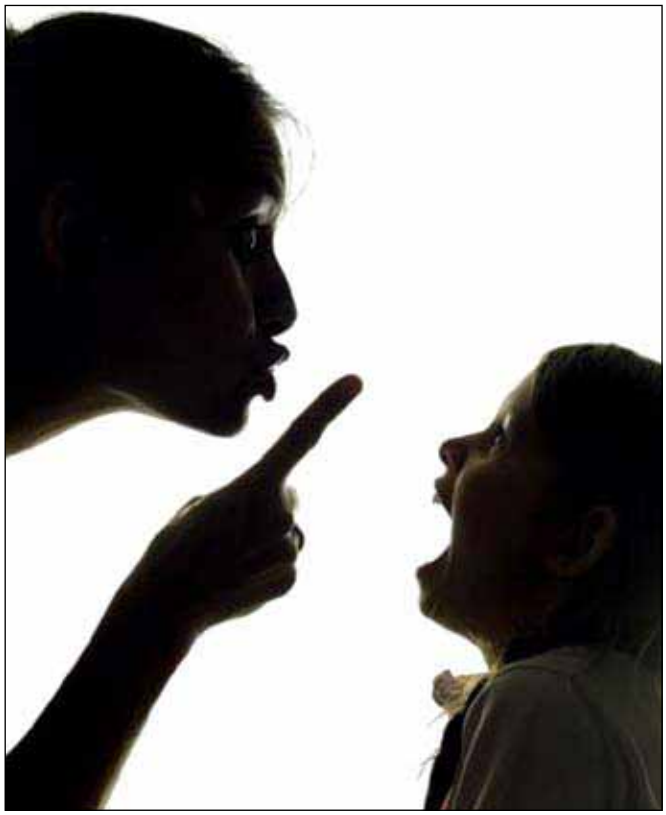
كيف يمكن تحقيق ذلك: الطرق والأدوات

التسلّح بهذه المبادئ، يضعكم على الدرب الصحيح لبلوغ التأديب الإيجابيّ. إنّما لكي يكون أداؤكم جيّداً، أنتم بحاجة إلى سلسلة من الأدوات والطرق المناسبة. كما سبق وذكرنا، كلّ طفل يُعتبر مميّزاً وكلّ وضع فريد من نوعه، وعليكم أن تثقوا بحدسكم كأهل لكي تعالجوا كلّ حالة عند حدوثها. غير أنّه بإمكانكم اللجوء إلى بعض الأدوات الأساسيّة وذلك بحسب سنّ طفلكم. الجدول التالي يختصر هذه الأدوات بشكل جيّد.

شرح الطرق المقترحة

تبديل توجّه الطفل: إنّ الاعتراف بمشاعر طفلكم، ومن ثمّ جعله يركّز على مسألة جديدة، يمكن أن يكون تصرّفاً مناسباً في العديد من الحالات. ومن هذا المنطلق، ساعدوا طفلكم ليتحوّل إلى نشاط آخر. بهذه الطريقة، تبعدونه عن اللعبة التي لا يفترض أن يلعبها وتقدّمون له في الوقت نفسه لعبة بديلة.

تجنّب الاشياء المغرية: بدّلوا مكان بعض الأشياء في منزلكم



لا جدوى من منع الطفل من الكلام، أمّا الاستماع إلى أسباب تصرّفه فيؤدي إلى حلول مستدامة

لكي لا يتمكّن الطفل من بلوغها. بهذا الشكل يبقى الطفل في بيئة آمنة ولا يعرّض نفسه للمتاعب أصلاً. تعتبر الوقاية من أفضل الطرق المستخدمة في التأديب الإيجابيّ. إنّ توقّع حدوث حادث ما، والعمل على تجنّب وقوعه، أفضل من معالجته لاحقاً.

فصل الطفل عن النشاط: عندما يعجز الطفل عن احترام قوانين اللعبة، أو حين يتشاجر مع الأطفال الأخرين أو يزعجهم. إحرصوا على تفسير ما حصل للطفل. يجب ألا يشعر أنّه فُصل عن النشاط كعقاب له.

التشجيع: يُنصح به لجميع الأعمار! يُظهر التشجيع أنكم لاحظتم المجهود الذي بذله طفلكم والتقدّم الذي أحرزه. قولوا له مثلاً: «لا بدّ أنّك فخور بنفسك». ركّزوا على مكافأة التصرّف الجيّد، خصوصاً

السلامة مقابل التأديب

في بعض الحالات تشكّل سلامة الطفل الهاجس الأوّل فيبدو الصراخ أو الصفع الحلّ الأفضل. إنّما في هذا السيناريو مشكلة: فسيعجز الطفل عن تقدير خطورة الوضع وحدّته، مركّزا اهتمامه على الصفعة، والخوف، والغضب، والذلّ الذي تعرّض له. لذا يُستحسن في هذه الحالة أن تُظهروا لطفلكم أنّكم شعرتم بالخوف عوضاً عن الغضب. أخبروا طفلكم عن القلق الذي انتابكم وذلك عبر اعتماد طريقة تناسب عمره. إنّ خوف الأهل له وقع أقوى بكثير من الغضب على الطفل.

حين يظهر الطفل اهتماماً كبيراً بم قام به. لاحظوا أنّ طفلكم يقوم بعمل صائب، وكافئوه عبر تشجيعه. إن كنتم تودّون تعزيز تصرّف معيّن لدى طفلكم. حدّدوا المكافأة المناسبة مع الطفل.

التوقّف عن اللّعب/وقت مستقطع: يمكنكم اللجوء إلى هذه الطريقة حين يفقد الطفل السيطرة على تصرّفاته. والقاعدة العامّة المتّبعة هي التوقّف عن اللعب لدقيقة واحدة لكلّ سنة من عمر الطّفل. يمكن أن يكون الوقت المستقطع فعّالاً جداً عند اللجوء إليه باعتدال. وعلى غرار فصل الطفل عن النشاط الممارس، يجب أن يمنحكم الوقت المستقطع فرصة لكي تناقشوا مع الطفل التصرّف الذي أدّى إليه وفوائد هذا الوقت بالنسبة إلى كلّ المعنيّين بهذا الوضع، ومن بينهم الطفل.

حرمان الطفل من الامتيازات: إنّه على الأرجح أكثر تقنيّات التأديب المستعملة مع الأطفال الذين بدأوا بارتياد المدارس، والمراهقين. هذه التقنيّة تعلّمهم أنّ الامتيازات ترافقها مسؤوليّات وعليهم أن يستحقّوها.

التعليمات الشفهيّة: يُعتبر التحدّث مع طفلكم عن التصرّف الذي تتوقّعونه منه والسبب وراء ذلك، أمراً مفيداً للأطفال الأكبر سنّاً. يُعتبر إعطاء التعليمات فكرة سديدة قبل ترك أطفالكم في مكانٍ ما وقبل المناسبات المميّزة كحفل زواج، أو جنازة، أو حفلة. ومن المستحسن حتّى أن تراجعوا مع الطفل كيف تتوقّعون منه أن يتصرّف قبل القيام بنشاطاتكم العاديّة، كالذهاب للتسوّق، أو زيارة الأصدقاء.

القوانين المنزليّة: إنّها تقنيّة ممتازة لأنّها لا تفسح لطفلكم المجال أبداً للجدال. تعطي القوانين المنزليّة نتيجة أفضل حين تُبقونَها بسيطة وتجعلون الأطفال يشاركون في وضعها.

النتائج الطبيعيّة والمنطقيّة: في أوقات عديدة تُكتسب تجارب التعليم الحقيقيّة من خلال النتائج الطبيعيّة. على سبيل المثال، إنّ الطفل الذي يرفض تناول طعام العشاء خلال الوقت المخصّص لهذه الوجبة، عليه أن ينتظر موعد الفطور ليأكل مجدّداً. حين تكون النتائج الطبيعيّة غير مناسبة أو غير آمنة، يجب تطبيق النتائج المنطقيّة. ويمكن أن يساهم الاطفال في معظم الأوقات في تحديدها. لذا يجب أن تكون النتائج في هذه الحالة متعلّقة بالسلوك. فعلى سبيل المثال، إن عاد الطفل متأخّراً بعد لعب كرة القدم مع رفاقه، يمكنكم حجز كرة القدم لفترة من الوقت كنتيجة لتصرّفه.



تخصيص وقت للّعب مع الأطفال يعزّز الثقة بينهم والأهل، ويعلّمهم احترام القوانين والمسؤوليات



الحبّ والحنان من أركان التأديب الإيجابي

أ. و. خ: اعتراف بالمشاعر: «لاحظت أنّك غاضب لسبب معيّن».
وضع الحدود: قاعدة السلوك تقضي بعدم التسبب بالأذى للحيوانات أو البشر. إعطاء **خياران:** إن ركَلَ الطفل الجرو، يمكننا أن نعرض عليه خيارين: «ركل الكلاب مؤلم. أترغب في ركل كرة أو اللعب مع الجرو؟ ».

الأخذ والعطاء/التبادل: على الأهل والأطفال أن يستمعوا فعلاً إلى بعضهم البعض. حين تستمعون إلى أطفالكم، يُصبح من الأسهل عليهم الاستماع إليكم، حتّى حين لا يرغبون في ذلك. إنّ الاستماع يساعد الأطفال على الإذعان قليلاً، وعلى الفهم.

المصافحة بعد الاتّفاق: يحصل ذلك حين يعقد الطفل والأهل اتّفاقاً. دوّنوا النقاط التي يمكن أن تتّفقوا عليها ومن ثمّ وقّعوا على الملاحظات واختموا الاتّفاق بمصافحة. المشكلة: إنجاز الفروض. الاتّفاق: يجب إنجاز الفروض المنزليّة ما إن تصل إلى المنزل بعد المدرسة. المكافآت/العواقب: اللعب مع الأصدقاء مدّة ساعة بعد الانتهاء من إنجاز الفرض، أو دعوتهم خلال عطلة نهاية الأسبوع للعب سويّاً. إن لم تنجز فرضك، فلن تحظى بوقت للّعب.

