

# اللقاء 2

التأهب والتحفيز



## تحليل التناغم

فكر كثير من الناس وحاولوا فهم السبب الكامن وراء قيام الطفل بعمل شيء بطريقة معينة. إن التصرف يتأثر بالشيء الذي حصل قبل ذلك – وفي أغلب الأحيان هناك شيء هو الذي حفز على بدء التصرف. كما يتأثر التصرف أيضا بالشيء الذي يحدث مباشر بعد ذلك – وإذا توصل التصرف على نتائج ايجابية فمن المعتاد أن يزداد. عن طريق عمل تحليل للتناغم يصبح من الأسهل أن تفهم ما هو الشيء الذي يؤثر على تصرفات طفلك.



في بعض الأحيان يكون أهم شيء التركيز على الشيء الذي فعلته كولي أمر قبل تصرف الطفل. هل فعلت شيئاً حفز بدء تصرف الطفل؟ في بعض الأحيان يكون من الأهم التفكير بالشيء الذي حدث بعد التصرف – ماذا فعلت وماذا تعلم الطفل من ذلك؟ بالطبع توجد عوامل متعددة غير رد فعلك كولي أمر هي التي أثرت على تصرف الطفل، ولكن بما أن كوميث يتعلق بتطوير دور الأبوة فإن هذا هو جزء الأهمية الذي ننظر إليه.

### قبل

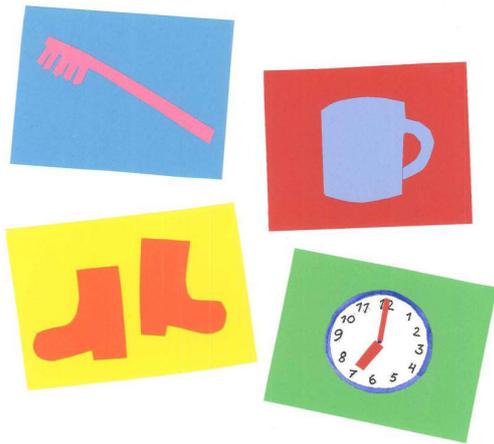
نقطة التركيز بالنسبة لهذه اللقاء تتعلق بالعمل في التهيئة والحفز لكي تساعد طفلك في أوضاع من المعتاد أن ينجم فيها النزاع. في اللقاء القادم سنتحدث عن الأشياء التي يمكنك عملها بعد ذلك.



## التهيئة

من بين الطرق لتقليل النزاعات هناك تهيئة الطفل حول الشيء الذي سيحدث. يمكن استخدام التهيئة عندما يكون الطفل على وشك الانتهاء من نشاط لبدء نشاط آخر. افعل كالتالي:

- **التواصل البصري.** تأكد منك حصلت على انتباهه الطفل
- **أعط الطفل وقتا لإنهاء ما يفعل.** قل للطفل 5 – 10 دقائق قبل أن يحين أوان انتهاء الطفل نشاطه. يمكن أن تعيّر الوقت على ساعة سلق البيض بحيث يعرف الطفل بنفسه أن الوقت قد انتهى. قل له أيضا أنك ستعود وقل له عند انتهاء الوقت. يمكن أن تطلب من الطفل أن يكرر ما قلت له.
- **ذكّر الطفل.** في بعض الأحيان يفضل أن تذكره مرة قبل أن يحين أوان انتهاء الطفل للنشاط الذي يمارسه.
- **الأطر الروتينية.** من بين الطرق الأخرى لتهيئة طفلك هناك وضع أطر روتينية واضحة. يمكن أن يكون ذلك على سبيل المثال على شكل نفس الوقت للهجوع إلى النوم أو وقت العشاء في جميع أيام الأسبوع العادية. كما يساعدك أيضا وجود جدول أسبوعي يتبين منه بوضوح ما هي الأنشطة والمواعيد التي تسري يوما بعد يوم.
- **بطاقة المهمات.** بالنسبة للأطفال الأصغر سنا يمكن أن يرسم المرء أو يقص رسوما تمثل الأشياء التي يجب عملها. كما يمكن استخدام الصور أيضا.



## التحفيز

- **قلل كل شيء يسبب الازعاج.** تأكد من حصولك على انتباه الطفل قبل أن تحفزه. من الأغلاط المعتادة هناك اعطاء الارشادات عندما يكون الطفل مشغولا بشيء آخر.
- **كن واضحا ولطيفا.** تجنب التحفيز على شكل سؤال. تحدث عما تريد أن يفعله الطفل بنبرة لطيفة. يضطر الأطفال أحيانا إلى سماع ما هي الأشياء التي لا يجب أن يفعلوها وهذا الشيء أصعب على الطفل اتباعه.
- **أعط تحفيزا واحدا كل مرة.** من السهل أن ينسى الطفل شيئا إذا كان هناك الكثير من التحفيزات أو إذا كانت عبارات التحفيز طويلة. إذا كانت المهمة معقدة فيستحسن أن تقسمها إلى عدة مراحل. كما يمكن أن تطلب من الطفل أن يكرر التحفيز. يمكن أن يساعدك هذا الشيء بصورة خاصة في حالة كون الطفل يعاني من صعوبة تركيز الانتباه.
- **أعط الطفل وقتا كافيا لعمل ما طلبته منه.** من المعتاد أن يشعر المرء بقلة الصبر ويكرر التحفيز بسرعة. إن الخطر الكامن وراء ذلك هو أن يتحول التحفيز إلى نقيق يؤدي إلى نشوب نزاع.
- **تجنب الجدل.** كرر التحفيز بهدوء مرة أو مرتين. في بعض الأحيان يمكن أن يساعدك لفت انتباه الطفل مثلا عن طريق القول «هل تريد أن تعصر أنبوب معجون الأسنان؟» إذا لم يكن الطفل يريد تنظيف أسنانه بالفرجون. قسّم التحفيز الى مراحل أقصر في المرة القادمة.



## واجب منزلي – اللقاء 2

الأوقات المشتركة. اقترح الأنشطة والمواعيد.

.....

.....

.....

التهيئة والتشجيع. في أي وضعين تريد أن تعمل في أمور التهيئة والتشجيع؟

.....

.....

.....

## قبل اللقاء 3

الأوقات المشتركة. ماذا فعلتم؟

عدد المرات ....

.....

.....

.....

التهيئة والتشجيع. في أي الأوضاع؟

عدد المرات ....

.....

.....

.....

