



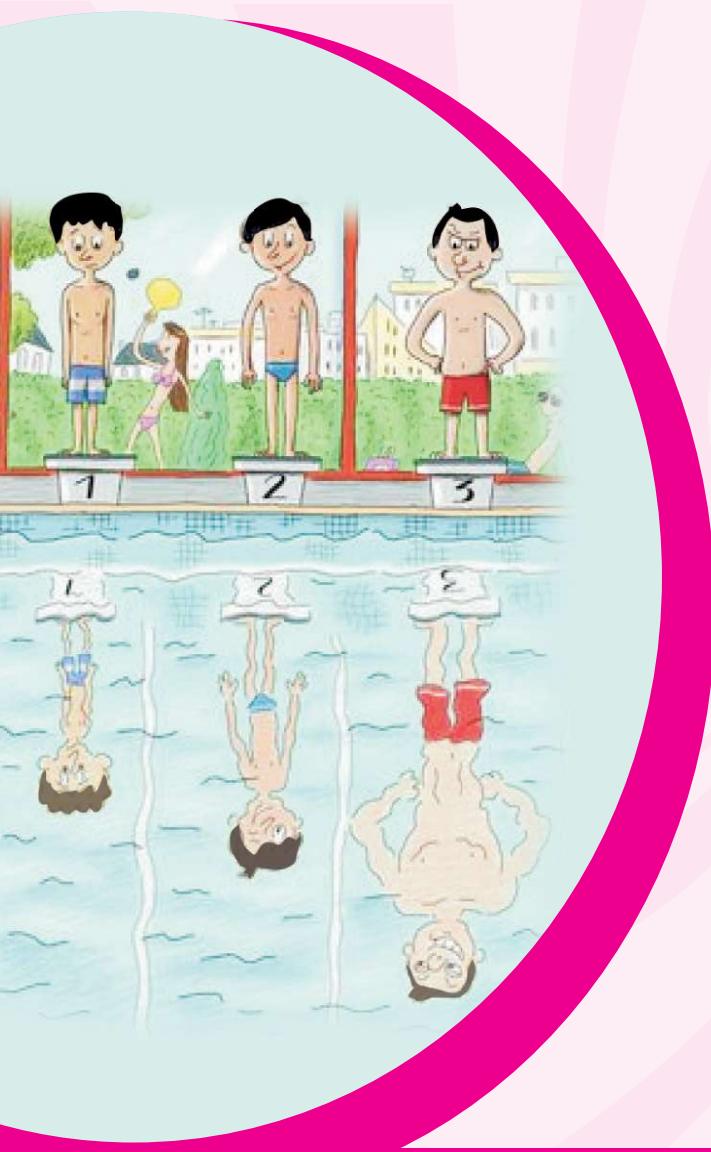


تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة فترة نمو حاسمة في حياة الفرد حيث يتم فيها تكوين شخصية الطفل. وقد بينت العديد من الدراسات أن تدريب مستوى مفهوم وتقدير الذات يساهم في ضعف المردود الدراسي وظهور مشاكل سلوكية ونفسية لدى الطفل.

واعتباراً لذلك سنتناول موضوع تمهيد تقدير الذات لنساهم في إكساب الطفل مهارات حياتية يتحقق بها توازنه النفسي والصحي والعائقي وتمكنه من أساليب تربوية تجعله محدداً ذاتياً.



②



**مفهوم الذات:** التصور الذي يكونه الفرد عن شخصه وما يرتبط به من احساس بالرضا او عدمه اي ما يسمى **تقدير الذات**.

كما ان الثقة بالنفس هي شاج لتقدير الذاته إذ من لا يملك تقديرها ايجابيا لذاته فإنه يفقد الثقة بنفسه.

