



# "أنا مش بحبك!"

هل طفلك بيختبرك؟ ولا موجوع؟



في لحظة غَضَب، ممكن طفلك يبص لك ويقول:

**"أنا مش بحبك!"**

جُملة ثقيلة على قلب أي أم أو أب... وتخليك تتساءل:

هُو بجد مش بيحبني؟ طب أنا عمِلت إيه؟!

بس الحقيقة إن الطُفل مش بيقس كلامه زينا.

هو لسه بيتعلّم يُعبّر عن مشاعره...

فلما يتصايق أو يتوجّع أو يحس إنه مش مفهوم،

بيستخدم أقوى سلاح يعرفه... الحب.



الجُملة دي ممكن تكون ترجمتها:

**"أنا متصايق... مش لاقى الكلام...  
فهقولك أوحش حاجة!"**

أوقات تانية، الجُملة ممكن تبقى اختبار  
حدود:

**"هل لسه هتحييني حتى لو زعلت؟"**



في النهاية،

كل لحظة صعبة... فرصة تربي علاقة أقوى.

مش لازم نكون مثاليين، بس مهم نكون حقيقيين.

## طيب نرد إزاي؟

بلاش غَضَب... وبلاش لوم ... جَرِّب تقول:

"حتى لو زعلت، أنا بحبك دايماً." أو "حاسس بإيه؟"

"تعالى نحكي." أو "أنا هنا علشان أسمعك."

لما نرد بحب مش بحدّة، بنعلّم أولادنا حاجات كبيرة:

إن المشاعر مش عيب، وإن الحب مش مربوط

بالسلوك، وإن البيت دايماً أمان حتى وقت الغلط.

# I DON'T LOVE YOU!

IS YOUR CHILD TESTING YOU, OR ARE THEY HURT?



**"I don't love you!"**

A heavy sentence for any parent... it makes you wonder:

Do they really not love me? What did I do wrong?

The truth is, children don't measure words like we do.

They are still learning to express their feelings...

So when they are upset, hurt, or feel misunderstood, they use the strongest weapon they know... love.



**This sentence often translates to:**

"I'm upset ... I don't have the words, so I'll say the worst thing I can!"

**Sometimes, it's also a test of boundaries:**

"Will you still love me even if I get upset?"

## SO HOW SHOULD WE RESPOND?

No anger... no scolding.

Try saying:

- "Even if you're upset, I will always love you."
- "How are you feeling? Let's talk."
- "I'm here to listen to you."

**Responding with love, not harshness, teaches children important lessons:**

Feelings are not wrong,

Love isn't conditional on behavior,

Home is always a safe space, even when mistakes happen.



**At the end,**

every tough moment is an opportunity to grow a stronger relationship.

**You don't need to be perfect, but you must be genuine.**