Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

// Zukunftsministerium
Was Menschen berührt.

ثمان أمور...
تقوّي
التربية.

EDUCATION
MAKES YOU
STRONGER

ثمان أمور...
تقوّي
التربية.

الفهرس.

مقدمة _____ 5

ما هي التربية؟ _____ 6

ثمان أمور تقوي التربية. _____ 8

التربية حب ممنوح. _____ 9

التربية خصام مسموح. _____ 10

التربية إنصات ممكن. _____ 12

التربية رسم للحدود. _____ 13

التربية مجال حر. _____ 15

التربية إحساس ظاهر. _____ 17

التربية وقت مملوك. _____ 18

التربية تشجيع معقول. _____ 20

نصائح ومساعدات من أجل أسر قوية. _____ 22

الآباء الأعزاء،

تمثل العائلة أهم عامل مؤثر في التطور الاجتماعي والعاطفي لأطفالنا. إلا أن العائلات تقع دائمًا تحت وطأة ضغوط هائلة ومتنوعة: فالأمر لا ينحصر في ضغط الوقت والتنظيم فحسب، وإنما أيضًا في ضغط الرغبة في النجاح وتحقيق الإنجازات. وبالتالي يعد إنجاب الأطفال وتربيتهم تربية جيدة بمثابة مهمة تقتضي تحقيق الكثير من المتطلبات. ولهذا، فإن هذا الدليل مصمم خصيصًا ليقدم لكم الدعم اللازم في هذا الشأن.

تتمثل فكرة كتيب "اكتسب قوتك بالتربية" في تعزيز مهاراتكم في التربية.

بوصفكم آباء، أنتم تمثلون أهم قدوة أمام أطفالكم وأقرب أشخاص يمكن أن يتعلقوا بهم. ولكي نضمن أن الأطفال أصبحوا شخصيات قوية ومستقلة، فإن هذا الدليل يقدم "ثمانية أشياء تجعل الأطفال أقوياء". فثمة أمور عديدة، من بينها إظهار الحب والتعبير عن المشاعر وتعزيز الثقة، هي أمور أساسية لنجاح التربية، ولكن من الأهمية بمكان تحقيق التوازن بين منح الحرية ووضع الحدود.

وبالإضافة إلى النسخة الصادرة باللغة الألمانية فإن كتيب "اكتسب قوتك بالتربية" متوفر أيضًا بست عشرة لغة أجنبية ومكتوب بلغة مبسطة. ونحن نأمل أن تنتفعوا بهذا الكتيب كدليل مفيد في حياتكم اليومية، ونتمنى لكم كل النجاح في المهمة المبهجة ذات المسؤولية والمتمثلة في تربية طفلكم على أن يكون فردًا يتحلى بالثقة بالنفس ويتمتع بالخبرة والكفاءة على الصعيد الاجتماعي.

Emilia Müller
إميليا مولر
وزيرة الدولة

Johannes Hintersberger
يوهانس هينترسبرجر
وكيل وزارة

ما هي التربية؟

بادئ ذي بدء: لا تقتصر التربية على الوالدين فقط. بل هي مسؤولية الجميع. لأنها واجب المجتمع بأكمله. فواجب التربية يكمن في تقوية مدارك الطفل تجاه العديد من الأشياء: كي يمسك بزمام أمور الحياة ويواجه التحديات ويربط العلاقات ويتغلب على الصدمات ويتقبل رأي الآخر وأشياء أخرى. وهذا يعني قبل كل شيء. تزويد الطفل بكل ضروريات الحياة. فهو في حاجة للمأكل والملبس وللأمن ولإمكانية استكشاف العالم. وتتضمن التربية كذلك التعارض البنَّاء. كي يسهل على الأطفال. إناثا وذكورا اكتساب العلم والمقدرة. ويجب على الطفل خوض التجارب. كما أنه في حاجة أثناء شق طريقه لصحبة يركن إليها كي يتمكن من أخذ مكانه داخل مجتمعنا.

