الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التكوين والتعليم المهنيين
Ministère de la Formation et de l'Enseignement Professionnels

Centre National de la Formation et de l'Enseignement Professionnels à Distance (CNFEPD)

المركز الوطني للتكوين و التعليم المهنيين عن بعد (م. و. ت.ت. م.ب)

درس تطبيق المفاهيم الأساسية لعلم النفس الإجتماعي

الدرس رقم 06 : حماية الطفل في مؤسسته

الهدف من الدرس :

عند نهاية هذا الدرس ، يجب على المتربص أن يعرف كيف يحترم الشروط المختلفة لحماية الطفل في مؤسسته وبيئته الاجتماعية ، من خلال تشجيع وتحفيز نمو آلياته النفسية الخاصة بالحماية.

مخطط الدرس:

مقدمة

I. تقدير الذات
II. الثقة بالنفس
III. الاستقلالية عند الطفل

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

I. تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات:

في علم النفس ، يعتبر تقدير الذات مصطلحًا للحكم أو التقييم الذي يجريه الفرد على قيمته الخاصة ، عندما يقوم فرد ما بشيء يعتقد أنه صالح سيشعر بقيمة ، وعندما يقيّم أفعاله على أنها معارضة لقيمه ، يتفاعل معها "بتخفيض تقديره".

وفقا لبعض الاخصائيين النفسانيين ، يجب تمييز العبارة عن "الثقة بالنفس" و التي زيادة على ارتباطها بالأولى ، تتعلق بالقدرات اكثر منها بالقيم.

اذن تقدير الذات هو وعي الفرد بقدراته ، ومواهبه وإدراكه الحميم لقيمته كشخص .

تقدير الذات هذا يتطلب أن نستطيع :

- التعرف على انفسنا (الأذواق ، القوة ، المعتقدات ، نقاط الضعف ، القيم ، الأحلام)
- قبول انفسنا كما نحن.
- إدارة العواطف الخاصة بنا.
- تأكيد انفسنا أمام الآخرين.
- الثقة بأنفسنا.
- كسب أفكار إيجابية حول ذواتنا.
- الاعتراف بأهميتنا كأشخاص.
- ان نكون مرتاحين في صورنا وأجسامنا.

تقدير الذات هو ما يفكر فيه الشخص عن نفسه ، انه التقييم الذاتي للنفس بواسطة النفس ذاتها ، انه الرأي الذي يشكله الشخص عن ذاته وما يفعل ، الطريقة التي يرى من خلالها نفسه والتي يحكم بها على نفسه.

تقدير الذات هو قيمة متغيرة ، يمكن أن يزيد أو ينقص اعتمادا على كيف ينظر الشخص إلى نفسه ، وفقا لتصرفاته ونتائجها، لذلك فمن الممكن أن تكون عالية جدا أو منخفضة جدا اعتمادا على فترات الحياة.

2-تنمية تقدير الذات:

تجارب الفرد خلال حياته تطور تقدير الذات.

يمكن للتجارب الإيجابية أن تعزز النظرة نحو الذات ، على عكس التجارب السلبية التي تسيء للنظرة نحو الذات.

في السنوات الأولى من حياة الطفل ، يؤثر الآباء بشكل كبير على تطور تقدير الذات ، سواء إيجابيا أو سلبيا.

الحب غير المشروط ، وفقا لكتب الأبوة والأمومة ، له تأثير ملحوظ لتطور عاطفي مستقر ، تؤثر هذه المشاعر على تقدير الطفل لذاته عندما يكبر.

قبل سن 7 أو 8 سنوات : لا يمكننا الحديث عن تقدير ذات حقيقي ، سيكون للطفل بدلا من ذلك مفهوم ، صورة لنفسه يعكسها محيطه و ماضيه الفوري (بما انه يعيش في الحظة الحالية).

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- ✓ **حتى سن 3 سنوات** : ينمذج الطفل سلوكاته وفقا للنظرة المصادقة (الراضية) أو لا لمحيطه ، نجاحاته كما فشله يسبب ردود افعال لدى الراشدين ، مما يحرضه على تعديل سلوكه للحصول على القليل من الاستقلالية.

- ✓ **نحو 3 -4 سنوات :** يهتم الطفل أكثر فأكثر بالعالم الخارجي وينشغل اكثر بقبوله ضمن مجموعة ، يمكننا أن نلاحظ استكشاف تصرفات جديدة لنيل الاعجاب والتكيف مع الآخرين.

- ✓ **سن 5 الى 7 سنوات :** يتوافق مع المبادرات الاولى للتقييم الذاتي مقابل العالم الخارجي (يستخدم الطفل اذن عديد المقارنات ليتباهى امام أقرانه ، على الرغم من أن تقدير الذات لديه يظل متعلقا بنظرة الراشدين ، طفل 8 سنوات يصل إلى تمثيل شامل لشخصه ، يستطيع ان يصف خصائصه الجسدية والفكرية ، مواهبه وكفاءاته.

خلال الفترات الدراسية ، تعتبر الدرجات عاملاً مساعداً لتقدير الذات ، الطالب الذي ينجح أو يفشل باستمرار يؤثر على تقديره لذاته.

التجارب الاجتماعية هي عامل آخر له تأثير كبير.

يمكن أن يبدأ الطفل في المدرسة بمقارنة نفسه مع زملائه ، و تلعب هذه المقارنات دوراً مهماً في تقدير الذات لدى الطفل والتأثير في نظرته السلبية أو الإيجابية لنفسه.

في سن المراهقة يصبح الرأي حول تقدير الذات والنظرة نحو الذات أكثر أهمية ، لان المراهقين يقارنون أنفسهم وفقا لعلاقاتهم مع أصدقائهم المقربين.

إن العلاقة السهلة مع الأصدقاء أمر مهم للغاية لتطوير تقدير الذات لدى الأطفال.

كما أن القبول الاجتماعي يحقق درجة عالية من تقدير الذات ، في حين أن الرفض والشعور بالوحدة يجلبان الشك ويشجعان على تطوير تدني تقدير الذات.

تلعب التربية الوالدية دوراً حاسماً في تطوير تقدير الذات ، حيث يغلب على التلاميذ ذوي التقدير المرتفع كونهم تلقوا تربية على اساس الاهتمام والتشجيع ، مما يسمح للأطفال باتخاذ القرارات بشكل اسرع.

تشير الدراسات إلى وجود صلة بين تربية والدية مهتمة وتطوير تقدير الذات.

تساهم التجارب الجيدة المعاشة في مرحلة الطفولة في تطوير تقدير الذات بما فيها اهتمام الآخرين والكلمات المحترمة ، والتشجيع والمودة المناسبة والاعتراف بالمهام المنجزة بنجاح.

تساهم التجارب السيئة في تطوير تدني تقدير الذات و تتضمن الانتقادات اللاذعة والتحرش أو الاعتداء الجسدي أو النفسي أو الجنسي ، التجاهل و السخرية أو الترهيب.

1.2- تقدير عالي :

قد يتضمن تقدير الذات المرتفع على الخصائص التالية:

- إيمان الفرد الراسخ بكلماته ومبادئه ، فهو دائما على استعداد للدفاع عن نفسه في وجه الشدائد كما يثق بنفسه.

