

# استراتيجيات فائقة

## لمساعدتك إدارة السلوك في المنزل

تستخدم المدارس استراتيجيات إدارة السلوك لمساعدة الأطفال على تطوير سلوك جيد في المدرسة.  
قد تكون الاستراتيجيات المستخدمة في المدرسة مفيدة لك في المنزل أيضا. يحتوي هذا الكتيب على مجموعة مختارة.

### 3 أشياء مهمة يجب تذكرها:

1: البقاء هادئا.

2: أعط فضاء التفكير لطفلك وقدم  
لهم  
خيارات من البدائل المقبولة.

3: وقفة للفكر قبل التمثيل.

## الاستراتيجيات بالنسبة لك لمحاولة في المنزل

### 1. تناول الوقت

قم بإعطاء التعليمات والتدوير والتخلي عن التوقع بأن طفلك سوف يمتثل. هذا أحيانا يعمل بشكل جيد مع "شكرا، ليس من فضلك" (استراتيجية (2).

لقد حان الوقت للنوم - الطابق  
العلوي الآن ... شكرا لك

### 2. شكرا، لا يرجى

"اسم الطفل ... تعليمات .... شكرا"

ميريام، خذ حذائك من  
داخل المنزل. شكرا.

أحمد، أتي هنا وجلس على  
الطاولة على استعداد لتناول  
العشاء. شكرا

بالقول "شكرا لك"، فإنك تعني ضمنا أنك تتوقع أن يقوم الطفل كما طلبت منه.

### 3. "نعم، في أقرب وقت ..."

أحيانا علينا أن نقول "لا" ولكن لتلك المناسبات الأخرى، يمكنك محاولة

نعم، بمجرد الانتهاء  
من القراءة الخاصة  
بك.

أمي، هل يمكنني  
اللعب في الحديقة؟

نعم، بمجرد الانتهاء  
من العشاء الخاص  
بك.

أبي، هل  
يمكنني استخدام  
الكمبيوتر؟

### 4. عندما ... ثم ...

أعط طفلك شرطا يخبره عن السلوك الذي تتوقعه منه.

عندما أستطيع أن أرى  
قد حصلت على معطفك ، يمكننا  
الخروج للعب.

بعد غسل يديك لتناول طعام  
الغداء، أستطيع الرد عليك.

## 5. مدح قريب

يمكنك إعطاء مجاملة للطفل الذي يتوافق مع السلوك المتوقع.

لم تتبع مليكة تعليمات لغسل  
يديها / وضع منامة لها في  
حين أن أحمد ونادية يفعلان  
ما يطلب منهما

أن أسد تطيع نادية، احسنت  
على و وضع تمنامة تك قد أرى  
قبل ل قصة اسد تعداد  
ت اسد تطيع كنت إذا ل نوم

أحسنت أحمد لغسل  
يديك على استعداد  
لتناول العشاء. شكرا!!

## 6. التكتيكية تجاهل ("لا أستطيع سماعك أو نراكم!")

احضر طفلك فورا بمجرد أن يستجيب بشكل صحيح

يمكن لأي شخص يسأل  
لطيف الحصول على أكثر  
من ذلك.

شكرا سمير على سؤال  
بأدب. نعم، يمكنك.

سوف أدعي أنني  
لا أسمع لها حتى  
تسأل بشكل جيد.

يمكنني الحصول  
على بعض أكثر  
من فضلك؟

انا اريد  
اكثرا!



## 7. "طلب إذن قبل القيام"

مع الأطفال التسرع يمكن أن يكون من الصعب في البداية لمنعهم من فعل الأشياء التي تريد القيام به. في هذه الحالات، قد يكون من المفيد محاولة هذه الاستراتيجية.

على سبيل المثال، بعد العشاء يذهب كمال للعب لعبة الكمبيوتر دون أن يسأل أولاً.

كمال، أعود إلى العشاء.  
اسأل أولاً بشكل جيد.  
شكراً.

نعم، شكراً للسؤال.

عندما يطلب كمال الإذن، يقول الكبار

في البداية، ولكن فقط حيثما كان ذلك مناسباً، حاول أن تقول نعم قدر الإمكان بحيث يستخدم كمال لفكرة أنه من خلال طلب إذن يحصل عليه ما يريد.

هذه خطوة واحدة نحو تنظيم الاندفاع لأنه يمكن استخدامها لسد الفجوة بين القول لا صريح (ومن ثم الطفل يفعل ذلك على أي حال) لنعم ولكن فقط بإذن مني. إذا استخدمت بعناية، وهذا يمكن أن يمنع البالغين أنهم يفقدون الوجه.

## 8. تقنية الهاء

أصبح طفلك غير مستقر. يمكنك أن ترى سلوكهم بدأت تزداد سوءا. كنت تعتقد أنه من خلال إلهاء قليلا، قد يصبح الطفل أكثر هدوءا.