### تعريف مفهوم الذات

③

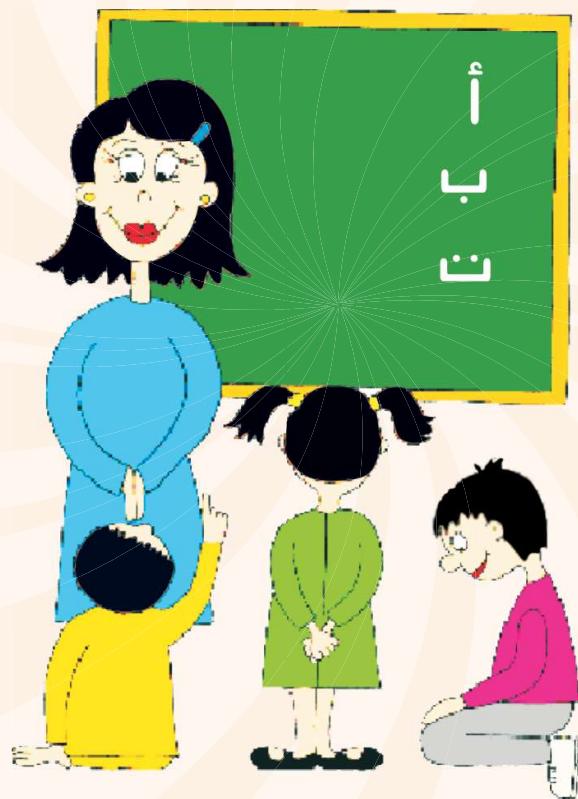


④

تقدير الذات لا يولد مع الطفل وإنما يكتسب من البيئة المحيطة به من خلال تفاعلاته مع الآخرين، بداً بالأسرة إذ تعتبر المرأة العايسة لذاته فإذا تلقى الطفل معاملة أساسها المحبة والقبول والتقدير ينمي ذلك حبه لنفسه والثقة بها. وعلى العكس من ذلك فالمعاملة القاسية عنه يخطأ أو بفشل تشنّع كرها لنفسه وفقدان الثقة بها والشعور بالذنب.



وعندما يوم الطفل المؤسسة التربوية، تلعب هذه الأخيرة دوراً في تربية الصورة الإيجابية التي كونها عن نفسه وتحصيحاً للسلبيات عن طريق البرامج والأساليب التربوية البيداغوجية.



تبرز شخصية الطفل الممثل لتقدير الذات الإيجابي في النماذج التالية:



- "انظر كم هي جميلة الصورة ← الافتخار بإنجازاته.  
التي رسمتها بنفسي"
- "لقد لبست معطفى بمفردي" ← الاستقلالية
- "سوف أسقي هذه الشجرة ← المسؤولية  
بنفسي"
- "هذا النشاط صعباً ولكنني ← تحدي الصعوبات  
سأحاول وأحاول حتى أقوم  
به على أكمل وجه"
- "لقد أخبرتنا المربية بأننا سوف ← الإقبال على  
تعلّم لعبة جديدة غداً"  
التجربة الجديدة بحماس
- "دعني أعمل كييف تمارس هذه ← قدرة التأثير  
اللعبة التي تعلمتها" على الآخرين
- "أشعر بالسرور عندما يعود أبي ← التعبير عن مدى  
من السفر، وباذن عندما يغيب"  
واسع من الأحساس
- "أريد أن ألعب مع هؤلاء الأطفال" ← بناء علاقات اجتماعية  
بسهولة
- "لم استطع ربط حذائي فطلبت ← القدرة على طلب المساعدة  
من أمي أن تساعدني"



عند تجاوز الطفل لمفهوم تقدير الذات لديه إلى تضخيم ذاته، كالإفراط في المدح لنفسه، في نفس الوقت لدى يقلل فيه من أهمية الآخرين، يجب على الوالدي أو المربوي التدخل لتعديل ذلك.





## كيف نتعرف على الطفل الذي يمتلك تقدير المواقف السلبية ؟

- "اليوم لن أذهب إلى الروضة لأنني تجنب المواقف المحرجة . لا أريد أن أشارك في احتفاله"

- "إن رسومي ليست جميلة" اخط من قيمته وامعانياته.

- "أصدقائي لا يحبونني" الشعور بعدم تقديره من طرف الآخرين

- "لم أتعلم شيئاً اليوم لأن إسقاط فشله على الآخرين المربية لم تعتن بي"

- "صديقني علمني كيف الوقوع تحت تأثير الآخرين أذب على المربية"



- "أنا لم أكسر هذه اللعبة" ← أخوف والإنكار لقيامه بفعل سلبي

- "لا أستطيع أن أحارس هذا الشاطئ" ← الاعتقاد بعدم القدرة على القيام بشاطئ

- "لا أريد أن أشارك أصدقائي في اللعب في الروضة" ← الميل إلى الانزواء والانطواء

إن اكتساب الطفل لتقدير الذات السلبي ناتج أساساً عن الأساليب  
التربوية الخاطئة لدى كل من الأولياء والمربيين في تعاملهم  
مع الطفل، نذكر منها :



تحقير الطفل واحتقاره من شأنه ←  
أحد من طاقته ←  
وحساسه الذاتي ←  
وثقته بنفسه ←  
(غبي، غلطة...)

