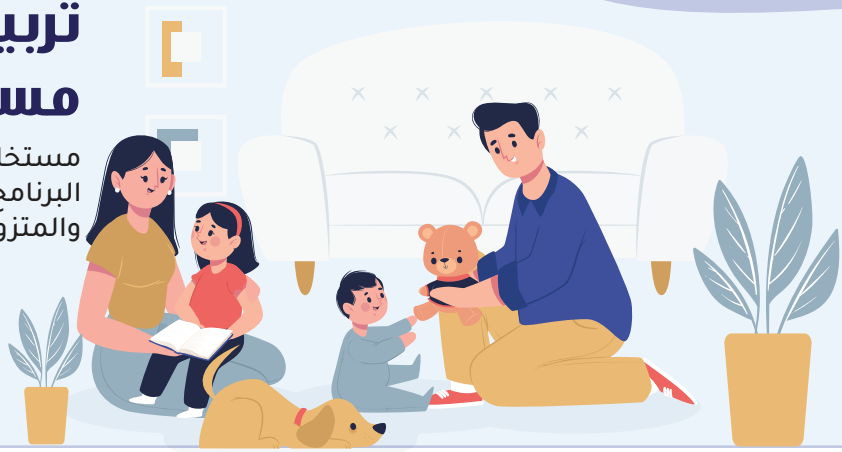
المجلس القومي للمرأة
THE NATIONAL COUNCIL FOR WOMEN

تربية الأطفال مسئولية مشتركة

مستخلص مـــن مبـــادرة معـاً لنبقي البرنامج التوعوي للمقبلين علي الزواج والمتزوجين حديثا



مكتب شكاوى المرأة
احنا معاكي

اتصلى على
15115
للحصول على الدعم القانوني النفسي الاجتماعي

اتكلمى
احمى نفسك .. وغيرك
لا للجرائم الالكترونية

معاً لنبقى

#سر_قوّتك

عام ٢٠١٦ كان بداية فكرة اتولدت جوا لجنة الشباب بالمجلس القومي للمرأة، فكرة إطلاق مبادرة وطنية للمقبلين على الزواج والمتزوجين حديثا، هدفها حماية الأسر من التفكك والحد من ظاهرة الطلاق اللي بدأت تنتشر في السنوات الأخيرة.وخلال احتفالية المرأة المصرية في مارس ٢٠١٧ أعلن السيد رئيس الجمهورية عام ٢٠١٧ عاما للمرأة المصرية وكمان ناشد الحكومة إنها تتبني مبادرات لدعم الأسرة المصرية . وحماية كيانها .. لأن الاسرة هي نواة المجتمع اللي لو صلحت وتماسكت يبقى احنا أكيد هنكون في مجتمع سليم وسوي وفي عام المرأة بدأ تنفيذ برنامج **معا لنبقى** وكان هدفه الأساسي تعميم السلام المجتمعي من خلال إننا نتعلم إزاي نتقبل الاخر مهما كان مختلف عننا لإن اللاختلاف بالاساس هو رحمة، وإزاي نستفيد من اختلافنا ونخليه حاجه إيجابية ونلحقه قبل ما يتحول من اختلاف لخلاف، واننا نتعرف على نفسنا ونفكر إزاي نحاسب نفسنا قبل ما نحاسب الاخر، نتعلم إيه هي حقوقنا وإزاي نطالب بيها بلطف وحيادية وواقعية ، وإيه هي التزاماتنا وإزاي نأديها ومنقصرش فيها، والمبادرة اتعلمنا فيها برضو يعني إيه حب وإيه هي أنواعه وازاي تحب شريكك وتوصل له الحب دا بالطريقة اللي تسعده مش بطريقتك إنت، اتعلمنا إن أولادنا أمانة في إدينا وإن الخلفة مسئولية مشتركة وتربية الأطفال محتاجه مذاكرة واتعرضنا كمان في المبادرة للمشاكل اللي ممكن تحوم حوالينا وحوالين ولادنا منها التنمر والتحرش والعنف الأسري اللي بنمارسه على بعض من غير ما ناخد بالنا منه ولا من نتايجه.