أمثلة عمليّة

لنستعرض الآن حالات مختلفة ونحاول تطبيق الطرق المُقترحة أعلاه.

1 – أظهروا للطفل أنّكم تعرفون وتتقبّلون السبب الذي دفعه للقيام بالتصرّف الذي تعتبرونه خاطئاً:

«أنت تودّ أن أبقى معك لكن...» هذه الطريقة تؤكّد على شرعيّة رغبة الطفل وتُظهر له أنّكم تتفهّمون مشاعره. كما تجعلكم تتعاملون معه بصراحة منذ البداية. فالشخص الراشد يتمتّع بحكمة أكبر، وهو يمسك بزمام الأمور ولا يخشى أن يكون القائد، وأحياناً تكون أولويّاته مختلفة عن أولويّات الطفل.

2 – اذكروا السبب بعد استعمال كلمة «لكن»:

«أنت تودّ أن أبقى معك، لكن عليّ الآن أن (أخرج، أو أعدّ طعام الغداء، إلخ...)». بهذا الشّكل يدرك الطفل أنّ للآخرين حاجات أيضاً. هذه الطريقة تعلّم الطفل تحليلَ أبعاد المسألة، وتسمح له بتطوير قدرته على وضع نفسه في مكان الآخرين. كما تُكسبكم احترام الطفل، لأنّها تُظهر له أنّكم عادلون.

3 – اقترحوا حلاً:

«قريباً ستتمكّن من اللعب بشاحنتك». يبدأ الأطفال في عمر السنة يفهم معنى عبارة «دقيقة واحدة» أو «تمهّل قليلاً» وسينتظرون بصبر إن كنتم دائماً تلبّون النداء بعد ذلك. أمّا الأطفال في عمر السنتين أو ثلاث سنوات فيمكن أن يتعلّموا فهم معنى «سأجيبك عندما يحين دورك» إذا نحن أعطيناهم دائماً حقّ الكلام بعد دقيقتين أو ثلاث دقائق. تساهم هذه الطريقة في تعليم الأطفال كيفيّة تأخير تلبية رغباتهم، من دون الإساءة إلى فهمهم لعامل الوقت على المدى القصير.

4 – غالباً ما يكون التعبير عن ثقتكم بقدرة الطفل ورغبته في التعلّم مفيداً:

«أعلم أنّك حين ستصبح أكبر سنّاً ستتمكّن من القيام بذلك (الأمر الذي تتوقّعون منه فعله)»، أو «في المرّة المقبلة يمكنك أن (... كرّروا بأسلوب إيجابيّ ما تتوقّعون من الطفل القيام به)». بهذا الشكل تؤكّدون على ثقتكم بقدرات الطفل. فتُعلمونه أنّكم تفترضون أنّه يتمتّع بالقدرة على أن ينمو وينضج. أنتم تعبّرون له أنّكم تؤمنون بنواياه الحسنة.

5. في بعض الحالات، وبعد ذكر ما يجب الامتناع عن فعله بصرامة وحزم، يمكنكم أن تظهروا للطفل الطريقة الصحيحة للقيام بذلك:

«الضرب غير مسموح. مَرِّر يدك بلطف على وجهي». (مرّروا يده بلطف على وجهكم). «يجب ألا ترمي أقلام التلوين. تعالي لنضعها في مكانها معاً». (أعرضوا عليها المساعدة). بهذه الطريقة تضعون حدوداً حازمة للطفل، إنّما تساعدونه أيضاً على أن يشعر أنّكما تشكّلان معاً فريقاً واحداً وأنكما لستما عدوّين.

6. لا يسهل إلهاء الطفل، لكن في معظم الأحيان يمكن إعادة توجيهه للقيام بعمل مشابه يُسمح به:

احملوا طفلكم أو أمسكوا بيده وقودوه بعيداً قائلين: «هذه أوراق بابا. هذه هي أوراقك»، أو «رامي يحتاج إلى هذه اللعبة. خذ هذه اللعبة لك». هذه الطريقة تعزّز حقّ الطفل بالاختيار، كما تعلّمه أن للآخرين حقوقاً أيضاً.

8. مقابل كلّ إجابة سلبيّة «لا»، قدّموا للطفل خيارين مقبولين:

«لا! لا يمكن أن تعضّ أمال رانيا. تستطيع أمال أن تعضّ لعبة البطّة المطاطيّة أو البسكويت». هذه الطريقة تعزّز استقلاليّة الطفل ومهاراته في صنع القرارات، لكنّها تضع له أيضاً حدوداً. لا يجوز أن يُسمح أبداً للأطفال بتسبب الأذى لبعضهم البعض. فهذا التصرّف يسيء لصورة الطفل الذاتيّة أكان يسبّب الأذى أم يتعرّض له.

9. إن كان الطفل يتمتّع بقدرة كافية على الكلام، ساعدوه كي يعبّر عن مشاعره، ومنها الغضب، بالإضافة إلى التعبير عن رغباته. ساعدوه لكي يفكّر بخيارات بديلة وحلول للمشاكل التي تواجهه. يجب ألا يخشى الراشدون أبداً غضب الأطفال:



للطفل الحق والمسؤولية بأن يعبِّر عن آرائه باحترام وهدوء

«أنت غاضب منّي لأنّك متعب. حين تستيقظ، ستصبح ودوداً أكثر»، أو «أنت غاضب لأنّني لم أسمح لك بتناول الحلوى. سأدعك تختار موزة أو تفّاحة». هذه الطريقة تشجّع بروز صفات لدى الأطفال نودّ منهم اكتسابها، كالحزم مثلاً. كما تمنحهم أدوات لحلّ المشاكل من دون خلق مواقف مزعجة.

10. ضعوا حدوداً ومعايير حازمة كما تقضي الحاجة:

حين يبلغ الطفل عمر السنتين، يمكنكم أن تبدأوا تدريجيّاً وبتروٍّ في تحميله مسؤوليّة التصرّف بشكل مقبول. يمكنكم أن تتوقعوا أنّ يبدأ الطفل بإدراك مشاعر الآخرين. كما يمكن أن تتوقّعوا أيضاً أن تراود الطفل أفكار بسيطة من زاوية السبب والنتيجة. وهنا يكمن تعليم مبادئ الإنضباط. ومن أجل تجنّب إرباك الأطفال الصغار/اليافعين، توجّهوا إليهم بإرشادات بسيطة وواضحة، بنبرة حازمة وودودة. بهذه الطريقة تحرصون على عدم إرباك الطفل بفيض من الكلمات فيرفض بالتالي تنفيذ ما تطلبونه منه.

✺ ✺ ✺

أخيراً، نأمل أن يكون هذا المقال مفيداً في تطبيق طرق تأديب جديدة في تربية أطفالكم. ففي النهاية، أنتم الأهل، لذا يمكنكم فهم أطفالكم بشكل أفضل من أيّ شخص آخر يراقب الوضع من الخارج. غير انّه في بعض الأحيان، قد تكون مراقبة الوضع عن بُعد مفيدة، لأن التقييم يكون مجرّداً من المشاعر، وبالتالي تتجلّى الأمور بموضوعيّة أكبر. أمّا الرسالة الأهمّ التي نودّ إيصالها من خلال هذا المقال فهي أنّه يحق للأهل والأطفال أن يستمتعوا بالعيش معاً والتعلم من بعضهم البعض. وإن أخذتم هذه المسألة بعين الاعتبار، يمكن أن يصبح التأديب الإيجابيّ أداة فعّالة تكيفونها وتستخدمونها وفق طرقكم الخاصّة. ■

للمزيد من المعرفة:

* الكبار والصغار يتعلمون، الجزء الثالث: قراءات. «ورشة الموارد العربية». للتنزيل: www.mawared.org/arabic/?q=node/35

(*) إنّ لجنة الطفل منظّمة أمريكيّة لا تبغي الربح، تأسّست منذ 25 سنة. تهدف رسالتها إلى رعاية التطوّر الاجتماعيّ والعاطفيّ، وسلامة، ورفاه الأطفال عبر التعليم والمناداة. من أجل تحقيق تلك الأهداف، تقوم اللجنة بتطوير ونشر مناهج للأطفال من عمر ما قبل المدرسة وحتّى المرحلة المتوسّطة حول الوقاية من العنف، والاستضعاف، والاستغلال الجنسيّ، بالإضافة إلى برنامج ناشئ للأطفال الصغار لمعرفة الكتابة والقراءة. تُطبّق هذه البرامج اليوم في 25000 مدرسة منتشرة في 21 بلداً ومنطقة حول العالم، كاليابان، والنروج، وكردستان.

على أبواب عام مدرسي جديد:

الاستعداد للذهاب إلى المدرسة

بدأت المدرسة في عامها الجديد ولبعض الصغار في عامها الأوّل. غالبًا ما يرى صغارنا أحداث حياتهم من خلال منظار أهلهم وما يكنّون لهم من ثقة. وبذلك تؤثر تصرّفات وردّات فعل الأهل في أول عام مدرسيّ على كلّ الأعوام الباقية حتّى التخرّج. فليكن الانطباع الأول أفضل، تأتيكم حقّي ببعض الاقتراحات العملية.

مي درويش
منسقة في قسم الروضات – مدارس المبرّات، ثانوية الكوثر – بيروت

يشكل الذهاب إلى المدرسة في مرحلة الطفولة المبكرة تجربة قاسية للطفل. وغالباً ما يعاني الأطفال «**صدمة**» عاطفية من جراء ذلك. وهم بحاجة في هذا الوقت إلى الكثير من التفهم من قبل الأهل والمدرسة على السواء. فهو قد يُفسر عملية «**أخذه**» إلى المدرسة من قبل الأهل على أنها عقوبة أو تخل عنه أو عنها (طبعاً بشكل لا واعٍ).

