

# اللقاء 10

حل المشكلة سويا



## الملاحظة

تتعلق الملاحظة بالتعرف على حياة الطفل مثلا معرفة مكان وجود الطفل عندما يكون في الخارج وما هو الشيء الذي يفعله ومن هم الأشخاص الذين يختلط معهم. بصفتك كولي أمر عليك أن تظهر الاهتمام وأن تكون متاحا إذا كان الطفل يود تقاسم أي شيء.

### نصائح لملاحظة أفضل

- خلق قواعد روتينية يخبرك عن طريقها الطفل دائما قبل أن يغادر المنزل.
- راقب مكان وجود الطفل وماذا يفعل ومع أي أشخاص. بالنسبة للأطفال الأصغر سنا فمن المستحسن أن تقوم بمراقبة الطفل بين حين وآخر إذا كان يلعب لوحده في غرفة أخرى.
- اتفق مع الطفل عن المواعيد التي يجب أن يرجع الطفل إلى المنزل فيها. اتفق مع الطفل أن يتصل هاتفيا إذا تأخر.
- كن فضوليا وتعرف على أصدقاء الطفل وأولياء أمور الأصدقاء.
- كن متوفرا ومنفتحا للإصغاء عندما يريد الطفل تبليغك عن معاشته. يستحسن وضع أطر روتينية تتوفر فيها للطفل إمكانية التحدث عن يومه.



أشياء يجب التفكير بها. إن الإفراط في الملاحظة يمكن أن يشير للطفل أن العالم خطير وأنت لا تثق بالطفل. إن أولياء الأمور الذين يشعرون بالقلق كثيرا يعززون قلقهم في أغلب الأحيان عن طريق القيام طول الوقت بالمراقبة للتأكد من عدم وقوع شيء. من المستحسن محاولة التوصل إلى توازن بين الملاحظة والثقة.

## حل المشكلة سويا

إن حل المشكلات هو أمر جيد للاستخدام في الأوضاع التي لا يكون أعضاء العائلة متفقيين فيها وتكون بصفتك ولي الأمر راغبا في تجربة شيء بدلا من "لا" عن طريق القول "كيف سنحل هذه المشكلة؟ نحتاج التوصل إلى حل يوافق عليه الطرفين. إن حل المشكلة بصورة مشتركة يعلم الطفل حل المشكلات بنفسه والتفكير على المدى البعيد. كما أنه تمرين جيد للعائلة عن طريق الإصغاء لبعضهم البعض والتعاون سويا.

### نموذج لحل المشكلات

- 1 - قم بوصف المشكلة. حاول العثور على صيغة مشتركة للمشكلة. وإذا كان هذا يساعد قم بصياغتها كهدف. ما هو الشيء الذي تودون التوصل إليه؟
- 2 - اطلب اقتراحا لحل المشكلة أو عدد من الاقتراحات. وافق على جميع الاقتراحات بدون تقييمها. دع الجميع يساهمون باقتراحاتهم.
- 3 - حدد حلا أو عدد من الحلول. قِيم الاقتراحات وقرر الشيء الذي تود تجربته. من الممكن الجمع بين عدد من الحلول المختلفة.
- 4 - المتابعة. حدد طول مدة تجربة الحل ومتى ستقومون بتقييم درجة نجاحه.

## نصائح عند استخدام حل المشكلات

- لا تقيم بحل المشكلة لطفلك – بل يستحسن أن تعطي الأمر وقتا ودع الطفل يجرب أحيانا حلا وقع اختياره عليه حتى لو كان لا يعتبر الحل الأمثل.
- تناقش بصوت عال عند تقييم مختلف الاقتراحات للمشكلات لكي يصبح نموذجا أكثر وضوحا بالنسبة للطفل.
- يمكن أن تساعد طفلك على التفكير انطلاقا من منظور شخص آخر عن طريق سؤاله مثلا: "ماذا تعتقد كيف سيعتبر الحل جيدا؟"
- تجنب استخدام حل المشكلات إذا كان طفلك أو إذا كنت منز عجا.
- في بعض الأحيان يكون من المستحسن اظهار أنك تفهم معاشية الطفل لوضع ما وذلك قبل البدء بحل المشكلة (تأكيد مشاعر الطفل). يمكن على سبيل المثال أن تقول "أفهم أنك تشعر بخيبة الأمل حول ذلك. هل يمكن أن نعثر على حل آخر؟".



## مهمة منزلية – اللقاء 10

الأوقات المشتركة/ التهيئة والتشجيع والتأكيد (اف يو بي)/الثعبان.

.....

اختيار المعارك / الفرملة الاضطرارية/مخطط القواعد.

.....

الملاحظة. أخطط للعمل بالملاحظة بالطريقة التالية.

.....

حل المشكلة سويا.

.....

.....

## قبل اللقاء 11

الأوقات مشتركة/ التهيئة والتشجيع والتأكيد (اف يو بي)/الثعبان.

.....

اختيار المعارك / الفرملة الاضطرارية/مخطط القواعد.

.....

الملاحظة.

.....