البيت هو المكان اللي ولادنا بتكبر فيه وبتكبر معاهم احلامهم وطموحاتهم. لو البيت ده بيحسوا فيه بالامان هيطلعوا اسوياء واقوياء اما لو بيحسوا فيه بالضغط والمسئولية بدري بدري هيطلعوا هاشين. عشان نعدي من مرحلة عمرية للمرحلة اللي بعدها لازم تكون الظروف مهيأه لينا وبتساعدنا على كده. الطفولة مش المرحلة العمرية الخاصة بتحمل وكبت المشاعر، الطفولة هي الوقت اللي لازم اولادنا فيها يحسوا بالامان، التوجيه، الحب والاستقرار. العنف اللي اطفالنا بيشفوه في البيوت بيخليهم يتخطوا طفولتهم ويعدوا مرحلة عمرية مهمه قوي لتكوين شخصيتهم. بيخليهم عايزين يتحملوا المسئولية من بدري ويتقمصوا دور مش دورهم ومهام مش مهامهم وده طبعا بيحصل من غير مايحسو و لا احنا .

حافظ عليه ميكونش (هش)

ورزع الباب ومشي...
ووقفت البنت الي عندها عشر سنين فى صراع شديد بين انها تساند أمها المنهمرة فى البكاء ولا تساعد اخوها اللي كان مخضوض ومنهار وبيترعش من صوت الاب الجهورى المرعب والمُخيف الصوت هز البيت ومن ضربه لمامتهم .. الضرب اللي خلي البيت شكله وحش اوى... كان قدام البنت الصغيرة حل من اتنين.. أما ان تنفجر زي امها واخوها .. أو تمسك نفسها وتكتم دموعها وتموت جواها مشاعر الخوف والرهبه والتوهان والوحده والألم الي كانوا ماليين احاسيسها .. وتجرى تحضن امها وتحسسها انها حاسه بيها وتحسس امها بالامان اللي هي محتاجاه في اللحظة دي و تعتذر لها عن اللي حصل لها من ابوها .. وكمان تجيب لعبه لأخوها الي عنده سبع سنين وتحاول تضحكه وتشغل له كرتون علشان تطمنه وتخرجه من خوفه.."

وهنا في سؤال مهم أوي لأزم نسأله:
مين هو المسؤول في الأسرة دي ؟ مين هو رب الاسره وسندها؟
مين اللي المفروض يحقق آمان البيت ؟ حتي الامان النفسي
مين المسئول انه يحافظ علي استقرار البيت العاطفي؟

بجد مأساه .. الادوار اتبدلت .. لان الي حصل ان البنت هي الي اتحملت المسئولية عن الاستقرار النفسي للبيت .. هي اللي حاولت تلملم ورا ابوها .. هي اللي حاولت تظبط الحالة النفسية لاخوها و امها .. هل دا كان دورها؟؟ مش دورها .. عارفين ليه ؟؟
لان في اللحظة اللي هي قررت فيها تقوم بالدور دا هي فقدت حق من حقوق طفولتها .. فقدت الفرصة في التعبير عن المها .. والتعبير عن مشاعرها في الموقف دا ومخدتش الفرصه أنها تبكي زي اي طفل .. تخاف، تلاقي حد يطبطب عليها، تتحضن، يتم أحتواها بسبب كل الي أتعرضت له في الموقف ده. مش بس كدا

دا كمان هي اللي لملمت ؟؟
تفتكروا لو دا بيتكرر كل يوم

هل البنت دي هتطلع سوية نفسيا

البنت في السن دا هي في سن المراهقة .. عندها صراعاتها الداخلية الخاصة بيها .. عندها احتياجات كتير وتساؤلات اكتر جواها بحكم المرحلة العمرية اللي هي فيها .. هي لوحدها وبدون أي مشاكل حواليها بتكون مشتته وده طبيعى ..

ولما حصل الموقف دا ادامها هي فقدت الفرصة كمراهقة عندها صراعتها الطبيعية .. فقدت انها تلاقي حد يلبي احتياجاتها الطبيعية لبنت في سنها .. في السن دا طبيعي هي محتاجه الي أب وأم يساندوها ويعدوا بيها ومعها بأمان من مرحلة تعتبر من اهم و اخطر مراحل حياتها .. الحقيقي ان المفروض يكونوا هما سندها .. تتمتع بيهم وبحبهم .. وتستمتع بحنانهم وآرائهم .. مساعدتهم ليها في حل مشاكلها وصراعاتها الداخلية .. مش هما اللي يبقوا حمل عليها.. !