ويتخذ الأطفال العديد من الأشخاص المحيطين بهم قدوة يحتدون بها. فقد يكون: الوالدان أو المربيون برياض الأطفال والمدارس والمؤسسات أو التجمعات الشبابية. وقد يكونوا أشخاصا آخرين يصادفونهم في حياتهم أو نماذج تقدمها وسائل الإعلام. والأهم من ذلك كله. هم الكبار الذين يعاشرونهم لأن سلوكهم بالغ الأثر في نفوس الصغار.

ويتحمل الآباء العناية الكبيرة من أجل سعادة أبنائهم. فالتربية إذن لا تعني لهم الواجبات. ولكن تعني كذلك امتلاك الحق. ومثلما للأطفال الحق في التمتع بظروف معيشية إيجابية. فللمربين كذلك الحق في المساندة من طرف المجتمع.

التربية مسلسل متجدد ومشوق. قد تكون في بعض الأحيان متعبة فعلا ولكنها قبل كل شيء ممتعة ومهمة بالنسبة للمجتمع. فبالتربية الدائمة يستفيد العالم من الأطفال أكثر والأطفال بدورهم يستفيدون من العالم أكثر.

يحتاج للآباء من أجل تربية ناجحة

- لأجواء مناسبة: تحتاج الأسرة إلى فضاء مكاني كافي وعمل قار وإعالة مادية وإمكانات إشراف جيد على الأطفال. وإلى وسط عائلي هادئ.

- المساعدة والمؤازرة: من حق الآباء من حين لآخر أن يُخفف عنهم العبء. ففي بعض الأحيان تساعد العائلات بعضها البعض. وفي علاوة على ذلك فان الأصدقاء والزملاء والأقارب والجيران لا يمكن الاستغناء عنهم في المد بالنصائح ويد المساعدة. وليس من العيب أن تواجه الأسر عوائق تخص التربية يصعب تجاوزها. فهناك من يستطيع تقديم يد العون بصدر رحب ولكل حالة على حدة. كمصالح مساعدات الشباب وأماكن تكوين الأسر ومراكز الاستشارات الزوجية والعائلية.

ثمان أمور
تقوي التربية.

كيف تكون "التربية قوية"؟
بمقدور الأبوين في عصرنا هذا الانتقاء من بين كم هائل من النصائح القيمة التي تقوم المجلات والكتب بتقديمها. ونحن لا نريد كذلك في هذا الإطار إضافة أشياء خالية من العيوب. أو الإشارة بأصابعنا على عمل مستشاري التربية الرسميين التابعين لمدينة نيرنبيرج والذين يقومون بواجبهم على أحسن وجه. ففريق (حملة التربية) قام ببلورة ثمان نقاط رئيسة تضم السمات المميزة "لتربية قوية".

التربية ...

... حب ممنوح.
... خصام مسموح.
... إنصات مكن.
... رسم للحدود.
... مجال حر.
... إحساس ظاهر.
... وقت ملوك.
... تشجيع معقول.

التربية ...
حب ممنوح.

منح الحب للطفل يعني أن نتقبله كما هو وأن نظهر له ذلك أيضا. فالأطفال والشباب في حاجة للإحساس بالأمان لكي يبلوروا ثقتهم بأنفسهم وليتعرفوا بدون خوف على نقاط قوتهم ومكامن ضعفهم. لكنه ومع ذلك يصعب على الآباء والأمهات أحيانا إظهار حبهم تجاه أطفالهم. فكيف يمكن إذن منح الحب؟

- الطريقة المثلى لإظهار المحبة. تكمن عند الاحتكاك الجسدي: تلامس ودفء. وأن يكون عناقا أو دعك ظهر بحنان أو نظرة حنونة أو دفعة لينة أو تربيت على الكتف. كلها صيغ يعلم الطفل جيدا ما ترمي إليه.
- وكلما ازداد عمر الطفل أصبح من الضروري اللجوء إلى أساليب أخرى. فالمراهقون. ذكورا وإناثا يحبون أن يؤخذوا بين الأحضان حتى وإن بدؤوا يبحثون لهم مع مرور الوقت عن حنان من نوع آخر.
- منح الوقت وإبداء الاهتمام والمواساة. تُظهر للطفل ما مدى درجة حب الوالدين له. لا تبخلوا عن التصريح بالحب لأبنائكم وبأنكم فخورين بهم بغض النظر عن النتائج التي يتحصلون عليها في أعمالهم.
- منح الحب. لا يعني عدم مطالبة الكبار في بعض الأحيان بالراحة أو الحق في منع بعض الأشياء عن الأطفال.

