أن الأطفال لا يقرأون الكتب في بطون أمهاتهم حتى يولدوا عارفين الألفاظ التي تعبر عن مشاعرهم ، بل و كثيرا ما لا يحسن الكبار التحدث إليهم و بالتالي يظلون عاجزين عن التوصيل السليم لما يحسون به او يحتاجونه . و بذلك يفتقدون أهم أدوات التواصل الإنساني و هو " لغة الحوار "

أن الحفاظ على الاتصالات بين الأباء و الأبناء ضروري لتكوين العلاقات بينهم . فنحن نأمل إن يشاركنا الصغار مشاكلهم و مشاعرهم . و هكذا نستطيع مساعدتهم عن طريق الخبرات الحياتية السابقة . فنحن نريدهم ان يعبروا عن أنفسهم بطريقة مناسبة . و ذلك افضل من ان يخرجوها بصورة مدمرة .

ضع في اعتبارك النقط التي سنتحدث عنها هنا . لكن اقدم لك أولا كلمات قليلة من التحذيرات :

1.
تذكر أن الكلام ليس هو كل شئ لان مشاكل السلوك لا تحل جميعها بالكلام و الحديث فقط .فلا سبيل لان تكون مستمعا جيدا إلا أن بوضوح ، و تتفحص كيف يبدو الطفل في إنصاته ، و عند شرحك له الأمر لا يعد هذا بالشيء الكافي ، فالعديد من الأبناء يحاول غالبا أن يوجهوا أبنائهم أو يضعوا أمامهم أسبابا فيقولوا الشيء مرات عديدة و كثيرة . لكن هذا وحده ليس فعالا . الأفضل أن تتكلم بهدوء لكن فى نفس الوقت يحمل كلامك نتائج حقيقية .
2.
بدل أسلوبك حسب عمر الطفل و مدى بلوغه . و الخطأ الغالب ان العديد من الاباء يتكلمون كثيرا . و يستخدمون وسائل الاتصال فى حياة الطفل مبكرا جدا . مستخدمين كلمات يصعب على الطفل ان يتفهمها . ان الاطفال الصغار ينصتون افضل للاساليب الادارية اكثر من المواعظ الهادفة .
3.
و حين يصير تكوين علاقة الاتصال بينك و بين طفلك حقيقة في سن مبكرة ، فانك لا تتوقع رد فعل حتى وقت متأخر . لان الاتصالات الأكثر و النتائج الأفضل تجدها في سن المراهقة.

أصغ إلى السلوك

قد يصبح الآباء خبراء في قراءة لغة أطفالهم الجسمية لكن غالبا ما لا يدركون ان الأطفال يعبرون من خلال سلوكهم طويلا .

الأطفال لا يتصلن بالعالم بطرقة شفوية لكنهم يجسدون مشاعرهم عندما يقعون تحت ضغط أو نزاع .ففتاة الثامنة التي احضروا لها الطبيب النفسي ألانها تكسر اللعب و ممتلكات الأسرة . اكتشف الطبيب أنها كانت قلقة جدا على صحة والدها الذي كان منفرا ولا يتناقش أبدا فى حضرتها ، و بالعلاج أصبحت قادرة لان تتفوه بمشاعرها و توقفت عن إخراج خوفها بمثل هذه الصورة المدمرة .

عندما تبدأ طفلتك في التصرف بطريقة جديدة ، لعل هذا لا يكون مرحلة جديدة ، لعلها تريد أن تخبرك بشيء ما ، فنرى أن " منى " ذات الستة أعوام كانت تعاقب أخاها الرضيع ، و تعود بعدها تبكى هي عادة اهملتها منذ وقت طويل . حقيقة أن أخاها ذا الستة اشهر كان يجذب انتباه الكل لذلك كانت منى تشعر بالاحتياج لاهتمام الآخرين بها . فهي تريد المجاملة من الناس حولها و تريد أيضا القليل من الحب من أمها .

ضع نفسك في موضوع طفلك لدقائق و حاول أن تكشف ما الذي ينوى أن يفعله و ذلك من خلال اتصالك به .

المشاعر المنطوق بها

حاول صموئيل ذو الأربعة أعوام أن يركب جزئين من لعبته مع بعضهما البعض لمنه فشل ، ووصل في النهاية إلى الإحباط و ألقى

باللعبة في الحجرة .

لو كانت مكان أبيه لكانت تفعل شيئا ...لكن كيف ...؟ بالتأكيد أن تصرفه هو رد فعل طبيعيي بعد فشله ، لكن عليك ان تساعد الطفل ليجيد طريقة مختلفة لكي يعبر عن إحباطه . فافضل الطرق للمساعدة هي أن تصف مشاعره . اخبره بأنك تعرف انه " محبط " و عندئذ يشعر طفلك بهذا ،و عليه يسأل المساعدة من الغير ، اضف نصيحة مثل " عندما تلقى الاشياء ستفقدها لمدة يومين "

و لعلك تقترح ايضا نصيحة إيجابية مثل " عندما تريد المساعدة اطلبها مثل " عندما تريد المساعدة اطلبها ، و سوف أكون فخورا بك و اسر جدا بمساعدتك " بالطبع حين يقوم بهذا مع طفلك فلتفعله بهدوء و حكمة .