وده اللي ممكن يخلي ابنى او بنتى هش .. بدل ما حبنا واحتواءنا ليهم يحميهم انه يكون هش. البيت مبقاش ملجأ لكنه اصبح "حلبة صراع" .. مكان بيحصل فيه مصارعه بدل ما يكون مكان تلجأ اليه لما يحصل جواها صراعاتها.. تستخبي فيه وتطمن .. تلاقي فيه النصيحة والارشاد .. اولادنا بيلجأوا ليه لما يحصل ليهم و جواهم صراعات بقي مكان بيضيع فيه حق أولادنا في اننا نساعدهم في حل صراعاتهم بوجودنا جنبهم

احنا مش مدركين حجم الي بيتعرضوا ليه الأطفال بسبب خناقتنا . قد ايه دا صعب ومؤلم ..و اد ايه بيضيع عليهم فرص هم محتاجينها لانه بينشغلوا معانا في حاجاتنا و احتياجاتنا احنا .. وياريتها حاجات حلوة .. دي حاجات بتخليهم هش

من الاخـطاء الشائعة جدا جوا بيوتنا في تــربية ولادنا

صدمة المسؤولية المبكرة الي بيتحملوها الاطفال لما يكونوا هما المسؤولين عننا مش العكس:

ودا بنعمله لما نتخانق ادامهم ويضطر الطفل يعمل نفسه مش واخد باله .. او يضطر هو اللي يطبطب ويحضن الام مثلا .. او يضطر يكتم دموعه ويستخبي تحت السرير او ورا الدولاب .. كمان بتحصل كتير اوي اننا متخانقش ادامهم ونتخانق من وراهم بس ندخلهم في مشاكلنا .. زي مثلا اقول لبنتي .. ماما راحت عند تيته ولا لأ .. ولو مقولتيش انا همنع عنك المصروف .. او مثلا الام تبعت للاب الرسائل عن طريق بنتها لانها مش طايقة تتكلم معاه وتبقي البنت هي الوسيط وهي علي فكرة بتكون فاهمه كل حاجه واحنا متخيلين انها مش فاهمة .. وحتي لو مش فاهمه هي حاسة بالجو العام .. اطفالنا اذكياء جدا.

تحمليهم مسئولية اخواتهم بشكل مبالغ فيه من سن بدري:

ودا كتير مننا بيعمله .. خاصة لما يكون الطفل الاكبر ولد .. نقوله دايما .. عينك علي اختك .. خلي بالك منها .. اوعي حد يضايقها دا كمان لو الاخ الاصغر وقع ولا حصل له أي حاجة .. نقعد نقول للكبير .. هو انت كنت فين .. ازاي حد يضربه انت موجود .. دا كمان في امهات بتضرب الكبير لما الصغير يحصل له حاجه .. اقولكم علي الاصعب .. ساعات الام تحاسب الابن الاكبر عن الدوشة اللي عاملها الابن الاصغر .. وبيوصل لدرجة ان احيانا الصغير لما بيصرخ علي لعبة بتاعة الكبير .. بنجبر الكبير انه يسيب لعبته للصغير .. بأمانة بقي .. انت لما بتعمل كدا بتعمل كدا ليه ؟؟ يعني لما بتجبر الكبير علي سبيل المثال يسيب لعبته للصغير بيكون هدفك ايه .. جاوب علي السؤال دا بأمانة .. بتريح دماغك من الزن ولا فاكر انك بتعلمه المسئولية والاحتواء ؟؟

بوجه عام نقصد هنا تحملهم المسئولية بشكل مبالغ هو اللي غلط .. مش مبدا تحميلهم المسئولية .. لان درس المسئولية مهم يتعلموه .. المهم امتي و ازاي و في أي سياق ولأى مدى وكمان لازم نعرف لما يقصر في مسئوليته نتعامل معاه ازاي.

حرمان ولادنا من حقهم في التعبير:

ودا بيحصل لما ميكونش عندهم مساحه من التعبير عن الي بيحسو بيه .. سواء بسبب اننا مش فاضيين نسمعهم ومشغولين مع ضغوط الحياة .. هنا السوال لو ضغوط الحياة علشان الفلوس .. احنا بنجيب الفلوس ليه ؟؟ الفلوس ولا الولاد ؟؟ كتير اوي بنكون عاملين زي عسكرى المرور اللي واخد تعليمات وبينفذها وخلاص وناسي الهدف من وجوده اصلا يكون ملتزم بتوقيف الطريق كل خمس دقايق .. فيحصل تكدس مروري مثلا في حارة معينة وهينتج عنها ازمة كبيرة لو مكانش مرن وقدر ياخد قرار حكيم وفقا للي شايفه بعينيه .. لكن اللي بيحصل انه يفضل ملتزم باللي حافظه في دماغه

