

رعاية الأطفال
نصائح حول تنشئة
الأطفال في أستراليا



وقد تم إعداد هذا الكتيب للأمهات والآباء وكمورد للعاملين الذين يناقشون هذه المواضيع مع الأمهات والآباء كجزء من عملهم في القضايا أو عملهم الجماعي.

وهو متوفر باللغات الإنجليزية والعربية والفارسية والدارية والتاميل والسواحلي والدينكا في الموقع الإلكتروني: ssi.org.au/resources/publications

نوجه الشكر الخاص لكل من فيكتوريا سميث وإليزابيث شايفر لإسهامهما في إعداد هذا الكتيب.

تم تمويل كتيب رعاية الأطفال من جانب خدمات العائلة والمجتمع (FACS) بموجب مبادرة "حافظ على سلامتهم".

لقد تم إعداد كتيب **رعاية الأطفال** لمساعدة الأمهات والآباء الذين في طور الاستقرار في أستراليا على الحفاظ على متانة عائلاتهم وسعادتها وصحتها.

إن تربية الأطفال يمكن أن تكون صعبة. وبالنسبة للأمهات والآباء الذين أتوا إلى أستراليا من الخارج، هناك ضغوط إضافية بسبب تنشئة الأطفال في بلد جديد وبيئة ثقافية جديدة.

يتأقلم الأطفال في أغلب الأحيان بسهولة أكبر، عن طريق مدارسهم وأنشطتهم الأخرى، وقد يتعلمون التقاليد واللغة والثقافة الأسترالية بسرعة أكبر مما يستطيعه آباؤهم وأمهاتهم.

سيساعد هذا الكتيب الأمهات والآباء على رعاية عائلاتهم في أستراليا والعثور على مساعدة عندما يحتاجونها.

يتضمن كتيب رعاية الأطفال معلومات عن:

- كيف ينمو الأطفال
- التواصل مع الأطفال
- تنشئة المراهقين في ظل ثقافة جديدة
- ترك الأطفال في المنزل بمفردهم بسلام
- تأديب الأطفال
- المحافظة على سلامة الأطفال
- أين تجد النصائح والمساعدة والدعم

Funded by the



كيف ينمو أطفالنا

ينمو أطفالنا ويتغيرون منذ لحظة ولادتهم. لكن كل طفل يختلف عن الآخر؛ فبعض الأطفال ينمون بسرعة، بينما ينمو آخرون ببطء. يريد الآباء والأمهات أن يعرفوا أن أطفالهم ينمون بصحة وسعادة وأنهم يتعلمون خلال نموهم. اللائحة التالية هي دليل للطرق العامة لنمو الأطفال وتغيّيرهم.

6 أشهر - 12 شهراً

من 6 أشهر إلى 12 شهراً يحتاج الطفل لقيام والديه وأفراد عائلته بالتحدّث والغناء والقراءة له واللعب معه. وهو يصدر الكثير من الأصوات، وعندما يلفت انتباهك يردّ عليك بالابتسام والضحك والكلام بلغة الأطفال. وهو يعرف أصوات أفراد العائلة، لكنه يمكن أن يهتاب من الأصوات أو الوجوه الجديدة. يمدّ الطفل جسمه ويجلس ويتدرّج، كما أن بعض الأطفال يبدأون في الزحف ومحاولة الوقوف.

0-6 أشهر

في الأشهر الستة الأولى من حياتهم يحب الأطفال أن يتم حملهم وعناقهم. يتواصل الأطفال عن طريق البكاء. وهم سيكون بطرق مختلفة خلال نموهم لإخبار آبائهم وأمّهاتهم بما يحتاجونه - أنا جائع، أو أنا مُتعب، أو أنا خائف، أو فوطتي مبتلة. ويتعلّم الأطفال عن طريق المشاهدة والإصغاء واللمس. من المستحسن إعطاؤهم أشياء جديدة للمسها ورؤيتها. والتحدّث والغناء والقراءة للأطفال يجعلهم سعداء ويساعدهم على تعلّم الكلام. كما أن سماع صوت أحد الوالدين يريح الطفل ويهدّئه.

12 شهراً - سنتان

ببلوغهم 12 شهراً من العمر، يستطيع معظم الأطفال أن يقولوا بضع كلمات، وببلوغهم سنتين يستطيعون تركيب جمل بسيطة قصيرة. كما أن الأطفال سيلعبون ويكتشفون ويتعلّمون المشي. وهم يحتاجون لأن يكونوا قرب أفراد العائلة ويحبون تبادل الكثير من العناق، ويبدأون في تعلّم القيام بأشياء عندما يطلب ذلك منهم أبائهم وأمّهاتهم.



3 - 5 سنوات

يحب الأطفال بين سن 3 و 5 سنوات أن يتكلموا ويطرحوا الكثير من الأسئلة وأن يقولوا "لماذا" مراراً وتكراراً. وهم يتكلمون مع أي كان، مع الأقارب والأصدقاء والدمى ومع أنفسهم. وهم محبوبون جداً ويبدأون في تعلم المشاركة وعقد صداقات. وهم في هذه السن يبدأون في فهم ما هو صواب وما هو خطأ.