ويظهر الأطفال تعلقاً بالأم عند ذهابهم إلى الروضة سواء منهم الصبيان والبنات. فهم يرغبون بالبقاء إلى جانبها ومرافقتها. ونلاحظ كثيراً كيف يُمسك الطفل بفستان أمه ويتنقل معها في أرجاء غرفة الصف أو ملعب المدرسة.

لذلك فإن الذهاب إلى المدرسة يشكل «**فطاماً عاطفياً**» قاسياً على الطفل. ويتطلب إهتماماً حقيقياً من الأهل وتدرجاً في تنفيذه، وأخذ ردة فعل الطفل بالاعتبار. فالإبتعاد عنه بشكل مفاجئ قد يؤدي إل قلق مرضي، فتظهر لديه مخاوف جديدة من الأشياء والأشخاص، أو قد يحدث لديه نكوص على صعيد اللغة أو التصرف الإجتماعي أو اليومي. فبعض الأطفال يتوقفون عن الكلام أو اللعب، أو يظهرون عدوانية أو يبولون في ثيابهم.

والإنفصال عن البيت للذهاب إلى المدرسة يشكل وقتاً عاطفياً عصيباً على الأهل والطفل وليس على الطفل فحسب. لذلك يُنصح بالتالي:

- تعويد الطفل تدريجياً على البقاء لبعض الوقت مع الآخرين في غياب الأم هو من التصرفات المساعدة على دخول المدرسة بدون مشكلات كبيرة.
- تعريفه بالمدرسة والمعلمات وبعض من الرفاق هي من الأمور المساعدة أيضاً.
- المهم أن يشعر الطفل بأن المدرسة ليست عقاباً له أو تجاهلاً من قبل الوالدين، بل إنها مكان يمكنه أن يفرح فيه وبأنشطته وأن يكبر بشكل أفضل من مجرد البقاء في البيت.
- ترك طفلك يأخذ معه إلى المدرسة شيئاً من خصوصياتك كالمنديل، مثلاً.
- من الممكن أن يأخذ الطفل صورة أمه أو أبيه أو صورة أفراد العائلة إلى المدرسة ويُعلقها في المكان المخصص له.
- تسجيل صوتك وبعض من كلمات منك موجهة للطفل على شريط بحيث يستمع إليه الطفل في المدرسة عند الحاجة.
- ترك رقم هاتف في حال اضطر المعنيون في المدرسة للإتصال بك حتى يُكالمك الطفل خلال فترة تواجده في المدرسة.



الرسم والنشاطات الخلاّقة تساعد الطفل على التعبير عن حياته اليومية في المدرسة

مقترحات عملية

وكذلك نقترح بعض الأنشطة أو الأفكار التي قد تساعد على أن تسير هذه العملية بسلاسة وخاصة في الأيام التي تسبق موعد دخول المدرسة:

■ **أدعوا المعلمة لزيارة المنزل (عند المستطاع):**

سوف يكتشف الطفل من خلال هذه الزيارة أنكم تعرفون المعلمة وتثقون بها. وسوف يساعده تفاعلكم معها، بوجوده، على الشعور بالأمان مع هذا الشخص الجديد في حياته.

■ **نظّموا مع الطفل نشاطاً مميزاً في المساء:**

يعدّ الأهل مع الطفل وجبة الطعام التي سوف يأخذها معه. أو يمكن أن يُحضّرا سوياً الثياب التي سوف يرتديها هو والثياب التي

سوف يرتديها الأم والأب.

■ **نظّموا مع الطفل نشاطاً مميزاً في الصباح:**

من الأنشطة التي يمكن القيام بها صباح يوم الدخول إلى المدرسة: أن تقوموا مع الطفل بإعداد وجبة الفطور للعائلة. أو يكون النشاط أكثر خصوصية له، كقراءة قصة مثلاً.

■ **انتقوا مع الطفل الشيء المميز الذي يأخذه معه إلى المدرسة في أول أشهر:**

اسألوا الطفل ما إذا كان يريد أن ياخذ معه إلى المدرسة أية لعبة من ألعابه – أو ألعابها – أو قطعة من ثيابه – ثيابها – كقبعته المفضلّة مثلاً. إن مثل هذه الأشياء تشعر الطفل بالارتياح.

■ **في الطريق إلى المدرسة، ناقشوا مع الطفل ما سيجري هناك:**

تحدثوا مع الطفل عن الأنشطة التي سوف يقوم بها في المدرسة أو الأشخاص الذين من الممكن جداً أن يلتقيهم هناك. وكذلك يمكنكم أن تسألوا طفلكم: «ماذا تظن سوف تفعل في المدرسة في اليوم الأول؟ هل ستلعب بالطابة أو المكعبات؟ هل ستلتقي بأحد من أصحابك (مع تحديد الأسماء)»؟

■ **دعوا الطفل يرى ويكتشف أنّكم والمعلمة تبنيان علاقة مع الأيّام:**

عند الدخول إلى المدرسة أو الصف والتعرف على المعلمة سلموا على المعلمة بشكل ودِّي وحار. تحدثوا معها لبعض من الوقت، كل هذا بوجود الطفل ثم قولوا لها مثلاً، بصوت مسموع لجذب إنتباه الطفل: «حضرة المعلمة ... لقد قمنا (اسم الطفل) وأنا بتحضير وجبة الفطور هذا الصباح لكل أفراد العائلة». ونخبرها عن الوجبة بالتفصيل – مثلاً.

■ **خذوا وقتكم وأنتم تودعونه:**

من الأفضل أن يتم توديع الطفل بشكل مباشر لأن هذا سيبني الثقة معه أكثر. ومن المستحسن أيضاً أن يتم مناقشة هذه اللحظات مع الطفل من خلال طرح بعض الأفكار مثال: «هل تريد أن تعانقني؟» أو «هل تريدين تقبيلي؟» أو أي حركة أخرى. تأكدوا قبل ذهابكم أن تتركوا في ذهن طفلكم صورة عن النشاط الذي سوف تقومان بعد العودة لإصطحابه إلى المنزل.



الشعور بالحماية يساعد الولد على الانفصال

■ **رتّبوا أفكاركم ونظرتكم للمدرسة:**

أما بالنسبة لنا نحن الكبار كأهل ومربّيات ومربيِّن فعلينا أن نعمل أكثر على ترسيخ الفكرة التالية في أذهاننا حتى تنتقل بالتالي إلى أذهان أطفالنا: المدرسة هي «نعمة» للطفل في هذه السن. فهي التي ستساعده على الإنتقال إلى مجال الواقع وإلى تفهُّم نفسه بشكل أفضل والبدء بمراعاة وجهة نظر الآخرين. إذ إن وجود عدد من الأطفال معه في المدرسة سيجبره على التصرف بواقعية، وتنمِّي المشاركة لديه عادات وعواطف يحتاجها في المجتمع. ومن جهة أخرى فإنه سيتعلم الكثير من خلال تفاعله مع أترابه.

أما عندما يعود الطفل إلى المنزل، وبعد أوقات الاستحمام وتناول الطعام والراحة فمن المفيد جداً محاولة اللعب معه لأننا كما نعرف، أو نسمع، أو نقرأ، فللعب أهميته وتأثيره الإيجابي على جميع نواحي النمو عند الأطفال: الجسدية والمعرفية والإجتماعية واللغوية والنفسية–العاطفية.

أما هنا فتكتفي بالإشارة إلى أهمية اللعب في «كشف» نفسية الطفل ومعالجة مشاكله النفسية. فاللعب وسيلة فاعلة في تظهير أسرار شخصية الطفل النفسية، بالإضافة إلى كونه أداة تشخيص تكشف عما يُعانيه من اضطرابات نفسية وعاطفية – إذا وجدت. فمن خلال اللعب معه يمكن للأهل أن يكتشفوا مثلاً ما إذا كان الطفل يتعرض للعنف في المدرسة.

وهذه من الأمور التي قد يُظهرها لكم اللعب من دون عناء كبير في حال كان الطفل يتعرض للعنف الجسدي أو اللفظي في المدرسة سواء من قبل رفاقه أو معلمِّيه:

1. عدم الرغبة في لعب أدوار تُلعب في المدرسة،
2. عدم رغبته في التحدث عن المدرسة،
3. التحجج دائماً عند اللعب بالمرض لعدم الذهاب إلى المدرسة،
4. تعثُّر في الكلام يبعث أحياناً على الخجل،
5. اللعب بعدوانية مع الأخرين واستعمال ألفاظ غير مهذبة، وبخاصة عند اللعب بأدوات المدرسة،
6. بالإضافة إلى ظهور أي علامات جسدية إذا كان يتعرض للعنف الجسدي.

اللعب يمكن أن يكشف أموراً قد أخفاها الطفل عن معلميِّه (هذا إذا كان يتعرض للعنف من قبل الرفاق) أو عن أهله. ولا ننسى أن توجد في هذه المرحلة العمرية الكثير من الفروقات الفردية، وبخاصة منها الأطفال الذين لا يستطيعون التعبير عما يزعجهم بسهولة. أما خلال اللعب عبثاً يحاول الطفل أن يموهها عليكم، فاللعب الحر يفضح أدهى الأطفال. فسجلوا كل ما تقع عليه عيناكم، وعلى ضوء ما شهدتم ولمستم، قووا ما ضعف، وخفِّضوا ما زاد، ونشِّطوا ما ونى، وقوِّموا ما أعوج، وكل هذا بالتعاون ما بين المدرسة والبيت. ■

مراجع:

(*) الدكتور محمد رضا فضل الله – المعلم والتربية – دار أجيال المصطفى (ص) – بيروت 1995 – الطبعة الأولى – صفحة 425 و427

(*) وزارة التربية ووزارة الصحة ووزارة الشؤون الاجتماعية والمركز التربوي للبحوث والإنماء بالتعاون مع متنظمة اليونيسف – مشروع تنمية الطفولة المبكرة، دليل المدرب (3): الطفل ما بين عاميه 3 و5 – بيروت 2000 – طبعة أولى – صفحة 62 و63 و108 و109

(*) From the Editor's of Pre-K Today, Scholastic: Parent Communication Tips - Scholastic Inc. 1992 – Page 57

عندما يؤدي خرق المحرمات إلى الوقاية من الصدمة النفسية!

