

## كتاب تحت عنوان

# " مساعدة الأطفال على اتخاذ قرارات حكيمة وتقليل سلوكيات المخاطرة "

الأطفال يتخذون القرارات في كل ساعة من كل يوم، ما يقرؤنه، وما يرتدونه، والمكان الذي يجلسون فيه ، وما يقولونه وأغلب هذه الاختيارات تكون روتينية وجزء كبير منها يكون غير مهم بصورة نسبية وعلى الرغم من أنه لاشئ يمكن أن يضمن سلامة وأمان الطفل فإن هناك شيئاً واحداً مؤكداً هو إنه عندما يختار الطفل بحكمة تقل السلوكيات الخطيرة تلقائياً.

إن غريزة البقاء والحفاظ على النفس قوة فعالة ومؤثرة لكن هناك تأثير قوي أيضاً للإعلانات ووعود المتعة الفورية التي تغرينا بتناول الأطعمة الخفيفة وملء رئاتنا بالمواد الكيميائية القاتلة والإقدام على مغامرات حمقاء بحثاً على الأثر السريعة والأطفال اللذين لم يتم تدريبهم تدريجياً موجهاً على الإختيار واتخاذ القرار من سن مبكرة يكونون أكثر عرضة للإختيار من منطلق العادة أو الهوى بدلاً من التفكير المنظم في البدائل وعواقبها المحتملة وكلما زاد تعقيد المشكلة زادت أهمية قدرة الطفل على استخدام طريقة منطقية وواعية في اتخاذ القرار وبدون هذه القدرة لن يكون أمامه مساحة كبيرة للإختيار سوى أن يترد إلى العادات القديمة أو ينساق وراء القطيع.

مثل الكبار يقدم الأطفال على اتخاذ قرارات يومية بطرق شتى وبحرية أو بالغضب أو بشكل عرضي أو بعد دراسة أو بانتباه أو بحكم العادة أو بمرح أو بحكمة أو بتهور وبين الحين والآخر قد يؤدي اختيار سئ إلى نتيجة جيدة ولكن وكما يدرك كل انسان عانى من عواقب قرار أحمق فإن النتائج الطيبة لا تتحقق عادة إلا عن طريق اتخاذ قرار واعٍ وحكيم.

## العوامل التي تؤثر على اتخاذ القرار

ربما كانت ابسط صورة للاختيار هي الإختيار بين (نعم و لا) أو بين فعل شئ معين وتركه ولكن عندما تفكر في الاسئلة التي يحتمل ان تغير مجرى الحياة والتي يمكن الاجابة عنها (بنعم او لا) لا يعود الأمر بنفس هذه البساطة فاختيار الطفل بين (نعم ولا) بشأن المخدرات مثلاً أمر يتضمن متغيرات عديدة من بينها :

(تقدير الذات - القدوة - القيم - الذكاء العاطفي - الشعور بالقوة - مهارات المقاومة والرفض - المسؤولية - المعلومات وتأثير وسائل الاعلام - القدرة على استخدام عملية صنع القرار وحل المشكلات - نظام الدعم - ادارة الغضب - ادارة الضغط والتوتر - الحفاظ على الصحة والسلامة).

وهذا الكتاب يقوم على معتقتين الأولى هي أن "الاختيار الحكيم عملية يمكن تعلمها وتعليمها" والثانية هي أن "عملية تنمية مهارة اتخاذ القرارات بحكمة تقلل بشكل تلقائي من السلوكيات الخطيرة"

ومن خلال التركيز على الأمور الأساسية مثل تقدير الذات والقوة الشخصية يعطي المؤلفون توجيهات ومعلومات أساسية عن الصحة والسلامة بينما يوضحون المهارات الضرورية لإتخاذ القرارات. كما أن الأنشطة ممتعة وجذابة وفي الوقت نفسه تحتوي على قدر كاف من المعلومات المهمة والتدريب المهاري لتمكين الأطفال حتى المتسرعين والندفعين منهم من اتخاذ القرارات بحكمة.

### كيف يمكن للأنشطة الواردة في هذا الكتاب أن تفيد

كما يوحي العنوان أن هذا الكتاب له هدفان الأول "هو مساعدة الأطفال على تعلم الإختيار وإتخاذ القرار بحكمة" والثاني "هو تقليل السلوكيات الخطيرة". وفي حين أن الإختيار الحكيم يقلل تلقائياً السلوكيات الخطيرة فإن العديد من المخاطر المقترنة بالنمو والبلوغ في عالمنا الحالي يستحق التأمل والتركيز الواعي ولهذا السبب هناك أنشطة معينة في هذا الكتاب مخصصة لإعطاء المعلومات المتعلقة بمخاطر التدخين والاستخدام الآمن للعقاقير غير الموصوفة من قبل الطبيب وهناك أنشطة أخرى لتعليم الاطفال كيفية الاستجابة للمواقف الطارئة والخطيرة وكيفية مقاومة ضغط النظراء والأقران من خلال التواصل الحاسم ومهارات الرفض التي يتم التدريب عليها بشكل جيد .

يتناول الكتاب أيضاً الكثير من العوامل التي تؤثر على الإختيار فالأنشطة تبنى تقدير الذات وتعزز اختيار اسلوب الحياة الصحى السليم وتقدم استراتيجيات للتحكم في الضغط والتوتر وتعلم مهارات صنع القرار وحل المشكلات وتتعامل بصدق مع مسألة التحكم في الغضب وتشجع على استخدام القدوة الإيجابية والاستفادة من أنظمة الدعم الواسعة.

### كيفية استخدام الأنشطة

بالرغم من ان الأنشطة مرتبة بتتابع منطقي فلك مطلق الحرية في تطبيقها بأي ترتيب تريده فكل نشاط هو نشاط مستقل بذاته مع قليل جداً من الاستثناءات وجميع الأنشطة مصممة للاستخدامها مع الأطفال في الصفوف من الثالث الى السادس وفي التوجيه والارشاد وفي الفصل والمواقف الجماعية الأخرى، وسوف يعطيك الكتاب استعراض سريع لهذه الأنشطة رؤية واضحة لصعوبتها النسبية سواء فيما يتعلق بالإعداد من أجلك أو فيما يتعلق بالتحدي والإثارة من أجل الأطفال لذا من فضلك اختار وعدل الأنشطة بما يتوافق مع قدرات واهتمامات واحتياجات الأطفال وفيما يتعلق بتوليد البدائل وتقييم الاختيارات يمكن ان يكون الأطفال مصدر رائع لبعضهم البعض فجميع الأنشطة الواردة في هذا الكتاب تشجع على مستوى معين من التعلم الجماعي، والمناقشات الجماعية والتمرينات الثنائية والثلاثية والتمثيل والألعاب هي بعض الطرق التفاعلية المستخدمة، وقيامك بتسهيل وتعديل هذه الأنشطة بمهارة من جانبك سيعزز قيمتها التعليمية ويزيد من استمتاع جميع المشاركين فيها.