- القدرة على اتخاذ الخيارات التي تبدو صحيحة ، دون الشعور بالذنب تجاه الآخرين.

- القدرة على المضي قدما دون القلق بشأن الأحداث الماضية أو المستقبلية.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- القدرة على حل كامل لمشكلة ، دون تردد أو صعوبة ؛ كما يمكنه أن يطلب رأي الآخرين.

- التقييم ، لا يشعر بالتدني ولا التفوق على الآخرين ، ويقبل اختلافات الآخرين.

- مقاومة التلاعب والتنسيق مع الآخرين.

- تقديم وقبول الافكار والآراء المشتركة ، سواء كانت إيجابية أو سلبية.

- القدرة على تقدير كامل لمجموعة متنوعة من الأنشطة.
- الشعور باحتياجات الآخرين ؛ الاحترام العام للقوانين الاجتماعية.

2.2- تقدير ذات منخفض:

تدني تقدير الذات قد يُظهر الخصائص التالية:

- نقد ذاتي هام مما يخلق حالة اعتيادية من عدم الرضا عن الذات.

- فرط الحساسية للنقد : الفرد الذي يتمتع بتقدير قليل للذات يشعر أنه مهاجم بسهولة ويستاء من النقد بشكل دائم.

- تردد مزمن ، وغالبا ما يرجع ذلك إلى الخوف المبالغ فيه من ارتكاب خطأ.

- المثالية والتي تؤدي إلى الرغبة في القيام بشيء ما على أكمل وجه أو بدون خطأ (مما يشكل قلق) او يعرض للإصابة بالإحباط.

- الشعور الذنب ، مما يؤدي إلى اجترار الأخطاء التي ارتكبت في الماضي.

- التهيج أو يكون الشخص باستمرار في موقف دفاعي حتى من دون سبب واضح.

- التشاؤم ، وجهة نظر سلبية عامة.

- الحسد.

عندما يتم تلقي فكرة ما بشكل سيء ، قد يأخذها شخص يعاني من تقدير منخفض على محمل شخصي ويشعر بالدمار ، مما يكون له عواقب وخيمة عندما يتم استهداف الشخصية المادية أو المعنوية أو الأفعال أو انا الفرد بشكل مباشر.

هؤلاء الأفراد يرفعون من تقديرهم لذواتهم إذا نجحوا في تحقيق هدف وضعوه لأنفسهم ؛ ومع ذلك قد يعودون إلى تقدير منخفض إذا فشلوا مرة أخرى.

3-اهمية تقدير الذات لنوعية الحياة:

1.3- مناسبة للتحديث:

إن تقدير الذات جيدًا يسهل تحقيق إمكاناتنا كبشر ، فالشخص المقدر لذاته يميل إلى وضع تطلعاته إلى الأمام وإلى التطور. على العكس من ذلك ، فإن الفرد المنخفض تقديره يمكن أن يتخلى بسهولة عن دفع حدوده ، في كثير من الأحيان لا يثق في قدرته ولكن في أوقات أخرى يمتنع التطلع عاليا في حياته لشعوره بأنه لا يستحق ذلك ، هو إذن في حلقة مفرغة لا يكتشف فيها المخرج أو الحل دائماً.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.3- الانجذاب لأشخاص مماثلين:

نحن نسعى بشكل حدسي لمرافقة الناس الذين يكون تقديرهم لذواتهم مشابهاً لنا ، إذا كان عاليا ، تصبح العلاقة مصدرا للتحفيز "تذهب بعيدا " في الحالة المعاكسة ، يمكننا أن نسحب بعضنا البعض إلى الأسفل ، على سبيل المثال ، انخفاض تقديرنا يجعلنا مستعدين لتحمل المعاملة بقلة احترام والخضوع لمثل هذه المعاملة يؤدي حتمًا إلى انخفاض في تقدير الذات. على العكس من ذلك ، فإن تقدير الذات القوي يقترن باحترام الذات ، وفي هذه الحالة ، نرفض عدم الاحترام بأي شكل من الأشكال ، ونحن نبحث عن مرافقة الأشخاص الذين نكن لهم التقدير وهم قادرين على التعرف على قيمتنا.

3.3- الإنجاز الناجح:

بالإضافة إلى ذلك ، يعزز تقدير الذات العالي النجاح ، فهو يساعد على تحمل المخاطر والبحث عن حلول مبتكرة لإظهار الاصرار والمثابرة.

غالبًا ما تؤدي هذه التصرفات إلى النصر ، وهو ما يؤدي بدوره إلى زيادة الثقة والاحترام ، ومن ناحية أخرى ، فإن تعدد النجاحات يجعل من الممكن تحمل حالات الفشل التي قد تكون كارثية بالنسبة لشخص يتمتع بتقدير هش.

كلما ارتفع تقديري لذاتي ، كلما تمكنت من التفكير بشكل كبير في حياتي ، بالنسبة لي ، أنا أستحق أن أنجح في ما أقوم به ؛ ولهذا السبب لا أتردد في تكريس الجهود اللازمة لذلك.

يجذب لي هذا التصرف الكثير من النجاحات التي تسمح لي بتأكيد ثقتي في قدراتي على النجاح ، هذه الثقة المكتسبة ، حيث لم يعد الفشل فاحشة يجب تجنبها ولكن أخطاء في المسار أستفيد منها.

على العكس ، إذا كان تقديري منخفضًا ، فأنا لا أميل إلى التطلع عاليا في حياتي ، مؤسساتي ومشاريعي تجهض لعدم الاصرار ، ليس لدي القوة التي تدفعني للحصول على ما أبحث عنه معتقدا أنني استحق ذلك ، غالباً ما يكون افتقاري للمثابرة مسؤولاً عن إخفاقاتي وفي النهاية عدم ثقتي في قدراتي.

وبسبب رأيي السيئ عن ذاتي كنتيجة ، ارضى بعلاقات فقيرة (ما يساهم غالباً في تخفيض قيمة نفسي أكثر) بعمل لا يسمح لي بالتطور ، بحياة أقل من أحلامي ...

II. الثقة بالنفس:

الثقة بالنفس أمر ضروري في تنمية الشخص الذي يبني نفسه منذ الطفولة.

هنالك عوامل مختلفة تؤثر على مستوى الثقة التي يتمتع بها الفرد تجاه نفسه ، كالتأكيد على احتياجات المرء وآرائه ، الاعتراف من قبل الآخرين ، والشعور بالأمن واكتساب الكفاءات.

تبنى الثقة بالنفس مبكرا جدا في تطور الطفل ، و ترتبط بالروابط العاطفية التي يبنيها الطفل مع والديه في وقت لاحق ، حيث يمكن تفسير الصعوبات المدرسية المتكررة بنقص في الثقة بالنفس.

إذن كيف يمكن للآباء المساعدة في بناء تقدير ذات إيجابي؟

كيف نعكس الميل في حالة أزمة ؟

الخوف من الظلام ، التوتر ، ونوبات الغضب ... يمكن للآباء مساعدة أطفالهم على تجاوز مناطق الاضطرابات الانفعالية هذه دون مساعدة من المهنيين.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1- بناء الثقة بالنفس لدى الأطفال :

لدينا مشكلة في التمييز بين الثقة بالذات وتقدير الذات.

