التربية الذكية والعقوبة المثالية

وضع الدكتور لاري جيه كوينج (koenig.j Larry) إستراتيجية تربوية أسماها: نظام التربية الذكية، وهذا النظام يساعد الوالدين والمعلمين بصورة عملية على تحديد أخطاء الأبناء وعلاجها، وفي نفس الوقت يساعدهم على تقوية علاقاتهم مع أبنائهم وتلامذتهم، ومن الجدير بالذكر أنّ هذه الإستراتيجية التربوية يستخدمها الآن آلاف الآباء في الولايات المتحدة الأمريكية، فهيا بنا نتعرف أكثر على خطوات ومراحل التربية الذاكية، لعلها تساعدنا في علاج أخطاء أبنائنا وتلامذتنا.

* مراحل وخطوات التربية الذكية:

- الخطوة الأولى: تحديد السلوكيات السيّـِئة:

الخطوة الأولى في علاج أخطاء الأبناء هي تحديد السلوكيات السيّـِئة التي يمارسونها بصورة مستمرة وتحتاج إلى تغيير، ولكي تبدأ في تحديد السلوكيات السيّـِئة التي يمارسها أبناؤك، استخدم القائمة الموضحة أدناه والتي تشمل عدداً من سلوكيات الأبناء السيّـِئة، إبدأ العمل وذلك بأن تضع علامة أمام

السلوكيات السيّـِئة التي يمارسها أولادك يومياً بشكل معتاد وبصورة مستمرة، وإذا كان هناك سلوك معيّن يزعجك ولكنك لم تجده ضمن بنود هذه القائمة، قم بإضافته في نهايتها في أحد السطور الفارغة التي تبدأ بعبارة "سلوكيات أخرى" (من الأفضل أن يقوم كلّ من الأبوين بتسجيل إجاباته في ورقة مستقلة، وبهذه الطريقة يمكنها معرفة أي من هذه السلوكيات يزعجهما بشكل مشترك).

* قائمة السلوكيات:

- لا يؤدون صلواتهم بإنتظام.

- عدم إطاعة الوالدين من أوّل مرّة.

- لا يقومون بتنظيف حجراتهم.

- التغيب عن المدرسة بدون مبرر.

- إساءة التصرف في المدرسة.

- الجلوس أمام التلفاز لساعات طويلة.

- الوقاحة والفظاظة في الردود.

- الرجوع إلى البيت في وقت متأخر.

- عدم الاستيقاظ في المواعيد المقررة.

- عدم النوم في المواعيد المقررة.

- المقاطعة أثناء الكلام.

- استخدام التليفون بصورة خاطئة.

- القسم باستمرار وبذاءة اللسان.

- استخدام أشياء الغير دون استئذان.

- يسرقون أغراض الآخرين.

- يضربون بعضهم.

- يتنابذون بالألقاب.

- يسخرون من الآخرين.

- لا يحترمون الجيران.

- يخرجون من المنزل بدون استئذان.

- يغشون في الإمتحانات.

- ملابسهم غير مهندمة.

- يكذبون.

- يرفضون تقديم المساعدة لوالدتهم.

- لا يؤدون واجباتهم المدرسية بصورة جيّدة.

- البكاء والعويل للحصول على ما يريدون.

- عدم وضع اللعب في الأماكن المخصصة لها.

- يسيئون التصرف في السيارة.

- وأثناء التسوق.

- وفي المطاعم.

- لا ينظفون حجراتهم.

- لا يضعون ملابسهم في أماكنها.

- يكلّمون الكبار بلغة غير مهذبة.

- يدخلون بغير استئذان.

- يجلسون أمام الكمبيوتر لفترات طويلة.

- يغلقون الأبواب بقوة وبصوت مرتفع.

- يطرقون الأبواب ويدقون الأجراس بصورة غير لائقة.

- يشاهدون مواقع وقنوات إباحية.

- يدخنون السجائر أو يشربون الشيشة.

- لا يتناولون وجبة الإفطار.

- سلوكيات أخرى...

- سلوكيات أخرى...

- سلوكيات أخرى...

