

# تحقيق النجاح في المدرسة

الجلسة ٣

## استخدام التأديب الفعال

المطلوب وجود العدالة والانسجام وفرص التعلّم لكي يكون التأديب فعالاً. إذا كان الطفل خائفاً فإنه لا يستطيع أن يتعلّم. إن الإهانة والعقاب بالضرب ليسا فعالين لأن هذين الأسلوبين لا يعلمنا الطفل طريقة التصرف الصحيحة.

يتضمّن تأديب الطفل الإيجابي إعطاء التشجيع والنتائج المناسبة، وهو يشمل الاعتراف بأن ارتكاب الأخطاء جزء طبيعي جداً من عملية التعلّم.

يؤتي التأديب بأكثر النتائج فعالية عندما يقوم الأمهات والآباء بما يلي:

- التخطيط المسبق والاستعداد لإدارة الأوقات المجهدة بطريقة أفضل.
- توفير أنشطة للأطفال لتجنّب الضجر.
- التغاضي عن سوء التصرفات الخفيفة.
- التفاوض مع الطفل عندما يكون ما يطلبه معقولاً.
- تحديد مضاعفات مناسبة ومنسجمة وعادلة لسوء التصرف، مثل خسارة الامتيازات أو طلب قيام الطفل بالاعتذار أو العودة لإكمال العمل أو المهمة بالطريقة الصحيحة.
- استخدام عقوبة العزل أو المنع نادراً و فقط لسوء التصرف الأكثر خطورة.



## مشاركة الوالدين الإيجابية في تعليم أطفالهم المدرسي

هناك أدلة واضحة تثبت أهمية مشاركة الوالدين في تعليم أطفالهم المدرسي وتعلّمهم. يستطيع الوالدون مساعدة الأطفال على النجاح المدرسي عن طريق ما يلي:

- خلق الروتين والاستقرار.
  - التشجيع على القراءة.
  - مساعدة الأطفال على تنظيم أنفسهم.
  - التحدّث عن المدرسة مع الأطفال.
  - التواصل مع المدرسة.
  - تعزيز الاستقلالية والتنظيم الذاتي.
- يستطيع الوالدون أيضاً المشاركة في المدرسة بالتطوّع في الصف والمشاركة في المناسبات المدرسية والانضمام إلى لجنة الوالدين والمواطنين والأنشطة الأخرى.

## إستراتيجيات لتربية الأطفال بطريقة توفر لهم الدعم

- افهم نمو الطفل.
- كن قدوة حسنة.
- وقر الاهتمام الإيجابي.
- علّم الذكاء العاطفي.
- تأكّد من إيجاد بيئة تتميز بالسلامة والأمن.
- طور أسلوب حياة صحياً ومتوازناً.

# تحقيق النجاح في المدرسة

## نشاط يركّز على العائلة ٣

### أعدّوا وجبة طعام معاً

يعزّز هذا النشاط العمل كفريق والتواصل وشدّ أواصر اللحمة بين أفراد العائلة. وهو طريقة ممتازة لجعل أفراد العائلة يعملون معاً لتحقيق هدف مشترك. والأفضل من كل ذلك أنه متى أكملت صنع وجبة معاً تشاركون تناول الوجبة معاً!

#### المواد المطلوبة

وصفة طعام أو خطة لائحة طعام (هناك ألوف من وصفات الطعام وخطط لوائح الطعام المجانية التي يمكنك الحصول عليها من الإنترنت، أو استخدم كتب الطبخ أو اختر وجبة من خلفيتك الثقافية أو وجبة عائلية تقليدية).

العناصر تعتمد على الوصفات التي تختارها.

أدوات الطبخ ومطبخ و/أو مكان لتحضير الوجبة.

أدوات الأكل وأطباق لتناول الطعام منها.

#### التعليمات

أشرك كل أفراد العائلة في صنع قرار بشأن وصفة أو وصفات الطعام الذي تريدون صنعه.

أعدّ قائمةً بالمكوّنات واحصل على كل ما تحتاجه لوصفة طعامك. قد تكون كل المكوّنات موجودة في منزلك أو قد تحتاج للذهاب لكي تشتريها.

