



501 "طريقة لتعزيز ثقة الطفل بنفسه" لمؤلفه " روبرت د . رامسي "

الكتاب يحتوي على نصائح وأفكار عملية وواقعية سهلة الاستخدام تساعد على تربية الأبناء تربية صحيحة كما تبني لديهم الإحساس بالثقة وتعلمهم معنى احترام الذات..

عزيزي الأب:

امنح طفلك موهبة الثقة بالذات من خلال التطبيق العملي لهذه الأفكار..
ولا تنس أن أبنائك يستحقون ذلك.

والآن لننطلق على بركة الله

المراحل الأولى:

- 1- ابدأ مع طفلك بداية صحيحة . فإذا رُزِقْتَ بطفل ، فلا تسمه اسماً سخيلاً لأن ذلك سيسبب له الحرج طوال عمره.
- 2- عانق طفلك بحنان كل يوم.
- 3- حافظ على أفضل لمعان في عينيك عندما تنظر لطفلك.
- 4- اضبط طفلك وهو يقوم بأعمال جيدة.
- 5- لا تتوقع من طفلك أن يكون دائم الاستقامة ، متعقلاً ، يتميز بعدم الأنانية أو أي من هذه المعجزات بالنسبة لطفل صغير.
- 6- عندما يتعارض العمل مع شؤون الأسرة ، اجعل الأولوية للأسرة.
- 7- لا تضيق وقتاً على الافتراضات كأن تقول ، " ماذا لو ؟ " ، " لو أنني فقط " .. أثناء تربية طفلك.
- 8- انصت لحديث ابنك بكل حواسك . فلا تقاطعه ، أو تنه جملته قبل أن يكملها بنفسه ، فينبغي أن تهتم بكل كلمة يقولها لأن هناك إحساساً خلفها . إن الاستماع الجيد للطفل هو أفضل من أن تجلس صامتاً ، تنتظر دورك في الحديث.
- 9- لا تقلق بشأن ملابسك أو تسريحة شعرك عندما يقوم ابنك باللعب معك.
- 10- علم ابنك الطرق الإيجابية كي يتغلب على التوتر ويحافظ على هدونه.

- 11- إن اهتمامك بحفلات أعياد ميلاد أبنائك يعني احتفالاً بذكرى حياة جديدة.
- 12- لا تتوقع من أطفالك أن يتعلموا درساً تلقنهم إياه من أول مرة.
- 13- اقض أطول فترة ممكنة خارج البيت مع أبنائك حيث تتعهدوا الأزهار بالرعاية في الهواء الطلق.
- 14- اجعل أطفالك يحكون لك عن أحلامهم السيئة أو الكوابيس التي تتألبهم.
- 15- اشعر طفلك أنك لا تقلل من شأن دميته المفضلة.
- 16- لا تنه يومك بخلاف مع ابنك.
- 17- تقبل حقيقة أنك لست أباً مثالياً ، فإن ذلك يقلل الضغط عليك أنت وطفلك.
- 18- لا تحضر بعض الأعمال لإنجازها في المنزل لأن ذلك سيرك لدى أسرته انطباعاً بأن عملك أهم منهم.
- 19- عليك إدراك أن بكاء طفلك قد يكون لسبب وجيه أو قد يكون لمجرد جذب الانتباه.
- 20- عليك إدراك أن حتى الأطفال قد يشعرون ببعض الأسى أو تتحطم قلوبهم.
- 21- حاول دائماً أن تمنح طفلك فرصة أخرى.
- 22- عندما يكون طفلك صغيراً ، أترك أي عمل تقوم به لتضعه في فراشه كل ليلة.
- 23- لا تقلق إذا ظهرت على طفلك بعض العلامات حينما تكون تلك العلامات عادية بالنسبة للأطفال في مثل سنه.

- 24- لا تعامل كل الأطفال بنفس الأسلوب . فإنهم لا يحتاجون نفس الأشياء بالضرورة.
- 25- راقب ابنك أثناء اللعب لتعرف كيف يرى نفسه وكيف يراك.
- 26- لا تعتمد على المجالات غير المتخصصة في تربية ابنك.
- 27- شجع طفلك على تكرار المحاولة.
- 28- حاول أن تهبط لمستوى إدراك طفلك من حين لآخر.
- 29- لا تحاول أن تكون شديد الحزم مع أطفالك ، فهم سيمرون بالعديد من التجارب التي ستضعهم على أول طريق النضج دون تدخل منك.
- 30- احرص على " هدهدة " طفلك وهو في مرحلة المهد ، فإن ذلك سيكون مفيداً لكليهما.
- 31- التقط الزهور البرية مع طفلك.
- 32- دعي طفلك تلهو بأصص الزرع وأنية الطهي من حين لآخر.
- 33- كن حازماً في تعليم ابنك الصواب والخطأ . لكن لا تكن متجهماً.
- 34- تحدث كثيراً مع الآباء الآخرين لأن تربية الأبناء لا تتم بمعزل عن الآخرين.
- 35- تذكر أن كل الرضوض والكدمات لدى طفلك ليست ظاهرة لعينك.
- 36- إذا لم تجد الكلمات التي تعبر عن مشاعرك ، ضم طفلك إليك بحنان . فهذا كاف لكي تقول كل شيء.
- 37- لا تضايق طفلك بكثرة ملاحظاته إذا كانت طريقتك في إبداء الملاحظات غير ممتعة.
- 38- احتف بنجاح طفلك حتى لو كان هذا النجاح بتقدير متوسط.
- 39- قدر قيمة الحصول على باقة أزهار برية من طفلك.
- 40- تذكر أن كونك أباً يلزمك أحياناً بحب أشياء لم تكن تحبها من قبل.
- 41- اكتب الأشياء المضحكة والممتعة التي يقولها ابنك ؛ لأن ذلك سيكون مصدر متعتكما في السنوات التالية.

- 42- اترك الحجرة مضاعة إذا كان ابنك يخاف الظلام.
- 43- أسس نظاماً يومياً لأن ذلك سيدعم إحساس طفلك بالأمان.
- 44- لا تجعل كل وجبة عبارة عن " صراع إرادات " بينك وبين طفلك . يجب أن تستسلم أحياناً.
- 45- لا تقلق إذا كانت ابنتك الصغيرة أكثر ميلاً للعب مع الصبية ، أو كان ابنك الصغير يحب اللعب أكثر مع الدمي . فلا ينبغي أن يرغم الأطفال على معاشاة تصورات الكبار عما ينبغي وما لا ينبغي أن يكون عليه الأطفال.

- 46- دع الأطفال يلعبون وهم يرتدون ملابسك القديمة.
- 47- حاول المحافظة على كتب الأطفال الخاصة بابنك ، فسوف يستمتع كلاكما بها في المستقبل.
- 48- تذكر أن كل طفل يحتاج إلى تناول الحلوى من حين لآخر.

- 49- لا نقل كلمة " مستحيل " حيث أصبحت هذه الكلمة تلازم الكثير من الآباء.
- 50- اصنعي لطفلك بعض الكعك المميز صبيحة أيام الإجازات.
- 51- اختر لطفلك قدوة قدر استطاعتك لأن ذلك سوف يعظم القيم الروحية لديه على مدى عمره.
- 52- لا تجعل المقارنة الدائمة بين طفلك والأطفال الآخرين عادتكم المفضلة.