ستتان - 3 سنوات

يتعلم الأطفال بين سنتين و 3 سنوات من العمر أشياء كثيرة. وهم يريدون البقاء قرب آبائهم وأمهاتهم، لكنهم في الوقت ذاته يكتشفون العالم من حولهم، ويريدون القيام بأشياء بدون مساعدة ويقولون "لا" كثيراً. وإذا لم يحصلوا على ما يريدون فإنهم يستطيعون الصراخ ورفع الصوت والضرب بأقدامهم على الأرض. هذا الأمر يمكن أن يُعب والدَي الطفل، لكنه أمر طبيعي، ويحتاج الطفل لأن يُظهر له والده الحب وأن يحافظا على سلامته.

5 - 7 سنوات

الأطفال بين سن 5 و 7 سنوات كُتّل من الأفكار والحيوية، فهم يستمتعون باللعب واختلاق القصص وبناء الأشياء. إن بدء الذهاب إلى المدرسة تغيير كبير يجلب الإثارة، لكنه يجلب أيضاً التعب والخوف، لذا فإنهم يحتاجون للكثير من الرعاية من جانب العائلة. وهم يريدون أن يحثهم الناس وأن يعاملوهم كبالغين، ويمكن كذلك أن ينزعجوا كثيراً إذا أبدى الأطفال الآخرون قسوة تجاههم. ويمكن أن يكونوا بطيئين في القيام بما يُطلب منهم، لذلك على آبائهم وأمهاتهم التحلي بالصبر.



يختلف كل طفل عن الآخر؛
فبعض الأطفال ينمون بسرعة،
بينما ينمو آخرون ببطء.

10 سنوات - 12 سنة

التغيرات البدنية التي تطرأ في هذه المرحلة يمكن أن تجعل الأطفال يشعرون بعدم الارتياح والخجل. ويبدأ الكثيرون منهم في طرح أسئلة أو في الجدل مع آبائهم وأمهاتهم بشأن معتقداتهم وقراراتهم. ويمكن أن تتغير عواطفهم بسرعة ويمكن أن يقل اهتمامهم بالعائلة. والشعور بالاحترام أمر هام للأطفال، لذلك على الوالدين تخصيص الوقت اللازم للإصغاء لطفلهما. يبدأ الكثير من الأطفال في القلق بشأن ما يعتقدونه الناس بشأنهم، لذا من المهم أن تساعد على الشعور بالراحة والثقة بالنفس.

7 - 10 سنوات

ينمو الأطفال بسرعة بين سن 7 و 10 سنوات من العمر، ويتعلمون أشياء جديدة ويكون لهم أصدقاء جدد. وهم يريدون أن يحبهم الناس ويريدون أن يحسنوا القيام بالأشياء المختلفة. إن تقديم الدعم والتوجيه للأطفال في هذه المرحلة سيساعدهم على بناء الثقة وتحقيق النجاح في المدرسة.



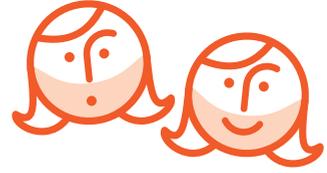
13 - 19 سنوات

هذه المرحلة تسمى سنوات "المراهقة"، وهي عندما يتغير الشخص الصغير من كونه طفلاً إلى كونه بالغاً. ويمكن أن تكون هذه مرحلة جيدة ومثيرة، لكنها صعبة أيضاً. من الطبيعي أن يريد المراهق قضاء مزيد من الوقت مع الأصدقاء وقليل منه مع العائلة. يتعلم المراهقون عن طبيعة شخصيتهم ويحبون التعرف على ما يهونهم من حيث الملابس وقصة الشعر والموسيقى والأصدقاء. ومن الطبيعي أيضاً أن يشعر المراهقون بعواطف قوية من سعادة وغضب والامتناع عن الكلام. يستطيع الآباء والأمهات توجيه أطفالهم المراهقين وأن يقولوا لهم ما هي التصرفات المقبولة وغير المقبولة، لكنه من المفيد أيضاً أن يعطوا المراهقين بعض الحرية والاستقلالية.

التواصل مع الأطفال

إن مهمة الوالدين والمجتمعات في كل مكان هي رعاية الأطفال والمحافظة على سلامتهم وسعادتهم وصحتهم وقوتهم. يتواصل الآباء والأمهات في البلدان والمجتمعات المختلفة مع الأطفال بطرق مختلفة. والتواصل الجيد هو عندما يثق الأطفال وآبائهم وأمهاتهم بعضهم ببعض.

كذلك تتغير كيفية تواصل الوالدين مع نمو الأطفال. سوف تكون هناك دائماً أوقات صعبة عندما لا يريد الطفل القيام بما يطلبه منه والداه أو عندما يتصرف بطريقة لا يحبها والداه. لكنه يمكن تجنب معظم هذه المشاكل عندما يتواصل الآباء والأمهات والأطفال بطريقة جيدة.



التواصل عملية ذات اتجاهين

التواصل الجيد معناه التحدث والإصغاء. عندما يصغي الوالدان لما يقوله طفلهما فإنهما يتعلمان الكثير عن طفلهما، وهذا يساعد الطفل على الشعور بالثقة والاحترام والأمان. يتواصل الأطفال بطرق مختلفة في مراحل سنهم المختلفة، لكنهم جميعاً يحتاجون لانتباهك الكامل، دعهم يكملون ما يريدون قوله وحاول ألا تقاطعهم أو تنتقدهم.



