



Positive Solutions for Families

الدليل الأسري

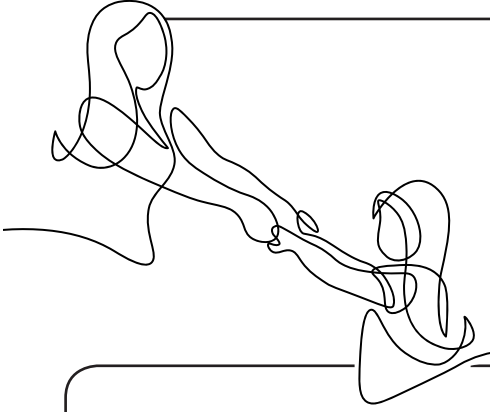


المركز الوطني لابتكارات النموذج الهرمي

المحتويات

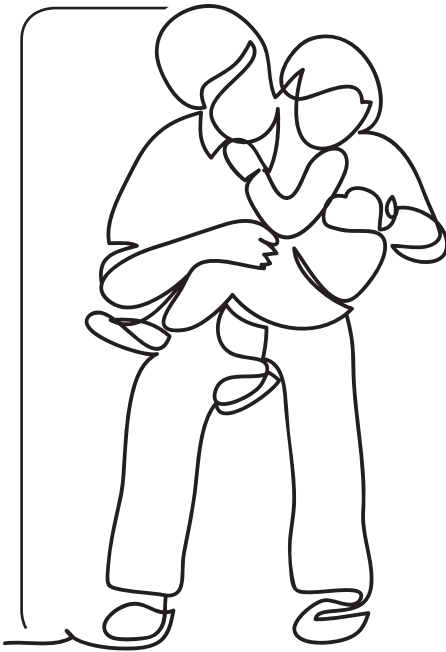
الوحدة رقم ١: إجراء التواصل	٣
النشاط رقم ١: العلاقات	٣
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - إقامة العلاقات	٥
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - نصائح لتشجيع طفلك - تدريبات فعالة ...	٧
الوحدة رقم ٢: الحفاظ على الإيجابية	٩
النشاط رقم ١: الإيجاب	٩
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - التشجيع على السلوك الإيجابي	١١
النشاط رقم ٣: نشاط حول المصطلحات الإيجابية	١٣
الوحدة رقم ٣: معاني السلوك	١٥
النشاط رقم ١: الإيجاب	١٥
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - السبب وراء سلوكيات الأطفال	١٧
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - قواعد الأسرة	٢٩
الوحدة رقم ٤: قوة الإجراءات الروتينية	٣١
النشاط رقم ١: الإيجاب	٣١
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - إنشاء روتين أسري	٣٣
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - تعليم الإجراء الروتيني	٣٥
الوحدة رقم ٥: علمني الأمور الواجب القيام بها	٣٧
النشاط رقم ١: الإيجاب	٣٧
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - تعليم التعبير عن المشاعر	٣٩
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - تعليم تنظيم الذات وحل المشاكل	٤١
الوحدة رقم ٦: الاستجابة إلى جانب هدف معين	٤٣
النشاط رقم ١: الإيجاب	٤٣
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - عواقب منطقية	٤٥
الوحدة رقم ٧: وضع خطة	٤٧
النشاط رقم ١: الإيجاب	٤٧
النشاط رقم ٢: وثيقة التخطيط الأسري	٤٩
الوحدة رقم ٧: وضع خطة	٥٣
النشاط رقم ٢: وثيقة التخطيط الأسري	٥٣
مصادر المواد	٥٥

الجلسة رقم ١: إجراء التواصل
النشاط رقم ١: العلاقات



الاسم:

ما الذي لفت انتباهك
في هذا الشخص حتى
أصبح بهذه الأهمية
بالنسبة إليك؟



ماذا شعرت إزاء
هذا الشخص؟

الحصة رقم ١: إجراء التواصل النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - إقامة العلاقات



يُعتبر "قضاء الوقت مع أطفالك - وقضاء الوقت مع من تحب - أمراً متساوياً ،
إذ يُعدّ الوقت الذي تقضيه مع طفلك بحد ذاته هو المهم وليس المكان أو المدة أو التكلفة. "



قراءة كتاب

التنزه

غناء الأغاني المفضلة

تناول الوجبات الخفيفة المفضلة

تنظيم حفلة راقصة

الاطمئنان عن يوم طفلك

التواصل، الغناء، واللعب مع طفلك مثل

لعبة "التجسس" أثناء الانتظار في الصف

(عند التسوق أو عند محطة الحافلات)