- 53- علم طفلك الفرق بين التعبيرين " أنا أولاً " و " هذا دوري. "
- 54- تقبل طفلك كما هو.
- 55- ادخر شيئاً مهماً من كل عام من عمر طفلك.
- 56- دع أجداد الأطفال يدللونهم ، فهذا هو عملهم.
- 57- حاول أن تداوم على جلسة الشاي العائلية يومياً خاصة عندما يكون أبنائك صغاراً.
- 58- تجنب عبارة " افعل هذا وإلا..." كلما أمكنك ذلك.
- 59- استمتع بالذهاب إلى الملاهي مع طفلك.
- 60- حاول اقتناء بعض الكتب المحببة وقرأها لأطفالك.
- 61- اسمح لابنك أن يحمل أخاه الرضيع.
- 62- إذا ارتكب ابنك خطأ ما ، فلا تشعره بأنه شخص سيئ.
- 63- لا تدع الفرصة لابنك أن يكون " طاغية " في المنزل ؛ لأن ذلك شيء غير عادل لكل أفراد الأسرة بما فيهم الطفل نفسه.
- 64- استمع إلى تغريد الطيور في ساعة الغروب مع طفلك.
- 65- دع طفلك يشاهد الطيور الصغيرة والكلاب الوليدة.
- 66- اجعل أول شيء يلتقاه طفلك منك صباحاً هو الحب.
- 67- اختر الحضانة التي سيلتحق بها ابنك بعناية مثلما تختار سيارتك الجديدة.
- 68- شارك أبنائك الضحك والبكاء.
- 69- لا تقدس طرق التربية التي يتبعها الآخرون في تربية أبنائك.
- 70- لا تهمل التقاط الصور أو الحفاظ على الكتب الخاصة بابنك الثاني أو الثالث لأن ذلك يعطي انطباعاً بأن طفلك الأول هو الأكثر أهمية.
- 71- تفاخر بأبنائك أكثر من لومهم.
- 72- لا تشعر أبداً بالارتباك مع ابنك أثناء قولك " أنا أحبك. "
- 73- وضح لأبنائك أن بعض السلوكيات مرفوضة دائماً ، لكن الشخص الذي يقوم بها ليس كذلك.
- 74- داوم على عادة رمي الحصى في الماء مع ابنك . القى اعجابك هنا ليصلك كل جديد...
- 75- إذا نجح ابنك في عمل شيء ما ، احتف به.
- 76- لا تتوقع من طفلك أن " يتصرف كشخص ناضج " إذا كان ما زال صبيّاً صغيراً.
- 77- لا تتعجل نضوج ابنك.
- 78- ابتسم كثيراً ، فإن ذلك لن يضررك ، بل سيساعدك في إقامة علاقة دافئة مع ابنك.
- 79- علق رسومات ابنك وأعماله المدرسية في أماكن واضحة . إن أبواب الثلاجات مصنوعة لهذا الغرض.
- 80- انتبه لما يعتقد ابنك أنه شيء مهم ، فإنه كذلك بالفعل.
- 81- قدر نوايا ابنك الطيبة حتى إن لم تؤد إلى نتائج وأفعال جيدة.
- 82- قم بعمل حفل كبير يشارك فيه كل أفراد الأسرة وينالون فيه حظهم من الهدايا.
- 83- قتل من اللوم قدر المستطاع حتى لا يشعر الأطفال بالخزي من أفعالهم.
- 84- تذكر ، لا يوجد طفل أقل من أن يكون لديه شيء خاص يحبه.
- 85- لا تنسَ أبداً أنك أول وأهم مدرس في حياة طفلك.
- 86- قم معه بزيارة لمحل بيع الحيوانات الأليفة كي تنمي لديه حب الحيوانات.
- 87- اسمح لطفلك أن يكون لديه أسرار الخاصة التي يحتفظ بها.
- 88- اسمح لطفلك – أحياناً – بتناول الحلوى في بداية الوجبة وليس في نهايتها.
- 89- أعط له فرصة – لمرة واحدة على الأقل – أن يكون أول طفل في البناية يفعل أو يمتلك شيئاً مميزاً.
- 90- لا تتقمص شخصيات خيالية حتى لا تهتز ثقة أبنائك بك عندما يعرفون الحقيقة.
- 91- تذكر أن تناول مشروب الشيكولاتة الساخن مع طفلك في يوم بارد يساعد في إثراء التواصل بينكما .
- 92- لا تسخر من الشخصيات الخيالية التي يحترمها طفلك.
- 93- ابن نموذجاً مصغراً لمعسكر في حجرة المعيشة لتعسكر فيه مع طفلك ليلة ما.
- 94- لا تستبعد أن يخذلك طفلك أحياناً.
- 95- حاول اصطحاب ابنك للسيرك من حين لآخر.
- 96- قل " وداعاً " لابنك دائماً قبل أن تتركه.
- 97- حاول أن تسير مع ابنك وسط الأمطار الخفيفة.
- 98- أجب دائماً على أسئلة طفلك ، ولا تجعله يشعر بأنه غير ذي أهمية.
- 99- لا تحاول أن تجبر ابنك على فعل أشياء يخافها.

- 100- مارس الغناء كثيراً مع ابنك.
- 101- تذكر تلك الأشياء التي قلت أنك لن تفعلها عندما تكبر ويكون لك أبناء ، وحاول ألا تفعلها.
- 102- احرص على تكوين بعض العادات العائلية لتزيد من استقرار الأسرة الذي يسعد الأطفال ، حيث أنهم سيداومون على هذه العادات عندما يكبرون.
- 103- لا تبد قلقلًا بالغاً عندما يقضي طفلك وقتاً كبيراً في التلوين والرسم.
- 104- لا تجعل الأطفال يأكلون بمفردهم ، بل اجمعهم على مائدة الطعام العائلية.
- 105- اجعل طفلك يقص عليك قصة قبل النوم من حين لآخر.
- 106- لا " تدغدغ " طفلك كثيراً لو كان ذلك يضايقها.
- 107- اغمز بعينك لابنك لو كان بينكما سراً مشتركاً.
- 108- لا حظ الأشياء التي يودها طفلك بطريقة جيدة.
- 109- اتفق مع ابنك على خطة عندما تكونا معاً في مركز تجاري أو في منطقة سكنية مزدحمة حتى لا يتوه عنك.
- 110- اذهب لتخوض مع ابنك في الطين والماء حتى يعلق الطين على أصابع قدميك.
- 111- تأبط ذراع طفلك أثناء سيركما معاً.
- 112- ابن مع ابنك قصوراً من الرمال.
- 113- ابحث عن شجرة مناسبة حتى تستطيع أنت وطفلك أن تتسلقها.
- 114- دع طفلك تضع صلصة أو شيكولاتة على الأكلة المفضلة لديها من حين لآخر.
- 115- اخبزي الكعك مع طفلك.
- 116- اسمح لطفلك أن يساعدك في غسل سيارة العائلة.
- 117- كافئ أبنائك دائماً عند قيامهم بأعمال رائعة غير متوقعة .
- 118- لا تبالغ في إظهار ضيقك بخصوص مدى نظافة حجرة طفلك ، فبعد عشرين عاماً لن تهتم بهذا الأمر كثيراً.
- 119- ترقب مع طفلك ظهور بشارن الربيع الأولى.
- 120- حاول تخصيص وقت لكل طفل من أطفالك كل على حدة.
- 121- حاول مقاومة إغراء قولك لطفلك " : أنت صغير جداً لفهم هذا الأمر. "
- 122- عود طفلك أن يسمى بالله وبحمده قبل وبعد تناول الوجبات.
- 123- لا تسمح لابنك أن يأكل اللحم السيئ .
- 124- مارس هواية صيد الأصداف مع ابنك واحتفظ في بيتك بأجملها.
- 125- ازرع شيئاً مع ابنك.
- 126- قم بعمل شيء مميز يوم " عيد الحب " لأن مثل هذه المناسبات مخصصة لإظهار العواطف.
- 127- حاول أن تبقى في البيت ليلة العيد لكي تحتفل مع أبنائك.
- 128- امنح طفلك فرصة لعمل " الفشار "
- 129- اجمع أوراق الأشجار المتساقطة مع ابنك ثم العبا بها معاً.
- 130- اجعل ابنك يركب سيارة شرطة أو شاحنة مطافئ لو أمكنك ذلك.
- 131- لا تجعل فرقاً شاسعاً بين معاملتك لابنك على الملأ ومعاملتك له داخل البيت.
- 132- ليس لزاماً عليك أن تترك الفرصة لابنك ليفوز عليك في كل لعبة تلعبانها معاً ، لن كل شخص ينبغي أن يفوز أحياناً وليس دائماً.
- 133- امنح أبنائك فرصة أن يقدموا لك إفطارك في حجرة نومك في أيام عيد ميلادك أو عيد الأب أو عيد الأم
- 134- انتبه عند ظهور علامات التوتر والضغط لدى طفلك في شكل (كوابيس أو نوبات غضب بدون مبرر... إلخ)
- 135- اذهب مع ابنك إلى إحدى مناطق الريف الجميلة حيث تزوران حظائر الحيوانات معاً.
- 136- خصص ليلة لممارسة ألعاب الذكاء مع العائلة من حين لآخر.
- 137- لا تقل لطفلك " : إن ذلك الأمر سيضرني أكثر مما سيضرك أنت . " فلا يوجد طفل تخدعه مثل هذه الأقاويل.
- 138- علم طفلك أن كل البشر يخطئون وأنه ليس ضرورياً أن تكون مثالياً كي يحبك الآخرون.
- 139- عندما تكون خارج المنزل ، اتصل بطفلك وقل لها إنك تفتقدها.
- 140- امتدح كل جهد يبذله طفلك وليس ما يؤدي إلى نجاحات فقط.
- 141- إن لم تستطع الذهاب لشاطئ البحر ، يمكنك إقامة حفل شاطئ في المنزل حول حوض السباحة المصنوع من البلاستيك يحيط به بعض الرمال .
- 142- اصنع لطفلك ألعاباً متحركة من الأشياء التي تعكس اهتماماته.