الفهم

إن ما يُعتبر سهل الفهم من جانب شخص بالغ ليس دائماً سهلاً لفهمه من جانب الطفل. وعندما يبدو أحياناً أن الطفل يعصي الأمر عمداً فإن ذلك يعود إلى أنه لا يفهم دائماً المطلوب. إن طرح أسئلة على الأطفال وترك المجال لهم لشرح الأشياء بلسانهم يمكن أن يجعل الأمر أكثر وضوحاً. والتصرف السيء أحياناً دليل على أن هناك أمراً ما وأن الطفل يحتاج لمزيد من الانتباه والرعاية.



استمتع بقضاء الوقت مع الأطفال

إن قضاء وقت مع الأطفال والقيام بأشياء يستمتعون بها معهم يبني الثقة والتواصل الجيد. تحدّث مع الأطفال عن الأشياء التي يستمتعون بها كالموسيقى أو الرياضة واصغِ لما يريدون قوله. العب معهم، وافضِ أوقاتاً طويلة معهم وامرح.

أخبر الأطفال عندما تكون راضياً عنهم

يحب الطفل أن يعرف أن والديه راضيان عنه وفخوران به، فأخبر طفلك بذلك عندما يقوم بشيء جيد، فذلك يشجعه على تعمّد إرضاء والديه وزيادة ثقته. والشعور بالسعادة والثقة يساعد الأطفال على التعلّم وعقد صداقات والتصرّف بصورة جيدة.

ضع قواعد واضحة ومنسجمة ويمكن الوثوق بها

من المهم أن تكون هناك قواعد يستطيع الأطفال فهمها واتباعها. وينبغي أن تكون هذه القواعد عادلة ومفهومة وتناسب سن الطفل. ومن المستحسن أن لا يتم تغيير القواعد باستمرار، لكنه من المستحسن أيضاً أن يتحلّى الوالدان بالمرونة. فقواعد وقت النوم مثلاً يمكن أن تتغيّر خلال العطل المدرسية.

ساعد الأطفال على الكلام

من الصعب جداً أن يتواصل الطفل الخائف وأن تكون لديه الثقة اللازمة وأن يكون صادقاً. إن الاستهزاء بالطفل أو نهره أو التهديد بإيذائه يزيد من صعوبة التواصل معه. حتى وإن كنت تظن أنه مشاكس، من المستحسن أن تدع مجالاً للطفل ليشرح تصرفاته. والإصغاء للطفل يمكن أن يساعدك على فهم ما فعل وسببه.



لا تغضب

حاول أن تتجنّب توجيه الانتقادات أو الغضب أو الانزعاج من الأشياء التي يقولها أطفالك لك. فردودك الغاضبة يمكن أن توقف طفلك عن التحدّث معك بانفتاح. لا تتحدّث مع الأطفال إذا كنت تشعر بالغضب أو الضيق. اهدأ وتحدّث معهم فيما بعد.



تنشئة الأطفال في ثقافة جديدة

يُطلق على الأطفال بين سن 13 و 19 سنة اسم "مراهقين". إنها مرحلة تغييرات بالنسبة للشباب الصغار وعائلاتهم.

التغييرات طبيعية وضرورية

يتغيّر المراهقون من كونهم أطفالاً إلى كونهم بالغين ويتعلمون الكثير من الأشياء الجديدة. وهم يواجهون تغييرات في أجسامهم ومشاعرهم وفي حياتهم الاجتماعية وتصرفاتهم.

وقد يلاحظ الآباء والأمهات بعض هذه التغييرات النموذجية في أطفالهم المراهقين، الذين:

- يبدأون في رؤية أنفسهم كأفراد منفصلين عن العائلة ويريدون قدراً أكبر من الخصوصية
- يريدون اتخاذ مزيد من القرارات لأنفسهم
- يكونون أفكاراً وآراء مختلفة عن أفكار وآراء والديهم
- يريدون قضاء مزيد من الوقت مع أصدقائهم ويدون مزيداً من الاهتمام بأشخاص في سبّهم.

يساور القلق أحياناً الآباء والأمهات لأن أطفالهم المراهقين يتصرفون بصورة سيّئة. وهذا يمكن أن يؤدي إلى تعارض، لكن الوالدين يستطيعان بالصبر أن يجداً طرقاً جديدة لرعاية أطفالهما خلال انتقالهم إلى مرحلة البلوغ.

اعرف أطفالك المراهقين

يجب أن يكون لدى الوالدين معلومات بشأن ما يفعله ويفكر به أطفالهما المراهقون لكي يتأكداً من سلامتهم وحسن حالهم. إن قضاء وقت مع المراهقين والقيام بأشياء يستمتعون بها وتخصيص وقت لفهم الأشياء التي تهتمهم يمكن أن يساعد على بناء الثقة.

التحدّث مع المراهقين

من المهم أن يكون هناك تواصل جيد من جانب الوالدين مع أطفالهم المراهقين. وطريقة التحدّث مع المراهق ليست كمثّل التحدّث مع طفل صغير. فالمراهقون يبدأون في الشعور بأنهم كبالغين وأنهم بحاجة للاحترام، لذلك فإن الإصغاء والمناقشة المنفتحة أمران هامان.

يتغيّر المراهقون من كونهم أطفالاً إلى
كونهم بالغين ويتعلمون الكثير من
الأشياء الجديدة.

من الأفضل أن تبيّن للمراهقين كيفية التصرف بدلاً من مجرد التحدّث عن ذلك.

شجّعهم واحترمهم

يحب المراهقون القيام بالأشياء بطريقة جيدة وأن يتلقوا المديح عندما يُحسِنون عمل شيء ما. وعلى الوالدين أن يلاحظوا الأشياء الجيدة التي يفعلها المراهقون. كما أن احترام خصوصيتهم سيبيّن الثقة معهم.

