

الانضباط الإيجابي الأطفال الصغار

- إذا كان طفلك يشعر بالإحباط أو غير قادر على حل مشكلة، جرب نشاطاً آخر. هذا يساعد على تقليل احتمال حدوث نوبة عصبية.
- إذا بدأ طفلك يفقد السيطرة على أعصابه، تقرب منه وضمه بذراعيك.
- إذا تسبب ذلك بمزيد من الغضب، اتركه وحافظ على الهدوء وانتظر حتى تهدأ أعصاب طفلك.
- النوبات العصبية من الأطفال مرعبة. استعد لمواجهته بعد ذلك.

التبعات

الحالات السلمية

دع الطفل يجرب تبعات ما يقوم به من أفعال إذا كان ذلك آمناً. على سبيل المثال: "إذا لم تتمكن من اللعب بالقطعة الخشبية بدون قذفها، يجب وضعها جانباً." تابع واترك القطع الخشبية إذا استمر الطفل في قذفها بعيداً. هذا يساعد الطفل على تعلم تبعات ما يقوم به من أفعال.

الحالات غير الآمنة

إذا كان طفلك يمارس أعمالاً غير آمنة، قم بإبعاده عن الحالة وشرح له العواقب من جراء ذلك لاحقاً. بالنسبة للعديد من الآباء، عندما يرون أطفالهم يركضون في الشوارع فإنهم يركضون خلفهم ويمسكون بهم. أثبتت الأبحاث أن هذا لا يمنع من حدوث الحالة في المستقبل. بعد أن يصبح الطفل في حالة من الأمان، اشرح له ببساطة عن الخطر. هذا سوف يؤدي على الأرجح إلى تعلم الطفل السلامة أكثر مما يعلمه العقاب البدني.

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

بناء العلاقات

قبل أن تفكر في 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 متأخراً. قم ببناء العلاقة الأبوية مع الطفل بروح من المحبة واللمسات اللطيفة وقضاء الوقت مع الطفل واحترام مشاعر طفلك واحترام وعودك والاعذار عند اللزوم وقضاء أوقات من المرح.

تطوير الروتين

الروتين اليومي يساعد الأطفال في جميع الأعمار على الشعور بالأمان والاطمئنان. حافظ على أوقات وجبات الطعام ونشاطات وقت النوم والنشاطات الأسبوعية لخلق حالة من الاستمرارية والثبات في حياة طفلك.

نهاية اليوم هي أعلى مراحل الإجهاد للآباء والأطفال. هذا عندما تحدث أكبر المواجهات. تجنب الأزمات في نهاية اليوم من خلال الاحتفاظ بروتين قبل النوم، والذي قد يتضمن قضاء بعض الوقت الهادئ مع طفلك لكي تساعده على الشعور بالارتياح.

إعادة التوجيه والنوبة العصبية

- الأطفال الصغار لديهم ذاكرة قصيرة. ذكّر أطفالك بالأحكام والأنظمة لمساعدتهم على التعرف عليها.
- قدم لطفلك لعبة أو نشاط آخر لإبعاده عن اتباع الأنظمة والأحكام التالية.

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

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.



Supporting. Protecting. Caring. Together.
Soutien. Protection. Bienveillance. Ensemble.



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.

تواصل

تأكد أن طفلك يفهم ما تتوقعه منه. اشرح سبب القاعدة إذا كان الطفل كبيراً بما يكفي. استمع لما يقوله لك طفلك.

كن إيجابياً

ركز على ما تفعله بدلاً مما لا تفعله. اللغة الإيجابية تجعل طفلك على الأرجح يرد بإيجابية. المضايقة والاتصال وذكر الاسم يمكن أن تؤذي الطفل أكثر من العقاب البدني. لا تقارن طفلك بطريقة سلبية بأطفال آخرين.

امنح الأطفال وقتاً كي يستمتعوا

الأطفال لا يحبون التوقف عن أداء عمل يرغبون فيه. أعط طفلك أشعاراً بمهلة لمدة 5 دقائق كي يغلق التلفاز ويذهب للنوم أو الانتهاء من اللعب بالألعاب والحضور لتناول وجبة الغداء.

كن نموذجاً جيداً يحتذى به

عش ما تدرسه. على سبيل المثال: لا تضرب الطفل مقابل ضرب شخص آخر.

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 بPeel Children's Aid.

الاستراحة

إذا رفض طفلك التصرف وفق الأنظمة والأحكام واتباعها، اعطه مهلة.

إنه منهج فعال للأطفال من سنتين إلى 12 سنة. اتبع الخطوات التالية:

- 1) اصطحب الطفل إلى مكان أكثر هدوءاً لكي يهدأ.
- 2) اشرح للطفل بأن لديه مهلة بسبب سوء التصرف الذي بدر منه.
- 3) عندما يشعر الطفل بالاستعداد مرة أخرى، قم بإعادة الطفل إلى اللعب.
- 4) عزز سلوك الطفل المقبول بعد المهلة التي منحتها إياها.

الحد من سوء التصرف

- اجعل بيتك مكاناً آمناً لطفلك لكي يلعب ويستكشف الأشياء.
- حافظ على الأشياء الخطيرة والثمينة بعيداً عن متناول الطفل.
- خذ ألعاب ووجبات سريعة عند الخروج من البيت.
- لا تجعل طفلك يشعر بالجوع الشديد والتعب والملل.

ضع قواعد وأحكام منصفة ومبسطة

ضع حدوداً واضحة على سلوك طفلك مع بعض القواعد والأنظمة البسيطة. ركز على السلامة - يجب على الأحكام والأنظمة أن تسمح للأطفال بالبحث والتعلم بطريقة آمنة. تجاهل أو اقبل بالحوادث العرضية البسيطة.