- 143- تواصل مع ابنك بشكل دائم بعبارات مثل " أعرف أنك تستطيع فعل ذلك " كتحفيز له.
- 144- احرص على ركوب الدراجة مع طفلك.
- 145- اعتذر لطفلك عندما تكون مخطئاً.
- 146- امنح طفلك صندوقاً خاصاً يضع به مقتنياته الخاصة وأعطه مفتاحاً له.
- 147- اسمح لطفلك أن ينتصر عليك أحياناً.
- 148- قد تضطر في بعض الأحيان إلى أن تؤكد لطفلك أن " العالم يدور حول الشمس وليس حوله هو. "
- 149- احرص على تعليم طفلك السباحة.
- 150- سجل أول يوم لطفلك في المدرسة بكاميرا الفيديو ، لأن ذلك اليوم هو أحد الأيام الهامة في حياته.
- 151- عليك أن تدرك أن علاقة الأبوين ببعضهما البعض لا تقل أهمية عن علاقة كل منهما بالطفل ؛ لأن ذلك سيعطي الطفل انطباعاً عما يجب عليه أن تكون العلاقة بين أفراد العائلة.
- 152- لا تدع فرصة حضور مؤتمرات التربية تفوتك.
- 153- إن الأشياء التي يعرضها ابنك ويتحدث عنها كثيراً تجعلك تتعرف على كل ما يمثل قيمة كبيرة بالنسبة له.
- 154- لا تسخر من المخاوف المرضية لدى الطفل (مثل العناكب والأماكن المرتفعة) لأن ذلك سيكون له أثر سلبي على الطفل.
- 155- اسمحي لطفلك أن تزين كعكة عيد ميلادها بنفسها.
- 156- إذا اقترضت أي شيء من طفلك ، فلا بد أن تردده إليه.
- 157- قم بعمل تطوعي للمدرسة التي يلتحق بها أبنائك.
- 158- عبر لطفلك عن أسفك تجاه موت حيوانه الأليف.
- 159- اشعر طفلك أنه من الطبيعي أن يمر بيوم عصيب.
- 160- تناول وجبة الغداء مع طفلك في المدرسة من وقت لآخر.
- 161- تذكر أن أكل المرطبات قد يكون علاجاً ناجحاً في الكثير من المواقف المحبطة.
- 162- احتفل بالأعياد القومية في حماسة ، كي يدرك طفلك أن حب الوطن قيمة غالية.
- 163- ضع عبارة تشجيع في صندوق الغداء الخاص بطفلك.
- 164- اتصل بطفلك إذا كنت ستتأخر خارج المنزل.
- 165- لا تكثر من الحديث عن التضحيات التي بذلتها من أجل طفلك ، بل تحدث أيضاً عن المتعة التي وجدتها في ذلك.
- 166- عندما تقرر إلحاق ابنك بمدرسة أو معسكر فيجب أن تقوم معه أولاً بزيارة للمكان حتى يتعرف على المطلوب منه . فهذا من شأنه أن يقلل شعوره بالخوف ويؤدي على بناء ثقته بنفسه.
- 167- قم بإدخال الشعائر الدينية مع أبنائك.
- 168- اجعل طفلك يجهز حقيبته بنفسه عند ذهابكما إلى إحدى الرحلات معاً.
- 169- ضع اسم ابنك قبل اسمك أحياناً عند توقيع خطابات باسم عائلتك.
- 170- علم طفلك أحد أنواع الشفرات السرية.
- 171- احرص على تسجيل الوقائع الهامة في حياة طفلك في مفكرتك الشخصية أو العائلية.
- 172- استأجر أحد الرسامين ليرسم " بور تريه " لطفلك ، لأن ذلك سيعلق بذهنكم لسنوات طويلة قادمة.
- 173- احضر لابنك أحد صناديق الموسيقى والذي يعزف إحدى أغنياته المفضلة.
- 174- عندما لا تستطيع أن تقترب من ابنك بدرجة كافية حتى تخبره بشيء ما ، فأشر إليه بيديك إشارة يفهمها .
- 175- لا تحاول إخفاء مشاعرك لأن ذلك سيعلم أبنائك إستراتيجية غير صحيحة للتعامل مع الأشياء.
- 176- أشعر ابنك أنك فخور بكل الأشياء التي يقوم بها وليس الأشياء التي يؤديها بطريقة جيدة فقط.
- 177- لا تدع أفعال طفلك التي تظهر عاطفته تجاهك تذهب دون ملاحظة.
- 178- حاول أن تنمي المواهب التي يتمتع بها طفلك أيما كانت تلك المواهب.
- 179- علم طفلك معنى أن يكون جاراً جيداً ، وكيف يعامل جيرانه بالصورة الصحيحة.
- 180- ساعد طفلك على أن يبدأ جمع زينة العيد بنفسه.
- 181- احتفظ بـ " ميدالية " تحوي صورة ابنك . فإن ذلك يوضح لها مدى اهتمامك بها.
- 182- انصرف من عملك مبكراً وبصورة غير متوقعة بين الحين والآخر ؛ لتمارس بعض الألعاب الممتعة مع طفلك.

- 183- خذ طفلك معك إلى البيت الذي نشأت فيه لتجعله يشاركك إحساسك عندما كنت في مراحل النمو الخاصة بك.
- 184- دع طفلك يساهم في رعايتك عندما تكون مريضاً (وعندما لا يكون مرضك معدياً بالطبع)
- 185- علم طفلك كيف يتقبل المجاملات ويرد عليها.
- 186- حاول أن تتعلم شيئاً من طفلك .
- 187- امنح طفلك حق اختيار الهدايا التي سيقدمها للآخرين.
- 188- لا تنهون في التعامل مع مخاوف ابنك . فلا بد أن تأخذها على محمل الجد.
- 189- اذهب إلى المكتبات العامة مع طفلك لتتصفح الكتب معاً.
- 190- اذهب مع طفلك لمشاهدة إحدى مسرحيات الأطفال من آن لآخر.
- 191- قم بإعداد وجبة عشاء خاصة على شرف ابنك من حين لآخر.
- 192- اقرأ كتابات ابنك واهتم بأدق تفاصيلها.
- 193- اطلب من طفلك أن يساعدك بين الحين والآخر.
- 194- اطلب من طفلك قراءة البطاقات المصاحبة للهدايا.
- 195- دع طفلك يسجل رسالة الرد في جهاز " الأنسر ماشين " بصوته (بعد أن تراجعها طبعاً)
- 196- شاهداً معاً تسجيلات لبرامج الأطفال التي كانت مفضلة لديك عندما كنت صغيراً ، فإنها تعطي كل منكما إحساساً بالتغيير وتمنحكما قاعدة للمقارنة.
- 197- أعط الفرصة لطفلك كي يكون له حديقته الخاصة.
- 198- دع طفلك يحضر جنازات من يحبهم لأن ذلك سوف يساعده على التعرف على معنى الإحساس بالخسارة.
- 199- أعط طفلك مجموعة بطاقات تحوي معلومات كاملة عن (...) حيوانه الأليف كي يضعها حول عنق هذا الحيوان.