الإنصاف والمرونة

من الصعب إجبار الأطفال المراهقين على القيام بالأشياء التي لا يريدون القيام بها. ويمكن أن يكون هناك خصام إذا قلت "كلا" أو "سوف تقوم بكذا" بدون أن تتيح للمراهق الاختيار أو التعبير عن رأي. سيظل من الجيد وضع بعض القواعد من جانب الوالدين، لكن عليهما أيضاً إعطاء المراهق بعض الاختيار.

إذا ساور الوالد، مثلاً، قلق بشأن حضور طفله المراهق مناسبة مع شباب صغار آخرين لأول مرة، يمكنه أن يسمح للمراهق حضور المناسبة ولكن فقط بشرط موافقته على شروط معينة، كتوصيله والذهاب لإعادته من جانب أحد والديه في وقت معيّن.

قول كلمة "كلا" و "متأسّف"

عندما يحتاج الوالد لأن يقول "كلا" فيجب أن يقولها بشكل هادئ وباحترام. ومن المفيد أن يشرح الوالدان الأسباب التي دعت لاتخاذ قرارهما. إذا أخطأ الوالدان فإن قول "متأسّف" سيساعد على بناء التواصل الجيد مع طفلهما المراهق.

علم بكونك نموذجاً

من الأفضل أن تبيّن للمراهقين كيفية التصرف بدلاً من مجرد التحدّث عن ذلك. قد يبدو أنهم يتصرّفون وكأنهم لا يعبرون اهتماماً لأبائهم وأمهاتهم، لكنهم في الواقع يهتمون بما يقولونه. مثلاً، إذا كنت تريدهم أن يتصرفوا برفق واهتمام عاملهم وعامل الأشخاص الآخرين برفق ولطف.

الوالدان بحاجة لدعم أيضاً

يمكن أن تكون مهمة والدي المراهق متعبة وصعبة. ويمكن أن يفيد التحدّث مع رؤساء المجتمع أو الدين أو أمهات وآباء آخرين مرّوا بنفس التجارب. ويمكن أن يفيد أيضاً طلب المساعدة والحصول عليها من الأقارب. أو اتصل بخط الوالدين للحصول على المشورة والدعم على الرقم 1300 1300 52.





ترك الأطفال في المنزل بمفردهم

لا تترك الرضع والأطفال الصغار بمفردهم أبداً

يجب عدم ترك الرضع والأطفال الصغار بمفردهم في أي مكان، بما في ذلك المنزل أو السيارة أو عربة الطفل. من الخطر ترك الرضع والأطفال الصغار بمفردهم حتى ولو لفترة قصيرة لأنهم لا يستطيعون الاعتناء بأنفسهم أو المحافظة على سلامتهم. تأكد من أن تكون أنت أو شخص آخر تثق به مع الأطفال وأن يمكنك أو يمكن لذلك الشخص المحافظة على سلامة هؤلاء الأطفال.

يريد الكثير من الأمهات والآباء الذين هاجروا إلى أستراليا أن يعرفوا السن التي يمكن فيها ترك الأطفال بمفردهم في المنزل بسلام وبصورة قانونية.

القانون في نيو ساوث ويلز

لا يحدّد القانون في نيو ساوث ويلز السن التي يمكن فيها ترك الأطفال بمفردهم في المنزل. يقول القانون إنه يجب الاعتناء بالأطفال بصورة صحيحة وحمايتهم من الخطر في كل الأوقات. إذا اعتقدت الشرطة أن الأطفال لا يتلقون العناية وأنهم عرضة للخطر فإنه يمكن أخذ الأطفال من والديهم وتوجيه تهمة انتهاك القانون للوالدين أو الأوصياء.

متى يكون من المقبول ترك الأطفال بمفردهم في المنزل؟

إن ذلك يتوقف على سن الطفل ومستوى نضجه وقدرته على الاعتناء بنفسه والمحافظة على سلامته عندما لا تكون أنت هناك. يجب أن يكون الأطفال الذين يُتركون بمفردهم في المنزل في سن تمكّنهم من اتخاذ إجراء ما في حال وقوع طارئٍ ومعرفة كيف يتصرّفون والجهة التي يطلبون منها المساعدة.

ما هي الفترة التي ستظل فيها بعيداً عنهم؟

إذا كنت تخطّط لترك الأطفال بمفردهم عليك التفكير بسنهم ومستوى نضجهم والوقت وطول المدة التي ستركهم فيها بمفردهم وما إذا كان بإمكانهم تدبّر أمرهم خلال تلك الفترة. أخبر الأطفال دائماً بالمدة التي ستكون فيها خارج المنزل.

تأكد من أن الأطفال يعرفون ماذا يفعلون في حال وقوع طارئٍ.

ترك أطفال صغار مع أطفال أكبر منهم

مع ازدياد سن الطفل يتعلّم كيفية الاعتناء بنفسه وبالأخرين. من الشائع في الكثير من الثقافات أن يعتني الأطفال الكبار بالأطفال الأصغر منهم. إذا تركت طفلاً كبيراً للاعتناء بأطفال أصغر منه سناً فعليك أن تتأكد من أن الطفل الأكبر ناضج بما فيه الكفاية للاعتناء بالأطفال الأصغر سناً والمحافظة على سلامتهم.