التدليل المفرط ←  
شعور بعدم الأمان مما يؤدي ←  
إلى صعوبات في تحمل ←  
المسؤولية والتعامل مع الآخرين.

تأثيرات سلبية ←  
على خبرات التعلم ←  
لديه. ←  
التضارب في المعاملة ←  
(الموافقة على تصرف معين ثم ←  
منعه في وقت لاحق)

## أسباب ونتائج اكتساب الطفل لتقدير الذات السلبي

العناية المفرطة بالطفل

(من الأم طفلها الأكل لوحده تفاديًا لاتساح ثيابه)

حرمان الطفل

من التفاعلات والعواطف  
الأساسية

الإهمال العاطفي

(عدم الضم إلى الصدر والتقبيل...)

تأثير سلبي في

مجالات التعلم  
والنمو العاطفي  
والاجتماعي

المعاملة القاسية دون تفسير أسبابها

(حرمان الطفل من المشاركة في نشاط  
دون تعليل سببه، المتمثل في عدم إتمام  
غذائه)



**على الأولياء مساعدة الطفل لإثبات ذاته وتنمية ثقته بنفسه**

**استناداً لبعض النصائح :**

**- الاتفاق بين الوالدين في أسلوب تربية الطفل.**

**- تحصيص وقت للإصغاء، وحسن الاستماع ليتمكن الطفل**

**من التعبير عن مشاعره.**

**- الانتباه إلى كل ما يعبر عنه دون الاستهرا، أو**

**التحقير أثلاً، عملية ادوار ليكون التواصل ايجابياً.**

**- الإجابة قدر الإمكان عن كل سؤال يلبي حب**

**الاطلاع عنده.**

**- عدم انتقاد شخصية الطفل، بل أفعاله وتقبله**

**كما هو في الواقع وليس الصورة المثالبة التي**

**رسمها الولي في ذهنه.**

**- تفادي المقارنة بالإخوة أو بالأقران وتشجيعه على**

**تحسينه المستمر.**

**- التواضع والاستدلال برأيه لمناقشته وأخذ العبر من بعض المواقف.**



- سرد بعض القصص وأدبيات مصدر للاعتبار والنصح.

- استحسان أعماله ومهاراته وتغليفه بمسؤوليات حسب قدراته.

- ترغيبه في اللعب وممارسة أنشطة و هوبيات متنوعة.

- عدم التفوّه بالفاظ سيئة تساهم في تشوّيه صورته الذاتية.

- التواصل بين الأسرة والمؤسسة التربوية.



يلعب المربى دورا هاما في تربية تقدير الذات لدى الطفل

نظرا لتوافقه اليومي معه إذ يحرص على :

- الثقة بقدرة الطفل حتى يشعر باهتماته ومكانته.

- التشجيع ومعافاته عندما ينجح في القيام

بشاط

- السعي إلى إبراز قيمة افعاله.

- المساعدة على اكتشاف قدراته ومواطن

القوة لديه وكيفية استثمارها إيجابيا.

- تنمية إحساسه بالمسؤولية والاستقلالية.

- تشجيعه على المشاركة وإبداء الرأي و

اتخاذ المواقف.

- تشجيعه على التشارك في الشاط

اجماعي وبناء الصداقات.

- مساعدته على تحديد الأهداف من خلال

امثلة من تجارب الحياة اليومية.

- إشعاره بالأمان عند تعرضه إلى صعوبة.

- تجنب مقارنته ببقية أقرانه.

- عدم الاستهرا، به وتأنيبه أمام الآخرين.



**تعويد الطفل على سماع عبارات إيجابية وتشجيعية :**

”أنا متأكدة أني تستطيع...”

”شكرا لقيامك بهذا ...”

”أحسنت”

”أنا فخورة بك عندما...”

