

لماذا لا يستمعون؟

إرشادات للتحدث مع طفل

كن واضحاً بشأن ما الذي تتوقعه

- قم بأخبارهم ماذا تريد منهم ان يفعلوا " كن جيداً" غامضة جداً.
- على سبيل المثال : " عندما تنتهي من واجبك المنزلي، بامكانك الذهاب للخارج " ، أو " قبل وقت قراءة القصة تحتاج الى تنظيف أسنانك ، غسل وجهك وارتداء بيجامتك " .

استخدم الأمور المرئية والمنبهات الوقتية

- ان مشاهدة او قراءة شيء ما سيساعد طفلك على تذكر المزيد من المعلومات بمقدار ٨ مرات اكثر من قول ذلك له شفهيّاً.
- قم بتدوين التوقعات على قائمة أو اجعلها من قواعد البيت.
- استخدم الصور ، الكلمات أو كلاهما
- استخدم ساعة أو منبه وقت لمساعدة طفلك على ادراك الوقت ولتحفيزه على القيام بما هو مطلوب منه.

لاحظ عندما يقومون بالعمل الصحيح

- وجه انتباهك للسلوك الذي ترغب في رؤية المزيد منه.
- على سبيل المثال : " لقد قمت هذا الصباح بترتيب سريرك ، رائع!" أو " لقد سمحت لأختك بالذهاب أولاً ، كان هذا لطفاً منك " .
- ركز على المجهود المبذول ، وليس على النتيجة النهائية . قد يستغرق الامر معهم بعض الوقت للقيام بالشئ الصحيح .

لا تقم بإعطاء الخيار عندما لا يكون موجوداً

- "هل ممكن باحضار ذلك لي؟" " الا تعتقد بان الوقت قد حان للاستعداد؟" كلا السؤالين يعطي خياراً . اذا قال طفلك " لا" فانه يبدو متحدياً . ومع ذلك فقد حصل على خيار ما .
- اعط توقعات واضحة . مثلاً: " خمس دقائق أخرى ، ثم سيحين موعد الذهاب " .

قم بتغيير توقعاتك

- ينمو الأطفال بمستويات مختلفة . بعضهم يحتاج الى المزيد من الوقت والدعم لإتقان المهارات.
- قد يحتاج طفلك المزيد من الوقت والدعم اذا كان يعاني من مشاكل تتعلق بالصحة العقلية ، أو اذا كان متأخراً عن اقرانه بمهارات التفكير او بالنمو البدني .
- غير تفكيرك لتكون اكثر ايجابية . فكر في المستوى الذي وصلوا اليه .

الأطفال ليسوا بالعين صغاراً

- أن الأطفال والمراهقين يفكرون بطريقة مختلفة عن البالغين . لم يكتمل نمو أدمغتهم بشكل كامل حتى وصولهم العشرينيات من العمر .
- سوف يكون لديهم توقعات وأهداف مختلفة . يختلف الأطفال والبالغون فيما يعتقدون بانه مهم .

لا تمارس الأبوة من الغرفة الأخرى

- ان التواصل هو الشيء الأهم . لا يمكن ان يحدث هذا من الغرفة المجاورة .
- تحدث مع طفلك وجهاً لوجه
- اعتماداً على ما يقومون به ، قد يحتاجون الى اللمس الجسدي ، مثل الربت على الكتف لجعلهم يركزون على وجودك .

اظهر اهتمامك

- يحتاج الأطفال ان يشعروا بانهم مسموعين . اظهر لطفك انك تستمع اليه . تجاوب مع التعاطف لإظهار اهتمامك .
- على سبيل المثال: اذا قال طفلك " لم يلعب احد معي خلال الاستراحة اليوم . لن اذهب مرة أخرى أبداً !" بإمكانك القول " اوه لا ، لم يلعب معك احد ؟ لا بد من ان هذا سبب لك الإحباط والوحدة . "

استمع بنشاط وتركيز

- استمع لغرض الفهم وليس للرد .
- اعط اهتمامك وتركيزك الكامل .
- لا تقاطع ولا تعطي النصائح .
- اعترف بإيماءة .

كن ثابتاً على مبدأ ومتابعاً

- يحتاج الأطفال بان يستمعوا الى نفس الرسالة مرات عديدة . اذا قمت بتغيير رسالتك ، قد يصاب الطفل بالارتباك .
- اذا ام تكن متابعاً ثابتاً مع خطتك ، الرسالة التي قد تعطيها بان هذا غير مهم.

للمزيد من المعلومات ولتقديم المساعدة

اطلع على موقعنا 'Growing together Flyer' على الموقع الإلكتروني www.mchcommunityed.ca لبرامج المجتمع والمجموعات المجانية

للتسجيل اتصل على الرقم : ٩٠٥٥٢١٢١٠٠ /
رقم التوصيل : ٧٤١٤٧

كن نموذجاً جيداً

- يتعلم الأطفال مما يعيشون . يتعلم طفلك مما تقول او تفعل .
- قم بتعليم طفلك كيفية القيام بالأمر . لا تتوقع بان يتعلموا القيام بالأمر بنفسهم .
- اتبع هذه الخطوات للتعليم : وضح لهم كيفية القيام بالأمر ، قوموا بالعمل سوياً ، راقبهم يقومون به ، عند ذلك دعهم يقومون بالعمل بأنفسهم .

خدمة التعليم المجتمعي

مركز رون جويس الصحي للأطفال

مستشفى ماكماستر للأطفال