- 200- إذا كنت على وشك أن تُرزق بمولود جديد ، فاسمح لابنك الأكبر أن يشارك في جمع الأشياء اللازمة له ويساهم في وضع خطة للتعامل مع أخيه القادم.
- 201- لم لا تطبق ما تقوله ؟ حاول دائماً أن تسير في حياتك على المبادئ التي تعلمها لابنك.
- 202- استخدم ورق الكرتون المقوى لتصنع حائطاً عائلياً تصف عليه الأحداث اليومية المهمة في حياة عائلتك
- 203- قم بعمل مفاوضات مع طفلك بخصوص الموضوعات الهامة ، ولكن لا تدع لكل ما يقوله.
- 204- أعط لابنك مفتاحه الخاص.
- 205- شارك ابنك دائماً في الحديث عند اجتماعكما مع مدرّسه ، فالصمت والسرية يشعران الطفل بالتآمر ضده
- 206- لا تجعل مخاوفك وعدم ثقتك في السلطة تنتقل إلى ابنك.
- 207- علم طفلك كيف يخطط للمستقبل.
- 208- ابدأ في عمل حساب مصرفي باسم طفلك.
- 209- قدم طفلك للآخرين في المناسبات الاجتماعية ، و لا تتصرف وكأنه غير موجود.
- 210- إذا كان ابنك خجولاً ومرتبكاً دائماً ، فصافحه بين الناس وعائقه في المنزل.
- 211- لا تظهر لطفلك أن ما يفعله الكبار هو فقط الجدير بالاهتمام.
- 212- حاول أن تجعل بداية يوم طفلك هادئة بقدر الإمكان ، لأن البداية الصاخبة لليوم يمكن أن تصيبه بحالة من الإحباط على مدار اليوم.
- 213- تعلم كيف تقرأ لغة جسد طفلك وكذلك كيفية الاستجابة لها.
- 214- تذكر ، يجب ألا تجبر ابنك على أن يأوي لفراشه بينما لا يرغب في ذلك.
- 215- حاول أن تركز انتباهك على طفلك حتى تشعره أنك تعطيه تركيزاً كاملاً.
- 216- لا تجعل لطفلك أداة ضغط على شريك حياتك في صراع القوة بينكما .
- 217- كن على وعي كامل بالتغييرات الناتجة عن ميلاد طفل جديد وترتيبه بين أبنائك.
- 218- عامل طفلك بطريقة توحى بالجدية.
- 219- اهتم في أن طفلك أحياناً ؛ لأن ذلك يجعلها تشعر أنها قريبة منك ولديها أسرار مشتركة معك
- 220- لا تجعل معاملتك لصديقك أفضل من معاملتك لطفلك.
- 221- عندما يبدي طفلك عدم الرضا عن اسم التذليل الذي تطلقه عليه ، توقف فوراً عن استخدامه.
- 222- لا تكن متعباً دائماً عندما يعود ابنك من المدرسة . حاول أن تدخر جزءاً من طاقتك كي ترحب به ترحيباً دافئاً عند عودته للمنزل .

- 223- إذا كان ابنك يهوى الرسم أو الغناء ولكن تنقصه الموهبة ، فدعه يمارس هوايته ولا تصدمه بالحقيقة
- 224- عندما تغيب عن المنزل لبعض الوقت ، اترك لطفلك مجموعة علب بعدد أيام غيابك حيث يقوم بفتح علبة كل يوم ليجد بها إحدى المفاجآت.
- 225- أطلق اسم طفلك على قارب الصيد الخاص بالعائلة.
- 226- اترك الفرصة لابنك كي يخترع وجبة " البيتزا " الخاصة به ويضيف إليها ما يشاء من إضافات
- 227- لا تبالغ في التفاخر بأفكار ابنك.
- 228- لا تخبر طفلك أنك كنت تكره المدرسة وأنت صغير.
- 229- اذهب مع طفلك في رحلة بحرية ، فتلك فرصة ذهبية للحديث معاً في جو هادئ.
- 230- لا تكن أول من يتفاخر بإنجازات ابنك ، ولكن دعه هو من يقوم بذلك أولاً.
- 231- قص على ابنك الأساطير والقصص الشعبية لأن ذلك يساعده على التواصل الثقافي مع المجتمع
- 232- ضع في اعتبارك أن الصغار مثلهم مثل الكبار ، قد يصيبهم الألم والحزن أيضاً عند حدوث شيء مؤلم . فحاول أن تسانداهم أثناء تلك الفترة العصبية.
- 233- أعط طفلك فرصة تنظيم حفل عيد ميلاد جده.
- 234- لا تخش أن تتعلم ابنتك الكاراتيه . فمثل تلك الرياضات الثنائية تعلم الطفل الاتزان ، والتسامح ، والثقة بالنفس ، وكذلك الدفاع عن النفس.
- 235- علم طفلك الفرق بين " اللمسة الجيدة " و " اللمسة السيئة. "
- 236- انهل من كنوز حكمة أجداد أبنائك ؛ لأنهم قد فعلوا شيئاً جيداً . فقد قاموا بتربية آباء أبنائك.
- 237- لا تعتمد على أن تفعل المدرسة ما يجب عليك فعله.
- 238- اجعل وقت تقويم أخطاء أبنائك كافياً لأن هناك بعض الأخطاء يمكن تصحيحها في الحال والبعض يتطلب وقتاً أطول كي يتعلم الأطفال سلوكاً جيداً.
- 239- اتبع سياسة الباب المفتوح مع أطفالك ، ولكن اترك لهم الفرصة ليكون لديهم أمورهم الخاصة.
- 240- ينبغي أن تؤكد على طفلك ضرورة إحراز تقدم ، لا الوصول إلى حد الكمال.
- 241- اسمح لطفلك أن يتناول " البيتزا " على الإفطار أحياناً.
- 242- اطلع أبنائك على أحلامك وأمالك بالنسبة للمستقبل.
- 243- لا تخش أن يراك طفلك تبكي أحياناً.
- 244- حقق أقصى استفادة من الوقت الذي تقضيه مع طفلك . فحتى وقت الذهاب للتسوق قد يكون " وقتاً ممتازاً " لو استطعت أن تجعل هذا الوقت ممتعاً ومسلماً.
- 245- لا تبالغ في رد الفعل تجاه إصابة طفلك بركام . فالوسواس المرضي مرض قابل للانتشار أيضاً.
- 246- إذا حدثت مشكلة بينك وبين شريك حياتك ، أكد للأطفال أن ذلك ليس خطأهم.
- 247- وفر لابنك بدائل حينما يكون ذلك ممكناً.
- 248- حاول أن تجلس مع طفلك لمشاهدة الشروق والغروب من حين لآخر.
- 249- اجعل لكل قاعدة تتبناها مبرراً مقنعاً.
- 250- اسمح لطفلك أن يرتدي جوارب غريبة الأشكال إذا كان ذلك يرضيه.
- 251- ساعد ابنتك على أن تتذكر الأشياء الجيدة التي قامت بها لأن ذلك أساس لتقدير الذات.
- 252- لا تقر طبيعة ابنك بناءً على نتائج اختبارات الذكاء أو أي اختبارات أخرى.
- 253- لا تعتمد على الإغراء المادي لحث طفلك على أداء شيء ما . فهذه أداة غير فعالة في عملية التربية.
- 254- تذكر أن الأطفال يحتاجون لوضع معايير لسلوكهم بشرط أن تكون تلك المعايير مريحة ومشجعة لهم.
- 255- أعط ابنك شيئاً مهماً ليؤديه بطريقته الخاصة.
- 256- احرص على أن يكون لديك خطة لموازة طفلك في حالة فقدان شيئاً عزيزاً وهاماً لديه.
- 257- أعط ابنك صفارة شرطة قديمة الطراز ليستخدمها عندما يتعرض للخطر أو يكون في حاجة إلى مساعدة.
- 258- حافظ على مواعيدك مع طفلك دائماً.
- 259- إذا أخطأت ، اعترف بخطئك فوراً.
- 260- لا تخجل من إظهار عواطفك لمجرد أن ابنك أصبح قد أصبح كبيراً.

