

# ما هو وضع الحدود؟

## الحدود:

- القواعد
- هي إخبار الأطفال بما يمكنهم وما لا يمكنهم فعله.
- يعني الحد وضع حد أعلى لا يستطيع الشخص تجاوزه أو لا يمكنه تجاوزه. على سبيل المثال ، "يمكنك اللعب مع أصدقائك ، لكن عليك العودة لتناول العشاء". أو "يمكنك تناول الحلوى ، لكن قطعة واحدة فقط".
- يتضمن تطبيق هذه الحدود أو القواعد على سلوك الأطفال توجيه الأطفال إلى السلوك المرغوب فيه بطريقة إيجابية ورحيمة.
- توضح ما هو غير مسموح به وما لا ينبغي فعله.
- الغرض من القواعد والحدود هو حماية الأطفال والحفاظ على سلامتهم.
- الحدود تحترم الآخرين ، وخاصة كبار السن.
- تبني المسؤولية والثقة.
- تعلم الأطفال السلوك الجيد وتزيد من التعاون بين أفراد الأسرة.





# كيف يمكنني الحد بشكل فعال؟

## يجب تحديد الحدود بشكل إيجابي

- قولوا لطفلكم ما يجب عليه فعله. هذا أوضح بكثير للطفل ويساعد على فعله ما تريدون. على سبيل المثال: قولوا «العب على الأرض» بدلاً من «لا تلعب على الأريكة» أو «من فضلك كن هادئاً» بدلاً من «لا تصدر ضجيجاً عالياً جداً».

## حددوا حدودكم

- وجود الكثير من القواعد يعني أن تكونوا صارمين جداً.
- وجود حدود كثيرة يمنع الأطفال من التعلم بمفردهم.
- ضعوا حدوداً فقط على ما يهم حقاً.

## اشرحوا عواقب عدم اتباع الحدود

- في بعض الأحيان يمكن مناقشة هذه المشكلة مع الطفل. على سبيل المثال ، «عليك إنهاء واجبك المنزلي أولاً. إذا لم تكن قد انتهيت ، فلا يمكنك الخروج للعب مع أصدقائك».
- يجب أن تكون العواقب متوافقة مع النقاط المذكورة أدناه ؛

- متوسطة
- حسب «مدى» سلوك الطفل غير اللائق
- مناسبة لعمر الطفل وفهمه
- ينبغي أن لا تتضمن العقاب البدني (الجسدي)

## يجب أن يكون الحد معقولاً

- ضعوا حدوداً يمكن للأطفال الالتزام بها.
- يجب أن تكون الحدود مناسبة لعمر طفلكم وقدراته.
- يمكن أن تتغير الحدود مع نمو الطفل وإظهار المزيد من المسؤولية.

## يجب أن تكون الحدود مفهومة

- يجب أن تكون الحدود سهلة الفهم للأطفال.
- يحتاج الأطفال إلى فهم «السبب» وراء الحدود.
- احتمال إطاعة الحدود عند الأطفال الذين يفهمونها هو أكبر.

## خذوا مساهمات الطفل أثناء وضع الحدود

- غالباً ما يكون لدى الأطفال أفكار جيدة حول الحدود.
- عندما يشارك الأطفال في وضع الحدود ، فمن المرجح أن يمتثلوا لها. يصبح هؤلاء الأطفال أكثر واقعية مع تقدمهم في السن.
- لا يتعين عليكم الاتفاق مع طفلكم حول الحدود. لا يزال قراركم هو الأهم ويجب أن يعين القاعد.

## يجب أن تكون الحدود متسقة

- يجب ألا تتغير الحدود من يوم لآخر. هذا يربك الأطفال
- عندما يكون هناك أكثر من مقدم رعاية في المنزل ، يجب أن يتفقوا على حدود لتجنب إعطاء الأطفال رسائل مختلطة.

# تحديد الحد المناسب للعمر

| مرحلة النمو                  | تحديد الحدود - أمثلة وإرشادات  |
|------------------------------|--|
| رضيع (0-23 شهرًا)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا حاول الطفل عض الثدي أثناء الرضاعة ، توقفوا عن ترضيعه لمدة دقيقة.</li> <li>• إذا بدا الطفل غاضبًا أو بكى كثيرًا ، فتأكدوا دائمًا من أنه نظيف وليس جائعًا وليس مريضًا. إذا لم تكن هناك مشكلة ، فيمكنكم ترك الطفل بأمان في السرير لفترة قصيرة. (خاصة فوق 6 أشهر).</li> <li>• إذا كان الأطفال الأكبر سنًا مرتبطين جدًا بالألم أو يتصرفون بشكل سيئ ، فحاولوا تشتيت انتباه الطفل بشيء آخر قد يثير اهتمامه.</li> </ul> |
| الطفل حديث المشي (2-3 سنوات) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• امدحوا طفلكم إذا قام بالسلوك الذي تحاولون تعليمه (التدريب على استخدام المرحاض ، إلخ) بشكل صحيح. إذا فشل في السلوك الذي تحاولون تعليمه ، فلا تظهروا غضبكم.</li> <li>• يجب أن يتعلم الطفل كيفية غسل اليدين ، وارتداء الملابس (بعض الملابس) ، واستخدام الكلمات للتعبير عن رغباته ، قبل وجبات الطعام وبعد استخدام المرحاض. امدحوا طفلكم عندما يفعل ذلك.</li> </ul>  |
| الطفولة المبكرة (3-6 سنوات)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يعرف الأطفال كيفية الاحتفاظ بمعدات اللعب الخاصة بهم في مكان آمن حتى لا تتعرض للكسر أو الضياع.</li> <li>• يجب أن يتعلم الطفل أنه لا يمكنه استخدام أشياء الآخرين دون طلب الإذن.</li> <li>• يمكن إعطاء الطفل مسؤوليات صغيرة في المنزل.</li> </ul>   |
| الطفولة المتوسطة (7-11 سنة)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب على الطفل الانتباه إلى النظافة الشخصية بشكل فردي.</li> <li>• يجب أن يساعد الطفل في الأنشطة المنزلية ، مع إتاحة الوقت للوظائف المدرسية واللعب.</li> <li>• يجب على الطفل الذهاب إلى المدرسة بانتظام والقيام بأكثر قدر ممكن من الوظائف المدرسية (يمكنه طلب المساعدة في ذلك).</li> </ul>  |
| المراهقة (12-17 سنة)         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يعود الطفل إلى المنزل كما هو منتظر منه (مبكرًا بما يكفي للأمان والنوم والأداء المدرسي الجيد).</li> <li>• يجب على الأطفال تقديم أصدقائهم لأسرهم.</li> <li>• يجب أن يتحمل الطفل المزيد من المسؤولية داخل الأسرة والمدرسة.</li> <li>• يجب على الطفل احترام الكبار في السن حتى لو لم يتفق معهم بأفكارهم.</li> </ul>  |