أسلوب مساعدة الأطفال هو ان يتعلموا كيف يحددون مشاعرهم و هناك تداريب لذلك مثل ان ترسم له مجموعة من الوجوه كالمبينة أدناه و ساعده ان يصف شعور كل منها :
المحادثة الواحدة لن تغنينا اعواما

التقدم فى تعليم الطفل كيفية التعرف و التعبير عن مشاعره تأخذ اعواما و مرات عديدة متكررة . و لكن لديك العديد من الفرص لتساعده و كلما كبر الطفل تنمو معه مشاعره و اسلوبه هذا يصير اكثر قوة و وضوحا
خذ وقتك فى الانصات

فى بعض الاحيان يبدو من الصعب ان تجد دقائق قليلة هادئة لكى تنصت الى طفلك لكن هذا امرا ضروريا و ذلك اذا اردت ان تكون هناك اتصالات بينك و بين طفلك فهذة الفترة من الاتصالات هى القناة التى تسمح لك بالدخول الى طفلك . و ضرور للطفل ايضا ان تكون له الفرصة فى ان يتحدث مع كل من والديه على انفراد و خصوصا مع الاب الذى يعيش بمفرده ، او الام التى تعيش بمفردها . لعله يبدو صعبا ان تبدأ فى الانصات و التحدث . لكن لو بدأت هذا العمل مبكرا ستحصل على علاقات حسنة جدا .

يجب ان يسمح الاطفال لك ان تعيش معهم احداثهم الحياتية و مشاعرهم ، حتى تكون هناك جدية فى ان تستفسر عن تفاصيل ما حدث .

فالحديث العميق و المعان الجميلة غير كافية . و هذة نقطة مهمة جدا و علينا ان نعطيها كفايتها . فمحادثة واحدة جيدة جدا لن تغنينا لمدة اعوام طويلة فى الصمت .

الخطوات التالية سوف تساعدك على تقوية العلاقات بينكما :

اجعل هناك وقتا لكى تجلس و تتحدث مع طفلك يوميا و سيكون هذا الوقت مهما . و لكن يجب ان يكون المكان الذى تتبادلان فيه الحديث مريحا لصغيرك

اجعل هناك أهدافا لكلامك . عندما يسألك الطفل الحديث معك أو بطريقة غير منطوقة يعطيك إشارة إلى أن شيئا يضايقه اجلس معه جلسة خاصة بأقصى سرعة ممكنة و ضع هدفا للحديث معه . و مع الأطفال الصغار خصوصا . فان الوقت المناسب يعد هو افضل شيء للحديث الناجح . و عادة ما يأخذ دقائق قليلة فقط .

لو كان عليك أن تؤجل حديثك ، حدد وقتا لاحق . و قل نحن لا نستطيع الحديث الآن لان هناك ضوضاء شديدة ، لكن دعنا نتحدث عن هذا في حجرتك في المساء بعد العشاء مباشرة عندئذ تأكد من انك حافظت على هدفك .

أعط طفلك اهتماما غير مشوش اخبر باقي الأسرة إلا يزعجوك و اذهب معه إلى مكان خاص و تصرف كما لو كان العالم كله ينصت أليه .أعط لطفلك نفس الاهتمام الذي تعيره لصديق مثلا يأتى اليك ليناقش مشكلة مهمة جدا .

استخدام أسلوب المناقشة المفتوحة .أحيانا حين يريد الأطفال أن يتحدثوا يكون من الصعب عليهم أن يبدأوا الحديث فاقترح انت الحديث مثل أن تقول " هيا لنتحدث " أو " أخبرني بما يضايقك و سأساعدك " و الأكثر أمانة هو ان تكون له قائدا جيدا . يمكن ان تقول له على سبيل المثال " عندما عدت من المدرسة اليوم كان يظهر عليك الحزن ، هل نتحدث عن شيء حدث ؟!! يمكن ان يلاحظ الطفل ان الحديث سيدور حول ما حدث فى المدرسة و لكن دعه يلمح انك تعطيه الحرية ان يتحدث فى هذا الموضوع او فى غيره .

لو كان طفلك يستجيب للكلام ادفعه برفق لان يبدأ الحديث . حاول ان تخبره بقصة او اقرأ معه كتابا خياليا او حقيقيا عن موقف مشابه لما هو فيه . احيانا بمجرد ان تمهد الطريق له سرعان ما يبدأ ، يكون هذا هو افضل الطرق لبداية حديث .

اجعل الطفل يعلم بأنك تقدر هذه المشاركة . عندما تدعوك طفلتك للتعرف على بواطن حياتها ، دعها تعرف انك تعتقد ان هذا امر عظيم . يمكن ان تقول ببساطة " أشكرك لانك تحدثت معي في هذا الأمر " أو " ربما اعرف انه كان من الصعب أن تتحدثي في هذا الموضوع " او " اننى مسرور جدا بأنك تشعرين انك يمكن ان تأتين إلى عندما يضايقك شئ " أو ببساطة جدا شاركها شعورها بأن تحتضنها .