## دعم الأطفال خلال الصعوبات العادية

على الوالدين التحدّث مع مدير المدرسة أو مدرّس الصف أو مستشار المدرسة إذا كان الطفل يواجه صعوبات أو إذا كانت العائلة تواجه ضائقة. يوجد أيضاً كثير من وكالات الإنعاش الاجتماعي المحلية لدعم الأطفال في المدرسة. يستطيع الوالدون استخدام الإنترنت أو الاتصال بمركز موارد المهاجرين المحلي أو المجلس البلدي أو زيارة مراكز المجتمع أو المكتبات العامة لمعرفة تفاصيل الخدمات والبرامج المفيدة التي تعمل في مناطقهم. وقد يرغب الوالدون أيضاً في استخدام طبيّهم أو مركز صحة المجتمع المحلي للحصول على إحالات لطلب أنواع الدعم المتخصّص.

## الاستقواء أو البلطجة

يواجه الكثير من الأطفال الاستقواء في وقت من أوقات حياتهم المدرسية. يمكن أن يشمل ذلك ما يلي:

- الاستقواء اللفظي مثل التعبير بأسماء لاذعة أو المضايقة أو التهديد أو الإهانة.
- الاستقواء البدني، مثل الضرب أو الخدش أو التسبب في التعرّ أو البصق.
- الاستقواء الاجتماعي مثل استثناء الطفل أو إعطاء تلميحات غير مناسبة.
- الاستقواء النفسي الذي قد يشمل ترويح الشائعات أو تحطيم الممتلكات أو نشر رسائل نصّية بذيئة وغيرها.

للمزيد من المعلومات عن الاستقواء وماذا تفعل عندما يتعرّض الطفل للاستقواء تفقّد الموقع <http://bullyingnoway.gov.au/>



# تحقيق النجاح في المدرسة

العائلة لمشاركتهم. لا بل قد يكون من المفيد أيضاً أن تلتقط بعض الصور لأفراد العائلة والطعام الذي أعدتموه.

وأثناء استمتاعكم جميعاً بالطعام، قد ترغب في التحدّث عن العملية. اسأل أطفالك عن المهام التي استمتعوا بأدائها أكثر من سواها ووصفات الطعام التي قد يريدون تجربتها في المرة القادمة وما هي الأمور التي تعلّموها. أعطهم الكثير من الملاحظات الإيجابية والتشجيع للعمل الرائع الذي قاموا به.

أشرك كل أفراد العائلة في رفع كل شيء عن المائدة والتنظيف بعد الانتهاء من الأكل.

خصّص وقتاً كافياً لتحضير الطعام وخطّط مسبقاً لإعطاء أنفسكم وقتاً كافياً لكي تكون وجبات الطعام جاهزة قبل أن يتضوّر الجميع جوعاً. هذه عملية يجب عدم الإسراع فيها أكثر من اللازم.

قبل البدء، اشرح لجميع أفراد العائلة أهمية اتّباع الوصفة أو التعليمات. دعهم يرون صور الوجبات إذا أمكن لكي تكون لديهم فكرة بصرية عمّا يقومون بإعداده.

حدّد مهاماً لكل من أفراد العائلة وتأكّد من إعطاء الأطفال مهاماً مناسبة لسلامتهم وسّئهم. لا تعط الأطفال الصغار سكاكين أو مهاماً يُستخدم فيها الفرن وهو ساخن! تذكّر أن تشرف على الأطفال الذين يستخدمون أدوات الطبخ والأجهزة الكهربائية.

أعط تعليمات واضحة وبسيطة. وإذا احتاج الأمر، بيّن للأطفال ما الذي تريدهم أن يفعلوه لكي يفعلوا مثلك. امدحهم بقدر الإمكان.

إذا أصاب الأطفال الصغار الضجر أعطهم مهاماً أخرى، أو دعهم يراقبون ما تفعله بدلاً من ذلك أو حدّد لهم أنشطة بديلة خارج المطبخ لكي يتمكّن أفراد العائلة الآخرون من إكمال عملية الطبخ. مثلاً اكتب قائمة الطعام على قطعة ورق واطلب منهم تلوينها وتزيينها لوضعها على المائدة.

كن صبوراً. المهم في هذه العملية هو المشاركة.

متى تم إعداد الطعام أو متى وُضع في الفرن، أشرك أفراد العائلة بمهام أخرى مثل ترتيب المائدة أو إعادة المكونات إلى أماكنها وغسل الحلّل وأوعية الطبخ.

متى أصبحت الوجبة جاهزة لتقديمها دع الجميع يجلسون إلى المائدة أو في غرفة واحدة. لا تنس أن تتني على كل أفراد

