مراحل تطور الطفل في عمر السنة الى الثلاث سنوات
شرط

رابط التعلق العاطفي بين الطفل وأمه

JUN 21, 2022

ربما أصبح من الواضح الآن إننا كأمهات نلعب دورًا رئيسيًا في إثراء خبرات التعلم المبكر لأطفالنا وبيئتهم ونموهم المعرفي والجسدي والاجتماعي والعاطفي بشكل عام.

التعلق

ربما أصبح من الواضح الآن إننا كأمهات نلعب دورًا رئيسيًا في إثراء خبرات التعلم المبكر لأطفالنا وبيئتهم ونموهم المعرفي والجسدي والاجتماعي والعاطفي بشكل عام. فكيف ينشئ التعلق؟ طبيعي جدا بالطبع! من وقت الحمل، سواء كان طفلك الأول أو الثاني أو الثالث تتشكل رابطة طبيعية. هذه هي الطريقة التي يبدأ بها الرابط في وقت مبكر.

يدور رابط التعلق حول الجزء العاطفي من علاقتك بطفلك ـ كيف تتواصلي، بطريقة لفظية أو غير لفظي، عاطفتك تجاه طفلك، وحساسيتك واستجاباتك لهم. أنت المصدر الموثوق به وستختلف طبيعة التعلق وتنقسم لطريقتين. يمكن أن يتطور إلى رابط آمن أو رابط غير آمن. هذا ليس لتبسيط العلاقات الإنسانية المعقدة، ولكن هذا ما يتلخص في ذلك.

1. لطفل الآمن هو الطفل الذي يثق، ويشعر بالأمان ويعرف أن لديه قاعدته الآمنة التي يمكن الرجوع إليها، خاصة عندما يكون حزينًا لأن هذا الوقت الذي يحتاج فيه إلى الراحة. الطفل الآمن قادر على الانخراط في التواصل العاطفي غير اللفظي واللفظي معك.
2. الطفل غير الآمن غير قادر على تنظيم عواطفه، ويظهر سلوكيات محبطة وسريعة الانفعال ويصعب التخلص منها بسهولة. إذا لم يكن لديه الثقة والشعور بالأمان، فسيكون منفصل عاطفياً.

الانفصال: يكون هذا الانتقال هو الأصعب، ليس فقط بالنسبة لطفلك، ولكن بالنسبة لك كأم. في أغلب الأحيان، تبحثي عن كل أنواع الأعذار لإخفاء قلق الانفصال عن طفلك. لكن لا يوجد شيء تخفيه هنا. إنه في الواقع وقت صعب لك ولطفلك. لذا حافظي على هدوئك! ركزي على طمأنة طفلك أن هذا الانفصال مؤقت وأنك ستعودين. لا تحاولي التسلل أبدًا بينما لا ينظر طفلك لأن هذا سيخلق المزيد من التوتر ويمكن أن يعقد عملية التكيف مع الانفصال. حافظي على الثبات كل مرة ـ اشرحي لطفلك أنك ستعودين وتأكدي من عودتك عندما تقولين إنك ستعودين. والأهم، عليك أن تفهمي أن طفلك سيستغرق ما يحتاجه من الوقت (بالمقارنة بالأطفال الآخرين). يمكن أن يستغرق هذا ما بين شهر إلى ثلاثة أشهر (وأحيانًا أكثر قليلاً).



تساعد الإجراءات الروتينية على تنظيم إيقاع طفلك: ضعي في اعتبارك دائمًا مزاج طفلك. بناءً على ذلك، قد يكون الانتقال بين الأنشطة أمرًا صعبًا للغاية. الحل؟ نمط! نسمع دائمًا عن أهمية الروتين لأطفالنا. فيما يلي بعض الأسباب تثبت ذلك. عندما يتوقع الأطفال ما سيحدث بعد ذلك، فإنهم يتعلمون ضبط النفس. إن معرفة ما سيأتي بعد ذلك يمنح الأطفال شعورًا بالأمان والاستقرار العاطفي. مع الاستقرار العاطفي يأتي التنظيم الذاتي والثقة بالنفس كدليل لسلوك اجتماعي أكثر إيجابية ومسؤولية. ولكن هناك دائمًا أسباب لإبعاد أطفالنا عن الروتين ـ قد يكون ذلك لأننا قد نكون متعبين أو مرهقين، منشغلين، في عطلة، مع الأصدقاء وكل الأشياء التي ليست جزءًا من روتين طفلك. لكن حافظي على تركيزك وكوني ثابتة. الجهد الإضافي الذي تستثمريه، سيساعد طفلك كثيرًا. يمكنك استخدام استراتيجيات بسيطة مثل تذكير طفلك بما سيأتي بعد ذلك ـ منحه وقتًا كافيًا للاستعداد لأي انتقال، على سبيل المثال الأكل ثم اللعب والتنظيف وأخذ قيلولة.

التواصل مع طفلك: يريد كل والد أن يجعل طفله "الأفضل" أو "الأول" في كل شيء. هذا يعني جعلهم يفعلون كل ما يمكنهم فعله ليكونوا أذكى. هذا يزيد التوتر بالنسبة لك ولطفلك. للحفاظ على الرابط الآمن، ركزي على التجربة (التجارب) الحالية. امنحي نفسك وقتًا للتواصل مع طفلك ـ وهذا يعني، التركيز على طفلك (بدلاً من المقارنة بالآخرين) من خلال الاستماع والتحدث واللعب مع طفلك، وعيش التجارب ذات المغزى وذات الصلة بطفلك. كل شيء آخر يمكن أن ينتظر.

اسمعوا هذا، يا أمهات يا عزيزات: إن التعلق وفهم حساسية الأم هي مجال كامل للاستكشاف العلمي. إنه معقد، لكنه حقيقي وخطير. وسواء كان طفلك رضيعًا أو طفلًا صغيرًا أو أكبر سنًا، فإن ردود أفعالك تؤثر على العلاقات اللاحقة بينك وبين طفلك. لذلك فقط اقرئي.

اشاراتهم واستجيبي لهم بالحب والدعم. لقد سمعنا جميعًا عن أساطير الأجيال ولكن لا نأخذها كأمر مسلم به. راقبي طفلك. ليس عليك سوى قراءة اشاراتهم، والاحتفاظ بها، وتهدئتها. مع تقدمهم في السن، سيكونون أكثر ثقة وأمانًا عاطفيًا لأنهم يعتبرونك قاعدة آمنة لهم.

شارك الآن