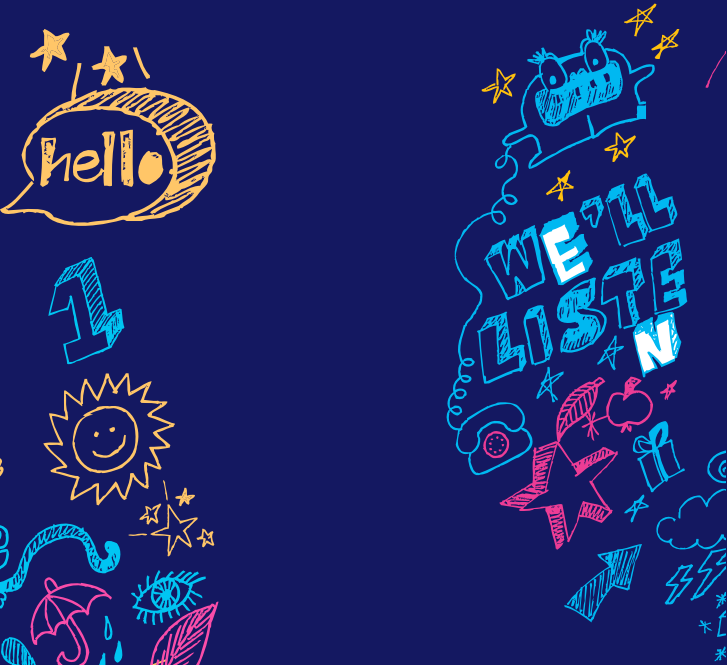




خط مساعدة الطفل  
child helpline

# تمكين الطفل



خط مساعدة الطفل  
child helpline

برنامج الأمان الأسري الوطني

هاتف: + ٩٦٦ ١ ٨٠٤٠١١١

+ ٩٦٦ ١ ٨٠٤٠١١٩

فاكس: + ٩٦٦ ١ ٨٠٤٠١٥٧

البريد الإلكتروني: SCHL@ngha.med.sa



# تحدث إلينا

كيف يرى الطفل نفسه عندما ينظر في المرآة؟  
هل يرى نفسه خجولاً؟ متردد يخشى المواجهة؟  
بطل أسطوري؟ غير واثق من نفسه؟ ذكي طموح ومثابر؟  
عزيزي الأب، عزيزي الأم ..

إن الطفل الذي يتمتع بقسط وافر من الثقة بالنفس بإمكانه مقاومة الضغوط السلبية التي قد يواجهها من أقرانه. وبالمقابل، فإن الطفل الذي لا يتمتع بقسط وافر من الثقة بالنفس كثيراً ما يشعر بالفشل حتى قبل المحاولة وغالباً ما يكون قاسياً على نفسه وعلى غيره.

## ما المقصود بتمكين الطفل ؟

يقصد به العمل على تنمية قدرة الطفل على اتخاذ القرارات المناسبة، وتنمية المسؤولية الذاتية والمجتمعية عن طريق بناء ثقته في نفسه حتى يتمتع بطفولة سعيدة، مع توفير الفرص المتكافئة والتسهيلات اللازمة لنموه الجسمي والعقلي والخلقي والروحي والاجتماعي نمواً طبيعياً سليماً، إلى جانب حمايته من جميع صور الإهمال والقسوة والاستغلال في جو من الحرية والكرامة التي تؤمن له حياة سعيدة.



## لماذا التمكين مهم لطفلك؟

- لأن الثقة بالنفس هي السلاح الأساسي والأهم الذي تمنحه لطفلك.
- الثقة بالنفس تعتبر اللبنة الأساسية لحياة طويلة من الصحة العقلية، والسعادة الاجتماعية والداخلية للطفل.
- تساعد الطفل على رفع رأسه عالياً وتجربة أشياء جديدة دون خوف من الفشل، واحترام ذاته حتى عندما يخطئ.

## كيف يمكنني إذاً تمكين طفلي؟

لدى الأهل فرصة لتمكين أطفالهم بشكل يومي من خلال بعض الممارسات التربوية البسيطة:

- الإكثار من المدح والإطراء لطفلك بطريقة صادقة والابتعاد عن الانتقاد قدر الإمكان.
- مساعدة طفلك على إظهار نقاط القوة لديه، وما الذي يجيد فعله، وما الذي يجعل منه طفلاً مميزاً بغض النظر عن قدراته الفعلية، وبكل بساطة أن يكون "نفسه" دون تكلف.
- مشاركته قصص عن نماذج سلوكيات إيجابية تقوم بها شخصياته المفضلة.
- إشراكه في قرارات الأسرة المناسبة لسنه من خلال استشارته وأخذ رأيه بالاعتبار.
- إشراكه في بيئات محفزة تناسب سنه لتطور قدراته.
- اجعل من حس الدعابة وروح المغامرة لدى طفلك جزءاً أساسياً من تكوينه وتقييم نفسه.
- اطلب من طفلك القيام ببعض المهام البسيطة والتي من الممكن إنجازها فهذه المهام تساهم كثيراً في بناء شعور الثقة بالنفس لدى طفلك.
- يجب أن يشعر طفلك بالحب والحنان دائماً بغض النظر عن أي نجاح أو فشل لأن النجاح والفشل يعدان من الأمور المفيدة جداً لبناء شخصية طفلك.



- عامل طفلك بجدية واحترام ولا تشعره بالكراهية تجاه أي سلوك أو تصرف خاطئ يصدر منه، فمعاملة الطفل بطريقة غير لائقة تسبب له الكثير من الألم وتفقد ثقته بنفسه.
- الطفل في بعض الأحيان قد يسيء فهم ما يسمعه فلا بد من الحرص على إيصال المعلومة بشكل واضح ودقيق.
- شجع طفلك على الكلام وعدم كبت مشاعره بل التعبير عنها بكل حرية والإصغاء له بكل اهتمام .
- عدم إجراء أي مقارنة بين الطفل وأقرانه أو أشقائه حتى لا يشعر بالإحباط ويفقد ثقته بنفسه.

عزيزي الأب ... عزيزتي الأم ...

تأكدوا دائماً أن هناك طاقات كامنة لدى طفلكم

يمكن إظهارها بمساعدة المختصين،

فلا تجعلوها كامنة أبد الدهر و تحرموا طفلكم منها.