العناق، الاحتفال بالنجاح والتودد

طلب المساعدة من طفلك (مثال: اطلب

مساعدته في تحضير الطعام أو في التنظيف)

هوليدي م. ١٦ كانون الأول ٢٠١٩ ما من شيء أجمل من قضاء وقت ممتع

<https://forge.medium.com/theres-no-such-thing-as-quality-time-58db618c099d>

النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - نصائح لتشجيع طفلك - تدريبات فعّالة



يساعد تقديم التعليقات وتسلية الانتباه على تجنب احتمالية ممارسة طفلك سلوك التحدي.

- ★ قم بجذب انتباه طفلك.
- ★ كُن مخلصاً وصادقاً.
- ★ استخدم التعليقات الإيجابية.
- ★ اجعل النشاط بسيطاً - تجنب الجمع بين الملاحظات الإيجابية والانتقاد.
- ★ كُن محددًا وقل ما تراه فحسب.
- ★ ضاعف التأثير جراء التواصل الجسدي الذي قد يبعث الدفاء الآخرين.
- ★ وقم بتشجيع طفلك أمام الآخرين.



ماذا قُلت له وماذا فعلت

قمت بتشجيع طفلي حين ...

”لقد قمت بعمل رائع بارتدائك الحذاء!“ وقم برفع الإبهام تشجيعاً لها.

ارتدت حذاءها

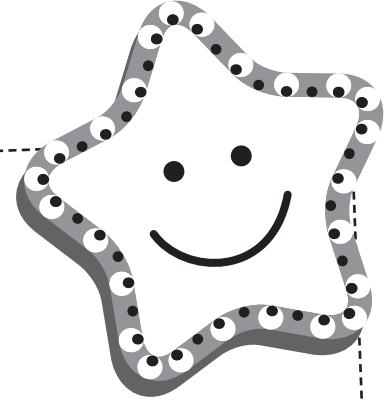
كيف استجاب طفلي لهذا التصرف؟
كيف شعرتُ إزاء استخدام هذه الاستراتيجية؟



الحصّة رقم ٢: الحفاظ على الإيجابية
النشاط رقم ١: الإيجاب



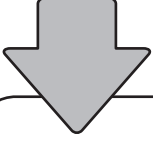
يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقاً إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



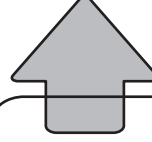
الحصة رقم ٢: الحفاظ على الإيجابية
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – التشجيع على السلوك الإيجابي



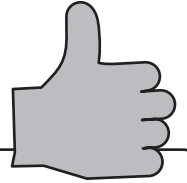
ضع قائمة بالسلوكيات التي ترغب برصدها
مزيداً من :



ضع قائمة بالسلوكيات التي ترغب برصدها
قليلاً من :



ضع قائمة تشمل وسائل تشجيعية
تستخدمها مع طفلك لممارسة السلوكيات التي ترغب برصدها



الحصة رقم ٢: الحفاظ على الإيجابية
النشاط رقم ٣: نشاط حول المصطلحات الإيجابية



قدم التوجيهات بطريقة إيجابية



أطلع طفلك على الأمور
الواجب القيام بها



استخدم المصطلحات
والجمل البسيطة



قم بعرض صورة حول التصرف
الواجب ممارسته أو قم بإيمائه

استبدله بما يلي...

اتجنب ما يلي...

توقف عن الركض!

توقف عن التسلق!

إياك أن تلمس!

توقف عن الصراخ!

توقف عن التذمر!

توقف عن الضرب!

لا يُسمح بالتلويح على الحائط!

توقف عن رمي المكعبات!



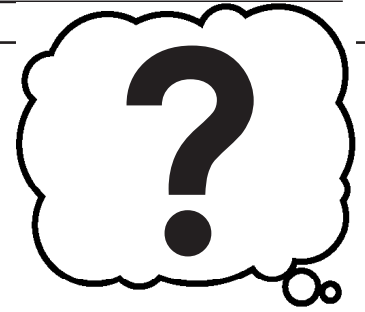
قم بتقديم التشجيع والملاحظات الإيجابية
حين يبدأ طفلك في ممارسة السلوك المطلوب

كم مرّة قمتُ بتقديم التوجيهات بطريقة إيجابية

10 stars, the last one is checked.