الثقة بالنفس تظهر أولاً في تطور الطفل.

ما الذي يجعل الطفل ينتقل في المشي من أربع أطراف إلى قدمين ؟ إنها ثقته بنفسه.

بشكل عام ، يقوم بخطواته الأولى في حضور الشخص المتعلق به والذي سيعطيه تقدير ذات راجع .

الثقة هي نوع من الشعور ، تقدير الذات هو تقييم الذات.
تتأسس رابطة الثقة المتبادلة والرابطة العاطفية في وقت مبكر جداً وتسمح للطفل الثقة بنفسه ، فكل شيء يبنى عبر روابط التعلق هذه ، إنه شعور يمنح القوة ، وسيتصدى للقلق.

وهكذا يكون الطفل أكثر راحة في الحياة ، فهو يحتاج أن يثق بنفسه.

مثال مع علامة استجواب : إذا كانت العلامة جيدة ، يعلم الطفل أنه اذن طبق الإستراتيجية الجيدة لأنه تعلم درسه ، إذا كانت العلامة سيئة ، يعلم أنه عليه تغيير إستراتيجيته وانه لم يتعلم درسه في اللحظة الأخيرة.

بدون الثقة ، لا يستطيع الطفل أن يتعلم ، الثقة هي أصل التعلم ، فالطفل هو شخص مستيقظ ويجب عليه أن يقوم بتجارب ، ولكن عليه أن يثق بنفسه.

- ✓ **المستوى الأول : الأمن القاعدي:**

قاعدة حقيقية للحياة ، فهو يُبنى أثناء الحمل والسنة الأولى من الحياة.

بمجرد أن يكون في بطن أمه ، يرى الطفل رسائل الرعاية نحوه ، و لكي يكبر واثقا ، يحتاج الطفل إلى الشعور بأن حب والديه - أو والديه البديلين - غير مشروط.

ولتمكين أمنه القاعدي ، يحتاج أيضاً إلى الملامسة المنتظمة بحنان.

مع كلا المكونين ، ينمو الطفل اذن بقاعدة من الثقة تعطيه الأمن لمواجهة حقائق الحياة اليومية.

سيكون لديه قناعة حميمة بأنه يستطيع عبور العواصف في الحياة ، وأنه قد ينحني مثل القصب لكنه لن ينكسر أبداً ، يعرف اذن أن لديه عمودًا فقريًا يعطيه هوية ثابتة وشعورًا عميقًا بالارتباط بالحياة "أنا موجود" و "أنا كائن".

عندما نفتقدها (أي القناعة) نادرا ما نكون في رفقة جيدة مع أنفسنا عندما نكون لوحدنا ، نبقى معتمدين اعتمادا كبيرا على الآخرين أو أشياء بديلة ، هذا يعمل على نفسه وهذا يشفى نفسه.

- ✓ **المستوى الثاني : الثقة في ذات الشخص:**

في السنة الثانية من حياته ، يتعلم الطفل تأكيد نفسه ، يعارض عفويًا أقاربه ويقول "لا".

هذه المرحلة أساسية للسماح له بتمييز نفسه عن أمه والتفرد بذاته.
يعلم اذن انه لم يعد امتداداً لوالدته ، بل هو كائن في حد ذاته برغباته الفريدة ، من خلال السماح للطفل بتأكيد شخصيته - وهذا لا يعني السماح له بالقيام بكل شيء! - نعطيه الفرصة ليقول "أريد".

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

عندما نفتقدها ، نواجه صعوبة في التعبير عن خياراتنا مثلا : تفضل الذهاب إلى البحر أو الغابة ، في نهاية هذا الأسبوع ؟ كما تريد...

ماذا تريد أن تأكل الليلة ؟ لا يهمني...

- ✓ **المستوى الثالث : الثقة في كفاءاته :**

حتى عمر 6 سنوات ، يضاعف الطفل من تجارب الاستقلالية ، اذ يذهب خلال هذه الفترة من الحياة لقياس قدر كفاءاته.

من الضروري أن يشجعه الراشد عندما يواجه صعوبة ويهنئه عندما يحرز تقدمًا.

وهكذا يكتسب هذه القناعة الحميمة "أستطيع".

عندما نفتقدها ، غالباً ما نرتكز على الشك والخوف.

نحن لا نجرؤ على القيام بمشاريع جديدة ، نحن نقلل من تقدير أنفسنا.

- ✓ **المستوى الرابع : الثقة العلائقية :**

في هذا المستوى تكون سنوات التعليم الابتدائي (حتى 12 عامًا) حاسمة للثقة التي يمكن للمرء أن يمنحها أو لا في علاقاته الاجتماعية.

يحتاج الطفل أن يشعر بالحماية ويُدمج في الحياة اليومية ، يجب أن يحرص الراشدون على عدم التخلي عن الأطفال أو استبعادهم أو تعذيبهم أو إنكارهم.

في الواقع ، حتى عمر 12 عامًا ، لا يملك الطفل القدرة بعد على حل مشاكله العلائقية بمفرده.

ان تكبر مع الآخرين بأمان يبقيك في وضع الانفتاح على الآخرين.

إنه بناء "أنا و الآخرون".

عندما نفتقدها ، نكون في خوف من الآخرين ، في موقف دفاعي ، نجد اذن صعوبة في مشاركة الاحداث اليومية في ترك واخذ.

هل يمر جميع الأطفال بأزمة ثقة ؟

في الواقع يمرون بأزمة تقدير لأنفسهم ، قد يكون هو الحال عندما يتحصلون على عديد العلامات السلبية أو أزمة هوية.

جزء من الثقة بالنفس موضع تساؤل ، ولكن إذا كان الباقي صلبًا ، فسيكون الطفل قادرًا على الارتداد ، لكنه قد ينهار إذا لم تكن وراءه ثقة بالنفس ، هناك أيضا صورة الانا الاجتماعي ، في مرحلة ما نتساءل : ما هو المراهق؟

ما هي العلاقات مع الأصدقاء ؟ سيختبر الطفل أشياء ويرتد (يتراجع) فمن يعتقد ان كل شيء ينهار هو الشخص الذي لا يثق بنفسه ، إنها نتيجة ثقة مبنية بشكل سيئ ، هل يمكن أن تأتي من الآباء؟

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

نعم ، على سبيل المثال في حالة الوالدين الذين لا يثقون في دورهم كآباء ، يقول الوالد لنفسه "لست متأكدًا مما أفعله " فهو لا يضمن سلامة الطفل ولا يعكس الصورة الجيدة ، وهناك المزيد والمزيد من الآباء هكذا اليوم لأننا نشعرهم بالذنب أكثر فأكثر.

رغم ان الآباء الكاملين غير موجودين ، يجب أن يتصرفوا كما يشعرون مع طفلهم ، أنهم يحافظون على الثقة في أنفسهم وفي طفلهم.

