

أنشطة وأدوات الأسبوع 6

أولا - الأنشطة

نشاط افعل ولا تفعل:

هدف النشاط أن نختبر بأنفسنا كيف تكون مشاعرنا عندما نتلقى مجموعة من الأوامر النهائية بأن لا نفعل كذا وكذا. وندرك ما يمر بأذهاننا من أفكار وقرارات نتيجة هذه المشاعر. وفي المقابل أن نختبر ما نشعر به، ونفكر فيه، ونقرره؛ عندما نتلقى مجموعة طلبات إيجابية توضح لنا ما علينا فعله بالفعل.

الأخطاء فرص رائعة للتعلم .. حقا!؟

كثير من الآباء يقول أن الأخطاء هي فرص نتعلم منها. ولكن في الواقع، وعند ارتكاب أبنائهم للأخطاء .. فإنهم يتصرفون بشكل مختلف.

الأطفال في حاجة لارتكاب الأخطاء لينموا بشكل سليم وصحي .. ولكي يتم هذا يحتاجون للعيش في بيئة آمنة تتعامل مع الخطأ بأريحية، وتقدم للطفل الدعم والتشجيع اللازم لمساعدته على تخطي الخطأ والتعلم منه بنفسه.

بعض ردود الفعل التقليدية للآباء، عند ارتكاب أطفالهم للأخطاء (زي عدم عمل الواجبات/ عدم تنظيف الأودة:

- انت متعاقب لحد ما تنظف أودتك.
- مفيش كارتون ليك غير لما تخلص مذاكرتك.
- مفيش فسح في الويك إند الأسبوع ده.
- تفتكر ممكن تتعلم ازاي طول ما انت مبتذاكرش؟!
- كم مرة قلناك أودتك لازم تكون نظيفة؟!
- يا ابني أنا خايفة عليك وبقولك الأحسن لمصلحتك.
- يعني ميهمكش صحابك يشوفوا أودتك بالشكل الوحش ده؟

(بعض الفوائد القريبة والبعيدة من السماح بالأخطاء)

- يتعلم الطفل أنه محبوب مهما حدث.
- التقليل من السعي للمثالية.
- تشجيع الفضول والتعلم.
- بناء الثقة والإقدام
- يستكشف الطفل قدراته ومهاراته.
- بناء روابط قوية وعلاقات عميقة.
- تعليم الطفل التسامح مع نفسه والآخرين.
- تعليمه مهارة المرونة.
- يتعلم تقبل الاختلاف.
- يسهل على الطفل إصلاح خطؤه.

إرشادات للتعامل مع الأخطاء بشكل سليم:

- إقرار المشاعر.
- استخدام أسئلة الفضول.
- عصف ذهني مشترك للحلول.
- إظهار ثقته أن الطفل يستطيع حل المشكلة.

نشاط فز "ب" الطفل بدلا من فز "على" الطفل:

يمكن كسب تعاون الأطفال بسهولة أكبر عن طريق الاحترام المتبادل والمجهود المشترك. كما أن هذا يعمل على تقوية العلاقة بالطفل

4 خطوات لكسب تعاون الطفل:

1. عبّر عن فهمك لمشاعر الطفل: وتأكد منه هو إذا كان الذي فهمته صح أم لا.
2. اظهر تعاطفك دون تغاضي أو تنازل: التعاطف لا يعني أن تتنازل وترضخ للطفل، ولا أن ترفض ما قاله. هو فقط تعاطف منك مع حقه في هذا الشعور. ربما عن طريق مشاركته موقف مشابه مررت أنت به سابقا.
3. شارك مشاعرك أنت ووجهة نظرك عن المشكلة: عادة إذا تمت الخطوتين 1 و2 بأمانة وصدق، يكون الطفل لديه رغبة في الاستماع إليك وتفهم ما تقوله.
4. ادع الطفل إلى العمل معا على إيجاد حلول: ربما عصف ذهني، أو بعض الاقتراحات، ثم اختارا معا الحل الأنسب.

