

المبدأ الأول



تعني جميع السلوكيات شيء ما. فهم السلوك من منظور الارتباط أو التعلق. يعتبر الارتباط أو التعلق من احتياجات الإنسان الأساسية التي تعطي شكلاً لسلوكنا. حيث تشكل الطريقة التي نتواصل بها الطريقة التي تطور بها علاقاتنا.

المفاهيم الرئيسية

1. نحن جميعاً نعيش في علاقات مختلفة. تبدأ علاقة الارتباط أو التعلق الأولى عند الولادة وتستمر طوال حياتنا. هذا الارتباط أو التعلق يبدأ من الوالدين إلى الطفل والطفل إلى الوالدين – هو أمر حاسم لبقائنا. تستمر حاجتنا للارتباط أو التعلق طوال حياتنا بالكامل.
2. يمكن اعتبار السلوك شكلاً من أشكال التواصل فيما يتعلق بالارتباط أو التعلق واحتياجاتنا. يستطيع الأطفال التواصل حول احتياجاتهم عن طريق عدد من الطرق المختلفة. وبصفتنا كوالدين، فإننا نبذل قصارى جهدنا لفهم احتياجات أطفالنا وتلبية احتياجاتهم، ولكن في بعض الأحيان قد يكون من الصعب معرفة ما يريد أطفالنا أو ما يحاولون إخبارنا به.
3. يمكن أن يعني السلوك الواحد أشياء مختلفة. تعتمد طريقة تفسير سلوك أطفالنا على الموقف، والخبرة السابقة، وافتراساتنا حول أطفالنا والعلاقة التي تربطنا بهم. غالباً ما تحدد افتراساتنا كيف نتصرف. قد تكون استنتاجاتنا صحيحة في بعض الأحيان، لكن يمكن أن تكون خاطئة أيضاً.
4. خذ خطوة للخلف وكن فضولياً. يشجعنا منظور الارتباط أو التعلق على اتخاذ خطوة إلى الوراء ونتطلع إلى معرفة ما قد يعنيه سلوك معين وما قد يعبر عن الحاجة أو الاحتياجات. عندما نفعل ذلك، فإننا نضع أنفسنا في وضع أفضل لنقرر كيف يمكننا الاستجابة لسلوك معين.
5. يؤثر سلوكنا على علاقاتنا مع الآخرين. عندما نتفاعل مع أطفالنا، يتم خلق أنماط معينة. يؤثر سلوك أطفالك عليك بنفس الطريقة التي يؤثر بها سلوكك على أطفالك. معاً، نحن نخلق أنماط. يمكن أن تكون هذه الأنماط وظيفية، وليست وظيفية أو حتى مختلة وظيفياً. يمكن أن تكون صعبة ولكن نادراً ما يكون من المستحيل تغييرها.
6. تعطي الطريقة التي نتواصل بها شكلاً لعلاقاتنا. يعبر سلوكنا هو شكل من أشكال التواصل مع أطفالنا. تعتبر كيفية التواصل بنفس أهمية ما نتواصل من أجله. يمكننا استخدام أشكال التواصل اللفظية وغير اللفظية ويمكننا اتخاذ خيارات تساعدنا على "إبقاء الباب مفتوحاً" في علاقاتنا.