التربية ... خصام مسموح.

الخصام شيء مألوف في كل عائلة. وقد يمكن أن يحصل بعض المرات بصوت عال. وفي هذا الإطار فإنه من المهم أن يحقق الطفل انتصارات. وأن يقول "لا" وأن يتحمل التوتر. ويعلم بمتطلبات الآخر. ويتعلم الإقناع والمسامحة وإيجاد حلول وسطى. وإعادة الانسجام من جديد. طرق التخاصم ليست اعتباطية بل تُدرس. لكي تجد أزمة ما طريقها للحل ولفض النزاعات يجب أن تُراعى القواعد التالية:

- مبدئيا لا يوجد هناك موضوع يحرُم الخوض فيه. يحق للصغار أيضا إبداء مشاعرهم السلبية. كالرفض والغضب. دون الخوف من العقاب.
- يحتل الكبار مكانة سلطوية أثناء الخصام. ولهذا لا يحق لهم استعمال أقوال جارحة تجاه الأطفال أو توظيف أساليب عنيفة. بل يجب اتخاذ الجدية مع مطالبهم.
- فكلما كان البعض في تعامله مع الآخر طيبًا كانت هناك إمكانية وجود رأيين موازيين بعد الخصام. فعندها يتعلم الصغار بمعية الكبار معنى التسامح.
- من حق الصغار مخاصمة بعضهم البعض. دون التدخل الفوري للكبار في ذلك. غير أنه إذا ما حدث وعامل الأطفال من هم أضعف منهم بقسوة. وجب تدخل الكبار بكل حنان موضحين الأمر وذلك بمراعاة للجانب الآخر.

- الكبار يمثلون أحسن قدوة. فإذا ما لاحظ الأطفال كيف تحل نزاعات الكبار بكل احترام. يكون ذلك بمثابة عبرة لهم. خلافا لما قد يعانون منه جراء نزاع تطاحني أو مواجهات عنيفة أو أقوال جارحة داخل الأسرة. ومهما بلغ سن الأطفال يمكن للكبار أن يشرحوا لهم ما يجري دون التأثير عليهم للانضمام إلى صف أحد أطراف النزاع.
- بنفس الأهمية التي يحضاها حق الخصام فإنه من المهم كذلك تراضي الأطفال المتخاصمة فيما بعد. وعند الخصومات التي لا تجد طريقها للحل يجب إبعاد الصغار بنصحهم إياهم. هذا ويتعين على الأطراف المتخاصمة داخل العائلة أن تتصالح من جديد وذلك قبل الخلود إلى النوم.

التربية ...
إنصات ممكن.

الإنصات يعني إعارة الاهتمام لمن ننصت لهم والخوض فيما يأتون به. فالناشؤون الذين يدخلون يوميا في تجارب جديدة محاولين من خلالها شق طريقهم في هذا العالم بثبات يحتاجون بالخصوص لأذن صاغية من كبير. يجب أن تتاح داخل كل أسرة فرص للمحادثة بانتظام. إما على شكل اجتماعات عائلية أو طقوس مثل العشاء الجماعي أو أثناء مرافقة الصغار للسرير. قد يكون الإنصات صعبا. ولكن الأمور الآتي ذكرها قد تشكل عونا لنا:

- أحيانا قد تأتي في نهاية الجملة معلومات لا يمكن توقعها في البداية. من هنا: اترك غيرك ينهي حديثه!
- لم تعد التعاليق السريعة ولا النصائح تجدي. لأن الأطفال يتقبلون بجدية الحلول إذا ما بلورت بمشاركتهم.
- ولكن لا يُترك أي مجال لوقوع سوء فهم على الإطلاق يتعين على المرء التثبت مما يفضي به الآخر.

- الحديث الجيد لا يتحمل الكثير من المقاطعات. لهذا يجب: إقفال جهاز التلفاز وعدم إعارة الانتباه لرنين الهاتف!