”تحسست كثيرا...”

”أعجبتني طريقتك في ...”

”بفضل أنت استطعت أن ...”

”شكرا لمساعدتك لصديقك في ...”



يتجسم موضوع تنمية تقدير الذات لدى الطفل في مختلف الأنشطة التي يتعاطاها في مؤسسة ما قبل الدراسة (رسم، مسرح، إنشاد سرد حكايات...). ولمزيد تبسيط هذا الموضوع في طريقة تناوله مع الأطفال نقترح بعض الأمثلة من الأنشطة التي يستعين بها المربى والتي تمثل في وضعياتتمكن الأطفال من التفاعل معها.

### نشاط رقم 1 : أنا قادر على .....



الهدف : تمكين الأطفال من إظهار قدراتهم  
والوصول إلى أهدافهم

الوسائل : قصة  
مدة النشاط : 30-20 دقيقة  
وصف النشاط : يقرأ المربى قصة أو يست竚ط حكاية يصف فيها كيف تعرضت شخصية معينة (طفل أو حيوان) لمشكلة وكيف تصرف بشجاعة ونجاح لمواجهتها وحلها.

بعد قراءة القصة تم المناقشة مع الأطفال حول التصرفات الشجاعة والقوية التي قامت بها تلك الشخصية ثم يطلب المربى منهم إيجاد أمثلة من الواقع تظهر شجاعتهم وقوتهم.

أمثلة :  
- أنا قادر على ربط حذائي بمفردي  
- أنا قادرة على أكل لمجتي بمفردي

اسلحة موجهة :  
- ما هو أحسن شيء قمت به وجعلك فخوراً بنفسك؟  
- كيف أحساس عندما حققت هذا الهدف أو النجاح؟

## نشاط رقم 2 \_لعبة الأوصاف

الهدف : تمكين الأطفال من التعرف على خصائصهم الظاهرية والباطنية

مدة النشاط : 30-20 دقيقة

الوسائل : كراسٍ للأطفال

وصف النشاط :

- يجلس الأطفال على الكراسي في شكل نصف دائرة

- يفسر المربى للأطفال أن هذه اللعبة تمثل في اعطا، وصف ايجابي ومن يرى أن هذا الوصف يتماشى معه يقف ويظهره لأصدقائه.

- البد تدريجيا بصفات ظاهرة مثلا :

من لديه شعر طويل ؟ من لديه عينان خضراء ؟ من لديه حذاء سيا ؟

في بعض الأحيان طرح أسللة على الطفل الذي وقف، مثلا هل يوجد في عائلتكم من له عينان خضراء، مثل؟

- بعد ذلك يطلب المربى صفات باطنية، مثلا : من هنكم يعرف أنه ذكي ؟ ... مودب ... محظوظ ... ؟



### **نشاط رقم 3 : شاط الشارك والتعاون**



**الهدف :** تحفيز الأطفال للاهتمام بغيرهم ومساعدة بعضهم البعض.

**الوسائل :** ميداليتين

**وصف النشاط :**

- عندما يرى المربى أحد الأطفال يقوم بعمل جيد لمساعدة أو مشاركة صديقه يعطيه ميدالية ليكافئه ويشجعه.

- ثم يطلب منه أن يعطي هذه الميدالية لطفل آخر عندما يقوم بعمل جيد مثله، ليتعود على إحساس التشارك مع الآخرين.

### **نشاط رقم 4 لعبه المجاملة**

**الهدف :** تعويد الأطفال على تبادل عبارات الشكر والمjalmaة للإحساس بالفخر والاعتزاز

**الوسائل :** كرة مرنة أو لعبة قطنية + موسيقى

**مدة النشاط:** 20 - 30 دقيقة

**وصف النشاط :** يجلس الأطفال في شكل دائرة ويمررون الكرة أو اللعبة القطنية في كل الاتجاهات.

- عند توقف الموسيقى، الطفل الذي يحوزه الكرة يتوجه بعبارات شعر ومدح للطفل الذي أرسلها إليه.

- عندما تعود الموسيقى يتواصل تمرير الكرة وهكذا دواليك.