الأخطار الموجودة في المنزل التي يمكن أن تؤذي الأطفال الذين بدون إشراف

تشمل الأخطار الشائعة في المنزل المدافع وأجهزة الطبخ وأفران الميكرويف وأحواض الاستحمام والمواد الكيميائية وبرك السباحة والنوافذ وأبواب الشرفات المفتوحة. يوجد في موقع Kidsafe (سلامة الأطفال) الإلكتروني معلومات يمكن أن تساعدك على تقليص الأخطار في المنزل: www.kidsafensw.org.

علّم الأطفال كيفية الاتصال بك

تأكد من أن الأطفال يستطيعون الاتصال بك وأنهم يعرفون كيفية استخدام الهاتف. اتصل بهم واستفسر منهم عن حالهم للتأكد من أن كل شيء على ما يرام. يمكنك أيضاً أن ترتب مع أفراد آخرين من العائلة أو الأصدقاء ليكونوا متواجدين وللتأكد من سلامة الأطفال.

تأكد من أن الأطفال يعرفون ماذا يفعلون في حال وقوع طارئ

تحدث مع الأطفال بشأن ما يجب أن يفعلوه في حال وقوع طارئ مثل الحريق أو دخول أحد الأشخاص عنوة أو وقوع حادث أو إصابة. بين لهم كيف يتصلون على الرقم 000 في حالات الطوارئ. وتأكد من أن الأطفال يعرفون كيفية تشغيل الأقفال والخروج من المنزل إذا وقع طارئ. لا تقفل الأبواب أبداً من الخارج والأطفال في داخل المنزل.



تأديب الأطفال في أستراليا

يستخدم الآباء والأمهات في كل مكان التأديب لمساعدة الأطفال على تعلّم طرق التصرف الصحيحة، بما في ذلك كيفية المحافظة على سلامتهم من الأخطار وكيفية تنمية تحكّمهم بأنفسهم وتحمل المسؤولية. والطريقة التي يتبعها الوالدان لتأديب أطفالهما والقوانين المتعلقة بالتأديب تختلف من بلد لآخر. في أستراليا هناك قوانين تتعلق بحماية الطفل يجب على كل الأمهات والآباء التقيد بها.

يفاجأ الأمهات والآباء الجدد في أستراليا أحياناً بقوانين حماية الطفل ويساورهم القلق لكون هذه القوانين تمنعهم من تأدية مهامهم كأباء وأمّهات. لكنهم إذا أدركوا أن القوانين هي لحماية الأطفال، فإنهم يستطيعون الشعور بالثقة بشأن تأديب أطفالهم بدون انتهاك القانون.

إيذاء الأطفال أمر مخالف للقانون

يقول القانون في نيو ساوث ويلز إن الوالدين:

- يجب ألا يضربا الطفل على أي جزء من رأسه أو رقبته؛
- يجب ألا يضربا الطفل على أي جزء من جسمه إذا استمر الأكم في ذلك الجزء لأكثر من مدة قصيرة، مثلاً إذا تسبّب ذلك في تكدمّ جسم الطفل أو ورمه؛
- يستطيعان فقط ضرب الطفل باليد المفتوحة، وأن عليهما عدم ضرب الطفل بقبضة اليد. ويجب عليهما عدم ضرب الطفل بأي شيء، كالحزام أو العصا مثلاً.

القانون يحمي سلامة الطفل

من السهل إلحاق الأذى بجسم الطفل. فالضربة التي تبدو بسيطة بالنسبة للبالغ يمكن أن تؤدي إلى ضرر دائم لجسم الطفل. يُعتبر الرأس والرقبة منطقتين حساستين جداً ومن الممكن أن تؤدي الضربة حتى وإن كانت صغيرة إلى إعاقة أو تهديد الحياة. ومن الخطر جداً هز الطفل بعنف، وهو أمر يمكن أن يؤدي إلى تلف الدماغ والإعاقة الدائمة.

يستخدم الآباء والأمهات في كل مكان التأديب لمساعدة
الأطفال على تعلّم طرق التصرف الصحيحة، بما في
ذلك كيفية المحافظة على سلامتهم من الأخطار وكيفية
تنمية تحكّمهم بأنفسهم وتحمل المسؤولية.

ما الذي يمكن أن يفعله الوالدان

إن استخدام العقاب البدني (كالضرب) كشكل من أشكال التأديب يمكن أن يؤذي الأطفال بدنياً وعاطفياً. يتم تشجيع الأمهات والآباء في أستراليا على استخدام طريقة تأديب لا تتضمن عقاباً بدنياً، فيما يلي بعض الطرق الشائعة لتأديب الطفل بدون اللجوء إلى العقاب البدني.

القواعد والمكافآت

- ضع قواعد منصفة يسهل على الأطفال فهمها.
- تأكّد من أن يفهم الأطفال القاعدة وسبب وضعها وكيف يمكنهم التقيّد بها.
- كافئ الأطفال على تصرفاتهم الجيدة لتشجيعهم على فعل الشيء الصحيح.

التأديب يجب أن يناسب سن الطفل

- إن الأطفال دون سن السنتين لا يفهمون القواعد ولا العقاب، لذا فلتغيير تصرفهم ينبغي إلهائهم أو صرف انتباههم إلى أشياء أخرى.
- ابتداءً من سن 3 سنوات، يستطيع الأطفال أن يدركوا أن هناك نتائج تترتب على أفعالهم: "عندما تفعل كذا سيحصل كذا"، فاشرح لهم ذلك عندما يخطئون.
- بالنسبة للأطفال فوق سن السنتين يمكن استخدام "العزل"، وذلك بأن تطلب منهم البقاء في مكان لفترة قصيرة والتفكير بما أقدموا عليه من تصرف.

