لا تقارني طفلكِ... ساعديه أن يرى تقدمه

كيف نشجّع الطفل على التطور دون أن يشعر أنه أقل من غيره

وصف المورد

حين نقول لطفلنا: «انظر إلى أخيك» أو «لماذا لا تكون مثل فلان؟» قد نظن أننا ندفعه إلى التحسن، لكن الطفل قد يسمع رسالة مختلفة تمامًا: «أنا أقل من غيري». مع تكرار المقارنة قد يتحول التركيز من التعلم إلى محاولة إثبات القيمة. كل طفل له وتيرته وطريقته وشخصيته، ولذلك يحتاج إلى معيار يقيس تقدمه هو، لا إلى طفل آخر يقيس نفسه عليه.

لمن هذا المورد؟

هذا المورد مناسب لكِ إذا كنتِ تقارنين طفلكِ بإخوته أو أقرانه دون قصد، أو إذا شعرتِ أن النقد أكثر حضورًا من التقدير، أو كنتِ تريدين أن تشجعيه على المحاولة دون أن ترفعي عنه المعايير.

ماذا ستجدين داخل المورد؟

شرح عملي، خطوات واضحة، عبارات جاهزة، وتطبيق قابل للاستخدام لمدة سبعة أيام.

كيف يساعدك هذا المورد؟

المطلوب ليس المديح على كل شيء، بل ملاحظة الجهد والسلوك القابل للتغيير. عندما يسمع الطفل وصفًا دقيقًا لما فعله جيدًا، يحصل على معلومة يمكنه البناء عليها: «بدأت رغم أن المهمة صعبة»، «راجعت إجابتك مرة أخرى»، «طلبت المساعدة بدل أن تستسلم». هكذا يصبح التشجيع توجيهًا، لا مجاملة.

خطوات عملية

- أوقفي المقارنة في الجملة الأولى، ولا تضيفي اسم طفل آخر إلى الحديث.
- حددي الشيء الذي تريدين تحسينه بدل الحكم على شخصية الطفل.
- لاحظي المحاولة أو الاستراتيجية التي استخدمها الطفل قبل النظر إلى النتيجة.
- اجعلي الهدف متعلقًا بتقدمه السابق: «ما الذي أصبح أسهل اليوم؟».
- استخدمي التشجيع الواقعي، ولا تعدي بنجاح مضمون لمجرد المحاولة.
- إذا أخطأتِ وقارنتِ، أصلحي الجملة مباشرة: «كان الأفضل أن أتحدث عن تقدمك أنت».

عبارات جاهزة

- «لاحظت أنك حاولت رغم أن المهمة كانت صعبة».
- «أرى أنك أصبحت أفضل في هذه الخطوة».
- «ماذا تعلمت من محاولتك اليوم؟»
- «أنا مهتمة بتقدمك، وليس بأن تكون مثل شخص آخر».
- «الخطأ لا يلغي الجهد الذي بذلته».
- «لنقارن أداءك اليوم بما كان عليه الأسبوع الماضي».

تطبيق عملي: ساعدي طفلكِ أن يرى تقدمه

استخدمي هذا التطبيق لمدة سبعة أيام. لا تبحثي عن نتيجة كبيرة؛ ابحثي كل يوم عن محاولة واحدة تستحق أن تُلاحظ.

موقفي المتكرر: متى أميل إلى المقارنة؟

ما السلوك أو المهارة التي أريد تشجيعها؟

ماذا لاحظت من جهد طفلي اليوم؟

تطبيق عملي: ساعدي طفلكِ أن يرى تقدمه - المتابعة

ما العبارة التي قلتها له؟

ما العبارة البديلة التي سأستخدمها غدًا؟

ثلاث عبارات أريد إيقافها هذا الأسبوع:

ثلاث عبارات سأستخدمها بدلًا منها:

شيء واحد تحسن في طفلي ولم ألاحظه من قبل:

كيف تستفيدين من هذا المورد؟

اختاري خطوة واحدة فقط وطبقيها اليوم. لا تنتظري ظروفًا مثالية، ولا تقيسي نجاحك من أول محاولة. التغيير الحقيقي يبدأ من تكرار خطوات صغيرة بوعي ورحمة وثبات.

احتفظي بهذا المورد، وعودي إليه كلما احتجتِ إلى خطوة عملية داخل البيت.

هذا المورد تثقيفي وتربوي، ولا يغني عن استشارة مختص عند وجود مشكلة شديدة أو مستمرة أو مؤثرة في سلامة الطفل أو الأسرة.