ثانياً – صندوق الأدوات التربوية

37. ال 4 (ألف) لإصلاح الأخطاء:

- اعترف: بخطأك وأنت متقبل نفسك. وتذكر أنه فرصة جديدة للتعلم.
- اعرف مسؤوليتك: الشجار يتم بين طرفين، وأنت طرف منهم. ابحث عن مسؤوليتك في الشجار وتحملها، بدون لوم ولا شعور بالذنب.
- اعتذر: الأطفال كائنات متسامحة جداً. اعتذر لطفلك بصدق وبدون مبالغة.
- اعمل على الحل: بعد أن تهدأ أنت وطفلك، اشتركا معا في التفكير في حلول للمشكلة. ثم اختارا حل منهم وابدأوا العمل عليه.



38. المجاملات:

(المجاملات والتقدير تعمل على تقارب العلاقات وتقويتها)

- ركّز في حديثك على الإنجازات، والمساعدة التي يقدمها الآخريين بأفعالهم.
- قدّم الشكر والتقدير عند استحسان عمل ما.
- تدرب على استخدام تلك الأداة مع نفسك وأبنائك والآخريين.
- احذر أن تخلط بين المدح والمجاملات.



39. تجنب الدلع:

(يرتكب الآباء خطأ كبيرا عندما يقدمون الدلع باسم الحب)

1. الدلع ينشئ طفل ضعيف، يعتقد أن واجب الآخرين تجاهه عمل كل شيء له.
2. واحدة من أكبر الهبات التي تقدمها لابنك، أن تسمح له بتكوين اعتقاد (أنا أقدر)
3. الأطفال يشعرون أنهم قادرون، عندما يتعلمون أنهم يستطيعون التكيف مع تقلبات الحياة.



40. علم الطفل ماذا يفعل:

(أخبر الطفل ماذا يفعل، بدلا من أن تخبره ما لا يفعل)

1. ركز في حديثك مع الطفل على ما تريده أن يفعله لا ما تريده أن يتوقف عنه.
("المس بلطف" .. بدلا من "لا تضرب")
2. بعد أن تعلم، اسأل كيف نعمل هذا؟
(كيف نلمس بلطف؟)



41. خرائط الروتين Routine Charts:

(ساعد الطفل على عمل خرائط روتين بنفسه ليتعلم الانضباط الذاتي)

1. اصنع خرائط الروتين "مع" طفلك.
2. اعمل عصف ذهني بكل المهام التي تحتاج لإنهائها وقت الروتين (روتين للنوم – للاستيقاظ – للواجبات – إلخ)
3. التقط صور لطفلك أثناء تأديته لهذه المهام، وعلقها على الخريطة.
4. اجعل الخريطة هي الحاكم.
(ماذا بعد في روتين النوم؟)
5. لا تخصص مكافآت لخرائط الروتين، فتسرق من الطفل شعوره بالانضباط.



42. كسب التعاون:

(يشعر الطفل بالتجاوب والرغبة في التعاون عندما يعرف أنك تفهمه وتستمع إليه)

1. عبر عن فهمك لمشاعر وأفكار الطفل.
2. اظهر تعاطفك.
3. شارك أفكارك ومشاعرك أنت.
4. ركز على الحلول سوياً.



43. البدلات النقدية:

(البدلات يمكن أن تكون وسيلة قوية لتعليم الأطفال الكثير من المهارات)

- تجنب ربط البدلات النقدية بالأعمال المنزلية.
- تتوقف قيمة البدلات على ميزانية الأسرة، وما تتوقع من الطفل فعله بها.
- اسمح للأطفال بالتعلم من تجاربهم وأخطائهم في إنفاق بدلاتهم. اظهر التعاطف ولا تتدخل للمحاضرة ولا الإنقاذ.

مساحة التدوين الشخصي