الأطفال الآخرون والمراهقون

إذا لم يمثل الشاب لقاعدة معقولة أو طلب معقول فإنه يمكن منعه من شيء محبّب لفترة من الزمن، مثل لعبة كمبيوتر أو رؤية صديق.

يتم تشجيع الأمهات والآباء في أستراليا على استخدام طريقة تأديب لا تتضمن عقاباً بدنياً.



التواصل الجيد

- لا تخبر الطفل أنه سيء، إذ أن ذلك سيشجعه على معاودة التصرف السيء أو يؤدي إلى فقدان الثقة.
- تحدّث مع الأطفال بعد تأديبهم بشأن ما يشعرون به وما تعلّموه من التأديب.
- إذا كان الطفل شديد الاحتياج وتصرف بطريقة سيئة خذه إلى مكان هادئ لتهدئته. اطلب منه أن يفكّر بسبب كون تصرفه سيئاً وما يمكن أن يفعله لتحسينه.
- علّمه عن طريق كونك قدوة. عندما يقدّم الطفل على التصرف بطريقة غير جيدة ساعده على إصلاح ذلك. مثلاً إذا كتب الطفل على الحائط اطلب منه تنظيفه وساعده في ذلك.
- حافظ على هدوئك عند تأديب الطفل. حاول العدّ إلى 10 أو تنفّس ببطء حتى تهدأ.





المحافظة على سلامة الأطفال

في أستراليا قوانين لحماية الأطفال يتعيّن على كل أب وأم وأي شخص آخر يقوم برعاية الأطفال والشباب أن يتقيّد بها. تقول هذه القوانين إن إيذاء الأطفال (البالغين أقل من 18 سنة) بدنياً وجنسياً وإهمالهم أمر مخالف للقانون ويمكن المعاقبة عليه.

ما معنى إيذاء الأطفال والإهمال؟

الإهمال هو عدم اهتمام الوالدين أو مقدّم الرعاية باحتياجات الطفل الأساسية كالمسكن أو المأكل أو التعليم أو الملابس المناسب أو الرعاية الصحية المناسبة، وهو يمكن أن يشمل أيضاً عدم الإشراف على الأطفال للمحافظة على سلامتهم أو تركهم بمفردهم لفترات طويلة.

يعني **الإيذاء البدني** إقدام أحد الوالدين أو مقدّم الرعاية على إيذاء الطفل بضربه أو خبطه أو هزّه أو حرقه أو التسبّب في كدمات له. وهو يشمل هز الأطفال أو ضربهم بشيء كالعصا أو الحزام لتأديبهم. ويُعتبر تشويه الأعضاء الجنسية (ختان الإناث) إيذاءً بموجب القانون الأسترالي وهو جريمة خطيرة.

أما **الإيذاء العاطفي** فيعني إيذاء شعور الطفل. ويمكن أن يكون ذلك أن تقول للطفل إنك لا تحبه أو أن تصرخ عليه باستمرار أو تخيفه أو تهدّده بالضرب. كما يمكن أن يكون ذلك ترك الطفل ليرى ارتكاب أفعال عنيفة بحق أفراد العائلة الآخرين، كأمر الطفل مثلاً. إن الإيذاء العاطفي يضرّ الأطفال ويمكن أن يجعلهم يفكّرون بأنهم عديمو القيمة.

والإيذاء الجنسي هو عندما يشرك أحد الأشخاص طفلاً في نشاط جنسي. يتم غالباً رشوة الأطفال أو تهديدهم بدنياً ونفسياً لحملهم على المشاركة في ذلك النشاط. يمكن أن يؤدي الإيذاء الجنسي إلى ضرر شديد في الطفل طيلة حياته.

تزويج الأطفال والزيجات القسرية

إن تزويج أي شخص دون سن 18 سنة أمر غير قانوني في أستراليا. هناك ظروف محدودة جداً يمكن فيها للشخص دون سن 16 أو 17 عاماً أن يتزوَّج، ولكن فقط إذا أذنت المحكمة بذلك.

كذلك من غير القانوني إجبار الأفراد من أية سن على الزواج. والزواج القسري معناه أن يتزوج الشخص بدون إعطاء موافقته بمطلق حريته لأنه تم تزويجه بالحيلة أو التهديد أو الضغط.

ما هي دلائل الإيذاء والإهمال؟

الإهمال - الطفل ضعيف الوزن أو نحيل بالنسبة لسنّه؛ يكون في الغالب غير نظيف؛ يسرق الطعام ولديه مشاكل بدنية كالتقرّحات التي لا تحظى باهتمام مناسب؛ يحاول جاهداً جذب انتباه الآخرين إليه.

الإيذاء البدني - وجود كدمات على رأس الطفل أو وجهه أو رقبته؛ علامات عض؛ خدوش أو جروح؛ عظام مكسورة؛ علامات حروق؛ أو علامات تعرّض الفتاة لتشويه الأعضاء الجنسية (الختان). وقد يحاول الطفل الذي تعرّض للإيذاء إخفاء ما حصل له باختلاق قصة يصعب تصديقها.

