

مرحباً أيها الآباء والأمهات:

بناء الشخصية هو استثمار متعمد في تعزيز الصفات الإيجابية والمفيدة في الإنسان. تهدف إلى تطوير النزاهة والأخلاق التي لا تفيد الفرد فحسب بل المجتمع. في هذه النشرة، سنقدم بعض الأنشطة لبناء الشخصية المثيرة للاهتمام المتعلقة بقيم الحياة المهمة، والتي ستساعد الأطفال على تطوير شعور قوي بالذات وتقوية ذكائهم العاطفي.

الأنشطة:

الأطفال من (٣ أشهر - ١٨ شهراً)

كن لطيفاً

المواد:

حيوانات محشوة

التعليمات:

دع طفلك يلعب مع حيوان محشو.

علم طفلك أن يكون لطيفاً، من خلال عمل هذه السلوك. على سبيل المثال، لمس الحيوان المحشو برفق بينما تقول "بلطف".

ساعد طفلك على إدراك أن حركاته ونبرة صوته لا تقل أهمية عن اللمسة اللطيفة.

إضغط هنا للإستماع إلى أغنية "Sharing is Caring".

الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

حفلة شاي من فضلك وشكراً

المواد:

مجموعة من (الفناجين، والصحون، والملاعق، و اطعمة البلاستيكية، وما إلى ذلك).

التعليمات:

قم بإعداد حفلة شاي مع طفلك.

تظاهر بمشاركة الطعام والشراب مع طفلك، وكن قدوة للأخلاق الحميدة.

شجعهم على قول "من فضلك" عندما يطلبون الطعام والشراب، وأضف "شكراً لك" و "مرحباً بك" عندما يشاركون طعامهم أو شرابهم.

إنتهز الفرص أثناء أوقات الوجبات والروتين اليومي لممارسة الأخلاق الحميدة مع طفلك.

إضغط هنا للإستماع وتعلم خطوات الرقص إلى "kindness song".

إضغط هنا للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٢.٥ - ٥ سنوات)

دمية حل المشاكل

المواد:

دميتان

التعليمات:

فكر مع طفلك في مواقف يمكن أن تؤدي إلى الجدل. على سبيل المثال، الجدل حول لعبة (يمكنك استخدام سيناريوهات حقيقية مر بها طفلك).

إستخدم دمتين، واحدة لك والأخرى لطفلك، لتمثيل السيناريو المختار.

أخبر طفلك، "هذه دمي حل المشاكل. كل واحدة تعتقد أنه قد حان دورها للحصول على اللعبة. دعنا نساعدهم في حل المشكلة".

أوقف لعب دور الدمى في مرحلة حرجة من الجدل وأطلب من طفلك تقديم اقتراحات حول طرق حل النزاع.

إدمج هذه الاقتراحات وأكمل المسرحية.

ناقش مع طفلك الاقتراح الذي يعتقد أنه يعمل بشكل أفضل.

إستخدم الدمى لتمثيل الجدل يساعد الأطفال على تجربة السلوكيات والكلمات المستخدمة في تنفيذ الحلول.

إضغط هنا لقراءة "What Does It Mean to Be Kind" بقلم رنا ديوريو .

الأطفال من (٤ - ٦ سنوات)

شجرة الشكر

المواد:

ورق ملون

خيوط

غصن أو فرع شجرة صغير

مقص

مزهرية

آلة لصنع الثقوب

حصي

أقلام تلوين

التعليمات:

إرسم أوراق شجرة كبيرة على الورق الملون وقصها.

إعمل ثقب في أعلى الورقة ثم أدخل قطعة من الخيوط في الثقب وأربطها.

ضع الحصى في المزهرية لتثبيتها ثم أغرز فرع الشجرة فيها.

دع طفلك يرسم أو يكتب عن شيء واحد يشعر بالإمتنان له على ورقة واحدة ثم يعلقها على الفرع.

دع أفراد الأسرة الآخرين يصنعون أوراقهم أيضاً.

إستمر في إضافة ورق الشكر للفرع كل يوم حتى تصبح شجرة كبيرة.

إضغط هنا لقراءة "Have You Filled a Bucket Today" بقلم كارول ماك.

الأطفال من (٦ - ١٢ سنوات)

قوة الكلمات

المواد:

ورق

أقلام رصاص أو أقلام تلوين

مجلات قديمة

التعليمات:

قم بعمل قائمة لشخصية بسمات مختلفة تعتقد أنها مهمة. على سبيل المثال: لطيف، صادق، محترم، متعاطف، رحيم، واثق من نفسه، متعاون، وما إلى ذلك.

إختر كلمة واحدة في كل مرة، وإكتشف معناها، وفكر في موقف تكون فيه سمة هذه الشخصية مهمة. إرسم صورة توضح ما تعنيه الكلمة أو كيف تبدو في الواقع (يمكنك إستعمال الصور من المجلات وإنشاء

مجموعة من الصور لتوضيح معنى الكلمة).

عندما تجمع السمات مع الرسوم التوضيحية، أكتب قصة لوصف السلوكيات الإيجابية.

إضغط هنا للمزيد من الأنشطة لبناء الشخصية.

نصيحة اليوم:

كن قدوة للسلوكيات الإيجابية في المنزل من خلال الأعمال والاختيارات اليومية.

إستخدم اللحظات القابلة للتعليم لإثارة نقاشات عائلية حول المسؤولية، والتعاطف، والطف والرحمة.

أخبر قصصاً من الأدب والحياة الواقعية، وشجع طفلك على مشاركة أفكاره ومعتقداته وإهتماماته.

خذ لحظات قليلة كل يوم أو كل أسبوع للتحدث مع عائلتك عن الأشخاص أو الأحداث التي تشعر

بالإمتنان لها.