المراحل المتوسطة

- 261- اذهب في نزهات طويلة سيراً على الأقدام مع طفلك.
- 262- لا تدفع ابنك إلى الفشل بأن تطلب منه القيام بأشياء غير مهياً للقيام بها.

- 263- اسمح لطفلك أن يطبع بصمة يده أو قدمه على ملاط (الأسمنت اللين) الطريق الجديد أمام منزلك أو على الرصيف الجانبي.
- 264- ادع ابنك إلى تناول مشروب دون مبرر لذلك.
- 265- اضحك على النكات التي يلقيها طفلك.
- 266- لو كانت أسنان ابنك تحتاج إلى تقويم ، فقم بذلك على الفور . فلا شيء يمنحه الثقة في النفس مثل الابتسامة المشرقة.
- 267- لا تعامل ابنك بذكاء طوال الوقت . ففي بعض الأحيان ينبغي أن تتظاهر بالسذاجة أمامه.
- 268- إذا كانت ابنتك تفضل ارتداء أحد الفساتين ، فلا تمنع في ارتدائه كثيراً.
- 269- عندما يتفوق ابنك في أداء شيء ما ، لا تدخر أي من عبارات الاستحسان على غرار " رائع " ، " مذهل " ، " مدهش " دون أن تقولها.
- 270- لا تمنع في أن يستخدم ابنك عطورك الخاصة.
- 271- تأمل نجوم السماء مع ابنك في ليلة هادئة.
- 272- لا تحاول إيجاد مبررات لأخطاء طفلك ، بل علمه أن يتحمل عواقب أعماله.
- 273- عليك أن تتفهم عدم رغبة ابنك في أن يعامل كالكبار خشية المسؤولية . دعه يستمتع بطفولته وقتاً أطول .
- 274- إذا ما اشتكى طفلك أنك صعب الإرضاء ، فكر في الموضوع . فربما يكون على حق.
- 275- أعط طفلك فرصة أن يسير مع (....) حيوانه الأليف ويحدثه . فالحديث والتمشية يسيران معاً وبشكل طبيعي.
- 276- استمتع بالنزهات غير سابقة التخطيط مع ابنك.
- 277- اشترى لابنك هدايا متساوية القيمة حتى لا يشعروا بالتفرقة.
- 278- دع طفلك يشتري بنفسه تذكّره الخاصة بالسينما وألعاب الملاهي.
- 279- إذا كنت ذاهباً في رحلة عائلية ، فحاول أن تخصص جزءاً من الوقت لشراء لوازم الأطفال في الرحلة.
- 280- علم ابنك أن السؤال الأحق الوحيد هو ذلك الذي لم يسأله أبداً.
- 281- شارك ابنك في بناء أي شيء.
- 282- إذا أخبرك ابنك بأحد أسرارهِ ، فلا تفش هذا السر.
- 283- ابعث بشيء ما لطفلك عن طريق البريد.
- 284- لا تعد ابنك بشيء لا تستطيع الوفاء به.
- 285- لو اصطاد ابنك سمكة ، شاركه في تناولها.
- 286- افعل كل ما بوسعك لتزيد الحصيلة اللغوية لدى طفلك.
- 287- اسمح لطفلك أن يساعد في إعداد قائمة التسوق الأسبوعية.
- 288- تذكر أسماء أصدقاء ابنك.
- 289- دع ابنك يتوقف لتناول أحد العصائر.
- 290- دع ابنك يشارك في اتخاذ قرارات ، مثل اختيار مكان زراعة الشجرة الجديدة داخل الساحة الخلفية للمنزل.
- 291- شجع طفلك على تعلم وتجربة الأشياء الجيدة ، لكن لا تدفعه دفعاً إلى عمل هذه الأشياء.
- 292- لا تتجاهل أسئلة طفلك الحرجة أو تخجل منها.
- 293- أخبر الآخرين عن انجازات طفلك في حضوره.
- 294- علم ابنك أن ينهي مشروعاته التي بدأها.
- 295- تذكر الأشياء التي يخبرك بها طفلك.
- 296- شجع طفلك على استكشاف المشكلات وحلها بنفسه ، بدلاً من أن تفعل له كل شيء طوال الوقت.
- 297- لا تتخلص من أي شيء يريد ابنك الاحتفاظ به لفترة أطول.
- 298- إذا لم يكن بمقدورك شراء دراجة جيدة ، فعليك أن تطلي القديمة على الأقل.
- 299- اسمح لطفلك أن يتناول وجبات كتلك التي يتناولها الكبار من وقت لآخر.
- 300- دعي ابنتك تساعدك في إعداد الوجبات العائلية (خاصة الشواء في المناسبات الاجتماعية) وعلميها أسرار الطهي.
- 301- ينبغي للوالدين السماح لأطفالهما بمشاركة اختيار رابطات العنق أو الأقراط.
- 302- علق مرآة بطول الحائط في حجرة طفلك.
- 303- اجعل مبدأ الاهتمام المتبادل قيمة أساسية في أسرته .
- 304- أدع طفلك لزيارتك في مكان عملك.
- 305- اجعل لابنك اشتراكاً في المجلة التي يفضلها.