مع انه لو افتكر الهدف من وجوده اللي هو تسهيل حركة السير ومنع حدوث تكدسات .. اكيد هيقرر وفقا للواقع اللي شايفه ادامه .. دا اللي احنا بنعمله .. احنا بنشتغل علشان نأمن ولادنا ونلبي احتياجاتهم .. لكن ساعات بننسي ان الشغل هو الوسيلة والاولاد هم الغاية .. فبنيجي عليهم علشان الشغل كمان احيانا بنحرمهم من التعبير عن رأيهم لمجرد اننا مصدعين .. مش قادرين .. بنرغي مع خالتو او مع عمتو.. بس الاثر النفسي لتجاهلنا لمشاعرهم هيكون اكثر خطورة من ضرر صداعنا او زعل خالتو .. كمان بنحرمهم من تعبيرهم عن رأيهم لو سمعنا جزء منه وحسيناه تافه او انه عكس رأينا .. هو انا لسه بقي هقعد اقنع في العيل الصغير دا ؟؟ هو انا فاضي ؟؟ هو دا اللي انت هتعمله و متجادلنيش.. دا اكبر غلط .. سيبه يتكلم ويعبر ويصدعك .. هيعبر لمين .. طب هينصحه بأيه .. اللي انت بالنسبه لك شئ تافه .. بيكون عنده شئ مهم جدا ومصيري

مايلعبوش ومايضحكوش ومايتشالوش وما يتحضنوش:

طبعا دا مش الطبيعي .. الاسوياء مننا ودا المعظم والحمدلله طبعا بيستمتع وهو بيلاعب الاطفال ويسمع ضحكتهم
بس العجيب ان في بعض الشخصيات ومنها الشخصية العملية علي سبيل المثال
(ارجع لفصل الشخصيات الانسانية)

مظهر اول

بيعتقد ان حضن الابن او شيله بيطلعه عيل طرى .. ولازم يتعود علي الجفا علشان ينشف.. متتصدموش .. دا فعلا موجود

مظهر ثاني

تلاقي جدة الطفل تقول لام الطفل مش كل ما يعيط تجرى تشيليه .. كده هتعوديه على الشيل وهيطلع عينك ..

ايوه احنا كأهالي مسؤليتنا مش بس اكل وشرب ولبس ، أحنا مسؤولين عن اعداد كيان .. بني أدم .. سوي ومحبوب وصحي علشان يخرج للمجتمع يعمل فرق ايجابي ويعيش الحياة الي المفروض يعيشها، مش يكبر بيتعافى ويتعالج من اخطاءنا في تربيته .. اللي فات كان مجرد امثلة لاخطاءنا ف التربية .. ولسه هنشوف اخطاء تاني خلال الفصل..
مفيش بيت مافيهوش خلافات، مفيش بيت مافيهوش مشاكل، مستحيل!!! لكن في فرق كبير اوي لو انا وجوزي بنتخانق بس صوتنا مايعلاش قدام ولادنا.. ولا نهين بعض و نقلل من بعض.

لو اتعلمنا وقررنا نفضل مخلين بتنا مكان آمن للولاد يستخبوا فيه من اي حاجه مخوفاهم ويكونوا دايما متطمنين

١ عمرنا ما هنشتــم بعض ولا هنغلط في بعض وأكيد ولا هنمد أيدينا علي بعــض.

٢ يكون في بيننا اشارة معينـة لو بنتنــاقش والكلام بيننا بدأ يحتد اول ما حد فينا يعـمل يكون بينا اشـارة ان الكلام بدأ ياخد طريقة و حشة و متنفعــش قـدام الاولاد فخلينـا نأجله.

في قرارات واضحه ممكن مع بعــض نقرر نتفق عليــها واحنا برا المشاكل علشان لما تحصل مشكلــة ننفذهــا اوتوماتيك

٣ مهما حصل ولادنا مش هيشوفوا مشاكلنا ولا هنحكي لهم لا دلوقتي ولا لما يكبروا .. هم هينضجوا وهيقدروا يقيمو العلاقات كويس.

٤ مهما حصل مش هستخدم ولادى وسيط ما بيننا.

اللي فات مجرد امثلة لاسرار واتفاقات بينكم هدفنا الحفاظ علي الحالة النفسية والنمو السليم للولاد. القررات ديه بتفرق اوي وقت المشاكل .. زي مثلا لما نتفق أننا نفكر نفسنا ان هدف الخناقه اننا نعرف أزاي نعدي العقبه ديه في علاقتنا علشان هدفنا اننا نبقي معاً.