العبارات الإيجابية التي قُمتُ بذكرها:

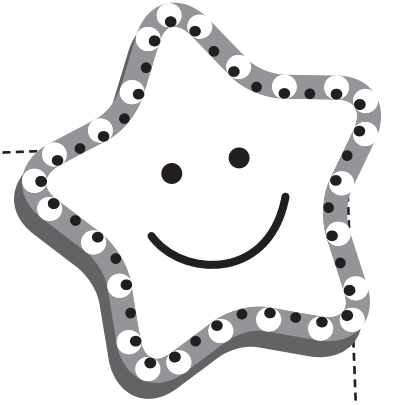
10 horizontal lines for writing.



الحصّة رقم ٣: معاني السلوك
النشاط رقم ١: الإيجاب



يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقاً إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ماذا حصل قبل ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 قلتُ لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة“ ___
 (تصرّف آخر قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قدمتُ غرضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبي أو سؤالني ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___
 احتضنت طفلي ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ماذا حصل قبل ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 قلتُ لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة“ ___
 (تصرّف آخر قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قدمتُ غرضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبي أو سؤالي ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___
 احتضنت طفلي ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ماذا حصل قبل ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 قلتُ لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة“ ___
 (تصرّف آخر قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قدمتُ غرضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبي أو سؤالي ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___
 احتضنت طفلي ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ماذا حصل قبل ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 قلتُ لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة“ ___
 (تصرّف آخر قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قدمتُ غرضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبي أو سؤالي ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___
 احتضنت طفلي ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ماذا حصل قبل ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 قلتُ لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة“ ___
 (تصرّف آخر قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قدمتُ غرضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبي أو سؤالي ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___
 احتضنت طفلي ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



الوحدة رقم ٣: معاني السلوك النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – السبب وراء سلوكيات الأطفال



مدّة ممارسة هذا السلوك

وصف السلوك:

ممارسة هذا السلوك؟

- إن الغرض الذي يرغب به طفلي بعيد المنال ___
 كنت أهتمّ بشخصٍ آخر ___
 يُمارس طفلي نشاطاً لا يرغب القيام به ___
 يواجه طفلي صعوبةً في تطبيق هذه المهمة/هذا النشاط ___
 قام طفلي بطلب غرضٍ معيّن ___
 (سبب آخر (قم بتحديدده) ___
- طلبت من طفلي القيام بنشاطٍ معيّن ___
 طفلي يلعب بمفرده ___
 قمتُ بتغيير أو إيقاف النشاط الذي يمارسه طفلي ___
 انتقل طفلي من نشاطٍ معيّن إلى نشاطٍ آخر ___
 قمتُ بسحب غرضٍ معيّن من متناول يد طفلي ___
 ”قلّلت لطفلي ”كلّاً“ أو ”إيّاك“ أو ”توقّف“ ___

ماذا حصل بعد ممارسة هذا السلوك؟ وكيف انتهى؟

- احتضنت طفلي ___
 تجاهلت طفلي ___
 قمتُ بمساعدة طفلي ___
 ”قمتُ باستخدام مبدأ ”أخذ قسطاً من الراحة ___
 (تصرّف آخر (قم بتحديدده) ___
- قمتُ بالاهتمام بطفلي ___
 قمتُ بمعاقبة طفلي أو توبيخه ___
 قمتُ برفضاً/نشاطاً/طعاماً لطفلي ___
 قمتُ بسحب طلبتي أو سؤالتي ___
 قمتُ بإيقاف طفلي عن ممارسة نشاطٍ معيّن ومغادرته المكان ___

لماذا برأيك يقوم طفلك بممارسة هذا السلوك؟

ماذا يرغب طفلك بالقول؟



النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة - نصائح لتشجيع طفلك - تدريبات فعّالة



