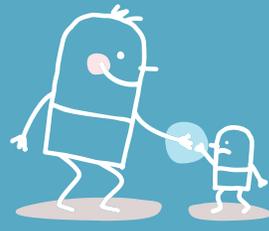


التهديب



نصائح وإرشادات لتربية الأبناء

يعد الحرص على أمان أطفالنا واتباعهم لقواعد الأسرة من المهام الأصعب والأهم بالنسبة إلى الآباء! بالتزامن مع نمو الأطفال، فإن أدمغتهم تتغير، وما يتم تعزيزه بشكل إيجابي يعمل على تقوية الجزء من دماغهم الذي يساعد على اتخاذ القرارات الجيدة. يمنح التهديب الإيجابي للأطفال فرصة للتعلم من أخطائهم ويقلل من فرصة تكرار حدوث مثل هذه الأخطاء مرة أخرى.

عادات من شأنها المساعدة:

- كن قدوة للسلوكيات التي ترغب في أن يمارسها طفلك/أطفالك
- تحلّ بالاتساق وضع حدودًا عادلة
- أشرك أطفالك في وضع "العواقب"
 - ساعدهم على استيعاب الفارق بين العواقب "الطبيعية" و "المنطقية"
 - اجعل العواقب "المنطقية" منصفة
 - ذكّرهم بأن العواقب "المنطقية" موجودة بفعل حبك لهم ورغبتك في توفير الأمان لهم، وأن يتعلموا كيفية إدارة سلوكياتهم، وأن يتسموا بالمرونة

كيف يمكنك المساعدة:

- استمع إليهم أولاً! اسمح لطفلك/أطفالك بإنهاء قصتهم قبل الانتقال إلى حل أو نتيجة
- اهدأ قبل الرد... في بعض الأحيان يحتاج الآباء والأطفال إلى تصفية الذهن
- ابحث عن أنماط السلوك... ربما يحاولون إخبارك بشيء لا يستطيعون التعبير عنه أو لا يشعرون بالارتياح لقوله بصوت عالٍ
- رجب بالسلوكيات الجيدة بقول العبارات التالية: "أحسنت بوضع ألعابك بعيدًا!" أو "شكرًا لك على إخباري عن المزهرية المكسورة."
- تحدث عن العواقب الطبيعية عند حدوثها حتى يتمكنوا من الربط بين سلوكهم وما حدث. مثل: "لماذا تعتقد أن الجرو عضاك؟ ما شعورك إذا سحب شخص ما ذيلك؟ هل ستعضه إذا كنت تتألم؟"
- اعرف التوقيت المناسب للاكتفاء بالسكوت! إذا لم يكن الأطفال في خطر، فإنهم يتعلمون من العواقب الطبيعية بطريقة أفضل
- انتبه و غير الموضوع عندما يكون ذلك ممكنًا... أحيانًا يشعر الأطفال بالملل بسرعة
- كن مُستعدًا! إن السماح للأطفال بمعرفة ما يحدث في المستقبل وما تتوقعه منهم يساعدهم على جعل التغيير سهلًا