يصعب علينا دائماً التحدث عن الاعتداء الجنسي على الأطفال في مجتمعاتنا الشرقية. ويعود السبب بشكل جزئيّ الى أنّه موضوع رهيب لدرجة أّننا لا نودُّ أن نصدق أنه يحصل فعلاً أو أنه قد يطال أطفالنا. ومن جهة أخرى، ما زال هذا الموضوع من المحرّمات، حيث يتعرّض الضحايا وعائلاتهم للإحراج ويوصمون بوصمة عار بعد تعرضهم لاعتداء مماثل. وهذا يشكل دائرة مفرغة حيث يتمتع المعتدون بحرية القيام بما يحلو لهم من دون أن يخشوا العقاب. لذلك إن أفضل طريقة لحماية أطفالكم من الاعتداء الجنسي – أكان صغيراً أو كبيراً – هي عبر تزويدهم بالأدوات المناسبة لحماية أنفسهم. «حقي» ترفع الصوت!

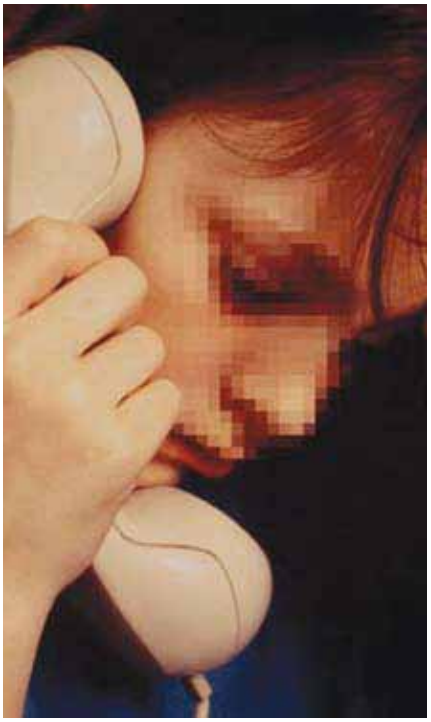
هيفاء قرطباوي

لا يعتبر موضوع الاعتداء الجنسي موضوعاً يسهل تحديده. وذلك لأنه يحصل في وقت لا نحن ولا الطفل نتوقع حدوثه. ويمكن أن تتراوح حدّته من عناق طويل يدفع الطفل الى الشعور بالانزعاج الى إجبار الطفل على القيام بتصرف جنسي. من جهة أخرى، غالباً ما يكون المعتدون من الأشخاص المقربين من الطفل. في الواقع، يرتكز الاعتداء الجنسي على علاقة الثقة التي يبنيها المعتدي مع الطفل ووالديه. وما إن تصبح هذه العلاقة متينة حتى يستغلها المعتدي ليجعل الطفل يشعر بالذنب فيدفعه إلى القيام بتصرفات غير مقبولة، في حين يكسب المعتدي ثقة الوالدين العمياء لينفرد بالطفل. أخيراً، يمكن أن يكون الاعتداء الجنسي شفهيّاً. وتشكل الرسائل، والمكالمات الهاتفية، والإنترنت اليوم، وسائل يمكن أن يتصل المعتدي من خلالها بالطفل.

تقع على عاتق الوالدين مسؤولية التنبه قدر المستطاع لهذه الأخطار التي تهدد طفلهما. هناك عدة قواعد بديهيّة يمكن اعتمادها للوقاية من الاعتداء الجنسي.

– اعرفوا من يتعاطى مع طفلكم في المدرسة، وفي الحيّ، وعملياً في كل مكان يقصده الطفل.

– حاولوا الا تدعوا الطفل وحده برفقة شخص راشد (أو حتى طفل آخر يكبره بسنوات عديدة). حاولوا قدر المستطاع أن تبحثوا عن جماعات حيث يشرف أكثر من راشد واحد على مجموعة من الأطفال. إن لم



يصعب على الطفل التحدث مباشرة عمّا يتعرّض له من اعتداءات

يكن ذلك ممكناً، قوموا ببعض «الاختبارات» حيث تقصدون المكان فجأة لإلقاء التحية والتأكد من أن كل شيء على ما يرام.

– راقبوا محادثات الطفل ورسائله. يجب أن يحصل ذلك بشكل نادر وبعد نيل موافقة الطفل. فهذا لا يعني التعدي على خصوصية الطفل. ويجب ألا يشعر الطفل أن هذا التصرف ينم عن عدم ثقة به.

وعلى الرغم من أهمية اعتماد الخطوات المذكورة أعلاه، يبقى تطبيقها مرتبطاً بعمر الطفل بالإضافة إلى الوضع الراهن والأشخاص المحيطين بكم. قد تواجهون على سبيل المثال ظرفاً حيث ترغمون فجأة على وضع طفلكم في عهدة وصيّ لعدة أيام. أو قد تعجزون عن معرفة كل الأشخاص الذين يعاشرهم طفلكم في المدرسة. من جهة أخرى، قد تثقون ببعض الأشخاص ثقة عمياء لدرجة تمنعكم من الظن أنهم قد يكونوا من المعتدين المحتملين على الأطفال.

كيف يتواصل الطفل

هذا يعني أن اتخاذ تلك الاحتياطات لا يعتبر كافياً. في الواقع، يجب دعمها بأداة تشكل آلية فعالة في كل الظرف ومع كل طفل مهما بلغ عمره. وهذه الأداة هي التواصل المنفتح والصريح. باختصار، على طفلكم (مهما بلغ عمره) أن يكون واثقاً أنه يستطيع اللجوء اليكم أو إلى أي شخص راشد يثق به، ليطلعه على هذه المسائل من دون أن يشعر بالخوف أو العار.

ولتحقيق هذا الهدف كأهل، عليكم أن تدركوا أمرين. أولاً، عليكم أن تفهموا الأسباب التي تجعل الأطفال الذين يتعرضون للاعتداء يبقون الأمر سراً. قد يكون هناك أسباب عدة، أهمها:

– أن المعتدي شخص يثقون به، وقد تعلموا إطاعة هذا الشخص واحترامه.

– أنه على الرغم من شعور الطفل بأن ما

يحصل خطأ، ربما أخبرهم المعتدي أنه أمر صائب أو أنها مجرد لعبة.

- أن المعتدي جعلهم يشعرون بالذنب والعار وأقنعهم أنهم السبب في ما يحصل لهم.
- أن المعتدي هددهم بإلحاق الأذى بهم أو بأحد أحبائهم.
- أنهم يخشون من ردة فعلكم إن أخبروكم بما حصل.

ثانياً، يجب أن تفهموا كيف يتواصل الطفل في تلك الحالات. ما يجب تذكره هو أن الطفل قد لا يخبركم بشكل مباشر ما حصل بل قد يتبع طرقاً مختلفة. مثلاً:

- قد يخبر ما حصل لشخص راشد يثق به عوضاً عن إخبار والديه.
- قد يقول أو تقول مثلاً «لا أحب أن أبقى بمفردي مع الخالة فلانة».
- قد يخبر أجزاء مما حصل أو يخبر القصة كما لو أنها حصلت مع أحد أصدقائه لكي يرى ردة فعلكم.

ثلاث تاءات للحماية!

علماً أن الأمور لا تكون دائماً تحت سيطرتكم وأن التواصل هو المفتاح المناسب في تلك الحالات، عليكم أن تتصرفوا بالشكل المناسب لكي: (1) تتجنبوا وقوع الاعتداء و(2) لكي تكونوا على علم بالاعتداء في حال وقوعه. ولهذا السبب من الضروري أن تطلعوا طفلكم على بعض الأمور البسيطة إنما الفعالة. أعلموه أنكم:

1 – تهتمون لمشاعره ونشاطاته وأنكم تشعرون بالفخر حين يشارككم مخاوفه ومشاكله.

2 – تودون حمايته ومساعدته وأنه يمكنكم القيام بذلك، انما لا يسعكم ذلك إلا إذا علمتم أنه بحاجة الى الحماية.

3 – لن تجعلوه أبداً يشعر بالخجل بسبب أي اعتداء تعرض له، لأنه ليس أبداً مذنباً في تلك الحالات.

ومن ثم علّموا طفلكم «التاء الثلاث»:

التعرّف إلى المواقف التي يكون فيها معرضاً لخطر الاعتداء، التصدي لأي تصرف غير مرغوب فيه، والتبليغ عن أي محاولة اعتداء أو عن التعرّض فعلياً للاعتداء. علّموه أنّ:

1 – جسده ملك له وحده، ولا يحق لأحد – حتى الراشدين الذين يعرفهم ويثق بهم – أن يلمسوه بأي طريقة كانت (حتى ولو لمعانقته) إذا كان ذلك يسبب له ذلك الأزعاج.

2 – لا بأس إن صرخ عند الشعور بالخطر أو بأنه يتعرض للاعتداء. علّموه جملة بسيطة يمكن أن يستخدمها في جميع المواقف «لا! توقّف! هذا غير مسموح!» واطلبوا منه أن يرددها بصوت مرتفع حين يشعر بالخطر.

3 – يمارس المعتدون الحيل والألاعيب على الأطفال. وهنا يأتي دوركم لتعلّموا طفلكم قوانين السلامة على غرار عدم مخاطبة الغرباء، عدم قبول الهدايا منهم او مرافقتهم الى أي مكان، بالإضافة إلى منع الأشخاص الذين يثقون بهم من استغلال ثقتهم. وهذه المسألة أكثر حساسية. إن الطفل بحاجة أن يعلم أنه ليس عليه أن يطيع أي شخص راشد يسبب له الأذى أو الإنزعاج ويطلب منه أن يُبقي الأمر سراً أو يقول له أن أحداً لن يصدق روايته، بل عليه أن يلجأ إليكم في هذه الحالة.