* أيّ ُها المربي الكريم

بعد تحديد السلوكيات السيّ ِئة التي يمارسها أبناؤك إسأل نفسك: ما هي أسوأ هذه السلوكيات والتي تحتاج إلى علاج سريع؟ وهذا السؤال بدوره سيساعدك على عمل قائمة صغيرة تضم السلوكيات التي تريد من أطفالك تغييرها، وبالنسبة للأطفال بين الثالثة والثامنة من العمر، اجعل قائمة سلوكياتهم التي تريد تغييرها تشتمل على ما لا يزيد على خمسة بنود، وبالنسبة من سن التاسعة فأكثر، اجعل القائمة تشتمل على ما لا يزيد على عشرة بنود، ويجب أن تتناسب السلوكيات مع المرحلة العمرية التي يمر بها ابنك وابنتك، فلا يعقل أن ألوم طفل الرابعة من العمر لأنّه لا ينظف حجرته أو لأنّه لا يحافظ على الصلاة، ويمكنك أن تضيف لهذه القائمة بمرور الوقت أي سلوكيات أخرى تحتاج إلى تعديل ما دمت قد حققت نجاحاً بإستخدام هذا النظام.

نموذج لقائمة طفل في الرابعة من العمر (بحد أقصى خمسة بنود):

* مقاطعة الكبار أثناء الحديث.

* البكاء والعويل ليحصل على ما يريد.

* عدم وضع اللعب في أماكنها.

* الشجار مع الإخوة والأخوات.

* عدم النوم في الوقت المقرر.

نموذج لقائمة طفل في الخامسة عشرة (بحد أقصى عشرة بنود):

* عدم تنظيف الحجرة.

* التلفظ بألفاظ بذيئة.

* يؤخر الصلاة عن وقتها.

* يجلس كثيراً أمام التلفاز.

* يرفع صوته على والدته.

- الخطوة الثانية: تحويل المساوئ إلى قواعد:

بعد أن وضعنا لكلّ ابن من أبنائنا قائمة لأهم السلوكيات السيّئة التي يمارسها، والتي سنحاول جاهدين تغييرها، حان الوقت لتحويل هذه السلوكيات إلى قواعد يحترمها أبناؤنا، فمثلاً: سلوك التأخر خارج البيت ليلاً نحوله لقاعدة تقول: لا يسمح بالتأخر خارج المنزل بعد التاسعة ليلاً، وإذا كان أبناؤك يبالغون في مشاهدة التليفزيون ويقضون أمامه ساعات طوالاً، فيمكنك تحويل هذا السلوك السيّئ إلى قاعدة تقول: لا يسمح بمشاهدة التلفاز قبل الذهاب إلى المدرسة أو بعد العاشرة ليلا، وهكذا حتى تحول قائمة السلوكيات السيّئة الخاصة بكلّ ابن من أبنائك إلى قائمة قواعد عليه أن يلتزم بها، وتذكر أنّه يمكنك وضع خمس قواعد كحد أقصى للأطفال بين سن الثالثة والثامنة، وعشر قواعد كحد أقصى للأطفال في سن التاسعة فأكثر، ويمكنك أن تغير هذه القواعد أو تضيف قواعد أخرى بمجرد أن تحقق نجاحاً في تطبيق هذا النظام، ولاحظ من فضلك: إذا كان هناك فوارق واسعة في السن بين أطفالك، فمن المرجح أنك سوف تضع قوائم مختلفة لكلّ فئة عمرية، ولكي تبدأ في وضع قواعد مكتوبة خاصة بأبنائك أقترح عليك أن تستعرض السلوكيات السيّئة التالية وكيف تم تحويلها إلى قواعد وقوانين يلتزم بها أبناؤنا.

أوّلاً: نموذج لقواعد الأطفال بين الثالثة والثامنة من العمر (بحد أقصى خمس قواعد):

* السلوك السيّئ الذي يمارسه أبناؤنا

1- لا يضعون اللعب في أماكنها المخصصة لها.

2- ينامون متأخرين.

3- ينشرون أطباق الطعام وبقاياه في كلّ مكان.

