

الانضباط الإيجابي الأطفال الكبار

الهدف من الانضباط هو تعليم
طفلك أحكام وقيم مجتمعنا
ومساعدته على أن يصبح منضبطاً
بذاته لكي يشعر بالسعادة وتحمل
المسئولية.

علم طفلك على حل المشكلات

- حل المشكلات ووضع الخيارات يساعد على استعداد الاطفال لمرحلة المراهقة.
- الخيارات تساعد الأطفال أن يتعلموا كيف يتخذون القرارات. قدم لطفلك خيارات بسيطة. على سبيل المثال، "يمكنك أن ترتب سريرك الآن أو بعد أن تنتهي من الإفطار. أنت تقرر ذلك."
- ساعد طفلك على تحديد المشكلة. اسأل أسئلة، مثل: "ماذا سيحدث لو حاولت أن...؟"
- معاً وسوياً، فكروا بحل المشكلات واختيار أفضل الحلول. جرّب ذلك. بعد ذلك، تحدث حول ما يمكن أن يجدي نفعاً وما الذي ستحاول عمله في المرة القادمة.

تعاون مع طفلك في حل المشاكل

كلما اقترب الطفل من سن المراهقة يحتاج لتوضيح الحدود، لكن ينبغي على الآباء استخدام أسلوب التفاوض بعض الشيء. عندما يبدأ الطفل بالتفكير في نفسه، فإن إجاباته الجريئة قد تغضبك. ومع ذلك، للحفاظ على التواصل، يجب على الآباء أن يستمعوا ويوضحوا بقدر أكبر للأطفال الكبار. تحدث مع آباء أصدقاء طفلك حول الحدود المعقولة للملابس والمحظورات. تعاون مع أطفالك لحل المشكلات سوياً.

تعتقد Peel Children's Aid أن طرق الانضباط الإيجابي ينبغي أن تستخدم بدلاً من الصفع أو أي شكل من أشكال العقاب الذي قد يؤدي إلى وقوع ضرر جسدي وعاطفي وتنموي. حتى التوبيخ الشفهي قد يسبب الأذى للطفل من الناحية العاطفية. هناك تعليقات، مثل "أنت غير جيد" على سبيل المثال يمكن أن تجرح مشاعر الطفل.

بناء العلاقات

قبل أن تعمل على قضايا الانضباط مع طفلك، يجب عليك أن تبني علاقات قائمة على المحبة والثقة. الطفولة في مرحلة الرضاعة هي أفضل وقت لبناء علاقة مع طفلك، لكنها ليست قطعاً مرحلة متأخرة. قم ببناء العلاقة الأبوية مع الطفل بروح من المحبة واللمسات اللطيفة وقضاء الوقت مع الطفل واحترام مشاعر طفلك واحترام وعودك والاعتراف عند اللزوم وقضاء أوقات من المرح. يحتاج الأطفال الكبار لللمسات اللطيفة حتى وإن شعروا بالحرج من ذلك.

غير من استعراضاتك العاطفية. فبدلاً من معانقة طفلك أمام عامة الناس، المسه بتربيته على كتفه.

تطوير الروتين

يستفيد الأطفال من جميع الأعمار من الأمان الذي يمنحه لهم الروتين اليومي. حافظ على أوقات وجبات الطعام ونشاطات وقت النوم والنشاطات الأسبوعية لخلق حالة من الاستمرارية والثبات في حياة طفلك.



وصف السلوك

يستطيع الأطفال الكبار في معظم الحالات التعبير عن مشاعرهم بطريقة أكثر شمولية بدلاً من استخدام طريقة "الاستراحة"، بإمكان الآباء إجراء محادثة قصيرة مع أطفالهم الأكبر سناً حول سلوكهم. وعند القيام بذلك، ينبغي على الآباء أن يحاولوا وصف السلوك وليس الطفل.

التعليقات الجارحة لا تساعد الطفل على التعلم من أخطائه. يتعلم الطفل بشكل أفضل إذا التزمنا بالحقائق، مثل:

- ما الخطأ الذي اقترفه الطفل
- السلوك الذي نتوقعه أو نفضله
- كيف تشعر

على سبيل المثال: "أنت لم تخبرني أين كنت ولقد انتابني قلق عليك. يجب أن تتصل بالبيت قبل الذهاب إلى بيت صديقك بعد المدرسة."

من الخيارات إلى التفاوض

كلما كبر الأطفال يشاركون أكثر في القرارات. التفاوض مهارة مفيدة لحل المشكلات التي سوف يستخدمها طفلك في حياته وهو شاب. الطريقة المبسطة للتفاوض هي أن تدع الطفل يختار متى سيفعل شيئاً ما (قدر المستطاع).

الخيارات قد تكون:

- في حدود قدرة الطفل
- ضمن الحدود التي تعتبرها مقبولة
- متوافقة مع الصحة والسلامة
- واقعية - إذا لم تقبل بأي من خيارات الطفل، لا تعرض عليه ذلك الخيار.

ما الذي يجدي نفعا

تذكر! لكي توجه سلوك طفلك، ينبغي عليك أن:

- تثني على سلوكه الجيد
- تصف السلوك الذي ترغب فيه
- تدع الظروف الطبيعية تعلم طفلك (إذا كانت آمنة)
- تستخدم التسلسل المنطقي
- تقدم وقت استراحة
- توجهل أحد الامتيازات حتى يتم يتم تلبية المسؤوليات
- تعرض خياراً من الخيارات
- تتفاوض للتوصل إلى اتفاق مع الطفل

مصادر للآباء

الأبوة أهم عمل سوف تقوم بأدائه. يرغب بعض الآباء بالالتقاء بآباء آخرين، أو تعلم مهارات جديدة، أو مواكبة مستجدات الإرشادات الأبوية، وبعضهم يحتاج إلى مساعدة. لتتعرف على المزيد حول المصادر المتاحة لك، اتصل بوحدة الصحة المحلية أو استفسر من طبيبك حول المجموعات والمصادر في منطقتك، أو اتصل بـ Peel Children's Aid.

أعدت هذه النشرة بمعلومات من الرابطة الكندية لرفاه الأطفال (Child Welfare League of Canada) و "الأبوة من أجل الحياة" "Parenting for Life" بدعم من The Psychology Foundation of Canada and Kodak Canada.