**اسللة موجهة :**

- ماذا احسست عندما شعرت

صديقك ووجه لك عبارات

جميلة وبماذا تجيئه ؟



## نشاط رقم 5 : الدمية تكلم

الهدف : تمكين الأطفال من التفاعل مع وضعية معيينة والتعبير عن مشاعرهم.

الوسائل : دمية أو Marionnette

مدة النشاط : 30-20 دقيقة

وصف النشاط :

- المربية (متوجهة باخطاب إلى الدمية) صباح اخier يا مريم، لماذا أنت حزينة؟

- الدمية وهي تبكي : أريد البقاء مع أمي.

- عالي يا عزيزتي واجلسني على ركبتي، نعم لك أحق في أن تكوني حزينة وأن تعبري عن ذلك.

ثم تتوجه المربية إلى الأطفال :

- مريم حزينة وتريد البقاء مع أمها. ماذا يجب أن نفعل لطمأنتها؟

هذه التمثيلية القصيرة تمكّن من فتح باب التحاور بين الأطفال والتفاعل مع هذه الوضعية وأيضاً التعبير عن ما يمكن أن يسبب هم أخرين.



A colorful cartoon illustration of a father and daughter. The father, wearing glasses and a green shirt, is holding his young daughter up in the air. The daughter has black hair and is wearing a pink dress. They are standing on a green grassy field with a blue sky and a rainbow in the background.

نسمة نقدير الذات لدى الطفل أمر في غاية

الأهمية فهي شرط ضروري لبناء شخصيته

حيث تلعب السرة الدور الهام والأساسي

في دعم أو إفشال نقدير الذات بالإضافة

إلى دور الإطار التربوي في ذلك.

**نقدیر الذات. ويکیبیدیا، الموسوعة الحرة**

**www.amonmeilleur الموقع الالكتروني**

- Renforcer l'estime de soi chez les jeunes enfants. Livret pour les parents.

- Un outil pédagogique pour encourager l'estime de soi et le respect des autres .Maridjo Graner 2011.

- Les compétences pour la vie : Introduction.

**World Scout Bureau Inc.**

- L'estime de soi, ses enjeux. Dr Françoise Tendron.

**Nantes 2010**

- La psychologie de l'enfant –Daniel Lagache- Collection Que sais-je ?

# لجنة إعداد اليوم الوطني للصحة

## بمؤسسات ما قبل الوراسة

### وزارة شئون المرأة والأسرة

السيدة عليسة خواجة : أخصائية نفسانية  
بالإدارة العامة للطفولة

### وزارة التربية

السيد حمزة الفرياني : كاهية مدير

### وزارة الشئون الروينية :

السيء سامي القاسمي : مدير إدارة المعالم  
والإطارات

### مركز الحكيم للتدريب والإستشارات

الأستاذ أحمد الحكيم : خبير ومدرب في  
التنمية البنترية

### الكتابة التونسية :

السيء البنتير شمامخ  
السيء إبراهيم الادارسة

### مديرات روضات :

السيدة هالة الرئيس  
السيدة حميده بن رمضان

### المركز الوطني للطب المدرسي والجامعي محمد الخامس :

السيدة بسمة الفرياني : أخصائية أولى في علم النفس

### وزارة الصحة :

- إدارة الطب المدرسي والجامعي :

- مهيرة قربوچ : مديرية الطب المدرسي والجامعي

- عائدة اسماعيل : كاهية مدير

- حسامي دويهنتن : رئيسة وحدة الطب ما قبل المدرسي

- السيدة كوثر بن جدو : فنية سامية

- السيدة محبوبة الحناشني : فنية سامية

- السيد جلال الدين شرقية : أخصائي نفساني أول

- نتاجالية عبد الجواه : رئيسة وحدة التثقيف الصحي

- عمر بن يوسف : رئيس مصلحة الطب المدرسي

- لطفي بن حمودة : رئيس مصلحة الطب الجامعي

- الأنسة سنوس شرف الدين : فنية سامية أولى

- الأنسة ثريا بالضيافي : أخصائية نفسانية

- السيدة فوزية الأكحل الأحول : كتابة

- الأنسة ربعة النفيسي : كتابة

### الموان الوطني للأسرة والعمان البنتر :

- هالة ونيتن : طبيبة نفسانية للأطفال

### الادارة الجهوية للصحة بأريانة :

- سيدة بلاح : طبيب مدرسي