4- يسرفون في مشاهدة التليفزيون.

5- يهملون واجباتهم الدراسية.

* كيف نحوّله لقواعد وقوانين منزلية

1- يجب وضع اللعب في أماكنها بحلول الساعة السابعة كلّ ليلة.

2- يجب أن تكون في الفراش للنوم في الثامنة مساء.

3- تناول الطعام يكون فقط في المكان المخصص له.

4- ممنوع مشاهدة التليفزيون بعد الثامنة مساء والتاسعة أيام العطلات.

5- يجب الانتهاء من الواجبات المدرسية قبل مشاهدة التليفزيون، ويمنع أداؤها بعد الثامنة مساء.

ثانياً: نموذج للقواعد الخاصة بالأطفال بين التاسعة والسادسة عشرة (عشر قواعد كحد أقصى):

* السلوك السّيئ الذي يمارسه أبناؤنا:

1- لا يساعدون والدتهم في أعمال المنزل.

2- يخرج من المنزل بغير إذن.

3- لا يعجبهم ما يقدم لهم من طعام.

4- يذهب متأخراً للمدرسة.

5- يستخدم أغراض إخوته بغير إستئذان.

6- يكثر من استخدام الهاتف.

7- يجلسون كثيراً أمام الكمبيوتر والبلاي ستيشن.

* كيف نحوّله لقواعد وقوانين منزلية:

1- يفرض على كلّ فرد من أفراد الأسرة واجب منزلي يؤدّيه ويجب الانتهاء من الواجب المنزلي في التاسعة مساء.

2- يجب الاستئذان قبل الخروج من المنزل لأي سبب من الأسباب.

3- ممنوع انتقاد الطعام.

4- الاستيقاظ صباحاً قبل موعد المدرسة بوقت كافٍ، ويجب الذهاب للمدرسة في الموعد المقرر.

5- يجب الاستئذان قبل أن تأخذ أو تستخدم شيء يخص أي فرد آخر في الأسرة.

6- ممنوع استخدام التليفون بعد التاسعة مساء سواء لإجراء مكالمات أو لاستقبال مكالمات.

7- ممنوع استخدام الكمبيوتر أو البلاي ستيشن بعد العاشرة مساء لأي سبب.

- الخطوة الثالثة: اختيار العقوبات المناسبة:

بمجرد اختيار وكتابة القواعد الخاصة بأبنائك، تصبح مستعداً للخطوة التالية، وهي أن تقوم بإعداد قائمة تشتمل على خمسة امتيازات يتمتع بها كلّ واحد منهم، ولكي تنجح في هذه المهمة قم بعمل قائمة بالامتيازات التي يتمتع بها كلّ طفل من أطفالك كلّ يوم بشكل ثابت لدرجة أنّ وجودها أصبح من الأمور المسلم بها كلّ يوم بالنسبة له، وبالطبع سوف تشتمل القائمة الخاصة بصغار الأطفال على امتيازات تختلف عن تلك التي تشتمل عليها القائمة الخاصة بمن يكبرونهم، وفيما يلي نقدم نموذجاً لامتيازات الأبناء، والتي يمكنك الاختيار من بينها..

* قائمة الامتيازات المناسبة للأطفال بين سن الثالثة والثامنة:

- الخروج للعب خارج المنزل.

- مشاهدة التلفزيون.

- ركوب الدراجة.

- اللعب بالبلاي ستيشن.

- اللعب في بيت أحد الأصدقاء.

- تناول الحلوى قبل النوم.

- قراءة القصص.

- استخدام الكمبيوتر.

- السهر لوقت متأخر.

- امتيازات أخرى...

* قائمة الامتيازات المناسبة للأبناء بين سن التاسعة والسادسة عشرة:

- ركوب الدراجة (أو قيادة السيارة لمن هم في نهاية هذه الفئة العمرية).

- المذاكرة مع صديق.

- الذهاب للنادي.

- الذهاب إلى دور السينما.

- الخروج من المنزل ليلاً.

- استخدام الكمبيوتر.

- التأخر ليلاً خارج المنزل.

- استخدام الهاتف.