لماذا يفقد الطفل الثقة ؟ كيف يحدَد هذا النقص في التقدير؟

حدث كبير يمكن أن يؤدي إلى عدم تقدير الذات ، مثل الدخول إلى المدرسة الابتدائية أو الانتقال ، المراهقة على سبيل المثال.

يمكن ان ينبه الوالدين عبر مؤشرات مختلفة ، الطفل الذي يقيم نفسه بشكل سيئ ، الذي يعاني من نوبات قلق أو غضب عندما يكون لديه رَجل لعبة برتقالي بدلا من الأخضر ، هذا طفل مضطرب ، لديه تقدير سيء للذات ، إما أنه مرتفع جدًا أو منخفض جدًا ، لم يتعلم كيف يقيم نفسه ، يجب أن نتأكد من أنه ليس لديه ثقة سيئة بنفسه ، يتم بناء هذه الأخيرة في الأشهر الأولى من الحياة ، و استعادتها هو عمل حقيقي في العمق.

كيف يمكننا إصلاح ذلك؟

يجب على الوالد (او الام) أو المربي تعليم الطفل تقييم ذاته.

الطفل هو متعلم أبدي ، يقوم بعدة تجارب ، سوف يضع أصابعه في مأخذ التيار الكهربائي ، هناك لا حاجة للصراخ ، الوالد أو المربي سيريه وجهًا متجهما يقول "لا" فيتعلم الطفل طوال الوقت.

في المقابل يجب على الوالد أو المربي أن يكون هناك ليشير إلى الخير والشر ، يجب أن يقول له : "أنا سعيد ، تحصلت على علامة جيدة لأنك تعلمت درسك جيدا".

وبنفس الطريقة : "لست سعيدًا ، أراك لم تتعلم درسك " إذا كانت العلامة سيئة ، يعرف الطفل اذن ماذا يجب ان يفعل في المستقبل.

إذا قلنا له "علامتك سيئة ، أنت ولد شقي" نستهدف اذن مباشرة الثقة.

بالطريقة نفسها ، يحتاج الطفل الذي يتعلم ركوب الدراجة أحيانًا إلى سماع ما يلي : "أفهم أنك خائف ، لكني أعلم أنك ستنجح " إذا كان أحد الوالدين أو المربي يشكك ولا يؤمن بإمكانيات الطفل ، فهي بداية سيئة ، لن يركب الطفل بسهولة على الدراجة ، لماذا يركب الطفل هذه "الآلة الجهنمية " ؟
لأنه يثق بوالده وبنفس الطريقة ، إذا وقع لأول مرة ، فإن الوالد أو المربي سيعيده بسرعة إلى مقعد الدراجة.

إذا استطعنا تطبيق نفس الطريقة على العلامات ... يتعلم المعلمون وضع خط تحت ما هو خطأ ، لكن لماذا ايضا لا نضع خط تحت ما هو جيد؟

هذا هو كل مبدأ تقدير الذات.

كيف تساعده على بناء ثقة صلبة بالنفس ؟

أفضل طريقة لمساعدة الطفل على تحقيق ذلك هي أن تُعرفه بأنه محبوب ـ يمكنك المساهمة في هذا الشعور بطرق مختلفة:

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

تسليط الضوء على مهاراته الجديدة من خلال التعليقات الإيجابية ، مما يمكن أن يجعله أكثر فخراً بنجاح افتخر به كثيرا من قبل.

شجعه على مواجهة مواقف جديدة أو محبطة.

مرافقته ، مع ذلك ، حتى لا يشعر بالإرهاق.

تأكد من جعله في وضعيات تعرف أنه يملك فرصاً قوية للنجاح فيها.

عامله باحترام انها واحدة من أفضل الطرق لتعليم الطفل احترام ذاته واحترام الآخرين ، أظهر له تقديرك من خلال الاستماع بعناية إلى ما يقوله وأخذه بجدية.

إذا كنت لا توافقه أو لا تحب ما يفعله ، تحدث معه باستخدام عبارات تبدأ بـ "لدي انطباع ان ..." او "أعتقد ان ... ". حتى لا يبدو أنك تنتقده وتحكم عليه ، وتجنب بدء جملك بـ "أنك ...".

علّم الطفل ان يشعر بالفخر بنقاط قوته ، اجعله في كل مرة يفهم أن الشعور بالفخر بمواهبه لا يعني الشعور بالتفوق على الآخرين أو التظاهر بالتعالي.

علمه أن الجميع يمكن أن يخطئ ، إذا ارتكبت خطأ ، اعترف به ، إذا أخطأ ، اشرح له ما المشكل الذي سببه ، لكن ليس أكثر من ذلك ، من خلال تجنب توبيخ الطفل عند ارتكابه خطأ ، انت تحافظ على تقديره لذاته والتامين الذي يحتاجه للنجاح في الحياة.

توقع ما يناسب عمر هذا الصغير ، لا تعتقد أنه سوف ينمو بشكل أسرع إذا دفعته كثيرا ، وتجنب كل مرة وضع حد منخفض جدًا ، عندها ستبعث له رسالة مفادها أنه ليس جيدًا بما فيه الكفاية.

السلوكيات التي يجب تجنبها:

تُظهر الدراسات أن الآباء أو المربين يضعفون تقدير الطفل لذاته عندما:

- يسخرون من صغيرهم.
- توبيخه أو معاقبته لأنه لم ينجح ؛
- يتوقعون منه أن يكون مثاليا أو أن يكون ناجحا باستمرار.
- يظهرون دائما عدم الاهتمام به.

تعليقات ايجابية كل يوم:

لسوء الحظ ، نميل جميعًا إلى إبداء المزيد من الاهتمام بما هو سيء مقارنة بما هو جيد ، هذا يشجع على إرسال الكلمات الغاضبة والنقدية للأطفال.
تذكر أن الطفل يقوم في كل مرة بالخير اكثر منه بالشر في يوم واحد ، ويحتاج إلى التشجيع وردود الفعل الإيجابية.

لذا حاول كل يوم أن تقول على الأقل 3 أشياء خيرة وبناءة للطفل.

تذكر أننا جميعا بحاجة إلى ردود فعل إيجابية من أحبائنا ، بغض النظر عن عمرنا.

احرص على ألا تطلب كثيرا كوالد أو مربي : مما سيجرحك في تقديرك لذاتك ويحثك على الإفراط في الطلب من الطفل.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

نصائح لتعزيز ثقة الطفل بنفسه:

1 – محو الشعور بالذنب عن طريق المقارنة:

هو او هي تشعر بأنها سيئة ، لا يريد أو يخشى أن يخيب آمالك.
أخبره كيف أن الأمس ، قبل 15 يومًا ، عندما لم يصب طفل في شيء ما ، وانك أيضًا ترتكب أخطاء.

لا تتردد في القول أنك لست على دراية جيدة بهذه الفترة من التاريخ أو آلية السيارة ، وباختصار أطرح له أسئلة ، طمأنه.

إذا عرف الطفل انك "غير كامل" فإنه سيقبل ارتكاب الأخطاء دون الحكم على نفسه "جيد مقابل لا شيء" أو حتى أسوأ من ذلك.