- إذا ما انطلق الصغار في سرد تفاصيل ما وقع لهم وأطالوا في ذلك فلا مانع من مقاطعتهم أثناء ذلك.

أما الأطفال القريبون إلى الانعزال فيجب استدراجهم للحديث. خصوصا إن كانوا صامتين أكثر من المعتاد.

التربية ... رسم للحدود.

عملية رسم الحدود والمحافظة عليها بإسرار تعد بالنسبة للعديد من الآباء من بين أهم الواجبات. ولكنها في الوقت نفسه تعد من بين أكبر التحديات في ميدان التربية. الأطفال والشباب متفننون فطريا إذا ما تعلق الأمر بامتحان صبر وإسرار آبائهم. يحتاج الأطفال لرسم الحدود لسببين: أولهما للحماية من الأخطار المحدقة داخل وخارج البيت. وثانيهما يتمثل في القواعد المعقولة والمتبصرة التي تمنح الطفل الأمان. وأحيانا يصعب على الكبار الوقوف أمام رغبات الأطفال. ولكن ذلك يسهل بالنسبة للوالدان والأبناء على المدى البعيد. إذا ما عرفوا أين هي حدودهم. وفي هذا الإطار يجب مراعاة القواعد التربوية الآتية:

- يجب أن تكون الحدود واضحة لذلك يتعين أولا على الكبار التفكير جيدا في المغزى من وضعها. الأطفال العاقلون يفهمون جيدا أوامر المنع والسماح إذا ما وضَّح الكبار لهم الأسباب.

- من يرسم الحدود يستوجب عليه التعايش معها. وهذا لا يعني بأن الأب والأم يجب عليهما النوم وقت خلود الصغار للنوم. بل التنظيف المنظم للأسنان يمثل للأطفال أفضل مثالا يحتذون به.

- الحدود التي تُرسم وتُتجاوز لا جدوى منها. لأن الأسرار على احترامها يظهر مدى الأمانة ويقدم للطفل الإحساس بالمسؤولية.

- إذا ما تخطى الطفل حدا من حدوده يجب أن يكون رد فعل الكبار واضحا وموحدا. إذ بذلك يتجلى للأطفال ما هي العواقب المنتظرة. على شرط أن تكون قواعد الاب والأم وغيرهم من المربيين متشابهة في الخطوط الرئيسية حتى وإن كانت طرقهم في التربية مختلفة. وفي بعض الأحيان لا تكفي كلمة ((لا)) وحدها أو التنبيه لوحده. وإذا كانت هناك ضرورة من اتخاذ إجراءات حازمة فيجب أن تكون بعلاقة مباشرة مع الحالة موضع العقوبة. إذ أن الأطفال يتمكنون في غالب الأحيان من إدراك "العقوبات المنطقية".

- يجب على الآباء عدم تخطي الحدود عند قيامهم بدور التربية. فالعنف مثلا ممنوع بجميع أشكاله.. وليس القصد هنا الضرب فقط. بل كذلك النفسي منه كالحرمان من الاهتمام والإمداد بالحنان.

- لا توجد قواعد بدون استثناءات فالتخلي عن قاعدة ما لأنه لم يعد لها معنا أو تعديلها وفقا لتغير الوضع لا يعني نهاية التربية فالأطفال والشباب لا يفقدون ثقتهم بسرعة في الحدود التي رسمها لهم الابوان إذا ما سُمح لهم مثلا مرة واحدة بالتأخر عن موعد نومهم.

التربية ...
مجال حر.

يحتاج الأطفال إلى فضاء يمكنهم تشكيله لوحدهم فبعد السنة الأولى تقريبا يتسع مجال فضائهم الحر. فيتعلمون الأكل لوحدهم. والذهاب للمرحاض وحدهم. والبقاء بمعزل عن أبويهما طويلا. والتصرف في مالهم الخاص إلى غير ذلك من الأشياء. الفضاء الحر مهم جدا للأخذ بزمام أمور حياتهم باستقلالية ومسؤولية. ولكي يسهل على الآباء اتخاذ القرار بين الترك أو الحراسة يجب الأخذ بعين الاعتبار ما يلي:

- يجب التدرب على الفضاء الحر. الفتيان والفتيات اللذين يقحمون داخل الحياة العائلية اليومية يتعلمون الشيء الكثير عن حياتهم المستقبلية فالطفل الذي ينظر مرات عديدة مع أبيه أو أمه جنبا إلى جنب يستطيع مستقبلا كذلك فك رموز خريطة المدينة أو إصلاح دراجته لوحده.
- الأطفال يتعلمون بطريقة تدريجية التعامل بحرية. وإذا ما تمكن الطفل ابتداء من الفصل الأول من التعامل جيدا مع مصروفه الأسبوعي. فباستطاعته وهو شاب التصرف في حسابه البنكي. الذي يحول فيه والداه شهريا مصروف يومه وربما أيضا مبلغًا خاصًا بالحاجيات المدرسية وشراء الملابس.

- تمنح المساعدات الأطفال الاطمئنان عند اختبارهم لفضاءات حرة جديدة. إذ إن الهاتف المحمول أو بطاقة الهاتف التي يحملها طفل في الحادية عشر من عمره أثناء أول رحلة فردية للاقاة زميلته في الطرف الآخر من المدينة تزيده أمانا وتبدد توتر الأعصاب بالنسبة للوالدين.

- وعند مسألة الأذواق تختلف الأجيال. لذا يجب السماح للأطفال أنفسهم مبدئيا بالاختيار. تعلق الأمر بالهواية أو تسريحة الشعر أو اختيار الأصدقاء- طالما لا يتعدى ذلك قواعد آبائهم. ولكن التسامح له حدود بمجرد أن يمس ذلك سلامة الطفل. فإذا بدأ المراهق في التدخين فسيؤثر ذلك بلا ريب سلبا على تطوره.

- وفي سن البلوغ يطالب المراهقون بحريات أكبر. وحتى الذين كانوا قبلها مسالمون يثورون على التوجيهات الأبوية. ولكي لا يُسحب البساط من تحتهم يحتاج الأطفال. صبيانا و بناتا. منذ الأن أن يدركوا عبر التجربة أنه لا وجود لحرية دون حدود. من جهة أخرى يجب على الآباء مساعدة أبنائهم لشق طرقهم الخاصة وليصبحوا بالغين.

التربية ...
إحساس ظاهر.

الحب والسعادة والحزن والألم والغضب أحاسيس تشكل الحياة العائلية. الأطفال يظهرون أحاسيسهم بطرق مختلفة. فالبعض يبرهن على مودته بالتدلل. في حين يفضل آخرون ربما رسم صورة من يحبون من الناس وهذا مهم خلال تطور الطفل. إذ يدرك أن تلك هي الأحاسيس ويتعلم التعامل معها. ويدخل في ذلك ما يلي:

- من حق الأطفال إظهار أحاسيسهم. إيجابية كانت أم سلبية. ولكل طفل الحق في كيفية إظهار ذلك. سواء بصوت عال أو منخفض. فالزمن الذي لم يكن يسمح فيه للفتيان بالبكاء وللفتيات بالتعفرت قد انقضى.

- وفي بعض الأحيان يجد الكبار انكسارات أحاسيس الصغار غير ملائمة لهم. ففي تلك الحالات لا بأس من أن نطلب من الأطفال السيطرة على أعصابهم بهدوء. ولكن يجب أن يعلموا أنه ليست الأحاسيس بالمذنب بل تصرفهم هو الذي لا يليق.

- الأطفال يرغبون في أن تحمل أحاسيسهم محمل الجد. فهم لا يقفون موقف الاندهاش أمام الكوارث الصغرى أو الكبرى كبعض البالغين. في هذه الحالة يجب أن يكون رد الفعل متزنا ورزينا.

- بعض الفتيان والفتيات يفضلون عدم البوح بما يضايقهم. فإذا كانوا مكتئبين أو لاذوا بالصمت. وجب على الأبوان الإحاطة بالأسباب. وحتى بالنسبة للأطفال المنعزلين على أنفسهم يكون من الجيد بالنسبة لهم أن يشكوا ما بهم.