- ممارسة ألعاب الفيديو.

- مشاهدة التليفزيون.

- امتيازات أخرى...

وبمجرد اختيار خمسة امتيازات لكلّ ِ طفل من أطفالك، قم بترقيمها من واحد إلى خمسة، على أن تعطى أقلها أهمية بالنسبة لطفلك الرقم واحد، وأكثرها أهمية الرقم خمسة، وعندما تنتهي من إعداد القوائم المطلوبة سوف تكون جاهزاً للإنتقال إلى الخطوة التالية والتي ستضع فيها الجداول الخاصة بنظام التربية الذكية.

- الخطوة الرابعة: وضع الجداول الذكية:

بالنسبة للأطفال بين سن الثالثة والثامنة من العمر، يستحسن أن تستخدم معهم جدولاً يومياً، أمّا الأطفال الأكبر فيمكنك أن تستخدم معهم جدولاً أسبوعياً، والآن قم بإلقاء نظرة على نماذج الجداول التالية، مع ملاحظة أنّ الجداول اليومية تحتوي على ثمانية مربعات، بينما تحتوي الجداول الأسبوعية على اثنى عشر مربعاً، وأنّ كلّ َ هذه الجداول تعمل بنفس الطريقة تماماً، لاحظ كذلك أنّ آخر خمسة مربعات في كلّ ِ جدول هي التي ستضع فيها تلك الامتيازات الخمسة التي قمت باختيارها سابقاً.

أوّلاً: نموذج لجدول يومي للأطفال بين سن الثالثة والثامنة:

الإسم: .....

اليوم: .....

1- 5 أصدقاء

2- 6 الخروج

3- 7 التليفزيون

4- 8 الحلوى

قاعدة اليوم: وضع اللعب في الأماكن المخصصة لها بعد انتهاء اللعب بها. أحسن أداء بالأمس تحقق مع قاعدة: النوم في الوقت المقرر لذلك.

كلّ القواعد سارية المفعول، مع التركيز اليوم على هذه القاعدة بشكل خاص.

ثانياً: نموذج لجدول أسبوعي للأطفال بين سن التاسعة والسادسة عشرة:

الإسم: .....

الفترة: من يوم: .....

إلى يوم: .....

1- 8 ألعاب الفيديو

2- 9 استخدام الهاتف

3- 10 دعوة الأصدقاء

4- 11 مشاهدة التليفزيون

5- 12 استخدام الكمبيوتر

قاعدة الأسبوع: ممنوع استخدام الكمبيوتر أو البلاي ستيشن بعد العاشرة مساء لأي سبب.

أحسن أداء في الأسبوع الماضي: الاستئذان قبل استخدام أغراض الآخرين في البيت.

كلّ القواعد سارية المفعول، مع التركيز اليوم على هذه القاعدة بشكل خاص.

* أيّ ُها المربي الكريم:

لاحظ معنا ما يلي: في نموذج الجدول اليومي لصغار الأطفال، تم وضع أقل الامتيازات أهمية بالنسبة للطفل في المربع رقم 4، ووضعنا أكثر الامتيازات أهمية بالنسبة له في المربع رقم 8، وفي الجدول الأسبوعي الخاص بالأطفال الأكبر سناً، تم وضع أقل الامتيازات أهمية في المربع رقم 8، بينما وضعنا أكثر الامتيازات أهمية في المربع رقم 12، وتحت الجدول يوجد بندان هما: قاعدة اليوم وأحسن أداء في اليوم السابق (بالنسبة للصغار) وفي الأسبوع الماضي (بالنسبة للأكبر سناً) فما معنى هذا الكلام؟

1- قاعدة اليوم (أو قاعدة الأسبوع): هي القاعدة التي تريد من أبنائك تطبيقها في هذا اليوم أو خلال هذا الأسبوع، وعليك أن تلاحظ أيضاً أنّ (قاعدة اليوم) هي عبارة عن السلوكيات السيّ ِئة التي يمارسها طفلك (لقد جمعناها في الخطوة الأولى) والتي حولتها إلى قواعد وقوانين (فعلنا ذلك في الخطوة الثانية).

