

تعزير السلوك الإيجابي

اجعل لغتك إيجابية

- أظهر للأطفال آيف تريدهم أن يتصرفون بأن تصبح أنت قدوة حسنة.
- قل ما يجب فعله وليس ما لا يجب فعله مثل "اجعل صوتك مادي داخل المنزل". وتجنب الاستخدام المبالغ فيه لكلمات مثل "لا" "لا تفعل" "أف".
- اظهر للأطفال أنك تحب أن تكون معهم : مثل أن تبسم لهم أو تستخدم لغة التواصل بالعين أو أن تقوم بمناداتهم بأسمائهم آثيرا أو أن تقول لهم آلمات مشجعة وقم باحتضانهم.
- استخدم صوتك أداة تعليمية. فتكلم ببطء وبهدوء وبشكل محدد ومباشر.
- اجعل الأطفال يعرفون أنك تلاحظ عندما يعجبك أي سلوك من سلوكياتهم. فالتقييم الإيجابي البسيط يترك أثرا آبيرا.

اهتم بالمشاعر

- استمع للمشاعر المخفية وراء آلمات وتصرفات الأطفال وقم بعكس هذه المشاعر: بأن تقول مثلا "يبدو أنك تشعر ب...".
- تذار أن الأطفال الكبار أحيانا ما يمرون بأيام سيئة ولا غضاضة في ذلك.

افحص موافقك

- اعرف أي التصرفات يناسب أي الأعمار ودع هذا يرشدك في اتخاذ القرار حول ما يمكنك أن تتوقعه من طفل معين.
- اختر الأنشطة التي تستمتع بها وقم بها مع الأطفال. فالحماس معدي.
- أن على دراية بمستوى التوتر لديك واهتم بنفسك.

هذه المعلوماتية مأخوذة عن مواد من إعداد جانييس ماؤولاي Janice MacAulay المعوجان فوآس Jane Fox وسندي طلمان Cindy Helman لتدريب مقدمي الرعاية وهو برنامج تدريبي مشترك بين مجموعة موارد خدمات الأسرة ومينآت الرعاية المنزلية للأطفال بأوتاوا آلتان.

لا يوجد من يحب النكد والصراخ والعقاب لا البالغين الذي يقومون بذلك ولا الأطفال الذين يتقونه على الجانب الآخر. وفيما يلي بعض الأساليب لتشجيع النمط السلوي الذي من شأنه أن يجعل اليوم يمر بسلاسة على الجميع

قم بالتنظيم للحيلولة دون نشوء مشكلات

- قم بتنظيم البيئة المحيطة ليسهل على الأطفال القيام بالأشياء الصائبة فقم على سبيل المثال بوضع علاقات المعاطف وأرفف لعب الأطفال حيث يمكن للأطفال الوصول لها وقم بإبعاد الأشياء القابلة للكسر.
- قم بتوفير الاحتياجات والتموينات المناسبة للجميع
- قم بالإشراف بعناية وأن قوي الملاحظة وتصرف بحيث يمكنك تغيير الوضع قبل أن يخرج السلوك عن السيطرة.

احرص على وجود روتين

- قم بإرساء بعض الهياال الروتينية خلال اليوم.
- قم بإعداد الأطفال للأنشطة التالية. مثلا "بعد وضع اللعب في أمانها سنرتدي معاطفنا ونخرج للخارج للعب"
- تأد من حصول الأطفال على وجبات عادية وخفيفة مغذية.
- تجنب الجلوس الطويل أمام التلفزيون أو جلوس الأطفال لفترة طويلة دون حراة.

حدد ما هو القابل للتفاوض وما هو غير قابل للتفاوض

- ضع حدود بسيطة وواضحة وصارمة تنطبق على الجميع.
- بمجرد قيامك بوضع الحدود التزم بها.
- في ظل الحدود التي وضعتها اسمح للأطفال بالاختيارات التي تتناسب مع الموقف ومع أعمارهم.

Promoting Positive Behaviour

No one likes nagging, yelling and punishing, neither adults who do it nor children who are on the receiving end. Here are a few ways to encourage the kind of behaviour that can make the day go more smoothly for everyone.

Organize to prevent problems

- Organize the environment to make it easy for children to do the right thing. For example, install coat hooks and toy storage shelves where children can reach them; put away breakables.
- Provide enough appropriate supplies and materials for everyone.
- Supervise carefully, be observant and act to change the situation *before* behaviour gets out of control.

Keep a routine

- Establish some structure and routines throughout the day.
- Prepare children for upcoming activities. “After the toys are put away, we’ll put on our jackets and go outside to play.”
- Make sure that children have nutritious snacks and meals.
- Avoid too much TV or any long periods of inactivity.

Decide what’s negotiable and what’s not

- Set simple, firm, clear limits which apply to everyone.
- Once you’ve set the limits, stick to them.
- Within the limits you set, allow children to make choices that are appropriate to the situation and to their ages.

Keep your language positive

- Show children how you want them to behave by setting a good example.
- Say what *to do* instead of what *not to do*: “Use your quiet voice in the house.” Avoid overuse of words such as “no”, “don’t” and “stop”.
- Show children that you like being with them: smile, make eye contact, call them frequently by their name and use words of encouragement and hugs.
- Use your voice as a teaching tool. Speak slowly, calmly, distinctly and directly.
- Let children know you notice when you like their behaviour. A little positive feedback goes a long way!

Pay attention to feelings

- Listen for the feelings behind children’s words and actions and reflect them back: “It sounds like you’re feeling”
- Remember that, just like adults, children sometimes have a bad day and that is okay.

Examine your attitude

- Know what behaviour is typical for different ages. Let this guide you as you decide what you can reasonably expect from a particular child.
- Choose activities that *you* enjoy and do these with children. Enthusiasm is contagious.
- Be aware of your own stress level and take care of yourself.

This resource sheet was adapted from material developed by Janice MacAulay, Jane Fox and Cindy Helman for Caregiver Training, a collaborative training program of the Family Resource Services Group and Home Child Care Agencies of Ottawa-Carleton.