- 306- علم ابنك كيف يعتذر.
- 307- امنح ابنك فرصة أن يشعر بالعلاقة العاطفية بينك وبين شريكه حياتك.
- 308- اصطحب طفلك على دار سينما سيارات من الطراز القديم (إذا وجدت.)
- 309- عندما يواجه ابنك محنة يشعر معها وكان هذه نهاية العالم ، ساعده على اجتياز ذلك الوقت العصيب .
فغداً سوف تبرز شمس يوم جديد.
- 310- امنح طفلك كوباً خاصاً به ليتناول فيه المشروبات بمفرده.
- 311- لا تحاول خداع ابنك لأنه سيكتشف ذلك وعندئذ سوف تهتز ثقته بك .
- 312- علم ابنك كيف يُقسم المهام الكبيرة إلى أجزاء صغيرة ويتعامل مع كل جزء منها على حده.
- 313- علم ابنك أن لكل إنسان فكره الجيد.
- 314- لا تقبل من ابنك عملاً غير متقن حتى يعرف أن العمل المتقن مصدر فخر لصاحبه.
- 315- أعط ابنك فرصة كي يطلق أسماء على الحيوانات الأليفة في المنزل.
- 316- علم طفلك أن العالم لا يهتم كثيراً بالشخص المتباهي الذي يدعي أنه يعرف كل شيء.
- 317- تذكر أن الأطفال الكبار يكرهون أن يعاملوا على أنهم ما زالوا صغاراً.
- 318- علم ابنك الأخلاق الفاضلة ، فإن ذلك سيمنحه ثقة أكبر في مواجهة المواقف الاجتماعية.
- 319- لا تحوّل قناة التلفاز أثناء مشاهدة ابنك لبرنامج المفضل.
- 320- علم طفلك أن يكون لديه وسائل المرح دون إنفاق الكثير من المال.
- 321- احضر لابنتك كتاب طهي خاص بالأطفال واطلب منها إعداد بعض الوجبات للعائلة كلها.
- 322- لا تحاول أن تبالغ في إظهار ما تفعله لأجل ابنتك ، فهي وإن كانت لن تستوعب هذا السلوك كلبية إلا أنها سترفضه.
- 323- اسمح لطفلك أن يوقع باسمه في سجل الزيارات في مناسبات الزواج وغيرها من المناسبات الأخرى.
- 324- علم طفلك أن يقبل مساعدة الآخرين له ، خاصة عندما يكون في حاجة إلى ذلك أو عندما يعرض الآخرون المساعدة.
- 325- اسمح لطفلك أن يشارك في أعمال التحسينات المنزلية.
- 326- اسمح لطفلك أن يصدر جريدة باسم العائلة إذا ما كان يرغب في ذلك.
- 327- اشتر شيئاً لابنك مكتوباً عليه الأحرف الأولى من اسمه.
- 328- شجع ابنك على تكوين مجموعة مقتنيات خاصة لا يوجد مثلها لدى الآخرين .
- 329- امنح طفلك فترة راحة من الالتزامات مرة كل حين . (إذا كان ذلك أمراً هاماً لك ، فهو هام لطفلك أيضاً)
- 330- علم طفلك أن الانطباعات الأولى التي يتركها لدى الآخرين تدوم.
- 331- ساعد ابنك على اكتساب عادة توجيه رسائل الشكر لمن قدموا له المساعدة.
- 332- علم طفلك قراءة الخرائط.
- 333- لا تثقل كاهل طفلك بمزيد من الأعباء والمهام . اترك له وقتاً كي يعيش طفولته.
- 334- حاول أن تحصل لابنك على تذكارات موقع من شخص مشهور أو هام بالنسبة له.
- 335- وجه طفلك بعيداً عن ممارسة ألعاب الفيديو والحاسوب التي تتميز بالعنف.
- 336- اطبع صورة طفلك على بعض بطاقات لعبة البيسبول التي تقتنيها.
- 337- اعقد جلسات لحل مشكلات الأسرة ، واضعاً في الحسبان أن تكون لأفكار الطفل نفس التقدير الذي توليه لأفكار الكبار .
- 338- ضع طفلك في موقع المسؤولية في مشروع عائلي ، مثل إجراء التجديدات في المنزل أثناء فترة الإجازات.
- 339- إذا كان لديك شيئاً هاماً تود أن تقوله لابنك ولم تسعفك الكلمات ، فحاول أن تكتبه له . فمن قال أنك لا تستطيع أن تكتب رسالة لابنك ؟.
- 340- تأكد أن ابنك يعرف أرقام هواتف الأقارب والأصدقاء . فقد يحتاج للمساعدة ولا يمكنه الاتصال بك.
- 341- ساعد طفلك في تجميع أشياء معاصرة للأسرة في صندوق كي يتم فتحه في عندما يكبر.
- 342- علم طفلك أن يبدأ " كلما كان الشيء أكبر ، كان أفضل " ليس صحيحاً دائماً.
- 343- علم طفلك أن يعتني بملابسه . فإن ذلك سيمنحها المزيد من الاستقلال.
- 344- لا بد أن يكون لابنتك أدواتها الخاصة بها.
- 345- إذا تطوعت بعمل شيء لابنك ، فلا تحنث بوعدهك.
- 346- ضع شبكة كرة طائرة في الساحة الخلفية لمنزلك لكي يمارس أفراد الأسرة بعض الألعاب.
- 347- اجعل طفلك يصمم شعاراً للأسرة.

- 348- إذا كان هناك شيئاً هاماً سوف يحدث للأسرة (سواء كان خيراً أم شراً) ، فلا تنتظر حتى اللحظة الأخيرة حتى تخبر طفلك . فسوف يشعر حينئذ بأنك لم تضعه في الحسبان.
- 349- داوم على مشاهدة نشرات الأخبار المسائية مع طفلك ، حتى يلم بما يجري في العالم من حوله.
- 350- علم طفلك كيف ينفرد بنفسه دون أن يشعر بالوحدة.
- 351- دع طفلك يقوم بزخرفة باب حجرته كطريقة للتعبير عن تفرد.
- 352- حاول أن تحصل لابنك على آلة موسيقية إذا ما أراد أن يعرف على إحدى الآلات.
- 353- علم طفلك بعض النكات والطرائف على سبيل المتعة وخلق روح الدعابة لديه.
- 354- علم طفلك الحرص على الدقة فيما يقوم به من مهام.
- 355- اسمح لابنك بالمساعدة في تخطيط قضاء الإجازة العائلية.
- 356- لا تبعثي بابنك إلى المدرسة وعلى وجنتيه آثار القبلات.
- 357- اسمح لابنك أن يتدبر بعض شؤونه المالية.
- 358- لا تستخف بالأمر عندما يصطدم ابنك مع طفل آخر.
- 359- علم طفلك كيف يقرأ النوتة الموسيقية.
- 360- لا تقتحم دورة المياه على ابنك دون استئذان.
- 361- أكد على أهمية التعلم في تحقيق حياة ناجحة مليئة بالإنجازات.
- 362- شجع ابنك على أن يكتب لنفسه سيرة ذاتية ، حيث يساعده ذلك على إثبات ذاته كشخص متميز.
- 363- عندما تمر العائلة بضائقة مالية ، اسمح لطفلك أن يقدم مقترحاته لتقليل نفقاته ؛ لأن ذلك سيسهره وكأنه جزء من الفريق.
- 364- لا تتوقف عن عناق وتقبيل طفلك ، لأنك تعتقد أنه قد كبر على تلك الأشياء التي تعبر عن الحب
- 365- احتفظ بشهادات التفوق ، والجوائز ، والهدايا التذكارية التي يحصل عليها طفلك.
- 366- علمي ابنتك كيف تحيك الأزرار التي سقطت من ملابسها.
- 367- اشرك ابنك في مشاكل عائلتك ولا تحجبها عنه.
- 368- علمي ابنتك كيفية استخدام ال " مايكروويف " .
- 369- لا تستخدم جمل قد يعتبرها الأطفال إهانة مثل " أنت ياولد " ، " أنت فاشل " .
- 370- شجع ابنك على أن يتعلم لغة أجنبية في سن مبكرة ، ويفضل أن تتعلمها معه.
- 371- علم ابنك كيف ينظم أوراقه في ملفات بنفسه.
- 372- اعط لابنك منبه خاص به.
- 373- خصص جلسات عمل أسرية . فالكذ والعرق يبينان أسراً وأجساداً قوية.
- 374- ضع اسم ابنك بجوار اسمك على صندوق البريد الخاص بالعائلة.
- 375- اجعل طفلك يصمم راية كشعار للعائلة ويطير في الهواء.
- 376- علم طفلك أن يخصص وقتاً كافياً لكل شيء.
- 377- ساعد طفلك على عمل مبتكرات فنية من الخردة واللعب المكسورة أو القديمة.
- 378- لا تجبر أطفالك على ارتداء ملابس تختارها أنت بذوقك . اسمح لهم باختيار ملابسهم طبقاً للعالم الذي يعيشون فيه.
- 379- علم ابنك كيف يغير التوصيلة الكهربائية أو يعيد تركيب مفتاح الكهرباء.
- 380- علم طفلك كيف يقدم نفسه للآخرين.
- 381- علم طفلك كيف يعد نقوده بعد الشراء.
- 382- ابتكر طرقاً جديدة كي تحتفل بابنك عند تحقيقه نصراً متميزاً.
- 383- جهزي وجبة مبتكرة ومحبة وسميها باسم طفلك . ويستحسن أن تسمح لطفلك أن يبتكر وجبات جديدة بنفسه.
- 384- تجنب التدخل في خلافات الأشقاء قدر استطاعتك . فالأمور تسير بطريقة أفضل عندما يتدبرها الأطفال بأنفسهم.
- 385- ابحث عن دلائل قد توضح أن ابنك يتعرض لمعاملة سيئة خارج المنزل مثل ، التهديد ، الابتزاز ، أو السباب.
- 386- صمم شهادات تفوق على الحاسوب ، كي تحتفي بإنجازات ابنك والأحداث الهامة في حياته.
- 387- اجعل أطفالك يشعرون أنهم سيجدون من يهتم إذا ما حدث لك مكروه.
- 388- إذا ما أدى طفلك شيئاً ما بطريقة جيدة ، فلا تنس ذلك الشيء سريعاً.