رسالة الى الأهل:

أتعرفوا علي أولادكم منذ نعومه أظافرهم: أكتشفوهم وأكتشفوا كل شيء يخصهم .. بيحسو اوبيفهمو اوبيوصلهم كل الي بنكون عايزين نقولوا أيوه بيحسو بنباضات قلوبكم لما تحتضنوهم، بيفهموا ضحكتكم ونظرات الحب الي طالعه من عيونكم. كمان بيحسوا بمدى عمق حبكم او كرهكم ليهم كل انواع مشاعركم بتوصل ليهم.. علشان كده ارجوكم ماتهزروش الهزار اللي اتقال لنا كلنا زمان

متقولش

- "أنت جيت غلطه"
- "احنا كسبناك في علبة السمنة"
- "احنا لقيناك ادام الجامع"

دة بيضرب هويتهم وبيكون سبب الم ليهم ممكن يخليه هش و يتكسر بسهولة

سمعهم وقولهم

- "بحبك يا أغلي حاجه عندي"
- " أنت هدية ربنا لينا"
- "أيه الجمال والحلاوه دى"

هم مش:

دول عيال مش فاهمه حاجه"

- "بتقولوا ايه يا جماعه دي حتة لحمه ولا بيحس بحاجه أصلاً بلاش بس تكبروا الموضوع"
- " بيتدلعوا .. مش كل ما يعيط تشيلوا هيتعود علي الشيل"

بلاش تستهينوا بمشاعرهم هم بشر صغير الحجم والقدرة ومرهفون المشاعر. هما بس مش فاهمين العالم الخارجي القاسي. أبنوا معاهم علاقه من حوار وطبطبه وأهتمام وصبر وحمايه ونظام لحياتهم. أيوة النظام الواضح لحياتهم بيخليهم يحسوا بالأمان لما كل حاجه تكون ليها وقتها، وكل حاجه ليها مكانها .. امتى ياكلوا ويشربوا ويلعبوا وينامو ويذاكرواويلعبوا رياضة.

الشبشب المقلوب

الوعى والتعليم عن نفسية الطفل و احتياجاته حاجه مهمه جداً!

• الفطره لوحدها مش كفايه لتربيه طفل .. ولا الموروثات كلها هتنفع في التربيه خالص.

• الموروثات أصلاً في بعض الاحيان بتكون سبب أساسي لتكوين مُعتقدات غلط فى دماغهم و تكوين شخصيتهم. كلنا كبار ومُتعلمين بس مش ممكن نشوف "الشبشب مقلوب" ومنعدلوش لانه حرام يدي ظهره لربنا!! او قلبت الشبشب بتجيب الفقر .. ونجرى نعدل الشبشب .. لدرجة اننا بقينا نعملها بطريقة لا ارادية.

مش ممكن الكلام دا يا جماعة دى حاجه لا تعقل

هي دي بالظبط المُعتقدات والموروثات الي أنا بتكلم عنها، معتقدات يعني بتتعقد وتتكلكع وتترسخ جوانا وبيكون من الصعب جداً أنها تتفك وبناخدها مذهب ومبدأ وطريق وسلوك في حياتنا بوعي او غير وعي

أحنا بنربى زي ما أتربينا .. بس لازم نراجع الي طلعنا عليه .. لأن في منه الكويس والصح وفي منه السيئ جداً والجارح الي اتعرضنا له من أهالينا الي ممكن يكون حصل دون وعى منهم! وكمان الفطرة مش كفاية في التربية .. لازم نتعلم ونقرى عن تربية الاطفال.

أولادنا بيشوفوا الدنيا من خلالنا:

لما بحب بنتي وأبني زي ما هما، وأقبل لغبطتهم لأنه طفل، واديله مساحته يغلط وأساعده يصححها بالطريق اللي علي اده ويقدر يطبقها، ولما ارد عليه لما ينادي عليا ، أسمع لما يحكيلي قصصه الي احياناً كتير بتكون بسيطه اوي اوي مقارناً بمشاكلي أنا ويومي الصعب الطويل، بيقدر يفهم ويصدق ويدرك أن الشئ العادي أن يكون العالم مُتاح ليه وان العالم لغبطتهم لانهم اطفال .. وانه يقدر يحقق في العالم دا اهدافه ..وعكس تصرفاتي دى ممكن تخليه يحس ان جه مكان مش مرغوب فيه وان الدنيا مش بتحبه ويبدأ يكبر مهزوز ومشوه نفسيا وممكن يفضل ماشي طول الوقت متبني نظرية المؤامره .. لما بابا وماما يلعبوا معاه ويجروا ويضحكوا ويستخبوا منه ، بيخلي أولادنا يشوفوا الدنيا آمان وبتضحك ليهم، بيكبروا حذرين مش ساذجين بس كمان بتخليهم متزنين مش ماشين مرعوبين

علي جثتي اعمل كدا مع ولادي

فاكره جمل أتقالت قدامي كتير أوي والشخص الي كان بيقولها كان بيأكد علي أنه مستحيل يعمل زي ما باباه عمل معاه في تربيته ..الشخص ده كان متألم من أهله وأكد انه مستحيل يكرر اللي اهله عملوه معاه وقال: **"على جثتي أعمل كده مع عيالي"**

ولما خلف عيال عمل نفس التصرفات بعينها صوره طبق الأصل منها!

