



### 3 أحرص على دعوة الجميع!

قد يكون مؤلماً للطفل ألا يتمّ دعوته إلى حفلة عيد الميلاد أو حفلة أخرى. يجب علينا نحن الكبار أن نحرص على أن لا يتم نسيان أحد. ارسل الدعوة لكل الأطفال في القسم أو الصف، لجميع الفتيات أو لجميع الصبيان أو لتقسيم آخر لا يميّز بين الأطفال. تحدّث حول قواعد حفلة عيد الميلاد في اجتماع الآباء. ماذا يجب عمله لكي يحسّ الجميع بأنهم غير مقصيين؟ كيف يمكنكم كآباء أن تتعاونوا مع روضة الأطفال والمدرسة لكي تنجحوا في هذا الأمر؟ إنّ أفضل ما يمكنك أن تفعله لطفلك، هو أن تفعل شيئاً ما لأطفال الآخرين أيضاً.

### 4 ساعد الأطفال ليكونوا شجعاناً!

إنّ مواجهة الإقصاء ودعوة الأطفال الآخرين للعب والإجهاز بالرأي إذا ما عومل أحد ما بطريقة سيئة، تتطلّب أن يتحلّى الطفل بالشجاعة وأن يكون عنده إحساس بالأمان وأن يكون ذو تجربة. علم طفلك بأنه مهمّ أن لا يقوم بازعاج أو إقصاء الآخرين، وبأنه مهمّ بنفس القدر أن يحاول تقديم المساعدة أو أن يخبر أحد الكبار عندما يلاحظ حدوث أمر غير صحيح. كلّما كان عدد الذين يتصرفون بهذا الشكل أكبر، كلّما صعب إقصاء الآخرين أو إزعاجهم.

### 5 كنّ منفتحاً وإيجابياً ومُصغياً!

قد يكون صعباً على المرء أن يخبر آخرين بأنّ طفله يشعر بالوحدة وأنه بحاجة إلى أصدقاء. كما قد يكون صعباً أيضاً على المرء أن يتحدّث بصراحة عن قيام طفله بازعاج وإقصاء الآخرين. تجنّب استخدام تعابير مثل "تتمّر" و "ضحية للتتمّر". ففي أغلب الأحيان يكون الوضع أكثر غموضاً وتعتيلاً عمّا يعتقد المرء للوهلة الأولى. أظهر لهم بأنك منفتح ومتفهم – ووقتها يصبح أسهل على الآخرين أن يخبروك بهمومهم وأسهل بالنسبة لك أن تقدم المساعدة.

حول ما يمكنكم أن تفعلوه سوية من أجل خلق بيئة جيدة. قدّم بإخطار المعلم إذا رأيت أو سمعت بأنّ هناك ما يشير إلى أنّ حال أحدهم هو على غير ما يرام.

إنّ التعرّض للتتمّر والإقصاء ليسا شيئان يخصّان الأطفال الذين يتعرّضون لهما فقط، بل إنّهما يؤثّران على المجموعة كلّها بشكلٍ سلبي. لهذا يجب على الجميع أن يهتمّ للأمر، سواء حدثت هاتين الظاهرتين في روضة الأطفال أو المدرسة، أو في وقت الفراغ أو على شبكة الانترنت أو في وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة أو عبر الهاتف الجوّال. فالأطفال يحتاجون لمساعدتنا لكي يفهموا العواقب الجديّة للتتمّر والإقصاء. يجب علينا أن نريهم كيف يتصرّفون مع بعضهم البعض بإحترام، وأن نعلمهم أن يتمنوا الاختلافات. الأطفال مختلفون، وهذا أمر جيد!



## 5 نصائح

## للآباء حول الصداقة

### 1 تكلم بلطف في البيت

الآباء هم المثل الأعلى الأهمّ للأطفال. الكيفية التي نتحدّث بها مع بعضنا البعض في البيت تلعب دوراً في تشكيل فهم الأطفال لما يُعتبر مقبولاً وما يُعتبر غير مقبول. عندما يكون هناك أمر ما صعباً على طفلك أو مؤلماً له، قد بمواساته وقدم له الدعم. حاول أن تسأله وتعمّق في الأسئلة لفهم ما حصل حقيقةً لا تتحدّث بسلبية عن الأطفال الآخرين أو آباءهم، أو عن المعلمين أو المدرسة. إذا كان هناك ما يقلقك، فمن الأحسن أن تتحدّث حوله بشكل مباشر مع روضة الأطفال أو المدرسة، أو مع ممثلي الآباء أو لجنة العمل للآباء (UAF).

### 2 اللعب مع الجميع!

عندما يلعب الأطفال مع الأطفال الآخرين ضمن مجموعات مختلفة، فإنهم يحصلون على معاشات تجعلهم يشعرون بالأمان وبأنهم يجيدون الأمور ويتعلمون. من خلال اللعب يتسنى لهم تجربة طرق جديدة للتفكير، وفي نفس الوقت يحصل عدد أكبر من الأطفال على إمكانية المشاركة في اللعب. نحن الكبار يمكننا أن نهيب الظروف ليحصل الأطفال على هكذا معاشات.

من حقّ الأطفال جميعاً أن يشعروا بالإرتياح والإطمئنان والانتماء. مطلوب من روضة الأطفال والمدرسة أن تخلق بيئة جيدة للعب والتعلم، وأن تهيئ الظروف من أجل أن يكون هناك تفاعل جيد وصداقة بين الأطفال. ولتحقيق هذا الأمر تقع مسؤولية كبيرة على عاتق جميع البالغين المحيطين بالأطفال، سواء كانوا موظفون في المدرسة أو روضة الأطفال أو كانوا آباء. في هذه النشرة الإعلامية تجدون، باعتباركم آباء الأطفال أو أولياء أمرهم، بعض النصائح حول ما يمكنكم القيام به كمساهمة لتحقيق هذا الأمر.

إنّ أفضل ما يمكننا أن نعمله لكي يشعر الأطفال بالإرتياح في روضة الأطفال والمدرسة هو أن ننخرط فيما يجري! تعرّفوا على الأطفال والآباء الآخرين، وقوموا بنشاطات سوية معهم. تحدّثوا مع بعضكم البعض حول ما هو مناسب وما هو غير مناسب للقيام به وقولوا ذلك للآخرين – وجهاً لوجه، على الهاتف الجوّال أو عبر الانترنت. تحدّثوا