بعد التسلح بهذه الاستراتيجيات كلها، تصبحون على الدرب الصحيح الذي يضمن لكم أن طفلكم لن يتعرض أبداً للاعتداء الجنسي. لكن على الرغم من ذلك عليكم توخي الحذر، لأن الحوادث يمكن أن تقع (ولو حتى نادراً). إذاً إبقوا متيقظين! تجدر الاشارة الى أن الطفل الذي تعرض للاعتداء الجنسي ويبقى متكتّماً على الموضوع ستظهر عليه دلائل نفسية. إليكم بعض أعراض الإعتداء الجنسي:

- تغير مفاجئ في التصرف،
- ألعاب ذات إيحاءات جنسية مع ألعابه أو أترابه،
- كوابيس متكرّرة،
- خوف من اللمس.

لذا ابقوا متيقظين وثقوا بحدسكم.

وتذكروا، يجب التبليغ عن هذه الجرائم في حال حدوثها. إن تكلمتم عن المسألة وأخبرتم حقيقة ما حدث، فمن الممكن أن تجنّبوا طفلاً آخر التعرض للاعتداء. ■

السلامة أولاً

إليكم بعض قوانين السلامة التي يجب أن يتذكرها طفلكم. إن هذه اللائحة ليست شاملة لكن يمكن أن تساعدكم لتعدوا لائحتكم الخاصة مع طفلكم:

- على الطفل أن يعرف اسمه الثلاثي، وعنوانه المفصل، ورقم هاتفه. ولكن عليه ألا يُطلع أبداً أيّ شخص لا يثق به على هذه المعلومات.
- على الطفل أن يعرف كيف يستخدم هاتفاً عمومياً، وكيف يطلب أرقام النجدة في حالات الطوارىء (على سبيل المثال **140 و114 الصليب الأحمر/الهلال الأحمر، 112 قوى الأمن، 125 الدفاع المدني، 175 فوج الإطفاء**)
- على الطفل أن يسير ويلعب دائماً مع الأصدقاء وليس بمفرده.
- إن كان على طفلكم البقاء بمفرده في المنزل بعد دوام المدرسة، إحرصوا على أن يبلغكم أو يبلغ أحد الجيران أنه قد وصل الى المنزل.
- تأكدوا من أن طفلكم يعلم أنه لا ينبغي أن يستقبل أحداً في المنزل من دون إذنكم. وألا يخبر الزوّار أو المتصلين أنه بمفرده في المنزل دون رفقة شخص راشد. علموه أن يقول أن والديه مشغولان – في المنزل – وأن يدوّن أي رسالة يودّ أن يتركها الزائر أو المتّصل.
- اعرفوا دائماً مكان تواجد طفلكم وبرفقة من يكون. إن لم يتمكن من الاتصال بكم قبل مغادرة المنزل، وهو يجيد الكتابة، علّموه أن يترك لكم رسالة قبل الرحيل.
- احرصوا على أن يعرف طفلكم الأماكن الآمنة التي يمكنه أن يقصدها إن شعر بالخطر عند السير أو ركوب دراجته.
- علّموا طفلكم أن يهرب على الفور إن توقف شخص غريب ليستدل أو يطلب المساعدة.

قد تبدو بعض هذه التدابير جذرية أو يصعب تطبيقها في بيئتكم. أنتم تعلمون ما هو الأنسب لطفلكم. عليه أولاً أن يفهم ما هي مصادر الخطر وكيف يمكنه تجنّبها والبحث عن الحماية.

أين تكمن الأخطار؟
كيف يمكن تحويل منزلكم وحيّكم إلى مكان آمن لأطفالكم

يمضي الأولاد معظم أوقاتهم في المنزل وفي أرجاء الحيّ. ويعتبر الأهل هذين المكانين الأكثر أماناً. أما في الواقع: تشير الدراسات حول العالم أنّ معظم الحوادث، أكانت خطيرة أو طفيفة، تحصل في هذين المكانين. أمّا الخبر السار، فهو أنّها من أكثر الحوادث التي يمكن منعها. إذاً، كيف يمكن أن تحموا طفلكم من هذه الأخطار؟ ابقوا متيقّظين وألقوا نظرة على هذا المقال.

هيفاء قرطباوي

تعتمد سلامة الطفل أوّلاً وبشكل كبير على الوقاية. يمكن أن تكون الوقاية أسهل في المنزل لأنّها تتمحور حول البيئة التي تخلقونها للطفل. ولكننا قد نعجز أحياناً عن رؤية الأخطار الكامنة في أماكن باتت مألوفة جدّاً بالنسبة إلينا. وحين يذهب الطفل ليلعب خارجاً، يُصبح التحدّي أكبر. فالبيئة التي يلعب الطفل فيها لا تخضع لمراقبة كافية، وعلينا أن نعتمد وسائل جديدة لضمان سلامة الطفل.

هناك طريقتان للتحدّث عن السلامة. يمكن أن نقدّم لكم كلّ أنواع الإرشادات حول ما يجب فعله: أبعدوا العقاقير الطبيّة عن متناول يد الطفل، ولا تدعوا قدراً يغلي على النار من دون مراقبة، ولا تعطوا طفلكم أشياءً صغيرة يمكن أن يبتلعها، إلخ... واللائحة طويلة جدّاً لدرجة أنّه يستحيل التنبّه إلى كلّ شيء. إنّما لا داعي للقلق، بصفتكم أهل، فأنتم تدركون على الأرجح ما هي معظم الأشياء التي يمكن أن تسبب له الأذى. ولهذا السبب، لن يعتمد هذا المقال لائحة الطرق المتّبعة. عوضاً عن ذلك، سنعمل معاً لنجعل السلامة منظمة أكثر ونابعة من المعرفة والوعي عند الأهل وعند الطفل. وفي هذا الإطار، إليكم ثلاثة مبادئ يمكن أن تساعدكم في خلق أماكن آمنة داخل المنزل وخارجه:

وصفات للوقاية

1 – إنّ الخبر السار هو توفّر وصفات لتجنّب الكوارث. غالباً ما تجمع الحوادث بين ثلاثة مكوّنات: شيء خطير، وشخص قابل للتعرّض للأذى، والظّروف البيئيّة.

إليكم مثال على ذلك: طفل في الثالثة من العمر (شخص قابل للتعرّض للأذى) يلعب قرب قابس كهربائيّ (شيء خطير) منخفض، بحيث يمكن أن يُقحم فيه الطفل أشياءً أو أصابعه (ظروف بيئيّة). في هذه الحالة، يعتبر الطفل ووجود القابس الكهربائيّ من الثوابت. غير أنّه بإمكانكم أن تضعوا شريطاً لاصقاً لإغلاق القابس، كي لا يتمكّن الطفل من الوصول إليه، أو يمكنكم أن ترشدوا الطفل ليلعب في مكان أكثر أماناً.

كيف يرى الطفل الأمور؟

2 – لتحديد الأشياء والأوضاع الخطيرة بشكل أفضل حاولوا أن تنظروا إلى الأمور من خلال عينيّ طفلكم. عليكم أوّلاً أن تتذكّروا



يضع الطفل نفسه في مواقف خطرة دون استيعاب الخطر. نمّوا فيه حسّ المسؤولية فينتبه أكثر.

عشر حوادث تتكرر

هذه هي الحوادث التي تتكرّر بأعلى النسب في أرجاء المنزل والمجتمع. إن معرفة هذه الحوادث يساعدكم على تجنّبها:

1. ابتلاع الأشياء – الاختناق
2. ابتلاع الأشياء الحادّة – الإصابة بالجروح الداخليّة
3. الجروح
4. السقوط
5. الحروق
6. التسمّم
7. الصدمات الكهربائيّة
8. عضّات الحيوانات
9. الغرق
10. حوادث السير

القصص: طريقة جيّدة للتواصل

على غرار كلّ المسائل الأخرى، يمكن التطرّق لموضوع سلامة الأطفال في الوقت المخصّص للقصص. فالقصص المسليّة والغنيّة بالتفاصيل تدغدغ خيال الطفل، فتتراءى له مشاهد مفعمة بالحياة والألوان الزاهية، لذا يستطيع أن يتذكّرها لاحقاً. وتشكّل علاقة الطفل بشخصيّات القصّة عنصراً مهمّاً آخر يساهم في جعله يتذكّر القصّة والرسالة التي تحملها. إنّه الإطار المثاليّ لإدخال الرسائل المتعلّقة بالسلامة. أخبروا طفلكم عن الصغير أمير الذي أراد أن يوقد ناراً في الحديقة أو عن ياسمين التي تطلب الإذن من أمها في كلّ مرّة تودّ أن تستخدم سكين المطبخ. حين يصبح أطفالكم أكبر سنّاً (أي في عمر الست سنوات وما فوق) يمكن أن تسألوهم إن كانوا يودّون المشاركة وأن يحكوا للأطفال الآخرين قصصهم الخاصّة عن السلامة (أو عن أي موضوع آخر يثير اهتمامهم). فضلاً عن ذلك، فإنّ رواية القصص تسهّل علاج الأطفال الذين يعانون ضغطاً نفسيّاً أو هم عرضة للصدمات في حياتهم.



انظروا إلى الغرفة خلال عينيْ طفلكم. أين هي الأخطار الآن؟

أنّ حاجات الأطفال وقدراتهم تختلف باختلاف أعمارهم. ما قد يكون غير مؤذٍ بالنسبة إلى طفل في السادسة من عمره يمكن أن يعتبر بالغ الخطورة بالنسبة إلى طفل رضيع. تمدّدوا على أرض الغرفة وألقوا نظرة في أرجائها: ماذا يوجد تحت الكنبة؟ ماذا يمكن أن يلتقط الطفل ويسحبه؟

3 – لا تنسوا أيضاً أنّ الأطفال فضوليّون. فهم في طور النموّ والاستكشاف. وهذا الأمر قد يحوّل شيئاً يبدو لكم آمناً إلى شيئ خطير. ففي سبيل المثل: الأطفال يلعبون خارج المنزل، إنّه فصل الصيف، وشجرة التين أو البلح أو الكرز في الباحة الخلفيّة تحمل ثماراً شهيّة. سيحاول الأطفال على الأرجح تسلّق الشجرة لقطف الكرز فيعرّضون أنفسهم للخطر.