في جيلنا كان في ظاهرة عند ابهات كتير انه وقت الاعياد ينكد عالاسرة علشان ميجيبش لبس العيد .. في رأيي الشخصي ان فترة التمانينات والتسعينيات في تاريخ مصر كانت اكتر فترة صعبة اقتصاديا علي مصر .. الفترة دى بدأت تنسحب من مصر مظاهر الرقي والشياكة اللي بنشوفها في افلام الابيض واسود البنات لابسين قصير والرجالة لابسين بدل.

واللي كان بيعاكس واحدة يقولها بنسوار يا هانم .. وتعداد السكان كان قليل.. انما في فترة الثمانينات والتسعينيات بدأ التعداد يزيد والاخلاق اتغيرت والدنيا بدات كمان تغلي .. وبقينا نشوف في الافلام الناس متشعبطة في الاتوبيس .. والعريس مش معاه خلو الشقة .. وازمة الاسكان .. وبدأنا نشوف الراجل بيشتغل الصبح في شركة وبعد الضهر علي تاكسي .. وبقينا نسمع كتير جملة مستني جواب القوى العاملة.

مش ببرر للراجل اللي كان بينكد عالبيت علشان ميشتريش لبس العيد .. بس احنا ظروفنا احسن منهم .. احنا في عصرنا بقي في التكنولوجيا متاحة للجميع .. يمكن الدنيا دلوقتي اغلي .. بس انا بشوف اننا مرفهين ولو بنسبة ٥٪ عن اهالينا .. هم كان ليهم ظروفهم الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية .. واحنا لينا ظروف تانية .. بلاش نقول لنفسنا احنا اتربينا كدا وطلعنا رجالة ومسئولين وحلوين وزي الفل .. الدنيا اتغيرت.

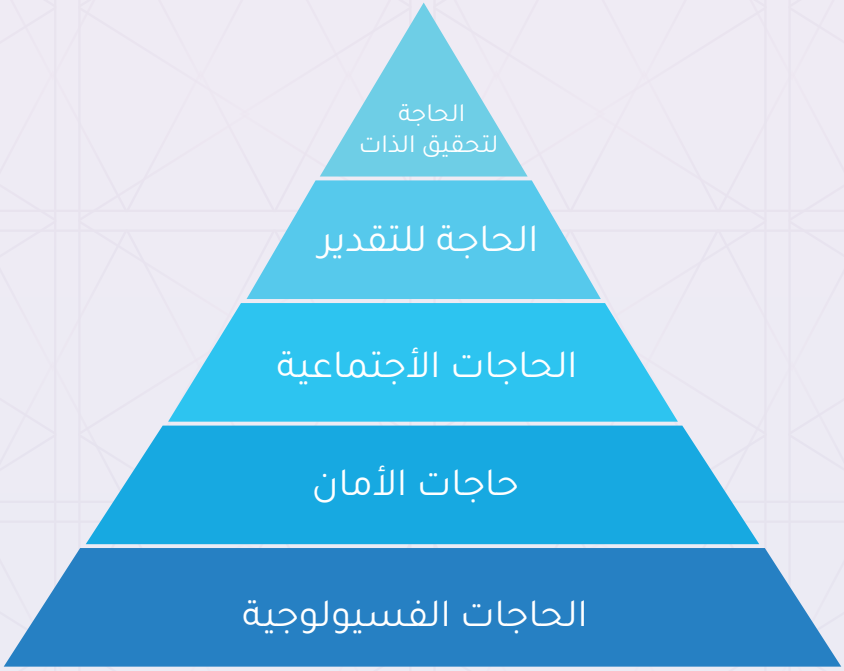
كمان خلي بالك من كل حاجه انتقدتها في اهلك وقولت علي جثتي اعملها في اولادى زى اللي قال عمرى ما هنكدد علي مراتي عشان مجيبش لبس العيد .. الشخص دا لما اتجوز عمل كدا مع مراته.

ببساطه مش هنقدر نغير الي اتربينا عليه أو نعمل عكسه الا اذا أمتلكنا معرفه ايه الي حصل معانا وازاي أثر فينا وأذانا وكمان محتاجين ادوات مختلفه فى التربيه الاول.. تخلينا نغير افكارنا بتجديد اذهاننا فانقدر نغير صورتنا عن نفسنا وبالتالي نرفض الي حصل معانا ونتعلم وسائل أصح علشان نطبقها مع اولادنا في التربيه.
بس في الحقيقه لازم اخف من الي حصل فيا من تربية اهلى الاول الي كانت فيها حاجات غلط علشان أقدر أقدم لأولادي حاجه مُختلفه.