استخدام هذه الاستراتيجية في تلك الأوقات عندما يكون سلوك الطفل يزداد سوءا كوسيلة لاعتراض سلوك مستوى الأزيمة. يمكن أن تكون وظيفة خاصة، الأمر الذي يجعل الطفل يشعر قيمة ومهمة.

امل، هل يمكن أن تذهب  
ومعرفة ما إذا كان القط  
ينتظر أن يأتي إلى المنزل.  
شكرا.

سميرة يمكن أن تذهب وتحقق ما  
إذا كانت الغسالة قد انتهت. شكرا.

يمكن أن تكون هذه الاستراتيجية فعالة جدا.

## 9. لطيفة وجميلة

خيارات الفوز عندما يكون طفلك مترددا في بدء المهمة.

أنت ذاهب إلى استخدام  
قلم رصاص أزرق أو قلم  
رصاص أحمر؟

أين نجلس للقيام بذلك، حول  
الطاولة أو على الأريكة؟

أنت ذاهب لترتيب غرفتك  
بنفسك أو تريد بعض المساعدة؟ يمكنني  
أن أعتنم 10 دقائق لمساعدتك إذا أردت

هل نبدأ بالسؤال 1 أو  
السؤال 2؟ الأمر يعود إليك!

## 10. لطيفة ومقرفة

إما او...  
(استخدام الأمر الواقع، نغمة غير عاطفية من الصوت)

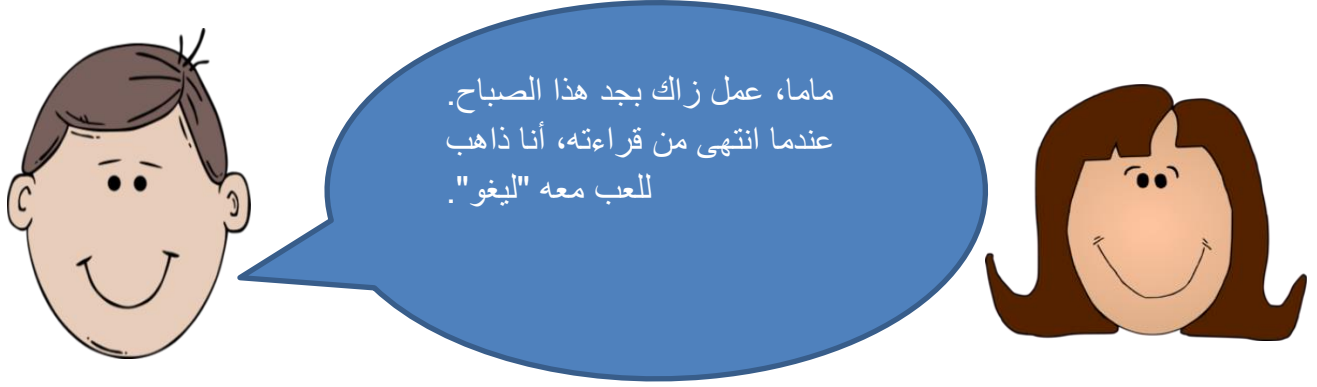
إما الانتهاء منه الآن أو أنه ينبغي  
الانتهاء منه بعد الغداء.

تحتاج ترتيب غرفتك  
الآن، أو خلال وقت التلفزيون  
/ ط الوسادة.

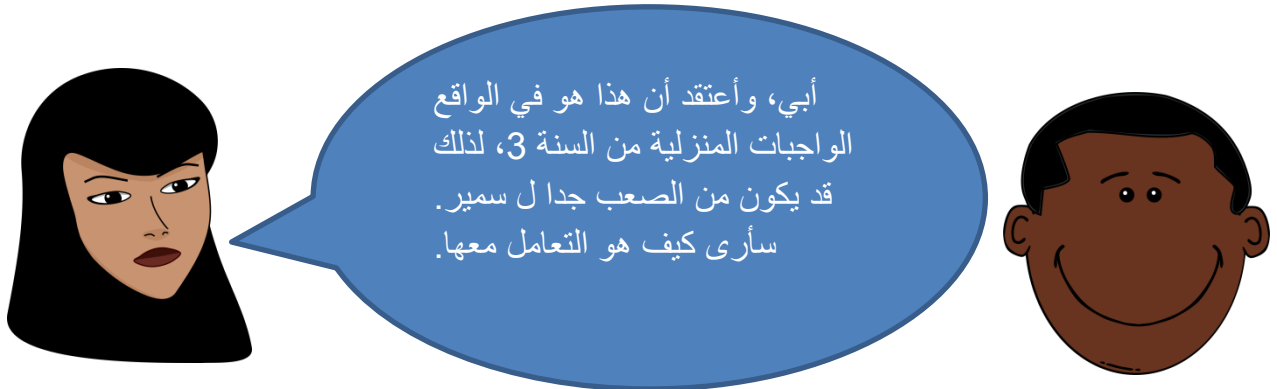
11. على الصراخ (يتحدث بصوت عال حتى يمكن للطفل سماع)

هذه التقنية يمكن استخدامها في مجموعة متنوعة من الطرق. الكبار يتحدث بصوت عال لشخص بالغ آخر في الغرفة حتى يمكن للطفل سماع ذلك (انظر أدناه الأباء يتحدثون مع بعضهم البعض).

