

١٠ نصائح في تربية أشقاء أفتا ..



عندما يكون أحد أطفالك يعاني من اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه "افتا" سيصعب عليك رعاية أطفالك الآخرين وذلك لانشغالك بتربيته وتعليمه، فإنه من المهم جداً للآباء والأمهات أن يظهروا المحبة والاهتمام لجميع أطفالهم بالتساوي، وهنا بعض النصائح التي ستساعدك في تحقيق ذلك :

١ تحكم بتوقعاتك

كأب أو أم لطفل افتا فإنك تتوقع من أطفالك الآخرين أن يطيعوك مباشرة وبدون أي مجهود ، فأنت تتوقع منهم أن يحسنوا التصرف لأنهم لا يعانون من افتا ولكن تذكر أنهم مجرد أطفال يحتاجون منك أن تساعدهم على فهم القوانين وأن تعلمهم حدود التصرف، فإن ذلك مهم لهم كأهميته لطفلك الذي يعاني من افتا .

٢ كن عادلاً

كن واضحاً في وضع قوانين المنزل و الزم جميع أطفالك بها وكن عادلاً في التعامل مع من يخالف القوانين سواءً طفلك الذي لديه افتا أو أشقائه الآخرين .

٣ اجعل تعاملك شخصي

تعامل مع كل طفل من أطفالك بما يناسب شخصيته واحتياجاته مثلما تتعامل مع طفلك الذي يعاني من افتا ولا يعني ذلك التفاوت وعدم العدل في التربية بل يعني التحكم بطريقة المعاملة بما يناسب شخصية كل طفل على حدى.

٤ خصص لهم جزءاً من وقتك

خصص جزءاً من وقتك يومياً لكل طفل من أطفالك واجعله يشعر أنه مميز ومهم إن قضائك جزءاً من اليوم مع أطفالك سيحافظ على توازن علاقتك مع كل طفل و أيضاً سيقبل إحساسهم بالإهمال بسبب التربية المميزة لشقيقهم ذوي افتا .

٥ استغل أوقات فراغهم

سجل أطفالك في النشاطات اللامنهجية والأندية الرياضية وادعم هواياتهم كما تفعل مع طفلك الذي يعاني من افتا فذلك سيشعرهم بالاهتمام والتقدير .

٦ اترك مجالاً للحوار المستمر

اترك المجال مفتوحاً للنقاش والحوار المستمر مع أطفالك دائماً . ولا تخفي عنهم مايعانيه شقيقهم بل اشرح لهم عن افتا بطريقة تناسب أعمارهم وجاوب عن جميع أسئلتهم المطروحة فذلك سيحسن من تعاملهم مع شقيقهم وسيشعرهم بالمسؤولية والاهتمام .

٧ تابع مستواهم الدراسي

لا تضع جميع تركيزك على الأداء الدراسي لطفلك الذي يعاني من افتا وتهمل مستوى أطفالك الآخرين، تابع مستوى أطفالك الدراسي بالتواصل الفعال مع المدرسة وتابع درجاتهم باستمرار.

٨ وطفد العلاقات بين أبنائك

ساعد أطفالك على قضاء الوقت معاً وابن الثقة بينهم بتعليمهم المشاركة واللعب معاً.

٩ نمي التعاطف بينهم

البيئة المنزلية الصحية لطفل افتا من الممكن أن تنمي حس التعاطف والتفهم في نفوس أشقائه، عند توفيرك البيئة الصحية المناسبة لطفلك الذي يعاني من افتا وتشارك أطفالك الآخرين في الأمر سوف تنمي فيهم حس التعاطف والتفهم .

١٠ اللحظات الصعبة

سيكون هناك لحظات صعبة ستواجه جميع أفراد العائلة بسبب طفل افتا ولكن تلك اللحظات ليست سيئة بالكامل ستعلم أفراد العائلة الصبر والتكيف وستطور طريقة تعاملهم مع الأوضاع الصعبة.