- حتى في عالم الأحاسيس يتعلم الصغار من الكبار. لهذا يمكن للولدين إظهار أحاسيسهما تجاه بعضهما البعض أمام الأطفال وإيضاحها لهم وذلك بما يناسب أعمارهم. فعلى كل حال لا يمكن تضليلهم. وبالعكس فالأطفال يفزعون عندما يحسون بأن هناك توتر ما وبأن الكبار لا يرغبون في اطلاعهم عليه. وبقدر ما يحصل للأبناء يحصل للآباء عند نزوات الغضب غير الملائمة. لذى فمن الضروري طلب الاعتذار بعدها. فالاعتراف بالغلط لا يعد ضعفا!

التربية ... وقت مملوك.

اللعب والحديث والمطالعة واستكشاف العالم - يتعلم الأطفال من خلال الأنشطة العائلية المشتركة الكثير من الأشياء من أجل مستقبلهم. والوقت المشترك الذي يقضيه الأبوان والأولاد معا يوحد العلاقة بينهم. فالكثير من الأطفال يرغبون في قضاء وقت أكبر مع آبائهم. ويمكن تلبية ذلك على النحو التالي:

- امتلاك الوقت لا يعني بالضرورة تخصيصه لأنشطة باهظة الثمن. فالذهاب إلى المسبح أو إلى حديقة الحيوان أو ركوب الدراجة صحبة كل أفراد العائلة أحسن ما يتمناه الأطفال. فالهوايات المشتركة تقدم أفضل فرصة لقضاء وقت فراغ مشترك.

- يحتاج الأطفال إلى منحهم الوقت وإعارتهم الاهتمام خصوصا داخل البيت. عندها تكون هناك إمكانية جمع المفيد بالممتع. فالأشغال المنزلية قد تمنح المتعة، إذا ما لم يتم اعتبارها كواجب مفروض ومتعب. بعض العائلات لا تشغل ((أجهزة تضييع الوقت)) مثل التلفاز أو البلاي ستيشن لمدة طويلة وتعوض الساعات الفارغة آنذاك بالعديد من الأفكار الطيبة.

- يجب على الآباء إعارة أولادهم الاهتمام البالغ إذا ما احتاجوا إليه. خصوصا إذا ما استعصت عليهم الواجبات المدرسية أو تعطلت دراجاتهم. عادات، كحكايات قبل النوم، تتطلب ربما بعض الوقت. لكنها عند الأطفال مهمة جدا.

- الآباء الذين يقضون وقتا قصيرا مع الأسرة بحكم التزاماتهم العملية غير ملزمين بالإحساس بالذنب. المهم هو استغلال الوقت المسموح به مع أسرهم وبشكل مفيد. وإذا ما كان الوقت قصير يمكن أن يحل محل الآباء من حين لآخر الجدان او العمة أو الأصدقاء.

التربية ... تشجيع معقول.

يحتاج الشباب إلى الكثير من الشجاعة والثقة في النفس وذلك في علاقة مع الأشياء الجديدة التي يتعلمونها والواجبات التي يتدرجون عليها. فهم إذن يتعلمون تحمل المسؤولية وفرض إرادتهم ولا يسمحون للآخرين بزعزعة ثقتهم بسهولة. ولتقوية شجاعتهم وثقتهم بنفسهم يحتاج الأولاد والبنات إلى شيئين: الرضا بما أنجزوه واعتراف الآخرين بقدراتهم. فكيف يمكن للآباء تشجيع أبنائهم؟

- الأطفال يريدون أن يكونوا محبوبين شخصيا وليس فقط من أجل ما ينجزوه. فبالسرعة نفسها التي يتقبلون فيها التشجيع تزعزع ثقتهم في أنفسهم. لذلك يجب على الكبار أن يكونوا منتبهين في تعاملهم معهم.

- من يريد الحصول على الشجاعة بحاجة إلى تجارب ناجحة. فإذا ما أراد الأطفال تجريب شيئا ما وسمح لهم بالقيام بالأخطاء فإنهم يصبحون مستعدين على تحمل الخدوش والحوادث الصغيرة. فتشجيع الأطفال يكون بتحميلهم لواجبات ومسؤوليات بسيطة.