قواعد أسرنا

قائمة التحقق من القواعد

<input type="checkbox"/> مُدرجة على شكل "يُمكن القيام به"، بدلاً من "لا تُفم بذلك" <input type="checkbox"/> تنطبق القاعدة على المواقف التي يحتاج فيها طفلك إلى تذكيرات. <input type="checkbox"/> قاعدة يُمكن لطفلك تعلّمها (على سبيل المثال، تتناسب مع عمر طفلك وقدراته).	القاعدة الأولى فكرة عن الوضع المُمكن تصوّره
<input type="checkbox"/> مُدرجة على شكل "يُمكن القيام به"، بدلاً من "لا تُفم بذلك" <input type="checkbox"/> تنطبق القاعدة على المواقف التي يحتاج فيها طفلك إلى تذكيرات. <input type="checkbox"/> قاعدة يُمكن لطفلك تعلّمها (على سبيل المثال، تتناسب مع عمر طفلك وقدراته).	القاعدة الثانية فكرة عن الوضع المُمكن تصوّره
<input type="checkbox"/> مُدرجة على شكل "يُمكن القيام به"، بدلاً من "لا تُفم بذلك" <input type="checkbox"/> تنطبق القاعدة على المواقف التي يحتاج فيها طفلك إلى تذكيرات. <input type="checkbox"/> قاعدة يُمكن لطفلك تعلّمها (على سبيل المثال، تتناسب مع عمر طفلك وقدراته).	القاعدة الثالثة فكرة عن الوضع المُمكن تصوّره
<input type="checkbox"/> مُدرجة على شكل "يُمكن القيام به"، بدلاً من "لا تُفم بذلك" <input type="checkbox"/> تنطبق القاعدة على المواقف التي يحتاج فيها طفلك إلى تذكيرات. <input type="checkbox"/> قاعدة يُمكن لطفلك تعلّمها (على سبيل المثال، تتناسب مع عمر طفلك وقدراته).	القاعدة الرابعة فكرة عن الوضع المُمكن تصوّره
<input type="checkbox"/> مُدرجة على شكل "يُمكن القيام به"، بدلاً من "لا تُفم بذلك" <input type="checkbox"/> تنطبق القاعدة على المواقف التي يحتاج فيها طفلك إلى تذكيرات. <input type="checkbox"/> قاعدة يُمكن لطفلك تعلّمها (على سبيل المثال، تتناسب مع عمر طفلك وقدراته).	القاعدة الخامسة فكرة عن الوضع المُمكن تصوّره

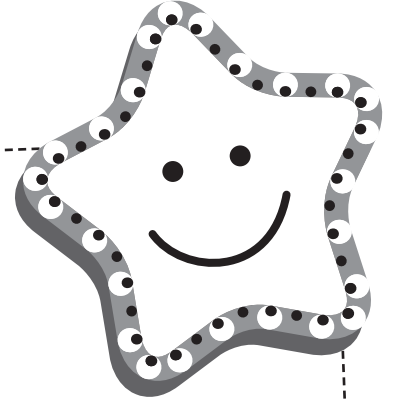
لا تنسى أن تضع مخططاً للقواعد!
 قم بالاطلاع على الموارد المتعلقة بنماذج مخططات القواعد!

Our Rules	
Put a picture here 1. _____	Put a picture here 2. _____
Put a picture here 3. _____	Put a picture here 4. _____
Put a picture here 5. _____	

الحصة رقم ٤ : قوة الإجراءات الروتينية
النشاط رقم ١ : الإيجاب



يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقا إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



الحصّة رقم ٤ : قوة الإجراءات الروتينية
النشاط رقم ٢ : التطبيق والتجربة - إنشاء روتين أسري



الروتين

قم بتصنيف الخطوات
فكر في الخطوة التي
ترغب أن يمارسها طفلك .

الإشارات البصرية	الخطوة
	1
	2
	3
	4
	5
	6
	7
	8

الحصة رقم ٤: قوة الإجراءات الروتينية
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة – تعليم الإجراء الروتيني



سأحاول تطبيق الاستراتيجيات التالية هذا الأسبوع بغية تعلّم هذا الإجراء الروتيني مع طفلي

الاستراتيجيات
موضع التجربة:

1

2

3

الاستراتيجيات المتوفرة

استخدام أسلوب "أولاً ومن ثمّ"
زيادة التشجيع الإيجابي

تقديم الخيارات
استخدام جهاز ضبط الوقت
الإشارات البصرية

الإشارات البصرية
الجدول البصري
قصة مكتوبة

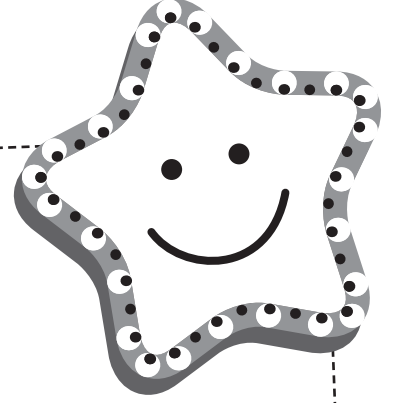
كيف استجاب طفلي لهذا التصرف؟
كيف شعرتُ إزاء استخدام هذه الاستراتيجية؟