المراحل فوق المتوسطة

- 389- حاول أن تحضر أي مناسبة رياضية أو فنية يشارك فيها ابنك.
- 390- احترم خصوصيات ابنك.
- 391- اذهب للصيد مع ابنك.
- 392- لا تحاول أن تحقق ما كنت تحلم به في طفولتك من خلال طفلك.
- 393- عندما تكون في حالة غضب ، لا تتعامل معه بالصمت . فإن ذلك قد يغريه أن يفعل نفس الشيء معك بعد ذلك.
- 394- لا تجعل ابنك يشعر أنك تحمل تجاهه أية ضغينة.
- 395- لا يجب أن يكون لديك الشعور بأن الكلمة الأخيرة لابد دائماً أن تكون لك.
- 396- لا بد أن تبحث عن المساعدة عند مواجهة مشكلة مثل الإعاقة أو أي نوع من مشكلات الإدمان . فإن ذلك سوف يجعلك تستعيد تقديرك لذاتك وكذلك ابنك.
- 397- اظهر لابنك أنه سيجدك بجانبه إذا كان في حاجة إليك ، بصرف النظر عن أهمية الموضوع الذي يحتاجك فيه.
- 398- تذكر دائماً أنك الطرف الناضج.
- 399- حاول أن تعرف كل الحقائق قبل أن تبدأ عملية تأديب ابنك.
- 400- علم ابنك أن يبت في نفسه رسائل إيجابية لتعزيز الثقة بنفسه في مواجهة الضغوط السلبية.
- 401- اهتم بحاجاتك إلى الراحة . فالتعب يقلل من قدرتك على التحمل ، والآباء المجهدون يميلون إلى الإفراط في الحذر والتحفظ والتشدد.
- 402- حاول أن ترى إيجابيات ابنك كما يراها الآخرون . فإن ذلك قد يزيد من احترامك له.
- 403- لا تستخدم السخرية مع ابنك . فالسخرية لا تفلح ، وإنما تزيد المسافات بينكما.
- 404- لا تحاول شراء احترام ابنك بأي ثمن . فذلك لن يفيد . ولن يفيد إذا حاول ذلك مع الآخرين فيما بعد.
- 405- عليك أن تعرف أن إحساس الابن بالخزي والإحراج عقابان كافيان ، ولا حاجة للمزيد.
- 406- لا تقم نفسك على صداقات ابنك ، وتصرف كإنسان ناضج ، لا كواحد من الأطفال.
- 407- تحدث مع ابنك عن آماله في المستقبل.
- 408- ناقش مع أبنائك بين حين وآخر قضية " كيف نكون أسرة أفضل ؟ " .
- 409- كن مستعداً لعدم معرفة كل شيء يحدث في حياة طفلك.
- 410- حفز ابنك على التفكير والتأمل في كل الأشياء الجميلة في حياتها حينما تكون في حالة معنوية سيئة
- 411- اجعل ابنك يشاركك في تقديم الوجبات للفقراء أثناء الأعياد . فإن ذلك يعزز لديه أهمية مساعدة الآخرين.
- 412- ثق في ابنك قدر استطاعتك.
- 413- وضح لابنك قيمة أن يضع لنفسه هدفاً ، لأن ذلك قد يغير حياته.
- 414- حاول إيجاد رياضة مشتركة تمارس مع ابنك.
- 415- اهد ابنك فكرة لتنظيم المواعيد ومخطط للبرنامج اليومي.
- 416- لا تبالغ في تصحيح الأخطاء النحوية لدى ابنك . فإن ذلك قد يجعله يتوقف عن الكلام معك تماماً
- 417- اهتم بالأشياء الخاصة بمراحل التطور في حياة ابنك (مثل " التخرج " وغيره .)
- 418- لا تعظم من قيمة الإنجازات الرياضية لابنك على حساب الإنجازات الدراسية.
- 419- احترم الذوق العام للجيل الذي ينتمي إليه ابنك.
- 420- ساعد ابنك على تفهم الصورة الخيالية التي يقدمها الإعلام عن الحياة دائمة السعادة والخالية من المشاكل.
- 421- شجع ابنك على معرفة كيف يساعد شخصاً في حالة غيبوبة على الإفاقة والتدريب على الإسعافات الأولية الأخرى.
- 422- لا تكثر من التعليق على تشابه ملابس الأم وابنتها حتى لا تظن ابنتك أنها حمقاء ، ومن ثم تشعر بالإحراج.
- 423- لا تسمح لابنك بأن يقوم بعمل شيء خاطئ وخطير على علم منك ، لمجرد أنك تريد أن تتجنب المشاحنة معه.
- 424- اصنعي لابنتك فراش سرير أو شالاً من صوف خصيصاً لها.
- 425- لا تندهش عند سماع أولادك يتفوهون بنفس الألفاظ التي يسمعونها منك.
- 426- عليك أن تكون على معرفة بنجوم الأفلام ، والفيديو ، والموسيقى المفضلين لدى أبنائك . فذلك يزيد من ارتباطك بهم.

- 427- لا تجب على أسئلة ابنك بطرح أسئلة أخرى.
- 428- لا تقلل من شأن الموسيقى الحديثة.
- 429- علم ابنك أن الشخص الوحيد الذي يستطيع تغييره هو نفسه.
- 430- علم ابنك أن يصدق حدسه ، ومشاعره وفطرته . حتى يمكن أن يفعل شيئاً حياًل الخطر لو شعر بوجوده.
- 431- علم ابنك معنى كلمة " الحل الوسط. "
- 432- ساعد ابنك على إحصاء النعم التي من الله بها عليه . فإن معظمنا أكثر ثراءً مما نظن.
- 433- شجع ابنك على أن يضع لنفسه أهدافاً يصعب الوصول إليها . فنحن في بعض الأحيان نحتاج إلى بذل المزيد من الجهد.
- 434- ساعد ابنك على تفهم التغييرات الجسدية التي تصاحب مرحلة المراهقة.
- 435- ضع لافتة مكتوب عليها " مرحباً بك " في بيتك عند عودة ابنك من معسكر أو رحلة.
- 436- قوِّض أسطورة الإعلام التي تدعي أن العالم مكون من أناس كلهم مثاليين.
- 437- عزز من قيمة اتباع أسلوب حياة صحي لدى طفلك.
- 438- شجع ابنك أن يكون لديه صحيفته المفضلة التي يحرص على قراءتها.
- 439- لا تكثر من إسداء النصائح . فالأطفال يصبح لديهم الحصانة ضدها بعد فترة ، فلا ينصتون إليها
- 440- ساعد ابنك على معرفة الفروق الطبيعية بين الناس.
- 441- إذا ما أبدت ابنتك قلقاً بشأن زيادة وزنها ، فلا تبدِ عدم الاهتمام بل ساعدها في الوصول إلى النظام الغذائي المناسب وكذلك التمارين الرياضية الملائمة.
- 442- تصرف بما تمليه عليك المرحلة العمرية التي تنتمي إليها لو أردت أن يتصرف ابنك طبقاً لمرحلته.
- 443- أخبر ابنك بما يجب أن يفعله تجاه المكالمات الهاتفية القبيحة.
- 444- تذكر ، ليس من المستحيل أن يكسب الطفل نقاشاً مع شخص راشد .فحتى المراهقين يكونون على صواب أحياناً.
- 445- شجع ابنتك على أن تشعر بقيمة نجاحها.
- 446- تأكد من أن ابنتك تتعلم أحد أنواع الفنون.
- 447- ضع لابنك خيارات للعقاب حيثما يكون ذلك مناسباً.
- 448- حاول أن ترى الأمور من زوايا مختلفة.
- 449- لا تطلق على ابنك صفة " الصغير. "
- 450- لكي تدلل ابنك ، فاجنه بين الحين والآخر بخدمة " فندق أربع نجوم " حيث تقوم بترتيب فراشه بنفسك وتضع له قطع الشيكولاته على وسادته.
- 451- كن مستعداً للقيام بالتهوين عن ابنك في الظروف الصعبة.
- 452- لا تجعل ابنك يشعر أنك تراقبه طوال الوقت.
- 453- تذكر أن أفضل شيء يفعله الآباء أحياناً هو الصمت.
- 454- عندما تسوء الأحوال خارج المنزل ، لا تدع الأمور الخارجية تدخل إلى بيتك . فالبيت هو الملاذ الذي يجب أن يأوي إليه البناء.
- 455- اجعل العائلة كلها تحتفي بابنتك بصورة ثابتة عندما تستحق ذلك.
- 456- إذا كان كل الأطفال يشتركون في فعل شيء ما ترفضه ، فلا بد أن تعيد التفكير في أسباب رفضك له.
- 457- كل الناس حتى الكبار بحاجة إلى لمسة حانية.
- 458- علم ابنك انه من الأفضل أن يجد حلاً لمشاكله بدلاً من إلقاء اللوم على الآخرين.
- 459- لا تأخذ الأسلوب القويم كأمر مسلم به ، فالأطفال (مثل الكبار) يستحقون منا الشكر إذا قاموا بما يجب عليهم فعله.