الإيذاء العاطفي - يشعر الطفل بأنه لا قيمة له، أو لا يستطيع الوثوق بالآخرين، أو يتصرّف بطريقة سيئة ليجذب انتباه البالغين، أو لا يعرف كيف يسلك مع الآخرين.

الإيذاء الجنسي - أحياناً يخبر الطفل شخصاً بالغاً عن الإيذاء أو يقول أشياء تشير إلى أن ثمة شيء غير صحيح. ويريد الطفل أحياناً أن يلحق الأذى بجسمه أو قد يرفض الطعام أو يأكل أكثر من الطبيعي، أو يريد أن يأوي إلى الفراش بدون أن يخلع ملابسه. وقد يصف الطفل الأفعال الجنسية أو تكون له معرفة كبيرة بالموضوع لا تناسب سنّه.

في أستراليا قوانين لحماية الأطفال يتعيّن
على كل أب وأم وأي شخص آخر يقوم برعاية
الأطفال والشباب أن يتقيّد بها.

كيف يتم الإبلاغ عن إهمال أو إيذاء الطفل؟

يستطيع أي شخص يعتقد أن طفلاً ما قد تعرّض لإهمال أو إيذاء بدني أو جنسي أو عاطفي أو تعرّض لتزويجه كطفل أو لإجباره على الزواج أن يبلغ دائرة العائلة وخدمات المجتمع (FACS) عن ذلك بالاتصال بخط المساعدة على حماية الأطفال على الرقم 132 111 (TTY 1800 212 936). يعمل هذا الخط 24 ساعة في اليوم و 7 أيام في الأسبوع. وإذا لم يكن باستطاعة المتصل التكلّم بالإنجليزية يستطيع مسؤول القضايا الإعداد للاستعانة بمترجمين شفهيّين.

ما الذي ستفعله FACS؟

إذا اعتقدت FACS أن هناك خطراً على سلامة أحد الأطفال سيقوم مسؤول القضايا لديها بالتحدّث مع الوالدين ومع الطفل إذا كانت ستُسمح بذلك، وقد يتحدّثون مع أقرّاء الطفل أو مدرّسيه أو مقدّميه رعايته الآخرين. وقد يقرّر مسؤول القضية أن الوالدين بحاجة لمساعدة للاعتناء بالطفل ويقوم بتحويلهما إلى خدمات الدعم. ويعتقد مسؤول القضية أحياناً أن الطفل في خطر وعندما يحصل ذلك قد تلجأ FACS إلى أخذ الطفل من الوالدين وتضعه في مكان آمن.

للمزيد من المعلومات

لدى FACS منشور بعنوان اكتشفه؛ ساعد على منعه، وهو يشرح الإشارات الشائعة للإهمال والإيذاء. هذا المنشور متوفر بالكثير من اللغات. للحصول على نسخة منه، تفضّل الموقع www.community.nsw.gov.au

أين تجد النصائح والمساعدة والدعم

هناك الكثير من الخدمات التي يمكن أن تساعد الأمهات والآباء والأطفال والشباب وعائلاتهم. والكثير من هذه الخدمات مجانية. يستطيع العاملون في المجالس المحلية أو مراكز صحة المجتمع أو مسؤولو الاستقرار مساعدة العائلات في العثور على الخدمات المحلية.

سيقوم معظم الخدمات المدرجة في هذا المنشور بالإعداد للاستعانة بمترجمين شفهيين للأشخاص الذين لا يتكلمون الإنجليزية.

يستطيع العاملون في المجالس المحلية أو مراكز
صحة المجتمع أو مسؤولو الاستقرار مساعدة
العائلات في العثور على الخدمات المحلية.



لدى مراكز صحة المجتمع المحلية

خدمات للأطفال والأمهات والآباء والعائلات، وهي تشمل زيارات منزلية للأمهات والآباء، والأطفال الجدد، وخدمات الطفولة المبكرة، ومجموعات تربية الأطفال، والتحدّث مع مستشارين، والفحوصات الصحية للأطفال.

خطوط المشورة والدعم

هي أرقام هاتفية للاتصال بها إذا كان التحدّث مع شخص ما سيفيدك. يتوفر البعض منها على مدى 24 ساعة في اليوم، والاتصال بجميع هذه الخطوط إما مجاني أو لقاء تكلفة مكاملة محلية إذا كان الاتصال من خط أرضي.

• Family Relationship Advice Line

- يقدم النصح حول قضايا تربية الأطفال والترتيبات بعد الانفصال.
الهاتف: 1800 050 321
www.familyrelationships.gov.au

• Domestic Violence Line - يقدم

إرشادات ومعلومات هاتفية بشأن العنف المنزلي. هناك مسؤولات قضايا مدربات يتحلّين بالتحسّس باحتياجات النساء اللواتي عانين من العنف المنزلي.
الهاتف: 1800 656 463
(TTY 1800 671 442)

• Child Protection Helpline -

اتصل للإبلاغ عن الاشتباه بوقوع إيذاء أو إهمال بحق الأطفال أو لمناقشة المخاوف بشأن طفل أو شاب.
الهاتف: 132 111
(TTY 1 800 212 936)

• Kids Helpline - خدمة إرشاد مجانية

وسريّة عبر الهاتف أو الإنترنت للأطفال والشباب من سن 5 سنوات إلى 25 سنة.
الهاتف: 1800 55 1800

• Lifeline - أشخاص يمكن أن تتحدّث معهم

عندما تكون هناك مشكلة ترعجك؛ خدمة يقوم بها متطوعون مدربون يدعمهم موظفون محترفون.
الهاتف: 13 11 14
www.lifeline.org.au

• Parent Line - سيقوم مستشارون يتمتعون

بالخبرة بالإصغاء إليك وإعطائك الدعم والمعلومات بشأن الكثير من المواضيع بما فيها السلوك والتأديب والمراهقين والأمهات والآباء الوحيدين ومشاكل المدارس ورعاية الأطفال.