الحصة رقم ٥: علمني الأمور الواجب القيام بها
النشاط رقم ١: الإيجاب



يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقاً إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



الحصة رقم ٥: علمني الأمور الواجب القيام بها
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة – تعليم التعبير عن المشاعر



قم باختيار اثنين أو ثلاث
مصطلحات وجدانية

3

2

1

بعض الأفكار لتعليم طفلي التعبير عن المشاعر

كيف استجاب طفلي لهذا التصرف؟
كيف شعرتُ إزاء استخدام هذه الاستراتيجية؟



الحصة رقم ٥: علمني الأمور الواجب القيام بها
النشاط رقم ٣: التطبيق والتجربة – تعليم تنظيم الذات وحل المشاكل



قم باختيار أحد العناصر التالية:

التنظيم الذاتي/ السيطرة على الغضب

حل المشاكل

أرغب بتعليم طفلي

أفكاراً لتطبيقها مع طفلي:

أرغب بتعليم طفلي

أفكاراً لتطبيقها مع طفلي:

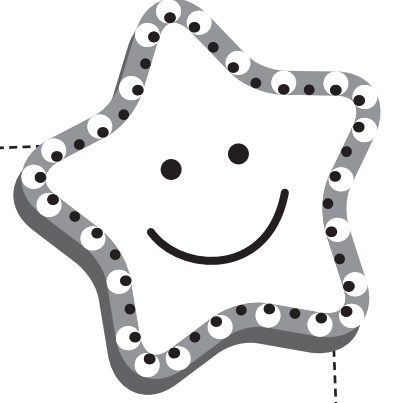
كيف استجاب طفلي لهذا التصرف؟
كيف شعرتُ إزاء استخدام هذه الاستراتيجية؟



الحصة رقم ٦: الاستجابة إلى جانب هدفٍ معيّن
النشاط رقم ١: الإيجاب



يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقاً إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



الحصة رقم ٦: الاستجابة إلى جانب هدفٍ معيّن
النشاط رقم ٢: التطبيق والتجربة - عواقب منطقية



أذكر ثلاث مواقف صعبة حدثت مع طفلك.

اكتب النتائج المنطقية المحتملة لكل موقف.

قم بتجربة واحدة من النتائج المنطقية المُدرجة في القائمة مع طفلك وراقب كيف تسري الأمور!

كيف استجاب طفلي
لهذا التصرف؟

كيف شعرتُ إزاء استخدام
هذه الاستراتيجيات؟

كيف سارت الأمور

النتيجة المنطقية

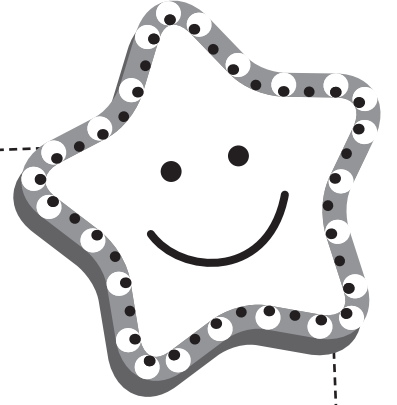
السلوك (الموقف)

كيف سارت الأمور	النتيجة المنطقية	السلوك (الموقف)

الحصّة رقم ٧: وضع خطة
النشاط رقم ١: الإيجاب



يُعتبر الإيجاب تذكيراً إيجابياً أو تصريحاً شخصياً مشجعاً ومحفزاً.
اكتب ملاحظة مشجعة أو تعليقا إيجابياً لنفسك حول أمرٍ معيّن قُمت به مع طفلك الأسبوع الماضي.