2- الوقت كأداة للتفكير:

لا يملك الأطفال والكبار نفس السرعة الفكرية ، والبطيء ليس أقل ذكاء من السريع.
تجنب المباغتة التي قد تبطئه وبالتكرار يمكن أن تؤدي به إلى "عدم التجرؤ" على التعبير عن نفسه.

من الأفضل التوقف عن الواجبات لعدة دقائق بدلاً من الضغط عليه.

أقصى وقت للتركيز عند طفل 7 سنوات = 15 دقيقة.

3- تعزيز أن يكون اجتماعيًا وفي علاقات مع الآخرين:

الام الحامية ، احترس من التحذيرات المبالغ فيها.
مبدأ الوقائية الذي يطبق على أي شيء وكل شيء يسبب الإجهاد والخوف من الآخرين ، والخوف من كل شيء ، انه سرير القلق وموكبه من الإجهاد ، الرهاب الخ ...

دعه "يكسر وجهه " وليس جسديا فقط ، القيام بتجاربه السلبية في بعض الأحيان ، هكذا يبني الطفل نفسه ، يتعلم أن يستنبط الدروس مما يعيش ، للدفاع عن نفسه و تأكيدها.

إذا كان هو أو هي خجولة و متحفظة ، حفزهم للذهاب إلى الآخرين بإخبارهم عن الفوائد التي سيكسبونها بالتعامل مع هذا الطفل او ذاك.

قم بتسجيله في درس جماعي ، رياضة ، غناء ، مسرح ، إلخ ، حتى لو كان مترددًا ، مصرا ، من المهم لمستقبله أن يتعلم التكيف مع الآخرين ، للعيش في المجتمع.

العضوية في مجموعة تمنح الطفل شعورا بالتقدير والقبول.

4- التعبير اللفظي والاستماع إلى المشاعر لمعرفة ما هي الاستقلالية:

دع الطفل يعبر عن احتياجاته ، وانفعالاته ، مع توجيهه إذا ذهب بعيداً.

يجب تقبل الغضب من قبل الآباء أو المربيين كوسيلة لتأكيد الذات.

منعه من الغضب سيجعله يشعر بأنه ليس لديه الحق في ...

يجب أن يتعلم أن يعمل بمفرده دون مساعدة أو لجوء دائم للآخر.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

الطفل الذي لا يُستمع إليه ويوبخ من أجل لا شيء و على نحو غير عادل يشعر بعدم الأمان والخطر.

هذا الشعور نفسه موجود عندما يكون الآباء والأمهات مفرطي الحماية ، ولن يتمكن الطفل من تحمل مسؤولية نفسه ، ويفتقر إلى الاستقلالية.

يسمع الطفل ، ويصغي إلى جميع كلام الراشدين ، الكلمات السلبية عن الجيران ، والحياة متكاملة ، ومن المرجح أن يشعر بأن العالم خطير.

5- الانضباط الذاتي للتعرف الافضل على بعضنا البعض:

هو موهوب في الرياضيات أكثر من الفرنسية!

الرغبة في جعل الشخص اديبا في اللغة الفرنسية لن تساعد إذا كان هذا الميدان لا يتناسب معه ، فقد يطور لديه شعورا بالفشل.
الشيء نفسه بالنسبة للرياضة ، والفن ، الرغبة في صنع الأفضل في كل شيء ليس واقعيا.

يجب أن يتعلم أن يعرف حدوده الخاصة في جميع مجالات الحياة وفي علاقته بالآخرين.

سوف يشك في نفسه إذا كان الشعور بعدم القيام اطلاقا بالعمل جيدا يميز التربية.

تصميم الكمال يراقبه إذا لم تساعده على القيام به وفقا لقدراته الخاصة.

إن الكثير من المحظورات ، والمطالب ، والكثير من التساهل يزعزع استقرار الطفل الذي لن يعرف أبدًا قدراته الحقيقية ، ولا كيف يتصرف.

6- الاعتراف كمعزز لتقدير الذات:

كسر الدائرة الجهنمية من التوبيخات التي تقلل من قيمة الطفل.

"عبارات مثل : فشلت في هذه مجددا ، أنت حقا لا تصلح لشيء ، تفشل في كل شيء ، انك مثل ابوك أو أمك الخ ..." والأكثر درامية إذا كان الوالدين منفصلين.

إن دعم الوالدين والعلاقة الجيدة مع الأطفال الآخرين والراشدين ، ادلة وفيرة للطفل على انه مقبول كشخص كامل التفرد ، محبوب بميزاته وعيوبه.

علامة ضعيفة ؟ اجعلها نسبية بالتحدث عن الدرجات الجيدة ، مع إبراز طرق العمل للحصول على نتائج جيدة ، لماذا نجح هنا وهنا لم ينجح ؟ ما هي "الإستراتيجيات" المستخدمة لتحقيق ذلك ، مقارنة بالموقف الذي فشل فيه ؟

7- المسؤولية تجاه أفعاله لكسب الثقة:

سجل التعليمات أو جدول

هو / هي تتذمر ، ترفض القيام بأشياء معينة : ترتيب غرفتها ، وأشياءها ، الابتعاد عن جهاز الكمبيوتر ، ومساعدتك على توضيب الطاولة الخ

صرخاتك لن تغير أي شيء ، على العكس.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

لفهم ما يفعله : كتيب التعليمات ، الذي تكتب عليه المهام الواجب القيام بها - لون بأقلام اللباد ، واحد ل + واحد ل – قم بحساب المجموع في نهاية الأسبوع.

+ يعني حقق نجاحا فيما طلبته منه ، امنحه مكافأة على الخدمة (لا سيما الهدايا ، لا المال) تبعا لسنه.

- يعني (وهذا لن يستمر) ان الطفل هو الذي يدين لك بخدمة.

على مدى عدة أسابيع ، يجب عليه أن يعيش هذا ليس كعقاب ، ولكن كتحديات صغيرة.

8- اترك المكان للأب:

يعتبر دوره مهما لكل من الفتاة والفتى في هذه الفترة العمرية (من 7 إلى 13 سنة) حيث يتخذانه كنموذج.

يحتاج الأطفال إلى مشاركته اللحظات ، مبدأ الصحيح / الخطأ يكون في ذروته ، خاصة في 9 سنوات ، حيث يقارن الطفل نفسه مع الكبار.

إذا لم يعد الأب موجودًا ، فيجب أن يكون عمًا او صديقًا اوجدًا ، رجلًا من محيطك حاضرًا قدر الإمكان بالطبع.

9- الاتصال بين الآباء والأبناء لفهمهم والتغلب على بعض متاعب الحياة:

إن الطفل الذي يثق بذاته ، لا يشعر بأنه محاكم من قبل والديه ، يتحدث عن الخطأ وما يشعر به.

فترة المراهقة هي فترة اخطار بالنسبة لبعض الأطفال ، بما في ذلك المخدرات والكحول التي تنتشر في المدارس الثانوية والكليات.

فالمراهق الذي تحدثا والداه معه بحرية عن هذه المخاطر ، دون التقليل من العواقب أو إضفاء طابع درامي عليها ، سيتحدث بسهولة أكبر معهما.
إذا لاحظت تغييرًا كبيرًا في السلوك ، تحدث معه ، بين له انك موجود ، مستعدًا لسماعه.