وهنا بيجي الأختيار لو عايز تغير سلوكياتك الخاطئه مع اولادك أو تلاقي طرق لحل مشاكلك معاهم لازم تختار قرار صعب وهو انك تقبل تتعلم طرق تانيه وبالتالي تقبل تغيير افكارك عن طريق التجديد الي هتعمله في ذهنك بالمعلومات الاصح الي هتقراها او تسمع عنها وبالتالي تعلم وتدرب نفسك بصبر على الي هتتعلمه.
لكن مش بس انت محتاج لمعلومات لأن المعرفه لوحدها مش بتغير لكن المعرفه بتخليني اشوف ولما بشوف وأتفتح وأقبل اني أشوف نفسي علي حقيقتها الدنيا بتتغير وبختار بأراده اني اكون مُختلف علشان دي هتكون البدايه الحقيقيه.

الاحتياجات الاساسية للاطفال

مهم نتعلم ان الاطفال عندهم أحتياجات أساسيه لازم انها تسدد .. او على الأقل بنسب كويسة ..
والأحتياجات حسب هرم أبرآم ماسلو هى:



١ - الحاجات الفسيولوجية

يعني الطفل محتاج (الطعام والشراب واللبس والراحة)
ودا الاحتياج الاول علشان الانسان يفضل عايش مايموتش.

٢ - حاجات الأمان (المادية والمعنوية والصحية)

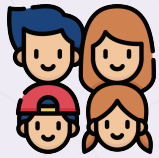
من الناحيه المعنويه في شئ مهم اوى وهو ازاي بأدب اولادي بشكل صحى يعلمه من أخطائه وما يزرعش فيهم الخوف ويفقدهم الأمان. فآمان الطفل فى حضن اهله وثباتهم فى حبه مهما عمل وده اسمه الحب الغير مشروط. طرق التاديب ليها أشكال مختلفه ولكن اهم شئ انه الطفل مايتحرمش من والديه بالخصام او الضرب والأهانه لأن دي طرق عنيفه تفقد الطفل امانه النفسى وتهز ثقته فى والديه وفي نفسه .

٣- الحاجات الأجتماعية

الحب والتفاعل مع الأخرين و ده بيحصل من خلال خمس لغات للتعبير عن الحب فكل طفل له لغتان اساسيتين يستقبل بيهم الحب ويعبر بيهم عن حبه ولازم الاهل يكونوا عارفين لغه كل طفل من أطفالهم لانها بتختلف من طفل لأخر. مهم يكتشفوا لغة حب طفلهم علشان يعرفوا ازاي يعبرولوا عن حبهم ليه.

اللغات الخمسه للتعبير عن مشاعر الحب هما:

الوقت القيم



التلامس (الطبطبه)

الهدايا

أعمال خدميه

الكلام المشجع

أنا كأب أو أم ممكن لغتي تكون التلامس بس ابني ممكن اهم لغه ليه هي الوقت القيم، فانا لما بتعلم لغات الحب الخمسة بعرف نفسي الأول وكمان بفهم لغات أولادي علشان اقدر اضمن اني اوصل ليهم حبي باللغه الي يفهموها.

٤- الأحتياج للتقدير

الاحترام وتقديرالذات .. لازم تحترم الطفل زيه زى الكبير .. أحترامه شئ مهم زي احترام الكبير .. واني ما احاولش اقلل منه أومن كلامه او ردوده. لأنه لازم يحس انه متقدر كانسان ..لانه دا بيعلمه يقدر نفسه ويحبها وكمان بيتعلم أحترام الأخرين وتقديرهم .. لام يكون حاسس انه كيان وانه له رأى و ان صوته مسموع .. واننا لازم نقعد ونتعب علشان نقنعه بحاجه عكس افكارة مش نجبره.

٥- الحاجة لتحقيق الذات

مهم اوي اديله مساحه يحقق نفسه، مساحة بعيد فيها عني.. مساحه كويسه فيها يدرك هو مين وينجز ويحقق ذاته. ومهم اوي اعلمه مبدأ هختم بيه الفصل ده، مبدأ قيم جداً يعرفه وهو بينجز في حياته، القصه الي جايه هتشرحه.