مشاركة الطفل

4 – في الحالة التي سبق ذكرها، أي حين لا يمكن التحكّم في البيئة، و/أو لا يكون الطفل خاضعاً للمراقبة المشدّدة، عليكم أن تلجأوا لبعض القوانين. ويأتي في هذه المرحلة دور مشاركة الطفل. فطفلكم لاعب رئيسيّ في الوقاية من الحوادث. ويمكن أن يكون تزويده بالإرشادات البسيطة فعّالاً جدّاً، لا سيّما إن كان يساهم في وضع هذه القوانين. فعلى سبيل المثال، فسّروا له أنّ تسلّق الأشجار خطير جدّاً حتّى ولو كان ممتعاً. حاولوا إقناعه بأنّه من الأفضل أن ينتظر إلى أن يفرّغ أحد الراشدين من عمله فيساعده في قطف الثمار.

5 – طريقة أخرى لمشاركة الأطفال هي جعل الأكبر سناً في موقع المسؤوليّة حين يكون الأمر ممكناً. يمكن أن يشكّل الأطفال خطراً على أقرانهم من دون أن يدركوا ذلك! فسّروا لابنتكم البكر أنّها يجب ألا تشجّع شقيقتها الصّغرى على تسلّق الدّرابزون لأنّهما قد تتعرضان للسقوط والأذى، فالأطفال يمكنهم أن يلعبوا دوراً مهما، ليس في رعاية الطفل الأصغر (إطعامه وتسليته وإلباسه...)، بل في حمايته من الأخطار ومنع الحوادث. ■

الأطفال يشاركون في الحفاظ على سلامتهم الخاصّة

من أجل مشاركتهم بشكل أفضل في تجنّب الحوادث، يجب تزويد الأطفال بالأدوات المناسبة: أي إطلاعهم على بعض المعلومات، أو القيام بنشاطات معيّنة برفقتهم. وبعد إنجاز ذلك، على الأطفال أن:

- يعلموا أسباب الإصابات الشائعة في المنزل وجواره وكيف يمكن تجنّبها.
- يعلموا متى وكيف يجب طلب مساعدة شخص راشد بعد التعرّض لحادث.
- يتعرفوا إلى قوانين وأنظمة السلامة على الطرقات ويطبّقوها.
- يحدّدوا الأماكن غير الآمنة في المجتمع، ويخبروا الأطفال الآخرين عنها، ويختاروا أماكن آمنة للعب.
- ينتبهوا على الأطفال الأصغر سنّاً بشكل خاص.
- يشعروا بتحمّل المسؤوليّة مع الراشدين إزاء سلامة الأطفال الأصغر سنّاً.
- يشعروا بالمسؤوليّة إزاء نشر الرسائل حول السلامة في المنزل والمجتمع.
- يؤلّفوا رسائل حول السلامة ويعلّقوها في مكان بارز في المنزل (رسومات عن الأخطار، والقوانين المكتوبة، والرسوم البيانيّة التي تفصّل ما هي الأعمال التي يجب تجنّبها، والأرقام التي يجب الاتّصال بها في حالات الطوارئ، إلخ...).

للقراءة مع طفلكم

لا أُحبُّ الدَغدَغَة

حقُّ الطفل بقول «لا»

المؤلف: مارسي أبوف
رسوم: كاثلين غارتنر
الناشر: دار العلم للملايين (العنوان ص 24)

حين يأتي العمُّ حبيبٌ لزيارتنا، يسمحُ لي بالجلوس خلفَ مِقود شاحنته الزَّرقاء الجديدة، فأجدُ نفسي أعلي مِنْ جميع السيارات الأخرى في الشارع.

حين يأتي العمُّ حبيبٌ لزيارتنا، يصطحبُني وأخْتي إلى بائع البوظة لأتناول بوظتي المُفضَّلة: «كُرتان» من البوظة بنكهة الشوكولاتة والحلوى الهشَّة؛ وقد زُيِّنَتْ أيضاً بسكاكر في ألوان قوْسِ قُزَح.



حين يأتي العمُّ حبيبٌ لزيارتنا، يضحكُ أبي وأمّي لطرائفه التي يرْويها.

يستطيع العمُّ حبيبٌ أن يُحرِّكَ أذُنيْهِ منْ دونِ أنْ يَلْمِسَهُما.

ويستطيع أيضاً أن يرْكُضَ إلى الخلْفِ مِنْ دونِ أنْ يصطدمَ بالحائط.

وحينَ يفعلُ ذلكَ أضْحَكُ، وأضْحَكُ، وأضْحك.

حين يأتي العمُّ حبيبٌ لزيارتنا، يُحبُّ أن يُدغدغني.

يُدغْدِغُني تحتَ ذَقْني، وتحت إبطي، وعلى رأسي، وفي كُلِّ مكانٍ تقريباً!

في البدءِ تُضْحِكُني دغْدَغَتُهُ، ولكنَّه أحياناً يستمرُّ في دَغْدَغتي..



ودغدغتي.. ودغدغتي.

فأقول له: «توقَّف، توقَّف»،

لكنَّهُ يُواصلُ دغدغتي حتّى تؤلمني أطرافي، وأشعُرَ وكأنَّ أحشائي تتقطَّعُ.

تقولُ أختي «لينا» إنَّ العمَّ حبيباً يُدغدغُ كُلَّ الأولادِ. وهي تظُنُّ أنَّ هذا أمرٌ مُضْحكٌ.

لكنّني مع ذلك لا أُحبُّ دغدغتهُ لي طويلاً.

العمُّ حبيبٌ آتٍ ليتعشّى معنا اللّيلة.

إنْ دغدغني، فسأهرُبُ إلى غُرْفتي.



وسأرْسمُ على وجْهي بُقعاً حمراءَ وأقولُ إنّي مريضٌ بالجُدَريِّ، وإنّي لا أستطيعُ الخروجَ من الغُرْفة.

أوْ لرُبَّما أتَنَكَّرُب بزيِّ قائد القراصنة، وهكذا لن يعْرِفَني أحدٌ،

أوْ لربَّما أخْتبئ تحتَ الطاولة، وسيكون العمُّ حبيبٌ مُنشغلاً جدّاً بأكْلِ المعكرونة حتى إنَّهُ لَنْ يُلاحظَ وجودي.

تُناديني أمّي: «كريم.. العَمُّ حبيبٌ هُنا. سيكونُ العشاءُ جاهزاً في عَشْرِ دقائق».

فأقولُ لها: «لَسْتُ جائعاً».

دخلتْ أمّي غُرْفتي، ووضعتْ يَدَها على جبيني، هي تفْعَلُ ذلِكَ دائماً عندما أقولُ لها إنّي لسْتُ جائعاً، ثُمَّ قالَتْ:

«حرارتُك ليْسَتْ مُرْتفعةً، هَلْ تشْعُرُ بأنَّكَ مريضٌ؟».

لَمْ أرِدْ أنْ أخْبِرَها انْزِعاجي مِنْ دغدغةِ العمِّ حبيب، لأنّها على الأرْجح ستقولُ إنَّ العمَّ حبيباً يُدَغدِغُ كُلَّ الأولاد.

ومع ذلك فقدْ أخْبَرتُها.

صَمَتَتْ أمّي لحظةً، ثُمَّ قالتْ: «لَقَدْ فَعَلْتَ الصَّوابَ بأنْ قُلْتَ لي. هَلْ أخْبَرْتَ العَمَّ حبيباً بأنّكَ لا تُحِبُّ الطَّريقَةَ التي يُدَغْدِغُكَ بها؟».

فقُلْتُ: «أحياناً أطْلُبُ إليْهِ أنْ يَتَوَقَّفَ، لكنَّهُ يستَمِرُّ في دغْدغَتي».

قالَتْ أمّي: يَجِبُ على العَمِّ حبيبٍ أن يتوقَّفَ عنْ دغدغتك حينَ تطْلُبُ إليْهِ ذلك.

جسدُكَ لكَ وحْدَكَ، ولا يَحِقُّ لأحدٍ أن يُدَغْدِغَكَ أوْ يَلْمسَكَ بطريقةٍ أنْتَ لا تُحبُّها. تعال نُذَكِّرْهُ بذلك».

ثُمَّ عانقتْني فقُلْتُ لها إنّي بدأتُ أشعُرُ بالجوع.

وأنا أنزلُ السُّلَّمِ، رأيتُ أبي والعَمَّ حبيباً يتحدَّثان.

وحينَ رآني عمّي ابْتَسَمَ لي فبادلتُهُ الابتسامة.

«مرحباً يا صديقي»، قالَ العمُّ حبيبٌ.

قفزْتُ عن الدَّرجة الأخيرة فَرَبَّتَ عمّي على كَتِفي، ثُمَّ بدأ يُدغْدِغُني على رقبتي.

ابْتَعدتُ عنْهُ قائلاً: «لا».

«أنْتَ تُدَغدِغُني كثيراً، وأنا لا أحِبُّ الدَّغْدَغَةَ».

فَتَراجَعَ العَمُّ حبيبٌ إلى الخَلْفِ وقالَ: «حسناً، لا



مُشْكِلَةَ!».

بَعْدَ الْعَشاءِ، سألَني العَمُّ حبيبٌ إنْ كُنْتُ أحبُّ أنْ ألْعَبَ مَعَهُ، وفيما كُنْتُ أحَرِّكُ حَجَري الأسْوَدَ باتِّجاهِ حَجَرِهِ الأحْمَرِ، قالَ لي:

«أنا سعيدٌ بأنَّكَ أخْبَرْتَني بانْزعاجِكَ مِنَ الطَّريقَةِ التي أدَغْدِغُكَ بها».

فَنَظَرْتُ إلى الأرْضِ وهَزَزْتُ بِرأسي.