بالنسبة إلى الصبي ، سيكون الأب هو أفضل "أذن" يثق بها.

في الختام :

- هذه السنوات تحضر لمرحلة المراهقة.

- لا تنسى أن الطفل متأثر بالأجواء العائلية ، سيتعرض لها لسنوات سواء كانت جيدة او سيئة.

- إن تكرار بعض الكلمات قد يسبب الضرر النفسي والتوتر.

- خطاب مشؤوم ، رفض دقيق لن يكون لهما أي عواقب ... لستما والدين مثاليين ، لكما الحق في ان تتعبا ، تغضبا ، وأحيانًا تصرخا.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

III. الاستقلالية عند الطفل:

عند ولادته يعتمد الطفل كليًا على والديه ، ثم تشرع الاستقلالية في الظهور تدريجيا عندما يبدأ الطفل بالزحف ، المشي على أربع ، الامساك بالأشياء ، ويستمر هكذا لعدة سنوات أخرى ، كلما اكتسب الطفل استقلاليته كلما شعر بأن لديه بعض التحكم في نفسه ، في الأشياء والآخرين.

1- شجع دون حماية زائدة:

بين 18 و 36 شهرًا ، يبدأ الطفل بالرغبة حقا في فعل الأمور بنفسه.

مع ذلك فهو غير متأكد من النجاح ، إنه يحتاج إلى تشجيعكم والشعور بأنكم تعتقدون أنه قادر على تناول الطعام بمفرده ، أو ارتداء ملابسه او توضيب العابه على الرف ، على سبيل المثال.

لحمايته أو تجنيبه الإحباط ، يبطئ بعض الآباء أحيانًا وثبات استقلالية طفلهم ، في هذه اللحظة يمكن أن تنشأ أزمات "لا ، لوحدي !" بالإضافة إلى ذلك ، قد يصبح الطفل الذي يعاني من الإفراط في الحماية قلقًا وغير آمن وخائفًا وغير ماهر.

عندما يكون الطفل مستقلاً ، فهذا لأنه يشعر بالأمن والحماية من طرفك.

على الرغم من صعوبة أداء بعض المهام في البداية ، سيظل الطفل يؤمن بقدراته إذا كنت تدعم وتشجع جهوده.

على العكس من ذلك ، إذا كانت لديه صعوبات وانتقدته ، نفد صبرك أو عاقبته ، قد يشعر بالخجل ولا يؤمن بنفسه ، مما يمكن ان يبطئ من تطور استقلاليته.

لا تقلق على الرغم من ذلك ، إذا كنت متأخرا صباح يوم ما و البست طفلك بنفسك ، سيرتدي ملابسه لوحده في اليوم التالي. المهم هو أن يكون لديه أكبر عدد ممكن من الفرص لممارسة مهاراته الجديدة ، كذلك إذا كان الطفل متعب جدا ولا يمكنه ان يرتدي ملابس نومه بمفرده ، لا تصر عليه واخبره أنه سيكون من السهل عليه فعل ذلك عندما يستريح.

حتى لو كان دورك ضروريًا في البداية لتشجيع الطفل على أن يصبح مستقلاً ، سيتعلم تدريجياً أن يجد في نفسه الدافع لتحديد الخيارات وتقرير ما يريد القيام به.

يدرك شيئًا فشيئًا أنه قادر على اتخاذ قراراته الخاصة ، والتحكم في أفعاله ، مما يجعله فخوراً ، بالتالي يطور شعورا بالكفاءة والفعالية.

2 - مسؤوليات صغيرة للنمو:

دع الطفل يفعل أشياء صغيرة بنفسه ، هكذا يدرك حدوده وقواه ، يبني تقديره لذاته ويطور شيئًا فشيئًا شعوره بالمسؤولية.

فيما يلي بعض الأفكار عن المسؤوليات الواجب منحها للطفل ، والهدف هو إشراكه ، حتى لو لم يتم تنفيذ المهمة بشكل كامل:

18 شهرًا حتى 3 سنوات:

- يخرج ألعابه خارج حوض الاستحمام.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

• يغسل يديه ويمسحهما (تحت إشراف).

• يمسح كمية صغيرة مما تدفق (على سبيل المثال القليل من الماء أو الحليب) على الطاولة أو الأرضية.

• حاول تجنب الصور النمطية عندما تقوم بإعطاء مسؤوليات صغيرة للطفل ، على سبيل المثال ، يمكنه ان يكنس ، بينما يستطيع صديقه مساعدتك على الجرف في الحديقة.

من 3 إلى 4 سنوات:

• وضع معطفه على حامل المعاطف القريب منه.

• توضيب ملابسه في الأدراج.

• تنظيف مكانه على الطاولة.

من 4 إلى 5 سنوات:

• يصب لنفسه كوبًا من الحليب.

• يساعد في توضيب الطاولة.

• مسح الغبار عن قطعة من الأثاث (دون ان تكون عليها تحف).

نصائح لمرافقة الطفل في سعيه للحصول على الاستقلالية:

- تجنب الاستمرار في التعامل مع الطفل كرضيع عندما لا يكن كذلك.

<u>على سبيل المثال :</u> بجعله دائما على ذراعيك ، شجعه بدل ذلك على القيام بأشياء صغيرة بنفسه وممارسة مهاراته.

- اعرض عليه خيارات ، يتعلم من خلالها الصغير اتخاذ القرارات و اشباع حاجته للاستقلالية بينما يتحكم في بعض ما يحدث له ، ومع ذلك قدم له خيارًا واحدًا أو خيارين فقط

مثال: "سروالك الازرق أم الاخضر ؟ " وإلا قد يكون من الصعب عليه اتخاذ القرار.

- احترم إيقاعه ، انتبه إلى الإشارات التي يرسلها الطفل إليك.

<u>مثال :</u> إذا تلوى في ذراعيك قد يرغب في محاولة التحرك لوحده ، وإذا امسك الملعقة عند تغذيته ، قد يرغب في محاولة جلبها لفمه بنفسه ، ومع ذلك اقترح عليه مهام وتحديات تناسب سنه وقدراته ، حتى لو كنت تتعجل نجاحه في تنفيذ بعض الحركات بنفسه ، وإلا فانك تخاطر بوضعه في حالة فشل ، مما يمكن أن يؤذي تقديره الذاتي وثقته بنفسه.

على الرغم من أنه ضروري لنمو الأطفال الصغار، فان السعي من أجل الاستقلالية ليس بالأمر السهل دائما ، اذ يتم بخطوات صغيرة ، تحت وقع التجارب ، الانتصارات والبكاء.

- علمه كيفية القيام بذلك ، بدلا من أخذ الطفل ذو السنتين لصعود أو نزول الدرج ، على سبيل المثال ، بين له الحركات التي عليه القيام بها ، ودعه يصعد أو ينزل ، مع البقاء بجانبه لمساعدته عند الحاجة ، كذلك إذا كنت ترغب في أن يشارك الطفل في مهام معينة ، اشرح له ما تفعل.