للطفل يتردد في بدء المهمة:

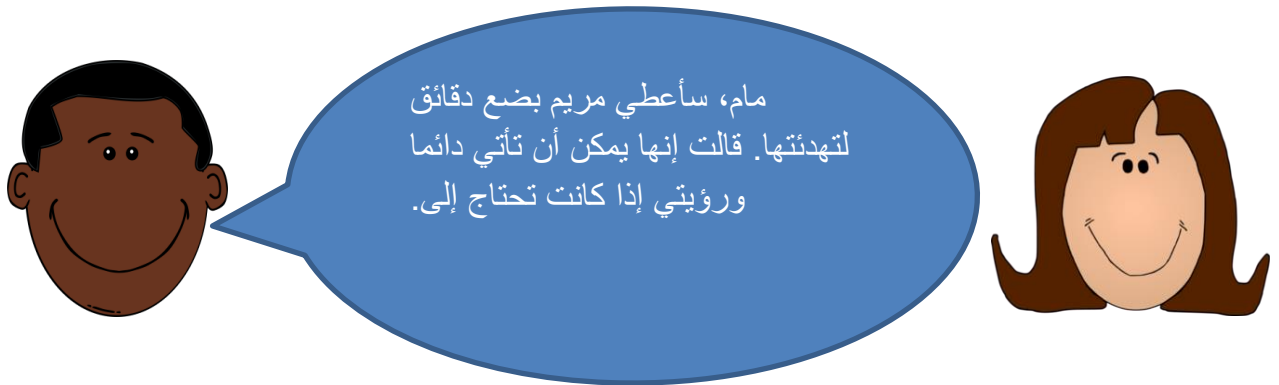


للطفل الذي يرتفع إلى التحديات ولكن يتردد في البدء:



مع بعض الأطفال، هذا يمكن أن يكون حافزا للغاية. أنه يعطي الطفل إذن للفشل، وبالتالي فإن الطفل قد يكون أكثر استعدادا لإعطائها محاولة أخرى!

بالنسبة للطفل الذي لا يتعاون أو يتبع التعليمات:



وهذا يعطي الطفل مخرج دون مواجهة مباشرة.



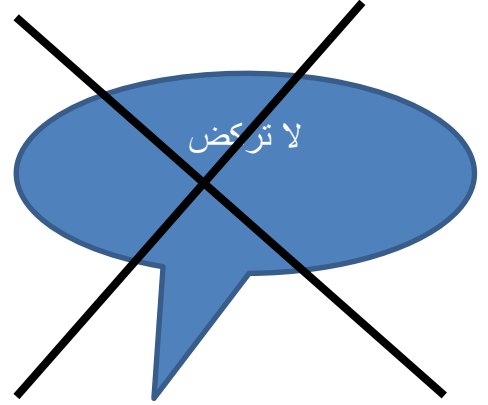
## 12. لا تقول لا

تعليمات الإطار بشكل إيجابي.

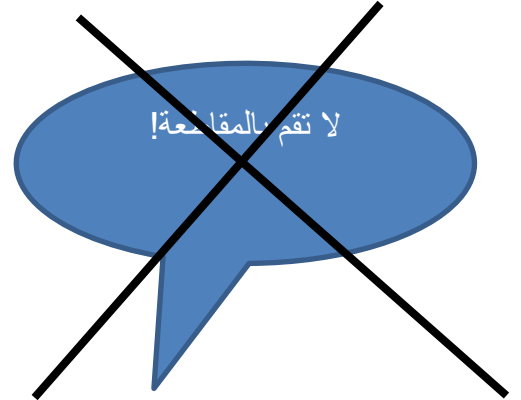
لا تعطي الطفل الأفكار من خلال إخباره بما لا تريد أن يفعله. بدلا من ذلك، أخبرهم بما تريد أن يفعلوه. جرب هذا خصوصا عند إعادة بدء القواعد.



ولا



ولا



وأخيراً:

تذكر أن طفلك يجب أن تعلم السلوكيات المقبولة وانه سوف تحصل على أفضلهم مع المزيد من الممارسة.

تحتاج إلى تذكر الأشياء الإيجابية التي يقومون بها وتذكر قوة الثناء - لاحظ عندما يفعلون شيئاً جيداً والتعليق عليه.

لا تخافوا من التحدث إلى فصل طفلك