الحصة رقم ٧: وضع خطة
النشاط رقم ٢: وثيقة التخطيط الأسري



ماذا يفعل (اسم الطفل) _____ خلال (الإجراء الروتيني) _____

لماذا برأي الشخصي يقوم طفلي بهذا التصرف :

كيف يمكنني أن أتصرف للحدّ من سلوك التحدي؟

ما هي المهارات الجديدة التي يُمكن أن أعلمها؟

كيف يمكنني الاستجابة لمواجهة سلوك التحدي؟

ما هي المعدات أو المصادر التي يُمكنني استخدامها لتنفيذ الخطة؟

الحصّة رقم ٧: وضع خطة
النشاط رقم ٢: وثيقة التخطيط الأسري



ماذا يفعل (اسم الطفل) _____ خلال (الإجراء الروتيني) _____

لماذا برأي الشخصي يقوم طفلي بهذا التصرف :

كيف يمكنني أن أتصرف للحدّ من سلوك التحدي؟

ما هي المهارات الجديدة التي يُمكن أن أعلمها؟

كيف يمكنني الاستجابة لمواجهة سلوك التحدي؟

ما هي المعدات أو المصادر التي يُمكنني استخدامها لتنفيذ الخطة؟

الحصة رقم ٧: وضع خطة
النشاط رقم ٢: وثيقة التخطيط الأسري



ماذا يفعل (اسم الطفل) _____ خلال (الإجراء الروتيني) _____

لماذا برأي الشخصي يقوم طفلي بهذا التصرف :

كيف يمكنني أن أتصرف للحدّ من سلوك التحدي؟

ما هي المهارات الجديدة التي يُمكن أن أعلمها؟

كيف يمكنني الاستجابة لمواجهة سلوك التحدي؟

ما هي المعدات أو المصادر التي يُمكنني استخدامها لتنفيذ الخطة؟



الحصة رقم ١

١ - تقديم الملاحظات الإيجابية والتشجيع

[_https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ToolsBuildingRelationships_starters-for-giving-positive-feedback_Home.pdf](https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ToolsBuildingRelationships_starters-for-giving-positive-feedback_Home.pdf)

الحصة رقم ٣

٢ - نصائح فترات الاستراحة

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Positive-Solutions_Timeout_Tipsheet.pdf

٣ - تعليم القواعد في المنزل

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Rules_Tipsheet_Home.pdf

٤ - إنشاء قصة مكتوبة

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ScriptedStories_Home.pdf

الحصة رقم ٤

٥ - دليل الإرشاد الأسري الروتيني

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Positive-Solutions_Family-Routine_Guide.pdf

٦ - مساعدة الأطفال الانتقال بين النشاطات

<https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Helping-Children-Transition.pdf>

٧ - أمثلة حول «أنا أقوم بتنظيف أسناني»

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ScriptedStory_BrushTeeth_Tips.pdf

٨ - أمثلة حول قصة التنظيف

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ScriptedStory_CleanUp_Tips.pdf

٩ - الدعامات البصرية حول الإجراءات الروتينية والجدول والانتقالات

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Routine_cards_home.pdf

الحصة رقم ٥

١٠ - علاقة طفلك بحقيبة المهارات: مساعدة طفلك على تعلّم المشاركة

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/backpack/BackpackConnection_socialskills_share.pdf

١١ - علاقة طفلك بحقيبة المهارات: كيفية حثّ طفلك على جذب انتباهك بشكلٍ لائق

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/backpack/BackpackConnection_socialskills_attention.pdf

١٢ - بطاقات الوجه للتعبير عن المشاعر

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/FeelingFaces_cards_EN-Blank.pdf

١٣ - عجلة المشاعر

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/FeelingFaces_Wheel_EN-Blank.pdf

١٤ - لوح حول مشاعري اليوم (التحقّق من المشاعر)

https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/FeelingFaces_chart_template.pdf

- ١٥ - قصة «تأخذ تاكر السلاحفة وقتاً للثني والتفكير في المنزل»
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/TuckerTurtle_Story_Home.pdf
- ١٦ - مهارات التنظيم الذاتي: استراتيجيات التنفس
<https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Smell-Blow.pdf>
- ١٧ - أخذ قسط من الراحة: استخدام منطقة هادئة في المنزل
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Calm-Down-Area_Tipsheet.pdf
- ١٨ - ملصق حول خطوات حل المشاكل
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/SocialEmotionalSkills_problem-solving-steps_poster.pdf
- ١٩ - قصة مكتوبة تحت عنوان «بإمكاننا حل المشاكل في المنزل»
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/ProblemSolving_Story_Home_EN.pdf
- ٢٠ - مجموعة الحلول: النسخة المنزلية
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Solution_kit_cards_home.pdf
- الحصّة رقم ٦**
٢١ - قائمة معززة
<https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Reinforcer-Inventory.pdf>
- ٢٢ - دليل الإرشاد الأسري الروتيني
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Positive-Solutions_Family-Routine_Guide.pdf