الهاتف: 1300 1300 52

www.parentline.org.au

• Tresillian Parent's Help Line -

يقوم ممرّضون مؤهلون في صحة الطفل والعائلة بتقديم النصائح حول تربية الأطفال لغاية سن 5 سنوات.
الهاتف: 1800 637 357 أو
(02) 9787 0855
www.tresillian.net

• Karitane Careline - يقوم ممرّضو صحة

العائلة بتقديم النصائح حول الحمل وتربية الأطفال لغاية سن 5 سنوات.
الهاتف: 1300 227 464
www.karitane.com.au

Community MRC

4/1 Horwood Place
Parramatta NSW 2150
الهاتف: (02) 9687 9901
البريد الإلكتروني: cso@cmrc.com.au
www.cmrc.com.au

Illawarra Multicultural Services

17 Auburn Street
Wollongong NSW 2500
الهاتف: (02) 4229 6855
البريد الإلكتروني: info@ims.org.au
www.ims.org.au

Fairfield Migrant Resource Centre

Corner Railway Parade
and McBurney Road
Cabramatta NSW 2166
الهاتف: (02) 9727 0477
البريد الإلكتروني: info@fmrc.net
www.fmrc.net

Liverpool MRC

Ground floor, 108 Moore Street
Liverpool NSW 2170
الهاتف: (02) 9601 3788
البريد الإلكتروني: info@lmrc.org.au
www.lmrc.org.au

Macarthur Diversity Services

Level 3, Suite 2,
Campbelltown City Centre
171-179 Queen Street
Campbelltown NSW 2560
الهاتف: (02) 4627 1188
البريد الإلكتروني: info@mdsi.org.au
www.mdsi.org.au

معلومات عن تربية الأطفال

تقدم هذه المواقع الإلكترونية معلومات عن تربية الأطفال وخدمات الوالدين والأطفال والعائلات.

- Resourcing Parents في الموقع:
www.resourcingparents.nsw.gov.au
- NSW Department of Family
Community Services في الموقع:
www.community.nsw.gov.au
- Families NSW في الموقع:
www.families.nsw.gov.au
- Raising Children Network في الموقع:
www.raisingchildren.net.au

مراكز موارد المهاجرين (MRCs)

تقدم مراكز موارد المهاجرين خدمات للمهاجرين واللاجئين. يمكن أن تشمل الخدمات المساعدة في الاستقرار، ومعلومات وإحالات، والدعم العائلي، ومجموعات اللعب، وبرامج تربية الأطفال، وخدمات دعم الإعاقة، وبرامج الدعم الخاص بالعنف المنزلي، والخروج لحضور المناسبات الاجتماعية، ومعلومات بلغات متعدّدة. إذا احتجت لهذا النوع من الدعم، اتصل بأحد مراكز موارد المهاجرين في منطقتك.

Auburn Diversity Services

17 Macquarie Road
Auburn NSW 2144
الهاتف: (02) 9649 6955
البريد الإلكتروني:
info@auburndiversity.org.au
www.auburndiversity.org.au

خدمات إرشاد اللاجئين

NSW Service for the Treatment and Rehabilitation of Torture and Trauma Survivors (STARTTS)

مساعدة للأطفال والبالغين الذين عانوا من الاضطهاد أو الحرب أو العنف أو انتهاك حقوق الإنسان قبل مجيئهم إلى أستراليا ويحتاجون لمساعدة للشعور بالثقة والأمان مجدداً.

الهاتف: (02) 9794 1900

تفقد الموقع: www.startts.org.au

www.startts.org.au

Transcultural Mental Health Centre

مساعدة للأشخاص من ثقافات وخلفيات لغوية مختلفة الذين لديهم مشاكل في الصحة العقلية. تشمل الخدمات الإرشاد والمعلومات حول الصحة العقلية.

الهاتف: 1800 648 911 أو 9912 3851 (02)

تفقد الموقع: www.dhi.health.nsw.gov.au

www.dhi.health.nsw.gov.au

Metro Assist

Level 2, 59-63 Evaline Street

Campsie NSW 2194

الهاتف: (02) 9789 3744

البريد الإلكتروني:

metromrc@metromrc.org.au

www.metromrc.org.au

Northern Settlement Services

8 Chaucer Street

Hamilton NSW 2303

الهاتف: (02) 4969 3399

البريد الإلكتروني:

nss@nsservices.com.au

www.nsservices.com.au

St George MRC

552 Princes Highway

Rockdale NSW 2216

الهاتف: (02) 9597 5455

البريد الإلكتروني: sgmrc@sgmrc.org.au

www.sgmrc.org.au

Sydney Multicultural Community Services

3 General Bridges Crescent

Daceyville NSW 2032

الهاتف: (02) 9663 3922

البريد الإلكتروني: info@sydneycms.org.au

www.sydneycms.org.au

SydWest Multicultural Services

Level 2/125 Main Street

Blacktown NSW 2148

الهاتف: (02) 9621 6633

البريد الإلكتروني:

info@sydwestmsi.org.au

www.sydwestmsi.org.au