مثال : "ترى ، أضع الكاس هنا والأواني هناك ".

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- توقع دائمًا 10 دقائق إضافية في جدولك الزمني عندما يبدأ الطفل في القيام بالأشياء بنفسه ، ستستعيد الوقت المستغرق لجعل الطفل مستقلا في وقت لاحق ، عندما يفعل المزيد من الأشياء وحده.

- اقبل أن لا يكون الامر دائمًا مثاليًا ، إذا أراد الطفل أن يرتدي ملابسه بمفرده ، قد لا تتناسق جيدا ألوان ملابسه دائمًا ، لا تتوقف عند هذا التفصيل ، بل ابتهج بمهاراته الجديدة.

- اقبل الأخطاء الصغيرة والضرر و قلة البراعة ، إذا كان يسكب الحليب أثناء ملئ كوبه ، حاول تقييد حركة مزاجك ، بدلا من توبيخه ، اقترح عليه أن يساعدك في التنظيف ، تأكد من أن التنظيف لا يعتبر عقابا ، بل بادرة طبيعية بعد حدوث ضرر (توسيخ).

- ارشد الطفل دون أن تقوم بالأمر في مكانه ، إذا كان الطفل لا يستطيع وضع معطفه لأنه مقلوب ، اطرح عليه اسئلة تحفزه على أن يفكر في كيفية القيام بذلك بدلاً من قلب المعطف وتلبيسه له ، على سبيل المثال : "هل تحتاج إلى مساعدة ؟ أين هي الأكمام ؟ » إلخ ، في حالات أخرى ، قم بمشاركة المهمة مع الطفل : "حاول وضع الحذاء ، سوف أساعدك في ارتداء الحذاء الآخر" "سنوضب الألعاب معاً. "

- شجعه على إيجاد الحلول ، أنت تنقل له هكذا رسالة بأنك تثق في قدراته ، على سبيل المثال : إذا كان الطفل غاضبًا لأنه لا يستطيع العثور على حذائه الثاني ، اطرح عليه اسئلة عن كيفية البحث عن شيء : "أين يمكن أن تختبئ ؟ أين رأيتها اخر مرة ؟ هل نظرت جيدا في كل مكان في غرفتك ؟ » إلخ.

- تجنب التدخل الدائم في النزاعات بين الأطفال (ما لم يتعدوا جسديا) وخاصة التحيز الى جانب واحد أو آخر ، اسألهم بدل ذلك عما يمكنهم فعله لحل مشكلتهم ، إذا كانوا لا يعرفون ، اقترح حلا ، ولكن دون فرضه : "ربما ... يمكنكم أن تجربوا هذا الامر ..."

- هنئ الطفل "ممتاز! "" تهانينا ! "كنت أعرف أنك قادر! و "أنك بطل " ستزيد من تقديره للذاته وثقته بقدراته ، كما تعزز من جهوده ، حتى لو كانت المهمة ليست ناجحة تماما.

مثال: "حاول مرة أخرى" "يمكنك التمرن " "في المرة القادمة ، سيكون الامر أفضل " "لقد تحسنت " تشجيعك يحفزه على المثابرة.

- مواساة الطفل إذا بكى بعد الفشل.

10 نقاط أساسية لتعزيز الاستقلالية :

1- استمتع بوثباته "أنا وحدي! " : لان تعلم المهارات التي يسعى للحصول عليها سيكون أسهل إذا سمحت له بممارستها في الوقت الذي يطلبه ، سيكون اكتسابها أطول اذا مرت هذه "الوثبة ".

2- التكيف مع البيئة للسماح له " القيام بنفسه ": تقديم البطاطس المهروسة بدلاً من الحساء ؛ إصلاح رف ملابس حسب طوله ، اختيار أحذية دون رباط ، السراويل مع خصر مطاط ، والسترات ذات رقبة واسعة ، وضع كرسي صغير بجانب الحوض ، جرة صغيرة لاستخدامها في الشرب الخ ...

3- اظهر له ببطء و حلل كل خطوة ، كل تفاصيل المهمة التي يريد القيام بها ، ثم تراجع و قل له "إليك" عن طريق إعادة الشرح اللفظي لكل خطوة.

4 - السماح له بوقت إضافي حتى يكون لديه الوقت للقيام وحده بالأمر.

5- قبول الأخطاء وقلة البراعة : فهي جزء لا يتجزأ من عملية التعلم ، تصحيحات الأخطاء التجريبية هي نظام فائق الكفاءة! لا تفرض الكثير من الضغط عليه ، حتى لا يتعرض لخطر الشعور بالإحباط والاستسلام.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

6 – اقترح عليه القيام بخيارات لنفسه : تنورة أو سروال ، الواجبات المدرسية قبل أو بعد العشاء ، الخيارات يمكن أن تتالى، للإفطار على سبيل المثال : عصير أم ماء ، عصير تفاح أو عنب ، خبز أم بريوش ، بالزبدة أو المربى ؟ إلخ

7- كن صبوراً ، ودعم جهوده (وليس نجاحه فقط) : "مهلاً ، ليس من السهل (دائمًا) ... لكنني متأكد من أنك ستنجح ".

8- كن متعاطفًا ورحب بمشاعره القوية : اقبل أن يتذمر ويغضب لأن الامر لا يسير بالطريقة التي يريدها.

9- اسأله دائما إذا كان يريد ان تساعده قبل مساعدته ، وتقبل لو قال "لا" انظر كيف يمكنك مساعدته دون القيام بكل شيء (مجرد دفعة تعطيه الشجاعة والثقة).

10- شجعه على طلب المشورة والدعم من "خبير" خارجي : معرفة طلب المساعدة عندما نحتاج إليها امر جيد ويسمح له بعدم الاعتماد عليك بشكل كامل.

لماذا نعزز استقلالية الطفل؟

إن هدف أي اب او ام هو إعداد ابنهم ليصبح شخصًا بالغًا مستقلاً (يمكنه اتخاذ القرارات ، والقيام باختيارات) مسؤولا (يتحمل العواقب المترتبة عن خياراته وأفعاله) و يتطور ...

على الرغم ان الكثير من الراشدين لا يحسنون الاختيار ، لا يعرفون ما يريدون وما يحبون ، وبالتالي يعتمدون ، ويخضعون الى قرارات الآخرين ، مما قد يؤدي بهم الى فقدان هويتهم في هذه التبعية.

بالتالي فان تعزيز الاستقلالية يؤدي الى :

- السماح للطفل بتطوير شعور التحكم بحياته : ألا يشعر بالعجز التام ويخضع لمخاطر خارجية.

- إذا لم نسمح له بالحصول على استقلاليته ، قد يعبر الطفل بالمقاومة والغضب والتمرد (خاصة في مرحلة اثبات ذاته ... التي يطلق عليها أحيانًا خطأً مرحلة المعارضة) أو على العكس بالاستقالة ، التخلي وتطوير مظهر من "عدم الاكتراث ".
- كما يمنح تطوير استقلالية الطفل إحساساً بالفعالية الشخصية ("يمكنني أن أفعل ذلك بمفردي") مما يعزز ثقته وتقديره لذاته ، ويساند دافعيته ومثابرته في مواجهة الصعوبات ...خاصة خلال التعلم المدرسي!