- الأطفال في حاجة للمدح. ليس فقط على ما نجحوا فيه ولكن في بعض الأحيان تكفي المحاولة. ولكن هذا المدح لا يجب أن يكون مبالغا فيه لأنه يفقد قيمته عندما يراد به فعلا التنويه على تلك المنجزات.

- تقديم مساعدات احتياطية بسيطة تقي من إحساس الصغار بخيبة الأمل. فعند التسوق مثلا يمكن اختيار ملابس يستطيع الصغار ارتداءها بأنفسهم ودون مساعدة.
- نضيف هنا أيضا على أن البالغين الذين يغفرون أخطاء أطفالهم. يسمح لهم كذلك أحيانا بارتكاب بعض الهفوات.

نصائح ومساعدات
من أجل أسر قوية.

لا يمكن لأحد أن يكون "آلة تربية" وليس مطلوب منه ذلك. فالأب المثالي أو الأم المعصومة من الخطأ بمثابة كابوس مرعب بالنسبة للأطفال. لذلك فنحن نتمنى لكم في النهاية الشجاعة وبأن تصبحوا أسرة عادية غير خالية من العيوب. أكيد أن كل الآباء يشعرون أنهم بلغوا حدود استطاعتهم. عندها يحتاجون لأحد ينصت لهم ويبث فيهم الشجاعة ويمنحهم الفضاء الحر.

- اعترفوا إذا ما خارت قواكم. لأنه لا عيب في ذلك. بل هي أول خطوة تتحلى بالشجاعة تقدمون عليها.

- امنحوا لأنفسكم من حين لآخر عطلة بعيدة عن روتين التربية اليومي. في بعض الأحيان تكفي راحة بسيطة لبضع ساعات في الأسبوع -بمعزل عن الصغار- تُستغل في الذهاب للمسبح أو المشاركة في دروس المدارس الشعبية أو ملاقاة الأصدقاء. العلاقة الزوجية تحتاج كذلك للرعاية كي نتمكن من إعطاء دفعة جديدة للأسرة بأكملها.

- اتجهوا عند غيركم إذا كنتم في حاجة للمساندة. الجيران أو الأقارب أو الأصدقاء بل وكذلك مكاتب الاستشارات يمدونكم بيد المساعدة.

نتمنى أن نكون قد ساهمنا من خلال "حملة التربية" في مساندتكم للقيام بدوركم. ونضيف كذلك لما تضمنته "ثمان أمور تقوي التربية" نقطتين كذلك: القليل من العقل السليم وروح الدعابة يسمحان بتشكيل التربية اليومية بارتياح كبير.

روابط مفيدة:

في ولاية بافاريا:
www.elternbriefe.bayern.de
www.elternimnetz.de
www.erziehungsberatung.bayern.de
www.familienbildung.bayern.de
www.familienhandbuch.de
www.familienstuetzpunkte.bayern.de
www.koki.bayern.de
www.stmas.bayern.de

روابط الحكومة:
www.bke-elternberatung.de
www.bzga.de
www.familien-wegweiser.de

Bayern.
Die Zukunft.

www.stark-durch-erziehung.de

Die Kampagne „Stark durch Erziehung“ will alle, die an der Erziehung junger Menschen beteiligt sind, unterstützen und stärken. Das Thema soll verstärkt ins Gespräch gebracht werden. Die Broschüre kann in 16 verschiedenen Fremdsprachen unter www.stark-durch-erziehung.de heruntergeladen werden. Wir danken dem Jugendamt Nürnberg für die Entwicklung des Projekts, das mit Mitteln des Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert wurde.

Zertifikat seit 2005
audit berufundfamilie

Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt: www.beruf-und-familie.de

BAYERN | DIREKT

Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de
Gestaltung: trio-group münchen
Bildnachweis: shutterstock.com
Druck: Druckerei Schmerbeck GmbH
Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)
Stand: Dezember 2016
Artikelnummer: 1001 0610, Sprache: Arabisch

Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660, Fax: 089 1261-1470
Mo. bis Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. bis Do. 13.30 bis 15.00 Uhr
E-Mail: Buergerbuero@stmas.bayern.de

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.