2- أحسن أداء بالأمس (أو في الأسبوع الماضي): فوظيفته هي تذكيرك بأن تثني على أبنائك لأنّهم قد اتبعوا القواعد التي قمت بوضعها، وحتى إذا لم ينجح أطفالك في اتباع هذه القواعد بحذافيرها رغم حرصهم على ذلك، فيجب عليك أن تثني عليهم لأنّهم قد بذلوا أقصى ما في وسعهم، أمّا إذا لم يكن هذا الأمر متحققاً، فاترك المسافة بيضاء دون ذكر شيء.

والآن: وبعد أن قمت بدراسة هذه النماذج، استعن با تعالى وقم بتصميم الجداول التي تناسب أبناءك، لعل ا تعالى أن يجعلها سبباً لهدايتهم وصلاح أخلاقهم.

- الخطوة الخامسة: شرح النظام للأبناء وتطبيقه:

بعد أن تنتهي من وضع الجداول المطلوبة قم بعقد اجتماع عائلي قصير لشرح نظام التربية الذكية، وجهز معك لهذا الاجتماع نسخة من القواعد الخاصة بكلّ ِ طفل، وكذلك الجدول الخاص به، ثمّ أخبر أطفالك أنك توصلت إلى نظام جديد لإدارة البيت، وأنك تريد تجربته داخل الأسرة، ربّما تسمع بعض الأحاديث الجانبية الخافتة التي تعبر عن السخط والإستياء، عليك أن تتجاهلها وتمضي في هدوء إلى شرح القواعد الخاصة بكلّ ِ فئة عمرية، وفي هذه المرحلة سوف تقابل باستجابات مختلفة، فصغار الأطفال مثلاً يميلون إلى الإعجاب بأنظمة التربية الموضوعة، وذلك لأنّها تركز الانتباه عليهم وتشعرهم بأنّهم موضوع الإهتمام، أمّا الأطفال في سن العاشرة فأكثر فمن المحتمل أنهم سوف يستجيبون بطريقة سلبية للقواعد والقوانين التي ستخبرهم بها، وسوف تستمع على الأرجح إلى أشياء مثل: ما هذا؟ إنّ هذه القواعد ليست عادلة بالمرة؟ مَن هذا الذي وضعها؟

عند هذه النقطة، يرغب بعض الآباء عادة في معرفة إن كان من الممكن أن يسمحوا لأبنائهم بالمشاركة في وضع هذه القواعد، أم أنّه من الأفضل التأكيد للأبناء على أن تحديد هذه القواعد هي مسئولية الآباء وحدهم؟ ورداً على هذه النقطة يقول الدكتور لاري جيه: إنّه من المعقول تماماً أن نعطي الأبناء فرصة للتعبير عن رأيهم فيما يتعلق بهذه القواعد، بل إنّ السماح لهم بالمشاركة في وضع هذا النظام ككلّ ِ، يجعلهم في أعلى الأحوال يشتركون في تنفيذه طواعية واختياراً، وهذا خيار صحيح، لكن هناك مجموعة من الآباء سوف يرددون قائلين: انتظر، ألسنا نحن الآباء؟ إذن يجب أن نضع نحن هذه القواعد وسوف نقول لأبنائنا: نحن نحترم رأيكم، ولكننا آسفون، فهنا في داخل أسرتنا الآباء هم مَن يضعون القواعد، وهذا خيار صحيح هو الآخر، وهناك فريق ثالث يجمع بين الرأيين السابقين وذلك بأن يضع جزءاً من القواعد بمفرده دون مناقشة الأبناء، والجزء الآخر من القواعد قابل للنقاش والتغيير والتعديل، وهذا الرأي صحيح أيضاً، سواء اخترت هذا الرأي أو ذاك فالقرار في ذلك يرجع إليك، ولكن في كلّ ِ الأحوال ما يلزمك في هذه المرحلة هو أن يثبت لدى أطفالك جميعاً أنّه سوف تكون هناك قواعد محددة يلتزم بها الجميع.

المصدر: كتاب كيف نُعالج أخطاء أبنائنا؟