مش هنسي القصه ديه ابداً:
ولد عنده ٦ سنين جاي منهار ان صاحبه في المدرسه ضربه علشان ياخد منه اللعبه الي كان بيلعب بيها..
بعد ما تم التدخل في الموقف واتسأل بتعيط ليه؟
رد وقال: "ضربني علشان يأخد اللعبه !! الانسان اهم ولا اللعبه ؟"
الانسان أهم ولا اللعبه؟ ده المبدأ الي اتربي عليه الولد ده. أتربي علي ان الانسان اكيد اهم من اللعبه. وانت السؤال ليك انهارده أيه المبدا الي بتربي أبنك وبنتك عليه؟ مين أهم؟ هما ولا أنت؟ الانسان الاخر مهم ؟؟
ولا مش مهم يدوسوا علي الأنسان ويأخدوا الي هما عايزينه !؟

المُلخص:

• أنا المسؤول عن تربية اطفالي تربيه سوية وسليمة

• أحتاج ان أقول لنفسي: "لن ادع ابني أن يكون اب لي ولن ادع بنتي تكون أم لي"

• مفيش بيت مافيهوش مشاكل لكن كتر الصراعات والنزاعات في المنزل تخلق من الطفل شخص مهزوز وضعيف وغير فعال لنفسه وفي المجتمع.

• دورنا كأهالي ليس محصور فقط في تلبية احتياجات اطفالنا للأكل والشرب ولكن أدراكي كل يوم بأهمية تأهيل نفسي أن أكون أب وأم قادرين ومستعدين لتنشئة جيل مميزٍ

• احتاج ان اطلب المساعدة لأتعلم كيف اربي نفسي اولاً ثم ابنائي

• الوعي المستمر بنفسي يجعلني في تواصل مستمر بالنفس مما يؤدي الي أدراك مشاكلي الشخصيه للتعامل معها والعمل علي تصليحها

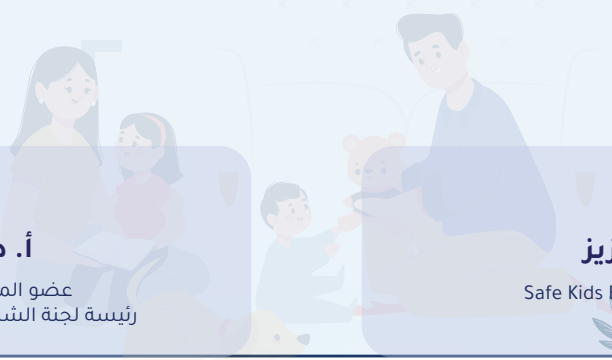
• التعلم الدقيق عن الاحتياجات الأساسية للأطفال يجعلني شخص قادر علي تطبيق طرق تربيه سليمه وبناءه

• أدراكي للمبادئ البسيطه الب بواصلها لاولادي وانا بربيهم

تم إصدار هذا الكتيب تحت مظلة برنامج «**القضاء على العنف ضد النساء والفتيات وإتاحة خدمات أساسية عالية الجودة**» الذي أطلقته هيئة الأمم المتحدة للمرأة فى مصر، عام ٢٠١٥، بالشراكة مع المجلس القومى للمرأة. وهو واحد من البرامج التأسيسية لهيئة الأمم المتحدة للمرأة فى إطار المبادرة العالمية حول «**منع العنف ضد النساء والفتيات والحصول على الخدمات الأساسية لإنهائه ».**

ويساهم البرنامج في تحقيق الهدف الخامس من أهداف التنمية المستدامة: «تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين جميع النساء والفتيات »، ولا سيما الغاية ٥,٢ التي تسعى إلى «القضاء على جميع أشكال العنف ضد النساء والفتيات في المجالين العام والخاص، بما في ذلك الاتجار بالبشر والاستغلال الجنسي». ويتم تنفيذ أنشطة هذا البرنامج بدعم من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية.

المجلس القومي للمرأة
THE NATIONAL COUNCIL FOR WOMEN



اعداد

أ. سارة عزيز

مديرة ومؤسسة Safe Kids Egypt

مراجعة

أ. دينا حسين

عضو المجلس القومي للمرأة
رئيسة لجنة الشباب بالمجلس القومي للمرأة

11 شارع عبد الرزاق السنهوري- متفرع من مكرم عبيد- مدينة نصر.
القاهرة- مصر

http://ncw.gov.eg

info@ncw.gov.eg

للتواصل مع مكتب شكاوي المرأة: 15115

01007525600

02 23490060

مكتب شكاوى المرأة
احنا معاكي

اتصلي على
15115
للحصول على الدعم القانوني النفسي الاجتماعي

اتكلمي
احمي نفسك .. وغيرك
لا للجرائم الالكترونية

معاكي لنبقى

#سر_قوتك