- من خلال كونه مستقلاً ، يكتسب الطفل أيضاً شعورا بالأهمية والانتماء : فهو قادر على المساهمة في الحياة الأسرية ويشعر انه في مكانه ضمن اول "مجموعة اجتماعية " ينتمي إليها.
- من خلال تقديم أنشطة للطفل تجعله مستقلاً ، ستسمح له بالحصول على الضمان ، في الوقت الذي تعلمه فيه مهارات جديدة ، تساعده أيضًا على تطوير ميزات مثل الهدوء والتركيز والمساعدة المتبادلة والتعاون والانضباط الذاتي والثقة بالنفس! كما تعزز لديه أيضًا الحس الاجتماعي من خلال السماح له بالحصول على الوعي الذاتي ، وان يكون حساسا تجاه الآخرين ، ومعرفة ان يضع نفسه في خدمة المجتمع ...

بالنسبة لماريا مونتيسوري (طبيبة وتربوية إيطالية) "إن تجربة الاستقلالية ليست مجرد لعبة ، إنها مهمة يجب على الطفل القيام بها ليكبر ".

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

من خلال توجيهه دون التسرع في أن يصبح مستقلاً ، يمكن للصغير أن يجعل نفسه مفيدا للغاية بمساعدتك في عديد المهام، لأنه يقدر بشكل كبير التمكن من تدريب كفاءاته ! بالنسبة له يكاد العمل ان يكون ممتعًا مثل اللعب ، على حسب عمره يمكنه :

- توضيب غرفته

- تمرير المكنسة ، مسح الغبار ، تنظيف المائدة .

- وضع الطاولة ، جلب الأطباق

- يساعدك في طهي الطعام (تقطيع الخضروات وتكسير البيض ...) ، إلخ.

للعلم :

بالنسبة لبعض الآباء والمربيين ، من الصعب رؤية الطفل يحصل على استقلاليته لأنهم يعتقدون "أنه لن يحتاجهم بعد الآن".

ولكنه اعتقاد خاطئ : سيظل الطفل بحاجة إليك دائمًا ، لاهتمامك الراعي له ، وحبك غير المشروط وحضورك الداعم.

ببساطة ، يجب ان تبرهن له بطريقة مغايرة عن القيام بأشياء له في مكانه.

يجب أن تعلم أيضًا أن الطفل الذي يشعر بالاحترام والقدرة سيكون أكثر راحةً عاطفيًا من الطفل الذي "يكون مخنوقا ".

من المهم أيضا أن نتذكر أن كل طفل لديه إيقاعه الخاص ومصالح مختلفة ، فلا حاجة لمقارنة الأطفال بعضهم البعض ("في عمرك ، كان أخوك الأكبر يعلم من قبل..." ، "انظر إلى أختك الصغيرة ، تعرف من قبل ..." إلخ) ، لأن الطفل قد يشعر بقلة التقييم ، يجب أن نعرف أيضًا أن الطريق إلى الاستقلالية ليس مستقيما تمامًا ، وأن الانتكاسات لها مكانها : مرض ، طفل جديد ، انفصال الوالدين ، تعلم آخر يحركه.

إن الشرط الأساسي لتعزيز استقلالية الطفل هو الثقة به : في نيته (يسعى للنمو) كما هو الحال في قدراته (خاصة التعلم).

مصدر كبير للإلهام لتعزيز استقلالية الطفل : الطرق التربوية الخاصة بمونتيسوري

بالفعل إن جل روح التربية عند مونتيسوري هي أن ترافق الطفل في استكشافاته ، وتجاربه ، واكتشافاته.

لا مجال للتساؤل حول قرار تحديد الوقت المناسب لبدء تعلم او اخر ، إذا لم يسبق للطفل ان طلب ذلك ، أو إذا لم يثبت في سلوكه أنه مستعد.

في أساليب التعلم التقليدية ، على الراشد ان يقرر متى يدخل الطفل في التعلم ، نعتبر أن هذا الراشد ينقل المعرفة إلى الطفل الذي يجب عليه استيعابها.

بإتباع الطرق التربوية لمونتيسوري ، يتعلم الطفل بنفسه وفقا لعملية طبيعية ، شريطة أن يكون في بيئة مناسبة ويرافقه راشد يحفزه ويتكيف معه.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

دور المربي :

هدف المربي هو مساعدة الطفل على اكتساب الثقة بالنفس حتى يتمكن من ان يتدبر امره ، يجب أن يكون الخطاب الضمني كالأتي : "أنا أثق بك ، أعلم أنك ستنجح بمفردك ، وإذا كنت بحاجة إلى المساعدة فسأكون هنا ، إذا اخطأت ، سأكون هنا أيضًا لأشرح لك ".

المنهجية لأي نشاط:

يبدأ المربي من خلال عرض النشاط على الطفل ويشرح التعليمة له ، ثم يقوم به أمامه من خلال شرح كيفية القيام بالنشاط ، ثم يوضح له كيفية اجراء النشاط ومكانه ، ثم يسمح له بالمحاولة ، البحث ، الخطأ ، دون تدخل.

إذا طلب الطفل المساعدة ، يمكن للمربي التدخل لكن دون أن يقوم بالنشاط مكان الطفل.

ثم يساعده ، إذا احتاج ، في الوضيب عندما ينتهي.

يمكن للمربي بعد ذلك أن يناقش مع الطفل النشاط ، ما الذي نجح أو لم ينجح ، وكيف سيتم القيام به في المرة القادمة.

التشجيع المتكرر:

إن تقدير جهود الطفل (وليس فقط نجاحاته) وتشجيعه بشكل منتظم (دون "تقدير زائد له") يسمح له بالحصول على الثقة بالنفس ، مع تجنب وضع ثقل "النجاح مهما كلف الأمر" على كتفي الطفل.

ما هو مهم ليس العمر الذي يكتسب فيه الطفل الكفاءة ، ولكن ان يتم اكتساب هذه الكفاءة عندما يكون الطفل مستعدًا لاكتسابها.

لذلك فمن الضروري تعزيز استقلالية الطفل ، بشكل ملموس من خلال:

- تكييف المنزل أو البيئة حسبما يناسب الطفل.

- علمه أن يهتم بنفسه.

- تعليمه الاهتمام ببيئته.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

المراجع:

1- كريستوف ANDRE- غير مثالي ، حر وسعيد (ممارسة تقدير الذات) ، أوديل Jacob.2012

2- فرانسوا ليورد و كريستوف أندر- تقدير الذات 2013

3- جيفري يونج وجانيت اس.كلوسكو - أعيد ابتكار حياتي ، دار النشر الانسان ، 2013.

4- ISABELLE FILIOZAT- ثق بنفسك ، Marabout، 2013.

5- فيلمايز إيزابيل - في قلب انفعالات الطفل ، مارابوت ، 2011.

6- JEAN-JACQUES CREVECOEUR- أبناء الاستقلالية ، جوفنس ، 2000.

7- ETTY BUZYN- الاستقلالية ، دليل الاستخدام ، Albin Michel، 2012.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر