مساق أسس التربية السليمة
د. هشام حمودة

كيفية تنشئة مواطنين ملتزمين ومنتجين؟ #1

- على الرغم من تاريخ ومجد العالم العربي ومساهمته المبكرة في العلوم والتعليم والفنون، إلا أنَّ الحالة الراهنة لأوضاع العالم العربي مخيبة للآمال
- ابتُلي العالم العربي بالإرهاب والفقر والحروب والتخلُّف في التعليم والرعاية الصحية وحقوق الإنسان وبالتالي نحن جميعاً علينا تحدي الوضع الراهن
- ويمكن تحقيق ذلك فقط من خلال تغيير أفكارنا في تعليم أطفالنا لكي يصبحوا مواطنين أفضل

تعريف المواطن:

"في المنطقة العربية، فإنَّ كلمة مواطن هي اسم يرتبط بالوطن، استخدمها العرب منذ أيام ما قبل الإسلام. وهي تشير إلى مكان إقامة دائم أو وطن

تعريف التربية الوطنية:

"وفقاً لدراسة دولية حول تعليم المواطنة الدولية والمدنية أجريت في عام 2008 و 2009، يشمل تعليم المواطنة ثلاثة جوانب رئيسية:

1. معرفة المفاهيم المدنية والنظم وعمليات الحياة المدنية.
2. مهارات المشاركة المدنية وحل المشكلات والتفاوض.
3. التصرُّف والشعور بالانتماء والقيم والأخلاق.

العديد من العوامل المختلفة تؤثر على تعليم المواطنة: الدين والسياسة والخلفيات الاجتماعية والاقتصادية. وهنالك عوامل هامة أخرى هي المدرسة والمنزل والبيئة والمجتمع المحلي.

القيم والمهارات التي تُنشئ مواطن منتج وفاضل:

إظهار التعاطف:

- عندما يتفهم الشخص ويتقبل وجهات النظر المختلفة من أشخاص آخرين
- هي عندما يتفهم الشخص مشاكل الآخرين ويتعاطف معهم.

دور الوالدين في تعزيز التعاطف:

1. أثناء مشاهدة التلفاز أو قراءة كتاب، يمكنك التحدُّث عن وجهة نظرهم.
2. اظهر اهتمامك بالآخرين.
3. افترض حسن النية تجاه الآخرين.

النزاهة والعدالة:

النزاهة هو أن تكون صادقاً مع ذاتك ومع الآخرين والعدالة هي عندما نتصرف بطريقة عادلة بناءً على الأدلة والابتعاد عن التحيُّز.

ينبغي التأكيد على أن "ألعاب الخيال" أو تجميل الأمور هي أمورٌ تختلف عن الكذب. 3

دور الوالدين في تعزيز النزاهة والعدالة:

- كن مثالاً يُحتذى به
- ناقش ما يعتبر نزيهاً وما لا يعتبر كذلك، ما يعتبر عادلاً وما هو غير ذلك.
- تبادل الخبرات والآراء وناقش بعض الحوادث التي تحدث لك في حياتك اليومية.

أظهر الانضباط الذاتي في تحديد وتحقيق الأهداف:

ضع أهدافاً واقعية والتزم بها. أوفِ بالوعود ...

دور الوالدين:

1. ساعد أطفالك على تقسيم المهام الكبيرة إلى مهام صغيرة
2. ساعد أطفالك على الشعور بقدراتهم. حاول الحفاظ على روح التحدي

إصدار الأحكام الجيدة:

ليس من السهل أحياناً الحكم على ما هو صواب وما هو خطأ يجب أن يتعلم الأطفال كيفية التفكير وإصدار الأحكام الجيدة.

دور الوالدين:

1. ساعد طفلك على التفكير قبل أن يتصرف
2. علِّم طفلك أن يقول الحقيقة دائماً
3. ناقشوا معاً قائمةً من الأسباب لعدم كسر قاعدة محددة
4. تذكير طفلك بقواعد أو تقاليد معينة

إظهار الاحترام للآخرين:

يُعبِّر الأفراد عن الاحترام بطرق مختلفة. تجنب الشتائم واللغة البذيئة والتصريحات الجارحة. تقبَّل الآخرين وكن عادلاً تجاههم.

أظهرت الأبحاث أنَّ الأطفال يتعلمون احترام الآخرين عندما يتم التعامل معهم باحترام.

دور الوالدين:

1. كن قدوة واستخدم طرق محترمة في التواصل مع الآخرين.
2. اشرح لطفلك كيفية حل المشاكل بصورة سلمية

أولاً، حاول أن تفهم سبب النزاع.

ثانياً، اقترح سبل لتسوية النزاع.

ثالثاً، اجعل طفلك يوافق على واحدة من هذه الخيارات.

وأخيراً، اطلب من طفلك أن يُطبِّق الحل لمعرفة ما إذا كان مناسباً.

3. علِّم أطفالك احترام العادات والتقاليد الموروثة.

كيفية تنشئة مواطنين ملتزمين ومنتجين؟ #2

إظهار الشجاعة في الدفاع عن المعتقدات:

التغلُّب على الخوف والقيام بما هو صواب

دور الوالدين:

1. امدح طفلك عندما يتصرف بشجاعة.

2. ناقش مع طفلك كيف يقول "لا" خصوصاً عندما يتعرض للضغط من قبل أقرانه .

أ) "هل هذا العمل ينتهك القانون أو الأحكام؟"

ب) اتخاذ قرار صائب من خلال التفكير بعناية والنظر في العواقب المختلفة لذلك.

ج) التصرُّف بسرعة لتجنب المتاعب: ارفض وغادر المكان أو اقترح شيئاً أفضل أو قدِّم عذراً ما ...

امتلك حسّاً قوياً بالمسؤولية:

كن عند كلمتك ولا تلقِ اللوم على الآخرين

ينبغي أن يدرك الأطفال أنَّ مجرد كونهم جزءاً من العائلة أو ينتمون إلى مجتمعٍ معين، هذا يعني أنَّ لديهم مسؤولياتٍ معينة.

دور الوالدين:

1. أبرم اتفاقاً مع طفلك وتوقَّع منه العمل وفقاً لذلك.
2. ساعد طفلك على تحمُّل المسؤولية عن تصرفاته عندما يقوم بفعلٍ خاطئ بعد ذلك ناقش معه كيف يمكن القيام بالأمور بشكل مختلف في المرة القادمة.
3. شجِّع طفلك على استكشاف العالم والتفكير في أنَّ تصرفاته قد تؤثر على الآخرين.

كن مواطناً صالحاً يهتم بأمور مجتمعه:

الاهتمام بما فيه خير المجتمع والمشاركة بنشاط لتحسين الأوضاع.

الوطنية هي أمرٌ مهم. معرفة الحقوق والمسؤوليات الخاصة بك؛ والتصويت والعمل التطوعي ...

دور الوالدين:

1. ناقش مسألة المواطنة مع أطفالك.
2. المشاركة في أنشطة بناء المجتمع.
3. اصطحب أطفالك معك عند القيام بأنشطة معينة مثل التصويت.

كيف يمكن للوالدين مساعدة الأطفال على تكوين الشخصية؟

1. حدِّد ووضِّح معايير عالية وتوقعات واضحة.
2. دربهم على تحمُّل المسؤولية.
3. استخدم المواد الأدبية لتعزيز القيم مثل قراءة القصص

بعض الأنشطة التي يمكن للآباء القيام بها مع أطفالهم

1. التعرُّف على الآخرين
2. الهدايا
3. قول الحقيقة
4. الاستمرار في المحاولة
5. الكلمات السحرية:
   - شكراً لكم، من فضلكم، اسمحوا لي
   - المصافحة
   - التخلي عن مقعدك للنساء الحوامل أو الأشخاص المتقدمين في السن أو الأطفال
6. مساعدة الآخرين
7. إذا فعلت شيئاً خاطئاً أمام طفلك، كن صادقاً وناقش مع طفلك ما قمت به. قُل أنك آسف.
8. شاركه القصص.

العنف والأطفال / كيفية تربية الأطفال في ظل العنف السياسي

- ابتُليت منطقتنا بالحروب والاضطرابات السياسية والإرهاب
- إنَّ تبعات هذه الأوضاع تؤثر سلباً على الجميع، والأطفال ليسوا بمنأى
- حتى أولئك الأطفال الذين لا يعيشون الصراع بشكل مباشر فهم عادةً ما يسمعون عنه من أصدقائهم ويشاهدونه على التلفاز الخ
- في البلدان المنكوبة بالحرب، اقتلع الأطفال من مدارسهم وفقدوا براءتهم
- لم يعد لديهم القدرة على الحصول على حياة مستقرة طالما أنَّهم يعيشون في منطقة مليئة بالحروب، والتعافي من تلك الأوضاع قد يكون أمراً شائكاً
- لا يشعرون بالحماية وهم في حالة مستمرة من الخوف

كيف يتفاعل الأطفال الصغار مع الصدمات:

- قد يعود الطفل إلى عادة مصّ الإبهام أو التبوُّل ليلاً
- ربما يصبح لديه خوف من الغرباء أو الظلام أو الوحوش. ومن الشائع إلى حدٍ ما بالنسبة للأطفال في سن ما قبل المدرسة أن يصبحوا متعلقين بشكل كبير بأحد الوالدين، أو المعلِّم
- قد يتحدثون عن الصدمة مراراً وتكراراً في لعبهم أو سرد القصص المبالغ بها
- قد تتغير عادات الأكل والنوم
- قد يعانون كذلك من أوجاع وآلام لا يمكن تفسيرها
- أعراض أخرى يجب مراقبتها مثل السلوك العدواني أو الانطواء أو فرط النشاط أو صعوبات في النطق أو العصيان

الأطفال من سن 6-10 سنوات:

- قد يخشون الذهاب إلى المدرسة والتوقف عن قضاء الوقت مع الأصدقاء
- مشاكل في التركيز والانتباه بالإضافة إلى الأداء السيئ في المدرسة
- العدوانية دون سبب واضح
- القيام بتصرفات أقل من أعمارهم

الشباب والمراهقين من 11-19 سنة:

- قد تكون إجابتهم المعتادة "أنا بخير" أو حتى التزام الصمت عندما يكونوا مستاءين
- ربما يشكون من آلام جسدية لأنهَّم لا يستطيعون تحديد ما يزعجهم فعلاً

- تقديم الحجج في المنزل و / أو في المدرسة، ومقاومة أي هيئة أو سلطة
- قد ينخرطون كذلك في سلوكيات خطرة مثل تناول الكحول أو المخدرات

بعض النصائح لمساعدة طفلك على العودة إلى المسار الصحيح:

- توفير مساحة آمنة لطفلك
- التأكُّد من أن أدائه التعليمي في المسار الصحيح
- ساعد طفلك على تلبية احتياجاته. اسمح له التعبير عن مشاعره
تقبَّل مشاعره وأخبره أنَّ الشعور بالحزن أو الاضطراب، أو الاستياء هو أمرٌ عادي
- دعه يطرح الأسئلة
- بالنسبة للأطفال الأصغر سناً قيِّد من مدى مشاهدتهم للأخبار
- يستطيع البالغون مساعدة الأطفال والشباب في إيجاد الجانب الإيجابي
- قد يتعامل الأطفال بشكل أفضل مع الصدمات أو الكوارث من خلال مساعدة الآخرين
- تأكَّد من أنَّك تُطبِّق القواعد والضوابط التي فرضتها عليهم
- إدارة عواطفك الخاصة والرعاية الذاتية
- تأكَّد من أنَّ طفلك يطلب المساعدة النفسية كلَّما أمكنه ذلك

مساعدة الأطفال على تبني ثقافاتهم ودينهم

- تعليم الأطفال ثقافتهم ودينهم أمرٌ مهم
- بغض النظر عن أي ديانة ينتمون لها، إلا أنَّ ذلك يشجعهم على أن يكونوا أفراداً سليمين وسعداء وطيبين
- قد يساعد الدين الأفراد في اجتياز الأوقات الصعبة، مثل حالات الوفاة أو الحوادث المأساوية في الأسرة وهو أيضاً وسيلة للتفكير والتأمُّل
- من شأن الدين أن يساعد الأطفال على عدم الالتفات إلى الأمور المادية، وتقدير الأفكار الأكثر تجريداً
- لا تدَّعي بأنَّك تعرف الإجابة على كل سؤال أو أنَّك تفهم تماماً كل شيء
- اجعل من تعلُّم الدين والثقافة أمراً ممتعاً لطفلك، بدلاً من أن يكون عملاً روتينياً مملاً.
- اقرأ لهم القصص وابدأ حواراً معهم حول الأخلاق المستقاة من هذه القصة
- يدعم الدين بناء أسرة سليمة وسعيدة، ويتضمن تعليمات حول كيفية توفير الحب والحنان للأطفال وعدم إساءة معاملتهم
- يُعزِّز الدين أيضاً سمات عظيمة مثل:
  - الاحترام

- الكلمات الرقيقة
- المودة والمساعدة
- حقوق الأطفال
- حقوق التعليم وغير ذلك

- الثقافة
  - ينبغي تدريس الأطفال احترام ثقافتهم والثقافات الأخرى
  - ينبغي تدريسهم القيم والمعنى التاريخي وراء مختلف التقاليد
  - من المهم تحدِّي ومواجهة أي من القوالب النمطية التي قد تكون لدى طفلك (وكذلك أنت) بشأن الثقافات الأخرى
  - علِّمهم الاستمتاع بالجمال وتقدير الثقافات الأخرى مع الحفاظ على ثقافتهم والافتخار بها
  - ساعد طفلك على فهم الثقافات الأخرى من خلال :
    - امنحهم فرصة الاطلاع على الثقافات الأخرى بشكلٍ مباشر
    - وضِّح لهم الأنواع المختلفة من الفن من مختلف الثقافات
    - وفِّر لهم الكتب للقراءة حول الثقافات المختلفة
    - أطلعهم على أماكن العطلات المختلفة وعرِّفهم بها
    - أطلعهم على مختلف المأكولات
    - مرةً أخرى، يحرص الأطفال على تقليد والديهم، لذلك حاول أن تكون لديك عقلية منفتحة
    - علِّمهم الاحترام وعدم السخرية من التقاليد أو الثقافات

استراتيجيات لتنشئة طفل ناجح 1

- يريد أولياء الأمور تربية أطفالهم بحيث يكونوا أفراداً ناجحين وواثقين وسعداء
- هي مهمة صعبة ولكن يمكن تحقيقها، وينبغي ألا يُستهان بها
- قد يكون هنالك خصائص وراثية تجعل من الطفل ناجحاً بعكس الآخرين، ومع ذلك، هناك الكثير من الأمور المُثبتة علمياً التي يمكن للوالدين القيام بها

1 . مساعدتهم على بناء شخصية مصقولة

في أواخر الستينيات وأوائل السبعينيات، قام أستاذ في جامعة ستانفورد Walter Mischel بإجراء تجارب مارشميلو الشهيرة.
في هذه الدراسات، عُرض على طفل الاختيار بين مكافأة صغيرة واحدة يحصل عليها على الفور أو مكافئتين صغيرتين يحصل عليها بعد فترة قصيرة، حوالي 15 دقيقة، خلال هذه الفترة يغادر الفاحص الغرفة ثم يعود إليها.

أكثر من 600 طفل شارك في التجربة، عدد قليل منهم قاموا بتناول المارشميلو على الفور.

من بين أولئك الذين حاولوا الانتظار، ثلثهم أجّلوا إشباعهم طويلاً لحين الحصول على المارشميلو الثانية.

فما هي أهمية هذا الأمر؟
في دراساتٍ لاحقة، وجد الباحثون أنَّ الأطفال الذين كانوا قادرين على الانتظار لفترة أطول للحصول على المكافآت المفضلة لديهم فإنَّهم على الأرجح سوف يحققون نتائج أفضل في الحياة، إذا ما قيست من ناحية التحصيل العلمي في امتحان SAT وأمور الحياة الأخرى.

لذا، كيف يمكنك مساعدتهم على تطوير شخصية مصقولة؟

1 . ثمِّن بذل الجهد على تجنّب الفشل.

اكتشف عالم نفس في جامعة ستانفورد كارول دويك أنَّ الأطفال (والكبار) يفكرون في النجاح في واحدة من طريقتين:

"**عقلية ثابتة**" تفترض أنَّ شخصيتنا وذكائنا وقدرتنا الإبداعية هي معطيات ثابتة لا نستطيع تغييرها

وحيث أنّ النجاح هو تأكيد على الذكاء الكامن، يصبح السعي نحو تحقيق النجاح وتجنب الفشل بأي ثمن طريقة للحفاظ على الإحساس بالذكاء وامتلاك المهارة.

"**عقلية النمو**"، تزدهر على التحدي وترى الفشل ليس دليلاً على عدم الذكاء ولكن كنقطة انطلاق

وإذا قيل للأطفال أنَّهم تفوقوا في اختبارٍ ما بسبب ذكائهم الفطري من شأن ذلك أن يخلق عقلية "ثابتة"

لذلك ركِّز على الجهد وليس فقط على النتيجة "حازم، لقد قمل بعمل رائع في دراسة الامتحان" .

2– ضع لهم هدفاً صعباً
3– هم سيفشلون حتماً، مهمتك تتمثل في مساعدتهم على إدراة الفشل
4– ذكّر أطفالك أنَّ الفشل ليس شيئاً ينبغي أن نخشى منه وليس شيئاً دائماً
5– ساعدهم على تقدير نقاط القوة الخاصة بهم، ذكِّرهم بالمرات السابقة التي تمكنوا فيها من النجاح بعد الفشل

2. علِّم أطفالك المهارات الاجتماعية.

تابع باحثون من جامعة ولاية بنسلفانيا وجامعة ديوك (Duke University) أكثر من 700 طفل تتراوح أعمارهم بين رياض الأطفال وسن 25

ووجدوا ارتباطاً كبيراً بين المهارات الاجتماعية عند الأطفال في عمر الروضة ونجاحهم كبالغين بعد عقدين من الزمن.

وأظهرت الدراسة التي استمرت لمدة 20 عاماً أنَّ الأطفال الأكفّاء اجتماعياً الذين يمكنهم أن يتعاونوا مع أقرانهم:

كانوا مفيدين للآخرين وتمكنوا من فهم مشاعرهم وحل مشاكلهم بأنفسهم

يمكنك مساعدة طفلك على تحسين مهاراته الاجتماعية من خلال:
منحه فرص التفاعل مع الآخرين
وتشجيعه على القيام بأشياء عينية
ووضع نماذج حول كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة

3. امتلك توقعات عالية.

استخدم الأستاذ نيل هالفون Neal Halfon

وزملائه من جامعة كاليفورنيا في لوس انجليس البيانات المستخدمة في دراسة حول 6600 طفل ولدوا في عام 2001 وتبين أنَّ توقعات الآباء لأطفالهم لها تأثير كبير على التحصيل.

الأستاذ نيل قال في تصريحٍ له: "الآباء الذين رأوا مستقبل أطفالهم في الكلية يبدو أنَّهم ينشئون أطفالهم تجاه هذا الهدف بغض النظر عن دخلهم والأصول الأخرى التي يمتلكونها".

هذا يتماشى مع آخر النتائج النفسية: تأثير بجماليون Pygmalion effect

الذي ينص على "أنَّ توقعات شخص ما لشخص آخر قد تأتي لتكون بمثابة نبوءة تحقق ذاتها".

بالنسبة للأطفال، يستطيعون الارتقاء إلى مستوى توقعات والديهم.

4. تطوير العلاقة مع أطفالك

وجدت دراسة في عام 2014 حول 243 شخصاً ولدوا في الفقر أنَّ الأطفال الذين تلقوا "الرعاية الحساسة" في سنوات عمرهم الثلاث الأولى لم يكن أداؤهم أفضل فقط في الاختبارات الأكاديمية في مرحلة الطفولة، ولكن كان لديهم علاقات صحية أفضل وزيادة في التحصيل الدراسي في عمر الثلاثينات.

يستجيب الآباء الذين يقدمون الرعاية الحساسة لإشارات طفلهم على وجه السرعة وبشكل مناسب" و "توفير قاعدة آمنة" للأطفال لاستكشاف العالم.

5. علِّم أطفالك الرياضيات في وقت مبكر

وجدت دراسة أجريت عام 2007 حول 35،000 طفل في مرحلة ما قبل المدرسة في جميع أنحاء الولايات المتحدة وكندا وإنجلترا أن تطوير مهارات الرياضيات في وقت مبكر يمكن أن يتحول إلى ميزة كبيرة.

6. تحقيق مستويات التعليم العالي.

عالم النفس ساندرا تانغ في جامعة ميشيغان وجدت في دراسة عام 2014 أنَّ الأمهات الذي أنهوا المدرسة الثانوية أو الكلية كانت أكثر عرضة لتنشئة أطفالهم على هذا النحو.

وقد لوحظ هذا من قبل علماء آخرين. في دراسة طويلة عام 2009 حول 856 شخصاً في نيويورك، وجد عالم النفس اريك دبو أنَّ

"المستوى التعليمي للوالدين عندما يكون الطفل في عمر 8 سنوات يتوقع نجاح تعليمي / مهني كبير للطفل بعد 40 عاماً."

7. حاول تحقيق وضع اجتماعي اقتصادي أعلى.

لاحظ Dan Pink أنَّه كلما ارتفع دخل الوالدين، كلما ارتفعت نتائج الأطفال في اختبار SAT.

ليس الفقر في حد ذاته هو الذي يؤثر على الأطفال إلا أنَّ الإجهاد الذي يأتي معه.

استراتيجيات لتنشئة طفل ناجح 2

8. قُم بإدارة الصحة العقلية الخاصة بك، قلِّل من توترك.

وجدت عالمة الاجتماع Kei Nomaguchi أنَّ "تعرَّض الأمهات للإجهاد، وخصوصاً عندما تشعر الأمهات بالتوتر بسبب ضغط العمل ومحاولة تخصيص وقت مع الأطفال، هذا في الواقع قد يؤثر على أطفالهم بشكل سيء"

العدوى العاطفية أو ظاهرة نفسية حيث يلتقط الأشخاص مشاعر بعضهم البعض

تظهر الأبحاث أنَّه إذا كان صديقك سعيداً، من شأن ذلك أن يسعدك أنت كذلك

إذا كان أحد الوالدين يشعر بالإرهاق أو الإحباط، فإنَّ الحالة العاطفية قد تنتقل للأطفال.

9- امدح أطفالك باعتدال:

- ينبغي عليك بكل تأكيد أن تثني على طفلك للقيام بشيء جديد أو صعب، ولكن لا تبالغ في ذلك
- إذا اعتاد طفلك على المدح والثناء تجاه كل عمل يقوم به، فإنَّه لن يعرف أي الإنجازات تستحق الاحتفال بها
- قد لا يكترث طفلك بمجاملاتك إذا كانت مبالغ بها ولن يأخذها على محمل الجد.

- حاول أن تكون محدداً بمجاملاتك

10- دع طفلك ينقذ نفسه بنفسه

- من الطبيعي والمعتاد أن تهرع لإنقاذ طفلك كلما تعرض لسوءٍ ما، سواءً كان جسدياً أو عاطفياً

- يجب أن تُعلِّمه أن يدافع عن نفسه، حيث أنَّ ذلك سوف يبني الثقة في شخصيته
- ينبغي أن يدرك الطفل أنَّ الفشل هو جزء طبيعي من الحياة، ويجب أن يتعلم كيفية استعادة توازنه

11- اسمح له باتخاذ قراراته بنفسه

- كلما سنحت لك الفرصة في السماح لطفلك الاختيار من بين الخيارات المختلفة، سوف تكتسب الثقة في قراراته

12- كن إيجابياً

- تابع الأمور الجيدة التي يقوم بها طفلك "عمرو، لقد لاحظت أنَّك أعدت كل ألعابك مكانها بعد أن انتهيت منها" .
- خلال الأوقات الصعبة، قد يشعر طفلك بالهزيمة أو بخيبة الأمل، ولكن كن حريصاً على أن يشعر مرة أخرى بالتفاؤل
- قدِّم له المشورة المفيدة والإيجابية كلما شعر بالإحباط
- اشرح له أنَّ كل شخص لديه نقاط القوة والضعف الخاصة به، والهزيمة لا تعني أنَّ عليك الاستسلام، لكن عليك الاستعداد وبذل جهد أكبر لتحقيق هدفك

13- شجِّع اهتماماته

- اخلق فرصاً لطفلك ليكون ناجحاً
- اجعل طفلك يمارس الأنشطة المختلفة
- الأطفال الذين يشعرون بالحماس تجاه أمرٍ ما، بغض النظر عمَّا هو الأمر، يميلون إلى أن يكوتوا فخورين بذلك

14- شجِّع التصرفات التي فيها إيثار

- إذا كانوا يشعرون بأنهم قادرين على إحداث فرق، هذا سيساعدهم على رفع الروح المعنوية وثقتهم بأنفسهم

- شجِّع العمل والنشاط التطوعي.

15- ساعد طفلك على حل المشكلة

- إذا أتى طفلك إليك بمشكلة ما، اسأله حول ما يراه مناسباً لحل هذه المشكلة

16- ثق بهم

- بيِّن لهم أنَّك تثق في أحكامهم وقراراتهم
- لا تبين لهم أنَّك تؤمن في قدراتهم

- تجنب الأمور التالية:

- توجيه الانتقادات لهم ولكن انتقد التصرفات "أنت صبيٌ سيئ مقابل لقد فعلت شيئاً سيئاً"

- التشكيك باستمرار حول قدراتهم
- الإشادة فقط بأفعالهم، بدلاً منهم كأفراد
- إعاقة اهتماماتهم في استكشاف المصالح الأخرى
- مقارنتهم بالأطفال الآخرين أو أشقائهم