ثُمَّ أضافَ: «كُنْ واثِقاً مِنْ أنَّ هذا لَنْ يَحْصُلَ ثانيةً».

رَفَعْتُ رأسي فإذا بالعَمِّ حبيبٍ يَرْفَعُ يَدَهُ ويَقولُ لي: «كَفَّكَ»، فَضَرَبْتُ كَفَّهُ بِكُلِّ قُوَّتي. عنْدئذٍ تَدَحْرَجَ العَمُّ حبيبٌ إلى الخَلْفِ ورَفَعَ قَدَمَيْهِ في الهواء!



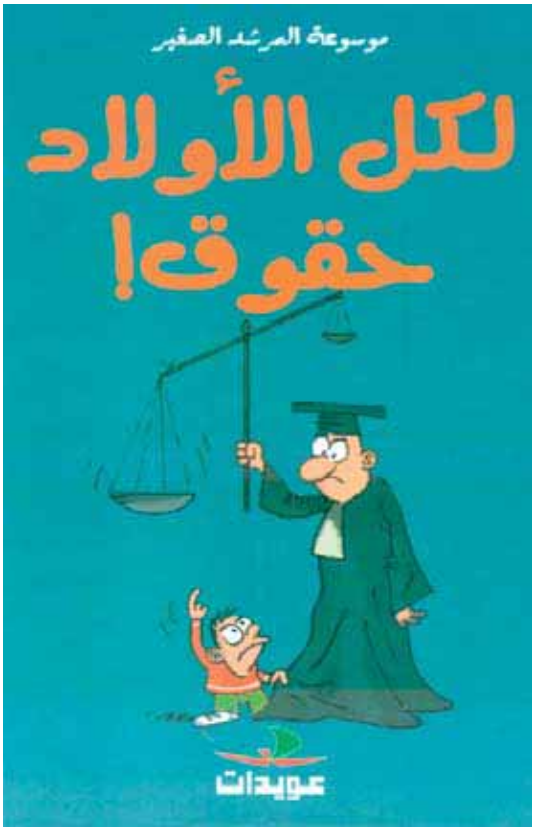
ثُمَّ هزَّ يَدَيْهِ وصاحَ بابْتِسامةٍ عَريضَةٍ: «يا لَكَ مِنْ وَلَدٍ قَوِيٍّ!».

فَضَحِكْتُ، وضَحِكْتُ، وَضَحِكْتُ.

أحِبُّكَ يا عَمّي حَبيب..

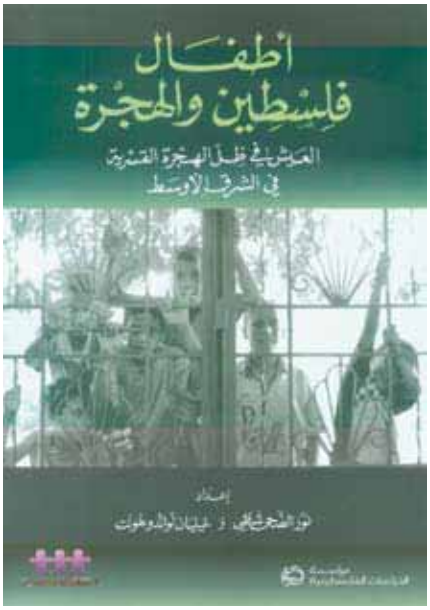
موارد

لكلّ الأولاد حقوق! – من موسوعة المرشد الصغير



تضمّ موسوعة المرشد الصغير 6 كتب تتناول مواضيع مختلفة، لكن متكاملة. يهدف لكلّ الأولاد حقوق إلى تقديم «اتفاقية حقوق الطفل» إلى الأطفال بطريقة موجزة وواضحة. فمن خلال هذا الكتاب يستعلم الأطفال عن حقوقهم وكيفية تطبيقها. على كلّ من الصفحات اليمين يقدّم النصّ حقاً من الحقوق مثلاً «حقّ المحبّة والاحترام». يواجه كلّ حقّ، على صفحات الشمال، نصّ يفسّر كيف وأين ينتهك كلّ من الحقوق المستعرضة. يمكن قراءة هذا الكتاب مع الصغار (5–7 سنوات) ولكن لعلّه أكثر ملاءمة – رسوماً وكلاماً – للأطفال الذي تتراوح أعمارهم من 8 إلى 10 سنوات. فمن المحتمل أن ينزعج الأصغر سنًّا من بعض المعلومات إن لم يكن هنالك من يرشدهم ويجيب عن تساؤلاتهم. من هذا المنطلق، وبحسب عمر القرّاء، يكون هذا الكتاب: وسيلة لتناول مواضيع مهمّة وجادة مع الطفل، أو وسيلة للطفل للتعلّم بنفسه عن الموضوع ونقله لباقي الأطفال ومناقشته وإياهم (من هنا اسم السلسلة : موسوعة المرشد الصغير) ليصبح الأطفال معلّمين بدورهم. باقي عناوين الموسوعة: سوء المعاملة، لا التجاوزات الجنسية، لا – العنف، لا – ابتزاز المال، لا – تعصّب وعنصرية، لا – التلفيزيون في العائلة، نعم. يمكن أيجاد هذه الكتب في المكاتب أو بالاتصال بدار النشر: دار نشر عويدات، بيروت ص.ب 628 – الهاتف: 033 616 3 (961+) – فاكس: 757 853 1 (961+) – البريد الكتروني: oueidat_editions@hotmail.com

أطفال فلسطين والهجرة
من إعداد نور الضحى شطّي وغيليان لْوانْدوهُونْت
الناشر: «ورشة الموارد العربية» ومؤسسة الدراسات الفلسطينية



يهدف هذا الكتاب من خلال إسماع أصوات الأطفال، إلى اكتشاف ما يحدث للأطفال والفتية عندما يتم اقتلاعهم وعائلاتهم وإجبارهم على مغادرة وطنهم. وبخلاف الدراسات التي تركز على الفرد بمعزل عن الآخرين، تتناول هذه الدراسة حياة الأطفال والفتية الفلسطينيين في سياق الجماعة العائلية والمجتمع المحلي، وفي سياق الوضع الاجتماعي – الاقتصادي – السياسي القائم. وتستكشف كيف تؤدي وقائع الهجرة القسرية السابقة والحالية إلى تغيير شخصية وأفكار هؤلاء الأطفال والفتية، وكيف تؤثر على شعائر الانتقال من الطفولة إلى الرشد. كما ويسلطّ البحث الضوء على التحولات التي أصابت تماسك المجتمع المحلي الفلسطيني في نطاق مخيمات اللاجئين، والتغيرات التي تعرضت لها أنظمة الزواج والعمل ورعاية المسنين وكيف تكيفت هذه الأنظمة وفق الأوضاع الجديدة، خصوصاً في ظلّ العيش على رزم المساعدات الإنسانية التي تفترض النموذج الغربي لنمو الطفل والمجتمعات، وكذلك مقاربة النفس اجتماعية الغربية. ويمكن الحصول على نسخ من الكتاب من المكتبات أو من أحد الناشرين:

- ورشة الموارد العربية، ص.ب. 13-5916 بيروت – لبنان، الهاتف: 075 742 1 (961+)، الفاكس: 077 742 1 (961+). البريد الالكتروني: arcleb@mawared.org
- مؤسسة الدراسات الفلسطينية، ص.ب. 7164-11. 1107 2230 بيروت – لبنان، الهاتف 804353 1 (961+)، الفاكس: 193 814 1 (961+). البريد الالكتروني: sales@palestine-studies.org

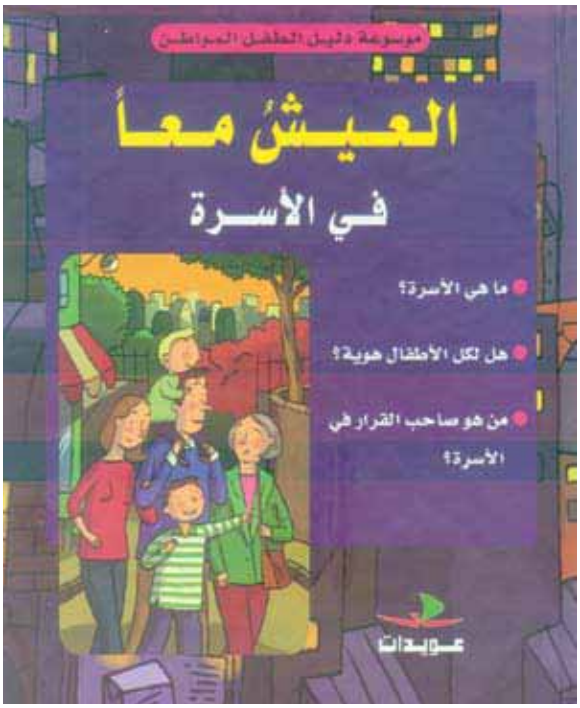
كما ويمكن تنزيل مقاطع من مقدمة الكتاب ومن الفصل السابع عن خلاصة النتائج الرئيسية عن: www.mawared.org

إنّه حقّي!



