

السلامة



nobody's perfect

التممر

تحدث إلى طفلك لمساعدته على فهم الأذى الذي قد تسببه الأفعال للآخرين وبماذا قد تجعلهم يشعرون.

ساعد على توجيه سلوك طفلك. فما تقوله وتفكر فيه كوالد يمثل أمرًا مهمًا له. عندما تتحدث إلى طفلك وتستمع إليه، ستساعده على تعلم كيفية التصرف. عندما تتحلّى بالإيجابية والأدب وطيبة القلب والصرامة، سيسهل على طفلك تعلم كيفية التصرف. امنح طفلك الفرص التي تتيح له أن يكون اجتماعيًا ويلعب مع الآخرين. شجع طفلك على مشاركة الزملاء في اللعب بدلاً من إبعادهم.

كن الملاذ الآمن لطفلك. يحتاج طفلك إلى توجيهك وحبك.

تذكر أن طفلك يتعلم كيفية التعامل مع الآخرين من خلال مشاهدة طريقة معاملتك لهم.

وإن أردت من طفلك أن يكون صادقًا، فتأكد من رؤيته وسماعه لك بينما تتحدث بالصدق.

إن رأيت طفلك يتصرف بعدوانية إزاء الأطفال الآخرين، فيجب أن تكون قدوة حسنة. لا تصيح في طفلك أو تضربه. ساعد طفلك في التعبير عن مشاعره عبر الكلمات. عندما تحاول فهم مشاعر طفلك، ستظهر له أن مشاعره مهمة. يعرف الأطفال ما يشعر به الآخرون من خلال التحدث عن المشاعر. تقبل مشاعر طفلك، حتى عندما يشعر بالانزعاج أو الغضب. دع طفلك يعرف أن هذه المشاعر تخالغ الآخرين أيضًا.



ساعد على إيقاف التمرر قبل أن يبدأ.

يمكن أن يبدأ التمرر في عمر مبكر كعمر الثالثة. وقد يبدأ في صورة سلوك عدواني مثل: التناوب بالألقاب أو الضرب أو منع الأطفال الآخرين من اللعب مع المجموعة. ويمكن تفاقم هذه السلوكيات مع تقدم الأطفال بالعمر. تتمثل الطريقة المثلى لمنع التمرر من الحدوث في تعليم طفلك كيفية التعبير عن مشاعره واحترام الآخرين ورعايتهم.

كن قدوة حسنة. يتعلم طفلك من خلال مشاهدة الآخرين. ويعني ذلك أنه يستطيع التعلم من تصرفاتك الحسنة وكذلك تصرفاتك السيئة. فإن تصرفت بطريقة إيجابية، فسيتعلم طفلك أنك تتوقع منه أن يكون إيجابيًا. وإن أردت أن يكون طفلك مهذبًا، فتأكد أنه يستمع إليك بينما تستخدم عبارات مثل "من فضلك" و"شكرًا لك". وإن أردت من طفلك أن يكون لطيفًا ويتشارك مع الآخرين، فتأكد من رؤيته لك بينما تساعد الآخرين وتتشارك معهم.

لمزيد من المعلومات عن برنامج لا أحد مثالي "Nobody's Perfect"، أو تنزيل هذه الوثيقة، يرجى البحث عن أوراق النصح لبرنامج "Nobody's Perfect" على الموقع الإلكتروني Canada.ca.

أنشطة ممتعة وسهلة

حافظ على سلامة طفلك عند اللعب.

- سيساعد هذا النشاط الأطفال على معرفة كيف يمكن "لطيبة القلب" أن تساعد على تحول ورقة شجرة بسيطة إلى شجرة كاملة.
- قم بتجميع المواد اللازمة مثل: ورق ملون وأقلام أو شمع التلوين القابلين للغسل ومقصات وشريط لاصق والعديد من أغصان الأشجار الخالية من الورق وزهرية طويلة.
- ارسـم أشكال ورق الشجر على الورق الملون ثم قصه. (يمكن للطفل تنفيذ ذلك معك على حسب عمره إن كان مناسبًا).
- ابدأ شجرة الأخلاق من خلال كتابة تصرف يدل على طيبة القلب على كل ورقة شجرة. على سبيل المثال: "أحببت الأمر عندما عانقتني كيرا قبل أن أغادر إلى العمل" أو "إعطاء ليام دمية للرضيعة عندما كانت تبكي".
- اسأل طفلك عن بعض التصرفات التي صادفها وتدل على طيبة القلب. يمكنك أو يمكن لطفلك الأكبر الكتابة على أوراق الشجر. بينما يمكن لطفلك الأصغر رسم صورة على ورقة الشجرة الخاصة به.
- الصق أوراق الشجرة على الأغصان.

النشاط مقتبس من:

www.pbs.org/parents/crafts-for-kids/thankful-tree/



تعرب وكالة الصحة العامة بكندا عن امتنانها لتعاون وخبرات مؤسسة داد سنترال بكندا (www.dadcentral.ca) وشبكته الوطنية في تطوير أوراق نصائح برنامج لا أحد مثالي "Nobody's Perfect" المخصصة للآباء.