مرحلة المدرسة الثانوية وما بعدها

- 460- كن متفانلاً . فإن ذلك يجذب اهتمام أبنائك.
- 461- لا ترسم خطأ على الرمل أثناء العاصفة . فلا ينبغي لك أن تختار أسوأ الأوقات كي تتخذ موقفاً تجاه أي شيء.
- 462- ساعد ابنك على تذكر الأوقات السعيدة أثناء الأوقات العصيبة.
- 463- لا تكذب على ابنك ، وكذلك لا تكذب من أجله.
- 464- أسرع في التسامح مع أبنائك.
- 465- لا تجعل الإحساس بالذنب يسيطر على ابنك.

- 466- قل لابنك الحقيقة دائماً ، فلا بد دائماً أن تقول ما تعني ، وأن تعني متقول.
- 467- مهما كان جدول أعمالك مزدحماً ، فحاول أن تجد وقتاً لتناول الوجبات مع عائلتك بصفة منتظمة
- 468- إذا أردت أن تنال شرف نجاح ابنك ، فكن مستعداً أن تنال قسماً من اللوم عند فشله.
- 469- أعط ابنك قائمة بالهدايا ليختار من بينها في بعض المناسبات الخاصة.
- 470- اجعل ابنك يخطط لعمل شريط فيديو عن الأسرة.
- 471- إن لم يكن باستطاعتك أن تحضر إحدى المباريات لابنك أو أحد العروض التمثيلية ، حاول أن تجد شخصاً آخر (الجد أو الجار أو أحد الأصدقاء ... الخ) كي يحضر لتشجيعه . فكل شاب مهما كان عمره يحتاج إلى مشجع واحد على الأقل في المدرجات.
- 472- اختتم كل سنة بمراجعة الإنجازات العائلية ككل وإنجاز كل فرد على حدة على مدار العام.
- 473- لا تفترض أن ابنك سوف يتبع نفس خطاك.
- 474- وضح لطفلك كيف تدير ميزانية دخلك وتوفر من أجل بنود أخرى.
- 475- امنح ابنك " تي - شيرت " أو إحدى السترات التي كنت ترتديها عندما كنت طالبا بالجامعة.
- 476- احرص على حضور التدريب الخاص بابنك من حين لآخر ، ولا تقصر حضورك على المباريات الكبرى فقط.
- 477- لا تترك أنوار حجرة ابنك مضاءة ليلاً طالما هو خارج المنزل.
- 478- أثناء نمو ابنك ، حاول أن تستمتع بحياته . وأعطه الفرصة هو الآخر أن يستمتع بحياته.
- 479- حدد فيها ساعة معينة يتم فيها إطفاء النوار والخلود للنوم . ساعتها سيجد ابنك الأعداء التي يقولها للآخرين ليعود للبيت في موعده.
- 480- توقف عن مناداتهم بـ " يا أولاد " عندما يصلون إلى سن المراهقة.
- 481- لابد أن تعرف المواد التي يدرسها ابنك المراهق في المدرسة وأسماء مدرسيه.
- 482- توقع سماع ردود غير مناسبة أحيانا من ابنك المراهق . إن تلك الردود هي مجرد محاولة لاكتشاف كيف يكون مستقلاً.
- 483- حاول أن تقدر حجم مشكلة حب الشباب في فترة المراهقة ، وكيف أنها تمثل مشكلة اجتماعية خطيرة للمراهقين.
- 484- لا تحاول أن ترتدي ، أو تبدو ، أو تتصرف كشباب صغير في عمر ابنك المراهق.
- 485- لا تحاول أن تختار لابنتك مستقبلها العملي ، بل شجع ودعم اختياراتها.
- 486- إذا لم يقيم ابنك في المرحلة الثانوية بقليل من التمرد ، فينبغي عليك أن تهتم . فعملية النمو تتطلب ظهور القليل من التوتر بين الآباء والأبناء . القى اعجابك هنا ليصلك كل جديد...
- 487- كن حريصاً على النقاط ابنك من أي مكان وفي أي وقت . أما عندما يكون الأمر متعلقاً بسهرة مع أصحابه ، فلا تكثر من الأسئلة حينها.
- 488- لا تتخلي أبداً عن محاولتك أن تكون والدًا صالحاً.
- 489- حاول أن تعرف صاحب العمل الذي يعمل لديه ابنك ، وتعرف منه على مستوى أدائه في العمل
- 490- توقع من ابنتك المراهقة أن تتذمر أحياناً من عاداتك السيئة (كالتدخين ، عدم ممارسة الرياضة ، عدم استخدام حزام الأمان .. الخ) . اسمح لابنتك أن تغير من سلوكياتك ، فذلك يعطيها ثقة في ذاتها وكذلك يشعرها بالفخر أنها قد استطاعت أن تحسن من سلوكك.
- 491- حذر ابنك من الذهاب إلى أي مكان مع أي شخص لا يعرفه أو لا يثق فيه.
- 492- قل لابنك دائماً " أنا معجب بك . " فإنها تختلف عن جملة " أنا أحبك " ، لكنها تتساوى في أهميتها في أي عمر .
- 493- اجعل ابنك يعرف أنه لا بأس من ألا يفهم كل شيء . فالكبار أنفسهم يعانون الشك في أنفسهم أحياناً.
- 494- كن على سجيبتك مع أبنائك . فإن كونك أباً لا يتطلب أن تدعي ما ليس فيك.
- 495- لا تبالي في تمجيد ذاتك عندما كنت في مرحلة الشباب . اعترف لابنك بأنك لم تكن مثاليًا عندما كنت في مثل سنه.
- 496- تصرف بلباقة عندما يحاول ابنك أن يخلف أثراً قوياً لدى شخص ما.
- 497- لا تتوقع من ابنك أن يجد حلاً لكل مشاكلك.
- 498- لا تقصر عالم ابنك عليك ، بل اسمح له أن تكون له صداقاته الخاصة.
- 499- لا تقم بأداء أعمال يستطيع أبنائك المراهقين القيام بها . فهذه المرحلة هي مرحلة النضج بالنسبة لهم.
- 500- علم طفلك أن يصلي بخشوع ، فذلك سوف يساعده في الحياة . لقد منحنا الله الخشوع كي نقبل الأشياء التي لا يمكننا تغييرها ، ومنحنا الشجاعة لكي نغير ما نستطيع ، والحكمة لمعرفة الفرق بينهما.

501- لا تسرع في الاستحواذ على حجرة ابنتك عندما تكون في المدرسة أو في العمل.

انتهى بحمد لله