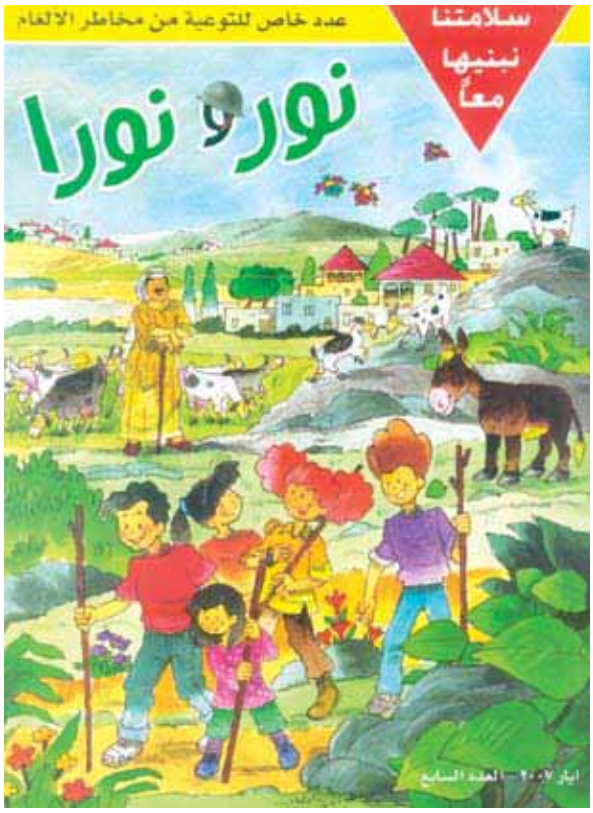
إنّه حقّي! لعبة في العربية والإنكليزية من تصميم سينتيا بتريغ و إبراهيم أبو خليل، ومن تنفيذ المركز الدانمركي للاجئين، بمساهمة قسم المساعدات الإنسانية في المفوضية الأوروبية. كما وشارك العديد من المنظمات العربية من خلال مشاركة النصائح والخبرات. وتشبه اللعبة باقي الألعاب التي تدور حول لوح، وزهر وأوراق لعب، وحلّ الألغاز أو الإجابة على الأسئلة. إنمّا ترتكز أكثرية الأسئلة في هذه اللعبة على حقوق الإنسان وخصوصاً على شرعة حقوق الطفل. وهدفها مزدوج: إعطاء الأهل والأطفال (من 10 سنوات وما فوق) فرصة للعب سويًا وفي الوقت عينه توعيتهم على حقوق الإنسان والطفل. يمكن أن يستفيد أيضًا من اللعبة المربّين والمربيّات في المدارس أو دور العناية. إن اللعب مع الأطفال أساسي لنموّهم الصحّي من جميع النواحي. ضمن إنّه حقّي! سيسحب الأطفال أوراق عديدة ومختلفة: منها الأسئلة (صح أو خطأ) التي تزيد من معلوماتهم، ومنها التحديّات التي تسمح لهم بتنمية مهاراتهم أو بكلّ بساطة بالضحك والتسلية. ولكن من الأوراق أيضًا ما يسائلهم عن آرائهم ومعتقداتهم، فتكون هنا الفرصة للمشاركة والتواصل والتعلّم. ويؤمّن المركز الدانمركي للاجئين ورشات للمنشطين والمربّين عمل حول كيفية الاستفادة من اللعبة. لمزيد من المعلومات عن الورشات أو اللعبة الاتصال بالمركز الدانمركي للاجئين، بيروت، رقم الهاتف: 987 736 1 (961+)، البريد الالكتروني: drclebanon@cyberia.net.lb، عنوان الانترنت: www.drc.dk

العيش معاً: في الأسرة
موسوعة دليل الطفل المواطن



يأتي هذا الكتاب ضمن مجموعة «دليل الطفل المواطن». تلخّص المجموعة نفسها بهذه الكلمات «المجتمع هو الأشخاص الآخرون؛ واحترام الأشخاص الآخرين وفوارقهم، وحاجاتهم، هو العيش بوئام في المجتمع». وتستخدم هذه المجموعة للوصول إلى هدفها – نحو توعية الأطفال على المواطنية – أسلوبها الخاص. فكلّ كتاب يدور حول فئة من المجتمع، ليتكامل مع باقي كتب المجموعة. وكلّ كتاب يعالج في فئته محاور ثلاث كلّ منها من خلال فصل يحتوي على حكاية، ومستند، ولعبة–اختبار. فبحسب المؤلفّين: سرد حكاية يومية، وإعطاء شرح وثائقي، وتقديم اختبار للتسلية، التفكير واتخاذ القرارات، يعطي للطفل المجال كي يدرك بأن له موقعاً في المجتمع، ودورًا يلعبه فيه. وكتاب العيش معاً: في الأسرة يدور حول المحاور التالية: ما هي الأسرة؟ هل لكل الأطفال هوية؟ ومن هو صاحب القرار في الأسرة؟ ويناسب النصّ الأطفال من 5 إلى 12 سنة من العمر، مع العلم أن الأصغر سنًا يلزمهم الاستعانة بالكبار للقراءة، مّما يتيح الفرصة لتمضية وقت وضروري مع الصغار لنموّهم والتواصل معهم. عناوين في المجموعة، فهي: العيش معاً: في المدرسة، العيش معاً: مع الأسرة، العيش معاً: مع المال، العيش معاً: مع الفوارق، العيش معاً: ضدّ العنف. يمكن أيجاد هذه الكتب في المكاتب أو بالاتصال بدار النشر: دار نشر عويدات، بيروت ص.ب 628 – الهاتف: 033 616 3 (961+) – الفاكس: 757 853 1 (961+) – البريد الكتروني: oueidat_editions@hotmail.com

موارد



مجلّة نور ونورا

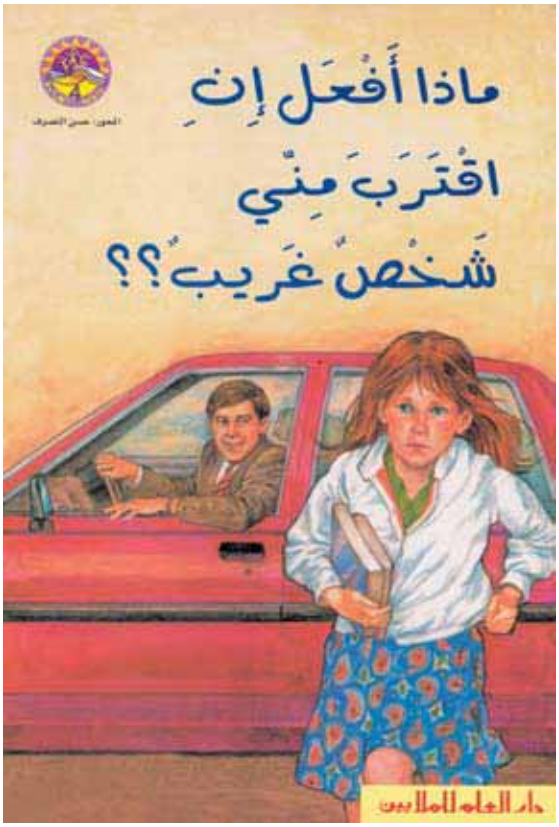
تصدر مجلة نور ونورا شهرياً عن كلية الصحة العامة وعلومها في جامعة البلمند. يأتي هذا العدد الخاص (عدد أيار 2007) لينضمّ إلى مجموعة مواد التوعية من مخاطر الألغام والقنابل العنقودية المتوفرة للحملة الوطنية للتوعية من مخاطر الألغام والقنابل العنقودية في لبنان. يهدف العدد إلى تزويد القرّاء بالمعارف والمهارات التي تجنّبهم التعرّض للمخاطر والوقوع ضحية انفجار. تحتوي المجلّة على قصص مصوّرة، وتحقيقات، ومشاركات من أطفال لبنان – من رسائل و قصص ورسوم – وألعاب تعليمية. كما يحتوي العدد على دليل للأهل للتعامل مع مشاكل الأطفال السلوكية الناتجة عن الحرب، وذلك بحسب فئة الطفل العمرية. ويرافق المجلّة قرص مدمّج يحتوي على إعلانين قصيرين من الرسوم المتحركة لتوعية الأطفال حول مخاطر الألغام، وملصق توعية الأطفال حول مخاطر الألغام، ومجلة نور ونورا باللغتين العربية والإنكليزية، ومعلومات حول نشاطات المنظمة السويدية لرعاية الأطفال المتعلقة بالتوعية من مخاطر الألغام. وبذلك بإمكان الأهل والمدرسة التعاون على توعية أطفالهم فتكون المجلّة للاستعمال في البيت والقرص المدمّج للاستعمال في الصّف.

للحصول على نسخة الاتصال بـ:

– كلية الصحة العامة وعلومها في جامعة البلمند: 108 562 1 (961+)، البريد إلكتروني: landmine@balamand.edu.lb

– المنظمة السويدية لرعاية الأطفال – المكتب الإقليمي للشرق الوسط وشمال أفريقيا: 654 738 1 (961+)، أو البريد الإلكتروني info@scsmena.org

ماذا أفعل إن اقترب منّي شخصٌ غَريب – من سلسلة زاوية القراءة (دار العلم للملايين)



مجموعة من النصائح العقلانيّة صيغت بأسلوب قصصي مشوِّق، تهدف إلى مساعدة الطفل على معرفة كيفية التعامل مع الغرباء وكيفية التصرّف في مواقف مختلفة قد يتعرّض فيها لخطر أو للمضايقة من قبل شخص غريب. الرسوم الواضحة، والمحتوى، والكتابة يناسبون الأطفال ابتداءً من الـ 7 سنوات من العمر. آخر صفحات الكتاب تحتوي على فقرات مهمّة من مراجعة لقواعد السلامة، وأسئلة يمكنه الطفل أن يطرحها عليكم أو معلّميه، وتمارين عن كيفية التعامل مع الغرباء، وملحوظة إلى الوالدين عن موضوع الكتاب. وتتضمّن سلسلة «زاوية القراءة» عدداً من الكتب منها «لا أحبّ الدغدغة» التي نشرتها حقّي في هذا العدد بإذن من دار الملايين اللذين أحبّوا المساعدة في حملتنا للتوعية على شؤون الأطفال. وهنالك أيضًا «عندما أشعر بالخوف»، و«عندما أشعر بالحزن» و«أنا أهتمّ بالآخرين» وغيرهم من القصص التي تناسب الأطفال في مختلف الفقرات العمرية ابتداءً من الـ 5 سنوات وحتّى الـ 12 سنة من العمر. يمكن الحصول على هذه القصص عبر الاتصال بدار النشر: دار العلم للملايين، بيروت، لبنان – صندوق بريد 1085، رقم الهاتف: 666 306 1 (961+) –فاكس: 657 701 1 (961+)، البريد الالكتروني: info@malayin.com عنوان الانترنت: www.malayin.com