مراحل تطور الطفل في عمر السنة الى الثلاث سنوات
مقالة

تعليم طفلك المشاعر في مرحلة الروضة

يوليو 7, 2021

يختبرُ طفلك عند بلوغه مرحلة الروضة مئات من المشاعر كلّ يوم، ويمكنك مساعدته في تفسير مشاعره وتقديم الدعم له لكي يتمكن من التعامل مع هذه الأحاسيس.

يختبرُ طفلك عند بلوغه مرحلة الروضة مئات من المشاعر كلّ يوم، ويمكنك مساعدته في تفسير مشاعره وتقديم الدعم له لكي يتمكن من التعامل مع هذه الأحاسيس. فمن خلال مساعدة طفلك في التعبير عن مشاعره بشكل أفضل، تمنحينه الأدوات الاجتماعية والعاطفية للتعامل مع حالات التوتر ولفهم نفسه بشكل أفضل.

علّميه أوّلًا الكلمات المناسبة لوصف مشاعره وأحاسيسه. لا تعقّدي الأمور: فلتقتصر المشاعر على الغضب، والسعادة، والخوف، والحزن. ولكن استخدمي أيضًا بعض الوصف مثل "أشعر بالجوع، والإحباط، والحماس، إلخ. فقدرته على وصف مشاعره تساعده في التعبير عنها. (نصيحة: ابتكري جدولًا مخصصًا للمشاعر مع بعض الرسومات البسيطة، وضعي تحت كلّ رسم اسم الشعور المناسب. سيعلّم هذا طفلك أن يحدّد ما هو شعوره عن طريق الإشارة إلى الصورة ببساطة.)

في المرحلة الثانية، حاولي إدخال المشاعر التي يتعلمها في سياق قصّة أو ضمن إطار نشاط يقوم به. سيسمح لك ذلك باستخدام بعض المشاعر التي تختبرُها الشخصيات في القصة، أو أن تركّزي على طريقة تفاعل طفلك مع أجزاء معينة من القصة.

لا تدعيه يشعر بالذنب أو العار. اسمحي له بالتعبير عن نفسه كما يريد، من دون أن يساوره القلق بشأن حكمك عليه في حال انتابته مشاعر معينة. شجّعيه على التعبير عن مشاعره بشكل مناسب عوضًا عن كبتها أو التعبير عنها بشكل مؤذٍ.

شاركي مشاعرك معه، وذلك عبر استخدام لغة وصفية هادئة. سيكتشف المشاعر من خلال اختبارها بنفسه، ولكن أيضًا من خلال رؤيتك وأنت تتفاعلين مع مختلف الأوضاع والأمور.

المرجع:

http://www.livestrong.com/article/169456-how-to-teach-preschool-children-about-emotions-feelings/

شارك الآن